



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

استانداردهای فضا، تجهیزات و فناوری‌های آموزشی تربیت بدنی مدارس



دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

۱۴۰۰

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللهم صلى على محمد و آل محمد

مقدمه

سند تحول بنیادین آموزش و پرورش مبنای سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی تحولی در نظام تعلیم و تربیت رسمی و عمومی جمهوری اسلامی ایران است. بر اساس مندرجات زیرنظام تأمین فضا، تجهیزات و فناوری فضاها و مراکز آموزشی و تربیتی این سند، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی موظف است در موضوع تجهیزات آموزشی، تربیتی و ورزشی با همکاری سازمان‌ها و واحدهای ذیربط، ضوابط و استانداردهای تجهیزات، مواد و فناوری‌های آموزشی، تربیتی و ورزشی مبتنی بر اقتضائات برنامه درسی ملی را تدوین و مبنای عمل قرار دهد و سالانه آن را به روزآوری نماید. در همین راستا سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی متناسب با اقتضائات برنامه‌های درسی تربیت بدنی و رعایت اصول و ضوابط ذیربط اقدام به تدوین استانداردهای زمین‌ها و تجهیزات ورزشی مورد نیاز مدارس نموده است.

رعایت ایمنی و ضوابط فنی وسایل آموزشی کلاس‌های درس تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی مدارس از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا علاوه بر کمک به اجرای هماهنگ و مطلوب برنامه‌های درس تربیت بدنی، از سلامت دانش‌آموزان به هنگام بکارگیری آنها مراقبت خواهد کرد.

این سند از سه بخش اصلی شامل مشخصات و ابعاد زمین‌های ورزشی، تجهیزات و وسایل ورزشی، و جدول استاندارد حداقل فضا و تجهیزات اماکن ورزشی سرپوشیده داخل مدارس تشکیل شده است. در بخش اول سعی شده است ابعاد زمین‌های ورزشی متناسب با شرایط و اقتضائات موجود در مدارس و لحاظ نکته نظرات ایمنی در سه تیپ (الف، ب و ج) ارائه شود. تیپ الف همان ابعاد استانداردهای ملی و بین المللی است که معمولاً مسابقات ورزشی در آن انجام می‌شود و تیپ‌های ب و ج نیز از نظر مساحت هر کدام یک سطح کوچکتر از ابعاد استاندارد ملی هستند، اما تناسب اضلاع و ابعاد در آن لحاظ شده است. بخش دوم وسایل و تجهیزات ورزشی در دو قسمت اول (تجویزی و نیمه تجویزی) و دوم (غیرتجویزی) ارائه شده است. در جداول مربوطه هر یک از وسایل از نظر ویژگی‌ها و خصوصیات، کاربرد آن در هر دوره تحصیلی، تعداد و شکل آن ارائه شده است. بخش سوم نیز شامل ۵ تیپ سالن ورزشی سرپوشیده است که زمین‌ها و تجهیزات مورد نیاز هر بخش به تفکیک ارائه شده است.

در تدوین این سند تلاش شده است با انجام نیازسنجی دقیق و بهره گیری از مطالعات تطبیقی، تحلیل اسناد تحولی، بررسی اسناد سازمان استاندارد، نظرات نخبگان تربیت بدنی و ورزش مدارس کشور، دیدگاه های تولیدکنندگان و پیشنهادات اساتید دانشگاه، مسائل فنی و تخصصی تا حدود زیادی لحاظ شود. در این راستا شایسته است از اساتید، مسئولان و کارشناسانی که تجربه های ارزشمندشان در حوزه تربیت بدنی و ورزش مدارس کشور روشنگر راه ما بوده است نیز تشکر و قدردانی شود.

در این سند استانداردهای تجهیزات، امکانات و فناوری های آموزشی حوزه تربیت و یادگیری سلامت و تربیت بدنی با مشارکت افراد حقیقی و حقوقی و با تاکید بر بخش تربیت بدنی و ورزش مدارس ارائه شده است که در ویرایش های آتی، بخش بهداشت و سلامت نیز به آن اضافه خواهد شد. لذا ضمن تشکر از پدید آورندگان محترم آقایان دکتر مهرزاد حمیدی، دکتر مهراله رخشانی مهر، دکتر محمد جعفری، عباس اردستانی، مهندس محمد چگنی، مهندس آرش مردانی، دکتر عباس حاجی زاده، محمود خدابخشی، دکتر محسن وحدانی، سعید خسروی، طیبه ارشاد، سیرانوش حسن بیگی، دکتر محسن حاجی، دکتر محمد رحیم، دکتر حسن مظاهری، دکتر کیومرث جهانگردی، محمود حدادی و دکتر عابد بدریان، امید است بهره گیری از این استانداردها به اجرای ماموریت ها و وصول به اهداف متعالی تربیتی و آموزشی کشور یاری رساند و زمینه های همراهی، همکاری، هم نوایی و تعامل علاقه مندان به نظام تعلیم و تربیت، به ویژه فرهنگ دوستان، مؤلفان، مترجمان، و تولیدکنندگان وسایل و تجهیزات آموزشی با نظام آموزشی را گسترش دهد.

بنا بر مندرجات مصوبه ۹۳۳ شورای عالی آموزش و پرورش، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی می تواند به صوترسلله محتوای این سند را بروزرسانی کند. لذا از کلیه صاحب نظران، کارشناسان، معلمان و اساتید محترم دعوت می شود نظرات، پیشنهادات و انتقادات خود را در خصوص محتوای این سند از طریق سامانه standard.roshd.ir ارائه نمایند.

دفتر انتشارات و فناوری آموزش





فهرست مطالب

عنوان	صفحه
بخش اول: مشخصات و ابعاد زمین‌های ورزشی	۱۳
رشته فوتسال	۱۴
رشته والیبال	۱۶
رشته هندبال	۱۸
رشته بسکتبال	۲۰
رشته بدمینتون	۲۳
رشته تنیس روی میز	۲۴
زمین بازی (ویژه دوره ابتدایی)	۲۵
اتاق تربیت بدنی	۲۶
بخش دوم تجهیزات و وسایل ورزشی	۲۷
الف) تجهیزات و وسایل ورزشی بخش تجویزی و نیمه تجویزی برنامه درس تربیت بدنی	۲۷
ب) تجهیزات و وسایل ورزشی بخش اختیاری برنامه درس تربیت بدنی، کانون‌های ورزشی	۴۱
بخش سوم: جدول استاندارد حداقل فضا و تجهیزات اماکن ورزشی سرپوشیده داخل مدارس	۵۳
الف: دوره اول و دوم ابتدایی	۵۳
ب: دوره اول و دوم متوسطه	۵۶
منابع	۶۱

بخش اول:

مشخصات و ابعاد
زمین‌های ورزشی

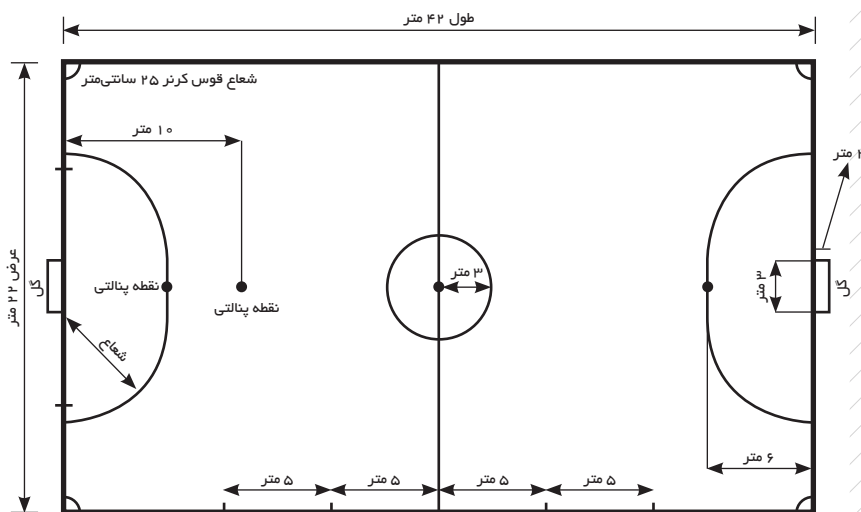


جداول مربوط به ابعاد زمین‌های ورزشی در دو سطح ارائه شده است:

- ۱- استاندارد: به منظور برگزاری مسابقات ورزشی (تیپ الف)
- ۲- آموزشی: به منظور برگزاری کلاس‌های درس تربیت بدنی (تیپ‌های ب و ج)

رشته فوتسال

زمین استاندارد فوتسال به شکل مستطیل با ابعاد 42×25 است که جزئیات آن در تصویر نشان داده شده است (شکل ۱).



شکل ۱- ابعاد زمین فوتسال تیپ الف (استاندارد ملی و بین‌المللی)

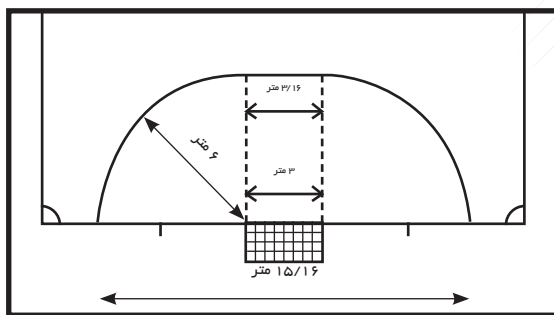
نکته مهم در طراحی زمین‌های آموزشی فوتسال این است که طول زمین الزاماً دو برابر عرض آن در نظر گرفته شود. در جدول زیر ابعاد زمین فوتسال در دو سطح استاندارد (تیپ الف)، و آموزشی (تیپ ب و ج) ارائه شده است.

