



شیوه ارائه دروس تربیت بدنی و ورزش ۱

به صورت مجازی – عملی

- (۱) ارائه (ویدئو، ...) دروس از طریق سیستم CW و Vclass دانشگاه (با حضور و غیاب)
 - در صورت صلاحدید و جهت سهولت و دسترسی بیشتر ممکن است از پیام رسان ها نیز استفاده شود.
- (۲) به عنوان کار کلاسی و بازخورد از نحوه درست انجام تمرینات، فیلم های کوتاه از سوی دانشجویان برای استاد مربوطه ارسال خواهد شد.
- (۳) با صلاحدید استاد ممکن است بخشی از نمره کلاس مربوط به امتحان میان ترم باشد.
- (۴) امتحان پایان ترم با توجه به شرایط زمان امتحان ممکن است مجازی و یا حضوری باشد.

وسایل مورد نیاز:

- (۱) تمامی دانشجویان باید کفش، جوراب و لباس ورزشی مناسب داشته باشند.
 - (۲) برای تمامی واحدها اعم از تربیت بدنی و یا ورزش ۱ نیاز به ارتفاع ۳۰ سانتی متری (پله، استپ) می باشد.
 - (۳) ورزش ۱:
 - برای رشته والیبال، توپ والیبال و دیوار با ارتفاع مناسب و فضای کافی برای تمرین مورد نیاز است.
 - برای رشته فوتسال، توپ فوتسال و یا فوتبال و محوطه حدود ۲۰ متری که در آن امکان حرکت باشد، مورد نیاز خواهد بود.
 - برای رشته بدمینتون، راکت و توپ بدمینتون (شاتل) پر دار و دیوار و فضای کافی برای تمرین مورد نیاز است.
 - رشته آمادگی جسمانی – فانکشنال برای دانشجویانی که امکان استفاده از توپ و فضای مرتبط را ندارند مصوب شده و در آن از تمرینات ترکیبی آمادگی جسمانی و فانکشنال استفاده خواهد شد.
- برای آگاهی از اطلاعات بیشتر می توانید به پایگاه اینترنتی مدیریت تربیت بدنی (منوی آموزش) مراجعه نمایید.

<http://sport.sharif.ir/edu/>