

باسمه تعالی

برنامه آموزش و توانمندسازی معلمان و دبیران تربیت بدنی

سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴

بر اساس سیاست‌های کلی ایجاد تحول در نظام آموزش و پرورش کشور و اسناد بالادستی، توسعه تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس، زیربنای سلامت جسمانی و روانی نسل آینده‌ساز کشور است و آموزش و توانمندسازی نیروی انسانی توانمند، بستر را برای توسعه درس تربیت‌بدنی و فعالیت‌های ورزشی فراهم خواهد کرد.

بهبود کیفیت آموزشی، مستلزم وجود معلمانی شایسته، باانگیزه، آگاه و توانمند به عنوان مهم‌ترین عنصر نظام آموزشی است و این امر نه تنها در زمان ورود به معلمی بلکه در سراسر حرفه معلمی بایستی استمرار یابد؛ حرکت به سوی اجرای کیفی و مطلوب برنامه درسی تربیت‌بدنی مستلزم مساعدت و توجه ویژه معلمان عزیز، مدیران محترم و مسئولان تلاشگر و هدایت و حمایت همه‌جانبه گروه‌های آموزشی است.

به همین منظور، معاونت تربیت‌بدنی و سلامت با عنایت به دستورالعمل طرح جامع آموزش نیروی انسانی تربیت‌بدنی به شماره ۲۶۰۶۷۹ مورخ ۱۳۹۲/۱۲/۱۱ و آیین‌نامه مسیر رشد معلمی در راستای ارتقای توانمندی‌های معلمان تربیت‌بدنی و کیفیت‌بخشی درس تربیت‌بدنی و فعالیت‌های ورزشی، شیوه‌نامه برگزاری دوره‌های آموزش و توانمندسازی معلمان و دبیران تربیت‌بدنی در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ را به شرح زیر برای اجرای مطلوب اعلام می‌نماید.

شایان ذکر است، دوره‌های آموزش و توانمندسازی به صورت حضوری (نظری و عملی) با حضور مدیران پروژه استان‌ها (رؤسای ادارات تربیت‌بدنی و فعالیت‌های ورزشی استان‌ها) و مدیران اجرایی دوره به تفکیک جنسیت از معلمان سرآمد و برجسته (به شرح جدول شماره ۱؛ از هر استان ۲ نفر؛ ۱ نفر خانم و ۱ نفر آقا) برگزار خواهد شد. شرکت‌کنندگان در این دوره، مسئولیت برنامه‌ریزی، پیگیری، تدوین تقویم آموزشی استان و برگزاری دوره بر اساس سرفصل‌های تعیین‌شده در بازه زمانی مشخص را بر عهده‌دارند.

ماده ۱: تعریف دوره آموزشی

دوره آموزشی یک فرآیند هدفمند یادگیری شامل سه دوره مقدماتی، پیشرفته و حرفه‌ای است که در آن معلمان درس تربیت‌بدنی در راستای وظایف و مسئولیت‌های خویش در طول سال تحصیلی شرکت می‌کنند و در چارچوب آیین‌نامه مسیر رشد معلمی پس از گذراندن دوره‌های آموزشی و ارزشیابی موفق به اخذ گواهینامه مربوط می‌شوند.

ماده ۲: اهداف مبتنی بر مسیر رشد معلمی

- ۱- ارتقای دانش حرفه‌ای و تخصصی و اختصاصی معلمان تربیت‌بدنی
- ۲- ارتقای سطح مهارتی معلمان تربیت‌بدنی در انجام وظایف محول
- ۳- توسعه فرآیند آموزش مستمر منابع انسانی جهت تحقق برنامه درس تربیت‌بدنی

ماده ۳: وظایف ستاد/استان/ ناحیه/شهرستان/ منطقه

بر اساس اعتبارات تخصیصی به استان‌ها در راستای توانمندسازی نیروی انسانی، برنامه‌ریزی فرآیند اجرا در تابستان ۱۴۰۳ مورد انتظار است و نظارت و ارزیابی دوره‌ها متناسب با وظایف در دستور کار حوزه ستادی است.

ماده ۴: وظایف ستاد

- تعیین موضوعات و سرفصل‌های آموزشی مرتبط با دوره
- برنامه‌ریزی جهت برگزاری دوره آموزشی ویژه رابطان اجرایی استان‌ها
- اخذ کد ضمن خدمت دوره آموزشی از رئیس مرکز برنامه‌ریزی منابع انسانی و امور اداری
- نظارت و ارزیابی از روند اجرای دوره آموزشی در تمامی استان‌ها
- تعیین استادان و مدرسان دوره متمرکز مهارت‌های عملی با هماهنگی فدراسیون ورزش دانش‌آموزی
- تهیه فیلم برگزاری دوره آموزشی مهارت‌های عملی متمرکز کشوری (الگوی آموزشی استان‌ها)
- ماده ۵: وظایف استان
- معرفی رابطان اجرایی منتخب استان و ارسال مشخصات آنها به ستاد حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۵/۲۴ (بر اساس شاخص‌های اعلام‌شده در جدول شماره ۱ شیوه‌نامه)
- برنامه‌ریزی و هماهنگی لازم جهت اعزام و حضور مؤثر و فعال رابطان اجرایی استان در دوره آموزشی
- تبصره ۱: سهمیه هر استان ۲ نفر (رابطان اجرایی به تفکیک جنسیت ۱ نفر خانم، ۱ نفر آقا) از بین افراد ثبت‌نام‌شده در فراخوان دوره تربیت مدرس و سامانه Itms
- تبصره ۲: مدارک لازم جهت پذیرش در زمان برگزاری دوره آموزشی کشوری شامل؛ معرفی‌نامه (پیوست شماره ۳) و اصل کارت ملی یا شناسنامه و آخرین حکم کارگزینی است. همراه داشتن لباس ورزشی مناسب برای شرکت در دوره آموزش و ارزشیابی عملی الزامی است.
- ارسال شیوه‌نامه و اطلاع‌رسانی مطلوب در ناحیه/ شهرستان و منطقه به منظور پوشش صد درصدی حضور معلمان تربیت بدنی در دوره آموزشی
- پیش‌بینی تمهیدات لازم به منظور برگزاری مطلوب دوره آموزشی (عملی) در سطح نواحی/شهرستان‌ها و مناطق
- نظارت دقیق بر برگزاری دوره آموزشی با حضور تمامی معلمان تربیت بدنی در نواحی/شهرستان‌ها و مناطق
- ارائه گزارش برگزاری دوره آموزشی به دفتر تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی تا پایان شهریور هر سال
- تعیین استادان و مدرسان دوره آموزشی مهارت‌های عملی با هماهنگی هیأت ورزش دانش‌آموزی استان
- اجرای دوره آموزشی مطابق با الگوی متمرکز کشوری

جدول شماره ۱. شاخص‌های انتخاب رابطان اجرایی جهت حضور در دوره آموزش معلمان تربیت‌بدنی متمرکز کشوری

ردیف	شاخص
۱	نیروی رسمی یا پیمانی آموزش و پرورش
۲	حداقل ۳ سال سابقه تدریس درس تربیت‌بدنی
۳	دارا بودن مدرک تحصیلی کارشناسی ارشد یا دکتری تخصصی رشته تربیت‌بدنی در کلیه گرایش‌ها
۴	دارای فن بیان مناسب و مهارت‌های ارتباطی مطلوب
۵	تسلط بر اجرای مهارت‌های ورزشی، حیطه دانشی و موضوعات کتب راهنمای تدریس
۶	ثبت‌نام در فراخوان دوره تربیت مدرس از طریق سامانه Itms

توجه: رابطان اجرایی منتخب استان‌ها علاوه بر دارا بودن شاخص‌های تعیین‌شده، می‌بایست در فراخوان دوره تربیت مدرس از طریق سامانه Itms ثبت‌نام نموده باشند.

ماده ۶: وظایف ناحیه/شهرستان / منطقه

- برنامه‌ریزی جهت برگزاری دوره آموزشی و اطلاع‌رسانی به تمامی معلمان درس تربیت‌بدنی
- نظارت بر اجرای دوره آموزشی معلمان تربیت بدنی
- استفاده از ظرفیت رسانه‌ها و اطلاع‌رسانی حداکثری جهت تبلیغ و ترویج برنامه به منظور مشارکت تمامی ذینفعان
- توجه به ظرفیت کلاس‌ها (حداکثر تعداد نفرات هر کلاس ۳۰ نفر) به تفکیک جنسیت
- ارائه گزارش برگزاری دوره به استان
- تهیه ملزومات برگزاری دوره آموزشی (مطابق سرفصل‌های آموزشی)
- ارزیابی و استخراج نتایج آزمون عملی
- انتخاب مدرسان دوره آموزشی با هماهنگی هیأت ورزش دانش آموزی
- برگزاری دوره آموزش مهارت‌های عملی مطابق با الگوی متمرکز کشوری

ماده ۷: روش برگزاری دوره آموزشی

- گروه مخاطب؛ معلمان تربیت‌بدنی
- دوره مقدماتی یا عمومی؛ شامل یک دوره ۳ روزه مطابق جدول شماره ۲ است.
- دوره پیشرفته؛ شامل یک دوره ۴ روزه مطابق جدول شماره ۳ است. پس از برگزاری دوره مقدماتی یا عمومی از هر استان، ۱۰ نفر خانم و ۱۰ نفر آقا بر اساس بیشترین امتیازات کسب‌شده در آزمون عملی و جمع امتیازات مجازی جهت حضور در دوره پیشرفته دعوت خواهند شد.

- دوره حرفه‌ای؛ شامل دوره‌های تخصصی مربیگری در رشته‌های آموزشگاهی مطابق جدول ۴ است که توسط دفتر تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی و فدراسیون ورزش دانش‌آموزی با همکاری سایر فدراسیون‌های ورزشی برگزار خواهد شد. پس از برگزاری دوره پیشرفته که به صورت متمرکز برگزار خواهد شد، از هر استان ۵ نفر خانم و ۵ نفر آقا در صورت داشتن شرایط در یکی از رشته‌های ورزشی جهت حضور در دوره حرفه‌ای دعوت خواهند شد.
- دوره آموزشی مطابق با تقویم اجرایی پیشنهادی در مراکز استان / منطقه / ناحیه برای تمامی معلمان تربیت بدنی برگزار خواهد شد.
- با توجه به اهمیت فرآیند برگزاری کلاس‌های آموزشی و نظارت مطلوب، حضور ۲ مدرس در تمامی کلاس‌های نظری و عملی الزامی است.

ماده ۸: جدول زمان‌بندی اجرای دوره آموزشی

برنامه زمان‌بندی برگزاری و اجرای دوره آموزشی کشور و استان طبق جداول شماره ۲، ۳، ۴ است.

