

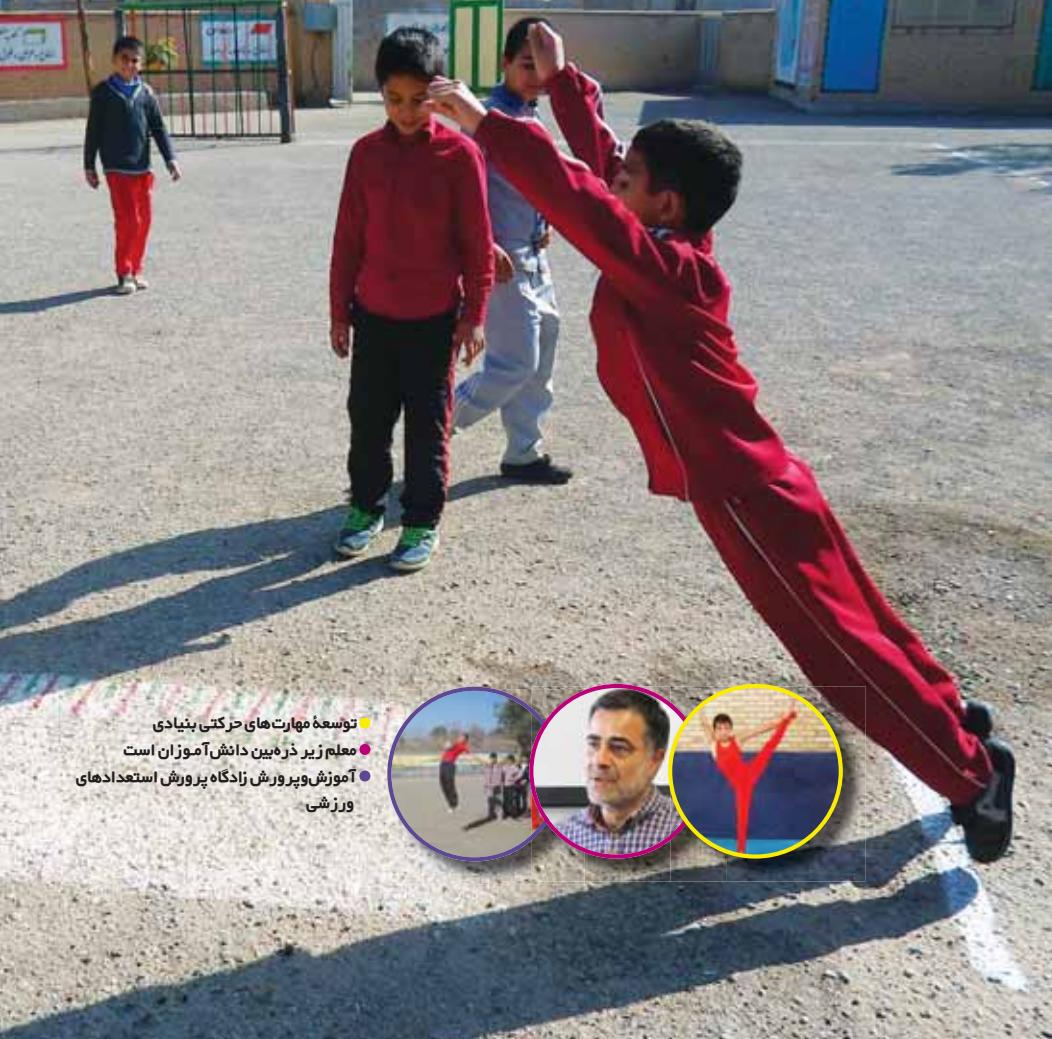
# رشد آموزش

# تربیت بدنی

فصل نامه آموزشی، تحلیلی، و اطلاع‌رسانی، برای معلمان، مدرس‌ان و دانشجویان

دسته‌هایی از این دستورات ممکن است در اینجا آورده شوند.

w w w . i o s n u m a g . i l



# تربیت بدنی ۶۱

فصل نامه‌آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی  
دوره هفدهم / شماره ۳ / بهار ۱۳۹۶

وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و پرورشی آموزشی  
دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی

مدیر مسئول: محمد ناصری

سردیبیر: دکتر عباسعلی گانینی

مدیر داخلی: افسانه محمدی

هیئت تحریر: دکتر عباسعلی گانینی، دکتر مهرزاد حمیدی، دکتر مجید کاشف، دکتر حمید رحیمی، دکتر علیرضا رمضانی، دکتر هایده صیرفی، سیدامیر حسینی،

دکتر جواد آزمون، جمشید رمضانی،

دکتر محسن حلاجی، حسین بابوی و افسانه محمدی

ویراستار: افسانه حجتی طباطبایی

طراح گرافیک: نوید اندرودی

[www.roshdmag.ir](http://www.roshdmag.ir)

Tarbiyatbadani@roshdmag.ir

پیامک: ۰۰۰۸۹۹۵۱۰

roshdmag: 

نشانی مجله: تهران صندوق پستی: ۱۵۸۷۵-۶۵۸۰

دفتر مجله: (داخلی) (۳۷۴) ۰۲۱-۸۸۳۱۱۶۱

پیام گیر نشریات رشد: ۰۲۱-۸۸۳۰۱۴۸۲

مدیر مسئول: ۱۰۲

دفتر مجله: ۱۱۳

امور مشترکین: ۱۱۴

چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

شماره: ۵۵۰۰ نسخه

## قابل توجه نویسندها و مترجمان محترم

مجله رشد آموزش تربیت‌بدنی، مقاله‌هایی را می‌پذیرد که در زمینه تربیت‌بدنی و ورزش با تأکید بر آموزش بوده و قبلاً در جای دیگری چاپ نشده باشد.

- \* مطالب باید یک خط در میان و در یک روی کاغذ نوشته و در صورت امکان تایپ شود.
- \* شکل قرار گرفتن جدول‌ها، نمودارها و تصاویر ضمیمه باید در حاشیه مطلب نیز مشخص شود.
- \* نظر مقاله باید روان و از نظر دستور زبان فارسی درست باشد و در انتخاب واژه‌های علمی و فنی دقت لازم مبذول شود.
- \* مقاله‌های ترجمه شده باید با متن اصلی همخوانی داشته باشد و متن اصلی نیز ضمیمه مقاله باشد.
- \* در متن‌های ارسالی باید تا حد امکان از معادل فارسی واژه‌ها و اصطلاحات استفاده شود.
- \* پی‌نوشت‌ها و منابع باید کامل و شامل نام اثر، نام نویسنده، نام مترجم، محل نشر، ناشر، سال انتشار و شماره صفحه مورد استفاده باشد.
- \* مجله در رد، قبول و برایش و تاخیص مقاله‌های رسیده مختار است.
- \* آرای مندرج در مقاله‌ها، ضرورتاً بین نظر دفتر انتشارات کمک‌آموزشی نیست و مسئولیت پاسخگویی به پرسش‌های خوانندگان با خود نویسنده یا مترجم است.
- \* مشخصات فرستنده مقاله شامل نام و نام خانوادگی، میزان تحصیلات، شغل، آدرس دقیق پستی و شماره تماس باشد.
- \* مجله از بازگرداندن مطالبی که برای چاپ مناسب تشخیص داده نمی‌شود، مذدور است.



# بهار، فصل رویش در برنامه‌ریزی‌های ورزشی

و باز ایرانیان هوشمند، با فرارسیدن تفرّج نوروز، از همه دل‌مردگی‌ها و سختی‌های دیروز فاصله می‌گرفتند و در ایام عید و بهار کام دل از دنیا برمی‌گرفتند تا از جور احتمالی زمستان تن آسوده کنند و با عبور از این میر پنج روزی، به گلستان کار و زندگی با طراوت قدم بگذارند و همین نماندن بر دیجور سخت را باز شاعر به زیبایی توصیف کرده است:

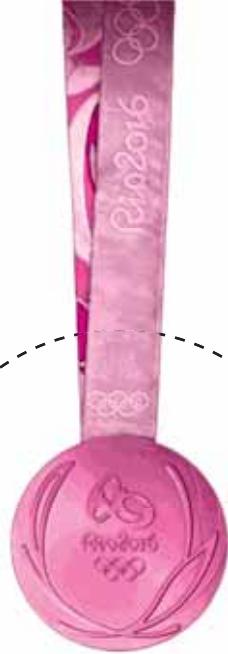
بر چهاره گل نسیم نوروز خوش است  
در صحن چمن روی دل افروز خوش است  
از دمی که گذشت هرچه گویی خوش نیست  
خوش باش وز دی مگو که امروز خوش است  
در صحنۀ ورزش کشور نیز سالی (دی) گذشت  
و با همه فراز و فرودهایش باید از آن گذشت و از  
این اندیشه نوروزی مدد گرفت و پادر رکاب کرد  
و دفتر سالی با انگیزه و با برنامه را در پیش رو گشود. در سالی که گذشت، مهم‌ترین رویداد هر چهار سال یک بار بین‌المللی در ورزش برگزار شد و بازی‌های المپیک و پارالمپیک در تابستان آن در رویدورانی روی بزریل با زیبایی هرچه تمامتر به پایان رسید. کاروان ورزشکاران المپیکی و پارالمپیکی متناسب با وسع و تلاش خود موفقیت‌هایی برای کشورمان - هرچند نه در حد انتظار و توقع - به دست آوردن. مدار آواران این دو رویداد با شکوه را باید ارج نهاد که در این فی‌ترین، علمی‌ترین و رقابتی‌ترین رویداد بین‌المللی ورزشی باز هم نام جمهوری اسلامی ایران را بر فضای ورزش جهان پرآوازه کردند اما، دریغ و درد که در همین دوره از بازی‌های پارالمپیک تیغ اجل از نیام برآمد و بهمن گلبارنژاد دوچرخه‌سوار جانیاز را به کمینگاه مرگ کشاند و روانه جایگاه ابدی کرد. بدون تردید این دردناک‌ترین حادثه این دوره از بازی‌های المپیک و پارالمپیک بود و شاید جانکاه‌ترین آن‌ها در همه دوره‌های بازی‌های پارالمپیک.

اما، به موجب شعر پیش گفته، باید از این رویداد بد نیز گذشت. ورزش کشور باید جاه و جلال و امیدی چندبرابر، بازی‌های المپیک و

اندک اندک برفها  
(اگر برفی باشد) آب  
می‌شوند و تاک و تاکستان  
زندگی تازه‌ای را آغاز می‌کنند.  
با عبور از این فصل خیلی زیبا،  
بالاپوش‌ها از تن‌ها به در می‌آیند و لباس‌های رنگین بهاری تن‌پوش عابرانی می‌شود که از ذوق رسیدن بهار از باد می‌برند که با دیدن همسایه خود، باید توقف کنند و برایش سالی خوش و با برکت آرزو کنند. بهار، فصل سرعت است. سرعت رویش جوانه‌ها بر پیکره درختان، سرعت عبور ابرهای ناپایدار در آسمان، سرعت عبور نور خورشید بر دامن صحراء و سرعت ظهور دم به دم شنیم‌ها بر شاخسار گل‌ها در صبحگاهان، و سرانجام سرعت نو شدن‌ها در نوروز، اولین روز بهار. روزهای نوروز بادوام نیستند و از همین‌رو، همه را به شاد‌زیستی در چمن‌زار و بوستان فرا می‌خوانند:

سخن در پرده می‌گوییم چو گل از غنچه بیرون آی  
که بیش از پنج روزی نیست حکم میر نوروزی  
ایرانیان باستان با هوشمندی خاص خود، این ایام را روز طرب و بستان می‌دانستند و نشاط و شادی و عید و طرب را در چنین روزهایی به یکدیگر تهنيت می‌گفتند. این سنت فرخ زیستن در کنار سبزه و موسّم نوروز و روز فروردین، ایام جوانی را در دل و قلب ایرانیان از نو شکوفا می‌ساخت. شاعران شیرین سخن سرزمن ماحسنس هم‌وطنان خود نسبت به بهار را در قالب قطعات نظم بسیار زیبا سنتوده‌اند:

روز عیش و طرب و بستان است  
روز بازار و گل و ریحان است  
توده خاک عبیرآمیز است  
دامن باد عبیرافشان است  
لاله از شاخ زمرد به مثل  
قدحی از شبه و مرجان است  
باز در پرده‌الوان، بلبل  
مطرب بزمگه بستان است  
کز بی تهنيت نوروزی  
باغ را باد صبا مهمان است  
چهره باغ ز نقاش بهار  
به نکویی، چو نگارستان است



## رشته‌های سنتی و مدار آور خود را بیش از پیش تقویت کنیم و با رفع نقاچی مدیریتی، بودجه‌ای و حتی ان شاء الله در بازی‌های المپیک آتی گام‌های بلندتری برداریم و به جای توجه صرف به قهرمانان فعلی آن رشته‌ها، زیرساخت‌ها و بنیان‌های لازم برای توسعه درازمدت آن‌ها را فراهم کنیم تا هیچ‌گاه دغدغه عدم حضور، بازشستگی، آسیب‌دیدگی فهرمانی را برای حضور در المپیک نداشته باشیم (برای مثال، به بهداد سلیمی بینیشید که به علت آسیب‌دیدگی او و نبود حایگرین مناسب، برای این قهرمان، نتوانستیم اقتدار دو سه دوره اخیر خود را در سنگین وزن‌ترین وزن وزنه‌برداری حفظ کنیم).

▪ شجاع باشیم و رویکردی جدید را تجربه کنیم و برای موفقیت، برای مثال در پنچ دوره آتی بازی‌های المپیک، شرایط توسعه همه‌گیر و سپس خوش‌چینی از آن را دست کم در سه رشته دو و میدانی، شنا و ژیمناستیک فراهم آوریم. بمنظر می‌رسد نگاه برنامه‌ای و جامع به این رشته‌ها و رشته‌های پرمدال دیگر در برنامه جامع ورزش کشور ما وجود ندارد. در این‌باره، ما نمی‌توانیم کاری را که استرالیا در سال ۱۹۸۸ برای بازی‌های المپیک ۲۰۰۰ سینه انجام داد و بهره‌گیری از آن در استرالیا هنوز که هنوز است ادامه دارد، انجام دهیم.

با استعانت از بهار و به امید تحقق این رویای دستیافتنی، می‌توان گفت:

چو فردا روز نوروز است و نوروز جهان آید  
رود این سال فرتوت و یکی سال جوان آید  
از این خوابم چنین پایم که سالی خوش روان آید  
که آن نامهربان یارم به خوابم مهربان آید

سردیبر

بوده است - بمنظر می‌رسد در آینده هم کمتر تهدید شود. ولی، همه‌چیز در المپیک می‌تواند تغییر کند و همین امید است که نمی‌گذارد هیچ کشوری خود را از حضور در المپیک کنار بکشد.

پس، از همین حالا باید به المپیک ۲۰۲۰ توکیو بیندیشیم و با برنامه‌ای مدون و جامع بکوشیم حضورمان را به لحاظ کمی افزایش دهیم. از سویی، بکوشیم با همت و تلاش بیشتر دست کم موقعیت فعلی را در بازی‌های المپیک و پارالمپیک آینده حفظ کنیم. با حفظ احترام به همه تلاش‌ها و برنامه‌ریزی‌های پیشین، برای موفقیت در آینده (کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت) باید دست به اقداماتی جدید بزنیم. از جمله:

▪ رشته‌های سنتی و مدار آور خود را بیش از پیش تقویت کنیم و با رفع نقاچی مدیریتی، بودجه‌ای... حتی ان شاء الله در بازی‌های المپیک آتی گام‌های بلندتری برداریم و به جای توجه صرف به قهرمانان فعلی آن رشته‌ها، زیرساخت‌ها و بنیان‌های لازم برای توسعه درازمدت آن‌ها را فراهم کنیم تا هیچ‌گاه دغدغه عدم حضور، بازشستگی، آسیب‌دیدگی فهرمانی را برای حضور در المپیک نداشته باشیم (برای مثال، به بهداد سلیمی بینیشید که به علت آسیب‌دیدگی او و نبود حایگرین مناسب، برای این قهرمان، نتوانستیم اقتدار دو سه دوره اخیر خود را در سنگین وزن‌ترین وزن وزنه‌برداری حفظ کنیم).

▪ شجاع باشیم و رویکردی جدید را تجربه کنیم و برای موفقیت، برای مثال در پنچ دوره آتی بازی‌های المپیک، شرایط توسعه همه‌گیر و سپس خوش‌چینی از آن را دست کم در سه رشته دو و میدانی، شنا و ژیمناستیک فراهم آوریم. بمنظر می‌رسد نگاه برنامه‌ای و جامع به این رشته‌ها و رشته‌های پرمدال دیگر در برنامه جامع ورزش کشور ما وجود ندارد. در این‌باره، ما نمی‌توانیم کاری را که استرالیا در سال ۱۹۸۸ برای بازی‌های المپیک ۲۰۰۰ سینه انجام داد و بهره‌گیری از آن در استرالیا هنوز که هنوز است ادامه دارد، انجام دهیم.

با استعانت از بهار و به امید تحقق این رویای دستیافتنی، می‌توان گفت:

چو فردا روز نوروز است و نوروز جهان آید  
رود این سال فرتوت و یکی سال جوان آید  
از این خوابم چنین پایم که سالی خوش روان آید  
که آن نامهربان یارم به خوابم مهربان آید

سردیبر

پارالمپیک چهار سال بعد (یعنی سال ۲۰۲۰) در ژاپن را نشانه رود. بازی‌های المپیک توکیو شاید از یک نظر مهم‌تر باشد و آن این است که بار دیگر بازی‌ها در کشوری آسیایی برگزار می‌شود و کشورهای آسیایی باید بکوشند توانایی‌های فنی و روزشی خود را در این دوره از بازی‌ها به نمایش گذارند و بر حسب سنت، خوش‌رنگ‌ترین مدارها را در خانه آسیا نگه دارند. بدیهی است، در این بزنگاه، نقش ورزش کشورمان چندین برا بر مهم‌تر می‌شود. نخست، رقابتی تنگاتنگ با قدرت‌های درجه ۲ آسیا، مثل قرقاسپان، تایلند و چین تایپه داریم و باید بکوشیم در مصاف با آن‌ها جایگاه شایسته خود را حفظ کنیم. قدرت‌های درجه ۱ آسیا چین و در رده بعدی ژاپن و کره جنوبی هستند که جایگاه آن‌ها در سطح آسیا دست‌نیافتنی است و بعید است در بازی‌های ۲۰۲۰ توکیو، تغییری در مرتبه‌شان در کسب مدار در قبال کشورهای آسیایی ایجاد شود. دوم، کشورهای پیشرفت‌هه و در حال توسعه نیز می‌دانند که میدان المپیک، جایگاه رفیع در جهان دارد و می‌کوشند موقعیت دوره پیشین خود را تثیت کنند یا ارتقا دهند. بدیهی است از هم‌اکنون برای باقی ماندن در جایگاه قبلی سخت می‌کوشند و نیمنگاهی هم به رقیان خود دارند تا از لغزش‌های احتمالی آن‌ها بهره ببرند و در صورت امکان، جایگاه خود را ارتقا دهند. برای مثال، تیم روسیه - که در این دوره از بازی‌ها به دلیل رسوایی‌هایی که در دویینگ داشت نتوانست در رشته‌های مثل وزنه‌برداری قدرتمندانه حضور یابد؛ با وجود اینکه در این رشته ادعاهایی دارد.

اما از دیرباز، ما یکی از سنتی‌ترین رقیان آن‌ها در وزنه‌برداری در صحنه‌های جهانی بهویژه المپیک بوده‌ایم. بنابراین، بعید نیست روس‌ها با شرکت مقتدرانه‌تر در بازی‌های المپیک ۲۰۲۰ توکیو، موقعیتی را که ما در این دوره از بازی‌ها در وزنه‌برداری به دست آوردیم (۲ طلا، تهدید کنند. در دوره قبل بازی‌ها (المپیک ۲۰۱۲ لندن) ما در کشتی فرنگی ۳ مدار طلا گرفتیم ولی در این دوره (المپیک ۲۰۱۶ ریو) در کشتی فرنگی دستمنان خالی ماند و نتوانستیم حتی یکی از طلاهای دوره قبل را از آن خود کنیم. این موضوع نشان می‌دهد که اقتدار یک رشته عملاً در بازی‌های المپیک جایگاه خود را تا حد زیادی از دست داده است. البته، نادیده نمی‌گیریم که سلطه آمریکاییان در دو و میدانی و شنا و حتی ژیمناستیک - که آخری همیشه از آن آسیایی‌ها

کشور و لزوم آموزش نیروهای متخصص این حوزه، به اوایل دهه ۱۳۶۰ اشاره کرد و گفت: «اولویت دادن به مسئله تربیت نیروی انسانی در اداره کل تربیت‌بدنی آموزش‌پرورش منجر به تأسیس مراکز تربیت‌بدنی شهید چمران و نسیبه در آموزش‌پرورش شد و هم‌زمان با حضور احمد درگاهی در سال ۱۳۶۵ در سازمان تربیت‌بدنی و با ایجاد معاونت فرهنگی و آموزشی آن سازمان توسط دکتر محمد حسین رضوی، استیتوی ورزش برای تربیت نیروی انسانی مورد نیاز ورزش کشور تشکیل شد». وی پس از بیان این مقدمه تاریخی، وضع تعلیم و تربیت نیروی انسانی ورزشی در گذشته و حال و آینده را موضوعی مهم برشمرد و ضمن اشاره به پیدایش رشته‌ها، مراکز و مشاغل بسیار زیاد مرتبط با تربیت‌بدنی، از دکتر بهروز عبدالی و دکتر محمد جوادی پور خواست نظرات خود را درباره تعامل بین مراکز تعلیم و تربیت حوزه ورزش مثل دانشگاه‌ها و آموزش‌پرورش با سازمان‌ها و نهادهای بهره‌گیر از نیروی انسانی در کشور بیان کند.

دکتر جوادی پور: در بحث تربیت نیروی انسانی در دانشگاه‌ها به لحاظ کمی پیشرفت زیادی داشته‌ایم اما در بحث کیفیت دچار کمبود هستیم. بر این اساس، به تعامل دانشگاه‌ها و

## اشاره

«تربیت نیروی انسانی حوزه ورزش در ایران؛ گذشته، حال و آینده» عنوان نشستی از سلسله نشست‌های مجله رشد بود که با حضور دکتر سید امیر حسینی مدیر کل تربیت‌بدنی اسیق وزارت آموزش‌پرورش و پیش‌کسوت ورزش کشور، دکتر محمد جوادی پور عضو هیئت علمی دانشگاه دکتر بهروز عبدالی عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی و عضو کمیته برنامه‌ریزی تربیت‌بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری در تاریخ دوشنبه ۲۹ شهریورماه ۹۵ در فدراسیون ورزش کارگری برگزار شد.

در این نشست، ابتدا سید امیر حسینی به عنوان میزبان جلسه با تأکید بر اهمیت تعلیم و تربیت نیروی انسانی مورد نیاز ورزش

# تربیت نیروی انسانی حوزه ورزش در ایران؛ گذشته، حال و آینده

عباس قشمی میمند





**دکتر امیر  
حسینی: اولویت  
دادن به مسئله  
تربیت نیروی  
انسانی در اداره  
کل تربیت بدنی  
آموزش و پرورش  
منجر به تأسیس  
مراکز تربیت بدنی  
شهید چمران  
و نسیبه در  
آموزش و پرورش  
شد**

شرکت‌های فعال در این زمینه به ۲۰ یا ۳۰ عدد نزول کرده است، چون رابطه‌ای بین بازار داخل، دانشگاه‌ها و دستگاه‌های اجرایی نیست و بالطبع، استفاده‌ای از نیروی انسانی تربیت شده هم صورت نمی‌گیرد و اشتغالی هم ایجاد نمی‌شود.

کاری که آقای کیومرث هاشمی، معاون اسبق وزش و سلامت وزارت آموزش و پرورش با استخدام ۱۵ هزار فارغ‌التحصیل تربیت‌بدنی در کشور کرد، نوعی ایجاد شور و شوق و انگیزه‌بی‌نظیر در ورزش کشور بود. به نظر من دستگاه‌های حاکمیتی باید در قالب راهبردهای بلندمدت، این تعامل و تعادل را بین دانشگاه‌ها و دستگاه‌های اجرایی به وجود آورند تا زمینه برای تعادل بین کمیت و کیفیت تربیت نیروی انسانی در دانشگاه‌ها ایجاد شود.

کدکتر عبدالی: در زمینه تربیت

نیروی انسانی ورزشی در کشور، دانشگاه‌ها باید به سمت دانشگاه کارآفرین و تربیت نیروهای نوآور حرکت کنند.

در دهه ۶۰ تأسیس مراکز تربیت‌علم ورزش شهید چمران و نسیبه دختران، به تربیت نیروی انسانی ورزشی در کشور بسیار کمک کرد و برنامه‌ریزی درسی با ترکیبی از دروس عملی و نظری تخصصی همراه با دروس تعلیم‌تربیت، محیط خیلی خوبی برای تربیت نیروی انسانی ورزش کشور به وجود آورد؛ تا جایی که بسیاری از آن نیروها اکنون مدیران ارشد ورزش کشور هستند. در سال‌های بعد هنگامی که آموزش و پرورش از نظر نیروی انسانی در وضعیتی بهتر قرار گرفت، تربیت دبیر برداشته شد و این وظیفه به دانشگاه‌ها و اگذار گردید تا از بین فارغ‌التحصیلان دانشگاهی این نیاز برطرف شود؛ یعنی فارغ‌التحصیلان بعد از گذراندن دوره‌های تحصیلی دانشگاهی در آزمونی شرکت می‌کردند و بعد از قبولی به استخدام آموزش و پرورش در می‌آمدند. اکنون این وظیفه بر عهده دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی و دانشگاه فرهنگیان است و فارغ‌التحصیلان رشته‌های تربیت بدنی این دو دانشگاه به اجبار تعهد می‌دهند که در آموزش و پرورش خدمت کنند. من فکر می‌کنم به نحوی به گذشته برگشته‌ایم و امروزه در این چرخه دچار اشکالاتی هستیم؛ زیرا دانشگاه فرهنگیان با توجه به نوبات بودنش ظرفیت و

دستگاه‌های اجرایی برای تربیت نیروی انسانی مناسب با بازار نیازمندیم. تأمین و تربیت نیروی انسانی موضوعی مهم و از وظایف حاکمیتی است. دانشگاه‌ها باید این وظیفه را به عهده بگیرند و سازمان‌هایی که از این نیرو استفاده می‌کنند به اصطلاح بازار هدف- از باشگاه‌ها و فدراسیون‌ها گرفته تا مراکز آموزش و پرورش باید با دانشگاه‌ها تعامل داشته باشند.

در ابتدا باید به دو نکته اشاره کنیم؛ اول اینکه ما در دهه‌های گذشته به لحاظ تربیت نیروی انسانی ورزشی هم در بعد کمی و هم در بعد کیفی پیشرفت داشته‌ایم و انصافاً دانشگاه‌ها در تربیت نیروی انسانی به لحاظ کمی موفق بوده‌اند اما چالش اصلی، بحث کیفیت است. اگر مأموریت اصلی دانشگاه‌ها را در دو حوزه آموزش و پژوهش تعریف کنیم، در چند دهه گذشته در بحث آموزش موفق بوده‌ایم. با این حال، عدم تعادل کمیت و کیفیت مشکل عمده‌ای برای ما ایجاد کرده است؛ مثلاً با افزایش دانشگاه‌های تربیت کننده و همچنین افزایش رشته‌ها، متأسفانه با نیروهای فارغ‌التحصیل با کیفیت پایین مواجه هستیم. در این راستا می‌توان با نواده‌های مختلف تحصیلی و جهت‌گیری در دوره‌های بازیار کار را در اولویت قرار داد.

چالش دیگر ما این است که در تربیت نیروی انسانی در دانشگاه‌ها، نیاز محور حرکت نکرده‌ایم. شاید این بدان علت باشد که تاکنون برنامه‌ریزی درباره عملکرد دانشگاه‌ها در اختیار وزارت علوم بوده و اندک زمانی است که دانشگاه‌ها در این خصوص دارای استقلال شده‌اند. از طرف دیگر، جامعه هدف و دستگاه‌های اجرایی، یعنی بازار برای سفارش تربیت نیروی انسانی خود نداشته است. به طور خلاصه باید گفت ماتاکنون، مدل ارتباطی مناسبی بین دانشگاه‌ها و مراکز تربیتی با دستگاه‌های اجرایی و به عکس، نداشته‌ایم. در وهله بعد اینکه ما به مدل‌های نیازمندی نیز توجهی نداشته‌ایم؛ مثلاً کمتر سراغ داریم فدراسیون یا باشگاهی در ایران در ارتباط با وسائل و ابزار مورد نیاز ورزشکارانش به فلان دانشگاه سفارش تحقیق و پژوهش و یا تولید وسیله‌ای خاص را داده باشد. بر همین اساس است که تعداد تولیدکنندگان لوازم ورزشی در کشور روز به روز کم شده و تعداد

**دکتر عبدالی: چالش  
عمده‌ما این است که  
غلب دستگاه‌های  
اجرایی نیاز خود به  
نیروی انسانی را از  
جایی غیر از دانشگاه  
تأمین می‌کنند و ما  
می‌توانیم با برگزاری  
دورةهای تخصصی  
کوتاه‌مدت، مشکل  
تأمین نیروی انسانی  
متخصص را مناسب  
با سفارش دستگاه‌های  
اجرایی برطرف کنیم**



توانایی مورد نیاز برای تربیت نیروی انسانی آموزش‌پرورش در بخش علوم ورزشی را ندارد و باید زمینه‌ای فراهم شود که برخی از فارغ‌التحصیلان نخبه دانشگاه‌های دیگر نیز به استخدام آموزش‌پرورش درآیند. برداشت ما این است که اگر ارتباط بین دانشگاه‌ها و مراکز هدف و بازار کار برقرار شود، و فارغ‌التحصیل دوره کارشناسی هم مطابق با مدل لوزی در دوره کارشناسی یک سری متون را فراگیرند، در دوره‌های تحصیلی بالاتر و عالی می‌توانیم با همکاری دستگاه‌های اجرایی، تخصص‌های لازم و مناسب با بازار را به نیروهای در حال تحصیل آموزش دهیم. من فکر می‌کنم ماسرماهیه‌ای انسانی خوبی در کشور به عنوان محور توسعه داریم. در حال حاضر، دانشگاه‌ها هم به لحاظ تربیت جمعیت جوان کشور خوب عمل می‌کنند. در این میان، چالش عمده‌ما این است که اغلب دستگاه‌های اجرایی نیاز خود به نیروی انسانی را از جایی غیر از دانشگاه تأمین می‌کنند و ما می‌توانیم با برگزاری دوره‌های تخصصی کوتاه‌مدت، مشکل تأمین نیروی انسانی متخصص را مناسب با سفارش دستگاه‌های اجرایی برطرف کنیم. مسئله مهمی که در اینجا باید به آن اشاره کرد، بحث کارآفرینی و نوآوری در دانشگاه‌های است. دانشگاه‌ها از سه نسل آموزش‌محور، آموزش و پژوهش‌محور عبور کرده و نهایتاً به دانشگاه کارآفرینی مثل دانشگاه استنفورد رسیده‌اند. امروزه اگر دانشگاه‌های مابه سمت تربیت نیروهای کارآمد و کارآفرین نروند، در نهایت در آینده تعطیل خواهند داشت. چرا که بهره‌وری لازم را نخواهند داشت. خیل عظیم بیکاران تربیت‌بدنی در کشور به خاطر این است که دانشگاه‌ها نیروهایی فاقد کیفیت و کارآمدی لازم تربیت کرده‌اند. امروزه قریب ۱۸ هزار باشگاه بزرگ و کوچک در کشور داریم که اغلب نیروهای شاغل در آن‌ها از فارغ‌التحصیلان تربیت‌بدنی نیستند و کار خود را براساس تجربه و تخصص و مهارت پیش می‌برند.

**دکتر جوادی‌پور: با اصلاح مأموریت‌های  
دانشگاه‌ها و اتخاذ مدل بومی، هم در**

زمینه تربیت نیروی انسانی و هم در ارتباط با بحث آسیب‌شناسی چالش‌های موج و ده می‌توانیم به سمت دانشگاه‌های کارآفرین حرکت کنیم. فکر می‌کنم اگر بخواهیم نگاهمان به آینده باشد، باید چند نکته را مدنظر قرار دهیم؛ اول اینکه اصلاح مأموریت‌های دانشگاهی و حرکت به سمت دانشگاه کارآفرین در اولویت باشد. دوم اینکه ما مطالعه‌ای جدی در زمینه برنامه جامع تحصیلی دانشگاه‌ها در حوزه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی کشور نداشته‌ایم و این برنامه باید مناسب با نیازها و چالش‌های ما باشد. سوم اینکه مدل آسیب‌شناسی خاصی در ارتباط با وضعیت کنونی تربیت نیروی انسانی در حوزه علوم ورزشی نداریم. در این خصوص، به طور کلی و اغلب رشد بی‌رویه مراکز پیام نور و علمی کاربردی را موجب افزایش فارغ‌التحصیلان بی‌کیفیت ورزشی در کشور می‌دانند ولی باید عرض کنیم که این‌ها حدس و گمان است و تحقیق آسیب‌شناسانه جدی در این‌باره هنوز صورت نگرفته است. نکته چهارم اینکه ظرفیت‌های شغلی و بازار کار در حوزه تربیت‌بدنی بیش از ۲۰۰ شغل است که این ظرفیت در هیچ حوزه‌ای از علوم و رشته‌های دیگر نیست. براساس این نکات به نظر من دانشگاه‌های کشور باید براساس نیازهای منطقه‌ای و بومی اقدام به تربیت نیروی انسانی کنند؛ مثلاً زنجان مهد بدمی‌نیون کشور است ولی هنوز هیچ کدام از دانشگاه‌های این استان با وجود تعليم نیروهای ورزشی، روى مقتضيات این رشته و تخصص‌های مناسب با آن کار نکرده‌اند. به نظر من، باید به سمت تعیین مدل‌های بومی برای تربیت نیروی انسانی تربیت‌بدنی حرکت کنیم و این می‌تواند به اصلاح چشم‌اندازهای آینده در این حوزه کمک کند. مطالعاتی که در زمینه مدل تربیت نیروی انسانی ۱۵ کشور در کشور ما انجام شده است نشان می‌دهد که تمامی این کشورها مدلی بومی برای تربیت نیروی انسانی خودشان دارند و ماناید تمام و کمال از مدل‌های آن‌ها تقليد کنیم بلکه باید جهانی بینديشيم و محلی عمل کنیم.

**دکتر امیر حسینی: آقای دکتر جوادی‌پور، مطابق صحبت‌های جناب**

**دکتر جوادی پور: به نظر من دستگاههای حاکمیتی باید در قالب راهبردهای بلندمدت، این تعامل و تعادل را بین دانشگاهها و دستگاههای اجرایی به وجود آورند تا زمینه برای تعامل بین کمیت و کیفیت تربیت نیروی انسانی در دانشگاهها ایجاد شود**



همان گونه که ۲۰ سال قبل برای بهره‌گیری از نیروهای کارشناس فارغ‌التحصیل و تربیت شده فکری نکردیم و اکنون بسیاری از نیروهای نخبه تربیت شده ما در حال مهاجرت‌اند، اکنون نیز برای رسیدن به دانشگاه کارآفرین برنامه‌ای نداریم. اکنون دانشگاهها و دستگاههای اجرایی ما در ارتباط با تربیت و به کارگیری نیروی انسانی به صورت جزیره‌ای عمل می‌کنند که این مشکلاتی را ایجاد کرده است. مثلاً در کمیته برنامه‌ریزی تربیت‌بدنی وزارت علوم، برنامه‌ای نوشته و بعد از نگارش، برای نظرخواهی به دانشگاهها فرستاده می‌شود اما متأسفانه حتی دانشگاههای هدف و تربیت‌کننده نیروی انسانی مخصوص در این‌باره نظر نمی‌دهند. به نظر من، به نفع سازمان‌ها و نهادهای استخدامی خود را با ازیزمن از تمامی دانشگاهها بگیرند و نه یک دانشگاه خاص. در وهله بعد، به نظرم باید مسئله آموزش مستمر و دائم نیروها یک اولویت باشد و نیروی انسانی تربیت شده نیابد به حال خود رها شود.

**دکتر جوادی پور: به عنوان نکته پایانی باید عرض کنم حوزه‌ای به نام سیاست‌گذاری آموزشی مورد نیاز ماست که مشخص کند به چه نیروی انسانی، در کجا، با کدام برنامه، کدام هدف و چه چشم‌اندازی نیازمندیم.**

دکتر جوادی پور در این بحث با اشاره به فرسته‌ها و چالش‌های تربیت نیروی انسانی ورزشی کشور در گذشته، حال و آینده، تعامل بین کمیت و کیفیت، تعامل بین دانشگاهها و دستگاههای اجرایی، اصلاح مأموریت دانشگاهها برای رسیدن به دانشگاهی کارآفرین و لزوم ارائه یک مدل بومی و خاص متناسب با نیازهای کشور را به عنوان الیوت‌های مهم این حوزه مطرح کردند. دکتر عبدلی هم با اشاره به سیر حرکت کشور در تأمین نیروی انسانی از مراکز تربیت دیگر سابق تا تأمین از طریق دانشگاه‌ها، بر لزوم توجه به تعامل بین دستگاههای اجرایی و دانشگاهها برای بهره‌گیری از نیروی انسانی تأکید کرد و حرکت به سمت دانشگاه کارآفرین را محور اساسی برنامه‌ریزی در حوزه تأمین نیروی انسانی تربیت‌بدنی در کشور دانست.

