



دانشگاه تبریز

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه

برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

عنوان :

**بررسی نگرش مدیران، دبیران تربیت بدنی و دانش آموزان به برنامه تربیت بدنی  
در مدارس راهنمایی شهر کرد**

استاد راهنما : دکتر یعقوب بدری آذرین

استاد مشاور : دکتر فریده هادوی

محقق : مریم همت زاده دستگردی

پاییز ۱۳۸۹

صلى الله عليه وسلم

## تقدیر و تشکر

اکنون که به یاری خداوند متعال کار پژوهشی حاضر به اتمام رسیده است وظیفه خود میدانم :  
از زحمات جناب آقای دکتر بدری آذرین که با وجود تمامی مشکلات بنده، در تمام مراحل اینجانب را  
همراهی فرمودند و هر آنچه داشتند در طبق اخلاص نهادند و با نظرات ارزشمندشان راهنمای بنده  
بودند، سرکار خانم دکتر هادوی که تجارب گرانقدر سالیان متمادی تحقیقات خویش را در اختیار بنده  
قرار دادند و بزرگوارانه مشاوره این طرح را پذیرفتند و سرکار خانم دکتر عسگریان داور محترم طرح که  
راهنمایی‌های ارزنده ایشان در هرچه پربارتر شدن پژوهش حاضر یاریگر ما بود،

از زحمات جناب آقای سرافراز کارشناس آموزشی تحصیلات تکمیلی، سرکار خانم جعفری کارشناس  
گروه تربیت‌بدنی، جناب آقای مهندس عباسی مشاور آماری طرح، مسئولین آموزش و پرورش استان  
چهارمحال و بختیاری و مدیران و دبیران مدارس راهنمایی شهرکرد که با همکاری صمیمانه خویش بنده  
را همراهی کردند،

از دوستان عزیزم خانم‌ها زینب نقی لو، راضیه شیری، فاطمه نوشیرانزاده و آقایان ساجد پورحسن، علی  
سلمانی، داوود صالح نیا، روح الله فتحیان، مهدی آزادان، هدایت آذرینیا، علی ایمانپور و مهدی نوایی که  
محبت و مهربانی بی دریغ شان غربت و دوری خانواده را برایم قابل تحمل نمود، لطف شان همیشه و در  
هر شرایطی شامل حال بنده بوده و در اتمام این پروژه با بنده همراه بوده‌اند و در این موفقیت سهم  
هستند،

از زحمات پدر و مادر عزیزم که همواره پشتیبان من در پیمودن مسیر زندگی بوده‌اند، و به من عشق به  
علم آموزی آموختند،

و تمامی عزیزانی که در انجام این تحقیق با بنده همکاری نمودند، کمال تشکر و قدردانی را داشته باشم.

سائش بیکران خدای را که قلم را آفرید و کسب علم را بر آدمیان فرض

نمود.

تقدیم به

پدر و مادر عزیز و بزرگوارم که مرا تعهد، مسؤلیت پذیری و عشق به علم آموزی

آموختند،

و همه عزیزانی که از آنها آموختم.

نام خانوادگی دانشجو: همت زاده دستگردی	نام: مریم
عنوان پایان‌نامه: بررسی نگرش مدیران، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان به برنامه تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد	
استاد راهنما: دکتر یعقوب بدری آذرین استاد مشاور: دکتر فریبا عسگریان	
مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد رشته: تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش: مدیریت ورزشی دانشگاه: تبریز دانشکده: علوم تربیتی و روانشناسی تاریخ فارغ‌التحصیلی: آذر ۱۳۸۹ تعداد صفحه: ۱۳۰	
کلید واژه‌ها: نگرش، مدیران، دبیران تربیت‌بدنی، دانش‌آموزان، مدارس راهنمایی، برنامه تربیت‌بدنی	
<p><b>چکیده:</b> هدف کلی از اجرای این پژوهش مقایسه نگرش مدیران، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان نسبت به برنامه درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد بود. بدین منظور و جهت جمع‌آوری داده‌های آماری سه نوع پرسشنامه محقق ساخته ویژه مدیران، دبیران و دانش‌آموزان که شامل بخش اطلاعات فردی و هفت بخش مشترک راجع به جنبه‌های مختلف درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی بود، پس از تعیین اعتبار توسط متخصصان تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، و سپس در یک تحقیق راهنما و با استفاده از آزمون آلفا کرونباخ میزان پایایی آنها به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۵ و ۰/۸۹ به دست آمد، در تحقیق نهایی در اختیار نمونه آماری قرار گرفت. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه مدیران (۴۰ نفر)، دبیران تربیت‌بدنی (۲۹ نفر) و دانش‌آموزان (۱۰۹۹۵ نفر) مدارس راهنمایی دخترانه و پسرانه شهر شهرکرد در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ است. نمونه آماری تحقیق شامل کلیه مدیران و دبیران تربیت‌بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد و ۳۷۰ نفر از دانش‌آموزان (طبق جدول کرجسی و مورگان) بود که به صورت تصادفی انتخاب گردیدند. تعداد پرسشنامه‌های برگشتی شامل ۷۷/۵٪ از مدیران، ۸۲/۷۶٪ از دبیران و ۹۲/۴۳٪ از دانش‌آموزان است. پس از جمع‌آوری داده‌ها به منظور تجزیه و تحلیل آنها از آمار توصیفی شامل جداول فراوانی و نمودار و آمار استنباطی شامل آزمون کروسکال والیس و یومن ویتنی در سطح <math>\alpha=0/05</math> و با استفاده از نرم افزارهای SPSS.16 و EXCELL 2007 استفاده گردید. نتایج نشان داد که: در رابطه با بخش آموزش و محتوای تدریس، بخش اماکن و تجهیزات ورزشی و بخش اهمیت و نحوه ارزشیابی درس تربیت‌بدنی بین گروه‌های تحقیق تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. در سایر بخش‌های هفتگانه تفاوت معنی‌داری بین نگرش گروه مدیران و دبیران با دانش‌آموزان دیده شد. با توجه به نتایج بدست آمده از تحقیق می‌توان گفت با وجود ارتقاء سطح آگاهی و تغییر نگرش مدیران و دبیران درباره اهمیت درس تربیت‌بدنی، این درس در مدارس راهنمایی شهرکرد از نظر محتوا و شیوه تدریس در سطح مطلوبی نمی‌باشند. به اعتقاد گروه‌های تحقیق استفاده از دبیران متخصص و تأمین امکانات و تجهیزات ورزشی مدارس، همراه با تداوم آموزش و ارتقاء سطح علمی دبیران بیش از سایر فاکتورها در اجرای مطلوب این درس مؤثر می‌باشد و در مقابل، کمبود فضاهای ورزشی و تجهیزات لازم در کاهش بازدهی کلاس‌های تربیت‌بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد بیشترین تأثیر را دارد.</p>	

