

## مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان در تربیت اسلامی با تأکید بر نقش بازی‌های فیزیکی

علی ستاری<sup>۱</sup>، الهام صفرنواده<sup>۲</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر تبیین مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان در تربیت اسلامی با تأکید بر نقش بازی‌های فیزیکی است. امروزه بازی‌های تمرکز یافته بر ذهن که بیشتر در قالب بازی‌های دیجیتال و الکترونیکی عرضه و از آن‌ها با عنوان بازی‌های رایانه‌ای یاد می‌شود، در عمل باعث شده‌اند تا علاقه کودکان به بازی‌ها و تحرکات فیزیکی و جسمی کاهش پیدا کند. این در حالی است که در تربیت اسلامی بر نقش پراهمیت بازی‌های فیزیکی کودکان تأکید شده است. به همین دلیل این پژوهش با استفاده از روش توصیفی - تحلیلی انجام شد تا تبیینی از مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان در تربیت اسلامی با تأکید بر نقش بازی‌های فیزیکی ارائه دهد. نتایج این پژوهش نشانگر آن است که با مفروض قرار دادن جایگاه و اهمیت پرورش جسمانی کودکان در تربیت اسلامی، مبانی انسان‌شناختی خاصی قابل شناسایی و تبیین است. این مبانی عبارتند از ترکیب کودک انسان از جسم و روح و تأثیر متقابل جسم و روح بر یکدیگر در فرایند رشد کودک به سمت کمال، تدریجی بودن رشد جسم و روح کودک و نقش ابزاری جسم در پرورش روح که از کودکی آغاز می‌شود. بدین‌سان ضرورت توجه جدی برنامه‌های تربیتی بر نقش پرورش جسمانی کودکان با بهره‌گیری از بازی‌های فیزیکی تأکید می‌شود. ملاحظه مبانی انسان‌شناختی یاد شده در برنامه‌ریزی‌های تربیتی، علاوه بر تأمین سلامت جسمانی کودکان، زمینه را برای تقویت و پرورش روحی و معنوی آنان در آینده فراهم می‌سازد.

**واژگان کلیدی:** انسان‌شناسی، پرورش جسمانی، تربیت اسلامی، بازی‌های فیزیکی

---

۱- نویسنده مسئول: استادیار مدیریت و برنامه‌ریزی آموزشی دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران  
alisattari@alzahra.ac.ir  
۲- دانش‌آموخته کارشناسی ارشد تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران  
ghoghnus255@yahoo.com

## بیان مسئله

دوره کودکی نخستین و مهم‌ترین دوره زندگی آدمی است؛ به طوری که دوران کودکی را دورانی سرنوشت‌ساز برای دوره‌های بعد دانسته‌اند (مفیدی، ۱۳۹۳، ص ۷). در منابع اسلامی اعم از آیات و روایات، سیره ائمه (ع) و نیز در آراء اندیشمندان مسلمان که متأثر از منابع و آموزه‌های اسلامی است، بر اهمیت تربیت در دوره کودکی با تأکید بر نقش پرورش جسمانی تأکید شده است (داوودی و حسینی‌زاده، ۱۳۸۹، ص ۸۵). باین حال علی‌رغم تأکیدی که در اسلام بر نقش تربیتی بازی‌های فیزیکی در سلامت جسم و روح کودکان به عمل آمده، کانون خانواده در ایران با مسئله‌ای مواجه است که آثار آن هم‌اینک نهفته است؛ اما امکان آشکار شدن آن در آینده وجود دارد. مسئله این است که به دلیل ظهور بازی‌های رایانه‌ای، در عمل شاهد کاهش علاقه کودکان به بازی‌های فیزیکی و جسمی هستیم. در این راستا از بازی‌های رایانه‌ای به مثابه رقیب بازی‌های فیزیکی یاد می‌شود و بازی‌های رایانه‌ای مانعی در تحرک جسمی کودکان به شمار می‌آید (موسوی، ۱۳۹۰، صص ۱۰۸-۷۹). دامنه این مسئله زمانی بیشتر می‌شود که بازی‌ها و تحرکات جسمانی کودکان در جامعه ما از سوی خانواده‌ها نوعی شیطنت و بازیگوشی به حساب می‌آید و کودکان ساکت و بی‌تحرک، کودکانی مؤدب و روبه‌راه تلقی می‌شوند. این در حالی است که صاحب‌نظران در حوزه حقوق کودکان، تحرک جسمی کودکان را بخشی از فرایند تربیتی آنان به شمار آورده و جزو حقوق طبیعی آنان می‌دانند. نکته‌ای که در اسلام نیز بر آن تأکید شده است (حاجی‌ده‌آبادی، ۱۳۹۱، صص ۱۰۵-۹۷). از سوی دیگر تأثیر ارتباط میان برخی از عوامل آمادگی جسمانی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان گزارش شده است. نتایج پژوهش فلاحی و عبدالهی (۱۳۹۶) نشان می‌دهد که میان برخی از عوامل آمادگی جسمانی مانند آمادگی قلبی و عروقی و انعطاف‌پذیری و آزمون‌های پیشرفت تحصیلی زبان، ریاضی و ادبیات دانش‌آموزان ارتباط متوسط معنادار وجود دارد. به این معنی که دانش‌آموزان با آمادگی جسمانی بالاتر در پیشرفت تحصیلی نیز موفق‌تر هستند. همچنین پژوهش‌ها ارتباط میان پرورش روحی و جسمی به صورت توأمان را گزارش می‌دهند. هانگلمن<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۹۶) دریافته‌اند که میان ذهن، بدن و روح با استفاده از مقیاس بهزیستی روحانی جارل همبستگی مثبتی وجود دارد. آن‌ها دریافته‌اند که برای سلامت جسمانی افراد، ارزیابی سلامت معنوی آنان ضرورت دارد؛ به این معنا که سلامت معنوی با سلامت جسمی افراد در ارتباط است. همچنین پژوهش‌ها یکی از دلایل گسترش روزافزون استفاده از بازی‌های رایانه‌ای در کودکان را خلاء بازی‌های سنتی جذاب و مناسب که اغلب بر بُعد جسمی کودکان تمرکز یافته‌اند، گزارش می‌کنند (کوثری، ۱۳۹۰، ص ۱۴۸).

1- Hungelmann

این در حالی است که در گذشته اغلب بازی‌ها حالت طبیعی داشته و با فعالیت‌های بدنی مؤثر همراه بوده است. بدین‌سان شناسایی مبانی پرورش جسمانی کودکان از دیدگاه اسلام با مفروض قرار دادن جایگاه پراهمیت بازی‌های فیزیکی و جسمانی در اسلام، ضرورت پیدا می‌کند. در قرآن کریم، قوت جسمانی به‌عنوان یک امتیاز ارزایی شده و بر تقویت آن تأکید شده است. چنانچه خداوند در قرآن درباره رهبری طالوت (ع) می‌فرماید: «خداوند او را بر شما برگزیده و قدرت علمی و جسمی وی را از شما افزون‌تر قرار داده است»<sup>۱</sup> (بقره، ۲۴۷). همچنین درباره لزوم تقویت بنیه جسمی در امور رزمی و نظامی می‌فرماید: «در برابر آن‌ها [دشمنان] آنچه توانایی دارید از نیرو آماده سازید»<sup>۲</sup> (انفال، ۶۰). در اینجا آمادگی شامل تمام نیروها از جمله نیروی جسمانی است که می‌توان از آن در برابر دشمن استفاده کرد (تفسیر نمونه، ۱۳۷۲، ج ۷، ص ۲۲۲). در جایی دیگر در بیان سرگذشت موسی (ع)، خداوند در قرآن او را مردی نیرومند و قوی معرفی کرده و می‌فرماید: «موسی یک مشت به آن مرد زد و او درگذشت»<sup>۳</sup> (قصص، ۱۵). در اینجا به نیروی جسمانی موسی (ع) اهمیت داده شده است. در جایی دیگر از قول هود (ع) به قوم خود می‌فرماید: «و شما را از جهت خلقت (جسمانی) گسترش (و قدرت) داد.»<sup>۴</sup> (اعراف، ۶۹). در آیه‌ای دیگر دختر شعیب (ع) که قوت موسی (ع) را به‌هنگام کشیدن یک تنه دلو سنگین از چاه فهمیده بود، قدرت جسمانی او را با ویژگی اخلاقی او همراه ساخته و به پدرش نیروی جسمانی و امانت‌داری او را متذکر می‌شود. در این‌باره در قرآن آمده: «یکی از آن دو (دختر) گفت: پدرم! او را استخدام کن؛ زیرا بهترین کسی را که می‌توانی استخدام کنی آن کسی است که قوی و امین باشد او او همین مرد است»<sup>۵</sup> (قصص، ۲۶). از مجموع معانی و تفسیر آیاتی که در اینجا معرفی شد، می‌توان چنین نتیجه گرفت که در قرآن نیروی جسم - که نیاز به پرورش نیز دارد - دارای اهمیت بوده و از جایگاه بالایی برخوردار است. بدیهی است که تربیت و تقویت جسم از دوران کودکی آغاز می‌شود و سپردن آن به دوران بزرگسالی، تقویت آن را به تأخیر انداخته و بعضاً ناممکن می‌سازد. بدین‌سان می‌توان گفت که اولاً در قرآن نیروی جسمانی دارای ارزش بوده و جایگاه بالایی دارد، ثانیاً ارزش نیروی جسمانی شامل نیروی جسمانی کودکان نیز می‌شود و ثالثاً بهترین دوران برای کسب عادات مربوط به تربیت و تقویت‌بنیه و نیروی جسمانی، دوران کودکی است. بنابراین در قرآن، تربیت جسمانی کودکان از دوران کودکی ارزش پیدا می‌کند. علاوه بر قرآن در احادیث و روایات ائمه (ع) نیز بر پرورش جسم کودکان تأکید شده است. در این خصوص با دو دسته حدیث و روایت مواجه هستیم؛ احادیث و روایاتی که در آن‌ها مستقیماً به پرورش جسم اهمیت

