

به نام خدا

آشنایی با مبانی تربیت بدنی در مدارس

مولفان :

علیرضا طیارزاده

نسرین کنعانی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: طیارزاده، علیرضا، ۱۳۵۶-

عنوان و نام پدیدآور: آشنایی با مبانی تربیت بدنی در مدارس / علیرضا طیارزاده، نسرين كنعانی.

مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۸۰ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۱۷۴-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: کتابنامه:ص. ۷۹ - ۸۰.

موضوع: ورزش مدارس -- راهنمای آموزشی

School sports-- Study and teaching

تربیت بدنی کودکان -- راهنمای آموزشی

Physical education for children -- Study and teaching

Educational games

بازی‌های آموزشی

شناسه افزوده: کنعانی، نسرين، ۱۳۶۰-

رده بندی کنگره: GV۳۶۳

رده بندی دیویی: ۳۷۲/۸۶

شماره کتابشناسی ملی: ۹۲۸۸۵۷۸

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

نام کتاب: آشنایی با مبانی تربیت بدنی در مدارس

مولفان: علیرضا طیارزاده - نسرين كنعانی

ناشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)

صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

چاپ: زبرجد

قیمت: ۶۴۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۱۷۴-۳

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	پیشگفتار.....
۱۱	عوامل جامعه پذیری.....
۱۳	نمایش فرد- زمان - زمینه.....
۱۵	اولین تاثیرات دوران کودکی و نوجوانی.....
۱۵	بنیاد خانواده.....
۱۸	گروه همسالان.....
۱۹	تفاوت های فرهنگی کودکان و نقش آن در رشد حرکتی.....
۲۳	جایگاه و نقش معلمان و مربیان.....
۲۴	مروری بر نقش های جنسیتی.....
۲۶	اهمیت اعتماد به نفس.....
۲۸	عوامل نژادی و تاثیرات احتمالی آن.....
۲۹	مهمترین تاثیرات در بزرگسالی.....
۳۳	بازی.....
۳۵	رشد قابلیت ها.....
۳۶	رشد مهارت های ورزشی.....
۴۴	اهمیت بازی.....
۵۹	آموزش حرکت ها.....
۵۹	قدرت.....
۶۰	مثال هایی مربوط به قدرت:.....

- آموزش وضعیت و نحوه صحیح حرکت اعضای بدن و تمرین های تقویتی ۶۲
- «حرکات و تمرینات در پایان سال دوم» ۶۲
- حرکات و تمرینات تکمیلی در سال چهارم (۱) ۶۳
- حرکات و تمرینات تکمیلی تا پایان سال چهارم (۲) ۶۳
- تمرینات روانی - حرکتی ۶۴
- حرکات تعادلی ۶۴
- انعطاف پذیری ۶۵
- استقامت عضلانی ۶۵
- تقویت عضلات شکم ۶۵
- اهمیت بازی در رشد بدنی ۶۶
- رشد عقلانی و اعتماد به نفس ۶۶
- رشد عواطف ۶۷
- رشد اجتماعی و ارتباط با همسالان ۶۷
- نظر «کاپلان» درباره ی نقش بازی بر رشد اجتماعی کودک ۶۸
- بازی و خلاقیت ۶۹
- بازی و رشد استقلال فردی ۶۹
- بازی بهداشت روانی کودک ۶۹
- بازی رشد ذهنی و هوشی ۷۰
- جنبه های اخلاقی بازی ۷۰
- اهمیت درمانی بازی ۷۱
- جایگاه هوش ۷۲

۷۲.....	سن و سال
۷۳.....	نگاهی به انواع بازی
۷۴.....	بازی های بدنی
۷۴.....	بازی های تقلیدی
۷۵.....	بازی های تخیلی
۷۶.....	بازی های نمایشی
۷۷.....	بازی های نمادی
۷۷.....	بازی های قانونمند
۷۹.....	منابع:.....

