



آغاز کرده و همهٔ دغدغه‌اش سلامتی دانش‌آموزانش، به ویژه دختران است. گفت‌وگوی رشد تربیت بدنی با وی دربارهٔ فعالیت‌های تربیت بدنی دختران وزارت آموزش و پرورش و وضعیت فعلی تربیت بدنی در مدارس را می‌خوانید.

یکی از سمت‌های مهمی که شما داشته‌اید، در ادارهٔ کل تربیت بدنی دختران وزارت آموزش و پرورش بوده است. از شکل‌گیری و فعالیت‌های این اداره برایمان بگوئید.

وزارت آموزش و پرورش در سال ۱۳۷۷ تصمیم گرفت در حوزهٔ تربیت بدنی اداره کل دختران و پسران را از هم جدا کند. البته در ابتدای امر انتظار نمی‌رفت که اداره کل دختران بتواند به سرعت جایگاه خود را پیدا کند. به خصوص که ما فقط نام ادارهٔ کل را دریافت کردیم ولی حتی در گرفتن پست‌های این ادارهٔ کل مشکلاتی داشتیم. در استان‌ها هم هیچ زمینه‌ای برای این اداره آماده نبود اما ما تلاش کردیم و در زمانی که حتی یک پست به استان‌ها تعلق نمی‌گرفت، پست‌هایی را گرفتیم و بین استان‌ها تقسیم کردیم؛ چرا که معتقد بودیم کارشناس مسئول دختران باید تغییر کند. از سوی دیگر، سرانۀ ورزش دختران را جدا کردیم و بعد از ۳۲ سال فعالیت، به جرئت می‌توانم بگویم از جمله دوران‌هایی که کشور باید بدان ببالد، همان دوره‌ای بود که این اداره کل فعالیت داشت.

**فعالیت‌های عمدهٔ این اداره چه بود؟**  
وقتی ادارهٔ کل تربیت بدنی دختران تأسیس شد، آن قدر کار و طرح برایش تعریف کردیم که حتی ادارهٔ کل پسران هم بسیاری از آن‌ها را نداشت.

## ۴۴ تربیت بدنی دختران؛ سرمایه‌گذاری مطمئن

**پای صحبت مهین فرهادی‌زاد،  
پیش‌کسوت حوزهٔ تربیت بدنی آموزش و پرورش**

◀ **سمانه آزاد**

**اشاره**

نام مهین فرهادی‌زاد- که اکنون سرپرست دبیری فدراسیون ورزش بیماران خاص و پیوند اعضاست- با ادارهٔ کل تربیت بدنی دختران وزارت آموزش و پرورش گره خورده است، اداره‌ای که با وجود عمر کوتاهش فعالیت‌های مهم و تأثیرگذاری داشته و فعالیت‌هایی مانند تحقیقات دربارهٔ ناهنجاری‌های قامتی دختران دانش‌آموز تا ایجاد واحد حرکات اصلاحی برای کاهش این ناهنجاری‌ها. فرهادی‌زاد که مانند دیگر پیش‌کسوتان حوزهٔ تربیت بدنی آموزش و پرورش، کار خود را از معلمی آغاز کرده و از جمله مدیرانی است که فعالیت‌ها و سمت‌های گوناگونی داشته است؛ از جمله نیابت رئیس بانوان در فدراسیون‌های قایق‌رانی و تیراندازی، عضویت اجرایی در کمیته ملی المپیک و تدریس در دانشگاه الزهراء. فرهادی‌زاد با وجود تنوع در فعالیت‌هایش، همچنان دل در گرو آموزش و پرورش دارد؛ جایی که کار خود را از آن

از جمله، نخستین فعالیت‌های ما سنجش وضعیت بدنی دختران دانش‌آموز بود که متوجه شدیم ناهنجاری‌ها بیداد می‌کند. وقتی متوجه میزان شدید ناهنجاری‌های قامتی در دختران شدیم، نتایج تحقیقات را به وزارت‌خانه ارائه دادیم که باعث نگرانی وزیر هم شد. از سوی دیگر، به سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی هم نتایج را اعلام کردم و یک هفته مهلت دادم تا اعتبارات لازم را برای ما فراهم کنند. به این ترتیب، با بودجه ۴۰۰ میلیون تومانی این سازمان به ما، تغییراتی در پست‌هایی ایجاد و واحد حرکات اصلاحی را ایجاد کردیم. در این واحد، در سه ماه نخست سنجش داشتیم و در سه ماهه بعدی بر اساس نتایج سنجش، تمرین‌هایی را ارائه می‌دادیم و دوباره آثار تمرین‌ها را بررسی می‌کردیم. نتایج همه این فعالیت‌ها هم در سمینارهای طی سال ارائه می‌شد. علاوه بر این، بر اساس برنامه‌ای که داشتیم آموزش معلمان و کارشناس مسئولان را آغاز کردیم.

