



بررسی جایگاه تربیت بدنی کودکان در اسلام با تاکید بر فلسفه تربیتی بازی های جسمی

علی ستاری^۱، الهام صفرنواده^۲

چکیده

هدف این پژوهش بررسی جایگاه تربیت بدنی کودکان در اسلام با تاکید بر فلسفه تربیتی بازی های جسمی است. پژوهش با استفاده از روش توصیفی- تحلیلی انجام شده است. در مراحل انجام پژوهش ابتدا جایگاه و اهمیت تربیت بدنی کودکان با استفاده از متون و منابع اسلامی بررسی و تعیین گردید. سپس فلسفه تربیتی بازی به عنوان یکی از وجوه مهم تربیت بدنی کودکان بررسی و مبانی و اصول متناظر با آن استخراج شد. نتایج نشان گر آن است که بازی های مبتنی بر تحرک جسمی برای کودکان در اسلام جایگاه و اهمیت بالایی دارد و به عنوان یک ابزار تربیتی دارای مبانی و اصول خاصی در تربیت اسلامی است. در این میان بازی های تمرکز یافته بر تربیت بدنی کودکان مهم تر هستند. بازی های جسمی زمینه ساز تربیت روحی کودکان در آینده می شود و به ادراکات حسی، تخیلی و عقلی کودکان در مراحل رشد کمک می نماید. از اینرو توجه به ابعاد مختلف بازی های جسمی و لحاظ نمودن آن در برنامه های تربیتی از سوی برنامه ریزان و مربیان با رویکرد به تربیت اسلامی ضرورت دارد.

کلمات کلیدی: تربیت بدنی، تربیت اسلامی، فلسفه تربیتی، بازی، بازی جسمی

۱. مقدمه

کودکی اولین و مهم ترین دوره زندگی آدمی است. کودک در این دوره برای نخستین بار با محیط ارتباط برقرار می کند، روابط اجتماعی خود را بنا می نهد و به مفهومی از خود و دیگران دست می یابد. لذا اندیشمندان مختلفی دوران کودکی را دورانی سرنوشت ساز برای دوره های بعد دانسته اند. (مفیدی، ۱۳۹۳، ص ۷) انواع تمایلات انسان در دوران کودکی شکل می گیرد. در این میان یکی از تمایلات انسان، تمایل به بازی است. میل به بازی در دوران کودکی نیازی طبیعی به حساب آمده و عقیده بر آن است که بدون بازی رشد کودک کامل نخواهد شد. (کشاورز، ۱۳۹۱، ص ۶) در منابع اسلامی اعم از آیات و روایات، سیره معصومین و نیز در نظرات اندیشمندان مسلمان، بر نقش بازی در تربیت دوران کودکی تاکید شده است. (داوودی و حسینی زاده، ۱۳۸۹، ص ۸۵) روانشناسان نیز بر نقش بازی در دوران کودکی تاکید کرده و تاثیر آن را در دوره های بعد یادآور می شوند. میلر (۱۳۹۳) یکی از

۱ دانشگاه الزهرا (سلام الله علیها)، گروه علوم تربیتی، تهران، ایران، استادیار فلسفه تعلیم و تربیت، alisattari@alzahra.ac.ir

۲ دانشگاه الزهرا (سلام الله علیها)، گروه علوم تربیتی، تهران، ایران، دانشجوی کارشناسی ارشد فلسفه تعلیم و تربیت، ghoghnus255@yahoo.com



نیازهای طبیعی کودک، به خصوص در هفت سال اول زندگی را بازی معرفی می کند. توجه به نیازهای کودک در مراحل اولیه رشد، عاملی تاثیرگذار در رسیدن او به هدف‌های غایی تربیت طی مراحل بعدی زندگی است. علیرغم تاکیدات فراوانی که بر نقش تربیتی بازی در سلامت جسم و روان کودکان به عمل آمده مسئله ای که وجود دارد این است که ما در عمل شاهد کاهش توجه والدین و کودکان به بازی در وجه تربیت بدنی و تاثیرات روانی آن بوده و اغلب بازی را نوعی سرگرمی برای کودکان به حساب می آوریم. در این راستا بی توجهی به نقش پر اهمیت بازی باعث شده تا بازی‌های رایانه‌ای جای بازی‌های جسمی را گرفته و رقیبی اصلی در برابر بازی‌های سنتی و فیزیکی به شمار آیند. (موسوی، ۱۳۹۰، ص ۱۰۵) نتایج پژوهش‌ها یکی از دلایل گسترش روزافزون استفاده از بازی‌های رایانه‌ای در کودکان را خلاء بازی‌های سنتی جذاب و مناسب که اغلب بر بعد جسمی تمرکز یافته اند، گزارش می کنند. (کوثری، ۱۳۹۰، ص ۱۴۸) بی توجهی سیاست‌گذاران، برنامه ریزان، والدین و مربیان به اهمیت بازی‌های جسمی و فرهنگ سازی برای آن از یک سو و از سوی دیگر نگاه تک بعدی به بازی در مفهوم سرگرمی آن می‌تواند آثار نامطلوبی بر تربیت کودکان و پرورش جسمی و روحی آنان داشته باشد. زیرا همان گونه که بیان گردید، بازی نقشی اساسی در تربیت دوران کودکی و دوره‌های بعدی دارد. در این راستا توجه به این که بازی فقط به منظور سرگرمی و یا صرفاً برای پرورش جسم نیست امری ضروری است. از اینرو توجه به نقش و اهمیت بازی در پرورش جسمی و متعاقباً پرورش روحی لازم است. لذا انجام پژوهش پیرامون ویژگی‌های این دوره و ابزارهای تربیت در این مرحله اهمیتی ویژه دارد.

تبیین و نگاهی مبنایی به تاثیراتی اینچنینی، همراه با بازشناسی دیدگاه اسلام به اهداف، مبانی، اصول و روش‌های تربیت جسمانی کودکان، می‌تواند مسیر را برای طراحی الگوی مناسب در بازی‌ها هموار سازد. پژوهش حاضر با در نظر گرفتن مسئله و ضرورت یاد شده با تکیه بر منابع دینی از جمله آیات، روایات و سیره پیامبر (ص) و ائمه معصومین (ع) به منظور تبیین جایگاه بازی در اسلام با تاکید بر فلسفه تربیتی بازی‌های جسمانی برای کودکان انجام شده است.

هدف کلی این پژوهش بررسی جایگاه تربیت بدنی کودکان در اسلام با تاکید بر فلسفه تربیتی بازی‌های جسمی است. اهداف جزئی عبارتند از: تبیین جایگاه تربیت بدنی کودکان در اسلام و تبیین مبانی انسان‌شناختی و معرفت‌شناختی تربیت بدنی کودکان از منظر تربیت اسلامی. پرسش کلی این پژوهش عبارت است از این که جایگاه تربیت بدنی کودکان در اسلام با تاکید بر فلسفه تربیتی بازی‌های جسمی چیست؟ و پرسش‌های جزئی عبارتند از این که جایگاه تربیت بدنی کودکان در اسلام چیست؟ مبانی انسان‌شناختی و معرفت‌شناختی تربیت بدنی کودکان با تاکید بر بازی‌های جسمی از منظر تربیت اسلامی چیست؟



۲. مبانی نظری

در این قسمت از مقاله مفهوم شناسی واژگان اساسی پژوهش پیرامون شفاف سازی مفهوم تربیت، تربیت اسلامی، تربیت جسمانی، بازی و کودک انجام گرفته است. همچنین سیر تحول نگاه به کودک، جسم و بازی در غرب از یونان تا کنون بررسی شده است. رویکرد اسلام به جسم و بازی های جسمانی در آیات و روایات و سیره پیامبر (ص) و ائمه معصومین (ع) مطرح شده و در آخر مبانی انسان شناختی و معرفت شناختی آن مورد نیاز بحث شده است.

۳. تعریف اصلاحات و مفهوم شناسی

۳.۱. مبانی و اصول

مبانی یعنی منابعی که عوامل موجود در حیات فردی و اجتماعی انسان را تحت تاثیر قرار می دهد. این منابع به عنوان پایه ها و عوامل بنیادی تربیت یا مبانی تربیتی بیان می شوند که مشتمل بر نظریات اعتقادی، فلسفی و علمی هستند. منابعی که از مطالعه زندگی نوع انسان، فرهنگ جامعه، انتظارات جامعه، نیازهای انسان و نظایر آن به دست می آیند. (شکوهی، ۱۳۶۷، به نقل از شریفانی، ۱۳۸۸) از اینرو مبانی، "هست" هایی هستند که با تکیه بر آن ها باید ها (اصول) بی استنباط می شوند. (شریفانی، ۱۳۸۸) در تعلیم و تربیت مبانی مجموعه قانونمندی های شناخته شده ای است که در علوم نظری، همچون روانشناسی و جامعه شناسی قرار دارد و تعلیم و تربیت به آنها تکیه زده است. (باقری، ۱۳۸۵، ص ۸۷). همچنین اصول تعلیم و تربیت مجموعه قواعدی است که با نظر به قانونمندی های مذکور اعتبار می شوند و راهنمای عمل قرار می گیرند. (همان) در این پژوهش با توجه به تعاریف یاد شده مبانی عبارت است از مجموعه قانونمندی های موجود در دانش تعلیم و تربیت و اصول عبارت است از راهنماهای عملی متناظر با آن قانونمندی ها در قالب باید ها و نباید هایی در حوزه عمل تربیتی.

