



■ **بیژن شیر**
مربی دانشگاه تهران



■ **دکتر محسن حاجی**
عضویت علمی دانشگاه
فرهنگیان

رابطه‌ی بین سواد جسمانی و تربیت بدنی

(بخش دوم)

چگونه باید سواد جسمانی را پرورش داد؟

قطعا اجرای یک برنامه کیفی در ساعت درس تربیت بدنی بهترین راه برای پرورش جسمانی ست. چنین برنامه کیفی ای که به شکل اجباری (تجویزی) در مدارس به اجرا درمی آید، فرصتی متوازن برای امکان کسب دانش، مهارت‌ها و نگرش‌های مورد نیاز به منظور کسب سواد جسمانی در اختیار تمامی دانش آموزان قرار می دهد. در سند تحول بنیادین پس از تبیین فلسفه تربیت، فلسفه تربیت رسمی و عمومی در جمهوری اسلامی ایران آورده شده است. در تبیین چگونگی تحقق تربیت رسمی و عمومی، الگوی نظری ساخت‌های تربیت توضیح داده شده است. یکی از این ساخت‌های ششگانه، ساخت تربیت زیستی و بدنی ست. برنامه درسی ملی به عنوان یک سند جامع برنامه درسی، تحقق مؤلفه‌های ساخت زیستی و بدنی را به طور عمده در بیانیه حوزه تربیت و یادگیری تربیت بدنی و سلامت تشریح کرده است. سواد جسمانی موضوعی ست که باید از طریق طراحی و تدوین دروس زیرمجموعه این حوزه تربیت و یادگیری، برنامه ریزی و اجرا شود.

درس تربیت بدنی در تمامی پایه‌ها در سه قالب اجباری (تجویزی)، انتخابی (نیمه تجویزی) و اختیاری (غیر تجویزی) این امکان را برای دانش آموزان فراهم می آورد که به شکل اجباری در یک برنامه مشخص برای پرورش سواد جسمانی شرکت کنند آن‌ها علاوه بر این، با عنایت به اقتضای استان خود می توانند در زمان اختصاص یافته برای اجرای برنامه‌های انتخابی (نیمه تجویزی) و اختیاری (غیر تجویزی) بکوشند. مطالعات نشان می دهد که در کشورهای پیشرفته نیز تقریباً وضع به همین



زیر مراجعه کنید. این شکل نشان می‌دهد که چگونه فرد باید در هر مرحله از زندگی در فعالیتهای جسمانی شرکت نماید.

مرحله	مذکر	مؤنث
شروع فعالیت	۶ تا ۰	۶ تا ۰
حرکات بنیادین	۹ تا ۶	۸ تا ۶
یادگیری برای تمرین	۱۲ تا ۹	۱۱ تا ۸
تمرین برای تمرین	۱۶ تا ۱۲	۱۵ تا ۱۱
تمرین برای مسابقه	۱۶ تا ۲۳	۱۵ تا ۲۱
تمرین برای بردن	۲۳	۲۱
فعال بودن برای زندگی در تمام طول زندگی		

فراخوانی به سوی اقدام

سواد جسمانی در حال حاضر واقعیتی انکارناپذیر برای جامعه برنامه ریزان، آمارشناسان، مدیران و از همه مهم تر معلمان تربیت بدنی ست. رسالت نویسندگان و مؤلفان اقتضای کند در این خصوص مطالبی آموزشی بنویسند. رسالت متخصصان نیز اقتضای کند که پژوهش های خود را به این سو هدایت کنند. این اقدامات هر یک به نوبه خود به تعمیق مفهوم سواد جسمانی و حرکتی کمک می کند. با تقویت و پرورش سواد جسمانی از طریق اجرای برنامه های تربیت بدنی با کیفیت، دانش آموزان به طور مستمر با انگیزه و متکی بر توانایی خود برای فهم، کاربرد و تحلیل اشکال مختلف حرکت می کوشند. در

