

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 تکنیک‌های پایه در موی تاي

اهداف ویژه:

- آشنایی با تاریخچه و قوانین در موی تاي
- آشنایی با نحوه اجرا و آموزش مهارت‌های پایه در موی تاي

پ) سرفصل:

- ۱- تاریخچه، انواع، قوانین مقدماتی و تجهیزات در ورزش موی تاي
- ۲- اجرا و آموزش تکنیک‌ها و ضربات اصلی دست
- ۳- اجرا و آموزش تکنیک‌ها و ضربات اصلی پا
- ۴- اجرا و آموزش تکنیک‌های اساسی دفاع در ضربات پا
- ۵- اجرا و آموزش تکنیک‌های اساسی دفاع در ضربات دست
- ۶- اجرا و آموزش تکنیک‌های اساسی حمله و دفاع
- ۷- اجرا و آموزش تاکتیک‌های مبارزه ای



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

آموزش کلامی - عملی

ث) روش ارزشیابی:

سنجش مهارت‌های پایه

چگونگی استفاده از مهارت‌ها در مبارزه

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

چ) فهرست منابع:

- ۱- فالک، داوید، موای- تاي، بوکس تایلندی، ترجمه: کاراموز، مرتضی (۱۳۷۶)، انتشارات پارسی نژاد، تهران.