#### دلیل این همه ناهنجاری چه بود؟

یکی از دلایل وجود این ناهنجاری‌ها وجود مدارس دو و سه شیفته بود؛ یعنی، با وجود اینکه در شیفت‌های مختلف دانش‌آموزان مقاطع مختلف به مدرسه می‌آمدند اما فقط یک نوع نیمکت وجود داشت. همین موضوع باعث ایجاد ناهنجاری «پشت‌گرد» در دختران دبیرستانی شده بود. همچنین، بچه‌های ابتدایی که پایشان به زمین نمی‌رسید تمام عضلات خود را منقبض می‌کردند و انرژی زیادی از آن‌ها گرفته می‌شد. ناهنجاری‌ها در مناطق مختلف متفاوت بودند؛ مثلاً در استان فارس نتایج تحقیقات نشان می‌داد که انگشت شست پای کج بسیار زیاد است. مسئولان فیلمی از کفش‌فروشی‌های شهر تهیه کرده بودند که نشان می‌داد بیشتر کفش‌های دخترانه، نوک تیز و پنجه تنگ‌اند. این نشان‌دهنده آن بود که طرف‌داری از مد در یک برهه زمانی ممکن است چه آسیبی به بدن فرد وارد کند. ما اسکولیوزهایی را در دانش‌آموزان پیدا کردیم که از بد حرکتی‌ها و بد رفتاری‌های حرکتی ناشی می‌شد. مثلاً خیلی از خانواده‌ها نمی‌دانند که اگر نوزاد را به خوابیدن به روی شکم عادت دهند، بعدها ممکن است چه مشکلاتی برای فرزند ایجاد شود. خداوند در قرآن به بدن ما شخصیت داده است اما ما حتی رویکرد دینی نسبت به بدنمان را هم نمی‌دانیم. اگر چند فرمول ریاضی و فیزیک را در طول زندگی ندانیم، شاید اتفاقی نیفتد اما اگر پشت‌تاب‌دار داشته باشیم،

مطمئناً در سلامت ما و زندگی آرام مؤثر خواهد بود. بنابراین، باید این ناهنجاری‌ها در سنین پایین و قبل از دبیرستان تشخیص داده شود. گرچه ما در این زمینه هم مشکلاتی داشتیم؛ مثلاً خانواده‌ها می‌گفتند روی فرزند ما عیب می‌گذارد! اما ما سعی کردیم مدیران استانی را در این زمینه توجیه و با این قضیه آشنا کنیم. با برگزاری کارگاه‌های آموزشی معلمان را آموزش دادیم و در رادیو و تلویزیون هم برنامه‌های متعددی اجرا کردیم تا خانواده‌ها را از وضعیت جسمانی فرزندانشان آگاه کنیم.

#### غیر از یافتن ناهنجاری‌ها و تلاش برای برطرف کردنشان، چه فعالیت‌های دیگری برای اداره کل تربیت بدنی دختران تعریف کرده بودید؟

یکی دیگر از فعالیت‌های ما تغییر ارزشیابی معلمان بود. قبلاً در ارزشیابی معلمان موفقیت آن‌ها در مسابقات آموزش و پرورش و قهرمانی مهم بود. در واقع، از سهم درس تربیت‌بدنی در ارزشیابی معلم غافل بودیم. دو سال طول کشید تا شورای عالی آموزش و پرورش را قانع کردیم اجازه دهند معلم را در کلاس تربیت‌بدنی ارزیابی کنیم. به این ترتیب، عناصر ارزشیابی معلم را تغییر دادیم و به تأیید رساندیم. یکی دیگر از اقدامات، درباره المپیادهای ۷ هزار نفری دانش‌آموزی بود که به آن افتخار می‌کردیم. در این المپیادها ما سرانۀ ورزشی ۱۳۰ دانش‌آموز را برای یک نفر هزینه می‌کردیم که حق نبود. از این رو استان‌ها را راضی کردیم که این مسابقات را با حدود ۳ هزار دانش‌آموز برگزار کنیم و بقیه هزینه را صرف دیگر بخش‌ها کنیم. به این ترتیب، ورزش‌ها را به برنامه‌های همگانی تبدیل کردیم و بودجه و پول مربوط را هم به استان‌ها پرداختیم. در واقع، آن‌ها برنامه‌هایی را اجرا می‌کردند که همه دانش‌آموزان درگیر فعالیت‌های ورزشی شوند و ما نظارت می‌کردیم. ساخت سالن‌های ورزشی برای درس تربیت‌بدنی از دیگر فعالیت‌های ما در اداره کل تربیت‌بدنی دختران بود. در دوره‌ای سازمان ملی جوانان ۸ میلیارد تومان به حوزه پرورشی آموزش و پرورش کمک کرد. قرار شد هر بخش برنامه‌ها و طرح‌هایی را ارائه دهد تا از این اعتبار بهره‌مند شود. اداره کل تربیت‌بدنی دختران تنها بخشی بود که طی چند روز طرح‌ها و برنامه‌هایش را ارائه داد و به این ترتیب، ۴ میلیارد تومان از آن اعتبار به عنوان بودجه جاری به بخش ما تعلق گرفت. البته ما تلاش کردیم و آن را به بودجه عمرانی تبدیل کردیم. چون بعد از نتایج تحقیقات و ناهنجاری‌های قامتی دختران، به این

