

# راهنمای برنامه درس تربیت بدنی در مدارس

## شیوه‌ای نوین در اجرای درس تربیت بدنی

افسانه محمدی



### اشاره

تربیت بدنی به‌عنوان بخشی از نظام تعلیم و تربیت عمومی از جمله مهم‌ترین دروس به‌شمار می‌رود که در مدارس به‌طور عملی و از طریق حرکت در کسب و حفظ سلامتی و تندرستی دانش‌آموزان مؤثر است. با چنین رویکردی برنامه‌ی درس تربیت بدنی شرایطی را فراهم می‌کند تا دانش‌آموزان با تمرین حرکات و رفتارهایی در ابعاد پنج‌گانه جسمانی، عاطفی، عقلانی، اجتماعی و معنوی به نتایج مثبتی که در اهداف برنامه پیش‌بینی شده است برسند. تدریس یک برنامه‌ی درسی کیفی با رویکرد کسب و حفظ سلامتی و تندرستی، ضمن توجه به آموزش مقدماتی مهارت‌های ورزشی رایج، به‌طور غیرمستقیم به تأمین اوقات فراغت غنی‌تری یاری می‌رساند و از سوی دیگر بستری مناسب برای جذب افراد نخبه به ورزش در سطح قهرمانی و شکوفایی استعداد آنان فراهم می‌کند. روز سه‌شنبه ۴ خرداد ماه سال ۱۴۰۰ فرصتی دست داد که نشستی با عنوان راهنمای برنامه‌ی درس تربیت بدنی در ساختمان سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت

تدوین راهنمای برنامه‌ی درسی حوزه تربیت و یادگیری سلامت و تربیت بدنی پس از ابلاغ برنامه‌ی درسی ملی به‌عنوان یک ضرورت جدی مطرح شد. از همان زمان نیز همواره تلاش‌هایی برای تدوین راهنمای برنامه‌ی درسی صورت گرفت که نتیجه‌ی آن تدوین راهنمای برنامه‌ی درسی جامع درس تربیت بدنی در سال ۹۰-۹۱ بود که به تصویب شورای برنامه‌ریزی درسی این گروه رسید. سپس در سال ۹۵ هم‌سو با سایر حوزه‌های تربیت و یادگیری در دفتر، تدوین راهنمای برنامه‌ی درسی حوزه‌ی تربیت بدنی در دستور کار گروه قرار گرفت و راهنمای مذکور تدوین شد و به تصویب شورای هماهنگی سازمان پژوهش رسید، ولی به مرحله‌ی طرح و تصویب در شورای عالی نرسید. خوشبختانه با حضور مدیران متخصص برنامه‌ریزی درسی در سازمان، در سال ۹۹ تدوین راهنمای حوزه‌های تربیت و یادگیری مبتنی بر برنامه‌ی درسی ملی به‌طور جدی در دستور کار قرار گرفت و در جریان یک فرایند منسجم و هماهنگ با سایر حوزه‌های تربیت و یادگیری، این راهنما تولید شد و مراحل تصویب در شورای هماهنگی علمی سازمان را پشت سر گذاشت و در حال حاضر در انتظار برای طرح و تصویب در شورای عالی است.

آموزش و پرورش با حضور دکتر زهرا تسلیمی، سردبیر و سرپرست معاونت برنامه‌ریزی درسی دفتر تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی وزارت آموزش و پرورش، دکتر طیبه ارشاد، رئیس گروه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی وزارت آموزش و پرورش و دکتر محسن وحدانی، کارشناس پژوهش و برنامه‌ریزی درسی تربیت بدنی و سلامت سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی وزارت آموزش و پرورش برگزار شود. آنچه در ادامه می‌خوانید حاصل این گفت‌وگوست.

**دکتر تسلیمی:** ضمن تشکر از حاضران در نشست با اشاره به نقش و اهمیت راهنمای برنامه‌ی درسی تربیت بدنی که مورد تأیید شورای هماهنگی علمی سازمان پژوهش قرار گرفته تصمیم گرفتیم برای آنکه معلمان تربیت بدنی بتوانند با تولید محتوای آموزشی و کتاب‌های درسی آشنا شوند و برای اطلاع از پشتوانه کتاب‌های درسی و فرایند تولید آن‌ها و اقدامات و تصمیمات لازم و پیمودن مسیر دشوار تا نتیجه‌ی نهایی، گفت‌وگویی داشته باشیم برای معلمان که قصد دارند محتوای آموزشی تولید کنند. از شما مهمانان گرامی خواهش‌مندم در این زمینه و چارچوب این فرایند توضیح بفرمایید که راهنمای برنامه از کجا شروع و به چه شکلی تولید می‌شود و سرانجام به کجا ختم خواهد شد؟

