



داریلی سایدن تاپ  
ترجمه: محسن حلائی  
دانشجوی دکترای مدیریت  
و برنامه‌ریزی تربیت بدنی

تعلیم و تربیت ورزشی، برنامه‌ی آموزشی یا الگویی آموزشی است که به منظور اعتباربخشی و غنی‌سازی تجربه‌های ورزشی دختران و پسران، در متن برنامه‌ی درس تربیت بدنی مدرسه‌ها گنجانده شده است [سایدن تاپ، ۱۹۹۴].  
تعلیم و تربیت ورزشی، از نظر برنامه‌ی آموزشی

اهمیت زیادی دارد، به طوری که نمی‌توان آن را به سادگی در یک واحد درسی گنجانده. همچنین، دارای معنای آموزشی غنی به این شرح است:  
۱. هدف‌ها و مقاصد آن، به بهترین نحو از طریق تلفیق و ترکیب در برنامه‌ی درس تربیت بدنی به اجرا در می‌آید.

# مدل تعلیم و تربیت ورزشی چیست و چه طور به اجرا درمی‌آید؟



۲. گروه‌های کاری کوچک را به همکاری می‌طلبید و آموزش همتایان را تحقق می‌بخشد؛ به گونه‌ای که تأثیرات آن بسیار بیش‌تر از شیوه‌ی سنتی متکی بر آموزش «تمرین محوری» است (منظور از تمرین محوری اشاره به اجرای خشک و بی‌روح تمرینات ورزشی در کلاس است که دانش‌آموزان از آن بیزارند).

### ابعاد اصلی تعلیم و تربیت ورزشی

تعلیم و تربیت ورزشی دارای شش بُعد کلیدی است که نشان می‌دهند، چه طور ورزش با متن جامعه و درون مدرسه مرتبط می‌شود. به عبارت دیگر، این ابعاد برگرفته از شکل‌های واقعی فعالیت‌هایی اجتماعی هستند و عبارتند از:

- ✓ فصل‌های آموزشی (اشاره به طول زمان ارائه‌ی برنامه‌ی آموزشی و تعلیم ورزش دارد)؛
- ✓ ارتباط و پیوستگی یا عضویت دائم (منظور حفظ ارتباط با تیم‌های ورزشی)؛
- ✓ رقابت رسمی؛
- ✓ رویداد انتخاب بهترین‌ها؛
- ✓ ثبت رکوردها؛
- ✓ جشن و سرور.

### ۱. فصل‌های آموزشی: در تعلیم و

تربیت ورزشی، واحد آموزشی

غالباً دو تا سه برابر طولانی‌تر

از واحدهای معمولی

درس تربیت بدنی

است. در این‌جا،

فرض عملی ما این

است که فعالیت‌هایی

کم‌تر اما غنی‌شده،

می‌توانند نتایج

آموزشی بهتری نسبت

به واحد معمول که به

شکل چند فعالیتی در

زمانی کوتاه ارائه می‌شوند،

داشته باشند.

### ۲. ارتباط و پیوستگی:

دانش‌آموزان، در همان آغاز فصل

آموزشی به عضویت تیم‌ها درمی‌آیند و این

ارتباط را در طول فصل آموزشی حفظ می‌کنند. دانش‌آموزان در درون تیم‌ها، در برنامه‌ریزی‌ها، تمرین‌ها و فعالیت‌ها شرکت می‌کنند. طبق شواهد موجود، این بعد به اجتماعی شدن و رشد شخصیتی دانش‌آموزان از طریق فراهم آوردن تجربه‌های مثبت ورزشی، کمک می‌کند. یعنی رشد اجتماعی دانش‌آموزان ناشی از حضور طولانی افراد در گروه‌هاست.

