

## فصل ۲

### کلیات

هنرجوی عزیز، کتابی که هم اکنون در اختیار شما قرار دارد کتاب همراه هنرجو نامیده می‌شود. شاید برایتان سؤال باشد که این کتاب چیست و چرا به این نام است؟

براساس نظام جدید آموزشی، برای آموزش شما، بسته آموزشی تعریف شده است که شامل کتاب‌درسی، کتاب راهنمای هنرآموز (معلم) و کتاب همراه هنرجو می‌باشد. از آنجا که ممکن است در کتاب‌درسی نتوان از همه موضوعات مرتبط با درس برای شما گفته شود و دروس بیشتر جنبه علمی دارند به همین دلیل مطالب اضافه‌ای که مفید هستند اما جنبه درسی ندارند و بیشتر جنبه افزایش معلومات دارد و از آنها آزمون به عمل نمی‌آید و مرتبط با درس‌های شما در هر پایه تحصیلی می‌باشد، در یک مجموعه به نام همراه هنرجو تدارک دیده شده است.

ویژگی‌های این کتاب از دید آموزشی عبارت‌اند از:

- برای حفظ کردن نیست؛
- باعث می‌شود حجم کتاب‌درسی کم شود؛
- در دنیای واقعی کار کاربرد دارد؛
- توان کارآفرینی را افزایش می‌دهد؛
- وابستگی به کتاب‌های درسی کم می‌شود؛
- یک زبان مشترک برای دروس ایجاد می‌کند؛
- به تحقق شایستگی و یادگیری مادام‌العمر کمک می‌کند؛

نتایج پژوهشی که در رابطه با این کتاب از زبان خود شما به‌دست آمده است حاکی است که این کتاب این ویژگی‌ها را دارد:

سبک، قابل حمل، همیشه همراه، مختصر و مفید، معتبر و دارای مطالب به روز است که سرعت یادگیری را نیز افزایش می‌دهد.

امید است که بتوانید به بهترین نحو از آن استفاده نمایید.

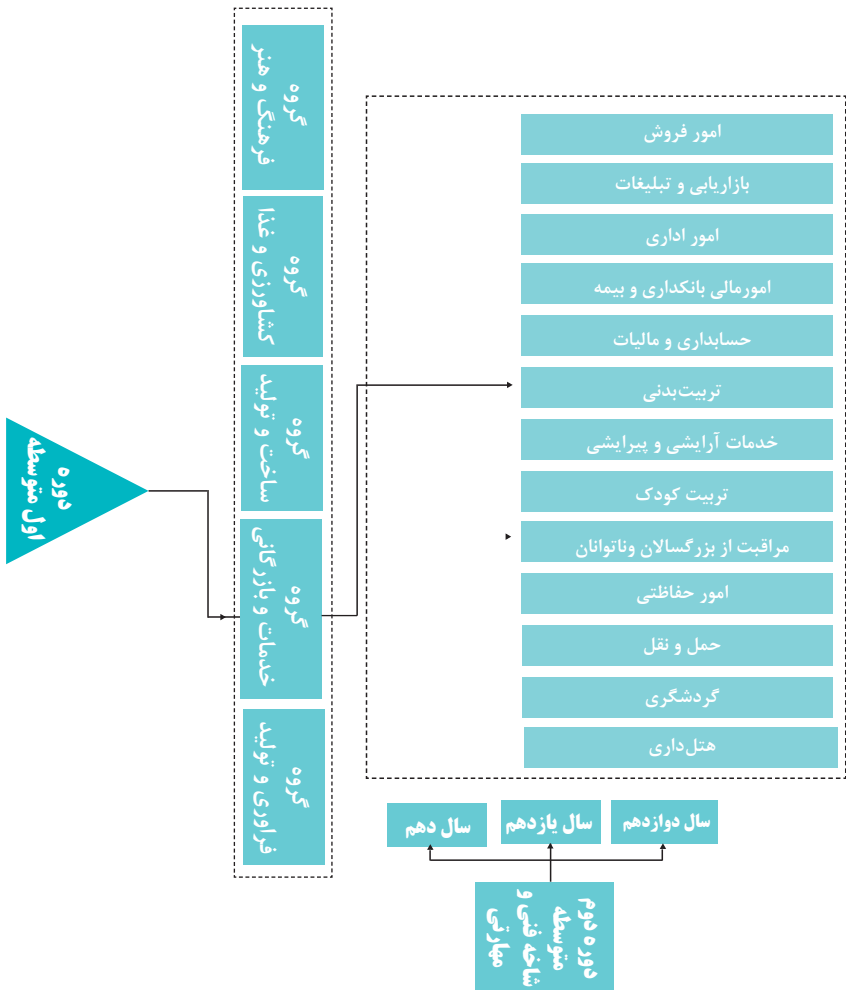
هدایت تحصیلی - حرفه‌ای شامل:

