

شیوه نامه جشنواره تولید محتوا برای اجرای درس تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی در منزل مطابق با کتاب معلم (راهنمای تدریس) درس تربیت بدنی

مقدمه :

با توجه به شیوع ویروس کرونا در کشور اعضای خانواده با اوقات فراغت فزاینده ای در منزل مواجه شده اند که در این موقعیت فعالیت های ورزشی و حرکتی بهترین ابزار برای گذراندن اوقات فراغت و مقابله با سبک زندگی کم تحرک می باشد و از طرفی باعث ایجاد نشاط، کاهش استرس و تقویت سیستم ایمنی بدن می گردد. در این شرایط معلمان تربیت بدنی با معرفی الگوهای حرکتی و ورزشی مناسب، به دانش آموزان و والدین اقدامات موثری انجام داده اند. لذا دفتر تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی قصد دارد نسبت به انتخاب برترین آثار تولید محتوا توسط معلمان تربیت بدنی و آموزگاران پایه جهت تجلیل و ترویج آن اقدام نماید.

تعریف :

جشنواره تولید محتوا برای اجرای درس تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی در منزل بستری مناسب برای توسعه و تعمیم درس تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی و همچنین تجلیل و معرفی آثار برتر معلمان تربیت بدنی و آموزگاران پایه به آنان می باشد.

اهداف :

- تولید محتوا الکترونیکی برای اجرای درس تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی در منزل
- تشویق معلمان و آموزگاران پایه به تولید و ترویج محتوا الکترونیکی درس تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی
- بهره مندی از ظرفیت فضای مجازی برای آموزش درس تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی
- بهره مندی از ظرفیت فضای مجازی در راستای توسعه و ترویج ورزش و فعالیت های جسمانی
- بهره مندی از محتوای تدوین شده در زمان تعطیلی مدارس (شرایط نامساعد جوی، بیماری و...)

شرکت کنندگان :

۱. معلمان تربیت بدنی
۲. آموزگاران پایه (آموزشی)

روش برگزاری جشنواره :

❖ جشنواره شامل دو بخش تجویزی و اختیاری می باشد.

بخش تجویزی :

برای هر استان شش موضوع مشخص شده که می بایست در این موضوعات بهترین محتوا را تدوین و ارائه نماید (پیوست شماره ۱).

بخش اختیاری :

استان به جز موضوعات بخش تجویزی می تواند چهار موضوع دیگر را از بین ۱۸۶ موضوع باقی مانده انتخاب و در موضوعات انتخابی بهترین محتوا را تدوین و ارائه نماید. (پیوست شماره ۱)

شیوه اجرا :

مرحله منطقه / شهرستان / ناحیه :

- ❖ جشنواره تدوین محتوا در سطح منطقه / شهرستان / ناحیه به صورت انفرادی برگزار می گردد.
- ❖ آثار معلمان تربیت بدنی (آموزگار / دبیر) و آموزگاران پایه (آموزشی) در هر موضوع در دو بخش تجویزی و اختیاری مورد داوری قرار گیرد.
- ❖ دو اثر برتر معلمان تربیت بدنی (آموزگار / دبیر) در هر موضوع در دو بخش تجویزی و اختیاری، انتخاب و به مرحله استانی ارسال گردد.
- ❖ دو اثر برتر آموزگاران پایه (آموزشی) در هر موضوع در دو بخش تجویزی و اختیاری، انتخاب و به مرحله استانی ارسال گردد.
- ❖ **تبصره :** آموزگاران پایه می بایست موضوعات مربوط به ابتدایی دوره اول و دوم را انتخاب نمایند.
- ❖ از دو اثر برتر معلمان تربیت بدنی (آموزگار / دبیر) در هر موضوع، در دو بخش تجویزی و اختیاری تقدیر و تشکر به عمل آید.
- ❖ از دو اثر برتر آموزگاران پایه (آموزشی) در هر موضوع، در دو بخش تجویزی و اختیاری تقدیر و تشکر به عمل آید.

