

طراحی و ارزیابی فعالیت‌های عملی خلاقانه در کلاس‌های تربیت بدنی مدارس کم‌برخوردار با استفاده از ابزارهای بومی

احسان جعفری^[1]، مراد حسینی^[2]، نرگس حیدریبیگی مهنه^[3]

۱- دانشجوی کارشناسی آموزش تربیت بدنی دانشگاه فرهنگیان کرمان، کرمان، ایران.

پست الکترونیکی: ehsanjafari1448@gmail.com

۲- استادیار تربیت بدنی، گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

پست الکترونیکی: mo.hosseini@cfu.ac.ir

۳- معاون اجرایی، دبیرستان نمونه دولتی آمنه(س)، آموزش و پرورش شهرستان مه ولات، خراسان رضوی، ایران

n.5080.h@gmail.com

چکیده :

در بسیاری از مدارس، به ویژه مدارس محروم، اجرای درس تربیت بدنی با چالش‌های جدی ناشی از کمبود تجهیزات استاندارد مواجه است. این پژوهش با هدف طراحی و اجرای فعالیت‌های عملی خلاقانه مبتنی بر ابزارهای بومی و در دسترس انجام شد. روش تحقیق از نوع آمیخته (کمی و کیفی) بود که جامعه آماری آن شامل دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و معلمان تربیت بدنی مدارس دولتی در مناطق محروم می‌شد. داده‌های کمی از طریق پرسشنامه استاندارد انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان و داده‌های کیفی با مصاحبه نیمه‌ساختاریافته و مشاهده مستقیم جمع‌آوری گردید. تحلیل نتایج نشان داد که اجرای فعالیت‌های طراحی شده موجب افزایش معنادار انگیزه، مشارکت و خلاقیت دانش‌آموزان شده و معلمان نیز انعطاف‌پذیری و قابلیت تطبیق این فعالیت‌ها با شرایط کم‌امکانات را تأیید کردند. یافته‌ها بیانگر آن است که بهره‌گیری از وسایل بومی و کم‌هزینه می‌تواند به عنوان راهکاری مؤثر در بهبود کیفیت آموزش تربیت بدنی در مدارس محروم مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: تربیت بدنی، خلاقیت آموزشی، مدارس محروم، ابزارهای بومی

مقدمه :

تربیت بدنی به عنوان یکی از دروس اساسی نظام آموزشی، نقش مهمی در ارتقاء سلامت جسمانی، رشد روانی و توسعه مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. این درس علاوه بر افزایش آمادگی جسمانی، زمینه‌ساز تقویت مهارت‌هایی مانند همکاری، تعامل اجتماعی و کار تیمی است (۱). با وجود اهمیت بالای این درس، بسیاری از مدارس به‌ویژه در مناطق محروم، با کمبود امکانات و تجهیزات ورزشی استاندارد مواجه هستند که این موضوع اجرای مؤثر تربیت بدنی را با موانع جدی روبرو کرده است (۲).

عدم دسترسی به تجهیزات ضروری همچون توپ‌های استاندارد، طناب‌های ورزشی و وسایل دویدن، موجب شده است بخش عمده‌ای از فعالیت‌های عملی در کلاس‌های تربیت بدنی با کیفیت پایین یا ناقص اجرا شود. این مسئله نه تنها انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد، بلکه می‌تواند سلامت جسمانی و رشد همه‌جانبه آن‌ها را نیز تحت تأثیر منفی قرار دهد (۳). از این رو، یافتن راهکارهای خلاقانه و کاربردی برای جبران این کمبودها و ارتقاء کیفیت آموزش، امری ضروری است.

یکی از راهکارهای مؤثر، طراحی و به‌کارگیری فعالیت‌های عملی خلاقانه مبتنی بر استفاده از ابزارهای ساده، در دسترس و بومی می‌باشد. وسایلی مانند بطری‌های پلاستیکی، توپ‌های دست‌ساز، گچ رنگی و طناب می‌توانند جایگزینی کارآمد و اقتصادی برای تجهیزات تخصصی باشند. این رویکرد علاوه بر کاهش هزینه‌ها، موجب افزایش مشارکت فعال دانش‌آموزان و تقویت خلاقیت آنان می‌شود (۴).

هدف این پژوهش، طراحی و اجرای فعالیت‌های عملی خلاقانه در کلاس‌های تربیت بدنی با بهره‌گیری از ابزارهای ساده و بومی به منظور ارتقاء کیفیت آموزش و افزایش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان است. در بخش‌های بعدی مقاله، مبانی نظری، روش‌شناسی و یافته‌های حاصل از اجرای این فعالیت‌ها به طور دقیق بررسی شده و تأثیر این رویکرد در بهبود آموزش تربیت بدنی در مدارس محروم تحلیل می‌گردد.

پیشینه تحقیق

آموزش تربیت بدنی یکی از ارکان مهم نظام آموزشی به شمار می‌رود که نقش مؤثری در توسعه مهارت‌های حرکتی، ارتقاء سلامت جسمی و روانی و شکل‌گیری شخصیت اجتماعی دانش‌آموزان دارد (۵) (۶). کیفیت این آموزش به‌طور مستقیم به وجود امکانات و تجهیزات مناسب بستگی دارد؛ چرا که ابزارهای استاندارد نه تنها به اجرای صحیح فعالیت‌های بدنی کمک می‌کنند، بلکه انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان را نیز افزایش می‌دهند (۷) (۸).

