

نشریه علمی مرکز شهید مطهری خوی

پژوهنده

سال اول / شماره ششم خرداد ۱۴۰۰



دانشگاه شهید بهشتی
مرکز شهید مطهری خوی

تأثیر پوشش معلم بر یادگیری دانش آموزان
آموزش مبتنی بر بازی
زبان مادری و چالش های آموزش به زبان غیر مادری
موفقیت در امتحانات دانشگاه
و مطالب خواندنی دیگر



حضور پر شور مردم در انتخابات تأثیر زیادی در قوت و توانایی‌های دولت منتخب دارد و موجب افزایش آبرو، امنیت و قدرت بازدارندگی کشور می‌شود.

(بیانات رهبر معظم انقلاب اسلامی در دیدار نمایندگان تشکل‌های دانشجویی، ۱۴۰۰/۰۲/۲۱)



مدیر مسئول و معاون گروه علوم تربیتی:

دکتر قهرمان مددلو

سر دبیر نشریه و دبیر انجمن علمی علوم تربیتی:

کیمیا ناصری

لی اوت و صفحه آرایی:

فاطمه کرمانشاهی

با تشکر از همه مسئولین، اساتید و دانشجویان گروه که ما را در تمامی مراحل همراهی و حمایت میکنند.

حضرت علی (ع) :

زَكَاةُ الْعِلْمِ بَذْلُهُ لِمُسْتَحِقِّهِ وَإِجْهَادُ النَّفْسِ فِي الْعَمَلِ بِهِ زَكَاتُ دَانَش، آموزش به کسانی که شایسته آنند و کوشش در عمل به آن است.
(غرر الحکم و درر الکلم، ص ۳۹۱)

نشریه پژوهنده (دو ماه نامه)

سال اول / شماره پنجم / خرداد ۱۴۰۰

صاحب امتیاز:

انجمن علوم تربیتی مرکز شهید مطهری خوی

آنچه در این شماره می‌خوانید

قانون ۸۰/۲۰	۶	۸	زبان مادری
آموزش مبتنی بر بازی	۱۰	۱۲	علاقه و انگیزه در دانش آموزان
گزارش طرح ختم قرآن	۱۴	۱۵	نتیجه مسابقه بهار رحمت
تأثیر پوشش معلم بر یادگیری دانش آموزان	۱۶	۱۸	کودکان و خیال پردازی
یادگیری مشارکتی	۲۰	۲۲	سودوکو حل کنیم!
گزارش کارگاه مقاله نویسی	۲۳	۲۴	معرفی عجیب ترین مدارس دنیا
آزمون های هوش و پیشرفت تحصیلی	۲۶	۲۸	تأثیر قصه گویی بر رشد کودکان
چیدمان کلاس برای یادگیری	۳۰	۳۲	نتیجه مسابقه شب های بندگی
مسابقه معلم محبوب من	۳۳	۳۴	تنظیم خواب در دوران دانشجویی
برخی راهکارهای مدیریت کلاس	۳۶	۳۸	چگونه در امتحانات دانشگاه نتیجه بهتری بگیریم
پاسخ به مسابقه گام دوم	۴۰	۴۱	گردشگری مجازی

با سلام و احترام و دعای خیر حضور تمامی خوانندگان مجله خوب پژوهنده و با تقدیر و سپاس فراوان از دست اندرکاران سخت کوش و با عرض تسلیت به مناسبت ۱۵ خرداد سالروز قیام خونین مردم ایران و با عرض تسلیت به مناسبت ۱۴ خرداد سالگرد ارتحال امام خمینی (ره) مطالبی را هر چند مختصر در خصوص معلم و فن آوری به حضورتان تقدیم می دارد.

پیشرفت های تکنولوژیکی در سالهای اخیر چنان شتابزده و سریع اتفاق می افتد که خیل عظیمی از افراد در دنیا تا فرصت بکارگیری آن را بدست بیاورند یک فن آوری جدید و پیشرفته تر از آن جایگزین آن می گردد . در فرهنگ ارتباطات و در دنیای امروز تکنولوژی از عوامل مهم در تصمیم گیری ها و تصمیم سازی هاست . بطوری که بدون در نظر گرفتن فن آوری هیچ تصمیمی ضمانت اجرایی ندارد . چون با نگاهی کنجکاوانه معلوم می گردد که جای پای فن آوری در همه عرصه ها بطور واضح و آشکار قابل مشاهده و تامل است و این فن آوری در هر عرصه ای وارد شده است آثار بسیار ارزشمندی در جهت تسهیل و تسریع و تکمیل فرایند کار بجا گذاشته است و این موضوع امروز به قدری تشدید شده است که در برنامه ریزی های مختلف وبه ویژه برنامه های آموزشی و درسی فن آوری را عامل اصلی برنامه ریزی قلمداد می کنند . و این موضوع با توجه به اهمیت و ضرورت در حرفه معلمی بسیار قابل تامل و تاکید است و به خاطر همین موضوع در برنامه های تربیت معلم ایران دانشجویانی که شغل شریف معلمی را انتخاب نموده اند با توجه به رشته تحصیلی خود دروس مختلف فن آوری را الزاما باید خوانده و پاس نمایند و در نهایت مساله این امر مهم را ایجاب میکند که معلمان باید به تکنولوژی آموزشی مسلط باشند چرا که بدون توجه به فن آوری آموزشی در دنیایی که تکنولوژیکی است انجام امر تدریس به نحو مطلوب کاری دشوار خواهد بود .

مددلو

به نام خالق پیدا و پنهان

خدای مهربان را سپاس میگوییم که ما را در این راه یاری نمود تا با شماره دیگر از نشریه علمی پژوهنده در کنار شما ، مخاطبان گرانقدر باشیم . در ابتدای سخن ، سالروز رحلت رهبر کبیر انقلاب ، قیام ۱۵ خرداد و شهادت امام صادق (ع) را تسلیت عرض میکنیم .

در این شماره بر خلاف شماره های قبلی سخن سردبیر را کوتاه کرده و فقط به مواردی اشاره خواهیم کرد. نشریه علمی پژوهنده بر خود می بالد و میکوشد تا در حیطه حرفه معلمی و دانشجویی با حمایت شما سروران گرامی به موضوعات متنوعی بپردازد . امیدوارم مطالب مطرح شده در این شماره هم مورد توجه شما اساتید و دانشجویان محترم قرار بگیرد . باشتیاق منتظر نظرات و مطالب شما هستیم تا کنار هم در راه غنی تر شدن نشریه دانشگاهمان قدم برداریم . باعث خرسندی ماست اگر پیشنهادات یا نظرات خود را بیان کنید و با ما درارتباط باشید .

با آرزوی اوقات خوش
ناصری



قانون ۸۰/۲۰ یکی از موثر ترین نظریه های مربوط به مدیریت زمان و زندگی است. نام دیگر این قانون (اصل پارتو) به نام بنیان گذار آن (ویلفردو پارتو) اقتصاددان ایتالیایی می باشد. او این اصل را برای اولین بار در سال ۱۸۹۵ در نوشته های خود مطرح نمود. پارتو دریافت که افرادی را که در جامعه او زندگی می کنند به طور طبیعی می توان به دو دسته تقسیم نمود: گروه اول که او آنها را «اقلیت بسیار مهم» می نامد جزء ۲۰ درصد افرادی هستند که از نظر اقتصادی و تاثیرگذاری در بالاترین سطح جامعه می باشند و گروه دوم که او به آنها «اکثریت کم اهمیت» می گوید جزء ۸۰ درصد افرادی هستند که در سطح پایین جامعه قرار دارند.

او بعدها کشف کرد که تمامی فعالیت های اقتصادی عملاً تابع این قانون می باشند. به عنوان مثال، بر اساس این قانون ۸۰ درصد نتایج حاصله شما نتیجه ۲۰ درصد از فعالیت های شماست. ۲۰ درصد از مشتریان شما ۸۰ درصد فروش شما را تامین می کنند. بیست درصد از تولیدات شما و یا خدماتی که ارائه می دهید، هشتاد درصد منافع تان را حاصل می نماید. ۸۰ درصد از کل ارزش کارهای شما نتیجه ۲۰ درصد آنهاست و الی آخر. این بدان معناست که اگر شما لیستی از ده فعالیت داشته باشید ارزش دو مورد از آنها معادل یا بیش از هشت فعالیت دیگر است. در اینجا به کشف جالبی می رسیم. انجام هر یک از این کارها به یک اندازه وقت شما را می گیرد، اما انجام یک یا دو تای آنها پنج تا ده برابر هر یک از سایر موارد ارزش خواهد داشت.

در اغلب موارد انجام یکی از ده کاری که در لیست خود دارید به تنهایی می تواند بیش از انجام سایر نه مورد دیگر با هم سودمند باشد. این کار بی شک همان قورباغه ای است که در ابتدا باید قورت دهید.

می توانید حدس بزنید که یک فرد معمولی احتمالاً در انجام چه کارهایی بیشتر تنبلی می کند؟ حقیقت تاسف بار این است که اکثر افراد در مورد ۱۰ تا ۲۰ درصد کارهایی که از نظر ارزش

قانون

سحر خداکرمی

و اهمیت در صدر قرار دارند، یعنی همان «اقلیت بسیار مهم» تنبلی می کنند. در عوض خود را با ۸۰ درصد کارهایی که حداقل اهمیت را داشته و تاثیر بسیار اندکی در زندگیشان دارد، یعنی همان «اکثریت کم اهمیت» درگیر می نمایند. اغلب افرادی را مشاهده می نمایید که به نظر می رسد در تمام طول روز مشغول فعالیت هستند اما در اصل، نتایج بسیار اندکی حاصل می نمایند. چنین چیزی در اصل به خاطر این است که آنها به کارهای کم ارزش می پردازند اما در انجام یک یا دو فعالیتی که می تواند یک تحول واقعی در موسسه یا شغل شان ایجاد نماید تنبلی می کنند. ارزشمند ترین کارهایی که هر روز می توانید انجام دهید اغلب سخت ترین و پیچیده ترین آنهاست. اما بازده و پاداشی که در ازای انجام این کارها می گیرید می تواند فوق العاده باشد. بنابراین شما باید قاطعانه از انجام کارهایی که جزء ۸۰ درصد کم ارزش هستند خودداری نمایید، آن هم در حالی که ۲۰ درصد کارهای با ارزشی را که در صدر قرار دارند هنوز انجام نداده اید. قبل از انجام هر کاری ابتدا از خود بپرسید: آیا این کار جزء ۲۰ درصد کارهای با ارزشی است که باید انجام دهم یا جزء ۸۰ درصد کم ارزش؟

قانون: در مقابل این وسوسه که اول کارهای

۸۰/۲۰

کوچک را انجام دهید مقاومت کنید.

به خاطر بسپارید که وقتی کاری را به طور مدام انجام می دهید در نهایت تبدیل به یک عادت می شود که ترک آن مشکل است. اگر تصمیم بگیرید که روزتان را با انجام کارهای کم ارزش آغاز نمایید این عادت به زودی در شما شکل می گیرد که همواره روزتان را با انجام کارهای کم اهمیت آغاز کنید. مطمئناً این عادت نیست که مایل به شکل گیری یا حفظ آن باشید.

سخت ترین مرحله انجام هر کار مهمی، مرحله اول یعنی آغاز کردن آن می باشد. وقتی واقعاً انجام کار مهمی را آغاز می کنید به نظر می رسد که به طور طبیعی برای ادامه آن انگیزه پیدا می نمایید. قسمتی از ذهن شما علاقه دارد

80

منبع: تریسی، برایان (۱۳۹۰)، قورباغه ات را قورت بده، چاپ دهم، انتشارات نوای دانش

به کارهای مهمی که واقعاً می توانند تاثیرگذار باشند بپردازد. شما باید این قسمت از ذهنتان را به طور مداوم تقویت نمایید.

