

به نام خدا

# ذهن ورزشی در آموزش و پرورش

مؤلفان :

وحید جلالی

سمیه ویسیان منش

فاطمه شنبه ای

سعید رنجبر پور

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

عنوان و نام پدید آور: ذهن ورزشی در آموزش و پرورش / مولفان وحید جلالی... [و دیگران].  
مشخصات نشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.  
مشخصات ظاهری: ۱۵۰ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۳۷۷-۸  
وضعیت فهرست نویسی: فیبا  
یادداشت: مولفان وحید جلالی، سمیه ویسیان منش، فاطمه شنبه‌ای، سعید رنجبر پور.  
یادداشت: کتابنامه: ص. [۱۲۵]-۱۵۰.  
موضوع: ورزش مدارس -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی  
School sports -- Iran -- Psychological aspects  
تربیت بدنی -- جنبه‌های روان‌شناسی  
Physical education and training -- Psychological aspects  
شناسه افزوده: جلالی، وحید، ۱۳۵۲-  
رده بندی کنگره: GV۳۶۵/۵  
رده بندی دیویی: ۳۷۲/۸۶۰۹۵۵  
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۱۲۴۹۳  
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: ذهن ورزشی در آموزش و پرورش  
مولفان: وحید جلالی - سمیه ویسیان منش - فاطمه شنبه‌ای - سعید رنجبر پور  
ناشر: ارسطو (سامانه اطلاع رسانی چاپ و نشر ایران)  
صفحه آرایی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر  
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد  
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲  
چاپ: زبرجد  
قیمت: ۱۲۰۰۰۰ تومان  
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:  
<https://chaponashr.ir/ketabresan>  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۳۷۷-۸  
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵  
[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول.....	۷
همگرایی ورزش و آموزش در ایران.....	۷
مروری تاریخی بر ورزش در فرهنگ ایران.....	۷
مبانی فلسفی تعلیم و تربیت در ایران.....	۱۰
نقش تربیت بدنی در مدارس.....	۱۲
ارزش های اسلامی و اخلاق ورزشی.....	۱۴
نمادهای ورزشی و تأثیر آنها بر جوانان.....	۱۶
سیر تحول آموزش ورزشی در ایران.....	۱۸
پویایی اجتماعی فرهنگی و ورزش.....	۲۰
فصل دوم.....	۲۳
تعیین و دستیابی به اهداف تحصیلی.....	۲۳
درسهایی از تعیین هدف ورزشی.....	۲۳
همسو کردن اهداف شخصی و آموزشی.....	۲۵
غلبه بر موانع تحصیلی: دیدگاه ورزشکار.....	۲۷
نقش معلمان به عنوان مربی.....	۳۰
استراتژی های موفقیت بلندمدت.....	۳۲
ارزیابی و بازنگری اهداف به صورت دوره ای.....	۳۴
جشن پیروزی های کوچک: تشبیه ورزشی.....	۳۶

۳۹.....	ایجاد تعادل بین رشته های تحصیلی و ورزشی
۴۱.....	<b>فصل سوم.....</b>
۴۱.....	<b>کار تیمی و همکاری در کلاس درس.....</b>
۴۱.....	پویایی تیم های ورزشی
۴۳.....	کار گروهی و یادگیری جمعی: یک قیاس
۴۶.....	نقش های رهبری در ورزش و پروژه های گروهی
۴۸.....	حل تعارض: درس هایی از میدان
۵۰.....	استراتژی هایی برای ایجاد انسجام کلاس درس
۵۳.....	نقش معلم در پرورش روحیه تیمی
۵۵.....	تجلیل از تنوع در تیم
۵۷.....	بازی های گروهی سنتی و مشابه های آموزشی آنها
۶۱.....	<b>فصل چهارم.....</b>
۶۱.....	<b>ایجاد تاب آوری و استقامت.....</b>
۶۱.....	سفر ورزشکار از طریق ناملایمات
۶۳.....	مکانیسم های مقابله: از زمینه های آموزشی تا میزهای مطالعه
۶۶.....	در آغوش گرفتن شکست ها به عنوان سنگ های پله
۶۸.....	راهکارهایی برای تقویت روحیه دانش آموزان
۷۰.....	غلبه بر استرس امتحان و اضطراب عملکرد
۷۳.....	الگوها و داستان های گریت
۷۵.....	مولفه های روانشناختی تاب آوری
۷۷.....	تاب آوری معنوی در بافت اسلامی

فصل پنجم.....	۸۱
نظم، روال، و مدیریت زمان.....	۸۱
یک روز از زندگی یک ورزشکار.....	۸۱
ساختار روال های آکادمیک برای عملکرد بهینه.....	۸۳
استراتژی های مدیریت زمان از ورزش.....	۸۵
پرورش عادات برای یادگیری مادام العمر.....	۸۷
ایجاد تعادل بین اوقات فراغت، ورزش و مطالعات.....	۸۹
اجتناب از اهمال کاری: کتاب بازی.....	۹۲
تاکید بر ثبات بر شدت.....	۹۴
ریتم های فصول تحصیلی.....	۹۶
فصل ششم.....	۹۹
تجسم و تمرین ذهنی در یادگیری.....	۹۹
تکنیک های آمادگی ذهنی در ورزش.....	۹۹
علم تجسم در یادگیری.....	۱۰۱
تقویت حافظه و یادآوری از طریق تصویرسازی.....	۱۰۴
مطالعات موردی: کاربردهای موفقیت آمیز تمرین ذهنی.....	۱۰۶
نقش مدیتیشن و ذهن آگاهی در تجسم.....	۱۰۸
غلبه بر خودگویی منفی و محدود کردن باورها.....	۱۱۰
گنجاندن تجسم در برنامه های درس.....	۱۱۲
روایت های فرهنگی و تجسم در بافت ایرانی.....	۱۱۴

