



نوشته‌ی
دیورا استیونز - اسمیت
ترجمه‌ی
دکتر بهروز عبدلی
استادیار دانشگاه شهید بهشتی



دوره‌ی هشتم - شماره‌ی ۱
پاییز ۱۳۸۶

برنامه‌های تربیت بدنی به طور سنتی بر این فرض منطقی استوار بوده‌اند که هر برنامه‌ی آموزشی خوب، شامل بازی‌های ورزشی، انواع دویدن، و اجرای ورزش‌های تیمی است. معلمان فرض می‌کنند که بازی‌های ورزشی موجب رشد مهارت‌های مورد نیاز کودکان برای موفقیت می‌شوند. با وجود این، برنامه‌های تربیت بدنی سنتی نیازهای رشدی کودکان را برآورده نمی‌کنند. معلمان تربیت بدنی، با آموختن از تجربه و تحقیق، به این واقعیت رسیده‌اند که شرط موفقیت کودکان در بازی ورزشی آن است که ابتدا مهارت‌ها و تفکر تاکتیکی را بیاموزند. آزمایش برنامه‌ها برحسب تناسب رشدی، بسیاری از ضعف‌های تمرین‌ها را آشکار می‌کند. یکی از اجزای مهم در مراحل اولیه‌ی رشد مهارت، «آگاهی فضایی» است. کار رودولف لابان^۲ [استنلی^۳، ۱۹۷۷] جزء مهمی را به درک حرکت و فضایی که حرکت در آن رخ می‌دهد، اضافه کرد. لابان مروری مفهومی از

نحوه‌ی حرکت بدن انسان را پیشنهاد کرد که به عنوان چارچوب تحلیل حرکتی شناخته می‌شود. این چارچوب به چهار ناحیه‌ی پایه‌ای حرکت تقسیم می‌شود: ادراک جایی که انسان می‌تواند حرکت کند (آگاهی فضایی)، ادراک این که انسان‌ها چگونه می‌توانند حرکت کنند (آگاهی بدنی)، درک کیفیت حرکت (آگاهی تلاش) و درک ارتباط اساسی که در حرکات انسان وجود دارد (آگاهی ارتباط). این چهار محدوده به عنوان مفاهیم حرکت شناخته می‌شوند [گراهام و همکاران^۴، ۲۰۰۳]. معلمان تربیت بدنی می‌توانند، مفاهیم حرکت را برای کمک به کودکان در این چارچوب سازمان‌دهی کنند تا آن‌ها درک بیشتری از پایه‌های حرکت و به ویژه آگاهی فضایی به دست آورند. البته، معلمان تربیت بدنی که در زمینه‌ی مفاهیم حرکتی لابان آموزش ندیده‌اند، ممکن است آموزش آن را به کودکان مشکل ببینند. هدف این مقاله، تبیین چگونگی آموزش آگاهی فضایی به کودکان، با استفاده از

موضوع «فضای شخصی و عمومی» است. جنبه‌ی اصلی آگاهی فضایی مورد بحث این است که: «کودکان چگونه درک مفاهیم فضای شخصی و فضای عمومی را در خود توسعه می‌دهند؟»

مسئله چیست؟

همان‌طور که کودکان حرکت و بازی می‌کنند، باید راهی را برای عمل در میان افراد، مکان‌ها و چیزهای دیگر پیدا کنند. برای درپیل و گذراندن توپ فوتبال از بین دو مدافع، بازی در حال چرخش، دویدن در زمین، یا حرکت در یک پیاده‌روی شلوغ، کودکان باید یاد بگیرند که بدن خود را با ایمنی در فضا جا به جا کنند.

بازی، واسطه‌ای است که از طریق آن، کودکان مهارت‌های حرکتی خود را رشد می‌دهند [میس^۵، ۲۰۰۲]. در رشد و نمو تدریجی کودکان در خلال سال‌های پیش دبستانی، عضلات قوی‌تر می‌شوند و هماهنگی آن‌ها به میزان زیادی افزایش می‌یابد. در این مراحل اولیه‌ی رشد، کودکان برای

آموزش آگاهی فضایی به کودکان

اگر ندانید کجا هستید و کجا می‌روید
نمی‌توانید به طور مؤثر حرکت کنید

انجام حرکتی ایمن و کارا به نظارت و آموزش نیاز دارند.

