

# انواع تکلیف درسی و ویژگی‌های تمرین و مشق شب

شکل‌های مختلف انجام داده است. بدیهی است، برخی از دانش‌آموزان بدون اشک و گریه و برخی از آنان با اشک و گریه مشق‌های خود را می‌نویسند. البته ناگفته نماند، گاهی در موضوع مشق شب، اشک پدران و مادران هم درآمده است.

در فرهنگ دهخدا آمده است: مشق یعنی ممارست و تمرین و مداومت در کار. کاری را بارها انجام دادن تا ملکه ذهن شود؛ همانند نوشتن خط، کشیدن نقاشی، انجام حرکات ورزشی و عملیات نظامی. البته مشق، چه روزانه و چه شبانه، کاری دشوار است و ریشه در مشقت به معنای کاری سخت و دشوار دارد. سؤال مهم این است که هدف از انجام تمرین، مشق و تکلیف درسی چیست؟ به نظر می‌رسد هدف عمده آن یادگیری بهتر، مؤثرتر و سریع‌تر، و حفظ، تداوم و تثبیت آن است. لذا مشق، یعنی تمرین و تمرین، روش یا وسیله‌ای است برای تسلط فرد در یادگیری امری خاص. به نظر نگارنده، مهم‌ترین تمرین، **یادگیری چگونه یاد گرفتن** است. هر چه تمرین بیشتر باشد، مزاحمت و تداخل در یادگیری کمتر صورت می‌گیرد، یادگیری بیشتر تثبیت می‌شود و رابطه بین محرک و پاسخ محکم‌تر می‌شود.

از نظر قدمت تاریخی، تمرین و تکرار با آموزش و یادگیری توأم بوده است. لذا در این مقاله، خالی از لطف نیست به این ضرب‌المثل قدیمی که می‌گوید «کار نیکو کردن از پر کردن است» اشاره شود. این ضرب‌المثل بیانگر این واقعیت است که برای یادگیری معنادار و داشتن عملکردی درست، ممارست و تمرین ضرورتی بدیهی است. کسی که ماهرانه روی یخ سر می‌خورد و پیانو را استادانه می‌نوازد، چندین بار این کارها را تمرین کرده است. اما آیا هر کاری را نیکو انجام دادن، حاصل زیاد انجام دادن آن است؟ آیا یادگیری و پیشرفت تابعی از تکرار است؟ آیا کارهای تکراری و تکالیف تکراری، کسل‌کننده و زیان‌بخش نیستند؟ برای پاسخ‌گویی به این‌گونه سؤال‌ها باید انواع تکلیف درسی و شرایط و ویژگی‌های مشق و تمرین را بررسی کرد.

