



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

فعالیت بدنی برای دانش آموزان با اختلالات طیف اوتیسم

با رویکردی فراگیر

نویسنده

میشل گرներ

مترجمان

دکتر محمود شیخ و دکتر محمد رضا اشتری

عنوان و نام پدیدآور	: فعالیت بدنی برای دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم/نویسنده [صحیح: ویراستار] میشل گرنییر؛ مترجمان محمود شیخ، محمدرضا اشتری.
مشخصات نشر	: تهران: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۲۵۲ص: مصور.
شابک	: 978-600-8930-59-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: a : Physical education for students with autism spectrum disorders : comprehensive approach , 2013.
موضوع	: تربیت بدنی کودکان معلول / Physical education for children with disabilities / طیف اختلالات درخودماندگی / Autism spectrum disorders
شناسه افزوده	: گرنییر، میشل، ۱۹۵۶-م. / Grenier, Michelle, 1956
شناسه افزوده	: شیخ، محمود، ۱۳۳۶-، مترجم
شناسه افزوده	: اشتری، محمدرضا، ۱۳۵۹-، مترجم
شناسه افزوده	: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی
رده بندی کنگره	: GV۴۴۵
رده بندی دیویی	: ۳۷۱/۹۰۴۴۸۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۰۸۳۱۹

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی



فعالیت بدنی برای دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم

مترجمان: دکتر محمود شیخ و دکتر محمد رضا اشتری



شابک: ۴-۵۹-۸۹۳۰-۶۰۰-۹۷۸

ناشر: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

شمارگان: ۵۰۰ نوبت چاپ: تهران، اول ۱۴۰۰

صفحه‌آرایی، طراحی و چاپ: انتشارات پادینا

قیمت: ریال

تهران: خیابان مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳- کد پستی: ۱۵۸۷۹۵۸۷۱۱
تلفن: ۸۸۷۴۷۸۸۴ (۰۲۱) نامبر: ۸۸۷۳۹۰۹۲ info@ssrc.ac.ir ssrc.ac.ir

کلیه حقوق برای پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری محفوظ است.

پیشگفتار

تربیت بدنی و علوم ورزشی به عنوان یک حوزه علمی دانشگاهی در سال‌های اخیر روند رو به رشدی را در تمامی زمینه‌های آموزشی، پژوهشی و اجرایی داشته است. یکی از مسائل مهم مورد توجه مسئولان و برنامه‌ریزان، شناسایی، فراهم‌سازی و تقویت زمینه‌های لازم برای تولید دانش علوم ورزشی و به کارگیری علوم ورزشی تولید یافته در عرصه‌های ورزش قهرمانی و میادین بین‌المللی و نیز ورزش همگانی و سلامت عمومی است. به همین جهت پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی که در راستای سیاست‌های علمی، آموزشی و پژوهشی خود، برای انتقال آخرین یافته‌ها به منظور توسعه روزافزون دانش و فناوری در ایران اسلامی بنیان نهاد شده، در نظر دارد با فراهم کردن بستری مناسب برای پیشبرد فعالیت‌های پژوهشی و نیز ارتقای سطح علمی، فرهنگی و کمک به تلفیق علم و عمل، گامی مؤثر در رفع نیازهای علمی ورزش کشور بردارد. در این راستا، پژوهشگاه اقدام به انتشار کتاب‌های **علمی - ورزشی - تخصصی** برگرفته از تلاش‌های متخصصان، محققان و دانش‌آموختگان تربیت بدنی و علوم ورزشی نموده است. امید است با انتشار اینگونه کتب، به فضل خداوند متعال، گام‌های مؤثری در جهت تحقق اهداف عالیه نظام جمهوری اسلامی ایران برداشته باشیم.

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

پیشگفتار مترجمان

"اختلال طیف اوتیسم" یکی از انواع اختلالات رشدی عصبی است که در دوران اولیه کودکی آشکار و مشکلات زیادی را برای کودک، خانواده و جامعه فراهم می‌کند بطوریکه این اختلال با آسیب شدید در تعاملات اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی و حرکتی ضعیف و همچنین وجود رفتارها، علایق و فعالیت‌های کلیشه‌ای مشخص می‌شود. بر اساس گزارشات موجود در ایران ۶/۲۶ کودک از هر ۱۰۰۰۰ کودک به اختلالات طیف اوتیسم مبتلا می‌باشند، این آمار بدین معناست که بیش از ۳۰۰ هزار نوزاد متولد شده در ایران به اوتیسم مبتلا می‌باشند لذا ضرورت توجه بیشتر به این جامعه نیازمند و در حال رشد محسوس می‌باشد.

