

به نام خداوند جان آفرین
حکیم سخن در زبان آفرین



راهبردهایی برای فراگیری

تربیت بدنی برای همه

لارن جی. لایرمن

کتی هوستون - ویلسون

مترجمان:

رزا رهاوی عزآبادی، دانشیار دانشگاه الزهراء | زهرا استیری، استادیار دانشگاه حکیم سبزواری

بهار

۱۴۰۳

سرشناسه	:	لیبرمن، لورن ج.، ۱۹۶۵ - م.
عنوان و نام پدیدآور	:	Lieberman, Lauren J., 1965- راهبردهایی برای فراگیری تربیت بدنی برای همه / لارن جی. لایبرمن، کتی هوستون - ویلسون؛ مترجمان رزا رهاوی عزآبادی، زهرا استیبری؛
مشخصات نشر	:	تهران: دانشگاه الزهرا (س)، انتشارات، ۱۴۰۳
مشخصات ظاهری	:	۳۵۰ ص.؛ مصور، جدول.
شابک	:	978-622-8126-21-0
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
یادداشت	:	عنوان اصلی: Strategies for inclusion, 3 rd. ed, 2017
یادداشت	:	کتاب حاضر با عنوان "راهبردها برای فراگیری: تربیت بدنی برای همه" و ترجمه حسن دانشمندی... او دیگران] توسط انتشارات حتی در سال ۱۴۰۱ (۱۳۳۳ ص.) منتشر شده است.
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	راهبردها برای فراگیری: تربیت بدنی برای همه. تربیت بدنی کودکان عقب مانده -- ایالات متحده Physical education for children with disabilities -- United States تربیت بدنی کودکان -- ایالات متحده Physical education for children -- United States آموزش و پرورش فراگیر -- ایالات متحده Inclusive education-- United States
شناسه افزوده	:	هوستون - ویلسون، کتی، ۱۹۶۲ - م.
شناسه افزوده	:	Houston-Wilson, Cathy, 1962-
شناسه افزوده	:	رهاوی عزآبادی، رزا، ۱۳۵۳ - م مترجم
شناسه افزوده	:	استیبری، زهرا، ۱۳۵۳ - م مترجم
شناسه افزوده	:	دانشگاه الزهراء، انتشارات
شناسه افزوده	:	Alzahra University Press
رده بندی کنگره	:	G۷۴۴۵
رده بندی دیویی	:	۳۷۱.۹۰۴۴۶
شماره کتابشناسی ملی	:	۹۶۰۲۸۸۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیا



راهبردهایی برای فراگیری: تربیت بدنی برای همه

لارن جی. لایبرمن، کتی هوستون - ویلسون

مترجمان: رزا رهاوی عزآبادی، زهرا استیبری

انتشارات: دانشگاه الزهرا

ویراستار ادبی: زهرا شهریاری

صفحه آرای: مرضیه الهدادی

طراح جلد: مرضیه الهدادی

چاپ و صحافی: چاپ دیجیتال کسری

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۲۰۰

شابک: 978-622-8126-21-0

قیمت: ۳۵۰۰۰۰ تومان

سال نشر: بهار ۱۴۰۳

شماره تماس واحد فروش: ۰۲۱۸۸۰۴۸۹۳۴ - ۰۲۱۸۵۶۹۲۸۳۹

سامانه الکترونیکی: <https://book.alzahra.ac.ir>

فروش کتاب الکترونیک (ebook): <https://mybooket.com>

کلیه حقوق معنوی و مادی این اثر برای دانشگاه الزهرا محفوظ است.

پذیرش چاپ این اثر در جلسه ۱۸۲ شورای انتشارات مورخ ۱۴۰۲/۷/۱۸ به تصویب رسید.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱.....	پیشگفتار
۵.....	قدردانی و سپاسگزاری
۶.....	بخش اول درک فراگیری
۹.....	فصل اول فراگیری در تربیت بدنی
۱۱.....	الزامات قانونی: رویکرد تاریخی
۱۹.....	نقش ها و مسئولیت های معلمان تربیت بدنی عمومی
۲۱.....	نقش ها و مسئولیت های متخصصان تربیت بدنی تطبیقی
۲۲.....	اثر بخشی فراگیری
۲۵.....	خلاصه
۲۶.....	فصل دوم ارزیابی: سنگ بنای آموزش موثر
۲۸.....	ویژگی های ارزیابی موثر
۳۴.....	تکنیک های ارزیابی مرسوم
۳۹.....	ارزیابی معتبر
۴۸.....	ارزیابی جایگزین
۵۸.....	خلاصه
۵۹.....	فصل ۳ فرایند جایگزینی و جایابی در تربیت بدنی
۶۰.....	چالش های جایگزینی و جایابی تربیت بدنی
۶۴.....	فرایند آموزش ویژه
۸۱.....	ارزیابی جایگزینی و جایابی: مقیاس رتبه بندی فراگیری در تربیت بدنی لیبرمن-برایان
۸۷.....	خلاصه
۹۰.....	فصل ۴ برنامه های آموزشی فردی

