

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

عنوان اقدام پژوهی :

چگونه توانستم دانش آموزانم را به درس ورزش و انجام فعالیت های ورزشی ترغیب نمایم؟

www.asebankafinet.ir

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

فهرست مطالب

چکیده :	۴
مقدمه.....	۵
بیان مسئله :	۶
توصیف وضعیت موجود :	۸
گردآوری اطلاعات (شواهد یک).....	۱۰
جمع آوری اطلاعات برای ارائه ی راه حل ها.....	۱۱
۱- مصاحبه:.....	۱۱
۲- برگزاری جلسه همکاران.....	۱۱
۳- پرسش نامه.....	۱۲
۴- مطالعه.....	۱۲
۵- مشاهده.....	۱۲
تجزیه و تحلیل اطلاعات :	۱۲
برخی از داده های حاصل از ابزار و فنون دیگر:	۱۳
راه حل های پیشنهادی.....	۱۳
▪ تابلوی اعلانات ورزشی:.....	۱۳
▪ برگزاری مسابقات ورزشی:.....	۱۳
▪ ایجاد انگیزه برای مطالعات ورزشی:.....	۱۴
▪ ایجاد یک سایت ورزشی برای آموزشگاه:.....	۱۴
▪ اهدای جوایز ورزشی:.....	۱۴

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید. www.asebankafinet.ir

- ۱۵..... کاهش ارزش بازپهای رایانه ای:
- ۱۵..... برگزاری نمایشگاه های ثابت یا دوره ای:
- ۱۶..... اجرای ورزش صبحگاهی:
- ۱۶..... راهکارهای عملی فراهم نمودن بستر آموزشی بهتر و موثرتر درس تربیت بدنی در مدارس
- ۱۶..... بستر سازی مناسب:
- ۱۶..... تمرین دادن دانش آموزان در زمان بندی خاص:
- ۱۶..... گزینش ژنتیکی:
- ۱۷..... استفاده از دانش آموزان متخصص:
- ۱۷..... ایجاد کمیته های حمایت:
- ۱۷..... تعیین الگوی پیشرفت:
- ۱۸..... انتخاب راه حل های جدید به صورت موقتی و اجرای آنها:
- ۱۸..... گرد آوری شواهد ۲.....
- ۱۸..... شواهد کیفی موجود در شواهد (۲).....
- ۱۹..... شاخص های کمی در شواهد (۲).....
- ۲۰..... ارزشیابی و تاثیر اقدام جدید.....
- ۲۱..... عادلانه بودن ارزیابی (اعتبار بخشی).....
- ۲۱..... باز ساخت یا بهسازی عمل.....
- ۲۲..... نتیجه گیری و پیشنهادها:.....
- ۲۳..... «منابع و مأخذ».....

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید. www.asebankafinet.ir

چکیده :

در جوامع امروز آموزش بی تردید نقش اصلی را در توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی ایفا می کند و عیار توسعه در هر کشوری را با میزان سرمایه گذاری برای کودکان و نوجوانان آن کشور می سنجد. دلیلش هم روشن است. سرمایه اصلی کشور نیروی انسانی است. در حال حاضر ۱۵ میلیون دانش آموز حساس ترین سال های زندگی خود را در مدرسه می گذرانند، لذا توجه به این قشر جامعه، نشانه ای است برای اثبات توجه به آینده. امروز وظیفه آموزش و پرورش تنها انتقال میراث فرهنگی گذشته به نسل حاضر نیست. اگرچه این هدف اهمیتی در خور توجه دارد. اما این دانش زمانی ارزشمند خواهد بود که دانش آموز علاوه بر سلامت ذهنی به لحاظ روحی و جسمی هم در سلامت باشد و در سایه این سلامت آمادگی ورود به جامعه بزرگتر را داشته باشد. در این رهگذر ورزش وسیله ای بسیار مناسب برای ایجاد چنین فضایی است. از سال ۱۳۰۶ به صورت رسمی و اجباری بنا شد که تمام دانش آموزان روزانه یک ساعت درس تربیت بدنی را بگذرانند. از آن تاریخ تاکنون ۸۲ سال می گذرد. در طول این سال ها ورزش مدارس دستخوش کمترین تغییر و تحول بوده است و زنگ ورزش به نوعی فراغت برای دانش آموزان به حساب می آید. حتی برخی مدیران و معلمان هم با استفاده از این زمان به تدریس دروس خود می پردازند، این در حالی است که حساسیت سنی دوران دانش آموزی بر هیچ کس پوشیده نیست.

در هرم مولر آمده است که ورزش دانش آموزی باید در قاعده قرار گیرد و بعد از آن ورزش همگانی قهرمانی و حرفه ای. در این شرایط است که هرم پایدار می ماند. وقتی قاعده باریک باشد راهی وجود ندارد. طبق برنامه درسی ایران دانش آموزان باید ۱۲ سال درس تربیت بدنی بخوانند اما اگر از یک دیپلمه خواسته شود ۱۵ دقیقه نرمش صحیح انجام ندهد نمی تواند و نمی داند. شاید دلیل این باشد که نیروهای متخصص این درس را تدریس نمی کنند و چون خودشان این کار را بلد نیستند به دانش آموزان هم چیزی نمی آموزند. بنده در اقدام پژوهی فوق تصمیم بر این گرفته ام که راهکار های علاقه مند کردن دانش آموزان را به درس تربیت بدنی مورد بررسی و تحلیل قرار دهم.