جدول شماره ۲. سرفصل‌ها، عناوین و زمان‌بندی دوره مقدماتی آموزش معلمان تربیت بدنی

زمان	امتیازات	مجموع امتیازات دوره	سرفصل‌ها و عناوین دوره مقدماتی یا عمومی
از طریق جهاد دانشگاهی یا مرکز ارزشیابی وزارت	۱۰	مجموع امتیازات دوره ۱۰۰ امتیاز	۱- تبیین برنامه‌های معاونت تربیت بدنی در راستای اسناد بالادستی (تئوری - مجازی)
نیمه دوم شهریور	۱۵		۲- مهارت‌های معلمی و مدیریت کلاس درس تربیت بدنی (تئوری - مجازی)
هرسال به صورت مجازی برگزار خواهد شد.	۱۵		۳- ارزشیابی درس تربیت بدنی (تئوری - مجازی)
	۱۵		۴- کانون تندرستی و کمک‌های اولیه (تئوری - مجازی)
	۱۵		۵- حقوق ورزشی و استفاده از ظرفیت ارکان مدرسه (تئوری - مجازی)
	۳۰		۶- فیزیولوژی ورزش، آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی و رشد و یادگیری حرکتی (تئوری - مجازی)
نیمه اول شهریور	۵۰	مجموع امتیازات دوره عملی ۴۰۰ امتیاز	۷- مهارت‌های پایه و بنیادین و بازی‌ها (عملی)
آموزش مهارت‌های عملی اجرا و مطابق با دستورالعمل	۴۰		۸- مهارت‌های طناب‌زنی (عملی)
پیوست آزمون‌های عملی تا پایان آذرماه برگزار خواهد شد.	۴۰		۹- آموزش تنیس روی میز (عملی)
	۴۰		۱۰- آموزش دوومیدانی (عملی)
	۵۰		۱۱- آموزش بسکتبال (عملی)
	۵۰		۱۲- آموزش والیبال (عملی)
	۴۰		۱۳- آموزش فوتسال (عملی)
	۵۰		۱۴- آموزش هندبال (عملی)
	۴۰		۱۵- آموزش بدمینتون (عملی)
	۵۰۰		جمع امتیاز

جدول شماره ۳. سرفصل‌ها، عناوین و زمان‌بندی دوره پیشرفته آموزش معلمان تربیت‌بدنی

زمان	امتیاز	سرفصل‌ها و عناوین دوره پیشرفته
با هماهنگی معاونت تربیت‌بدنی و سلامت وزارت، فدراسیون و استان در طول سال تحصیلی یا تابستان ۱۴۰۴ برگزار خواهد شد.	۱۰۰	۱- مهارت‌های معلمی و مدیریت کلاس درس تربیت‌بدنی و سرفصل‌های دوره مقدماتی (تئوری - مجازی)
		۲- ارزشیابی درس تربیت‌بدنی (تئوری - مجازی)
	۵۰	۳- آموزش طناب‌زنی (پیشرفته)
	۵۰	۴- آموزش تنیس‌روی میز (پیشرفته)
	۵۰	۵- آموزش دوومیدانی (پیشرفته)
	۵۰	۶- آموزش بسکتبال (پیشرفته)
	۵۰	۷- آموزش والیبال (پیشرفته)
	۵۰	۸- آموزش فوتسال (پیشرفته)
	۵۰	۹- آموزش هندبال (پیشرفته)
	۵۰	۱۰- آموزش بدمینتون (پیشرفته)

جدول شماره ۴. سرفصل‌ها، عناوین و زمان‌بندی دوره حرفه‌ای آموزش معلمان تربیت‌بدنی

زمان	سرفصل‌ها و عناوین دوره حرفه‌ای
با هماهنگی ستاد و فدراسیون‌های ورزشی اطلاع‌رسانی خواهد شد.	۱- مهارت‌های معلمی و مدیریت کلاس درس تربیت‌بدنی (تئوری - مجازی)
	۲- مربیگری طناب‌زنی درجات ملی و بین‌المللی
	۳- مربیگری تنیس‌روی میز درجات ملی و بین‌المللی
	۴- مربیگری دوومیدانی درجات ملی و بین‌المللی
	۵- مربیگری بسکتبال درجات ملی و بین‌المللی
	۶- مربیگری والیبال درجات ملی و بین‌المللی
	۷- مربیگری فوتسال درجات ملی و بین‌المللی
	۸- مربیگری هندبال درجات ملی و بین‌المللی
	۹- مربیگری بدمینتون درجات ملی و بین‌المللی

تقویم اجرایی دوره آموزش و ارزشیابی معلمان تربیت بدنی (دوره مقدماتی) * سالن A : بانوان * سالن B: آقایان

روز	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت
ساعت /روز	۷:۳۰-۹:۰۰		۹:۱۵-۱۰:۴۵		۱۱:۰۰-۱۲:۳۰		۱۴:۱۵-۱۵:۴۵		۱۶:۰۰-۱۷:۳۰	
روز اول	مهارت های پایه و بنیادین و بازی ها		مهارت های ۱_ طناب زنی		مهارت های ۲_ طناب زنی		آموزش بسکتبال ۱_		آموزش بسکتبال ۲_	
روز دوم	آموزش والیبال ۱_		آموزش والیبال ۲_		آموزش تنیس روی میز ۱_		آموزش تنیس روی میز ۲_		آموزش هندبال ۱_	
روز سوم	آموزش دوومیدانی		آموزش بدمینتون		آموزش بدمینتون		آموزش مهارتی		آموزش مهارتی	
							آزمون ایستگاهی		آزمون ایستگاهی	

تقویم اجرایی دوره آموزش و ارزشیابی معلمان تربیت بدنی (دوره پیشرفته) * سالن A: بانوان * سالن B: آقایان

روز	ساعت/روز	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت	سالن A و B	استراحت	سالن A و B
روز اول	۷:۳۰-۹:۰۰	مهارت های طناب زنی ۱		مهارت های طناب زنی ۲		مهارت های طناب زنی ۳		مهارت های طناب زنی ۱		مهارت های طناب زنی ۲
روز دوم	۹:۱۵-۱۰:۴۵	آموزش والیبال ۱		آموزش والیبال ۲		آموزش والیبال ۳		آموزش والیبال ۱		آموزش والیبال ۲
روز سوم	۱۱:۰۰-۱۲:۳۰	آموزش هندبال ۱		آموزش هندبال ۲		آموزش هندبال ۳		آموزش هندبال ۱		آموزش هندبال ۲
روز چهارم	۱۴:۱۵-۱۵:۴۵	آموزش فوتسال		آموزش فوتسال		آموزش فوتسال		آموزش فوتسال		آموزش فوتسال
	۱۶:۰۰-۱۷:۳۰	بسیکلتبال ۱		بسیکلتبال ۲		بسیکلتبال ۳		بسیکلتبال ۱		بسیکلتبال ۲
	۱۷:۴۵-۱۹:۱۵	تنیس روی میز ۱		تنیس روی میز ۲		تنیس روی میز ۳		تنیس روی میز ۱		تنیس روی میز ۲
		آزمون مهارتی		آزمون مهارتی		آزمون مهارتی		آزمون مهارتی		آزمون مهارتی
		آزمون ایستگاهی		آزمون ایستگاهی		آزمون ایستگاهی		آزمون ایستگاهی		آزمون ایستگاهی

ملاحظات

- به منظور دسترسی تمامی معلمان و ایجاد فرصت برابر، تمامی مباحث نظری توسط استادان، ضبط شده و در اختیار شرکت کنندگان قرار خواهد گرفت. آزمون توسط مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش برگزار می شود.
- تمامی کلاس های آموزش عملی مهارتی متمرکز ضبط شده و در اختیار استان ها به عنوان الگو قرار خواهد گرفت.

ماده ۹: امتیازات

- تمامی شرکت کنندگان، پس از پایان دوره حضوری، می بایست در آزمون کتبی مجازی (۱۰۰ امتیاز) و آزمون عملی (۴۰۰ امتیاز) مطابق جدول شماره ۲ شرکت نمایند.
- در صورت کسب امتیاز قبولی گواهینامه پایان دوره مقدماتی یا عمومی اعطا خواهد شد.
- تبصره: فرم ارزشیابی عملکرد سالانه موضوع جدول ۵ همه ساله می بایست برای همه معلمان تربیت بدنی تکمیل گردد، ملاک عمل برای کسب امتیاز هر سطح (مقدماتی، پیشرفته و حرفه ای)، میانگین امتیازات ۳ سال منتهی به دوره آموزشی است (به استثنای سال جاری و آتی که به ترتیب امتیاز عملکرد فقط یک سال و دو سال مبنا خواهد بود).

ماده ۱۰: انتخاب مدرسان و مربیان دوره های آموزشی استان

- ۲۰ نفر از هر استان (۱۰ نفر خانم و ۱۰ نفر آقا) از بین معلمان دارای بالاترین نمره ارزشیابی در دوره مقدماتی (عمومی) به عنوان منتخبان هر استان برگزیده و به عنوان مدرس و مربی استان انتخاب می شوند و در دوره های پیشرفته سالانه شرکت می نمایند.
- پس از برگزاری دوره آموزش و ارزشیابی پیشرفته برای افراد دارای گواهینامه سطح مقدماتی و صدور گواهینامه سطح پیشرفته بر اساس مجموع امتیاز عملکرد سالانه یا میانگین سالانه (حداقل ۴۰۰ امتیاز) و امتیاز دوره آموزش و ارزشیابی (حداقل ۴۰۰ امتیاز برای معلمان تربیت بدنی)، از هر استان ۵ نفر خانم و ۵ نفر آقا که حائز بالاترین امتیاز و کسب گواهینامه شدند، به عنوان منتخبین سال جهت حضور در دوره های حرفه ای، معرفی می گردند.

ماده ۱۱: انتخاب معلم تربیت بدنی استان؛ (جایزه شهید ابراهیم هادی)

- همه ساله بر اساس کسب مجموع بالاترین امتیاز ارزشیابی دوره آموزشی سطح مقدماتی و یا پیشرفته موضوع این دستورالعمل (۵۰۰ امتیاز) و نمره ارزشیابی عملکرد طول سال تحصیلی مطابق جدول شماره ۵ (۵۰۰ امتیاز) در پایان هر سال تحصیلی انتخاب می شوند.
- انتخاب و معرفی معلم تربیت بدنی استان (جایزه شهید ابراهیم هادی) همه ساله در هفته تربیت بدنی انجام می شود.
- پس از برگزاری دوره مقدماتی و نمره ارزشیابی عملکرد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ در هفته تربیت بدنی سال ۱۴۰۴ اولین دوره انتخاب معلم سال تربیت بدنی انجام خواهد شد و پس از آن به تناوب هر سال فرآیند آموزش و ارزشیابی، انتخاب معلم نمونه دنبال می گردد.

جدول شماره ۵؛ فرم ارزشیابی عملکرد سالانه

ردیف	ارزیابی کننده	نحوه تخصیص امتیاز	حداکثر امتیاز	امتیاز کسب شده	ابزار ارزیابی
۱	مدیر	ترویج مبانی اخلاقی و رفتاری مبتنی بر آموزه های دینی	۱۰		مشاهده و مستندات
۲		صبوری و سعه صدر، مسئولیت پذیری، حضور منظم در کلاس های درس	۱۰		مشاهده و مستندات
۳		برخورداری از توان جسمی و انرژی بالا برای فعالیت های اجرایی، برخورداری از انگیزه درونی	۲۰		مشاهده و مستندات
۴		داشتن باور و اعتقاد و پایبندی به ارزش های اسلامی، ملی و انقلابی، رعایت و حفظ شئون معلمی و اسلامی،	۱۰		مشاهده و مستندات
۵		دارا بودن پوشش مناسب معلم و دانش آموزان در کلاس درس تربیت بدنی	۲۰		مشاهده و مستندات
		در اختیار داشتن کتاب راهنمای معلم (ورق زن، فابل متنی)	۱۰		مشاهده و مستندات
۷		دارا بودن طراحی آموزشی سالانه و روزانه بر اساس کتاب راهنمای دوره ی مربوطه (طرح درس)	۲۰		مشاهده و مستندات
۸		نوآوری و خلاقیت در تدریس	۱۰		مشاهده و مستندات
۹		رعایت احترام و سلسله مراتب اداری در سازمان و واحد	۱۰		مشاهده و مستندات
۱۰		میزان مشارکت و تعامل معلم با دانش آموزان و توجه به فوق برنامه ها	۲۰		مشاهده و مستندات
۱۱		میزان تعامل معلم با همکاران	۱۰		مشاهده و مستندات

