

# Practical Guide to Inclusive, Child-Centred Education in Sports

Prof Dr Heather Cameron

Daniel Meehan

Co-created during workshops in Afghanistan 2015-2016 with Sports Teachers, PE Master Trainers and Sports Professionals

Curriculum development is a key area being addressed by German development cooperation in Afghanistan. On behalf of the German Federal Ministry for Economic Cooperation and Development (BMZ), the Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH runs the 'Basic Education Programme for Afghanistan' (BEPA), which aims to improve the quality of education. In 2017 BEPA developed a training course for primary school teachers at Afghanistan's teacher training colleges. The sector programme 'Sport for Development' contributed to this course by developing the present 'Practical Guide to Inclusive, Child-Centred Education in Sports'.

# رهنمود عملی جامع نگر پیرامون شیوه آموزشی شاگرد محوری برای مضمون تربیت بدنی

پروفسور داکتر هیدر کمرون  
دنیل میهان

این رهنمود با دایر نمودن دوره های مختلف ورکشاپ طی سال 2015 الی 2016 به همکاری معلمین تربیت بدنی، ماستر ترینران تربیت بدنی و اشخاص مسلکی این رشته در افغانستان توسط خانم کمرون و آقای دنیل میهان ترتیب و تنظیم شده است.

Contents

Practical Guide to Inclusive, Child-Centred Education in Sports..... 1

1 Introduction ..... 5

Background..... 5

Why Physical Education is Important..... 7

How can physical education be a vehicle for physical, social and mental development?..... 9

2 Why is inclusion of all children in sports education important?..... 9

What is inclusive education and why it is crucial that all students participate ..... 11

How inclusive teaching can be conducted in the classroom..... 13

The Inclusion of Girls and Young Women in PE Lessons ..... 15

3 What is child-centred learning and how can it be put into practice in the classroom? ..... 17

Why child-centred learning is important ..... 19

4 What are the advantages of increased self-efficacy and resilience amongst primary school children? ..... 21

What are self-efficacy and resilience? ..... 21

The Benefits of Developing Self-Efficacy and Resilience ..... 21

5 Conclusion..... 21

Further resources..... 25

## فهرست مطالب

- رهنمود عملی جامع نگر پیرامون شیوه آموزشی شاگرد محوری برای مضمون تربیت بدنی.....2
1. مقدمه.....6
- پیشینه.....6
- چرا تربیت بدنی مضمون مهم است.....8
- تربیت بدنی چگونه می تواند در رشد و انکشاف ذهنی، اجتماعی و جسمی طفل نقش ابزاری داشته باشد؟.....10
2. چرا سهم گیری تمام شاگردان در تعلیم و آموزش تربیت بدنی مهم است؟.....10
- نقش دادن و سهم گیری شاگردان در پروسه تعلیم و آموزش یعنی چه و دلیل اهمیت اشتراک تمام شاگردان چیست.....12
- تعلیم و آموزش جامع نگر چگونه در صنف قابل اجراست.....14
- سهم دادن و دخیل ساختن دختران و خانم های جوان در دروس تربیت بدنی.....16
3. تعلیم و آموزش شاگردمحور یعنی چه و چگونه این شیوه آموزشی در داخل صنف قابل تطبیق می باشد؟.....18
- چرا شیوه آموزش شاگرد محور مهم است.....20
4. افزایش موثریت، خودکارآمدی و انعطاف پذیری در بین اطفال صنوف ابتدایی چی فواید و مزیت ها دارد؟.....22
- خودکارآمدی، موثریت و انعطاف پذیری به چی معنی است؟.....22
- فواید و مزیت های انکشاف ظرفیت خودکارآمدی و انعطاف پذیری.....22
5. نتیجه گیری.....22
- فهرست منابع و مآخذ بیشتر.....26

## 1 Introduction

This guide sets out to support educators to implement inclusive, child-centred education in a sporting context and provide useful tips for their practical work in class. The focus of this guide is on physical education, although the principles and approaches outlined in this guide can also be adapted for other subjects. The guide highlights the advantages of inclusive, child-centred approaches in sports education.

The guide features answers to the following key questions:

- Why is physical education important and how can sport be a vehicle for physical, social and mental development?
- Why is inclusion of all children in sports education important?
- What is child-centred learning and how can it be put into practice in the classroom?
- What are the advantages of increased self-efficacy and resilience amongst primary school children?

### Background

This guide provides information and tips on how to successfully use physical education in school for student's development on multiple levels. It features the pedagogical approaches of inclusion and child-centred learning which focus on strengthening all children to prepare them for a healthy and successful life. The background of these approaches is based on participation and a strong focus on the needs and requirements of the individual. Children have the possibility to actively co-design classes, choose topics and focus on what is especially important to them.

The guide should be understood as supporting teachers to understand their role in PE lessons differently. Instead of driving the class forward in learning and developing their skills in sports and movement, teachers should focus on providing learners with what they need and breaking down barriers to participation in educational activities. The learner stands in the centre point of this guide, and the teacher should be a facilitator of learning required by the learner to achieve their educational, social and physical potential.

This guide is especially important in areas which do not have a history of inclusion and child-centred education. In many countries an emphasis has been placed on education, and specifically sport education, as a way to identify and develop gifted and talented pupils for success in a specific subject or discipline. This guide represents a paradigm shift from this approach, in which education is understood as a right for all young people, and should be structured and applied in order to offer all young people the support and training they need in order to live healthy, happy and independent lives. This paradigm shift is particularly important for groups of young people who may have been traditionally marginalised within the education system- specifically girls and young women. This guide puts stress on the right and the need for education systems to offer girls and young women the support and training they need in physical education in order to live healthy and happy lives. This support and training in physical education has been proven by medical professionals to be a necessary component in the health of girls and young women.

این رهنمود در راستای همکاری و مساعدت به مربیان و معلمان مربوطه جهت تطبیق شیوه تعلیمی جامع و شاگردمحور در محیط ورزشی و ارایه نظریات و توصیه های مفید بخاطر فعالیت های عملی داخل صنف، طراحی و تهیه شده است. تمرکز این رهنمود بالای مضمون تربیت بدنی می باشد هر چند، اصول و رویکردهای ارایه شده در این سند برای سایر مضامین نیز قابل تطبیق است. در این سند رهنما، نکات برجسته فواید بکارگیری شیوه های جامع آموزشی شاگردمحور بخاطر آموزش مضمون تربیت بدنی، مشخص و ارایه می شود.

در این رهنمود، پاسخ های سوالات کلیدی ذیل ارایه می گردد:

- چرا مضمون تربیت بدنی مهم بوده و ورزش چگونه می تواند بحیث یک ابزار به انکشاف و رشد قوه ذهنی، جسمی و روابط اجتماعی شخص، نقش برجسته داشته باشد؟
- چرا سهم دادن تمام شاگردان در فعالیت های تربیت بدنی مهم دانسته می شود؟
- تعلیم و آموزش شاگردمحور به چی معناست و این شیوه آموزشی چگونه در داخل صنف قابل تطبیق می باشد؟
- خودکار آمدی، مؤثریت و انعطاف پذیری در بین اطفال صنوف ابتدایی چی نوع تأثیرات مثبت و فواید دارد؟

## پیشینه

این رهنمود، پیرامون چگونگی بکارگیری موفقانه تربیت بدنی در مکتب جهت رشد و انکشاف شاگردان به سطوح و درجات مختلف، معلومات و توصیه های لازم را ارایه می کند. همچنان، رویکردهای تعلیم و تربیه جامع و شاگردمحور در امر آموزش را برجسته می سازد در حالیکه تمرکز این رویکردها بالای تقویت تمام شاگردان جهت آماده ساختن آنها بخاطر صحتمندی و کامیابی در زندگی است. چشم انداز تمام این رویکردها بر اساس اشتراک و سهم گیری و تمرکز جدی بالای ضروریات و احتیاجات شخص می باشد. اطفال این توانایی را دارند که نقش فعالانه و مشترک در برنامه ریزی فعالیت های صنف داشته باشند؛ عناوین انتخاب نموده و بالای آنچه برایشان مهم است تمرکز نمایند.

هدف این رهنمود کمک به معلمان است تا نقش متفاوت و برجسته خود را در مضامین تربیت بدنی خوبتر درک کنند. معلمان باید این نکته را درک کرده بتوانند که عوض هدایت دهی صرف به شاگردان صنف جهت یادگیری و انکشاف مهارت های ورزشی و حرکی، آنها باید روی این موضوع تمرکز کنند که ضرورت ها و احتیاجات یادگیری شاگرد چی بوده و موانع پیش روی شاگردان را از طریق سهم گیری و اشتراک شان در فعالیت های آموزشی برطرف بسازند. تمام موضوعات در این رهنمود پیرامون شاگرد می چرخد؛ به عبارت دیگر، شاگرد در این رهنمود محور موضوعات تلقی می شود و معلم باید نقش تسهیل کننده را در برابر ضروریات و احتیاجات آموزشی طفل ایفا نماید تا شاگرد بتواند از توانایی های جسمی، اجتماعی و تعلیمی خود به خوبترین شکل استفاده کند.

بخصوص اهمیت این رهنمود پیرامون موضوعاتی است که در گذشته درباره شیوه تعلیمی جامع شاگردمحور کار صورت نگرفته است. در بسیاری کشورها، تأکید بالای موضوع تعلیم و آموزش بخصوص مضمون تربیت بدنی است تا از این طریق شاگردان با استعداد و لایق کشف و شناسایی گردیده و توانایی آنها در یک مضمون یا رشته خاص انکشاف داده شود تا در همان راه کامیابی و موفقیت حاصل نمایند. در این رهنمود یک نمونه بسیار عالی رویکرد متذکره ارایه می شود که تعلیم را بعنوان یک حق برای تمام اطفال معرفی می نماید و تأکید می کند که تعلیم باید قسمی تنظیم و بکار گرفته شود که تمام ضروریات و احتیاجات آموزشی/تعلیمی شاگردان را برطرف بسازد و آنها را به سوی یک زندگی شاد، صحتمند و مستقل سوق دهد. اهمیت ویژه این نمونه بسیار عالی تغییر رویکرد تعلیمی بالای گروه های نسل جوان جامعه می باشد که بخاطر عقاید سنتی و قدیمی به حاشیه رانده شده از تحصیل به دور مانده اند یعنی طبقه اناث - دختران و خانم های جوان جامعه؛ بهمین خاطر، این رهنمود پیرامون حقوق آموزشی و ضروریات سیستم های تعلیمی تأکید داشته و دختران و خانم های جوان را کمک نموده ترنینگ های ضروری آنها در مضمون تربیت بدنی را ارایه می کند تا زندگی شاد و صحتمند برای این طبقه جامعه نیز حاصل آید. کمک ها و ترنینگ های ارایه شده برای مضمون تربیت بدنی توسط متخصصین طب تأیید گردیده و بحیث عناصر ضروری برای صحت دختران و خانم های جوان شناخته می شود.