با این حال، کمبود زیرساخت‌ها در بسیاری از مدارس، به‌ویژه در مناطق محروم یا کشورهای در حال توسعه، منجر به محدودیت در اجرای مؤثر درس تربیت بدنی شده است. این شرایط، دامنه فعالیت‌ها را کاهش داده و کیفیت آموزش را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۹). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که نبود تجهیزات استاندارد موجب افت انگیزه، کاهش مشارکت و نارضایتی از کلاس‌های تربیت بدنی می‌شود (۱۰) (۱۱).

در عین حال، شواهد علمی حاکی از آن است که مشارکت منظم در فعالیت‌های بدنی، افزون بر فواید جسمی، موجب بهبود تمرکز ذهنی و عملکرد تحصیلی نیز می‌شود (۱۲). با توجه به چالش‌های موجود، به‌ویژه در زمینه فراهم نبودن تجهیزات تخصصی، توجه به راهکارهای جایگزین همچون استفاده از وسایل بومی و ساده، به‌عنوان رویکردی خلاقانه و کم‌هزینه، در سال‌های اخیر مورد توجه قرار گرفته است.

برخی مطالعات، استفاده از ابزارهای دست‌ساز و قابل تهیه در محیط‌های آموزشی کم‌امکانات را مؤثر ارزیابی کرده‌اند و نشان داده‌اند که این رویکرد می‌تواند ضمن ارتقاء سطح مشارکت دانش‌آموزان، زمینه بروز خلاقیت و یادگیری فعال را نیز فراهم کند (۱۳). بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف طراحی و ارزیابی فعالیت‌های عملی خلاقانه در کلاس‌های تربیت بدنی، مبتنی بر استفاده از ابزارهای بومی و در دسترس، انجام شده است.

ضرورت تجهیزات استاندارد در آموزش تربیت بدنی

آموزش تربیت بدنی یکی از ارکان مهم نظام آموزشی است که نقش قابل توجهی در توسعه مهارت‌های حرکتی، سلامت جسمانی و رشد روانی و اجتماعی دانش‌آموزان ایفا می‌کند (۵) (۶). کیفیت این آموزش به شدت وابسته به وجود تجهیزات ورزشی استاندارد و فضای مناسب است. تجهیزات ورزشی به معلمان امکان می‌دهند تا فعالیت‌های متنوع و متناسب با نیازهای مختلف دانش‌آموزان طراحی کنند و بدین ترتیب، مشارکت و انگیزه دانش‌آموزان را افزایش دهند (۱۸) (۷). همچنین، این تجهیزات ایمنی تمرینات را تضمین کرده و از بروز آسیب‌های ورزشی جلوگیری می‌کنند (۲۵). نبود یا ناکافی بودن تجهیزات استاندارد، به ویژه در مدارس مناطق کم‌برخوردار، چالشی جدی برای اجرای مؤثر درس تربیت بدنی به شمار می‌رود و موجب کاهش کیفیت آموزش و انگیزه دانش‌آموزان می‌گردد (۱۴).

نقش خلاقیت و نوآوری در مواجهه با کمبود منابع

در شرایطی که دسترسی به تجهیزات استاندارد محدود است، خلاقیت و نوآوری معلمان در به‌کارگیری منابع موجود اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند. استفاده از روش‌های نوآورانه مانند بازی‌های حرکتی ساده، ساخت ابزارهای آموزشی با مواد قابل بازیافت، و بهره‌گیری از فضای باز می‌تواند کیفیت آموزش تربیت بدنی را حفظ کند و حتی ارتقا دهد (۲۶). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این رویکردها نه تنها انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان را افزایش می‌دهند، بلکه یادگیری مشارکتی و تعامل گروهی را تقویت می‌کنند (۳۲). همچنین، آموزش معلمان برای استفاده از فناوری‌های ساده و ابزارهای دیجیتال در محیط‌های آموزشی کم‌امکانات، به بهبود کیفیت تدریس و افزایش تعامل دانش‌آموزان کمک شایانی کرده است (۳۳) (۲۷).

کاربرد ابزارهای بومی و فعالیت‌های خلاقانه در آموزش تربیت بدنی

یکی از راهکارهای عملی برای جبران کمبود تجهیزات، بهره‌گیری از ابزارهای بومی و جایگزین است. وسایلی مانند بطری‌های پلاستیکی، توپ‌های دست‌ساز، طناب و مواد بازیافتی، با هزینه کم و دسترسی آسان، امکان طراحی فعالیت‌های متنوع و خلاقانه را فراهم می‌آورند (۲۰). این ابزارها به معلمان اجازه می‌دهند تا فعالیت‌هایی را طراحی کنند که ضمن حفظ ایمنی و تنوع، مشارکت فعال دانش‌آموزان را نیز افزایش می‌دهند. مشارکت جوامع محلی در تأمین و ساخت این ابزارها نه تنها پایداری منابع را تضمین می‌کند، بلکه حس تعلق و مسئولیت‌پذیری را در میان دانش‌آموزان تقویت می‌نماید و به توسعه مهارت‌های فرهنگی و اجتماعی آن‌ها کمک می‌کند (۱۹) (۲۸).

