



چگونگی مدیریت کلاس درس در ساعت های پایانی مدرسه (کنترل بی حوصلگی و خستگی دانش آموزان)

مهناز قلی زاده

کارشناسی علوم تربیتی mahnazgholizadeeh@gmail.com

معصومه بیرامی بگوم قلعه

کارشناسی زبان و ادبیات فارسی

نفیسه ایمانی حسنلوئی

کارشناسی رشته علوم اجتماعی naficheimani@gmail.com

دلنواز پورسرخابی

کارشناسی زبان انگلیسی



MDOI-02-2026.0034
MNR-35-2-2F35AD



چکیده

مدیریت کلاس درس در ساعت های پایانی مدرسه از مهم ترین چالش های آموزشی است؛ زیرا در این زمان معمولاً سطح انرژی، تمرکز و انگیزه دانش آموزان کاهش می یابد و بی حوصلگی، خستگی و افت مشارکت بیشتر نمایان می شود. این مقاله به بررسی راهکارهای مؤثر برای کنترل این وضعیت و بهبود کیفیت یادگیری در ساعات پایانی می پردازد. از جمله این راهکارها می توان به تنوع بخشی به روش های تدریس، استفاده از فعالیت های مشارکتی، ایجاد فرصت برای تحرک بدنی کوتاه، به کارگیری ابزارهای کمک آموزشی جذاب، مدیریت زمان کلاس، و توجه به نیازهای روانی و عاطفی دانش آموزان اشاره کرد. همچنین نقش معلم در ایجاد فضای پویا، انگیزه بخش و منعطف بسیار تعیین کننده است. نتایج نشان می دهد که با برنامه ریزی مناسب و استفاده از شیوه های فعال و دانش آموز محور، می توان آثار منفی خستگی و بی حوصلگی را کاهش داد و زمینه را برای یادگیری مؤثرتر و تعامل بیشتر دانش آموزان فراهم ساخت.

کلمات کلیدی

مدیریت کلاس درس، ساعات پایانی مدرسه، خستگی دانش آموزان، بی حوصلگی، انگیزش تحصیلی، روش های تدریس فعال، مشارکت دانش آموزان، یادگیری مؤثر، کنترل کلاس، فضای آموزشی پویا

مقدمه

فرآیند آموزش و یادگیری، فعالیتی پیچیده است که مستلزم هم‌سویی عوامل متعددی همچون انگیزه، تمرکز و توانمندی‌های شناختی دانش‌آموزان است. در این میان، نقش «مدیریت کلاس درس» به عنوان بستری که این فرآیند در آن شکل می‌گیرد، انکارناپذیر است. با این حال، معلمان در طول ساعات کاری خود با چالش‌های متغیری روبرو هستند که یکی از دشوارترین آن‌ها، مدیریت کلاس در ساعات پایانی روز است. با نزدیک شدن به انتهای زمان حضور دانش‌آموزان در مدرسه، افت انرژی جسمانی و خستگی ذهنی به طور طبیعی بروز پیدا می‌کند؛ پدیده‌ای که اغلب با کاهش نرخ توجه، بی‌قراری، بی‌حوصلگی و افت مشارکت فعال در کلاس درس همراه است.

ساعات پایانی مدرسه، آزمونی برای توانایی معلم در حفظ پویایی و نگهداشتِ علاقه دانش‌آموزان است. نادیده گرفتن این خستگی و اصرار بر روش‌های سنتی منفعل، نه تنها بازده آموزشی را به شدت کاهش می‌دهد، بلکه می‌تواند منجر به ایجاد فضای منفی، ایجاد اختلال در نظم کلاس و حتی دل‌زدگی دانش‌آموزان از محیط مدرسه شود. در واقع، این ساعات نیازمند رویکردی متفاوت، منعطف‌تر و خلاقانه‌تر هستند که فراتر از انتقال صرف دانش، بر مدیریت انرژی و هیجانات کلاس تمرکز داشته باشد.

