

## הרהורים אחדים על "השקפת עולם בחינוך הגופני" בעקבות ההצמדה

איציק רם

באחד מימי ההוראה, שבמהלך ההצמדה, התיישבתי לצפות בשיעור לחינוך גופני לבנות כיתה ט' בבית הספר התיכון המקיף ט' בראשון לציון בלווייתה של המורה המאמנת, מרי גולזמן, ושתי סטודנטיות צופות מקרב הבנות המתאמנות בהוראה בבית ספר זה. הסטודנטית המתנסה לימדה שיעור הכנה בקפיצה לגובה בסגנון פלופ (המוכר בשפת העם כפוסברי) והשיעור זרם, בסך הכול, למישרין.

בתום השיעור התיישבנו כול החמישה (הסטודנטית המלמדת, שתי העמיתות הצופות, המורה המאמנת ואנוכי - המנחה להוראה) לשיחת המשוב. לא למיותר לציון, כי אנו רואים חשיבות רבה בשיחה כזו, שהרי היא נועדה להשלים פן חשוב במשולש הקיברנטי, המאפיין כל פעולה רציונאלית ובכללן של כאלה גם תהליכי הכשרה של מורים. חוט משולש זה מורכב מתכנון, הפקה והערכה, המיועדת להשבחת התכנון העתידי במסגרת המעגלים הקונצנטריים של יחידת הוראה מתפתחת.

במהלך השיחה הזו ביקשתי להעלות לדיון את אחד התרגילים, שהורתה הסטודנטית המלמדת לתלמידותיה לבצע. תרגיל, שמצאתי בו פגם מקצועי מסוים, שבחרתי להפנות אליו זרקור דידקטי בהקשרי הצד המקצועי של השיעור. וזאת לזכור, השיעור נמדד ומוערך בשלושה הקשרים מרכזיים: התנהגויות ההוראה של המלמדת, מיומנויות ההוראה שלה, כפי שבאו לידי ביטוי בשלבי התכנון והפקת השיעור, והבנתה המקצועית, כפי שנכחה הן בתרגילים שבחרה לארגון אפיוזדות ההוראה-למידה המתפתחות והן בטיב המשובים, שסופקו על ידה, כהיגדי תיקון במהלך ההתרחשויות שבשיעור.

ותרגיל שהיה כך היה: בחלקו הפותח של השיעור לאחר פרק קצר של עוררות כללית היא בקשה מן הלומדות לבצע פעולה פשוטה של התקדמות בריצה קלה לאורך האולם ומדי פעם לנתר ברגל אחת, להתרומם באוויר ולסובב את הגוף ב-180 מעלות, כשהכתף הנגדית לרגל הניתור מובילה את הסיבוב ולאחריו לנחות עם הפנים לכיוון ממנו בוצעה התנועה לכתחילה. זה אמור היה להיות תרגיל עזר (תרגיל שיש בו דמיון פסיכו-מוטורי למיומנות היעד), שמגמתו לדמות את סיבוב הגוף על ציר האורך, כפי שנדרש אמנם מן הקופץ לבצע בסגנון פלופ בעת שהותו באוויר מעל הרף בזמן שבין הניתור מן הקרקע לבין הנחיתה על המזרן.

אולם, מחמת חוסר הבנה מקצועית מספקת, לא דרשה הסטודנטית המלמדת מן התלמידות לנחות בשתי רגליים, והללו נחתו ברוב המקרים באופן טבעי על רגל אחת, כשהמנורות בשמאל נחתו ברגל ימין ולהפך. יש להבהיר, כי הנחיתה בשתי רגליים הייתה הופכת את התרגיל למותאם הרבה יותר טוב לתכליתו ביחס לנחיתה ברגל אחת, שהרי בעת שהייה באוויר הקופץ מצמיד את רגליו, או לעיתים גם שומר על פיסוק קל ביניהן, אבל עליהן להימצא לעולם באותו מישור.

הסטודנטית המלמדת, שמהותה של התנועה זאת לא הייתה מחוורת לה די הצורך, לא העירה להן על כך. במהלך שיחת המשוב הסבתי את תשומת לב המשתתפות לכך והסברתי להן את חשיבות

הרלוונטיות של התרגילים, הניתנים במסגרת תהליכי ההוראה-למידה, למהות המיומנות הנלמדת כדי שתהליכים אלה אכן ייצאו יעילים ותורמים ללמידה משמעותית.

הערה זו נבעה מתוך הבנת מהות המיומנות, והיא תולדה של ידע שנצבר אצלי בניסיון חיי כמורה לחינוך גופני, שהתמחה במהלך השנים גם באימון א"ק. לאחר שסיימתי להסביר את העניין, בקשה גם המורה המאמנת להתייחס לנושא - והנה להפתעתי היא הביעה עמדה שונה לחלוטין.

