



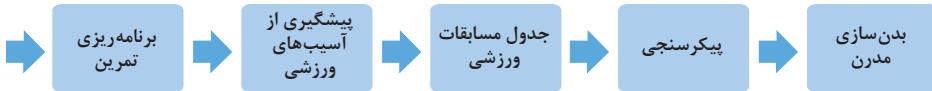
فصل ۲

معرفی واحدهای یادگیری

سازماندهی محتوا

درس عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها از ترکیب سازوکار 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 یک مسیر افقی 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 عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها که قابلیت انتقال دارد محقق می‌شود.

مسیر یادگیری درس عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها



شایستگی‌های مورد انتظار

شایستگی‌های فنی

- ۱ برنامه‌ریزی تمرین
- ۲ پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- ۳ جدول مسابقات ورزشی
- ۴ پیکرسنجی
- ۵ بدن‌سازی مدرن

شایستگی‌های غیرفنی در رشته تربیت بدنی

در این رشته پس از مطالعه و بررسی کارشناسی توسط اعضای گروه ۱۸ شایستگی غیرفنی با توجه به ویژگی‌های رشته از مجموعه شایستگی‌های ارائه شده انتخاب گردید که متناسب با اهداف رشته و دروس و تکالیف کاری و مراحل مربوط به آن بوده است. لازم به ذکر است که به لحاظ ویژگی‌های این رشته و اهداف آن که فارغ‌التحصیلان پس از اتصال به بازار کار ممکن است به علت دارا بودن توانمندی‌های خاص در عرصه‌های ورزش قهرمانی داخلی و بین‌المللی وارد شوند توجه به اخلاق حرفه‌ای و ورزشی و رعایت آن جزء لاینفک این رشته می‌باشد، لذا توجه به اخلاق حرفه‌ای و ورزشی در آموزش و رعایت آن حین تمرینات و تجلی آن

در عرصه‌های داخلی و بین‌المللی در هنگام برنامه‌ریزی و تدوین اهداف، مورد توجه خاص قرار گرفته است.

۱۸ شایستگی غیرفنی به این شرح است:

- ۱ انتخاب فناوری‌های مناسب.
- ۲ نگهداری فناوری‌های به کار گرفته شده.
- ۳ مسئولیت پذیری.
- ۴ درستکاری و کسب حلال.
- ۵ مدیریت زمان.
- ۶ تصمیم‌گیری.
- ۷ تعالی فردی.
- ۸ مدیریت کارها و پروژه‌ها.
- ۹ تفکر خلاق.
- ۱۰ نقش در تیم.
- ۱۱ تفکر انتقادی.
- ۱۲ آموزش دیگران.
- ۱۳ جمع‌آوری و گردآوری اطلاعات.
- ۱۴ کارآفرینی.
- ۱۵ نگرش سیستمی.
- ۱۶ مستندسازی.
- ۱۷ اجتماعی بودن.
- ۱۸ احترام گذاشتن بر ارزش‌های دیگران.

