



وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی



۷

رشد

معد

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
برای معلمان، دانشجو معلمان و
کارشناسان وزارت آموزش و پرورش
دوره ۴۳ | شماره پیاپی ۳۶۹ |
فروردین ماه ۱۴۰۴ | ۴۸ صفحه

ISSN: 1606-9129

www.roshdmag.ir

آمد
بهار
دل‌ها



اشتیاقِ عمیقِ آموزش

محرک تعلیم و تربیت باید نه ترس از تنبیه و نه حتی اشتیاق به پاداش، بلکه رغبت، رغبت عمیق نسبت به چیزی که پای درک یا اجرای آن در میان است، باشد. کودک نباید برای اطاعت از دیگران کار و خوش رفتاری کند، بلکه علت پشتکار و خوش رفتاری اش باید آن باشد که این چنین رفتاری را خواستی احساس می کند.

(صفحه ۴۲ را بخوانید)





اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ

وزارت آموزش و پرورش
سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی
دفتر انتشارات و فناوری آموزشی

رشد مجله

www.roshdmag.ir

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع رسانی برای معلمان،
دانشجو معلمان و کارشناسان وزارت آموزش و پرورش | دوره ۴۳
شماره پی در پی ۳۶۹ | فروردین ماه ۱۴۰۴

خانواده مجلات رشد همه تلاش خود را کرده است تا این مجلات
در دسترس عموم جامعه آموزشی و تربیتی کشور قرار گیرد و همه
مخاطبان در میهن عزیز اسلامی مان امکان تهیه آن را داشته باشند.
قیمت: ۱۸۹۰۰۰ ریال

مدیر مسئول: سید سعید بدیعی
سر دبیر: دکتر عباسعلی مظفری
شورای برنامه ریزی:
دکتر حامد عباسی
دکتر جعفر چراغیان
دکتر مختار ذاکری
دکتر لیلا میرزائی
دکتر منوچهر فضلی خانی
دکتر عبدالامیر گیلک
مدیر داخلی: الهام الیکایی
ویراستار: کبری محمودی
مدیر هنری: کوروش پارسا نژاد
طراح گرافیک: مجتبی زند
دبیر عکس: اعظم لاریجانی

نشانی دفتر مجله:

تهران، ایران شهر شمالی، پلاک ۲۷۰

صندوق پستی ۱۵۸۷۵/۶۵۸۶

تلفن: ۰۲۱-۸۸۴۹۰۲۳۲

نمابر: ۰۲۱-۸۸۳۰۱۴۷۸

پیامک: ۳۰۰۰۸۹۹۵۲۰

وبگاه: www.roshdmag.ir

رایانامه: moallem@roshdmag.ir

نشانی امور مشترکین:

تهران، صندوق پستی ۱۵۸۷۵/۳۳۳۱

امور مشترکین:

۰۲۱-۸۸۸۶۷۳۰۸

پیامنگار: ۰۲۱-۸۸۴۹۰۲۳۳

چاپ و توزیع: شرکت افست



نشانی کانال مجله رشد
معلم در پیام رسان ها:
@roshd_moallem



وبگاه نظر سنجی
مجلات رشد

قابل توجه نویسندگان و مترجمان

مقاله هایی که برای درج در مجله می فرستید، باید با اهداف و رویکردهای آموزشی، تربیتی و فرهنگی این مجله مرتبط باشند و قبلاً در جای دیگری چاپ نشده باشند. مقاله های ترجمه شده باید با متن اصلی هم خوانی داشته باشند و متن اصلی نیز همراه آن ها باشد. چنانچه مقاله را خلاصه می کنید، این موضوع را قید بفرمایید. حجم مطالب ارسالی حداکثر ۱۰۰۰ کلمه باشد. اثر مقاله باید روان و از نظر دستور زبان فارسی درست باشد و در انتخاب واژه های علمی و فنی دقت لازم مبذول شود. محل قرار دادن جدول ها، شکل ها و عکس ها در متن مشخص شود. شماره تماس و نشانی الکترونیکی نویسنده حتماً نوشته شود. مجله در رد، قبول، ویرایش و تلخیص مقاله های رسیده مختار است. آرای مندرج در مقاله حاضر و تأمین نظر دفتر انتشارات و فناوری آموزشی نیست و مسئولیت پاسخ گویی به پرسش های خوانندگان با خود نویسندگان یا مترجم است.



برای اشتراک مجلات رشد
پوش کنید

چقدر

سودمندیم

دکتر عباسعلی مظفری

در دنیای پرهیاهوی امروز، غالباً درگیر روزمرگی‌ها و چالش‌های زندگی شده و از اندیشیدن پیرامون بسیاری از موضوعات غافل شده‌ایم. یکی از موضوعات بسیار با اهمیت آن است که هریک از مادر این جهان چه نقشی داریم و چه میزان سودمند هستیم؟ آیا ما صرفاً برای بهره‌مندی از منابع و نعمت‌ها موجودیت یافته‌ایم، یا اینکه می‌توانیم موجوداتی سودمند و مفید باشیم؟ آن هم به گونه‌ای که ضمن نقش‌آفرینی در هستی، به بهبود زندگی خود و دیگران و جامعه‌های بشری کمک کنیم. بی‌شک پاسخ به این سؤال می‌تواند خودآگاهی ما را تقویت کند و انگیزه‌ای قوی برای تغییر نگرش و رفتار ما باشد. هر انسانی، با هر توانایی و استعدادی، می‌تواند بر جهان پیرامون خود اثر بگذارد. این تأثیر دامنه‌ای از رفتارهای فردی و اجتماعی را دربر خواهد گرفت. همچنین، می‌تواند در پیوستاری از اعمال و رفتارهای بسیار کوچک، چون نگاهی محبت‌آمیز و لبخندی ساده، تا تلاش برای اتحاد بشریت و صلح جهانی، امتداد داشته باشد. اولین پرسشی که در این زمینه به ذهن خطور می‌کند، این است: چگونه و از کجا آغاز کنیم؟

شاید فکر کنید برای مفیدبودن و سود رساندن به هموعان حتماً باید کارهای بزرگ و خارق‌العاده انجام داد! اما این تصور صحیح نیست. گاهی اوقات کوچک‌ترین اقدام می‌تواند تأثیر بزرگی داشته باشد. یک کلمه محبت‌آمیز، یک عمل خیرخواهانه یا یک تلاش صادقانه برای دیگران، می‌تواند زندگی فرد یا حتی جامعه‌ای را تغییر دهد.

✱ پای درس کامل ترین و محبوب ترین مخلوق عالم

پیامبر اکرم (ص) می فرماید: «بهترین مردم کسی است که برای مردم سودمندتر باشد» (کنز العمال، حدیث ۴۳۱۷۸).

این حدیث یکی از مشهورترین و پرکاربردترین سخنان پیامبر (ص) در مورد سودمند بودن است که بر اهمیت نفع رساندن به دیگران، به عنوان یک ارزش والای انسانی، تأکید می کند. این وعده پروردگار جهانیان است که: «هر کس حاجت مسلمانی را بر آورد، خداوند حاجت او را بر آورده می کند» (بحار الأنوار، ج ۷۴، ص ۳۱۵). این حدیث نشان دهنده اهمیت رفع نیازهای دیگران در نزد خداوند است و به مسلمانان وعده می دهد که در صورت کمک به دیگران، خداوند نیز به آن ها کمک خواهد کرد. بیانگر ارزش بالای کمک به نیازمندان و مستمندان در اسلام است و به مسلمانان توصیه می کند در این زمینه تلاش کنند.

محبوب ترین مردم نزد خداوند کسی است که برای مردم سودمندتر باشد و محبوب ترین کارها نزد خداوند این است که مسلمانی را خوش حال یا اندوهی را از او بر طرف کنی، یا دین او را ادا کنی، یا گرسنگی او را بر طرف کنی^۱ (المعجم الأوسط، حدیث ۶۰۲۶).

این احادیث و نمونه های فراوان دیگری که در خصوص سودمند بودن وارد شده اند، همگی آثار و برکت های فردی - اجتماعی این خصیصه را بیان می کنند.

والدین و مربیان با فراهم آوردن موقعیت ها و فرصت هایی، مجالی برای تمرین و تلاش کودکان و نوجوانان رقم می زنند. شریک کردن فرزندان در امور خیر خواهانه اجتماعی، دستگیری و یاری رسانی به مستمندان، فراهم آوردن زمینه رشد و ترقی دیگران و حتی در اندیشه سختی و گرفتاری دیگران بودن، همگی جلوه هایی از مفید بودن و سودمندی هستند. در میان ما مسلمانان، زکات عید سعید فطر یکی از نمونه های بارز این صفت و ویژگی است. در یک نگاه کلی و جمع بندی از آنچه بیان شد، به این نتیجه می رسیم که: الف) بهترین مردم کسانی هستند که برای دیگران سودمندتر باشند؛ ب) کمک به نیازمندان و مستمندان، از ارزش بالایی برخوردار است (دنیوی و اخروی)؛

ج) خوش حال کردن دیگران و فشردن دست حاجتمندان، رفع اندوه و افسردگی، احساس معنا و ارزشمندی به همراه دارد؛

د) پرداخت بدهی و رفع گرسنگی نیازمندان از جمله اموری هستند که سودمندی را سبب می شوند؛

ه) در اندیشه دیگران بودن، داشتن احساس همدلی و همدردی و دلسوزی نسبت به دیگران، باعث می شود فرد در مسیر نفع رساندن حرکت کند. و) خیران و نیکوکاران بزرگ کار خود را از گام های کوچک و به ظاهر ساده آغاز کرده اند.

ز) تمرین سودمند بودن از کودکی و سطح های آغازین رشد و یادگیری آغاز می شود.

این نکات همواره چراغ راه مسلمانان و مؤمنان برای خدمت به خلق و مردم است، زمینه ساختن جامعه ای متوازن و عادلانه را رقم خواهد زد و بهیستی همراه بارش و تعالی همگانی را به دنبال خواهد داشت. ✱

تمرین و تلاش برای سودمند و مفید بودن از گام های کوچک و از همان اولین مراحل رشد و تحول آدمی شروع می شود. چشیدن طعم شیرین بخشش و کمک رسانی به دیگران، از کودکی آغاز می شود و زمینه ساز کارهای بزرگ خواهد شد. والدین، مربیان و معلمان همیشه در تلاش اند فرزندان را به سمت یاری رسانی به دیگران، خدمات اجتماعی، رفاقت های جمعی و پیشرفت گروهی ترغیب کنند. این اقدامات، علاوه بر تمرین عملی برای سودمند بودن، زمینه ساز شکل گیری فضایل اخلاقی در فرزندان و دور شدن از رذیلت هایی اخلاقی همچون بخل و حسد خواهد بود. پس این ویژگی منحصر به فرد آدمی، یعنی سودمندی و مفید بودنش، از لابه لای کارهای ریز و درشت زندگی آغاز می شود و به درختی تنومند و پر ثمر مبدل می شود.

همان گونه که اشاره شد، سودمند بودن فقط دایره دیگران و جامعه را در بر نمی گیرد، بلکه به فردیت و شخصیت یگانه هر فرد نیز مربوط است. هر گونه بخشش و سودی که از ما به جامعه و دیگران می رسد، به رشد و تعالی و ویژگی های شخصیتی ما و احساس رضایتمندی و ارزشمندی ما مدد می رساند. وقتی در می یابیم و می توانیم در حیات پیرامون خود و انسان های وابسته به خود نقش مثبت و مؤثر داشته باشیم، حجم و کیفیت هدفمندی و معناداری وجودمان گسترش می یابد و این نیز به انگیزه و تلاشمان کمک می کند. این احساس ارزشمندی و هدفمندی، انرژی سازنده و سامان دهنده ای بسیار قوی برای ساخت فردیت و جمعیت خواهد بود. بگذارید تجربه و نمونه ای زیبا از یک عطا و بخشش را با هم بنگریم؛ بخششی که با هر بار عطا کردن، افزون و چندین برابر شده است.

مدتی پیش نشست و گفت و گویی با یکی از بخشنده ترین ها و خیران بزرگ کشور داشتیم؛ پیرمردی دوست داشتنی که پروردگار مهربان برکت فراوانی به زندگی او داده است. همواره یادآوری می کرد، کار و تلاش را از کودکی و با کارگری آغاز کرده است و آثار تلاش و زحمت فراوان از دست های مبارک و بخشنده اش نمایان بود. با اینکه یکی از بزرگترین سرمایه داران کشور و مالک کارخانه های تولیدی بزرگ بود، اصلاً اجازه نمی داد او را مالک چیزی خطاب کنی. می گفت آنچه دارم مال خداست و برای خدمت به مردم به من عطا شده است. آرزو می کرد خداوند به او عمر طولانی عطا کند. گفت دوست دارم به مردم کشورم و به نیازمندان کمک کنم. تأکید می کرد با بخشیدن داشته های خود، داشته های من هزاران برابر شده است.

پی نوشت ها

۱. خیر الناس أنفعهم للناس.
۲. من قضی مسلماً حاجة قضی الله له حاجة.
۳. أحب الناس إلى الله أنفعهم للناس، وأحب الأعمال إلى الله سرور تدخله على مسلم، أو تخلص عنه كربة، أو تقضي عنه ديناً، أو تطرد عنه جوعاً.

منابع

۱. هندی، متقی. کنز العمال. (۱۳۷۴). مؤسسه فرهنگی دارالحدیث. قم.
۲. مجلسی، محمدباقر. بحار الأنوار. (۱۳۸۶). اسلامیه. تهران.
۳. طبرانی، سلیمان بن احمد. المعجم الأوسط. (۱۴۰۵). مکتب المعارف. ریاض.

اشاره

چهارم دی ماه دومین همایش ملی درس پژوهی - درس کاوی در تالار ملاصدرای مجتمع آموزشی رفاهی فرهنگیان شیراز برگزار شد. معلمان و پژوهشگرانی آموزشی از سراسر کشور، به همراه دبیر کل شورای عالی آموزش و پرورش، معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش و مدیرکل آموزش و پرورش استان فارس در این نشست شرکت داشتند. آن‌ها در فضایی سراسر شوق یادگیری، درباره چرایی و چگونگی و اساسی آگاهی‌های واکاوی‌نشده معلمی از طریق درس پژوهی - درس کاوی گفت و شنود کردند. صدها معلم نیز از سراسر کشور و مدرسه‌های ایرانی خارج از کشور، به صورت برخط (اسکای روم و شبکه شاد) و از طریق دبیرخانه کشوری درس پژوهی - درس کاوی در این همایش شرکت کردند. رشد معلم با انتشار سخنان کوتاه محمدرضا سرکارآرانی در انتهای این همایش، خوانندگان را به بازاندیشی بحث‌های مطرح شده در آن دعوت می‌کند. با تشکر از خانم مریم قربانی، دبیر همایش، که در تهیه و تنظیم این گزارش ما را یاری کردند.

مقدمه

ژاپنی‌ها تعبیر جالبی دارند به این مضمون که «آن‌هایی که به دور دست‌ها سفر می‌کنند، میوه‌های ناب‌تری با خود به همراه می‌آورند.» مراد از دور دست‌ها، دیدن از دو عدسی متفاوت خیلی دور و خیلی نزدیک است. میوه‌های ناب‌تر نیز چشم اندازهای متفاوت و متنوع به مسئله‌های ما و رویکردهای حل آن‌هاست. سخنان امروز همکاران از جای جای ایران ناظر بر این دگرگونی در انگاره‌ها و نگاه‌ها بود؛ به ویژه همکاران دوره متوسطه. هم آموزی‌های ما، صرف نظر از دوره‌ها، پایه‌ها و موضوع‌های درسی و فاصله‌های جنسی، قومیتی، زبان مادری و جغرافیایی یا فرهنگی، دیدن کیفیت آموزش مدرسه‌ای از دو سر منحنی نرمال بود؛ هم آنان که از نداری دست‌کم‌های آموزش و کلاس درس در تنگنا هستند و هم آنان که در آن سوی منحنی نرمال، از پر خوری رتبه و مرتبه و رقابت و جشنواره و... ره‌گم کرده‌اند، تا جایی که هویت آموزش مدرسه‌ای را به تمرین و تکرار و آزمون‌های چندگزینیه‌ای تقلیل داده‌اند.

ما امروز اینجا هستیم تا از بخش وسیع تر سطح زیر منحنی نرمال و خروجی هایش بگوییم؛ از نتایج آزمون‌های ملی و بین‌المللی آموزش مدرسه‌ای شاهد بی‌اوریم، نه برای از دست دادن امید، که برای تحلیل این مهم که چرا آموزش مدرسه‌ای ما به یادگیری منجر نمی‌شود و ما چگونه در چنبره آگاهی‌های سنجش‌نشده و شناخت‌های فکر نشده معلمی گرفتار آمده‌ایم. به ویژه به این پرسش بیندیشیم که آیا درس پژوهی - درس کاوی راهی برای و اساسی آگاهی‌های واکاوی‌نشده معلمی است؟

همسازی ناهمسازها!

به خاطر داشته باشید، نظام اداره آموزش و آموزش مدرسه‌ای بیش از پیش تابع نظم مادرانه است. با حوزه‌های دیگر حیات اجتماعی، مانند صنعت و سیاست، متفاوت است. هنر وجودی معلم، در همسازی ناهمسازها در فرایند تدریس و زندگی مدرسه‌ای تجلی پیدا می‌کند. از این منظر، در فرایند درس پژوهی - درس کاوی بر توانایی معلم برای تمهید طراحی آموزش اثر بخش برای اینکه بچه‌ها مسئله‌های تدریس را از آن خود کنند، تأکید می‌شود. برای مثال، فراهم آوردن

چیزی بین زندگی روزمره بچه‌ها و محتوای کتاب‌های درسی! تمهید و تحقیق و سازمان دهی این «چیز» به ژاپنی به «کیزای کنکیو» شناخته می‌شود. بدون داشتن دانش و هنر معلمانه (پداگوژیک) که شامل علم و هنر آموزش و یادگیری است، باز طراحی آموزش و یادگیری دشوار و درک شیوه پیوند آموزش مدرسه‌ای و رنج زندگی دشوار است. مانند آنچه امروز در گزارش درس کاوی منطق دبیرستانی در کاشان یا فلسفه در دبیرستانی در تهران به آن اشاره شد. تصویری از گوشه بوستان محله بچه‌های مدرسه در درس مفاهیم پایه هندسه، یا طرح مسئله اجتماعی به روزی در درس منطق یا فلسفه پایه یازدهم یا دوازدهم، یا کروکی محله‌ای در بخش مرکزی شهر در درس علوم اجتماعی و... مدرسه تدارک و تمهید شوق یادگیری است. اگر این شوق حاصل آمد، بچه‌ها از تکرار و تمرین کتاب‌های درسی مورد انتظار اولیا و معلمان فراتر می‌روند.

زانوبه زانوی کودکان!

در این سفر در پایه ششم دبستان در درس علوم تجربی، کتاب درسی یکی از دانش آموزان را ورق می‌زدیم؛ وقتی به صفحه آخر رسیدیم، دیدم نوشته است: «خدا حافظ ششم!» اکتار ششم هم علامت «قلب» گذاشته است. کتاب دانش آموز را با اجازه وی و معلم کلاسش قرض گرفتم. رفتیم نشستی برای گفت‌وگو درباره تدریس! از معلم پرسیدم: این عبارت را دیده‌اید؟ همه شرکت کنندگان کنجکاو شدند که چه عبارتی؟! صفحه آخر کتاب درسی را به معلمان نشان دادم. معلم کلاس

آنها می‌خوانند و اندیشه‌های

گفت: نه! از مدیر خواهش کردم از والدینش پرسند و تا ما اینجا هستیم، خبر بدهند. به مادر دانش آموز پیام دادند. خیلی خوش حال شدیم، ولی گفتند نه! ما هم کتاب درسی علوم تجربی بچه‌ها را تا آخر صفحه ندیده‌ایم. ... تا هر جادر مدرسه تکلیف داده یا بچه‌ها خوانده‌اند دیده‌ایم! دوباره رفتم سراغ دانش آموز! پرسیدم، کی این یادداشت را نوشته‌اید؟ خوش حال از اینکه نظرم را جلب کرده است، گفتند: «هفته پیش»! گفتم یعنی اواخر آذرماه؟ باسر گفت که بله. خیلی از دیده شدنش خرسند بود. به‌ویژه از اینکه دنیا را خبر کرده‌ام و خبر نقش قلب پایان پیامش در آخرین صفحه کتاب درس علوم تجربی اش را به گوش فلک رسانده‌ام!

راستی تعبیر و تفسیر شما از این عبارت دانش آموز چیست؟ شانه بالا می‌اندازید خب که چی! با این عبارت نظر شما را هم جلب می‌کند؟! چه پیش فرض‌هایی برای زندگی آموزشی و کیفیت یادگیری چنین بچه‌هایی در ذهن و ضمیر شما جا و جان گرفته است؟ خوانش شما از این پیام چیست؟ آن را چگونه تفسیر می‌کنید؟ برگشتم به نشست. از معلمان پرسیدم، حالا برابیم بنویسید و تفسیر کنید این عبارت دانش آموز را: «خدا حافظ ششم»!

تفسیر گفت‌وگوها، یادداشت‌ها، دل‌نوشته‌های بچه‌ها و توجه یا بی‌توجهی آن‌ها به مسئله‌هایی که مادر کلاس درس مطرح می‌کنیم یا درباره تدریس، مسئله و متن درس و کتاب‌های درسی بیان

شده است، همان کاری است که در فرایند درس‌پژوهی - درس‌کاوی انجام می‌دهیم. دیدن بچه‌ها و تفسیر و تعبیر و توصیف و گفت‌وگو درباره حضور و رفتارهای آن‌ها در کلاس درس، هنر وجودی معلم و معنی معلمی است. گفت‌وگوهای آن‌ها را با خودشان، با یکدیگر و با متن کتاب درسی یا مسئله‌ای که ما مطرح می‌کنیم، جدی بگیریم. مادر فرایند گفت‌وگو درباره رفتار بچه‌ها پیش فرض‌های ذهنی خود را می‌سنجیم و خود را در آینه یکدیگر می‌بینیم و از هم می‌آموزیم.

❁ وضوح و تمایز را طای شده!

امروز، گزارش‌هایی که از سراسر ایران ارائه شد، ناظر به دیدن بچه‌ها یا به عبارتی ماه‌های کلاس درس بود. همه ما اینجا هستیم تا از هم بیاموزیم و یاد بگیریم بچه‌ها را ببینیم. یادداشت‌هایشان را، گفت‌وگوهایشان را، رنج‌های یادگیری‌شان را و شادمانی‌هایشان را در با هم بودن، با هم خندیدن و گریه کردن و... اینجا هستیم تا از هم بیاموزیم چگونه به بچه‌ها یاری کنیم جهان خود را بسازند! یاد بگیریم حواسمان به دغدغه‌ها و دنیای گوناگون بچه‌ها باشد و بر اساس ایده‌های راهنمای آن‌ها، محیط شوق‌انگیز رشد آن‌ها را فراهم آوریم. آن‌ها را یاری کنیم تا جهان خود را بسازند.

در این راه مسیری طولانی را طی کرده‌ایم؛ هم ما و هم سایر جامعه‌های بشری. افزایش قدرت انتخاب دانش‌آموزان، انسانی‌تر شدن آموزش مدرسه‌ای، تغییر انگاره هوش یگانه به پدیدارشناسی هوش‌های چندگانه و توجه به کلیت تربیت انسان نه تنها پیشرفت تحصیلی



عکاس: اعظم لاریجانی



در موضوعات درسی خاص، تعدیل نگاه یکسان‌سازی ماشینی طرح‌واره انسان در قالب تربیت نیروی انسانی، مشارکت دانش‌آموزان در اداره مدرسه و... نمونه‌های بارز این تحول پیچیده و کند در راه بهسازی مدرسه‌داری رسمی هستند.

راهی که تا به حال طی کرده‌ایم به عنوان آموزش در مدرسه با شکست‌های بسیاری نیز همراه بوده است؛ ولی تا حدود زیادی انسانی تر شده است. کلاس‌های درس بچه‌ها با پدرانشان قابل مقایسه نیستند. قدرت انتخاب بچه‌ها بیشتر شده است. تنبیه بدنی تا حدود زیادی از میان رفته است. آرام‌آرام بچه‌ها از تن دادن به رقابت در مدرسه و کلاس‌های درس طفره می‌روند. دیوارهای سخت بین موضوعات درسی فرو می‌ریزند. حالا حتی در دوره متوسطه دوم ارتباط فهم مسئله ریاضی و حل آن با کیفیت درس ادبیات بهتر درک می‌شود. اگر چه عبور از انسان‌سازی ماشینی و به رسمیت شناختن تنوع و تفاوت‌های انسان در عمل دشوار است، ولی پیرامون آن‌ها گفت‌وگوهای بسیاری در جریان است. گام‌های بهسازی کوتاه است، ولی شما نشان دادید که با استمرار یا از کوه دشواری‌ها بالا می‌روید یا برای آن تونل می‌کنید. بالا رفتن از کوه استعاره درس‌پژوهی و مشاهده تدریس از منظر کهن الگوهای یکدیگر است و کندن تونل استعاره درس‌کاوی است برای یافتن راه حل مسئله‌ها از درون گفت‌وگوهای بچه با خود، با معلم، با محتوا و متن‌های ارائه‌شده در فرایند تدریس است. بنابراین خرسندم که می‌بینم اینجا و آنجا امید جوانه می‌زند!

✱ گشودگی به جهان‌پرورش و چالش فرد!

در عین حال آموزش و یادگیری همراه رنج میسر می‌شود. جهد بسیار کرده‌ایم، ولی هنوز دشواری‌های بسیاری نیز سر راه تربیت اثر بخش و یافتن راهی برای گشودگی به این و اکنون جهان وجود دارد؛ آنچه به اصطلاح «معاصریت» می‌خوانند؛ نفی به‌روزی‌بودگی، بی‌توجهی به مراحل رشد در سازمان‌دهی محتوا و تعجیل برای پرداختن امور انتزاعی؛ تأکید بر موضوعات درسی مشخص به جای حکمت، خرد و فضیلت؛ توجه افراطی به شایستگی‌ها و مهارت‌ها به جای اندیشه انتقادی و تفکر خلاق؛ بزرگ «رقابت» به جای «همکاری» به ویژه با عنوان‌های فریبنده‌ای مانند «رقابت سالم» و...؛ و امید کاذب به نقش خارق‌العاده ابزار همراه با دل‌نگرانی‌های ناشی از فراگیری سریع آن‌ها، به ویژه ترس از ناتوان‌تر شدن مریبان و کم‌رنگ‌تر شدن نقش تربیتی مدرسه و فلسفه وجودی آن و...! به خاطر داشته باشید، ما بخشی از روندهای جهانی هستیم که امروزه با ابر بحران‌هایی شگرف نیز دست‌به‌گریبان است. این روزها اندیشمندان بسیاری به رایج‌ترین و فراگیرترین آن‌ها پرداخته‌اند (۱)؛ ابر بحران‌هایی که ماهیتی جهانی دارند و آموزش مدرسه‌ای را در دامگه حادثه‌های پیچیده گرفتار ساخته‌اند: محیط زیست (آتش‌سوزی، فرونشست زمین، آلودگی هوا...؛)؛ ناقوس جنگ (بی‌رمقی صلح‌ورزی در برابر جنگ‌افروزی و مهارت گفت‌وگو و...)، ترزل مردم‌سالاری (سستی عقلانیت به مثابه بنیاد مردم‌سالاری و احترام به آن دیگری و...)، شیوع بیماری‌های واگیردار (بیماری‌های فصلی و اقلیمی و ناشناخته، همه‌گیر و...)، نژادپرستی (ترویج همگان‌گرایی و تعلق خاطر خونی، قومی، مذهبی و...) و ابزارگرایی (انتظار معجزه از ابزار و نشان دادن آن بر جای حکمت و فضیلت، اندیشه و...).

✱ سخن پایانی

هر آنچه را بخواهیم اصلاح کنیم، لابدیم که به فلسفه وجودی آن در آغاز رجوع کنیم. اگر لازم است مدرسه یا کلاس درس اصلاح شود، حتماً نیازمندیم به فلسفه وجودی مدرسه در آغاز تأسیس آن بازگردیم. چرا به مدرسه نیاز داریم؟ توجه به این پرسش نه تنها برای بهسازی مدرسه، بلکه برای اصلاح هر امر اجتماعی لازم است. در چهار سطح نیز می‌توان به این پرسش پرداخت: سطح اول ابزار؛ سطح دوم روش‌شناسی؛ سطح سوم رویکرد؛ سطح چهارم نظریه. به نظر من، ابزار را می‌توان خرید. روش را می‌توان ترجمه کرد و در کاربرد آن تبخیر یافت. نظریه را می‌توان آموخت، اما اگر رویکرد نداشته باشیم، صرف خریدن ابزار و آموختن روش یا ترجمه داده‌ها و گزارش‌های موفقیت دیگران و انگاره‌ها و کهن الگوهای آن‌ها راهی به حل مسئله‌های مانمی‌گشاید. ما با هم و به کمک هم به صورت مستمر می‌آموزیم تا رویکردهای متناسب مسئله‌های خود بیابیم. راه حل‌ها درون مسئله‌ها نهفته است. اندیشه‌ای از درون لازم است و البته گفت‌وگوی مستمر پیرامون مسئله‌هایمان در کلاس درس و مدرسه این توانایی را در ما پرورش می‌دهد.

جایی خواندم که «طلوع مه آلود استعاره امید است»! به نظر می‌رسد مادر میان بحران‌های ملی و بین‌المللی، جایی در طلوع مه آلود می‌زییم؛ بنابراین امید در میان مازنده است. زیرا همه شما در هم‌شنوایی امروز، به برساختن رویکردهای متناسب با مسئله‌هایمان و توانمندسازی برای مواجهه با آن‌ها توجه داشتید. گفتید آمده‌اید تا ضجه‌نژید و از توانایی‌های خود در متن عمل بگویند و آمادگی‌های لازم برای بهسازی مستمر آن. خرسندم که با گزارش‌های خود به روشنی و با وضوح و تمایزی روشن‌گر و سنجش‌گرانه گفتید؛ ابزار، روش و حتی گزارش موفقیت‌های دیگران در حوزه‌های گوناگون فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی، لزوماً راه حل مسئله‌های ما نیست! تمهید رویکرد مناسب خانه و مدرسه و محله و جامعه خودمان، به ما امکان می‌دهد بتوانیم از تجربه‌های دیگران نیز به درستی استفاده کنیم. در غیر این صورت در دامنه خواهیم ماند و به ذکر موفقیت دیگران دل خوش خواهیم بود.

شما امروز فراتر از این دل‌خوشی به روایت موفقیت‌های خود و دشواری‌های راه‌طی شده و کیفیت امید وجودی‌تان پرداختید. گفت‌وگوهای خود را ادامه دهید؛ کمال این است و بس! ✱

پی‌نوشت

1. Kyozaikenkyu

منبع

1. Hargreaves, A. (2024). Leadership from the middle: The beating heart of educational transformation, New York: Routledge.