۳.۲. تربیت

بررسی ها حاکی از آن است که در قرآن کلمه تربیت مستقیماً و به همین صورت به کار نرفته است. (باقری، ۱۳۸۵، ص ۵۳) به طور خلاصه تربیت، با توجه به ریشه ی لغوی "ربو" ناظر به بزرگ کردن و رشد و نمو جسمانی و باتوجه به ریشه "ربب"، فرایندی رب محور و ناظر به رشد معنوی است. (باقری، ۱۳۸۵، ص ۵۳) مطهری تربیت را عبارت از پرورش دادن، یعنی استعدادهای درونی ای را که بالقوه در یک شیء موجود است به فعلیت درآوردن و پروردن می داند. وی تربیت را فقط در مورد جاندارها یعنی گیاهان، حیوانات و انسان ها صادق می داند و معتقد است اگر این کلمه را در مورد غیرجانداران به کار ببریم مجازاً به کار برده ایم، نه اینکه به مفهوم واقعی، آن شیء را پرورش داده ایم. (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، ص ۵۵۱) با توجه به مفهوم شناسی یاد شده در این پژوهش تربیت به



معنای رشد و نمو جسمی و معنوی و پرورش و کشف استعداد های بالقوه در وجود کودک و به فعلیت در آوردن آن است.

۳,۳. تربیت اسلامی

با توجه به مفهوم شناسی به عمل آمده در باب مفهوم تربیت در قرآن، تربیت اسلامی یعنی شناخت خدا به عنوان رب یگانه انسان و جهان و برگزیدن او به عنوان رب خویش و تن دادن به ربوبیت او و تن زدن از ربوبیت غیر. (باقری، ۱۳۸۵، ص ۵۳) همچنین با نظر به تبیین مطهری، تربیت اسلامی عبارت است از فراهم کردن زمینه هایی برای اینکه استعدادها و نیروهای انسان رشد کند تا بتواند از این نیروها برای رسیدن به کمال خودش بهره مند شود. (گروه نویسندگان، ۱۳۹۱، ص ۲۸) در پژوهش حاضر از محتوای هر دو تعریف بهره برداری به عمل آمده است.

۳,۴. تربیت بدنی

در تعریف تربیت بدنی آمده است: «تربیت بدنی فرآیندی آموزشی، تربیتی است که به واسطه کسب و پردازش مهارت های حرکتی و دانش علمی، ذهن و جسم انسان را درگیر فعالیت می کند و موجب پرورش و رشد استعدادهای جسمانی و نفسانی او می شود، قوای فرد را به تعادل می رساند و او را در راه رسیدن به کمال مطلوب خود یاری می کند» (خسروپناه و گرگین، ۱۳۹۲، ص ۱۲). چنین تعریفی می تواند تکیه گاه خوبی در پژوهش های تربیت اسلامی باشد. زیرا در تعاریف موجود، عملی بودن صرف و نپرداختن به بعد روحانی (تعریف بوچر) به عنوان کاستی های تعریف تربیت بدنی ذکر می شود. (خسروپناه و گرگین، ۱۳۹۲، ص ۱۲) بدینسان در پژوهش حاضر تعریف مورد نظر به کار گرفته شده است.

۳,۵. کودکی (طفولیت)

به طور کلی در اسلام کودکان با سه ملاک سن تقویمی و سن عقلی و سن جنسی، شناسایی می شوند. (ستاری، ۱۳۹۳، ص ۱۶). در اصطلاح قرآن، فرد از هنگام تولد تا بلوغ، "طفل" نامیده شده است. (باقری، ۱۳۶۸) بدینسان در این پژوهش منظور از کودک، کسی است که در چهارچوب سن تقویمی (در دختران تا سن ۹ سالگی و در پسران تا سن ۱۵ سالگی)، سن عقلی (سنی که در آن کودکان قادر به تشخیص و تمیز خوب از بد می شوند) و سن جنسی (زمانی که کودکان به مرز احتلام می رسند) شناسایی می شود و معمولاً شامل افراد تا سن ۱۵ سالگی می گردد.



۳.۶. بازی جسمی

در قرآن به «لعب» (و «لَهْو» = هوسرانی)، بخصوص به عنوان مظهر بسیار گمراه کننده ای از بی توجهی بشر به رسالت واقعی خود در این دنیا، که تلاش برای نیل به رستگاری در آن دنیاست، اشاره شده است. (دانشنامه جهان اسلام، ج ۱، ص، ۲۰۹، به نقل از کتابخانه الکترونیکی مدرسه فقاقت) خارج از معنای لعب به معنای بازیچه که باز معنایی منفی دارد و درباره بزرگسالان به کار می رود، بازی جسمی برای کودکان حاوی توصیه هایی در اسلام است. بازی هایی که به تربیت روح انسان کمک نماید، ستوده شده است که در مطالب آتی به آن ها اشاره خواهد شد.

۴. پیشینه شناسی

۴.۱. پیشینه پژوهش ها در جهان

پژوهش های بسیاری اهمیت دوره کودکی را مورد بررسی قرار داده اند. این اهمیت از دو جنبه مورد توجه قرار گرفته است. اول از نظر حساسیت و سهولت اثرپذیری کودکان در دوران کودکی و دوم از نظر دوام تاثیرات و عمق یادگیری در این دوران. (مفیدی، ۱۳۹۳). در ارتباط با موضوع حاضر پژوهشی که به طور مستقیم موضوع حاضر را بررسی نموده باشد یافت نشد. با این وجود، پژوهش های متنوعی پیرامون بازی، به ویژه با توجه به مسئله جایگزینی بازی های رایانه ای به جای بازی های جسمی و فیزیکی در کودکان صورت گرفته است. نتایج پژوهش ها حاکی از افزایش روز افزون استفاده کودکان و نوجوانان از رسانه های تصویری نظیر تلویزیون یا بازی های رایانه ای و اثرات آن ها انجام شده است که از آن جمله می توان به پژوهش های پلگی (۲۰۰۷)، پرنسکی (۲۰۰۶)، و سینگر و سینگر، (۲۰۰۵)، کاوتنر (۲۰۰۸)، ریگی (۲۰۱۱) و بارلین (۲۰۰۸) اشاره کرد. این پژوهش ها هر یک در نوع خود به تاثیر مخرب و یا مفید این بازی ها اشاره کرده اند.

۴.۲. پیشینه پژوهش ها در ایران

در پژوهش های صورت گرفته در ایران نیز پژوهشی که پیرامون تربیت جسمانی کودکان از منظر اسلام و با تاکید بر فلسفه تربیتی بازی های جسمی انجام شده باشد، یافت نشد. لیکن اهمیت تربیت جسمانی به طور عام و از منظرهای غیر فلسفی در برخی پژوهش ها مورد توجه بوده است که عموماً جنبه کمی و عملیاتی داشته اند. آقازاده (۱۳۸۷) در مقاله ای با عنوان "تاثیر فعالیت های بدنی و بازی بر رشد توانایی های ذهنی پسران پیش دبستانی" طی یک پژوهش کاربردی اثر گذاری بازی های جسمانی بر توانایی های ذهنی را نشان داده است. در این پژوهش تاکید بر روش آزمایشی است و به مبانی نظری کمتر پرداخته شده است. مهدی نژاد (۱۳۹۱) نیز



"تاثیر محیط های بازی طبیعی در رشد کیفی آموزش کودکان" را مورد بررسی قرار داده است و به ترتیب به اهمیت بازی های جسمانی، و بازی جسمانی در محیط طبیعی پرداخته است. مقاله "فلسفه تربیت بدنی با رویکرد اسلامی" که مستخرج از رساله دکتری به راهنمایی خسروپناه می باشد، از معدود آثار یافت شده است که به مبانی اسلامی بازی های جسمانی توجه کرده و از دیدگاه فلسفی به آن پرداخته است. نقطه قوت این اثر تکیه داشتن بر واژه شناسی های دقیق و بازشناسی اصطلاحات مشابه نظیر تربیت بدنی و ورزش از یکدیگر است. لیکن در این اثر نیز تاکید ویژه ای بر دوران مهم کودکی به عمل نیامده است. "مبانی، اصول و روش های تربیت بدنی" عنوان مقاله ای است از باقری (۱۳۸۰) که با هدف سیاست گذاری های کلان به مبانی تربیت بدنی و اصول و روش های تربیتی متناظر آن پرداخته است. این پژوهش مبانی انسان شناختی را ملاک قرار داده و بر مبنای آن به طراحی نظام تربیت بدنی پیشنهادی مبادرت ورزیده است. با در نظر داشتن به پژوهش های یاد شده، آنچه که پژوهش حاضر بر آن تاکید دارد، بازشناسی دیدگاه اسلام در بعد اهداف، مبانی، اصول و روش های تربیت جسمانی کودکان است که در نوع خود می تواند مسیر را برای شناسایی ویژگی های یک بازی مطلوب و طراحی الگویی مناسب در بازی ها با رویکرد به تربیت اسلامی هموار سازد.

