

مدل تدریس حل مسئله درزنگ ورزش

مؤلف

رضا اصغری - جی محله



۱۳۹۶

سرشناسه	: اصغری حاجی محله، رضا، ۱۳۵۳ -
عنوان و نام پدیدآور	: مدل تدریس حل مسئله در زنگ ورزش / مولف رضا اصغری حاجی محله.
مشخصات نشر	: تهران: نگار تابان، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۸۹ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۵۳-۳۳-۹
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: ورزش مدارس -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	: (School sports-- Study and teaching (Elementary
موضوع	: تدریس -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	: (Teaching -- Study and teaching (Elementary
موضوع	: ورزش مدارس -- ایران -- برنامه ریزی
موضوع	: School sports -- Iran-- planning
موضوع	: حل مساله -- ایران -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	: (Problem solving -- Iran -- Study and teaching (Elementary
رده بندی کنگره	: GV ۳۰۰/۴۶۴ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۳۰۰.۴۶۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۷۲۶۰۶۹



تهران - اندیشه - فاز ۱ - خیابان ۱۱ شرقی - پلاک ۵ - واحد ۱
 تلفن: ۰۹۳۶۶۹۵۸۹۵۳ - آدرس ایمیل: N.taban.pub@gmail.com

نام کتاب: مدل تدریس حل مسئله در زنگ ورزش

مولف: رضا اصغری حاجی محله

ناشر: نگار تابان

ویراستار ادبی: سلمان دستان

ویراستار فنی: پروانه نادری اسرمی

نوبت چاپ و سال چاپ: اول - ۱۳۹۶

چاپخانه: تایماز

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹-۳۳-۸۷۵۳-۶۰۰-۹۷۸

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

صفحه

عناوین

۶	مقدمه
۸	دلایل اهمیت الگوی تدریس در زنگ ورزش
۱۷	برنامه ریزی درس تربیت بدنی
۲۱	حل مسئله
۲۲	تفکر منطقی و مسئله
۲۴	مسئله، حل مسئله و ضرورت آموزش آن
۳۰	حل مسئله در نظام آموزشی زاین
۳۹	اهمیت گزارش نویسی در تحلیل مسئله
۵۶	اهمیت کلمات پرسشی در توسعه مهارت های حل مسئله
۵۸	نحوه استفاده از روش استخوان ماهی در حل مسئله
۶۳	راهکارهایی عملی برای تعریف مسئله
۶۷	روش انیشتین در فهم صورت مسئله
۶۹	الگوی تدریس حل مسئله
۷۸	مدل چهار مرحله ای پولیا
۸۹	منابع

انسان از نظر خلقت برترین مخلوقات است که در نتیجه تربیت جسمی و روانی می تواند به مرحله کمال دست یابد. سلامت جسمانی، حتی برای یک زندگی عالمانه و عابدانه لازم است و تربیت بدنی می تواند بخشی از رسالت حفظ حیات زیستی انسان را بر عهده بگیرد، حفظ سلامتی ابعاد مختلفی دارد و بخشی از آن از طریق فعالیت بدنی و حرکت تامین می شود. هر جا که زندگی وجود دارد، حرکت هم هست، حرکت حاصل تعامل پیچیده و برآیند هماهنگی های جسم و ذهن و روح و روان فرد است. تربیت بدنی از اولین و قدیمی ترین مواد درسی تعلیم و تربیت است که از طریق آموزش فعالیت های حرکتی و ورزشی نقش عمده ای در تربیت کودکان و جوانان پیدا کرده است که در بستر آن تعادل و هماهنگی لازم در جسم و روح از بین می رود. عبادت، مطالعه، تفکر و غیره از اعمال و فعالیت هایی هستند که به دریافت انرژی از جسم نیاز دارند و در عوض انرژی های دیگری نیز به ذهن و روح و روان یادگیرنده می دهند. بدن و جسم برای تامین انرژی انواع فعالیت های آدمی به تندرستی و سلامت عملکرد دستگاه های مختلف بدن نیاز دارد که آهم از طریق فعالیت بدنی و نمود عینی آن یعنی حرکت، تحقق می یابد.

از نظر اجتماعی تربیت بدنی، بخشی از تجارب عامانه و اجتماعی دانش آموز را تشکیل می دهد که به شکل حرکت و بازی، نمود پیدا می کند. تربیت بدنی نه فقط نیاز به تعامل و تماس اجتماعی را برآورده می سازد، بلکه در ایجاد ارزش های مربوط به زندگی خوب و متعادل نیز سهمیم است. آموزش اصول سلامتی و تندرستی، بخشی از تجربه آموزشی و اجتماعی یادگیرنده است. تربیت بدنی در ایجاد فرهنگ توجه به سلامتی و گذران صحیح اوقات فراغت، سهمیم است. بنابر این دستیابی به وضعیت بدنی سالم، متناسب و آماده و شرکت در فعالیت های گروهی و اجتماعی، بخشی از

تربیت اجتماعی و فرهنگی محسوب می شود که از طریق برنامه تربیت بدنی و ورزش مدارس، تعمیم و گسترش می یابد.

