

مقدمه

کمک می‌کند که از مشارکت کودکان و نوجوانان در برنامه‌های درس تربیت‌بدنی (به‌عنوان یکی از حقوق اساسی انسانی ذکر شده در منشور سازمان ملل متحد) اطمینان حاصل کنند. در این مقاله به‌طور خلاصه به چهار استاندارد از هفت استاندارد بین‌المللی تربیت‌بدنی و ورزش برای کودکان از دیدگاه این نهاد بین‌المللی اشاره شده است.

کلیدواژه‌ها: تربیت‌بدنی، مدارس، کودکان

انجمن بین‌المللی سلامتی، تربیت‌بدنی، اوقات فراغت، ورزش و حرکات موزون، نهادی بین‌المللی است که با همکاری یونسکو به اطلاعات مربوط به ایجاد استانداردهای حرفه‌ای در حوزه تربیت‌بدنی را جمع‌آوری می‌کند و به هم پیوند می‌دهد. ایجاد استانداردهای جهانی سبب ارتقای کیفیت برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی در مدارس می‌شود. ایجاد استانداردها به متخصصان تربیت‌بدنی

استانداردهای بین‌المللی تربیت‌بدنی و ورزش کودکان

دکتر امیر اشراقی، دکتری مدیریت ورزشی
دکتر محسن حلاجی، دکتری مدیریت ورزشی



کاربرد استانداردها

استانداردهای محتوایی، پایه و اساس توسعه و ارزیابی همه برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی مدارس را تشکیل می‌دهند. استانداردها در سطح جهانی، ماهیت برنامه درسی تربیت‌بدنی را به‌عنوان محتوای این برنامه در طول دوره‌های تحصیلی به تصویر می‌کشند. تعریف عملیاتی استانداردها نیز به‌طور ضمنی، تفاوت‌ها و روابط بین و در میان علم تربیت‌بدنی و رشته‌های وابسته به آن را نشان می‌دهد. بنابراین، ایجاد تعاریف عملیاتی از استانداردها گفت‌وگوی جهانی، پژوهش، درک و مبادلات میان شاغلان حرفه تربیت‌بدنی، متخصصان و رهبران سازمان‌های دولتی وابسته به تربیت‌بدنی را ممکن می‌سازد. برای اهداف سند استانداردهای تربیت‌بدنی تعاریف زیر مورد استفاده گرفته است.

تربیت‌بدنی: به‌عنوان یکی از حوزه‌های علمی، از دو جزء اصلی تشکیل شده است: حرکت انسان و آمادگی جسمانی (حرکت و سلامتی مربوط به آن). این علم شامل زیرشاخه‌های یادگیری حرکتی، رشد حرکتی، حرکت‌شناسی، بیومکانیک، فیزیولوژی ورزشی، روان‌شناسی ورزشی، جامعه‌شناسی ورزش، و زیبایی‌شناسی است.

فردی که از لحاظ بدنی آموزش دیده: مهارت‌های لازم برای انجام دادن انواع فعالیت‌های جسمانی را فراگرفته، دارای تناسب اندام است، به‌طور منظم در فعالیت‌بدنی شرکت می‌کند و مفاهیم و مزایای حاصل از مشارکت در فعالیت‌های جسمانی و ارزش‌های فعالیت بدنی و نقش آن در داشتن یک شیوه سالم زندگی را درک می‌کند.

استانداردها: منظور از استانداردها چیزهایی است که کودکان و نوجوانان باید بدانند تا بتوانند یک برنامه آموزشی را انجام دهند. استانداردهای ۱ تا ۴ که در این مقاله به آن اشاره شده مسئولیت اصلی و متمایز برنامه درسی تربیت‌بدنی است. استاندارد ۵ تا ۷ به‌طور کلی مسئولیت تمامی برنامه‌های درسی و شرکت در برنامه‌های درسی در مدرسه است؛ با این حال، تنظیم فعالیت‌های بدنی منحصر به فرد مخصوص کودکان و نوجوانان آن‌ها را قادر می‌سازد تا به شواهدی از این معیارها دست یابند و این یادگیری ویژه را برای درس تربیت‌بدنی به کار گیرند.

