

مقدمه‌ای بر آموزش
تربیت بدنی ابتدایی

www.ketab.ir

لورن جاگل

مترجمان

مهدی قنبری - ناز آفرین آرام‌پن

چاپ اول - ۱۴۰۰



andishe_asr

نام کتاب: مقدمه‌ای بر آموزش تربیت بدنی ابتدایی

کتاب مؤلف: لورن جاکل

کتاب مترجم: دکتر مهدی قنبری - نازآفرین آرام‌بن

ناشر: اندیشه عصر

شمارگان: ۲۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۲۱-۴۸۷-۲

قیمت: ۲۱۰۰۰۰ تومان

عنوان و مترجم	مقدمه‌ای بر آموزش تربیت بدنی ابتدایی / دکتر مهدی قنبری نازآفرین آرام‌بن
مشخصات نشر	تهران: اندیشه عصر، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	رقعی
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۴۲۱-۴۸۷-۲
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: An introduction to primary physical education .
یادداشت	کتابنامه: ص. [۳۲۴] - ۳۴۸.
موضوع	ورزش مدارس -- راهنمای آموزشی (ابتدایی) School sports-- Study and teaching (Elementary)
شناسه افزوده	قنبری، مهدی، ۱۳۶۱ - مترجم
شناسه افزوده	Qanbari, Mehdi, 1982-
شناسه افزوده	آرام‌بن، نازآفرین، ۱۳۶۰ - مترجم
رده بندی کنگره	GV۳۶۳
رده بندی دیویی	۸۶۰۴۴/۳۷۲
شماره کتابشناسی ملی	۸۵۶۰۰۲۳

مرکز پخش:

تهران - میدان انقلاب - ابتدای خیابان آزادی - روبروی سینما مرکزی

بازار بزرگ انقلاب - طبقه زیر همکف - پلاک ۹ تلفن ۶۶۹۱۴۳۰۱-۶۶۴۲۴۶۱۷

همراه: ۴۱۸۳۹۱۷ - ۰۹۱۲

فهرست مطالب

مقدمه.....	۱۷
فصل اول_مقدمه‌ای بر آموزش تربیت‌بدنی ابتدایی.....	۲۳
خلاصه.....	۲۳
۱-۱. مقدمه.....	۲۳
۲-۱. هدف از آموزش تربیت‌بدنی.....	۳۳
۵-۱. حرکات پایه.....	۴۷
۶-۱. سایر فعالیت‌های فیزیکی.....	۵۳
۸-۱. توصیف سطح کلی تربیت‌بدنی.....	۵۷
فصل دوم_برنامه‌درسی آموزش تربیت‌بدنی.....	۵۹
۱-۲. برنامه درسی تربیت‌بدنی ابتدایی.....	۵۹
۳-۲. حوزه‌های فعالیت.....	۷۲
۴-۲. موضوعات مربوط به کیفیت و تحول.....	۷۴
۵-۲. نظارت (شامل تضمین کیفیت).....	۷۸
۶-۲. چالش‌های برنامه درسی.....	۸۰
۱-۶-۲. تخصیص زمان.....	۸۰
فصل سوم منابع تربیت‌بدنی و مسائل مربوط به آن.....	۹۳
خلاصه.....	۹۳
۲-۳. افراد آموزش‌دهنده.....	۱۰۴
۳-۳. امکانات و تجهیزات.....	۱۱۳
۴-۳. تبعیض و جنسیت.....	۱۲۱
فصل چهارم بهترین عمل در تربیت‌بدنی مدرسه.....	۱۲۵

