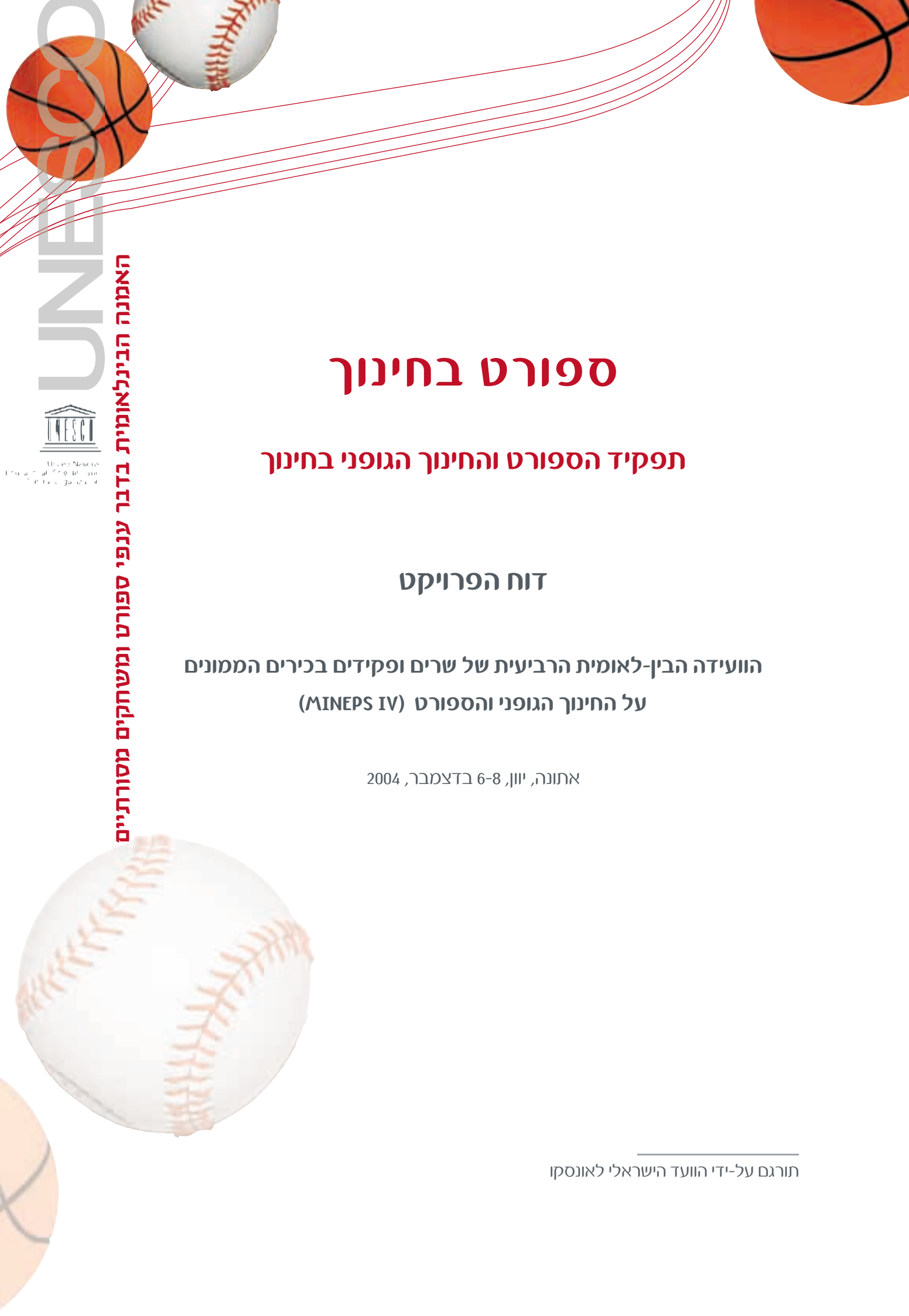




ספורט בחינוך

תפקיד הספורט והחינוך הגופני בחינוך

דוח הפרויקט

הוועידה הבין-לאומית הרביעית של שרים ופקידים בכירים הממונים
על החינוך הגופני והספורט (MINEPS IV)

אתונה, יוני, 6-8 בדצמבר, 2004



תוכן העניינים

4	תמצית מנהלים
4	1. מבוא
5	2. ספורט בחינוך (SpinEd)
5	3. לקראת מסגרת משותפת
7	4. סקירת הספרות הבין-לאומית
9	5. עמדתם של ילדים ונוער בקשר ל- PESS
10	6. חקר מקרים
13	7. מסקנות והמלצות



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

רקע

מסמך זה כולל את תמצית הממצאים של פרויקט מחקר בין-לאומי בתמיכתו של הוועד האולימפי הבין-לאומי מטעם 'המועצה הבין-לאומית למדעי הספורט והחינוך הגופני' (ICSSPE/ CIEPSS) והוועדה הבין-לאומית לפדגוגיה של הספורט, קבוצת עבודה של ICSSPE/ CIEPSS.

