

بررسی نقش مربیان تربیت بدنی در ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان مدارس دخترانه

صغری رحمتی - پژوهشگر و مربی تربیت بدنی

چکیده

سواد حرکتی به‌عنوان یکی از مفاهیم کلیدی در نظام‌های آموزشی نوین، نقشی بنیادین در شکل‌گیری سبک زندگی فعال و سالم دانش‌آموزان ایفا می‌کند. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه میان استفاده از مربیان تربیت بدنی و ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر انجام شده است. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش، توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه و مربیان تربیت بدنی شاغل در مدارس می‌باشد. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که بین دانش تخصصی مربیان تربیت بدنی و سطح سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، مربیانی که خود از سطح بالاتری از سواد حرکتی برخوردار هستند، در انتقال مؤلفه‌های سواد حرکتی به دانش‌آموزان موفق‌تر عمل می‌کنند. با این حال، پژوهش‌ها حاکی از آن است که در کلاس‌های تربیت بدنی، تنها دو مؤلفه از مؤلفه‌های سواد حرکتی یعنی شایستگی حرکتی و انگیزش به‌طور جدی توسعه می‌یابند و مؤلفه‌های دانش و درک از فعالیت‌های بدنی و آگاهی از مزایای سلامتی کمتر مورد توجه قرار می‌گیرند. علاوه‌براین، تفاوت‌های جنسیتی در سواد حرکتی نشان می‌دهد که دختران به‌طور معناداری سطوح پایین‌تری از سواد حرکتی ادراک‌شده را نسبت به پسران گزارش می‌کنند. این امر ضرورت توجه ویژه به طراحی برنامه‌های مداخله‌ای متناسب با نیازهای دختران را بیش از پیش آشکار می‌سازد. پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های توانمندسازی مربیان تربیت بدنی با تمرکز بر روش‌های نوین آموزشی و ارتقای سواد حرکتی خود مربیان، در دستور کار قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: سواد حرکتی، مربیان تربیت بدنی، دانش‌آموزان دختر، شایستگی حرکتی، انگیزش، تفاوت‌های جنسیتی.

۱. مقدمه

در دهه‌های اخیر، مفهوم سواد حرکتی (Physical Literacy) به‌عنوان یکی از محورهای اساسی برنامه‌های درسی تربیت بدنی در بسیاری از کشورهای جهان مورد توجه قرار گرفته است. سواد حرکتی فراتر از صرفاً توانایی انجام مهارت‌های ورزشی است و به‌عنوان یک مفهوم کل‌نگر، شامل انگیزه، اعتمادبه‌نفس، شایستگی جسمانی، دانش و درک از مشارکت در فعالیت‌های بدنی در طول زندگی تعریف می‌شود. به‌عبارت دیگر، سواد حرکتی توسعه مهارت‌های بنیادین حرکتی و ورزشی است که به کودک اجازه می‌دهد با انگیزه، اعتمادبه‌نفس و کنترل، در طیف وسیعی از فعالیت‌های بدنی و موقعیت‌های ورزشی مشارکت کند.

در این میان، مدرسه به‌عنوان مهم‌ترین بستر نهاده‌سازی رفتارهای حرکتی، نقشی بی‌بدیل در ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. در قلب این نظام، مربیان تربیت بدنی به‌عنوان عاملان اصلی اجرای برنامه‌های درسی، نقش محوری در شکل‌گیری و توسعه سواد حرکتی دانش‌آموزان دارند. پژوهش‌های متعدد نشان داده است که کیفیت تعامل مربی با دانش‌آموزان، میزان دانش تخصصی او، و توانایی او در به‌کارگیری روش‌های نوین آموزشی، تأثیر مستقیمی بر میزان یادگیری و توسعه مهارت‌های حرکتی دانش‌آموزان دارد.

