



ارائه شده توسط:

سایت ترجمه فا

مرجع جدیدترین مقالات ترجمه شده

از نشریات معتبر

بازدهی مربی تربیت بدنی در یک شرایط بهداشت عمومی

چکیده:

مزیت‌های بهداشتی (سلامت) فعالیت بدنی بخوبی ثابت شده است و نقش مهمی که مدارس و آموزش تربیت بدنی (PE) در کاهش رفتار غیر محرک و مشارکت در بهداشت جمعی دارند هم شناسایی شده است. اگرچه آموزش موثر در نهایت با توجه به موفقیت دانشجویان قضاوت می‌شود، اما جزء اصلی بازدهی مدرسه و معلم شامل مشارکت دانشجو می‌باشد بنابراین در PE این نکته حائز اهمیت است که فرآیندهای آموزش و یادگیری را با توجه به نتایج پیش‌بینی شده در نظر بگیریم که شامل این امر می‌شود که دانشجویان و معلمان (استاتید) چه کاری انجام می‌دهند و چگونه درس‌ها را انتقال می‌دهند. در یک شرایط بهداشت عمومی این نکته اهمیت دارد که ارزیابی کنیم چگونه معلمان فعالیت فیزیکی تقویت کننده سلامت ارائه می‌کنند که به آن‌ها کمک می‌کند تا تناسب اندام داشته باشد و مهارت‌های رفتاری و حرکت‌های تعمیم‌پذیری را بیاموزند که به این منظور طراحی شده که فعالیت بدنی (جسمی) آن‌ها و تناسب اندام آن‌ها را خارج از زمان کلاس هم ارتقا دهد. در این مقاله ما تأکید کردیم که آینده PE در مدارس ملی ما به توانایی مدارس برای فراهم کردن برنامه‌هایی که اهمیت آن باری عموم قابل درک باشد بستگی دارد. بعلاوه ما معتقدیم که آینده PE بر مبنای بازدهی مربیان PE برای اجرا در یک شرایط بهداشت عمومی می‌باشد.

در مجمع ما خلاصه‌ای از تحقیق بازدهی معلم در یک شرایط بهداشت عمومی ارائه کرده‌ایم و دیدگاه‌هایی برای ارزیابی آینده و ارزیابی بازدهی معلم PE ارائه کرده‌ایم که فراتر از درس‌های PE می‌باشد تا اجزای مدل جامع فعالیت جسمانی مدارس را در بر گیرد.

کلمات کلیدی: فعالیت بدنی (جسمی)، تناسب جسمی (تناسب اندام)، مدارس، SOFIR.

اگرچه پرسش‌هایی درباره بازدهی تدریس در آموزش تربیت بدنی (PE) جدید نمی‌باشد، ما بیان کرده‌ایم که آثاری که درباره بازدهی مربی PE ارائه شده است، یک تمرکزی بر نتیجه دوره تحصیلی ندارد، بنابراین بسیاری از مفاهیم درباره بازدهی تدریس PE در این حرفه اساساً مبهم می‌باشد. به این ترتیب ما معتقدیم که هم ماده

موضوع PE و هم مفاهیم بازدهی مربی PE باید به طور کلی در یک شرایط بهداشت عمومی تمرکز داشته باشد. مزیت‌های بهداشتی فعالیت جسمانی طی بچگی و جوانی به خوبی ثابت شده است. (وزارت بهداشت و خدمات انسانی امریکا [USDHMS] 2009).

نقش مهمی که مدارس و USDHMS در کاهش رفتار غیرمحرک و مشارکت در بهداشت جمعیت ایفا می‌کنند هم شناسایی شده است. (مثل موسسات دارویی). نویسندگان 1991 مقاله معیار «نقش آموزش جسمانی در بهداشت عمومی و نقش آموزش تربیت بدنی در بهداشت عمومی» بیان شده است. این مراحل به پیش رفته و Backward, 2002 بویژه استدلال کردند که مدارس، منابع بهداشت عمومی مقرون به صرفه‌ای نمی‌باشند که در آن غیر فعال بودن و آموزش جسمانی را درک کنیم که بخوبی موقعیت‌یابی شده‌اند تا فعالیت جسمانی را ایجاد کنند و ارتقا دهند. از این نظر، ما معتقدیم که باقی مانده برنامه‌های PE در مدارس به چگونگی بازدهی معلمان در ترکیب در شرایط بهداشت عمومی بستگی دارد.

تمام برنامه‌های PE متناسب با اهداف بهداشت عمومی می‌باشد اما اصلاح HOPE که آموزش بهداشت عمومی می‌باشد استفاده شد، تا برنامه‌هایی از PE را تعریف کند که بویژه بر بازدهی جنبه‌هایی (Vander Mars, 2012 و Mckenzie و Metzler) بتواند اهداف بهداشت عمومی را افزایش دهد. به بیانی مختصر، HOPE دوره تحصیلی و فعالیتی دارد که (a) فرصت نشاط بخش خوبی برای فعالیت جسمانی طی زمان کلاسی ایجاد می‌کند و (b) مهارت‌های رفتاری و حرکات تعمیم‌پذیر آن را ارائه می‌کند و (c) فعالیت جسمانی کنونی و آینده و تناسب اندام را ارزیابی می‌کند. ما معتقدیم که این‌ها، اهداف بهداشت عمومی مطلوبی برای PE در تمامی سطوح است و برای برنامه‌هایی که فراوانی و طول متفاوتی دارند ارائه می‌شود. اهداف دیگری که از نظر ملی برای PE توصیه شده‌اند (مثل نتایج احساسی و اجتماعی) هم مهم می‌باشند اما آن‌ها اولویت کمتری می‌یابند چون مسئولیت تمام زمینه‌های دوره تحصیلی مدارس را دارند نه اینکه صرفاً مسئولیت PE را داشته باشند. در ضمن PE تنها ماده موضوعی است که به طور ویژه‌ای تناسب اندام نهایی و مهارت‌های حرکتی را فراهم می‌کند و تنها فرصت (نیاز) برای برخی از بچه‌ها برای مشارکت در فعالیت جسمانی تقویت کننده سلامت بویژه در سطوح بسیار شدید را ارائه می‌کند.

آموزش موثر در نهایت با پیشرفت‌ها (موفقیت‌ها) نتایج یادگیری قضاوت می‌شود و تاکنون، بازدهی مربیان PE در کمک به دانش‌آموزان برای دستیابی به پیامدهای سلامت توجه تحقیق اندکی را به خود جلب کرده است که تا حدی با توجه به کمبود وجود تمرکز دوره تحصیلی و موانع زمینه‌ای متعددی که در ارائه برنامه‌های PE در مدارس وجود دارد، این امر ایجاد شده است (mckenzie, 2009). Bulger, Housner (2009) بسیاری از پیچیدگی‌ها و چالش‌های حرکت رو به حرکت PE را بیان کردند و نشان دادند که روشی چندبعدی (مثل اصلاحات گسترده سیستم تا آمادگی معلم و توسعه کارکنان) مورد نیاز است تا بتوانیم تغییر معنی‌دار و اساسی در برنامه‌های جدید PE حاصل کنیم. بنابراین ارزیابی بازدهی معلم به نسبت اهداف بهداشت عمومی باید عواملی فراتر از کلاس‌هایی که آموزش داده می‌شوند را در برگیرد و بویژه نقش اصلی که معلمان در برنامه‌های جامع و مشارکت بهداشت مراکز ایفا می‌کنند را بیان کنند (مراکزی برای کنترل بیماری و پیشگیری از بیماری cpc).

در این مقاله ما اهمیت PE در شرایط بهداشت عمومی را انجام دادیم و موردی ایجاد کردیم که برای آینده PE ضروری می‌باشد. پس خلاصه‌ای از تحقیق بازدهی معلم در یک شرایط بهداشت عمومی انجام دادیم و دیدگاهی برای ارزیابی و بررسی آینده بازدهی معلم PE ارائه کردیم که فراتر از ژیمناستیک بوده و در مدل گسترده فعالیت جسمانی در مدارس قرار می‌گیرد.

