

بسم الله الرحمن الرحيم

ورزش، بازی و یادگیری

(در دوره ابتدایی)

مؤلفان:

معصومه صمدی و سانا ملکی

(کارشناسان علوم تربیتی)

سر شناسه : صمصامی، معصومه، ۱۳۷۵-
عنوان و نام پدید آور(ان): ورزش، بازی و یادگیری (در دوره ابتدایی)/مؤلفان معصومه صمصامی و ساناز ملکی.
مشخصات نشر: تبریز: انتشارات هاشمی سودمند، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۹۹ص.
شابک: ۹۷۸۶۰۰۹۸۵۸۸۴۲ ریال ۱۰۰۰۰
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۹۲.
شناسه داده: ملکی، ساناز، ۱۳۷۵-
رده بندی دکره: ۱۳۹۷ ص ۸۲/ب/۲۹ LB1۰۲۹
رده بندی دیسی: ۳۷۱/۳۳۷
شماره کتابشناسی ملی: ۵۳۱۳۳۶

عنوان کتاب: ورزش، بازی و یادگیری (در دوره ابتدایی)

مؤلفان: معصومه صمصامی، ساناز ملکی

تعداد صفحات: ۹۹ص

ناشر: هاشمی سودمند

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۷

قطع و تیراژ: وزیری، ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۰۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۵۸۸-۴-۲

تلفن: ۰۴۱-۳۳۳۵۸۰۵۷-۳۳۳۵۷۰۰۰

Email: s.publication@yahoo.com

«حق چاپ برای مؤلفان محفوظ است.»

تقدیم و تشکر

تقدیم به والدینی که بودندشان تاج افتخاری است بر سرمان و نامشان دلیلی است بر بودنمان چراکه این دو وجود پس از پروردگار مایه هستی‌مان بودنداند، دستمان را گرفته‌اند و به ما راه رفتن را در این وادی زندگی پر از فراز و نشیب آموخته‌اند. تقدیم به پدر و مادر عزیز و مهربانمان که در سختی‌ها و دشواری‌های زندگی همواره یابوری دلسوز و فداکار و پشتیبانی محکم و مطمئن برایمان بوده‌اند.

تقدیم به علّمان و استادان فرزانه و فرهیخته‌ای که در راه کسب علم و معرفت ما را یاری نمودند.
به آنان که سر راه سبب دانش راهنمایمان بودند. به آنان که نفس خیرشان و دعای روح‌پرورشان بدرقه راهنمان بود.
بار الهی به ما که توانیم ادای دین کنیم و به خواسته آنان جامه عمل بپوشانیم.
پروردگارا حسن عاقبت، سلامت و سعادت را برای آنان مقدر نما. آمین

صمصامی و ملکی

۱۳۹۷

فهرست مطالب

۱	مقدمه
۳	فصل اول: یادگیری
۱۴	فصل دوم: بازی
۱۵	نظریه های گوناگون در مورد بازی
۱۵	دیدگاه نظریه دالزان درباره بازی
۱۸	خلاقیت و بازی
۱۹	بازی مشارکتی مبتنی بر یادگیری گروهی
۲۰	انواع بازی به موازات رشد کودک
۲۰	بازی فعال
۲۱	بازی اکتشافی و مهارتی
۲۱	بازی تقلیدی
۲۲	بازی سازنده
۲۲	بازی وانمود سازی
۲۲	بازی باقاعده
۲۳	بازی و تعامل اجتماعی
۲۴	آثار تربیتی بازی کودکان
۲۶	فواید بازی
۲۸	نقش بازی در رشد هوش کودک
۲۹	تاثیر بازی در پرورش خلاقیت کودکان
۳۰	فصل سوم: انواع بازی پایه های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی
۳۲	استاندارد های درس تربیت بدنی در دوره ابتدایی
۳۲	کلاس چهارم ابتدایی