با این حال، آنچه مسئله پژوهش حاضر را ضروری می‌سازد، توجه به گروه خاص دانش‌آموزان دختر است. شواهد پژوهشی حاکی از آن است که دختران در مقایسه با پسران، سطوح پایین‌تری از سواد حرکتی ادراک‌شده را گزارش می‌کنند. همچنین، دختران نمرات پایین‌تری در شایستگی حرکتی ادراک‌شده و اعتمادبه‌نفس در زمینه فعالیت‌های بدنی دارند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که دختران نیازمند توجه ویژه و رویکردهای آموزشی متناسب با ویژگی‌های خود هستند. در این راستا، نقش مربی تربیت بدنی به‌عنوان یک عامل کلیدی در کاهش این شکاف و ارتقای سواد حرکتی دختران، از اهمیت دوچندانی برخوردار می‌شود.

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه میان استفاده از مربیان تربیت بدنی (شامل دانش تخصصی، سطح سواد حرکتی مربی، و روش‌های آموزشی به‌کارگرفته‌شده توسط آن‌ها) با ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر است. این پژوهش در پی پاسخ به این پرسش اساسی است که آیا حضور و عملکرد مربیان تربیت بدنی می‌تواند به‌عنوان یک عامل مؤثر در بهبود سطوح سواد حرکتی دختران عمل کند و اگر چنین است، از چه مکانیسم‌هایی این تأثیر تحقق می‌یابد؟

سواد حرکتی به عنوان یک مفهوم چندبعدی، شامل مؤلفه‌های گوناگونی است که در تعامل با یکدیگر، زمینه‌ساز مشارکت پایدار و مؤثر در فعالیت‌های بدنی در طول زندگی می‌شوند. بر اساس تعاریف ارائه شده در منابع معتبر، سواد حرکتی ترکیبی از چهار مؤلفه اصلی است: (۱) شایستگی حرکتی (توانایی انجام مهارت‌های بنیادین و ورزشی)، (۲) انگیزش (تمایل درونی برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی)، (۳) اعتماد به نفس (باور به توانایی‌های خود در زمینه حرکتی)، و (۴) دانش و درک (آگاهی از فواید فعالیت بدنی و نحوه مشارکت ایمن و مؤثر در آن).

این چهار مؤلفه به طور هم‌زمان و در تعامل با یکدیگر، سواد حرکتی یک فرد را تشکیل می‌دهند. به عبارت دیگر، صرفاً داشتن مهارت‌های حرکتی بدون انگیزه و اعتماد به نفس کافی برای به کارگیری آن‌ها، یا داشتن دانش نظری بدون توانایی عملی، نمی‌تواند به عنوان سواد حرکتی کامل تلقی شود. سواد حرکتی فرایندی پویا است که در طول زندگی و در تعامل با محیط، شکل می‌گیرد و توسعه می‌یابد.

۲-۲. نقش مربیان تربیت بدنی در توسعه سواد حرکتی

مربیان تربیت بدنی به عنوان متخصصان یادگیری حرکتی، نقش‌های متعددی در فرایند توسعه سواد حرکتی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند. نخست، آن‌ها با طراحی و اجرای برنامه‌های درسی مناسب، زمینه را برای توسعه مهارت‌های بنیادین حرکتی فراهم می‌آورند. دوم، با ارائه بازخوردهای مؤثر و به موقع، به اصلاح الگوهای حرکتی دانش‌آموزان کمک می‌کنند. سوم، با ایجاد محیطی حمایت‌گرا و انگیزش‌بخش، اعتماد به نفس و انگیزه دانش‌آموزان را برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی تقویت می‌نمایند. چهارم، با انتقال دانش و آگاهی درباره فواید فعالیت بدنی، درک دانش‌آموزان را از اهمیت سبک زندگی فعال افزایش می‌دهند.

پژوهش‌ها نشان داده است که مربیانی که خود از سطح بالاتری از سواد حرکتی برخوردار هستند، به عنوان الگوهای رفتاری مؤثرتری برای دانش‌آموزان عمل می‌کنند. مطالعه‌ای که بر روی ۸۱ معلم تربیت بدنی انجام شد، نشان داد که اکثر معلمان (۴۹/۴ درصد) نمرات سواد حرکتی خوبی (بیش از ۸۰ از ۱۰۰) کسب کرده‌اند. همچنین، معلمانی که شاخص توده بدنی (BMI) نرمال دارند و به دانش‌آموزان پایه‌های بالاتر آموزش می‌دهند، به طور معناداری نمرات سواد حرکتی بالاتری دارند.

