

## تأثیر پذیری دانش آموزان باهوش از ورزش

دانش آموزان باهوش برداشت منحصر به فردی از ورزش دارند. به عقیده دابروسکی، روان شناس و روان پزشک هلندی که نظریه رشد عاطفی را (که به نظریه فروپاشی مثبت نیز معروف است) ارائه کرده، هیجان عاطفی برای بزرگسالان و دانش آموزان باهوش، یک ویژگی مثبت تلقی می شود. رشد عاطفی یکی از حیطه‌هایی است که تحت تأثیر ورزش قرار می گیرد و محصول تعامل میان ظرفیت رشد و محیط ورزشی است. دابروسکی هیجان را تحریک‌پذیری بیش از حد نامیده و پنج نوع آن را مشخص کرده است که به آن اشاره می کنیم.

۱. روانی - حرکتی: بی‌قراری، کنجکاوی و زیادبودن انرژی و جنب‌وجوش دانش آموزان باهوش
۲. جسمانی: لذت ناشی از تجارب حسی در بازی
۳. ذهنی: تفکر سطح بالا (تجزیه و تحلیل و ترکیب)
۴. تخیلی: خودانگیخته؛ خیال‌پردازی می کند و از تصویرسازی ذهنی و رؤیاپردازی در بازی استفاده می کند.
۵. عاطفی: دارای احساسات شدید، حساس و دلسوز است و در موقعیت‌های بازی به سرعت عکس‌العمل مثبت و منفی نشان می دهد.

دانش آموزان باهوش در مقایسه با همسالان خود، برداشتی متفاوت از خود و دنیای خود، به ویژه محیط بازی دارند. این گونه دانش آموزان حساس، کمالگرا، پر جنب و جوش و فعال هستند و نسبت به فعالیت‌های ورزشی، زودتر از همسالانشان تحت تأثیر قرار می گیرند.

این مقاله بر نظریه‌ای مبتنی است که می گوید ورزش و ساعات تربیت بدنی به درک و کشف منحصر به فرد بودن دانش آموزان باهوش کمک می کند و محیط‌های ورزشی پنجره‌ای به دنیای درون کودکان باهوش باز می کند



که از جمله نیازهایشان به رشد اجتماعی و فرایند جامعه‌پذیری، حساسیت، حس رقابت، همدلی و همکاری با دیگران، دوستی و رفاقت، نیاز به ابتکار و خلاقیت، کاویدن و پلایش ذهن و نیاز آن‌ها به آرامش و ایجاد تعادل و تخلیه هیجانات در ورزش و تعیین اهداف زندگی و برنامه‌ریزی برای آینده است.

کلیدواژه‌ها: دانش آموزان باهوش، ورزش، جامعه‌پذیری دانش آموزان باهوش

# دانش آموزان باهوش در ورزش

تحلیلی



محمد محسنی، کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی  
نجمه ترابی قهفرخی، دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی

بسیار عالی است و این تطابق در محیط‌های ورزشی بهتر رخ می‌دهد و افراد یاد می‌گیرند چطور آن را به محیط‌های دیگر تعمیم دهند و رنج تضاد درونی میان تمایل به هماهنگ بودن با دیگر دانش‌آموزان و آرمان‌هایشان را کاهش می‌دهد. شرکت در گروه‌های ورزشی برای این دانش‌آموزان دستاوردهای مثبتی چون عنصر خوب گروه بودن، مفید بودن و افزایش اعتمادبه‌نفس را در پی خواهد داشت. این دانش‌آموزان با کمک به دیگران تلاش می‌کنند بفهمند چه کسی هستند و به چه گروه‌هایی تعلق دارند و چه استعدادهایی دارند و می‌فهمند چگونه مؤثرتر باشند. رشد و شکوفایی آن‌ها با عاملی به نام ورزش و در محیط فعالیت‌های ورزشی سرعت بیشتری می‌گیرد.

