

کیف و گولہ ی سنگین!؟

حرمت ا... پور مرادی

سرشناسه: پورمرادی، حرمت ا... / ۱۳۴۷

عنوان: کیف و کوله ی سنگین؟! حرمت ا... پورمرادی

مشخصات نشر: چالوس کلام مسعود، ۱۳۹۲

مشخصات ظاهری: رقی ۹۲ ص مصور (رنگی) جدول

شابک: 978-600-5398-55-7

وضعیت فهرست نویسی: فیپا یادداشت: کتابنامه موضوع: شاگردان - بهداشت

موضوع: شاگردان بهداشت روانی موضوع: شاگردان ابتدایی - بهداشت

رده بندی کنگره: ۲۱۳۹۲ ت ۹ پ / ۳۴۵ LB

رده بندی دیویی: ۳۷۱۷۱

شماره کتاب شناسی ملی: ۳۱۱۳۵۰۲



آدرس: چالوس، خیابان ۱۷ شهریور، نشر کوچه بنیاد شهید، جنب مطب دکتر محمد نظری

موسسه فرهنگی - انتشاراتی کلام مسعود

تلفن: ۰۹۱۱۱۳۹۸۳ - ۰۹۱۱۱۳۹۸۳

نام کتاب: کیف و کوله ی سنگین!؟

نویسنده: حرمت ا... پورمرادی

ناشر: کلام مسعود

طرح روی جلد: طیبه بحرینی - خورشید پورمرادی

تایپ و صفحه آرایی: خورشید پورمرادی - بهاره رضوانی

ویراستار: مسعود ویسی

تیراژ: ۲۰۰۰ جلد

شابک: 978-600-5398-55-7

چاپخانه: باقری - قم

نوبت چاپ: اول

قیمت: ۴۰۰۰۰ ریال

حق چاپ برای ناشر و مولف محفوظ است.

تقدیم به :

روان پاک پدر و پیشگاه پرعطوفت مادر، کتاب حاضر را به پاس
زحمات بی دریغ اولین و بهترین آموزگاران زندگیم، به محضر
گرامیشان تقدیم می‌دارم و یقین دارم هیچ چیز را جسارت و
یارای برابری با پهنه‌ی بیکران وجودشان و گستره‌ی عظیم
زحمت‌شان سراغ ندارم. باشد که مقبول خاطر مبارک و درگاه
قدسیه‌ی مادر قراربگیرد و موجب شادی و آرامش روان پاک
پدر گردد.

فهرست

صفحه

عنوان

۹	 سخن ناشر
۱۰	 پیش گفتار
۱۲	 مقدمه

فصل اول : کلیات پژوهش

۱۳	 ۱-۱ بیان مساله
۱۶	 ۱-۲ اهمیت و ضرورت انجام تحقیق
۱۷	 ۱-۳ تعریف اصطلاحات و واژه های پژوهش
۲۱	 ۱-۴ تاریخچه ی کیف
۲۷	 ۱-۵ روش تحقیق

فصل دوم: عوامل سنگینی کیف و کوله بر روح و جسم دانش آموزان

۳۰	 ۲-۱ مقدمه
۳۱	 ۲-۲ برنامه ریزی کلان در سطح وزارتخانه
۳۲	 ۲-۳ برنامه ریزی خرد در سطح مدرسه

- ۳۶ ۲-۴ نقش خانواده ها و دانش آموزان
- ۴۰ ۲-۵ نقش تولید کنندگان و فروشندگان

فصل سوم: عوارض کیف و کوله ی سنگین

- ۴۲ ۳-۱ سلامتی
- ۴۲ ۳-۲ بهداشتی
- ۴۳ ۳-۲-۱ بعد جسمی
- ۴۴ ۳-۲-۲ بعد روانی
- ۴۴ ۳-۳ کیف و کوله پشتی سنگین
- ۴۶ ۳-۳-۱ شانه ی نامتقارن
- ۴۷ ۳-۳-۲ پشت گرد
- ۴۸ ۳-۴ عوارض کیف و کوله پشتی سنگین بر جسم دانش آموزان
- ۵۹ ۳-۵ بهترین نوع کیف و ویژگی های آن

فصل چهارم: مدرسه ی بدون کیف

- ۶۳ ۴-۱ مدرسه ی بدون کیف
- ۶۵ ۴-۲ اهداف و مزایای طرح کیف در مدرسه
- ۶۵ ۴-۳ طرح کیف در مدرسه
- ۶۸ ۴-۴ مفهوم مدرسه بدون کیف

۷۰	۴-۵ فضای آموزشی طرح کیف در مدرسه.....
۷۲	۴-۶ بار سنگین تکالیف درسی.....
۷۶	۴-۷ کیف الکترونیکی.....

فصل پنجم : نتیجه و پیشنهادات

۸۲	۵-۱ نتیجه.....
۸۴	۵-۲ پیشنهاد.....
۸۴	۵-۲-۱ آموزش و پرورش.....
۸۸	۵-۲-۲ معلم.....
۸۸	۵-۲-۳ خانواده.....
۸۸	۵-۲-۴ دانش آموز.....
۸۹	۵-۲-۵ کوله پشتی.....
۹۱	منابع فارسی.....
۹۳	منابع انگلیسی.....



