



آموزش خلاق کودک محور

صدای زنگ ورزش گمشده در هیاهوی کلاس درس

نویسنده: صدیقه توانا

جست و جو و آماده سازی:

مؤسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان



مؤسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان





۱، ۲، ۳، ۴، زنگ ورزش با دمیدن معلم بر سوت مشکی که بر گردن آویخته آغاز می‌شود. زنگ ورزش، زنگ تندرستی و سلامت و زنگ شادی و نشاط است و روح سالم نیز در جسم سالم تبلور می‌یابد. بازی، شادی و سلامتی همه با هم در قالب یک برنامه مدون و منسجم همراه با آموزش‌های صحیح توسط یک مربی خبره و آموزش دیده و با در اختیار داشتن وسایل لازم در یک فضای مناسب، بهترین شرایط را برای یک زنگ ورزش مفید در مدارس به وجود می‌آورد.

ولی این روزها آهنگ تندرستی در زنگ ورزش به کندی نواخته می‌شود. گاهی بهانه این کندی به گردن وسایل نامناسب می‌افتد، گاهی عدم امکانات و زمین نامناسب و فضای کوچک برای بازی بچه‌ها بهانه می‌شود و در برخی مواقع هم تیر بهانه جویی‌ها به سمت کمبود نیروی متخصص نشانه می‌رود. ولی بی تردید این مشکلات در اغلب مدارس کشور برای زنگ ورزش وجود دارد، اما نباید این نارسایی‌ها را قربانی سلامتی و تندرستی بچه‌ها و آینده سازان ایران اسلامی کنیم.

این روزها ورزش دانش آموزی و پرورش جسمانی بچه‌ها تنها روی کاغذ و در بخشنامه‌ها و اجباری کردن برخی رشته‌های ورزشی در دوره‌های ابتدایی و متوسطه خلاصه شده است. حال آنکه ورزش نبض هر جامعه‌ای است و کشورهای توسعه یافته به ورزش به ویژه در حوزه آموزشی (دانش آموزی و دانشجویی) اهمیت زیادی می‌دهند و از هزینه در این باره نیز کوتاهی نمی‌کنند. ولی چند سالی است که ورزش دانش آموزی در مدارس کشورمان جدی گرفته نمی‌شود و مسئولان یا درک درستی از ماجرا نداشته یا به بیراهه رفته‌اند و در مجموع ورزش دانش آموزی همچنان در کما به سر می‌برد.

اجرای طرح‌های جدید و برنامه ریزی دقیق تر

سکینه محرابیان، مادر دو دانش آموز در مقطع دبیرستان و ابتدایی است. با او در جلوی مدرسه دخترش که در دوم ابتدایی تحصیل می‌کند، به گفت و گو می‌پردازم. از اینکه بچه‌ها در زنگ مدرسه باید در یک حیاط کوچک و نفس گیر والیبالی بازی کنند یا برخی در گوشه حیاط و زیر آفتاب باید پینگ پنگ بازی کنند، خیلی ناراحت است. او ناراحتی بچه‌هایش را با نگرانی مادرانه درهم می‌آمیزد و می‌گوید: «مسئولان پارسال برای بچه‌های ما آموزش شنا گذاشته بودند ولی فقط ۳ جلسه برگزار شد و بعد به بهانه اینکه رفت و آمد سخت است، هواسرد شده و مربی خوب آموزش نمی‌دهد و امکان خطر برای بچه‌ها وجود دارد، کلاس شنا تعطیل شد. این بی برنامه‌گی ضررهای زیادی هم به دانش آموزان و هم به مدارس وارد می‌کند. بهتر است مسئولان قبل از اجرای هر برنامه و طرحی تمام جوانب آن را در نظر بگیرند».

بچه‌های بی تحرک و نرمش‌های سنگین

بچه‌ها اولین جلسه زنگ ورزش را باهم دور چرخیدن و دویدن دور حیاط آغاز کرده‌اند. دور آخر است. بچه‌ها خسته شده‌اند و نفس نفس زنان منتظرند تا با شمارش معلم نرمش را آغاز کنند. دانش آموزان سال دوم دبیرستان هستند ولی تعدادی از آنها با اضافه وزن شدید مواجه‌اند، برخی قدشان نسبت به بقیه کوتاه تر است و تک و توک بین بچه‌ها دانش آموزانی هستند که از نظر قد و وزن در حد استاندارد می‌باشند. معلم ورزش و البته کارشناس تربیت بدنی زیر تیغ آفتاب ایستاده و بچه‌ها روی خط سفید در یک زاویه ۹۰ درجه به صف ایستاده‌اند و حرکات نرمشی معلم را ناشیانه انجام می‌دهند؛ دست کشیده جلوی صورت، بالاتنه موازی با صورت سربالا، پا به عرض شانه باز و...