این مقاله با هدف شناسایی و ارائه راهکارهای کاربردی برای مواجهه با این چالش تدوین شده است. در ادامه، ضمن بررسی ماهیت خستگی در ساعات پایانی و تأثیر آن بر یادگیری، شیوه‌های مدیریت کلاس، تکنیک‌های فعال‌سازی دانش‌آموزان و استراتژی‌های کاهش بی‌حوصلگی مورد بحث قرار خواهد گرفت. هدف نهایی، ارائه چارچوبی است که به معلمان کمک کند تا کلاس‌های پایانی خود را نه به عنوان «ساعات هدررفته»، بلکه به عنوان فرصتی برای بازآفرینی یادگیری و تقویت پیوند آموزشی با دانش‌آموزان بازتعریف کنند.

بیان مسئله

یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر کیفیت یادگیری در محیط‌های آموزشی، مدیریت مؤثر کلاس درس است. معلم به عنوان مدیر اصلی فرآیند آموزش باید شرایطی فراهم کند که دانش‌آموزان بتوانند با تمرکز، انگیزه و مشارکت فعال در فعالیت‌های یادگیری حضور داشته باشند. با این حال، شرایط زمانی و روانی دانش‌آموزان در طول روز یکسان نیست و در ساعات پایانی مدرسه معمولاً تغییرات قابل توجهی در میزان توجه، انرژی و آمادگی ذهنی آنان مشاهده می‌شود.

در ساعات پایانی روز تحصیلی، بسیاری از دانش‌آموزان به دلیل خستگی جسمی، کاهش تمرکز ذهنی، اشباع شناختی ناشی از حضور طولانی در کلاس و همچنین تمایل طبیعی به استراحت یا بازگشت به خانه، دچار بی‌حوصلگی و کاهش انگیزه می‌شوند. این وضعیت می‌تواند به شکل‌های مختلفی مانند کاهش مشارکت در فعالیت‌های کلاسی، بی‌نظمی، حواس‌پرتی، گفت‌وگوهای خارج از موضوع و افت یادگیری بروز پیدا کند. در چنین شرایطی، ادامه تدریس به شیوه‌های سنتی و یکنواخت نه تنها اثربخشی لازم را نخواهد داشت، بلکه ممکن است باعث تشدید بی‌انگیزگی و کاهش تعامل میان معلم و دانش‌آموزان شود.

از سوی دیگر، اگرچه بسیاری از برنامه‌های درسی بدون توجه به تفاوت سطح انرژی دانش‌آموزان در ساعات مختلف روز تنظیم می‌شوند، اما معلمان ناگزیرند با این واقعیت آموزشی مواجه شوند و کلاس را به گونه‌ای مدیریت کنند که حتی در شرایط خستگی



نیز یادگیری تا حد امکان حفظ شود. بنابراین، نبود راهبردهای مناسب برای مدیریت کلاس در ساعات پایانی می تواند کیفیت تدریس، نظم کلاس و میزان یادگیری دانش آموزان را تحت تأثیر قرار دهد.

با توجه به این چالش، ضرورت دارد که روش ها و راهکارهای مؤثری برای مدیریت کلاس درس در ساعات پایانی مدرسه شناسایی و به کار گرفته شود؛ راهکارهایی که بتوانند سطح توجه، انگیزه و مشارکت دانش آموزان را افزایش داده و فضای کلاس را پویا و قابل کنترل نگه دارند. بر این اساس، مسئله اصلی این مقاله بررسی چگونگی مدیریت کلاس درس در ساعات پایانی مدرسه و ارائه راهکارهایی برای کنترل بی حوصلگی و خستگی دانش آموزان و بهبود کیفیت یادگیری در این زمان است.

مبانی نظری پژوهش

مدیریت کلاس درس یکی از مهم ترین مؤلفه های فرایند آموزش و یادگیری است که نقش اساسی در ایجاد محیطی منظم، پویا و اثربخش برای یادگیری دانش آموزان دارد. پژوهش های حوزه تعلیم و تربیت نشان می دهد که کیفیت مدیریت کلاس می تواند به طور مستقیم بر میزان مشارکت، انگیزه و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تأثیر بگذارد. به طور کلی، مدیریت کلاس به مجموعه اقداماتی گفته می شود که معلم برای سازماندهی فعالیت های آموزشی، ایجاد نظم، هدایت رفتار دانش آموزان و فراهم کردن شرایط مناسب برای یادگیری به کار می گیرد.