- هدایت از طریق در اختیار قرار دادن اطلاعات شغلی و حرفه‌ای که در برنامه درسی رشته بخشی از آن وجود دارد و بخش‌های دیگر شامل مسیر توسعه حرفه‌ای از طریق بازدید و کارآموزی محقق می‌شود.

- مشاوره حرفه‌ای که در طول سال تحصیلی توسط مشاوران و با کمک آزمون‌های استاندارد انجام خواهد شد.

- هدایت آموزشی که توسط مشاوران و با ابزارهای سنجش خاص به منظور هدایت فراگیران در مسیرهای تحصیلی افقی و عمودی در متوسطه و بعد از آن انجام می‌شود.

## مسیرهای هدایت تحصیلی - حرفه‌ای در گروه خدمات



## ویژگی‌های دانش‌آموزان ورودی به رشته تربیت بدنی

فردی که این شغل را انتخاب می‌کند باید توانایی‌های زیر را داشته باشد:  
**توانایی شناختی (شفاهی - تولید ایده):** دانش‌آموزان ورودی به رشته باید قادر به بیان اهداف خود، به صورت نوشتاری و گفتاری باشند و بتوانند هدف خود را از ورود به این رشته کاملاً مشخص نمایند.

**توانایی ادراکی (فضایی - توجه - دقت):** دانش‌آموزان ورودی باید قادر به درک موقعیت و وضعیت خود باشند.

**توانایی روان حرکتی (کلیه مهارت‌های روانی - حرکتی):**  
دانش‌آموزان ورودی باید در کلیه زمینه‌های روانی - حرکتی هماهنگی لازم را داشته باشند و مورد آزمون قرار گیرند.

**توانایی فیزیکی:** دارای قدرت، استقامت، انعطاف، توان، تعادل، هماهنگی، چابکی، سرعت باشند و در این زمینه، پس از آزمون ورودی مورد آزمون عملی در زمینه‌های فوق قرار خواهند گرفت. همچنین توانایی حسی - دیداری - شنیداری داشته باشند و در این زمینه هم مورد آزمون قرار خواهند گرفت.

## آمادگی جسمانی سلامت کامل جسمی (براساس شناسنامه سلامت مهارت‌های پایه دانش‌آموزان)

**سلامت کامل روانی**  
داشتن فیزیک مناسب (تناسب قد - وزن - براساس معیار مشخص شده)  
**اطلاعات عمومی ورزشی**

### طراحی و سازماندهی درس

درس توسعه مهارت‌های حرکتی با توپ از ترکیب سازوار پنج تکلیف کاری در قالب پنج پودمان شایستگی تشکیل شده است که هر پودمان نماینده بخشی از یک شغل در حوزه ورزش است. سازماندهی درس به نحوی است که تکالیف کاری در طول سال تحصیلی به صورت مرحله‌ای ارائه می‌شود و شایستگی‌ها به صورت تدریجی کسب و ارزیابی می‌شود و در نهایت در پایان درس شایستگی کلان مهارت‌های حرکتی با توپ که قابلیت انتقال دارد، محقق می‌شود.

