



بیات سلطانی هفتجانی  
کارشناس تربیت بدنی  
و کارشناس ارشد  
مدیریت آموزشی.  
اعظم شمس هفتجانی  
دبیر آموزش و پرورش ناحیه  
۲ شهرستان شهرکرد



دوره هشتم | شماره ۱  
پاییز ۱۳۸۶ | ۶۲

# بررسی سطح آمادگی جسمانی و حرکتی دانش آموزان و رابطه‌ی آن با میزان مشارکت آنان در فعالیت‌های اجتماعی آموزشگاه

حرکت مطلوب نظام آموزش و پرورش به سوی کارایی و اثربخشی، تا حدود زیادی مرهون شناخت این نظام از مخاطبان خود، امکانات و توانایی‌های بالقوه‌ی آنان، ضرورت‌ها، نیازها و فلسفه‌ی اعتقادی و اجتماعی حاکم بر جامعه است. از آن‌جا که انسان دارای ابعاد متفاوت شناختی، اجتماعی، عاطفی، اخلاقی و جسمانی است، نظام آموزش و پرورش باید به تمامی ابعاد مذکور توجه کند و زمینه را برای رشد و اعتلای مجموع آن‌ها فراهم آورد.

دنیای امروز بیش از هر زمان دیگر نیازمند انسان‌هایی است که بتوانند به‌طور مؤثر در صحنه‌های علمی، اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و... حاضر شوند و در کنار هم نوعان خود به وظایف جمعی خویش به نحو مطلوب عمل کنند. مطمئناً انسان امروز در قبال مشارکت فعالانه در تمامی امور اجتماعی، فرهنگی و... است که می‌تواند، نقش مؤثری در جامعه ایفا کند. بنابراین، از ضروریات مهمی که باید در آموزش و پرورش به آن‌ها توجه شود و در ابعاد گوناگون مورد بررسی، تحلیل و شناسایی قرار گیرد، شناخت مسائل جسمانی دانش آموزان، و رابطه‌ی آن با سایر عوامل، از جمله رشد اجتماعی آن‌هاست.

یکی از مشخصه‌های رشد دانش آموزان در بعد اجتماعی، میزان مشارکت آن‌ها در فعالیت‌های اجتماعی آموزشگاه است. در این خصوص می‌توان گفت عوامل متعددی نقش آفرینی می‌کنند. از جمله عواملی که ارتباطی تنگاتنگ با زندگی روزمره‌ی انسان دارند و اثرات مستقیم و غیرمستقیم آن‌ها ملموس و چشم‌گیر است، فعالیت‌های ورزشی و به دنبال آن، بهره‌مند شدن از نتایج آن می‌باشد. یکی از این نتایج، کسب و افزایش آمادگی‌های جسمانی و حرکتی است.

تحقیقات گوناگون و نتایج آن‌ها حاکی از اثرات مطلوب فعالیت‌های ورزشی در رشد و توسعه‌ی ابعاد گوناگون شخصیت انسان، به‌ویژه رشد اجتماعی است که به اختصار به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود:

۱. آقای رضا محمدی (۱۳۷۶)، در تحقیقی با عنوان «بررسی میزان رشد اجتماعی ورزشکاران رشته‌های گروهی و انفرادی شرکت‌کننده در چهارمین المپیاد ورزشی مدارس پسرانه دوره‌ی متوسطه کشور و مقایسه‌ی آن با دانش آموزان غیر ورزشکار پنج ناحیه‌ی اصفهان» به این نتیجه دست یافت که از لحاظ توصیفی، ورزشکاران انفرادی و گروهی از نظر رشد اجتماعی وضعیت خوب و غیر ورزشکاران، وضعیت متوسط داشتند. هم چنین:

الف) بین سه گروه ورزشکاران انفرادی، گروهی و غیر ورزشکاران از نظر رشد اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود داشت.

ب) بین میانگین رشد اجتماعی ورزشکاران انفرادی و گروهی، تفاوت معنی‌داری وجود نداشت.

ج) بین میانگین رشد اجتماعی ورزشکاران انفرادی و غیر ورزشکاران، تفاوت معنی‌داری وجود داشت.

د) بین میانگین رشد اجتماعی ورزشکاران گروهی و غیر ورزشکاران، تفاوت معنی‌داری وجود داشت.

۲. آقای حسین الهام (۱۳۸۰)، در تحقیقی نشان داد که دانش آموزان دختر ورزشکار نسبت به دانش آموزان دختر غیر ورزشکار از رشد اجتماعی بیشتری برخوردارند و تفاوت نمره‌ی رشد اجتماعی این گروه معنی‌دار است.