۱۱۷.....	فصل هفتم.....
۱۱۷.....	انگیزه و انگیزه: برانگیختن اشتیاق در یادگیری.....
۱۱۷.....	درک حرکت ورزشکار.....
۱۱۹.....	انگیزه درونی در مقابل انگیزه بیرونی در کلاس درس.....
۱۲۲.....	تشویق به استقلال و تسلط دانش آموز.....
۱۲۵.....	منابع.....

## فصل اول

# همگرایی ورزش و آموزش در ایران

### مروری تاریخی بر ورزش در فرهنگ ایران

چشم انداز تاریخی ورزش در فرهنگ ایران سفری جذاب در زمان است که تأثیر عمیق ورزش دو و میدانی را بر جامعه و آموزش این ملت کهنسال آشکار می کند. این بخش به ریشه‌های تاریخی ورزش در ایران می‌پردازد و پیشرفت و تحول آن را در طول قرن‌ها دنبال می‌کند. این بخش با بررسی نقش ورزش در تعلیم و تربیت درصدد است تا درک جامعی از نحوه همگرایی ورزش با شیوه‌های آموزشی در ایران ارائه دهد. کاوش در این تقاطع توسط طیف وسیعی از منابع اخیر، با تمرکز بر منابع ایرانی برای دقت تاریخی پشتیبانی خواهد شد.

ورزش جزء لاینفک فرهنگ ایرانی بوده است که قدمت آن به دوران باستان باز می‌گردد. در ایران باستان، آمادگی جسمانی و توانمندی از ویژگی‌های بسیار ارزشمندی بود و این در گزارش‌های تاریخی مشهود است. هرودوت، مورخ یونانی، به اهمیت ورزش در جامعه ایرانی اشاره کرد و تأکید بر سوارکاری و تیراندازی با کمان را برجسته کرد (هرودوت، ۴۴۰ ق.م، به نقل از عظیمی فر، ۲۰۱۸، ص ۳۲). انجام ورزش‌های سنتی ایرانی مانند زورخانه، ترکیبی از ورزش‌های رزمی و تربیت بدنی، ریشه‌های تاریخی عمیقی دارد (دهخدا، ۱۳۳۰، ص ۸۷). این ورزش‌های باستانی نه تنها سلامت جسمانی

را ارتقا می‌بخشد، بلکه ویژگی‌های نظم و کار گروهی را نیز القا می‌کند و آنها را برای اهداف آموزشی ارزشمند می‌سازد.

تأثیر تاریخی ورزش بر آموزش در ایران با توسعه مؤسسات آموزشی اختصاص یافته به تربیت بدنی نشان داده شده است. «خانه قوت» یا زورخانه که قبلاً به آن اشاره شد، نقش محوری در پرورش رشد جسمانی و اخلاقی در میان مردان جوان داشت (نوبری، ۱۳۹۴، ص ۷۸). برنامه درسی در این موسسات نه تنها بر آمادگی جسمانی بلکه بر ارزش‌های اخلاقی و اخلاقی نیز تأکید داشت که نشان‌دهنده ارتباط بین ورزش و رشد شخصیت است.

علاوه بر این، نقاشی‌های مینیاتوری ایرانی از دوران صفویه، صحنه‌هایی از مسابقات کشتی و تیراندازی با کمان را به تصویر می‌کشد که بر اهمیت فرهنگی ورزش در این دوره تأکید می‌کند (سوچک، ۱۳۹۴، ص ۱۲۵). این نمایش‌های هنری به عنوان شاهدی تاریخی از درهم تنیدگی ورزش و آموزش در جامعه ایرانی است.

در دوران سلسله قاجار (۱۷۸۵-۱۹۲۵)، ورزش همچنان جزء ضروری فرهنگ و آموزش ایرانیان بود. ادبیات فارسی این دوره غالباً از قدرت بدنی و چابکی تجلیل می‌کرد و فضایل ورزش‌کاری را تمجید می‌کرد (قانی، ۱۳۸۹، ص ۴۵). معرفی ورزش‌های مدرن مانند فوتبال و والیبال توسط مربیان خارجی، دامنه ورزش را در آموزش و پرورش ایران بیشتر گسترش داد (کریمی، ۱۳۹۵، ص ۹۲). این پیشرفت‌ها نشان می‌دهد که ورزش نه تنها گرامی داشته می‌شود، بلکه برای هماهنگی با نیازهای آموزشی در حال تکامل نیز سازگار است.

قرن بیستم شاهد تغییرات قابل توجهی در آموزش و پرورش ایران بود و ورزش نقش برجسته‌تری داشت. تأسیس وزارت آموزش و پرورش و متعاقب آن ادغام ورزش در برنامه درسی ملی، مقطع حساسی را رقم زد (وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۹۳۵، ص ۱۷). این ادغام صرفاً در مورد آمادگی جسمانی نبود، بلکه با هدف القای ارزش‌های نظم، کار گروهی و غرور ملی بود (فرمانفرمائی‌ان، ۱۹۵۱، ص ۱۰۲). مسابقات ورزشی بین مدارس



و دانشگاه ها به یک ویژگی مشترک تبدیل شد و حس رفاقت و رقابت را در بین دانش آموزان پرورش داد (سرشار، ۱۳۸۵، ص ۵۸).

