

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های جسمانی -
حرکتی(دختران و پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی	تاریخ ارزشیابی:
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران
کد وظیفه	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه	پرورش مهارت های جسمانی -حرکتی)
شغل		شغل:	واحد یادگیری یک: آماده سازی جسمانی سلامت محور
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۱۱	کار:	مهارت

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری /نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	تبیین مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی	کلیه تجهیزات عوامل ششگانه مرتبط با سلامت ،شامل :کورنومتر،ساعت ضربان سنج، انواع توپ مدیسن بال ،طناب ها ، کش ها ،پله ها ، مخروط ها ، باکس های مطبق ،انواع تشک و تجهیزات مرتبط استقامت،قدرت،انعطاف پذیری ،سی دی های مرتبط	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	آشنایی کامل و عالی و اجرای مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی	۳	
				آشنایی ناقص و اجرای ناقص مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی	۲	
				و اجرای نادرست مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی	۱	
۲	اجرای عوامل ششگانه سلامت محور	کلیه تجهیزات عوامل ششگانه مرتبط با سلامت ،شامل :کورنومتر،ساعت ضربان سنج، انواع توپ مدیسن بال ،طناب ها ، کش ها ،پله ها ، مخروط ها ، باکس های مطبق ،انواع تشک و تجهیزات مرتبط با استقامت،قدرت،انعطاف پذیری ،سی دی های مرتبط	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	اجرای عالی عوامل ششگانه سلامت محور	3	
				اجرای قابل قبول عوامل ششگانه سلامت محور	۲	
				اجرای انادرست عوامل ششگانه سلامت محور	1	
۳	روش های اجرای تمرینات	کلیه تجهیزات عوامل ششگانه مرتبط با سلامت ،شامل :کورنومتر،ساعت ضربان سنج، انواع توپ مدیسن بال ،طناب ها ، کش ها ،پله ها ، مخروط ها ، باکس های مطبق ،انواع تشک و تجهیزات مرتبط با استقامت،قدرت،انعطاف پذیری ،سی دی های مرتبط	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	انجام دادن عالی انواع روشهای تمرینات امادگی جسمانی سلامت محور	3	
				انجام دادن قابل قبول انواع روشهای تمرینات امادگی جسمانی سلامت محور	۲	
				انجام دادن ناقص و اشتباه انواع روشهای تمرینات امادگی جسمانی سلامت محور	1	
	شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی و با ایفای نقش کامل خود در کار تیمی	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	پوشیدن لباس ورزشی - دقت در فرایند انجام تمرین - ، جلوگیری از پخش وسایل در محیط- ایفای نقش موثر در کار تیمی -	۲	
				پوشیدن لباس ورزشی عدم دقت در فرآیند کار- رها کردن وسایل در محیط - عدم ایفای نقش موثر در کار تیمی-عدم رعایت بهداشت	1	
ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)						
بلی ☐						
خبر ☐						

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از ۳ مراحل (۳ و ۲) (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت ، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح

شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار): خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نام و نام خانوادگی		شماره ملی		تاریخ ارزشیابی:	
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران	کد پیما نه/پودمان	۳۴۲۱۱۲۰۱۱
کد وظیفه	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	پرورش مهارت های جسمانی حرکتی	سطح صلاحیت	۲
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۱۲	کار:	واحد یادگیری ۲ آمادگی جسمانی مهارت محور	سطح شایستگی	مهارت