ردیف	ارزیابی کننده	نحوه تخصیص امتیاز	حداکثر امتیاز	امتیاز کسب شده	ابزار ارزیابی
۱۲		شرکت در دوره های آموزشی تخصصی ضمن خدمت و وبینارها/ کارگاه های آموزشی	۱۰		مشاهده و مستندات
۱۳		شرکت در جشنواره شایستگی های حرفه ای و تخصصی معلمان تربیت بدنی (در صورت برگزاری)	۲۰		مشاهده و مستندات
۱۴		اجرا و آموزش مطلوب یک مهارت ورزشی در هر پایه	۲۰		
۱۵	انجمن اولیا و مربیان	برگزاری جلسه برای اولیاء در خصوص درس تربیت بدنی و باز خود وضعیت جسمی و ... (حداقل دو جلسه)	۱۰		مشاهده و مستندات
۱۶		ارتباط مستمر با اولیا در طول سال تحصیلی	۱۰		مشاهده و مستندات
۱۷		اطلاع رسانی به والدین در مورد نحوه ای اجرا و ارزشیابی درس تربیت بدنی و فوق برنامه ها	۱۰		مشاهده و مستندات
۱۸		ارائه تکالیف ورزشی متناسب با توانایی دانش آموزان و قابل اجرا در منزل بر اساس کتاب راهنما	۱۰		مشاهده و مستندات
۱۹	سرگروه آموزش درس تربیت بدنی	تکمیل دفتر ثبت فعالیت های مربوط به تدریس توسط معلم در تمام جلسات برگزار شده	۲۰		مشاهده و مستندات
۲۰		انجام و ثبت ارزشیابی ورودی، مستمر و پایانی بر اساس برنامه درسی توسط معلم	۳۰		مشاهده و مستندات
۲۱		انجام ارزشیابی به شکل صحیح، ثبت رکوردها و بایگانی چک لیست ها در مدرسه توسط معلم	۲۰		مشاهده و مستندات
۲۲		درج نمرات واقعی دانش آموزان در کارنامه تحصیلی توسط معلم	۲۰		مشاهده و مستندات
۲۳		مدیریت کلاس درس تربیت بدنی توسط معلم به صورت کلی	۲۰		مشاهده و مستندات
۲۴		آموزش یک مهارت در هر پایه	۱۵		
۲۵		قبول مسئولیت اقدامات، فعالیت ها و نتایج مربوط به حوزه فعالیت خود، برخورداری از تعهد و انگیزه برای انجام فعالیت ها	۱۰		مشاهده و مستندات
۲۶	کارشناسی تربیت بدنی	همکاری با کارشناسی تربیت بدنی در اجرای برنامه های درون مدرسه ای و منطقه ای از جمله مسابقات و رویدادهای ورزشی و فوق برنامه ها	۳۰		مشاهده و مستندات
۲۷		توجه به اجرای آموزش یک مهارت در هر پایه	۱۵		

ردیف	ارزیابی کننده	نحوه تخصیص امتیاز	حداکثر امتیاز	امتیاز کسب شده	ابزار ارزیابی
۲۸	نماینده‌ی معلمان	همکاری و رفتار احترام آمیز با همکاران در انجام برنامه، توان کارگروهی و پذیرش نظرات و راهنمایی‌های دیگران	۱۰		مشاهده و مستندات
۲۹		حضور به موقع در محل کار و جلسات، انجام به موقع تعهدات و استفاده مؤثر از اوقات اداری	۱۰		مشاهده و مستندات
۳۰	شورای دانش‌آموزی و نظرسنجی دانش‌آموزی	برگزاری مسابقات ورزشی و حضور در مسابقات منطقه‌ای	۱۰		مشاهده و مستندات
۳۱		نظرات دانش‌آموزان درباره کیفیت تدریس و کیفیت ارائه خدمات تربیتی توسط معلم و سایر موارد مربوط به شایستگی‌های عمومی، تخصصی و حرفه‌ای (مطابق فرم نظرسنجی انتخاب معلم نمونه)	۵۰		نظرسنجی آنلاین
جمع امتیاز			۵۰۰		

ماده ۱۲: نحوه انتخاب

• پس از برگزاری دوره آموزشی و ارزشیابی سطح مقدماتی و یا پیشرفته موضوع این دستورالعمل، چهار نفر از هر استان (دو نفر خانم و دو نفر آقا) حائز بالاترین امتیاز (مجموع امتیاز ارزشیابی دوره و ارزشیابی عملکرد سال تحصیلی) به ستاد وزارتخانه معرفی می شوند تا پس از اجرای کانون ارزیابی حرفه ای (صلاحیت عمومی، حرفه ای و تخصصی)، یک نفر برگزیده نهایی از هر جنسیت به عنوان معلم سال تربیت بدنی هر استان معرفی گردد.

تبصره ۵: معلم سال تربیت بدنی استان، به عنوان معلم نمونه استانی نیز معرفی می گردد و از میان این برگزیده های استانی، یک نفر به عنوان معلم نمونه کشوری انتخاب می شود.

توجه: شرکت در این دوره برای همه معلمان در طول سنوات توقف رتبه بندی الزامی بوده و به عنوان بخشی از مسیر رشد معلمی و امتیاز مربوط به شایستگی حرفه ای، تخصصی و تجربه مطابق ضوابط ابلاغی مربوط محسوب می گردد.

ماده ۱۳: ارزیابی سلامت محور

- شایسته است، در راستای ارزیابی سلامت محور و حفظ و توسعه سلامت کارکنان، با مراکز درمانی هماهنگی لازم به عمل آید تا پس از پایان دوره، تمامی شرکت کنندگان به مراکز درمانی تعیین شده در بازه زمانی مشخص، مراجعه و با انجام آزمایش های غربالگری و پایش سلامتی نسبت به سنجش میزان سلامتی خود اقدام نمایند و نتایج آزمایش های تحلیلی (قند خون، کلسترول، میزان چربی خون و ...) شرکت کنندگان همراه با گزارش برگزاری دوره تا پایان آذر به حوزه ستادی ارسال گردد.
- پیشنهاد می گردد با توجه به نتایج غربالگری نسبت به تکمیل پرونده، برنامه ریزی، مشاوره و رفع مشکلات احتمالی معلمان تمهیدات اجرایی لازم پیگیری شود.

ماده ۱۴: نحوه اجرای آزمون ها و روش محاسبه امتیازات

آزمون های مهارتی									آزمون ها
طناب زنی	دوومیدانی (۱۶۰۰ متر)	مهارت های پایه و بنیادین	بدمینتون	تنیس روی میز	هندبال	بسکتبال	فوتسال	والیبال	
۴۰	۴۰	۵۰	۴۰	۴۰	۵۰	۵۰	۴۰	۵۰	نمرات
۴۰۰ امتیاز									مجموع نمرات

❖ آزمون های عملی (آمادگی جسمانی، حرکتی و مهارت های ورزشی)

- آزمون دربیبل، شوت و پرتاب پناستی در بسکتبال

وسایل و فضای مورد نیاز:

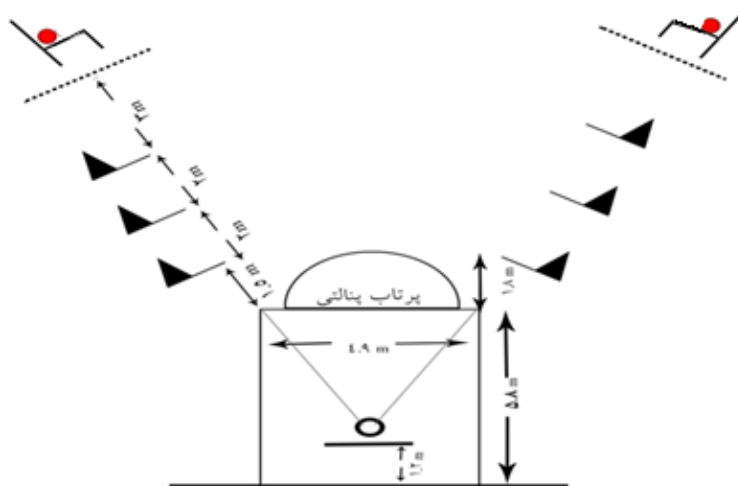
- ۱- توپ بسکتبال دو عدد
- ۲- کرنومتر دو عدد
- ۳- پرچم یا مخروط (به ارتفاع یک و نیم (۱/۵) متر) شش (۶) عدد
- ۴- دو عدد صندلی
- ۵- فرم ثبت نتایج و نوشت افزار

تبصره ۱: آزمون در یک‌نیمه زمین بسکتبال قابل اجرا است.

تبصره ۲: فاصله بین صندلی تا اولین مخروط سه (۳) متر و فاصله بقیه مخروط‌ها دو (۲) متر است.

شرح آزمون:

آزمون‌شونده با اعلام داور طبق تصویر شماره ۱، با برداشتن توپ از روی صندلی سمت راست (سمت چپ) با دریبل و به‌صورت مارپیچ از بین موانع به‌طرف حلقه بسکتبال حرکت کرده و بعد از عبور از آخرین مانع شوت سه‌گام را انجام می‌دهد (فقط یک‌بار پرتاب به سمت حلقه انجام می‌شود) سپس ریباند کرده با دریبل به نقطه شروع برمی‌گردد و توپ را روی همان صندلی قرار می‌دهد آنگاه توپ دوم را از روی صندلی سمت چپ (سمت راست) برمی‌دارد و همانند حرکت اول مسیر را طی کرده و پس از شوت سه‌گام، ریباند کرده با دریبل به صندلی سمت چپ (سمت راست) برمی‌گرداند. آزمون‌شونده بایستی مسیرهای بالا را یک‌بار دیگر تکرار نماید و پس از آخرین شوت سه‌گام، توپ پرتاب‌شده به سمت حلقه را ریباند کرده و به سمت نقطه پنالیتی دویده و پرتاب پنالیتی را انجام می‌دهد با رها شدن توپ، زمان سنج (کرونومتر) متوقف می‌شود.



تصویر ۱: آزمون بسکتبال

تبصره: برای هر فرد زمان کل فعالیت و امتیاز تعداد گل‌ها ثبت می‌گردد:

الف: زمان کل فعالیت پس از کسر زمان خطاها، معرف سرعت است.

ب: مجموع امتیاز شوت‌های صحیح که منجر به گل شود، معرف دقت است.

قوانین و مقررات:

۱. شرکت کننده می بایست پس از برداشتن توپ، دریل را همانند تصویر از سمت چپ و یا راست مانع اول آغاز نماید.
 ۲. پرتاب توپ به سمت صندلی خطا محسوب شده و دو (۲) ثانیه به زمان کل آزمون شونده اضافه می گردد.
 ۳. چنانچه خطایی مانند رانینگ و دبل انجام شود به ازای هر خطا دو (۲) ثانیه به زمان فرد اضافه می شود.
 ۴. چنانچه حرکت طبق مسیر تعیین شده انجام نشود، می بایست حرکت (از منطقه ای که خطا اتفاق افتاده است) تکرار شود.
 ۵. برخورد توپ یا بدن ورزشکار با موانع که منجر به جابجایی یا افتادن آن ها شود به ازای هر برخورد دو (۲) ثانیه به زمان فرد اضافه خواهد شد.
 ۶. چنانچه شوت به صورت صحیح و از مکان تعیین شده انجام نشود خطا بوده و امتیاز نخواهد گرفت. (گل قابل قبول نبوده و امتیاز گل محاسبه نمی گردد).
 ۷. در صورتی که شوت سه گام به طور صحیح انجام شود (خطا نباشد) و منجر به گل شود دو (۲) امتیاز، پرتاب پنالتی منجر به گل یک (۱) امتیاز و در صورت برخورد با حلقه نیم (۵/۰) امتیاز و در مجموع اگر هر پنج (۵) شوت گل شود نه (۹) امتیاز به آزمون شونده تعلق می گیرد.
- تبصره ۱:** به شرکت کننده ای که بیشترین امتیاز شوت را کسب نماید نمره ای معادل چهل (۴۰) تعلق می گیرد.
- تبصره ۲:** به بهترین رکورد سرعت، ده (۱۰) نمره تعلق می گیرد.