זו תרומתה של ICSSPE/ CIEPSS ל-MINEPS IV, ואנו סמוכים ובטוחים שהנציגים הנכבדים יעשו שימוש מלא במסמך זה בדיוניהם, ישקלו ויטמיעו ממצאים אלו במסמכים הסופיים של MINEPS IV.

חברי קבוצת ההיגוי של הפרויקט, מחברי הדוח וכן נציגי ICSSPE/ CIEPSS עומדים לרשותכם במהלך MINEPS IV וגם לאחר מכן, בכל שאלה או הצעה בקשר לפרויקט זה.

מחברי הדוח:

פרופ' ד"ר ריצ'ארד ביילי והריאט דיסמור (Prof. Dr. Richard Bailey and Harriet Dismore)

חברי קבוצת ההיגוי:

פרופ' ד"ר מרגרט טלבוט (Prof. Dr. Margaret Talbot)

מגיסטר יוליקה אולמן (Mag. Julika Ullmann)

פרופ' ד"ר רונלד נאול (Prof. Dr. Roland Naul)

איש הקשר:

פרופ' ד"ר ריצ'ארד ביילי

Prof. Dr. Richard Bailey

Centre for Physical Education Research

Canterbury Christ Church University College

United Kingdom CT1 1QU

Tel: 01227 782992

Email: physed@cant.ac.uk

Web: <http://spined.cant.ac.uk>

האמנה הבינלאומית בדבר ענפי ספורט ומשחקים מסורתיים



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

תמצית מנהלים

1. 'ספורט בחינוך' (SpinEd) הוא פרויקט מחקר בין-לאומי המיועד לאסוף ולהציג ראיות בעניין יתרונות הספורט והחינוך הגופני האיכותיים במסגרת (PESS) בתי הספר. יעדיו העיקריים הם לבנות מסגרת הערכה ניתנת להתאמה לתפקיד PESS בארצות ובתרבויות שונות; להפיק תמצית מחקר וביבליוגרפיה מתועדת בעניין תפקיד PESS; ללקט דוגמאות לשיטות עבודה טובות שיש בהן ראיה ש-PESS עשוי לתרום תרומה חיובית לחיי בית הספר; לאסוף נתונים על עמדות התלמידים כלפי תוצאות PESS.
2. באמצעות צירוף של סקירת ספרות מקיפה, חקר מקרים ברמה הלאומית, הפצה דרך האינטרנט ושאלונים בהיקף נרחב בעניין עמדותיהם של ילדים ובני נוער, בנה הפרויקט מסגרת לצורך הבנה ודין בדבר היתרונות של PESS. מסגרת זו בונה את היתרונות המשוערים של PESS במונחים של התפתחות גופנית, התפתחות אורח חיים; התפתחות רגשית; התפתחות חברתית; התפתחות קוגניטיבית.
3. הן חקר המקרים הן סקירת הספרות הראו שב-PESS גלום פוטנציאל לתרום תרומה של ממש לכלל חינוכם והתפתחותם של ילדים. בכל אחד מתחומי 'ספורט בחינוך' – הגופני, אורח החיים, הרגשי, החברתי והקוגניטיבי – קיימות ראיות ש-PESS עשוי להשפיע השפעה חיובית ועמוקה. בכמה בחינות, השפעות אלו מיוחדות במינן, בזכות ההקשר המיוחד שבו מתרחש PESS.
4. המחקר גילה עוד שבהתמקדות בתי הספר והחינוך ב-PESS גלומים יתרונות חשובים ומיוחדים, ובהם נגישות אל כל הילדים כמעט ותפקיד משמעותי למורים בתהליך הלמידה.
5. מסקנת המחקר היא שהיתרונות הגלומים בחוויית PESS איכותית הם יתרונות חשובים, ורבים מהם אי-אפשר לשחזר בתחומים אחרים של תכנית הלימודים וגם לא בסביבה אחרת של ספורט או פעילות גופנית. מתבקש מכך ש-PESS איכותי במסגרת בית הספר צריך להיות נגיש לכל ילד ובכל מערכת בתי ספר בתור זכות יסוד חינוכית.



1. מבוא

ועידת הפסגה העולמית לחינוך גופני שהתקיימה בברלין בנובמבר 1999 הצביעה על הידרדרות חמורה במצבו ובמעמדו של ספורט בתי הספר והחינוך הגופני (PESS) בעולם כולו. הפסגה דיווחה על ממצאי סקר כלל-עולמי שהציג ראיות מכל חלקי העולם על צמצום ניכר בזמן ובמשאבים המוקצים ל-PESS כמעט בכל המקרים. הועלתה טענה שנדרשת פעולה דחופה, הן כדי לשפר את איכות PESS הן כדי להבטיח לו מקום וזמן בתכניות הלימודים של בתי הספר. דוח זה כולל את תמצית הממצאים של פרויקט מחקר בין-לאומי במימון הוועד האולימפי

הבין-לאומי, ויש בו הצעת מענה לכמה מהבעיות שבפניהם ניצב PESS. ליקטנו בו ראיות מכל רחבי העולם אשר לתועלת הגלומה ב-PESS, בשאיפה לזהות מסגרת משותפת להבנת הנושא ותרומתו למערכות החינוך ולילדים. בד בבד פרויקט זה מציע תמיכה אמפירית לסעיף 10 באמנת אונסקו לתחום החינוך הגופני והספורט, והוא קורא לשיתוף פעולה בין-לאומי בתמיכה וקידום של:

קידום אוניברסלי ומאוזן של החינוך הגופני (הנשען על טווח שלם של ארגונים שיעניקו) לחינוך גופני... מקום בולט יותר בשיתוף פעולה דו-צדדי ורב-צדדי... (שיהיה בו כדי להעיד ששיתוף פעולה זה) יעודד את פיתוח החינוך הגופני... בעולם כולו.