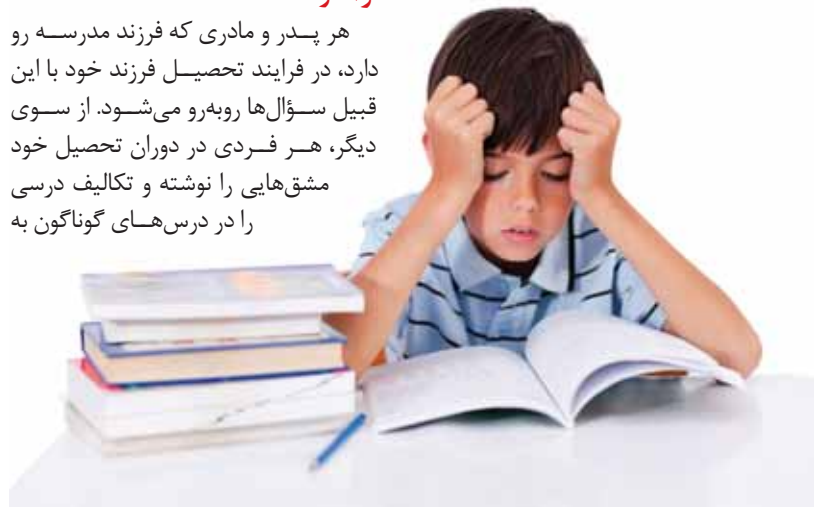
## چند سؤال

- آیا برای یادگیری بهتر، تمرین، نوشتن مشق و انجام تکالیف درسی ضرورت دارد؟
- آیا میان انجام تکالیف درسی و پیشرفت تحصیلی رابطه وجود دارد؟
- آیا والدین باید بر انجام تکالیف درسی فرزندان خود نظارت داشته باشند؟
- آیا فرزندتان تکالیف درسی خود را شتابزده و سراسری انجام می‌دهد؟
- آیا فرزندتان انجام تکالیف درسی را طولانی می‌کند و به تأخیر می‌اندازد؟
- آیا فرزندتان هنگام تماشای تلویزیون تکالیف درسی خود را انجام می‌دهد؟
- آیا تکالیف درسی حلقه ارتباطی میان خانه و مدرسه‌اند؟

## کلیدواژه‌ها: تکلیف درسی، تمرین، مشق

### سراغاز

هر پدر و مادری که فرزند مدرسه رو دارد، در فرایند تحصیل فرزند خود با این قبیل سؤال‌ها روبه‌رو می‌شود. از سوی دیگر، هر فردی در دوران تحصیل خود مشق‌هایی را نوشته و تکالیف درسی را در درس‌های گوناگون به



## انواع تکلیف درسی

**قورچیان (۱۳۷۱)** در مقاله «سیمای پژوهش در خصوص تکلیف شب در جهان امروز» چهار نوع تکلیف را معرفی کرده است. شایان ذکر است، این چهار نوع تکلیف همواره به طور جداگانه و مجزا به دانش آموزان و یادگیرندگان داده نمی شود، بلکه به طور تلفیقی از آن‌ها استفاده می شود.

### الف) تکلیف تمرینی<sup>۲</sup>

این نوع تکلیف به تقویت مهارت‌ها و دانش‌های کسب شده می پردازد و به طور معمول به صورت کتبی ارائه می شود و به منظور تثبیت یادگیری و فعالیت‌های خواندن به کار گرفته می شود. اکثر تکالیف تمرینی، تکراری و کسل کننده هستند.

### ب) تکلیف آماده سازی<sup>۳</sup>

این نوع تکلیف برای آماده سازی و آمادگی دانش آموزان برای درس‌های روز یا روزهای بعد به کار برده می شود و به طور معمول به صورت مطالعه انفرادی کتاب‌های درسی، مطالعه کتاب‌های غیردرسی و جمع آوری مطالب برای ارائه در کلاس صورت می گیرد.

### ج) تکلیف توسعه ای<sup>۴</sup>

این نوع تکلیف دانش آموز را به انجام فعالیت‌ها و کارهای خارج از کلاس هدایت می کند و موجب بسط و توسعه یادگیری در موقعیت‌های جدید می شود. برای مثال، ممکن است معلم فرم‌های خاصی را به دانش آموزان بدهد و از آنان بخواهد هنگام تماشای برنامه‌های علمی تلویزیون، آن فرم‌ها را در منزل کامل کنند یا به سؤال‌های آن پاسخ دهند.

## د) تکلیف خلاقیتی<sup>۵</sup>

این نوع تکلیف موجب بروز خلاقیت و پرورش قدرت تخیل و ابتکار در دانش آموزان می شود. برای انجام آن دانش آموز موظف است با خلاقیت، راه‌حل‌های جدید و متفاوتی را به کار بندد. برای مثال، ساختن یک مزرعه با چوب‌های بستنی دور ریختنی.