## فهرست مطالب

شماره صفحه

عنوان

### فصل اول : مقدمه و طرح پژوهش

۲	مقدمه
۵	بیان مسأله
۶	اهمیت و ضرورت
۱۰	اهداف تحقیق
۱۰	- هدف کلی
۱۰	- اهداف اختصاصی
۹	فرضیه‌های تحقیق
۱۱	اصطلاحات
۱۱	- تعریف مفهومی
۱۱	- تعریف عملیاتی
۱۲	پیش فرض‌های تحقیق
۱۲	محدودیت‌های تحقیق
۱۲	محدودیت‌های غیرقابل کنترل

### فصل دوم : مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۱۴	مقدمه
۱۵	مبانی نظری
۱۵	- نگرش
۱۵	- عوامل مؤثر در شکل‌گیری نگرش‌ها
۱۶	- آموزش و پرورش در دوره نوجوانی
۱۶	- هدف‌های آموزش و پرورش در دوره نوجوانی
۱۷	- اصول تربیت بدنی و ورزش در آموزش و پرورش
۱۷	- اهداف عمومی تربیت بدنی در وزارت آموزش و پرورش
۱۸	- ضرورت تربیت بدنی و ورزش برای دانش‌آموزان
۲۰	- تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس راهنمایی

۲۰	ویژگی های برنامه درسی تربیت بدنی و...
۲۰	ویژگی های جسمانی، روانی، عاطفی و...
۲۴	پیشینه تحقیق
۲۴	تحقیقات انجام شده در داخل کشور
۳۴	تحقیقات انجام شده در خارج از کشور
۴۰	جمع بندی

### فصل سوم : روش تحقیق

۴۲	مقدمه
۴۲	روش تحقیق
۴۲	جامعه و نمونه آماری
۴۲	تعریف عملیاتی متغیرهای تحقیق
۴۳	روش جمع آوری اطلاعات
۴۴	روش های آماری

### فصل چهارم : یافته های تحقیق

۴۶	مقدمه
۴۷	توصیف آماری داده ها
۴۷	- آمار توصیفی
۵۹	- استنباط آماری
۵۹	آزمون فرضیه
۶۳	جمع بندی

### فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری

۶۵	مقدمه
۶۵	خلاصه تحقیق
۶۶	نتایج
۶۷	بحث و نتیجه گیری
۷۱	پیشنهادات

## منابع

- منابع فارسی ..... ۷۵
- منابع انگلیسی ..... ۸۰

## پیوست‌ها

- پیوست ۱- معرفی نامه ..... ۸۳
- پیوست ۲- معرفی نامه ..... ۸۴
- پیوست ۳- پرسشنامه مدیران ..... ۸۶
- پیوست ۴- پرسشنامه دبیران ..... ۹۴
- پیوست ۵- پرسشنامه دانش آموزان ..... ۱۰۳
- پیوست ۶- جداول آماری ..... ۱۱۰