عنوان

صفحه

فرایند برنامه آموزشی فردی.....	۹۲
نقش ارزیابی در برنامه آموزشی فردی.....	۹۳
اجزای برنامه آموزشی فردی.....	۹۴
برنامه‌های آموزشی فردی الکترونیکی تولیدشده.....	۱۰۳
نقش مربی تربیت‌بدنی در فرایند برنامه آموزشی فردی.....	۱۰۴
ترکیب اهداف و مقاصد ورود به کلاس تربیت‌بدنی عمومی.....	۱۰۶
خلاصه.....	۱۰۹
فصل ۵ مدیریت رفتار دانش‌آموزان.....	۱۱۰
راهبردهایی برای جلوگیری از مشکلات رفتاری.....	۱۱۱
درک هدف از رفتار نامناسب.....	۱۱۴
مداخلات و راهبردهایی برای بهبود رفتار.....	۱۱۶
راهبردهایی برای کاهش رفتارهای نامناسب.....	۱۱۸
خلاصه.....	۱۱۹
فصل ۶ طراحی فراگیر برای یادگیری.....	۱۲۰
طراحی فراگیر در تربیت‌بدنی.....	۱۲۱
آموزش متمایز.....	۱۲۴
فرایند تطبیق فعالیت‌ها.....	۱۲۶
انواع سازگاری.....	۱۳۰
واردکردن پارالمپیک به برنامه درسی.....	۱۳۶
خلاصه.....	۱۴۰
فصل ۷ کارکنان پشتیبانی.....	۱۴۱
معلمان خصوصی همتا.....	۱۴۲

عنوان

صفحه

کمکمربیان.....	۱۶۱
شهروندان ارشد.....	۱۶۹
دانشجویان دانشگاه.....	۱۶۹
خلاصه.....	۱۷۰
فصل ۸ برنامه‌ریزی انتقال.....	۱۷۱
خدمات انتقال و برنامه‌ریزی آموزشی فردی.....	۱۷۳
رویکرد کارکردی در برنامه‌ریزی انتقال.....	۱۷۶
فعالیت‌های انتقال (گذار) برای مشارکت اجتماعی موثر.....	۱۸۲
ارزیابی در انتقال.....	۱۸۴
خلاصه.....	۱۸۵
بخش دوم راهبردهای فراگیری.....	۱۸۷
فصل ۹ مهارت‌های پایه.....	۱۸۸
تعادل.....	۱۸۹
آگاهی بدنی.....	۱۹۱
فعالیت با هولاهوپ.....	۱۹۳
پرش از روی طناب.....	۱۹۵
مهارت‌های جابه‌جایی.....	۱۹۷
بازی‌های تعاونی (نیاز به همکاری).....	۱۹۹
مهارت‌های کنترل اشیا.....	۲۰۱
فعالیت‌های چتر نجات.....	۲۰۵
مهارت‌های موزون.....	۲۰۷
فعالیت‌های تخته اسکوتر.....	۲۰۹

عنوان

صفحه

۲۱۱	فصل ۱۰ مهارت‌های ورزشی.....
۲۱۲	سافت‌بال.....
۲۱۶	والیبال.....
۲۲۰	بسکتبال.....
۲۲۴	فوتبال.....
۲۲۷	تنیس.....
۲۳۱	بدمیتون.....
۲۳۵	فوتبال پرچمی.....
۲۳۸	گلف.....
۲۴۱	دو و میدانی.....
۲۴۵	ژیمناستیک.....
۲۴۹	کشتی.....
۲۵۲	فصل ۱۱ مهارت‌های تفریح و فراغت.....
۲۵۳	کوله‌پشتی‌گردی و پیاده‌گردی.....
۲۵۵	بولینگ.....
۲۵۷	ماهی‌گیری.....
۲۶۰	صخره‌نوردی.....
۲۶۲	اسکیت و اسکیت خطی.....
۲۶۴	کانوسواری.....
۲۶۶	حرکات موزون گروهی (خط).....
۲۶۸	هنرهای رزمی.....
۲۶۹	یوگا.....