گفت و گو با حجت الاسلام والمسلمین سید جواد بهشتی، کارشناس برجسته ستاد اقامه نماز

شهلا فهیمی

بگیریم

حدود

معلمین

حله

یکی از اهداف مهم تعلیم و تربیت در کشور ما، تربیت دینی و محقق شدن هدف‌های اعتقادی است. در بررسی متن‌های اسلامی، اهتمام خاص اسلام به موضوع نماز و آثار آن روشن است و جایگاه خاص و مهمی را در رابطه با تربیت و شکل‌گیری اعمال و الگوهای رفتاری دارد. خداوند در قرآن مجید می‌فرماید: «نماز را به پای دار که همانا نماز اهلش را از هر کار زشت و ناپسند باز می‌دارد.» مدرسه‌ها در ترویج فرهنگ نماز بین دانش‌آموزان می‌توانند نقش مهمی ایفا کنند. بخش قابل توجهی از زمان دانش‌آموزان در محیط مدرسه و با همراهی معلمان و دیگر همکاران آموزشی آن‌ها سپری می‌شود، مدرسه می‌تواند با استفاده از روش‌های مناسب در ترویج فرهنگ نماز، بین دانش‌آموزان مؤثر باشد. در این خصوص گفت‌وگویی با حجت الاسلام والمسلمین سید جواد بهشتی، پژوهشگر و مفسر قرآن، انجام دادیم. وی اهل کاشان است و تحصیلات حوزوی پایان خارج فقه دارد. وی سابقه فعالیت‌هایی چون مدیر کلی قرآن،



عترت و نماز وزارت آموزش و پرورش، و مشاوری وزیر آموزش و پرورش در همین حوزه را دارد. بهشتی همچنین صاحب تألیفات بسیاری است از جمله: تفسیر آیات خانواده در قرآن کریم، شیوه‌های دعوت به نماز، و تأملی دوباره در ادبیات دینی. وی کارشناس برجسته استاد اقامه نماز و از تدوینگران محتوایی «درس‌هایی از قرآن» حجت الاسلام محسن قرائتی و کارشناس برنامه‌های فرهنگی و دینی، به‌ویژه در عرصه برنامه‌های قرآنی صدا و سیماست.

چرا نماز در مدرسه‌ها و مراکز آموزشی ما، آن اهمیتی را که شایسته آن است، ندارد.

اسلام دینی است که بشریت را به دانش دعوت می‌کند. دانشی که به رنگ خداست. اول سورة علق با یک فعل امر شروع می‌شود: اقر: بخوان. و پایانش هم با فعل امر واسجد: سجده کن.

اسلام طرفدار چنین دانشی است که به بندگی می‌انجامد. حالاً بیاییم به دانش در دنیای امروز نگاه کنیم. استاد قرائتی بارها به این نکته اشاره کرده است چه رازی در این است که نماز خوانی در دوره ابتدایی بهتر از دوره راهنمایی است و در دوره راهنمایی بهتر از دوره متوسطه است، و در متوسطه بهتر از دانشگاه؟! به واقع چه رازی در این است که هر چه سطح علم بالاتر می‌رود، گرایش به نماز کمتر می‌شود. این معضلی است که ما داریم. پاسخ آیت الله جوادی آملی این است که دانشی که در مشرق زمین از جمله ایران وجود دارد، ار مغان دنیای غرب است. دانشی که مبدأ و معادش را قیچی کرده و آن وسطش را به ما تحویل داده‌اند. می‌گویند این مورچه، این درخت، این ستاره، چه استعدادی دارد؟ در طبیعت چه نقشی دارد، ولی از اینکه چه کسی آن را آفریده است، حرفی نمی‌زند، از اینکه برای چه آفریده شده هم حرفی نمی‌زند. نتیجه‌اش می‌شود اینکه می‌بینیم. بوعلی سینا به قول امروز دیپلمه نماز خوان تحویل می‌گرفت، دکتر نماز شب خوان تحویل می‌داد. برای مثال، در کتاب طب، بحثی درباره ساختمان چشم دارد. بارها در این یک صفحه به خواننده می‌گوید: «انظر الی حکمت ربک». نظام آموزشی ما چنین آموزشی ندارد.

برای حل این مشکل یا معضل چه باید کرد؟ راهکار شما در این خصوص چیست؟

به نظر من، یکی از کارها در این باره آن است که سرگذشت‌ها و تجربه‌های معلمانی را که در این راه تأثیرگذار بودند، در مجله‌هایی مثل رشد بیان کنیم؛ شخصیت‌هایی مثل مرحوم روزبه

که معلم فیزیک بود. من در ستاد اقامه نماز به صدها مدرسه سر زدم. یکی از موفق‌ترین مدرسه‌ها درباره نماز را یک مدرسه دولتی در شمال تهران دیدم. مدیر مدرسه توضیح داد، به دلیل دغدغه‌ای که در این خصوص داشتم، در فصل تابستان نشستم درباره نماز، اهمیت، آثار و ابعاد آن مطالعه کردم. بعد همه معلمان، کارکنان و حتی بابای مدرسه را جمع کردم و گفتم هر کس تمایل دارد، برای اقامه نماز در مدرسه کاری انجام دهد. بدون اینکه الزامی در این خصوص باشد، همه قبول کردند کمک کنند. مثلاً معلم ریاضی گفت، خودم وقت نماز به نمازخانه می‌روم. معلم نقاشی گفت، موضوع نقاشی را نمادهایی که به نماز مربوط می‌شوند تعیین می‌کنم. معلم زیست گفت، من می‌توانم درس زیست‌شناسی را به گونه‌ای ارائه کنم که به عبودیت بینجامد... من این مدرسه را یکی از موفق‌ترین مدرسه‌ها می‌دانم. همه ما بندگان خدا هستیم. باید علم را به نوعی به دانش آموزان بیاموزیم که به بندگی ختم شود. در این راه باید از همه معلمان زبده استفاده کنیم. این گونه نباشد که تا می‌گوییم نماز، یاد معلم قرآن و دینی و در نهایت ادبیات بقیتم. گاهی تأثیر بعضی از معلم‌ها، به خصوص معلم ورزش یا معلم ریاضی، خیلی بیشتر است. سال‌ها قبل پژوهشی را مطالعه می‌کردم درباره محبوب‌ترین معلمان. برایم جالب بود که معلم‌های هنر، ورزش و ریاضی بین بچه‌ها محبوبیت بیشتری داشتند. وزیران آموزش و پرورش و مدیران کل بارها با مراجع عظام دیدار داشتند که دوبارش را من حضور داشتم. در هر دو هر بار، آیت الله مکارم شیرازی گفتند، من هر چه دارم، از دبیر فیزیکم دارم. زمانی که در امر نماز مشاور وزیر بودم، مدیرکل تربیت بدنی از من دعوت کرد در جمع ۷۰۰ معلم ورزش سخنرانی کنم. من در آن جمع از آن معلم‌ها خواستم اگر تجربه‌ای در دعوت بچه‌ها به نماز دارند، بنویسند. از آن تعداد حدود ۲۰۰ نفر نوشتند و نوشته‌هایشان در نشریه «ارزش و ورزش» منتشر شد. من متوجه شدم در معلم‌های ورزش چه ظرفیتی وجود دارد.

گام دوم آموزش است. اداره کل خراسان رضوی برای دبیران زیست جشنواره‌ای برگزار کرد با عنوان «نقش دبیران زیست در دعوت دانش آموزان به نماز». برخلاف انتظارم، این دبیران تجربه‌های بسیار زیبایی را بیان کردند. من



همه ما بندگان خدا هستیم. باید علم را به نوعی به دانش آموزان بیاموزیم که به بندگی ختم شود. در این راه باید از همه معلمان زبده استفاده کنیم

می‌زند، به صفحه‌ای می‌رسد که بسیار خوش حال و متعجب می‌شود. می‌گوید در این صفحه نوشته است، تو به یک میلیون نفر قرآن یاد دادی، در حالی که من به ۱۰ نفر بیشتر قرآن نیاموختم. فرشته می‌گوید نَكْتُبُ مَا قَدَّمُوا وَآثَرَهُمْ (آنچه را از پیش فرستاده‌اند، با آثار اعمالشان درج می‌کنیم: یاسین/۳۶). این برکت کار معلم است. در عالم بالاتر از کار معلمی پاداشی نیست. اگر معلم کارش را درست انجام دهد، پیامدهایی که به دنبالش است، تادنیادنیاست، هر چند نفر تحت تأثیر قرار بگیرند، ثوابش به او خواهد رسید. و البته برعکس هم صدق می‌کند. معلم با افکار، گفتار و رفتار می‌تواند راهبری یا بندگان خدا را گمراه کند.

■ در حال حاضر درباره میزان علاقه دانش آموزان به نماز ارزیابی وجود دارد؟

به خاطر دارم، ۲۰ سال پیش، به دلیل دغدغه‌ای که در این زمینه داشتم، رفته دفتر زنده یاد مهندس جعفر علاقه‌مندان، رئیس وقت سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی، و در این خصوص با ایشان صحبت کردم. ایشان گفتند این صحبت‌ها را من قبول ندارم. بروید با پژوهش و تحقیق بیایید. ما حدود ۱۰ سال دنبال پژوهش رفتیم و از وزارت ارشاد، دانشگاه، خود آموزش و پرورش، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی هم کمک گرفتیم. خوشبختانه در آن دوره بیش از ۱۰۰ پژوهش در این زمینه انجام گرفت و دلایل بی‌رغبتی برخی دانش آموزان به نماز بررسی و گردآوری شد. اما سال‌هاست پژوهش‌هایی در آن سطح و تعداد انجام نشده‌اند. با وجود فناوری‌های جدیدی مثل هوش مصنوعی، مادر آموزش نیازمند روش‌های جدید و نو هستیم.

■ در این زمینه به خانواده‌ها چه توصیه‌ای دارید؟

در قرآن در موضوع خانواده، از میان ده‌ها موضوع، خداوند دو مورد را در دستور کار قرار داده است: نماز و حجاب. درباره نماز به پیامبر گفته است: وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا: کسان خود را به نماز فرمان ده و خود بر آن شکیبا باش (طه/۱۳۲). درباره حجاب هم داریم: يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لَأَزْوَاجَكُمْ وَبَنَاتِكُمْ وَنِسَاءَ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ: ای پیامبر! به همسران و دختران و زنان مؤمنان بگو جلباب‌ها (روسری‌های بلند) خود را بر خویش فرو افکنند (احزاب/۵۹).

بین این دو موضوع و بقیه چه تفاوتی وجود دارد؟ حجاب و نماز هر دو به پاکی می‌انجامند. پاکی مقدمه‌ای است برای آموزش جهت‌دار. لذا ما هر چه درباره حجاب بگوییم، کم است. ❁

کتابی دارم راجع به «شیوه‌های دعوت به نماز با نگاهی به ریشه‌های فطری». در آن اشاره کرده‌ام، اولین روش در این زمینه، روش پیشنهادی خداست. خداوند به حضرت موسی بن عمران (ع) فرمود: «ای موسی، مردم را عاشق من کن. حضرت موسی (ع) گفت: راهش را به من یاد بده. جبرئیل گفت، خدایت می‌فرماید نعمت‌هایم را برای بندگانم بشمار. عاشق من می‌شوند. شمارش نعمت یک اصل است. اما این را معلم ابتدایی به یک زبان و معلم متوسطه به زبان دیگری باید بیان کند. زمانی خبرنگاری از من پرسید، در طول عمرتان به حال کسی غبطه خورده‌ای؟ گفتم بله. به حال معلم ابتدایی دخرتم. ایشان برای آموزش حروف‌ها و کلمه‌ها از جمله‌هایی زیبا، متناسب با سن و سواد دانش آموزان کلاس اول ابتدایی، انتخاب می‌کرد. همه جمله‌هایش رنگ خدایی داشت. یکی از کتاب‌هایی که من برای نماز به معلم‌ها و به خانواده‌ها معرفی می‌کنم، کتاب دکتر غلامعلی افروز با عنوان «روش‌های پرورش احساس مذهبی نماز در کودکان و نوجوانان» است. در غرب برای پرورش احساسات و به بیان مافطرت، مثل احساس سپاسگزاری، احساس مهرورزی، احساس پناه‌جویی و احساس نیاز خواهی از روش‌هایی مثل برگزاری کارگاه بهره می‌گیرند. ما در این زمینه کمتر کار کرده‌ایم. در حوزه‌های گوناگون مثل ریاضی، هر ساله جشنواره روش تدریس برگزار می‌شود. چرا جشنواره روش‌های دینی نداشته باشیم. روش‌های آموزشی نو و به‌روز را بیاموزیم و آموزش دهیم.

■ این جشنواره را چه نهاد و سازمانی باید برگزار کند؟ ستاد اقامه نماز در خصوص آموزش روش‌های نو چه کارهایی انجام داده است؟

ستاد اقامه نماز به لحاظ تشکیلاتی هم با نهاد رهبری و هم با دولت ارتباط دارد. رئیس جمهور در این ستاد نماینده‌ای دارد. در حال حاضر آقای محمد حسین رضایی نماینده رئیس جمهور در شورای اقامه نماز کشور است. این ستاد سالانه تفاهم‌نامه‌هایی را با همه وزارتخانه‌ها امضا می‌کند که شامل آموزش و پرورش هم می‌شود. حوزه‌های گوناگون در آموزش و پرورش سالانه و بر اساس ظرفیت‌هایشان برنامه‌ای را تدوین و آن را به ستاد اعلام می‌کنند. وظیفه ستاد اقامه نماز هم تسهیل این برنامه‌ها و پشتیبانی از آن‌هاست. از جمله این اقدامات اعزام مدرس به مدرسه‌ها با هزینه ستاد است. ما یک مرکز تخصصی نماز با بیش از ۱۰۰ مدرس در قم داریم. همچنین ستاد انتشاراتی تخصصی دارد که در این ۳۰ سال بیش از هزار کتاب در موضوع نماز، از پیش دبستانی تا دانشگاه، منتشر کرده است. همچنین، از ناشران دیگری که در این زمینه کتاب منتشر می‌کنند حمایت می‌کند.

■ در این میان، معلمان در علاقه‌مند کردن دانش آموزان

نقش مؤثری ایفا می‌کنند. در مورد پاداش الهی معلمان قرآن و هر کسی که به آموزش نماز و قرآن مشغول است، اشاره‌هایی بفرمایید.

حدیثی از امام باقر (ع) است با این مضمون که در روز قیامت، به هر کسی یک کتاب شامل مستندات عمرش می‌دهند. این کتاب به تعداد روزهای عمر و هر روز شامل ساعت‌های زندگی آن فرد است. این دلهره‌آور است. آن فرد همچنان که کارنامه عملش را ورق

اگر معلم کارش را درست انجام دهد، پیامدهایی که به دنبالش است، تادنیاست، هر چند نفری که تحت تأثیر قرار بگیرند، ثوابش به او خواهد رسید

کلیدواژه ها: هوش مصنوعی،
پرامیت، ابزارهای هوش
مصنوعی، سؤال و درخواست



مقدمه

با توجه به گسترش کاربرد هوش مصنوعی در آموزش، تلاش ها به افزایش کیفیت و کارایی آن در آموزش و یادگیری معطوف است. تحقق این امر منوط به ارتقای شایستگی ها و مهارت های معلمان در استفاده از هوش مصنوعی است. امروزه مدل های بزرگ زبانی از پرکاربردترین ابزارهای هوش مصنوعی برای معلمان هستند. این مدل ها قادرند به انواع سؤال ها و درخواست های معلمان در قالب متن، تصویر، صوت یا ویدئو پاسخ بدهند. اما آنچه هوش مصنوعی را بر آن می دارد یک پاسخ دقیق، جامع و خوب بدهد، هنر چگونگی طرح سؤال و درخواست از آن است. اما مسئله این است که سؤال ها و درخواست ها ممکن است به طرز ماهرانه ای مطرح نشوند و متعاقب آن پاسخ های درستی دریافت نگردند. برای رفع این مشکل نیاز است معلمان با هنر سؤال پرسیدن از هوش مصنوعی آشنا شوند. این هنر سؤال پرسیدن از هوش مصنوعی «پرامیت»^۱ نام دارد.

قسمت اول

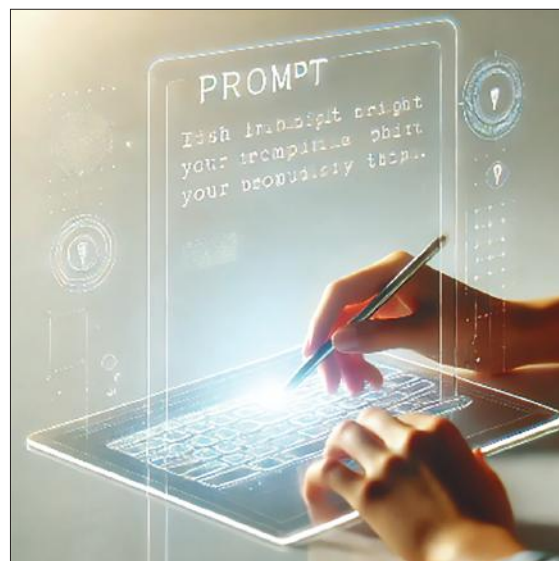
پرامیت

دکتر حامد عباسی
پژوهشگر، نویسنده و مدرس فناوری آموزشی

حمیده عباسی
دبیر و کارشناس ارشد فیزیک

واژه پرامپت از نظر لغوی به معنی به فعالیت واداشتن، برانگیختن و از نظر واژه نامه رایانه ای متنی نمایشی است که نشان می دهد برنامه منتظر دریافت ورودی از طرف کاربر است. برای معادل های آن گاهی از کلمه دستور یا درخواست نیز استفاده می شود که جای بحث دارد. دو اصطلاح دیگر مرتبط با آن «پرامپت نویسی»^۷ و «مهندسی پرامپت»^۸ است. پرامپت در واقع تعامل بین انسان و هوش مصنوعی است. پرامپت، نوشتن دستورالعمل هایی برای درخواست هاست. پرامپت نویسی یا مهندسی دستور، هنر، علم و مهارت بیان دقیق خواسته های فرد از یک مدل زبانی یا هر نوع هوش مصنوعی است که به هوش مصنوعی کمک می کنند بر اساس آن، خروجی مناسب و دقیقی تولید کند.

در عصر دیجیتال پرامپت نویسی یک مهارت حیاتی است. از جمله دلایلی را که ضرورت ایجاد می کند معلم در این زمینه مهارت کافی داشته باشد، می توان به «برقراری ارتباط مؤثر با هوش مصنوعی، استفاده بهینه از هوش مصنوعی برای ارتقای کیفیت آموزش و یادگیری، بهبود کیفیت محتوای آموزشی تولید شده، بر خورداری محتوای تولید شده از صحت علمی و دریافت پاسخ های دقیق» اشاره کرد. لذا برای پاسخ به این نیاز، در دو مقاله قصد داریم ساختار و اصول پرامپت نویسی را معرفی و تشریح کنیم.



* ساختار کلی پرامپت

به طور کلی هر پرامپت چند بخش اصلی به این شرح دارد:

هدف، قصد یا وظیفه:^۹ پرامپت باید حاوی هدف اصلی واضح و وظیفه یا کار مشخصی که باید انجام دهد، باشد. در واقع هسته اصلی پرامپت هدف یا وظیفه است. برای مثال، در پرامپت درخواست شود که یک عکس تولید کند، چند سؤال مفهومی بسازد یا تحلیلی از یک نمودار ارائه دهد.

دستورالعمل: بیان دستورالعمل های دقیق برای انجام وظیفه، مدل را برای ارائه نتایج دقیق یاری می کند. برای مثال، مشخص کردن تعداد کلمه ها، قالب خروجی، نوع محتوا و محدوده اطلاعات درخواستی و امثال آن، بر کیفیت پرامپت خواهد افزود.

زمینه یا چارچوب: زمینه موقعیتی است که درخواست برای آن حالت نوشته می شود. این اطلاعات می تواند شامل جزئیات درباره مخاطب، رویکرد، چارچوب و سایر موارد باشد. برای نمونه، اگر یک روش آموزش ضرب را درخواست کردید و مخاطبان دانش آموزی با نیازهای ویژه است، این نکته را مشخص کنید تا در آن زمینه به شما پاسخ داده شود.

جزئیات خاص:^۸ شامل توضیحات دقیق تری درباره ساختار، حجم محتوا و سبک نوشتار است. برای مثال، در پنج جمله با فعل های خبری گذشته، ویژگی های چکیده را بنویسید. این عنصر با نام تنظیمات و پارامترها^۹ نیز شناخته می شود.

شرایط و معیارهای خاص:^{۱۰} محدودیت ها و شرایط خاص را که باید در پاسخ مدل رعایت شود، در پرامپت مشخص کنید. برای نمونه، در متن فارسی از اصطلاح های لاتین و عربی استفاده نکنند و سبک نگارش متن رسمی باشد و محاوره ای نباشد.

ورودی:^{۱۱} گاهی برای تکمیل اطلاعات پرامپت نیاز است یک ورودی داشته باشید. این ورودی ممکن است یک تصویر باشد که در پرامپت درخواست ویرایش آن را داشتید یا یک فایل پی دی اف باشد که در پرامپت درخواست کردید آن را خلاصه کند.

در ادامه یک نمونه پرامپت را مشاهده می کنید. البته لازم به ذکر است، بیان جزئیات زیاد هم مشکلاتی در نتایج دارد که در قسمت اصول اشاره خواهد شد. نمونه پرامپت کامل: یک طرح درس بنویس (هدف) در قالب ورد، به صورت متنی در حد چهار صفحه A4 (دستورالعمل) بار ویکرد شناختی در درس علوم تجربی برای دانش آموزان پایه پنجم مدرسه دولتی (زمینه)، با موضوع اهرم ها که هدف، روش، رسانه و ارزشیابی داشته باشد (جزئیات خاص)؛ به شرطی که اهداف در سه سطح کلی، مرحله ای و عینی، با برنامه درسی ملی مطابق باشد (شرایط و معیارهای خاص). فایل برنامه درسی ملی در این پرامپت بارگذاری شد (ورودی).

* انواع پرامپت

برای استفاده بهتر از هوش مصنوعی، پرامپت ها به چند دسته تقسیم می شوند. این تقسیم بندی به نوع درخواست و هدف آن بستگی دارد، چرا که بر اساس نوع پرامپت که در واقع شکل درخواست است، نتایجی به دست خواهند آمد. در ادامه به تشریح معروف ترین تقسیم بندی می پردازیم:

پرامپت های اطلاعاتی:^{۱۲} این گونه پرامپت ها شامل درخواست دریافت اطلاعات در مورد یک موضوع یا مفهوم است.

پرامپت نویسی یا مهندسی دستور، هنر، علم و مهارت بیان دقیق خواسته های فرد از یک مدل زبانی یا هر نوع هوش مصنوعی است که به هوش مصنوعی کمک می کند بر اساس آن خروجی مناسب و دقیقی تولید کند



پرامپت‌های خلافت‌انه^{۱۳}: از این نوع پرامپت‌ها برای تولید محتوای بصری، هنری، شعر، داستان و متن ادبی استفاده می‌شود.

پرامپت‌های دستوری^{۱۴}: از این پرامپت‌ها برای اهداف خاص استفاده می‌شود. برای نمونه از هوش مصنوعی خواسته می‌شود یک برنامه برای یادگیری لغت‌های زبان انگلیسی، برای رفع نیاز دانش آموز دوزبانۀ پایه هفتم بنویسد.

پرامپت‌های تفسیری و تحلیلی^{۱۵}: از این پرامپت برای تفسیر یا تحلیل داده‌هایی مثل نمودار، جدول و گزارش استفاده می‌شود. ذکر کلمه‌هایی مانند تحلیل کن یا تفسیر کن در متن پرامپت ضروری است.

پرامپت‌های مقایسه‌ای^{۱۶}: هدف از نگارش این نوع پرامپت‌ها مقایسه دو یا چند مورد است تا از شباهت‌ها و تفاوت‌ها آگاهی حاصل شود.

پرامپت‌های پرسش و پاسخ^{۱۷}: پرامپت‌هایی تعاملی هستند که همانند روش تدریس سقراطی، بین یادگیرنده و مدل به صورت پرسش و پاسخ انجام می‌شوند.

پرامپت‌های توصیفی^{۱۸}: ماهیت پرامپت به گونه‌ای است که از هوش مصنوعی درخواست می‌کند مفهومی، پدیده‌ای، مکانی، شخصیتی، رویدادی، شینی یا جسمی را توصیف کند.

پرامپت‌های حل مسئله^{۱۹}: برای حل یک مسئله یا مشکل از هوش مصنوعی درخواست می‌شود راه حل‌ها و راهکارهایی ارائه دهد. برای طرح مسائل مدیریتی، استفاده از این گونه پرامپت‌ها مفید است. **پرامپت‌های محاوره‌ای^{۲۰}:** این نوع پرامپت‌ها در گپ‌بات‌ها و دستیارهای مجازی بیشتر استفاده می‌شوند و مکالمه‌ای دوطرفه بین انسان و مدل صورت می‌گیرد و به نوعی لحن غیررسمی و دوستانه دارد.

✱ اصول و راهکارهای پرامپت‌نویسی

الف) دستورالعمل‌ها را واضح بنویسید.

اگر مدل خروجی‌هایی خیلی طولانی ارائه می‌دهد، درخواست کنید پاسخ‌های کوتاه ارائه دهد. اگر خروجی‌ها خیلی ساده هستند، درخواست کنید پاسخ‌های تخصصی ارائه دهد. برای دریافت پاسخ‌های مرتبط‌تر، جزئیات را در درخواست خود بنویسید.



برای مشاهده این مطلب به لینک زیر مراجعه کنید

✱ راهکارها

۱. درخواست با جزئیات و توصیف دقیق: هرچه جزئیات بیشتری در پرامپت خود بگنجانید، نتیجه دقیق‌تر خواهد بود.

پرامپت ضعیف: روش تدریس ضرب کسرها را بنویس.

پرامپت قوی: یک روش تدریس فعال و یادگیرنده با موضوع کسرها برای دانش آموزان کلاس پنجم مدرسه‌های عادی، با رویکرد سازنده‌گرایی، در مدت ۴۵ دقیقه بنویس.

۲. تعیین سبک و لحن: سبک و لحن مورد نظر خود را مشخص کنید که آیا می‌خواهید متن شمارسمی باشد یا غیررسمی؟ طنزآمیز باشد یا جدی؟ علمی باشد یا عامیانه؟

۳. پذیرش شخصیت یا نقش: از مدل بخواهید شخصیتی را بپذیرد که به نوعی شخصی سازی مدل نیز محسوب می‌شود.

پرامپت خوب: به عنوان معلم فیزیک می‌خواهید در کلاس درس قوانین نیوتن را تدریس کنید. برای این کار از کدام رسانه‌های آموزشی استفاده خواهید کرد.

۴. استفاده از جداکننده‌ها: از جداکننده‌ها برای نشان دادن و بیان واضح بخش‌های مجزا استفاده کنید. جداکننده‌ها می‌توانند شامل بند، جمله یا کلمه باشند.

پرامپت خوب: یک طرح درس برای موضوع آموزش کسرها، دانش آموزان پایه پنجم، مدرسه‌های دولتی، به شرایط زیر بنویس:

هدف: آموزش کسرها

رویکرد: شناختی

روش: بارش فکری

رسانه: قطعه‌های مکعب

ارزشیابی: پنج سؤال تشریحی و حل مسئله

۵. مشخص کردن مراحل: مراحل مورد نیاز برای تکمیل کار را مشخص کنید.

۶. ارائه مثال: مثال‌هایی ارائه کنید که مدل زبانی درک بهتری از منظور و هدف شما داشته باشند.

۷. تعیین طول مقدار پاسخ: طول مقدار مورد نظر خروجی را مشخص

پرامپت باید حاوی هدف اصلی واضح و وظیفه یا کار مشخصی که باید انجام دهد، باشد. در واقع هسته اصلی پرامپت هدف یا وظیفه است



از آنجا که مدل‌های زبانی قدرت درک و تحلیل دارند، هر قدر مهارت برقراری ارتباط کلامی با آن‌ها بیشتر باشد و هدف شما برای مدل قابل درک باشد، هوش مصنوعی پاسخ بهتری ارائه خواهد داد

پی‌نوشت‌ها

1. Prompt
2. Prompt Writing
3. Prompt Engineering
4. Intent
5. Task
6. Instructions
7. Context
8. Specifics
9. Parameters and Settings
10. Constraints
11. Input
12. Information Prompts
13. Creative Prompts
14. Instructional Prompts
15. Analytical Prompts
16. Comparative Prompts
17. Question & Answer Prompts
18. Descriptive Prompts
19. Problem-Solving Prompts
20. Conversational Prompts
21. docx
22. MP4

ممکن است در زبان‌های گوناگون معنی متفاوتی داشته باشند و موجب سوء تفاهم شوند. برای پیشگیری از این کار و دریافت نتیجه بهتر، یا از این کلمه‌ها استفاده نکنید یا منظور خود را در پرامپت‌های اولیه توضیح دهید تا ماشین یاد بگیرد.

۱۹. رعایت لحن: پرامپت‌ها بهتر است حالت دستوری داشته باشند.

۲۰. به کارنگرفتن فعل‌های منفی: تا حد ممکن از فعل‌های منفی استفاده نکنید. برای مثال به جای اینکه بنویسید شامل چه چیزی نباشد، بنویسید شامل چه چیزی باشد.

(ب) متن مرجع را ارائه دهید.

مدل‌های زبانی می‌توانند با اطمینان پاسخ‌های جعلی بدهند؛ به ویژه زمانی که در مورد موضوع‌های مبهم سؤال می‌شود. ارائه متن مرجع به این مدل‌ها، می‌تواند به پاسخ‌گویی با اطمینان بیشتر کمک کند.

راهنما

۱. استفاده از متن مرجع: به مدل دستور دهید با استفاده از متن مرجع پاسخ دهد.

پرامپت نمونه: ردیف و قافیه را با مثال‌هایی از دیوان حافظ توضیح بده.

۲. استفاده از نقل قول: به مدل دستور دهید با نقل قول از یک متن مرجع پاسخ ارائه کند.

۳. استفاده از قالب: اگر به نتیجه‌ای خاص نیاز دارید، قالب یا ساختار خروجی را مشخص کنید.

۴. استفاده از الگو: اگر قصد دارید مدل چیزی را تقلید کند یا بر اساس سبک خاصی بنویسد، از الگو استفاده کنید.

۵. داشتن تسلط نسبی به موضوع: این مورد از دو جنبه قابل بررسی است. یکی اینکه فرد دانش لازم را در نوشتن پرامپت داشته باشد و از اصطلاح‌ها و واژه‌ها به درستی استفاده کند، دیگر اینکه از میزان اعتبار پاسخ‌ها آگاه باشد، چرا که ممکن است پاسخ‌ها قابل اعتماد نباشند.

۶. ارائه پیوند و نشانی خاص: اگر قصد دارید متن دریافتی از یک منبع خاص باشد یا از منبع خاصی الگو برداری شود، پیوند آن را در پرامپت به مدل ارائه دهید یا منبع خاصی در نظر بگیرید و آن را برای مدل بفرستید.

پرامپت نمونه: کاربرد هوش مصنوعی در آموزش را با استفاده از مطالب وبگاه EduHighTech.com توضیح دهید.

ادامه دارد.

