

تماشای کلاس تربیت بدنی جذاب و گاه شگفت‌انگیز است. گروهی از دانش‌آموزان به حرکت‌های ورزشی مشغولند؛ گروهی دیگر با هم مسابقه می‌دهند و جمعی دیگر سرگرم یادگیری یک مهارت تازه‌اند. معلم ورزش مانند رهبر ارکستر به نظر می‌آید. گروهی را راهنمایی می‌کند؛ به دانش‌آموز دیگری بازخورد می‌دهد؛ از جمعی دیگر می‌خواهد که ساکت باشند، به دانش‌آموزی در

مرزها و مانع‌های تعیین‌کننده آموزش تربیت بدنی

روان‌شناسی شغلی به تحلیل وظیفه برای دستیابی به هدفهای تعیین‌شده می‌پردازد. این شاخه علمی وظایف را بر مبنای اوضاع و شرایطی بررسی می‌کند که در آن اجرا می‌شود.

هدف‌های آموزش تربیت بدنی

صرف‌نظر از تنوع ساختار تربیت بدنی در کشورهای مختلف و نظام‌های آموزشی متفاوت، اهداف

آن‌ها کم است.
* این هدف‌ها کاملاً عملیاتی نیستند و تعریف و تعیین آن‌ها رسمی و عمومی است. بنابراین، بررسی این‌ها که آیا این هدف‌ها حاصل شده است یا نه غیرممکن است.
* این هدف‌ها متنوع‌اند و در نتیجه، فعالیت‌های متنوع و پیچیده‌ای را طلب می‌کنند.

* بعضی از این هدف‌ها ممکن است متضاد باشد مانند: قربانی کردن موفقیت‌های ورزشی برای انتقال فرهنگ ورزشی. کوتاه سخن این‌ها که اهداف آموزشی پنج ویژگی

وظایف و تدابیر آموزشی معلمان ورزش

اجرای یک

حرکت دشوار کمک می‌کند، وسایل ورزشی را جابه‌جا، همه را تشویق و بر همه نظارت می‌کند. کار معلم به ظاهر بی‌سامان به نظر می‌آید. درس دادن کار حرفه‌ای بسیار پیچیده و چند بعدی است. چنان‌که ادراک آن بدون داشتن چهارچوب نظری دشوار خواهد بود. این مقاله در پی آن است که به خوانندگان دیدگاهی روان‌شناسانه درباره آموزش تربیت بدنی و معلمان ورزش بدهد.

برای آن‌ها که کار خود را از دیدگاه روان‌شناختی درک کنیم لازم است اعمال خود و جایگاه اجرای آن‌ها را تحلیل کنیم.

این بررسی شامل موارد زیر است:
* تجزیه و تحلیل مرزها و موانعی که وظیفه حرفه‌ای ما را محدود می‌سازد (چه باید کرد؟)

* مدل ذهنی فعالیت (چه می‌کنیم؟)

* تأکید ویژه بر راهبردی که بیش‌تر به کار می‌بریم (راحت‌ترین کار کدام است؟)

مشترک این

رشته را می‌توان به آسانی تشخیص داد. این اهداف شامل: انتقال فرهنگ ورزشی؛ رشد مهارت‌های شناختی و حرکتی؛ ایجاد نگرش مثبت به فعالیت‌ها، حرکت‌های سلامت‌بخش و بهداشتی؛ رشد بهداشت جسمی و ذهنی؛ افزایش عزت‌نفس و ارتباط‌های بین‌شخصی است. تنوع این گرایش‌های عمومی در کشورهای مختلف طبیعی است. این تنوع در تحلیل روان‌شناختی آموزش تربیت بدنی تأثیر اندکی می‌گذارد. در این مقاله به بعضی از ویژگی‌های مشترک خواهیم پرداخت.

* این هدف‌ها را به طور عمومی مرجعی تعریف می‌کند که مسؤول طراحی و سازماندهی نهادهای آموزشی است.

معلم ورزش امکان انتخاب از میان این هدف‌ها یا وضع کردن هدف‌ها و ارزش‌های موردنظر خود را ندارد.