پیشگفتار

فعالیت بدنی، به عنوان وسیله‌ای برای آموزش، شاخصی برای یک شیوه زندگی سالم و ابزاری برای مشارکت اجتماعی، نقش مهمی در زندگی کودکان و نوجوانان ایفا می‌کند. با در نظر گرفتن این اصول، این کتاب چارچوبی را مشخص می‌کند که رویکرد هماهنگ تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش را در محیط مدرسه امکان‌پذیر می‌سازد. اساس این چارچوب از برخی توصیه‌های آموزشی، علمی و فرهنگی سازمان ملل متحد (یونسکو) در مورد برنامه درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی و برنامه‌های درسی مشترک ملی مدارس از ملل مختلف گرفته شده است. طرح کلی در اینجا بر اساس ماهیت، شدت و فراوانی فعالیت بدنی است که به کودک اجازه می‌دهد مزایای سلامتی خود را درک کند. این دانش، نگرش‌ها و شایستگی‌های مبتنی بر شواهد را که اساس تربیت بدنی با کیفیت، فعالیت بدنی و ورزش‌های مدرسه‌ای را تشکیل می‌دهد، برجسته می‌کند. این کتاب به گونه‌ای تدوین شده است که تعهدات نهادهای دولتی در زمینه آموزش، مهارت‌ها، سلامت کودکان و نوجوانان جوان و همچنین ورزش، فرهنگ و گردشگری کشورهای مختلف را نشان دهد. این راهنما در نهایت تلاشی برای شناسایی مزایایی است که یک کودک از تجربه اهداف و نتایج تعیین شده توسط

تربیت‌بدنی و ورزش دریافت می‌کند. تجربیات حاصل از تربیت‌بدنی باکیفیت و فعالیت بدنی حاصل باید برای حمایت از یکدیگر مفید واقع شود. به این ترتیب است که کودکان مهارت‌های حرکتی خود را توسعه می‌دهند که آن‌ها را به سمت پتانسیل خود سوق می‌دهد و آن‌ها را تشویق می‌کند تا یک شیوه زندگی فعال و سالم داشته باشند. زمینه‌های مورد استفاده در این کتاب عبارت‌اند از: برنامه‌های درسی مشترک: این عملکردهای مربوط به مدرسه در قالب ورزش است، چه شامل برنامه درسی معمولی و چه خارج از مدرسه؛ جامعه: فعالیت بدنی و ورزش خارج از زمان مقرر در مدرسه است. این رویدادها در محیط اجتماع اتفاق می‌افتد. آن‌ها ممکن است شامل فعالیت‌هایی مانند دوچرخه‌سواری، پیاده‌روی یا هر نوع فعالیتی باشند که به سطحی از مهارت نیاز دارند.

مخاطبین این عبارت‌اند از: معلمان و مربیان ورزشی که در سازمان‌دهی فعالیت‌های برنامه درسی در سطوح ابتدایی و پس از دبستان مشارکت دارند؛ سایر افرادی که با برنامه‌ریزی تربیت‌بدنی، فعالیت‌های بدنی و ورزش در مدارس (مانند مدیران مدرسه، اعضای هیئت مدیره، والدین، مراقبان کودکان بعد از مدرسه و سازمان‌های دانش‌آموزی) مشارکت دارند؛ هماهنگ‌کنندگان مشارکت ورزشی در جامعه، ارگان‌های مدیریت ورزش‌های ملی، سازمان‌های فعالیت‌های بدنی، هماهنگ‌کنندگان سلامت و سایر افرادی که فعالیت‌های بدنی را در سطح جامعه هماهنگ

و ارائه می دهند و والدین و سرپرستان، که نقش مهمی در مشارکت فرزندان خود در فعالیت‌های برنامه درسی ایفا می‌کنند و ممکن است معلمان ابتدایی فعالیت‌های بدنی و ورزش باشند. اصطلاحات متعددی در طول کتاب برای اشاره به جنبه‌های مختلف حرکت بدنی و توسعه برنامه درسی استفاده شده است: فعالیت بدنی به مجموعه‌ای از فعالیت‌ها مانند تربیت‌بدنی، ورزش، فعالیت‌های اوقات فراغت و بازی اشاره دارد.