کنید. برای مثال طول خروجی هدف را می‌توان بر حسب تعداد کلمه، جمله، بند (پاراگراف)، صفحه و غیره مشخص کرد.

پرامپت خوب: یک متن ادبی در رابطه با بهار در سه بند و هر بند شامل پنج جمله بنویس.

۸. تعیین زمینه درخواست یا سؤال: اگر مدل باید در مورد موضوع خاصی صحبت کند، زمینه را مشخص کنید.

پرامپت ضعیف: روش تدریس انتقال گرما به روش رسانش را بنویس.

پرامپت قوی: روش تدریس انتقال گرما به روش رسانش را رویکرد سازنده‌گرایی برای تدریس فیزیک پایه دهم دبیرستان استعدادهای درخشان را بنویس.

۹. تعیین دستورالعمل‌ها و محدودیت‌ها: اگر به نوع خاصی از پاسخ نیاز دارید، به طور دقیق دستورالعمل‌ها و محدودیت‌ها را مشخص کنید.

۱۰. طرح سؤال‌های باز و بسته: برای دریافت اطلاعات گسترده، از سؤال‌های باز و برای دریافت پاسخ دقیق و مشخص، از سؤال‌های بسته استفاده کنید.

۱۱. رعایت خاص بودن: در خواست خود را خاص تر مطرح کنید تا به مدل کمک کند نتایج دقیق تری ارائه دهد و پاسخ تخصصی تر باشند.

۱۲. تعیین محدوده: محدوده پاسخ را مشخص کنید. این محدودیت، علاوه بر طول پاسخ، می‌تواند شامل بازه زمانی، مقدار، محدوده جغرافیایی و موارد دیگر باشد.

۱۳. تعیین نوع خروجی: اگر قصد دارید پاسخ را در قالب یک فایل متنی دریافت کنید، قالب فایل متنی مورد نظر را مشخص کنید. پرامپت خوب: فایل ورد طرح درس را در قالب داکس^{۲۱} بده.

۱۴. طرح محرمانه درخواست: درخواست‌های خود را با جمله‌های محرمانه طرح کنید. برای نمونه، از کلمه‌هایی مثل لطفاً استفاده کنید. در نظر بگیرید با یک فرد در حال تعامل هستید.

۱۵. توجه به محدودیت‌های مدل: هر مدل زبانی محدودیت‌هایی دارد. بنابراین، پرامپت‌نویس باید با این محدودیت‌ها آگاه باشد و پرامپت‌هایی بنویسد که در محدوده توانایی مدل قرار بگیرند. برای نمونه، برخی مدل‌ها قادر به ارائه تصویر نیستند و نباید از آن‌ها چنین درخواستی شود.

پرامپت خوب: از روش انتقال گرما یک فیلم ۱۰ ثانیه‌ای با قالب «ام‌پی ۴»^{۲۲} با وضوح بالا تولید کن. این فیلم وسایل آزمایش و آزمایشگر داشته باشد. آن را به زبان فارسی تولید کن.

پاسخ جت‌جی‌پی‌تی: متأسفانه در این محیط امکان تولید مستقیم ویدئو با قالب ام‌پی ۴ وجود ندارد.

۱۶. برقراری ارتباط ماهرانه: از آنجا که مدل‌های زبانی قدرت درک و تحلیل دارند، هر قدر مهارت برقراری ارتباط کلامی با آن‌ها بیشتر باشد و هدف شما برای مدل قابل درک باشد، هوش مصنوعی پاسخ بهتری ارائه خواهد داد.

۱۷. اجتناب از ابهام و کلی‌گویی: از جمله‌های مبهم استفاده نکنید و از طرح سؤال‌های کلی و استفاده از کلمه‌هایی مانند «هر آنچه»، «هر چیزی»، «کلیه»، «تمام موارد» و امثال این‌ها پرهیز کنید.

پرامپت ضعیف: همه روش‌های تدریس را توضیح بده.

۱۸. توجه به ویژگی‌های زبانی: برخی اصطلاح‌ها، کلمه‌ها و عبارات‌ها

کلیدواژه‌ها:
زبان بدن،
ارتباط غیرکلامی،
حرکت‌های بدن،
ارتباط مؤثر

ارتباط غیرکلامی راهی برای ارتباط موفق

زهرا سادات الطافی
دکترای مدیریت رسانه

(بخش دوم)

بی صدا

زبان

روابط با سوء تعبیر می‌شود. ضرورت‌های به کارگیری زبان بدن را در قالب مثال‌هایی از کاربردهای اساسی این علم مرور کنیم:

- / کسب و کار: در مذاکرات، مصاحبه‌های شغلی و ارائه‌های تجاری؛
- / روابط شخصی: برای بیان احساسات و ارتباط عمیق‌تر با دیگران؛
- / آموزش: جلب توجه دانش‌آموزان و آموزش بهتر مفاهیم؛
- / سیاست: تأثیر بر افکار عمومی و جلب حمایت مردم.

✱ ارتباط زبان بدن با عواطف و شناخت

علم به چگونگی استفاده از زبان بدن برای درک مفاهیم پیچیده و ارتباطات معنادار، بر تحقق یادگیری عمیق در فرایندهای آموزشی اثر دارد.

از سوی دیگر، زبان بدن و هوش هیجانی ارتباط انکارناپذیری دارند. بررسی نقش زبان بدن در ایجاد انگیزه و تقویت اعتمادبه‌نفس در گوینده و همچنین مخاطب، اسباب رشد شخصیتی و تقویت انگیزشی خواهد بود. برخی از الگوهای زبان بدن قوی‌ترین ارکان ارتباطات هستند و این

زبان غیرکلامی ابزار منحصر به فرد ارتباط است که اگر آگاهانه مورد استفاده قرار گیرد، موجب انتقال صحیح احساسات و مفاهیم و در نتیجه تأثیرگذاری بیشتر مخاطب می‌شود. در شماره قبل مباحثی از این نوع ارتباط را ذکر کردیم. در این شماره به ادامه آن می‌پردازیم:

بعد از کسب دانش در یک موضوع، مهارت به کارگیری مطلوب آن علم در حوزه‌های مرتبط، دومین گام در دستیابی به نتایج مورد انتظار خواهد بود. زبان بدن و شناخت آن دانشی است که در صورت استفاده صحیح، ما را به نقطه مطلوب می‌رساند.

✱ کاربردهای زبان بدن در تعامل اجتماعی

گاهی کلام توان لازم برای ایجاد تعامل را ندارد، یا حتی به تنهایی، بدون ضمیمه شدن زبان بدن، باعث تخریب

موضوع اختصاص جغرافیایی یا فرهنگی ندارد، بلکه مؤلفه‌ای عمومی و همه‌گیر است. اگر به دنبال کشف این اعجاز هستید، توجه شما را به مشخصه‌هایی از زبان بدن جلب می‌کنم که منشأ اثر این رویداد است.

/ جهان شمول بودن: برخی از الگوهای زبان بدن، مانند لبخند و تماس چشمی، به صورت جهانی قابل درک هستند و در همه فرهنگ‌ها معنای مشابه دارند.

/ تأثیر بر احساسات: زبان بدن می‌تواند به طور مستقیم بر احساسات ما و دیگران تأثیر بگذارد.

/ کامل کننده کلمه‌ها: زبان بدن کلمه‌ها را تقویت می‌کند و به آن‌ها عمق می‌بخشد. ناخودآگاه بودن: بسیاری از الگوهای زبان بدن به صورت ناخودآگاه انجام می‌شوند و این باعث می‌شود صادقانه‌تر و قابل اعتمادتر به نظر برسند.

* قوی‌ترین افراد دنیا در تسلط بر زبان بدن و شناخت آن

تسلط بر زبان بدن و توانایی خواندن آن مهارت‌هایی هستند که در بسیاری از زمینه‌ها، از جمله مذاکره، رهبری و روابط شخصی بسیار مفیدند. زبان بدن نوعی زبان جهانی است که فراتر از کلمه، احساس و پیام‌های ما را منتقل می‌کند. به همین نسبت، قوی‌ترین الگوهای زبان بدن آن‌هایی هستند که بهتر قابل درک‌اند و تأثیرگذاری بیشتری دارند. بسیاری از افراد مشهور و موفق، به دلیل تسلط بر زبان بدن، توانسته‌اند تأثیر به‌سزایی بر دیگران بگذارند. برخی از افراد مشهور که به دلیل مهارت‌های ارتباطی و زبان بدن قوی خود شناخته شده‌اند، عبارت‌اند از: **بازاک اوباما** (رئیس جمهور سابق آمریکا)؛ **بیل گیتس** (میلیاردر معروف و بنیان‌گذار مایکروسافت)؛ **استیو جابز** (چهره‌ای بزرگ در صنعت فناوری).

* مسیرهای موفقیت افراد در مدیریت زبان بدن

اینکه چرا و چگونه برخی همیشه مورد توجه هستند، از مشتری مغازه سرکوب تا فلان سخنران و تا آن سیاست‌مدار، یا حتی آن بازیگر، همه و همه در سایه‌سار زبان بدن قدرتمند بروز و ظهور دارد. مسیر طی شده توسط این افراد، حتماً از این ایستگاه‌ها می‌گذرد: تمرین مداوم، مشاهده دقیق رفتار دیگران، خودآگاهی نسبت به زبان بدن و مدیریت آن، هوش هیجانی بالا در درک احساس خود و دیگران و پاسخ درست.

* تبیین عملیاتی زبان بدن در فضای آموزشی

حال به سراغ محور اصلی بحث می‌رویم. به کارگیری عملیاتی زبان بدن نه تنها در کلاس درس، بلکه در تمام تعاملات آموزشی باید سرلوحه فرایندهای آموزشی قرار گیرد. برخی از کاربردهای عملی زبان بدن در محیط‌های آموزشی را به صورت جزئی‌تر بررسی می‌کنیم:

ایجاد ارتباط مؤثر با دانش آموزان

/ تماس چشمی: با ایجاد تماس چشمی مستقیم و طولانی مدت با هر دانش آموز، نشان دهید به صحبت‌های او توجه می‌کنید و برایش ارزش قائل هستید.

/ لبخند: لبخند صمیمانه، محیط کلاس را شاداب‌تر می‌کند و احساس امنیت و دلگرمی به دانش آموزان می‌دهد.

/ حالت بدن باز: با باز نگهداشتن دست‌ها و پاها نشان دهید پذیرای ایده‌های جدید و مشارکت دانش آموزان هستید.

/ آینه کردن: به طور ناخودآگاه حرکت و حالت‌های بدن دانش آموز را تقلید کنید تا به او نشان دهید با او همدل هستید.

/ حالت (ژست) قدرت: با استفاده از حالت‌های قدرتمند، مانند ایستادن با شانه‌های باز و سر بالا، اقتدار خود را در کلاس نشان دهید.

/ حرکت‌های کنترل‌کننده: با استفاده از حرکت‌های آرام و قاطع دست، توجه دانش آموزان را به خود جلب و کلاس را آرام کنید.

/ فاصله شخصی: با حفظ فاصله مناسب از دانش آموزان، هم حریم شخصی آن‌ها را رعایت و هم اقتدار خود را حفظ کنید.

تقویت انگیزه و اعتماد به نفس دانش آموزان

/ تشویق بازبان بدن: با تکان دادن سر، لبخند زدن و نگاه تأییدآمیز، دانش آموزان را تشویق کنید.

/ ایجاد فضای مثبت: بازبان بدن مثبت، محیطی صمیمی و انگیزه‌بخش در کلاس ایجاد کنید.

/ نمایش اعتماد به نفس: با داشتن اعتماد به نفس و استفاده از زبان بدن قوی، به دانش آموزان نشان دهید بر فضای کلاس مسلط هستید.

نکات مهم برای استفاده مؤثر از زبان بدن در آموزش

/ تطبیق با مخاطب: زبان بدن خود را با سن، سطح تحصیلی و فرهنگ دانش آموزان تطبیق دهید.

/ تمرین مداوم: با تمرین مداوم می‌توانید بر زبان بدن خود مسلط شوید.

/ توجه به باز خورد: به باز خورد دانش آموزان و همکاران خود توجه کنید و بر اساس آن زبان بدن خود را بهبود بخشید.

نکته پایانی: فیلم برداری و تحلیل خود، کارگاه‌های آموزشی و استفاده از باز خورد، ابزارها و فن‌های بهبود زبان بدن هستند که باید به آن‌ها توجه ویژه داشته باشیم.

نتیجه‌گیری

در انتها اشاره می‌کنم به جمله آلبرت مریایان که معتقد است: «زبان بدن اولین زبانی است که ما یاد می‌گیریم و آخرین زبانی است که از یاد می‌بریم.» تسلط در ارتباط غیرکلامی، ابزار قدرتمندی برای ارتباط مؤثر است. با آگاهی از عناصر تشکیل دهنده آن و تمرین مداوم، ضمن شناسایی حالت‌های روحی و پی بردن به عمق افکار افراد، با درک بهتر از پیرامون خود، در زندگی شخصی و حرفه‌ای خود موفق‌تر باشیم. آموزش این مفاهیم به مخاطبان، به خصوص نوجوانان و جوانان، آن‌ها را از روابط پرخطر محافظت خواهد کرد و در عین حال باعث افزایش بهره‌وری فردی و اجتماعی افراد می‌شود.

در پایان به تمرین‌های دیگری برای بهبود زبان بدن اشاره می‌کنیم:

/ خودداری از خیره شدن، ضمن توجه به برقراری ارتباط چشمی؛

/ گوش دادن فعال (تکان دادن سر، تغییرات متناسب حالت چهره، واکنش‌های مرتبط با گوینده و...);

/ حفظ راست قامتی در بدن (حالت‌های نشسته و ایستاده);

/ خودداری از حرکت‌های اضافه دست و پا (نشان دهنده عصبیت، اضطراب یا نبود تمرکز);

/ حفظ طمأنینه و آرامش در هر شرایطی (اعم از سخن گفتن، گوش دادن، راه رفتن و...);

/ تسلط بر تیک‌های عصبی و بی‌قراری‌های ناخودآگاه؛

/ حفظ فاصله فیزیکی مناسب با افراد؛

/ تأکید بر نگرش مثبت ذهنی که بالطبع زبان بدن مثبت را انعکاس خواهد داد.

* منابع مطالعاتی پیشنهادی

۱. قوانین زبان بدن. جودی جیمز. (۱۳۹۴). انتشارات صابرین.
۲. مهندسی زبان بدن. پویا ودایع. (۱۳۹۲). انتشارات نسل نواندیش.
۳. ارتباط غیرکلامی. محمود انوشه. (۱۳۹۳). انتشارات آگاه.

* مقدمه

برخورد با دانش‌آموزانی که رفتارهای زودرنجی و بی‌توجهی دارند، یکی از چالش‌های مهمی است که معلمان در کلاس‌های خود با آن روبه‌رو می‌شوند. دانش‌آموزان زودرنج معمولاً به انتقاد یا پیشنهاد حساسیت زیادی نشان می‌دهند و دانش‌آموزان بی‌توجه غالباً نمی‌توانند در کلاس به خوبی تمرکز کنند. این رفتارها ممکن است به مشکلاتی در روند یادگیری و حتی ایجاد بی‌نظمی و کاهش انگیزه در سایر دانش‌آموزان منجر شود. در این مقاله، ویژگی‌های این دو گروه دانش‌آموز، دلایل ایجاد این رفتارها، آسیب‌هایی که به کلاس وارد می‌کنند و همچنین راهکارهای عملی مدیریت و بهبود این رفتارها بررسی می‌شوند.

* بخش اول: دانش‌آموز زودرنج

۱. ویژگی‌های دانش‌آموز زودرنج

دانش‌آموزان زودرنج معمولاً به انتقادها، پیشنهادها یا حتی شوخی‌های دوستانه واکنش‌های احساسی شدید نشان می‌دهند. این دانش‌آموزان ممکن است با کوچک‌ترین نکته‌ای احساس کنند مورد حمله یا انتقاد قرار گرفته‌اند و از خود دفاع کنند یا حتی دلخور شوند. گاهی اوقات این زودرنجی ممکن است باعث شود دانش‌آموز خود را از فعالیت‌های گروهی کنار بکشد یا کمتر به شرکت در کلاس تمایل نشان دهد.

۲. چرا این ویژگی در دانش‌آموز ایجاد می‌شود؟

پایین بودن اعتماد به نفس: دانش‌آموزانی که اعتماد به نفس پایینی دارند، معمولاً احساس ناامنی بیشتری نسبت به خود و توانایی‌هایشان دارند و به همین دلیل با هر انتقادی احساس ناکامی می‌کنند.

تجربه‌های منفی گذشته: ممکن است دانش‌آموز در گذشته با انتقادهای تند یا سرزنش‌های غیر منصفانه روبه‌رو شده باشد که باعث شده است حساسیت بیشتری نسبت به این موضوع پیدا کند.

محیط خانواده و فشارهای عاطفی: در خانواده‌هایی که انتقادات زیادی به فرزندان وارد می‌شود یا توقعات غیر منطقی وجود دارد، ممکن است فرزندان زودرنج‌تر شوند.

ضعف در مهارت‌های مقابله با انتقاد: بسیاری از دانش‌آموزان روش‌های صحیح مواجهه با انتقاد و بازخورد را نیاموخته‌اند و از این روبه‌سادگی دلخور می‌شوند.

۳. آسیب‌های حضور دانش‌آموز زودرنج در کلاس

کاهش تعامل و مشارکت: این دانش‌آموزان ممکن است به دلیل ترس از انتقاد، به شرکت در فعالیت‌های کلاسی تمایل نداشته باشند.

ایجاد تنش در فضای کلاس: واکنش‌های احساسی و دلخوری‌های مکرر ممکن است فضای کلاس را تنش‌زا کند و به دیگران نیز فشار روانی وارد کند.

افت تحصیلی: زودرنجی ممکن است باعث شود دانش‌آموز نتواند از بازخوردهای سازنده بهره‌برد و این موضوع به مرور بر عملکرد تحصیلی او تأثیر منفی بگذارد.

۴. مثال‌هایی عملی برای مدیریت دانش‌آموز زودرنج (الف) ارائه بازخوردهای تشویقی همراه با توصیه‌های دقیق

در یکی از کلاس‌ها، دانش‌آموز زودرنجی داشتم که به هر انتقاد کوچکی واکنش منفی نشان می‌داد. برای کاهش حساسیت او، تلاش کردم بازخوردهایم را به گونه‌ای ارائه دهم که هم تشویقی باشد و هم راهنمایی‌کننده. برای مثال، وقتی در حل یک مسئله ریاضی اشتباه کرده بود، به جای تأکید بر اشتباه، گفتم: «خیلی خوبه که تلاش کردی و مرحله اول رو درست انجام دادی. فقط اگر در مرحله دوم یک بررسی دوباره بکنی، جواب دقیق‌تر می‌شه.» این نوع بازخورد باعث شد او بدون دلخوری به اصلاح کارهایش بپردازد.

(ب) آموزش فن‌های پذیرش انتقاد از طریق بازی‌های گروهی

برای کمک به دانش‌آموز زودرنج در پذیرش بازخوردها، یک فعالیت گروهی ترتیب دادم. در این فعالیت، هر

دکتر محمد نیرو
دکترای برنامه‌ریزی درسی دانشگاه خوارزمی
و مدرس مجموعه آموزش پژوهی

کلیدواژه‌ها: دانش‌آموزان زودرنج، بازی‌های گروهی، آسیب کلاس، راهکارهای عملی مدیریت

زودرنج

و تقویت

دانش آموزان

مهارت

معلمان
مؤثر برای
راهکارهای

هـ) ایجاد فضای امن و حمایتگر در کلاس

برای کمک به دانش آموز زودرنج، فضای کلاس را به گونه ای طراحی کردم که همه دانش آموزان احساس راحتی کنند. برای مثال، جلسه ای ترتیب دادم که در آن همه دانش آموزان درباره تجربه های مشابه خود از انتقاد صحبت کردند. این جلسه به دانش آموز زودرنج کمک کرد بفهمد تنها نیست و دیگران نیز گاهی با انتقاد دست و پنجه نرم می کنند.

و) استفاده از همکاری های گروهی برای ایجاد حس همدلی

در یکی از پروژه های گروهی، دانش آموز زودرنج رادر گروهی با هم کلاسی های صمیمی و حامی قرار دادم. این همکاری به او کمک کرد احساس امنیت بیشتری داشته باشد و درک کند که انتقاد بخشی از کار تیمی است. بعد از این تجربه، او در کلاس مشارکت بیشتری داشت و کمتر دلخور می شد.

دانش آموز باید یک کار هنری ساده مثل نقاشی انجام می داد و دیگران به طور سازنده درباره کار او نظر می دادند. این روش به دانش آموز زودرنج کمک کرد بفهمد بازخوردها می توانند به بهبود کمک کنند و همیشه به معنای نقد منفی نیستند.

ج) تقویت مهارت های آرام سازی از طریق فعالیت های کلاسی

در یکی از کلاس ها، برای دانش آموزانی که زودرنج بودند، تمرین های تنفس عمیق و تصویرسازی ذهنی برگزار کردم. برای مثال، پیش از آغاز هر درس، همه دانش آموزان یک دقیقه چشمان خود را می بستند و نفس های عمیق می کشیدند. این کار به دانش آموز زودرنج کمک کرد آرامش بیشتری پیدا کند و واکنش های احساسی خود را بهتر در اختیار بگیرد.

د) تقویت اعتماد به نفس با شناسایی نقاط قوت فردی

در یک جلسه مشاوره خصوصی با دانش آموز زودرنج، تلاش کردم نقاط قوت او را بشناسم و برجسته کنم. مثلاً به او گفتم: «تو توی نوشتن انشا خیلی خوب هستی. چرا این مهارت رو بیشتر تقویت نمی کنی؟» بعد از آن، از او خواستم یکی از انشاهایش را برای کلاس بخواند. این تجربه باعث شد او به توانایی های خود اعتماد بیشتری پیدا کند و حساسیتش نسبت به انتقادها کاهش یابد.



فعالیت حرکتی ساده باعث شد دانش آموز بی توجه بیشتر درگیر درس شود و بر توانایی تمرکز خود بیفزاید.

ب) تقسیم زمان تدریس به بخش های کوتاه تر، همراه با استراحت های خلاقانه

در یکی از جلسه های تدریس، به جای یک ساعت متوالی درس دادن، زمان کلاس را به چند بخش ۱۰ دقیقه ای تقسیم کردم. بعد از هر بخش، استراحتی کوتاه شامل بازی های کلاسی مانند «پیدا کردن کلمه ها در متن» یا «سوال های سریع» برگزار کردم. این روش باعث شد دانش آموز بی توجه بتواند در هر بخش تمرکز خود را حفظ و کمتر احساس خستگی کند.

ج) ایجاد انگیزه با دادن پاداش های مرتبط با علاقه دانش آموز در یکی از موارد، متوجه شدم دانش آموز بی توجه من به نقاشی علاقه زیادی دارد. تصمیم گرفتم اگر او بتواند در طول کلاس تمرکز خود را حفظ کند، در پایان جلسه به او اجازه بدهم یک نقاشی مرتبط با موضوع درس بکشد. این روش ساده اما مؤثر، انگیزه او را برای تمرکز بیشتر در کلاس افزایش داد.

د) استفاده از ابزارهای بصری جذاب و متنوع برای جلب توجه دانش آموزان بی توجه، از ابزارهایی بصری مانند ویدئوهای کوتاه آموزشی، تصویرهای رنگارنگ و شکل های سه بعدی استفاده کردم. برای مثال، در درس علوم، در باره منظومه شمسی، از یک مدل سه بعدی سیاره ها استفاده کردم که توجه همه، به خصوص دانش آموز بی توجه، را به خود جلب کرد.

ه) برگزاری فعالیت های گروهی برای تقویت تعامل و تمرکز در یکی از پروژه های گروهی، دانش آموز بی توجه را به گروهی اختصاص دادم که دانش آموزان فعال و پرنرژی در آن بودند. او وظیفه پیدا کردن پاسخ یک سوال خاص را بر عهده گرفت. این کار باعث شد احساس مسئولیت بیشتری کند و بکوشد تمرکز خود را حفظ کند.

و) گفت و گوی فردی برای شناسایی مشکلات اصلی در یک جلسه خصوصی با دانش آموز بی توجه، متوجه شدم او شب ها خواب کافی ندارد و همین موضوع بر توانایی تمرکزش تأثیر گذاشته است. با همکاری والدین، برنامه خواب مناسبی برای او تنظیم کردیم که به بهبود تمرکز او در کلاس منجر شد.

نتیجه گیری

مدیریت دانش آموزان زودرنج و بی توجه نیازمند صبر و راهبردهای مؤثر است. درک ویژگی ها و علل این رفتارها به معلمان کمک می کند راهکارهای مناسبی برای مدیریت این چالش ها پیدا کنند. ارائه بازخوردهای مثبت، استفاده از روش های آموزشی متنوع و ایجاد فضایی امن و دوستانه در کلاس می تواند به کاهش این رفتارها و ایجاد محیط مساعد یادگیری کمک کند. *

پی نوشت

1. ADHD

* بخش دوم: دانش آموز بی توجه

۱. ویژگی های دانش آموز بی توجه

دانش آموزان بی توجه معمولاً نمی توانند به خوبی روی مباحث درسی تمرکز کنند و به راحتی حواسشان پرت می شود. این دانش آموزان ممکن است در هنگام درس دادن معلم به اطراف نگاه کنند، در فکر فرو بروند یا با هم کلاسی هایشان صحبت کنند. بی توجهی این دانش آموزان نه تنها یادگیری خودشان را تحت تأثیر قرار می دهد، بلکه باعث اختلال در نظم کلاس نیز می شود.

۲. چرا این ویژگی در دانش آموز ایجاد می شود؟

اختلال عدم تمرکز مانند «ای دی ای دی»: برخی از دانش آموزان به دلیل اختلال هایی مانند نقص توجه- بیش فعالی، به سختی می توانند روی مطالب تمرکز کنند.

نبود انگیزه: اگر دانش آموز به موضوع درس علاقه مند نباشد یا احساس کند مطالب برایش بی اهمیت هستند، به راحتی دچار بی توجهی می شود.

عوامل محیطی: عواملی مانند سر و صدا یا محیط نامناسب کلاس می تواند موجب بی توجهی شود.

خستگی یا مشکلات خواب: خستگی و کمبود خواب در شب می تواند از تمرکز دانش آموز بکاهد و او را بی توجه کند.

۳. آسیب های حضور دانش آموز بی توجه در کلاس

افت یادگیری شخصی: بی توجهی مکرر باعث می شود دانش آموز مطالب درسی را به خوبی یاد نگیرد و از سایر هم کلاسی ها عقب بماند.

اختلال در نظم کلاس: بی توجهی این دانش آموزان ممکن است به ایجاد بی نظمی و آشفتگی در کلاس منجر شود.

کاهش زمان تدریس مؤثر: معلم ممکن است مجبور شود زمان بیشتری را برای جلب توجه این دانش آموزان صرف کند که در نتیجه از کارایی کلی تدریس کاسته می شود.

۴. مثال های عملی برای مدیریت دانش آموز بی توجه (با تأکید بر تجربه های زیسته و ملموس)

الف) استفاده از فعالیت های حرکتی برای جلب توجه

در یکی از کلاس ها، دانش آموز بی توجهی داشتم که به سختی می توانست برای مدت طولانی روی درس تمرکز کند. تصمیم گرفتم از فعالیت های حرکتی برای جلب توجه او استفاده کنم. برای مثال، هنگام تدریس جدول ضرب، از دانش آموزان خواستم به صورت گروهی کارت های عددی را مرتب کنند. این

مونس پازوکی
دانشجوی دکترای
مدیریت آموزشی

فرض کنید به همراه یک راهنمای گردشگری قصد دارید به مسافرت بروید. راهنمای شما فردی ماهر و دنیادیده است و به چند زبان زنده دنیا نیز تسلط دارد. هر چند او دست شما را نگرفته است، اما شما در اختیار و اراده او هستید. به جای شما حرف می زند، مسیر را تعیین می کند، غذا را انتخاب می کند و شما فقط لبخند می زنید، اما حس تلخی از نچسبیدن یک مسافرت دل چسب دارید.

بهترین برنامه ریزان در آموزش و پرورش کسانی هستند که مدرسه را به سمت استقلال و احساس بی نیازی از وجود خودشان هدایت می کنند. شاید برنامه ریزان درسی بخواهند همچون راهنمای گردشگری با حس آزادی شما عمل کنند، اما در دنیای برنامه درسی، شما از انتخاب محروم هستید. شما باید در چارچوبی مشخص عمل کنید و در خلاقیتی مدیریت شده، خلاق باشید! در حالی که به قول پیازه خلاقیت و اکتشاف باید منشأ درونی داشته باشند تا موجب رشد و تحول شوند. پرنده ای را تصور کنید که نخ به طول ۱۰ متر به پایش بسته شده است. او اگر چه پرواز می کند، اما...

مهم ترین و مؤثرترین راهبرد در فرایند یاددهی یادگیری، ایجاد فرصت برقراری ارتباط هر چه بیشتر دانش آموزان با محیط و طبیعت واقعی در دسترس است. در حالی که برنامه های درسی متمرکز، دنیای یکسانی از محتواهای محدود را می سازند که نقش وظیفه گرایی را در دانش آموزان تقویت می کنند. دانش آموز موظف است آن ها را به امانت بگیرد و در پایان سال دوباره بی کم و کاست پس بدهد. بنابراین، فرصت تعامل و ارتباط با عرصه های چهارگانه در

برنامه درسی فراهم نمی شود و رشد و پرورش حواس و اساساً مهارت های زندگی به رشد کار اندام شناسانه (فیزیولوژیکی) دانش آموز وابسته می شود. در حالی که رشد و پرورش مستلزم احیا و تدارک موقعیت های ویژه تربیتی هستند.

توجه به تفاوت های فردی دانش آموزان، تفاوت های فرهنگی، موقعیت های جغرافیای تاریخی و انسانی باید ما را به فکر برنامه ریزی درسی ای سوق دهد که بتواند به نیازهای متفاوت و فراوان مدرسه و دانش آموزان پاسخ دهد، اما در برنامه درسی متمرکز به دنبال آن هستیم که هر آنچه در صحنه اجتماعی و فرهنگی جامعه وجود دارد، باز تولید شود، در حالی که تعلیم و تربیت باید فرایندی تغییر یابنده باشد؛ فرایندی که مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در بیانات خود نقش و جایگاه آن را به خوبی ترسیم می کنند: «آموزش و پرورش زیرساخت اصلی علم و تحقیق در کشور است. وظیفه آموزش و پرورش تربیت نسلی با ایمان، با وفا، مسئولیت پذیر، دارای اعتماد به نفس، مبتکر، راست گو، شجاع، با حیا، اهل تفکر و اندیشه، عاشق کشور، نظام و مردم، و دوستدار مصلح کشور است.»