### شرایط و ویژگی‌های تمرین و مشق

برخی از شرایط و ویژگی‌های تمرین و مشق به این شرح‌اند:

- در هر تمرین و مشقی به آمادگی‌های جسمانی و عاطفی و شناختی مورد نیاز باید توجه کرد. کودکی که از نظر ابعاد رشد در مرحله‌ای قرار دارد که آمادگی‌های لازم قبلی را کسب نکرده است، نباید به او تمرین‌ها و تکلیف‌های نامناسب داد.

- تمرین باید هدفمند باشد. هر تمرینی به منظور رسیدن به هدفی خاص باید در نظر گرفته شود. تمرین و مشق بدون هدف، فعالیتی بی ثمر است و معلم باید مشخص کند چه تمرینی را برای کدام دانش آموز و برای رسیدن به چه منظوری می دهد؟

- تمرین باید شادای آور و دارای جاذبه باشد. برای انجام بهتر تکلیف‌ها و تمرین‌ها باید از تقویت‌کننده‌ها استفاده کرد. در تمرینی که به دنبال آن محرک خوشایند و رضایت‌بخشی بیاید (قانون گیرایی)، یادگیری بهتر صورت می گیرد. برای مثال، تمرین‌های ریاضی را می توان با شادای و به شکل سرود و با انجام حرکات موزون انجام داد.

### • تمرین تا حد امکان باید در موقعیت‌های

**واقعی و طبیعی صورت گیرد.** تمرین مهارت‌هایی مانند شنا کردن و دوچرخه سواری باید در شرایط واقعی صورت گیرد. لذا با انجام حرکات ورزشی روی قالی کرمان، نمی توان شناگر ماهری شد! یا کسی، با انگشت در هوا نوشتن، نوشتن را یاد نمی گیرد! اما با پرتاب واقعی توپ به هوا، زدن توپ به زمین، تاب خوردن در پارک و سوار سرسره شدن، تمرین شنا در استخر، می توان به طور واقعی حرکات و مهارت‌های ورزشی را یاد گرفت. لذا انجام تکلیف‌ها و تمرین‌ها در موقعیت‌های واقعی و مشاهده رویدادهای طبیعی توصیه می شود؛ مانند رفتن به باغ وحش، پارک و بوستان.

- **تمرین نباید خسته کننده باشد.** هدف از تمرین یادگیری است و یادگیری باید لذت بخش باشد. لذا در حالت خستگی، خواب‌آلودگی و ترس، یادگیری صورت نمی گیرد.

- **تمرین باید به قدر کافی صورت گیرد.** به طوری که موجب چیرگی و تسلط در یادگیری شود. میزان تمرین باید با تفاوت‌های فردی و توانایی‌های فردی متناسب باشد. لذا تمرین و مشق نباید چندان زیاد باشد که موجب دلزدگی و خستگی شود و نه چندان کم که به یادگیری منتهی نشود.

- **تمرین باید به گونه‌ای انتخاب شود که کودک احساس موفقیت کند.** کودکی که در انجام تکلیف‌ها و تمرین‌ها احساس موفقیت می کند، احساس خود ارزشمندی می کند و به اعتماد به نفس لازم نایل می شود (به پژوه، ۱۳۹۴). در مقابل، کودکی که در انجام تکلیف‌های دشوار شکست می خورد و ناکام می شود، احساس خود ارزشمندی نمی کند و به تدریج اعتماد به نفس خود را از دست می دهد. این گونه کودکان گاهی کاری را می توانند انجام دهند، اما می گویند «می توانم!» یا پاسخ سؤالی را می دانند، اما می گویند «نمی دانم!».

- **تمرین باید تا حد امکان محسوس و عینی باشد.** در انجام تکلیف و تمرین، هر قدر بیشتر از حواس پنج‌گانه استفاده شود (مثل استفاده از کارت‌های مصور و نوارهای آموزشی)، یادگیری حاصل پایدارتر و اثربخش تر است.