فعالیت‌های عملی خلاقانه مبتنی بر این ابزارها، علاوه بر توسعه مهارت‌های حرکتی، تأثیرات مثبتی بر سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان دارند. مشارکت فعال در این فعالیت‌ها موجب افزایش خودکارآمدی، کاهش استرس، تقویت روحیه همکاری گروهی و بهبود عملکرد تحصیلی می‌شود (۱۷) (۴۴). در شرایط خاص مانند دوران پاندمی کووید-۱۹، این فعالیت‌ها به کاهش احساس انزوا و افزایش حس تعلق اجتماعی کمک کرده‌اند (۲۲) (۲۳). پژوهش‌های داخلی نیز نشان می‌دهند که استفاده از ابزارهای ساده و بومی در مدارس کم‌برخوردار، ضمن افزایش انگیزه و مشارکت، کیفیت آموزش تربیت بدنی را به طور قابل توجهی بهبود می‌بخشد (۱۵).

جمع بندی پیشنهادی پژوهش

با توجه به چالش‌های موجود در تأمین تجهیزات ورزشی استاندارد به ویژه در مدارس مناطق کم‌برخوردار و اهمیت بالای تربیت بدنی در سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان، ضرورت بهره‌گیری از رویکردهای خلاقانه و ابزارهای بومی کاملاً محسوس است. پژوهش حاضر در این راستا طراحی و اجرای فعالیت‌های عملی خلاقانه مبتنی بر ابزارهای ساده و در دسترس را به عنوان راهکاری مؤثر برای ارتقای کیفیت آموزش تربیت بدنی در مدارس کم‌برخوردار دنبال می‌کند.

روش پژوهش

این مطالعه با هدف بررسی تأثیر طراحی و اجرای فعالیت‌های عملی خلاقانه در کلاس‌های تربیت بدنی با استفاده از ابزارهای ساده و در دسترس، به روش پژوهش آمیخته (کمی و کیفی) انجام گرفت. رویکرد آمیخته امکان جمع‌آوری و تحلیل داده‌های عددی و نیز نگرش‌ها و تجربیات شرکت‌کنندگان را فراهم می‌کند تا ارزیابی جامع‌تری از تأثیرات برنامه صورت پذیرد.

جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و معلمان تربیت بدنی مدارس دولتی واقع در مناطق کم‌برخوردار بود. نمونه‌گیری به صورت هدفمند انجام شد و در نهایت ۱۲۰ دانش‌آموز و ۸ معلم از ۵ مدرسه انتخاب شدند. داده‌های کمی با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد سنجش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان، در دو مرحله پیش و پس از اجرای فعالیت‌ها گردآوری شد. به منظور جمع‌آوری داده‌های کیفی نیز، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با معلمان انجام گرفت و مشاهدات مستقیم در طول اجرای فعالیت‌ها ثبت شد.

فعالیت‌های عملی خلاقانه شامل تمرینات متنوعی بود که با بهره‌گیری از ابزارهای ساده و در دسترس مانند بطری‌های پلاستیکی، توپ‌های دست‌ساز و طناب طراحی و در قالب ۱۲ جلسه آموزشی طی یک ترم در کلاس‌های تربیت بدنی اجرا شدند. داده‌های کمی با آزمون آماری t جفتی تحلیل و تفاوت پیش و پس از مداخله بررسی شد. داده‌های کیفی نیز با استفاده از روش تحلیل تماتیک به منظور استخراج مضامین کلیدی تحلیل گردیدند.

تحلیل داده‌های کمی نشان داد که اجرای فعالیت‌های عملی خلاقانه مبتنی بر ابزارهای ساده، افزایش معناداری در میزان انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان ایجاد کرده است. ($p < 0.05$) میانگین نمرات انگیزه و مشارکت پس از اجرای برنامه به طور قابل توجهی بالاتر از قبل از مداخله بود که بیانگر تأثیر مثبت این نوع آموزش است.

در تحلیل داده‌های کیفی، معلمان به بهبود قابل توجهی در خلاقیت طراحی درس، تعامل بیشتر دانش‌آموزان و پیشرفت مهارت‌های حرکتی اشاره کردند. همچنین، آنان اظهار داشتند که استفاده از ابزارهای ساده موجب کاهش هزینه‌های آموزشی شده و اجرای برنامه را در شرایط محدود منابع امکان‌پذیر ساخته است. دانش‌آموزان نیز از تنوع و جذابیت بیشتر فعالیت‌ها ابراز رضایت کردند.

مشاهدات میدانی نیز تأیید کرد که فعالیت‌های طراحی شده با ابزارهای در دسترس، زمینه مشارکت فعال‌تر دانش‌آموزان را فراهم کرده و فضایی پرانرژی و مثبت در کلاس ایجاد کرده است. علاوه بر این، افزایش خودکارآمدی و تقویت روحیه همکاری گروهی در میان دانش‌آموزان از دیگر نتایج مشهود این مداخلات بود.

بحث و تفسیر نتایج

یافته‌های این پژوهش نشان داد که طراحی و اجرای فعالیت‌های عملی خلاقانه با استفاده از ابزارهای ساده و در دسترس، تأثیر معنی‌داری بر افزایش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان در کلاس‌های تربیت بدنی داشته است. این نتایج با مطالعات پیشین که نقش نوآوری و خلاقیت را در بهبود کیفیت آموزش تربیت بدنی تأیید کرده‌اند همسو است (۳۹) (۴۰). بهره‌گیری از ابزارهای بومی علاوه بر کاهش هزینه‌ها، فرصت فعال‌تر شدن دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری و تقویت حس مسئولیت‌پذیری و تعلق به محیط آموزشی را فراهم می‌آورد (۲۸).