اهمیت بهداشت PE فعال:

فعالیت جسمانی طی PE نه تنها برای مفاهیم بهداشت کنونی آن اهمیت دارد بلکه از این جنبه که دانش‌آموزان نمی‌توانند از نظر جسمانی ماهر شوند یا تناسب اندام طی PE داشته باشند مگر اینکه فعالیت داشته باشند هم اهمیت دارد. بنابراین از یک نقطه نظر بهداشت عمومی، ما معتقدیم که PE یک منبع حیاتی فعالیت جسمانی و ارتقای طول عمر می‌باشد. در مجموع، وقتی این تمرکز بهداشت عمومی وجود نداشته باشد، ما معتقدیم که حرفه PE مبارزه برای رواج در یک محیط آموزشی رده بالا که دائماً در حال افزایش می‌باشد است.

برای اینکه موضع خود را تقویت کنیم دیدگاهی از اهمیت فعالیت جسمانی و موقعیت آن در PE ارائه کرده‌ایم. بسیاری از فصل‌های قبلی در تخصص PE در ایالات متحده سرمایه‌گذاری کردند، داروپزشکان بوده‌اند و ارتقای بهداشت و ارتقای تناسب اندام هم اهداف PE از زمان شروع آن بوده است.

بهرحال تأکیدی که در PE بر فعالیت جسمانی می‌شود، تأکید جدیدی است و براساس پیشگیری از بیماری در بچه‌ها و بزرگسالان می‌باشد (VSDHHS, 2009) فعالیت‌های جسمانی عاداتی در جوانان که برای مثال به طور مثبتی با مولفه‌های تناسب اندام مربوط به سلامت ارتباط دارد و به بهبود فرآیندهای بهداشتی ارتباط دارد (IOM2012, Sstrong, 2005) در مجموع، بازنگری‌ها نشان می‌دهد که فعالیت جسمانی با ریسک (خطر) بیماری‌های قلبی عروقی و افزایش وزن و دیابت نوع 2 را کاهش می‌دهد و فعالیت شدیدی به افزایش استحکام تراکم استخوان‌ها کمک می‌کند. بهبود در انعطاف‌پذیری و استحکام ماهیچه‌ای و سلامت استخوان‌ها نه تنها در جابجایی و عملکرد ورزشی نقش دارد بلکه با کاهش درد استخوانی و شکستگی در بزرگسالی هم ارتباط دارد (marlingo, 2004).

فعالیت جسمانی شدید (قوی) VPA هم می‌تواند به بهبود بهداشت روانی و خلق و خو کمک کند و به کاهش فشار خون و افزایش کلسترول لیپوپروتئین با چگالی بالا (HDL) هم بین جوانانی که ریسک بیماری بالایی دارند کمک می‌کند. (Storg, 2005).

در مجموع شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد که تناسب اندام و رفتارهای فعالیت جسمانی که در اوایل زندگی ثابت باشد، در بزرگسالی تأثیرش را نشان می‌دهد. راهنمای فعالیت جسمانی 2008 آمریکا، راهنمایی‌های ملی اولیه برای جمعیت آمریکا توصیه کرد. بچه‌ها و نوجوانان 60 دقیقه یا بیشتر در فعالیت جسمانی روزانه مشارکت دارند که سطوح شدید یا متوسط آن را تنظیم می‌کنند (USDHHS, 2009). این راهنمایی‌ها توصیه می‌کند که افراد جوانی در فعالیت شدت قدرت مشارکت می‌کنند که هدف اصلی این دوره است.

فعالیت جسمانی طی PE برای کسانی که در جوامع غیر پیشرفته زندگی می‌کنند کمتر است که اساساً فرصت‌های کمتری برای فعالیت جسمانی خارج از کلاس دارند و کسانی که ریسک بالایی به بیماری قلبی عروقی و چاقی و پوکی استخوان دارند این فعالیت جسمانی تقویت ماهیچه و قدرتی را حداقل 3 روز در هفته انجام دهند. این راهنمایی‌ها به طور مستقیم مطابق اهداف Hope می‌باشد که فعالیت جسمانی را به عنوان جریان اصلی بنامه تحصیلی PE بیان می‌کند. فعالیت جسمانی طی PE برای کسانی که در جوامع عقب‌افتاده‌ای زندگی کرده‌اند و فرصت‌های کمتری برای فعالیت جسمانی خارج از کلاس و برای کسانی که ریسک زیادی به بیماری قلبی و چاقی و دیابت و پوکی استخوان دارند هم فرصت زیادی ایجاد می‌کند. بررسی عملکرد و روش‌ها و

بهداشت مدارس 2012 برای مثال درصد سرمایه‌گذاری‌های کشورها برای ارائه پیشرفت حرفه‌ای طی دو سال را بیان کرد که از 28٪ تا 66/7٪ توسعه یافته بود که با توجه به روش‌هایی بود که زمانی که بچه‌ها در فعالیت جسمانی متوسط تا شدید مشارکت دارند را بیان می‌کند (MVPA, USDHHS, 2013).

تحریک اولیه برای PE فعال به‌رحال با رهبری سازمان‌های متعدد بهداشتی و نهادهای خارج از حرفه PE بود که توصیه وضعیت‌های مکرر و کلاس‌های فعال را ارائه می‌کردند. این‌ها شامل آکادمی اطفال امریکا، شورای تناسب اندام و دارویی ورزشی در بهداشت مدارس

AHA و CDC و USDHHS بود (2000) افراد سالم 2020:

اهداف بهداشتی برای کشور برای مثال کتابی است که مهم‌ترین اهداف بهداشت عموم برای ایالات متحده را طی دهه بعدی انجام می‌دهد و چندین هدف بیان می‌کند که ارتقای فعالیت جسمانی را در کمپ‌های مدارس و در داخل و خارج از کلاس‌های PE انجام می‌دهد. پشتیبانی اخیر بر سطحی از PE فعال از IOM ایجاد می‌شود که در گزارش اجرایی آن بیان شده است.

آموزش جسمی دانش‌آموزان:

«فعالیت جسمانی و آموزش تربیت بدنی مدارس» این گزارش توصیه می‌کند که یک روش «مدرسه کامل» برای ارتقای فعالیت جسمانی است که 50٪ روزانه در 60 دقیقه در MVPA به آن اختصاص داده که طی یک روز معمولی مدرسه می‌باشد. این سند توصیه می‌کند که PE به عنوان یک موضوع اصلی طراحی شده باشد که دانش‌آموزان حداقل 50٪ زمان کلاس خودشان را به آن اختصاص دهند. بین توصیه‌های مهمی که صورت گرفته به این منظور است که مراحل زیر حاصل گردد:

(a) برابری در دسترسی به PE و (b) دیدگاه گسترده‌ای که بیان توسعه حرفه‌ای و آموزشی در PE فعال را بیان می‌کند و (c) اینکه هم PE و هم برنامه‌های فعالیت‌های جسمانی باید به طور منظمی ذکر شوند. به طور خلاصه حمایت گسترده‌ای برای PE فعال در خارج از این حرفه وجود دارد و رواج آن از درون هم در حال افزایش است. در بخش بعدی انی ایده را بیان می‌کنیم که مفاهیم آموزش موثر تاریخی آن در نظر نمی‌گیرد که چگونه معلمان PE آموزش می‌دهند بلکه در عوض بر این تمرکز دارد که تا چه اندازه خوب آن‌ها آموزش می‌دهند. ما بیان کردیم که عوامل تعیین کننده بازدهی تأثیر باید شامل شرایط دوره باشد و در PE این شرایط باید یک

شرایط بهداشت عمومی باشد. همچنین ما بازنگری ایزاری را ارائه کردیم که برای ارزیابی زمان درسی PE به نسبت پتانسیل آن برای رسیدن به نتایج بهداشت عمومی ارائه شده بود و یافته‌هایی مربوط به فعالیت فیزیکی طی زمان کلاسی ارائه می‌گردد و فرصت‌هایی برای تناسب اندام و توسعه مهارت‌های حرکتی و ارتقای معلم و فعالیت جسمانی خارج از زمان درسی انجام می‌دهد.