علی، ما هنوز مدلی مناسب برای ارتباط بین دانشگاهها و دستگاههای اجرایی بهره‌گیری از نیروی انسانی نداریم. بحث اکنون ما این است که آیا مطالعاتی برای طراحی مدلی خاص و بومی برای ایجاد این ارتباط در کشور انجام شده است؟

**دکتر جوادی پور: تاکنون مدل خاصی برای این ارتباط در کشور نداشته‌ایم ولی فکر می‌کنم باید مأموریت طراحی این مدل به عهده وزارت ورزش و جوانان یا وزارت علوم، تحقیقات و فناوری باشد.**

**دکتر امیر حسینی: به هر حال، این مدل باید به رفع چالش‌های موجود کمک کند. امروزه ما با مشکل افزایش تعداد فارغ‌التحصیلان تربیت‌بدنی مواجهیم که کیفیت را دچار مشکل کرده و متأسفانه بر اشتغال این نیروها نیز تأثیر گذاشته است.**

**دکتر عبدلی: به نظر من، نسل سوم دانشگاهها و نیروی کارآمد فارغ‌التحصیلان می‌تواند بسیاری از این چالش‌ها را رفع کند و دانشگاههای ما باید به سمت تربیت چنین نیروهایی پیش بروند.**

**دکتر امیر حسینی: آمار رسمی وزارت بهداشت نشان می‌دهد که ۲۷ درصد از دانش‌آموزان ما دچار اضافه وزن هستند و اگر ما ۱۳/۵ میلیون دانش‌آموز داشته باشیم، حدود ۳۰ درصد (بیش از ۴ میلیون) آن‌ها به چاقی دچارند. آن‌گونه که وزیر بهداشت می‌گوید، دولت برای طرح تحول نظام سلامت قریب ۳۷ هزار میلیارد تومان هزینه کرده است؛ در حالی که به نظر من بسیاری از این هزینه‌ها باید در بخش پیشگیری هزینه شود و دستگاههایی مثل سازمان تأمین اجتماعی و صندوق‌های بیمه‌گر باید در تعامل با دانشگاهها و مراکز تربیت‌بدنی و به کارگیری نیروهای فارغ‌التحصیل این حوزه در ارتباط با پیشگیری برنامه‌ریزی کنند.**

**دکتر عبدلی: به نظر من گذشته، حال و آینده یک فرایند است و رسیدن به دانشگاه‌ای نسل سوم و کارآفرین فرایندی است که ما باید با بهره‌گیری از تجارب دیگر کشورها، به ناچار به سمت آن حرکت کنیم. اگر اکنون برنامه‌ریزی کنیم، این برنامه‌ریزی ۱۵ تا ۲۰ سال آینده جواب خواهد داد ولی متأسفانه**

## مقدمه

سال هاست برای دستیابی به چنین تعریفی تلاش می شود، پایه دانشی<sup>۱</sup> را می توان «همه دانستنی های لازم برای تدریس مؤثر یک موضوع درسی در پایه های مختلف تحصیلی» تعریف کرد. نبود اجماع بین متخصصان درباره پایه دانشی برای تدریس، ظهور انواع دسته بندی ها را سبب شده است. بنابر اظهار بسیاری از متخصصان، یکی از متدالوں ترین دسته بندی ها از پایه دانشی که در برنامه های تربیت معلم به کار گرفته شده متعلق به لی شولمن<sup>۲</sup> است. از نظر شولمن، پایه دانشی برای تدریس شامل هفت مقوله است: «دانش محتوایی»، «دانش تعلیم و تربیتی عام»، «دانش محتوایی تعلیم و تربیتی»، «دانش برنامه درسی»، «دانش درباره بافت های آموزشی»، «دانش درباره یادگیرندگان و خصوصیات آن ها»، و «دانش درباره اهداف آموزشی».

دانش محتوایی؛ «دانش درباره موضوعی است که تدریس می شود.» تربیت بدنی موضوعی درسی است که در مدارس تدریس می شود

یکی از عناصر اساسی و مهم نظام تعلیم و تربیت، معلم است. بدون وجود معلم، نظام تعلیم و تربیت با بهترین امکانات و برنامه ها راه به جایی نخواهد برد؛ البته معلمی که به پایه دانشی برای تدریس درس خود مسلح و مجهز باشد، فرقی نمی کند معلم ریاضی باشد یا تربیت بدنی. برای حفظ جایگاه مهم معلمی و اثربخشی حداکثری، بهره مندی از پایه دانشی برای تدریس شرط لازم است. در این مقاله سعی خواهد شد ضمن ارائه تعریفی از پایه دانشی و سطوح آن برای تدریس درس تربیت بدنی، به ویژگی های یک معلم متخصص تربیت بدنی اشاره شود.

**کلیدواژه ها:** پایه دانشی، دانش بیانی، دانش عملی، دانش مشروط

## پایه دانشی و سطوح آن

با پذیرش این فرض که تعریف کامل و مورد قبول همگان برای پایه دانشی وجود ندارد و

# پایه دانشی و سطوح آن برای تدریس درس تربیت بدنی

مترجم: دکتر جواد آزمون

استادیار دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی



## تربیتبدنی موضوعی درسی است که در مدارس تدریس می‌شود و بنابراین، دانش این موضوع درسی باید به فردی که داوطلب تدریس آن است منتقل شود

مهم در گرو بهره‌مندی وی از دانش تعلیم و تربیتی خاص است.

دانش برنامه درسی؛ «دانش درباره محتوا و برنامه‌های متناسب با مراحل رشدی در هر پایه تحصیلی است.» معلم تربیتبدنی ممکن است در یک سال تحصیلی در دو دوره تحصیلی و در پایه‌های مختلف موظف به تدریس درس تربیتبدنی شود. پس باید بداند که دانش محتوایی درس خود را با بهره‌گیری از دانش تعلیم و تربیتی عام و خاص برای هر گروه از دانش‌آموزان برنامه‌ریزی و اجرا نماید. دانش برنامه درسی به معلم کمک می‌کند تا محتوای دانشی درس تربیتبدنی را متناسب با مراحل رشدی برنامه‌ریزی و به دانش‌آموزان هدف تدریس کند.

دانش درباره بافت‌های آموزشی؛ «دانش درباره تاثیر بافت در آموزش است.» بافت مجموعه‌ای از همه عامل‌هایی است که می‌توانند چیستی و چگونگی باده‌ی و یادگیری محتوای یک برنامه را تحت تاثیر قرار دهند. بیشتر این عامل‌ها ثابت و خارج از کنترل معلم‌اند و ای گاه قدرتی برای تغییر بافت ندارد و مجبور به برنامه‌ریزی و اجرای درس در شرایط موجود است. موقعیت مکانی مدرسه، ویژگی‌های مردم شناختی دانش‌آموزان، مدیریت، و کارکنان مدرسه از جمله عامل‌های بافتی مهم‌اند. دانش محتوایی متنوع درس تربیتبدنی در کنار عامل‌های بافتی تأثیرگذار، معلم تربیتبدنی را ملزم و نیازمند به کسب دانش درباره بافت‌های آموزشی می‌کند. بدون توجه به این عامل، برنامه‌ریزی درس و اجرای آن عمل‌اً ممکن‌پذیر نیست.

دانش درباره یادگیری متنوع درس تربیتبدنی، حداقل چند دسته دانش‌آموز قابل تصور است: دانش‌آموزان گریزان<sup>۱۰</sup> [از یادگیری]، در مقابل شرکت‌کننده<sup>۱۱</sup> [در یادگیری]؛ دانش‌آموزان رقابت‌جو<sup>۱۲</sup> در مقابل باریگر<sup>۱۳</sup>؛ و دانش‌آموزان وابسته<sup>۱۴</sup> نسبت به جریانات کلاس در مقابل مستقل<sup>۱۵</sup>؛ معلم تربیتبدنی برای تدریس اثیب‌خش در برنامه‌ریزی حداقل با یک ماتریس چندوجهی از دانش محتوایی، بافت و خصوصیات یادگیرندگان مواجه است. او نمی‌تواند برای تدریس یک محتوای دانشی واحد از درس تربیتبدنی به دانش‌آموزان گریزان، رقابت جو و وابسته همانند تدریس به دانش‌آموزان شرکت‌کننده

و بنابراین، دانش این موضوع درسی باید به فردی که داوطلب تدریس آن است منتقل شود. به عبارت دیگر، انتظار می‌رود که معلم تربیتبدنی دانش محتوایی درس خود را بداند. البته این دانستن سطوحی دارد که در ادامه به آن‌ها نیز اشاره خواهد شد. آمادگی جسمانی، حرکات و مهارت‌های بینایی، مهارت‌های ورزشی، وضعیت‌های صحیح بدنی، بهداشت و اینمنی در فعالیت‌های جسمانی و ورزشی، و تغذیه ورزشی مهم‌ترین عناصر محتوایی درس تربیتبدنی محسوب می‌شوند.

دانش تعلیم و تربیتی عام؛ «دانش درباره روش‌های تدریس مناسب برای همه موضوعات و موقعیت‌های است.» با عنایت به اینکه احتمالاً به تعداد معلمان، روش تدریس وجود دارد، امروزه در موضوع درسی تربیتبدنی، به دلیل شرایط خاصش، گرایش به برنامه‌ریزی و تدریس مبتنی بر الگو جایگاه خاصی یافته است. صرف‌نظر از به کار گیری روش تدریس و یا الگو، معلم تربیتبدنی بایستی روش‌ها و الگوهای تدریس در موقعیت‌های مختلف را بداند و به مدد آن‌ها دانش محتوایی درس خود را به طور اثیب‌خش به دانش‌آموزان منتقل کند. انواع روش‌های تدریس معلم و دانش‌آموز محصور در کنار الگوهای آموزشی مستقیم، تعلیم و تربیت ورزشی، تلفیق، نظام آموزش شخصی سازی شده، یادگیری مشارکتی، تدریس از طریق همتا، تدریس از طریق پرس‌وجو، بازی‌های ورزشی تاکتیکی، و تدریس مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی بخشی از دانش تعلیم و تربیتی عام مورد نیاز معلمان تربیتبدنی برای تدریس دانش محتوایی درس تربیتبدنی است که باید به آن‌ها مجھز شوند.

دانش محتوایی تعلیم و تربیتی یا دانش تعلیم و تربیتی خاص، «دانش درباره چگونگی تدریس یک موضوع یا درس به گروه‌های ویژه‌ای از دانش‌آموزان در یک بافت خاص است.» درس تربیتبدنی در موقعیت‌ها و شرایط متفاوت با سایر دروس به دانش‌آموزانی با توانایی‌ها و تفاوت‌های جسمانی تدریس می‌شود. وجود دانش‌آموزی با محدودیت حرکتی برای یک معلم ریاضی مسئله یا مشکلی ایجاد نمی‌کند اما برای معلم تربیتبدنی دانشی مضاعف را می‌طلبید. او باید متناسب با سطح توانایی و مهارت دانش‌آموزان و امکانات و فضای موجود دانش محتوایی درس تربیتبدنی را تدریس کند و این

وی اجازه می‌دهد تا آن اعمال را به بسیاری از زمان‌ها و موقعیت‌ها تعمیم دهد و قبل از اینکه عملی، را «نجام دهد»، «دلیل آن را بداند».

## ویژگی‌های معلمان متخصص تربیت بدنی

بحث و جدل فراوانی درباره آنچه معلم تربیت بدنی لازم است بداند و انجام دهد تا به یک متخصص حرفه‌ای تبدیل شود، درگرفته سنت. اگرچه مقولات هفت گانه شولمن درباره پایایه دانشی معلم در بحث‌های مربوط به دانش لازم برای معلمان بسیار مفید بوده است، این ممی‌تواند به تشخیص معلمان متخصص و غیرمتخصص مدارس کمک کند. برخی از این محدودیتها ناشی از تشخیص این نکته است که تدریس خوب (و تخصصی) قویاً مبتنی بر بافت است و شامل تعامل پیچیده بین دانش بیانی، دانش عملی، مکان آموزش، و شخص یادگیرنده می‌شود. بنابراین، معلم نه تنها باید همه‌انواع دانش‌هایی را که ذکر شد، داشته باشد بلکه باید نحوه تطبیق و کاربرد این دانش‌ها را در مدارس خاص، برنامه‌های خاص، و کلاس‌های خاص بداند. با کمی تأمل به یاد می‌آورید که یعنی دانش «دانش مشروط» نام دارد. منراس و تتمیلتون<sup>۱۹</sup> (۱۹۹۷) شش ویژگی برای معلمان متخصص تربیت بدنی بر شمرده‌اند: (۱) به‌طور صحیح و کامل برنامه‌ریزی می‌کنند؛ (۲) بر عملکرد افرادی دانش آموز متمرکز می‌شوند؛ (۳) رفتارهای خوبه‌خودی [نه ساختگی و تصنیعی] را شدید می‌دهند؛ (۴) به‌طور خلاقانه بازخورد می‌دهند؛ (۵) بر ماده درسی خود تسلط دارند؛ و (۶) از شیوه‌های تاملی- انکاسی استفاده می‌کنند. همه‌انه قسمت‌های پایایه دانشی که در این مقاله مورد توجه قرار گرفتند در یک یا بیش از یکی از این شش ویژگی متجلی می‌شوند، و باید به دقت و با توجه به خصوصیات هر موقعیت، با دانش، عمل، و بانش، ترکیب شوند.

## ختم کلام

این مقاله خلاصه مختصری از موضوع پایه دانشی مورد نیاز معلمان تربیت بدنی از کتاب «الگوهای آموزشی در تربیت بدنی»، ترجمه مگارنده و همکاران، بود. به علاوه مندان توصیه می شود برای کسب اطلاع از برخی موضوعات دانشی روز مربوط به درس تربیت بدنی به منبع مورد اشاره، که در سال ۱۳۹۴ توسط انتشارات سمت به حاصل است، مراجعه نماند.

در یادگیری، یاریگر و مستقل برنامه ریزی و عمل کند. انصافاً، بدون دانش درباره یادگیرندگان امکان تدریس اثربخش وجود ندارد و این فقط نمونه کوچکی از سختی کار معلمان تربیت بدنی است و ضرورت بهره مندی آنان از دانش درباره یادگیرندگان را توجیه می کند.

دانش درسیاره اهداف آموزشی؛ «دانش درباره اهداف، مقاصد و ساختار نظام آموزشی است.» معلمی که به این دانش مسلح و مجهر نباشد، مثل شخصی است که بدون منظور خاص و هر گونه نشانی در مسیری به سوی ناکجا آباد ره می‌سپارد. شرط لازم در برنامه‌ریزی درس تربیت‌بدنی، شناخت جایگاه این درس در نظام تعلیم و تربیت و اهداف آن در دوره‌ها و پایه‌های مختلف تحصیلی است. در سایه و نتیجه تدوین اهداف، محتوا معنا پیدا می‌کند. بدون اطلاع و پیش‌بینی از اهداف بهره‌مندی از بالاترین دانش محتوایی به مثابه سفر در شرایطی است که مقصد سفر و مقصد شخص نیست و این یعنی تلاف سرماهی، وقت و عمر.

نکته حائز اهمیت و تکمیلی این است که در هر مقوله، معلمان به سه سطح مختلف از دانش نیاز دارند؛ دانش بیانی<sup>۱۶</sup>، دانش عملی<sup>۱۷</sup>، و دانش مشروطه<sup>۱۸</sup>. دانش بیانی دانشی است که معلم می‌تواند آن را به طور کلامی یا نوشتاری بیان کند. این دانش شامل آگاهی معلم از بسیاری نکته‌ها برای آموزش مؤثر تربیت‌بدنی است. مثلاً دانستن مقررات ورزش‌های تیمی و انفرادی. دانش عملی دانشی است که معلم می‌تواند آن را عمل‌قبل، حین آموزش و پس از آن به کار گیرد. معلم با استفاده از دانش عملی می‌تواند دانش بیانی را به شیوه‌هایی اجرا کند که موجب تسهیل مدیریت کلاس و یادگیری دانش آموز می‌شوند؛ مثلاً توانایی آموزش صحیح مقررات به عنوان بخشی از ارائه تکلیف. دانش مشروط معلم را آگاه می‌کند که در چه زمان و به چه علت باید در یک بافت خاص و در برهه‌ای خاص، تصمیمات و برهه‌ای اتخاذ کند؛ مثلاً استفاده از کلمات و اصطلاحات

متفاوت براي پايه چهارم و دهم. هر سه نوع دانش قويا به يكديگر بستگي دارند: دانش بيانی پيشنياز دانش عملی است؛ بدین معنی که هر فرد نخست باید پايه دانشی درباره ياده هي و يادگيري داشته باشد تا بتواند آن را عملی سازد. و وقتی معلمی می تواند دانشی را در يك زمان يا در يك موقعت عمل سازد، دانش مشروط به

وقتی معلمی می تواند دانشی را در یک زمان یا در یک موقعیت عملی سازد، دانش مشروط به وی اجازه می دهد تا آن اعمال را به بسیاری از زمان ها و موقعیت ها تعمیم دهد و قبل از اینکه عملی را «انجام دهد»، «دلیل آن را بداند»

## نیوشت‌ها

- 1. knowledge Base
  - 2. lee Shulman
  - 3. Content Knowledge
  - 4. General Pedagogical Knowledge
  - 5. Pedagogical Content knowledge
  - 6. Curriculum Knowledge
  - 7. Knowledge of Educational Contexts
  - 8. Knowledge of Learners and their Characteristics
  - 9. Knowledge of Educational Goals
  - 10. avoidant
  - 11. participant
  - 12. competitive
  - 13. collaborative
  - 14. dependent
  - 15. independent
  - 16. declarative knowledge
  - 17. procedural knowledge
  - 18. conditional knowledge
  - 19. Manross & Templeton

عنی

۱. رضوانی اصل، رضوان؛  
ازمون، جواد؛ رفیعی دبیدی،  
حیدر؛ محمدپور، محبوبه.  
در (۳۹۴). «الگوهای آموزشی در  
ترنیتیت بدنی»؛ تهران: انتشارات  
سamt.

# طراحی و ساخت روبیک‌های تحلیلی و جامع برای درس تربیت بدنی

دکتر محسن حلاجی  
عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان  
بیژن شیری  
کارشناس ارشد تربیت بدنی

## مقدمه

یکی از مؤلفه‌های برنامه‌ریزی درس تربیت بدنی سنجش و ارزیابی است. سنجش و ارزیابی درس تربیت بدنی پیچیدگی‌ها و دشواری‌هایی دارد. سنجش و ارزیابی از فعالیت‌های دانش‌آموزان در سه حوزه یادگیری شناختی، عاطفی-اجتماعی و روانی - حرکتی نیازمند پیروی از قواعد خاص خود است. به دلیل ابهام‌های موجود در سنجش و ارزیابی حوزه یادگیری روانی-حرکتی شامل آمادگی جسمانی، مهارت‌های پایه و پیشرفت‌های ورزشی به عنوان محتوای اصلی برنامه درس تربیت بدنی و ورزش در مدارس- که همواره بر سر چکونگی آن بحث و نظر است- در این مقاله که در دو قسمت ارائه می‌شود، سعی شده است با معرفی روبیک‌های ویژه‌اندازه‌گیری توانایی‌های جسمانی و حرکتی دانش‌آموزان به بخشی از نیازهای معلمان تربیت بدنی در این موضوع پاسخ داده شود. بنابراین، هدف این مقاله، نه پرداختن به بعد نظری سنجش و ارزیابی بلکه رفع مشکل عملی معلمان در اندازه‌گیری، سنجش و امتیاز دادن به توانایی‌ها و مهارت‌های دانش‌آموزان در تجارت عملی است. این مقاله به شکل کاربردی تنظیم گردیده و در آن از پرداختن به بحث‌های نظری و توضیحات اضافی خودداری شده است. روبیک‌ها انواع مختلفی دارند؛ به منظورهای گوناگون طراحی می‌شوند و متناسب با شرایط در ارزشیابی‌های مستمر و پایانی مورد استفاده قرار می‌گیرند. اصطلاحات همراه با روبیک عبارت‌اند از: معیار نمره‌گذاری (امتیازدهی)، سطوح عملکرد، معیارهای فایندی (سنجش و ارزیابی عملکرد)، معیارهای نتیجه‌ای (سنجش و ارزیابی سنتی)، روبیک‌های عمومی، روبیک‌های مبتنی بر یک وظیفه خاص. در

این مقاله دو نوع روبیک تحلیلی و جامع، که در ارزشیابی مورد استفاده قرار می‌گیرند، معرفی شده‌اند اما ابتدا باید بینیم روبیک‌ها چه هستند و چه هدفی را دنبال می‌کنند. در این زمینه به مقاله شماره قبلی این نشریه مراجعه کنید.

**کلیدواژه‌ها:** درس تربیت بدنی، سنجش و ارزیابی، دانش‌آموزان

## روبیک تحلیلی (مقیاس رتبه‌بندی)

ویژگی‌های روبیک تحلیلی  
باشد در مورد کیفیت معیارها قضاوت کرد.  
باشد دامنه یا حد هر یک از ابعاد مورد نظر را تعیین کرد.  
سه سطح یا بیشتر از آن باید برای عملکرد مشخص و تعریف شود.

چند سطح عملکرد؟ بستگی دارد به:

قابلیت اطمینان و پایایی  
قابلیت اداره تعداد سطوح

ه توانق بر سر نمرات افزایش می یابد؛  
ه از شماره ها به منظور ارزیابی سطح  
عملکرد استفاده می شود؛  
ه از واژه ها برای سنجش و ارزیابی سطح  
عملکرد استفاده می شود.

هنگامی که تعداد سطوح افزایش  
می یابد چه اتفاقی می افتد؟  
ه تفاوت های بین سطوح کاهش پیدا  
می کند؛

شکل ۱. روبریک تحلیلی کمی برای بازی ۲ در مقابل ۲ یا ۳ والیبال  
(طراحی شده برای دانش آموزان دوره اول متوسطه)

بازی کوچک در والیبال				
نام دانش آموز ..... به منظور نشان دهنده سطح عملکرد به دست آمده چک (✓) کنید.				
۱	۲	۳	۴	معیارها / مؤلفه ها / مفاهیم
				۱. در خواست توپ در زمان مناسب (ارتباط با تیم)
				۲. استفاده از مهارت های مناسب در زمان صحیح
				۳. نشان دادن موضع صحیح در زمین در زمان دفاع
				۴. نشان دادن موضع صحیح در زمین در زمان حمله
				۵. داوری بازی با توجه به اصول بازی جوانمردانه

سطح عملکرد

عدد ۴ گویای آن است که معیار مورد نظر در ۷۵٪ + بازی نشان داده می شود.  
عدد ۳ گویای آن است که معیار مورد نظر در بیش از نیمی از زمان نشان داده می شود.  
عدد ۲ گویای آن است که معیار مورد نظر در کمتر از نیمی از زمان بازی نشان داده می شود.  
عدد ۱ گویای آن است که معیار مورد نظر در بازی نشان داده نمی شود.

روبریک ها انواع  
مختلفی دارند؛ به  
منظورهای گوناگون  
طراحی می شوند و  
متناسب با شرایط در  
ارزشیابی های مستمر  
و پایانی مورد استفاده  
قرار می گیرند

شکل ۲. روبریک تحلیلی کمی برای بازی جوانمردانه در بازی (طراحی شده برای دانش آموزان دوره متوسطه)

انصاف، در بازی های کوچک و یا کامل بازی				
نام ارزیاب ..... نام بازیکن / تیم ارزیابی آداب معاشرت بازیکنان در زمان بازی؛ با کشیدن دایره به دور عدد مورد نظر، مناسب ترین پاسخ برای هر معیار را نشان دهید.				
۱. تشویق دیگران (چیزهایی مانند شوت زیبا، فریب خوب، و غیره)	۵	۴	۳	۲
۲. بردن و یا باختن توأم با وقار و آرامش (کچ خلقی کردن، تمسخر کردن و یا فخر فروختن)	۵	۴	۳	۲
۳. هر دو یار در این تیم به یک اندازه در بازی مؤثرند (یک نفر دیگر را به کنار نمی زند تا خودش صرفاً بر بازی مسلط شود).	۵	۴	۳	۲
۴. همدیگر را به درستی صدا می زندند و یکدیگر را گول نمی زندند.	۵	۴	۳	۲
۵. نسبت به دیگران مؤدب هستند (ما واقعاً از بازی تیم های دیگر لذت بردهیم؛ زیرا آنها خوب بودند).	۵	۴	۳	۲

سطح عملکرد

۱. دانش آموز هرگز رفتاری را نشان نمی دهد که گویای معیار تعیین شده باشد.  
۲. دانش آموز در کمتر از ۵۰ درصد از فرصت ها، رفتاری را نشان می دهد که گویای معیار تعیین شده باشد.  
۳. دانش آموز در بیش از ۵۰ درصد از فرصت های ارائه شده رفتاری را نشان می دهد که گویای معیار تعیین شده باشد.  
۴. دانش آموز در بیش از ۷۵ اما کمتر از ۱۰۰ درصد از فرصت های ارائه شده، معیار تعیین شده را نشان می دهد.  
۵. دانش آموز همیشه رفتارش مطابق با معیار تعیین شده است.

### شکل ۳. روبریک تحلیلی کمی برای دریبل توب با پا (طراحی شده برای دانشآموزان پایه دوم)

#### دربیل با پا

ارزیابی هر معیار با توجه به سطوح خاص عملکرد (پیشرفت، ماهر و نیمه ماهر) در فهرست کلاس ثبت می شود.

##### معیارها و سطوح عملکرد:

۱. ضربه زدن به توب؛ طوری که ظرف دو، سه یا چهار بار ضربه زدن، توب تحت کنترل دانشآموز باشد.

عملکرد پیشرفت: به توب ضربه می زند؛ به طوری که همیشه پس از دو، سه یا چهار بار ضربه زدن، توب تحت کنترل دانشآموز است (ضربه- ضربه)

عملکرد ماهر: به توب ضربه می زند؛ به طوری که گاهی بادو، سه یا چهار بار ضربه زدن، توب تحت کنترل دانشآموز است. (ضربه- ضربه)

عملکرد نیمه ماهر: به توب ضربه نمی زند؛ به طوری که با دو، سه یا چهار بار ضربه زدن، توب تحت کنترل دانشآموز باقی بماند. (ضربه- ضربه)

##### ۲. استفاده از داخل و بیرون پا

عملکرد پیشرفت: همیشه از داخل و خارج پا استفاده می شود- راست و چپ- ضربه آهسته به توب (داخل/ بیرون)؛

عملکرد ماهر: گاهی با استفاده از داخل و خارج از پا استفاده می شود- راست و چپ- ضربه آهسته به توب (داخل/ بیرون)؛

عملکرد نیمه ماهر: از داخل و بیرون پا استفاده نمی شود. راست و چپ- ضربه آهسته به توب (داخل/ بیرون).

##### ۳. بیشتر به جلو نگاه می کند تا به پایین:

عملکرد پیشرفت: همیشه نگاه به جلو است؛

عملکرد ماهر: گاهی نگاه به جلو است؛

عملکرد نیمه ماهر: نگاه به جلو نیست.

##### ۴. شناسایی سه نشانه مهارت:

عملکرد پیشرفت: قادر به شناسایی شفاهی هر سه نشانه مهارت به طور صحیح است؛

عملکرد ماهر: قادر به شناسایی شفاهی دو تا از سه نشانه مهارت است؛

عملکرد نیمه ماهر: قادر به شناسایی شفاهی کمتر از دو تا از سه نشانه مهارت است.



شکل ۴. روبریک تحلیلی کیفی برای استقامت هوایی (طراحی شده برای دانش آموزان پایه دوم)

استقامت هوایی
<p>معیار:</p> <p>۱. کنترل ضربان قلب و ثبت آن با دقت؛ ۲. تشخیص تصاویر منعکس کننده استقامت هوایی از یک مجموعه تصاویر که شامل تمام پنج جزء آمادگی جسمانی باشند؛ ۳. تحمل یک فعالیت هوایی با حفظ ضربان قلب هدف برای پنج دقیقه مداوم.</p> <p>سطح عملکرد:</p> <p>عملکرد پیشرفته: قابل مشاهده در بیش از ۷۵ درصد از کوشش‌ها؛ عملکرد مهارت: قابل مشاهده در ۶۰-۷۵ درصد از کوشش‌ها؛ نیمه مهارت: قابل مشاهده در کمتر از ۵۰ درصد از کوشش‌ها.</p>

شکل ۵. روبریک تحلیلی کیفی برای توسعه فردی و اجتماعی (طراحی شده برای دانش آموزان پایه اول تا چهارم)

توسعه فردی و اجتماعی
<p>معیار:</p> <p>۱. اصول ایمنی در فعالیت را نشان می‌دهد؛ ۲. از مقررات، رویه‌ها و آداب و معاشرت خاص در ورزشگاه/زمین پیروی می‌کند؛ ۳. قادر به همکاری با یک یار برای انجام دادن یک کار یا رسیدن به هدف خاص است.</p> <p>سطح عملکرد:</p> <p>عالی: همیشه قابل مشاهده است؛ انجام شده: قابل مشاهده در ۷۵ درصد از زمان؛ در حال توسعه: قابل مشاهده در ۵۰ درصد از زمان؛ در حال ظهور: قابل مشاهده در کمتر از ۵۰ درصد از زمان.</p>

شکل ۶. روبریک تحلیلی کیفی برای آگاهی فضای در حال رانینگ (طراحی شده برای پیش‌دبستانی)

آگاهی از فضا و رانینگ
<p>معیار:</p> <p>۱. تمایز رانینگ در فضای عمومی از رانینگ در فضای خصوصی؛ ۲. نمایش رانینگ در جهت صحیح در زمان مشخص شده؛ ۳. نمایش رانینگ در سطح درست در زمان مشخص شده؛ ۴. نمایش رانینگ در مسیر درست در زمان مشخص شده؛ ۵. نمایش رانینگ صحیح در زمان مشخص شده.</p> <p>سطح عملکرد:</p> <p>عالی: همیشه قابل مشاهده است؛ انجام شده: قابل مشاهده در ۷۵ درصد از زمان؛ در حال توسعه: قابل مشاهده در ۵۰ درصد از زمان؛ در حال ظهور: قابل مشاهده در کمتر از ۵۰ درصد از زمان.</p>



شکل ۷. روبریک تحلیلی کیفی برای روابط با اشیا (طراحی شده برای دانش آموزان پایه اول تا چهارم)



**در مقایسه با روبریک امتیازی که دانش آموز در صورتی به امتیاز دست پیدا می کند که حتماً به معیار تعیین شده دست پیدا کند، در روبریک تحلیلی کمی تخصیص نمره یا امتیاز می تواند در سطوح مختلف- که معمولاً از سه سطح بیشتر است- اتفاق بیفتند**

پیشرفت، ماهر، و نیمه ماهر توصیف می شود. معلمان باید در به کار گیری انواع روبریک بر حسب شرایط اقدام کنند. نویسنده به نمونه های از روبریک ها اشاره می کند و معلمان باید برای محتوای آموزشی خود روبریک مناسب تهیه کنند.

**روبریک جامع (مقیاس رتبه بندی)**

ویژگی های روبریک جامع

- ۷ باید در مورد کیفیت تمام معیارها به طور همزمان قضاوت کرد؛
- ۶ سه یا بیشتر از سه سطح از عملکرد باید شناسایی شود؛
- ۵ معیار اندازه گیری باید در یک بند (پاراگراف) نوشته شود؛
- ۴ باید به موضوع آموزشی کاملاً مسلط بود.

**نتیجه گیری:** روبریک های تحلیلی کمی و کیفی معمولاً در سنجش و ارزیابی پایانی مورد استفاده قرار می گیرند. در روبریک تحلیلی کمی پس از تعریف معیارها، سطح عملکرد نیز مشخص می شود. در هر معیاری، در صورت دستیابی دانش آموز به هر سطحی از عملکرد، نمره یا امتیازی به او تعلق خواهد گرفت. بنابراین، در مقایسه با روبریک امتیازی که دانش آموز در صورتی به امتیاز دست پیدا می کند که حتماً به معیار تعیین شده دست پیدا کند، در روبریک تحلیلی کمی تخصیص نمره یا امتیاز می تواند در سطوح مختلف- که معمولاً از سه سطح بیشتر است- اتفاق بیفتند. در روبریک تحلیلی کیفی نمره یا امتیازی به دانش آموز داده نمی شود اما سطح عملکرد او به شکل کیفی نام گذاری و در قالب صفات

## نتیجه‌گیری

به هر رتبه، نمره یا امتیازی تخصیص دهد. بنابراین، نقطه‌ای قوت این نوع روبریک در توصیف کامل معیار دستیابی در هر سطحی از عملکرد است. معلمان باید در به کارگیری انواع روبریک بر حسب شرایط اقدام کنند. توصیف‌دهنده به نمونه‌هایی از روبریک‌ها اشاره می‌کند و معلمان باید برای محتوای صورت شباخت عملکرد دانش آموز با هر یک از معیارها، آموزشی خود روبریک مناسب تهیه کنند. البته تولید روبریک جامع به تجربه کامل از رشتة ورزشی نیاز دارد.

شکل ۸. روبریک جامع برای بازی بدمنیتون طراحی شده برای دانش آموزان دوره متوسطه دوم

### روبریک جامع برای بازی بدمنیتون

#### سطح چهار

تمام دانش آموزان ضربات آموزش داده شده را با استفاده از شوت‌های منتخب بی‌عیب و نقص اجرا می‌کنند. شوت و سرویس به طور در هم ریخته برای جلوگیری از پیش‌بینی‌های حریف انتخاب می‌شود. شوت‌ها به مکانی که حریف از آن دور است، زده شوند. در صورت امکان شوت حریف را پیش‌بینی کنید، دانش آموزان حرکت کنند و کل محوطه را پوشش بدهند و به طور مدام برای بازگشت به موقعیت اصلی خود تلاش کنند. برای جنبش سریع و زدن توب، وزن بدن را هوشیارانه به طور مساوی روی پاها تقسیم کنند. دانش آموز با استفاده از رفت و آمد صحیح حرکتی، برای زدن همه شوت‌ها و کنترل آن‌ها در زمان رسیدن به آن‌ها تلاش می‌کند. ارتباط با هم بازی بدیهی است تلاش بین آن‌ها باید هماهنگ و مناسب باشد و هر دو تلاش کنند تا موقعیت‌های یکدیگر را در محوطه پوشش دهند. دانش آموزان باید به طور کامل قواعد بازی را درک، و از آن در راه عملی کردن استراتژی بازی استفاده کنند. (برای مثال، نمره دادن به مهارت). می‌توانید به هر سؤالی که در خواست شد پاسخ دهید. هر دو هم بازی یا خوب یکدیگر را به رسمیت بشناسند.

#### سطح سه

دانش آموز با بهره‌گیری از بیشترین ضربه در زمان‌های مناسب یک فرم خوب را در کلاس ارائه دهد. اغلب در موقعیت‌های بازی با رفت و آمد درست، ضربه بزنند. برخی از پیش‌بینی‌ها را در مقابل ضربه حریف خود نشان دهد. دانش آموز محوطه را پوشش دهند و برای بازگشت به موقعیت اصلی تلاش کنند. وزن را با هوشیاری به روی پاها تقسیم کنند تا به سرعت بتوانند حرکت کنند. از هر دو ضربه سرویس کوتاه و بلند با کمی تغییر برای جلوگیری از پیش‌بینی‌های حریف استفاده کنند. از استراتژی برای شکست دادن حریف استفاده کنند. آشکار است که ضربه کجا اصابت می‌کند. برای باز کردن مکان در محوطه، همکاری با هم بازی/کار کردن با او برای پوشش محوطه در حالی که او تسلط ندارد. (این کار شواهدی از همکاری و کار گروهی را نشان می‌دهد). دانش آموز به طور کلی شواهد شناخت و استفاده از قوانین را نشان می‌دهد که حاکی از نظم و چرخش درست باشد. اغلب او می‌تواند به بسیاری از سوالات پاسخ دهد. بازی خوب تیم‌های دیگر را به رسمیت بشناسند.

#### سطح دو

دانش آموز نه همیشه اما در زمان مناسب از چندین ضربه استفاده می‌کند. از فرم صحیح ضربه استفاده می‌کند. دانش آموز محوطه را پوشش می‌دهد اما گاهی خودش را خارج از موقعیت اصلی پیدا می‌کند. تغییر هوشیارانه وزن بدن به روی دو پا ممکن است، اما قبل از اینکه او بتواند برای ضربه زدن حرکت کند. دانش آموزان برای بازگشت به موقعیت (خانه) تلاش می‌کنند اما ممکن است همیشه آنجا نباشند. تلاش محدود برای پیش‌بینی ضربه برگشت حریف صورت می‌گیرد. دانش آموز چند عامل مختلف را آزمایش می‌کنند تا از هر دو سرویس کوتاه و بلند استفاده کنند اما نشان داده است که برخی اوقات مرتکب اشتباه می‌شوند. دانش آموز با استفاده از بعضی استراتژی‌ها از سرویس‌های متفاوتی استفاده می‌کند. هدف، باز کردن محوطه برای ضربه است. ارتباط با هم بازی شواهدی برای کار کردن جهت پوشش دادن محوطه را نشان می‌دهد. گاهی ممکن است تسلط لازم برای هماهنگی با هم بازی برای پوشش محوطه وجود نداشته باشد. شواهد نشان می‌دهد که دانش آموز قوانین را می‌داند اما در هنگام پاسخ دادن به سوالات، برخی اشتباهات را مرتکب می‌شود. تلاش می‌کنیم که به دیگران به خاطر بازی خوشان تبریک بگوییم.

#### سطح یک

دانشجو مکتبی به ۱ یا ۲ ضربه در تمام بازی است. فرم گرفتن نادرست باعث می‌شود ضربه تابجا و بی‌اثری را بزنند. به دنبال ضربه حرکت نمی‌کند و دشوار است به موقعیت بازی حریف برگردد. در یک زمان بخش‌هایی از محوطه زمین بدون پوشش رها می‌شود. به جای حرکت به موقعیت مناسب، وزن بدن روی پاشنه پا رسیدن به توب حریف را برای دفاع دشوار می‌کند. ممکن است یک فرم در سرویس استفاده کرده گاهی ممکن است عادت خود را ترک کند. وقتی تصمیم به نوعی سرویس زدن و یا استفاده از شوت می‌گیرد، به نظر نمی‌رسد این کار را با توجه به موقعیت حریف انجام داده باشد. ضربه‌ها به توب مستقیماً به حریف بر می‌گردد و به طوری که توب‌ها به راحتی برگردانده می‌شوند. ارتباط کم با هم بازی و شواهد کمی از کار گروهی دیده می‌شود. هر دو ممکن است برای زدن توب هم زمان تلاش کنند. دانش آموز با قوانین نا آشناست. به گفته‌های حریفان و هم بازی‌ها (که به او بگویند چه باید بکند) وابسته است. از به کارگیری دستورات مطمئن نیست. اعمال ناصحیح او ممکن است به دلیل کم دانشی نسبت به قوانین، مقررات و آداب و رسوم باشد.

منابع  
Lund,J.L.(2005). CREATING RUBRICS FOR PHYSICAL EDUCATION. Assessment Series K-12. Physical Education. Retrieved from [www.Amazon.com](http://www.Amazon.com) 2016.

## چکیده

فراگیرندگان برای سازماندهی و مدیریت تجارب ورزشی باید مسئولیت بیشتری بر عهده گیرند. نقش‌های آنان ممکن است مربی، کاپیتان، داور، ثبت‌کننده رکورده، آماردان و گزارشگر باشد. SEM با اگذاری نقش‌ها به فراگیرندگان، می‌تواند تجربه کاملی از ورزش را در مسابقات برای بازیکنان و بهویژه فراگیرندگان منزوی فراهم آورد و در گسترش روابط اجتماعی آن‌ها مؤثر باشد. یافته‌های برلمن (۲۰۱۰)، هستی و سیننیکو (۲۰۰۶)، رودسرابی (۱۳۹۱)، شریفی‌فر

بیشتر نظریه‌های جدید آموزش و تدریس، بر محوریت داشت آموز در فرایند یادگیری تأکید دارند. مدل آموزش ورزش<sup>۱</sup> (SEM) در تربیت‌بدنی، یک مدل آموزشی است که ورزش را در سطح وسیع تری به فرهنگ ورزش متصل می‌کند. شش اصل کلیدی SEM در آموزش عبارت‌اند از: برنامه‌فصلی، پیوستگی تیمی، ثبت رکورده، رقابت‌های رسمی، رویداد نهایی (فینال) و مراسم جشن با اهدای جوایز به فراگیرندگان. در آموزش بر مبنای SEM.

