KHARAZMI UNIVERSITY

Research in Sport Management and Motor Behavior

Print ISSN: 2252-0716 - Online ISSN: 2716-9855

Pathology of the Consequences of the Covid-19 Pandemic on Physical Education in Schools: Representing Challenges and Providing Effective Strategies

Rahim Ramezaninejad [1], Samaneh Nazari [2], Maryam Besharati Moghadam[3]*, Mohammad Javad Ziya[4]

1. Rahim Ramezaninejad, (Ph. D) University of Guilan, Rasht, Iran.
2. Samaneh Nazari, (Ph. D Student) University of Guilan, Rasht, Iran.
3. *Maryam Besharati Moghadam, (Ph. D Student) University of Guilan, Rasht, Iran. besharatimoghadammaryam66@gmail.com
4. Mohammad Javad Ziya, (Ph. D Student) University of Guilan, Rasht, Iran.

ARTICLE INFO

Article type
Research Article

Article history
Received February 2021
Revised May 2021
Accepted June 2021

KEYWORDS:
Educational Challenges, Covid-19, School Closure, Online Education, Nature of Physical Education Class

CITE:
Ramezaninejad, Nazari, Besharati Moghadam, Ziya. **Pathology of the Consequences of the Covid-19 Pandemic on Physical Education in Schools: Representing Challenges and Providing Effective Strategies,** Research in Sport Management & Motor Behavior. 2022: 12(23): 188-214

ABSTRACT

The purpose of this research is the pathology of Covid-19 consequences on PE in schools with representing the challenges based on other countries` educational programs and experience. Using the library study method, 100 articles were analyzed and the research data was classified into two forms of challenges and strategies. Findings showed that challenges have appeared including online education challenge (students, parents, and teachers), psychological and social challenge, formation of a new generation of PE students, change of the nature of PE class, challenge of the students with special needs, economic challenge, and school closure. In the second part, effective strategies such as providing counseling programs to solve online education problems, specific educational strategies, professional development for PE teachers, the role of family, parents, principals and school staff, psychological solutions, reducing incompatibility and instability of interpersonal relationships, maintaining the empirical nature and dynamism of PE class, and physical activity strategy after the reopening of schools have been introduced. Finally, the government and educational institutions alongside families can take effective steps, according to the contingent educational conditions, to improve and innovate PE programs in the country's schools, especially during Corona, while reducing the negative effects of Corona outbreak and using existing capacities.

Published by *Kharazmi University, Tehran, Iran*. Copyright(c) The author(s) This is an open access article under the CC BY-NC license (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی

دانشگاه خوارزمی

آسیب‌شناسی پیامدهای پاندمی کووید-۱۹ بر تربیت‌بدنی در مدارس: بازنمایی چالش‌ها و ارائه استراتژی‌های مؤثر

رحیم رمضانی نژاد[۱]، سمانه نظری[۲]، مریم بشارتی مقدم*[۳]، محمدجواد ضیاء[۴]

۱. استاد مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان، رشت، ایران

۲. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان، رشت، ایران

۳. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان، رشت، ایران

۴. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان، رشت، ایران

اطلاعات مقاله:

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

***نویسنده مسئول:**

besharatimoghadammaryam66@gmail.com

دریافت مقاله اسفند ۱۳۹۹

ویرایش مقاله اردیبهشت ۱۴۰۰

پذیرش مقاله خرداد ۱۴۰۰

واژه های کلیدی:

چالش‌های آموزشی، کووید-۱۹، تعطیلی مدارس، آموزش آنلاین، ماهیت کلاس تربیت‌بدنی

ارجاع:

رمضانی نژاد، نظری، بشارتی مقدم، ضیاء. **آسیب‌شناسی پیامدهای پاندمی کووید-۱۹ بر تربیت‌بدنی در مدارس: بازنمایی چالش‌ها و ارائه استراتژی‌های مؤثر.** پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ۱۴۰۱: ۱۲(۲۳): ۲۱۴-۱۸۸

چکیده

هدف از پژوهش حاضر آسیب‌شناسی پیامدهای کووید-۱۹ بر تربیت‌بدنی در مدارس با رویکرد بازنمایی چالش‌های اساسی آن و ارائه راهکارهایی براساس برنامه‌ها و تجارب آموزشی سایر کشورهاست. بااستفاده از روش مطالعه کتابخانه‌ای، اسناد و پژوهش‌های علمی موجود به‌ویژه تحقیقات خارجی، ۱۰۰ مقاله موردبررسی و تحلیل قرار گرفتند و داده‌های تحقیق در دو قالب چالش‌ها و استراتژی‌ها طبقه‌بندی شدند. یافته‌ها نشان داد چند چالش آموزشی مهم شامل چالش آموزش آنلاین(دانش‌آموزان، والدین و معلمان)، چالش روان‌شناختی و اجتماعی، شکل‌گیری نسل جدیدی از دانش‌آموزان تربیت‌بدنی، تغییر ماهیت کلاس تربیت‌بدنی، چالش دانش‌آموزان با نیازهای ویژه، چالش اقتصادی و درنهایت چالش تعطیل ماندن مدارس ایجادشده است. در بخش دوم یافته‌ها نیز استراتژی‌ها و راهکارهای مؤثر جهت رفع این چالش‌ها شامل ارائه برنامه‌های مشاوره‌ای برای رفع مشکلات آموزش آنلاین، استراتژی‌های آموزشی خاص، توسعه حرفه‌ای معلمان تربیت‌بدنی، نقش خانواده، والدین، مدیران و کارکنان مدرسه، راهکارهای روان‌شناختی، کاهش ناسازگاری و بی‌ثباتی روابط بین‌فردی، حفظ ماهیت تجربی و پویایی کلاس تربیت‌بدنی و راهکار فعالیت‌بدنی پس از بازگشایی مدارس معرفی‌شده‌اند. درنهایت دولت و مؤسسات آموزشی درکنار خانواده‌ها می‌توانند باتوجه به شرایط اقتضایی آموزشی، ضمن کاهش اثرات منفی کرونا و استفاده از ظرفیت‌های موجود درجهت اصلاح و نوآوری برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس کشور به‌ویژه در دوران کرونا گام‌های بسیار مؤثری بردارند.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]

[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]

[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

مقدمه

امروزه جهان، درگیر بحران کرونا[1] و پیامدهای آن است. شیوع ویروس کرونا آسیب‌های جدی به بخش‌های مختلف زندگی انسان قرن ۲۱ وارد کرده است و با توجه به قدرت سرایت زیاد ویروس کووید- ۱۹[2]، بسیاری از دولت‌ها از راهبرد ممنوعیت فعالیت مراکز عمومی مانند مدارس، دانشگاه‌ها، رستوران‌ها، اماکن مذهبی و بسیاری از مشاغل غیرضروری استفاده کرده‌اند. با شیوع ویروس کرونا، ساختار فعالیت‌ها در بسیاری از نهادها با تغییر مواجه شده است. ازاین‌رو، ساختار تربیتی و آموزشی در مدارس جهان آسیب‌دیده است و بسیاری از مدارس در سراسر جهان به حالت تعطیلی و تعلیق درآمده‌اند (۱). مدارس بخش مهمی از زیرساخت‌های جوامع هستند، زیرا محیط بسیار ایمن و حمایتی را برای یادگیری و تحصیل دانش آموزان فراهم می‌کنند. مدارس همچنین با ارائه خدمات حیاتی ازجمله برنامه‌ها و خدمات اجتماعی، انسانی، رفتاری و بهداشت روانی به کاهش ناسازگاری‌ها کمک می‌کنند (۲).

با شروع اپیدمی[3] کرونا در سراسر جهان، پروتکل‌های بهداشتی[4] بر رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی[5] تأکید کردند (۳). در این میان جهان شاهد تغییرات بسیاری از مشاغل و وظایف به حالت‌های آنلاین است. در آوریل ۲۰۲۰ تخمین زده شد که ۱۳۸ کشور، مدارس خود را تعطیل کرده‌اند (۴) و درنتیجه تقریباً ۸۰ درصد از کودکان در سراسر جهان دچار اختلال در آموزش می‌شوند (۵) نکته حائز اهمیت این است که با توجه به شیوع جهانی بی‌سابقه کووید-۱۹، یادگیری پایدار و مؤثر به‌عنوان یک چالش اساسی در تمام مقاطع تحصیلی شناخته‌شده است (۶، ۷، ۸). درواقع، می‌توان بیان کرد محدودیت‌های جهانی ناشی از کرونا تأثیر ویژه‌ای بر امر آموزش گذاشته است که باعث ایجاد اختلالات قابل‌توجهی در یادگیری، ارزیابی و صلاحیت‌های حرفه‌ای دانش‌آموزان خواهد گردید. در دوران کرونا، فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان بسیار کاهش‌یافته است زیرا برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس سهم بسزایی در فعالیت بدنی دانش‌آموزان و مصون ماندن از خطرات بی‌تحرکی آنان دارد. با توجه به اهمیت فعالیت‌های تربیت‌بدنی در مدارس در رشد و توسعه همه‌جانبه دانش‌آموزان در ابعاد روانی- حرکتی، عاطفی- اجتماعی و شناختی آنان، باید به چالش‌ها و مسائل ناشی از پیامدهای ویروس کرونا در ورزش دانش‌آموزی توجهی ویژه مبذول داشت. براین اساس، لزوم توجه به فعالیت‌های بدنی دانش‌آموزان در خانه و تدوین برنامه‌های غنی حرکتی به‌وسیله ارزیابی چالش‌ها و بررسی استراتژی‌های آموزشی بیش‌ازپیش احساس می‌شود.

نکته قابل‌تأمل این است که متخصصان حوزه‌های مختلف مانند روان‌شناسی، اقتصاد و سیاست، تفسیرهایی را در رسانه‌های اجتماعی در زمینه پیامدهای ویروس کرونا و چالش‌های آن در زندگی افراد جامعه ارائه می‌دهند، اما اولین زمینه‌ای که در ماه‌های گذشته کنجکاوی متخصصان را برانگیخته است، مربوط به هدف اساسی تربیت‌بدنی و ورزش مدارس می‌باشد و این نکته که ماهیت مفهوم اساسی فعالیت بدنی و ورزش چیست و چگونه ممکن است این مفاهیم اساسی طی هفته‌ها، ماه‌ها و سال‌های آینده تغییر کنند. سؤال اصلی در این زمینه است که آیا ورزش حتی

1. Corona
2. COVID-19
3. Epidemic
4. Health protocols
5. Social distancing

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

در شکل‌ها و قالب‌های گذشته امکان‌پذیر است؟ درحالی‌که فرایندها و مقررات جدید مربوط به فاصله اجتماعی می‌تواند باعث مشکل اساسی برای هدف بنیادین ورزش و تربیت‌بدنی باشد (۹). البته پژوهش‌های گوناگونی در زمینه کرونا و فعالیت‌های ورزشی صورت گرفته است، ولی اغلب این پژوهش‌ها به‌ویژه در داخل کشور بر ورزش همگانی و حرفه‌ای متمرکز بوده‌اند (۱۰، ۱۱) و تعداد پژوهش‌های صورت گرفته در زمینه تربیت‌بدنی و ورزش مدارس و تأثیرات کرونا بر فعالیت‌ها و برنامه‌های آن به‌ویژه در داخل کشور بسیار محدود هستند.

همه‌گیری ویروس کرونا چالشی بسیار جدی برای تمامی جوامع به‌ویژه فعالیت‌های آموزشی آنان در مدارس و بنابراین فعالیت‌های حرکتی نوجوانان به وجود آورده است؛ زیرا موجب دگرگونی در تعاملات اجتماعی افراد و سبک زندگی آن‌ها شده است (۱۲). در زمینه، تبیین چالش‌های ناشی از ویروس کرونا بر آموزش بر وضعیت تربیت‌بدنی در مدارس می‌توان به انواع مختلف چالش‌های مربوط به فقر حرکتی دانش‌آموزان، محدودیت‌ها و آسیب‌های روان‌شناختی، مسائل عاطفی- اجتماعی دانش‌آموزان، چالش‌های آموزشی در کلاس تربیت‌بدنی و بسیاری از چالش‌های دیگر در این زمینه اشاره نمود اما با توجه به گستردگی مباحث و موضوعات، هدف پژوهش حاضر، تمرکز بر ارائه چالش‌های آموزشی تربیت‌بدنی در مدارس در دوران کرونا است؛ یعنی رویکرد اصلی، بررسی و تحلیل چالش‌های مربوط به اهداف اصلی درس تربیت‌بدنی و مسائل آموزشی آن در دوران کروناست چراکه این قبیل چالش‌ها و مسائل باعث آسیب‌های جدی در ماهیت حقیقی و اساسی درس تربیت‌بدنی در مدارس شده‌اند.