• آزمون دریل و شوت سه گام در هندبال

الف) وسایل و فضای مورد نیاز:

۱- یک دروازه به ابعاد (۳×۲) متر

تبصره ۱- دروازه هندبال مطابق تصویر شماره ۲، توسط کش پنج (۵) سانتی متر تقسیم بندی شود. کش های عرضی به دو تیرک دروازه ثابت شوند و کش های طولی از بالا به تیرک دروازه و از پایین توسط وزنه ثابت شوند. (ابعاد منطقه چهار (۴) امتیازی $۰/۵ \times ۰/۵$ متر، ابعاد منطقه سه (۳) امتیازی $۰/۵ \times ۱$ ، ابعاد منطقه دو (۲) امتیازی $۰/۵ \times ۲$ و ابعاد منطقه یک (۱) امتیازی ۱×۲ متر است)

۲- چهار (۴) عدد توپ هندبال (سایز سه (۳)) برای آقایان و (سایز دو (۲)) برای خانم ها.

۳- هشت (۸) عدد پرچم به ارتفاع یک و نیم (۱/۵) متری یا مخروط بلند که به صورت ثابت در محل خود قرار گیرند.

تبصره ۲- پرچم‌ها (مخروط‌ها) در راستای مرکز دروازه تا محل تقاطع خط طولی و خط مرکز زمین قرار می‌گیرند. فاصله بین خط ۹ متر تا اولین پرچم (مخروط) یک (۱) متر، فاصله الباقی پرچم‌ها (مخروط‌ها) دو (۲) متر و فاصله آخرین پرچم (مخروط) تا صندلی دو (۲) متر است.

۴- دو عدد صندلی

۵- دو دستگاه کرنومتر

۶- فرم ثبت نتایج، نوشت افزار (خودکار، کاغذ و...)

تبصره ۳- آزمون در یک نیمه زمین قانونی هندبال قابل اجرا است.

ب) شرح آزمون:

هر شرکت کننده از سمت راست (سمت چپ) زمین با علامت داور توپ را از روی صندلی برداشته و با دریبل کردن از بین موانع به صورت مارپیچ عبور می نماید و بعد از آخرین مانع اقدام به شوت سه گام هندبال (شوت پرشی بالای سر) از پشت منطقه دروازه (۶ متر) به سمت دروازه می نماید و پشت خط فرضی (۵ متر برای آقایان - ۵/۵ متر برای خانم‌ها) فرود می آید، شرکت کننده پس از شوت به سمت دروازه، می بایست به طرف صندلی دوم دویده یکی از دو توپ را برداشته و مثل سمت راست (سمت چپ) مراحل را طی نماید. آزمون شونده بایستی مسیرهای بالا را یکبار دیگر تکرار نماید.

زمان سنج (کرنومتر) با علامت داور به کار افتاده و پس از پایان چهارمین شوت (لحظه رها شدن توپ از دست) متوقف می شود.

تبصره: برای هر فرد زمان کل فعالیت و امتیاز تعداد گل‌ها ثبت می گردد:

الف: زمان کل فعالیت پس از کسر زمان خطاها، معرف سرعت است.

ب: امتیاز شوت‌های گل شده، معرف دقت است.

قوانین و مقررات:

- ۱) هر شرکت کننده حداکثر شانزده (۱۶) امتیاز از بخش شوت کسب می نماید.
- ۲) به ازای هر خطا (دبل، رانینگ)، دو (۲) ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.
- ۳) چنانچه حرکت طبق مسیر تعیین شده انجام نشود، می بایست حرکت (از منطقه ای که خطا اتفاق افتاده است) تکرار شود.

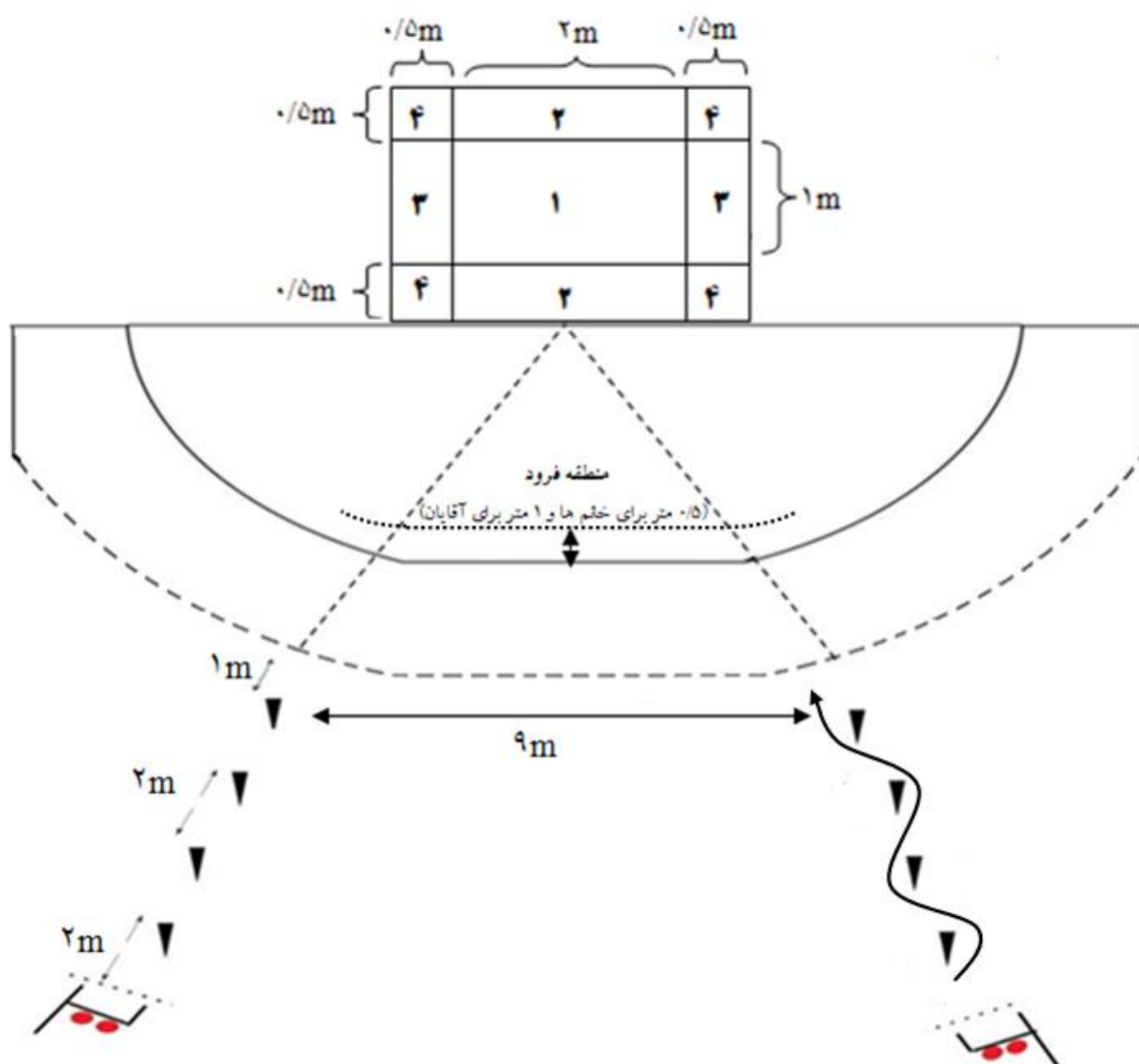
(۴) برخورد توپ یا بدن ورزشکار با موانع که منجر به جابجایی یا افتادن آنها شود به ازای هر برخورد، دو (۲) ثانیه به زمان فرد اضافه خواهد شد.

(۵) اجرای شوت سه گام، با گام‌های کمتر خطا محسوب نمی‌گردد.

(۶) شوت پرشی باید از پشت خط ۶ متر انجام شود. در صورتی که پای آزمون‌شونده، خط یا منطقه دروازه را لمس نماید خطا محسوب می‌شود لذا امتیاز گل محاسبه نمی‌گردد.

(۷) در صورتی که شرکت‌کننده بین خط شش متر و خط فرضی (۵ متر برای آقایان - ۵/۵ متر برای خانم‌ها) فرود آید خطا است و ۲ ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

تبصره: به شرکت‌کننده‌ای که بیشترین امتیاز شوت را کسب نماید نمره‌ای معادل چهل (۴۰) تعلق می‌گیرد.
تبصره: به بهترین رکورد سرعت، ده (۱۰) نمره تعلق می‌گیرد.



تصویر ۲: آزمون هندبال

• آزمون پنجه، ساعد و سرویس آبشاری در والیبال

الف) آزمون پنجه و ساعد

وسایل و فضای موردنیاز:

۱- دو عدد توپ والیبال

۲- دو عدد کرنومتر

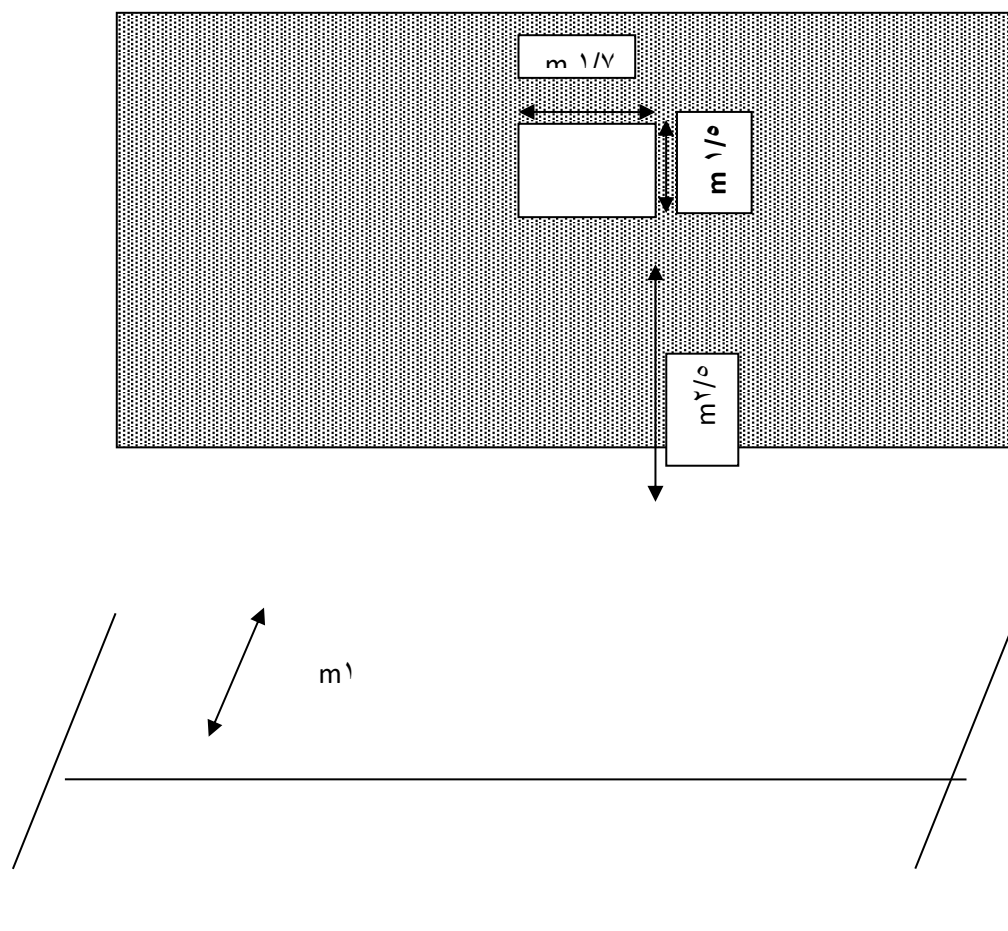
۳- فرم ثبت نتایج

۴- نوشت افزار (خودکار، کاغذ، چسب ۵cm و...)