۵. مبانی نظری

۵.۱. تحول نگرش به جسم، کودک و بازی در غرب

تلقی اندیشمندان نسبت به بازی کودکان و فعالیت جسمانی آنها در طول تاریخ همیشه یکسان نبوده است و در گذر زمان فراز و فرود هایی داشته که از جهان بینی خاص هر دوره و نوع نگاه به انسان و ابعاد وجودی او نشأت گرفته است. در قرن حاضر به موازات افزایش پژوهش ها پیرامون دوران کودکی و ویژگی های آن، توجه به بازی به عنوان ابزار رشد کودک افزایش یافته است. (مقدم و ترکمان، ۱۳۹۰)

از نگاه اندیشمندان یونان باستان، بازی و فراغت، فرصتی برای رشد کودکان فراهم می کرده است. در یونان باستان در درجه اول به کارکرد آموزشی بازی به ویژه فراگرفتن حس وفاداری به جامعه یونانی، عزت نفس و زیبایی شناسی در فرایند بازی اهمیت داده می شد. بنابراین بازی کودکان در یونان باستان نه تنها مجاز بود بلکه تشویق می شد و کودکان به طور طبیعی بازیگوش تصور می شدند. (عسگری زاده، ۱۳۹۳) افلاطون معتقد بود که باید آموزش کودکان به شکل بازی درآید چرا که بازی برای آنان جذاب است و بدین سان توانایی های آنها در خلال بازی بهتر شناخته می شود. (عسگری زاده، به نقل از نقیب زاده، ۱۳۹۳)

فرهنگ رومی از اوقات فراغت سوءاستفاده کرد و فلسفه ای لذت جوینانه (اپیکوری) را پدید آورد که اعتدال و توازن را در بازی دگرگون کرد. این واکنش افراطی به بازی در فرهنگ های بعدی اثر گذاشت. (عسگری زاده، ۱۳۹۳)



آریس (۱۹۶۲) در پژوهش‌های خود پیرامون جایگاه کودکان در این دوره، هیچ گونه فعالیت، بازی ویژه یا نوشته‌های مخصوص کودکان پیدا نکرده است. طرز فکر این دوره در غرب اطاعت محض و بی قید و شرط بود و بازی به معنای "جست‌وجوی فعالانه تجربه‌های نو"، جایگاه ناچیزی در آرمان‌های این عصر داشت و تصور می‌شد (رفعت‌جاه، ۱۳۸۳ و نیز محمودی میمند، ۱۳۹۲، ص ۳)

در واقع با توجه به محوریت تعبد در قرون وسطی و اعتقاد به گناه اولیه و ناپاکی انسان و لزوم رنج برای پاک شدن، که جوهره خود را از تفکر یهودی گرفته است (کاردان، ۱۳۹۲، ص ۵۳ و ۵۶)، جسم انسان در قرون وسطی واجد ارزش نبود و بازی‌ها نیز مورد توجه نبوده‌اند.

۵.۲. تحولات نگرش به جسم و بازی پس از قرون وسطی

از آغاز رنسانس، با تغییر تدریجی محور امور به سمت انسان، جسم او نیز جایگاهی بلند تر از قرون وسطی یافت که مقدمه توجهات بیشتر به اهمیت جسم در قرن‌های هفدهم و هجدهم قرار گرفت. (کاردان، ۱۳۹۲) با سپری شدن قرن هفدهم رفته رفته بین دنیای کودکی و بزرگسالی و بازی‌های این دو گروه تمایزهای واضح تری به وجود آمد و بازی‌های کودکان که عموماً ماهیتی جسمانی داشتند از بازی‌های بزرگسالان که نشانه‌ی مهارت آنان بود متمایز گشتند. (عسگری زاده، ۱۳۹۳)

در سده‌های هجدهم و نوزدهم، روسو، فروبل و شیلر سعی کردند نگرشی که معتقد بود "کودک بزرگسالی کوچک است، به نحوی عمیق تر" را تغییر دهند. (کاردان، ۱۳۹۲، ص ۱۴۲) روسو معتقد بود: "کودکان روش‌های ویژه خود برای اندیشیدن را دارا هستند و نباید برای جایگزینی روش‌های بزرگسالان در آن‌ها تلاش کرد." (روسو، به نقل از کاردان، ۱۳۹۲)

شیلر معتقد بود، انسان تنها وقتی به تمام معنی کلمه انسان است که به بازی می‌پردازد و فروبل بازی را بالاترین بیان رشد انسان در دوران کودکی دانست. (محمودی میمند، ۱۳۹۲ و نیز کاردان، ۱۳۹۲)

تا اواسط قرن نوزدهم تاریخ تحول توجه به آموزش کودکان، در حقیقت حاکی از تغییرات نگرش اجتماعی در مورد کودکان و نوع یادگیری آنهاست. تغییرات آموزش‌های رسمی و غیر رسمی کودکان، ظهور مراکز پیش دبستانی در جهان و توجه بیشتر به بازی و اسباب بازی‌های کودکان نشان‌گر این امر است که آموزش و پرورش کودکان به موازات تغییر تلقی‌ها از کودک تحول یافته است. (مفیدی، ۱۳۹۳، ص ۳۴)

در میان نظرات اندیشمندان این دوره، اندیشه‌های جان لاک درباره "آموزش از طریق بازی و حس"، دیدگاه طبیعت‌گرای روسو در تربیت کودک، پژوهش‌های پستالوژی درباره روش‌های آموزش کودکان، هم‌چنین تحقیقات فروبل، مونته‌سوری و خواهران مک‌میلان و پیائزه درباره کودک و رشد شناختی او تاثیر جدی در تحول



تلقی از کودک و به تبع آن تحول جایگاه بازی و ابزار های آن داشته است.

در دهه اول قرن بیستم، جنبش مطالعات کودک مرحله شکوفایی خود را طی می کرد. جنبشی که به درک کودکان همان گونه که هستند اهمیت می داد و تلاش برای توسعه علوم مختلف مرتب با زمینه رشد کودک ویژگی خاص آن به شمار می رفت و نمونه آن آثار روان شناس آمریکایی استانی هال بود. (عسگری زاده، ۱۳۹۳) نظرات روان شناسان و روان کاوان، فیزیولوژیست ها و متخصصان تعلیم و تربیت در قرن بیستم تحولاتی را درباره طرز تلقی از کودکان و نحوه شناخت، رشد و یادگیری آنها نشان می دهند که منجر به تغییر شکل بازی ها و آموزش های کودکان شد. قرن بیستم به دلیل اهمیت بازی ها، عصر بازی نامیده شد و پژوهش های بسیاری پیرامون بازی صورت گرفت. (کوثری، ۱۳۹۰)

در ادامه بحث با توجه به اهداف و سوالات پژوهش به بررسی پاسخ های لازم در این زمینه می پردازیم.

۶. جایگاه تربیت بدنی در اسلام

۶.۱. جایگاه تربیت بدنی با توجه به آیات قرآن کریم

در قرآن کریم، قوت جسمانی به عنوان یک امتیاز ارزیابی شده و بر تقویت آن تاکید شده است چنانکه خداوند در قرآن درباره رهبری طالوت (ع) می فرماید: «ان الله اصطفیه علیکم و زاده بسطه فی العلم و الجسم» (بقره/ ۲۴۷): خداوند او را بر شما برگزیده و قدرت علمی و جسمی وی را از شما افزون تر قرار داده است. همچنین درباره ی لزوم تقویت بنیه رزمی و نظامی می فرماید: «واعدوا لهم ما استطعتم من قوه» (انفال/ ۶۰): در برابر آنها [دشمنان] آنچه توانایی دارید، از نیرو آماده سازید. در اینجا لازمه آمادگی قوت جسمانی نیز هست. در جایی دیگر در بیان سرگذشت موسی (ع) قرآن او را مردی نیرومند و قوی معرفی می کند و می فرماید: «فوکزه موسی ففضی علیه» (قصص/ ۱۵): موسی (ع) تنها یک مشت به آن مرد زد و او درگذشت. در اینجا به نیروی جسمانی موسی (ع) اهمیت داده شده است. در جایی دیگر از قول هود (ع) به قوم خود می فرماید: «و زادکم فی الخلق بصطه» (اعراف/ ۶۹): و به چشم شما فزونی داد، که قوت آن از قوت جسم است. در آیه ای دیگر دختر شعیب (ع) که قوت موسی را به هنگام کشیدن یک تنه دلو سنگین از چاه فهمیده بود، همراه با ویژگی اخلاقی او همراه ساخته و به پدر متذکر می شود: «قالت إحداهما یا اَبْتِ اسْتَجِرْهُ إِنَّ خَیْرَ مَنْ اسْتَجَرْتِ الْقَوِیُّ الْأَمِینُ» یکی از آن دو (دختر) گفت: پدرم! او را استخدام کن، زیرا بهترین کسی را که می توانی استخدام کنی آن کسی است که قوی و امین باشد» (و او همین مرد است) (قصص: ۱۶).

