

کلیدواژه‌ها: سواد جسمانی، مهارت، دانش، تربیت بدنی

چیستی سواد و سواد جسمانی^۳

در بخش «آموزش برای همه» از برنامه دهه سواد ملل متحد تصریح شده است که سواد حداقل به دو دلیل برای هر کودک، جوان و بزرگسال تعیین‌کننده و سرنوشت‌ساز است. اول به دلیل اهمیت آن در فراگیری مهارت‌های اساسی زندگی؛ یعنی مهارت‌هایی که آنان را در مواجهه با چالش‌های زندگی، قادر و توانا می‌سازد. دوم کسب سواد، مرحله‌ای حیاتی در تعلیم و تربیت پایه وسیله‌ای ضروری برای مشارکت اثربخش در عرصه‌های اجتماعی و اقتصادی قرن بیست و یکم است.

به نقل از سازمان فرهنگی، علمی و تربیتی سازمان ملل متحد (یونسکو، ۲۰۰۳)، سواد به چگونگی به‌کارگیری و استفاده دانش، زبان و فرهنگ گفت‌وگوی در ارتباطات و آداب اجتماعی مربوط می‌شود. مفهوم «سواد» در یک محیط

تربیتی فراتر از کسب دانش و درک است. در چنین موقعیتی سواد به معنای کاربرد اصولی دانش و درک با شیوه‌های اخلاقی و سازنده در محیط‌ها، تکالیف و وضعیت‌های متنوعی است که فرد را واقعاً آدیب و باسواد می‌سازد. «با سواد شدن»، شامل استفاده از مهارت‌ها و یا فرایندهای تفکری خلاق و انتقادی، انتقال اطلاعات از طریق اشکال متنوع ارتباطی و کاربرد دانش و مهارت‌ها، برای ایجاد ارتباط در و بین زمینه‌های مختلف است.

با وجود چنین تعاریفی برای سواد، سواد جسمانی فراتر از رشد صرف مهارت‌های بدنی است. در واقع، سواد جسمانی درباره رشد و توسعه کل وجود کودک است.

سواد جسمانی از دیدگاه معلمان تربیت بدنی

سواد جسمانی ذاتی، عامل قابل اطمینانی است که با وجود آن، مهارت‌ها، دانش و نگرش کودکان و نوجوانان در فعالیت‌های گوناگون رشد پیدا کرده و باعث توازن و اعتمادبه‌نفس در آن‌ها برای انجام فعالیت‌هایشان می‌شود.

وایتهد (۲۰۰۷)، جوهره و ذات سواد جسمانی^۴ را تدارک بنیادی قابل اطمینانی می‌داند که کودکان و جوانان در سایه آن مهارت‌ها، دانش و نگرش‌های خود را در طیف وسیعی از فعالیت‌ها رشد داده و به‌طور متوازن و با اعتمادبه‌نفس به آن‌ها مشغول شوند.

هایدن و دیویس (۲۰۰۸) معتقدند که سواد جسمانی چیزی بیش از ماهر شدن صرف در یک یا چند فعالیت جسمانی است. سواد جسمانی



ارتباط بین سواد جسمانی و تربیت بدنی

نویسندگان: جیمز ماندیگو، کن لودویک، نانسی فرانسیس
مترجمان: جواد آزمون^۱، مسعود حاجیانی^۲

هم شامل اصول یادگیری مادام‌العمر یعنی همه آنچه که اشخاص در دوران زندگی، از تولد تا مرگ، یاد می‌گیرند و هم اصول یادگیری در موقعیت‌های واقعی و معتبر ناظر بر ابعاد و انواع یادگیری در دوران زندگی است که شامل:

۱. یادگیری رسمی (یادگیری در سازمان‌ها و مؤسسات آموزشی)،
 ۲. غیررسمی (یادگیری خارج از سازمان‌ها و مؤسسات آموزشی)، و
 ۳. برنامه‌ریزی نشده (در باشگاه‌ها، زمین‌های ورزش، در خانواده و...).
- ضمناً یادگیری در موقعیت‌های واقعی و معتبر یک راهبرد تدریسی است. سواد جسمانی به واسطه تعاملات پیچیده بین شخص، همتایان و اجتماع‌شان، جامعه و جهان ایجاد و توسعه یافته است. مهم‌تر از این، سواد جسمانی به نوعی خلاصه شده ارتباطات پیچیده بین قابلیت و توانایی بدنی و حیطه عاطفی است.