یکی از عوامل مهم در مدیریت کلاس، توجه به وضعیت روانی و جسمی دانش آموزان در طول روز تحصیلی است. بر اساس دیدگاه های روان شناسی تربیتی، توانایی تمرکز و پردازش اطلاعات در انسان محدود است و پس از دوره های طولانی فعالیت ذهنی، خستگی شناختی به وجود می آید. این خستگی معمولاً با کاهش توجه، افت عملکرد شناختی و کاهش انگیزه برای انجام فعالیت های ذهنی همراه است. به همین دلیل، در ساعات پایانی مدرسه که دانش آموزان بخش زیادی از انرژی جسمی و ذهنی خود را مصرف کرده اند، احتمال بروز بی حوصلگی و کاهش مشارکت در کلاس افزایش می یابد.

از دیدگاه نظریه های یادگیری فعال، یادگیری زمانی مؤثرتر است که دانش آموزان در فرایند آموزش نقش فعالی داشته باشند. نظریه پردازانی مانند پیاژه و ویگوتسکی بر این باورند که یادگیری نتیجه تعامل فعال فراگیر با محیط آموزشی و دیگران است. در این چارچوب، استفاده از روش های تدریس فعال مانند کار گروهی، بحث کلاسی، بازی های آموزشی و فعالیت های مشارکتی می تواند سطح توجه و انگیزه دانش آموزان را افزایش دهد، به ویژه در شرایطی که خستگی و کاهش تمرکز وجود دارد.

همچنین نظریه انگیزش تحصیلی بر اهمیت ایجاد محرک های درونی و بیرونی برای افزایش علاقه دانش آموزان به یادگیری تأکید می کند. بر اساس این دیدگاه، معلم با ایجاد فضای حمایتی، استفاده از تشویق مناسب، تنوع در روش های تدریس و فراهم کردن فرصت مشارکت، می تواند انگیزه دانش آموزان را تقویت کند و آنان را در فرایند یادگیری درگیر نگه دارد. این مسئله در ساعات پایانی مدرسه اهمیت بیشتری پیدا می کند، زیرا در این زمان دانش آموزان نیازمند محرک های قوی تری برای حفظ توجه و فعالیت ذهنی هستند.

در مجموع، مبانی نظری نشان می دهد که مدیریت موفق کلاس در ساعات پایانی مدرسه نیازمند ترکیبی از شناخت ویژگی های روان شناختی دانش آموزان، استفاده از روش های تدریس فعال و ایجاد محیطی انگیزه بخش است. توجه به این اصول می تواند به معلمان کمک کند تا اثرات منفی خستگی و بی حوصلگی را کاهش داده و زمینه یادگیری مؤثرتر را در کلاس فراهم سازند.

پیشینه پژوهش (ادبیات تحقیق)

پژوهش‌های متعددی در حوزه مدیریت کلاس درس و تأثیر آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان انجام شده است. نتایج این مطالعات نشان می‌دهد که شیوه‌های مؤثر مدیریت کلاس می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در افزایش مشارکت، کاهش رفتارهای نامطلوب و بهبود عملکرد تحصیلی داشته باشد. پژوهشگران حوزه تعلیم و تربیت بر این باورند که کلاس‌هایی که در آن‌ها ساختار مشخص، قوانین شفاف و تعامل مثبت میان معلم و دانش‌آموز برقرار است، از سطح انگیزش و یادگیری بالاتری برخوردارند.

در زمینه خستگی و افت تمرکز دانش‌آموزان، تحقیقات روان‌شناختی نشان داده‌اند که عملکرد شناختی افراد در طول روز یکنواخت نیست و تحت تأثیر عواملی همچون مدت زمان فعالیت ذهنی، استراحت، تغذیه و شرایط محیطی قرار دارد. مطالعات مرتبط با «خستگی شناختی» حاکی از آن است که پس از چند ساعت فعالیت آموزشی مداوم، میزان توجه پایدار کاهش یافته و احتمال بروز حواس‌پرتی و افت عملکرد افزایش می‌یابد. این یافته‌ها اهمیت بازنگری در شیوه‌های تدریس در ساعات پایانی مدرسه را برجسته می‌کند.