تبصره: برای اجرای این آزمون مستطیلی به ابعاد $1/5 \times 1/7$ متر و با ارتفاع $2/5$ متر از زمین روی یک دیوار صاف رسم می شود.

شرح آزمون:

در محوطه‌ای مانند تصویر شماره ۳، آزمون شونده باید از پشت خطی که با دیوار مقابل یک (۱) متر فاصله دارد، در مدت یک دقیقه ضربات متوالی را با پنجه و ساعد (یک‌درمیان) به دیوار بزند. محل برخورد توپ به دیوار باید در محدوده مشخص (مستطیل $1/5 \times 1/7$ متر) باشد. (خطوط نیز جزء محدوده ضربه محسوب می‌شوند)



تصویر ۳: آزمون پنجه و ساعد

قوانین و مقررات:

- ۱) تعداد ضربه‌های صحیحی که به صورت پنجه و ساعد (یک‌درمیان) در مدت یک دقیقه به دیوار برخورد می‌کند، به عنوان امتیاز آزمون شونده محسوب می‌شود.
 - ۲) توپ‌هایی که به محدوده مشخص و خطوط مربوطه برخورد نماید صحیح است.
 - ۳) ضربات به دیوار کاملاً از پشت خط موردنظر ارسال گردد (فاصله یک متر). چنانچه پای شرکت‌کننده خط یک متر را قطع کند و یا از آن عبور نماید، آن ضربه محاسبه نمی‌شود.
 - ۴) اگر در بین ضربات توپ به زمین برخورد نماید آزمون شونده می‌تواند تا پایان زمان یک دقیقه حرکت را ادامه دهد.
- تبصره: به این آزمون، ده (۱۰) نمره تعلق می‌گیرد.

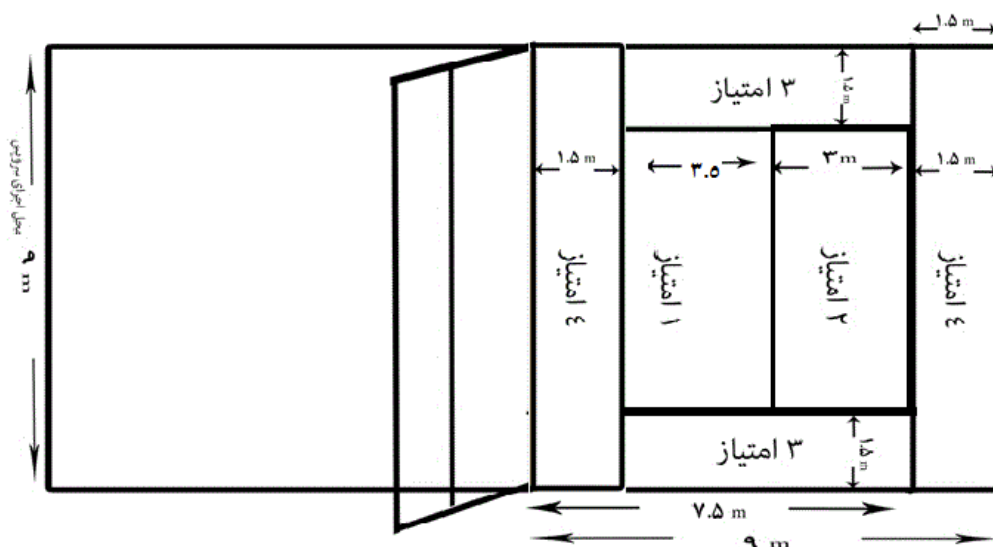
ب) آزمون سرویس آبشاری (چکشی)

وسایل و فضای موردنیاز:

- ۱- ۶ عدد توپ والیبال
- ۲- زمین والیبال نشانه‌گذاری شده
- ۳- فرم ثبت نتایج
- ۴- نوشت افزار (کاغذ، خودکار، چسب ۵cm و...)

شرح آزمون:

ابتدا زمین به مناطق نشانه‌گذاری شده مانند تصویر شماره ۴، تقسیم می‌شود (امتیازها از یک (۱) تا چهار (۴) متغیر است). سپس آزمون شونده از محل اجرای سرویس شش (۶) مرتبه سرویس چکشی می‌زند و بر اساس محل فرود توپ در مناطق مشخص شده امتیاز کسب می‌کند.



تصویر ۴: آزمون سرویس والیبال

قوانین و مقررات:

- ۱- توپی که از تور عبور نکند امتیاز ندارد.
 - ۲- هنگام فرود توپ روی خط مشترک دو منطقه، امتیاز بالاتر منظور شود.
 - ۳- جمع امتیازاتی که آزمون‌شونده در ۶ بار سرویس زدن به دست می‌آورد نمره نهایی او در این آزمون محسوب می‌شود. (حداکثر ۲۴ امتیاز).
 - ۴- سرویس خطا امتیاز ندارد.
- تبصره:** به شرکت‌کننده‌ای که بیشترین امتیاز سرویس را کسب نماید، نمره‌ای معادل چهل (۴۰) تعلق می‌گیرد.

• آزمون ترکیبی پاس، دربیبل و شوت در فوتسال

وسایل و فضای موردنیاز:

- ۱- توپ فوتبال سالنی یا فوتسال ۵ عدد
- ۲- ۲ عدد کرنومتر
- ۳- مخروط ۴ عدد، فرم ثبت نتایج
- ۴- یک (۱) عدد دروازه گل کوچک (۱۰۰×۶۰ cm)
- ۵- نوشت‌افزار (خودکار، کاغذ و ...)
- ۶- فرم ثبت نتایج

شرح آزمون:

آزمون‌شونده ابتدا در پشت خط شروع قرار گرفته و با علامت داور، همزمان با زدن کرنومتر پا به توپ (دربیبل) از بین مخروط‌هایی که به فاصله ۲ متر از هم قرار گرفته‌اند به صورت مارپیچ عبور کرده و پس از ورود به منطقه ۶ متر، از پشت محوطه دروازه (پنج (۵) متر)، تعداد پنج (۵) مرتبه شوت صحیح به دیوار (دروازه) را انجام می‌دهد. سپس به مرحله بعد رفته و چهار عدد توپ که به فاصله یک (۱) متر از هم و با فاصله شش (۶) متر از دروازه کوچک قرار دارند به سمت دروازه شوت می‌زند با آخرین شوت کرنومتر متوقف می‌شود.

تبصره ۱: در صورتی که توپ‌ها وارد دروازه گل کوچک شوند به هر گل، ۲ امتیاز تعلق خواهد گرفت و به توپ‌هایی که به تیرک بخورند ۱ امتیاز تعلق می‌گیرد. به شرکت‌کننده‌ای که بیشترین امتیاز شوت را کسب نماید نمره‌ای معادل چهل (۴۰) تعلق می‌گیرد.

تبصره ۲: به بهترین رکورد سرعت، ده (۱۰) نمره تعلق می‌گیرد.

• آزمون طناب زنی

الف) سرعت ۳۰ ثانیه

وسایل و فضای مورد نیاز:

۱- طناب ورزشی

۲- محوطه ۵×۵ متر

۳- کرنومتر و سوت

۴- فرم ثبت نتایج

شرح آزمون

بعد از اینکه شرکت‌کننده در محوطه زمین رقابت (۵×۵ متر) قرار گرفت سرداور با اعلام فرمان زیر آزمون را آغاز می‌کند.

نکته مهم: وقت نگه‌دار هر ۱۰ ثانیه یک‌بار زمان را اعلام می‌کند: ۱۰، ۲۰، صدای بوق.

سپس شرکت‌کننده به مدت ۳۰ ثانیه به صورت درجا زدن شروع به طناب زدن می‌کند (گام جاگینگ). با عبور طناب از زیر پای راست شمارش انجام می‌شود (فقط زانوی راست در نظر گرفته می‌شود).

قوانین و مقررات

۱- اگر پای شرکت‌کننده طوری بالا آید که تمام کف پا از پشت دیده شود، شمارش انجام نمی‌شود.

۲- زانو حتماً باید از جلو بالا آمده و زاویه داشته باشد در غیر این صورت شمارش انجام نمی‌شود.

۳- اگر پرش به صورت جفت باشد یا طناب ۲ بار متوالی از زیر پا عبور کند، شمارش انجام نمی‌شود.

۴- اگر شرکت‌کننده دو بار روی یک پا جهش کند، شمارش انجام نمی‌شود.

۵- انجام هرگونه حرکت طناب یا پرش قبل از صدای بوق، خطای استارت محسوب می‌شود و از رکورد نهایی

(تعداد شمارش انجام شده) شرکت‌کننده پنج (۵) عدد کسر خواهد شد.

- ۶- پرتاب پا به سمت جلو به صورت لگد زدن خطا است و شمارش انجام نمی‌شود.
 - ۷- هر مرتبه که طناب از زیر پای راست ورزشکار عبور کند یک شمارش انجام خواهد شد.
 - ۸- اگر طناب زدن به هر دلیلی قطع شود (مانند برخورد طناب با پای ورزشکار) شمارش با حرکت صحیح بعدی ادامه خواهد یافت.
 - ۹- اگر حرکتی خارج از زمین مخصوص آزمون انجام شود شمارش نخواهد شد و ورزشکار توسط سرداور به داخل محوطه هدایت می‌شود.
 - ۱۰- در صورت اختلال در اجرای آزمون به دلایل غیر عمد (پاره شدن طناب ورزشکار) اجرای مجدد بعد از استراحت کوتاه انجام می‌شود.
 - ۱۱- شرکت‌کننده مجاز است از طناب شخصی مورد تأیید سرداور مسابقات استفاده نماید.
- تبصره:** به بهترین رکورد سرعت ۳۰ ثانیه، چهل (۴۰) نمره تعلق می‌گیرد.

ب) نمایشی انفرادی

وسایل و فضای مورد نیاز:

- ۱- طناب ورزشی
- ۲- محوطه ۵×۵ متر
- ۳- کرنومتر و سوت
- ۴- فرم ثبت نتایج

شرح آزمون

شرکت‌کننده بعد از اعلام فرمان داور شروع به اجرای مهارت‌های زیر می‌کند.

۱. پرش ساده، ۲. جفت جلو عقب، ۳. جفت پهلوی، ۴. پروانه، ۵. قیچی، ۶. پاشنه پنجه و ۷. ضربدر دست

الف) مهارت پرش ساده ۴ تکرار داشته باشد و هر بار عبور طناب از زیر پا شمارش می‌گردد.

ب) به جز پرش ساده سایر مهارت‌ها باید ۲ تکرار صحیح داشته باشد ولی برای شمارش تعداد دفعاتی که طناب از زیر پا عبور می‌کند شمارش می‌شود (به طور مثال در مهارت جفت جلو عقب، یک بار فرود پاها در جلوی بدن و عبور طناب از زیر پاها و یک بار فرود پاها در عقب بدن و عبور طناب از زیر پاها یک تکرار صحیح

محسوب می‌شود؛ ولی شمارش آن برابر با تعداد دفعاتی است که طناب از زیر پا عبور می‌کند لذا شمارش یک تکرار صحیح برابر ۲ است).

(ج) اجرای ترتیب حرکات به عهده ورزشکار است.

(د) اعلام فرمان ماده نمایشی به صورت زیر است

داوران آماده، ورزشکار آماده، شما می‌توانید شروع کنید

بعد از اعلام فرمان داور ورزشکار ۱۵ ثانیه فرصت دارد تا اجرای مهارت را شروع کند. با اولین چرخش طناب کرنومتر زده می‌شود و بعد از اجرای تمام مهارت‌ها توسط بازیکن، کرنومتر متوقف می‌شود (حداکثر زمان ۶۰ ثانیه است).

