



## نگاهی مروری به جایگاه درس تربیت بدنی در برنامه آموزشی مدارس ایران

عبدالحسین پیشگو<sup>۱</sup>، زهراسامان پور<sup>۲</sup>، صدیقه مرادی حسین آباد<sup>۳</sup>

### چکیده

پرورش مهارت‌ها، دانش‌ها و ارزش‌های مطلوب بر اساس اهداف تدوین شده در نظام تعلیم و تربیت از طریق آموزش دروس مختلف به دانش‌آموزان دنبال می‌شود. هدف از پژوهش حاضر، نگاهی مروری به جایگاه بر درس تربیت بدنی در برنامه آموزشی مدارس ایران است. داده‌های تحقیق از طریق بررسی کتابخانه‌ای، جست‌وجوی رایانه‌ای شبکه اینترنت و پرسشنامه جمع‌آوری شد و از طریق آمار توصیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که افزایش دانش مربوط به سلامتی و ایمنی در فعالیت جسمانی و همچنین یادگیری مهارت‌های بنیادی به عنوان مهم‌ترین هدف و بازی‌های پرورشی به عنوان مهم‌ترین محتوای درس در تربیت بدنی دوره ابتدایی در برنامه آموزشی مدارس ایران به شمار می‌رود. زمان درس تربیت بدنی دوره ابتدایی در ایران 120 دقیقه در هفته معادل 6 درصد از کل برنامه درسی دوره ابتدایی است از جمله فوق برنامه درسی، برنامه‌های ورزشی، نظام آموزش و عوامل اجرایی برنامه درسی در مدارس می‌باشد.

**کلید واژه‌ها:** تربیت بدنی، دوره ابتدایی، برنامه آموزشی

### 1\_ مقدمه

در این تحقیق پژوهشگر ضمن معرفی ویژگی‌های نظم آموزشی در کشورهای ایران و ژاپن، آمریکا، استرالیا، کانادا و آلمان، به معرفی مطالعات انجام شده در مورد این پژوهش می‌پردازد. روش مطالعه و گردآوری مطالب، روش بردی است که به توصیف، تفسیر و طبقه‌بندی اطلاعات پرداخته و زمینه را برای مقایسه ویژگی‌ای برنامه درس تربیت بدنی دوره ابتدایی در کشورهای فوق در فصل چهارم و بحث و نتیجه‌گیری در فصل پنجم آماده می‌کند. به منظور دستیابی به مدارک علمی مورد نظر به سوابق کتابخانه‌های کشور، کتابخانه‌های دانشگاه‌ها، سازمان‌های علمی

<sup>1</sup> نویسنده مسئول: لیسانس، رشته تربیت معلم قران، دانشگاه قرآن و عترت اصفهان، [AbdulHosseinPeshgo1399@gmail.com](mailto:AbdulHosseinPeshgo1399@gmail.com)

<sup>2</sup> لیسانس، رشته علوم قرآنی، دانشگاه امام حسین (ع) یاسوج، [samanpourzahra@gmail.com](mailto:samanpourzahra@gmail.com)

<sup>3</sup> لیسانس، علوم قرآنی، دانشگاه امام حسین (ع) یاسوج، [moradisadigh1975@gmail.com](mailto:moradisadigh1975@gmail.com)

پژوهشی، کتابخانه معاونت تربیت‌بدنی و تندرستی وزارت آموزش و پرورش، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی درسی وزارت آموزش و پرورش، دفتر تألیف و برنامه‌ریزی کتب درسی مراجعه شده است. علاوه بر آن، بانک اطلاعاتی مراجع مختلف در داخل و خارج از کشور و جستجوی اینترنتی مورد استفاده قرار گرفته است. بر اساس منابع موجود در مراکز فوق‌الذکر، اسناد، مقالات و منابعی یافت شد که حاکی از معرفی ویژگی‌های نظام آموزشی در کشورهای ایران در تربیت‌بدنی و ورزش است. توسعه و پیشرفت تربیت‌بدنی از نظر تاریخچه آن در کشورهای مختلف و در منابع مختلف از جمله فریمن<sup>4</sup>، 1988 ارائه شده است. تاریخچه تربیت‌بدنی در مدارس ایران از جمله مهدوی نژاد (1379)، کریمی (1381) راهنمای برنامه درسی تربیت‌بدنی (1379) و کاشف (1385) بررسی شده است، پایان‌نامه‌ها و رساله‌های دانشجویی متعددی در داخل کشور انجام شده است که در آن ویژگی‌های درس تربیت‌بدنی و یا وضعیت برنامه‌های آموزشی و درسی آن مورد بررسی قرار گرفته است.

## 2\_ معرفی ویژگی‌های نظام آموزشی در کشورهای مورد مطالعه

### 2\_1\_ ویژگی‌های نظام آموزشی در ایران:

#### 2\_1\_1\_ ساختار سیاسی جغرافیایی

جمهوری اسلامی ایران با مساحت 1/648/195 کیلومتر مربع در نیمکره‌ی شمال شرقی و در جنوب آسیا و منطقه خاورمیانه واقع شده است (لیست کشورها،<sup>5</sup> 2000).

ایران با جمعیت بالغ بر 70/270/000 نفر که حدود نودونه درصد آن مسلمان و زبان رسمی کشور ایران فارسی و پایتخت آن تهران است موقعیت جغرافیایی و منابع نفتی ایران این کشور را در موقعیت سیاسی خاص قرار داده است (کریمی، 1381) این کشور از شمال با ترکمنستان، آذربایجان و ارمنستان، از غرب با عراق و ترکیه و از شرق با پاکستان و افغانستان همسایه است (یونسکو، 2006).

#### 2\_1\_2\_ نظام آموزشی

آموزش پیش‌دبستانی: مشتمل بر دوره آموزشی اختیاری یک‌ساله ویژه کودکان رده سنی پنج سال باهدف آمادگی کودکان جهت ورود به مراکز آموزش ابتدایی می‌باشد.

آموزش راهنمایی: شامل دوره آموزشی سه‌ساله ویژه دانش‌آموزان رده‌های سنی یازده تا چهارده سال می‌باشد. آموزش متوسطه: مشتمل بر دوره آموزشی سه‌ساله بوده و به سه شاخه نظری، فنی و حرفه‌ای و مهارتی (کار دانش) تقسیم می‌گردد.

شاخه نظری: دانش‌آموزان ملزم به گذراندن نودوشش واحد آموزشی تا زمان اخذ گواهی‌نامه‌ی آموزش متوسطه در یکی از سه شاخه ادبیات و علوم انسانی، ریاضی فیزیک و علوم تجربی می‌باشند.

شاخه فنی و حرفه‌ای: دانش‌آموزان در هریک از گروه‌های آموزشی صنایع، کشاورزی خدمات برق مواد، صنایع کشتی‌رانی، هنر، مدیریت، اقتصاد داخلی، مالی واداری آموزش دیده و در پایان دوره آموزشی سه‌ساله و پس از گذراندن نودوشش واحد درسی به کسب مهارت‌های لازم جهت احراز شغل مناسب و گواهی‌نامه آموزش فنی حرفه‌ای نائل می‌آیند.

شاخه مهارتی (کار دانش): دانش‌آموزان پس از گذراندن نودوشش واحد درسی، گواهی‌نامه مهارت‌های تحصیلی دریافت می‌کنند. هدف دوره مذکور آموزش و تربیت نیروی کارماهر و نیمه ماهر در حوزه‌های خدمات و کشاورزی است. دوره پیش‌دانشگاهی: دوره آموزش پیش‌دانشگاهی، یک‌ساله و ویژه آن دسته از دانش‌آموزانی است که موفق به اتمام دوره آموزش متوسطه شده و قصد ورود به دانشگاه‌ها یا سایر مؤسسات آموزش عالی را دارند (حاجی رضازاده صنعتی، 1385).

