

عناوین پودمان های رشته تربیت بدنی پایه 10

پودمان	شماره پودمان	درس
مبانی بنیادی تربیت بدنی	۱	دانش فنی پایه
مبانی علوم پایه در تربیت بدنی	۲	
مبانی ساختار اماکن و تجهیزات ورزشی	۳	
مبانی اندازه گیری و ارزشیابی در تربیت بدنی	۴	
مبانی ارتباطات و رسانه های ورزشی	۵	
بدن سازی عمومی	۱	پرورش مهارت های جسمانی، حرکتی (ویژه دختران) / پرورش مهارت های جسمانی، حرکتی (ویژه پسران)
ژیمناستیک	۲	
دو و میدانی	۳	
شنا	۴	
ورزش هوازی کشتی	۵	
دارت	۱	توسعه مهارت های چابکی - ذهنی
اسکیت	۲	
شطرنج	۳	
تنیس روی میز	۴	
بدمینتون	۵	