ראשית, היא פתחה וסיפרה שהיא עצמה מתמחה בפלדנקרייז ושמיומנויות האתלטיקה הקלה כמות שהן - פחות מעניינות אותה ומה שבאמת מעניינה הוא עושר ומגוון היכולות האנושיות בתנועה, שאותן הייתה חפצה לפתח בקרב תלמידותיה, ולכן היא הייתה כן מאפשרת נחיתה ברגל אחת, אחר כך מבקשת מן הלומדות לבצע גם נחיתה בשתי רגליים ומקנחת את סדרת התנועות הללו שוב בנחיתה על רגל אחת, אלא שהפעם על רגל הניתור עצמה, ולא כפי שהבנות נטו לבצע לכתחילה, נחיתה על הרגל השנייה.

והנה לכם, על קצה המזלג ויכוח בין השקפות עולם בחינוך הגופני. אנשי חינוך גורסים, שהחינוך הוא הדרך והמטרה היא האדם. השאלה המתבקשת כאן היא חינוכו של אדם לאילו תכליות, או לקראת מה בדיוק? מרי, המורה המאמנת, מתבוננת בעולם החינוך הגופני מזווית התבוננות אינדיווידואליסטית מובהקת; ולפיה, התכלית צריכה להיות נתינת מענה עשיר ומגוון ככול האפשר לצרכים הנובעים מאפיוניו של הגוף האנושי המתנועע ללא קשר ושייכות לעניינים חברתיים ו/או תרבותיים כלשהם, כגון הכנה לשירות צבאי, או לחילופין הטמעת התלמידות בתוך עולם תרבות הספורט הנהוג בחברתנו. כך, בעוד אני עצמי מתבונן בעולם החינוך הגופני מזווית ההתבוננות האקולטוריסטית, שלפיה א"ק היא ענף מרכזי בתרבות הגוף, והמורה לחינוך גופני, שהינו בפועל שליחה של תרבות הגוף במערכת החינוך, צריך לשאוף לערוך לומדים הכרות אישית ותנועתית אותנטית עם העולם הזה כהווייתו ולא להשתמש בו לצרכים חינוכיים אחרים, יהיו לגיטימיים ככול שיהיו, הגם שהוא בסך הכל כן רואה בהללו תוצאות לוואי רצויות ואולי אפילו חשובות של עבודתו החינוכית.

לפיכך, א"ק, לפי תפיסה זו, היא נושא מוגדר בתרבות עולם הספורט וככזו היא מאופיינת בשפת תנועה ספציפית, שהמורה המלמד צריך לשמור על הדיוק בעת השימוש בה ובשעת הוראתו אותה, שאם לא כן הוא ייצא חוטה כלפיה ומלמד בפועל דבר מה אחר. על כן, כשמלמדים, למשל, ריצת משוכות, צריך להורות ללומדים את אופן התנועה המקובל בקרב מאמני וספורטאי המקצוע הזה, בכול הקשור ליעילות מעבר המשוכה וכן הנחיתה שבעקבות מעבר זה - נחיתה המאפשרת המשך תנועה רציפה. תנועה כזו יש לה, מן הסתם, יתרונות ביומכניים מובהקים על פני ריצה חופשית ומעבר משוכה חופשי, שנוטה על פי רוב להתבצע בניתור מוגזם, המבטל זמן רב יחסית בעקבות שהייה ממושכת מדי של לומד התנועה באוויר; והוא הדין בקפיצה לגובה. יש לטכניקה המקובלת בתחום זה יתרונות ביומכניים מובהקים ואין טעם לוותר עליהם בעת הוראת המיומנות תוך כדי חיפוש אחר דרכים חדשות ולא מוכרות, תהיינה יצירתיות ככול שתהיינה.

יתר על כן, המורה, כמי שאמון על הכנסת הלומדים לתוך תרבות הא"ק והוראת שפתה המדויקת, מחויב גם להסביר לפחות חלק מן המרכיבים הקינזיולוגיים הקשורים בביצוע הקפיצה, כגון יתרוננו המובהק של סגנון הפלופ על פני סגנון המספרת, הדומה לו במרכיבים אחדים, אבל שונה

ונחות ממנו משמעותית בכול הקשור למרכיב מיקום מרכז הכובד של גוף הקופץ ביחס לרף, שמעליו הוא אמור לחלוף, יסוד שהוא בעל משמעות קריטית ליעילות האתלטית בהקשר הנדון.