آموزش مفاهیم آگاهی فضایی، به ویژه فضای شخصی و عمومی پایه‌ای برای رشد جسمانی و پیشرفت تحصیلی کودکان است. همان‌طور که کودکان یاد می‌گیرند حرکت کنند، قدرت، استقامت و هماهنگی شان افزایش می‌یابد. از نظر تحصیلی، آن‌ها مهارت‌های حل مسئله را توسعه می‌دهند که می‌تواند به کلاس‌شان منتقل شود [کرچنر، کانینگهام و وارل^۱، ۱۹۷۸].

قبل از این که کودکان بتوانند یاد بگیرند، چگونه از مهارت‌ها استفاده کنند، باید فضایی را که مهارت‌ها در آن اجرا می‌شوند، کشف کنند. آگاهی از فضایی که شخص موقع بازی در آن عمل می‌کند، پایه‌ای برای انجام بیشتر

ورزش‌ها و بازی‌هاست. یک مفهوم اساسی در درک بسیاری از ورزش‌ها، توانایی دستکاری موفقیت‌آمیز بدن یا یک شیء (مثل توپ در بازی فوتبال، بسکتبال و...) میان یک فضاست. برای مثال، بازیکن فوتبال باید قادر به دیدن فضای باز در دست‌رس برای دویدن در مسیری که حرکت می‌کند باشد. در بسکتبال، دفاع رأس باید دائماً در جست‌وجوی فضای باز، یعنی جایی که توپ را می‌تواند به طور موفق پاس دهد، باشد. در بازی‌های تعقیب و گریز کودکان، کودک باید فضا را ببیند و به طور موفقیت‌آمیز در آن فضا مهارت را به اجرا درآورد یا حرکت کند.

ورزشکاران، در هر موقعیت ورزشی یا بازی باید یاد بگیرند، فضایی

را که اطراف آن‌هاست، با موفقیت اداره کنند. هنگام مشاهده‌ی کودکان در طول آموزش تربیت‌بدنی یا در خلال بازی، آشکار می‌شود که کودکان نمی‌توانند، شئی مانند یک توپ را که تحت کنترل آن‌هاست، به طور مؤثر دستکاری کنند. مشکلات در زمینه‌ی حرکت در فضای عمومی، موقعی بارز می‌شوند که کودکان بین گروه حرکت می‌کنند. زیرا مکرراً با یکدیگر برخورد می‌کنند و از میزان محدودی از فضای در دست‌رس استفاده می‌کنند. برای مثال، این موضوع در بازی فوتبال کودکان، هنگامی رخ می‌دهد که همه‌ی بازیکنان به محلی که با توپ در آن بازی می‌شود، هجوم می‌آورند و بازی فوتبال به طور منگنه‌ای ادامه



می یابد. کودکانی که آگاهی فضایی خوبی دارند، می توانند بازی در ناحیه ای را که پست آن ها محسوب می شود، یاد بگیرند و این یادگیری، حرکت ایمن کودکان را امکان پذیر می کند.

● تعریف فضای شخصی

فضای شخصی، در چارچوب مفهومی لابان، ناحیه ای را که کودک می تواند حرکت کند، نشان می دهد. فضای خودی (یا فضای شخصی)، به عنوان فضایی که بدن یا بخش هایی

از آن می تواند بدون حرکت از یک موقعیت آغازین به آن دسترسی یابد، تعریف می شود [گراهام و همکاران، ۲۰۰۳]، کودکان باید بیاموزند که فضای شخصی، فضای آن ها است. این فضا هر جا که می روند با آن ها است؛ چه بنشینند، چه بایستند، چه بخوابند. در مدرسه، کودکان باید درک کنند. زمان هایی وجود دارد که فرد باید در فضای شخصی به تنهایی کار کند (چه در حال نشسته و چه در حال دستکاری یک شیء). و زمان هایی هست که دیگران می توانند در فضای شخصی با او کار کنند (کار با یک یار یا با گروه). فضای شخصی، تماس با دیگر افراد، و وسایل یا اشیای اتاق را شامل نمی شود.