تربیت بدنی و سواد جسمانی

تربیت بدنی یک موضوع درسی طراحی شده در برنامه تحصیلی مدارس است که کمک می‌کند تا کودکان و جوانان در خود مهارت‌ها و دانش مورد نیاز برای مشارکت در یک زندگی فعال و سالم را رشد و توسعه دهند. برنامه‌های تربیت بدنی جدا از تجربیات مدرسه‌ای دانش‌آموزان نیست برنامه‌های کیفی تربیت بدنی با دقت برنامه‌ریزی شده و شامل تجربیات یادگیری کودکان و نوجوانان در مهارت‌های ورزشی، مهارت‌های فضای آزاد، حرکات موزون و ژیمناستیک است. باعنایت و توجه به تناسب بین اهداف و پیامدهای مورد انتظار یادگیری و برنامه تحصیلی، با مراحل رشدی این اطمینان حاصل خواهد شد که کودکان با هر توانایی و علاقه‌ای قادر به کسب تجربیات و خلق دانش حرکتی اصولی جدید باشند.

برنامه‌های کیفی تربیت بدنی برای رشد سواد جسمانی دانش‌آموزان، برای این است که آن‌ها قادر شوند هم برای زمان حاضر و در سراسر عمرشان انتخاب‌های فعال و سالمی داشته باشند. اگرچه هر ایالت (در کشور کانادا) برنامه درسی تربیت بدنی مخصوص به خود دارد اما مفهوم سواد جسمانی در همه آن‌ها

در کانون توجه قرار دارد به‌عنوان مثال، برنامه درسی تندرستی (سلامت) و تربیت بدنی تجدیدنظر شده در اونتاریو ایجاد شده و توسعه سواد جسمانی دانش‌آموزان را به‌عنوان پایه و اساس یادگیری از کلاس‌های ۱ تا ۱۲ به رسمیت می‌شناسد. در ساسکاچیوان^۴ سواد جسمانی به عنوان یک مشخصه مهم برنامه تربیت بدنی اثربخش مورد توجه است.

در نیوفاندلند و لابرادور^۵، ایجاد و توسعه سواد جسمانی دانش‌آموزان یک پیامد کلیدی و مهم در برنامه میان دوره‌ای تحصیلی است که اخیراً بازنگری شده است. سواد جسمانی تنها یک موضوع وابسته به زمان بود تا اینکه تمام وزارت خانه‌های آموزش و پرورش در کانادا آن را تحت عنوان یک اصل از برنامه درسی تربیت بدنی به رسمیت پذیرفتند.

نقش تربیت بدنی در حمایت از ایجاد و توسعه سواد جسمانی با هدف افزایش مشارکت ورزشی جوانان