دانش آموزان به سختی و با زحمت دست‌ها را بالا و پایین می‌برند، برخی حرکات را اشتباه انجام می‌دهند، شکم‌های بزرگ مانع خم شدن بعضی از بچه‌ها می‌شود و تعدادی هم دور از چشم معلم فقط تکانی به خود می‌دهند و از زیر نرمش‌ها شانه خالی می‌کنند. گوشه‌ای به تماشا می‌ایستم، از یکی از دانش آموزان می‌پرسم ورزش سخت تر است یا فیزیک؟ می‌خندد و می‌گوید: «ورزش! خدایی اش این حرکات خیلی سخت است». آرمین عارفی دانش آموز سال دوم دبیرستان رشته ریاضی است که در دبیرستان نمونه دولتی شهید صدر درس می‌خواند. نظرش را در مورد زنگ ورزش می‌پرسم می‌گوید: «در مدرسه فقط فوتبال بازی می‌کنم این زمان خیلی کم است. ولی چون درس ما زیاد است باز هم این نرمش‌ها به سلامتی ما کمک می‌کنند». به او می‌گویم بیرون از مدرسه هم ورزش می‌کنید؟ پاسخ او هم مثل بسیاری دیگر از دوستانش مثل جلالی، ربانی، بیات و محمدصادق، منفی است.

تحرک دانش آموزان فقط در زنگ ورزش

متأسفانه بچه‌های ما عادت نکرده‌اند که در بیرون از مدرسه به ورزش خاصی بپردازند و فقط تعداد کمی از دانش آموزان هستند که به کلاس ورزش در خارج از ساعات درس می‌روند. پژمان سلطان خواه یکی از دانش آموزانی است که ۲ سال است به صورت حرفه‌ای به باشگاه فوتبال می‌رود و الآن هم در تیم مدرسه فوتبال بازی می‌کند. محمدامین ربانی هم به غیر از مدرسه، ماهی یک بار با بچه محله‌ها فوتبال بازی می‌کند و اغلب پای کامپیوتر می‌نشیند. امیرحسین ارجمندی هم دانش آموز دیگری است که سه-چهارماه است به باشگاه بدن سازی می‌رود. با نیما علاف زاده هم که (با هیکل نسبتاً درشت) توی دروازه ایستاده و مراقب است تا گلی وارد دروازه‌اش نشود در مورد حرکات نرمشی و دراز و نشست که توسط معلمش به او آموزش داده می‌شود صحبت



می‌کنم. او این طور می‌گوید: «ورزش در مدرسه ما به صورت کاملاً تخصصی انجام می‌شود ولی انجام این تمرینات برای هیکل من سخت است».

ورزش درس سلامتی

عبدالکریم اسماعیل پور، مدیر دبیرستان نمونه دولتی و پیش دانشگاهی شهید صدر با سابقه ۲۰ ساله در امر مدیریت، درس ورزش را درس سلامت تن و روح می‌داند و از اینکه این درس در برخی مدارس خیلی جدی گرفته نمی‌شود اظهار تاسف بسیار می‌کند. در دفتر آقای اسماعیل پور علی‌رغم مشغله کاری زیاد برای گفت‌وگو حاضر می‌شویم و نقطه نظراتش را در مورد ضعف‌های موجود و راهکارهای حل مشکلات درس تربیت بدنی می‌پرسم.