استانداردهای جهانی: استانداردهای جهانی، جهان‌شمول‌اند و چیزهایی را که هر کودک یا نوجوان برای انجام دادن برنامه آموزشی باید

بداند، در بر می‌گیرند. این فرض درست نیست که هر کودک یا نوجوان در هر کشور، با هر ملیتی در نقاط مختلف جهان و در هر زمانی قادر خواهد بود به همه استانداردهای محتوای آموزشی دسترسی داشته باشد. با وجود این، زمانی که کشورها حق هر کودک یا نوجوان را برای انجام دادن فعالیت جسمی بپذیرند، ناگزیرند برای تحقق استانداردها تلاش کنند. **استانداردهای محتوا:** جملات هر محتوای آموزشی، دانش ضروری سازمان‌یافته، مهارت‌ها و رفتارهای مورد نیاز برای انجام انواع فعالیت‌های بدنی، دست یافتن به سطحی از سلامتی، تناسب اندام و حفظ آن و بهره‌مندی از یک سبک زندگی فعال را توصیف می‌کند.

معیارها^۳: منظور از معیارها چیزهایی است که دانش‌آموز در رابطه با دانش، مهارت‌ها و رفتارهای مورد انتظار برنامه‌های آموزشی شاهد آن‌ها خواهد بود. معیارها شاخص پیشرفت به منظور دستیابی به استاندارد است. معیارها را می‌توان از حداقل‌ترین تا پیچیده‌ترین طبقه‌بندی کرد.

برنامه درسی مورد نظر^۴: استانداردها ابزاری برای تدوین یک برنامه آموزشی جهان‌شمول نیستند. در عوض، سبب می‌شوند که مردم یک کشور خاص، برنامه‌های درسی خود را با عواملی از قبیل استانداردهای مربوط به فرهنگ آن کشور، توسعه انتظارات عملکرد برای سطوح مختلف توانایی و ناتوانی، گسترش استانداردهای محتوا و قابلیت انجام فعالیت‌های مختلف تطبیق دهند.

کودکان و نوجوانان: به‌طور کلی، کودکان و نوجوانان کسانی هستند که در برنامه آموزشی رسمی مدارس (برای مثال، از زمان شروع کلاس‌های مهد کودک تا کلاس دوازده، یعنی ۵ تا ۱۸ سالگی) ثبت‌نام کرده‌اند.

رهیافت فرهنگی: همه افراد باید به محتوای ضروری تربیت‌بدنی صرف نظر از نوع کشور یا ملیت دسترسی داشته باشند تا همه کودکان و نوجوانان بتوانند در این برنامه‌ها مشارکت کنند. **حقوق مربوط به یادگیری:** حقوق مربوط به یادگیری شامل انواع پشتیبانی است که باید در زمان مناسب در سطح ملی، استانی و مدارس صورت گیرد تا مطمئن شویم حقوق کودکان یا نوجوانان برای یادگیری و رسیدن به استانداردهای سطح خود تأمین شده است. کیفیت آموزش تربیت‌بدنی و برنامه‌های وابسته

استانداردهای
محتوایی، پایه
و اساس توسعه
و ارزیابی همه
برنامه‌های درسی
تربیت‌بدنی
مدارس را
تشکیل می‌دهند

به آن نیازمند وجود اجزای مختلف به‌طور هم‌زمان است. این استانداردها چارچوبی را به‌عنوان محتوای آموزشی دانش‌آموزان فراهم می‌سازند که می‌بایست در ساختار دورهٔ درسی مدارس، سازماندهی شود.

استانداردها

استاندارد ۱: تخصص و شایستگی حرکت: نشان دادن شایستگی در بسیاری از حرکات و تخصص در تعداد کمی از حرکات.

معیارها

درجهٔ ۳ (کلاس): دانش‌آموز خواهد توانست: مهارت‌های دست‌کاری شده (برای مثال، کنترل اشیاء برای پرتاب، دریافت و شوت زدن)، مهارت‌های حرکتی فضایی (مانند راه رفتن، دویدن، پریدن و سر خوردن)، مهارت‌های حرکتی غیرفضایی (مانند خم کردن، کشش، نوسان، تاب خوردن، هل دادن، کشیدن، چرخش و برگشتن) و حرکات ترکیبی (مهارت‌های پایه، توالی‌ها مانند دویدن و شوت زدن، چرخیدن، گام برداشتن و پرتاب کردن) را انجام دهد.

درجهٔ ۶: دانش‌آموز خواهد توانست:

سازگاری‌ها و تعدیل‌های حرکات و مهارت‌های تخصصی (مانند پاس، دریبل، شوت، ضربه با چوب چوگان، ضربه زدن به توپ) را در پیوستاری از انواع فعالیت‌ها در چارچوب محتوای آموزشی

حقوق مربوط به یادگیری شامل انواع پشتیبانی است که باید در زمان مناسب در سطح ملی، استانی و مدارس صورت گیرد تا مطمئن شویم حقوق کودکان یا نوجوانان برای یادگیری و رسیدن به استانداردهای سطح خود تأمین شده است



به نمایش بگذارد.

