

بررسی اصول طراحی فضاهای آموزشی

مبتنی بر راهبردهای ارتقای فعالیت های فیزیکی دانش آموزان

جمال الدین مهدی نژاد^۱، الهام باپیری^{۲*}، مهدیه حسن خانی^۳

- ۱- دانشیار دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران، ایران
۲- دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی معماری، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه شهید رجایی تهران، ایران
۳- دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی معماری، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه شهید رجایی تهران، ایران

چکیده:

یکی از نگرانی های سازمان جهانی بهداشت در زمینه سلامت نداشتن فعالیت فیزیکی کافی است که به یک سبک زندگی در میان دانش آموزان تبدیل شده است. به دلیل صرف زمان زیاد توسط دانش آموزان در مدرسه و پتانسیل بالقوه محیط آن در ارتقای رفتارهای بهداشتی و سالم، این مطالعه با هدف شناسایی و بررسی اصول طراحی فضاهای آموزشی در راستای ارتقای سطح فعالیت های فیزیکی دانش آموزان (فعالیت های متوسط و شدید) صورت گرفته است. بدین منظور با تکیه بر روش پژوهشی توصیفی و تحلیل محتوا، و با مراجعه به منابع کتابخانه ای و اسناد و مدارک و وب سایت های معتبر علمی و بررسی نمونه های موردی اطلاعات مورد نظر جمع آوری گردید و مبانی و رویکردهای موجود در زمینه خلق محیط های حمایتی و تشویقی در مدرسه برای فعالیت های فیزیکی استخراج شد. نتایج حاصل از بررسی ها بیان میکند که ارتباط معناداری بین مداخلات مربوط به محیط فیزیکی مدرسه با افزایش رفتارها و فعالیت های فیزیکی دانش آموزان وجود دارد و با بکارگیری این مداخلات (همچون دسترسی به امکانات ایمنی و مبللمان انعطاف پذیر و...) فضاهای آموزشی میتوانند به محیطی حمایتی و فعال برای فعالیت های فیزیکی تبدیل شوند.

کلمات کلیدی: فعالیت های فیزیکی- فضاهای آموزشی- دانش آموزان- محیط فیزیکی

۱- مقدمه:

یکی از نگرانی های امروزی سازمان جهانی بهداشت نداشتن فعالیت فیزیکی کافی است که به یک مسئله در زمینه سلامت عمومی تبدیل شده است [۴]. در سال ۲۰۰۹، نداشتن فعالیت فیزیکی به عنوان چهارمین عامل خطرناک در ابتلا به بیماری های غیر مسری و عامل بیش از سه میلیون مرگ و میر قابل پیشگیری در جهان معرفی شد [۵]. امروزه بی تحرکی و نداشتن فعالیت بدنی به دلیل پیامدهای ناشی از ماشینی شدن زندگی و استفاده از سرگرمی های کم تحرک و الکترونیکی، به یک سبک زندگی (Life style) در میان کودکان و نوجوانان تبدیل شده است [۶]. این درحالیست که تحقیقات فعالیت بدنی را عمدتاً به عنوان ضرورتی برای رشد و تکامل طبیعی کودکان و نوجوانان معرفی میکند که انجام منظم آن علاوه بر کاهش ابتلا به بسیاری از بیماری های جسمی و روانی در بهبود عملکرد تحصیلی، وضعیت خواب، کنترل وزن و تغییر سایر رفتارهای بهداشتی مانند تغذیه سالم، نکشیدن سیگار و مصرف الکل و... کمک کننده است [۷]. در این راستا نظام آموزش و پرورش که پدیده اجتماعی عامی است و در تمام جوامع امروزی یافت می شود [۳] میتواند به عنوان معبری مهم برای دسترسی به کل جمعیت به ویژه کودکان و نوجوانان از پیش دبستان تا پایان دبیرستان تلقی شود. اکثر دانش آموزان ۵ تا ۱۷ سال حدود شش ساعت در روز و ۲۰۰ روز در سال را در