یکی از نکات برجسته در این پژوهش، افزایش چشمگیر مشارکت دانش‌آموزان بود که با یافته‌های اندرسون و همکاران^۱ (۲۰۲۰) مبنی بر اهمیت فعالیت‌های مشارکتی و بازی‌محور در تربیت بدنی همخوانی دارد. فعالیت‌های بازی‌محور مبتنی بر ابزارهای ساده، نه تنها مهارت‌های حرکتی دانش‌آموزان را تقویت می‌کند، بلکه توانمندی‌های اجتماعی مانند همکاری و ارتباط موثر را نیز بهبود می‌بخشد (۳۴). امری که اهمیت آموزش مهارت‌های میان‌فردی را در کنار آموزش جسمانی برجسته می‌سازد.

معلمان شرکت‌کننده نیز افزایش خلاقیت و انعطاف‌پذیری در طراحی و اجرای برنامه‌های درسی را گزارش کردند. این موضوع بر ضرورت آموزش مهارت‌های نوآورانه به معلمان در مواجهه با محدودیت منابع تأکید دارد (۲۷). افزایش رضایت شغلی و انگیزه کاری معلمان از دیگر پیامدهای مثبت این رویکرد بود که با نتایج مطالعه اوسالیوان و مک‌فیل^۲ (۱۳۸۷) همخوانی دارد.

همچنین استفاده از ابزارهای ساده توانست محدودیت‌های فیزیکی و مالی مدارس کم‌برخوردار را تا حد زیادی کاهش دهد و بستر اجرای فعالیت‌های متنوع و جذاب را فراهم آورد. این مدل می‌تواند به عنوان راهکاری عملی و پایدار برای سایر مناطق با شرایط

^۱ -Anderson et al

^۲ - MacPhail

مشابه توصیه شود، همانطور که مطالعات مارتینز و همکاران^۳ (۱۴۰۱) و گارسیا^۴ (۱۴۰۳) نیز بر اهمیت بهره‌گیری از منابع بومی و نوآوری محلی در پایداری برنامه‌های تربیت بدنی تأکید دارند.

مشارکت فعال دانش‌آموزان و افزایش خودکارآمدی مشاهده شده در این پژوهش، با نظریه‌های یادگیری فعال و خودتنظیمی همخوانی دارد (۳۱). دخالت مستقیم دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری و مدیریت ابزارهای آموزشی موجب افزایش انگیزه و تمرکز شده که این امر می‌تواند به بهبود عملکرد تحصیلی و سلامت روانی آنان منجر شود (۲۳).

علاوه بر این، فعالیت‌های عملی خلاقانه تأثیر مثبتی بر سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان داشته است، موضوعی که در شرایط بحرانی مانند پاندمی کووید-۱۹ اهمیت دوچندان یافته است کیم و پارک^۵ (۱۴۰۰) نشان داده‌اند که فعالیت‌های گروهی و بازی‌های حرکتی با ابزارهای ساده می‌تواند احساس انزوا را کاهش داده و روابط اجتماعی دانش‌آموزان را تقویت کند. این امر به ویژه در آموزش‌های حضوری و مجازی کنونی از اهمیت بالایی برخوردار است.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که فعالیت‌های عملی با ابزارهای ساده علاوه بر ارتقای انگیزه و مشارکت، به تقویت مهارت‌های حرکتی و اجتماعی دانش‌آموزان نیز کمک می‌کند. این رویکرد به معلمان امکان می‌دهد تا با محدودیت‌های منابع مقابله کرده و خلاقیت خود را در تدریس به کار گیرند. با توجه به نقش کلیدی تربیت بدنی در رشد همه‌جانبه دانش‌آموزان، چنین رویکردهایی می‌توانند به عنوان الگوهای مؤثر برای توسعه برنامه‌های آموزشی در محیط‌های کم‌برخوردار پیشنهاد شوند.

یکی دیگر از دستاوردهای مهم این پژوهش، افزایش احساس تعلق و مشارکت اجتماعی دانش‌آموزان بود که با یافته‌های و فرناندز همکاران^۶ (۱۴۰۱) همسو است. بر اساس این تحقیقات، مشارکت دانش‌آموزان در ساخت و استفاده از ابزارهای بومی باعث تقویت حس مسئولیت‌پذیری و تعلق اجتماعی می‌شود که در نهایت به بهبود رفتارهای گروهی و پیوندهای اجتماعی منجر می‌گردد.

از نظر سلامت روانی، نتایج این پژوهش با یافته‌های سینگ و همکاران^۷ (۲۰۱۹) مطابقت دارد که نشان داده‌اند فعالیت‌های عملی و بازی‌محور باعث کاهش اضطراب و تقویت روحیه همکاری می‌شوند. با توجه به اهمیت سلامت روان به عنوان یکی از مولفه‌های کلیدی رشد دانش‌آموزان، آموزش‌های تربیت بدنی خلاقانه می‌توانند نقش مهمی در پیشگیری از مشکلات روانی و ارتقاء کیفیت زندگی دانش‌آموزان ایفا کنند.

³- Martinez et al

⁴ - García

⁵ -Park

⁶ - Fernandez et al

⁷ - Singh

در حوزه یادگیری مهارت‌های حرکتی، بهره‌گیری از ابزارهای ساده باعث تمرین مهارت‌ها در محیطی دوستانه و غیررسمی شده که اعتماد به نفس و خودکارآمدی دانش‌آموزان را افزایش می‌دهد. این یافته‌ها با نتایج مطالعات لیو و همکاران^۸ (۲۰۲۱) هم‌راستا است که نوآوری در آموزش تربیت بدنی را به خصوص در محیط‌های کم‌برخوردار مؤثر دانسته‌اند.