۱- «إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَ زَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ».

۲- «وَأَعَدُوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ».

۳- «فَوَكَرَهُ مُوسَى فَقَضَى عَلَيْهِ».

۴- «وَ زَادَكُمْ فِي الْخَلْقِ بَسْطَةً».

۵- «قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنْ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ».

داده شده و احادیث و روایاتی که به طور غیرمستقیم در آن‌ها به پرورش جسم کودکان اشاره شده است. پیامبر(ص) با اظهارنظر صریح درباره روش‌های پرورش جسمانی زمان خود، پرداختن به آن‌ها را توصیه کرده‌اند. ایشان خود اسبدوانی کرده و در مسابقات اسبدوانی برای فرد برنده، جایزه‌ای از نقره مقرر می‌کردند (حر عاملی، ۱۴۱۴ ق، ج ۱۳، ص ۳۴۶). در جایی ایشان فرزندان خود را به فراگیری شنا و تیراندازی سفارش کرده و در حدیثی دیگر اسب‌سواری و تیراندازی را جزو سرگرمی‌هایی به شمار آورده‌اند که حق مؤمن است. ایشان در خصوص شنا فرموده‌اند که بهترین سرگرمی مؤمن شنا است (متقی هندی، ج ۱۵، ص ۲۱۱). تأکید اسلام بر فراگیری ورزش‌هایی مانند اسبدوانی و تیراندازی به حدی است که حتی شرط‌بندی را در مورد برخی از آن‌ها بدون اشکال می‌داند. امام باقر(ع) در این باره می‌فرماید: «رسول خدا مسابقه اسبدوانی ترتیب داده و جوایز این مسابقات را از مال خویش پرداخت می‌کرد» (حر عاملی، ۱۴۱۴ ق، ج ۱۳، ص ۳۵۱).

پیامبر(ص) در دعایی از خداوند چنین طلب می‌کند: «خداوندا! نعمت سرزندگی و کوشایی را به ما ارزانی دار و از سستی، تنبلی، ناتوانی، بهانه‌آوری، زیان، دل‌مردگی و ملال محفوظمان نگاه دار» (محمدی ری‌شهری، ج ۱۱، ص ۵۱۸۴). امام صادق(ع) شادابی و خرمی را در چند چیز می‌داند و پیاده‌روی، اسب‌سواری و شنا کردن را جزو آن‌ها برمی‌شمرد (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۷۳، ص ۳۲۳). روایات دیگری نیز درباره تشویق پیامبر(ص) به انواع روش‌های تقویت جسم نقل شده است: «شبی ایشان به خانه فاطمه زهرا سلام الله علیها آمدند. امام حسن(ع) و امام حسین(ع) در سنین کودکی بودند. به آن‌ها گفتند بپاخیزید و با یکدیگر کشتی بگیرید. آن‌ها هم برخاسته و کشتی گرفتند. در حالی که دیگران نیز آن‌ها را تشویق می‌کردند» (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۱۰۳، ص ۱۱۹). این احادیث حاکی از آن است که پیامبر(ص) و ائمه(ع) به پرورش جسمی همگان و به خصوص پرورش جسم کودکان اهمیت داده‌اند.

«مبانی» در لغت به معنای بنیادها آمده (معین، ۱۳۸۶) و در تعلیم و تربیت به دو دسته «مبانی علمی» و «مبانی فلسفی» تقسیم می‌شود. مبانی علمی همچون مبانی زیست‌شناسی، جامعه‌شناسی و روان‌شناسی، فهرست اقدامات تربیتی را فراهم می‌کند و مبانی فلسفی روابط این مبانی را کشف کرده، به آن‌ها معنا می‌بخشد و تمامیت آن‌ها را یکجا به نظاره می‌نشیند. از این رو مبانی، «هست»هایی است که با تکیه بر آن‌ها باید‌هایی (اصول) در تعلیم و تربیت استنباط می‌شوند. (شکوهی، ۱۳۷۲، صص ۶۳-۶۰). همچنین مبانی، مجموعه قانون‌مندی‌های شناخته‌شده‌ای است که دانش تعلیم و تربیت به آن‌ها تکیه زده است (باقری، ۱۳۸۵، ص ۸۷). در این پژوهش باتوجه به تعاریف یاد شده، مبانی عبارت از مجموعه قانونمندی‌های موجود در دانش تعلیم و تربیت است که زمینه را برای برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری در تربیت فراهم می‌کند.

۱- «وَأَمِّنْ عَلَيْنَا بِالنَّشَاطِ وَأَعِدْنَا مِنَ الْفَشْلِ وَالْكَسَلِ وَالْعَجْزِ وَالْعِلَالِ وَالضَّرِّ وَالضَّجْرِ وَالْمَلَلِ».

مطهری تربیت اسلامی را رشد استعدادها و نیروهای انسان در مسیر کمال وجودی او تعریف می‌کند. به بیان او، تربیت اسلامی عبارت از فراهم کردن زمینه‌هایی برای رشد استعدادها و نیروهای انسان است تا بتواند از این نیروها برای رسیدن به کمال خود بهره‌مند شود (مطهری، ۱۳۷۴، صص ۵۶-۵۷). باقری که به دنبال ارائه معنایی تازه از تربیت اسلامی است، تعریف تربیت را با استفاده از معنای آن در قرآن بررسی می‌کند. وی با توجه به مفهوم‌شناسی به عمل آمده در باب مفهوم تربیت در قرآن، تربیت اسلامی را چنین تعریف می‌کند: «تربیت اسلامی یعنی شناخت خدا به‌عنوان رب یگانه انسان و جهان و برگزیدن او به‌عنوان رب خویش و تن دادن به ربوبیت او و تن زدن از ربوبیت غیر» (باقری، ۱۳۸۵، ص ۵۳). در پژوهش حاضر از محتوای هر دو تعریف یاد شده استفاده شده است. همچنین در تعریف پرورش جسمانی آمده که پرورش جسمانی فرایندی آموزشی و تربیتی است که طی آن به‌واسطه کسب و پردازش مهارت‌های حرکتی و دانش علمی، ذهن و جسم انسان درگیر فعالیت شده و موجب پرورش و رشد استعدادهای جسمانی و نفسانی او می‌شود. پرورش جسمانی، قوای فرد را به تعادل رسانده و او را در راه رسیدن به کمال مطلوب خود یاری می‌کند (گرگین و خسروپناه، ۱۳۹۲، ص ۱۲). چنین تعریفی می‌تواند به بحث‌های ما در این مقاله کمک کند؛ چرا که در تعریف یاد شده به هر دو بعد پرورش جسمی و پرورش روحی به‌صورت توأمان اهمیت داده شده است.

