



دکتر مسن فُلَمی
استاد یار دانشگاه اراک

ضرورت مفهوم شناسی

مفهوم، وجودهای
اعتباری هستند که
انسان ها برای بیان
نیازهای خود و
ایجاد ارتباط با
دیگران به کار
می برند. به

عبارت دیگر، مفاهیم در حکم رمزها
و علایمی هستند که انسان ها با
فرهنگ خاص بر اشیاء، سلسله
اعمال و ... اطلاق می کنند. این ها
در مجموعه فرهنگ گروه، جامعه
و قلمرو علمی ساخت های اولیه یا
زیرساز روابط انسانی به شمار
می آیند. شناخت زیرساخت های
گروه، جامعه و قلمرو علمی این
امکان را به ما می دهد که تبادل
فرهنگی و انسانی با آن گروه یا
قلمرو را داشته باشیم. بدین جهت،
شاید بتوان گفت که مفاهیم بخش
عمده ای از هر فرهنگی است،
بنابراین، شناخت مفاهیم،
شناخت فرهنگ حاکم بر آن
قلمرو و جامعه را تسهیل می کند.

بدین جهت در این بخش در نظر
داریم، مفاهیم اساسی و مورد استفاده
در رشد و تکامل حرکتی را برای استفاده
مربیان ورزش و تربیت بدنی تدوین
کنیم.

در مقدمه، بحث از مفاهیم و
اصطلاحات ضروری است و باید به
معنای دقیق تعریف یا definition توجه
شود. «تعریف مجموع تصوراتی است که
معلومی است که موجب کشف تصویری
مجهول یا تحلیل تصویری معلوم شود.

به عبارت دیگر، مقصود از
تعریف، تحلیل و تجزیه
مفهوم، پی بردن به
سندرجات آن و
بازشناختن ذاتیات
آن از عرضیات
است. ۴.

اینک حدود
مفهوم و نقش
تعریف روشن و از
مفاهیم گوناگون و مورد
استفاده در رشد و تکامل حرکتی
بحث خواهد شد. ابتدا مفاهیم
اساسی و پایه مانند رشد، نمو،
بالندگی ارائه، سپس مفاهیم
اختصاصی رشد و تکامل
حرکتی مانند حرکت،
الگوی حرکتی و ... معرفی
می شود. این مفاهیم در
قلمرو مطالعه رشد و
تکامل حرکتی اهمیت
دارد. مری علاقه مند به این
قلمرو باید با آنها آشنا شود،
زیرا آنها رمز ارتباط مؤثر با
قلمرو رشد و تکامل
حرکتی است.

مفهوم انسان و مطالعات فرهنگی
جامعه علوم انسانی

آشنایی با رشد و تکامل حرکتی (۲)

قبل از هر چیز از خود باید سؤال کرد، چرا از مفاهیم رشد و تکامل حرکتی بحث می‌شود؟ مگر مفاهیم در هر علمی، چه جایگاهی دارند که باید در آغاز هر مبحثی ذکر شود؟ «مفهوم» چیست؟ مفاهیم رشد و تکامل حرکتی کدامند؟ در این بخش فراخور بحث، پاسخ‌هایی برای سؤال‌های بالا ارائه می‌شود.

مفاهیم پایه

۱. نمو - نمو به معنای افزایش کمی در اندازه است. افزایش در اندازه یا توده بدن که نتیجه‌ای از افزایش در واحدهای زیستی است. بدن واحد زیست‌شناختی کامل است که در اندازه افزایش می‌یابد. نمو قندی، تنها در یک قسمت از بدن رخ نمی‌دهد، بلکه کلیه اندام‌ها در اندازه افزایش می‌یابند. عموماً دوره نمو بدنی در انسان‌ها، از زمان لقاح تا ۱۹ یا ۲۲ سالگی است. هر چند نمو، بیشتر از افزایش بدنی ناشی می‌شود، بزرگ شدن سلول‌های مختلف بدنی، اساس و پایه چنین افزایشی است.

۲. بالندگی - واژه دیگر، بالندگی است. بالندگی امتیاز کیفی است که در تکامل بدنی رخ می‌دهد. بالندگی به امتیاز سلولی، ارگانی یا سیستمی در ترکیب بیوشیمیایی دلالت می‌کند. عموماً بالندگی از پیشرفت بالیدگی (بلوغ) ناشی می‌شود که در واقع حالت بهینه یکپارچه شدن سیستم‌های مختلف بدن یک فرد است. به دست آوردن توانایی برای تولیدمثل، نمونه‌ای از این مفهوم است.