اهداف تفصیلی درس عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها

عناصر عرصه	رابطه با خویشتن (روح، روان و جسم)	رابطه با خدا	رابطه با خلق خدا (سایر انسان‌ها)	رابطه با خلقت
تعقل، تفکر و اندیشه‌ورزی	توجه به یادگیری‌های مستمر خود در کسب مهارت‌های ورزشی انفرادی، تیمی، رقابتی، درک کسب روحیه نشاط و شادابی خویش در انجام مهارت‌های ورزشی انفرادی، تیمی، رقابتی کشف توانایی‌های جسمی-حرکتی خود از طریق انجام ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	استعانت از خداوند متعال در انجام ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی امید به خداوند در کسب اطلاعات مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی توجه قلبی به شایستگی‌های فرهنگ کار و تلاش در آموزش مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	توجه به مسئولیت‌پذیری بین بازیکنان در انجام مهارت‌های ورزشی کشف راه حل‌های خلاقانه در انتقال آموخته‌های ورزشی بازیکنان تأمل در کاربرد فناوری در مهارت‌های ورزشی	توجه به حفظ محیط‌زیست در طبیعت هنگام انجام مهارت‌های ورزشی مسئولیت‌پذیری در استفاده از محیط‌زیست در هنگام انجام مهارت‌های ورزشی تأمل در به کارگیری فناوری در استفاده از محیط‌زیست
ایمان و باور	باور به توانایی خویش در انجام مهارت‌های ورزشی التزام قلبی به روحیه جمع‌گرایی در انجام مهارت‌های ورزشی علاقه به فرهنگ کار و تلاش در هنگام انجام مهارت‌های ورزشی	باور به نگرش سیستمی با کمک از نظم سازمان یافته خداوند در جهان در یادگیری مهارت‌های ورزشی متخلق به اخلاق الهی در تمامی مراحل بازی، تمرین و مسابقه در انجام مهارت‌های ورزشی اعتقاد به یاری خداوند در کار با فناوری در یادگیری مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	الزام قلبی به ارتباط مؤثر بازیکنان با یکدیگر در انجام مهارت‌های تیمی و رقابتی پرهیزکاری و متخلق به اخلاق اسلامی در انجام مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی ایمان به بهبود شایستگی‌های اجتماعی از طریق تقویت مهارت‌های تیمی، رقابتی	باور به نقش بهبود فضاهای ورزشی رو باز و سرپوشیده در تقویت روحیه نشاط در انجام فعالیت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی ایمان به اجرای قوانین برای حفظ محیط‌زیست در انجام فعالیت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی التزام قلبی به حفظ محیط‌زیست در حین انجام فعالیت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی
علم (کسب معرفت شناخت، بصیرت و آگاهی)	آگاهی فرد در زمینه‌های تربیتی در برقراری ارتباط مؤثر در ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی باور به قانون‌گرایی در انجام فعالیت‌های ورزشی انفرادی، تیمی، رقابتی پذیرش تأثیر فناوری در یادگیری مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	متخلق بودن به اخلاق الهی در انجام فعالیت‌های هدفی-ذهنی آگاهی از حضور خداوند در حین انجام فعالیت‌های ورزشی انفرادی، تیمی، رقابتی کسب معرفت در توسعه حرفه‌ای مهارت‌های ورزشی انفرادی، تیمی، رقابتی	مجاهدت در ارتباط مؤثر بازیکنان تیم در ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی شناخت روحیه خردورزی در انجام تکنیک‌های فردی در همگرایی تاکتیک‌های تیمی شناخت فناوری‌های نوین در انتقال مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	شناخت در استفاده از کاربرد فناوری در حفظ محیط‌زیست در انجام ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی شناخت بازیکنان از قوانین محیط‌زیست برای داشتن محیطی با نشاط شناخت اصول فرایند ساخت وسایل ورزشی در ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی

عناصر عرشه	رابطه با خویشتن (روح، روان و جسم)	رابطه با خدا	رابطه با خلق خدا (سایر انسان ها)	رابطه با خلقت
عمل (کار)، تلاش، اطاعت، عبادت، مجاهدت، کارآفرینی، مهارت و...	تلاش در جهت کسب اطلاعات فردی در تکنیک‌های پایه رشته‌های ورزشی مجاهدت در کسب تکنیک‌های فردی ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی مجاهدت در کسب شایستگی فرهنگ تلاش در انجام مهارت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	بالا بردن روحیه امیدواری در استعانت از خداوند در انجام ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی تلاش برای متخلق شدن به اخلاق اسلامی در انجام ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی تمسک به خداوند در کسب شایستگی‌های فنی در انجام ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	مجاهدت در کسب نگرش سیستمی بین بازیکنان در رشته‌های انفرادی، تیمی، رقابتی کار و تلاش در جهت روحیه آزادمنشی در انجام فعالیت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی مهارت تعامل و گفت‌وگو با حریفان در ورزش‌های انفرادی، تیمی، رقابتی	مهارت در کسب اطلاعات بهداشت محیط‌زیست در انجام فعالیت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی کار و تلاش در جهت روحیه جمع‌گرایی برای حفظ محیط‌زیست تلاش برای آسیب نرساندن به محیط‌های ورزشی در حین انجام فعالیت‌های انفرادی، تیمی، رقابتی
اخلاق (تزکیه، عاطفه و ملکات نفسانی)	ملکات نفسانی در یادگیری مادام‌العمر با مستمر در حین انجام فعالیت‌های ورزشی تقویت شجاعت برای دستیابی به ملکات نفسانی بالاتر در فعالیت‌های ورزشی تقویت به‌کارگیری فناوری نوین در آموزش مهارت‌های ورزشی	ارتباط مؤثر با خدا در تقویت ملکات نفسانی در انجام فعالیت‌های ورزشی مسئولیت‌پذیری در عواطف و ملکات نفسانی در انجام فعالیت‌های ورزشی تقویت روحیه مبارزه با نفس در انجام فعالیت‌های ورزشی	ارتباط مؤثر و کارآمد در روحیه فداکاری انجام فعالیت‌های ورزشی کسب ملکات نفسانی با روحیه خیرخواهی به هم میهنان در انجام فعالیت‌های ورزشی تلاش در جهت کسب ملکات نفسانی در برخورد با هم‌تیمی‌ها انجام فعالیت‌های ورزشی	ارتباط مؤثر در کار تیمی در ملکات نفسانی برای حفظ محیط‌زیست در انجام فعالیت‌های ورزشی تزکیه و تقویت مسئولیت‌پذیری در کسب مهارت‌های ورزشی اعتماد به‌نفس در جهت تقویت فرهنگ تولید و فناوری در محیط‌زیست در انجام فعالیت‌های ورزشی

زمان آموزش پودمان‌ها

عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها			
ردیف	پودمان‌ها	کارها	زمان (ساعت)
۱	برنامه‌ریزی تمرین	آموزش دادن، طراحی تمرین، اجرای تمرین، ارزیابی	۶۰
۲	پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	مفاهیم «امنیت» و «ایمنی» در ورزش، مفاهیم پیشگیری از آسیب ورزشی، عوامل پیشگیرانه در بروز آسیب ورزشی لباس ورزشی، آسیب‌های ورزشی، قوانین و مقررات رشته‌های ورزشی	۶۰
۳	جدول مسابقات ورزشی	طراحی جدول - طراحی جدول یک حذفی، طراحی جدول دو حذفی، طراحی جدول دوره‌ای، طراحی جدول‌های ترکیبی، ارزیابی	۶۰
۴	پیکرسنجی	کالبدشناسی، کارکرد ورزشی اندام‌ها و دستگاه‌های بدن (فیزیولوژی ورزشی)، اندازه‌گیری	۶۰
۵	بدن‌سازی مدرن	بدن‌سازی جدید، بدن‌سازی جسم محور، بدن‌سازی جسم-ذهن محور	۶۰
مجموع			۳۰۰

بودجه‌بندی زمانی درس عملیات تکمیلی - اصلاحی ورزش‌ها

این درس شامل پنج واحد یادگیری به شرح زیر است:

ردیف	نام واحد یادگیری	کل ساعت	ساعت نظری	ساعت عملی
۱	برنامه‌ریزی تمرین	۶۰	۲۴	۳۶
۲	پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	۶۰	۳۶	۲۴
۳	جدول مسابقات ورزشی	۶۰	۴۰	۲۰
۴	پیکرسنجی	۶۰	۲۴	۳۶
۵	بدن‌سازی مدرن	۶۰	۲۰	۴۰