منوال است. تفاوت در این است که استان ها و یا ایالت ها اگر چه ضرورت دارد که از چارچوب یک سند ملی برنامه درسی تبعیت نمایند، اما سهم اصلی را در طراحی و تدوین کتاب های درسی ایفا می کنند به گونه ای که تدوین محتوای بخش اجباری نیز بر عهده آن هاست. اما همان گونه که ذکر شد تمامی استان ها و یا ایالت ها ضرورت دارد که محتوای طراحی شده را در جهت تحقق اهداف و استانداردهای برنامه درسی ملی تدوین نمایند. در کشور کانادا وضع به همین شکل است. سازمان تربیت بدنی و سلامت کانادا برنامه درس تربیت بدنی کیفی را در سال ۱۹۸۸ به عنوان یک برنامه ی آموزشی که دارای ویژگی های زیر است، ارائه کرده بود:

- طراحی و برنامه ریزی مطلوب
- آموزش درس از طریق معلمان متخصص
- ایجاد فرصت های متنوع حرکتی
- امکان تقویت و رشد مؤلفه های آمادگی جسمانی
- اجرای برنامه در طول یک سال تحصیلی

سواد جسمانی را با سواد در سایر موضوعات درسی مقایسه کنید. در درسی هم چون زبان انگلیسی، دانش آموزان از طریق روبهرو شدن با تمرینات متنوع در چهار مهارت زبانی خواندن، گوش دادن، سخن گفتن و نوشتن تسلط پیدا می کنند. به طور مشابه دانش آموزان در درس تربیت بدنی نیز با دریافت ارائه آموزش ها و انجام تمرین های متنوع در قالب حرکات پایه، بازی های ورزشی، آمادگی جسمانی و حرکتی، و اجرای مسابقه های ورزشی به کسب سواد جسمانی نائل می گردند. به شکل

سواد جسمانی را با سواد در سایر موضوعات درسی مقایسه کنید. در درسی هم چون زبان انگلیسی، دانش آموزان از طریق روبهرو شدن با تمرینات متنوع در چهار مهارت زبانی خواندن، گوش دادن، سخن گفتن و نوشتن تسلط پیدا می کنند. به طور مشابه دانش آموزان در درس تربیت بدنی نیز با دریافت ارائه آموزش ها و انجام تمرین های متنوع در قالب حرکات پایه، بازی های ورزشی، آمادگی جسمانی و حرکتی، و اجرای مسابقه های ورزشی به کسب سواد جسمانی نائل می گردند.

ماهی ماهی

آموزشی-تربیتی



منابع

شورای عالی انقلاب فرهنگی؛ مبانی نظری تحول بنیادین در نظام تعلیم و تربیت رسمی و عمومی جمهوری اسلامی ایران؛ ۱۳۹۰، تهران: وزارت آموزش و پرورش.

شورای عالی آموزش و پرورش در برنامه‌ی درسی ملی؛

تهران: وزارت آموزش و پرورش

pHE canada.(2012)what is the Relations hip between physical Litrary & physicol Edu Cation?

نتیجه آن‌ها قادر به نمایش شکل‌های متنوعی از حرکات و مهارت‌های ورزشی منظم و توأم با اطمینان خواهند شد. این توانایی‌ها افراد را قادر به کسب سلامتی و ترجیح فعالیت‌های جسمانی در طول زندگی و برخورداری خود و دیگران از منابع سرشار آن خواهد کرد.



قطعا اجرای یک برنامه کیفی در ساعت درس تربیت بدنی بهترین راه برای پرورش جسمانی‌ست چنین برنامه کیفی‌ای که به شکل اجباری (تجویزی) در مدارس به اجرا درمی‌آید، فرصتی متوازن برای امکان کسب دانش، مهارت‌ها و نگرش‌های مورد نیاز به منظور کسب سواد جسمانی در اختیار تمامی دانش‌آموزان قرار می‌دهد. در سند تحول بنیادین پس از تبیین فلسفه تربیت، فلسفه تربیت رسمی و عمومی در جمهوری اسلامی ایران آورده شده است.