## فهرست جداول

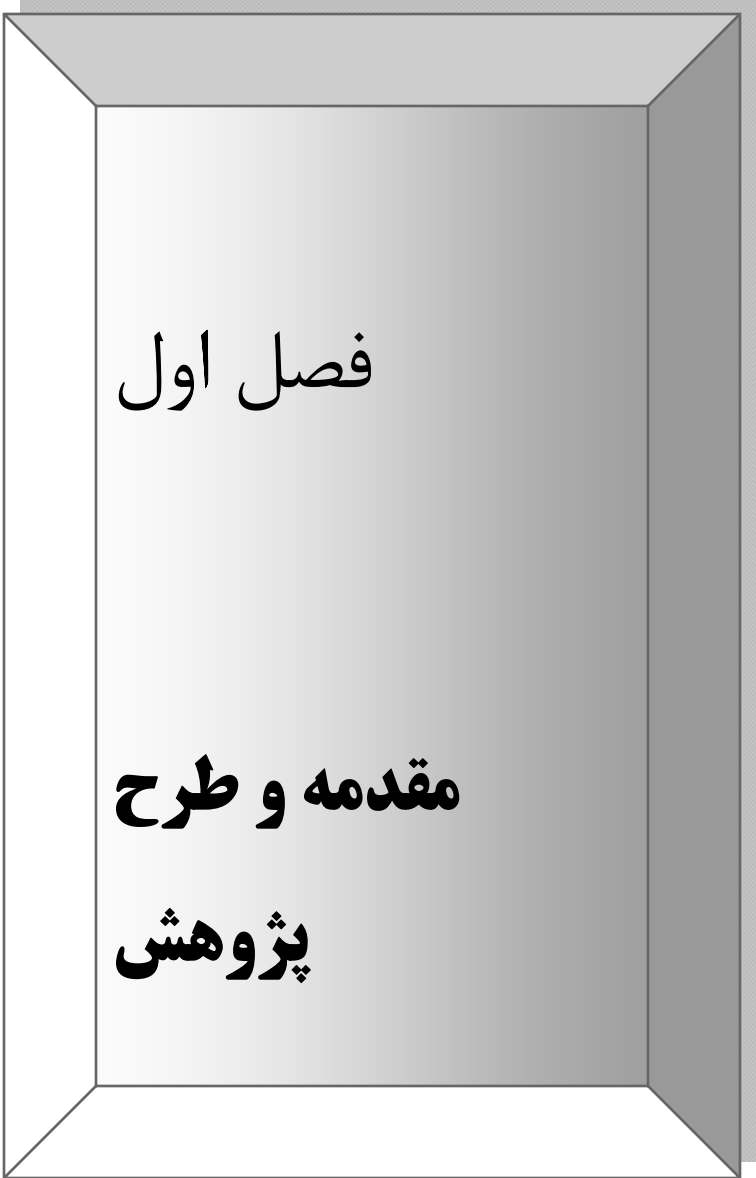
- جدول ۱- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش اول پرسشنامه ..... ۵۱
- جدول ۲- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش دوم پرسشنامه ..... ۵۲
- جدول ۳- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش سوم پرسشنامه ..... ۵۳
- جدول ۴- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش چهارم پرسشنامه ..... ۵۴
- جدول ۵- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش پنجم پرسشنامه ..... ۵۵
- جدول ۶- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش ششم پرسشنامه ..... ۵۶
- جدول ۷- ارزیابی گروه‌های مورد تحقیق در رابطه با بخش هفتم پرسشنامه ..... ۵۷
- جدول ۸- نتایج رده بندی سؤالات مرتبط با فرضیات ..... ۵۸
- جدول ۹- نتایج آزمون فرضیه اول ..... ۵۹
- جدول ۱۰- نتایج آزمون یومن ویتنی در رابطه با فرضیه اول ..... ۵۹
- جدول ۱۱- نتایج آزمون فرضیه دوم ..... ۵۹
- جدول ۱۲- نتایج آزمون فرضیه سوم ..... ۶۰
- جدول ۱۳- نتایج آزمون فرضیه چهارم ..... ۶۰
- جدول ۱۴- نتایج آزمون یومن ویتنی در رابطه با فرضیه چهارم ..... ۶۰
- جدول ۱۵- نتایج آزمون فرضیه پنجم ..... ۶۱
- جدول ۱۶- نتایج آزمون فرضیه ششم ..... ۶۱



- جدول ۱۷- نتایج آزمون یومن ویتنی در رابطه با فرضیه ششم ..... ۶۱
- جدول ۱۸- نتایج آزمون فرضیه هفتم ..... ۶۲
- جدول ۱۹- نتایج آزمون یومن ویتنی در رابطه با فرضیه هفتم ..... ۶۲

### **فهرست نمودارها**

- شکل ۱- نمودار وضعیت تأهل مدیران و دبیران مدارس ..... ۴۶
- شکل ۲- نمودار وضعیت سنی دبیران مدارس ..... ۴۶
- شکل ۳- نمودار سطح تحصیلات مدیران و دبیران مدارس ..... ۴۷
- شکل ۴- نمودار وضعیت اشتغال به تحصیل مدیران و دبیران مدارس ..... ۴۷
- شکل ۵- نمودار وضعیت مقطع تحصیلی مدیران و دبیران مدارس ..... ۴۸
- شکل ۶- نمودار وضعیت محل تحصیل مدیران و دبیران مدارس ..... ۴۸
- شکل ۷- وضعیت استخدامی دبیران مدارس ..... ۴۹
- شکل ۸- وضعیت سابقه تدریس دبیران مدارس ..... ۴۹
- شکل ۹- نمودار وضعیت تدریس دروس غیرترتیب بدنی و... ..... ۵۰



فصل اول

**مقدمه و طرح**

**پژوهش**

## مقدمه

آمادگی بدنی از قدیم به عنوان ارزش مطرح و بیشتر اندیشمندان و رهبران و پیشوایان دینی از اهمیت آن آگاه بودند (قنبری نیایی، ۱۳۶۷). حرکت و جنبش از ویژگی‌های حیات انسان و دارای انگیزه و ریشه-ای در سرشت او و عاملی برای رشد و سلامت و نشاط اوست. انسان نیازمند حرکت و ناگزیر از حرکت است، منع انسان از حرکت نه تنها موجب توقف رشد بلکه سبب افسردگی، بروز رفتار ناهنجار و از دست رفتن شور و نشاط زندگی می‌گردد (نمازی زاده، سلحشور، ۱۳۸۴). تأثیر فعالیت‌های بدنی و ورزش بر رشد و توسعه ابعاد فرهنگی و اجتماعی افراد، یکی از زمینه‌های مطالعاتی در تربیت بدنی است. قدرت سازندگی افراد از نظر اجتماعی و روانی در نتیجه اجرای فعالیت‌های مستمر بدنی، یکی از مشخصه‌هایی است که اهمیت تربیت بدنی را واضح‌تر می‌سازد (بخشایش، ۱۳۸۸). برای مثال تالبوت معتقد است: تربیت بدنی<sup>۱</sup> به توسعه احترام بدن رشد یکپارچه ذهن و بدن، افزایش درک نقش فعالیت بدنی هوایی در سلامت، ارتقای مثبت اعتماد به نفس و عزت نفس و افزایش رشد اجتماعی و شناختی و موفقیت تحصیلی کمک می‌کند (درشگی، ۱۳۸۶).