2. ספורט בחינוך (SpinEd)

מטרת פרויקט SpinEd הייתה לאסוף נתונים בעניין PESS איכותי בבתי הספר ולהציגם למקבלי ההחלטות. היעדים העיקריים היו: בניית מסגרת ניתנת להתאמה למגוון ארצות ותרבויות במטרה להעריך את תפקיד PESS; הפקת תמצית מחקר וביבליוגרפיה מתועדת בעניין תפקיד PESS; ליקוט דוגמאות לשיטות עבודה טובות – ראייה לתרומה החיובית ב-PESS לחיי בית הספר; איסוף נתונים על עמדות התלמידים כלפי תוצאות PESS.

לשם מימוש יעדים אלו הסתמך צוות הפרויקט על מקורות מידע רבים ככל האפשר, ובהם קולותיהם של ילדים ובני נוער. נעשה שימוש בכמה וכמה שיטות לאיסוף הנתונים, והם מסוכמים בתרשים שלהלן:

3. לקראת מסגרת משותפת

הנושא המרכזי בפרויקט SpinEd הוא חשיבות מתן הביטוי למסגרת משותפת במטרה להבין את התוצאות והיתרונות של PESS לתרבויות ומערכות פוליטיות רבות. השלב הראשון היה למצוא הגדרת עבודה ל-PESS אשר תהיה מוסכמת על המספר הגדול ביותר של מערכות חינוך. את זאת השגנו בתהליך של הצעת הגדרות (שנשלפו מתוך פרסומי הספרות) והזמנת משוב מִצוות גדול של משיבים מהעולם כולו. בסופו של דבר, נמצא כי ההגדרה הפונקציונלית שלהלן מקובלת על כל הנשאלים:

ספורט וחינוך גופני בבתי ספר עניינם בפעילויות גופניות מובנות ותחת השגחה אשר מתקיימות בבית הספר במהלך יום הלימודים.

מובן שהגדרה כזו אינה מקיפה את הכוונה החינוכית המלאה של תכנית הלימודים של PESS במערכת כלשהי. ואולם, רצוי לציין כי על אף השונות הרבה בין מטרותיהן של המערכות, נימוקיהן והתמקדותן, הייתה דרגה מפתיעה של הסכמה לסוגים העיקריים של הפעילויות המתבצעות והכישורים המתפתחים ב-PESS.

בשלב הבא היה צורך לפתח מסגרת שבה ייבנה הדיון בעניין התוצאות והתועלת מ-PESS. בקבוצת ההיגוי היו חברים מדענים ומורים מנוסים ומכובדים בתחום PESS, והיא יצרה רשימה ראשונית של נושאים. בהמשך בדק אותם צוות הפרויקט. הבדיקה כללה הערכת תאימות של הנושאים לתכניות הלימודים, לספרי לימוד ולמסגרות שפרסמו בעבר, מכל רחבי העולם; סקירת ספרות המחקר בעניין עמדותיהם של מורים ותלמידים בכל הקשור בתוצאות של PESS; בקשה מצוות משיבים בין-לאומי להעריך עד כמה המסגרת משקפת בדיוקנות את תכניות PESS במערכות שלהם. כוונת חלק זה בפרויקט הייתה למצוא רשימת נושאים שעניינה בתוצאות PESS אשר תאזן בין תמציתיות (הרשימה תהיה פשוטה וקצרה) לבין הכללה (עליה להיות קבילה על כל מערכת חינוך).

בסופו של דבר נקבעה רשימה של חמישה נושאים ראשיים (או תחומים) העוסקים בהיבטים ספציפיים בהתפתחות ילדים ונוער:

- * התפתחות גופנית
- * התפתחות אורח חיים
- * התפתחות רגשית
- * התפתחות חברתית
- * התפתחות קוגניטיבית

ספורט בחינוך (SpinEd)

תחום אורח חיים		תחום הרגשי		תחום החברתי		תחום הקוגניטיבי		תחום הגופני	
פעילות גופנית כל החיים	גישה חיובית לביה"ס	הערכה עצמית	התנהגות פרו-סוציאלית	התפתחות חברתית	הישגים בלימודים	תפקוד אינטלקטואלי	כוח גופני ובריאות	כישורי תנועה	

כל אחד מן הנושאים ניתן לקישור לתת-נושאים (או ממדים), ואלה עשויים לשקף יותר את הערכים והקדימויות של מערכות חינוך שונות (למשל, ייתכן שהתפתחות חברתית תובן במונחים של גאווה לאומית בהקשר אחד ושל שיתוף פעולה ועבודת צוות בהקשר אחר). בחינת הממדים שבהם נערכו מרב המחקרים בתחום מסוים מגבשת מסגרת טקטיבית. מסגרת זו זמנית, וכזו תישאר תמיד, כי אנו מקווים שהמידע והמשוב ימשיכו לזרום.