قوانین و مقررات

۱. در صورت عدم اجرای یک مهارت به ازای هر عدم تکرار ۴ ثانیه به زمان ورزشکار اضافه می‌شود.

۲. در صورت اجرای ناقص و یا غلط هر مهارت ۲ ثانیه به زمان اجرا اضافه می‌شود.

۳. مهارت‌هایی که پس از ۶۰ ثانیه اجرا شود محاسبه نمی‌گردد و به منزله عدم اجرای آن مهارت است لذا مطابق بند یک عمل می‌شود.

۴. شرکت‌کننده مجاز است از طناب شخصی مورد تأیید سرداور مسابقات استفاده نماید.

تبصره: به بهترین رکورد آزمون نمایشی انفرادی، ده (۱۰ نمره) تعلق می‌گیرد.

• آزمون سرویس و کنترل توپ در تنیس روی میز

الف) آزمون کنترل توپ (رالی یک نفره/فور هند و بک هند) تنیس روی میز

وسایل مورد نیاز:

۱- میز و توپ تنیس روی میز

۲- راکت

۳- کرنومتر

۴- نوشت افزار (کاغذ، خودکار و...)

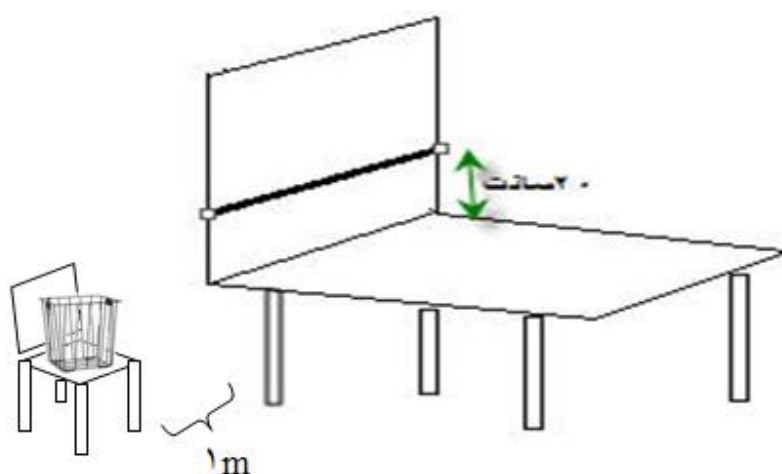
۵- صندلی

۶- سبد توپ

۷- فرم ثبت نتایج

شرح آزمون:

یک نیمه میز را به صورت عمودی روی نیمه افقی میز قرار می‌دهیم (تصویر ۶). به ارتفاع ۲۰ سانتی‌متر از سطح میز روی نیمه‌ی عمودی خطی رسم می‌نماییم. فرد باید با زدن سرویس صحیح، ضربات فورهند و بک هند را به شکل متوالی و یکی در میان به نمایش گذارد. توپ‌ها باید بالاتر از ارتفاع مشخص شده به میز عمودی برخورد نمایند. ضرباتی که به شکل متناوب (فورهند و بک هند) زده نشود، شمارش نمی‌شوند. زمان اجرای آزمون یک دقیقه برای هر شرکت‌کننده است. صندلی به فاصله یک متر از میز، کنار دیوار تعبیه شود و سبد توپ روی آن قرار گیرد؛ در صورتی که توپ اوت شود شرکت‌کننده می‌تواند از همان توپ یا توپ‌های دیگری که در سبد قرار داده شده است استفاده نماید.



تصویر ۶: آزمون تنیس روی میز

قوانین و مقررات:

- ۱- مدت زمان آزمون ۶۰ ثانیه است.
- ۲- یک فورهند و یک بک هند یک شمارش محسوب می‌شود.
- ۳- از رکورد نهایی شرکت‌کننده به ازای هر خطا ۰/۵ امتیاز کسر می‌شود. (فرد به میز برخورد کند یا دست را روی میز بگذارد)
- تبصره ۱: به بهترین امتیاز کسب‌شده، بیست و پنج (۲۵) نمره تعلق می‌گیرد.
- تبصره ۲: شرکت‌کننده مجاز است از راکت شخصی مورد تأیید سرداور استفاده نماید.

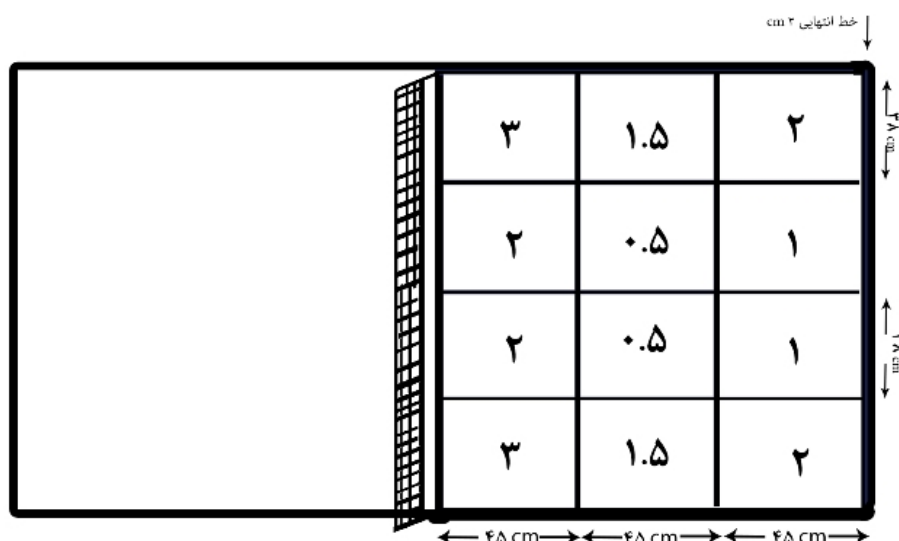
ب) آزمون سرویس فورهند و بک هند تنیس روی میز

وسایل مورد نیاز:

- ۱- توپ ۶ عدد
- ۲- راکت، میز تنیس روی میز
- ۳- گچ یا چسب نواری
- ۴- فرم ثبت نتایج
- ۵- نوشت افزار (کاغذ، خودکار، چسب ۲ سانتی و...)

شرح آزمون:

یک نیمه میز را همانند تصویر شماره (۷) به ۱۲ قسمت به ابعاد 38×45 سانتی متر تقسیم می کنیم آزمون شونده ۶ سرویس (۳ سرویس فورهند و ۳ سرویس بک هند) بدون خطا (پرتاب توپ به بالا، دست حامل بالای سطح میز،...) می زند و با توجه به فرود توپ در هر قسمت امتیاز کسب می نماید.



تصویر ۷: امتیازهای هر منطقه برای سرویس فورهند و بک هند تنیس روی میز

قوانین و مقررات:

- ۱- انجام خطاب سرویس باعث می شود یک سرویس از دست داده شود.
 - ۲- هنگام فرود سرویس روی خط مشترک دو منطقه، امتیاز بالاتر منظور شود.
- تبصره (۱):** در صورتی که شرکت کننده ای حداکثر امتیاز را کسب نماید نمره ای معادل بیست و پنج (۲۵) به او تعلق می گیرد.

تبصره (۲): شرکت کننده مجاز است از راکت شخصی مورد تأیید سرداور استفاده نماید.

• آزمون سرویس کوتاه، بلند و کنترل توپ در بدمینتون

آزمون سرویس کوتاه و بلند بدمینتون

وسایل و فضای مورد نیاز:

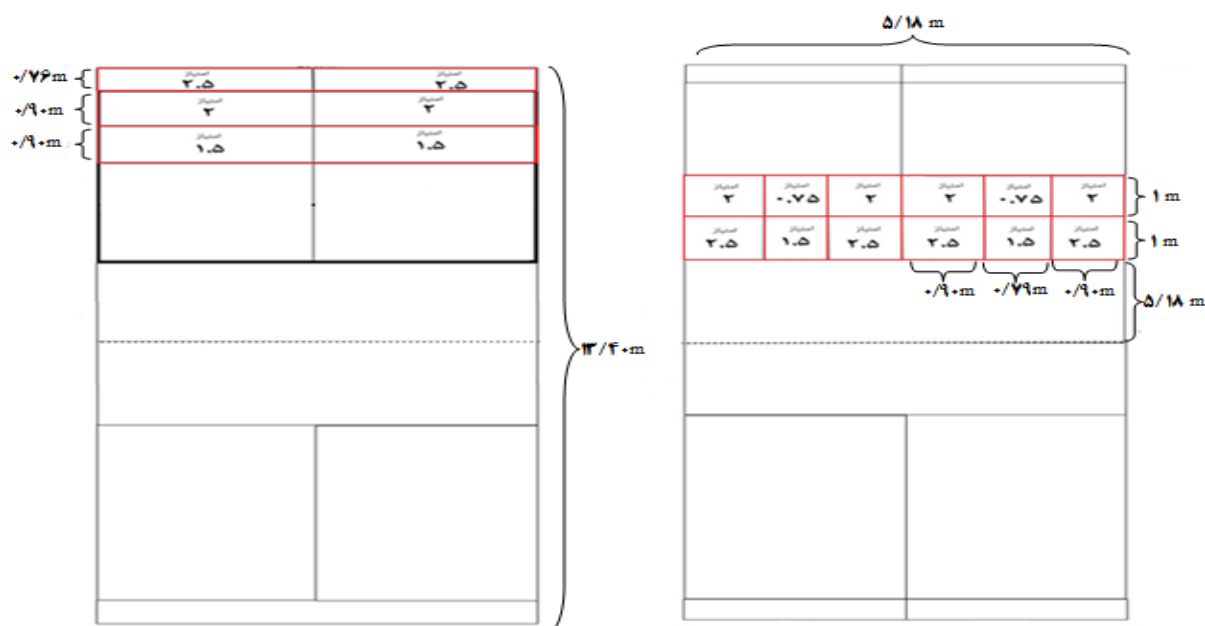
۱. زمین بدمینتون تقسیم‌بندی شده (آزمون بدمینتون در زمین انفرادی بدمینتون (۵/۱۸ × ۱۳/۴۰))
قابل اجرا است
۲. راکت
۳. ۴ عدد شاتل
۴. طناب (۶ متر)
۵. فرم ثبت نتایج

شرح آزمون:

هر شرکت‌کننده دو سرویس از سمت راست زمین و دو سرویس از سمت چپ زمین اجرا نماید. به منظور انجام سرویس کوتاه، طنابی به فاصله ۳۰ سانتی‌متر بالای تور نصب شود. شرکت‌کننده ملزم است هنگام اجرای سرویس کوتاه شاتل را از بین تور و طناب عبور دهد. هر سرویس کوتاه از حداقل ۰/۷۵ تا حداکثر ۲/۵ امتیاز دارا است و سرویس‌های بلند از حداقل ۱/۵ تا حداکثر ۲/۵ امتیاز دارا است که بستگی به محل فرود شاتل در زمین حریف خواهد.

قوانین و مقررات:

- ۱- هنگام فرود شاتل، روی خط مشترک دو منطقه، امتیاز بالاتر منظور شود.
 - ۲- به سرویس‌های کوتاهی که شاتل از بین طناب و تور عبور ننماید امتیازی تعلق نخواهد گرفت.
 - ۳- چنانچه سرویس برابر مقررات خطا زده شود و یا در غیر مناطق تعیین‌شده فرود آید امتیازی نخواهد داشت.
- تبصره ۱:** در صورتی که شرکت‌کننده حداکثر ۱۰ امتیاز را از سرویس کوتاه کسب نماید امتیازی معادل ۲۰ به او تعلق می‌گیرد.
- تبصره ۲:** در صورتی که شرکت‌کننده حداکثر ۱۰ امتیاز را از سرویس بلند کسب نماید امتیازی معادل ۲۰ به او تعلق می‌گیرد.
- تبصره ۳:** شرکت‌کننده مجاز است از راکت شخصی مورد تأیید سرداور استفاده نماید.