تنها فکر کردن در مورد آغاز کردن و به اتمام رساندن یک کار مهم به شما انگیزه می بخشد و کمک می کند که بر تنبلی غلبه نمایید. واقعیت این است که مدت زمان لازم برای انجام یک کار مهم اغلب به همان اندازه مدت زمان لازم برای انجام یک کار کم اهمیت است. با انجام یک کار مهم احساس فوق العاده ای از غرور و رضایت خاطر به شما دست خواهد داد و این در حالی است که با انجام یک کار کم اهمیت همان میزان وقت و انرژی صرف می نمایید اما رضایت خاطر به دست نمی آورید و یا میزان آن بسیار اندک خواهد بود. مدیریت زمان در واقع مدیریت زندگی و مدیریت فردی است. این در واقع تحت کنترل در آوردن جریان وقایع می باشد. مدیریت زمان بدین معناست که آزادانه انتخاب کاری را که انجام می دهید و انتخاب کاری را که بعد از آن انجام می دهید تحت کنترل داشته باشید. توانایی شما برای انجام بین کارهای مهم و کارهای کم اهمیت عامل تعیین کننده موفقیت شما در کار و زندگی می باشد.

افراد موثر و کارآمد همواره خود را موظف می دارند که کارهایشان را با انجام مهم ترین آنها آغاز نمایند. آنها خود را مجبور به خوردن قورباغه می کنند، حالا این قورباغه هر طور که می خواهد باشد. در نتیجه این افراد بسیار موفق تر و خوشبخت تر از افراد معمولی می باشند. شما هم باید از همین روش پیروی کنید. همین امروز لیستی از اهداف، پروژه ها و مسئولیت هایی که پیش رو دارید تهیه کنید. کدام یک از آنها جزء ۱۰ یا ۲۰ درصد کارهای مهمی هستند که ۸۰ یا ۹۰ درصد نتایج مورد نظر را حاصل می نمایند؟ از همین امروز قاطعانه تصمیم بگیرید که بیشتر وقت خود را صرف فعالیت های معدودی نمایید که واقعاً در زندگی شما تاثیرگذار می باشند و وقت کمتری را صرف فعالیت های کم اهمیت نمایید.

زبان مادری

و چالش های آموزش به زبان غیر مادری رومینا حضرتی

زبان در ابتدائی ترین معنای آن يك وسیله ی ارتباطی به حساب می آید که موجب برقراری ارتباط بین افراد با هر قوم و نژادی می گردد که در این برداشت می توان زبان را تا حدودی با وسیله ارتباطی دیگر موجودات و حیوانات یکسان دانست اما زبان انسانها فقط يك وسیله ارتباطی نیست بلکه وسیله بیان افکار، اندیشه ها، نگرشها و شناخت آنها از جهان خارج نیز است. این نقش زبان، نقش اطلاعی زبان می باشد و نه نقش ارتباطی آن، که در این برداشت این توانایی، ذاتی ذهن انسان است و هیچ موجود دیگری توانایی یادگیری و بکارگیری چنین زبانی را ندارد. هر چند که گزارش های ضد و نقیضی از زبان شناسان و روان شناسان مبنی بر یادگیری زبان بوسیله حیوانات ذکر شده است اما بر اساس تئوری ذاتی بودن زبان (برای انسان) که برای اولین بار توسط چامسکی مطرح شد هیچ موجود دیگری توانایی یادگیری زبان انسان را ندارد.

زبان نخست یا زبان مادری به نخستین زبان یا زبان هایی گفته می شود که کودک سخن گفتن به آن را یاد می گیرد یا آن را پیش از سن بحرانی می آموزد، یا می توان گفت زبانی که فرد توانایی اندیشیدن و سخن گفتن به آن همانند دیگر سخنوران آن زبان را دارد. زبان نخست (افزون بر زبان بومی) زبان شخصی است که معمولاً از کودکی آن را آموخته و به بهترین وجه ممکن صحبت می کند و اغلب معنایی برای همسانی جامعه شناسی زبان است. زبان مادری یک اصطلاح است و لزوماً به معنی زبانی که مادر انسان به آن سخن می گوید نیست. در بعضی از کشورها، اصطلاح زبان مادری بیشتر به زبان قومی فرد دلالت می کند تا زبان اول او. در برابر زبان نخست، زبان دوم زبانی است که هر فردی متفاوت با زبان نخستش صحبت می کند از نظر عصب شناسی زبان نخست در مقایسه با زبان هایی که فرد بعداً در بزرگسالی می آموزد (زبان دوم) جایگاهی متفاوت را در قشر مغز اشغال می کند، به طوری که در بسیاری موارد آسیب های مغزی محدود ممکن است سبب اختلال شدید در یکی از این دو زبان (نخست و دوم) شوند، در حالی که مهارت های زبان دیگر هیچ آسیبی نبینند. در سکنه های ایسمیک مغزی آسیب رایج تر به ناحیه زبان دوم وارد می شود و فرد معمولاً ابتدا توانایی های زبان دوم را از دست می دهد، در حالی که هنوز می تواند به زبان نخست نیز صحبت کند. در صورتی که کودک در همان آغاز کودکی بیش از یک زبان را فراگیرد، ناحیه مغزی مربوط به همه این زبان ها با ناحیه زبان نخست مشابه است و نمی توان از نظر علمی هیچ یک از آن ها را زبان دوم وی دانست. از عوارض

آموزش دروس در دوره ی ابتدایی به زبان غیر مادری کودکان (زبان فارسی) می توان به موارد ذیل اشاره کرد:

۱. عدم تکمیل نظام فکری و شخصیتی فرد (به هیچکدام از زبانهای مادری و فارسی) باعث عوارضی چون کاهش خلاقیت و ضعف بیان خواهد شد. در مورد مسئله کاهش خلاقیت می توان به تحلیل جلال آل احمد در سالیان پیش اشاره کرد که ایشان ضمن انتقاد از سیستم آموزشی تک زبانه ایران یکی از دلایل رویکرد اخیر اقلیت های زبانی ایران به فعالیتهای اقتصادی و حتی یدی را گریز ناخودآگاه آنها از ضعفی می داند که در خلاقیت های ادبی دچارش گشته اند. خلاقیت ادبی نیز نقطه آغاز خلاقیت های فرهنگی و روشنفکری است.

۲. در مورد ضعف قدرت بیان که متأسفانه بگونه ای غیر منصفانه موضوع تفریح عده ای از هموطنان نیز شده است می توان به تفاوت فاحش قدرت بیان و روابط عمومی اقلیت های زبانی در هردو زبان مادری و زبان فارسی اشاره کرد. موارد بسیاری می توان مشاهده کرد که کودکان اقلیت های زبانی از مطرح کردن سؤال یا ایده خویش در کلاس یا در جمع به زبان فارسی و حتی در بین مجموعه هم زبانان خویش و به زبان مادری خود نیز گریزان است. این پدیده را در قشر تحصیل کرده و بزرگسال نیز می توان مشاهده کرد. کسی که از بیان تفکرات خود می هراسد، در فکر کردن نیز تنبل می شود.

۳. از طرف دیگر تحقیر و بی توجهی به زبان مادری يك کودک می تواند به جدایی عاطفی او از پدر و مادر و خانواده بیانجامد که خود سر آغاز مشکلات روانی شخصیتی و اجتماعی فراوانی است. حتی این مشک شدیدتر نیز می شود

وقتی که کودکان اقلیت های زبانی در مجتمع های آموزشی با کودکان تک زبانه فارسی زبان هم کلاس باشند که به دلیل ناتوانی در برقراری ارتباط و بیان افکار خود به زبان دوم دچار حقارت و سرخوردگی مضاعف می شوند.

۴. افت تحصیلی دانش آموزان مناطق غیر فارس زبان حتی به زبان دوم یعنی فارسی نیز طبق اظهارات وزارت آموزش و پرورش نیز مشکلی است که می توان به آن اشاره کرد.

۵. شخصی که از هویت خود بیگانه شد و علاقه خود را نسبت به ملت و منطقه سکونت خود از دست داد، به راحتی و با کوچکترین مشکلی از محل سکونت خود مهاجرت نیز می کند.

بنابراین بر اساس چالش های مذکور در مورد آموزش و یادگیری کودکان اقلیت های زبانی، سیستم آموزشی کشور باید به دنبال راه حل های اساسی در این مورد باشد که می توان به راهکاری در این زمینه که در ادامه می آیند توجه کرد؛ از جمله اینکه آموزش علوم پایه و ادبیات به این کودکان پس از ورود به مدرسه به زبان مادریشان باشد تا دوره ی تطبیق و شناخت آنها تا سن دوازده سالگی کامل گردد و همانطور که قبلاً اشاره شد زبان دوم می تواند به عنوان يك یا چند واحد درسی در کنار این آموزشها به شکل اصولی به آنها آموزش داده شود. راهکار دوم اینکه دوره های پیش دبستان در این مناطق از چندین سال قبل از ورود کودکان به مدرسه آغاز شوند و کودکان فقط به یادگیری زبان فارسی گفتاری بپردازند نه زبان نوشتاری تا تسلط کامل قبل ورود به پایه اول ابتدائی در زبان دوم پیدا کرده باشند.

منبع: آرزو مندی، هادی، نقش زبان مادری در آموزش های اولیه کودکان غیر فارسی زبان

آموزش بازی مبتنی بر

کوثر خضرزاده

یادگیری مبتنی بر بازی یک روش آموزشی است که از عناصر بازی استفاده می کند تا مطالبی را به فراگیران آموزش بدهد. آموزش مبتنی بر بازی شیوه ای جذاب برای یادگیری است که فضایی امن و بی خطر برای فراگیران فراهم می کند تا بتوانند بدون ترس از عواقب و مشکلات دنیای واقعی، در دنیایی شبیه سازی شده تصمیم بگیرند، خطا کنند و بیاموزند. یادگیری حاصل از یک بازی، جدی، ناخودآگاه و به شدت اثربخش است. در یادگیری مبتنی بر بازی لزوماً این طور نیست که فراگیر تشخیص دهد چیزی آموخته است؛ بلکه زمانی که شرایط مشابه در دنیای واقعی برای وی رخ می دهد، مهارت های خفته در ضمیر ناخودآگاه وی به کمک می آیند و به او کمک می کنند تا بتواند در کمترین زمان ممکن بهترین تصمیمات را اتخاذ نماید. استفاده از بازی ها و سرگرمی های تفریحی پلی میان آموزش رسمی و آموزش غیر رسمی ایجاد می کند. چه زمانی می توان از بازی استفاده کرد؟

۱- از بازی می توان در آغاز فعالیت درس بهره گرفت. بازی مطمئن ترین روش و ابزار برای جلب توجه، افزودن بر علاقه، هماهنگ کردن فرایند یادگیری و آماده کردن شرایط برای فعالیت های آتی است.

۲- از بازی می توان در طی فرایند تدریس بهره گرفت.

۳- برای خلاصه کردن یا به پایان بردن درس هم می توان از بازی کمک گرفت. بازی پایانی شوق آفرین و اشتیاقی پایا برای یادگیری درس یا دروس پسین فراهم می آورد.

مراحل اجرای روش تدریس مبتنی بر بازی: مرحله نخست: بیان هدف: در مرحله حاضر

تلاش می کنیم هدف بازی را به روشنی و در نهایت سادگی برای دانش آموزان بیان کنیم. مرحله دوم: شرح بازی: در مرحله حاضر بازی مورد نظر برای آموزش مفاهیم، را شرح می دهیم. لازم است در شرح بازی دستورالعمل مورد نیاز و نحوه انتخاب افراد برای بازی و وسائل مناسب برای کمک به غنی سازی بازی مشخص گردد.

مرحله سوم: اجرای بازی: این مرحله عملی ترین بخش اجرای روش تدریس مبتنی بر بازی است. در مرحله حاضر همه دانش آموزان نقش فعالی در یادگیری دارند و معلم هم به مثابه راهنمای فعالیت های بازی عمل می کند؛ همچنین انواع وسائل کمک آموزشی فراهم شده هم در اختیار دانش آموزان قرار داده می شود.