از مجموع آیاتی که در اینجا معرفی شدند می توان دریافت نمود که نیروی جسم که نیاز به پرورش نیز دارد در قرآن دارای اهمیت است.



۶،۲. جایگاه تربیت بدنی در روایات و سیره پیامبر (ص) و ائمه (ع)

پیامبر اسلام (ص) با اظهار نظر صریح درباره‌ی ورزش‌های زمان خود، پرداختن به آن‌ها را توصیه کرده‌اند. ایشان خود اسب‌دوانی می‌کردند و در مسابقه اسب‌دوانی برای برنده شدن چند مثقال نقره به عنوان جایزه مقرر می‌فرمودند (وسائل‌الشیعه، ج ۱۳، ص ۳۴۶) در جایی ایشان فرزندان خود را به فراگیری شنا و تیراندازی سفارش نموده‌اند. در حدیثی دیگر اسب سواری و تیراندازی را از سرگرمی‌هایی که حق مؤمن است به شمار آورده‌اند. هم‌چنین فرموده‌اند که بهترین سرگرمی مؤمن شنا است. تاکید اسلام بر فراگیری ورزش‌هایی مانند اسب‌دوانی و تیراندازی، به حدی است که حتی شرط‌بندی را در مورد برخی از آنها بدون اشکال می‌داند. (حامدنی، ۱۳۹۲، ص ۱۸) امام باقر(ع) می‌فرماید: «رسول خدا مسابقه اسب‌دوانی ترتیب داده و جوایز را از مال خویش پرداخت می‌کرد» (حرّ عاملی، ۱۴۱۴ ق، ج ۱۳، ص ۳۵۱). در اهمیت سلامتی بدن، از پیامبر اکرم (صلوات الله علیه) نقل شده: «هرکه تنش سالم است و در جماعت خویش ایمن است و قوت روز خویش دارد جهان طبق مراد اوست» (نهج الفصاحه، ۱۳۷۷، ص ۷۲۴، ح ۲۸۰۳).

امام سجاد (ع) در دعایی از خداوند چنین طلب می‌کند: «وَأَمِّنْ عَلَيْنَا بِالنَّشَاطِ وَأَعِدْنَا مِنَ الْفَشْلِ وَالْكَسَلِ وَالْعَجْزِ وَالْعِلَالِ وَالضَّرَرِ وَالضَّجَرِ وَالْمَلَلِ» (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۹۱، ص ۱۲۵)؛ خداوند! نعمت سرزندگی و کوشایی را به ما ارزانی دار و از سستی و تنبلی و ناتوانی و بهانه‌آوری و زیان و دل‌مردگی و ملال، محفوظمان نگاهدار. (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۹۱، ص ۱۲۵ به نقل از حامدنی، ۱۳۹۲) امام صادق (ع) شادابی و خرمی را در چند چیز می‌داند و پیاده روی، اسب سواری و شنا کردن را جزو آنها برمی‌شمرد: «عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ: النَّشْرَةُ فِي عَشْرَةِ أَشْيَاءَ الْمَشْيِ وَالرُّكُوبِ وَالْإِرْتِمَاسِ فِي الْمَاءِ...» (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۷۳، ص ۳۲۳). روایات دیگری نیز درباره تشویق پیامبر (ص) به انواع ورزش‌ها نقل شده است. شبی ایشان به خانه فاطمه زهرا (س) آمدند. امام حسن (ع) و امام حسین (ع) در سنین کودکی بودند. به آنها فرمودند: «بپاخیزید و با یکدیگر کشتی بگیرید». آنها هم برخاسته و کشتی گرفتند. در حالی که دیگران نیز آنها را تشویق می‌کردند. (همان، ج ۱۰۳، ص ۱۸۹). هم‌چنین پیامبر (ص) از محلی عبور می‌کردند که دو نفر در حال کشتی گرفتن بودند. ایشان آنها را از این کار منع نکردند. (پاک‌نژاد، بی‌تا، ج ۱۴، ص ۲۸۵). این احادیث حاکی از آن است که پیامبر(ص) به تربیت بدنی اهمیت می‌دادند.

درباره نوع ورزش‌ها به نظر می‌رسد آنچه واجد اهمیت است هدف از انجام یک ورزش می‌باشد. در تربیت اسلامی، نوع و شکل روش‌ها در درجه اول مسئله نیست، بلکه هدف و جهت‌گیری آنهاست که ارزش آنها را تعیین می‌کند. در اسلام ورزش هم مثل هر چیز باید به سوی محور توحید باشد و اگر چنین شد، رواست. چنانکه یکی از اهداف تربیت بدنی، پرورش نسلی مقتدر و نیرومند برای دفاع از آرمان‌های اسلام و مسلمین ذکر شده



است. امام سجاد (ع) برای جسم انسان حقوقی را برمی شمرد و تحرک جسمی را حقی برای انسان تلقی می کند و برای اعضا و جوارح انسان از جمله حق چشم و حق دست و حق پا و حق بطن حقوقی جداگانه را یادآور می شود. (رساله الحقوق، ۱۳۹۱، ص، ۴۱۵)

۷. مبانی انسان شناختی بازی های جسمی

با توجه به مطالبی که در قسمت مبانی نظری و نیز با نظر به پاسخ سوال اول پژوهش که در آن به بررسی جایگاه تربیت بدنی در اسلام پرداختیم در اینجا به پاسخ سوال دوم پژوهش یعنی مبانی انسان شناختی بازی های جسمی کودک در اسلام می پردازیم.

۷.۱. مبانی اول: ترکیب انسان از روح و جسم

بر اساس آموزه های اسلامی انسان موجودی مرکب از روح و جسم است. هر چند از نظر فلاسفه وجود جسم امری بدیهی به شمار می آید و مباحث اندیشمندان عموماً پیرامون اثبات وجود روح جریان داشته، با این حال نظر اغلب پژوهشگران بر این نکته تأکید دارد که توجه به جسم و روح توأم با هم ضرورت دارد و عدم التفات به اهمیت جسم و حفظ و تقویت آن، منجر به تضعیف روح خواهد شد. (گروه نویسندگان، ۱۳۹۱، ص ۱۶۴ و ۱۶۵) در این راستا پژوهشگران بر آنند که تربیت جسمی و تأمین سلامتی برای اهداف دنیوی و اخروی به صورت توأمان، حق طبیعی افراد است. لذا بهره‌مندی از این نوع تربیت که در آن روح و تن توأمان مورد توجه قرار بگیرد، به منزله‌ی یک شیوه‌ی زندگی به منظور پرورش جزئی از کل وجود آدمی تلقی شده است که با تحقق اهداف تربیت بدنی توسعه‌ی این اهداف در مسیر کمال واقعی و قرب الهی قرار می‌گیرد. در این راستا تربیت بدنی در صدد ایجاد تغییرات مطلوب در وضعیت بدنی و در نتیجه در وضعیت روحی است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تربیت بدنی یک علم کاربردی است و اهداف آن در جسم و روح پیوستگی دارد. (باقری و همکاران، ۱۳۸۰).

اصل اول: ملازمه تربیت روح و جسم

با توجه به مبانی اول، نکته ای که در اینجا حائز اهمیت است آن است که در اسلام تربیت جسم و روح لازم و ملزوم یکدیگر هستند. در آیه ای از قرآن دختر شعیب (ع) که قوت جسمانی موسی (ع) را به هنگام کشیدن یک تنه دلو سنگین از چاه فهمیده بود، همراه با ویژگی اخلاقی او همراه ساخته و به پدر متذکر می شود: «قالت إحداهما يا أبتِ استأجره إنَّ خَيْرَ مَنْ استأجرتَ القویُّ الامین» «یکی از آن دو (دختر) گفت: پدرم! او را استخدام کن، زیرا بهترین کسی را که می‌توانی استخدام کنی آن کسی است که قوی و امین باشد». (و او همین مرد است) (قصص: ۱۶). در اینجا قرآن قدرت جسمانی و امانت داری موسی (ع) را همراه و قرین هم معرفی می کند و این



حاکمی از آن است که میان قدرت جسم و نیروی ایمان و امانتداری که امری معنوی و روحی است ملازمه برقرار است. پیامبر(ص) تقویت جسم و روح را لازم و ملزوم یکدیگر می دانستند. ایشان به جمعیتی رسیدند که در حال بلند کردن وزنه هایی از سنگ بودند. در این باره از آنها سؤال نمودند: «برای چه این کار را می کنید؟» جواب دادند: «برای این که قوی ترین و زورمندترین فرد را بشناسیم». ایشان معیارهای معنوی را برای قوی ترین فرد بیان نموده و فرمودند: «آیا دوست دارید من بیان کنم برای شما چه کسی از همه نیرومندتر است؟» گفتند: «آری». فرمودند: «قوی ترین فرد آن کسی است که هنگام خشنودی، رضایتش او را در باطل و زشت داخل نکند و هنگام عصبانیت، او را از محدوده حق بیرون نکند و وقتی قدرت یافت به آنچه حق او نیست دست نبرد». (طبرسی، ۱۳۴۴، ص ۱۸۲. به نقل از حامدینیا، ۱۳۹۲) در روایت فوق نیز قدرت بدنی قهرمانان با قدرت حق خواهی و گرایش به حق آنان که امری روحی و معنوی است ملازم گردیده است.