طبق تحقیقات درباره نظریه دابروسکی، میزان بروز هیجان ناشی از ورزش در محیط‌های ورزشی در بزرگسالان و دانش‌آموزان باهوش بیشتر از دیگران است. دانش‌آموزان باهوش شادی‌ها، غم‌ها و امیدهای دوستان و همکلاسی‌ها را در محیط ورزشی بهتر حس می‌کنند و البته برخی مواقع نمی‌توانند مسائل را با دیگران حل و فصل کنند و از این موضوع رنج می‌برند. ورزش می‌تواند این هیجانات را مدیریت و کنترل نماید و انرژی آن‌ها را کاهش دهد.

### افزایش جامعه‌پذیری دانش‌آموزان باهوش نسبت به دیگر دانش‌آموزان

نگرانی اصلی در خصوص دانش‌آموزان باهوش و مستعد و جویای کمال این است که ممکن است کارشان به‌جایی برسد که منزوی و در ساعات تربیت‌بدنی بی‌انگیزه و بی‌میل شوند و از بازی و همکاری با دیگر دانش‌آموزان کناره بگیرند و زنگ ورزش را ترک کنند. آگلر (۱۸۶۷) آنزوا را چنین پیش‌بینی کرده است: علاقه شدید به کمال و برنده شدن در بازی چنان آدم را منزوی می‌کند که هیچ‌چیز دیگر نمی‌تواند این تأثیر را ایجاد کند و او در هر قدمی از دانش‌آموزان و همکلاسی‌ها رد می‌شود و آن‌ها را پشت‌سر می‌گذارد و وقتی به هدفی می‌رسد یا برنده می‌شود؛ افسوس می‌خورد که دیگر دوستانش در کنارش نیستند. تحقیقات نشان می‌دهد که سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان باهوش

نگرانی اصلی در خصوص دانش‌آموزان باهوش و مستعد و جویای کمال این است که ممکن است کارشان به‌جایی برسد که منزوی و در ساعات تربیت‌بدنی بی‌انگیزه و بی‌میل شوند و از بازی و همکاری با دیگر دانش‌آموزان کناره بگیرند و زنگ ورزش را ترک کنند

دانش آموزان افزایش می‌دهد و در دانش آموزان باهوش این اتفاق بهتر و سریع‌تر رخ می‌دهد.

توانمندسازی دانش آموزان باهوش برای تقویت حساسیت و همدلی در ورزش بسیار مهم است، چون این ویژگی از خصوصیات مهم این دانش آموزان است و معلم می‌تواند با آن‌ها بحث کند و نحوه یارگیری و رفتار تیمی، پاس‌دهی، انجام بازی گروهی و کمک و همکاری به دیگر بازیکنان را در انواع بازی‌ها آموزش دهد.

### خلاقیت در ورزش و دانش آموزان باهوش

اهمیت فراهم کردن فرصت‌های مناسب برای دانش آموزان باهوش در زنگ ورزش انکارناشدنی است و بهترین کمک به آن‌ها برای ایجاد زمینه‌ای برای بروز خلاقیت، درک قبول و آگرایی این افراد در ساعات تربیت‌بدنی می‌باشد. معلمان تربیت‌بدنی با ایجاد امنیت، سازمان‌دهی، گروه‌بندی صحیح و عادلانه دانش آموزان و آگاهی از نشانه‌های خلاقیت و ایجاد فرصت و تشویق و تقویت و رفتار مثبت باعث شکوفایی خلاقیت دانش آموزان می‌شوند و با ارزیابی و ارزش‌یابی سازنده و انتخاب درست محتوای زنگ ورزش به همه دانش آموزان به‌خصوص باهوش‌ترها کمک خواهند کرد هوشیاری خلاق‌تری داشته باشند.

### آرامش دانش آموزان باهوش در ورزش

آرامش از خود فرد شروع می‌شود و رسیدن به آن با شرکت در فعالیت‌های ورزشی، جایی که دانش آموزان با یکدیگر رابطه برقرار می‌کنند، اتفاق خواهد افتاد و زودتر به آن خواهند رسید و انرژی‌های اضافی آن‌ها تخلیه خواهد شد.

دانش آموزان باهوش؛ رسیدن به اهداف ورزش و تعادل در زندگی

فعالیت‌های گروهی کمک می‌کند که اثر ناهم‌زمانی و توجه و درک والدین را در زمینه ناهم‌زمانی بهتر درک کنند و آن‌ها می‌آموزند این تفاوت‌ها برایشان عادی باشد.