بازدهی و موثر بودن معلم PE در یک شرایط بهداشت عمومی:

تحقیق در زمینه بازدهی معلم PE در یک شرایط بهداشت غیرعمومی در کتاب قبلی ارائه شده است (Siedenton 2000) و در مقالاتی که در این موضوع در «تحقیق برای تمرین و ورزش» ارائه شده هم بیان شده است، تا اندازه زیادی آن با بررسی‌های موثر بودن معلم کلاس (مثل ویژگی‌های معلم و تحلیل تعاملات) مطابقت دارد. تطابق سیستم تحقیق تعاملی Flander و در آموزش جسمانی یادگیری آکادمیک ارائه شده است. (ALT-PE 1989) این بررسی‌ها به طور کلی در مشخص کردن تدریس موثری در PE کمک می‌کند، اما تمرکزی بر دوره خاص یا شرایط نتیجه آن ندارد. در مثال اصلی معلمانی که درس‌های آن‌ها مشارکت بیشتری در ALT- PE دارند و سطوح کمتری از مدیریت دارند، باید موثرتر شوند و آثار در اکثراً بازدهی تدریس PE را با موضوعات مشارکت دانش‌آموزان به عنوان برآورد یادگیری انجام می‌دهند و خود موضوع تنها را در نظر نمی‌گیرند. با توجه به این تحقیق، مشخصات قرارپذیر تفاوت‌ها که کم و بیش بر تدریس تأثیر دارد ایجاد شده است. بهر حال این تحقیق در نظر نمی‌گیرد که چه معلمانی تدریس می‌کنند و اینکه آیا آن‌ها فرآیندها و نتایجی دارند که به پنهان کردن بازدهی PE با توجه به اهداف بهداشت عمومی مشارکت دارد. مشارکت دانش‌آموزان در محتوای متناسب آن تاریخچه طولانی در بررسی‌های بازدهی معلم دارد. (Christenson , Reschy 2012) و بازدهی معلم PE در شرایط بهداشت عمومی را نشان می‌دهد که ابتدا نتایج خود دانش‌آموزان برای بهداشت و بویژه فعالیت فیزیکی آن‌ها و تناسب اندام و پیشرفت مهارت حرکتی نقش دارد. متأسفانه بررسی‌های اندکی بازدهی درازمدت PE برای هر نتیجه‌ای را ارزیابی می‌کند که شامل نتایج متناسب با یک شبکه بهداشت عمومی می‌شود (Lonsdale 2013) ضمناً بررسی‌های متعددی در PE برای پتانسیل آن‌ها برای مشارکت نتایج بهداشت سلامت و حداقل در کوتاه‌مدت را بیان می‌کند. برای مثال فعالیت جسمانی طی زمان کلاسی با استفاده از مانیتورهای ضربان قلب و پدومترها و شتاب‌سنج‌ها و سیستم‌های مشاهداتی مختلفی ارزیابی شده است. چون

فضای محدودی وجود دارد و روش‌های ارزیابی مختلف، پیچیده و متفاوت است و سیستم‌ها و متغیرهای زیادی و متفاوتی وجود دارد، مبحث آن ابتدا به یافته‌های مشاهدات مستقیم محدود است که از درس‌هایی بدست می‌آید که اطلاعاتی درباره سطوح فعالیت دانش‌آموزان و شرایط درس و رفتار معلم ارائه می‌کند. در این پاراگراف بعدی، ما خلاصه‌ای از ابزار مشاهده را مشاهده می‌کنیم که مشارکت دانش‌آموزان در درس‌های PE به نسبت پتانسیل آن برای رسیدن به نتایج بهداشت عمومی را بیان می‌کند و یافته‌های مربوط به فعالیت جسمانی دانش‌آموزان برای تناسب اندام و توسعه مهارت‌های موتوری حرکتی و ارتقای معلم و فعالیت جسمانی خارج از درس ارائه شده است.

پیش زمینه و بازنگری SOFIT:

مشاهده مستقیم یک جریان اصلی بررسی‌های بازدهی معلم PE می‌باشد و بویژه به علت توانایی آن برای ارائه اطلاعات اهمیت دارد تا نشان دهد که چگونه دانش‌آموزان طی کلاس‌ها عملکرد دارند و درس‌هایی که انتقال داده می‌شود و اینکه چگونه معلمان وقت خود را صرف آن می‌کنند (mckenzie 2010). از دهه 1970، سیستم‌های مشاهدات زیادی برای ارزیابی PE و محیط‌های مربی‌گری صورت گرفته است و مجموعه‌ای از این‌ها در «تحلیل تربیت بدنی و تعلیم ورزشی» ارائه شده است.

(Darstz , zakrajsek 1989) تنوع این سیستم‌ها به مفاهیم گسترده‌ای ارائه می‌کند که چه چیزی یادگیر دانش‌جویان در PE طی زمان را تشکیل می‌دهد که غالباً PE می‌باشند که «مفاهیم مبهمی» ارائه می‌کند. (Pate & Hohn 1994) هیچ یک از این 32 ابزاری که در آن جلد مشخص شده به‌رحال ابزار PE را از دیدگاه بهداشت عمومی ارزیابی نمی‌کند. در عوض در اواخر دهه 1980، SOFIT بویژه برای ارزیابی بازدهی در مراحل PE مربوط به سلامت و در مقیاس بزرگ ارائه شده است که با سرمایه‌گذاری سازمان بهداشت ملی است. SOFIT محققان و کارشناسان را قادر می‌سازد که قضاوت‌هایی درباره بازدهی درس‌های PE ارائه کند بویژه آن‌ها را با اهداف برنامه ارتباط می‌دهد. این ابزار گسترده‌ای است که برای شبیه‌سازی جمع‌آوری داده در سطوح فعالیت دانش‌آموزان و شرایط درس و رفتار معلم ارائه شده است، چنانکه بیان شده است، مشارکت فعالیت فیزیکی یک هدف اصلی HOPE می‌باشد و برای تناسب مهارتی و تناسب اندام دانش‌آموزان نقش دارد. در

ضمن فعالیت جسمانی طی کلاس بویژه به دوره تحصیلی بستگی دارد (یعنی محتوای PE) و به این بستگی دارد که چگونه ارائه شده است (یعنی محتوای درس) و اینکه چگونه معلم آن را انتقال می‌دهد (یعنی رفتار معلم). معلم PE این مسئولیت در این زمینه‌ها را دارد و از SOFIT استفاده می‌کند که درس‌هایی را به عنوان برآورد جدی بازدهی تعالیم آن در روند مدل بهداشت عمومی و HOPE در نظر بگیرد. یک مزیت SOFIT برای محققان رفتار بهداشتی، این است که کدهای فعالیت جسمانی آن‌ها به چند روش معتبر شده‌اند (کنترل ضربان قلب، شتاب‌سنج و...) که اجازه می‌دهد که نمرات انرژی صرف شده برآورد شود. بررسی‌های متعددی نشان داده است که این ابزار به طور مطمئنی در مجموعه‌های متنوع پیش دبستانی تا دبیرستان‌ها را شامل می‌شود. در مجموعه‌های به عنوان مصرف انرژی برآورد شده در هر درس از Kcal/kg و میزان صرف انرژی برآورد شده k cal/kg/min می‌باشد.

متغیرهای فرآیندها با استفاده از SOFIT ارزیابی می‌شوند شامل موارد زیر می‌باشد.