4. סקירת הספרות הבין-לאומית

בעזרת המבנה הארגוני של מסגרת SpinEd סקר צוות הפרויקט סקירה מקיפה של הספרות הבין-לאומית העוסקת בתוצאות של ספורט בחינוך ובתחומים קרובים, כגון מדעי בריאות הציבור, רפואה והתעמלות. להלן תמצית הממצאים של סקירה זו*:

4.1 התפתחות גופנית

המוסד העיקרי לפיתוח כישורים גופניים ולפעילות גופנית אצל ילדים הוא PESS. בעבור רבים, בית הספר הוא הסביבה העיקרית לפעילות גופנית. כמו כן ישנן ראיות שלמספר הולך וגדל של ילדים, בית הספר מספק את ההזדמנות העיקרית לִסְדָּר וסדירות בספורט ובפעילות גופנית.

ידועה היטב התועלת הבריאותית בפעילות גופנית סדירה. נוטים לקשר בין השתתפות קבועה בפעילויות אלו לבין חיים ארוכים יותר, איכות חיים טובה יותר וסיכויים פחותים למחלות רבות. כמו כן מתחילות להתגבש ראיות לקשר חיובי בין פעילות גופנית לבין שורה ארוכה של גורמים המשפיעים על בריאותם הפיזית של הילדים, ובהם גורמים המשפיעים על סוכרת, לחץ דם, בריאות העצם והשמנת יתר.

כישורים בסיסיים של תנועה – רכיב הליבה במרבית תכניות PESS – מהווים את היסוד כמעט לכל ספורט ופעילות גופנית. ראיות מעידות כי מי שיש לו יסודות איתנים בכישורי תנועה בסיסיים, הסבירות גבוהה יותר שיהיה פעיל הן בילדות הן אחר כך. קיימת גם תאוריה שפיתוח שורה ארוכה של כישורי תנועה בסיסיים הוא תנאי הכרחי לספורט עילית. לעומת זאת, ילדים שלא הצליחו לרכוש את כישורי התנועה הבסיסיים, סביר שלא ישותפו בספורט ובמשחקים מאורגנים עם חבריהם. הואיל וזהו אחד הערכים הנחשבים ביותר בעיני ילדים ונוער, יגרום אי-השיתוף לתוצאות מרחיקות לכת ומזיקות להתפתחות ולחינוך של ילדים רבים.

4.2 התפתחות אורח חיים

PESS – אחת ההזדמנויות המעטות לקדם פעילות גופנית אצל כל הילדים – הועלה בתור הצעה חסכונית לעידוד הדור הבא של מבוגרים לנהל אורח חיים פעיל מבחינה גופנית. המחקר מעיד שגורמים מספר תורמים לביסוס פעילות גופנית כחלק מאורח חיים בריא. ישנן ראיות מסוימות שצורות התנהגות הקשורות בבריאות אשר נלמדות בילדות נשמרות לעתים קרובות בבגרות. סקירה רטרוספקטיבית של הספרות לאורך זמן גילתה שפעילות גופנית בתקופת הילדות היא גורם ניבוי מובהק לפעילות בגיל מאוחר יותר. מעניין שהמחקרים מצביעים גם על קשר חזק בין אי-פעילות בגיל צעיר לבין אי-פעילות בבגרות. לכן, היעדר פעילות בשנות הלימודים משאיר מורשת של אי-פעילות, והוא קשור בבריאות לקויה בשנים מאוחרות יותר.

האמנה הבינלאומית בדבר ענפי ספורט ומשחקים מסורתיים



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

* גרסה מלאה של פרק זה, ובה פניות מלאות, מופיעה באתר האינטרנט של

SpinEd: <http://spined.cant.ac.uk>

המחקרים גילו שתכניות במסגרת בית הספר אפקטיביות במיוחד לקידום פעילות גופנית, הן בגיל הנעורים הן בשנים שלאחר מכן. הפוטנציאל של השפעת בית הספר נראה חזק ביותר בתכניות המשלבות לימודים בכיתה ופעילויות; התלמידים יכולים לחוות בהן תחושת שליטה במיומנות ובכישורים וכן הנאה מודגשת וחוויה חיובית מספורט ופעילות.

4.3 התפתחות רגשית

קיימות ראיות עקיבות למדי להשפעה חיובית של פעילות גופנית סדירה על רוחותם הפסיכולוגית של ילדים ובני נוער, אך המנגנון העקרוני המסביר השפעות אלו עדיין אינו ברור. הראיות חזקות במיוחד בכל הקשור בהערכה עצמית של ילדים. דיווחים אחרים על קשר לפעילות גופנית סדירה מעידים בין השאר על הפחתתם של לחץ, חרדה ודיכאון.

כמו כן ראוי לשקול את העניין הגובר בקשר בין ספורט לבין היחס לבית הספר. מחקרים אחדים מדווחים על תוצאות חיוביות מבחינת נוכחות התלמידים לאחר הנהגת תכניות ספורט. מחקרים גם מציגים ראיות על תלמידים הנתונים בסכנת הרחקה מבית הספר, שהגברת הזמינות של פעילויות ספורט הופכת בעבורם את החוויה הבית-ספרית לאטרקטיבית יותר.

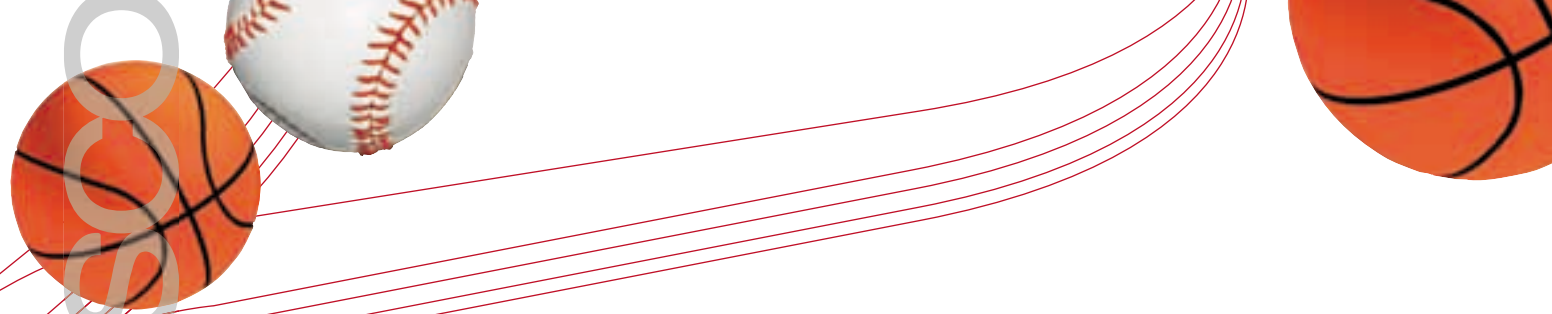
מובן שעלינו לדעת שלא כל התלמידים נהנים מפעילויות אלו, לפחות אם מציגים אותן בדרך מסוימת. למשל, נערות רבות מתאכזבות בהדרגה מספורט בבית הספר, ועם המעבר לבית הספר התיכון הן פורשות לחלוטין מפעילות. משום כך לא נכון לטעון שספורט תורם בהכרח לגישה חיובית כלפי בית הספר; הצגה שגויה שלו עלולה דווקא להגביר את הרתיעה ואת ההשתמטות. בנימה חיובית יותר, מחקרים רבים מראים שכל סוגי התלמידים עשויים ליהנות מהשתתפות בפעילויות ספורט המוגשות בצורה אטרקטיבית ורלוונטית.

4.4 התפתחות חברתית

לרעיון שהשתתפות ב-P.E.S.S משפיעה על התפתחות חברתית של ילדים יש היסטוריה ארוכה. ההקשר של P.E.S.S נחשב אטרקטיבי מפני שהוא מציע פעילות גומלין חברתית המתרחשת באופן טבעי. ספרות המחקר אינה חד-משמעית בתחום זה. מחד גיסא, נראה שהתנהגות פרו-סוציאלית לא בהכרח משתפרת בעקבות עיסוק בספורט. מאידך גיסא, מחקרים אחדים הראו שפעילויות הבנויות ומוצגות כראוי עשויות לתרום תרומה של ממש להתפתחות התנהגות פרו-סוציאלית ואפילו לשמש במאבק נגד התנהגות אנטי-סוציאלית ופילית בקרב בני נוער.

שוב, הממצאים המעודדים ביותר מתקבלים ממחקרים העוסקים בבתי ספר, ובפרט בתי ספר המתמקדים בתכניות P.E.S.S. מחקרים גילו תוצאות חיוביות בדרך כלל, ובהן שיפור בחשיבה המוסרית, הטמעת כללי משחק הוגן, ספורטיביות ואחריות אישית.

החשש בעניין זה קשור בסוגיות הכללה חברתית והדרה. המאבק נגד הדרה חברתית הגיע בשנים האחרונות למוקד תשומת הלב ומשמש נושא לדאגה. בחוויות חיוביות בתחום הספורט גלום כנראה פוטנציאל לתרום לתהליך ההכללה: בני אדם מרקע חברתי וכלכלי שונה שותפים



כולם לפעילויות ספורט המעניינות את כולם; הן מציעות תחושת שייכות לצוות או למועדון; הן נותנות הזדמנויות לפתח כישורים ומיומנויות בעלי ערך; הן מפתחות רשת של קשרים חברתיים, גיבוש קהילתי וגאווה אזרחית.

4.5 התפתחות קוגניטיבית

החוקרים סבורים שפעילות גופנית בבית הספר יכולה לשפר את ההישגים בלימודים על ידי הגברת זרימת הדם למוח, שיפור מצב הרוח, הגברת הערנות השכלית ושיפור ההערכה העצמית. הראיות לטענות אלו מגוונות, ונדרשים מחקרים נוספים. אך המחקרים הקיימים מצביעים על קשר חיובי בין תפקוד אינטלקטואלי לבין פעילות גופנית סדירה.

במחקר צרפתי מפורסם משנות החמישים צמצמו החוקרים את זמן תכנית הלימודים האקדמית ב-26%, ובמקומו קבעו פעילות גופנית. ההישגים האקדמיים לא ירדו, אך היו פחות בעיות משמעת, הייתה הקשבה רבה יותר והיו פחות היעדרויות. מחקרים עדכניים יותר גילו אצל ילדים רבים שיפורים בהישגים האקדמיים עם הגדלת הזמן ל-PESS. הראיות הזמינות מראות שתוספת זמן ל-PESS אינה מפריעה להישגי התלמידים במקצועות לימוד אחרים (אף על פי שהפחיתו את הזמן המוקדש למקצועות אלו), ובמקרים רבים היא מלווה דווקא בשיפור ההישגים האקדמיים וכן בשיפור ההתנהגות והיחס לבית הספר.

5. עמדתם של ילדים ונוער בקשר ל- PESS

חלק גדול מהפרויקט עסק באיסוף נתונים בעניין הרגשות והעמדות של ילדים כלפי תוצאות PESS. תמצית הממצאים מובאת להלן**.

5.1 רגשות כלפי PESS

אהבו –	44%
מצא חן –	42%
לא בטוחים –	8%
לא מצא חן –	5%
שנאו –	1%

הילדים נשאלו על הרגשתם הכללית כלפי PESS והתוצאות מוצגות לעיל. בסך הכול 86% מהילדים ובני הנוער חוו רגשות חיוביים כלפיו. בקרב ילדים קטנים יש נטייה רבה יותר לומר שהם 'אוהבים' PESS, ואילו הבוגרים יותר אמרו שזה מוצא חן בעיניהם. בקרב בנים קיימת יותר

** כאן מדווח רק על מקצת הממצאים. מיצג מלא מופיע באתר האינטרנט של

SpinEd: <http://spined.cant.ac.uk>



נטייה לומר שהם 'אוהבים' PESS, ואילו בנות נטו לומר שהתחום מוצא חן בעיניהן. ככלל, הייתה תגובה חיובית מאוד בכל הקבוצות במה שקשור ברגשות כלפי PESS.

5.2 עמדות כלפי התוצאות

הילדים נשאלו על תוצאות PESS. המספר הגדול ביותר של תלמידים הסכים ש-PESS שומר על הכושר הגופני ועל הבריאות שלהם (92%). רבים מהתלמידים גם הסכימו ש-PESS עוזר להם להתכונן לתחרויות (83%) ומסייע להם להמשיך בפעלתנות מבחינה גופנית (76%). עוד מהמשפטים שמרבית התלמידים הסכימו עמם היו:

PESS מסייע לי להיות חלק מהקבוצה

PESS גורם לי להתגאות בהשתייכות לבית הספר שלי

PESS מסייע לי לרכוש חברים חדשים

PESS גורם לי לכבד יותר את עצמי

PESS מעודד אותי ללכת לבית הספר

PESS גורם לי לכבד יותר אחרים

PESS מסייע לי להצליח בבית הספר

התוצאות החיוביות מעידות שרבים מהתלמידים נהנים מ-PESS ומעריכים אותו. מעניין במיוחד לגלות כי אף שהם חיים בארצות שונות ולומדים בבתי ספר שונים ולפי תכניות לימודים שונות, הייתה ביניהם הסכמה כללית למדי; PESS הוא מקצוע מיוחד, מוערך ופופולרי אצל רוב גדול של התלמידים שנשאלו.

6. חקר מקרים

המטרה המרכזית של פרויקט SpinEd הייתה להדגים במונחים מציאותיים מה ספורט וחינוך גופני בבתי הספר יכולים לתרום לחיי בית הספר. נעשתה סדרה של חקר מקרים לאומיים בהקשרים מגוונים ובשש יבשות.

אוסטרליה: הרחבת השתתפותם של תלמידים בסיכון בחיי בית הספר: חקר מקרה של התקדמות בבית ספר מיוחד לספורט

ד' פני (אוניברסיטת אידית קון, מערב אוסטרליה)

מחקר זה בבית ספר מיוחד לספורט באזור המטרופולין של פרת' במערב אוסטרליה ביקש לחקור:

* כיצד יצרה 'האקדמיה לכללי הפוטבול האוסטרלי' הזדמנויות נוספות להשתתף בחיי

בית הספר בעבור תלמידים אבוריג'ינים שרבים מהם היו נתונים בסיכון, לפי המינוח החינוכי;

* את הגורמים הארגוניים/מוסדיים, חברתיים, תרבותיים וכלכליים המאפשרים אובולמים שיפורים חינוכיים וספורטיביים ואת ניצול ההזדמנויות על-ידי תלמידים אבוריג'ינים;

* עד כמה ההתקדמות בהקשר של בית הספר משתקפת בחיים שמחוץ לבית הספר, מבחינת חייהם ואורח חייהם של התלמידים הנ"ל;

הראיות תומכות בהשקעה בתכניות ממוקדות של ספורט וחינוך גופני בית ספרי. מחקר נלווה ארוך-טווח יעסוק בהשפעת ההשתתפות לאורך זמן ביזמות, כגון תוכנית פוטבול בבית הספר.

קולומביה: חינוך גופני ואורח חיים חדש לילדים מגבעות בוגוטה

ק' אנאיה (אוניברסיטת בוגוטה, קולומביה)

במוסד 'סן מרטין דה פורז' לומדים ילדים ממשפחות בעלות הכנסות נמוכות במיוחד, אשר מתקיימות בתנאים קשים מאוד. באמצעות PESS פתחו להם שער לאורח חיים חדש, על-ידי פיתוח ערכים של כבוד, כללי משחק הוגנים ועידוד התנהגות חברתית חיובית. PESS עודד גם אישיות וזהות עצמאית:

* הוא מפחית מהשפעתם של קשיים כלכליים;

* הוא מעודד את התלמידים להישגים טובים יותר בלימודים;

* ספורט וחינוך גופני מעודדים בנים ובנות להתגאות בבית ספרם;

* באמצעות חינוך גופני הם נעשים מודעים לחשיבות המשמעת.

יפן (1): השתתפות במועדון ספורט בחטיבות ביניים ביוקוהמה

ט' איזאקי (המכללה האוניברסיטאית קנטרברי קריסט צרץ', בריטניה)

מחקר זה בדק את העמדות של ילדים כלפי התועלת החברתית הנובעת מהשתתפות במועדון ספורט של בית הספר ואת הגורמים המעודדים את הילדים לפתח את כישוריהם החברתיים. המחקר נעשה על מדגם של ילדים בני 13–14 מבתי ספר מיוקוהמה שהשתתפו במועדון ספורט של חטיבות הביניים. הילדים נשאלו על הרקע שלהם, על עמדתם כלפי מועדון הספורט ועל רמת היכולת שלהם. כמו כן, 281 סטודנטים באוניברסיטה נזכרו בחוויותיהם ובעמדותיהם כלפי מועדוני ספורט בבית הספר היסודי ובחטיבת הביניים.

המשתתפים הפיקו תועלת ממועדוני הספורט על-ידי יצירת קשרים עם חברים ושיפור רמת כישוריהם וכושרם הגופני. המסקנה המתבקשת היא שבתי הספר ו/או הקהילות המקומיות צריכים לוודא שלכל הילדים תהיה גישות למועדונים אלו.

יפן (2): שיעורי סומו – סיוע להתפתחותם החברתית של ילדי העיר

פ' טאנישימה (אוניברסיטת יוקהמה, יפן)

במחקר נערכו תצפיות בשיעורי סומו למתחילים במשך שלושה שבועות. נערכו ראיונות עם הילדים, הוריהם ואחות בית הספר. בשבוע השלישי התקיימה תחרות לבחירת שחקנים שישתתפו בתחרות סומו בין בתי ספר. הנתונים הצביעו על יתרונות רבים לילדים שהשתתפו בשיעורי הסומו, ובהם:

- * פיתוח גישה חיובית ורכישת יכולת שליטה ברגשות;
- * למידת ניהול קשרים אישיים;
- * נחישות וחמלה;
- * שיפור יכולת הריכוז;
- * מודעות ליכולות הגופניות של התלמיד ושל זולתו.



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

תלמידי בתי הספר היסודיים זקוקים לעידוד בפיתוח פעילות גופנית שייתן על-ידי עיסוק בשורה ארוכה של פעילויות. המחקר מראה שספורט כגון סומו בגיל צעיר יכול לעודד נימוסים טובים, התחשבות וסבלנות כלפי אחרים. הוא גם יוצר אצל התלמיד מודעות לגופו-הוא וגם לגופם של אחרים.

דרום אפריקה: ספורט וחינוך גופני בבתי ספר בדרום אפריקה: התרומה לחינוך בדרום אפריקה שלאחר האפרטהייד

ל"א אמוסה (אוניברסיטת וונדה למדע וטכנולוגיה, דרום אפריקה)

מחקר זה סקר סקירה כללית עדכנית את PESS בדרום אפריקה וגילה חוסר שוויון קיצוני. הניגודים בולטים בכל תחומי החיים של דרום אפריקה, אך בחינוך הניגוד הוא הניכר ביותר. בבתי הספר של הלבנים יחסית אין בעיות, ואילו בבתי הספר של השחורים נותרה השפעה שלילית בעקבות האפרטהייד ומדיניות ההפרדה של ממשלות העבר. יש בתי ספר שיש בהם מתקנים מפותחים, אך לרוב המכריע כמעט אין דבר. מקצת ממורי PESS הם מורים מוסמכים, אך לרוב המכריע אין הסמכה. בתכניות PESS בבתי הספר הלבנים יש תכנים ומגוון עשיר ומאוזן של פעילויות, ואילו באחרים עושים רק כמה תנועות. בבתי ספר אחדים יש שיעורים סדירים והילדים משתתפים בהם בכל תקופת לימודיהם, אך באחרים תכניות PESS חלקיות או שאינן קיימות כלל, ולא כל הילדים משתתפים בהן.

הממשלה שלאחר האפרטהייד הבינה שאפשר להשתמש בחינוך גופני כדי לסייע בתכניות שיקום, פיתוח ותכנון (RDP) על-ידי הענקת ניסיון רב לילדים שהחברה המשתנה רוצה וזקוקה לו. האתגר בפני מקבלי ההחלטות בדרום אפריקה הוא כיצד להתחיל בהשגת היעדים הכוללים של ספורט, חינוך גופני ופעילות גופנית, על מנת לספק את צורכי הילדים והנוער ולענות על ציפיות המדינה.

בריטניה: פיתוח תצפיות וטכניקות ניתוח יעילות של תנועה, לשיפור איכות ההישגים

הבסיסיים בתנועה אצל ילדים

פ' מוד, MBE (אוניברסיטת קיימברידג', בריטניה)

מחקר זה התמקד בתועלת של התפתחות גופנית וחינוך גופני איכותיים, על-ידי איסוף ומיון של דוגמאות לשיטות עבודה טובות בסביבות שונות של הגיל הרך. כלי ההערכה התרכז באיסוף דוגמאות לשיטות עבודה טובות.

נתקבלו ראיות מוצקות להזדמנות המצוינת שיש למטפלים בגיל הרך לחולל שינוי של ממש בהתפתחות התנועה אצל ילדים בני שלוש עד שבע, במסגרת הוראת משחק, התפתחות גופנית וחינוך גופני בסביבות שלהם, בעקבות:

- * מתן הזדמנויות לפיתוח ידע;
- * מיומנות, ניסיון וביטחון עצמי;
- * נגישות נוחה, גמישה וממוקדת לכלים של למידה מרחוק;
- * הזדמנויות להשתתף בפעילויות של הנחיה על-ידי עמיתים;
- * עבודה במסגרת תכנית הלימודים העדכנית;
- * אפשרות למתן משוב.

כישורים מוטוריים בסיסיים הם היסוד ללמידה בכל תחומי הניסיון היום-יומי שלהם. כישורים מוטוריים בסיסיים בגיל הרך יכולים גם לתרום לאורח חיים פעילתני ובריא בהמשך החיים.

סיכום

שיטת חקר מקרים מציגה שורה של דוגמאות כיצד שיטות עבודה טובות עשויות לתרום להתפתחות תלמידים בתחום הגופני, באורח החיים ובתחומים הרגשי, החברתי והקוגניטיבי. חקר המקרים הקיף ילדים ובני נוער ממגוון גילים המשתתפים בפעילויות שונות ובהקשרים שונים לחלוטין. עם זאת, המסר מכל המחקרים ברור: PESS איכותי יכול לתרום רבות כדי לרתום תלמידים לפעילות ולהעניק לחייהם תחושה של יעד. הוא גם גורם לשמחה ולהנאה בחיי בית הספר. לא פחות חשוב, נראה ש-PESS איכותי מספק יסוד מוצק שמאפשר לעודד פעילות גופנית לאורך כל החיים.

7. מסקנות והמלצות

ב-PESS גלום פוטנציאל לתרום תרומה של ממש לחינוך הכולל ולהתפתחותם של ילדים ובני נוער בדרכים רבות, אך דרושים עוד מחקרים והערכות כדי שנבין טוב יותר את אופייה של תרומה זו. אף על פי כן, בכל אחד מהתחומים העיקריים – הגופני, אורח החיים, הרגשי, החברתי והקוגניטיבי – קיימות ראיות ש-PESS עשוי להשפיע השפעה חיובית ועמוקה. מכמה בחינות, השפעות אלו מיוחדות במינן, בזכות ההקשר המיוחד שבו PESS מתרחש.

ואולם, ראוי להשמיע גם הערה של זהירות. אין, לא בסקירת הספרות ולא בחקר המקרים, שום תמיכה לטענה שהשפעות אלו מתרחשות אוטומטית. אין שום סיבה להאמין שעצם הכללת פעילות גופנית ביום הלימודים תביא בהכרח לידי שינויים חיוביים אצל הילדים או במערכת החינוך. הפעילות וקשרי הגומלין של המורים הם הקובעים העיקריים אם הילדים ובני הנוער אכן יחוו היבטים חיוביים אלו ואם אכן יממשו את הפוטנציאל הגדול של הספורט בחינוך.

מסיבה זו, צריך להדגיש את האופי החינוכי של PESS, שכן הפוטנציאל האמיתי של PESS גלום בערכים של מערכת החינוך ובאופי קשרי הגומלין בין מורים ותלמידים. מחקרים רבים מאוד הראו שאיכות החוויה החינוכית שבתי הספר מציעים משפיעה ביותר על הלמידה ועל ההתפתחות של ילדים ובני נוער. לכן סביר פחות שהתועלת שמייחסים ל-PESS תהיה אקראית או תנבע מהטיית נתונים.

המסקנה ההכרחית ממחקר זה היא ש-PESS במסגרת בתי הספר צריך להיות נגיש לכל ילד, בהיותו זכות יסוד חינוכית. היתרונות הגלומים בחוויה איכותית של PESS משמעותיים, ורבים מהם אי-אפשר לשחזר בתחומים אחרים של תכנית הלימודים וגם לא בסביבה אחרת של ספורט או פעילות גופנית.