



طراحی موثر تکالیف آموزشی

برای تربیت بدنی و رشته های ورزشی

مترجم:

فاطمه رضایی

عضو هیات علمی دانشگاه سمنان

سرشناسه	گریفی، دیوید چارلز (Griffey, David C. (David Charles
عنوان و نام پدیدآور	طراحی موثر تکالیف آموزشی برای تربیت بدنی و رشته های ورزشی / [مولفان] دیوید گریفی، لین دیل هاسنر؛ مترجم فاطمه رضایی.
مشخصات نشر	سمنان: دانشگاه سمنان، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	۲۲۸ ص:؛ مصوبه: جنول.
شابک	978-600-7065-36-5
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: Designing effective instructional tasks for physical education and sports .
موضوع	تربیت بدنی — ایالات متحده — راهنمای آموزشی
شناسه افزوده	هاسنر، لین دیل
شناسه افزوده	Housner, Lynn Dale
شناسه افزوده	رضایی، فاطمه، ۱۳۵۸ — مترجم
شناسه افزوده	دانشگاه سمنان
رده بندی کنگره	۳۷۲.۶۵/۳۰۳ ۱۳۹۳
رده بندی دیویی	۶۱۲/۷۰۷۱
شماره کتابشناسی ملی	۳۵۲۱۶۳۱



طراحی موثر تکالیف آموزشی برای تربیت بدنی و رشته های ورزشی

- ❖ مترجم: فاطمه رضایی
- ❖ ویراستار ادبی: دکتر شهرام نقشبندی (عضو هیات علمی دانشگاه سمنان)
- ❖ طرح جلد و صفحه آرایی: اسماعیل شجاعی
- ❖ نوبت چاپ: اول - زمستان ۱۳۹۳
- ❖ ناشر: انتشارات دانشگاه سمنان
- ❖ شمارگان: ۲۰۰ جلد
- ❖ قیمت: ۲۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۶۵-۳۶-۵

حق چاپ محفوظ و متعلق به انتشارات دانشگاه سمنان می باشد.

وب سایت: <http://press.semnan.ac.ir> تلفن انتشارات: ۰۲۳-۳۴۲۸۳۲۷۰

شرح حال مؤلفان



دیوید گریفی دارای مدرک دکتری رشته تربیت بدنی و از جمله کسانی است که بیش از ۳۰ سال به معلمان، روش های مؤثر آموزش را ارائه داده است. همچنین برای طراحی روش و برنامه های آموزشی با معلمان مدارس بخش های مختلف و معلمان مدارس خصوصی هم فکری می کرد و در این راه از آنها کمک می گرفت. او در گذشته ویراستار مجله آموزش در تربیت بدنی بود. و در حال حاضر منتقد مجله تربیت بدنی، تفریح و رفص، مجله مدرسه ابتدایی، پژوهش برای تمرین و ورزش و مجله آموزش در تربیت بدنی و مهارت های ادراکی و حرکتی است. گریفی جزء اولین مربیان تربیت بدنی است و عضو علمی *phi kappa phi scholastic honorary society* است. بیش از ۲۵ سال،

پژوهش‌های وی در زمینه روش‌های آموزشی، مؤثر بوده و مدرک دکتری خود را در زمینه تعلیم و تربیت و روانشناسی از "دانشگاه استنفورد"^۱ در سال ۱۹۸۰ دریافت کرد. وی در سال ۱۹۹۰ جایزه‌ای از انجمن اساتید برجسته نیز دریافت کرد. او در حال حاضر مدیر و محقق برجسته‌ای در مرکز آموزشی تاکسون^۲ آریزونا^۳ است.