وی با بیان اینکه یکی از مهم‌ترین مشکلات پیش روی درس ورزش کمبود معلم تخصصی این درس است، خاطرنشان می‌کند: «یک کارشناس ورزش با توجه به آنکه درس پزشکی خوانده خدای ناکرده در صورت بروز حادثه برای دانش‌آموزان در کمترین زمان خدمات رسانی خواهد کرد». اسماعیل پور با بیان این مطلب که در حال حاضر از سیستم آموزشی ضعیفی برخورداریم و شکی نیست از اینکه نتوانستیم سیستمی نوین را در آموزش و پرورش به کار گیریم و هنوز از همان سیستم‌های قدیمی خود و کشورهای دیگر استفاده می‌کنیم، می‌گوید: «وقت آن رسیده که کشور بزرگی مثل ایران که قله‌های علم را یکی پس از دیگری فتح می‌کند، به تغییرات سیستم آموزشی خود که پایه و اساس همه پیشرفت‌هاست توجه بیشتری کند. متأسفانه زنگ ورزش که عامل اساسی و اصلی در سلامت روح و روان است هم مورد بی‌مهری قرار گرفته و هم تلاشی برای بهبود اوضاع نمی‌شود».

این مدیر دبیرستان عمده‌ترین نقاط ضعف را در کمبود امکانات و تجهیزات مدارس، کمی زنگ ورزش ذکر می‌کند و می‌گوید: «متأسفانه نه تنها به ساعات آن اضافه نشده بلکه در پایه سوم به نصف زنگ تقلیل پیدا کرده است. شما قضاوت کنید آیا یک معلم ورزش در این ۴۵ دقیقه می‌تواند با دانش‌آموزان انرژی و نیرومند خوب کار کند تا ورزش اثر بخش باشد؟»

وی خاطرنشان می‌کند: «مورد بعدی جدی‌نگرفتن نمره در این درس است که اگر معلمی نمره واقعی دانش‌آموز را به ورزش بدهد اولین کسانی که اعتراض می‌کنند اولیا و مدیر مدرسه است یعنی طوری جا افتاده که نمره ورزش همه باید ۲۰ باشد، همچنین فضای نامناسبی که اکثر مدارس به خصوص مدارس غیردولتی با آن روبه‌رو هستند که حیاط آنان به حد ۵۰ یا ۱۰۰ متر نیز نیست، از دیگر مشکلات پیش روی زنگ ورزش است». اسماعیل پور تخصصی برخورد نکردن با کادر ورزشی که مربی به خاطر تخصص نداشتن، استعداد دانش‌آموز را در همان ابتدای دوران ابتدایی کشف نمی‌کند و این اتفاق باعث هرز رفتن انرژی دانش‌آموز می‌شود. را در کنار





عدم تغذیه مناسب در دانش آموزان که منجر به چاقی مفرط و یا لاغری می‌شود، هم از دیگر معضلات تربیت بدنی در مدارس ذکر می‌کند و می‌گوید: «اگر ما نگاه تخصصی به ورزش داشته باشیم و از کارشناس تربیت بدنی استفاده کنیم این نقایص برطرف شده و باعث نشاط، انرژی و تکاپوی دانش آموزان می‌شود».

قدمت ۹۰ ساله ورزش در آموزش و پرورش

قدمت ۹۰ ساله درس ورزش و تربیت بدنی در کنار سایر دروس در آموزش و پرورش بیانگر اهمیت این درس است. همچنین این مسئله مبین این نکته است که در حوزه برنامه ریزی نگاه ویژه ای به سلامت بچه‌ها در کنار سایر دروس وجود دارد. حسین بابویی، مدیرکل تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی آموزش و پرورش در گفت و گو با گزارشگر روزنامه کیهان با تاکید بر اهمیت و نگاه ویژه آموزش و پرورش به درس تربیت بدنی می‌گوید: «حضور این درس و کتاب راهنمای معلم تربیت بدنی در هفت پایه (۶ پایه ابتدایی و یک پایه متوسطه) و اضافه شدن هر سال یک پایه به این کتاب در مدارس موید اهمیت آن است و اینکه تصمیم گیران در آموزش و پرورش برای درس و سلامت بچه‌ها هر دو به یک میزان اهمیت قائل می‌شوند». وی می‌گوید: «از وقتی که تحول بنیادین در آموزش و پرورش مطرح شد می‌بینیم که همه پشتوانه‌های قانونی برای توجه اساتید مورد توجه و نظر قرار گرفته است».

از وی می‌خواهم درمورد اقدامات صورت گرفته توضیح دهد، این طور می‌گوید: «یکی از کارها برای ارتقای درس تربیت بدنی توجه به نیروی انسانی است طوری که طی ۴ سال گذشته ۱۵ هزار نیروی متخصص تربیت بدنی در آموزش و پرورش استخدام شده‌اند. «بابویی با اشاره به اینکه این استخدام در کنار تحول بنیادین بیانگر ۲ نکته اساسی است، می‌گوید: «نکته اول بر داشتن برنامه و پشتوانه کاری مهر تایید می‌زند و نکته دوم برداشتن نیروی انسانی متخصص صحنه می‌گذارد تا بتوان پشتوانه قانونی را اجرا کرد».