از منظر مدیریت آموزشی، استفاده از ابزارهای بومی به عنوان راهکاری پایدار و اقتصادی می‌تواند کیفیت آموزش را ارتقاء دهد و نابرابری‌های آموزشی را کاهش دهد، موضوعی که بران و همکاران^۹ (۲۰۱۹) نیز بر آن تأکید کرده‌اند.

نهایتاً، این پژوهش نشان داد که انعطاف‌پذیری برنامه‌ریزی درسی و بهره‌گیری از فعالیت‌های عملی خلاقانه به معلمان کمک می‌کند تا نیازهای متنوع دانش‌آموزان را پاسخگو باشند و محیط یادگیری فعال‌تر و پویاتری ایجاد کنند. یافته‌های مشابهی توسط هوانگ و ژائو^{۱۰} (۲۰۲۲) گزارش شده که آموزش‌های نوآورانه موجب بهبود تعامل و مهارت‌های اجتماعی و روانی دانش‌آموزان می‌شود.

در نهایت، این رویکرد می‌تواند در آموزش از راه دور یا ترکیبی نیز کارآمد باشد. مطالعات اخیر نشان داده‌اند که استفاده از ابزارهای ساده و روش‌های خلاقانه حتی در محیط‌های مجازی می‌تواند کیفیت آموزش تربیت بدنی را حفظ کرده و ارتباط مؤثر معلم و دانش‌آموز را تسهیل نماید، که این امر در شرایط پاندمی کووید-۱۹ اهمیت خاصی دارد (۲۷).

نقش آموزش معلم‌محور در پرورش خلاقیت‌های بدنی

یکی از عوامل کلیدی در موفقیت برنامه‌های تربیت بدنی با رویکرد خلاقانه، نقش راهبردی و فعال معلم در هدایت فرآیند یادگیری است. در این مطالعه نیز، معلمان تربیت بدنی به‌عنوان تسهیل‌گرانی مؤثر عمل کرده‌اند که با بهره‌گیری از ابزارهای ساده، بومی و در دسترس، فعالیت‌هایی با جذابیت بالا طراحی و اجرا کرده‌اند. این نقش آموزشی صرفاً محدود به انتقال مهارت‌های حرکتی نیست، بلکه معلمان در جایگاه هدایت‌گر، الهام‌بخش و محرک خلاقیت و مشارکت دانش‌آموزان قرار می‌گیرند (۳۵).

مطالعات اخیر نشان می‌دهد زمانی که معلمان از آزادی عمل بیشتری برای طراحی و بومی‌سازی فعالیت‌ها برخوردار باشند و از قالب‌های سنتی فاصله بگیرند، می‌توانند با توجه به نیازهای واقعی دانش‌آموزان، محیط‌های یادگیری خلاق‌تر و اثربخش‌تری ایجاد کنند (۳۷). در چنین شرایطی، محیط آموزشی به‌گونه‌ای طراحی می‌شود که مؤلفه‌هایی مانند استقلال یادگیری، نوآوری و تعامل فعال در آن پررنگ‌تر می‌شود.

⁸ - Liu

⁹ - Brown

¹⁰ - Huang and Zhao

5. ارزیابی اثرات روانی - اجتماعی فعالیت‌های خلاقانه

یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن است که شرکت در فعالیت‌های خلاقانه به افزایش روحیه گروهی، تقویت اعتماد به نفس، کاهش اضطراب و بهبود خلق‌وخو در میان دانش‌آموزان منجر شده است. این یافته‌ها با نتایج مطالعات پیشین هم‌راستا هستند؛ به‌ویژه پژوهش‌های اساره و بیدل^{۱۱} (۲۰۱۱) و سینگ و همکاران^{۱۲} (۲۰۱۹) که تأکید دارند فعالیت‌های حرکتی، علاوه بر نقش فیزیکی، اثرات عمیقی بر سلامت روان و تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان دارند.

فعالیت‌هایی که بر همکاری، حل مسئله و مشارکت فعال تأکید دارند، منجر به رشد مهارت‌های اجتماعی همچون گوش دادن مؤثر، کار گروهی و تصمیم‌گیری می‌شوند. به‌ویژه در میان دانش‌آموزانی که با اضطراب اجتماعی یا کم‌رویی مواجه‌اند، این فعالیت‌ها بستر امن و حمایتی برای ابراز وجود فراهم می‌سازند (۲۲).

چالش‌ها و محدودیت‌های اجرای فعالیت‌های خلاقانه در مدارس

اگرچه یافته‌ها مزایای قابل توجهی برای رویکرد خلاقانه در تربیت بدنی نشان می‌دهند، اما اجرای این برنامه‌ها در مدارس با چالش‌هایی نیز مواجه است. از مهم‌ترین موانع می‌توان به کمبود آموزش کافی برای معلمان در زمینه طراحی تمرینات خلاقانه، نگرش‌های سنتی برخی مدیران و والدین نسبت به تربیت بدنی، و محدودیت منابع مالی حتی برای تهیه ابزارهای ابتدایی اشاره کرد (۴۲).

علاوه بر این، مقاومت اولیه برخی دانش‌آموزان در برابر فعالیت‌های غیرسنتی، به‌ویژه به دلیل ترس از قضاوت یا ناآشنایی با محیط‌های یادگیری مشارکتی، از دیگر موانع اجرایی به شمار می‌رود (۲۷). برای غلبه بر این چالش‌ها، فراهم‌سازی دوره‌های ضمن خدمت برای معلمان و ایجاد بستر فرهنگی مناسب در مدرسه برای پذیرش نوآوری، ضروری به نظر می‌رسد.

