

معاونت پژوهش، برنامه‌ریزی و سنجش مهارت  
دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

## استاندارد آموزش شایستگی

# کاربرد شنا در فوتبال

## گروه شغلی فناوری ورزشی

کد ملی آموزش شایستگی

۳	۴	۲	۱	۳	۰	۹	۱	۰	۰	۰	۰	۵	۸	۱
ISCO-۰۸				سطح مهارت	شناسه گروه			شناسه شغل			شناسه شایستگی		نسخه	

۳۴۳۱-۹۱-۰۱۰-۱

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۵/۲/۱

نظارت بر تدوین محتوا و تصویب : دفتر طرح و برنامه های درسی

کد ملی شناسایی آموزش شایستگی : ۱-۰۱۰-۹۱-۳۴۲۱

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی :  
علی موسوی مدیرکل دفتر طرح و برنامه های درسی  
رامک فرح آبادی معاون دفتر طرح و برنامه های درسی  
زهرا زمانی زنوز مسؤل گروه برنامه ریزی درسی فناوری ورزشی  
امیر نصرالله بروجردی

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد آموزش شایستگی :  
- اتحادیه مدیران باشگاههای فوتبال ایران  
- دفتر آموزش دوره دوم متوسطه کارودانش وزارت آموزش و پرورش .

فرآیند اصلاح و بازنگری :

-  
-

کلیه حقوق مادی و معنوی این استاندارد متعلق به سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور بوده و هرگونه سوء استفاده مادی و معنوی از آن موجب پیگرد قانونی است .

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

تهران ، خیابان آزادی ، نبش خوش جنوبی، سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور

آدرس الکترونیکی : Daftar\_tarh@irantvto.ir

تلفن ۶۶۹۴۴۱۲۵

تهیه کنندگان استاندارد آموزش شایستگی

ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل و سمت	سابقه کار مرتبط	آدرس ، تلفن و ایمیل
۱	هومن افاضلی	لیسانس	زبان انگلیسی	-	۱۵ سال	تلفن ثابت : ۸۸۵۷۳۲۱۹ تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
۲	مصطفی عزیزی	فوق لیسانس	تربیت بدنی	مدرس شنا	۳۵ سال	تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس : تهران
۳	عباس بنیان	فوق لیسانس	-	استاد دانشگاه و مشاور اتحادیه فوتبال	۳۵ سال	تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس : تهران
۴	امیر نصراله بروجردی	فوق لیسانس	مدیریت	معاون آموزش اتحادیه فوتبال	۳۰ سال	تلفن ثابت : ۸۸۷۶۲۱۳۳ تلفن همراه : ۹۱۲۱۴۸۳۵۱۱ ایمیل : abrojerdy@yahoo.com آدرس : تهران
۵	علی محمد مرتضوی	کارشناس	مدیریت	دبیر اتحادیه فوتبال	۵۰ سال	تلفن ثابت : ۸۸۶۰۶۷۰۰ تلفن همراه : ایمیل : آدرس :

## **تعاریف :**

### **استاندارد شغل :**

مشخصات شایستگی ها و توانمندی های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه ای نیز گفته می شود.

### **استاندارد آموزشی :**

نقشه‌ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی های موجود در استاندارد شغل .

### **نام یک شغل :**

به مجموعه ای از وظایف و توانمندی های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می رود اطلاق می شود .

### **شرح شغل :**

بیانیه ای شامل مهم ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل ، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی ، مسئولیت ها ، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل .

### **طول دوره آموزش :**

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی .

### **ویژگی کارآموز ورودی :**

حداقل شایستگی ها و توانایی هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می رود .

### **کارورزی:**

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود. (مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک با استفاده از عکس می آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی گردد).

### **ارزشیابی :**

فرآیند جمع آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر ، که شامل سه بخش عملی ، کتبی عملی و اخلاق حرفه‌ای خواهد بود .

### **صلاحیت حرفه ای مربیان :**

حداقل توانمندی های آموزشی و حرفه ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می رود .

### **شایستگی :**

توانایی انجام کار در محیط ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد .

### **دانش :**

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی . که می تواند شامل علوم پایه (ریاضی ، فیزیک ، شیمی ، زیست شناسی ) ، تکنولوژی و زبان فنی باشد .

### **مهارت :**

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی . معمولاً به مهارت های عملی ارجاع می شود .

### **نگرش :**

مجموعه ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت های غیر فنی و اخلاق حرفه ای می باشد .

### **ایمنی :**

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می شود .

### **توجهات زیست محیطی :**

ملاحظات است که در هر شغل باید رعایت و عمل شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد.