بالندگی از نظر زیست‌شناختی با ژنتیک کنترل می‌شود و در مقابل عوامل محیطی مقاومت می‌کند. بالندگی با نظم ثابتی اما با آهنگ متفاوتی پیشرفت می‌کند. یعنی توالی ظهور مشخصات در افراد ثابت است. اما زمان ظهور دارای آهنگ متفاوتی است. برای مثال، پیشرفت و زمان تقریبی که نوباوه نشستن، ایستادن و راه رفتن را فرا می‌گیرد شدیداً از بالندگی متأثر

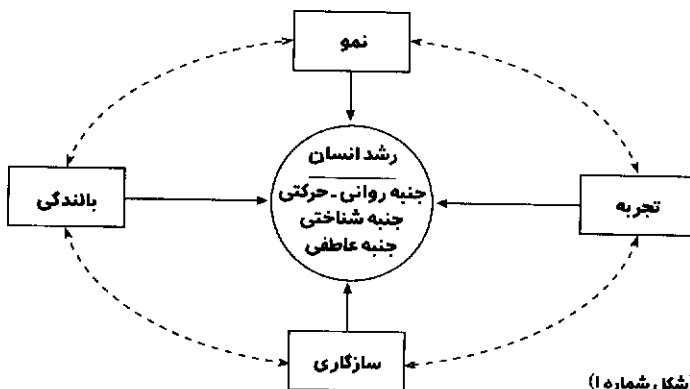
می‌شود. توالی ظهور آنها ثابت است، اما سرعت ظهور متغیر است که از عوامل محیطی چون یادگیری و تجربه متأثر می‌شود.

۳. رشد - برای تکمیل مفاهیم قبل باید مفهوم رشد نیز روشن شود. رشد، فرایند مستمر تغییر است و به رسیدن به وضعیت کارکردی سیستم‌های بدنی دلالت می‌کند؛ به طوری که هر سیستمی بتواند در جایگاه خود، کامل عمل کند. تغییر کمی و کیفی که هر دو همزمان اتفاق می‌افتد، موجب رشد می‌شود. این فرایند تنها به دوران رشد محدود نمی‌شود؛ بلکه در طول عمر ادامه دارد. کوگ و ساجن (۱۹۸۵) رشد را «تغییر سازگارانه بسوی شایستگی» تعریف کردند. چنین تعریفی نیاز فرد به سازگاری، جبران، تغییر منظم برای دستیابی و حفظ شایستگی و کمال در سراسر حیات است. برای مثال، نوباوه برای فراگیری راه رفتن نیاز به جبران تغییراتی در سطح اتکا و مرکز ثقل دارد. بنابراین، ما تعریف ساجن و گوگ را در تمام این متن می‌پذیریم. زیرا تعریف روشنی از رشد دارد که فرایند تغییر در سراسر حیات است. رشد توسعه دهنده و ظاهر سازنده

توانایی فرد برای کارکرد بیشتر و سطح بالاتر است، اما مفهوم آن را باید بیشتر توسعه دهنده قلمداد کنیم. در حقیقت، فرایندی است که در تمام گستره حیات وجود دارد. رشد، فرایند ممتدی است که تمام ابعاد وجودی ما را در بر می‌گیرد و آن محدود به سال‌های رشد نیست. عوامل وحدت بخشی چون بالندگی و تجربه^۱، نقش کلیدی در فرایند رشد دارند. تجربه به عوامل موجود در محیط دلالت دارد که ظهور مشخصات رشدی متفاوت را با فرایند یادگیری می‌تواند تغییر دهد، و اصطلاح سازگاری^۲ یا عادت کردن با شرایط را فراهم می‌کند و اغلب میان نیروهای موجود در فرد و محیط نقش واسطه پیچیده‌ای دارد. در ادامه چگونگی ارتباط عوامل نمو، بالندگی، تجربه و سازگاری با فرد در حال رشد و جامعه را مستقیماً ببینید (شکل - ۱).

