



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
گروه مدیریت و برنامه ریزی ورزشی

پایان نامه کارشناسی ارشد

عنوان :

شناسایی عوامل مؤثر بر میزان اثربخشی واحد تربیت بدنی عمومی ۱ و ۲ از دیدگاه
دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز

دانشجو : اسماعیل خندان

استاد راهنما: دکتر صدیقه حیدری نژاد

استاد مشاور: دکتر سیّده ناهید شتاب بوشهری

تیرماه ۱۳۸۹

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



تقدیم به :

زیباترین واژه‌های کتاب زندگیم

که همواره شادی بخش قلب و روح من هستند

به عزیزترین ما، به بهانه‌های هستی‌ام

پدر و مادرم

به پاس محبت و یاری بی‌دینشان

در تمام مراحل زندگی و تحصیلی‌ام



تقدیر و شکر:

پاس خداوند رحمان را که توفیق عنایت فرمود تا تحقیق حاضر که توأم با رنج و مشقت های فراوان بود، به سرانجام رسید. تحقیق حاضر حاصل رهنمودها و محبت های فراوان اساتید و دوستانی است که در مراحل مختلف این تحقیق، مریایری نموده اند. در این جا بر خود لازم می دانم که از زحمات و راهنمایی های دلسوزانه و مادرانه اساتذراهنمایم، سرکار خانم دکتر صدیقه حیدری نژاد، که بهواره در طول تحقیق چراغ روشن راهم بودند، شکر و قدردانی نمایم و همچنین بدین وسیله از زحمات ارزنده اساتذ مشاورم، سرکار خانم دکتر سیده ناهید شتاب بوشری کمال شکر و سپاسگذاری را دارم، و همچنین از کلیه دوستانی که هر کدام به نوعی مراد انجام این تحقیق یاری نمودن، کمال شکر را دارم و بیتی از سالار شعر و غزل بدرقه راهشان می نمایم:

گر بود عمر به میخانه رسم بار دگر بجز از خدمت زندان نکندم کار دگر

خرم آن روز که بادیده گریان بروم تا زخم آب، در میکده بار دگر

فہرست مطالب



صفحه	عنوان
۱	فهرست مطالب
ج	فهرست جداول
۵	فهرست نمودارها
و	چکیده

فصل اول : مقدمه و معرفی

۲	مقدمه
۴	بیان مسئله
۷	ضرورت تحقیق
۹	اهداف تحقیق
۱۱	پرسش های تحقیق
۱۲	پیش فرض های تحقیق
۱۳	محدودیت های تحقیق
۱۴	تعاریف مفهومی و عملیاتی

فصل دوم : مرور ادبیات تحقیق

مقدمه	۱۶
مفهوم اثربخشی.....	۱۶
مروری بر تاریخچه تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس و دانشگاه‌های ایران	۱۹
مروری بر تاریخچه درس تربیت‌بدنی عمومی در دانشگاه‌های ایران.....	۲۲
اهداف تربیت بدنی و ورزش.....	۲۳
آموزش تربیت‌بدنی در دانشگاه‌های کشور.....	۲۵
آموزش تربیت‌بدنی در قالب فعالیتهای فوق برنامه.....	۲۶
برنامه درس تربیت بدنی ۱	۲۷
برنامه درس تربیت بدنی ۲	۲۹
تحقیقات انجام شده در داخل	۳۰
تحقیقات انجام شده در خارج از کشور.....	۳۶
جمع بندی تحقیقات مرور شده	۴۲

فصل سوم : روش شناسی تحقیق

مقدمه	۴۳
روش تحقیق	۴۳
جامعه تحقیق	۴۴
نمونه آماری	۴۵
ابزار اندازه گیری	۴۶
روایی و پایایی پرسشنامه	۴۶
سؤالات پرسشنامه	۴۷
روش های آماری	۴۷

فصل چهارم : یافته های تحقیق

مقدمه	۴۹
بخش اول توصیف ویژگی های نمونه آماری	۵۰
یافته های توصیفی مربوط به سوالات پرسشنامه و آزمون سوالات	۶۷

فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری

مقدمه	۱۰۴
خلاصه تحقیق	۱۰۴

۱۰۵.....	یافته های تحقیق
۱۱۰.....	بحث و نتیجه گیری
۱۱۴.....	پیشنهادات برگرفته از تحقیق
۱۱۵.....	پیشنهادات به سایر محققان

منابع و ماخذ

۱۱۷.....	منابع فارسی
۱۱۹.....	منابع لاتین

فهرست جداول

- جدول ۴-۱ توزیع فراوانی و درصد آزمودنیها بر حسب جنسیت..... ۵۰
- جدول ۴-۲ توزیع فراوانی و درصد آزمودنیها بر حسب دانشکده..... ۵۱
- جدول ۴-۳ توزیع فراوانی و درصد آزمودنیها بر حسب سال ورود به دانشگاه..... ۵۲
- جدول ۴-۴ توزیع فراوانی و درصد آزمودنیها بر حسب سابقه ورزشی..... ۵۳
- جدول ۴-۵ تعداد و درصد دانشجویان بر اساس رشته تخصصی ورزشی..... ۵۴
- جدول ۴-۶ تعداد و درصد دانشجویان در کلاسهای تربیت بدنی ۱ و ۲..... ۵۶
- جدول ۴-۷ نظر دانشجویان در مورد بهترین ترم ارائه کلاسهای تربیت بدنی ۱..... ۵۷
- جدول ۴-۸ نظر دانشجویان در مورد بهترین زمان برگزاری کلاسهای تربیت بدنی ۱ و ۲..... ۵۸
- جدول ۴-۹ نظر دانشجویان در مورد بهترین نیمسال ارائه کلاسهای تربیت بدنی ۲..... ۵۸
- جدول ۴-۱۰ میزان رضایت‌مندی دانشجویان از روش اجرا و ارزشیابی درس تربیت بدنی ۱ و ۲..... ۶۰
- جدول ۴-۱۱ نتایج آزمون فریدمن در مورد مؤثرترین عامل بر اثربخشی درس تربیت‌بدنی ۱..... ۶۲
- جدول ۴-۱۲ ترتیب اولویت اثربخشی عوامل مورد تحقیق بر درس تربیت بدنی ۱..... ۶۲
- جدول ۴-۱۳ نتایج آزمون فریدمن در مورد مهمترین مؤلفه‌ی تأثیرگذار عامل محتوای درس تربیت‌بدنی ۱..... ۶۴
- جدول ۴-۱۴ اولویت‌بندی تأثیرگذاری مؤلفه‌های درونی عامل محتوای درس تربیت بدنی ۱..... ۶۵
- جدول ۴-۱۵ تأثیرگذاری عامل ویژگیهای مربی و روش تدریس بر اثربخشی درس تربیت‌بدنی ۱..... ۶۶
- جدول ۴-۱۶ اولویت بندی تأثیرگذاری مؤلفه‌های درونی عامل ویژگیهای مربی و روش تدریس تربیت بدنی ۱..... ۶۷
- جدول ۴-۱۷ تأثیرگذاری عامل امکانات و فضاهای ورزشی تربیت بدنی ۱..... ۶۸
- جدول ۴-۱۸ اولویت‌بندی تأثیرگذاری مؤلفه‌های درونی عامل امکانات و فضاهای ورزشی تربیت بدنی ۱..... ۶۹