به طور کلی، کودک باید به تنهایی قادر به کار در فضای شخصی خود در ورزشگاه، کلاس یا مرکز یادگیری باشد. همه ی حرکات باید در فضای

شخصی شروع شوند. این امن ترین و آسان ترین ناحیه برای شروع یادگیری مهارت هاست. فضای شخصی، هنگام آموزش چگونگی کار انفرادی و بدون تداخل یا مزاحمت افراد یا اشیای دیگر، اهمیت دارد. کودکان باید یاد بگیرند که حرکت در فضای شخصی، محدوده ای را که آن ها می توانند در بالاتر، پایین تر و پیرامون خود به آن دسترسی داشته باشند، شامل می شود. اگر کودک بتواند ابتدا شیء (توپ، کیسه، حلقه یا طناب) را در فضای شخصی خود پرتاب کند و بگیرد، و نیز خم شود، کش یابد و حرکت کند،



آن گاه می تواند به حرکات مشکل تر در فضای عمومی پیشرفت کند.

● تعریف فضای عمومی

فضای عمومی، باقی مانده ی فضا در یک اتاق (یا موقعیت فضای باز) است که از طریق حرکات متفاوت می توان به آن دست رسی پیدا کرد [گراهام و همکاران، ۲۰۰۳]. مرزهای فضای عمومی، بسته به محیطی که شاگردان کلاس در آن آموزش می بینند، تغییر می کند. در سالن ورزشی، چهار دیوار، کف و سقف، مرزهای فیزیکی فضای عمومی محسوب می شوند. در کلاسی که در فضای باز در زمین تنیس برگزار می شود، مرزهای فیزیکی شامل چهار حصار کنار زمین، کف زمین و آسمان است. در فضاهای بازتر، معلمان از نشانه های مرزی (مانند خطوط یا مخروط ها) برای تعیین محدوده ی ویژه ی فضای عمومی که برای حرکت ایمن است، استفاده می کنند.

زمانی که کودکان بتوانند به طور مناسب و ایمن در فضای شخصی خود عمل کنند، می توانند همان مفاهیم را به حرکت در فضای عمومی منتقل کنند. حرکت در فضای عمومی مشکل تر است، زیرا کودک باید به طور هم زمان هم حرکت کند، و هم بدن خود و شاید یک شیء (توپ، کیسه یا طناب) را کنترل و از

تصادم اجتناب کند. اگر حرکت به آهستگی آغاز شود و آهنگ و تبحر در آن نمایان باشد، سپس می‌توان سرعت و دشواری را افزایش داد. کودکی که می‌تواند در فضای شخصی چهار دست و پا یا روی دو پا راه برود، می‌تواند اجزای دیگر حرکت، شامل مسیر (به سمت عقب)، سطح (پایین) و سرعت (سریع) را برای ارتقای حرکت، به حرکت خود اضافه کند.

🏐 آموزش مفهوم فضای شخصی

مفهوم فضای شخصی باید در مراحل اولیه‌ی رشد حرکتی به کودکان معرفی شود. معلمانی که از مفاهیم حرکتی استفاده می‌کنند، به اهمیت تأکید بر مفاهیم آگاهی فضایی در ابتدا واقف‌اند. قبل از این که کودک حرکتی را بتواند اجرا کند، باید درک کند که در فضا به کجا می‌رود.