۳. کاول<sup>۱</sup> در تحقیقات خود روی کودکان مدارس ابتدایی در آمریکا به این نتیجه رسید که بازی‌ها، ورزش‌ها و فعالیت‌های مشابه، به دانش آموزان می‌آموزد که فراگیرند، در گروه عنصری فعال باشند، طبق استانداردهای آن عمل کنند، مقررات گروه را بپذیرند و به عنوان فردی مورد قبول جامعه، روابط اجتماعی صحیح را بیاموزند.

۴. ماتیوس<sup>۲</sup> می‌نویسد: یک گروه هزار نفری از معلمین در یک کنفرانس تحقیقاتی در کالیفرنیا، در پرسش‌نامه‌ای که توسط تورندیک تهیه و توزیع شد، بزرگ‌ترین امتیاز را به عنوان سازنده‌ی رفتار و شخصیت شاگردان، برای بازی‌های دسته‌جمعی در برنامه‌های آموزشگاه‌ها قائل شدند.

۵. ترایون<sup>۳</sup> در تحقیق خود به این نتیجه رسید که پسران کلاس هفتم که در قابلیت‌های ورزشی ضعیف بودند و از شرکت در بازی‌ها امتناع می‌ورزیدند، مورد استهزا و تمسخر اعضای گروه قرار داشتند و برعکس، قابلیت‌های ورزشی در پسران سال آخر دبیرستان باعث شخصیت و احترام اجتماعی و پذیرش آنان در گروه شده است.

در مقاله‌ی حاضر، نتایج تحقیقی بیان می‌شود که اختصاصاً به رابطه‌ی سطح آمادگی جسمانی و حرکتی دانش آموزان با میزان مشارکت آنان در فعالیت‌های اجتماعی آموزشگاه پرداخته است. ابتدا تعریفی از مفاهیم مورد اشاره ارائه می‌شود:

آمادگی جسمانی<sup>۴</sup>: توانایی فرد در انجام اعمال جسمانی حاصل از تلاش. عوامل آمادگی جسمانی عبارتند از: قدرت، استقامت و



دفتر انتشارات کمک آموزشی

## آشنایی با مجله های رشد

مجله های رشد توسط دفتر انتشارات کمک آموزشی سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وابسته به وزارت آموزش و پرورش، با این عناوین تهیه و منتشر می شوند:

مجله های دانش آموزی (به صورت ماهنامه - ۸ شماره در هر سال تحصیلی - منتشر می شوند):

- رشد کودک (برای دانش آموزان آمادگی و پایه ی اول دوره ی ابتدایی)
- رشد نوآموز (برای دانش آموزان پایه های دوم و سوم دوره ی ابتدایی)
- رشد دانش آموز (برای دانش آموزان پایه های چهارم و پنجم دوره ی ابتدایی).
- رشد نوجوان (برای دانش آموزان دوره ی راهنمایی تحصیلی).
- رشد جوان (برای دانش آموزان دوره ی متوسطه).

مجله های عمومی (به صورت ماهنامه - ۸ شماره در هر سال تحصیلی منتشر می شوند):

- رشد آموزش ابتدایی، رشد آموزش راهنمایی تحصیلی، رشد تکنولوژی آموزشی، رشد مدرسه فردا، رشد مدیریت مدرسه
- رشد معلم (دو هفته نامه)

مجله های تخصصی (به صورت فصلنامه و ۴ شماره در سال منتشر می شوند):

- رشد برهان راهنمایی (مجله ی ریاضی، برای دانش آموزان دوره ی راهنمایی تحصیلی)، رشد برهان متوسطه (مجله ی ریاضی، برای دانش آموزان دوره ی متوسطه)، رشد آموزش معارف اسلامی، رشد آموزش جغرافیا
- رشد آموزش تاریخ، رشد آموزش زبان و ادب فارسی، رشد آموزش زبان
- رشد آموزش زیست شناسی، رشد آموزش تربیت بدنی، رشد آموزش فیزیک، رشد آموزش شیمی، رشد آموزش ریاضی، رشد آموزش هنر، رشد آموزش قرآن، رشد آموزش علوم اجتماعی، رشد آموزش زمین شناسی، رشد آموزش فنی و حرفه ای و رشد مشاوره مدرسه.

مجله های رشد عمومی و تخصصی برای آموزگاران، معلمان، مدیران و کادر اجرایی مدارس

دانشجویان مراکز تربیت معلم و رشته های دبیری دانشگاه ها و کارشناسان تعلیم و تربیت تهیه و منتشر می شوند.

◆ نشانی: تهران، خیابان ایرانشهرشمالی، ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش، پلاک ۲۶۸، دفتر انتشارات کمک آموزشی.  
تلفن و نمابر: ۸۸۳۰ ۱۴۷۸

انعطاف پذیری [هادوی، ۱۳۷۸].