<sup>4</sup> Freeman, 1988

<sup>5</sup> country listing, 2000

## 2\_2\_ بررسی سیر تحولات تربیت‌بدنی دوره ابتدایی ایران:

با توجه به اهمیت موضوع، وضعیت تربیت‌بدنی دوره ابتدایی را در سه دوره مورد بررسی قرار می‌دهیم:

□ قبل از اسلام

□ بعد از اسلام

□ از تأسیس دارالفنون تاکنون

## 3\_ وضعیت تربیت‌بدنی قبل از اسلام

اجتماع اولیه نظامی برای ایجاد مدارس نداشت و اغلب کودکانی که در پرتاب نیزه سرآمد بودند مشمول تعلیم می‌شدند و تعلیم اغلب توسط والدین انجام می‌شد. کم‌کم با در نظر گرفتن استعدادها و اصول استقلال فردی، آموزش و تربیت‌بدنی پیشرفت می‌کرد و افرادی هم در این امر پیشرفت می‌کردند.

به‌مرور زمان یک گروه شغلی برای آموزش و پرورش به وجود می‌آمد. اغلب وظیفه تعلیم توسط مردان پزشک روحانیون و رهبران ایل‌ها انجام می‌شد. اکثر کودکان برحسب موقعیت محیط خود بازی می‌کردند اما احتیاجات هم نقش مهمی را در نوع بازی بر عهده داشتند مثلاً به دلیل احتیاج به گرما، سوزاندن شاخه‌ها و بالا رفتن از درخت نوعی بازی به حساب می‌آمده است. پرش از فضاها، عبور از رودخانه‌ها از دیگر کارها و بازی‌ها بوده است.

کودکان تا سن شش تا هفت‌سالگی در خانه می‌ماندند و مادر یا خواهر وظیفه معلمی را بر عهده داشت. در واقع مادران نقش انتقال هنر به فرزندان را بر عهده داشتند پودران هم چگونگی استقلال فردی و ایمنی را به آنان می‌آموختند.

هنگامی که جوانان به سن بلوغ می‌رسیدند برای تعیین شغل به نزد رئیس ایل می‌رفتند به‌طور کلی دوره مطالعه و تعلیم آنان در حد یک آموزش عمومی که شامل معتقدات و دانش‌ها بود انجام می‌شد.

برنامه تربیت‌بدنی: در حقیقت بازی‌ها تقلیدی از حرکات بزرگان بود. اغلب برنامه‌های آنان شامل فعالیت‌هایی از قبیل دنبال شکار رفتن، مراسم مذهبی و ساختن وسایل می‌شد. فعالیت‌های ورزشی نیز شامل چوگان، توپ‌بازی، پرش‌های سبک، بوکس و شنا بود. رقص حالات مختلف و مراسم مذهبی آن‌ها را نشان می‌داد حتی لباس‌هایی که هنگام رقص داشتند و یا حرکت دست‌وپاها همه تنفر، ترس و عشق و پیروزی را نشان می‌داد و حتی رقص بخصوصی داشتند که از نظر روحی آنان را پاکیزه و منزه می‌کرد.

شیوه تربیت‌بدنی: روش‌ها بیشتر به‌صورت تقلیدی بود و کودکان از بزرگ‌ترها فرامی‌گرفتند و وقتی به یک سطح هوشیاری می‌رسیدند تحت تعلیم پزشکان یا روحانیون قرار می‌گرفتند. تجربه به آنان آموخت که از کارهای غیر مهم دست‌بردارند حتی وحشی‌ها در مراسم و جشن‌ها ملزم به رعایت نظم می‌شدند و البته در این مراسم‌ها، آزمایشات بزرگی از قبیل تحمل و بردباری و مهارت در تیراندازی جای خاص داشت (مهدوی نژاد، 1379).

## 3\_1\_ وضعیت تربیت‌بدنی بعد از اسلام

اسلام تن و روان نیرومند و متعادل را به‌عنوان وسیله‌ای سودمند برای نیل به هدف نهایی که جلب رضایت خداست می‌شناسد، ارج می‌نهد. بنابراین هر فعالیتی که جسم و جان آدمی را بانشاط و نیرومند سازد از نظر اسلام مورد تأیید و پذیرفتنی است اما فعالیت‌هایی را که به جسم زیان می‌رساند و یا روح و فکر را بی‌پهوده و بی‌آنکه از آن نتیجه‌ای حاصل شود مشغول می‌دارد نمی‌پذیرد.

از جمله فعالیت‌های جسمانی مردود مشت‌زنی و کشتی کج و از بازی‌های مشغول کننده و بی‌حاصل شطرنج را نام برده‌اند.

## به‌طور کلی ورزش‌ها و فعالیت‌های جسمانی مجاز را به دودسته می‌توان تقسیم کرد:

- 1- بازی‌ها و فعالیت‌های گروهی کودکان و نوجوانان؛
  - 2- فعالیت‌های رزمی به‌منظور کسب مهارت‌های جنگی و نظامی. در مورد بازی‌های کودکان و نوجوانان و فواید آن در اخبار و احادیث توصیه‌های بسیاری دیده می‌شود پیامبر اکرم(ص) به مسلمانان توصیه فرموده‌اند که با کودکان خود همچون کودکان رفتار کنند و امام جعفر صادق (ع) نیز فرموده‌اند «فرزندان خود را آزاد بگذارید تا سن هفت‌سالگی بازی کنند».
- بدین گونه می‌بینیم که اسلام نه تنها به امر تربیت‌بدنی و سلامتی بی‌توجه نیست بل که به بهداشت و حفظ سلامت و پرورش جسم و جان مسلمانان نیز اهمیت بسیاری می‌دهد و بازی‌های سودمند ورزشی را چه برای کودکان و نوجوانان و چه برای بزرگسالان جایز شمرده است و جای آن دارد که این مبحث را با این کلام گهربار پیامبر اکرم (ص) به پایان برسانیم که فرموده است: «تفریح کنید و بازی کنید زیرا دوست ندارم که در دین شما خشونت دیده شود»، (کریمی، 1381).

## وضعیت تربیت‌بدنی از تأسیس دارالفنون تاکنون

تأسیس دارالفنون که در سال 1227 شمسی مطابق با 1268 هجری قمری باهمت میرزا تقی‌خان امیرکبیر صورت پذیرفت، در حقیقت سرآغاز تأسیس مدارس جدید و تکوین سازمان فرهنگ نوین در ایران بوده است. در سال 1287 شمسی قانون اداری فرهنگ به تصویب رسید و به دنبال آن با تصویب قانون اساسی فرهنگ در نهم آبان 1290 شمسی نخستین گام مهم در راه تثبیت سازمان فرهنگ برداشته شد، پس از تصویب این قانون مدارس بسیاری در تهران و شهرستان‌ها افتتاح شد و مدرسه هنرهای زیبا به ریاست کمال‌الملک تأسیس گردید (کریمی، 1381).

در قانون اساسی فرهنگ مصوب آبان ماه 1290 هجری شمسی به موضوع تربیت‌بدنی و پرورش جسم دانش‌آموزان اشاره صریح شده است؛ در ماده اول این قانون مکتب و مدرسه عبارت از تأسیساتی تعریف شده است که برای «برای تربیت اخلاقی، علمی و بدنی ابناء نوع دایر می‌گردد». و در ماده دوم در مورد برنامه‌های که از سوی وزارت معارف برای مدارس تعیین می‌گردد تصریح شده است که «باید در پروگرام حیثیت علمی و صنعتی و نشو و نما بدنی محفوظ باشد» (کریمی، 1381).

## 4\_ سیر تحول، تدوین و تصویب برنامه‌های درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی

برنامه درسی یکی از حوزه‌های معرفت بشری است و از موضوعات مهم نظام تعلیم و تربیت می‌باشد تا قبل از شروع آموزش نوین در ایران تعلیم و تربیت عمدتاً در مکتب‌خانه‌ها صورت می‌گرفت.