با این حال، پژوهش‌ها همچنین نشان می‌دهد که در کلاس‌های تربیت بدنی، تنها دو مؤلفه از چهار مؤلفه سواد حرکتی یعنی شایستگی حرکتی و انگیزش به طور جدی توسعه می‌یابند. مؤلفه‌های دانش و درک از فعالیت‌های بدنی و آگاهی از مزایای سلامتی، و همچنین راه‌های کاهش زمان بی‌حرکی و ترویج عادات روزانه، بسیار کم‌تر یا اصلاً مورد توجه قرار نمی‌گیرند. این یافته نشان می‌دهد که گرچه مربیان تربیت بدنی سواد حرکتی را به عنوان یک مفهوم کل‌نگر برای توسعه توانایی‌ها و دانش حرکتی فرد درک می‌کنند، اما در عمل، اجرای جامع همه مؤلفه‌های آن با چالش‌هایی مواجه است.

۲-۳. تفاوت‌های جنسیتی در سواد حرکتی

یکی از یافته‌های مهم پژوهش‌های معاصر، وجود تفاوت‌های معنادار جنسیتی در سطوح سواد حرکتی است. مطالعه‌ای که بر روی نوجوانان اسپانیایی انجام شد، نشان داد که پسران در تمام شاخص‌های سواد حرکتی ادراک شده، نمرات بالاتری نسبت به دختران کسب کرده‌اند. تحلیل‌های آماری نشان داده است که دختران به طور معناداری ارتباط ضعیف‌تری با سواد حرکتی ادراک شده دارند (ضریب بتا = -۱/۲۴ - با فاصله اطمینان ۹۵٪ از -۱/۹۳ تا -۰/۵۵).

این تفاوت‌ها در حوزه شایستگی حرکتی ادراک شده نیز مشاهده می‌شود. پسران شایستگی ورزشی ادراک شده به طور معنادار بالاتری دارند، در حالی که دختران اعتماد به نفس پایین‌تری در زمینه فعالیت‌های بدنی گزارش می‌کنند. این یافته‌ها حاکی از آن است که دختران در معرض خطر بیشتری برای قرار گرفتن در سطوح پایین‌تر سواد حرکتی هستند و این امر ضرورت طراحی برنامه‌های مداخله‌ای ویژه برای این گروه را آشکار می‌سازد.

در این راستا، مداخلات مبتنی بر مدرسه که توسط معلمان آموزش دیده اجرا می‌شوند، می‌توانند نقش مؤثری در بهبود شایستگی مهارت‌های بنیادین دختران نوجوان ایفا کنند. پژوهش‌ها نشان داده است که معلمانی که به درستی در زمینه ارزیابی معتبر و آموزش دانش‌آموز-محور آموزش دیده‌اند، می‌توانند به طور معناداری شایستگی مهارت‌های بنیادین دختران را بهبود بخشند. بنابراین، آموزش جامع معلمان باید به عنوان یک مؤلفه اساسی در مداخلات مبتنی بر مدرسه در نظر گرفته شود.

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است که با هدف بررسی رابطه میان استفاده از مربیان تربیت بدنی و ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر انجام شده است.

جامعه آماری: جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه و مربیان تربیت بدنی شاغل در مدارس می‌باشد.

نمونه و روش نمونه‌گیری: نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام خواهد شد. بدین صورت که از میان مناطق آموزشی، چند منطقه به صورت تصادفی انتخاب شده و سپس از هر منطقه، چند مدرسه و از هر مدرسه، تعدادی دانش‌آموز و مربی به عنوان نمونه انتخاب می‌گردند.

ابزارهای پژوهش: برای گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده خواهد شد:

۱. پرسشنامه سواد حرکتی ادراک‌شده (PPLI) برای دانش‌آموزان

۲. پرسشنامه سنجش دانش تخصصی مربیان تربیت بدنی

۳. پرسشنامه سنجش سواد حرکتی مربیان

۴. چک‌لیست مشاهده کلاس درس برای ارزیابی روش‌های آموزشی مربیان

روش تحلیل داده‌ها: داده‌های جمع‌آوری‌شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS و با به کارگیری آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه و تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) تحلیل خواهند شد.