# آموزش ورزش

الگوی آموزش ورزش؛ رهیافتی نو در آموزش تربیت بدنی

طاهره رودسرابی

کارشناس ارشد تربیت‌بدنی

دکتر احمد خامسان

دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه بیرجند



در تربیتبدنی را تغییر دهد و ویژگی‌های لازم در ورزش را که به جذابیت آن منجر می‌شود، بازسازی کند تا دانشآموزان و تمام افراد، یک تجربه مهمن در پیش‌رفت کیفی خود در تربیتبدنی داشته باشند. برای مثال، یک فصل والیبال در یک لیگ خاص سه ماهه، شامل بازیکنان، بازی‌ها و یک دیدار نهایی است. SEM فصل سه‌ماهه والیبال را به ساختاری سه هفتاهی در کلاس‌های تربیتبدنی محدود می‌کند. یکی از نکات مورد توجه در مدل این است که شرکت‌کنندگان در کلاس تربیتبدنی باید این احساس را داشته باشند که به عنوان بازیکن و یا یک شرکت‌کننده تیم ورزشی در یک لیگ رقابتی هستند (تجاری و فرهادفر، ۱۳۸۷).

SEM دانشآموزان را در تیم‌های کوچک قرار می‌دهد تا از طریق تمرین مجموعه‌ای از مهارت‌ها (که توسط معلم یا مربیان هر تیم طراحی شده است) و بازی‌های مناسب با پیش‌رفت فرآگیرندگان، میان آن‌ها رقابت ایجاد کند. یک دوره آموزش ورزش نه تنها شامل یادگیری مهارت‌ها و خود بازی است، بلکه سازگاری با موقعیت‌های رهبری و مسئولیت‌پذیری در طول رهبری را نیز شامل می‌شود. در طول دوره SEM، دانشآموزان برای سازماندهی و مدیریت تجرب ورزشی باید مسئولیت بیشتری را بر عهده گیرند. دانشآموزان ممکن است نقش مربی، کاپیتان، داور، ثبت‌کننده رکورد، آماردان و اعضای هیئت برگزاری مسابقات را داشته باشند (دایسن و دیگران، ۲۰۰۴؛ ۲۴۰-۲۲۶). SEM تجرب کامل‌تری از ورزش را در اختیار بازیکنان منزه‌ی قرار می‌دهد (رودسرابی، ۱۳۹۱). در برنامه‌های دوره، تصحیح و تمرین مهارت‌ها زمان کمتری از کلاس را به خود اختصاص می‌دهد و بر انتقال از طریق یک رقابت تیمی رسمی متمرکز می‌شود. (تجاری و فرهادفر، ۱۳۸۷). یکی از ویژگی‌های SEM این است که یک محیط رقابتی را فراهم می‌آورد. کرچم ر<sup>۲</sup> (۱۹۸۸) خاطرنشان کرد که مسابقه همواره مقابل دیگری قرار گرفتن است و از رقیبانی تشکیل می‌شود که در تلاش‌اند تا همان کار را به نحو بهتری نسبت به دیگری انجام دهند (مورگان و دیگران، ۱۳۸۷)، به دست آوردن تجربه بودن در یک تیم رقابتی

(۱۳۸۷) و والهید و اومانیس (۲۰۰۴) نشان می‌دهد که SEM روابط اجتماعی مثبت و انگیزه خود تعیین‌گری فرآگیرندگان را تسهیل می‌کند. بر این اساس، شاید SEM بتواند جایگزین مناسبی برای آموزش تربیتبدنی بر مبنای اصول یادگیری جدید مبتنی بر نظریه‌های روان‌شناسی باشد.

### کلیدواژه‌ها: مدل آموزش ورزش (SEM)

- آموزش تربیتبدنی

### مقدمه

تربیتبدنی بخشی از برنامه تعلیم و تربیت عمومی است که از طریق تجارتی حرکتی، به رشد و تکامل همه جانبه افراد کمک می‌کند (وست و بوچر، ۲۰۰۴). هدف عمده تعلیم و تربیت عمومی این است که فعالیت‌های انجام شده در این راستا، به تکامل فرآگیرندگان (توانایی کسب رضایت از مسئولیت و مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی) منجر شود. تربیتبدنی از طریق یک نقشه طرح‌بازی شده دقیق و برنامه سالم کاربردی، می‌تواند مشارکت افراد را برای تحقق این هدف کلی فراهم سازد.

«تربیتبدنی عمومی<sup>۲</sup>» در قالب یک واحد درسی در کلیه رشته‌ها و در رشته‌های ورزشی به صورت تخصصی و جداگانه ارائه می‌شود. مسئولان آموزش عالی در کشورهای توسعه یافته، دریافت‌هایند که سرمایه‌گذاری و توجه هر چه بیشتر بر روی این دوره آموزشی و تلاش برای تحقق اهداف آن، می‌تواند ضمن تغییر نگرش دانشجویان به سمت وسیعی مثبت، چشم‌انداز سلامت و بهره‌وری جامعه را نیز پیش‌بینی کند.

اغلب دانشجویان، واحد درسی تربیتبدنی عمومی<sup>۲</sup> را با هدف افزایش معدل انتخاب می‌کنند و به آن به عنوان هدفی برای یادگیری یک ورزش و لذت‌بردن از آن نمی‌اندیشند. تربیتبدنی به عنوان یک واحد درسی آکادمیک و ارزشمند شناخته شده نیست و حتی دانشجویان آن را برای گذراندن اوقات فراغت در نظر نمی‌گیرند (توكلی، ۱۳۸۸).

مدل تربیتبدنی آموزش ورزش (SEM) می‌تواند دستیابی به این اهداف را تسهیل کند. SEM توسط سیدن‌تاب در سال ۱۹۹۴ توسعه یافت. او در نظر داشت جایگاه عادی

**مدل آموزش ورزش (SEM) در تربیتبدنی، یک مدل آموزشی است که ورزش را در سطح وسیع تری به فرهنگ ورزش در تربیتبدنی متصل می‌کند**

**یکی از نکات  
مورد توجه در  
مدل این است که  
شرکت‌کنندگان در  
کلاس تربیت‌بدنی  
باید این احساس  
را داشته باشند که  
به عنوان بازیکن و یا  
یک شرکت‌کننده تیم  
ورزشی در یک لیگ  
رقابتی هستند**

می‌تواند دانش‌آموزان را برانگیزد و آن‌ها را به انجام دادن فعالیت جسمانی در سرتاسر زندگی‌شان تشویق کند (دایسن و دیگران، ۲۰۰۴).

سیدن تاپ (۱۹۹۴) شش ویژگی کلیدی را برای مدل آموزش ورزش معرفی می‌کند: برنامه‌فصلی، پیوستگی تیمی، ثبت رکورد، رقابت‌های رسمی، رویداد نهایی (فینال) و مراسم جشن با اهدای جوایز.

**۱. فصل**- یک واحد تربیت‌بدنی، نیازمند فصلی است که شامل تمرین تیم‌ها و رقابت منظم بهمنظور پیشرفت مهارت‌ها باشد و سپس تلاش شود تا به فینال و بازی قهرمانی ختم گردد.

**۲. پیوستگی تیمی**- مفهوم پیوستگی تیمی این است که افراد از ابتدای فصل با قرار گرفتن در تیم‌های همگن، تا آخر دوره در تیم خود باقی می‌مانند و در مسابقات شرکت می‌کنند.

**۳. ثبت رکورد**- این به هر تیمی اجازه می‌دهد که از امتیازهای از دست رفته، تخمین برنده شدن، تعداد امتیازها و اخلاق جوانمردانه آگاهی پیدا کند. ثبت کردن رکورد توسط خود دانش‌آموزان به آن‌ها حس مسئولیت می‌دهد.

**۴. رقابت‌های رسمی**- رقابت رسمی شبیه به یک بازی واقعی در لیگ جوانان است. زمان بازی، داورها، ثبت‌کننده رکورد، زمان استراحت و گزارشگر در بازی مشاهده می‌شود. این ویژگی‌ها بازی را هیجان‌انگیز تر می‌کنند.

**۵. رویداد نهایی (فینال)**- در رویداد نهایی می‌توان برنده لیگ را اعلام کرد و با پیش‌بینی تشریفاتی، جوایزی را برای هر تیم در نظر گرفت.

**۶. مراسم جشن و اهدای جوایز**- پنجمین کلید اصلی مدل، می‌تواند با ششمين کلید اصلی مدل در یک فصل قرار گیرد. این روشی برای تجلیل از دانش‌آموزان برای یک کار سخت در طول فصل، اجراهای موقتی‌آمیز و ارتباطات جدید دانش‌آموزان محسوب می‌شود (سیدن تاپ و اسمنیت، ۱۹۹۷، استاکلی، ۲۰۰۸).

هدف از مدل آموزش ورزش، تربیت بازیکنانی شایسته، باسواند و علاقه‌مند است. مجموعه‌ای از تکالیف و فعالیت‌های یادگیری

ورزشی و از همه مهم‌تر، احساس تعلق و بخشی از یک تیم بودن، از ویژگی‌های SEM است. به علاوه، زمینه‌های را ایجاد می‌کند تا شرکت‌کنندگانی که تجربه قبلی حضور در لیگ‌های ورزشی را دارند، با مشورت استاد و انتخاب گروه، نقش مربی با کاپیتان را به عهده بگیرند. این خود باعث می‌شود دانش‌آموزان و دانشجویان، حس مستویت‌پذیری را نیز تجربه کنند (برلمن، ۲۰۱۱). در ذات رقابت، مواردی چون برند شدن در مقابل حریفان، نشان دادن رفتارهای ورزشی خوب، انجام بازی خوب و منسجم و تکمیل وظایف مدیریتی نهادینه شده است. در پایان رقابت‌های رسمی، به فرآگریندگان پاداش‌هایی برای موقعیت خوب تیم در مسابقه پایانی، داوری، بازی خوب و شرکت کردن در بازی تعلق می‌گیرد (مورگان و دیگران، ۱۳۸۷).

### مراحل و شیوه اجرای SEM

اغلب مریبان معتقدند که دانش‌آموز به جای معلم باید در رأس فرایند تدریس و یادگیری قرار گیرد. در همین راستا می‌توان سه مدل یادگیری دانش‌آموز محور، آموزش ورزش (SEM)، بازی‌های تاکتیکی (TG)، و یادگیری منسجم (CL) را معرفی کرد که فرضیات خاصی را درباره تدریس و یادگیری در تربیت‌بدنی ارائه می‌دهند (دایسن و دیگران، ۲۰۰۴).

سیدن تاپ (۱۹۹۴) آموزش ورزش را مدلی آموزشی معرفی می‌کند که ورزش را در سطح وسیع‌تری به فرهنگ ورزش در تربیت‌بدنی متصل می‌کند (استاکلی، ۲۰۰۸). ریشه مفهوم آموزش ورزش، از تربیت بازی مشتق شده است. سیدن تاپ (۱۹۸۰) تأکید دارد که بهترین معنا و مفهوم تربیت‌بدنی به بازی ارجاع داده می‌شود. تربیت‌بدنی از مفهوم بازی مشتق شده و بر مبنای دو فرضیه بنا گردیده است: ابتدای اینکه ورزش شکلی از بازی است و دوم اینکه در اجتماع بیشتر رشد پیدا می‌کند و افراد بیشتر در بازی و فرهنگ ورزشی درگیر می‌شوند (سیدن تاپ و دیگران، ۲۰۰۴). سیدن تاپ پیشنهاد می‌دهد که شرکت‌کنندگان در بازی می‌توانند قوی‌تر و کامل‌تر ظاهر شوند. او تأکید دارد که بازی

فعالیت‌های یادگیری می‌تواند با اهداف جسمانی، اجتماعی و یا شناختی دنبال شود.  
۵. فعالیت‌های یادگیری فرصت بیشتری برای پیشرفت فراهم می‌آورند؛ ارزیابی بخشی از آموزش است و برای دانش‌آموزان بازخورده است که مشکلات آن‌ها را در بازی و تجربه فعالیت‌های جسمانی برطرف می‌کند.

۶. دانش‌آموزان مسئولیت‌پذیرند؛ در آموزش ورزش، فعالیت‌های دانش‌آموزان توسط معلم و ارزیابان (خود دانش‌آموزان مانند سرگروه و یا کاپیتان) ثبت می‌شود (دایسن و دیگران، ۲۰۰۴).  
به عقیده سیدن تاپ و اسمیت (۱۹۹۷) آموزش ورزش زمانی موقوفیت آمیز است که همه شرکت کنندگان به طور یکسان در فعالیت‌های کلاس در گیر باشند.

ه همه آنان نقشی را بر عهده گیرند.  
ه همه افراد فرصت مشابهی برای یادگیری در بازی داشته باشند.  
ه اجرای همه آنان در موقوفیت تیم دخیل باشد.

ه ورزش برای آنان فرصتی باشد تا سطوح مهارتی و تاکتیکی شان اصلاح شود.  
با وجود ویژگی‌های مؤثری که مدل آموزش ورزش ایجاد می‌کند، معلمان زیادی به سبک سنتی در تدریس تربیت‌بدنی ادامه می‌دهند. دیدگاه واحد سنتی متفاوت است؛ زیرا ماهیت معلم محور نسبت به ماهیت دانش‌آموز محور را در آموزش ورزش ارجح می‌داند. در مدل آموزش ورزش، شرکت کنندگان مسئولیت‌پذیرترند و به نظر می‌رسد که انگیزه بیشتری برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی دارند؛ در حالی که در مدل سنتی دانش‌آموزان منتظرند تا معلم آن‌ها را در فعالیت‌های کلاس شرکت دهد و برایشان تکلیف مشخص کند (رودسرابی، ۱۳۹۱).

### نقش معلم در SEM

یکی از کلیدی‌ترین نقش‌ها در آموزش بر مبنای SEM، نقش معلم است. نقش معلم را در این روش می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:

- ساختار کلاس از معلم محور به دانش‌آموز محور منتقل می‌شود.
- معلم باید در روند کلاس با ارائه نقش‌ها

طراحی شده‌اند که به کمک آن‌ها نه تنها دانش‌آموزان ماهرتر می‌شوند بلکه حتی در فهم شرکت کنندگان در سطح وسیع‌تری از فرهنگ ورزش کردن، قوانین مهارت‌ها، سینم انجام بازی‌ها و تفاوت‌های آن‌ها مؤثر است (سیدن تاپ و اسمیت، ۱۹۹۷).

### ویژگی‌های SEM

۱. معلم تسهیل کننده است؛ او مشکلات را شناسایی می‌کند و دانش‌آموزان خودشان تصمیم‌گیری می‌گیرند و راه حل‌هایی برای مشکلاتشان پیدا می‌کنند.

۲. دانش‌آموزان، یادگیرنده‌گان فعالی هستند؛ معلم مسئولیت‌ها را به دانش‌آموزان واگذار می‌کند و دانش‌آموزان یادگیرنده‌گان فعال، خلاق و اجتماعی هستند.

۳. دانش‌آموزان در گروه‌های کوچک تمرین می‌کنند و بازی واقعی را انجام می‌دهند؛ گروه‌ها معمولاً به صورت تیم یا گروه‌های ناهمگن هستند، مسابقات به صورت واقعی برگزار می‌شوند و به این ترتیب، دانش‌آموزان در یک محیط یادگیری فعال قرار می‌گیرند.

۴. فعالیت‌های یادگیری جالب توجه و چالش‌برانگیزند؛ پس دانش‌آموزان از فعالیت‌های ایشان احساس رضایت بیشتری می‌کنند و لذت بیشتری می‌برند.

**مدل آموزش ورزش،  
شرکت کنندگان  
مسئولیت‌پذیرترند  
و به نظر می‌رسد که  
انگیزه بیشتری برای  
شرکت در فعالیت‌های  
ورزشی دارند**



به افراد، سیستم مدیریتی قوی داشته باشد.  
۶ معلم باید زمانی را به ارزیابی مؤثر  
یادگیری افراد اختصاص دهد(۱۶).

### مزایا و معایب مدل SEM

اموزش بر مبنای SEM فواید و  
محدودیت‌هایی نیز دارد که عبارت‌اند از:

#### مزایای SEM

این فواید در حوزه آموزشی، یعنی محیط  
یادگیری، معلم و مهم‌تر از همه فرآیندگان،  
شامل این موارد می‌باشد:

۶ به شرکت‌کنندگان اجازه می‌دهد تا  
بخشی از یک تیم باشند (عضویت در تیم را  
به عنوان یک مستولیت پذیرند).

۶ کاپیتان‌ها (مربی‌ها)، مهارت‌های رهبری  
را کسب و نقش مربیگری را تعبیره می‌کنند.  
۶ فرآیند شرکت می‌کنند، نه فقط افراد با  
مهارت‌های بالا).

۶ دانش‌آموز محور است و انتخاب‌های  
مختلفی را در کنار معلم به کار می‌برد.

۶ برای بازبینی و افزایش رشد شخصی در  
بین همه بازیکنان، بهترین روش است.

۶ معلمان و افراد کلاس، از این مدل لذت  
می‌برند (سیدن تاپ و دیگران، ۲۰۰۴).

#### محدودیت‌های SEM

۶ شیوه‌نامه مدل آموزش ورزش؛ این زمانی  
است که آموزش با یک فعالیت ورزشی  
مناسب شروع شود تا مدل یکنواختی اجرا  
شود.

۶ زمانی که این مدل در یک کلاس مشکل دار  
اجرا می‌شود، مهارت‌های مدیریتی در کلاس  
نیازمند استفاده از هوشیاری است.

۶ تعارض میان فردی؛ تعارضات در بین  
افراد، خطر بزرگی برای مؤثر بودن اجرای  
مدل است.

۶ به شرکت‌کنندگان در کلاس اجازه تمرکز  
بر ناقص مهارتی رانمی‌دهد و آن‌ها بر  
توانایی‌های منحصر به فرد تیمی متتمرکز  
می‌شوند. (همان)

### SEM در پژوهش‌های داخلی

دانش اصلی در آموزش ورزش که در دهه  
۱۹۹۰ میلادی گسترش زیادی پیدا کرد،

شامل مطالعات ملی و بین‌المللی در این  
زمینه‌های است:

وضعیت و منزلت تربیت‌بدنی مدارس؛  
آمادگی جسمانی مرتبط با هدف تندرسی  
در کودکان؛ شیوه‌های فعال در زندگی و  
ورزش کودکان و نوجوانان؛ عوامل مؤثر در  
ظهور رفتارهای جسمی و روانی-اجتماعی  
سالم؛ رشد اجتماعی-فرهنگی (فرج‌زاده  
موالو، ۱۳۸۶).

در باره SEM پژوهش‌های محدودی در  
داخل و تحقیقات در خور توجهی در خارج از  
کشور انجام شده که نشان‌دهنده اهمیت  
این موضوع است. البته بسیاری از آن‌ها نیز  
در مورد کودکان انجام گرفته‌اند از جمله  
پژوهش‌های انجام شده در داخل کشور  
می‌توان به پژوهش‌های زیر اشاره کرد.  
رودسرایی (۱۳۹۱) در پژوهشی تأثیر مدل  
آموزش ورزش را بر خود تعیین‌گری و فضای  
انگیزشی ادراک شده دانشجویان تربیت‌بدنی  
عمومی ۲ مورد آزمایش قرار داد. دانشجویان  
در دو گروه SEM و سنتی، واحد درسی والیبال  
را فرا گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که  
مدل آموزش ورزش با ایجاد پیوستگی تیمی  
و افزایش انگیزه پیشرفت تیمی در مسابقات  
نقش مؤثری بر خود تعیین‌گری، تنظیم  
درون‌فکنی، تنظیم‌شناسایی شده، تنظیم  
بیرونی و بیانگیزشی دانشجویان داشته  
است. مدل آموزش ورزش بیشترین تأثیر را بر

تنظیم بیرونی و خود تعیین‌گری فرآیندگان  
داشته است. این نشان‌دهنده آن است که  
از میزان کنترل عوامل بیرونی بسیار کاسته  
شده است و دانشجویان در سطح بالایی از  
خود تعیین‌گری قرار داشته‌اند. آنچه در  
افزایش خود تعیین‌گری و عوامل آن سیار  
مؤثر به نظر می‌رسد، رقابت در مسابقات  
و تصمیم‌گیری‌های گروهی در تمرینات و  
رقابت‌ها بوده است. مدل آموزش ورزش در  
طول زمان باعث افزایش فضای انگیزشی  
تسلط شد اما تأثیر قابل توجهی بر فضای  
انگیزشی ادراک شده (تسلط و اجراء) نداشت.  
انگیزشی فر (۱۳۸۷) دو روش SEM و سنتی را  
مورد مقایسه قرار داد. نمونه‌های پژوهش،  
دانشجویان تربیت‌بدنی عمومی ۲ بودند که  
به آن‌ها واحد درسی تئیس روی میز ورزش  
انفرادی) آموزش داده شد. نتایج نشان داده  
است که SEM، ابعاد اجتماعی را از طریق

در مدل سنتی  
دانش آموزان  
منتظرند تا  
معلم آن‌ها را  
در فعالیت‌های  
کلاس شرکت  
دهد و برایشان  
تکلیف‌مشخص  
کند

**مدل آموزش ورزش  
می‌تواند با تقسیم  
فرآگیرندگان به  
گروه‌های کوچک،  
کار تیمی را به  
آن‌ها آموزش دهد  
و با برقراری ارتباط  
همسن و سالان با  
یکدیگر، این فرصت  
را فراهم آورد که  
احساس تعلق و  
وابستگی در آن‌ها  
تقویت شود**

چارچوب تیم افزایش می‌دهد، مهارت‌ها و راهبرد بازی دانشجویان را بهبود می‌بخشد، دانشجویان از ایفای نقش‌های فرادر از بازی لذت می‌برند و مربیان انتخاب شده نیز چون می‌توانند کیفیت رهبری خود را به نمایش بگذارند، از این روش رضایت دارند. به نظر می‌رسید دانشجویان از ایفای نقش‌های فرادر از بازی لذت می‌برند و یادداشت‌های مربی نیز حاکی از تعهد قوی دانشجویان نسبت به اصول فعالیت تیمی بود. مربیان انتخاب شده از این روش رضایت داشتند؛ چون می‌توانستند کیفیت رهبری خود را به نمایش بگذارند و این واقعاً جالب بود که آن‌ها به کارگیری راهبرد خود را در جهت تحقق هدف‌های خاص خود می‌توانند ببینند. به نظر دانشجویان، یکی دیگر از موارد جذابیت این مدل وجود یک رویداد نهایی (مسابقات تیمی) در پایان ترم بود. جذاب‌ترین جزء برنامه از دید دانشجویان هم گروه‌بندی بود. دانشجویان به تیم خود افتخار می‌کردند و از عضویت در گروه و هم‌بستگی گروهی خود لذت می‌برند.

**SEM در پژوهش‌های خارجی**

در فرایند آموزش ورزش، توجه پژوهشگران تا حد زیادی به تربیت‌بندی مدارس معطوف شده و طبیعاً بخش اصلی دانش‌تولید شده در این دوره هم، در همین زمینه است. اخیراً دانش آموزش ورزش و مربیگری در مجموعه غیر مدرسه‌ای فزونی یافته است. سه زمینه عمومی تمرکز پژوهش در این زمینه را می‌توان این گونه برشمرد: ۱. معلمان، آموزش و مربیگری، ۲. آموزش معلمان و مربیان، ۳. برنامه آموزشی مدارس. (فرج‌زاده موالو، ۱۳۸۶) کرک و مک دولند (۱۹۹۸) پیشنهاد می‌دهند که با طراحی نو در دروس تربیت‌بندی مانند برگزاری دوره‌های مسابقات و تمرین‌ها، می‌توان تربیت‌بندی را با تمرین جمعی و هماهنگ بازسازی کرد. آموزش ورزش می‌تواند محیطی را برای شرکت‌کنندگان فراهم آورد که به صورت جمعی تمرین کنند. تمرین به صورت جمعی می‌تواند در افراد و اعضا حس شایستگی ایجاد کند. والهید و اومانیس (۲۰۰۴) تأثیر پاسخ‌های

انگیزشی دانش آموزان را در مدل آموزشی ورزش و روش سنتی مقایسه کردند. به هر دو گروه ۶۰ دقیقه درس بسکتبال داده شد. محققان ارزیابی کردند که دانش آموزان با برنامه تحصیلی آموزش ورزش، از تلاش ادراک شده و شایستگی ادراک شده نسبت به گروه سنتی لذت بیشتری برده‌اند.

هستی و شارپ<sup>۰</sup> (۱۹۹۹) تغییر رفتارهای اجتماعی در یک گروه از دانش آموزان پسر پرخطر از طریق آموزش ورزش در یک کلاس تربیت‌بدنی را آزمایش کردند و شاهد کاهش در تعاملات منفی و رفتارهای اجتماعی منفی در همه دانش آموزان بودند. یافته‌های این پژوهش پیشنهاد می‌کنند که آموزش ورزش می‌تواند در عملکردهای اجتماعی رفتارهای دانش آموزان مؤثر باشد (پتریک و ویگاند، ۲۰۰۲).

هستی (۱۹۹۸) میزان شرکت دختران در تربیت‌بدنی را آزمایش کرد و پیشنهاد داد که زمان طولانی‌تری برای پیشرفت تدریجی دختران در موقعیت یادگیری لازم است. پسران در موقعیت‌های قوی مانند کاپیتان و داور موفق‌اند؛ در حالی که دختران در موقعیت‌هایی مانند آماردان یا ثبت‌کننده رکورد شرکت می‌کنند. طبق مصاحبه‌های انجام شده، دختران آموزش ورزش را ترجیح می‌دهند؛ زیرا جالب‌تر است و آن‌ها اغلب بازی می‌کنند. دختران می‌گویند که آن‌ها با هم گروه‌هایشان همکاری می‌کنند و احساس مهمنی درباره تیمشان دارند. محققان نتیجه گرفتند که دختران از مدل آموزش ورزش بیشتر از یک سبک سنتی برای تدریس ورزش‌های تیمی لذت می‌برند.

بنت<sup>۶</sup> و هستی (۱۹۹۷) نیز دریافتند که پیوستگی تیمی، جذاب‌ترین اصل در آموزش ورزش است. هدف از این مطالعه، تعیین مؤثرترین اصل در بین دانش آموزان بود. پیوستگی تیمی یکی از اصول مهم در مدل تدریس آموزش ورزش است؛ زیرا دانش آموزان تمام دوره را با تیم مشابهی سپری می‌کنند. تعاملات اجتماعی که ارتباط‌های حمایتی راچح هستند و به صورت هم‌دلی و حمایت دریافت می‌شوند، افراد را برای حضور در بین همسن و سالان تشویق می‌کنند. این تأیید می‌کند که مدل

## بی‌نوشت‌ها

1. Sport Education Model
2. Kerechmer
3. Tactical Games
4. Cooperative learning
5. Hastie & sharpe
6. Bennetts

- منابع
۱. تماری، فرشاد. فرهادفر، الهام. (۱۳۸۷). «تغییر چهاره تربیت‌بدنی دوره متوسطه از طریق آموزش ورزش» *مجله رشد تربیت‌بدنی*, ۸ (۵۶).
  ۲. توکلی، محمد حسین. (۱۳۸۸). «تأثیر واحد‌های تربیت‌بدنی عمومی ۲۹ بر هویت ورزشی دانشجویان دانشگاه بیرجند»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بیرجند.
  ۳. رودسرایی، طاهره. (۱۳۹۱). «تأثیر مدل آموزش بر خودتعیین‌گری و فضای انجیزشی ادراک شده»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بیرجند.
  ۴. شریفی، فریده. (۱۳۸۷). «مقایسه دو روش تدریس آموزش ورزش و روش سنتی در افزایش فعالیت دانشجویان دانشگاه آزاد»، همایش منطقه‌ای دانشگاه آزاد شهرکرد.
  ۵. فرجزاده موالی، شهram. (۱۳۸۷). «آموزش ورزش و یافته‌های علمی ورزشی به کودکان و نوجوانان»، *مجله رشد تربیت‌بدنی*, ۸.
  ۶. مورگان، ویلیام جی؛ میر، کلاوس وی؛ اشتایدر، آنجلای. (۱۳۸۷). «الاخلاق در ورزش، ترجمه سید محمد حسین رضوی و محسن بلوربان، انتشارات کمیته ملی المپیک.
  7. Bennet, G. & Hastie, P. (1997). A sport education curriculum model for a collegiate physical activity course. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 68(1), 39-44.
  8. Dyson, B., Griffin, L., Hastie, P. (2004). Sport Education, Tactical Games, And Cooperative Learning: Theoretical An Pedagogical Considerations. National Association For Kinesiology And Physical Education In Higher Education. 2004 56, 226-240.
  9. Hastie, P.A. (1998). Skill and tactical development during a sport education season. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 69, 368-379.
  10. Hastie, P., & Sinelnikov, O.A.(2006). Russian students participation in and perception of a Education. *European Physical Education Review*, 12(2), 131-150.
  11. Kirk, d., Macdonald, O'Sullivan.(1998). HandBook Of Physical Education.
  12. MacPhail, A., Kirk, D., & Kinchin, G. (2004). Sport education: Promoting team affiliation through physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 23,106-122.
  13. Perlman, D.J.& Goc Karp, G.(2010). A self- determined perspective of the sport education model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(4), 401- 418. (61).
  14. Perlman, D.J. (2011). Examination of Self- Determination within the Sport Education Model. *Asia- Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education* 2(1), 79-93.
  15. Petherick, C.M., & Weigand, D. A. (2002). The relationship of dispositional goal orientations and perceived motivational climate on indices of motivation in male and female swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 219-237.
  16. Siedentop, Hastie, Van Der Mars. (2004). Complete Guide to Sport Education Paperback.
  17. Siedentop, D. and Smith, T.K. (1997). Sport education. *Journal of teaching in physical Activity*. Joppper. Vol. 68.
  18. Stockly, J.(2008). Sport Education And The Traditional Unit Approach. A Comparison Of Student Activity Levels. in partial fulfillment of the requirements. for the degree of Master Of Arts. In Kinesiology. Perlman, D. J. (2010). Change in Affect and Needs Satisfaction for Amotivated Students within the Sport Education Model. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29, 433-445.
  19. Wallhead, T.L., & Ntoumanis, N.(2004). Effects of a sport education intervention on students' motivational responses in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 23, 4-18.

## بحث و نتیجه‌گیری

آموزش ورزش با تیمسازی، زمینه را برای ارتباط افراد با هم‌کلاسی‌هایشان فراهم می‌سازد. (سیدن تاپ و اسimit، ۱۹۹۷). مکفیل و همکاران (۲۰۰۴) دریافتند که معلمان ادعا می‌کنند فراگیرندگان در مدل آموزش ورزش، اصول آموزشی (فصل، پیوستگی تیمی، برگزاری مسابقات، ثبت‌کرورد، برگزاری فینال و مراسم اهدای جوایز) را در اختیار مردمان تربیت‌بدنی قرار می‌دهد تا بتوانند فراگیرندگانی با سواد و با نشاط تربیت کنند.

پرلمن (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافت که

به‌نظر می‌رسد SEM می‌تواند در ایجاد و حفظ SD در دانش‌آموزان تاثیرگذار باشد.

تسهیل‌سازی انگیزش در SD به وسیله جنبه‌های ساختاری SEM از طریق تأمین ارتباط صورت می‌گیرد. پرلمن و گک کارب

(۲۰۱۰)، مدل آموزش ورزش را با یک دیدگاه خودتعیین‌گرانه از طریق مصاحبه با

دانش‌آموز دیبرستانی در آمریکا بررسی کردند. آن‌ها پیشنهاد دادند که ممکن است نیازهای روانی اجتماعی در SEM، از طریق مرکز بر پیوستگی تیمی و رفتارهای

ورزشی مثبت، حمایت شود. رفتارهای ورزشی مثبت از طریق بازی جوانمردانه و ادراک‌سازی برای پیروزی، سنجیده می‌شود

و ممکن است محیطی را فراهم کند که افراد به فعالیت‌هایشان ادامه دهند. برای تأمین ارتباط در SEM از روش‌های مختلفی

مانند پیوستگی گروهی و ساختار خوب بازی، استفاده می‌شود. تأثیر پیوستگی

تیمی در برقراری ارتباطات در پژوهش‌های والهید و اومانیس (۲۰۰۴) و سینلینیکو، هستی و پروساک (۲۰۰۷) به اثبات رسیده است.

هستی و سینلینیکو (۲۰۰۶) برای آزمایش SEM استفاده از نظریه انجیزشی قوی‌تری مانند SDT را پیشنهاد دادند. برای تمام مطالعات انجیزشی، اندازه‌گیری کمی به کار گرفته شد که می‌تواند راه دسترسی به

اطلاعات درباره اینکه چرا SEM یک محیط انجیزشی را برای دانش‌آموزان مخصوصاً کاملاً دقیق و از قبیل مشخص

شده انجام دهند تا با مشارکت همه فراگیرندگان به تدریج روابط‌شان افزایش یابد و بتوانند

در مسابقات، خودتعیین‌گر شوند و از خود بازی لذت ببرند.

گزارشی اتکا می‌کند، غنی نباشد.

## چکیده

منظور از استعدادیابی<sup>۱</sup>، کشف، شناسایی، انتخاب و پرورش استعداد ورزشکارانی است که بیشترین توانایی را در یک رشته خاص داشته باشند. دوره دبستان یکی از حساس‌ترین مراحل رشد، شکل‌گیری و تکوین شخصیت دانش‌آموزان است و این دوره، سال‌هایی طلایی برای کسب و توسعه استعدادهای حرکتی و بدنی کودکان به حساب می‌آید (کوزه‌چیان، ۱۳۷۸). شناسایی و انتخاب کودکان و نوجوانان مستعد به منظور تربیت ورزشکاران نخبه و کارآمد در آینده، به برنامه‌های نظاممند و جامع

نیاز دارد. بی‌شک، با استفاده از یک نظام منظم و منطقی برای شناسایی استعدادها در رشته‌های مختلف ورزشی، دستیابی به رکوردهای جهانی دور از انتظار نخواهد بود (احمدی، ۱۳۷۸).

از سویی، افراد با استعداد در ورزش کسانی هستند که توانایی‌های بارزی دارند و می‌توانند حرکات ورزشی را در سطح بسیار بالایی اجرا کنند. برای یافتن چنین افرادی، فرایندی به نام استعدادیابی به وجود آمده است که از طریق آن کودکان، نوجوانان و جوانان را با توصل به آزمون‌های مختلف مورد ارزیابی قرار می‌دهند و به شرکت

# شناسایی استعدادهای ورزشی در دوره آموزش ابتدایی

عزیز نجفی لنبر

کارشناس ارشد تربیت بدنی و دبیر تربیت بدنی، شهرستان تالش

به ویژه از کشور آلمان شرقی، به طور علمی انتخاب شده بودند. نظری این موضوع در بازی‌های المپیک ۱۹۷۶ در مورد کشور بلغارستان نیز روی داد؛ تقریباً ۸۰ درصد از ورزشکارانی که مдал گرفتند، استعدادیابی شده بودند (ابراهیم و حلاجی، ۱۳۸۳؛ حسینی و دیگران، ۱۳۹۲).

### عوامل تأثیرگذار بر استعداد

۱. وراثت
۲. محیط
۳. عامل بین توارث و محیط.

**افراد با استعداد در ورزش کسانی هستند که توانایی‌های بارزی دارند و می‌توانند حرکات ورزشی را در سطح بسیار بالایی اجرا کنند**

بهترین زمان افزایش ظرفیت‌ها و استعدادهای یک انسان، دوران کودکی و نوجوانی است و بیگیری استعدادها در دبستان، باعث موارد زیر می‌گردد. صرفه‌جویی در وقت و هزینه، افزایش اعتماد به نفس ورزشکاران و مریان، بهبود کیفیت عملکرد معلمان و مربیان، سرعت در یادگیری، انتخاب بهترین‌ها و افزایش درصد شناس قهرمانی، کوتاه کردن زمان رسیدن به سطوح قهرمانی، نزدیک کردن رقابت‌ها و داشتن پشتونهای ورزشی (خسروی‌زاده، ۱۳۷۸).

### روش‌های استعدادیابی

برای شناخت استعدادهای ورزشی، علاوه بر ارزیابی عملکرد شناخت ورزشکاران نخبه در رقابت‌های ورزشی، دو روش گزینشی پایه وجود دارد (خسروی‌زاده، ۱۳۷۸؛ ابراهیم و حلاجی، ۱۳۸۳).

الف. گزینشی طبیعی رویکردی عادی است و همان روند طبیعی رشد ورزشکاران در یک ورزش خاص می‌باشد. بر پایه این روش، ورزشکاران تحت تأثیر عوامل محیطی مانند سنت، مدرسه، آرزوهای والدین، جامعه و دوستان در یک ورزش خاص به فعالیت می‌پردازند. در چنین شرایطی تکامل عملکرد ورزشکار به کندي صورت می‌گيرد (استعدادیابی در ورزش، ۱۳۸۰).

ب. گزینش علمی رویکردی است که در آن مربی کودکانی را انتخاب می‌کند که دارای

در رشته‌های ورزشی مناسب که احتمال موفقیت بیشتری در آن‌ها دارند، تشویق و هدایت می‌کنند (خسروی‌زاده، ۱۳۷۸). در بسیاری از کشورها و از جمله ایران، شرکت نوجوانان و جوانان در یک رشته ورزشی بیشتر بر پایه سنت، آرزوها و علائق فردی استوار است و به محبوبیت آن ورزش، فشار والدین، تخصص معلمان مدارس و فراهم بودن امکانات ورزش مورد نظر بستگی دارد (استعدادیابی و ورزش، ۱۳۸۰).