یکی از ارزش های مهم در زندگی، رسیدن به "زندگی مطلوب" است.

یکی از روش های نیل به این ارزش مهم، حفظ سلامتی و تربیت بدنی است.

امروزه، کم تحرکی ناشی از زندگی ماشینی و ... زمینه ساز بروز برخی از ناهنجاریهای -ضلاتی - اسکلتی، اضافه وزن و کاهش حجم تنفسی در دانش آموزان شده است. چاقی به ویژه در کودکان یکی از دلایل مهم و شایع بیماری ها از جمله بیماریهای قلبی عروقی می باشد که علاوه بر تهدید سلامت عمومی دانش آموزان هزینه های درمانی گزافی را بر جامعه تحمیل می کند لذا، توجه به تربیت بدنی و آموزش شیوه زندگی فعال به عنوان عامل پیشگیری نه تنها هزینه های درمان را کاهش می دهد بلکه از پیدایش ناهنجاری های -ضلاتی - اسکلتی جلوگیری به عمل می آورد. از طرفی دیگر با استناد به یافته های پژوهش و ارتباط مثبت پیشرفت تحصیلی دانش آموزان با فعالیت های جسمانی، ضرورت توجه به تربیت بدنی مدارس اهمیت دوچندانی یافته است.

حوزه ی یادگیری تربیت بدنی از فعالیت بدنی، حرکت بطور مستقیم برای توسعه سلامت جسمانی، روحی و روانی و اجتماعی دانش آموزان سود می برد. در تحقیقات متعددی که در زمینه اثرات فعالیت بدنی منظم صورت گرفته، آثار مثبتی در ابعاد معنوی و اعتقادی، جسمانی، روحی و روانی، اجتماعی- تربیتی دانش آموزان مشاهده شده است. با فعالیت های بدنی و حفظ سلامت بدن، دانش آموزان، ضمن ادای تکلیف الهی نسبت به بدن خود، در عبادت، کار و خدمت به جامعه توفیق بیشتری حاصل می کنند. با استفاده از یک برنامه تمرینی در مهارت های مختلف حرکتی و ورزشی می توان به فواید جسمانی از قبیل کاهش ضربان قلب، ارتقاء آمادگی قلبی -

تنفسی، تنظیم بهینه متابولیسم، افزایش دامنه حرکتی مفاصل و افزایش قدرت و استقامت عضلانی و... در دانش آموزان دست یافت.

تربیت بدنی دارای اثرات مثبتی در بعد روانی از قبیل کاهش اضطراب و فشار روانی، کاهش افسردگی و پرخاشگری و افزایش اعتماد بنفس، عزت نفس، خود پنداره مثبت، شادابی و نشاط در دانش آموزان است. در بعد اجتماعی نیز تربیت بدنی باعث ارتقاء روابط اجتماعی، مسئولیت پذیری، هدایت و رهبری، کارگروهی، امید به آینده، اما به زندگی آنان می شود. برنامه درسی تربیت بدنی بنا به مصوبه شورای عالی آموزش و ورزش در سه دوره تحصیلی (هفته ای دو ساعت) فرصت مغتنمی برای رشد و تکامل متعادل و متوازن ابعاد جسمانی، شناختی و عاطفی دانش آموزان از طریق فعالیت های بدنی و حرکتی، با رعایت استانداردهای تندرستی و موازین فرهنگی و اخلاقی است. تهیه چنین برنامه ای باید تابع قوانین علمی باشد تا از آسیب های احتمالی جلوگیری به عمل آید. برنامه درسی تربیت بدنی در مدارس هدایت چنین برنامه هایی را عهده دار است و به فراخور زمان، مکان و مخاطب خویش طرح های مورد نیاز را فراهم می آورد.

دلایل اهمیت الگوی تدریس در زنگ ورزش

امروزه بکارگیری از روش های فعال تدریس در زنگ ورزش دارای اهمیت زیادی می باشد و نتایج مطلوبی دارد. جلوگیری از چاقی تغییر دوره زندگی بویژه علاقه کودکان به غذا های پرکالری جذاب با ترکیبات نامطلوب، مصرف میان وعده ها و غذاهای چرب و شیرین، کاهش مصرف مواد غذایی دارای فیبر و عدم تحرک باعث بروز پدیده ی چاقی شده است و رشد این پدیده از دهه هشتاد دوبرابر قبل شده است (گلیشادی، ۱۳۸۲) بسیاری از والدین چاقی کودکان را دلیل سلامت آنها می دانند و برنامه ای برای رفع آن نمی ریزند. این در حالی است که چاقی حتی در کودکان باعث