در کلاس تربیت بدنی، مفهوم فضای خودی یا فضای شخصی باید تعریف و به وسیله‌ی کودکان تمرین شود و در برنامه‌ی درسی مدارس تقویت گردد. اگر دانش‌آموزان فرصت‌های مکرری برای حرکت هدف‌دار داشته باشند، توانایی آن‌ها برای اجرای حرکت و تکالیف حرکتی در محیط‌های شلوغ، افزایش می‌یابد. معلم تربیت بدنی و معلمین کلاسی می‌توانند، به منظور ایجاد فرصت‌های مناسب برای استفاده از زبان و مفاهیم آگاهی فضایی، با همدیگر کار کنند. معلمان تربیت بدنی می‌توانند در آغاز سال تحصیلی، با معلمان کلاسی جدید ملاقات کنند تا اصطلاحات مورد استفاده در تربیت بدنی و چگونگی استفاده از آن‌ها را در کلاس تشریح کنند.

اگر فضای شخصی همه‌جا همراه

ماست، پس مسلماً این فضا بخشی از تجربه‌ی کلاسی مانیز هست. هنگامی که معلمان کلاسی مفاهیم فضای شخصی را به‌عنوان یک تکنیک مدیریتی مؤثر به کار می‌برند، چند فایده‌ی مهم می‌تواند حاصل شود. اول این که دانش‌آموز درک می‌کند، زمانی هست که او در فضای شخصی خود است (تنها پشت میز خود)، و زمانی هست که اجازه دارد، در فضای شخص دیگری (با یک یار یا در خلال کار گروهی) باشد. دوم این که معلمان قادر به استفاده از مفهوم فضای شخصی برای برنامه‌ها، قوانین و نظم جاری، قبل و پس از کلاس هستند. برخی از این عادات جاری عبارت‌اند از: طرز قرارگیری در صف، حرکت به سمت بالا و پایین راهروها، و منتظر ماندن در صف ناهار یا برای آب خوردن پس از کلاس.

دانش‌آموزانی که مفهوم فضای شخصی را درک می‌کنند، می‌دانند که در این فضا و در خلال این عادات جاری، نباید با دیگران تماس داشته باشند. این یک تکنیک مدیریتی مهم برای تمرین و ممارست آن‌هاست. برای مثال، همان‌طور که معلم کلاس دانش‌آموزان را آماده می‌کند تا از یک قسمت مدرسه به قسمت دیگر بروند، می‌تواند دائماً درباره‌ی مفاهیم فضایی به آن‌ها یادآوری کند. معلم ممکن است بگوید: «هرکس بدون تماس با دیگران در صف قرار گیرد. به یاد داشته باشید که در فضای شخصی خودتان بایستید. هنگامی که به سالن ورزش رسیدید، بروید و در فضای شخصی خودتان بنشینید تا معلم ورزش آموزش‌های بعدی را بدهد.» و سرانجام معلمانی که به دانش‌آموزان کم‌سن نوشتن را یاد می‌دهند،

در می‌یابند که اگر دانش‌آموزان مفهوم بدن خود را در تربیت بدنی تمرین کرده باشند، مفهوم فاصله‌گذاری بین حروف و کلمات را با آسانی بیشتری درونی می‌کنند.

آموزش آگاهی فضایی به معلمان تربیت بدنی نیز به اندازه‌ی معلمان کلاسی مفید خواهد بود. دانش‌آموزان تفاوت بین کار انفرادی و کار با یک یار یا گروه را بهتر درک می‌کنند و کنترل بهتری را موقع تشکیل گروه‌ها، خطوط و تیم‌ها، یا موقع توزیع وسایل نشان خواهند داد. به علاوه، دانش‌آموزان کم‌سن به سرعت یاد می‌گیرند که هنگام انجام تکالیف نوشتاری، مفاهیم فضایی را با بدن و ذهن خود درونی کنند.