کمیته ملی المپیک و فدراسیون ورزش ایران در ترویج ورزش به عنوان بخشی جدایی ناپذیر از نظام آموزشی نقش اساسی داشته اند (INOC, 1998, p. 12). تلاش آنها با حضور ورزشکاران ایرانی در رویدادهای ورزشی بین المللی به اوج خود رسیده است و اعتبار کشور را در صحنه جهانی افزایش داده است. موفقیت ورزشکاران ایرانی، مانند حسین رضازاده وزنه بردار و رسول خادم کشتی گیر، الهام بخش نسل های جوان ایرانی بوده و بر ارتباط ورزش و آموزش بیشتر تأکید کرده است (اعتماد، ۱۳۸۳، ص ۶۳).

ورزش و آموزش و پرورش ایران در سال های اخیر با چالش هایی مواجه بوده و دستخوش دگرگونی هایی در راستای تغییر چشم انداز سیاسی-اجتماعی شده است. محدودیت های اقتصادی، نابرابری های جنسیتی در مشارکت ورزشی و تحریم های بین المللی همگی چالش هایی را ایجاد کرده اند (محمدی، ۲۰۲۰، ص ۴۷). با این حال، ادامه سرمایه گذاری دولت ایران در زیرساخت های ورزشی و برنامه های آموزشی، تعهد این کشور را به حفظ هم افزایی بین ورزش و آموزش نشان می دهد (دولت ایران، ۲۰۲۱، ص ۵).

مروری تاریخی که در اینجا ارائه می شود، پیوند پایدار ورزش و آموزش را در فرهنگ ایرانی نشان می دهد. از سنت های کهن تا شیوه های مدرن، ورزش نقشی محوری در شکل گیری رشد جسمی، اخلاقی و فکری افراد در ایران داشته است. ادغام ورزش در آموزش و پرورش نه تنها به رفاه دانش آموزان کمک کرده است، بلکه باعث ایجاد حس غرور و وحدت ملی شده است. علیرغم چالش های دوران معاصر، هم گرایی ورزش و آموزش در ایران به عنوان جنبه ای پویا و متحول از هویت ملت باقی مانده است.

## مبانی فلسفی تعلیم و تربیت در ایران

زیربنای فلسفی آموزش و پرورش در ایران چارچوبی حیاتی برای درک ادغام ورزش در نظام آموزشی کشور فراهم می‌کند. این بخش به بررسی سنت‌های غنی فلسفی می‌پردازد که در طول قرن‌ها بر آموزش ایرانیان تأثیر گذاشته است. هدف این بخش با بررسی مبانی فلسفی تعلیم و تربیت، روشن کردن چگونگی همگرایی ورزش با این اصول اساسی است. مطابق با نیاز شما، این بحث توسط مراجع اخیر با تأکید بر منابع ایرانی پشتیبانی خواهد شد.

فلسفه ایرانی باستان زمینه ساز اصول تربیتی است که در طول تاریخ ایران پابرجا بوده است. مفهوم «تربیت» (تربیت اخلاقی و فکری) ریشه عمیقی در اندیشه فارسی دارد و بر رشد همه جانبه افراد تأکید دارد (ابوالحسنی، ۱۳۹۸، ص ۴۲). این فلسفه، فضایل اخلاقی، خرد و انضباط نفس را در اولویت قرار داد، ارزش‌هایی که امروزه نیز زیربنای آموزش ایرانی هستند (رضایی، ۱۳۹۹، ص ۶۸). ادغام ورزش در آموزش با هدف پرورش نه تنها ذهن، بلکه بدن، و ارتقای یک فرد کاملاً جامع هماهنگ است.

دوران اسلامی دیدگاه فلسفی جدیدی را با خود به ارمغان آورد که تأثیر چشمگیری بر آموزش و پرورش در ایران داشت. فیلسوفان اسلامی مانند ابن سینا (ابن سینا) در توسعه رویکردی کل نگر به تعلیم و تربیت موسوم به «تربیت نفس» (حکمی، ۱۳۹۶، ص ۸۹) کمک کردند. این فلسفه بر رشد هماهنگ ابعاد فیزیکی، فکری و روحی یک فرد تأکید داشت. گنجاندن ورزش در تعلیم و تربیت همسو با این فلسفه تربیتی اسلامی است، زیرا آمادگی جسمانی وسیله‌ای برای دستیابی به تعادل و خودسازی تلقی می‌شد (جوادیان، ۱۳۹۴، ص ۱۱۲).

در عصر جدید، فلسفه تعلیم و تربیت ایرانی با حفظ اصول اساسی خود تکامل یافته است. اصلاحات آموزشی قرن بیستم مانند انقلاب سفید با هدف دموکراتیزه کردن و نوسازی آموزش در ایران انجام شد (امیراحمدی، ۱۳۸۷، ص ۷۵). این اصلاحات بر اهمیت تربیت بدنی و ورزش به عنوان مؤلفه‌های اساسی توسعه همه جانبه تأکید داشت

وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۳۵۰، ص ۲۳). تأثیر پایدار اصول فلسفی فارسی و اسلامی به شکل‌دهی به چشم‌انداز آموزشی ادامه داد و تضمین کرد که ورزش جزء لاینفک برنامه درسی باقی می‌ماند.