لین دبل هاسنر دارای مدرک دکتری رشته تربیت بدنی و یا معلمان بازنشسته و در حال خدمت در زمینه روش‌های آموزشی و اکتساب مهارت بیسی از ۲۵ سال کارکرده است. عضو علمی انجمن ملی ورزش و تربیت بدنی (NASPE)^۴ و انجمن تحقیقات آموزشی آمریکا است. او استاد برتر برنامه NASPE و اکادمی آموزشی بوده و اخیراً به عنوان نامزد ریاست NASPE معرفی شده است. و در سال ۲۰۰۳ در مراکز علمی حرکت

^۱. stanford university

^۲. tucson

^۳. arizona

^۴. national association physical education

شناسی و تربیت بدنی آمریکا گماشته شد که این یک مسئولیت افتخاری برای کسانی است که حضور قابل توجهی در زمینه حرکت شناسی و تربیت بدنی دارند. هاسنر رئیس دانشکده و استاد "دانشگاه ویرجینیا شرقی"^۱ است. وی در نوشته پیکلین از سازگاری در هوای آزاد، خواندن مطالب هیجان انگیز و مسافرت کردن لذت می برد.

فهرست مطالب

۸	پیشگفتار مترجم
۱۰	پیشگفتار مؤلفان
۱۴	تقدیر و تشکر
۱۷	فصل اول
۶۹	فصل دوم
۱۲۱	فصل سوم
۱۴۷	فصل چهارم
۱۹۹	فصل پنجم
۲۲۱	واژه نامه انگلیسی-فارسی
۲۲۹	منابع

پیشگفتار مترجم

طراحی مؤثر تکالیف آموزشی برای تربیت بدنی و رشته های ورزشی باعث می شود که مربیان، معلمان آموزشی و معلمان تربیت بدنی با چند اصل طراحی ساختار تکلیف آشنا شوند. با استفاده از این اصول معلمان قادر خواهند بود که در دانش آموزان فعالیت های یادگیری ایجاد کرده، علاقه، اشتغال و موفقیت در حین اکتساب مهارت های حرکتی را ارتقاء بخشند. این روش در آموزش و یادگیری تکالیف و تحریک بعد شناختی دانش آموزان در تربیت بدنی و ورزش بسیار مؤثر است. به جای این که از ورزشکاران بخواهیم فقط تمرین های مربوطه را انجام دهند بهتر است که به آنها کمک کنیم تا مهارت های حرکتی خود را توسعه دهند.

تأکید این کتاب درسی روی پنج بعد اصلی علاقه به موقعیت است که می تواند بر یادگیری مهارت ها در دانش آموزان اثرگذار باشد، مانند: ۱) تاریخی (یعنی، تکالیف جدید و بدیع)، ۲) جالب (یعنی، تکالیف پیچیده و سخت)، ۳) جذابیت (یعنی، تکالیف جذاب)، ۴) هیجان (یعنی، تکالیف هیجان انگیز) و ۵) کاوش (یعنی، تکالیفی که نیاز به تجزیه و تحلیل یا کاوش دارند). این کتاب از پژوهش های تازه ای که درباره یادگیری و آموزشی

فعالیت های حرکتی استفاده کرده اند، به صورت کاربردی از آنها بهره گرفته و پیشنهادات واقع بینانه و کاربردی برای مربیان و معلمان ارائه می کنند.

این کتاب به چند دلیل برای ترجمه انتخاب شد: در زمینه آموزش و یادگیری تکالیف ورزشی منابع زیادی وجود دارد اما درباره مسئله اساسی طراحی مؤثر تکالیف تا کنون مطالب کمی به رشته تحریر درآمده است. با مطالعه مثال های کاربردی موجود در این کتاب مربیان ورزشی می توانند در موقعیت های گوناگون ورزشی از اصول ارائه شده برای آموزش، ارتقای یادگیری و بهبود عملکرد ورزشکاران استفاده کرده و تکالیف آموزشی را به گونه ای طراحی کنند که یادگیری و یادداری آنها در حافظه افزایش یابد. لذا کمبود منبع علمی در این حیطه بسیار احساس شده است. با توجه به قابل فهم بودن، داشتن دامنه گسترده مثال ها، پوشش نظریه ای، فعالیت های یادگیری و چالش های ذهنی موجود در این کتاب، می تواند مورد استفاده معلمان، مربیان، دانشجویان و سایر علاقمندان به رشته های ورزشی و تربیت بدنی و به عنوان منبع درسی برای دروس روش های آموزش در ورزش در دوره کارشناسی رفتار حرکتی مورد استفاده واقع شود.