برنامه ریزی برای همه ابعاد وجودی دانش آموز

اینکه درس ورزش و تربیت بدنی تا چه میزان بر سلامت عقل و فکر و روح و روان تاثیر می‌گذارد، موضوعی است که مدیرکل تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی آموزش و پرورش بدان پاسخ می‌دهد و می‌گوید: «ورزش و تربیت بدنی به طور کلی، یک معیار خوبی است برای آنکه بیشتر بدانیم دانش آموزان از نظر جسمی در چه وضعیتی هستند و دنبال آن هستیم که ریشه این درس در آموزش و پرورش عمیق تر شود تا به جایی برسیم که وقتی والدین نمره تربیت بدنی را می‌بینند به سلامت بچه‌هایی ببرند».

بابویی بر این موضوع تاکید می‌کند که نگاه آموزش و پرورش نگاه اساسی، راهبردی و استراتژیک است. وی معتقد است: «هدف آموزش و پرورش دستیابی به حیات طیبه برای تمام بچه‌هاست و این حیات طیبه وقتی



اتفاق می افتد که برای همه ابعاد وجودی بچه ها برنامه ریزی داشته باشیم «بابویی با این نگاه که یکی از ابعاد انسان، بعد جسمانی است، خاطرنشان می کند: «وقتی که می گوئیم سیستم آموزشی کشور به ورزش نگاه استراتژیک دارد مسئولان می دانند که از لحاظ شاخصه های معنوی و جسمی بچه ها باید سالم باشند». مدیرکل تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی آموزش و پرورش نگاه مسئولان امر آموزش به ورزش را یک دید فوق برنامه ای نمی داند و تاکید می کند: «علی رغم آنکه به فوق برنامه ها هم توجه داریم ولی در راستای دستیابی به تعادل بین جسم و روح به تربیت بدنی هم نگاه فوق العاده ای داریم». وی می گوید: «اگر ما هرچه در بحث ورزش درست و مدون کار کنیم به آن میزان از هزینه های درمان در کشور کم می شود و نیز از هزینه های آسیبهای اجتماعی که برخی بچه ها را تهدید می کند، کاسته می شود».

خانه های مسکونی یا کلاس درس؟!

مصطفی وحیدنیا، پدر یک دانش آموز است که فرزندش در سال سوم راهنمایی در مدرسه غیرانتفاعی تحصیل می کند. گله مندانه از اینکه یک ساختمان قدیمی را به مدرسه تبدیل کرده اند و فضای مناسبی برای ورزش بچه ها در این مکان وجود ندارد، به گزارشگر روزنامه کیهان می گوید: «مسئولان باید در دادن مجوزها برای تاسیس مدارس دقت و ظرافت بیشتری به خرج دهند و پس از بررسی تمام زوایا برای تاسیس مدرسه، مجوز دهند».

او می گوید: «زنگ ورزش پسران را با اتوبوس به یک زمین فوتبال خارج از مدرسه می برند، مدیر مدرسه می گوید فضای چمن آنجا خیلی خوب است ولی واقعاً از اینکه فرزندم در ساعت مدرسه از فضای آموزشی خارج شود و به یک محیط دیگر آن هم با وسایل نقلیه عمومی در خیابان های شلوغ برود، اصلاً رضایت ندارم ولی چاره ای هم نیست. مدیر و معلم مدرسه از ما رضایت نامه می گیرند و بچه هایمان را می برند ولی اصلاً به این امر راضی نیستیم و اگر هم رضایت نامه ندهیم نمره ورزش بچه را کم می کنند».

موضوع را با «بابویی» مدیرکل تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی آموزش و پرورش در میان می گذارم، می گوید: «مدارس غیرانتفاعی باید قبل از تاسیس مدرسه و گرفتن مجوز، به فکر تامین فضای کامل آموزشی در حد استاندارد تعریف شده در آموزش و پرورش باشند، در غیر این صورت موفق به درخواست مجوز نمی شوند. و اگر مدرسه فضای لازم را برای ورزش ندارد در بیرون از مدرسه و البته در فضایی نزدیک به مدرسه در قالب تفاهم نامه با سایر ارگانها این فضا باید تامین شود و اگر مدارس غیرانتفاعی این ویژگی ها را نداشته باشند مورد تایید ما نیستند».