### ۳. مسابقات رسمی: فصل‌های ورزشی، معمولاً

با جدول زمانبندی شده‌ی مسابقات رسمی که در طول

فصل‌ها پراکنده شده‌اند تعریف و شناخته می‌شوند. در

این بُعد از تعلیم و تربیت ورزشی، دو بعد پیوستگی

(ارتباط گروهی) و رقابت‌های رسمی، با هم ترکیب

می‌شوند تا فرصت‌هایی برای برنامه‌ریزی و هدفگذاری

ایجاد کنند و زمینه را برای تعقیب دستاوردهای مهم

توسط دانش‌آموزان فراهم آورند. این بعد دارای معنی

و مفهوم روشنی برای دانش‌آموزان است.

### ۴. رویداد انتخاب بهترین‌ها: این بعد برگرفته از

طبیعت ورزش است که در طول یک فصل ورزشی باید

مشخص شود، کدام شخص به اوج مهارت‌های ورزشی

یا خیرگی دست یافته است. به عبارت دیگر، افراد

شایسته باید از بین سایر افراد مشخص و به همگان معرفی

شوند. خیرگی در رشته‌های ورزشی همچون:

دوومیدانی، والیبال و... فرصت‌هایی را برای برگزاری

جشنواره‌های ورزشی به وجود می‌آورند.

### ۵. ثبت رکوردها: رکوردهایی از قبیل امتیازات

پرتاب به سمت هدف، زمان‌ها، سدکردن‌ها، مترآنها،

دفعات قاپیدن توپ، و... به افراد و گروه‌ها بازخورد

می‌دهند. رکوردها مبنایی برای تعیین استانداردها و

هدف‌ها هستند. برای مثال، هدف‌ها می‌توانند، بهبود

زمان یک رقابت، افزایش تعداد پرتاب‌ها به سمت

هدف، افزایش کمک‌ها و... باشند. رکوردها همچنین

به تعریف و تعیین موقعیت ورزش محلی، مثل ثبت

رتبه‌ی ششم برای پرش طول، یا ثبت رتبه‌ی نهم تیمی

در بازی بسکتبال، کمک می‌کنند.

### ۶. جشن و سرور: رقابت‌های ورزشی رویدادهایی

برای جشن و سرور هستند؛ از جشنواره‌ی بزرگی مثل

بازی‌های المپیک گرفته تا جشن و سرور شب جمعه؛

به مناسبت بازی‌های فوتبال (آمریکایی) دبیرستان و یا



## مراسم جشن خانوادگی به مناسبت بازی های فوتبال کودکان

مدرسه های ابتدایی . در  
تعلیم و تربیت ورزشی ،  
معلمان و دانش آموزان با  
یکدیگر برای تداوم  
جشنواره ها و نیز به منظور تلاش  
مجدانه ، بهبود آشکار در اجرای  
مهارت ها ، و بازی منصفانه ،  
همکاری می کنند . آن ها شعر  
می خوانند ، آذین بندی می کنند ،  
بازیکنان برجسته را برمیگزینند ، از  
مراسم فیلم برداری می کنند و در پایان  
جایزه می دهند .

قابل ذکر است که هیچ کدام از این ابعاد  
ششگانه به طور خاص در تربیت بدنی به کار  
نمی روند . به عبارت دیگر ، در طول ساعات  
درس تربیت بدنی ، به طور معمول به آن ها توجه  
نمی شود ؛ مگر این که از روی برنامه ای از پیش  
طراحی شده ، مثل «مدل آموزشی تعلیم و تربیت  
ورزشی» به اجرا در آیند . معمولاً در برنامه ی درس  
تربیت بدنی ، فعالیت های متنوعی در زمانی کوتاه ارائه  
می شوند . اغلب دانش آموزان نمی دانند زمانی که وارد  
کلاس می شوند ، چه چیزی برای آن ها تدارک دیده شده  
است . در این برنامه های روتین ، در درس های  
متفاوت ، عضویت در تیم ها تغییر می کند . بنابراین ، از  
بُعد پیوستگی و ارتباط دانش آموز با تیم خودش در طول  
فصل ، خبری نیست .