## Why Physical Education is Important

Sport and physical education allow children to develop into healthy, active adults. Not only do children develop their motor skills, their cognitive skills, and their affective skills through sport and physical education, they also improve their coordination, overall balance, and vitality. In addition to that, there are certain unique ways, in which children in grades 1 to 3 profit from the sport and physical education, such as developing their gross and fine motor skills through basic movements like throwing and catching, kicking and capturing a ball with their feet and hitting a ball with a stick. All of these basic movement skills will help in the later development of sport specific skills. Beyond physical skills, play and games help children to learn to be tolerant, courageous, motivated and work as a team to achieve a goal.

“Sports can help on balance, physically and mentally the human body. It can also help with concentration and depression and stress.”<sup>1</sup>

*Mohammad Reza Hamraz, Master Trainer of Physical Education Directorate*

Sport and physical education is a key component of a rounded education for primary-aged children. Not only does it support key psycho-motoric development, it engages young people in a wide range of skills and competencies which overlap with other subjects, such as teamwork, physical learning, healthy living, independence and conflict resolution. There is a body of evidence that proves that attendance in well thought out PE lessons improves achievement in maths, science and language learning. It is scientifically reported that physical activity improves brain-function and playing develops problem-solving skills. Therefore, PE has a clear positive effect on behaviour in other lessons, improving concentration, ability to focus and follow rules as well as resilience.

The benefits outlined above can only be achieved with well-planned, pedagogically worthwhile, structured and competent PE lessons. For this trained and qualified teachers are vital; Physical Education is as complex and important a subject as maths and science. It requires amongst many other things:

- careful planning
- the ability to adapt lessons to all ages and abilities
- an understanding of the physical and social development of children
- knowledge of approaches to personality development and key skills that are developed through sports and play
- a sharp understanding of the latest methodologies used to help motivate and train young people
- high-level physical and educational competencies

Sports lessons are widely known to have a relaxing effect on children and allow them to feel happy and energised for their school day. Physical activity and games support shy children to develop their personality, build character and courage. Sport has the potential of contributing to a peaceful society where all children are included. In order to have a healthy, vigorous society, children should learn sport skills from trained and qualified PE teachers from early grades.

---

<sup>1</sup> Cameron and Meehan 2015

## چرا مضمون تربیت بدنی مهم است

ورزش و تربیت بدنی به اطفال کمک میکند تا جوانان فعال و صحتمند آینده جامعه شوند. از طریق ورزش و تربیت بدنی، اطفال نه تنها مهارت های حرکتی، شناخت نگر و عاطفی خود را انکشاف و تقویت داده بلکه هماهنگی و تعادل جسم و شور و نشاط خود را افزایش می دهند. علاوه بر اینها، روش های خاص و بی مانند نیز وجود دارد که اطفال صنوف 1 الی 3 در مضمون تربیت بدنی و ورزش از آنها بهره مند شده می توانند فرض مثال رشد و انکشاف مهارت های حرکتی آسان و سخت از طریق حرکت های اصلی از قبیل پرتاب کردن و قپ کردن، ضربه زدن و کنترل توپ با پا و ضربه زدن به توپ با ستیک. تمام این مهارت های حرکتی اصلی در رشد و انکشاف بیشتر مهارت های سپورتی ویژه اطفال در آینده تأثیرگذار و مفید می باشد. علاوه بر مهارت های جسمی، بازی ها و گیم ها به اطفال کمک می کند تا صبر و حوصله مندی، شجاعت، انگیزه و روحیه قوی، و کار تیمی بخاطر رسیدن به هدف مشترک را یاد بگیرند.

"ورزش، تعادل جسمی و روحی بدن انسان را تقویت مینماید. همچنان قوه تمرکز، اضطراب و افسردگی شخص را بهبود می بخشد."<sup>1</sup>

محمدرضا همراز، ماستر ترینر ریاست تربیت بدنی

تربیت بدنی و ورزش بعنوان بخش اصلی تعلیم و آموزش کمال یافته برای اطفال صنوف ابتدایه شناخته می شود. این مضمون نه فقط به انکشاف اصلی حرکتی-روحي روانی طفل کمک می کند بلکه شاگردان را در دامنه وسیع مهارت ها و قابلیت های دخیل می سازد که با سایر موضوعات نیز ارتباط می گیرد مثلاً کار تیمی، آموزش جسمی، زندگی صحتمندانه، حس استقلال و قوه حل مسایل و مشکلات. یک مجموعه از شواهد ثابت می کند که اشتراک و سهم گیری در مضامین تربیت بدنی مدبرانه و سنجیده باعث بهبود دستاوردها در یادگیری مضامین ریاضی، ساینس و زبان می شود. بر اساس گزارش ها و تحقیقات علمی، فعالیت های جسمی باعث بهبود عملکرد دماغ (مغز/قوه تفکر) می شود و بازی کردن نیز به رشد و انکشاف اطفال در برابر توانمندی آنها برای حل مسایل و مشکلات کمک می کند. بنابراین، مضمون تربیت بدنی به وضوح تأثیر مثبت بالایی رفتارهای آموزشی و تعلیم و تربیه اطفال داشته، قوه تمرکز آنها را افزایش داده و توانایی دقت و پیروی از اصول و قواعد همچنین انعطاف پذیری شاگردان را بهبود می بخشد.

فواید ذکر شده در پاراگراف قبلی، صرف از طریق ترتیب پلان دقیق و درست قابل دسترسی است که از نگاه تعلیم و تربیه دارای ارزش بوده و مضامین تربیت بدنی قابل قبول و پلان شده داشته باشد. بهمین خاطر، به معلمین واجد شرایط و تعلیم دیده اشد ضرورت می باشد؛ مضمون تربیت بدنی به سویه مضامین ریاضی و ساینس از اهمیت ویژه برخوردار بوده و به همان اندازه دشوار است؛ موضوعات ذیل برای تعلیم مضمون تربیت بدنی ضرورت می باشد:

- پلان گذاری دقیق و مدون
- درس باید به سویه تمام سنین و قابلیت ها و توانمندی های شاگرد باشد
- درک و شناخت درست از انکشاف اجتماعی و جسمی اطفال وجود داشته باشد
- شناخت و دانش دقیق از شیوه های انکشاف شخصیت و مهارت های اصلی که از طریق ورزش و بازی کردن حاصل می شود
- دانش درست درباره تازه ترین میتودهای بکار گرفته شده بخاطر انگیزه دادن و تعلیم شاگردان وجود داشته باشد
- قابلیت ها و توانمندی های تعلیمی و آموزشی و جسمی به درجه عالی وجود داشته باشد

همه ما می دانیم دروس ورزشی باعث آرامش روح و روان اطفال گردیده و شور و نشاط و انرژی جهت فعالیت های آموزشی مکتب را برای آنها به بار می آورد. فعالیت های جسمی و بازی ها به شاگردان خجالتی کمک می کند تا شخصیت خود را مستحکم بسازند قسماً شخصیت شجاع و قوی در خود شکل دهند. ورزش امکان تشریک مساعی در اجتماع صلح طلب را فراهم می سازد که تمام اطفال در آن سهیم می باشند. به منظور بهره مند شدن از یک جامعه پرنشاط و صحتمند، اطفال باید مهارت های ورزشی را از معلمین لایق و شایسته و تعلیم دیده در این مضمون از همان صنوف ابتدایی یاد بگیرند.



## How can physical education be a vehicle for physical, social and mental development?

Although this guide can be used to adapt inclusive and child-centred approaches in a wide range of educational activities, its focus is on sport for development and the application of Physical Education in order to leverage a wide range of positive outcomes for individuals, communities and society.

Though a well-implemented physical education might be an initial aim in the curriculum, scientific research results show that PE can go far beyond the learning of specific sports-related skills. Sport and physical education is a key component of a well-rounded education for primary-aged children. Not only does it support key psycho-motoric development, it engages young people in a wide range of skills and competencies that overlap with other subjects. These can be elements such as teamwork, physical learning, healthy living, independence and conflict resolution. It has been scientifically proven that physical activity improves brain-function and playing develops problem-solving skills. Scientists refer to these as higher order thinking skills. It is argued that a teaching transition with Physical Education should be made towards motivation, competence, physical confidence, knowledge and understanding to maintain physical activity throughout life.

This guide, and the Qualifications and Curriculum Development Agency of the UK (QCDA), defines the most relevant functions of physical education in school as contributing to the students becoming successful learners, confident individuals who are able to live safe, healthy and fulfilled lives. Physical activity and games support children to develop their personality, build character and courage. Sport has the potential of contributing to a peaceful society where all children are included. In order to have a healthy and harmonious society, children should learn physical skills from trained and qualified PE teachers from early grades. However, in reality in many cases physical education in school is seen as a preparation of the classes' best students to become professional athletes rather than enhancing students' social and personal development. Furthermore, this often excludes students that are less talented in sports from major parts of the education. This leads us to the important issue of inclusion, elaborating on why it is important to include all students into the teaching and learning process, how to implement it in practice and how it can have even a vast impact on the positive transformation of a society.

## 2. Why is inclusion of all children in sports education important?

This chapter will outline what inclusion in an educational and more specifically within a physical education context means, as well as why inclusion is imperative for the engagement of all young people and the development of skills and competencies that lead to successful and healthy lives.

## تربیت بدنی چگونه می تواند در رشد و انکشاف ذهنی، اجتماعی و جسمی طفل نقش ابرازی داشته باشد؟

هرچند این رهنمود برای تمام شیوه های آموزشی جامع شاگردمحور به گستره وسیع فعالیت های آموزشی قابل تطبیق می باشد، تمرکز اصلی بالای رشد و انکشاف ورزشی و بکارگیری آن در فعالیت های تربیت بدنی است تا به کمک آن، دامنه وسیع نتایج و دستاوردهای مثبت برای اطفال، جوامع و اجتماعات حاصل آید.