در این نقش، اساساً نظام برنامه ریزی درسی باید برای تمامی گروه های قومی برابری و عدالت اقتصادی و اجتماعی را فراهم کند. این فرصت از طریق سلسله ای از مکتوبات، آیین نامه ها و دستورالعمل های اجرایی فراهم نمی شود! از طرف دیگر، جنبه هایی ناخواسته اما کاملاً واقعی در فرایند آموزش مدرسه ای (برنامه درسی پنهان) از مدرسه ای به مدرسه ای دیگر متفاوت و کنترل ناپذیر (در تمرکزگرایی) هستند. تغییر و تحول در مدرسه به دو عامل اصلی فرهنگ مدرسه و امکانات زیربنایی آن بستگی دارد. حال:

چگونه می توان در کنار برنامه درسی رسمی و ملی فرصتی فراهم کرد که صدای مدرسه در انبوه صداها ی برنامه درسی رسمی شنیده شود؟

چگونه با دستان خود مدیران، معلمان، اولیا و دانش آموزان، موقعیت های خاص تربیتی در مدرسه خلق می شوند؟

چگونه می توان مدیران مدرسه ای را از فرمان بران محض برنامه درسی متمرکز به سمت تحرک، پویایی، خلاقیت و نشاط سوق داد؟

چگونه می توان سکوت برنامه درسی مدرسه ای را شکست و گفت: آینده روشن چیزی است که در حال روشن شدن ساخته می شود؟

چگونه می توان مدرسه ها را به کانون های یادگیری تبدیل کرد و این برداشت و نگاه اشتباه توقفگاهی را از مدرسه ها زدود؟

در صفحه دوم کتاب راهنمای عمل برنامه ویژه مدرسه حکایتی بسیار جذاب و خواندنی وجود دارد که تقریباً اثرات یک برنامه کاملاً متمرکز را نشان می دهد که در آن فرصت های یادگیری بر اساس استعداد و تفاوت های فردی دانش آموزان فراهم نمی شوند. در حالی که فرصت یادگیری ای که باید در مدرسه و برای دانش آموزان در نظر گرفته شود، با توجه به شرایط طبیعی، فرهنگی، جغرافیایی، آموزشی و اجتماعی و محتوای لازم برای آموزش و نیز به کمک خود مدیران، معلمان، اولیا و دانش آموزان فراهم می شود. به طور سنتی، در برنامه های درسی موضوع محور، دیوار محکمی میان موضوعات درسی کشیده شده است و هر ماده درسی، صرف نظر از دیگر مواد، به طور مستقل آموزش داده می شود. این روند از گسترش موضوعات درسی و مواد آموزشی در نظام آموزش عالی برآمده است که در برنامه های آموزشی مدرسه ها نیز تأثیر قابل توجهی داشته است. در برنامه درسی ملی هم حرکت نظام برنامه ریزی درسی از تمرکز به سمت کاهش تمرکز در همه مراحل پیش بینی شده است که باید با روشی مطمئن و تدریجی اتفاق بیفتد. برنامه ویژه مدرسه مهم ترین گام و برنامه عملیاتی برای تحقق کاهش تمرکز است که در جدول درس های دوره دوم متوسطه (مصوب جلسه ۹۶۲ مورخ ۱۳۹۴/۱۲/۱۰ شورای عالی آموزش و پرورش) قرار گرفت و به طور مستقیم به مدرسه ها ابلاغ شد. در گفت وگوهای پراکنده ای که با برخی از مدیران در مدرسه های استان ها داشتیم، شوق و استقبال بسیار خوبی از برنامه ویژه مدرسه دیده می شد. در این مسیر باید با گام هایی پیوسته و آهسته حرکت کرد. قطعاً دورنمای مدرسه زندگی در مدرسه ها قابل رؤیت و تحقق پذیر خواهد بود. *

کلیدواژه ها: یاددهی یادگیری، برنامه درسی رسمی و ملی، محتوا



برای مشاهده حکایت راجع به یاددهی یادگیری را کلیک کنید

بانشید

مقدمه

روایت پژوهی^۱ نوعی روش تحقیقی است که به بررسی همه جانبه و تحلیل عمیق و موشکافانه موضوع می پردازد و بسیار کامل و جامع است. دانشجویان دانشگاه فرهنگیان در دوره کارورزی خود روایت پژوهی را با توجه به تجربه شان در مدرسه می نویسند و منتشر می کنند. روایت پژوهی به درک چند بعدی کمک می کند و افراد جامعه را با بعدهای مدنی، اجتماعی، فرهنگی، رفتاری، روش ها، هدف و انگیزه ها آشنا می کند.

کلیدواژه ها: روایت پژوهی، زندگی فردی و حرفه ای، روایت نگاری، شایستگی

دکتر فرهاد نبی

روایت پژوهی و
روایت نگاری برای
دانشجو معلمان
جایگاه

روایت نگاری،

فرصت

پژوهی

دنیای خطر

و

حل

امروزه، با توجه به اینکه تحولات عظیمی در سراسر جهان رخ داده‌اند، افرادی صلاحیت حرفه‌ای دارند که بتوانند در شرایط پیش‌بینی نشده زندگی فردی و حرفه‌ای خود، با استفاده از مهارت‌های تفکر و تعقل، بهترین تصمیم‌ها را برای پاسخ به نیازها اتخاذ کنند. از آنجا که معلمان با انسان‌های منحصر به فرد و با ویژگی‌هایی متفاوت سروکار دارند، آماده‌سازی این قشر از پیچیدگی‌های بالایی برخوردار است. بیش از صد سال تربیت معلم بر اساس این اعتقاد شکل گرفته بود که علم آموزش و یادگیری می‌تواند توسط دیگران به معلمان منتقل شود (Johnson & Golombek, 2002). در مقابل نگاه سنتی، باید از روش فکورانه یاد کرد که معلم را به عنوان کارگزاری فعال در توسعه حرفه‌ای خود مورد توجه قرار می‌دهد. «به نظر شون، برنامه تربیت حرفه‌ای را باید به سمتی سوق داد که محصول آن کارگزاران فکور باشند» (مهر محمدی، ۱۳۷۹).

❁ جایگاه و اهمیت روایت پژوهی

ذهن انسان‌ها ساختاری روایی دارد. ما می‌توانیم روایت هر روز خود را بنویسیم. اینکه ساعت چند از خواب بیدار شدیم، چه فعالیت‌هایی انجام دادیم و چه اتفاقاتی رخ داد و... ما روایت می‌نویسیم تا تجربه کسب کنیم. دانشجو معلمان نیز باید روایت بازدید خود از مدرسه را در درس کارورزی بنگارند و آن را مستند کنند (از طریق فیلم، عکس و...). اگر در درس انشائیز به جای موضوع‌هایی کلیشه‌ای مثل «علم بهتر است یا ثروت»، به دانش‌آموزان بگویم داستان یا روایت امروز خود را بنویسید، حتماً درس انشا برای آن‌ها جذاب‌تر خواهد شد و به راحتی می‌توانند بدون کمک گرفتن از دیگران، روایت خود را بنویسند و با نوشتن روایت خود تجربه کسب کنند. «آموختن از تجربه» یعنی ایجاد ارتباط روبه‌جلو، و روبه‌عقب، میان آنچه از ما با چیزها انجام می‌شود و پیامدهای خوشایند و ناخوشایندی که از آن‌ها بر ما عارض می‌شود. تجربه در اصل یک امر فعال و غیر فعال است و در بدو امر شناختی نیست. اما سنجش ارزش یک تجربه، به درک روابط یا استمرارهایی بستگی دارد که به‌سوی آن رهنمون می‌شوند (آل حسینی، ۱۳۹۴).

از نظر دیویی، آنچه بسیار تعیین‌کننده است، و یک فعالیت مستعد پراکندگی و زایل شدن را به مرتبه «تجربه» ارتقا می‌دهد،

ایجاد ارتباط حیاتی میان وجوه فعال و غیر فعال، تجربه است. تجربه به آنکه به مقام آموزگار می‌رسد که اولاً تجربه‌کننده قادر به درک کنش خویش و تأثیر پیامد کنشش بر حرکت بعدی‌اش بشود، و ثانیاً به تجربه ردن و دستخوش تجربه‌شدن بدین طریق ادامه بدهد. استمرار فرایند یادگیری از طریق تجربه، اتفاق مهمی را رقم می‌زند که دیویی بدان «رشد» می‌گوید (دیویی، ۲۰۰۱).

معلمان مبتلا به احساس یأس، خود را در جهنم می‌یابند. اداره کلاس برای چنین معلمانی بسیار سخت است. معلم باید عاشقانه وارد شغل معلمی شود؛ نوعی عشق رمانتیک به یادگیری و تدریس. تدریس خوب مستلزم عشق مهرورزانه و پشتکار است. اگر عاشقانه وارد شغل معلمی نشود، به مرور زمان دچار یأس و ناامیدی می‌شود. معلم حرفه‌ای شدن، به مرور و ذره‌ذره ایجاد می‌شود و یک باره نیست. اگر معلم بین عمل و پیامدش ارتباط برقرار کند، منجر به تجربه می‌شود و چنانچه تداوم داشته باشد، منجر به رشد حرفه‌ای. بنابراین، رشد حرفه‌ای تداوم بین عمل و پیامد عمل است.

دیویی معتقد است، تجربه یک وجه ندارد، بلکه دو وجه دارد که عبارت‌اند از: فعال (عمل‌ما) و غیر فعال (پیامد عمل‌ما). اگر کسی فقط عمل کند، می‌شود فرد با سابقه، اما با تجربه نمی‌شود. بین فرد با تجربه و فرد با سابقه تفاوت وجود دارد. هنگامی که کنشگر بین عمل و پیامد عملش ارتباط برقرار کند، یادگیری صورت می‌گیرد (همان).

زمانی که کودک اول بار به چیز داغ دست می‌زند، عمل اوست، اما سوختن پیامد عمل اوست. یادگیری آن است که دیگر دست به چیز داغ نزند. ما فقط عمل را یاد می‌گیریم، اما پیامد آن را بررسی نمی‌کنیم. اگر سابقه تدریس را مطرح کنیم، فقط عمل کردن است، اما پیامد آن به تجربه منجر می‌شود. ممکن است معلمی ۲۰ سال تدریس کرده و ۲۰ سال سابقه داشته باشد، اما تجربه او ۲۰ سال نباشد.

از نظر دیویی، معلم نقش راهنما و همکار شاگردان را بر عهده دارد. دیویی اعتقاد دارد، معلم نباید نقش دانای محضی را داشته باشد که می‌خواهد دانش خود را منتقل کند، بلکه باید دانش‌آموزان را از راه فعالیت، تحقیق و پرورش به تفکر وادارد. مربی زنده نگه‌دارنده تفکر و یادگیری در ذهن دانش‌آموز است. اوست که به ایجاد موقعیت‌ها و ساختن شرایط فعالیت، کار و تلاش دانش‌آموزان اقدام و شرایط تجربه مفید را فراهم می‌کند و همواره در صدد است برای شاگرد،

با توجه به علاقه و رغبتش، فعالیت‌نو فراهم کند. از نظر دیویی، همواره باید میان دورکن یاددهنده و یادگیرنده یا همان معلم و دانش‌آموز ارتباط متقابلی وجود داشته باشد. آنان باید به تبادل تجربه بپردازند و هر دو در حال یادگیری باشند. هر دو یکدیگر را راهنمایی و هدایت کنند، نه اینکه یکی مجبور به اطاعت و دیگری دستوردهنده باشد. در آموزش دوره‌های تحصیلی، باید بر امور حسی و عینی تأکید شود و فعالیت و تجربه فرد، محور برنامه‌ها باشد. به جای کلی‌گویی و بیان مطالب به صورت ذهنی، باید مطالب را به صورت ابرازی انجام دهند تا قابلیت درک شاگردان افزایش یابد (دیویی، ۱۳۳۳). چه چیز شخص با تجربه را از شخص با سابقه متمایز می‌کند؟ فقدان چه چیز موجب می‌شود سالیان سال به حرفه‌ای اشتغال داشته باشید، اما همچنان بی‌تجربه به حساب آید؟ آن چیست که یک سال فعالیت حرفه‌ای یک معلم را با چند سال فعالیت غیر حرفه‌ای معلم دیگر هم‌سنگ می‌کند؟ آیا بزرگی و با تجربه‌گی واقعاً به کیفیت استفاده شخص از زمان و تجربه بستگی دارد؟ حتماً شرایط یا کیفیتی در تجربه وجود دارد که آن را ارزشمند می‌کند، شخص را به مقام «مجرب» نائل، و صاحب حق یا اقتدار می‌کند. شرایطی که تجربه را از یک فعالیت بی‌ثمر متمایز می‌کند و معلم با سابقه مجرب را از معلم با سابقه غیر مجرب قابل تشخیص می‌کند، آن شرایط چیست؟ به نظر بنده عشق و علاقه به شغل معلمی است، زیرا انگیزه فرد برای یادگیری، روش‌های گوناگون تدریس را افزایش می‌دهند و فرد را تشویق می‌کنند با مطالعه منابع متعدد، از تجربه‌های سایر معلمان نیز بهره‌مند شود. با به کار بردن روش‌های متعدد تدریس، تجربه فرد افزایش می‌یابد و او به یادگیری عمیق^۳ دست می‌یابد.

ابن سینای حکیم ادعا کرده است: تجربه از علم بهتر است. در جایی دیگر **توماس کارایل**^۴ گفته است: «تجربه بهترین آموزگار است، هر چند حق التدریس آن گران است.»

معلم حرفه‌ای چهار شایستگی دارد: «شایستگی موضوعی»، «شایستگی تربیتی»، «شایستگی عمومی» - «شایستگی موضوعی»؛ «شایستگی تربیتی»؛ «شایستگی عمومی» - شایستگی موضوعی قابلیت است که به شخص کمک می‌کند دانشی از دانش‌های بشری را درک کند. شایستگی‌های موضوعی - تربیتی هم قابلیت هستند که شخص را برای معلمی در یک رشته خاص آماده می‌کنند. شایستگی تربیتی شامل قابلیت است که به فرد کمک می‌کند معلمی کند. و شایستگی عمومی قابلیت‌هایی هستند که همه معلمان باید از آن‌ها برخوردار باشند (موسی پور، ۱۳۹۴).



روایت‌ها می‌توانند به مثابه زبانی جهانی سخن بگویند. داستان‌ها می‌توانند از تفاوت‌های بین نسلی و فرهنگی عبور کنند. گفتن روایت، بخشی طبیعی از زندگی است و همه اشخاص، روایت‌هایی در زندگی خود دارند که می‌توانند برای دیگران نقل کنند. در واقع سرگذشت زندگی هر فرد روایتی شنیدنی و انبوهی از تجربه برای دیگران است، به شرطی که دیگران از آن درس بگیرند. برای معلمان و دانشجو معلمان، کارورزی یکی از بسترهای مفید در اهتمام به روایت‌گویی است. درس کارورزی درس تمرین مهارت‌های عملی و اجرایی معلمی و پل ارتباطی بین تجربه و عمل است. «کارورز با مشاهده تأملی رویدادها و رفتارهای کلاس، تجربه کردن، مشاهده کردن، تفکر و انجام دادن را در خود ایجاد می‌کند و ضمن بیان مسئله، رویدادها را توصیف می‌کند. اصولاً مبنای کارورزی، یادگیری تجربی و مشاهده‌ای است. دانشجو معلمان با کمک روایت‌نگاری تأملی، اهداف، محتوا، فعالیت‌های یادگیری، روش‌های تدریس و ارزیابی را تعیین می‌کنند» (Coker, 2016).

روایت‌نگاری تأملی سودمندی‌ها و ارزش‌هایی بی‌بدیل همانند تسلط بر معناسازی، رشد و توسعه حرفه‌ای، تقویت خودیادگیری، پرورش خلاقیت، پرورش تفکر انتقادی و احساس مالکیت شخصی در یادگیری را دارد. همچنین، این نوع نوشتن‌ها توانایی صلاحیت‌های حرفه‌ای را در دانشجو معلمان تقویت می‌کنند و این توانایی موجب به اشتراک‌گذاری آسان تجربه‌های عملی با مربی یا همکاران دیگر می‌شود.

❁ چستی، چرایی و چگونگی روایت پژوهی

معمولاً در هر نوشته‌ای ابتدا تعریفی از آن ارائه می‌دهند تا ذهن خوانندگان به هم نزدیک شود، زیرا واژگان بار معنایی خاصی در هر رشته دارند. در اینجا نیز تعریفی از روایت پژوهی ارائه می‌دهیم:

روایت به زبان ساده عبارت است از «بازنمایی یک رخداد یا مجموعه‌ای از رخدادها» (ابوت، ۱۳۹۸).

روایت پژوهی یک چارچوب تحلیلی است که در آن پژوهشگر به تفسیر داستان‌های مرتبط با پدیده مورد بررسی می‌پردازد. (بایرام‌زاده و همکاران، ۱۳۹۶).

پژوهش روایی روشی برای مطالعه تجربه با اتکا بر داستان‌هایی است که افراد نقل می‌کنند. روایت، ترتیب خاصی از نشانه‌ها است (خواه واژه، تصویر یا هر چیز دیگر) که در جهت انتقال معنا شکل می‌گیرد.

❁ هدف روایت پژوهی

تلاش برای افزایش درک و فهم درباره موضوع اصلی مدنظر آموزش و یادگیری با جست‌وجو و کنکاش در گفتار صاحبان تجربه و تکرار داستان‌ها و ماجراهای افرادی است که در روایت پژوهی شرکت دارند (Mills & Irigin, 2023).

روایت‌نگاری تأملی این فرصت را به دانشجویان و معلمان می‌دهد که در مورد نظریه‌ها و نحوه اعمال آن‌ها در عمل بیندیشند و بین عمل و نظر رابطه برقرار کنند. همچنین این نوع نوشتن‌ها توانایی استخراج «نکات عملی» را در دانشجویان و معلمان تقویت می‌کند و این توانایی موجب می‌شود اشتراک‌گذاری تجربه‌های عملی با مربی یا همکاران دیگر، برای آن‌ها

آسان شود و گفت‌وگوهای بسیار غنی و عمیق تأملی در طی جلسات و هم‌اندیشی‌ها را در پی داشته باشد (Emira & Wild, 2015).

روایت پژوهی نوواژه پیشنهادی تزوتان تودوروف^۴ است. تودوروف نخستین بار در سال ۱۹۶۹ در کتاب دستور زبان دکامرون، از این اصطلاح برای اشاره به حوزه علمی توصیفی‌ای استفاده کرد که ویژه مطالعه نظام‌مند روایت است. در ابتدا این حوزه را زیر مجموعه پژوهش‌های ساخت‌گرای ادبیات می‌دانستند، اما امروزه این حوزه، هم از نظر چشم‌انداز و هم از نظر گستردگی شیوه‌های پژوهش، بسیار فراتر از مرزهای نخستینش رفته است. به همین خاطر است که پژوهشگران ترجیح می‌دهند اصطلاح جامع‌تر «نظریه روایت» یا «روایت‌شناسی» را به کار ببرند. واژه روایت در زبان انگلیسی «narrative» از ریشه سانسکریت «gna» و به معنای «دانستن» است. این ریشه از طریق واژه‌های لاتینی به زبان انگلیسی راه یافته که به معنای دانستن «gnarus» و گفتن «narrow» هستند (ابوت، ۱۳۹۸).

روایت پژوهی یا روایت‌شناسی، آن چنان‌که از عنوانش پیداست، بر مفهوم روایت تمرکز دارد و می‌کوشد ساختار و نظام حاکم بر آن را توضیح دهد. بعضی از منتقدان اعتقاد دارند، ولادیمیر پراپ^۵، متخصص روسی فرهنگ عامه، که از بنیان‌گذاران ساخت‌گرایی هم بود، بنیان‌گذار مفهوم روایت‌شناسی محسوب می‌شود (گرچه در آن زمان هنوز چنین اصطلاحی ابداع نشده بود). برخی دیگر اما ریشه‌های آن را در یونان باستان می‌جویند و معتقدند اولین بار ارسطو بود که چنین موضوعی را پیش کشید و متن را تجزیه و تحلیل کرد.

وقتی به روایت فکر می‌کنیم، ذهنمان به سوی قصه‌های عامیانه، رمان‌ها و حکایت‌ها می‌رود. درست است که روایت ممکن است همراه باشد، اما روایت چیزی است که همه مادر آن دست داریم. ما هر روز روایت‌های گوناگونی می‌سازیم. از همان لحظه که واژه‌ها را کنار هم می‌چینیم، دست به این کار می‌زنیم. اینکه می‌گوییم امروز فلان اتفاق برای من افتاد، در واقع سرگذشت خود را روایت می‌کنیم. روایت، روشی بنیادین است تا انسان بتواند درک خود را از زمان سامان دهد. ما تنها گونه روی زمین هستیم که از زبان برخورداریم و هم به گذر زمان آگاهیم و منطقی است که از سازوکاری برای بیان این آگاهی نیز بهره‌مند باشیم (همان). به قول برایان دی پالما: «انسان‌ها تا وقتی جهان پیش رویشان را در قالب روایت در نیابند، آن را درک نمی‌کنند.»

روایت، خیلی پیش‌تر از آنکه نامی برای آن انتخاب شود و سعی کنیم

ساز و کار آن را در یادیم، وجود داشت و انسان ها روایت خود را بیان می کردند (چه به صورت داستان و چه شعر یا نوشته)، اما امروزه مورد توجه خاص قرار گرفته است. از نظر دیویی، معلم می تواند متفکر باشد و به جای آنکه صرفاً پیرو و مجری یک مجموعه اصول و نظریه های از پیش تعیین شده باشد، نظریه ها و اصول آموزشی موقعیت های منحصر به فرد کلاس خود را خلق کند. روایت شناسی یا علم عمل روایت شاخه ای علمی است که فنون و ساختارهایی روایی را که در داستان ها متجلی شده اند مطالعه می کند. این علم، فنون درونی یک روایت را بررسی می کند که خودش از داستانی نقل شده شکل گرفته است. مراحل انجام روایت پژوهی چنین است:

- 1. گردآوری داده ها؛
 - 2. مستند کردن داده ها (از طریق نوشتار، تصویر، فیلم، ضبط کردن - در صورت لزوم -)
 - 3. کدگذاری داده ها؛
 - 4. تحلیل داده ها؛
 - 5. نتیجه گیری و ارائه گزارش.
- منابع گردآوری داده ها در تحلیل روایت پژوهی از روش هایی مانند مصاحبه نیمه ساختار یافته، مکالمه های نوشته شده و روش های قوم نگاری جمع آوری می شوند.
- در بخش کدگذاری باید به این نکته توجه داشت که باید برای نوشتن یک نمونه کدگذاری روایت پژوهی در ابتدا باید مشخصات و ویژگی های آن را ثبت کنید. به این صورت که تمامی مشخصات ثبت می شوند؛ از جمله:
- 1. نام درس مورد نظر؛
 - 2. پایه تحصیلی آموزشی؛
 - 3. زمان؛
 - 4. نام مدرسه؛
 - 5. تعداد شاگردان.

پس از آن، برای ادامه نوشتن یک نمونه کدگذاری روایت پژوهی، باید اهداف آن را به خوبی بیان کنید و بگویید هدف شما از نوشتن این سناریو چیست و در آخر قرار است به چه چیزی برسید؟ پس از آن نیز به اهداف رفتاری در نمونه کدگذاری روایت پژوهی اشاره کنید. در کدگذاری از سه روش کدگذاری باز، محوری و انتخابی استفاده می کنیم. در زیر به یک نمونه کدگذاری برای آشنایی اشاره می کنیم.

از تعداد زیادی داده خام به چندین مقوله می رسیدیم و از چندین مقوله به چند مفهوم یا مضمون دست می یابیم. تعداد مفاهیم معمولاً بین ۵ تا ۷ مورد مناسب است. پس از این مرحله باید به تحلیل اطلاعات بپردازید و با بررسی آن ها، پیوندهایی میان مفاهیم و مقوله ها پیدا کنید. سپس روابط را به شکل نمودار ارائه دهد و نتایج را گزارش کنید.

* سخن پایانی

روایت نگاری ابزاری بسیار سودمند و مفید برای دانشجویان است. زمینه ای است که دانشجویان در آن دانش شخصی خود را کشف می کنند و توسعه می دهند و ابزاری است که کمک می کند توانایی های خود را در تدریس افزایش دهند. دانشجویان با روایت نگاری می توانند نقاط قوت و ضعف خود را درک و برای ارتقای دانش خود تلاش کنند. همچنین، روایت نگاری فرصتی است برای پیوند دنیای نظری و عمل، و می تواند در دانش شخصی و تجربه های یکدیگر سهیم شوند و بر روند پیشرفت خود نظارت داشته باشند و فرایند رشد خود را آگاهانه تعقیب کنند و توانمندی آن ها در نوشتن نیز افزایش یابد.

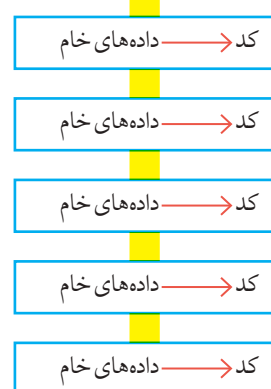
منابع

1. Narrative inquiry
2. Learn From Experience
3. Deep Learning
4. Tzvetan Todorov
5. Vladimir Propp
6. Brian De Palma

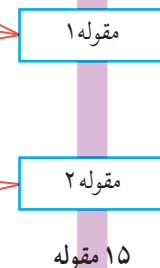
- منابع
۱. آل حسینی، فرشته (۱۳۹۴). پژوهش روایی ماهیت تجربه، فصلنامه تربیت معلم فکور، سال اول، شماره ۱.
 ۲. ا.ج. پورتر ابوت (۱۳۹۸). سواد روایت، ترجمه پورآذر، رؤیا و اشرفی، نیما؛ نشر اطراف.
 ۳. بایرام زاده، سونا؛ رضاییان، علی؛ فروت زاده، حمیدرضا؛ رجبی، میثم (۱۳۹۶). ارائه چارچوبی برای روایت پژوهی در مطالعات مدیریت برای مواجهه با مسائل پیچیده. فصلنامه بهبود مدیریت، سال یازدهم، شماره ۲، پیاپی ۳۶.
 ۴. دیویی، جان (۱۳۳۳). مدرسه و شاگرد، ترجمه مشفق همدانی، صفی علیشاه. تهران.
 ۵. دیویی، جان (۱۳۸۲). تجربه و آموزش و پرورش. ترجمه سیداکبر میرحسینی، نشر کتاب. تهران.
 ۶. میلز و ایرزین (۱۴۰۲). «نوشتگی»، ترجمه مجدفر، مرتضی و قائمی، فاطمه. رشد معلم، دوره ۴۲، شماره ۳.
 ۷. مهر محمدی، محمود (۱۳۷۹). «بازاندیشی فرایند یاددهی یادگیری تربیت معلم». انتشارات مدرسه. تهران.
 ۸. موسی پور، نعمت اله (۱۳۹۴). بررسی رویکرد تربیت معلم شایسته بر اساس اسناد تحولی آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران (مقاله علمی وزارت علوم). فصلنامه پژوهش در تربیت معلم، شماره ۲.

9. Coker, F. (2016). Teachers as curriculum planners: Narratives of experience. New York: Teachers College Press.
10. Dewey, John (1938). Experience and Education is the best concise statement on education ever published by John Dewey, the man acknowledged to be the pre-eminent educational, <https://www.schoolofeducators.com>
11. Emira, M. & Wild, J. (2015). How can you overcome constraints to enhance reflective practice? McGregor, & Cartwright, L. (Eds), Developing Reflective Practice. (pp. 187-200).
12. Mills & Irigin (2023). "Validation in inquiry-guided research: The role of exemplars in narrative studies". Harvard educational review, 60(4), 415-443. <https://blog.millsandboon.co.uk>
- Johnson, K.F. & Golombek, P.R. (2002). Teacher narrative inquiry as professional development. Combrige university press

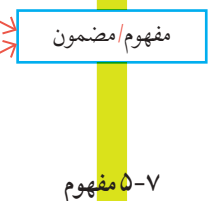
کدگذاری باز



کدگذاری محوری



کدگذاری انتخابی



وزیر آموزش و پرورش در مراسم اختتامیه دومین دوره بین المللی جایزه معلم

معلم

باید

علی اصغر محمدی

بر صدر

بنشینند

دیگر داوطلب دریافت «جایزه معلم» شدند. معیارهای ارزیابی عبارتند از: شایستگی های فردی و حرفه ای، نوآوری مسئله محور در حوزه تعلیم و تربیت، تأثیرگذاری بر زندگی و آینده شاگردان، تعامل سازنده با جامعه محلی در فرایند رشد و یادگیری شاگردان و توجه اجتماعی اثرگذار و الگوساز. فرایند داوری «جایزه معلم» در چند مرحله انجام شد و ۲۹ معلم به عنوان نامزدهای مرحله نیمه پایانی و در نهایت پنج معلم به عنوان نامزدهای نهایی دریافت «جایزه معلم» معرفی شدند. جایزه معلم در شاخه های متعدد از جمله بهترین معلم، بهترین خبر حوزه تعلیم و تربیت و بهترین طرح نامه هنری با موضوع مقام معلم، به برگزیدگان اهدا می شود. هدف محوری جایزه معلم، تکریم مقام معلم و افزایش شأن اجتماعی معلمان است.

مراسم اختتامیه دومین دوره «جایزه معلم»، هشتم بهمن ۱۴۰۳، مصادف با شب مبعث پیامبر (ص)، با حضور جمعی از معلمان، متخصصان، کارشناسان، فعالان حوزه تعلیم و تربیت، وزیر آموزش و پرورش، دبیرکل شورای عالی انقلاب فرهنگی، دبیرکل شورای عالی آموزش و پرورش و رئیس سازمان تبلیغات اسلامی، در تالار اندیشه حوزه هنری برگزار شد. جایزه معلم، جایزه ای بین المللی است که سالانه از طرف بنیاد عام المنفعه برهان به افرادی اهدا می شود که در عرصه آموزشی و تربیتی جامعه نقش مؤثر و درخور توجهی داشته باشند. همه معلمان و مربیانی که در زمینه آموزش و تربیت شاگردان کمتر از ۱۸ سال فعالیت می کنند، می توانند نامزد دریافت جایزه معلم شوند. البته لازم است افراد در زمان ثبت نام دست کم پنج سال گذشته را در این نقش سابقه فعالیت داشته باشند و برنامه شان این باشد که سه سال آینده نیز به فعالیت معلمی ادامه دهند. مخاطبان جایزه معلم، معلمان فعال در کشورهای اسلامی و معلمان مسلمان در جهان هستند. امسال ۳۱ هزار و ۸۱۶ معلم از ایران و ۲۳ کشور



✱ معلم منشأ هدایت و ساختن جامعه است

وزیر آموزش و پرورش یکی از سخنرانان مراسم اختتامیه دومین دوره جایزه معلم بود که با تأکید بر ضرورت قدردانی و تکریم معلمان در جامعه، گفت: «معلم انسان ساز است و شایسته است مورد تجلیل همه دستگاه‌ها قرار بگیرد. موجب خرسندی است که یک مجموعه مردمی، میدان دار حرکت ارزشمند بزرگداشت مقام معلم است. امیدوارم این برنامه‌ها در سال‌های بعد جایگاه خودش را در نظام تعلیم و تربیت باز کند و منزلت و جایگاه معلم را به جامعه نشان کند.»