**کلیدواژه‌ها: استعدادیابی، استعداد ورزشی و دوره ابتدایی.**

### تاریخچه استعدادیابی

در اوخر دهه ۱۹۶۰ میلادی در بیشتر کشورهای اروپای شرقی، دانشمندان روش‌های ویژه‌ای برای شناسایی ورزشکاران مستعد تنظیم کردند. این دانشمندان در پی آن بودند که مریبان را در زمینه انتخاب ورزشکاران آگاه سازند. بیشتر افرادی که در بازی‌های المپیک ۱۹۷۲ مдал گرفتند،



پیش‌بینی استعداد به  
برآوردهای دقیقی، فراتر  
از مشاهده طبیعی یا  
اندازه‌گیری ساده نیاز دارد  
و نمی‌توان براساس میزان  
پیشرفت‌های اولیه کودک،  
پیشرفت‌های بعدی او را  
تخمین زد

پی‌نوشت

1. Talent identification

منابع

- احمدی، سید عدال‌الحمد (۱۳۷۸). مجموعه مقالات دومن کنگره علمی ورزشی مدارس؛ شناسایی استعدادها و انتخاب ورزشکاران نخبه و کل‌آمد در دوران کودکی. چاپ دوم، تهران: انتشارات اداره کل تربیت بدنی و راهبرد آموزش و پرورش.
- ذکایی، حسن، عابد نظری، حسین، بخردی، محمد (۱۳۸۰)، استعدادیابی در ورزش، آموزش فرآگیم، معلمان تربیت‌بدنی سراسر کشور، ویژه برادران دوره ابتدایی، انتشارات تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش.
- خسروی‌زاده، اسفنديار (۱۳۷۸). «شناسایی استعدادهای ورزشی داش آموزن مدارس ابتدایی گام‌آمیز اساسی در جهت پیش‌برد ورزشی قهرمانی» مجموعه مقالات دومن کنگره علمی ورزشی مدارس. چاپ دوم، تهران: انتشارات اداره کل تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش.
- کوزه‌چیان، هاشم (۱۳۷۸). «ضرورت بازنگری اساسی به درس تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی». مجموعه مقالات دومن کنگره علمی ورزشی مدارس چاپ دوم، تهران: انتشارات اداره کل تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش.
- ابراهیم، خسرو، حلاجی، محسن (۱۳۸۳). آشنایی با مبانی نظری و فرآیند استعدادیابی ورزش، چاپ اول، پایه‌دان، کتاب.
- اقاعلی نژاد، حمید (۱۳۸۹). همایش فیزیولوژی در فوتبال پایه، ۱۱-۱۲ آبان.
- حسینی، سید شاهو و دیگران (۱۳۹۱). «شناسایی قوت‌ها، ضعف‌ها، فرصت‌ها و تهدیدهای استعدادیابی در ورزش قهرمانی جمهوری اسلامی ایران و تنگناها و چالش‌های فرازی آن». نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۷، صص ۲۹-۵۴.
- چهان‌بیده، محمدعلی (۱۳۸۷). «استعدادیابی در ورزش»، نشاط و ورزش، سال پنجم، شماره دهم.

### معیارهای استعدادیابی

توانایی‌های ذاتی ثابت شده در یک ورزش خاص‌اند. پیامد گزینش علمی، انتخاب افراد با استعدادتر و هدایت آن‌ها در یک ورزش مناسب است (استعدادیابی در ورزش، ۱۳۸۰)

#### ۲. مرحله دوم استعدادیابی

مرحله دوم استعدادیابی پس از بلوغ و در رشته ورزشی شنا و ژیمناستیک بین ۹ تا ۱۰ سالگی و در رشته‌های ورزشی دیگر بین ۱۰ تا ۱۵ سالگی برای دختران و ۱۰ تا ۱۷ سالگی برای پسران اجرا می‌شود. این مرحله مهم‌ترین مرحله از گزینش است و با نوجوانی سروکار دارد که پیش‌تر تمرين‌های سازماندهی شده عمومی را تجربه کرده است (خسروی‌زاده، ۱۳۷۸).

#### ۳. مرحله سوم یا نهایی استعدادیابی

این مرحله، با داولطلبان عضویت در تیم‌های ملی سروکار دارد و باید استادانه و با در نظر گرفتن ویژگی‌ها و نیازهای هر ورزش طرح‌ریزی شود. امید است فرایند استعدادیابی آغاز راهی به سوی پیشرفت ورزش قهرمانی و شکوفایی استعدادهای ورزشی کشودمان باشد.

### نتیجه‌گیری

پیش‌بینی استعداد به برآوردهای دقیقی، فراتر از مشاهده طبیعی یا اندازه‌گیری ساده نیاز براساس میزان پیشرفت اولیه کودک، پیشرفت‌های بعدی او را تخمین زد. این موضوع به ماهیت رشته‌های ورزشی، مراحل یادگیری و بهویژه تغییرات عاطفی-اجتماعی مربوط می‌شود (آقا علی نژاد، ۱۳۸۹؛ حسینی و دیگران، ۱۳۹۲).

بنابراین، بهتر است هنگامی که یک استعداد واقعی را کشف می‌کنید آن را حمایت نمایید، رشد دهید، به چالش وادارید و از تجارت مربوط به آن لذت ببرید اما در مورد آن دوراندیش باشید. ما در ورای این استعداد ورزشی زودگذر، با یک کودک عادی مواجهیم که به محبت، فرست، توجه، و نظمی که والدین و مربیان باید به تمامی کودکان- اعم از بالاستعداد و بی‌استعداد- ارزانی دارند محتاج است (جهان دیده، ۱۳۸۷).

### مراحل استعدادیابی

استعدادیابی فرایندی یک باره نیست بلکه طی چندین سال و در سه مرحله اصلی به شرح زیر انجام می‌رسد.

۱. مرحله مقدماتی استعدادیابی در بسیاری از رشته‌های ورزشی، مرحله مقدماتی استعدادیابی پیش از بلوغ- یعنی در ۳ تا ۱۰ سالگی- صورت می‌گیرد. این

اولویت‌های این مرکز در پرورش معلم تربیت‌بدنی گفته‌است. او همچنین درباره مسئولیتی که مدتی است در بخش ارزیابی عملکرد معاونت تربیت‌بدنی به عهده گرفته، توضیحاتی داده است که در ادامه می‌خوانید.

شما سمت‌های گوناگونی در حوزه تربیت‌بدنی داشته‌اید. چگونه وارد این حوزه شدید؟

رشته تحصیلی من تربیت‌بدنی بود و پیش از انقلاب وارد دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی (مدرسه عالی ورزش) شدم اما دوره تحصیلی من به دلیل هم زمانی با اعتصابات و درگیری‌های دانشجویی هفت سال طول کشید. پس از اتمام تحصیلات هم باید جذب آموزش‌پرورش می‌شدم اما جنگ تحمیلی آغاز شد. با شروع جنگ ما با بخش تربیت‌بدنی ستاد مرکزی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی برای آموزش گردان‌ها همکاری کردیم. در آن بخش، افراد را لحاظ جسمی برای اعزام به مناطق عملیات آبی و خاکی آماده می‌کردیم. پس از پنج شش سال به آموزش‌پرورش آمدم، چرا که به این وزارت خانه تعهد داشتم. قریب به دو سال در آبیک تدریس کردم. پس از آن هم به عنوان معاون آموزشی مرکز تربیت



## ۲۹ معلم زیرذره‌بین دانش‌آموزان است

پای صحبت سیداحمد سیدباقری، پیش‌کسوت حوزه تربیت‌بدنی

سманه آزاد

اشاره سیداحمد سیدباقری، از پیش‌کسوتان حوزه تربیت‌بدنی است و اکنون به عنوان مشاور معاون تربیت‌بدنی و سلامت وزارت خانه آموزش‌پرورش فعالیت دارد. وی که مانند دیگر هم‌قطاران خود تحصیلاتش را از مدرسه عالی ورزش آغاز کرده، پیش از معلمی در مدارس، طی جنگ تحمیلی با بخش تربیت‌بدنی ستاد مرکزی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در آموزش شنا به گردان‌ها همکاری کرده است. سیدباقری که ۲۴ سال مسئولیت مرکز تربیت‌علم شهید چمران را نیز به عهده داشته، در گفت‌وگو با رشد تربیت‌بدنی از

معلم شهید چمران تهران مشغول به کار شدم.

## هـ مدـتـ زـيـادـيـ هـمـ مدـيرـ مـركـزـ تـريـبـتـ مـعـلـمـ شـهـيدـ چـمـرـانـ بـوـدـيـدـ.

سلامت، اداره کل تربیتبدنی، اداره کل مراقبت و هم فدراسیون دانشآموزی را بررسی میکنند. وقتی همه استانها بررسی و ارزیابی شدند، ما ارزیابی کلی از وضعیت معاونت‌های تربیتبدنی در سراسر کشور داریم که به ما کمک میکند بدانیم آیا به اهدافی که توسط وزارت خانه تعیین شده است رسیدهایم یا خیر. همچنین در کدام استانها ضعف وجود دارد؛ چرا که مانند توانیم بایک نسخه همه استانها را درمان کنیم، هر کدام مشکلات خاص خود را دارند. این ارزیابی به ما کمک میکند اشکالات مسیر رسیدن به اهداف را درک کنیم و بتوانیم استانها را یاری دهیم.

## هـ پـسـ اـكـنـونـ شـمـاـ يـكـ كـارـنـامـهـ كـلـيـ اـزـ وضـعـيـتـ مـعـاـونـتـهـاـيـ تـريـبـتـ بـدـنـيـ دـارـيـدـ.

هـ بـلـهـ، اـمـاـ چـونـ اـيـنـ اـرـزـيـابـيـ بـرـايـ نـخـسـتـيـنـ بـارـ وـ  
بـهـ طـورـ آـزـمـاـيـشـيـ اـنـجـامـ شـدـهـ اـسـتـ، نـمـيـ تـوـانـيـمـ  
قـضـاوـتـيـ بـرـاسـاسـ آـنـ دـاشـتـهـ باـشـيمـ، اـكـنـونـ درـحـالـ  
بـرـطـرـفـ كـرـدـنـ اـشـكـالـاتـ هـسـتـيـمـ، مـثـلاـ درـ دـوـرـهـ جـدـيدـ  
بـرـايـ بـرـرـسـيـ هـرـكـدـامـ اـزـ اـدـارـاتـ مـعـاـونـتـ تـريـبـتـ بـدـنـيـ  
هـمـ سـؤـالـاتـ خـاصـيـ رـاـ طـرـاحـيـ كـرـدـهـاـيـمـ وـ اـرـزـيـابـيـ  
خـاصـيـ اـيـنـ مـوـضـعـهـ هـمـ فـلـاـيـلـيـتـ اـيـنـ اـدـارـهـ رـاـ بـرـرـسـيـ  
مـيـ كـنـدـ. بـهـ اـيـنـ تـرـتـيـبـ، مـاـ اـطـمـيـنـانـ خـواـهـيـمـ  
دـاشـتـ كـهـ هـمـهـ پـاسـخـهـايـيـ كـهـ درـيـافـتـ كـرـدـهـايـمـ،  
تـخـصـصـيـ اـسـتـ. نـكـتـهـايـيـ كـهـ بـاـيـدـ بـهـ آـنـ تـوـجـهـ كـرـدـ  
اـيـنـ اـسـتـ كـهـ مـاـ بـرـاسـاسـ اـيـنـ اـرـزـيـابـيـ استـانـهاـ رـاـ  
بـاـهـمـ مـقـاـيـسـهـ نـمـيـ كـنـيـمـ بلـكـهـ باـعـلـكـرـدـ خـودـشـانـ درـ  
دـوـرـهـهـايـ زـمانـيـ مـتـفـاـوـتـ مـقـاـيـسـهـ مـيـ كـنـيـمـ. بـهـ اـيـنـ  
تـرـتـيـبـ كـهـ يـكـ استـانـ طـيـ سـالـ گـذـشـتـهـ وـ اـمـالـ  
چـهـ فـعـالـيـتـهـايـيـ دـاشـتـهـ وـ آـيـاـ نـتـيـجـهـ فـعـالـيـتـهـايـشـ  
تـفـاـوتـ دـاشـتـهـ اـسـتـ يـاـ خـيرـ. بـنـاـبـرـايـنـ، مـاـ عـلـكـرـدـ  
هـرـ استـانـ رـاـ بـاـ خـودـشـ مـقـاـيـسـهـ مـيـ كـنـيـمـ. بـهـ اـكـرـهـ  
استـانـهـاـ بـخـواـهـنـدـ وـضـعـيـتـشـانـ رـاـدـرـ كـشـورـ بـدـانـدـ، بـهـ  
خـودـشـانـ سـهـ پـاسـخـ مـيـ دـهـيـمـ؛ يـكـيـ مقـاـيـسـهـ استـانـ  
بـاـ خـودـشـ، يـكـيـ رـتـبـهـبـنـدـيـ كـشـورـيـ، وـ دـيـگـرـيـ  
رـتـبـهـبـنـدـيـ مـنـطـقـهـايـيـ كـهـ هـمـانـ مـقـاـيـسـهـ استـانـ باـ  
استـانـهـايـيـ اـسـتـ كـهـ وضعـيـتـ مشـابـهـ آـنـ رـاـ دـارـنـدـ.

## هـ اـرـزـيـابـيـ عـلـكـرـدـ اـيـنـ مـعـاـونـتـهـاـ بـرـاسـاسـ چـهـ مـعـيـارـهـايـيـ صـورـتـ مـيـ گـيرـدـ؟

هـ اـيـنـ مـعـيـارـهـاـ رـاـ اـدـارـاتـ كـلـ تعـيـينـ مـيـ كـنـنـدـ؛ مـثـلاـ  
ادـارـهـ کـلـ تـربـيـتـبـدـنـيـ عـنـاـيـيـ رـاـ بـرـايـ بـرـرـسـيـ مـشـخـصـ  
مـيـ كـنـدـ. اـرـزـيـابـهـاـ آـنـهـاـ رـاـ بـاـ بـرـزـارـيـ كـهـ بـرـايـ  
سـنـجـشـ مـشـخـصـ شـدـهـ وـ اـمـتـيـازـدـهـيـ خـاصـيـ كـهـ  
بـرـايـ آـنـهـاـ مـقـرـرـ گـرـدـيـدـهـ اـسـتـ، بـرـرـسـيـ مـيـ كـنـنـدـ.  
جـمـعـبـنـدـيـ اـيـنـ مـوـارـدـ هـمـ درـ سـتـادـ توـسـطـ يـكـ

هـ بـلـهـ. پـسـ اـزـ دـوـ سـالـ كـهـ مـعـاـونـ آـمـوزـشـيـ مـرـكـزـ  
شـهـيدـ چـمـرـانـ بـوـدـ، مـسـئـولـيـتـ مـديـرـيـتـ اـيـنـ مـرـكـزـ رـاـ  
بـهـ مـدـتـ 24ـ سـالـ بـهـ عـهـدـهـ گـرـفـتـمـ. درـ آـنـ مـرـكـزـ درـ  
دوـ دـوـرـهـ فـوـقـ دـيـپـلـمـ وـ لـيـسـانـسـ دـانـشـجـوـيـ مـيـ پـذـيرـفـتـيـمـ.  
خـوـبـخـتـانـهـ استـادـانـ خـوـبـيـ درـ آـيـجاـ تـدـريـسـ مـيـ كـرـدـنـ  
كـهـ درـ رـشـتـهـايـ خـصـصـيـ مـاـنـشـدـ شـنـاـ، دـوـ وـ مـيـدانـيـ وـ  
كـشـتـيـ وـ ... درـ فـدـرـاـسـيـوـنـ هـاـ مـسـئـولـيـتـ دـاشـتـنـدـ. بـرـخـيـ  
رـئـيـسـ فـدـرـاـسـيـوـنـ يـاـ سـرـمـرـيـ بـوـدـنـدـ. باـ جـذـبـ اـيـنـ  
استـادـانـ توـانـسـتـيـمـ دـانـشـجـوـيـانـ خـوـبـيـ تـريـبـتـ كـنـيـمـ.  
زـمانـيـ كـهـ دـانـشـگـاهـاـ تـعـطـيلـ بـودـ وـ نـيـروـيـ تـريـبـتـ  
شـدـهـ بـرـايـ آـمـوزـشـ وـپـرـورـشـ نـدـاشـتـيـمـ، خـداـونـدـ بـهـ اـيـنـ  
مـرـكـزـ خـيرـ وـ بـرـكـتـ عـطـاـ كـرـدـ وـ توـانـسـتـ نـيـروـيـ مـورـدـ  
نـيـازـ تـريـبـتـبـدـنـيـ آـمـوزـشـگـاهـاـ رـاـ درـ آـنـ سـالـهـاـ تـامـيـنـ  
كـنـدـ. اـزـ آـنـجاـ كـهـ اـكـشـرـ دـانـشـجـوـيـانـ جـوانـ وـ تـازـهـنـفـسـ  
بـوـدـنـدـ، توـانـسـتـنـ خـدـمـاتـ خـوـبـيـ اـرـائـهـ دـهـنـدـ وـ بـعـضـيـ  
مـسـئـولـيـتـهـايـ زـيـادـيـ رـاـ درـ اـسـتـانـهـاـ بـهـ عـهـدـهـ  
گـرـفـتـنـدـ. اـزـ جـمـلـهـ مـعـاـونـ مـديـرـ كـلـ تـريـبـتـبـدـنـيـ، مـديـرـ  
كـلـ تـريـبـتـبـدـنـيـ، مـعـاـونـ تـريـبـتـبـدـنـيـ آـمـوزـشـگـاهـاـيـ  
كـشـورـ اـزـ هـمـيـنـ نـيـروـهـاـ تـامـيـنـ شـدـنـدـ. ضـمـنـ آـنـكـهـ بـرـخـيـ  
خـدـمـاتـ خـوـبـيـ اـرـائـهـ دـهـنـدـ. ضـمـنـ آـنـهـ توـانـسـتـهـ درـ  
اـرـتـقـايـ تـحـصـيـلـيـشـانـ كـمـكـنـنـدـهـ باـشـدـ. بـعـدـ اـزـ باـزـ  
نـشـتـيـگـيـ هـمـ بـهـ دـعـوـتـ جـنـابـ دـكـتـرـ حـمـيـدـيـ بـهـ  
مـعـاـونـتـ تـريـبـتـبـدـنـيـ آـمـوزـشـ وـپـرـورـشـ آـمـدـمـ تـاـ باـ  
تـكـيـهـ بـرـ تـجـارـيـمـ درـ بـخـشـ اـرـزـيـابـيـ عـلـكـرـدـ مـعـاـونـتـ  
تـريـبـتـبـدـنـيـ درـ اـسـتـانـهـاـيـ آـنـهـاـ توـانـسـتـهـ درـ  
نـشـتـيـگـيـ هـمـ بـهـ دـعـوـتـ جـنـابـ دـكـتـرـ حـمـيـدـيـ بـهـ

ما بـرـاسـاسـ اـيـنـ  
ارـزـيـابـيـ، اـسـتـانـهـاـ  
راـ باـ هـمـ مـقـاـيـسـهـ  
نـمـيـ كـنـيـمـ بـلـكـهـ باـ  
عـلـكـرـدـ خـودـشـانـ  
درـ دـورـهـهـايـ زـمانـيـ  
مـتـفـاـوـتـ مـقـاـيـسـهـ  
مـيـ كـنـيـمـ 99

## هـ بـخـشـ اـرـزـيـابـيـ عـلـكـرـدـ مـعـاـونـتـ تـريـبـتـبـدـنـيـ دـقـيقـاـ چـهـ وـظـيفـهـايـ بـهـ عـهـدـ دارـ؟

هـ اـدـارـهـ کـلـ اـرـزـيـابـيـ وـرـازـتـ آـمـوزـشـ وـپـرـورـشـ درـ بـارـهـ هـمـهـ  
مـعـاـونـتـهـاـ اـرـزـيـابـيـهـايـيـ اـنـجـامـ مـيـ دـهـدـ اـمـاـ سـؤـالـاتـيـ  
كـهـ دـرـبـارـهـ هـرـ مـعـاـونـتـ مـطـرـحـ مـيـ شـوـدـ مـحـدـودـ استـ.  
مـثـلاـ مـمـكـنـ استـ شـشـ هـفـتـ مـرـبـوطـ بـهـ  
مـعـاـونـتـ تـريـبـتـبـدـنـيـ باـشـدـ. مـاـ كـمـبـودـيـ رـاـ اـحـسـاسـ وـ  
بـرـايـ مـعـاـونـتـ تـريـبـتـبـدـنـيـ وـ سـلـامـتـ اـرـزـيـابـيـ عـلـكـرـدـ  
تـخـصـصـيـ تـعـرـيـفـ كـرـدـيـمـ. درـ وـاقـعـ، بـرـايـ سـهـ اـدـارـهـ  
كـلـ اـيـنـ مـعـاـونـتـ وـ يـكـ فـدـرـاـسـيـوـنـ دـانـشـآـمـوزـيـ آـنـ،  
سـؤـالـاتـ تـخـصـصـيـ طـرـاحـيـ كـرـدـيـمـ. بـهـ اـيـنـ تـرـتـيـبـ  
كـهـ هـمـكـارـانـ اـرـزـيـابـ درـ هـرـ اـسـتـانـ، هـمـ اـدـارـهـ کـلـ

گروه انجام می‌شود. اکنون هم ارزیابی سال بعد را در دست بررسی داریم و در حال اصلاح و تولید دفترچه تخصصی جدیدی برای ارزیاب‌ها هستیم.

### ۶. این ارزیابی‌ها از نظر زمانی چگونه انجام می‌گیرند؟

به طور سالیانه انجام خواهند شد.

### ۷. آقای سیدیاقری، با توجه به اینکه شما سال‌ها مسئول مرکز تربیت‌علم بوده‌اید، اولویت‌هایتان برای آموزش و پرورش معلم تربیت‌بدنی چه بود؟

۷. ما به استادانی که در تربیت‌علم تدریس می‌کردند حساس بودیم. مدرسان ما باید در رشتۀ خود صاحب نام و صاحب نظر می‌بودند تا بتوانند معلمان خوبی پرورش دهند. به این ترتیب، معلم وقتی به استان خود برمی‌گشت می‌توانست اظهار کند که استادانش چه کسانی بوده‌اند. این نخستین موضوعی بود که به آن توجه می‌کردیم. ضمن اینکه مابر مسائل اخلاقی و انسانی تأکید داشتیم؛ چرا که دانشجویان ماقرار بود معلم باشند. پس باید به روان‌شناسی مقاطع سنتی اشراف می‌داشتند و می‌دانستند با دانش‌آموزان چگونه رفتار کنند. این نکات اولویت‌های ما در تربیت معلم تربیت‌بدنی بود. ضمن اینکه فرصت‌های خوبی فراهم کرده بودیم که دانشجویان تمرین‌های زیادی داشته باشند. در مرحلۀ آخر هم کارورزی بود که دانشجویان در کنار یک معلم با تجربه در مدرسه قرار می‌گرفتند و آموخته‌های خود را به اجرا می‌گذاشتند. استادان راهنمای هم به مدارس مراجعه می‌کردند تا بر کار دانشجویان نظارت کنند و ضعف‌های آن‌ها را بطرف سازند.

### ۸. فکر می‌کنید در حوزه تربیت‌بدنی آموزش و پرورش بیشتر با چه مشکلاتی روبرو هستیم؟

۸. خوشبختانه اکنون نسبت به گذشته رشد داشته‌ایم. در مجموع، حدود ۸۰۰ نفر دکترای تربیت‌بدنی در مدارس ما فعالیت می‌کنند. تعداد کثیری از معلمان کارشناس ارشد تربیت‌بدنی هستند. خوشبختانه این معلمان دوره‌های گوناگونی را گذرانده‌اند و به مهارت‌های زیادی مجهzenد. اما از نظر تعداد معلمان تربیت‌بدنی کمبود داریم. باید به سرعت به تعداد معلمان تربیت‌بدنی افزوده شود تا بتوانیم این کمبود را بر طرف کنیم. اگر

بتوانیم برای معلمان تربیت‌بدنی امتیازاتی قائل شویم، تعداد بیشتری از افراد به معلمی در رشتۀ تربیت‌بدنی تشویق می‌شوند. اگر کمبود تعداد معلمان بر طرف شود، ما با مشکل دیگری مواجه نیستیم. به خصوص در سه پایه اول دوره ابتدایی باید معلم مخصوص تربیت‌بدنی وجود داشته باشد؛ چرا که اگر در این سه پایه تربیت‌بدنی را تقییت کنیم، آینده دانش‌آموزان را تا سال آخر تحصیلی تضمین کرده‌ایم.

### ۹. تربیت‌بدنی در مدارس ماید چه ویژگی‌هایی داشته باشد که بتوانیم وضعیت آن را مطلوب ارزیابی کنیم؟

۹. تربیت‌بدنی وجود گوناگونی دارد. اگر بخواهیم دانش‌آموزان با ورزش و تربیت‌بدنی انس داشته باشند، باید به این درس اهمیت دهیم. امکانات و نیروی انسانی، ابزارها و راهنمایی معلم در این زمینه می‌تواند کمک کند. علاوه بر این، باید برای بالا بردن انگیزۀ دانش‌آموزان مسابقاتی برگزار کنیم که اکنون المپیادهای ورزشی و طرح‌های دیگر به این موضوع کمک می‌کنند. دانش‌آموزان با همه وجودشان در کلاس تربیت‌بدنی حاضر می‌شوند. به طور خاصی به این درس علاقه‌مندند و حتی حرف شنوند بیشتری از معلم تربیت‌بدنی دارند. اینجاست که می‌توانیم مسائل دیگر را که می‌خواهیم دانش‌آموزان به آن آراسته شوند، ارائه دهیم.

### ۱۰. بنا بر این معلم تربیت‌بدنی باید ویژگی‌هایی داشته باشد. در این زمینه چه توصیه‌هایی به معلمان دارید؟

۱۰. معلمان خود باید عامل باشند؛ یعنی به آنچه می‌خواهند در دانش‌آموزان شکل بگیرد، عمل کنند. دانش‌آموزان به معلمان، به ویژه معلمان تربیت‌بدنی، علاقه و ارادت دارند و گمان می‌کنند هرچه آن‌ها انجام می‌دهند درست و زیباست. پس، این معلمان باید از لحاظ اخلاق و ادب و متابلت‌الگوی دانش‌آموزان باشند. اگر می‌خواهند موضوعی را در دانش‌آموزان پرورش دهند، باید ابتدا در خودشان نمود داشته باشد. علاوه بر این، معلمان تربیت‌بدنی باید تمرین زیادی داشته باشند. در این صورت، وقتی به مدرسه‌ای می‌روند که دانش‌آموزان آمادگی بالایی دارند، توان آموزش به آن‌ها را خواهند داشت. پس، معلمان باید به یاد داشته باشند که زیر ذره بین دانش‌آموزان اند و باید در حد کمال خود را آماده کنند.

## اشاره

بیشتر موازین اخلاقی حاکم بر ورزش در میادین بزرگ و در بزرگ‌سالان را می‌توان در دوره ابتدایی نیز نهادینه کرد تا همان‌طور که دانش‌آموزان اصول اولیه بازی را می‌آموزند، اصول و قواعد ورزش همراه با اخلاق را هم بیاموزند.

در اهداف تربیت‌بدنی به حیطه روانی - حرکتی توجه زیادی شده، ولی به حیطه عاطفی کمتر توجه شده و این توجه اندک هم کمتر معطوف به مسائل اخلاقی در این حیطه می‌باشد. وقتی که مربی ورزش بی‌ادبی، بی‌اخلاقی، پرخاشگری و... را برنمی‌تابد، زمینه مساعدی را برای دانش‌آموزان فراهم می‌کند تا آنان در کنار پرورش

جسمانی خود، به تقویت اخلاقی خویش نیز، بر مبنای انسان‌مداری، دیگر خواهی و... بپردازند. در این مقاله سعی شده جایگاه اخلاق و چگونگی ایجاد زمینه ارزش‌های اخلاقی در ورزش بررسی شود و راهبردها، و سطوح اهداف اخلاقی مشخص گردد و گام‌هایی برای رسیدن به این اهداف نیز برداشته شود.

**کلیدواژه‌ها:** ارزش‌های اخلاقی، دوره ابتدایی، ساعت‌تربیت‌بدنی

### مقدمه

اخلاق و ارزش‌های اخلاقی، پایه و اساس زندگی و نظام اجتماعی هر جامعه را تشکیل می‌دهد. رشد اخلاقی در زمینه‌های گوناگون نیز به نوبه خود می‌تواند سبب اعتدالی رشد عقلانی و سایر ابعاد حیات هر فرد و در کل حیات جامعه گردد.

امروزه برنامه‌های تلویزیونی، انفحار علوم و رشد دانش و اطلاعات، بازی‌های رایانه‌ای، خانه‌ای آپارتمانی، شاغل بودن والدین، تعویض و جایه‌جایی مکرر خانه‌ها و تغییرات سریع اجتماعی و اقتصادی دانش‌آموزان را در معرض خطر اختلالات رفتاری و محیطی (همچون بی‌انضباطی، بدزبانی، بی‌ادبی، آسیب‌زدن به اموال عمومی و اموال مدرسه، بی‌مسئولیتی، بی‌توجهی به دیگران، چند فرهنگی، تضاد فرهنگی و...) قرار داده و در کل ارزش‌های اخلاقی رانیز آسیب‌پذیر ساخته است.

منظور از اخلاق و ارزش‌های اخلاقی در ورزش، فقط ایجاد محيطی امن برای رسیدن به سجایای اخلاقی و ایجاد دوستی، همکاری، نزاكت، رعایت قواعد بازی منصفانه و... در ورزش و بازی نیست، بلکه مفهومی عامتر و وسیع‌تر را شامل می‌شود و آن می‌تواند این قاعدة طلایی باشد که می‌گوید: «گر نمی‌خواهی آسیب بینی به دیگران هم آسیب نرسان». همه مدافعان اخلاق و ارزش‌های اخلاقی بر یک قاعدة کلی تأکید دارند که مصدق باز آن قاعدة بازی جوانمردانه فوتبالیست‌هاست، جدا از اینکه در حال حاضر این قاعده هم دچار نواقص و مشکلاتی است.

آموزش اخلاق و جایگاه ارزش‌های اخلاقی در سازمان ارزشی هر فرد، از طریق فعالیت‌های حرکتی و تربیت‌بدنی، روش جدیدی نیست، اما تربیت‌بدنی ظرفیت‌های بالقوه زیادی برای تعامل دانش‌آموزان با اهداف مدنظر تربیتی دارد. از این رو



# ایجاد زمینه‌های اخلاقی با رویکرد تربیت‌بدن

محمد محسنی، کارشناس ارشد تربیت‌بدنی و مربی ورزش

مدارس منطقه باغ‌بهادران استان اصفهان

نجمه ترابی قهفرخی، کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی و

مربی ورزش مدارس منطقه کیار،

استان چهارمحال و بختیاری

معلم تربیت‌بدنی با استفاده از گفتارهای آگاه کننده، الگو بودن، اجرای اهداف اخلاقی در عمل، تقویت ارزش‌های رخ داده در زمان بازی، زمان تفکر و تصمیم‌گیری، یارکشی عدالت‌هه، زمان‌های همکاری و... می‌تواند حد و مرزهای اخلاق را توسعه و تکامل بخشد (دونالد هیلسون ۱۹۹۵).

می‌تواند یکی از بهترین روش‌ها و ابزارهای آموزش برای نهادینه کردن چارچوب موازین اخلاقی و حد و مرزهای محدودیت‌ها باشد.

این مسئله که امروزه معلمان بیش از گذشته با مسائل و مشکلات انصباطی و اخلاقی دانش‌آموزان در گیرند، قابل انکار نیست و این وضعیت بهویژه در زمان بروز هیجانات و حب و بغض‌ها و تخلیه

انرژی در ورزش نمود بیشتری می‌کند. پس معلمان تربیت‌بدنی پایه‌های پایین‌تر، بهتر و ملموس‌تر آن را حس می‌کنند و چنان‌چه قصد جلوگیری از کاهش مسائل انصباطی و بداخلی‌های ورزشی را، در نسل آینده مدنظر دارند بهتر است به نیازهای ضروری برای برنامه‌ریزی توجه بیشتری بینایند.

بقای اخلاق و ارزش‌ها در این است که دانش‌آموزان را توانمند سازیم تا توانایی زندگی با شرایط دنیا متغیر را بدست آورند و این اتفاقی است که می‌تواند در ساعت‌های درس تربیت‌بدنی بهتر و راحت‌تر رخ دهد و تأثیر آن در رفتار پایدارتر

شود و به جامعه تسری و تعییم داده شود. دانش‌آموزان نه تنها در برخورد با مسائل خصوصیات رفتاری یکسانی ندارند، بلکه آن‌ها فرست آموزشی برای مریبان تربیت‌بدنی در زمینه آموزش اخلاق موقعاً بحرانی و رویدادهای غیرمتربقه هم‌چون جدال، پرخاشگری و آشوب است. بدین ترتیب در زمان بازی ما می‌توانیم سطوح اهداف تکاملی را برنامه‌ریزی کنیم که هر سطح از اهداف ویژگی‌های خود را در بر خواهد داشت.

برای مقابله با رشد این بی‌اخلاقی‌ها چه باید کرد؟

اول اینکه باید دانش‌آموزان را یاری کنیم که نسبت به هم‌زیستی با دیگران احساس مسئولیت

بیشتری کنند و دوم اینکه آن‌ها را کمک کنیم تا نسبت به دیگران در رفتار خود الگوهای مناسب و

معیارهای اصیل اخلاقی را در نظر گیرند. شاید بهترین مفاهیمی که ما می‌توانیم در ذهن آن‌ها ایجاد کنیم، مفاهیم فردی و اجتماعی هم‌چون خویشتن داری، احترام به حقوق و احساسات دیگران، پای‌بندی به مشارکت گروهی و تلاش گروهی، مسئولیت‌پذیری فردی و گروهی، عدم تکروی و خودگردانی، همکاری و توجه به اعضای گروه، عضو گروه بودن در عمل، دلسوزی و جلب رضایت دیگران از طریق فعالیت‌های ورزشی می‌باشد.

اهداف تعریف شده برای تربیت‌بدنی که بیش مسائل عاطفی را نیز مدنظر قرار داده است. دانش‌آموزان با مشارکت در برنامه‌های ورزشی نه تنها تحت کنترل معلم هستند، بلکه می‌توانند ارزش‌های حاکم بر بازی را هم یاد بگیرند که این منظور ماست.

بقای اخلاق و ارزش‌ها در این است که دانش‌آموزان را توانمند سازیم تا توانایی زندگی با شرایط دنیا متغیر را بدست آورند و این اتفاقی است که می‌تواند در ساعت‌های درس تربیت‌بدنی بهتر و راحت‌تر رخ دهد و تأثیر آن در رفتار پایدارتر شود و به جامعه تسری و تعییم داده شود. دانش‌آموزان نه تنها در برخورد با مسائل خصوصیات رفتاری یکسانی ندارند، بلکه آن‌ها فرست آموزشی برای مریبان تربیت‌بدنی در زمینه آموزش اخلاق موقعاً بحرانی و رویدادهای غیرمتربقه هم‌چون جدال، پرخاشگری و آشوب است. بدین ترتیب در زمان بازی ما می‌توانیم سطوح اهداف تکاملی را برنامه‌ریزی کنیم که هر سطح از اهداف ویژگی‌های خود را در بر خواهد داشت.

### سطح صفر: بی‌مسئولیتی

دانش‌آموزان این سطح دیگران را به خاطر رفتارهایشان سرزنش می‌کنند و بهانه‌گیر و بدزبان هستند و برای کارهایی که انجام می‌دهند و یا در انجام آن با شکست مواجه می‌شوند، مسئولیت خود را انکار می‌کنند.

### سطح ۱: احترام

این دانش‌آموزان شاید در بازی شرکت نکنند، اما حقوق دیگران را رعایت می‌کنند. مراحم بقیه نمی‌شوند، بر رفتار خود مسلطانه، درگیری‌ها را مسالمت‌آمیز حل می‌کنند و بدون نظارت معلم به دیگران احترام می‌گذارند.

### سطح ۲: مشارکت

در این سطح، دانش‌آموزان به دیگران احترام می‌گذارند و با رضایت در بازی تحت نظارت معلم شرکت می‌کنند و از موفقیت یک تعزیف شخصی دارند و برای یادگیری چیزهای جدید تلاش می‌کنند.

من برای تیمم اهمیت دارم؟ و.....

### ۶ در این زمان باید فرصت تصمیم‌گیری و اصلاح رفتار به دانشآموزان داده شود

- اگر امروز می‌خواهی بداخل‌الاق باشی تصمیم با توست؟

- رفتارت باعی امروز چطور بود؟

- اگر شوت نمی‌زدی و پالس می‌دادی بهتر نبود؟

معلم در اینجا به دانشآموزان کمک می‌کند و به آن‌ها می‌فهماند که مسئولیت‌های خود را درک کنند و فدکاری و گذشت را فدای غرور و خودخواهی نکنند.

### ۷ الان بازی را متوقف کنید.

ایده‌ها، عقاید و احساسات آن‌ها را نسبت به روند تکامل قوانین اخلاقی و چگونگی اجرای آن‌ها بررسی کنید و مشکلات را ارزیابی کرده و قوانین احترام‌گذاری را به آن‌ها یادآوری کنید و میزان آن را کیفیت بخشدید.

### ۸ فرصت آن رسانیده که هر دانشآموز به صورت انفرادی با معلم تعامل کند و مسائل را با او رو در رو ابراز نماید.

۸ جایی برای بحث و گفت‌و‌گوی دانشآموزان، که می‌تواند دو نفره یا گروهی باشد.

### ۹ استفاده از داوری خود دانشآموزان

این مورد فرستی برای بروز ارزش‌ها و داوری در مورد رفتار هر یک از چهارها به خود آن‌ها می‌دهد و رسیدن به اهداف را تسریع می‌نماید.

### نتیجه‌گیری

در وهله اول باید با تغییر برنامه درسی تربیت‌بدنی و آموزش معلمان تربیت‌بدنی، جایگاه اخلاق را تبیین کرد و توسعه داد که کدام ورزش و چه فعالیت‌هایی در چه سطحی از اهداف و اصول اخلاقی مورد نیاز است. مثلاً عبور توب بـ سه پاس از روی تور در بازی والیبال، در سطح بالایی، اهمیت دادن به دیگران برای پاس رانیاز دارد.

سرانجام تغییر در چارچوب برنامه درسی سالانه، ماهانه، هفتگی و روزانه به شکلی باشد که محور اصلی برنامه‌ها به جای اینکه بیشتر بر فعالیت‌بدنی و تمرین و آمادگی جسمانی و رقابت تأکید داشته باشد، متوجه سطوح اهداف تکاملی اخلاق باشد و در دل حیطه عاطفی بیشتر بدان توجه شود. پس به یک بازنگری در سرتاسر برنامه نیاز است و باید اهداف تربیت‌بدنی خصوصاً دوره ابتدایی توسعه و تکامل باید و اهداف اخلاقی ترمیم شود.

### سطح ۳: خودگردانی

#### (مسئلوبیت‌پذیری فردی)

دانشآموزان این سطح، علاوه بر احترام گذاشتن به دیگران و مشارکت با آن‌ها، بدون نظرارت معلم بازی را مستقل اجرا می‌کنند، دارای برنامه شخصی هستند، در برابر نیروهای خارجی جذب دارند و بین نیازهای حال و آینده خود تعادل برقرار می‌کنند.

### سطح ۴: اهمیت دادن (همکاری، توجه و کمک به دیگران، روحیه همکاری)

در این سطح علاوه بر موارد بالا، حمایت از دیگران و ابراز توجه و علاقه به تیم برانگیخته می‌شود بدون پاداش اقدام به همکاری و عمل برای دیگران انجام می‌دهند و ارزش‌های آموخته شده را به خارج از محیط ورزش انتقال می‌دهند.