حیطه‌های رفتاری

بیلوم و همکارانش (۱۹۵۹) دسته‌بندی پاسخ‌های انسان در قلمروهای رفتاری را ساده انجام دادند. این قلمروهایی که یکپارچگی خود را



(شکل شماره ۱)

✓ عموماً

دوره نمو

بدنی در

انسان‌ها،

از زمان لقاح تا

۱۹ یا ۲۲

سالگی است.

✓ تغییر کمی

و کیفی که هر

دو همزمان

اتفاق

می‌افتد،

موجب رشد

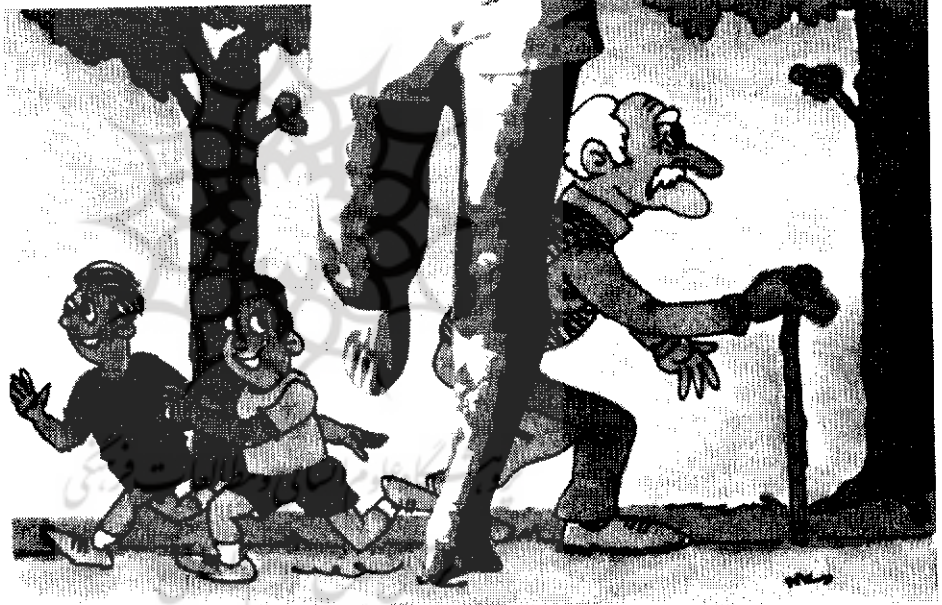
می‌شود

✓ قلمرو حیطه روانی - حرکتی تمام تغییرات فیزیولوژیکی و بدنی در سراسر حیات را در بر می گیرد.



بدنی در سراسر حیات را در بر می گیرد.
بالاخره، قلمرو روانی - حرکتی به
عملکرد حرکتی^۲ و توانایی های
حرکتی^۱ تقسیم می شود.

«عملکرد حرکتی»
واژه ای است که فراوان
برای مؤلفه های متعددی
چون آمادگی مربوط به
تندرستی (قدرت
عضلانی، استقامت
عضلانی، استقامت هوازی،
انعطاف پذیری مفاصل، ترکیب
بدن) و آمادگی مربوط به عملکرد



مفاهیم اختصاصی

مفاهیم اختصاصی رشد و تکامل
حرکتی از واژه هایی که حرکت به منظور
تحول خود نامیده می شود، نشأت
می گیرد. همان طور که می دانیم حرکت
از شکل بازتابی و سپس ابتدائی به شکل
ماهرانه در طول رشد تغییر می کند. آنها
در هر مرحله نام خاصی به خود
می گیرند. واژه های معروف را مفاهیم
اختصاصی می نامند.

۱. حرکت^۱ - حرکت معمولاً به
عمل و تغییر اشاره می کند. حرکت،
تغییر در وضع بدن است. بخش های
خودکار قسمت هایی هستند که حرکت
می کنند، اما اندازه این بخش های توان
متفاوت باشد. بویژه، زمانی که از
دست ها و پاها استفاده شود. ممکن
است تمام دست به طرف جلو حرکت
کند، ساعد باز شود یا خمیدگی در مچ
دست به وجود آید. بنابراین، به وسیله
هر یک از این بخش ها ممکن است
حرکت به وجود آید.

