

#### اشاره

در عالم درس و مدرسه، کمتر دانش آموزی را می توان یافت که در هنگام دریافت کارنامه خود در پایان سال ترس و اضطراب نداشته باشد؛ اما دانش آموزان این هنرستان تقریباً از این جهت خیالشان آسوده است؛ چرا که در انتهای خرداد ماه کارنامه‌ای به دستشان می رسد با این عنوان‌ها: والیبالیست، شنا، بسکتبال، آناتومی و... در آن پایین‌ها هم یک یا چند درس ریاضی، فیزیک و چند درس عمومی کم‌رنگ دیگر هست که در مقابل آن درس‌های پر نشاط رنگ و بویی از ترس ندارند. مدرسه پاپلی خلعتبری، در انتهای بلوار فردوس غربی واقع در منطقه ۵ تهران، یکی از دو هنرستانی است که به‌عنوان تنها هنرستان‌های دولتی دخترانه تهران شناخته می‌شوند. گزارش و مصاحبه ما با افراد این مدرسه نه در پشت میز و در فضایی خیلی خشک و رسمی انجام شد، بلکه ما بودیم و یک نیمکت کنار زمین والیبالیست، در هنگامی که بچه‌ها داشتند خودشان را گرم می‌کردند، با دو چایی و سوت معلم و صدای پرتاب توپی که گل می‌شد.

#### آمادگی جسمانی، شرط اول

«هنرستان خلعتبری ابتدا با عنوان هنرستان تربیت‌بدنی تأسیس شد اما بعد از مدتی به‌خاطر نبود امکانات کافی برای پوشش کامل این رشته مجبور شدند رشته‌های دیگری مانند حسابداری و کامپیوتر و... را هم به این هنرستان اضافه کنند و حالا اینجا یک هنرستان فنی و حرفه‌ای است با تمرکز زیاد بر رشته تربیت‌بدنی». این‌ها اولین جملاتی است که خانم اعظم‌السادات میرقاسمی، مربی والیبالیست منطقه ۵ و این

#### گزارش

هنرستان، در ابتدای

صحبت خود بیان می‌کند.

او درباره نحوه پذیرش هنرجویان

دختر در این هنرستان و انتخاب این رشته

می‌گوید: قبل از شروع سال تحصیلی و ثبت‌نام، دو

روز را برای گرفتن تست از بچه‌ها اختصاص می‌دهیم. این

تست‌ها چند مرحله دارد. اول اینکه دکتر بچه‌ها را می‌بیند

و بعد از یک ارزیابی کلی آن‌ها را تأیید یا رد می‌کند. مرحله

دوم یک تست عملی است به اسم آمادگی جسمانی. آن

هم یک ارزیابی کلی است از داوطلب برای اینکه بفهمیم

اصلاً چقدر آمادگی دارد و اعصاب و عضله‌هایش چقدر

هماهنگ‌اند. به زبان ساده‌تر، آیا اصلاً به درد این رشته

می‌خورد یا خیر. در این مرحله اگر دانش‌آموز شصت تا

هفتاد درصد امتیاز را کسب کند قبول است؛ و خوب، البته

در کنار این‌ها شرط معدل هم وجود دارد. این را هم بگویم

که بعضی از بچه‌هایی که درسشان ضعیف است برای فرار

از درس می‌آیند سراغ تربیت‌بدنی؛ در حالی که باید بدانیم

اولاً ضرب هوشی بالا ارتباط مستقیمی دارد با آمادگی

جسمانی. ثانیاً این رشته علاوه بر علاقه، توان بدنی هم

می‌خواهد. ما دانش‌آموزهایی داشته‌ایم که با علاقه آمده‌اند

اما بعد از مدتی نتوانسته‌اند ادامه بدهند و رفته‌اند، چون

به مرور درس‌های عملی سنگین می‌شود.