در زمینه درس تربیت‌بدنی در مدارس مانند دیگر فعالیت‌های آموزشی، بیشترین استراتژی مورداستفاده در دوران کرونا استفاده از سیستم **آموزش‌های آنلاین** است. در نظام آموزشی جهان، سونامی یادگیری آنلاین رخ‌داده است. درواقع، بسیاری از مدارس برای دانش آموزان، آموزش آنلاین و مجازی ارائه می‌دهند (۱۲). آموزش آنلاین به معنی هر نوع آموزش و یادگیری است که از طریق بستر اینترنت و به‌صورت الکترونیکی شکل گیرد. این مفهوم فراگیر به حوزه‌هایی از قبیل آموزش الکترونیکی، آموزش مبتنی بر وب، آموزش مجازی، برخی از انواع آموزش از راه دور و آموزش مبتنی بر کامپیوتر یا وسیله هوشمند (۱۳)، اشاره دارد. آموزش آنلاین شامل دو نوع اصلی آموزش هم‌زمان و غیر هم‌زمان (۱۴) است. آموزش هم‌زمان یعنی تبادل زنده اطلاعات بین افراد. یادگیری غیر هم‌زمان، آموزش آنلاینی است که به شیوه غیر هم‌زمان انجام‌شده و فرد تصمیم می‌گیرد در چه زمان در آموزش مانند آموزش آفلاین یک مطلب شرکت کند. در این زمینه، باسیلایا و کاواوادز (۲۰۲۰) با تحقیق خود با عنوان آموزش آنلاین در دوران کرونا، در مطالعه موردی یکی از مدارس گرجستان (۹۵۰ دانش‌آموز)، بیان کردند که تغییر رویه از آموزش سنتی به آموزش الکترونیک بسیار موفقیت‌آمیز بوده است. از طرف دیگر، این محققان بیان کردند با توجه به نوین بودن روش آموزش آنلاین، هنوز نمی‌توان درباره‌ی کیفیت و بازده کلی این روش نتیجه‌گیری دقیقی داشت و نیازمند تحقیقات بیشتری است که باید به‌صورت منطقه‌ای موردبررسی قرار گیرد. به‌طورکلی باید بیان نمود، ساعات تربیت‌بدنی در مدارس جزو فعالیت‌هایی با تعامل اجتماعی بالا در بین دانش‌آموزان هستند که با توجه به همه‌گیری ویروس کرونا در شرایط تعاملات مستقیم، بسیاری از فعالیت‌های این‌چنین پربرخورد و با تعامل و ارتباطات مستقیم

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

ازجمله فعالیت‌های آموزشی مدارس تحت تأثیر قرار گرفت و بسیاری از دانش آموزان ملزم به قرنطینه خانگی شده‌اند (۱۵). سنتئو و همکاران (۲۰۲۱) در تحقیق خود با عنوان تجربیات معلمان تربیت بدنی با آموزش از راه دور در طی شیوع کرونا، بیان نمودند، قبل از اپیدمی کرونا، برنامه های تربیت بدنی در مدارس، به صورت حضوری، ویژگی‌های خاصی را برای ارتقا یادگیری دانش آموزان دارا بود که شامل سیاست و محیط، برنامه درسی پویا، دستورالعمل‌های مناسب و ارزیابی دانش آموزان بود که این ویژگی‌ها به عنوان مؤلفه های اساسی تدریس تربیت بدنی نام برده شده است. اما در دروان شیوع کرونا و قرنطینه اجباری، معلمان تربیت بدنی از روش‌های آزمون و خطا در اجرای دستورالعمل‌ها استفاده می‌کنند که سبب انزوای بیشتر آنان و کاهش اثربخشی برنامه درسی تربیت بدنی می‌شود (۱۶). یو و جی (۲۰۲۱) در تحقیق خود با عنوان تجزیه و تحلیل کلاس‌های آنلاین درس تربیت بدنی در طی بیماری همه گیر کرونا، بیان کردند که برای اجرای موفقیت آمیز کلاس‌های آنلاین تربیت بدنی، باید بازخورد به موقع و با کیفیت ارائه گردد و همچنین معلمان باید از قبل شروع کلاس‌ها، آموزش‌های لازم را گذرانده و با چالش‌ها آشنا شده و آماده تدریس به این روش باشند تا خطاهای فنی کاهش یافته و سبب ایجاد انگیزه به طور مستمر برای یادگیرندگان گردد (۱۷). دام و همکاران (۲۰۲۱) در تحقیقی با عنوان آموزش از راه دور در تربیت بدنی، نشان دادند ارتباط اجتماعی بین معلم–دانشجو و دانش آموز–دانش آموز امری ضروری است، که در یادگیری از راه دور با مشکل اساسی روبه رو شده است، به همین دلیل لازم است که معلمان تربیت بدنی در حین آموزش و یادگیری از راه دور، نیازهای اجتماعی خود و دانش آموزان را برطرف کنند. این محققان در ادامه، برای شناسایی بهترین روش‌ها و منابع آموزشی و عملیاتی نمودن آن‌ها، ایجاد ارتباط بین تحقیقات علمی و دستورالعمل‌های آموزشی درس تربیت بدنی را ضروری دانستند (۱۸).

لذا، با توجه به اهمیت برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس، هدف پژوهش حاضر بررسی و تحلیل مهم‌ترین چالش‌ها و مسائل در برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس در دوران کرونا است و اینکه چه راهکارهایی برای مقابله با این چالش‌ها از طرف سایر کشورهای جهان، مورداستفاده قرارگرفته است. درواقع با بررسی اقدامات و چالش‌های سایر کشورها، می‌توان پی برد که فعالیت‌های بدنی و حرکتی دانش‌آموزان به‌ویژه در کشور ما در شرایط اپیدمی ویروس کرونا در ساعات درس تربیت‌بدنی چگونه برنامه‌ریزی و انجام شوند.

روش‌شناسی

این تحقیق ازنظر نوع، مطالعات مروری و تحلیلی است. براین‌اساس، با استفاده از روش مطالعه کتابخانه‌ای، اسناد و پژوهش‌های خارجی از منابع و پایگاه‌های معتبر علمی، ۱۰۰ مقاله و گزارش علمی موردبررسی و تحلیل قرار گرفتند و داده‌های تحقیق در قالب چالش‌ها و استراتژی‌ها، طبقه‌بندی شدند. براین‌اساس، ابتدا چالش‌ها در چند بخش دسته‌بندی گردیدند و در گام بعدی، استراتژی‌ها و راهکارهای مؤثر جهت رفع این چالش‌ها در دوران کرونا به‌طور کامل تبیین و بررسی شدند. براین اساس، در این بخش به الف. مهم‌ترین چالش‌های آموزشی در فعالیت بدنی و تربیت‌بدنی مدارس؛ و ب. سپس ارائه استراتژی‌های مؤثر در این زمینه پرداخته‌شده است.

الف. چالش‌های برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

آموزش مجازی و غیرحضوری، خالی از مشکل نیست و نیازمند برنامه‌ریزی‌های منسجم‌تری برای رسیدن به کیفیت برنامه‌های آموزشی دارد و در این میان عدم هماهنگی‌ها در برنامه‌های آموزشی برای دستیابی با اهداف تربیتی مشهود است؛ اما آنچه ارزش این آموزش‌ها را آشکار می‌کند استمرار و تداوم آموزش به سمت بهینه‌سازی تعلیم و تربیت است. به‌طورکلی، چالش‌های اصلی درس تربیت‌بدنی در مدارس به شرح ذیل می‌باشد.

۱. چالش‌های آموزش و یادگیری آنلاین

یکی از مهم‌ترین چالش‌ها و بحران‌هایی که به‌واسطه همه‌گیری ویروس کرونا به وجود آمده است **بحران آموزش** است. این بحران به‌ویژه در نسل‌های بعدی دانش آموزان، کاملاً مشهود خواهد بود؛ زیرا واقعیت این است که محدودیت‌های به وجود آمده در سیستم آموزشی، تأثیر منفی و معنی‌دار بر روند یادگیری خواهند داشت (۱۹) و سبب ظهور و شکل‌گیری **اختلالات در فرایند یادگیری** (۲۰). مشکلات در روند یادگیری به دلیل ضعف در زیرساخت‌های یادگیری آنلاین (شامل همه نوع آموزش مجازی، آموزش الکترونیکی، آموزش مبتنی بر وب، برخی از انواع آموزش از راه دور)، کم‌تجربگی معلمان در این زمینه، خلأ اطلاعاتی، فضای متفاوت محیطی در خانه و نتایج نابرابر یادگیری، به وجود می‌آیند (۷). معلمان و دانش آموزان ممکن است موانع و محدودیت‌هایی در استفاده از آموزش الکترونیکی داشته باشند که این موانع بر اختلالات روان‌شناختی و اضطراب بیش‌ازحد آنان تأثیر دارد. این مشکلات و فشارهای نه‌تنها دانش آموزان و خانواده‌های آنان بلکه معلمان را نیز درگیر خواهد کرد (۱۴).

موانعی که معلمان در یک محیط آموزش مجازی با آن روبرو هستند شامل چهار مانع فنی، شرطی‌سازی دانش آموزان، مشارکت دانش آموزان و تجربه آموزش آنلاین می‌باشد. در زمینه **موانع فنی**، معلمان با چالش‌های متعددی در حین بروز موانع و محدودیت‌های مرتبط با مسائل فنی (تجهیزات و سخت‌افزاری) در تدریس روبرو هستند. در این زمینه می‌توان گفت که هنوز تعدادی از کودکان و نوجوانان در مناطقی زندگی می‌کنند که توانایی دسترسی به اینترنت را ندارند برخی از خانواده‌ها هم ممکن است اصلاً رایانه نداشته باشند. نکته قابل‌توجه این است که حتی همه والدین دانش آموزان تلفن همراه یا لپ‌تاپ ندارند و همچنین سیگنال‌های اینترنتی به‌ویژه در حومه شهر ضعیف است. این چالش‌ها می‌تواند فعالیت‌های آموزشی را تحت تأثیر قرار دهد. اگر این موانع فنی نتوانند برطرف شوند می‌تواند مشارکت مطلوب و فعال دانش آموزان در یادگیری را تحت تأثیر قرار دهد، درنتیجه، برخی از دانش آموزان نمی‌توانند محتوای دروس آموزشی را دنبال کنند و در انجام تکالیفی که معلم به آنان واگذار می‌کنند مطمئناً تأخیر خواهند داشت درواقع، چالش‌ها و مسائل مربوط به آموزش آنلاین طیف وسیعی از موضوعات را در برمی‌گیرد که شامل **تأمین زیرساخت‌های مدارس و حداقل امکانات سخت‌افزاری** هستند که از موارد پیش‌نیاز و پایه برای ورود به بستر آموزش مجازی است. از طرف دیگر، معلمان همچنین به دلیل پرداخت هزینه برق و هزینه اینترنت، دچار مشکلاتی در انگیزه تدریس خود خواهند شد. مواردی مانند شبکه اینترنت، هزینه خرید بسته‌های اینترنت گران‌قیمت سبب می‌گردد که آموزش آنلاین در تمامی دروس دچار مشکل شود. علاوه بر آن، سیگنال‌های مزاحمی که در حین آموزش به وجود می‌آید نیز مانع اجرای یادگیری بهینه هستند. براین اساس، چالش دیگر این است که غالباً دانش آموزان در جمع‌آوری و تکمیل تکالیف تأخیر دارند و حتی درک مطالب نیز به یک مشکل مهم

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

برای دانش آموزان تبدیل‌شده است (۱۴). در این زمینه باید راهکارهایی بر اساس مشارکت دولت، تجارت و سیستم‌های آموزشی تدوین گردد تا برای تمامی دانش آموزان، رایانه و دسترسی به اینترنت فراهم شود.

دومین مانع، شرطی کردن دانش آموزان برای شرکت در یادگیری و آموزش مجازی و آنلاین، برای معلمان به یک مسئله و چالش جدی در آموزش مجازی تبدیل‌شده است. این مفهوم درواقع به مشارکت و پیگیری باانگیزه و مستمر دانش‌آموز در کلاس تربیت‌بدنی مجازی مربوط می‌شود. عواملی که این موانع را ایجاد می‌کنند ممکن است به عوامل داخلی و خارجی تقسیم شوند. عوامل داخلی مانند دخالت اعضای خانواده (خواهر و برادر کوچک‌تر و بزرگ‌تر) مشکلاتی هستند که از محیط خانه دانش آموزان ناشی می‌شود. این عوامل باعث می‌شود دانش‌آموزانی که در حال یادگیری هستند، روی یادگیری، تمرکز کافی نداشته باشند. عوامل بیرونی نیز مانند مزاحمت و اختلال سایر دانش آموزان هنگام اجرای یادگیری با استفاده از یک برنامه آنلاین در یک کلاس مجازی است. دانش آموزان با سایر دانش آموزان در مورد دیگر موضوعاتی که ارتباطی با موضوع درسی ندارند، صحبت می‌کنند، درنتیجه کلاس‌های مجازی شلوغ و پر هرج‌ومرج شده و معلم نمی‌تواند در این مورد کنترل خوبی داشته باشد. شرطی کردن دانش آموزان یعنی شاخصی که میزان اشتیاق و انگیزه دانش آموزان برای یادگیری را به طرز قابل‌توجهی نشان می‌دهد. به همین دلیل، یک معلم باید بتواند اطمینان حاصل کند که همه دانش آموزان آماده یادگیری بوده و به دنبال راه‌های خلاقانه در یادگیری هستند.

مانع سوم، وضعیت مشارکت دانش آموزان در یادگیری و آموزش آنلاین است که ارتباط تنگاتنگی با شرطی‌سازی دانش آموزان دارد مشارکت و فعالیت دانش آموزان در فعالیت‌های یادگیری است. مشارکت دانش آموزان در فعالیت‌های آموزشی با مشکلاتی مانند؛ نداشتن تلفن‌های همراه یا لپ‌تاپ‌های شخصی و همچنین اشتیاق دانش آموزان برای یادگیری روبرو است؛ مانند شرطی شدن دانش آموزان، معلم باید به دنبال راه‌هایی برای حفظ اشتیاق دانش آموزان باشد. در طول آموزش آنلاین و مجاری بسیاری از معلمان در پژوهشی اظهار داشتند که حفظ و ماندگاری اشتیاق دانش آموزان برای یادگیری آسان نیست؛ زیرا در آغاز آموزش آنلاین، دانش آموزان علاقه زیادی به یادگیری داشتند، اما پس از دو ماه، دانش آموزان احساس خستگی و اشتیاق کمتری برای یادگیری کردند (۱۴).