در ایران کتاب و منابع علمی بسیار اندکی پیرامون اوتیسم وجود دارد و از همه مهمتر کتابی جامع که بتوان کمکی به بهبود اختلالات حرکتی این جامعه نیازمند نمود همواره محسوس بوده؛ از این رو وجود چنین خلاء بزرگی مترجمان را بر آن داشت تا با جستجو و ترجمه کتابی مناسب پاره‌ای از مشکلات این جامعه نیازمند را مرتفع سازند.

ترجمه کتاب فعالیت بدنی برای دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم مورد استفاده خانواده-های کودکان با اختلالات طیف اوتیسم، معلمان و مربیان کودکان استثنایی، دانشجویان رشته-های تربیت بدنی، آموزش و پرورش استثنایی و روانشناسی استثنایی است.

این کتاب به دو بخش اصلی تقسیم و در هشت فصل سازماندهی شده است. فصل ۱ شامل، شناخت و درک دانش‌آموزان مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم می‌باشد. فصل ۲ شامل، بررسی اختلالات طیف اوتیسم از دیدگاه والدین و معلمان می‌باشد. فصل ۳ دربرگیرنده، دسترسی به برنامه درسی از طریق طیف شمول می‌باشد. فصل ۴ دربرگیرنده، استراتژی‌های فعال برای طیف شمول می‌باشند. فصل ۵ شامل، مطالبی درمورد کاهش استرس جهت یادگیری افراد مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم می‌باشد. فصل ۶ شامل، مطالبی درارتباط با بررسی و روند طرح آموزشی فردی و چالش‌های پیش روی کودکان مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم می‌باشد. فصل ۷ شامل، ارائه فعالیت و بازی‌های ویژه به کودکان با اختلالات طیف اوتیسم می‌باشد و در نهایت فصل ۸ به بازی و فعالیت‌های گروهی کودکان با اختلالات طیف اوتیسم اختصاص دارد.

در پایان لازم به ذکر است که مترجمان این کتاب تمامی تلاش خویش را مبنی بر ترجمه اثری بی عیب و نقص نموده اند، با اینحال از تمامی خوانندگان عزیز تقاضا داریم با دیدی انتقادی به این اثر نگریسته تا ما را از بازخوردهای سازنده خویش برخوردار سازند.

دکتر محمود شیخ - دکتر محمد رضا اشتری

پیشگفتار

برآوردهای رایج نشان می‌دهد که یک نوزاد از هر ۸۸ نوزاد متولد شده در ایالات متحده به شکلی به "اوتیسم"^۱ مبتلا می‌باشند (داشتن اوتیسم در تکلم). واژه "اختلالات طیف اوتیسم"^۲ شامل اوتیسم، سندروم آسپرگر و اختلالات رشدی فراگیر^۳ می‌باشند که نه تنها بدین صورت شناخته شده اند بلکه سندروم رت و اختلالات فزاینده رشدی در کودکان نیز در این طبقه جای می‌گیرند. با این حال، با انتشار راهنمای جدید آماری و تشخیصی اختلالات روانی^۴، کلیه زیر شاخه‌ها در پوشش اختلالات طیف اوتیسم با یکدیگر ادغام می‌شوند. از دیگر تغییرات می‌توان به کاهش سه موردی دسته بندی‌های اولیه اختلالات طیف اوتیسم (مشکلات اجتماعی، اختلالات در برقراری ارتباط و اختلال رفتاری محدود و یا تکراری) به دو دسته بندی با عناوین ضعف اجتماعی-ارتباطی و رفتارهای قالبی یا تکراری، اشاره نمود. اگرچه، بسیاری از این کودکان مهارت‌های شناختی قوی دارند، اما معمولاً جنبه‌های رفتاری و اجتماعی شخصیتشان موجب ایجاد بزرگترین چالش برای معلمان در کلاس ورزش شده است. جنبه‌های مذکور (دو جنبه کلیدی در رشته تربیت بدنی) به نوبه خود می‌توانند روی مهارت‌های اکتسابی و ارتباطی با همسالان تاثیر داشته باشد. بهبود قوانین آموزش و پرورش در سال ۲۰۰۵ برای افراد معلول^۵، با پیشنهاد اضافه نمودن کلاس‌های آموزشی خاص این افراد در کلاس-های درسی معمول، ازجمله تربیت بدنی و ورزش جهت دانش‌آموزان مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم، ادامه یافت. این تغییرات به دلیل رشد عملی و اجتماعی زمانیکه دانش‌آموزان در کنار همسالان خود تحصیل می‌نمایند، رخ می‌دهد (فیشر و میر ۲۰۰۲، گودمن و ویلیامز ۲۰۰۷، شرایمن ۲۰۰۵). با وجود اینکه، این روش ایده آل به نظر می‌رسد، اما در واقعیت و به خصوص هنگامی که مربیان تربیت بدنی کمی حمایت جدی‌تری را اعمال می‌کنند، این روند ممکن است با مشکلاتی همراه شود. این کتاب برای معلمان، جهت به کار گیری هر دو برنامه تربیت بدنی عمومی و تطبیقی جهت برنامه‌ریزی صحیح، ویژه دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم طراحی شده است.

