



# المیادها ایجادانگیزه و تحرك می کنند

## اشاره

زهرا رادنیسا، معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش استان خراسان جنوبی در سال ۱۳۴۹ در بیرجند متولد شده است. او کارشناس رشته

تربیت بدنی و دارای بیست و هشت سال سابقه کار در آموزش و پرورش است که ده سال از آن در کار اداری و هیجده سال در تعلیم و آموزش تربیت بدنی سپری شده است.

رادنیسا متأهل و دارای دو فرزند است و با عشق وارد رشته تربیت بدنی شده است. تخصص او تنیس روی میز است و در این رشته درجه داور و مربیگری دارد. تنیس روی میز مورد علاقه خانواده ایشان نیز هست و او از آن به عنوان رشته خاص خانوادگی یاد می کند.

گفت و گو زیر در روز دوشنبه ۲۹ شهریور ۱۳۹۵ در دفتر معاونت تربیت بدنی و سلامت استان خراسان جنوبی شهر بیرجند انجام شد.

## لطفاً درباره تاریخچه ورزش مدارس در سطح استان خراسان جنوبی توضیح دهید.

تاریخچه ورزش در این استان به مدرسه شوکتیه بیرجند برمی گردد که بعد از دارالفنون، دومین مدرسه کشور بوده و در این مدرسه علاوه بر دروس معمولی، ورزش هم تدریس می شده است. سال ۱۳۸۳ یکصدمین سالگرد تأسیس این مدرسه بود و حالا ۱۱۲ سال از تأسیس آن

## عملکرد معاونت تربیت بدنی و سلامت استان خراسان جنوبی از زبان زهرا رادنیسا

فرزانه زنگیان

می گذرد.

ورزش مدارس از سال ۱۳۰۶ جزء برنامه رسمی آموزشی ایران بوده و این رسمیت، به ورزش نظم و سرفصل داده است. رشته هایی که در ابتدا در شهر بیرجند کار می شده چوگان، تنیس خاکی و فوتبال بوده است اما حالا تقریباً همه رشته ها در ورزش آموزشگاهی وجود دارد؛ مثلاً دو و میدانی، تنیس روی میز، والیبال، بسکتبال، فوتبال، فوتسال و تیراندازی.

## وضع ورزش مدارس در حال حاضر در سطح استان چگونه است؟

آنچه در حال حاضر اجرا می شود، براساس برنامه درسی و آموزشی است که از طرف وزارت آموزش و پرورش تدوین شده است. در پایه دوم دبستان رشته ژیمناستیک به طور خاص به بچه ها آموزش داده می شود. در پایه سوم، طرح سباح فعال است و در پایه چهارم طنابورزی (طناب زنی) مورد توجه قرار دارد، در پایه پنجم تنیس روی میز و در پایه ششم، دو و میدانی آموزش داده می شود.

در پایه هفتم بسکتبال، در پایه هشتم والیبال، در پایه نهم هندبال و در پایه دهم بدمینتون و فوتسال به شکل خاص تعلیم داده می شوند. البته

## طرح تا چه اندازه در سطح مدارس استان امکان اجرا داشته و موفق بوده است؟

اولویت طرح حیاط پویا با مدارس ابتدایی است. این از طرح‌های بسیار موفق استان خراسان جنوبی بوده و به نوعی در مدارس متوسط اول و دوم هم اجرا شده و مورد استقبال قرار گرفته است.

همان‌طور که می‌دانید، طرح حیاط پویا طراحی نقوش بر روی دیوار و کف حیاط مدرسه است. با توجه به اینکه دانش‌آموزان رو به چاقی می‌روند و زندگی ماشینی و کار مداوم با کامپیوتر تحرک آن‌ها را کم کرده‌است، این طرح باعث می‌شود دانش‌آموز وارد حیاط مدرسه شود و فعالیت کند و در فضایی سالم، با دوستانش رقابتی سالم داشته باشد. در واقع، طرح حیاط پویا زمینه تحرک را در محیطی آرام و بدون رقابت برد و باخت برای دانش‌آموزان فراهم می‌کند.

