

راهنمای ارزشیابی درس تربیت بدنی

در، ه ت م ی ل ی ا ب ت د ا ی ی

www.ketab.ir

مرتشاسه	:	پور جاهد، جواد، ۱۳۴۱
عنوان و نام پدیدآور	:	راهنمای ارزشیابی درس تربیت بدنی - دوره تحصیلی ابتدایی / گروه مولفان جواد پورجاهد... و دیگران؛ تهیه و تنظیم معاونت تربیت بدنی و سلامت اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی.
مشخصات نشر	:	مشهد: مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب.
مشخصات ظاهری	:	۱۲۸ ص
شابک	:	۹۷۸-۹۶۴-۴۲۹-۸۵۱-۶
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	گروه مولفان جواد پور جاهد، دکتر غلامرضا اسماعیلی چمن آباد، زهرا صابری نوغابی، حسن محمد زاده، محمد توحیدی مقدم، مهدی ظریف منادی، محمد حسین زاده، مهدی علی نژاد، فرزانه تقوی، اعظم دهبالایی، ابراهیم محمدی جنیدآباد
موضوع	:	ورزش مدارس -- ایران -- راهنمای آموزشی (ابتدایی) تربیت بدنی - ارزشیابی
شناسه اف	:	پورجاهد، جواد، ۱۳۴۱ -
رده بندی کنگره	:	GV۴۴۳/۹۲۱۳۹۵
رده بندی دیویی	:	۸۶۰۴۴/۳۷۲۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	:	۴۴۲۷۷۷۷



نام کتاب		راهنمای ارزشیابی درس تربیت بدنی - دوره تحصیلی ابتدایی
نویسندگان		گروه مولفان
تهیه و تنظیم		معاونت تربیت بدنی و سلامت اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی
ناشر		مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب
صفحه آرای		محسن قسوری
طرح جلد		حوا فیضی نژاد
نوبت چاپ		اول ۱۳۹۵
قطع		وزیری
شمارگان		۱۰۰۰ نسخه
قیمت		۵۰۰۰ تومان
چاپ		دقت
شابک		۹۷۸-۹۶۴-۴۲۹-۸۵۱-۶

مرکز پخش: مشهد، خیابان امام خمینی، جنب اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی
 بازگانی: ۰۵۱/۳۲۲۸۱۴۱۰ سفارشات: ۰۵۱/۳۲۲۸۳۴۲۲ دفتر نشر: ۰۵۱/۳۲۲۸۰۱۶۷
 Web site - www.zarihaftab.ir Email - zarihaftab@gmail.com

«حق چاپ محفوظ است»

فهرست مطالب

۱۱	فهرست جداول
۱۵	پیش گفتار
۱۷	فصل اول: مبانی ارزشیابی
۱۸	مقدمه
۲۱	اهداف برنامه‌ی درس تربیت بدنی در دوره‌ی ابتدایی
۳۷	فصل دوم: ارزشیابی درس تربیت بدنی دوره تحصیلی ابتدایی
۳۹	پیشنهادهای کلی
۴۱	پایه اول ابتدایی
۴۲	موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه اول ابتدایی
۴۳	ارزشیابی حرکات پایه اول ابتدایی (نیم سال اول)
۴۵	ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه اول ابتدایی (نیم سال اول)
۴۸	ارزشیابی حرکات پایه اول ابتدایی (نیم سال دوم)
۵۰	ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه اول ابتدایی (نیم سال دوم)
۵۳	پایه دوم ابتدایی
۵۴	موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه دوم ابتدایی
۵۵	ارزشیابی حرکات پایه دوم ابتدایی (نیم سال اول)
۵۷	ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه دوم ابتدایی (نیم سال اول)
۶۰	ارزشیابی حرکات پایه دوم ابتدایی (نیم سال دوم)
۶۳	ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه دوم ابتدایی (نیم سال دوم)

پایه سوم ابتدایی

۶۷

۶۸ موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه سوم ابتدایی

۶۹ ارزشیابی حرکات پایه سوم ابتدایی (نیم سال اول)

۷۱ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه سوم ابتدایی (نیم سال اول)

۷۴ ارزشیابی مهارت‌های ورزشی سوم ابتدایی (نیم سال اول)

۷۵ ارزشیابی شرکت در بازی‌ها و فعالیت‌ها سوم ابتدایی (نیم سال اول)

۷۷ موارد ارزشیابی حرکات پایه سوم ابتدایی (نیم سال دوم)

۷۹ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه سوم ابتدایی (نیم سال دوم)

۸۲ ارزشیابی مهارت‌های ورزشی سوم ابتدایی (نیم سال دوم)

۸۳ ارزشیابی شرکت در بازی‌ها و فعالیت‌ها سوم ابتدایی (نیم سال دوم)