(a) زمان‌بندی PE (یعنی تعداد و طول مدت درس‌ها و طول مدت زمان‌بندی شده و طول مدت واقعی درس‌ها و زمان‌بندی پیوسته آن می‌باشد). (b) محتوای درست (دقایق و در زمانی که هدف مدیریت و تعالیم و تناسب و بازرسی ویژه). (c) رفتار معلم (درصد فواصل درس مشاهده شده که فعالانه فعالیت جسمانی دانش‌آموز را ارتقا می‌دهد و مهارت‌ها را توسعه می‌دهد).

علاوه بر روش‌های مشاهده رسمی SOFT که اساساً در 10 ثانیه متناوب صورت می‌گیرد، فواصل گزارش در پروتکل SOFT شامل مقیاس رده‌بندی است که در انتهای درس کامل شده است و شامل 10 آیتم است که به ایمنی دانش‌آموز و ارتقای فعالیت جسمانی بستگی دارد و در مورد موارد زیر قضاوت می‌کند:

(a) گنجاندن نرمش، (b) گنجاندن گرم کردن، (c) دانش‌آموزانی که ترغیب می‌شوند که طی کلاس از نظر جسمانی فعال باشند، (d) دانش‌آموزانی که برای مشارکت فعالشان قدردانی می‌شوند، (e) دانش‌آموزانی که ظاهراً از درس‌ها لذت می‌برند، (f) دانش‌آموزانی که وظایف تعالیم و مدیریت را درک می‌کنند، (g) ملاحظات تجهیزات کافی، (h) اندازه گروه که متناسب با فعالیت باشد، (i) دانش‌آموزان ترغیب می‌شوند تا در MVPA خارج از کلاس مشارکت داشته باشند، (j) معلم که اشتیاقی به تدریس نشان می‌دهد نه PEOF و نه آیتم‌هایی

جداگانه آن معتبر نشده‌اند اما آنها به عنوان یک ابزار اختصاصی برای تعلیم کیفی PE در نظر گرفته شده و بویژه توسط معلمان برای نظارت بر درس‌هایشان و نظارت مدیران اجرایی مدرسه می‌باشد.

SOFIT آزمایش زمان را درک کرده و به عنوان برآوردی با تمرکز بر تقریباً 100 مقاله در ژورنال‌های انگلیسی می‌باشد که بسیاری از آنها هم برنامه‌های بازنگری داشته‌اند. برای مثال در ایالات متحده، آن برای مقایسه برآوردهای اصلی PE در 36 مدرسه متوسطه در 6 ایالت بوده است (MCKENZ, 2006). و اثرات دنبال کردن یک مداخله در 120 مدرسه ابتدایی در 14 ایالت را بیان می‌کند. (MCKENZ, 2003) و ارزیابی جدیدی از یک روش متمایز PE در لس‌آنجلس را بیان می‌کند. (Lafleur 2013)

SOFIT همچنین به طور جهانی هم کاربرد دارد که شامل ارزیابی اثر دوره تحصیلی PE ملی در زمینه تدریس مربوط به تناسب اندام در شهر انگلیسی می‌باشد و می‌خواهد برآوردهای اصلی از PE در اجزای انتخاب شده به صورت نمایندگی ارائه کنند و در مدارس اولیه و ثانویه هنگ‌کنگ ارائه کند (IOM 2013) اخیراً SOFIT را به عنوان ابزار نظارتی مناسبی برای PE سرتاسر کشور ارائه کرده است و پیشرفت‌های فناوری اکنون رده‌های مشاهداتی را وارد کرده و با استفاده از کامپیوترها ذخیره و تحلیل می‌کند که باعث می‌شود که این روش اکنون قابل قبول تر شود. با پروتکل‌های یادگیری مطابق و موادی که در امکان ساختن مقایسه داده PE بین موقعیت‌های مختلف نیاز است و پروتکل SOFIT مشاهده ویدئوهای ارزیابی و آموزش مشاهده کننده به طور رایگان و برای دانلود کردن از اینترنت در دسترس می‌باشد.

فعالیت جسمانی طی درس‌های PE:

به طور کلی تغییرپذیری متعددی در طول مدت و شدت فعالیت جسمانی وجود دارد که دانش‌آموزان طی PE با آن مواجهند. این تغییرپذیری ناشی از عوامل متعددی است که شامل اهداف درس و محتوا و قرارگیری در یک واحد آموزشی و اندازه دسته و نوع درجه و ترکیب و فرآیندهای فردی بین دانش‌آموزان است.

در یک بررسی، مدل‌های رگرسیون نشان دادند که مدرسه عامل اولیه طی سالی که بیش از 33٪ اعتبار را شامل می‌شد از بین رفته‌اند. اندازه تغییر برای VPA بیشتر از MPA می‌شود. که MNPA شامل مصرف انرژی برآورد شده است. بنابراین عوامل متعددی مثل عوامل بیان شده در این مقاله را باید در زمان ارزیابی بازدهی مربوط به شرایط بهداشت خاصی در نظر گرفت.

انتخاب محتوا (یعنی ماده موضوعی PE) توسط معلم تناسب خاصی با تأثیر فعالیت دانش‌آموز دارد چون فعالیت‌ها و ورزش‌های متفاوت سطوح فعالیت متفاوتی دارد و در سطح تناسب و سطوح فعالیت متناسب متفاوت در بخش درس‌های آموخته شده بیان می‌کند. اینکه چگونه معلمان محتوا را انتقال می‌دهند (یعنی محتوای درس) مهم است چون دانش‌آموزان اساساً در مقادیر بالای فعالیت جسمی و توسعه مهارت و به مشارکت دارند، پس یک علامت بازدهی دستوری شامل توانایی معلم برای موثر بودن در توانایی معلم برای بازدهی شهری و اقتصادی در کلاس بستگی دارد.

درس‌های اندکی مگر مواردی که بر روی فعالیت فیزیکی و استناداری با هدف بهداشت متنوع است. درس‌ها اساساً در مدارس راهنمایی طولانی‌تر است که باعث می‌شود دانش‌آموزان فعالیت جسمانی بیشتری طی آن انجام دهند. در مجموع دانش‌آموزان که طی بخش بیشتری از زمان‌دهی وقتی به سطوح درجه می‌رسند، تمایل دارند که فعالیت جسمانی بیشتری انجام دهند.

کلاس‌های بیرونی معمولاً فعالیت بدنی بیشتری به تست کلاس‌های داخلی ایجاد می‌کند و در سطح مدارس راهنمایی پسرها غالباً تربیت بدنی بیشتری چه در خانواده چند جنسیتی یا یک جنسیتی دارد. بین حداقل از یک دیدگاه فعالیت اندکی است که شبیه‌سازی‌ها مهم می‌باشند. دخترها مثال‌هایی ارائه کردند. آزمایش فعالیت دختران نوجوان بین دختران ارائه می‌کند اگر توسعه ایجاد نشود.

سپس حداقل از دیدگاه فعالیت جسمانی، مفاهیم جنسیتی دانش‌آموز و معلم نیاز است روش‌های آموزشی متفاوتی توسعه یابد تا فعالانه فعالیت جسمانی بین دخترها را افزایش دهد آزمایش فعالیت برای دختران نوجوان مثال‌هایی ارائه می‌کند که نشان می‌دهد چگونه این‌ها انجام می‌شود که شامل فعالیت‌های غیرورزشی است که با دختران بیشتر تناسب دارند و انتخاب‌هایی در سطوح شدت و رقاب فعالیت جسمانی فراهم می‌کند (wevve, 2008).