آمادگی حرکتی<sup>۵</sup>: توانایی های فرد در اجرای ماهرانه ی حرکات متفاوت که نشانه ی وجود هماهنگی میان اعصاب و عضلات اوست. عوامل آمادگی حرکتی عبارت اند از: توان عضلانی، تعادل، چابکی، سرعت حرکت، و زمان واکنش [پیشین].

مشارکت<sup>۶</sup>: فرایندی که تمام آن، با حضور و رهبری همه یا اکثر دانش آموزان انجام می شود. در این معنی، برای جامعه پذیر کردن دانش آموزان، اعلام نیاز به فعالیت فوق برنامه، طراحی آن، تصمیم گیری درباره ی آن و اجرای آن فعالیت، با رهبری دانش آموزان صورت می گیرد.

در این فرایند آموزشگاه و مربی صرفاً نقش محرک یا احیاگر را ایفا می کنند. مدرسه مشارکت دانش آموزان را به نحوی فراهم می کند که فعالیت های مشارکتی آن ها تسریع می شود، اما با خارج شدن مربی متوقف نمی شود. مربی و مدرسه با جلب مشارکت همه ی دانش آموزان، با در اختیار گذاشتن امکانات لازم، امکان دست رسی دانش آموزان را به نتایج ملموس از فعالیت های مشارکتی در مدرسه فراهم می کند [معنی زاده، ۱۳۸۰]. از جمله فعالیت های اجتماعی که دانش آموزان می توانند با میل و رغبت در آن شرکت کنند، می توان از فعالیت های کتابخانه ای، مسابقات ورزشی و فرهنگی و هنری، انتخابات، تعاونی های دانش آموزی، انجمن های علمی و ورزشی، اردوهای تفریحی و علمی، و... در طول سال تحصیلی نام برد.

### روش تحقیق

روش تحقیق این پژوهش، روش تجربی با دو گروه آزمایشی و گواه با پس آزمون بود. بدین منظور دو گروه از دانش آموزان به صورت تصادفی انتخاب شدند و گروه آزمایشی به مدت سه ماه و سه جلسه در هفته، در فعالیت ورزشی شرکت کردند، اما گروه گواه هیچ گونه فعالیتی نکردند. سپس در پایان از هر دو گروه آزمون آمادگی جسمانی و حرکتی، و آزمون مشارکت در فعالیت های اجتماعی مدرسه به عمل آمد.

### جامعه و نمونه آماری

جامعه ی آماری این پژوهش شامل کلیه ی دانش آموزان پسر دوره ی متوسطه شهرستان شهرکرد بود که در سال تحصیلی ۸۵-۸۴ مشغول به تحصیل بودند. از جامعه ی آماری، ۴۶ دانش آموز پسر دوره ی متوسطه به صورت تصادفی برای گروه آزمایشی، و ۴۶ نفر برای گروه گواه انتخاب شدند.

### نتایج

۱. بین آمادگی قلبی-تنفسی دانش آموزان با میزان مشارکت اجتماعی آنان رابطه ی معنی داری مشاهده نشد.
۲. بین استقامت عضلات شکم دانش آموزان با میزان مشارکت اجتماعی آنان رابطه ی معنی داری مشاهده شد.
۳. بین استقامت عضلات کمر بند شانه با میزان مشارکت اجتماعی آنان



## برگ اشتراک مجله های رشد

### شرایط

۱- واریز مبلغ ۲۰/۰۰۰ ریال به ازای هر عنوان مجله درخواستی، به صورت علی الحساب به حساب شماره ۳۹۶۶۲۰۰۰ بانک تجارت شعبه سه راه آزمایش (سرخه حصار) کد ۳۹۵ در وجه شرکت افست.

۲- ارسال اصل رسید بانکی به همراه برگ تکمیل شده اشتراک.

- ✦ نام مجله :
- ✦ نام و نام خانوادگی :
- ✦ تاریخ تولد :
- ✦ میزان تحصیلات :
- ✦ تلفن :
- ✦ نشانی کامل پستی :

استان: ..... شهرستان: .....

خیابان: .....

پلاک: ..... کدپستی: .....

- ✦ مبلغ واریز شده:
- ✦ شماره و تاریخ رسید بانکی:
- ✦ آیا مایل به دریافت مجله درخواستی به صورت پست

پیشنماز هستید؟  بله  خیر

امضا:

نشانی: تهران - صندوق پستی مشترکین  
 نشانی اینترنتی: [www.roshdmag.ir](http://www.roshdmag.ir)  
 پست الکترونیک: [info@roshdmag.ir](mailto:info@roshdmag.ir)  
 شماره مشترکین: ۷۷۳۳۶۵۶-۷۷۳۳۹۷۱۳-۱۴  
 پیام گیر مجلات رشد: ۸۸۳۰۱۴۸۲ - ۸۸۸۳۹۲۳۲  
 دفتر مدیر کل ۱۰۲

### یادآوری:

- ✦ هزینه برگشت مجله در صورت خوانا و کامل نبودن نشانی، بر عهده مشترک است.
- ✦ مبنای شروع اشتراک مجله از زمان وصول برگ اشتراک است.
- ✦ برای هر عنوان مجله برگ اشتراک جداگانه تکمیل و ارسال کنید (تصویر برگ اشتراک نیز مورد قبول است).