از وی در مورد مدارس دولتی هم که بعضاً از امکانات خوبی برای زنگ ورزش برخوردار نیستند و فضای کمی دارند، می پرسیم، می گوید: «در مدارس دولتی الان توجه مضاعفی به این مسئله شده است و در برنامه نوسازی



مدارس نیز این برنامه گنجانده شده و اعتبارات لازم هم در نظر گرفته شده است «درمورد ورزش شنا که چند سال اجرای آن در مدارس اجباری شد سوال می‌کنم، می‌گوید: «در ۲ سال اول درصد بالایی از بچه‌ها تحت آموزشهای لازم قرار گرفتند و نتیجه آن خوب بود ولی در سال گذشته خیلی موفق نبود. در مجموع ۹۰ درصد دانش‌آموزان سراسر کشور در پایه سوم ابتدایی تحت آموزش شنا قرار گرفتند و در سال جاری هم برای کیفیت بخشی این ورزش و ورزشهای دیگر دنبال آن هستیم که به کیفیت و کمیت رشته‌های دیگر ورزشی نگاه ویژه‌ای داشته باشیم».

سال ۱۳۰۶ هجری شمسی که زنگ ورزش در برنامه نظام آموزش کشور گنجانده شد تداعی این زنگ به یکی از خاطرات شیرین دانش‌آموزان تبدیل شده است. شاید مهم‌ترین دلمشغولی‌های اوایل سال تحصیلی دانش‌آموزان، ساعت زنگ ورزش در برنامه‌های هفتگی باشد چون بچه‌ها حداقل به بهانه این زنگ ساعتی از درس و مشق فارغ می‌شوند و به قول خودشان از زیر درس درمی‌روند. رسم مرسوم زنگ‌های مدارس ما رویه‌ای ثابت و تکراری دارد. بچه‌ها به گروه‌های سنی مختلف تقسیم می‌شوند، تعدادی والیبال، تعدادی دیگر بسکتبال و تنیس روی میز و بسیاری به فوتبال می‌پردازند و پس از ۱/۵ ساعت با جمع کردن توپ‌ها زنگ ورزش به پایان می‌رسد. و در روز امتحان هم معلم ورزش با چندین حرکت نرمشی سخت از جمله «دراز و نشست» و «دو» نمراتی از ۱۷ تا ۲۰ در کارنامه بچه‌ها قرار می‌دهد.

واقعیت این است که علی‌رغم تمام برنامه‌ها، گفته‌ها و شعارهایی که در وصف اهمیت ورزش مدارس بیان شده، در بخش اجرا نتوانسته‌ایم به آنچه که مقصود است دست یابیم. در جوامع توسعه یافته و در حال توسعه پایه‌های سلامت یک جامعه را براساس این اصل که انسان سالم، محور توسعه است بنا می‌نهند. بدون شک نیاز به فعالیت‌های ورزشی در میان گروه‌های سنی کودکان و نوجوانان و جوانان بیشتر از سایر اقشار جامعه است و براساس تحقیقات به عمل آمده سنین ۵ تا ۱۱ سالگی بهترین زمان برای رشد حداکثری سلول‌های عصبی و حرکتی است و برای اینکه کودک به این میزان رشد برسد، می‌بایست زمینه مناسب برای نهادینه کردن ورزش در فرد فراهم شود. زنگ ورزش یا تربیت بدنی نقطه آغازین ورزش آموزشگاه‌هاست اما متأسفانه این ساعت در مدارس کشور جایگاه مناسبی ندارد و در اکثر مواقع، ورزش فعالیت غیرلازم تلقی می‌شود و در پاره‌ای اوقات حتی از زنگ ورزش برای جبران عقب ماندگی‌های سایر دروس از سوی مدیران استفاده می‌شود. بنابراین ضرورت دارد با بررسی موانع پیش رو به تقویت این درس مهم در برنامه درسی دانش‌آموزان توجه ویژه‌ای شود.



