

کاهش ساعت درس تربیت بدنی

تأملی بر کاهش ساعت درس تربیت بدنی در

پایه سوم متوسطه

سید روح الله موسوی

کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی



مقدمه

انسان برای رشد ذهنی و اجتماعی خود نیاز به تفکر دارد و بازی و ورزش و فعالیت بدنی خمیرمایه تفکر است.

برخلاف نظر گذشتگان که بازی و فعالیت بدنی را تنها وسیله برای صرف انرژی مازاد می دانستند، اینک برآند کودک و نوجوان در هنگام بازی و ورزش، بخشی از نیروی تفکر خود را به کار می گیرد و آن را بخشی از زندگی عادی به حساب می آورد. همچنین ثابت شده است که در میان نوجوانان، میزان زیادی فعالیت با میزان افسردگی و اضطراب کمتر مرتبط است و فعالیت بدنی با افزایش آمادگی قلبی - عروقی، کاهش خطر چاقی و کاهش عوامل خطرزای مرتبط با بیماری های عروق قلب ارتباط دارد.

مطالعات جدید نشان می دهد بیشترین میزان افزایش مواد معدنی استخوان هنگام فعالیت با تحمل وزن در سال های اولیه بلوغ رخ می دهد. براساس مدارک مؤسسه ملی بهداشت و مطالعات پزشکی استرالیا، فعالیت نداشتن طی این سال ها ممکن است باعث عدم توفیق کودکان برای به فعل درآوردن استعدادها و دست یابی آن ها به اوج توده استخوانی شود و حتی نارسایی های ارتوپدی را به دنبال خواهد داشت و این در حالی است که براساس مطالعات اخیر فعالیت های جسمانی و تفریحی در دو نسل گذشته به صورت ناراحت کننده ای تغییر کرده است. حضور همه جانبه تکنولوژی امروزی در خانواده ها و ماشینی شدن جنبه های گوناگون زندگی به میزان زیادی به کاهش فعالیت جسمانی و به صورت گسترده ای به کاهش انرژی مصرفی کمک کرده است. این مسئله به دلیل حضور وسایل گوناگون الکتریکی مانند تلویزیون، کامپیوتر، نوت بوک و... در اتاق خواب کودکان و نوجوانان فعالیت اوقات فراغتشان را به طور فزاینده ای غیرفعال و بی نیاز از حرکت کرده است. این شرایط و پیامدهای بی تحرکی و چاقی به هشدارهای گوناگونی از جانب اکثر کارشناسان منتهی شده و مدرسه به عنوان کانونی تأثیرگذار در زمینه درگیر کردن بچه ها برای جلوگیری از عوارض ناخوشایند بی تحرکی به اثبات رسیده است.

کلیدواژه ها: سیاست، تربیت بدنی، آموزش تربیت بدنی و فعالیت فوق برنامه



مطالعات جدید نشان می‌دهد بیشترین میزان افزایش مواد معدنی استخوان هنگام فعالیت با تحمل وزن در سال‌های اولیه بلوغ رخ می‌دهد

کاهش ساعات ورزش

حضور تاریخ‌ساز تربیت‌بدنی در برنامه درسی مدارس و سایر نهادهای رسمی، غیررسمی و اجتماعی، گویای این حقیقت و تأییدکننده مسائل فوق است. در نیمه دوم قرن بیستم، شواهد بسیار قوی پزشکی و سایر شواهد علمی سنگ زیربنای فرد فرهیخته در تربیت‌بدنی و شرکت منظم و مادام‌العمر را در فعالیت‌بدنی تشکیل می‌دهد. تربیت‌بدنی آن قدر مهم است که تشکیلات آموزشی، علمی و فرهنگی سازمان ملل (یونسکو) در منشور خود به سال ۱۹۷۸ جایگاه آن را به‌عنوان یکی از حقوق اساسی بشر به رسمیت شناخت و خواستار فراهم آوردن فرصت‌های آموزش‌ها برای آن در سیستم آموزشی کشورها شد (ماده ۱) و از آن‌ها خواسته شد تا با اختصاص جایگاه شایسته و مهم در نظام آموزشی تربیت‌بدنی و ورزش را ارتقا دهند. اما به رغم حضور تاریخی و شواهد فراوان علمی و پذیرش ماهیت تربیت‌بدنی به‌عنوان نیاز دانش‌آموزان و یک فعالیت آموزشی، به هنوز هم تربیت‌بدنی در اکثر کشور توجه نمی‌شود.

تاریخ پرفراز و نشیب تربیت‌بدنی در ایران از سال ۱۳۰۶ شمسی با تأیید روزانه یک ساعت درسی تربیت‌بدنی توسط مجلس شورای ملی سابق برای پایه‌های دبستان و دبیرستان آغاز شد، و همواره این درس در محرومیت و محدودیت ابزار و امکانات، معلم متخصص و فضای ایمن به‌منظور ارائه صحیح و اصولی بود و از همه مهم‌تر زمان این درس از یک ساعت در روز به دو ساعت در هفته و حذف درس تربیت‌بدنی از برنامه آموزشی کلاس‌های پیش‌دانشگاهی را به‌دنبال داشت. داستان

محرومیت و انزوای درس تربیت‌بدنی به این جا ختم نشد و در مهر ماه ۱۳۹۰، وزارت آموزش و پرورش طی بخشنامه‌ای ساعت درس تربیت‌بدنی پایه‌های سوم دبیرستان را از دو ساعت به یک ساعت در هفته کاهش داد. به نظر می‌رسد این موضوع بر خلاف مصوبه اخیر دولت مبنی بر افزایش ساعت درس تربیت‌بدنی و همچنین بیانات وزیر محترم آموزش و پرورش باشد که فرمودند ۱۴ میلیون دانش‌آموز ورزشکار پرورش می‌دهیم.

منابع

۱. «مجله رشد آموزش تربیت‌بدنی»، دوره یازدهم، شماره ۲- زمستان ۱۳۸۹
۲. «مجله رشد آموزش تربیت‌بدنی» - دوره چهار - شماره ۴ - تابستان ۱۳۸۸
۳. افلاطونی، نازنین. «بازی‌های دبستانی و ورزش» - نشر بامداد
۴. مقدم، مصطفی و شرکان، منوچهر. «بازی‌های آموزشی» - دفتر تحقیقات و برنامه‌ریزی کتاب‌های درسی ۱۳۶۹.
۵. مهجور. سیامک - روانشناس بازی ۱۳۸۰

6. www.Tebyan.net/sport/education-scientific-content 2011/09/25