



■ بیژن شیرازی
مربی دانشگاه تهران



■ دکتر محسن حاجی
عضو هیأت علمی دانشگاه فرهنگیان

(بخش اول)

رابطه‌ی بین سواد جسمانی و تربیت بدنی

یکی از چالش‌های اساسی تربیت بدنی، ناآگاهی و در نتیجه بی‌توجهی خانواده‌ها نسبت به درس «تربیت بدنی» و نقش و جایگاه این درس در تکمیل عناصر تربیتی دانش‌آموزان است. به اعتقاد بسیاری از کارشناسان، والدین دانش‌آموزان ایرانی علاقه‌ی زیادی به حضور فعال فرزندان‌شان در کلاس تربیت بدنی نشان نمی‌دهند. آن‌ها بیش از هر چیز فرزندان خود را به خواندن درس‌هایی تشویق می‌کنند که برای موفقیت در کنکور دانشگاه‌ها لازمند. به اعتقاد نویسندگان این مقاله مهم‌ترین راه رونق بخشیدن و تغییر نگرش و در نهایت کیفیت بخشی به درس تربیت بدنی، آشنا کردن والدین با مفاهیم اساسی مرتبط با این درس است. در این مقاله تلاش شده تا والدین و خانواده‌ها با سواد جسمانی به عنوان مهم‌ترین دستاورد درس تربیت بدنی آشنا شوند. این اقدام کمک می‌کند تا آن‌ها بدانند نتیجه‌ی نهایی این درس «تربیت حرکتی» است و نه صرفاً یادگیری یک رشته‌ی ورزشی.

برای فهم سواد جسمانی ابتدا بهتر است تعریف سواد در شکل عام آن را مرور کنیم.





تعریف عملیاتی سواد جسمانی در موقعیت آموزش و پرورش به شرح ذیل است :
«افرادی که دارای سواد جسمانی‌اند، توام با شایستگی و مهارت از عهده‌ی انجام فعالیت‌های متنوع جسمانی برآمده و بدین ترتیب از این شایستگی برای رشد و تکامل تمامی ابعاد شخصیت خود سود می‌برند.»

سواد جسمانی از نگاه تربیت بدنی

فراهم آمدن بستری غنی (فرصت‌های یادگیری) که بچه‌ها و نوجوانان قادر به رشد و توسعه‌ی مهارت‌ها، دانش و نگرش‌های خود از طریق تنوع گسترده‌ای از فعالیت‌های جسمانی شوند، به‌طوری‌که اعتماد به نفس و حس موفقیت آن‌ها افزایش یابد، در قالب سواد جسمانی‌ست (وایت‌هد، ۲۰۰۷).
سواد جسمانی بیش از تسلط صرف در انجام یک یا چند مهارت کوچک در فعالیت‌های جسمانی‌ست. این مفهوم شامل هر دو اصل تمامی زندگی و زندگی تحصیلی‌ست. سواد جسمانی از طریق تعاملات پیچیده بین افراد، جهت‌ها و جامعه و دنیای آن‌ها رشد پیدا می‌کند. به‌طور خلاصه می‌توان چنین استنباط کرد که سواد جسمانی در تعاملی پیچیده بین شایستگی جسمانی و حیطه‌ی عاطفی رشد پیدا کرده و تجلی می‌یابد (هایدن - دیویس، ۲۰۰۸).

سواد جسمانی، چرا؟

(رابطه‌ی تربیت بدنی و سواد جسمانی)

تربیت بدنی عنوان یک برنامه‌ی درسی در چارچوب جدول برنامه‌ی هفتگی مدارس به منظور کمک به رشد و تکامل مهارت‌ها، دانش و نگرش‌های ضروری برای مشارکت فعال و سالم در زندگی‌ست. برنامه‌های تربیت بدنی بخشی از کل تجاربی‌ست که دانش‌آموزان در مدرسه کسب می‌کنند. بنابراین تربیت بدنی و محتوای آن نباید به عنوان بخشی جدا از سایر برنامه‌های درسی تلقی گردد.

یک برنامه‌ی تربیت بدنی باکیفیت و دارای محتوای غنی، شامل گستره‌ای از تجارب یادگیری‌ست که به‌دقت طراحی شده‌اند. این برنامه شامل مهارت‌های ورزشی پایه، ژیمناستیک و حرکات ریتمیک است. توجه به تمامی اهداف -به شکلی متناسب- و برون‌دادهای یادگیری، ما را

سواد چیست؟

برای دستیابی به یک تعریف مترقی و مطابق با شرایط دنیای کنونی به دنبال تعریفی جامع هستیم. یکی از این تعاریف، تعریفی‌ست که سازمان آموزش و پرورش، علوم و فرهنگ سازمان ملل متحد (UNESCO) ارائه داده است. این تعریف بدین قرار است:

«سواد به چگونگی تعامل ما در اجتماع و اقدامات (رفتارهای) اجتماعی مربوط می‌شود و این چگونگی با دانش، زبان و فرهنگ ارتباط تنگاتنگی دارد. مفهوم سواد در موقعیت تعلیم و تربیت چیزی فراسوی کسب دانش و فهم است. در واقع سواد در موقعیت تعلیم و تربیت اشاره به کاربرد دانش پایه و مفاهیم درک‌شده در قالب ملاحظات اخلاقی و شیوه‌های خلاقانه برای غلبه بر موقعیت‌های متنوع در محیط‌های مختلف است. چنین فردی که می‌تواند با رعایت موازین اخلاقی از عهده‌ی انجام وظایف و مسئولیت‌های خود برآید و محدودیت‌های محیطی و فرهنگی را پشت سر بگذارد، باسواد به شمار می‌رود.»