تأثیرات مداخله بر تقویت PE فعالیت جسمانی:

چندین بازنگری اخیر مداخله فعالیت جسمانی نشان داده‌اند که مداخله‌های متعددی در افزایش سطوح شدت فعالیت جسمانی و دقایق فعالیت جسمانی (مثل MVPA% و VPA%) طی PE نقش دارند. بین روش‌هایی که شناسایی شده موثرترین تغییرات در دوره تحصیلی رخ داده است. انتخاب درس‌هایی که باید زمان فعالیت

جسمانی در PE را افزایش دهد و مهارت‌های مدیریتی که باید بهبود یابد تغییرات کرده است. بطور کلی بررسی‌ها نشان می‌دهد که معلمان تنوعی از روش‌ها را بکار می‌گیرند تا بازدهی آن‌ها در تأثیر بر نتایج مربوط به بهداشت عمومی را ارزیابی کنند در نتیجه (IOM2003) گزارش کرد که شواهد کافی وجود دارد که نشان می‌دهد تقویت PE می‌تواند فعالیت جسمانی طی ساعات مدرسه بین جوانان را افزایش دهد. در این مورد تقویت PE به صورت PE ارسال شده با کارشناسان خوب آموزش دیده بیان می‌شود که بر اقدامات آموزشی تأکید دارد که فعالیت فیزیکی شدیدی را ارائه کرده است. چند بررسی ادامه آن هم نشان می‌دهد که اثرات مداخله حداقل برای مدت کوتاهی پایدار می‌باشد اگرچه بدون محاسبه و پشتیبانی برنامه‌های بهبود یافته است پس تمایلی برای فعالیت جسمانی در کلاس‌های PE وجود دارد که به سطوح مبنا کاهش می‌یابد. (Dowda, Sallis, Rosenfaod, 2003).

حتی اگر معلمان کلاس در سطح مدارس اولیه PE خودشان را از طریق یادگیری و سازگاری مدارس در برنامه‌هی بر مبنای شواهد ارتقا داده‌اند، مقدار و شدت فعالیت جسمانی در درس‌های آن‌ها اساساً کوتاه‌تر از دوره‌هایی است که کارشناسان PE مشخص کرده‌اند (مثل مک‌کنز 2003). نتایج کلی این بررسی‌های مداخله نشان می‌دهد که باید در شرایط بهداشت عمومی مشارکت داشته باشند و معلمان PE نیاز است که دوره مناسبی ارائه کنند و پشتیبانی علمی برای اجرای آن‌ها دریافت کنند.

زمان توسعه تناسب جسمانی در PE :

تناسب اندام که اجزای مربوط به بهداشت مربوط به سلامت است، متداول‌ترین هدف نتیجه برآورد شده PE می‌باشد. عناصر تناسب اندام مربوط به عملکرد مثل موازنه و مشارکت و سرعت و زمان واکنش ارتباط نزدیکی با عملکرد قهرمانی دارند. عناصر تناسب اندام مربوط به بهداشت به طور اولیه‌ای با نتایج بیولوژیکی ارتباط دارد و با خطر کمتر بیماری‌های قلبی عروقی و متابولیکی (مثل دیابت) ارتباط دارد. عناصر مربوط به سلامت قلبی عروقی (قلب/شش) و مقاومت ماهیچه‌ای و تحمل و انعطاف‌پذیری و ترکیب بدنی، عواملی است که اساساً در مدارس آزمایش شده‌اند. با توجه به سلامت در جوانان، یک کمیته بازنگری (SOM(2012) اخیراً شواهد اساسی ارائه کرده که آیت‌های آزمایش خاصی برای تربیت بدنی و تحمل قلبی عروقی ارائه کرده و شواهد کافی برای حمایت از آیت‌های تناسب قلبی عروقی ارائه کرده و شواهد اندکی برای آیت‌های آزمایش انعطاف‌پذیری ارائه می‌کند.

چون تناسب جسمانی بچه‌ها بویژه تحت تأثیر عوامل خارج از PE می‌باشد که به طور اولیه‌ای به نتایج تناسب اندام دانش‌آموز بستگی دارد تا بتواند معلم بازدهی برنامه و معلم PE را تعیین کند که دوباره باید به دقت باشد ارزیابی درست‌تر بازدهی آن را می‌تواند با هدایت درس‌های PE انجام داد طوری که از SOFIT برای ارزیابی تعداد دقیق و نسبت زمان‌های اختصاصی واقعی درس به توسعه تناسب جسمانی استفاده کند. بررسی‌های مقیاس بزرگ با استفاده از ابزارها نشان می‌دهد که مقدار زمانی که آن درس به توسعه تناسب جسمانی اختصاص داده است به میزان زیادی متفاوت می‌باشد. (MC Kenzic 2000, 2006).

زمان توسعه مهارت حرکتی در PE:

شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد که توسعه مهارت جابجایی اساسی و بچه‌ها و نوجوانان با افزایش سطوح فعالیت جسمانی آن‌ها، تناسب قلبی عروقی، اعتماد به نفس و کاهش سطوح اضافه وزن و چاقی آن‌ها ارتباط دارد. (Ban....., morgan). در مجموع برخی بررسی‌ها نشان می‌دهد که مهارت‌های حرکتی اصلی ارتباط معکوسی با وضعیت وزن دارند، پس ابعث این مفهوم می‌شود که توسعه مهارت‌های حرکتی مفاهیم مهمی برای بهبود سلامت دارد، سه مورد را شاهدیم که نشان می‌دهد که اعتماد به نفس شامل توسعه مهارت حرکتی واقعی در بچگی است که با افزایش فعالیت جسمانی در نوجوانی ارتباط دارد. (Barnett , van. Morgan 2008). چون شرکت در اکثر برنامه‌های فعالیت اجتماعی در مدارس حداقل به طور ضمنی نیاز به صلاحیت حرکتی اندکی دارد، معتقدیم که PE باید بتواند حداقل صلاحیت مهارت حرکتی درک شده دانش‌آموزان را افزایش دهد. در ضمن، بهر حال تحقیق اساسی وجود دارد که نشان می‌دهد که معلمان PE توانایی محدودی برای بهبود عملکرد حرکتی دانش‌آموزان خود دارند. (Enns 2011, Coker 2008).

معتقدیم که توسعه مهارت حرکتی هدف مهمی برای تمامی سطوح مدارس می‌باشد بهر حال بررسی‌های مربوط به معلم خاص PE یا بازدهی برنامه PE درباره توسعه مهارت مربوط به نتایج بهداشت عمومی هنوز چاپ نگردیده است. انجام یک بررسی بازدهی از این نظر تعمیم گسترده‌ای دارد که مشکل‌ساز است چون هیچ واحد متداولی وجود ندارد که ارزیابی مهارت‌هایی را نشان دهد که از بخش زیادی از مهارت‌های حرکتی ایجاد شده باشد و ورزش در PE آموزش داده شده و بخش زیادی از توسعه بچه‌ها در مهارت‌ها و کلاس‌های مدارس صورت می‌گیرد. در نتیجه برای مقایسه کلی وقتی که بازدهی معلم را ارزیابی می‌کنیم اهمیت دارد که از برآورد روش

مشترکی به جای نتایج برآورد گسترده‌ای استفاده کنیم که برای مثال با استفاده از SOFIT انجام می‌شود که مستقیماً فرصت‌هایی را مشاهده می‌کند که دانش‌آموزان توسعه مهارت‌های حرکتی طی درس‌های PE را درک کرده بودند. SOFIT مقدار زمانی که معلم به درس‌های مربوط به توسعه مهارت حرکتی اختصاص داده ارزیابی می‌کند و بررسی‌هایی با زمان بسیار محدود برای یادگیری مهارت بویژه در سطوح مدارس راهنمایی ارائه می‌کند برای مثال بررسی‌های مقیاس بزرگ در ایالات متحده، بخش‌های درس‌هایی که به توسعه موتور حرکتی اختصاص یافته به صورت زیر بیان می‌کند:

مدارس ابتدایی 10٪ تا 15٪ و مدارس متوسط 5٪ و دبیرستان‌ها 3٪ تا 4٪ می‌باشد. در عوض، مشاهدات با استفاده از SOFIT در ارائه مدارس در هنگ کنگ 32٪ و 35٪ زمان اختصاص درس برای توسعه حرکتی در مدارس ابتدایی و راهنمایی را نشان داد. این داده‌ها بویژه نشان می‌دهد که معلمان PE در امریکا نیاز است که تغییرات زیادی در مقدار زمان اختصاص یافته برای توسعه مهارت حرکتی ارائه کنند اگر این نیز نتیجه اصلی باشد.

ارتقای معلم از فعالیت جسمانی خارج از کلاس:

با فراوانی و طول مدت PE که وجود دارد، برای معلمان منطقی است که 60 دقیقه MVPA روزانه توصیه شده را برای دانش‌آموزان فراهم کنند. بنابراین معلمان موثر باید انتظار داشته باشند که مشارکت فعالیت فیزیکی خارج از زمان کلاسی ارتقا دهند. با این وجود مشاهدات مستقیم رفتار معلم طی درس‌های PE با استفاده از SOFIT نشان داده که معلمان بندرت مشارکت دانش‌آموز در فعالیت فیزیکی و ورزشی را ارتقا می‌دهند این نتایج رضایت‌بخش نیست و نشان می‌دهد که نیاز برای تمرکز در این زمینه طی آموزش معلم قبل از استخدام و توسعه حرفه‌ای ضمن خدمات ضروری دوره تحصیلی PE در شرایط بهداشت عمومی بوضوح نیاز دارد که دانش‌آموزان فرصت‌های فعالیت فیزیکی را قبل و طی و پس از مدرسه و در جامعه گسترش دهند.

در مجموع، اقدامات تدریس موثرتر باید شامل تکنولوژی‌هایی باشد که طراحی شده‌اند تا به دانش‌آموزان کمک کنند تا اهداف فعالیت جسمانی روزانه خود را تنظیم کنند و پیشرفت خودشان را نظارت کنند. بازدهی معلم PE در این زمینه راه زیادی پیش رو دارد و عدم تعهد کلی PE به سازگاری تمرکز بهداشت عمومی هم یک مانع اصلی آن می‌باشد.

بازدهی تحقیق PE در یک مدل گسترده فعالیت جسمانی مدارس گسترده:

چنانکه این مقاله بیان می‌کند یک مانع اولیه برای مشارکت PE در اهداف بهداشت عمومی شامل مشارکت کم دانش‌آموزان در کلاس‌ها می‌باشد وقتی یک موضوع هر روزه در تمام سطوح نیاز است، زمان PE بشدت کاهش می‌یابد و دانش‌آموزان بسیار کمی هر روزه به PE دسترسی دارند (NASPE, AHA 2012). در حالی که اختصاص تلاش برای ارزیابی مدارس بیشتر در زمان PE باید ادامه یابد و نقش معلم PE باید فراتر از زمان برنامه‌ریزی PE برای حمایت و بهینه‌سازی علایق بهداشت بچه‌های در مدارس ملی باشد. در نتیجه، از یک دیدگاه بهداشت عمومی PE می‌تواند زمان توصیه شده MWPA ارائه کند. اما آن نباید تمامی دقایقی که بچه‌ها نیاز دارند را ارائه کند، بنابراین ما دیدگاه آینده معلم PE را بیان می‌کنیم که فراتر از کلاس PE مدرسه در یک شرایط گسترده است که مشارکت گسترده‌ای در فعالیت جسمانی مدارس دارد. مبحث ارزیابی بازدهی معلم PE می‌تواند تحت پویایی‌های زیر باشد، (در گزارش اخیر JOM 2012)

یک روش مدرس کامل و یک فعالیت جسمانی مدرسه جامع توصیه می‌کند که به بچه‌ها کمک کنیم که حداقل 60 دقیقه روزانه به MVPA اختصاص دهند. این گزارش بیان می‌کند که نیمی از آن 60 دقیقه روزانه به PE کیفی اختصاص دارد و نیمی دیگر طی و پس از برنامه مدارس است.

مثال‌هایی از برنامه‌ها طی مدرسه شامل وقفه‌های فعالیت کلاسی مستقیم است در نهایت مدارس باید پشتیبانی جوامع ساخت گسترده‌ای ایجاد کنند تا روش‌های پایدار و سالمی ارائه کند تا به بچه‌های کمک کنند که در مدارس فعال بمانند. به علاوه این گزارش از سازگاری فعالیت جسمانی مدارس گسترده به حمایت و مشارکت تمام پرسنل مدارس نیاز دارد قدرانی می‌کند و دسترسی به منابع شامل ساختمان و زمین و زمین بازی و تجهیزات آن می‌شود. ما توصیه‌های IOM 2013 را برآورد کرده و در مجموع خاطرنشان کردیم که در اجرای آن‌ها نقش موثری هست. ما معتقدیم علاوه بر کلاس‌های آموزشی، معلمان PE نیاز دارند از رقابت در فعالیت جسمانی مدارس گسترده استفاده کنند برای بهبود و مشارکت و ارزیابی و اصلاح کمک می‌کند.

فعالیت جسمانی که گسترده‌ای وقت دارد ایده‌آل است اما معلمان نقش اصلی در آن ایفا می‌کنند. سلامت و ارتقای آن اساساً به عنوان اولویت‌های مدرسه‌ای در نظر گرفته نمی‌شوند و روزانه فرائقه‌ای است و یک زیرساخت پشتیبانی دارد. این جا و در ارتقای همچون Amis و Wrighnel و Vardamin 2012، حمایتی

برای PE و برنامه فعالیت جسمانی دیگر ارائه کردند که بویژه بر مبنای کوشش‌ها و عملکردهای اصول مدرسه است.

تحقیق آن‌ها نشان داد که اصولی که برنامه‌ها و عملکردها و سیاست‌ها را اثبات می‌کند علاقه فردی دارند. در مجموع وقتی با برنامه جدید مواجه می‌شویم یا سیاست جدیدی مورد نیاز است اصولی منابع مربوط به زمان و پرسنل و تسهیلات ایجاد می‌شود به عنوان قضاوتی است که ارائه می‌شود و بیان می‌کند چگونه فعالیت جدید یا PE برخلاف این هستند.

پس با وجود این موانع متغیر و خیلی واقعی چگونه فعالیت جسمانی مدرسی گسترده را می‌توان شناسایی کرد. معتقدیم که یک روشی برای حرکت از آن این است که بیشتر در مورد آن بیاموزیم بنابراین با وجود این موانع چالش‌زا و واقعی زیاد.....

چگونه فعالیت جسمانی مدارس را می‌توانیم درک کنیم؟ معتقدیم که کیک روش از طریق یک معلم PE است که مصاحباتی با مدیر مدرسه و معلمان دیگر منجر می‌شود. در بررسی اخیر ما پاسخ‌های پرسش‌نامه مدیران و معلمان PE از 154 مدرسه در 34 ایالت را مقایسه کردیم (Lovnsbery, 2011) اکثر پاسخ دهندگان، متخصصان PE و شرکت کنندگان حوزه PE و مدیران بودند که منبع تأثیرگذاری بودند که با برنامه مطابقت داشتند. در مجموع دریافتیم که معلمان PE نه تنها بر مدیران خودشان تأثیرگذارند بلکه بر معلمان دیگری که حتی در مدرسه خودشان هم نبودند، تأثیرگذار بودند. معلمان تحت تأثیر هم‌تایان خود در مدارس دیگر و شرکت کنندگان حوزه PE هم بودند.

بر مبنای این یافته‌ها معتقدیم که معلمان PE تسریع کننده مهمی برای فعالیت جسمانی مدارس می‌باشند. بهر حال باید نقش‌های خودشان را به طور موثری تغییر دهند. آن‌ها باید بتوانند اهمیت PE و برنامه‌های فعالیت جسمانی دیگر را مطابق با نتایج بهداشت عمومی و اهداف گسترده‌تر مدارس با توجه به هم‌تایان آموزشی و مدیران تغییر دهند. در مجموع آن‌ها باید شبکه‌هایی از شرکت کنندگان را تشکیل دهند که در آن‌ها شرکت کرده‌اند اما محدود به دانش‌آموزان و والدین و افرادی که بخش‌های اجتماعی خصوصی و غیر انتفاعی و تجاری را تشکیل می‌دهند نمی‌باشد. در این PE موثر و پویا، معلمان سهامدارن خرید از جامعه را تشکیل خواهند داد و تلاش‌های گسترده جمعی برای غلبه بر موانع منبع دارند تا فعالیت جسمانی گسترده مدارس را به طور مشارکتی

انجام دهند. آن‌ها قادر نخواهند بود تا مستقیماً تمام برنامه‌ها در مدل گسترده فعالیت جسمانی مدارس را خودشان انتقال دهند بلکه دیگران را آماده می‌کنند تا برنامه‌ها را ایجاد کرده و انتقال دهند تا بتوانند سطوح بهتری از MVPA در مدارس فراهم کنند. در ایفای این نقش آن‌ها نیاز است رهبران پویایی سیاسی شوند تا بتوانند ماهرانه مسائل پیش روی مذاکرات را به طور موفق‌تری پیش بینی کرده و حل کنند. ارزیابی و بررسی بازدهی معلم PE در رهبری به روی فعالیت گسترده جسمانی مدارس به ملاحظات مختلفی نیاز خواهد داشت. بازدهی آن باید توسعه به نتایج سطح مدارس هم توسعه یابد و ارزیابی فرصت برنامه فعالیت و تعداد دانش‌آموزان شرکت کننده در آن‌ها را هم انجام دهد. معلمان PE می‌توانند ارزیابی‌های برنامه را به طور منظمی و براساس داده‌ها و اصلاحات توصیه شده انجام دهند. ما ارزیابی‌هایی از این نوع را در بررسی مدارس ابتدایی با استفاده از ابزارهایی که به آسانی اجرا می‌شود انجام داده و برای روشن شدن مطلب دو ابزار را در این جا بیان می‌کنیم:

بررسی فعالیت جسمانی ساختار یافته:

بررسی فعالیت جسمانی ساختار یافته (SPAS) ابزاری است که برای ارزیابی تمام فرصت‌های برنامه‌های فعالیت جسمانی که برای دانش‌آموزان یک مدرسه فراتر از کلاس‌های PE و مسابقات طراحی شده بکار می‌رود. (Powers, Conwag, mckenzie, 2002) آن اطلاعاتی در زمینه فراوانی و طول مدت برنامه‌های فعالیت (مثل برنامه‌های باشگاه و رقص و...) ایجاد می‌کند و اینکه چه تعداد دختر و پسر در آن شرکت می‌کنند و آیا هزینه‌ای برای شرکت کردن پرداخت می‌کند یا نه؟ معلم PE از طریق بازرسی‌های دقیق روزانه و برنامه‌های ساختاربندی شده زمان‌بندی شده SPAS را کامل می‌کند.

گزارش فعالیت جسمانی برای کلاس‌ها (PARC):

گزارش فعالیت جسمانی برای کلاس‌ها (PARC)، به این منظور طراحی شده تا اطلاعاتی درباره فرصت‌های فعالیت جسمانی موجود طی PE و وقفه‌های فعالیت و recess و recess فعال در یک روز مدرسه انجام دهد. PARC اولین بار طی دوره CATCH استفاده شد که شامل 96 مدرسه ابتدایی در چهار ایالت بود. (MCKenzie 1995) جمع‌آوری داده‌های همکاری معلم PE از طریق معلمان کلاسی بود که تعداد دقیق اختصاص یافته به PE طی کلاس و وقفه‌های فعالیت ساختاریافته و دوره‌های recess را در یک مبنای منظمی بیان می‌کرد و داده‌های PARC و SPAS ترکیب شدند تا یک نمره شاخص فرصت برنامه فعالیت جسمانی

PAPOL فراهم کنند تا فرصت‌های برنامه را برای فعالیت جسمانی که مدارس برای میانگین دانش‌آموزان طی یک هفته فراهم کرده‌اند تعیین کنند. نمرات خلاصه PAPOL (دقایق فرصت برنامه فعالیت جسمانی به ازای هر دانش‌آموز در هر هفته) با مجموع تمام تعداد دقایق فرصت‌های هر برنامه در هر فعالیت جسمانی که برای منابع فعالیت کل در مدارس ارائه شده بود تقسیم بر مجموع جمعیت دانش‌آموز بدست آمد (یعنی میانگین حضور روزانه طی هفته‌ای که مورد نظر بوده است) توجه کنید که PAPOL اطلاعاتی در زمینه فرصت‌هایی برای فعالیت جسمانی فراهم می‌کند و خود سطوح فعالیت جسمانی را ارزیابی نمی‌کند. مشارکت واقعی دانش‌آموزان در MVPA در این برنامه‌ها که با استفاده از SOFIT یا SOPLAY قابل ارزیابی است، احتمالاً کمتر از 40٪ زمان برنامه است. برای اینکه این مطالب را واضح‌سازیم، جدول 1 دو مدرسه را با فرصت‌های فعالیت جسمانی که ارائه کرده‌اند مقایسه می‌کنیم، مدارس ابتدایی که به PE روزانه برای دانش‌آموزان نیاز دارند وقفه‌های اندک در فعالیت کلاسی و برنامه گسترده و رقص غیر رقابتی و باشگاه هنرهای marial دارند برای میانگین دانش‌آموزان 349 دقیقه فرصت برنامه فعالیت جسمانی در هر هفته فراهم می‌کند از سویی دیگر کلاس‌های PE زمان‌بندی مدارس ابتدایی سه بار در هفته فقط برای مقاطع 4 تا 6 و با وجود وقفه‌های اندک فعالیت کلاسی، یک برنامه بین تحصیلی است اما برنامه‌های باشگاهی ندارد (Soth Elementar)

جدول 1- مقایسه‌ای از فرصت‌های فعالیت جسمانی در دو مدرسه ابتدایی PAPOL را برای میانگین دانش‌آموزان با 166 دقیقه فرصت برنامه فعالیت جسمانی در هر هفته بیان می‌کند که کمتر از نیمی از آن‌ها اطلاعات مفیدی ارائه کرده‌اند که نقاط قوت و ضعف را نشان می‌دهد تا به اولویت‌بندی فعالیت جسمانی گسترده مدارس کمک کند. مبحث خود را به بازدهی معلمان PE و PE خلاصه می‌کنیم که نقش اصلی که این سیاست‌ها ایجاد می‌کند را روشن می‌سازد. به‌رحال روش‌های کنونی به طور گسترده‌ای متفاوت است و به طور کلی موارد ویژه و سرمایه‌گذاری و محاسبات ندارد. (Ward 2011) و IOM2013 توصیه می‌کند که سیاستگذاران در تمامی سطوح مراحل را دنبال کنند تا اطمینان یابند که این برنامه‌ها و روش‌ها موارد نابرابری در فعالیت جسمانی را برطرف بسازد تا تمام دانش‌آموزان در تمامی مدارس تسهیلات و فرصت‌های مناسبی برای فعالیت جسمانی و PE کیفی داشته باشند. تحقیق درباره سیاست (روش) فعالیت جسمانی مدارس، نسبتاً جدید و محدود است و اکثر بررسی‌ها توسط پاسخ دهندگان است که آشنایی زیادی با سیاست‌ها و اقدامات فعالیت