عنوان	صفحه
حرکات موزون.....	۲۷۲
اسپایک بال.....	۲۷۴
موج سواری.....	۲۷۶
فصل ۱۲ سلامت و تناسب اندام.....	۲۷۸
شنا کردن.....	۲۷۹
ایروبیک.....	۲۸۱
تمرین با وزنه.....	۲۸۳
اسکی صحرانوردی.....	۲۸۴
فعالیت‌های تناسب اندام.....	۲۸۶
پیوست‌ها.....	۲۸۸
پیوست A واژه‌های اختصاصی کودکان کم‌توان.....	۲۸۸
پیوست B اصطلاحات آموزش ویژه.....	۳۰۳
پیوست C فهرست بازیبنی مهارت‌های آبی براکپورت.....	۳۱۲
واژه نامه.....	۳۱۷
منابع و ماخذ.....	۳۲۱
نمایه موضوعی.....	۳۳۸
درباره مولفان.....	۳۴۴

پیشگفتار

از سال ۱۹۷۵، کودکان کم‌توان در ایالات متحده در کلاس‌های تربیت‌بدنی عمومی مشارکت دارند. متأسفانه، گذار از کلاس‌های درس مجزا و تفکیک‌شده به محیط‌های حمایتی و فراگیر، برای دانش‌آموزان کم‌توان و کسانی که مسئولیت آموزش آن‌ها را بر عهده دارند، به سختی انجام شده است. معلمان تربیت‌بدنی، مجبور شده‌اند تا در پیچ‌وخم قوانین و کاغذبازی‌های فراوان با آن همراه شوند و در مورد یکپارچه‌شدن کلاس دانش‌آموزان، به‌جای بهترین اطلاعات، به‌بهترین مقاصد تکیه کنند.

هدف کتاب این است که شما را با اطلاعات و ابزارهای لازم برای فراگیری موفقیت‌آمیز کودک کم‌توان، در برنامه‌های خود توانمند کند. در ویرایش سوم، سخت‌تلاش شده است تا منبعی سرشار از کاربردهای عملی و راهبردهای برنامه‌ریزی و ارزیابی ایجاد شود که برای معلمان تربیت‌بدنی قابل استفاده باشد. مربیان، کمک‌مربیان، مربیان بدنی تطبیقی، معلمان آموزش استثنایی، مدیران فعالیت‌های تفریحی، متخصصان تفریحات درمانی، والدین و دانشجویان دانش‌آموخته و کارشناسان در رشته‌های تربیت‌بدنی، تفریحی و آموزش استثنایی می‌توانند از مطالب این کتاب بهره‌مند شوند.

کتاب به دو بخش تقسیم شده است. بخش اول، اطلاعات زمینه‌ای در مورد آموزش فراگیر و دستورالعمل‌هایی برای فراگیری موفقیت‌آمیز کودک کم‌توان در محیط‌های تربیت‌بدنی مرسوم (سنتی) ارائه می‌دهد؛ بخش دوم کتاب، ۳۸ واحد قابل آموزش دارد که شامل ابزارهای سنجش برنامه‌ریزی درسی است. همچنین، این واحدها در منبع وب همراه در www.HumanKinetics.com/StrategiesForInclusion در گنجینه شده است. می‌توان آن‌ها را برای استفاده در کلاس چاپ کرد، یا می‌توانید آن‌ها را در دستگاه تلفن همراه مشاهده کنید.

فصل اول، فراگیری در تربیت‌بدنی، به ارائه مرور جامع بر تعهدات قانونی که مستقیماً بر تربیت‌بدنی تأثیر می‌گذارد، می‌پردازد. با داشتن این دانش، می‌توانید از دریافت حمایتی که برای آموزش موفقیت‌آمیز کودک کم‌توان نیاز دارید، بهره‌گیرید. مکان‌های مختلف، مورد بحث قرار گرفته است. بنابراین می‌توانید گزینه‌های موجود در آموزش کودک کم‌توان را مشاهده کنید. بسته به نیازهای منحصر به فرد کودک و واحد آموزشی، او می‌تواند از یک موقعیت جایابی به موقعیت دیگر حرکت کند. این فصل، همچنین تحقیقات جاری در مورد

تربیت بدنی فراگیر و اثربخشی آن و نقش‌ها و مسئولیت‌های مربیان بدنی عمومی را مورد بحث قرار می‌دهد.