به‌طور کلی در اسلام کودک با مؤلفه سن و با سه ملاک «سن تقویمی»، «سن عقلی» و «سن جنسی» شناسایی می‌شود (ستاری، ۱۳۹۳، ص ۱۶) و در اصطلاح قرآن، فرد از هنگام تولد تا بلوغ، «طفل» نام دارد (باقری، ۱۳۸۵). در این پژوهش منظور از کودک کسی است که در چارچوب سن تقویمی (در دختران تا سن ۹ سالگی و در پسران تا سن ۱۵ سالگی)، سن عقلی (سنی که در آن کودکان قادر به تشخیص و تمیز خوب از بد می‌شوند) و سن جنسی (زمانی که کودکان به مرز احتلام می‌رسند) قرار دارد که معمولاً شامل افراد تا سن ۱۵ سالگی می‌شود.

در بررسی مبانی نظری تربیت جسمی کودکان، سوابق و رویکردها نشان می‌دهند که در یونان باستان پرورش جسمانی کودکان، نوجوانان و جوانان به‌منظور پرورش جنگاوران از اهمیت فراوانی برخوردار بوده که این موضوع در فرهنگ رومی کمتر از فرهنگ یونانی مورد توجه قرار داشته است (عسگری‌زاده، ۱۳۹۳). در قرون وسطی با توجه به محوریت تعبد در تربیت (کاردان، ۱۳۹۲، صص ۵۳ و ۵۶)، جسم انسان واجد ارزش چندانی در مقایسه با روح نبوده؛ بنابراین در آن دوران به پرورش جسمی کودکان توجه خاصی نمی‌شد.

این در حالی است که دانشمندان اسلامی هم با وجود ارزش و جایگاه تربیت جسمانی در اسلام، کمتر به پرورش جسم توجه کرده‌اند. به نظر می‌رسد این دانشمندان در سایه اهمیت دادن به پرورش روحی و اخلاقی، از توجه به پرورش جسمانی در بحث‌هایشان غافل مانده‌اند. درعوض همین دانشمندان به تنبیه بدنی در حین تربیت اشاره کرده‌اند (صدیق، ۱۳۵۷). به‌عنوان مثال این دسته از دانشمندان در کنار سایر قوای وجودی انسان به وجود قوای جسمانی اشاره کرده‌اند؛ اما در باب پرورش آن سخنی به میان نیاورده‌اند. باین‌حال توأسی و

اشاراتی در ارتباط با توجه به پرورش جسم و توجه به آن در تربیت وجود دارد. در میان دانشمندان اسلامی، اخوان الصفا و ابن مسکویه توجه ویژه‌ای به پرورش جسم در تربیت داشته‌اند. از نظر اخوان الصفا، ارتباط روح و جسم ارتباطی آلی است؛ به این معنا که جسم ابزاری در خدمت روح است. بنابراین تکمیل و فعلیت یافتن روح منوط به استفاده از جسم است و به همین دلیل پرورش جسم ضرورت دارد. از این رو اخوان الصفا راه اصلی شناخت را شروع از امور حسی می‌داند که به جسم مربوط می‌شود. بنا بر همین اصل، آنان چهار سال نخست زندگی کودک را دوره پرورش جسمی به حساب می‌آورند. ابن مسکویه نیز بر پرورش توأمان جسم و روح تأکید کرده و معتقد است که نباید یکی از این دو را در تربیت برگزید و دیگری را رها ساخت (رفیعی، ص ۹۰). وی در پرورش جسمی کودک بر بازی و ورزش توصیه می‌کند (رفیعی، ۱۳۹۲، صص ۹۳-۶۱).

از آغاز رنسانس و با تغییر تدریجی محور امور به سمت انسان، جسم او جایگاهی بلندتر از قرون وسطی یافت (کاردان، ۱۳۹۲). این در حالی است که تا اواسط قرن نوزدهم تاریخ تحول توجه به آموزش کودکان، با توجه بیشتر به بازی همراه شد. در میان نظرات اندیشمندان این دوره، اندیشه‌های جان لاک درباره «آموزش از طریق بازی و حس» دارای اهمیت است (مفیدی، ۱۳۹۳، ص ۳۴). در دهه نخست قرن بیستم، جنبش مطالعات کودک با زمینه رشد او در آثار استانی هال روان شناس آمریکایی انعکاس یافت (عسگری/زاده، ۱۳۹۳). بدین سان قرن بیستم به دلیل اهمیت بازی‌ها، عصر بازی نامیده شد و پژوهش‌های بسیاری پیرامون آن صورت گرفت (کوثری، ۱۳۹۰).

در ارتباط با پیشینه پژوهش، نتایج پژوهش‌ها حاکی از افزایش روزافزون استفاده کودکان و نوجوانان از رسانه‌های تصویری نظیر تلویزیون یا بازی‌های رایانه‌ای و اثرات آن‌ها انجام شده که از آن جمله می‌توان به پژوهش‌های پل‌گی<sup>۱</sup> (۲۰۰۷)، سینگر و سینگر<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) و ریگی<sup>۳</sup> (۲۰۱۱) اشاره کرد. در عوض فعالیت‌های بدنی کودکان تأثیر این فعالیت‌ها را بر توانایی‌های ذهنی آنان آشکار می‌سازد. سمنه، سلمان و آقازاده (۱۳۸۷) طی یک پژوهش کاربردی با عنوان «تأثیر فعالیت‌های بدنی و بازی بر رشد توانایی‌های ذهنی پسران پیش‌دبستانی»، تأثیر معنادار بازی‌های فیزیکی را بر توانایی‌های ذهنی کودکان پیش‌دبستانی نشان داده‌اند. این پژوهش در مقایسه با پژوهش حاضر، بر بعد کاربردی تمرکز داشته و به مبانی نظری پرورش جسمی نپرداخته است. مهدی‌نژاد (۱۳۹۱) پژوهشی را با عنوان «تأثیر محیط‌های بازی طبیعی در رشد کیفی آموزش کودکان» انجام داده و در آن اهمیت بازی‌های فیزیکی کودکان در محیط طبیعی را نشان داده است. گرگین و خسروپناه (۱۳۹۲) پژوهشی با عنوان «فلسفه تربیت بدنی با رویکرد اسلامی» انجام داده‌اند که در پژوهش یاد شده مبانی فلسفی تربیت بدنی به طور عام مورد بررسی قرار گرفته است. نقطه قوت این پژوهش تکیه

1- Gee. P

2- Singer & singer

3- Rigby

داشتن بر واژه‌شناسی‌های دقیق و بازشناسی اصطلاحات مشابه مثل ورزش و تربیت بدنی از یکدیگر است. اما در این پژوهش تأکید ویژه‌ای بر دوران مهم کودکی به عمل نیامده و ضرورت پرورش جسمی برای کودکان بررسی نشده است. «اهداف، مبانی، اصول و روش‌های تربیت بدنی با رویکرد اسلامی»، عنوان پژوهشی از عبدالهی، فرخی و باقری (۱۳۸۰) است که با هدف سیاست‌گذاری‌های کلان به مبانی تربیت بدنی و اصول و روش‌های تربیتی متناظر با آن پرداخته است. این پژوهش با تکیه بر مبانی انسان‌شناختی به طراحی نظام تربیت بدنی پیشنهادی مبادرت ورزیده است.

آنچه که پژوهش حاضر را از پژوهش‌های انجام شده متمایز می‌سازد، بازشناسی دیدگاه اسلام در مبانی پرورش جسمانی کودکان با تأکید بر مبانی نظری و فلسفی انسان‌شناختی و نقش ویژه بازی‌های فیزیکی است. نتایج این پژوهش در نوع خود می‌تواند بینش روشن‌تری را در ارتباط با جایگاه و اهمیت پرورش جسمی و فیزیکی کودکان ارائه دهد و موجب تغییر نگاه والدین، برنامه‌ریزان و مربیان تربیتی به کودکان در ارتباط با پرورش جسمی آنان در کنار بازی‌های رایانه‌ای و دیجیتالی شود.