دوره تحصیلی	متوسطه دوم	متوسطه اول و دوم	ابتدایی
اندازه ربع دایره‌های گوشه زمین	۲۵ سانتی متر	۲۵ سانتی متر	۲۰ سانتی متر
فاصله نقطه پناستی دوم تا دروازه	۱۰ متر	۱۰ متر	نیاز نمی‌باشد
فاصله نقطه پناستی اول تا دروازه	۶ متر	۶ متر	دو برابر طول دروازه
فاصله خط محوطه دروازه تا دروازه	۶ متر	۶ متر	دو برابر طول دروازه
شعاع دایره وسط	۳ متر	۳ متر	۲ متر
پهنای خطوط	۸ سانتی متر	۸ سانتی متر	۵ تا ۸ سانتی متر
ابعاد دروازه	۳*۲ متر	۳*۲ متر	طول ۳-۲ ارتفاع ۱-۲
عرض	۲۰-۲۵	۱۳-۱۸	۱۰-۱۲
طول	۳۸-۴۲	۲۶-۳۶	۲۰-۲۴
تجهیزات	استاندارد الف	تیپ آموزشی ب	تیپ آموزشی ج

جدول ۱- ابعاد زمین فوتسال

سایر توضیحات تکمیلی:

ترسیم قوس محوطه دروازه: دو خط فرضی با طول ۶ متر از امتداد دو تیر عمودی (و قسمت داخلی تیر دروازه) و عمود بر خط دروازه رسم می‌شوند. در انتهای این دو خط، یک چهارم دایره‌ای به شعاع ۶ متر، به سمت خط حاشیه نزدیک‌تر به هر خط، رسم می‌شود و در نهایت دو سر دایره‌ها با خطی موازی با خط دروازه و به طول $\frac{3}{16}$ متر به هم وصل می‌شوند. محدوده محصور میان این خطوط و دروازه، محوطه جریمه است. برای تیپ "ج" شعاع را به جای ۶ متر، دو برابر طول دروازه و طول خط وسط به جای $\frac{3}{16}$ ، دو برابر طول دروازه (به علاوه لبه‌های بیرونی تیرهای دروازه) در نظر گرفته می‌شود (جدول ۲).



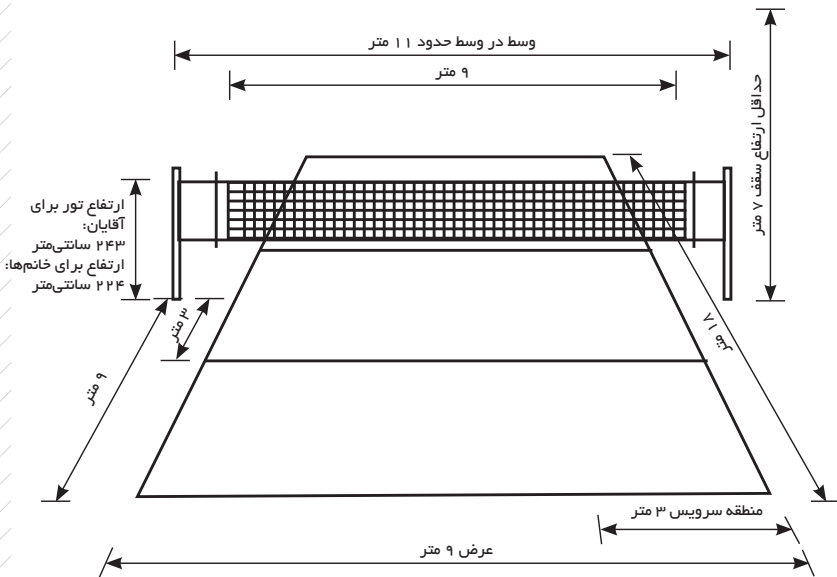
شکل ۲- قوس محوطه دروازه فوتسال (تیپ الف)

ملاحظات ایمنی:

- سطح زمین فوتسال باید مسطح، صاف، غیرسایشی و فاقد پستی، بلندی و شیب باشد.
- حریم ایمنی در تمام محیط زمین حداقل ۳ متر می‌باشد.
- میله‌های دروازه از لحاظ پوشش باید ایمن باشد.
- دروازه‌ها باید دارای تور محکم نخی یا پلاستیکی باشد.
- دروازه باید با ابعاد استاندارد و به درستی و با تعادل مناسب روی زمین قرار گیرد (بهتر است در زمین محکم گردد تا به راحتی سقوط نکند).
- چراغ‌های سالن باید ضربه‌گیر و حفاظ داشته باشند تا بر اثر اصابت احتمالی توپ آسیب نبینند.
- پنجره‌های دیوارهای عرضی حتماً باید دارای حفاظ باشند تا از ایجاد حوادث هنگام برخورد توپ با آنها جلوگیری، یا از شدت آن کاسته شود. در صورت عدم امکان نصب حفاظ، استفاده از شیشه‌های دارای تورهای فلزی و سکوریت برای پنجره‌ها توصیه می‌شود.
- در صورت استفاده از سالن ورزشی، محل نصب وسایل سرمایشی و گرمایشی در سالن باید به نحوی باشد که مورد اصابت توپ‌های شوت شده توسط ورزشکاران قرار نگیرد. برای این منظور نصب با حفاظ در ارتفاع مناسب، توصیه می‌شود.
- در پشت دروازه‌ها که عمدتاً موضع برخورد توپ‌های شوت شده توسط ورزشکاران می‌باشد و یا در تداوم حرکات سریع، ورزشکاران از آنجا عبور می‌کنند، به هیچ وجه نباید کابل‌های برق وجود داشته باشد. بهتر است این کابل‌ها در ارتفاع مناسب و با حفاظ بر روی دیواره نصب شده باشند.

رشته والیبال

زمین استاندارد والیبال به شکل مستطیل با ابعاد 18×9 است که جزئیات آن در تصویر نشان داده شده است (شکل ۳).



شکل ۳- ابعاد زمین والیبال (تیپ الف)

در جدول ۲ ابعاد زمین والیبال در دو سطح استاندارد (تیپ الف) و آموزشی (تیپ ب و ج) ارائه شده است.

جدول ۲- ابعاد زمین والیبال

دوره تحصیلی	فاصله خط حمله تا خط میانی (متر)	فاصله دو میله آنتن (متر)	فاصله میله‌ها (متر)	عرض	طول	تیپ
متوسطه دوم	۳	۹	۱۱	۹	۱۸	استاندارد- الف
متوسطه اول و دوم	۲/۵	۷	۹	۷	۱۴	تیپ آموزشی - ب
ابتدایی	۲	۵	۷	۵	۱۲	تیپ آموزشی - ج

ارتفاع تور مطابق جدول ۳ می‌باشد:

جدول ۳- ارتفاع تور والیبال

ارتفاع تور (متر)		دوره تحصیلی
پسران	دختران	
۲/۴۳	۲/۲۴	متوسطه دوم
۲/۳۰	۲/۲۰	متوسطه اول
۲/۲۰	۲/۱۰	ابتدایی

توضیحات تکمیلی و ملاحظات ایمنی:

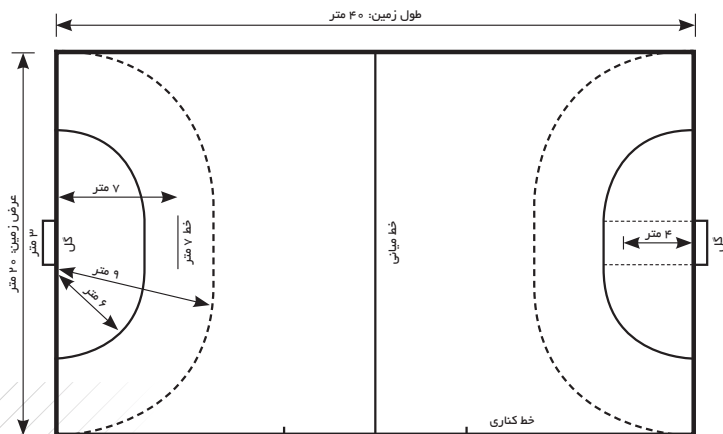
- سطح زمین والیبال باید مسطح، صاف، غیرسایشی و فاقد پستی، بلندی و شیب باشد.
- حریم ایمنی حداقل ۳ متر می‌باشد.

- میله‌ها باید ثابت شود.
- اطراف میله‌ها باید توسط فوم ایمن‌سازی شود.
- تمامی خطوط رسم شده روی زمین ۵ سانتی‌متر ضخامت دارند و باید رنگی روشن و متفاوت از رنگ سطح زمین و سایر خطوط داشته باشند.
- تور به پهنای یک متر و طول ۹/۵ متر (تیپ الف)، ۷/۵ متر (تیپ ب) و ۵/۵ متر (تیپ ج) است و از شبکه‌های مربع شکل و رنگ سیاه با ابعاد ۱۰*۱۰ سانتی‌متر ساخته شده است.
- آنتن: میله‌ای قابل انحناست به قطر ۱۰ میلی‌متر که از فایبر گلاس یا مشابه آن ساخته شده است. دو آنتن به قسمت خارجی نوارهای کناری طرفین مخالف تور به منظور تعیین محدوده زمین والیبال نصب می‌شود. برای تیپ ج لزومی به استفاده از آنتن وجود ندارد.
- حداقل ارتفاع سقف در سالن‌های دارای زمین والیبال ۷ متر می‌باشد؛
- روی پایه‌های تور باید اسفنج گذاشته شود تا در صورت برخورد به بازیکن صدمه‌ای نشود؛

رشته هندبال

زمین استاندارد هندبال به شکل مستطیل با ابعاد ۴۰*۲۰ است که جزئیات آن در تصویر نشان داده شده است (شکل ۴).

شکل ۴- ابعاد تیپ الف زمین هندبال



نکته مهم در طراحی زمین‌های آموزشی هندبال این است که طول زمین الزاماً دو برابر عرض آن در نظر گرفته شود.

در جدول ۴ ابعاد زمین هندبال در دو سطح استاندارد (تیپ الف)، و آموزشی (تیپ ب و ج) ارائه شده است. در اغلب مدارس زمین‌های فوتسال و هندبال به صورت مشترک مورد استفاده قرار می‌گیرد. در این صورت خطوط غیرمشترک با رنگی متمایز باید نقاشی شود.

