



بازی‌های حرکتی، ابزاری در خدمت آموزش لیلی برای کنکاش

فعالیت‌های حرکتی و بازی اولین و مهم‌ترین ابزاری هستند که کودک توسط آن‌ها خود و محیطش را کنکاش می‌کند. بازی طبیعی‌ترین روش کودک برای زندگی کردن و یادگیری فرض می‌شود (Brock, & Jarvis, 2013) نیاز به بازی موضوعی جهانی و عمومی در میان کودکان محسوب می‌شود، به طوری که از آن به عنوان «بهترین روش برای آموزش و یادگیری کودکان» نام می‌برند (Ebrahim, 2014) بازی‌های حرکتی، علاوه بر اینکه بر توسعه‌ی آمادگی جسمانی و مهارت‌های حرکتی دانش‌آموزان تأثیر مثبتی دارند، مهارت‌های شناختی و قوای ادراکی و شایستگی‌های فردی و اجتماعی را در آنان رشد می‌دهند. متخصصان علوم شناختی معتقدند، زمانی که کودکان از موقعیت خاصی لذت می‌برند، برای تداوم فعالیت بیشتر برانگیخته می‌شوند و سریع‌تر و با مقاومت کمتری یاد خواهند گرفت. به همین خاطر، آموزش از طریق بازی‌های حرکتی، یادگیری را در آنان محتمل‌تر خواهد کرد. پژوهشگران کنترل حرکتی نیز بر این باورند که بازی‌های حرکتی تجربه‌هایی نو در موقعیت‌های جدید خلق می‌کنند که بر قطر و طول نورون‌ها می‌افزاید. در نتیجه، پردازش اطلاعات فرد را سرعت می‌بخشد و تصمیم‌گیری‌های مطلوب‌تر را در پی دارد.

کلیدواژه‌ها: بازی، آمادگی جسمانی، رشد عاطفی

حرکت و یادگیری

این نوع آموزش به تقویت قدرت تفکر و خلاقیت، تسهیل فرایند یادگیری، افزایش جذابیت یادگیری، افزایش انگیزه‌ی یادگیری، تعمیق یادگیری، افزایش مشارکت، رشد مهارت‌های اجتماعی، ایجاد تنوع و افزایش میزان تحرک و شادابی و نشاط فراگیرندگان کمک خواهد کرد. مک‌نیل معتقد است اصولاً فعالیت‌هایی که ترکیبی از اندیشیدن، احساس کردن و به کارگیری عاطفه و تحرک بدنی هستند، در صورت با هم بودن، فرصت‌های فوق‌العاده‌ای برای یادگیری فراهم می‌کنند.

اصول طراحی بازی

در طراحی بازی، رعایت اصول و قواعد می‌تواند اثربخشی آموزش را بیشتر کند. در اینجا این اصول در قالب فهرست واری (چک‌لیست) معرفی می‌شوند:

فهرست واری اصول طراحی بازی

- به ویژگی رشد ذهنی دانش‌آموز به چه میزان، توجه شده است؟
- به ویژگی رشد حرکتی و جسمی (فاکتورهای آمادگی جسمانی و مهارت‌های ورزشی) دانش‌آموز به چه میزان توجه شده است؟
- به ویژگی‌های رشد عاطفی (نظم‌پذیری، مسئولیت‌پذیری، کار گروهی، اخلاق، اعتمادبه‌نفس و ...) دانش‌آموز به چه میزان توجه شده است؟
- آیا فعالیت‌های پیش‌بینی شده با جنس و سن دانش‌آموزان

