

بررسی وضعیت درس تربیت بدنی در مدارس دخترانه شهرستان میناب از دیدگاه

مدیران و مربیان

عصمت درویشی*

چکیده

مقاله پیش رو به شناسایی مشکلات درس تربیت بدنی در مدارس میناب از دیدگاه مدیران مدارس و مربیان درس تربیت بدنی می‌پردازد. این تحقیق از نوع تحقیقات کاربردی است و به شیوه میدانی به مرحله اجرا در آمده است. جامعه پژوهش تمامی معلمان تربیت بدنی و مدیران و کارشناسان تربیت بدنی ادارات آموزش و پرورش میناب است. نتایج نشان داد که کم بود مربیان تربیت بدنی و مشکلات مربوط به امکانات و تجهیزات ورزشی از مشکلات عمده درس تربیت بدنی برای دانش آموزان میناب است از آنجا که دانش آموزان دختر مینابی توانایی‌های زیادی جهت کسب افتخار در ورزش قهرمانی و پهلوانی دارند، وزارت آموزش و پرورش باید با برنامه‌ریزی منظم و توجه به واقعیت‌ها و کمبودهای موجود، برنامه‌ای بلندمدت برای توسعه درس تربیت بدنی در مدارس میناب داشته باشد.

کلید واژه: درس تربیت بدنی، مربیان و مدیران میناب، دانش آموزان دخترانه، ورزش قهرمانی و پهلوانی، موانع و مشکلات

مقدمه

شهرستان میناب اولین شهر استان هرمزگان به لحاظ قدمت و دومین شهر پرجمعیت استان هرمزگان

darvishi. esmat@gmail.com

* دبیر تربیت بدنی آموزش و پرورش میناب

تاریخ پذیرش: ۹۸/۰۸/۲۷

تاریخ دریافت: ۹۸/۰۶/۲۵



بعد از بندرعباس است که استعدادهای زیاد هنری، فرهنگی و ورزشی در آن وجود دارد که با برنامه ریزی درست و جهت دهی مناسب می‌تواند بستر رشد ورزش‌های دخترانه در آن شهرستان را فراهم آورد می‌توان در جهت پیگیری اهداف این مقاله این سوال‌ها را مطرح کرد: تا چه اندازه به درس تربیت بدنی در مدارس اهمیت داده می‌شود؟ به راستی بسیاری از معضلاتی که در دوره میانسالی و پس از آن در افراد بروز می‌کند را نمی‌توان با اهمیت به درس تربیت بدنی در مدارس پیشگیری کرد؟

برای رسیدن به اهداف تربیت بدنی و سلامت روحی و جسمی نسل آینده ما؛ یک همت مضاعف اعم از وزارت آموزش و پرورش، خانواده، مدارس و معلم نیاز است. سلامت جسم و روح باید برای دولت و خانواده اهمیت یابد. بودجه کافی در اختیار مدارس قرار گیرد و ارزش نمره‌ای درس تربیت بدنی در آزمون‌های کنکور و استخدامی لحاظ گردد، معلم متخصص کافی تربیت و براساس اسلوب علمی آموزش داده شود، باید ورزش از ابتدایی جدی گرفته و آموزش داده شود. تعلیم و تربیت هر جامعه‌ای بر پایه‌ای اصول و اعتقادات و ارزشهای مورد قبول و فرهنگ آن جامعه استوار است نظام آموزش و پرورش ایران که تحت تأثیر فرهنگ اسلامی است، باید به تمام زمینه‌هایی که مورد نظر اسلام است. توجه داشته باشد. هدف آموزش و پرورش، تعلیم و تربیت افراد بشر است و با توجه به ابزاری که در اختیار دارد، سعی می‌کند دگرگونی‌های مطلوبی در افراد ایجاد نماید، استعدادهای آنان را شکوفا سازد و انسان را به سرحد کمال برساند. درس تربیت بدنی از دروسی است که در این راه کمک زیادی به دانش آموزان می‌نماید و برای سریعتر و بهتر طی کردن این مسیر، بهترین وسیله است.

بین عامل آگاه نمودن مدیریت مدارس از اهداف و ضرورت درس تربیت بدنی و افزایش کارایی این درس رابطه معناداری وجود دارد. بین عامل فضا و امکانات ورزشی و کارایی و بهینه سازی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد. از طرفی نیز عامل برنامه ریزی و تعدیل در برگزاری مسابقات ورزشی با کارایی و بهینه سازی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد. این مقاله با روش تحلیل محتوا و با ابزار کتابخانه نقاط ضعف درس تربیت بدنی در مدارس شهرستان میناب را پیگیری می‌کند.