تربیت‌بدنی به فعالیت‌هایی اطلاق می‌شود که به‌عنوان بخشی از برنامه درسی آموزش و پرورش با تأکید بر یادگیری فیزیکی در کلاس آموزش داده می‌شود.

ورزش مجموعه فعالیت‌هایی است که به صورت ساختارمند سازمان‌دهی شده و دارای نتیجه مورد نظر و جنبه رقابتی است.

کودکان در سنین ۴ تا ۱۲ سال در مدارس ابتدایی تعریف می‌شوند. جوانان به‌عنوان افرادی که تحصیلات تکمیلی را گذرانده‌اند تعریف می‌کنند که عموماً بین ۱۲ تا ۱۸ سال سن دارند.

هر فصل در این کتاب به منظور کمک به ذی‌نفعان برای بررسی برنامه درسی فعلی و وضعیت تربیت‌بدنی در مدارس و جوامع خود و شناسایی زمینه‌های توسعه و بهبود بیشتر است. برنامه درسی برای تربیت‌بدنی و فعالیت در هر مدرسه باید با رسالت و چشم‌انداز مدرسه مطابقت داشته باشد. این کتاب با استفاده از شواهد علمی، فرآیند پیاده‌سازی را مورد

بررسی قرار می‌دهد و ذی‌نفعان را در مورد تعیین اهداف، بازه‌های زمانی، نقش‌ها، وظایف و مسئولیت‌ها به منظور برنامه‌ریزی موفقیت‌آمیز و ارائه برنامه‌های تربیت‌بدنی مدرسه راهنمایی می‌کند.

این کتاب همچنین می‌تواند برای نظارت و ارزیابی برنامه‌هایی که در حال حاضر وجود دارد استفاده شود. این می‌تواند به‌عنوان یک فرآیند بازنگری مداوم در مدرسه و جامعه به طور کلی عمل کند. همه برنامه‌ها باید به طور منظم ارزیابی شوند تا از اثربخشی برنامه اطمینان حاصل شود. چارچوبی که برای نظارت تعیین شده است می‌تواند برای اعتباربخشی در ارتقاء فرهنگ سلامت و ورزش مدرسه استفاده شود. درک انتظارات و نتایج مورد نظر در هر مرحله از رشد کودک بسیار مهم است. این امر خواننده را به سمت اقدامات مناسب جهت استفاده در هنگام ارزیابی یا نظارت بر پیشرفت دانش‌آموزان راهنمایی می‌کند. برخی از شاخص‌های عملکرد و انتظارات ممکن است برای استفاده به‌عنوان چک‌لیست کمی مناسب نباشند. بلکه ممکن است از آن‌ها برای نشان دادن پیشرفت و اجرای تمرینات خوب استفاده شود. این کتاب بر برخی از رویکردها و توصیه‌های اجرایی که مخصوص برنامه درسی مدارس ابتدایی است تمرکز می‌کند. هنگام تعیین ورزش‌ها یا فعالیت‌های مناسب برای اجرا، ارزیابی منابع فعلی و برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدرسه بسیار مهم است. پس از اتمام تجزیه و تحلیل و توافق با رویکرد، دستورالعمل‌های این کتاب می‌تواند به تعیین مراحل

بعدی از انتخاب‌های انجام شده کمک کند. برخی از جنبه‌های اطلاعات زیر ممکن است مختص مدارس مورد نظر در یک کشور خاص باشد. با این حال، تشخیص اینکه کدام جنبه‌های اطلاعات را می‌توان برای پاسخگویی به نیازهای محلی یک مدرسه خاص در مورد فعالیت بدنی و سلامتی تعمیم یا اصلاح کرد، مفید است. اطلاعات این کتاب در نظر گرفته شده است که همراه با کمک فنی متخصصان مربوطه در داخل و خارج از مدرسه استفاده شود.

www.ketab.ir