چهارمین مانع، تجربه آموزش آنلاین است بسیاری از مدارس برای دانش آموزان، آموزش آنلاین (مجازی) ارائه می‌دهند. آن دسته از معلمان و مدیران که تمایلی به تدریس آنلاین ندارند، چاره‌ای جز پذیرش این فناوری ندارند. ما در جهانی زندگی می‌کنیم که دسترسی به اینترنت اکنون یک ضرورت است، نه یک کالا. دسترسی به کامپیوتر برای یادگیری در مدرسه به‌اندازه داشتن کاغذ، مداد و کتاب، ضروری است (۱۲). همچنین، آموزش معلمان تربیت‌بدنی تازه‌کار (جدیدالورود) از طریق یادگیری آنلاین، موضوعی بحث‌برانگیز در مورد پیامدهای تولید فارغ‌التحصیلان معلم باکیفیت است (۲۱). نکته اصلی در این نگرش، ماهیت تجربی و عملی آموزش و یادگیری در تربیت‌بدنی است (۲۲) این موضوع به‌ویژه برای معلمان جدیدالورود که پیش از خدمتشان، برای ایجاد دانش و مهارت نیاز به تجارب عملی و عینی دارند بسیار مهم است. یکی از نظریه‌های اساسی و به سایر مهم در یادگیری

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

حرفه‌ای مؤثر در تربیت‌بدنی، تئوری **جامعه‌پذیری**[1] لاوسون (۱۹۸۳) است. جامعه‌پذیری نقش مهمی در بررسی اثربخشی برنامه‌های آموزشی معلمان تربیت‌بدنی دارد، جامعه‌پذیری به‌ویژه اطمینان حاصل می‌کند معلمان پیش از خدمت، در زندگی علمی و شغلی خود ازنظر جسمانی و یا ذهنی از همکاران یا جامعه مدرسه خود جدا نیستند (۲۳). برای رفع این مشکل، **"الگوی استاد"**[2] پیشنهاد می‌گردد که توسط بورک و آهیدیانا (۲۰۱۳) استفاده‌شده است. به‌این‌ترتیب که مربیان آنلاین، فرصت و امکان کافی برای مشاهده شیوه‌های آموزشی همکاران خود را در یک محیط آموزش آنلاین داشته باشند. درواقع این رویکرد بر این اصل استوار است که ابتدا مربیان آنلاین تازه‌کار، حتماً در طول دوره اولیه آموزش و اصلاحات، با معلمان آنلاین "استاد " (باتجربه) کار کنند (۲۴).

۲. چالش‌های خانواده‌ها و والدین در آموزش آنلاین

یکی از چالش‌های مهم در آموزش آنلاین، مشارکت بسیار زیاد والدین با فرزندان در حین آموزش است؛ درواقع، والدین می‌توانند در درک موضوعی که معلم به‌خوبی منتقل نمی‌کند، به کودکان خود کمک کنند. به همین علت، همکاری بین معلمان و والدین در مدارس ابتدایی برای اجرای یادگیری آنلاین ضروری است زیرا والدین (به‌ویژه والدین دوره‌های تحصیلی ابتدایی به دلیل پایین‌تر بودن میانگین سنی و جوان‌تر بودن آنان) اکثر دارای سواد سخت‌افزاری هستند (۱۴). درواقع در پایه‌های پایین‌تر تحصیلی به دلیل آماده نبودن دانش آموزان با نحوه استفاده از فضای مجازی، حمایت و مشارکت والدین به همراه دانش‌آموز در امر یادگیری آنان بسیار مؤثر و قابل‌توجه خواهد بود. در این‌گونه موارد، مسائلی از قبیل والدین دارای سواد اینترنتی پایین، عدم حضور والدین در منزل در زمان یادگیری مجازی دانش‌آموز و تدریس معلمان، یا حتی نداشتن والدین و سرپرستی برای پیگیری امور تحصیلی دانش‌آموز، می‌تواند در فرایند یادگیری دانش آموزان خلل و کاستی‌های جبران‌ناپذیری وارد نماید.

۳. چالش‌های سازگاری و بی‌ثباتی روابط بین فردی در ورزش

شیوع ویروس کرونا، باعث ایجاد سیاست‌های فاصله‌گذاری اجتماعی و ممنوعیت فعالیت‌های گروهی ازجمله برنامه‌های ورزشی تربیت‌بدنی در مدارس گردیده است؛ اما موضوع موردبحث پیامدهای ناشی از آن برای دانش‌آموزان است. فاصله گرفتن از دیگران می‌تواند باعث ایجاد طیف وسیعی از تجارب عاطفی منفی شود. روان‌شناسی اجتماعی این مسئله را به‌عنوان زوال وضعیت اجتماعی توضیح می‌دهد تعلقی که در ذات انسانیت نهفته است و انسان را به‌عنوان یک موجود ذاتاً اجتماعی می‌نمایاند که با بودن در کنار دیگران بهترین حال عاطفی را تجربه می‌کند و این تجربه به‌عنوان یک نیاز اساسی در زندگی روزمره انسان‌هاست. درواقع، احساس عضویت در یک یا چند گروه، نقش مهمی در شکل‌گیری هویت اجتماعی یک شخص دارد. ایزنبرگر (۲۰۱۲)، اختلال در هویت اجتماعی را از دردناک‌ترین و ازنظر عاطفی ناخوشایندترین احساساتی می‌داند که فرد می‌تواند تجربه کند چون سبب خطر آسیب رساندن به توانایی فرد در ارتباط با دیگران می‌شود (۲۵). اگرچه فاصله اجتماعی معیار اساسی

1. Socialization theory
2. Model the master

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

برای مقابله با بیماری همه‌گیر فعلی است، اما انزوا و تنهایی مداوم می‌تواند برای افراد بسیار مضر باشد (۲۶) و ممکن است سبب پیامدهای مضر جسمانی و روانی متعددی شود (۲۷). بر این اساس، ایزوله شدن دانش‌آموزان در خانه و دور ماندن از گروه‌های اجتماعی مانند فعالیت‌های تربیت‌بدنی در مدارس، می‌تواند باعث اختلال در شکل‌گیری هویت اجتماعی و روابط بین فردی آنان گردد؛ به‌ویژه در سنین نوجوانی که از آن به‌عنوان دوران گذار و شکل‌گیری هویت دانش‌آموزان یاد می‌شود این موضوع بسیار قابل‌توجه است.

۴. چالش‌های دستیابی به اهداف درس تربیت‌بدنی

معلمان در شرایط امروز، با نسل جدیدی از دانش‌آموزانی روبرو هستند که زندگی را هرگز بدون راحتی و فناوری مدرن مانند رایانه‌های شخصی، دستگاه‌های تلفن همراه و شبکه جهانی وب نشناخته‌اند؛ تا آنجا که ازنظر محققان به دانش‌آموزانی که در این نسل متولدشده‌اند، "بومی دیجیتال[1]" گفته می‌شود. براین‌اساس، این دانش آموزان، تمام عمر خود را در فناوری سپری کرده‌اند و آن‌ها را با مهارت‌های پیشرفته فنی و ترجیحات یادگیری فراگرفته‌اند. از طرف دیگر، سیستم‌های مدیریت یادگیری مبتنی بر وب[2] این توانایی را برای معلمان ایجاد کرده‌اند که محتوای خاص موضوعی را در قالب‌های هم‌زمان و غیرهمزمان به دانش آموزان ارائه دهند. با دستیابی به نسل جدید فراگیران در قالب آموزش آنلاین و از راه دور، معلمان دسترسی بیشتری به ابزارها و فناوری‌هایی دارند که سازمان‌دهی محتوا، تحویل و روش‌های تعاملی را تسهیل می‌کند (۲۸).

درس تربیت‌بدنی، عمدتاً باهدف توسعه مهارت‌های حرکتی و توانایی‌های حرکتی و تقویت فعالیت بدنی و آمادگی جسمانی شناخته می‌شود، اما در شرایط کرونا، یافته‌های کلیدی پژوهش‌ها، عدم رشد مهارت حرکتی و همچنین مشارکت محدود دانش آموزان (کمتر از ۳۰٪ از آن‌ها) را نشان می‌دهد. همچنین معلمان ورزش، در مورد توانایی آموزش آنلاین برای دستیابی به استاندارد آموزشی که در حوزه روانی–حرکتی متمرکز است ابراز نگرانی کرده‌اند (۲۸). در مورد اثربخشی آموزش آنلاین تربیت‌بدنی بررسی‌های متفاوتی وجود دارد. ویلیامز (۲۰۱۳)، دریافت که معلمان تربیت‌بدنی در شروع آموزش آنلاین تربیت‌بدنی، بسیار مردد و بدبین هستند. نکته قابل‌تأمل این است اگر معلمان در کلاس مجازی تربیت‌بدنی، به‌طور آنلاین پاسخگو نباشد و بادانش آموزان تعامل نداشته باشند، دانش آموزان احساس می‌کنند که "با یک دیوار صحبت می‌کنند" (۲۹). همچنین، هیو (۲۰۱۶) دریافت که دانش آموزان هنگام برقراری کلاس به شکل "پخش وب" یا تماس ویدئویی زنده، احساس ارتباط و تعهد بیشتری نسبت به دوره‌های آنلاین گزارش می‌کنند. همچنین علاوه بر استراتژی‌های مذکور، معلمان تربیت‌بدنی آینده می‌توانند از روش‌های ارتباطی شخصی‌سازی‌شده در آموزش تربیت‌بدنی به شکل آنلاین برای تقویت تعامل بین دانش آموزان استفاده نمایند که سبب احساس مشارکت خوشایندتری برای دانش‌آموز شده و دلهره دانش آموزان را کم کند (۳۰).

نکته قابل‌توجه دیگر این است که دانش‌آموزانی که قبل از ورود به دوره آموزشی حضوری، از مهارت‌های حرکتی مناسب برای کلاس تربیت‌بدنی برخوردار نیستند و دانش حرکتی لازم را ندارند، کلاس آنلاین مجازی تربیت‌بدنی را بیشتر می‌پسندند. درواقع می‌توان گفت که کلاس‌های آنلاین فرصت کم‌تر درگیر بودن و مشارکت کم‌تر را برای

1. Digital natives
2. Learning Management System

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

دانش آموزان فراهم می‌کند که در کلاس واقعی تربیت‌بدنی، منفعل و بی‌انگیزه بودند و از انجام تکالیف حرکتی و فعالیت‌های ورزشی سرباز می‌زدند. همچنین ممکن است آموزش آنلاین تربیت‌بدنی در مدارس و در دانشگاه‌ها به‌عنوان یک‌رشته دانشگاهی گسترش یابد. نکته قابل‌توجه این است که بااین‌حال، نباید تصور کرد که دانش آموزان، از قبل دانش لازم را برای استفاده مؤثر از فناوری در یک دوره آموزش آنلاین دارند. مطالعات حاکی از آن است که فرض آشنایی نسلی با رایانه‌ها و فناوری موبایل که توسط بومیان دیجیتال وجود دارد لزوماً سبب درک آموزش آنلاین نمی‌شود؛ بنابراین، قبل از آماده‌سازی معلمان تربیت‌بدنی برای آموزش آنلاین، باید تجربه و دانش‌بنیادی کاملی را در اختیار آن‌ها قرارداد (۲۸). البته، می‌توان بیان نمود ظهور آموزش آنلاین تربیت‌بدنی همچنین سبب شد تا معلمان متخصص ورزشی در هر دو محیط؛ سالن ورزشی و فضای آنلاین مهارت تدریس خود را تقویت کنند.

۵. چالش‌های تغییر ماهیت اصلی کلاس تربیت‌بدنی

یکی از مهم‌ترین پیامدهای شیوع کووید-۱۹ و اقدامات اجتماعی مربوط به آن، مربوط به کاهش ماهیت تجربی آموزش تربیت‌بدنی است. با توجه به تغییرات بالقوه در حال انجام برای سال تحصیلی ۲۰۲۰-۲۰۲۱ و بعدازآن عموماً تصور می‌شود که با توجه به شرایط موجود، نظارت و ارزیابی محیط آنلاین برای اطمینان از اثربخشی برنامه‌های آموزشی معلمان تربیت‌بدنی بسیار حیاتی است (۲۳). در آموزش آنلاین، ماهیت تجربی و عملی (تماس فیزیکی) برخی از موضوعات مانند تربیت‌بدنی همچنان موردنقد و ارزیابی قرارگرفته است. این موضوع برای معلمان، به‌ویژه معلمان جدید، پیش از خدمتشان که مشتاقانه به دنبال آموزش عملی (رودررو) خود هستند، می‌تواند مشکل‌ساز باشد؛ زیرا برای اینکه پتانسیل‌های بالقوه دانش‌آموز در کلاس تربیت‌بدنی به‌اندازه کافی و بهینه‌ای رشد کنند آنان به تماس فیزیکی موجود در تربیت‌بدنی نیاز دارند که باید به‌عنوان یک حق اساسی انسان هم در نظر گرفته شود (۳۱).