سواد جسمانی نه تنها به عنوان اصلی برای مشارکت در ورزش، بلکه برای مشارکت مادام‌العمر در فعالیت‌های جسمانی و تفریحی به کار می‌رود (شکل ۱). برنامه «تربیت ورزشکار مادام‌العمر^۶» مرکز ورزش در کانادا (به عبارتی تربیت ورزشکارانی که دوران ورزشکاری خود را برای سال‌هایتمادی و زیادی ادامه دهند)، سواد جسمانی را به‌عنوان اصلی برای توسعه مهارت‌ها، دانش و نگرش‌ها برای کانادایی‌ها به رسمیت شناخته که برای هدایت آنان به سوی یک زندگی سالم و فعال نیاز است. برنامه تربیت ورزشکار مادام‌العمر، سواد جسمانی را چنین تعریف می‌کند: «... توسعه مهارت‌های حرکتی-بنیادی و مهارت‌های ورزشی-بنیادی که اجازه می‌دهند کودک با اطمینان و با کنترل در حیطه وسیعی از فعالیت‌های جسمانی، موقعیت‌های ورزشی و حرکات موزون شرکت و عمل کند. سواد جسمانی همچنین شامل توانایی خواندن و نشان دادن واکنش مناسب به رویدادها و آنچه در اطراف یک موقعیت فعالیت می‌گذرد، می‌شود» (به نقل از هیگز و همکاران، ۲۰۰۸). برنامه تربیت ورزشکار مادام‌العمر فعالیت بدنی همگانی را، براساس یک توالی و ترتیب مبتنی بر

سواد جسمانی ذاتی، عامل قابل اطمینانی است که با وجود آن، مهارت‌ها، دانش و نگرش کودکان و نوجوانان در فعالیت‌های گوناگون رشد پیدا کرده و باعث توازن و اعتماد به نفس در آن‌ها برای انجام فعالیت‌هایشان می‌شود



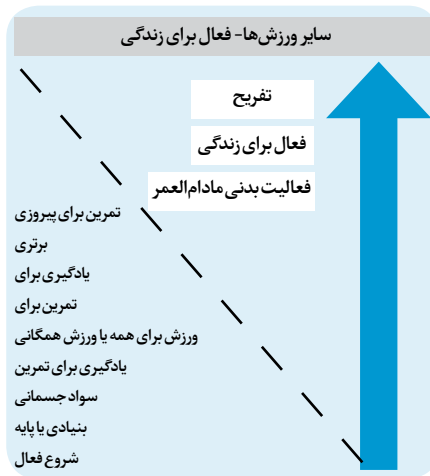
همچنین شرایط بسیار خوبی را برای دانش‌آموزان مهیا کرده و از آن‌هایی که تمایل به ادامه مسیر تمرین برای مسابقه و رقابت و تمرین برای پیروزی دارند، حمایت بیشتری می‌کند (یعنی شرایط مناسبی را فراهم می‌آورد).