ردیف	مراحل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری/نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	تبیین مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی	سالن های ورزشی روباز و سرپوشیده و سالن های تخصصی مراکز ورزشی، کلیه تجهیزات عوامل ششگانه مرتبط با مهارت، شامل: کورنومتر، ساعت ضربان سنج، انواع توپ مدیسین بال، طناب ها، کش ها، پله ها، مخروط ها، باکس های مطبق، انواع تشک و تجهیزات مرتبط با سرعت و.... سی دی های مرتبط. زمان: ۶۰ دقیقه با تعویض لباس (۱۰) دقیقه گرم کردن، ۴۰ دقیقه پیاده کردن هدف، ۱۰ دقیقه سرد کردن	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	آشنایی کامل و عالی و اجرای مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی بر پایه مهارت محور آشنایی کفایت قبول و اجرای مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی بر پایه مهارت محور آشنایی ناقص و اجرای مفاهیم آمادگی و کارکردهای آمادگی جسمانی بر پایه مهارت محور	3 2 1	
۲	اجرای عوامل ششگانه مهارت محور	سالن های ورزشی روباز و سرپوشیده و سالن های تخصصی مراکز ورزشی، کلیه تجهیزات عوامل ششگانه مرتبط با مهارت، شامل: کورنومتر، ساعت ضربان سنج، انواع توپ مدیسین بال، طناب ها، کش ها، پله ها، مخروط ها، باکس های مطبق، انواع تشک زمان: ۶۰ دقیقه با تعویض لباس (۱۰) دقیقه گرم کردن، ۴۰ دقیقه پیاده کردن هدف، ۱۰ دقیقه سرد کردن	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	اجرای عالی عوامل ششگانه مهارت محور اجرای قابل قبول عوامل ششگانه مهارت محور اجرای نادرست عوامل ششگانه مهارت محور	3 2 1	
۳	روش های اجرای تمرینات	سالن های ورزشی روباز و سرپوشیده و سالن های تخصصی مراکز ورزشی، کلیه تجهیزات عوامل ششگانه مرتبط با مهارت، شامل: کورنومتر، ساعت ضربان سنج، انواع توپ مدیسین بال، طناب ها، کش ها، پله ها، مخروط ها، باکس های مطبق، انواع تشک زمان: ۶۰ دقیقه با تعویض لباس (۱۰) دقیقه گرم کردن، ۴۰ دقیقه پیاده کردن هدف، ۱۰ دقیقه سرد کردن	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	انجام دادن عالی انواع روشهای تمرینات آمادگی جسمانی مهارت محور انجام دادن قابل قبول انواع روشهای تمرینات آمادگی جسمانی مهارت محور انجام دادن نادرست انواع روشهای تمرینات آمادگی جسمانی مهارت محور	3 2 1	
	شایستگی های غیر فنی، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی و با ایفای نقش کامل خود در کار تیمی	چک لیست (پیش آزمون - پس آزمون) مشاهده - آزمونها	پوشیدن لباس ورزشی - دقت در فرایند انجام تمرین -، جلوگیری از پخش وسایل در محیط - ایفای نقش موثر در کار تیمی - پوشیدن لباس ورزشی عدم دقت در فرایند کار - رها کردن وسایل در محیط - عدم ایفای نقش موثر در کار تیمی - عدم رعایت بهداشت،	2 1	

☐ بلی	ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)
☐ خیر	

توضیحات:
معیار شایستگی انجام کار :
- کسب حداقل نمره ۲ از ۳ و (مراحل بحرانی)
- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش
- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار
تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.
مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها تسلط (سطح چهار): خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت
های جسمانی-حرکتی (پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی	تاریخ ارزشیابی:	
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران	کد پیما نه / پودمان ۳۴۲۱۱۲۰۱۲
کد وظیفه شغل	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	پرورش مهارت های جسمانی-حرکتی	استاندارد عملکرد کار: اجرای انواع جابجایی، تعادل و چرخش ها
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۲۱	کار:	واحد یادگیری ۱: اجرای مهارت های پایه ژیمناستیک (پسران)	مهارت