اولین درس آموزش فضای شخصی باید معرفی معنی واژه‌ی «فضا» به کودک باشد. کار خود را با یک مفهوم فضایی که کودکان به آسانی می‌توانند با آن ارتباط برقرار کنند (مثل قرارگیری ستاره‌ها در آسمان) آغاز کنید. ستاره‌ها پخش شده‌اند و یکدیگر را لمس نمی‌کنند. از کودکان بخواهید که هر کدام بروند و در یک فضای تعیین‌شده و وضعیت و مکانی که دور و بدون تماس با دیگران است، قرار گیرند. اگر تصویری از فضای شخصی مورد نیاز است، ابتدا با چند نقطه آغاز کنید. در ابتدا یافتن فضا برای پنج نفر اول از ۱۰ نفر آسان است. همین که یافتن فضا مشکل‌تر می‌شود، کودکان را برای جست‌وجوی اطراف و یافتن فضایی که دیگران آن را اشغال نکرده باشند، ترغیب کنید. دانش‌آموزان ممکن است در آغاز برای دیدن فضاهای خالی به کمک نیاز داشته باشند، اما به‌زودی چشم‌های آن‌ها برای جست‌وجوی فضای خالی تربیت



می شود.

زمانی که همه ی کودکان فضای شخصی خود را یافتند، از آن ها بخواهید اطراف را جست و جو کنند و آنچه را می بینند، به شما بگویند. پاسخ آن ها باید نشان دهنده ی این باشد که با هیچ شخصی تماس ندارند و با کسی تصادم نمی کنند. همه پخش می شوند و کل سالن ورزشی با کودکان پر می شود. پس از این که کودکان فهمیدند، کجا و چه طور یک فضای شخصی بیابند، می توانند شروع به کشف فعالیت هایی کنند که در فضای شخصی شان امکان پذیر است. همه ی حرکات اولیه، چه جابه جایی، غیر جابه جایی یا دستکاری، باید در فضای شخصی آغاز شوند. معلم می تواند حرکتی را شامل جهت ها، سطوح و مسیرهای متفاوت اضافه کند. پس از این که کودکان یاد گرفتند، در فضای شخصی خود کار کنند، فعالیت با یار و گروه را می توان پی گیری کرد.

برای توسعه ی بحث و واریسی درک دانش آموزان، این سؤالات را می توان پرسید: فضا کجاست؟ ما در کجای این فضا قادر به حرکت هستیم؟ مرزهای فیزیکی فضا چیست؟ مرزهای فیزیکی سالن ورزشی کجاست؟ چه چیزهایی درباره ی فضا را نمی توانیم احساس کنیم؟ چرا فضا مبهم است؟ اشیای متحرک در فضا چه کاری انجام می دهند؟ اشیاء در فضا چه حرکتی دارند؟ چگونه از ارتباط های فضایی در سالن ورزشی استفاده می کنیم؟ چرا آگاهی درباره ی فضا اهمیت دارد؟

پس از آموزش مفهوم فضای شخصی، به هر دانش آموز در کلاس یک کیسه ی لوبیا بدهید. از دانش آموز بخواهید که کیسه ی لوبیا را بگیرد و آن

را در یک فضای شخصی «مناسب» روی زمین قرار دهد. کیسه ی لوبیا را ترک کنید و از کودک بخواهید تا با هم به سمت دیوار قدم بزنید. به کیسه های لوبیا نگاه کنید و آن هایی را که خیلی به هم نزدیک هستند، انتخاب کنید. دانش آموزی را انتخاب کنید و از او بخواهید، حرکت کند و کیسه های لوبیا در محل شلوغ را به فضای بهتری ببرد. فضای شخصی چه قدر بزرگ است؟ دانش آموزان باید یاد بگیرند که فضای شخصی به اندازه ای است که فرد در بالای سر، در پایین تار سیدن به زمین، و در اطراف به اندازه ای که بدن بدون برداشتن بیش از دو گام، می تواند دست رسی داشته باشد. از حلقه ها می توان برای کمک به درک کودکان از اندازه ی فضای شخصی که در آن باید کار کنند، استفاده کرد. کودکان می توانند وانمود کنند، در کنار یک بادکنک یا حباب غول پیکر هستند و می توانند در کنار خود دیوارها را حس کنند.