از دیدگاه دلوز و گواتاری (۱۹۸۷) مفهوم "اجتماع" در زمینه مطالعات ورزشی نیز با این موضوع سازگاری و مطابقت دارد (۳۲). به‌عنوان‌مثال، لندی (۲۰۱۹) از این مفهوم برای تأمل در تجربیات عاطفی خود استفاده کرد. در حال حاضر و در شرایط فاصله‌گذاری اجتماعی، فقدان برخوردهای رودررو بین افراد سبب می‌گردد که معلمانی که قرار بود در مدارس به‌صورت عملی تدریس کنند، از یادگیری فیزیکی خود و تأثیر آن بر دانش‌آموزان غافل شوند (۳۳). درواقع، در شرایط کنونی این معلمان قبل از خدمت با وضعیتی روبرو هستند که نمی‌توانند از فعالیت‌های مشارکتی و گروهی که به‌طور سنتی در کلاس‌های تربیت‌بدنی بسیار استفاده می‌شد برای تدریس و آموزش خود استفاده کنند. کووید-۱۹ همچنین سبب گردید درک جدیدی از زمان و مکان به وجود آید. به‌عنوان‌مثال، مردم هرروز بیشتر به فن‌آوری عادت می‌کنند و کارهای اداری خود را خانه‌های خود انجام می‌دهند که درنتیجه فضای کار آن‌ها تغییر می‌کند. همچنین، درک زمان برای بسیاری نیز تغییر کرده است، زیرا آن‌ها اکنون ساعت‌های انعطاف‌پذیرتری دارند و بعضی تصور می‌کنند که همه روزها یکسان هستند (۳۴). این موضوع، امور آموزشی همه معلمان تربیت‌بدنی را تحت تأثیر قرار داده است، چون در آموزش مجازی و از راه دور، هیچ‌گونه تماس فیزیکی و فعالیت‌های مشارکتی رودررو در کلاس‌های مجازی تربیت‌بدنی وجود ندارد و این مسئله می‌تواند دستیابی برنامه‌های تربیت‌بدنی برای رسیدن به اهداف همه‌جانبه خود را دچار مشکلاتی اساسی نماید.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

تدریس آنلاین سبب شده است ویژگی‌ها و اصالت تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس، تحت‌الشعاع قرار بگیرد. درحالی‌که توافق گسترده‌ای در مورد ماهیت و اهداف چندگانه تربیت‌بدنی وجود دارد و به نظر می‌رسد توافقی همگانی وجود دارد مبنی بر اینکه لباس ورزشی (اهمیت لباس ورزشی در ساخت ذهنیت حرفه‌ای معلمان) و ویژگی اصلی ورزش یعنی همان حرکت، از هویت‌های تربیت‌بدنی است؛ اما در حال حاضر در تدریس آنلاین، پوشیدن لباس‌های ورزشی دیگر مهم نیست. درحالی‌که این موضوع، یکی از ویژگی‌های اساسی برای اصالت تربیت‌بدنی در مدارس بودند؛ زیرا اکنون و در شرایط ایزوله ناشی از کرونا ما فقط به اتصال اینترنت، کامپیوتر و صندلی نیاز داریم. اکنون حتی حرکتی هم لازم نیست و این مفهوم که از ویژگی‌های اصلی و هویتی تربیت‌بدنی می‌باشد کاملاً محدودشده است. در حقیقت می‌توان این‌گونه بیان کرد که این فقر حرکتی و دارا نبودن عوامل اساسی کلاس تربیت‌بدنی مانند نپوشیدن لباس ورزشی توسط دانش آموزان در فضای مجازی می‌تواند آسیب‌های اساسی به محتوای آموزش‌های تربیت‌بدنی و دستیابی به اهداف آن برای دانش آموزان به وجود آورد. درواقع، به نظر می‌رسد تربیت‌بدنی در مدارس وارد برهه جدیدی شده است. محیطی با محدودیت بسیار، معلمان و دانش-آموزانی که در طول کلاس از دستکش و ماسک استفاده می‌کنند و فضای شخصی قابل‌توجهی بین افراد، وجود خواهد داشت. هویت اصلی تربیت‌بدنی، با فرهنگ بدنی و تعاملات جسمانی متقابل تعریف می‌شود و اکنون شاهد برخی از تغییرات بالقوه هستیم که ممکن است تغییرات فعلی در این فرهنگ، حتی پس ازسرگیری کلاس‌های حضوری ادامه یابد. بر این اساس، بیماری کووید-۱۹ و محدودیت‌های ناشی از آن ممکن است نگرش‌های رفتاری و ویژگی‌های فرهنگی تربیت‌بدنی را تغییر دهد (۳۴).

۶. چالش تعطیلی مدارس

در این دوران، تعطیلی مدارس در سراسر جهان بر بیش از ۹۱٪ دانش آموزان جهان را تحت تأثیر منفی گذاشته است (۳۵). درواقع می‌توان گفت مهم‌ترین مسئله در آموزش دانش آموزان به‌ویژه در کلاس تربیت‌بدنی، چالش تعطیلی مدارس و دور بودن آنان از فضای پویا مدرسه و محیط پرتحرک کلاس تربیت‌بدنی است. از طرف دیگر، حتی در صورت بازگشایی غیرمستمر مدارس همراه با پروتکل‌های خاص، می‌توان بیان کرد که بازهم فعالیت‌های حرکتی کلاس تربیت‌بدنی برخلاف سایر دروس به دلیل دارا بودن تعاملات بدنی بسیار در محیط ورزشی با ممانعت بسیار و تعلیق روبروست.

قرنطینه خانگی کودکان و نوجوانان با عدم اطمینان و اضطراب همراه است که در آموزش، اجتماعی شدن و فعالیت‌های بدنی‌شان اختلال ایجاد می‌کند (۳۶). عدم حضور در مدرسه برای مدت طولانی، سبب اختلال در امور روزمره، بی‌حوصلگی و فقدان ایده‌های نوآورانه می‌گردد؛ و این محدودیت‌ها کودکان را بیشتر تحت تأثیر قرار داده است زیرا نمی‌توانند در فضای باز بازی کنند، دوستان خود را ببینند و درگیر فعالیت‌های حضوری در مدرسه شوند (۳۵، ۳۷) به همین دلیل کودکان، در این دوره به دنبال ماندن طولانی در خانه، وابستگی بیشتری به والدین خود پیدا می‌کنند. به‌احتمال‌زیاد، پس از پایان محدودیت‌ها و بازگشایی مدارس، کودکان ممکن است در مقابل مدرسه رفتن مقاومت کنند و در ایجاد ارتباط با معلمان خود دچار مشکل شوند؛ و محدودیت‌های حرکتی که به آن‌ها تحمیل‌شده می‌تواند تأثیر منفی طولانی‌مدت بر سلامت کلی روان‌شناختی و حرکتی آن‌ها داشته باشد (۳۵). همچنین تعطیلی

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

غیرمترقبه در مدارس می‌تواند سبب پایین آمدن نمرات آزمون‌ها، پایین آمدن کیفیت تحصیلات و کاهش پتانسیل آموزشی آن‌ها شود (۳۸).

۷. چالش دانش‌آموزان دارای نیازهای ویژه

از هر شش کودک در گروه سنی ۲-۸ سال، تقریباً ۱ کودک با مشکلات خاص وجود دارد (۳۹). این کودکان با نیازهای ویژه مانند اوتیسم، بیش فعالی، فلج مغزی، ناتوانی در یادگیری، تأخیر در رشد و سایر مشکلات رفتاری و عاطفی مواجه هستند. با توجه به شیوع ویروس کرونا، باید به نیازهای ویژه دانش آموزان به‌ویژه دانش آموزان دارای محدودیت‌های خاص توجه ویژه‌ای مبذول داشت و محتوای برنامه‌های حرکتی آنان در ساعات تربیت‌بدنی به‌طور دقیق‌تری طراحی شود، چون در حالت عادی و حضوری در مدارس نیز این دانش آموزان برنامه‌های ورزشی متفاوتی نسبت به سایر دانش آموزان در کلاس‌های تربیت‌بدنی داشتند. مدارس ملزم به شناسایی کودکان با نیازهای ویژه هستند تا برنامه‌های آموزش و فعالیت بدنی فردی برای هر یک را تهیه کنند. در طی اپیدمی کرونا، همچنین مدارس می‌توانند به تأمین نیازهای ویژه این دانش آموزان به‌وسیله خدمات درمانی آنلاین، اقدام کنند. ارائه درمان تخصصی به شکل آنلاین، امکانات ویژه‌ای را حتی برای خدمت به دانش‌آموزانی که در مناطق دورافتاده هستند فراهم می‌کند هم‌چنین با آموزش رعایت رژیم غذایی سالم و انجام ورزش و فعالیت بدنی می‌توانند سبب بهبود سلامت روان و جسمانی این دانش آموزان شوند به همین منظور والدین و خانواده‌های آن‌ها برای افزایش ارتباط با کودکان خود، باید به بازی‌های مشارکتی، تشویق فعالیت بدنی و موزیک درمانی بپردازند (۱۲).

۸. چالش دانش آموزان بی‌بضاعت

با شیوع گسترده ویروس کرونا و محدودیت‌های شدید به‌تبع آن، نابرابری اجتماعی و اقتصادی در جهان افزایش‌یافته است. تأثیر این نابرابری در کشورهای درحال‌توسعه، بر کودکان بیشتر است. به‌عنوان‌مثال، در هند که با ۴۷۲ میلیون کودک بزرگ‌ترین جمعیت کودک را در جهان دارد، محدودیت‌های این اپیدمی، به‌طور قابل‌توجهی ۴۰ میلیون کودک از خانواده‌های فقیر را تحت تأثیر قرار داده است (۴۰، ۴۱). اکنون تعداد کودکان فقیر و خیابانی که منبع درآمدی ندارند و در معرض خطر سو استفاده هستند در حال افزایش است (۳۸).

در زمان محدودیت‌ها، تعداد زیادی از خانواده‌های فقیر هیچ منبعی برای دستمزد روزانه ندارند و این سبب ناامیدی و احساس درماندگی می‌شود که ممکن است خود را به شکل خشونت علیه کودکان نشان دهد و این فشارها می‌تواند کودک را در معرض افسردگی، اضطراب و خودکشی قرار دهد (۳۶، ۴۲، ۴۳). همچنین تعطیلی مدرسه همراه با مشکلات اقتصادی ممکن است دانش آموزان کودک و نوجوان را مجبور به کار کردن کند که در این صورت، کودکان بدون والدین و سرپرست نیز بیشتر مستعد بهره‌برداری هستند (۴۴). برای جبران آموزش دانش آموزان در هنگام محدودیت‌ها، مدارس، دوره‌های آموزش از راه دور یا آنلاین را به دانش آموزان ارائه داده‌اند اما بااین‌حال، این فرصت در اختیار کودکان محروم نیست که درنتیجه آن‌ها از تحصیل محروم مانده یا مجبور به ترک تحصیل می‌شوند. همچنین والدین کم‌درآمد و فقیر با عوامل استرس‌زای مربوط به همه‌گیر (مانند بیکاری) روبرو هستند و ممکن است فاقد وقت و منابع پشتیبانی برای یادگیری از راه دور یا آنلاین باشند (۳۸). درواقع، در مورد درس تربیت‌بدنی، محرومیت از امکانات شرکت در کلاس به‌عنوان زیربنایی‌ترین و اولین عامل مشارکت در کلاس

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

تربیت‌بدنی، سبب فقر حرکتی، چاقی، مشکلات جسمانی و عاطفی دیگر هم خواهد شد؛ بنابراین، باید تحقیق و برنامه‌ریزی دقیقی برای بازگشایی مدارس انجام گیرد و حمایت‌های اضافی از کودکان بی‌بضاعت، در اولویت قرار داده شود. همچنین برای جبران این نابرابری‌های اقتصادی و اجتماعی، برنامه کوپن مواد غذایی برای جبران از دست دادن وعده‌های غذایی مدرسه شکل گیرد (۳۸).

ب. استراتژی‌ها و راهکارهای مؤثر برای رفع چالش‌ها

تاکنون راهکارها و استراتژی‌هایی به‌صورت خلاقانه و بومی تجربه‌شده است که می‌تواند در برخی شرایط اضطراری احتمالی و تعطیلی مدارس کاربرد داشته باشد. در این قسمت برخی از این راهکارها معرفی‌شده‌اند.

۱. ارائه برنامه‌های مشاوره‌ای برای رفع مشکلات آموزش آنلاین

به دلیل موانع موجود، دانش آموزان به خدمات راهنمایی و مشاوره‌ای نیاز دارند، زیرا همکاری آنلاین و آمادگی برای کار با فناوری در موفقیت دانش آموزان تأثیرگذار است (۱۴). مشکلات مختلفی که نیازمند خدمات مشاوره‌ای مشاوران مدرسه است شامل مشکلات بهداشت روان، مشکلات اطلاعات غلط و مشکلات آموزشی هستند (۴۵). این مشاوران مدارس برای بهبود وضعیت روان‌شناختی دانش آموزان و والدین و کاهش سطح بالای استرس، اضطراب، افسردگی و سایر شرایط روانی، تمهیداتی را از طریق مشاوره آنلاین، توزیع بروشورهای پیشگیری از بیماری‌ها، وب‌سایت‌ها و بحث‌های آنلاین از طریق شبکه‌های اجتماعی صورت می‌دهند. این الگوی خدمات مشاوره‌ای را می‌توان **مشاوره سایبری**[1] نیز نامید. مشاوره سایبری نوعی حرفه‌ای شدن مشاوران مدارس در طی همه‌گیری کووید-۱۹ نیز می‌تواند باشد. موفقیت مشاوره سایبری میزان رضایت دانش آموزان و معلمان را نشان می‌دهد (۴۵).

۲. استراتژی‌های آموزشی خاص

استراتژی‌های آموزشی، مجموعه‌ای از مؤلفه‌های آموزشی است که در فعالیت‌های آموزشی برای دستیابی به اهداف آموزشی استفاده می‌شود (۴۴). هدف از استفاده‌ی استراتژی‌های آموزشی این است که دانش آموزان با ارائه تجارب مختلف یادگیری، درک مطلب را آسان‌تر کنند (۴۸). متداول‌ترین روش‌های آموزشی، پرسش و پاسخ (۴۹) و سخنرانی‌هاست. استفاده از روش پرسش و پاسخ، آسان‌ترین راه برای معلمان برای سنجش میزان درک دانش آموزان از موضوع درسی و چگونگی انجام فعالیت حرکتی است که امکان تعامل دوطرفه بین معلمان و دانش آموزان را فراهم می‌کند. البته ممکن است معلمان به دلیل محدودیت زمانی و سایر مشکلات مانند سیگنال‌های ضعیف اینترنت و وضعیت کلاس‌های مجازی که برای یادگیری مساعد نیستند، از روش سخنرانی استفاده کنند. معلمان برای تعیین سطح درک حرکتی دانش آموزان می‌توانند از گزینه‌هایی مانند تکالیف آفلاین و آزمون‌هایی با محدودیت زمانی از پیش تعیین‌شده استفاده کنند. در طول آموزش آنلاین، به دلیل مداخله والدین زمان آموزش کوتاه‌تر است. وقتی دانش آموزان روی تکالیف کار می‌کنند یا با معلم به پرسش و پاسخ می‌پردازند، والدین با دادن جواب به آن‌ها کمک

1. Cyber Consulting

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

می‌کنند تا بتوانند سریع به سؤالات پاسخ دهند. همچنین زمان آموزشی که در هر جلسه تغییر می‌کند نیز بر مراحل آموزشی ازجمله نظم و انضباط (نظم و انضباط شامل تحویل به‌موقع وظایف و تأخیر انداختن در انجام‌وظیفه است) دانش آموزان در یادگیری‌های بعدی تأثیر می‌گذارد.