توسعه پایدار آموزشی با بهره‌گیری از منابع محلی و کم‌هزینه

یکی از نتایج ارزشمند پژوهش حاضر، نشان‌دهنده تأثیر مثبت استفاده از ابزارهای ساده، بومی و بازیافتی در ارتقاء کیفیت آموزش تربیت بدنی است. وسایلی مانند بطری‌های بازیافتی، گچ رنگی، طناب و توپ‌های دست‌ساز، نه تنها جایگزین‌های مناسب و مقرون‌به‌صرفه‌ای برای تجهیزات حرفه‌ای محسوب می‌شوند، بلکه در راستای اهداف توسعه پایدار نیز قرار دارند (۲۰).

¹¹ - Asare and Biddle

¹² - Singh et al

در محیط‌های کم‌برخوردار، بهره‌گیری از چنین ابزارهایی نه تنها امکان اجرای برنامه‌های حرکتی را فراهم می‌کند، بلکه موجب کاهش هزینه‌ها، استفاده مجدد از منابع و کاهش زباله‌های مدرسه می‌شود. افزون بر این، مشارکت جوامع محلی در تهیه و ساخت این تجهیزات، پیوند میان مدرسه و اجتماع را تقویت کرده و مسئولیت‌پذیری اجتماعی دانش‌آموزان را نیز ارتقاء می‌دهد (۲۸).

الزامات سیاست‌گذاری برای ترویج آموزش تربیت بدنی خلاقانه

براساس یافته‌های پژوهش، توصیه می‌شود که سیاست‌گذاران آموزشی از طریق حمایت‌های ساختاری و برنامه‌ریزی‌شده، زمینه گسترش رویکرد خلاقانه در آموزش تربیت بدنی را به‌ویژه در مناطق کم‌برخوردار فراهم آورند. این حمایت می‌تواند در قالب تأمین بسته‌های آموزشی برای معلمان، اختصاص بودجه برای ابزارهای ساده و برگزاری کارگاه‌های مهارتی محقق شود (۱۶).

همچنین، بازنگری در محتوای کتاب‌های درسی و دستورالعمل‌های رسمی می‌تواند بستر لازم برای ترویج خلاقیت و بهره‌گیری از منابع بومی را فراهم کند. بدون وجود چنین پشتوانه‌ای در سطح سیاست‌گذاری، تلاش‌های فردی معلمان با محدودیت‌های اجرایی و استمرار روبه‌رو خواهد شد (۱۳).

طراحی فعالیت‌های خلاقانه عملی با ابزارهای ساده و در دسترس

اصول طراحی

فعالیت‌های تربیت بدنی باید به‌گونه‌ای طراحی شوند که علاوه بر ارتقاء مهارت‌های حرکتی، انگیزش، درگیری ذهنی و مشارکت فعال دانش‌آموزان را تقویت کنند. اصولی چون سادگی، ایمنی، خلاقیت، انعطاف‌پذیری و تطابق با ویژگی‌های فردی دانش‌آموزان، مبنای طراحی مؤثر چنین فعالیت‌هایی است (۹). ابزارهایی نظیر بطری‌های پلاستیکی، توپ‌های دست‌ساز، طناب و گچ رنگی، امکان تحقق این اصول را با هزینه اندک فراهم می‌کنند (۲۰).

نمونه‌هایی از فعالیت‌ها

- **تمرینات تعادلی با بطری‌های پرشده:** استفاده از بطری‌های پر از آب به‌عنوان وزنه سبک برای بهبود تعادل و هماهنگی حرکتی.
- **بازی با توپ‌های بازیافتی:** تمرینات پرتاب و هدف‌گیری با توپ‌های ساخته‌شده از پارچه یا کاغذ، در راستای ارتقاء دقت و تمرکز.
- **دویدن طنابی:** استفاده از طناب به‌عنوان مسیر تمرین برای افزایش استقامت، سرعت و مهارت‌های پرش.
- **خط‌کشی زمین با گچ رنگی:** ایجاد مسیرهای حرکتی یا زمین بازی جذاب برای فعالیت‌های گروهی.

نقش معلم در اجرای فعالیت‌ها

معلم تربیت بدنی، نقش کلیدی در طراحی و اجرای موفق فعالیت‌های خلاقانه ایفا می‌کند. خلاقیت در استفاده از منابع محدود و تطبیق فعالیت‌ها با شرایط محیطی، نیازمند توانمندی حرفه‌ای بالاست (۴۵). آموزش‌های تخصصی و کارگاه‌های مهارتی برای ارتقاء توانمندی معلمان در این حوزه ضروری است (۴۱).

مزایای استفاده از ابزارهای ساده

ابزارهای ساده نه تنها دسترسی‌پذیر و کم‌هزینه هستند، بلکه امکان نوآوری، بازی‌سازی و مشارکت گروهی را افزایش می‌دهند. این ویژگی‌ها، به‌ویژه در مدارس با امکانات محدود، نقش حیاتی در اجرای موفق برنامه‌های تربیت بدنی ایفا می‌کند (۳۸).

نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که به‌کارگیری فعالیت‌های عملی و خلاقانه از وسایل ساده و در دسترس، مانند بطری‌های بازیافتی، طناب، توپ‌های دست‌ساز و گچ رنگی، تأثیر مثبتی بر بهبود کیفیت آموزش تربیت بدنی به‌ویژه در مدارس کم‌برخوردار دارد. این روش‌ها نه تنها باعث افزایش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان می‌شوند، بلکه به معلمان این امکان را می‌دهند که برنامه‌های آموزشی متنوع و جذاب‌تری طراحی کنند و در عین حال با محدودیت‌های منابع موجود سازگار باشند (۴۶).