رابطه ی معنی داری مشاهده شد.

۴. بین سرعت حرکت دانش آموزان با میزان مشارکت اجتماعی آنان

رابطه ی معنی داری مشاهده شد.

۵. بین چابکی دانش آموزان با میزان مشارکت اجتماعی آنان رابطه ی

معنی داری مشاهده شد.

۶. بین نیروی عضلانی دانش آموزان با میزان مشارکت اجتماعی آنان

رابطه ی معنی داری مشاهده شد.

۷. بین آمادگی جسمانی دانش آموزان با میزان مشارکت اجتماعی آنان

رابطه ی معنی داری مشاهده شد.

۸. تفاوت معنی داری بین میزان مشارکت دانش آموزان گروه آزمایش در

فعالیت های اجتماعی مدرسه با گروه گواه وجود داشت.

در کل به جز یک مورد (آمادگی قلبی-تنفسی)، در کلیه ی عوامل آمادگی

جسمانی و حرکتی رابطه ی معنی داری با میزان مشارکت دانش آموزان در

فعالیت های اجتماعی مدرسه مشاهده شد.

بنابراین می توان نتیجه گرفت، هرچه دانش آموزان از سطح آمادگی

جسمانی بیشتری برخوردار باشند، مشارکت بیشتری در فعالیت های اجتماعی

دارند.

### پی نویسی

1. kavell
2. mathews
3. tvayver
4. physical fitness
5. motov fitness
6. praticipation

### منابع

۱. سبحانی نژاد، مهدی (۱۳۷۹). بررسی راه های ایجاد زمینه مشارکت دانش آموزان در آموزشگاه ها از دیدگاه دانش آموزان، اولیاء و مربیان، دوره ابتدایی استان اصفهان.
۲. سیاسی، حسین (۱۳۷۳). سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی. انتشارات سمت. تهران.
۳. سلطانی، بیات (۱۳۷۷). سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی انتشارات آموزش و پرورش. استان چهارمحال بختیاری.
۴. سلطانی، بیات (۱۳۷۵). بررسی وضعیت آمادگی جسمانی دانش آموزان دختر و پسر شهرستان شهرکرد و مقایسه ی آن با نرم سال ۷۰ (پایان نامه).
۵. سیف الهی، سیف الله. «زمینه ها و تکنیک های مشارکت اجتماعی و آموزش مهارت های زندگی». نشریه ی ژرفای تربیت. شماره ی ۲۳. سال اول. آبان ماه ۱۳۷۸.
۶. شعاری نژاد، علی اکبر (۱۳۶۶). نقش فعالیت های فوق برنامه در تربیت نوجوانان. انتشارات اطلاعات. تهران.
۷. شیخ، محمود (۱۳۷۶). سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی. انتشارات علم و حرکت. تهران.
۸. طهماسبی، عزت الله (۱۳۸۰). بررسی راه های ایجاد مشارکت دانش آموزان در امور فرهنگی، تربیتی و اجتماعی از دیدگاه دانش آموزان در مدارس منطقه ی عشایر.
۹. علی دوشی، فاطمه (۱۳۸۱). بررسی علل مشارکت دانش آموزان دختر شهرستان شهرکرد در فعالیت های گروهی مدرسه.
۱۰. عبادی، رحیم (۱۳۷۸). «دانش آموزی باوری». مجله ی تربیت. سال پانزدهم. شماره ی دوم.
۱۱. هارت، راجر ای (۱۳۸۰). مشارکت کودکان و نوجوانان از پذیرش صوری تا شهروندی واقعی. ترجمه ی فریده طاهری. انتشارات دفتر پژوهش های فرهنگی. تهران.
۱۲. منفرد، غلام رضا (۱۳۷۸). «فردگرایی یا جمع گرایی در نظام آموزش و پرورش». مجله ی تربیت. سال پانزدهم. شماره دوم.
۱۳. هادوی، فریده (۱۳۷۷). اندازه گیری و ارزش یابی در تربیت بدنی. انتشارات دانشگاه تربیت معلم تهران.
۱۴. همت، محمدرضا (۱۳۸۰). تحقیق، بررسی و ارزیابی نقش شورای دانش آموزی در مشارکت دانش آموزان در امور مدارس متوسطه شهرضا.