این هدف‌ها بلندپروازانه‌اند و از این رو، فعالیتی درازمدت را برای نیل به آن‌ها طلب می‌کند و امکان دستیابی کامل به

اساسی دارد:

۱. به ما تحمیل می‌شود
۲. بلندپروازانه‌اند
۳. طولانی مدت است
۴. دست‌نیافتنی است
۵. متنوع و گاهی متضاد است.

جایگاه آموزش تربیت بدنی

موفقیت هر برنامه مستلزم شرایط انسانی و ابزاری است که در آن به اجرا درمی‌آید. در آموزش تربیت بدنی، این شرایط را می‌توان به گونه زیر تحلیل کرد.

آموزش گروهی اجرا می‌شود. مخاطب شما گروه‌های دانش‌آموزانند. این موضوع طراحی محتوا برای همه دانش‌آموزان و توجه همزمان به عناصر مختلف را ضروری می‌سازد. ساختار گروهی آموزش در مدرسه، شمارا ناگزیر به مداخله در شرایط خاص می‌کند که ویژگی‌های گوناگونی دارد و قابل



نویسنده:
مارک دوراند
دانشگاه مون پوایه - فرانسه
ترجمه و تلخیص:
فتح‌اله مسیبی

پیش بینی نیست (رفتار دانش آموزان را نمی توان به طور کامل کنترل کرد) چند بعدی اند (هدف ها گوناگون و شیوه های مداخله متنوع است)، پیچیده اند (بسیاری از رویدادها ممکن است هم زمان یذید آید) و ناهمسانند (هر موقعیتی تازه و غیر متعارف است تا بدان حد که کاربرد راه حل های از پیش تعیین شده را دشوار می سازد و از نظر تنظیم وقت استرس زا است و زمان موجود برای تصمیم گیری و اقدام کوتاه است).

ترکیب دانش آموزان در درس تربیت بدنی، ناهمگن است و تفاوت سطح مهارت در آن ها بسیار است زیرا معمولاً به خاطر کسر نمره نه تنها در درس ورزش کسی مردود نمی شود بلکه کسانی هم که ضعیف هستند برای جبران این ضعف

مانند دروس ریاضی، زبان و غیره به کلاس فوق العاده نمی روند. شما معلمان ورزش ناگزیر نه هماهنگ سازی دانش آموزانی هستید که بعضی ساعت ها در پیرون از مدرسه به ورزش می پردازند و برخی اصلاً ورزش نمی کنند. همچنین بسیاری از دانش آموزان و خانواد آن ها درس تربیت بدنی را درسی کم اهمیت و فرعی در نظام آموزشی می دانند. آموزش

بشدت با محدودیت زمانی مواجه است. درس تربیت بدنی در مدت زمان کوتاهی (۴۵ دقیقه تا ۲ ساعت) اجرا می شود و به صورت دوره ای (معمولاً هفتگی) تکرار می شود. و در سه ثلث، دو نیم سال یا یک سال ادامه می یابد. چنین ساختاری پیامدهایی مرتبط با فعالیت های معلمان دارد و معلمان ناگزیرند برنامه های کوتاه مدت و موفقی را با فرایند یادگیری دانش آموزان هماهنگ کنند. این برنامه ریزی اجرایی اصول یادگیری را فقط به صورت کلی در بردارد. در نتیجه، در چهارچوب محدودیت های نامرئی اجرایی، ناگزیر خواهید بود زمان مدرسه

را به دوره های عملیاتی برنامه ریزی کنید. مثلاً از شما انتظار می رود بخش های موضوعی را متناسب با زمان تعیین شده برای هر بخش از برنامه آموزشی طراحی کنید. آموزش تربیت بدنی در فضایی ویژه، باز و معمولاً فضایی بزرگ تر از آنچه برای سایر دروس معمول است به اجراء می آید. این مکان ها شامل ورزشگاه، سالن ورزشی مدرسه یا حیاط مدرسه است. این امر اقدام های ویژه ای را بر شما تحمیل می کند، بویژه در مورد کنترل دانش آموزان و ارتباط آنان با یکدیگر. در حقیقت، بیش ترین آموزش در ورزش هایی اجرا می شود که در آن ها دانش آموزان هنگام تمرین در محدوده دید، صدا و کنترل شما هستند.