در دسترس بودن امکانات یادگیری مانند تلفن‌های همراه / لپ‌تاپ‌ها و سهمیه اینترنتی والدین در اجرای یادگیری بسیار مهم است. همچنین تغییر در اهداف و مراحل آموزشی نیز به‌طور خودکار بر روش و اشکال ارزیابی یادگیری برای دانش آموزان تأثیر می‌گذارد. معلمان نمی‌توانند ارزیابی‌هایی از جنبه‌های شناختی، احساسی و روانی- حرکتی در یک محیط آنلاین داشته باشد. درواقع، معلمان اغلب عقیده دارند که ارزیابی صحیح جنبه‌های شناختی به دلیل مداخله والدین (پاسخ به تکالیف) بسیار چالش‌برانگیز است؛ اما ارزیابی جنبه‌های حرکتی-روانی اغلب بهتر قابل ارزیابی است؛ زیرا این کارها بر اساس توانایی‌های دانش‌آموز بدون دخالت والدین هنگام ضبط انجام می‌شود (۱۴).

۳. استراتژی‌های توسعه حرفه‌ای معلمان تربیت‌بدنی

ابتدا لازم است راهنمایی ملی درباره فعالیت بدنی و کلاس تربیت‌بدنی تدوین گردد و معلمان تربیت‌بدنی تشویق شوند تا با همکاران خویش راه‌حل‌هایی را برای ادغام فعالیت بدنی در کلاس حضوری و کلاس مجازی شناسایی کنند. ضمناً برای تقویت مفاهیم فعالیت بدنی، از دانشگاهیان کمک و مشورت خواسته شود تا دستورالعمل‌های برنامه‌ریزی‌شده دانشگاهی خود را ارائه دهند تا سبب بهبود روند تحصیلی دانش آموزان نیز شود. همچنین توسعه حرفه‌ای یا آموزش‌های ضمن خدمت فعالیت بدنی، برای معلمان لازم است. ایده‌های عملی و کاربردی برای چگونگی ارتقاء برنامه‌های کلاس تربیت‌بدنی به‌صورت حضوری بافاصله جسمانی، تهیه و تنظیم گردد و فرصت‌ها و زمان‌های مناسب انجام فعالیت بدنی برای دانش آموزان شناسایی شود (ساعت‌های مناسب برای انجام فعالیت بدنی). ضمناً فعالیت‌های بدنی باید فارغ از توانایی هر یک از دانش آموزان، مشمول همه دانش آموزان شود و فراگیر باشد (۵۰).

۴. نقش خانواده و والدین

در زمان استرس و عدم اطمینان شدید ناشی از اپیدمی کرونا، والدین می‌توانند محیطی امن در خانواده ایجاد کنند (۵۱). تعطیلی پارک‌ها و زمین‌های بازی سبب تأثیرات نامطلوبی بر کودکان خواهد شد. کودکان باید در خارج از خانه بازی کنند درحالی‌که فاصله اجتماعی را حفظ می‌کنند تا وقت لازم برای حرکت و کاوش در طبیعت را داشته باشند. کودکانی که در فضای باز بازی می‌کنند تجربه رشد و تمرکز حرکتی بهتری دارند و این موضوع سبب کاهش میزان چاقی، کاهش بیش فعالی، خشم و پرخاشگری کمتر و کاهش استرس و افسردگی می‌گردد (۵۲). به نظر می‌رسد در این شرایط، خانواده‌ها وقت بیشتری را باهم به شکل پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و مشارکت در کار مدرسه می‌گذرانند. والدین تشویق می‌شوند تا با کودکان خود بازی کنند که این سبب تحرک و فعالیت بدنی بیشتر در آن‌ها خواهد شد. والدین می‌توانند همچنین با مشاهده هم‌زمان برنامه‌های تلویزیونی یا با استفاده از برنامه‌های آموزشی در رسانه‌های اجتماعی دیگر، به کودک خود کمک بیشتری می‌نمایند (۱۲). علاوه بر منابع آموزشی آنلاین، برنامه‌های رسانه‌ای، رسانه‌های اجتماعی یا سایر ویژگی‌های اجتماعی می‌توانند به والدین کمک کنند تا با در دسترس بودن

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

آموزش‌ها و حرکات بدنی، با دانش‌آموزان در خانه کنار بیایند (۵۳)؛ اما بسیاری از این روش‌ها با استفاده از برنامه-های سخت‌افزاری و نرم‌افزاری و برنامه‌هایی است که نیاز به اینترنت با حجم بالا و گسترده داشته که هزینه زیادی دارد. کمبود منابع مالی در اغلب خانواده‌های ایرانی همچنان مسئله‌ای موردتوجه است. به عقیده سیکیریت (۲۰۲۰)، نیز مهم‌ترین مانعی که دانش آموزان هنگام تحصیل در خانه با آن روبرو می‌شوند، عدم دسترسی به اینترنت و دستگاه‌های الکترونیک است (۵۴).

حمایت والدین از آموزش آنلاین بسیار کمک‌کننده است. پژوهش‌ها نشان دادند در آغاز یادگیری آنلاین، والدین بسیار مشتاق بودند که مدرسه از سیستم یادگیری آنلاین استفاده کند؛ اما بعد از یک ماه، حمایت والدین کاهش یافت. عدم آگاهی برخی والدین در استفاده از اینترنت و همچنین سیاست‌ها و برنامه‌های گسترده محدودیت‌های اجتماعی سازمان‌ها که باعث اخراج کارمندان بسیاری از دفاتر و ایجاد مشکلات اقتصادی شده است، سبب از دست دادن درآمد والدین دانش آموزان در دوران کرونا گردید این موضوع به معنای کاهش هزینه کردن والدین برای استفاده دانش‌آموزانشان از خدمات اینترنتی شده است. در صورت عدم پشتیبانی از معلمان، مدیران و مدارس، آموزش آنلاین به‌راحتی اجرا نخواهد شد. بدون حمایت مناسب، معلمی که باید طرح درس خود را تدوین کند، در صورت عدم مشارکت کافی دانش آموزان و مشکلات فوق، اعتمادبه‌نفس و اشتیاق خود را در تدریس از دست خواهد داد. همچنین نکته مهم دیگر، آموزش مطالب متناسب با شرایط و نیازهای دانش آموزان است (۱۴) که تدوین این مطالب نیاز به‌وقت، تلاش و تمرکز معلمان دارد؛ بنابراین حمایت از معلمان، والدین، مدیران مدرسه برای ادامه اجرای منظم دستورالعمل‌های آموزشی، امری حیاتی است.

۵. نقش مدیران و کارکنان مدرسه

مدیران نقش اساسی در تعیین و اجرای سیاست‌های مناسب در آموزش آنلاین دارند. حمایت مدیران در شرایط آموزش آنلاین می‌تواند شامل ایجاد انگیزه برای معلمان، فراهم کردن هماهنگی کلیه تجهیزات مدرسه، آماده‌سازی معلمان برای تدریس، بودجه و سایر جنبه‌های پشتیبانی مانند در دسترس بودن امکانات و زیرساخت‌های یادگیری برای آنان باشد. معلمان نمی‌توانند به‌طور مستقیم (رودررو) ازنظر فیزیکی بادانش آموزان تعامل داشته باشند، بنابراین آنان قادر به درک دانش آموزان هنگام یادگیری آنلاین نیستند. در این درس عدم تعامل جسمانی، سبب کاهش اشتیاق برای تدریس شده است (۵۵، ۵۶). در همین راستا سه عامل در انگیزش معلم در طول آموزش آنلاین تأثیرگذار است: ۱. روحیه معلم در حین آموزش آنلاین، ۲. اشتیاق معلم ۳. وظایف و تعهدات معلم. این سه مورد به‌هم‌پیوسته است و موفقیت یادگیری در دانش آموزان را تعیین می‌کند؛ بنابراین مدیران باید اطمینان حاصل کنند که همه معلمان می‌توانند با اشتیاق دستورالعمل‌ها را انجام دهند تا همه دانش آموزان باوجود فاصله جسمانی و فاصله اجتماعی در طول اپیدمی کرونا، بتوانند یاد بگیرند. در کل انگیزه یا اشتیاق مدیر مدرسه عوامل راحتی یک معلم را فراهم می‌کند تا یادگیری دانش آموزان به‌راحتی انجام شود (۵۷)؛ بنابراین، پشتیبانی مدیران مدارس به تعیین نحوه یادگیری آنلاین در طول آموزش آنلاین، کمک قابل‌توجهی می‌کند.

همه ذینفعان مدارس، انجمن‌های مدارس و والدین باید برای حصول نتایج مطلوب از آموزش آنلاین در کنار هم باشند تا اهداف یادگیری آنلاین را مطابق با یک برنامه درسی ملی مستقر و تعیین کنند. در این راستا، والدین باید

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

مطالب را درک کنند زیرا آن‌ها به دانش آموزان کمک می‌کنند تا موضوع را در روند آموزش آنلاین درک کنند. اگر والدین موضوع را درک نکنند، اوضاع حتی پیچیده‌تر می‌شود و روند آموزشی مطابق با استراتژی‌های آموزشی که یک معلم تعیین کرده است پیش نمی‌رود. معلمان می‌توانند با استفاده از یک روش آموزشی متناسب با علایق و توانایی‌های شناختی دانش آموزان، دستورالعمل‌ها را تغییر دهند، ازجمله با استفاده از روش‌های بحث گروهی، کمک به هم‌کلاسی‌ها و ارزیابی آن‌ها (۱۴). درنهایت مشارکت دانش آموزان در یادگیری آنلاین باید افزایش یابد زیرا به نظر می‌رسد که آن‌ها باگذشت زمان علاقه خود را ازدست‌داده‌اند. استفاده از روش‌های متنوع آموزشی، مشارکت پرشورتر در یادگیری آنلاین را تشویق می‌کند. از این نظر، دولت باید منابع آموزشی آنلاینی را تنظیم کند (مانند تدریس تربیت‌بدنی در تلویزیون) که با برنامه درسی ملی هم‌سو باشد (۵۸). این‌گونه آموزش‌های رایگان برای دانش آموزان، سبب می‌شود تدریس معلمان با سهولت انجام گیرد.

بنابراین، اگر برنامه آموزش آنلاین تربیت‌بدنی یا مدرسه تربیت‌بدنی در خانه، بخواهد با موفقیت ادامه یابد، باید چندین عامل در نظر گرفته شود. اول، تغییر در برنامه درسی در سطح ملی برای اطمینان از انعطاف‌پذیری و هماهنگی با تمام مؤلفه‌های یادگیری. دوم، آمادگی فناوری از طریق دسترسی آسان‌تر و گسترده‌تر به اینترنت و تهیه شبکه‌های اینترنتی پرسرعت مخصوص آموزش تربیت‌بدنی. سوم، ضمن خدمت‌های آموزشی برای معلمان در مورداستفاده از کاربردهای فناوری. چهارم، تهیه منابع آموزش آزاد مانند آموزش تربیت‌بدنی از طریق تلویزیون (کاهش هزینه‌های عملیاتی یادگیری آنلاین) پنجم، تقویت همکاری بین معلمان، والدین و مدارس (۱۴، ۳۶).

۶. راهکارهای روان‌شناختی

با توجه به دوره طولانی‌مدت قرنطینه و عدم فعالیت بدنی دانش آموزان، استراتژی‌هایی مانند پیاده‌روی در خانه، کار با وزنه‌های خانگی مانند بطری، بازی‌های خانوادگی با کودکان، سرگرمی‌های دیجیتال همراه با حرکت بدنی می‌توان در نظر گرفت. درواقع، در صورت انجام حرکات بدنی به شکل خانوادگی یا ورزش خانوادگی در خانه[1]، کودکان بیشتر به ورزش تشویق می‌شوند و علاوه بر کاهش فقر حرکتی کل خانواده، سبب حداقل رساندن احساس افسردگی و اضطراب آنان نیز گردد. اکنون فرصت فوق‌العاده‌ای وجود دارد که خانواده‌ها وارد عمل شوند و به بهبود بهداشت روان خود و فرزندانشان کمک کنند. به‌علاوه بنیاد آمریکایی پیشگیری از خودکشی[2] (۲۰۲۰) نیز، همگان را تشویق می‌کند تا با دوستان و عزیزانشان گفتگوی صادقانه، صریح و مهربانانه داشته باشند و با ورزش و مدیتیشن از خود و خانواده‌هایشان در این دوره محافظت کنند و به اعضایی از خانواده که منزوی‌شده و نیاز به حمایت بیشتری دارند، به‌طور منظم تماس بگیرند. این اقدامات می‌تواند جان انسان‌ها را نجات داده و فرهنگ جمعی و شهروندی که منطبق بر سلامت روان افراد جامعه است را به‌طور مثبتی تغییر داده و بهبود بخشد (۵۹).