۴. یافته‌های پژوهش

۴-۱. رابطه دانش تخصصی مربیان با سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر

یافته‌های پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که بین دانش تخصصی مربیان تربیت بدنی و سطح سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در مطالعه‌ای که با رویکرد کیفی و با مصاحبه از ۱۴ نفر از متخصصان حوزه تربیت بدنی انجام شد، ۵۲ کد باز شناسایی و به ۱۰ مضمون محوری دسته‌بندی گردید. این مضامین در سه بعد اصلی شامل "ابعاد مربوط به تسهیلات ورزشی"، "ابعاد مربوط به دانش معلمان تربیت بدنی" و "ابعاد مربوط به سواد حرکتی دانش‌آموزان" قرار گرفتند.

نتایج این پژوهش نشان داد که مضمون فراگیر دانش تخصصی معلمان با ضریب اهمیت ۲۵، بالاترین ضریب اهمیت را در میان مؤلفه‌های مؤثر بر سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر به خود اختصاص داده است. این یافته به وضوح نشان می‌دهد که دانش تخصصی مربی، مهم‌ترین عامل پیش‌بینی‌کننده سطح سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر محسوب می‌شود. به عبارت دیگر، هرچه مربی از دانش تخصصی بالاتری در زمینه اصول یادگیری حرکتی، بیومکانیک، روش‌های تدریس و ارزیابی برخوردار باشد، توانایی بیشتری در ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر خواهد داشت.

۴-۲. رابطه سواد حرکتی مربی با سواد حرکتی دانش‌آموزان

یکی دیگر از یافته‌های مهم، رابطه مثبت میان سطح سواد حرکتی خود مربی و میزان موفقیت او در انتقال مؤلفه‌های سواد حرکتی به دانش‌آموزان است. پژوهش‌ها نشان داده است که مربیانی که خود از سطح بالاتری از سواد حرکتی برخوردار هستند، می‌توانند به عنوان الگوهای رفتاری مؤثرتری برای دانش‌آموزان عمل کنند.

بر اساس مطالعه‌ای که بر روی ۸۱ معلم تربیت بدنی انجام شد، اکثر معلمان (۴۹/۴ درصد) نمرات سواد حرکتی خوبی (بیش از ۸۰ از ۱۰۰) کسب کرده‌اند. همچنین، تحلیل همبستگی نشان داد که با کاهش شاخص توده بدنی (BMI)، نمرات سواد حرکتی افزایش می‌یابد. $r = 0.247, p < 0.05$. (این یافته نشان می‌دهد که سلامت جسمانی خود مربی نیز می‌تواند بر کیفیت آموزش او تأثیرگذار باشد).

با این حال، پژوهش‌ها نشان داده است که برخی از معلمان تربیت بدنی در مؤلفه‌های سواد حرکتی نتایج ضعیف‌تری نسبت به دانش‌آموزان ۱۲ ساله نشان داده‌اند. این یافته نگران‌کننده حاکی از آن است که در برخی موارد، سطح سواد حرکتی مربیان برای ایفای نقش الگویی کافی نیست و نیاز به توانمندسازی بیشتر در این زمینه وجود دارد.

۳-۴. شکاف بین درک نظری و اجرای عملی سواد حرکتی در کلاس درس

یکی از چالش‌های اساسی که پژوهش‌ها آشکار ساخته‌اند، شکاف میان درک نظری مربیان از مفهوم سواد حرکتی و اجرای عملی آن در کلاس درس است. مصاحبه‌های انجام‌شده با معلمان تربیت بدنی نشان داد که آن‌ها سواد حرکتی را به‌عنوان یک مفهوم کل‌نگر برای توسعه توانایی‌ها و دانش حرکتی فرد درک می‌کنند. با این حال، مشاهدات کلاس‌های تربیت بدنی نشان داد که تنها دو مؤلفه از چهار مؤلفه سواد حرکتی یعنی شایستگی حرکتی و انگیزش به‌طور جدی در کلاس‌ها توسعه می‌یابند.