پژوهش حاضر با در نظر گرفتن مسئله و ضرورت یاد شده و با تکیه بر منابع دینی از جمله آیات، روایات و سیره پیامبر(ص) و امامان معصوم(ع)، با هدف شناسایی و تبیین مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان در اسلام انجام شده است. اینکه «مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان در تربیت اسلامی چیست؟» پرسش این پژوهش است که پاسخ به این سؤال، تبیینی از دیدگاه اسلام در باب پرورش جسمانی کودکان به دست می‌دهد و می‌تواند زمینه‌ساز توجه بهتر به تربیت جسمی و روحی کودکان باشد.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع کیفی است و با روش تحلیلی انجام شده است. در این راستا به آیات و روایات و سیره ائمه(ع) استناد شده است. روش گردآوری اطلاعات، اسنادی بوده و اسناد شامل کتاب‌ها و مقالات مربوط به مباحث و موضوع پژوهش است. در میان آیات و احادیث به شیوه موضوعی، آن دسته از آیات و احادیثی که با موضوع تربیت جسمانی مرتبط بوده، استخراج و در بحث‌ها به آن‌ها استناد شده است.

### یافته‌های پژوهش

در پاسخ به سؤال پژوهش به شناسایی مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان در تربیت اسلامی می‌پردازیم؛ به این ترتیب که ابتدا مبانی انسان‌شناختی پرورش جسمانی کودکان و سپس نتایج تربیتی متناظر با هر مبنا را در تربیت اسلامی بررسی خواهیم کرد.

### مبنای اول: کودک انسان مرکب از جسم و روح است

براساس آموزه‌های اسلامی، کودک موجودی مرکب از جسم و روح است. همانطور که در قرآن در مورد آفرینش انسان آمده: «و آفرینش انسان را از گل آغاز کرد. سپس نسل او را از عصاره‌ای از آب ناچیز و بی‌قدر آفرید. سپس [اندام] او را موزون ساخت و از روح خویش در وی دمید و برای شما گوش و چشم‌ها و دل‌ها قرار داد»<sup>۱</sup> (سجده، ۷۹). با تأمل در آیات یاد شده می‌توان دریافت انسان آمیزه‌ای از آب و خاک است که جنبه‌ای مادی و جسمی دارد، سپس روح در او دمیده شده است. بنابراین همه انسان‌ها که جملگی در آغاز کودک‌اند، دارای دو بعد جسمی و روحی هستند. بدین‌سان در دیدگاه اسلام و به تأسی از آیات قرآن، کودک انسان ترکیبی از جسم و روح است و این دیدگاه با برخی دیدگاه‌های مادی همچون دیدگاه ماتریالیستی در خصوص آفرینش انسان - که برای انسان تنها یک بعد مادی متصور است - تفاوت دارد. نتیجه تربیتی این مبنا در تربیت اسلامی آن است که در برنامه‌های تربیتی هرگونه توجه به روح مستلزم توجه به جسم و هرگونه توجه به جسم مستلزم توجه به روح است. در نتیجه توجه توأمان به جسم و روح، به پرورش هر دو منجر خواهد شد. در تبیین مبنای دوم که در آن جسم و روح تأثیری متقابل بر روی هم دارند، خواهیم دید که چگونه توجه توأمان به جسم و روح در تربیت لازم است.

### مبنای دوم: جسم و روح در سلامت کودکان تأثیری متقابل دارند

سلامت از منظر اسلامی، مفهوم مشترکی میان جسم و روح است که در تأثیر متقابل هر یک بر روی دیگری حاصل می‌شود. به‌طوری‌که سلامت جسم بر سلامت روح و سلامت روح بر سلامت جسم تأثیر می‌گذارد. در اسلام نهی از خوردن و آشامیدن محرمانی چون مسکرات و گوشت خوک از آن رو است که تناول این‌ها که امری جسمی است، تأثیرات روحی خاصی را در انسان ایجاد می‌کند. چنانچه در قرآن آمده است: «در باره شراب و قمار از تو می‌پرسند. بگو در آن دو گناهی بزرگ و سودهایی برای مردم است و [الی] گناهشان از سودشان بزرگتر است»<sup>۲</sup> (بقره، ۲۱۹). «[خدا] تنها (خوردن) مردار و خون و گوشت خوک و آنچه [به‌هنگام سر بردن، نام] غیر خدا بر آن بانگ زده شده را بر شما حرام کرده است»<sup>۳</sup> (بقره، ۱۷۳). مطهری در این باره می‌نویسد: «علت تحریم بسیاری از امور [در اسلام] (مثل حرمت شراب و گوشت خوک و خون) مضر بودن آن‌ها به حال بدن است؛ زیرا این یک اصل کلی برای فقها است که هر چیزی که ضررش برای جسم انسان محرز شود، حرام است. از همین جاست که بسیاری از محرمانه‌ها که در احکام عملی دین بدان سفارش

۱- «وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ مَاءٍ مَهِينٍ ثُمَّ سَوَّاهُ وَ نَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصَارَ وَ الْأَفْئِدَةَ».

۲- «يَسْئَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَ الْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَ مَنفَعٌ لِلنَّاسِ وَ إِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا».

۳- «إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَ الدَّمَ وَ لَحْمَ الْخِنْزِيرِ».



شده، معطوف به بدن است» (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، صص ۱۵۶-۱۵۴). در آیه‌ای از قرآن کریم در باب تأثیرات جسم انسان بر روح آمده: «و اصحاب اعراف، مردانی (از دوزخیان را) که آن‌ها را از سیمایشان می‌شناسند، صدا می‌زنند و می‌گویند (دیدید که) گردآوری شما (از مال، ثروت، زن و فرزند) و تکبرهای شما، به حالتان سودی نداد»<sup>۱</sup> (اعراف، ۴۸). براساس این آیه از قرآن، تأثیرات جسم را بر روح انسان می‌توان ملاحظه کرد. به‌طوری‌که در این آیه دوزخیان از چهره‌هایشان شناسایی می‌شوند. این به آن معنا است که حالات روحی انسان بر چهره که از لوازم جسم انسان است، تأثیرگذار است. در دعای امام علی (ع) موسوم به کمیل در تأثیر جسم بر روح آمده: «خدایا برای خدمتت جوارح و اعضای بدن مرا قوی کن»<sup>۲</sup> (نقل از قمی، ۱۳۹۰). این درخواست امام علی (ع) نشانگر ضرورت توانایی جسمی برای انسان در تقویت روح است و بدیهی است که یکی از راه‌های تقویت جسم، ورزش و تحرکات جسمی و فیزیکی است. در اینجا با توجه به آموزه‌هایی که از قرآن و ائمه (ع) نقل شد، می‌توان چنین نتیجه گرفت که در اسلام جسم بر روح و روح بر جسم انسان تأثیر متقابل دارند. درخصوص کودکان نیز این مدعا صادق است که روح و جسم کودک بر یکدیگر تأثیر متقابل دارند. ازجمله نشانه‌های تأثیر روح بر جسم کودکان می‌توان به تأثیرات غم و اندوه، شادی و نشاط و ترس و اضطراب در چهره و رفتار فیزیکی کودکان اشاره کرد. در این راستا کودکانی که دارای تألمات روحی‌اند، دارای تحرک کمتر و گوشه‌گیری بیشتر نسبت به کودکانی‌اند که تألمات روحی ندارند. از این رو چنانچه دوران کودکی را دوران کسب عادات نیک بدانیم، یکی از عادات نیک و پسندیده پرورش نیروی جسمانی و قوای بدنی است که اغلب کودکان به آن توجه و علاقه وافری نشان می‌دهند. در این صورت کسب عادت تقویت بنیه جسمی و تحرکات جسمی در کودکی باعث می‌شود که این امر به‌صورت عادت در بیاید. بنابراین کودکان در بزرگسالی دارای توانایی جسمانی هستند که نتیجه آن تأثیر شرایط مطلوب جسمی بر شرایط معنوی و روحی آن‌ها خواهد بود. نتیجه تربیتی این مبنا آن است که با توجه به تأثیر متقابل روح و جسم بر یکدیگر، ضرورت توجه به تأثیرات روح و جسم بر یکدیگر در برنامه‌های تربیت اسلامی نمایان می‌شود. بنابراین در تبیین اهداف، اصول، عوامل، موانع و روش‌های تعلیم و تربیت باید تأثیر جسم و روح - به‌عنوان دو بعد وجود انسان - بر یکدیگر را به‌صورت توأمان در نظر گرفت. بدین‌سان کاربرد برنامه‌های تک‌بعدی با تأکید بر پرورش یکی از ابعاد روح یا جسم به‌تنهایی کافی نیست. به‌عنوان مثال برنامه‌های برگرفته از برخی رویکردهای روحی و معنوی چون یوگا که در شرق کاربرد فراوان دارد و برنامه‌های مبتنی بر روش‌های تجربی، آزمایشی و آموزش حرفه‌ای که در غرب کاربرد بیشتری دارد، هر یک به‌تنهایی کافی نیستند و اجرای این برنامه‌ها به‌تنهایی حتی باعث افراط و تفریط در فعالیت‌های تربیتی خواهند شد.