- جدول ۱۹-۴ تأثیرگذاری عامل روشهای ارزشیابی، تربیت بدنی ۱..... ۶۹
- جدول ۲۰-۴ اولویت بندی تأثیرگذاری مؤلفه‌های درونی عامل روشهای ارزشیابی ۱..... ۷۰
- جدول ۲۱-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل محتوای درس ۷۱
- جدول ۲۲-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل ویژگیهای مربی..... ۷۲
- جدول ۲۳-۴ تفاوت بین نظرات دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل امکانات..... ۷۳
- جدول ۲۴-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل روشهای ارزشیابی..... ۷۳
- جدول ۲۵-۴ مهمترین مشکلات موجود در اجرای درس تربیت‌بدنی ۱..... ۷۴
- جدول ۲۶-۴ اولویت بندی مشکلات موجود در اجرای درس تربیت‌بدنی ۱..... ۷۵
- جدول ۲۷-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مشکلات موجود..... ۱..... ۷۶
- جدول ۲۸-۴ مهمترین عامل قابل تقویت در اجرای درس تربیت‌بدنی ۱..... ۷۶
- جدول ۲۹-۴ اولویت بندی عوامل قابل تقویت در اجرای درس تربیت‌بدنی ۱ ۷۷
- جدول ۳۰-۴ تفاوت بین نظرات دانشجویان در رابطه با مهمترین عوامل قابل تقویت تربیت‌بدنی ۱..... ۷۸
- جدول ۳۱-۴ نتایج آزمون فریدمن در مورد مؤثرترین عامل بر اثربخشی درس تربیت‌بدنی ۲..... ۷۹
- جدول ۳۲-۴ ترتیب اولویت اثربخشی عوامل مورد تحقیق بر درس تربیت بدنی ۲..... ۷۹
- جدول ۳۳-۴ نتایج آزمون فریدمن در مورد مؤلفه‌های درونی عامل محتوای درس تربیت‌بدنی ۲..... ۸۱
- جدول ۳۴-۴ اولویت بندی مؤلفه‌های درونی عامل محتوای . تربیت بدنی ۲..... ۸۲
- جدول ۳۵-۴ تأثیرگذاری عامل حیطه ویژگیهای مربی و روش تدریس. تربیت‌بدنی ۲..... ۸۳
- جدول ۳۶-۴ اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل ویژگیهای مربی و روش تدریس. تربیت بدنی ۲..... ۸۴
- جدول ۳۷-۴ تأثیرگذاری عامل امکانات و فضاها و ورزشی، تربیت‌بدنی ۲..... ۸۵

- جدول ۳۸-۴ ترتیب اولویت‌بندی تأثیرگذاری مؤلفه‌های درونی عامل امکانات و فضاهای ورزشی. ۲..... ۸۶
- جدول ۳۹-۴ تأثیرگذاری عامل روشهای ارزشیابی. ۲..... ۸۶
- جدول ۴۰-۴ ترتیب اولویت‌بندی تأثیرگذاری مؤلفه‌های درونی عامل روشهای ارزشیابی. ۲..... ۸۷
- جدول ۴۱-۴ تفاوت بین نظرات دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل محتوای درس ۲..... ۸۸
- جدول ۴۲-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل ویژگیهای مربی ۲..... ۸۸
- جدول ۴۳-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل امکانات و فضاهای ورزشی ۹۰
- جدول ۴۴-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مؤلفه‌های درونی عامل روشهای ارزشیابی تربیت..... ۹۱
- جدول ۴۵-۴ مهمترین مشکلات موجود در اجرای درس تربیت‌بدنی ۲..... ۹۲
- جدول ۴۶-۴ اولویت‌بندی مشکلات موجود در اجرای درس تربیت‌بدنی ۲..... ۹۳
- جدول ۴۷-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با اولویت‌بندی مشکلات موجود ۲..... ۹۳
- جدول ۴۸-۴ مهمترین عامل قابل تقویت در اجرای درس تربیت‌بدنی ۲..... ۹۴
- جدول ۴۹-۴ اولویت بندی عوامل قابل تقویت در اجرای درس تربیت‌بدنی ۲ از دیدگاه کلیه‌ی جامعه نمونه..... ۹۵
- جدول ۵۰-۴ تفاوت دیدگاه دانشجویان در رابطه با مهمترین عوامل قابل تقویت ۲..... ۹۶
- جدول ۵۱-۴ تعداد و درصد نظر دانشجویان در مورد رشته‌های پیشنهادی ۲..... ۹۷
- جدول ۵۲-۴ فراوانی و درصد نظر دانشجویان در رابطه با افزایش واحد تربیت بدنی ۳..... ۹۹