## بازگردیم به امکانات ورزشی مدارس؛ لطفاً بفرمایید چه تعداد از مدارس استان به سالن ورزشی مجهزند؟

۶۶ سالن ورزشی در سطح استان موجود است که همه آن‌ها صبح‌ها در اختیار مدارس است. مدارس ما هم همه نوبت صبح‌اند و استفاده از این سالن‌ها همیشه با اولویت دختران همراه است.

با توجه به آب و هوای این استان که گرما و سرمای سخت و شدیدی دارد، ما ۲۹ سانتی‌متر فضای سرپوشیده ورزشی برای هر دانش‌آموز داریم که استاندارد کشوری آن یک متر و بیست سانتی‌متر برای هر دانش‌آموز تعریف شده است. با توجه به شرایط بد آب و هوایی استان، استفاده از سالن ورزشی به ویژه برای دختران، خیلی مهم است. هر چقدر در استان‌هایی چون استان ما پیش‌بینی سالن ورزشی بیشتر باشد، دانش‌آموزان نشاط بیشتری خواهند داشت؛ مثلاً آفتاب تند باعث می‌شود دانش‌آموز نتواند بازی با کیفیت بالایی داشته باشد و از بازی لذت هم نمی‌برد. این اهمیت سالن‌های ورزش را نشان می‌دهد. دختران بحث حجاب را همه دارند و باید در سالن باشند.

## آیا طرح سباح در مورد دانش‌آموزان استان قابل اجرا بوده است؟

در شهرستان‌هایی که استخر داشتیم، مشکلی نبود و طرح اجرا شد. شورای آموزش و پرورش استان نیز تصویب کرده است که هر ساله در

رشته‌های دیگر را هم به‌طور عمومی کار می‌کنند. در این زمینه، نماینده معلمان استان خراسان جنوبی به تهران می‌آید و دوره می‌بیند و بعد از بازگشت، به معلمان استان آموزش می‌دهد.

آموزش رشته‌های خاص با هدف کشف استعدادها دانش‌آموزان و سنجش و رشد علاقه آن‌ها برگزار می‌شود.

## در حال حاضر، چه تعدادی از مدارس شما از امکانات و فضای ورزشی لازم برای این آموزش‌ها و به‌طور کلی فعالیت ورزش برخوردارند؟

تمام مدارس ما از امکانات نسبی برخوردارند. نمی‌گویم امکانات همه رشته‌های ورزشی را در همه مدرسه‌ها داریم اما برای رشته‌های پرطرفدار، در بیشتر مدارس امکانات موجود است. منظورم رشته‌هایی چون والیبال، تنیس روی میز و فوتسال است. سالن‌های ورزشی ما هم معمولاً سرپوشیده هستند. در سطح استان، ۴۶ سالن ورزشی داریم که تعدادی از این سالن‌ها در مدارس و بقیه در مکان‌های مختلف شهرها و مناطق استان قرار دارند.

در کل استان هم سه استخر داریم. با توجه به اینکه طرح سباح در پایه سوم برگزار می‌شود، سه شهرستانی که استخر دارند، می‌توانند طرح سباح را پوشش دهند. نهبندان، قاین و فردوس هر کدام یک استخر برای پوشش دادن طرح سباح دارند.

## به نظر شما، با توجه به نیاز استان لازم نیست استخرها بیشتر شوند؟

بله البته چهار استخر نیمه‌تمام داریم که به علت کمبود اعتبارات، ساخت آن‌ها به اتمام نرسیده است و در بشرویه، زیرکوه و بیرجند در دست احداث‌اند.

## آیا دانش‌آموزان از استخرهای موجود استقبال می‌کنند؟

بله، استقبال بچه‌ها بسیار خوب است و لازم است بگویم که این استخرها برای دانش‌آموزان طرح سباح رایگان هستند. دانش‌آموزان غیر طرح سباح و فرهنگیان، اعم از معلم و کارمند، هم می‌توانند با تخفیف ویژه از استخرها استفاده کنند.