حال چنانچه یکی از اهداف نظام تعلیم و تربیت هر جامعه پرورش استعدادهای نهفته دانش‌آموزان و رساندن آنان به سوی مطلوب بدانیم وجود درس تربیت بدنی در این نظام غیرقابل انکار است. درس تربیت بدنی در مدارس می‌تواند تأثیرات بسیار مفیدی داشته باشند. زیرا به ترتیب و تقویت ابعاد اخلاقی، اعتقادی، جسمانی، عقلانی، ادراکی، عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان می‌پردازد (مطهری، ۱۳۸۶).

در گزارش مجلس اروپا درباره ورزش آمده است که ورزش فرصت‌هایی برای ملاقات و ارتباط با دیگران، گرفتن نقش‌های متفاوت اجتماعی، یادگیری مهارت‌های اجتماعی (مانند تحمل و احترام به دیگران) و سازگاری با اهداف گروه و جامعه (مانند همکاری و همبستگی) به وجود می‌آورد. و تجربه-هایی هیجانی فراهم می‌کند که در دیگر شرایط زندگی وجود ندارند (درشگی، ۱۳۸۶). در آغاز هزاره سوم، علم پزشکی و سایر علوم، دلایل قاطعی را درباره فواید حاصل از فعالیت بدنی منظم در دراز مدت، ارائه کرده و بر لزوم پی‌ریزی آن در نخستین سال‌های زندگی فرد تأکید ورزیده اند. همزمان در بیانیه‌های متعدد و از راه‌های گوناگون به ماهیت درس تربیت بدنی و فواید حاصل از تدریس آن در مدرسه‌ها اشاره و اجرای آن را تشویق کرده اند. در بند ۲ ((منشور تربیت بدنی یونسکو<sup>۲</sup>)) از مؤسسه‌های ملی دعوت شده است که تربیت بدنی و ورزش را رواج دهند و از آن حمایت کنند (رمضانی، ۱۳۸۶).

<sup>1</sup>. Physical Education (P-E)

<sup>2</sup>. Unesco charter of P-E

تربیت بدنی و ورزش<sup>۳</sup> جزء لاینفک تعلیم و تربیت و وسیله‌ای برای رسیدن به سلامت روحی نسل جوان است. نباید چنین تصور شود که تربیت بدنی امری بی‌ارزش و تفریحی است و صرفاً موجبات سرگرمی و مشغولیت کودکان و جوانان را فراهم می‌سازد؛ برعکس باید آن را جزء مهمی از فعالیت‌های زندگی به شمار آورد. مفاهیمی مانند تندرستی، رشد فردی و اجتماعی و سلامت روحی ارتباط نزدیکی به تربیت بدنی و ورزش دارد (نمازی زاده، سلحشور ۱۳۸۴).

تربیت بدنی که بهداشت و تفریحات سالم نیز جزء آن می‌باشد، در پرورش و القای ارزش‌های اجتماعی دانش‌آموزان سهم بزرگی دارد. اگر بازی و ورزش در موقعیت‌های مختلف به عنوان مبنای تربیت اجتماعی و رفتار مطلوب انسانی به کار رود، شاید بتوان گفت بهترین شیوه در بین روش‌های مختلف آموزشی به اثر گذاری تربیتی و ساختن دانش‌آموزان و شناسایی ارزش‌های اجتماعی به آنها بوده و پایدارترین و آسان‌ترین اسلوب می‌باشد (مظفری، ۱۳۸۱). تربیت بدنی فعالیت حرکتی سازمان یافته‌ای است که از طریق تأمین سلامت و افزایش کارایی عمومی بدن، فرد را برای ساختن زندگی توأم با نشاط، امنیت و اعتماد به نفس آماده می‌سازد، بدیهی است اگر این مهارت‌ها در سنین پایین، ریشه گرفته باشند، شاخ و برگ‌های آن می‌توانند تا ارتفاع بالاتری صعود کنند و فرد تا سنین بالای عمر خود می‌تواند در برابر انواع تنش‌ها و استرس‌های زندگی ماشینی، خود را واکسینه نماید، به علاوه می‌تواند فرهنگ سلامتی را که آموخته، به نسل بعد از خود به عنوان یک ارزش، انتقال دهد (صومعه سرایی ثابت، ۱۳۸۷). تروودنا<sup>۴</sup> (۱۹۹۸)، پاسخگویی به نیازهای دانش‌آموزان را در دوره‌های تحصیلی پایین، مهمتر از مقاطع تحصیلی بالاتر می‌داند، چون آنها نگرش مثبت و تجربه لازم را برای مشارکت ورزشی در سال‌های آتی بدست می‌آورند (رمضانی نژاد، ۱۳۸۷).

