

# فعالیت‌های فوری؛ راهبردی چندمنظوره در تدریس درس تربیت‌بدنی

دکتر جواد آزمون

عضو هیئت علمی دانشکده تربیت‌بدنی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

## مقدمه

یک جلسهٔ درس تربیت‌بدنی معمولاً شامل بخش‌های متنوع و متعددی مثل سازماندهی کلاس (آماده‌سازی فضای کلاس، چیدمان وسایل، حضور و غیاب دانش‌آموزان و...)، سازماندهی دانش‌آموزان (تعویض لباس، گروه‌بندی، استقرارها، گرم کردن و...)، تدریس درس مورد نظر (آموزش، نمایش، کاربرد، ارائهٔ بازخورد)، جابه‌جایی‌ها (تغییر محل استقرار دانش‌آموزان و در نتیجه تغییر وظایف آموزشی و تمرینی آن‌ها)، در نوبت ایستادن‌ها و زمان‌های انتظار و پایان دادن به کلاس درس (سرد کردن، جمع‌آوری وسایل، توصیه‌ها) است. به تبع وجود چنین بخش‌هایی، وظایف آموزشی و مدیریتی معلم نیز متنوع و متعدد و البته، برخلاف سایر دروس که در فضای بسته‌ای به نام کلاس درس اجرا می‌شوند، سنگین و پرمخاطره خواهد بود. برای تدریس کیفی و ایمن چنین درسی، معلم باید به راهبردهای آموزشی و مدیریتی متنوع و کاربردی فراوانی، و البته چندمنظوره، مجهز و مسلح باشد. یکی از راهبردهای چندمنظوره در تدریس درس تربیت‌بدنی، - که کاربردهای مدیریتی، آموزشی و ایمنی دارد - «فعالیت‌های فوری» است.

کلیدواژه‌ها: تدریس، تربیت‌بدنی، دانش‌آموزان





می‌مانند تا هم کلاسی هایشان هم از راه برسند، احتمال بروز رفتارهای بد آنان کاهش می‌یابد. مثلاً یافتن و جمع‌آوری اشیاء خطرناک موجود در فضای سالن.

## ۲. در شروع کلاس با هدف آمادگی بدنی (گرم کردن)

بعد از آمادگی سازمانی معمولاً کلاس تربیت‌بدنی با فعالیت‌های گرم‌کننده بدن ادامه می‌یابد. معلم با توصیه به دانش‌آموزان در کاربرد یک فعالیت فوری، می‌تواند علاوه برای کنترل و کاهش دادن رفتارهای بد از فرصت استفاده کند و دانش‌آموزان را به گرم کردن بدن وادارد. انجام دادن انواع کشش‌ها یا راه رفتن آرام در اطراف کلاس فعالیت‌های مناسبی برای چنین موقعیتی هستند.

## ۳. در هنگام جابه‌جایی‌ها

یکی از مخاطرات و مشکلات پیش روی معلمان تربیت‌بدنی، سوءرفتارهای دانش‌آموزان در هنگام جابه‌جایی یا تغییر فعالیت‌ها همراه با تغییر محل و یا ایستگاه تمرینی است. معمولاً دانش‌آموزان در حد فاصل این جابه‌جایی‌ها برای همدیگر و یا معلم مزاحمت‌هایی ایجاد می‌کنند. معلم با ابلاغ یک فعالیت فوری علاوه بر مدیریت خطر می‌تواند به تقویت یکی از قابلیت‌های جسمانی دانش‌آموزان کمک کند؛ مثلاً طی کردن فاصله بین دو ایستگاه با پرش‌های متوالی و شمارش تعداد آن‌ها.