۳۴	کلاس پنجم ابتدایی
۳۶	کلاس ششم ابتدایی
۳۸	برنامه های آموزش بازی، مهارت و آمادگی جسمانی
۴۰	فعالیت های ورزشی برای دانش آموزان کلاس سوم و چهارم
۴۷	بازی ها
۵۲	فعالیت های ورزشی برای دانش آموزان کلاس پنجم و ششم
۶۵	تقسیم بندی بازی ها
۷۰	بازی های نشسته
۷۴	بازی های جنبشی
۷۷	بازی های زور آزمایی
۸۰	بازی های ایستاده
۸۴	بازی های تعادلی
۸۶	بازی های خمیده
۸۹	بازی های پرورشی
۹۲	منابع

مقدمه

از آنجاکه دانش‌آموزان به‌عنوان رکن اساسی نظام آموزشی کشور در دستیابی به اهداف نظام آموزشی، نقش و جایگاه ویژه‌ای دارند، بنابراین توجه به این قشر از جامعه از لحاظ آموزشی و سلامت جسمانی روانی، موجب باروری و شکوفایی هر چه بیشتر نظام آموزشی جامعه می‌گردد. باز سوی دیگر، درس تربیت‌بدنی و ورزش بخشی سازنده در برنامه‌های آموزش مدارس و روشی برای تأمین سلامتی، نشاط و تعادل هیجانی و تربیت اجتماعی است. از این‌رو، دستیابی به چنین اهداف ارزشمندی فقط از راه تدوین برنامه‌های نظام‌دار و هدفمند امکان‌پذیر است. (فراهانی، ابوالفضل؛ کشاورز، لقمان؛ جدیدیان، سمیه، ۱۳۹۰)

رشد مراحل مختلف زندگی در هر مرحله از آن ویژگی‌ها و نیازهای خاص خود را دارد. تمرینات ورزشی باید طوری انتخاب شوند که با شرایط جسمانی و توانایی آن مرحله متناسب باشند.

در تعریف یادگیری چنین آمده است: «یادگیری است که به‌منظور سازگار شدن با محیط و برآور کردن رفتار موجود زنده پدید می‌آید». (رشد معلم، ۴۱-۳۸)

دانش‌آموز به‌وسیله فرایند یادگیری مهارت‌هایی را می‌دزد و اطلاعاتی را کسب می‌کند که در زندگی خودیاری و خودسازی او مؤثر است. (رشد معلم، ۴۱-۳۸)

همان‌گونه که بین پیشرفت تحصیلی و خودپنداری مثبت رابطه وجود دارد، بین ورزش و خودپنداری نیز رابطه وجود دارد؛ یعنی افراد ورزشکار نسبت به افراد غیر ورزشکار از خودپنداری و عزت‌نفس بالاتر برخوردارند. (ذوالفقاری، علی‌رضا، ۱۳۸۲)

در عصر حاضر ورزش در میان تمام ملل اهمیت فوق‌العاده‌ای پیدا کرده است؛ زیرا تعلیمات دینی، بررسی علمی و تفکر عقلی همگی بر نقش ورزش صحنه گذاشته‌اند.

هدف از ورزش و تحرک بدنی در اسلام تقویت جسم و روح برای عبادت بهتر و خدمت به خلق است. پیامبر اسلام (ص) می‌فرمایند: به سرگرمی و بازی بپردازید، زیرا دوست ندارم که در دین شما خستگی و خشونت دیده شود. امام علی (ع) نیز در دعای کمیل می‌فرمایند: بار پروردگارا، اعضا و جوارح را برای خدمت به تو نیرومند گردان.

با عنایت به اینکه همه نیاز به ارزشیابی دائمی مثبت از خودشان، احترام به خود و دیگران و دستیابی به احساس مثبت موفقیت و خودپنداری دارند، ورزش می‌تواند بسیار مؤثر باشد. ورزش از طریق افزایش اعتماد به نفس و خودپنداری مثبت سبب تمرکز حواس، روحیه شاد، کارکرد مناسب دستگاه‌های بدنی و پیشگیری از بروز بیماری‌های روانی و اختلالات رفتاری می‌گردد که پیامد آن بهبود عملکرد تحصیلی و شغلی خواهد بود. ورزش نیاز دائمی همه انسان‌هاست تا به سلامت جسم و روح، کسب تصویر بدنی مناسب، یادگیری بهتر و آسان‌تر، رهایی از خستگی و عصبانیت و تقویت اراده دست یابند.