درجهٔ ۹: دانش‌آموز خواهد توانست:

راهبردهای ضروری برای اهداف ویژهٔ مربوط به انواع فعالیت‌های مشخص (مانند بازی‌ها، مانور تهاجمی و تدافعی، توالی‌های حرکات ریتمیک و حرکات شنا) را انجام دهد و آن‌ها را در بازی‌های کوچک انفرادی، نسخه‌های اصلاح شدهٔ فعالیت‌ها و توالی الگوهای مختلف حرکتی (مانند ورزش‌ها و حرکات ریتمیک) ترکیب کند.

درجه ۱۲: دانش‌آموز خواهد توانست:

مهارت‌ها، راهبردها و توالی آن‌ها را در چارچوب محتوای آموزشی فعالیت‌های سازمان‌یافته (مانند بازی‌ها، حرکات موزون و ورزش‌ها) و نیز محتوای آموزشی در مکان‌های مختلف (مانند هوا، زمین و آب) اجرا کند.

استاندارد ۲: دانش و کاربرد مفاهیم حرکت: کاربرد مفاهیم حرکت و اصول یادگیری و توسعهٔ مهارت‌های حرکتی.

معیارها

درجه ۳: دانش‌آموز خواهد توانست:

حرکات بنیادین را تشخیص دهد، مفاهیم حرکت و حرکات پایه^۱ را با استفاده از واژگان صحیح توضیح دهد و از مفاهیم حرکت برای تصحیح حرکت استفاده کند.

درجه ۶: دانش‌آموز خواهد توانست:

عناصر ضروری الگوهای مهارت پایه، روابط بین اشیاء و میان آن‌ها، اجراکننده حرکت و دیگر شرایط و مؤلفه‌های مرتبط را شناسایی کند و از بازخورد (برای مثال داخلی، خارجی) به منظور بهبود عملکرد استفاده کند. مفاهیم حرکت را در جهت مهارت‌های تخصصی به کار گیرد و نیز برای بهبود عملکرد خود، عناصر ضروری را در مهارت‌های حرکتی تخصصی به کار ببرد.

درجه ۹: دانش‌آموز خواهد توانست:

به منظور بهبود عملکرد دیگران با استفاده از عناصر ضروری بازخورد ارائه دهد، اصول بیومکانیکی را در تکالیف، کار و زندگی روزانه به کار گیرد، خصوصیات اجزای با مهارت سطح بالا را شناسایی و از اصول تمرین - که باعث بهبود عملکرد می‌شود- استفاده کند. همچنین تأثیر عوامل محیطی را توضیح دهد.

درجه ۱۲: دانش‌آموز خواهد توانست:

از دانش ویژه، پیشرفته و نظام‌مند (برای مثال بیومکانیک، فیزیولوژی و یادگیری حرکتی) در هنگام تجزیه و تحلیل عملکرد خود و دیگران استفاده کند و اصول بیومکانیکی و فیزیولوژیکی

**کیفیت آموزش
تربیت بدنی
و برنامه‌های
وابسته به آن
نیازمند وجود
اجزای مختلف
به‌طور هم‌زمان
است**

پی‌نوشت‌ها

1. ICHPERSD
2. UNESCO
3. Benchmarks
4. Customized Curriculum
5. Grade
6. basic movements

Confederation des éducateurs et éducatrices physiques du Québec (CEEPEQ ; 1994 ed.). [Quebec confederation of Physical Educators]. The future of physical education. A time for commitment, CANADA, Editions L'Impulsion.

Implementation of the Nigerian secondary school Physical education curriculum: Some observations and suggestions. (post 1992). Research Paper presented at meeting.

International Education Agency of Papua, New Guinea. (n.d.). Physical education : The health, and personal development curriculum.

Hardman, K. and Marshall, J.J. (Spring 2000). Physical education in schools: preliminary findings of a worldwide survey. ICHPER. SD Journal, 36, (3), 8-13.

Hardman, K. and Marshall, J.J. (Summer 2000). Physical Education in Schools: Preliminary findings of a worldwide Survey, part II. ICHPER. SD Journal, 36, (4), 8-12.

معیارها

درجه ۳: دانش‌آموز خواهد توانست:

در فعالیت‌های جسمانی ملایم تا شدید مشارکت کند، علل دوست داشتن و دوست نداشتن مشارکت فردی در فعالیت‌های جسمانی را شناسایی کند و به‌طور داوطلبانه در فعالیت‌های جسمانی در خارج از کلاس‌های تربیت‌بدنی شرکت کند.