به هر حال ، تعلیم و تربیت ورزشی یک برنامه ی  
تقلیدی و متداول ورزشی که به طور معمول در مدرسه ها  
اجرا می شود ، نیست . مدل تعلیم و تربیت ورزشی از  
چند جهت با برنامه های عادی ورزشی متفاوت است :  
الزام به مشارکت ؛ توسعه ی رقابت مناسب ؛ و نقش های  
متنوع . این سه شرط اساسی ، حتی در صورت هرگونه  
تغییر در برنامه ی آموزشی برای سازگاری با هدف ها ،  
ثابت باقی می ماند .

۱ . الزام به مشارکت : در تعلیم و تربیت ورزشی ،  
تمام دانش آموزان در هر شرایطی در فعالیت ها درگیر

هستند . این شرط ،  
براندازه ی تیم ها (تیم های کوچک استاندارد  
هستند) ، طبیعت رقابت ها (روش حذفی در کار  
نیست) ، خبرگی و دستیابی به اوج مهارت در رشته های  
ورزشی (تمام بازیکنان و تیم ها درگیر هستند) و بالاخره  
زمان و موقعیت بازی (تمام بازیکنان به طور برابر بازی  
می کنند و از فرصت های مساوی برای یادگیری  
برخوردار هستند) تأثیر می گذارد .

۲ . توسعه ی رقابت مناسب : تمام شکل های  
ورزشی که در مدل تعلیم و تربیت ورزشی به کار  
می روند ، متناسب با شرایط و توانایی های دانش آموزان  
وفق داده می شوند و شکل های بازی های بزرگسالان  
مورد استفاده قرار نمی گیرد . بازی های کوچک و  
مناسب برای دانش آموزان ، دارای قوانین و فضای تعدیل  
شده هستند و تجهیزات مورد استفاده ، با شرایط  
دانش آموزان اصلاح شده اند . در حالی که تلاش مجدانه  
و معتدلی برای کسب پیروزی مورد تأکید است ، اما  
فضای اخلاقی قالب بر مدل تعلیم ورزشی بر مشارکت  
و بهبود عملکرد فردی و گروهی تأکید دارد .



## مدل تعلیم و تربیت ورزشی از چند جهت با برنامه‌های عادی ورزشی متفاوت است: الزام به مشارکت؛ توسعه‌ی رقابت مناسب؛ و نقش‌های متنوع

همه‌ی ورزش‌ها، نیاز ندارد، اما در این الگو برنامه‌های متداول مدیریتی، تیم‌های کاری، آموزش هم‌تایان، برنامه‌ریزی مشارکتی، و سازوکارهای موفقیت‌آمیز حل مشکلات، وجود دارند.

۱. برنامه‌های روتین مدیریتی: بدون توجه به الگوی آموزشی، معلمان مؤثر همواره به دانش‌آموزان به دقت آموزش می‌دهند و زمان کافی برای تمرین وظایف روزمره و عادی مدیریت را در اختیارشان می‌گذارند [سایدن تاپ، ۱۹۹۱]. وظایف عادی مدیریت که در اجرای موفقیت‌آمیز الگوی تعلیم و تربیت ورزشی نقش مهمی دارند و از محیط خانه به فضای تیم منتقل می‌شوند، عبارتند از:

- وظایف اولیه که اغلب مربوط به تمرین مهارت‌ها در درون تیم‌ها در فضای ورزشی یا میدان ورزشی می‌شوند.

- زمانبندی رقابت‌ها به طوری که با صدای زنگ شروع می‌شوند و خاتمه می‌یابند.

