

به نام خدا

اهداف و راهبردها در آموزش تربیت بدنی

(ویرایش جدید)

روش تدریس تربیت بدنی مدل عاطفی - اجتماعی

دونالد هلیسون

ترجمه

دکتر محسن حلاجی


SPORTA
نشر ورزش



بامداد کتاب

بوردستر
SPORT

نشر ورزش

اهداف و راهبردها در آموزش تربیت بدنی (ویرایش جدید)

دونالد هلیسون

ترجمه: محسن حلاجی

ناشر همکار: بامداد کتاب

نوبت چاپ: اول - بهار ۱۳۹۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری - ۲۰۸ صفحه

تایپ و صفحه‌آرایی: شهر

قیمت: ۶۵۰۰ تومان

شابک: ۳ - ۵۱ - ۵۷۹۶ - ۶۰۰ - ۹۷۸

فروست: ۴۰

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر، نشر یا پخش و یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

مرکز توزیع و فروش:

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان نظری شرقی، شماره ۱۰۰

تلفن: ۵ - ۶۶۴۸۱۲۴۳ - نمابر: ۶۶۴۷۰۶۹۷

Email: varzesh_pub@yahoo.com

www.beksport.ir

Hellison, Donald R

سرشناسه: هلیسون، دونالد، ۱۹۳۸ - م.

عنوان و نام پدیدآور: اهداف و راهبردها در آموزش تربیت بدنی: روش تدریس تربیت بدنی مدل عاطفی - اجتماعی / [دونالد هلیسون]: ترجمه محسن حلاجی.

مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص: مصور.

مشخصات نشر: تهران: ورزش، ۱۳۸۹.

شابک: 3 - 51 - 5796 - 600 - 978

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: strategies for teaching physical education

موضوع: تربیت بدنی -- برنامه‌های درسی -- راهنمای آموزشی -- کودکان ناسازگار -- آموزش و پرورش -- انگیزش در آموزش و پرورش

شناسه افزوده: حلاجی، محسن، ۱۳۴۶ - مترجم

رده‌بندی دی‌یو: ۳۷۲/۸۶-۴۳

رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۹ الف ۸ هـ / GV ۳۶۳

نمارة کتابشناسی ملی: ۴۹۸۹۱۲

فهرست مطالب

۵	مقدمه ناشر
۷	مقدمه
۱۱	دیباچه
۱۳	فصل ۱- اهداف
۱۴	نیازها و ارزش‌ها
۱۷	اهداف
۱۹	سطوح تکاملی
۲۲	استفاده کارآمد از راهبردها
۲۷	نتیجه‌گیری
۲۹	فصل ۲- راهبردها
۳۹	راهبردهای تعاملی
۴۴	تحلیل راهبردها
۴۶	ملاحظات برنامه‌ریزی درسی
۴۹	فردی‌سازی
۵۲	فصول بعدی چه ارائه می‌دهند؟
۵۳	فصل ۳- راهبردهای خویشتن‌داری سطح (I)
۵۳	خویشتن‌داری
۵۳	سطح (I) اهداف تکاملی
۵۵	راهبردهای تعاملی
۶۷	راهبردهای ویژه
۷۰	ملاحظات برنامه‌ریزی درسی
۷۲	فردی‌سازی
۷۳	نتیجه‌گیری
۷۵	فصل ۴- راهبردهای پایبندی (سطح II)
۷۵	سطح تکاملی II