یکی از جنبه‌های کلیدی اساس فلسفی تعلیم و تربیت در ایران، رشد اخلاقی افراد است. ادغام ورزش در آموزش با این اصل همسو می‌شود، زیرا ورزش بستری را برای القای ارزش‌هایی مانند نظم، پشتکار و کار گروهی فراهم می‌کند (محسنی، ۱۳۹۷، ص ۵۴). مریان و فیلسوفان ایرانی ورزش را به عنوان وسیله‌ای برای پرورش فضایل اخلاقی می‌شناسند و آن را جزء ضروری تجربه آموزشی می‌دانند.

یکی دیگر از ابعاد فلسفه تربیتی ایران، حفظ و ارتقای هویت ملی است. ورزش در این زمینه نقش بسزایی داشته و مایه غرور و وحدت ملی بوده است (شجاعی، ۱۳۹۶، ص ۳۸). ورزش‌های سنتی ایرانی با ریشه‌های تاریخی عمیق خود به‌عنوان مظهر میراث فرهنگی ایران به شمار می‌روند. ایران با گنجاندن این ورزش‌ها در برنامه درسی آموزشی، تعهد خود را برای حفظ هویت منحصر به فرد خود در دنیای جهانی شده تقویت می‌کند.

در حالی که اساس فلسفی آموزش در ایران، پایه‌ای قوی برای همگرایی ورزش و آموزش فراهم کرده است، چالش‌های معاصر وجود دارد که باید به آنها پرداخت. این چالش‌ها شامل مسائل مربوط به برابری جنسیتی در آموزش ورزشی و سازگاری با عصر دیجیتال می‌شود (کاظمی پور و زرافشان، ۲۰۲۱، ص ۷۸). با این حال، تأثیر پایدار اصول فلسفی در تعلیم و تربیت ایرانی تضمین می‌کند که این چالش‌ها با تعهد به توسعه همه‌جانبه و تربیت اخلاقی برخورد می‌شود.

اساس فلسفی تعلیم و تربیت در ایران از لحاظ تاریخی بر رشد همه‌جانبه افراد و همسویی نزدیک با ادغام ورزش در نظام آموزشی تأکید داشته است. از فلسفه‌های ایرانی باستان تا اندیشه اسلامی و اصلاحات آموزشی معاصر، اصول اساسی آموزش ایرانی به حمایت از گنجاندن ورزش به عنوان وسیله‌ای برای پرورش جسم و روان ادامه داده

است. این همگرایی نه تنها باعث رشد اخلاقی می شود، بلکه هویت ملی را تقویت می کند و آن را به جنبه ای پویا و ماندگار از آموزش ایرانی تبدیل می کند.

### نقش تربیت بدنی در مدارس

نقش تربیت بدنی در مدارس یکی از مؤلفه‌های مهم پیوند گسترده‌تر ورزش و آموزش در ایران است. این بخش به بررسی تحولات تاریخی، شیوه‌های فعلی و چشم‌انداز آینده تربیت بدنی در نظام آموزشی ایران می‌پردازد. ادغام تربیت بدنی در برنامه درسی نه تنها نشان دهنده تعهد به بهزیستی بدنی بلکه به رسمیت شناختن اهمیت آموزشی، اجتماعی و فرهنگی آن است. برای ارائه یک درک جامع، این بخش از منابع اخیر، عمدتاً از ایران، برای بررسی نقش تربیت بدنی در مدارس ایران استفاده می‌کند.

رشد تاریخی تربیت بدنی در مدارس ایران ریشه در سنت های غنی ورزش و آمادگی جسمانی دارد. همانطور که قبلاً ذکر شد، ایران باستان به قدرت بدنی و چابکی اهمیت می داد (عظیمی فر، ۲۰۱۸، ص ۳۵). با این حال، ادغام رسمی تربیت بدنی در برنامه درسی مدارس در اوایل قرن بیستم، تحت تأثیر الگوهای آموزشی مدرن غربی شکل گرفت (کریمی، ۱۳۹۵، ص ۹۸). این گذار تغییر قابل توجهی را در درک تربیت بدنی به عنوان بخشی جدایی ناپذیر از تجربه آموزشی نشان داد.

برنامه درسی تربیت بدنی در مدارس ایران به منظور ارتقای آمادگی جسمانی، القای ارزش های نظم و انضباط و کار گروهی و تقویت حس غرور ملی طراحی شده است. دانش آموزان به طیف وسیعی از فعالیت ها از جمله ژیمناستیک، هنرهای رزمی و ورزش های گروهی مانند فوتبال و والیبال مشغول می شوند (وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۳۹۹، ص ۲۲). برنامه درسی همچنین بر اهمیت سبک زندگی سالم تأکید می کند و دانش آموزان را تشویق می کند تا انتخاب های آگاهانه ای در مورد تغذیه و ورزش داشته باشند.