## اگر اجازه بدهید درباره طرح حیاط پویا هم صحبتی داشته باشیم؛ این

هر چقدر در استان‌هایی چون استان ما پیش‌بینی سالن ورزشی بیشتر باشد، دانش‌آموزان نشاط بیشتری خواهند داشت؛ مثلاً آفتاب تند باعث می‌شود دانش‌آموز نتواند بازی با کیفیت بالایی داشته باشد و از بازی لذت هم نمی‌برد

رشته تربیت‌بدنی می‌خوانند. ۸۴ کارشناس ارشد که البته همه‌شان تربیت‌بدنی نمی‌خوانند. ۲۷۶ نفر کارشناس، ۳۹ نفر کاردان (فوق‌دیپلم) هم به آموزش تربیت‌بدنی در مدارس اشتغال دارند. این را هم اضافه کنم که در استان، بیشتر نیروهای ما درس می‌خوانند و در پی ارتقای مدرک هستند و چند سال دیگر قریب به اتفاق معلمان کارشناس ارشد خواهند بود.

### ع برنامه کلاس‌های ضمن خدمت برای معلمان تربیت‌بدنی به چه شکل است؟

ع معاونت طرح و برنامه تربیت‌بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش برنامه‌هایی را تعریف می‌کند و سپس استان‌ها برای اجرای آن‌ها برنامه‌ریزی می‌کنند. هر استان براساس نیاز معلمان خود و شرایط خاصش، رشته‌هایی را انتخاب و در سطح شهرستان یا منطقه برگزار می‌کند.

مثلاً مدیریت دانش سازمانی برای همکاران اداری در گروه تربیت‌بدنی اجرا شده است. حقوق ورزشی، روان‌شناسی ورزشی، استعدادیابی ورزشی، حرکات اصلاحی، مدیریت برگزاری مسابقات و رویدادهای ورزشی، طراحی و نگهداری اماکن و تجهیزات ورزشی هم جزء رشته‌هایی هستند که به‌صورت ضمن خدمت تعلیم داده می‌شوند.

### ع خانم رادنیسا، همان‌طور که می‌دانید اخیراً کتاب‌هایی برای معلمان تربیت‌بدنی تا دوره اول متوسطه نوشته شده است. آیا معلمان تربیت‌بدنی در استان شما از این کتاب‌ها استفاده کرده‌اند؟ کتاب‌ها برایشان مفید بوده است؟

ع از این کتاب‌ها تا پایه نهم استفاده می‌شود و اگر معلمان از آن‌ها استفاده کنند، می‌توانند راحت‌تر تدریس کنند. این کتاب‌ها در اختیار مدارس قرار گرفته است و معلمان از آن‌ها اظهار رضایت می‌کنند و می‌گویند که مفید بوده‌اند؛ یعنی نظارت‌هایی که ما انجام داده‌ایم و گزارش‌هایی که از مدرسه‌ها رسیده حاکی از این است که کتاب‌ها ثمربخش بوده‌اند.

### ع یکی دیگر از برنامه‌های تأثیرگذار المپیادهای ورزشی هستند که ظاهراً مورد استقبال دانش‌آموزان قرار گرفته است. در مورد چگونگی برگزاری این المپیادها برای خوانندگان ما

مرداد ماه سایر ادارات کل با آموزش و پرورش در زمینه استفاده از استخرهایشان برای اجرای طرح سبح همکاري داشته باشند. چون این طرح اختیاری و به نوعی مشارکتی است، اولیا نیز برای اجرای آن می‌کوشند و از آن حمایت می‌کنند.

### ع آموزش و پرورش برای ایجاد نشاط ورزشی در سطح مدارس و آموزشگاه‌های استان چه برنامه‌هایی داشته است؟

ع اجرای طرح‌های ملی مثل المپیاد درون‌مدرسه‌ای برای دانش‌آموزان نشاط‌آفرین است. همچنین، برگزاری افتتاحیه‌ها در مدارس و ایجاد فرصت برای رشته‌های مختلف آموزشگاهی و انجام بازی‌های محلی در داخل مدرسه‌ها شادی‌آور است و زمینه‌ای برای تحرک و رقابت سالم در مدرسه به وجود می‌آورد. اجرای ورزش صبحگاهی و حیاط پویا هم مفید است.