۷۷	راهبردهای تعاملی
۸۲	راهبردهای ویژه
۹۲	ملاحظات برنامه‌ریزی درسی
۹۴	فردی‌سازی
۹۶	نتیجه‌گیری
۹۷	فصل ۵- راهبردهای مسئولیت‌پذیری فردی (سطح III)
۹۸	سطح تکاملی III
۱۰۴	راهبردهای تعاملی
۱۳۲	راهبردهای ویژه
۱۵۸	ملاحظات برنامه‌ریزی درسی
۱۶۰	فردی‌سازی
۱۶۲	نتیجه‌گیری
۱۶۳	فصل ۶- راهبردهای علاقه‌مندی (سطح IV)
۱۶۴	اهداف تکاملی سطح IV
۱۶۵	راهبردهای تعاملی
۱۷۶	راهبردهای ویژه
۱۸۷	ملاحظات برنامه آموزشی
۱۸۸	فردی‌سازی
۱۸۹	نتیجه‌گیری
۱۹۱	فصل ۷- پیشرفت به آن سوی اهداف
۱۹۲	نیازها و ارزش‌ها
۱۹۳	راهبردهای تعاملی
۱۹۶	ملاحظات برنامه آموزشی و فردی‌سازی
۱۹۷	فصل ۸- مسئله انسان بودن
۱۹۷	انسانیت و الگوی ما
۱۹۹	ارزش‌ها
۱۹۹	معلم‌ان و دانش‌آموزان
۲۰۰	ارزشیابی الگو
۲۰۲	ارتقاء مدارس
۲۰۳	چه چیزی ارزش انجام دادن دارد
۲۰۵	منابع

مقدمه ناشر

خداوند متعال را شاکریم که اکنون شاهد رشد کیفی و کمی رشته تربیت بدنی و ورزش در جامعه ورزشی به خصوص در آموزش و پرورش کشور عزیزمان هستیم.

پرداختن و توجه به موضوعی این چنین با اهمیت و کاربردی که ارتباط مستقیم با پیشرفت درسی و علمی دانش‌آموزان دارد، باعث شده است که دانش‌آموزان ایرانی درک مثبت و بالایی از تربیت بدنی و ورزش داشته باشند. این مهم حاصل چاپ کتاب‌های ورزشی و تلاش ناشران، مؤلفان و مترجمان محترم این رشته است.

اکنون در نشر ورزش تلاش بر این است تا کتاب‌های مفید و علمی که بتوانند آگاهی معلمان و مربیان تربیت بدنی و والدین عزیز را در حوزه تربیت بدنی و ورزش افزایش دهند، منتشر شوند.

همچنین چاپ کتاب‌های دانش‌افزایی و افزایش مهارت‌های معلمان، دبیران و مربیان تربیت بدنی، متناسب با مخاطبان گروه‌های تحصیلی در برنامه‌های اصلی این انتشارات است.

امید است با انتشار چنین کتاب‌هایی سبب تحولاتی بنیادین در ورزش و تربیت بدنی دانش‌آموزان باشیم.

تا چه در نظر آید و مقبول افتد

زمستان ۱۳۸۹

مقدمه

در حالی که مشغول یافتن چند کتاب در قفسه‌های کتاب‌های لاتین کتابخانه بودم، به طور اتفاقی به کتابی برخورد کردم که بر روی آن نوشته شده بود "goals and strategies in teaching physical Education" از آنجا که همواره به مطالعه بنیادی علاقه زیادی دارم، با کنجکاوی نگاهی اجمالی به عناوین فصول آن انداختم اما با تعجب آنچه را که ملاحظه کردم گویای آن اهدافی نبود که معمولاً برای تربیت بدنی تدوین و نگاشته می‌شود (مثلاً اهداف توسعه‌آبادگی جسمانی و یا آمادگی حرکتی و از این قبیل) بلکه نویسنده با اطمینان خاطر اهدافی همچون رشد خویشتن‌داری و پایبندی به انجام وظایف و تکالیف و همچنین مسئولیت‌پذیری فردی و علاقه‌مندی را به عنوان اهداف تربیت بدنی در طول ساعات درس تربیت بدنی در نظر گرفته بود. از این رو، کنجکاویم بیشتر شد، تا آنجا که تصمیم به مطالعه و نهایتاً ترجمه مطالب آن گرفتم.

موضوع تلاش در جهت بهبود و تکامل رفتاری انسان موضوع تازه‌ای نیست. از زمانی که انسان صاحب تاریخ شد و سرگذشت خود را بر سنگ نوشت تا کنون که صاحب فرهنگ و تمدن شده است، این موضوع با همان قوت و شدت باقی است؛ چرا که موضوع تربیت انسان و گرایش او به سوی ارزش‌ها، مهم‌ترین اختلاف بین انسان و حیوان است. روش زیستن در حیوانات تکوین شده است ولی در مورد انسان این چنین نیست و چگونگی زیستن و تعیین خوب و بد و کنترل مسیر زندگی او به دست خود او سپرده شده است. از این‌روست که وجود پیامبران یا علما و فیلسوفان در هر عصری برای تکامل بخشیدن به رفتار انسان ضرورت پیدا می‌کند.

