

بسمه تعالی

فراگیران :
دانشجویان کارشناسی

عنوان درس :
ورزش تخصصی اصلی (ورزش های راکتی)

مدرس :
دکتر مریم بان پروری

اهداف کلی:

آشنایی دانشجویان با بازی یک نفره و دو نفره و تکنیک های رشته ورزشی

سرفصل:

- آشنایی با بازی یک نفره و تمرین و اجرای تکنیک ها در قالب بازی و رقابت
- آشنایی با تاکتیک های دفاعی در ورزش تخصصی
- آشنایی با تاکتیک های حمله ای در ورزش تخصصی
- آماده سازی استفاده از ترکیب تکنیک – تاکتیک در قالب بازی
- آشنایی با بازی دونفره و مقررات
- کسب مهارت در اجرای هماهنگ بازی دو نفره

روش تدریس:

تدریس این واحد بر حسب موضوع تکنیک ابتدای با اجرای عملی مدرس و سپس اجرای دانشجویان انجام خواهد گرفت.

وظایف دانشجو:

- حضور فعال در کلاس
- پشتکار و جدیت در اجرای تکنیک ها

نحوه ارزشیابی:

ارزیابی بر اساس نحوه اجرای تکنیک ها و تاکتیک ها خواهد بود.