<b>نام استاندارد آموزش شایستگی :</b>	
کاربرد شنا در صنعت فوتبال	
<b>شرح استاندارد آموزش شایستگی :</b>	
<p>کاربرد شنا در صنعت فوتبال کاربرد شنا در صنعت فوتبال یکی از شایستگی های صنعت فوتبال در حوزه فناوری ورزشی می باشد و عبارت است از کارها به شرح ذیل تعریف ، تاریخچه و تجهیزات ورزش شنا- قوطه وری ، تنفس و حرکت در آب ، شنای قورباغه، شنای کرال سینه، ورزش در آب در ارتباط می باشد.</p>	
<b>ویژگی های کارآموز ورودی :</b>	
<p><b>حداقل میزان تحصیلات :</b> پایان دوره دوم متوسطه(دیپلم)</p> <p><b>حداقل توانایی جسمی و ذهنی :</b> برخوردار از سلامت روانی کامل و توانمندی جسمی جهت حضور در کلاس و توانمندی فراگیری محتوای دوره های آموزشی</p> <p><b>مهارت های پیش نیاز :</b> ندارد</p>	
<b>طول دوره آموزش :</b>	
طول دوره آموزش	۱۲۸ ساعت
- زمان آموزش نظری	۵۰ ساعت
- زمان آموزش عملی	۷۸ ساعت
- زمان کارورزی	- ساعت
- زمان پروژه	- ساعت
<b>بودجه بندی ارزشیابی ( به درصد )</b>	
- کتبی :	۲۵٪
- عملی :	۶۵٪
- اخلاق حرفه ای :	۱۰٪
<b>صلاحیت های حرفه ای مربیان :</b>	
<p>حداقل لیسانس مرتبط با رشته تربیت بدنی و دو سال سابقه تدریس و یا سابقه کار مرتبط .</p> <p>افراد دارای مدرک مربی شنا درجه ۲ و دو سال سابقه تدریس و یا سابقه کار مرتبط .</p>	

\* تعریف دقیق استاندارد ( اصطلاحی ) :

آشنائی و یادگیری مبانی ورزش شنا در صنعت فوتبال در حوزه فناوری ورزشی می باشد و عبارت است از :  
تاریخچه ، تجهیزات ، اصول ، مفاهیم و فنون ورزش شنا با تکیه بر نیازهای صنعت فوتبال و بکارگیری آن می باشد.

\* اصطلاح انگلیسی استاندارد ( و اصطلاحات مشابه جهانی ) :

Swim

\* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد :

\* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار :

- |                      |                                     |                                  |
|----------------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| ..... طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/>            | الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب   |
| ..... طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/>            | ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت         |
| ..... طبق سند و مرجع | <input type="checkbox"/>            | ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور     |
|                      | <input checked="" type="checkbox"/> | د : نیاز به استعلام از وزارت کار |

استاندارد آموزش شایستگی

- کارها

ردیف	عناوین
۱	بکارگیری مفاهیم و تجهیزات ورزشی شنا
۲	قوطه وری ، تنفس و حرکت در آب
۳	شنای قورباغه
۴	شنای کرال سینه
۵	ورزش در آب

	زمان آموزش			عنوان : بکارگیری مفاهیم و تجهیزات ورزشی شنا
	جمع	عملی	نظری	
	۲۴	۱۴	۱۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
کتاب شنا استخر استاندارد ویژه آموزش کودک و نوجوان			۱۰	دانش : - تعریف و هدف ورزش شنا . - تاریخچه شنا. - تجهیزات و بهداشت ورزش شنا .
		۱۴		مهارت : - تبیین تعریف و هدف ورزش شنا - تاریخچه شنا. - آشنائی و یادگیری تجهیزات و بهداشت ورزش شنا .
				نگرش : - - توجه به ویژگی های محتوا با ورزش و صنعت فوتبال .
				ایمنی و بهداشت : - استفاده از تجهیزات و دستوالعمل های اجرائی با رعایت استاندارد ها و نکات ایمنی و بهداشتی. -
			توجهات زیست محیطی : - انتخاب محل مناسب برای تمرین و یادگیری به نحوی که سرما، گرما و آلاینده های صوتی و ... مانع فعالیت نگردد. -	

	زمان آموزش			عنوان : قوطه وری ، تنفس و حرکت در آب
	جمع	عملی	نظری	
	۲۶	۱۶	۱۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
کتاب شنا استخر استاندارد ویژه آموزش کودک و نوجوان			۱۰	دانش : - قوطه وری . - تنفس . - حرکت در آب .
		۱۶		مهارت : - قوطه وری در آب . - تنفس در آب. - حرکت در آب
	نگرش : - توجه به ویژگی های محتوا با ورزش و صنعت فوتبال .			
	ایمنی و بهداشت : - استفاده از تجهیزات و دستوالعمل های اجرائی با رعایت استاندارد ها و نکات ایمنی و بهداشتی. -			
	توجهات زیست محیطی : - انتخاب محل مناسب برای تمرین و یادگیری به نحوی که سرما، گرما و آلاینده های صوتی و ... مانع فعالیت نگردد. -			