مقدمه

ورزش مدارس پس از سال‌ها رکود داشته و نتوانسته است به ماهیت اصلی خود برسد و آنچه در زنگ ورزش دیده می‌شود چیزی نیست که به هدف اصلی نزدیک باشد و حتی می‌توان گفت گاهی زنگ ورزش در مدارس قربانی دشواری دروس ریاضی، علوم و... می‌شود. در حالی که برای رشد ورزش قهرمانی در کشور توجه به ورزش دانش‌آموزی نوعی الزام و اجبار است و زمان شروع ورزش برای بسیاری از رشته‌ها مقطع ابتدایی است اما دانش‌آموزان ابتدایی تا پایه سوم حتی معلم ورزش هم ندارند و نبود امکانات و فضای ورزشی مدارس هم به مشکلات دامن می‌زند.

براساس نتایج تحقیقی در ۱۲۰ شهر کشور درصد زیادی از دانش‌آموزان با مشکل قامتی و اندامی مواجهند. نتایج این پژوهش روی ۱۷۴ هزار و ۱۹۱ دانش‌آموز دختر دوره راهنمایی نشان داد که ۶۹ درصد آنها ناهنجاری قامتی دارند. در دوره متوسط این ناهنجاری ۴/۷۲ درصد افزایش می‌یابد. بین پسران از ۱۷۳ هزار و ۴۹۱ دانش‌آموز پسر دوره راهنمایی، ۶/۵۷ درصد و در متوسطه ۵/۵۸ درصد اختلالات فیزیکی و اسکلتی دارند. میانگین این اختلالات در کل دانش‌آموزان کشور حدود ۶۴ درصد برآورد شده است. این اعداد و ارقام می‌تواند یک یادآوری جدی برای اهمیت دادن به ورزش مدارس باشد. به طور حتم یک دانش‌آموز به موازات تمرین‌های خود می‌تواند مفاهیم درسی را به خوبی یاد گرفته و آنها را در مدت زمان کوتاه‌تری به خاطر بسپارد.

با توجه به تمام ضعف‌های موجود در حوزه ورزش مدارس، اینگونه به ذهن متبادر می‌شود که این وزارتخانه نسبت به ورزش دانش‌آموزی بی‌اعتنا است، در حالی که معاونان پرورشی و مدیران تربیت بدنی در این مبحث در تلاش هستند که مشکل ورزش مدارس را به یک شکلی حل کنند اما کمبود تسهیلات مالی و اعتباری و تجهیزات، برنامه‌های این مدیران را بی‌اثر گذاشته است. به نظر می‌رسد متصدیان تربیت بدنی کشور بتوانند در این امر دست آموزش و پرورش را بگیرند و به اشاعه ورزش در مدارس یاری رسانند چرا که در بسیاری از

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید. www.asebankafinet.ir

کشورهای پیشرفته، شناسایی استعدادها در رشته‌های مختلف و ارتقای سطح ورزش حرفه‌ای در کشور از دوران مدرسه به ویژه مقاطع ابتدایی انجام می‌شود. مطمئناً دود بی‌توجهی به ورزش در مدارس، نه فقط به چشم دانش‌آموزان که در برخی مواقع به چشم ورزش قهرمانی خواهد رفت.

بیان مسئله :

گرچه ورزش مدارس در مقایسه با دیگر برنامه‌های آموزش و پرورش در کارنامه سه دهه انقلاب از حرکت آهسته‌ای برخوردار بوده و در مسیر ۳۰ ساله خود جاهایی را ایستاده و با کمترین نوآوری در این مسیر دانش‌آموزان را فارغ‌التحصیل و وارد جامعه کرده اما مدیران و مسوولان ارشد ورزش دانش‌آموزی آنقدر هم بی‌تفاوت نبوده و در طول این سال‌ها طرح‌هایی را ارائه دادند و به تصویب رساندند که شاید خیلی محسوس نبودند، حال اینکه چه مقدار از آنها به مرحله اجرا درآمده یا در نیمه راه رها شدند، بحثی جداست اما این مطلب نشان دهنده این موضوع است که مسوولان امور آموزش و پرورش اهمیت ورزش مدارس و حساس بودن این حوزه را به خوبی درک کرده‌اند، طرح‌هایی چون بهسا، طرح آشنا یا تشکیل معاونت‌های تربیت بدنی و تندرستی و ایجاد پست قائم مقامی که به تازگی در سیستم آموزش و پرورش تعریف شده، نگاه‌های مثبتی است که در ورزش دانش‌آموزی وجود داشته. به طور حتم با تخصیص اعتبارات کافی و تجهیز مدارس و توسعه آنها، از دل ۱۴ میلیون دانش‌آموز، استعدادهایی شکوفا و به تیم‌های ملی معرفی خواهند شد که علاوه بر ایجاد سلامت جسمی و روحی در بین این رده‌های سنی حساس، فرصت مناسبی برای پشتوانه‌سازی در ورزش حرفه‌ای می‌شود. اگر به دانش‌آموزان ایرانی بگویید زنگ ورزش خود را توصیف کنید، اکثر آنها می‌گویند: «یعنی زنگ تفریح، زنگ راحتی و شیطونی»، همیشه دور زنگ ورزش را در برنامه‌های هفتگی خط قرمز می‌کشند و آن روز را بهترین و راحت‌ترین برنامه درسی می‌دانند. سال‌هاست دانش‌آموزان ساعت ورزش که می‌شود منتظر می‌مانند تا معلم ورزش از فایل طوسی رنگ چند توپ بسکتبال و والیبال کم باد دریاورد، به آنها بدهد تا بروند دنبال بازی و تفریح. آخر سال هم که می‌شود چند تا تشک می‌اندازند وسط حیاط آسفالت مدرسه و معلم می‌گوید: «هر که دراز نشست بیشتری بزند نمره