فصل دوم، به انواع مختلف ارزیابی‌ها می‌پردازد. این فصل، اهداف ارزیابی و استفاده از داده‌های ارزیابی را برای هدایت آموزش برجسته می‌کند. همچنین، شامل نمونه روبریک‌ها و یک نمونه ارزیابی جایگزین است که می‌تواند برای کودکان کم‌توان با سطح عملکرد پایین استفاده شود.

فصل ۳، فرایند جایابی در تربیت بدنی، به فرایند گام‌به‌گام برای حصول اطمینان از قرارگیری و جایابی مناسب اشاره دارد. مراحل تحت پوشش در این فصل، براساس الزامات قانونی است. در هر مرحله به وضوح توضیح داده شده و برخی از فرم‌های نمونه ارائه شده است. علاوه‌براین، فرم‌های پیشنهادی برای استفاده از مناطق مدرسه ارائه شده است تا اطمینان حاصل شود که سیستم از فرایند پشتیبانی می‌کند. این فصل، همچنین یک مقیاس رتبه‌بندی معتبر برای تربیت بدنی ارائه می‌کند تا به شما در تعیین فراگیرترین محیط ممکن، کمک کند.

فصل ۴، برنامه‌های آموزشی فردی، به‌طور کامل به این مولفه ضروری در آموزش کودک کم‌توان، می‌پردازد. برنامه‌های آموزشی فردی به اطمینان از پیشرفت کودک کم‌توان در جهت رسیدن به اهداف مورد نظر کمک می‌کند. این فصل مراحل را برای توسعه و اجرای برنامه‌های آموزشی فردی ارائه می‌دهد و راه‌های مختلفی را مورد بحث قرار می‌دهد که می‌توانید از اجرای اهداف برنامه‌های آموزشی فردی در کلاس‌های تربیت بدنی عمومی اطمینان حاصل کنید.

فصل ۵، مدیریت رفتار دانش‌آموز، به شما کمک می‌کند محیط خود را تنظیم کنید تا موفقیت را به حداکثر برسانید. این فصل، استفاده از حمایت رفتاری مثبت و ارزیابی‌های رفتاری عملکردی را برای اصلاح رفتارهای چالش برانگیز مورد بحث قرار می‌دهد. همچنین نکاتی را برای اطمینان از بهترین رفتار ممکن از دانش‌آموزان ارائه می‌دهد.

فصل ۶، طراحی فراگیر برای یادگیری، رویکردی فعالانه برای سازگاری را برجسته می‌کند. ابتدا، در مورد فلسفه طراحی فراگیر برای یادگیری بحث می‌کنیم که تغییراتی را در تربیت بدنی عمومی ایجاد می‌کند. سپس دستورالعمل‌های خاصی را برای سازگاری ارائه می‌دهیم. چهار متغیر اصلی قوانین، تجهیزات، محیط، و دستورالعمل‌ها می‌توانند به راحتی تنظیم شوند تا با موفقیت کودکان در تمام سطوح توانایی را شامل شوند. مثال‌هایی ارائه شده‌اند تا به شما در درک گزینه‌های خود کمک کنند. این فصل با مثال‌هایی از نحوه ورود ورزش‌های پارالمپیک به برنامه درسی، پایان می‌یابد.

فصل ۷، کارکنان پشتیبانی، شامل دستورالعمل‌های جامعی در مورد نحوه آموزش، کار و ایجاد انگیزه در انواع کارکنان پشتیبانی در تربیت بدنی عمومی است. این شبکه ارزشمند، از معلمان خصوصی همتا، کمک‌مربیان، شهروندان ارشد و دانشجویان دانشگاه، تشکیل شده است. تکنیک‌های آموزشی ویژه‌ای برای معلمان خصوصی همتایان و کمک‌مربیان ارائه شده است.