هرچند تطبیق خوب و درست مضمون تربیت بدنی ممکن است از جمله اهداف ابتدایی نصاب تعلیمی شناخته شود اما براساس نتایج تحقیقات علمی، مضمون تربیت بدنی می تواند بسیار فراتر از صرف یادگیری چند مهارت ورزشی خاص باشد. ورزش و تربیت بدنی از جمله بخش های اصلی تعلیم و تربیه همه جانبه برای اطفال صنوف ابتداییه می باشد که نه تنها به انکشاف حرکی-روانی کمک می کند بلکه مهارت ها و قابلیت هایی اطفال که با سایر مضامین ارتباط می گیرد را تقویت می نماید فرض مثال کار تیمی، آموزش و تعلیم جسمی، زندگی صحتمندانه، استقلال و عدم وابستگی، و قوه حل مسایل و مشکلات. از دیدگاه علمی ثابت شده است که فعالیت های جسمی عملکرد دماغ (مغز/قوه تفکر) را بهبود بخشیده و بازی کردن نیز به تقویه حل مسایل و مشکلات اطفال کمک می کند. دانشمندان این نوع مهارت ها را مهارت های تفکر رتبه عالی می نامند. براساس مباحثات صورت گرفته، تغییر در شیوه تعلیمی مضمون تربیت بدنی باید حول این موضوعات باشد: انگیزه، لیاقت و شایستگی، قوت جسمی، درک و باور به این موضوع که فعالیت جسمی می تواند در تمام دوران زندگی شخص، تأثیرگذار واقع شود.

رهنمود هذا و اداره انکشاف نصاب تعلیمی و فارغ التحصیلی بریتانیا (QCDA-UK)، فعالیت های که بیشترین ارتباط با مضمون تربیت بدنی در مکاتب دارند را ارایه می نماید و به یادگیری و کامیابی شاگردان در این راه مساعدت نموده تا آنها در آینده شخصیت های با اعتماد به نفس بوده و توانایی داشتن زندگی مصون، صحتمندانه، پربار و رضایت بخش را داشته باشند. فعالیت های جسمی و بازی ها (گیم ها) به رشد و انکشاف شخصیت اطفال کمک می کند و آنها را شجاع و قوی می سازد. ورزش امکان تشریک مساعی و سهم گیری در اجتماع صلح طلب که تمام اطفال در آن دخیل می باشند را فراهم می سازد. برای داشتن یک جامعه هماهنگ و صحتمند، اطفال باید مهارت های جسمی لازم را از معلمین باتجربه و تعلیم دیده از همان صنوف ابتدایی یاد بگیرند. هرچند، در واقع در بسیاری حالات دیدگاه مکاتب بالای شاگردان لایق ترمعطوف بوده تا آنها را برای قهرمان ساختن در عرصه ورزش آماده بسازند عوض اینکه بالای رشد و انکشاف اجتماعی و شخصیتی شاگردان توجه بیشتر داشته باشند. علاوه بر اینها، این نوع نگرش باعث می شود که شاگردان کم استعدادتر در این عرصه نادیده گرفته شده و از بخش های اساسی تعلیم و تربیه محروم بمانند. در اینجاست که می آموزیم، سهم گیری و نقش دادن به تمام شاگردان در شیوه تعلیمی و آموزشی تا چی اندازه مهم بوده و این موضوع با تفصیل بیشتر برای ما ارایه می شود که چرا سهم گرفتن و اشتراک تمام شاگردان در پروسه یادگیری و آموزش پراهمیت می باشد و چگونه باید عملاً این شیوه را اجرایی بسازیم به اندازه ای که این نوع نگرش، تأثیرات گسترده مثبت در بین جامعه را در پی خواهد داشت.

## 2 چرا سهم گیری تمام شاگردان در تعلیم و آموزش تربیت بدنی مهم است؟

این فصل، آنچه به معنی سهم گیری و دخیل ساختن تمام شاگردان در پروسه تعلیمی و آموزشی بخصوص در مضمون تربیت بدنی معنا می دهد را بطور مختصر تشریح می کند؛ همچنین دلیل لازم الاجرا بودن این نوع نگرش در راستای

دخیل ساختن تمام شاگردان و انکشاف مهارت ها و قابلیت های آنها که منجر به زندگی صحتمندانه و موفق برایشان می شود را بیان می کند.

## What is inclusive education and why it is crucial that all students participate

Inclusive education means removing barriers to learning for all learners. It moves away from a focus on those most able or favoured groups towards meeting the expectation and needs of all people in a class, including girls and women, ethnic and national minorities, disabled learners, people with learning disabilities and learners of all socio-economic backgrounds. Inclusive education builds educational activities around the needs of learners, developing a teaching and learning environment based on the concepts of individual abilities and requirements.

“The teachers should not discriminate nor act against one or another group. The teacher teaches students that sports is a messenger of peace and everybody should be treated equally- all human beings are equal and we should not be against each other or against different ethnicities.”<sup>2</sup>

*Sultan Mohammadi Nazeri, Master Trainer of the Physical Education Directorate*

Inclusive approaches in education are crucial because only by including all learners can education:<sup>3</sup>

- Can teachers ensure high motivation for learning from all learners, thereby ensuring positive and very positive learning outcomes.
- Can teachers ensure that all learners fulfill their potential, instead of focusing on achieving only the potential of the most able learners.

### Practical Tips

In order to challenge and maintain the interest of different ability-levels at the same time develop flexible approaches to activities that can be easily adapted to classes and individuals. Use these principles, adapted from the Ball School<sup>1</sup> to structure games inclusive of all levels and abilities in PE lessons:

1. **Divide the play area in zones in which only specific children can play.** This way space is not dominated by those children who are already very good at the game or sport, and shares importance in the game out amongst all players regardless of ability.
2. **Introduce alternative forms of catching and stopping the ball.** This means that players must develop and adapt to new motoric skills, and cannot rely on physical or skill advantages that they have already developed.
3. **Give players different technical roles, and switch these roles around.** This ensures that gameplay and action, along with possession of the ball or other object is shared out more equally amongst players. If one player must defend and another attack, all players get the chance to develop these skills, not just those who are already very good.

<sup>2</sup> Cameron and Meehan 2015

<sup>3</sup> Ballschule in der Primarstufe: 26 komplette Unterrichtseinheiten für die Klassen 1 bis 4 (Sportstunde Grundschule)

## نقش دادن و سهم گیری شاگردان در پروسه تعلیم و آموزش یعنی چه و دلیل اهمیت اشتراک تمام شاگردان چیست

تعلیم و آموزش جامع نگر به معنی برطرف ساختن موانع پیش روی یادگیری و آموزش برای تمام شاگردان است. در این نوع رویکرد آموزشی، بجای تمرکز بالای صرف شاگردان لایق تر و توانمندی های آنها، توجه و تمرکز بخاطر برطرف ساختن ضروریات و نیازهای تک تک شاگردان داخل صنف صورت می گیرد؛ همچنان تمرکز بالای ضروریات آموزشی دختران و خانم ها، اقلیت های قومی و ملی، شاگردان کم توان و معلول، شاگردانی که مشکلات یادگیری دارند و تمام اطفالی که پیشینه اقتصادی-اجتماعی مختلف دارند. شیوه تعلیمی جامع نگر، فعالیت های آموزشی را براساس ضروریات شاگردان ارایه می کند و محیط تعلیم و تربیه و یادگیری را بر مبنای مفاهیم توانایی ها و احتیاجات شخص پایه ریزی نموده انکشاف می دهد.

### توصیه های عملی

بخاطر چالش دادن و حفاظت از علایق سطوح مختلف توانایی ها به شکل همزمان، روش های انعطاف پذیر برای فعالیت های خود بکار بگیرید که هر شاگرد صنف به آسانی اجرا کرده بتواند. از اصول ذیل کار گرفته می توانید چراکه در مکتب بال<sup>1</sup> جهت تنظیم بازی های جامع نگر برای تمام سطوح و توانایی ها در مضامین تربیت بدنی تطبیق گردیده است:

1. **محوطه بازی را به چند زون نظر به توانایی و مهارت اطفال تقسیم کنید.** بدین شکل، فضای بازی صرف توسط شاگردان بامهارت اشغال نمی شود و صرف نظر از توانمندی اطفال، تمام آنها می توانند در فعالیت ورزشی اشتراک داشته باشند.

2. **شکل های مختلف بخاطر قپ کردن و گرفتن توپ را به شاگردان نشان دهید.** به این معنی که شاگردان باید خود را با مهارت ها و تکنیک های حرکتی جدید عیار بسازند و نباید صرف بالای آموخته های گذشته خود تکیه کنند؛ به عبارت دیگر، همواره بالای مهارت های گذشته خود وابسته نباشند.

3. **نقش های تخیلی مختلف را به شاگردان محول نموده و سر نوبت این نقش ها را بین آنها تقسیم کنید.** این روش باعث می شود که بازی و فعالیت ها به خوبترین نحو صورت گرفته و مالکیت توپ یا هر شی دیگر به درستی و به گونه مساوی بین شاگردان تقسیم شود. اگر یک شاگرد مسولیت دفاع و شاگرد دیگر مسولیت حمله را به عهده دارد با سیستم نوبتی، تمام شاگردان می توانند نقش ها و مسولیت های مختلف را تجربه کرده یادگیرند و بدین شکل فقط شاگردان لایق در یک مهارت خاص از بازی بهره نمی برند بلکه تمام شاگردان لذت می برند.

"معلمین باید در برابر شاگردان هیچ نوع تبعیض نداشته و با آنها ضد نباشند. معلمی که برای شاگردان حرکات ورزشی را تعلیم می دهد بعنوان پیام آور صلح و دوستی بوده باید با تمام شاگردان به شکل برابر رفتار کند - تمام انسان ها برابرند بنابراین هیچ نوع ضدیت و تبعیض علیه سایر قومیت ها پسندیده نمی باشد."<sup>2</sup>

سلطان محمد ناظری، ماستر تریئر ریاست تربیت بدنی

رویکردها و نگرش های جامع نگر در عرصه تعلیم و آموزش از اهمیت فوق العاده برخوردارند، چراکه فقط با شامل ساختن تمام شاگردان، تعلیم و تربیه می تواند:<sup>3</sup>

- در مواقعی که معلمین، از ایجاد انگیزه عالی در جریان تعلیم شاگردان اطمینان ندارند، این رویکرد به دستیابی نتایج آموزشی فوق العاده مثبت بسیار کمک می کند
- در مواقعی معلمین می توانند تمام استعدادها و ظرفیت های شاگردان را بکار بگیرند عوض اینکه صرف بالای ظرفیت ها و توانایی های شاگردان بامهارت و تجربه متمرکز باشند.