**دکتر ارشاد:** ضمن تشکر از اهتمام و توجهی که به برنامه‌ی درس تربیت بدنی دارید و این نشست را ترتیب دادید، باید عرض کنم که

# میزگرد

رشد آموزش سلامت و تربیت بدنی

دوره بیست و دوم شماره ۱  
پاییز ۱۴۰۰

۱۸

تدوین راهنمای برنامه‌های درسی براساس فرایندی که در برنامه درسی ملی تبیین شده است انجام گرفت. به این منظور ابتدا اسناد بالادستی تحولی از جمله مبانی نظری سند تحول بنیادین، سند تحول و برنامه درسی ملی مورد تحلیل قرار گرفت، سپس طی مطالعاتی که از سال ۹۴ آغاز شده بود، پژوهش‌های مرتبط با برنامه درسی حوزه سلامت و تربیت بدنی در داخل و خارج از کشور مطالعه شد. همچنین با هدف توجه به نیازهای دانش‌آموزان و جامعه و با توجه به پژوهش‌های متعددی که در این حوزه انجام شده بود پژوهش‌های نیازسنجی انجام شده به‌صورت فرا تحلیل بررسی شد. در این مرحله از نتایج پژوهش‌های سایر نهادها از جمله وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی که هر چند سال یکبار پژوهش‌هایی را تحت‌عنوان کاسپین انجام می‌دهد، در حوزه شناسایی مشکلات و نیازهای مرتبط با بهداشت و سلامت دانش‌آموزان بهره لازم برده شد و در نهایت با توجه به پشتوانه مطالعاتی انجام شده فرایند تولید این راهنمای برنامه با مشارکت گروهی از متخصصان و صاحب‌نظران حوزه تعلیم و تربیت آغاز شد. به این منظور، ابتدا شورای برنامه‌ریزی درسی در حوزه تربیت و یادگیری با حضور جمعی از متخصصان موضوعی و تعلیم و تربیت در دانشگاه‌ها، نهادها و سازمان‌های مرتبط مثل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، حوزه علمیه قم و نمایندگان از سایر بخش‌های آموزش و پرورش از جمله معاونت سلامت و تربیت بدنی، معلمان و دانش‌آموزان با حضور ۱۸ نفر شکل گرفت. در کنار این شورا یکی دیگر از کلیدی‌ترین بخش‌ها در تولید این راهنما، شکل‌گیری کارگروه‌های تخصصی بود که محتوای عناصر مختلف راهنما در کارگروه‌هایی

که به همین منظور شکل می‌گرفت، تولید می‌شد و پس از بررسی و اصلاح برای تصویب به شورای برنامه‌ریزی ارسال می‌شد.

**دکتر وحدانی:** ضمن تشکر از برگزاری این نشست با توجه به اینکه در چه مرحله‌ای از تولید برنامه بودیم، کارگروه‌ها متفاوت بودند. برای مثال، وقتی در مرحله رویکرد و منطق بودیم، کارگروه به صورت ترکیبی و متشکل از متخصصان سلامت، تربیت بدنی، برنامه‌ریزی درسی و علوم تربیتی بود. زمانی که به قسمت محتوا ورود پیدا کردیم کارگروه‌ها تخصصی‌تر شدند. اعضای کارگروه تربیت بدنی و کارگروه سلامت، گروه متشکل از اساتید دانشگاه‌ها، کارشناسان معاونت تربیت بدنی و سلامت، سرگروه‌های آموزشی و نمایندگان دستگاه‌های اجرایی مانند وزارت بهداشت بودند.

**دکتر تسلیمی:** در صورت امکان خواهشمندم در مورد رویکرد راهنمای برنامه توضیح بفرمایید که این راهنمای برنامه با چه رویکردی نگارش شده و هدف‌های کلی آن را در حد چند کلیدواژه اساسی مطرح بفرمایید.