۷.۲. مبنای دوم: تأثیر و تأثر روح و جسم از یکدیگر

روح و بدن بر یکدیگر تأثیر متقابل می گذارند. چنان که بیماری های جسمانی روان انسان را آزوده می سازد و فشارهای روانی نیز در بدن انسان بازتاب می یابند. (باقری، ۱۳۸۵ و گروه نویسندگان، ۱۳۹۱، ص ۱۷۱) تأثیر میزان ترشح غدد درون ریز و برون ریز بر حالات روحی انسان در روان شناسی به اثبات رسیده است. همچنین تأثیر تغذیه، نوع آن میزان و محتوای آن بر شرایط روحی و روانی انسان تأثیر ی گذارد. در اسلام نهی از خوردن و آشامیدن محرمانی چون مشروبات الکلی، گوشت خوک و غیره از این دست هستند. از طرفی دیگر تأثیر شکل، اندازه و حالات اندام مختلف مثل گوش، بینی، چاقی و لاغری ورزشی و سستی اندام در روحیه افراد روشن است. بنابراین همانگونه که روح بر جسم تأثیر دارد، جسم و حالات جسمی هم بر روح تأثیر گذار است. از جمله تأثیرات روح بر جسم می توان به تأثیرات غم و اندوه در چهره، تأثیرات شادی و نشاط روح در چهره و تأثیرات ترس و اضطراب در چهره اشاره کرد. در دعای علی (ع) موسوم به کمیل آمده: «يَا رَبِّ قَوِّ عَلَيَّ خِدْمَتِكَ جَوَارِحِي» «خدایا برای خدمتت جوارح و اعضای بدن مرا قوی کن». این درخواست علی (ع) به خوبی نشانگر ضرورت داشتن توانایی جسمی و تأثیر آن بر روح انسان است.

اصل دوم: لزوم توجه به تأثیر و تأثرات روح و جسم در برنامه های تربیتی

با توجه به مبنای دوم که در آن روح و جسم بر یکدیگر تأثیر می گذارند، در تعیین اهداف و ساحت های تعلیم و تربیت، نباید تأثیر و تأثر روح و جسم را از یاد برد؛ با توجه به این مبنا، در تبیین اهداف، اصول، ساحت ها، عوامل، موانع و روش های تعلیم و تربیت باید هر تأثیر دو بعد وجود انسان یعنی جسم و روح بر یکدیگر را توأمان در نظر گرفت و تأثیر هیچ یک بر دیگری را نباید نادیده انگاشت.



۷،۳. مبنای سوم: رابطه میان پرورش جسم و کمال انسان

در اسلام تمام افعال انسان در مسیر رشد به سمت کمال او قرار می‌گیرد. استاد مطهری ذیل بحث پرورش جسم در اسلام این مسئله را بررسی می‌کند که آیا پرورش جسم در اسلام کمال است یا خیر؟ (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، ص ۸۵۴) در اسلام سلامت و نیرو گرفتن جسم نوعی کمال برای انسان به حساب آمده است. مطهری در این باره می‌گوید: «اسلام طرفدار پرورش جسم و مخالف تن پروری به معنای مصطلح آن است. از نظر اسلام جسم مثل خانه ای است که هرچه انسان به ویرانی اش کمک کند یا به حال خودش بگذارد، به ضرر آن است. بلکه باید آن را از خطرات مختلف حفظ کند و علت تحریم بسیاری از امور، مضر بودن آنها به حال بدن است. زیرا این یک اصل کلی برای فقها است که هرچیزی که محرز بشود که برای جسم انسان مضر است حرام است... از همین جاست که بسیاری از محرمات که در احکام عملی دین بدان سفارش شده معطوف به بدن است». ایشان از این بحث چنین نتیجه می‌گیرند که: «بنابراین پرورش جسم در حدود پرورش علمی، بهداشت، سلامت و تقویت جسم که جسم نیرو بگیرد، یک کمال است. می‌دانیم همه کسانی که از نظر بدن نیرومند بوده‌اند، این نیرومندی برایشان کمال شمرده شده است. مثلاً امیرالمؤمنین [علی(ع)] نیرومند بوده و نیروی بدنی داشته است و این جزء کمالات آن حضرت است». (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، ص ۸۵۵)

اصل سوم: مقابله با سستی و تنبلی جسم

در قرآن واژه تنبلی دو بار در باره کسانی که در نماز سستی و تنبلی می‌کنند استفاده شده است. در سوره نساء آیه ۱۴۲ می‌فرماید: « منافقان می‌خواهند خدا را فریب دهند در حالی که او آنها را فریب می‌دهد و هنگامی که به نماز برمی‌خیزند، با تنبلی برمی‌خیزند و در برابر مردم ریا می‌کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی‌نمایند» همچنین در سوره توبه آیه ۴۵ می‌فرماید: «هیچ چیز مانع قبول انفاق های آنها نشد، جز اینکه آنها به خدا و پیامبرش کافر شدند، و نماز بجا نمی‌آورند جز با تنبلی، و انفاق نمی‌کنند مگر با اجبار.» همچنان که ملاحظه می‌شود در قرآن تنبلی امری مذموم به شمار آمده است. بدیهی است پرهیز از تنبلی نیازمند تربیت بدنی و پرورش جسمی است. در این صورت تربیت بدنی باعث رفع سستی و تنبلی در انسان شده و مسیر رشد انسان به سمت کمال را فراهم می‌سازد. مطهری میان پرورش جسم و تن پروری تفاوت قائل شده و تن پروری را با نفس پروری مرتبط دانسته و می‌نویسد: «تن پروری در واقع نفس پروری است که اغلب بر ضد بهداشت جسم و پرورش جسم... می‌باشد. آن تن پروری که بد است معنی اش این است که انسان نفس پرور و شهوت ران باشد و ربطی به مسئله رشد جسم ندارد. و اتفاقاً قضیه درست برعکس است، یعنی اگر انسان زیاد دنبال پرورش تن به معنی نفس پروری برود به جسمش زیان می‌رساند. بنابراین در تربیت اسلامی مسئله پرورش جسم جزء اصول است». (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، ص ۸۵۵)



۷،۴. مبنای چهارم: تغییرپذیری تدریجی روح و جسم

انسان در دو بعد جسم و روح تغییرپذیر است. اما ویژگی های روحی و بدنی انسان به صورت تدریجی قابل تغییرند. این تغییر می تواند در جهت مثبت یا منفی باشد. تأثیر نوع تغذیه و مقدار تحرک اندام های بدن و حتی برخی از حالت های روانی بر سلامت یا بیماری جسم، دارای پشتوانه ای علمی و برخوردار از شواهدی تجربی است. وجود مادی و غیر مادی انسان وجودی تدریجی است. این سخن به این معناست که کمالات جسمی و روحی انسان به تدریج و با گذشت زمان به دست می آیند. انسان در هر مقطع از حیات خود، دارای استعداد و قابلیت های خاصی است؛ چنان که کمالات طبیعی و اکتسابی به دست آمده در هر مقطع، آدمی را برای پذیرش کمالات بعدی آماده می سازند. از سوی دیگر، در فرایند رشد تدریجی انسان، مشابهت هایی میان مقاطع نزدیک به یکدیگر می توان یافت که براساس آنها مراحل چون نوزادی، کودکی، نوجوانی، جوانی، میان سالی و کهن سالی را از یکدیگر قابل تفکیک است. همین نکته گروهی از روان شناسان را بر آن داشته است که درباره ی مراحل رشد انسان نظریه پردازی کنند و گاه برای این مرحله ها زمان هایی تقریبی نیز در نظر بگیرند. در روایات اسلامی نیز نکاتی درخور توجه در این باره می توان یافت. اهمیت تربیت در دوره کودکی و نیز نقش تمهیدی دوره کودکی در ذیل این مبنا معنا می یابد. پیش از این در بررسی جایگاه تربیت بدنی در اسلام از سه دوره تربیت یاد کردیم که در آن هفت سال اول به دوره تمهید (بازی و فعالیت جسمانی کودک)، هفت سال دوم به دوره تعلیم تادیب و هفت سال سوم به دوره الزام به یادگیری احکام دین نام گذاری کردیم. همچنان که ملاحظه کردیم این مراحل به تدریج و پی در پی ظاهر می شوند.