**سؤال مهم این است که هدف از انجام تمرین، مشق و تکلیف درسی چیست؟**

## به عنوان معلم باید بدانیم که کارها و تکالیف تکراری، برای دانش آموزان کسل کننده و زبان بخش اند

طوری تنظیم کرد که به نتایج درست و معنادار منتهی شود.

● از تمرین نباید برای تنبیه استفاده شود. تمرین وسیله یادگیری است نه روشی برای تنبیه! تصور کنید معلمی دیر به کلاس آمده است و دانش آموزان شلوغ کرده اند. در این موقعیت، مدیر یا ناظم تصمیم می گیرد دانش آموزان را تنبیه کند و به آنان می گوید: ده بار «از راه پیروزی» مشق بنویسید. در این وضعیت، این گونه مشق ها هیچ کمکی به یادگیری نمی کنند و راه پیروزی به شکست ختم می شود!

در هر حال، ملاحظه می شود که تمرین ویژگی های متعددی دارد و نمی توان به طور کلی گفت که تمرین یا مشق شب به خودی خود خوب است یا بد! بلکه همواره باید به ویژگی ها، شرایط و پیامدهای تمرین و مشق شب توجه کرد. امید است با توجه به رهنمودها و مطالبی که از نظر شما گذشت، بتوانید نگاهی واقع بینانه و ژرف نگر نسبت به مشق شب و تکلیف های درسی به دست آورید و مشق شب به یک تجربه یادگیری مفید و با معنا در فرایند تعلیم و تربیت مبدل شود و در نتیجه تحول فکری و تغییرات حرکت آفرین را در نظام آموزش و پرورش ایران در پی داشته باشد.

### \* پی نوشت ها

1. Learn, how to learn
2. Practice Assignment
3. Preparation Assignment
4. Extension Assignment
5. Creative Assignment

### \* منابع

۱. قورچیان، نادرقلی (۱۳۷۱). سیمای پژوهش در خصوص تکلیف شب در جهان امروز. فصل نامه تعلیم و تربیت.
۲. کوپرس، هریس (۲۰۰۱). چالش مشق شب: راهنمای مدیران، معلمان، مادران و پدران (چاپ دوم). ترجمه احمد به پزوه و فریده نوری (۱۳۸۷). انتشارات انجمن اولیا و مربیان. تهران.
۳. لورمن، تیم؛ دیلر، جوان و هاروی، دیوید (۲۰۰۵). آموزش فراگیر: راهنمای عملی در حمایت از یادگیرندگان با توانایی های گوناگون. ترجمه احمد به پزوه و عباسعلی حسین خانزاده (۱۳۹۱). انتشارات دانشگاه تهران. تهران.
۴. وزارت آموزش و پرورش (۱۳۷۴). تکلیف شب در فرایند یاددهی و یادگیری. انتشارات مدرسه و دفتر آموزش راهنمایی تحصیلی. تهران.

به تمرین و مشق نیاز نداشته باشد. ● تمرین باید هم به صورت فردی باشد و هم به شکل گروهی. برخی از تمرین ها را دانش آموزان باید به صورت فردی انجام دهند، به ویژه در کلاس های شلوغ و پرجمعیت که وضعیت یادگیری یکایک دانش آموزان بررسی نمی شود. در عین حال، گاهی باید از تمرین های گروهی و زمانی از هر دو روش استفاده کرد.

● در تمرین باید از دانش آموزان خواست آموخته های جدید را با روش های شخصی به کار برند. برای مثال، می توان از دانش آموزانی که اخیراً انواع ایرها را شناخته اند خواست درباره عکس های ایرها مطالعه کنند یا انواع ایرها را در آسمان نشان دهند. ● تمرین باید به تدریج و از آسان به مشکل آغاز شود. در تمرین های درسی و فعالیت های آموزشی باید به تدریج از امور ساده شروع و به سوی امور پیچیده تر و دشوارتر حرکت کرد.

