

الف) عنوان درس به فارسی: کبدي  
عنوان درس به انگلیسی: Kabaddi

دروس هم‌نیاز:	دروس پیش‌نیاز: آمادگی جسمانی ۱	نوع واحد			تعداد واحد: ۲
		<input checked="" type="checkbox"/> انتخابی	<input type="checkbox"/> تخصصی	<input type="checkbox"/> پایه	تعداد ساعت: ۶۴
		<input checked="" type="checkbox"/> عملی	<input type="checkbox"/> نظری		
آموزش تکمیلی عملی: دارد <input type="checkbox"/> ندارد <input checked="" type="checkbox"/>					
سفر علمی <input type="checkbox"/> آزمایشگاه <input type="checkbox"/> سمینار <input type="checkbox"/> کارگاه <input type="checkbox"/>					

ب) هدف کلی:

مطالعه نحوه اجرا و آموزش مهارت‌های اساسی در رشته کبدي

اهداف ویژه:

- آشنایی با تاریخچه و قوانین ورزش کبدي سالی
- آشنایی با نحوه اجرا و آموزش مهارت‌ها و حرکات پایه
- آشنایی با تاکتیک‌های مسابقه

پ) سرفصل:

- ۱- فلسفه و تاریخچه ورزش کبدي
- ۲- چگونگی نفس‌گیری و اجرای آهنگ کبدي
- ۳- اجرا و آموزش حرکات پایه و اصلی در کبدي
- ۴- اجرا و آموزش تکنیک‌ها و تاکتیک‌های حمله و دفاع
- ۵- قوانین و مقررات کبدي سالی

ت) روش یاددهی - یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

آموزش کلامی - عملی

ث) روش ارزشیابی:

ارزیابی مهارت‌ها در حین مسابقه

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

چ) فهرست منابع:

- ۱- رانو، پراسار (۲۰۰۲). آموزش مربیگری کبدي. ترجمه: میرزایی، مرضیه، رحیمی نژاد، زهرا، ابوجعفر، منصوره (۱۳۸۹). چاپ اول، انتشارات کمیته ملی المپیک، تهران.
- ۲- شفیع زاده، حسن، دلزور، حسن، امرایی، حدیث (۱۳۸۸). آموزش کبدي استاندارد، چاپ اول، تهران.