1 Autism
2 ASD
3 PDD-NOS

4 DSM-5
5 IDEA

سهم این کتاب به اشتراک گذاشتن نظرات پژوهشگران، محققان و متخصصین علاقمند به دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم می‌باشد. هدف ما از نگارش این کتاب، پیشنهاد راه حلی جهت تثبیت و یا تغییر موقعیت دانش‌آموزان مبتلا اختلالات طیف اوتیسم، نمی‌باشد؛ بلکه هدف ما یادآوری گزینه‌های موجود برای مربیان جهت چگونگی کار با این دانش‌آموزان است. این روشهای سازماندهی ساختاری می‌توانند در محیطهای تربیت بدنی عمومی و تطبیقی بخوبی محیطهای تفریحی و ... اعمال شوند.

در گفتگویی که ما با معلمان داشتیم، دریافتیم که آموزش و منابع مربوط، برای درک بهتر دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم جزو اساسی‌ترین موارد محسوب می‌شوند. در اکثر موارد، معلمان ممکن است دارای ایده‌ای کلی از ویژگی‌های مربوط به اختلالات طیف اوتیسم باشند، اما آنها معمولاً نمی‌دانند که چگونه در هنگام گسترش تجربیات فعالیت‌های بدنی با رفتارهای خاص این افراد کنار بیایند. سوالات رایج معلمان از این قرارند، ما باید از کدام یک از استراتژی‌های آموزشی در این موارد استفاده کنیم؟ چه تجهیزاتی در این موارد بهتر عمل می‌نمایند؟ و از کجا از پیشرفت این دانش‌آموزان آگاه شویم؟

در بیشتر موارد، دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم با ارتباطات اجتماعی و صدای بلند در فضای باز ورزشگاه، مشکل دارند. همچنین بازی‌های گروهی برای این دانش‌آموزان که در مهارت‌های حرکتی و قوانین اجتماعی همانند اشتراک گذاری و رعایت نوبت ضعیف می‌باشند، بسیار چالش برانگیز است. این کتاب به توضیح بهترین تمرینات تربیت بدنی و ورزش، تربیت خاص و آموزش برای دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم می‌پردازد، که به متخصصان در برآوردن نیازهای دانش‌آموزانشان کمک می‌نماید و همچنین می‌تواند این دانش‌آموزان را به تربیت بدنی و ورزش علاقه مند نماید. این کتاب معرف طیف گسترده‌ای به عنوان ابزاری جهت تحلیل دستورالعمل برای هم تراز نمودن توانایی دانش‌آموزان در برنامه‌های آموزشی آنها می‌باشد.