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری /نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	مهارتهای پایه	وسایل ساده کمک آموزشی (انواع ابزار و وسایل کمک آموزشی شامل انواع نیمکت، انواع توپ، انواع باکس - تشک - نیمکت ژیمناستیک - مینی تراپلین - جعبه استپ - پودر - کرومومتر - وایت برد - ماژیک وایت برد - تلویزیون CD-DVD های آموزشی گچ های رنگی - سفید - کتاب ها و منابع مرتبط - طناب - لباس استاندارد	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	اجرای کامل و خوب مهارتهای پایه پسران (جابجایی - و ...)	3	
۲	ابزار و وسایل کمک آموزشی	وسایل ساده کمک آموزشی (انواع ابزار و وسایل کمک آموزشی شامل انواع نیمکت، انواع توپ، انواع باکس - تشک - نیمکت ژیمناستیک - مینی تراپلین - جعبه استپ - پودر - کرومومتر - وایت برد - ماژیک وایت برد - تلویزیون CD-DVD های آموزشی گچ های رنگی - سفید - کتاب ها و منابع مرتبط - طناب - لباس استاندارد	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	بکار گیری صحیح ابزار و وسایل کمک آموزشی بکار گیری با اشکال ابزار و وسایل کمک آموزشی بکار گیری نادرست ابزار و وسایل کمک آموزشی	3 ۲ 1	
۳	مهارتهای پایه	وسایل ساده کمک آموزشی (جعبه ، - - چوب ژیمناستیک - توپ - حلقه - تشک - نیمکت ژیمناستیک - مینی تراپلین - جعبه استپ - پودر - کرومومتر - وایت برد -	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	اجرای کامل و خوب مهارتهای پایه رشته های ژیمناستیک پسران	3	
				اجرای با اشکال مهارتهای پایه رشته های ژیمناستیک پسران	۲	
				اجرای نادرست مهارتهای پایه رشته های ژیمناستیک پسران	1	
	شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار - ، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نپوشیدن لباس ورزشی - عدم دقت در فرایند کار - رها کردن هنجرویان بدون مریی	1	

بلی ☐	ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)
خیر ☐	

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت ، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار): خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت
های جسمانی_حرکتی (پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی	تاریخ ارزشیابی:
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران
کد وظیفه شغل	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	پرورش مهارت های جسمانی_حرکتی(پسران)
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۲۲	کار:	واحد بادگیری ۲: اجرای مهارت های ژیمناستیک هنری (پسران)
استاندارد عملکرد کار:		کد پیمان/پودمان	۳۴۲۱۱۲۰۱۲
اجرای ترکیبی از حرکات اساسی (برنامه) حداقل با ۴ مهارت اساسی در حرکات زمینی و ۴ مهارت در یکی از اسباب		سطح صلاحیت	۲
		سطح شایستگی	مهارت

ردیف	مرا حل کار	(ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری/نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	ابزارهای ژیمناستیک هنری	وسایل ساده کمک آموزشی(انواع ابزار و وسایل کمک آموزشی شامل انواع نیمکت،انواع توپ،انواع باکس - تشک- نیمکت ژیمناستیک- مینی تراپلین- جعبه استپ- پودر -کرونومتر- وایت برد- مازیک وایت برد- تلویزیون CD-DVDهای آموزشی گچ های رنگی- سفید- کتاب ها ومنابع مرتبط- طناب- لباس استاندارد	آزمون های استاندارد , مشاهده , تست , مصور و غیر مصور,	استفاده صحیح از ابزارهای ژیمناستیک هنری	3	
				اشکال در اجرا و شناخت ابزارهای ژیمناستیک هنری	۲	
				استفاده اشتباه از ابزارهای ژیمناستیک هنری	1	
۲	حرکات زمینی و خرک	وسایل ساده کمک آموزشی(انواع ابزار و وسایل کمک آموزشی شامل انواع نیمکت،انواع توپ،انواع باکس - تشک- نیمکت ژیمناستیک- مینی تراپلین- جعبه استپ- پودر -کرونومتر- وایت برد- مازیک وایت برد- تلویزیون CD-DVDهای آموزشی گچ های رنگی- سفید- کتاب ها ومنابع مرتبط- طناب- لباس استاندارد	آزمون های استاندارد , مشاهده , تست مصور و غیر مصور ,	اجرای کامل و صحیح حرکات زمینی و خرک	3	
				اجرای با اشکال حرکات زمینی و خرک	۲	
				حرکات زمینی و خرک را اشتباه انجام دهند	1	
۳	خرک حلقه و پارالل	وسایل ساده کمک آموزشی(انواع ابزار و وسایل کمک آموزشی شامل انواع نیمکت،انواع توپ،انواع حلقه -پارالل- تراپلین- جعبه استپ- پودر -کرونومتر- وایت برد- مازیک وایت برد- تلویزیون CD-DVDهای آموزشی گچ های رنگی- سفید- کتاب ها ومنابع مرتبط- طناب- لباس استاندارد	آزمون های استاندارد , مشاهده , تست مصور و غیر مصور ,	خرک حلقه و پارالل را کامل و صحیح انجام دهند	3	
				خرک حلقه و پارالل را با اشکال انجام دهند	۲	
				خرک حلقه و پارالل را نادرست انجام دهند	1	
	شایستگی های غیر فنی , ایمنی, بهداشت, توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی,	آزمون های استاندارد , مشاهده , تست مصور و غیر مصور ,	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار- , برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نبوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرآیند کار- رها کردن هرنجوبان بدون مربی	1	
ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)						
بلی ☐						
خیر ☐						