● در تمرین باید از دانش ها، مهارت ها و یادگیری های قبلی دانش آموز مطلع بود. در دادن تمرین مناسب به هر دانش آموز، باید از دانش ها و مهارت های قبلی او آگاه بود و برای یادگیری های بعدی او بهره جست. بدیهی است هر تمرینی برای هر دانش آموز یا یادگیرنده ای مناسب نیست.

● تمرین باید متنوع باشد. خلاقیت و پویایی معلم ایجاب می کند از تمرین های متنوع استفاده کند. گاهی به دانش آموزان باهوشی که متن کتاب را حفظ کرده اند و هنگام نوشتن دیکته، متن را با استفاده از حافظه خود به سرعت تا پایان می نویسند، می توان از کتاب های غیردرسی یا نشریات آموزشی مانند رشد نوآموز و رشد دانش آموز دیکته گفت. برای یادگیری علامت تشدید هم می توان از کلمات متنوع استفاده کرد. تمرین های تکراری، مانند حرکت اسب های عصری، خسته کننده و ملال آور است. تمرین های تکراری مصداق این شعر است:

دلبر جانان من، برده دل و جان من  
برده دل و جان من، دلبر جانان من

● تمرین باید معنادار باشد. تمرین های بی معنا و خیالی هیچ کمکی به یادگیری نمی کنند. لذا برای نمونه تمرین های ریاضی را باید

● تمرین باید ارادی و آگاهانه باشد. تمرینی که به طور آگاهانه و به قصد یادگیری صورت می گیرد، از تمرین اتفاقی و غیرارادی مؤثرتر است.

● تمرین به شکل بخش بخش و مرحله ای بهتر از تمرین کلی و سراسری است. برای مثال، یادگیری رانندگی براساس تمرین بخش بخش و گام به گام مؤثرتر است.

● دانش آموز و یادگیرنده باید از نتیجه تمرین خود مطلع شوند. به منظور یادگیری و افزایش میزان دقت دانش آموزان، وقتی معلم مشق می گوید باید آن را مانند دیکته تصحیح کند، نه آنکه به مبصر یا نماینده کلاس بگوید: «مشق بچه ها را خط بزنند!» دانش آموزی که از نتیجه تمرینش مطلع می شود، یادگیری او به تدریج بهبود می یابد. اگر تمرینی را خوب انجام داده باشد باید تشویق شود و اگر اشتباهی داشته است، باید اصلاح و تذکر داده شود. شایان ذکر است، گاهی فقط تشویق نکردن دانش آموز کافی است تا او را به خود بیاورد. بنابراین، لازم نیست برایش عبارتهای سرزنش آمیز و توهین آمیز نوشته شوند.

● تمرین باید واضح و روشن باشد. تمرین ها باید به درستی تشریح شوند تا به خوبی فهمیده شوند و انگیزه لازم را در دانش آموز ایجاد کند.

● برای انجام تمرین ها، باید وقت کافی در نظر گرفته شود. بدیهی است، برای انجام هر تمرین یا تکلیف درسی وقت کافی نیاز است و باید از شتابزدگی پرهیز کرد.

● تمرین باید با برنامه باشد. تمرین منظم و با برنامه به یادگیری مؤثرتر منتهی می شود تا تمرین بدون برنامه و نامنظم و اتفاقی.

● تمرین باید به تدریج و متناوب باشد. اگر قرار است دانش آموزی برای یادگیری زبان انگلیسی ده ساعت تمرین کند، بهتر است ده روز و روزی یک ساعت تمرین کند تا در یک روز ده ساعت!

● تمرین باید بر اساس توانایی های دانش آموز باشد، نه ناتوانی های او. به بیان دیگر، تمرین باید متناسب با توانایی های دانش آموز باشد. لذا ضرورت دارد یک دانش آموز مطلبی را یکبار تمرین کند و دیگری چندین بار. بدین منوال ممکن است دانش آموزی