## ماهیت فعالیت‌های فوری

اگر سطور قبلی را دوباره ملاحظه کنید، درمی‌یابید که فعالیت‌های فوری را «راهبرد» برای تدریس نامیده‌ام. راهبرد (چه آموزشی و چه مدیریتی) مجموعه‌ای از اعمال از پیش برنامه‌ریزی شده است که تحقق یک هدف خاص کوتاه‌مدت را در چارچوب یک درس یا واحد درسی، سبب می‌شود. راهبرد همیشه از قبل، و به‌عنوان بخشی از یک طرح درس صریح، تعیین می‌شود و اصولاً شیوه‌ای است که معلم برای عملیاتی کردن هر بخش از درس در نظر دارد. به عبارت دیگر، راهبرد تعیین می‌کند که معلم/ دانش‌آموزان چگونه درس را عملیاتی کنند. راهبردهای تدریس را می‌توان برحسب عملیات به دو گروه اصلی، یعنی راهبردهای مدیریتی و آموزشی تقسیم کرد. راهبردهای مدیریتی باعث بهبود و ارتقاء ساختار هر درس یا واحد درسی می‌شوند؛ به طوری که معلم می‌تواند احتمال وقوع یادگیری دانش‌آموزان را به حداکثر برساند. این راهبردها را می‌توان در هر زمانی در درس و یا واحد درسی اعمال کرد. راهبردهای آموزشی مستقیماً درگیر شدن دانش‌آموزان راه، قبل و در حین اجرای فعالیت‌های یادگیری برنامه‌ریزی شده، تسهیل می‌کنند. از این‌گونه راهبردها، در زمان مشخص و براساس طرح درس معلم استفاده می‌شود. بنابراین، فعالیت‌های فوری به‌لحاظ ماهیت نوعی راهبردها؛ البته راهبردی چندمنظوره. بنابراین، راهبرد «فعالیت فوری» را می‌توان فعالیتی از قبل مشخص شده تعریف کرد که نیازمند آمادگی یا کار و تلاش کمی است و کاربردهای مدیریتی و آموزشی دارد.



## مثال‌هایی از کاربرد فعالیت‌های فوری در موقعیت‌های تدریسی مختلف

### ۱. در شروع کلاس با هدف کنترل رفتارهای بد و خطرناک

برخی از مسائل مدیریتی در کلاس درس تربیت‌بدنی به این دلیل اتفاق می‌افتند که دانش‌آموزان نمی‌دانند در شروع کلاس باید چه کاری انجام دهند و فقط منتظر می‌مانند تا معلم درس را شروع کند. وقتی تعداد دانش‌آموزانی که در سالن ورزش منتظر شروع کلاس‌اند رفته رفته بیشتر می‌شود، احتمال بروز سوءرفتار آن‌ها افزایش می‌یابد؛ زیرا دانش‌آموزان در این مدت انتظار، چندان تحت نظارت مستقیم معلم نیستند. معلم می‌تواند یک «فعالیت فوری» را پیشاپیش به دانش‌آموزان ابلاغ کند تا آن‌ها بلافاصله پس از ورود به سالن ورزش، درگیر اجرای آن شوند. در این صورت، در مدتی که دانش‌آموزان منتظر

راهبردهای آموزشی مستقیماً درگیر شدن دانش‌آموزان راه، قبل و در حین اجرای فعالیت‌های یادگیری برنامه‌ریزی شده، تسهیل می‌کنند



#### ۴. زمان‌های انتظار

بخش زیادی از ساعت درس تربیت‌بدنی دانش‌آموزان اغلب به «انتظار» یا «در صف» می‌گذرد. برای استفاده مطلوب از این اوقات، کاربرد یک فعالیت فوری راهبرد مدیریتی و آموزشی خوبی محسوب می‌شود. البته معلم باید با برنامه‌ریزی بهتر از ایجاد چنین زمان‌هایی در برنامه‌اش جلوگیری کند؛ مثلاً دانش‌آموزان را وادار کند که تمرین‌های ایزومتریک (مثل انقباض همه عضلات پایین‌تنه) انجام دهند و تعداد آن‌ها را شمارش کنند.

#### ۵. پایان دادن به کلاس

اغلب کلاس‌های تربیت‌بدنی ناگهانی و بدون برنامه و پیش‌بینی قبلی پایان می‌یابند. با قبول این فرض که معلم برای این بخش از کلاس برنامه دارد، اغلب مواقعی پیش می‌آید که استفاده از یک فعالیت فوری ضرورت پیدا می‌کند. مثلاً معلم می‌تواند از قبل برنامه‌ای تنظیم و ابلاغ کند که

براساس آن همه دانش‌آموزان در جمع‌آوری وسایل مشارکت کنند.

#### خلاصه و جمع‌بندی

به‌رغم برنامه‌ریزی و داشتن طرح درس، اغلب در حین برگزاری کلاس درس تربیت‌بدنی مواردی پیش می‌آید که نیازمند اتخاذ تصمیم جدید است. با توجه به اولویت پیشگیری، پیشنهاد می‌شود معلم چندین فعالیت فوری را که کاربرد چندمنظوره دارند، طراحی و به کلاس خود ابلاغ کند. مثال‌های مطرح شده تنها چند نمونه از فعالیت‌های فوری بودند؛ شما هم در این مورد بیندیشید و فعالیت‌های فوری مناسبی را طراحی و اجرا کنید.

یکی از مخاطرات و مشکلات پیش‌روی معلمان تربیت‌بدنی، سوءرفتارهای دانش‌آموزان در هنگام جابه‌جایی یا تغییر فعالیت‌ها همراه با تغییر محل و یا ایستگاه تمرینی است