در عصر حاضر در کنار تعالیم دینی، توجه به روش‌های کارآمد و توانمند که بتوانند اهداف عالی‌ه انسانی و الهی را تحقق بخشند اهمیت شایانی دارند. بهبود رفتار و تکامل بخشیدن به رفتار دانش‌آموزان به عنوان آینده‌سازان هر کشوری

چنان اهمیتی دارد که آموزش و پرورش هر کشوری را و می‌دارد تا با برنامه‌ریزی‌های نو و اتکا به بهره‌برداری از راهبردهای توانمند بدین منظور دست یابند.

جامعه جوان ما به علت غالب بودن نیازهای جوانی بر سایر نیازهای اقل‌تعداد دیگر بیش از سایر جامعه به تکامل رفتاری احتیاج دارد. جای بسی خوشحالی است که ما معلمان تربیت بدنی بتوانیم با شناخت و به کارگیری راهبردهای کارآمد و بدیع و متناسب با شرایط دانش‌آموزان از طریق برنامه‌های درس تربیت بدنی به تکامل رفتاری دانش‌آموزان اقدام کنیم.

چند هدف سنی و اختصاصی، اساس برنامه‌های آموزشی تربیت بدنی و ورزش را تشکیل می‌دهد. نیل به هدف آمادگی جسمانی، هدف مهارتی (اهداف روانی - حرکتی یا رفتاری) هدف شناختی یا دانش و اهداف عاطفی - اجتماعی (اهداف نگرشی) به مدل‌های آموزشی و تدریس مختلفی نیاز دارد که به دوره‌های تحصیلی خاصی وابسته نیست؛ بلکه براساس ماهیت، سرفصل و اهداف درس تربیت بدنی، ویژگی‌ها و توانایی‌های فراگیر (دانش‌آموز) و بررسی شرایط و امکانات آموزشی تدوین و اجرا می‌شود. این مدل‌های آموزشی عبارتند: ۱ - مدل آموزش بازی ۲ - مدل آموزش مهارت حرکتی ۳ - مدل آموزش آمادگی جسمانی ۴ - مدل تعلیم و تربیت ورزشی ۵ - مدل آموزش شناختی، ۶ - مدل عاطفی - اجتماعی

مربی با لحاظ این متغیر می‌تواند اهداف رفتاری هر یک از مدل‌های آموزشی را تعیین کند. بررسی اهداف تربیت بدنی و ورزش، مشاهده نظام‌دار نحوه تدریس معلمان تربیت بدنی و همچنین مطالعه مقالات داخلی و خارجی در خصوص مسائل آموزشی و تدریس تربیت بدنی نشان می‌دهد که معمولاً معلمان به طور آگاهانه یا ناآگاهانه از شش مدل آموزشی استفاده می‌کنند.

رشد عاطفی - اجتماعی مثبت از طریق فعالیت‌های ورزشی بسیار دشوار است؛ زیرا روش‌های خاصی برای ارتقاء آن وجود دارد و گسترش آن به هماهنگی بسیاری از نهادهای اجتماعی، وابسته و ارزیابی آن نیز دشوار است. از طرف دیگر، توافق همگانی در خصوص پتانسیل و میزان دستیابی به اهداف عاطفی - اجتماعی از طریق ورزش وجود ندارد. با این وجود و به منظور ایجاد نگرش مثبت در دانش‌آموزان نسبت به تربیت بدنی و ورزش،

مجدوب شدن به اهداف آمادگی، مهارتی، ورزشی و حتی شناختی در کلاس‌ها مناسب به نظر نمی‌رسد.