مؤلفه‌های دانش و درک از فعالیت‌های بدنی و مزایای سلامتی مرتبط با آن، و همچنین راه‌های کاهش زمان بی‌حرکتی و ترویج عادات روزانه، بسیار کم‌تر یا اصلاً در کلاس‌های تربیت بدنی مورد توجه قرار نمی‌گیرند. این یافته با سایر پژوهش‌ها که بر چالش‌های آموزش در زمینه حفظ انگیزه درونی و کاهش رفتارهای کم‌تحرک در مدارس تأکید دارند، همسو است.

این شکاف نشان می‌دهد که توسعه جامع سواد حرکتی دانش‌آموزان نه تنها به درک خوبی از مفهوم سواد حرکتی و تلاش قابل‌توجه از سوی معلمان نیاز دارد، بلکه به روش‌های جدید و خلاقانه تدریس نیز نیازمند است.

۴-۴. تفاوت‌های جنسیتی در تأثیرپذیری از مداخلات آموزشی

پژوهش‌ها نشان داده است که مداخلات آموزشی مبتنی بر سواد حرکتی، تأثیرات متفاوتی بر دختران و پسران دارند. در یک مطالعه مداخله‌ای مبتنی بر مدرسه که ۴۶٪ از شرکت‌کنندگان آن را دختران تشکیل می‌دادند، گروه آزمون سطح بالاتری از سواد حرکتی کلی را نشان داد، اما دختران در مقایسه با پسران، بهبود کمتری نسبت به گروه کنترل نشان دادند (۲/۷۸+ در مقابل ۱/۷۶+).

این یافته نشان می‌دهد که گرچه مداخلات مبتنی بر سواد حرکتی برای هر دو جنس مؤثر هستند، اما دختران ممکن است نیازمند رویکردهای آموزشی متناسب‌تری باشند. این امر با یافته‌های دیگر پژوهش‌ها که نشان می‌دهد پسران نمرات به‌طور معناداری بالاتری نسبت به دختران در سواد حرکتی کسب می‌کنند (۱۶/۷ در مقابل ۱۴/۵)، همسو است.

سواد حرکتی به‌عنوان یک فرایند پویا، می‌تواند برای تقویت اهمیت گنجاندن این مفهوم در برنامه‌ریزی درسی تربیت بدنی با تمرکز بر تفاوت‌های جنسیتی مفید واقع شود. این یافته‌ها ضرورت توجه به جنسیت در طراحی و اجرای برنامه‌های ارتقای سواد حرکتی را آشکار می‌سازد.

۵. بحث و تفسیر

یافته‌های پژوهش حاضر و پژوهش‌های پیشین به‌وضوح نشان می‌دهد که رابطه معناداری میان استفاده از مربیان تربیت بدنی و ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر وجود دارد. این رابطه از مجرای چندین مکانیسم متفاوت تحقق می‌یابد که در ادامه به بحث درباره هر یک پرداخته می‌شود.

۱-۵. دانش تخصصی مربی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده اصلی سواد حرکتی

یافته‌ای که دانش تخصصی مربی را با ضریب اهمیت ۲۵ به‌عنوان مهم‌ترین عامل مؤثر بر سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر معرفی می‌کند، از اهمیت بسزایی برخوردار است. این یافته نشان می‌دهد که صرفاً حضور یک مربی در کلاس تربیت بدنی کافی نیست، بلکه کیفیت دانش تخصصی او تعیین‌کننده اصلی میزان اثربخشی آموزش است.

دانش تخصصی مربی شامل آگاهی از اصول یادگیری حرکتی، مراحل رشد حرکتی، روش‌های صحیح اجرای مهارت‌ها، اصول بیومکانیک، و راهبردهای مؤثر آموزش و بازخورد می‌شود. مربیانی که از این دانش برخوردار هستند، می‌توانند برنامه‌های درسی را به‌گونه‌ای طراحی کنند که با نیازها و ویژگی‌های رشدی دانش‌آموزان دختر هماهنگ باشد. آن‌ها همچنین می‌توانند بازخوردهای دقیق‌تر و مؤثرتری ارائه دهند و خطاهای حرکتی را در مراحل اولیه شناسایی و اصلاح کنند.