نقش‌های اولیه این کتاب از جمله تربیت بدنی عمومی و تطبیقی حاصل تجربیات متخصصانی است که طی دهه‌های طولانی در ارتباط با والدین، مربیان عمومی، تخصصی و از همه مهمتر خود دانش‌آموزان جمع آوری نموده اند. چنین نقش‌های که در بالا بدان اشاره گردید، در

برنامه‌های آموزشی و پرورشی معلمان، تحقیقات کلی در ارتباط با ناتوانی و همچنین پروتوکل‌های ارزیابی جهت سنجش یادگیری و گسترش اهداف و مقاصد "طرح آموزشی فردی"، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

فصل ۱ شامل، درک دانش‌آموزان مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم، توصیف ویژگی‌های دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم و چگونگی تاثیر گذاری بروی یادگیری آنها با توجه به جایگاه آنها در این طیف، می‌باشد. فصل ۲ شامل، اختلالات طیف اوتیسم از دیدگاه خانواده، رویکرد‌های اختلالات طیف اوتیسم از دیدگاه والدین و معلمان جهت بدست آوردن بینش در ارتباط با چالشهای پیش رو و همچنین راهکارهای بلقوه جهت انجام فعالیت جمعی، می‌باشد. فصل ۳ دربرگیرنده، دسترسی به برنامه درسی با رویکرد فزاینده، پیشنهاد دیدگاهی عملیاتی درمورد آنچه که می‌تواند به طور معنی‌داری در تربیت بدنی و ورزش دانش‌آموزان صورت پذیرد، می‌باشد. فصل ۴ دربرگیرنده، استراتژی‌های فعال، توصیف رفتارهایی که روی یادگیری تاثیر می‌گذارند و توضیح استفاده از تکنولوژی کمکی، داستان‌های اجتماعی، سازمان دهندگان گرافیکی و مداخلات رفتاری در توجه به این رفتارها، می‌باشند. فصل ۵ شامل، مطالبی درمورد کاهش استرس جهت یادگیری بهتر، ارائه یک نوع بازبینی درمورد واکنش استرسی و تاثیرات آن روی قدرت یادگیری افراد با اختلالات طیف اوتیسم می‌باشد. فصل ۶ شامل، مطالبی درارتباط با بررسی و روند طرح آموزشی فردی، ارائه چالشهایی درمورد ارزیابی حرکتی، آمادگی جسمانی و مهارت‌های ورزشی در کودکان با اختلالات طیف اوتیسم و همچنین روشهایی در جهت توجه به این چالشها و توضیح چگونگی اعمال این اطلاعات به دست آمده در ارزیابی توان یادگیری و گسترش اهداف طرح آموزشی فردی مربوط، می‌باشد. فصل ۷ شامل، تخصیص فعالیت و بازیهای خاص به این افراد می‌باشد و فصل ۸ شامل، بازی و فعالیت‌های گروهی، ارائه درسهایی جهت رشد فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، آمادگی جسمانی، الگوهای حرکتی پایه، مهارت‌های ادراکی حرکتی برای دانش‌آموزان مقاطع ابتدایی تا متوسطه اول و مقاطع بالاتر می‌باشد.

"هریک از دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم منحصر به فرد می‌باشند و هیچ تمرینی وجود ندارد که به طور یکسان برای تمامی دانش‌آموزان بکار برده شود". علاوه بر این، هر آنچه که به‌طور معجزه آسایی در یک روز بروی این دانش‌آموزان موثر واقع می‌شود ممکن است برای روزهای آینده نیازمند امتحان دوباره باشند. اگرچه

آشنایی با ویژگی‌های اختلالات طیف اوتیسم به معلمان، در بدست آوردن اطلاعات آموزشی، توسعه تمریناتی که برای این دانش‌آموزان مورد استفاده قرار می‌گیرد، نیاز معلمان برای بررسی خود دانش‌آموزان، آنچه که تدریس می‌کنند و محیطی که در آن تدریس می‌کنند، کمک می‌نماید. منحصر به فرد نمودن سیستم آموزشی، در هر زمینه ای، نکته‌ای کلیدی محسوب می‌شود. همانطور که آنا گریفین، یکی از همکاران ما به این موضوع اشاره نموده است که **"هنگامی که شما کاری درست برای دانش‌آموزان انجام دهید، در میابید که این تمرین برای تمامی دانش‌آموزانی که شما به آنها تدریس می‌نمایید درست می‌باشد"**.