وظایف اجرایی :

- ۱- ارسال شیوه نامه به منطقه / شهرستان / ناحیه (توسط استان)
- ۲- اطلاع رسانی مطلوب به منظور شرکت حداکثری همکاران (توسط استان، منطقه / شهرستان / ناحیه)
- ۳- تشکیل تیم داوری مجرب و پیش بینی تمهیدات لازم به منظور داوری آثار بر اساس فرم شماره ۲ پیوست (توسط میزبان مرحله کشوری، استان، منطقه / شهرستان / ناحیه)
- ۴- تقدیر و تجلیل از آثار برتر (توسط میزبان مرحله کشوری، استان، منطقه / شهرستان / ناحیه)
- ۵- تشکیل تیم تدوین محتوا بخش تجویزی (توسط استان)
- ۶- تشکیل تیم تدوین محتوا بخش اختیاری در صورت تمایل (توسط استان)
- ۷- پیش بینی تمهیدات لازم برای تیم تدوین محتوا به منظور تدوین بهترین محتوای الکترونیکی (توسط استان)

۸- ارسال آثار برتر به مرحله بعد به همراه فرم تکمیل شده مشخصات آثار (پیوست ۳ و ۴ توسط منطقه/ شهرستان/ ناحیه، استان)
۹- تهیه و ارسال گزارش کامل و جامع از برگزاری جشنواره تولید محتوا بر اساس فرم شماره ۵ پیوست (توسط منطقه/ شهرستان/ ناحیه، استان)

۱۰- جمع بندی گزارش استان ها و اعلام نتایج مرحله کشوری توسط استان میزبان به ستاد

قالب ارائه آثار:

قالب ارائه آثار برای شرکت کنندگان آزاد است و می بایست از بهترین و اثر گذار ترین شیوه برای ارائه موضوعات استفاده شود.
(فیلم، موشن گرافی، نرم افزار های تدوین محتوای الکترونیکی و...)

نکات مورد توجه :

۱. محتواهای الکترونیکی با توجه به شرایط کرونا (در منزل) تدوین گردد.
۲. محتواهای الکترونیکی با رعایت نکات بهداشتی و ایمنی در فضای خانه و وسایل و ابزار در دسترس قابل اجرا باشد.
۳. حداکثر حجم محتواهای الکترونیکی تدوین شده می بایست ۲۵ مگابایت و کمتر از ۵ دقیقه باشد.
۴. فرمت محتوای الکترونیکی تدوین شده به گونه ای باشد که به سادگی در رایانه، تلفن همراه و... قابل پخش باشد.
۵. استفاده از گوشی تلفن همراه برای تصویر برداری در صورتی که دوربین بالاتر از ۱۰ مگاپیکسل باشد و با حفظ کیفیت صدای مناسب، قاب بندی به صورت افقی صورت گیرد، بلامانع است.
۶. رعایت شئون اسلامی در آثار ارسالی الزامی است. (از ارسال آثاری که توسط دختران ابتدایی دوره دوم و متوسطه اجرا گردیده است، خودداری شود)
۷. استفاده از ملودی های بدون کلام برای موسیقی متن محتوا بلامانع است.
۸. مشخصات عوامل تولید محتوا (تهیه کننده، مدرس، مربی و...) همراه با آرم اداره کل آموزش و پرورش استان صرفاً در پایان اثر و به صورت نوشتاری و با سرعت مناسب (در نظر گرفتن محدودیت زمان اثر) درج شود.
- (پرهیز از هر گونه تبلیغ مدرسه، موسسه، آرم لباس و وسایل ورزشی و .. مورد تاکید است)
۹. حتما در ابتدای آثار ارسالی موضوع آموزش بیان شود و مشخص شود مربوط به کدام دوره/ پایه تحصیلی است (مثلا آموزش شوت سه گام بسکتبال، دوره متوسطه اول).