باسواد بودن به معنای بهره‌گیری از فرایندها و مهارت‌های تفکر خلاق و انتقادی، انتقال اطلاعات از طریق قالب‌های متنوع ارتباطات و نیز به‌کارگیری دانش و مهارت‌های ارتباطی درون و بین گروه‌ها در زمینه‌های مختلف است. با ارائه‌ی این تعاریف می‌توانیم به سوی ارائه‌ی تعریفی نسبتاً جامع از سواد جسمانی پیش برویم. باعنایت به مفهوم گسترده‌ی سواد، سواد جسمانی نیز فراتر از توسعه‌ی مهارت‌های جسمانی‌ست. چنین اصطلاحی به مفهوم رشد و تکامل تمامی ابعاد وجودی کودک است.

یکی از چالش‌های اساسی تربیت بدنی، ناآگاهی و در نتیجه بی‌توجهی خانواده‌ها نسبت به درس «تربیت بدنی» و نقش و جایگاه این درس در تکمیل عناصر تربیتی دانش‌آموزان است. به اعتقاد بسیاری از کارشناسان، والدین دانش‌آموزان ایرانی علاقه‌ی زیادی به حضور فعال فرزندان‌شان در کلاس تربیت بدنی نشان نمی‌دهند. آن‌ها بیش از هر چیز فرزندان خود را به خواندن درس‌هایی تشویق می‌کنند که برای موفقیت در کنکور دانشگاه‌ها لازمند.



آموزشی-تربیتی
ماهنامه



باسواد بودن به معنای بهره‌گیری از فرایندها و مهارت‌های تفکر خلاق و انتقادی، انتقال اطلاعات از طریق قالب‌های متنوع ارتباطات و نیز به کارگیری دانش و مهارت‌های ارتباطی درون و بین گروه‌ها در زمینه‌های مختلف است. با ارائه این تعاریف می‌توانیم به سوی ارائه تعریفی نسبتاً جامع از سواد جسمانی پیش برویم. با عنایت به مفهوم گسترده‌ی سواد، سواد جسمانی نیز فراتر از توسعه‌ی مهارت‌های جسمانی است. چنین اصطلاحی به مفهوم رشد و تکامل تمامی ابعاد وجودی کودک است.

مطمئن خواهد کرد که بچه‌ها با توانایی‌ها و علایق متنوع، قادر به پی‌ریزی پایه‌های تجارب و دانش حرکتی خواهند شد.

برنامه‌ی تربیت بدنی با کیفیت، بهترین فرصت‌ها را برای توسعه‌ی سواد جسمانی دانش‌آموزان به نحوی که قادر به کسب تندرستی و فعالیت کنونی و فعال بودن در سرتاسر زندگی انسان باشند، فراهم می‌آورد. اگرچه اکنون معلمان تربیت بدنی دارای برنامه‌ی منسجمی در کلاس‌ها هستند اما رسالت آن‌ها اقتضا می‌کند که با روش‌های تدریس مناسب تمامی همت خود را برای رشد سواد جسمانی به کار گیرند. در واقع موضوع سواد جسمانی در یک برنامه‌ی تربیت بدنی و در محتوای آن مستتر است. اما چنین مفهومی باید به‌طور عمدی و با توجه کامل، از سوی معلم تربیت بدنی مد نظر قرار گیرد، در غیر این صورت هیچ برنامه‌ای نمی‌تواند به تنهایی منجر به رشد سواد جسمانی در کودکان شود. برای مثال در ایالت «اونتاریو» آمریکا بازنگری برنامه‌ی سلامت و تربیت بدنی مشخص کرد که سواد جسمانی دانش‌آموزان به‌عنوان پایه‌ها و زیربنای یادگیری آن‌ها از پایه‌ی اول تا

دوازدهم رشد پیدا کرده است. همین‌طور در برخی از کشورهای مرفعی توسعه‌ی سواد جسمانی به‌عنوان یک شاخص مهم در ارزیابی کیفیت برنامه‌ی درسی تربیت بدنی در مدارس‌شان تلقی می‌شود. از این‌رو می‌توان چنین استنباط کرد که سواد جسمانی هم برون‌داد و هم پیامد برنامه‌های تربیت بدنی و ورزش در مدارس محسوب می‌گردد. هم‌اکنون وزارت آموزش و پرورش کانادا سواد جسمانی را به‌عنوان مبنایی برای برنامه‌ی تربیت بدنی در مدارس محسوب می‌کند (همان‌گونه که متخصصان مطلعند تربیت بدنی و ورزش در مدارس دارای مبانی متعددی است که سواد جسمانی می‌تواند موضوع جدیدی باشد).