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید. www.asebankafinet.ir

بهتری می گیرد.» و این خاطره‌ای است از ورزش مدارس کشورمان. شاید هر از گاهی طرح‌های جالب ارائه شود اما کلیت ورزش مدارس اینگونه است. درحالی که در سطح دنیا آموزش و پرورش و باشگاه‌ها متولی ورزش پایه هستند، آنها استعدادها را کشف و پرورش داده و فدراسیون‌ها قهرمان‌پروری می‌کنند و این امری است که در ایران بالعکس انجام می‌شود. یعنی کشف ورزشکاران با استعداد، پرورش و تبدیل آنها به قهرمان در حیطه کار فدراسیون‌های ورزشی است. این موضوع برای فدراسیون‌ها با اعتبارهای کم، سنگین می‌شود و به همین دلیل است که پشتوانه‌سازی در تیم‌های ملی پایین بوده و در برخی رشته‌ها تا سال‌های طولانی به تک ستاره‌ها تکیه می‌شود. در صورتی که مدارس با در اختیار داشتن ۵۰ درصد وقت دانش‌آموزان و تعداد نیروهای میلیونی در سنین پایه فرصت مناسبی را برای شناسایی قهرمانان دارند. در اکثر کشورهای دنیا دانش‌آموزان به عنوان مهره‌های ورزشی و قهرمانان آینده دیده می‌شوند تا جایی که در توصیف دورنمای آینده ورزش خود می‌گویند که قهرمانان المپیک و جهانی آنها دانش‌آموزان پشت میز نشسته مدارس هستند. به همین دلیل بیشترین اماکن ورزشی در اختیار مدارس قرار دارد و با تخصیص بودجه‌های نجومی و تنوع در رشته‌های مختلف ورزشی، قهرمانان آینده خود را آماده مدال‌آوری در المپیک و میدان‌های جهانی می‌کنند. در برخی از کشورها که رشته‌های ملی دارند، آن رشته‌های ورزشی به طور اجبار در مدارس تدریس می‌شود. برای مثال چینی‌ها و ژاپنی‌ها سال‌هاست که رشته‌ها و هنرهای رزمی را به دانش‌آموزان خود آموزش می‌دهند، هندی‌ها نیز در برنامه هفتگی ورزش مدارس ساعت‌هایی را به آموزش کریکت به دانش‌آموزان اختصاص داده‌اند. روس‌ها شطرنج را آموزش می‌دهند، درحالی که در کشورمان رشته‌هایی چون زورخانه، کشتی و چوگان از جمله رشته‌های ملی به حساب می‌آیند اما هیچ خبری از این رشته‌ها در مدارس ما نیست. البته تلاش‌های دولت در سال‌های اخیر قابل تقدیر است و اگرچه این زحمات مطلوب است اما ما از ایده‌آل‌ها می‌گوییم.

توصیف وضعیت موجود :

اینجانب دبیر ورزش آموزشگاه پس از چند جلسه که در این مدرسه مشغول شدم متوجه شدم که دانش‌آموزان این مدرسه به درس ورزش علاقه‌ای نشان نمی‌دهند و حرکات ورزشی را بسیار کند انجام می‌دهند. و بیشتر والدین از هر معلمی وضعیت درسی فرزند خود را جویا می‌شوند به جز معلم ورزش!

ورزش و زنگ ورزش در مدارس، زمینه‌هایی ابتدایی برای شناسایی استعدادهایی است که می‌توانند در آینده یکی از ملی پوشان و مدال آوران ورزش ایران در رشته و عرصه‌ای مختلف باشند. البته اگر معلم ورزش از شیوه‌های استعدادیابی آگاه باشد.

همه اینها در حالی است که ورزش و به خصوص معلم ورزش نقش مهم و تاثیرگذار در امر اهداف آموزشی و سلامت دانش‌آموزان دارند. به همین دلیل است که از سالیان دور معلم ورزش به خصوص در کشورهای پیشرفته اگر نقش و جایگاهی مهم تر و برجسته تر از سایر معلمان نداشته باشد، نقش کم اهمیت تر ندارد.

معلم ورزش ارتباط مستقیمی با توسعه سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان و آموزش شیوه‌های صحیح زندگی سالم دارد. ارزیابی سلامت جسمی اولیه و بهبود شاخص‌های سلامت دانش‌آموزان، بهبود مهارت‌های حرکتی و ورزشی آنها از وظایف معلم ورزش است.

به همین دلیل در کشورهای پیشرفته که آموزش پرورش پیشرفته‌ای هم دارند، برای معلم ورزش جایگاهی برابر با سایر معلمان در نظر گرفته می‌شود و نقش‌هایی مانند سازماندهی و اجرای دقیق فوق برنامه‌ها هم به معلم ورزش نسبت داده می‌شود. فوق برنامه‌هایی تفریحی آموزشی که از مسابقات و تمرینات داخل مدرسه تا خارج از مدرسه را در برمی‌گیرد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید. www.asebankafinet.ir

با همه اینها جایگاه اصلی معلم ورزش هنوز در کشورمان شناخته و ایجاد نشده است. البته اوضاع نسبت به گذشته بهتر شده اما هنوز تا رسیدن به نقطه عالی راه زیادی مانده است.