	زمان آموزش			عنوان : شنای قورباغه
	جمع	عملی	نظری	
	۲۶	۱۶	۱۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
کتاب شنا استخر استاندارد ویژه آموزش کودک و نوجوان				دانش : - حرکت پای قورباغه. - حرکت دست در شنای قورباغه. - هماهنگی دست و پای شنای قورباغه.
				مهارت : - اجرای حرکت پای قورباغه. - اجرای حرکت دست در شنای قورباغه. - اجرای هماهنگی دست و پای شنای قورباغه.
				نگرش : - توجه به ویژگی های محتوا با ورزش و صنعت فوتبال .
				ایمنی و بهداشت : - استفاده از تجهیزات و دستوالعمل های اجرائی با رعایت استاندارد ها و نکات بهداشتی.
				توجهات زیست محیطی : - انتخاب محل مناسب برای تمرین و یادگیری به نحوی که سرما، گرما و آلاینده های صوتی و ... مانع فعالیت نگردد. -

	زمان آموزش			عنوان : شنای کرال سینه
	جمع	عملی	نظری	
	۲۶	۱۶	۱۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
کتاب شنا استخر استاندارد ویژه آموزش کودک و نوجوان			۱۰	دانش : - حرکت پای کرال سینه. - حرکت دست در شنای کرال سینه. - هماهنگی دست و پای شنای کرال سینه. -
		۱۶		مهارت : - اجرای حرکت پای کرال سینه. - اجرای حرکت دست در شنای کرال سینه. - اجرای هماهنگی دست و پای شنای کرال سینه.
			نگرش : - توجه به ویژگی های محتوا با ورزش و صنعت فوتبال .	
			ایمنی و بهداشت : - استفاده از تجهیزات و دستوالعمل های اجرائی با رعایت استاندارد ها و نکات بهداشتی.	
			توجهات زیست محیطی : - انتخاب محل مناسب برای تمرین و یادگیری به نحوی که سرما، گرما و آلاینده های صوتی و ... مانع فعالیت نگردد. -	

	زمان آموزش			عنوان : ورزش در آب
	جمع	عملی	نظری	
	۲۶	۱۶	۱۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
کتاب شنا استخر استاندارد ویژه آموزش کودک و نوجوان			۱۰	دانش : - ورزش در آب - ورزش در آب عمومی - ورزش در آب عضوی
		۱۶		مهارت : - اجرای ورزش در آب - اجرای ورزش عمومی - اجرای ورزش عضوی
				نگرش : - توجه به ویژگی های محتوا با ورزش و صنعت فوتبال .
				ایمنی و بهداشت : - استفاده از تجهیزات و دستوالعمل های اجرائی با رعایت استاندارد ها و نکات بهداشتی.
			توجهات زیست محیطی : - انتخاب محل مناسب برای تمرین و یادگیری به نحوی که سرما، گرما و آلاینده های صوتی و ... مانع فعالیت نگردد. -	

- برگه استاندارد تجهیزات

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱-	صندلی و میز دانشجویی	ساخته شده از فلز و پلاستیک فشرده	۱۵	
۲-	وایت برد	ابعاد ۱۲۰×۱۰۰ سانتی متر	۱	
۳-	میز و صندلی مدرس	ابعاد ۷۰×۵۰ و دو کشو	۱	
۴-	سیستم کامل صوتی	آمپلی فایر و بلند گو	۱	
۵-	استخر آموزشی	استاندارد مندرج در دستوالعمل فدراسیون شنا		

توجه:

- تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود.

- برگه استاندارد مواد

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	کاغذ	انواع کاغذ در ابعاد و اشکال مختلف	۱ بسته	
۲	وسایل تحریر	انواع وسایل تحریر و نگارش معمول	۲۰ عدد	
۳	فلش کارت	چند سری فلش کارت جهت تسهیل در آموزش	۱۵ سری	
۴	کتب آموزشی	مندرج در استاندارد	۱۵ سری	

توجه:

- مواد به ازاء یک نفر و یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر محاسبه شود.

منابع و نرم افزار های آموزشی ( اصلی مورد استفاده در تدوین و آموزش استاندارد )

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	کتاب شنا	فریثون تند نویس		۱۳۹۱		شرکت چاپ کتاب های درسی
۲	کتاب آب درمانی (هیدروتراپی)	کتر فاطمه شاپوری		۱۳۹۳		نشر فرهنگ شناسی
۳	(NDD) Flash Card	گروه علوم ورزشی نصر داده دانش		۱۳۹۲	ایران	نصر داده دانش

فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش استاندارد

ردیف	عنوان
۱	www.footballelearning.ir