۱- «و نادى أصحاب الأعراف رجالاً يعرفونهم بسيماهم قالوا ما أغنى عنكم جمعكم وما كنتم تستكبرون».

۲- «رَبِّ قَوِّ عَلَى خِدْمَتِكَ جَوَارِحِي».

### مبنای سوم: پرورش جسم در کودکان نوعی کمال محسوب می‌شود

در اسلام تمام افعال انسان در مسیر رشد به سمت کمال او قرار می‌گیرد؛ از این رو سلامت و نیرو گرفتن جسم نیز نوعی کمال برای انسان به حساب می‌آید. امام باقر(ع) تنبلی و سستی را - که ارتباط مستقیمی با نیروی جسمی و برانگیختن آن دارد - مایه زیان دنیا و آخرت برمی‌شمارد و می‌فرماید: «کسی که در کار دنیا تنبل باشد، در کار آخرتش تنبل‌تر است» (حر عاملی، ج ۱۲، ص ۳۷). همچنین مطهری ذیل بحث پرورش جسم در اسلام، سلامت و نیرو گرفتن جسم را نوعی کمال برای انسان به حساب می‌آورد و می‌گوید: «اسلام طرفدار پرورش جسم و مخالف تن‌پروری به معنای مصطلح آن است. از نظر اسلام، جسم مثل خانه‌ای است که هر چه انسان به ویرانی‌اش کمک کند یا به حال خودش بگذارد، به ضرر آن است. به همین دلیل انسان باید آن را از خطرات مختلف حفظ کند». او از این بحث چنین نتیجه می‌گیرد که: «پرورش جسم در حدود پرورش علمی، بهداشت، سلامت و تقویت جسم که جسم نیرو بگیرد، یک کمال است... همه کسانی که از نظر بدن نیرومند بوده‌اند، این نیرومندی برایشان کمال شمرده شده است. مثلاً امیرالمؤمنین [علی(ع)] نیرومند بوده و نیروی بدنی داشته و این جزو کمالات آن حضرت است» (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، صص ۱۵۵-۱۵۴).

با نظر به آنچه گفته شد، نتیجه می‌گیریم که میان پرورش جسم و کمال انسان رابطه وجود دارد. بنابراین نتیجه تربیتی ابتدا به این مبنا مقابله با سستی و تنبلی در پرورش جسمی کودکان ضرورت پیدا می‌کند. در قرآن واژه تنبلی دو بار درباره کسانی که در نماز سستی و تنبلی می‌کنند، به کار برده شده است. خداوند در قرآن می‌فرماید: «هنگامی که به نماز برمی‌خیزند، با تنبلی برمی‌خیزند و در برابر مردم ریا می‌کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی‌نمایند»<sup>۱</sup> (نساء، ۱۴۲). در جایی دیگر فرموده: «نماز به‌جا نمی‌آورند، جز با تنبلی و انفاق نمی‌کنند، مگر با اجبار»<sup>۲</sup> (توبه، ۵۴). چنانچه ملاحظه می‌شود در قرآن تنبلی امری مذموم به شمار آمده است و بدیهی است که پرهیز از تنبلی، نیازمند پرورش جسمی است. پرورش جسمی باعث رفع سستی و تنبلی در انسان شده و مسیر رشد انسان به سمت کمال را فراهم خواهد کرد. مطهری میان پرورش جسم و تن‌پروری تفاوت قائل شده و تن‌پروری را با نفس‌پروری مرتبط دانسته و می‌نویسد: «تن‌پروری در واقع نفس‌پروری است که اغلب بر ضد بهداشت جسم و پرورش جسم است. آن تن‌پروری که مذموم است، به این معنا است که انسان نفس‌پرور و شهوت‌ران باشد و ربطی به مسئله رشد جسم ندارد. اتفاقاً قضیه درست برعکس است؛ یعنی اگر انسان زیاد دنبال پرورش تن به معنی نفس‌پروری برود، به جسمش زیان می‌رساند. بنابراین در تربیت اسلامی مسئله پرورش جسم جزو اصول به حساب می‌آید» (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۲، ص ۱۵۵). در این صورت لازم است تا نظام تعلیم و تربیت در برنامه‌های

۱- «إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاؤُنَ النَّاسَ وَ لَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا».

۲- «وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَى وَلَا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَهُمْ كَارِهُونَ».

خود زمینه‌های لازم را برای پرهیز از تنبلی در میان کودکان فراهم کند تا افراد جامعه دچار سستی و تنبلی و به دنبال آن تن‌پروری و شهوت‌رانی نشوند.

### مبنای چهارم: تغییرات جسم و روح در کودکان به تدریج شکل می‌گیرد

جسم و روح کودک به تدریج دچار تغییر می‌شود که در اینجا دو نکته حائز اهمیت وجود دارد؛ نخست آنکه تغییرات در روح و جسم به یکباره اتفاق نمی‌افتد و دوم آنکه تغییرات در هر یک از جسم و روح می‌تواند مطلوب یا نامطلوب باشد. انسان در هر مقطع از حیات خود، دارای استعداد و قابلیت‌های خاصی است؛ چنانکه کمالات طبیعی و اکتسابی به دست آمده در هر مقطع، آدمی را برای پذیرش کمالات بعدی آماده می‌سازد. از سوی دیگر در فرایند رشد تدریجی کودک انسان، مشابهت‌هایی میان مقاطع نزدیک به یکدیگر می‌توان یافت که براساس آن‌ها مراحل چون نوزادی، کودکی، نوجوانی، جوانی، میانسالی و کهنسالی را می‌توان تشخیص داد. همین نکته گروهی از روان‌شناسان را بر آن داشته که درباره مراحل رشد انسان نظریه‌پردازی کرده و گاه برای این مرحله‌ها زمان‌هایی تقریبی نیز در نظر بگیرند.

در بررسی جایگاه و اهمیت پرورش جسمانی کودکان در اسلام می‌توانیم از سه دوره تربیتی «تمهید» (با تأکید بر بازی و فعالیت جسمانی کودک)، «تعلیم و تأدیب» و «یادگیری احکام دین» نام ببریم که به ترتیب به هفت سال نخست، هفت سال دوم و هفت سال سوم زندگی افراد اختصاص دارد (باقری، ۱۳۸۵). در اینجا ذکر چند نکته ضروری است: نخست اینکه این تقسیم‌بندی بر مبنای حدیثی از پیامبر (ص) و امام علی (ع) انجام شده و دوم اینکه این مراحل به تدریج اتفاق می‌افتد و به یکباره و آنی ظاهر نمی‌شود. از این مبنا برای اثبات امکان تربیت استفاده می‌شود؛ چرا که اگر ویژگی‌های روحی و جسمی انسان تغییرپذیر نبودند، سخن از تعلیم و تربیت بی‌معنا بود. همچنین با توجه به این مبنا، آموزش و پرورش انسان امری تدریجی و منوط به گذر زمان است (فتحعلی، مصباح و یوسفیان، ۱۳۹۱). بدین سان لازم است تا برای برنامه‌های تعلیم و تربیت، مراحل مطابق با دوره‌های یاد شده در نظر گرفت.