همه اینها نیازمند آن است که جایگاه معلمان ورزش در آنجایی که باید باشد، حفظ شود. چرا که اگر معلم دیگری که فاقد مهارت‌های ورزشی باشد و غیر متخصص، می تواند موجب بی توجهی دانش آموزان به ورزش و سلامتی در بزرگسالی شود.

ورزش و زنگ ورزش در مدارس، زمینه هایی ابتدایی برای شناسایی استعدادهایی است که می توانند در آینده یکی از ملی پوشان و مدال آوران ورزش ایران در رشته و عرصه ای مختلف باشند. البته اگر معلم ورزش از شیوه های استعدادیابی آگاه باشد. بنابراین معلمان ورزش باید به گونه ای تربیت شوند که بتوانند مهارت های لازم برای تاثیرگذاری به عنوان "معلم ورزش" را به دست آورند.

مجموعه این مباحث تاکید و تاملی بر شناخت و ایجاد جایگاه شایسته معلم ورزش در مدارس است. لازم است نگرش ها نسبت به معلم ورزش و زنگ او تغییر کند. باید جایگاه معلم در راستای جایگاه معلمان سایر دروس قرار گیرد. کاملا برابر و چه بسا در بسیاری موارد بالاتر از سایرین. برای رسیدن به این منظور مهمترین اقدام تلاش برای تغییر نگرش مسؤولان و خانواده ها نسبت به معلم ورزش و درس ورزش است. در گام بعدی ایجاد نظام آموزشی مناسب در تربیت معلم ورزش مجهز به مهارت های لازم در ایفای نقش های یاد شده است و در گام دیگر، ایجاد نظام شرایط احراز در جذب و به کارگیری بهترین گزینه های ممکن در این شغل حساس و بسیار مهم است.

البته در کنار این موارد باید به مشکلات مدارس و کمبود فضاهای ورزشی هم اشاره کرد که متأسفانه در اکثر مدارس ما فضاهایی برای ورزش کردن دانش آموزان وجود ندارد و همین امر دست معلمان برای انجام وظیفه به معنای واقعی را بسته است.

گردآوری اطلاعات (شواهد یک)

از روشهای مشاهده، مصاحبه برای جمع آوری اطلاعات در این پژوهش در شواهد یک و دو استفاده شده است.

شاخص های کیفی وضعیت موجود

امسال با کمک مدیر مدرسه آقای شریفی سعی کردیم با دادن نمره تشویقی و کارت امتیاز دانش آموزان را به شرکت در فعالیت های تربیت بدنی علاقه مند کنیم اما با گذشت ۳ ماه از سال تحصیلی همچنان تعداد کمی از دانش آموزان در فعالیت های ورزشی شرکت میکردند و علاقه ی چندانی به شرکت در فعالیت های ورزشی نداشتند و در بیشتر مواقع انتظامات مدرسه مجبور میشد با توسل به اجبار همچون نوشتن نام و کم کردن نمره انضباطشان و یا دادن اسامی به دفتر مدرسه، مجبور میکردند که آنها در فعالیت های ورزشی شرکت کنند و بعضی از بچه ها در حیاط یا زیر میز کلاس ها قایم میشدند تا خودشان را از چشم انتظامات مدرسه و یا معلمان و کادر مدرسه مخفی کنند و بدین ترتیب در فعالیت های ورزشی شرکت نکنند

شاخص های کمی وضعیت موجود

میزان علاقه مندان و شرکت کنندگان در فعالیت تربیت بدنی	مهر و آبان	آذر	دی
	٪۲۰	٪۳۰	٪۵۰

جدول میزان علاقه مندان و شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی در ۴ ماه اول سال تحصیلی (جدول شماره ۱)

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

با مشاهده وضعیت کیفی و کمی شواهد موجود و همچنین با توجه به تجربیاتی که کسب کرده بودم متوجه شدم که این اقداماتی که تا حالا خودم و سایر همکاران در مورد جذب دانش آموزان به فعالیت های ورزشی انجام داده ایم کافی نیست و باید دلایل این مشکل و عدم علاقه ی دانش آموزان به فعالیت های ورزشی را با کمک خود دانش آموزان و اولیا و همکاران محترم پیدا کنم و تا حد توان این مشکل را حل کنم .

جمع آوری اطلاعات برای ارائه ی راه حل ها

۱- مصاحبه:

ابتدا در مورد اهمیت فعالیت های ورزشی و همچنین در مورد اینکه چرا بعضی ها دوست ندارند در فعالیت های ورزشی شرکت کنند؟ به نظر شان چه کار هایی باید انجام شود تا همه در فعالیت های ورزشی شرکت کنند؟ میزان همکاری پدر و مادرشان با آن ها جهت شرکت در فعالیت های ورزشی چگونه می باشد؟ ؟ سوالاتی از این قبیل از دانش آموزان پرسیده شد و دانش آموزان پاسخ های گوناگونی ارائه دادند که این پاسخ ها را به طور خلاصه یاد داشت کردم. و با اساتید و مشاورین و همکاران محترم مصاحبه کرده و اطلاعاتی در این زمینه به دست آوردم.

۲- برگزاری جلسه همکاران

جلسه ای با همکاران هم پایه برگزار کردیم و در مورد عدم علاقه ی بعضی از دانش آموزان به فعالیت های ورزشی با همکاران بحث و گفتگو کردیم آنها نیز متوجه این موضوع شده بودند و عقیده داشتند که دبیر ورزش بدون همکاری معلمان هر کلاس به تنهایی نمی تواند در این امر مهم موفق شود و در پایان نتیجه گرفتیم که برای موفق شدن در این کار باید جلسه ای با اولیا ی دانش آموزان داشته باشیم و آگاهی های لازم را در مورد چگونگی همکاری آنها با دانش آموزان و اهمیت فعالیت های ورزشی به آنها بدهیم.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

۳- پرسش نامه

با توجه به پاسخ هایی که دانش آموزان در پاسخ به سوالات مصاحبه داده بودند لازم دانستم که پرسش نامه ای تهیه کنم و اطلاعاتی را در این زمینه از اولیا بدست آوردم.