پایه چهارم ابتدایی

۸۶ موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه چهارم دوره ابتدایی

۸۷ ارزشیابی مهارت ورزشی فوتبال پایه چهارم ابتدایی (نیم سال اول)

۸۸ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه چهارم ابتدایی (نیم سال اول)

۹۰ ارزشیابی بهداشت و تغذیه ورزشی - ایمنی در ورزش - شرکت در بازی‌ها و فعالیت‌ها

۹۲ ارزشیابی مهارت‌های مقدماتی والیبال، تنیس روی میز پایه چهارم ابتدایی (نیم سال دوم)

۹۴ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه چهارم ابتدایی

۹۷ ارزشیابی بهداشت و تغذیه ورزشی - ایمنی در ورزش - شرکت در بازی‌ها و فعالیت‌ها

پایه پنجم ابتدایی

۱۰۰ موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه پنجم دوره ابتدایی

۱۰۱ ارزشیابی مهارت‌های ورزشی هندبال و بدمیتون پایه پنجم ابتدایی (نیم سال اول)

۱۰۳ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه پنجم ابتدایی (نیم سال اول)

۱۰۶ ارزشیابی بهداشت و تغذیه ورزشی - ایمنی در ورزش - شرکت در بازی ها و فعالیت ها

۱۰۸ ارزشیابی مهارت ورزشی بسکتبال پایه پنجم ابتدایی (نیم سال دوم)

۱۰۹ ارزشیابی آمادگی جسمانی درس تربیت بدنی پایه پنجم (نیم سال دوم)

۱۱۲ ارزشیابی بهداشت و تغذیه ورزشی - ایمنی در ورزش - شرکت در بازی ها و فعالیت ها

۱۱۵ **پایه ششم ابتدایی**

۱۱۶ موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه ششم دوره ابتدایی

۱۱۷ ارزشیابی مهارت ورزشی دو و میدانی پایه ششم ابتدایی (نیم سال اول)

۱۱۸ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه ششم ابتدایی (نیم سال اول)

۱۲۰ ارزشیابی بهداشت و تغذیه ورزشی - ایمنی در ورزش - شرکت در بازی ها و ورزش های بومی - محلی

۱۲۲ موارد ارزشیابی مهارت ورزشی دو و میدانی پایه ششم (نیم سال دوم)

۱۲۴ ارزشیابی آمادگی جسمانی پایه ششم (نیم سال دوم)

۱۲۷ موارد ارزشیابی درس تربیت بدنی پایه ششم دوره ابتدایی (نیم سال دوم)

پیش گفتار

همکار گرامی؛

به رغم اهمیت درس تربیت بدنی در مدارس و تأثیر اجرای صحیح آن بر سلامت جسمی و روحی دانش آموزان مشأخانه اجرای این درس همواره با نقصان‌هایی رو به رو بوده است، با توجه به این که تأمین آمادگی جسمانی و حرکتی دانش آموزان به عنوان بخشی اساسی از آمادگی جامع دانش آموزان (آمادگی اجتماعی، عاطفی، فکری، روحی) به شمار می آید، ضرورت توجه به تدریس این درس بیش از پیش آشکار می گردد.

در این زمینه کوشش‌های فراوانی با همکاری مسئولان و معلمان در دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتب درسی، دبیرخانه‌های کشتن درس تربیت بدنی و گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی استان‌ها شده است. رنی هم چنان در زمینه تدریس درس تربیت بدنی با مشکلات زیادی مواجه هستیم. یکی از این مشکلات درباره ارزشیابی درس تربیت بدنی در مدارس است، که در این راستا با اتکاء به الطاف الهی و در جهت کمک به همکاران تربیت بدنی، معاونت تربیت بدنی و تندرستی اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی با همکاری دبیرخانه کشوری و گروه های آموزشی درس تربیت بدنی این استان اقدام به تألیف کتاب راهنمای ارزشیابی درس تربیت بدنی دوره ابتدایی با یک رویکرد جدید و نوین جهت اجرای مؤثر ارزشیابی درس تربیت بدنی کرده است.

کتاب راهنما دارای دو فصل است. در فصل اول، توضیحی کوتاه درباره مبانی ارزشیابی درس تربیت بدنی دوره ابتدایی داده شده است و در فصل دوم به موارد ارزشیابی دوره ابتدایی به صورت کاملاً مبسوط پرداخته شده است. در این کتاب سعی شده است که تمام موارد به صورت جزئی و برای هر نیم سال به صورت جداگانه همراه با آزمون‌های مرتبط طراحی شود. امیدواریم توانسته باشیم در زمینه تعالی و کیفیت بخشی درس تربیت بدنی گامی موثر برداشته باشیم.

www.ketab.ir