در تربیت اسلامی از هفت سال نخست دوره کودکی با عنوان دوره تمهید یاد می‌شود (باقری، ۱۳۸۵)؛ دوره‌ای که کودک در آن آزاد بوده و لازم است که به بازی و تحرک جسمی بپردازد. دستاورد تربیتی این مبنا توجه به دوره پر اهمیت تمهید و به تبع آن توجه به نقش بازی‌ها و تحرکات فیزیکی کودکان در این دوره است. اغلب اتفاق می‌افتد که مربیان یا والدین کودک به دلیل تعجیل در آشنا کردن کودکان با آموزه‌های دینی، از دوره تمهید چشم‌پوشی کرده و کودکان را بدون مقدمه به دوره‌های بعدی تربیت وارد می‌کنند. هرگونه تعجیل یا تأخیر در هر یک از مراحل سه‌گانه تربیت باعث خواهد شد تا کودکان در جنبه‌هایی از پرورش جسمی و بعدها در مرحله تربیت روحی دچار اشکال شوند. از این رو امام کاظم (ع) در راستای توجه به دوره تمهید کودکان تأکید دارند که: «بهتر است فرزند در کودکی به بازی و جست‌وخیز بپردازد تا در بزرگسالی حلیم و بردبار شود»

(مجلسی، نقل از حسینی زاده و داوودی، ۱۳۸۹). بازی‌ها و جست‌وخیزهای فیزیکی کودکان باعث می‌شود تا آنان از همان کودکی با تحرک و پرنشاط بار بیایند تا در نوجوانی، جوانی و بزرگسالی سست و تنبل نباشند. در این صورت در انجام مناسک مهمی چون نماز، روزه، حج و جهاد ورزیده و به دور از تنبلی و پرنشاط ظاهر خواهند شد. با در نظر گرفتن دوره تمهید در تربیت کودکان، فرصت برای تحرکات لازم در پرورش جسمی آنان فراهم می‌آید و زمینه برای ایجاد روحی سالم در بدنی سالم فراهم می‌شود. همچنین می‌دانیم که نقش عادت در تربیت انکارناپذیر است. امام علی (ع) درباره این نقش می‌فرماید: «عادت طبیعت ثانوی است»<sup>۱</sup> (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ش ۷۵۹). بدین سان می‌توان گفت با در نظر گرفتن ضرورت رعایت دوره تمهید برای کودکان، آنان به تحرکات جسمی و بازی‌های فیزیکی عادت کرده و در بزرگسالی با تحرکات جسمی خو خواهند گرفت. از این رو زمینه برای ایجاد روحی سالم در بدن سالم برای آن‌ها در دوره‌های بعدی زندگی فراهم خواهد شد.

### مبنای پنجم: جسم، نقشی ابزاری برای پرورش روح دارد

در اسلام بخش اصیل وجود انسان، روح اوست. علامه طباطبایی در «تفسیر المیزان» براساس آموزه‌های قرآنی می‌گوید که انسانیت انسان به نفس و روح است و بدن چیزی جز ابزار کار نفس در امور مادی نیست؛ اما بر اثر اتحاد روح و بدن نام روح و نفس بر بدن نیز اطلاق می‌شود. جسم هر انسانی از تولد تا مرگ پیوسته در حال دگرگونی است و چه بسا تمامی بدن تحلیل برود و اجزایی جدید جای اجزای تحلیل‌رفته را بگیرند و بدن به‌طور کامل دگرگون شود؛ اما باز نامی که در دوران کودکی برای وی برگزیده شده، بر او اطلاق می‌شود و این خود شاهی است بر اینکه انسانیت و تشخیص انسان به نفس و روح اوست (طباطبایی، بی‌تا، ج ۱۰). از این رو همه خطاب‌های قرآن به انسان در واقع ناظر به روح و روان آدمی و نه جسم و بدن اوست. بسیاری از ادله‌ای که وجود روح و غیرمادی بودن آن را ثابت می‌کنند، این حقیقت را نیز آشکار می‌سازند که بدن مادی در این عرصه، ابزار روح است و انسانیت انسان در گرو روح اوست. بر این اساس هدف اصلی تربیت اسلامی پرورش و استكمال روح است و پرورش جسم وسیله‌ای برای تکامل روح به شمار رود. از این رو لازم است تا هنگامی که میان خواسته‌های روحی و نیازهای بدنی تزاومی پدید می‌آید، پرورش روح را در اولویت قرار داد (فتحعلی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۱۶۷). در این راستا و درباره نوع کوشش‌ها و تحرک‌های جسمی به نظر می‌رسد آنچه واجد اهمیت است این است که هدف غایی در اسلام، تقویت بنیه جسمی نیست. در تربیت اسلامی نوع، شکل و روش‌های پرورش جسمی در درجه اول اهمیت قرار ندارد؛ بلکه هدف و جهت‌گیری آن‌هاست که ارزش آن‌ها را تعیین می‌کند. در اسلام انجام ورزش هم باید به‌سوی محور توحید باشد و اگر چنین شد، رواست. امام سجاده (ع) برای جسم انسان حقوقی را برشمرده و تحرک جسمی را حقی برای انسان تلقی

۱- «العاده طبع ثان».

می‌کند. همچنین برای اعضاء و جوارح انسان از جمله چشم، دست، پا و بطن، حقوقی جداگانه را یادآور می‌شود (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۴۱۵).

در اینجا نکته حائز اهمیت، توجه به ملازمت و همراهی جسم و روح در کار تربیت است. در آیه ۱۶ سوره قصص - که شرح آن رفت - دختر شعیب(ع) به اهمیت قوت جسمانی موسی(ع) و امانت‌داری او توأم با هم اشاره می‌کند و می‌گوید: «کسی را که می‌توانی استخدام کنی، آن کسی است که قوی و امین باشد»<sup>۱</sup>. در اینجا قرآن قدرت جسمانی و امانت‌داری موسی(ع) را همراه و قرین هم معرفی می‌کند و این حاکی از آن است که میان قدرت جسم و نیروی ایمان و امانت‌داری - که امری معنوی و روحی است - ملازمه برقرار است. پژوهشگران برآنند که پرورش جسمی و تأمین سلامتی برای اهداف دنیوی و اخروی به صورت توأم، حق طبیعی افراد است. باقری و همکاران (۱۳۸۰) با به‌کارگیری واژه «تربیت» به جای «پرورش» معتقدند که بهره‌مندی تربیتی که در آن روح و تن توأمان مورد توجه قرار بگیرد، به منزله یک شیوه زندگی و به‌منظور پرورش کل وجود آدمی تلقی شده است و با تحقق اهداف تربیت جسمانی، توسعه این اهداف در مسیر کمال واقعی و قرب الهی قرار می‌گیرد. در این راستا تربیت جسمانی درصدد ایجاد تغییرات مطلوب در وضعیت جسمی و در نتیجه تغییرات در وضعیت روحی است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تربیت جسمی یک علم کاربردی است و اهداف آن در جسم و روح پیوستگی دارد (باقری و همکاران، ۱۳۸۰).

نکته حائز اهمیت به‌عنوان نتیجه تربیتی بحث این است که این امکان وجود دارد که در سایه توصیه‌های قرآن به پرهیز از تنبلی و سستی و رسیدگی به امور جسمی و توصیه‌های ائمه(ع) و پیامبر(ص) بر پرورش جسم، برخی بدون ملاحظه توصیه‌های موجود در پرورش روح، راه افراط را در پیش گرفته و کودکان را صرفاً به پرورش جسم - که دراصل هدفی واسطی در تربیت به حساب می‌آید - مشغول سازند. به عبارت دیگر ممکن است پرورش جسمی مستقیماً به‌عنوان هدف قرار گرفته و حتی از ارزش روحی نیز سبقت بگیرد. درحالی‌که طبق آموزه‌های اسلامی - که شرح و تفسیر آن ارائه شد - پرورش جسمانی مقدمه پرورش روحی به حساب می‌آید.

### مبنای ششم: پرورش جسمی کودکان، بخشی از حقوق ذاتی آنان است

چنانچه گفته شد در اسلام بر حقوق جسم و حتی تک تک اعضاء و جوارح بدن انسان تأکید شده است. حق جسم یکی از حقوقی است که امام سجاد(ع) بر آن تأکید کرده و می‌فرماید: «بدان که در هر حرکت و تحرکی، حقی از جانب خداوند بر تو هست و خداوند حقوقی از سر تا قدمت بر تو واجب ساخته برای خودت (به سود خودت)» (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۴۱۵). سپس حق چشم، دست، پا، بطن و سایر اعضای بدن را ذکر می‌کند که از مجموع سخنان ایشان حقوق جسم به شرح زیر استنباط می‌شود:

۱- «قالت إحداهما يا أبتِ استأجره إن خير من استأجرت القوی الامین».

