

غلبه بر مشکلات کلاس درس تربیت بدنی

اداره‌ی کلاس تربیت بدنی یکی از مسئولیت‌های عمده‌ی معلمان این درس است. چون درس تربیت بدنی بر خلاف سایر درس‌ها در فضایی باز برگزار می‌شود، پس برای تدریس این درس باید از روش‌های کلاس‌داری ویژه‌ی فضاهای باز استفاده کرد. لذت‌بخشی، شادی آفرینی، تخلیه‌ی انرژی، جنبش‌پذیری، تنوع رفتاری و شلوغی دانش‌آموزان از ویژگی‌های ساعات درس تربیت بدنی هستند که اداره‌ی کلاس‌های تربیت بدنی را با مشکلاتی روبه‌رو می‌کنند. با این حال، روش‌هایی وجود دارند که معلمان می‌توانند در جهت هر چه بهتر اداره کردن کلاس‌ها و بالا بردن کیفیت تدریس از آن‌ها استفاده کنند.



خارج شود. البته برخی از قوانین و مقررات رانیز باید خود معلم تعیین کند.

باید بدانیم، قوانین کلاس فقط برای حفظ نظم نیست، بلکه در ایمنی دانش‌آموزان نیز اثر بسزایی دارد.

نظم و انضباط

اولین نکته‌ی کلیدی در برقراری نظم و انضباط داشتن طرح و برنامه‌ی درسی است. هر اندازه برنامه بتواند شاگردان بیشتری را فعال کند، موجب نظم بیشتر می‌شود. تداوم فعالیت بهترین وسیله برای پایداری نظم و انضباط در کلاس است. بی‌کار ماندن دانش‌آموزان به مزاحمت و اخلال در کار معلم منجر می‌شود و وقفه‌ی طولانی و انتظار دانش‌آموزان هم به نظم کلاس آسیب می‌زند. به هر حال، مشکلات انضباطی همیشه در کلاس وجود دارند. اما محیط یاددهی - یادگیری کنترل شده با طراحی آموزشی مناسب، به هدف رشد عاطفی - اجتماعی دانش‌آموزان و همچنین حضور معلم در صحنه‌ی فعالیت ورزشی برای برقراری نظم کلاسی مفید است.

زمان‌بندی

معلم باید مانع از اتلاف وقت، به‌ویژه در ابتدا

با قدرت، موقعیت خود را را تثبیت کند و با شناخت درست از محیط آموزشی، کلاس را به بهترین شیوه سازمان‌دهی و مدیریت کند. معلم می‌تواند یک یا دو جلسه‌ی اول هر کلاس را برای سازمان‌دهی فعالیت‌های آموزشی صرف کند. در سازمان‌دهی، مواردی مثل گروه‌بندی دانش‌آموزان، وضع قوانین و مقررات، نحوه‌ی توزیع و جمع‌آوری وسایل، تعیین سرگروه‌ها، اداره‌ی کلاس، نحوه‌ی ارتباط معلم و شاگرد، چگونگی سنجش، معافیت ورزشی و موارد دیگر در شروع فعالیت‌های آموزشی تعیین می‌شوند. در ادامه، به برخی از این متغیرها پرداخته می‌شود.

قوانین و مقررات

برای حفظ نظم و کنترل، وضع قوانین و مقررات کلاسی ضروری است. معلم پس از بررسی محیط آموزشی و وسایل موجود، با مشورت شاگردان، مقرراتی در مورد تعداد گروه‌ها، زمان فعالیت، زمان استراحت، جریمه، زمان گرم کردن، رفت‌وآمد در محیط بازی، توزیع و تحویل وسایل، دآوری، سرگروه، حفظ ایمنی، بهداشت و غیره وضع می‌کند. باید توجه داشت که اعتبار هر قانون کلاسی به امکان رعایت آن در کلاس و به‌ویژه امکان برخورد سریع با رفتارهایی بستگی دارد که موجب می‌شوند کنترل کلاس از دست معلم

دو عامل اساسی که به اداره کردن هر چه بهتر کلاس تربیت بدنی کمک می‌کنند، عبارت‌اند از: ۱. سازمان‌دهی دقیق برنامه با توجه به نوع فعالیت حرکتی و ویژگی‌های دانش‌آموزان. ۲. حفظ کیفیت برنامه از طریق انتخاب الگوی آموزشی مناسب با توجه به شرایط موجود. معلمان براساس تجربه و ویژگی‌های شخصی از روش‌های متفاوتی برای مدیریت کلاس استفاده می‌کنند. برخی با سخت‌گیری و جدیت بیش از حد، انگیزه و شادایی و نشاط لازم را از کلاس‌ها می‌گیرند و برخی با آزاد گذاشتن بیش از حد دانش‌آموزان، در عمل کنترل کلاس را از دست می‌دهند. امروزه رابطه‌ی «معلم - شاگرد - موقعیت» تعیین‌کننده‌ی نوع مدیریت کلاس است. در اداره‌ی کلاس‌های تربیت بدنی، روش معلم‌محوری مطلق یا شاگردمحوری محض، بدون توجه به موقعیت و شرایط محیطی و تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان، کمک‌زیدی به اداره‌ی کلاس نمی‌کند. به نظر می‌رسد استفاده از روش بینابینی بسیار مؤثرتر است. دانش‌آموزان هر پایه از نظر سنی، بلوغ اجتماعی، آمادگی و ویژگی‌های شخصیتی با هم تفاوت دارند و نمی‌توان نسخه‌ی رفتاری خاصی را برای همه‌ی آنان تجویز کرد. معلم در کلاس نه باید شأن و منزلت خود را تا سطح شاگردان پایین بیاورد و نه چندان خشک و تلخ رفتار کند، بلکه باید بتواند با برقراری ارتباط دقیق، صمیمانه، جدی و



خصوص سرگروه این است که او نباید در انتخاب افراد گروه دخالت کند؛ چون این کار باعث دلسردی برخی از دانش‌آموزان خواهد شد.