این معلم با سابقه که علاوه بر والیبالیست،

به تدریس هندبال و تنیس روی میز هم

می‌پردازد، اعتقاد دارد

که اگر علاقه جدی

در هنرجو وجود داشته

سؤالی که بچه‌های این هنرستان را آزار می‌دهد:

**تو که درست خوب بود چرا رفتی رشته تربیت‌بدنی؟**

گزارشی از فعالیت‌های هنرستان  
تربیت‌بدنی دخترانه پاپلی خلعتبری

ارغوان غلامی

## یک درس عینی

طول دورهٔ تحصیل در هنرستان تربیت‌بدنی، برای هنرجویان ۲ سال تحصیلی است که شامل ۴ نیم‌سال در نظام سالی واحدی و مطابق با آئین‌نامه‌ها و مصوبات آموزش و پرورش می‌باشد. هنرجویان این رشته با گذراندن ۱۰۳ واحد درسی می‌توانند دیپلم خودشان را در این رشته بگیرند. این ۱۰۳ واحد شامل درس‌های عمومی، عملی تخصصی و تئوری تخصصی است؛ دروسی مانند فیزیولوژی، آناتومی، تغذیه و بهداشت، کمک‌های نخستین، تأسیسات اماکن ورزشی، جداول ورزشی، شنا، دوومیدانی، بسکتبال، هندبال، والیبال، آمادگی جسمانی، ژیمناستیک، تنیس روی میز و... از جمله درس‌هایی است که هنرجویان باید در طی این دو سال موفق به گذراندن آن بشوند.

خانم بیان فاتحی، با ۱۰ سال سابقه تدریس و تحصیل تا مقطع کارشناسی ارشد در رشته مدیریت ورزشی، یکی از دبیران دروس تخصصی این هنرستان است. او درباره این درس‌ها می‌گوید: بچه‌ها از سال دوم تعدادی دروس تخصصی (تئوری) را هم در کنار دروس عملی خود دارند، مانند فیزیولوژی و آناتومی. موضوع و محتوای این درس‌ها بیشتر دربارهٔ استخوان‌بندی و دستگاه‌های بدن، عصب‌ها و عضله‌ها و کاربرد آن‌هاست. بیشترین تأکید ما به بچه‌ها درباره این درس‌ها این است که اگر شما استخوان خودتان، یا کاری را که عضلاتتان هنگام ورزش می‌کنند

نشناسید، اصلاً مسیری که آمده‌اید اشتباه است.

شاید برای شما جالب باشد

بدانید که ما به بچه‌ها در این رشته،

در هنرستان، به‌خصوص در رشته تربیت‌بدنی، دانش آموز نیاز به یک ذهن قوی و آماده در کنار یک جسم سالم را دارد. در واقع دانش آموز باید واقعاً باهوش باشد تا بتواند در این رشته دوام بیاورد

باشد تربیت‌بدنی هم رشتهٔ بسیار خوبی است و هم از آیندهٔ خوبی برخوردار است. او در کنار این صحبت‌ها اما انتقاداتی هم دارد و با اشاره به اینکه این رشته متقاضی زیادی دارد می‌گوید: شاگردی داریم که از نازی‌آباد می‌آید و مثل این‌ها زیاداند. پس نیاز وجود دارد و علاقه هم در بین بچه‌ها زیاد است؛ پس چرا باید با این شرایط، ما فقط دو هنرستان دخترانهٔ تربیت‌بدنی در تهران داشته باشیم؟ بچه‌ها سنشان کم است و مسافت برایشان زیاد. خب طبیعتاً اگر هر منطقه‌ای حداقل یک هنرستان برای خودش داشته باشد هم بچه‌ها و هم معلم‌ها راحت‌تر هستند.

## دانش آموزان باهوش، در این رشته دوام می‌آورند

هنرستان خلعتبری در رشته تربیت‌بدنی دو کلاس دوم و همچنین دو کلاس سوم را پوشش می‌دهد. این مدرسه با ۳۴۰۰ متر مربع فضای مفید آموزشی، چندین سالن ورزش مانند سالن ژیمناستیک، سالن تنیس روی میز و یک سالن چندکارهٔ والیبال، بسکتبال و هندبال را در خودش جا داده است.

در این هنرستان سعی شده است در کنار توجه به درس به مسائل جانبی از جمله برگزاری مسابقات مختلف نیز توجه شود؛ مسابقاتی هم برای دانش‌آموزان و هم برای معلم‌ها. خانم محبوبه میرعابدینی، کارشناس ورزشی این مدرسه، با اشاره به ایجاد حس رقابت بین دانش‌آموزان می‌گوید: ما دانش‌آموزان قوی را هم برای تشویق آن‌ها، و هم برای ایجاد یک فضای رقابتی سالم، به تیم‌های مختلف معرفی می‌کنیم. امسال مدرسه ما در رشته هندبال و والیبال مقام اول را کسب کرد.