فهرست نمودارها

- نمودار ۴-۱ توزیع درصد آزمودنیها بر حسب جنسیت..... ۵۰
- نمودار ۴-۲ توزیع درصد آزمودنیها بر حسب دانشکده..... ۵۱
- نمودار ۴-۳ توزیع درصد آزمودنیها بر حسب سال ورود به دانشگاه..... ۵۲
- نمودار ۴-۴ توزیع فراوانی و درصد آزمودنیها بر حسب سابقه ورزشی..... ۵۳
- نمودار ۴-۵ تعداد و درصد دانشجویان بر اساس رشته تخصصی ورزشی..... ۵۵
- نمودار ۴-۶ تعداد و درصد دانشجویان در کلاسهای تربیت بدنی ۱ و ۲..... ۵۶
- نمودار ۴-۷ تعداد و درصد نظر دانشجویان در مورد بهترین ترم ارائه کلاسهای تربیت بدنی ۱..... ۵۷
- نمودار ۴-۸ تعداد و درصد نظر دانشجویان در مورد بهترین زمان برگزاری کلاسهای تربیت بدنی ۱..... ۵۸
- نمودار ۴-۹ تعداد و درصد نظر دانشجویان در مورد بهترین نیمسال ارائه کلاسهای تربیت بدنی ۲..... ۵۹
- نمودار ۴-۱۰ تعداد و درصد نظر دانشجویان در مورد بهترین زمان برگزاری کلاسهای تربیت بدنی ۱..... ۶۱
- نمودار ۴-۱۱ میزان رضایت مندی دانشجویان از روش اجرا و ارزشیابی درس تربیت بدنی ۱ و ۲..... ۶۱
- نمودار ۴-۱۲ نتایج آزمون فریدمن در مورد تأثیرگذاری عوامل مورد تحقیق درس تربیت بدنی ۱..... ۶۳
- نمودار ۴-۱۳ نتایج آزمون فریدمن در مورد تأثیرگذاری عوامل مورد تحقیق، تربیت بدنی ۲..... ۸۰
- نمودار ۴-۱۴ توزیع درصد آزمودنیها بر حسب در مورد رشته‌های پیشنهادی، تربیت بدنی ۲..... ۹۸

نام خانوادگی: خندان	نام: اسماعیل
عنوان پایان نامه: شناسایی عوامل مؤثر بر میزان اثربخشی واحد تربیت بدنی عمومی ۱ و ۲ از دیدگاه دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز	
استاد راهنما: دکتر صدیقه حیدری نژاد	استاد مشاور: دکتر سیده ناهید شتاب بوشهری
درجه تحصیلی: کارشناسی ارشد، رشته: تربیت بدنی و علوم ورزشی، گرایش: مدیریت و برنامه ریزی ورزشی	
محل تحصیل: دانشگاه شهید چمران اهواز	دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی
تاریخ فارغ التحصیلی: ۱۳۸۹/۰۴/۱۴	تعداد صفحه: ۱۲۱
کلید واژه ها: اثربخشی، تربیت بدنی عمومی یک، تربیت بدنی عمومی دو	
<p>چکیده:</p> <p>هدف این تحقیق، شناسایی عوامل مؤثر بر میزان اثربخشی واحد تربیت بدنی عمومی ۱ و ۲ از دیدگاه دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شهید چمران اهواز می باشد که دروس تربیت بدنی ۱ و ۲ را گذرانیده اند. نمونه آماری در این تحقیق ۲۶۰ نفر می باشد. روش تحقیق از نوع توصیفی - میدانی و ابزار تحقیق، پرسشنامه محقق ساخته مشخصات فردی، و عوامل مورد تحقیق؛ عامل محتوای درس، عامل ویژگیهای مربی و روش تدریس، عامل امکانات و فضاهای ورزشی، عامل روشهای ارزشیابی می باشد. پایایی پرسشنامه ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب عوامل: ۰/۸۱، ۰/۸۳، ۰/۷۸، ۰/۸۵ به دست آمد. در این تحقیق برای توصیف ویژگیهای فردی آزمودنیها و توصیف متغیرهای تحقیق از روشهای آماری توصیفی و برای بررسی دیدگاه دانشجویان و اولویت بندی و استنباط تفاوت نقطه نظرات پاسخ دهندگان از آزمونهای فریدمن و یومان ویتنی استفاده شده است. آزمون سؤالات تحقیق در سطح $P \leq 0/05$ نشان داد که مؤثرترین عامل از عوامل مورد تحقیق بر اثربخشی دروس تربیت بدنی ۱ و ۲ از دیدگاه دانشجویان دختر و پسر، عامل ویژگیهای مربی و روش تدریس با میانگین رتبه ای (۳/۰۱)، شناخته شد، و در این مؤلفه های درونی همچون؛ ظاهر مناسب و ورزشی بودن مربی (پوشیدن لباس و کفش ورزشی و ...)، برخورد مناسب مربی با دانشجو، فعال بودن مربی در طول کلاس در اولویت بودند. در عامل محتوای درس، مؤلفه ای استفاده از موزیک در هنگام اجرای حرکات ورزشی، تطابق محتوای درس با توانمندیهای جسمانی دانشجویان، اختصاص بخشی از محتوای درس به آشنایی با حرکات مناسب برای ناهنجاریهای مختلف بدنی در اولویت بودند. در عامل امکانات مؤلفه های همچون؛ کافی بودن وسایل ورزشی با توجه به تعداد دانشجویان کلاس، کیفیت بالای وسایل ورزشی در اولویت بودند، و در عامل روشهای ارزشیابی، مؤلفه ای سنجیده شدن دانشجو نسبت به پیشرفت خودش در کلاس نه با دیگر دانشجویان، اختصاص دادن بخشی از نمره به فعالیتهای عملی در کلاسی در اولویت بودند. مشکلاتی همچون نداشتن انگیزه و علاقه، کمبود وقت، نداشتن امکانات و فضای مناسب و هم سطح نبودن کلاس از لحاظ فنی از اهمیت بیشتری برخوردار بودند. و همچنین مهمترین عوامل قابل تقویت در اجرای دروس تربیت بدنی ۱ و ۲، اضافه کردن بازیهای گروهی، افزایش وسایل ورزشی مناسب، برنامه ریزی صحیح مسئولان، شناسایی شدند</p>	

فصل اول:

معرفی و مقدمه

مقدمه

در سال‌های اخیر، تربیت‌بدنی و علوم ورزشی نیز مانند سایر علوم دست‌خوش تغییرات چشمگیری شده است؛ به گونه‌ای که سیل اطلاعات و یافته‌های پژوهشی، شکوفایی روز افزون این شاخه از علوم را در پی داشته، و موجب اعتبار بیش از پیش آن، در بین سایر علوم شده است.

تربیت‌بدنی شاخه‌ای از علوم تربیتی است که به وسیله‌ی حرکات و فعالیت‌های بدنی، موجب رشد و توسعه استعدادهای جسمانی و روانی افراد می‌شود. اگر در تربیت‌بدنی صرفاً صحبت از جسم بود، به نظر می‌رسید ربط دادن و وارد کردن ورزش به حریم روح و روان افراد، کار بیهوده‌ای باشد؛ اما در حال حاضر حتی اندیشمندان غربی و بزرگان تعلیم و تربیت آن سرزمین نیز، نتوانسته‌اند منکر اثر ورزش بر روح و روان در کنار جسم باشند. آنچه بشر را با جامعه پیوند می‌دهد تنها جسم نیست؛ بلکه علائق، خواسته‌ها، آرزوها، طرز تلقی‌ها و تمامی رفتارهایی است که از سیستم عصبی فرد نشأت می‌گیرند (رحمانی‌نیا، ۱۳۷۷).

از آنجایی که تربیت‌بدنی و ورزش جزو لاینفک تعلیم و تربیت و نیز وسیله‌ای برای رسیدن به سلامت جسمی و روحی نسل جوان است، نباید چنین تصور شود که تربیت‌بدنی امری بی‌ارزش و تفرّنی است، و صرفاً موجبات سرگرمی و مشغولیت کودکان و جوانان را فراهم می‌سازد؛ بلکه برعکس، باید آن را جزو مهمی از فعالیت‌های زندگی به شمار آورد. مفاهیمی مانند تندرستی، بهداشت، رشد فردی و اجتماعی و سلامت روحی، ارتباط نزدیکی با تربیت‌بدنی و ورزش دارند. نگاهی به تاریخ، نشان می‌دهد که ملت‌های متمدن جهان، همواره به نقش و اهمیت ورزش توجه داشته‌اند و از آن در پرورش جوانان خود و آماده کردن آن‌ها برای رفع مشکلات فردی و اجتماعی استفاده می‌کرده‌اند (نمازی‌زاده، ۱۳۸۲).