استفاده از کل فضای آموزشی

معلم باید راه‌هایی را به کار برد که از کل فضای آموزشی موجود به بهترین شکل استفاده شود. این تدبیر به همراه وجود سرگروه در گروه‌ها معلم را قادر می‌کند گروه‌ها را در فضای مشخص شده به گردش درآورد و بر کار آن‌ها به‌طور مؤثر نظارت کند.

کنترل و جابه‌جایی وسایل

یکی بخش مهم در مدیریت کلاس تربیت‌بدنی، کنترل و جابه‌جایی وسایل ورزشی است که اگر به درستی انجام نشود، بی‌نظمی را در کلاس موجب خواهد شد. بهتر است در هر یک از جلسات درس یکی از شاگردان این کار را برعهده بگیرد. قبل از شروع درس باید ابزار لازم آماده شود تا وقت آموزش تلف نشود.

ثبات وضعیت دانش‌آموزان

ثبات سوابق و گزارش‌های دقیق و هدف‌دار برای آموزش و مدیریت کارآمد در کلاس بسیار مفید است. این سوابق شامل اطلاعات اساسی مربوط به بهداشت و سلامتی دانش‌آموز، حضور در کلاس، وضعیت فرد در کلاس درس، گزارش‌های روزانه در مورد حوادث و ابزار و لوازم ورزشی است. وجود سوابق، ضمن کمک به ارزشیابی پیشرفت دانش‌آموزان و محتوای برنامه، می‌تواند در زمان حال و آینده نیز استفاده شود.

منابع

۱. گروه مؤلفان (۱۳۸۹). کتاب معلم تربیت‌بدنی دوره‌ی ابتدایی. اداره‌ی کل چاپ و توزیع کتاب‌های درسی. چاپ اول.
۲. ضرغامی، مهدی؛ صالحی، کیسکوس؛ داودی، بابک (۱۳۹۳). روش‌های آموزش و تدریس تربیت‌بدنی. انتشارات علم و حرکت. چاپ اول.



و مهم برای هدایت گروهی (نه فردی) در برنامه‌های ورزشی است. همه‌ی دانش‌آموزان باید با معنی و مفهوم سوت به‌عنوان علامت توقف و ایستادن جدی، نگاه کردن و گوش دادن به صحبت‌های معلم یا داور، و شروع حرکت یا فعالیت آشنا شوند. سوت وسیله‌ای ایمنی و بازخوردی است که می‌تواند از بروز رفتارهای نامناسب شاگردان بکاهد، اما استفاده‌ی بیش از اندازه از آن تأثیرش را کم خواهد کرد.

گروه‌بندی دانش‌آموزان

گروه‌بندی دانش‌آموزان یکی از راه‌های آسان و رایج در مدیریت کلاس است. روش‌های متنوعی برای گروه‌بندی دانش‌آموزان وجود دارد. آنچه در این‌باره در کلاس درس تربیت‌بدنی حائز اهمیت است، توجه به امکانات و تجهیزات و فضای آموزشی در اختیار، سطح مهارت، و وزن و قد دانش‌آموزان است. البته متناسب با نوع هر فعالیت می‌توان هماهنگی و ناهماهنگی گروه‌ها را تغییر داد. بهتر است هر گروه یک سرگروه هم داشته باشد تا دانش‌آموزان مسئولیت‌پذیری را تمرین کنند. اگر معلم بتواند سرگروه را با مشارکت دانش‌آموزان انتخاب کند، تعادل در گروه‌ها و نظم در کلاس حفظ می‌شود. نکته‌ی مهم در

و انتهای کلاس، شود. اگر قوانین و مقررات کلاس در اولین جلسه به خوبی تعیین شوند، از سردرگمی و تداخل فعالیت‌ها جلوگیری خواهد شد. به‌طور کلی، برای موضوع و محتوای اصلی (غالباً به وسیله‌ی بازی) زمان بیشتری نیاز است و برای شروع (سازمان‌دهی و گرم کردن) و پایان کلاس (بازگشت به حالت اولیه) باید زمان کمتری صرف شود.

نظارت و سرپرستی

نظارت و سرپرستی معلم در برقراری نظم کلاس نقش مهمی دارد. رها کردن دانش‌آموزان به حال خود، احتمال بروز آسیب‌های بدنی و مشکلات انضباطی و همچنین لذت نبردن از بازی را در پی دارد. معلمان باید با دوراندیشی و پیش‌بینی رفتارهای احتمالی شاگردان، خود را برای مواجهه با محیط یادگیری آماده کنند و بر رفتارهای دانش‌آموزان کنترل و نظارت داشته باشند.

استفاده از سوت ورزشی

سوت زدن یکی از رفتارهای غیرکلامی رایج