- تعیین زمان انتقال یا جابه‌جایی بین رقابت‌کنندگان، داوران و وقت نگهداران و منشیان (نوعاً وظایف نسبت داده شده به مدیران تیم‌ها و سرمربیان)

- وظایف و کارهای منشیان شامل تحویل رکوردها و یا امتیازات به سرمربیان و مسؤول آمار. سپس مسؤول آمار رکوردها را جمع‌آوری، تنظیم و تدوین می‌کند و در نهایت آن‌ها را برای جلسات بعدی کلاس به هنگام می‌سازد.

۲. تیم‌های کاری: بسیاری از کاربردهای موفقیت‌آمیز الگوی تعلیم و تربیت ورزشی مربوط به مفهوم «تیم‌های کاری» است. یک کلاس عادی با ۲۴ تا ۳۲ دانش‌آموز، به سه تیم تقسیم می‌شود. در جدول زمانبندی رقابت‌های ورزشی، همواره دو تیم با هم رقابت می‌کنند، در حالی که اعضای تیم سوم وظایف مدیریتی مسابقه را از قبیل داوری و منشی‌گری، به عهده می‌گیرند. برای مثال، در یک رقابت سه به سه والیبال، هر تیم کلاسی باید سه عضو داشته باشد و رقابت‌ها باید ۸ تا ۱۰ دقیقه طول بکشند. زمانی که تیم‌های (۱) و (۲) مشغول بازی هستند، تیم شماره ۳ (مسؤولیت داوری و ثبت امتیازات را به عهده دارد. در رقابت بعدی، تیم شماره ۳ (به زمین می‌آید و تیم بازنده وظیفه‌ی مدیریت مسابقه را به عهده می‌گیرد.

۳. آموزش هم‌تایان: الگوی تعلیم و تربیت

### ۳. نقش‌های

متنوع: در تعلیم و تربیت

ورزشی، دانش‌آموزان نقش‌های متنوعی را

تمرین می‌کنند، در حالی که در برنامه‌ی ورزشی عادی و معمول در مدرسه، آن‌ها فقط مجری دستورات معلم هستند. در تعلیم و تربیت ورزشی، دانش‌آموزان نه تنها نقش مجری را انجام می‌دهند، بلکه به عنوان داور، و منشی (ثبت‌کننده امتیازات)، در هر رشته‌ی ورزشی ایفای نقش می‌کنند. سایر نقش‌های مهم از قبیل: مربی، مدیر تیم، مربی آمادگی جسمانی، آمارگر، مسؤول روابط عمومی و عضو هیأت ورزشی، در طول فصل به دانش‌آموزان سپرده می‌شود. از ایفای این نقش‌ها توسط دانش‌آموزان، چندین نتیجه و دستاورد مهم به دست می‌آید. همین‌طور که دانش‌آموزان نقش‌ها را یاد می‌گیرند، در برابر تجربه‌های ورزشی خودشان احساس مسؤولیت بیش‌تری می‌کنند. همچنین، دانش‌کسب می‌کنند و دیدگاه خود را چنان رشد می‌دهند که آمادگی شرکت در ورزش بزرگسالان را به دست می‌آورند.

### خصوصیات آموزشی الگوی تعلیم و تربیت ورزشی

اجرای موفقیت‌آمیز الگوی تعلیم و تربیت ورزشی، بر چند ویژگی یا خصوصیت آموزشی مبتنی است. درحالی‌که اجرای این الگو به هیچ شکل خاص آموزشی را در سطوح متفاوت، توسط همه‌ی معلمان و برای

ورزشی، بر مربیگری تعدادی از دانش آموزان بر سایر اعضای تیم شان متکی است. در این شیوه، برخی از دانش آموزان که توانایی به عهده گرفتن نقش مربیگری را دارند، به هم تیمی هایشان آموزش می دهند و جلسات تمرین مهارت های ورزشی را هدایت می کنند. آموزش همتایان به شکل واقعی خود به اجرا در می آید، چرا که تمام اعضای تیم در حال تلاش برای رسیدن به یک هدف مشترک هستند و تحقق آن بستگی به عملکرد صحیح و کارآمدی همه ی اعضای تیم دارد. شواهد و مدارک نشان می دهد، دانش آموزان به بعد آموزش این الگو به همتایان، علاقه دارند و معلمان آن را ارزشمند می دانند؛ چرا که نتایج به دست آمده از آن چشمگیر است.