۲. الگوی حرکتی^۲ - ویک استروم
(۱۹۸۳) الگوی حرکتی را چنین تعریف
کرده است: «ترکیبی از حرکاتی که بر
حسب توالی فضایی - زمانی ویژه
سازمان یافته است»، الگوی حرکتی
مجموعه ای از حرکات وابسته است. به
طور اختصاصی تر، الگوی حرکتی،
عملکرد حرکتی مجزا را نشان می دهد.
همچنین خودش در محدوده الگوی
حرکتی اساسی طبقه بندی شده است.
برای مثال، الگوهای حرکتی از بالا،
پایین و از بغل فقط حرکت های پایه،
پرتاب کردن و ضربه زدن را نمی سازند،
بلکه مجموعه ای از حرکت های
سازمان دار را نشان می دهند.

الگوی حرکتی پایه^{۱۱} - این نوع
حرکت به عملکرد اساسی قابل مشاهده
حرکت های جابه جایی، دستکاری و

(سرعت حرکت، چابکی، هماهنگی،
تعادل، قدرت) به کار رفته است.
عملکرد حرکتی با ظرفیت اجرای
تکالیف حرکتی مرتبط است و مطالعه آن
درباره این است که چگونه عملکرد با
مسافت زیاد، سریع و فراوان اجرا شود.
«توانایی های حرکتی» مفهوم
جامعی است که مقوله های حرکت
(جابه جایی) مانند راه رفتن؛ دستکاری
مانند گرفتن اشیا؛ پایداری مانند حرکت
کششی و پروانه و... را شامل
می شود.

حفظ کرده اند، عبارتند از: حیطه های
شناختی، عاطفی و روانی - حرکتی.
«حیطه روانی - حرکتی»^۲ فرایندهای
تغییر، پایداری، و سپس روی در ساختار
بدنی و کارکرد عصب عضلانی را
در بر می گیرد. در این قلمرو حرکت از
فرایندهای واسطه ای شناختی در مراکز
بالای مغز (قشر حرکتی)، فعالیت
بازتابی در مراکز پایین تر مغز یا
پاسخ های خودکار در سیستم عصبی
مرکزی ناشی می شود. قلمرو روانی -
حرکتی تمام تغییرات فیزیولوژیکی و

پایداری اشاره دارد. الگوی حرکتی پایه، ترکیبی از الگوهای حرکتی دو بخش بدن و بیشتر را در بر می گیرد. مانند دویدن، پریدن، ضربه زدن با دست، پرتاب کردن، پهناندن و چرخاندن که الگوهای حرکتی پایه هستند. الگوهای حرکتی پایه در طول رشد و تحول نام های مختلفی به خود می گیرند:

۱- الگوی حرکتی مقدماتی^{۱۱} - چنانچه الگوی حرکتی در مراحل اولیه تحول و رشد خود باشد آن را الگوی حرکتی مقدماتی گویند. عموماً این الگوها خیلی ابتدائی و غیر ماهرانه هستند مثل دوره ای که کودک راه رفتن خود را آغاز می کند و حرکاتش خیلی ناپایدار و زمخت است.

۲. الگوی حرکتی تکاملی^{۱۲} - اگر کودک مراحل اولیه الگوی حرکتی را پشت سر گذارد، اما به شکل نهایی و عالی نرسد، این نوع الگوی حرکتی را «الگوی حرکتی تکاملی» گویند. مانند زمانی که کودک هنوز پیشرفته راه رفتن را یاد نگرفته است، اما آن ناپایداری و ناهماهنگی اولیه را تا حدودی اصلاح کرده است.

۳. الگوی حرکتی پیشرفته^{۱۳} - الگوهای هستند که سطوح عالی الگوهای حرکتی خاصی را نشان می دهند و معمولاً در طول کودکی به کمال می رسند. هر چند در مواردی، الگوها ممکن است در دوره کودکی و حتی بعد از آن هم، به کمال مطلوب نرسند. مثلاً محرومیت های حرکتی در کودکی احتمال دارد منجر به کندی رشد در الگوهای حرکتی شود. اگر یک الگو یا تمام الگوها تا پایان نوجوانی به سطح پیشرفته نرسد، به احتمال زیاد در دوره های بعد فرد هرگز به آن سطح دست نخواهد یافت، زیرا فرصت های