تصویر ۸: امتیازهای هر منطقه برای سرویس کوتاه بدمینتون تصویر ۹: امتیازهای هر منطقه برای سرویس بلند بدمینتون

• مهارت‌های پایه و بنیادین (آزمون‌های آمادگی جسمانی)

• الف) آزمون ایستگاهی

وسایل و تجهیزات موردنیاز:

- ۱- پرچم به ارتفاع ۱/۵ متر (۵ عدد)
- ۲- مانع دوومیدانی (۵ عدد)
- ۳- مکعب چوبی به ابعاد ۱۵×۷×۷ سانتی‌متر (۴ عدد)
- ۴- توپ مدیسن ۱ کیلوگرمی برای خانم‌ها و ۲ کیلوگرمی برای آقایان (۱ عدد)
- ۵- مخروط (۸ عدد)
- ۶- کیسه شن ۳ کیلوگرمی برای خانم‌ها و ۵ کیلوگرمی برای آقایان (۴ عدد)
- ۷- دروازه گل کوچک به عرض ۱ متر و ارتفاع ۶۰ cm (۱ عدد)
- ۸- نوارچسب ۵ سانتی متری جهت خط‌کشی و علامت‌گذاری زمین
- ۹- کرنومتر (۲ دستگاه)
- ۱۰- فرم ثبت نتایج و نوشت‌افزار
- ۱۱- نوشت‌افزار (کاغذ، خودکار و ...)

فضای مورد نیاز: زمین بسکتبال

نحوه چیدن و قرارگیری ایستگاه‌ها: مطابق تصویر شماره ۱

شرح آزمون:

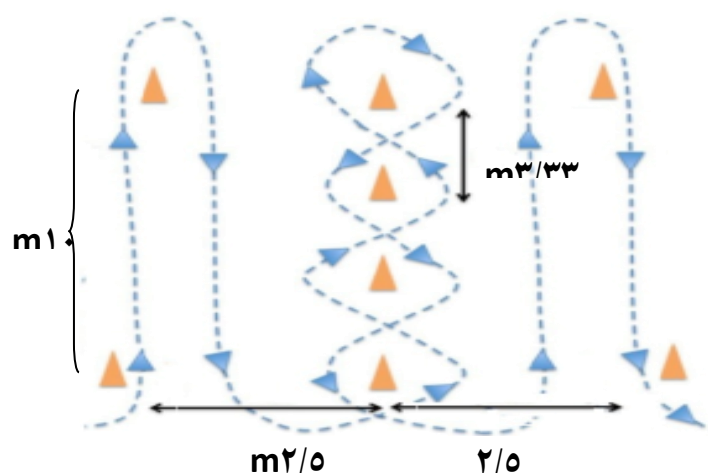
این آزمون در زمینی به ابعاد 28×15 (زمین بسکتبال) قابل اجرا است. شرکت کننده پشت خط شروع ایستاده و با فرمان داور حرکت خود را به طرف ایستگاه اول شروع می نماید. استارت ایستاده انجام می پذیرد و در صورت ۲ بار خطای استارت (حرکت زودتر از فرمان داور)، ۲ ثانیه به زمان وی اضافه می گردد. زمانی طی مسافت آزمون به عنوان رکورد فرد ثبت خواهد شد. تعداد ایستگاه ها ۷ ایستگاه به شرح زیر است:

تبصره: به شرکت کننده ای که بهترین رکورد را کسب نماید، نمره ای معادل ۵۰ تعلق می گیرد.

ایستگاه اول: دو چابکی ایلی نويز

هدف: سنجش چابکی

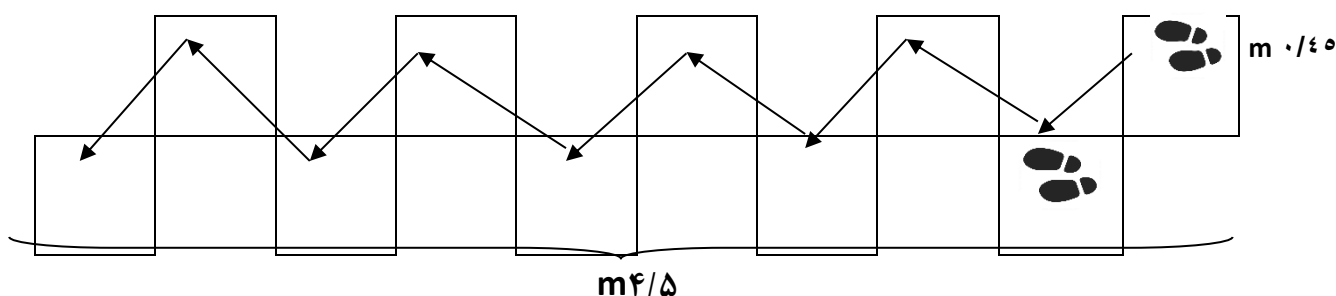
فاصله این ایستگاه تا خط شروع ۵ متر است. در صورت عدم عبور از مسیرهای تعیین شده، اصلاح مسیر صورت می گیرد. در صورت برخورد با موانع که منجر به افتادن یا جابجایی آن ها شود جریمه ۲ ثانیه اعمال می گردد.



ایستگاه دوم: پرش زیگزاگ جفت

هدف: سنجش چابکی - توان انفجاری پاها - هماهنگی چشم‌ها و پاها

فاصله این ایستگاه از گوشه زمین ۳ متر است. این ایستگاه به وسیله ۱۰ مربع طراحی می‌شود (ابعاد مربع‌ها 0.45×0.45 m). آزمون‌شونده باید مربع‌ها را مطابق مسیر زیر و پشت سر هم به صورت پرش زیگزاگ طی نماید. چنانچه حرکت به طور صحیح (پرش زیگزاگ) طبق مسیر مشخص انجام نشود یا پرش خارج از محدوده انجام پذیرد، جریمه آن اصلاح حرکت از محلی که خطا اتفاق افتاده خواهد بود. در صورتی که پای ورزشکار با هر یک از خطوط مربع تماس پیدا کند یا فرود همزمان هر دو پا انجام نشود، جریمه ۲ ثانیه اعمال می‌شود.

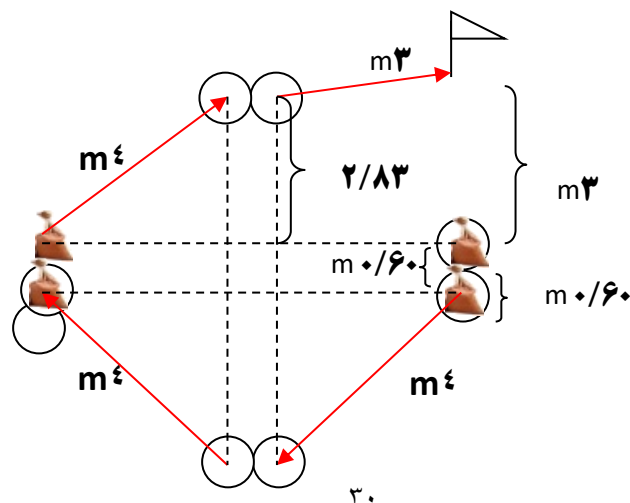


ایستگاه سوم: حمل کیسه‌های شن

هدف: سنجش قدرت

فاصله این ایستگاه تا ایستگاه قبلی شش و نیم (۶/۵) متر است. در این ایستگاه شرکت‌کننده موظف است کیسه‌های شن (وزن کیسه‌ها خانم‌ها ۳ Kg، آقایان ۵ Kg) را از دوایر تعیین‌شده حمل نموده و در دوایر (قطر دوایر ۶۰ cm) تعیین‌شده قرار دهد.

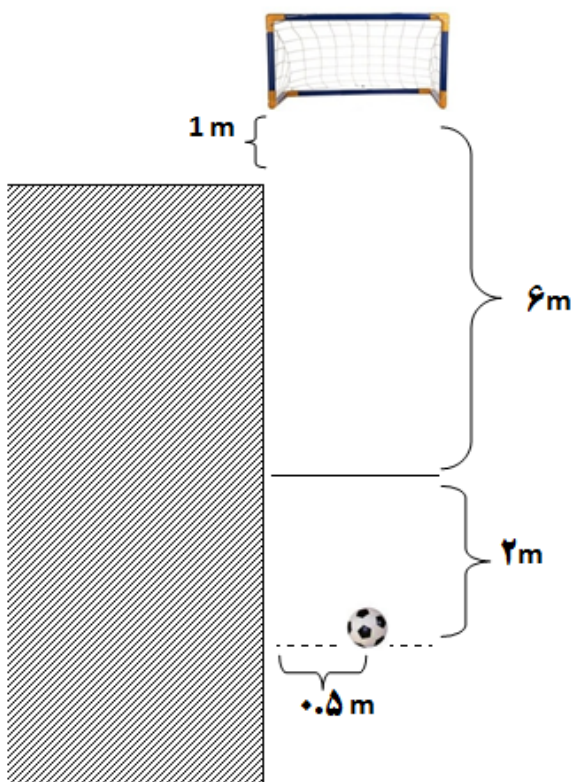
حرکت در جهت عقربه‌های ساعت است و پس از قرار دادن دو کیسه‌شن آخر در جای خود شرکت‌کننده از پشت مانع (پرچم) دور می‌زند و به ایستگاه بعد می‌رود. در صورت پرتاب کیسه‌های شن جریمه ۲ ثانیه اعمال می‌شود و قرار ندادن کیسه‌ها در دوایر یا گذاشتن آن‌ها روی خط جریمه اصلاح را در پی خواهد داشت.



ایستگاه چهارم: پرتاب بولینگی توپ مدیسنبال

هدف: سنجش سرعت عکس‌العمل و هماهنگی چشم و دست

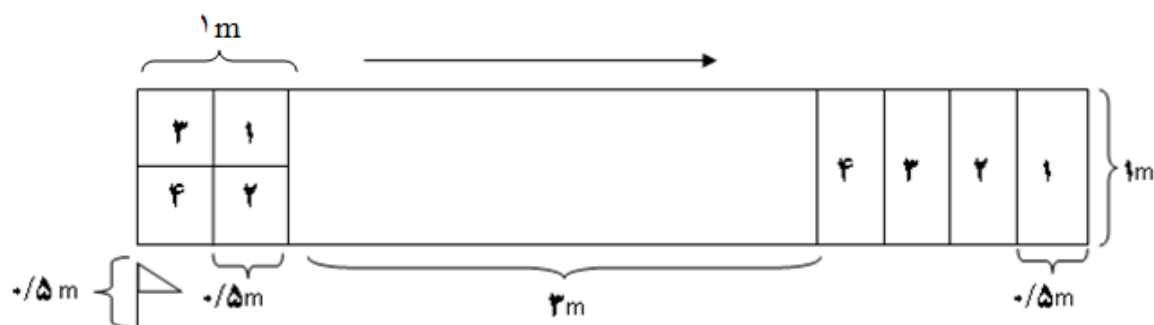
این ایستگاه تا ایستگاه قبل، پنج (۵) متر فاصله دارد. در این ایستگاه شرکت‌کننده موظف است توپ طبعی (یک (۱) کیلوگرم برای خانم‌ها - دو (۲) کیلوگرم برای آقایان) را از محل تعیین شده (۲ متر قبل از خط پرتاب) بردارد و به صورت بولینگی با یک دست از پشت خط پرتاب، به طرف دروازه رو به رو پرتاب نماید. در صورت عدم ورود توپ به دروازه جریمه ۲ ثانیه اعمال می‌گردد و در صورت تماس پا با خط پرتاب نیز جریمه ۲ ثانیه منظور می‌گردد (ابعاد دروازه: عرض ۱ m، ارتفاع ۰/۶۰ m).