جدول ۴- ابعاد زمین هندبال

دوره تحصیلی	تیپ	طول	عرض	ابعاد دروازه	پهنای خطوط	فاصله خط دروازه تا دروازه	فاصله خط محوطه دروازه تا دروازه	فاصله خط ضربه آزاد تا دروازه	فاصله نقطه پرتابی از وسط دروازه	متوسطه اول و دوم	متوسطه اول و دوم	ابتدایی دوم
	استاندارد- الف	۴۰	۲۰	۳*۲ متر	۵ سانتی‌متر	۴ متر	۶ متر	۹ متر	۷ متر			نیازی نمی‌باشد
	تیپ آموزشی ب	۳۲-۳۶	۱۶-۱۸	۳*۲ متر	۵ سانتی‌متر	۴ متر	۶ متر	۹ متر	۷ متر			نیازی نمی‌باشد
	تیپ آموزشی ج	۲۴-۳۰	۱۲-۱۵	۲/۴*۱/۶۰	۵ سانتی‌متر	نیازی نمی‌باشد	دو برابر طول دروازه	نیازی نمی‌باشد	نیازی نمی‌باشد			نیازی نمی‌باشد

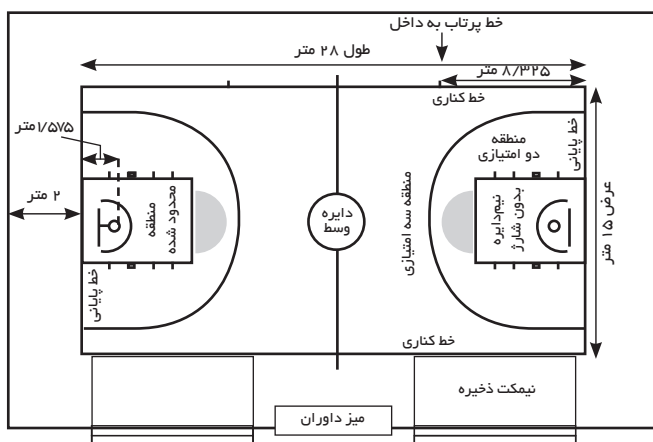
توضیحات تکمیلی و ملاحظات ایمنی:

- سطح زمین هندبال باید مسطح، صاف، غیرسایشی و فاقد پستی، بلندی و شیب باشد.
- حریم ایمنی حداقل ۳ متر می باشد.
- دروازه باید با ابعاد استاندارد و به درستی و با تعادل مناسب روی زمین قرار گیرد (بهتر است در زمین ثابت و محکم گردد تا به راحتی سقوط نکند).
- میله های دروازه از لحاظ پوشش باید ایمن باشد.
- دروازه ها باید دارای تور نخی یا پلاستیکی محکم باشد.
- قوس ها مشابه زمین فوتسال ترسیم شود.
- سایز توپ مورد استفاده متناسب با جنس و سن دانش آموزان باشد.

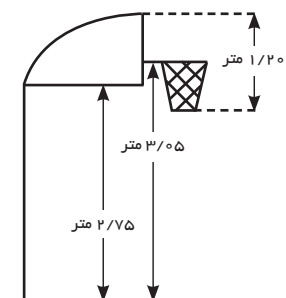
رشته بسکتبال

زمین استاندارد بسکتبال به شکل مستطیل با ابعاد 28×15 است که جزئیات آن در تصویر نشان داده شده است (شکل ۵). ابعاد مربوط به حلقه و تخته نیز در شکل ارائه شده است.

شکل ۵- ابعاد تیپ الف زمین بسکتبال (استاندارد ملی و بین المللی)



شکل ۶- ابعاد مربوط به تخته و سبد بسکتبال



در جدول ۵ ابعاد زمین بسکتبال در دو سطح استاندارد (تیپ الف)، و آموزشی (تیپ ب و ج) ارائه شده است. در تیپ "ج" در صورتی که طول و عرض حداقل در نظر گرفته شود (طول ۱۲ متر و عرض ۷ متر)، می‌توان زمین را به صورت تک حلقه‌ای ترسیم کرد.

جدول ۵- ابعاد زمین و پایه های بسکتبال

دوره تحصیلی	فاصله طولی سه امتیازی تا حلقه (سانتی‌متر)	پهنای خطوط (سانتی‌متر)	شعاع دایره وسط زمین و دالان ۳ ثانیه (سانتی‌متر)	تخته (سانتی‌متر)	مربع مستطیل وسط تخته (سانتی‌متر)	حلقه (سانتی‌متر)	عرض	طول	تایپ
متوسطه اول، متوسطه دوم	۶۷۵	۵	۱۸۰	طول: ۱۸۰ عرض: ۱۰۵	۴۵*۵۹	قطر داخلی: ۴۵ فاصله تا تخته: ۱۵ ارتفاع تا زمین: ۳۰۵	۱۵	۲۸	استاندارد- الف

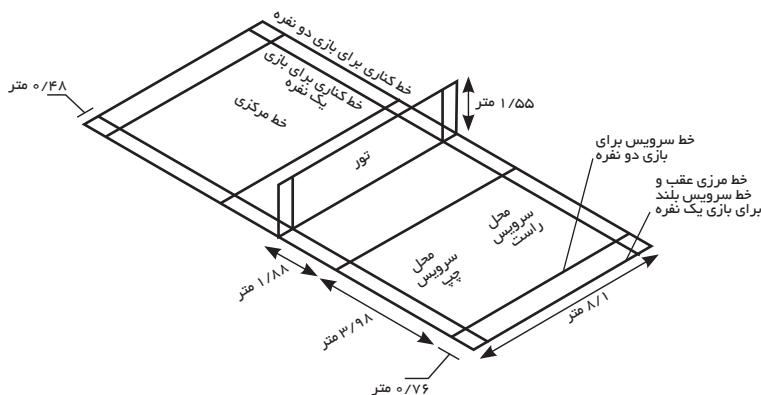
تیپ آموزشی - ب	۲۶	۱۴	قطر داخلی: ۴۵ فاصله تا تخته: ۱۵ ارتفاع تا زمین: ۲۷۵	۴۵%۵۹	طول: ۱۲۰ عرض: ۹۰	۱۸۰	۵	وجود ندارد	ابتدایی، متوسطه اول و دوم
تیپ آموزشی - ج	۲۴ ۱۲	۷-۱۲	قطر داخلی: ۴۵ فاصله تا تخته: ۱۵ ارتفاع تا زمین: ۲۷۵	۴۵%۵۹	طول: ۱۲۰ عرض: ۹۰	۹۰ در صورت تک حلقه‌ای نیازی نیست	۵	وجود ندارد	ابتدایی

توضیحات تکمیلی و ملاحظات ایمنی:

- سطح زمین بسکتبال باید مسطح، صاف، غیرسایشی و فاقد پستی، بلندی و شیب باشد.
- حریم ایمنی حداقل ۲ متر می‌باشد.
- پایه‌ها باید ثابت و دارای پوشش ایمنی باشد.
- رنگ تور سفید یا -سفید قرمز جنس آن نخ پنبه‌ای چند لایه و بلندی آن ۶۰ سانتی‌متر است.
- پایه بسکتبال: جنس پایه فلزی یا فایبر گلاس است و حداقل فاصله پایه تا خط زمین ۴۰ سانتی‌متر باشد.
- تخته: جنس تخته از چوب و یا تلق و رنگ تخته سفید است.
- روی پایه تور و دیوار پشت آن باید با اسفنج پوشیده شود تا در صورت برخورد بازیکن، صدمه‌ای به وی وارد نکند.

رشته بدمینتون

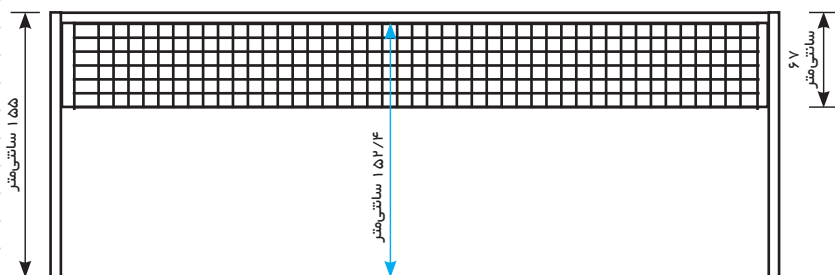
زمین بازی بدمینتون به شکل مستطیل می‌باشد (شکل ۷) و با خطوطی به عرض ۴۰ میلی‌متر کشیده می‌شود. خطوط زمین باید به سادگی قابل تشخیص بوده و بهتر است به رنگ سفید یا زرد کشیده شود. طول زمین ۱۳/۴۰ متر - عرض زمین دو نفره ۶/۱۰ متر - عرض زمین یک‌نفره ۵/۱۸ متر می‌باشد. کلیه این خطوط جزء زمین محسوب می‌شود. ارتفاع تور ۱/۵۵ متر در محل پایه‌ها (گوشه‌های تور) و ۱/۵۲۴ متر در مرکز تور می‌باشد.



شکل ۷- ابعاد زمین بدمینتون

توضیحات تکمیلی و ملاحظات ایمنی:

- برای دوره‌های متوسطه، زمین برابر با استاندارد ترسیم شود و برای دوره ابتدایی نیازی به ترسیم زمین نیست.
- سطح زمین بدمینتون باید مسطح، صاف، غیرسایشی و فاقد پستی، بلندی و شیب باشد.
- حریم ایمنی حداقل ۲ متر می‌باشد.
- پایه‌ها باید سنگین (یا در داخل زمین فیکس) و بر روی خط دونفره ثابت شود و دارای ایمنی باشد.