سواد جسمانی چگونه پرورش و تقویت می‌یابد؟

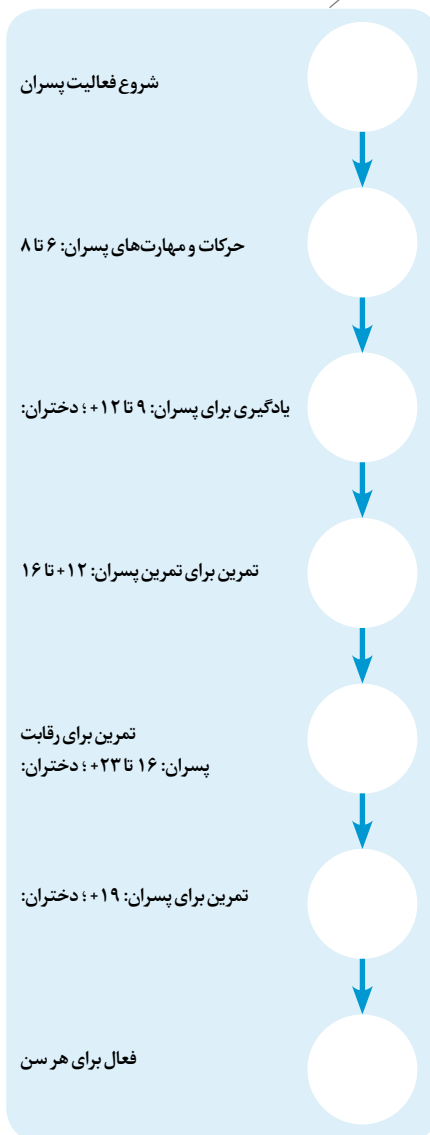
برنامه‌های کیفی تربیت بدنی بهترین فرصت‌ها را برای تقویت و توسعه سواد جسمانی فراهم می‌کنند. تربیت بدنی کیفی، در حد مطلوبش، برای کمک به پرورش و تقویت سواد جسمانی در مدارس مدنظر قرار گرفته است و نسبت به تدارک شرایط برابر و منصفانه برای دانش‌آموزان تعهد دارد، تا آن‌ان در مهارت‌ها، دانش و نگرش‌های مورد نیاز برای تبدیل شدن به کسانی که سواد جسمانی دارند، رشد یابند. اگرچه هر ایالت برنامه درسی تربیت بدنی منحصر به خود دارد اما اصول عمومی تربیتی بسیاری که با پرورش سواد جسمانی از طریق یک برنامه کیفی تربیت بدنی سازگارند، وجود دارد. این اصول با برنامه تربیت بدنی روزانه کیفی تشکیلات تربیت بدنی و سلامت کانادا^۲ سازگار بوده و مبتنی بر یافته‌های پژوهشی هستند که قبلاً حاصل شده‌اند. تشکیلات تربیت بدنی و سلامت کانادا در ۱۹۸۸ به تدوین برنامه تربیت بدنی روزانه کیفی، به‌عنوان راهی برای معرفی برنامه‌ای که توسط متخصصین مشتاق و شایسته به‌خوبی طراحی و تدریس شده، اقدام کرده و فرصت‌های متعدد یادگیری را برای همه دانش‌آموزان با روالی روزانه در کل سال تحصیلی عرضه می‌کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر در خصوص تربیت بدنی روزانه کیفی به سایت www.phecanada.ca مراجعه کنید. علاوه بر اصول

رشد، تبلیغ و ترویج می‌کند (شکل ۲)؛ با تشویق و ترغیب باعث تجربه کردن یک فعالیت بدنی مثبت در دوره خردسالی از طریق انجام بازی‌های ورزشی یا بازی‌های فعال (به‌عبارتی شروع فعال) و ترویج و توسعه فعالیت‌های خوب سازماندهی شده‌ای که منجر به رشد مهارت‌های پایه (مهارت‌های بنیادی) بشوند؛ کودکان توسعه مهارت‌های مربوط به سواد جسمانی را شروع می‌کنند که آن‌ها را قادر خواهند ساخت تا با ثبات و اطمینان فعالیت‌های گوناگون جسمانی را انجام دهند را شروع می‌کنند. این مهارت‌های پایه سپس یک خط‌مشی یکپارچه برای یادگیری همه مهارت‌های ورزشی را که می‌توانند در مرحله یادگیری برای تمرین از طریق تعدادی از انواع مختلف ورزش‌ها منتقل شوند، شکل می‌دهند. در دوره نوجوانی (۱۲ تا ۱۶ سالگی برای پسران، ۱۱ تا ۱۵ سالگی در دختران) نوبت به مرحله ورزشی می‌رسد. در این مرحله افراد آماده می‌شوند تا مهارت‌های پایه و تدابیر خاص هر ورزش را در قالب اشکال بسیار خاصی از فعالیت‌های بدنی در خود تحکیم بخشند. کسانی که انتخاب می‌کنند تا مسیر رقابتی را ادامه داده و سطح توانایی خود را ارتقا دهند، ورزشکارانی خواهند شد که در یک ورزش برای رقابت تخصص پیدا کرده و متعاقباً برای برنده شدن در رقابت‌های بزرگ ملی یا بین‌المللی تمرین می‌کنند. برنامه‌های کیفی تربیت بدنی این استعداد را دارند که نقش مهمی در حمایت از برنامه تربیت ورزشکار مادام‌العمر داشته باشند. به واسطه برنامه‌های کیفی تربیت بدنی که در قالب برنامه‌های درسی ایالتی اجرا می‌شوند، دانش‌آموزان قادر خواهند شد تا مهارت‌های سواد جسمانی خود را که برای مراحل شروع فعال، بنیادی، یادگیری برای تمرین، ورزشی و زندگی فعال ضروری هستند، رشد و توسعه دهند. یک برنامه کیفی تربیت بدنی