این مدل آموزشی، با بهره‌گیری از وسایل بومی و اقتصادی، قادر است کمبود تجهیزات استاندارد را جبران کرده و در محیط‌های آموزشی مشابه مورد استفاده قرار گیرد. همچنین، مشارکت فعال دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری، رشد خلاقیت، تقویت مهارت‌های حرکتی پایه و بهبود تعاملات اجتماعی آن‌ها را به دنبال دارد (۴۷). این امر نشان‌دهنده اهمیت توجه به خلاقیت و انعطاف‌پذیری در طراحی برنامه‌های تربیت بدنی است.

با وجود نتایج مثبت، محدودیت‌هایی مانند حجم نمونه کم و مدت زمان کوتاه اجرای پژوهش وجود داشت که توصیه می‌شود در تحقیقات آینده با استفاده از نمونه‌های بزرگ‌تر و طراحی‌های طولی، تأثیرات بلندمدت این روش‌ها بر جنبه‌های روانی، اجتماعی و تحصیلی دانش‌آموزان بررسی شود. همچنین، آموزش تخصصی معلمان در زمینه طراحی فعالیت‌های خلاقانه می‌تواند نقش موثری در افزایش اثربخشی این روش‌ها داشته باشد (۴۸).

در نهایت، نتایج این مطالعه بر اهمیت نوآوری، بهره‌گیری از منابع بومی و نقش کلیدی معلم در توسعه روش‌های آموزشی خلاقانه تأکید دارد و می‌تواند راهنمایی برای سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان آموزشی در بهبود مستمر تربیت بدنی در مدارس کشور باشد (۴۹).

منابع

1. Han, X., Li, H., & Niu, L. (2025). How does physical education influence university students' psychological health? An analysis from the dual perspectives of social support and exercise behavior. *Frontiers in Psychology*, 16, 1457165.
2. Sephania, N., Too, J. K., & Kipng'etich, K. J. (2017). Perception of teachers on availability of instructional materials and physical facilities in secondary schools of Arusha District. *Tanzania. Journal of Teachers*, 4(28), 68-102.
3. Mitchell, T., Smith, J., & Johnson, L. (2021). Impact of equipment shortage on student participation in physical education classes. *International Journal of Sports Science*, 8(1), 77-85.
۴. یوسفی، س. و رجبی، م. (۱۴۰۰). فعالیت‌های خلاقانه و مقرون به صرفه در تربیت بدنی با استفاده از منابع محلی. *مجله مسائل ورزشی و اجتماعی*، ۱۴(۴)، ۲۳۵-۲۲۰.
5. Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(1), 40.
6. Smith, J., & Johnson, L. (2020). Enhancing physical education quality in schools: The role of facilities and equipment. *Journal of School Health*, 90(6), 450-457.
7. Kirk, D. (2010). *Physical education futures*. Routledge.
8. Armour, K. (2015). Physical education and school sport provision: Addressing inequalities and promoting inclusion. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(3), 237-248.
9. Hardman, K., & Marshall, J. (2019). Physical education in developing countries: Challenges and opportunities. *European Journal of Physical Education*, 24(2), 130-145.
10. Brown, T., Wilson, P., & Green, S. (2019). Impact of lack of equipment on student motivation in physical education. *Journal of Sports Psychology*, 15(1), 75-88.
11. Liu, Y., Chen, S., & Zhang, W. (2021). Equipment availability and its effect on participation in physical education classes. *International Journal of Physical Education*, 58(4), 200-210.
12. Anderson, R., & Taylor, P. (2023). Physical activity and academic performance: A meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 115(2), 275-290.
13. Martinez, L., Garcia, M., & Lopez, F. (2022). Innovative use of handmade tools in physical education: Enhancing engagement in low-resource settings. *Physical Education Review*, 45(3), 300-315.
۱۴. احمدی، م.، رضایی، س. و نیکرفتار، ع. (۱۳۹۸). بررسی تأثیر کمبود تجهیزات ورزشی بر کیفیت آموزش تربیت بدنی در مدارس مناطق کم‌برخوردار. *مجله علوم تربیتی ایران*، ۱۵(۳)، ۶۲-۴۵.
۱۵. یوسفی، ف. و رجبی، م. (۱۴۰۰). تأثیر استفاده از ابزارهای بومی بر افزایش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان در کلاس‌های تربیت بدنی. *فصلنامه پژوهش‌های تربیتی*، ۲۲(۱)، ۹۵-۷۷.
16. Anderson, P., & Taylor, R. (2023). Physical activity and academic performance in school-aged children: A meta-analysis. *Journal of School Health*, 93(2), 120-130.
17. Biddle, S. J. H., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 886-895. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090185>
18. Brown, L., Smith, J., & Williams, K. (2019). Impact of sports equipment availability on student engagement in physical education. *International Journal of Physical Education*, 56(4), 210-223.
19. Fernandez, M., Gomez, R., & Lopez, A. (2022). Community involvement and sustainable sports programs in low-income areas. *Sports Management Review*, 25(1), 34-48.
20. García, P., Martínez, J., & Torres, L. (2023). Use of indigenous tools for enhancing physical education in resource-limited settings. *Journal of Physical Activity and Health*, 20(3), 150-162.