<sup>2</sup> کمرون و میهان 2015

<sup>1</sup> Ballschule in der Primarstufe: 26 komplette Unterrichtseinheiten für die Klassen 1 bis 4 (Sportstunde Grundschule)

#### **Practical Tips** (continued)

4. **More than one objective or goal per team.** This encourages strategic approaches to goals, and puts value on teamwork. It also puts value on different skills within a game, so that different players may be seen to have different skills but to be equally valuable to the team.

5. **Place the objectives or goals in the middle of the play area.** If the goal is in the middle of the play area, play becomes more fluid and takes up more space, play becomes faster and passing occurs more often, and as a result more players will become involved in play.

6. **Objectives or goals should be low down, flexible and small, and without a goalkeeper, nets should be high up.** This way quality of shots will increase, and frequency will decrease. With decreased frequency, more focus is on the teamwork that leads to good shots.

7. **Make very clear areas around the goal that are out of bounds.** This way players avoid collecting in front of the goal, and play will be more intensive and involve more players directly.

8. **Require indirect shots.** Demanding a different skill from players means challenging those already good to work differently, and creating the possibility that others can play on a more level, or at least different, playing field.

9. **Replace physically demanding defensive moves with symbolic ones.** Instead of tackling, blocking or grabbing, introduce touching with a ball or a hand in order to reduce the level of aggression in the game and to include those who are physically intimidated by physically demanding defensive moves.

10. **Reduce the possibility to move independently with the ball.** This reduces the importance of individual players, encouraging players to pass and develop strategic approaches to moving the ball. It puts emphasis on teamwork instead of individual brilliance, and encourages those with reduced physical abilities to engage with the game.

- Can society ensure an even distribution of resources. Education is a resource that learners can draw on in the future, to make decisions, to study further, to obtain quality and sustainable employment, to ensure their independence and to enable them to contribute their full potential to society. Only through an inclusive approach to education can society achieve both equality and maximisation of its potential.

- Can society address the needs of all citizens and provide the education required to achieve a just, healthy and thriving country.

#### How inclusive teaching can be conducted in the classroom

The following are practical criteria necessary for inclusive education:<sup>4</sup>

- **An active approach to personal and social development as well as to learning**  
The increase in ability of knowledge in a particular subject or the development of physical skills should not be the only measure of the development of learners. Their social and personal development, their ability to manage themselves and others, their ability to make

good decisions and relate to others developing positive relationships with adults and children should also be understood as goals for both physical education and school-based education in general.

- **A climate of acceptance of all learners**

Making clear that all learners are equal regardless of their social, economic, national or ethnic background, their gender, their nationality or their physical ability will lead to a better understanding of the specific needs of the learner and will create an atmosphere of acceptance leading to more positive learning outcomes.

- **Well-defined and consistently applied approaches to managing difficult behaviour**

Discipline and a framework of rules by the teacher is necessary and equips children with the security of knowing what behaviour is expected of them, what the boundaries of behaviour are and what they may and may not do. Setting clear and comprehensive rules and

---

<sup>4</sup> Teaching Primary Physical Education, pg. 40

communicating them clearly is very important. Exclusion from class or from the group should be avoided and should be understood as a last resort.

#### ادامه توصیه های عملی

4. برای هر تیم بیشتر از یک هدف تعیین و مشخص گردد. این نوع رویکرد باعث می شود روش های استراتژیک به سوی اهداف بیشتر بکار گرفته شود و ارزش کار تیمی افزایش یابد. همچنین، به سایر مهارت های مختلف در بازی نیز ارزش و اعتبار داده می شود و بدین شکل، توانمندی ها و ظرفیت های متنوع شاگردان مختلف دیده می شود که از نگاه تیمی تمام آنها برابرند.
5. اهداف و نشانه ها را در وسط محوطه بازی قرار دهید. اگر هدف در وسط میدان بازی باشد، بازی شناورتر و جریان خوبیتر گرفته و شاگرد هم از فضای بیشتر آزادتر بهره می برد؛ سرعت بازی و تعداد پاس ها عمدتاً افزایش یافته و نتیجه آن دخیل شدن تعداد بیشتر شاگردان در جریان بازی است.
6. اهداف یا نشانه ها باید در ارتفاع پایین نصب گردد؛ قابل تغییر و کوچک باشد و بدون گول کبیر جال ها باید در ارتفاع بالاتر نصب شود. بدین شکل، کیفیت شوت ها خوبیتر شده و تعداد آن نیز افزایش می یابد. با تعداد کمتر شوت ها، تمرکز بیشتر بالای کار تیمی بوده که منجر به شوت های خوبیتر می شود.
7. محوطه و دور و بر اهداف را خالی کنید قسمیکه شی در نزدیکی اهداف و نشانه های مسافه دور وجود نداشته باشد. بدین شکل، شاگردان از جمع شدن در مقابل هدف اجتناب نموده و بازی با فشاردگی و شدت بیشتر ادامه می یابد و تعداد بیشتر شاگردان مستقیماً شامل بازی می شود.
8. شوت های غیرمستقیم ضرورت می باشد. مهارت های مختلف شاگردان لازم است به این معنی که آن دسته از شاگردان که بازی متفاوت دارند با چالش روبرو شوند و بدین شکل تعداد بیشتر شاگردان به همان پیمانه بازی کرده بتوانند یا حداقل تنوع در بازی بین شاگردان متعادل و متوازن گردد.
9. بدیل ساختن حرکات جسمی تدافعی مورد نیاز با حرکات نمادین. عوض تکل کردن، بلاک کردن یا گرفتن، سایر مهارت ها فرض مثال لمس کردن توپ یا دست را تعلیم دهنی تا تهاجم و خشونت کمتر در بازی صورت بگیرد و آن عده از شاگردان که از برخورد های فزیک و حرکات تدافعی ترس و ارباب دارند را بیشتر در این نوع فعالیت ها و بازی دخیل بسازید.
10. فرصت های حرکات خودسرانه با توپ را به کمترین حد کاهش دهید. این کار باعث کاهش خودنمایی صرف تعداد خاص شاگردان گردیده و انتقال توپ در بین آنها منظم و بیشتر صورت می گیرد و رویکردهای استراتژیک بخاطر پاس دادن توپ در بین شاگردان به خوبیترین شکل انجام می شود. همچنین، کار تیمی بیشتر جلوه می نماید و خودنمایی فردی کاسته می شود و آن عده از شاگردان که توانایی جسمی ضعیف تر دارند فرصت بازی و ایفای نقش پیدا می کنند.

- جامعه می تواند توزیع برابر منابع را تضمین نماید. تعلیم و تربیه یک منبعی است که شاگردان در آینده از آن بهره می گیرند مثلاً در گرفتن تصامیم، تحصیلات بیشتر، شغل دوامدار و مناسب، استقلال و توانایی مشارکت و بکارگیری از تمام استعدادها و ظرفیت های خود برای جامعه. فقط از طریق رویکرد جامعه نگر بالای تعلیم و تربیه است که جامعه می تواند به کیفیت و درجه عالی ظرفیت ها و استعدادهای خود دست یابد.
- جامعه میتواند به ضروریات تمام شهروندان رسیدگی نماید و تعلیم و تربیه مورد نیاز برای داشتن یک کشور منصف و عادل، صحتمند و موفق را فراهم سازد.

#### تعلیم و آموزش جامع نگر چگونه در صنف قابل اجراست

موارد ذیل از جمله معیارها و ضوابط عملی لازم بخاطر تعلیم و تربیه جامعه نگر می باشد:<sup>4</sup>

- رویکرد فعال به انکشاف اجتماعی و شخصیتی و همچنین تعلیمی-آموزشی

افزایش توانمندی دانش در مضمون خاص یا انکشاف مهارت های جسمی باید یگانه ملاک سنجش انکشاف شاگرد نباشد. انکشاف شخصیتی و اجتماعی آنها، توانایی مدیریت خودشان و سایرین، توانایی تصمیم گیری درست و ارتباط گرفتن آن با اشخاصی که روابط مثبت شان با بزرگسالان و اطفال را تقویت می نمایند باید بعنوان یک هدف تعلیمی آموزشی مضمون تربیت بدنی و بطور عام مبنی بر مکتب شناخته شود.

- فضای پذیرش یا همدیگر پذیری تمام شاگردان

مشخص ساختن این موضوع که تمام شاگردان صرف نظراً پیشینه قومی، نژادی، ملیتی، اقتصادی و

اجتماعی، جنس، توانایی جسمی، از حقوق برابر و یکسان برخوردارند از جمله مسایل مهم تلقی گردیده که نهایتاً منجر به درک و شناخت خوبیتر نیازها و ضروریات شاگرد می شود و یک فضای پذیرش و همدیگر پذیری ایجاد میکند که نتایج آموزشی بسیار مثبت را به بار می آورد.

- بکارگیری رویکردهای از پیش تعیین شده و پایدار جهت مدیریت رفتارهای مشکل ساز

مسئله نظم و دسپلین و چهارچوب قوانین توسط معلم، ضروری است چراکه اطفال بخوبی یاد می گیرند کدام رفتارها پسندیده و کدامیک ناپسند است و انتظارات از رفتار و کردار آنها چگونه می باشد؛ سرحدات رفتاری برای آنها تا چی اندازه است و باید ها و نبایدهای رفتاری برای آنها تعیین می شود. پیاده سازی قوانین و مقررات واضح و مشخص و ارتباط گرفتن با آنها بسیار مهم می باشد. شناسایی و تفکیک شاگردان بخاطر جریمه و جزا دادن آنها از جمله روش های نادرست بوده و باید تا حد امکان بکار گرفته نشود مگر اینکه آخرین راه چاره باشد.

<sup>4</sup>آموزش تربیت بدنی برای صنوف ابتدایی، صفحه 40



- **Full involvement of parents/carers in decision making, keeping them well informed about their child's progresses**

Cooperation with parents and carers builds trust and enables a comprehensive understanding of the learners living situation and background, as well as enabling parents, carers and teachers to work together to combat problems and ensure inclusion of the learner in all educational activities.