**سواد جسمانی
همچنین شامل
توانایی خواندن
و نشان دادن
واکنش مناسب
به رویدادها
و آنچه در
اطراف یک
موقعیت فعالیت
می‌گذرد،
می‌شود**



شکل ۱. جایگاه و مشارکت سواد جسمانی در ورزش و فعالیت‌های بدنی و تفریحی



شکل ۲. توالی و ترتیب مراحل رشد در برنامه توسعه ورزشکاری بلندمدت

- پی‌نوشت‌ها**
۱. عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی
 ۲. کارشناس ارشد تربیت بدنی و دبیر تربیت بدنی دبیرستان‌های خورموج، استان بوشهر
 3. physical literacy
 4. Saskatchewan
 5. Newfoundland and Labrador
 6. Long Term Athlete Development (LTAD)
 7. PHE (Physical & Health Education) Canada's Quality Daily Physical Education (QDPE) program.

تربیتی سازگار شده با برنامه تربیت بدنی روزانه کیفی، تشکیلات تربیت بدنی و سلامت کانادا اصولی را بنا نهاد تا محیط یادگیری مثبتی در حمایت از اینکه دانش‌آموزان سواد جسمانی به‌دست آورند، ایجاد شود. همان‌طوری که با افزایش سواد خواندن و نوشتن (مهارت‌های زبانی)، یک دانش‌آموز برای خواندن بخش وسیعی از ادبیات برانگیخته می‌شود، دانش‌آموز دارای سواد جسمانی احتمالاً تمایل بیشتری به شرکت ماهرانه و جسورانه در گستره وسیعی از فعالیت‌های بدنی خواهند داشت. فردی که سواد جسمانی دارد نه تنها برای شرکت ماهرانه انگیزه بیشتری خواهد داشت، بلکه کارهایی را که برای خود و همه افراد پیرامونش سودمند است، انجام خواهد داد. چنین قاعده‌ای در حکم یک اصل نه‌تنها برای امروز دانش‌آموزان مهم است، بلکه به‌عنوان یک اصل برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی مادام‌العمر نیز کاربرد دارد.

تکلیف چیست؟

سواد جسمانی اکنون برای معلمان و متخصصان سراسر کانادا به یک واقعیت تبدیل شده است. در دورانی که برنامه‌های مربوط به سواد جسمانی برای وزارتخانه‌های آموزش و پرورش ایالتی، سازمان‌های ورزشی ملی و ایالتی و بسیاری دیگر از جوامع و نهادهای درگیر در امر برنامه‌های تفریحی در سراسر کانادا به اولویت تبدیل شده‌اند، برای حرفه ما مهم است که در کمک به تقویت مهارت‌های سواد قوی در دانش‌آموزان فعلی و آینده نقش‌مان را نشان بدهیم. با تقویت سواد جسمانی به واسطه برنامه‌های کیفی تربیت بدنی، دانش‌آموزان دائماً انگیزه و توانایی خود را در درک، ارتباط برقرار کردن، کاربرد و تجزیه و تحلیل اشکال مختلف حرکتی، رشد می‌دهند. آن‌ها قادرند تا انواعی از حرکات را جسورانه (با اعتماد به نفس)، ماهرانه، خلاقانه و مدبرانه در حین انجام فعالیت‌های بدنی گوناگون مرتبط با تندرستی به نمایش گذارند. این توانایی‌ها اشخاص را قادر می‌سازند تا انتخاب‌های سالم و فعالی در سراسر دوران زندگی‌شان داشته باشند، انتخاب‌هایی که هم برای خودشان و هم سایرین سودمند و آبرومندانه است.