🎯 آموزش مفهوم فضای عمومی

پس از این که کودکان در یافتن و کار در فضای شخصی موفق نشان دادند، می توانند استفاده از فضای عمومی را شروع کنند. آن ها ابتدا باید بیاموزند که چگونه در گروه بدون تصادم یا برخورد با هم حرکت کنند. همین که شروع به حرکت در فضای عمومی می کنند، مفهوم مشابه استفاده شده در آموزش فضای شخصی که به آن ها کمک می کرد، ابتدا یک فضای شخصی را بیابند، می تواند در این جا هم مورد استفاده قرار گیرد. به کودکان باید آموزش داد که چگونه با جست و جوی فضای باز، یعنی جایی که شخص دیگری در حال حرکت

نیست، در فضای عمومی حرکت کنند. به آن ها بگویید که ابتدا به آهستگی شروع به حرکت کنند و باید در جست و جوی فضایی باشند که فرد دیگری آن را اشغال نکرده باشد. به آن ها توصیه کنید: «اول دنبال فضای باز بگردید، بعد به سمت آن حرکت کنید.»

دانش آموزان پس از یافتن فضای جدید و استقرار در آن، باید فضای باز دیگری را جست و جو کنند. در ابتدا فرایند جست و جو و حرکت کردن آهسته است، اما کودکان با تمرین یاد می گیرند که به صورت خودکار، فضای باز را جست و جو و به سمت آن حرکت کنند.

کودکان غالباً با دویدن در دایره ها به سمت فضای باز حرکت می کنند. این عادت ممکن است نتیجه ی آموزش آن ها در تربیت بدنی یا دیدن اطراف مخروط هایی باشد که معمولاً در دایره قرار داده می شوند. کودکان در فضای عمومی، باید به همه ی نواحی اتاق یا سالن حرکت کنند. به آن ها آموزش دهید که به اطراف، انتها، گوشه ها و وسط فضا با شیوه های متفاوت (با استفاده از مهارت های گوناگون جابه جایی، و سطوح و جهت های متفاوت) حرکت کنند.

هرگاه که تعداد زیادی از کودکان سعی کنند، به یک فضای محدود بروند، ممکن است با هم برخورد کنند. کودکان باید یاد بگیرند که چگونه روی حرکت بدون تصادم تمرکز کنند. به این منظور لازم است، به آن ها انتخاب هایی را که هنگام برخورد با شخص دیگری می توانند داشته باشند، آموزش داد [گراهام و همکاران، ۲۰۰۳]. کودکان در بازی





می یابد، دانش آموزان باید جهت ها را با سرعت تغییر دهند.

۴. همان طور که فضا کاهش می یابد، دانش آموزان در مسیری که می توانند حرکت کنند، محدود می شوند. درباره‌ی مفاهیم متضاد با افزایش فضا، با دانش آموزان بحث کنید.

نتیجه گیری

آموزش فضای شخصی و عمومی زمان بر است پرورش آگاهی فضایی خوب در کودکان، حاصل مفاهیمی است که در کل برنامه‌ی درسی مدارس تقویت و بازدید می شوند. کودکان باید درک کنند که آگاهی فضایی خوب، از آسیب های ناشی از تصادم جلوگیری می کند و به آن ها یاری می دهد، مهارت ها را بدون تداخل با دیگران تمرین کنند و رشد دهد.

همان طور که کودکان ابتدایی مسن تر می شوند و بازی آن ها پیشرفت می کند، آگاهی فضایی اهمیت بیشتری می یابد. بخش اعظم بازی های تعقیب و گریزی که در مدارس ابتدایی انجام می شوند، شامل مهارت های گول زدن هستند. جست و جو برای فضاهای باز، تعادل، چابکی، سرعت، هماهنگی با تعادل و تغییرات

مسیر و جهت، همگی فرایند حرکت ایمن را پیچیده می کنند. جست و جو برای فضای باز، از جمله مفاهیم بنیادی در بازی های حمله به تور یا دیوار و ضربه زدن است. در والیبال، تنیس، فوتبال یا بیسبال، آگاهی از مکان و چگونگی حرکت در فضا ضرورت دارد. با کودکان درباره‌ی این که این مفاهیم چگونه در بازی هایی که هر روز انجام می دهند کاربرد دارند، گفت و گو کنید.