#### Practical Tips

Approaches to the inclusion of girls and young women in PE lessons:

1. Ensure that girls and young women feel safe- they should not be watched by others, they should have regular and regulated access to sports facilities, the teacher may have to actively remove people trying to watch the girls and young women play.
2. If they feel uncomfortable in the regular space provided for sport, consider holding sports lessons somewhere more private, like a walled yard or a classroom.
3. Ensure that girls and young women have unrestricted access to safe changing facilities and clean toilets with running water.
4. Allow them to wear clothes that they feel comfortable in whilst maintaining safety in the lesson.
5. Avoid activities in which learners may get their clothes dirty, to avoid learners avoiding the lesson because they don't feel safe enough to change their clothes.
6. Ask learners which games and activities they want to play- do not force your preconceptions on them and make sure they are engaged in the lesson.
7. Promote sport for girls and young women with parents and community members by communicating clearly the proven health benefits, including for fertility and healthy childbirth later in life, for growing girls and young women.
8. Discuss and challenge myths about girls and young women and physical exercise- when performed safely it cannot damage their health, nor can it compromise their virginity.
9. When first introducing girls and young women to sport and movement, focus on the enjoyment and fun they can have, instead of on technical movements and sporting rules.
10. Be sensitive to other commitments at home or with the family when planning sport activities.

- **Availability of sufficient personal support for students**

Teaching and support staff must be fully trained and there must be enough of them to provide learners with tailored and specific support.

#### The Inclusion of Girls and Young Women in PE Lessons

Girls and young women can benefit from sport and PE lessons in exactly the same ways as boys and young men. In many contexts they can derive even more benefit because they have not traditionally participated, and barriers exist to their learning about movement and their bodies and developing physical skills. The inclusion of girls and young women in PE lessons is important in order to:

- Achieve health and fitness of all young people in society
- Achieve the physical, social, personal and emotional potential of all learners, not just the 50% who are male
- Help young women develop skills that they will use for the rest of their lives
- Ensure the independence of women and create a society in which men and women can equitably and equally contribute
- Equip them with the physical strength, flexibility and resilience to contribute to their families, households and communities
- Strengthens them to take an active role in other academic lessons

● **دخیل ساختن کامل والدین/ سرپرست در تصمیم گیری ها، و آگاهی رسانی خوب درباره پیشرفت تعلیمی اطفال آنها**

همکاری با والدین و یا سرپرست اطفال باعث مستحکم شدن اعتماد طرفین می شود و درک متقابل و جامع به ارتباط پیشینه و وضعیت زندگی شاگرد حاصل می شود؛ بعلاوه والدین یا سرپرست طفل و معلمین در برابر حل مشکلات بیشتر همکاری می کنند و دخیل ساختن و سهم گیری شاگرد در تمام فعالیت های تعلیمی آموزشی را تضمین می نماید.

● **فراهم بودن تعداد کافی پرسنل همکار جهت تعلیم و آموزش شاگردان**

کارمندان همکار و موظف آموزشی باید خودشان بخوبی تعلیم شده باشند و بخاطر ارایه همکاری های سنجیده و ویژه شاگردان به تعداد کافی باشند.

**سهم دادن و دخیل ساختن دختران و خانم های جوان در درس تربیت بدنی**

دختران و خانم های جوان مانند بچه ها و مردهای جوان باید دقیقاً فرصت های مشابه بهره مندی از ورزش ها و درس تربیت بدنی را داشته باشند. در بسیاری حالات، آنها می توانند حتی مزیت ها و برتری های خوبتر داشته باشند چراکه همواره از سابق امکان اشتراک و ایفای نقش درچنین فعالیت ها برای آنها نبوده و موانع موجود در برابر تعلیم و آموزش آنها در بخش حرکات جسمی و انکشاف مهارت های جسمی وجود نداشته است. سهم دادن و شریک ساختن دختران و خانم های جوان در درس تربیت بدنی به دلایل ذیل اهمیت دارد:

- فراگیر شدن صحتمندی و بهره مندی از جسم سالم
- دربین تمام جوانان جامعه
- بکارگیری تمام استعدادها و ظرفیت های شاگردان اعم از ظرفیت های جسمی، اجتماعی، شخصیتی، و عاطفی و نه فقط 50 فیصد استعدادها که متعلق به طبقه ذکور می باشد
- کمک به خانم های جوان جهت انکشاف مهارت های که در ادامه زندگی شان از آنها بهره مند خواهند شد
- پیدایش حس استقلال و خودکفایی زنان و رشد جامعه به سوی برابری و مساوات بین مرد و زن در امور تسریع مساعی
- مستفید شدن خانم ها از جسم قوی و نیرومند، انعطاف پذیری و استقامت بیشتر در برابر مشکلات و کمک به فامیل، امور خانه داری و فعالیت های اجتماعی
- قوی شدن آنها بخاطر ایفای نقش فعال در سایر درس و مضامین علمی آموزشی

**توصیه های عملی**

رویکردها جهت سهم دادن و دخیل ساختن دختران و خانم های جوان در درس تربیت بدنی:

1. حصول اطمینان از اینکه دختران و خانم های جوان احساس مصونیت داشته و در جریان تمرین، چشم سایرین بالای آنها نباشد. تجهیزات و وسایل ورزشی مناسب برای آنها فراهم باشد؛ معلم باید همواره متوجه این باشد که سایر اشخاص در جریان تمرین طبقه انانث را نظاره نکند و ازچنین شرایط جلوگیری نماید.
2. در صورتیکه آنها احساس راحتی در فضای/میدان ورزشی ندارند، درس تمرینی را قسمی انتخاب نمایید که در فضای بسته (داخل اتاق) قابل اجرا باشد.
3. دختران و خانم های جوان به تسهیلات و فضاهای (اتاق های) مناسب جهت تبدیل لباس در حریم خصوصی و تشناب های پاکیزه و آب کافی به آسانی دسترسی داشته باشند.
4. به آنها اجازه داده شود که لباس های مورد علاقه خود را قسمی که احساس راحت داشته باشند بپوشند؛ در عین حال لباس آنها مصونیت کافی نیز باید داشته باشد
5. از انجام فعالیت های که ممکن است لباس شاگردان کثیف و چتل شود خودداری شود، این کار باعث می شود که شاگردان دغدغه تبدیل لباس کثیف به لباس پاکیزه در جریان تمرین نداشته باشند.
6. از شاگردان سوال کنید به کدام بازی ها و فعالیت ها علاقمند می باشند نظریات و علایق خود را به آنها تحمیل نکنید تا آنها هم با علاقمندی بیشتر در تمرینات اشتراک نمایند.
7. به ارتباط اهمیت ورزش کردن دختران و خانم های جوان برای والدین و جامعه آگاهی رسانی کنید و اینکه تاجی اندازه ورزش می تواند در صحتمندی آنها نقش مفید داشته باشد همچنان ورزش در زندگی آینده دختران و تحمل دوران حاملگی و تولد طفل آنها تأثیرات مثبت خواهد داشت.
8. در رابطه با مفکوره های نادرست و بی اساس پیرامون فعالیت های جسمی و ورزشی دختران و خانم های جوان بیشتر بحث و آگاهی دهی کنید - اینکه در صورت انجام فعالیت های ورزشی مصون نه تنها به صحت آنها آسیب نمی رساند و بکارت آنها مصون می ماند بلکه باعث صحتمندی شان نیز می شود.
9. در شروع فعالیت های ورزشی با دختران و خانم های جوان، بالای علایق و خواسته های آنها بیشتر تأکید نمایید و در مرحله بعد روی اصول ورزشی و حرکات تخنیکی متمرکز شوید.
10. در زمان پلان گذاری فعالیت ورزشی، تعهدات و محدودیت های خانه و فامیل دختران را نیز مدنظر گرفته و خوب متوجه باشید.



Physical education provides a wide range of health benefits that are important especially for young people. Often myths around reproductive health and gender-based weakness get in the way of girls taking part in sports education. This can be encountered by sensitive discussions with parents and community members around health benefits, particularly for girls, and how physical education prepares children for adulthood.

“Sports are very important for students, especially for girls, because the boys can play or do sports outside of school, or they can go to sports clubs. But for girls opportunities are limited, so the best place and most opportunity is at the school where they can do exercise and receive instruction in physical education. It’s therefore important to focus on girl’s sports at schools.”<sup>5</sup>

*Masouda Habib, Master Trainer of the Physical Education Directorate*

### 3 What is child-centred learning and how can it be put into practice in the classroom?

The importance of the inclusion of all learners in the classroom and in educational activities in general should now be clear. One way to achieve the level of inclusion discussed is the adoption of child-centred learning approaches.

Child-centred learning is built on the idea that learners must construct and reconstruct knowledge in order to learn effectively. Learning is most effective when the learner acts as a constructor and is actively involved in the process, harnessing their natural curiosity and desire to learn, as well as the sense of fun that they derive from the process. In order to be successful, interdependence as well as mutual respect between teacher and learner is important.

Child-centred learning puts children’s interests and needs first as opposed to a more traditional approach to education, also known as teacher-centred learning. The theory is based on the belief that learning which is self-driven and self-discovered more significantly influences the achievement of positive educational outcomes.

Within the child-centred approach the teacher acts as a facilitator rather than an instructor. The teacher guides the students to interpreting the learning material, being interactive and letting the students bring in their own suggestions on how to approach a certain topic. This guide recommends a bottom-up rather than a traditional top-down approach in teaching.

Child-centred learning:

- Is active rather than passive
- Has an emphasis on deep-learning and understanding
- Involves increased responsibility and accountability on behalf of the student
- Inspires increased autonomy in the learner
- Promotes interdependence and mutual respect between teacher and learner<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Cameron and Meehan 2015

تربیت بدنی دامنه وسیع از مزیت ها و فواید صحتی را فراهم می سازد که اهمیت آنها بویژه برای طبقه جوان می باشد. گاهی اوقات تصورات غلط قسمی است که ورزش را عامل بوجود آمدن مشکلات تولیدمثل یا باروری طبقه انانث دانسته و آنها درانجام این نوع فعالیت ها ضعیف و ناتوان پنداشته می شوند بهمین خاطر، به ارتباط اشتراک و سهم دادن دختران در تعلیم و یادگیری مضامین ورزشی اهمیت داده نمی شود. پیرامون این نگرش، باید بحث های جدی با والدین و مردم محل صورت بگیرد تا آنها از فواید و مزیت های صحتی بویژه برای دختران شان آگاهی حاصل کنند و ازچگونگی تأثیرات تربیت بدنی در آماده ساختن اطفال برای زندگی آینده شان معلومات داده شوند.

