

اطلاعیه جام رکوردها



دوستان عزیز لطفا جدولی را که در قالب فایل **word** برای شما ارسال شده و بر اساس آیتم های جام رکوردها است، طبق رکورد های خود در هر هفته از فروردین ماه کامل نموده و جدول تکمیل شده را به صورت **pdf** برای دبیران خود ارسال بفرمایید. میتوانید از بین آیتم ها سه آیتمی را که پیشرفت بهتری در آن داشته و به رکورد بهتری رسیده اید وارد نمایید.

(نحوه رکورد گیری در هر آیتم و شیوه صحیح اجرای هر حرکت در جام رکوردها خدمتتان توضیح داده شد.)

رکورد های شما مورد بررسی قرار میگیرد و نفرات برتر مشخص میشوند و بعد از انجام آزمون آنلاین، اسامی نفرات اول تا سوم اعلام و جوایزی به آنها اهدا میگردد.

مهلت ارسال تا پانزدهم اردیبهشت میباشد

**دوستان عزیز توجه فرمایید عدم ارسال جدول رکوردهایتان
نمره منفی برای شما در پی خواهد داشت**

پایه هفتم ارسال به خانم خزایی،

Elhamkhazaei966@gmail.com

پایه هشتم ارسال به خانم نظری،

Elhamnazari.j@gmail.com

پایه نهم ارسال به خانم ثابتی،

Maryam69sa@gmail.com

گروه تربیت بدنی متوسطه اول
فرزانگان دو تهران





پیش به سوی المپیک!!

سلام دوستان عزیزم؛

همانطور که میدانید در آستانه المپیک ۲۰۲۰ توکیو قرار داشتیم که ویروسی مرموز این مسابقات را یکسال به تعویق انداخت. المپیک بزرگترین رویداد ورزشی جهان است و این در حالی است که همه رشته های ورزشی در آن حضور ندارند. خیلی از افراد هنگام انتخاب یک رشته ورزشی با هدف قهرمانی این امکان را در نظر میگیرند که آیا این رشته المپیکی هست یا نه. همچنین برای این انتخاب ملاک های چون سن مناسب شروع آن ورزش، نوع اسکلت بدنی مناسب آن، رشته های ورزشی پیش نیاز آن و موارد دیگر میتوانند بسیار تاثیر گزار باشند.

به همین منظور برای آشنایی بیشتر شما عزیزان با رشته های المپیکی و کمک به انتخاب رشته ورزشی متناسب با علاقه و استعدادتان، از شما میخواهیم یک رشته ورزشی که جز رشته های المپیکی باشد انتخاب کرده و حول موضوعات زیر تحقیقی راجع به آن تهیه کنید.

چه بسا در دوره های بعدی المپیک شما یکی از شرکت کنندگان و مدال آوران این تورنمنت جهانی باشید.

راستی هنگام حضور بر روی سکو گاز گرفتن مدال خود را فراموش نکنید!

عزیزان قابل ذکر است این تحقیق ۱۰ نمره از نمره ترم دوم درس تربیت بدنی شما خواهد بود. تا پانزدهم اردیبهشت ماه مهلت دارید تحقیق های خود را برای دبیران خود ارسال کنید. کارهای برتر انتخاب و در کانال نمایش داده میشوند. سلامت و بانشاط باشید.



گروه تربیت بدنی
مدرسه فرزندگان ۲ تهران



۱. انتخاب یک رشته ورزشی المپیکی.

۲. سن مناسب شروع این ورزش چه سنی است؟

(میتوانید این سوال را در این قالب بررسی کنید که: قهرمانان این رشته به طور میانگین در چه سنی این ورزش را شروع کرده اند.)

۳. رشته های ورزشی پیش نیاز این رشته کدام ورزشها میتوانند باشند.

(قهرمانان این رشته آیا معمولا قبل از شروع این ورزش به طور حرفه ای، ورزش دیگری را کار میکرده اند)

۴. زمان لازم برای رسیدن یک ورزشکار در این رشته به المپیک چقدر است؟

(آیا این رشته زمان بندی و قوانین خاصی برای حضور در چنین مسابقاتی دارد یا خیر بدون احتساب زمان خاص و مستقیما بستگی به توانایی شخص دارد)

۵. عمر قهرمانی ورزشکاران این رشته چند سال است؟

(قهرمانان مطرح دنیا در این رشته ورزشی معمولا در چند دوره المپیک توانسته اند مقام آور باشند)

۶. فیزیک مناسب این رشته ورزشی کدام است؟

(با بررسی قد و وزن و نوع اسکلت بندی و حجم عضلانی و .. قهرمانان این رشته ها میتوان معیارهایی بدست آورد)

۷. در کدام نواحی جغرافیایی ورزشکاران موفق تری را در این رشته ها پرورش داده اند؟

(توجه به نوع اقلیم و نژاد کشورهای که شرکت کننده های موفق تری در این رشته ها داشته اند)

۸. بررسی روانشناختی رشته

(رشته ورزشی گروهی و تیمی چه تیپ اخلاقی را میطلبد و رشته انفرادی چه نوعی را، رزمی چه روحیاتی را

میخواهد رشته تمرکزی و یا نمایشی چه روحیه ای لازم دارد)

۹. بحث هزینه و امکانات رشته ورزشی

(آیا این رشته جز رشته های گران محسوب میشود که هزینه بر و نیاز به امکانات حرفه ای و تخصصی

فراوان دارد یا خیر)

۱۰. ویژگی منحصر به فرد این رشته ورزشی

(ورزشکاران و دستداران این رشته کدام ویژگی آن را باعث جذابیت و زیبایی اش میدانند.)

دوستان عزیز، تحقیق خود را به شکل یک پوستر

در فایل **word** یا **power point** انجام دهید.

یک فایل **word** برای شما ارسال میشود که

میتوانید کار را در آن فایل انجام دهید.

کار را به صورت **pdf** برای دبیران خود ارسال کنید.

پایه هفتم ارسال به خانم خزایی:

Elhamkhazaei966@gmail.com

پایه هشتم ارسال به خانم نظری:

Elhamnazari.j@gmail.com

پایه نهم ارسال به خانم ثابتی:

Maryam69sa@gmail.com



گروه تربیت بدنی

مدرسه فرزندگان ۲ تهران