

فصل ۲

معرفی واحدهای یادگیری

طراحی و سازماندهی درس

درس توسعه مهارت‌های رزمی - هدفی 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 رزمی - هدفی که قابلیت انتقال دارد، محقق می‌شود.

شایستگی‌های مورد انتظار

شایستگی‌های فنی

۱ پینت بال

۲ تیروکمان

۳ کاراته

۴ تیراندازی

۵ تکواندو

شایستگی‌های غیر فنی 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 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 تصمیم گیری
- ۷ تعالی فردی
- ۸ مدیریت کارها و پروژه‌ها
- ۹ تفکر خلاق
- ۱۰ نقش در تیم
- ۱۱ تفکر انتقادی
- ۱۲ آموزش دیگران
- ۱۳ جمع آوری و گردآوری اطلاعات
- ۱۴ کارآفرینی
- ۱۵ نگرش سیستمی
- ۱۶ مستندسازی
- ۱۷ اجتماعی بودن
- ۱۸ احترام گذاشتن به ارزش‌های دیگران

مسیر یادگیری درس دوم سال یازدهم - توسعه مهارت‌های رزمی - هدفی

پینت بال

تیروکمان

کاراته

تیراندازی

تکواندو

سازماندهی محتوا

درس توسعه مهارت‌های رزمی - هدفی در قالب پودمان‌های مستقل و تکالیف کاری مجزا از هم تعریف می‌شود که عبارت‌اند از :

- ۱ پینت بال
- ۲ تیروکمان
- ۳ کاراته
- ۴ تیراندازی
- ۵ تکواندو

اهداف تفصیلی درس توسعه مهارت‌های رزمی – هدفی پایه ۱۱

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

<p>تلاش در جهت کسب اطلاعات فردی در تکنیک‌های پایه رشته‌های رزمی - هدفی</p> <p>مجاهدت در کسب تکنیک‌های فردی ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>مجاهدت در کسب شایستگی فرهنگ تلاش در انجام مهارت‌های رزمی - هدفی</p>	<p>بالا بردن روحیه امیدواری در استعانت از خداوند در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>تلاش برای متخلق شدن به اخلاق اسلامی در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>تمسک به خداوند در کسب شایستگی‌های فنی در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p>	<p>مجاهدت در کسب نگرش سیستمی بین بازیکنان در رشته‌های رزمی - هدفی</p> <p>کار و تلاش در جهت روحیه آزادمنشی در انجام فعالیت‌های رزمی - هدفی</p> <p>مهارت تعامل و گفت‌وگو با حریفان در ورزش‌های رزمی - هدفی</p>	<p>مهارت در کسب اطلاعات بهداشت محیط زیست در انجام فعالیت‌های رزمی - هدفی</p> <p>کار و تلاش در جهت روحیه جمع‌گرایی برای حفظ محیط زیست تلاش برای آسیب نرساندن به محیط‌های ورزشی در حین انجام فعالیت‌های رزمی - هدفی</p>	<p>عمل (کار، تلاش، اطاعت، عبادت، مجاهدت، کارآفرینی، مهارت و...)</p>
<p>ملکات نفسانی در یادگیری مادام‌العمر با فعالیت‌های مستمر در حین انجام فعالیت‌های رزمی - هدفی</p> <p>تقویت شجاعت برای دستیابی به ملکات نفسانی بالاتر در ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>تقویت به کارگیری فناوری نوین در آموزش مهارت‌های رزمی - هدفی</p>	<p>ارتباط مؤثر با خدا در تقویت ملکات نفسانی در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>مسئولیت‌پذیری در عواطف و ملکات نفسانی در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>تقویت روحیه مبارزه با نفس در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p>	<p>ارتباط مؤثر و کارآمد و روحیه فداکاری انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>کسب ملکات نفسانی با روحیه خیرخواهی به هم میهنان در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>تلاش در جهت کسب ملکات نفسانی در برخورد با هم تیمی‌ها انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p>	<p>ارتباط مؤثر در کار تیمی در ملکات نفسانی برای حفظ محیط زیست در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p> <p>تذکیه و تقویت مسئولیت‌پذیری در کسب مهارت‌های رزمی - هدفی</p> <p>اعتماد به نفس در جهت تقویت فرهنگ تولید و فناوری در محیط زیست در انجام ورزش‌های رزمی - هدفی</p>	<p>اخلاق (تذکیه، عاطفه و ملکات نفسانی)</p>

زمان آموزش پودمان های درس توسعه مهارت های رزمی – هدفی

ردیف	پودمان ها	کارها	زمان (ساعت)
۱	پینت بال	حالت گیری - استقرار - هدف گیری - قوانین بازی - ارزیابی	۶۰
۲	تیروکمان	حالت گیری / استقرار / تطبیق عناصر دید / قوانین بازی / ارزیابی	۶۰
۳	کاراته	<ul style="list-style-type: none"> ■ آماده سازی و تکنیک های پایه (ایستادن ها، دفاع ها، ضربات دست و پا) ■ کاتای اول ■ تکنیک های پایه ۲ (دفاع، ضربات دست و پا) ■ کاتای دوم ■ تکنیک های پایه ۳ ■ ارزیابی 	۶۰
۴	تیراندازی	شیوه گرفتن انواع سلاح ها در وضعیت های مختلف (ایستاده، نشسته، درازکش)، تعیین دست و چشم برتر، مفاهیم زوایا، صفحات، جهت بدن و اندام ها و چگونگی قرار گیری براساس نوع اسلحه، هدف گیری / حالت گیری / استقرار / تطبیق عناصر دید / قوانین بازی / ارزیابی	۶۰
۵	تکواندو	<ul style="list-style-type: none"> ۱ ■ آماده سازی ۲ ■ تکنیک های دست ۳ ■ تکنیک های پا ۴ ■ فرم ها ۵ ■ مبارزه ۶ ■ ارزیابی 	۶۰