مهم‌ترین و ریشه‌ای‌ترین مشکلات ورزش در مدارس ما به مقطع ابتدایی برمی‌گردد آنجا که متأسفانه دانش آموزان بدون هیچ آموزشی در زمینه حرکات و نرمش‌های بدنسازی یا تخصص در یک نوع رشته خاص ورزشی الان که به مقطع دبیرستان رسیده‌اند مجبوریم با آن‌ها ابتدایی‌ترین نرمش‌ها را کار کنیم و به آن‌ها آموزش دهیم و فاجعه بارترا از آن زمانی است که اکثر دانش آموزان این مقاطع تحصیلی در راه رفتن، و پشت میز نشستن مشکل دارند و با کف پاهای صاف و قوزهای پشت و پاهای پرنیزی و ایکس مواجه هستند. مشکلاتی که در سالهای قبل با حرکات ورزشی آسان قابل درمان بود. هادی برزو، دبیر تربیت بدنی دبیرستان و پیش‌دانشگاهی نمونه دولتی شهید صدر است که قبل از آنکه تمریناتش را با دانش آموزان سال دوم شروع کند در گفت‌وگو با گزارشگر روزنامه کیهان می‌گوید: «دانش آموزانی که زیر دست من می‌آیند از هیچ فیلتری رد نشده و به اصطلاح حرکات ورزشی را تخصصی آموزش ندیده‌اند. آموزش و پرورش باید نگرش جدی‌تری به ورزش بچه‌ها در مقطع ابتدایی داشته باشد و فضای آموزش تربیت بدنی باید از پیش دبستانی آغاز و تا پنجم ادامه یابد».

وی با اظهار تأسف از اینکه ۹۰ درصد مدارس ابتدایی معلم ورزش ندارند، می‌گوید: «این وظیفه برعهده معلم درسی بچه‌ها نهاده شده است که آن هم یا در زمان بیکاری یا از روی بی‌حوصلگی بچه‌ها را با یک توپ و چند نرمش سرگرم می‌کند و البته این معلم هم تقصیری ندارد، مسئولان امر آموزش و تربیت بدنی در وزارت آموزش و پرورش باید فکری برای تربیت معلم متخصص و استخدام آنها بکنند».

به او می‌گوییم اما آموزش و پرورش چند سال است که چند ورزش تخصصی مثل شنا را در مرحله ابتدایی اجباری کرده و این حرکت مثبتی است، می‌گوید: «البته طناب زنی را هم باید به این رشته‌های اجباری اضافه کرد اما این کار با برنامه‌های ما مطابقت ندارد. چون این کار مشکلات زیادی را به دنبال خواهد داشت». به آقای برزو می‌گوییم ولی مسئولان تربیت بدنی آموزش و پرورش آمار خوبی از این ورزش شنا ارائه داده‌اند و از موفقیت طرح راضی به نظر می‌رسیدند. این دبیر ورزش به مشکلات پیش روی اجرای موفق این ورزش اشاره می‌کند و می‌گوید: «اجاره استخر مشکل‌آفرین بود، مربی‌ها به صورت اصولی شنا را آموزش نمی‌دادند و فقط به فکر باز کردن تکلیف از سر خود بودند بچه‌ها در فصل سرما وارد استخر می‌شدند و فقط اوقات خود را با آب بازی یا سرسره خوردن می‌گذراندند». وی برای اثبات گفته‌هایش می‌گوید: «آیا کسی واقعا از این بچه‌ها تست گرفته که شنا آموخته‌اند یا خیر؟ قطعاً امتحانی در کار نیست. ضمن آنکه اغلب استخرها از استاندارد لازم برخوردار نیست».

ناهنجاری‌های سلامتی دانش آموزان

این کارشناس تربیت بدنی که دلسوزانه و با حس مسئولیت با بچه‌های دوم دبیرستان تمرین می‌کند و سخت‌گیری زیادی در زنگ ورزش برای سلامتی بچه‌ها نشان می‌دهد، در ادامه صحبت‌های خود که با گلایه و شکایت بچه‌های کم‌تحرك هم‌رو به‌رو می‌شود، به برخی ناهنجاری‌های اسکلتی و سلامتی شایع بین دانش‌آموزان اشاره می‌کند و می‌گوید: «درست است که بچه‌ها باید چند نوع رشته ورزشی از جمله، شنا، ژیمناستیک یا دوومیدانی را آموزش ببینند ولی متأسفانه الان خیلی از بچه‌ها راه رفتن معمولی را هم اشتباه می‌روند و از ناهنجاری‌های اسکلتی رنج می‌برند».