در هنگام شیوع بیماری ویروس کرونا، خانواده‌ها قرنطینه شده‌اند و فرزندان نیز زمان بیشتری را در اینترنت می‌گذرانند. در این دوره، والدین باید عادات خود مراقبتی مانند غذا خوردن، استراحت، فعالیت بدنی و ورزش را روزانه انجام دهند و فرزندان خود را هم به این کار تشویق کنند. همچنین آن‌ها می‌توانند با تشویق کودکان و

1. School from home
2. American Foundation for Suicide Prevention

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

نوجوانان به رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی در دوران کرونا (مانند ماسک زدن و حفظ فاصله اجتماعی)، آن‌ها را با شرایط جدید سازگار کنند. بااینکه ارتباطات مجازی به دانش آموزان کودک و نوجوان کمک می‌کند تا تأثیر این اپیدمی هولناک را کاهش دهند؛ اما این فضا همچنین مجموعه جدیدی از چالش‌ها را برای والدین دانش آموزان ایجاد نموده است. این احتمال وجود دارد که کودکان با بازگشت به مدرسه دچار چالش‌هایی شوند و والدین باید از این موضوع آگاه شوند. ازاین‌رو، والدین حتماً با دانش‌آموزان درباره تغییرات رخ‌داده در مدرسه حرف بزنند و آن‌ها را برای سازگار شدن با شرایط جدید، یاری کنند (۵۰، ۵۲).

۷. راهکار کاهش ناسازگاری و بی‌ثباتی روابط بین فردی

دانش آموزان در هیچ‌یک از این فعالیت‌های ورزشی به‌تنهایی نمی‌توانند عملکرد خود را بهبود بخشند. درواقع، ورزشکاران زندگی خود را در خلأ سپری نمی‌کنند یعنی آن‌ها درگیر رویدادهای اجتماعی و اقدامات (فعالیت‌های) فرهنگی هستند که هم در سطح فردی و هم در سطح اجتماعی و مشارکتی انجام می‌شود. پرورش جسمانی و مهارتی دانش آموزان، نیاز به حمایت از معلمان و متخصصان آموزش‌دیده دارد؛ بنابراین روابط معلم و دانش‌آموز و همچنین مربی و ورزشکار برای تمرین و آموزش و فراهم آوردن فرصت برای ارائه بهترین مهارت‌ها به دانش آموزان و ورزشکاران بسیار مهم است (۲۸). درواقع می‌توان بیان نمود که کلاس‌های تربیت‌بدنی بستر بسیار عالی برای تعاملات، همکاری و روابط بین فردی دانش‌آموزان و معلم تربیت‌بدنی فراهم می‌کند. به همین ترتیب ایجاد روابط معنادار با معلمان و مربیان می‌تواند به افزایش توانایی فنی و عملکرد دانش آموزان کمک کند (۶۰). بر این اساس، به دلیل دور بودن معلمان و دانش آموزان از فضای واقعی کلاس تربیت‌بدنی در شرایط کرونا، معلمان باید به بهبود رابط بین فردی دانش‌آموزان و فعالیت‌های مشارکتی آنان در فضای مجازی آموزش درس تربیت‌بدنی توجه ویژه‌ای داشته باشند.

۸. راهکار حفظ ماهیت تجربی و پویایی کلاس تربیت‌بدنی

استراتژی‌های جایگزین برای حفظ ماهیت تجربی و عملی آموزش تربیت‌بدنی، شامل ارزیابی روان‌شناختی ورزشی دانش آموزان به‌صورت آنلاین و فضاهای مخصوص آنلاین، برای زمانی که دانش‌آموزان در مورد محتوای آموزشی ورزش سؤال و بحثی دارند (۲۳). تمرکز بر تجارب غنی و معنی‌دار در کلاس تربیت‌بدنی و انتقال این تجارب به زندگی در خارج از مدرسه باعث رشد و توسعه مهارت‌های اجتماعی آنان در زندگی واقعی گردد. بر این اساس، حفظ ماهیت اصلی کلاس تربیت‌بدنی در دوران کرونا، باید در اولویت برنامه‌ها قرار گیرد چون در شرایط کنونی کووید- ۱۹، اصالت حقیقی و ماهیت پویای کلاس تربیت‌بدنی بیش‌ازپیش در معرض تحریف، تغییر و فاصله گرفتن از آرمان‌های اساسی ورزش تربیتی در مدارس قرار دارد. در این زمینه برای حفظ ماهیت اصلی کلاس تربیت‌بدنی و دستیابی به اهداف و رسالت برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس، استراتژی‌های زیر در زمینه اجرای مناسب فعالیت‌ها حرکتی و محتوای کلاس تربیت‌بدنی به معلمان پیشنهاد می‌شود:

۱. با والدین در مورد اهمیت کلاس تربیت‌بدنی صحبت کنید. به آن‌ها توضیح دهید که فعالیت بدنی چگونه می‌تواند به بهبود احساس اضطراب و سایر احساسات چالش‌برانگیز دانش آموزان در طول‌افزایش بیماری همه‌گیر کمک کند و چگونه می‌تواند تعاملات در یادگیری را افزایش دهد.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

۲. جوانان و بزرگ‌سالان را به شرکت در فعالیت‌های بدنی تشویق کنید. در خانه، والدین می‌توانند دانش آموزان را به فعالیت‌های بدنی خارج از برنامه‌های درسی تشویق کنند تا آمادگی بدنی و تندرستی آن‌ها بهبود یابد.

۳. انتخاب فعالیت‌هایی که به خرید هیچ‌گونه تجهیزاتی نیاز ندارد. به‌عنوان‌مثال (بطری‌های آب یا قوطی‌های حامل شن به‌عنوان وزنه).

۴. مشاهده الگوهای مشارکت دانشجویی (به‌عنوان‌مثال، چه کسی شرکت می‌کند و چه کسی شرکت نمی‌کند) با توجه به جنسیت، توانایی فیزیکی یا یادگیری و محدودیت‌های محیط خانه. دلایل عدم تعامل آن‌ها را جست‌وجو کنید و معلمان گزینه‌های بیشتری از فعالیت‌هایی که در آن‌همه دانش آموزان می‌توانند شرکت کنند و درگیر فعالیت گردند، به دست آورند.

۵. اجازه دادن به دانش آموزان برای انتخاب و یا هدایت کلاس تربیت‌بدنی، در صورت امکان. به‌عنوان‌مثال دانش آموزان بتوانند در مورد فیلم‌ها یا فعالیت‌های موردعلاقه خودرأی دهند. در مورد دانش آموزان مقاطع پایین‌تر تحصیلی، بعدازاینکه چند جلسه از کلاس سپری شد و دانش آموزان با حرکات آشنا شدند، مسئولیت هدایت فعالیت و بازی‌های ساده‌تر را به آن‌ها بدهید یا هر دانش‌آموز به‌عنوان کمک‌مربی از دانش آموزان دیگر بخواهد تا تمرینات مربوطه را انجام دهند. برای مقاطع بالاتر، دانش آموزان می‌تواند در مورد فعالیت‌های موجود در کلاس تربیت‌بدنی (به‌عنوان‌مثال، منابع ویدئویی، بازی‌هایی که به‌صورت آنلاین پیدا می‌شوند یا فعالیت‌های معرفی‌شده در کلاس‌های تربیت‌بدنی) تحقیق کنند و به‌نوبت آن‌ها را در کلاس برای آموزش دهند (۵۰).

۶. انتخاب فعالیت‌هایی که نیازی به تماس فیزیکی و دسته‌جمعی بین دانش آموزان نداشته باشد و دانش آموزان را از راه دور گرد هم آورد.

۷. بجای استفاده از وسیله‌های ورزشی می‌توان از موسیقی، برای ایجاد انرژی در دانش آموزان استفاده کرد که همچنین می‌تواند نشانه‌ای برای شروع و توقف فعالیت‌ها نیز باشد.

۸. شناسایی فعالیت‌هایی که می‌توانند در کوچک‌ترین مکان فیزیکی برای هر دانش‌آموز انجام شود. باید اطمینان حاصل کنید که فعالیت‌هایی از دانش آموزان خواسته شود که امکان انجام آن را داشته باشند و خطراتی را که (به‌عنوان‌مثال، اشیای قابل شکستن، وسایل تیز یا بزرگ و غیره) هنگام درگیر شدن درحرکت ممکن است برای دانش آموزان ایجاد می‌گردد، در نظر گرفته شود.

۹. شناسایی فعالیت‌هایی که می‌توان با هدفون یا بدون صدای پیش‌بینی‌شده انجام داد. دانش‌آموزانی که مشغول یادگیری مجازی هستند ممکن است در یک فضای مشترک با خانواده یا دانش‌آموزانی در سایر مقاطع یا کلاس-ها (خواهر یا برادر خویش) باشند؛ بنابراین، ممکن است آن‌ها نتوانند از طریق رایانه یا دستگاه صوتی خودصدا را بدون هدفون گوش کنند (۵۰).

۹. راهکارهای فعالیت بدنی پس از بازگشایی مدارس

با توجه به اهمیت فعالیت بدنی برای کودکان و نوجوانان، باید به فعالیت‌های کلاس ورزش و تربیت‌بدنی چه به‌صورت حضوری و چه آنلاین و مجازی توجه ویژه‌ای گردد و اقدامات و استراتژی‌های عملی مناسبی در این زمینه بکار برده شود. اقداماتی که برای کاهش خطر شیوع کووید-۱۹ در صورت بازگشایی مدارس و کلاس‌های

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

تربیت‌بدنی باید در نظر گرفت به شرح زیر می‌باشد؛ برای کاهش شیوع و گسترش کرونا، راه‌کارهای فاصله اجتماعی زیر توصیه می‌گردد:

۱. در صورت امکان، هرروز گروه محدودی از دانش آموزان باید در کلاس‌ها حضور یابند.

۲. لغو یا به تعویق انداختن رویدادهای خاص مانند جشنواره‌ها و اجراهای ویژه.

۳. تجمع دانش آموزان، به‌منظور شرکت در فعالیت‌هایی مانند ورزش و بازی در حیاط مدرسه، باید محدود گردد

۴. نیمکت‌های دانش آموزان در فاصله ایده آل ۶ فوت[1] قرار داشته باشد.

۵. ورود و خروج دانش آموزان باید با رعایت فاصله مناسب و ذکرشده انجام گیرد.

۶. در صورت امکان، از حسگرها و صفحه‌نمایش پزشکی جهت غربال کودکان در بدو ورود استفاده گردد (۲).

۷. تشویق حمایت از دانش آموزان برای استفاده صحیح از پوشش صورت (اعم از ماسک، دستکش) در طول زمانی که در مدرسه حضور دارند و داشتن پوشش‌های اضافی صورت. زمانی که رعایت فضای مناسب بین دانش آموزان (حداقل ۶ فوت بین دانش آموزان) امکان‌پذیر نباشد، پوشیدن روکش پشتیبان صورت (محافظ و شیلدهای[2] بهداشتی) در هنگام کلاس تربیت‌بدنی برای همه افراد مهم است.

۸. تمیز کردن هر وسیله‌ای که دانش آموزان لمس کرده‌اند به‌وسیله آب و صابون و سپس ضدعفونی‌کننده (ضدعفونی‌کننده مورد تائید وزارت بهداشت) پس هر فعالیت بدنی.

۹. شستشوی دست دانش آموزان و معلمان بعد از هر کلاس (۵۰).

افزایش زمان فعالیت دانش آموزان و محدود کردن زمان نشستن آن‌ها که سبب بهبود عملکرد تحصیلی آنان شده و درنهایت باعث بهبود در تمرکز و انجام مسئولیت‌های دانش آموزان و نمرات آزمون آن‌ها می‌شود. همچنین سبب سلامت عاطفی اجتماعی می‌گردد که این خود با افزایش انگیزه و لذت بردن از یادگیری، کاهش استرس، اضطراب و انزوای اجتماعی ناشی از کووید-۱۹ و کاهش مشکلات رفتاری همراه است؛ بنابراین، معلمان برای دستیابی به مزایای فعالیت بدنی به نکات زیر توجه کنند:

۱) فرهنگ فعالیت بدنی را در کلاس فیزیکی یا مجازی ایجاد کنید. به این معنا که ایجاد هنجارهای کلاسی یا توافق‌نامه‌های رفتاری برای انجام فعالیت‌های بدنی که هم معلمان و هم دانش آموزان برای مشارکت در کلاس فیزیکی باهم تنظیم و رعایت می‌کنند (به‌عنوان‌مثال، شرکت در حد توانایی خود، احترام به سطوح مختلف توانایی دیگران، اطمینان از پایبندی شرکت‌کنندگان به‌سلامتی و استانداردهای گفته‌شده).

۲) مشخص نمودن فواصل زمانی منظم برای انجام فعالیت بدنی در کلاس به‌گونه‌ای که به بخشی منظم از کلاس‌ها را در طول روز در برگیرد.

۳) ارائه فرصت‌هایی برای اشتراک فعالیت بدنی و حرکات ورزشی دانش آموزان که سبب می‌گردد که باهم ارتباط صمیمانه‌ای برقرار نموده و در مورد توانایی همدیگر بیشتر بدانند و انگیزه بیشتری برای فعالیت به دست آورند. در

1. Foot
2. Shield

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

این زمان معلمان، باید اطمینان حاصل کنند که رویکردها عادلانه است. همچنین باید از این‌که فعالیت‌های بدنی ارائه‌شده در کلاس شامل همه توانایی‌های حرکتی است اطمینان یابند. به این معنی که فعالیت‌هایی را شناسایی کنند که همه دانش آموزان بتوانند به‌راحتی در آن شرکت کنند؛ زیرا اندازه خانه‌های هریک از دانش آموزان متفاوت است و ممکن است برخی فضای محدودتری داشته باشند. با این ایده‌ها دانش آموزان با خیال راحت در انواع فعالیت‌ها شرکت کرده و خود را با برنامه‌های معلم، تطبیق می‌دهند. همچنین نیاز است که خطوط ارتباطی وجود داشته باشد تا در هنگام سؤال یا نگرانی‌هایی که دانش آموزان یا والدینشان دارند با معلمان ارتباط برقرار نمایند.

