

بسم الله الرحمن الرحيم

روش های آموزش تربیت بدنی

مؤلفان:

حمید پاشائی فر

محمدباقر ندیمی

رضا بابالویان

اصغر حسینیقلی پور

ویراستاران: عرفان بابالویان، میلاد پیروز

بیگیری جدی قانونی خواهد گرفت و مطابق با احرام قوانین اسلامی برخورد خواهد شد.

فهرست مطالب

۹ پیشگفتار

فصل اول: مفهوم، اهداف و اصول تدریس تربیت بدنی در آموزش و پرورش

۱۲	 مفهوم تربیت و ارتباط آن با تربیت بدنی
۱۲	 اساس اهداف تربیت بدنی در آموزش و پرورش
۱۲	 ۱- بعد الهی
۱۲	 ۲- بعد جسمانی
۱۳	 ۳- بعد فکری
۱۳	 ۴- بعد مهارتی
۱۴	 ۵- بعد عاطفی
۱۴	 اهداف عمومی تربیت بدنی در آموزش و پرورش
۱۴	 اهداف اختصاصی تربیت بدنی در آموزش و پرورش

فصل دوم: اهداف تربیت بدنی و ورزش در مدارس

۱۸	 مفهوم تربیت بدنی
۱۸	 ماهیت تربیت بدنی
۱۹	 اهداف تربیت بدنی
۱۹	 ۱. اهداف عمومی تربیت بدنی در دوره ابتدایی
۲۰	 ۲. اهداف عمومی تربیت بدنی در دوره های راهنمایی و دبیرستان
۲۱	 ۳. اهداف اختصاصی تربیت بدنی
۲۲	 اهمیت تعیین اهداف در برنامه های تربیت بدنی
۲۳	 اهداف رفتاری در تربیت بدنی
۲۵	 عوامل اهداف رفتاری
۲۶	 نقش نگرش دانش آموزان و والدین در تنظیم اهداف

فصل سوم: برنامه ریزی درس تربیت بدنی و ورزش در مدارس

۳۰	 تعریف برنامه ریزی
۳۱	 اهمیت برنامه ریزی در اجرای درس تربیت بدنی
۳۲	 مواد برنامه های تربیت بدنی و ورزش در مدارس
۳۳	 ۱. برنامه کلاسهای آموزش تربیت بدنی و ورزش
۳۳	 ۲. برنامه کلاسهای فوق برنامه تربیت بدنی و ورزش
۳۳	 ۳. برنامه کلاسهای تربیت بدنی اصلاحی
۳۴	 ۴. برنامه مسابقات و رقابتهای ورزشی

برنامه‌ریزی متعادل ۳۵

فصل چهارم: شناخت خصوصیات و ویژگیهای رشدی دانش‌آموزان

ضرورت شناخت ویژگیهای رشدی دانش‌آموزان ۴۰

۱. خصوصیات و ویژگیهای رشدی کودکان پیش‌دستانی ۲-۶ سال ۴۱

۱-۱. خصوصیات جسمانی ۴۱

۲-۱. خصوصیات و ویژگیهای عاطفی ۴۱

۳-۱. خصوصیات روانی - حرکتی ۴۲

۲. خصوصیات و ویژگیهای رشدی کودکان ۶ تا ۹ سال ۴۳

۱-۲. خصوصیات جسمانی ۴۳

۲-۲. خصوصیات و ویژگیهای عاطفی ۴۳

۳-۲. خصوصیات روانی - حرکتی ۴۴

۳. خصوصیات و ویژگیهای رشدی دانش‌آموزان ۹ تا ۱۲ سال ۴۵

۱-۳. خصوصیات جسمانی ۴۵

۲-۳. خصوصیات و ویژگیهای عاطفی ۴۶

۳-۳. خصوصیات و ویژگیهای روانی - حرکتی ۴۶

۴. خصوصیات و ویژگیهای دانش‌آموزان ۱۳-۱۶ سال ۴۷

۱-۴. خصوصیات جسمانی ۴۷

۲-۴. خصوصیات و ویژگیهای عاطفی ۴۷

۳-۴. خصوصیات و ویژگیهای روانی - حرکتی ۴۸

فصل پنجم: محتوای درس تربیت بدنی در مدارس

عوامل مؤثر در تعیین محتوای درس تربیت‌بدنی ۵۰

تغییرات اجتماعی و برنامه‌های تربیت‌بدنی ۵۰

عوامل مؤثر در برنامه‌ریزی درس تربیت‌بدنی در مدارس ۵۱

ویژگیهای محتوای درس تربیت‌بدنی ۵۱

سن دانش‌آموزان و برنامه‌های تربیت‌بدنی ۵۲

نیازها و علاقه‌های دانش‌آموزان به برنامه‌های تربیت‌بدنی ۵۳

طبقه‌بندی محتوای درس تربیت‌بدنی ۵۵

آمادگیهای جسمانی ۵۵

آمادگیهای حرکتی ۵۶

فصل ششم: وظایف و مسئولیتهای نهادهای مسئولان آموزشی

الف) مسئولیتهای والدین ۶۰

ب) وظایف معلمان تربیت‌بدنی و ورزش ۶۱

- ۶۳..... (ج) وظایف مدیران و مسئولان آموزشی مدرسه
- ۶۴..... (د) وظایف دانش آموزان