مکتب‌خانه‌ها در سراسر کشور پراکنده بودند و اداره‌ی آن‌ها را روحانیون و علمای مذهبی بر عهده داشتند و برنامه آموزشی رسمی منظم و یکسانی بر آن‌ها حکم‌فرما نبود. در هر مکتب‌خانه، خود ملانوع مواد درسی و چگونگی آموزش را انتخاب می‌کرد.

اولین برنامه درسی ارسال 1288 از سوی وزارت معارف تدوین و تصویب گردید و این نخستین اقدام برای تشکیل مدارس جدید و به شکل امروزی می‌باشد (حسینی روح‌الامینی، 1380).

طبق صورت مذاکرات موجود جلسات شورای عالی معارف، فرهنگ، آموزش و پرورش کلیه برنامه‌های درسی شامل جداول و برنامه‌های تفصیلی دروس ارسال 1301 تا 1342 به شورای عالی وقت ارائه و مورد تصویب قرار می‌گرفته است. از این تاریخ به بعد به‌جز چند جدول مواد درسی که به شورا ارائه و مورد تصویب قرار گرفته است مورد دیگری مشاهده نمی‌شود (حسینی روح‌الامینی، 1380).

مطابق مصوب جلسه چهار شورای عالی معارف سال 1302 ورزش بدنی جزء مواد درسی شش ساله دوره ابتدایی (به جزء سال چهارم) بوده است. در جلسه بیست و هفت شورای عالی معارف مطابق با هفتم برج جوزای 1302 شمسی در تدوین موضوع تعلیمات ابتدایی فواید حفظ الصحه و ورزش بدن که باعث تقویت قوای جسمانی و روحانی می شود مورد تأکید قرار گرفته است.

برنامه ورزش بدنی مطابق برنامه تفصیلی جلسه بیست و هفت سال 1302 و موضوع جلسه چهار سال 1303 شورای عالی معارف در شش سال دوره ابتدایی تصویب شده است (حسینی روح الامینی، 1380).

ارسال 1306 شمسی بر اساس قانونی که از تصویب مجلس شورای ملی سابق گذشت درس ورزش تربیت بدنی به صورت رسمی جزء برنامه های درسی همه مقاطع تحصیلی دبستانی و دبیرستانی قرار گرفته، به موجب این قانون هر روز یک ساعت از برنامه دانش آموزان به درس ورزش تربیت بدنی اختصاص یافت، اما اجرای این قانون سودمند عملاً سال ها امکان پذیر نبود، زیرا پیش از تصویب قانون امکانات اجرایی آن را فراهم نساخته بودند.

از سویی برای تربیت مربیان صلاحیت دار و تحصیل کرده برای تدریس تربیت بدنی اقدامی به عمل نیامده بود و از طرف دیگر مدارس کشور که غالباً در ساختمانی نامناسب جای گرفته بودند فاقد تأسیسات و وسایل ورزشی بودند و گاه حتی فضای کافی برای اجرای ساده ترین برنامه های ورزشی را نداشتند (کریمی، 1381).

برابر مصوب جلسه دویست و نود و هشت شورای عالی معارف ارسال 1313 با موضوع دستور ورزش دبستان ها، محتوای برنامه ورزش به شرح زیر بوده است:

#### 4\_1\_1\_ مواد سال اول و دوم و سوم

##### حرکات نظامی

- 1- تشکیل صف مطابق دستور
- 2- به چپ چپ - بر راست راست - عقب گرد
- 3- قدم رو - یک ردیفی - دو ردیفی
- 4- قدم دو

##### بازی های تقلیدی

- 1- بازی رقا صک
- 2- راه رفتن اردک
- 3- ایستادن نظامی
- 4- پهلوان ها
- 5- قد کوتاه ها
- 6- قدم برداشتن اسب
- 7- فیل

##### بازی های قهرمانی (اتلاتیک)

- 1- مسابقه های سی متری یا کمتر در: دویدن - جست و خیز با طناب - لی لی کردن - تاخت کردن
  - 2- پرش عرضی در حال ایستادن
  - 3- جستن با یک پا
- حرکات شیرین کاری (اکروباتیک)

- 1- شنا رفتن زمین
- 2- چهارزانو نشستن و برخاستن
- 3- بالا رفتن درخت (بلندی خود شخص)
- 4- جست‌وخیز با طناب (انفرادی)
- 5- جست‌وخیز با طناب (غیر انفرادی)
- 6- موازنه یک‌پا-روی پنجه ایستادن تا ده ثانیه-پای چپ و راست
- 7- روی هر دو پنجه ایستادن تاده ثانیه
- 8- قدم جستن
- 9- لی‌لی با پای چپ و راست
- 10- پرش درجا و از عقب پاشنه برآن زدن
- 11- دو سکسکه با پای چپ و راست
- 12- پراندن پا از پیش

#### بازی‌های تفریحی

- 1- جن و پری
- 2- عبور از نه‌با قدم جسته‌ای مختلف
- 3- توپ معلم
- 4- سنجاب در درخت
- 5- این کار را بکن آن کار را نکن
- 6- سردسته را پیروی کن
- 7- نصف شب
- 8- گربه در دایره
- 9- داج بال ایستاده
- 10- رد کردن توپ دایره وار
- 11- گرگه به هوا
- 12- بازی دست زدن در حال عبور
- 13- داج بال در دایره (انفرادی)
- 14- گرفتن توپ در دایره

#### 4\_1\_2\_ مواد سال چهارم و پنجم و ششم

#### حرکات نظامی

- 1- تشکیل صف 2- ترتیب صف 3- شمردن 4- به چپ چپ - برآست راست - عقب‌گرد 5- صف باز 6- خبردار 7- راحت باش 8- قدم رو (مارش) 9- قدم دو
- بازی‌های قهرمانی (اتلاتیک)

- 1- مسابقه پنجاه متری یا کمتر در: دویدن - جستن با طناب - لی لی کردن - پرش
- 2- مسابقه بردن سیب زمینی
- 3- جستن با طناب (انفرادی)
- 4- پرش عرضی در حال ایستادن
- 5- لی لی - قدم - خیز - در حال ایستادن
- 6- انداختن عرضی توپ والیبال با هر دودست از روی سر
- 7- پرتاب کردن توپ به هدف

### بازی های روله (مسابقه های یدکی)

- 1- مسابقه بردن سیب زمینی 2 - دادن توپ به دیگری از روی سر 3 - تعقیب 4 - بازی ماکو 5 - جستن با طناب 6 - بازی سیلی زدن 7 - بازی مانع در راه