از این مبنا برای اثبات امکان تعلیم و تربیت استفاده می شود. چرا که اگر ویژگی های روحی و بدنی انسان تغییرپذیر نبودند، سخن از تعلیم و تربیت بی معنا بود. همچنین، با توجه به این مبنا، آموزش و پرورش انسان امری تدریجی و زمان بر است و نیز برای تعلیم و تربیت باید مراحل را در نظر گرفت. (گروه نویسندگان، ۱۳۹۱)

اصل چهارم: رعایت مرحله تمهید (بازی و فعالیت جسمانی کودک) در مراحل رشد کودک

پیش از این گفتیم که هفت سال اول دوره کودکی دوره تمهید نامیده می شود. دوره ای که کودک در آن آزاد بوده و لازم است که به بازی و تحرک جسمی بپردازد. اغلب اتفاق می افتد که مربیان و یا والدین کودک به دلیل تعجیل در آشنا ساختن کودکان با آموزه های دینی، از دوره تمهید کودکان چشم پوشی می کنند و کودکان را بدون مقدمه به دوره های بعدی تربیت وارد می سازند. هرگونه تعجیل یا تاخیر در هر یک از مراحل تربیت سه گانه باعث خواهد شد تا کودکان در جنبه هایی از تربیت جسمی و بعد ها در مرحله تربیت روحی دچار اشکال شوند. از اینرو امام کاظم (ع) در راستای توجه به دوره تمهید کودکان تاکید دارند که: «بهتر است که فرزند در کودکی به بازی و جست و خیز بپردازد تا در بزرگسالی حلیم و بردبار شود». (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۳، ص ۲۹۴،



نقل از حسینی زاده و داوودی) بازی و جست و خیز کودکان باعث خواهد شد تا آنان از همان ابتدای کودکی با تحرک و پرنشاط بار بیایند تا در نوجوانی، جوانی و بزرگسالی سست و تنبل نباشد. در این صورت در انجام مناسک مهمی چون نماز، روزه، حج و جهاد ورزیده و بذور از تنبلی و پرنشاط ظاهر خواهند شد.

۷.۵. مبنای پنجم: حقوق تربیت جسمی کودک

گفتیم که در اسلام بر حقوق جسم و حتی تک تک اعضا و جوارح بدن انسان تاکید شده است. حق جسم یکی از حقوقی است که امام سجاد (ع) در رساله حقوق مطرح می کنند. ایشان در فرازهای آغازین شرح انواع حقوق می فرمایند: «بدان که در هر حرکت و تحرکی حقی از جانب خداوند بر تو هست و نیز خداوند حقوقی از سر تا قدمت بر تو واجب ساخته برای خودت (به سود خودت)». (رساله الحقوق، ۱۳۹۱، ص ۴۱۵) سپس حق چشم و دست و پا و بطن و سایر اعضای بدن را ذکر می نمایند. از مجموع سخنان ایشان حقوق جسم به شرح زیر استنباط می گردد: ۱. صرف کردن نیروی جسم در راه اطاعت خدا ۲. پاک نگه داشتن اعضا و جوارح از حرام و حفظ آن ها از گناه ۳. قوت بخشیدن جسم در راه اطاعت از خدا و خدمت به خلق و لزوم تکلیف مداری اعضا ۴. قوت جسم و توانایی را از سوی خداوند دانستن و رعایت اخلاق (رساله الحقوق، ۱۳۹۱، ص.ص. ۴۱۵ - ۴۴۰) ۵. دعا برای قوت و سلامت جسم (صحیفه سجادیه، ترجمه انصاریان، ص. ۱۷۱) ۶. شکر سلامت (همان، ص ۹۰)

اصل پنجم: ضرورت رعایت حقوق تربیت جسمی کودک

حقوق تربیت جسمی کودک از چند جهت دارای اهمیت است. اول از جهت این که تربیت جسمی کودک سنگ بنای شخصیت سالم او به حساب می آید. اهمیت دوم از آن جهت است که تربیت جسمی تضمین کننده حیات کودک به حساب می آید. اهمیت سوم در تربیت جسمی کودک به تاثیر آن در پیشگیری از انحرافات و کجروی های کودک در آینده کمک می کند. (حاجی ده آبادی، ۱۳۹۱، ص، ۹۶) در اسلام در کنار حق تغذیه مناسب و صحیح کودک، برگزیدن نام نیکو و بهداشت جسمی کودک، حق تربیت جسمی کودک با تاکید بر حق بازی و حق ورزش تاکید شده است. (همان، ص.ص. ۹۳ - ۱۰۵) ورزش ها و تمرین های بدنی همراه با بازی های جسمی برای کودکان، در اعتدال شاکله و بنیه بدنی کودکان موثر است و توان آنان را در مقابله با امراض و بیماری ها بالا می برد. افزون بر این ورزش ها و بازی های دوران کودکی منجر به پاسخی مناسب به اقتضانات دوران کودکی است که دوران پرنرزی سر شار از تحرکات کودکان است. همچنین بازی های جسمی دفع انرژی زاید بدن از طریق بازی های جسمی را به سوی رشد مناسب جسم آماده می سازد. (همان)



۷.۶. مبانی ششم: نقش ابزاری تربیت جسم

نباید فراموش کرد که بخش اصیل وجود انسان، روح اوست. بسیاری از ادله ای که وجود روح و غیرمادی بودن آن را اثبات می کنند، این حقیقت را نیز آشکار می سازند که بدن مادی در این عرصه، ابزار روح است و انسانیت انسان در گرو روح او است. براساس این مبنا، هدف اصلی تعلیم و تربیت اسلامی باید پرورش و استكمال روح باشد؛ و پرورش بدن وسیله ای برای تکامل روح به شمار رود. از اینرو لازم است تا هنگامی که میان خواسته های روحی و نیازهای بدنی تزامنی پدید آید، باید پرورش روح را دارای اولویت دانست. (گروه نویسندگان، ۱۳۹۱، ص، ۱۶۷)

اصل ششم: تقدم ارزش تربیت روح بر تربیت جسم

این امکان وجود دارد که در سایه توصیه های قرآن به پرهیز از تنبلی و سستی و توصیه های ائمه (ع) و پیامبر (ص) بر پرورش جسم، برخی راه افراط را در تربیت جسمی پیش بگیرند و کودکان را صرفاً به تربیت جسم که در اصل هدفی واسطی در تربیت به حساب می آید، جای خود را به هدف غایی انسان که همانا کمال روح انسان و قرب الهی است بدهد. به عبارت دیگر ممکن است تربیت جسمی مستقیماً هدف قرار گیرد و ارزش آن از ارزش معنوی و روحی فراتر رود. در این صورت لازم است اصل تربیتی تقدم ارزش تربیت روح بر تربیت جسم در نظر گرفته شود تا دچار افراط و تفریط نشویم.

۸. مبانی معرفت شناختی

در مبانی معرفت شناختی در ارتباط با تربیت بدنی کودکان و ضرورت بازی های جسمانی برای آنان، مبانی زیر قابل طرح است:

۸.۱. مبانی هفتم: ملازمت میان قدرت جسمی و توان علمی

در تبیین جایگاه تربیت جسمی در اسلام گفتیم که در قرآن خداوند در نشان دادن برتری طالوت (ع) ویژگی علمی و ویژگی جسمی او را در کنار هم قید کرده است. در آیه ۲۴۷ سوره بقره به ارزش قدرت جسمی طالوت (ع) در کنار قدرت علمی او اشاره شده است. زمانی که مشرکان می پنداشتند که به حکومت از طالوت مستحق ترند. «وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ اللَّهَ قَدْ بَعَثَ لَكُمْ طَالُوتَ مَلِكًا قَالُوا أَنَّى يَكُونُ لَهُ الْمُلْكُ عَلَيْنَا وَنَحْنُ أَحَقُّ بِالْمُلْكِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ سَعَةً مِنَ الْمَالِ قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ وَاللَّهُ يُؤْتِي مَلَكَةً مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ». «پیغمبرشان به آنان گفت: خدا طالوت را به حکمرانی شما نصب کرد. گفتند: از کجا وی را بر ما حکومت باشد. که ما به حکمرانی از او سزاوارتریم. چون او مال فراوانی ندارد. گفت: خدا او را از شما سزاوارتر دیده، چون دانشی بیشتر و تنی نیرومندتر دارد. خداوند ملک خویش را به هر که بخواهد می دهد. که خدا وسعت



بخش و دانا است». به نظر می‌آید انتخاب علی (ع) از سوی پیامبر (ص) به عنوان جانشینی نیت از همین ویژگی‌های علی (ع) ریشه گرفته باشد. چرا که ایشان هم از لحاظ علمی و هم از لحاظ جسمی چیره و نیرومند بوده‌اند.