به این ترتیب می‌توان گفت که تربیت بدنی و ورزش یکی از پایه‌های اصلی تعلیم و تربیت هر جامعه بوده که به عنوان یک روش تربیتی در جهت متعادل ساختن و تکامل یافتن ابعاد وجودی انسان در زندگی او مطرح است (مظفری، ۱۳۸۱). امروزه دانش تربیت بدنی و علوم ورزشی، در نظام آموزش و پرورش جهان، جایگاهی بس ارزشمند و پراهمیت یافته است. به طوری که در برنامه و دوره‌های تحصیلی مدارس با فراهم آوردن فرصت‌های لازم برای دانش‌آموزان، آنها را در زمینه‌های مختلف رشد جسمی، عاطفی، ذهنی و مهارتی یاری می‌دهد (سعیدی پور، ۱۳۸۳).

دوره راهنمایی تحصیلی غالباً آخرین دوره آمادگی در نظر گرفته می‌شود. این دوره در واقع زمانی است که دانش‌آموزان مهارت‌های لازم را آموخته‌اند و برای وارد شدن به زندگی بزرگسالی انگیزه پیدا

<sup>3</sup>. Physical Education and sport

<sup>4</sup>. Threouda et al

می کنند و طی آن، فعالیت مداوم و حفظ سلامتی خود را در نظر می گیرند (بیر، ۲۰۰۸). روند آموزشی برنامه های تربیت بدنی در دوره راهنمایی معمولاً از طریق فعالیت های جمعی و آموزش مهارت های ورزشی به دانش آموزان ارائه می گردد. لذا دستیابی به آرمان های آموزشی در زمینه تربیت بدنی مدارس یا به عبارتی دیگر رسیدن به اندازه های مطلوب در اجراهای گوناگون فعالیت های تربیت بدنی و ورزش به برنامه ریزی آموزشی و درسی دقیق و علمی نیاز دارد (سعیدی پور، ۱۳۷۳).

در حال حاضر تربیت بدنی و ورزش یکی از دروس کلیه مقاطع تحصیلی از ابتدایی تا دانشگاه است. درک فوائد غیر قابل انکار آن توسط مسئولین و برنامه ریزان تعلیم و تربیت موجب شده است تا تربیت بدنی و ورزش در برنامه های آموزشی گنجانده شود. با عنایت به اینکه تربیت بدنی و ورزش می تواند تأثیر بسزایی در زمینه رشد و شکوفایی انسان در تمام مراحل زندگی به خصوص در دوران کودکی و نوجوانی داشته باشد، ضرورت وجود آن در برنامه درسی مقاطع مختلف تحصیلی آشکار است (لطیفی، ۱۳۷۲). از طرفی عدم تحرک عمومی در نوجوانان نوعی ارتباط علت و معلولی با چاقی دارد که امروزه بین دانش آموزان رو به افزایش است. این وضعیت همراه با بالغ شدن نوجوانان و رسیدن آنها به سنین بزرگسالی بدتر نیز شده است. در نتیجه، ابتلا به بیماری های ناشی از این نوع سبک زندگی نامناسب نیز افزایش خواهد یافت. می توان گفت که این نوع موضوع ناشی از نامناسب بودن آموزش و آگاه نبودن دانش آموزان از فواید حاصل از داشتن فعالیت بدنی مداوم است و یا اینکه آنها انگیزه لازم را برای دنبال کردن زندگی سالم ندارند (بیر، ۲۰۰۸).

در تحقیق حاضر سعی بر آن است با تعیین نگرش سه گروه مدیران، دبیران و دانش آموزان پیرامون برنامه تربیت بدنی و ورزش در مدارس راهنمایی، علاوه بر آگاهی هر سه گروه از نگرش یکدیگر در این زمینه، همکاری این گروه ها در زمینه اجرای بهینه تر این برنامه ها بیشتر شود.

---

<sup>5</sup> . Beyer

## بیان مسئله

فعالیت بدنی از جمله عوامل مؤثر در رسیدن به سلامت جسمی و روحی کودکان است و می‌بایست در زمره عوامل مؤثر در تأمین نیازهای حرکتی دانش‌آموزان قرار گیرد (سعیدی پور، ۱۳۷۳). ارزش گذاردن به ساعت ورزش در مدرسه می‌تواند تنش‌ها و موضوعات مختلف در ناخودآگاه دانش‌آموزان را تخلیه کند، و سطح انگیزه و آمادگی آنها را برای یادگیری ارتقا دهد. همچنین می‌تواند افراد را از نظر روانی و اجتماعی برای ورود به اجتماع آماده‌تر کند (داراب، شادمانیان، ۱۳۸۱). از طرف دیگر، فعالیت بدنی می‌تواند قدرت عضلانی، استقامت، انعطاف پذیری و استقامت قلبی و عروقی را بهبود بخشد و به علاوه، وسیله‌ای باشد که به دانش‌آموز کمک کند، عزت خود را استحکام بخشد و برای رسیدن به اهداف قابل دسترس مشخصی بکوشد. فعالیت بدنی ملایم و منظم می‌تواند، به طور قابل ملاحظه‌ای خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی، قند، سرطان روده و پر فشار خونی را کاهش دهد (سیاح، ۱۳۸۶).