گام دوم، نهوده دخالت معلم تربیت‌بدنی و دادن راهکار و ایجاد نظم و انتظامی است که او می‌خواهد. ما در اینجا راهکارهای ابداع شده توسط دونالد هیلسون و تعدادی از معلمان یا تکنیک‌های اورگون و مریلند و نیز اساتید دانشگاه ایلیمنونز را مورد استفاده قرار دادیم که به شرح زیر است:

معلم تربیت‌بدنی با استفاده از گفتارهای آگاه کننده، الگو بودن، اجرای اهداف، اخلاقی در عمل، تقویت ارزش‌های رخ داده در زمان بازی، زمان تفکر و تصمیم‌گیری، یارکشی عادلانه، و زمان‌های همکاری

اولين راهکاری که در زمان بازی می‌تواند رفتار مناسب اخلاقی را افزایش دهد، آگاه کردن دانشآموزان است. معلم با آن‌ها صحبت می‌کند و مسئولیت‌های آن‌ها را در قبال خود و دیگران یادآور می‌شود و به آن‌ها کمک می‌کند که چه موقع باید پاداش دهند، چگونه خود را کنترل کنند، برای رسیدن به هدف کدام گزینه را انتخاب کنند و رفتارهای صحیح را تقویت نمایند و برای رفتارهای نادرست ارتباط شفاهی برقرار نمایند.

### ۷ آگاهی

فرصت دهید دانشآموزان درباره بازی خود کمی تفکر کنند و سوالات زیر را مطرح کنید تا ز خود بپرسند:

آیا به کسی آسیب زدم؟ آیا شخصیت کسی را خراب کردم؟

- آیا معلم از دستم راضی است؟
- آیا پاس می‌دادم بهتر نبود؟
- بازی تکروی بهتر است یا همکاری؟
- در قبال خطایی که یار حریف روی من انجام داد رفتارم درست بود یا نه؟
- نباید به دوستم توهین می‌کردم؟ برای گرفتن پاس نباید داد می‌زدم؟
- آیا به کسی پاس گل دادم؟
- قضاؤت دوستانم از بازی من چیست؟

منابع  
1. طاهریان، طاهره (۱۳۸۹). «تربیت‌بدنی از منظر اسلام». مجله رشد

2. Hellison D.(1995).

Teaching responsibility

through physical activity

Champaign IL: Human

Kinetics.

3. Hellison D. (1995).

Goals and strategies for

teaching physical activity.

Champaign IL: Human

Kinetics.

# توسعه مهارت‌های حرکتی بنیادی

صدیقه نیکزارع



کودکان برای پیشرفت در سطح خودشان، طراحی شده است.

توسعه مهارت‌های حرکتی بنیادی برای توانمند ساختن حرکت‌ها در فعالیت‌های رسمی و غیررسمی (بازی، سرگرمی، و ورزش) در مدارس، باشگاه‌های ورزشی و گروه‌های اجتماعی و منازل است. شما برای پیاده‌سازی یک رویکرد «کودک محور» با فراهم کردن تجربیات حرکتی در کودکانی که قادر به کشش و کاوش کردن برای خود هستند، ترغیب شده‌اید. این تجربیات درک آن‌ها از حرکت و کمک به پهلوود شایستگی و اعتماد به نفس را در طیف وسیعی از مهارت‌های حرکتی بنیادی افزایش می‌دهد.

**کلیدواژه‌ها:** مهارت‌های حرکتی بنیادی، معلمان، مریبان، والدین

## چکیده

مهارت‌های حرکتی بنیادی، منبعی مفرح و هدفمند برای معلمان، مریبان، والدین و دیگر کسانی است که می‌خواهند این مهارت‌ها را در کودکان ۱۲-۵ سال گسترش دهند. این مهارت‌ها زمینه را برای بسیاری از فعالیت‌های جسمانی از قبیل: بازی، سرگرمی و ورزش فراهم می‌کنند. داشتن این مهارت‌ها، بخش ضروری مشارکت‌های لذت‌بخش و همیشگی در زندگی فعال است.

هدف آن مقاله، توانمند ساختن کودکان برای یادگیری و توسعه مهارت‌های حرکتی بنیادی از طریق بازی و سرگرمی است. این مهارت‌ها برای تشویق به مشارکت حداکثری و لذت‌بخش، و همکاری

تقسیم می‌شود. هر کودک در مراحل مختلفی، بسته به تجربیات و یادگیری‌های قبلی خود، قرار خواهد گرفت. در هر مرحله، فعالیتها، توالی‌های پیشروندهای را برای یادگیری فراهم می‌آورند. سه مرحله یادگیری در زیر مشخص شده‌اند.

در مرحله کشکردن<sup>۳</sup>، کودک تلاشی متمرکز برای یادگیری حرکات انجام می‌دهد. در این مرحله، فعالیتها کودکان را برای کاوش و کشف توانایی‌های خود قادر می‌سازد که کدام توانایی آن‌ها در اجرای این مهارت‌های خاص درگیر بوده است.

در مرحله پیشرفت<sup>۴</sup>، یادگیرنده در اجرای مهارت‌های حرکتی خود از طریق تمرین و تکرار در شرایط متنوع کارآمدتر و دقیق‌تر می‌شود. در مرحله یکپارچه سازی<sup>۵</sup>، کودکان از حرکات خودکار بیشتری نسبت به مرحله پیشرفت استفاده می‌کنند. آن‌ها می‌توانند مهارت‌های حرکتی را در روش‌های مختلف و در ترکیب با دیگر حرکات در بازی‌ها و فعالیت‌های پیچیده‌تر اجرا کنند.

### شناخت بخش‌های فعالیت

توسعه مهارت‌های حرکتی بینایی، مجموعه‌ای از فعالیت‌های انتخابی است که به یادگیری کودک در مورد مهارت‌ها شناخت حرکت، انجام بازی، و استراتژی‌هایی که در ارتباط با انواع بسیاری از بازی‌ها و سرگرمی‌های است کمک می‌کند. انجام بازی‌های مفرح، فرآیند و مبتنی بر مهارت، کودک را در شرکت در فعالیت‌های متنوع جسمانی همراه با موقوفیت‌های بزرگ و لذت‌بخش یاری خواهد کرد.

هر فعالیت، اطلاعاتی را در مورد مهارت‌های حرکتی و مفاهیم در حال توسعه همراه با لیستی از منابع مورد نیاز برای اجرای فعالیت فراهم می‌کند.

### مفاهیم/مهارت‌های حرکتی

ابتدای هر فعالیت، فهرستی از شناخت و مهارت‌های حرکتی که بهبود می‌بیند، آمده است. چگونگی انجام مهارت‌های حرکتی، شناخت آن حرکت شرح داده شده است. برای اجرای این مهارت‌ها، کودکان نیازمند داشتن درکی از مفاهیم حرکتی هستند. کودکان از طریق این منبع با کمک بازی و فعالیت، در فرستهایی که برای کشف حرکات و بهبود درکشان از چگونگی حرکت بدنشان در شرایط متفاوت ایجاد می‌شود، آمده می‌شوند. شناخت حرکتی، پایه بسیاری از برنامه‌های آموزشی حرکتی است. جدول ۱ این شناخت حرکتی را خلاصه کرده است.

بخش‌های زیرآگاهی‌های بیشتری در مورد این منبع و نحوه استفاده از آن را ارائه می‌کند:

طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی بینایی

شناخت بخش‌های فعالیت

پرسش با هدف افزایش یادگیری

انتخاب فعالیت‌های تکاملی مناسب

یادگیری از راه انجام بازی‌ها

ایجاد محیطی برای مشارکت و یادگیری

### طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی بینایی

این منبع، مهارت‌های حرکتی بینایی را به سه دسته زیر تقسیم می‌کند:

مهارت‌های حرکتی: شامل حرکات بدن

در هر جهت و از نقطه‌ای به نقطه دیگر است.

مهارت‌های حرکتی در این منبع شامل راه رفتن، دویدن، جاچالی دادن، پریدن، جهیدن و

لی‌لی کردن است.

مهارت‌های تعادلی: شامل تعادل بدن در حالت

سکون و یا حرکت است. مهارت‌های تعادلی

در این منبع شامل فروود، تعادل پویا و ایستاده چرخش است.

مهارت‌های دستکاری: شامل لمس، کنترل

اشیا با دست یا پا یا ابزار (چوب و راکت) است.

مهارت‌های حرکتی بینایی، منبعی مفرح و هدفمند برای

معلمان، مریبان، والدین و دیگر

کسانی است که می‌خواهند این

مهارت‌ها را در کودکان ۱۲-۵ سال گسترش

دهند

شناخت بخش‌های مهارت‌های حرکتی

بنایادی اصول حرکتی<sup>۱</sup> و راهنمای آموزشی

تعاریف و کاربردهای اصول حرکتی هر یک از

مهارت‌های در جای مناسب خود ارائه شده‌اند.

راهنمای آموزشی مبتنی بر این اصول است.

راهنمای آموزشی بر روی مشاهدات شما از

یادگیری و پیشرفت کودکان و ارتباط آن با

مهارت‌های حرکتی، تمرکز می‌کند.

به شما توصیه می‌شود که رویکردن

کودک محور برای اجرای اصول این مهارت‌های

حرکتی و راهنمای آموزشی اتخاذ کنید. وقتی

یادگیرنده درگیر حل مشکلات خود می‌شود،

درک خود از مهارت‌های حرکتی را بهبود

می‌بخشد و به طور مؤثرتری یاد می‌گیرد.

کودکان نیازمند فرصتی برای تجربه و ایفای

یک نقش و کمک یا بودن در بخشی از آن را

برای یادگیری‌شان دارند. شما می‌توانید به روند

یادگیری کودکان به وسیله بهبود راهنمای

آموزشی کمک کنید؛ اما فقط در زمانی که

آن‌ها نیاز داشته باشند.

### مراحل یادگیری<sup>۲</sup>

یادگیری هر مهارت حرکتی به سه مرحله، از ساده (کشف کردن) به پیچیده (یکپارچگی)

## جدول ۱: مفاهیم حرکتی

آگاهی بدنی (بدن چه کاری می‌تواند انجام دهد)	آگاهی فضایی (بدن کجا حرکت می‌کند)	کیفیت (بدن چگونه حرکت می‌کند)	ارتباط (بدن به چه کسی و یا چه چیزی مربوط است)
اشکال متفاوتی که بدن می‌تواند ایجاد کند. (برای مثال کشیده شده، مارپیچ، حلقه شده، پهن و باریک)	فضای شخصی (فضای اطراف کودک) و فضای عمومی (کل فضای در دسترس)	سرعت حرکت (سریع، آهسته، ناگهانی، پایدار)	با افراد (برای مثال: انعکاس، تطبیق، سایه، اتفاق، جفت، گروه)
تعادل بر روی بخش‌های مختلف بدن (برای مثال تعادل بر روی پاها مانند اجرای حرکت لکلک)	جهت (جلو، عقب، بالا و پایین) و مسیرها یا الگوهای حرکت (زیگزاگ، دایره‌ای)	نیروی حرکت (قوی، ملایم)	با اشیاء (برای مثال: زیر، رو، داخل، خارج، جلو، بالا، پایین)
انتقال وزن از یک بخش به بخش دیگر (برای مثال راه رفتن)	ارتفاع و یا مکان بدن یا عضوی از بدن که در حال حرکت است (بالا، پایین، متوسط)	رونده حرکت (آزاد، محدود)	

### انجام بازی‌های مفرح، فرآیندهای مبتنی بر مهارت، کودک را در شرکت در فعالیت‌های متنوع جسمانی همراه با موفقیت‌های بزرگ و لذت‌بخش یاری خواهد کرد

نمونه‌هایی از تنوع برای هر فعالیت ارائه شده است. کودکان باید به تغییر فعالیت‌ها توسط خودشان متناسب با نیازها، تجهیزات و امکانات در دسترس و گرفتن مالکیت تشویق شوند.

### پرسش باهدف افزایش یادگیری

زمانی که شما مسئله‌ای را طرح می‌کنید و به کودکان فرصت حل این سؤال سخت تلاش خواهند کرد. راه حل آن‌ها تولید خود آن‌هاست. اگر به آن‌ها گفته شود که چه کاری انجام دهند، کی انجام دهند و چگونه انجام دهند، آن‌ها مالکیت بیشتری از راه حل را به دست می‌آورند. حل مشکلات از طریق پرسیدن سؤال، کودکان را قادر به کاوش، کندوکار، ایجاد تجربیات عمومی به همراه تنوع حرکتی و فرایندهای تاکتیکی می‌کند. توسعه مهارت‌های حرکتی بنیادی، شامل نمونه سؤال‌هایی - نگاه کنید به «شما می‌توانید پرسیدید». در فعالیت‌های خاص - است برای کمک به بازتاب یادگیری کودکانی که بازی می‌کنند و همچنین امکان به اشتراک گذاشتن آنچه که آن‌ها می‌دانند و کشف کرده‌اند.

در ادامه برخی از انواع سؤال‌هایی که شما می‌توانید پرسیدید، آمده است:

سوالات مهارتی<sup>۹</sup> یک بازخورد هدفمند و یک آگاهی مهارتی ایجاد می‌کنند. پرسید چه چیز و کجا؟ (برای مثال: به چه چیزی در زمان پرش طول توجه کردی؟ دست پرتاب کننده تو بعد از رها کردن توپ کجا بود؟).

سوالات فنی<sup>۱۰</sup> تضمین‌گیری و حل مشکل را با توجه به راهبرد بازی یا فعالیت، بهبود

### تنظیم‌کردن<sup>۶</sup>

منابع، امکانات و تجهیزات لازم برای هر فعالیت تحت عنوان تنظیم کردن، ذکر شده‌اند. فعالیت‌ها را به طور مناسب و بر مبنای منابع در دسترس تعديل کنید. در اینجا شما می‌توانید جزئیاتی را در مورد گروه‌بندی و چیدمان کودکان برای فعالیت پیدا کنید.

### فعالیت<sup>۷</sup>

این یک توصیف است برای اینکه چگونه یک فعالیت می‌تواند به همراه قوانین، و تغییرات وابسته به آن اجرا شود. فعالیت را با توجه به نیازها و علاقه گروه‌ها و کودکی که با او کار می‌کنید اصلاح کنید.

### آیا می‌توانید بینید...؟

نقاط گلوله‌ای<sup>۸</sup> زیر این سؤال نمونه‌ای است از آنچه که شما باید در زمان اجرای حرکت کودکان بینید. این نقاط را هر گاه که نیازمند کمک به پیشرفت کودکان بودید، به کار بگیرید. نقاط گلوله شکل زیرینای پرسیدن سؤالات ممکن در مورد تجربیات کودکان را فراهم می‌کند. همچنین نقاط گلوله شکل شامل برخی ملاحظات ایمنی مورد نیاز است.

### شمامی توانید پرسید....

در این بخش نمونه سؤال‌های روشی برای ایجاد یک محیط آموزشی که کودکان بر آن تأثیر می‌گذارند و تجربیات خود را به اشتراک می‌گذارند، فراهم شده است. از طریق این روش، یادگیری کودکان بهبود می‌یابد و کودکان در یادگیری خود بیشتر احساس مسئولیت می‌کنند.

از طریق بازی کردن، آن‌ها ابزاری مهم برای بیان احساسات، جستجو و کشف بسیاری جنبه‌های زندگی در ارتباط با خود و دیگران خواهند داشت. بازی کردن می‌تواند ابزاری برای توسعه مهارت‌های حرکتی باشد و هم‌زمان کودکان را قادر به تعامل، رقابت، ارتباط، رابطه‌ای صمیمی، عدالت و معنای حقیقی موفقیت سازد.

آموزش بازی‌ها برای آشنایی یک رویکرد کودک‌محور است که باید کودکان در مورد بازی، یاد بگیرند و مهارت‌های خود را در شرایط بازی توسعه دهند ته جدا از آن. آموزش در شرایط بازی، درکی عمیق از بازی را ایجاد می‌کند و فرصت‌های بهتری را برای به کارگیری مهارت‌ها و تصمیم‌گیری فراهم می‌کند.

وقتی که به یادگیری کودکان در شرایط بازی کمک می‌کنید، نقش شما تصمیم‌گیری برای تطابق نیازهای کودکان یا گروه، یا بازی است. شما می‌توانید سؤال‌هایی را مطرح کنید که کودکان را قادر به یادگیری جنبه‌های خاص عملکردشان کند.

### ایجاد محیطی برای مشارکت و یادگیری

یک محیط امن و حمایتی با تمرکز بر مشارکت باعث لذت و یادگیری مهارت‌های حرکتی و نتایج مثبتی خواهد شد. برای ایجاد این نوع محیط‌ها به موارد زیر توجه کنید. یک جو مثبت ایجاد کنید تا در آن کودکان و بزرگسالان در راه حمایت، اشتیاق، تقویت مثبت و تحسین برتری قرار بگیرند (حرکت کنند).

ایجاد مشارکت بیشتر با:

- اختصاص دادن زمان زیاد برای تمرین.
- داشتن گروه‌های کوچک به همراه دسترسی به امکانات.
- اطمینان از دسترسی تمام کودکان به تجهیزات.
- اجتناب از حذف بازی.
- تجهیز بر اساس نیازها و توانایی‌های مختلف.

فعالیت را تغییر دهید «آن‌ها را سخت‌تر با آسان‌تر کنید» طوری که همه کودکان با تغییر قوانین، تجهیزات، مناطق و اهداف فعالیت به موفقیت دست پیدا کنند.

از امنیت جسمانی (امکانات و تجهیزات) و روانی (کودکان در مورد آنچه انجام می‌دهند راحت هستند و اعتماد به نفس خود را گسترش می‌دهند) اطمینان حاصل کنید.

می بخشد. پرسید، چگونه و چرا؟ برای مثال: چگونه تو و یارت می‌توانید برای قرارگیری در وضعیتی که یک گل را به ژمر برسانید با یکدیگر کار کنید؟

سؤال‌های مروری<sup>۱۱</sup> مهارت فکر کردن در رابطه با تغییرات فعالیت برای رقبای تر شدن و لذت‌بخش تر کردن را بهبود می‌بخشد. (آیا از این فعالیت لذت برده‌ی؟ مایل به تغییر چه چیز در این فعالیت هستی؟ آیا از این فعالیت چیزی یاد گرفتی؟)

### انتخاب فعالیت‌های تکاملی مناسب

بهبود مهارت‌های حرکتی پایه، برای شناسایی نیازها و عائق کودکان، و درگیر کردن آن‌ها در تجارت و شرایط حرکتی متنوع، با تأکید بر تفریحی بودن و آموزش از طریق بازی، طراحی شده است.

زمانی که برای کودکان و یا گروه‌ها، فعالیتی را انتخاب می‌کنید به یاد داشته باشید که:

کودکان مهارت‌های حرکتی بنیادی را با روش‌ها و سرعت‌های متفاوتی یاد می‌گیرند و پیشرفت می‌کنند.

توسعه مهارت‌های حرکتی با سن و تجربه در ارتباط است ولی به آن‌ها وابسته نیست.

وقتی که کودکان آماده (برای مثال: داشتن پیش نیاز جسمانی و مهارت‌های اجتماعی و شناختی) و علاقمند<sup>۱۲</sup> (برانگیخته و علاقمند) باشند، یاد خواهد گرفت.

کودکان به توسعه مهارت‌های حرکتی خود در یک نظام پیشرونده علاقمند هستند، یادگیری مهارت‌های ساده، قبل از پیچیده (برای مثال، راه رفتن و جهیدن الگوهای حرکتی ساده هستند که برای ایجاد پریدن با یکدیگر ترکیب می‌شوند).

کودکان تمايل به توسعه کنترل بدنی از سمت مرکز (تنه) به قسمت‌های دورتر (بازوها، دستها و پاهای) دارند. برای مثال، کودکان حرکات چرخش تنه را مثل پرتاب‌ها، قبل از بهبود مهارت‌های حرکتی مثل نوشتن بهبود می‌بخشند).

این منبع فعالیت‌های تکاملی مناسبی را ارائه می‌دهد که از مهارت‌های حرکتی ساده به پیچیده پیش می‌رود و کودک را قادر به یادگیری آن‌ها می‌کند.

آموزش بازی‌ها  
برای آشنایی  
یک رویکرد  
کودک‌محور است  
که باید کودکان  
در مورد بازی،  
یاد بگیرند و  
مهارت‌های خود  
را در شرایط بازی  
توسعه دهند نه  
جدا از آن

- پی‌نوشت‌ها
1. movement principles
  2. learning phases
  3. discovering phases
  4. developing phases
  5. consolidating phase
  6. set up
  7. activity
  8. bullet points
  9. skill questions
  10. Tactical questions
  11. Review questions
  12. motivated

### منابع

1. www.Sportnz.org.nz

### یادگیری از راه انجام بازی‌ها

کودکان عاشق بازی کردن هستند.

## مقدمه

از انقلاب مشروطیت (که قوانین مدون نبودند و نیز به شکل امروزی سابقهای از مسئولیت‌های قانونی وجود ندارد)، از سال ۱۳۵۲ به بعد (به موجب ماده ۴۲ قانون مجازات عمومی حوادث ناشی از عملیات ورزشی مشروط به اینکه سبب آن ورزش باشد، جرم تلقی شد و برای اولین بار در تاریخ حقوق ایران حوادث ورزشی مشمول قانون خاص گردید. پس از پیروزی انقلاب اسلامی متن ماده ۴۲ قانون مجازات عمومی چون مغایرتی با اصول و موازین شرعی نداشت، به همان صورت تنفیذ گردید؛ با این قید که مقررات آن ورزش معارض با موازین شرعی نباشد که در حال حاضر نیز با وجود اختلاف در شماره ماده قانونی لازم‌اجراست. در سال ۱۳۶۱ این قانون در بند ۳ ماده ۳۲ و در سال ۱۳۷۰ در بند

نخستین بار از ترکیب «حقوق ورزش» در سال ۱۹۸۴ در برنامه گروه آزمایشی تربیت‌بدنی و ورزش دانشگاه «آریستولیان تسلالونیکی» بونان استفاده شد و این موضوع در دانشگاه آتن تدریس گردید. حقوق ورزشی شعبه‌ای از حقوق خصوصی است که به روابط ورزشی و مسئولیت‌ها و حوادث ناشی از آن میان ارگان‌ها و دوایر ورزشی و باشگاه‌ها و دانش‌آموزان و مردمیان و داوران و مسئولان باشگاهی می‌پردازد. بررسی وضعیت حقوق ورزشی در جهان نشان می‌دهد که کشور فرانسه دارای قانون خاص ورزشی است. این قانون در ژوئیه سال ۲۰۰۰ جایگزین قانون ژوئیه ۱۹۸۰ شده است. در آمریکا نیز قواعد ورزشی آمیزه‌ای از قانون، مقررات و تصمیمات قضایی است. این قواعد برای تنظیم روابط میان دانش‌آموزان و حل اختلافات آن‌ها وضع شده است. در چین نیز قوانین کنترل دولتی بر ورزش با تکیه شدید بر استانداردهای ایدئولوژیک سیاسی، سیاست‌گذاری متمرکز و اعمال مدیریت سنتی اجرا می‌شود تا به دولت ملی کمک کند به بسیاری از اهداف اصلی خود دست یابد. عموماً چینی‌ها میانجیگری و داوری را به قضاوت ترجیح می‌دهند.

در ایران تاریخچه حقوق ورزشی را به سه دوره تقسیم می‌کنند: دوره قبل از انقلاب مشروطیت (راعیت مقررات عرفی و شرعی در رسیدگی به امور قضایی الزامی بود)، دوره بعد

# مسئولیت‌های حقوق و قانون مردمیان ورزش

دکتر حسن قره‌خانی  
استادیار دانشگاه زنجان



۳ ماده ۵۹ قانون مجازات اسلامی جای گرفت.  
مشاهده حوادث ناشی از عملیات ورزشی، سوانح محیطی، ارتکاب جرائم علیه دانشآموزان و مدیریت‌ها، محکومیت به مجازات‌های مختلف و بالاخره خدمات و ضایعاتی که بر پیکر جامعه ورزش وارد می‌گردید، نشان می‌داد که یکی از مهم‌ترین علل بروز این وقایع، فقدان آگاهی‌های حقوقی جامعه ورزشی است.

هر ساله پرونده‌های زیادی مرتبط با دبیران و مربیان ورزش در امور حقوقی اداره‌های مناطق و شهرستان‌ها و یا اداره کل امور حقوقی استان‌ها شکل می‌شود که یکی از دلایل اصلی آن آشنا نبودن مربیان و معلمان ورزش با وظایف و مسئولیت‌های حقوقی و قانونی خود است. ضعف اطلاعات حقوقی دبیران تازه‌کار و حتی برخی از دبیران کهنه‌کار در این زمینه مشکلات زیادی برای آن‌ها و نظام تعلیم و تربیت به وجود می‌آورد. اکنون با توجه به مطالب پیش گفته، این سؤال‌ها مطرح است: مسئولیت حقوقی و قانونی معلمان، مربیان و داوران ورزش... چیست؟ راهکارهای اجرایی برای کاهش مشکلات و معضلات حقوقی و قانونی مرتبط کدام‌اند؟

این مقاله با اهداف زیر نگاشته شده است:

- افزایش آگاهی‌های حقوقی دبیران و مربیان ورزش در محدوده حقوق ورزش و در نتیجه استفاده از این آگاهی‌ها در مسیر جلوگیری از وقوع حوادث ورزشی؛
- تشریح وظایف و مسئولیت‌های مربیان، معلمان و دبیران ورزشی آموزش‌پرورش از نظر حقوقی؛
- ارائه انواع تدبیر حقوقی قبل و بعد از وقوع حوادث ورزشی؛
- راهکارهای اجرایی برای مسئولان و برنامه‌ریزان تربیت‌بدنی وزارت آموزش‌پرورش. مهم‌ترین نتیجه حاصل از این اهداف، حفظ سلامت جسمی، روانی و حیثیتی دانشآموزان و نیز مصون داشتن مدیریت‌های ورزشی (کارشناسان تربیت‌بدنی و معاونت مربوط) از مسئولیت‌های قانونی است.

به طور کلی، وظایف و مسئولیت‌های حقوقی و قانونی مربیان و دبیران تربیت‌بدنی را می‌توان در بیان محرور به شرح زیر خلاصه کرد.

**کلیدواژه‌ها: مسئولیت‌های حقوقی و قانونی، مربیان و معلمان ورزش، حقوق ورزش**

**در ورزش‌های مانند تکواندو که به کارگیری کلاه ایمنی، هوگو، ساعدبند، کاپ، ساق‌بند هنگام مسابقه الزامی است، امتناع ورزشکار از استفاده از آن‌ها محملی برای رفع مسئولیت داور نخواهد بود**

**صلاحیت در آموزش**  
به کارگیری افراد فاقد صلاحیت خود بی‌احتیاطی و بی‌مبالاتی است. مدیران ورزشی باید در انتخاب مربیان واجد شرایط و با صلاحیت و دارای تخصص جهت استفاده در کانون‌های ورزشی مدارس و یا طرح «سباح» و سایر کلاس‌های آموزشی، دقت کافی داشته باشند؛ زیرا اگر در اثر بی‌صلاحیتی مربی خساراتی به ورزشکاران وارد شود، مسئول پیامدهای آن خواهد بود. بر این اساس، شخص مربی باید از فدراسیون مربوط آن رشته ورزشی کارت مربیگری داشته باشد. اشخاصی هستند که از نظر فنی و آموزشی مورد تأییدند اما چون مراحل اداری و قانونی دریافت جواز مربیگری را پشت سر نگذاشته‌اند، در صورت بروز حادثه، همانند راننده بدون گواهی‌نامه، مسئول و مقصرونند.

### حضور مستمر مربی و معلم ورزش در محل انجام فعالیت‌های ورزشی

یکی از مهم‌ترین عواملی که می‌تواند از بسیاری خطرها و حوادث ورزشی جلوگیری کند، حضور و نظارت معلم ورزش در صحنه فعالیت ورزشی است. پس حضور فیزیکی و مستمر معلم یا مربی ضرورت دارد؛ بنابراین، مربیان هرگز و به هیچ بهانه‌ای نباید محل ورزش و فعالیت تیم یا شاگردان خود را ترک کنند و در صورت اضطرار و ترک ضروری محل، باید جانشینی واجد شرایط و با صلاحیت (نه معاون و یا سرایدار یا دفتردار مدرسه و مسئول یا سپرپست سالن) را به جای خود انتخاب نمایند و در صورت نبود جانشین واجد شرایط و صلاحیت دار، کلاس ورزشی را تعطیل کنند.

### نظارت دقیق بر چگونگی اجرای فعالیت ورزشی دانشآموزان

۶ مربیان علاوه بر حضور مستمر در محل فعالیت‌های ورزشی باید از کنترل و نظارت غافل نشوند و با توجه و مراقبت، در همه لحظه‌ها، دانشآموزان را زیر نظر داشته باشند. اگر به‌دلیل نبود کنترل و نظارت دقیق حادثه‌ای رخ دهد، آن‌ها مسئول خواهد بود. از جمله کوتاهی‌هایی که مربیان و معلمان ورزش مرتکب می‌شوند، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد.

- ۶ اجازه اجرای فن خطاء؛
- ۶ کمک به اجرای فنون ورزشی خطوناک مانند

حرکات ژیمناستیک به صورت همزمان برای چند نوآموز [مبتدی]  
ه اجرازه دادن به دانشآموزان برای استفاده از وسایل و تجهیزات ورزشی که به تبحر نیاز دارند، مانند میله یارفیکس، خرک و دار حلقه در ژیمناستیک.

## از نظر حقوقی، درج یا عدم درج ضرورت توجه به شرایط جوی در مقررات ورزش‌ها تأثیری در مسئولیت قانونی مربی - که حادثه در نتیجه بی‌توجهی او به شرایط جوی نامساعد پیش آمده است - نخواهد داشت

مجدداً به صحنه رقابت و ورزش، برگه معاينة پزشک مبنی بر تأیید سلامت آن‌ها دریافت گردد. خوشبختانه چند سالی است که با تهیه دفتر ثبت فعالیت‌های ورزشی دانشآموزان از سوی معاونت مربوط، فرم‌های مخصوصی برای این کار در نظر گرفته شده است.

## بررسی وسایل ورزشی دانشآموزان

در بیشتر رشته‌های ورزشی، ورزشکار ملزم به استفاده از وسایل ورزشی است که به موجب مقررات مربوطه تعیین گردیده است. ناقص بودن، نامرغوب بودن و یا غیرمجاز بودن این وسایل ممکن است موجب صدمه دیدن ورزشکار شود که در این صورت مریبان و معلمان مربوط مسئول خواهد بود؛ زیرا از وظایف اصلی و مهم آنان بازدید و بازرسی وسایل ورزشی قبل از عملیات ورزشی است. آن‌ها زمانی باید اجازه استفاده از این وسایل را صادر کنند که از سلامت و ایمنی آن‌ها اطمینان کامل حاصل کرده باشند. در زنگ تربیت‌بدنی مدارس، توجه ویژه به کفش ورزشی دانشآموزان از وظایف معلم و مربی ورزش است. همچنین ممکن است از به همراه داشتن وسایل اضافی و خطرناک مانند ساعت، انگشت‌تر و عینک ضروری است. در کانون‌های ورزشی مثل ژیمناستیک نیز که استفاده از اسباب در آن نقش اساسی دارد و هرگونه عیب و نقص فنی آن‌ها می‌تواند به خدمات غیر قابل جرایی منتهی شود، وظیفه مراقبتی معلم ورزش یا مربی افتضا دارد که در بازدید آن‌ها حساسیت بیشتری نشان داده شود تا از وقوع حادثه در اثر نقص اسباب جلوگیری شود. در ورزش‌هایی مانند تکواندو که به کارگیری کلاه ایمنی، هوگو، ساعدبند، کاپ، ساق‌بند هنگام مسابقه الزامی است، امتناع ورزشکار از استفاده از آن‌ها محملی برای رفع مسئولیت داور نخواهد بود. استفاده دانشآموزان از وسایلی مانند ساعت، انگشت‌تر، و امثال آن‌ها در ورزش‌های درگیر مننوع است و این بر عهده مربی است که قبل از شروع فعالیت، اقدام لازم را معمول دارد.

## شناخت قابلیت‌های و توانمندی‌های دانشآموزان توسط مریبان

مریبان به دلیل گذراشدن دوره‌های مختلف تخصصی، کسب تجارب کافی و داشتن مجوزهای رسمی دارای قدرت تشخیص برای شناسایی توان دانشآموزان می‌باشند. بنابراین، وظیفه

## ناظارت بر اماکن و تجهیزات ورزشی مدرسه

ه مریبان و معلمان ورزش موظفاند در فاصله زمانی کوتاهی تا شروع فعالیت ورزشی، از اماکن و تجهیزات مربوط بازدید کنند. این موارد شامل زمین، اسباب و امثال آن است. در صورتی که اماکن و تجهیزات با مقررات مربوط مطابقت نداشته باشند یا مضمون خطر برای دانشآموزان باشند، معلم نباید اجازه فعالیت دهد. از جمله شرایطی که خطرناک تلقی می‌شوند و موقع حادثه در آن‌ها قابل پیش‌بینی است، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- ه بخزدگی یا وجود آب در زمین؛
- ه وجود اشیاء خطرناک در نزدیکی محیط زمین مانند نرده‌های فلزی نوک‌تیر یا جعبه‌های فلزی مخصوص نگهداری توب؛
- ه پوشش نداشتن میله‌های بسکتبال یا والیبال که نزدیک زمین نصب شده است؛
- ه بی سریوش بودن حفره‌های میله والیبال؛
- ه باران، طوفان و امکان صاعقه؛
- ه غیر استاندارد بودن توب بازی، به نحوی که خطرناک باشد؛
- ه ثابت نشدن دروازه‌های هندبال یا فوتسال؛
- ه رعایت نکردن فاصله با دیوارها، پله‌ها، صندلی‌ها و یا سطل زباله در حیاط مدرسه و سایر موارد.

## آگاهی از سلامت ورزشکاران

یکی از وظایف مریبان نسبت به دانشآموزان کسب اطمینان از سلامتی آن‌هاست. مربی موظف است قبل از آغاز هرگونه عملیات ورزشی از سلامتی همه دانشآموزان اطمینان حاصل کند. با توجه به اینکه معلم ورزش در این امر تخصص ندارد، می‌تواند از ورزشکار برگه معاينة پزشکی درخواست کند، در مواردی که ورزشکار به دلیل بیماری یا انجام عمل جراحی آمادگی لازم را برای فعالیت ورزشی ندارد، باید او را از شرکت در تمرین و مسابقه منع نمایند. همچنین بهتر است از ورزشکارانی که دچار حادثه شده بوده‌اند، بعد از بهبودی و بازگشت

براساس ماده ۶۴ آین نامه اجرایی فدراسیون نجات غریق، در استخری با ابعاد  $15^*8$  و تعداد ۵۰ شناگر، وجود ۲ ناجی ضروری است.

### توجه به شرایط آب و هوای

بیشتر فعالیت‌های ورزشی مدارس در فضای باز انجام می‌شود که به شرایط مطلوب جوی نیاز دارد. تمرين در هوای بسیار گرم، بارندگی‌های شدید، سرماهی بیش از حد و... منجر به بروز حوادث و وارد آمدن خسارت به دانش‌آموزان می‌شود. باید گفت که از نظر حقوقی، درج یا عدم درج ضرورت توجه به شرایط جوی در مقررات ورزش‌ها تأثیری در مسئولیت قانونی مربی - که حادثه در نتیجه بی‌توجهی او به شرایط جوی نامساعد پیش آمده است - نخواهد داشت؛ زیرا توجه به حوادث قابل پیش‌بینی تکلیفی است که بر عهده هر مربی یا معلم ورزشی گذارده شده است و اصرار دانش‌آموزان برای انجام فعالیت توجیهی ندارد.

**دریافت رضایت‌نامه از ورزشکار جهت شرکت در فعالیت‌ها و مسابقات ورزشی**  
از نظر حقوقی، رضایت مجنی علیه اصولاً تأثیری در مجرمیت مرتکب ندارد ولی در موارد استثنایی، رضایت او ممکن است موجب زوال وصف مجرمانه و عدم تحقق جرم، تخفیف مجازات یا موقوفی تعقیب یا موقوفی اجرای مجازات شود و بدون تردید، رضایت دانش‌آموز به مشارکت در فعالیت ورزشی به معنای قبول خطرات و نتایج زیان‌بار متعارف آن است. قانون‌گذار با علم به اینکه حادثه از ورزش جدشدنی نیست و حتی به رغم رعایت همهٔ موازین و مقررات باز ممکن است صدمه‌ای وارد شود، با شجاعت و بینشی بسیار متعالی حساب ورزش را از همهٔ امور جدا ساخته است و حوادث آن را جرم محسوب نمی‌کند. در عین حال، می‌خواهد بگوید که ورزش یک فعالیت مبتنی بر تمایل است و هیچ اکراه و اجباری در آن نیست.

### وظایف مربیان و معلمان ورزش بعد از وقوع حادثه ورزشی

بعد از وقوع حادثه، اولین وظیفه مربی کمک به ورزشکار مصدوم است. مسئولیت مربیان در مورد دانش‌آموزان مصدوم علی‌الاصول محدود به مکان فعالیت ورزشی است. هرگاه دانش‌آموزی به هر علتی در این محدوده مصدوم شود،

شناسایی قابلیت‌ها بر عهده آن هاست. مقصود از قابلیت‌های دانش‌آموز، شناسایی قدرت بدنی، مهارت‌های فنی، تجربه، فیزیک بدن وی از قبیل وزن، قد، سن و... او در فعالیت‌های ورزشی است. در صورت رعایت نکردن موارد یاد شده، مربی و معلم ورزش مسئول خواهد بود. مثلاً در رشته تکواندو، اگر مربی یک تکواندوکار سنتگین وزن و با تجربه را با یک تکواندوکار مبتدی و سبک‌تر برای تمرين با هم مشخص کند، در صورت بروز صدمه و خسارت او باید پاسخگو باشد.

### آشنایی مناسب مربی با کمک‌های اولیه

گاهی صدمه‌های وارد به ورزشکاران شدت زیادی ندارد که به آن خطر جانی بگویند؛ مانند در رفتگی‌ها و شکستگی‌ها که می‌تواند در مدرسه به وجود آید. در این شرایط مربی مکلف است به دانش‌آموز مصدوم کمک کند. این کار معمولاً به صورت کمک‌های اولیه اعمال می‌شود. پس مربیان ورزشی باید از کمک‌های اولیه آگاهی کافی داشته باشند تا در صورت بروز حادثه بتوانند نقش مثبتی ایفا نمایند.

همچنین خودداری از کمک‌های اولیه برای معلم و مربی ورزش مسئولیت‌های قانونی ایجاد می‌کند. اجازه بازگشت به بازی برای بازیکنی که از ناحیه سر مجرح شده، نمونه‌ای از خودداری از کمک‌های اولیه توسط مربی است. همچنین، می‌توان به حمل دانش‌آموز مصدوم اشاره کرد که بسیار مهم است و بی‌توجهی به این امر می‌تواند نتایج نامطلوبی داشته باشد. بارها مشاهده شده که حمل اشتباہ افرادی که از ستون فقرات آسیب دیده‌اند، باعث تشدید مصدومیت آن‌ها گردیده است.