پیشگفتار

بدون شک دانستن و درک توالی تغییرات در رشد حرکتی^۱ و عواملی که بر این تغییرات تأثیر می‌گذارد، می‌تواند در یادگیری بسیار مهم باشد. برای مثال، معلم تربیت‌بدنی، احتیاج دارند تا درکی از آنچه کودکان انجام داده‌اند، آن‌چه قادر به انجام آن هستند، و آن‌چه قدم بعدی آن‌ها در رشدشان می‌باشد داشته باشند تا قادر به تدبیر نتایج یادگیری دانش‌آموزان برای کلاس‌هایشان و هم‌چنین توسعه‌ی طرح درس مناسب بیش فعال/کم توجه‌ند. بدون درک کامل رشد حرکتی دانش‌آموزان‌شان، ایجاد طرح درس رشدی مناسب سخت است. درس‌ها اغلب برای دانش‌آموزان ساده و خسته‌کننده یا سخت و منجرکننده است. در کل، تمرین‌های درسی باید تکامل مناسبی داشته باشند. گزارش انجمن ملی آموزش کودکان (NAEYC)^۲، بدین معناست برنامه‌ها باید طوری طراحی شوند که با نیازهای کودکان رودرو شود تا این‌که از کودکان انتظار رود خود را با خواسته‌های برنامه‌های خاص وفق دهند (بریدکمپ^۳ و کاپل^۴، ۱۹۷۷). انجمن ملی آموزش کودکان اظهار دارد که تکامل مناسب شامل دو بعد مرتبط به هم می‌باشد، سن مناسب و فرد مناسب. سن مناسب مرتبط است به اهمیت دانستن نسبت قابل پیش بینی رشد و توسعه از طریق توالی که اکثر کودکان منتقل می‌کنند. این‌ها توالی جدایی ناپذیر به ایجاد فرصت‌های یادگیری مناسب برای کودکان هستند. اگر چه بیشتر کودکان از این توالی قابل پیش‌بینی عبور می‌کنند، آن‌ها همچنان در پیشرویی که در سرعت‌ها و الگوهای مختلف رشدی به همراه حالات فردی یادگیری، شخصیت، و

1.-Motor development

2.-National Association for the Education of Young Children

3.-Bredekamp

4.-Copple

محیط بیرون از مدرسه دارند بی همتا هستند. این عوامل برای تناسب زمان فردی و همچنین ملاحظات مهم زمانی که برای کودکان تجارب آموزشی ایجاد می‌کنیم، حیاتی هستند.

رشد حرکتی بر این فرض است که از یک نظم خاص یا جهانی پیروی کند، از این‌رو، می‌تواند در آموزش حرکت و یا به عنوان یک ابزار تشخیصی استفاده شود. برای نمونه، از نظر ارزیابی رشد حرکتی مهارت، یک معلم می‌تواند اجرای یک فرد را نسبت به سایر دانش‌آموزان هم سن و سال، هم جنس، یا در یک سطح مهارت یا یک کلاس گزارش دهد (ارزیابی هنجار اشاره^۱). از سویی دیگر، یک مربی یا معلم می‌تواند اجرای فردی را نسبت به یک معیار یا نمره حدقلی که مربی یا معلم در نظر دارند تا دانش‌آموزان به آن دست‌یابند، ارزیابی کنند (ارزیابی بر اساس معیار^۲). در انتخاب یک روش خاص برای ارزیابی رشد حرکتی در کودکان، نگرانی مهم رشد مناسب است. رشد حرکتی مرتبط به سن است، نه وابسته به سن. این است، از این‌رو، ارزیابی اجرای حرکتی فردی یا گروهی از افراد توسط مقایسه با دیگران در همان رده سنی لازم است (الزامی^۳). اگرچه، به همان اندازه مهم است که تفاوت‌های فردی در رشد و اجرا در نظر گرفته شود، به این دلیل که عوامل ارثی و محیطی نقشی در رشد ایفا می‌کنند. درک رشد حرکتی به معلم یا مربی اجازه می‌دهد تا بفهمد چرا یک دانش‌آموز مهارت حرکتی کمتر یا بیشتر نسبت به خود و یا هم سن و سالان خود در اجرای حرکتی دارند. درک این تفاوت‌های رشدی، تصمیم‌گیری مربوط به افزایش توانایی حرکتی در کودکان را تسهیل می‌کند.

نوزادان در هنگام تولد نیازهای مشابه و یکسانی برای بزرگ شدن و ترتیب و توالی یکسانی برای پیشرفت در رشد حرکتی و گفتاری دارند و باید رفتار اجتماعی مناسب را یادگیرند. با این حال کودکان به دلیل تاثیرات فرهنگی اجتماعی، تجربه و یگانگی‌های

1-norm-referenced evaluation

2.-criterion-based evaluation).

3-normative

(تفاوت های) بیولوژیکی خود با یکدیگر متفاوتند. در فصل ۵ عوامل موثر بر رشد و نمو نشان داده شد: تاثیرات مادران و عوامل خارجی بر رشد دوران بارداری، تغذیه، هورمون ها و تاثیرات فعالیت های بدنی بر رشد انسان در طول عمر. این فصل تمرکز ویژه ای را بر تاثیرات و اهمیت عوامل فرهنگی اجتماعی بر رشد حرکتی در طول عمر دارد.