۴. برنامه ریزی مشارکتی: مربیان (دانش آموزان مربی) به منظور آماده کردن اعضای تیم برای مسابقه برنامه ریزی می کنند. اعضای تیم ها درباره ی مهارت ها و راهبردهایی که قرار است در طول فصل مورد استفاده قرار گیرند به بحث و گفت و گو می پردازند، برای تیمشان اسم می گذارند و حتی گاه رنگ لباس تیم را انتخاب می کنند. تمام این کارها به برنامه ریزی مشارکتی نیاز دارند. اغلب معلمان با مربیان درباره ی شیوه های برگزاری جلسات برنامه ریزی، به گونه ای که به شکلی مطلوب و موفقیت آمیز اداره می شود، بحث و گفت و گو می کنند.

۵. سازوکارهای حل مشکل: در طول یک فصل ورزشی، زمانی که دانش آموزان در کنار یکدیگر فعالیت می کنند، مشکلاتی به وجود می آید. مشکلات ابتدا در درون تیم ها و سپس هنگام مسابقات بین تیم ها بروز می کنند. سازوکار حل مشکل برای مدل تعلیم و تربیت ورزشی بسیار ضروری بوده و جنبه ی مهمی از آن را تشکیل می دهد. دانش آموزان برای واکنش نشان دادن به تصمیمات داور، باید آموزش ببینند و این رفتارها باید تقویت شوند. در این خصوص، چندین سازوکار مناسب وجود دارد که عبارتند از: پاداش به بازی منصفانه و ارائه ی کارت زرد و قرمز به متخلفان. برای کودکان، سازوکارهای ساده تری از قبیل «برابر و نابرابر» و یا «کاغذ، قیچی، سنگ» برای حل دعوای درون تیم ها و بین تیم ها وجود دارد. در اکثر دبیرستان های استرالیا و نیوزیلند، برای حل مشکلات درون و بین تیم ها، از هیأت حل اختلاف ورزشی که اعضای آن از خود دانش آموزان تشکیل شده است، کمک می گیرند.

### هدف های کلی و هدف های عینی

تعلیم و تربیت ورزشی دارای سه هدف اصلی و کمی است. این الگو به دنبال کمک به دانش آموزان برای کسب این ویژگی هاست: ۱. شایسته و کارآمد شدن؛ ۲. با سواد و با معلومات شدن؛ ۳. اشخاصی مشتاق و علاقه مند به ورزش شدن [سایدن تاپ، ۱۹۹۴].

فرد شایسته و کارآمد ورزشی، مهارت های خود را به طور شایسته ای توسعه و بهبود می بخشد و راهبردهای مناسبی را برای بازی های پیچیده، به طوری که به عنوان بازیکنی آگاه و ماهر در طول جریان بازی مشارکت داشته باشد، به کار می بندد. در مقایسه با رویکرد درس تربیت بدنی که به طور معمول در مدرسه ها تدریس می شود، تعلیم و تربیت ورزشی بر استفاده از راهبرد بازی بیش از اجرا و تمرین مهارت های ورزشی به شکلی مجزا از یکدیگر، تأکید می کند. اغلب از بازی هایی با تعداد معدودی شرکت کننده (مثلاً در بسکتبال، در هر تیم به جای ۵ نفر، ۳ نفر بازی می کنند) بهره می گیرند و از آموزش



## در اکثر دبیرستان‌های استرالیا و نیوزیلند، برای حل مشکلات درون و بین تیم‌ها، از هیأت حل اختلاف ورزشی که اعضای آن از خود دانش‌آموزان تشکیل شده است، کمک می‌گیرند