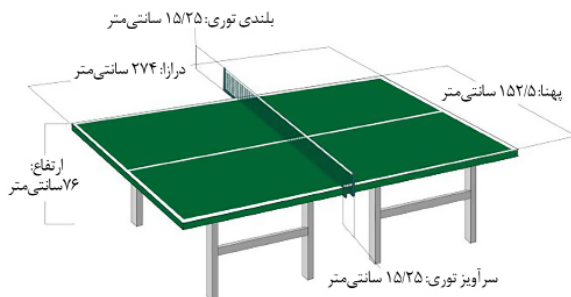


شکل ۸- ابعاد زمین و تور بدمینتون

رشته تنیس روی میز

سطح بازی میز مستطیلی به طول ۲۷۴ سانتی‌متر و عرض ۱۵۲/۵ سانتی‌متر است و ارتفاع میز از سطح زمین نیز باید ۷۶ سانتی‌متر باشد (شکل ۹). سطح بازی می‌تواند از هر ماده‌ای ساخته شود و تنها این نکته حائز اهمیت است که وقتی توپ از ارتفاع ۳۰ سانتی‌متری بالای سطح میز رها می‌شود پس از برخورد به میز ۲۳ سانتی‌متر به بالا بازگردد. بنابراین شرکت‌هایی که در زمینه ساخت میز تنیس فعالیت دارند می‌توانند سطح میز را با ماده‌های متفاوت تولید کنند. سطح بازی باید به طور یکنواخت تیره و مات باشد و دور تا دور میز نواری ۲ سانتی‌متری به رنگ سفید کشیده می‌شود. سطح بازی به دو زمین مساوی توسط تور میانه میز تقسیم می‌شود. برای بازی دو نفره، سطح هر نیمه با نوار سفید ۳ میلی‌متری که طول میز را می‌پیماید نصف می‌شود.

نصب تور: تور میانه بازی باید مشبک باشد و توسط دو گیره به میز متصل شود. بلندی تور از سطح میز ۱۵/۲۵ سانتی‌متر است و همچنین ۱۵/۲۵ سانتی‌متر کناره‌های میز بازی را نیز پوشش می‌دهد. این بلندی در تمام طول تور باید یکسان باشد.



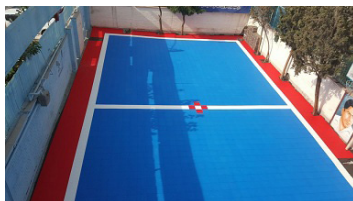
شکل ۹- ابعاد میز تنیس روی میز

توضیحات تکمیلی و ملاحظات ایمنی:

- حریم ایمنی در طول زمین حداقل ۳ متر می باشد.
- کف سالن سالم و بدون خرابی و یا پارگی کف پوش و همیشه تمیز و خشک باشد.
- در زمان مسابقه حتماً پارتیشن های مخصوص این ورزش در محل تعیین شده قرار داده شود، تا حریم ایمنی محوطه بازی مشخص شده باشد.

زمین بازی (ویژه دوره ابتدایی)

زمین بازی دوره ابتدایی به زمینی اطلاق می شود که مسطح، فاقد پستی و بلندی، و دارای حریم ایمنی است. ابعاد زمین بازی به نسبت تعداد دانش آموزان در یک کلاس درس طراحی می شود. به گونه ای که به ازای هر دانش آموز حداقل $1/7$ مترمربع فضا اختصاص یابد. برای نمونه کلاسی با ۲۵ دانش آموز به زمینی با مساحت $42/5$ متر مربع (بدون در نظر گرفتن حریم) نیاز دارد. به منظور حفظ حریم ایمنی لازم است محدوده ای به فاصله ۳ متر از تمام اضلاع زمین در نظر گرفته شود (شکل ۱۰).



شکل ۱۰- نمونه ای زمین بازی

جنس کفپوش زمین بازی معمولاً از نوع لاستیکی، گرانولی (مقاوم در برابر نور، گرما، سرما و رطوبت)، چمن و یا آسفالت نرم است. زمین بازی طراحی خاصی ندارد ولی توصیه می‌شود با تاکید بر اشکال پویا برای انجام مهارت‌های بنیادین حرکتی و طراحی‌های متنوع، رنگی و جذاب برای دانش‌آموزان آماده شود (شکل ۱۱).

شکل ۱۱- نمونه ای زمین بازی همراه با اشکال پویا



اتاق تربیت بدنی

این اتاق مشرف به حیاط مدرسه و دارای کمد، طبقه و تهویه مناسب و حداقل ابعاد ۳*۴ متر است (شکل ۱۲).

شکل ۱۲- اتاق تربیت بدنی



بخش دوم:

تجهیزات و
وسایل ورزشی

الف) تجهیزات و وسایل ورزشی بخش تجویزی و نیمه تجویزی برنامه

درس تربیت بدنی

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
توپ فوتسال	دوره دوم ابتدایی: سایز ۳ تنبل - محیط ۵۸ - ۶۰ سانتیمتر، وزن ۳۰۰-۳۲۰ از جنس رابر یا لاستیکی برای فضای روباز و چرم مصنوعی و نرم برای داخل سالن دوره اول متوسطه: سایز ۴ تنبل - محیط: ۶۲-۶۴ سانتیمتر و وزن ۳۹۰ تا ۴۴۰ گرم با رویه چرمی برای سالن و رابر یا لاستیکی برای اماکن روباز دوره دوم متوسطه: سایز ۴ تنبل - محیط: ۶۲-۶۴ سانتیمتر و وزن ۳۹۰ تا ۴۴۰ گرم با رویه چرمی برای سالن و رابر یا لاستیکی برای اماکن روباز زمانی که توان توپ را از ارتفاع ۲ متر رها می‌کنیم بایستی توپ تا ارتفاع زانو بالا بیاید و یا اثر فشار انگشت شست روی آن مشخص شود. با توجه به دوام رویه توپ‌های مختلف، توجه به شرایط متفاوت آب و هوایی مورد تاکید است.	-	*	*	*	به ازای هر ۴ نفر یک کلاس یک عدد	
دروازه فوتسال	جنس فلزی یا فایبرگلاس مدور	-	*	*	*	۲ عدد برای هر زمین	
تور دروازه هندبال/ فوتسال	از جنس الیاف یا نخ درجه یک تور بایستی به حلقه‌هایی که به پشت تیرک‌های جلویی دروازه قرار دارد بسته و محکم گردد.	-	*	*	*	برای هر دروازه یک عدد	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
دروازه هندبال	جنس فلزی یا فایبرگلاس قوطی ۸*۸ برای ایمنی بیشتر می‌توان از شکل مدور هم استفاده کرد. برای ایمنی بیشتر بهتر است با فوم پوشیده شود و حداقل‌مقدور از شکل تیرک‌های مدور به دلیل استاندارد نبودن استفاده نشود.	-	*	*	*	۲ عدد برای هر زمین	
توپ هندبال	توپ‌های هندبال در اندازه ۱، ۲ و ۳ مورد استفاده قرار می‌گیرد. اندازه ۱: دوره ابتدایی محیط توپ ۵۰-۵۲ سانتی‌متر و وزن ۲۹۰ تا ۳۳۰ گرم اندازه ۲: دوره متوسطه اول پسران و متوسطه اول و دوم دختران محیط توپ ۵۴-۵۶ سانتی‌متر و وزن آن ۳۲۵-۳۷۵ گرم اندازه ۳: برای متوسطه دوم پسران محیط توپ ۵۸-۶۰ سانتی‌متر و وزن ۴۲۵-۴۷۵ گرم است توپ از جنس چرم مصنوعی (برای سالن‌های دارای کفپوش)، لاستیکی (برای آسفالت) و یا کامپوزیت است و سطح آن زیر و برجسته است تا اصطکاک خوب و مانع لغزندگی باشد.	-	*	*	*	به ازای هر ۴ نفر در کلاس یک عدد	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
توپ بسکتبال	توپ بسکتبال، کروی به رنگ نارنجی متمایل به قرمز است بطور معمول از جنس چرم (مخصوص سالن)، لاستیک (مخصوص آسفالت) و کامپوزیت ساخته شده است و در ۳ سایز ۵۶، ۷، ۷ می باشد: دوره دوم ابتدایی: توپ شماره ۵ - محیط: ۶۹،۷۰ سانتی متر و وزن ۴۷۰ - ۵۰۰ گرم دوره های متوسطه دختران: توپ شماره ۶ - محیط: ۷۲/۳۹ تا ۷۳/۶۶ سانتی متر و وزن ۵۱۰ تا ۵۶۷ گرم دوره های متوسطه پسران: توپ شماره ۷ - محیط: ۷۵ تا ۷۸ سانتی متر و وزن ۵۶۷ تا ۶۵۰ گرم میزان فشار هوای داخل توپ بسکتبال باید به اندازه ای باشد که وقتی از جلو سینه رها شود بعد از برخورد با زمین تا محدوده کمر بالا بیاید.	-	*	*	*	تعداد: به ازای هر ۴ نفر در کلاس یک عدد	
پایه بسکتبال کامل	پایه بسکتبال می تواند به صورت ثابت یا متحرک باشد. جنس آن از فلزات مقاوم در برابر بارندگی، خورشید و رطوبت بالا و یا فایبرگلاس است.	-	*	*	*	۲ عدد برای هر زمین	
تور و حلقه و تخته بسکتبال	تور از جنس نخ یا الیاف درجه یک - رنگ تور سفید و قرمز یا سفید و نارنجی است. تخته از جنس فایبرگلاس یا فلکسی - حلقه از جنس فلزاتی مانند آلومینیم، فولاد و ..	-	*	*	*	۲ عدد برای هر زمین	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
توپ والیبال	جنس: چرم مصنوعی یا طبیعی (پارچه بافته نشده + PU) رنگ: ترکیبی از حداقل ۲ رنگ و حداکثر ۳ رنگ (معمولاً زرد و آبی) دوره دوم ابتدایی: سایز ۴، وزن توپ ۲۰۰ - ۲۲۰ گرم و از جنس چرم مصنوعی و نرم برای سالن و اماکن روباز - برای شروع از توپ‌های خاص کودکان با رویه ای از جنس فوم EVA یا وزن ۱۷۰ گرم، دوره اول و دوم متوسطه: سایز ۵ با رویه چرم مصنوعی و نرم محیط: ۶۵ تا ۶۷ سانتی‌متر و وزن ۲۶۰ تا ۲۸۰ گرم.	-	*	*	*	به ازای هر ۴ نفر در کلاس یک عدد	
میله و تور والیبال	تور از جنس الیاف یا نخ درجه ی یک جنس میله والیبال فلزی که می‌تواند ساده و یا تنظیم شونده (تلسکوپی) باشد. طول تور والیبال ۹/۵ و عرض آن ۱ متر است. استاندارد ارتفاع تور برای دختران ۲/۱۰ متر و برای پسران ۲/۲۰ متر است. تور مناسب برای مدارس باید دارای قابلیت تنظیم ارتفاع باشد. ارتفاع تور برای پسران (متوسطه اول) ۲/۳۵ و (متوسطه دوم) ۲/۴۳ متر ارتفاع تور برای دختران (متوسطه اول) ۲/۱۵ و (متوسطه دوم) ۲/۲۴ متر لوله ۶ یا ۷ اینچ (حدود ۱۵ تا ۱۸ سانتی متر) دارای دو قرقره و یک جفجه‌در تمامی دوره ها ارتفاع تور باید منعطف باشد.	-	*	*	*	برای هر زمین (دو میله و یک تور)	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
توپ بدمینتون	توپ از مواد اولیه طبیعی و یا مصنوعی ساخته می‌شود. جنس توپ، از هر ماده‌ای که ساخته شده است، باید از نظر پرواز مانند تویی باشد که از پر طبیعی (با ۱۶ پر)، با پایه‌ی چوب پنبه و پوشش نازکی از چرم روی کله توپ، ساخته شده است. توپ باید دارای ۱۶ پرک باشد که به پایه (کله) وصل شده‌اند. پرک‌های توپ باید دارای طول یکسان باشند، و از نوک پرک تا انتهای پایه بین ۶۲ تا ۷۰ میلی‌متر باشد. قطر دایره‌ی بالایی که پرک‌های توپ آن را به وجود می‌آورند، باید بین ۵۸ تا ۶۸ میلی‌متر باشد. پرک‌ها باید با نخ یا هر ماده‌ی مناسب دیگری محکم بسته شده باشند. قطر پایه توپ باید بین ۲۵ تا ۲۸ میلی‌متر بوده و قسمت زیرین آن نیز گرد باشد. وزن توپ باید بین ۴/۷۴ تا ۵/۵۰ گرم باشد. توپ بدمینتون دور آبی: این توپ دارای برد و سرعتی مناسب است (MIDDLE SPEED) و برای آب و هوای نرمال توصیه می‌شود. توپ بدمینتون دور سبز: این توپ دارای برد و سرعتی مناسب است (SLOW SPEED) و برای آب و هوای گرم توصیه می‌شود. توپ بدمینتون دور قرمز: مخصوص آب و هوای سرد می‌باشد.	-	*	*	*	نصف دانش‌آموزان یک کلاس	
پایه بدمینتون	ارتفاع پایه ۱/۵۵ متر، قطر لوله یا پایه ۴ سانتی متر و از جنس فلز	-	*	*	*	به ازای هر زمین یک جفت	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
تور بدمینتون	تور باید از نخ نازک و به رنگ تیره باشد. اندازه بافت تور نباید از ۱۵ تا ۲۰ میلی‌متر تجاوز نماید. پهنای تور ۰/۷۶ متر و طول آن ۶/۱۰ متر است. نوار سفید نیز ۷۵ میلی‌متر به صورت دولا می‌باشد.	-	*	*	*	به ازای هر زمین یک رشته	
راکت بدمینتون	طول راکت از ۵۲ سانتی متر (برای کودکان) تا ۶۸ سانتی متر (برای بزرگسالان) می‌باشد. صفحه راکت (قسمتی که زه‌کشی شده است) از جنس چندرشته ای قوی می‌باشد. زه بدمینتون باید از روده طبیعی یا الیاف مصنوعی از قبیل پلاستیک، ابریشم، فیبر کربن و ... باشد. فرم یا قالب (دور صفحه که روی آن زه کشیده می‌شود) و شفت (میله) راکت از جنس آلومینیوم سبک یا استیل (برای مبتدیان) و فیبر کربنی یا آپرودینامیک (برای افراد حرفه ای) می‌باشد. دسته راکت محلی که در دست قرار می‌گیرد) کلفت تر از بقیه بخش ها و معمولاً برای راحتی بیشتر چرم یا مواد مصنوعی مثل پلاستیک، فوم و ... را دور دسته می‌پیچند.	-	*	*	*	به ازای هر دانش آموز کلاس یک عدد	
توپ تنیس روی میز	با قطر ۴۰ میلیمتری (رنگ سفید یا زرد)، ۳ ستاره استاندارد بین‌المللی و ۱ و ۲ ستاره آموزشی	-	*	*	*	نصف دانش آموزان کلاس	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
میز تنیس روی میز	میز تنیس روی میز مستطیل شکل با طول ۲۷۴ سانتی‌متر و عرض ۱۵۲/۵ سانتی‌متر می‌باشد و ارتفاع آن از سطح زمین ۷۶ سانتی‌متر است. میز تنیس روی میز توسط خط‌کشی سفیدی به عرض ۳ میلی‌متر به دو قسمت مساوی تقسیم شده که یک تور مشبک با ارتفاع ۱۵/۲۵ سانتی‌متر بر روی آن قرار دارد. خط‌کشی سفید دور میز ۲ سانتی‌متر از لبه‌ها فاصله دارد. ضخامت میز تنیس روی میز در اندازه‌های ۱۲ میلی‌متر، ۱۶ میلی‌متر، ۱۹ میلی‌متر، ۲۲ میلی‌متر و ۲۵ میلی‌متر می‌باشد. جنس میز از چوب است. نکته مهم این است که میز دارای چنین ویژگی و ریباندی (توانایی بازپس فرستادن توپ) باشد، که اگر یک توپ استاندارد را از ارتفاع ۳۰ سانتی‌متری رها کنیم، پس از برخورد با میز به ارتفاع ۲۳ سانتی‌متری برگردد که البته خود توپ نیز باید استاندارد باشد.	-	*	*	*	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک دستگاه	
تور و پایه تور تنیس روی میز	مجموعه تور شامل تور: طناب (اویز) و دو میله نگهدارنده تور می‌باشد. طول تور ۱۸۳ سانتی‌متر و بوسیله طناب و یا اویز به دو میله نگهدارنده متصل است. ارتفاع تور ۱۵/۲۵ سانتی‌متر.	-	*	*	*	به تعداد میزها	
راکت تنیس روی میز	جنس چوب لمینت و پوشیده شده با لاستیک در دو طرف چوب است. همیشه یک طرف راکت‌ها رویه قرمز و طرف دیگر رویه سیاه دارد.	-	*	*	*	به تعداد دانش آموزان کلاس	

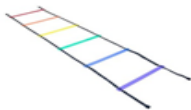
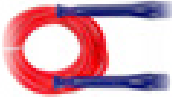
نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم ابتدایی	دوره اول ابتدایی		
مانع دو و میدانی	از فلز و چوب و ارتفاع آن قابل تنظیم و با روکش فوم دار پوشیده باشد.	*	*	*	-	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
مانع تاشو	پلاستیک منعطف، تاشو، وزن ۷۰۰ گرم تا ۱ کیلو ابعاد به فراخور کاربری	-	-	*	*	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
دیسک پرتاب	دیسک های مدور به وزن های ۲۵۰ گرم تا ۵۰۰ گرم از جنس پلی اتیلن است.	-	-	*	-	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
نیزه دو و میدانی	از جنس فوم فشرده، پلاستیک یا لاستیک به طول ۶۷/۵ سانتی متر و وزن ۳۰۰ گرم (برای دوره ابتدایی) به شکل موشکی و ساده می باشد.	-	-	*	-	به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد	
وزنه دو و میدانی	هر وزنه در اندازه نیم کیلو گرمی (دوره ابتدایی) از جنس پلی اتیلن می باشد.	-	-	*	-	به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد	