موضوعات آموزشی					استان	ردیف
آمادگی جسمانی	مهارتی دوره متوسطه دوم	مهارتی دوره متوسطه اول	دانشی دوره متوسطه	مهارتی دوره ابتدایی		
تعادل (ابتدایی دوره اول)	ریباند (بسکتبال)	کار با پا (بسکتبال)	پست بازیگنان (بسکتبال متوسطه دوم)	پرش طول	آشنایی با رشته های مختلف ورزشی (پایه اول)	آذربایجان شرقی
چابکی (ابتدایی دوره اول)	گول زدن و فریب (بسکتبال)	پاس و دریافت ساکن (بسکتبال)	پست های حمله و دفاع (هندبال متوسطه دوم)	پرتاب نیزه	آشنایی با رشته های مختلف ورزشی (پایه دوم)	آذربایجان غربی
هماهنگی (ابتدایی دوره اول)	چرخش پا و تغییر مسیر (بسکتبال)	انواع دریبل (بسکتبال)	آگاهی از تاثیر ورزش بر قاعدگی و بلوغ (پایه هفتم)	پرتاب دیسک	آشنایی با رشته های مختلف ورزشی (پایه سوم)	اردبیل
سرعت (ابتدایی دوره اول)	شوت هوک (بسکتبال)	شوت سه گام (بسکتبال)	آسیب های رایج در ورزش (پایه هفتم)	پرش سه گام	آشنایی با رشته های مختلف ورزشی (پایه چهارم)	اصفهان
سرعت عکس العمل (ابتدایی دوره اول)	سد کردن یا اسکرین (بسکتبال)	شوت ثابت (بسکتبال)	علل و عوامل بروز ناهنجاری های اسکلتی (پایه نهم)	پرش جفت	آشنایی با رشته های مختلف ورزشی (پایه پنجم)	البرز
توان (متوسطه اول)	کنترل توپ با کف پا (فوتسال)	دفاع انفرادی (بسکتبال)	پست های هندبال (متوسطه دوم)	فورهند و بک هند (تنیس)	موارد ایمنی در ورزش (پایه چهارم)	ایلام
چابکی (متوسطه اول)	پاس لاپ (فوتسال)	بازی ۱ علیه ۱ (بسکتبال)	شناخت وضعیت های درست بدن (پایه هفتم)	سرویس (تنیس)	موارد ایمنی در ورزش (پایه پنجم)	بوشهر
سرعت (متوسطه اول)	شوت نوک پا (فوتسال)	بازی ۲ علیه ۲ (بسکتبال)	تاثیر اشیا بر ساختار قامت (پایه هشتم)	راکت گیری (تنیس)	آسیب های جسمانی در ورزش (پایه ششم)	چهارمحال و بختیاری
انعطاف پذیری (متوسطه اول)	سرویس بلند و دریافت (بدمینتون)	بازی ۳ علیه ۳ (بسکتبال)	آشنایی با انواع زخم های رایج در ورزش (پایه نهم)	راکت گیری (بدمینتون)	موارد ایمنی در ورزش (پایه اول)	خراسان جنوبی
قدرت (متوسطه)	تاس کلپر (بدمینتون)	وضعیت پایه و حرکت در زمین	سبک زندگی من (پایه دهم)	سرویس (بدمینتون)	موارد ایمنی در ورزش (پایه دوم)	خراسان رضوی

اول		(والیبال)					
استقامت عضلانی (متوسطه اول)	دراپ (بدمینتون)	پاس پنجه (والیبال)	فعالیت جسمانی و مراقبت از کمر (پایه یازدهم)	شوت (هندبال)	موارد ایمنی در ورزش (پایه سوم)	خراسان شمالی	۱۱
استقامت هوای (متوسطه اول)	آندر هند کلیر (بدمینتون)	پاس ساعد (والیبال)	عوامل اثرگذار بر فعالیت جسمانی و ورزش (پایه دوازدهم)	پاس و دریافت (هندبال)	فعالیت جسمانی و سلامت (پایه ششم)	خوزستان	۱۲
انعطاف پذیری (متوسطه دوم)	آندر هند دراپ (بدمینتون)	سرویس ساده (والیبال)	نکات بهداشتی کفش و لباس ورزشی (پایه هفتم)	شوت (بسکتبال)	بهداشت تغذیه ورزش (پایه چهارم)	زنجان	۱۳
قدرت (متوسطه دوم)	اسمش (بدمینتون)	حمله مقدماتی (والیبال)	اصول صحیح تغذیه در ورزش (پایه هشتم)	پاس و دریافت (بسکتبال)	بهداشت تغذیه ورزش (پایه پنجم)	سمنان	۱۴
استقامت عضلانی (متوسطه دوم)	دراپ (بدمینتون)	سرویس چکشی (والیبال)	تأثیر فعالیت جسمانی بر عملکرد دستگاه های مهم بدن (پایه نهم)	پنجه (والیبال)	آشنایی با اهداف تربیت بدنی (پایه چهارم)	سیستان و بلوچستان	۱۵
استقامت هوای (متوسطه دوم)	پاس (والیبال)	چرخش ساده (والیبال)	فعالیت جسمانی هنگام بیماری (پایه دهم)	ساعد (والیبال)	آشنایی با اهداف تربیت بدنی (پایه پنجم)	شهر تهران	۱۶
انعطاف پذیری (ابتدایی دوره اول)	آبشار (والیبال)	جابه جایی و حرکت در زمین (هندبال)	دلایل مشارکت در فعالیت جسمانی (پایه یازدهم)	سرویس (والیبال)	بهداشت فردی هنگام ورزش (پایه ششم)	شهرستان های تهران	۱۷
قدرت (ابتدایی دوره اول)	دفاع روی تور (والیبال)	پاس میج (هندبال)	تغذیه ورزشی (پایه دوازدهم)	دریبل (فوتبال)	حرکات پایه و وضعیت بدنی (پایه اول)	فارس	۱۸
استقامت عضلانی (ابتدایی دوره اول)	توپگیری (والیبال)	دریبل (هندبال)	شناخت رفتارهای تغذیه ای صحیح (پایه هفتم)	پاس و دریافت (فوتبال)	حرکات پایه و وضعیت بدنی (پایه دوم)	قزوین	۱۹
استقامت هوای (ابتدایی دوره اول)	ضد حمله (هندبال)	شوت (هندبال)	ایمنی و حفاظت از محیط زیست محل ورزش (پایه هشتم)	ضربه زدن با پا	حرکات پایه و وضعیت بدنی (پایه سوم)	قم	۲۰
تعادل	سرویس (تنیس)	دورازه بان	کنترل وزن و تعادل	ضربه زدن با دست	حرکات پایه و وضعیت بدنی (پایه چهارم)	کردستان	۲۱