بحث اصلی و تحلیل

چالش‌ها و نقاط ضعف درس تربیت بدنی

دیدگاه ضعیف به تربیت بدنی از سوی مدیران رده بالای آموزش و پرورش و حتی مدیران مدارس و دبیران سایر رشته‌های درسی. اجاره سالنهای ورزشی آموزش و پرورش به گروههای بزرگسالان غیر دانش آموزی جهت کسب درآمد از سوی مناطق آموزش و پرورش. کمبود ابزارها و وسایل ورزشی لازم برای برگزاری درس تربیت بدنی. نامتناسب بودن فضاهای بسیاری از مدارس برای برگزاری درس تربیت بدنی. ناکافی بودن زمان درس تربیت بدنی در هفته که قبلاً ۲ ساعت در هفته بود ولی برای پایه سوم دبیرستان اخیراً به ۱ ساعت در هفته تغییر پیدا نموده است. عدم پشتوانه قوی در آموزش و پرورش جهت پیشرفت اهداف تربیت بدنی در مدارس. درجهانی که امروز زندگی میکنیم منابع و پشتوانه گسترده ای در حیطه تربیت بدنی موجود می‌باشد که می‌شود این منابع علمی را طوری ساماندهی نمود که دانش آموزان نسبت به این درس تربیت بدنی آگاهی بیشتری پیدا کنند این درس جزء سایر دروس برای آنان مهم تلقی گردد. اختصاص کلاسهای خالی در مدارس بعنوان کلاس ورزش که در آموزشگاهی بنده تدریس می‌نمایم این فرصت موجود می‌باشد. اجباری نمودن ورزش در بین دبیران و همکاران فرهنگی و سایر قشرهای جامعه بعنوان پل ارتباط و تقویت و انسجام ورزش بین احاد مردم. تقویت دانش آموزان که در مسابقات ورزشی مقام کسب نموده اند جهت تشویق سایرین و روی آوردن به ورزش.

اما آنچه مسلم است درس تربیت بدنی در کشور علی‌رغم دارا بودن اهداف؛ برنامه و سرفصل‌های آموزشی، هنوز به جایگاه واقعی اش نرسیده و زنگ ورزش بیشتر به عنوان زنگ استراحت شناخته می‌شود تا زنگی که قرار است آمادگی جسمی و روحی فرزندان ما را تقویت کند» (قاسمی، ۱۳۹۲: ۲۵). تربیت بدنی دارای یک هدف اصلی دارد که با هدف کلی آموزش و پرورش یکسان است و آن تربیت همه جانبه کودکان و نوجوانان به عنوان افراد مفید و مسئولیت پذیر جامعه است. بنا براین برنامه آموزشی باید به قدری اساسی و فراگیر باشد که جوانان بتوانند معلومات و تجربه‌های لازم را برای رسیدن به اهداف مقدس آموزش و پرورش کسب کنند.



جایگاه ساعات درس تربیت بدنی در مدارس

(خبیری، محمد) عضو هیأت علمی دانشگاه تهران درباره زیر ساخت‌های تربیت بدنی در ایران می‌گوید: «هنوز آن گونه که باید و شاید فعالیت بدنی در مدارس ما رایج نیست و این به علت ضعیف بودن زیر ساخت‌های فعالیت بدنی در ایران است، در کشوری مانند مالزی، حتی در شهرهای کوچک آن کنار هر مدرسه دخترانه زمین چمن وجود دارد و در مدارس پسرانه، سالن ورزش هم ایجاد شده است. اما معیار مدرسه سازی در ایران فقط کلاس درس است. مدارس بیش از یک حیاط کوچک ۱۰۰ متری ندارند و این ضعف بزرگی است، از سویی وقتی ما می‌گوییم «ورزش کنید» ولی امکانات لازم در اختیار قرار نمی‌گیرد، مانند آن است که سربازی را بدون فشنگ به میدان جنگ بفرستیم، بچه‌ها عاشق فعالیت بدنی اند ولی هنگامی که امکانات نیست، کجا و با چه وسیله ای ورزش کنند؟! شاید در همین راستا بوده است که آموزش و پرورش بر آن شده تا تنها به امکانی مجوز تأسیس مدرسه بدهد که حداقل‌های ورزشی را دارا باشند» (رضوی، ۱۳۹۳: ۶۷).