سه مفهوم اساسی در رشد عاطفی - اجتماعی قرار دارد که براساس این مفاهیم می‌توان سه مدل آموزش اجتماعی شدن، خودپنداره و رشد اخلاقی را نام برد. با اینکه فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، بستر مناسبی برای رشد هر سه زمینه در تمام دوره‌های تحصیلی است؛ با این وجود، مدل‌های آموزش عاطفی - اجتماعی مانند مدل شناختی مستقل از سایر مدل‌های آموزشی نیست؛ بلکه باید در روند و بستر مدل‌های آموزشی بازی، مهارت حرکتی، مهارت ورزشی، تربیت ورزشی و آمادگی جسمانی همیشه جاری باشند.

آموزش اجتماعی در سه روند آموزش همکاری، رقابت و مسئولیت‌پذیری قرار دارد. حفظ توازن همکاری، رقابت در چالش‌های ورزشی و آموزشی آن با استفاده از وابستگی عاطفی متقابل و مثبت بین دانش‌آموز - معلم امکان‌پذیر است. هلیسون با تأکید کمتر بر رشد مهارت‌های ورزشی و گسترش آمادگی جسمانی، اهداف رشد عاطفی - اجتماعی را دوره نوجوانی به چهار سطح نگرشی و رفتاری به نام کنترل رفتار خود، مشارکت فعال، مسئولیت‌پذیری و مراقبت از خود و دیگران تقسیم کرده است. برخی از محققان نیز بیان می‌کنند که آموزش اجتماعی به برنامه‌های وسیع و طولانی مدت ورزشی، فعالیت‌های فوق برنامه و تفریحی نیاز دارد.

تلاش‌های دونالد هلیسون و همکارانش پیشینه غنی و تجربیات بسیار مفیدی را در اختیار ما قرار می‌دهند. او و همکارانش که سال‌های طولانی برای عملی کردن این نظریه که تربیت بدنی و فعالیت‌های حرکتی بستری برای شکوفایی و بهبود رفتارهای فردی و اجتماعی دانش‌آموزان محسوب می‌شوند به اجرای برنامه‌هایی در قالب چارچوب سطوح اهداف تکاملی پرداخته‌اند.

در این کتاب، ابتدا سطوح اهداف تکاملی شامل:

خویش‌داری، پایبندی، مسئولیت‌پذیری فردی و علاقه‌مندی ارائه شده است: فصل‌های بعدی کتاب به ترتیب راهبردهای تحقق اهداف فوق را تا آنجا که تجارب نویسنده اجازه داده تشریح شده‌اند.

نویسنده، خود از مشکلات عملی کردن و گنجاندن این برنامه‌ها در جدول برنامه درس

تربیت بدنی سخن به میان آورده است. ولی این نکته را نیز مکرراً اظهار داشته است که تمامی آنچه در کتاب آورده شده صرفاً تلاشی در جهت استفاده از قابلیت‌های درس تربیت بدنی، فعالیت‌های حرکتی و حتی مسابقات ورزشی به منظور تکامل بخشیدن به رفتارهای فردی و اجتماعی دانش‌آموزان و نهایتاً کمک به آنها در ساخت یک شخصیت کامل‌تر و سازگارتر برای ورود به صحنه اجتماع است.

امید است ترجمه این کتاب که بی‌شک خالی از اشکال نیست، مورد استفاده شما معلمان تربیت بدنی قرار گیرد و ایمان و اعتقاد شما را نسبت به پتانسیل‌های بالقوه تربیت بدنی در هدایت نسل جوان به سوی ارزش‌های اخلاقی و بهبود وضعیت رفتاری آنان افزایش دهد. در پایان، وظیفه خود می‌دانم ابتدا از همه دوستان و همکارانی که به نحوی در ترجمه این کتاب اینجانب را راهنمایی کردند، تشکر کنم و سپس از گروه انتشاراتی بامداد کتاب - ورزش که زحمت چاپ و نشر آن را کشیدند، صمیمانه قدردانی می‌کنم و از کلیه خوانندگان استدعا دارم چنانچه نقصی در ترجمه مشاهده می‌کنند، با نظرهای اصلاحی خود، اینجانب را مطلع کنند.