با توجه به این‌که مدارس و دانشگاه‌ها، به نوبه‌ی خود مبدأ کمالات و تحولات هستند، و ماهیت آن‌ها، جستجوی حقیقت، دانش نو و کشف روابط این دو با کلّ زندگی واقعی و همچنین آموزش و انتقال فرهنگ و ارزش‌ها در جامعه و تربیت نیروی انسانی ماهر است، پس

هدف از انجام فعالیت‌های ورزشی در سطح دانشگاه، رشد و توسعه‌ی جنبه‌های جسمانی، اخلاقی و روانی دانشجویان، به موازات تحصیل علوم و فنون دیگر است. دانشجویان از طریق درس تربیت‌بدنی، در جریان فعالیت‌های ورزشی و بهداشتی قرار می‌گیرند و با یادگیری مهارت‌های حرکتی پایه، انتظار می‌رود پس از تحصیل نیز به سلامت جسمی و روانی خود توجه بیشتری داشته باشند (نمازی‌زاده، ۱۳۸۲).

پس از انقلاب فرهنگی، دانشگاه‌ها دچار دگرگونی اساسی و بنیادی در نظام آموزشی رسمی کشور شدند؛ درس تربیت‌بدنی عمومی نیز به صورت دو واحد اجباری ۱ و ۲ ارائه می‌شود. بازده این درس، می‌تواند موجب رشد و توسعه‌ی استعدادهای جسمانی و روانی شده و مقدمات حرکت و هدایت قشر روشن‌فکر و تحصیل کرده‌ی جامعه را، به سوی کمال انسانی فراهم آورد (مظفری، ۱۳۶۸).

با توجه به این امر، هنوز تربیت‌بدنی جایگاه اصلی و واقعی خود را در دانشگاه‌ها پیدا نکرده است و با مشکلات عدیده‌ای از جمله کمبود امکانات، عدم اختصاص بودجه کافی و نیز پرسنل آگاه و متخصص و فقدان حمایت‌های معنوی روبرو می‌باشد؛ پس به نظر می‌رسد که می‌بایست در هدف‌ها و روش‌های آموزش تربیت‌بدنی، دگرگونی و نوسازی جدید علمی به وجود آید. در این تحقیق، سعی بر آن است تا با تجزیه و تحلیل نقطه‌نظرات دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز، عوامل مؤثر بر اثربخشی دروس تربیت‌بدنی عمومی ۱ و ۲، شناسایی شود؛ شاید این تحقیق، بتواند گام مفیدی در این راستا برداشته باشد.

بیان مسأله

گرایش فزاینده به ورزش، سبب پیدایش مسائل و موضوعاتی شده است که ذاتاً ماهیت اجتماعی دارند. از آنجا که نیازهای حقیقی مردم، در واقع از لابه‌لای شرایط اجتماعی و اقتصادی سرچشمه می‌گیرند، میان ورزش و نیروهای گوناگون اجتماعی، تأثیرات متقابلی احساس می‌شود (انورالخولی، ۱۳۸۸).

تربیت‌بدنی به عنوان یک پدیده‌ی اجتماعی و یکی از نظام‌های علمی و دانشگاهی، دارای ارزش‌های فراوانی است که بر اساس مطالعات علمی و مشاهدات عینی، شناخت و به‌کارگیری دقیق آن، شکوفایی استعدادها و تبلور عینی محسنات اخلاقی را امکان‌پذیر می‌سازد (رمضانی، ۱۳۸۱).