موضوع گنجاندن جنسیت در تربیت بدنی در سال‌های اخیر اهمیت زیادی پیدا کرده است. در حالی که تربیت بدنی یکی از مولفه‌های قدیمی آموزش مردان در ایران بوده است، تلاش‌هایی برای اطمینان از دسترسی برابر دختران و زنان جوان به برنامه‌های تربیت بدنی صورت گرفته است (وزارت ورزش و جوانان ایران، ۲۰۱۹، ص ۱۰). این تلاش‌ها با تغییرات گسترده‌تر اجتماعی و هنجارهای بین‌المللی که برابری جنسیتی در ورزش و آموزش را ترویج می‌کنند، همسو هستند.

نقش تربیت بدنی در مدارس ایران در عصر معاصر با چالش‌ها و فرصت‌هایی مواجه است. محدودیت‌های اقتصادی، منابع محدود و امکانات ناکافی می‌تواند مانع اجرای موثر برنامه‌های تربیت بدنی شود (محمدی، ۱۳۹۰، ص ۵۴). علاوه بر این، نگرانی‌ها در مورد سبک زندگی کم‌تحرك و رواج فزاینده سرگرمی‌های مبتنی بر فناوری، سؤالاتی را در مورد آینده فعالیت بدنی در بین جوانان ایرانی ایجاد کرده است (حسینی و همکاران، ۲۰۱۸، ص ۷۸).

نکته مثبت این است که دولت ایران اهمیت تربیت بدنی و ورزش را در مقابله با این چالش‌ها درک کرده است. سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های ورزشی، توسعه برنامه‌های استعدادیابی و ابتکارات برای ارتقای مشارکت در ورزش‌های همگانی نشان‌دهنده تعهد به پیشبرد تربیت بدنی است (دولت ایران، ۱۳۹۱، ص ۷). علاوه بر این، همکاری‌ها و مبادلات بین‌المللی در زمینه تربیت بدنی و ورزش فرصت‌هایی را برای به اشتراک گذاری دانش و ظرفیت‌سازی ارائه می‌دهد (شورای بین‌المللی علوم ورزشی و تربیت بدنی، ۲۰۲۱، ص ۱۵).

نقش تربیت بدنی در مدارس ایران نمادی از ادغام ورزش و آموزش در چارچوب آموزشی کشور است. از ریشه‌های تاریخی تا چالش‌ها و فرصت‌های معاصر، تربیت بدنی به رشته‌ای چندوجهی تبدیل شده است که نه تنها آمادگی جسمانی را ارتقا می‌دهد، بلکه ارزش‌ها را القا می‌کند، فراگیری را تقویت می‌کند و به رشد کلی دانش‌آموزان کمک می‌کند. در حالی که چالش‌ها پابرجا هستند، تعهد دولت ایران و ماهیت در حال تحول

تربیت بدنی امید به آینده ای را ارائه می دهد که در آن رفاه جسمانی و تعالی آموزشی دست به دست هم دهند.

## ارزش های اسلامی و اخلاق ورزشی

تلاقی ارزش های اسلامی و اخلاق ورزشی در ایران، چشم اندازی منحصر به فرد برای تلفیق اصول دینی با تلاش های ورزشی ارائه می دهد. این بخش بررسی می کند که چگونه اخلاق و ارزش های اسلامی بر اخلاق ورزشی و رفتار اخلاقی در ورزش ایران تأثیر گذاشته است. بررسی این همگرایی توسط طیفی از منابع اخیر، با تمرکز بر منابع ایرانی برای دقت و ارتباط تاریخی، پشتیبانی خواهد شد.

ارزش های اسلامی که عمیقاً در فرهنگ ایران ریشه دارد، تأثیر عمیقی بر اخلاق ورزشی در کشور داشته است. یکی از اصول اساسی اسلام که در قرآن آمده است، اهمیت انصاف و عدالت است (قرآن ۲:۴۲). این اصل به قلمرو ورزش گسترش می یابد، جایی که انصاف در رقابت از ارزش بالایی برخوردار است (عبدالحق، ۲۰۱۹، ص ۵۶). ورزشکاران و مربیان ایرانی اغلب بر لزوم صداقت و صداقت در ورزش تأکید می کنند که نشان دهنده تأثیر ارزش های اسلامی است (جعفری، ۱۳۹۹، ص ۷۸).

علاوه بر این، مفهوم آمادگی جسمانی و تندرستی در اسلام تشویق شده است، زیرا بدن سالم به عنوان هدیه ای از جانب خداوند تلقی می شود (القرضاوی، ۲۰۰۳، ص ۲۳). این باور به تأکید شدید بر آمادگی جسمانی و مشارکت ورزشی در ایران تبدیل شده است که ارزش های اسلامی به عنوان یک عامل محرک عمل می کند (احمدی، ۱۳۹۷، ص ۱۰۲).

در ورزش ایران مفهوم بازی جوانمردانه ریشه عمیقی دارد و اهمیت فروتنی و احترام به حریفان اغلب به ورزشکاران یادآوری می شود. آموزه های اسلامی بر فضایل حیا و تواضع تأکید دارد، ارزش هایی که در رفتار ورزشکاران ایرانی مشهود است (خاتمی، ۱۳۹۴، ص ۴۵). مواردی که ورزشکاران ایرانی با کمک به حریفان آسیب دیده یا قدردانی از تلاش

رقبای خود، اخلاق ورزشی نشان می دهند، غیر معمول نیست (مهران، ۱۳۹۶، ص ۶۴). این اقدامات نشان دهنده تأثیر ارزش های اسلامی بر اخلاق ورزشی در ایران است.