به طوری که خراش بر ندارد. کودکان می توانند اتومبیل را ترک کنند و بیرون بروند تا ببینند که آیا اتومبیل ها خیلی نزدیک به هم پارک شده اند یا خیر.

پس از این که کودکان یاد گرفتند، به طور ایمن در سراسر یک فضای عمومی ویژه (مثل یک سالن ورزشی) حرکت کنند، زمان کار برای حرکت در فضاهایی فرارسیده است که اندازه های متفاوتی دارند. در ورزش ها و بازی های گوناگون؛ مرزها و اندازه‌ی میدان ها غالباً باهم متفاوت هستند. زمین بسکتبال در مقایسه با زمین فوتبال، فضایی کوچک تر است. حرکت روی کف پوش لغزنده، متفاوت از حرکت در سالن ژیمناستیک است. کودکان می توانند وانمود کنند، فضایی که در آن حرکت می کنند، شبیه بازی «خیابان های شهر و فضاهای شلوغ» یا مثل یک دیوار متحرک است که کوچک و کوچک تر می شود. معلم به آهستگی اندازه‌ی فضا را کاهش می دهد تا دانش آموزان بتوانند، آن چه را که باید با حرکت در فضاهای کوچک رخ دهد، کشف کنند. پس از کاهش و سپس افزایش اندازه‌ی فضا، موضوع را با دانش آموزان به بحث بگذارید. بعضی از اصولی که باید در نظر گرفته شوند، عبارت اند از:

۱. همان طور که فضا کاهش می یابد، حرکات باید برای حرکت ایمن آهسته تر شوند (فضای کوچک تر به حرکت آهسته تر منتج می شود).

۲. همان طور که فضا کاهش می یابد، دانش آموزان باید فضای شخصی خود را برای اجتناب از تماس با دیگران جمع تر کنند (فضای کوچک تر به فضای شخصی کوچک تر منتج می شود).

۳. همان طور که فضا کاهش

«خیابان های شهر و فضاهای شلوغ» وانمود می کنند که اتومبیلی را می رانند. همان طور که اتومبیل را در فضای عمومی حرکت می دهند، معمولاً شخص، شیء یا دیواری را می بینند. چند انتخاب در این زمان می تواند موجود باشد: بازگشت به مسیری که از آن آمده اند، چرخش به چپ برای جست و جوی یک فضای جدید، یا بازگشت به راست. این انتخاب ها برای حرکت کننده‌ی با تجربه ممکن است واضح به نظر برسد، اما برای کودک گزینه های جدیدی برای کشف کردن هستند.

پس از آموزش مفهوم فضای عمومی، به هریک از دانش آموزان کلاس یک کیسه‌ی لوبیا بدهید. از همان فعالیت عمومی کیسه‌ی لوبیا که در بخش آموزش فضای شخصی توصیف شد، استفاده کنید. از کودکان بخواهید که به آهستگی پیرامون اتاق حرکت کنند و کیسه های لوبیا را با خود ببرند. از آن ها بخواهید که بایستند و کیسه‌ی لوبیا را در فضایی نزدیک خود روی زمین بگذارند. از کودکان بخواهید با همدیگر تا دیوار قدم زنید و به کیسه های لوبیا نگاه کنید. ببینید کدام کیسه های لوبیا بسیار نزدیک هم هستند. بحث کنید که چگونه می توانند به طور ایمن و دور از دیگر دانش آموزان، در فضای عمومی حرکت کنند.

به منظور کمک به کودکان برای تعیین اندازه‌ی فضای عمومی، می توانید از حلقه استفاده کنید. دانش آموزان دوبرابر فرمان اتومبیل باشد، بردارند و به آهستگی و با ایمنی بدون آسیب رساندن به اتومبیل، در فضای عمومی رانندگی کنند. اتومبیل را دور از دیگر اتومبیل ها پارک کنند،

پی نویس

1. Deborah Stevens-Smith
2. Rudolph Laban
3. Stanley
4. Graham et al
5. Meece
6. Kirchner, cunningham and warrell

منبع

JOPERD, Volume 75, No6, August 2004