

به نام خدا

تربیت بدنی در مدارس

(ایجاد مهارت‌های فکر از طریق فعالیت بدنی)

تألیف

ماری الن کلانسی

ترجمه:

دکتر ناهید صادقی

(عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد پرند)

دکتر محمد ابراهیم مرجانی

(عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان)

سید عباس بی‌نیاز

(عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی قزوین)

سرشناسه	کلنسی، مری الن، ۱۹۵۱ - م. Clancy, Mary Ellen
عنوان و نام پدیدآور	تربیت بدنی در مدارس (ایجاد مهارت‌های فکر از طریق فعالیت بدنی) / تألیف ماری الن کلنسی؛ ترجمه ناهید صادقی، محمدابراهیم مرجانی، سیدعباس بی‌نیاز.
مشخصات نشر	تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات؛ قزوین: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قزوین، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	۲۱۲ ص؛ مصور، جدول.
شابک	978-964-10-2932-8
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: Active bodies, active brains : building thinking skills through physical activity, c2006
موضوع	تربیت بدنی کودکان
موضوع	تفکر انتقادی در کودکان
شناسه افزوده	مرجانی، محمد ابراهیم، ۱۳۴۴ - مترجم
شناسه افزوده	صادقی، ناهید، ۱۳۵۲ - مترجم
شناسه افزوده	نیاز، سیدعباس، ۱۳۵۰ - مترجم
شناسه افزوده	دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قزوین
شناسه افزوده	دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات
رده بندی کنگره	GV۴۴۳/۷ ۱۳۰۴۴
رده بندی دیویی	۷۲/۸۶
شماره کتابشناسی ملی	۳۶۴۴۱۱۴



www.ketab.ir

عنوان	تربیت بدنی در مدارس (ایجاد مهارت از طریق فعالیت بدنی)
ترجمه	دکتر ناهید صادقی، دکتر محمدابراهیم مرجانی، سیدعباس بی‌نیاز.
ناشر	سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی قزوین
سال انتشار	۱۳۹۴
نوبت چاپ	اول، ۱۳۹۴
شمارگان	۲۰۰۰ نسخه
قیمت	۱۳،۵۰۰ تومان
شابک	۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۹۳۲-۸

© کلیه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است ©

ساختمان مرکزی: قزوین، بلوار نخبگان، دانشگاه آزاد اسلامی قزوین ۳۳۶۷۵۷۸۷-۰۲۸
مرکز پخش: ۳۳۶۸۸۰۵۸-۰۲۸
مراکز فروش تهران: سیمای دانش، نشر کتاب دانشگاهی، کیان رایانه، عابد، علوم پویا، دیانت
آدرس سایت: www.qiau.ac.ir
پست الکترونیک: spec@qiau.ac.ir

کتاب تربیت بدنی در مدارس راهنمای خوبی برای معلمان تربیت‌بدنی و سایر معلمان است که می‌خواهند به دانش‌آموزانشان کمک کنند تا پویاتر و خلاق‌تر شوند. در بخش اول آن تئوری‌های رایج در خصوص رابطه حرکت با یادگیری توضیح داده شده و فعالیت‌های مورد نیاز برای برقراری سریع‌تر این ارتباط در دانش‌آموزان پیشنهاد گردیده است.

تحقیق آموزشی پیشرفته^۱ نشان‌دهنده آن است که حرکت و سایر تکنیک‌های هماهنگ با مغز مهارت فکر کردن را در دانش‌آموزان توسعه می‌دهد. یادگیری برای کسب اطلاعات و یادآوری مطالب نیازمند استفاده بهینه از مغز است و بررسی اطلاعات و مشکلات و رسیدن به راه‌حل‌های ممکن را فراهم می‌کند. هدف عمده این کتاب، ارائه اطلاعات، فرآیندها و فعالیت‌های تمرینی به معلمان به‌منظور پشتیبانی از اهداف آموزشی، به‌ویژه در حیطه فکر کردن است.

این کتاب به سه بخش مجزا و گسترش مباحث نظری و شناخته شده تمرینات آموزشی هماهنگ با مغز می‌پردازد. جایگاه حرکت، یادگیری، توسعه مهارت‌ها و فرآیندهای فکر کردن نیز مورد بررسی قرار گرفته است. براین اساس، کتاب ناضج با آموزش فنون و روش‌های درسی توسعه یافته و برنامه‌های آموزشی فکر کردن، ارائه مثال‌ها، هنمایی ویژه، فعالیت‌هایی را مطرح می‌کند که معلمان به کمک آن‌ها می‌توانند یادگیری و تفکر را در دانش‌آموزانشان بهبود بخشند.