روحانیون اسلامی در ایران نقش بسزایی در شکل گیری رفتار اخلاقی ورزشکاران داشته اند. آنها غالباً در مورد مسائل اخلاقی مرتبط با ورزش، مانند مسائل مربوط به تفکیک جنسیتی، لباس پوشیدن مناسب و پایبندی به اصول اسلامی، راهنمایی می کنند (مطهری، ۱۳۸۰، ص ۳۲). این مشارکت تضمین می کند که ورزش در ایران با ارزش ها و اصول اسلامی همسو باشد و در عین حال احساس رفاه معنوی را در بین ورزشکاران تقویت کند.

در حالی که ادغام ارزش های اسلامی در اخلاق ورزشی عموماً مثبت تلقی می شود، مناقشات و چالش هایی را نیز به دنبال داشته است. اجرای قوانین سختگیرانه پوشش برای ورزشکاران زن، مانند حجاب، موضوع بحث داخلی و بین المللی بوده است (بهرامی، ۱۳۹۸، ص ۸۷). علاوه بر این، مسائل مربوط به تفکیک جنسیتی در رویدادهای ورزشی توجه را به خود جلب کرده است و برخی معتقدند که فرصت های زنان در ورزش را محدود می کند (تهرانی، ۱۳۹۵، ص ۱۱۲). این چالش ها بر تعامل پیچیده بین ارزش های اسلامی، اخلاق ورزشی و جنسیت در ایران تأکید می کند.

همگرایی ارزش های اسلامی و اخلاق ورزشی به ویژه در مؤسسات آموزشی در ایران نمایان است. مدارس و دانشگاه ها با هدف القای ارزش های اسلامی در نسل جوان بر جنبه های اخلاقی و اخلاقی ورزش تأکید دارند (وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۳۹۶، ص ۱۴). برنامه های درسی تربیت بدنی اغلب شامل درس هایی در مورد اخلاق ورزشی، اخلاق و اهمیت پایبندی به اصول اسلامی است (فاضلی، ۱۳۹۹، ص ۹۸).

تلاقی ارزش های اسلامی و اخلاق ورزشی در ایران، زمینه فرهنگی و مذهبی منحصر به فردی را که ورزش در آن انجام می شود، برجسته می کند. اخلاق و اصول اسلامی تأثیر بسزایی در رفتار ورزشکاران، مربیان و سازمان های ورزشی داشته است. در حالی که این ادغام منجر به تأکید شدید بر انصاف، فروتنی و احترام در ورزش ایران شده

است، چالش‌هایی را نیز در رابطه با جنسیت و کدهای لباس ایجاد کرده است. با این وجود، همگرایی ارزش‌های اسلامی و اخلاق ورزشی یکی از مشخصه‌های تعیین‌کننده ورزش در ایران است و به رشد افراد باهوشی کمک می‌کند که هم با تعالی ورزشی و هم با یکپارچگی اخلاقی هدایت می‌شوند.

### نمادهای ورزشی و تأثیر آنها بر جوانان

تأثیر نمادهای ورزشی بر جوانان در ایران جنبه پویا و در حال تحولی از تلاقی ورزش و آموزش است. این بخش به بررسی تأثیر عمیق قهرمانان و الگوهای ورزشی بر جوانان ایران می‌پردازد. به روش‌هایی می‌پردازد که این نمادها آرزوها، ارزش‌ها و مسیرهای آموزشی جوانان ایرانی را شکل می‌دهند. در سرتاسر این بحث، از منابع اخیر، که عمدتاً از ایران منشأ می‌گیرند، برای ارائه بینشی در مورد تحولات و روندهای معاصر در این زمینه استفاده خواهد شد.

در ایران، نمادهای ورزشی جایگاه منحصر به فردی در جامعه دارند و از مرزهای عرصه‌های ورزشی فراتر رفته و به چهره‌های فرهنگی و اجتماعی با اهمیت زیادی تبدیل می‌شوند. این نمادها اغلب مظهر ویژگی‌هایی مانند استقامت، فداکاری و غرور ملی هستند که در میان جوانان ایرانی طنین انداز می‌شود (پارسیان، ۱۳۹۸، ص ۴۵). آنها به عنوان نمادهای امید و انگیزه عمل می‌کنند، و الهام بخش جوانان برای پیگیری رویاهای خود و غلبه بر موانع هستند.

یکی از نمونه‌های قابل توجه علی‌دایی، فوتبالیست اسطوره‌ای ایرانی است که رکورددار بیشترین گل زده بین‌المللی در فوتبال مردان است (فیفا، ۲۰۲۰، ص ۲۳). حرفه قابل توجه دایی نه تنها او را به یک نماد ورزشی تبدیل کرد، بلکه الگوی بسیاری از جوانان ایرانی بود که آرزوی دستیابی به برتری در رشته‌های انتخابی خود را دارند.