21. Hardman, K., & Marshall, J. (2019). Physical education and physical activity: The role of the school in low-income communities. *Sport, Education and Society*, 24(1), 45-57.
<https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1360467>
22. Kim, S., & Park, H. (2021). Physical activity and mental health during COVID-19 pandemic in children. *Journal of Pediatric Psychology*, 46(6), 732-740.
23. Lopez, M., Hernandez, C., & Salazar, J. (2020). Reducing isolation through creative physical activities in schools. *Educational Research Quarterly*, 43(2), 25-40.
24. Martinez, J., Nguyen, T., & Brown, A. (2022). Innovative teaching tools in physical education: Promoting engagement and creativity. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 27(3), 283-298.
25. Nguyen, T., Smith, A., & Williams, R. (2020). Safety considerations in physical education: The role of equipment quality. *Journal of School Health*, 90(8), 634-641.
26. Patel, R., & Singh, P. (2019). Creativity in physical education: Addressing challenges of resource scarcity. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(1), 13-24.
27. Patel, R., & Singh, P. (2020). Use of digital tools to enhance physical education in under-resourced schools. *Technology, Pedagogy and Education*, 29(4), 451-463.
28. Rodriguez, L., & Torres, E. (2024). Local communities and sports equipment sustainability: A qualitative study. *International Journal of Community Sport*, 15(1), 70-85.
29. Singh, N., Brown, D., & Lee, S. (2019). Physical activity and psychosocial outcomes in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 65(5), 659-665.
30. Smith, A., & Johnson, M. (2020). Physical education's impact on student development: A comprehensive review. *Educational Review*, 72(1), 35-54.
31. Zimmerman, B. J. (2020). Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives and practical applications. *Educational Psychologist*, 55(2), 123-135.
32. Zhao, L., & Huang, Y. (2022). Enhancing student engagement through innovative physical education approaches. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(5), 1203-1215.
33. Zhao, L., & Huang, Y. (2023). Integrating technology in physical education: Challenges and opportunities. *Physical Education and Technology Journal*, 18(2), 112-126.
34. Anderson, P., Smith, J., & Lee, R. (2020). The role of participatory and game-based activities in physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 45-60.
35. Armour, K., & Harris, J. (2019). The role of teachers as facilitators in physical education creativity. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(5), 489-502.
36. Anderson, P., & Taylor, R. (2023). Policy frameworks for promoting innovative physical education in underserved schools. *International Journal of Educational Policy*, 18(2), 120-135.
37. Casey, A., Jones, L., & Martin, P. (2022). Teacher autonomy and creativity in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 41(3), 245-260.
38. Chen, Y., Li, X., & Wang, Q. (2020). Low-cost sports equipment and innovation in physical education delivery. *Journal of Sport Sciences*, 38(6), 679-687.
39. Gonzalez-Gerez, C., Smith, T., & Park, J. (2022). Innovation and creativity in physical education: Effects on motivation and engagement. *Physical Education Review*, 30(2), 105-120.
40. Lee, M., & Kim, J. (2021). Creative approaches in physical education: Enhancing student participation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(4), 370-383.
41. Mitchell, R., Smith, J., & Williams, K. (2021). Professional development for creativity in physical education teachers. *Journal of Teacher Education*, 72(1), 45-57.

42. Nguyen, T., Brown, A., & Martinez, J. (2020). Challenges in implementing innovative physical education programs in low-resource schools. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 12(1), 83-96.
43. O'Sullivan, M., & MacPhail, A. (2018). Teacher motivation and job satisfaction in physical education. *European Physical Education Review*, 24(3), 272-288.
44. Singh, N., Brown, D., & Lee, S. (2019). Physical activity and psychosocial outcomes in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 65(5), 659-665.
45. Rothwell, M., Bjerke, Ø., Strafford, B. W., Robinson, T., Haslingden, C., Navarro, M., & Davids, K. (2025). Re-imagining performance spaces and locations in ecological dynamics: Implications for pedagogical practices in physical education. *European Physical Education Review*, 31(2), 279-294.
46. Tan, C. K. (2019). Utilizing recycled materials in physical education: Enhancing engagement and sustainability in schools. *International Journal of Physical Education*, 56(1), 25-33.
47. Darling-Hammond, L., Flook, L., Cook-Harvey, C., Barron, B., & Osher, D. (2020). Implications for educational practice of the science of learning and development. *Applied Developmental Science*, 24(2), 97-140. <https://doi.org/10.1080/10888691.2018.1537791>
48. Mitchell, S. A., Oslin, J. L., & Griffin, L. L. (2015). *Teaching sport concepts and skills: A tactical games approach*. Human Kinetics.
49. Dyson, B., & Rink, J. (2021). Teaching physical education creatively: Active learning and innovation in practice. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 92(3), 36-43. <https://doi.org/10.1080/07303084.2021.1879587>

Abstract:

In many schools, especially those in underprivileged areas, physical education faces significant challenges due to a lack of standard equipment. This study aimed to design and implement creative practical activities based on accessible and indigenous tools. The research employed a mixed-methods approach (quantitative and qualitative), involving middle school students and physical education teachers from public schools in deprived regions. Quantitative data were collected using standardized questionnaires measuring students' motivation and participation, while qualitative data were gathered through semi-structured interviews and direct observations. The analysis revealed that the implemented activities significantly increased students' motivation, participation, and creativity. Teachers also confirmed the flexibility and adaptability of these activities in low-resource settings. The findings suggest that utilizing indigenous and low-cost tools can be an effective strategy to enhance the quality of physical education in under-resourced schools.

Keywords: Physical Education, Educational Creativity, Underprivileged Schools, Indigenous Tools