این یافته با نتایج پژوهش‌های دیگر که بر اهمیت آموزش معلمان در زمینه ارزیابی معتبر و آموزش دانش‌آموز-محور تأکید دارند، همسو است. به عبارت دیگر، سرمایه‌گذاری در آموزش و توانمندسازی مربیان تربیت بدنی، یکی از مؤثرترین راه‌ها برای ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر محسوب می‌شود.

۵-۲. نقش الگویی مربی و تأثیر سواد حرکتی خود مربی

یافته‌های مربوط به رابطه بین سواد حرکتی خود مربی و موفقیت او در انتقال این مفهوم به دانش‌آموزان، بر اهمیت "الگوسازی" در فرایند یادگیری تأکید دارد. مربیانی که خود از سطح بالایی از سواد حرکتی برخوردار هستند، نه تنها از نظر دانش نظری، بلکه از نظر عملی نیز می‌توانند الگوی مناسبی برای دانش‌آموزان باشند.

این موضوع به‌ویژه برای دانش‌آموزان دختر از اهمیت بیشتری برخوردار است، زیرا پژوهش‌ها نشان داده است که دختران اعتماد به نفس پایین‌تری در زمینه فعالیت‌های بدنی دارند. مشاهده یک مربی زن که خود از سطح بالایی از سواد حرکتی برخوردار است و با اعتماد به نفس و اشتیاق در فعالیت‌های بدنی مشارکت می‌کند، می‌تواند تأثیر مثبتی بر خودپنداره حرکتی دختران داشته باشد و انگیزه آن‌ها را برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی افزایش دهد.

با این حال، یافته‌ای که نشان می‌دهد برخی از معلمان تربیت بدنی در مؤلفه‌های سواد حرکتی نتایج ضعیف‌تری نسبت به دانش‌آموزان ۱۲ ساله دارند، زنگ خطری برای نظام آموزش و پرورش است. این یافته نشان می‌دهد که در کنار توجه به دانش تخصصی مربیان، باید به سواد حرکتی خود آن‌ها نیز توجه شود و برنامه‌های توانمندسازی در این زمینه طراحی و اجرا گردد.

۵-۳. شکاف نظر-عمل و چالش‌های اجرایی

یکی از مهم‌ترین چالش‌هایی که پژوهش‌ها آشکار ساخته‌اند، شکاف میان درک نظری مربیان از مفهوم سواد حرکتی و اجرای عملی آن در کلاس درس است. این شکاف نشان می‌دهد که گرچه مربیان از نظر نظری با مفهوم سواد حرکتی و ابعاد آن آشنایی دارند، اما در عمل، به دلایل مختلف از جمله محدودیت‌های زمانی، فشار برنامه‌های درسی، کمبود تجهیزات، و نبود روش‌های ارزیابی مناسب، نمی‌توانند همه مؤلفه‌های سواد حرکتی را به‌طور جامع در کلاس درس پوشش دهند.

توسعه تنها دو مؤلفه (شایستگی حرکتی و انگیزش) و غفلت از مؤلفه‌های دانش و درک و آگاهی از مزایای سلامتی، می‌تواند پیامدهای جدی در بلندمدت داشته باشد. دانش‌آموزانی که صرفاً مهارت‌های حرکتی را یاد می‌گیرند اما از درک کافی از فواید فعالیت بدنی و راه‌های حفظ سبک زندگی فعال برخوردار نیستند، ممکن است پس از ترک مدرسه، مشارکت خود در فعالیت‌های بدنی را کاهش دهند.

برای پر کردن این شکاف، نیاز به روش‌های جدید و خلاقانه تدریس است که بتواند همه مؤلفه‌های سواد حرکتی را به‌طور هم‌زمان توسعه دهد. همچنین، توسعه ابزارهای ارزیابی جامع‌تر که بتواند همه ابعاد سواد حرکتی را اندازه‌گیری کند، از ضروریات این حوزه محسوب می‌شود.

۵-۴. ضرورت رویکردهای جنسیت‌محور

تفاوت‌های معنادار جنسیتی در سطوح سواد حرکتی و نیز تفاوت در میزان تأثیرپذیری دختران و پسران از مداخلات آموزشی، ضرورت طراحی رویکردهای جنسیت‌محور را آشکار می‌سازد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که رویکردهای یکسان آموزشی برای دختران و پسران، نمی‌تواند به نتایج یکسانی منجر شود و دختران ممکن است نیازمند رویکردهای متناسب‌تری باشند.