مرحله چهارم: نتیجه گیری و ارزشیابی: به کمک این مرحله می توان روش یادگیری مبتنی بر بازی را به طور مؤثر انجام داد و در عین حال تمرکز دانش آموزان را به یادگیری معطوف کرد و نه فقط جنبه سرگرم کنندگی بازی؛ دانش آموزان باید در ازای تلاش خود، نتایج ملموس و عینی کسب کنند. اگر آنها دست به ساخت یک بازی بزنند و آن را انجام دهند، بایستی بخشی از آن به ارزیابی یا بازخورد اختصاص یابد. این بازخورد می تواند از کلاس دیگر، والدین یا انجمن دریافت شود و بر مبنای ایجاد یک تابلوی امتیاز، تهیه ویدئویی از بازی یا راه اندازی بازی بر روی یک صفحه وب و غیره باشد. فراموش نکنید که در طول بازی، یا در انتهای آن، به ترتیب به ارزیابی تکوینی یا پایانی دانش آموزان بپردازید. این ارزیابی می تواند توسط معلم، یکی از دانش آموزان

دیگر یا توسط خود دانش آموز و به صورت خود ارزیابی انجام گیرد. هر اقدامی که قبل، در طول یا بعد از بازی انجام می شود را می توان به بحث گذاشت، تحلیل و ارزیابی کرد، تا بیشترین بهره را از فعالیت آموزش مبتنی بر بازی به دست آوریم. در این روش، معلم، با فراهم کردن ابزارهای لازم برای دانش آموزان، به آنها می فهماند که داشتن تفریح و سرگرمی برایشان لازم است، اما در عین حال باید راه درست انجام کارها را نیز بدانند. مزایای یادگیری مبتنی بر بازی: ۱- ایجاد انگیزه ۲- امکان مشارکت دانش آموزان ۳- دانش آموز محور

بودن ۴- امکان تفکر انتقادی و تصمیم گیری ۵- امکان کار گروهی ۶- بازخورد فوری ۷- رشد شناختی ۸- پرورش خلاقیت ۹- درگیر کردن فراگیر ۱۰- توسعه مهارت ها. معایبی همچون نیازمند وقت، هزینه و امکانات بسیار، سخت شدن کنترل کلاس و... برای راهبرد تدریس مبتنی بر بازی ذکر گردیده است؛ اما همچنان که عیان است مزایای این راهبرد بسیار بیشتر از معایب آن می باشد و این معایب اندک نباید مانع استفاده از این روش شود.



یادگیری زمانی صورت می گیرد که دانش آموزان با علاقه و انگیزه در کلاس درس شرکت کنند. انگیزه تاثیر مستقیمی روی تلاش برای رسیدن به اهداف مشخص دارد. چون انگیزه اهدافی را ترسیم می کند که افراد برای رسیدن به آن تلاش می کنند و در نتیجه انگیزه برروی انتخاب هایمان نیز تاثیر می گذارد. همچنین این انگیزه است که باعث می شود تلاش و انرژی دانش آموز افزایش یابد و در نهایت این انگیزه است که به بهبود عملکرد دانش آموزان منجر می شود. نبود انگیزه مانع بزرگی در برابر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان است پس ایجاد آن هم در دانش آموزان کار دشواری خواهد بود.

انگیزش از مباحث کلیدی تعلیم و تربیت است که شناسایی مفهوم آن و آگاهی از فنون ایجاد و افزایش انگیزه در دانش آموزان به معلم کمک می کند تا در اجرای برنامه های آموزشی خود، روش های بهتری را به کار گیرد. اگر به عنوان معلم به دنبال ایجاد انگیزه در شاگردان خود هستید، باید به آنها ثابت کنید که حرف های خوبی برای شنیدن دارید. سعی کنید با اشتیاق تدریس کنید. حالت چشم و گاهی لبخند کنایه آمیز معلم به یک دانش آموز ممکن است اشتیاق و انگیزه او را از بین ببرد. سعی کنید همیشه پرانرژی باشید که اگر اینگونه باشید بعید است دانش آموزان سر کلاس چرت بزنند. یا اگر دانش آموزی تکلیف خود را به موقع انجام نمی دهد، بعد از کلاس با او صحبت کنید و در انجام تکلیف کمکش کنید، شاید لازم باشد روش مناسب انجام پژوهش را دوباره برایش توضیح دهید.

انگیزش، قلب یادگیری و یادگیری، قلب روانشناسی و آموزش است. انگیزش هنر کمک کردن به انسان ها است که اذهان و انرژی های خود را بر روی کاری که انجام می دهند، متمرکز کنند. پس تکالیف و پروژه هایی که به دانش آموزان می دهید، باید علاوه بر اینکه باعث رشد خلاقیت دانش آموزان شوند باید جنبه ی سرگرمی نیز داشته باشند. مثلاً از دانش آموزان بخواهید یادداشتی در مورد موضوع درس بنویسند و برای تشویق آنها، یادداشت و نوشته ی آنها را در کتابخانه مدرسه یا محله در دسترس

سایرین قرار دهید. همچنین سعی کنید که همیشه فضایی شاد در کلاس ایجاد کنید، باین کار دانش آموزان ارتباط بهتری با معلم و مدرسه برقرار می کنند. چون هر چه فضای کلاس شادتر باشد، انگیزه ی دانش آموزان برای یادگیری نیز بیشتر می شود.

فقط یک معلم نباشید. در کاری که می خواهید انجام دهید بهترین باشید. با غرور و تکبر محبت نکنید. معلم می تواند الگوی خوبی برای شاگردان خود باشد. پس تجربه های خوب خود را در زمینه هایی که احساس

می کنید می تواند برای دانش آموزان جالب و مفید باشد، تعریف کنید.

انگیزه به دو نوع درونی و بیرونی تقسیم می شود. از انگیزه های بیرونی می توان به تقویت کننده هایی چون پول، تایید، محبت، احترام و نمره و از تقویت کننده های درونی هم می توان به رضایت خاطر و احساس خوب از یادگیری اشاره کرد. آنچه بیشتر موجب رفتار خودجوش می شود، انگیزه درونی است و هدف عمده فعالیت های پرورشی معلم یا مربی این است که دانش آموز به تدریج از انگیزه های بیرونی به سمت انگیزه های درونی هدایت شود.

در کل برای ایجاد و افزایش انگیزه در دانش آموزان به عنوان معلم باید محتوا، مورد علاقه دانش آموزان باشد و با زندگی آنها ارتباط داشته باشد. بعد با توانایی آن ها نیز هماهنگ باشد، تشویق کلامی و تشویق با جایزه باشد ولی نه بیش از حد که دانش آموز وابسته به تشویق شود، معلم از دانش آموزان انتظارات مثبت داشته باشد، همچنین محیط کلاس و مدرسه بایستی دارای امنیت و نظم باشد، جو کلاس طوری باشد که به مطالعه و یادگیری ارزش قائل شود، دانش آموزان در فعالیت ها مشارکت فعال داشته باشند، محیط آموزشی یکنواخت نباشد و همچنین از وسایل کمک آموزشی استفاده شود.

یانپی، افسانه و کر، صدیقه و جونی علی، ۱۳۹۶، ایجاد انگیزه در فرآیند تدریس و تاثیر آن در تثبیت یادگیری دانش آموزان، اولین همایش ملی علوم اجتماعی، علوم تربیتی، روانشناسی و تربیت اجتماعی، تهران



نتیجه مسابقه بهار رحمت

در ۲۸ الی ۳۰ فروردین ماه مسابقه ای تحت عنوان بهار رحمت در کانال علمی مرکز توسط انجمن علمی علوم تربیتی برگزار شد و دانشجویان از دانشگاه های فرهنگیان استان های مختلف در این مسابقه شرکت کردند .

مسابقه بصورت ۳ شب متوالی و ۵ سوال ۴ گزینه ای از کلیپ های سخنرانی استاد قرائتی در ماه مبارک رمضان برگزار شد . در پایان مسابقه دو نفر از دانشجویان به قید قرعه از بین کسانی که بیشترین امتیاز را کسب کردند به عنوان برنده اعلام شدند

برندگان مسابقه :

دانشجویان عزیز ، خانم ها

۱- خدیجه حشمتی (رشته علوم تربیتی ، مرکز شهید مطهری خوی)

۲- صبا فرجی (رشته تربیت بدنی ، مرکز شهید مطهری خوی)



گزارش طرح ختم گروهی قرآن کریم در ماه میهمانی خدا

طرح ختم گروهی قرآن توسط اعضای انجمن علمی علوم تربیتی مرکز شهید مطهری خود در ماه مبارک رمضان در کانال علمی مرکز برگزار شد و دانشجویان علاقمند در این طرح شرکت کردند .

امیدواریم همه عزیزان از خیر و برکات این طرح بهره مند شوند .

تأثیر پوشش معلم بر یادگیری دانش آموزان

مینا نجفی

آراستگی های ظاهری انسان و نحوه پوشش او زمینه و عامل مهمی در جلب توجه افراد به شمار می آید. در بسیاری از محیط ها و خصوصاً در محیط های آموزشی و مدارس، توجه به آراستگی های ظاهری از عوامل مهم در نشاط آفرینی است. در این میان، توجه به وضعیت ظاهری معلمان و عوامل اجرایی مدرسه از نظر روان شناسان اجتماعی عامل مهمی در کارایی پیام دهی در محیط های آموزشی است. در تمام مدتی که معلم در مدرسه یا کلاس حضور دارد، لباسش نوازشگر چشمان دانش آموزان است و به گونه های غیرمستقیم، وی با انتخاب پوشش خود از حیث نوع و رنگ، بر آنان تأثیر میگذارد. موضوع پوشش هر چند به ظاهر ساده به نظر می آید، اما در واقع چنین نیست. برخی معلمان میپندارند که باید تنها به لحاظ علمی و اخلاقی آراسته و توانمند باشند و توجه به ظواهر، از جمله رعایت شأن معلمی در پوشش و پیرایش، اهمیت چندانی ندارد.

هر رفتاری که در هر زمانی از معلم سر می زند، می تواند به شکل يك الگو عمل کند. از این رو دانش آموزان، رفتارهای مثبت و منفی یا هر دو را از معلمان خود خواهند آموخت. در تمام این موارد، دانش آموزان به جای توجه به آنچه معلم به شکل نظری بیان می دارد، به رفتارها و واکنش هایی که معلم از خود نشان می دهد، گرایش پیدا می کنند. هرگز نباید فراموش کرد که معلم می تواند تأثیر فوق العاده ای بر محیط کلاس و در نتیجه بر رفتار دانش آموزان داشته باشد. آراستگی ظاهر معلم از حیث لباس، می تواند تأثیری شگرف، اما غیر مستقیم بر شخصیت دانش آموزان بگذارد، اگرچه خود او نیز به گونه ای غیر مستقیم تحت تأثیر انتخاب خود در نوع

و رنگ لباس است. این مطلب در روان شناسی به اثبات رسیده است که هر نوع رنگی در لباس چه اثراتی در خود شخص و بینندگان او ایجاد می کند و این خود می تواند از منظری دیگر نشان دهنده نوع شخصیت و روحیه صاحب آن باشد. پوشش یکی از شئون انسانی است و این شأن انسان به خصوصیات متفاوت فردی، اجتماعی وی مربوط می شود و می توان گفت که لباس پرچم وجود آدمی است که از اعتقادات و فرهنگ و آداب و رسوم وی سخن می گوید. سفارش و تأکید قرآن و روایات به استفاده صحیح از این وسیله، به ما یادآوری می کند که شکر نعمت لباس به استفاده صحیح و مناسب از آن نعمت است تا زمینه رشد شخصیت فردی و اجتماعی انسان را فراهم کند و تأثیر پوشش صحیح را بر آرامش و امنیت بیان نماید. حضرت علی (ع) میفرمایند: «آراستگی از اخلاق مومنان است» آنچه از روایات اسلامی به دست می آید اینکه جمال و زیبایی امری پسندیده است و به همین قیاس استفاده از لباس زیبا به عنوان يك نعمت الهی شایسته محسوب می گردد. پوشش ظاهری به ظاهر امر ساده ای به نظر می آید؛ اما در واقع چنین نیست. برخی از معلمان می پندارند که باید به لحاظ علمی و اخلاقی آراسته و توانمند باشند و توجه به ظواهر از جمله رعایت شأن معلمی در پوشش و آرایش یا پیرایش از اهمیت چندانی برخوردار نیست. اما این پندار، ناصواب و خطاآلود است. فراگیران، حتی درباره پوشش معلم موشکافی میکنند و اگر معلم ظاهری ژولیده و نامرتب داشته باشد، از او تأثیر چندانی نمی پذیرند. دانش آموزان



نیز با کسی رابطه خوبی برقرار میکنند که جذابیت خاصی برایشان داشته باشد؛ به ویژه از نظر آراستگی ظاهری که مورد بحث ماست، اینجاست که یادگیری دانش آموزان با علاقه مندی همراه خواهد بود و نتیجه بهتری در پی خواهد داشت. عادت شخصی تمیز بودن يك معلم نیز ارتباط تنگاتنگی با طرز لباس پوشیدن او دارد همان طور که يك سخنران خوش ظاهر، احترام بیشتری را در بین شنوندگان جلب می کند. يك معلم خوش رو و آراسته نیز شانس بیشتری در بدست آوردن انضباط کلاس درس و يك تدریس اثر بخش دارد تا يك معلم ژولیده و نامرتب. پوشش معلم، فعالیت ذهن و هوش دانش آموزان را افزایش میدهد و باید در نظر داشت فعال شدن هوش دانش آموز منجر به بروز خلاقیت، تلاش و کوشش فرد در یادگیری می شود.

استفاده معلمان از لباسهای تکراری، ساده و رنگهای تیره موجب عدم توجه و ایجاد ناراضی و بی حوصلگی دانش آموزان در کلاس می شود. رنگ و شکل لباس در جذب مخاطب تأثیر دارد به خصوص پوشش مناسب معلمان یا ترکیب بندی رنگهای شاد باعث طراوت روحیه و نشاط قلبی دانش آموزان میشود. صحبت ما قطعاً درباره چنین نحوه پوششی برای مدتی کوتاه نیست، بلکه جهت گیری بحث ما درباره نهادینه شدن چنین پوششی در بطن فرهنگ است، طوری که به مرور حالتی عادی و یکنواخت به خود بگیرد تا جایی که بتوانیم محیط های یادگیری را از حالت رکود و خمودگی خارج کنیم و شاهد تأثیرات مفید و مؤثر بر روح و روان دانش آموزانی باشیم که آتیه سازان جامعه اند.

منبع: پنجمین کنفرانس بین المللی رویکرد های پژوهشی در علوم انسانی و مدیریت بررسی پوشش معلمان بر یادگیری دانش آموزان در کشور ایران؛ زهرا همت راد، نادر شهامت

کودکان

و خیال پردازی

زهرای نژاد

آدمی از طریق فطرت، غریزه، کنجکاوی و بینهایت جویی که خداوند در درون وی به ودیعه نهاده است، قادر به ادامه ی حیات و صیانت وجود می شود. در برابر آلام و رنج های درونی، موضع مناسب اتخاذ کرده و خود را از درماندگی ها نجات می دهد، اینجاست که وی از نیروی تخیل و خیال بافی کمک می گیرد. در خیال بافی، آدمی تابع آرزوهای خویش می شود و واقعیات را به گونه ای دیگر درک می کند. این حالت قسمتی از بازی های خیالی دوران کودکی هر کس را تشکیل می دهد، در آن هر کودک خود را فردی مهم احساس می کند، این فایده را برای کودک دارد که از اضطرابات او جلوگیری می کند، به نقشه های آتی کمک می نماید.

کودکان در سنین پیش از دبستان، علاقه ی بسیار زیادی به بازی ها و موضوعات تخیلی پیدا می کنند در واقع کودک به بازی های خیالی علاقه دارد، زیرا می تواند آن طور که می خواهد باشد و زندگی کند. برخی از روانشناسان معتقدند که این حالت نباید در کودکان تداوم یابد، بدان خاطر که آنها را از واقعیت ها، پذیرش مسئولیت ها و موفقیت در امور بعدی حیات دور می سازد.

خیال پردازی که یکی از ویژگی های کودکان تیز هوش نیز می باشد مزایایی دارد از آنجایی که کودک با خیال پردازی در شرایط خیالی مختلفی قرار گرفته است، طبیعتاً در هنگام تصمیم گیری در مشکلات از قدرت ذهن بیشتری برخوردار خواهد بود. طبق نظریه داروین از هر اندامی که بیشتر و بهینه تر استفاده کنیم، آن اندام تواناتر شده و کارکردی بهتری خواهد داشت. در کودکان هم همین نظریه صدق می کند و خیال پردازی و تصویرسازی مدام در ذهن کودک موجب توانمند سازی سیستم فکری او میشود. این کودکان در آینده پردازی خوب عمل میکنند و خوش فکر و خلاق هستند. خیال پردازی همچنین کودک را نسبت به بسیاری از وقایع پیرامونش کنجکاو

می نماید.

خیال پردازی خوب است اما تا زمانی که کنترل شده و بهنجار باشد و زمانی که با عملکرد عادی زندگی تداخل پیدا کند می تواند مخرب باشد بعضی خیال پردازی ها هستند که بسیار خطر ساز میباشند زندگی این کودکان از ریتم عادی خود خارج میشود و آن ها ارتباط خود را به کلی با دنیای بیرون قطع میکنند. خیال پردازی مخرب بر روی تمرکز کودک تاثیر دارد و با حواس پرتی او و پرش فکری مدام سبب افت تحصیلی او میشود. درگیر شدن بیش از حد و ناهنجار کودک با دنیای تخیلات خود میتواند او را نسبت به آموخته های دنیای واقعی بی اعتنا کند و آموزش دادن به او را با مشکل مواجه کند.

خیال پردازی افراطی و مخرب کودک میتواند توسط خانواده و معلم کنترل شود. میتوان با خواندن داستان ها یا تماشای یک برنامه ی مربوطه به تخیلات کودک جهت داد و سبب حرکت آن ها در مسیر صحیح شد باید به شیوه تنفس کودک توجه کرد و با تمرین های کوتاه روزانه روی نفس کشیدن او کار کرد بی خوابی و داشتن خواب نامنظم نیز باعث فرورفتن کودک در دنیای تخیلات میشود و باید کیفیت و کمیت خواب او تنظیم شود. معلم و خانواده با همکاری هم میتوانند رفتار های مخرب را کنترل کنند و از بروز آسیب ها جلوگیری نمایند. در مواقعی که روش های کنترل اثربخش نمی باشد باید از افراد متخصص و روان شناسان کمک گرفت. در مواردی مثل: وقتی که شدت و دفعات خیال پردازی کودک زیاد شود به طوری که در خانه، در مهمانی، هنگام بازی با همسالان و هر جای دیگر دائم در دنیای تخیلات خود باشد. زمانی که کودک در دنیای خیالی خودش سیر کند طوری که مرز واقعیت و خیال را متوجه نباشد و باعث بیزاری او از دنیای واقعی شود.

در آخر باید گفت که خیال پردازی یک امر طبیعی ست و نباید کودک بخاطر آن سرزنش شود بلکه خانواده و معلم و اطرافیان با کنترل درست و جهت دادن صحیح به تخیلات کودک میتوانند باعث رشد و پیشرفت شده و کودک را از مزایای قوه تخیل بهره مند سازند. همانطور که آلبرت انیشتین میگوید قوه تخیل همه چیز است. قوه تخیل پیش نمایش جاذبه های آینده ی زندگی ست.

منبع: بررسی تخیل کودکان و رؤیای آرمان شهر، با محوریت نمایشنامه ی بهترین بابای دنیا اثر غلامحسین ساعدی (مهدی شریفیان-نساء بخشی)





را برطرف کرده و در استدلالات و نتیجه گیری ها بحث نمایند.

۳- مسئولیت فردی

سومین عنصر یادگیری مشارکتی آن است که هر یک از اعضا مسئولیت خاصی دارد و هیچ کس نمی تواند بدون این که در فعالیت گروه نقشی داشته باشد، از نتایج کار بقیه ی افراد بهره مند شوند در واقع هدف اصلی مسئولیت فردی آن است که افراد بتوانند تکلیفی را که امروز به طور مشارکتی انجام شده ، در آینده به تنهایی انجام دهند .

راه های ایجاد مسئولیت فردی

کوچک نگهداشتن اندازه ی گروه

رأه ی آزمون جداگانه به هر یک از اعضای گروه

انتخاب یکی از اعضای گروه به طور تصادفی برای شرح فعالیت انجام شده در گروه به صورت شفاهی.

مشاهده و یادداشت برداری از فعالیت هر یک از اعضای گروه .

درخواست از اعضای گروه برای توضیح دادن مطالب آموخته شده به سایر دانش آموزان کلاس.

موقعیت یادگیری مشارکتی ، به عنوان نوعی وابستگی متقابل سازنده مطرح است به این معنی که دانش آموزان در گروه های کوچک با هم مشارکت و در یادگیری مطالب به یکدیگر کمک می کنند به طوری که هر یک از آنها در آینده بتوانند به صورت انفرادی از عهده انجام آن برآیند آنها موفقیت یکدیگر را تحسین کرده و همدیگر را در انجام تکالیف تشویق می کنند و یاد می گیرند که بدون توجه به نژاد ، طبقه ی اجتماعی ، هوش، و یا توانایی متفاوتشان با یکدیگر کار کنند.

ارکان اصلی یادگیری مشارکتی

تعریفی که جانسون از یادگیری مشارکتی ارائه می دهد به این صورت است: کسب اهداف گروهی که در صورت کار انفرادی یا در صورت رقابتی ، نمی توان به آنها دست یافت»

جانسون بر این اساس ۵ رکن اصلی را برای یادگیری مشارکتی ذکر می کند. باید توجه داشت که این ارکان برای هر نوع رابطه ی مشارکتی موثر- نه تنها در زمینه ی آموزش بلکه در خانواده ، گروه های کاری بزرگ سالان و ... لازم و ضروری است.

۱- وابستگی متقابل سازنده

اولین و مهمترین عنصر در یک کلاس درس مشارکتی این است که دانش آموزان باور داشته باشند که متقابلاً به یکدیگر وابسته اند، به این صورت که یا همه با هم شنا می کنند و یا با هم غرق می شوند در یک موقعیت یادگیری مشارکتی هر دانش آموز مسئول است که

۱- موارد درسی معین شده را فرا گیرد

۲- مطمئن شود سایر اعضای گروه نیز موارد درسی را فرا گرفته اند.

۲- تعامل تشویق کننده ی رو در رو

به این معنی که اعضای گروه یکدیگر را در رسیدن به اهداف تشویق و ترغیب کنند ، یادگیری یکدیگر را تسهیل نمایند به طور موثری به یکدیگر کمک کنند بازخوردهای سازنده به هم بدهند ، نیازهای یکدیگر



۴- مهارت های گروهی و بین فردی

چهارمین عنصر یادگیری مشارکتی، استفاده از مهارت های گروهی و بین فردی است. باید به دانش آموزان مهارت های اجتماعی مورد نیاز برای مشارکت گروهی موثر آموزش داده شود. مثلاً دانش آموزان باید یاد بگیرند که :

۱- به یکدیگر اعتماد کنند

۲- افکار و احساسات خود را با دقت و بدون ابهام بیان نمایند

۳- یکدیگر را بپذیرند و از هم حمایت کنند

۴- اختلافاتشان را به طور سازنده ای حل نمایند .

۵- پردازش گروهی

پردازش گروهی به معنای آگاهی از موارد زیر است : عملکرد گروه چگونه است؟ یادگیری چگونه انجام می شود. فعالیت کدام عضو مفید تر است و کدام یک از فعالیت ها باید ادامه یابد یا تغییر کند؟ چنین پردازشی باعث می شود.

۱- گروه بتواند روابط کاری مناسب را حفظ کند

۲- یادگیری مهارت های مشارکتی تسهیل شود

۳- اعضای گروه بر اساس کارشان باز خورد دریافت کنند

۴- گروه علاوه بر تفکر شناختی به تفکر فراشناختی نیز دست یابد.

منبع

شعبانی، حسن (۱۳۷۷)، مهارت های آموزشی و پرورشی روش ها و فنون تدریس، تهران، انتشارات سمت

سودو کو حل کنیم!

خدیجه حشمتی

سودو کو (Sudoku) جدول اعدادی است که امروزه یکی از سرگرمی های رایج در کشورهای مختلف جهان به شمار می آید. سودو کو مخفف یک عبارت ژاپنی است که معنی آن «ارقام باید تنها باشند» می شود.

قوانین بازی

قانون اول: در هر سطر از جدول اعداد ۱ الی ۹ بدون تکرار قرار بگیرند.

قانون دوم: در هر ستون از جدول اعداد ۱ الی ۹ بدون تکرار قرار بگیرند.

قانون سوم: در هر بلوک 3×3 اعداد ۱ الی ۹ بدون تکرار قرار بگیرند

جدول شماره ۱

۷		۳	۶	۸			۵	
		۸						
۹					۴		۶	
۳			۹					
۱				۵				۸
					۸			۹
	۷		۲					۱
						۷		
	۲			۱	۹	۳		۶



انجمن علمی علوم تربیتی برگزار میکند:

کارگاه مقاله نویسی

مدرس: جناب آقای دکتر مددلو
عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان

زمان: ۲۳ فروردین ماه، ساعت ۱۸:۰۰

«برای تمامی شرکت کنندگان گواهی حضور تعلق خواهد گرفت.»

لینک ورود به کارگاه: <https://vc.cfu.ac.ir:443/magalenevisi>

انجمن علمی علوم تربیتی مرکز شهید مطهری خوی
دانشگاه فرهنگیان استان آذربایجانغربی

محل برگزاری کارگاه در فیلدکشن
adobe connect

گزارش کارگاه مقاله نویسی

در تاریخ ۲۳ فروردین ماه کارگاه مقاله نویسی با هدف ارتقای مهارت دانشجومعلمیان توسط انجمن علمی علوم تربیتی مرکز برگزار شد. در این کارگاه جناب آقای دکتر مددلو، عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان، توضیحاتی درباره مراحل مقاله نویسی، انواع مقالات و همایش ها و مجلات و ... ارائه دادند. در پایان دانشجویان خواستار ادامه این کارگاه شدند.

به امید جلسات بعدی.

لازم به ذکر است پوستر کارگاه در کانال های دانشگاهی فرهنگیان استان و کانال علمی مرکز اطلاع رسانی شده بود.



مدرسه ابتدایی آبو

این مدرسه در نیومکزیکو قرار دارد و اولین مدرسه زیر زمینی ایالات متحده است که در طول دوران جنگ سرد که بین آمریکا و روسیه بود، ساخته شده است. آن ها در واقع می خواستند که حتی در دوران جنگ هم آموزش بچه ها ادامه دار باشد تا آن ها عقب نیفتند. در سال ۱۹۹۵ این مدرسه مدتی بسته شد ولی الان دوباره به کار خود ادامه می دهد.

مدرسه ی آینده فیلادلفیا

این مدرسه در سال ۲۰۰۶ تاسیس شد و دانش آموزان می توانند در آن چشم اندازی به آینده داشته باشند. دانش آموزان هیچ مداد و یا دفتری به همراهشان ندارند، آن ها در مدرسه با اپلیکیشن های مختلف میکروسافت مثل وان نت، ریاضی و علوم یاد می گیرند. ساعت شروع کلاس ها از ۹ صبح تا ۴ بعدازظهر است که دقیقا برابر ساعت کاری اداره هاست و در واقع بچه ها را برای آینده آماده می کند. دانش آموزان این مدرسه بسیار موفق هستند و به نظر می رسد در ریاضی، حرف های زیادی در آینده برای گفتن داشته باشند.



منبع: content.wisestep.com



لیلا فرهادزاده

معرفی عجیب ترین مدارس دنیا

مدرسه جادوگری

مدرسه جادوگری در ایالت ماساچوست آمریکا قرار دارد. این مدرسه درسها را بصورت آنلاین ارائه می دهد و لازم نیست در مدرسه حضور داشته باشید ولی بعضی ها می توانند انتخاب کنند که حضور فیزیکی داشته باشند. این مدرسه عقاید جادوگران و بعضی از تردستی ها و کارهای آن ها را آموزش می دهد و از سال ۲۰۰۴ که تاریخ گشایش مدرسه بوده، بیشتر از ۲۰۰۰۰ نفر در آن ثبت نام کرده اند.

مدرسه قطاری

دومین مورد از مدارس عجیب جهان متعلق به مدرسه قطاری است. دیدن کودکانی که در ایستگاه های قطار هند همه ی زندگی شان را می گذرانند به جای این که به مدرسه بروند دردناک بود آن هم وقتی که در فقر کاملند و تحصیلات می توانست زندگی آنان را عوض کند. به همین خاطر معلمی بنام ایندرجیت خورانا تصمیم گرفت بجای اینکه کودکان را به مدرسه بکشاند، قطار را به پیشوار آنان ببرد. در واقع مدرسه آنها در قطار است، آن ها در این مدارس شعر، عروسک گردانی و بازیگری یاد می گیرند و در هر زمانی که بخواهند می توانند مدرسه را ترک کنند. در این مدرسه حتی غذا و خدمات پزشکی هم به کودکان و هم به خانواده هایشان ارائه می شود.

مدرسه جادوی مارها

در این مدرسه در هند به کودکان از سن دو سالگی نحوه ی جادو کردن مارها را آموزش می دهند و همین که کودکان به سن ۱۲ سالگی می رسند تقریبا دیگر همه چیز را درباره مارها و طبیعت آن ها می دانند و آماده شده اند تا

به صورت حرفه ای با آن ها کار کنند. پسرها یاد می گیرند چطور با صدای فلوت مار را میخکوب کنند و دخترها هم نحوه ی نگهداری از مارها را آموزش می بینند..

مدرسه آزاد بروکلین

مدرسه ای آزاد در آمریکا است که در سال ۲۰۰۴ تاسیس شده است. در این مدرسه هیچ قانونی برای دانش آموزان وجود ندارد در واقع ایده این است که دانش آموزان بتوانند خودشان راهشان را پیدا کنند. دانش آموزان درباره ی این که چه چیزی را دوست دارند یاد بگیرند آزادند و اگر به نشستن بر سر کلاس درس علاقه مند نباشند می توانند در خانه بمانند.

مدرسه قایقی

به خاطر بارش باران های سهمگین و سنگین موسمی در بنگلادش، تحصیلات هزاران کودک به خطر تخریب خانه ها و مدارس تحت الشعاع قرار گرفت. در این میان یک موسسه خیریه مدرسی را روی قایق ساخت تا بتواند مشکلات آموزشی بچه ها را حل کند. دانش آموزان هر روز بر روی این قایق ها رفته و کلاس درسشان شروع می شوند، این کلاس ها به کامپیوتر، اینترنت و یک کتابخانه کوچک مجهز هستند.

مدرسه غاری دونگژونگ

در این مدرسه دانش آموزان در داخل غار آموزش می بینند. این غار در گوئیژو چین قرار دارد و در سال ۱۹۸۴ تاسیس شده است و در حال حاضر ۱۸۶ دانش آموز و ۸ معلم دارد. گوئیژو یکی از فقیرترین استان های کشور چین است و تقریبا هیچ کمکی از دولت دریافت نمی کند و بنابراین تصمیم گرفتند تا خودشان مدرسه ای درست کنند.



آزمون‌های هوشی

و پیشرفت تحصیلی فاطمه‌علیزاده

انواع مختلف آزمون‌های هوشی وجود دارد و هریک از آن‌ها هوش را از زاویه‌ای جداگانه و کمی متفاوت از بقیه مطرح می‌کند. با این همه، اکثر این آزمون‌ها سعی می‌کنند استعدادهایی را اندازه بگیرند که می‌توانند نتایج تحصیلی را بهتر منعکس کنند. در این جا به تشریح آزمون‌هایی می‌پردازیم که رواج بیشتری دارند.

آزمون‌های فردی

اولین آزمون هوشی فردی، که در مقیاس بسیار وسیع مورد استفاده قرار می‌گیرد، آزمون استنفورد بینه است. بطور خلاصه، این آزمون از روی آزمونی که برای اولین بار، در اوایل قرن بیستم، آلفرد بینه در فرانسه ساخته، به وجود آمده است. لوئیز ترمین، در سال ۱۹۱۶ آزمون بینه را در دانشگاه استنفورد آمریکا، به منظور اندازه‌گیری هوش کودکان ۳ تا ۱۶ ساله ی آمریکایی مورد تجدیدنظر قرار می‌دهد و آن را آزمون استنفورد بینه می‌نامد.

منظور از اجرای انفرادی آزمون این است که آزمایشگر در هر نوبت تنها می‌تواند یک آزمودنی را بیازماید. در نخستین تجدیدنظر شده این آزمون، نتیجه آزمودنی به صورت سن عقلی بیان می‌شد. سن عقلی یعنی این که کودک، در پاسخ‌گویی به آزمون، توانایی چه سنی را داشت. مثلاً اگر یک کودک هفت‌ساله نتیجه ی متوسط

کودکان هشت‌ساله را به دست می‌آورد، می‌گفتند که او سن عقلی یا توانایی ذهنی کودکان هشت‌ساله را دارد. عیب سن عقلی این بود که نسبی نبود و میزان عقب‌ماندگی یا پیش‌رسی را به‌طور دقیق نشان نمی‌داد. مثلاً، اگر سن عقلی یک کودک شش‌ساله، ۵ سال و سن عقلی یک کودک دوازده‌ساله، ۱۱ سال بود، ظاهراً هر یک از آن‌ها یک‌سال عقب‌ماندگی داشت. اما واقعیت این است که کودک شش‌ساله عقب‌مانده‌تر از کودک دوازده‌ساله بود، زیرا اهمیت عقب‌ماندگی در سنین پایین بیشتر است. برای از بین بردن این عیب، ضریب هوشی یا هوش‌بهر را محاسبه می‌کنند که یک عدد نسبی است و رابطه‌ی سن عقلی سن تقویمی را نشان می‌دهد. برای محاسبه ضریب هوشی، سن عقلی را بر سن تقویمی تقسیم می‌کنند و برای این که عدد بدست آمده اعشار نداشته باشد آن را در ۱۰۰ ضرب می‌کنند. بنابراین، فرمول محاسبه ضریب هوشی چنین خواهد بود.

$$IQ = MA/CA \times 100$$

بدین ترتیب اگر سن عقلی یک کودک ۷ ساله، ۸ سال باشد، ضریب هوشی او ۱۱۴ خواهد بود.

اصولاً باید تحصیلات خود را تا سطوح بالا ادامه دهند و نتایج خوبی نیز بدست آورند. ضرایب هم‌بستگی بین آزمون استنفورد بینه و سایر آزمون‌های استعداد تحصیلی، بین ۰/۷ تا ۰/۸۲ متغیر است. بدین ترتیب، بدلیل رابطه نسبتاً نزدیک بین آزمون بینه و استعداد تحصیلی، آزمون بینه شاخص خوبی برای پیش‌بینی موفقیت تحصیلی است.