وی با اشاره به تحلیل محتوای کتابهای درسی ابتدایی از بعد تربیت بدنی که در سال ۸۴ انجام شده می‌گوید: «بر اساس نتایج مطالعات انجام شده مشخص شد که نگاه به تربیت بدنی در کتاب فارسی پایه‌های اول تا سوم هدفمند، جهت دار و مشخص نیست و تنها عکس‌های پراکنده از ورزش در کتاب‌ها دیده می‌شود.

در کتاب‌های درسی بیشتر رشته‌هایی چون وزنه برداری، تنیس روی میز و..... است که چندان با روحیه کودکان سازگار نیست. تصاویر پسر بچه‌ها نسبت به دختران در کتاب‌های دبستانی غالب است، در صورتی که نیمی از جامعه کودکان دبستانی را دختران تشکیل می‌دهند، در ادامه به تحقیق مشابهی که ۱۰ سال پیش انجام شده اشاره می‌کند که در آن زمان نشان می‌داد معیار توجه به ورزش تنها ۵ درصد است.

چنانچه اهمیت ندادن به ورزش و تبدیل آن به ساعت‌هایی برای درس یا تکالیف عقب مانده حکایت از آن دارد. ورزش صبحگاهی و اهمیت آن یکی از اولویت‌های دیگر برنامه‌های مدارس می‌تواند باشد که خود پیش نیاز ورزش هفتگی است. با وجود روشهای نادرست غذایی، بازی‌های



ساکن، نشستنی و کامپیوتری، زندگی آپارتمانی، والدین شاغل و..... در اولویت قرار دادن و بازیگری به ورزش مداس از ضرورت‌های حتمی حوزه آموزش و پرورش با همکاری دیگر نهاد ها و سازمان‌های مربوط است و البته در این میان نقش سخت افزاری بودجه و اعتبارات لازم انکار نشدنی است.

اهمیت زنگ تربیت بدنی در مدارس

هر دانش آموز ایرانی فقط ۱۶ سانتی متر فضای ورزشی برای ورزش و تحرک در اختیار دارد. دامنه این فضا بسیار محدود ترو تنگ تر از تقلا و تحرک لازم برای یک کودک یا نوجوان در اوج سال‌های رشد و شکوفایی است. چارچوبی که حداقل باید تا یک متر مربع استاندارد فضای ورزشی مورد نیاز جا باز کند. اما مساله ورزش دانش آموزی تنها در کمبود استانداردهای لازم خلاصه نمی شود.

مفهومی به نام زنگ ورزش در مدرسه‌ها، از دیرباز با تصویری از یک زنگ اضافه در خوش‌بینانه‌ترین حالت، جست و خیزی در حیات مدرسه و عموماً انجام تکالیف باقی مانده، زنگ فراغت و درد دل به ویژه، در کلاسهای دخترانه بوده است. و گاهی مجالی برای توفیق تعطیلی کلاس. این همه در حالی است که سنگ بنای ورزش، سلامتی، تحرک و شادابی از همین سالهای پایه آموزشی تا بالا ادامه می‌یابد. شاید از همین روست که ورزشی چون شنا در اکثر دبستانهای پیشرفته اجباری است. در حقیقت مدارس، زیربنای اصلی تحرک و شادابی جامعه تا لیست مدالهای المپیک و قهرمانی هستند. اهمیت بهبود و ارتقای ورزش مدارس هنگامی بیشتر مشخص می‌شود که بدانیم زیر مجموعه چنین مسأله ای ۱۸ میلیون دانش آموز از سنین ۷ تا ۱۸ سال هستند. فقر حرکتی، اضافه وزن، ضعف و کم بینه گی، کوتاهی قد و حتی نارسایی یادگیری همگی از کم تحرکی و عدم توجه به ورزش ناشی می‌شود. اهمیت تربیت بدنی در مدارس به دو مسأله بر میگردد. نخست در بطن یک نظام آموزشی هر دانش آموز نیازمند باروری و تقویت قوای بدنی تا خلاقه خود است. در حقیقت تحرک، ضامن سلامتی و آموختن بهتر است، از سوی دیگر ورزش دانش آموزی زیر بنای استانداردهای کیفی، نسلی است که در آستانه ورود به جامعه است، چنین



نگاه فراگیری هر چند بیشتر از ضرورت همان زنگ دو ساعته ورزش در مدارس خبر می‌دهد. همین دوساعت را می‌توان به بطالت گذراند و یا می‌توان حداکثر استفاده و کارایی را داشته باشد. در حقیقت مدرسه یک تکلیف نیست، مدرسه کانونی برای پرورش قوای جسمی و روحی نسل آینده است. اما سوی دیگر قضیه، بعد سخت افزاری ورزش مدارس است. اختصاص بودجه و امکانات و برنامه ریزی ورزش مدارس یکی از نکات اساسی بهبود گسترش تربیت بدنی مدارس است» (شعبانی، ۱۳۸۶: ۱۵۰).

