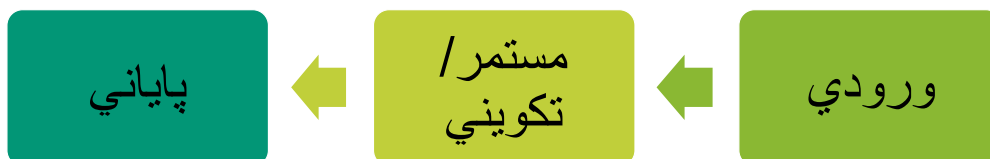


انواع ارزشیابی



اهمیت ارزشیابی مستمر در درس تربیت بدنی

ارزشیابی درس تربیت بدنی



مراحل ارزشیابی مستمر در درس تربیت بدنی

- اهداف و انتظارات یادگیری در هر موضوع را به خوبی و به دقت مد نظر قرار دهید.
- انواع فعالیت‌های یادگیری دانش‌آموزان را در هر درس دسته‌بندی کنید. با توجه به رویکرد آموزشی این درس، فعالیت‌های یادگیری دانش‌آموزان می‌تواند به دسته‌های زیر تقسیم گردد:
 - الف) فعالیت‌های داخل مدرسه
 - ب) فعالیت‌های خارج از مدرسه
- شیوه‌ها و ابزارهای سنجش و اندازه‌گیری هر فعالیت را به طور مناسب انتخاب کنید.
- اطلاعات جمع‌آوری شده را بررسی و جمع‌بندی کنید و برای کمک به دانش‌آموزان در رفع نقایص و ورود به مرحله بعد آموزش تصمیم‌گیری کنید.
- درباره پیشرفت و نقاط قوت و ضعف دانش‌آموزان با توجه به ملاک‌ها و معیارها، جمع‌بندی و قضاوت کنید و این قضاوت را می‌توانید در قالب نمره برای ارائه گزارش به دانش‌آموز، والدین یا مسئولین به کار بگیرید.

ابزارها و شیوه های رایج در سنجش درس تربیت بدنی

چک لیست مشاهده رفتار: چک لیست ها، همان برگه های مشاهدات هستند که معلمان برای نشان دادن اینکه آیا دانش آموز به عملکرد خاصی رسیده است یا خیر، آنها را به کار می برد. چک لیست ها یکی از مؤثرترین ابزارهای سنجش در تربیت بدنی هستند. **سؤالات پاسخ آزاد، آزمون های کتبی و شفاهی:** با توجه به اینکه دانش آموزان در درس تربیت بدنی و سلامت با یک سری حقایق و اصول حاکم بر این درس آشنا می شوند؛ از این رو ارزیابی یادگیری دانش آموزان در این مباحث می تواند از طریق برگزاری آزمون های کتبی به صورت چهارگزینه ای یا سؤالات پاسخ آزاد و آزمون های شفاهی انجام پذیرد.

کارنامه فعالیت های خارج از مدرسه: این کارنامه ها می توانند منعکس کننده فعالیت های ورزشی خارج از مدرسه دانش آموزان باشند که توسط دانش آموز و با نظارت اولیای دانش آموزان کامل می شود.

دفتر گزارشات سرگروه ها: ثبت گزارشات سرگروه ها که در قبال دانش آموزان گروه خود مسئولیت دارند، می تواند به عنوان یک ابزار ارزشمند در سنجش به معلمان کمک کند.

ابزارها و شیوه های رایج در سنجش درس تربیت بدنی

پروژه: پروژه‌ها فعالیت‌هایی هستند که بدون تشکیل و اختصاص ساعات کلاس به آنها، برای تکمیل‌شان ممکن است هفته‌ها با صرف زمان طولانی لازم باشد. در این برنامه بر انجام پروژه‌های گروهی در مباحث دانشی درس تربیت‌بدنی تأکید شده و ارائه پروژه‌ها در زمان مقرر، در قالب سخنرانی، تولید یک روزنامه دیواری، گزارش تحقیق درباره موضوعی خاص، نقاشی، ضبط مصاحبه و مشاهده‌ها توسط دانش‌آموز انجام خواهد شد.

خود ارزیابی: اگر از دانش‌آموزان خواسته شود تا درباره عملکرد و فعالیت‌های یادگیری خود فکر کنند، کمک مؤثری به یادگیری آنها خواهد کرد. در این روش قادر خواهند بود تا آنچه را که فرا گرفته‌اند، ارزشیابی کنند و فرصت پیدا می‌کنند تا ضمن تشخیص خطاها و ضعف‌های خود آن را اصلاح کنند.

ارزیابی دیگران: ارزشیابی دانش‌آموزان از فعالیت‌های یادگیری همسالانشان باعث رشد خودآگاهی می‌شود؛ زیرا هنگام داوری درباره عملکرد دانش‌آموزان دیگر، توانایی بررسی و تحلیل عملکرد در دانش‌آموزان تقویت می‌شود.

ابزارها و شیوه های رایج در سنجش درس تربیت بدنی

پوشه کار: مجموعه تکالیف کلاسی و خانه دانش آموز است که می تواند گویای پیشرفت او در درک مفاهیم آمادگی جسمانی، زندگی فعال و انجام تکالیف جسمانی داخل و خارج از مدرسه باشد که در یک پوشه مستند سازی و نگهداری می شود. برای مثال؛ گزارش انجام فعالیت های جسمانی و تمرینات ورزشی در ساعات خارج از مدرسه به صورت کاربرگ هایی از سوی دانش آموزان تکمیل می شود و هر هفته در پوشه کار بایگانی می شود.

آزمون های مهارتی: آزمون های مهارتی معیارهای خوبی برای سنجش عملکرد در اجرای مهارت های بدنی هستند. این آزمون ها عموماً معیارهای پایتري نسبت به ابزارهای مشاهده ای هستند و استفاده از آنها توسط معلم، همبازی ها یا خود دانش آموز خیلی آسان است. معلم برای ارزیابی مهارت ها می تواند از انواع آزمون های استاندارد و معلم ساخته استفاده کنند.

آزمون های آمادگی جسمانی: آزمون های آمادگی جسمانی استاندارد، معیارهای خوبی هستند که نشان می دهند دانش آموزان در چه سطحی از آمادگی قرار دارند و به دلیل داشتن هنجار معمولاً استفاده از آنها برای معلم بسیار آسان است. البته آزمون های معلم ساخته از جمله آزمون های ایستگاهی نیز با توجه به اینکه می توانند همزمان چندین فاکتور آمادگی جسمانی را با صرف زمان کمتر ارزیابی کنند، در این برنامه کاربرد دارند.

ارزشیابی از بخش‌های مختلف برنامه درسی

با توجه به نکاتی که در خصوص فرایند ارزشیابی درس تربیت بدنی و ابزارهای آن ذکر شد، پیشنهاد می‌شود ارزشیابی مباحث مختلف (مستمر و پایانی) به شکل زیر انجام شود.

• پروژه (ارزشیابی گروهی) و سوالات پاسخ آزاد کتبی یا شفاهی (ارزشیابی انفرادی)	مباحث دانشی
• چک‌لیست‌های مشاهده رفتار فردی و گروهی، خود ارزیابی، دفتر ثبت سرگروه‌ها و ارزیابی دیگران	مباحث نگرشی
• پوشه کار، چک لیست مشاهده رفتار و کارنمای فعالیت‌های خارج از مدرسه و آزمون‌های آمادگی جسمانی استاندارد و معلم ساخته	آمادگی جسمانی
• چک لیست مشاهده رفتار و آزمون‌های مهارتی استاندارد یا معلم ساخته	مهارت‌های حرکتی

نمونه کارنمای فعالیت های جسمانی دانش آموزان در خارج از مدرسه

نوع فعالیت های خارج از برنامه مدرسه من.....

نام تاریخ.....

شروع.....تاریخ خاتمه.....

تاریخ	ساعت شروع و پایان	مدت زمان فعالیت	محل انجام فعالیت	سبک/ متوسط/ شدید
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----

ضوابط سنجش:

- دانش آموز فعالیت های جسمانی خارج از مدرسه را بیش از حد انتظار انجام داده است ، 100% نمره
- دانش آموز فعالیت های جسمانی خارج از مدرسه را در حد انتظار انجام داده است ، 75 % نمره
- دانش آموز فعالیت های جسمانی خارج از مدرسه را کمتر از حد انتظار انجام داده است ، 50% نمره
- دانش آموز در انجام فعالیت های جسمانی خارج از مدرسه نیازمند تلاش بیشتر است ، 25% نمره

نمونه ای از معیارهای ارزیابی پروژه دانش آموزان

معیار / ارزش	1	2	3	4
بیان هدف های فعالیت	هدف ندارد	هدف مبهم است	هدف روشن ولی رسیدن به آن مشکل است	هدف روشن و قابل دستچایی است
طراحی و جهت دهی مراحل کار	جهت ندارد	جهت مشخص شده ولی واضح نیست	جهت مشخص شده است	جهت مشخص و مراحل کار کاملاً هماهنگ است
شیوه انجام کار	انجام نداده است	تلاش نسبتی کرده است	کار را در حد انتظار انجام داده است	حاصل کار بیش از حد انتظار است
اصول کار	کپی کرده یا دیگری انجام داده	کار ساده ای بوده است	کار ساده ای بوده ولی ایده های خوبی داده است	کار اصولی و ایده خود دانش آموز است
شیوه کار گروهی	کار گروهی خوب نبود	بعضی مواقع کار گروهی خوب بود	اغلب مواقع کار گروهی خوب بود	در تمام مراحل کار گروهی خوبی انجام شد
ارائه گزارش کار	نیاز به تمرین دارد	متوسط بود	خوب بود	عالی بود

جدول ارزشیابی گروهی

برگه ثبت امتیازات گروهی (برای هر گروه یک فرم در هر نیمسال)		
نام گروه: اعضای گروه:		نام سرگروه:
ملاک های ارزیابی	حداکثر نمره	نمره کسب شده
همه اعضای گروه پوشش مناسب ورزشی دارند.	تا 1 نمره	
سرگروه گزارش حضور اعضا را به طور دقیق تهیه کرده است.	تا 1 نمره	
اعضای گروه برنامه گرم کردن بدن را به طور مناسب اجرا کرده اند.	تا 1 نمره	
مسئولیت پذیری و انجام وظیفه (بسته به نوع آموزش) کامل بوده است.	تا 10 نمره	
تعاون و همکاری در گروه مشاهده می شود.	تا 1 نمره	
آمار و اطلاعات گروه آماده می باشد.	تا 2 نمره	
محتوای پروژه ها (سهم دانشی) کامل و مناسب است.	تا 4 نمره	
مجموع نمره	20 نمره	

جدول ارزشیابی انفرادی

نام و نام خانوادگی دانش آموز:				کلاس:	
ملاك هاي ارزيابي		حداكثر نمره		نمره كسب شده	
		نوبت اول	نوبت دوم	نوبت اول	نوبت دوم
علاقه مندي و مشاركت فعال در برنامه هاي كلاسي		تا 1 نمره	تا 1 نمره		
توجه به ارزش هاي اخلاقي و بازي جوانمردانه و روحيه ورزشكاري در همه اوقات		تا 1 نمره	تا 1 نمره		
آمادگي هاي جسماني و حركتي (قابليت هاي مورد نظر معلم در هر نيمسال)		تا 8 نمره	تا 4 نمره		
رعايت ايمني، بهداشت فردي، نظم و انضباط و حضور مرتب در كلاس		تا 2 نمره	تا 2 نمره		
توجه به حفظ و نگهداري محيط و وسايل ورزشي		تا 1 نمره	تا 1 نمره		
ميزان آگاهي از مطالب علمي مرتبط		تا 3 نمره	تا 3 نمره		

پارم‌بندی اهداف برای ارزشیابی پیشرفت تحصیلی درس سلامت و تربیت بدنی پایه ششم
سال تحصیلی ۹۶-۹۵

حوزه‌های موضوعی / عناوین کارنامه توصیفی	اهداف اصلی/اولمندی‌های مورد انتظار	دروس/ فعالیت‌های مرتبط	درصد توجه به هدف در آزمون و ارزشیابی پایانی
آمادگی جسمانی	بهبود استقامت قلبی - تنفسی	فصل سوم صفحه ۳۹-۶۰	۳۰٪
	بهبود انعطاف‌پذیری		
	بهبود قدرت و استقامت عضلانی		
مهارت‌های ورزشی پایه (دو و میدانی)	کسب مهارت پایه دو سرعت با مانع	فصل چهارم صفحه ۶۲-۸۰	۳۰٪
	کسب مهارت پایه دو سرعت مارپیچ امدادی		
	کسب مهارت پایه پرشی		
	کسب مهارت پایه پر تاب		
ایمنی، بهداشت و تغذیه در فعالیت‌های جسمانی	مشارکت در اجرا و ارائه پروژه‌های تغذیه، ایمنی و بهداشت در فعالیت‌های جسمانی و انتخاب رفتارهای سالم	فصل دوم صفحه ۳۲-۳۷	۲۰٪
	بازی‌های ورزشی و بومی - محلی	فصل پنجم صفحه ۸۲-۱۱۶	۲۰٪

توجه:

- معیار ارزیابی سطح آمادگی جسمانی و مهارت‌های ورزشی، میزان پیشرفت دانش‌آموز نسبت به خود اوست.
- برای کسب اطلاعات بیشتر، به کتاب راهنمای معلم درس سلامت و تربیت بدنی پایه ششم کد ۷۴/۲۴ مراجعه شود.