"ورزش برای شاگردان نقش بسیار اساسی دارد، بویژه برای دختران چراکه بچه ها درخارج از مکتب هم امکان بازی و فعالیت های ورزشی برای شان فراهم است آنها حتی از کلب های ورزشی نیز استفاده کرده می توانند. اما چنین فرصت های برای دختران بسیار محدود و اندک است بهمین خاطر بهترین مکان برای دختران، مکاتب بوده جاییکه آنها فرصت تمرین و مشوره گرفتن راجع به تربیت بدنی را می داشته باشند. بنابراین، توجه و تمرکز بالای ورزش دختران درمکاتب بسیار مهم می باشد"<sup>5</sup>

مسعوده حبیب، ماستر تربیت ریاست تربیت بدنی

### 3 تعلیم و آموزش شاگردمحور یعنی چه و چگونه این شیوه آموزشی در داخل صنف قابل تطبیق می باشد؟

اهمیت شریک ساختن تمام شاگردان صنف درفعالیت های آموزشی باید اکنون واضح و مشخص گردد. یک روش بخاطر رسیدن به سطح جامع نگری و نقش دهی تمام شاگردان که قبلاً هم بحث و بررسی گردید بکارگیری از رویکردهای آموزشی شاگردمحور است.

آموزش شاگردمحور براساس مفکوره ایی است که شاگردان بخاطر یادگیری موثر باید دانش و شناخت خود را بسازند و مجدداً بازسازی نمایند. آموزش و یادگیری وقتی بیشترین و بالاترین تأثیر را دارد که شاگرد نقش سازنده داشته و درپروسه آموزشی نقش فعال ایفا نماید، و با بکارگیری از حس کنجکاوی ذاتی خود و شوق و علاقه به یادگیری همچنین سرگرمی که دراین پروسه بدست می آورد، عالی ترین نتیجه حاصل آید. بخاطر نایل شدن به موفقیت و کامیابی، حس استقلال و احترام متقابل بین معلم و شاگرد از جمله موضوعات اساسی است.

در شیوه آموزش شاگردمحور، علاقمندی و ضروریات شاگرد دراولویت قرار داده می شود برخلاف شیوه آموزش سنتی که به نام شیوه آموزشی معلم محور یاد می شود. نظریه فوق الذکر براین باور است که آموزش و یادگیری که خود شاگرد مستقیماً دخیل در پروسه بوده و موضوعات ضروری را کشف می نماید، تأثیرات فوق العاده برجسته را بدست آورده و از نتایج آموزشی مثبت بهره مند می گردد.

دراین نوع رویکرد شاگردمحوری، معلم نقش تسهیل کننده را عوض نقش آموزش دهنده به عهده دارد. معلم، شاگردان را به سوی تشریح و تفسیر مواد آموزشی سوق می دهد و آنها را به تعاملات بیشتر هدایت می دهد و فرصت ارایه نظریات شخصی پیرامون عناوین مشخص درسی را برای شاگرد فراهم می سازد. این نوع هدایت دهی، رویکرد آموزشی از پایین به بالا (شاگرد - معلم) را عوض رویکرد سنتی از بالا به پایین (معلم - شاگرد) معرفی می نماید.

شیوه آموزشی شاگردمحوری:

- نقش فعال دارد نه منفعل
- تأکید بالای یادگیری و درک و فهم عمیق و ژرف دارد
- مسئولیت و پاسخ گویی شاگردان را افزایش می دهد
- خودکفایی و عدم وابستگی در شاگرد شکل می گیرد
- استقلال و احترام متقابل بین معلم و شاگرد ترویج می شود<sup>6</sup>

## Why child-centred learning is important

Child-centred learning brings several advantages. Scientific research shows that this approach suits all learners as well as any age group. As an inclusive strategy, the requirements of the individual is focused on. It increases children's motivation to learn and encourage deeper learning due to an increased personal interest. Furthermore, independence and responsibility for their own learning progress enhance their sense of ownership. Children take on responsibility in the classroom, they speak out for themselves and are responsible for their own and others' behaviour.

As stated above, society as a whole can benefit from higher participation from children. Child-centred learning strengthens life in the community and increases children's self-efficacy and resilience, to be dealt with in the next chapter.

## How to implement child-centred learning in class

The child-centred learning process involves elements of discovery and enquiry. This could be small, practical experiments that can also be conducted with few resources, in which the learners discover what works for them. Within physical education this is likely to be around experimenting with movement and structuring games, capturing the natural curiosity of young people to power learning.

The traditional punishment/reward system of teaching is less needed when the learner is personally involved and has intrinsic motivation to learn. This takes stress off of the teachers and frees them to focus more on structuring the optimal learning environment for young learners. Completing self-initiated tasks and becoming competent in areas of personal interest increases students' motivation tremendously.

### Practical Tips

How to implement child-centred activities into physical education lessons:

1. **Work with young learners to design a set of rules for PE lessons.** Allow them to suggest new rules and get rid of old ones. Lead discussions around why we have rules, which ones are important and which are less so. As a result they will understand better the rules themselves, the reasons for them and will follow them more often.
2. **Play games rather than specific sports.** Particularly for early years learners this will allow them to develop motoric skills in a more engaging and fun environment, leading to proficiency in sports later on.
2. **Allow young learners to adapt or invent new games.** Try a game a different way, by adapting equipment, technical movements, team size, location, goal or time limits. Allow them to see what kind of an effect it has on the game and what they learn.
3. **Work regularly in smaller groups.** This way the young learners can influence their learning environment more, and can adapt play and specific games to their needs.
4. **Discuss goals with learners.** Ask them what they would like to learn, what goals they have, what they enjoy and what they think they are good and not so good at. Build this information into the lesson plan so that their wishes are taken account of. This will also increase their motivation to learn.

---

<sup>6</sup>The European's Students' Union (2010) pg 2

## چرا شیوه آموزش شاگرد محور مهم است

آموزش شاگردمحور فواید و امتیازات فراوان دارد. براساس تحقیقات علمی، این نوع رویکرد آموزشی برای تمام شاگردان و گروه های مختلف سنی آنها مناسب می باشد. بعنوان استراتژی جامع نگر، بالای ضروریات و نیازهای شخصی تمرکز می شود. همچنین انگیزه اطفال جهت یادگیری و سوق دادن آنها به سوی یادگیری عمیق و ژرف براساس علاقمندی شاگرد افزایش می یابد. علاوه براینها، استقلال و مسئولیت پیشرفت آموزشی شاگرد مبتنی بر حس مالکیت وی تقویت و افزایش می یابد. اطفالی که درداخل صنف عهده دار مسئولیت می شوند، به نمایندگی از خود ارایه نظریات می کنند و دربرابر رفتار خود و سایر هم صنفی ها پاسخ گو بوده احساس مسئولیت دارند.

چنانکه در بالا یاد شد، جامعه بطورعموم از اشتراک بیشتر اطفال مستفید خواهد شد. شیوه آموزشی شاگردمحوری، زندگی اجتماعی را استحکام بخشیده و خودکارآمدی و انعطاف پذیری اطفال را افزایش می دهد؛ که دراین باره درفصل بعدی بیشتر صحبت خواهد شد.

## چگونگی تطبیق آموزش شاگردمحور درصنف

پروسه آموزش شاگردمحور شامل دوبخش کشف و ضرورت می باشد. ممکن است این پروسه در قالب آزمایش های عملی و کوچک بوده که با چند منبع مختصر قابل تطبیق می باشد و در آن شاگردان آنچه برای شان مفید است را کشف می نمایند. درمضمون تربیت بدنی، این پروسه ممکن است در قالب آزمایش حرکات و انجام بازی ها، و جلب کنجکاوی ذاتی اطفال بخاطر افزایش یادگیری صورت بگیرد.

درموقعی که شاگرد شخصاً دخیل است و انگیزه ذاتی برای یادگیری دارد سیستم آموزشی جزا / پاداش کمتر ضرورت می باشد. این کار باعث ازبین رفتن تشویش و اضطراب معلمین می شود و آنها می توانند آزادانه و بافکر راحت تر درباره ایجاد محیط آموزشی مناسب برای اطفال تمرکز داشته باشند. تکمیل کارهای که خود شخص شروع کرده و در همان حیطه برحسب منافع شخصی لیاقت و شایستگی کافی بدست می آورد باعث افزایش چشمگیر انگیزه در شاگرد می گردد.

### توصیه های عملی

چگونه فعالیت های شاگردمحور را برای دروس تربیت بدنی تطبیق کنیم:

- 1. بخاطر تنظیم قوانین و قواعد برای دروس تربیت بدنی همراهی اطفال مشترکاً کار کنید.** به آنها اجازه دهید تا پیرامون قواعد و قوانین جدید ارایه نظریات داشته و قوانین سابقه را بکار نگیرید. پیرامون اینکه چرا باید قوانین داشته باشیم، کدامیک مهم بوده و کدامیک اهمیت کمتر دارند، بحث و تبادل نظریات کنید. درنتیجه، شاگردان درباره قوانین درک خوبتر پیدا می کنند و دلایل موجودیت قوانین برای آنها مشخص می شود و عمدتاً از قوانین تبعیت خواهند نمود.
- 2. عوض ورزش های خاص، بازی های بیشتر انجام دهید.** بخصوص برای اطفال صنوف ابتدایی که باعث انکشاف مهارت های حرکی آنها در محیط مفرح و رقابتی می شود و درآینده نیز منجر به تبحر و تسلط سایر مهارت های ورزشی آنها می گردد.
- 2. امکان ساختن بازی های جدید و خوگرفتن با آن بازی ها را برای اطفال فراهم سازید.** بازی را به روش متفاوت انجام دهید، با بکارگرفتن تجهیزات، حرکات تخنیکی، تعداد مختلف نفرات تیم، محل، هدف یا محدودیت زمانی. قسمی شرایط بازی را فراهم سازید که آنها تأثیرات انجام بازی را مشاهده کرده و آنچه از بازی یادمی گیرند را درک کنند.
- 3. به شکل منظم در قالب گروه های کوچکتر کار کنید.** با این روش، اطفال خردتر نقش و تأثیر برجسته تر بالای محیط آموزشی داشته و به بازی علاقمندی می گیرند و بازی های که ضروریات آنها را برآورده بسازد را انجام می دهند.
- 4. پیرامون اهداف با شاگردان بحث و تبدل نظریات کنید.** از آنها سوال کنید علاقمند یادگیری چی موضوعات می باشند، هدف آنها چی بوده و از انجام کدام نوع فعالیت ها لذت می برند و نقاط ضعف و قدرت آنها در فعالیت ها چی می باشد. این معلومات را در پلان درسی بگنجانید تا به خواسته های آنها نیز رسیدگی شود. این کار باعث افزایش انگیزه یادگیری آنها می شود.