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی , ایمنی, بهداشت , توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار): خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های
جسمانی_حرکتی (دختران و پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی	تاریخ ارزشیابی:
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه:	ورزشکاران
کد وظیفه شغل	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	مهارت‌های جسمانی حرکتی (پسران)
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۳۱	کار:	واحد یادگیری ۱: اجرای مهارت‌های بنیادی و دوما
استاندارد عملکرد		کد پیما/پودمان	۳۴۲۱۱۲۰۱۳
کار: اجرای دوماهای سرعت - استقامت - امدادی - با مانع با اجرای کامل استارت		سطح صلاحیت	۲
		سطح شایستگی	مهارت

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری/نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	مهارت های بنیادی دوما	پیست و امکانات زمین دوومیدانی ، کرومومتر ، تخته استارت ، چوب های امداد ، مانع ، انواع مخروط (در صورت شرایط استاندارد پیست دو و میدانی در غیر این صورت شرایط مدرسه	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	اجرای کامل و عالی مهارت های بنیادی دوما زانو بلند اسکپ - پا پشت و	3	
				اجرای متوسط مهارت های بنیادی دوما زانو بلند اسکپ - پا پشت و	۲	
				اجرای اشتباه مهارت های بنیادی دوما زانو بلند اسکپ - پا پشت و	1	
۲	نوع دوما(دوماهای با مانع سرعت و استقامت و امدادی	پیست و امکانات زمین دوومیدانی ، کرومومتر ، تخته استارت ، چوب های امداد ، مانع ، انواع مخروط (در صورت شرایط استاندارد پیست دو و میدانی در غیر این صورت شرایط مدرسه	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	اجرای کامل نوع دوما(دوماهای با مانع سرعت و استقامت و امدادی	3	
				اجرای متوسط و با اشکال انواع دوما(دوماهای با مانع سرعت و استقامت و امدادی	۲	
				عدم اجرا ا انواع دوما(دوماهای با مانع سرعت و استقامت و امدادی	1	
۳	استارت ها و پایان دوما finish	پیست و امکانات زمین دوومیدانی ، کرومومتر ، تخته استارت ، چوب های امداد ، مانع ، انواع مخروط (در صورت شرایط استاندارد پیست دو و میدانی در غیر این صورت شرایط مدرسه	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	اجرای کامل استارت ها و پایان دوما finish	3	
				اجرای متوسط استارت ها و پایان دوما finish	۲	
				عدم اجرا استارت ها و پایان دوما finish	1	
	شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار- ، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نبوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرآیند کار- رها کردن هنرجویان بدون مربی	1	

☐ بلی
☐ خیر

ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت ، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد.

سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار): خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های جسمانی_حرکتی (دختران و پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی		تاریخ ارزشیابی:	
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران	کد پیمانه/پودمان	۳۴۲۱۱۲۰۱۳
کد وظیفه شغل	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	مهارت های جسمانی حرکتی	سطح صلاحیت	۲
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۳۲	کار:	واحد یادگیری ۲: اجرای مهارت های میدانی ها	سطح شایستگی	مهارت