۹۰ درصد بچه‌ها (دختران) ناهنجاری‌های سلامتی دارند و مشکل کف پای صاف دارند و والدین آن‌ها حتی نمی‌دانند. برزو با اعلام این مطلب معتقد است تبلی عضله، موضوعی است که اغلب بچه‌ها از آن رنج می‌برند و حرکات اصلاحی نیز برای ناهنجاری‌های اسکلتی مفید است. سرجلو، قوز پشت، شانه خم، کیفوس سینه (سینه کفتری)، پای پرانتزی - پای ایکسی، شست کج همه جزو ناهنجاری اسکلتی است که قابل درمان است ولی به شرط آنکه از ابتدا روی بچه‌های مبتلاکار شود چون استخوان‌های نرمی دارند. این کارشناس تربیت بدنی می‌گوید: «راست قامتی باید در ۵ سال ابتدایی به خصوص بین دختران اصلاح شود. این مشکلات در مقطع دبیرستان قابل حل شدن نیست».

وی همچنین کم‌شدن ساعت ورزش در مقطع سوم دبیرستان به ۴۵ دقیقه را یکی دیگر از مشکلات پیش روی دبیران ورزش و دانش‌آموزان می‌داند و در این مورد هم معتقد است: «۹۹ درصد مدارس ما در سال سوم دبیرستان به دلیل فشار درس‌های دیگر، زنگ ورزش ندارند. حال آنکه استاندارد زنگ ورزش در کشور یک ساعت و نیم است ولی این ساعت هم به ۸۰ تا ۷۵ دقیقه در دیگر مقاطع کاهش یافته است».

وی با دست به بچه‌هایی که اضافه‌وزن زیادی دارند و به سختی جسم سنگین خود را تکان می‌دهند، اشاره می‌کند و می‌گوید: «بازی‌های کامپیوتری و کم‌تحركی باعث اضافه‌وزن این بچه‌ها شده است که در آینده آن‌ها را با مشکلات زیادی روبه‌رو می‌کند ولی اگر چنانچه حرکات ورزشی خوبی داشته باشند و لااقل ساعتی از روز را در پارک به ورزش بپردازند، قطعاً به سلامتی کامل دست خواهند یافت. این کارشناس ورزش خود را معلم اخلاق بچه‌ها هم می‌داند و می‌گوید: «ما در کنار ورزش با بچه‌ها کارهای فرهنگی هم می‌کنیم بنابراین گزافه نیست اگر بگویم معلمان ورزش بازوان مدرسه و مدیران هستند».



آسایش بدن در راحتی جان

امام محمدباقر (ع) می‌فرمایند: «آسایش بدن را در راحتی نفس باید جست و جو کرد.» بنابراین هر چه تلاش شود امنیت و آرامش جسمی بیشتری برای بچه‌ها به خصوص دانش آموزان فراهم شود، به سلامت روحی و روانی آن‌ها کمک می‌شود و وقتی سلامت جسم و روح توام با هم باشد شادی و نشاط بیشتری در کودک و نوجوان به وجود می‌آید در نتیجه شاهد ارتقاء سطح علمی دانش آموزان خواهیم بود. خانم فاطمه قربان، معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش در گفت و گو با گزارشگر روزنامه کیهان با تاکید بر اینکه وقتی سلامت جسم و روح تامین شود، دانش آموزان از شادابی و نشاط بیشتری برخوردار می‌شوند، می‌گوید: «در چنین شرایطی بچه‌ها از آمادگی کامل برای یادگیری دروس برخوردار خواهند شد. بنابراین با این رویکردی که داریم تلاش شده است درس ورزش از اول دبستان مورد توجه و تخصص معلمان و مربیان تربیت بدنی و مسئولان ذی ربط قرار گیرد».

او هم معتقد است که برای درس ورزش باید یک معلم خاص و آموزش دیده استخدام شود چون یک معلم به تنهایی به خصوص در مقطع ابتدایی نمی‌تواند با توجه به کمبود زمان همه هم و غم خود را در زنگ ورزش صرف این کار کند و لازم است از دوره ابتدایی تربیت بدنی به صورت تخصصی و با معلمان متخصص وارد برنامه درسی بچه‌ها شود و همان طور که رهبر معظم انقلاب بر آموزش و پرورش با محوریت تهذیب تحصیل و ورزش تاکید دارند، ما هم از همین منظر به درس تربیت بدنی نگاه کنیم.