این اهداف در مدارس در قالب درس تربیت‌بدنی و ورزش دنبال می‌شوند. به طور کلی در نظام آموزش و پرورش، هدف اصلی از این درس، در مدارس راهنمایی تغییر اساسی شیوه‌های رفتاری و عین ساختن زندگی کودک با فعالیت‌های حرکتی هدف دار، نشاط آور و ماهرانه است. در دنیای پر اضطراب امروز، تربیت‌بدنی و ورزش به عنوان یک عنصر مهم در شیوه زندگی بشر مقام و منزلت خود را بدست آورده است، به طور کلی که مشارکت فعال در برنامه‌های آن، ضامن پیشگیری و حفظ و نگهداری از ناهنجاری فیزیولوژیکی و اجتماعی است. درس تربیت‌بدنی و ورزش در سال‌های اولیه تحصیلی، باید زمینه و بستر مناسب مشارکت مادام‌العمر در فعالیت‌های ورزشی و حرکتی را در الگوهای رفتاری کودک پایه‌گذاری نماید. جهت نیل به اهداف فوق ضرورت دارد که امکانات لازم اعم از نیروی انسانی متخصص، وسایل و تجهیزات و فضاهای ورزشی مناسب و کافی، فراهم گردد (نیکبخت، عرب مؤمنی، ۱۳۸۳). با نگاهی به تحقیقات انجام شده در این زمینه، می‌توان عوامل متعددی را که در ارائه مطلوب درس تربیت‌بدنی در مدارس دخیل‌اند، بر شمرده؛ از آن جمله، اهداف و برنامه‌ها، اجرا، شیوه ارزشیابی، بهره‌گیری از امکانات مالی و تجهیزات، آموزش، نیروی انسانی (خاوری، یوسفیان، ۱۳۸۶، شعبانی بهار، ۱۳۸۶)، نظارت، آموزش و پژوهش، رهبری، برنامه ریزی و اطلاعات (اصلانخانی، ۱۳۸۱) می‌باشند.

همچنین برخی از عوامل دخیل در کاهش بازدهی کلاس‌های درس تربیت‌بدنی مدارس عبارتند از: کمبود نیروی انسانی متخصص، کمبود شدید تجهیزات و امکانات ورزشی (نیکبخت، عرب مؤمنی، ۱۳۸۳)، عدم وجود برنامه سالانه درس تربیت‌بدنی در مدارس، فقدان فضای آموزشی مناسب برای درس

تربیت بدنی، تأثیر عوامل جغرافیایی، عدم دانش فنی و تخصصی مسئولان و معلمان تربیت بدنی، عدم تشکیل منظم و کافی جلسات تربیت بدنی که موجب سازماندهی نسبتاً ضعیف و در نتیجه کاهش اثرات آموزشی این درس گردیده است، اشاره کرد (پازوکی، ۱۳۷۰). کاشف، مجتهدی، ۱۳۶۸، شایگان، ۱۳۷۳. لطیفی، ۱۳۷۲. رضانی، ۱۳۸۶. سجادی، ۱۳۶۸. سرمد، ۱۳۷۶).

از آنجایی که در مسیر رشد و تکامل انسان، باید استعدادهای نهفته در درون فرد را شناخت و باور کرد، به جرأت می‌توان گفت بهترین محیط برای تحقیق این خواست مدرسه و بهترین دوره برای باور کردن آن، دوره نوجوانی و جوانی است و یکی از بهترین وسایل برای شکوفا کردن آن، ورزش و بازی است (آدینه ای، ۱۳۷۹). پس مدرسه به عنوان خانه دوم دانش‌آموزان محسوب می‌شود و این مدیران هستند که می‌توانند با تأثیر مدیریتی خود در اجرای صحیح برنامه درس تربیت بدنی در مدارس یک بستر مناسب را برای فعالیتهای آموزشی تربیت بدنی توسط معلمان، که به صورت مستقیم در این زمینه با دانش‌آموزان تعامل دارند، برای دانش‌آموزان که مهره اصلی در امر آموزش می‌باشند فراهم کنند. بنابراین محقق براین شد تا به کسب اطلاعات و بررسی وضعیت اجرای این درس در آموزشگاه‌های شهرکرد از دیدگاه مدیران مدارس، دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان بپردازد.

### اهمیت و ضرورت تحقیق

با توجه به اینکه سبک زندگی افراد معمولاً مبتنی بر آموخته‌های وی در دوران تحصیل می‌باشد، بنابراین توجه به آموخته‌های افراد در این دوران از اهمیت خاصی برخوردار است. همانگونه که افراد مهارت‌های حساب کردن را در مدرسه می‌آموزند، و در تمام طول زندگی از آموخته‌های خود بهره‌مند می‌شوند، آموزش تربیت بدنی در مدارس نیز باید با هدف آشنایی افراد با فواید فعالیتهای جسمانی، روش‌های صحیح حرکات و مضرات عدم تحرک انجام گیرد. بنابراین توجه به فعالیتهای تربیت بدنی و ورزش از سنین کم، علاوه بر تقویت روحیه و سلامت جسمی دانش‌آموزان، می‌تواند موجب گسترش فرهنگ ورزش در جامعه، در دوره‌های بعدی زندگی افراد شود (علی محمدی، ۱۳۸۵). درس تربیت بدنی بخش لازم و سازنده‌ای را در برنامه آموزش مدرسه‌ها تشکیل می‌دهد. فعالیت بدنی منظم، حافظه و توان یادگیری دانش‌آموزان را افزایش می‌دهد. با فعالیت بدنی آنها بهتر می‌توانند حواس خود را متمرکز کنند و توانایی‌های حل مسأله خود را افزایش دهند. علاوه بر این، دیدگاه مثبتی نسبت به افراد دیگر [هم کلاسی‌های خود] پیدا می‌کنند و با ارتباط مناسب، محیط آموزشی سالمی را ایجاد خواهند کرد. آنها در درس تربیت بدنی روش‌های حل مسأله، شجاعت، تمرکز، اعتماد به نفس، شهامت و انگیزه و اشتیاق را می‌آموزند و تجربه می‌کنند. درس تربیت بدنی، به دانش‌آموز می‌آموزد که چگونه تحرک و فعالیت بدنی را با