(ابتدایی دوره دوم)		(هندبال)	انرژی (پایه نهم)				
چابکی (ابتدایی دوره دوم)	فورهند (تنیس)	حمله (هندبال)	انواع سیستمهای دفاعی (هندبال متوسطه دوم)	هل دادن	حرکات پایه و وضعیت بدنی (پایه پنجم)	کرمان	۲۲
هماهنگی (ابتدایی دوره دوم)	بک هند (تنیس)	دفاع (هندبال)	دفاع و تاکتیک ها در (هندبال متوسطه دوم)	لی لی کردن	اصول تغذیه و بهداشت در ورزش (پایه ششم)	کرمانشاه	۲۳
سرعت (ابتدایی دوره دوم)	تک (تنیس)	آشنایی با توپ (بسکتبال)	پست بازیکنان بسکتبال (متوسطه دوم)	دریافت کردن	آمادگی جسمانی (پایه اول)	کهگیلویه و بویراحمد	۲۴
سرعت عکس العمل (ابتدایی دوره دوم)	پیچ (تنیس)	آشنایی با توپ (هندبال)	پست بازیکنان در هندبال (متوسطه دوم)	خم و راست شدن	آمادگی جسمانی (پایه دوم)	گلستان	۲۵
انعطاف پذیری (ابتدایی دوره دوم)	پوش (تنیس)	آشنایی با توپ (والیبال)	تاکتیک های حمله تیمی (بسکتبال متوسطه دوم)	پریدن	آمادگی جسمانی (پایه سوم)	گیلان	۲۶
قدرت (ابتدایی دوره دوم)	لوپ (تنیس)	پاس و دریافت متحرک (بسکتبال)	اصول کلی حمله (بسکتبال متوسطه دوم)	پرتاب از بالا- پایین-دودستی	آمادگی جسمانی (پایه چهارم)	لرستان	۲۷
استقامت عضلانی (ابتدایی دوره دوم)	قوانین و مقررات (بدمینتون)	قوانین و مقررات (هندبال)	اصول کلی دفاع (بسکتبال متوسطه دوم)	بلند کردن	آمادگی جسمانی (پایه پنجم)	مازندران	۲۸
استقامت هوایی (ابتدایی دوره دوم)	قوانین و مقررات (فوتسال)	قوانین و مقررات (بسکتبال)	بازی در سیستم ۱-۲- ۱ (فوتسال متوسطه دوم)	چرخیدن- پیچیدن	روش نگهداری از فضاها و تجهیزات ورزشی (پایه ششم)	مرکزی	۲۹
ترکیب بدن (ابتدایی)	قوانین و مقررات (تنیس)	قوانین و مقررات (والیبال)	دروازه بانی (هندبال متوسطه دوم)	به پهلو دویدن	نکات بهداشتی در اماکن ورزشی (پایه ششم)	هرمزگان	۳۰
ترکیب بدن (متوسطه اول)	دروازه بانی (هندبال)	پاس زمینی و بالای سینه (هندبال)	جابه جایی بازیکنان در سیستم ۱-۲-۱ (فوتسال متوسطه دوم)	دویدن	اجزای آمادگی جسمانی (پایه پنجم)	همدان	۳۱
ترکیب بدن (متوسطه دوم)	حمله (هندبال)	دریافت (هندبال)	چرخش (والیبال متوسطه دوم)	راه رفتن	اجزای آمادگی جسمانی (پایه ششم)	یزد	۳۲