### عملیات مبارزه (زورورزی)

- 1- جنگ خروس
  - 2- کشتی دستی
  - 3- خم کردن (حسینی روح الامینی، مجموعه مصوبات، دبیرخانه شورای عالی آموزش و پرورش، 1380).
- در سال های 1314 و 1315 هجری شمسی دوره ای تعلیماتی کوتاه مدتی برای تربیت مربیان پیش آهنگی تربیت بدنی زیر نظر یکی از مستشاران نظامی آمریکایی به نام گیپسون تشکیل گردید.
- این های تعلیماتی که روی هم چهار سال به درازا کشید بیش از یکصد مربی ورزش که در کار خویش آگاهی و آشنایی نسبی پیدا کردند و به هر حال وجودشان در آن روزگار بسیار مغتنم بود، به سازمان فرهنگ کشور تقدیم کرد و همه آنان در مدارس شهرستان های مختلف و به ویژه در مدارس تهران به تدریس تربیت بدنی و ورزش پرداختند.
- بدیهی است که این تعداد بسیار ناچیز مربی به هیچ روی پاسخگوی نیازهای فزاینده همه مدارس کشور نبود و دوره های تعلیماتی کوتاه مدت اساساً نمی توانست مربیان ورزش را با سرمایه علمی و مهارت فنی کافی برای امر خطیر تدریس تربیت کند (کریمی، 1381).
- شورای عالی معارف در سال 1316 شمسی در مصوبه جلسه سیصد و پنجاه و نه هدف تربیت بدنی و جدول برنامه های درسی دوره ابتدایی را به شرح زیر بیان می کند:
- منظور از تربیت بدنی طفل تقویت، عضلات و اعصاب و قوای جسمانی و روحانی متناسب اعضاء و اندام و چابک شدن در کارها و بال نتیجه سلامت بدن و مزاج اوست و بری نیل به این مقصود معلم باید نکات ذیل را در نظر بگیرد:
- نخست: دروس و اعمال ورزش را طوری ترتیب دهد که متناسب با سن اطفال و قوای بدنی آنها باشد.
- دوم: ورزش را در ضمن بازی های اخلاقی و تفریحی به عمل آورد.
- سوم: از حرکاتی که درخور استعداد بدنی کودکان نباشد اجتناب ورزد.
- چهارم: این نکته را که ورزش بازی های اخلاقی و متناسب با سن اطفال موجب تفریح خاطر و سلامتی و تقویت قوای روحی و دماغی است به کودکان خاطر نشان کنند و از افراط و تفریط در ورزش احتراز جوید.





در مصوب جلسه سیدشصدوپنج شورای عالی معارف ارسال 1317 شمسی در پایه‌های پنجم و ششم چهار ساعت به ورزش دختران اختصاص یافته است (حسینی روح‌الامینی، مجموعه مصوبات، دبیرخانه شورای عالی آموزش و پرورش، 1380).

ارسال 1317 باهمت آقای بهاء‌الدین بازارگاد دانشسرای مقدماتی پسران به‌جای دارالمعلمین سابق که از سال 1313 تعطیل شده بود، تأسیس شد و کار خود را آغاز کرد و برای نخستین بار به‌گزینش هنرآموز تربیت‌بدنی پرداخت.

این دانشسرا پنج سال به کار خود ادامه داد و طی این مدت چهار دوره هنرآموز هر دوره بین بیست تا بیست و پنج نفر، از آن فارغ التحصیل و به کار تدریس ورزش در مدارس پرداخت. دانشسرای مذکور پس از سه سال تعطیلی بار دیگر ارسال 1326 کار خود را از سر گرفت و تا سال 1338 همچنان به تربیت هنرآموزان تربیت‌بدنی مشغول بود علاوه بر دانشسرای مقدماتی تهران در دانشسرای مقدماتی اصفهان نیز رشته تربیت‌بدنی از سال 1330 دایرگشت این دانشسرا هر سال تربیت حدود بیست نفر هنرآموز تربیت‌بدنی را بر عهده گرفت و این کار را تا سال 1338 همچنان ادامه داد (کریمی، 1381) با مصوب جلسه چهار صدویست شورای عالی فرهنگ ارسال 1319 شمسی اجرای ورزش مطابق برنامه مخصوص در برنامه تفصیلی شش سال ابتدایی تصویب شد. برابر مصوب جلسه ششصدونودون شورای عالی فرهنگ ارسال 1328 شمسی ورزش و سرود یک ماده‌ی درسی بوده و در پایه‌های اول تا چهارم به‌صورت شش نیم ساعت در هفته ارائه می‌شده است. مطابق مصوب جلسه هفتصدوشش شورای عالی فرهنگ ارسال 1328 شمسی در پایه‌های سه و چهارم یک ماده‌ی درسی و مدت آن دو ساعت در هفته بوده است.

در مصوب جلسه هزاروچهل و یک شورای عالی فرهنگ ارسال 1341 شمسی ورزش و بازی جزء مواد برنامه تعلیمات مرحله‌ی اول ابتدایی بوده و در مرحله‌ی دوم با عنوان ورزش و فعالیت‌های دسته‌جمعی یاد می‌شده است (حسینی روح‌الامینی مجموعه مصوبات، دبیرخانه شورای عالی آموزش و پرورش، 1380)

## 5\_ برنامه تفصیلی بازی و ورزش

(مصوب شورای عالی فرهنگ سال 1342)

### برنامه ورزش تربیت‌بدنی و سرود در دبستان دارای هدف های زیر است:

1- توسعه و پرورش شخصیت و منش نیک اطفال

2- تدارک بدن های سالم و قوی

3- تقویت مهارت‌های اساسی و هماهنگی دستگاه اعصاب و عضلات در اعمال ورزشی

4- توسعه تجارب اجتماعی و لذت بردن از بازی و سرود

## 5\_1\_ سال اول و دوم:

مهارت‌های اولیه: 1- مهارت‌های اولیه و ضبط و ربط بدنی، شامل مهارت‌های اساسی ذیل:

راه رفتن، دویدن، پریدن، پرتاب کردن و گرفتن توپ، بالا رفتن، دنبال کردن، تنه زدن، کشیدن، لی‌لی کردن، تاب خوردن، سرخوردن، طناب بازی، برداشتن و بلند کردن آویزان شدن.

مربیان باید از هرگونه وسیله طبیعی موجود در محیط مدرسه یا میدان ورزش برای انجام دادن حرکات ورزشی بی‌خطر استفاده نمایند.

حرکت موزون: 2- حرکت موزون مشتمل است بر حرکت ب آهنگ، طبل، سوت

و غیره، سرود خواندن، قدم های موزون برداشتن، اجرای آهنگ‌های تفریحی موزون، کف زدن های

منظم، حرکات و آهنگ‌های تقلیدی.

بازی‌های ساده و سازمانی: 3- بازی‌های ساده و سازمانی شامل بازی‌هایی است که با انجام دادن آن‌ها به اطفال فرصت داده می‌شود تا احساس مسئولیت کنند و با روش مدیریت و رهبری آشنا شوند و روح همکاری و جوانمردی در آنان پرورش و تقویت یابد. اعمال آزمایشی: 4- عملیات آزمایشی، شامل مهارت‌ها و شیرین‌کاری‌های بسیار ساده است که موردعلاقه اطفال باشد و در پرورش نیروی جسمی و هماهنگی دستگاه اعصاب و عضلات و ایجاد نرمش و استقامت و آمادگی بدن سودمند مؤثر افتد.

## 5\_2\_ سال سوم و چهارم:

**مهارت‌های اساسی: 1-** مهارت‌های اساسی و ضبط و ربط بدن، این قسمت طبق برنامه سال اول و دوم ولی بیشتر و عملیات کامل‌تری انجام می‌گیرد تا بدان وسیله دستگاه اعصاب معضلات تقویت یابد و بین آن‌ها هماهنگی ایجاد شود. مریبان باید از همه وسایل و اشیای طبیعی موجود در محیط ورزشی مدرسه برای انجام دادن حرکات ورزشی طبیعی و بی‌خطر استفاده نمایند.

**حرکات موزون: 2-** حرکات موزون و حرکات تقلیدی با آهنگ، این‌گونه حرکات باید به‌صورت گروهی انجام بگیرد و با وسعت و کیفیت بیشتری برای اطفال فرصت‌های مناسبی برای نشان دادن اعمال ورزشی و مهارت‌ها ایجاد نماید.

**بازی‌ها و مقدمات ورزش‌های جدی تفریحی: 3-** در بازی‌ها و مقدمات ورزش‌های جدی تفریحی در این بازی‌ها باید مدت عملیات زیادتر باشد و مقررات بازی‌ها با نهایت دقت رعایت شود تا بدین‌وسیله نوآموزان به طرز انجام دادن صحیح بازی‌های تیمی و گروهی و مقررات مربوطه علاقه بیشتر ابراز دارند و روح جوانمردی و درستکاری در آن‌ها تقویت گردد. این‌گونه بازی‌ها باید امدادی و تفریحی ساده باشد.