۴- مطالعه

مطالعه ی کتابها، مجلات و تحقیقاتی که در این زمینه کار شده بود، که عنوان بعضی از آنها در منابع و مأخذ ذکر شده است نیز، راه حل هایی یافت شد.

۵- مشاهده

یکسری از اطلاعات را با مشاهده مکرری داشتم به دست آوردم و از این طریق صحت نظر های ایشان در رابطه با پاسخ سوالات تأیید گردید.

پس از بررسی اطلاعاتی که از طریق مصاحبه و پرسش نامه و مطالعه و مشاهده و نظریه های همکاران سایر مدارس و معاونان و مدیریت آموزشگاه و مشاوران امر به دست آمد اطلاعات حاصل از این فرایند مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و مواردی که باید در این زمینه تغییر و اصلاح یابد معین شد، خلاصه ی یافته های تجزیه و تحلیل به شرح زیر میباشد:

تجزیه و تحلیل اطلاعات :

ترس از شکست و تمسخر از جانب همکلاسی ها/برنامه ریزی های اشتباه در امر ورزش/عدم وجود امکانات ورزشی لازم برای دانش آموزان و کمبود فضاهای ورزشی مناسب/معلولیت ها و محدودیت های جسمی دانش آموزان.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید. www.asebankafinet.ir

برخی از داده‌های حاصل از ابزار و فنون دیگر:

ناتوانی در یادگیری مهارت های ورزشی و عدم اعتماد به نفس/سستی و تنبلی دانش آموز/نبود فرهنگ سازی در حیطه مسائل ورزشی و نهادینه نشدن امر ورزش در خانواده/رفتار نامناسب مربی تربیت بدنی و نداشتن رابطه‌ی گرم با دانش آموزان.

راه حل های پیشنهادی

▪ تابلوی اعلانات ورزشی:

یکی از روشهایی که موجب افزایش جاذبه درس تربیت بدنی در مدارس می شود نصب یک تابلوی اعلانات ورزشی است که می توان از طریق آن اطلاعات جدید ورزشی، اخبار و... را به دانش آموزان ارائه کرد.

▪ اعلام سایت های مختلف ورزشی: امروزه با گسترش اینترنت در سطح جهان و دست یابی راحت و آسان به آن می توان از این طریق دانش آموزان را به ورزش کردن ترغیب کرد به این صورت که سایتهای ورزشی را به دانش آموزان معرفی نمائیم.

▪ برگزاری مسابقات ورزشی:

مسابقات می تواند در سطوح مختلف اجرا شود، از سطح یک کلاس گرفته تا سطوح بالاتر: آموزشگاه، ناحیه، استان و کشور که هم اکنون در مقاطع مختلف اجرا می شود اما نکته ای که مورد توجه است این است که این مسابقات هنوز جایگاه واقعی خود را در بین دانش آموزان پیدا نکرده و این نشانه ضعف و نقص در برنامه ریزی می باشد. چرا که برگزاری اینگونه مسابقات فقط دانش آموزان برتر شرکت کننده را فرا می گیرد حال آنکه بد نیست اگر مسابقاتی جهت دانش آموزان دیگر ویا تماشاگران و مشوقین که به مسابقات می آیند برگزار گردد و برای دیگر دانش آموزان نیز ایجاد انگیزه نماید و در واقع یک فرهنگ سازی اصولی برای تماشاگران و دانش آموزان غیر فعال گردد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید . www.asemankafinet.ir

▪ ایجاد انگیزه برای مطالعات ورزشی:

در حال حاضر بسیاری از کتب ورزشی مفید وجود دارند که به امر تربیت بدنی از دیدگاه خاص و ویژه ای می نگرند و علاوه بر آنها می توان از مجلات و روزنامه ها و هفته نامه های معتبر و معروف ورزشی نام برد، کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش می توانند با در اختیار قرار دادن این منابع عظیم نقش مهمی در ترغیب دانش آموزان به ورزش ایفا کنند. از جمله عوامل ایجاد کننده انگیزه: خبر رسانی و اطلاعات عمومی ورزشی و تربیت بدنی و برگزاری مسابقات اطلاعات عمومی ورزشی می باشد.

▪ ارائه مشاوره جهت جدول برنامه ریزی شده: همان طور که امروزه مراکز مشاوره ای گوناگونی در ابعاد مختلف روانشناسی، جامعه شناسی و... وجود دارند ارائه مشاوره به دانش آموزان برای داشتن برنامه ای زمان بندی شده برای انجام فعالیت های ورزشی کمتر به چشم می آید.

▪ چاپ نشریات ورزشی توسط دانش آموزان: ایجاد یک محیط رقابتی برای دانش آموزان یک آموزشگاه یا ناحیه و یا استان در مورد چاپ نشریات ورزشی دانش آموزی می تواند در بسیاری از موارد موجب افزایش جاذبه درس تربیت بدنی گردد.

▪ ایجاد یک سایت ورزشی برای آموزشگاه:

با ایجاد یک سایت ورزشی و با کمک دانش آموزان مطالب مختلف ورزشی گردآوری می شود و بدین ترتیب موجب گسترش جاذبه درس تربیت بدنی می گردد.

