

האם ניתן להפיק לימונדה מלימון הקורונה? עדות על ימי הקורונה מפי מורים לחינוך גופני שהם גם מדריכים פדגוגיים¹

אלה שובל, מירי שחף

תקציר

במאמר זה ביקשנו לנצל את תקופת המשבר הממושכת של ימי הקורונה כדי להכיר את הקשיים וההזדמנויות בתקופת הלמידה מרחוק ובתקופת הלמידה בקפסולות, כפי שהם נתפסים על ידי מורים לחינוך גופני שהם גם מכשירי מורים, ולהסיק מכך מסקנות ותובנות ביחס להוראת החינוך הגופני ולהכשרה לקראתה. לצורך כך ראינו בראיון חצי מובנה ארבעה מדריכים פדגוגיים שהם גם מורים בשדה. הממצאים העלו קשיים והזדמנויות הן בהוראה בבית הספר והן בהכשרה להוראה. הקשיים שעלו נוגעים להיבטים הבאים: העדר שליטה בכלי התקשורת הווירטואליים, העדר תנאים בסיסיים של הוראה-למידה, התנהגות לא מתאימה של הלומדים, העדר הכשרה מקצועית לתנאים משתנים, וקונפליקטים בין המורים להנהלה. ההזדמנויות כוללות: תוספת דרכי הוראה, חיזוק הקשר האישי, ויצירת תוכן מותאם ומגוון. מעדויות המורים עולה שהם פועלים בתבניות נוקשות המכבידות על שיקול הדעת. הגמשת שיקול הדעת מחייבת שינויים משמעותיים באופן ההכשרה להוראה.

מילות מפתח: מחקר איכותני, הכשרה להוראה, הוראה מרחוק, הוראה בקפסולות

מבוא

במרץ 2020 פרצה מגפת הקורונה. מומחים בתחום הרפואה תיארו את הנגיף (COVID-19) כ"חמור יותר מסתם הצטננות" (Paules et al., 2020), ועקב מסוכנותו ננקטה מדיניות ממשלתית למניעת מגע ואף הוטלו סגרים לפרקי זמן שונים כדי להגביל את התפשטות הנגיף (Viner et al., 2020). האתגר המרכזי במערכת החינוך היה ללמד באופן מיטבי ויעיל למרות השינויים הגדולים (לדוגמה, Zhang et al., 2020). איסורים אלו השפיעו מאוד על שיעורי החינוך הגופני, אשר מתמקדים בממד הפיזי וכוללים קרבה גופנית בין משתתפי השיעור, וכן מגע עם חפצים בסביבה והתמודדויות עם פתרון בעיות המשלבות את הממד הפיזי עם הממד החברתי, השכלי והאישי-רגשי (לידור, אייביו ושובל, 2021). משום שהחינוך הגופני שונה מהמקצועות העיוניים פתרונות שהוצעו לכלל המורים לא תמיד התאימו למורים לחינוך גופני, והם מצאו את עצמם בודדים ומתמודדים בשיטות של ניסוי וטעייה (Jeong & So, 2020).

מחקרים שהתמקדו בתפקוד המורים לחינוך גופני בימי הקורונה עסקו בדיווח על השיטות שבהן ניסו לשמר את הוראת החינוך הגופני בבית הספר (Filiz & Konukman, 2020) בימים של "שינוי בתרבות ההוראה" (Varea et al., 2022). מטבע הדברים כללו השיטות בעיקר שימוש בדרכי הוראה וירטואליות. הדוגמאות הנפוצות שעלו במחקרים היו: שימוש בפלטפורמות של כיתה וירטואלית כמו זום (zoom), סרטוני תרגילים שהמורים הכינו והעבירו לתלמידים, וסרטונים מרשתות חברתיות. מספר בתי ספר הכינו להורים קובץ חודשי באתר בית הספר ושילבו תקשורת

1 מחקר זה נערך בתמיכתה של ועדת המחקר הבין-מכללתית בגבעת וושינגטון.

אישית באמצעות הוואטסאפ (whatsapp). במקומות שבהם לא הייתה אפשרות להשתמש באמצעים וירטואליים נדרשו המורים לבקר בבתי התלמידים (Almonacid-Fierro et al., 2021). מחקרים, לרוב איכותניים, הציגו את עמדותיהם של המורים כלפי השיטות הווירטואליות. לדעתם שיטות אלו פוגעות באיכות ההוראה כיוון שהאינטראקציה הישירה עם הילדים והקרבה הפיזית הן תנאי הכרחי להוראת חינוך גופני (González-Calvo et al., 2021; Kim et al., 2021). בנוסף הציגו המחקרים עדויות על קשיים במהלך ההוראה מרחוק בימי קורונה: חוסר שליטה של המורים במערכת הווירטואלית, שגרם לאלתורים רבים; תקשורת לקויה ואי הבנות עם התלמידים, שלא תמיד נכחו בשיעורים וכשנכחו לא תמיד פתחו מצלמות; תקשורת לקויה עם ההנהלה והמורים האחרים בבית הספר; חוסר יכולת לתמוך ולהיתמך בשעה שכולם מחפשים את דרכם; קושי לעקוב אחר פועלם של התלמידים ולהעריך אותם; פתיחת פערים גדולים בין בעלי אמצעים שהייתה להם נגישות למחשב וחיבור לאינטרנט לבין חסרי האמצעים שהתקשו בהשגת מחשבים וחיבור לאינטרנט (Almonacid-Fierro et al., 2021). מחקרים שקדמו לתקופת הקורונה הצביעו על "הבדירות" ו"השוליות" של מקצוע החינוך הגופני בבתי ספר רבים (לדוגמה, Kougioumtzis et al., 2011). נראה שהשינויים הקיצוניים בתנאי ההוראה בעקבות המגפה החמירו את המצב בכך שהותירו את המורים לחינוך גופני ללא תמיכה ומוכנות (Mercier et al., 2021). השינויים שחוללה המגפה פגעו גם בהכשרה להוראת החינוך הגופני. לפני המגפה התרחשו ניסיונות ראשונים לשלב בהכשרה להוראה מתודות ללמידה מרחוק (Goad & Jones 2017). ניסיונות אלו לא הבשילו כשלפתע השתנו התכנים ודרכי ההוראה, ולא היה ברור האם יש להכשיר את המורים והמורות לעתיד לפי ההווה המגפתי או לפי השגרה (Varea & González-Calvo, 2020). נשאלה השאלה האם לשלוח מתכשרים להתנסות בהוראה מרחוק ללא כלים להתמודדות ובידיעה שהם עלולים לפגוש קשיים בלתי פתירים ותסכול (Varea et al., 2022).

מטרות מחקר זה:

1. לתעד וללמוד את מחשבותיהם ותובנותיהם של מורים לחינוך גופני בישראל המשמשים גם מדריכים פדגוגיים במכללות להכשרת מורים, ולקבל באמצעותן תמונה רחבה על ההתרחשויות בתקופת המשבר הממושכת (הלימון).
2. להסיק מסקנות ולגבש תובנות ראשוניות לגבי הוראת החינוך הגופני וההכשרה לה בשגרה ובמצבים משבריים, שבהם נדרשים המורים לערוך שינויים בדרכי ההוראה ובתכניה (הלימונדה).

השיטה

סוג המחקר

המחקר הינו מחקר איכותני, המבוסס על ראיונות עומק חצי מובנים עם ארבעה מדריכים פדגוגיים אשר עובדים גם כמורים לחינוך גופני בשדה. כל הראיונות הוקלטו, תוממלו ונותחו (שקדי, 2003). הניתוח נעשה תוך הקשבה למשמעותם ולהקשרם של הדברים שנאמרו, והכללתם בתהליך אינדוקטיבי לנושאים ולתת-נושאים התבססה על התהליך שהציע שקדי (Shkedi, 2014). יש לציין שהראיונות וכתביבת המאמר התרחשו מייד אחרי ההכרזה על סיום מגפת הקורונה. לקרבת הזמן להתרחשויות יש יתרונות וחסרונות. מצד אחד, זיכרונות

המורים היו טריים ולכן מהימנים ומפורטים יותר מאלו שהיו מתקבלים חודשים רבים אחרי ההתרחשויות (Roberts et al., 2021). מצד אחר, מספר המחקרים שעסקו בשאלת איכות ההוראה בימי מגפה היה מועט וטרם התגבשה תיאוריה. בנוסף, למורים המרואיינים ולחוקרות חסרה פרספקטיבה, הנוצרת משילוב תיאוריה ופרקטיקה ויצירת קשר ביניהם (שובל ואחרים, 2013). המאמר הוא אפוא ניסיון "לצלם" מצב קיים ולבדוק את הממצאים בפרספקטיבה של המחקר העוסק בהכשרה להוראה.

אוכלוסיית המחקר

אוכלוסיית המחקר כללה ארבעה מדריכים פדגוגיים שהם גם מורים². שניים מהם, מדריך (ד') ומדריכה (א'), מכשירים להוראת החינוך הגופני בחטיבת הביניים ובחטיבה העליונה ועובדים כמורים לחינוך גופני בפועל בשכבות גיל אלו. המדריך ד' עובד כמורה בחטיבה העליונה וכמאמן כדורסל, והוא בעל ותק של 25 שנה בהוראה בבית הספר ושלוש שנים בהנחה להוראה במכללה. המדריכה א' עובדת בחטיבה העליונה בפנימייה והיא בעלת ותק של עשר שנים. א' משמשת כמחנכת וכמורה לפיזיולוגיה בנוסף להוראת החינוך הגופני, והיא בעלת ותק של שלוש שנים בהנחה להוראה במכללה ושימשה בעברה כעוזרת הוראה. שני המרואיינים הנוספים, מדריך (ע') ומדריכה (מ'), מכשירים להוראה בבית ספר יסודי ועובדים בו בפועל. בנוסף למשרתו בבית הספר מנהל המדריך ע' צהרון והוא בעל ותק של 30 שנה בהוראה בבית ספר ושלוש שנים בהנחה להוראה במכללה. למדריכה מ' ותק של 30 שנה בבית ספר יסודי והיא משמשת כמדריכה 23 שנים.