با وجود اینکه جامعه پذیری با رشد کودکان و نوجوانان در ارتباط است، آن یک فرایند مادام العمر است. به دلیل اینکه محیط اجتماعی افراد متنوع است آنها باید سازگاری با شرایط جدید را یاد بگیرند. اجتماعی شدن^۱ به مجموعه ای از رویداد ها و فرایندهایی اطلاق می شود که افراد باور ها و رفتار هایی را از جامعه ای خاص یا زیرگروه هایی که در آن زندگی می کنند و در اغلب موارد در آن متولد می شوند، کسب می کنند. بسیاری از اهداف جامعه پذیری در تمام جوامع مشترک است. اما هر جامعه و زیرگروهی تمرینات و اهداف منحصر به فردی را جهت حفظ خودش در شرایط بوم شناختی ویژه ای دارد.

فرهنگ، که به طور کلی به عنوان زیرمجموعه یک جامعه تلقی می شود، مجموعه ای از نگرش های ویژه، رفتار ها و فرآورده هایی است که گروه قابل شناسایی از مردم را مشخص می کند. به دلیل اینکه جوامع و فرهنگ ها غالباً با یکدیگر متفاوت هستند، معقول است که فرض کنیم انتظارات از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت است. با وجود این که بین جامعه ما و دیگر کشور ها تفاوت وجود دارد، تفاوت های موجود در جامعه ما بین گروه های فرهنگی مختلف می باشد. برخی فرهنگ ها از نظر اوقات فراغت، تفریح و ورزش ها نسبت به دیگر فرهنگ ها در اولویت هستند (برتری دارند). این امر بر رشد حرکتی اعضا تاثیر خواهد گذاشت.

چهار مفهوم کلی که اغلب برای شرح ساختار جامعه پذیری استفاده می شوند عبارتند از: موقعیت ها، طبقه، نقش و هنجار. موقعیت، به وضعیت و جایگاه افراد در جامعه اشاره دارد. یک فرد می تواند وضعیت ها یا جایگاه های مختلفی از جمله پدر، برادر، مربی،

معلم (مشاور)، دوست، ورزشکار و .. داشته باشد. برخی از این موقعیت ها با توجه به تخصص یا تجربه های افراد تفویض می شوند در حالی که برخی دیگر تابع سن (خانواده، رهبر و پدربزرگ) و جنسیت (مادر، همسر) هستند. افراد نقش های مرتبط با جایگاه های تثبیت شده در موقعیت را یاد می گیرند.

یک اصطلاح مکمل از وضعیت خود در جامعه طبقه اجتماعی است. همچنین وضعیت های اقتصادی اجتماعی به گروهی از مردم اشاره دارد که دارای ویژگی های اقتصادی، شغلی و آموزشی مشابهی هستند. مطالعات که مربوط به اختلاف فرهنگی است اغلب از اصطلاحاتی مانند طبقه های اجتماعی اقتصادی پایین، متوسط و بالا به عنوان عاملی برای مقایسه استفاده می کنند. بر این اساس، نقش اجتماعی رفتار خاص یک فرد برای حفظ و عملی کردن موقعیت خود است. یک نقش ممکن است به عنوان مجموعه ای از انتظارات و پویایی هایی که مکمل موقعیت است شرح داده شود. در واقع آن، شرح شغل همراه با یک موقعیت است. برای مثال یک بازیکن خط حمله جایگاه رهبری در زمین را حفظ می کند. با این وضعیت از افراد انتظار می رود کارها را با سازماندهی گروهی انجام دهند و طرح و نقشه بازی را پیش ببرند. همانطور که انتظارات نقش از یک شرایط خاص در یک موقعیت رشد می یابد مجموعه ای از ویژگی های نسبتاً قابل پیش بینی شکل می گیرد، و هنجارها ایجاد می شوند.

هنجار به رفتار استاندارد که از اعضای یک گروه مشابهی از جامعه انتظار می رود اشاره دارد. برای مثال رفتارهای مشترک و مورد انتظار در ارتباط با گروه های خاصی از مربیان و معلمان و نیز در ارتباط با شخصیت خود فرد است.

فرهنگ جامعه پذیری باید به عنوان فرایندی تعاملی بین فرد و جامعه با تاثیر متقابل بر دیگری در نظر گرفته شود. جامعه پذیری یک فرایند پویای مادام العمر است که به مردم اجازه می دهد از تفاوت های فردی خود جهت همکاری های منحصر به فرد استفاده کنند.