**دکتر ارشاد:** براساس رویکرد فطرت‌گرایی توحیدی در برنامه درسی ملی، در این برنامه درسی رشد همه‌جانبه دانش‌آموز (جسمانی، معنوی، اجتماعی، عاطفی و روانی) مورد تأکید است. به عبارتی دیگر، در این برنامه درسی تلاش می‌شود با بهره‌مندی از ابزارهایی همچون ورزش و حرکت، دانش‌آموزان در کنار حفظ و بهبود سلامت و ارتقای توانایی‌های جسمانی و حرکتی خود به اهداف عالی تربیت برسند. بر همین اساس در این برنامه سه هدف کلی بهبود سلامت و اتخاذ سبک زندگی سالم و فعال، ارتقای شادابی و نشاط و کیفیت زندگی و توسعه رفتارهای مسئولانه

فردی و اجتماعی در قبال خود، خانواده و جامعه مدنظر قرار گرفت.

**دکتر تسلیمی:** یکی از نقاط برجسته در این راهنمای برنامه، توجه به بحث ارزش‌های اساسی که شما فرمودید و بعد تربیتی است که می‌تواند مطالبه اصلی ما از اجرای درس تربیت بدنی در مدارس باشد. استفاده ابزارگونه از ورزش و فعالیت بدنی که برای خودمان هدف قرار دهیم اگر چه به شکل اهداف کوتاه‌مدت مورد استفاده قرار می‌گیرند، ولی نگاه درازمدت و عمیق و بلندی که داریم خیلی کمک می‌کند به بچه‌هایی که این اهداف را دنبال می‌کنند تا بتوانند سبک زندگی‌شان را اصلاح کنند و یک سبک زندگی خوب و سالم در طول زندگی خودشان حتی با تأثیر بر خانواده خود داشته باشند. اگر امکان دارد آقای دکتر وحدانی یک مقدار در ارتباط با چارچوب محتوایی راهنمای برنامه و ایده‌های اساسی که در راهنمای برنامه مطرح شده و حول آن‌ها جزئیات نگارش شده‌اند، توضیح بدهید.

**دکتر وحدانی:** همان‌طور که در رویکرد و منطق اشاره کردیم، در برنامه درسی سلامت و تربیت بدنی دو زیرحوزه تعریف شده است: ۱. زیرحوزه سلامت و بهداشت ۲. زیرحوزه تربیت بدنی، ورزش و تفریحات سالم. با این احتساب دو ایده کلیدی را در بخش محتوایی تعریف کردیم: زندگی فعال و زندگی سالم. عنصر محتوا سه مقوله اساسی را دربر می‌گیرد: مفاهیم، مهارت‌ها و ارزش‌ها. لذا ذیل هر یک از ایده‌های کلیدی مذکور، مفاهیم، مهارت‌ها و ارزش‌های اساسی تعریف شده‌اند. مفاهیمی که ذیل ایده کلیدی «زندگی سالم» آمده، شامل بهداشت، تغذیه، بیماری‌های واگیر و غیرواگیر ایمنی، رشد

براساس رویکرد فطرت‌گرایی توحیدی در برنامه درسی ملی، در این برنامه درسی رشد همه‌جانبه دانش‌آموز (جسمانی، معنوی، اجتماعی، عاطفی و روانی) مورد تأکید است



در این برنامه درسی تلاش می‌شود با بهره‌مندی از ابزارهایی همچون ورزش و حرکت، دانش‌آموزان در کنار حفظ و بهبود سلامت و ارتقای توانایی‌های جسمانی و حرکتی خود به اهداف عالی تربیت برسند

مهارت‌هایی که ذیل ایده کلیدی «زندگی سالم» آمده، شامل مهارت‌های فردی، بین‌فردی و اجتماعی، مهارت‌های تفکر و مهارت‌های فناوری است



**دکتر ارشاد:** حضور معاونت سلامت و تربیت‌بدنی در ساختار وزارت یک امتیاز و یک نقطه قوت در جهت اجرای این برنامه درسی است. معاونت سلامت و تربیت‌بدنی به‌طور مشخص در چندین محور می‌تواند مؤثر ظاهر شود:

به‌عنوان گام اول، تبیین و اشاعه برنامه با برگزاری دوره‌های توانمندسازی و ارتقای صلاحیت‌های حرفه‌ای و تخصصی معلمان و کارشناسان تربیت‌بدنی و سلامت به‌عنوان مجریان اصلی برنامه در سطح مدرسه و صف. محور دوم، تجهیز و تأمین فضا و تجهیزات آموزشی مورد نیاز برای اجرای این برنامه درسی است. محور سوم به‌عنوان یکی از جدی‌ترین محورها، فرهنگ‌سازی در زمینه ترویج سبک زندگی سالم و فعال در لایه‌های مختلف جامعه است که نیازمند همکاری و مشارکت سایر بخش‌های فرهنگ‌ساز جامعه از جمله رسانه ملی، شهرداری‌ها، مدارس و غیره است؛ و در نهایت، همکاری و مشارکت تخصصی در تولید محتوای بسته‌های تربیت و یادگیری و رسانه‌های متنوع آموزشی است.