- ۱- صرف کردن نیروی جسم در راه اطاعت خدا
- ۲- پاک نگه داشتن اعضاء و جوارح از حرام و حفظ آن‌ها از گناه
- ۳- قوت بخشیدن جسم در راه اطاعت از خدا و خدمت به خلق و لزوم تکلیف‌مداری اعضاء
- ۴- از سوی خداوند دانستن قوت جسم و توانایی و رعایت اخلاق (نراقی، ۱۳۹۱، صص ۴۴۰-۴۱۵)
- ۵- دعا برای قوت و سلامت جسم (صحیفه سجاده، ص ۱۷۱)
- ۶- شکر سلامت (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۹۰)

همچنین در قرآن آیاتی وجود دارد که بر حفظ و نگهداری و رعایت جسم تأکید دارد.<sup>۱</sup> حقوق پرورش جسمی کودک از چند جهت دارای اهمیت است: نخست از این جهت که تربیت جسمی کودک سنگ‌بنای شخصیت سالم او به حساب می‌آید. اهمیت دوم از آن جهت است که تربیت جسمی تضمین‌کننده حیات کودک به حساب می‌آید و اهمیت سوم در تربیت جسمی کودک به تأثیر آن در پیشگیری از انحرافات و کج‌روی‌های کودک در آینده کمک می‌کند (حاجی ده‌آبادی، ۱۳۹۱، ص ۹۶). در اسلام در کنار حق تغذیه مناسب و صحیح کودک، برگزیدن نام نیکو و بهداشت جسمی، حق تربیت جسمی کودک با تأکید بر بازی و ورزش تأکید شده است (حاجی ده‌آبادی، صص ۱۰۵-۹۳).

نتیجه تربیتی حاصل از این مبنا، توجه و اهتمام در امر ورزش و تمرین‌های بدنی است. ورزش و تمرین‌های بدنی همراه با بازی‌های فیزیکی برای کودکان، در اعتدال شاکله و بنیه بدنی کودکان مؤثر است و توان آنان را در مقابله با امراض و بیماری‌ها بالا می‌برد. افزون بر این، ورزش‌ها و بازی‌های دوران کودکی منجر به پاسخی مناسب به اقتضانات دوران کودکی است که دورانی پرنرژی و سرشار از حرکات کودکان به حساب می‌آید. همچنین بازی‌های فیزیکی با دفع انرژی زاید بدن، جسم کودک را به سوی رشد مناسب سوق می‌دهد (حاجی ده‌آبادی، صص ۱۰۵-۹۳).

## بحث و نتیجه‌گیری

پرورش جسم در تربیت اسلامی جایگاه و اهمیت ویژه‌ای دارد. اسلام به‌ویژه در خصوص کودکان، تأکیدات ویژه‌ای بر پرورش جسم داشته و بر بازی‌های فیزیکی کودکان سفارش کرده است. پرورش جسمی کودکان در تربیت اسلامی با تأکید بر حفظ سلامت و تقویت جسم به‌منظور زمینه‌سازی برای کسب بینش‌ها، گرایش‌ها و

۱- «يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَ اشْكُرُوا لِلَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ» (بقره، ۱۷۲).

«كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَاتَسْرِفُوا إِنَّهُ لَیَحِبُّ الْمُسْرِفِينَ» (اعراف، ۳۱).

«يا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلالاً طَیِّباً وَ لا تَتَّبِعُوا خُطُواتِ الشَّیْطَانِ» (بقره، ۱۶۸).

آیات فوق هر چند به‌طور مستقیم به پرورش جسم اشاره ندارد، اما بر رسیدگی و قوام آن توجه دارد. همچنین قرآن از سستی و بی‌کارگی نهی می‌کند: «وَأَنْ لَّیْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى» (نجم، ۳۹).

عادات‌های مطلوب در پرورش روح، جهت‌گیری شده است. در این راستا مبانی انسان‌شناختی در پرورش جسمی کودکان قابل‌شناسایی است که هر کدام نتایج تربیتی خاصی را به دنبال دارد. در تربیت اسلامی، انسان ترکیبی از جسم و روح است و به همین دلیل در برنامه‌های تربیتی بر ضرورت پرورش توأمان جسم و روح تأکید می‌شود. بدین‌سان در برنامه‌های تربیتی هرگونه توجه به روح مستلزم توجه به جسم نیز هست.

در تربیت اسلامی میان روح و جسم تأثیری متقابل وجود دارد. بر اساس این مبانی انسان‌شناختی، ضرورت توجه به تأثیر دوجانبه روح و جسم در تبیین اهداف، اصول و به‌کارگیری روش‌های تعلیم و تربیت وجود دارد. بنابراین نقش مؤثر و تعیین‌کننده هر یک از دو عنصر روح و جسم در ساز و کار تعلیم و تربیت را نباید از نظر دور داشت. به همین دلیل است که پرهیز از کاربرد برنامه‌های تک‌بعدی که در آن‌ها به یکی از ابعاد روح یا جسم توجه می‌شود، توصیه شده و به‌کارگیری برنامه‌هایی که در آن‌ها تأثیر توأمان جسم و روح بر یکدیگر در نظر گرفته شده، سفارش می‌شود. در تربیت اسلامی همان‌گونه که تربیت روح موجبات کمال را فراهم می‌کند، پرورش جسم نیز به‌مثابه نوعی کمال در نظر گرفته شده است. بنابراین در تربیت اسلامی بر تربیت جسمی کودکان سفارش شده و هرگونه کاهلی و تنبلی به‌عنوان مفهومی مغایر با این ارزش، مذموم به‌شمار می‌آید. در این صورت پرورش جسمی باعث رفع سستی و تنبلی در کودک شده، علاوه بر آنکه خود به‌عنوان نوعی کمال وجودی برای کودک به‌شمار می‌رود، مسیر رشد او را در آینده به سمت کمال حقیقی فراهم می‌سازد.

تغییرپذیری تدریجی جسم و روح از جمله مبانی انسان‌شناختی در تربیت اسلامی است. بر این اساس جسم و روح کودک به‌تدریج دچار تغییر شده و رشد می‌یابند. به همین دلیل براساس آموزه‌های اسلامی سه دوره تدریجی «تمهید»، «تأدیب» و «یادگیری احکام دینی» شناسایی می‌شود که از میان سه دوره یاد شده، دوره تمهید به‌عنوان پایه و اساس دوره‌های بعدی به‌شمار می‌آید و در آن به بازی کودکان و تحرکات جسمی و فیزیکی آنان اهمیت ویژه‌ای داده می‌شود. بنابراین نقش بازی و تحرکات جسمی در پرورش کودکان امری اساسی و پایه‌ای به‌حساب می‌آید. بازی و تحرکات جسمی به رفع تنبلی و زدودن سستی در کودکان می‌انجامد و همراه با کسب عادت برای کوشش و فعالیت، به مراحل بعدی زندگی انسان تسری می‌یابد. بدین‌سان زمینه برای تربیت بهتر در دوره‌های بعدی آماده خواهد شد.

در تربیت اسلامی بخش اصیل وجود انسان، روح اوست و جسم انسان نقش ابزاری برای روح را ایفا می‌کند. هرچند ارزش و رتبه روح انسان از جسم بالاتر است، اما نقش ابزاری جسم نیز از نظر دور نگه داشته نمی‌شود. بنابراین توجه به پرورش جسم به‌دلیل نقش ابزاری آن برای تعالی روح سفارش شده و مبنای جسم به‌مثابه ابزار روح در تربیت انسان شناسایی می‌شود. در این راستا هدف تربیت اسلامی صرفاً پرورش جسم نیست و پرورش جسم هدفی واسطی به‌شمار می‌آید.

در تربیت اسلامی برای جسم کودک حقوقی برشمرده شده است؛ از جمله حقوق جسم کودک علاوه بر حفظ و مراقبت از آن، پرورش آن نیز هست. در این زمینه بر حق بهداشت جسمی کودک، حق تربیت جسمی

کودک با تأکید بر حق بازی‌های فیزیکی و حق ورزشی تأکید شده است. بازی و ورزشی جسم باعث رشد و سلامتی جسم شده و کودکان را از ابتلا به امراض و سستی حفظ می‌کند. بدین‌سان در برنامه‌های تربیتی بر ضرورت توجه به بازی‌های فیزیکی و ورزش برای کودکان تأکید می‌شود.