فصل هفتم: اصول برنامه‌نویسی کلاس های تربیت بدنی

- ۶۶..... ضرورت طرح درس تربیت بدنی برای معلمان
- ۶۷..... جدول بندی برنامه های تربیت بدنی
- ۶۸..... برنامه مواد یک جلسه تدریس
- ۶۹..... تقسیم مواد برنامه بر حسب زمان (یک جلسه تدریس)

فصل هشتم: روشهای تدریس درس تربیت بدنی در مدارس

- ۷۴..... اهمیت روشهای تدریس در انتقال مهارتهای حرکتی
- ۷۴..... روشهای تدریس در تربیت بدنی
- ۷۵..... شرح اجمالی روشهای تدریس و تدریس
- ۷۵..... ۱. شیوه های مدیریت در تدریس تربیت بدنی
- ۷۵..... دامنه شیوه های اداره کلاسهای تربیت بدنی در مدارس
- ۷۷..... محسنات و معایب روشهای تدریس
- ۷۹..... ۲. روشهای متداول در آموزش مهارتهای حرکتی
- ۷۹..... انتخاب یک شیوه تدریس

فصل نهم: ارزشیابی و نمره دادن در تربیت بدنی

- ۸۲..... تعریف ارزشیابی
- ۸۳..... اهمیت ارزشیابی
- ۸۳..... ضرورت ارزشیابی درس تربیت بدنی
- ۸۴..... اهداف ارزشیابی درس تربیت بدنی در مدارس
- ۸۵..... جنبه های ارزشیابی
- ۸۶..... الف) ارزشیابی تکوینی
- ۸۶..... ب) ارزشیابی پایانی
- ۸۶..... معیارهای ارزشیابی تربیت بدنی مدارس
- ۸۶..... الف) معیارهای ملاکی
- ۸۷..... ب) معیارهای هنجاری
- ۸۷..... محورهای ارزشیابی درس تربیت بدنی
- ۸۸..... مراحل ارزشیابی درس تربیت بدنی

فصل دهم: روش تدریس تربیت بدنی (شیوه اداره کلاس های عملی)

- ۹۲..... الف) مراحل تدریس در ساعت درس تربیت بدنی

۹۲	مرحله آمادگی
۹۲	مرحله پیاده نمودن هدف آموزشی (مرحله اصلی)
۹۲	مرحله بازگشت به حالت اولیه
۹۲	ب) مدیریت کلاس
۹۳	قبل از آموزش
۹۳	مقررات اتاق رخت کن
۹۳	البسه
۹۳	ج) استفاده بهینه از فضای ورزشی
۹۴	ثبت وضعیت دانش آموزان
۹۴	سازمانده و تدوین درس
۹۴	د) دستوالعمل و اصول کلی تدریس تربیت بدنی
۹۶	هـ) سرپرستی و اداره کردن فضاها و ورزشی
۹۷	و) تدریس نظری درس تربیت بدنی
۱۰۰	ز) برنامه ریزی و تهیه طرح درس
۱۰۱	تهیه طرح درس

فصل ازدهم: روانه تربیت بدنی ویژه در مدارس

۱۰۴	تربیت بدنی ویژه
۱۰۴	تربیت بدنی اصلاحی
۱۰۴	تربیت بدنی تکاملی
۱۰۴	تربیت بدنی انطباقی
۱۰۵	شناسایی افراد معلول و ناتوان
۱۰۵	برنامه آموزش انفرادی
۱۰۶	برنامه ریزی کلاسهای تربیت بدنی ویژه
۱۰۶	نیازهای ویژه بهداشتی و ایمنی معلولان
۱۰۷	ویژگیهای معلم تربیت بدنی ویژه
۱۰۸	فعالتهای پیشنهادی تربیت بدنی و ورزشی برای کلاسهای ویژه
۱۰۹	ارزشیابی میزان توانایی معلولان
۱۰۹	الف) آزمونهای توانایی حرکتی
۱۱۰	ب) آزمونهای تعادلی
۱۱۲	منابع

پیشگفتار

کتابی که در اختیار شماست شامل ۱۱ بخش در مورد روش های آموزش تربیت بدنی می باشد. با توجه به اینکه درس تربیت بدنی یکی از ضروریات هم در زندگی شخصی و هم در زندگی جمعی است و بالطبع آشنایی کامل با روش های تدریس این درس توسط دبیران تربیت بدنی می تواند کمک های شایانی به فراگیران داشته باشد، لازم دانستیم تا این کتاب را که حاصل تلاش های مولفین است، تالیف کنیم. امید می رود که این کتاب بتواند نقشی موثر در آموزش تربیت بدنی برای فراگیران جهت تحقق اهداف فردی و جمعی شان، توسط دبیران محترم تربیت بدنی داشته باشد.

موفق و پیروز باشید

بهار ۹۵