

تربیت بدنی در مدارس

www.ketab.ir

نویسنده :

اسماء احمدی

سرشناسه	: احمدی، اسماء، ۱۳۷۸-
عنوان و نام پدیدآور	: تربیت بدنی در مدارس/ نویسنده اسماء احمدی.
مشخصات نشر	: گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۲ ص.: مصور(رنگی)، جدول(رنگی)، نمودار(رنگی).
شابک	: 978-622-02-3021-2
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۹۹ - ۱۱۲.
موضوع	: ورزش مدارس School sports تربیت بدنی Physical education and training ورزش مدارس -- ایران School sports -- Iran تربیت بدنی -- ایران Physical education and training -- Iran تربیت بدنی -- برنامه ریزی Physical education and training -- Planning تربیت بدنی -- ایران -- برنامه ریزی Physical education and training -- Planning -- Iran
رده بندی کنگره	: ۳۶۲GV
رده بندی دیویی	: ۸۶۰.۴۳۲۲۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۳۲۷۵۱
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا

تربیت بدنی در مدارس

www.ketab.ir

نویسنده: اسماء احمدی

صفحه آرا: لیلا وطن خواه

طراح جلد: شکیبا حاجی عسکرلی

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

مشخصات ظاهری: ۱۱۲ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۲۰۰

شماره شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۲-۳۰۲۱-۲

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

چاپ و نشر: نوروزی-۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



پیش گفتار

حرکت امری غریزی است و برای رشد کودک نقش محوری دارد. این نقش در زمینه های مختلف رشد همچون رشد شناختی، رشد عاطفی و رشد حرکتی او، حیاتی است. اگر برنامه ای خوب طراحی شود و به شکلی صحیح در ساعات درس تربیت بدنی تدریس گردد، مسلماً سهم خوبی در رشد همه جانبه ی کودکان خواهد داشت. یک برنامه ی مناسب تربیت بدنی ریشه در نیازها، علائق و سطح رشد کودکان دارد. حرکت برای کودکان امکان تعامل با محیط و پاسخ گویی به محرک های اطراف خود را فراهم می آورد. کودک به کمک حرکت، تصورات خود را از خود و دنیای پیرامون، توسعه می بخشد. بزرگسالان مفاهیم و مقاصد خود را به راحتی از طریق کلمات بیان می کنند، درحالی که کودکان از طریق حرکت بهتر می توانند منظور و مفهوم خود را عرضه کنند. شهید بزرگوار رجایی در این باره می گوید: ((آن قدری که شما معلمان ورزش می توانید در میدان ورزش، بچه ها را تربیت کنید، در کلاس واقعاً نمی شود آن ها را تربیت کرد؛ برای این که در کلاس من بارها گفته ام بچه ها خودشان را جمع و جور می کنند و آدم نمی فهمد که ذات آن ها چیست.))

پذیرش این مسئله که حرکت در رشد همه جانبه ی انسان ها به عنوان افرادی با عملکرد کامل و جامع سهم مهمی دارد، ما را در بررسی کیفیت برنامه ی تربیت بدنی به عنوان وسیله ی سودمند تربیتی یاری می کند. این وسیله از دو طریق می تواند در رسیدن به اهداف وسیع تربیتی کمک عمده ای کند:

۱- از طریق یاری رسانی به کودکان جهت آموزش چگونگی به کار گیری مفید تر و موثر تر اندامشان.

۲- از طریق یاری رسانی به آنان برای شناخت دنیای خود و آنچه در آن وجود دارد با کمک حرکت.

برنامه ی تربیت بدنی در مدارس ابتدایی باید به عنوان قسمت حیاتی از برنامه ی کامل درسی مدرسه مورد نظر قرار گیرد. نباید تصور کرد که تربیت بدنی درسی حاشیه ای یا ضمیمه ای است که به راحتی می توان آن را از برنامه ی مدرسه حذف کرد. باید دانست که تربیت بدنی در مدارس ابتدایی مفهوم بازی به شکل آزاد یا حکم ساعت تنفس بین دو کلاس را ندارد.

کلاس درس تربیت بدنی حکم آزمایشگاهی را دارد که طی آن کودک با وظیفه ی مهم فراگیری حرکت و یاد گیری از طریق حرکت درگیر می شود .

معنای واژه ی تعلیم و تربیت هدایت به جلو است. تربیت بدنی آن جنبه از فرایند تعلیم و تربیت است که در آن هم تربیت بدن و هم تربیت از طریق بدن مطرح است.

www.ketab.ir

فهرست

فصل اول	۹
مقدمه	۱۰
ورزش	۱۴
اهداف تربیت بدنی و ورزش	۱۷
سلسله مراتب ورزش	۱۸
مشکلات ناشی از عدم فعالیت جسمانی	۲۰
توسعه و گسترش ورزش	۲۱
رویکردهای توسعه ورزش	۲۴
چالش مشارکت دولت ها در توسعه ورزش	۲۶
نیاز برای برنامه ریزی توسعه و پیشرفت در ورزش خاص	۲۸
فصل دوم	۳۷
مفهوم واقعی تربیت بدنی در مدارس	۳۸
اهداف تربیت حرکتی و ورزشی	۳۹
اهمیت تدوین اهداف در برنامه ریزی حرکتی و ورزشی	۳۹
اهداف تربیت بدنی در مدارس	۴۰
تاریخ تربیت بدنی در ایران و تمدن های دیگر	۴۳
تاریخ تربیت بدنی در دوره یونان	۴۳
تاریخ تربیت بدنی در دوره روم	۴۴
تاریخ تربیت بدنی در چین	۴۵
تاریخ تربیت بدنی در هند	۴۵
تاریخ تربیت بدنی در ایران از باستان تاکنون	۴۵
رشد در سنین مختلف و رابطه ی آن با ورزش	۴۹
فایده شناخت اصول و مراحل رشد	۴۹

۵۵	تعاریف واژه ها و اصطلاحات :
۵۵	عوامل آموزشی درس تربیت بدنی
۵۶	نیروی انسانی
۵۷	امکانات ورزشی (وسایل و تجهیزات و فضاهای ورزشی)
۵۸	کیفیت آموزشی معلمان تربیت بدنی
۵۹	وضعیت مالی و بودجه مدارس
۶۰	نظارت و کنترل
۶۱	اجرای طرح های ملی ورزشی
۶۴	فعالیت های بدنی و ورزشی دانش آموزان چه ویژگی هایی باید داشته باشد ؟
۶۶	آیا ارزشیابی درس تربیت بدنی به ارائه باز خورد مطلوب می انجامد؟
۶۹	اثرات فیزیولوژیکی ورزش و تمرینات بدنی :
۷۵	فصل سوم
۷۶	ورزش در مدارس
۸۰	ورزش مدارس در سایر کشور ها
۸۴	مشکلات درس تربیت بدنی در مدارس
۸۸	ورزش های مناسب برای دوران مختلف زندگی :
۹۰	رعایت برخی نکات بهداشتی به هنگام ورزش کردن :
۹۲	عوامل بازدارنده
۹۹	منابع
۹۹	فهرست منابع فارسی
۱۰۶	فهرست منابع انگلیسی