علیرضا کاظمی با بیان اینکه آموزش و پرورش زیرساخت توسعه کشور است، اظهار کرد: «مدرسه کوچک‌ترین بخش هر جامعه و آینده تمام‌نمای حال و آینده هر کشوری است و میزان پیشرفت و توسعه هر جامعه‌ای به قدر و منزلت معلمان آن جامعه بستگی دارد. وی با تأکید بر اینکه انتظار داریم دستگاه تعلیم و تربیت کشور از کوچک‌انگاری بیرون بیاید و همیشه بزرگ داشته شود و نظام تعلیم و تربیت و معلم باید در صدر جامعه بنشیند، افزود: رئیس جمهور برای ترسیم جایگاه والای تعلیم و تربیت در جامعه، لباس کارگری به تن کرد و با این اقدام تلاش کرد ارزش تعلیم و تربیت در جامعه را بیان کند. وزیر آموزش و پرورش گفت: «رئیس جمهوری جلسات اختصاصی و متمرکز متعددی برای حل مسائل آموزش و پرورش برگزار کرده و توسعه عدالت آموزشی با رویکرد محرومیت‌زدایی از فضاهای آموزشی و کیفیت‌بخشی به مدرسه‌های دولتی، از اولویت‌های دولت چهاردهم است.»

کاظمی با تأکید بر اینکه مهم‌ترین مؤلفه در تحقق مأموریت نظام تعلیم و تربیت کسی جز معلم نیست، افزود: «معلم جای همه نداشته‌ها را پر می‌کند و به عنوان الگوی ماندگار، اثرات عمیقی روی جامعه دارد. اگر نقطه عطف زندگی هر شخصی بررسی شود، به معلم می‌رسد. دغدغه‌مندی معلم، سرنوشت انسان را تغییر می‌دهد.»

وی اظهار امیدواری کرد که سال آینده ده‌ها جایزه معلم در کشور با الگوهای متفاوت برگزار شوند تا الگوی برای جامعه و نهادهای ما باشد. در سال‌های آینده نیز جشن‌های متعددی برای قدردانی از معلمان برگزار شوند.

وزیر آموزش و پرورش در پایان ضمن قدردانی از برگزارکنندگان این کار ارزشمند گفت: «تلاش می‌کنیم سال آینده به جای ۳۰ هزار معلم در این فرایند ۳۰۰ هزار معلم شرکت کنند.»

✱ برگزیدگان دومین دوره جایزه معلم

رضا زینلی، دبیر زیست‌شناسی

شهرستان مهاباد استان یزد، معلم برگزیده دومین دوره «جایزه معلم»

در سال ۱۴۰۳ بود که جایزه‌ای ۵۰۰

میلیون تومانی به او اهدا شد. همچنین

از **عبدل رؤف**، از کراچی پاکستان،

به پاس تلاشش برای ترویج یادگیری عملی

و نوآوری از طریق تأسیس باشگاه علمی،

ابراهیم باقری پور، از مشهد استان خراسان

رضوی، به پاس تلاش برای استعدادیابی

دانش‌آموزان هنرستانی و ایجاد روش‌های

آموزشی تعاملی، **زهرا جمشیدی**، از شهر

اسلام‌آباد غرب استان کرمانشاه، به پاس تلاش برای

توانمندسازی کودکان معلول ذهنی و خانواده‌های

آن‌ها و **عزیز محمدی منش**، از خرم‌آباد استان لرستان،

به پاس تلاش برای ارتقای آموزش و توانمندسازی

دانش‌آموزان مناطق عشایری و سخت‌گذر، به عنوان

معلمان شایسته تقدیر شد.

رضا زینلی معلم برگزیده دومین دوره بین‌المللی

«جایزه معلم»، جایزه ۵۰۰ میلیون تومانی اش را به موزه

آفرینش شهر بهاباد هدیه کرد. وزیر آموزش و پرورش در

واکنش به تصمیم این معلم گفت: «این کار برآمده از

نگاه بلند معلمی فرزانه و فرهیخته است و نشان‌دهنده

درستی برگزیده شدن این معلم است. آموزش و پرورش

هم برای تجلیل از این اقدام ارزشمند، مبلغی معادل

جایزه این معلم را به موزه آفرینش بهاباد اهدا می‌کند.»

✱ قدردانی ویژه

در ادامه این مراسم، دو تقدیر ویژه در بخش جانبی جایزه از دو معلم انجام شد. با توجه به اهمیت موضوع مقاومت، از یک معلم فلسطینی و همسرش که فداکارانه پای بر طرف کردن مشکلات دانش‌آموزان و آموزش آن‌ها در غزه ایستادگی کردند، تقدیر شد. بدین ترتیب، تقدیر ویژه دومین دوره بین‌المللی «جایزه معلم» تعلق گرفت به **محمد عبدالعزیز** و همسرش از غزه، که نامزد دریافت جایزه شده بودند و در چادرهای آوارگان فلسطینی با هم به کودکان آموزش می‌دادند و به مشکلات روحی و نیازهای این فرزندان دلیر رسیدگی می‌کردند.

در بخش دیگر مراسم، از تلاش‌های **خسرو داودی** که زحمات‌های زیادی برای آموزش ریاضی در کشور متحمل شده و کتاب‌های درسی این حوزه را تألیف کرده است، قدردانی شد.

✱ جایزه خبر تعلیم و تربیت

در ادامه این مراسم، با اهدای لوح و جایزه نقدی، از برگزیدگان بخش جایزه خبر تعلیم و تربیت جایزه معلم قدردانی شد. مخاطب این جایزه تمامی خبرنگاران، روزنامه‌نگاران و فعالان خبر در عرصه رسانه‌های

صوتی، تصویری و اهالی قلم در حوزه خبر تعلیم و تربیت هستند. هدف از اهدای جایزه خبر تعلیم و تربیت، قدردانی از زحمات‌ها و تلاش‌های اهالی رسانه است که در حوزه آموزش و پرورش فعالیت می‌کنند. پاسداشت آثار خبری، برای حل مسائل نظام آموزشی امیدآفرین یا راهگشاست. اسامی نفرات برتر این بخش بدین شرح اعلام شد: **مسعود خسروی** با اثر رادیویی «این دوفر»، **امیرحسین ذوالفقاری** با اثر ویدیویی «شهرهای خارجی از چهارچوب مدرسه‌های غیردولتی» و **کاظم دهقانی** با اثر ویدیویی «عباس دست دارد».

✱ جایزه‌ای برای تکریم معلمان

دبیر شورای سیاست‌گذاری «جایزه معلم» نیز در این مراسم گفت: «جایزه معلم یک حرکت اجتماعی، مردمی، رسانه‌ای و گفت‌وگو ساز برای تکریم معلمان و جلب توجه مردم و نهادهای گوناگون به سمت مقام معلم است. این جایزه بر این ایده بنا نهاده است که اگر مایه خواهیم آینده‌رایسازیم و آینده‌های ما اهمیت دارد، باید روی دو نقش تمرکز و سرمایه‌گذاری کنیم: مادری و معلمی. و جایزه معلم می‌خواهد به تکریم نقش معلم در جامعه بپردازد. **محمد آژین** افزود: «تمام کسانی که به طور مشخص در تعلیم و تربیت بچه‌های کمتر از ۱۸ سال فعالیت می‌کنند، در گستره جایزه معلم هستند و می‌توانند نامزد دریافت این جایزه شوند. حضور معلمان برگزیده بر صحنه جایزه معلم، فقط برای توجه بیشتر به نقش و جایگاه معلم در جامعه است. به همین دلیل، جایزه معلم بر افراد تمرکز ندارد. جایزه معلم یک اتفاق معمولی و رویداد رقابتی نیست، بلکه بر دوستی، صمیمیت، مشارکت و رشد مبتنی است.»

✱ نکته

با توجه به اینکه همه مردم، معلمان، والدین و دانش‌آموزان نیز می‌توانند با معرفی معلم مورد نظر خود در مسیر شناسایی و تکریم معلمان و مربیان شاخص و فداکار، با «جایزه معلم» همراه باشند، ۵۰ هزار و ۶۹۳ برگه معرفی معلم توسط دانش‌آموزان و مردم کامل شد.

۷۸ درصد از معلمان شرکت‌کننده در دومین دوره جایزه معلم، از مدرسه‌های دولتی بودند.

بن‌نوشت

بن‌نوشت

1. MualllemPrize

کلیدواژه‌ها: رژیم غذایی، سلامت، بهار، فعالیت بدنی

شیما مظفری

کارشناس ارشد علوم تغذیه و رژیم درمانی

متینا قهرمانی

کارشناس علوم تغذیه و رژیم درمانی

* مقدمه

فصل بهار با ماهیت پُرطراوت و سرشار از تغییر خود می‌تواند بهترین فرصت برای نهادینه کردن عادات‌های سالم جدید باشد. اهمیت این موضوع به خصوص در دانش آموزان که بیشترین آمادگی ذهنی برای تغییرات را دارند مشهود است و معلمان دلسوز با استفاده آگاهانه از این زمان می‌توانند در شکل‌گیری عادات و الگوهای رفتاری مناسب کودکان و نوجوانان نقش به‌سزایی داشته باشند و بر کیفیت زندگی آن‌ها در این سال‌ها و سال‌های آینده زندگی‌شان تأثیر بگذارند. مقاله پیش رو چند پیشنهاد تغذیه‌ای مناسب را که آموزگاران می‌توانند برای بالابردن سواد تغذیه‌ای دانش آموزان خود از آن‌ها استفاده کنند ارائه می‌دهد. امید است تک‌تک ما با ایفای نقش خود بتوانیم سهمی هرچند کوچک را در داشتن جامعه‌ای آگاه و سالم به درستی ایفا کنیم.

* عادات به مصرف روزانه میوه:

بهترین توصیه برای فصل بهار!

مطالعات نشان می‌دهند، مصرف میوه‌ها و سبزی‌ها تقریباً در تمام نقاط دنیا کمتر از میزان توصیه شده است. ما متخصصان تغذیه پیشنهاد می‌کنیم همه افرادی که بیماری خاصی ندارند، روزانه حداقل دو عدد میوه مصرف کنند تا بتوانند از خواص غیرقابل جایگزین آن‌ها در سلامت خود بهره ببرند.

فصل بهار به لحاظ تنوع میوه‌ها یکی از بهترین فصل‌های سال است و می‌توان هم‌زمان با شروع آن، از خواص قراردادن میوه‌های متنوع در برنامه غذایی روزانه خود بهره برد. در ادامه به مختصری از ویژگی‌های بی‌نظیر هریک از میوه‌های این فصل می‌پردازیم.

* توت فرنگی

این میوه حاوی ترکیبی منحصر به فرد از چندین ماده مغذی، فتوشیمیایی و فیبر و همچنین منبع مهمی از ویتامین های گروه B، ویتامین C، ویتامین E، پتاسیم، اسید فولیک، کاروتنوئیدها، ویتامین E، پتاسیم، اسید فولیک و کاروتنوئیدها (پیش سازهای ویتامین A) است. فلاونوئیدهای خاصی در این میوه به فور یافت می شوند؛ نظیر «پلارگونیدین» که یک پاداکسنده (آنتی اکسیدان) بسیار قوی است، «کوئرستین» که اثرات ضد التهابی و پیشگیری کننده از سرطان آن به اثبات رسیده و «کاتچین» که اثرات محافظت کننده زیادی نظیر تنظیم سوخت و ساز چربی ها دارد. «اسید الاژیک» هم از جمله پاداکسنده های تأثیرگذار در پیشگیری از انواع التهاب هاست که مقدار قابل توجهی از آن در توت فرنگی یافت می شود. «تانن» که در ارتقای عملکرد بخش های بدن نظیر دستگاه ایمنی مؤثر است نیز در این میوه وجود دارد. این ویژگی ها باعث می شوند توت فرنگی یکی از پرسودترین میوه ها برای تمام گروه های سنی باشد. مصرف به اندازه یک لیوان دسته دار فرانسوی از این میوه، معادل مصرف یک واحد میوه است.

* توت سفید

این میوه بی نظیر انواع فیبرهای محلول و نامحلول است. به همین خاطر، در تنظیم سطح کلسترول و بهبود عملکرد دستگاه گوارشی بسیار مؤثر است. ویتامین C که در سلامت و شادابی پوست نقش دارد، ویتامین K که برای عملکرد صحیح دستگاه انعقاد خون مورد نیاز است، پتاسیم که عنصری کلیدی در تنظیم فشار خون محسوب می شود، ویتامین E که یکی از قوی ترین پاداکسنده های طبیعی به شمار می رود و آهن که برای انتقال گازهای تنفسی ضروری است، تنها بخشی از مواد مغذی موجود در این میوه هستند. «سیانیدین، کلروژنیک اسید، روتین و میرستین» از جمله مهم ترین پاداکسنده های طبیعی هستند که به مقدار قابل توجه در این میوه یافت می شوند و به خاطر وجود این عوامل، مصرف روزانه توت سفید می تواند در جلوگیری از ابتلا به انواع سرطان ها و بروز التهاب در بدن بسیار مؤثر باشد. یک لیوان دسته دار فرانسوی توت سفید تازه یا نصف یک لیوان توت خشک معادل یک واحد میوه در نظر گرفته می شود.

* شاه توت

مقدارهای فراوان فیبر، ویتامین C، ویتامین K و منگنز از جمله مواد مغذی موجود در این میوه بی نظیر هستند که به سلامت پوست و مو، عملکرد صحیح دستگاه گوارش و تنظیم چربی خون و تقویت دستگاه انعقاد خون کمک می کنند. مصرف این میوه همچنین به سلامت دهان و دندان و بهبود عملکرد دستگاه عصبی کمک می کند. همچنین، وجود مقدار زیادی از پلی فنول ها که پاداکسنده های گیاهی هستند، به جلوگیری از بروز انواع بیماری های مزمن کمک می کند. مقدار یک لیوان دسته دار فرانسوی از این میوه، معادل ۱ واحد میوه در نظر گرفته می شود.

* کیلاس و آلبالو

این میوه ها حاوی ویتامین های محلول در آب (E، A و K) هستند. و (C) و محلول در چربی

کلسیم، منیزیم، فسفر و پتاسیم از جمله مهم ترین مواد معدنی موجود در این میوه ها محسوب می شوند. «آنتوسیانین ها و سیانیدین» های موجود در این میوه ها به پیشگیری از بروز انواع التهاب ها در بدن منجر می شوند و خواص ضد سرطان، ضد دیابت و ضد بیماری های قلبی و عروقی هستند. همچنین، مصرف گیلاس به دلیل دارا بودن ملاتونین می تواند در تنظیم الگوهای خواب مؤثر باشد. یک لیوان دسته دار فرانسوی حاوی این میوه ها معادل یک واحد میوه در نظر گرفته می شود.

* زردآلو

فیبر و ویتامین های A، E و C و پتاسیم از جمله مهم ترین مواد مؤثره این میوه هستند. طیف وسیعی از پاداکسنده ها در این میوه خوشمزه وجود دارند؛ نظیر «کلروژنیک اسید، کاتچین و کوئرستین» که اثرات آن ها در پیشگیری از ابتلا به دیابت نوع ۲ و انواع بیماری های قلبی و عروقی به اثبات رسیده است. همان طور که با نگاه کردن به رنگ این میوه هم قابل دریافت است، حاوی مقادیر زیادی از ویتامین A و پیش سازهای آن است و می تواند در بهبود عملکرد دستگاه بینایی و سلامت چشم ها مفید باشد. به علت محتوای ویتامین های خود می تواند در بهبود سلامت پوست بسیار مؤثر باشد. فیبر موجود در این میوه از انواع «فیبرهای محلول» است که در تنظیم سلامت دستگاه گوارش بسیار مفیدند. این میوه می تواند در بهبود سلامت کبد نیز مفید باشد. این ویژگی به خصوص به علت محتوای بالای پاداکسنده های آن است. از مزیت های این میوه، به خصوص در کشور ما، این است که به شکل های گوناگون نظیر تازه، مراب شده و خشک در دسترس است و می تواند در وعده های غذایی استفاده شود. مصرف دو تاسه عدد از آن معادل مصرف یک واحد میوه است.

* آلو

آلویکی دیگر از میوه های خوشمزه و مغذی است که خواص تغذیه ای بسیاری دارد. این میوه حاوی مقدار بالایی از ویتامین های A، C و K است که به حفظ سلامت دستگاه ایمنی، بهبود بینایی و تقویت استخوان ها کمک می کنند. این میوه میزان فیبر بالایی دارد که می تواند به بهبود هضم، جلوگیری از یبوست و کاهش سطح کلسترول خون کمک کند. همچنین، مقدار زیادی از پاداکسنده های مانند «فنل ها و فلاونوئیدها» در این میوه موجودند که به خنثا کردن رادیکال های آزاد و کاهش خطر ابتلا به بیماری های مزمن کمک می کنند. مصرف آلو همچنین می تواند به کاهش قند خون کمک کند. این میوه مقدار قابل توجهی پتاسیم دارد که به تنظیم فشار خون، پیشگیری از فشار خون بالا و حفظ کیفیت عضلات و اعصاب کمک می کند.

ما متخصصان تغذیه پیشنهاد می کنیم همه افراد که بیماری خاصی ندارند، روزانه حداقل دو عدد میوه مصرف کنند تا بتوانند از خواص غیر قابل جایگزین آن ها در سلامت خود بهره ببرند



افراد دیابتی نیز می‌توانند از فایده‌های آن بهره‌مند شوند. یک عدد سیب متوسط معادل با یک واحد میوه در نظر گرفته می‌شود.

❁ انبه

انبه میوه‌ای استوایی با طعمی شیرین و عطری دلپذیر است که در ترکیبش از انواع ویتامین‌ها و مواد معدنی مفید موجود است. یکی از مهم‌ترین خواص انبه، وجود ویتامین C است که به تقویت دستگاه ایمنی بدن کمک می‌کند. فیبر موجود در انبه در بهبود هضم غذا و پیشگیری از یبوست نقش مهمی ایفا می‌کند. آنتی‌اکسیدان‌های موجود در انبه مانند بتاکاروتن که در واقع پیش‌سازهای ویتامین A هستند، به سلامت چشم، پوست و حتی کاهش دیده‌شدن چین و چروک‌ها کمک می‌کنند. انبه همچنین منبع خوبی از ویتامین‌های E و B6 و مواد معدنی مانند پتاسیم است که در سلامت عمومی بدن نقش دارند. قندهای طبیعی انبه به‌طور مؤثر منبعی برای فراهم آوردن انرژی فوری محسوب می‌شوند. علاوه بر این، انبه ترکیباتی دارد که می‌توانند به کاهش آسیب‌های اکسایشی ناشی از رادیکال‌های آزاد کمک کنند؛ ترکیب‌هایی همچون «گالیک اسید، کافئیک اسید و مانگیفرین».

❁ پیشنهاد کار کلاسی

در ادامه، برای استفاده بهتر و بیشتر از این میوه‌ها پیشنهادهایی مطرح شده‌اند. می‌توان سالاد میوه‌ای رنگارنگ با ترکیبی از میوه‌های بهاره تهیه کرد که هم سرشار از ویتامین‌ها و مواد معدنی باشد و هم دانش‌آموزان را به خوردن میان‌وعده‌های سالم ترغیب کند. همچنین، تهیه «شیر میوه یا شیر آمیزهای (میلک‌شیک‌های) خانگی» با ماست و میوه‌های تازه می‌تواند گزینه‌ای خوشمزه و مقوی باشد. معلمان می‌توانند با مشارکت دانش‌آموزان، این میان‌وعده‌ها را به صورت تعاملی در کلاس‌های درس تهیه کنند. این کار به یادگیری تغذیه صحیح و همچنین افزایش تعامل و همکاری بین دانش‌آموزان کمک می‌کند. اضافه کردن خوراکی‌های سالم و رنگارنگ به رژیم غذایی روزانه دانش‌آموزان، نه تنها بر انرژی آن‌ها می‌افزاید، بلکه باعث می‌شود والدین و دانش‌آموزان اهمیت تغذیه صحیح و سالم را بهتر درک کنند و بتوانند به استفاده از شکل‌های گوناگون میوه در برنامه غذایی روزانه خود عادت کنند.

❁ فعالیت بدنی مناسب و کافی: ضامن سلامتی

افزایش فعالیت بدنی در مدرسه، به ویژه بهانه آغاز فصل بهار، نه تنها به بهبود سلامت کودکان و نوجوانان کمک می‌کند، بلکه می‌تواند بر تمرکز و تقویت قدرت یادگیری آن‌ها بیفزاید. با برگزاری فعالیت‌های متنوع، مانند بازی‌های گروهی، تمرین‌های کششی ساده و حتی یوگا، معلمان می‌توانند محیطی پویا و پرا انرژی فراهم کنند. تحقیقات نشان داده‌اند، فعالیت بدنی منظم باعث کاهش تنش و افزایش روحیه همکاری بین دانش‌آموزان می‌شود. در نتیجه، آموزگاران می‌توانند با تشویق دانش‌آموزان به فعالیت‌های بدنی، به بهبود نمره‌های درسی و ایجاد عادت سالم و پایدار در تمام طول عمر آن‌ها کمک به‌سزایی کنند. در ادامه چند مورد از مهم‌ترین فایده‌های افزایش فعالیت بدنی بر سلامت می‌آید:

همچنین، مقدار مناسبی منیزیم و آهن دارد که به تولید انرژی و حفظ سلامت خون و عملکرد عضلات کمک می‌کند. حدود دو عدد متوسط از این میوه معادل یک واحد میوه در نظر گرفته می‌شود.

❁ هلو

هلو، این میوه خوشمزه و مغذی، سرشار از ویتامین‌ها، مواد معدنی و پاداکسنده‌هاست. هلو حاوی مقدار فراوانی ویتامین A است که در حفظ سلامت بینایی و تقویت دستگاه ایمنی مؤثر است. منبعی عالی از ویتامین C است که به تولید کلاژن، حفظ سلامت پوست و مقابله با بیماری‌های سرماخوردگی و آنفولانزا کمک می‌کند. علاوه بر این، ویتامین E موجود در هلو به عنوان یک پاداکسنده قوی، از ساخته‌ها در برابر آسیب‌های اکسایشی (اکسیداتیو) محافظت می‌کند. هلو همچنین منبع خوبی از فیبر است که به بهبود هضم و جذب غذا و جلوگیری از اختلالات گوارشی مانند یبوست کمک می‌کند. فیبر موجود در هلو همچنین به تنظیم سطح کلسترول خون کمک می‌کند و می‌تواند از خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی بکاهد. پتاسیم موجود در هلو به تنظیم فشارخون و حفظ عملکرد سالم قلب کمک می‌کند. پاداکسنده‌های موجود در این میوه، مانند فلاونوئیدها و کاروتنوئیدها، در مبارزه با رادیکال‌های آزاد و کاهش التهاب در بدن نقش دارند. همچنین هلو حاوی موادی معدنی مثل آهن، مس و منیزیم است که به تولید انرژی، حفظ سلامت خون و تقویت استخوان‌ها کمک می‌کنند. مصرف منظم هلو می‌تواند به حفظ رطوبت بدن و هضم بهتر غذاها کمک کند. همچنین خواص ضدالتهابی و ضد سرطانی دارد که می‌تواند در پیشگیری از برخی بیماری‌های مزمن نقش ایفا کند. علاوه بر این، هلو به عنوان میوه‌ای کم‌کالری، گزینه‌ای عالی برای کسانی است که به دنبال کاهش وزن یا حفظ وزن مناسب هستند. این تنوع در خواص تغذیه‌ای هلو، این میوه را به انتخابی عالی برای گنجاندن در رژیم غذایی روزانه تبدیل می‌کند. هر ۱ عدد هلو معادل ۱ واحد میوه در نظر گرفته می‌شود.

❁ سیب

مصرف سیب با کاهش خطر ابتلا به برخی سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی عروقی، آسم و دیابت مرتبط است، چرا که این میوه حاوی انواع پاداکسنده‌های قوی از جمله «کونرستین، کاتچین، فلوویدین و اسید کلروژنیک» است. این میوه حاوی مقادیر قابل توجهی ویتامین C و پتاسیم است. همچنین، مصرف آن می‌تواند به تنظیم قند خون کمک کند. بنابراین، از جمله میوه‌هایی است که

برنامه‌های یوگا یا تمرین‌های کششی می‌توانند در کلاس درس یا حتی در فضای باز مدرسه برگزار شوند. این فعالیت‌ها کمک می‌کنند دانش‌آموزان آرامش پیدا کنند و تمرکز بیشتری داشته باشند



تقویت دستگاه قلبی و عروقی
فعالیت بدنی منظم باعث تقویت عضلات قلب، کاهش فشارخون و بهبود عملکرد عروق می‌شود. این تغییرات به کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی کمک می‌کنند.

افزایش سوخت‌وساز
ورزش منظم باعث افزایش میزان سوخت و ساز بدن می‌شود که می‌تواند به مهار وزن و جلوگیری از چاقی کمک کند. افزایش سوخت‌وساز همچنین انرژی بیشتری را در دسترس بدن قرار می‌دهد و به جلوگیری از خستگی جسمی و روحی منجر می‌شود.

تنظیم هورمون‌ها

فعالیت بدنی منظم کمک می‌کند هورمون‌های فشار روانی مانند کورتیزول کاهش و هورمون‌های شادی مانند اندورفین افزایش یابند. این تغییرات هورمونی می‌توانند به بهبود خلق و خو و کاهش اضطراب کمک کنند.

تقویت عضلات و استخوان‌ها

فعالیت بدنی، به ویژه انواعی که شامل تحمل وزن هستند، مانند دویدن یا پیاده‌روی، باعث تقویت عضلات و استخوان‌ها می‌شوند. این امر می‌تواند به پیشگیری از بیماری‌هایی مانند پوکی استخوان و انواع بیماری‌های مرتبط با استخوان‌ها و مفاصل کمک کند.

بهبود عملکرد دستگاه ایمنی

ورزش منظم می‌تواند سطح دستگاه ایمنی بدن را تقویت کند. این امر می‌تواند به کاهش احتمال ابتلا به انواع بیماری‌ها، عفونت‌ها و نامتعادل شدن دستگاه ایمنی کمک کند.

بهبود عملکرد مغز

افزایش جریان خون و اکسیژن به مغز، باعث بهبود تمرکز، حافظه و توانایی‌های شناختی می‌شود. فعالیت بدنی می‌تواند از خطر ابتلا به بیماری‌هایی مانند آلزایمر و دیگر بیماری‌های مرتبط با حافظه بکاهد.

چند فعالیت بدنی

برای معلمان و دانش‌آموزان

بازی‌های گروهی

بازی‌هایی مانند وسطی، والیبال، فوتبال دستی یا هفت‌سنگ را می‌توان در حیاط مدرسه به صورت دوره‌ای برگزار کرد تا دانش‌آموزان در فضایی گروهی و پراز انرژی بازی و به صورت سالم رقابت کنند.

یوگا و تمرین‌های کششی

برنامه‌های یوگا یا تمرین‌های کششی می‌توانند در کلاس درس یا حتی در فضای باز مدرسه برگزار شوند.

این فعالیت‌ها کمک می‌کنند دانش‌آموزان آرامش پیدا کنند و تمرکز بیشتری داشته باشند.

پیاده‌روی

برگزاری پیاده‌روی‌های کوتاه در حیاط مدرسه، بین کلاس‌ها یا بعد از ناهار، می‌تواند به افزایش فعالیت بدنی دانش‌آموزان کمک کند.

تمرین‌های دایره‌ای

ترتیب‌دادن ایستگاه‌های فعالیت بدنی در یک دایره، مانند طناب‌بازی، پروانه، دویدن در محل، می‌تواند همگی در محیط مدرسه اجرا شود و بر تنوع و جذابیت فعالیت‌ها بیفزاید.

مصرف دانه‌ها و مغزها

با کمک آجیل‌های نوروزی!

در فرهنگ ایرانی، نوروز به عنوان یکی از مهم‌ترین جشن‌های سنتی، با خوراکی‌های رنگارنگ، متنوع و مغذی شناخته می‌شود. یکی از این خوراکی‌ها، آجیل است که در مراسم نوروز نقش مهمی دارد و شامل دانه‌ها و مغزهای متعددی است که مصرف آن‌ها می‌تواند به بهبود سلامت و افزایش انرژی کمک کند.

در طول تعطیلات نوروز، خانواده‌ها معمولاً آجیل‌هایی مانند گردو، بادام، پسته، بادام‌هندی و دانه‌های مغذی مانند تخمه کدو، تخمه هندوانه، کنجد و تخمه آفتابگردان تهیه می‌کنند. افزودن این آجیل‌ها به برنامه غذایی دانش‌آموزان، به عنوان میان‌وعده‌ای سالم و بسیار تقویت‌کننده، یکی از بهترین عادت‌هایی است که می‌توان در ابتدای سال جدید پرورش داد. این دانه‌ها و مغزها سرشار از پروتئین، فیبر و چربی‌های سالم هستند که انرژی لازم برای تمرکز و یادگیری را فراهم می‌کنند. همچنین، مصرف آن‌ها میزان قابل توجهی ویتامین، مواد معدنی و پاداکسنده‌ها را به بدن می‌رساند که به بهبود حافظه و کاهش خستگی جسمی و ذهنی کمک می‌کنند. بنابراین، معلمان می‌توانند با تشویق دانش‌آموزان به مصرف آجیل‌های نوروزی به عنوان میان‌وعده‌های روزمره، نه تنها از فایده‌های تغذیه‌ای آن‌ها بهره‌برداری کنند، بلکه این فرهنگ دیرین را پاس بدارند.

حدود ۳۰ گرم آجیل معادل یک واحد چربی در نظر گرفته می‌شود و نکته مهم در مورد مصرف آجیل‌ها این است که با توجه به محتوای بالای کالری آن‌ها، حتماً به حد نیاز از آن‌ها استفاده شود. *

منابع

۱. خسروی، مریم؛ کشاورز، سیدعلی (۱۳۸۹). اصول تغذیه. آیتز. تهران.
۲. پیرس تامپسون، سوزان (۱۳۹۹). روش خوردن هوشمندانه. ترجمه سید علیرضا هاشمی. نامه سفید. تهران.
3. Basu, Arpita & Nguyen, Angel & Betts, Nancy & Lyons, Timothy. (2014). Strawberry As a Functional Food: An Evidence-Based Review. Critical reviews in food science and nutrition. 54. 790-806. 10.1080/10408398.2011.608174.
4. Boyer, Jeanelle & Liu, Rui. (2004). Apple phytochemicals and their health benefits. Nutrition journal. 3. 5. 10.1186/1475-2891-3-5.
5. Faienza MF, Corbo F, Carocci A, Catalano A, Clodoveo ML, Grano M, Wang DQ, D'Amato G, Muraglia M, Franchini C, Brunetti G, Portincasa P. Novel insights in health-promoting properties of sweet cherries. J Funct Foods. 2020 Jun;69:103945. doi: 10.1016/j.jff.2020.103945. Epub 2020 Apr 7. PMID: 34422115; PMCID: PMC8376227.
6. Slavin JL, Lloyd B. Health benefits of fruits and vegetables. Adv Nutr. 2012 Jul 1;3(4):506-16. doi: 10.3945/an.112.002154. PMID: 22797986; PMCID: PMC3649719.