میرعابدینی که سابقه ۲۶ سال تدریس تربیت‌بدنی در دبیرستان را دارد در پاسخ به سؤال ما مبنی بر تفاوت تربیت‌بدنی در هنرستان و دبیرستان می‌گوید: هنرستان برای خیلی‌ها بد جا افتاده است. بچه‌هایی که از همه جا رانده شدند بیشتر به سمت هنرستان می‌روند در صورتی که مثلاً در هنرستان، به‌خصوص در رشته تربیت‌بدنی، دانش‌آموز نیاز به یک ذهن قوی و آماده در کنار یک جسم سالم را دارد. در واقع دانش‌آموز باید واقعاً باهوش باشد تا بتواند در این رشته دوام بیاورد.





**طول دورهٔ تحصیل در  
هنرستان تربیت‌بدنی، برای  
هنرجویان ۲ سال تحصیلی  
است که شامل ۴ نیم‌سال در  
نظام سالی واحدی و مطابق  
با آئین‌نامه‌ها و مصوبات  
آموزش و پرورش می‌باشد**

وی، با اشاره به اینکه تربیت‌بدنی در مقایسه با دیگر رشته‌ها مورد بی‌توجهی واقع شده است، ادامه می‌دهد: این دید اشتباه در جامعه وجود دارد که وقتی اسم ورزش می‌آید، به‌عنوان یک درس به آن نگاه نمی‌شود. خانوادهٔ خود من بعد از ۱۰ سال فعالیت من در این رشتهٔ تازه چند سالی است که فهمیده‌اند تربیت‌بدنی در کنار تمرین‌های ورزشی درس هم دارد و امتحان کتبی و نمره و کارنامه هم دارد. دیگر آنکه به ورزش مخصوصاً ورزش بانوان اهمیت داده نمی‌شود. چرا باید شهر به این بزرگی فقط دو هنرستان داشته باشد؟ خیلی از بچه‌های ما هستند که دارای استعدادهای درخشانی هستند و می‌توانند افتخارآفرین باشند. اما به‌خاطر دوری مسیر و نبود امکانات از علاقهٔ خودشان می‌گذرند. بچه‌ای که می‌آید در راه ورزش قدم می‌گذارد، از هیچ سمت‌وسویی حمایت نمی‌شود. به‌عنوان مثال هزینهٔ لباس و کفش و ... برایشان سنگین است. آیا هیچ کمکی به آن‌ها می‌شود؟

### تربیت‌بدنی خودش یک درس است

میثاق راموز هنرجویی است که سه ماه اول سال را دبیرستان رفته و ریاضی خوانده اما به‌خاطر علاقه به تربیت‌بدنی و سابقه‌اش در این رشته، در اواسط سال به هنرستان آمده است. او ۸ سال در رشتهٔ بدمینتون تمرین می‌کرده و حالا سه سال است که عضو تیم بدمینتون تهران است. میثاق در کنار کلاس‌های عملی درس‌های نظری را هم دوست دارد. او می‌گوید همه چیز خوب است اما، ما امکانات پزشکی مان خیلی محدود است.

رومینا علی‌آبادی هم یکی دیگر از هنرجویان این هنرستان است که علی‌رغم داشتن نمره‌های بسیار خوب در ریاضی و فیزیک به‌خاطر علاقه‌اش به ورزش وارد هنرستان شده است. رومینا ۴ سال است بیرون از مدرسه هم تنیس خاکی کار می‌کند. او می‌گوید با اینکه خانواده تشویق کردند برای انتخاب این رشته اما همیشه فامیل و آشناهای نزدیک می‌گویند «تو که درِست خوب بود چرا رفتی ورزش؟!» و این جمله من را خیلی ناراحت می‌کند. تربیت‌بدنی خودش یک درس است.