باتوجه به یافته‌های حاصل از این پژوهش پیشنهاد پژوهشگران به سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان آموزش و پرورش، بهره‌گیری از مبانی انسان‌شناختی حاصل از این پژوهش در برنامه‌ریزی‌های تربیتی است. در این راستا لحاظ کردن پرورش توأمان جسم و روح و تأثیر متقابل آن دو بر روی هم در سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های آموزشی توصیه می‌شود. همچنین در سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های آموزشی، لحاظ کردن بازی‌های فیزیکی مورد تأکید قرار دارد. از سوی دیگر با نظر به اینکه پرورش فیزیکی کودکان جزو حقوق مسلم آنان است، پیشنهاد می‌شود تا مبانی و روش‌های پرورش فیزیکی کودکان دوره‌های پیش‌دبستانی و دبستانی به معلمان و مربیان آموزش داده شود. همچنین پیشنهاد پژوهشگران به مربیان تربیتی این است که باتوجه به اینکه دوران کودکی واجد جنبه تمهیدی و زمینه‌سازی برای پرورش روحی و جسمی در دوران بعدی زندگی است، با نظر به شرایط مقتضی، در برنامه‌های خود به بازی‌های فیزیکی در هفت سال نخست کودکی اهمیت بیشتری بدهند. در آخر با نظر به مبانی یاد شده، طراحی الگوی عمومی بازی‌های فیزیکی و تمرکز یافته بر جسم کودکان که در چارچوب فرهنگ اسلامی و بومی طراحی شده باشد، به پژوهشگران علاقه‌مند این حوزه پیشنهاد می‌شود.

## منابع

- قرآن کریم (الهی قمشه‌ای مترجم).
- علی بن الحسین. (۱۳۹۱). *صحیفه سجادیه* (حسین انصاریان مترجم). تهران: حسنین.
- باقری، خ. (۱۳۸۵). *نگاهی دوباره به تربیت اسلامی*. ج ۱. تهران: انتشارات مدرسه.
- تمیمی آمدی، ا.ع. (۱۴۱۰ ق). *غررالحکم و دررالکلم*. قم: دارالکتاب الاسلامی.
- حاجی ده آبادی، م.ع. (۱۳۹۱). *حقوق تربیتی کودک در اسلام*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- حر عاملی، م. (۱۴۱۴). *وسائل الشیعه*. ج ۱۲. قم: آل‌البیت لاحیاء التراث.
- حر عاملی، م. (۱۴۱۴). *وسائل الشیعه*. ج ۱۳. قم: آل‌البیت لاحیاء التراث.
- حسینی‌زاده، ع. (۱۳۸۸). *سیره تربیتی پیامبر و اهل‌بیت (ع)*. ج ۱: *تربیت فرزند*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- حسینی‌زاده، ع. (۱۳۸۸). *سیره تربیتی پیامبر و اهل‌بیت (ع)* در *تربیت فرزند*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- حیدری نراقی، ع.م. (۱۳۹۱). *رساله حقوق امام سجاد (ع)*. تهران: مهدی نراقی.
- داوودی، م و حسینی‌زاده، ع. (۱۳۸۹). *سیره تربیتی پیامبر و اهل‌بیت (ع)*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- رفیعی، ب. (۱۳۹۲). *مربیان بزرگ مسلمان*. تهران و قم: سمت و پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.



- ستاری، ع. (۱۳۹۳). *نقد مبانی فلسفی فلسفه برای کودکان*. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سنه، ا؛ سلمان، ز و آقازاده، م. (۱۳۸۷). تأثیر فعالیت‌های بدنی و بازی بر رشد توانایی‌های ذهنی پسران پیش‌دبستانی. *نوآوری‌های آموزشی*، ۷(۲۶)، ۸۷-۱۰۶.
- شکوهی، غ. ح. (۱۳۷۲). *مبانی و اصول آموزش و پرورش*. تهران: آستان قدس رضوی.
- صدیق، ع (۱۳۵۷). *تاریخ فرهنگ ایران*. تهران: دانشگاه تهران.
- طباطبایی، م. ح. (بی‌تا). *تفسیر المیزان*. ج ۱۰. قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- عبدالهی، م؛ فرخی، ا؛ باقری، خ. (۱۳۸۰). اهداف، مبانی، اصول و روش‌های تربیت بدنی در تربیت اسلامی. *حرکت*، ۷(۷)، ۱۱۰-۱۰۱.
- عسگری‌زاده، ق. (۱۳۹۳). *روان‌شناسی بازی*. تهران: امیرکبیر.
- فتحعلی، م؛ مصباح، م؛ یوسفیان، ح. (۱۳۹۱). *فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی*. تهران: انتشارات مدرسه.
- فلاحی، ع؛ عبدالهی، م. ح. (۱۳۹۶). ارتباط میان برخی از عوامل آمادگی جسمانی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ۱۲ تا ۱۸ ساله مقاطع متوسطه اول و دوم. *تعلیم و تربیت*، ۱۳۰(۲)، ۱۵۲-۱۳۳.
- قمی، ع. (۱۳۹۰). *مفاتیح الجنان*. تهران: اشجع.
- کاردان، ع. م. (۱۳۹۲). *سیر تحول آرای تربیتی در غرب*. تهران: سمت.
- کوثری، م. (۱۳۹۰). *عصر بازی: بازی‌های ویدئویی و رایانه‌ای در جامعه معاصر*. تهران: سلمان.
- گرگین، ب؛ خسروپناه، ع. (۱۳۹۲). فلسفه تربیت بدنی با رویکرد اسلامی. *پژوهش‌های معرفت‌شناختی*، ۱(۴)، ۱۴۲-۱۲۱.
- متقی هندی، ع. ع. (۱۴۱۹ ق). *کنز العمال فی سنن احوال و الحوال*. ج ۱۵. بیروت: دارالکتب العلمیه.
- مجلسی، م. ب. (۱۴۰۳ ق). *بحارالانوار*. ج ۱۰۳. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- مجلسی، م. ب. (۱۴۰۳ ق). *بحارالانوار*. ج ۷۳. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- مجلسی، م. ب. (۱۴۰۳ ق). *بحارالانوار*. ج ۹۱. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- محمدی‌ری‌شهری، م. (۱۳۸۹). *میزان الحکمه*. قم: مؤسسه علمی - فرهنگی دارالحدیث، سازمان چاپ و نشر.
- مطهری، م. (۱۳۷۴). *تعلیم و تربیت در اسلام*. تهران: صدرا.
- مطهری، م. (۱۳۸۳). *مجموعه آثار شهید مطهری*. ج ۲۲. تهران: صدرا.
- مفیدی، ف. (۱۳۹۳). *مبانی آموزش و پرورش پیش‌دبستان*. تهران: سمت.
- معین، م. (۱۳۸۶). *فرهنگ فارسی*. تهران: مؤسسه انتشاراتی امیرکبیر.
- مکارم شیرازی، ن. (۱۳۷۲). *تفسیر نمونه*. ج ۷. با همکاری جمعی از نویسندگان. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- موسوی، ا. (۱۳۹۰). *بازی‌های رایانه‌ای از منظر اخلاق کاربردی با رویکرد اسلامی*. *پژوهش‌نامه اخلاق*، ۴(۱۴)، ۱۰۸-۷۹.

مهدی‌نژاد، ج. (۱۳۹۱). تأثیر محیط‌های بازی طبیعی در رشد کیفی آموزش کودکان. *فناوری آموزش*، ۶(۴)، ۲۹۷-۳۰۴.

نقیب‌زاده، م. (۱۳۹۳). *نگاهی به فلسفه آموزش و پرورش*. تهران: طهوری.

Ge, P. (2007). *Learning, and Literacy*. New York: Peter Lang Publishing Inc.

Hungelmann, J. Rossi, E, K. Klassen, R. Stollenwerk, R. (1996). Focus on Spiritual Well-Being: Harmonious interconnectedness of mind-body-spirit—Use of the JAREL Spiritual Well-Being Scale: Assessment of spiritual well-being is essential to the health of individuals. *Geriatric Nursing*, 17(6), 262-266.

Rigby, s. & Ryan, M. (2011). *Guled to Games*. CA: Praeger.

Singer, D. G. & singer, J. L. (2005). *Imagination and Play in the Electronic Age* Cambridge. MA: Harvard University Press.