حضور در کلاس ها اجباری است و این امر حضور الزامی کودکان گریزپای را ناگزیر می سازد. این مسأله تلاش شما را برای ایجاد انگیزه ای در همه دانش آموزان ضروری می سازد که شامل انگیزش درونی و جهت دهی به سوی هدف های مهارتی است که با اهداف تربیتی همساز ترند. کوتاه سخن این است که بستر آموزش تربیت بدنی با آموزش گروهی؛ کم اهمیت بودن درس تربیت بدنی در نظام آموزش و زمان بندی اجرایی در پیوند است. مکان باز، بزرگ و شرکت

✓ بیش ترین آموزش هایی اجرا می شود که در آن ها دانش آموزان هنگام تمرین در محدوده دید، صدا و کنترل معلم هستند.

✓ کلاس
درس
تربیت
بدنی
اگرچه به
ظاهر
بی سامان
است،
ولی
تدریس
آن کار
حرفه‌ای،
بسیار
پیچیده و
چند بعدی
است.



اجباری دانش‌آموزان نیز بر شرایط اثر می‌گذارد.

هنگام عمل تأکید می‌ورزد. برای فایق آمدن بر محدودیت‌های آموزشی لازم است عملیات شما دو کارکرد را در برگیرد:
اداره کلاس و آموزش.

آموزش تربیت بدنی وظیفه‌ای یگانه

محدودیت‌هایی که با آن مواجه‌اید کار شما را یک حرفه منحصربه‌فرد می‌سازد. این تحلیل وظیفه، نشان‌دهنده محدودیت‌ها و شرایط‌های بی‌همانندی است که فعالیت‌های خاصی را طلب می‌کند. اهداف اساسی آموزش و پرورش انتقال و توسعه دانش، مهارت‌ها و نگرش‌هاست. این فعالیت متناسب با دوره‌های کوتاه، متوسط و میان‌مدت تنظیم می‌شود. این تلاش‌ها متوجه اهدافی است که ویژگی سنجش ناپذیری آن مانع ارزیابی آسان اعمال است. این فعالیت در بستری پویا و نامطمئن به وقوع می‌پیوندد که احتمال پیش‌بینی یا برنامه‌ریزی را محدود می‌سازد و در نتیجه، تصمیم‌گیری و توانایی‌های ابتکار را در شما افزایش می‌دهد.

سرانجام، اگرچه هدف‌ها و شرایط دستیابی به آن‌ها بسیار ویژه‌اند ابزار رسیدن به آن‌ها باید از ابتکارهای شما باشد. این نحوه کار با دانش‌آموزان و مدرسه، آزادی و اختیارهای تربیتی به شما مسؤلیت می‌دهد.

فعالیت معلم ورزش

دیدگاه شناختی در بررسی رفتار انسان بر دانش‌کنشگران و تدبیرهای آنان

اداره کلاس و سازماندهی

عمل اداره کلاس و سازماندهی آن، هدف ایجاد و حفظ فعالیت منظم و سامان دادن دانش‌آموزان را در شرایطی دنبال می‌کند که بیش‌ترین ایمنی را در بر دارد که در آن نظم، ایمنی، انضباط و کار در کلاس مطرح است. بسیاری از بررسی‌ها که بر کارکرد آموزش متمرکز بوده‌اند نشان می‌دهد که نظم در کلاس از سه طریق زیر حاصل می‌شود:

نخست؛ در آغاز سال تحصیلی در اولین تماس با دانش‌آموزان مقرراتی را وضع می‌کنید. منابع بالقوه خطر، ناآرامی یا سر و صدا را پیش‌بینی می‌کنید تا آن‌ها را حذف یا مهار کنید. بدین منظور وسایل ورزشی را در سالن ورزش سامان می‌دهید. بچه‌ها را در گروه‌های تازه دسته‌بندی می‌کنید تا بچه‌های بازیگوش را کنترل کنید و بتوانید دستورالعمل‌هایی برای کار مؤثر، روان و جمعی به آن‌ها بدهید. در همان زمان دانش‌آموزانی که هنوز شما را نمی‌شناسند مایل‌اند شما را آزمایش کنند. آنان می‌کوشند تصویر عملی شما را دریابند و مقرر‌ها (که اغلب این مقرر‌ها ضمنی و وابسته به شخصیت، ارزش‌ها و باورهای پرورشی شماست)