ואל נא נשכח דבר מה נוסף בהקשר זה: אחד מתפקידיו של המורה לחינוך גופני, לפי תפיסה זו, הוא לסייע לפיתוחו ולקידומו של הספורט בקהילה; הוא יעשה זאת על ידי איתור המוכשרים שבין תלמידיו בנושא הנלמד והכוונתם לאימונים מקצועיים בתחום. הכוונה כזו תתבצע, מן הסתם, על רקע ביצועים חריגים באיכותם, שיפגינו לומדים מצטיינים בענף הספורט המקצועי הספציפי, שאת יסודותיו התנועתיים המדויקים לימד המורה ותלמידיו הפנימו בתרגול.

באומרי זאת, אין כוונתי בהכרח למצב שבו התכנים הניתנים בשיעור הינם תכנים מוכתבים. אדרבא, יתכבד המורה ויבנה מערכי שיעור יצירתיים ובלבד, שהתנועות שהלומדים יתבקשו לבצע במהלך הפקתם אכן יקדמו אותם לקראת קניית שליטה במיומנות הספורט המיועדת להיקלטות. הוראה יצירתית היא דבר מה חשוב מאין כמותו, אבל עליה להיות ממוקדת בתכליות קצה מוגדרות, שאם לא כן, אולי נצליח לטפח יצירתיות בתנועה בקרב הלומדים, תכלית ראויה מאד מצד עצמה, כאמור, אבל נכשל בעריכת חברות נכונה לתוך תרבות הספורט המוכרת לנו, מקום אליו אני כמורה מכוון. חשבו לרגע על תנועת הצעד וחצי בכדורסל. לעניות דעתי המקצועית, קיימות דרכים כמספר אצבעות יד אחת ויותר כדי להורות את הנושא באופן, שיבטיח רפרודוקציה יעילה של הפעילות בעת משחק (שימוש בחישוקים, סימון כפות רגליים, חיקוי סדרת תמונות סטילס, חיקוי סרט וידיאו, תיפוף קצב הביצוע, שימוש בספסלים לתרגול מקצב התנועה, וזאת כדי להזכיר רק חלק מן האפשרויות), וזאת מתוך ההבנה שלמיומנות זו יש תעודת זיהוי תנועתית מוגדרת ולפיה הצעד הראשון הוא ארוך ונועד "לכסות שטח" במשמע של קירוב השחקן המבצע אל עבר עמוד הסל והתחמקות ממגן פוטנציאלי ואילו הצעד השני הוא קצר ונועד לאפשר ניתור לגובה על ידי מיקום מרכז הכובד של הקופץ מעל כף הרגל המנתרת כדי להרים את השחקן קרוב ככול האפשר אל טבעת הסל, ולא להיפך, במשמע של צעד ראשון קצר וניתור עצים בעקבו, שהופך להיות צעד ארוך ושטוח.

למעשה, רוב תכניות הלימודים שלנו הן כאלה, וכך, למשל, גם לימוד הדקדוק העברי. חופש יצירתי בהוראת ובשימוש בדקדוק פירושו אחד - שגיאה.

מול העמדה, שמיוצגת בלהט בשורות הקודמות כאן, ניצבת, כאמור, עמדתה של המורה מגי. עמדתה זו נתמכת, למשל, על ידי ד"ר דוב אלדובי (1920 - 2009), אחד המורים הוותיקים לחינוך גופני בישראל והד"ר הראשון לחני"ג (1960) במדינת ישראל, שסבר דברים דומים לגבי תפקידו של החינוך הגופני והעלה אותם על הכתב, שנים ספורות לפני לכתו מעמנו: "כפי שאני רואה את הכיוון שאליו הולך היום החינוך הגופני, עוד מעט לא נצטרך מורים אלא רק מאמנים. המורים מתרכזים בבתי הספר בכיוון הכדורסל או הכדורגל וכו' והחני"ג לכשעצמו איבד את הכיוון בגלל ההתמקצעות של המורים. צריך לחזור אל המקורות עם שינויים של שנות האלפיים. כיוון שראיתי את השינויים שחלים באדם מילדותו ועד זקנתו במערכת התנועה והקואורדינציה, אני חושב שהחני"ג צריך לחזור ולהיות כזה שמאפשר לבוגר ביה"ס לבחור פעילויות גופניות אשר תעזרנה לו להתפתח מבחינה בריאותית וגופנית ולהימנע, שזה החלק הכי חשוב, מכל מיני בעיות, מחלות ופגעים, אשר אנחנו רואים אותם בגיל המתקדם. היציבה היא הדבר החשוב כי זה לא רק לעמוד אלא ללמוד איך גם לשבת ולהתנועע, ולהפעיל את הגוף בצורה הנכונה ולחיות עם מודעות

גופנית לעניין זה. יש לחזור לשיטות הישנות שרואים בעיתונים – תרגילים על כיסא, תרגילים נגד עייפות וכזו, והבסיס לזה הוא היציבה. לכן המורים לחני"ג צריכים לעסוק בזה כתוספת חשובה ללימודים".

מן האמור לעיל לא מתבררת לנו עדיין שום אמת ברורה וחד משמעית וכזו, למעשה, כלל לא קיימת, כשמדובר בהשקפות עולם, שהרי הללו הן אידיאולוגיות במהותן ואידיאולוגיות, מן המפורסמות, אינן חיות או לחילופין שובקות חיים מתוקפן של עובדות מדעיות כאלה או אחרות.

כך הווה, משום שלא ניתן לוגית לגזור את מה שראוי לשאוף אליו ממה שישנו. הראשון הוא בתחום הרעיונות הפדגוגיים, תחום, שרבות בו באופן טבעי אי ההסכמות והמחלוקות מחמת שונותם של בני האדם; והשני קשור בממצאים מדעיים, שני תחומים שאין להם מכנה משותף ממש.

מה שכן ניתן להבין ולגזור מן האמור לעיל הוא דווקא חשיבותו המרכזית של יסוד הוראתי, שאנו, מנחי השכבה, מבקשים לפתח אצל הסטודנטים המתכשרים שלנו והוא אני מאמין מקצועי. הנושא מוגדר בסילבוס המתודיקה שלנו ביתר הרחבה כ"אני מאמין חינוכי-מקצועי - הכרת הגורמים המשפיעים על עיצובו" ובתכנית הסדנא המתודית כ"הנחייה לכתבת "אני מאמין אישי"; הסבר ומתן מידע על בתי ספר".

מן המחקר בתכנון לימודים למדנו, שכול תכנית הוראה או לימודים מתחילה בחשיבה רעיונית, לאמור בליבונון שלתובנות, הנובעות מהשקפת עולם כללית בהקשרי מהותם של האדם, החברה, התרבות ויחסי הגומלין השוררים ביניהם ואלה הראויים לשרור, כשלמסקנות ממחשבות אלה נודעת השפעה, לעיתים מכרעת, על השקפת עולם מקצועית, שמצידה מכתובה רוח פדגוגית מסוימת ודרכים דידקטיות הנגזרות ממנה. בירור התובנות הללו מסתיים בניסוחן של מטרות חינוכיות, שתכליתן היא להנחות את כתיבת התכנית גופא, שהרי קשה לנוע במרחב הפדגוגי ללא מטרות, אשר מכוונות את התנועה. היטיב להדגים זאת קרול לואיס, הסופר-פילוסוף, בספרו הקלאסי "עליסה בארץ הפלאות". עליסה פונה אל החתול בשאלה, שבעקבותיה מתפתח הדיאלוג הקצר הבא: "האם אתה מוכן לומר לי בבקשה איזו דרך עלי לבחור מכאן?". "זה תלוי במידה רבה בשאלה: לאן את רוצה להגיע בכלל". ענה החתול. "לא חשוב לי במיוחד לאן". השיבה אליס. "במקרה כזה, לא משנה באיזו דרך תבחרי מכאן" הגיב החתול".

והנה תקופת ההצמדה, שהיא תקופה של שבועיים ימים של אימוני הוראה רצופים בבית הספר, מהווה הזדמנות מצוינת לעצב ולייצב השקפת עולם כזו, באשר מדובר בפרחי הוראה, הנמצאים בשנת הלימודית השלישית שלהם במכללה ובשלהי שנת ההתנסות השנייה. אשר על כן מותר להניח, כי כבר התגבש אצלם רושם מסוים ממערכת החינוך ויש להם תובנות מסוימות באשר לשבילים בהם יעדיפו לצעוד, ולדרכים חדשות, שהיו רוצים לסלול, בגבול האפשרויות, שיעמדו לרשותם כמורים שמן המניין. ואנו, המנחים שלהם, מנצלים הזדמנות זו לגירוי חשיבה ממוקדת בנושא באמצעות חשיפה לתרגילי חשיבה מאתגרים שונים ומבקשים מהם לנסח השקפה כזו בפרוטרוט כהקדמה לעבודת הגמר במתודיקה של חינוך גופני, שעליהם לערוך בימים אלה, ולהגיש לקראת סוף שנת הלימודים. עבודה המוגדרת ככתיבת תכנית לימודים לאחת מן הכיתות המוכרות להם בית הספר, שבו התנסו בהוראה במהלך שנת הלימודים האחרונה.

אנו סבורים, כי הצלחתנו כמנחים נמדדת בין השאר גם בריבוי היחסי של בקשות ייעוץ המופנות אלינו, כשהן מנוסחות באופן הבא: "אני, הסטודנטית עליסה, רוצה להגיע ליעד הזה או הזה במדויק. אנא הכוויני אותי מנחתי לאיתור דרכים מתאימות לצעידה זו!"