ایستگاه پنجم: جابجایی مکعب‌های چوبی

هدف: سنجش سرعت عکس‌العمل و هماهنگی چشم و دست

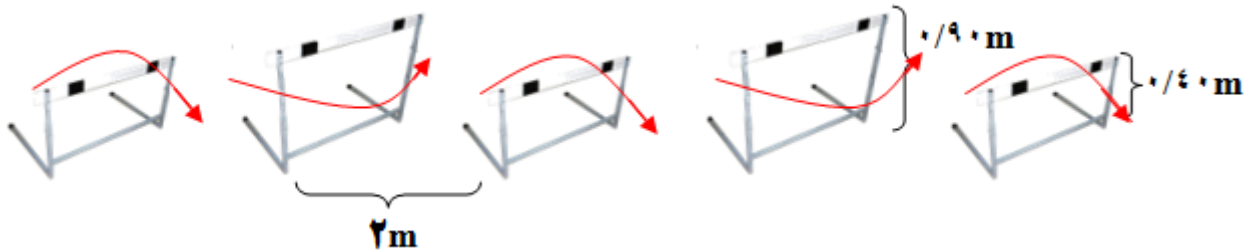
آزمون شونده بایستی مکعب‌ها را طبق مسیر مشخص شده برداشته و آن‌ها را در محل‌های معین قرار دهد (مکعب خانه ۱ در خانه ۱ روبرو و مکعب خانه ۲ در خانه ۲ روبرو... به همین ترتیب). جابه‌جایی مکعب‌ها باید به ترتیب صورت پذیرد. در صورت پرتاب مکعب‌ها جریمه ۲ ثانیه و عدم قرار دادن آن‌ها در مکان تعیین شده اصلاح حرکت باید انجام گیرد. بعد از قرار دادن چهارمین مکعب در محل تعیین شده، آزمون شونده از پشت مانع (پرچم) عبور نماید و پس از طی مسافت ۳ متری وارد ایستگاه ششم می‌شود.



ایستگاه ششم: پرش و عبور از موانع دوومیدانی

هدف: سنجش انعطاف پذیری

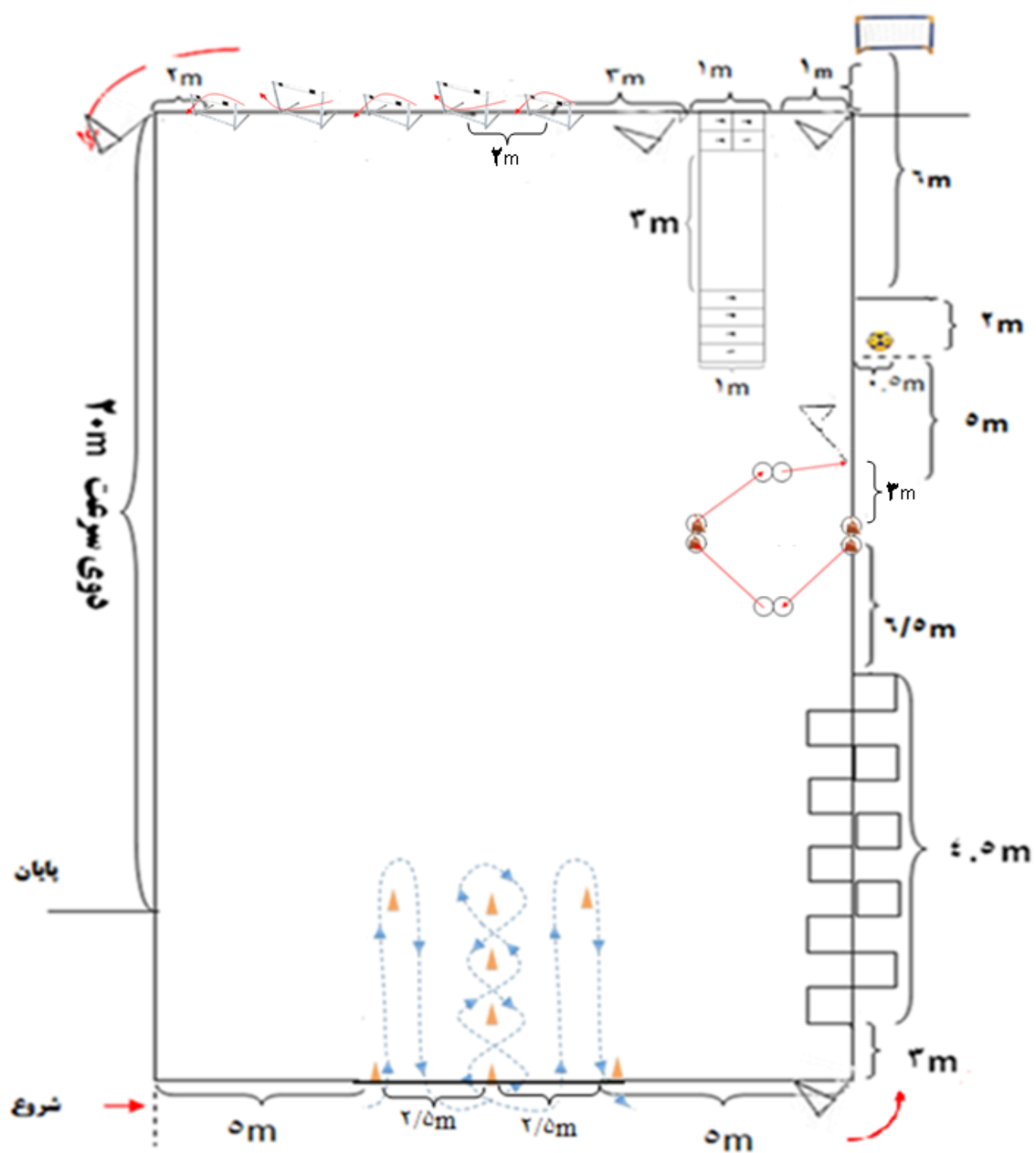
شرکت کننده موظف است از ۵ مانع (مانع کوتاه $0/40\text{m}$ و مانع بلند $0/90\text{m}$) به صورت یک در میان (اول پرش از روی موانع، دوم عبور از زیر مانع، سوم پرش از روی مانع و الی آخر) عبور نماید. فاصله موانع از یکدیگر ۲ متر است. در صورت جابه جایی موانع هنگام عبور از زیر یا روی آن ها خطای ۲ ثانیه منظور می شود.



ایستگاه هفتم: دو سرعت ۲۰ متر

هدف: سنجش سرعت

شرکت کننده پس از طی ایستگاه قبل به طرف گوشه زمین حرکت می کند و پس از عبور از آخرین پرچم مسافت ۲۰ متر را با سرعت می دود و از خط پایان عبور می نماید. با عبور از خط پایان رکورد پس از محاسبه خطاها ثبت می گردد.



ب) آزمون دو ۱۶۰۰ متر

وسایل و فضای مورد نیاز:

- ۱- پیست دوومیدانی
- ۲- کرنومتر
- ۳- سوت
- ۴- کارت دورشمار
- ۵- پرچم
- ۶- شماره برای شرکت کنندگان
- ۷- نوشت افزار (کاغذ، خودکار و ...)
- ۸- فرم ثبت نتایج

شرح آزمون و قوانین و مقررات:

در این آزمون، شرکت کنندگان بایستی مسافت ۱۶۰۰ متر را بدونند.

شروع این آزمون به حالت استارت ایستاده انجام می شود. زمان طی مسافت آزمون به عنوان رکورد فرد ثبت خواهد شد.

به شرکت کننده ای که بهترین رکورد را کسب نماید، نمره ای معادل ۵۰ تعلق می گیرد.

نام و نام خانوادگی معاون تربیت بدنی و سلامت استان نام و نام خانوادگی مدیر کل آموزش و پرورش استان

مهر و امضا

مهر و امضا

پیوست ۱:

جدول شماره ۶. زمان بندی اجرای دوره آموزشی

ردیف	عنوان فعالیت	مسئول اجرا	زمان اجرا (ماه)							
			اردیبهشت		خرداد		تیر		مرداد	
			نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم
۱	برنامه ریزی جهت برگزاری دوره آموزشی در ستاد تعیین عناوین و سرفصل های دوره آموزشی	ستاد								
۲	دعوت از مدرسین و برگزاری دوره و آزمون مجازی با همکاری سازمان سنجش									
۳	تدوین و ارسال شیوه نامه برگزاری دوره نهضت توانمندسازی معلمان تربیت بدنی									
۴	تعیین اساتید دوره عملی، تولید محتوا و جلسات توجیهی و برگزاری دوره آموزش عملی									
۵	برنامه ریزی جهت برگزاری دوره آموزشی در استان	استان								
۶	ارسال شیوه نامه و اطلاع رسانی به شهرستان ها، مناطق و نواحی									

زمان اجرا (ماه)										مسئول اجرا	عنوان فعالیت	ردیف
شهریور		مرداد		تیر		خرداد		اردیبهشت				
نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول	نیمه دوم	نیمه اول			
											۷	اخذ مجوزهای لازم و هماهنگی با مدیریت منابع انسانی و امور اداری جهت فعال نمودن کد ضمن خدمت به منظور برگزاری دوره های
											۸	اطلاع رسانی به معلمان تربیت بدنی و برگزاری دوره آموزشی در شهرستان ها / مناطق / نواحی
											۹	نظارت بر اجرای مطلوب دوره آموزشی در شهرستان ها/ مناطق /نواحی
											۱۰	تجمیع و ارسال گزارش عملکرد به ستاد
										نواحی شهرستان ها مناطق	۱۱	برنامه ریزی و هماهنگی و اطلاع رسانی برگزاری دوره های آموزشی بر اساس شیوه نامه برای معلمان تربیت بدنی
											۱۲	نظارت بر اجرای مطلوب دوره
											۱۳	تجمیع و ارسال گزارش عملکرد به استان

پیوست ۲:

جدول شماره ۸. اطلاعات رابطان اجرایی دوره آموزش و ارزشیابی معلمان تربیت بدنی

ردیف	استان	ناحیه / شهرستان / منطقه	نام و نام خانوادگی	کد ملی	کد پرسنلی	سنوات خدمت	سمت	تحصیلات	رشته تحصیلی	شماره همراه
۱							رابط اجرایی برادران			
۲							رابط اجرایی خواهران			

پیوست ۳: مشخصات و ثبت نتایج آزمون شوندگان

نام و نام خانوادگی: نام پدر: تاریخ تولد: گروه سنی: استان:

مهارت		حداکثر امتیاز	رکورد	نمره نهایی
بسکتبال	دقت (گل)	۴۰		
	سرعت (زمان)	۱۰		
	خطا			
هندبال	دقت (گل)	۴۰		
	سرعت (زمان)	۱۰		
	خطا			
والیبال	پنجه و ساعد	۱۰		
	سرویس آبشاری	۴۰		
فوتسال	دقت (گل)	۳۰		
	سرعت (زمان)	۱۰		
	خطا			
طناب زنی	جاگینگ	۳۰		
	اجرای مهارت	۱۰		
تنیس روی میز	رالی فورهند وبک-هند	۲۰		
	سرویس	۲۰		
بدمینتون	سرویس کوتاه	۲۰		
	سرویس بلند	۲۰		
دو و میدانی (۱۶۰۰ متر)	زمان	۴۰		
مهارت‌های پایه و بنیادین (آمادگی جسمانی)	زمان	۵۰		
	خطا			
نمره عملی				