



به نام خدا

دانشگاه شیراز

دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی

معاونت دانشجویی و فرهنگی



پارچه

تربیت بدنی و علوم ورزشی آشنا شویم...

تابستان ۱۳۹۴





## موضوع این رشته تحصیلی:

تربیت بدنی رشته میان رشته ای می باشد که از علوم مختلف برای تقویت و تربیت جسم و روان انسان استفاده می کند. این رشته از یک سو مشتمل بر یکسری رشته های پایه ی پزشکی می باشد تا جایی که فارغ التحصیل آن تا حد یک پزشک یار با جسم انسان آشنا می شود و از سوی دیگر بخشی از دروس این رشته شامل علوم تربیتی است تا دانشجوی این رشته با تنش و واکنش انسانها آشنا شود و بتواند به عنوان یک مربی با ورزشکاران یا دانش آموزان به درستی برخورد کند. و بالاخره یک بعد این رشته شامل علوم ورزشی می شود یعنی دانشجوی، علوم ورزشی را به صورت علمی و عملی آموزش می بیند تا بتواند در رشته های مختلف ورزشی مهارت داشته باشد و همچنین توانایی تحقیق در علوم ورزشی را به دست بیاورد. تربیت بدنی رشته ای از علوم مختلف برای تقویت و تربیت جسم و روان انسان استفاده می کند. این رشته از یک سو مشتمل بر یکسری رشته های پایه ی پزشکی است تا جایی که فارغ التحصیل آن تا حد یک پزشک یار با جسم انسان آشنا می شود و از سوی دیگر بخشی از دروس این رشته شامل علوم تربیتی است تا دانشجوی این رشته با تنش و واکنش انسانها آشنا شود و بتواند به عنوان یک مربی با ورزشکاران یا دانش آموزان به درستی برخورد کند. یک بعد این رشته، شامل علوم ورزشی است یعنی دانشجوی، علوم ورزشی را به صورت علمی و عملی آموزش می بیند تا بتواند در رشته های مختلف ورزشی مهارت داشته باشد و همچنین توانایی تحقیق در علوم ورزشی را به دست بیاورد. دانشجویان این رشته باید از سلامت کامل جسمی برخوردار باشد. در ضمن افرادی که از کودکی اهل ورزش هستند، انگیزه ی بیش تری برای فراگیری مطالب علمی و عملی از خود نشان می دهند. گفتنی است که قد آقایان داوطلب رشته ی تربیت بدنی باید حداقل ۱۶۵ سانتی متر و خانمها ۱۵۸ سانتی متر باشد (قهرمانان تیم ملی از شرط یاد شده مستثنی هستند و دارای امتیاز ویژه ای هستند). گفتنی است که این رشته به صورت نیمه متمرکز دانشجویان می گیرد. یعنی در یک آزمون عملی مهارت، آمادگی و توانایی جسمی دانشجویان سنجیده می شود.





## موقعیت شغلی در ایران:

فارغ التحصیل تربیت بدنی می تواند به عنوان مربی و مسوول ورزش در وزارتخانه ها و بعضی از وزارتخانه ها که بخش تربیت بدنی دارند، فعالیت کند. همچنین می تواند در ساخت وسایل و البسه ورزشی مشاور یک طراح باشد. چون نظرات یک کارشناس ورزشی نقش موثری در بهبود وسایل ورزشی دارد. در کل فارغ التحصیل این رشته اگر فرد فعالی باشد، هیچ وقت بیکار نمی ماند چون می تواند به عنوان مربی در باشگاههای ورزشی آزاد فعالیت کند و یا به عنوان مربی، کارشناس یا مربی بدنسازی جذب سازمان تربیت بدنی شود.

## توانایی های لازم:

دانشجوی این رشته باید از کودکی ورزشکار باشد. چون یکسری از مهارت های پایه ای را مثل ژیمناستیک و یا دومیدانی که نیاز به هماهنگی کامل عصب و عضله دارد، نمی توان در بزرگسالی فراگرفت. در ضمن افرادی که از کودکی اهل ورزش هستند، انگیزه ی بیشتری برای فراگیری مطالب علمی و عملی از خود نشان می دهند. گفتنی است که قد آقایان داوطلب رشته تربیت بدنی باید حداقل ۱۶۵ سانتی متر و خانم ها ۱۵۸ سانتی متر باشد (قهرمانان تیم ملی از شرط یاد شده مستثنی هستند) و حداقل دید چشم آنها باید باشد. گفتنی است که این رشته بصورت نیمه متمرکز دانشجو می گیرد. یعنی در یک آزمون عملی مهارت، آمادگی و توانایی جسمی دانشجویان سنجیده می شود.

## شرایط پذیرش دانشجو:

این رشته به صورت نیمه متمرکز دانشجو می گیرد. اولین مرحله پذیرش دانشجو در رشته علوم ورزشی از طریق کنکور سراسری انجام می شود. پذیرفته شدگان مرحله اول برای احراز شرایط ورود به این شرایط ورود به این رشته که سلامتی و آمادگی جسمانی و روانی و ساختار مطلوب جسمی می باشد، باید در آزمون عملی که از طرف سازمان سنجش و آموزش کشور برگزار می شود، شرکت کنند و امتیاز لازم را کسب کنند.



## مشخصات کلی برنامه مقطع کارشناسی

دوره کارشناسی رشته تربیت بدنی با نام علوم ورزشی شامل دو گرایش علوم زیستی و علوم انسانی می باشد. تعداد واحدهای کارشناسی این رشته ۱۳۲ واحد (دروس عمومی ۲۰ واحد، دروس نظری تخصصی ۶۰ واحد و دروس عملی ۵۲ واحد) است.

## گرایش های رشته علوم ورزشی در مقاطع ارشد و دکتری

فیزیولوژی ورزشی ، مدیریت ورزشی، رفتار حرکتی ، آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی ، روانشناسی ورزشی ، بیومکانیک ورزشی. ذکر این نکته حائز اهمیت است که ادامه تحصیل در این رشته در ایران و در خارج از کشور تا مقطع دکتری و بالاتر در گرایش های متعدد وجود دارد.

## مواد آزمون عملی:

کشش بارفیکس (۲۰ ثانیه)، درپیل با پا (بین موانع)، دراز و نشست (۳۰ ثانیه)، غلت، تست چابکی ۹\*۴، (دو خانمها ۱۵۰ متر و آقایان ۲۵۰ متر)، درپیل با دست با توپ بسکتبال از بین موانع)، پرش از مانع، تعادل (راه رفتن بر روی تخته تعادل)، پرتاب توپ ۳ کیلویی

با تشکر از

مدیریت امور علمی دانشجویان و

انجمن علمی بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی