

نویسنده:  
بهمن پتی فور  
منزجم:  
محمود عیوضی  
دانشگاه شهید رجایی

همان گونه که در هر زمینه‌ی تحصیلی، ارزشیابی وجود دارد، شما نیز به عنوان معلم تربیت بدنی براساس هدف‌ها و مقاصدی که برای کلاس تربیت بدنی تعیین کرده‌اید، مسؤلیت دارید، چگونگی یادگیری دانش‌آموزانتان را ارزشیابی کنید.

معمولاً نمی‌توان ارزشیابی دقیقی را فقط با آزمون‌های سنتی به دست آورد. برای این که ارزشیابی معتبر و دقیقی داشته باشید، لازم است تا آن جا که امکان دارد، ارزشیابی با واقعیت دوران فعالیت مطابقت داشته باشد. برای

مثال، احتمالاً نخواهید توانست قابلیت‌های کودک را در نگارش یک شعر و نحوه‌ی سرودن آن، براساس توصیفاتش درباره‌ی این که چگونه آن را انجام داده است، ارزشیابی کنید. اما احتمالاً خواهید توانست، حاصل واقعی آموزشتان را به سادگی ارزشیابی کنید. در تربیت بدنی باید تلاش‌های واقعی دانش‌آموزانتان را در زمینه‌های روانی حرکتی، شناختی و عاطفی از طریق مشاهده‌ی اجرای واقعی آن‌ها

ارزشیابی کنید.

خوشبختانه، ماهیت تربیت بدنی بر ارزشیابی استوار است که عیناً به اجرای آن معطوف می‌شود. البته نه این که قوانین و یا سنت‌های ادراکی نوشته شده، دارای اعتبار نیستند، بلکه در

# در کلاس درس تربیت بدنی دانش آموزان ارزشیابی



# در درس تربیت بدنی، جریان عمل مهم تر از نتیجه‌ی کار است

اختیار شما قرار می‌دهد.

۴. هنگامی که برنامه‌ی کلاسی را طراحی و به طرز شایسته‌ای هدایت می‌کنید، ارزشیابی به عنوان وسیله‌ی آموزشی گرانبهایی کاربرد خواهد داشت.

تمرکز بر خود

مسلم است که در آن واحد

نمی‌توان اجزا را

را از هم جدا کرد.

راه‌هایی بیابید تا به تجربه‌ی

عملکرد هر یک از افراد متمرکز شوید.

از جمله می‌توانید، وقایع را با خط قرمز

در دفتر روزانه ثبت کنید. و یا ممکن

است تصمیم بگیرید، یکی از

دانش‌آموزان، بخش برگزیده‌ای از

فعالیت تربیت بدنی را در زمان معینی و

با شرایط خاصی انجام دهد. از این

اطلاعات می‌توانید، در جهت بهتر

شدن برنامه‌ها با توجه به نیازهای فردی

دانش‌آموزان استفاده کنید.

ارزشیابی در تربیت بدنی را به اجمال توضیح خواهیم داد که شامل: آمادگی جسمانی، مهارت‌های روانی حرکتی، شناختی و اجرای مؤثر خواهد بود.

ویژگی‌های ارزشیابی در تربیت بدنی

۱. به کمک ارزشیابی می‌توانید،

حتی به دانش‌آموزانی که احتمالاً در

شلوغی جمعیت از دید شما پنهان

مانده‌اند، توجه کنید.

۲. اطلاعات حاصل از ارزشیابی

به شما امکان می‌دهد، پیشرفت کلاس

را به عنوان یک مجموعه، بررسی

کنید.

۳. ارزشیابی بازخورد با ارزشی از

چگونگی عملکرد شما به عنوان معلم

و مجری برنامه‌های تربیت بدنی در

تربیت بدنی نیازمند این هستید که نظر بیش‌تری به جریان عمل (پروسه) بیفکنید تا به نتیجه‌ی کار. برای مثال، کمک به دانش‌آموز برای این که توپ را به خوبی پرتاب کند، مهم‌تر از این است که تا چه اندازه می‌تواند آن را دورتر پرتاب کند (Hopple, 1995). در این مقاله، ارزشیابی منحصر به فردی از مفاهیم حرکتی در مجموعه‌ی تربیت بدنی را مرور خواهیم کرد.

در وهله‌ی اول، درباره‌ی نقش ارزشیابی در تربیت بدنی بحث خواهیم کرد. سپس، چهار بخش اصلی

## تصمیمات معلم اصولاً بر ارزیابی پیشرفت فردی دانش آموزان در فعالیت های کلاس تربیت بدنی استوار است

برای مثال، اگر مشاهده کردید که دانش آموزی تکنیک «آورهند» را در تنیس به خوبی انجام می دهد، باید او را تشویق کنید، توپ را دورتر پرتاب کند. اما اگر دیدید که این تکنیک را به خوبی اجرا نمی کند، باید در پی یافتن راه هایی باشید تا در کلاس تربیت بدنی، بازخورد سودمندتری در جهت یادگیری هر چه بهتر به او بدهید.

### تشخیص پیشرفت کلاس

هنگامی که هر یک از دانش آموزان را در یک مهارت ویژه یا بخشی از آن ارزیابی می کنید، از اطلاعاتی که

تشخیص دادید که تعداد قابل توجهی از دانش آموزان در فهم مهارت و یا تصور کلی آن وا مانده اند، نتیجه می گیرید که در این بخش باید زمان بیشتری صرف کنید و راه های دیگری را برای نزدیک شدن به آن بیابید.

اطلاعاتی که از ارزشیابی به دست می آورید، به شما امکان می دهد، گروه مناسب و یکدستی از دانش آموزان را آماده کنید تا به طور شایسته ای با هم رقابت کنند. ممکن است تشخیص دهید، دانش آموزان برای مهارت یا تصور آن آمادگی لازم را ندارند. اگر چنین بود، می توانید به

موفقیت کودکان، در مجزا نمودن آموزش، طراحی برنامه ی آموزشی سالیانه و درس های هفتگی، تشخیص نیازهای ویژه کودکان، ارتباط با والدین، و ارزیابی مؤثر بودن برنامه ها استفاده می شود.

### ارزشیابی نامناسب

در این حالت، دانش آموزان بر اساس امتیازات تست آمادگی جسمانی و یا بر اساس یک تست مهارتی مجرد، ارزیابی می شوند. برای مثال، کودکان نمره ای را در تربیت بدنی بر اساس امتیازاتشان در

عقب برگردید و کار پایه ای بیش تری را در رابطه با قسمتی که می خواهید ارزیابی کنید، انجام دهید یا بخشی کاملاً مجزا برای آینده طراحی کنید.

### ارزشیابی مناسب

تصمیمات معلم اصولاً بر ارزیابی پیشرفت فردی دانش آموزان در فعالیت های کلاس تربیت بدنی استوار است (ارزیابی رسمی)، نه بر اساس امتیاز یک تست مجرد (ارزیابی مختصر و محدود). از ارزشیابی پیشرفت بدنی و

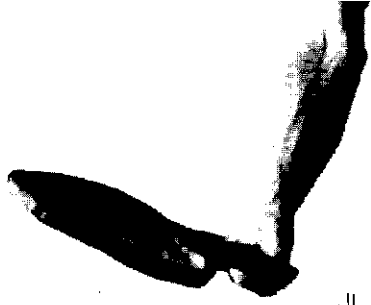
یک تست آمادگی جسمانی استاندارد شده و یا مثلاً بر اساس تعداد دفعاتی که بتوانند به طور مستمر از روی یک طناب پرش کنند، دریافت می کنند.

### ارزشیابی آموزش تربیت بدنی و برنامه ها

به عنوان یک معلم تربیت بدنی چه تأثیری بر دانش آموزان داشته اید؟ به عبارت دیگر، برنامه ی تربیت بدنی شما چه تأثیری بر آن ها داشته است؟ شما می توانید از ارزشیابی به عنوان بازخوردی سودمند و مفید در جهت

به دست می آورید متوجه می شوید که کلاس به عنوان یک مجموعه، تا چه حد بر اجرای آن مهارت تسلط یافته است. اگر دریافتید که بیش تر دانش آموزان مهارت را به خوبی انجام می دهند، خواهید دانست که احتمالاً اثر مستقیمی در یادگیری مهارت و یا تصور کلی از آن داشته اید. اما اگر





## ارزشیابی هر دانش آموز باید مبتنی بر این باشد که تا چه حد بر مهارت مسلط شده است

اگر این اصول اساسی را دنبال کنید، حقیقتاً ارزشیابی ابزاری برای یادگیری خواهد بود.

### زمینه‌های آموزش و ارزشیابی آمادگی جسمانی شامل:

آمادگی قلبی - تنفسی، قدرت و استقامت عضلانی، انعطاف پذیری و ترکیب بدن (نسبت توده‌ی چربی بدن به توده‌ی بدون چربی).

مهارت روانی حرکتی، شامل: اجرای مهارت‌های حرکتی خاص؛ برای مثال؛ توانایی لی لی کردن با یک الگوی حرکتی پالایش یافته.

مهارت‌های شناختی، شامل: درک دانش آموزان از چگونگی اجرا؛ برای مثال؛ اجرای صحیح مهارت‌های حرکتی چگونه است؟ چگونه قدرت عضلانی افزایش می‌یابد؟ چه طور می‌شود با یک توپ مدافعین حریف را گول زد؟...

