

## عنوان مقاله:

استفاده از اقدام‌پژوهی برای حفظ سلامتی و ورزش دانش آموزان: مطالعه فرآیند پیشرفت ورزشی دانش آموزان در شرایط کرونا

## محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 2

## نویسندگان:

فرحناز قاسمیان - دکتری مدیریت ورزشی، آموزش و پرورش استان مازندران، دبیر تربیت بدنی

بهناز قاسمیان - کارشناسی تربیت بدنی، آموزش و پرورش استان مازندران، دبیر تربیت بدنی

## خلاصه مقاله:

شیوع ویروس کرونا سبب ایجاد تغییرات گسترده ای در شیوه زندگی و حوزه های مختلف شده و حوزه آموزش و پرورش نیز با این بیماری دست و پنجه نرم میکند؛ مدارس برای مقابله با ویروس کرونا تعطیل شدند. دانش آموزان در منزل در قرنطینه به سر میبرند، و کلیه دروس آموزشی به صورت مجازی در شبکه شاد انجام میشود. اقدام پژوهان به عنوان دبیر تربیت بدنی متوسطه اول دبیرستان رازی شهرستان گلوگاه (استان مازندران) با شیوع کرونا در کشور و تعطیلی مدارس به دنبال شناسایی راه حلهای افزایش علاقمندی دانش آموزان به درس تربیت بدنی در شرایط کرونا و ورزش در خانه بودند. پژوهش حاضر به روش اقدام پژوهی انجام شد و از اینرو اقدام پژوهان با توصیف وضعیت موجود به بیان مسئله و جمع آوری شواهدی مبنی بر وجود مشکل پرداختند، بعد از آن به گردآوری اطلاعات از طریق مشاهده، اسناد و مدارک موجود، مصاحبه و پرسشنامه و یافته های علمی دیگران استفاده کردند و راه حلهای پیشنهادی با مشارکت همکاران و یافته های علمی بیان شد و پس از اعتبارسنجی توسط شورای معلمان و کارشناسان تربیت بدنی به مدت چهار هفته اجرا گردید و بعد از آن مدت دوباره مورد ارزیابی قرار گرفت. در این راستا به علائق و نیازهای دانش آموز در شرایط کروناتوجه شده؛ به ویژه به روشهای الگوبرگیزی از آموزش ورزش مجازی کشورهای پیشرفته با ایجاد خانه های پویا ورزشی، برنامه ریزی ورزش صبحگاهی مجازی، طراحی ورزش خانواده، بازیهای بومی و محلی سرگرم کننده، خلاقانه، بدون وسیله و کم هزینه در خانه، معرفی بازی های حرکتی ویدیویی و تولید محتوای الکترونیکی و آموزش حرکات اصلاحی، تغذیه سالم و بدنسازی و آمادگی جسمانی با فراهم سازی راه های پنهانی آموزش ورزش، تشویقهای مفید و موثر در کلاس مجازی و مشارکت و آگاهی والدین در نحوه برخورد با دانش آموز و فرآیند یادگیری ورزش مجازی و بازخوردهای مدیر و کادر مدرسه در تغییر رفتار دانش آموزان همراه بود؛ تا دانش آموزان را به فعالیت ورزشی مورد علاقه خود واداشته و یادگیری را برای آنها جذاب و شیرین کند. بنابراین با برنامه های ورزشی جذاب، ایمن در خانه با صرف هزینه کمتر اینترنت، متناسب با شرایط جسمی دانش آموزان توانستیم میزان آگاهی و علاقمندی دانش آموزان و والدین از نحوه انجام ورزش در خانه افزایش داد و با توجه به رشد روزافزون چالشهای اینترنتی در آموزش درس تربیت بدنی باید به فرهنگ سازی و آموزش در این باره پرداخت تا با آگاهی بخشی به دانش آموزان و خانواده آنها بتوان از وقوع ورزش گریزی در این زمینه پیشگیری کرد و زمینه دستیابی آنها به اهداف مرتبط با سلامت را فراهم کرد.

## کلمات کلیدی:

دانش آموز، ورزش، کرونا، دنیای مجازی، اقدام پژوهی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1168481>