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری /نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	مهارت های بنیادی میدانی ها	فضای موجود مدرسه تجهیزات پرش و پرتاب صورت وجود پیست دو و میدانی	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	اجرای کامل و عالی مهارت های بنیادی میدانی ها	3	
				اجرای با اشکال مهارت های بنیادی میدانی ها	۲	
				عدم اجرا مهارت های بنیادی میدانی ها	1	
۲	انواع پرش ها	فضای موجود مدرسه تجهیزات پرش و پرتاب صورت وجود پیست دو و میدانی	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	انجام دادن کامل تکنیک پرش ها طول و ارتفاع	3	
				انجام دادن یک مورد از تکنیک پرش ها طول و ارتفاع	۲	
				عدم اجرا تکنیک پرش ها طول و ارتفاع	1	
۳	انواع پرتاب ها	فضای موجود مدرسه تجهیزات پرش و پرتاب صورت وجود پیست دو و میدانی	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	انجام دادن کامل تکنیک پرتاب /وزنه	3	
				انجام دادن یک مورد از تکنیک پرتاب / وزنه	۲	
				عدم اجرا تکنیک پرتاب / وزنه	1	
	شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار- ، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نبوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرایند کار- رها کردن هنرجویان بدون مربی	1	

بلی ☐	ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)
خیر ☐	

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت ، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها تسلط (سطح چهار) : خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های
جسمانی_حرکتی (دختران و پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی	تاریخ ارزشیابی:	
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران	کد پیمانۀ /پودمان
کد وظیفه	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	پرورش مهارت های جسمانی حرکتی	سطح صلاحیت
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۴۱	کار:	واحد یادگیری ۱: اجرای مهارت پایه و کُرال سینه	سطح شایستگی
		استاندارد عملکرد کار:		
		استاندارد عملکرد کاراجرای شای کُرال سینه- و کُرال پشت با استارت و رعایت اصول شنا		

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری/نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	۱- ورود به آب و سرخوردن	استخر، لباس شنا، کرنومتر ، وسایل مربوطه و تجهیزات کمک آموزشی استخر، لباس شنا و تجهیزات ، کرنومتر	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	اجرای حفظ تعادل درآب(مرکز ثقل)چگونگی قرارگرفتن درحالت تعادل و سرخوردن درآب به پشت و به سینه- سرخوردن از لبه استخر و سرخوردن	3	
				اجرای حفظ تعادل درآب(مرکز ثقل)چگونگی قرارگرفتن درحالت تعادل و سرخوردن درآب	۲	
				عدم اجرای صحیح هر مرحله	1	
۲	۲- انجام حرکات دست و پا و هماهنگی و نفس گیری صحیح	استخر، لباس شنا، کرنومتر ، وسایل مربوطه و تجهیزات کمک آموزشی استخر، لباس شنا و تجهیزات ، کرنومتر	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	حرکت پا و دست کُرال سینه کامل و درست انجام دهد	3	
				حرکت پا و دست کُرال سینه کامل و درست با اشکال انجام دهد	۲	
				حرکت غلط	1	
۳	۳- استارت	استخر، لباس شنا، کرنومتر ، وسایل مربوطه و تجهیزات کمک آموزشی استخر، لباس شنا و تجهیزات ، کرنومتر	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	استارت را درست انجام دهد	3	
				استارت را با اشکال انجام دهد	۲	
				استارت غلط انجام شود	1	
	شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور ،	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار-، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نپوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرایند کار- رها کردن هنرجویان بدون مربی	1	
ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)						
					بلی	☐
					خیر	☐

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت ، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است.

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها تسلط (سطح چهار) : خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های

جسمانی-حرکتی (دختر و پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی		تاریخ ارزشیابی:	
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران	کد پیمانانه / یودمان	۳۴۲۱۱۲۰۱۴
کد وظیفه شغل	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه شغل:	مهارت های جسمانی حرکتی	سطح صلاحیت	۲
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۴۲	کار:	واحد یادگیری ۲: اجرای مهارت پایه و کراال پشت	سطح شایستگی	مهارت