## شایستگی‌های مورد انتظار

شایستگی‌های فنی:

والیبال

هندبال

فوتسال

فوتبال

بسکتبال

شایستگی‌های غیرفنی:

۱- انتخاب فناوری‌های مناسب

۲- تصمیم‌گیری

۳- مدیریت مواد و تجهیزات

۴- مسئولیت‌پذیری

۵- نقش در تیم

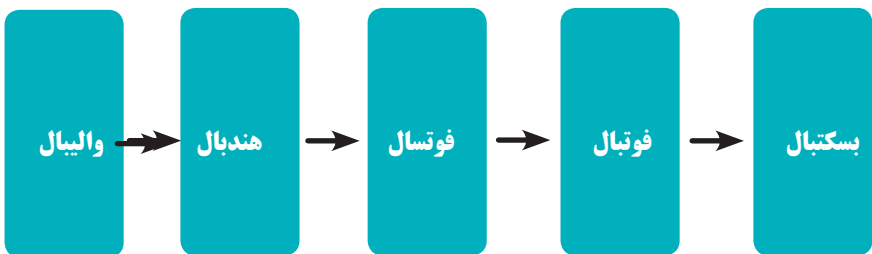
۶- درستکاری و کسب حلال

۷- مدیریت زمان

۸- تفکر انتقادی

## سازماندهی محتوی

درس توسعه مهارت‌های حرکتی با توپ در قالب پودمان‌های مستقل و تکالیف کاری مجزا از هم، تعریف که به صورت خطی ارائه و مراحل کاری به صورت ارائه دانش و مهارت آورده می‌شود، که عبارت‌اند از :



## درس توسعه مهارت‌های حرکتی با توپ و زمان آموزش آنها :

ردیف	واحدهای یادگیری	مراحل کارها	زمان (ساعت)
۱	والیبال	به دست گرفتن توپ (حس توپ) تکنیک‌های پایه (پنجه، ساعد، سرویس، اسپیک) - تکنیک‌های پیشرفته پنجه‌ها، اسپیک‌ها، سرویس‌های پیشرفته - تاکتیک‌های فردی (دفاع - حمله) مفهوم حرکت‌ها و تمرینات یک‌دریک - مفهوم حمله و دفاع یک در یک تاکتیک‌های تیمی (وزن توپ، جنس توپ، اندازه توپ، تأثیر وزن توپ در به دست گرفتن - پرتاب، زاویه پرتاب)	۶۰
۲	هندبال	لمس توپ تکنیک‌های پایه: مفهوم دریافت و انواع دریافت، پاس و انواع آن مفهوم دربیل، شوت و انواع آن و تمرینات هر یک تکنیک‌های پیشرفته (مفهوم حرکت‌ها و تمرینات آنها) حمله و دفاع تاکتیک‌های فردی (دفاع - حمله) تاکتیک‌های تیمی	۶۰
۳	فوتسال	- گرم کردن تکنیک‌های مقدماتی، تاکتیک‌های پیشرفته شامل : دروازه بانی و ویژگی‌های آن ضربات ایستگاهی (اوت) ضربات ایستگاهی (کرنر) - ضربات ایستگاهی (خطا)	۶۰
۴	فوتبال	- لمس توپ تکنیک‌های پایه (پاس، شوت، دریافت، دربیل)، تکنیک مفهوم حرکت‌ها و تمرینات یک در یک - مفهوم حمله و دفاع‌های پیشرفته - تاکتیک‌های فردی (دفاع - حمله، تاکتیک‌های تیمی)	۶۰
۵	بسکتبال	کار با توپ تکنیک‌های پایه (پاس، شوت، دریافت، دربیل) تکنیک‌های پیشرفته تاکتیک‌های فردی (دفاع - حمله) تاکتیک‌های تیمی	۶۰
مجموع			۳۰۰