سازماندهی محتوا شما را از تئوری به عمل هدایت می‌کند. شما در این کتاب موارد ذیل را مطالعه خواهید کرد:

- معرفی تئوری‌های زیربنایی یادگیری هماهنگ با مغز
- تبیین نقش و اهمیت حرکت در یادگیری
- تعاریف چارچوب یادگیری گاردنر^۲ و فرآیندهای تفکر ویژه
- توصیف فرآیند حرکت به سمت توسعه برنامه فکر کردن
- بیان استراتژی‌های دنیای واقعی به‌منظور تفکر و استفاده از تمرینات هماهنگ با مغز
- بررسی روش ارزیابی فکر کردن
- بیان فعالیت‌های حرکتی طراحی‌شده برای حمایت از فکر کردن

1. Catting - Edge

2. Gardners Learning

در فصل اول، با اصول نحوه عملکرد مغز در یادگیری و چگونگی اثر فعالیت بدنی بر یادگیری آشنا خواهید شد. این اطلاعات برای افزایش فرصت های حرکتی، حمایتی و تربیت بدنی در مدارس و اثرگذاری مثبت بر یادگیری دانش آموزان راهنمای مناسبی است. هم چنین در این فصل انواع تفکر پایه، مهارت های فکر کردن و فرآیندهای تفکر ویژه، که عموماً در آموزش کاربرد دارند، معرفی شده اند. در این فصل تکنیک های اختصاصی هماهنگ با مغز و تمریناتی که می توان در کلاس درس به کار گرفت نیز، ارائه شده اند. سعی کنید یک یا دو تکنیک را به کار بگیرید و نحوه بهبود یادگیری آن ها را در محیط دنبال کنید!

فصل دوم شما را به سوی فرآیند ساخت برنامه فکر کردن هدایت می کند. این فرآیند شما را در تئیه برنامه آموزشی تان برای حمایت از تفکر، افزایش دروس آموزش تفکر و حتی شکل دهی مجدد برنامه سیستم کامل راهنمایی می کند. قسمت پایانی این فصل، به ارزیابی تفکر دانش آموزان اختصاص دارد.

فصل های سوم تا ششم، اصل بازی ها و فعالیت هایی است که تفکر و فعالیت بدنی دانش آموزان را توسعه می دهد. این فعالیت ها به شما سازگاری با شرایط خاص، بسیار ساده اند. و اغلب به وسایل و امکانات کمی نیاز دارند و آن ها را می توان با استفاده از مهارت های حرکتی و مفاهیم انتخابی شما، اجرا کرد. روش یا چارچوب یادگیری تخصصی براساس تئوری هوش های چندگانه «گاردنر» تعریف شده است و اجازه می دهد تا شما نوع هوش اختصاصی را به دانش آموزان آموزش دهید. مهارت های فکری در هر فعالیت فهرست شده اند و هر فعالیت برای یک پارچگی در آموزش، به تکنیک های هماهنگ با مغز ختم می شود.

فعالیت ها به شکل دل خواه، با توجه به پیچیدگی فزاینده و تطابق با انواع تفکر و فرآیندهایی که لازمه تکمیل اعمال محتوای موضوع و فعالیت است، سازماندهی شده اند. گرچه این طبقه بندی ها، ثابت نیستند ولی شما می توانید فعالیت ها یا بازی های متناسب با اهداف ویژه درس و سطوح پیشرفتی دانش آموزان تان را انتخاب کنید. با وجود این که راهنمایی هایی، در هر بازی ارائه گردیده است، اما شما می توانید فرآیند تفکر مورد نیاز خود را انتخاب کنید تا به اهداف درسی تان برسید.

فعالیت های فصل سوم به شکل مهارت تفکر مجرد و ساده در قالب بازی یا محتوای درس معرفی شده اند. فعالیت های پایه پیچیده تر در فصل چهارم به دلیل در بر گرفتن مهارت های ترکیبی و تفکر، بیشتر است.

محتوای اصلی فصل پنجم به فعالیت‌های متوسط اختصاص دارد و شامل کاربرد فرآیند تفکر ویژه است و بیش‌تر به شکل گروهی اجرا می‌شود تا به این وسیله پتانسیل تفکر را افزایش دهند. فصل ششم شامل بازی‌های پیچیده‌تر برای درگیر کردن بیش‌تر توانایی تفکر دانش‌آموزان است.