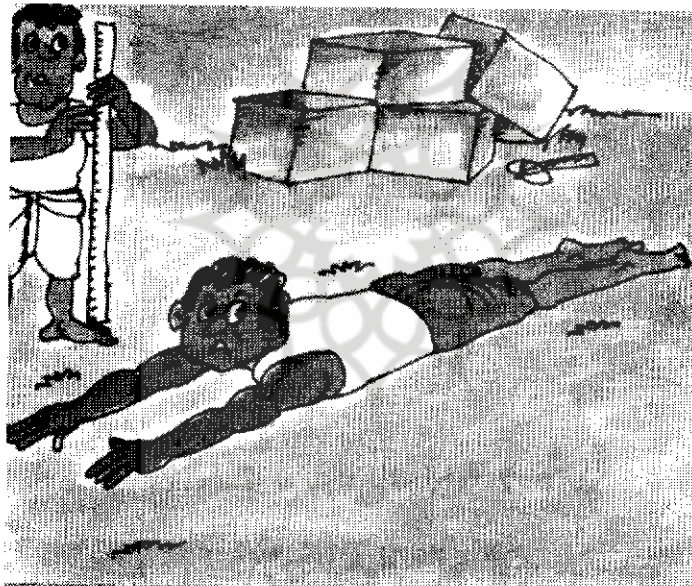
تقویت کننده برای پیشرفت و تکامل به تدریج از دست می رود.

مهارت ورزشی^{۱۵} - شکل پالایش یافته و ترکیبی از الگوهای حرکتی پایه وقتی در موقعیت ورزشی اجرا یا به کار گرفته شود، مهارت ورزشی پدید می آید. زمانی که کودکی الگوی حرکتی ضربه زدن را پیشرفته و به خوبی در ورزش به کار گیرد از الگوی حرکتی پیشرفته، مهارت ورزشی ساخته است. مهارت ورزشی سرویس زدن در تنیس و والیبال نمونه هایی از الگوی حرکتی پیشرفته ضربه زدن با دست است

که در دو موقعیت ورزشی وجود دارد. خلاصه، مفاهیم رشد و تکامل حرکتی، میانجی فرد علاقه مند به حوزه رشد و تکامل حرکتی و علم رشد و تکامل حرکتی است. مفاهیم در دو قلمرو بودند:

- ۱) قلمرو زیست شناختی که مفاهیم نمو، بالندگی و رشد است.
- ۲) قلمرو روان شناختی که مفاهیمی چون حرکت، الگوی حرکتی، ... و مهارت ورزشی معرفی شدند، امید است مطالب، مورد استفاده همکاران قرار گیرد.

✓ محرومیت های حرکتی در کودکی احتمال دارد منجر به کندی رشد در الگوهای حرکتی شود.



پاورقی:

1. Growth
2. Maturation
3. Development
4. Experience
5. Adaptation
6. Psychomotor domain
7. Motor performance
8. Movement abilities
9. Movement
10. Movement pattern
11. Basic motor pattern
12. unmaturing motor pattern
13. Developmental motor pattern
14. Mature Motor pattern
15. Sport skill

منابع

۱. خلجی، حسین؛ اصول و مبانی تربیت بدنی؛ دانشگاه پیام نور؛ ۱۳۷۵.
۲. بهرام، عباس؛ خلجی، حسن؛ اصول و مبانی تربیت بدنی؛ مرکز تربیت معلم شهید چمران؛ ۱۳۶۴.
۳. خلجی، حسن؛ رشد و تکامل حرکتی؛ دانشگاه پیام نور؛ ۱۳۷۸.
۴. کانلین، ام. هایوود؛ رشد و تکامل حرکتی؛ خلجی، حسن (مترجم)؛ اداره کل تربیت بدنی؛ وزارت آموزش و پرورش؛ ۱۳۷۷.
۵. کانلین، ام. هایوود؛ رشد و تکامل حرکتی؛ نسازی زاده، مهدی؛ اصلاخانی، محمدعلی (مترجمان)؛ سازمان سمت؛ ۱۳۷۷.
6. G. Payne. L.D. Isaacs. Human Motor Development Alife span Approach, Third Edition. 1995.
7. D. L. Gallahue & J. C. Ozmun. "Understanding Motor Development. Infants, children, Adolescents, Adults. Mc Graw Hill. 1998.