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/ داوری /نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	1-عملکرد دست ها، پاها و نفس گیری .	استخر، لباس شنا، کرنومتر ، وسایل مربوطه و تجهیزات کمک آموزشی استخر، لباس شنا و تجهیزات ، کرنومتر	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور	حرکت پا و دست کراال پشت کامل و درست انجام دهد	3	
				حرکت پا و دست کراال پشت کامل و درست با اشکال انجام دهد	۲	
				عدم اجرای صحیح هر مرحله	1	
۲	تمرینات وضعیت بدن	استخر، لباس شنا، کرنومتر ، وسایل مربوطه و تجهیزات کمک آموزشی استخر، لباس شنا و تجهیزات ، کرنومتر	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور .	حرکت پادراپ(کراال- پشت) و حرکت دست (کراال-پشت) و اجرای نفس گیری صحیح - درقسمت عمیق ، نحوه پای کراال پشتو درست انجام دهد	3	
				حرکت پادراپ(کراال- پشت) و حرکت دست (کراال-پشت) و اجرای نفس گیری صحیح - درقسمت عمیق ، نحوه پای کراال پشت را با اشکال انجام دهد	۲	
				حرکت غلط	1	
۳	استارت ابرگشت	استخر، لباس شنا، کرنومتر ، وسایل مربوطه و تجهیزات کمک آموزشی استخر، لباس شنا و تجهیزات ، کرنومتر	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور .	استارت و بازگشت را درست انجام دهد	3	
				استارت و بازگشت را با اشکال انجام دهد	۲	
				استارت و بازگشت غلط انجام شود	1	
	شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد ، مشاهده ، تست مصور و غیر مصور .	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار- ، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نبوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرایند کار- رها کردن هنرجویان بدون مربی	1	
ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)						
☐ بلی ☐ خیر						

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی ، ایمنی، بهداشت ، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت

مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار) : خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های

جسمانی - حرکتی (پسران)

نام و نام خانوادگی	حرفه	حرفه :	ورزشکاران	شماره ملی	تاریخ ارزشیابی:
۳۴۲۱۱۲	کد حرفه	حرفه :	ورزشکاران	کد پیمان/پودمان	استاندارد عملکرد کار:
۳۴۲۱۱۲۰۱	کد وظیفه شغل	وظیفه شغل:	مهارت های جسمانی حرکتی	سطح صلاحیت	اجرای فنون اصلی و بنیادی کشتی آزاد و فرنگی برای کسب امتیاز یا ضربه فنی کردن حریف با هدف پیروزی
۳۴۲۱۱۲۰۱۵۱	کد کار	کار:	واحد یادگیری ۱: انجام تکنیک ها و تاکتیک های کشتی آزاد و فرنگی	سطح شایستگی	مهارت

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری /نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	انجام مهارت های پایه	معیارها و روشهای امتیازگیری در کشتی- فنون و اعمال غیرمجاز در ورزش کشتی- نکات ایمنی در آموزش، تمرین و اجرای فنون کشتی	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	تشخیص معیارها و روش های امتیازگیری در کشتی- فنون و اعمال غیرمجاز در ورزش کشتی- شناخت جدول مسابقات کشتی- رعایت نکات ایمنی در آموزش، تمرین و اجرای درست فنون کشتی	3	
				ضعف تشخیص معیارها و روش های امتیازگیری == فنون و اعمال غیرمجاز در ورزش کشتی- آشنایی ناکافی با جدول مسابقات کشتی-	۲	
				عدم اجرای موارد فوق	1	
۲	فنون اصلی و بنیادی کشتی آزاد و فرنگی	سالن کشتی، تشک، کورنومتر، سوت، آدمک، طناب ۱۰ ثانیه	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	اجرای فن در ۲۰ ثانیه	3	
				اجرای فن بیشتر از ۲۰ ثانیه	۲	
				عدم اجرای فن	1	
۳	اجرای تمرینات و فنون کشتی و سرد کردن	سالن کشتی، تشک، کورنومتر، سوت، آدمک، طناب ۱۰ ثانیه	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	انجام درست با بازگشت به حالت اولیه	3	
				انجام درست	۲	
				انجام نادرست بازگشت به حالت اولیه	1	
	شایستگی های غیر فنی، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار-، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه	۲	
				نپوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرایند کار- رها کردن هنجویان بدون مربی	1	
ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)						
☐ بلی ☐ خیر						

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار): خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.