در هر دوره وزارت  
یک سیاست‌هایی  
دارد

**اگر دانش آموز  
در کمتر از ۱۰  
تا ۱۲ سالگی  
حرکات بنیادی را  
یاد نگیرد، دیگر  
نمی‌تواند در آینده  
انسانی توانمند  
در فعالیت‌های  
روزانه‌اش باشد**

نتیجه رسیده بودیم که باید فکری به حال فضای ورزشی دختران در مدارس بکنیم. به همین دلیل، گفت‌وگویمان با سازمان نوسازی مدارس را آغاز کردیم و با توجیه آن‌ها مبنی بر آسیب‌رسانی مدارس چند شیفته به دانش‌آموزان، ساخت‌وساز مدارس رشد چشمگیری پیدا کرد. به این ترتیب، درصد قابل توجهی از مدارس دو شیفته، یک شیفته شدند و دستور ساخت میز و نیمکت‌های متناسب با اندام و سن بچه‌ها صادر شد، اما هنوز نیاز ما در ارتباط با کلاس درس تربیت‌بدنی برطرف نشده بود. به خصوص اینکه با توجه به ملاحظات فرهنگی، برای دختران باید کلاس مخصوص تربیت‌بدنی ایجاد شود. از حیاط مدرسه که به‌عنوان کلاس تربیت‌بدنی نمی‌توان استفاده کرد؛ چون محل رفت‌وآمد است نه کلاس درس. به همین دلیل، تصمیم گرفتیم با بودجه‌ای که به بخش ما تعلق گرفته بود، در چند مدرسه سالن ورزشی بسازیم. پس، جریان را با وزیر آموزش و پرورش (آقای مظفر) در میان گذاشتم اما واقعاً با ۴ میلیارد نمی‌شد چنین کاری کرد. ایشان پیشنهاد دادند که استان‌ها برای ساخت سالن ۳۰ میلیون تومان هزینه کنند؛ ۳۰ میلیون تومان هم ما از این اعتبار به آن‌ها بدهیم و هر میزان کمبود اعتبار را وزیر آموزش و پرورش تقبل کرد. به این ترتیب، ما ۸۷ سالن ورزشی در استان‌ها ساختیم که گرچه تعداد قابل توجهی نبود اما بخشی از نیازها را برطرف می‌کرد.

**با توجه به تجربه و سابقه‌ای که دارید، فکر می‌کنید عمده مشکلات آموزش و پرورش کشور در حوزه تربیت‌بدنی چیست؟**  
یکی از مشکلات این است که در مدارس، فضای برای درس تربیت‌بدنی وجود ندارد و سازمان نوسازی مدارس باید برای ایجاد سالن ورزشی فکری کند. الان دبستان‌های ما با حیاط‌های ۴۰ متری مجوز فعالیت گرفته‌اند! در حالی که اگر دانش‌آموز در کمتر از ۱۰ تا ۱۲ سالگی حرکات بنیادی را یاد نگیرد، نمی‌تواند در آینده انسانی توانمند در فعالیت‌های روزانه‌اش باشد. راه رفتن درست، دویدن، پریدن، دریافت کردن، پرتاب کردن و جهیدن از حرکاتی است که باید طی بازی‌های دبستانی و در فضایی مناسب آموخته شود. در غیر این صورت، در دوره‌های بالاتر با دانش‌آموزانی مواجه می‌شویم که حتی قادر به انجام دادن حرکت ساده پروانه زدن نیستند و هیچ مهارت حرکتی‌ای ندارند. از سوی دیگر، تا وقتی جسم آماده نداشته باشد ذهن و روح آماده هم