آزمون‌های و کسلر

در میان سایر آزمون‌های انفرادی هوش، می‌توان به آزمون‌های وکسلر اشاره کرد. در سال ۱۹۳۷ دیوید وکسلر، روان‌شناس بالینی بیمارستان‌های نیویورک، تصمیم می‌گیرد، با استفاده از روشی متفاوت از روش ترمین، آزمون هوشی تهیه کند. ترمین سوالات آزمون استنفورد بینه را بر اساس سن تنظیم کرده بود. اما وکسلر سوالات آزمون خود را بر اساس درجه دشواری تنظیم می‌کند. وکسلر در مجموع سه مقیاس فراهم می‌آورد: برای کودکان ۳ تا ۶ ساله، برای کودکان ۵ تا ۱۵ ساله و برای بزرگسالان.

تفاوت دیگر بین آزمون استنفورد بینه و آزمون‌های وکسلر اهمیت دادن آن‌ها به اندازه‌گیری استعداد کلامی است. آزمون بینه برای اندازه‌گیری استعدادهای کلامی تهیه شده است، در صورتی که مقیاس‌های وکسلر طوری تهیه شده‌اند که استعدادهای کلامی و غیرکلامی را به‌طور یکسان اندازه می‌گیرند. دیدگاه وکسلر دو امتیاز دارد: می‌توان استعدادهای کلامی و غیرکلامی را به‌طور جداگانه یا با هم اندازه گرفت، افرادی هم که زبان آزمون را نمی‌دانند یا نمی‌توانند حرف بزنند می‌توانند تحت آزمایش قرار بگیرند.

در این فرمول، اگر صورت و مخرج کسر برابر باشند، یعنی اگر سن عقلی و سن تقویمی یکسان باشند، ضریب هوشی ۱۰۰ خواهد بود. بنابراین، می‌توان گفت که کودک عادی یا بهنجار کودکی است که سن عقلی و سن تقویمی او برابرند. کودکانی که ضریب هوشی بالایی دارند،

منبع: کتاب روانشناسی عمومی دکتر حمزه گنجی

تأثیر قصه گویی بر رشد کودکان و اختلالات رفتاری

مأثده مسعودی راد

قصه، نوعی سخن و نوشته است که در آن، گوینده یا نویسنده؛ فکر و اهدافی را در قالب رویدادهای واقعی یا خیالی بیان کرده و با لحنی مناسب و روش های متناسب، سعی در برانگیختن کنجکاوی خواننده (کودک) دارد. قصه گویی نیز، بیان خلاقانه عواطف و تخیلات است که کاربرد آن، همیشه در بسیاری از جنبه های رشد کودکان مورد استفاده قرار گرفته است. روش قصه گویی و قصه درمانی همچنین، تأثیر زیادی بر درمان و رفع اختلالات رفتاری کودکان داشته است. در این بحث سعی بر این است که مطالبی جهت روش های درمانی اختلالات کودکان با استفاده از قصه، توسط اولیاء و معلمان؛ ارائه شود.

قصه ها و افسانه ها، همواره در رشد و کمال ذهنی و فرهنگی انسان ها موثر بوده و به نوعی زندگی اجتماعی و فرهنگی مردم، شیوه کار، رفتار، احساس، اخلاق و اعتقادات هر جامعه را نشان می دهد. قصه گویی همچنین، به عنوان روشی برای آموزش ارزش های اجتماعی و اخلاقی استفاده شده است. درون مایه اصلی قصه ها، آرزوی انسان ها بوده است. قصه ها، هم شادی آفرینند و هم آموزنده می باشند. در قصه ها از واژه هایی استفاده می شود که کودکان را تحت تأثیر قرار می دهد. در این میان؛ قصه گویی و قصه درمانی، باعث درمان آسیب ها و اختلالات رفتاری می شود و معلمان و والدین را با شیوه درمانی اختلالات رفتاری کودکان آشنا می کند. بر اهمیت قصه گویی و قصه درمانی در دوران پیش دبستان و دبستان، تأکید زیادی شده است. که یکی از این اختلالات رفتاری، اختلال لجبازی-

نافرمانی می باشد که با این روش یعنی قصه گویی؛ می توان از شدت آسیب های آن کاست.

قصه گویی برای کودکان فواید بسیار زیادی دارد و تأثیرات فوق العاده ای در تقویت حافظه و یادگیری کودک می گذارد. قصه گویی والدین برای کودکان، نه تنها سرگرم کننده است بلکه دارای مزایای بی شماری در رفتار و آینده کودک نیز است. تأثیر قصه گویی بر زندگی و

آینده کودک، یک امر ثابت شده است به طوری که امروزه کارشناسان، برای برخورد با کودک پرخاشگر و لجباز، روش قصه درمانی را پیشنهاد می کنند. داستان گویی، نوعی بیان خلاقانه تخیل است که این کار به کلمات و کنش های متقابل با ایجاد تنوع در لحن نیازمند است تا داستانی مهیج و جالب برای شنوندگان ایجاد شود. قصه یا داستان، سخن یا نوشته ای است که در آن، گوینده یا نویسنده؛ فکر و اهدافی را در قالب رویدادهای واقعی یا خیالی، که برای شخصیت های گوناگون پیش می آید، بیان می کند و کنجکاوی شنونده یا خواننده را بر می انگیزد تا از دنباله رویدادها و نتیجه آنها آگاه شود.

قصه ها، می توانند از نظر تربیت اجتماعی، عاطفی و اخلاقی نیز موثر واقع شوند و بسیاری از مقررات، هنجارهای اجتماعی و دستورالعمل های زندگی را منتقل کنند. چگونگی روبه رو شدن با مشکلات، حل آنها و بسیاری از الگوهای رفتاری در گروه ها و طبقه های مختلف اجتماعی و سنی در داستان ها بیان می شود. به همین دلیل است که رویکردهای داستانی به درمان اختلالات و روان درمانی تأکید دارند و قصه ها، در چگونگی رفتار و واقعیت های کودکان نقش موثری را ایفا می کنند. هنر قصه گویی می تواند به عنوان یک فن درمانی، سبب کاهش شدت نشانه های اختلالات رفتاری شود. از روش قصه گویی به عنوان یک نقش تربیتی که تأثیر زیادی بر رشد فکری و ذهنی و عاطفی کودکان دارد می توان استفاده کرد.

منبع: آنا پلوسکی، ۱۳۷۶. قصه گویی در خانه و خانواده.

ترجمه مصطفی رحماندوست.

علی صاحبی، ۱۳۹۳. قصه درمانی.

(عاطفه احمدی)

مروزه دانش آموزان زمان زیادی را در محیط های آموزشی و به ویژه در مدرسه می گذرانند، لذا طراحی داخلی در محیط های آموزشی از اهمیت زیادی برخوردار است و نباید آن را بی ارزش قلمداد کرد. این طراحی حتی می تواند در روند آموزش هم به معلمان کمک کند و روش های تازه آموزش را میسر سازد.

ظاهر کلاس درس باید برای دانش آموزان جذاب و کاربردی باشد. نحوه چیدن وسایل، شکل میزها و راحتی صندلی ها نیازمند توجه و دقت ویژه ای است و ظاهر هر کلاس باتوجه به پایه تحصیلی، نیاز دانش آموزان و اهداف آموزشی معلم باید متفاوت از یکدیگر باشند. از آنجایی که بیشتر وقت دانش آموزان در مدارس سپری می شود و یا به عنوانی مدرسه خانه دوم آن ها است، لزوم رعایت چیدمان مناسب و فراهم آوردن محل راحت و قابل استفاده برای دانش آموزان ضروری است. به این نکته توجه کنید که فضای هر کلاس و نحوه چیدمان مطابق نوع درس، نحوه ارایه معلم و حتی تعداد دانش آموزان می تواند تغییر کند.

میز و صندلی در کلاس درس به روش های زیر چیده می شوند:

ردیف های مرتب:

چیدمان کلاس به صورت ردیفی مزیت های زیادی دارد از جمله این که: معلم دید کافی بر همه ی دانش آموزان دارد و آن ها هم، معلم را به راحتی می بینند. در این سبک معلم می تواند با تمام کسانی که صحبت می کنند، ارتباط چشمی داشته باشد. همچنین، برقراری نظم را آسان می کند.

انواع مدل چیدمان ردیفی:

ردیفی تک نفره: این نوع چیدمان برای کلاس های کلاسیک بسیار مناسب است و برای کلاس هایی که معلم محور است و دانش آموز موظف به انجام فعالیت های تک نفره در کلاس است، پیشنهاد می شود.

مزیت این سبک چینش:

۱. عدم ارتباط دانش آموزان با یکدیگر

۲. کاهش حواس پرتی

چیدمان کلاس برای یادگیری (فضای آموزشی)



ردیفی دو نفره یا نیمکتی:

این مدل چینش برای هنگامی مناسب است که نیاز به کار مشترک و دونفره دانش آموزان است. اکثر مدارس در ایران از این چیدمان استفاده می کنند.

ردیفی سینمایی:

این نوع چیدمان همانطور که از اسمش مشخص است، صندلی ها همچون صندلی های

سینما در پلکان های یک شیب قرار می گیرند. از مزیت این مدل چینش این است که دانش آموزان به راحتی می توانند معلم را ببینند و از مشکلات این نوع چیدمان عدم دسترسی معلم به دانش آموز است.

دایره ای:

در این شیوه ی چیدمان، تمام افراد در یک دایره نشسته اند و معلم در مرکز قرار می گیرد. در این سبک معلم فرصت بیشتری برای نزدیک تر شدن به دانش آموزان پیدا می کند و بهتر می تواند به مدیریت کلاس درس بپردازد.

نعل اسب:

در کلاس های کوچک تر، روش نعل اسبی روش مناسبی برای چیدن صندلی ها می باشد. در این شیوه، معلم در قسمت انتهایی باز نعل قرار خواهد گرفت، چون باید در قسمتی باشد که به تخته و پروژکتور دسترسی داشته باشد. برقراری ارتباط و تعامل با دانش آموزان از مزایای اصلی این سبک چینش به شمار می آید.

U شکل:

برای درس هایی که پایه و اساس آن ها بحث های کلاسی و کار گروهی است، بهترین چیدمان به صورت U شکل است. در این روش دانش آموزان با همدیگر و با معلم ارتباط چشمی دارند و همین مسئله موجب می شود تا بتوانند اطلاعات و ایده های خود را با سایرین به اشتراک بگذارند. اگر تعداد دانش آموزان زیاد باشد و چیدمان امکان پذیر نباشد می توان صندلی ها را به شکل دایره چید. U به شکل مزیت این سبک چینش:

۱. تقویت حس همکاری در دانش آموزان

۲. تشویق به انجام کار گروهی

۳. تعامل بیشتر بین معلم و شاگردان

مسابقه

شب های

بندگی

از ۱۲ تا ۱۶ اردیبهشت ماه ۱۴۰۰

۲ سوال ۳ گزینه ای

« هر شب راس ساعت ۲۲ »

♦ به ۲ نفر اول مسابقه جوایز نقدی اعطا خواهد شد . ♦

♦ مسابقه در کانال علمی مرکز برگزار خواهد شد و منبع مسابقه (شرح دعا های روز نوزدهم تا بیست و سوم رمضان) راس ساعت ۱۰ صبح در کانال علمی قرار خواهد گرفت .

.....

انجمن علمی علوم تربیتی مرکز شهید مطهری خوی
دانشگاه فرهنگیان استان آذربایجان غربی

نتیجه مسابقه شب های بندگی

از ۱۲ تا ۱۶ اردیبهشت ماه مصادف با شب های قدر در ماه مبارک رمضان مسابقه ای تحت عنوان شب های بندگی توسط انجمن علمی علوم تربیتی مرکز شهید مطهری خوی در کانال علمی برگزار شد و دانشجویان فعال در مسابقه شرکت کردند .

در این مسابقه به مدت ۴ شب متوالی ، ۴ سوال ۴ گزینه ای از شرح دعا های روز های ۱۹ تا ۲۳ ماه رمضان پرسیده شده است و در پایان دو نفر از شرکت کنندگان که بیشترین امتیاز را کسب کرده بودند به قید قرعه به عنوان برنده اعلام شدند .