پژوهش‌ها نشان داده است که مربیانی که تفاوت‌های جنسیتی را درک می‌کنند و برای هر گروه تنظیمات فردی انجام می‌دهند، در ارتقای سواد حرکتی موفق‌تر هستند. این تنظیمات می‌تواند شامل تغییر در نوع فعالیت‌ها، روش‌های تشویق و ترغیب، نحوه ارائه بازخورد، و ایجاد فضای امن و حمایت‌گرا برای دختران باشد.

همچنین، پژوهش‌ها نشان داده است که تلفیق رویکردهای فعال‌گرایانه با روش‌های آموزش بازی‌محور می‌تواند به‌طور مؤثری موانع مرتبط با جنسیت را در مشارکت در بازی‌ها کاهش دهد و بهبود معناداری در مشارکت دختران ایجاد کند. این یافته‌ها حاکی از آن است که نوآوری در روش‌های تدریس، می‌تواند نقش مهمی در کاهش شکاف جنسیتی در سواد حرکتی ایفا کند.

۶. نتیجه‌گیری و پیشنهادها

۶-۱. نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه میان استفاده از مربیان تربیت بدنی و ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر انجام شد. یافته‌های این پژوهش و مرور پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که:

۱. بین دانش تخصصی مربیان تربیت بدنی و سطح سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. دانش تخصصی مربی به‌عنوان مهم‌ترین عامل پیش‌بینی‌کننده سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر شناسایی شده است.

۲. مربیانی که خود از سطح بالاتری از سواد حرکتی برخوردار هستند، در انتقال مؤلفه‌های سواد حرکتی به دانش‌آموزان موفق‌تر عمل می‌کنند و می‌توانند به‌عنوان الگوهای رفتاری مؤثر عمل نمایند.

۳. با وجود درک نظری مناسب مربیان از مفهوم سواد حرکتی، در عمل تنها دو مؤلفه (شایستگی حرکتی و انگیزش) به‌طور جدی در کلاس‌های تربیت بدنی توسعه می‌یابند و مؤلفه‌های دانش و درک و آگاهی از مزایای سلامتی کمتر مورد توجه قرار می‌گیرند.

۴. تفاوت‌های جنسیتی معناداری در سطوح سواد حرکتی وجود دارد و دختران به‌طور کلی سطوح پایین‌تری از سواد حرکتی ادراک‌شده را نسبت به پسران گزارش می‌کنند. این امر ضرورت طراحی برنامه‌های مداخله‌ای ویژه دختران را آشکار می‌سازد.

۵. مداخلات آموزشی مبتنی بر سواد حرکتی برای هر دو جنس مؤثر هستند، اما دختران ممکن است نیازمند رویکردهای آموزشی متناسب‌تری باشند.

۶-۲. پیشنهادهای کاربردی

بر اساس یافته‌های پژوهش، پیشنهادهای زیر ارائه می‌شود:

۱. توانمندسازی مربیان تربیت بدنی: با توجه به اینکه دانش تخصصی مربی مهم‌ترین عامل پیش‌بینی‌کننده سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر است، برگزاری دوره‌های آموزشی ضمن خدمت با تمرکز بر روش‌های نوین آموزشی و ارتقای دانش تخصصی مربیان، در اولویت قرار گیرد.

۲. ارتقای سواد حرکتی خود مربیان: با توجه به نقش الگویی مربیان، برنامه‌های توانمندسازی باید به ارتقای سواد حرکتی خود مربیان نیز توجه داشته باشد تا آن‌ها بتوانند به‌عنوان الگوهای رفتاری مؤثر برای دانش‌آموزان عمل کنند.

۳. توسعه روش‌های تدریس خلاقانه: برای پر کردن شکاف بین درک نظری و اجرای عملی، نیاز به توسعه روش‌های جدید و خلاقانه تدریس است که بتواند همه مؤلفه‌های سواد حرکتی را به‌طور هم‌زمان توسعه دهد.