فرم ارزیابی آثار (مرحله منطقه / شهرستان / ناحیه و استان)

مشخصات ارسال کننده

نام و نام خانوادگی :	معلم تربیت بدنی <input type="checkbox"/> آموزگار پایه <input type="checkbox"/>
استان :	منطقه / شهرستان / ناحیه :
عنوان آموزش :	دوره / پایه :
تجویزی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input type="checkbox"/>

ارزیابی محتوا

ملاحظات	امتیاز					ضریب	عنوان
	۵	۴	۳	۲	۱		
							اهداف آموزشی
						۲	۱. میزان تحقق اهداف مورد نظر
						۲	۲. میزان تناسب محتوا با سن و جنس فراگیر
						۱	۳. خلاقیت در ارائه مطالب
						۱	۴. میزان نشاط و شادابی شیوه آموزش
							قابلیت اجرا در منزل
						۲	۱. رعایت اصول ایمنی و بهداشتی
						۲	۲. استفاده مطلوب از وسایل و فضای در دسترس و ابزار دست ساخته
							نحوه ارائه محتوا الکترونیکی
						۲	۱. تناسب قالب ارائه اثر و محتوای مورد نظر
						۳	۲. تناسب زمان بندی در ارائه محتوا
						۳	۳. تنوع و کیفیت بصری
						۲	۴. قابلیت انتشار در رسانه های مختلف
							مجموع

امضاء

نام و نام خانوادگی ارزیاب :

پیوست شماره ۳

مشخصات آثار معلمان تربیت بدنی و آموزگاران پایه مرحله منطقه / شهرستان / ناحیه ...

مشخصات آثار معلمان تربیت بدنی (آموزگار/ دبیر)							
عنوان پوشه اثر	مشخصات موضوع آموزش				شماره تماس صاحب اثر	نام و نام خانوادگی صاحب اثر	ردیف
	اختیاری	تجویزی	دوره/ پایه	موضوع			
							۱
							۲
							۳
							۴
							۵
							۶
							۷
							۸
							۹
							۱۰

مشخصات آثار آموزگاران پایه (آموزشی)							
عنوان پوشه اثر	مشخصات موضوع آموزش				شماره تماس صاحب اثر	نام و نام خانوادگی صاحب اثر	ردیف
	اختیاری	تجویزی	دوره/ پایه	موضوع			
							۱
							۲
							۳
							۴
							۵
							۶
							۷
							۸
							۹
							۱۰

مسئول تربیت بدنی منطقه / شهرستان / ناحیه ...

مهر و امضاء

پیوست شماره ۴

گزارش جشنواره تولید محتوای منطقه / شهرستان / ناحیه و استان ...

تعداد آثار دریافت شده		تعداد آثار منتخب معلمان تربیت بدنی		منطقه / شهرستان / ناحیه	ش.ق.
تعداد آثار دریافت شده		تعداد آثار منتخب معلمان تربیت بدنی			
بخش تجویزی		بخش تجویزی		بخش اختیاری	بخش اختیاری
آقا	خانم	آقا	خانم		

تعداد آثار دریافت شده		تعداد آثار منتخب آموزگاران پایه		منطقه / شهرستان / ناحیه	ش.ق.
تعداد آثار دریافت شده		تعداد آثار منتخب آموزگاران پایه			
بخش تجویزی		بخش تجویزی		بخش اختیاری	بخش اختیاری
آقا	خانم	آقا	خانم		

تعداد آثار منتخب در مرحله استانی				شرکت کنندگان
بخش تجویزی		بخش اختیاری		
آقا	خانم	آقا	خانم	معلمان تربیت بدنی
				جمع کل

معاون تربیت بدنی و سلامت

امضاء

رئیس اداره تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی

مهر و امضاء