▪ اهدای جوایز ورزشی:

در بسیاری از مدارس رسم بر این است که از دانش آموزان برتر رشته های مختلف درسی، هنری، فرهنگی و... تقدیر به عمل می آید و به آنها جوایزی اهدا می گردد. چرا در این میان اهدای جوایز ورزشی بسیار نادر است؟ تربیت بدنی می تواند با مرسوم کردن این شیوه نقش مهمی را در ترغیب و تشویق دانش آموزان به سمت و سوی ورزش ایفا کند.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

▪ کاهش ارزش بازیهای رایانه ای:

شاید این مورد را نتوان جزء وظایف تربیت بدنی دانست، اما باید توجه داشت مادامیکه این گونه بازیها در بین دانش آموزان رونق و اهمیت دارد، آنها کمتر به ورزش روی می آورند، اما با کم رنگ جلوه دادن نقش اینگونه بازیها و همزمان با ارائه گزینه ورزش به دانش آموزان می توان انگیزه قابل توجهی در جذب آنها به ورزش ایجاد کرد.

▪ برگزاری مسابقات فرهنگی ، هنری در محدوده ورزشی: به عنوان مثال می توان به مناسبت های مختلف مسابقاتی در سطح آموزشگاه و یا ناحیه و یا استان تحت عنوان عکاسی با موضوع ورزشی برگزار کرد و یا عناوین دیگر از قبیل: طنز- کاریکاتور- نقاشی و....

▪ برگزاری نمایشگاه های ثابت یا دوره ای:

این نمایشگاه ها شامل:

۱) عرضه محصولات ورزشی با کیفیت و قیمت مناسب

۲) آثار ابداعات، اختراعات، تألیفات، ترجمه ها و.... دانش آموزان و یا مربیان تربیت بدنی است.

▪ برگزاری مسابقات ورزشی همگانی: برگزاری چنین مسابقاتی موجب افزایش شور و نشاط و روحیه ورزشی در بین دانش آموزان می گردد. در حال حاضر این مسابقات در سطح بسیار محدودی اجرا می شود.

▪ معرفی مکانها، باشگاه ها و کلوپ های معتبر ورزشی: کارشناسان تربیت بدنی می توانند در یک تحقیق گسترده سالنها و مکانها و باشگاه های ورزشی معتبر و مفید همجوار و غیره را به منظور استفاده دانش آموزان شناسایی و معرفی نمایند.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید. www.asebankafinet.ir

▪ اجرای ورزش صبحگاهی:

یکی از عواملی که می تواند در ترغیب و تشویق دانش آموزان به ورزش نقش مهمی ایفا کند ورزش صبحگاهی است که باید قسمتی از مراسم صبحگاهی مدارس را شامل شود.

البته باید توجه داشت که هیچ یک از موارد مطرح شده به تنهایی و یا در زمان کوتاه نتیجه قابل توجهی نخواهد داشت. باید فعالیت های مد نظر را بطور گسترده و متمادی طی چندین سال انجام داد تا نتیجه مطلوب حاصل شود.

• راهکارهای عملی فراهم نمودن بستر آموزشی بهتر و موثرتر درس تربیت بدنی در مدارس

▪ بستر سازی مناسب:

منظور از بستر سازی مناسب، فراهم آوردن امکانات کافی برای دانش آموزان است تا رشته مورد علاقه خود را انتخاب نمایند. گرچه این بحث بسیار تکراری است اما نباید فراموش شود که مهمترین مسئله نیز هست.

▪ تمرین دادن دانش آموزان در زمان بندی خاص:

یعنی اینکه با ارائه یک برنامه خاص به دانش آموزان مستعد در زمینه ورزشی، آنها را علاوه بر زنگهای ورزش در دیگر اوقات هفته نیز تمرین دهیم و یک آموزش منظم، متداول و با برنامه برای هر دانش آموز مستعد داشته باشیم. (منظور ایجاد کانون های ورزشی خود گردان آموزشگاه با تامین بودجه مالی آن می باشد).

▪ گزینش ژنتیکی:

در برخی از فعالیت های ورزشی وجود سابقه موفق در خانواده و نزدیکان یک دانش آموز می تواند نقش مهمی در موفقیت وی و یا ایجاد انگیزه در وی داشته باشد. البته سرمایه گذاری و کشف استعداد های ورزشی در بین دانش آموزان با فیزیک بدنی مناسب جهت رشته ورزشی خاص لازم و ضروری می باشد.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

▪ استفاده از دانش آموزان متخصص:

معمولاً در مدارس، دانش آموزانی هستند که در رشته خاص ورزشی تجارب ارزشمندی دارند و می توان در قبال ارائه خدمات به آنها، در آموزش و تمرین سایر دانش آموزان از آنها استفاده نمود.

▪ ایجاد کمیته های حمایت:

منظور کمیته هایی است که بتوانند دانش آموزان علاقه مند و با استعداد را شناسایی و آنها را تحت پوشش و حمایت خود قرار دهند. چه از نظر کیفیت بهتر آموزش و چه از نظر مالی.

▪ بازدید از اماکن ورزشی و مسابقات مختلف ورزشی: می توان با برنامه ریزی صحیح، دانش آموزان را جهت تشویق به مسابقات برد ویا از اماکن و باشگاه های ورزشی بازدید نمایند.