۴) معلمان باید نیازها و توانایی‌های فردی تک‌تک دانش آموزان را شناسایی کرده تا با تغییرات در برنامه درسی خود، برای هر دانش‌آموز گزینه‌های حرکتی خاصی برای بهبود یا پیشرفتش ارائه نمایند.

۵) انتخاب فعالیت‌های بدنی متناسب با نژاد، جنسیت و زبان (گویش) فراگیران و دانش آموزان (۵۰).

بحث و نتیجه‌گیری

با شیوع کرونا، تمامی بخش‌های جوامع به‌نوعی به سمت وضعیت تعلیق رفته است و کم‌کم کرونا همه اقشار و همه ابعاد زندگی افراد را تحت‌الشعاع خود قرار داده است. اقدامات مهمی که برای جلوگیری از شیوع کووید- ۱۹ ارائه شده است، سبب ایجاد فاصله اجتماعی و انزوای شخصی برای جوامع گردیده است که سبب تغییر در پویایی اجتماع شده (۶۱، ۶۲). این انزوای به وجود آمده، تأثیر منفی بر بهزیستی روانی و وضعیت عاطفی بزرگسالان و کودکان گذاشته که این عوارض روانشناختی با رفتارهای ناسالم در زندگی و عدم زندگی فعال و سالم همراه بوده است (۶۲، ۶۳). ازاین‌رو، شیوع ویروس کرونا را نمی‌توان صرفاً یک پدیده پزشکی دانست. درواقع، شیوع ویروس کرونا عملاً به یک بحران اجتماعی بدل شده است که نه‌تنها بدن‌ها و نظام بهداشت را درگیر کرده است، بلکه پیامدهای بسیار جدیدی برای فرهنگ، دین، سیاست و اقتصاد ایران و جهان داشته و دارد و باید آن را به‌مثابه یک بحران اجتماعی در معنای تام و درواقع یک **" ابر بحران"** در نظر گرفت (۴، ۱۰، ۱۱، ۳۹، ۴۴، ۵۰). ازاین‌رو ضروری است که در مورد ابعاد اجتماعی و فرهنگی این موقعیت پاندمیک جهانی بیشتر و به‌طور نظام‌مندتری تأمل شود. به‌طورکلی، بحران ویروس کرونا رویدادی اضطراری است که وضعیتی خطرناک و ناپایدار برای جوامع و دولت‌ها ایجاد کرده و باعث به وجود آمدن وضعیتی شده است که برای مقابله با آن، به اقدامات اساسی و جدید نیاز است؛ اما این بحران، حامل آسیب، ضایعه و تهدید است و درعین‌حال فرصتی برای رشد یا افول، زمانی برای آزمایش تاب‌آوری سیستم‌ها، جوامع و دولت‌هاست.

در این دوران، مدارس، به طور خاص، یک دوره تاریخی پیچیده و سختی را تجربه می‌کنند. چرا که تعلیق فعالیت- های منظم یاددهی - یادگیری نیاز به بازاندیشی رویکردهای تدریس و تعریف مجدد روش‌های یاددهی - یادگیری با استفاده از بسترهای اینترنتی دارد. این امر سبب ایجاد محدودیت‌هایی برای دانش آموزان شده (به عنوان مثال، محدودیت‌های شرکت در یک زمینه اساسی اجتماعی – آموزشی؛ مدرسه) که نشان دهنده مسئله مهمی در جهت فرایندهای اجتماعی شدن آن‌ها است و در مسیر رشد هر دانش آموز ضروری است (۶۴). بنابراین یکی از مهم‌ترین

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

بخش‌های جامعه که به‌طور کاملاً محسوسی از همان ابتدا درگیر پیامدهای این بحران همه‌گیر شده است، **نظام آموزشی** و به‌ویژه نظام تعلیم و تربیت و به دنبال آن برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس است. با توجه به اهمیت برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس و متفاوت بودن این برنامه‌ها از سایر برنامه‌های درسی در مدارس باید به آن توجه ویژه‌ای مبذول داشت؛ چراکه برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس به دلیل ماهیت پویای خود بستری مناسب، سرشار از تجربه‌های ناب حرکتی، عاطفی- اجتماعی و شناختی، برای شکل‌دهی به هویت کودکان و نوجوانان دانش‌آموز است همچنین این برنامه‌ها با دارا بودن فعالیت بدنی و حرکتی، سبب پیشگیری از بسیاری از بیماری های مزمن، از جمله چاقی و دیابت نوع ۲، در دانش آموزان شده، که بدین وسیله خطر ابتلا به عفونت های شدید یا مرگ و میر مرتبط با کووید۱۹ نیز کاهش می‌یابد (۶۵). از طرف دیگر، حل این بحران و گذار از آن مستلزم این هدف است که درک درستی از مکانیسم‌ها و ابعاد اجتماعی و فرهنگی بحران کرونا در جامعه و به‌طور ویژه در کلاس تربیت‌بدنی در مدارس ایجاد گردد تا از این طریق بتوان در سیاست‌گذاری‌های لازم برای مدیریت اجتماعی این بحران، همه ذینفعان و ذی‌نفوذان اجتماعی و همچنین همه فرآیندهای مؤثر و تعیین‌کننده را شناسایی نموده و موردتوجه قرار گیرد. براین اساس، با توجه به کمبودها و خلاهای پژوهش های داخلی صورت گرفته در زمینه مدارس و تمرکز آنان بر جنبه‌های صنعت ورزش کشور(۶۶، ۶۷، ۶۸)، پژوهش حاضر با واکاوی برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس، چالش‌های اساسی تربیت‌بدنی و ورزش مدارس در دوران کرونا را تنها در حوزه چالش‌های آموزشی در چندین بخش شامل چالش آموزش آنلاین (دانش‌آموزان، والدین و معلمان)، سازگاری و بی‌ثباتی روابط بین فردی، شکل‌گیری نسل جدیدی از دانش‌آموزان تربیت‌بدنی، تغییر ماهیت اصلی کلاس تربیت‌بدنی، محدودیت‌های کرونا بر دانش‌آموزان با نیازهای ویژه، چالش‌های اقتصادی و درنهایت چالش تعطیل ماندن مدارس دسته‌بندی نمود و سپس در گام بعدی، استراتژی‌ها و راهکارهای مؤثر جهت رفع این چالش‌ها در دوران کرونا به تفکیک به‌طور کامل تبیین و بررسی شدند. بر این اساس، همان‌گونه که مشخص شد چالش‌های آموزش کلاس تربیت‌بدنی نه‌تنها منحصر به دانش‌آموز و معلم تربیت‌بدنی بوده بلکه والدین، خانواده‌های دانش‌آموزان و همچنین مسئولین مدارس را نیز در برگرفته است. این چالش‌ها محدوده وسیعی از مسائل و محدودیت‌های در **سطح فردی و خرد** مانند چالش‌های دانش آموزان، خانواده‌ها، معلمان و روابط بین فردی دانش‌آموزان (۲۱، ۲۶، ۲۴)، ابعاد ساختاری و فنی لازم (۲۹) برای مشارکت در کلاس تربیت‌بدنی تا محدودیت‌های **سطح کلان** مانند تصمیم‌گیری دولت‌ها برای بازگشایی مدارس (۳۵) و تغییرات آموزشی اساس در ماهیت تجربی کلاس تربیت بدنی(۲۲، ۲۳، ۳۰، ۲۸) را دربرمی‌گیرد. این موضوع نشان‌دهنده متنوع و گسترده بودن پیامدها چالش‌های کووید-۱۹ بر برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس است. همچنین باید بیان نمود که استراتژی‌های مذکور، طیف وسیعی از **راهکارهای فردی و سطح خرد** مانند توسعه حرفه‌ای معلمان تربیت بدنی (۵۲) و همچنین نقش خانواده‌ها (۵۱ ، ۵۲) تا **راهکارهای اجتماعی و سیاست‌گذاری‌های سطح کلان جامعه** مانند راهکار فعالیت‌بدنی پس از بازگشایی مدارس (۲، ۵۰) و سایت‌گذاری‌های آموزشی در زمینه حفظ ماهیت تجربی و پویایی کلاس تربیت‌بدنی (۲۳، ۵) را در بر می‌گیرد.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

نکته قابل‌تأمل دیگر این است که مهم‌ترین چالش آموزشی که در بسیاری از پژوهش‌ها به آن اشاره شد **چالش‌های آموزش آنلاین درس تربیت‌بدنی** و درنتیجه ایجاد شکاف بین هویت اصلی تجربی برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس با آرمان‌های حقیقی و اصلی ورزش و تربیت‌بدنی در مدارس در دوران کروناست. درواقع، این موضوع دور از انتظار نیست زیرا ماهیت تربیت‌بدنی در مدارس به دلیل دارا بودن تجارب غنی حرکتی، بستر بسیار متفاوتی را نسبت به سایر دروس مدرسه برای رشد و توسعه مهارت‌های دانش آموزان نه‌تنها در ابعاد شناختی (مانند سایر دروس تحصیلی) بلکه در ابعاد روانی- حرکتی و عاطفی- اجتماعی آنان فراهم می‌کند. درواقع، ویژگی اصلی ورزش و قلب برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس، مفهوم حرکت، است؛ اما در حال حاضر در تدریس آنلاین، پوشیدن لباس‌های ورزشی دیگر مهم نیست و در حتی شرایط کنونی، حرکتی هم لازم نیست و این مفهوم اساسی نیز با توجه به وضعیت فعلی کاملاً محدودشده است (۳۴، ۲۳).

به‌طورکلی، با توجه به نتایج پژوهش فوق و محدودیت‌های آن، نکاتی در زمینه انجام تحقیقات آتی باید مورد توجه قرار گیرد از جمله آنکه، به دلیل اهمیت موضوع آموزش آنلاین درس تربیت بدنی، نکته مورد توجه این است که رویکر اکثرا معلمان تربیت بدنی در بسیاری از کشور ها برا اساس دیدگاه تجربی و آزمون و خطا بوده‌است لذا پیشنهاد می‌شود وضعیت تجربیات کشورهای مختلف در آموزش آنلاین تربیت بدنی، مورد مقایسه و تجزیه و تحلیل قرار گیرد. بر این اساس، نیاز به بازبینی و سیستماتیک کردن رویکردهای کلاس‌های آنلاین آموزش تربیت بدنی وجود دارد که ویژگی‌های فرهنگی و آموزشی هر کشور در پیاده‌ساز تجارب آموزشی معلمان تربیت‌بدنی‌شان را برجسته می‌کند.

با توجه به نتایج پژوهش فوق، پیشنهاد می‌شود محققان در تحقیقات آتی به بررسی مقایسه‌ای میان پتانسیل‌های موجود در کلاس‌های آنلاین تربیت بدنی (با توجه به افزایش مهارت به دست آمده از طریق فعالیت‌های آنلاین معلمان تربیت‌بدنی) با کلاس‌های حضوری تربیت بدنی برای درک میزان استاندارد فعالیت‌ها و مزایای بالقوه هر یک اقدام نمایند. همچنین توصیه می‌شود، مطالعات آینده باید یک چارچوب نظری را به وسیله بررسی روش‌های موجود آموزشی-ارزشی، محتوا، ارزیابی‌ها و غیره برای کلاس‌های آنلاین تربیت بدنی پایه‌گذاری نمایند تا بدین وسیله کلاس‌های آنلاین تربیت بدنی را به صورت فعال‌تر و حقیقی‌تر آموزش دهند. در نهایت پیشنهاد می‌شود مطالعات آینده همچنین باید توانایی و دستورالعمل‌های مختلف آموزش آنلاین را که توسط معلمان تربیت بدنی استفاده شده‌اند، مورد بررسی قرار داده و تعمیم پذیری آن‌ها را به وسیله توسعه ابزارهای جدید فراهم نمایند.

نکته بسیار حائز اهمیت آن است که پژوهش فوق غالباً بر پژوهش‌های صورت گرفته به ویژه در تحقیقات خارجی به دلیل گستردگی مطالب و مباحث آنها در زمینه مدارس در دوران کرونا متمرکز بود؛ لذا توجه به مقتضیات فرهنگی هر جامعه بسیار ضروری است لذا، در شرایط بحران کرونا، بدون توجه به زمینه‌های فرهنگی و اجتماعی کشور، نه‌تنها امکان اثرگذاری مثبت اندک خواهند بود، بلکه هرگونه بی‌توجهی به وجوه اجتماعی مدیریت بحران کرونا، می‌تواند چالش‌ها و مسائل بیشتری را دامن بزند؛ بنابراین برای پیاده‌سازی و سیاست‌گذاری‌های لازم جهت رفع چالش‌ها و محدودیت‌های کرونا در جامعه باید به مقتضیات فرهنگی و اجتماعی کشور ایران بسیار توجه نمود؛

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

چون بسیاری از یافته‌های پژوهش حاضر دامنه وسیعی از برنامه‌ها و تجارب کشورهای مختلف جهان را در برگرفته است. ازاین‌رو، امید است در تحقیقات آینده با دیدگاهی منحصربه‌فرد حاصل از انجام پژوهش‌های این‌چنین آسیب شناسانه و تطبیقی بتوان برنامه‌های لازم را در جهت اصلاح برنامه‌های تربیت‌بدنی در مدارس کشور و رفع کمبودها و کاستی‌ها به‌ویژه در دوران کرونا، طراحی نمود. درواقع، بر این اساس، در پژوهش‌های آتی نیاز به بازبینی و سامانمند کردن رویکردهای کلاس‌های آنلاین آموزش تربیت‌بدنی وجود دارد که تا حد امکان با ساختار و فرایند درس تربیت‌بدنی و به‌ویژه با ماهیت و اهداف آن در مقاطع تحصیلی مختلف متناسب باشد.