فعالیت روزانه خود درآمیزد و از شیوه زندگی فعال و سالم پیروی کند(رمضانی، ۱۳۸۶). کشورهای که امروزه در مسابقات المپیک و جهانی و آسیایی صاحب امتیاز و مقام هستند به این دلیل است که، ورزش در مدارس آنان جایگاه ویژه ای دارد و از طریق عمومی کردن ورزش در بین دانش آموزان، مستعدترین آنها شناسایی و به سوی ورزش های قهرمانی سوق داده می شوند. بنابراین اهمیت ورزش در مدارس به هنگام شناخت استعدادها و به ویژه استعدادهای قهرمانی در مدارس روشن و واضح می شود(آدینه ای، ۱۳۷۹). در این میان به منظور اثر بخشی مثبت باید برنامه ریزی آموزشی مشخص و مدون در نظر گرفته شود. یعنی تدابیری را که بتوان به مناسب ترین صورت از منابع موجود برای نیل به هدف های مطلوب استفاده کرد، طراحی نمود(نوربخش، ۱۳۸۲). شاید بتوان گفت که مهمترین و محوری ترین چالش در جهت اجرای مطلوب درس تربیت بدنی، تدوین برنامه آن است(رمضانی، ۱۳۸۶). اعتلای تربیت بدنی و ورزش در جامعه زمانی میسر است که تحولی سازنده و مثبت در برنامه های جاری ورزش به عمل آید. بازنگری در برنامه های گذشته و جاری و تدوین برنامه ای کارساز و جامع تر، بدون تردید نیازمند تحقیقات گسترده و همه جانبه ای است که نتایج آنها بتواند خط مشی جدید را تعیین نموده و صحت انطباق آنها با نیازهای اساسی جامعه در حال رشد و تحول تضمین کند(معماری، ۱۳۷۹). لذا بازسازی برنامه های آموزشی همواره در دستور کار کارشناسان و متخصصان دروس گوناگون در دوره ها و پایه های تحصیلی قرار دارد. این مهم در کشورهای صنعتی و پیشرفته مکرر اتفاق می افتد. دلیل این بازسازی ها تغییرات ناشی از بازنویسی اهداف عالی آموزش پرورش جوامع است. به نوبه خود زمانی اهداف تغییر می کند که تغییری در نیازهای جامعه اتفاق افتاده باشد(حلاجی، علیزاده، ۱۳۸۸). همچنین باید روش های تدریس مناسب و نیروی انسانی متخصص و امکانات و شیوه های مطلوب ارزشیابی در جهت اهداف تربیت بدنی در نظر گرفته شود(معماری، ۱۳۷۹. پویان فرد. ۱۳۸۶). نقش مدیران مدارس در این میان می تواند بسیار مؤثر باشد. آگاهی از نگرش آنان به عنوان مسئولین اصلی تأمین کننده فضای مناسب برای تحقق اهداف تربیت بدنی و ورزش، یک ضرورت می باشد(علی محمدی، ۱۳۸۵). در این باره استرینگر<sup>۶</sup> (۲۰۰۴) به این نتیجه رسید که، مدیران مدارس دانش محدودی در مورد تربیت بدنی و حوزه آموزش تربیت بدنی دارند و بدون توجه به این برنامه ها، تصمیم گیری هایی انجام می دهند که فرصت اجرای مطلوب این برنامه ها را در مدارس از بین می برند(خاوری، یوسفیان، ۱۳۸۶).

معلم را می توان نزدیکترین زنجیره در فرایند آموزشی نسبت به دانش آموز دانست. مستقل از تمامی مراحل اداری و آموزشی، برنامه ریزی ها و خانواده و... رابطه معلم و دانش آموز است، که منجر به تغییر