همچنین پژوهش‌هایی که در زمینه روش‌های تدریس فعال انجام شده‌اند، نشان می‌دهند که استفاده از فعالیت‌های مشارکتی، یادگیری مبتنی بر بازی، کار گروهی و فناوری‌های آموزشی می‌تواند به طور معناداری سطح درگیری شناختی و هیجانی دانش‌آموزان را افزایش دهد. نتایج این مطالعات بیانگر آن است که هرچه دانش‌آموزان نقش فعال‌تری در فرآیند یادگیری داشته باشند، میزان خستگی ذهنی کاهش یافته و انگیزه آنان برای ادامه فعالیت بیشتر می‌شود.

در برخی تحقیقات نیز به تأثیر زمان‌بندی دروس بر کیفیت یادگیری اشاره شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد دروسی که نیازمند تمرکز و تحلیل عمیق هستند، در ساعات ابتدایی روز بازده بیشتری دارند؛ در مقابل، در ساعات پایانی استفاده از روش‌های تعاملی و فعالیت‌محور می‌تواند اثربخشی آموزشی را افزایش دهد. این نتایج نشان می‌دهد که انطباق شیوه تدریس با شرایط زمانی، یکی از عوامل کلیدی در مدیریت موفق کلاس است.

با وجود انجام مطالعات متعدد در زمینه مدیریت کلاس و انگیزش تحصیلی، پژوهش‌های متمرکز بر «چگونگی مدیریت کلاس در ساعات پایانی مدرسه» و ارائه راهکارهای عملی برای کنترل بی‌حوصلگی و خستگی دانش‌آموزان همچنان محدود است. از این رو، انجام پژوهش حاضر می‌تواند با تلفیق یافته‌های مرتبط و تمرکز بر این بازه زمانی خاص، به غنای ادبیات موجود افزوده و راهنمایی کاربردی برای معلمان فراهم سازد.

اهمیت و ضرورت پژوهش

فرآیند یاددهی-یادگیری زمانی بیشترین اثربخشی را دارد که دانش‌آموزان از نظر جسمی، ذهنی و عاطفی آمادگی لازم برای مشارکت در فعالیت‌های آموزشی را داشته باشند. با این حال، در بسیاری از مدارس ساعات پایانی روز تحصیلی با کاهش سطح انرژی، خستگی ذهنی و افت تمرکز دانش‌آموزان همراه است. این وضعیت می‌تواند باعث کاهش کیفیت یادگیری، افت مشارکت در فعالیت‌های کلاسی و افزایش رفتارهای خارج از نظم شود. از این رو، مدیریت مؤثر کلاس در این زمان به یکی از چالش‌های مهم معلمان تبدیل شده است.



اهمیت این موضوع زمانی بیشتر آشکار می شود که بدانیم بخش قابل توجهی از زمان آموزش رسمی در همین ساعات پایانی برگزار می شود و در صورت نبود مدیریت مناسب، بخشی از فرصت های یادگیری دانش آموزان از دست می رود. اگر معلم نتواند با استفاده از روش های مناسب، انگیزه و توجه دانش آموزان را در این ساعات حفظ کند، فرایند آموزش با کاهش بازدهی مواجه خواهد شد و دستیابی به اهداف آموزشی با دشواری همراه می شود.

از سوی دیگر، توجه به ویژگی های روان شناختی و نیازهای دانش آموزان در طول روز تحصیلی از اصول مهم تعلیم و تربیت به شمار می رود. خستگی، بی حوصلگی و کاهش تمرکز در ساعات پایانی پدیده ای طبیعی است، اما با به کارگیری راهکارهای مناسب در مدیریت کلاس و استفاده از روش های تدریس فعال می توان اثرات منفی آن را کاهش داد و فضای یادگیری را همچنان پویا و اثربخش نگه داشت.