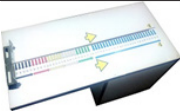
نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
چوب امدادی	چوب توخالی که طول آن بیش از ۳۰ سانتی متر نباشد و وزن آن بیش از ۵۰ گرم نباشد. برای دوره ابتدایی بهتر است از نوع پلاستیکی و سبک استفاده شود.	*	*	-	-	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
توپ آموزشی پرتاب و دریافت	توپ آموزشی پرتاب و دریافت، کروی و کوچکتر از توپ تنیس است بطور معمول از جنس فوم، پارچه و لاستیک ساخته شده است.	*	-	-	-	به تعداد دانش آموزان یک کلاس (نفری یک عدد)	
کیسه لوبیا	کیسه برزنتی که با گرانول که نوعی پلیمر صنعتی است پر شده و در وزنهای ۲۰۰ گرم تا ۱ کیلو (بسته به کاربرد) می باشد. برای مهارت های پرتاب کردن و دریافت کردن از وزن های کمتر و برای قدرت و استقامت عضلانی از وزن های سنگین تر استفاده می شود.	*	*	*	*	به ازای هر ۵ نفر کلاس ۲ عدد	
توپ ماهوتی با تنیس	توپ ماهوتی با جنس لاستیکی و رویه چرمی در رنگ های زرد و فسفری مورد استفاده در ورزش تنیس و بازی های بومی و محلی	*	*	*	*	به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
توپ‌های نرم اسفنجی	جنس توپ اسفنجی و اندازه مشت دست دانش‌آموز دوره اول ابتدایی	*	-	-	-	به تعداد دانش‌آموزان یک کلاس (نفری یک عدد)	
راکت مهارت‌های بنیادین	جنس راکت از نوع پلاستیکی	*	-	-	-	به ازای هر دانش‌آموز کلاس یک عدد	
سبد پلاستیکی (نشانه گیری)	قطر دهانه ۳۰، ارتفاع ۳۰ الی ۴۰ سانتی‌متر، بدنه مشبک و کف سبد سنگین برای اتکا بیشتر سبد	*	-	-	-	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	
کیسه پریدن	پارچه‌های نخی محکم دسته دار	*	*	-	-	به ازای هر ۵ نفر یک عدد در کلاس	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
کاور ورزشی	پارچه‌ای بغل باز از جنس پارچه فلامنت یا پارچه A4 و در رنگ‌های مختلف (حداقل دو رنگ) دوره ابتدایی: سایز کوچک در ۴ رنگ دوره اول متوسطه: سایز متوسط در ۴ رنگ دوره دوم متوسطه: سایز بزرگ در ۴ رنگ	*	*	*	*	به ازای هر ۱ نفر کلاس یک عدد	
سبد نگهداری تجهیزات و توپ	جنس‌های فلزی، فایبرگلاس، پلاستیکی	*	*	*	*	با توجه به وسایل و تجهیزات مدرسه	
تلمبه باد	به دو صورت دستی و پایی دستی به طول ۲۸ تا ۵۰ سانتی‌متر (بدالی یا پمپی)	*	*	*	*	یک عدد	
تشک تمرین	طول ۱۰۰ و عرض ۷۰ سانتی‌متر از جنس پروپیلن و روکش از جنس ای و آ (EVA) یا پلی‌اتیلن با روکش می‌توان بجای این تشک از تشکهای از جنس تانمی هم استفاده کرد	*	*	*	*	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
توپ طبی یا مدیسین بال	معمولا با جنس رویه پلاستیکی در وزن‌های مختلف ۱ تا ۷ کیلو گرم موجود است می‌توان از وزن ۱ تا ۳ کیلو در ابتدایی و ۳ تا ۵ کیلوگرم در مدارس متوسطه اول و ۵ تا ۷ کیلو در متوسطه دوم استفاده نمود.	*	*	*	*	به ازای هر ۵ نفر کلاس یک عدد	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
تخته تعادلی	جنس پلاستیکی یا چوبی یا پلی پروپیلن خشک و مقاوم تا وزن ۱۲۰ کیلوگرم به شکل دایره، رویه به قطر ۴۰ سانتی متر، قطر پایه ۱۲ سانتی متر، وزن تقریبی ۸۲۰ گرم، ارتفاع ۷ سانتی متر	*	*	-	-	به ازای هر ۵ نفر کلاس یک عدد	
مانع مخروطی،	این نوع از مخروطها از جنس پلی اورتان PU یا پلاستیک نرم بوده و در رنگهای متنوع و با ارتفاع ۳۰ تا ۶۰ سانتی متر هستند.	*	*	*	*	سایز کوچک به تعداد نصف دانش آموزان کلاس، سایز متوسط و بزرگ به ازای هر ۵ نفر یک عدد	
مخروط کوتاه	این مخروطها به سبب کوتاه بودن فضای کمتری اشغال کرده و آزادی عمل بیشتری را امکان پذیر می کنند. این نوع از مخروطها نیز از جنس پلاستیک بوده و در اشکال نیم کره و هلالی و در اندازه های قطر ۱۵ تا ۲۰ در دسترس هستند.	*	*	*	*	۱۶ عدد در رنگهای مختلف	
حلقه هولاهوپ	از جنس پلی اتیلن یا PVC - قطر ۷۰ سانتی متر وزن حداقل ۲۰۰ گرم نرم و قابل انعطاف و رنگهای متنوع و شاد و در قطرهای مختلف از ۶۵ تا ۱۰۰ سانتی متر. برای دوره ابتدایی سایز کوچک، دوره های متوسطه سایزهای متوسط و بزرگ	*	*	*	*	۸ عدد	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
طناب کثیف بلند	طناب بلند از جنس کنف، نخ یا پارچه‌ای طول طناب ۱۰ تا ۱۵ متر	*	*	*	*	۱ عدد	
نرده بان چابکی	طول ۳ متر جنس پلی پروپیلن یا پارچه‌ای دارای ۱۰ پله فاصله پله ها قابل تغییر است.	*	*	*	*	۲ تا ۴ عدد	
چوب موازنه	طول ۳ تا ۵ متر و عرض ۱۰ سانتی‌متر و ارتفاع قابل تنظیم جنس چوب (برای نوع‌های با تنظیم ارتفاع) جنس فوم فشرده برای نوع زمینی	*	-	-	-	۲	
طناب ورزشی تک نفره	دسته پلاستیکی یا چوب نراد روسی، قطر ۶ میلیمتر به وزن حداقل ۵۵ گرم - طناب به طول ۲۴۰ سانتیمتر، قطر ۸ میلی‌متر، وزن ۸۸ گرم این نوع از طناب ساده‌ترین و رایج‌ترین طناب ورزشی می‌باشد که در سبازهای مختلف از نمره ۶ تا ۱۰ استفاده می‌گردد. سبازهای ۶ برای کودکان، ۶ تا ۸ برای نوجوانان و سبازهای بالاتر برای جوانان و بزرگسالان قابل استفاده می‌باشد. جهت آموزش و استفاده دانش‌آموزان مدارس سباز ۶ و حداکثر ۹ مناسب می‌باشد.	*	*	*	*	به ازای هر دو نفر در کلاس یک عدد (دوره ابتدایی) به ازای هر دو نفر در کلاس یک عدد (دوره متوسطه)	
طناب ورزشی چند نفره	جنس آن مانند طناب ورزشی تک نفره می‌باشد. طول طناب ۴ تا ۶ متر می‌باشد.	*	*	*	*	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
تشک ایمنی مخصوص	استاندارد با اندازه ۱۰*۲*۱ جنس پلی اتیلن	*	*	*	*	به فراخور نیاز	
قدسنج دیواری	جنس نوار فلزی، سنجش تا ۲۲۰ سانتی متر، دقت ۱ میلی متر	*	*	*	*	۱ عدد	
ترازو	ترازوی عقربه‌ای یا دیجیتال با دقت اندازه‌گیری ۰/۱ کیلوگرم	*	*	*	*	۱ عدد	
جعبه انعطاف‌پذیری	جنس از چوب و همراه با تیغه مدرج ارتفاع ۳۲ سانتی متر، طول بلند ۵۳ سانتی متر، طول کوتاه (فاصله تکیه‌گاه پاشنه تا انتهای جعبه) ۳۰ سانتی متر	*	*	*	*	۱ عدد	
بارفیکس اصلاح شده	جنس فولاد و یا فلزهای بادوام قابل تنظیم در ۶ ارتفاع عرض ۱۰۰ سانتی متر ارتفاع ۱۳۰ سانتی متر	*	*	*	*	۱ عدد	
meter couturier	متر پارچه‌ای یا پلاستیکی ۳ متری	P	P	P	P	۱ عدد	

ب) تجهیزات و وسایل ورزشی بخش اختیاری^۱ برنامه درس تربیت بدنی، کانون‌های ورزشی

نام	مشخصات فنی	کاربرد				شکل	تعداد
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
موایع تمرینی (میله و پایه)	پایه میلۀ پلاستیکی؛ وسیله‌ای برای نگهداری میلۀهای تمرینی بدون نیزه در سالن و چمن مصنوعی بوده که با پر کردن محفظه تعبیه شده در زیر آن با آب یا شن استحکام آن برقرار می‌گردد. این محصول از جنس لاستیک مرغوب در وزن‌های ۱ و ۲ کیلوگرمی و در رنگ‌های قرمز و مشکی موجود می‌باشد.	-	*	*	*		به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد
تخته شنا	جنس پلاستیک و یا فوم جهت تعادل بدن در آب	*	-	-	-		به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد
نودل شنا	نودل در اشکال لوله‌ای منعطف و شکل ثابت جهت استفاده و تعادل بدن در سطح آب و انجام تمرینات می‌باشد. نودل شنا از جنس فوم پلی‌اتیلن شناور است.	*	-	-	-		به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد
فین شنا	از جنس پلاستیک و لاستیک و در چندین مدل مختلف و جایگیری آن در پا می‌باشد.	*	-	-	-		به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد

۱. وسایل و تجهیزات بازی های بومی و محلی با توجه به تنوع و تکرار آن در این سند ارائه نشده است. این بخش با توجه به ویژگی های بومی با رعایت نکات ایمنی به استان ها واگذار می شود. ادارات کل استان ها می توانند با مکاتبه با سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی نسبت به تأییدیه استانداردهای وسایل و تجهیزات بازی های بومی محلی خود اقدام کنند.

شکل	تعداد	کاربرد				مشخصات فنی	نام
		دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم ابتدایی	دوره اول ابتدایی		
	به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد	-	-	-	*	از جنس پلاستیک فشرده و در برخی فوم یا لاستیک	کفی شنا
	به ازای هر ۲ نفر کلاس یک عدد	-	-	-	*	از جنس فوم و پلاستیک	دوقلو شنا
	به ازای هر نفر کلاس یک عدد	-	-	-	*	از جنس پلاستیک - فوم و کتان و و در ابعاد مختلف	جلیقه شنا
	۱ عدد	-	*	-	-	یا طبل مرشد از جنس سفال که دهانه آن با پوست نازک دباغی شده یا نوع صنعتی آن از جنس pvc	ضرب
	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	-	*	-	-	از جنس چوب با دسته چوبی یا pvc و استوانه‌ای شکل مایل به بدنه مخروط است. وزن در متوسطه هر لنگه ۲ کیلوگرم	میل (زور خانه)

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
میل بازی (زورخانه)	از جنس چوب یا دسته چوبی یا pvc شکل و استوانه ای شکل به بدنه مخروط است. وزن هر لنگه ۱ کیلوگرم.	-	-	*	-	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
تخته ششو (زورخانه)	از جنس چوب یا pvc به طول ۷۰ سانتی متر و پهنای ۸ سانتی متر - ارتفاع پایه ها ۵ سانتی متر	-	-	*	-	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	
کیاده (زورخانه)	از جنس فلز و به اشکال مختلف و تا وزن ۶ کیلوگرم	-	-	*	-	به ازای هر ۵ نفر کلاس یک عدد	
سنگ (زورخانه)	تخته چوبی است حجیم و به شکل نعل کفش های قدیم - وزن ۳ کیلوگرم هر لنگه طول ۱۰۰، عرض ۷۰ و ضخامت آن ۵ سانتی متر است	-	-	*	-	به ازای هر ۴ نفر کلاس یک عدد	