**هرگاه جایه جایی  
مصدوم بدون  
ترتیبات خاص  
میسر نباشد،  
وی مجاز به الزام  
تعداد دانش‌آموزان  
اشخاص به انتقال  
مصدوم به خارج  
از زمین به هر نحو  
نخواهد بود**

وجود تعداد بیش از حد دانش‌آموزان در یک دورهٔ آموزشی، مانند طرح سباح یا کانون ورزشی و یا یک کلاس، مسئله مهمی است که باید مورد توجه مربیان قرار گیرد. در این حالت، موضوع نظارت و مراقبت کم‌رنگ‌تر می‌شود و احتمال وقوع حادثه افزایش پیدا می‌کند. تعداد دانش‌آموزان با توجه به رشته ورزشی و مکان ورزشی و تعداد مربیان متفاوت است. در رشته ورزشی کشتی در یک تشك استاندارد با یک مربی تعداد ورزشکاران می‌باشد ۳۰ الی ۴ نفر باشد. همچنین، در رشته ورزشی شنا

از نظر حقوقی ورزشگاه آزادی با یک سالن چند منظوره در یک مدرسه تفاوتی ندارد. نکته دوم، توجه به معنای مدیر در این کلمه نیست بلکه به هر کس که وظیفه اداره امور ورزشگاه را به عهده دارد، مدیر اطلاق می‌شود. مدیران ورزشگاه‌ها موظفاند بدون دخالت در امور فنی ورزش‌ها، اینمی همه کسانی را که با هر عنوان از قبیل مربی، ورزشکار، تماشگر، کارکنان که در ورزشگاه حضور دارند و نیز افراد مجاور را در چارچوب وظایف خود تأمین کنند. بدون تردید و به استناد اصول کلی حقوقی، اگر صدمه وارد به اشخاص یا اموال ناشی از تقصیر مدیران باشد، آن‌ها ملزم به پاسخگویی خواهند بود.

### برخی راهکارهای عملیاتی برای کاهش مشکلات

- برگزاری کارگاه‌های آموزشی با رویکرد حقوق ورزشی
- تهییه و تدوین جزوه‌های آموزشی مختصراً از سوی کارشناسان تربیت‌بدنی مناطق با مشاکت سرگردان‌های تربیت‌بدنی
- برگزاری سخنرانی‌های علمی با همکاری استادان و افراد برجسته و آشنا با حقوق ورزشی با شرکت مدیران و مربیان تربیت‌بدنی در سطح مناطق، شهرستان یا استان
- تهییه بیمه مسئولیت عمومی: این بیمه‌نامه مسئولیت قانونی افراد را در قبال صدمه و زیانی که به طور ناخواسته (غیر عمد) به دیگران وارد آورده است، تحت پوشش قرار می‌دهد. بیمه مسئولیت عمومی در حیطه ورزش می‌تواند شامل مربیان، دانش‌آموزان، کارمندان و اعضای سازمان ورزشی، مربیان کودکان و تمامی دست‌اندرکاران در گیر باشد.
- تهییه بیمه حوادث ورزشی
- بیمه مدیران و کارمندان: ممکن است از کارمندان و مدیران در سازمان‌های ورزشی به‌دلیل نقض وظایف شکایت شود. در این صورت می‌توان مدیران و کارمندان را مشمول بیمه شخص ثالث نمود؛ به شرطی که حسن نیت فرد مشمول احراز شده باشد.
- بیمه مربوط به وسایل و ابزار ناقص و معیوب: برخی از بیمه‌ها می‌توانند با استفاده از قوانین، از خریداران کالاهای مصرفی حمایت کنند. خدمات ناشی از ابزار و وسایل معیوب در حیطه ورزش و رویدادهای ورزشی می‌توانند مشمول این نوع بیمه شوند.

#### منابع

۱. اقایی‌نیا، حسین. (۱۳۸۹). حقوق ورزشی. چاپ یازدهم، نشر مژان. دیوار، آ. وست، چالرز.
۲. بوجر، آ. (۱۳۸۱). مانی تربیت‌بدنی چاپ سوم. ترجمه احمد آزاد. ۲. والتر، تی جامپیون جونیور. (۱۳۸۶). مانی حقوق ورزش‌ها ترجمه حسین اقایی‌نیا چاپ چهارم، دادگستر. 4. www.HaghGostar.ir

مربی موظف است که اقدامات فوری برای کمک‌های اولیه به منظور جلوگیری از وحامت حال وی را به انجام برساند. این اقدامات شامل قطع بازی، اجازه ورود پزشک یا پزشک‌یار به زمین و بالاخره انتقال مصدوم به خارج از زمین است. هرگاه جایی مصدوم بدون ترتیبات خاص میسر نباشد، وی مجاز به الزام اشخاص به انتقال مصدوم به خارج از زمین به هر نحو نخواهد بود. همچنین:

- به مجرد مصدومیت ورزشکار بازی را متوقف کنید و اقدام لازم را معمول دارید.
- هرگز با توجه به زمینه‌های قبلي، تمارض را مفروض ندانید. مقابله با بازیکن ظاهراً متمارض نباید از طریق بی‌توجهی به او و ادامه بازی صورت گیرد.

- اگر پزشک در محل فعالیت ورزشی حاضر نباشد، اجازه بازگشت به بازیکن مصدوم در صورتی مجاز است که حداقل، ظواهر امر دلالت بر امکان آن داشته باشد.

- به بازیکنی که از ناحیه سر صدمه خورده است بدون اجازه پزشک اجازه ادامه بازی را ندهید.

- ادعای بازیکن مصدوم به توانایی برای ادامه بازی، بدويژه اگر کودک باشد، هرگز رافع مسئولیت نیست.

- بازگشت فرد مصدوم باید پس از گذشت مدت مقرر با اجازه کتبی پزشک معتمد باشد.

- در تعطیل کردن رقابت‌های نامتعادل - که حادثه قابل پیش‌بینی است - تردید به خود راه ندهید.

- هرگاه در جریان فعالیت ورزشی شرایط جوی نامساعد شود و بروز سانحه قابل انتظار باشد، بازی را خاتمه دهید.

- به بازیکنی که سوئنیت و قصد مجرمانه خود را عملانشان داده است، اجازه ادامه بازی را ندهید. در غیر این صورت، ممکن است به جرم معاونت در ارتکاب جرم از سوی بازیکن مسئول شناخته شوید.

### مسئولیت‌های حقوقی سریرستان سالن‌ها و مدیران مجموعه‌های ورزشی دانش‌آموزی

قبل از بررسی حقوقی مسئولیت مدیران ورزشگاه‌ها تذکر دو نکته ضروری است: اول اینکه در این بحث، منظور از ورزشگاه هر محلی است که صرف‌نظر از وسعت و امکانات آن، آماده برای فعالیت‌های ورزشی است. بنابراین،



# المپیادها ایجادانگیزه و تحرک می‌کنند

عملکرد معاونت تربیتبدنی و سلامت استان  
خراسان جنوبی از زبان زهرا رادنیا

فرزانه زنگیان

## اشاره

زهرا رادنیا، معاون تربیتبدنی و سلامت آموزش و پرورش استان خراسان جنوبی در سال ۱۳۴۹ در بیرون از میان مبتول شده است. او کارشناس رشته

تربیتبدنی و دارای بیست و هشت سال سابقه کار در آموزش و پرورش است که ده سال از آن در کار اداری و هیجده سال آن در تعلیم و آموزش تربیتبدنی سپری شده است. رادنیا متاهل و دارای دو فرزند است و با عشق وارد رشته تربیتبدنی شده است. تخصص او تئیس روی میز است و در این رشته درجه داوری و مریبگری دارد. تئیس روی میز مورد علاقه خانواده ایشان نیز هست و او از آن به عنوان رشته خاص خانوادگی یاد می‌کند.

گفت و گوی زیر در روز دوشنبه ۲۹ شهریور ۱۳۹۵ در دفتر معاونت تربیتبدنی و سلامت استان خراسان جنوبی شهر بیرون از این رشته انجام شد.

## اطلاع درباره تاریخچه ورزش مدارس در سطح استان چگونه است؟

آنچه در حال حاضر اجرا می‌شود، بر اساس برنامه درسی و آموزشی است که از طرف وزارت آموزش و پرورش تدوین شده است. در پایه دوم دبستان رشته زیمناستیک به طور خاص به چههای آموزش داده می‌شود. در پایه سوم، طرح سباح فعال است و در پایه چهارم طناوری (طناب‌زنی) مورد توجه قرار دارد، در پایه پنجم تئیس روی میز و در پایه ششم، دو و میدانی آموزش داده می‌شود. در پایه هفتم بسکتبال، در پایه هشتم والیبال، در پایه نهم هندبال و در پایه دهم بدمنیتون و فوتسال به شکل خاص تعلیم داده می‌شوند. البته

تاریخچه ورزش در این استان به مدرسه شوکتیه بیرون از دارالفنون، دومین مدرسه کشور بوده و در این مدرسه علاوه بر دروس معمولی، ورزش هم تدریس می‌شده است. سال ۱۳۸۳ یکصدمین سالگرد تأسیس این مدرسه بود و حوالا ۱۱۲ سال از تأسیس آن

رشته‌های دیگر راهم به‌طور عمومی کار می‌کنند. در این زمینه، نماینده معلمان استان خراسان جنوبی به تهران می‌آید و دوره می‌بیند و بعد از بازگشت، به معلمان استان آموزش می‌دهد. آموزش رشته‌های خاص با هدف کشف استعدادهای دانش‌آموزان و سنجش و رشد علاقه آن‌ها برگزار می‌شود.

در حال حاضر، چه تعدادی از مدارس شما از امکانات و فضای ورزشی لازم برای این آموزش‌ها و به‌طور کلی فعالیت ورزش برخوردارند؟

تمام مدارس ما از امکانات نسبی برخوردارند. نمی‌گوییم امکانات همه رشته‌های ورزشی را در همه مدارس‌ها داریم اما برای رشته‌های پرطربانی، در بیشتر مدارس امکانات موجود است. منظورم رشته‌هایی چون والیبال، تنیس روی میز و فوتبال است. سالن‌های ورزشی ماه معمولاً سرپوشیده هستند. در سطح استان، ۴۶ سالن ورزشی داریم که تعدادی از این سالن‌ها در مدارس و بقیه در مکان‌های مختلف شهرها و مناطق استان قرار دارند.

در کل استان هم سه استخر داریم. با توجه به اینکه طرح سباح در پایه سوم برگزار می‌شود، سه شهرستانی که استخر دارند، می‌توانند طرح سباح را پوشش دهند. نهیندان، قاین و فردوس هر کدام یک استخر برای پوشش دادن طرح سباح دارند.

به نظر شما، با توجه به نیاز استان لازم نیست استخرها بیشتر شوند؟

بله البته چهار استخر نیمه‌تمام داریم که به علت کمبود اعتبارات، ساخت آن‌ها به اتمام نرسیده است و در بشرویه، زیرکوه و بیرجند در دست احداث‌اند.

آیا دانش‌آموزان از استخرهای موجود استقبال می‌کنند؟

بله، استقبال بچه‌ها بسیار خوب است و لازم است بگوییم که این استخرها برای دانش‌آموزان طرح سباح رایگان هستند. دانش‌آموزان غیر طرح سباح و فرهنگیان، اعم از معلم و کارمند، هم می‌توانند با تخفیف ویژه از استخرها استفاده کنند.

اگر اجازه بدید درباره طرح حیاط پویا هم صحبتی داشته باشیم؛ این

## طرح تا چه اندازه در سطح مدارس استان امکان اجرا داشته و موفق بوده است؟

نه اولویت طرح حیاط پویا با مدارس ابتدایی است. این از طرح‌های بسیار موفق استان خراسان جنوبی بوده و به نوعی در مدارس متوسط اول و دوم هم اجرا شده و مورد استقبال قرار گرفته است.

همان‌طور که می‌دانیم، طرح حیاط پویا طراحی نقوش بر روی دیوار و کف حیاط مدرسه است. با توجه به اینکه دانش‌آموزان رو به چاقی می‌روند و زندگی ماشینی و کار مداوم با کامپیوتر تحرک آن‌ها را کم کرده‌است، این طرح باعث می‌شود دانش‌آموز وارد حیاط مدرسه شود و فعالیت کند و در فضایی سالم، با دوستانش رفاقتی سالم داشته باشد. در واقع، طرح حیاط پویا زمینه تحرک را در محیطی آرام و بدون رقابت برداشت برای دانش‌آموزان فراهم می‌کند.

## بازگردیدم به امکانات ورزشی مدارس؛ لطفاً بفرمایید چه تعداد از مدارس استان به سالن ورزشی مجهزند؟

نه ۴۶ سالن ورزشی در سطح استان موجود است که همه آن‌ها صحیح‌ها در اختیار مدارس است. مدارس ما هم همه نوبت صحیح‌اند و استفاده از این سالن‌ها همیشه با اولویت دختران همراه است.

با توجه به آب و هوای این استان که گرما و سرمای سخت و شدیدی دارد، ما ۲۹ سانتی‌متر فضای سرپوشیده ورزشی برای هر دانش‌آموز داریم که استاندارد کشوری آن یک متر و بیست سانتی‌متر برای هر دانش‌آموز تعريف شده است. با توجه به شرایط بد آب و هوایی استان، استفاده از سالن ورزشی به ویژه برای دختران، خیلی مهم است. هر چقدر در استان‌هایی چون استان ما پیش‌بینی سالن ورزشی بیشتر باشد، دانش‌آموزان نشاط بیشتری خواهند داشت؛ مثلاً آفتاب تند باعث می‌شود دانش‌آموز نتواند بازی با کیفیت بالایی داشته باشد و از بازی لذت هم نمی‌برد. این اهمیت سالن‌های ورزش را نشان می‌دهد. دختران بحث حجاب را همه دارند و باید در سالن باشند.

## آیا طرح سباح در مورد دانش‌آموزان استان قابل اجرا بوده است؟

نه در شهرستان‌هایی که استخر داشتیم، مشکلی نبود و طرح اجرا شد. شورای آموزش و پرورش استان نیز تصویب کرده است که هر ساله در

رشته تربیتبدنی می خوانند. ۸۴ کارشناس ارشد که البته همه شان تربیتبدنی نمی خوانند. ۲۷۶ نفر کارشناس، ۳۹ نفر کاردار (فوق دبیلم) هم به آموزش تربیتبدنی در مدارس اشتغال دارند. این را هم اضافه کنم که در استان، بیشتر نیروهای ما درس می خوانند و در پی ارتقای مدرک هستند و چند سال دیگر قریب به اتفاق معلمان کارشناس ارشد خواهند بود.

#### ◆ برنامه کلاس‌های ضمن خدمت برای معلمان تربیتبدنی به چه شکل است؟

◆ معاونت طرح و برنامه تربیتبدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش برنامه‌هایی را تعریف می کند و سپس استان‌ها برای اجرای آن‌ها برنامه‌ریزی می کنند. هر استان براساس نیاز معلمان خود و شرایط خاصش، رشته‌هایی را انتخاب و در سطح شهرستان یا منطقه برگزار می کند. مثلاً مدیریت دانش سازمانی برای همکاران اداری در گروه تربیتبدنی اجرا شده است. حقوق ورزشی، روان‌شناسی ورزشی، استعدادیابی ورزشی، حرکات اصلاحی، مدیریت برگزاری مسابقات و رویدادهای ورزشی، طراحی و نگهداری اماکن و تجهیزات ورزشی هم جزء رشته‌هایی هستند که به صورت ضمن خدمت تعلیم داده می شوند.

#### ◆ خانم رادنی‌ها، همان‌طور که می‌دانید اخیراً کتاب‌هایی برای معلمان تربیتبدنی تا دوره اول متوسطه نوشته شده است. آیا معلمان تربیتبدنی در استان شما از این کتاب‌ها استفاده کرده‌اند؟ کتاب‌ها برایشان مفید بوده است؟

◆ از این کتاب‌ها تا پایه نهم استفاده می شود و اگر معلمان از آن‌ها استفاده کنند، می‌توانند راحت‌تر تدریس کنند. این کتاب‌ها در اختیار مدارس قرار گرفته است و معلمان از آن‌ها اظهار رضایت می کنند و می‌گویند که مفید بوده‌اند؛ یعنی نظارت‌هایی که ما انجام داده‌ایم و گزارش‌هایی که از مدرسه‌ها رسیده حاکی از این است که کتاب‌ها ثمریخشن بوده‌اند.

#### ◆ یکی دیگر از برنامه‌های تأثیرگذار المپیادهای ورزشی هستند که ظاهراً مورد استقبال دانش‌آموزان قرار گرفته است. در مورد چگونگی برگزاری این المپیادها برای خوانندگان ما

مرداد ماه سایر ادارات کل با آموزش و پرورش در زمینه استفاده از استخرهای شان برای اجرای طرح سباح همکاری داشته باشند. چون این طرح اختیاری و به نوعی مشارکتی است، اولیا نیز برای اجرای آن می‌کوشند و از آن حمایت می‌کنند.

#### ◆ آموزش و پرورش برای ایجاد نشاط ورزشی در سطح مدارس و آموزشگاه‌های استان چه برنامه‌هایی داشته است؟

◆ اجرای طرح‌های ملی می‌باشد درون مدرسه‌ای برای دانش‌آموزان نشاط‌آفرین است. همچنین، برگزاری افتتاحیه‌ها در مدارس و ایجاد فرصت برای رشته‌های مختلف آموزشگاهی و انجام بازی‌های محلی در داخل مدرسه‌ها شادی‌آور است و زمینه‌ای برای تحرک و رفاقت سالم در مدرسه به وجود می‌آورد. اجرای ورزش صبحگاهی و حیاط پویا هم مفید است.

یکی از هدف‌های المپیاد درون مدرسه‌ای افزایش مشارکت اقشار مختلف است و در مناطقی از استان، حتی فرمانداران و بخشداران هم وارد این حمایت‌ها شده‌اند

#### ◆ آیا آموزش و پرورش کمک‌های نقدی یا وسائل ورزشی در اختیار مدارس قرار می‌دهد؟

◆ برای اجرای طرح‌های ملی، اعتباراتی از طرف وزارت خانه اختصاص پیدا می‌کند. ما هر ساله تجهیزات ورزشی تهیه می‌کنیم و وزارت خانه هم به مابسته‌های حمایتی می‌دهد. این بسته‌ها شامل لوازم ورزشی، تشک ژیمناستیک، انسواع توب‌ها، راکت‌ها، پایه‌های والیبال و پایه‌های بسکتبال و دروازه‌فوتبال است.

#### ◆ اجازه بدھید کمی هم درباره نیروی انسانی صحبت کنیم؛ بفرمایید تعداد معلم‌های تربیتبدنی به تفکیک خانم و آقا در سطح استان چگونه است و آیا در زمینه نیروی انسانی با کمبود روبرو نیستید؟

◆ در پاسخ باید بگوییم که به، ما کمبود نیروی انسانی داریم؛ ضمن اینکه قرار است در پایه‌های یازدهم و دوازدهم سه ساعت در هفته به درس تربیتبدنی اضافه شود و این موضوع، کمبود را بیشتر می‌کند در حال حاضر ما ۴۴ دبیر تربیتبدنی داریم که شامل ۲۰۰ مرد و ۲۰۴ زن می‌شود.

#### ◆ میزان تحصیلات این معلمان چقدر است؟

◆ در دوره دکتری ۱۰ دانشجو داریم که همگی

### بیشتر توضیح بدهید.

€ این المپیادها در دانشآموزان ایجاد انگیزه و تحرک می‌کنند و مورد استقبال آن‌ها قرار گرفته‌اند. آموزش‌وپرورش کشوری این اختیار را به ما داده است که از بازی‌های بومی و محلی هم در المپیاد ورزشی استفاده کنیم؛ یعنی ما هم از بازی‌هایی مثل والبال و سکتبال بهره می‌بریم و هم از بازی‌های بومی محلی مثل طناب‌کشی، توپ و دایره، هفت‌سنگ و امثال این‌ها استفاده می‌کنیم، بچه‌ها از بازی‌های بومی و محلی خیلی استقبال می‌کنند. البته رشته‌های عمومی و همگانی هم مورد توجه‌اند.

€ نحوه ارتباط خانواده‌ها با ورزش مدارس به چه صورت است؛ یعنی در این زمینه خانواده‌ها مشارکت یا حمایتی دارند و در مجموع، نظرشان چیست؟

€ برای پاسخ دادن به سؤال شما لازم است نخست توضیحی بدهم. ما در اینجا ستاد برگزاری المپیاد را در مدارس داریم که مدیران مدرسه‌ها رئیس این ستادها هستند و معاون ورزشی و معاون آموزشی و دبیر تربیت‌بدنی هم در این ستادها حضور دارند. نماینده اولیا و مربیان به همراه نماینده دانشآموزان هر مدرسه هم عضو ستادند و از این طریق، ورزش مدارس با خانواده‌های دانشآموزان ارتباط برقرار می‌کند. حتی اولیا می‌توانند بیننده مسابقات باشند و در صورت داشتن تخصص، به عنوان داور و مربی هم از ایشان استفاده می‌شود.

در استان ما زمینه‌هایی فراهم شده است که اولیا می‌توانند مدارس را از طریق همین ستادها حمایت کنند. اتفاقاً یکی از هدف‌های المپیاد درون‌مدرسه‌ای افزایش مشارکت افشار مختلف است و در مناطقی از استان، حتی فرمانداران و بخشداران هم وارد این حمایتها شده‌اند.

از دل همین المپیادها تیم مدرسه‌ای مشخص می‌شود و در مسابقات طرح مدرسه‌قهرمان شرکت می‌کند و البته، در تمام این مراحل اولیا حضور و نظارت دارند و همراهی می‌کنند.

€ لطفاً درباره طرح مدرسه‌قهرمان بیشتر توضیح دهید.

€ تیمی که از طریق المپیاد مدرسه‌ای مشخص می‌شود، به مسابقات رده بالاتر راه پیدا می‌کند. بعد، تیم هر مدرسه‌ای که در شهرستان مقام اول را بیاورد، نماینده شهرستان برای شرکت در

مسابقات استانی می‌شود. این تیم می‌تواند از سایر مدارس هم یار کمکی بگیرد و در مسابقات استانی با نام مدرسه‌خود شرکت کند. مدرسه‌ای که در مسابقات استانی مقام بیاورد، وارد مسابقات کشوری می‌شود و بعد هم می‌تواند در مسابقات بین‌المللی شرکت کند. این‌ها مراحل اجرای طرح مدرسه‌قهرمان است و حضور پررنگ همه دانشآموزان و بسیاری از اولیا در اجرای این طرح دلگرم کننده است.

€ درباره مشارکت اولیا در ورزش مدارس صحبت‌های جالبی داشتید. در اینجا سؤالی مطرح می‌شود؛ آیا امکانات اقتصادی مردم در این استان به گونه‌ای هست که انتظار مشارکت و حمایت آنان از ورزش مدارس را داشته باشیم؟

€ سؤال بجایی است و به نظر من حتماً باید مطرح می‌شد استان مابه لحاظی با استان‌های دیگر متفاوت است و می‌توان گفت بیشتر دولتی است؛ یعنی بیشتر متکی به کمک سازمان‌های دولتی است. مثلاً بعضی استان‌های فن و تربو شیمی یا کارخانه‌های مختلف دارند. اما در اینجا این موارد موجود نیست. طبیعتاً درآمد مردم کمتر است و اگر استان‌های دیگر در ورزش می‌توانند حامی (اسپانسر) داشته باشند، ما از بین مردم اینجا به دلایلی که عرض کردم، نمی‌توانیم پشتیبانی داشته باشیم. اولیا در اینجا می‌توانند ورزش خرد مدارس را حمایت کنند اما طرح‌های کلان ورزشی ما حامی ندارند. مردم این استان قانع و کم توقع‌اند، و با حداقل امکانات موجود، کار انجام می‌شود و مردم هم راضی‌اند.



پنجمین جشنواره نوچوان سالم نیز که در اصفهان برگزار شد، این طرح باز رتبه آورد.

## برای آشنایی خوانندگان ما، لطفاً درباره مراحل اجرایی طرح سفیران سلامت بیشتر توضیح دهید.

ـ ما برای اجرای این طرح در سطح استان چند کارگاه داشتیم، در یک کارگاه، نیروی انتظامی از طریق نمایش فیلم بچه‌ها را با مشکلات اعتیاد آشنا کرد.

در کارگاه دیگر بچه‌ها به بازی‌های بومی محلی پرداختند؛ به این منظور که همیشه به یاد داشته باشند نشاط و زندگی سالم چگونه به دست می‌آید. ما در آن زمانی که آن‌ها بازی می‌کردند، شرایطی فراهم کردیم که از بازی واقع‌الذت ببرند. کارگاه دیگرمان، کارگاه نقاشی بود و در آن موضوع‌های خاصی را به بچه‌های دبستانی دادیم تا ترسیم و نقاشی کنند. موضوعات با محوریت آسیب‌های اجتماعی انتخاب شده بود و در پایان، از نفرات برگزیده تقدير به عمل آمد.

در کارگاه «خود مراقبتی» بعضی از مهارت‌های زندگی، از جمله مهارت «نه گفتن» به دانش‌آموزان آموزش داده شد. کارگاه امداد و نجات هم داشتیم. لازم است بگوییم که این طرح فقط در استان خراسان جنوبی طراحی و اجرا شده است.

## ـ به عنوان صحبت پایانی، اگر مطلبی هست بفرمایید.

ـ زمانی که من در تربیت‌علم تهران درس می‌خواندم، جمله‌ای را نوشتی و به دیوار زده بودند که آن را خیلی دوست داشتم و همیشه در ذهنم هست؛ به این مضمون که اگر به معلمی به عنوان شغل نگاه می‌کنی، رهایش کن و اگر معلمی عشق توست، بر تو مبارک باد! این جمله روی من خیلی تأثیر گذاشت؛ چون همه اصل و اساس معلمی را بیان می‌کرد. معلم باید همراه دانش‌آموز باشد و زمینه کشف استعدادهای او را فراهم کند و برای پرورش این استعدادها برنامه‌ریزی داشته باشد.

معلم تربیت‌بدنی باید بتواند در کانون‌های درون‌مدرسه‌ای و برون‌مدرسه‌ای استعدادها را هدایت کند تا دانش‌آموز متوجه شود که ورزش، بهترین راه پر کردن اوقات فراغت و دستیابی به نشاط است و با کمک ورزش در مسیر سالم زندگی بماند و از آسیب‌های اجتماعی دور شود.

## ـ از اینکه وقتان را در اختیار ما گذاشتید، سپاسگزارم.

می‌شود و مردم هم راضی‌اند اما توجه کنید که امکانات اقتصادی مردم ضعیف است و نمی‌توان انتظار حمایت‌های ویژه و بزرگ از آن‌ها داشت. شاید در استان‌های دیگر ورزشکاران برای رفتن به یک استان دیگر از هواپیما استفاده کنند اما ورزشکاران ما با «ون» هم برای مسابقه به دورترین نقاط کشور رفته‌اند.

## ـ در مسابقات کشوری وضع بچه‌های استان شما چطور بوده است و چه نتایجی به دست آورده‌اند؟

ـ ورزش خاص استان ما ورزش زورخانه‌ای و کشتی پهلوانی است. در این رشته هفت سال مسابقات کشوری برگزار نشد؛ سال پیش که برگزار شد، دانش‌آموزان ما مقام کشوری کسب کردند. امسال هم میزبانی مسابقات این رشته به استان خراسان جنوبی داده شده است. تیراندازی نیز در استان رشته محبوبی است. مسابقات دانش‌آموزی تیراندازی هم سال هاست که برگزار نشده اما در آن سال‌هایی که برگزار شده است، دانش‌آموزان ما صاحب تیم بوده و مقام کشوری کسب کرده‌اند. در مسابقات کشوری در رشته‌های دو و میدانی و تنیس روی میز هم استان ما مقام آورده است.

## ـ شما در همایش سفیران سلامت خراسان جنوبی گفته‌اید: سفیران سلامت، نماد مشارکت دانش‌آموزان در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی هستند. لطفاً در این مورد بیشتر توضیح بدهید.

ـ طرح سفیران سلامت در شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر تصویب شد و یک طرح استانی است. برای اجرای این طرح، در دوره ابتدایی ۳۰۰ دانش‌آموز دختر و ۳۰۰ دانش‌آموز پسر با اولویت بر جستگی تحصیلی و ورزشی انتخاب شده‌اند تا آموزش بینند و به عنوان سفیر سلامت در مبارزه با بعضی آسیب‌های اجتماعی در مدرسه‌ها کار کنند.

این‌ها مثل همیار پلیس هستند که خانواده و فامیل خودشان را هم ارشاد می‌کنند. در سال جاری مقرر شد که برای دوره متوسطه اول و دوم هم این سفیران سلامت را داشته باشیم.

البته بیشترین رویکرد مورد نظر آسیب‌های اجتماعی مشکل اعتیاد است. سن اعتیاد در کل کشور پایین آمده و به ده سال رسیده است. این طرح را استان خراسان جنوبی داد و در سطح کشوری، خود طرح رتبه سوم را کسب کرد. در

معلم تربیت‌بدنی  
باید بتواند در  
کانون‌های درون  
مدرسه‌ای و  
برون‌مدرسه‌ای  
استعدادهای را  
هدایت کند تا  
دانش‌آموز متوجه  
شود که ورزش،  
بهترین راه پر کردن  
اوقات فراغت و  
دستیابی به نشاط  
است و با کمک  
ورزش در مسیر  
سلام زندگی بماند  
و از آسیب‌های  
اجتماعی دور شود

## چکیده

**کلیدواژه‌ها:** آموزش و پرورش، استعدادهای درخشان ورزشی

در مقدمه سند تحول بنیادین آموزش و پرورش آمده است: تحقق ارزش‌ها و آرمان‌های متعالی انقلاب اسلامی مستلزم تلاش همه‌جانبه در تمام ابعاد فرهنگی، علمی، اجتماعی و اقتصادی است. احراز دستیابی به عرصه تعلیم و تربیت از مهم‌ترین زیرساخت‌های تعالی و پیشرفت همه‌جانبه کشور و ابزار جدی برای ارتقای سرمایه انسانی شایسته

هدف از پژوهش حاضر، شناسایی موانع و راهکارهای پرورش استعدادهای درخشان ورزشی در آموزش و پرورش بوده است، این مطالعه به لحاظ روش از نوع کتابخانه‌ای بود که به صورت مطالعه معمولی، توصیفی ممحض انجام گرفت. برای گردآوری اطلاعات از منابع مختلف شامل مقالات، کتب و منابع مرتبط در زمینه استعدادیابی ورزشی استفاده شد. یافته‌های تحقیق نشان داد که با توجه به کمبود منابع اقتصادی و امکانات کشور، از آموزش و پرورش می‌توان به عنوان بهترین گزینه در شناسایی و انتخاب بازیکنان مستعد در رشته‌های مختلف ورزشی استفاده کرد. لذا پیشنهاد می‌شود، همچون مقطع ابتدایی، در دیگر دوره‌های تحصیلی نیز رشته‌های مختلف ورزشی گنجانده شود.

# آموزش و پرورش، زادگاه پرورش استعدادهای ورزشی

سعیدی سامی

کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دبیر ورزش مدارس  
شهرستان مریوان



**مدل‌های مختلفی برای شناسایی استعدادهای ورزشی در کشورهای مختلف و جهان وجود دارد و هر کدام از آن‌ها مسیرهای مختلفی را دنبال می‌کنند**

می‌توان نام برد (۹). میلیون‌ها مردمی آرزو دارند که ورزشکارانشان به بهترین ورزشکاران جهان تبدیل شوند (۱۰). زمانی این آرزو محقق می‌گردد که مردمیان خود را به توانمندی‌های گوناگون از جمله فیزیولوژی ورزش، بیومکانیک، روان‌شناسی و مدیریت مجده سازند (۱۰). با وجود تأثیر حوزه‌های یاد شده در بحث استعدادیابی، حوزه روان‌شناسی ورزش و مدیریت ورزش جایگاه ویژه‌ای دارند؛ چرا که این دو حوزه، زمینه را برای استفاده از دانش و عملیاتی کردن علوم ورزشی در فرایند استعدادیابی و پرورش استعدادها فراهم می‌آورند. در حوزه توانمندی‌های روانی، هوش هیجانی که توانایی کنترل عاطف خود و دیگران، متمایز کردن پیامدهای مثبت و منفی عاطف و بهره‌گیری از اطلاعات عاطفی برای راهنمایی فرایند تفکر و اقدامات شخصی را محقق می‌سازد، به عنوان اولین عامل موقفيت مردمیان شناخته شده است (۱۱). با توجه به تمایزی که بین استعدادیابی و پرورش استعدادها وجود دارد، می‌توان گفت که استعدادیابی گام اول برای پرورش استعدادهای است (۱۲). فرایند کشف ورزشکاران با استعداد و هدایت آن‌ها به سوی تیم‌های ورزشی ملی به‌منظور شرکت در برنامه‌های تمرینی سازمان یافته و تخصصی، یکی از انتظارات جامعه از تربیت‌بندی وزارت آموزش و پرورش است (۱۳). امروزه بر همگان و بهویژه مسئولان و معلمان تربیت‌بندی واضح است که یادگیری و اجرای حرکات اصلی و بنیادی و مهارت‌های حرکتی در رده نوجوانی و بهخصوص در دوره ابتدایی صورت می‌گیرد و توسعه و گسترش می‌یابد. یک دانش‌آموز، فعالیت‌های حرکتی و ورزشی مورد علاقه خود را در چارچوب درس تربیت‌بندی آموزش می‌بیند و با اجرای اختصاصی طرح‌ها در یک سال خاص می‌تواند به این امر کمک شایانی کند. در نتیجه، آموزش مناسب سبب علاقه فردی به ورزش و استمرار آن می‌شود (۱۴). چهار عامل مهم در فرایند پرورش استعدادها، اهداف و روش‌های بلندمدت، دامنه گستردۀ حمایت‌های و تشکیلات منسجم، تمرکز بر پرورش مناسب و نه بر انتخاب سریع، و تمرکز بر تفاوت‌های فردی در رشد هستند (۱۵). در ایران، پرورش قهرمانان و کسب مدال همواره -اگرچه گاه حتی در حد یک آرزو- مطرح بوده است و تلاش‌هایی برای تحقق شکل صحیحی از آن لازم و ضروری به‌نظر می‌رسد. با این حال، باید اذعان نمود که تا تنظیم یک برنامۀ ملی و هدفمند برای

کشور در عرصه‌های مختلف است. به این ترتیب، تحقق آرمان‌های متعالی انقلاب اسلامی ایران مانند احیای تمدن عظیم اسلامی، حضور سازنده، فعال و پیشرو در میان ملت‌ها و کسب آمادگی برای برقاری عدالت و معنویت در جهان در گروه تربیت انسان‌های عالم متقدی و آزاده و اخلاقی است. تعلیم و تربیتی که تحقق بخش حیات طبیه، جامعه عدل جهانی و تمدن اسلامی ایرانی باشد. در پرتو چنین سرمایه انسانی متعالی‌ای است که جامعه بشری آمادگی تحقق حکومت جهانی انسان کامل را می‌یابد و در سایه چنین حکومتی ظرفیت و استعدادهای بشر به شکوفایی و کمال خواهد رسید (سند تحول بنیادین آموزش و پرورش). استعدادیابی عبارت است از فرایندی که طی آن توانایی‌های خردسالان بر پایه آزمون‌های معین سنجیده می‌شود و آن‌ان به سمت ورزش‌هایی که بیشترین امکان موقفيت در آن را دارند راهنمایی می‌گردد. این آزمون‌ها که بر اساس سطح آمادگی، میزان رشد و توانایی‌های زنان و مردان طراحی می‌شوند، می‌توانند سطح عملکرد آینده‌افراد در رشته‌های مختلف را پیشگویی کنند (۷). استعدادیابی در حال تبدیل شدن به یک بازار بزرگ است. در حوزه‌های مختلفی مانند ورزش، هنر و تعلیم و تربیت، محققان به دنبال یافتن مؤثرترین روش‌ها برای شناسایی نخبگان هستند. این حوزه‌ها در بیشتر جوامع با همیگر همپوشانی دارند و به‌رغم منابع مالی محدود، رقابت زیادی برای دستیابی به اوج موقفيت در این حوزه‌ها وجود دارد (۸). در عالم ورزش، شناسایی استعداد مفهوم جدیدی نیست. با این حال، به این موضوع توجه علمی و کارشناسانه نشده است. در اواخر سال ۱۹۶۰ و اوایل ۱۹۷۰ در بیشتر کشورهای اروپای شرقی، روش‌های ویژه‌ای برای شناسایی ورزشکارانی که دارای توانایی‌های بالقوه بالایی بودند، ابداع شد. بیشتر افرادی که در بازی‌های المپیک ۱۹۷۲ مدد کسب کردند (به ویژه از کشور آلمان شرقی) که به‌طور علمی انتخاب شده بودند، نتیجه فرایند شناسایی استعدادها بودند. مدل‌های مختلفی برای شناسایی استعدادهای ورزشی در کشورهای مختلف جهان وجود دارد و هر کدام از آن‌ها مسیرهای مختلفی را دنبال می‌کنند. در ایران و انگلستان مدل مشارکت ورزشی مستمر در طول عمر، در دانمارک استعدادیابی ورزشی با تأکید بر محیط، در چین مدل نظاممند استعدادیابی و در آمریکا مدل مدرسه محور را

## مشکل اساسی این است که نظام انعطاف‌ناپذیر آموزش‌پرورش در بیشتر کشورها نمی‌تواند استعدادهای بالقوه را حتی اگر شناسایی‌شوند، پرورش دهد

موارد زیر را در امر استعدادیابی مدنظر داشته باشند: گزینش عمومی و طبیعی ورزشکاران در مراحل ابتدایی ورزشی که در این میان، مریبان نقش گزینش کننده ورزشکاران را ایفا می‌کنند و دانشمندان ورزشی به عنوان دستیار ناظر در کنار آن‌ها به ارائه مشاوره می‌پردازنند. نحوه ارزیابی ورزشکاران در این سیستم به صورت خاص است و به خاطر منابع انسانی نامحدود، فرایند پرورش استعداد فقط برای یک رشته ورزشی خاص صورت می‌گیرد. در مقابل، کشورهایی که منابع انسانی محدودی دارند از روش‌های علمی برای گزینش ورزشکاران بهره می‌برند. نقش دانشمندان علمی در این نظام استعدادیابی بسیار پررنگ است. علاوه بر این، محدودیت منابع انسانی باعث شده است که فرایند پرورش استعداد برای ورزشکاران در چند رشته ورزشی صورت گیرد. مریبان در این نظام دستیار و مشاور دانشمندان هستند (۱۳). در جدول ۱ فرایند نظام‌مند استعدادیابی در ورزش نشان داده شده است.

### موانع

نمایندگی امکانات، وسایل کمک‌آموزشی و تجهیزات سایر رشته‌های ورزشی همچون استخر، سالن‌های ورزشی و در نتیجه، بی‌رغبتی تعدادی از دانش‌آموزان به برخی ورزش‌های تکراری در مدارس.