سفر سلامت

* مقدمه

یکی از نقش‌های اصلی معلم در سطح جامعه، آگاهی بخشی و راهنمایی اقشار گوناگون برای بهبود کیفیت زندگی است؛ به ویژه در موضوع‌هایی که با سلامت جسم و روح خانواده‌ها در ارتباط باشند. روزه موضوعی چندجانبه است که در سلامت، تاب آوری و اخلاق نیکو، هویت و فرهنگ اسلامی - ایرانی تأثیرات شگرفی دارد و با توجه به اینکه یک ماه از سال به این فریضه اختصاص دارد، جادارد نگاهی دوباره و عمیق به آثار و ویژگی‌های این فریضه حسنه داشته باشیم. طبیعی است آگاهی و دانش موضوعی معلم در خصوص روزه می‌تواند در انتقال دانش و تجربه‌های ارزشمند این حوزه اثر بخش باشد.

* روزه در گذرگاه تاریخ

روزه به عنوان یکی از آیین‌های مذهبی و معنوی، در طول تاریخ و در فرهنگ‌های گوناگون نقش برجسته‌ای ایفا کرده است. این سنت قدیمی نه تنها در دین‌های بزرگ جهان، بلکه در جامعه‌های باستانی نیز به شکل‌های گوناگون وجود داشته است. در ادامه، نقش تاریخی روزه در عصرهای متفاوت بررسی می‌شود.

* روزه در جامعه‌های باستانی و پیشادینی

مصر باستان: مصریان باستان از روزه به عنوان روشی برای پاک‌سازی بدن و تقویت ارتباط با خدایان استفاده می‌کردند. این عمل غالباً در مراسم مذهبی یا پیش از انجام آیین‌های خاص انجام می‌شد؛
یونان و روم باستان: فیلسوفان یونانی همچون سقراط و افلاطون روزه را برای تقویت ذهن و جسم توصیه می‌کردند. رومیان نیز در کنار مراسم آیینی، از روزه برای تقویت معنویت بهره می‌بردند؛

* روزه در دین‌های ابراهیمی

/ یهودیت:

در یهودیت، روزه (صیام) به عنوان یکی از واجبات مذهبی در مناسبت‌هایی مانند «یوم کیپور» (روز کفاره) برگزار می‌شود. روزه در این دین نمادی از توبه، پاک‌سازی روح و تقرب به خداوند است؛
روزه‌داری در مواقع خاص مانند وقایع تاریخی (مثل تخریب معبد اورشلیم) نیز مرسوم بود؛

/ مسیحیت:

در مسیحیت اولیه، روزه‌داری به عنوان راهی برای تقویت ایمان و همراهی با مسیح در رنج‌های او مورد تأکید بود.
در دوران قرون وسطا، کلیسا قوانین دقیقی برای روزه وضع کرد؛ مانند روزه در ایام چهل روزه (لنت) پیش از عید پاک.

/ اسلام:

در اسلام، روزه یکی از رکن‌های پنج‌گانه دین محسوب می‌شود. مسلمانان در ماه رمضان، از طلوع تا غروب خورشید، از خوردن، آشامیدن و دیگر رفتار خاص اجتناب می‌کنند.
روزه در اسلام نمادی از تقوا، تقرب به خدا و همدردی با نیازمندان است.

* روزه در آئین‌های شرقی

/ هندوئیسم:

در هندوئیسم، روزه (فاست یا «وَرْت») به عنوان راهی برای پاک‌سازی روح و جسم انجام می‌شود. این عمل معمولاً در روزهای خاص مذهبی یا به افتخار خدایان و الهه‌ها صورت می‌گیرد.

/ بودیسم:

بوداییان غالباً روزه را به عنوان روشی برای تقویت تمرکز و آرامش ذهنی انجام می‌دهند. این عمل معمولاً شامل پرهیز از خوردن در ساعت‌های مشخصی از روز است.

/ جینیسم:

در جینیسم، روزه‌داری (تپاس) یکی از روش‌های اصلی برای خودسازی و کاهش تأثیر منفی کارما محسوب می‌شود.

* نقش اجتماعی و فرهنگی روزه

تقویت همبستگی اجتماعی: در بسیاری از فرهنگ‌ها، روزه‌داری به افراد کمک می‌کند با جامعه خود احساس هم‌بستگی کنند و به ارزش‌های مشترک پایبند باشند.

نقش اخلاقی: روزه در طول تاریخ ابزار تقویت فضیلت‌هایی اخلاقی مانند صبر، پرهیزگاری و نوع دوستی بوده است.



سیداله زارع

پژوهشگر و مدرس حوزه طب سنتی

کلیدواژه‌ها: اثرات روزه، کیفیت زندگی، تقویت اراده و تمرکز



برای مشاهده برنامه پیشنهادی مناسب سحر و افطار زیرینده سرج پاسخ را پوش کنید.

بیماری‌های زوال عقل و آلزایمر کمک کند. این تأثیر به دلیل افزایش در مواردی مانند نوروتروفیک فاکتور مغزی (BDNF) است (Mattson, Longo & Harvie, 2017).

۳. کاهش التهاب‌ها

روزه‌داری می‌تواند به کاهش التهاب در بدن منجر شود. التهاب مزمن به عنوان یک عامل خطر برای بسیاری از بیماری‌ها شناخته می‌شود؛ از جمله بیماری‌های قلبی و دیابت نوع ۲ (Longo & Mattson, 2002).

۴. بهبود حساسیت به انسولین

تحقیقات نشان می‌دهد، روزه‌داری می‌تواند حساسیت به انسولین را بهبود بخشد و سطح قند خون را کنترل کند. این موضوع به کاهش خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ کمک می‌کند (Furml, et al., 2019).

۵. افزایش طول عمر

برخی از مطالعات نشان می‌دهند، روزه‌داری ممکن است با افزایش طول عمر و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های سنین بالا مرتبط باشد. این اثر ممکن است به دلیل کاهش فشار اکسایشی و بهبود سلامت سوخت و ساز (متابولیسم) باشد (Tschp, et al., 2011).

۶. تقویت دستگاه ایمنی

برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهند، روزه‌داری می‌تواند باعث تولید سلول‌های ایمنی جدید و بهبود عملکرد آن‌ها شود (Safar, et al., 2010).

۷. بهبود نیروی روانی و معنوی

روزه‌داری به عنوان یک تمرین روانی می‌تواند به تقویت نیروی اراده و تمرکز کمک کند و به افراد احساس نزدیکی بیشتری به ارزش‌ها و اعتقادات خود بدهد (Kahwa, et al., 2020).

این نتایج تأثیر مثبت روزه‌داری را به وضوح نشان می‌دهند و منابع و مراجع معرفی شده می‌توانند به درک بهتر اثرات روزه‌داری بر سلامت جسمی و روانی کمک کنند. اما توجه به این نکته ضروری است که روزه‌داری برای همه مناسب نیست و در صورت وجود مشکلات پزشکی باید با پزشک متعهد مشورت شود.

از طرف دیگر، روزه‌داری به شیوه صحیح و رعایت نکات و شرایط خاص در ایام افطاری و سحری می‌تواند این نتایج شگفت‌انگیز را رقم بزند. برای دریافت یک برنامه پیشنهادی مناسب افطاری و سحری لطفاً به زمینه زیر مراجعه کنید. (🌙)



! ابعاد درمانی: در برخی از جامعه‌ها، روزه به عنوان روشی برای بهبود سلامت جسم و پاک‌سازی بدن به کار گرفته شده است.

* روزه در دنیای امروز

متأسفانه امروزه روزه‌داری اولویت خود را از دست داده است و به عنوان یک عقیده شخصی تلقی می‌شود. به ویژه در ایام مدرسه، به بهانه درس خواندن، به این دستور ساده و حیاتی توجه چندانی نمی‌شود. این فرصت تربیتی در زمان خودش آثار بسیار مطلوبی خواهد داشت، اگر معلمان عزیز در نشر و آگاهی بخشی فایده‌های آن اهتمام داشته باشند. در ادامه، بخشی از پژوهش‌های روز دنیا را در خصوص فایده‌ها و آثار مثبت روزه‌داری مشاهده خواهید کرد:

۱. کاهش وزن و مدیریت چاقی

تحقیقات نشان می‌دهند، روزه‌داری متناوب می‌تواند به کاهش وزن و بهبود ترکیب بدنی کمک کند. این روش به کاهش کالری مصرفی و افزایش سوخت و ساز بدن کمک می‌کند (Varady & Hellerstein, 2012).

۲. بهبود خردسودگی یا زوال عقل (دمانس) و سلامت مغز

برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهند، روزه‌داری ممکن است به بهبود سلامت مغز و کاهش خطر ابتلا به

اشاره

مدیریت مالی و اقتصادی از جمله مقوله هایی است که زندگی هر فردی را تحت تأثیر قرار می دهد و معلم نیز از این قاعده مستثنا نیست. توجه به شیوه کسب درآمد، مدیریت مالی، مدیریت سرمایه گذاری، نگهداری و پس انداز و موارد دیگری از این دست، به نوعی از سبک زندگی اشاره می کند که امروزه از جمله ضرورت های زندگی محسوب می شوند. در حال حاضر توجه بسیاری از حرفه ها و مشاغل خارج از آموزش نیز به درآمدزایی حاصل از آموزش جلب شده و بازار مخاطبان آموزش از گستردگی و تنوع بسیار زیادی برخوردار است. این نوشته به مدیریت مالی در زندگی معلمی و با تکیه بر تخصص آموزشی معلم مربوط است.

* یک تجربه معلمی از مدیریت مالی

تجربه آموزش در کلاس نومعلمانی یکی از ناب ترین تجربه هاست. انتظار این است که با معلمانی مواجه شوی که با شوق و میل و انرژی فراوان آماده ورود به کلاس درس و رویارویی با دانش آموزان هستند. با همه این ها، موضوع مالی درباره برخی از نومعلمان دغدغه ای است که در اغلب کلاس ها شنیده می شود. اینکه گفته می شود: هر قدر هم عاشق باشم، اما نگران وضعیت معیشت هستم و گاهی ممکن است فکر کنم چاره ای جز روی آوردن به شغل دیگر ندارم تا بتوانم آینده ام را به لحاظ مالی تضمین کنم. این موضوع در عین حالی که بسیار واقعی است، اما راه حل های خودش را دارد. به همین دلیل به سبک زندگی و نوع نگاه و تفکر معلم نیز وابسته است. امروزه شیوه های مدیریت اقتصادی و درآمدزایی در دنیای آموزش، تحت عنوان بازاریابی آموزش، به رشته و تخصصی مجزا تبدیل شده است. بنابراین به نظر می رسد، نوع مواجهه معلمان با موضوع های مالی نیز به سبک زندگی آن ها مربوط است و می تواند سر آغاز مواجهه های حرفه ای تری در دنیای مالی باشد.

نقش مدیریت مالی در زندگی معلمی

مدیریت مالی



دکتر لیلا سلیقه دار
مشاور و مدرس بین المللی آموزش معلمان

فرحناز فرد
مشاور و مدرس آموزش و پرورش

کلیدواژه ها: مدیریت مالی،
مدیریت اقتصادی، سبک زندگی،
فناوری نوین آموزشی، ارتباط

* مدیریت مالی و آموزش

در دنیای امروز، دانش، مهارت و تخصص بر هر حوزه از امور سایه افکنده است. این موضوع در خصوص تعامل در کسب و کار نیز صادق است و از آن به بازاریابی (مارکتینگ) نیز یاد می شود. بازاریابی شامل بخشی از فعالیت نهادها و مؤسسه هاست که شامل خلق فرایندهایی در جهت تعریف روش های ارتباطی، تحویل و پیشنهاد مبادله ارزشمند به مشتری، خلق مشتریان کالا و خدمات، شرکا و جامعه در مقیاس وسیع است. به بیانی دیگر، بازاریابی عبارت است از علم و هنر کشف، خلق و انتقال ارزش به مشتری و بازار هدف، برای ایجاد رضایت و سود برای آنان.

/ بازاریابی به دنبال شناخت نیازها و تمایل مشتریان است و با ارزشیابی و تحلیل اندازه بازار، به دنبال کشف ظرفیت بازار است.

/ بازاریابی عبارت است از پیام یا عملیاتی که به تولید پیام یا عملیات منجر می شود.

/ بازاریابی مسیر برقراری ارتباط با مشتری و نزدیک شدن به مشتری مخاطب در جهت انتقال ارزش کالا یا خدمات در نهایت فروش به آنان است.

/ بازاریابی شامل تحقیق، هدف گیری، ارتباطات (تبلیغات و ارتباط مستقیم) و روابط عمومی است.

/ بازاریابی همان فرایند فرستاده شدن محصولات و خدمات از یک منبع به مشتری و استفاده کننده از مسیر فروش است.

در این میان، آموزش و خدمات مرتبط با فرایند یادگیری نیز از این قاعده خارج نیستند. برای اینکه مخاطبان و یادگیرندگان بتوانند خدمات آموزشی و یادگیری های خارج از مدرسه و دانشگاه را به شیوه درست و اصولی، از منابع متناسب و شایسته، انتخاب و دریافت کنند، بازاریابی آموزش مطرح می شود. اجزای بازاریابی آموزش نیز شامل توسعه خدمات، تحقیقات بازار و مخاطبان، بازاریابی، تبلیغات، نمانام سازی (برندینگ)، رسانه، روابط عمومی، ارتباطات، فروش، خدمت به مشتری و تحلیل بازار است. در ادامه، پیشنهادهایی در خصوص بازاریابی آموزش آمده اند:

* ایجاد نمانام شخصی

یکی از حوزه های حرفه ای در آموزش، ایجاد و تقویت نمانام (برند) شخصی است. به این منظور، تهدیدها و فرصت های گوناگون و مؤثری وجود دارند. شناسایی و تلاش برای بهره مندی از آن، می تواند به تقویت نمانام شخصی کمک کند. هر چند هدف از نمانام سازی شخصی در آموزش، همانند سایر حرفه ها، درآمد سازی نیز است، اما ملاحظات اخلاقی و همکاری های سازنده همواره در اولویت و اهمیت قرار دارند. به این منظور لازم است، ابتدا مدل فکری خود را بازبینی و به این موضوع فکر کنید که معلم ارزشمند می تواند به گستره های وسیع تری از حرفه خود فکر کند و چنان حرفه ای به آموزش بنگرد که همین حرفه برای او در آمد مکفی و حلال و عزتمندی بیافریند که دیگر به حضور در سایر حرفه های غیر مرتبط با آموزش نیاز نباشد.

معلم ارزشمند می تواند به گستره های وسیع تری از حرفه خود فکر کند و چنان حرفه ای به آموزش بنگرد که همین حرفه برای او در آمد مکفی و حلال و عزتمندی بیافریند که دیگر به حضور در سایر حرفه های غیر مرتبط با آموزش نیاز نباشد



* اجرای رخدادهای آموزشی *

رویدادهایی آموزشی مانند سخنرانی‌های گروهی، کارگاه‌های آموزشی، تهیه محتوای متنی و غیرمتنی برای تکمیل آموزش، مشارکت در تحلیل آموزشی و پژوهش، می‌توانند مخاطبان و علاقه‌مندان به زمینه آموزشی شما را جلب کنند. به این منظور، مترصد فرصت‌ها باشید و برای هر دوره زمانی معین، نسبت به انجام هر یک، اقدام کنید.

* همراهی با *

فناوری‌های نوین آموزشی

یکی از دلایل موفقیت برخی معلمان در آموزش این است که به‌طور مداوم در حال یادگیری و به‌روزرسانی اطلاعات، مهارت و شیوه‌های حرفه‌ای خود هستند. به این منظور، هرگز به داشته‌های دانشی و مهارتی خود اکتفا نکنید و همواره در این فکر باشید که تازه‌ترین‌های علمی و آموزش را حتی در دورترین کشورهای مدرسه‌ها فراگیرید. به همین سبب، از شرکت در هم‌اندیشی‌ها و کارگاه‌های آموزشی استقبال کنید و در گروه‌های تبادل تجربه‌های معلمی حضور فعال و علاقه‌مند داشته باشید. از هوش مصنوعی و دیگر تازه‌های فناوری در آموزش نیز غافل نشوید.

* کوتاه‌سخن *

تأمین منابع مالی مرتبط با حرفه معلمی و آموزش از جمله انتظارات بجای و منطقی از این حرفه است. به همین دلیل، در گام نخست لازم است فکرهای راسخ و نوع دیگری به دنیای معلمی نگاه کرد. بر این اساس، مدیریت مالی و اقتصادی در پیچه‌های تازه‌ای را به درآمدهای از طریق آموزش، در قالب بازاریابی آموزش، باز می‌کنند. در این نگاه، کلاس معلمی به وسعت جهان و دانش آموزان او در هر گوشه از دنیا هستند که تنها می‌خواهند معلمان عاشق و هنرمند را بشناسند تا از خدمات آموزشی آن‌ها بهره‌مند شوند. بهره‌گیری از دانش و مهارت‌های بازاریابی آموزش در این زمینه راهگشاست و می‌تواند منابع مالی مرتبط با حرفه آموزش را برای معلمان نشانه‌گیری کند.

* بیشتر بخوانیم، بیشتر بدانیم *

۱. کاتلر، فیلیپ و همکاران (۱۳۹۸). نسل چهارم بازاریابی حرکت از بازاریابی سنتی به دیجیتال. ترجمه حمیدرضا ایرانی. مصطفی اسماعیلی میبازی. آریانا قلم، تهران.
۲. گادین، ست (۱۳۹۹). بازاریابی اجازه‌ای. ترجمه فاطمه علی پور تنگسیری. آموخته. تهران.
۳. پوایتزی، جو (۱۳۹۹). بازاریابی پر محتوا. ترجمه سجاد بهجتی. آریانا قلم، تهران.

* گسترش ارتباطی *

بسیاری از افراد و نهادهایی که در زمینه آموزش فعالیت می‌کنند، همواره به دنبال گسترش روابط خود با معلمان هستند. یکی از ساده‌ترین راه‌های ارتباط با مخاطبان و علاقه‌مندان به آموزش، ایجاد ارتباط از طریق همین مراکز است. از طریق این نهادها می‌توانید به مخاطبان معرفی شوید و جامعه مخاطبان خود را داشته باشید.

* ارائه منابع تکمیلی *

در هر زمینه‌ای که آموزش می‌دهید، می‌توانید منابعی تکمیلی تهیه کنید. ممکن است این منابع شامل جزوه‌های آموزشی، نمونه تمرین‌ها، سؤال‌های بیشتر، نمونه آزمون‌های مفهومی، توضیح بیشتر و مثال‌های کاربردی فراوان باشند. در چنین حالتی، هر منبع می‌تواند برای مخاطبان جنبه کاربردی داشته باشد و در نهایت به تأمین منابع مالی بیشتری برای شما منجر شود.

* معرفی محصولات آموزشی *

شما در زمینه آموزشی خود متخصص هستید و می‌توانید با شناسایی منابع اثرگذار و سازنده، آن‌ها را به دیگران معرفی کنید. از این طریق، در فروش، باطراحان آن منابع مشارکت کنید. فراموش نکنید، قطعاً برای ساختن نمانام شخصی خود و نیز تأمین اعتماد مخاطبان، هرگز هر نوع محصولی را تبلیغ یا معرفی نکنید و قبل از هر اقدامی از صحت و ارزشمندی آن اطمینان یابید.

* ارائه خدمات آموزشی اختصاصی *

بسیاری از مخاطبان تمایل دارند خدمات آموزشی را اضافه بر روند کلی و عمومی از استادان دریافت کنند. استقبال از این امکان، با وجود کلاس‌های برخط، افزایش ویژه‌ای پیدا کرده است. بکوشید برای دانش‌آموزان و مخاطبان خارج از مدرسه و کلاس درس خود امکان برگزاری کلاس‌های اختصاصی را فراهم کنید. داشتن پیشنهادهایی مانند جلسه رایگان رفع اشکال یا اعطای جزوه رایگان تدریس، از جمله جذابیت‌های شرکت در کلاس‌های آموزشی شما هستند.

* مشارکت با سایر منابع *

ممکن است همراهی با مدرسه‌ای خوش‌نامی که در زمینه کاری خود از اعتبار و اعتنای بالایی برخوردارند، به شناخت بیشتر شما بینجامد. همچنین، بهره‌مندی از شبکه‌هایی اجتماعی که از استقبال عمومی بالایی برخوردارند و همراهی در تولید و طراحی بخشی از مطالب در آن‌ها، از دیگر راه‌های توسعه توانایی و خدمات شماست که در نهایت می‌تواند به درآمدهای حرفه‌ای شما نیز منجر شود.

فرزانه نوراللهی

یادگیری مشارکتی،
اجتماعی و گروهی -
سطوح بالای عملکرد



کلیدواژه‌ها: طراحی آموزشی،
یادگیری مشارکتی - اجتماعی و
گروهی، عملکرد

فرزانه نوراللهی
دبیر فیزیک، یزد

در شماره‌های پیشین، تعریف کلی از مدل و الگوی «سه ضلعی برای تعالی مدرسه از طریق اصلاح فرایند یادگیری» آقای دکتر محمود امانی را ارائه دادیم و چند مؤلفه را بررسی کردیم. در این شماره قصد داریم مؤلفه هفتم و هشتم که در زیر آمده است و به کمی مهارت و خلاقیت نیاز دارند، را تبیین و تشریح کنیم.

- ! شما دانش آموزان کلاستان را در گروه‌های چند نفره قرار می‌دهید؟
- ! به نظر شما یادگیری فردی مؤثرتر است یا یادگیری جمعی؟
- ! چگونه می‌توانید در یک سناریوی آموزشی، مفهومی را که آموزش می‌دهید به سطوح بالاتر ببرید و لایه‌های عمیق‌تری از آن را در ذهن دانش آموزان ایجاد کنید؟
- ! آیا یادگیری در سطوح بالاتر یعنی حل مسائل پیچیده‌تر؟

سفر یادگیری ← طراحی مسیر به منزله تعیین فعالیت‌های یادگیری

۱	نوشتن اهداف در قالب شایستگی	انتظار می‌رود دانش آموز در پایان فرایند یادگیری به چه نوع تولید ذهنی یا فکری برسد و چه توانمندی‌هایی از خود نشان دهد؟
۲	طراحی دقیق، رشد دهنده، تدریجی، سیر منطقی، پله‌های ارزشمند و قابل دستیابی	طی مسیر با پیوندن چه مسیرهایی امکان پذیر است؟ این پله‌ها (مجموعه فعالیت‌ها)، سناریوی یادگیری یا طراحی آموزشی قابل اجرا توسط معلم است.
۳	یک شروع خوب	چشم اندازی جذاب پیش روی دانش آموز گشوده می‌شود تا بداند مطالب یادگرفته شده در زندگی به چه صورت کاربرد دارد.
۴	توجه به پیش دانسته‌ها	معلم می‌تواند پیش دانسته‌های دانش آموزان را احصا کند و در صورت مشترک نبودن آن‌ها، فعالیتی را برایشان تدارک بیند تا نقطه شروع یادگیری‌شان یکی شود.
۵	انتخاب الگوی تدریس	الگوی بارش فکری، الگوی اعضای تیم، الگوی دریافت مفهوم، الگوی کاوشگری و ...
۶	یادگیری فعال، تولید مفهوم توسط یادگیرنده	فعالیت‌ها چگونه به تولید مفهوم توسط دانش آموزان می‌انجامد.
۷	یادگیری مشارکتی، اجتماعی و گروهی	چه حجمی از فعالیت عملی، بحث و گفت‌وگو، حل مسئله و امتحان به صورت گروهی همراه با تبادل نظر انجام می‌شود؟
۸	سطوح بالای عملکرد	آیا طرح مسئله پیچیده‌تر یعنی سطح عملکرد بالاتر (یا دشوارتر)؟
۹	کار بست آموخته‌ها در موقعیت جدید	توجه به وجه کاربردی و مفید بودن یادگیری
۱۰	توجه به تفاوت‌های فردی در یادگیری	توجه به هوش‌های چندگانه، سبک‌های یادگیری و وجوه شخصیتی و فرهنگی متفاوت دانش آموزان به صورت وجود فعالیت‌های موازی و انعطاف پذیر در طراحی آموزشی، توجه به فعالیت‌های یادگیری به شمار می‌آید.
۱۱	رویکرد تلفیقی	استفاده از یادگیری زمینه محور و رویکرد تماتیک در سازمان دهی محتوای یادگیری از روش‌های پیشرفته برنامه ریزی درسی به شمار می‌آید.
۱۲	جلوه ارائه و ارزشیابی	در طراحی آموزشی جایگاه مطلوبی که یادگیرنده در پایان فرایند یادگیری به آن دست می‌یابد مشخص است.
۱۳	فعالیت‌های خارج از کلاس، کلاس معکوس	باید مسیری برای ادامه یادگیری در بیرون کلاس ترسیم شود که دقیقاً به سناریوی داخل کلاس مربوط می‌شود.
۱۴	فرانشاخ	در پایان فرایند یادگیری بهتر است یادگیرنده نگاهی از فراز به سیر و سفر خود در مسیر یادگیری این درس بیندازد و چگونگی حرکت خود را در این مسیر بازشناسی و تحلیل کند.



در یک کارگاه آموزشی در کرمان می‌خواستیم نمونه‌ای از سناریویی ارائه کنم که در آن یک مفهوم آموزشی به سطوح بالاتر یادگیری رفته و با مفاهیم ارزشی و مهارتی به خوبی تلفیق شده است. تیرماه بود و هوای گرم آن، نیاز بدن را به خنک‌کننده‌های طبیعی بیشتر نشان می‌داد. در میانه اجرای کارگاه که دوستان خسته و کمی خواب‌آلود شده بودند، به حیاط مدرسه رفتیم. در پایه‌های سوم، چهارم و پنجم ابتدایی، دانش‌آموزان با مفهوم کسر و تقسیم شکل‌های هندسی منظم به قطعه‌های مساوی آشنا می‌شوند. معمولاً در ارزشیابی این مفهوم، سؤال‌ها مشابه کتاب درسی داده می‌شوند. در ادامه، اگر معلمان بخواهند یادگیری این مفهوم را عمیق‌تر کنند، در عمل دیده شده است که از سؤالی با پیچیدگی بیشتر ولی در همان سطح استفاده می‌کنند.

آیا این پیچیده و سخت‌تر کردن سؤال، به دانش‌آموز کمک می‌کند مفهوم را به شکل عمقی و کامل درک کند؟
آیا دادن سؤال‌های مشابه دیگر، سخت‌تر یا آسان‌تر، دانش‌آموز را با کاربرد این مفهوم در زندگی آشنا می‌کند؟
آیا می‌توان در حل مسائل ریاضی از مفاهیم ارزشی و نگرشی استفاده کرد و دانش‌آموزان را در حیطه مسائل اخلاقی به شکل جذاب وارد کرد؟

برای درک واقعی این مفهوم بسیار مهم، لازم بود معلمان را به چالش بکشم؛ آن‌هم به خوشمزگی هندوانه! یک هندوانه بزرگ و نامتقارن را مقابل معلمان روی میز قرار دادم و از ایشان خواش کردم تا برای تقسیم هندوانه به روش زیر پیشنهاد خود را بیان کنند.

هندوانه را طوری به قطعه‌های مساوی تقسیم کنید که هیچ کس از سهمی که نصیبش می‌شود، احساس نارضایتی نداشته باشد! خود سؤال به فهم عمیق نیاز داشت و این بخشی از جذابیت کار بود. با اینکه همه افراد در طول عمر خود کلی هندوانه دیده‌اند و حتماً بارها هندوانه خورده‌اند، انگار تا به حال شکل داخلی هندوانه را ندیده و به آن دقت نکرده‌اند! البته مفهوم احساس رضایت هم کمی به تفسیر نیاز داشت. در این بخش ناچار بودیم از تجربه‌های شخصی افراد بشنویم. این سؤال مطرح شد که: آیا تا حالا پیش آمده در یک جمع بزرگ به شما هندوانه تعارف کنند و به شما بخش‌های کوچک و غیر شیرین هندوانه برسد و نگاه شما دنبال قطعه‌های بزرگ و خوش‌آب و رنگ مانده باشد؟ شاید این صحنه‌ها و موضوعات در جمع‌های کودکان خودشان را بیشتر نشان دهند!

اگرچه اصلی‌ترین هدف ما از طرح این نوع مسئله، درگیر کردن ذهن دانش‌آموزان به مسائلی اخلاقی همچون گذشت و توجه به حقوق دیگران است. ۱. ابتدا از همه به ترتیب پرسیدم چه راهکاری می‌دهند تا هندوانه به قطعه‌های مساوی تقسیم شود؟

در این بخش همه افراد در یک گروه بزرگ در این پاسخ‌گویی شرکت کردند. راه‌های متعددی در این مرحله پیشنهاد شد که هیچ کدام به تقسیم مساوی قطعه‌ها منجر نمی‌شد و

بالاخره بخشی از قطعه‌ها با پوست بیشتر و گوشت کمتر بود. از طرف دیگر، چون معمولاً شکل هندوانه بیضوی نامتقارن است، اصولاً تقسیم آن به قطعه‌های کاملاً مساوی غیر ممکن به نظر می‌آید. اما ساده‌ترین پاسخی که دوستان می‌دادند، این بود که به شکل طولی آن را به دو قسمت مساوی و سپس دوباره به دو قسمت دیگر تقسیم کنیم و از آن به بعد آن را به برش‌های کوچک‌تر تقسیم کنیم. اینجا چند اشکال وجود داشت. از همه معلمان خواستم پس از تأمل عمیق، نظر خود را بگویند.

آیا ضخامت پوست هندوانه در همه جای سطح آن یکسان است؟ آیا قسمتی از هندوانه که به ساقه متصل است، با قسمتی که به گل متصل می‌شود، طعم یکسانی دارد؟

آیا شیرینی همه قسمت‌های هندوانه یکنواخت است؟ آیا در این نوع تقسیم، گوشت میانه هندوانه که شیرین‌تر و آبدارتر است (گل هندوانه) به همه یکسان می‌رسد؟ این سؤال‌ها و پاسخ‌ها نشان می‌داد که خیلی از افراد تاکنون هندوانه را با این دقت مشاهده نکرده‌اند. اما زمانی که با قطعه‌های هندوانه مواجه می‌شوند، به‌طور طبیعی تمایل دارند از آن بخش که پوست کمتر و گوشت بیشتری دارد، یا به بخش میانی هندوانه (گل هندوانه) مربوط است و کمتر هسته دارد، بخورند.

تعداد ذهنی افراد به خوبی به هم خورد. ذهنشان درگیر یافتن راهکاری بود که بتوان به قطعه‌های مشابه و یکسان دست یافت! این جابود که دوباره یادآوری کردم، وقتی یادگیری را به سطح بالاتر می‌بریم، شکل جدیدی از فهم و دریافت اتفاق می‌افتد که یک نمونه از آن در هرم یادگیری بلوم و شاگردانش معرفی شده است.

هرم یادگیری بلوم



۲. حال از معلمان خواستم در گروه‌های کوچک‌تر قرار بگیرند و مجدداً برای پرسش اصلی پاسخی بیابند.

یکی از راه‌هایی که اکثر گروه‌ها به آن اشاره کرده بودند، این بود: هندوانه را به چهار قسمت مساوی و دانش‌آموزان را هم به چهار گروه تقسیم می‌کنیم. هر قسمت را به یک گروه می‌دهیم و از خودشان می‌خواهیم با پیدا کردن راهکار و با توافق یکدیگر، هندوانه را تقسیم کنند و بخورند.