**بازی‌های آزاد و اختیاری: 4-** بازی‌های آزاد و اختیاری، این قسمت شامل بازی‌های محلی است که جنبه تفریحی و رقابتی دارد و مریبان با توجه به ذوق کودکان آن‌ها را موردتوجه قرار می‌دهند.

**اعمال آزمایشی: 5-** عملیات آزمایشی، این عملیات شامل شیرین‌کاری‌ها و حرکات ساده زمینی است که موردعلاقه اطفال است و همچنین مشتمل است بر حکایات مقاومتی و مبارزه و گروهی و عملیات و تجارب رقابتی زیادتری بیش از آنچه ارسال اول و دوم آموخته‌اند (حسینی روح‌الامینی مجموعه مصوبات، دبیرخانه شورای عالی آموزش و پرورش، 1380)

دانشسرای عالی که ارسال 1316 دراندیشه تأسیس دوره لیسانس تربیت‌بدنی افتاده و به پذیرش دانشجو برای این منظور مبادرت کرده بود، به‌واسطه کمبود استادان شایسته در این رشته نتوانست در آن تاریخ به این اندیشه جامه عمل بپوشاند و دانشجویان را به‌ناچار به دیگر رشته‌های تحصیلی منتقل کرد. در سال 1335، پس از فراهم آمدن شرایط لازم و رفع کمبود استاد، بار دیگر برای رشته تربیت‌بدنی دانشجو پذیرفت.

و از آن سال جز یک دوره دوساله که به سبب تحولات سازمانی و جدا شدن از دانشگاه تهران کار پذیرش دانشجوی تربیت‌بدنی دچار وقفه گردید، همه سال حد متوسط چهل دانشجوی دختر و پسر در دوره روزانه برای این رشته پذیرفته و بدین گونه عدد معتناهی دبیر ورزش برای دبیرستان‌های کشور تربیت نموده است. دانشسرای عالی علاوه بر دانشجویان دوره روزانه از سال 1345 برای دوره شبانه نیز در رشته تربیت‌بدنی اقدام به پذیرش دانشجو نمود ولی پس از پایان تحصیل دوره چهارم پذیرش دانشجو متوقف گردید.

گذشته از دانشسرای عالی دانشکده علوم تربیتی دانشگاه تهران و مدرسه عالی ورزش وابسته به سازمان تربیت‌بدنی که بعدها به دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی موسوم گردید و دانشگاه جندی‌شاپور اهواز و دانشگاه گیلان نیز هریک درراه تربیت مریبان ورزش

به مقتضای نیاز کشور و امکانات خویش گام‌هایی برداشتند. دانشگاه تهران ارسال تحصیلی 45-46 چهل نفر دانشجو برای رشته تربیت‌بدنی پذیرفت و سال بعد نیز به همین کار مبادرت کرد، اما به سبب کمبود استاد و در اختیار نداشتن تأسیسات ورزشی کافی ادامه پذیرش دانشجو برای دوره لیسانس را مصلحت ندید و به‌جای آن به تأسیس دوره فوق‌لیسانس تربیت‌بدنی همت گماشت و از سال تحصیلی 53-54 به پذیرش دانشجوی فوق‌لیسانس اقدام کرد.

دوره فوق‌لیسانس تربیت‌بدنی دانشگاه تهران تاکنون ده‌ها فارغ‌التحصیل داشته است که غالباً در دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی کشور به کار گمارده شده‌اند.

مدرسه عالی ورزش که بر اساس قانون تأسیس سازمان تربیت‌بدنی به‌منظور تعلیم و تربیت مربیان ورزش کشور تأسیس گردیده بود کار خود را از سال تحصیلی 52-51 با پذیرفتن سیصد و پنجاه دانشجو (صد دانشجوی دختر و دویست و پنجاه دانشجوی پسر) آغاز کرد و بری رفع مشکل کمبود استاد به انعقاد قراردادی فرهنگی با کشور اتریش اقدام کرد. این مدرسه عالی در طی شش سال تحصیلی بالغ بر هزار نفر لیسانسیه تربیت‌بدنی تربیت کرده است.

گذشته از این دویست و چهل نفر از آموزگاران شاغل سراسر کشور را نیز از طریق آموزش مکاتبه‌ای و شرکت دادن آن‌ها در کلاس‌های تابستانی در طی سال‌های 56-55 در رشته تربیت‌بدنی تعلیم داده است.

دانشگاه‌های جندی‌شاپور و گیلان نیز در سال‌های آخر رژیم گذشته به پذیرش دانشجو برای رشته تربیت‌بدنی اقدام کرده‌اند اما با پیش آمدن انقلاب فرهنگی و تعطیل موقت کارآموزش دانشگاه‌ها فارغ‌التحصیلی نداشته‌اند. از کوشش‌هایی که پس از پیروزی انقلاب اسلامی، با وجود تعطیلی فعالیت‌های آموزشی دانشگاه‌ها برای تربیت مربی ورزش به‌عمل آمده است می‌توان از تأسیس دوره تربیت‌معلم تربیت‌بدنی جهاد دانشگاهی و مراکز تربیت‌معلم تربیت‌بدنی پسرانه شهید چمران و دخترانه نسیمیه رانام برد.

شاخه تربیت‌بدنی جهاد دانشگاهی ارسال تحصیلی 60-59 دوره‌ای نهم‌ماهه با همکاری اداره کل تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش، برای تربیت سیصد و هفتاد دانشجو (دویست نفر پسر و صد و هفتاد نفر دختر) ترتیب داده و طی آن دانشجویان مذکور را با مقدمات تربیت‌بدنی و نحوه آموزش آن آشنا نموده است. دانشسراهای دوره راهنمایی تهران و مشهد نیز ارسال تحصیلی 57-56 فعالیت خود را در زمینه تربیت‌معلم تربیت‌بدنی آغاز نموده است.

مرکز تربیت‌معلم تربیت‌بدنی شهید چمران نیز کار خود را ارسال 60-61 آغاز کرده و چهارصد دانشجوی پسر را پذیرفته است. این عده پس از سه سال تحصیل به دریافت فوق‌دیپلم تربیت‌بدنی نائل می‌شوند و در مدارس راهنمایی پسران به کار تدریس پسران مشغول خواهند شد برای مدارس راهنمایی دختران نیز سیصد دانشجوی دختر در مرکز تربیت‌معلم تربیت‌بدنی نسیمیه به همان سان پذیرفته شده‌اند تا پس از گذراندن دوره فوق‌دیپلم به کار تدریس در مدارس دخترانه مشغول شوند (کریمی، 1381).

جدول 2: ساعات تدریس هفتگی درس ورزش در سال‌های مختلف (حسینی روح‌الامینی، 1380)

ساعات تدریس هفتگی							مصوب
سال ششم	سال پنجم	سال چهارم	سال سوم	سال دوم	سال اول	سال	جلسه
6	6	6	6	6	5	1316	359
4	4					1317	365
		2	2			1328	706
2	2					1334	892 الف
2	2					1334	892 ب
	2	2	2	2	2	1364	
	2	2	2	2	2	1373	570

## 5\_ اهداف و شیوه‌ی ارزشیابی درس تربیت‌بدنی

### 5\_1\_ اهداف

- 1- تعیین ضوابط و معیار مشخص به‌منظور ارزشیابی صحیح از درس ورزش در سراسر کشور
- 2- توجه بیشتر به درس ورزش در مدارس و استفاده از امکانات موجود در این زمینه
- 3- تقویت قوای جسمانی دانش‌آموزان از طریق پرداختن به فعالیت‌های پایه ورزشی
- 4- کسب اطلاعات لازم از وضعیت جسمانی و توانایی دانش‌آموزان و هدایت آنان در رشته‌های ورزشی مناسب با توجه به استعدادها و قابلیت‌های هر یک از آنان

### 5\_2\_ شیوه‌ی ارزشیابی:

ارزشیابی درس ورزش در هر نوبت شامل سه بخش به شرح زیر می‌باشد که نمره هر بخش جداگانه محاسبه‌شده و مجموع آن برای دانش‌آموز به‌عنوان نمره‌ی امتحان منظور می‌شود.