بسیار تلاش شده است تا متن اصلی کتاب تا حد امکان روان و بدون استنباه ترجمه شود است، اما با وجود همه تلاش ها ممکن است در انتقال مفاهیم کاسنی هایی مشاهده شود که امید است با ذکر راهنمایی صاحب نظران و کارشناسان رفتار حرکتی در چاپ های بعدی اصلاح شود.

فاطمه رضایی

فروردین ۱۳۹۳

پیشگفتار مؤلفان

اگرچه پژوهشگران به اهمیت تکالیف آموزشی در چگونگی اداره کردن کلاس‌ها پی برده‌اند، اما توجه به ساختار تکالیف در ورزش و تربیت بدنی و چگونگی تعامل دانش‌آموزان با تکالیف در هنگام انجام دادن فعالیت محدود است.

روش آموزشی معلمان اغلب در هنگام تنظیم کردن تکالیف مبهم است و دانش‌آموزان اغلب، خودشان تکالیف را تعدیل می‌کنند. همچنین معلمانی هستند که در انجام دادن تکالیف به دانش‌آموزان مسئولیت داده، تکالیف مجردي را به آنها ارائه می‌دهند و به طور فعال بر کار آنها نظارت کامل دارند تا آنها راحت تر تکالیف را انجام دهند (توسیع تافت و سپدن‌تاپ).^۱

دانش‌آموزان بیشتر تمایل دارند که یادگیری مهارت‌های حرکتی باعث افزایش موفقیت آنها در این حیطه شود (رینک^۲، ۱۹۹۶). پژوهش‌های انجام شده در این زمینه دستورالعمل‌های مهمی را درباره شرایط تمرینی ارائه داده‌اند. اما اطلاعات کمی درباره این که ساختارهای تکالیف چگونه حلقه منتهی، اشتغال و کسب موفقیت در فعالیت را

^۱ *taft & siedentop*

^۲ *rink*

برای دانش آموزان ایجاد می کند، ارائه شده است. بدین معنی که اطلاعات درباره این که چه نوع تکالیفی، اکتساب مهارت حرکتی را در دانش آموزان تسهیل می بخشد و آنها را برای انجام این تکالیف علاقه مند می کند کم است.

متأسفانه بسیاری از تکالیف یا فعالیت های آموزشی نه مربیان برای تمرین مهارت های حرکتی انتخاب می کنند و برای یادگیری مهارت ها نیز ابزارهایی مهمی به شمار می روند. ممکن است برای دانش آموزان دوازدهمی ایجاد کنند. پژوهشی که توسط چن، دارست و پانگرازی^۱ (۲۰۰۱) انجام شد، نشان می دهد که پنج بعد اصلی علاقه به موقعیت که می تواند بر یادگیری مهارت ها در دانش آموزان اثرگذار باشد عبارتند از: (۱) تازگی (یعنی، تکالیف جدید و بدیع)، (۲) چالش (یعنی، تکالیف پیچیده و سخت)، (۳) جذابیت (یعنی، تکالیف جذاب)، (۴) هیجان (یعنی، تکالیف هیجان انگیز) و (۵) کاوش (یعنی، تکالیفی که نیاز به تجزیه و تحلیل یا کاوش دارند) هستند.

طراحی مؤثر تکالیف آموزشی برای تربیت بدنی و رشته های ورزشی باعث می شود که مربیان، معلمان آموزشی و معلمان تربیت بدنی با چند اصل طراحی ساختار تکلیف آشنا شوند. با استفاده از این اصول معلمان قادر خواهید بود که در دانش آموزان فعالیت های یادگیری ایجاد کرده، علاقه، اشتغال و موفقیت در حین اکتساب مهارت های حرکتی را ارتقاء بخشند.