جسمانی مدارس ندارند. اخیراً ما سیاست‌های PE سطح مدارس و سطح حوزه یا بخش را و اجرای آن‌ها را با توجه به مقدار برنامه فعالیت جسمانی که طی روز مدارس در 65 مدرسه ابتدایی در سه ایالت انجام گرفته بود بررسی کردیم. (Lounsbery, mckenize , morrow 2013) نتایج نشان داد که سازگاری روش (سیاست) PE مفاهیم مهمی برای سیاست‌های دیگر برنامه فعالیت جسمانی و عملکرد آن دارد. برای مثال سازگاری یک روش PE به تعداد دقیق یا روزهای خاص از PE در هر هفته در سطوح حوزه و مدرسه نیاز دارد که مفاهیم مهمی برای سازگاری یا ارزیابی سیاست‌ها و عملکردها دارد. با روشی که دقیق PE را ارزیابی می‌کند، شانس اینکه مدرسه‌ای در 40٪ بالای مدارس باشد، دقیق PE بیشتری ارائه شده است. مدرسی که فقط تا اندازه‌ای یک روش مدرسه‌ای PE را با توجه دقیق اجرا می‌کردند، مجموع ترکیبی 36 یا 50 از PE و زمان recess در هر هفته داشتند. در این بررسی یک روش به ارزیابی سالانه برنامه‌های PE نیاز دارد که به طور مثبتی با زمان PE در هر هفته ارتباط دارد. حتی اگر این سازگاری اندک باشد. بررسی دیگری هم نشان داد که مدارس بندرت برنامه‌هی PE خودشان را ارزیابی می‌کنند. با این وجود مدیران و معلمان PE در آن مدارس بیان کردند که از نتایج برنامه‌هایشان رضایت بالایی دارند. (Lovnsbery 2011).

بنابراین معتقدیم که شواهد فزاینده‌ای وجود دارد که نشان می‌دهد که ارزیابی برنامه یک سیاست اصلی است که این پتانسیل را دارد که هم مقدار و هم کیفیت برنامه PE را بهبود دهد معلمان موثر PE هم نقش رهبری ارائه می‌کنند تا اطمینان دهند که سیاست‌ها و روش‌های مهمی تطابق یافته و اجرا شده است.

نتیجه‌گیری:

PE به عنوان بخشی از برنامه تحصیلی آموزشی k-12 در ایالات متحده تطابق یافته است و یکی از پنج ملاحظه‌ای است که به طور زیادی برای افزایش فعالیت جسمانی توسط نیروی کار ملی در خدمات پیشگیرانه اجتماعی توصیه شده است. (kahn 2002) ما بیان می‌کنیم اگرچه برای PE اهمیت دارد که ارزش این موضوع را در محیط آموزشی روزافزون درک کنیم آن نباید به هزینه‌ای باشد که ریشه‌های اصلی آن در بهداشت و پزشکی را از بین برد. در این مقاله ما نیاز برای PE با تمرکز بر بهداشت عمومی را بیان کرده و بازدهی آموزشی آن در PE را باید تعریف کنیم و برای مداخله باید ارزیابی کنیم اگر اهداف بهداشت عمومی برآورده نگردیده باشند، بویژه بر نیاز معلمان برای اجرای موثر کلاس‌های PE تمرکز می‌کنیم که دانش‌آموزان را در تقویت

فعالیت‌های جسمانی با نشاط ترغیب می‌کند که منجر به توسعه تناسب اندام و مهارت‌های حرکتی می‌شود که باعث می‌شود در آینده به خوبی آن‌ها را حفظ کنند.

با این وجود در این مقاله روشن شده است که آموزشی در شرایط خلاء صورت نمی‌گیرد و مشکل‌ساز است که بازدهی معلم در برنامه PE یا موثر بودن مدارس را ندیده بگیریم. واقعیت در مدارس این است که موانع زیادی برای مشارکت بهینه PE برای بهداشت عمومی وجود دارد که مورد اول آن پشتیبانی اجرای را شامل می‌شود و شامل تعداد و طول مدت کلاس‌ها و نیازهای دانش‌آموزان است. حتی موثرترین معلمان هم نمی‌توانند فعالیت جسمانی قوی ارائه کنند. دانش‌آموزان در واقع در کلاس‌ها شرکت نمی‌کنند. پس مثل بسیاری از افراد دیگر ما معتقدیم که PE و نقش معلم PE باید فراتر از کلاس‌های درسی و زمینه‌های بازی و قبل و بعد از مدارس باشد. مفاهیم بازدهی معلم PE باید متناسب با مدل جدید تغییر کند و آموزش قبل از استخدام و حین خدمت برای معلمان نیاز است بر آن اساس افزایش یابد. (McKenzie 2007) ما بویژه معتقدیم که آینده PE در مدارس ما به ملاحظات برنامه‌هایی که درک شده که اهمیت عمومی دارند ارتباط می‌یابد و از نظر ما این به طور زیادی به بازدهی معلمان PE برای اجرا در شرایط بهداشت عمومی بستگی دارد. چنانکه در این مقاله بیان کرده‌ایم، موانع زیادی وجود دارد که مانع ایفای نقش بیشتر PE در تأمین نتایج بهداشت عمومی می‌شود که شامل موارد مربوط به انتقال ساختاری PE هم می‌شود. شواهد تحقیقی وجود دارد که هر جنبه قابل اصلاح انتقال ساختاری PE در مدارس را نشان می‌دهد و این جنبه‌ها قطعاً اثرات تنظیمی و تعدیلی و یا واسطه‌ای بر بازدهی آموزش در شرایط بهداشت عمومی دارد. برای مثال اگر چه تحقیقی در زمینه اندازه کلاس و رابطه آن با فعالیت جسمانی صورت گرفته است اما تلاش متمرکزی برای شناسایی آستانه‌های اندازه کلاس صورت نگرفته است. در مجموع هیچ بررسی تفاوت زمان‌بندی PE را ارزیابی نکرده است و فقط موارد اندکی تأثیر مدل‌های ساختاری متفاوت در رابطه با نتایج فعالیت جسمانی را ارزیابی کرده‌اند. ما معتقدیم که پراکندگی راهبردی و ترجمه این تحقیق می‌تواند عملکرد و روش آن را روشن سازد و راهی به سوی بهبود نتایج بهداشت عمومی در PE ایجاد کند.

این مقاله چه چیزی را ارتقا داد (افزود):

سرتاسر تاریخ، PE اهداف متعددی دارد و اخیراً پشتیبانی گسترده‌ای برای مشارکت آن در کمک به تأمین اهداف بهداشت عمومی وجود دارد. اکثر تحقیق تأثیر معلم در PE تطابق یافته است اما فراتر از بررسی‌های

کلاسی نیاز است. این اولین مقاله‌ای است که بازدهی PE را در شرایط بهداشت عمومی بیان می‌کند و ابتدا بر این مفهوم تأکید دارد که معلمان PE مسئولیتی در ارائه مقادیر زیادی فعالیت جسمانی تقویت سلامت طی زمان کلاس بویژه در فعالیت‌های تناسب اندام دانش‌آموز و توسعه مهارت حرکتی دارند و در آینده هم آن‌ها را در نظر می‌گیرند. این مقاله دیدگاهی برای ارزیابی تأثیر معلمان PE فراهم می‌کند که فراتر از کلاس PE است و شرایط گسترده‌تری در ایجاد و مشارکت در برنامه‌های فعالیت جسمانی مدارس را شامل می‌شود.

این مقاله، از سری مقالات ترجمه شده رایگان سایت ترجمه فا میباشد که با فرمت PDF در اختیار شما عزیزان قرار گرفته است. در صورت تمایل میتوانید با کلیک بر روی دکمه های زیر از سایر مقالات نیز استفاده نمایید:

لیست مقالات ترجمه شده ✓

لیست مقالات ترجمه شده رایگان ✓

لیست جدیدترین مقالات انگلیسی ISI ✓

سایت ترجمه فا ؛ مرجع جدیدترین مقالات ترجمه شده از نشریات معتبر خارجی