למחקר נבחרו בעלי תפקיד כפול מתוך ההנחה שלמורים שמלמדים בבית הספר וגם מכשירים מורים יש תמונה רחבה, מפורטת ומודעת יותר של התהליכים המתרחשים בהוראה, לעומת מורים הממלאים רק אחד מהתפקידים (שובל ואחרים, 2013). ההנחה מבוססת על העובדה שמורים אלו מתרגלים מעברים רבים: הם מורים הפוגשים את התלמידים והוריהם ומקיימים איתם תקשורת ישירה, וגם מתמודדים עם מצבים שבהם הם אינם פוגשים את הילדים והוריהם באופן ישיר ולמעשה תפיסת המציאות של בית הספר נבנית דרך המעשים, ההחלטות וקריאת המציאות שהמתכשרים להוראה חווים. בנוסף, מדריכים פדגוגיים מכירים תיאוריות הוראה רבות ומיומנים במעברים מתיאוריה לפרקטיקה. זאת ועוד, מורים אלו מנוסים בהסתכלות ביקורתית על ההוראה, הן כמורים בתהליכי רפלקציה הן כמדריכים פדגוגיים בתהליכי התצפית והמשוב המתקיימים בתהליך ההכשרה (Marek et al., 2021).

מרחב הזמן שבו התקיים המחקר

טבלה 1 נבנתה לאורך ציר זמן שעליו מפורטים תאריכים עיקריים בעת הקורונה במערכת החינוך (ויסבלאי, 2021). בטבלה מחולקת תקופת הקורונה לשתיים: סגר מלא (עמודות 2-3), וחזרה להוראה מקרוב (עמודות 4-5). משמעותו של הסגר המלא הייתה שיתוק כל האפשרויות להוראה מקרוב. חזרה להוראה מקרוב התרחשה לפי שכבות גיל ולפי רמת התחלואה העירונית, שסומנה בצבעי הרמזור; מירוק - חזרה להוראה מקרוב, ועד אדום - המשך הסגר וקיום הוראה מרחוק.

2 בפרק התוצאות נכנה את המרואיינים "מורים" בעדויות המתייחסות לתפקידם בבית הספר, ו"מדריכים פדגוגיים" בעדויות המתייחסות לתפקידם בהכשרה להוראה.

טבלה 1:

ציר הזמן מסגר ראשון עד סוף שנה"ל תשפ"א (יוני 2021)

חזרה להוראה מקרוב		סגר מלא		
		14.3.2020	סגר ראשון	1
3.5.2020 14.5.2020	כיתות א'-ג'; י"א-י"ב כל שכבות הגיל			2
		16.9.2020	סגר שני	3
1.11.2020	כיתות א'-ד' הוראה בקפסולות			4
24.11.2020 29.11.2020 6.12.2020	באזורים ירוקים וצהובים: כיתות ה'-ו' כיתות י"א-י"ב כיתות ז'-ט'			5
27.12.2020	מערכת החינוך מורשית לפעול באזורים ירוקים וצהובים בכל שכבות הגיל			6
		8.1.2021	סגר שלישי	7
11.2.2021	כיתות א'-ד' באזורים ירוקים וכתומים גבוליים			8
21.2.2021	כיתות ה'-ו', י"א-י"ב באזורים ירוקים וכתומים חזרה חדרית למכללות - הוראה בקפסולות רק בשיעורים המעשיים על פי התו הירוק, או כיתה מלאה באוויר הפתוח			9
7.3.2021	כיתות ז'-ט' באזורים ירוקים וכתומים גבוליים			10
18.4.2021	חזרה לשגרה בבתי הספר, ביטול הקפסולות			11

הפיקוח על החינוך הגופני פרסם מתווים שונים בהלימה להוראות משרד הבריאות, שחייבו ריחוק חברתי, שמירה על היגיינה ואיסור העברת חפצים בעת ההוראה מקרוב (טבלה 1, שורות 2, 4-6, 8-10). בהמשך פורסמו גם הנחיות לשיעורים בלמידה מרחוק, שהתייחסו לבטיחות המרחב, לביגוד הולם, לחימום ולמתיחות.

המתכשרים להוראה למדו מרחוק בסמסטר ב' של שנת 2020 ובסמסטר א' 2021. העבודה המעשית השתלבה במערכת של המורים המאמנים, כך שתחילה לימדו בזום ובהמשך שילבו הוראה מקרוב בקפסולות לכיתות הנמוכות והוראה בזום לכיתות שלמדו מהבית (טבלה 1, שורות 2, 4-6). רק בסמסטר ב' 2021 הוסרו חלק מההגבלות (טבלה 1, שורות 8-10) והמתכשרים להוראה חזרו לבתי הספר באופן מלא (ביסודי) או חלקי (בחטיבות ובתיכונים). לעומת זאת, כל הקורסים במכללה (עיוניים ומעשיים) נלמדו מרחוק, והחזרה לשגרה התרחשה רק בסמסטר ב' 2021 במקצועות המעשיים בלבד (טבלה 1 שורה 9).

מהלך המחקר

לצורך המחקר אותרו מורים ומורות לחינוך גופני המכשירים מורים ומורות, שהיו מוכנים להקדיש מזמנם לריאיון. המורים רואיינו במהלך שנת הלימודים תשפ"ב, בחודשים מרץ-אוגוסט 2021. נבנה ריאיון חצי מובנה שכלל שאלות במספר תחומים: היכרות ורקע אישי (ספר

לי על משפחתך, מקומות העבודה שלך, מהם היתרונות והחסרונות של עבודה בשני מקומות, מהי רמת השליטה שלך בטכנולוגיה ועוד); התמודדות בפועל עם הקורונה בבית הספר (ספר לי על התמודדות של הנהלת בית הספר ובית הספר, התמודדות הפיקוח, מה עשית בפועל, באיזו מידה התייחסת לתוכנית הלימודים ועוד); התמודדות עם הקורונה בהכשרת מורים (התמודדות עם הנהלת המכללה, התמודדות שלך - מה עשית בפועל, התמודדות הסטודנטים - באיזה אופן שיתפו פעולה ועוד); שילוב התמודדויות (חוויית שעברת בבית הספר בקורונה ושהשפיעו עליך במכללה, ולהיפך); ומסקנות (מה ניתן ללמוד מהתקופה להמשך, הצע שינוי בתוכנית הלימודים, בתפקיד הפיקוח ובתהליך ההכשרה להוראה).

אחת החוקרות ראינה כל אחד מהמורים בנפרד בזום כ־90 דקות. הריאיון הוקלט ונשלח לתמלול. הראיונות נותחו על ידי כל אחת מהחוקרות בנפרד, ולאחר מכן שולבו הניתוחים.

תוצאות

עדויות המרואיינים מצביעות על שני נושאים עיקריים: (א) הקשיים; קרי, הגורמים המעכבים את הלמידה המיטבית עקב מגבלות שיצרה תקופת הקורונה, כגון: העדר כלים, תנאים, הכשרה ויכולת. (ב) ההזדמנויות; קרי, האפשרויות שפתחה תקופת הקורונה לשיפור, לחיזוק וליצירה מחדש. כל אחד מהנושאים מתייחס לתקופת ה"הוראה מרחוק" ולתקופת ה"הוראה בקפסולות" (תרשימים 1 ו-2), הן בבית הספר והן בהכשרה להוראה.

קשיים בתקופת הקורונה

תרשים 1 מציג את הקשיים שהועלו בשתי התקופות.



תרשים 1: קשיי ההוראה

1. העדר שליטה בכלי התקשורת הווירטואליים הנחוצים להוראה מרחוק:
בבית הספר - המורים ציינו שבתחילת תקופת הקורונה לא היה ברשותם ידע בכלי ההוראה מרחוק כיוון שלא דמיינו מצב שבו תתקיים הוראת חינוך גופני ללא תקשורת קרובה עם הילדים וללא שליטה במרחב שבו הם מתנועעים. ע' העיד שהטכנולוגיה העסיקה אותו יותר מאשר תכני ההוראה. הוא מצא את עצמו עורך חזרות רבות לפני מפגשי הזום מתוך הבנה שעליו להשיג שליטה טובה בכוחות עצמו כי עמיתיו לא יודעים יותר ממנו, ומשום שכמורה של מתכשרים להוראה עליו ללמדם להשתמש בכלים אלו.
 המרואיינים סיפרו שבבתי הספר נערכו השתלמויות על מנת להכשיר את המורים במהירות ללמד במציאות החדשה. ברם, ההשתלמויות הותאמו למורים למקצועות העיוניים-מילוליים, ואילו הם, שעבודתם קשורה בעיקר לממדים תנועתיים וחזותיים, התקשו להשתמש בכלים שהוצעו ונאלצו להתמודד בכוחות עצמם:

לא יודעת לעשות את כל הדברים האלה, זה מסובך לי [...] אחרי זה ראינו דוגמה ששלחו מהפיקוח בגוגל פורם אז אמרתי טוב, אלמד איך לעשות את זה [...] בפעם הראשונה זה לקח שעותיים ולא עשיתי את זה נכון, ובפעם השנייה כבר הבנתי - זה לקח לי שעה. היום אני עושה את זה ברבע שעה. (מ')

בהכשרה להוראה - המרואיינים העידו כי התעורר צורך בשליטה בכלים הווירטואליים ובדרכי ההוראה הנובעות מהם, כמו שיתוף מסך או חלוקת הקבוצה לחדרים. המדריכים הפדגוגיים היו זקוקים לתקשורת מילולית מורכבת כדי להעביר ידע תיאורטי ועקרונות עבודה, וגם לתקשורת חזותית כדי להדגים מיומנויות או משחק ועקרונות מתודיים. העדר השליטה גרמה לחששות במיוחד לנוכח העובדה שפעלו מול מבוגרים:

שני לילות לפני הוצאת זימון הייתי בלחץ. לא יודע אם ישנתי. קמתי כל רגע, מנסה שוב לפני השיעור הראשון. ממש הייתי בלחץ, מה קורה פה? ואם זה יתנתק לי, מה עושים? עשיתי חזרות עם המשפחה שלי, מחבר לכולם את הפלאפונים, אומר לכל אחד לעבור לחדר אחר ומנסה לשתף מסך ולחלק לחדרים. אז גם כן זה היה מאוד מאתגר. (ע')

בנוסף, המרואיינים העידו שחוו את מצוקת השליטה בכלים הווירטואליים פעמיים; פעם אחת במהלך ההוראה הישירה שלהם כמורים המכשירים מורים, ובפעם השנייה כשהמתכשרים להוראה, תלמידיהם, התנסו בהוראה מרחוק בבית הספר וחוו אתגרים הקשורים בשימוש בכלים הווירטואליים. בתפקידים השני היה עליהם להדריך את המתכשרים להוראה בכלים שהם עצמם רכשו זה עתה ושליטתם בהם לא מלאה. כל זאת כשהמתכשרים להוראה מצידם הביעו חשש בכל הנוגע לשימוש בטכנולוגיה. הם התקשו לצלם את עצמם באופן מיטבי, התקשו להבין את המבנה החדש של השיעור בהוראה מרחוק, ולעיתים חשו מבוכה לעמוד חשופים מול המצלמה ולהדגים מול התלמידים.