ندارد. اکثر دخترانی که دچار ناهنجاری‌های قامتی هستند، در زندگی آرامش ندارند؛ چون به خستگی دچارند و از نشاط کافی هم بی‌بهره‌اند. بنابراین، پرداختن به ورزش و تربیت‌بدنی یک سرمایه‌گذاری مطمئن است. ما باید فضا و شرایطی را فراهم کنیم که در آن معلم توانمند و دلگرم شود و خانواده‌ها با فرهنگ فعالیت‌های بدنی آشنا شوند. اگر سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس متوجه این امر باشد که همه دانش‌آموزان نیازمند حرکت‌اند، باید کلاس مختص درس تربیت‌بدنی مهیا شود. از سوی دیگر، باید تلاش کنیم تا فرهنگ‌سازی در زمینه تربیت‌بدنی مستمر باشد. باید اهمیت تربیت جسم در پرورش روح را به طور مستمر یادآوری کنیم. خانواده‌ها باید در حوزه تربیت‌بدنی درگیر شوند. خانواده‌ها برای تأمین سلامت فرزندان‌شان باید یاد بگیرند که فرزندشان چگونه باید درست بنشیند، چگونه تمرین‌ها را به‌درستی انجام دهد. آنچه در آموزش و پرورش مغفول مانده، این است که فکر کنیم همه خانواده‌ها و مسئولان اهمیت درس تربیت‌بدنی را متوجه شده‌اند. اگر اهمیت این درس را می‌دانستند، در مورد ساخت‌وساز مدارس به این شکل اقدام نمی‌کردند و مجوز فعالیت مدرسه با حیاط ۴۰ متری را صادر نمی‌کردند. ما نمی‌توانیم انتظار داشته باشیم که در چنین فضایی معلم ورزش معجزه کند. چرا معلمان ورزش بعد از ۱۵ سال کار فرسوده می‌شوند؟ چون مدام در سرما و گرما می‌ایستند و آموزش می‌دهند. کمی هم معلمان ورزش را درک کنیم. خانواده‌ها هم باید به‌طور مستمر آموزش ببینند. اگر قرار است دختر و پسر در آینده مکمل هم باشند، باید به اندازه هم رشد کنند. در این صورت، در آینده یکدیگر را بیشتر می‌پذیرند و بیشتر می‌توانند جواب‌گوی هم باشند. همه ما در ارتباط با قشر بسیار محوری جامعه، یعنی دختران، مسئولیت داریم؛ دخترانی که زنان، همسران و مادران آینده این جامعه‌اند.

**به نظر می‌رسد خانواده‌ها آموزش و پرورش را به عنوان یک ارگان جدی در امر تربیت بدنی نمی‌شناسند.**

بله و این به دلیل عملکرد خود ماست. خیلی وقت‌ها معلمان اسکولیزهایی را در دانش‌آموزان تشخیص می‌دادند که با درمناش بسیاری از مشکلات حل می‌شد. پس این موضوع به عملکرد ما بستگی دارد. البته خانواده‌ها هم باید در این بخش خود را سهمیم بدانند و مطالبات خود را جست‌وجو کنند.

بچه‌هایی که دچار برخی معلولیت‌ها هستند، در فضای ورزش جان می‌گیرند. معلم به دلیل فضای باز این درس، جسم و جان دانش‌آموز را در اختیار دارد و می‌تواند او را بشناسد و حتی به صورت فردی با او تمرین کند. پس ما باید برای درسی به این مهمی، فضای مناسبی فراهم کنیم. اگر بسیاری از مشکلات و معضلات ریشه‌یابی می‌شد، شاید به این نکته می‌رسیدیم که دختران و پسران ما کودکی و شادی نکرده‌اند. آرامشی که باید در جسم و وجود خود داشته باشند تا به روحشان منتقل شود وجود ندارد. دختران برای اینکه بعد از ازدواج اندام سالمی داشته باشند تا بتوانند خانواده خود را حفظ کنند، به ورزش و تربیت بدنی نیازمندند. دانش‌آموز باید در ورزش و بازی‌ها موضوعاتی مانند گذشت، فداکاری، پذیرفتن قوانین جمع، گرفتن حق و ... را یاد بگیرد تا بتواند در جامعه زندگی کند. همه این‌ها نشان از اهمیت این درس دارد.

### جایگاه استعدادیابی در آموزش و پرورش چیست؟

اصلاً استعدادیابی مال آموزش و پرورش است؛ چون بیشتر استعدادها در کمتر از ۹ و ۱۰ سالگی باید شناخته شود. فردی هم که حرکات بنیادین را در سنین کودکی یاد نگرفته باشد، نمی‌تواند به عنوان یک استعداد معرفی شود. وزارت ورزش و جوانان به عنوان متولی ورزش باید آموزش و پرورش را در این زمینه حمایت و کمک کند.