اصل هفتم: تلفیق میان برنامه‌های تربیت جسمی و تربیت ذهنی کودک

بر اساس مبنای یاد شده لزوم توجه به همراهی ورزش و بازی‌های جسمی کودکان با کسب علم و دانش از سوی آنان دارای اهمی است. همچنین تعادل میان ارائه محتوای علمی و برنامه‌هایی که در آن‌ها بازی‌های جسمانی وجود دارد، لازم است.

۸.۲. مبنای هشتم: تاثیر قوای حسی در تحقق ادراک حسی

حس، خیال و عقل، ابزارهای اصلی شناخت حصولی عالم هستند. در این زمینه بیشترین نقش مربوط به حواس است. حواس پنج‌گانه انسان شامل دیدن، شنیدن، لمس کردن، چشیدن و بوییدن با ابزارهای مناسب خود، انواعی از تصورات حسی را پدید می‌آورند. قوه خیال، قوه دیگری است که شبیه تصورات حسی را می‌یابد. به گونه‌ای که پس از قطع ارتباط ابزارهای حسی با محسوسات بیرونی، می‌تواند دوباره آن‌ها را یادآوری کند. عقل از دیگر ابزارهای علم حصولی در انسان است که وظیفه آن درک مفاهیم کلی است.

اصل هشتم: لزوم توجه به سلامت حواس و قوای جسمی کودک

اصل تربیتی متناظر با مبنای یاد شده لزوم توجه به سلامت حواس و قوای جسمی خواهد بود. چرا که تحقق ادراک حسی به واسطه حواس و قوای حسی انسان صورت می‌گیرد. در این زمینه در تعلیم برای سنین اولیه کودکی لازم است بر استفاده از ابزار حسی کودک تکیه شود. از این رو ابزار حسی کودک نیازمند حفظ، نگهداری و تقویت هستند تا در مراحل اولیه رشد بتوانند پاسخگوی نیازهای مربوط به ادراک حسی باشند. تقویت ادراک حسی زمینه را برای تربیت در مراحل بعدی یعنی نیازمندی‌های مربوط به تخیل و تعقل را پوشش خواهد داد.

۸.۳. مبنای نهم: اصالت شناخت و ادراک حسی

در قرآن شناخت حسی دارای اصالت است. چرا که ابزار شناخت آن هر کدام کار شناسایی مسئول معرفی شده‌اند. همچنین خداوند در قرآن به اشیائی قسم یاد می‌کند که ابزار شناخت آن‌ها گوش و چشم و حواس پنجگانه است.



اصل نهم: ارزش شناخت حسی در تربیت کودک

در سایه مبنای اصالت شناخت و ادراک حسی شناخت حسی ارزش پیدا می کند. بنابراین ضرورت دارد تا در برنامه های تعلیم و تربیت جایگاه و ارزش شناخت حسی کودکان در نظر گرفته شود.

۸.۴. مبنای دهم: تقدم شناخت حسی بر دیگر انواع شناخت

شناخت دارای سلسله مراتب مکمل و مصحح یکدیگر است. بر این اساس در ارتباط میان شناخت حسی، عقلی و تخیلی، جایگاه شناخت حسی مقدم بر شناخت تخیلی و عقلی است. (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۲۸۸). از همین جاست که در علم حصولی مرتبه حس مقدم بر مرتبه ی خیال و مرتبه خیال مقدم بر مرتبه ی عقل است. وجود تقدم و تاخر اینچنین از آنجا است که درک امور حسی از درک امور خیالی آسان تر، و درک امور خیالی از درک مفاهیم عقلی ساده تر است. درک مفاهیم عقلی مرکب نیز در مرتبه بعد قرار می گیرد. زیرا نیازمند ترکیب مفاهیمی است که از قبل به ادراک عقلی در آمده باشند.

اصل دهم: رعایت مراتب شناخت

بر اساس مبنای مزبور، در تعلیم و تربیت لازم است تا به اصل لزوم رعایت مراتب شناخت توجه نمود. به همین جهت، در تعلیم به کودکان ترجیحا لازم است ابتدا موارد محسوس، سپس موارد متخیل و آنگاه موارد معقول تعلیم داده می شود.

۹. یافته ها

در تربیت اسلامی تربیت جسمی کودک با تاکید بر حفظ سلامت جسم، تقویت جسم، تکثیر حواس، زمینه سازی برای کسب بینش ها، گرایش ها و عادت های مطلوب جهت گیری شده است. در این راستا مبانی انسان شناختی تربیت جسمی کودک عبارتند از: دوبرندی بودن انسان در ساحت روح و جسم، تاثیر و تاثر متقابل جسم و روح، اتحاد نفس و بدن، تغییرپذیری تدریجی روح و بدن و اصیل بودن روح. مبانی معرفت شناختی تربیت جسمی کودک با توجه به آموزه های تربیت اسلامی عبارتند از تاثیر سلامت روح بر سلامت جسم، تاثیر سلامت جسم بر سلامت شناخت، اصالت شناخت و ادراک حسی. در ارتباط با مبانی یاد شده اصولی متناظر با هریک وجود دارد که با در نظر گرفتن این اصول به کار گیری روش های تربیتی خاصی پیشنهاد می شود.

برخی از مشکلات کنونی ورزش، ناشی از کم توجهی به اهداف غایی تربیت بدنی (عبودیت و قرب الهی)، هدف شدن ورزش، کم توجهی به فضایل اخلاقی، بی توجهی به کسب قدرت نفسانی و تقدم آن بر قدرت جسمی و.. است.. از این رو باید به "اصول و مبانی دینی" تربیت بدنی، بیشتر توجه و عمل به آن خواسته شود. (خسروپناه و



گرگین، ۱۳۹۲)

۱۰. نتیجه

تربیت بدنی در اسلام جایگاه ویژه ای دارد و در خصوص کودکان اسلام بر آن تاکید دارد. در این راستا تربیت بدنی با تاکید بر بازی های جسمی کودکان از منظر اسلام دارای اهداف، مبانی و اصول خاصی است. در تربیت بدنی اسلامی، توجه به تربیت و تقویت جسم همراه با تربیت و تقویت روح ضرورت دارد. چرا که در تربیت اسلامی روح و جسم با هم تلفیق یافته و دارای تاثیر و تاثراتی هستند. از اینرو لازم است تا به ملازمه روح و جسم در تربیت کودک از یک سو و از سوی دیگر به تاثیر و تاثر روح و جسم بر یکدیگر در برنامه های تربیت کودکان توجه شود. بدینسان در تربیت اسلامی میان پرورش جسم و کمال انسان رابطه وجود دارد و در مسیر تربیت لازم است تا انسان از دوران کودکی به ویژه در دوره تمهید (هفت سال اول) از سستی و تنبلی جسمانی پرهیز شود. تغییر پذیری تدریجی روح و جسم به عنوان یک مبنای تربیتی در اسلام سبب می شود تا در تربیتی کودکان ابتدا بر مرحله تمهید که در آن کودک آزاد است تا به بازی و فعالیت های جسمانی اشتغال داشته باشد، تاکید گردد. از اینرو بازی، به ویژه بازی های جسمانی برای کودکان در دوره های مختلف رشد به ویژه در دوره تمهید جزء حقوق کودکان به حساب می آید و رعایت آن الزامی است. در تربیت جسمی کودک توجه به نقش ابزاری جسم و قوای جسمی کودک لازم است و نباید هدف قرار گیرد.

در بعد مبانی معرفت شناختی تربیت بدنی کودکان، شناخت حسی اصیل بوده و دارای ارزش است. همچنین در مقایسه با شناخت تخیلی و عقلی، شناخت حسی برای کودکان در اولویت قرار دارد و با مراحل رشد آن ها مطابقت بیشتری دارد. در تربیت کودکان ملازمت میان قدرت جسمی و توان علمی در کودکان با رعایت اصل تلفیق میان برنامه های تربیت جسمی و تربیت ذهنی کودکان دارای اهمیت است. همچنین تاثیر قوای حسی در تحقق ادراک حسی به عنوان یک مبنای تربیتی باعث می شود تا توجه به سلامت حواس و قوای جسمی کودکان در حین تربیت لازم آید. چرا که تحقق ادراک حسی نیازمند حواس و ابزار سالم و در نهایت جسمی سالم در کودکان است. بدینسان عادت به بازی های جسمی در کودکان می تواند تاثیرات مفیدی را در پرورش ابعاد جسمی و روحی آنان در سنین بالاتر از خود به جای بگذارد.