## 4 What are the advantages of increased self-efficacy and resilience amongst primary school children?

### What are self-efficacy and resilience?

Self-efficacy is the extent of the strength of one's belief in one's ability to reach goals or complete tasks. Self-efficacy is a self-assessment of competence to perform a task, not a judgment of personal qualities- it also refers to specific targets or goals, one learner can have self-efficacy in one area but lack it in another. Young people have self-efficacy when they believe they will be able to master a certain task or challenge, even though they have little or no experience of it. Believing that they can achieve their goals, young people with self-efficacy have higher motivation and are as a result more likely to achieve their goals.<sup>7</sup>

Resilience is defined as the ability to recover from setbacks or bad results, adapt well to change and regain the focus to solve a challenge. It measures the capacity to cope, learn and grow in the face of changing circumstances and is often described as the ability to bounce back from adversity.

### The Benefits of Developing Self-Efficacy and Resilience

In general, children with a higher self-efficacy are more willing to take on tasks and responsibility as they believe they will be able to handle them. Children with high self-efficacy tend to have stronger motivation which leads to better educational outcomes and increased personal well-being. Research shows that self-efficacy is positively correlated with academic performance, positive health outcomes and a wide range of other positive social outcomes. Self-efficacy beliefs affect educational performance through their positive effects on motivation, achievement and self-regulation as well.

Young people who develop resilience towards setbacks in their lives are more likely to respond constructively to setbacks in their lives, leading to healthier and longer lives, more positive relationships with others and higher likelihood of success in school and work.

## 5 Conclusion

Physical education, and education in general can function as a catalyst not just for the social and personal development of learners, but for the development of a healthy, happy and prosperous society. Sport and education for development is an important part of progress and development worldwide. This guide has outlined the ways in which physical education and education in general can be carried out in an inclusive, child-centred way, increasing the self-efficacy and resilience of young learners. As a result physical education can work as a finely-tuned motor for the social, physical and personal development of resilient and prosperous communities.

This guide has outlined the ways that sports and physical education can be a catalyst for the personal and social development of children and an important contribution towards a more equal and thriving society:

---

<sup>7</sup> Webb-Williams (2006): online.

## 4 افزایش موثریت، خودکارآمدی و انعطاف پذیری در بین اطفال صنوف ابتدایی چی فواید و مزیت ها دارد؟

### خودکارآمدی، موثریت و انعطاف پذیری به چی معنی است؟

خودکارآمدی، میزان قدرت باور شخص راجع به توانایی وی جهت رسیدن به اهداف یا انجام کارها می باشد. خودکارآمدی به معنای ارزیابی قابلیت ها و ظرفیت های خود بخاطر انجام کارهاست نه اینکه قضاوت درباره خصلت ها و ویژگی های شخصی - همچنین خودکارآمدی به اهداف و دستاورد خاص شاگردی اشاره دارد که از ظرفیت خودکارآمدی در یک بخش برخوردار بوده اما در بخش دیگر ضعف دارد. اطفال وقتی به ظرفیت خودکارآمدی می رسند که باور داشته باشند توانایی انجام آن کار را داشته و می توانند تسلط کافی در برابر آن چالش را کسب نمایند حتی باوجود اینکه تجربه بسیار کمی در آن بخش داشته باشند. وقتی اطفال بالای توانایی های خود باور داشته باشند و به همان اساس در راستای رسیدن به هدف کوشش نمایند، انگیزه شان افزایش می یابد و در نهایت، دستیابی به اهداف برای آنها بیشتر امکان پذیر می گردد.<sup>7</sup>

انعطاف پذیری به معنی توانایی برگشت به وضعیت عادی بدلیل موانع و مشکلات یا نتایج بد و خو گرفتن به تغییرات و همچنین تمرکز مجدد جهت حل چالش ها می باشد. انعطاف پذیری ظرفیت مقابله، یادگیری و رشد در مواقع رویارویی با شرایط تغییردهنده را مورد سنجش و ارزیابی قرار می دهد و غالباً بعنوان توانایی برگشت پذیری از شرایط سخت و گرفتاری یاد می شود.

### فواید و مزیت های انکشاف ظرفیت خودکارآمدی و انعطاف پذیری

عموماً، اطفالی که ظرفیت خودکارآمدی بیشتر دارند در برابر وظایف و مسولیت هایی که توانایی خوبتر دارند علاقمندی بیشتر نشان می دهند. این دسته از اطفال، موثریت و انگیزه قوی تر داشته که در نهایت منجر به دستاوردهای تعلیمی و آموزشی خوبتر و استحکام شخصیت آنها می شود. به اساس تحقیقات، خودکارآمدی و موثریت به گونه مفید با عملکرد علمی-آموزشی، نتایج صحی مثبت و یک سلسله دستاوردهای گسترده تراجماعی ارتباط دارد. باورهای خودکارآمدی بالای عملکرد تعلیمی و آموزشی از طریق تأثیرگذاری مثبت ناشی از انگیزه دهی، دستاوردها و همچنین کنترل خود، شکل می گیرد.

شاگردانی که انعطاف پذیری شان را در برابر مشکلات زندگی بکار می گیرند در مقابل این موانع و مشکلات پاسخ های سازنده تر و خوبتر داشته آنها را برطرف می سازند؛ بعلاوه زندگی صحتمندانه و طول عمر بیشتر خواهند داشت؛ روابط مثبت با سایر اشخاص داشته و در فعالیت های مکتب و شغل آینده خود موفقیت بیشتر کسب می کنند.

## 5 نتیجه گیری

تربیت بدنی، و تعلیم و تربیه بطور عموم می توانند بعنوان بخش تشکیل دهنده ایفای نقش نمایند نه فقط در راستای رشد و انکشاف شاگردان، بلکه در راستای انکشاف صحتمندی، شور و نشاط و کامیابی جامعه. ورزش و تعلیم و تربیه در راستای انکشاف بعنوان یک بخش مهم پیشرفت و توسعه جهانی شناخته می شود. این رهنمود، روش های که تربیت بدنی و تعلیم و تربیه عموماً در قالب شیوه شاگرد محور و جامع نگر بکار گرفته می شوند و باعث افزایش قوه خودکارآمدی، موثریت و انعطاف پذیری اطفال می گردند، موضوعاتی را تشریح و ارایه نموده است. در نتیجه، تربیت بدنی یک ابزار کاملاً خوب و مناسب جهت رشد و انکشاف شخصیتی، اجتماعی و جسمی اطفال تلقی می شود که انعطاف پذیری و کامیابی جوامع را بهبود می بخشد.

این رهنمود، روش های را ارایه نمود که ورزش و تربیت بدنی بحیث عامل تشکیل دهنده رشد و انکشاف شخصیتی و اجتماعی اطفال معرفی گردید که نهایتاً در شکل گیری جامعه پر نشاط و برابر تأثیرات مهمی به جای می گذارد:

- Learned competencies such as team work, cooperation and respect have a positive social impact beyond PE
- Higher motivation and self-efficacy improve children's academic performance
- Participation in activities strengthens the community beyond the scope of physical education

Furthermore, it has made clear the benefits of inclusive educational approaches, including:

- Higher motivation and participation by all children
- Creating awareness, respect and tolerance for diversity and difference
- Focus on children's particular requirements and needs
- Strengthening children's self-efficacy and resilience

Also covered were the benefits of child-centred learning as an approach that improves children's personal and social development through higher motivation:

- Child-centred learning focuses on the requirements of the individual
- Learning is most effective when the learner acts as a constructor
- The teacher acts as a facilitator
- Children are responsible for their own learning progress
- Child-centred learning as well contributes to a strengthening of self-efficacy and resilience
- It can be implemented through interactive classes, providing sufficient support and encouragement for participation.

Increased self-efficacy and resilience provide several advantages for the children themselves and society as a whole:

- Stronger motivation towards learning
- Correlated with better academic performance as well as social and personal development
- Increased persistence when facing challenges
- Improved conflict-solving abilities and strengthened self-esteem

A positive societal change starts with the foundation of education – and thereby with the social and personal development of its youngest citizens, its children. The aim of this guide is to contribute to the social, physical and personal development of young people through physical education by outlining a range of approaches that can increase participation, motivation and ultimately positive learning outcomes.

• یادگیری قابلیت ها و ظرفیت هایی از قبیل کار تیمی، همکاری و احترام که تأثیر اجتماعی مثبت آن فراتر از مضمون تربیت بدنی است

• افزایش انگیزه و خودکارآمدی باعث بهبود عملکرد علمی-آموزشی شاگردان می شود

• اشتراک و سهم گیری در فعالیت ها باعث تقویت جامعه فراتر از محدوده تربیت بدنی خواهد شد

علاوه بر اینها، رهنمود هذا مزیت های رویکردها و روش های جامع نگر در تعلیم و تربیه را به وضوح تشریح نمود که قرار ذیل می باشند:

• افزایش انگیزه و اشتراک توسط تمام اطفال

• آگاهی رسانی، احترام و تحمل در برابر تغییرات و تفاوت ها

• تمرکز بالای ضروریات و احتیاجات خاص اطفال

• تقویت و رشد ظرفیت خودکارآمدی و موثریت در اطفال

همچنین، فواید و مزیت های آموزش شاگردمحور در این رهنمود بعنوان رویکرد تأثیرگذار بالای رشد و انکشاف شخصیتی و اجتماعی اطفال از طریق تقویت انگیزه، مورد بحث و بررسی قرار گرفت:

• آموزش شاگرد محور پیرامون احتیاجات و ضروریات شاگرد متمرکز می باشد

• موثرترین و کارآمدترین شیوه یادگیری این است که شاگرد نقش سازنده را ایفا نماید

• معلم نقش تسهیل کننده را ایفا می کند

• اطفال مسؤلیت پیشرفت یادگیری خود را به عهده دارند

• آموزش شاگردمحور بخوبی به تقویت موثریت و خودکارآمدی و انعطاف پذیری کمک می کند

• این شیوه، همچنان از طریق صنوف تعاملی و حمایت های کافی و تشویق و ایجاد انگیزه برای اشتراک کنندگان قابل تطبیق می باشد

افزایش موثریت و خودکارآمدی و انعطاف پذیری فواید، برای اطفال و در عموم جامعه آنها چندین فایده دارد:

• انگیزه قوی تر در راستای یادگیری

• عملکرد آکادمیک خوبتر که مرتبط با موضوع است؛ همچنان انکشاف و رشد اجتماعی و شخصیتی

• مقاومت بیشتر در برابر چالش ها و مشکلات

• بهبود توانمندی های حل مسئله و تقویت اعتماد به نفس

تغییر اجتماعی مثبت با اساسات و پایه ریزی تعلیم و تربیه شروع می شود - و از این طریق، انکشاف اجتماعی و شخصیتی نسل جوان و اطفال آن جامعه نیز تحت تأثیر قرار می گیرد. هدف این رهنمود کمک به رشد و انکشاف اجتماعی، جسمی و شخصیتی نسل آینده از طریق مضمون تربیت بدنی بوده که با معرفی مجموعه نگرش ها و شیوه های افزایش دهنده حس سهم گیری و اشتراک، انگیزه و نهایتاً نتایج آموزشی مثبت همراه گردیده است.