فعالیت بدنی روشی برای افزایش سرعت یادگیری در محیط‌های آموزشی است. از آنجایی که این فعالیت، برای معلمان تربیت بدنی در آموزش یک مفهوم اساسی است، ما معلمان تربیت بدنی باید بهترین مدافعان آن باشیم و آن را برای ایجاد تندرستی، پویایی و تفکر دانش‌آموزان به‌طور مؤثر به‌کار گیریم.

www.ketab.ir

مقدمه

درس تربیت بدنی یکی از برنامه‌های اصلی و ضروری مدارس کشور است. از طریق فعالیت بدنی و بازی کودکان به رشد توانمندی‌های شناختی، مهارت‌های حرکتی، آمادگی جسمانی و مهارت‌های اجتماعی می‌رسند.

مطالب ذکر شده در این کتاب، نگاه کاملاً متفاوتی به کلیه موضوعات آموزشی در اختیار خواننده قرار می‌دهد که قادر است دانش و حرکت را در هم ادغام کرده و سبب افزایش بازده یادگیری شده و یادگیری ماندگاری را به فراگیر انتقال دهد.

هدف از این کتاب، ارائه بازی و فعالیت‌های بدنی است که منجر به افزایش توانایی فکری و رشد خلاقیت در کودکان می‌شود. کلیه این بازی‌ها با توجه به استانداردهای انجمن تربیت بدنی و مبنای علمی به روز ریزی شده است. هر بازی دربرگیرنده چندین نوع هوش از طبقات هوش گاردنر است.

مطالب درسی مانند ریاضی، جغرافی، علوم و... با ظرافت خاص و با حداقل امکانات، در قالب تمرینات بدنی و بازی به کودکان آموزش داده می‌شود.

علاوه بر این موارد، کتاب حاضر می‌تواند به عنوان یک منبع آموزشی برای آموزش مهارت‌های زندگی در کودکان است که خواه ناخواه در آینده با آن مواجه خواهند شد.

محتویات این کتاب، علاوه بر ایجاد خلاقیت در کودکان، سبب تقویت نوآوری و ابتکار معلمان نیز می‌شود.

برخی از بازی‌ها به دلیل تعارض با فرهنگ کشورمان در نظر گرفته نشده و رسم امانت داری در ترجمه تغییر یافته است.

مترجم مطالعه این کتاب را به کلیه معلمان مهدکودک، پیش دبستانی، ابتدایی و راهنمایی، دانشجویان تربیت معلم و تربیت بدنی و هم چنین خانواده‌ها پیشنهاد می‌نماید.

در اینجا، مراتب قدردانی خود را از جناب آقای دکتر داوودی و سرکار خانم فرزانه ایرانشاهی اعلام می‌نمایم که در ویرایش علمی و ادبی کتاب ما را یاری نمودند.

از پیشنهادات خوانندگان برای انتقال بیشتر مطالب کتاب استقبال می‌نمایم.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۳	تشکر و قدردانی
۵	پیش‌گفتار
۱۲	جدول فعالیت‌ها
۱۴	شیوه استفاده از کتاب
۱۵	فصل اول: معرفی آموزش‌های هماهنگ با مغز
۴۵	فصل دوم: بهبود مهارت‌های فکری از طریق فعالیت بدنی
۶۵	فصل سوم: فعالیت‌های مقدماتی
۹۷	فصل چهارم: فعالیت‌های پایه
۱۴۱	فصل پنجم: فعالیت‌های متوسط
۱۷۹	فصل ششم: فعالیت‌های پیچیده

جدول فعالیت‌ها

برای دسترسی سریع به مطالب کتاب جدول زیر تهیه شده است.

راهنما

انواع هوش

هوش زبانی^۱

هوش منطق - ریاضی^۲

هوش فضایی^۳

هوش حرکتی - بدنی^۴

هوش موسیقایی^۵

هوش معاشرت^۶

هوش درون فردی^۷

هوش طبیعت‌گر^۸

پیچیدگی

موضوعات آموزشی

مقدماتی



پایه



متوسط



پیچیده



ریاضی



هنرهای زبانی



علوم تندرستی



مطالعات اجتماعی



هنرهای نمایشی و تجسمی



- 1 . Linguistic
- 2 . Logical- Mathematical
- 3 . Spatial
- 4 . Bodily-Kinmathetic
- 5 . Musical
- 6 . Interpersonal
- 7 . Intrapersonal
- 8 . Naturalistic