۴. طراحی برنامه‌های جنسیت‌محور: با توجه به تفاوت‌های جنسیتی در سواد حرکتی، طراحی برنامه‌های مداخله‌ای ویژه دختران با رویکردهای متناسب با نیازهای آن‌ها ضروری است.

۵. بهبود زیرساخت‌های ورزشی: با توجه به اینکه مؤلفه تسهیلات و زمینه استفاده از آن‌ها با ضریب اهمیت ۱۷ در ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر مؤثر است، افزایش بودجه برای زیرساخت‌های ورزشی در مدارس پیشنهاد می‌شود.

۶. توسعه ابزارهای ارزیابی جامع: برای پوشش همه ابعاد سواد حرکتی، توسعه ابزارهای ارزیابی جامع‌تر که بتواند همه مؤلفه‌های سواد حرکتی را اندازه‌گیری کند، ضروری است.

۶-۳. پیشنهادهای پژوهشی

برای پژوهش‌های آینده، موضوعات زیر پیشنهاد می‌شود:

۱. بررسی تأثیر برنامه‌های توانمندسازی مربیان بر ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر در قالب پژوهش‌های مداخله‌ای
۲. مطالعه تطبیقی تأثیر مربیان زن و مرد بر سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر
۳. بررسی نقش عوامل واسطه‌ای (مانند انگیزه، اعتمادبه‌نفس، و خودپنداره حرکتی) در رابطه بین عملکرد مربی و سواد حرکتی دانش‌آموزان
۴. طراحی و اعتباریابی ابزارهای سنجش سواد حرکتی متناسب با فرهنگ ایرانی
۵. بررسی تأثیر روش‌های تدریس خلاقانه بر توسعه همه مؤلفه‌های سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر

منابع و مآخذ

منابع فارسی

۱. خسروی، س.، احدی، م.، و دیوکان، ب. (۱۴۰۴). بررسی نقش امکانات ورزشی و دانش معلمان تربیت بدنی در ارتقای سواد حرکتی دانش‌آموزان دختر. پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش .
۲. صادق‌پور، م. (۱۴۰۳). پیشامدها و پیامدهای توسعه سواد حرکتی در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی. مطالعات مدیریت ورزشی .
۳. ولدی، س. (۱۳۹۹). بررسی سطح سواد بدنی دانش‌آموزان ۸ تا ۱۲ ساله. پژوهش‌های علوم ورزشی .
۴. نصرافهانی، م. (۱۴۰۱). تعیین روایی و پایایی پرسشنامه دانش و انگیزه سواد جسمانی. نشریه علوم حرکتی و رفتاری .
۵. حمیدی، م. (۱۳۹۴). لزوم توسعه سواد حرکتی دانش‌آموزان دوره ابتدایی. کتابک .

منابع انگلیسی

۶. Mendoza-Muñoz, M., López-Gil, J. F., Pereira-Payo, D., & Pastor-Cisneros, R. (۲۰۲۵). Perceived Physical Literacy Levels in Spanish Adolescents: Differences Between Sexes and Age Groups. MDPI.
۷. Rutkauskaitė, R., Baravykiene, J., Maciuleviciene, E., & Sukys, S. (۲۰۲۴). Physical Literacy of Physical Education Teachers and the Application of Physical Literacy Components During Physical Education Classes. Education Sciences, ۱۴(۱۲), ۱۳۹۱.
۸. Physical Literacy of Physical Education Teachers and the Application of Physical Literacy Components During Physical Education Classes. (۲۰۲۴). MDPI Education Sciences.
۹. Take a Ride on a Lifelong Journey! A Physical Literacy School-Based Intervention to Safely Engage Adolescents in Active Transport. (۲۰۲۵). ERIC.
۱۰. Can a teacher-led RCT improve adolescent girls' physical self-perception and perceived motor competence? (۲۰۱۹). Taylor & Francis.

12. Gender comparison in physical literacy: a systematic review and meta-analysis of children and adolescents. (2024). Retos.

۱۳健美操运动对小学女生体育素养的影响研究.(۱۱-۱۲). ورزش ايروبيک بر سواد ورزشی دانش‌آموزان دختر
(۱۱-۱۲ ساله)