

## פעילויות מקוונות במסגרת לימודי הכשרה להוראת חינוך גופני

מאת ד"ר נועה חורש, ראש היחידה האקדמית לטכנולוגיות למידה, המכללה האקדמית בווינגייט



התפתחויות טכנולוגיות ותפיסתיות חלות בכל תחומי החיים הסובבים את תחום החינוך והחינוך הגופני ומשפיעות עליהם. ידע רב נמצא כיום אצל ההמונים, ולא רק ב"מגדל השן" האקדמי. ידע זה נבנה, מועבר ומשותף ברשת האינטרנט באמצעות קורסים מקוונים מרובי משתתפים, בלוגים, אתרי אינטרנט, רשתות חברתיות, אפליקציות וכלי הפקה ויצירה.

אם נשכיל להיעזר בידע ובעזרים העומדים לרשותנו ואף לתרום להם, נרוויח רוחב יריעה רחב של אופקים של רעיונות, פעילויות, הזדמנויות וסגנונות מותאמים אישית או קבוצתית למשתמש.

כדאי לכל מומחה תוכן להכיר את מגוון התוכן הקיים בתחום מומחיותו בסלולר, באינטרנט ובמכשור ייעודי, גם אם לא מקובל או מוסכם אופן השימוש בו.

סטודנטים ותלמידים שילמדו באמצעים מקוונים בנוסף ללמידה המסורתית של הרצאות, דיונים ותרגילים, יוכלו ללמוד בלמידה פעילה של חקר, עשייה והפקה ולא רק פאסיבית של הקשבה והתמקדות בחומר המרוכז אצל המרצה או בכיתה. בכך יש סיכוי שיוכלו להתעדכן בידע גם לאחר סיום לימודיהם בקורס ואף לסגל הרגלי למידה ספונטניים או מכוונים בתחום עיסוקם בהמשך הקריירה. הלמידה המקוונת יכולה להתאים למאפייניו האישיים של כל לומד וכמובן לזמנים ולמיקום הגיאוגרפי או סביבת הלמידה הנוחים לו.

להלן מספר הצעות לפעילויות מקוונות אפשריות בקורסים עיוניים או מעשיים בהוראת חינוך גופני.

### בקורסים עיוניים ומעשיים

- קריאת מאמרים ודין בפורום.

הסטודנטים מקבלים מאמר בנושא הקורס, אותו הם צריכים לקרוא ולהגיב עליו בפורום הקורס. בהתייחסותם למאמר בפורום הסטודנטים צריכים להפעיל חשיבה ביקורתית על אודות שאלת המחקר, המתודולוגיה או המסקנות.

בנוסף צריכים הסטודנטים לקרוא ולהגיב זה לזה. בצורה זו הם מאתגרים אחד את השני או משתפים פעולה בהבניית הידע.