راهکارها و توصیه‌هایی برای بهینه کردن ساعات درس تربیت بدنی

مربیان و معلمان تربیت بدنی، از طریق کلاسهای تئوری در مدرسه‌ها، تأثیر عوامل ساختاری و فیزیولوژیکی را برای انجام کارهای روزمره و اجرای بهتر مهارتهای ورزشی برای دانش‌آموزان شرح دهند.

با توجه به کمبود امکانات ورزشی در اغلب مدرسه‌های کشور، معلمان و مربیان تربیت بدنی می‌توانند به منظور بهبود کیفیت و بازدهی کلاسهای خود از ابزار و وسایل ابداعی برای فعالیت ورزشی دانش‌آموزان استفاده کنند و در همین راستا نیز فایده‌های فعالیت‌های بدنی را برای آنها بازگو کنند.

معلمان باید با شناسایی مقدمات و پیش‌نیازهای هر رشته‌ی ورزشی، به امر استعدادیابی مبادرت ورزند و با سوق دادن دانش‌آموزان مستعد به رشته‌های ورزشی مورد علاقه‌شان، موجبات تبلور و شکوفایی جسمی و روانی آنها را در سطوح بالاتر فراهم سازند. معلمان تربیت بدنی باید کلاس را به مکانی تبدیل کنند که نه تنها دانش‌آموزان در آن به یادگیری مهارتهای پایه مشغول شوند، بلکه به این اعتقاد قلبی دست پیدا کنند که فعالیت‌های حرکتی، بخشی از زندگی روزانه‌ی آنها هستند. رای‌کودکان با توانایی‌های پایین، کلاسهای آموزش مقدماتی رشته‌های ورزشی گوناگون برگزار می‌شود. البته فراهم کردن شرایط برای فعالیت بدنی و تشویق دانش‌آموزان به فعالیت به تنهایی کافی نیست. بلکه آنان باید بدانند که چرا فعالیت بدنی تا این اندازه مهم است. و چگونه این فعالیت‌ها با دنیای واقعی و با سلامت آنها در ارتباطند.



معلمان براساس تجربه و ویژگی‌های شخصی از روش‌های متفاوتی برای مدیریت کلاس استفاده می‌کنند. برخی با سخت‌گیری و جدیت بیش از حد، انگیزه و شادابی و نشاط لازم را از کلاس‌ها می‌گیرند و برخی با آزاد گذاشتن بیش از حد دانش‌آموزان، در عمل کنترل کلاس را از دست می‌دهند. امروزه رابطه «معلم - شاگرد - موقعیت» تعیین‌کننده نوع مدیریت کلاس است. در اداره کلاس‌های تربیت بدنی، روش معلم محوری مطلق یا شاگرد محوری محض، بدون توجه به موقعیت و شرایط محیطی و تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان، کمک زیادی به اداره‌ی کلاس نمی‌کند. به نظر می‌رسد استفاده از روش بینابینی بسیار مؤثرتر است. دانش‌آموزان هر پایه از نظر سنی، بلوغ اجتماعی، آمادگی و ویژگی‌های شخصیتی با هم تفاوت دارند و نمی‌توان نسخه رفتاری خاصی را برای همه آنان تجویز کرد. معلم در کلاس نه باید شأن و منزلت خود را تا سطح شاگردان پایین بیاورد و نه چندان خشک و تلخ رفتار کند، بلکه باید بتواند با برقراری ارتباط دقیق، صمیمانه، جدی و با قدرت، موقعیت خود را را تثبیت کند و با شناخت درست از محیط آموزشی، کلاس را به بهترین شیوه سازمان‌دهی و مدیریت کند. معلم می‌تواند یک یا دو جلسه اول هر کلاس را برای سازمان‌دهی فعالیت‌های آموزشی صرف کند.

قوانین و مقررات

برای حفظ نظم و کنترل، وضع قوانین و مقررات کلاسی ضروری است. معلم پس از بررسی محیط آموزشی و وسایل موجود، با مشورت شاگردان، مقرراتی در مورد تعداد گروه‌ها، زمان فعالیت، زمان استراحت، جریمه، زمان گرم کردن، رفت‌وآمد در محیط بازی، توزیع و تحویل وسایل، داوری، سرگروه، حفظ ایمنی، بهداشت و غیره وضع می‌کند. باید توجه داشت که اعتبار هر قانون کلاسی به امکان رعایت آن در کلاس و به ویژه امکان برخورد سریع با رفتارهایی بستگی دارد که موجب می‌شوند کنترل کلاس از دست معلم خارج شود. البته برخی از قوانین و مقررات را نیز باید خود معلم تعیین کند. باید بدانیم، قوانین کلاس فقط برای حفظ نظم نیست، بلکه در ایمنی دانش‌آموزان نیز اثر بسزایی دارد» (معماری، ۱۳۹۳: ۱۳۱).