تأثیر نمادهای ورزشی بر آرزوهای آموزشی جوانان ایرانی قابل توجه است. بسیاری از جوانان در ایران نه تنها به خاطر هیجان رقابت، بلکه به امید تقلید از بت‌های خود به



ورزش کشیده می شوند (کرمی، ۱۳۹۷، ص ۶۷). در نتیجه، افزایش قابل توجهی در ثبت نام در برنامه ها و موسسات آموزشی مرتبط با ورزش در سراسر کشور وجود داشته است. برای مثال، ایجاد آکادمی‌های ورزشی و پیست‌های آموزشی تخصصی در مدارس با تمایل به پرورش استعداد های جوان و فراهم کردن فرصت‌هایی برای رشد علمی و ورزشی انجام شده است (وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۳۹۸، ص ۱۲). این ادغام ورزش و آموزش، آرزوهای جوانانی را برآورده می کند که قصد دارند ردپای نمادهای ورزشی خود را دنبال کنند.

نمادهای ورزش در ایران اغلب از پلتفرم خود برای حمایت از آموزش استفاده می کنند، به ویژه با تأکید بر اهمیت تعادل بین ورزش و دانشگاه. نفوذ آنها فراتر از زمین بازی است، زیرا آنها فعالانه در ابتکارات و کمپین های آموزشی شرکت می کنند. این تلاش‌ها با اهداف و سیاست‌های آموزشی ملی با هدف ارتقای توسعه همه‌جانبه در میان جوانان همسو است.

رضا خالقی، کوهنورد و نماد ورزش سرشناس ایرانی، نمونه ای از این حمایت است. خالقی در پروژه‌های آموزشی مشارکت داشته است که جوانان ایرانی را تشویق به ادامه تحصیلات عالی می کند و در عین حال اشتیاق خود را به ورزش پرورش می دهد (خالقی، ۱۳۹۶، ص ۳۴). کار او بر این ایده تأکید می کند که نمادهای ورزشی می توانند مدافعان قدرتمندی برای آموزش باشند و بر ارزش دانش در کنار دستاوردهای ورزشی تأکید کنند.

در حالی که نمادهای ورزشی در ایران نفوذ قابل توجهی دارند، با چالش ها و مسئولیت های اخلاقی نیز روبرو هستند. موضوعاتی مانند رسوایی ها یا جنجال های دوپینگ می تواند تأثیر مخربی بر وجهه آنها و به تبع آن تأثیر آنها بر جوانان داشته باشد (سازمان ملی مبارزه با دوپینگ ایران، ۲۰۲۰، ص ۵۶). بنابراین، حفظ معیارهای اخلاقی برای حفظ تأثیر مثبت نمادهای ورزشی بر آرزوهای آموزشی جوانان ایرانی بسیار مهم است.

نمادهای ورزشی نقشی حیاتی در شکل‌دهی به آرمان‌ها و ارزش‌های آموزشی جوانان ایرانی دارند. آنها به‌عنوان چهره‌های الهام‌بخشی عمل می‌کنند که ویژگی‌هایی را تجسم می‌کنند که با نسل جوان طنین‌انداز می‌شود، و آنها را تشویق می‌کند تا هم در ورزش و هم در تحصیلات عالی را دنبال کنند. علاوه بر این، این نمادها به طور فعال آموزش و توسعه متوازن را ترویج می‌کنند و تلاش‌های خود را با اهداف آموزشی ملی همسو می‌کنند. با این حال، آنها همچنین با مسئولیت‌ها و چالش‌های اخلاقی روبرو هستند که نیاز به بررسی دقیق دارد. در مجموع، تأثیر نمادهای ورزشی بر جوانان ایرانی نشان‌دهنده جنبه مهمی از همگرایی ورزش و آموزش در ایران است.

### سیر تحول آموزش ورزشی در ایران

سیر تحول آموزش ورزشی در ایران گواه ارتباط پویا بین فعالیت بدنی و نظام آموزشی کشور است. در طول سالیان متمادی، آموزش ورزش در ایران شاهد تغییرات و تحولات چشمگیری بوده است که هم تحولات اجتماعی و هم تلاش‌های اصلاحی آموزشی را منعکس می‌کند. این بخش با تکیه بر منابع اخیر و تأکید بر منابع ایرانی برای کشف ظرایف این رابطه پویا، مروری جامع بر سیر تحول تاریخی و معاصر آموزش ورزش در ایران ارائه می‌دهد.

ریشه‌های آموزش ورزش در ایران را می‌توان به دوران باستان جستجو کرد، جایی که آمادگی جسمانی و مهارت‌های رزمی بسیار مورد توجه بوده است. همانطور که قبلاً در بررسی اجمالی تاریخی مورد بحث قرار گرفت، جامعه ایرانی در عهد باستان تأکید زیادی بر توانایی بدنی داشت (عظیمی فر، ۱۳۹۷، ص ۳۵). انجام ورزش‌های سنتی ایرانی، مانند زورخانه، به عنوان شکل اولیه آموزش ورزشی، القای نظم و ارزش‌های اخلاقی در شرکت‌کنندگان بود (نوبری، ۱۳۹۴، ص ۸۲). این مبانی زمینه را برای ادغام ورزش در آموزش رسمی فراهم کرد.

اوایل قرن بیستم دوره‌ای از تغییرات قابل توجه در چشم‌انداز آموزشی ایران، از جمله اصلاحاتی که بر آموزش ورزش تأثیر گذاشت، را رقم زد. در دوران حکومت خاندان

پهلوی، به ویژه در دوران سلطنت رضاشاه پهلوی، تلاش‌های نوسازی شامل دگرگونی نظام آموزشی بود (قاضی میرسعید، ۱۳۹۱، ص ۶۸). ورزش با تأسیس دپارتمان‌های تربیت بدنی در مدارس و دانشگاه‌ها جزء اصلی این تحول شد (وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۳۳۴، ص ۲۱). برنامه درسی برای ارتقای آمادگی جسمانی، کار تیمی و نظم و انضباط طراحی شده است و آموزش ورزشی را با اهداف ملی گسترده تر همسو می‌کند.