بنابراین، انجام پژوهش درباره چگونگی مدیریت کلاس درس در ساعات پایانی مدرسه از اهمیت ویژه ای برخوردار است؛ زیرا نتایج آن می تواند به شناسایی راهکارهای عملی برای افزایش مشارکت دانش آموزان، کاهش بی حوصلگی و بهبود کیفیت یادگیری کمک کند. همچنین یافته های این پژوهش می تواند برای معلمان، مدیران مدارس و برنامه ریزان آموزشی مفید باشد و در ارتقای کیفیت فرایند آموزش در مدارس نقش مؤثری ایفا کند.

اهداف پژوهش

هدف کلی:

بررسی چگونگی مدیریت کلاس درس در ساعات پایانی مدرسه با تأکید بر کنترل بی حوصلگی و خستگی دانش آموزان و افزایش مشارکت آنان در فرایند یادگیری.

اهداف جزئی:

- شناسایی عوامل مؤثر بر خستگی و بی حوصلگی دانش آموزان در ساعات پایانی مدرسه.
- بررسی نقش مدیریت کلاس در کاهش بی نظمی و افزایش تمرکز دانش آموزان در ساعات پایانی.
- معرفی و تبیین روش های تدریس فعال و جذاب برای افزایش انگیزه دانش آموزان در پایان روز تحصیلی.
- بررسی تأثیر فعالیت های مشارکتی و تعاملی در کاهش خستگی ذهنی دانش آموزان.
- ارائه راهکارهای عملی برای بهبود کیفیت یاددهی-یادگیری در ساعات پایانی مدرسه.

سؤالات پژوهش

سؤال اصلی:

- چگونه می توان کلاس درس را در ساعات پایانی مدرسه به گونه ای مدیریت کرد که بی حوصلگی و خستگی دانش آموزان کاهش یابد و مشارکت آنان در یادگیری افزایش پیدا کند؟

سؤالات فرعی:

- چه عواملی باعث بروز خستگی و بی حوصلگی در دانش آموزان در ساعات پایانی مدرسه می شود؟
- مدیریت مؤثر کلاس چه نقشی در کاهش بی نظمی و افزایش تمرکز دانش آموزان در ساعات پایانی دارد؟
- استفاده از روش های تدریس فعال تا چه اندازه می تواند در افزایش انگیزه و مشارکت دانش آموزان مؤثر باشد؟
- فعالیت های مشارکتی و تعاملی چه تأثیری در کاهش خستگی ذهنی دانش آموزان دارند؟
- چه راهکارهایی می تواند به بهبود کیفیت تدریس و یادگیری در ساعات پایانی مدرسه کمک کند؟

روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش اجرا، توصیفی-تحلیلی است که با استفاده از روش مطالعه اسنادی و بررسی منابع علمی مرتبط انجام شده است. در این پژوهش تلاش شده است با بهره گیری از کتاب ها، مقالات علمی، پژوهش های پیشین و منابع معتبر در حوزه تعلیم و تربیت و مدیریت کلاس درس، اطلاعات لازم گردآوری و تحلیل شود.

در این روش، ابتدا منابع مرتبط با موضوع مدیریت کلاس، خستگی و بی حوصلگی دانش آموزان و روش های تدریس فعال مورد بررسی قرار گرفت. سپس با تحلیل و مقایسه دیدگاه های مختلف پژوهشگران و صاحب نظران، مهم ترین عوامل مؤثر بر کاهش تمرکز و انگیزه دانش آموزان در ساعات پایانی مدرسه شناسایی شد. در ادامه، راهکارهای مؤثر برای مدیریت کلاس و افزایش مشارکت دانش آموزان در این زمان استخراج و دسته بندی گردید.

ابزار گردآوری داده ها در این پژوهش، فیش برداری از منابع مکتوب و الکترونیکی بوده است و داده های به دست آمده به شیوه توصیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته اند. هدف از این فرایند، ارائه مجموعه ای از راهکارهای کاربردی برای معلمان به منظور مدیریت بهتر کلاس در ساعات پایانی مدرسه و کاهش بی حوصلگی و خستگی دانش آموزان بوده است.