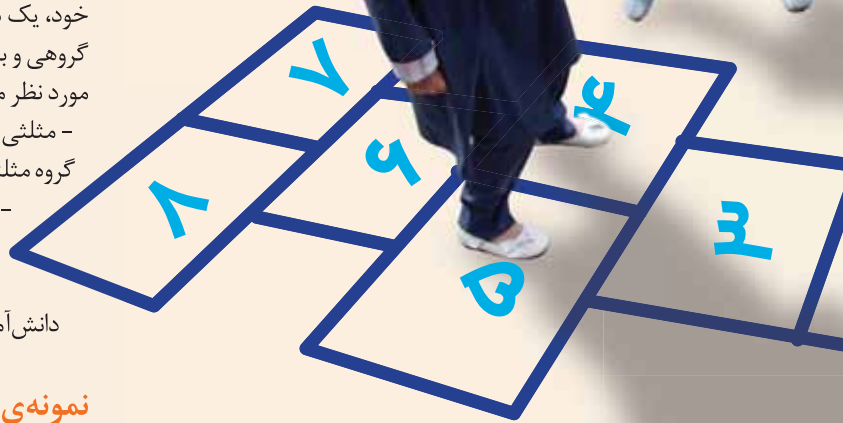
بازی فراگیر

بازی‌های حرکتی نه تنها در کلاس درس تربیت بدنی، بلکه در سایر درس‌ها نیز کارکردهای سازنده‌ای دارند. در واقع تلفیق آموزش درس‌های دوره‌ی ابتدایی با بازی و فعالیت‌های حرکتی می‌تواند زمینه‌ی یادگیری اثربخش را فراهم سازد. آموزش تلفیقی درس‌ها در مقام مقایسه با آموزش‌های سنتی، برای دانش‌آموزان جذاب‌تر، برانگیزاننده‌تر و در مجموع سودمندتر است. در سایه‌ی رویکرد تلفیقی، افراد در کلاس حضور فعال‌تری دارند و ضمن یادگیری عمیق مفاهیم علمی و کسب توانایی استفاده از معلومات فراگرفته شده در عرصه‌ی زندگی، فعالیت و تحرک جسمانی آن‌ها نیز بیشتر می‌شود.

شرح بازی

هر دانش آموز به عنوان یک واحد در نظر گرفته می شود. دانش آموزان به صورت پراکنده در محیط باز مستقر می شوند. با شروع بازی، آموزگار از دانش آموزان می خواهد با آرایش ایستادن خود، یک شکل هندسی را طراحی کنند. دانش آموزان به صورت گروهی و با دستانی باز، دست های هم را می گیرند و به صورت شکل مورد نظر مستقر شوند. مثلاً:

- مثلاً با محیط هفت واحد (یعنی هر هفت دانش آموز در یک گروه مثالی تشکیل بدهند)؛
- مربعی با ضلع دو واحد (یعنی هر هشت دانش آموز در یک گروه مربعی تشکیل بدهند)؛
- یک پنج ضلعی با محیط ۱۰ واحد (یعنی هر ۱۰ دانش آموز در یک گروه پنج ضلعی تشکیل بدهند).



نمونه ۲:

هدف: آشنایی دانش آموزان با اندام بدن، علوم پایه‌ی چهارم ابتدایی
چالش: احساس ضربان قلب
فضا، تجهیزات و مواد آموزشی مورد نیاز: فضای باز برای انجام حرکات ورزشی

شرح بازی: دانش آموزان در گروه های پنج نفره قرار می گیرند. آموزگار برگه ای در اختیار هر گروه قرار می دهد و از آن ها می خواهد بگویند در کدام فعالیت ضربان قلب (نبض) بیشتر خواهد شد؛ طناب زدن، لی لی کردن، پیاده روی معمولی، حرکات کششی و حرکات تعادلی لک لک، هر گروه ابتدا ضربان قلب خود را در حالت نشسته اندازه می گیرند و در برگه یادداشت می کنند. پس از آن، هر یک از اعضای گروه حرکات نام برده را به مدت دو دقیقه انجام می دهند و میزان ضربان قلب خود را در برگه ی گروه یادداشت می کنند. پس از ثبت نتایج، در گروه بحث و گفت و گو می شود. در کدام فعالیت ضربان قلب بیشتر تغییر کرده است؟ با بالا رفتن در هر حرکت چه اتفاقاتی در بدن می افتد؟ کدام فعالیت انرژی بیشتری از فرد می گیرد؟ تعداد تنفس در کدام فعالیت بیشتر است؟

متناسب هستند؟

- آیا فضا و تجهیزات ایمن فراهم شده اند؟
- آیا فعالیت های پیش بینی شده با انتظارات عملکردی واحد یادگیری انطباق دارند؟
- آیا فعالیت های پیش بینی شده از نشاط، شادابی و پویایی لازم برخوردارند؟
- آیا قوانین بازی شفاف ارائه شده اند؟
- آیا فرصت حرکتی برای همه ی دانش آموزان (تا حد امکان همه به یک میزان) فراهم شده است؟

نمونه ۱

هدف: آشنایی دانش آموزان با شکل های هندسی و محیط آن ها، ریاضی پایه ی سوم ابتدایی
چالش: طراحی شکل با محیط مشخص
فضا، تجهیزات و مواد آموزشی مورد نیاز: فضای باز برای استقرار دانش آموزان

نام گروه:			
نام و نام خانوادگی	نام حرکت	ضربان قلب قبل از انجام حرکت	ضربان قلب بلافاصله بعد از حرکت
	طناب زدن		
	لی لی کردن		
	پیاده روی		
	حرکت کششی		
	حرکت تعادلی		