2. העדר תנאים בסיסיים של הוראה-למידה במהלך הלמידה מרחוק:

בבית הספר - המורים העידו שחלק מהתלמידים נותקו לחלוטין מהשיעורים בשל העדר תשתיות אינטרנט, בשל חוסר באמצעי תקשורת, בשל העדר תמיכה מההורים או ממבוגרים אחרים או בשל התחמקות התלמידים:

החווייה הראשונית שלי הייתה כישלון, כי לא הבנתי איך אני עושה את זה. נכנסו 60 בנות ועל המסך אני רואה רק 20, כל הזמן אני צריכה גם לדפדף, גם לעמוד רחוק כדי שיראו אותי. זה פשוט לא הלך, כל הזמן היו התנתקויות באינטרנט. הייתי מאוד מאוד מאוכזבת מעצמי. (מ')

שנה וחצי לעמוד מול הדבר הזה, הנקרא זום, עם כל התקלות כולל תלמידים מתחכמים המנתקים את הזום תוך כדי. (ד')

המורים העידו שלעיתים קרובות חסרו להם וגם לתלמידיהם תנאים פיזיים המאפשרים להשיע ולשמוע, להקשיב ולהתרכז בנלמד. בבתים רבים היה קשה ליצר חלל פרטי שקט. במקרים רבים בני המשפחה עברו בלי להיות מודעים, נקלטו במצלמה והפכו למטרד. היה בלתי אפשרי להשאיר מיקרופונים פתוחים מחמת הרעש (מ', ע'). חלק מהילדים שהו בעת השיעורים במרחב הציבורי בביתם, כך שאחים והורים צפו בשיעורים ואף השתתפו בהם. בשיעורי חינוך גופני נחוצה סביבה בטיחותית, ללא שיירי אוכל, מרצפות חלקות או ריבוי רהיטים, המסכנים את הילדים בשעת תנועה. המורים העידו שלא הייתה להם דרך לפקח על הבטיחות והדבר הגביל את סוג הפעילות ורמתה. לשמירת הבטיחות חשובה גם תלבושת ספורט, שיער אסוף ונעלי ספורט, אך לא כולם הקפידו על כך ולא הייתה כל דרך לאכוף זאת (מ', ד'). בנוסף, לא התקיימו תנאים למגע פיזי קרוב המאפשר שיתוף פעולה בין הילדים. לטענת המורים, המרחב שעמד לרשות רוב התלמידים בביתם היה מצומצם, ופגע ביכולת לקיים פעילות הכוללת התקדמות במרחב ושימוש בחפצים תוך התקדמות, וכן חייב מהירות מוגבלת ופעילות על בסיסים רחבים ללא הפעלת כוח רב:

בתנאים הקיימים, תחשבי, ילד נמצא בבית, אני נמצאת בבית, כל ילד עובד בחדר שלו - במקרה הטוב, אם יש לו חדר לבד. הוא מרים את היד - נתקע בספרייה, זה מסוכן, לא בטיחותי. מה אתה יכול לעשות? אין להם ציוד, אין להם מכשירים. אוקיי, לארגן כיסא? את יודעת כמה פעמים הייתי צריכה להחליף לתלמיד כיסא? זה הביא כיסא פלסטיק, זו הביאה כיסא על גלגלים ואחדים כיסאות מתקפלים. וביקשתי כיסא יציב. (מ')

לאחר שהמורים השתלטו על הפעלת התוכנות הווירטואליות הם נתקלו בקשיים בשלב היישום מול התלמידים. לדוגמה, ע' העיד שהוא סוחף את תלמידיו בעזרת ביצוע התרגילים ביחד איתם אך בהוראה מרחוק לא הייתה לביצועים שלו השפעה.

בהכשרה להוראה - המרואיינים סיפרו כי הקשיים שנצפו בבית הספר עם הילדים הופיעו גם אצל מתכשרי ההוראה הבוגרים. מתכשרים להוראה שגרים באזורים ללא קליטה נאלצו לצאת

בזמן השיעור מחוץ לבתייהם כדי לחפש קליטה. יש מתכשרים שחזרו לגור עם הוריהם או התקשו למצוא מרחב שקט בביתם כדי להתרכז. חלק מהמתכשרים הם בעצמם הורים או אחים בוגרים, כך שנוספה להם אחריות שדחקה את הלמידה שלהם לעדיפות שנייה. ע' העיד שבשיעורים העיוניים לא היה ביכולתו לזהות מה הבינו המתכשרים להוראה עקב העדר אינטראקציה. הריחוק הפך את השיעורים ל"יבשים": "קשה להעביר את התשוקה למקצוע, צריך להיות רציניים ושקולים ולא מתאים להתבדח". בעקבות התקשורת הלקויה חש ע' כי תלמידיו לא מכירים אותו מספיק.

3. התנהגות לא מתאימה של הלומדים בלמידה מרחוק:

בבית הספר - המורים העידו על מקרים רבים של חוסר אונים מול התלמידים. חלק מהתלמידים היו "מנותקי קשר", שבחרו לא להתחבר לשיעורים בזום מסיבות של חוסר מוטיבציה ללמוד, כמו למשל "תלמידים שלא התעוררו בזמן" (ד'). המורים סיפרו על תלמידים שבחרו באופן מודע לא לפתוח את המצלמה. היו אף שהגדילו לעשות ו"השתילו" סרטון שחזר שוב ושוב כדי לייצר אשליה שהם נוכחים בשיעור (ד', מ'). היו תלמידים שישבו ובהו במסך ולא פעלו (מ'), היו שלא השתיקו את המיקרופון וגרמו לרעש נלווה בשיעור, והיו כאלו שקשקשו על המצגת בעת השיעור אם לא נחסמה האפשרות לכך.

בהכשרה להוראה - המדריכים הפדגוגיים סיפרו על התנהגויות דומות של היעדרויות ואי פתיחת מצלמה בקרב המתכשרים להוראה. בנוסף סיפרו על מקרים שבהם המתכשרים להוראה הופיעו מול המצלמות בלבוש לא הולם, כמו פיג'מות. חלק מהתלמידים המבוגרים לא הסתירו עיסוקים נוספים שלהם בזמן הלמידה.

הזום פתוח, אבל חוסר כבוד. סטודנטיות מוגהצות בגדים, מאכילות את הילדים, מבשלות במטבח [...] אני אומר שאדם שבא ללמוד חינוך גופני חייב שיהיו לו גבולות ונורמות התנהגות מכבדות ואיכותיות. (ד')

לטענת ד' המרחק הפיזי והמצוקה שיצר המצב חשפו דווקא צדדים פחות טובים, של בריחה מאחריות אישית. לא מעט מתכשרים להוראה בחרו להיות "ראש קטן": "אומרים שרוצים ללמוד אך בפועל לא מגיעים כשמציעים להם העשרה ותגבור"; "מאשימים את כולם מלבד את עצמם". המרצים העידו שרצו להיענות לצורכי המתכשרים אך מתכשרים רבים ניסו להתחמק מכל סוג של הוראה והתקשו לתפוס את עצמם כמורים אחראיים (ד').

4. העדר לימוד והכשרה מקצועית לתנאים משתנים:

בבית הספר - המורים אשר הצליחו במרוצת הזמן להשתלט על האתגר הטכנולוגי העידו כי עברו להתמודד עם חוסר ידע בתחום הדידקטיקה והתכנים של ההוראה מרחוק. המורים ניסו להשתמש במתודות מוכרות מההוראה הקרובה אך לא יכלו ליישמן במציאות המשתנה. מ' תיארה כדוגמה את אובדן הקשר עם הילדים שנגרם כאשר נאלצה להתרחק מהמחשב כדי שהמצלמה תקלוט את כל גופה המדגים ואז להתקרב בתנועה מהירה חזרה למסך כדי לצפות ללומדים ולתת להם משוב.

המוראיינים הדגישו ששיעורי חינוך גופני כוללים תהליכים חברתיים ושיתופי פעולה הן בלימודי הספורט האישי שבמהלכם התלמידים עוזרים זה לזה, למשל כשאחד מבצע עמידת ידיים והשנייה שומרת עליו, והן בפעילות קבוצתית, למשל במשחק כדור. תחילה ניסו המורים להתאים את חומרי הלימוד לתנאים החדשים אך נכשלו בכך. ד' סיפר שניסה להחליף כדור בבלון רך ואיטי, שלא פוגע ברהיטים, אך מצא שמשחק בבלון מצריך מרחבים גדולים וכישורי ויסות כוח מפותחים מאוד כדי שהבלון לא ייתקע מעל המנורה, למשל.