### ع آیا آموزش و پرورش کمک‌های نقدی یا وسایل ورزشی در اختیار مدارس قرار می‌دهد؟

ع برای اجرای طرح‌های ملی، اعتباراتی از طرف وزارتخانه اختصاص پیدا می‌کند. ما هر ساله تجهیزات ورزشی تهیه می‌کنیم و وزارتخانه هم به ما بسته‌های حمایتی می‌دهد. این بسته‌ها شامل لوازم ورزشی، تشک ژیمناستیک، انواع توپ‌ها، راکت‌ها، پایه والیبال و پایه بسکتبال و دروازه فوتبال است.

### ع اجازه بدهید کمی هم درباره نیروی انسانی صحبت کنیم؛ بفرمایید تعداد معلم‌های تربیت‌بدنی به تفکیک خانم و آقا در سطح استان چگونه است و آیا در زمینه نیروی انسانی با کمبود روبه‌رو نیستید؟

ع در پاسخ باید بگویم که بله، ما کمبود نیروی انسانی داریم. ضمن اینکه قرار است در پایه‌های یازدهم و دوازدهم سه ساعت در هفته به درس تربیت‌بدنی اضافه شود و این موضوع، کمبود را بیشتر می‌کند. در حال حاضر ما ۴۰۴ دبیر تربیت‌بدنی داریم که شامل ۲۰۰ مرد و ۲۰۴ زن می‌شود.

### ع میزان تحصیلات این معلمان چقدر است؟

ع در دوره دکتری ۱۰ دانشجوی داریم که همگی

یکی از هدف‌های المپیاد درون مدرسه‌ای افزایش مشارکت اقشار مختلف است و در مناطقی از استان، حتی فرمانداران و بخشداران هم وارد این حمایت‌ها شده‌اند

### بیشتر توضیح بدهید.

این المپیادها در دانش‌آموزان ایجاد انگیزه و تحرک می‌کنند و مورد استقبال آن‌ها قرار گرفته‌اند. آموزش و پرورش کشوری این اختیار را به ما داده است که از بازی‌های بومی و محلی هم در المپیاد ورزشی استفاده کنیم؛ یعنی ما هم از بازی‌هایی مثل والیبال و بسکتبال بهره می‌بریم و هم از بازی‌های بومی محلی مثل طناب‌کشی، توپ و دایره، هفت‌سنگ و امثال این‌ها استفاده می‌کنیم. بچه‌ها از بازی‌های بومی و محلی خیلی استقبال می‌کنند. البته رشته‌های عمومی و همگانی هم مورد توجه‌اند.

### نحوه ارتباط خانواده‌ها با ورزش مدارس به چه صورت است؛ یعنی در این زمینه خانواده‌ها مشارکت یا حمایتی دارند و در مجموع، نظرشان چیست؟

برای پاسخ دادن به سؤال شما لازم است نخست توضیحی بدهم. ما در اینجا ستاد برگزاری المپیاد را در مدارس داریم که مدیران مدرسه‌ها رئیس این ستادها هستند و معاون ورزشی و معاون آموزشی و دبیر تربیت‌بدنی هم در این ستادها حضور دارند. نماینده اولیا و مربیان به همراه نماینده دانش‌آموزان هر مدرسه هم عضو ستادند و از این طریق، ورزش مدارس با خانواده‌های دانش‌آموزان ارتباط برقرار می‌کند. حتی اولیا می‌توانند بیننده مسابقات باشند و در صورت داشتن تخصص، به‌عنوان داور و مربی هم از ایشان استفاده می‌شود.

در استان ما زمینه‌هایی فراهم شده است که اولیا می‌توانند مدارس را از طریق همین ستادها حمایت کنند. اتفاقاً یکی از هدف‌های المپیاد درون‌مدرسه‌ای افزایش مشارکت اقشار مختلف است و در مناطقی از استان، حتی فرمانداران و بخشداران هم وارد این حمایت‌ها شده‌اند. از دل همین المپیادها تیم مدرسه مشخص می‌شود و در مسابقات طرح مدرسه قهرمان شرکت می‌کند و البته، در تمام این مراحل اولیا حضور و نظارت دارند و همراهی می‌کنند.