فهرست

بخش اول دستورالعمل‌های آموزشی در حال توسعه برای دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم.....	۱۳
درک دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم.....	۱۴
تعریف بالینی اختلال طیف اوتیسم.....	۱۶
علائم علمی مربوط به اختلالات طیف اوتیسم: ویژگی‌های رایج.....	۱۸
حالت‌های اجتماعی مربوط به ناتوانایی.....	۲۱
ورود دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم به سالن‌های ورزشی جهت تمرین تربیت بدنی و ورزش.....	۲۱
شما چه چیزی را می‌توانید از دانش‌آموزان یاد بگیرید.....	۲۴
چگونه همه این موارد باید مورد استفاده قرار گیرند؟.....	۲۶
نتیجه.....	۲۶
اختلالات طیف اوتیسم از دیدگاه خانواده.....	۲۹
استرس و والدین.....	۳۰
کمک به والدین جهت مقابله با استرس.....	۳۳
ایجاد خطوط ارتباطی برای والدین.....	۳۳
گوش دادن به حرف‌های والدین.....	۳۵
ارائه بازخورد.....	۳۶
ارتباط مداوم و روند طرح آموزش فردی.....	۳۶
نتیجه.....	۳۹
دستیابی به برنامه آموزشی از طریق طیف ورود.....	۴۱
طیف ورودی.....	۴۳
فرایند برنامه‌ریزی برای استفاده از طیف ورودی.....	۴۵
ارائه آموزش با استفاده از طیف ورود.....	۴۶
تغییر یا اصلاح فعالیت‌ها با استفاده از مراحل گام به گام.....	۵۳
نتیجه.....	۵۴
راهبردهای مبتکرانه برای ورود.....	۵۷
ارتباطات.....	۵۸
مشارکت‌های اجتماعی.....	۶۱
میزان رشد نامتوازن.....	۶۲
مجموعه علایق محدود شده.....	۶۳
انتقال.....	۶۴
فناوری کمکی.....	۶۴

۷۰	پیش‌نمایش
۷۱	مدل‌سازی ویدئویی
۷۴	تجزیه و تحلیل رفتار کاربردی
۷۷	نتیجه
۷۹	کاهش استرس برای یادگیری بهتر
۸۰	پاسخ استرسی چیست؟
۸۳	سیستم‌های حسی
۸۹	راهکارهای کاهش استرس
۹۳	نتیجه
۹۵	ارزیابی و پردازش برنامه‌های آموزش انفرادی
۹۶	راهکارهایی برای ارزیابی کودکان با اختلالات طیف اوتیسم
۱۰۴	ابزارهای ارزیابی محبوب و قابل قبول در تربیت بدنی عمومی و تطبیقی
۱۱۰	آزمون مهارت ورزشی و اوقات فراغت در طول زندگی
۱۱۴	نوشتن اهداف و حقایق برنامه آموزش فردی براساس سطح اجرای موجود
۱۱۵	گزارش نتایج ارزیابی کودکان که غیر قابل ارزیابی
۱۱۶	نتیجه
۱۱۷	ضمیمه ۶ الف تا ز
۱۳۷	بخش دوم بازی‌ها و فعالیت‌های انفرادی و گروهی کوچک
۱۳۸	بازی‌ها و فعالیت‌های انفرادی
۱۳۹	تمرین‌های گرم کردن و ساده کلاس
۱۵۳	فعالیت‌های ایستگاهی با استفاده از تجهیزات روشنایی
۱۶۵	مهارت‌های بازی و فعالیت‌های تعامل اجتماعی
۱۷۸	ایستگاه‌های مهارت ورزشی و حرکتی
۱۹۷	ضمیمه ۷ الف تا ز
۲۰۹	بازی و فعالیت‌های گروهی
۲۱۰	بیسبال یا سافتبال
۲۱۴	بسکتبال
۲۱۷	فوتبال پرچی
۲۲۲	هاکی سالی
۲۲۶	فوتبال
۲۳۰	هندبال

۲۳۴	والیبال
۲۳۹	منابع
۲۴۶	درباره نویسنده
۲۴۷	درباره ناشران
۲۴۹	درباره مترجمان

بخش اول

دستورالعمل‌های آموزشی فراگیر برای دانش‌آموزان با اختلالات طیف اوتیسم