قهرمان‌پروری، مسیر دشواری در پیش داریم و شاید بتوان مسئله استعدادیابی و پرورش استعدادها را یکی از گام‌های بنیادین و اولیه در خصوص تدوین برنامه ملی قهرمان‌پروری به حساب آورد (۱۲). در کشورهای پیشرفته، ورزش قهرمانی به ورزش مدارس وابستگی خاصی دارد. در واقع با به کارگیری روش‌های آموزشی مناسب، نه تنها کودکان در زمینه تربیت‌بدنی به طور همه‌جانبه رشد می‌کنند، بلکه استعدادهای ورزشی آنان نیز در زمینه‌های مختلف به تدریج آشکار می‌شود (۵). نظام استعدادیابی مناسب ورزشی اغلب عامل مهمی در موفقیت ورزشی کشورها در سطح رقابت‌های مهم بین‌المللی تلقی می‌شود. البته باید اذعان داشت که استعدادیابی، جهت‌دهی و گزینش نهایی رشته ورزشی در ورزشکاران فرایندی چند بعدی و پیچیده است. از طرفی، هم امروزه شاهد این مسئله هستیم که مدیران ورزشی کشورها، موفقیت یا عدم موفقیت ورزشی ورزشکاران در سطح بین‌المللی را مستقیماً با استعدادیابی علمی و به موقع ورزشی مرتبط می‌دانند. در عصر حاضر، کشورهایی که منابع انسانی بیشتری دارند در مقایسه با کشورهایی که جمعیت کمتری دارند، از رویکردهای متفاوتی برای استعدادیابی ورزشی بهره می‌برند. پیشینه تحقیقات نشان می‌دهد که کشورهایی که منابع انسانی نامحدودی دارند سعی می‌کنند

جدول ۱: فرایند نظام‌مند استعدادیابی در ورزش

فرایند شناسایی <sup>۱</sup>
تفکیک کودکان و نوجوانان ناسالم از سالم (سلامت‌سنجی اولیه)
تعیین کودکان و نوجوانان مناسب برای فعالیت‌های ورزشی (مدل توانایی ورزشی عمومی)
تعیین ویژگی‌های خاص هر رشته ورزشی
تعیین کودکان و نوجوانان مناسب برای ورزش خاص (شناسایی افراد مستعد در ورزش‌ها بر اساس مدل توانایی ورزشی خاص)
تذکر: خروج کودکان و نوجوانان نامناسب ورزش قهرمانی و ارجاع به ورزش‌های تفریحی / مراکز پژوهش
فرایند پرورش <sup>۲</sup>
آموزش مهارت‌های جسمانی و حرکتی بنیادی
آموزش مهارت‌های ورزشی
ارتقا توانایی‌های آموزش دیده
تذکر: سند کردن در تمام مراحل آموزش‌پرورش
فرایند نخبه‌گزینی <sup>۳</sup>
انتخاب و پرورش قهرمانان ملی
انتخاب و پرورش قهرمانان حرفه‌ای
تذکر: الگوسازی از قهرمانان در جامعه براساس معیارهای ارزشی و ورزشی

به توجهی به علایق دانشآموزان، شرایط جغرافیایی، استعداد و عوامل ژنتیکی.

#### راهکارها:

ادامه دادن به المپیاد درون مدرسه‌ای در سال‌های آینده با تصویب بودجه ویژه برای آن تشکیل مدرسه‌های تخصصی در کل رشته‌های ورزشی به صورت همه‌گیر در سراسر کشور، ورزشی به صورت پایه‌ای، از دوره ابتدایی، که علم و عمل را در ورزش به دانشآموزان آموزش داده شود.

برگزاری لیگ‌های ورزشی در رشته‌های مختلف بین آموزشگاه‌ها در دوره‌های مختلف در هر شهرستان به منظور کشف استعدادها و معرفی آن‌ها به باشگاه‌های مطرح کشور و استان.

ایجاد آکادمی‌های ورزشی و کمیته‌های استعدادیابی در بدنۀ آموزش و پرورش و تقویت آن‌ها

برگزاری سالانۀ همایش‌های ورزشی با دعوت از متخصصان در این زمینه برای پی‌بردن به نقاط ضعف، چالش‌های پیش‌رو و ...

بردن دانشآموزان مستعد به اردوهای ورزشی برای افزایش انگیزه آن‌ها به ادامه فعالیت‌های ورزشی در رده‌های بالاتر

تدوین برنامۀ خاص یا الگوی مشخصی برای استعدادیابی در باشگاه‌های ورزشی

آشنا کردن مریبان با روش‌های علمی و بهروز استعدادیابی با برگزاری دوره ضمن خدمت توجه به جایگاه مریبان و معلمان ورزش به عنوان مهم‌ترین گروه برای استعدادیابی

ایجاد کمیته‌های استعدادیابی در قسمت تربیت‌بدنی ادارات آموزش و پرورش سراسر کشور

الگوگری از کشورهای پیش‌رو در زمینه استعدادیابی ورزشی در مدارس

ایجاد کانون‌های ورزشی و اختصاص سالانه‌ای ورزشی به معرفی شدگان از طرف مدرسه برای هر رشته

انتخاب مریبان مجبوب از میان دیگران تربیت‌بدنی برای آموزش مهارت‌های هر رشته دوری از کاغذبازی و ارائه گزارش‌های صوری، و اقدام عملی برای ایجاد انجمن‌های ورزشی و رفع مشکلات ورزش مدارس

معرفی افراد مستعد در هر رشته به هیئت‌های شهرستان و استان و در نهایت، فدراسیون‌های ملی برنامه‌ریزی صحیح و اصولی با پشتونه‌های علمی و قابل تحقق در زمینه پرورش استعدادها در ورزش مدارس.

ناهاینگی سازمان‌های ورزشی برای معرفی و پرورش افراد مستعد و نجده نبود قوانین مدون در زمینه استعدادیابی ورزشی در مدارس.

کمبود مریبان متخصص با مهارت‌های سطح بالا و یا آشنا به روش‌های استعدادیابی برنامه‌ریزی نامناسب، زمان کم آموزش برای یک جلسه (در مقطع ابتدایی ۴۵ دقیقه).

استفاده نکردن از مریبان متخصص به علوم ورزشی در سالان‌ها و کانون‌های ورزشی.

مشکل تعداد زیاد دانشآموزان نسبت به امکانات موجود آموزش و پرورش در مدارس.

اطلاع‌رسانی ضعیف در مورد مزایا و محسن استعدادیابی ورزشی.

مشکلات اقتصادی خانواده و گاه همکاری نکردن خانواده‌ها.

کمبود معلم ورزش در مدارس مناطق محروم.

نبود تعامل و همکاری بین بخشی در میان متولیان ورزش.

تخصیص نیافتن هزینه لازم برای برگزاری مسابقات در تمام رشته‌های ورزشی.

اهمیت ندادن به ورزش در مدارس و نگاه صرف‌فوتbalی در مدارس.

**پیچیده‌ترین روش‌های استعدادیابی، که متعلق به کشورهای آلمان شرقی و سوری بوده است، بیانگر وجود روشی هماهنگ بین نظام آموزش و پرورش و برنامه‌های سازمان تربیت‌بدنی است**



## یافته‌ها، بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، شناسایی موانع و راهکارهای پرورش استعدادهای درخشان ورزشی در آموزش و پرورش بوده است. اثربخشی فرایند استعدادیابی در گروه پیوستگی و همراهی سه حلقه و مرحله‌ به هم پیوسته، شامل شناسایی افراد مؤثر، هدایت افراد مؤثر، و حمایت افراد مستعد است (۱۳). در حال حاضر، استعدادیابی در بیشتر کشورها برای مریبان به مفهوم استفاده از آزمون ساده میدانی قابل اجرای است و مشکل اساسی این است که نظام انعطاف‌پذیر آموزش و پرورش در بیشتر کشورها نمی‌تواند استعدادهای بالقوه را حتی اگر شناسایی شوند، پرورش دهد. امروزه در کنار روش‌های متعددی که بسیاری از کشورهای صاحب نام در ورزش برای کسب موقیت در عرصه‌های ورزشی به کار می‌گیرند، استعدادیابی به عنوان یک روش علمی، متدالوی، بی‌زیان، قانونمند، مؤثر، با داشتن جنبه‌های مثبت دیگر برای هدایت نوجوانان به سمت ورزش قهرمانی مورد قبول همگان است (۱۴). پیچیده‌ترین روش‌های استعدادیابی، که متعلق به کشورهای آلمان شرقی و شوروی بوده است، بیانگر وجود روشی هماهنگ بین نظام آموزش و پرورش و برنامه‌های سازمان تربیت‌بدنی است که شامل یک نظام سه مرحله‌ای زیر نظر گروهی مشکل از معلمان مدارس و مریبان باشگاه‌های است. در اینجاست که اهمیت ورزش مدارس در شناخت و سپس به شکوفایی رساندن استعدادهای نوجوانان و جوانان روش می‌گردد. بنابراین، باید به ورزش مدارس توجه خاصی مبذول گردد و برای اجرای فعالیت‌های ورزشی در مدارس برنامه‌های صحیح و منطقی تنظیم شود؛ چرا که اگر دانش‌آموزی در ورزش خاصی استعداد داشته باشد، باید مریبان و معلمان ورزش او را شناسایی کنند و پرورش دهند. ساعات تربیت‌بدنی در مدارس باید به گونه‌ای تنظیم گردد که دانش‌آموزان را با هدایت صحیح به سمت رشته‌های ورزشی مناسب از لحاظ جسمانی، فیزیولوژیکی و روانی، تضمین حفظ سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان، جلوگیری از بروز ناهنجاری‌های ساختاری، بهبود عملکرد و آمادگی بدنی مطلوب‌تر و سرعت در یادگیری مهارت‌های ورزشی سوق دهد. تربیت‌بدنی در مدارس باید به گونه‌ای طراحی گردد که سبب صرفه‌جویی در وقت و هزینه، بهبود کیفیت عملکرد معلمان و مریبان، افزایش اعتماد به نفس دانش‌آموزان و مریبان، کمک به رشد جسمانی و روانی دانش‌آموزان، کوتاه کردن فاصله رسانید.

به سطح قهرمانی، افزایش عمر ورزش قهرمانی و

جلوگیری از بروز ناهنجاری‌های عملکردی و آسیب‌های ورزشی شود (۸). با توجه به مطالب ذکر شده، به نظر می‌رسد که تدوین قوانین و مقررات استعدادیابی در مدارس و برگزاری دوره‌های آموزشی استعدادیابی ورزشی و کلاس‌های مریگری در رشته‌های فعال در آموزش و پرورش برای معلمان می‌تواند به افزایش دانش و توانایی‌های عملی معلمان در این زمینه کمک شایانی کند. همچنین مای توانیم با بررسی و مطالعه الگوهای استعدادیابی در رشته‌های مختلف ورزشی در کشورهای موفق دنیا و بازی‌بینی و تطابق آن زیرنظر متخصصان مجرب ورزشی، الگوهای مناسب را در رشته‌های ورزشی شناسایی کنیم. از طرف دیگر، وجود یک ساختار جامع و تخصصی استعدادیابی در ورزش کشور که در آن استعدادیابی در رشته‌های ورزشی زیر نظر متخصصان و مریبان نخبه ورزشی در قالب مسیرهای نظاممند استعدادیابی تدوین و هدایت دارد، از اهمیت زیادی برخوردار است. بنابراین، آموزش و پرورش می‌تواند بهترین گزینه برای شناسایی و انتخاب بازیکنان در رشته‌های مختلف ورزشی باشد. سبک مدیریتی مدیران هم می‌تواند در بروز استعداد و پیشرفت ورزشی دانش‌آموزان به طور چشمگیری مؤثر واقع شود بنابراین، مدیران و مریبان می‌توانند با اتخاذ سبک مدیریتی مناسب، به شکوفا شدن استعداد و پیشرفت ورزشی دانش‌آموزان کمک شایان توجهی کنند و ورزش مدارس را - که پایه تیم‌های باشگاهی و ملی است - تقویت نمایند. از آنجا که مناسب‌ترین دستگاه برای اجرای طرح‌های استعدادیابی وزارت آموزش و پرورش است، پیشنهاد می‌گردد که توجه به ورزش‌های پایه و مادر و اجرای طرح‌های ملی در دوره ابتدایی مثل طرح زیمناستیک برای پایه دوم، شنا برای پایه سوم، طناورز برای پایه چهارم، تیسیس روی میز برای پایه پنجم و طرح دو میدانی برای پایه ششم، طرح‌های مشابهی برای دوره‌های اول و دوم دبیرستان در نظر گرفته شود. این امر در نهایت باعث می‌شود دانش‌آموزان قابلیت‌های جسمانی خود را بشناسند و به جهتی که احتمال موفقیت بیشتری دارد، سوق داده شوند. در نهایت، با توجه به اهمیتی که استعدادیابی و پرورش استعدادها در جامعه و ورزش کشور دارد، شناسایی مشکلات استعدادیابی و پرورش استعدادها کشور می‌توانند مسئولان را از وجود این مشکلات آگاه سازد، تا برای رفع این مشکلات و موانع، زمینه رشد و شکوفایی ورزشکاران جوان و فتح قله‌های افتخار را فراهم آورند.

### پی‌نوشت‌ها

- Identifying
  - Training, Educating
  - ELITE Selecting
- منابع**
- ذو الکاتف، وحید؛ فخرپور، رقیه؛ صفوی، همامی، بشیلا (۱۳۸۴). روابی سنجی آزمون هشت گانه برای استعدادیابی عمومی ورزش. *فصلنامه پیکپ*. شماره ۲. پیاپی ۳۰.
  - فراختلوب، رضا؛ افضلپور، اسامیل (۱۳۸۶). بررسی وضع موجود و تدوین شاخص‌های استعدادیابی در رشته فوتبال. *پژوهشکده تربیت‌بدنی*.
  - ابراهیمی، خسرو؛ حلاجی، محسن (۱۳۸۹). آشایی با مبانی و فرایند استعدادیابی ورزشی، انتشارات پاماد کتاب، چاپ سوم، ص. ۵.
  - مظفری، امیراحماد و همکاران (۱۳۸۸). توصیف اجرای تربیت‌بدنی در سه پایه اول مدارس کشور، نشریه علوم حرکتی و ورزش. *سال فهمت جلد دوم شماره ۱۴*.
  - محمدی، شاره (۱۳۸۹). تربیت‌بدنی اهداف الگوها و ملاحظات، مجله رشد آموزش تربیت‌بدنی، دوره پارده، شماره ۱، شماره ۲۶، ص. ۲۰.
  - بوزفی، بهرام؛ گوذری، محمود؛ بهبودی، ناصر (۱۳۸۲). بررسی وضع موجود و تعیین شاخص‌های استعدادیابی در کشتی (۱۳۸۲). *حرکت*، شماره ۲۵.
  - Peltola, E (1992). Talent identification. New study in Athletes. London, 3(7), sept. 12-1992.7.
  - Abbott, A., Button, C., Pepping, G. (2005). Unnatural selection: talent identification and development in sport. Nonlinear Dynamics, Psychology and Life Sciences, 88-9-61.
  - Houlihan, B. and Green, M (2008). Comparative Elite Sport Development: systems, structures and public policy. Published by Elsevier.
  - Oberstein S (10).2009 steps to successful coaching. American Society for Training and development.
  - Saiari A, Mosleh M & Valizadeh R (2011). Relationship between emotional intelligence and burnout syndrome in sport teachers of secondary schools. Procedia Social and Behavioral Sciences. doi:10.1016/j.sbspro.2011.04.003.
  - Martindale RJJ, Collins D, Daubney J. Talent development: a guide for practice and research within sport. Quest2005; 75-7:353 5.
  - Peltola, E. Talent Identification an Overview. IAAF: 12-7(1992)3(7).
  - Vaeyens, R M Malina. M Janssens, B Van Renterghem, J Bourgois, J Vrijen. Philippaerts A. multidisciplinary selection model for youth soccer the Ghent Youth Soccer Project. Br J Sports Med 934-40928.2006. doi: 10.1136/bjsm.2006.029652.



## مقدمه

تصمیم‌گیری‌های آنان بهمنظور مشارکت در یک فعالیت منظم سلامت‌محور در نظر گرفته شده و از همین راست که ارزیابی ادراک و نگرش افراد نسبت به فعالیت‌های حرکتی، جایگاه ویژه‌ای را در پژوهش‌های کاربردی به خود اختصاص داده است. ورزش، به عنوان یکی از فعالیت‌های فراغتی از نوع فعال، نقش تعیین‌کننده‌ای در حفظ سلامت جسمی و روحی انسان‌ها دارد.

داشتن زندگی سالم مستلزم تحرک و فعالیت‌های ورزشی است. این موضوع را با رها پژوهش‌های مختلف اثبات کرده‌اند. آگاهی افراد از تأثیرات مطلوب فعالیت‌های ورزشی بر دستگاه‌های مختلف بدن موجب آن شده است که گرایش به فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت روز به روز افزایش یابد.

در دنیای کنونی، ورزش از نظر مفهوم معنای گستردگی یافته است و تمامی کشورها می‌کوشند تا زمینه‌های توسعه و گسترش روابط خود را با کشورهای دیگر از طریق فعالیت‌های ورزشی فراهم آورند. از طرف دیگر، کشورهای جهان سوم تلاش می‌کنند با

از دیرباز، داشتن فعالیت‌بدنی منظم برای افشار مختلف یک جامعه، آرمانی متعالی محسوب می‌شده است. به رغم این نکته، هنوز بسیاری از جوامع با نبود و یا کمبود فعالیت‌بدنی در افشار مختلف خود مواجه هستند. این امر در حالی است که فعالیت‌بدنی منظم از مهم‌ترین مؤلفه‌های اثربار بر سبک زندگی سالم در جهان امروز محسوب می‌شود. یافته‌های اخیر نشان می‌دهند که فعالیت‌بدنی دارای آثار مثبت و معنی‌داری بر سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی افراد در تمامی دوره‌های زندگی است و همچون ابزاری کارآمد برای ارتقای کیفیت زندگی افشار مختلف مردم در نظر گرفته می‌شود.

ادراکات و نگرش افراد نسبت به موانع و مزایای **مشارکت در فعالیت‌بدنی** به عنوان عاملی اثربار بر

# حرکت و ورزش

نگرش و گرایش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی

مهری عسگری ریزی

دبیر تربیت‌بدنی شهرستان باغ بهادران استان اصفهان

فعالیت‌های حرکتی توأم با هیجان و خطر، ۵. عامل تحسین زیبایی حرکت، ۶. عامل آرامش‌بخشی و رهایی از فشارها و ۷. یک تجربه دشوار و توأم با ریاضت، مورد ارزیابی قرار می‌دهد.

استفاده چشمگیر محققان از ابزار مذکور برای تعیین نگرش گروه‌ها و اقسام مختلف اجتماعی و همچنین تلاش‌های بسیار برای تعیین روایی و پایایی و حتی توسعه آن، زمینه را برای توجه هرچه بیشتر پژوهشگران به مقوله «نگرش» و اهمیت آن برای همه اقسام جامعه فراهم کرد. تحقیقات متعددی با استفاده از ابزار کنیون انجام گرفته و دلایل کافی برای تأیید پایایی آن ارائه شده است.

## ورزش ابزاری مهم در دست حکومت‌ها و دولت‌ها برای هدایت مردم به سوی اهداف برنامه‌ای است. عمده‌ترین وسیله تربیت همگانی موجود در جامعه معاصر کنونی در کشورهای پیشرفته صنعتی، ورزش است

### تحقیقات مربوط به حیطه‌های نگرش‌سنجه

کانل<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۴) نگرش و ۸۶۷ دانش‌آموز دختر و پسر دبیرستانی را نسبت به تربیت‌بدنی بررسی کردند و دریافتند که نگرش افراد ورزشکار از نگرش غیرورزشکاران به طور معناداری بهتر است و نیز بین نگرش دختران و پسران نسبت به تربیت‌بدنی تفاوتی معنادار وجود دارد. البته پسران دارای نگرش مطلوب‌تری بودند. گرایس و کارت<sup>۴</sup> (۲۰۰۲) نیز در پژوهش خود، ۱۴۷ دانشجو را بررسی کردند و دریافتند که میان گرایش به فعالیت منظم با عملکرد جسمانی و ظاهر افراد ارتباط معنادار وجود دارد. از جمله اینکه دانشجویان دختر بسیار به حفظ وضعیت ایده‌آل و شکل ظاهری خود علاقمندند.

سالیس<sup>۵</sup> و همچنین<sup>۶</sup> نیز تراست و همکاران (۲۰۰۲) در تحقیقاتی مشابه دریافتند که پسران جوان در مقایسه با دختران فعالیت حرکتی بیشتری دارند و گرایش به فعالیت در هر دو جنس با افزایش سن کاهش می‌یابد. نتایج تحقیق نورتن<sup>۷</sup> (۲۰۰۲) که به بررسی اهداف شرکت‌کنندگان جوان اختصاص داشت، نشان داد که هدف بیشتر افراد از شرکت در فعالیت‌های ورزشی، آمادگی قلبی-عروقی، کنترل وزن، لذت از حرکت، سلامتی دستگاه اسکلتی، نیروی زندگی، جذابیت فعالیت‌ها و کارایی شان بوده است.

سی‌رارد و همکاران<sup>۸</sup> در سال ۲۰۰۶ در تحقیقی با عنوان «عوامل فرالگیرشی مرتبط با مشارکت ورزشی در میان دانش‌آموزان دوره متوسطه» که میان ۱۶۹۲ دانش‌آموز در کلمبیا انجام دادند.

موفقیت در میدان‌های ورزشی از رقابت جهانی باز نمانند. بنابراین، ورزش پدیده‌های همگانی است و با گسترش آن مردم و قشرهای گوناگون یک جامعه از فایده‌هایش بهره‌مند می‌شوند. از این‌رو، فراهم آوردن زمینه‌های لازم برای رشد همه‌جانبه ورزش تکلیفی ملی بهشمار می‌رود. ورزش همچنین<sup>۹</sup> ابزاری مهم در دست حکومت‌ها و دولتها برای هدایت مردم به‌سیوی اهداف برنامه‌ای است؛ زیرا عمدت‌ترین وسیله تربیت همگانی موجود در جامعه معاصر در کشورهای پیشرفته صنعتی، ورزش است. اصولاً انگیزه کسب نشاط و شادابی یکی از معیارهای سلامت روانی انسان‌ها محسوب می‌شود. از طرفی، نقش فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در ایجاد شادابی و سلامت روانی براساس گزارش‌های محققان مشهود است؛ بهطوری که به اعتقاد کوپر اسپیت، ورزشکاران از پایداری هیجانی و اعتماد به نفس بالایی برخوردارند، از خود و زندگی تصورات مثبتی دارند و عوامل شخصیتی‌شان نیز بهنحو بارزی رشد یافته است.

پرداختن به کار و تفریح دلخواه، در ایجاد تعادل و سلامت جسم و جان مؤثر است. البته به شرط اینکه با توجه به نیازها و علاوه‌های افراد برنامه‌ریزی شود. حال اگر در برنامه‌ریزی ورزش نیز گنجانده شود، تأثیری دو چندان خواهد داشت. یقیناً اشتغال و گرایش افراد به ورزش در اوقات فراغت به یک باور و نگرش مثبت نسبت به اهمیت و ضرورت شرکت در فعالیت‌های ورزش وابسته است که این موضوع خود به اطلاع رسانی و آموزش مناسب به آحاد جامعه نیاز دارد.

**کلیدواژه‌ها:** فعالیت ورزشی، تربیت همگانی، عملکرد جسمانی

**ارزیابی نگرش به فعالیت‌های ورزشی**  
کنیون<sup>۱</sup> (۱۹۶۸) از اولین پژوهشگرانی است که با در نظر گرفتن نقايس و محدودیت‌های مربوط به نگرش‌سنجه در حیطه روان‌شناسی اجتماعی، اقدام به طراحی و توسعه ابزاری مناسب برای تعیین نگرش در حوزه تربیت‌بدنی و ورزش کرد. ابزار ارائه شده توسط او- که نام اختصاری آن (ATPA)<sup>۲</sup> است- نگرش افراد نسبت به فعالیت‌های حرکتی را در شش خرده مقیاس شامل ۱. فعالیت‌های حرکتی برای رشد اجتماعی، ۲. تندرسی و آمادگی جسمانی، ۳.

**تحقیقات نشان  
می‌دهد که باور  
اکثر افراد بر  
این قرار گرفته  
است که از  
طريق مشارکت  
در فعالیت‌های  
حرکتی و  
ورزشی می‌توان  
نشاط، شادابی  
و قوای جسمی  
و روانی لازم را  
کسب کرد**

به این نتایج رسیدند که در سال ۲۰۰۵، ۸۰ دانشجو در صد دانش‌آموزان به طور مستمر، ۱۰ درصد به صورت اتفاقی و ۱۰ در صد هیج گونه مشارکت ورزشی نداشتند. انگیزه شرکت در فعالیت‌های ورزشی در دانش‌آموزان پس از عواملی چون رقابت ورزشی، حضور در اجتماع و حفظ تناسب بدنی بود؛ در حالی که برای دختران حضور در اجتماع و تناسب بدنی اهمیت بیشتری داشت. در هر دو گروه بی‌علاقه، مشکلات مربیان و مانع زمانی عواملی بودند که مانع مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌شدند.

تحقیق دیگری توسط کیل پاتریک، هربرت و مل تولومیو<sup>۹</sup> (۲۰۰۶) انجام شد که طی آن انگیزه دانشجویان از شرکت در فعالیت‌های بدنی و تفاوت در انگیزه دختران و پسران از مشارکت ورزشی و تمرین موربد بررسی گرفت. نتایج تحقیق، تمایل بیشتر شرکت‌کنندگان پسر به انگیزه‌هایی مانند لذت و شادی را نشان داد. در طرف مقابل، انگیزه دختران از تمرین، بیشتر شامل انگیزه‌هایی مانند ظاهر فرد، کاهش وزن و کنترل استرس بود.

ولدو همکاران<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۸) در تحقیقی که با هدف بررسی چگونگی تغییرات فعالیت‌های حرکتی در اوقات فراغت و میزان تنوع ورزشی دوران نوجوانی و جوانی شرکت‌کنندگان ۱۳-۲۳ ساله در طی یک مطالعه ده ساله انجام دادند، به این نتایج دست یافتند: به طور متوسط دوره نوجوانی به جوانی، دوره کاهش فعالیت حرکتی است و این کاهش به طور معناداری در میان دختران بیش از پسران است. دو

آهسته و نرم، دوچرخسواری و فعالیت‌های تفریحی از جمله اسکی، هاکی و بازی‌های توپی از طرف دارترین فعالیت‌ها در سنین ۱۵-۲۳ سالگی بود. تفاوت‌های فردی تأثیر زیادی بر تغییرات مربوط به فعالیت‌های حرکتی دارند که این تفاوت‌ها در بین دختران بیشتر مشاهده شد. تامیک<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۷) در تحقیق خود نگرش ۶۲۳ عضو باشگاه‌های ورزشی مدارس لهستان را نسبت به تربیت‌بدنی و فعالیت‌های ورزشی بررسی کرد. او نگرش پاسخ‌دهندگان را نسبت به تربیت‌بدنی و فعالیت‌های ورزشی مثبت نشان داد و این در حالی بود که مؤلفه‌های روان‌شناختی فعالیت‌های ورزشی نسبت به مؤلفه‌های جسمانی و رفتاری آن در بین اعضا قوی‌تر بود.

کامارادین و فلزی<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۷) نگرش ۸۰ دانشجو را نسبت به فعالیت‌های حرکتی و ورزش بررسی کردند. نتایج تحقیق آنان نشان داد که لذت بردن از تمرین و کاهش استرس و فشار از دلایل اصلی مشارکت دانشجویان دختر و پسر در فعالیت‌های حرکتی و ورزش محسوب می‌شود. همچنین نداشتن وقت برای دختران و اولویت داشتن کارهای دیگر برای پسران، مهم‌ترین مانع فرازی مشارکت دانشجویان در فعالیت‌های حرکتی محسوب شد. بر پایه نتایج تحقیق آنان، پژوهی‌نیه بودن ورزش، تشویق نشدن آن از سوی خانواده و در نهایت وقت‌گیر بودن مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، سایر مانع مشارکتی افراد در فعالیت‌های حرکتی بودند. گرت<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۰۶) اعلام کردند که انگیزه مشارکت افراد در ورزش‌های رسمی خودبازی، دوستی، آمادگی، پیادش، موقعیت اجتماعی، رقابت کردن و توسعه مهارت است. از سوی دیگر تاسای<sup>۱۴</sup> اعلام کرد که علاقه‌مندی به فعالیت‌های جسمانی مهم‌ترین عامل برای شرکت فعالانه افراد در تفريح است.

به طور کلی هدف پاسخ به این سؤال است که آیا میان نگرش و گرایش افراد به تفکیک سن، جنسیت، رشته تحصیلی و درجات تحصیلی گوناگون تفاوتی وجود دارد یا خیر. بدون شک پاسخ به این سؤال گامی مؤثر در حل معضلات مربوط به کم‌تحرکی افراد است و می‌تواند زمینه را برای طرح‌ریزی برنامه‌های عملیاتی مبتنی بر نیازها، نگرش‌ها و گرایش‌های واقعی در اختیار دست‌اندرکاران فراهم سازد.

### نتیجه‌گیری

بحث پیرامون همه ابعاد موردنظر به دلیل وسعت در خور توجه آن، در چارچوب این مقاله نمی‌گنجد و این در حالی است که تمامی یافته‌ها از اهمیت خاصی برخوردارند و هر کدام می‌توانند توجیه کننده بخشی از علل عدم گرایش افراد به ورزش و فعالیت‌های حرکتی باشند و بخشی دیگر نیز می‌توانند زمینه را برای توسعه و مشارکت هر چه بیشتر افراد و بهمود نگرش فراهم سازند. چالش اساسی زمانی است که افراد زیادی هستند که هیچ نوع فعالیت حرکتی و ورزشی ندارند و این امر می‌تواند مؤید بسیاری از عوارض و مشکلات اجتماعی ناشی از کمیود یا نبود فعالیت بدنی در جامعه در حال رشد می‌باشد.

با این حال، تحقیقات نشان می‌دهد که امروزه باور اکثر افراد بر این است که از طریق مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی





امر می‌توان به مشارکت کمتر این افراد در فعالیت‌های حرکتی و همچنین دلایلی چون بی‌علاقگی، تبلی و فقر مادی اشاره کرد. در این میان، نکته حائز اهمیت به صدا درآمدن زنگ خطر برای مدیران و برنامه‌ریزان کشور است. جامعه‌ای که نسل فردای آن با فقر حرکتی و نگرشی ضعیف نسبت به ورزش و فعالیت‌های حرکتی رویدروست، با مشکلاتی اساسی مواجه می‌شود و بدون شک این چالش‌ها را به نسل‌های آتی نیز منتقل خواهد کرد. با توجه به آنچه از نتایج استنباط می‌شود، هر چه سطح تحصیلات و درجهٔ مدرک تحصیلی افراد بالاتر باشد، نگرش آنان نسبت به فعالیت‌های حرکتی و ورزش نیز مطلوب‌تر است و هر چه میزان دانش و آگاهی افراد جامعه ارتقا یابد، نگرش آنان نسبت به مقوله‌های اجتماعی و از جمله تربیت‌بدنی و ورزش نیز بهتر و قوی‌تر خواهد شد. بر همین اساس، انتظار می‌رود که مشغولیت‌های کاری مدیران و افراد تحصیل‌کرده، بهانه‌آن‌ها برای کنار گذاشتن فعالیت‌های حرکتی و جسمانی نباشد.

چندبعدی بودن مقولهٔ مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزش، دلیل مطالعهٔ نگرش افراد نسبت به آن‌ها در حیطه‌های گوناگون است. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود در تمامی آموزش‌های مستقیم و غیرمستقیم مسئولان، معلمان و مریبان تربیت‌بدنی برنامه‌های آموزشی خود را چنان تنظیم کنند که همهٔ شرکت‌کنندگان با حیطه‌های مختلف به قدر کافی آشنا شوند و در طولانی‌مدت، در همهٔ حیطه‌ها نگرش مثبت کسب کنند.

همچنین پیشنهاد می‌شود که یک طرح عملیاتی جامع و یک ستاد برنامه‌ریزی مشترک با حضور همهٔ نهادهای دولتی و غیردولتی پیش‌بینی گردد تا آگاهی لازم نسبت به تأثیرات مثبت فعالیت‌های حرکتی و ورزش به مردم داده شود و زمینه برای ترغیب و تشویق آنان به حضور مستمر در این گونهٔ فعالیت‌ها فراهم گردد. نکته دیگر اینکه اکثر آموزندگان با جوان، دانش‌آموز و دانشجو، در مقایسه با سایر طبقات سنی- چه در نگرشی کلی و چه در اکثر حیطه‌های نگرشی- دارای نگرشی ضعیف هستند. لذا پیشنهاد می‌شود که رشد نگرشی آنان- که آینده‌سازان این مژوبوم هستند- در برنامه‌های آموزشی تربیت‌بدنی و ورزش مورد توجه و پژوهش قرار گیرد و شرایط لازم برای آن فراهم شود.

می‌توان نشاط، شادابی و قوای جسمی و روانی لازم را کسب کرد. این امر نشان‌دهندهٔ رشد آگاهی مردم نسبت به تأثیرات فعالیت‌های حرکتی و ورزشی است. قرار گرفتن عواملی چون کسب اعتماده نفس و رفتار و اخلاق نیکو در جایگاه اولویت‌های بعدی گرایش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، اعتقاد مردم به اساسی‌ترین ارزش‌های نهفته در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی را به رغم حاکم شدن ورزش قهرمانی بر ورزش همگانی و کم‌رنگ شدن ارزش‌های رفتاری و اخلاقی محیط‌های رقابتی ورزش نشان می‌دهد.

بر پایهٔ نتایج تحقیقات، عقب ماندن از کارهای روزانه، در دسترس نبودن اماکن ورزشی، عادت نداشتن، تبلی، بی‌حصلگی و مشکلات مالی از جمله موانع ذکر شده برای مشارکت نکردن آزمودنی‌ها در فعالیت‌های حرکتی و ورزش هستند. در حالی‌که براساس قانون اساسی، استفاده از امکانات و تأسیسات ورزشی برای مردم رایگان است. بدراستی، چرا امکانات ورزشی کشور به‌طور عادلانه در اختیار اشخاص مختلف جامعه گذاشته نمی‌شود و چه راهکارهایی برای رفع این مشکل وجود دارد؟ پاسخ به این سؤال به تحقیقات بیشتری در این زمینه نیازمند است. نتایج تحقیقات متعدد نشان می‌دهد که یک نوبت فعالیت در هفته و آن هم با صرف زمان کمتر از ۳۰ دقیقه تضمینی برای سلامتی و شادابی و نشاط افراد نیست. بنابراین، چندان تعجبی ندارد که هر ساله شاهد افزایش مرگ و میرهای ناشی از بیماری‌هایی هستیم که علل عمده آن‌ها کم تحرکی و فقر حرکتی است.

بر پایهٔ نتایج تحقیقات، وجود تفاوت معنادار میان نگرش زنان و مردان در پنج حیطهٔ نگرش نسبت به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، نشان از کارکرد عوامل پیچیده و متفاوت اجتماعی دارد که از این میان می‌توان به شکافهای جنسیتی حاکم بر ورزش ایران که پیش از این با ساختاری مردانه شناخته می‌شد و همچنین عواملی چون قرار داشتن فرصت‌های بیشتر برای فعالیت آقایان، انتظارات متفاوت جامعه، مناسبات قومی و فرهنگی و غیره اشاره کرد. از سوی دیگر در تحقیقات، تفاوتی معنادار در نگرش کلی و شش گانه آزمودنی‌ها به تفکیک طبقات سنی وجود دارد و این در حالی است که جوانان در مقایسه با سایر آزمودنی‌ها دارای نگرشی ضعیف‌تر هستند. از دلایل این

#### پی‌نوشت‌ها

1. kenyon
2. Attitudes Toward physical Activity (ATPA)
3. Canan
4. Grubbs & Carter
5. Sallis
6. Trost
7. Norton
8. Sirard Et Al
9. kilpatrick. Herbert & Bartholomew
10. Wold Et Al
11. Tomik
12. Kamarudin & Fauzee
13. Gareth
14. Tasai Eva

#### منابع

1. Canan k. GiyasettinD. 2004. An examination of high school students' attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation, perceptual and Motor Skills. Jun 2004, 98(3). p: 754
2. Grubbs L, Carter J. 2002. The relationship of perceived benefits and barriers to reported exercise behavior in college undergraduates. Family and Community Health, 25(2), pp:76-84

## چکیده

ورزش صحبتگاهی می‌تواند عامل مؤثری در شروع فرایند آموزش در مدارس باشد؛ اجرای این فعالیت بدنسی در ابتدای روز با در نظر گرفتن استراتژی‌های صحیح به سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان کمک می‌نماید. در این راستا استفاده از حرکات پویا با در نظر گرفتن فضای مشخص و محدودیت‌های موجود در مدارس و همچنین استفاده از موسیقی‌هایی که بتوانند به افزایش هماهنگی حرکتی و رشد آن کمک نماید؛ می‌تواند نقش متمرثه داشته باشد. اجرای صحیح این برنامه نیاز به آموزش دانش‌آموزان دارد که به عنوان سرگردان ایفای نقش می‌کنند و همچنین توجیه مسئولین مدارس که این فعالیت را به عنوان فرصت مناسبی در تأمین سلامت دانش‌آموزان و افزایش کارایی آموزشی آن‌ها بدانند.

**کلیدواژه‌ها:** ورزش آغازین، ورزش، مدارس

## چرا ورزش آغازین

ضرورت توجه به سلامت کودکان امروز که بزرگسالان آینده‌اند، امری بدیهی است. اجرای فعالیت‌های بدنسی به طور منظم منجر به افزایش سطح مصرف انرژی در بدن می‌شود و در کنار آن، بهبود عادت غذایی می‌تواند به سلامت افراد، به خصوص کودکان، کمک شایانی کند.

اجرای فعالیت ورزشی مداوم برای کودکان فاید

# ورزش آغازین

و راهکارهای بهبود آن در مدارس

کیا رنجبر، دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزش دانشگاه تربیت مدرس و دبیر تربیت‌بدنی شهر قدس

بهزاد مرتضی‌زاده، کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش و

دبیر تربیت‌بدنی شهرستان موجش

زیادی دارد و تسهیل در رشد، بهبود ترکیب بدنسی، افزایش توانایی یادگیری و عادت به تحرک را برای آن‌ها به ارمغان می‌آورد. ورزش آغازین در مدارس فرصت مناسبی برای تحقق بخشیدن به اهداف ورزشی در مدارس است. زیرا زمانی که هدف ما از ورزش افزایش فعالیت بدنسی است، به طوری که با افزایش انرژی مصرفی و اجرای فعالیت ورزشی در هر زمان از روز بهویژه ابتدای صبح می‌تواند فرد را در مسیر کنترل وزن و عادت به تحرک ترغیب کند و بسیار کارآمد و ثمربخش است. کما اینکه با بهره‌گیری از روش و طراحی مناسب تمرین‌های ورزشی می‌توان محرك‌های چرخ سلامت را با افزایش آگاهی به چرخش درآورد. همچنین در راستای هدف گذاری و اجرای برنامه‌ریزی، کودک یاد می‌گیرد که در ابتدای روز مهم‌ترین کاری را که دارد انعام دهد و اهمیت ورزش را به صورت علنی تر درک خواهد نمود.