### لطفاً درباره طرح مدرسه قهرمان بیشتر توضیح دهید.

تیمی که از طریق المپیاد مدرسه‌ای مشخص می‌شود، به مسابقات رده بالاتر راه پیدا می‌کند. بعد، تیم هر مدرسه‌ای که در شهرستان مقام اول را بیاورد، نماینده شهرستان برای شرکت در

مسابقات استانی می‌شود. این تیم می‌تواند از سایر مدارس هم یار کمکی بگیرد و در مسابقات استانی با نام مدرسه خود شرکت کند. مدرسه‌ای که در مسابقات استانی مقام بیاورد، وارد مسابقات کشوری می‌شود و بعد هم می‌تواند در مسابقات بین‌المللی شرکت کند. این‌ها مراحل اجرای طرح مدرسه قهرمان است و حضور پررنگ همه دانش‌آموزان و بسیاری از اولیا در اجرای این طرح دلگرم‌کننده است.

### درباره مشارکت اولیا در ورزش مدارس صحبت‌های جالبی داشتید. در اینجا سؤالی مطرح می‌شود؛ آیا امکانات اقتصادی مردم در این استان به‌گونه‌ای هست که انتظار مشارکت و حمایت آنان از ورزش مدارس را داشته باشیم؟

سؤال بجایی است و به نظر من حتماً باید مطرح می‌شد. استان ما به لحاظی با استان‌های دیگر متفاوت است و می‌توان گفت بیشتر دولتی است؛ یعنی بیشتر متکی به کمک سازمان‌های دولتی است. مثلاً بعضی استان‌ها نفت یا پتروشیمی یا کارخانه‌های مختلف دارند. اما در اینجا این موارد موجود نیست. طبیعتاً درآمد مردم کمتر است و اگر استان‌های دیگر در ورزش می‌توانند حامی (اسپانسر) داشته باشند، ما از بین مردم اینجا به دلایلی که عرض کردم، نمی‌توانیم پشتیبانی داشته باشیم. اولیا در اینجا می‌توانند ورزش خرد مدارس را حمایت کنند اما طرح‌های کلان ورزشی ما حامی ندارند. مردم این استان قانع و کم توقع‌اند. و با حداقل امکانات موجود، کار انجام

اولیا در اینجا می‌توانند ورزش خرد مدارس را حمایت کنند اما طرح‌های کلان ورزشی ما حامی ندارند، مردم این استان قانع و کم توقع‌اند و با حداقل امکانات موجود، کار انجام می‌شود و مردم هم راضی‌اند



پنجمین جشنواره نوجوان سالم نیز که در اصفهان برگزار شد، این طرح باز رتبه آورد.

## ۶ برای آشنایی خوانندگان ما، لطفاً دربارهٔ مراحل اجرایی طرح سفیران سلامت بیشتر توضیح دهید.

۶ ما برای اجرای این طرح در سطح استان چند کارگاه داشتیم. در یک کارگاه، نیروی انتظامی از طریق نمایش فیلم بچه‌ها را با مشکلات اعتیاد آشنا کرد.

در کارگاه دیگر بچه‌ها به بازی‌های بومی محلی پرداختند؛ به این منظور که همیشه به یاد داشته باشند نشاط و زندگی سالم چگونه به دست می‌آید. ما در آن زمانی که آن‌ها بازی می‌کردند، شرایطی فراهم کردیم که از بازی واقعاً لذت ببرند. کارگاه دیگرمان، کارگاه نقاشی بود و در آن موضوع‌های خاصی را به بچه‌های دبستانی دادیم تا ترسیم و نقاشی کنند. موضوعات با محوریت آسیب‌های اجتماعی انتخاب شده بود و در پایان، از نفرات برگزیده تقدیر به عمل آمد.

در کارگاه «خود مراقبتی» بعضی از مهارت‌های زندگی، از جمله مهارت «نه گفتن» به دانش‌آموزان آموزش داده شد. کارگاه امداد و نجات هم داشتیم. لازم است بگویم که این طرح فقط در استان خراسان جنوبی طراحی و اجرا شده است.

## ۶ به‌عنوان صحبت پایانی، اگر مطلبی هست بفرمایید.

۶ زمانی که من در تربیت‌معلم تهران درس می‌خواندم، جمله‌ای را نوشته و به دیوار زده بودند که آن را خیلی دوست داشتم و همیشه در ذهنم هست؛ به این مضمون که اگر به معلمی به‌عنوان شغل نگاه می‌کنی، رهاش کن و اگر معلمی عشق توست، بر تو مبارک باد!