روابط اجتماعی و طرز برخورد مناسب دانش آموزان در مجموعه‌ی ارزشیابی مؤثر، محرک بهبود روابط اجتماعی و طرز برخورد مناسب دانش آموزان در مجموعه برنامه‌های تربیت بدنی است.

هر برنامه‌ی آموزشی تربیت بدنی که به طرز مناسبی طراحی شده باشد، این چهار مورد را به طور متعادل آموزش می‌دهد و ارزشیابی می‌کند.

زیرنویس.....

1. Bonnie Pottifor

منبع.....

Pottifor, B., (2001), "physical Education methods for classroom teacher", Human Kinetics

یادگیری تربیت بدنی را افزایش می‌دهد و دانش آموزان می‌آموزند، فکر کنند که چگونه یاد می‌گیرند. در واقع، به جای این که به سادگی روی نتیجه‌ی عمل متمرکز شوند، روی جریان یادگیری تمرکز می‌کنند. به علاوه، مشاهده‌ی پیشرفتشان محرک بزرگی برای آن‌ها خواهد بود.

از این گذشته، ارزشیابی باید مرحله‌ی بعدی آموزش را مشخص کند تا بتوانید، به نیازهای علمی جدید دانش آموزان پاسخ دهید. اگر ناگزیر می‌شدید که برنامه‌ی آموزشی خود را بر اساس ارزشیابی تنظیم کنید، از چه راهی این کار را انجام می‌دادید؟ به مفهوم یادگیری در حد تسلط توجه کنید. مفهوم مذکور بر این فرضیه استوار است که اگر زمان کافی به کودکان داده شود و از آن‌ها حمایت به عمل آید، تمام آن‌ها می‌توانند، استاندارد معینی از مهارت را فرا بگیرند.

اصولی که در ادامه می‌آیند، مفهوم یادگیری در حد تسلط را بیان می‌کنند:

۱. لزومی ندارد که کودکان در مدت کوتاهی موفقیت را تجربه کنند.  
۲. ارزشیابی هر دانش آموز باید مبتنی بر این باشد که تا چه حد بر مهارت مسلط شده است.

۳. ارزشیابی باید همبستگی مستقیمی با برنامه‌ی آموزشی داشته باشد. دانش آموزان باید بدانند، آنچه را انتظار دارید یاد بگیرند، شما آموزش می‌دهید و آنچه را که آموزش داده‌اید، ارزشیابی می‌کنید.

۴. ارزشیابی باید شکل واقع بینانه و یا قابل اجرای یادگیری باشد.

۵. ارزشیابی باید بر پیشرفت در مدت معینی استوار باشد.

تهیه‌ی برنامه و اصلاح آموزش استفاده کنید. اگر دریافتید که کلاستان به عنوان یک مجموعه، در ارزشیابی به خوبی عمل نکرده است، نباید دلسرد شوید. ترجیح دارد راه‌هایی بیابید تا روش تدریس خود را اصلاح کنید. شاید شما و یک همکار بتوانید، کلاس‌های یکدیگر را مشاهده کنید و در مورد نحوه‌ی اداره‌ی کلاس تربیت بدنی با هم به مشورت بپردازید. علاوه بر این، می‌توانید از جریان کلاس خود نوار ویدیویی تهیه کنید و با دیدن آن، اطلاعات فوق‌العاده گرانبهایی درباره‌ی تکنیک‌های آموزش و دیدگاهتان به دست آورید. حتی احتمال دارد بتوانید، از یک متخصص تربیت بدنی ابتدایی درخواست کنید، کلاس شما را مشاهده و انتقادهای سازنده‌ای ارائه کند و تمرینات کمکی مناسبی ارائه دهد. به این ترتیب می‌توانید، کل برنامه‌ی تربیت بدنی خود را ارزیابی و اصلاح کنید و تصمیم بگیرید که بر کدام یک از اجزای برنامه‌هایتان تأکید کنید و بر کدامیک تأکید نکنید.

اگر دریافتید که به طور کلی دانش آموزانتان در ارزشیابی به خوبی عمل کرده‌اند، جا دارد خوشنود باشید، اما به عنوان یک معلم تربیت بدنی هنوز باید بکوشید تا یاد بگیرید و رشد کنید. این برای دانش آموزانتان فایده‌های بسیاری خواهد داشت.

### ارزشیابی، ابزاری برای آموزش

لزومی ندارد که زمان با ارزش آموزش را از ارزشیابی جدا کنیم. هنگام ارزشیابی، نسبت به زمان‌های تمرین، فکر کردن دو برابر می‌شود. این جریان، جنبه‌ی شناختی