המורים והמורות העידו שאחרי ניסיונות כושלים עברו לתרגילי כושר גופני בלבד בהוראה פרונטלית. התרגילים היו מוכרים להם וניתן להשתמש לצורך כך בחפצים ביתיים. במשאל שערכה מ' בקרב כמאה מורים שהשתתפו בהשתלמות העידו כל המורים מלבד שלושה שהם עוסקים בעיקר בכושר גופני. השלושה, מורים לגיל הרך, עסקו בכישורים פסיכו־מוטוריים. גם הם הקפידו על מתן הוראות ברורות וחששו מהנחיות פתוחות:

[...] באשר לזום, כמה אפשר לחדש וליצור? ויתרתי באיזה שלב ועברתי לתמהיל שיעור קבוע של ריקוד פותח, חיזוק שרירים ומתיחות. והכול מגובה בסרטונים יפים ואטרקטיביים [...] מחפשת בעיקר פעילות שתסחוף אותם [...] במישור המקצועי מרגישה שוויתרתי אבל הבנות פועלות ונהנות. (מ')

מהנאמר עד כה נראה שלנגד עיניהם של רוב המורים לא עמד מודל הוראה חלופי ולא יכולת למהלך שיטתי על פי שיקול דעת, והם חשבו בתבניות של פעילויות ספורטיביות. הפעילות היחידה שהתבנית שלה ניתנת להתאמה לתנאי הוראה מרחוק היא תרגילי כושר גופני.

בהכשרה להוראה - המדריכים הפדגוגיים הודו שהם מתקשים "לשחרר" ולהתאים את עצמם לתנאים החדשים. הם בחרו להמשיך ללמד מיומנויות הוראה המתאימות לשגרה. קשה היה ללמד מיומנויות כמו עמדת מורה, הדגמה, הצגת הנושא הנלמד, הבאת ציוד והחזרתו והתארגנות בזוגות ובקבוצות כיוון שהפכו לבלתי רלוונטיות להוראה מרחוק, וגם בשל הקושי ללמדן ללא התנסות. למשל, בעת שיח על חלוקת כיתה לקבוצות נוהגת מ' להדגים בפועל אופנים שונים של חלוקה. ברם, בהעדר יכולת להדגים הפך ההסבר, לטענתה, למסורבל ולא מחובר למציאות. המדריכים הפדגוגיים טענו שהמתכשרים להוראה התקשו מאוד בקבלת החלטות בתהליך התכנון והחשיבה המוקדמת, ועל אחת כמה וכמה במהלך ההוראה, אז צריך לקבל החלטות מהירות תחת לחץ. בנוסף, המתכשרים לא צפו בעיות בטיחות ופעמים רבות הכניסו את תלמידיהם למצבים שעלולים לסכן אותם. בשל ידע מוגבל של תכני ההוראה המוטוריים לא הייתה להם יכולת ללמד תכנים חדשים בדרכים חדשות, שאותם לא חוו אפילו כתלמידים. בדרך כלל המתכשרים לא מצאו דרכים ליצור אינטראקציה משמעותית עם התלמידים, לא להכירם ועל אחת כמה וכמה לא הצליחו לפתח קשרים אישיים המעלים את המוטיבציה להשתתף בשיעורים.

במצב שבו המדריכים הפדגוגיים מתקשים להסתגל למציאות החדשה ולמתכשרים להוראה אין בסיס לצבירת ידע המדריכים חשים שאין ביכולתם להעניק הכשרה נאותה הכוללת ידע בסיסי ושליטה בדרכי ההוראה.

5. בעיות בתהליכי הוראה-למידה במתווה הקפסולה:

בבית הספר - המורים העידו שבתקופה הראשונה של החזרה לבית הספר בנתה ההנהלה מערכת שבועית של מקצועות עיוניים בלבד. המורים לחינוך גופני התבקשו ללמד מקצועות עיוניים, כמו חשבון, מדעים ותורה, בכיתות שכלל לא הכירו:

[...] היה צריך לפצל כיתות. לא הייתה עוד היערכות, היה מאוד מסובך אז פשוט החליטו שמלמדים רק מקצועות ליבה וכל שאר המורים המקצועיים משתלבים [...] הייתה איזו סיטואציה שאמרתי למורה למדעים: "כפרה עלייך, תני לי את דף התשובות, אני פשוט לא יודעת את התשובות לשאלות". (מ')

בהמשך חזרו המורים ללמד חינוך גופני על פי המתווים השונים של משרד הבריאות (טבלה 1, שורות 2, 4-6, 8-10). המורים העידו שכאשר חזרו ללמד חינוך גופני בבית הספר נוצרו קשיים חדשים. הקושי העיקרי נגע לכללי ההתנהגות שהוכתבו על ידי הממשלה למניעת הדבקה. כללים אלו שמטו מידי המורים את האפשרות לקיים שיעורי חינוך גופני שגורתיים, המבוססים על מגע, קרבה ושימוש בחפצים, וחייבו את המורים לחשוב על השיעורים בשיקול דעת חדש לגמרי:

כשחזרנו ללמד חינוך גופני אי אפשר היה ללמד [...] צריך לשמור שני מטרים מתלמיד לתלמיד, אסור להעביר ציוד, צריך לחטא כל דבר, צריך לשטוף ידיים לפני ואחרי, אני צריכה לשמור על מרחק מהילדים. אי אפשר גם עם 15 ילדים, פשוט אי אפשר. אני מעמידה שורה, אז נכנסים לי בשורה במרחק של שני מטרים שבעה ילדים - ויש לי חמישה עשר [...] זה היה פשוט נורא. (ע')

בהכשרה להוראה - המרואיינים הסבירו שההכשרה בלמידה מקרוב, בקפסולות, חזרה רק לאחר ההקלות עם פתיחת הסגר השלישי (טבלה 1, שורה 9). הכיתה חולקה לשתיים כדי להפחית צפיפות. מקצת המתכשרים להוראה השתתפו באופן פעיל ואילו השאר צפו בזום מחדר אחר. במצב זה נוצרו מספר קשיים: קשה מאוד היה להקפיד על קפסולות קבועות ועל הוראה מתפתחת היות שקבוצות המתכשרים השתנו מקורס לקורס. למתכשרים חסרו ידע והתנסות מקצועיים לאחר שנה של למידה מרחוק. בנוסף, אין דינה של התנסות כדינה של צפייה בהתנסות, והידע המקצועי שנרכש היה מצומצם ולא מאורגן. נוסף על כל אלו למדריכים הפדגוגיים לא ברור היה באיזו מתודיקה יש ללמד והם פנו ללמד במתודיקה של שגרה, שבה משתתפים 30 ילדים השוהים בו זמנית באולם או במגרש ועליהם לארגנם בקבוצות ולחלק ציוד.

לדברי המדריכים הפדגוגיים אין התנסות מספקת בתוכנית ההכשרה של ימי שגרה. בתקופת הקפסולות, לאחר תקופת הסגרים, ניכר כי העדר ההתנסות בהוראה ישירה הכביד מאוד. חוסר הניסיון בא לידי ביטוי בכל צעד של המתכשרים להוראה: בארגון לקוי, בהסברים חסרים, תדרוכים ומשובים לא יעילים, בשימוש שגוי בשפה המקצועית ובהעדר אוצר מונחים מקצועיים. לעיתים תכופות לא נלמד דבר ואף הייתה סכנת היפגעות (ד').

6. העדר לימוד והכשרה מקצועית להוראה בתקופת הקפסולות:

בבית הספר - המורים העידו שלא הייתה להם כל הכנה מוקדמת לסיטואציה שנוצרה, כיוון שמעולם לא למדו לפעול בתנאי קיצון כאלו. העדר ההכנה יצר תחושה של חוסר אונים, ותחושה שהם צריכים להמציא את עצמם בכל שיעור מחדש. המורים "רדפו" אחרי כל רעיון שעלה באינטרנט כדי למלא את זמן השיעורים, מבלי לשקול כלל את הלמידה ואיכותה (ע').

בהכשרה להוראה - המדריכים הפדגוגיים העידו שלא זכו לתמיכה שיטתית ולא נערכו השתלמויות ייעודיות שעסקו במצב החדש. אמנם רכזי ההדרכה הפדגוגית נרתמו לעשייה ברוכה - שכללה תמיכה אישית רגשית, סיוע בפתרונות לקשיים שהתעוררו אד-הוק ועידוד לשיח עמיתים - אך למרות חשיבותה הייתה עשייה זו בבחינת "כיבוי שריפות" ולא למידה מסודרת. במישור הכשרת המתכשרים ציינו המדריכים שמחזור שלם של מתכשרים להוראה לימדו במהלך הכשרתם שלושה סמסטרים בתנאים השונים מהשגרה, והם היו בעלי חסך גדול ביכולות הוראה פרונטליות. מתכשרים מדור הקורונה יזדקקו להשתלמויות רבות בחומר הלימוד ובמתודיקה במהלך כניסתם להוראה. בשל ההכשרה הלקויה שקיבלו המתכשרים בתקופת הקורונה נפערו פערים גדולים בין מתכשרים להוראה בעלי מוטיבציה ללמוד לבין אלו שבחרו להיות "ראש קטן" ש"אפילו לא יודעים למדוד או להפעיל סטופר" (ע').

7. קונפליקטים בין המורים להנהלה:

בבית הספר - חלק מהמורים העידו שמנהלי בתי הספר פעלו לאור המתווים השונים שמשרד החינוך הכתיב להם, אך כיוון שהמתווים לא תמיד היו ברורים ועקביים נוצרו אי הבנות רבות גם בתוך בית הספר. למשל, א' העידה שהמנהלת אסרה עליה להמשיך להשתמש בזום בתקופת ההוראה בקפסולות. התחושה של המורים במקרים רבים הייתה של חוסר תכנון ארוך טווח.