این جمله روی من خیلی تأثیر گذاشت؛ چون همهٔ اصل و اساس معلمی را بیان می‌کرد. معلم باید همراه دانش‌آموز باشد و زمینهٔ کشف استعدادها را فراهم کند و برای پرورش این استعدادها، برنامه‌ریزی داشته باشد.

معلم تربیت‌بدنی باید بتواند در کانون‌های درون مدرسه‌ای و برون مدرسه‌ای استعدادها را هدایت کند تا دانش‌آموز متوجه شود که ورزش، بهترین راه پر کردن اوقات فراغت و دستیابی به نشاط است و با کمک ورزش در مسیر سالم زندگی بماند و از آسیب‌های اجتماعی دور شود.

## ۶ از اینکه وقت‌تان را در اختیار ما گذاشتید، سپاسگزارم.

می‌شود و مردم هم راضی‌اند اما توجه کنید که امکانات اقتصادی مردم ضعیف است و نمی‌توان انتظار حمایت‌های ویژه و بزرگ از آن‌ها داشت. شاید در استان‌های دیگر ورزشکاران برای رفتن به یک استان دیگر از هواپیما استفاده کنند اما ورزشکاران ما با «ون» هم برای مسابقه به دورترین نقاط کشور رفته‌اند.

## ۶ در مسابقات کشوری وضع بچه‌های استان شما چطور بوده است و چه نتایجی به دست آورده‌اند؟

۶ ورزش خاص استان ما ورزش زورخانه‌ای و کشتی پهلوانی است. در این رشته هفت سال مسابقات کشوری برگزار نشد؛ سال پیش که برگزار شد، دانش‌آموزان ما مقام کشوری کسب کردند. امسال هم میزبانی مسابقات این رشته به استان خراسان جنوبی داده شده است.

تیراندازی نیز در استان رشتهٔ محبوبی است. مسابقات دانش‌آموزی تیراندازی هم سال‌هاست که برگزار نشده اما در آن سال‌هایی که برگزار شده است، دانش‌آموزان ما صاحب تیم بوده و مقام کشوری کسب کرده‌اند.

در مسابقات کشوری در رشته‌های دو و میدانی و تنیس روی میز هم استان ما مقام آورده است.

## ۶ شما در همایش سفیران سلامت خراسان جنوبی گفته‌اید: سفیران سلامت، نماد مشارکت دانش‌آموزان در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی هستند. لطفاً در این مورد بیشتر توضیح دهید.

۶ طرح سفیران سلامت در شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر تصویب شد و یک طرح استانی است. برای اجرای این طرح، در دورهٔ ابتدایی ۳۰۰ دانش‌آموز دختر و ۳۰۰ دانش‌آموز پسر با اولویت برجستگی تحصیلی و ورزشی انتخاب شده‌اند تا آموزش ببینند و به‌عنوان سفیر سلامت در مبارزه با بعضی آسیب‌های اجتماعی در مدرسه‌ها کار کنند.

این‌ها مثل همیار پلیس هستند که خانواده و فامیل خودشان را هم ارشاد می‌کنند. در سال جاری مقرر شد که برای دورهٔ متوسطهٔ اول و دوم هم این سفیران سلامت را داشته باشیم.

البته بیشترین رویکرد مورد نظر آسیب‌های اجتماعی مشکل اعتیاد است. سن اعتیاد در کل کشور پایین آمده و به ده سال رسیده است. این طرح را استان خراسان جنوبی داد و در سطح کشوری، خود طرح رتبهٔ سوم را کسب کرد. در

معلم تربیت‌بدنی باید بتواند در کانون‌های درون مدرسه‌ای و برون مدرسه‌ای استعدادها را هدایت کند تا دانش‌آموز متوجه شود که ورزش، بهترین راه پر کردن اوقات فراغت و دستیابی به نشاط است و با کمک ورزش در مسیر سالم زندگی بماند و از آسیب‌های اجتماعی دور شود