الف- آمادگی عمومی جسمانی. (هشت نمره)

ب- مهارت‌های ورزشی و پایه. (هفت نمره)

ج- میزان توجه و رعایت نکات بهداشتی و ورزشی. (پنج نمره)

### مواد آزمون:

- 1- پرش جفت
- 2- کشش بارفیکس (آویزان شدن از بار فیکس با آرنج‌های خم برای دختران)
- 3- دراز و نشست زانو خم
- 4- دو رفت و برگشت
- 5- دوچهل و پنج متر
- 6- دوپانصد و چهل متر (مجموعه مصوبات شورای عالی آموزش و پرورش، جلسه پانصد و پنجاه و سه سال 71).

## 6\_ وضعیت تدریس تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی

شورای عالی آموزش و پرورش با توجه به مشکلات موجود و کمبود نیروی انسانی متخصص برای تدریس تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی ضمن تأکید بر لزوم همکاری کلیه سازمان‌های ذی‌ربط در جبران این کمبود مقرر می‌دارد تا رفع مشکلات و کمبودها به طریق زیر عمل شود.

- 1- برای تدریس تربیت‌بدنی در پایه‌های اول، دوم و سوم ابتدایی از معلمین صاحب صلاحیت همان پایه‌ها که دوره‌های لازم را در این زمینه گذرانده باشند.
- 2- برای تدریس تربیت‌بدنی در پایه‌های چهارم و پنجم از مربیان متخصص تربیت‌بدنی استفاده شود و اختصاص مربی متخصص به کلاس مدارس پسرانه که توسط معلم خواهد تدریس می‌شود در اولویت قرار خواهد داشت (مجموعه مصوبات شورای عالی آموزش و پرورش، جلسه پانصد و هشتاد و چهار سال 74) راهنمای برنامه درس تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی

## 7\_ رویکرد برنامه درس تربیت بدنی دوره ابتدایی:

تربیت بدنی به عنوان بخشی از نظام تعلیم و تربیت عمومی؛ از جمله مهم ترین درس ها در مدارس به طور عملی و از طریق حرکت در کسب و حفظ سلامتی و تندرستی دانش آموزان است تندرستی با مفهومی گسترده چیزی فراتر از بیمار نبودن و داشتن آمادگی جسمانی است. با چنین رویکردی برنامه درسی تربیت بدنی شرایطی را فراهم می کند تا دانش آموزان حرکات و رفتارهایی در ابعاد پنجگانه جسمانی، عاطفی، عقلانی، اجتماعی و معنوی مثبتی که در اهداف برنامه پیش بینی شده است برسند.

تدریس یک برنامه درسی کیفی با رویکرد کسب و حفظ سلامتی و تندرستی، ضمن توجه به آموزش مقدماتی مهارت های ورزشی رایج به طور غیرمستقیم، به تأمین اوقات فراغت غنی نیز کمک می کند و از سوی دیگر بستری مناسب برای جذب افراد نخبه به ورزش در سطح قهرمانی است و زمینه رشد استعداد آنان را فراهم می کند.

جذب و پرورش استعداد های ورزشی در حوزه مسئولیت تربیت بدنی آموزش و پرورش نیست.

### تعریف واژه های کلیدی

□ **سلامتی تندرستی:** به معنی موازنه کامل بین بدن، ذهن و روح آدمی است که جهت تحقق آن باید

تعادلی بین جنبه های جسمانی، فکری، عاطفی، اجتماعی و معنوی فراهم باشد.

□ **آمادگی جسمانی:** وقتی فردی بدون احساس خستگی کارها و وظایف روزانه خود را انجام می دهد و هنوز انرژی ذخیره ای فراوانی برای انجام امور ضروری و بهره گیری از تفریحات سالم را داشته باشد می گوئیم آمادگی جسمانی دارد. میزان آمادگی مورد نیاز یک فرد برای رفع نیازهایش ممکن است با فرد دیگر تفاوت داشته باشد.

سلامتی فرد وضعیت تغذیه و ساختار ژنتیکی او در حفظ و توسعه آمادگی جسمانی نقش اساسی دارند. اهداف تربیت بدنی دوره ابتدایی

### □ اهداف شناختی:

1- آشنایی با وضعیت های صحیح بدنی از جمله هنگام ایستادن، نشستن، راه رفتن، دویدن پریدن و جهیدن و آگاهی از محدودیت ها و قابلیت های حرکتی خود.

2- آشنایی با آمادگی جسمانی و برخی از آزمون های عملی آن

3- آشنایی با اطلاعات مربوط به بهداشت و تغذیه ورزشی

4- آشنایی با موارد ایمنی در کلاس درس تربیت بدنی

5- آشنایی با بازی ها و رشته های ورزشی رایج آموزشگاهی

6- آشنایی با روش های حفظ و نگهداری وسایل و امکانات ورزشی

### □ اهداف مهارتی:

1- مهارت در کسب آمادگی جسمانی و حرکتی

2- کسب مهارت در حرکت انتقالی، حرکت غیر انتقالی و حرکات دست ورزی

3- کسب مهارت در مقدمات ورزش های رایج آموزشگاهی

4- کسب مهارت در اجرای فعالیت های بدنی به منظور درک مفاهیم فضا، مکان، نیرو و سطح و...

5- کسب آمادگی در اجرای ترکیبی حرکات پایه و مهارت ها در بازی های ورزشی

#### اهداف نگرشی:

- 1- گرایش به شرکت فعال در فعالیت‌های تربیت‌بدنی
- 2- تلاش در جهت حفظ و ارتقای سطح سلامتی و آمادگی جسمانی
- 3- گرایش به بهبود و توسعه حرکات پایه و مهارت‌ها
- 4- رعایت اصول ایمنی در اجرای فعالیت‌های تربیت‌بدنی و برنامه‌های ورزشی
- 5- تمایل به رعایت بهداشت ورزشی
- 6- تلاش برای پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- 7- تمایل به رعایت اصول عاطفی و اجتماعی متناسب با دوره ابتدایی
- 8- تمایل به حفظ و نگهداری وسایل و امکانات ورزشی

#### 8\_ روش‌های یاددهی - یادگیری:

روش‌های یاددهی - یادگیری درس تربیت‌بدنی نیز مانند سایر دروس تحت تأثیر عوامل مختلفی است برخی از این عوامل با عوامل دروس دیگر مانند اهداف درسی جمعیت دانش‌آموزان و غیره مشترکند.

برخی نیز مانند برتری آموزش‌های مهارتی و جسمانی بر آموزش نظری، تفاوت فضا در به‌کارگیری امکانات آموزشی خاص فعالیت‌های بدنی، مختص درس تربیت‌بدنی است به همین دلیل در روش‌های یاددهی - یادگیری درس مذکور باید به موارد خاص توجه کرد.

1- معلم می‌تواند از امکانات مختلفی برای تفهیم موضوع آموزش که در تربیت‌بدنی مهارت‌های حرکتی، است استفاده کند برخی از این راه‌ها عبارتند از:

الف- بیان و توضیح چگونگی اجرای مهارت و نکات عمده‌ای که باید رعایت شود. در هر حال معلم باید از کلمات روشن و ساده استفاده کند و اطمینان حاصل کند که همه دانش‌آموزان توضیحات او را درک کرده‌اند.

ب- نمایش حرکت توسط معلم که می‌تواند بسیار مؤثر واقع شود. برای این کار معلم باید از آمادگی جسمانی و مهارت کافی برخوردار باشد. در غیر این صورت معلم می‌تواند از یکی از دانش‌آموزان که آمادگی لازم را دارد برای نمایش مهارت استفاده کند.