به مناسبت روز معلم مسابقه ای تحت عنوان مسابقه معلم محبوب من توسط انجمن علمی علوم تربیتی برگزار شد و در این مسابقه دانشجویان مختلفی از پردیس های کشور شرکت داشتند . در پایان دو نفر به عنوان برنده مسابقه اعلام شدند .

برندگان مسابقه :

۱- امین صادقلو (رشته آموزش ابتدایی ، مرکز امام خمینی سلماس)

۲- زهرا سادات سجادی محمدآبادی (رشته آموزش ابتدایی ، پردیس فاطمه الزهرا اصفهان)

عرض تبریک به برندگان مسابقه و با تشکر از همه شرکت کنندگان محترم برخی از خاطره و پاسخ های سوالات در شماره های بعدی نشریه به چاپ خواهند رسید .

روز معلم گرامی باد

انجمن علمی علوم تربیتی مرکز شهید مطهری خوی

مسابقه معلم محبوب من

به مناسبت روز معلم

سوالات مسابقه:

۱. یک معلم خوب و خلاق از نظر شما چه ویژگی هایی دارد؟

۲. تاثیر گذار ترین معلم شما در دوران ابتدایی کدام معلمان بوده ؟

۳. به چه دلیل فکر میکنید ایشان این تاثیرگذاری را بر روی دانش آموزان داشته اند ؟

۴. در صورت دلخواه خاطره ای از کلاستان را برایمان تعریف کنید .

۵. (خاطرات منتخب در نشریه ی پژوهنده دوره بعدی چاپ خواهد شد.)

مهلت ارسال آثار: ۱۸ اردیبهشت

به دو نفر از نوشته های برتر جوایزی اهدا خواهد شد.

نوشته های خود را به آیدی زیر ارسال کنید.

@Najafili_m

تنظیم خواب

در دوران دانشجویی

فاطمه منتظرقائمى

بدن انسان دارای ریتم ۲۴ ساعته است که به آن «سیرکادین» می‌گویند، این ریتم زمان خوابیدن و بیدار شدن را مشخص می‌کند و در زمان خوابیدن هورمونی به نام «ملاتونین» که هورمون ألقاً کننده خواب است ترشح می‌شود و صبح‌ها هورمون «کورتیزول» که هورمون بیدار کننده است بیشتر ترشح می‌شود.

هورمون ملاتونین به نور حساس است و اگر شب‌ها نور اتاق زیاد باشد ترشح هورمون کم شده درنتیجه خواب فرد مختل می‌شود و این ریتم بدن در حدود سه تا چهار سالگی شکل می‌گیرد و تغییر آن نیز به سختی می‌باشد؛ برای اکثریت مردم هماهنگی با این ریتم بهترین خواب و با کیفیت ترین خواب را سبب می‌شود که بهترین زمان مناسب برای خوابیدن حدود ساعت ۲۳ شب تا هفت صبح می‌باشد.

می‌توان از نور آبی و سبز برای اتاق خواب استفاده کرد که آرامش بخش است، اما نباید مستقیم در معرض چشم باشد. نگاه کردن به صفحه گوشی در ساعات نزدیک به خواب نیز خواب را مختل می‌کند که توصیه می‌شود نیم ساعت قبل از خوابیدن از کار کردن با گوشی یا کامپیوتر خودداری شود.

گام برای داشتن خواب کافی در دوران دانشجویی

اکثر دانشجویان در دوران دانشجویی شون همواره با احساس خستگی، خواب آلودگی و کمبود خواب مواجه هستند و دلیلش هم این هست که اونها فقط هر وقت هیچکار دیگه ای برای انجام دادن باقی نمونده باشه می‌خوابند. با این حال پیدا کردن زمان برای خوابیدن در دوران دانشجویی یک مساله چالش برانگیز است .اغلب کمبود خواب، اصلی ترین دلیل افزایش

سطح استرس در وقت هایی که حجم کاری زیاد میشود، است. معضل کم خوابی تاثیرات خیلی بدی بر سیستم ایمنی بدن شما دارد. اگه می‌خواهید در طول دوران دانشجویی فرد سالمی باشید، با شرایط سخت و موقعیت های استرس زا به راحتی کنار بیاید و مهم تر از همه امتحاناتتان رو با موفقیت پشت سر بگذارید باید برای مشکل کم خوابی یک راه حل جدی پیدا کنید.

۱. هر شب به مقدار مشخصی بخوابید

بهترین راه برای این که در طول ۴ (۵ یا ۶) سال دوران دانشجویی همیشه خسته و کسل نباشید، داشتن خواب آرام و منظم در هر شب هست. پس بهتر است که یک الگوی منظم و ثابت با توجه به برنامه های روزانتون و مشغله هایی که دارید، برای ساعت خواب تان ایجاد کنید و همواره به ان پایبند باشید.

۲. در بین روز یک چرت کوتاه بزنید

خوابیدن به شما اجازه ی استراحت و بدست آوردن انرژی مجدد رو میده‌د. ذهنتان را از خستگی های اول صبح التیام می‌بخشد و بهتان این نیرو رو میده‌د که باقی مانده ی روزتان رو به خوبی پشت سر بذارید.

۳. ورزش کنید

ورزش کردن علاوه بر اینکه به سلامت بدن شما کمک می‌کند، باعث راحت تر خوابیدن هم میشود. اگه یک برنامه ریزی درست داشته باشید، پیدا کردن وقت برای انجام تمرینات ورزشی اونقدر هم که فکر می‌کنید سخت نیست. ورزش کردن به راحتی می‌تواند سطح انرژی شما رو در طول روز بالا ببرد و از کسالت شما جلوگیری کند

۴. غذاهای مناسب و مفید بخورید

خوب خوردن باعث میشود که در طول روز

حس خوب و انرژی کافی داشته باشید و در طول شب هم راحت تر بخوابید. وعده های غذایی سالم یعنی خواب آرام و راحت، پس غذاهایتان رو عاقلانه انتخاب کنید.

۵. هرگز تمام شب رو بیدار نمونید

تمام سعی خودتون رابکنید تا از به تعویق انداختن کارهاتون جلوگیری کنید، اینجوری نیاز نیست که شب امتحانی باشید و یا در مواقع تحویل پروژه ها مجبور باشید شب آخر رو تا صبح بیدار بمونید.

۶. مطمئن بشید که شب ها راحت می‌خوابید

اینکه شما به خواب برید در حالی که تلویزیون روشن باشه، همه ی لامپ ها روشن باشن، صدای آهنگ هم اتاقی تون زیاد باشه، دوستانتان بالای سر شما در حال پچ پچ کردن با صدای بلند باشند، ممکن است برای شما

یک مساله کاملاً عادی باشه اما باید بدانید که این یک خواب طبیعی و سالم برای شما نخواهد بود. خوابیدن در یک محیط ناآرام و جایی که مناسب خواب نیست باعث میشود که شما صبح زود به جای احساس نشاط و شادابی بیشتر احساس کسالت و خواب آلودگی داشته باشید. بنابراین یک جای مناسب رو برای خواب انتخاب کنید تا مطمئن باشید خواب راحت و مفیدی رو خواهید داشت.

۷. مصرف کافئین رو کنترل کنید

زندگی دانشجویی به انرژی زیادی نیاز داره. گاهی اوقات به این معنی هست که دانشجویان در طول روز و هر روز هفته همین جوری راه می‌رند و قهوه می‌خورند. اما شما باید بدانید که یک فنجان قهوه که در بعدازظهر می‌نوشید می‌تواند تا فردا صبح شما را بیدار نگه دارد پس سعی کنید از نوشیدن بیش از حد قهوه در ساعت های پایانی روز خودداری کنید.

(مفدا) پایگاه اطلاع‌رسانی معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشکده علوم پزشکی نیشابور

برخی راهکارهای مدیریت کلاس درس

کیمیا شیخه

مجاورت :

اگر احساس می کنید شاگردی بی نظمی می نماید، می توانید به طور آهسته به او نزدیک شوید. این نزدیک شدن باعث می گردد که او متوجه شما شده و از بی نظمی پرهیز نماید.

حفظ تعادل در برقراری رابطه عاطفی با شاگردان :

از آنجایی که شاگرد و معلم هر دو انسان می باشند، لذا زمینه ای بسیار قوی جهت برقراری یک ارتباط عاطفی بین آنها فراهم می باشد. اما برخی مواقع افراط در برقراری ارتباط عاطفی، اداره و هدایت و کنترل کلاس را از دست معلمان خارج نموده است. بنابراین به نظر می رسد معلمان باید ضمن برقراری ارتباط عاطفی مناسب از افراط کاری پرهیز نمایند و به موقع از اهرم های قدرت و اقتدار خویش جهت اداره کلاس بهره گیرند. به عبارتی حدود و حریم ارتباط شاگرد و معلم باید معین گردد.

سعی کنید عوامل حواس پرتی را از بین ببرید :

در بعضی مواقع عوامل بیرونی یا درونی کلاس عامل حواس پرتی و در نهایت ایجاد بی نظمی و ناراحتی در کلاس می گردد. در این مواقع وظیفه معلم، از بین بردن موانعی می باشد که موجب حواس پرتی شاگردان شده است. مثلاً اگر در مقابل کلاس شما بنایی انجام می گیرد، می توانید محل تشکیل کلاس را عوض کنید.

وضعیت ظاهری کلاس را مرتب نمایید :

انضباط در کلاسی به وجود خواهد آمد که



دست آنها ندهند.

به شاگردان احترام بگذارید :

دانش آموزان به لحاظ ویژگی های دوران رشد، نیاز به احترام و منزلت دارند. این نیاز می تواند بهترین وسیله در دست معلمان باشد تا با بهره گیری از آن، کنترل مناسبی بر کلاس اعمال نمایند.

سعی کنید در جلسه اول، خود را تثبیت نمایید :

معمولاً بعد از اولین برخورد، قضاوت در مورد افراد شکل می گیرد. شما نیز در اولین جلسه ای که به یک کلاس می روید، از خودتان در ذهن شاگردان تصویری ایجاد می نمایید. سخت گیر است، مهربان است، تند است، آسان گیر است، با سواد است، خشن است و... در خصوص شما در ذهن بچه ها در اولین جلسه اتفاق می افتد. لذا باید سعی کنید در اولین جلسه قدرت و اقتدار خویش را جهت کنترل کلاس به دانش آموزان القاء کنید تا آنها بدانند که هر وقت اراده کنید، کلاس در دست شماست. در غیر این صورت مشکل خواهد بود که بر اوضاع کلاس تسلط پیدا کنید. برای این که خود را تثبیت نمایید، به نظر می رسد اگر در جلسات اولیه

از قدرت و اقتدار خویش بهره بگیرید و کم کم انعطاف را به کلاس برگردانید، ضریب موفقیت بالا خواهد بود.

عامل اصلی بی نظمی ها را پیدا کنید

معمولاً در هر کلاسی تعدادی از شاگردان، بنا به دلایل مختلف، انگیزه قوی جهت ایجاد بی نظمی دارند و سعی می کنند رهبری این نوع حرکات را بر عهده بگیرند. معلم موفق کسی خواهد بود که بتواند این نوع شاگردان را شناسایی و کنترل نماید.

خودتان با نظم باشید

یکی از دلایل بی نظمی و شلوغ کاری های شاگردان در کلاس درس، مربوط به خود معلم است. تیپ ظاهری، قیافه ظاهری، لباس و نوع آن، حرکات معلم در کلاس، نوع نگاه معلم، صدای معلم، تکیه کلام های او، عدم آگاهی معلم در تدریس، حالت عاطفی معلم و ده ها عامل دیگر در رابطه با معلم، نظم کلاس را بر هم می زند. بنابراین معلمان و دبیران باید سعی نمایند آن دسته عوامل را که از ناحیه آنان عامل برهم خوردن وضعیت عادی و مطلوب کلاس تلقی می گردد، کنترل نمایند. با ظاهری توأم با نظم و آراستگی در کلاس ظاهر گردند و کلیه فعالیت هایی را که در کلاس انجام می دهند نظام دار نمایند. با رعایت این وضعیت ها، بدون شک از فرصت های ایجاد شده برای بی نظمی کلاس کاسته خواهد شد.