دکتر محسن حلاجی

دیباجه

از مجموع تجربیاتی که به عنوان معلم تربیت بدنی در مدارس دولتی و برنامه‌های تفریحی - که بیش از پانزده سال در آنها مشغول به کار بوده - عقایدی چند دربارهٔ نیازهای دانش‌آموزان در ساعات درس تربیت بدنی در ذهنم شکل گرفته است. روند جاری در اجتماع، در مدارس و در خانه از یک سو سبب به وجود آمدن مسائل و مشکلات انضباطی و انگیزشی برای معلمان و از سوی دیگر باعث ایجاد مسائل گوناگون شخصیتی و اجتماعی برای نوجوانان شده است. از این رو نتایج تلاش من بیان، توسعه و رشد اهدافی دیگری در تربیت بدنی است که تمرکز آن اهداف بیشتر بر ارزش‌ها و نیازهای انسانی و نیز بر توسعه و رشد مهارت‌های ورزشی و افزایش آمادگی جسمانی است. به منظور رسیدن به چنین اهدافی، من و همکارانم به همراه تعدادی از دانش‌آموزان راهکارهای آموزشی بسیاری را به اجرا گذاشته و عملاً تجربه کرده‌ایم. این کتاب قصد دارد تلاش‌هایی را که برای اجرا و رسیدن به چنین عقایدی در قالب اهدافی معین و مشخص نشان داده شده‌اند بیان کند.

کتاب حاضر با مباحث خلاصه شده‌ای از عقاید و نظریاتم دربارهٔ چگونگی تأثیر روندهای جاری بر نوجوانان آغاز شده است. محتوای برنامه‌ها از نتایج این روندها شکل می‌گیرد و اهدافی که مد نظر است براساس تجزیه و تحلیل چنین روندهایی استوار است. از این رو در این کتاب، مبحث گسترده‌ای راجع به راهکارهایی که من و حدود چهل نفر از معلمان و مربیان تربیت بدنی و با حمایت و همکاری تعدادی از مدارس، برای ارتقاء و رشد این اهداف مفید تشخیص داده شده است مطرح شده است. بدین صورت، این کتاب شامل برنامه‌های قابل اجرایی برای کمک به دانش‌آموزان در افزایش مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی آنان در ساعات درس تربیت بدنی و میدان‌های ورزشی و سرانجام در زندگی است. در فصل آخر محدودیت‌های استفاده از دستورالعمل‌های این کتاب برای خوانندگان ذکر شده است.

در تمام این کتاب من مستقیماً با شما، معلمان و مربیان تربیت بدنی سخن می‌گویم تا با

آشنایی با افکار من و با استفاده از منابع، بتوانید ایده‌های دیگران را بشناسید. همچنین تلاش کرده‌ام مطالب کلیدی را از طرق مختلف برای درک بهتر و تصور دقیق شما از دیدگاه خودم بیان کنم. اگرچه این کتاب به شکل کاربردی تهیه شده است اما شما می‌توانید برای قضاوت‌های حرفه‌ای بهتر پیشنهادهای کتاب را با عقاید و ارزش‌های فرهنگی و سبک تدریس خودتان تطبیق دهید.

علاوه بر نظرات معلمان متفکری که در تمام این کتاب بیان شده است، در اینجا لازم می‌دانم از کارهای خلاقانه بیل وایت^۱، جف والش^۲، پیتر تپلر^۳، باب بلانچت^۴، در ایالت کلگری^۵ و آلبرتا^۶ و سایر اعضا و محققان طرح «آموزش مدیریت تربیت بدنی» که به وسیله اعضای شورای ایالتی ورزش، آمادگی جسمانی و بهداشت (دِتا هولکامب^۷، گیل مک دونالد^۸، لی جن کینز^۹، تام هینتون^{۱۰} و جکی ویلیامز^{۱۱}) تصویب و اجرا شده است قدردانی و تشکر بکنم. این عزیزان نظرات علمی - تخصصی خود را به طرق مختلف به منظور تکامل چهارچوبی برای این اهداف و راهکارها به کار برده‌اند.

1. Bill White
3. Peter Teppler
5. Calgary
7. Data Holcombe
9. Lee Jen Kins
11. Jackie Williams

2. Jeff walsh
4. Bob Blanchette
6. Alberta
8. Gayle Mac Donald
10. Tom Hinton