## سخن پایانی

**دکتر وحدانی:** بابت فراهم‌سازی این میزگرد که کمک زیادی در جهت اشاعه و ترویج برنامه درسی خواهد کرد، تشکر می‌کنم. در انتها از کلیه همکاران عزیز، معلم و سرگروه‌های آموزشی درس تربیت‌بدنی، اساتید دانشگاه و خبرنگار و متخصصان موضوعی تقاضا دارم که با ارائه دیدگاه‌ها و نقطه‌نظرهای ارزشمندشان ما را یاری کنند. قطعاً بازخوردهای معلمان محترم از فرایند اجرای این برنامه کمک زیادی در اصلاح و بازنگری برنامه و بسته‌های یادگیری خواهد کرد.

**دکتر ارشاد:** با توجه به معلمان متخصص و کارشناسان خبره و توانمندی که در معاونت‌های تربیت‌بدنی و سلامت در سطح استان‌های کشور حضور دارند، انتظار می‌رود ان‌شاءالله با یک عزم ملی و اجرای این برنامه در جهت ارتقای سواد سلامت و سواد جسمانی - حرکتی نسل آینده‌ساز این کشور گام‌های شایسته برداریم و از نشریه نیز بابت تربیت دادن این میزگرد تشکر می‌کنم.

و تکامل، سلامت روان و سلامت اجتماعی است. مهارت‌هایی که ذیل ایده کلیدی «زندگی سالم» آمده، شامل مهارت‌های فردی، بین‌فردی و اجتماعی، مهارت‌های تفکر و مهارت‌های فناوری است. در ایده کلیدی «زندگی فعال» هم مفاهیم مرتبط با حرکت، فعالیت بدنی، آمادگی جسمانی و ورزش و مهارت‌های حفظ و ارتقای آمادگی جسمانی، مهارت‌های حرکتی، مهارت‌های ورزشی و مهارت‌های بازی و تفریحات سالم ارائه شده است. ارزش‌های اساسی بین هر دو ایده کلیدی مشترک‌اند که شامل مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی، مشارکت فعال و رفتار جوان‌مردانه است.

**دکتر تسلیمی:** در این راهنمای برنامه به غیر از مسائلی که ذکر فرمودید به چه مسائلی دیگری پرداخته‌اید؟ راهنمای برنامه چه بخش‌های دیگری را شامل می‌شود؟

**دکتر ارشاد:** قبل از اینکه به پرسش شما بپردازم اجازه می‌خواهم در تکمیل صحبت‌های شما که نگاه تربیتی را نقطه قوت این برنامه برشمردید، عرض کنم که در این برنامه رشد و ارتقای توانایی‌های جسمانی و مهارت‌های حرکتی دانش‌آموزان و حفظ و توسعه سلامت و بهداشت از اساسی‌ترین اهداف اختصاصی است که در بستر مناسب تربیتی محقق خواهد شد تا دانش‌آموزان در کنار رشد و توسعه قابلیت‌های جسمانی و حرکتی و سلامت و بهداشت، رفتارهای مسئولانه فردی و اجتماعی، رفتار جوان‌مردانه، شجاعت، صداقت، احترام، نوع‌دوستی و ... را نیز فرا بگیرند. در خصوص سؤالی که مطرح کردید این راهنما شامل منطقی و اهداف در دو بخش اهداف کلی و اهداف دوره‌ای و محتوا در قالب ایده‌های کلیدی، مفاهیم، مهارت‌ها، ارزش‌های اساسی، راهبردهای تربیت و یادگیری، نقش خانواده، مربی و مربی، ارزشیابی، محیط تربیت و یادگیری و استلزامات اجرایی است.

**دکتر تسلیمی:** به‌عنوان سؤال پایانی شما فکر می‌کنید معاونت تربیت‌بدنی و سلامت در این مسیر به چه صورت می‌تواند به شما در رسیدن به اهدافتان اعم از اجرایی شدن این راهنمای برنامه و همچنین در مراحل بعدی یعنی تولید محتوا کمک کند و چه نقش اساسی می‌تواند داشته باشد و انتظار شما از این دفتر برای اینکه بتواند به‌عنوان همکار شما نقشش را به خوبی ایفا کند، چیست؟