ج- استفاده از فیلم و تصویر نیز می‌تواند در نمایش مهارت بسیار مؤثر واقع شود در چنین موقعیت نمایش مهارت، معلم توضیحات تکمیلی را ارائه می‌نماید. بدیهی است که استفاده از تکنیک‌های مختلف نمایش مهارت از یکنواختی کار می‌کاهد و انگیزه بیشتری به دانش‌آموزان می‌دهد.

2- به‌واسطه ماهیت حرکتی مهارت‌ها لازم است دانش‌آموزان به‌طور مشخصی و بارها مهارت‌ها را تکرار و تمرین کنند و بسیار مهم است که وقت کافی برای این کار مهیا شود. این تکرار و تمرین باید با نظارت و راهنمایی معلم صورت پذیرد تا اطمینان حاصل شود مهارت‌ها صحیح اجرا می‌شوند و همه دانش‌آموزان در حد قابل قبولی آن‌ها را آموخته‌اند.

3- اشتباهات رایج در اجرای هر مهارت برای کلیه دانش‌آموزان نمایش داده شود و اشتباه هر دانش‌آموز به‌طور جداگانه اصلاح شود.

4- نمایش حرکات باکمال دقت و صحت انجام گیرد و در اجرای آن‌ها از عجله خودداری شود.

5- هنگام نمایش مهارت‌ها، معلم طوری بایستد که همه دانش‌آموزان به‌راحتی او را ببینند.

6- بازی‌ها حالت طبیعی داشته و از مقررات خشک و تحمیلی به دور باشند تا کودکان به‌صورت تکلیف نبینند و دچار خستگی روانی نشوند.

- 7- مهارت‌ها و بازی‌های هر جلسه طوری انتخاب شوند که ضمن وادار نمودن دانش‌آموزان به تلاش بیشتر قابل‌دستیابی باشند تا همه آنان موفقیت را تا حدودی تجربه کنند.
- 8- هر نوع عامل خطرزا که ممکن است به‌گونه‌ای سلامت دانش‌آموزان مواجهه با خطر سازد، از محیط آموزش حذف شود.
- 9- بین آموزش‌های ارائه‌شده، ارتباط منطقی حفظ شود.
- 10- از تکرار فعالیت‌های خسته‌کننده خودداری شود.
- 11- نظریه اهمیت ارتباطات غیرکلامی به‌خصوص در تربیت‌بدنی، لازم است معلم به اهمیت این‌گونه ارتباط واقف و در آن مهارت داشته باشند.

## 9\_ شیوه‌های ارزشیابی:

ارزشیابی این درس مقوله‌ای تفکیک‌ناپذیر از فرایند آموزش است. که تحت تأثیر رویکردها قرار می‌گیرد، بدین معنا که ارزشیابی در درجه اول وسیله‌ای است که به‌طور مستمر فرصت‌هایی فراهم می‌آورد تا دانش‌آموزان از نقاط ضعف و قوت خود مطلع شوند و با دریافت‌های مناسب آموزشی، گام‌های مؤثری در زمینه دستیابی به سلامت جسمانی بردارند. از طرف دیگر بازخوردهای دریافتی به اصلاح روند آموزش و روش تدریس منجر می‌شود به‌این‌ترتیب، ارزشیابی خود وسیله‌ای در جهت تحقق اهداف درس تربیت‌بدنی است.

## چند نکته اساسی در ارزشیابی

- 1- در درس تربیت‌بدنی اهداف مهارتی، جایگاه ویژه‌ای دارند و سهم قابل‌توجهی را به خود اختصاص می‌دهند.
- 2- اهداف شناختی به‌عنوان پشتوانه‌ای نظری برای شفاف‌سازی مفاهیم کامل اهداف مهارتی عمل می‌کنند.
- 3- برای دستیابی به اهداف شناختی و نگرشی، دو فرصت یادگیری فراهم می‌شود.
- الف- دروس شناختی که فرصتی را برای تعامل بین معلم و دانش‌آموزان و همچنین با یکدیگر در برمی‌گیرد مفاهیم اساسی همچون آمادگی جسمانی، مهارت‌های ورزشی، ایمنی، بهداشت و تغذیه ورزشی و هدف‌های تربیت‌بدنی به شکل نظری فراهم می‌کند.
- ب- دروس مهارتی که با محور قرار گرفتن معلم تربیت‌بدنی، رفتارهای دانش‌آموز موردتوجه قرار می‌گیرد و با یادآوری مباحث آموخته‌شده در حوزه دانشی، با توصیه معلم هدایت می‌شوند. زمان برگشت به حالت اولیه نیز فرصت مناسبی است که تذکرات به شیوه معقول گفته‌شده و عادات مناسب و شایسته جایگزین شوند.
- 4- در حیطه شناختی هدف اصلی آشنایی و درک مفاهیم اساسی تربیت‌بدنی و ورزش است. به‌این‌ترتیب مبنای ارزشیابی، سنجش محفوظات دانش‌آموزان نیست.
- 5- ارزشیابی مستمر به دلیل فراهم کردن بازخوردهای دائمی باید مورد تأکید واقع شوند.
- 6- نوع و روش ارزشیابی باید متناسب با یادگیرنده و کلاس باشد.
- 7- ارزشیابی از سطح مهارت‌های ورزشی و فعالیت‌های جسمانی دانش‌آموزان دارای بیماری‌های خاص متناسب با نوع معلولیت و بیماری خاص آنان انجام می‌شود.
- 8- ارزشیابی درسته نگرش امری مستمر است که از طریق مشاهده رفتارها توسط معلم در موقعیت‌های مختلف انجام می‌گیرد. درواقع نگرش نتیجه فرایندهای دانشی و مهارتی هستند که باید همواره تحت نظر و هدایت معلم باشد و ضرورت دارد در یک موقعیت خاص به آن پرداخته شود.

9- در مورد افرادی که با تشخیص و صلاح‌دید پزشک معتمد به‌هیچ‌وجه امکان ارزشیابی ورزشی و فعالیت‌های جسمانی وجود ندارد، ارزشیابی از بخش هدف‌های شناختی یادگیری‌های خارج از کلاس به عمل می‌آید.

### 9\_1\_ روش ارزشیابی:

ارزشیابی درس تربیت‌بدنی به‌صورت عملی- شفاهی می‌باشد.

وسایل، ابزار و فضای آموزشی موردنیاز برنامه آنچه در زیر ارائه می‌شود، حداقل نیازهای اساسی برای اجرای یک ساعت برنامه تربیت‌بدنی در دبستان است و مقدار و تنوع وسایل بستگی به تعداد نفرات کلاس خواهد داشت.