הגיעה מנהלת חדשה עם הסדרים שלה ועם הרצונות שלה [...] שלא מבינה בחינוך גופני והטילה עליי ללמד מקצועות אחרים, שקטים [...] בהתחלה זה היה משעשע אבל אחרי תקופה מסוימת רציתי לחזור להוראת חינוך גופני, שיש בו פעילות ומשחק וקצת רעש. הלכתי למנהלת ואמרתי לה "את מפספסת אותי. אני חושב שאצא עם הילדים לפעילות [...] מה אני יושב פה עם החשבון הזה? אני לא תורם. תני לי לעשות משהו שיעזור לילדים. (ע')

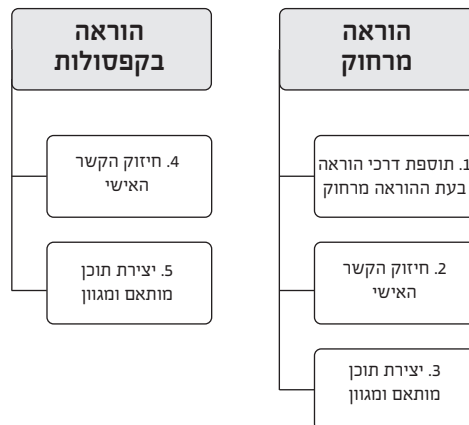
בהכשרה להוראה - גם הנהלות המכללות לא היו מוכנות לעת משבר. המרואיינים העידו ש"הצניחו" עליהם הוראות ללא שיתוף המרצים, ללא היגיון וללא קוהרנטיות. באחת המכללות נדרשו המרצים להוסיף למצגות שלהם הקלטה קולית, כך שהמצגת תוצג כסרטון עם הסבר שמע נלווה. בהמשך, ללא התחשבות בנושא הקורס או העדפת המרצה, חויבו המרצים ללמד מרחוק בזום באופן סנכרוני. אחר כך גזרו כי יש לדווח על נושא השיעור בכל שבוע במסמך גוגל פורם, ולוודא כי השיעור המוקלט הועלה לאתר. דיווח זה גרם לתחושה של חוסר אמון בין ההנהלה לבין המרצים, אשר עשו מצידם את מירב המאמצים ללמד באופן מיטבי. לאחר מכן אסרה ההנהלה להעלות את ההקלטות לאתר, וזאת כדי לחייב את המתכשרים להוראה להיות נוכחים בשיעור (מ'). כל החלטה נועדה לפתור בעיה אך יצרה בעיות חדשות. התחושה שהציגו

המורים היא שלא ניתנה להם תמיכה מההנהלה, לא אפשרויות בחירה ולא הזדמנויות לממש רעיונות שהציעו, כמו למשל לפעול באוויר הפתוח (ד').

מבחינת שיבוץ המתכשרים להוראה, המדריכים הפדגוגיים העידו שהיו בתי ספר אשר לא הסכימו לאפשר כניסה של מתכשרים להוראה בגלל החשש להדבקה. בנוסף, היו מתכשרים להוראה אשר סירבו להתחסן וסירבו להציג בדיקת PCR בתוקף לכל יום הוראה, כמתחייב על פי חוק. ועל המדריכים הוטל להקפיא ולדחות את הפרטיקה המעשית שלהם בבתי הספר. לסיכום הקשיים, המורים דיווחו על תקופה קשה של הוראה באווירה של חוסר וודאות, בתנאים לא מוכרים ובכללים שהשתנו לעיתים תכופות. הם נדרשו לצלוח את אתגרי הטכנולוגיה, להתנהל בסגרים מול תלמידיהם בחלל משותף עם בני הבית האחרים, לנהל שיעורים במרחב מצומצם ולעיתים מאותגר בטיחותית, להתמודד עם תלמידים שלא שיתפו פעולה וכל זאת בנוסף לכך שרבים מהתכנים שאותם הם מלמדים בשגרה אינם יכולים להילמד דרך הזום. העדר הכשרה ייעודית להוראה במצב החדש הקשה על ההוראה, והתחושה של המורים הייתה שהם ממציאים את האופנים והתכנים בכל פעם מחדש. ההנהלות האמורות לתמוך במורים, הן בבתי הספר הן במכללה, לא היו קשובות תמיד לצרכים ולמצוקות. פעמים רבות הוראות "ירדו מלמעלה למטה" ללא שיתוף בהחלטות, ויצרו תסכול בקרב המורים.

הזדמנויות בתקופת הקורונה

למרות הקשיים הרבים תקופה זאת טמנה בחובה גם הזדמנויות. תרשים 2 מציג את ההזדמנויות שהעלו המדריכים הפדגוגיים שהם גם מורים.



תרשים 2: הזדמנויות ההוראה

1. תוספת דרכי הוראה בעת ההוראה מרחוק:

בבית הספר - המורים העידו שהדרישה ללמד מרחוק אילצה אותם "לעבור משוכה". הידיעה שאין דרך אחרת חייבה אותם להתגבר על פחדים וחששות וללמוד לשלוט בתוכנות ודרכי הוראה שלא היו לומדים להתמודד איתן בתנאים של שגרה. ההתמודדות כללה דרכי הוראה סינכרוניות וא-סינכרוניות במשולב.

המורים דיווחו על שיפור ביכולתם לתת הוראות מדויקות כפיצוי על אובדן היכולת להשתמש במחוות גופניות המסייעות בהבנת הנאמר. בנוסף, השתכלל השימוש בהדגמות (ע'). בשיעור באולם או בחצר ההדגמה של המורה או של תלמידים היא חד פעמית ולעיתים לא מדויקת, ואילו באמצעות שיתוף מסך בזום ניתן ליצור הדגמה מרובדת: של מקצוענים, של המורה או של תלמיד ושל התלמידים עצמם:

אני משתפת מסך עם מצגת ומדגימה. קודם מראה להם את התמונה. זה ברור ומוחשי ואחרי זה מדגימה בעצמי או בעזרת תלמידה [...] ואז הדגמה של כלל התלמידים. למשל, נותנת משימה שבועית מדליקה; נגיד, להרים אטבי כביסה ברגליים בעמידת ארבע הפוכה ללא גרביים ולהכניסם לכוס, ומבקשת שישלחו סרטון שידגים לאחרים [...] התלמידים ממש עפו על זה. (מ')

חלק מהמורים העידו על שימוש בזום לפעילות שכבתית אחר הצהריים וליצירת אתגרים באמצעות תחרויות אישיות, שבהן כל כיתה אוספת את הנקודות שצברו כל חברי הכיתה שהשתתפו. המורים העידו על הסתייעות בסרטונים ממקורות מוסמכים ברשת, כמו אתר משרד החינוך, וממקורות חופשיים שהיה עליהם לוודא שהתכנים המופיעים בהם נכונים ותורמים. במהלך הקורונה נוסף לאתר משרד החינוך מאגר ובו הקלטות של שיעורים בנושאים שונים, מצגות הכוללות קישורים לסרטוני פעילות, יחידות הוראה ומערכי שיעור כתובים ומצולמים עם חפצים מגוונים כגילי נייר טואלט, מקל מטאטא, מגבת ועוד, וכן סרטוני השראה לצורך דיון כיתתי. כיוון שהילדים למדו באמצעות הזום המורים פיתחו עם הזמן יכולת לשלב את החומרים הנתונים, להסבירם, לאפשר לשאול שאלות ולענות תשובות. כמו כן, חלק מהתלמידים ביקשו את הקישורים לסרטונים שהוצגו בשיעור כדי להמשיך ללמוד ולהתאמן בעזרתם מחוץ לשיעורים. המורים הביעו את תקוותם שתהליכי למידה אלו ישוחררו בעתיד על ידי התלמידים באופן עצמאי כשיחפשו פעילות שמתאימה להם.

המורים העידו שניצלו את ההזדמנות להפעיל את הילדים בשעות אחר הצהריים. חלק מהמורים ביקשו מתלמדיהם לצלם את עצמם מתנועים ולשלוח את הצילומים כעדות לפעילות עצמאית. המורים זיהו ילדים רבים שפעלו מתוך אחריות אישית (מ', ד'). למשל, תלמידים רבים נענו לבקשת המורה ע' ופרסמו צילום של מד צעדים בסוף כל יום על "לוח קיר" בתוכנת Padlet. מהלך כזה עודד ילדים להתחרות על השקעה ולא על תוצאות. לטענת המורים יתרון נוסף התגלה לילדים בעלי דימוי עצמי נמוך. התאפשר להם לא לחשוף את עצמם או להיחשף באופן חלקי ומחמיא ובכך יכלו להשתחרר מהחשש מפני לעג וביקורת (מ').

זאת ועוד, השיתוף בין המורים בקבוצות השונות (פייסבוק, וואטסאפ) יצר אווירת תמיכה הדדית ולמידה מהאחר. מורים השתמשו ברעיונות עמיתיהם, פיתחו אותם ושיתפו חזרה. בעקבות ההתמודדות, שהייתה חדשה לכולם, נוצרו עם הזמן קהילות מורים (מ').

בהכשרה להוראה - המדריכים הפדגוגיים הדגישו את האופן שבו הם השתמשו בידע ובניסיון שרכשו כמורים בשטח כדי לתת למתכשרים כלים להוראה מרחוק. בראש ובראשונה העידו המרואיינים כי השתמשו בשליטה שרכשו בתוכנות כמורים בבית הספר:

יש לנו מאגר בבית ספר בדרייב של סרטונים, של מערכים, של שיעורים [...] שלחתי לסטודנטים סרטונים מתוך המערכת שהכנתי בשנה שעברה [...] פעם בשבוע אני שולחת להם מצגת שיתופית, גוגל דוקס עם גוגל פורם עם סרטון, משימות, כל מיני כאלה. (מ')

המדריכים הפדגוגיים העידו שהצורך לארגן את החומר בדרכים אחרות הוביל אותם לחדש גם תכנים. לפעמים הם תיעדו בסרטונים את שיעוריהם בבית הספר. העובדה שחוו על בשרם את הצורך בהמללה ובהדגמה מדויקת אפשרה להם להדגיש היבטים אלו בפני המתכשרים להוראה, אשר לימדו בעצמם מרחוק.

צילמתי קטעים מהשיעורים ושלחתי לסטודנטים בזום או בוואטסאפ [...] זה קרה תמיד בסוף כל שיעור מתודיקה והם חיכו לזה בכיליון עיניים [...] זה שאני מדבר איתם ומדבר איתם זה עובר דרכם אבל כשהם רואים את זה מול העיניים פתאום זה נתפס. (ע')

תיעוד פעולות ההוראה אפשר למתכשרים לחזור ולהקשיב שוב ושוב לשיעורים ולמצגות מוקלטות או לחלקים שלא הבינו או שברצונם היה להשתמש בהם בהוראתם. בנוסף גייסו המדריכים מדריכה מומחית לטכנולוגיה מהפיקוח על החינוך הגופני, והיא לימדה את המתכשרים להפעיל את הטכנולוגיות השונות, תמכה בהם לאורך הדרך ואפשרה להם התגבר על חששות ולהעז.