رسیدن به اهداف و یافتن تعادل در زندگی می‌تواند از محیط، زمان، مکان کوچک‌تری مثل زنگ ورزش و مدرسه به جامعه بزرگ‌تر و زندگی روزمره تعمیم داده شود. در نتیجه معلمان تربیت‌بدنی باید اولویت‌بندی ارزش‌های ورزش را برای دانش آموزان مطرح کنند و به آن‌ها کمک کنند که خودشان با تمرکز و کسب رضایت به این سازمان‌بندی برسند و ضمن تشویق و ترغیب، موانع پیش‌روی آن‌ها را از سر راه بردارند.

کمال‌گرایی دانش آموزان باهوش در ورزش ویژگی مثبت یا منفی است؟

علاقه شدید به کمال و پیروزی، یکی از جنبه‌های شناخته شده در دانش آموزان باهوش است که باید مهار شود. هاماچک کمال‌گرایان را به دو دسته زیر تقسیم کرده است:

۱. کمال‌گرایان سالم: این افراد نیاز شدیدی به نظم و ترتیب دارند و اشتباهات خود را می‌پذیرند و از این واقعیت لذت می‌برند که معلمانشان انتظار زیادی از آن‌ها دارند و به آن‌ها بها می‌دهند. پس بهتر تلاش می‌کنند، احساس رضایت می‌کنند و به عملکرد نسبتاً موفق خود افتخار می‌کنند و عزت‌نفس کافی دارند.

۲. کمال‌گرایان کژکار: این افراد از ارتکاب اشتباه ناراحت می‌شوند، معیارهای بالایی برای خود در نظر می‌گیرند، در قضاوت‌های خود دچار تردید می‌شوند و به تأیید دیگران نیاز دائمی دارند و فاقد راهبردهای مقابله‌ای مناسب در بازی‌ها هستند.

کمال‌گرایی دانش آموزان در ورزش و بازی می‌تواند هم یک ویژگی مثبت و هم یک ویژگی منفی تلقی شود و بستگی به این دارد که دانش آموز چقدر تحت تأثیر ورزش، خانواده، و گروه هم‌کلاسی‌ها و ..... قرار می‌گیرد. اغلب اوقات نیرویی درونی آن‌ها را ترغیب می‌کند که به اشتباه، تلاش زیادی برای خشنود ساختن اطرافیان به‌ویژه معلم در زنگ ورزش و دیگر هم‌کلاسی‌ها و والدین در امور دیگر داشته باشند، اما واقعیت این است که آن‌ها دنبال خشنودی خود هستند و می‌خواهند همه را دریبل بزنند، انفرادی کار کنند، همیشه مالک توپ باشند، فرد برتر میدان و محل اتکای تیم باشند و برای آن‌ها نتیجه کار خودشان مهم است و نتیجه نهایی تیم برایشان اهمیتی ندارد یا درجه اهمیت آن کمتر است. در اینجا موضوع مثبت تلقی نمی‌شود و آن‌ها را به‌سوی رفتاری خوب و مؤثر در ورزش حرکت نمی‌دهد؛ اما اگر اهداف همه حیطه‌های تربیت‌بدنی را در برگیرد و برای تیم، گروه، جامعه و خود دانش آموز مفید باشد، در نتیجه این نوع کمال‌گرایی مثبت تلقی خواهد شد.

### ورزش و شناخت کامل‌تر از خود

محیط‌های ورزشی به برداشتی متفاوت و حسی موفق و امکان تفسیر و بیان احساسات و خواسته‌ها، نیت‌ها، آرزوها، اعمال و رفتار منتج شده از آن‌ها به همگان کمک خواهد کرد و این موضوع البته در دانش آموزان باهوش سریع‌تر رخ خواهد داد. این آگاهی از الگوی خود را مثال کراس و سبک (۱۹۸۲) بیان کرده‌اند.

ورزش امکان برقراری تماس با حواس پنج‌گانه را در

منبع  
۱. آ. سیسک، دوروتی. «از باهوش تا تیز هوش، سبک کردن بار مسئولیت تیزهوش بودن». ترجمه خالصی، مهین