در نهایت، روی شکل‌های این پیشنهاد هم گفت‌وگو کردیم و اینکه اگر دانش‌آموزان نتوانند به توافق برسند، معلم چگونه به یاری آن‌ها می‌شتابد؟ اینجا لزوم یک گفت‌وگوی جمعی و بیان احساس هر دانش‌آموز پس از خوردن هندوانه ضروری به نظر می‌رسد تا ما مطمئن شویم توانسته‌ایم به هدف مورد نظر برسیم.

معلمان حیرت‌زده از این سؤال، همچنان ذهنشان درگیر یافتن پاسخ مناسب بود!

۳. از اینجا به بعد به بخش پایانی و عملی این چالش رسیدیم.

از یک معلم خواستیم داوطلبانه پیشنهادهای طرح‌شده را به اجرا درآورد. در عمل مشاهده می‌شد که:

ممکن است هندوانه سفید و خراب از آب در بیاید! / برای برش هندوانه بزرگ چاقوی مناسب لازم بود تا طرح‌های روی کاغذ را بتوان به‌طور صحیح اجرا کرد. / با وجود دقتی که در برش دادن لحاظ می‌شد، اما بعضی از قسمت‌های هندوانه که ترد بودند، هنگام برش جدا می‌شدند و در عمل نمی‌شد هندوانه را آن‌طور که پیش‌بینی شده بود، به برش‌های مساوی تقسیم کرد!

تقسیم هندوانه با این حساسیت و دقت در مقابل جمع، خودباوری خاصی می‌خواست که کسب مهارت آن ارزش خاص خودش را دارد.

پس از تعارف سینی هندوانه قاچ‌شده بین دوستان، انتخاب قطعه مناسب و دلخواه برای هر فرد معنای خاصی پیدا کرده بود!

در پایان کلاس، پس از پشت سر گذاشتن یک کلاس ریاضی متفاوت و پرچالش، از دوستان خواستم هر کدام برداشت و احساس خود را در یک جمله بیان کنند.

احساس رضایت و شگفتی در صحبت دوستان موج می‌زد. اینکه یک هندوانه (یک موضوع ساده و دم‌دستی) می‌توانست این قدر افراد را به تفکر عمیق وادارد و به یادگیری عمیق و معنا ببخشد، برایشان جالب بود.

و اینکه این موضوع ساده و دم‌دستی می‌تواند به دفعه‌های متعدد در زندگی تکرار شود و هر بار بخواهند هندوانه را قاچ کنند، فرصت تجربه دوباره را خواهند داشت و این هدف ارزشمندی محسوب می‌شد!

البته هنوز این چالش وجود داشت که در موضوعات گوناگون چگونه می‌توان یادگیری را به سطح بالاتر برد.

اگر فرصت های جدید برای آموزش ۴/۰

به خوبی مدیریت شوند، فناوری، به ویژه هوش مصنوعی، فرصت منحصر به فردی برای کمک به نظام آموزشی فراهم می کند. منظور از آموزش ۴/۰ روشی از یادگیری است که با انقلاب صنعتی چهارم مرتبط است و بر تحول آینده آموزش از طریق فناوری پیشرفته و هوشمندسازی تمرکز دارد. فناوری هوشمند، هوش مصنوعی و رباتیک بخشی از این انقلاب صنعتی هستند که بارویکردی برای آموزش و یادگیری، بر توانمندسازی فراگیرندگان با توانایی ها، مهارت ها، نگرش ها و قابلیت های مناسب برای آینده تمرکز دارد. آموزش ۴/۰ که ائتلافی جهانی متشکل از کارشناسان آموزش، دست اندرکاران، سیاست گذاران و رهبران تجاری آن را توسعه داده است، به عنوان چارچوب جامعی عمل می کند که تحولات کلیدی مورد نیاز در آموزش ابتدایی و متوسطه را برای ارتقای نتایج آموزشی بهتر ترسیم می کند. هوش مصنوعی می تواند به گسترش دسترسی به نظام های آموزشی آینده محور کمک کند و اثربخشی آن ها را در آماده سازی دانش آموزان برای آینده بهبود بخشد. با این حال، چالش ها و خطر هایی برای معلمان و فراگیرندگان وجود دارند که باید مورد توجه قرار گیرند و بر آن ها غلبه شود تا وعده فناوری آموزشی محقق شود.

مقدمه

پذیرش فناوری های نوظهور در آموزش، به ویژه هوش مصنوعی، برای تحول در روش های تدریس، شخصی سازی تجربه های یادگیری و ساده سازی فرایندهای اداری ظرفیت عظیمی دارد. با این حال، در حالی که هوش مصنوعی می تواند در وظایفی مانند ارائه محتوای متنوع و انجام بسیاری از امور اداری به خوبی عمل کند، فرایند پیچیده تسهیل یادگیری به چیزی فراتر از صرفاً انتقال اطلاعات نیاز دارد. بنابراین، هوش مصنوعی باید در مسیر تقویت نقش معلم عمل کند، نه جانشینی آن. با ایجاد فرصت برای معلمان و رهایی آنان از وظایف تکراری اداری، هوش مصنوعی این امکان را فراهم می کند که آن ها بر ایجاد روابط، درک نیازهای فردی دانش آموزان و تقویت انگیزه تمرکز کنند. این هم افزایی نه تنها اثربخشی تدریس را بهبود می بخشد، بلکه بر عنصر انسانی ضروری در آموزش نیز تأکید می کند. ادغام موفق هوش مصنوعی در نظام ها و فرایندهای آموزشی نیازمند بررسی

ترجمه زهرا شیرازی

دقیق و اجرای راهبردی است. این مقاله که جدیدترین تحلیل در مجموعه ای از بررسی های آموزش ۴/۰ است، بینشی در مورد توان بالقوه هوش مصنوعی برای رفع چالش های نظام های آموزشی به روش های زیر ارائه می دهد:

ارائه محتوای آموزشی شخصی سازی شده و تجربه های یادگیری برای فراهم کردن راه حل های پاسخ گویی به نیازهای متنوع دانش آموزان و ایجاد مسیرهای آموزشی ویژه برای هر فراگیر؛ بهینه سازی نقش معلمان از طریق افزایش هوشمندسازی وظایف، کاهش بار اداری و توانمندسازی معلمان برای تمرکز بیشتر بر آموزش؛

فردا

وزنش

کلیدواژه‌ها: آموزش، هوش مصنوعی، روباتیک

ادغام هوش مصنوعی در برنامه‌های آموزشی به منظور فراهم‌سازی فرصت آموزش با هوش مصنوعی و فراهم‌سازی شرایط برای دانش‌آموزان با مهارت‌ها، بینش و دانش ضروری برای آینده؛

فراهم‌سازی فرایندهای ارزیابی و تصمیم‌گیری بهبودیافته به منظور ارزیابی‌های دقیق‌تر و درک بهتر پیشرفت دانش‌آموزان.

مجموعه‌ای از مطالعات، برخی از آموخته‌ها را در این حوزه برجسته می‌کنند که نشان می‌دهند برای بررسی فرصت‌ها و چالش‌ها به بحث‌های دقیق‌تر و تحقیقات بیشتری نیاز است. با استفاده هوشمندانه از این فناوری، می‌توانیم نتایج یادگیری را بهبود دهیم. می‌توانیم دانش‌آموزان را با مهارت‌های لازم برای موفقیت بیشتر در آینده آشنا کنیم. ما از فعالان آموزشی دعوت می‌کنیم با یافته‌ها همراه شوند و از گفت‌وگوهای محلی و جهانی برای شکل دادن به نظام آموزشی پاسخ‌گوتر، فراگیرتر و آماده‌تر برای آینده در عصر هوش مصنوعی حمایت کنند. اگر این نوع آموزش به خوبی به کار گرفته شود، هوش مصنوعی می‌تواند راه‌حلی برای بهبود نظام‌های آموزشی جهانی ارائه دهد.

آخرین نتایج برنامه ارزیابی بین‌المللی دانش‌آموزان در سازمان همکاری و توسعه اقتصادی، کاهش رکورد در عملکرد دانش‌آموزان در مهارت‌های ریاضی، خواندن و علوم را نشان می‌دهد؛ حتی با وجود اینکه این مهارت‌ها بیش از هر زمان دیگری اهمیت پیدا کرده‌اند؛ به ویژه در دورانی که تغییرات اقتصادی، اجتماعی، زیست‌محیطی و فناوری به سرعت در حال رخ دادن هستند. نتایج مهارت‌های تفکر انتقادی، همکاری و نوآوری دانش‌آموزان، که از جمله مهارت‌های پر تقاضای کارفرمایان امروزی هستند، در نظام‌های آموزشی سراسر جهان متفاوت است. تحقیقات نشان می‌دهند، در صورت به کارگیری درست این مهارت‌ها، فرصت‌ها و پیشرفت‌های جدید در حوزه هوش مصنوعی، افزایش کارآمدی معلمان و بهبود نتایج آموزشی دانش‌آموزان را در پی خواهد داشت و می‌تواند نظام‌های آموزشی را برای آمادگی بهتر دانش‌آموزان برای نیازهای قرن جدید تقویت کند.

در حالی که شکل‌های اولیه هوش مصنوعی، مانند نظام‌های خبره و الگوریتم‌های اولیه یادگیری ماشین، بیش از ۶۰ سال است که در حوزه آموزش مورد استفاده قرار گرفته‌اند، پیشرفت‌های اخیر در قابلیت‌های هوش مصنوعی باعث ایجاد تحول در بخش آموزش شده‌اند. این مدل‌ها موضوعات پیچیده را توضیح می‌دهند و در کنار بسیاری از قابلیت‌های دیگر، راهنمایی گام به گام برای حل مسائل ریاضی هستند. برای نمونه،



هوش مصنوعی مولد می تواند از منطق، نوشتار و حتی خلاقیت انسانی تقلید کند و برخی از فرایندهای فکری انسان را بازتاب دهد. در نتیجه، ارتباط برخی از مهارت ها، اصول، فرمول ها و فرایندهایی که امروزه در کلاس های درس آموزش داده می شوند، از جمله نوشتن، دستور زبان و حتی منطق و گفتمان را توسعه دهد و حتی آن را زیر سؤال ببرد، چرا که در برخی مواقع فراتر از هوش انسانی عمل می کند.

افزایش استفاده دانش آموزان از ابزارهای مبتنی بر هوش مصنوعی برای نوشتن تکلیف و انجام ارزیابی ها باعث شده است برخی از معلمان شک داشته باشند که کارهای کلاسی بازتاب دقیق فرایندهای شناختی دانش آموزان هستند. در پاسخ، برخی از معلمان در حال حذف کامل هوش مصنوعی از کلاس ها و نظام آموزشی هستند، زیرا از تقلب دانش آموزان و نگرانی های مربوط به حریم خصوصی داده ها می ترسند؛ هر چند این دیدگاه ممکن است سستی باشد و طبیعی است که به مرور آن ها هم در اندیشه های خود راجع به کاربرد هوش مصنوعی در آموزش تجدیدنظر خواهند کرد. با توجه به تغییرات در ماهیت مشاغل امروز و آینده، دیگران در پی راه هایی برای پذیرش مناسب فناوری در آموزش و پرورش و پرورش افرادی منتقد هستند که بتوانند هوش مصنوعی را درک و در کنار آن کار کنند. اولویت های مهارتی آینده شامل «مهارت های شناختی» مانند تفکر تحلیلی و خلاقانه، «مهارت های فناوری» مانند هوش مصنوعی، داده های بزرگ و سواد فناوری و «مهارت های لازم برای همکاری با دیگران» مانند راهبری، تأثیر اجتماعی، همدلی و گوش دادن فعال هستند که دانش آموزان امروز باید با بهره گیری از هوش مصنوعی، به عنوان شهر و ندان فردا واجد این مهارت ها شوند. نظام های آموزشی باید به منظور آماده سازی جوانان برای فعالیت و زیستن در آینده و نیز کمک به دانش آموزان برای یادگیری توسط این فناوری ها خود را تطبیق دهند. مجمع جهانی اقتصاد به آموزش و یادگیری توانایی ها، مهارت ها، نگرش ها و ارزش هایی که مناسب آینده هستند، به عنوان «آموزش ۴/۰» اشاره می کند. آموزش ۴/۰ که حاصل ائتلافی جهانی شامل متخصصان آموزش، مجریان، سیاست گذاران و ۲۱ حوزه مرتبط با کسب و کارهای توسعه یافته است، چارچوب جامعی دارد که تغییرات کلیدی مورد نیاز در آموزش دوران کودکی را برای پاسخ گویی به نیازهای آینده و ارتقای نتایج بهتر آموزشی مشخص می کند. این چارچوب شامل چهار مجموعه مهارتی است که در آینده مورد نیاز خواهند بود: شهروندی جهانی، نوآوری و خلاقیت، فناوری و مهارت های بین فردی. همچنین چهار نوع تجربه یادگیری، یادگیری شخصی و با سرعت خود، در دسترس، مسئله محور و مشارکتی و یادگیری مادام العمر و دانش آموز محور. هوش مصنوعی نه تنها می تواند در دستیابی دانش آموزان به نتایج بهتر در مهارت ها کمک کند، بلکه می تواند موفقیت در سایر زمینه ها را نیز ممکن کند.

این مقاله اولین مقاله در مجموعه مقالات مجمع جهانی اقتصاد در مورد آموزش و هوش مصنوعی است و هدف آن بررسی حوزه های مشخصی است که در آن ها هوش مصنوعی می تواند به تحقق آموزش ۴/۰ کمک کند و نمونه هایی عملی را ارائه می دهد

که می توانند الهام بخش رهبران و مجریان جهانی باشند.

در ادامه، نخست درباره زمینه استفاده احتمالی از هوش مصنوعی در آموزش با شناسایی چالش هایی کلیدی که به کاهش عملکرد دانش آموزان منجر می شود، بحث خواهد شد. این چالش ها عبارت اند از: کمبود جهانی معلم، نواقص در فرایندهای اداری و ارزیابی و شکاف جهانی در مهارت های دیجیتال. سپس توانمندی های هوش مصنوعی را در آموزش، از بهینه سازی نقش معلمان و پشتیبانی از تصمیم گیری و مدیریت گرفته تا پیشبرد تجربه های یادگیری شخصی سازی شده و ادغام هوش مصنوعی در برنامه های درسی بررسی می کنیم و در نهایت مطالعات موردی جمع آوری شده با همکاری ائتلاف آموزش ۴/۰، تلاقی آموزش و هوش مصنوعی، راهنمایی عملی در مورد چگونگی استفاده از فناوری های جدید هوش مصنوعی در نظام های آموزشی امروزی، مروری کوتاه بر سرمایه گذاری ها و تلاش های سیاست گذاری مورد نیاز برای به حداکثر رساندن فرصت ها و کاهش خطر ها خواهیم کرد. این مجموعه با بحث فعالیت ها و ابتکارهایی که انتظار می رود از ائتلاف آموزش ۴/۰ مجمع جهانی اقتصاد در سال های ۲۰۲۴-۲۰۲۵ پدیدار شود، به پایان می رسد.

✳️ نظام های آموزشی جهانی در نقطه عطف

در این قسمت به سه چالش کلیدی اشاره می شود که بخش آموزش با آن ها روبرو است و می توان با یکپارچگی بیشتر فناوری، از جمله هوش مصنوعی، به آن ها پاسخ داد. اول، کمبود جهانی معلم یک مانع مهم بهبود نتایج آموزشی است و انتظار می رود تقاضا برای معلمان در سال های آینده افزایش یابد. دوم، معلمان زمان زیادی را صرف وظایف اداری می کنند. این موضوع بر زمانی که می توانند به تعامل کیفی با دانش آموزان اختصاص دهند، تأثیر می گذارد. سوم، بیشتر نظام های آموزشی در کاهش شکاف مهارت های دیجیتال عقب هستند و این عاملی حیاتی برای تضمین اشتغال پذیری آینده دانش آموزان و همچنین توسعه توانایی و آگاهی اخلاقی لازم برای توسعه و استفاده مسئولانه از فناوری های نوظهور در نسل بعدی است.

✳️ کمبود جهانی معلم

سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو) پیش بینی می کند تا سال ۲۰۳۰ برای تحقق اهداف بلندپروازانه تعیین شده توسط هدف توسعه پایدار که هدف آن



فرایندهای ارزیابی ناکارآمد توانایی رهبران آموزشی را برای اتخاذ تصمیم های به موقع و مبتنی بر داده در مورد راهبردها و سرمایه گذاری های آموزشی مختل می کند

تضمین آموزش فراگیر و باکیفیت و ترویج فرصت‌های یادگیری مادام‌العمر است، به ۴۴ میلیون معلم دیگر نیاز خواهد بود. این کمبود شدید و روبه‌رشد معلم بر توسعه کشورها تأثیر می‌گذارد.

این نیاز با ایجاد تغییرات در بازارهای کار جهانی و نیاز به بازآموزی افزایش خواهد یافت. افزایش مهارت و آموزش مادام‌العمر روبه‌رشد است. طبق گزارش «آینده مشاغل ۲۰۲۳» مجمع جهانی اقتصاد، یک چهارم از کل مشاغل در پنج سال آینده دچار تحول خواهند شد؛ هم کاهش و هم رشد می‌یابند. به‌طور متوسط بیش از ۴۰ درصد از مهارت‌های اصلی مورد نیاز در تمام مشاغل در این دوره تغییر خواهند کرد. به همین دلیل، این گزارش پیش‌بینی می‌کند تقاضا برای مشاغل مرتبط با آموزش، از جمله معلمان آموزش حرفه‌ای، معلمان آموزش‌های ویژه و استادان دانشگاه و آموزش عالی رو به افزایش خواهد بود که همگی جزو ۱۰ شغل با بیشترین افزایش پیش‌بینی شده در اشتغال هستند.

فناوری‌های نوظهور مانند هوش مصنوعی این فرصت را دارند که با پشتیبانی از افرادی که در حال حاضر در نیروی کار آموزشی هستند و اطمینان از اینکه معلمی به‌عنوان یک حرفه «آماده برای آینده» مطرح می‌شود، به‌دستیابی به این اهداف کمک کنند. اگرچه فناوری هرگز نمی‌تواند جایگزین کامل حضور فیزیکی معلمان در کلاس درس شود، اما هوش مصنوعی و سایر فناوری‌های نوظهور می‌توانند به‌سرعت بخشی از این شکاف را پر کنند. بسیاری از معلمان هم‌اکنون مزیت‌های چنین پشتیبانی‌ای را تصدیق می‌کنند. برای مثال، در بریتانیا، ۴۲ درصد از معلمان دوره‌های ابتدایی و متوسطه در نوامبر ۲۰۲۳ از هوش مصنوعی مولد برای کمک به فعالیت‌های کلاسی خود استفاده کرده‌اند که این میزان نسبت به آوریل ۲۰۲۳ افزایش ۱۷ درصدی داشته است.

❖ شکاف‌های اداری و ارزیابی

معلمان و مدیران مدرسه‌ها کارهای اداری تکراری را یکی از جنبه‌های اصلی می‌دانند که بر کیفیت کار در بخش آموزش تأثیر می‌گذارد. پرداختن به این مسائل که معلمان و مدیران مدرسه‌ها بیان کرده‌اند و هوشمندسازی وظایف اداری و تقویت وظایف انسانی می‌تواند به آزادسازی فرصت و زمان معلمان کمک کند تا آن را صرف وظایف با ارزش‌تری کنند؛ مانند تعامل مستقیم با دانش‌آموزان، شخصی‌سازی محتوا برای دستیابی به حداکثر تأثیر، یا توسعه مهارت‌های آموزشی خودشان. کاهش این بار کاری می‌تواند جذابیت بخش آموزش را بهبود بخشد و این به نوبه خود می‌تواند به کاهش کمبود جهانی معلم که در بخش قبلی به آن اشاره شد کمک کند.

فرایندهای ارزیابی ناکارآمد نیز توانایی رهبران آموزشی را برای اتخاذ تصمیم‌های به‌موقع و مبتنی بر داده در مورد راهبردها و سرمایه‌گذاری‌های آموزشی مختل می‌کند. برای مثال، در حالی که نظام‌های آموزشی قصد دارند در طول سال تحصیلی به‌طور منظم درک دانش‌آموزان را ارزیابی کنند، ارزیابی‌های جامعی که قابل مقایسه در مدرسه‌های گوناگون باشد، به‌ندرت انجام می‌گیرد. در عین حال، مقایسه میان کشورها، مانند آن‌هایی که از طریق برنامه ارزیابی بین‌المللی دانش‌آموزان سازمان همکاری و توسعه

اقتصادی انجام می‌شود، هر سه سال یک‌بار صورت می‌گیرد. این کمبود داده‌های مکرر در مورد نتایج یادگیری دانش‌آموزان و شکاف‌های مهارتی مانع از آن می‌شود که نظام‌های آموزشی توانایی لازم را برای تطبیق با نیازهای در حال تغییر یادگیری و بازار کار داشته باشند. یکپارچه‌سازی فناوری‌های هوش مصنوعی در ارزیابی‌های آموزشی، به معلمان امکان می‌دهد بینش‌های مبتنی بر داده در زمان واقعی را در باره روند‌های یادگیری دانش‌آموزان کسب کنند. نقاط قوت و ضعف را شناسایی و اثربخشی تدریس را در مقیاس وسیع ارزیابی کنند. این امر همچنین به ارزیابی کارآمدتر آزمون‌های غیرمعیار کمک می‌کند، فرایند تصمیم‌گیری آموزشی و توسعه برنامه درسی را اطلاع‌رسانی می‌کند و کیفیت کلی آموزش را ارتقا می‌بخشد.

❖ شکاف‌های مهارت‌های دیجیتال

در حالی که مزیت‌های اقتصادی بالقوه هوش مصنوعی مولد و سایر فناوری‌های نوظهور امیدوارکننده است، دستیابی به این ارزش به‌رفع بزرگ‌ترین مانع، یعنی کمبودهای مداوم جهانی در مهارت‌های دیجیتال و استعدادهای هوش مصنوعی بستگی دارد. بازار کار کنونی هم‌اکنون با کمبود قابل توجه کارگران متخصص در فناوری هوش مصنوعی مواجه است و این تقاضا به‌طور فزاینده‌ای در حال افزایش است. نظرسنجی اخیر نشان می‌دهد، ۶۸ درصد از مدیران اجرایی از شکاف مهارتی متوسط تا شدید در زمینه هوش مصنوعی گزارش داده‌اند. علاوه بر این، پیشرفت‌های توسعه هوش مصنوعی، به دلیل کمبود جهانی استعداد در حوزه‌هایی مانند یادگیری عمیق، پردازش زبان طبیعی و سامانه‌های فرایند‌های رباتیک کند شده است. این شکاف دیجیتال در زمینه کاربرد هوش مصنوعی در آموزش، مشهودتر از سایر حوزه‌هاست. بر همین اساس، معلمانی که به‌بازآموزی و ارتقای مهارت‌های خود در زمینه‌هایی از جمله تسلط بر استفاده، توسعه و کاربرد هوش مصنوعی قادرند، لذا بیشتر احتمال دارد در شغل معلمی موفق باشند. لذا برای آماده‌سازی معلمان و مقابله با کمبودهای جهانی دیجیتال و مهارتی در بلندمدت، آموزش فناوری، از جمله هوش مصنوعی، باید در اولویت آموزش ضمن خدمت معلمان قرار گیرد و شامل آموزش استفاده از فناوری‌های جدید و نحوه تولید و مصرف ایمن و اخلاقی و آگاهی عمیقی از خطرات و پیامدهای طراحی و به‌کارگیری هوش مصنوعی باشد. ❖

منبع

1. Shaping the Future of Learning: The Role of AI in Education 4.0. <https://www.weforum.org/publications/shaping-the-future-of-learning-the-role-of-ai-in-education-4-0>

فناوری‌های نوظهور مانند هوش مصنوعی این فرصت را دارند که با پشتیبانی از افرادی که در حال حاضر در نیروی کار آموزشی هستند و اطمینان از اینکه معلمی به‌عنوان یک حرفه «آماده برای آینده» مطرح می‌شود، به‌دستیابی به این اهداف کمک کنند

روان‌شناس و مربی بزرگ سوئسی و مؤلف کتاب‌های بسیاری در حوزه روان‌شناسی و رشد کودک که معروف‌ترین آن‌ها کتاب «پداگوژی تجربی و روان‌شناسی کودک» است. کلاپارد نظریه خود را بیشتر یک روش بررسی و تحقیق معرفی کرده که به حیات ذهن معطوف است؛ او بنیان‌گذار نظریه یا تعلیم و تربیت تبعی است.

نظریه تبعی او در مقابل نظرات ساختی و سازوکاری (مکانیسمی) مطرح شده و بر خلاف نقطه نظر ساختی که به چستی و نقطه نظر سازوکاری که به چگونگی می‌پردازد، نقطه نظر تبعی متوجه چرایی است. کلاپارد با فعالیت روی هوش و کارکردهای آن، سه مرحله را در عمل هوش بیان کرده است. او همچنین «هوش معقول» را در قیاس با «هوش مبتنی بر تجربه» مطرح می‌کند. او می‌گوید، جست‌وجویی هوشمندانه است که اندیشه و تفکر در آن مداخله کند؛ یعنی همان چیزی که او آن را «هوش معقول» نام نهاده است. در ادامه فرازهایی از سخنان این مربی بزرگ ذکر می‌شوند.

مدرسه زیاد از زندگی دور است؛ محیطی است که به قدر کافی شرایط اجتماعی را که عضو مدینه باید در آن به سر برد، نمایان نمی‌کند.

اینکه علم تعلیم و تربیت باید بر شناسایی کودک مبتنی باشد، چنانکه باغبانی بر شناسایی گیاهان مبتنی است، واقعیتی به ظاهر پیش‌پا افتاده است. مع ذلک این واقعیت ساده برای اکثر مر بیان و تقریباً تمام اولیای امور آموزشی به کلی ناشناخته است.

کودکی را به هیچ وجه نمی‌شناسند؛ با تصورات نادرستی که از کودکی دارند، هر چه پیش‌تر می‌روند، گمراه‌تر می‌شوند. عاقل‌ترین مردم پای‌بند چیزهایی هستند که برای اهل علم حائز اهمیت است و آنچه را کودکان برای یادگیری آن آماده هستند، ملحوظ نمی‌دارند... پیوسته بزرگسال را در کودک جست‌وجو می‌کنند و به آنچه کودک، پیش از آنکه بزرگ شود، هست، نمی‌اندیشند. پس کار خود را با مطالعه بهتر شاگردان خود آغاز کنید، زیرا مطمئن‌آن‌ها را به هیچ وجه نمی‌شناسید.

هر پدیده ذهنی رفتاری است و نتیجه رفتار انطباق‌اندامگان (ارگانیسم) با موقعیتی خاص و معین است.

آموزش باید به تفاوت موجود بین اصول فکری کودک و بزرگسال بیشتر توجه کند.

مفهوم تبعی تربیت عبارت است از اینکه کودک مرکز برنامه‌ها و روش‌های آموزشی در نظر گرفته شود و تربیت خود به عنوان انطباق تدریجی فرایندهای ذهنی با اعمالی که زاینده خواهش‌های معینی هستند ملحوظ شود.

دکتر عبدالامیر گیلک
پژوهشگر تعلیم و تربیت

محرك تعلیم و تربیت باید نه ترس از تنبیه و نه حتی اشتیاق به پاداش، بلکه رغبت، رغبت عمیق نسبت به چیزی که پای درک یا اجرای آن در میان است، باشد. کودک نباید برای اطاعت از دیگران کار و خوش رفتاری کند، بلکه علت پشتکار و خوش رفتاری اش باید آن باشد که این چنین رفتاری را خواستنی احساس می‌کند. کوتاه سخن آنکه انضباط درونی باید جانشین انضباط بیرونی شود.

وظیفه معلم در این نظریه کاملاً دگرگون شده است. او دیگر نباید فردی محیط بر همه چیز و مأمور عمل آوردن هوش و پرکردن ذهن از معلومات باشد. باید محرك رغبت‌ها و بیدارکننده نیازهای فکری و اخلاقی باشد.

تعلیم و تربیت ملی همان تعلیم و تربیت است و بس، مشروط بر اینکه تعلیم و تربیت مبتنی بر مردم‌سالاری باشد؛ یعنی آزادی خواهانه، در تماس با زندگی، تحریک‌کننده نیروها و استعدادهای فردی باشد و از حس اجتماعی و انضباط درونی کمک بگیرد.

بهترین وسیله برای کشاندن جوانان بدین اندیشه درست، به هم پیوسته و بی تناقض، که آنان را به رعایت درستکاری راهنمایی تواند کرد، سرمشق است.

فعالیت دانش‌آموز به هیچ عنوان نباید چیزی فراتر از تلاش وی برای پاسخ به احساس نیازی باشد که در او به وجود آورده ایم. برنامه درسی مدرسه باید رغبت‌انگیز باشد.

چند نکته قابل توجه و کاربردی، برگرفته از آرای کلاپارد

او فعالیت بازی را کار واقعی کودک معرفی می‌کند، چرا که پشتکار و واقعیت کودک در بازی نمایان می‌شود. این نظرگاه امروزه نیز مورد پذیرش و تأیید است. از خلال بازی‌های کودکان، رفتارهای طبیعی و ارتجاعی آن‌ها مشاهده و نقد و نظر می‌شوند. از سوی دیگر، فعال بودن کودک در اثای بازی هایش، فعالیت او و تمایلاتش را به نمایش می‌گذارد.

تجربه

محافظت از آفرینند

نگاهی به اندیشه‌های
تربیتی ادوارد کلاپارد

کلاس درس کلاپارد



تحول آفرین تربیتی است. در نظام تربیتی کنونی نیز از این خصیصه به عنوان «راهبر تربیتی» نام برده شده است.

او تأکید می‌کند، مدرسه باید حافظ و نگهبان «کودکی» باشد. با عنایت به سخن ایشان مبنی بر دور بودن مدرسه از خانه، باید گفت مدرسه باید به حقیقت و طبیعت وجودی متربیان توجه کند و آموزه‌های خود را با این حقیقت پیوند بزند. این اصل در نظام تربیتی فعلی مانیز کارآمدی خواهد داشت.

کلاپارد توجه تخصصی به کار معلمان و آماده‌سازی ایشان را جدی انگاشته و ایجاد آمادگی‌های لازم برای رویارویی با کودکان را ضروری می‌داند. این تأکید رادر فرازهای توجه به شناخت و شناسایی کودکان، تربیت معلم کودکان در دانشگاه، پرهیز از پیش طراحی و پیش فرض‌های نادرست در خصوص کودکان می‌توان جست. کلاپارد از روسو بسیار متأثر بوده، چنانچه عمده آثار او در حقیقت نغمه‌پردازی، مفهومی اصلی است که در گفتار مشهور روسو مندرج است که گفت، «کودکی را به هیچ وجه نمی‌شناسند.» او از روسو، کپرنیک تعلیم و تربیت ساخته بود.