تربیت‌بدنی نوعی تعلیم و تربیت است که در آن فعالیت‌های حرکتی، به عنوان وسیله‌ای در ارتباط با ارزش‌ها و معیارهای رشد و توسعه رفتار انسان، مورد استفاده قرار می‌گیرند. تربیت‌بدنی توسعه و تکامل جسمی، روانی، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی را به عنوان هدف‌های خود به منظور تربیت انسان‌های متعهد و متمدن، همواره مدّ نظر دارد و از فعالیت‌های جسمی برای تحقق آن به عنوان یک وسیله استفاده می‌کند؛ بنابراین مقصود اصلی تربیت‌بدنی نگهداری و ارتقاء قابلیت‌ها، نگرش‌ها، عقاید و آرمان‌های انسانی است. در زندگی فردی و اجتماعی بسیاری از جوامع امروز جهان، تربیت‌بدنی و ورزش، بخش مهم و جدایی‌ناپذیر از برنامه‌های کلی تربیت کودکان و جوانان به حساب می‌آید. امروزه ملت‌ها بر اساس جهان‌بینی و شناخت کلی از انسان، به طرح و تنظیم برنامه‌های ورزشی و تربیت بدن می‌پردازند و این گونه برنامه‌ها را در زندگی خانوادگی و آموزشگاهی نسل‌های حال و آینده خود قرار می‌دهند (نمازی زاده، ۱۳۸۵).

در مدارس و دانشگاه‌های اکثر کشورهای پیشرفته‌ی جهان، به مقوله‌ی تربیت‌بدنی و ورزش، اهمیت ویژه‌ای داده‌اند و از همان بدو ورود دانش‌آموزان، نیروی متخصص و امکانات

والدرون و همکاران^۱ (۲۰۱۰) در تحقیقی که در دانشگاههای ایالات متحده امریکا انجام دادند به بررسی فعالیتهای تربیت‌بدنی و آمادگی جسمانی دانشجویان پرداختند و بین پرداختن به تربیت‌بدنی و ورزش و جذابیت فعالیت ورزشی و سطح آمادگی جسمانی و سلامت دانشجویان رابطه معنی‌داری را مشاهده کردند.

در دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی ایران، واحد درس تربیت‌بدنی و بهداشت (دو واحد) از سال ۱۳۵۱ به اجرا درآمده و پس از انقلاب فرهنگی، شاخه‌ی تربیت‌بدنی گروه برنامه‌ریزی علوم انسانی، درس تربیت‌بدنی و بهداشت دو واحدی را، به واحدهای یک و دو که هر کدام یک واحد درسی هستند، تفکیک کرد. هدف از ارائه‌ی واحد یک درس تربیت‌بدنی، بالا بردن آمادگی جسمانی دانشجویان و واحد دو آن، توسعه و پیشرفت در مهارت‌های ورزشی بوده است. اگر این واحدها به نحو صحیح و مؤثر اجرا شود، دانشجویانی که از طریق این واحدها در جریان فعالیتهای ورزشی و بهداشت جسمانی قرار می‌گیرند، ضمن کسب مهارت‌های ضروری پس از فراغت از تحصیل، بر اثر نگرش مثبتی که از ورزش در خلال تحصیل به دست آورده‌اند، همواره به سلامت جسمی و روانی خود توجه خواهند داشت؛ و تا پایان عمر، ورزش را جزو برنامه‌های زندگی خود قرار می‌دهند و به نوبه‌ی خود حامی و پشتیبان خوبی برای فعالیتهای تربیت‌بدنی در سطح کشور و جامعه خواهند بود.

در حال حاضر در دانشگاه‌های ایران، واحد تربیت‌بدنی به صورت اجباری- در قالب واحدهای عمومی- در سطح دانشگاه ارائه می‌شود. در طول سال‌های برگزاری این دو واحد درسی، موانع و معضلات زیادی وجود داشته است؛ از جمله: کمبود تجهیزات و امکانات ورزشی در دانشگاه‌ها، کمبود نیروی انسانی متخصص تربیت‌بدنی در رشته‌های مختلف، عدم وجود کتاب یا جزوه‌ی تخصصی تربیت‌بدنی دو در رشته‌های مختلف ورزشی، ناکافی بودن

^۱.Waldron,j&Dieser,R