## Further resources

Brandes, D. & Ginnis, P. (1986) *A Guide to Student-Centred Learning*. Basil Blackwell Ltd.

The book depicts the concept of student-centred learning and points out why the approach took root and grew. It focuses in particular on primary schools and the challenges teachers are facing there.

Cameron, Prof. Dr. H., Meehan D. (2015) *Child Centred Games in the Curriculum*, DVD in Dari, BMZ (published by GIZ).

This DVD published by the GIZ and produced by the BMZ in Germany contains a series of child-centred games for PE lessons in Afghanistan, including sections on relevant game-independent themes, role-plays and messages from sportspeople and politicians.

European Agency for Special Needs and Inclusive Education (2014) *Five key messages for inclusive education*. URL:

<https://www.europeanagency.org/sites/default/files/Five%20Key%20Messages%20for%20Inclusive%20Education.pdf>

The guide provides valuable information around the topic of inclusive education for children with special needs. It elaborates on how inclusion can benefit all and therefore have a social impact.

König, S. *et al* (2014) *Ballschule in der Primarstufe: 26 komplette Unterrichtseinheiten für die Klassen 1 bis 4 (Sportstunde Grundschule)*, Hofman.

A handbook to the Ball School concept for primary education, including lesson plans and tips for inclusive Physical Education Lessons.

Lathika, K. (2016) *Student Centred Learning*, in *International Journal of Current Research and Modern Education (IJCRME)* Vol 1., Issue 1. URL:

<http://ijcrme.rdmodernresearch.com/wp-content/uploads/2015/06/89.pdf>

Student-centric instruction focuses on skills and practices that enable lifelong learning and independent problem-solving. Student-centric learning puts students' interests first, acknowledging student voice as central to the learning experience. In a student-centric classroom, students choose what they will learn, how they will learn, and how they will assess their own learning.

Lawrence, J. (2012) *Teaching Primary Physical Education*. University of Hull.

The book sets a focus on theoretical and practical knowledge about physical education and how to teach inclusion in primary schools. It outlines the advantages of an inclusive teaching approach and shows how a well-implemented physical education also leads to positive results in other subjects.

O'Neill, G. & McMahon, T. (2005) *Student-Centred Learning: What does it mean for Students and Lecturers?* University College Dublin. URL:

<http://eprints.teachingandlearning.ie/3345/1/O%27Neill%20and%20McMahon%202005.pdf>

The article explains the thriving trend of student-centred learning and the difficulty to define student-centred learning precisely as the approaches and interpretations of the term vary widely. It summarizes active learning, choice of learning and a shift of power from teacher to student as a comprehensive definition.

## منابع بیشتر

برندس، داکتر و Ginnis, P. رهنمود آموزش شاگردمحور. باسیل بلک ول لمتد این کتاب مفهوم آموزش شاگردمحور را تشریح نموده و دلیل ریشه دواندن و رشد این رویکرد را مشخص می سازد. علاوه بر این بویژه بالای مکاتب ابتدایی و چالش های پیشروی معلمان تمرکز می داشته باشد.

کمرن، استاد دانشگاه. داکتر. هیدر، میهان داکتر. (2015) بازی های شاگردمحور در نصاب تعلیمی، DVD به لسان دری، BMZ (نشر شده توسط دفتر همکاری های آلمان GIZ)

این DVD توسط BMZ دولت آلمان تهیه شده و توسط دفتر همکاری های آلمان (GIZ) نشر گردید که حاوی مجموعه بازی های طفلانه - شاگردمحور - به ارتباط مضمون تربیت بدنی در افغانستان می باشد که بازی های مستقل، بازی همراه با ایفای نقش و پیام هایی از جانب ورزشکاران، قهرمانان و سیاستمداران در آن گنجانده شده است.

اداره ضروریات ویژه و تعلیم و تربیه جامع نگر اروپا (2014) پنج پیام مهم برای تعلیم و تربیه جامع نگر. آدرس وبسایت <https://www.europeanagency.org/sites/default/files/Five%20Key%20Messages%20for%20Inclusive%20Education.pdf>

این رهنمود، راجع به موضوع تعلیم و تربیه جامعه نگر برای اطفال با ضروریات ویژه معلومات مفید ارائه می کند. بعلاوه، پیرامون چگونگی فواید جامعیت و کلی نگر و اینکه چگونه تمام شاگردان از این نوع رویکرد مستفید خواهند شد همچنان تأثیرات مثبت آن بالای جامعه، توضیحات مفصل ارائه می کند.

کنیگ، اس. و دیگران (2014) Ballschule in der Primarstufe: 26 komplette Unterrichtseinheiten für die Klassen 1 bis 4 (Sportstunde Grundschule)، هافمن کتاب رهنما برای مکتب بال حول موضوع تعلیم و تربیه در مقطع ابتدایی، شامل پلان های درسی و توصیه های برای بکارگیری شیوه جامع نگر در مضمون تربیت بدنی

لاتیقا، کی. (2016) آموزش شاگردمحور، درجیده بین المللی تحقیقات جاری و مدرن پیرامون تعلیم و تربیه (IJCRME) جلد اول، نشر اول. آدرس وبسایت: <http://ijcrme.rmodernresearch.com/wp-content/uploads/2015/06/89.pdf>

تعلیم و آموزش شاگردمحور بالای مهارت ها و فعالیت های تمرکز دارد که آموزش مادام العمر و قوه حل مسایل و مشکلات به گونه مستقل را ارائه میکند. در این نوع آموزش، علایق و منافع شاگرد در اولویت بوده و صدای شاگرد بحیث محوریت تجربه آموزشی شناخته می شود. در یک صنف شاگردمحور، شاگردان آنچه می خواهند تعلیم داده شوند، چگونه تعلیم داده شوند و آموخته های شان چگونه ارزیابی گردد را خودشان انتخاب می نمایند.

لورنس، جی. (2012) تعلیم و آموزش تربیت بدنی مقدماتی. دانشگاه هال این کتاب بالای دانش تئوری و عملی راجع به مضمون تربیت بدنی و چگونگی شیوه تعلیم و تربیه جامع نگر برای صنوف ابتدایی تمرکز دارد. همچنان، فواید و امتیازات رویکرد تعلیم و تربیه جامع نگر را تشریح می کند و چگونگی تطبیق درست تربیت بدنی را نشان داده و نتایج مثبت آن در سایر مضامین را ارائه می نماید.

او'نیل، جی. مک ماهون، تی. (2005) آموزش شاگردمحور: این نوع شیوه از دیدگاه شاگردان و استادان به چی معنا می باشد؟ پوهنزی دانشگاه دابلین. آدرس وبسایت:

<http://eprints.teachingandlearning.ie/3345/1/O%27Neill%20and%20McMahon%202005.pdf>

این مقاله بیانگر علاقمندی و محبوبیت چشمگیر آموزش شاگردمحور و مشکلات در تعریف دقیق این شیوه آموزشی بوده همچنان رویکردها و تفاسیر مختلف این مفهوم به شکل گسترده را تشریح می نماید. بعلاوه، شیوه آموزش فعال، انتخاب آموزش و تغییر اختیارات از معلم به شاگرد را بعنوان یک تعریف جامع، به اختصار ارائه می نماید.

The European's Students' Union (2010). Student-centred learning. Toolkit for students, staff and higher education institutions. URL: [http://www.wus-austria.org/files/docs/SCL\\_toolkit\\_ESU\\_EI.pdf](http://www.wus-austria.org/files/docs/SCL_toolkit_ESU_EI.pdf)

This toolkit provides information about student-centred learning in general and highlights its benefits and principles.

UNRWA (2013) The inclusive approach to teaching and learning. URL: [http://www.unrwa.org/sites/default/files/the\\_inclusive\\_approach\\_to\\_teaching\\_and\\_learning.pdf](http://www.unrwa.org/sites/default/files/the_inclusive_approach_to_teaching_and_learning.pdf)

By developing active learning pedagogies, the paper promotes a transformation in classroom practices towards a more inclusive and participative school environment.

Webb-Williams, J. (2006). Self-efficacy in the primary classroom: An investigation into the relationship with performance. University of Cambridge. URL: <http://www.leeds.ac.uk/educol/documents/166271.htm>

This correlational study focused on research questions regarding the extent of the relationship between self-efficacy and science performance as well as the extent to which there exists gender differences in self-efficacy.

اتحادیه محصلین اروپا (2010). آموزشی شاگردمحور. بسته آموزشی برای شاگردان، کارمندان و نهادهای آموزش عالی. آدرس

وبسایت: [http://www.wus-austria.org/files/docs/SCL\\_toolkit\\_ESU\\_EI.pdf](http://www.wus-austria.org/files/docs/SCL_toolkit_ESU_EI.pdf)

این بسته آموزشی، معلومات مرتبط به آموزش شاگردمحور را به صورت کلی ارائه می کند و بالای فواید و اصول آن تأکید می ورزد

UNRWA(2013) رویکرد جامع نگر پیرامون تعلیم و آموزش. آدرس وبسایت:

[http://www.unrwa.org/sites/default/files/the\\_inclusive\\_approach\\_to\\_teaching\\_and\\_learning.pdf](http://www.unrwa.org/sites/default/files/the_inclusive_approach_to_teaching_and_learning.pdf)

از طریق انکشاف تعلیم و تربیه آموزشی فعال، این تحقیق یک تحول مناسب را در فعالیت های صنفی ارائه می کند که منجر به ایجاد محیط اشتراکی فراگیر و جامع نگر برای شاگرد در مکتب می شود.

وب – ویلیامز، جی. (2006). خودکارآمدی و موثریت درصنوف ابتدایی: بررسی تحقیقاتی درباره برقراری رابطه با عملکرد. دانشگاه کمبریج. آدرس وبسایت:

<http://www.leeds.ac.uk/educol/documents/166271.htm>

این تحقیق مرتبط نیز پیرامون سوالات تحقیقاتی درباره میزان ارتباط بین خودکارآمدی و موثریت و تأثیر علم همچنان میزان تفاوت جنس در مسئله خودکارآمدی و موثریت تمرکز دارد.