در آخر پیشنهاد پژوهش به سیاستگذاران و برنامه ریزان آموزش و پرورش بهره گیری از نتایج این پژوهش در طراحی الگوی عمومی در بازی، با تمرکز بر فعالیت های جسمانی کودکان است. همچنین به مربیان و والدین توصیه می شود با توجه به این که دوران کودکی واجد جنبه تمهیدی و زمینه سازی برای پرورش روحی و جسمی در دوران بعدی زندگی است، از این رو بازی های جسمانی در هفت سال اول کودکی توصیه می شود. در



این خصوص با توجه به آیات قرآن، تواسی و سیره پیامبر (ص) و ائمه (ع)، آن دسته از بازی های کودکان که بر بازی های جسمانی همراه با تحرک آزاد کودکان، جست و خیز های کودکانه و بازی هایی که توام با دوندگی است، سفارش می گردد. در کنار توصیه یاد شده، بر انجام ورزش های دو، کشتی، تیراندازی و اسب سواری تاکید می شود.

English Abstract:

According to the importance of childhood the main goal of this study is to recognize and explain the status of physical education in Islam with an emphasis on children's educational philosophy of entertainments involving physical activity.

The method used for this research was Analytical-Descriptive.

Firstly the status and importance of physical education for children was studied and defined using Islamic literature and related sources.

Next Educational philosophy of physical activity oriented plays, as one of the important aspects of physical education, was investigated and the principles associated with it has been extracted by implying its philosophical basis.

At the end productive plays for the children were introduced according to the aforementioned plays.

Final results indicate that childrens play is very important in Islam and the plays which focus on physical education are also a valuable tool. Also conclusion demonstrates that playing is a powerful tool with philosophical foundations, principles and methods. It is necessary to pay attention to this matter for those who plan and educate having Islamic point of view as a key in their agenda.

۷. منابع وماخذ

- قرآن کریم به ترجمه مکارم شیرازی. انتشارات مدرسه الامام علی بن ابی طالب علیه السلام. صحیفه سجادیه، به ترجمه حسین انصاریان. (۱۳۹۱). تهران: نشر حسنین
- آقازاده، محرم. (۱۳۸۷). "تاثیر فعالیت های بدنی و بازی بر رشد توانایی های ذهنی پسران پیش دبستانی"، نوآوری های آموزشی تابستان ۱۳۸۷، شماره ۲۶، صص ۸۷-۱۰۶.
- بهشتی، احمد. (۱۳۷۹). اسلام و تربیت کودکان. تهران: انتشارات اداره تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش
- بهشتی، ابوجعفری، فقیهی. (۱۳۸۶). آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن ج ۲ (چاپ سوم)
- باقری، خسرو. (۱۳۸۵). نگاهی دوباره به تربیت اسلامی ج ۱. تهران: انتشارات مدرسه
- باقری، خسرو. (۱۳۸۹). الگوی مطلوب آموزش و پرورش در ج ۱. ایران. تهران: انتشارات مدرسه، صص ۲۶-۲۳ و ۷۸-۷۲.



- جعفری، محمدتقی. (۱۳۹۰). *ارکان تربیت*، تهران: موسسه نشر آثار علامه جعفری.
- جعفری، محمدتقی. (۱۳۵۹). *ترجمه و تفسیر نهج البلاغه* ج ۶ و ۸، تهران: نشر فرهنگ اسلامی
- جعفری، محمدتقی. (۱۳۹۰). *ارکان تربیت* چاپ سوم. تهران: موسسه نشر آثار علامه جعفری
- جعفری، محمدتقی. (۱۳۵۹). *ترجمه و تفسیر نهج البلاغه* ج ۶ و ۸، تهران: نشر فرهنگ اسلامی
- حامدنیابا، رسول. (۱۳۹۲). *ورزش و ورزشکار از دیدگاه اسلام*. معرفت، ش ۱۸۶، صص ۸۷-۹۸
- حسینی زاده، علی. (۱۳۸۸). *سیره تربیتی پیامبر و اهل بیت در تربیت فرزند*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه
- حاجی ده آبادی، محمد علی. (۱۳۹۱). *حقوق تربیتی کودک در اسلام*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- حسینی زاده، علی. (۱۳۸۸). *سیره تربیتی پیامبر و اهل بیت در تربیت فرزند*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- خسروپناه، عبدالحسین و گرگین، باقر. (۱۳۹۲). *"فلسفه تربیت بدنی با رویکرد اسلامی"*، پژوهش های معرفت شناختی، ۱ (۴)، صص ۱۲۱-۱۴۲.
- داوودی، محمد و حسینی زاده، علی. (۱۳۸۹). *سیره تربیتی پیامبر و اهل بیت*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- دانشنامه جهان اسلام، ج ۱، ص ۲۰۹، به نقل از کتابخانه الکترونیکی مدرسه فقاقت
- رفعت جاه، مریم (۱۳۸۳) *زنان و بازتعریف هویت اجتماعی*، پایان نامه دکتری، دانشگاه تهران، دانشکده علوم اجتماعی
- ستاری، علی. (۱۳۹۳). *نقد مبانی فلسفی فلسفه برای کودکان*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- شریفانی، محمد. (۱۳۸۷). *"نظریه ی حرکت جوهری: پیامدهای فلسفی تربیتی"*، اندیشه دینی، دانشگاه شیراز. ۸ (۲۹)، صص ۹۱-۱۱۶.
- شریفانی، محمد و قمی، محسن (۱۳۹۳). *"توازن روح و جسم در مدار تربیت اسلامی، نگرشی تطبیقی با مکاتب دیگر"*، اندیشه دینی، دانشگاه شیراز، ۱ (۳)، صص ۱۳۷-۱۶۲.
- شکوهی، غلامحسین (۱۳۸۵). *مبانی و اصول آموزش و پرورش*. تهران: به نشر
- طباطبایی، محمد حسین. (۱۳۷۴). *تفسیر المیزان* ج ۵، ص ۲۸۸
- عبدالهی، مجتبی، فرخی، احمد، باقری، خسرو، (۱۳۸۰). *اهداف، مبانی، اصول و روش های تربیت بدنی در تربیت اسلامی*، حرکت، ۷ (۷)، صص ۱۱۰-۱۰۱.
- فتحعلی، محمود، مصباح، مجتبی و یوسفیان، حسن (۱۳۹۱) *زیر نظر محمدتقی مصباح یزدی، فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی*، تهران: انتشارات مدرسه
- عسگری زاده، قاسم. (۱۳۹۳). *روان شناسی بازی*. تهران: امیرکبیر



- کاردان، علیمحمد. (۱۳۹۲). *سیر تحول آرای تربیتی در غرب*. تهران: سمت
- کوثری، مسعود. (۱۳۹۰). *عصر بازی: بازی‌های ویدئویی و رایانه‌ای در جامعه معاصر*: سلمان، دریچه نو.
- مفیدی، فرخنده. (۱۳۹۳). *مبانی آموزش و پرورش پیش دبستان*. تهران: سمت
- مقدم و ترکمان (۱۳۹۰). *بازی‌های آموزشی*. تهران: انتشارات مدرسه
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۳). *مجموعه آثار شهید مطهری*. ج ۲۲. تهران: صدرا
- آلتسر، مگ گراث (۱۳۸۲). *مقدمه‌ای بر تفکر نهضت اصلاح دینی*، ترجمه ی بهروز حدادی، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب
- موسوی، ابوالفضل. (۱۳۹۰). "بازی‌های رایانه‌ای از منظر اخلاق کاربردی با رویکرد اسلامی"، پژوهش نامه اخلاق، ۴، (۱۴)، ص.ص ۷۹ - ۱۰۸.
- میلر، جان. (۱۳۹۳). *نظریه‌های برنامه درسی*، تهران: سمت
- مهدی نژاد، جمال الدین. (۱۳۹۱). "تاثیر محیط‌های بازی طبیعی در رشد کیفی آموزش کودکان". مجله علمی پژوهشی فناوری آموزش، ۶ (۴)، ص.ص ۲۹۷-۳۰۴.
- نقیب زاده، میرعبدالحسین. (۱۳۹۲). *نگاهی به فلسفه آموزش و پرورش*. تهران: کتابخانه طهوری
- هیوز، فرگوس (۱۹۹۱). *روان‌شناسی بازی: کودکان، بازی و رشد*. ترجمه کامران گنجی (۱۳۸۳)، تهران: رشد
- Ge. P. (2007) *Learning, and Literacy* New York: Peter Lang Publishing Inc.
- Prensky, M. (2006). "Don't Bother Me Mom I'm Learning!": *How Computer and Video Games Are Preparing Your Kids for Twenty first Century Success and How You Can Help!* St Paul, MN: Paragon House.
- Rigby, s. & Ryan, M.. (2011). *Guled to Games*. CA: Praeger.
- Singer, D. G. & singer, J. L. (2005) *Imagination and Play in the Electronic Age* Cambridge, MA: Harvard University Press.