نگرش شاگردان را نسبت به کلاس مثبت کنید :

علل بعضی از بی نظمی ها و خطاها از ناحیه برخی از شاگردان در این است که آنها نسبت به کلاس دارای نگرش مثبت نمی باشند و از سوی خانواده نسبت به این امر توجیه نیستند و احياناً با اجبار و تحمیل خانواده سر کلاس ها حاضر می گردند. یکی از راهکارهای مؤثر در خصوص کنترل و هدایت این گونه شاگردان، تغییر نگرش آنها نسبت به کلاس می باشد.

در امتحانات دانشگاه نتیجه بهتری بگیریم ؟

مدت کمی تا امتحانات دانشگاه باقی مانده و طبیعتاً موفقیت در امتحانات دانشگاه خواسته ای است که همه دانشجویان دارند. امتحانات در دانشگاه همیشه استرس زا بوده است مخصوصاً برای ورودی های سال جدید که هیچ ذهنیتی نسبت به چگونگی برگزاری امتحانات دانشگاه ندارند. برخی از آنها حتی نمی دانند چگونه درس بخوانند تا از پس کتابهای حجیم دانشگاهی بر بیایند. تا بحال فکر کرده اید که راه های موفقیت در امتحانات دانشگاه چیست؟ ما در اینجا نکاتی برای شما دانشجویان عزیز آورده ایم :

۱- داشتن روش مطالعه صحیح در زمان امتحانات :

مهم ترین عامل موفقیت شما در امتحانات دانشگاهی، آگاهی از روش های صحیح مطالعه است. در بررسی های انجام شده،

بهترین روش های مطالعه را دو روش پس ختام و روش دقیق خوانی معرفی کرده اند. روش اول : روش پس ختام: روش پس ختام از معروف ترین روش های مطالعه دروس بخصوص دروس دانشگاهی می باشد. زیرا حجم مطالب دانشگاهی زیاد و سنگین است. این روش کمک بسیاری می کند تا شما مطالب را کمتر فراموش کنید. پس ختام نام اختصاری شش مرحله ای این روش است . یعنی: پیش خوانی، سوال کردن ، خواندن ، تفکر ، حفظ گفتن ، مرور کردن

روش دوم : روش دقیق خوانی: این روش نیز یکی از روش های موثر در مطالعه دروس می باشد که شامل ۳ مرحله است:

خلاصه برداری ، سازماندهی مطالب ، علامت گذاری در متن

۲- تأثیر محیط در زمان مطالعه برای

امتحانات :

اگر میخواهید در امتحانات دانشگاه موفق شوید باید به محیط یادگیری و درس خواندنتان هم توجه کنید. تجربه نشان داده است که هر جایی که شما تمرکز بیشتر را برای درس خواندن داشته باشید موفق ترید حتی اگر آن محیط، یک محیط شلوغ و پرتردد باشد. پس ببینید در چه محیطی تمرکز کافی برای درس خواندن دارید.

۳- حذف عوامل فکری مزاحم :

برای موفقیت در امتحانات دانشگاه باید خوب درس خواند. برای خوب درس خواندن نیز باید تمرکز داشت. برای تمرکز داشتن نیز باید عوامل درونی و خارجی که مانع تمرکز شما می شود را حذف کرد.

۴- داشتن خواب کافی :

خوب بخوابید تا بتوانید از مغزتان کار بکشید.

۵- تغذیه مناسب : برای موفقیت در امتحانات دانشگاه باید سالم باشید. یکی از راه های داشتن سلامتی تغذیه مناسب است. خوردن خوراکی های مقوی مثل مواد پروتئینی، لبنی، آجیل ها و ... فراموش نشود.

۶- ورزش :

یکی دیگه از راه های داشتن سلامتی تناسب اندام و ورزش کردن است. روزی نیم ساعت پیاده روی و ورزش هوازی در رها کردن انرژی های منفی و افزایش اکسیژن و خون رسانی به قلب و مغز کمک می کند. در نتیجه شما موفق تر خواهید بود.

۷- توجه به زمان مطالعه :

فقط دانستن روش های مطالعه کافی نیست. اینکه چند ساعت پشت هم درس بخوانید هیچ کمکی در موفقیت امتحانات شما نمی کند. بررسی های انجام شده نشان داده است بیشترین زمانی که مغز می تواند به طور صحیح روی موضوعی تمرکز کند ۳۰ دقیقه است. بعد هر ۳۰ دقیقه مطالعه، ۵ تا ۱۰ دقیقه استراحت کنید و دوباره شروع

کنید.

۸- نداشتن استرس قبل و بعد از امتحان : استرس یکی از عوامل مزاحمی است که موجب رگود ذهن در زمان مطالعه می شود. وجود استرس باعث اختلال عملکرد ذهن در دو مرحله مهم مطالعه می شود: مرحله ثبت اطلاعات و مرحله یادآوری اطلاعات پس سعی کنید استرس خود را کنترل کنید .

۹- داشتن برنامه منظم :

بدون برنامه عمل نکنید. برنامه ریزی مناسبی برای طول ترم داشته باشید. هدف تعیین کنید و با توجه اهداف، زمانی که در اختیار دارید و زمان برگزاری تمامی دروسی که می خواهید امتحان دهید یک جدول زمانی تهیه کنید . داشتن برنامه منظم شما را برای شرکت در امتحانات آماده می کند. در نتیجه این آمادگی باعث موفقیت شما در امتحانات دانشگاه می شود

۱۰- جمع آوری اطلاعات در مورد:

نحوه برگزاری امتحانات ، نوع طراحی و ساختار سوالات و اینکه کدام بخش های کتاب مهم تر است و احتمال آمدنش در امتحان بیشتر است.

۱۱- کمک گرفتن از دیگران و استفاده از معلومات آنها :

t گاهی دانشجو برای فهم بعضی قسمت های یک درس و عدم دسترسی به استاد نیاز به کمک افراد دیگر را دارد. نگذارید زمان امتحان آن درس فرا برسد، قبل از آن، سوالات یا اشکالات خود را از هم کلاسی ها یا هم دانشگاهی ها بپرسید .

۱۲- عجله نکردن در پاسخ به سوالات :

تا پایان زمان امتحان یا حداقل تا زمانی که مطمئن نشدید همه ی سوالات را جواب نداده اید ، تمامی سوالات و پاسخ های خود را بررسی کنید و عجله نداشته باشید .

با آرزوی موفقیت



گردشگری مجازی

عکس و معرفی ارسالی دانشجویان برای بخش «گردشگری مجازی» با تشکر از تمامی کسانی که در این بخش مطرح شده در شماره قبلی نشریه شرکت داشتند، در هر شماره یکی از آنها آورده خواهد شد.

این شماره: هفت چشمه
عاطفه احمدی

تفرجگاه هفت چشمه (یئدی گوز) در ۳ کیلومتری جنوب غربی شهر نقده و در قسمت شرقی سلطان یعقوب قرار گرفته است، در این چشمه آب از ۷ نقطه از دل کوه کنار آن جاری می‌شود و یک چشمه با صفا را تشکیل می‌دهد. گفته می‌شود در گذشته طعم و مزه هر چشمه و آب جوشان هر یک از این ۷ نقطه با دیگری متفاوت بوده است و دارای املاح معدنی بخصوصی می‌باشند.

حوضی به شکل کوزه در پایین کوه ساخته شده است که اهالی انواع ماهی را در آن رها کرده اند و اطراف آن با پیاده روهای غیر هم سطح با پوشش گیاهی و درختان سرو و چنار بلند که در لابه لای آنها آلاچیق‌هایی قرار دارد تشکیل شده است.

سکوه‌های استراحت و محل اتراق برای مهمانان اطراف این چشمه وجود دارد و شب‌ها چراغ برجک نور زیبایی خاصی به این منطقه می‌بخشد.

این تفرجگاه امکاناتی مثل آب آشامیدنی، فضای سبز، امکانات رفاهی، ورزشی، خدماتی، درمانی و بهداشتی، غذاخوری، شهر بازی، رستوران و پارکینگ را دارا می‌باشد.



پاسخ به سوال مسابقه شماره

چهارم نشریه

من به عنوان یک دانشجو معلم
انقلابی برای تحقق اهداف بیانیه
گام دوم چه وظایفی دارم؟

کوثر صادقی

حضرت علی (ع) می‌فرماید: هر کس کلمه ای به من بیاموزد مرا بنده خود کرده است.

به همین نسبت معلمان درجه و اعتبار بالایی دارند که این اعتبار به واسطه آموختن کسب شده است و براین مبنا اوج می‌گیرد. چرا که مسیر معلمی از سرچشمه تعلیم و تربیت با عنوان شئون خداوندی و هدیه الهی به انبیا و اولیا به منظور هدایت بشر به سوی سعادت و رستگاری جوشش پیدا می‌کند.

می‌توان با این نکته اشاره کرد که آموزش و پرورش نقش مهمی در پیشبرد اهداف مندرج در بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی صادر شده از سوی مقام معظم رهبری دارد. چرا که دو قشر معلم و دانش آموز به عنوان اقشار اثرگذار می‌توانند به عنوان اصلی ترین معیار بو اهداف مورد نظر در این بیانیه منظور گردند. از آنجایی که تاکید رهبری در این بیانیه بر حضور جوانان و نخبگان علمی و فرهنگی جامعه از جمله معلمان و دانش آموزان است که در این زمینه نیز آموزش پرورش پیش گام رساندن کشور به اهداف و برنامه های مورد نظر در این سند مهم و راهبردی ملی است. از این رو نقش معلمان در تربیت آینده سازانی که باید این بیانیه را عملیاتی و محقق کنند بسیار پررنگ می باشد.

بنابراین ما به عنوان معلمان آینده باید سعی و تلاشمان بر این باشد که دانش آموزانی پرشور و انقلابی و دارای انگیزه ی پیشرفت و تعالی در تحقق اهداف این بیانیه تربیت کنیم.



ساگردار تحال ملکوتی امام خمینی و پیام خونین ۱۵ خرداد تسلیمت باد



دعوت به همکاری

جهت همکاری با نشریه پژوهنده از طریق کانال علمی مرکز و راه های زیر می توانید با سردبیر نشریه در ارتباط باشید. منتظر نظرات، پیشنهادات و آثار ارزشمند اساتید گرامی و دانشجویان عزیز برای پر بارتر شدن نشریه هستیم. همچنین شرایط کلی ارسال اثر برای نشریه را در اینجا بیان میکنیم: نوشته تالیفی خود را در word و در یک الی دو صفحه همراه با مشخصات به سردبیر نشریه بفرستید.

از دانشجویان علاقمند به فعالیت در انجمن علمی- پژوهشی و نشریه دعوت می شود ما را در بخش های مختلف یاری دهند تا با کمک یکدیگر فعالیت های گسترده تر انجام دهیم.

از کانال علمی انجمن علوم تربیتی هم دیدن فرمایید، مطالب و نکات مفیدی به همت اعضای انجمن علمی در این کانال برای استفاده شما عزیزان قرار میگیرد. علاوه بر این مسابقات گوناگون با اعطای جوایز نقدی و نشست هایی همراه با صدور گواهی برای شما دانشجویان فعال برگزار خواهد شد.

پیشاپیش از همکاری و حضور فعال شما سپاسگزاریم.
راه های ارتباطی با دبیر انجمن:

ایمیل: k98naseri@gmail.com

کانال علمی در تلگرام: @kanalelmi

در پیامرسان بله: @kanalelmi



نشریه علمی پژوهنده
دانشگاه فرهنگیان استان آذربایجان غربی
مرکز شهید مطهری خوی