درجه ۶: دانش‌آموز خواهد توانست:

حداقل یک فعالیت مرتبط با هر جزء از تناسب اندام مرتبط با سلامتی را تعریف کند، به‌طور منظم در فعالیت‌های جسمانی به‌منظور بهبود مهارت خود به‌صورت انتخابی مشارکت کند و فواید شرکت در فعالیت‌های بدنی منظم (برای مثال احساس خوب بودن، جلوگیری از بیماری و کاهش استرس) را توضیح دهد.

درجه ۹:

دانش‌آموز خواهد توانست:

فعالیت‌های متوسط تا شدید را برای لذت شخصی شناسایی کند و فرصت‌های موجود در مدرسه و جامعه برای شرکت منظم در فعالیت‌های بدنی را درک نماید.

رفتار ورزشی خود را با توجه به توانایی‌ها و قابلیت‌های فردی شخصی مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد.

سبک زندگی سالم و ویژگی‌های مهم آن را تجزیه و تحلیل کند. اهداف فعالیت بدنی فردی را توسعه دهد و به‌صورت روزانه در برخی از فعالیت‌های افزایش‌دهنده سلامتی به‌منظور دست یافتن به اهداف تناسب اندام شرکت کند.

درجه ۱۲:

دانش‌آموز خواهد توانست:

انواع فعالیت‌های جسمانی جدید را برای دست یافتن به مزایای فردی در داخل و خارج از کلاس‌های درس تربیت‌بدنی جست‌وجو کند، با انواع فعالیت‌های جسمانی مربوط به تناسب اندام آشنا شود و به‌طور منظم یک سبک زندگی فعال را با غلبه بر موانع مشارکت در فعالیت‌های جسمانی مربوط به تناسب اندام ایجاد کند. چگونگی الگوهای مشارکت در فعالیت‌های جسمانی مربوط به تناسب اندام را در طول زندگی شناسایی کند.

برای اهداف این استانداردها، تعیین سطوح درجات با طبقه‌بندی سنی زیر مناسب است:

درجه‌ها	سن تقریبی
۳	← ۸-۹
۶	← ۱۱-۱۲
۹	← ۱۴-۱۵
۱۲	← ۱۷-۱۸

مربوط به پیشگیری از آسیب‌دیدگی را به‌کار گیرد. او می‌تواند عملکرد خود و دیگران را تجزیه و تحلیل کرده با عناصر ضروری برای بهبود اجرا مقایسه کند، به‌طور مستقل دانش ویژه و نظام‌مند را برای یادگیری مهارت‌ها و فعالیت‌های جدید ادغام کند و منابع آموزشی را برای ادامه یادگیری ارزیابی نماید. همچنین، می‌تواند چگونگی تأثیر عوامل جسمانی، عاطفی و شناختی بر بهبود عملکرد را توصیف کند و برای ادامه یادگیری دسترسی به منابع پیدا کند.

استاندارد ۳: ارتقای سلامتی و تناسب اندام: دستیابی به سطح سلامتی و تناسب اندام و حفظ آن‌ها.

معیارها

درجه ۳: دانش‌آموز خواهد توانست:

فعالیت جسمانی ملایم تا شدید را بدون توقف انجام دهد و علائم فیزیولوژیکی فعالیت‌های جسمانی (برای مثال، افزایش ضربان قلب) را درک کند.

درجه ۶: دانش‌آموز خواهد توانست:

اجزای آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت (برای مثال عوامل قلبی تنفسی، انعطاف‌پذیری، قدرت، استقامت عضلانی و ترکیب بدن) فعالیت‌های مربوط به هر جزء از تناسب اندام مرتبط با سلامتی را تشخیص دهد.

درجه ۹: دانش‌آموز خواهد توانست:

در فعالیت جسمی ملایم تا شدید در نتیجه پاسخ‌های کافی فیزیولوژیکی برای تغییر وضعیت تناسب اندام خود مشارکت کند و نتایج آزمون تناسب اندام و سلامت شخصی و توانایی انجام فعالیت‌های مختلف را با هم مرتبط سازد برای به دست آوردن اطلاعات دقیق در مورد وضعیت تناسب اندام خود آزمون‌های آمادگی جسمانی را انجام دهد و برای آموزش و بهبود تناسب اندام خود اصول پایه را به‌کار ببرد.

درجه ۱۲:

دانش‌آموز خواهد توانست:

اهداف تناسب اندام فردی را براساس مشخصات تناسب اندام خود توسعه دهد، شاخص‌های فیزیولوژیکی ورزش، در طول فعالیت بدنی و بعد از آن را ارزیابی کند و نتایج را به اهداف تناسب اندام خود ارتباط دهد و یک برنامه تناسب اندام شخصی را به‌طور مستقل طراحی و اجرا کند.

استاندارد ۴: سبک زندگی فعال: نمایش یک سبک زندگی فعال.