و محدوده تحمل شما را بیازمایند. دوم؛ وقتی این مقرر‌ها وضع شد و اقدام‌های پیش‌گیرانه به عمل آمد این مقرر‌ها پایه یا نظام مشترک برای چهارچوب قضاوت دانش‌آموزان و شما خواهد شد. در سطح شناختی، فعالیت شما بیش‌تر جنبه نظارت دارد. این فعالیت شامل ارزیابی شما از رویدادهای کلاس و قضاوت در مورد این رویدادها در محدوده معقول و قابل تحمل قرار دارد. سرانجام، وقتی عملی را بیرون از محدوده قابل پذیرش تشخیص می‌دهید برای تعدیل آن مداخله و اقدام می‌کنید. مثلاً وقتی دانش‌آموزان سروصدای زیادی به راه انداخته‌اند یا تعدادی از بچه‌ها به کاری غیر از برنامه معین روز مشغولند یا حرکتی را اشتباه اجرامی کنند شما مداخله می‌کنید. تحمل معلمان مختلف و متفاوت است، بعضی پر تحمل‌تر از دیگرانند. معلمان در روش‌های تأمین نظم، ایمنی و انضباط نیز متفاوتند. به طور کلی معلمان تازه‌کار بیش‌تر مداخله می‌کنند و به اخلال در برنامه واکنش شدید نشان می‌دهند. در مقابل معلمان با تجربه یا خیره‌علایم هشداردهنده اخلال را زودتر تشخیص می‌دهند. بی‌نظمی و ناامنی محیط کار را زودتر پیش‌بینی می‌کنند و در نتیجه در موقعیتی قرار دارند که می‌توانند از وقوع آن‌ها پیشگیری کنند. به طور خلاصه، سازماندهی و اداره کلاس با برقراری مقرر‌های روشن و صریح در آغاز سال، ایجاد و حفظ رفتار مرتبط با وظیفه دانش‌آموزان و پیشگیری و واکنش به رفتارهای غیرمرتبط با وظیفه میسر می‌شود. سازماندهی و اداره کلاس با نظارت دقیق بر دانش‌آموزان، تشخیص پیش از وقوع و واکنش به رفتارهای اخلال‌گر عملی می‌شود.

آموزش

یادگیری مستلزم فعالیت و تمرین کمی و کیفی دانش‌آموز در شرایطی است

✓ برای فایق آمدن بر محدودیت‌های آموزشی دو کار باید انجام داد: اداره کلاس و آموزش.

✓ یادگیری مستلزم فعالیت و تمرین کمی و کیفی است.

وظایفی که شما مقرر می‌کنید یا از کتاب راهنمای تربیت بدنی برداشت می‌شود یا پیش از آغاز دوره آموزش خودتان طراحی می‌کنید. طراحی محتوا به صورت شخصی وقتی ممکن است که معلم ورزش، دانش گسترده و سازمان یافته‌ای داشته باشد. به عبارت دیگر، این دانش بر همه اجزاء برنامه درسی احاطه دارد. و به جای ویژگی‌ها و خصایل سطحی و صوری، اصول کفایت و کارآمدی پشتوانه آن است. به علاوه، این شیوه مستلزم دانش تعلیم، تربیت، پرورش و شناخت رفتار دانش آموزان در مواجهه با این وظایف آموزشی است. باید دشواری‌های آنان را در یادگیری عناصر مختلف برنامه درسی؛ روش‌های کمک به آن‌ها در فایق آمدن بر این دشواری‌ها؛ انواع کارها و وظایفی که به آن‌ها انگیزه می‌دهد و سایر اطلاعات عملی را بدانید. به طور خلاصه، میزان ALT در درس تربیت بدنی به رفتارها و تدابیر معلم ورزش بستگی دارد.