فیزیولوژی و آناتومی را در حد رشتهٔ پرستاری و در بعضی موارد خاص مانند آسیب‌دیدگی در حد دکتری هم آموزش می‌دهیم. وی اضافه می‌کند: دروس دیگری هم وجود دارند، مانند تأسیسات اماکن ورزشی، که بیشتر به این می‌پردازد که یک مکان ورزشی چه استانداردهایی باید داشته باشد؛ به‌عنوان مثال، کف‌پوشش چطور باشد و یا طول و عرض و ارتفاع مناسب برای آن، چقدر است؟

درس دیگری هم هست به نام تغذیه، که البته بسیار درس مهمی است، چرا که یک ورزشکار نسبت به یک فرد معمولی انرژی بیشتری نیاز دارد و این انرژی را هم طبیعتاً از تغذیهٔ مناسب باید به‌دست بیاورد. بچه‌ها در کلاس تغذیه یاد می‌گیرند که کدام مواد غذایی برایشان مفید است، در هنگام ورزش برای مسابقات باید چه رژیم غذایی را تحمل کنند و یا در فصل استراحتشان باید چه برنامهٔ غذایی را دنبال کنند. خانم فاتحی دربارهٔ علاقه هنرجوها به دروس تئوری و تخصصی می‌گوید: متأسفانه ما آگاهی خوبی به بچه‌ها نمی‌دهیم. بچه‌ای که می‌آید تربیت‌بدنی بخواند، سردرگم است. اصلاً با رشته‌اش آشنایی ندارد. خیلی از بچه‌ها هستند که فکر می‌کنند این رشته فقط کار عملی دارد و از دروس تخصصی و نظری خبری نیست. بنابراین ما خیلی مشکل داریم تا اصل قضیه را به این‌ها تفهیم کنیم. البته باید بگویم که اکثر بچه‌ها درس‌های این رشته را دوست دارند. چون درسی است که در رابطه با بدن و سلامتی خودشان است. درواقع این دروس ذهنی نیستند بلکه عینی هستند. بچه‌ها حین یادگیری می‌بینند که چه اتفاقی می‌افتد و این عینی بودن برایشان لذت‌بخش است.

## تربیت بدنی حمایت نمی‌شود

خانم ناهید بدرقه مدیر هنرستان پاپلی خلعتبری، ۲ سال است که پس از ۲۰ سال مدیریت دبیرستان‌های مختلف به این هنرستان آمده است. او از تفاوت‌های مدیریت هنرستان و دبیرستان برایمان می‌گوید و اعتقاد دارد که برای مدیر یک هنرستان تربیت بدنی شدن باید دل و جرئت داشت. چرا که آسیب‌دیدگی در این رشته زیاد است و کنترل این حوادث همگی بر عهده مدیر و باقی مسئولان مدرسه است. او به گفته خود، بچه‌های تربیت بدنی را علی‌رغم شیطنت‌های زیادشان خیلی دوست دارد و هر کاری می‌کند تا بیشترین امکانات را در اختیار این بچه‌ها بگذارد. وی آنقدر با شور و شغف از تربیت بدنی و دانش‌آموزانش صحبت می‌کند که گاهی احساس می‌کند اگر دانش‌آموز حسابداری و یا رشته‌های دیگر بودی حساسی حسادت می‌کردی. در کنار این حرف‌ها او اعتقاد دارد که رشته تربیت بدنی، از طرف آموزش و پرورش به درستی حمایت نمی‌شود.

او نیز در مورد ورزش دختران در ایران و جایگاه آن می‌گوید: اینکه دختر باید در خانه بماند ناشی از زیرساخت فرهنگی غلطی است که ما داریم. شما از خانه خود بیرون بیایید. چقدر برای دخترهایمان در بیرون از خانه، ورزشگاه، پارک و ... وجود دارد؟ خب بچه‌های ما این را می‌بینند و با خودشان فکر می‌کنند که لابد این یک دلیل درست و منطقی دارد. در صورتی که خیر دلیلی ندارد. حقیقت این است که یک فرهنگ غلط دارد تبدیل می‌شود به یک ارزش. از طرفی ایجاد امکانات آموزشی برای دختران در این زمینه، هزینه‌بر است. چرا که اگر مدرسه‌ای برایشان ساخته می‌شود باید کاملاً پوشیده و مستتر باشد. من اعتقاد دارم به جای اینکه بر تعداد مدرسه‌ها بیفزاییم باید کمی به کیفیت همین‌هایی که داریم رسیدگی کنیم.