شکل	تعداد	کاربرد				مشخصات فنی	تاج
		دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم ابتدایی	دوره اول ابتدایی		
	حاصل ۴ رنگ و از هر رنگ ۳ عدد	۰	۰	*	*	جنس پلاستیکی سبک	دایره‌های رنگی نشانگر
	حاصل ۴ رنگ و از هر رنگ ۳ عدد	۰	۰	*	*	جنس پلاستیکی سبک	مربع‌های رنگی نشانگر
	به ازای هر هفت‌رنگ یک عدد در کلاس	۰	۰	۰	*	لاستیکی چسبناک	توپ چسبناک
	به ازای هر هفت‌رنگ یک عدد در کلاس	۰	۰	۰	*	جنس پلاستیکی	توپ بازیگر
	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	۰	۰	۰	*	قطر در ابعاد مختلف با توجه به کارکرد جنس پلاستیکی منعطف سایزهای (قطر) ۴۲، ۵۳، ۶۵ سانتی‌متر	توپ بادی دست‌نهار

نام	مشخصات فنی	کاربرد				شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه	
توپ سافتبال	قطر توپ ۲۸ تا ۳۰ سانتی متر داخل توپ زیر قسمت چرمی می‌تواند از جنس الیاف مصنوعی و یا مخلوطی از چوب پنبه و لاستیک و یا پلی‌اورتان و یا مواد دیگری باشد.	*	.	.	.	
حلقه‌های سیم تلفنی	جنس پلاستیکی	*	.	.	.	
پای پلاستیکی	جنس پارچه یا نایلونی در اندازه پا یک کودک دوره ابتدایی	*	*	*	.	
دست پلاستیکی	جنس پارچه یا نایلونی در اندازه دست یک کودک دوره ابتدایی	*	*	*	.	
چتر رنگارنگ	جنس پارچه برزنتی ضد آب و مقاوم، دسته‌دار یا غیردسته‌دار در سایزهای مختلف از قطر ۲ متر تا ۶ متر در رنگ‌های ۴ رنگ تا ۶ رنگ	*	*	*	.	

شکل	تعداد	کاربرد				مشخصات فنی	تج
		دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم ابتدایی	دوره اول ابتدایی		
	۱۰ عدد	*	*	*	*	جنس پلاستیکی	نشاگر جهت ها
	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	*	*	*	*	این نوع از طناب با مهره های پلاستیکی رنگی که شبیه دانه های تسبیح می باشد تولید شده است و مشکلات طناب های معمولی مانند پیچ خوردن و شل و سفت شدن در تغییرات دما را ندارد و یادگیری و اجرای مهارت های متنوع و نمایشی طناب زنی را تسهیل می کند.	طناب مهره دار یک نفره
	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	*	*	*	*	مشخصات آن مانند طناب مهره دار کوتاه ساده می باشد طول طناب ۴ تا ۶ متر می باشد	طناب مهره دار بلند (گروهی)
	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	*	*	*	*	جنس این طناب از نوعی پلاستیک نرم (پی وی سی) درست شده است که به ورزشکار کمک می کند تا مهارت های ترکیبی و پیچیده طناب زنی را در سرعت متفاوت همزمان با ترکیب انواع مهارت ها به راحتی اجرا نماید. همچنین طول بلند دسته این طناب قدرت مانور بهتری در نمایش مهارت های طناب زنی بوجود می آورد	طناب نمایشی دسته بلند
	به ازای هر ۵ نفر یک عدد	*	*	*	*	جنس طناب پلاستیک پی وی سی یا سیمی است کاربرد: مسابقات طناب زنی سرعتی	طناب سرعتی

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
پيست حرکات زمينی (رول)	هر رول ۱۰*۲ متر، ارتفاع رول ۲/۵ میلی متر جنس: ريباندر جهت نصب رول اجرای زیرسازی اولیه ضروری است	*	-	-	-	-	
مینی ترامپولین	آموزشی با تور و دور حفاظ استاندارد	*	-	-	-	۱	
مینی خړک حلقه دار	استاندارد فدراسیون	*	-	-	-	۱	
مینی خړک پایه H	استاندارد فدراسیون	*	-	-	-	۱	
خړک آرگوجت ۴ پا	آرگوجت ۴ پا استاندارد	*	-	-	-	۱	

شکل	تعداد	کاربرد				مشخصات فنی	نام
		دوره دوم متوسطه	دوره اول متوسطه	دوره دوم ابتدایی	دوره اول ابتدایی		
	۱	-	-	-	*	تشک مخصوص آموزش ژیمناستیک به ضخامت ۳۰ سانتیمتر ۳۰*۳*۲ اسفنجی، ضد آب	تشک ایمنی
	۱	-	-	-	*	جنس تشک از پلی اتیلن می باشد که به صورت شیب دار طراحی شده است.	تشک شیب دار
	۱	-	-	-	*	تمام اسفنجی و آموزشی	جعبه مطبق
	۱	-	-	-	*	رویه چرم طبیعی و بدنه فلزی و کفی چوبی	قارچ تمرینی
	۱	-	-	-	*	۷ فنره ۶۰*۱۲۰ سانتی متر	تخته پوش (پیش تخته)
	۲ عدد	*	*	*	*	بین ۸ تا ۲۰ پله جنس از چوب عرض ۹۰ سانتی متر فاصله بین هر پله ۱۰ سانتی متر	نردبان سوئدی

نام	مشخصات فنی	کاربرد				تعداد	شکل
		دوره اول ابتدایی	دوره دوم ابتدایی	دوره اول متوسطه	دوره دوم متوسطه		
نردبان معلّق	ترکیب طناب کنفی و پله‌های چوبی فاصله بین هر پله ۲۵ تا ۳۵ سانتی متر با توجه به دوره تحصیلی نکته: رعایت اصول ایمنی در نصب نردبان الزامی است.	*	*	*	*	۲ عدد	
طناب آویزان	طناب کنفی محکم و دارای گره طول طناب بستگی به ارتفاع محل نصب دارد قطر طناب ۵ تا ۸ سانتی‌متر	*	*	*	*	۲ عدد	
دیواره سنگ نوردی	با توجه به تنوع و کاربردهای مختلف گیره های سنگ نوردی، به استانداردهای تعریف شده در فدراسیون مربوطه مراجعه شود	*	*	*	*	۱ دیواره	
شطرنج	صفحه ۸×۸ است و به‌صورت یکی‌درمیان شامل ۳۲ خانه سفید و ۳۲ خانه سیاه است. هر بازیکن شطرنج باید ۱۶ مهره (هشت سرباز، دو اسب، دو فیل، دو رخ، یک وزیر و یک شاه) در این صفحه بچیند. جنس صفحه می‌تواند پارچه‌ای (تاشو) و یا تخته‌ای باشد. جنس مهره‌ها نیز می‌تواند چوبی یا پلاستیکی باشد.	*	*	*	*	به ازای هر دو نفر یک عدد	

بخش سوم:

جدول استاندارد حداقل
فضا و تجهیزات اماکن
ورزشی سرپوشیده
داخل مدارس

الف: دوره اول و دوم ابتدایی

اولویت اول ۱۰۵۶ مترمربع ابعاد ۲۴×۴۴

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
۸-۱ امکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین هندبال - فوتسال (دومنظوره) یک زمین بسکتبال یک زمین والیبال چهار زمین بدمینتون سه زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) چهار جفت میله بدمینتون پرتابل سه جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال (دیواری یا سقفی) به همراه حلقه‌های مربوطه دو جفت تخته بسکتبال آموزشی (دیواری) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) پنج دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه بارفیکس خوابیده جعبه انعطاف پذیری	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب‌بازی با قطر ۴/۵ میلی‌متر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل: والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون

اولویت دوم ۶۰۸ مترمربع ابعاد ۱۹×۳۲

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
۸-۱ امکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین بسکتبال یک زمین والیبال سه زمین بدمینتون دو زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) سه جفت میله بدمینتون پرتابل دو جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال (دیواری یا سقفی) به همراه حلقه‌های مربوطه دو جفت تخته بسکتبال آموزشی (دیواری) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) پنج دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه بارفیکس خوابیده جعبه انعطاف پذیری نردبان و نیمکت سوئدی دیواره سنگ نوردی چوب موازنه	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلی‌متر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل: والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون - طناب و نردبان معلق از سقف - نردبان و نیمکت سوئدی - چتر بازی - دیواره سنگ نوردی - تشک حرکات زمینی و تشک ایمنی - چوب موازنه - تخته تعادلی و تشک تاتامی

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
۱- امکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین والیبال دو زمین بدمینتون دو زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) دو جفت میله بدمینتون پرتابل دو جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال آموزشی (متحرک) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) چهار دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه بارفیکس خوابیده جعبه انعطاف پذیری نردبان و نیمکت سوئدی دیواره سنگ نوردی چوب موازنه	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب‌بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل: والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون - طناب و نردبان معلق از سقف - نردبان و نیمکت سوئدی - چتربازی - دیواره سنگ نوردی - تشک حرکات زمینی و تشک ایمنی - چوب موازنه - تخته تعادلی و تشک تاتامی

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
حتی امکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین والیبال دو زمین بدمینتون دو زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) دو جفت میله بدمینتون پرتابل دو جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال آموزشی (متحرک) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) چهار دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه بارفیکس خوابیده جعبه انعطاف پذیری نردبان و نیمکت سوئدی دیواره سنگ نوردی چوب موازنه	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل: والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون - طناب و نردبان معلق از سقف - نردبان و نیمکت سوئدی - چتربازی - دیواره سنگ نوردی - تشک حرکات زمینی و تشک ایمنی - چوب موازنه - تخته تعادلی و تشک تاتامی

اولویت پنجم ۱۸۰ مترمربع ابعاد ۱۰×۱۸ متر با حداقل ارتفاع ۳ متر

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
کفپوش فانتزی (به ضخامت ۲ تا ۲.۵ سانتی‌متر) - تشک ففای	فاقد ترسیمات مرسوم زمین‌های ورزشی استاندارد می‌باشد	چهار دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه بارفیکس خوابیده جعبه انعطاف پذیری نردبان و نیمکت سوئدی چوب موازنه ۴ متری پیش تخته و جعبه مطبق دیواره سنگ نوردی	تلمبه باد - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلی‌متر - صفحه و مهره شطرنج - راکت تنیس روی میز استاندارد - راکت بدمینتون توپ تنیس روی میز بدون خط توپ بدمینتون - تور و گیره استاندارد - طناب و نردبان معلق از سقف - نردبان و نیمکت سوئدی - چتر بازی - دیواره سنگ نوردی - تشک حرکات زمینی و تشک ایمنی - چوب موازنه - تخته تعادلی و تشک تاتامی