به خانم قربان می‌گویم تاکید شما کاملادرست است ولی برای رفع نقاط ضعف موجود چه اقداماتی در مقطع ابتدایی انجام داده‌اید، می‌گوید: «در سال ۸۹ برای درس تربیت بدنی ۱۵ هزار مربی تربیت بدنی ویژه مدارس ابتدایی استخدام کردیم اما ما هم قبول داریم این تعداد کافی نیست، نیاز واقعی در تربیت بدنی ابتدایی، ۲۰ هزار نیرو است.» معاون آموزش ابتدایی با تاکید بر اینکه اولویت در مدارس شهری در دوره دوم پایه‌های ۴-۵-۶ است، می‌گوید: «در پایه ۶ ورزش دوومیدانی، در پایه ۵ پینگ پنگ و در پایه ۴ هم طناب زنی اجباری شده است. همچنین در پایه سوم شنا و در پایه دوم هم ژیمناستیک را در نظر گرفته ایم».

زنگ ورزش با گام‌های ضعیف

در حوزه ورزش مدارس نیازمند یک تغییر اساسی هستیم. این هم تاکید بهروز نعمتی، عضو هیئت رئیسه فراکسیون ورزش مجلس شورای اسلامی است که مطرح می‌کند و با انتقاد از بی توجهی به بحث ورزش در آموزش و پرورش می‌گوید: «متأسفانه هیچ گاه در حوزه ورزش مدارس گام‌های خوب و اساسی برداشته نشده است و همه به شعارهایی در این مورد اکتفا کرده اند.» نماینده مردم اسدآباد اضافه می‌کند: «اگر ورزش مدارس





رونق گیرد از دو جهت سودمند و پرفایده است، نخست اینکه هزینه های درمانی با نهادینه کردن ورزش میان دانش آموزان کاهش می یابد و در مرحله بعد می توان نسلی از ورزشکاران حرفه ای را با استعدادیابی از میان دانش آموزان تربیت کرد که در آینده برای این مرز و بوم افتخارکسب کنند». وی با بیان اینکه وزارت ورزش و جوانان به عنوان مجموعه ای که وظیفه برنامه ریزی و ساماندهی ورزش کشور را برعهده دارد و باید با آموزش و پرورش در این حوزه ارتباطی تنگاتنگ داشته باشد، می گوید: «گنجاندن هفته ای دو ساعت زنگ ورزش در مدارس نیاز دانش آموزان را تامین نمی کند و باید با رویکردی جدی تر به ورزش مدارس پرداخته شود. همچنین در حوزه ورزش دانش آموزی باید رویکردی واقع بینانه داشت و به جای وعده های پرهزینه برای بهبود این حوزه، از فضای محدود و امکانات محدودتر مدارس به طور کامل استفاده کرد».

روزنامه کیهان، شماره ۲۰۶۱۴ و ۲۰۶۱۵، به تاریخ ۲۰ و ۲۱/۷/۹۲، صفحه ۵



مؤسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان، نهادی غیردولتی و ناسودبر است. این نهاد در سال ۱۳۷۹ از سوی پژوهشگرانی که در حوزه ادبیات کودکان فعال بودند، پایه گذاشته شد و اکنون با بیش از ده سال پیشینه از فعالیت های گسترده، در سطح ملی و بین المللی به کار خود ادامه می دهد.

دفتر این مؤسسه در تهران است و شیوه همکاری با این نهاد به دو شکل کار رسمی و داوطلبانه است. مؤسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان هزینه های سازمانی خود را از راه کمک های مردمی و اجرای پروژه های فرهنگی و انتشاراتی به دست می آورد. چنانچه مؤسسه درآمدی داشته باشد، این درآمد را در راه گسترش هدف های خود هزینه می کند.

پیوندگاه:

koodaki.org	مؤسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان	کودکی
iranak.org	ایران کودکی	ایرانک
ketabak.org	پنجره ای به جهان خواندن	کتابک
amoozak.org	آموزش خلاق کودک محور	آموزک
khanak.org	با من بخوان	خوانک
rootak.org	پایگاه ارتباط فرهنگی کودک و نوجوان	روتک
dabire.org	درست بیاموز، تا درست بنویسی	دبیره
koodakar.org	سندوق آموزش و توانمند سازی کودکان کار و محروم	
hodhod.com	گزید هترین کتاب های کودک و نوجوان	کتاب هدهد