2. חיזוק הקשר האישי בהוראה מרחוק:

בבית הספר - המרואיינים העידו על הזדמנויות לקשר אישי שלא נוצרות בשגרת ההוראה מקרוב. בכל ריבוע בזום מופיע שם התלמיד. רישום זה סייע למורה ללמוד את שמות הילדים ולציין את שם התלמיד כבר בשיעור הראשון, במהלך השיעורים ובעת מתן משוב (מ'). אין להמעיט בחשיבות יתרון זה כיוון שרוב המורים לחינוך גופני, המלמדים כמה מאות תלמידים, לא זוכרים את כל השמות ובייחוד לא בתחילת שנה.

המרואיינים סיפרו שמנהלי בתי הספר דרשו מהם להתקשר בכל שבוע למספר תלמידים על מנת לשמור עימם על קשר אישי. שיחות הזום אפשרו להכיר טוב יותר את עולמם של הילדים ואת תחביביהם ו"לגלות רבדים נוספים של אישיותם" (ד'). יש מורים שניצלו את הפלטפורמה הזו להוראה פרטנית ולהצגת תוכנית פעילות אישית. המורים צפו בתיעוד שצילמו התלמידים, בדקו את הביצוע והחזירו משוב תורם. בתהליך זה נוצר לעיתים קשר גם עם ההורים, שהתעניינו והצטרפו לשיחה עם הילדים.

בהכשרה להוראה - המרואיינים העידו שבקבוצות ההדרכה הפדגוגית שלהם נוצרה הזדמנות לקשר אישי. קשר זה החל משיחות טלפון יזומות שניהלו המדריכים הפדגוגיים מעת לעת עם תלמידיהם המתכשרים להוראה כדי לבדוק את הצרכים שלהם, להקשיב לקשיים שלהם ולתמוך בהם רגשית.

הייתה שיחה מאוד נוקבת עם סטודנט שרצה לעזוב. היה לו מאוד קשה. הוא אמר לי: "אני לא יכול להקשיב לשיעורים, יש לי ילדים קטנים בבית [...]. לא מסוגל, לא יכול. אין לי שקט, אין לי שלוה". אמרתי לו אתה לא עוזב, אני אעזור ככל יכולתי. אל תוותר לעצמך. (מ')

3. יצירת תוכן מותאם ומגוון בהוראה מרחוק:

בבית הספר - המרואיינים חשו שכמורים מגבלות ההוראה מרחוק מאלצות אותם ליצור תוכן תנועתי חדש.

בחרתי אמצעי עזר - אם זה גרביים, מגבת, כדור, דף או כל דבר - ובניתי איתו שיעור, מהחימום עד המשחקים המסיימים. אתגרת אותם ואף נתתי להם שיעורי בית [...]. וזה עבד. ראיתי איך הם מחכים לזה. (ע')

המורים הוסיפו תכנים תיאורטיים חדשים והסברים שבעבר לא השתמשו בהם בשיעוריהם. הם הציעו לנצל מרחבים חדשים בתוך הבית, כמו למשל חדרי מדרגות שבהם ניתן לנצל את המדרגות, וכן הציעו להשתמש במגוון חפצים (ד', ע').

הסברתי להם על נושא התזונה, על פעילות, על יציבה, על שתיית מים - נושאים העוסקים באורח חיים בריא. זה יותר חשוב מידע בשברים ובשברים עשויים כי הם לא ישתמשו בזה. (ע')

ההוראה מרחוק אפשרה לעסוק בסוגי פעילות גופנית שעד כה לא שולבו בתוך מערכת הלימוד:

הקורונה גרמה לי לעסוק בדברים שלא עסקתי בהם בעבר. לדוגמה, רעיון הטריאתלון הכולל רכיבה על אופניים, ריצה ותרגילי כושר. בנינו לתלמידים עשרה קילומטר רכיבה על אופניים, עוצרים את האופניים, מניחים אותם, יוצאים לריצת שלושת אלפים. מסיימים את זה, עושים מתיחות ועוברים לאימון כוח לפי תחנות. בואו נאמר את האמת: בכל עשרים השנים שלי כמורה לא חשבתי להגיד לתלמידים להביא אופניים לשיעור, ואני מאמין שבשנה הבאה זה ייכנס כחלק מתוכנית הלימודים. לקחתי מספר תלמידים שלא ידעו לרכוב והבאתי אותם לבית ספר בתקופת הקורונה, לימדתי אותם לרכוב. כיף לראות אותם רוכבים, שולחים לי תוצאות: "רכבנו עשרה קילומטר". אני מאמין שכולנו הרווחנו. יצא לפני עשרה ימים פרסום של מרוץ סובב תל אביב, אז שלחו לי: "המורה, נרשמנו", אז אמרתי וואלה, הרווחתי. (ד')

המרואיינים טענו שהלמידה מרחוק אפשרה להשתחרר מהלחץ להישאר פעילים כל זמן השיעור ובכך פינתה מקום גם לשיח ערכי. כך לדוגמה, הקרנת סרטון על ריצתו של האצן דרק רדמונד בריצת 400 מטר באולימפיאדת ברצלונה 1992 תרמה לשיח בשאלת כוח הרצון ומתי ואיך להשתמש בו (מ').

המוראיינים ציינו שבעקבות תקופת הקורונה, שבה נאלצו ללמד מקצועות עיוניים, ולאור התנסותם בשילוב הסברים בשיעורי החינוך גופני בזום הם נעשו מודעים לאפשרות לשלב פעילות גופנית במקצועות עיוניים, כמו אנגלית, מוזיקה ופיזיקה. לדעתם, אין כמעט מקצוע שאי אפשר לשלב בו את החינוך הגופני (ד').

בהכשרה להוראה - המוראיינים לא נכנסו בעובי הקורה באשר להזדמנויות ליצירת תוכן מותאם ומגוון עבור המתכשרים להוראה. באופן כללי המוראיינים העידו שכמנחים הם השתמשו בהזדמנויות שמימשו בבית הספר, כמו רעיונות להנחיות עם חפצים מהבית, הוספת מקצועות ספורט פרטניים, הוספת תכנים תיאורטיים בפיזיולוגיה בשפה המובנת לילדים, ושילוב הסברים הנוגעים לעקרונות התנועה במהלך תרגולה.

4. חיזוק הקשר האישי בהוראה בקפסולות:

בבית הספר - המורים העידו שבעת ההוראה בקפסולות, כשבכל אחת מהן כחצי כיתה, זכו הילדים ליחס אישי יותר:

בקפסולות פניתי לילדים בשמות שלהם. התעניינתי בשמות, התייחסתי אליהם יותר באופן אישי. היה לי זמן להגיע לכל אחד, למשב אותו, לפרגן לו, לצחוק איתו [...] גם הרגשתי שיש ילדים וילדות שאפשרתי להם להיות יותר פעילים. הכוונה לבעלי משקל עודף או יותר מופנמים, ובדרך פלא הם מצאו יותר את המקום שלהם. (ע')

בהכשרה להוראה - המדריכים הפדגוגיים לא לימדו בקפסולות במכללה ולכן לא התייחסו להיבט זה. יחד עם זאת, במהלך ההתנסות בהוראה של מתכשרי ההוראה בבתי ספר ניכר כי ההוראה בקפסולות (בחצאי כיתות) סייעה רבות לארגון ולניהול הכיתה. המוראיינים העידו שההוראה בכיתה קטנה יצרה "מעבדת למידה", למרות מגבלות הקורונה שחיבו שמירת מרחק ושימוש זהיר בהעברת חפצים (ע').

5. יצירת תוכן מותאם ומגוון בתקופת הלמידה בקפסולות:

בבית הספר - במהלך ההוראה בקפסולות נאלצו המורים, לפי עדותם, להתאים משחקים למתווים אשר דרשו ריחוק חברתי ופעילות ללא העברת ציוד וחפצים בין הילדים. אילו יצרו גרסאות חדשות למשחקים ולפעילויות, כגון תופסת באמצעות חפץ המאריך את היד או באמצעות מגע רגל. בנוסף, משחקים שלא מתנהלים טוב בכיתה מרובת משתתפים, עקב המתנה מרובה, התנהלו היטב בקפסולה.

בהכשרה להוראה - המוראיינים ציינו שהייתה למתכשרים הזדמנות חשובה להתנסות בתנאי אי ודאות (א'). גם בשגרה בית הספר הוא מקום של התרחשויות דינמיות אך המתכשרים המתנסים בהוראה לא חשופים אליהן בדרך כלל. תקופת הקפסולות בבית הספר חשפה בפני המדריכים הפדגוגיים כישורי גמישות מחשבתית, יכולת אלתור ויצירתיות אצל מספר מתכשרים. לדוגמה, מתכשר להוראה תכנן שיעור מרובה משחקים ל-20 תלמידי הקפסולה של כיתה ד' אך לשיעור הגיעו רק שבעה תלמידים, והמתכשר ניסה במידה לא מבוטלת של הצלחה להתאים את

המשחקים למצב החדש (מ').

לסיכום, נראה שהתקופה זימנה אפשרויות והזדמנויות להתמודד עם ההוראה מרחוק, לחשוב על ההוראה ועל ההכשרה להוראה בשגרה, להתמודד עם אתגרים חדשים ובלתי צפויים, למצוא פתרונות יצירתיים, להתקרב במידת מה אל הילדים ולראות את ההכשרה להוראה מנקודות מבט חדשות.

ניתוח ארבעה ראיונות עומק של מורים לחינוך גופני, שהם גם מדריכים פדגוגיים בהכשרה להוראה, הניב עדויות מפורטות על הקשיים וההזדמנויות בתקופת הקורונה. להבנתם של המורים ההוראה בתנאים שונים בתכלית מתנאי השגרה יצרה קשיים רבים, לא כולם פתירים, אך עם הזמן והשגת השליטה בדרכי ההוראה הנדרשות הם הצליחו להתמודד במידת מה עם הקשיים ולראות בהתנסות החדשה שנכפתה עליהם גם הזדמנות.

דיון

בפרק זה נרכז תובנות ומסקנות הנובעות מעדויות המורים באשר להוראת החינוך הגופני בבית הספר ולהכשרה להוראת החינוך הגופני.