لطفاً توجه داشته باشید که ما از لغت معلم، به شکل عمومی و کلی استفاده کرده و مربی ورزشی را به عنوان یک معلم تلقی می کنیم. نمونه هایی از راهبردها در آموزش مهارت ها در سالن های ورزشی و زمین های بازی ارائه شده که برای معلمان و مربیان تربیت بدنی مفید هستند. پیش از مطالعه کتاب، باید به دو مورد توجه کنید؛ اول این

^۱ chen, darst & pangraz

که، ما باید اختلاف بین تکالیف و مهارت‌ها را مشخص کنیم. مهارت‌ها شامل مهارت‌های حرکتی، جسمانی، شناختی یا اجتماعی هستند که به عنوان هدف آموزشی در نظر گرفته می‌شوند. برای مثال، برای اجرای موفق سرویس از بالای سر در والیبال (مهارت حرکتی)، بهبود در آزمون نشستن و کشیدن دست‌ها به سوی پاها (مهارت جسمانی)، شناسایی بخش‌های اصلی یاشنه پای درگیر شده (مهارت شناختی) و تشویق هم‌تیمی (مهارت اجتماعی)، مهارت‌ها یا نتایج مهمی هستند که کیفیت برنامه تربیت بدنی یا ورزشکاران را نشان می‌دهند. از سوی دیگر یک تکلیف، فعالیتی آموزشی یا تجربه واقعی است که در آموزش مهارت استفاده می‌شود. برای مثال، هدف یک مهارت حرکتی می‌تواند اجرای ضربه قورهند به توپ تنیس باشد، اما تکلیفی که برای آموزش این مهارت استفاده می‌شود ممکن است شامل، رها کردن توپ در یک لحظه، سپس ضربه زدن به آن یا تخته یا چیزی شبیه آن باشد و تکرار این حرکت، برگرداندن توپ تنیس با پشت تخته و ضربه به آن، طوری که از مور رد شود است.

این مهارت‌ها توسط معلم یا مربی آموزش داده می‌شوند. برای دست‌یابی به مهارت همکاری، معلم می‌تواند دانش‌آموزان را در گروه‌هایی قرار دهد تا با یکدیگر همکاری کرده و تجهیزات را بین آنها تقسیم کنند، سپس آنها را پس بگیرد. همچنین وسایل را به گونه‌ای بین دانش‌آموزان توزیع کند که بتوانند در گروه‌های کوچک با یکدیگر فعالیت کنند یا از روش‌های آموزشی مانند، آموزش متقابل که در آن دانش‌آموزان باید برای رسیدن به موفقیت با یکدیگر همکاری کنند، استفاده نمایند.

بسیاری از تکالیف می‌توانند برای آموزش مهارت‌هایی در ابعاد روانی-حرکتی، جسمانی، دانش و اجتماعی استفاده شوند. اگرچه مهارت‌ها می‌توانند در تمامی این ابعاد قابل اجرا باشند، اما این کتاب اساساً بر اکتساب مهارت‌های حرکتی تمرکز دارد.

مهارت های جسمانی، دانش، تفکر و مهارت های مسئولیت پذیری اجتماعی که در این کتاب آورده شده اند به عنوان اهداف ثانویه ای که می توانند در همان زمان قابل دست یابی باشند. تحت مهارت های بررسی آموزش باید سه هدف مشخص در این کتاب درباره ساختار تکالیف آموزشی توضیحاتی داده شده است.

ما به مدیریت تکالیف که به طور مستقیم به آموزش تکالیف مربوط هستند اشاره می کنیم؛ بنابراین بسیاری از سیستم های مدیریتی و روش های مختلف برای سازماندهی دانش آموزان و تکالیف، فراتر از بحث این کتاب هستند. ما از تکالیف به عنوان روشی برای مسئولیت پذیر کردن دانش آموزان استفاده کرده و از آنها می خواهیم راهبردها را ارزیابی کنند. اما راهبردهای مدیریتی قابل دسترس را برای معلمان ذکر نمی کنیم (هاستی و مارتین^۱ ۲۰۰۶).

اصول طراحی تکالیف در این کتاب، معلمان و مربیان ورزشی را با ساختار تکالیف آشنا می کند که باعث می شود دانش آموزان و ورزشکاران به موفقیت دست یابند، به تکالیف علاقه مند گردند و نسبت به آنها شناخت پیدا کنند. این روش در آموزش و یادگیری، تکالیف و تحریک بعد شناختی دانش آموزان در تربیت بدنی و ورزش بسیار مؤثر است.

^۱ hastie & martin