- למידה מתוך מצגת או צפייה בסרטון ומענה על שאלות. הסטודנטים מקבלים מצגת המרכזת נושא או סרטון רלבנטי וצריכים לענות על שאלות שהמרצה הכין. מטרת השאלות היא לוודא את הקריאה או הצפייה בסרטון והבנת התוכן שבו, לכוון את הסטודנטים לכיווני חשיבה אפשריים, להעמיק או להעלות את רמת החשיבה הנדרשת.
- הכנת תרגיל והערכת עמיתים. הסטודנטים לומדים באמצעות תרגול, או מתרגלים חומר שנלמד. הלמידה באמצעות תרגול משרישה את החומר ועוזרת ללומד ביישומו בשדה. הערכת עמיתים, כאשר הסטודנטים מעריכים זה את עבודתו של זה, מביאה את רמת החשיבה לרמה הגבוהה ביותר המצריכה מיומנויות אנליזה וסינתזה של החומר.
- כתיבת פוסט בבלוג. בעצם הכתיבה והמללת הנושא, ארגון התוכן והנגשתו לאנשים אחרים, הסטודנטים מחזקים בעצמם את הידע, ההבנה והמיומנויות הנדרשות. תיעוד בבלוג גם מאפשר מעקב לאורך זמן אחר ההתפתחות של הסטודנט בתחום הידע.
- חיפוש חומרים בנושא הקורס, סיכומים, סרטונים, כתיבת תובנות. הסטודנטים נדרשים לחפש ברשת או באתרים ספציפיים חומרים רלבנטיים. תוך כדי החיפוש הסטודנטים נחשפים לחומרים קרובים לנושאי החיפוש. הסטודנטים נדרשים למיומנויות של סיווג, מיון והערכת מידע. מגיעים למידע המעודכן ביותר. מומלץ לא להסתפק רק בחיפוש, אלא לתעד אותו ואולי להוסיף תובנות שעלו תוך כדי החיפוש.
- הכנת מערכי שיעור של נושאי הקורס העיוני או המעשי אשר מותאם לבי"ס. סטודנטים רבים לומדים בהצלחה קורסים עיוניים ומעשיים אך מחוץ לקורס, למשל בביה"ס, מתקשים לעשות שימוש בידע שרכשו. ההיקש, או ההעברה בין הקורסים לבין ההוראה היא יכולת שאינה מובנת מאליה. מומלץ לזמן לסטודנטים הזדמנויות ליצירת הקשרים אלו בתוך הקורסים הדיסציפלינאריים או בהוראה.

הפעילות המקוונת איננה תחליף לפעילות הפיזית. ניתן יהיה לדרוש מהסטודנטים לבצע פעילות מעשית משלבת טכנולוגיות למידה.

- פעילות גופנית ודיווח עצמי.  
הסטודנטים יוצאים לפעילות, וממלאים דיווח עצמי של מעקב והתקדמות. עצם הדיווח והמעקב מניע לפעילות בפני עצמו ומשקף לסטודנט את תמונת מצבו.
- צילומי מיומנות והערכה או הערכת עמיתים.  
הסטודנטים מצלמים או מסריטים זה את זה ומעריכים את איכות הביצוע. ניתן גם להשוות את הביצועים אחד עם השני או להשוות עם ביצועים מקצועניים.
- שימוש באביזרים נלווים כגון אפליקציות, שעוני דופק, תוכנות מחשב והדמיה (אקס בוקס).  
מציאות רבודה, מציאות מדומה, קונסולות משחק, שעוני ספורט, אפליקציות סלולריות ושלל פיתוחים טכנולוגיים נוספים יכולים להעצים את הלמידה, להעשירה ולהגביר את המוטיבציה.
- פעילות מעשית בקבוצה, בקבוצות קטנות או בבודדים וכתובת תובנות/רפלקציה.  
הסטודנטים יכולים לצאת לפעילות מעשית בשכונה או במתקן ספציפי ולכתוב את תובנותיהם או רפלקציה על הפעילות.
- חיפוש פעילויות או פיתוח פעילויות וביצוען.  
הסטודנטים יכולים בעצמם לפתח פעילויות מעשיות באמצעים או עזרים שונים ולבצען.
- צפייה במשחק מקצועי חי או מוקלט (או תחרות) וניתוח.  
הסטודנט יצפה בהדגמות חיות או במשחק או תחרות (בהתאם לענף הספורט) וינתח את האירוע.
- ראיון עם ספורטאי.  
הסטודנטים יקיימו ראיונות עם ספורטאי בענף הרלבנטי, וילמדו ממנו את התוכן הרצוי.

דוגמאות לפעילויות

[מערך שיעור בנושא פעילות הלב עם שימוש באפליקציות](#)

[רכבים ושותים](#)

[לימוד ריצת משוכות](#)

- זכויות יוצרים של מצגות, סרטונים, תמונות וחומרים המופצים לסטודנטים או אף מחוץ לקורס.
- זכויות יוצרים וקניין רוחני של הפעילויות והתוצרים של הסטודנטים.
- הערכת אמינות, מהימנות, איכות ורמה של חומר באינטרנט.