מסקנות ותובנות לגבי הוראת החינוך הגופני בבית הספר

מהקשיים שהעלו המורים שהם גם מדריכים פדגוגיים נראה שבדומה למחקרים קודמים הוראה מרחוק אינה דרך הוראה יעילה ורצויה בחינוך הגופני ולא יכולה להחליף את ההוראה מקרוב אלא רק ללוותה. על המורים להיות מעודכנים בדרכי ההוראה וירטואליות וטכנולוגיות, ולהשתמש בהן בשגרת ההוראה לארבע מטרות: האחת, כדי להעשיר את ההוראה ולאפשר למידה עצמאית (Wyant, & Baek, 2019); השנייה, לאפשר השפעה על פעילות הילדים בשעות אחר הצהריים (Masonbrink, & Hurley, 2020); השלישית, לגוון את אמצעי התקשורת עם התלמידים ועם עמיתים (Wyant, & Baek, 2019); והרביעית, להיות מוכנים לשעות חירום שבהן כל התלמידים (או תלמיד החולה לאורך זמן) לא יכולים להגיע לבית הספר (Hammami et al., 2020).

השליטה של המורים בהתנהגויות של הילדים ובבחירה שלהם להשתתף בלמידה מרחוק נמוכה לאין שיעור מהשליטה המושגת בהוראה קרובה וישירה (Laar et al., 2021). כפתרון ניתן להתייחס לעובדה זאת בשתי דרכים מנוגדות: האחת, ניתן להימנע ככל האפשר מהוראה מרחוק ולהשתמש בה ככלי רק בימים של משבר. השנייה, לוותר על השליטה בהתנהגות הילדים ולהעביר מלכתחילה את האחריות ללמידה לילדים. ייתכן שהאפשרות השנייה מצביעה על כיוון השינוי הצפוי במערכת החינוך, אך היא מחייבת לערוך שינויים מהותיים לא רק בדרכי ההוראה של החינוך הגופני אלא בכל המעטפת החינוכית של הילדים (Istaryaningtyast et al., 2021). עד למשבר הקורונה סברו רוב המורים לחינוך גופני שתפקידם המהותי הוא לגרום לילדים לפעול פעמיים בשבוע ולנצל כמה שאפשר את 45 הדקות הניתנות להם בכל פעם (Komar et al., 2019). ההוראה מרחוק אפשרה למורים להתייחס לתכנים אחרים, כמו אורח חיים מועדף מבחינה בריאותית וערכית. ארגוני בריאות בעידן המסכים ממליצים על שלוש שעות פעילות ביום, מתוכן שעה בעצמות בינונית-גבוהה (גולדשטיין ואחרים, 2022). ההוראה בימי קורונה צריכה לחשוף את המורים לחינוך גופני לשאלה האם כדאי לנצל את שיעורי החינוך הגופני להכנת הילדים לפעילות עצמאית, המאפשרת להם לשמור על אורח חיים פעיל ובריא יום יום.

התנאים להוראה בימי למידה מרחוק הכבידו על עבודת המורים. לפי עדותם של המרואיינים ההכבדה התקיימה בשל ארבעה קשיים עיקריים: האחד, התלות במחשב והצורך לייצר חלל פרטי ושקט חייבו שהיה בחדר שלרוב היה מרחב מצומצם; השני, חוסר יכולת לתקשר באופן אישי ובלתי אמצעי עם התלמידים, וחוסר מעורבות של חלק מהתלמידים; השלישי, חסימת האפשרויות לפעילות חברתית של הילדים; הרביעי, הגבלה של הפעילות בשל הצורך לשמור על הבטיחות של המתנועע ועל רהיטי הבית. כתוצאה מקשיים אלו לא ניתן היה ללמד בדרכים הרגילות והמקובלות בשגרה, כמו פנייה אישית לתלמידה תוך התקרבות או הלהבת התלמידים באמצעות הרמת קול.

כמו כן, הקשיים צמצמו את נושאי ההוראה. המורים ויתרו על העיסוק במשחקים, באתלטיקה ובהתעמלות, ועסקו כמעט אך ורק בתרגילי כושר גופני, מכיתה א' ועד י"ב. הבחירה נבעה מכך שהמורים הכירו שיטות תרגול של כושר גופני במרחב מצומצם ובעזרת חפצים הנמצאים בכל בית, כמו מגבת או קופסת שימורים. המורים העלו על נס רעיונות חדשים שנוגדו מכורח הנסיבות אבל הודו שלא היו אלו אימונים מדורגים ומתפתחים אלא אסוציאטיביים, בהתאם לתכונות של החפץ שאיתו פעלו. ניכר שהיצמדות המורים בימי שגרה לתחומי הספורט שהם חברתיים ומצריכים מרחבים ומתקנים השאירה אותם ללא תכנים תנועתיים מתאימים להוראה מרחוק וללמידה בקפסולות תוך שמירת מרחק. לרשות המורים לא עמדו תכנים אקטואליים ופרטניים, כגון: השגת אוריינות תנועתית (Telford et al., 2021) וטיפול יכולות-על של תיאום תנועה והעברה (Hill, Fadel, & Bialik, 2018), חינוך לתנועה (לידור, אייביו ושובל, 2021), השגת יעדים מנטליים כוויסות רגשי והתמדה, ופיתוח יכולת הכוונה עצמית ויצירתיות (שובל ואחרים, 2022). נושאים אלו צריכים להיות חלק מאוצר התכנים של המורים, לא רק בימי משבר אלא כחלק מהחינוך הגופני.

ההוראה בקפסולות, למרות המגבלות של ריחוק חברתי ומניעה של העברת חפצים וציוד, הציפה את חשיבות גודל הקבוצה הלומדת. הוראה בקבוצות גדולות מונעת התייחסות אישית ויצירת קשרים משמעותיים בין המורים לתלמידיהם, ופוגעת ביכולת לקיים הוראה משמעותית המחייבת משוב והערכה פרטניים שמאפשרים השתפרות הדרגתית. ניתן לומר שמשבר הקורונה פתח צוהר להבנת יכולת המורים להסתגל להכוונה "מלמעלה" ולתנאים משתנים. יחד עם זאת, המשבר חשף עד כמה החינוך הגופני של היום קופא על שמריו וזקוק לחידוש ולהתערענות בתכניו ובדרכי ההוראה שלו.

מסקנות ותובנות באשר להכשרה להוראת החינוך הגופני

מצוקתם של המרואיינים כמדריכים פדגוגיים העידה על מורכבות גדולה יותר ממצוקתם כמורים. היה עליהם להורות בכלים שלא שלטו בהם ומלבד זאת גם להנחות מורים לעתיד שאין להם עדיין שליטה בחומר הלימוד ובדרכי ההוראה הבסיסיות, ואף הם מתמודדים עם כלים וירטואליים שלא מוכרים להם ומתנסים בהוראה מול תלמידים המתקשים בלמידה מרחוק. בנוסף, המדריכים הפדגוגיים לא היו שלמים עם ההתנסות בהוראה במצב יוצא הדופן של המשבר ועשו זאת בליט ברירה ובתחושת תסכול, זאת כיוון שבשגרה ילמדו המתכשרים מקרוב ויזדקקו לכלים של הוראה מקרוב שאותם לא למדו.

המרואיינים חזרו והעידו שהתבססו בתהליך ההכשרה להוראה על ניסיונם הפרטי כמורים בבית

הספר. ניכר שהם חשו אחראיים למוכנות של המתכשרים להוראה. הראיונות שיקפו את תפיסת העולם של המדריכים הפדגוגיים באשר לתפקידם כמכשירי מורים: להעביר למתכשרים להוראה ידע פרקטי הנוגע לדרכי הוראה; לסייע להם להתאים את הנלמד בשיעורים המעשיים במכללה לילדים בשכבות הגיל השונות; לאפשר להם להכיר את תוכנית הלימודים, בית הספר והלומדים; ולהכין אותם להוראה בתנאים הדומים ביותר לתנאי בית הספר. הדרכים הננקטות הן: דוגמה אישית; הצבת רף ציפיות גבוהה לתלמידים; הכרה בחשיבות המקצוע כמקצוע ייחודי בבית הספר, עיסוק רב באופני ארגון וניהול כיתה כדי להתמודד עם בעיות משמעת וייעול השיעור; הצגת דרכים ורעיונות ש"עובדים בשדה"; התנסות בהוראה בבית הספר, תחילה בקבוצות קטנות אך עד מהרה מעבר לכיתות מלאות. השאלות הפתוחות לדיון הן: האם זה אכן תפקידם? והאם אלו הדרכים הנחוצות לתהליך ההכשרה?

כבר שנים רבות מתקיים מערך של התמחות בהוראה בעזרת חונכים, המלווים את המורים בשנים הראשונות לעבודתם בבית הספר (בלאו וקאים, 2021). מערך זה קם על בסיס הטענה שלמכללות להוראה, שהפכו ליותר ויותר אקדמיות, אין יכולת לאפשר התנסות בתנאים דומים מספיק לתנאי בית הספר (Ní Chróinín et al., 2018). מטרת מערך ההתמחות היא לתמוך במורים בשעה שהם מלמדים בכיתותיהם, להקנות ידע פרקטי הנוגע לדרכי הוראה ולתמוך ישירות במורים המתחילים המתמודדים עם אתגרים מול התלמידים, העמיתים, ההנהלה וההורים. מערך החונכות תומך במורים עם הכניסה להוראה בתנאים מציאותיים, שבהם תימשך הוראתם בבית הספר (Capel & Lawrence, 2019). במספר שבועות של הוראה כמתמחים בבית ספר משלימים המורים המתחילים את הידע הראשוני הנחוץ לארגון וניהול כיתה, לומדים להכיר את בית הספר והלומדים, לומדים להשתמש במשאבי בית הספר ולהתאים את ההוראה למשאבים הפיזיים, ומתרגלים הוראת מיומנויות ותכנים אחרים (לידור, זך ושובל, 2021). יחד עם זאת, המורים המתחילים נמצאים במלחמת הישרדות ומתקשים לבחור בפתרונות טובים. יכולתם של המורים המתחילים לחשוב, לשקול, לחפש דרכים יעילות ולתכנן אפשרות רק אם למדו ותרגלו תהליכים כאלו והם שולטים בהם (Liu et al., 2018).