References

1. Viner RM, Russell SJ, Croker H, Packer J, Ward J, Stansfield C, Mytton O, Bonell C, Booy R. School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: a rapid systematic review. The Lancet Child & Adolescent Health. 2020 May 1;4(5):397-404.
2. Center for Disease Control and Prevention [CDC]. *Caring for children: Tips to keep children healthy while school's out*. Retrieved from https://www.cdc.gov/corona virus/2019-ncov/prepare/children.html. 2020a.
3. Sajed AN, Amgain K. Corona virus disease (COVID-19) outbreak and the strategy for prevention. Europasian Journal of Medical Sciences. 2020 Mar 29;2(1):1-3.
4. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. UNESCO. "Anticipated Impact of COVID-19 on Public Expenditures on Education and Implication for UNESCO Work." In *UNESCO COVID-19 Education Response: Education Sector Issue Notes*. 7.2 [17]. UNESCO: Paris. 1–6. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373276. 2020a.
5. Van Lancker W, Parolin Z. COVID-19, school closures, and child poverty: a social crisis in the making. The Lancet Public Health. 2020 May 1;5(5): e243-4.
6. Huang RH, Liu DJ, Tlili A, Yang JF, Wang HH. Handbook on facilitating flexible learning during educational disruption: The Chinese experience in maintaining undisrupted learning in COVID-19 Outbreak. Beijing: Smart Learning Institute of Beijing Normal University. 2020 Mar.
7. Zhang W, Wang Y, Yang L, Wang C. Suspending classes without stopping learning: China's education emergency management policy in the COVID-19 outbreak.
8. Crawford J, Butler-Henderson K, Rudolph J, Malkawi B, Glowatz M, Burton R, Magni P, Lam S. COVID-19: 20 countries' higher education intra-period digital pedagogy responses. Journal of Applied Learning & Teaching. 2020;3(1):1-20.
9. Evans AB, Blackwell J, Dolan P, Fahlén J, Hoekman R, Lenneis V, McNarry G, Smith M, Wilcock L. Sport in the face of the COVID-19 pandemic: towards an agenda for research in the sociology of sport.
10. Halabchi F, Ahmadinejad Z, Selk-Ghaffari M. COVID-19 epidemic: exercise or not to exercise; that is the question. Asian J Sports Med. 2020 Mar 1;11(1): e102630.
11. Norouzi Seyed Hossini, R. Understanding Lived Experience of Iranian Professional Athletes from COVID-19 Pandemic (A Phenomenological Approach). *Sport Management Studies*. 2020. 12 (61):217-240. (in Persian)
12. Goldschmidt K. The COVID-19 pandemic: Technology use to support the wellbeing of children. Journal of Pediatric Nursing. 2020 Jul 1.
13. Murphy MP. COVID-19 and emergency eLearning: Consequences of the securitization of higher education for post-pandemic pedagogy. Contemporary Security Policy. 2020 Jul 2;41(3):492-505.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

14. Aliyyah RR, Rachmadtullah R, Samsudin A, Syaodih E, Nurtanto M, Tambunan AR. The perceptions of primary school teachers of online learning during the COVID-19 pandemic period: A case study in Indonesia. Journal of Ethnic and Cultural Studies. 2020 Aug 1;7(2):90-109.
15. Basilaia G, Kvavadze D. Transition to online education in schools during a SARS-CoV-2 coronavirus (COVID-19) pandemic in Georgia. Pedagogical Research. 2020;5(4).
16. Mercier K, Centeio E, Garn A, Erwin H, Marttinen R, Foley J. Physical Education Teachers' Experiences With Remote Instruction During the Initial Phase of the COVID-19 Pandemic. Journal of Teaching in Physical Education. 2021 Mar 18;40(2):337-42.
17. Yu J, Jee Y. Analysis of Online Classes in Physical Education during the COVID-19 Pandemic. Education Sciences. 2021 Jan;11(1):3.
18. Daum DN, Goad T, Killian CM, Schoenfeld A. How Do We Do This? Distance Learning in Physical Education—Part 1. Journal of Physical Education, Recreation & Dance. 2021 May 4;92(4):5-10.
19. Burgess S, Sievertsen HH. Schools, skills, and learning: The impact of COVID-19 on education.
20. Brown N, Te Riele K, Shelley B, Woodroffe J. Learning at home during COVID-19: Effects on vulnerable young Australians. Peter Underwood Centre for Educational Attainment. 2020 Apr.
21. Goad T, Jones E. Training online physical educators: A phenomenological case study. Education Research International. 2017 Jan 1;2017.
22. Quennerstedt M. Physical education and the art of teaching: Transformative learning and teaching in physical education and sports pedagogy. Sport, Education and Society. 2019 May 22.
23. O'Brien W, Adamakis M, O'Brien N, Onofre M, Martins J, Dania A, Makopoulou K, Herold F, Ng K, Costa J. Implications for european physical education teacher education during the COVID-19 pandemic: a cross-institutional SWOT analysis. European Journal of Teacher Education. 2020 Aug 7;43(4):503-22.
24. Bork RJ, Rucks-Ahidiana Z. Role ambiguity in online courses: An analysis of student and instructor expectations.
25. Eisenberger NI. The pain of social disconnection: examining the shared neural underpinnings of physical and social pain. Nature Reviews Neuroscience. 2012 Jun;13(6):421-34.
26. Palgi Y, Shrira A, Ring L, Bodner E, Avidor S, Bergman Y, Cohen-Fridel S, Keisari S, Hoffman Y. The loneliness pandemic: Loneliness and other concomitants of depression, anxiety and their comorbidity during the COVID-19 outbreak. Journal of affective disorders. 2020 Oct 1.
27. Heinrich LM, Gullone E. The clinical significance of loneliness: A literature review. Clinical psychology review. 2006 Oct 1;26(6):695-718.
28. Philippe RA, Schiavio A, Biasutti M. Adaptation and destabilization of interpersonal relationships in sport and music during the Covid-19 lockdown. Heliyon. 2020 Oct 1;6(10): e05212.
29. Williams LM. A case study of virtual physical education teachers' experiences in and perspectives of online teaching. 2013.
30. Hew KF. Promoting engagement in online courses: What strategies can we learn from three highly rated MOOCS. British Journal of Educational Technology. 2016 Mar;47(2):320-41.
31. Öhman M, Quennerstedt A. Questioning the no-touch discourse in physical education from a children's rights perspective. Sport, education and society. 2017 Apr 3;22(3):305-20.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

32. Deleuze G, Guattari F. A thousand plateaus: Capitalism and schizophrenia, trans. Brian Massumi. 1987. (London: Continuum, 2004). 1987;322.
33. Landi D. Queer men, affect, and physical education. Qualitative Research in Sport, Exercise and Health. 2019 Mar 15;11(2):168-87.
34. Varea V, González-Calvo G. Touchless classes and absent bodies: teaching physical education in times of Covid-19. Sport, Education and Society. 2020 Jul 9:1-5.
35. Lee J. Mental health effects of school closures during COVID-19. The Lancet Child & Adolescent Health. 2020 Jun 1;4(6):421.
36. Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, Somekh E. Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. The journal of Pediatrics. 2020 Jun; 221:264.
37. Liu JJ, Bao Y, Huang X, Shi J, Lu L. Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. The Lancet Child & Adolescent Health. 2020 May 1;4(5):347-9.
38. Masonbrink AR, Hurley E. Advocating for children during the COVID-19 school closures. Pediatrics. 2020 Sep 1;146(3).
39. CDC. *Data and statistics on children's mental health | CDC. Centers Dis. Control Prevent*. https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/data.html. 2019.
40. Dalton L, Rapa E, Stein A. Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19. The Lancet Child & Adolescent Health. 2020 May 1;4(5):346-7.
41. Rosenthal DM, Ucci M, Heys M, Hayward A, Lakhanpaul M. Impacts of COVID-19 on vulnerable children in temporary accommodation in the UK. The Lancet Public Health. 2020 May 1;5(5):e241-2.
42. Petito A, Pop TL, Namazova-Baranova L, Mestrovic J, Nigri L, Vural M, Sacco M, Giardino I, Ferrara P, Pettoello-Mantovani M. The burden of depression in adolescents and the importance of early recognition. The Journal of pediatrics. 2020 Mar 1;218:265-7.
43. Solantaus T, Leinonen J, Punamäki RL. Children's mental health in times of economic recession: replication and extension of the family economic stress model in Finland. Developmental psychology. 2004 May;40(3):412.
44. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. UNESCO. *COVID-19 Impact on Education*. https://en.unesco.org/covid19/educationresponse. 2020b.
45. Pragholapati A. COVID-19 impact on students. 2020.
46. Zainudin ZN, Yusop YM. Client's Satisfaction in Face-To-Face Counseling and Cybercounseling Approaches: A Comparison. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences. 2018;8(3):677-84.
47. Dick, W. *A model for the systematic design of instruction. Instructional Design: International Perspectives* I: Volume I: Theory, Research, and Models: Volume Ii: Solving Instructional Design Problems, 361. 2013.
48. Abdo M, Semela T. Teachers of Poor Communities: The Tale of Instructional Media Use in Primary Schools of" Gedeo" Zone, Southern Ethiopia. Australian Journal of Teacher Education. 2010 Nov;35(7):78-92.
49. Cao, Y., Lin, C.-Y., & Wang, B. Question and answer search. U.S. Patent Application 12/403,506, filed September 16, 2010.
50. Center for Disease Control and Prevention [CDC]. *Springboard to Active Schools – Considerations for classroom physical*. https://www.cdc.gov/healthyschools/bam/pe_pa.htm. 2020b.
51. Schofield G, Beek M, Ward E, Biggart L. Professional foster carer and committed parent: role conflict and role enrichment at the interface between work and family in long-term foster care. Child & Family Social Work. 2013 Feb;18(1):46-56.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

52. American Academy of Pediatrics [AAP]. *Information for caregivers: Getting children outside while social distancing for COVID-19*. Retrieved from https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/chest-lungs/Pages/Getting-Children-Outside.aspx. 2020a.
53. Lemay DJ, Doleck T. Online Learning Communities in the COVID-19 Pandemic: Social Learning Network Analysis of Twitter during the Shutdown. International Journal of Learning Analytics and Artificial Intelligence for Education (IJAI). 2020;2(1):85.
54. Sikirit, D. Learning from home during the COVID-19 pandemic. https://www.unicef.org/indonesia/coronavirus/stories/learning-home-during-covid-19-pandemic. 2020.
55. Strunc AR. Are They Listening? Policymakers and Their Role in Public Education. Research in Educational Policy and Management. 2020 Jun 2;2(1):i-ii.
56. Hennessy S, Ruthven K, Brindley SU. Teacher perspectives on integrating ICT into subject teaching: commitment, constraints, caution, and change. Journal of curriculum studies. 2005 Jan 1;37(2):155-92.
57. Whitaker T, Whitaker B, Lumpa D. Motivating & inspiring teachers: The educational leader's guide for building staff morale. Routledge; 2013 Dec 17.
58. Vlachopoulos D. Covid-19: Threat or opportunity for online education? Higher Learning Research Communication, 10 (1), 16-19.
59. Statistics S. American Foundation for Suicide Prevention. 2020. URL: https://afsp. org/suicide-statistics/[accessed 2020-06-24]. 2020.
60. Habe K, Biasutti M, Kajtna T. Flow and satisfaction with life in elite musicians and top athletes. Frontiers in psychology. 2019 Mar 29;10:698.
61. Ordonhes MT, Hercules ED, Cavichiolli FR. Using distance learning as a strategy for maintaining income of Physical Education professionals during the COVID-19 pandemic. Education and Information Technologies. 2021 Apr 29:1-2.
62. Raiola G, Di Domenico F. Physical and sports activity during the COVID-19 pandemic. Journal of Physical Education and Sport. 2021 Feb 1;21:477-82.
63. Ammar A, Trabelsi K, Brach M, Chtourou H, Boukhris O, Masmoudi L, Bouaziz B, Bentlage E, How D, Ahmed M, Mueller P. Effects of home confinement on mental health and lifestyle behaviours during the COVID-19 outbreak: insights from the ECLB-COVID19 multicentre study. Biology of sport. 2021 Mar;38(1):9.
64. Schembri R, Coppola R, Tortella P, Lipoma M. Reflections that know of" new normal": the complex role of physical educators during the COVID-19 pandemic. Journal of Physical Education and Sport. 2021 Feb 1;21:714-8.
65. Mercier K, Centeio E, Garn A, Erwin H, Marttinen R, Foley J. Physical Education Teachers' Experiences With Remote Instruction During the Initial Phase of the COVID-19 Pandemic. Journal of Teaching in Physical Education. 2021 Mar 18;40(2):337-42.
66. Abdollah, M., zareian, H., gholami torkesaluye, S., boveiri shemi, R. impact of social media and the price image presented on them on the intention of customers to buy sportswear during the Corona pandemic. *Sport Management Studies*, 2021; (Forthcoming): -. doi: 10.22089/smrj.2021.9942.3290. (in Persian)
67. Kashani, S., keshtidar, M., Heydari, R., esfahani, M., Tabatabai, F. Identification and analysis the factors affecting the virtual education of the general physical education course of Ferdowsi University of Mashhad during the corona virus. *Research on Educational Sport*, 2021; (Forthcoming): -. doi: 10.22089/res.2021.9312.1940. (in Persian)
68. jaberi, A., Mazloomi Soveini, F. 'Identifying the Opportunities Arising from the COVID-19 Pandemic in Sport context: A Thematic Analysis', *Sport Management Studies*, 2021؛ (Forthcoming): -. doi: 10.22089/smrj.2021.9570.3227. (in Persian)

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]
[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]
[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-03]

[DOR: 20.1001.1.22520716.1401.12.23.11.0]

[DOI: 10.52547/JRSM.12.23.188]