

عنوان مقاله:

راهکارهای افزایش مشارکت دانش آموزان دختر در فعالیت های ورزشی

محل انتشار:

سومین همایش ملی دستاوردهای ورزش دانش آموزی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 3

نویسندگان:

مریم موسوی - کارشناسی علوم تربیتی، آموزش و پرورش استان زنجان، آموزگار ابتدایی

فائزه جعفری - کارشناسی علوم تربیتی، آموزش و پرورش استان زنجان، آموزگار ابتدایی

خلاصه مقاله:

آمادگی جسمانی دانش آموز یک امر بنیادی و اساسی است که سلامت و قدرت افراد اجتماعی را تضمین می کند، دانش آموزی که قدرت و کارایی لازم بدنی را دارد قادر است وظایف و کارهای خود را بدون احساس خستگی انجام دهد و توانایی لازم را برای گذراندن اوقات فراغت یا مقابله با پیشامد های ناگهانی به دست آورد، بوسیله برنامه منظم ورزشی در مدارس می توان به تقویت حرکات دانش آموزان، مهارت های اجتماعی و سلامت جسمانی و روانی آنها یاری رساند. تحقیقات نشان می دهد بین سنین 12 الی 19 سال، دختران بطور قابل توجه ای نسبت به پسران فعالیت کمتری دارند، 64 درصد دختران در مقایسه با 52 درصد پسران کم تحرک هستند همچنین خانم ها برای شرکت در فعالیت های جسمانی نسبت به آقایان موانع و محدودیت های بیشتری ذکر نموده اند، از قبیل عدم وجود وقت، منابع مالی و همچنین محدودیت های، اجتماعی، فرهنگی، نگرشی و ایمن، از همین رو در زیر پیشنهاداتی برای افزایش مشارکت دانش آموزان دختر در فعالیت های ورزشی ارائه شده است. 1- جنبه های تفریحی و اجتماعی را تشویق نمایید. فعالیت جسمانی باید به شکل یک تجربه تفریحی انجام و اساس یک زندگی فعال را تشکیل دهد. مشارکت برای کسب مهارت های ورزشی مورد تاکید قرار گیرند- 2 فرصت هایی اختصاصی برای دختران فراهم گردد. برخی دختران از اجرای فعالیت های ورزشی در حضور پسران احساس خوبی ندارند. کلاس های اختصاصی برای دانش آموزان دختر و مربیان زن برای مدارس دخترانه تدارک دیده شود. 3- یک محیط ورزشی مثبت ایجاد نماید. ایجاد یک محیط ورزشی مثبت این اطمینان را فراهم می نماید که دانش آموزان احساس ایمنی و حمایت داشته باشند. در مورد اعمال خود و دیگران تفکر نمایید و به نیاز ها و خواسته های دانش آموزان توجه نمایید. 4- در انتخاب لباس. به دانش آموزان اجازه دهید که لباس های ایمنی و انتخابی خود را به تن داشته باشند، در این صورت احساس راحتی و مشارکت افزایش خواهد یافت. 5- اصول و مهارت های پایه فعالیت های جسمانی را آموزش دهید. کمک به دانش آموزان دختر به توسعه مهارت های پایه منتج به افزایش سطح اطمینان و علاقه مندی آن ها به پیروی از فعالیت های جسمانی در طول زندگی خواهد شد. 6- ارزش گذاری به خواسته های دانش آموزان. برای عقاید و علایق دانش آموزان دختر ارزش قائل شوید. فرصت هایی را برای برنامه ریزی و تصمیم گیری برای آن ها فراهم نمایید. اختصاص زمان های معینی برای تحقق برخی عقاید آن ها علاقه آن ها به مشارکت و کسب تجربه را افزایش خواهد داد. 7- برنامه ریزی برای علایق علمی و جسمانی متنوع. برای علایق دانش آموزان و سطوح مهارتی مختلف آن ها ارزش و احترام قائل شوید. 8- فرصت های رهبری را تشویق نمایید. مشارکت دختران را در تمام سطوح فعالیت های جسمانی و ورزشی به عنوان مربی، داور، سازمان دهنده را تشویق نمایید و فرصت های تمرینی و کسب گواهینامه های معتبر را گسترش دهید. 9- استفاده مشارکتی از تسهیلات اجتماعی و گردش در پارک های محلی. توسعه فرصت های گوناگون و استفاده از امکانات اجتماعی و افزودن هیجان به برنامه.

کلمات کلیدی:

مشارکت، دانش آموزان، دختر، فعالیت های ورزشی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1168469>