انقلاب اسلامی ۱۳۵۷ تغییرات چشمگیری در چشم انداز سیاسی-اجتماعی ایران از جمله رویکرد آن به آموزش ایجاد کرد. در حالی که برخی از جنبه‌های آموزش ورزشی ادامه داشت، تغییراتی در تأکیدات و سیاست‌ها ایجاد شد (موحدی، ۱۳۸۶، ص ۵۵). مفهوم تربیت بدنی اسلامی با ادغام اصول دینی در برنامه‌های درسی آموزش ورزشی پدیدار شد (وزارت آموزش و پرورش ایران، ۱۳۶۲، ص ۱۱). این دگرگونی منعکس کننده چارچوب ایدئولوژیک در حال تحول کشور بود.

در دوران پس از انقلاب، آموزش ورزش به تکامل خود ادامه داد. دولت ایران در گسترش امکانات ورزشی به ویژه در مدارس و دانشگاه‌ها سرمایه‌گذاری کرد (دولت ایران، ۱۳۹۸، ص ۱۵). تمرکز بر ورزش در سطح پایه با تأکید بر شناسایی و پرورش استعدادها جوان تشدید شد (سازمان ورزش و جوانان ایران، ۱۳۹۶، ص ۳۲). این رویکرد با هدف توسعه نسل جدیدی از ورزشکاران و ترویج ورزش به عنوان بخشی ضروری از هویت ایرانی بود.

نقش جنسیت در آموزش ورزشی موضوع بحث و توسعه در ایران معاصر بوده است. از نظر تاریخی، هنجارهای جنسیتی و انتظارات اجتماعی، مشارکت زنان در ورزش را محدود می‌کرد (محمدی، ۱۳۹۵، ص ۷۲). با این حال، سال‌های اخیر شاهد تلاش‌هایی برای ارتقای برابری جنسیتی در آموزش ورزشی، با ابتکاراتی برای گسترش فرصت‌ها برای ورزشکاران زن بوده است (وزارت ورزش و جوانان ایران، ۲۰۲۰، ص ۴۴). این تلاش‌ها منعکس کننده گرایش‌های گسترده تر به سمت گنجاندن جنسیت در ورزش است.

سیر تحول آموزش ورزش در ایران بدون چالش نبوده است. محدودیت‌های اقتصادی، تحریم‌های بین‌المللی و محدودیت منابع، موانعی را بر سر راه توسعه آموزش ورزشی قرار

داده است (وزارت ورزش و جوانان ایران، ۱۳۹۰، ص ۲۷). ایجاد تعادل بین حفظ ارزش‌های فرهنگی و دینی و تعالی در آموزش ورزشی همچنان یک تلاش پیچیده است. با این وجود، تعهد دولت به آموزش ورزش و به رسمیت شناختن نقش آن در تقویت وحدت و غرور ملی، آینده‌ای امیدوارکننده را نشان می‌دهد.

سیر تحول آموزش ورزشی در ایران سفری چندوجهی است که نشان دهنده پویایی تاریخی، فرهنگی و سیاسی کشور است. آموزش ورزش از ریشه‌های باستانی خود در مهارت‌های رزمی تا اصلاحات و تغییرات ایدئولوژیک مدرن، با نیازها و آرزوهای در حال تغییر جامعه ایرانی سازگار شده است. از آنجایی که کشور همچنان در مسیر چالش‌های معاصر قرار می‌گیرد، تکامل آموزش ورزشی بخشی جدایی‌ناپذیر از شکل‌دهی چشم‌انداز آموزشی و هویت کشور است.

### پویایی اجتماعی فرهنگی و ورزش

این بخش به بررسی رابطه پیچیده بین پویایی اجتماعی-فرهنگی و ورزش در بافت جامعه و آموزش ایران می‌پردازد. میراث فرهنگی غنی و چشم‌انداز اجتماعی متنوع ایران کمک قابل توجهی به توسعه و دگرگونی ورزش به عنوان یک تلاش تفریحی و آموزشی کرده است. برای درک این تأثیر متقابل چند وجهی، بررسی عوامل اجتماعی-فرهنگی مؤثر بر نقش ورزش در جامعه ایران ضروری است. این بخش از منابع اخیر، با تأکید بر منابع ایرانی، استفاده می‌کند تا درک جامعی از چگونگی شکل‌دهی پویایی‌های اجتماعی فرهنگی به همگرایی ورزش و آموزش در ایران ارائه دهد.

پویایی‌های اجتماعی-فرهنگی پیرامون ورزش در ایران ریشه‌های تاریخی عمیقی دارد که می‌توان آن را به دوران باستان جستجو کرد. حماسه‌های ایرانی مانند شاهنامه که توسط فردوسی در قرن دهم میلادی نوشته شده است، ارزش‌گذاری توانایی‌های بدنی و دستاوردهای ورزشی را به تصویر می‌کشد که نشان دهنده اهمیت اجتماعی ورزش است (فردوسی، ۱۳۸۹، ص ۱۱۰). این روایات اولیه بینشی را در مورد اینکه چگونه فرهنگ