نه تنها ALT طولانی‌تر برای یادگیری دانش آموزان ضروری است بلکه کیفیت فعالیت نیز مطرح است. این قسمت آموزش را می‌توان بر مبنای نظام وظایف تدوین شده بررسی کرد. ویژگی‌های این وظایف بر اساس ماهیت آنچه آن‌ها از دانش آموز طلب می‌کنند؛ میزان دشواری آن‌ها و نظام اندازه‌گیری یا پاسخگویی تعیین می‌شود. آنچه اکتساب آن از دانش آموز انتظار می‌رود، توانایی حرکتی، میزان انرژی، و پردازش اطلاعات و عواطف است. مثلاً پرتاب توپ به یک هدف متحرک نیازمند پردازش اطلاعات ادراکی؛ تنظیم پرتاب، برنامه عمومی حرکتی و تطابق با حرکت‌های هدف است. یا مثلاً دویدن یک مسافت طولانی، مستلزم فعال‌سازی دستگاه‌های گردش خون و تنفس؛ تنظیم سرعت دویدن؛ تنظیم طول و تناوب گام‌ها؛ حفظ مداوم حالت تعادلی برای پذیرش فشارهای جسمانی ناشی از دویدن است. به منظور دشواری‌ها آسان‌سازی این دو نوع وظیفه می‌توان آن‌ها را تعدیل کرد. در وظیفه اول، حرکت هدف را می‌توان کم‌تر یا زیاد؛ اندازه هدف را بزرگ یا کوچک و فاصله تا هدف را طولانی یا کوتاه کرد. در وظیفه دوم، زمان دویدن را می‌توان طولانی‌تر یا کوتاه‌تر کرد یا سرعت آن را بیش‌تر یا کم‌تر کرد. یا زمین و مسیر حرکت را تغییر داد و...

سرانجام، معلم در آن نظام ارزشیابی و پیشرفت‌یابی که تدوین کرده است می‌تواند اهمیت عملکرد دانش آموزان را کم و زیاد کند. مثلاً بعضی معلمان معتقدند، دانش آموزان پانزده ساله باید بتوانند ۳۰ دقیقه بدون توقف یا راه رفتن (در عین دویدن) بدوند تا شایسته گرفتن نمره قبولی در درس تربیت بدنی شوند. در حالی که ممکن است معلمان دیگری در محاسبه نمره نهایی درس تربیت بدنی، دویدن استقامتی را به حساب نیاورند.

که به طور خاص سازماندهی شده باشد. کار معلم در این فرایند طراحی و نظارت بر کار دانش آموز است. از دیدگاه کمی، طراحی کار دانش آموز به طریقی است که او بتواند اجرا و برنامه درسی را به سریع‌ترین و آسان‌ترین وجه ممکن بیاموزد و آن یکی از عناصر عمده یاد دادن است. بسیاری از پژوهشگران عرصه تربیت بدنی، بر اهمیت طول مدت زمانی تأکید ورزیده‌اند که دانش آموز صرف وظیفه می‌کند. در عین حال، پژوهش‌ها نشان می‌دهد زمان مفروض برای درس تربیت بدنی در عمل، دایم در حال کاهش است. در حالی که برای آموزش یک درس مدت زمان خاصی برنامه‌ریزی شده است و فقط بخش کمی از آن صرف درس تربیت بدنی می‌شود و بقیه وقت آن صرف: تعویض لباس، انتقال از یک محل به محل دیگر یا کارهای دیگر می‌شود و از وقت باقی مانده هم باید زمانی برای حضور و غیاب و کارهای دیگری از این دست صرف کرد. آنچه باقی می‌ماند زمانی است که دانش آموز بر سر وظایف یادگیری صرف می‌کند. سرانجام، فقط بخشی از این وقت باقی مانده صرف فعالیت سازنده، مؤثر شناختی و حرکتی دانش آموز می‌شود. به بیان دیگر، میزان توجه و انگیزش فقط در بخش کوچکی از زمان تخصیص یافته به کلاس فرصت یادگیری و پیشرفت رضایت بخش را می‌دهد. این زمان کوتاه را از زمان یادگیری آموزشگاهی (A.L.T) نام نهاده‌اند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که معلمان کارآمد و خیره‌قادرند طولانی‌ترین زمان ALT را برای دانش آموزان خود فراهم کنند. معلمان تازه‌کار به طور کلی وقت زیادی را صرف مراحل دیگری می‌کنند که پیش‌تر از آن‌ها یاد شد. تا این جا مشخص شد توانایی فراهم کردن ALT طولانی برای دانش آموزان، شاخص روشنی برای کارآمدی آموزش است. از دیدگاه کیفی

منبع
Durand, M. PSYCHOLOGY FOR PHYSICAL EDUCATION. humankinetics., 1999.

زیرنویس
I. Academic Learning Time