ب: دوره اول و دوم متوسطه

اولویت اول ۱۰۵۶ مترمربع ابعاد ۲۴×۴۴

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
حتی الامکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین هندبال - فوتسال (دومنظوره) یک زمین بسکتبال یک زمین والیبال چهار زمین بدمینتون سه زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) چهار جفت میله بدمینتون پرتابل سه جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال (دیواری یا سقفی) به همراه حلقه‌های مربوطه دو جفت تخته بسکتبال آموزشی (دیواری) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) پنج دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه تست ایفرد	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل : والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون

اولویت دوم ۶۰۸ مترمربع ابعاد ۱۹×۳۲

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
حتی الامکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین بسکتبال یک زمین والیبال سه زمین بدمینتون دو زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) سه جفت میله بدمینتون پرتابل دو جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال (دیواری یا سقفی) به همراه حلقه‌های مربوطه دو جفت تخته بسکتبال آموزشی (دیواری) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) پنج دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه تست ایفرد	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل : والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون

اولویت سوم ۴۲۰ مترمربع ابعاد ۱۵×۲۸ متر

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
کفی امکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین والیبال دو زمین بدمینتون دو زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) دو جفت میله بدمینتون پرتابل دو جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) دو جفت تخته بسکتبال آموزشی (متحرک) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) چهار دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه تست ایفرد	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنساز) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل : والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون

اولویت چهارم ۳۷۵ مترمربع ابعاد ۱۵×۲۵ متر

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
کفی امکان از نوع PU بدون درز با ضخامت حداقل ۷ میلی‌متر	یک زمین والیبال دو زمین بدمینتون دو زمین مینی والیبال	یک جفت میله والیبال تلسکوپی (به همراه گلدانی و درپوش‌های مربوطه) دو جفت میله بدمینتون پرتابل دو جفت میله والیبال پرتابل (مینی والیبال) یک جفت تخته بسکتبال آموزشی (دیواری) به همراه حلقه‌های مربوطه یک جفت دروازه هندبال - فوتسال (کاربری دو منظوره) چهار دستگاه میز تنیس روی میز تاشوی متحرک دستگاه تست ایفرد	مانع مخروطی نرم - تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنساز) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - انواع توپ‌ها در اندازه‌های استاندارد شامل : والیبال - بسکتبال - هندبال و فوتسال - راکت تنیس روی میز استاندارد - توپ تنیس روی میز - تور و گیره استاندارد - راکت بدمینتون - توپ بدمینتون - انواع تورهای والیبال، بسکتبال، فوتسال و بدمینتون

نوع کفپوش	زمین‌های ورزشی قابل ترسیم (استاندارد)	تجهیزات ورزشی مورد نیاز براساس کاربری	لیست تجهیزات اختصاصی
کفپوش ورزشی با شبکه قفلی به ضخامت حداقل ۲.۵ سانتی متر	فاقد ترسیمات مرسوم زمین‌های ورزشی استاندارد می‌باشد ترسیم اقتضایی	- چهار دستگاه میز تنیس - روی میر تاشوی متحرک - دستگاه تست ایفرد - نردبان و نیمکت سوئدی - چوب موازنه ۴ متری - پیش تخته و جعبه مطبق	- تلمبه باد - انواع توپ‌های طبی (بدنسازی) - طناب بازی با قطر ۴/۵ میلیمتر - صفحه و مهره شطرنج - راکت تنیس روی میز - استاندارد توپ تنیس - روی میز بدون خط راکت - بدمینتون توپ بدمینتون - تور و گیره استاندارد

تذکرات مهم در خصوص طراحی اماکن و ترسیم فضاهای ورزشی :

• فضای مفید ورزشی عبارت است از حداقل مساحت قابل استفاده جهت فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان یک کلاس بدون در نظر گرفتن اماکن جانبی برای پروژه (از قبیل: سکوی تماشاچیان، سرویس‌های بهداشتی، دوش، رختکن، اتاق مربیان، دفتر، انبار، اتاق تالسیسات و ...).

• در مدارس دارای بیش از ۱۲ کلاس و به منظور جلوگیری از برگزاری هم زمان دو کلاس در یک فضا، پیش‌بینی و تخصیص یک فضای ورزشی جداگانه با توجه به مشخصات و ویژگی‌های مطلوب فنی و تجهیزاتی یکی از انواع تیپ‌های فوق‌الذکر الزامی می‌باشد.

• در طراحی فضا و احداث فضاهای ورزشی بایستی به نکات ایمنی، بهداشتی، اقتصاد مقاومتی، مسایل و اقتضائات زیست محیطی توجه گردد.

• جهت استفاده بهینه از نور خورشید، در طراحی و ترسیم زمین‌های ورزشی رعایت جهت شمالی - جنوبی الزامی است.

• میله‌های والیبال و دروازه‌های هندبال - فوتسال می‌بایست به وسیله فوم مخصوص ایمن‌سازی شده و همچنین دروازه‌های هندبال - فوتسال باید توسط زنجیر یا سیم

- فولادی به دیوارهای پشتی مهارگردند تا احتمال خطر سقوط برطرف گردد.
- با توجه به اشاره برخی طرح‌ها در مفاد ضمیمه کتاب در دوره ابتدایی، می‌بایست تجهیزات مورد نیاز اجرای این طرح‌ها (شامل: ۱- حداقل ۲۴ متر مربع تشک ژیمناستیک ۲- یک بسته حاوی تجهیزات تخصصی طرح آموزشی دو میدانی ۳- حداقل ۴۰ رشته طناب ورزشی پلاستیکی) برای این مدارس فراهم گردد.
 - در تمامی تیپ‌ها و الویت‌ها تهیه ملزومات مرتبط به ارزشیابی درس تربیت بدنی، بارفیکس اصلاح شده، جعبه انعطاف‌پذیری، تشک ایمنی، مانع مخروطی و بلندگوی شارژی با قابلیت اتصال رم و فلش (جهت انجام تست شاتل ران یا دو ۲۰ متر رفت و برگشت) ضروری می‌باشد.
 - در تهیه تجهیزات آموزشی - ورزشی مدارس، الویت اول مربوط به ملزومات مورد اشاره و تخصصی در مفاد کتاب راهنمای معلم تربیت بدنی بوده و سپس اولویت دوم لحاظ گردد.
 - در کلیه سالن‌ها و فضای ورزشی، پیش بینی کپسول آتش نشانی و جعبه کمک‌های اولیه و نصب علائم خطر ضروری است.

- تربیت بدنی راهنمای معلم پایه های اول تا پنجم (۱۳۹۶)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- تربیت بدنی و سلامت راهنمای معلم دوره متوسطه اول (۱۳۹۸)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- تربیت بدنی و سلامت راهنمای معلم دوره متوسطه دوم (۱۳۹۸)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- سلامت و تربیت بدنی راهنمای معلم پایه ششم (۱۳۹۶)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- ضمیمه تربیت بدنی راهنمای معلم پایه پنجم (۱۳۹۴)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- ضمیمه تربیت بدنی راهنمای معلم پایه چهارم (۱۳۹۶)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- ضمیمه تربیت بدنی راهنمای معلم پایه دوم (۱۳۹۴)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- ضمیمه تربیت بدنی راهنمای معلم پایه سوم (۱۳۹۶)، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش، تهران
- وبسایت سازمان استاندارد ایران، standard.isiri.gov.
- وبسایت فدراسیون بدمینتون جمهوری اسلامی ایران، iranbadminton.org.
- وبسایت فدراسیون بسکتبال جمهوری اسلامی ایران، iranbasketball.org.
- وبسایت فدراسیون تنیس روی میز جمهوری اسلامی ایران، irttf.ir.
- وبسایت فدراسیون ژیمناستیک جمهوری اسلامی ایران، gymnastic.ir.
- وبسایت فدراسیون فوتبال جمهوری اسلامی ایران، ffiri.ir.
- وبسایت فدراسیون هندبال جمهوری اسلامی ایران، irhf.ir.
- وبسایت فدراسیون والیبال جمهوری اسلامی ایران، iranvolleyball.com.
- وبسایت فدراسیون ورزش های زورخانه ای و کشتی پهلوانی جمهوری اسلامی ایران، fipz.ir.

- American College of Sports Medicine. (2012). ACSM's health/fitness facility standards and guidelines. Human Kinetics.
- Badminton World Federation's Handbook II 2014/15 Laws and General Competition Regulations Section 1A • Laws of Badminton. <http://www.badmintonwa.org.au/About-the-game/Rules-and-Regulations.aspx>
- Brown, T., & Haines, D. (2009). Space planning guidelines for campus recreational sports facilities. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Culley, P., & Pascoe, J. (2009). Sports facilities and technologies. Routledge.
- [http://www.fiba.com/downloads/Rules/2014/BasketballEquipment\(2014\)•Final•V1•withCovers•LOW.pdf](http://www.fiba.com/downloads/Rules/2014/BasketballEquipment(2014)•Final•V1•withCovers•LOW.pdf)
- International Handball Federation (2014). Rules of the Game. Peter Merian-Strasse 23, Switzerland, International Handball Federation. Rules of the Game. Switzerland. 8 July 2014• http://www.iihf.com/iihf-home/sport/iihf_rule_book/Handball
- National Intramural-Recreational Sports Association (US). (2009). Campus recreational sports facilities: Planning, design, and construction guidelines. Human Kinetics.
- Official Basketball Rules and Basketball Equipment International Basketball Federation (2014) 1 October 2014, Barcelona Spain 2 February
- Official Basketball Rules International Basketball Federation (2014) 1 October 2014, Barcelona Spain 2 February 2014. <http://www.fiba.com/downloads/Rules/2014/>



Official Basketball Rules 2014Y.pdf

- Sports Dimensions Guide For Playing Areas, Sport and recreation facilities (2016), Department of Sport and Recreation. Australia