بسمه تعالی

مؤلف این کتاب حرمتا... پورمرادی متولد سال ۱۳۴۷ فوق‌لیسانس برنامه‌ریزی درسی با ۲۹ سال سابقه ی آموزشی و مدیریتی در آموزش و پرورش شهرستان چالوس و کلاردشت است. ایشان در ردیف نفرات برگزیده ی جشنواره ی الگوی تدرس برتر، سرگروه آموزشی، نماینده ی مدیران، سرگروه پایه‌ی پنجم ابتدایی، سرگروه هسته ی تخصصی، طراح سوال مسابقات علمی و استانی، عضو شورای نظام بررسی پیشنهادی و عضو انجمن اولیا و مربیان مرکزی هستند هم‌نظر طی ابلاغی از سوی سازمان سما بعنوان بازرس مدارس انتخاب شدند. رتبه برتر المپیاد علمی مدیران، مجری همایش منطقه‌ای مدرسه فردا را نیز در کارنامه ی درخشان خود دارند. آقای پورمرادی بعنوان مدیری خلاق، پژوهشگر و متفکری است که علاوه بر چاپ کتاب حاضر و نیز آثاری دیگر که از وی در دست چاپ است، مقالات متعددی نیز از وی به چاپ رسیده است که از آن جمله می‌توان به مقالات ذیل اشاره نمود: مدرسه ی فردا، مدرسه‌ای بانشاط، حقوق کودکان از خانه تا مدرسه، اهمیت فوق برنامه در مدارس، بررسی شادی و نشاط در دانش‌آموزان ابتدایی و تاثیر آن بر جسم و روح آنها، ره آورد سفراز کشور مالزی، آموزش هنر دردوره ی ابتدایی و طرح و خلاقیت ابتکاری در آموزش ابتدایی . مقالات فوق در همایش‌های ملی و منطقه‌ای پذیرفته شده و ارائه گردیده است. موفقیت روز افزون را برای این پژوهشگر جوان و فعال آرزو مندیم.

سخن ناشر

پیش گفتار:

کتابی که پیش رو دارید درباره ی تأثیر **کیف و کوله ی سنگین؟!** بر روح و جسم دانش آموزان تدوین شده است و به یقین اولین کتابی است که تاکنون درباره ی این امر مهم به نگارش در آمده است. این کتاب راه حل هایی را به شرح ذیل ارائه می دهد:

۱- برای وزارت محترم آموزش و پرورش در تدوین کتب درسی و برنامه ریزی کلان و نظارت بر تولید کنندگان کیف و کوله، پیشنهاد هایی رامطرح می کند.

۲- چگونگی برنامه ریزی توسط مدیران و معلمان محترم در سطح مدرسه، جهت جلوگیری از آسیب ها و عوارض سنگین بودن کیف دانش آموزان.

۳- ارائه راهکارهای مناسب به خانواده های محترم دانش آموزان در خصوص خرید کوله، کیف و ملزومات آموزشی.

کتاب حاضر حاصل تجربیات ۲۹ ساله ی نویسنده در آموزش و پرورش و تلاش جمعی از همکاران می باشد که در مجموعه ی حاضر تدوین شده است ، لذا شایسته است از زحمات سرکار خانم خورشید پورمرادی، آسیه کلارستانی نژاد، طیه بحرینی و کبری ویسی که در تنظیم بخشی از مطالب، مرا یاری کرده اند تشکر و قدردانی نمایم.

چشم به راه چشم های تکتہ بین و تکتہ سنج شما هستیم .

حرمت ا... پورمرادی

تأبستان ۹۲

مقدمه

امروزه، یکی از مسایلی که اذهان بسیاری از اولیا و مسئولان آموزشی را به خود مشغول داشته، مشکل وضعیت جسمی و روحی دانش آموزان است. حمل کیف و کوله‌های سنگین در طول روزهای متمادی بر جسم دانش آموزان تاثیر گذاشته و موجب ایجاد دردهای عضلانی و استخوانی به علاوه بدشکلی اندامی گشته است. از این رو برای این که دانش آموزان از عوارض بعدی که آنها در بزرگسالی دچار آن خواهند شد، جلوگیری شود، از هم اینک می‌بایست تمهیداتی را در راستای رفع مشکل اندیشید، و به دلیل اینکه مدارس از ارکان مهم پیشگیری و سوق دادن افراد به سوی تعالی رفتاری هستند، اما این مهم میسر نخواهد شد مگر این که همه‌ی افراد، گروه‌ها، مسئولین، سازمان آموزش و پرورش، وزارتخانه آموزش و پرورش، تولید کنندگان کیف و کوله و خود خانواده‌ها نیز در این راستا تلاش مضاعف نمایند.



در جهت نیل به این هدف، مجموعه ی حاضر در پنج فصل تنظیم گردیده است:

فصل اول: کلیات پژوهش، بیان مسئله، اهمیت و ضرورت انجام تحقیق، فرضیات و اهداف، متغیرها و تعاریف.

فصل دوم: عوامل و علل سنگینی کیف و کوله.

فصل سوم: بررسی عوارض سنگینی کیف و کوله.

فصل چهارم: طرح مدرسه ی بدون کیف و اهداف کیف الکترونیکی.

فصل پنجم: نتیجه گیری و پیشنهادات.

در پایان، نگارنده آگاه است که این پژوهش، گویای تمام واقعیت های موجود درباره ی مسئله ی مورد نظر نیست و قطعاً نواقص و کاستی هایی دارد. اما امیدوار است این پژوهش بتواند در پیچهای هرچند کوچک فرا روی دانش پژوهان و مجریان آموزشی بگشاید، و در آینده از سوی افراد دیگر کامل تر شود و آنان نیز دانش برگرفته ی خود را در خدمت رشد و پرورش اندیشه ها و شخصیت کودکان قرار دهند.

ان شاء الله .