### الف) وسایل و تجهیزات:

- توپ مینی بسکتبال استاندارد و پلاستیکی

- توپ مینی والیبال استاندارد و پلاستیکی

- توپ هندبال استاندارد و لاستیکی

- توپ‌های تنیس

- توپ فوتبال

- توپ مینی هندبال

- توپ لاستیکی هراندازه‌های کوچک

- طناب انفرادی بلند: 190-220-250 سانتی‌متری

- طناب بلند: 380-460-540-720 سانتی‌متری

- کشی به طول 110 سانتی‌متر

- طناب سقفی

- انواع راکت‌های ورزشی

- انواع تورها

- انواع سبدها

- کیسه‌های لوبیایی 15×15 و تعدادی تابلو برای هدف‌گیری

- چوب هراندازه‌ای مختلف (90 سانتی‌متر و چوب دوی امدادی)

- گچ برای خط‌کشی

- حلقه‌های هولی هوب

- تعدادی بطری پلاستیکی برای نشانه‌گیری

- تعدادی جعبه هراندازه‌های مختلف برای پرش

- چوب موازنه با ارتفاع مختلف

- تلمبه باد

- تابلو اعلانات

- کابینت فلزی ( برای نگهداری وسایل)



- کیسه‌های کتان برای حمل توپ (برای جمع‌آوری آن‌ها به برعکس)  
- جعبه‌ابزار

- جعبه چرخ‌دار برای حمل و نقل وسایل

متر سانتی 30/37، 45×50 مانع-

- تشک ژیمناستیک 100×100 سانتی متر

- پارالل کوتاه

- نردبان افقی

- انواع حلقه (هولی هوپ، تایر ماشین، تویه لاستیک)

- پله

- چوب تعادلی (نود سانتی متر)

- انواع جعبه با ارتفاع مختلف برای بالا رفتن پریدن از روی آن‌ها

- تخته تعادلی طرح سوئدی

- تخته بسکتبال

- دوازه هندبال یا مینی فوتبال

- میله نگهدارنده تور والیبال

- میله نگهدارنده تور بدمینتون

### ب) فضای ورزشی

با توجه به سه دسته حرکات غیر انتقالی، انتقالی و دست‌ورزی که در پایه‌های ابتدایی انجام می‌شود و همچنین بازی‌های ورزشی که در آن‌ها نیاز به تحرک و جابه‌جایی و پرتاب توپ‌های مختلف ورزشی و غیره وجود دارد، حداقل فضای مورد نیاز برای کلاس تربیت‌بدنی ابتدایی با توافق وزارت آموزش و پرورش و سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور در نظر گرفته می‌شود این فضا باید کاملاً از سایر فضاهای مدرسه تفکیک شده باشد و امکان فعالیت دانش‌آموزان را بدون حضور دیگران فراهم کند. از طرفی به علت شرایط اقلیمی کشور و به‌ویژه شرایط لازم برای فعالیت دخت‌ران ترجیحاً این فضا باید سرپوشیده باشد.

### 10\_ ویژگی‌های اختصاصی معلم تربیت‌بدنی دوره ابتدایی

1- داشتن حداقل مدرک لیسانس تربیت‌بدنی

تبصره: در صورت نبود لیسانس تربیت‌بدنی، به‌کارگیری معلم فوق‌دیپلم تربیت‌بدنی یا لیسانس غیر مرتبط، با گذراندن دوره‌های تحصیلی بلامانع است.

2- آشنایی از محتوای برنامه درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی

3- نداشتن نقص عضوی که مانع از انجام وظیفه باشد

4- توانایی جسمانی لازم برای اجرای مهارت‌ها و فعالیت‌های مورد نظر در برنامه

5- توانایی فنی لازم برای نشان دادن مهارت‌ها پایه و فعالیت‌های بدنی

6- داشتن تناسب‌اندام و وزن مطلوب

- 7- اعتقاد به اثربخشی فعالیت‌های بدنی و آمادگی جسمانی در بهداشت تندرستی
- 8- اعتقاد به فعالیت‌های بدنی به‌عنوان وسیله‌ای برای ابراز وجود دانش‌آموزان و یا در مسیر یادگیری آن‌ها
- 9- داشتن دانش و توانایی لازم در تلفیق سایر مواد آموزشی با تربیت‌بدنی و بالعکس

### ملاحظات اجرای برنامه

- 1- با توجه به ضرورت و اهمیت نقش نیروی انسانی در اجرای برنامه درس تربیت‌بدنی ابتدایی، لازم است معلمان واجد شرط طی یک برنامه 5ساله تأمین‌شده و یا دوره‌های تخصصی لازم را بر اساس دستورالعمل‌های مربوطه گذرانده باشد.
- 2- تجهیزات و وسایل مورد، متناسب با استانداردهای لازم، تهیه و در اختیار واحد تربیت‌بدنی قرار گیرد
- 3- در طراحی و ساخت واحدهای، فضای آموزشی موردنیاز در نظر گرفته شود (مصوبه جلسه هفتم و بیست و چهارم شورای عالی آموزش و پرورش، 1384)

### 11\_ نتیجه‌گیری

پرورش مهارت‌ها، دانش‌ها و ارزش‌های مطلوب بر اساس اهداف تدوین‌شده در نظام تعلیم و تربیت از طریق آموزش دروس مختلف به دانش‌آموزان دنبال می‌شود. از میان این دروس درس تربیت‌بدنی به دلیل داشتن ماهیت عملی و ویژگی منحصربه‌فرد آن و همچنین به علت سازگار بودن با نیازهای فطری و تمایلات ذاتی دانش‌آموزان می‌تواند به‌عنوان وسیله‌ای بسیار مؤثر جهت رسیدن به اهداف تعلیم و تربیت عمومی مورد استفاده قرار گیرد. لذا در بین دروس آموزشی برای رسیدن به اهداف نظام آموزش و پرورش از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. این مقاله سعی دارد با روش سند کاوی اهداف و محتوا برنامه درسی تربیت‌بدنی دوره ابتدایی را بررسی کند. نتایج به‌دست‌آمده نشان می‌دهد مدارس و معلمان و همچنین مربیان به دلیل کمبود امکانات و فضای ورزشی در تحقق تمامی اهداف برنامه درسی تربیت‌بدنی با مشکلاتی مواجه هستند. در کل، بر اساس یافته‌های این تحقیق، چنین استنباط می‌شود که برنامه ارائه‌شده برای پایه‌های ابتدایی، مطلوب به نظر می‌رسد، اما بازدهی بیشتر آن به تخصیص بودجه کافی، گسترش امکانات و پیگیری اولیا و مربیان بستگی دارد.

## 12\_ منابع فارسی

- حاجی رضازاده صنعتی، حمید(1385). آشنایی با نظام‌های آموزشی کشورهای جهان. سازمان آموزش خراسان رضوی.
- حسینی روح‌الامینی، جمیله السادات (1380). سیر تحول برنامه‌های درسی ابتدایی و راهنمایی. تهران: دبیرخانه شورای عالی آموزش و پرورش.
- درس تربیت‌بدنی در مدرسه‌های جهان (مجموعه مقالات) (1382). ترجمه جواد آزمون و ماندانا آجودانی. تهران: دفتر تحقیقات و توسعه.
- راهنمای برنامه درسی تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی (1379). گروه برنامه‌ریزی درسی تربیت‌بدنی، وزارت آموزش و پرورش، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی.
- راهنمای تدریس تربیت‌بدنی (1384). دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی. تهران: اداره کل چاپ و توزیع کتاب‌های درسی.
- کاشف، مجید(1385). سنجش و اندازه‌گیری در تربیت‌بدنی. تهران: وزارت آموزش و پرورش، معاونت پرورشی و تندرستی.
- کاشف، میرمحمد(1371). بررسی و تجزیه و تحلیل وضعیت برنامه‌های جاری تربیت‌بدنی مدارس استان آذربایجان غربی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت‌معلم تهران.
- کریمی، جواد(1381). نگاهی به تاریخ تربیت‌بدنی جهان. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- مهدوی نژاد، رضا(1379). تاریخ تربیت‌بدنی و ورزش. اصفهان: دانشگاه اصفهان.

## **An overview of the place of physical education in the curriculum of Iranian schools**

### **Abstract**

Cultivation of desirable skills, knowledge and values is pursued based on the goals formulated in the education system through teaching different subjects to students. The purpose of the current research is to review the place of physical education in the curriculum of Iranian schools. Research data was collected through library research, internet computer search and questionnaire and was analyzed through descriptive statistics. The results of the present study showed that increasing the knowledge related to health and safety in physical activity as well as learning basic skills as the most important goal and educational games as the most important lesson content in elementary physical education in the educational program of Iranian schools. The physical education lesson time of elementary school in Iran is 120 minutes per week, which is equivalent to 6% of the entire elementary school curriculum, including extra curriculum, sports programs, education system, and curriculum implementation factors in schools.

**Keywords:** physical education, elementary school, educational program