▪ تعیین الگوی پیشرفت:

متأسفانه الگوی مشخص و دقیقی برای بالا بردن کیفیت بازی و ورزش دانش آموزان در مدارس ویا ناحیه وجود ندارد و فقط به هنگام مسابقات این دانش آموزان مورد توجه قرار می گیرند. می توان با تعیین یک الگوی مناسب پیشرفت، آمادگی لازم را در دانش آموزان حفظ کرد. مثلاً هر چند وقت یکبار ورزشکار موفق و نمونه شهرستان، استان ویا ملی را به آموزشگاه دعوت نماییم تا در بین دانش آموزان لحظاتی را سپری نماید.

▪ استفاده تمام دانش آموزان از امکانات ورزشی ناحیه (سالنهای، زمین چمن و...):

حتی اگر در سال تحصیلی یکبار تمام دانش آموزان بتوانند از امکانات استفاده نمایند، تأثیر فراوانی در روحیات و انگیزه دانش آموزان خواهد داشت.

▪ نظر خواهی برای تهیه امکانات ورزشی و دیگر فعالیت های تربیت بدنی:

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

بهتر است نظرخواهی از دانش آموزان، اولیاء، مدیران، مربیان تربیت بدنی و سایر معلمان در سطح وسیع و گسترده انجام پذیرد.

▪ تألیف و تدوین کتاب تربیت بدنی و تدریس آن به دانش آموزان:

به عنوان بخشی از نمره درس تربیت بدنی که کاملاً تخصصی بوده و فقط مربیان تربیت بدنی تحصیل کرده قادر به تدریس آن باشند.

▪ افزایش ساعات درس تربیت بدنی:

در حال حاضر فقط اخبار آن را شنیده ایم و با برنامه ریزی صحیح همانند کشورهای توسعه یافته هر روز حدود یک ساعت دانش آموزان ورزش نمایند.

انتخاب راه حل های جدید به صورت موقتی و اجرای آن ها :

پوشیدن کفش و لباس ورزشی مناسب توسط معلم/ برقراری ارتباط صمیمی با دانش آموزان و داشتن روابط دوستانه با آنها/ در نظر گرفتن تفاوت های فردی در سازمان دهی/ بهره گیری از روش تدریس نوین/ استفاده بهینه از وسایل آموزشی و کمک آموزشی و استفاده از cd / زمان بندی فعالیت های پیش بینی شده در مراحل مختلف طرح درس./ توجه به ارزشیابی مستمر دانش آموزان.

گرد آوری شواهد ۲

شواهد کیفی موجود در شواهد (۲)

- ۱- بعد از انجام هر فعالیت شاهد تغییر و تحول در روحیه دانش آموزان بودم.
- ۲- دانش آموزان بدون گفتن ما و بدون استفاده از زور و با علاقه و رغبت در فعالیت های ورزشی شرکت میکردند.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

۳- ارزشیابی مدیر محترم از دانش آموزان به طور مستمر از لحاظ کمی و کیفی و احساس رضایت و خوشحالی ایشان از وضعیت پیش آمده.

۴- اولیای دانش آموزان به صورت شفاهی و کتبی اعلام میکردند که از فرزندانشان راضی هستند و از این بابت احساس خوشحالی می کردند و تقدیر و تشکر میکردند.

۵- از روش هایی که به کار میبردم دانش آموزان و اولیا و همکاران استقبال میکردند. و خیلی برای آنها جالب و نو بود.

۶- آگاهی های دانش آموزان و اولیا در مورد اهمیت فعالیت های ورزشی افزایش یافته بود.

۷- دانش آموزان به خاطر جایزه و کارت و شکلات در فعالیت های ورزشی شرکت نمیکردند چرا که عملاً مشاهده کردم با حذف همه ی این ها و جایگزین کردن روش های جذاب باز در فعالیت های ورزشی شرکت میکردند.

۸- تعداد شرکت کنندگان کلاس در فعالیت های ورزشی به صد درصد رسیده بود.

۹- همکاران به علت موفقیت در کارم تقدیر و تشکر می کردند.

شاخص های کمی در شواهد (۲)

ردیف	نام فعالیت ها	تعداد شرکت کنندگان و علاقه مندان به فعالیت های ورزشی بعد از انجام هر فعالیت
۱	ابتدای سال تحصیلی	٪۲۰

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asebankafinet.ir

۲	بعد از دادن کارت امتیاز و نمره ی تشویقی	٪۲۵
۳	برگزاری جلسه با اولیا و نوشتن تحقیق توسط دانش آموزان در مورد اهمیت فعالیت های ورزشی	٪۵۰
۴	اجرای رویکرد الگویی و توجه به تشویق های کلامی و طرح تشکر کتبی از همکاران	٪۷۰
۵	استفاده از روش های غیر مستقیم و متنوع برای آموزش تربیت بدنی	٪۸۰
۶	اجرای راه حل های جدید مشارکتی	بالای ٪۹۰

ارزشیابی و تاثیر اقدام جدید

پس از اجرای راه حل های جدید ، با توجه به مشاهدات خود و نظرات مدیر و معلمان و انجمن اولیا و مربیان و همچنین توجه و بررسی آمار و ارقام دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های ورزشی، طناب زنی ۴، اجرای ورزش صبحگاهی ،همچنین پوشیدن لباس های ورزشی و کاور ورزشی و انجام نرمش به منظور گرم کردن عمومی قبل از انجام فعالیت های ورزشی متوجه تغییرات مثبتی در میزان استقبال آنان از فعالیت های

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

ورزشی از لحاظ کمی و کیفی شدم. مقایسه میزان شرکت دانش‌آموزان در قبل از اجرای طرح و پس از آن نشان داد که علاقه دانش‌آموزان به نسبت زیاد شده است. بر اساس مصاحبه‌ای که با خانواده‌ی دانش‌آموزان داشتم ادعان داشتند فرزندانشان صبح زود از خواب بیدار می‌شوند و صبحانه می‌خورند و با شور و شوق برای انجام ورزش صبحگاهی راهی مدرسه می‌شوند و همکاران نیز اعلام کردند که علاقه‌ی دانش‌آموزان به درس زیاد شده و نمرات بهتری کسب کرده‌اند.