نتیجه گیری

باتوجه به مشکلات و موانع ای که در مدارس موجود می باشد ولی ما دبیران درس تربیت بدنی که هنگام جشن دانش آموختگی سوگند یاد نمودیم که وظیفه خود را در قبال آموزش و بکارگیری تجربیات علمی و تخصصی در مدارس و در اختیار قرار دادن آن بین دانش آموزان لحظه ای درنگ ننمائیم که بقول حضرت مولانا که می فرماید: «آب دریا را اگر نتوان کشید هم بقدر تشنگی باید چشید» تجربیات ۲۰ ساله خود اقتضا می کند که این مشکلات و موانع پیش روی ما قرار داشته و ادامه خواهد داشت و تقاضای که از مسئولین رده بالای نظام آموزش و پرورش داریم اینست که فکری به حال ورزش مدارس بکنند چون ما با افرادی سرو کار داریم که آینده سازان این کشور پرگهر می باشند. -اهداف تربیت بدنی شامل توسعه و شکوفایی جسمانی، ذهنی و عاطفی دانش آموزان می شود. -دانش آموزان با ورزش و فعالیت جسمانی، سلامتی روانی و جسمانی خود را تأمین می کنند. -عدم آگاهی اولیا علت اصلی بی اهمیتی درس ورزش در مدارس شده است. - مشکل اصلی ورزش مدارس از مقطع ابتدایی نشات می گیرد. -باید در همه سطوح از متخصصان تربیت بدنی برای آموزش استفاده کرد.

پیشنهادات

مسابقات ورزشی برنامه ریزی شده درون و بیرون مدرسه و در سطح استان برگزار شود. معرفی دانش آموزان برجسته تربیت بدنی در هر یک از کلاسهای مدرسه، در هر ماه. ایجاد معاونت تربیت بدنی و ورزشی در وزارت آموزش و پرورش. افزایش سرانه ورزشی دانش آموزان و افزایش ساعات درس تربیت بدنی از ۲ ساعت به ۴ ساعت. تهیه کتاب ورزش برای دوره های مختلف تحصیلی. توزیع عادلانه وسایل و تجهیزات ورزشی در مدارس. استفاده از مربیان آگاه به امر ورزش و تربیت بدنی بخصوص در دوره ابتدایی. زمینه های جذب فارغ التحصیلان رشته تربیت بدنی در آموزش و پرورش فراهم و امکانات رفاهی مناسبی برای آنان در نظر گرفته شود.



منابع و مآخذ

- حاجی قاسمی، علیرضا، (۱۳۹۲)، «بررسی نیازهای جسمانی، مهارتی، شناختی و عاطفی آموزش درس تربیت بدنی در مدارس متوسطه پسرانه شهرستان شاهرود». مجله آموزش تربیت بدنی، سال اول، ش ۲، ص ۲۷-۱.
- رضوی، سید محمدحسین و روحانی، الهام، (۱۳۹۳)، «تحلیلی بر عوامل مؤثر در ارتقای جایگاه درس تربیت بدنی در مدارس». پژوهشنامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ش ۱۹، ص ۸۰-۶۹.
- رضایی، علیرضا، (۱۳۸۶)، «ضوابط طراحی فضاهای مورد نیاز درس تربیت بدنی در مدارس». فصلنامه رشد آموزش تربیت بدنی، ش ۲۲، ص ۱۷-۱.
- شعبانی بهار، غلامرضا و عرفانی، نصراله، (۱۳۸۶)، «نظرسنجی و نیازسنجی از دانش آموزان در خصوص درس تربیت بدنی در مدارس متوسطه شهرستان ملایر در سال تحصیلی ۸۴-۸۳». فصلنامه حرکت، ش ۳۳، ص ۱۶۰-۱۴۵.
- معماری، ژاله و گلچین، الهام، (۱۳۹۳)، «شناسایی ابعاد و تحلیل مدل مسیر ارزیابی درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی». فصلنامه فناوری آموزش، ش ۳۴، ص ۱۴۲-۱۳۱.
- چند منبع از اینترنت