נראה אפוא שתפקיד המדריכים הפדגוגיים הוא ללמד את המתמחים לחשוב, לשקול, לחפש, לבחור באופן מושכל ולתכנן כדי להכניס ללמד בשלב ההתמחות. מימוש חזון זה ישנה את תפקיד המדריכים הפדגוגיים: יהיה עליהם להעביר את האחריות להתפתחות המקצועית אל המתכשרים להוראה ולקיים מעין מעבדה, שבה מתנסים מתכשרים ותלמידים בתהליך של פתרון בעיות ובבקרתו באמצעות ידע תיאורטי, ידע מעשי בתחומי החינוך הגופני וידע פרקטי של הוראה.

מעדויות המורים לחינוך גופני שהם גם מדריכים פדגוגיים על התנסותם בימי הקורונה עולה שלו הועברה האחריות למתכשרים, והיה קם מערך הוראה שעוסק בהקניית דרכי חשיבה ופיתוח יצירתיות ויכולות הוראה בתנאים משתנים, לא הייתה תקופת הקורונה מתסכלת ומצמצמת את ההכשרה אלא דווקא מרחיבה אותה על ידי התייחסות לתנאים השונים בשיקול דעת בעת התכנון וההוראה. בתנאים אלו ייתכן שגם המורים המנוסים היו מצליחים לפעול ביתר שיקול דעת ולא מתוך תחושת הישרדות, כפי שהעידו על עצמם המרואיינים. במחקר זה ראינו מספר מצומצם של מורים ומורות בשל מגבלות תקציב וזמן. סביר להניח שאם

היינו מראיינים יותר מורים, המלמדים בכל שכבות הגיל, כולל מורים מתחילים, מורים ותיקים ומורים מומחים, היינו מאתרים יותר קשיים ויותר הזדמנויות. אנו תקווה שעל אף המספר הקטן של המרואיינים, המלמדים במכללות להוראת חינוך גופני ובשכבות השונות של בית הספר בעת ובעונה אחת, הניבו הראיונות מסקנות ותובנות משמעותיות. אנו רואים במחקר זה צעד ראשון לחקר נושא זה.

מצבי משבר הם הזדמנות לראות את ההוראה ואת ההכשרה להוראה מנקודת מבט חדשה. אין צורך במשבר קשה וארוך כמו הקורונה. ניתן לחקור מורים ומכשירים בשעות משבר מקומיות, כמו: החלפת מנהל בית ספר, יישום תוכניות לימודים חדשות וקשיים ביישום תוכניות, שבהן כדאי לאסוף מידע ולאפשר בדיקה של איכות ההוראה וההכשרה.

תודות: אנו מבקשות להודות לגברת מיקי אופיר, על הערותיה המועילות לרעיונות המוצגים כאן.

מקורות

בלאו, ר' וקאים, ז' (2021). לחנך ולהתחנך - החונכות ומקומה בהתפתחות המקצועית של המורה החונך. בתוך א' שץ-אופנהיימר (עורכת). **חונכות - תיאוריה, מחקר ומעשה** (עמ' 53-74). הוצאת רסלינג.

גולדשטיין, א', יעקובוביץ, ר' ושובל, א' (2022). תרומת פעילות גופנית לקידום בריאות. בתוך א' שובל (עורכת). **הזכות להתנועע - תרומת ההתנסות בתנועה והפעילות הגופנית ללמידה בגן הילדים** (עמ' 161-192). הוצאת מופ"ת.

ויסבלאי, א' (2021). **מערכת החינוך במשבר הקורונה**. הכנסת: מרכז המחקר והמידע. https://fs.knesset.gov.il/globaldocs/MMM/a132460f-7682-eb11-810d-00155d0aee38/2_a132460f-7682-eb11-810d-00155d0aee38_11_17983.pdf

לידור, ר', אייביו, ש' ושובל, א' (2021). **חינוך גופני אחר - מודלים להוראת המקצוע**. הוצאת מופ"ת.

לידור, ר', זך, ס' ושובל, א' (2021). חונכות בחינוך גופני - מגמות ואתגרים. בתוך א' שץ-אופנהיימר (עורכת). **חונכות - תיאוריה, מחקר ומעשה** (עמ' 109-140). הוצאת רסלינג.

שובל, א', בינסטוק, א' ושריר, ט' (2022). תרומת התנסות בתנועה לטיפוח כשירות רגשית-חברתית ולתהליכי יצירת אקלים גן מיטבי. בתוך א' שובל (עורכת). **הזכות להתנועע - תרומת ההתנסות בתנועה והפעילות הגופנית ללמידה בגן הילדים** (עמ' 67-102). הוצאת מופ"ת.

שובל, א', גיל, ו' ומירה, ט' (2013). מורים-חונכים מקשרים בין תיאוריה לפרקטיקה - ניתוח עבודות של משתתפי קורס מורים-חונכים. **מחקרי הגבעה**, 3, 24-56.

שקדי, א' (2003). **מילים המנסות לגעת: מחקר איכותני - תיאוריה ויישום**. הוצאת רמות.

Almonacid-Fierro, A., Souza de Carvalho, R., Castillo-Retamal, F., & Almonacid, M. (2021). The practicum in times of Covid-19: Knowledge developed by future physical education teachers in virtual modality. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 20(3), 68-83.

Capel, S., & Lawrence, J. (2019). *Mentoring physical education teachers in the secondary school*. Routledge.

Filiz, B., & Konukman, F. (2020). Teaching strategies for physical education during the COVID-19 pandemic. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 91(9), 48-50.

Goad, T., & Jones, E. (2017). Training online physical educators: A phenomenological case study. *Education Research International*, 2017. <https://doi.org/10.1155/2017/3757489>

González-Calvo, G., Barba-Martín, R. A., Bores-García, D., & Hortigüela-Alcalá, D. (2021). The (virtual) teaching of physical education in times of pandemic. *European Physical Education Review*, 28(1), 205-224. DOI: 10.1177/1356336X211031533

Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krstrup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): Specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 27(1-2), 26-31.

- Hill, K. L., Fadel, C., & Bialik, M. (2018). *Psychomotor Skills for the 21st Century: What should students learn?* Center for Curriculum Redesign.
- Istaryaningtyas, I., Silviana, L., & Hidayat, E. (2021). Management of the independent learning curriculum during the Covid-19 Pandemic. *Journal of Education Research and Evaluation*, 5(2), 176–184.
- Jeong, H.C., & So, W. Y. (2020). Difficulties of online physical education classes in middle and high school and an efficient operation plan to address them. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7279.
- Kim, M., Yu, H., Park, C. W., Ha, T., & Baek, J. H. (2021). Physical education teachers' online teaching experiences and perceptions during the COVID-19 pandemic. *Journal of Physical Education and Sport*, 21, 2049–2056.
- Komar, J., Potdevin, F., Chollet, D., & Seifert, L. (2019). Between exploitation and exploration of motor behaviours: Unpacking the constraints-led approach to foster nonlinear learning in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(2), 133–145.
- Kougioumtzis, K., Patriksson, G., & Stråhlman, O. (2011). Physical education teachers' professionalization: A review of occupational power and professional control. *European Physical Education Review*, 17(1), 111–129.
- Laar, R. A., Ashraf, M. A., Ning, J., Ji, P., Fang, P., Yu, T., & Khan, M. N. (2021). Performance, health, and psychological challenges faced by students of physical education in online learning during COVID-19 epidemic: A qualitative study in china. *Healthcare* 9(8), 1030.
- Liu, J., McBride, R. E., Xiang, P., & Scarmardo-Rhodes, M. (2018). Physical education pre-service teachers' understanding, application, and development of critical thinking. *Quest*, 70(1), 12–27.
- Marek, M. W., Chew, C. S., & Wu, W. C. V. (2021). Teacher experiences in converting classes to distance learning in the COVID-19 pandemic. *International Journal of Distance Education Technologies*, 19(1), 89–109.
- Masonbrink, A. R., & Hurley, E. (2020). Advocating for children during the COVID-19 school closures. *Pediatrics*, 146(3).
- Mercier, K., Centeio, E., Garn, A., Erwin, H., Marttinen, R., & Foley, J. (2021). Physical education teachers' experiences with remote instruction during the initial phase of the COVID-19 pandemic. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(2), 337–342.
- Ní Chróinín, D., Fletcher, T., & O'Sullivan, M. (2018). Pedagogical principles of learning to teach meaningful physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(2), 117–133.
- Paules, C. I., Marston, H. D., & Fauci, A. S (2020). Coronavirus Infections – more than just the common cold. *JAMA*, 323(8), 707–708.
- Roberts, L., Welsh, M. E., Keller, C. R., & North, C. (2021). Memory, relationships, and spaces: Exploring transfer students' library journeys. *The Journal of Academic Librarianship*, 47(3), 102333.

- Shkedi, A. (2014). *Qualitative Data Analysis*. Contento de Semrik.
- Telford, R. M., Olive, L. S., Keegan, R. J., Keegan, S., Barnett, L. M., & Telford, R. D. (2021). Student outcomes of the physical education and physical literacy (PEPL) approach: A pragmatic cluster randomised controlled trial of a multicomponent intervention to improve physical literacy in primary schools. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 97–110.
- Varea, V., & González-Calvo, G. (2020). Touchless classes and absent bodies: Teaching physical education in times of Covid-19. *Sport, Education and Society*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1791814>
- Varea, V., González-Calvo, G., & García-Monge, A. (2022). Exploring the changes of physical education in the age of Covid-19. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 27(1), 32–42.
- Viner, R. M., Russell, S. J., Croker, H., Packer, J., Ward, J., Stansfield, C., Mytton, O., Bonell, C., & Booy, R. (2020). School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: A rapid systematic review. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 4(5), 397–404.
- Wyant, J., & Baek, J. H. (2019). Re-thinking technology adoption in physical education. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 10(1), 3–17.
- Zhang, W., Wang, Y., Yang, L., & Wang, C. (2020). Suspending classes without stopping learning: China's education emergency management policy in the COVID-19 outbreak. *Journal of Risk and Financial Management*, 13(3).