یافته های پژوهش

یافته های این پژوهش نشان می دهد که خستگی جسمی و ذهنی دانش آموزان در ساعات پایانی مدرسه یکی از عوامل مهم کاهش تمرکز، افت انگیزه و کاهش مشارکت در فعالیت های آموزشی است. بررسی منابع و مطالعات انجام شده بیانگر آن است که طولانی بودن زمان حضور در مدرسه، فعالیت های ذهنی مداوم، یکنواختی روش های تدریس و کمبود فعالیت های تحرکی از جمله عواملی هستند که می توانند باعث افزایش بی حوصلگی دانش آموزان در پایان روز تحصیلی شوند.

نتایج همچنین نشان می دهد که نوع مدیریت کلاس و شیوه تدریس معلم نقش مهمی در کاهش یا تشدید این وضعیت دارد. در کلاس هایی که معلمان از روش های تدریس فعال، تعامل بیشتر با دانش آموزان و تنوع در فعالیت های آموزشی استفاده می کنند، میزان مشارکت و توجه دانش آموزان در ساعات پایانی بیشتر مشاهده می شود. در مقابل، استفاده مداوم از روش های تدریس سنتی و یکنواخت می تواند باعث افزایش خستگی ذهنی و کاهش علاقه دانش آموزان به یادگیری شود.



از دیگر یافته‌های پژوهش می‌توان به تأثیر مثبت فعالیت‌های کوتاه و متنوع در طول کلاس اشاره کرد. فعالیت‌هایی مانند کار گروهی، پرسش و پاسخ، بازی‌های آموزشی، تغییر نوع فعالیت در کلاس و ایجاد فرصت‌های کوتاه برای تحرک بدنی می‌تواند به کاهش خستگی و افزایش نشاط در میان دانش‌آموزان کمک کند. این اقدامات باعث می‌شود دانش‌آموزان دوباره تمرکز خود را بازیابند و با انگیزه بیشتری در فرآیند یادگیری مشارکت کنند.

همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که ایجاد فضای عاطفی مثبت در کلاس، استفاده از تشویق مناسب، توجه به تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان و مدیریت زمان کلاس از دیگر عواملی هستند که می‌توانند در بهبود کیفیت یادگیری در ساعات پایانی مدرسه مؤثر باشند. در مجموع، نتایج این پژوهش بیانگر آن است که با به‌کارگیری روش‌های تدریس متنوع و مدیریت مؤثر کلاس، می‌توان تا حد زیادی اثرات منفی خستگی و بی‌حوصلگی دانش‌آموزان را کاهش داد و شرایط مناسب‌تری برای یادگیری در ساعات پایانی مدرسه فراهم کرد.

بحث

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که خستگی و بی‌حوصلگی دانش‌آموزان در ساعات پایانی مدرسه پدیده‌ای طبیعی است که به دلیل فعالیت ذهنی طولانی، کاهش انرژی جسمی و اشباع شناختی رخ می‌دهد. این وضعیت می‌تواند موجب کاهش توجه، افت مشارکت در فعالیت‌های کلاسی و افزایش رفتارهای خارج از نظم شود. با این حال، یافته‌ها نشان می‌دهد که نحوه مدیریت کلاس و شیوه تدریس معلم نقش تعیین‌کننده‌ای در کاهش یا تشدید این مشکل دارد.

بر اساس نتایج به‌دست‌آمده، استفاده از روش‌های تدریس فعال و متنوع می‌تواند تأثیر قابل توجهی در افزایش توجه و انگیزه دانش‌آموزان در ساعات پایانی داشته باشد. زمانی که معلم از فعالیت‌هایی مانند کار گروهی، بحث کلاسی، پرسش و پاسخ و بازی‌های آموزشی استفاده می‌کند، دانش‌آموزان فرصت بیشتری برای مشارکت و تعامل پیدا می‌کنند و این امر می‌تواند خستگی ذهنی آنان را تا حدی کاهش دهد. این یافته با دیدگاه نظریه‌های یادگیری فعال و سازنده‌گرایی همسو است که بر نقش مشارکت فعال دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری تأکید دارند.