### در دوران فعالیت خود برنامه‌ای در این زمینه داشتید؟

ما بعد از جا افتادن حرکات اصلاحی، مراکز سلامتی و تندرستی را در استان‌ها ایجاد کردیم. در ابتدای امر، در استان همدان که به عنوان استان پایلوت انتخاب شده بود، یک سالن را انتخاب کردیم. بدن دانش‌آموزان در این سالن ورزشی از طریق رایانه و مربیان متخصص مورد تحلیل قرار می‌گرفت و برنامه بدن‌سازی متناسب با آناتومی بدنشان صادر می‌شد. مدتی بعد و پس از انجام تمرین‌هایی، دانش‌آموزان دوباره مراجعه می‌کردند و براساس نتایج تمرین‌ها، به رشته مناسب هدایت می‌شدند. در واقع، تشخیص داده می‌شد که آن‌ها که با توجه به استعداد بدنی و توانایی‌شان، برای فعالیت در کدام رشته ورزشی مناسب‌اند.

با این حساب، نمی‌توان نقش استعدادیابی در

آموزش و پرورش را در ورزش قهرمانی نادیده گرفت. قطعاً همین‌طور است. ببینید! تعلیم و تربیت که وظیفه آموزش و پرورش است، پیش‌زمینه استعدادیابی است. البته وزارت ورزش هم باید وارد این فضا شود و شرایط را مهیا کند. زمانی که در فدراسیون قایقرانی بودم، متوجه شدم که زمان و هزینه زیادی را صرف آموزش شنا به افراد می‌کنیم تا بعد قایقرانی یاد بگیرند؛ در حالی که فدراسیون‌ها نباید از ابتدا خودشان کار کنند و درصدی از این راه باید در آموزش و پرورش طی شده باشد. در این صورت، سرعت عمل بالا می‌رود، زمان قهرمانی کوتاه می‌شود، هزینه‌ها کاهش می‌یابد و نیروی انسانی آموزش و پرورش هم علاقه‌مند می‌شود، اما همه این‌ها نیازمند آن است که فضای مناسب در آموزش و پرورش مهیا باشد.

### به نظر شما، معلم تربیت بدنی باید چه مهارت‌ها و ویژگی‌هایی داشته باشد تا بتواند نقش مهم خود را ایفا کند؟

معلم ورزش، به خصوص در دوره ابتدایی، باید معلم سرحالی باشد، با آموزش‌های مستمر خود را آماده نگه دارد و همچنین، ترکیب بدنی یک معلم ورزش را داشته باشد، اما نکته اینجاست که نباید همه انتظارات را از معلم ورزش داشته باشیم. معلم ورزش گرما و سرما را تحمل می‌کند و این فشارها را او تحلیل می‌دهد. پس دولت هم باید تسهیلاتی را برای او فراهم کند. معلم ورزش باید به دانش‌آموز خود نزدیک باشد تا به ارتقای جسم و جان او کمک کند. همچنین باید مشکلاتش را بیرون در مدرسه بگذارد و آن قدر نشاط داشته باشد که بچه‌ها از او انرژی بگیرند. همه ما وظیفه داریم به معلم ورزش کمک کنیم. ببینید! حداکثر عمر مفید و کارکرد با نشاط معلم ورزش ۲۰ سال است. برای ده سال باقی‌مانده باید در دیگر جنبه‌ها مثل امور پژوهشی و استفاده از تجربه‌هایشان از نیروی آن‌ها کمک بگیریم. باید یادمان باشد که ممکن است معلم ورزش ما فعالیت‌های حرفه‌ای و قهرمانی داشته باشد و آسیب‌هایی از این جهت دیده باشد. بنابراین، نمی‌توان انتظار داشت که او همه فعالیت‌ها را هم‌گام با دانش‌آموزان انجام دهد. البته تجهیزات و امکانات در ورزش بسیار مهم‌اند و سازمان نوسازی و تجهیز مدارس موظف است در ساخت کلاس درس حائز استانداردهای تربیت بدنی، کمک حال معلم ورزش باشد اما معلم هم نباید فراموش کند که اگر این مسئولیت را پذیرفته است، باید همان امکانات و فضا را هم خود آماده کند.

**دختران برای اینکه بعد از ازدواج اندام سالمی داشته باشند و بتوانند خانواده خود را حفظ کنند، به ورزش و تربیت بدنی نیازمندند**