عادلانه بودن ارزیابی (اعتبار بخشی)

مدیر محترم چندین بار به طور تصادفی از دانش‌آموزان ارزشیابی بعمل آورد و وقتی تعداد شرکت کنندگان تربیت بدنی هر کلاس را بررسی می‌کرد مشاهده می‌کرد که تعداد شرکت کنندگان کلاس من روز به روز افزایش می‌یابد بطوری که بعد از اجرای روش های متنوع و جذاب این تعداد به صد در صد رسیده بود که مدیر محترم چندین بار مقابل سایر همکاران مدرسه تقدیر و تشکر کرد.

اولیای محترم با نوشتن نامه یا بصورت شفاهی احساس رضایت خود را اعلام می‌کردند و تشکر و قدر دانی می‌کردند.

باز ساخت یا بهسازی عمل

۱- این اقدام پژوهی باعث شد که اطلاعاتم را در مورد روانشناسی دانش‌آموزان و مراحل رشد تربیتی آنها

بالا ببرم

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجعه کنید . www.asebankafinet.ir

۲- ابتدا برای بالا بردن آگاهی دانش آموزان در مورد آثار و اهمیت ورزش از روش تحقیق استفاده می

کردم که بعد متوجه شدم که این روش به علت یکنواخت بودن برای بچه ها جالب نیست در نتیجه تصمیم

گرفتم برای این کار از روش های جذاب و متنوع و ابتکاری استفاده کنم

۳- همچنین خود و همکارانم به این موضوع پی بردیم که اقدامات مربی و مدیر مدرسه برای ترغیب دانش

آموزان به ورزش کافی نیست باید همه معلمان در این مورد تلاش کنند.

۴- استفاده از روش های یکنواخت و مستقیم برای ترغیب دانش آموزان مناسب نیست بلکه بهتر است از

روش های غیر مستقیم و تلفیقی از چند روش استفاده شود

نتیجه گیری و پیشنهادها:

انتخاب راه حل های جدید برای حل مشکل با توجه به شواهد و مدارک موجود و اعتبار سنجی آنها

اجرای راه حل های جدید، را موفقیت آمیز نشان می دهد . به طوری که میزان استقبال آنها از ۲۳ درصد به

بیش از ۹۰ درصد رسید.

اجرای برخی راه حل ها نیز با مشکلاتی مواجه شد که تغییرات آنها دست من نبود مثل عدم آسفالت حیاط

مدرسه و خاکی بودن کف حیاط، کمبود امکانات ورزشی و نبود اتاق رخت کن برای تعویض لباس قبل و بعد

از انجام ورزش و آماده شدن برای زنگ بعد و غیره که این امر باعث شد که میزان موفقیت کامل و صد در

صد حاصل نگردد.

باید پاره ای از وقت کلاس صرف ارزش های اجتماعی دانش آموزان شود اداره آموزش و پرورش بودجه ورزشی

مدارس را افزایش دهد و باشگاه هایی برای این امر تدارک ببیند.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار

تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید . www.asemankafinet.ir

دسته‌بندی یا گروه‌بندی، برای فعالیت‌های گروهی و درعین‌حال تمرین رهبری روش موثری است.

بهتر است معلم تربیت‌بدنی در ارائه اصول و مبانی ورزش و آموزش آن بیش از اندازه سخت‌گیر نباشد .

پیشنهاد می‌شود والدین این دانش‌آموزان برای افزایش علاقه آنها به امر ورزش، فرزندان خود را در

مراسم‌هایی که در سطح شهر با عنوان پیاده‌روی با خانواده برگزار می‌شود، مشارکت دهند.

پیشنهاد می‌شود معلم ورزش از موسیقی آرام در ورزش صبحگاهی و بعضی از ورزش‌ها استفاده کند.

«منابع و مأخذ»

۱ - مهریار، امیر هوشنگ و یوسفی، فریده، (۱۳۶۹)، تشخیص و درمان بیماری‌های روانی در کودکان ، شیراز:

انتشارات علامه طباطبایی.

۲ - اف. فیت، هالیس (۱۳۶۹)، تربیت بدنی و باز پروری برای رشد، سازگاری و بهبود معلولان ، ترجمه‌ی

تقی منشی طوسی، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.

۳ - دلاکاتو، کارل، تشخیص و درمان دشواری‌های گفتار و خواندن، ترجمه‌ی نیمتاج زرین قلم، چاپخانه‌ی

دفتر نشر فرهنگ اسلامی - چاپ اول ، ۱۳۷۱

۴ - ملکی (قاسم) حسن (۱۳۸۲)، مبانی و اصول تربیت، زنجان، انتشارات نیکان کتاب.

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این اقدام پژوهی با قیمت فقط چهار هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی اسما مراجع کنید. www.asebankafinet.ir

۵ - رحیمی ارسنجانی، اسکندر، (۱۳۸۰)، تربیت بدنی در مدارس، شیراز: انتشارات دانشگاه شیراز.

www.asebankafinet.ir