دانش‌آموزان می‌توانند به هدف‌های عینی زیر نائل شوند:

- توسعه‌ی مهارت‌ها و آمادگی جسمانی تخصصی در ورزش‌های ویژه.
- توانایی اجرای بازی‌های راهبردی در ورزش.
- مشارکت در سطحی متناسب با میزان رشد توانایی‌هایشان.
- سهیم شدن در برنامه‌ریزی و مدیریت تجربه‌های ورزشی‌شان.
- عرضه‌ی رهبری مسؤولانه.
- کار مؤثر و اثربخش در

- درون تیم برای رسیدن به یک هدف مشترک.
- تقدیر از آسودگی و راحتی که ورزش به ارمغان می‌آورد.
- توسعه‌ی قابلیت‌هایی که به اتخاذ تصمیمات منطقی درباره‌ی موضوعات و مسائل ورزشی می‌انجامد.
- تقدیر و شناخت آداب، رسوم و تشریفات مخصوصی که به ورزش معنای یگانه‌ای می‌دهد.
- توسعه و کاربرد دانش قضاوت، داوری و آموزش.
- تصمیم‌آزادانه و اختیاری به شرکت در جامعه‌ی ورزشی و ورزش پس از مدرسه.

طبق مدارک و شواهد معتبر، این هدف‌ها در موقعیت‌های گوناگون در بسیاری از سطوح تربیت بدنی تحقق‌پذیر هستند. اما برنامه‌ها به تغییر در رویکرد کاری نیاز دارند و لازم است که دست‌آزاده‌ی تربیت بدنی به شیوه معمول بردارند.

منابع.....  
SIEDENTOP DARYL. "What is sport Education and How Does it Work?" Vol. 69 No.4.JOPERD. April 1998.



تدریجی مهارت‌ها و راهبردهای پیچیده، توأمآ استفاده می‌شود. یک فصل فوتبال ممکن است با فوتبال یک‌به‌یک که در آن تأکید بر دریبل، تکل، (گلاویز شدن) شوت و دفاع است، آغاز شود. سپس به دنبال آن، بازی فوتبال دوبه‌دو که بر مهارت‌های عبور کردن (جاگذاشتن)، حيله و گول زدن حریف، علاوه بر چند مهارت ذکر شده در بازی یک‌به‌یک، تأکید می‌شود. همچنین، دو تاکتیک تعادل و دفاع پشت سر هم (دفاع

حمایتی) به آن‌ها معرفی می‌شود. در ادامه، به مسابقه‌ی فوتبال سه‌به‌سه و چهار‌به‌چهار می‌پردازند که تمرکز آن‌ها بر حمله‌ی مثلثی، دفاع حمایتی و چرخش بازیکنان در زمین است.

فرد دارای سواد و معلومات ورزشی از آداب، سنن، قوانین و تشریفات ورزشی آگاهی دارد و برای آن‌ها ارزش قائل است. او یاد می‌گیرد که بین اعمال خوب و بد ورزشی تفاوت قائل شود و همواره در حال توسعه و بهبود عملکردهای ورزشی خود بر اساس همین دانش‌ها و آگاهی است. نظیر چنین افرادی در جامعه‌ی ورزش بزرگسالان به ندرت دیده می‌شود. و سرانجام، این هدف، یعنی باسواد شدن دانش‌آموزان، بهترین دستاوردی است که آن‌ها از طریق شرکت در الگوی تعلیم ورزشی تجربه می‌کنند.

فرد مشتاق و علاقه‌مند به ورزش، در فعالیت‌های ورزشی به عنوان بخشی از فعالیت‌های جسمانی یک زندگی فعال شرکت می‌کند. چنین شخصی مدافع، حافظ و ارتقا دهنده‌ی فرهنگ ورزش تا جایی است که در دسترس همگان قرار گیرد.

از طریق شرکت در تعلیم و تربیت ورزشی،