در سالن والیبال، دور یک حلقه، میان غزاله، نرگس، فاطمه، ساحل و رومینا ایستاده‌ام. با هم شوخی می‌کنیم و بلند بلند می‌خندیم. بچه‌ها روی دست‌هایشان را که برای درس آناتومی با خودکار خط کشیده‌اند به من نشان می‌دهند. یکی از بچه‌ها دستش را بسته است. تا می‌پرسم چه شده بچه‌ها یادشان می‌آید که میان این همه امکانات یک مشکل بزرگ دارند و آن نبود امکانات پزشکی است. حرف‌ها زیاد می‌شود و هر کدام یک چیزی می‌گویند. تاندون دست من کشیده شد نتوانستم ... سال پیش پای من شکست از باقی درس‌ها عقب ... و این رشته سر درازی دارد. به من می‌گویند اینجا وجود یک پزشک آن هم به‌طور دائمی کم است. وجود پزشکی که بچه‌ها زیر نظر او باشند نه اینکه فقط در مواقع خاص و اورژانسی به فریادشان برسد. این حرف تقریباً تمام همکاران مدرسه هم هست. از مدیر تا معلم و دانش‌آموز. اما همه آن‌ها خوب می‌دانند که این گره با این گزارش باز نمی‌شود. چون مدت‌هاست در «ورزش بانوان» ما، ریشه دوانده است. ورزش بانوان به‌خاطر علاقه جمعی فراوان، به‌رغم تلاش‌های نادیده گرفته شده و امکانات کم، هنوز در میدان رقابت نفس می‌کشد.

هنرجویان این رشته بعد از اتمام واحدهای مورد نیاز در این دوره تحصیل، باید جهت کسب معلومات بیشتر یک دوره ۲۴۰ ساعته کارآموزی را هم بگذرانند تا برایشان گواهی پایان دوره صادر شود.

خیلی از بچه‌ها هستند که فکر می‌کنند این رشته فقط کار عملی دارد و از دروس تخصصی و نظری خبری نیست. بنابراین ما خیلی مشکل داریم تا اصل قضیه را به این‌ها تفهیم کنیم

### سال دوم

#### عمومی

- تعلیمات دینی و قرآن
- عربی
- ادبیات فارسی
- زبان فارسی
- جغرافیای عمومی

#### تخصصی عملی

- آمادگی جسمانی
- والیبال
- ژیمناستیک
- بدمینتون
- شنا

#### تخصصی نظری

- آمادگی دفاعی
- آناتومی
- کمک‌های نخستین
- روان‌شناسی عمومی

## سال سوم

### عمومی

- تعلیمات دینی و قرآن
- مبانی کاربرد رایانه
- عربی
- تاریخ معاصر ایران

### تخصصی عملی

- دو و میدانی
- بسکتبال
- تنیس روی میز
- هندبال
- تیراندازی

### تخصصی نظری

- تغذیه و بهداشت مواد غذایی
- آزمون‌های ورزشی
- فیزیولوژی
- شناخت تأسیسات و اماکن ورزشی
- جدول مسابقات ورزشی

### شرایط ادامه تحصیل در دانشگاه‌ها

۱. پس از اخذ دیپلم، شرکت در دوره کاردانی؛
۲. دوره کارشناسی تربیت‌بدنی در گرایش‌های مختلف؛
۳. در دوره کارشناسی ارشد و دکترا در گرایش‌های مختلف همچون (فیزیولوژی، بیومکانیک، رفتار حرکتی، آسیب‌شناسی، مدیریت و ...)

### زمینه‌های شغلی

۱. داوری مسابقات ورزشی؛
۲. سرپرستی تیم‌های ورزشی؛
۳. سرپرستی تأسیسات و اماکن ورزشی؛
۴. همکاری با نهادها، ادارات، شرکت‌ها و کارخانجات در زمینه ورزش؛
۵. پس از گذراندن تحصیلات دانشگاهی و کسب مجوز همکاری با آموزش و پرورش به‌عنوان آموزگار، دبیر و کارشناس تربیت‌بدنی؛
۶. پس از کسب مدارک عالی جذب در دانشگاه‌ها به‌عنوان استاد؛
۷. آشنایی و دستیابی به معیارها و ملاک‌های ورزشی در سطح بین‌المللی؛
۸. جذب در ارگان‌های نظامی و انتظامی.

هنر جوانان این رشته بعد از اتمام واحدهای مورد نیاز در این دوره تحصیل، باید جهت کسب معلومات بیشتر یک دوره ۲۴۰ ساعته کارآموزی را هم بگذرانند تا برایشان گواهی پایان دوره صادر شود