**جدول ۱**  
**هدف ورزش اگر ارتقای سلامت باشد اجرای ورزش در طول روز به خصوص صبح مانع ندارد.**  
 اجرای فعالیت‌های بدنسی از نظر جسمانی و اجتماعی تأثیرات مثبتی دارد. برای رسیدن به چنین نقطه‌ای، رعایت نکاتی چند ضروری به نظر می‌رسد که در ادامه به آن‌ها پرداخته می‌شود.

### رعایت نکات آغازین در ورزش

**جدول ۲**  
**دستیابی به ویژگی‌های خوب ورزش آغازین**  
 تنها با برنامه‌ریزی صحیح و تقسیم وظایف دست یافتنی است.



### جدول ۱: تحلیل استراتژیک ورزش آغازین (SWOT)

فرصت	آموزش حرکات ورزشی صحیح
تهدید	توجه ناکافی در اجرای طرح (مسئولین طرح)
قوت	اجرای مداوم ورزش
ضعف	محیط و حرکات کسل کننده

### جدول ۲

اجرای حرکات ورزشی صحیح
استفاده از حرکات ریتمیک همراه با موزیک
تهیه پوستر حرکات ورزشی
تشکیل انجمن ورزش صحیح‌گاهی و آموزش صحیح توسط معلم ورزش
اجرای ورزش صحیح‌گاهی توسط همیار ورزشی
ناظرت توسط پرسنل اداری
برگزاری مسابقات بین کلاسی

### جدول ۳

افزایش تحرک از طریق ایجاد فرصت برای ورزش
تغییر خلق و خو و عادت به ورزش
افزایش توانایی و قدرت ذهنی
تقویت همکاری و روحیه اجتماعی

### هدف و نکات مثبت ورزش آغازین

تحقیقات نشان می‌دهد که برای ایجاد یک عادت ورزشی ثابت و پایدار، بهتر است افراد اول صبح ورزش کنند؛ زیرا در این زمان می‌توانند قبل از اینکه فشارهای زمانی و سایر برنامه‌ها در ورزش کردن آن‌ها اختلال ایجاد کند، تمرین‌هایشان را انجام دهند. متأسفانه کودکان امروزی در مقایسه با هم‌قطاران گذشته خود، غذاهای پرچربی و سدیم و فندهای بیشتری می‌خورند و چه بسا چاق‌ترند. به علاوه، فعالیت بدنی آن‌ها نیز نسبت به گذشته کمتر شده است. تغییر در این روند مستلزم کار گروهی مرکب از والدین، معلمان، سیاستمداران، متخصصان امور بهداشت و سایر افراد اجتماع است تا به آن‌ها کمک شود عادت‌های بهداشتی خود را اصلاح کنند. انتظار می‌رود ۹۵ درصد کودکان ۷ تا ۱۲ ساله در مدارس عمومی و خصوصی مشغول به تحصیل باشند و این عالی ترین موقعیت است تا عادت‌های مشبت و بهداشتی در کودکان سینین ابتدایی گسترش پیدا کند اما متأسفانه بیشتر کودکان به اندازه کافی در فعالیت‌های تربیت‌بدنی شرکت نمی‌کنند و به همین دلیل، تغییر بارزی در بهداشت جسمی و روانی آن‌ها ایجاد نمی‌شود.

### منابع

۱. گاینی، عباسعلی و حمیدرجبی؛ «امادگی جسمانی». سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی (سمت) چاپ اول، ۱۳۸۲.
۲. رنجبر، کیا و کاظم عظیمی؛ «نمایگری ورزش کودکان». نشریه رشد تربیت‌بدنی و زارت آموزش و پرورش، دوره دوازدهم، شماره ۱، ۱۳۹۰.
۳. حمیدی، مهرزاد؛ مدیریت و طرز اجرای مسابقات ورزشی؛ انتشارات پمادا، ۱۳۹۱.
4. Gaecia-Hermoso, A., Saavedra, J. M., Escalante, Y., & Dominguez, A. M. (2014). Effects of a long-term physical exercise program with and without diet on obese boys after six-month detraining. World Journal of Pediatrics 10(1), 38-45.

ورزش آغازین به عنوان جزء جدایی‌ناپذیر از برنامه آغازین مدارس امروزی است که در حال حاضر به عنوان یک فرصت مناسب برای اجرایی کردن اهداف بهزیستی و تغییر در روند زندگی کودکان امروزی و بزرگ‌سالان فردا بهشمار می‌رود. تدوین دستورالعمل‌هایی که بتواند تغییرات مثبتی در شیوه صحیح و روند اجرایی سالیانه ورزش آغازین ایجاد کند، امروزه بهطور کامل احساس می‌شود؛ البته بهطوری که با ارائه و تدوین راهکارهای مناسب، اجرای آن به طرز مطلوب‌تر و باشاطر برتر از گذشته عملی باشد.

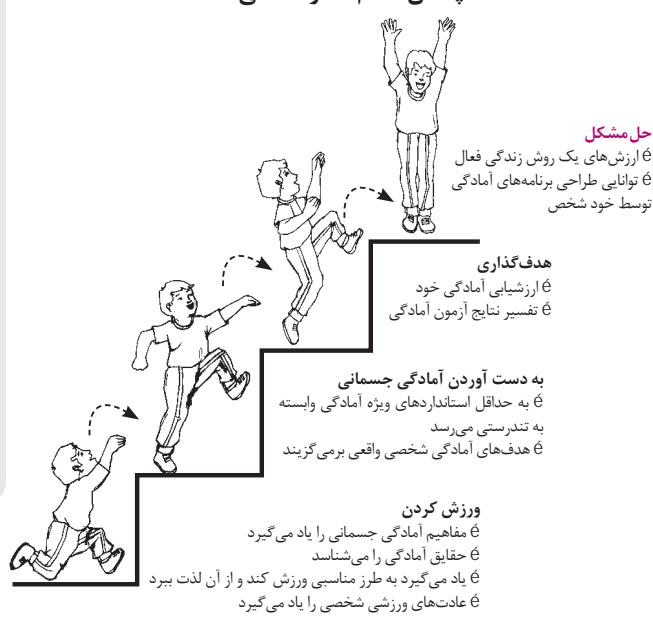
### جدول ۳

آموزش ارتقای سلامت به کودکان از طریق ورزش صحیح‌گاهی باید طی فرایندی بلندمدت حین تربیت دانش‌آموزان صورت گیرد. این فرایند با دستیابی به هدف‌های کمتر سازمان‌بافته شروع می‌شود و کم کم به هدف‌های پیچیده‌تر و سازمان‌بافته‌تر خود می‌رسد. **ورزش آغازین شروعی برای ایجاد عادت به ورزش در دانش‌آموزان است؛ طوری که بتوانند آن را به طور مدام‌العمر و پس از پایان تحصیلات نیز انجام دهند.**

### نتیجه‌گیری

اجرای مداوم ورزش آغازین در مدارس کودکان را به مرور به این سمت سوق می‌دهد که به ارزش ورزش و کسب سلامتی پی ببرند. همچنین به دلیل اینکه کودکان بخش قابل توجهی از دوران زندگی خود را در مدارس سپری می‌کنند، این دوره زمانی فرصت خوبی برای تغییر و اصلاح زندگی آن‌ها به سمت یک زندگی سالم و با کیفیت است. با این اوصاف، اجرای ورزش صحیح‌گاهی با در نظر گرفتن راهکارهای مناسب از جمله نشاط‌آور بودن، موزون بودن حرکات، ایجاد انگیزه با برگزاری مسابقات، استفاده از خود دانش‌آموزان برای اجرای ورزش آغازین و دادن مسئولیت به آن‌ها در نهایت به ایجاد این تغییر مهم کمک می‌کند.

### پلکان مدام‌العمر آمادگی





# تأثیروزش بر افسردگی و اضطراب دانشآموزان

زهرا بختیار، مینودخت ملکیان  
کارشناس ارشد تربیت بدنی، دبیر آموزش و پرورش  
منطقه ۱۱ تهران

به وجود آمده است که اگر به حالت شدید و مزمن برسد می تواند به اختلال اضطرابی ناهنجاری منجر شود.

**کلیدواژه‌ها:** ورزش، اضطراب، افسردگی

مؤسسه ملی سلامت روان (NIMH) در آمریکا، ورزش را درمانی معتبر برای اضطراب و افسردگی می‌شناسد. شواهد معمول نیز نشان می‌دهند که ورزش منظم می‌تواند برای درمان برخی از اختلالات اضطرابی افراد مبتلا به اختلال در تصور بدن و کاهش مشکلات رفتاری افراد ناتوان در نظر گرفته شود. ورزش باعث شادی و نشاط و بالا بردن اعتماد به نفس می‌گردد. از آنجا که افراد افسرده یا اعتماد به نفس ندارند و یا میزان آن در آنان بسیار پایین است،

مشکلات روانی از قبیل افسردگی و اضطراب بر زندگی میلیون‌ها نفر از مردم جهان اثر گذاشته است. این مشکلات با افزایش مرگ و میر و هزینه‌های خدمات سلامت همراه است. افسردگی یک اختلال روانی شایع است که با خلقوخوی افسرده، از دست دادن علاقه یا لذت، احساس گناه، کاهش عزت نفس، اختلال خواب، کم‌اشتهایی، کاهش انرژی و افزایش فقر به همراه می‌آورد. اضطراب نیز یک احساس منفی شدید است که با اندکی ترس و وحشت همراه است، از جمله ترس شناختی و تظاهرات رفتاری. اضطراب اغلب هم‌مان با افسردگی به وجود می‌آید. اضطراب، خلقوخوی ناخوشایندی است که با نگرانی ظاهر می‌شود و یک پاسخ انطباقی به تهدیدهای

(صرف نظر از جنسیت) نمره کنترل اضطراب بیشتر و نمره اعتماد به نفس بالاتری نسبت به ورزشکاران در سطح دانشگاهی نشان دادند. همچنین پلوسو و آندراده (۲۰۰۵) رابطه بین فعالیت فیزیکی و سلامت روانی و ارتباط بین ورزش و خلقوخوی را بررسی کردند. نتایج آن نشان دهنده تأثیر مثبت ورزش منظم بر سلامت روان بود.

براساس نتایج تحقیقی که سریا و همکاران بر داش آموزان پسر و دختر انجام دادند، رابطه معناداری بین آمادگی جسمانی و تمرينات هندبال و افسرده و اضطراب وجود دارد. این یافته مطابق با نتایج حاصل از تحقیق ویشك (۲۰۰۱) و نوریس و همکاران (۲۰۱۰) بود که گزارش آن‌ها حاکی از این بود که ورزش بهطور منظم می‌تواند افسرده و اضطراب را بهبود بخشد.

برنامه‌های تفریحی سالم در افزایش باورهای خودکارآمدی، ارج نهادن جوانان و توانایی‌هایشان مؤثر است. برنامه‌ریزی برای آینده، امید به آینده‌ای روش‌تر و برکردن اوقات فراغت با تفریح و سرگرمی، عوامل مثبتی است که می‌تواند داش آموزان را در برابر اضطراب و افسرده و اضطراب محفوظ کند. در مدارس نیز ورزش صبحگاهی در شروع فعالیت روزانه مدرسه می‌تواند عامل مهمی در ایجاد نشاط و شادابی و تأمین سلامت جسم و روح داش آموزان باشد. در آخر می‌توان بهطور خلاصه فواید ورزش در بهبود افسرده را فهرستوار به این شرح ارائه کرد:

تحقیقات در بین زنان و مردان نشان می‌دهد که فعالیت‌بدنی باعث کاهش علائم افسرده (هیز و راس، ۱۹۸۸)، افسرده بالینی (۱۹۹۲) و علائم اضطراب (راس و هیز، ۱۹۸۸) می‌شود و بر پیشرفت‌های مثبت و بهطور کلی رفاه (استفنز، ۱۹۸۸) تأثیر می‌گذارد. بهطور کلی، افراد غیرفعال نسبت به افراد فعال، بیشتر مستعد ابتلاء به افسرده و اضطراب‌اند.

نوریس و همکاران (۱۹۹۲) اثر فعالیت‌بدنی بر سلامت روانی نوجوانان را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج مطالعه آن‌ها نشان داد که افراد تحت ورزش با شدت بالا بهطور قابل توجهی استرس کمتری دارند. علاوه بر این، رابطه بین استرس و اضطراب، افسرده و خصوصیت برای گروه تمرين با شدت بالا بهطور قابل ملاحظه‌ای در پایان دوره آموزش ضعیفتر بود.

کاکس و لیو (۱۹۹۶) برای یافتن اینکه آیا ورزشکاران نخجه چینی که در دو و میدانی، شمشیربازی و ژیمناستیک شرکت می‌کنند تظاهرات روانی متفاوتی را از خود بروز می‌دهند و آیا این عده از مهارت روانی بیشتری برخوردارند، پژوهشی انجام دادند. نتایج پژوهش نشان داد که این ورزشکاران

## در مدارس نیز ورزش صبحگاهی در شروع فعالیت روزانه مدرسه می‌تواند عامل مهمی در ایجاد نشاط و شادابی و تأمین سلامت جسم و روح دانش آموزان باشد

۱. احساس کاهش قابل ملاحظه غم و اندوه، ۲. افزایش اعتماد به نفس، ۳. ایجاد احساس موفقیت، ۴. افزایش خلاقیت‌های فردی، کارشناسان باید اقدامات لازم را در این زمینه به منظور حل مشکلات روحی و روانی داش آموزان انجام دهند. بنابراین برای دست‌یابی به سلامت جسمی و روانی در میان تمام مردم جامعه، به خصوص داش آموزان، ما باید توسعه طرح‌ها، ارائه تسهیلات لازم و تشویق مردم به شرکت در ورزش بهطور منظم را در اولویت قرار دهیم. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که والدین از فعالیت‌های جسمانی و بدنی به عنوان یک ابزار مناسب برای کاهش اضطراب و افسرده و استفاده کنند.

منابع  
-Journal of Scholars Research Library, Annals of Biological Research, 2012, 3 (1):270-274.  
Available online at [www.scholarsresearchlibrary.com](http://www.scholarsresearchlibrary.com)



# شطرنج مدارس

فاطمه عابدی، ملیحه عابدی

سپس عملکرد آموزش می‌بینند. ما به آن‌ها آموزش می‌دهیم تا از خودشان بپرسند: اگر این کار را انجام دهم، بعد از آن چه اتفاقی می‌افتد و چطور می‌توانم واکنش نشان دهم؟ در طول زمان، شطرنج به توسعه صبر و اندیشه کمک می‌کند.

در مدارس شطرنج اغلب به عنوان پل ارتباطی عمل می‌کنند و بچه‌ها را از بین، نژادها و جنس‌های مختلف در فعالیتی که همه آن‌ها می‌توانند از آن لذت ببرند، گردهم می‌آورند. شطرنج روشی جدید برای کل مسائل قدیمی در آموزش‌های ضعیف است.

\* **سبک و سنگین کردن گزینه‌ها**: بچه‌ها آموزش می‌بینند که نباید در شروع هر کاری آنچه را به مغزشان خطوط ریشه‌دار می‌کند انجام دهند. آن‌ها یاد می‌گیرند راه حل‌ها را بشناسند و جواب مثبت و منفی عملکردهای متفاوت را بررسی کنند.

\* **تجزیه و تحلیل مشخص**<sup>۵</sup>: بچه‌ها می‌آموزند که نتایج اقدامات خاص و منظم را ارزیابی کنند. «ایا این نتیجه به من صدمه نمی‌زند؟» تصمیم‌ها اگر با عقل و تفکر اتخاذ شوند، بهتر به نتیجه می‌رسند.

\* **تفکر انتزاعی**<sup>۶</sup>: بچه‌ها یاد می‌گیرند تا به طور مرحله‌ای از جزئیات به عقب برگردند و تصویر بزرگتر را بررسی کنند. همچنین یاد می‌گیرند که با استفاده از یک مفهوم، الگوی‌داری کنند و آن‌ها را برابر با موقعیت‌های مختلف ولی مرتبط به کار ببرند.

شطرنج یک بازی کلاسیک است که بیش از ۱۵۰۰ سال پیش در هند اختراع شد. این بازی به تدریج در همه کشورهای جهان گسترش یافت؛ در حالی که بازی‌های بی‌شمار دیگری از بین رفته‌اند.

**کلیدواژه‌ها**: مدارس، شطرنج، فعالیت

## فواید تحصیلی

شطرنج را به مدارس آورده‌یم؛ چون معتقدیم این بازی به طور مستقیم به عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان کمک و آن‌ها را باهوش تر می‌کند. این کار با آموزش مهارت‌های زیر صورت می‌گیرد:

\* **تمرکز**: بچه‌ها فواید مشاهده کردن با دقت و تمرکز و تعمق را می‌آموزند. اگر آن‌ها به آنچه رخ می‌دهد نگاه نکنند، نمی‌توانند به آن واکنشی نشان دهند؛ هر چقدر هم هوشمند باشند.

\* **تجسم**: بچه‌ها تصویرسازی و تجسم توالی عملکردها را قبل از اینکه اتفاقی بیفتد، توسعه می‌دهند. در واقع، ابتدا توانایی تجسم به وسیله تمرین با تغییر مهره‌های شطرنج در مغزشان تقویت می‌شود و سپس، مهره‌ها را حرکت می‌دهند.

\* **تفکر پیشرو**<sup>۷</sup>: بچه‌ها ابتدا برای تفکر کردن و

\* برنامه‌ریزی<sup>۷</sup>: به بچه‌ها آموزش داده می‌شود که دامنه‌ای از اهداف بلندمدت را توسعه دهنند. همچنین برنامه‌هایشان را، به عنوان تحولات جدید، دوباره ارزیابی کنند.

\* دست کاری سنجش‌های چندگانه به طور همزمان<sup>۸</sup>: بچه‌ها تشویق می‌شوند، نه برای فرآیندی بیش از حد هر سنجشی بلکه برای تلاش جهت سنجش همه عوامل مختلف به یکباره.

هیچ یک از این مهارت‌ها مختص شطرنج نیست ولی همگی بخشی از بازی محسوب می‌شوند. زیبایی شطرنج به عنوان یک وسیله آموزشی این است که می‌تواند ذهن بچه‌ها را برانگیزد و به آن‌ها برای ساختن این مهارت‌ها در حالی که لذت می‌برند، کمک کند. در نتیجه، بچه‌ها به منفکانی خوب تبدیل می‌شوند، مسائل را بهتر حل می‌کنند و به طور مستقل تری تصمیم‌گیری می‌کنند.

## ۶ پژوهش آموزشی

مطالعاتی که در موقعیت‌های مختلف، در آمریکا و کانادا انجام شده است، نشان می‌دهد که بازی شطرنج باعث افزایش نمره آزمون استاندارد روحانی و ریاضی می‌شود. مطالعه‌ای درباره مقیاس بزرگی از برنامه آموزشی شطرنج در شهر نیویورک - که شامل بیش از ۱۰۰ مدرسه و ۳۰۰ هزار بچه بود - نمره‌های کلاسی بالاتری را، هم در انگلیسی و هم در ریاضی برای بچه‌هایی که شطرنج بازی می‌کنند، نشان داده است. مطالعاتی در هوستون، تکزاس، برادفورد و پنسیلوانیا نشان دادند که شطرنج باعث گرفتن نمره‌های بیشتری در آزمون ارزیابی تفکر واتسون گلاسرو آزمون تورنس از تفکر خلاقانه می‌شود.

## ۷ فواید اجتماعی

در مدارس، شطرنج اغلب به عنوان پل ارتباطی عمل می‌کند و بچه‌ها را از سینی، نژادها و جنس‌های مختلف در فعالیتی که همه آن‌ها می‌توانند از آن لذت ببرند، گرد هم می‌آورد. شطرنج به ایجاد دوستی‌های فردی و همچنین افزایش روحیه گروهی، در زمانی که بچه‌ها با هم به عنوان تیم‌هایی در مقابل مدارس دیگر رقابت می‌کنند، کمک می‌کند. همچنین به بچه‌ها مردانگی می‌آموزد؛ اینکه چگونه به طور خوشایند و با بزرگواری برند شوند و هنگام مواجهه با شکست تسليم نشونند. برای بچه‌هایی با نا亨جاري‌های بدنی، مثال‌های زیادی وجود دارد که شطرنج منجر به افزایش انگیز، رفتار خوب، خویشتن‌شناسی و حتی توجه بهتر شده است. شطرنج یک روزنامه اجتماعی مثبت و فعالیتی ابتكاری و سالم و بی خطر است که می‌توان به آسانی در هر سنی آن را یاد گرفت و از آن لذت برد.

## ۸ معلمان چه می‌گویند؟

بچه‌هایی که شطرنج بازی می‌کنند، نه تنها دارای

### ۶ شطرنج حافظه را زیاد می‌کند

نتوری شطرنج پیچیده است و بسیاری از بازیکنان،

به دلیل سختی در پژوهش‌ها، برای ثابت کردن فواید شطرنج و علت بوجود آمدن فرضیه‌های ذهنی در باره رشد دندانیت‌های در سلسله اعصاب، شطرنج باید در برنامه درسی مدارس در سطوح ابتدایی قرار گیرد

بی‌نوشت‌ها

1. Focusing
2. Visualizing
3. Thinking Ahead
4. Weighing option
5. Analyzing concretely
6. Thinking Abstractly
7. Planning
8. Juggling multiple consideration simultaneously

منابع

1. Robert Ferguson, 'Chess in Education Research Summary,' paper presented at the Chess in Education A Wise Move Conference at the Borough of Manhattan Community College January 12-13, 1995.
2. Albert Frank, 'Chess and Aptitudes,' doctoral dissertation, 1974, Trans. Stanley Epstein.
3. Roger Langen, 'Putting a Check to poor Math Results,' The Reporter, December 1992.
4. Terrell Bell, Your Child's Intellect, Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1982, pp. 178-179.
5. Rafael Tudela, 'Intelligence and Chess,' 1984.
6. Rafael Tudela, 'Learning to Think Project,' Commission for Chess in Schools, 1984, Annex pp. 1-2.
7. Robert Ferguson, 'Teaching the Fourth R (Reasoning) through Chess,' School Mates, 1(1), 1983, p. 3.

تا از یک بازی که در آن برنده شده‌اید. برای اینکه یک بازیکن خوب باشید، باید صدها بار بازنه شوید.»

#### شطرنج و علم

شطرنج، علمی فکر کردن و درست اندیشیدن را افزایش می‌دهد. در حالی که بازی می‌کنید، تغییرات بی‌شماری در ذهن خود ایجاد می‌کنید. ایده‌های جدیدی را کشف می‌کنید، سعی می‌کنید، نتایج آن‌ها را پیش‌بینی کنید و الهام‌های هیجان‌انگیز را تفسیر کنید، تصمیم می‌گیرید و فرضیه می‌سازید. بعد از آن هم مهره را حرکت می‌دهید و فرضیه خود را امتحان می‌کنید.

#### شطرنج و فناوری

شطرنج بازان طی این بازی چه می‌کنند؟ آن‌ها کاملاً شبیه رایانه‌ها، در جست‌وجوی حرکتی بهتر در مهره‌هایتان از بازی خارج شوند. اگرچه شما خود را در زمانی محدود فعال می‌شوند. الان چه کار می‌کنید؟ شما از رایانه به عنوان وسیله‌ای برای یادگیری استفاده این اشتباها ناگزیرند و شطرنج نیز، همانند زندگی، می‌کنید.

#### شطرنج و ریاضیات

برای بازی شطرنج لزوماً نباید باهوش باشید. شطرنج حاوی تعداد نامحدودی از محاسبات است: همه محاسبات، حملات و دفاع‌ها. در لحظه‌ای که در بازی یک مبادله ساده انجام می‌گیرد، شما از مغز خود برای محاسبه آن کمک می‌گیرید.

#### شطرنج و پژوهش

میلیون‌ها منبع برای بررسی همه جوانب بازی شطرنج وجود دارد.

#### شطرنج و هنر

در دایره‌المعارف بزرگ شوروی آمده است: «شطرنج، هنری است که در قالب یک بازی ظاهر می‌شود.» اگر فکر می‌کنید که هرگز نمی‌توانید هنرمند باشید، شطرنج به شما ثابت می‌کند که اشتباه فکر می‌کنید. شطرنج قادر است هنر درون شما را - که از خودتان هم پنهان است - ببرون بکشد. قوهٔ تخیل شما با نیروی سریع و وحشی، همراه با امکانات بی‌پایان، ۶۴ بایر می‌شود. شما در ذهن خود از وضعیت‌ها یا موقعیت‌های ایده‌آل تصاویری خواهید کشید و پایگاه‌های نفوذی شطرنج را برای سریازان تکمیل می‌کنید. همانند یک شطرنج باز شما نیز روشی ویژه و شخصی برای بازی کردن خواهید داشت.

#### شطرنج و روان‌شناسی

شطرنج آزمون بردباری، آزمون اعصاب و آزمون توان و تمرکز است و توانایی شما را برای تأثیر گذاردن بر فرد دیگر، افزایش می‌دهد. شطرنج روحیه ورزشکاری شما را در یک محیط رقابتی می‌آزماید.

شروع‌های متفاوتی از بازی را به‌خاطر می‌سپارند. همچنین شما یاد خواهید گرفت که الگوهای مختلف را تشخیص دهید و تغییرات طولانی را به یاد بسپارید.

#### شطرنج تمرکز را افزایش می‌دهد

در طول بازی شما فقط بر هدف اصلی تمرکز می‌کنید تا حریف را کیش‌ومات کنید و برنده شوید.

#### شطرنج تفکر منطقی را افزایش می‌دهد

شطرنج نیازمند درک برخی مفاهیم راهبردی منطقی است. برای مثال، شما خواهید دانست که بهتر است در ابتدای بازی بعضی از مهره‌هایتان را از بازی خارج کنید تا توانید شاهتان را در همه مدت بازی محفوظ نگه دارید. این کار ضعف بزرگی در موفقیت شما به وجود نمی‌آورد و اشتباه فاحشی نیست که بعضی از مهره‌هایتان از بازی خارج شوند. اگرچه شما خود را در حال انجام ناگهانی بعضی حرکت‌ها در بازی می‌باید. این اشتباها ناگزیرند و شطرنج نیز، همانند زندگی، می‌کنید. یک فرایند یادگیری بی‌پایان است.

#### شطرنج قوهٔ تخیل و خلاقیت را ارتقا می‌دهد

شطرنج شما را تشویق می‌کند تا مبتکر باشید. تعداد نامحدودی از ترکیبات زیبا وجود دارند که هنوز هم ساخته نشده‌اند.

#### شطرنج مستقل بودن را می‌آموزد

باید تصمیمات مهمی بگیرید که بر قضاوت شما تأثیر می‌گذارند.

#### شطرنج استعداد پیش‌بینی نتایج کارها را توسعه می‌دهد

برای مثال، به شما می‌آموزد که قبل از عبور از خیابان به هر دو طرف نگاه کنید.

#### شطرنج خود انگیزشی را الهام می‌بخشد

شطرنج شما را به جست‌وجوی بهترین حرکت، بهترین برنامه‌ریزی و زیباترین حرکت مستمر به خارج از امکانات بی‌پایان تشویق می‌کند. همچنین شما را برای پیشرفت و دستیابی به اهدافی ارزشمند تشویق می‌کند که همیشه به پیروزی ختم می‌شوند.

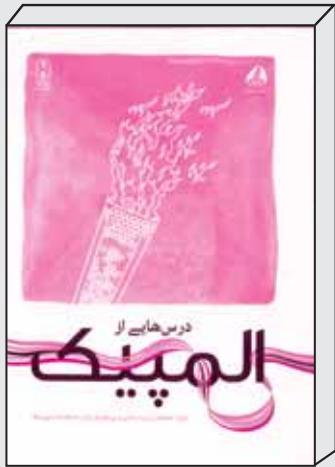
#### شطرنج نشان می‌دهد که موفقیت، پاداش سخت کار کردن است

هر چقدر بیشتر تمرین کنید، در بازی کردن بهتر می‌شوید. شما باید آمادگی باختن را داشته باشید و از اشتباها خود درس بگیرید. یکی از بزرگترین شطرنج بازان، کاپیلانکا، گفته است: «ممکن است که از یک بازی باخته، چیزهای خیلی بیشتری یاد بگیرید

# درس‌هایی از المپیک

ویژه معلمان تربیت‌بدنی و مریبان ورزش

افسانه محمدی



نوسنده: دیانا ال بیندر  
مترجم: الوالقاسم دباغان  
انتشارات: انتشارات مدرس  
(تلفن: ۸۸۸۰۳۲۴)  
المپیک یک روش است، روش زندگی همراه با درس‌هایی که می‌تواند برای ورزشکاران و هر آن‌کس که به زندگی فردی و اجتماعی ارزش می‌نهاد و به آن احترام می‌گذارد، آموزنده باشد. گرچه المپیک با هدف برگزاری مسابقات ورزشی در بین بهترین‌های جهان هر چهار سال یکبار برگزار می‌شود، در عین حال با ایجاد پدیده جنبش جهانی المپیک در پی آن است که ارزش‌ها و خصوصیات و منش‌های ورزشی را که می‌توانند در صحنه‌های اجتماعی و فرهنگی به کار گرفته شوند و ساختارهای اجتماعی را به سمت رفتارهای مطلوب سوق دهند و در نهایت، بطن و متن جامعه را به اخلاق و آرمان‌های المپیک بیارایند، معرفی نماید. جنبش المپیک فلسفه‌ای منحصر به فرد است که با تشكل‌های منطقی توانسته است تحولات عظیم فرهنگی و اجتماعی را باعث شود و مردان و زنانی را به جامعه معرفی کند که هم از لحاظ سلامت جسمانی و هم سلامت روحی و روانی ممتازند. تربیت از طریق ورزش یکی از هدف‌های اصلی جنبش المپیک است تا ورزشکاران به صورت تک ساحتی و صرفاً از جنبه‌های جسمانی پرورش نیابند. بلکه ساحت‌ها، قلمروها و جنبه‌های عاطفی، فکری و روانی خود را نیز بازی‌بازی و بازنگری نمایند و از خویشتن خویش الگویی به جامعه معرفی کنند با ساحت ممتاز و متعالی بشری. یکی از مأموریت‌های کمیته‌های ملی المپیک کشورها که با حمایت کمیته ملی المپیک انجام می‌شود، آموزش و ترویج ارزش‌های جنبش المپیک در میان افشار مختلف در سطح ملی است. با توجه به این اهداف، کمیته ملی المپیک با همکاری انتشارات مدرس تصمیم به ترجمه و چاپ این کتاب گرفته است تا معلمان تربیت بدنی و مریبان ورزش با الگوی‌داری صحیح از این آرمان‌ها، خطا مشی‌های ذهنی، رفتاری و ورزشی دانش‌آموزان را ترسیم

شطرنج باعث ارتقای عملکرد تحصیلی و افزایش نمرات می‌شود مطالعات بی‌شماری ثابت کرده‌اند که بچه‌ها در نتیجه شطرنج بازی کردن سطح روحانی بالاتر، ریاضی بهتر و روی هم‌رفته، توانایی یادگیری بیشتری به دست می‌آورند. به همین دلیل و به دلایل بیشتر، نتیجه شطرنج بازی کردن بچه‌ها در مدرسه عملکرد تحصیلی بهتر آن‌هاست. در نتیجه، احتمال موفقیت آن‌ها در زندگی بیشتر است.

شطرنج دنیا را به روی شما می‌گشاید  
حتم‌ا لازم نیست شما یک بازیکن با رتبه بالا باشید تا بتوانید به مسابقات بزرگ و مهم وارد شوید. شطرنج برای شما فرصت‌های فراوانی برای مسافت فراهم می‌کند؛ نه تنها به درون کشور بلکه به دور دنیا. شطرنج یک زبان جهانی است و شما می‌توانید از طریق صفحه کوچک آن با بیرون ارتباط برقرار کنید.

شطرنج شما را قادر می‌سازد تا با افراد بسیار جالبی ملاقات کنید  
شما با افرادی که از طریق شطرنج ملاقات می‌کنید، دوستی‌های طولانی مدتی خواهید داشت.

شطرنج ارزان است  
برای شطرنج بازی کردن لازم نیست دارای امکانات و تجهیزات تجملی و گران قیمت باشید. در واقع، همه شما ممکن است فقط به رایانه یا چیزی شبیه آن نیاز داشته باشید. همچنین خوب است صفحه و مهره‌های شطرنج را در خانه داشته باشید و با اعضا خانواده تمرين کنید. آن‌ها را بردارید و به خانه دوستستان یا به پارک نزدیک خانه‌تان بروید و با هر کس که دوست دارید بازی کنید.

**نتیجه‌گیری**  
شطرنج به هر کس که با مهارت روش عالی تفکر را می‌آموزد کمک می‌کند. به خصوص شروع بازی شطرنج در روزهای اول مدرسه سیار مفید است. این بازی بچه‌های ما را در موفقیت‌های مدرسه‌شان پیشرفت می‌دهد. بچه‌هایی که آموزش‌های نظامی را از شطرنج دریافت کرده‌اند، در مقایسه با دیگران کاری تحصیلی و درسی بهتری دارند. به دلیل سختی در پژوهش‌ها، برای ثابت کردن فواید شطرنج و علت بوجود آمدن فرضیه‌های ذهنی، درباره رشد دندریت‌ها در سلسله اعصاب، شطرنج باید در برنامه درسی مدارس در سطح ابتدایی قرار گیرد. شطرنج روشی جدید برای حل مسائل قیمی در آموزش‌های ضعیف است. این ورزش به عنوان وسیله‌ای مؤثر برای آموزش دانش‌آموزان به کار می‌رود تا از مهارت‌های ذهنی و فکری شان بیشتر استفاده کند و برای رسیدن به اهدافشان بر مشکلات فردی خود غلبه نمایند.

کنند و آن‌ها را در صف برترین‌های اجتماع قرار دهند. کتاب «درس‌هایی از المپیک» برگرفته از کتاب «قهرمان زندگی باشید»، اثر دیانا ال بیندر یک شخصیت فرهنگی-المپیکی از کشور کانادا است، که به بخش آموزش ارزش‌ها و فلسفه المپیک در میان معلمان و مربیان ورزشی اهمیت ویژه‌ای می‌دهد. این کتاب اهمیت اخلاق ورزشی و احترام به تفاوت‌های فرهنگی را که بعضاً ریشه در اعتقادات غنی دینی مانیز دارد، به عنوان عناصر لازم در زندگی اجتماعی به روشی مطرح می‌کند و نقش کمال جویی، پویایی، شیوه‌های صحیح و سالم زندگی را در مدرسه و اجتماع به وضوح مشخص می‌نماید. همچنین علاوه بر ارائه بیام‌های در خور تأمل در خصوص آرمان‌ها و فلسفه المپیک، اطلاعات ارزشمندی درباره بازی‌های المپیک در دوران باستان و کنونی ارائه می‌نماید تا مخاطبان به ریشه‌های کهن المپیک، و نیز المپیک مدرن پی‌برند و ارتیاط این دو را در دوره کنونی بدانند. این کتاب که به کوشش ایوال‌قاسمی دیگران ترجمه شده، شامل ۵ فصل است. در فصل اول با عنوان «جسم، اندیشه و روان»، دانش‌آموزان به انجام فعالیت‌های بدنی و ورزشی تشویق می‌شوند. فصل دوم به اخلاق ورزشی به عنوان الگویی برای رفتارهای فردی و اجتماعی اشاره دارد و فصل سوم نیز تنویر فرهنگ‌ها را مورد بحث و بررسی قرار می‌دهد. فصل چهارم با عنوان «در جستجوی تعالی» به مواردی چون هویت، اعتماد به نفس و عزت نفس پرداخته و آن‌ها را توضیح داده است. فصل پنجم به المپیک باستان و نوین اشاره دارد و فصل چهارم با عنوان «مهم‌ترین هدف بازی‌های المپیک» به این مسئله پرداخته است که در المپیک، هدف کسب پیروزی نیست، بلکه شرکت در بازی‌هاست و مهم‌ترین هدف در زندگی پیروزی نیست بلکه تلاش و کوشش است. این مطلب در بازی‌های المپیک بارها بر روی اسکوربرد استادیوم‌ها نیز نوشته می‌شود. مخاطب قرار دادن دیگران و مربیان ورزش بهطور مستقیم، طرح نکاتی قابل بحث با دانش‌آموزان و برای اندیشیدن، ذکر کردن تجارب برخی از کشورها از المپیک، آوردن داستان‌های واقعی از بازی‌های المپیک، انسجام مطالب و ترجمه بسیار سلیس و روان مترجم، جذابیت این کتاب را دو چندان گرده است.



۱۱

◆ میوان مکالمات درخواستی:	.....	
◆ میوان توصیلات:	.....	
◆ میوان تأییدی:	.....	
◆ میوان تکذیبی:	.....	
◆ میوان کامل مسمی:	.....	
◆ استبان:	.....	.....
◆ خبرخواهی:	.....	.....
◆ پایی:	.....	.....
◆ تصدیق یا نکری:	.....	.....
◆ اکر قلای مشترک راهنمایی:	.....	
◆ میله برداشتی:	.....	
◆ اکر قلای مشترک راهنمایی:	.....	
◆ اکر قلای مشترک خود را بیویسید:	.....	
◆ انتهای:	.....	

- مهدی‌های داشن‌آموزی
- به صورت یادی و به شماره در سال تحصیل متفاوت می‌شوند:
- **رشد کوکو** بزیر کلاسیک ایوان پیش‌بینی و اولیه آموزش‌آغازی
- **رشد ۲۰۲۰** بیزیر کلاس ایوان پایه‌هایی و سه‌موده در امور ایندیکاتور
- **رشد ۲۰۲۰+** بیزیر کلاس ایوان پایه‌هایی و سه‌موده در امور ایندیکاتور

برای دانش‌آموزان دوره اموزش مهندسی اول  
برای دانش‌آموزان دوره اموزش مهندسی اول  
برای دانش‌آموزان دوره اموزش مهندسی دوم  
برای دانش‌آموزان دوره اموزش مهندسی دوم  
برای دانش‌آموزان دوره اموزش مهندسی دهم

- **نشانی:** تهران، خیابان ابراهیش شهر شمس‌آباد، ساختمان شمس‌آر ۴  
آموزش‌گردش، پلاک ۶۶۵
- **تلفن و نمایر:** ۰۲۶۰۰۰۸۷۸۷
- **وی‌ای‌پی:** [www.roshtdinmag.ir](http://www.roshtdinmag.ir)

سیده  
بجز  
شالیروز  
ولادت  
حضرت علی  
علیہ السلام  
علیم الحق  
والحق علی