تربیت بدنی، بستری برای توسعه‌ی سواد جسمانی در افزایش مشارکت ورزشی نوجوانان است. از این‌رو، این توسعه نه تنها پیامد درس تربیت بدنی محسوب می‌شود بلکه پایه و اساس نگرش، تمایل و مشارکت جویی بزرگسالان به انجام فعالیت‌های جسمانی از هر نوع است، به‌گونه‌ای که دلایل کم‌حرکتی، استفاده‌ی بیش از حد از ماشین و بی‌علاقگی به پرداختن به فعالیت‌های حرکتی و



ورزش در زمان فراغت، ناشی از بی سوادى جسمانى است. طرح تحقیقاتى پرورش ورزشکاران مستعد در مرکز ورزش کانادا (LTAD) سواد جسمانى را پایه و اساس رشد و توسعه‌ى مهارت‌ها، دانش و نگرش‌ها دانسته و فراگیرى آن را یک ضرورت برای هدایت زندگى‌ای فعال و سالم می‌داند. طرح مزبور، سواد جسمانى را این گونه تعریف می‌کند:

«رشد و توسعه‌ى مهارت‌های حرکتى پایه و مهارت‌های ورزشى پایه که به کودکان (بچه‌ها) اطمینان خاطر می‌دهد که با کنترل مطلوب در دامنه‌ى گسترده‌ای از فعالیت‌های جسمانى، حرکات ریتمیک و موقعیت‌های ورزشى مشارکت کرده و از آن لذت ببرند».

LTAD بر مبنای رشد و توسعه‌ى پیش‌رونده، بهبودى فعالیت‌های جسمانى را برای همه لازم می‌داند با تشویق کودکان و نوجوانان به کسب تجربه‌ى فعالیت جسمانى از طریق پرداختن به بازی و بازی‌های ورزشى، آن‌ها می‌توانند مهارت‌های سواد جسمانى را در خود توسعه دهند. در چنین صورتى است که اشتیاق آن‌ها به شرکت در انواع فعالیت‌های حرکتى و جسمانى افزایش پیدا می‌کند. فعالیت‌های جسمانى لزوماً نیاپستى ورزشى باشند بلکه هرگونه فعالیتى همچون راه رفتن، استفاده از پله به جای آسانسور و استفاده‌ى کمتر از

ماشین می‌توانند از فعالیت‌های جسمانى محسوب شوند. بدون شک آن چه کودکان و نوجوانان در دوران اولیه‌ى زندگى خود و در زمینه‌ى سواد جسمانى می‌آموزند، نگرشى عمیق و نهادینه‌شده را در آن‌ها به وجود خواهد آورد که تجلى آن را در تداوم فرایند رو به رشد آن‌ها در اجرای مهارت‌های حرکتى و در صورت تمایل به حضور در سطوح بالاتر، در کسب موفقیت‌هایی در میادین ورزشى مشاهده خواهیم کرد.

برنامه‌ى تربیت بدنى باکیفیت می‌تواند نقش مهمى در حمایت از برنامه‌هایی همچون LTAD داشته باشد. از طریق اجرای برنامه‌ى تربیت بدنى کیفى که در قالب برنامه‌ى درسى استثنایى و ملی و بر مبنای استانداردها تدوین شده است، می‌توانیم توسعه‌ى مهارت‌های سواد جسمانى را که خود لازمه‌ى آغاز یک زندگى فعال، کسب مهارت‌های پایه‌ى حرکتى، یادگیرى برای تمرین، تمرین برای تمرین و داشتن یک زندگى فعال است، شاهد باشیم. اجرای برنامه‌ى تربیت بدنى کیفى هم چنین می‌تواند مبنای محکمی برای حمایت بیشتر از آن دسته دانش‌آموزانى باشد که آرزوى ادامه‌ى شرکت در مسابقات و تمرین برای بردن را دارند.

... ادامه در بخش دوم

تربیت بدنى، بسترى برای توسعه‌ى سواد جسمانى در افزایش مشارکت ورزشى نوجوانان است. از این رو، این توسعه نه تنها پیامد درس تربیت بدنى محسوب می‌شود بلکه پایه و اساس نگرش، تمایل و مشارکت جوبى بزرگسالان به انجام فعالیت‌های جسمانى از هر نوع است، به گونه‌ای که دلایل کم حرکتى، استفاده‌ى بیش از حد از ماشین و بی‌علاقگی به پرداختن به فعالیت‌های حرکتى و ورزش در زمان فراغت، ناشى از بی سوادى جسمانى است.