همچنین نتایج پژوهش نشان می‌دهد که ایجاد تنوع در فعالیت‌های کلاسی و فراهم کردن فرصت‌های کوتاه برای تحرک بدنی می‌تواند به افزایش نشاط و تمرکز دانش‌آموزان کمک کند. چنین اقداماتی باعث می‌شود فضای کلاس از حالت یکنواخت خارج شده و دانش‌آموزان با انرژی بیشتری در ادامه فعالیت‌های آموزشی شرکت کنند. علاوه بر این، ایجاد فضای عاطفی مثبت، تشویق مناسب و تعامل مؤثر میان معلم و دانش‌آموزان از دیگر عواملی است که می‌تواند انگیزه یادگیری را در این ساعات افزایش دهد.

در مجموع، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که اگرچه خستگی در ساعات پایانی مدرسه امری اجتناب‌ناپذیر است، اما با مدیریت صحیح کلاس و به‌کارگیری روش‌های تدریس خلاقانه و دانش‌آموزمحور می‌توان اثرات منفی آن را کاهش داد. بنابراین، توجه معلمان به تنوع در روش‌های آموزشی، مدیریت زمان کلاس و ایجاد فضای یادگیری پویا می‌تواند نقش مهمی در حفظ کیفیت آموزش در ساعات پایانی مدرسه داشته باشد.

نتیجه‌گیری

مدیریت کلاس درس در ساعات پایانی مدرسه یکی از چالش‌های مهم در فرآیند آموزش به شمار می‌آید؛ زیرا در این زمان معمولاً دانش‌آموزان به دلیل خستگی جسمی و ذهنی، کاهش تمرکز و افت انگیزه، تمایل کمتری به مشارکت در فعالیت‌های آموزشی



دارند. نتایج این پژوهش نشان داد که این وضعیت پدیده‌ای طبیعی در پایان روز تحصیلی است، اما نحوه مدیریت کلاس و شیوه تدریس معلم می‌تواند نقش مهمی در کاهش اثرات منفی آن داشته باشد.

بر اساس یافته‌های پژوهش، استفاده از روش‌های تدریس فعال و متنوع، ایجاد فعالیت‌های مشارکتی، بهره‌گیری از بازی‌ها و فعالیت‌های آموزشی جذاب و فراهم کردن فرصت‌های کوتاه برای تحرک و تنوع در کلاس می‌تواند به افزایش توجه و انگیزه دانش‌آموزان کمک کند. همچنین ایجاد فضای عاطفی مثبت، تشویق مناسب و تعامل سازنده میان معلم و دانش‌آموزان از عوامل مهم در حفظ پویایی کلاس در ساعات پایانی به شمار می‌رود.

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که با برنامه‌ریزی مناسب، تنوع در روش‌های تدریس و مدیریت مؤثر کلاس، می‌توان تا حد زیادی بی‌حوصلگی و خستگی دانش‌آموزان را در ساعات پایانی کاهش داد و زمینه یادگیری مؤثرتر را فراهم ساخت. بنابراین توجه معلمان و برنامه‌ریزان آموزشی به این موضوع می‌تواند در ارتقای کیفیت آموزش و افزایش مشارکت دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری نقش مهمی ایفا کند.





منابع فارسی

سیف، علی اکبر. (۱۳۹۸). *روان شناسی پرورشی نوین: روان شناسی یادگیری و آموزش*. تهران: نشر دوران.

شعبانی، حسن. (۱۳۹۳). *مهارت های تدریس: روش ها و فنون تدریس*. تهران: سمت.

صافی، احمد. (۱۳۹۲). *اصول و روش های مدیریت کلاس درس*. تهران: انتشارات رشد.

شریعتمداری، علی. (۱۳۹۰). *روان شناسی تربیتی*. تهران: امیرکبیر.

کدیور، پروین. (۱۳۹۴). *روان شناسی تربیتی*. تهران: سمت.

منابع انگلیسی

Evertson, C. M., & Weinstein, C. S. (2006). *Handbook of classroom management: Research, practice, and contemporary issues*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Emmer, E. T., & Sabornie, E. J. (2015). *Handbook of classroom management* (2nd ed.). New York: Routledge.

Hattie, J. (2009). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London: Routledge.

Jensen, E. (2005). *Teaching with the brain in mind* (2nd ed.). Alexandria, VA: ASCD.

Marzano, R. J., Marzano, J. S., & Pickering, D. J. (2003). *Classroom management that works: Research-based strategies for every teacher*. Alexandria, VA: ASCD.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.