فصل ۸، برنامه‌ریزی انتقال، اطلاعاتی در مورد آماده‌سازی دانش‌آموزان کم‌توان، برای انتقال از مدرسه

به جامعه ارائه می‌دهد. در واقع، به استفاده از رویکرد کاربردی برای برنامه‌ریزی انتقال در محیط‌های مبتنی بر جامعه، تمرکز دارد و اهمیت کمک به دانش‌آموزان را در ایجاد مهارت‌های لازم، مورد بحث قرار می‌دهد. بخش دوم این کتاب، راهبردهای خاصی را برای مشارکت معرفی می‌کند. در اینجا نحوه به‌کارگیری اطلاعات ارائه‌شده در بخش اول را خواهید آموخت. بخش دوم، شامل دستورالعمل‌های گام‌به‌گام، برای اجرای یک برنامه درسی فراگیر است. فصل ۹ شامل ۱۰ واحد مهارت‌های اساسی است. فصل ۱۰ دارای ۱۱ واحد مهارت‌های ورزشی است. فصل ۱۱ دارای ۱۲ واحد تفریحی و فصل ۱۲ دارای ۵ واحد سلامت و تناسب اندام است. تغییرات و انطباق‌های بالقوه برای تجهیزات، قوانین، محیط و دستورالعمل‌ها برای هر واحد ارائه شده است. انطباق‌ها را می‌توان برای پیگیری آنچه برای هر کودک مفید است، ثبت کرد. علاوه‌براین، هر واحد حداقل یک عنوان ارزیابی دارد که یک مهارت خاص را تجزیه می‌کند.

این کتاب شامل سه پیوست مفید است. پیوست A، ناتوانی در اصطلاحات کودک تعاریفی از بسیاری از ناتوانی‌ها را با عباراتی ارائه می‌دهد که کودکان به‌راحتی می‌توانند آن را درک کنند. پیوست B، اصطلاحات آموزش ویژه؛ تعاریفی از اصطلاحات آموزش ویژه و همچنین هرگونه پیامدهایی را برای معلمان تربیت‌بدنی ارائه می‌دهد. پیوست C، براکپورت فهرست بازبینی یا چک‌لیست مهارت‌های آبی ارزیابی مهارت‌های آبی را ارائه می‌دهد تا به شما در ارزیابی توانایی‌های شنای کودکان، کمک کند.

امیدواریم این کتاب به شما کمک کند تا از خود و دانش‌آموزان که خود دفاع کنید و همچنین امیدواریم از حمایت‌های مورد نیاز جهت هدایت همه کودکان در ایجاد سبک زندگی فعال و سالم برخوردار شوید. در ضمن، این تصور را به همه دانش‌آموزان خود القا کنید که هر چیزی ممکن است. به عبارتی امید و رسیدن به اهداف را می‌توان از طریق تفاهم، همکاری و خلاقیت به‌دست آورد.

قدردانی و سپاسگزاری

ما می‌خواهیم از کالج در براکپورت، دانشکده‌مان در بخش حرکت‌شناسی، مطالعات ورزشی و تربیت‌بدنی؛ و دانشجویان ما در گذشته، حال و آینده قدردانی کنیم. شما هر روز تغییر ایجاد می‌کنید و جهان را به مکانی فراگیرتر و جامع‌تر تبدیل می‌کنید. ما همچنین از خانواده‌هایمان برای حمایت و درک مداوم‌شان در حین کار بر روی چاپ سوم این کتاب، تشکر و قدردانی می‌کنیم. درک آن‌ها از زمان مورد نیاز برای تکمیل این کار و انجام این هدف، شایسته قدردانی است.

ما همچنین از افرادی که به‌عنوان مدل در تصویرهای کتاب حضور دارند و وقت خود را به این پژوهش اختصاص داده‌اند، تشکر می‌کنیم؛ کی‌پرا ویلسون، لوک ویلکاکس، اسکایلر والش، بروک والش، ماکایلا هایباچ، مایجا یانگ، یاسمین میلر، ناتان اسپر، رایلی اسپر، لیلی پنینگ، هادسون پانینگ، جولیا مارتین، ون هارت، کریستینا تو، متیو تو، و دکتر دنی تو، و همچنین افرادی که به‌عنوان مدل در تصویر روی جلد کتاب حاضرند؛ خانم شسیل سانتیاگو، گریس لاروکا، اسکای سالیوان، کالین وود، و کالیب باروز.