یکی دیگر از فرازهای با اهمیت نظریه ایشان، راجع به مدرسه، به عنوان منعکس کننده مدینه و شرایط اجتماعی آن است. او می‌گوید: مردم‌سالاری مستلزم دو چیز است؛ تفرد و حس اجتماعی. این دو به صورت توأمان در مدرسه باید مورد توجه باشند. این رکن بنیادین در تعلیم و تربیت امروزی است.

او می‌گوید، در تعلیم و تربیت جدید «همکاری و تعاون» در درجه اول اهمیت قرار دارد. مبانی نظری سند تحول بنیادین آموزش و پرورش در ذیل صفات مدرسه صالح و ویژگی‌های آن (صفحه‌های ۲۸۸ به بعد) به این اصل اشاره می‌کند و آن را تحت عنوان «ویژگی مشارکت و تعاون» مطرح می‌کند. این نگاه بلند کلاپارد نیز همچون بسیاری از نظریاتش در حال حاضر کارآیی و نتیجه‌بخشی خواهد داشت.

عبارت‌های برگزیده از این کتاب استخراج شده‌اند: ژان شاتو (۱۳۷۶). مر بیان بزرگ. ترجمه غلامحسین شکوهی. مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران. چاپ چهارم.

توجه جدی به کودک و

شناخت او، در نگاه کلاپارد

واقعیتی پذیرفتنی و مقبول است.

شناخت و بررسی همه‌جانبه این

موجود سراسر رمز و راز، قبل از

هرگونه اقدام تربیتی، امری ضروری

و همیشگی است. او تربیت معلمان

را در دانشگاه و تخصصی کردن این فن

را پیشنهاد می‌کند و جزو پیشگامان این

نهضت است. او همچنین «خانه کودکان»

و «مؤسسه ژان ژاک روسو» را بنیان نهاده و در

خانه کودکش، اختراعات فکری و وسایل

تربیتی را شکل می‌دهد. او همچنین دوری از

تصورات و پیش فرض‌های نادرست در

خصوص کودکان را تأکید کرده است. این دغدغه

امروز نیز جزو دل‌مشغولی‌های پیوسته است.

در میان قوانینی که کلاپارد در باره رفتار مطرح

کرده، قانون رغبت رادر مرکز توجه خود قرار داده

است. این توجه بنیادین در حوزه تعلیم و تربیت و

آمادگی‌های قبل از هرگونه فعل تربیتی، در حال حاضر

نیز دستمایه مناسبی برای فعالیت‌هاست. او می‌گوید:

رغبت آن چیزی است که ارزش عمل دارد، زیرا این

عمل جوابگوی یک نیاز است.

تأکید او بر انضباط درونی به جای انضباط بیرونی،

از جمله راهکارهای نوین در قلمرو تعلیم و تربیت است.

این جهت‌گیری را می‌توان در چرخش‌های تحول آفرین

مبانی نظری سند تحول بنیادین (از کنترل‌های بیرونی

به خویش‌تن‌بانی و تقوا) نیز مشاهده کرد.

در نظریه کلاپارد، وظیفه و تکلیف معلمان، «همکار

شاگردان بودن» است. این نظریه جزو آرای پیشرو و

**کودک نباید
برای اطاعت از
دیگران کار و
خوش رفتاری
کند، بلکه علت
پشتکار و خوش
رفتاری اش باید
آن باشد که
این چنین رفتاری
را خواستنی
احساس می‌کند**

نسبیه کشاورز
مدرسه ابتدایی شهید نامجو، قم

تغییر پیش فرض‌های ذهنی مادران و مربیان با مشاهده کلاس درس

مقدمه

مدت زیادی از تغییر در نگاهمان به حرفه معلمی نمی‌گذشت. به تازگی دریافته بودیم، صاحبان اصلی مدرسه، کلاس و درس، دانش آموزان هستند. مدرسه محل قرار عاطفی و اجتماعی آن‌هاست. معلم نیز یادگیرنده است نه صرفاً یاددهنده. می‌آموختیم که جور دیگر نگاه کنیم به خودمان و بچه‌ها و نقش‌هایی که بر عهده داریم، و با آینده‌گردانی، از هم بیاموزیم و پنجره دیدمان را تغییر دهیم. با تمام وجود، بی‌هیچ زور و بی‌هیچ زری، پای در مسیر نهاده بودیم و خان‌ها را یکی پس از دیگری پشت سرمی‌گذاشتیم، تا اینکه در حلقه یادگیری خود به خان تازه‌ای رسیدیم و آن هم مطالعه کتاب درس پژوهی بود.

با مطالعه گروهی یک‌به‌یک فصل‌های کتاب، به جمله‌هایی رسیدیم که برایمان پیام آور ایده‌های تازه‌ای بود: «درهای کلاس درس را باز کنید و از مادران بخواهید به مشاهده کلاس درس پردازند و در گفت‌وگو، پس از تدریس درباره آن، شریک حرفه‌ای و بالندگی شما باشند»؛ «در مشاهده کلاس درس، سعی کنید ما بچه‌ها را ببینید»؛ «شما خورشیدید، ولی آن قدر می‌تابید که ماه‌های کلاس دیده نمی‌شوند»؛ «لطفاً کمی عقب بایستید!»

رو به این پنجره

سلامی بکنیم

آری. باز هم سخن از آینه گردانی است، با این تفاوت که این بار والدین شریک حرفه مندی ما می شوند. به شوق آمدم! تصمیم گرفتیم این ایده را در عمل تجربه کنیم.

همه ما به نوعی از اجرای این ایده دلواپس بودیم و به انجام آن امیدوار؛ چرا که دیگر سالک این راه شده ایم و ریاضت ها را به جان می خریم؛ هرگز مقام امن نخواستیم و به رنج یادگیری بر ایمان حلاوتی دارد مدام و وصف ناشدنی. بر این باوریم که چه سعادت برتر و بالاتر از بودن در مسیر تغییر و بهبودی و بهسازی؛ در عین حال، پیام اصلی نویسنده درباره آن ایده برای ما راهگشا بود و حکایت از این داشت که در ایران (مدرسه هایی در شهر تهران) نیز اجرا شده است.

* گشایش مسیر

پس از ماه ها جالش با خود و همکارانم، بالاخره دل به دریا زدیم تا یک نشست توجیهی برای مادران برگزار کنیم و در جست و جوی این گنج حضور، سرانجام روز نشستی برای همفکری و آشنایی با ایده باز کردن درهای کلاس درس به روی مادران، برگزار شد. از آن ها خواستیم به صورت گروهی حضور در کلاس درس را تجربه کنند و از نزدیک شاهد فعالیت های فرزندان شان باشند. استقبال گرم و شوق انگیز شان ما را به وجد آورد تا گام های بعدی را مصمم تر برداریم. قرار شد مادران، طبق برنامه ای منظم و البته داوطلبانه، در جلسه های تدریس شرکت کنند. پس، در یادداشتی که تا جای ممکن دوستانه بود، از آن ها خواستیم آمادگی خود را برای حضور در کلاس اعلام کنند. برایشان نوشتیم:

* دعوت برای هم آموزی در فرایند اجرای ایده ای ناب!

«با عرض سلام و ادب خدمت مادران بزرگوار با توجه به هماهنگی و همفکری جلسه گذشته، خواهشمندم عزیزانی که امکان حضور در جلسه تدریس را دارند، اطلاع دهند. پیشاپیش از بذل توجه و همکاری شما عزیزان سپاسگزارم.

* خوش آمدید!

هفت نفر از مادران اعلام آمادگی کردند. موضوع تدریس، جمع و تفریق کسر بود. در این درس که در صفحه ۳۰ کتاب ریاضی پایه سوم است، دانش آموزان با استفاده از شکل می آموزند چگونه دو کسر را با هم جمع یا از هم کم کنند. دانش آموزان به هفت گروه (به تعداد مادران) تقسیم شدند. در عین حال

که فعالیت ها را فردی انجام می دادند، می توانستند به یکدیگر نیز کمک کنند. هر یک از مادران ناظر گروهی بود که فرزند خودش در آن حضور داشت. به آن ها بازبینی ای (چک لیستی) شامل سؤال هایی از مراحل تدریس، داده شد.

تا مادران مهیای نشستن در گروه ها شوند، دوباره با خود نخواستیم و به رنج یادگیری بر ایمان حلاوتی دارد مدام و وصف ناشدنی. بر این باوریم که چه سعادت برتر و بالاتر از بودن در مسیر تغییر و بهبودی و بهسازی؛ در عین حال، پیام اصلی نویسنده درباره آن ایده برای ما راهگشا بود و حکایت از این داشت که در ایران (مدرسه هایی در شهر تهران) نیز اجرا شده است.

* به سوی تغییر پیش فرض های ذهنی

صمیمانه و بدون تکلف، قبل و بعد از فرایند تدریس و یادگیری، با مادران به گفت و گو نشستیم تا بتوانیم تغییرات را بهتر و دقیق تر رصد کنیم و بر اساس آن ها گفت و گو هایی حرفه ای سامان دهیم تا به بهسازی و هم آموزی همه ما برسد.

* گفت و گو های پیش از تدریس

آموزگار: ضمن عرض سلام و خیر مقدم، بنده یک سؤال از شما بزرگواران دارم. خواهشمندم به این سؤال پاسخ دهید: تصور شما از رفتار و عملکرد و فعالیت های دخترتان در کلاس چیست؟ تصور می کنید دختر شما در فرایند یادگیری به چه صورت عمل می کند؟

مادر ۱: من فکر می کنم دخترم موقع تدریس حواسش هست. البته می دانم که کمی بی توجهی هم دارد.

مادر ۲: من فکر می کنم دخترم در کل موفق باشد، ولی بعضی سؤال ها هستند که از روی کم رویی نمی تواند آن ها را از معلم پرسد و خجالت می کشد. این موضوع برای من در منزل مشکل ساز می شود.

مادر ۳: دختر من در کلاس خوب گوش می دهد، ولی فکر می کنم نمی تواند سؤالش را از شما پرسد.

مادر ۴: من فکر می کنم دخترم هم بازیگوشی می کند و هم به درس گوش می دهد و توجه می کند؛ زیرا وقتی می آید منزل، چیزی از من نمی پرسد و معلوم است همه درس ها را متوجه شده است.

مادر ۵: دختر من کمی از کلاس چهارم ترس دارد، چون همیشه می گویند محتوای کلاس چهارم سنگین است. مدام می گوید اگر درس هایم روز به روز سنگین تر شوند، چه کار کنم؟ کمی از پایه چهارم می ترسد، ولی می دانم که در کلاس تمرکز خوبی دارد و مطلب را به خوبی می گیرد.

مادر ۶: دختر من کمی بازیگوش است، اما وقتی به منزل

می آید، مطلب را به خوبی یاد گرفته است. ولی احساس می کنم کمی کم روست و نمی تواند سؤال هاش را از شما پرسد. در کل کمی خجالتی است. دوست داشتم این طور نباشد.

مادر ۷: دختر من کمی پرش افکار دارد و شیطنت می کند، ولی به خاطر شرایط خانه سعی می کند درس را در مدرسه بگیرد.

* گفت و گو های پس از تدریس

آموزگار: خب، خدا قوت. ممنونم مادران عزیز، یک زنگ در کنار ما بودید و ما را همراهی کردید. در گفت و گوی بعد از تدریس، از شما دو سؤال می پرسم:

احساس خودتان را از اینکه در این فرایند یادگیری، یک زنگ در کنار دانش آموزان بودید، به ما بگویید.

آیا اکنون که فرزند خود را در یک زنگ از نزدیک مشاهده کردید؛ نظرتان درباره بچه ها، نسبت به قبل، تغییر کرده یا نه؟ به نظرتان الان دختر شما در کلاس چگونه است؟

مادر ۱: در کلاس حس خیلی خوبی داشتم. همین که روش آموزشی شما اکتشافی بود و بچه ها را اودار می کردید پاسخ بدهند، خوب بود. در مورد دختر خودم هم فکر می کردم توجهش کمتر باشد. حالا با حضور من باعث شده بود توجهش بیشتر شده باشد، یاد در کل چنین است. با اینکه اصلاً به او کمک نکردم و به تخته هم نزدیک نبود، اما توجهش از آنچه فکر می کردم بیشتر بود.

مادر ۲: در گروهی که من نظارت می کردم، اکثر بچه ها خوب بودند. به غیر از یکی از بچه ها که به نظر می رسید گیرایی کمتری دارد؛ که فکر می کنم طبیعی هم باشد. در کل خوب بود. رابطه بچه ها با معلمشان هم عالی بود. من حس می کردم دختر خودم خجالتی باشد و نتواند سؤال هاش را پرسد، اما خوب بود. در کل راضی بودم.

مادر ۳: من اصلاً فکر نمی کردم دخترم داوطلب شود و پای تخته بیاید! خیلی شگفت زده شدم! یعنی اصلاً فکر نمی کردم در کلاس حرف بزند و اشکال هایش را بپرسد! اصلاً چنین تصویری نداشتم. من چندین بار سر زده به کلاس دختر دیگرم هم رفته بودم. بچه ها در



تقویم



شب قدر. قلب ماه مبارک رمضان

مَوْلَايَ يَا مَوْلَايَ أَنْتَ الرَّحْمَنُ وَأَنَا الْمَرْحُومُ وَهَلْ
يَرْحَمُ الْمَرْحُومَ إِلَّا الرَّحْمَنُ
ای مولای من! ای مولای من! تویی خدای بخشاینده
و من بنده قابل ترحم و بخشش. و آید در حق بنده
قابل بخشش، جز خدای بخشاینده، چه کسی
ترحم خواهد کرد؟^۱

مرا تو می خری و پاک می کنی اما
منم که آینه را تار می کنم، العفو
رسیده ام که خودم را نشان تو بدهم
به هر بهانه ای تکرار می کنم، العفو

(محمد حسن بیات لو)

مهم ترین شب در ماه مبارک رمضان، شب قدر
است. از مهم ترین اعمال این شب برگزاری مراسم
احیا و قرآن به سر گرفتن است (۱).

روز جهانی قدس

امام خمینی (ره) در ۱۶ مرداد ۱۳۵۸ مطابق
با ۱۳ رمضان ۱۳۹۹، پس از بیمارستان جنوب
لبنان از سوی نیروهای اسرائیل غاصب،
طی پیامی که خطاب به مسلمانان ایران
و جهان صادر کردند، از آنان خواستند
آخرین جمعه ماه رمضان را با عنوان
روز قدس انتخاب کنند و در این روز
هم بستگی خویش را در حمایت
از حقوق قانونی مردم فلسطین به
نمایش بگذارند (۲).

سخن پایانی

کلمه ها غمازند و شگفتی ساز!

مادران، در نشست دوستانه با معلم،
به بیان مشاهده، نگرانی ها، برداشت و
پیشنهاد های خود درباره کلاس درس و
فعالیت های یادگیری فرزندانشان پرداختند.
تغییر دیدگاه و پیش فرض های ذهنی آن ها در
مورد فعالیت ها و عملکرد فرزندانشان در کلاس،
کاملاً مشهود است و شگفت انگیز.

مادر ۳ از اینکه فرزندش در کلاس برای پاسخ دادن
به سؤال داوطلب شد و در حضور همه، پاسخ را
توضیح داد، شگفت زده شد.

مادر ۶ و مادر ۲ که همیشه فکر می کردند و نگران
بودند فرزندانشان در کلاس خجالتی است و نمی تواند
سؤال هایش را بپرسد، حالا با مشاهده آن ها در کلاس،
خیالشان راحت شده بود.

حتی مادر ۵ که تصورش از عملکرد دخترش این بود
که در کلاس و هنگام تدریس توجه خوبی دارد، متوجه
شد چنین نیست!

حضور والدین در کلاس سبب می شود آن ها به زاویه های
تازه ای از توانایی ها، قابلیت ها و محدودیت های
فرزندانشان پی ببرند. یا برعکس، زمانی که مادر ۷
در مورد حس مدیریت فرزندش، در منزل صحبت
کرد، معلم را در جریان اطلاعات تازه ای از توانایی ها
و قابلیت های او قرار داد.

مادر ۱ و مادر ۴ که دغدغه شان توجه بیشتر فرزندشان به
تدریس و کلاس است، راهکارهایی به معلم ارائه دادند و
همان طور که در کتاب درس پژوهی آمده است، از معلم
انتظار دارند همه همت خود را به کار گیرد تا فرصت های
یادگیری سازنده تری برای فرزندانشان فراهم شود.

بدین ترتیب، مابین هیچ اصرار و اکراهی، خورشید
وجودمان را کمی عقب نگه داشتیم تا ماهه بیشتر
خودنمایی و دلربایی کنند و تغییرات یکی پس از دیگری
جلوه نمایند؛ ما نیز متحیر از این همه تغییر که در
گفت و گوها شفاف و بی پرده به چشم می خوردند. این
گفت و گوها هستند که معلم را یاری می کنند به طور
مستمر در اندیشه بهسازی روش های آموزش خود
باشد و به دانش آموزان، نیازها و ویژگی های هر
یک با توجه بیشتری بنگرد. این تجربه دلپذیر
و جذاب از حضور مادران در کلاس، برایمان
آثاری ارزنده و پیامدهایی اثربخش به ارمغان
آورد. مابیش از پیش مشتاق ادامه دادن این
مسیر و کسب شگفتی ها و زیبایی های
آن هستیم.

در بندیم به نور!

رو به این پنجره، با شوق، سلامی
بکنیم.

کلاس شلوغ بازی می کردند و کسی به معلم توجهی
نمی کرد. اینجا تعجب کردم که همه بچه ها نشسته
بودند و کار خود را انجام می دادند! کلاس ساکت بود
و داشتند توجه می کردند. برایشان جذاب بود.

مادر ۴: در کل حس خوبی بود. مزیتش این است
که متوجه می شویم بچه هایمان در کلاس چطورند.
من خودم متوجه شدم توجهش کمتر است. وقتی
یک بار در کلاس بمانیم، متوجه می شویم بچه ها
چه نقطه ضعف هایی دارند و باعث می شود در منزل
بیشتر با آن ها کار کنیم. من فکر می کردم توجه دخترم
بیشتر است!

مادر ۵: یک ساعت در خدمت شما خانم مربی عزیز
بودیم. محیط کلاس گرم و عالی بود. بچه ها خیلی
دوست داشتند. آموزش شما عالی بود. دختر من هم
در سرعت و عملکرد ضعیف نبود، اما خیلی بالا هم
نبود؛ ولی خوب بود. دیدم که مطلب را خوب می گیرد
و آرام آرام عملیات را انجام می دهد و آموزش ها را خوب
گوش می دهد.

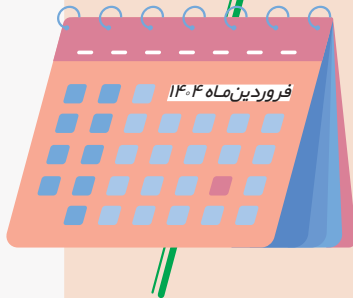
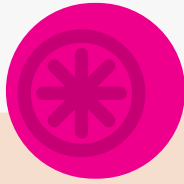
مادر ۶: برای من جالب بود که بعد از چند سال توانستم
بیایم در کنار آوین باشم. الان واقعاً احساساتی شده ام!
از بین معلم هایی که در این چند رده بودند، شما اولین
معلمی بودید که با داد با بچه ها صحبت نمی کردید.
باز خورد این رفتار این بود بچه ها همه در آرامش بودند.
آوین به تنهایی همه سؤال ها را پاسخ می داد. اصلاً توقع
نداشتم. نکته منفی هم این بود که باعث حواس پرتی
بقیه می شد؛ چون زود جواب می داد.

مادر ۷: فکر نمی کردم دخترم این طور باشد! سر کلاس
راحت بود. نسبت به سال های گذشته حس آرامش
بیشتری داشت. انگار خیلی کلاسش را دوست دارد! در
مورد اینکه گفتم خجالتی و کم روست هم کمی نظرم
تغییر کرد! دیدم حرف می زند و سؤال می پرسد.

مادر ۱: می خواستم بگویم قبل از اینکه درس
را شروع کنید، توجه بچه ها را به درس جلب
کنید. اکثر بچه ها، حداقل در گروهی که من
بر آن نظارت می کردم، زمانی که شروع
می کنید به تدریس، چند دقیقه اول را از
دست دادند و هنوز در حال و هوای بیرون
از کلاس بودند.

مادر ۴: در کل زمانی که می خواهید
مطلب جدیدی را بگویید، بچه ها
حواسشان نیست.

فروردین



۱ فروردین / عید نوروز و سومین شب قدر

۳ فروردین / عید نوروز و روز جهانی هواشناسی

۴ فروردین / عید نوروز

۸ فروردین / روز جهانی قدس

۱۰ فروردین / عید سعید فطر

۱۱ فروردین / عید سعید فطر

۱۲ فروردین / روز جمهوری اسلامی ایران

۱۳ فروردین / روز طبیعت و روز جهانی کتاب کودک

۱۸ فروردین / روز سلامتی

۱۹ فروردین / شهادت آیت الله صدر و خواهر گرامی اش

۲۰ فروردین / روز ملی فناوری هسته‌ای و روز هنر انقلاب اسلامی

۲۱ فروردین / سالروز شهادت سپهبد علی صیاد شیرازی

۲۳ فروردین / روز دندان پزشکی

۲۴ فروردین / شهادت حضرت حمزه و وفات حضرت عبدالعظیم حسنی (ع)

۲۵ فروردین / روز بزرگداشت عطار نیشابوری

۲۹ فروردین / روز ارتش جمهوری اسلامی و نیروی زمینی

* عید سعید فطر

فَإِذَا كَانَتْ لَيْلَى الْفِطْرِ وَهِيَ تُسَمَّى لَيْلَى الْجَوَائِزِ أَعْطَى اللَّهُ الْعَالَمِينَ آخِرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ
و چون شب عید فطر که شب جوائز نام دارد فرارسد، خداوند پاداش عمل کنندگان را بدون حساب و شمارش ببخشد (۳).

* پیشنهاد های تمام ساحتی

پی‌نوشت

۱. بخشی از مناجات امیرالمؤمنین (ع) در مسجد کوفه.

منابع

۱. واضحی آشتیانی. جعفر. ماهنامه مبلغان. شماره ۲۹۹. سال ۲۵.
۲. عجمی بهبهانی، سید محمد (۱۴۰۲).
- نقش امام خمینی (ره) در تقابل با صهیونیسم جهانی. ماهنامه مبلغان.
۴. علی بن موسی بن جعفر بن طائوس. (۱۳۹۹) اقبال الاعمال، ترجمه محمد روحی. ج ۱. سماء قلم. تهران.
۶. کلامی، زیبا (۱۳۸۳). تقویم سبز حیات. شماره ۱۸۵.
۷. شیرازی، ابراهیم (۱۳۶۷). تحول در ژرفا. به مناسبت ۱۲ فروردین. شماره ۵۲.

- / قرار دایدار با دانش آموزان در مسجد محل یا مسجد نزدیک به مدرسه، در شب‌های قدر و روز عید بزرگ فطر.
- / تمهیدات حضور والدین، همکاران و دانش آموزان در آخرین جمعه ماه مبارک رمضان در راهپیمایی روز قدس.
- / تهیه کتاب به عنوان هدیه روز کتاب خوانی برای دانش آموزان و همکاران، با مشارکت کارگروه‌های والدین.
- / معرفی صنعت صلح آمیز هسته‌ای به دانش آموزان و خانواده‌ها، با تولید محتواهای دانش آموزان.
- / دیدار با خانواده‌های معزز شهدای صنعت هسته‌ای کشور، طبق ضوابط.
- / بازدید از موزه‌های علوم پزشکی و کتابخانه‌های شهر، طبق ضوابط.
- / تریک به والدین دندان پزشکی و نیز والدین شاغل در ارتش و نیروی زمینی جمهوری اسلامی ایران.
- / معرفی رشادت‌ها و معرفت‌های حضرت حمزه، سیدالشهدا، و نیز شهید بزرگوار علی صیاد شیرازی به دانش آموزان و سایر ارکان مدرسه، با تولید محتواهای دانش آموزی.
- بازدید از مراکز هواشناسی، طبق ضوابط اردوها

درود بر لب‌هایی که جز به عشق روزه نگشادند. پر برکت باد دست‌هایی که تا عشق قد کشیدند. سلام بر شما که ماه ضیافت عشق را به بدرقه نشسته‌اید و هلال عید بر پیشانی آسمانی‌تان می‌درخشد. تهنیت باد بر شما یاران این عید فرخ که بهای عشقتان است. شما که هم‌قبای آسمان شدید و ردای نور بر سر کشیدید، برایتان رمضان‌های نورانی فراوانی را آرزو مندیم (۴).

* روز جمهوری اسلامی ایران را گرامی می‌داریم

۱۲ فروردین، تحول در ژرفا

۱۲ فروردین ۱۳۵۸ حکمی است بر ناپایداری ظلم و امکان‌پذیری انقلاب و دلیل روشنی است بر پویایی جهان و سرشت نوشونده جامعه انسانی (۵). در ۱۲ فروردین ملت ایران با رأی ۹۸/۲ درصدی خود ساختار سیاسی و اجتماعی ایران را تغییر دادند و جمهوری اسلامی مستقر شد. به همین مناسبت، از آن پس، این روز مبارک روز «جمهوری اسلامی» نام گرفت. در ۱۲ فروردین مردم ایران نشان دادند جمهوری اسلامی شکل نوینی از نظام‌های حکومتی است که تلاش می‌کند با الهام از قوانین و تعالیم نجات‌بخش اسلام، الگوی زندگی جدیدی در عرصه‌های اجتماعی و سیاسی بشر امروزی ارائه دهد.

چراغ نماز و مدرسه



مؤلف: سید جواد بهشتی
ناشر: ستاد اقامه نماز
سال چاپ: ۱۴۰۲

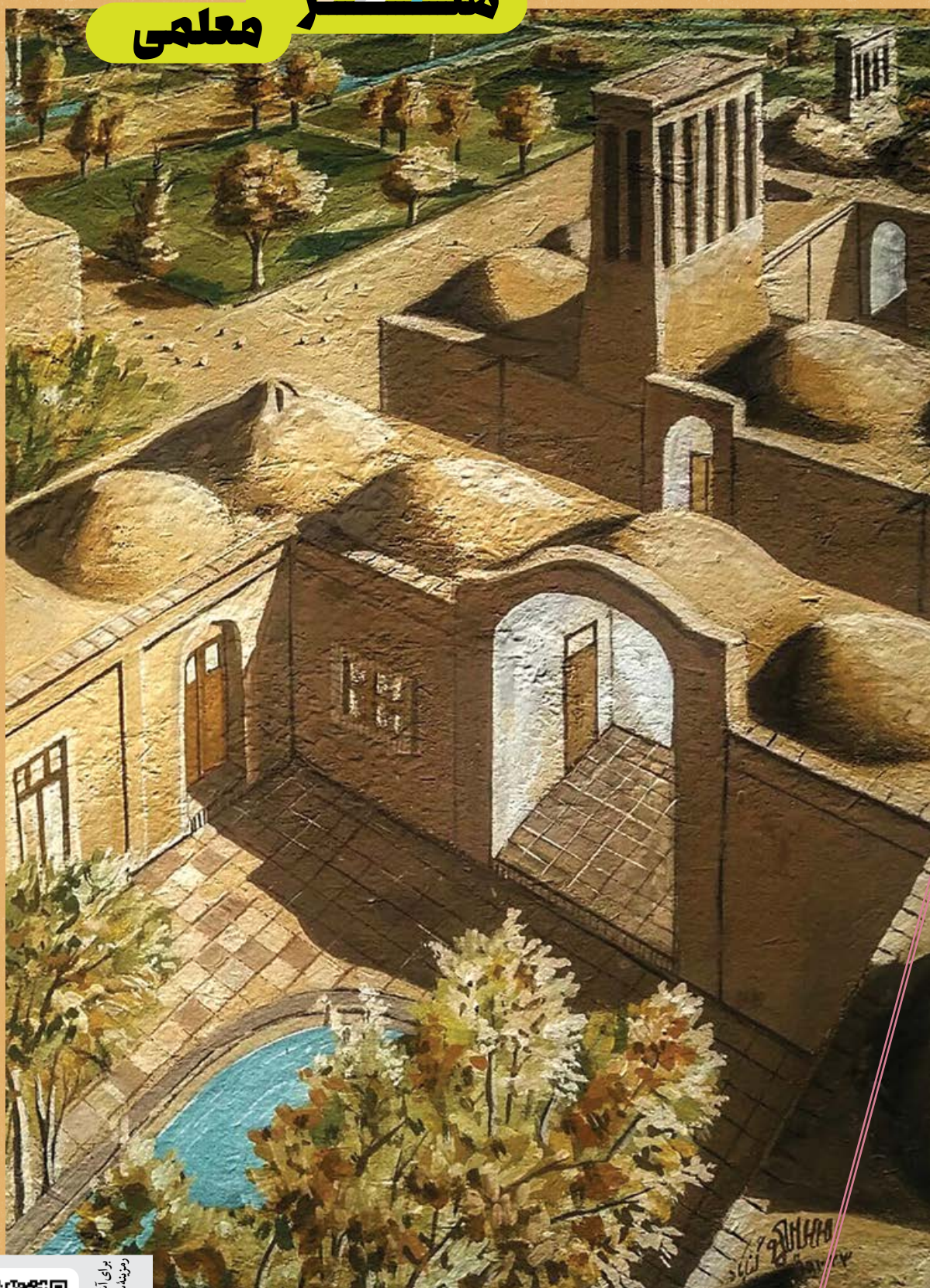
سومین ویژگی که دانش آموزان باید در نماز به آن توجه کنند، نماز خاشعانه است؛ نماز هم از نظر ظاهری و هم از نظر باطنی باید با خشوع همراه باشد. و...

کتاب چلچراغ نماز و مدرسه مجموعه‌ای از جرقه‌هایی است که می‌توانیم در مدرسه روشن کنیم و با کمک همه دست‌اندرکاران مدرسه، این نغمه‌خوش خداخواهی و خداپرستی را طنین اندازیم و بدان تشویق کنیم. پس مخاطبان کتاب مدیران مدرسه، معلمان و دبیران و عموم خانواده‌ها هستند. یکی از ویژگی‌های کتاب این است که در پایان هر چراغ، منابع راهنما معرفی شده‌اند تا کسانی که طالب اطلاعات بیشتری هستند، به آن‌ها مراجعه کنند. *

مادر مدرسه به دنبال برگزاری چه نمازی هستیم که برای آن برنامه‌ریزی کنیم؟

اولین ویژگی مدنظر، نماز با آگاهی است. نماز آگاهان در احادیث و روایات هفتاد برابر (و یا بیشتر) نسبت به نماز فردی که بر نمازش آگاهی ندارد، ثواب بیشتری دارد.

دومین ویژگی نماز با اخلاص است! نماز با ریا، نماز تشریفاتی و... نه تنها فایده ندارد، بلکه می‌تواند مضر نیز باشد. کودکان باید نوعی به نماز تشویق شوند که آن را خالصانه بخوانند. نیت و اخلاص در نماز، مانند نخ در اسکناس است که در صورت نبودن آن نخ، اسکناس بی ارزش می‌شود.



برای آشنایی بیشتر با این هنرمند
رومینگ سیرج یا سیرج را بومیش کنید.

انتر منصور مهدی زاده
هنرمند نقاش، شهر گناباد

مسجد آقابزرگ کاشان