نمون برگ ارزشیابی کار پرورش مهارت های جسمانی-حرکتی (پسران)

نام و نام خانوادگی		شماره ملی		تاریخ ارزشیابی:	
کد حرفه	۳۴۲۱۱۲	حرفه :	ورزشکاران	کد پیمانه / یودمان	۳۴۲۱۱۲۰۱۵
کد وظیفه	۳۴۲۱۱۲۰۱	وظیفه	مهارت های جسمانی حرکتی (پسران)	سطح صلاحیت	۲
شغل		شغل:		سطح شایستگی	مهارت
کد کار	۳۴۲۱۱۲۰۱۵۲	کار:	واحد یادگیری ۲: انجام تکنیک ها و تاکتیک های کشتی پهلوانی و فرنگی		

ردیف	مرا حل کار	شرایط انجام کار (ابزار، مواد، تجهیزات، زمان، مکان و ...)	ابزارهای ارزشیابی	استاندارد (شاخص ها/داوری/نمره دهی)	نتایج ممکن	نمره کسب شده
۱	۱- انجام مهارت های پایه	معیارها و روشهای امتیازگیری در کشتی- فنون و اعمال غیرمجاز در ورزش کشتی- جدول مسابقات کشتی- نکات ایمنی در آموزش، تمرین و اجرای فنون کشتی	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	رعایت نکات ایمنی در آموزش، تمرین و اجرای صحیح فنون کشتی فرنگی و پهلوانی کم دقتی در رعایت نکات ایمنی در آموزش، تمرین و اجرای با اشکالات جزئی فنون کشتی فرنگی و پهلوانی اجرای اشتباه فنون کشتی فرنگی و پهلوانی	3 2 1	
۲	۲- انجام تکنیک ها و تاکتیک های کشتی پهلوانی	سالن کشتی، تشک، کورنومتر، سوت، آدمک، طناب ۱۰ ثانیه سالن کشتی، تشک، کورنومتر، سوت، آدمک، طناب ۱۰ ثانیه	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	اجرای فن در ۲۰ ثانیه اجرای فن بیشتر از ۲۰ ثانیه عدم اجرای فن در زمان لازم	3 2 1	
۳	اجرای تمرینات و- 3 فنون کشتی و سرد کردن	سالن کشتی، تشک، کورنومتر، سوت، آدمک، طناب ۱۰ ثانیه	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	انجام درست با بازگشت به حالت اولیه انجام با اشکالات جزئی با بازگشت به حالت اولیه انجام نادرست با بازگشت به حالت اولیه	3 2 1	
	شایستگی های غیر فنی، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش:	با استفاده از لوازم ایمنی کار و رعایت نکات زیست محیطی،	آزمون های استاندارد، مشاهده، تست مصور و غیر مصور	استفاده از لباس ورزشی مناسب - دقت در فرایند انجام کار-، برگرداندن وسایل آموزشی به مکان اولیه نپوشیدن لباس ورزشی- عدم دقت در فرایند کار- رها کردن هنجویان بدون مربی	2 1	
ارزشیابی کار (شایستگی انجام کار)						
☐ بلی ☐ خیر						

توضیحات:

معیار شایستگی انجام کار :

- کسب حداقل نمره ۲ از مراحل ۱ و ۲ و ۳ (مراحل بحرانی)

- کسب حداقل نمره ۲ از بخش شایستگی های غیر فنی، ایمنی، بهداشت، توجهات زیست محیطی و نگرش

- کسب حداقل میانگین ۲ از مراحل کار

تعریف سطوح شایستگی: صرف نظر از اینکه یک تکلیف کاری در چه سطحی از صلاحیت حرفه ای انجام می شود، در هر محیط کاری ممکن است انجام هر کار با کیفیت مشخصی مورد انتظار باشد. سطح

شایستگی انجام کار، معیار اساسی ارزشیابی است

مهارت (سطح سه): ماهر و قادر به آموزش و هدایت دیگران، توانایی برنامه ریزی و تحلیل، پاسخ گویی در برابر کارهای خود، سروکار داشتن با سطح وسیعی از کارها و فعالیت ها

تسلط (سطح چهار) : خبرگی در انجام کار و آموزش دیگران، ایجاد، نوآوری، سازگاری، عیب یابی، هدایت و راهنمایی دیگران.