---

<sup>6</sup>.Stringer,A J



در رفتار دانش‌آموز می‌گردد. این موضوع اهمیت معلم و لزوم کارآمد ساختن وی جهت امر تدریس را روشن می‌سازد (پویان‌فرد، ۱۳۶۸). نقش معلمان تربیت‌بدنی در برآوردن برخی از نیازهای اجتماعی، حتی بیشتر از والدین است (باترفیلد و همکاران<sup>۷</sup>، ۱۹۹۱). با توجه به نقش اساسی معلمان تربیت‌بدنی و ورزش این نکته نباید فراموش شود که معلمان ورزش زمانی بیشترین کارایی را در مدارس خواهند داشت که مشکلات و مسائل آنها برای اجرای درس تربیت‌بدنی، شناسایی و به حداقل برسد (خاوری، یوسفیان، ۱۳۸۶). نگرش معلمان به عنوان متولیان امر آموزش تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس که می‌توانند با عملکرد صحیح خود جامعه را به سوی اعتقاد به فلسفه "حفظ تندرستی به عنوان یک عامل ضروری" هدایت کنند، امری ضروری است (علی‌محمدی، ۱۳۸۵). چرا که معلمان و دبیران ورزش از نزدیک شاهد اجرای برنامه‌های آموزشی درس تربیت‌بدنی در مدارس هستند، و بهتر از هرکسی می‌توانند نقاط ضعف و قوت این برنامه را مشخص کرده و راهنمایی‌های لازم را ارائه دهند (شعبانی بهار، ۱۳۸۶). ولی به دلیل پیچیدگی رفتار و شخصیت انسانی، دشوار است که داوری عمومی درباره جوانان داشت. آنان ویژگی‌ها و رفتارها و علایق و تمایلات فراوانی دارند. بنابراین معلمان و دست‌اندرکاران امر تعلیم و تعلم باید به طور منظم ویژگی‌های دختران و پسران را در این دوران حساس زندگی برای کمک به آنها واکای کنند. داشتن آگاهی‌های عمومی درباره ویژگی‌های دانش‌آموزان و شرکت در دوره‌هایی که راهنمایی‌ها و آگاهی‌های کافی را در این باره به معلمان می‌دهد، آنها را در یاری و درک بیشتر دانش‌آموزان و علایق و نیازهای آنها کمک می‌کند (رحیمی، ۱۳۸۰)، چرا که یکی از ابعاد مهم نیازسنجی، بررسی دیدگاه‌ها و نظرات افرادی است، که به طور مستقیم با برنامه‌های آموزشی ارتباط دارند (رمضانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۷). با تمام این توصیفات در اکثر مدارس کشور به این درس توجه کافی نمی‌شود. یعنی نه تنها در جهت علاقمندی و شرکت فعال دانش‌آموزان در برنامه‌های تربیت‌بدنی کوشش نمی‌شود، بلکه به عناوین مختلف مانع هم می‌شود. وضعیت بسیاری از عوامل دخیل در تربیت‌بدنی مثل معلمین ورزش، هم از لحاظ کمی و هم از نظر کیفی، تجهیزات و امکانات ورزشی، میزان تمایل دانش‌آموزان به تربیت‌بدنی، شیوه‌های ارزشیابی و نگرش دست‌اندرکاران امر نسبت به این درس در سطح کشور به طور دقیق مشخص نیست و تحقیقاتی که در این زمینه صورت پذیرفته است یا کم است یا ناقص می‌باشد (معماری، ۱۳۷۹). در یک تحقیق پیمایشی در سطح بین‌المللی که در سال ۱۹۹۹ با حمایت مالی (( کمیته بین‌المللی المپیک ))<sup>۸</sup> و توسط (( کمیته بین‌المللی علوم ورزشی و تربیت‌بدنی ))<sup>۹</sup> انجام گرفت، مشخص شد که بطور کلی تربیت‌بدنی

<sup>7</sup>. Butterfield et al

<sup>8</sup>. International Olympic community (IOC)

<sup>9</sup>. International community sport science and p-E

در مدارس تمامی قاره‌های جهان در وضعیت مطلوبی قرار ندارد و تنها ۷ درصد مدارس آفریقا و آسیا، ۴۲ درصد مدارس آمریکا، ۳ درصد مدارس اروپا و ۲۷ درصد مدارس خاورمیانه امکانات برای درس تربیت بدنی را دارا هستند (هاردمن<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۰).

استان چهارمحال و بختیاری [تا پایان سال ۱۳۸۵] هفتمین رده استان‌های ورزشکارخیز را بر اساس جمعیتش در اختیار داشت. یعنی از حدود ۸۳۳ هزار نفر جمعیت استان، تعداد ۲۲ هزار نفر مرد و ۱۱ هزار نفر زن به شکل سازمان یافته ورزش می‌کنند. بنابراین ۱/۰۴ از جمعیت استان که حدود ۳۳ هزار ورزشکار را شامل می‌شود، به صورت حرفه‌ای یا آماتور به ورزش می‌پردازند که از این تعداد ۵۳ نفر (سایت فدراسیون پزشکی ورزشی) در رده سنی نوجوانان و جوانان در سطح استانی، ملی و بین‌المللی در شهرکرد فعال می‌باشند (اطلاعات جامع ورزش کشور). با توجه به اینکه سرانه ورزشی مدارس استان در سطح بالایی است، ولی کم توجهی مسئولان تربیت بدنی و عدم استفاده صحیح از فضاهای موجود مشکل اصلی است (خاوری، یوسفیان، ۱۳۸۶) در این زمینه تحقیقات بسیار معدودی در شهر شهرکرد صورت گرفته است.

محقق در این پژوهش قصد دارد با تعیین دیدگاه سه گروه مدیران مدارس، دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان مدارس راهنمایی شهرکرد، به وضعیت موجود محتوای تدریس تربیت بدنی، اماکن و تجهیزات ورزشی مدارس، نیروی انسانی، اهمیت و ارزشیابی از عملکرد دانش‌آموزان، اهداف درس تربیت بدنی، عوامل مؤثر در اجرای مطلوب این درس، موانع پیش‌روی اجرای مطلوب درس تربیت بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد، به کسب اطلاعات و تجزیه و تحلیل نقاط ضعف و قوت این درس در آموزشگاه‌های جامعه آماری مورد تحقیق پرداخته تا براساس نتایج این پژوهش:

- مدیران بتوانند در برنامه ریزی‌های خود با لحاظ نمودن نقطه نظرات معلمان و دانش‌آموزان همکاری بیشتری بین مدرسه به عنوان یک سازمان رسمی، و خانه به عنوان یک سازمان غیررسمی ایجاد نمود و نتایج بهتری در این خصوص کسب نمایند.

- معلمان بتوانند با بهره‌گیری از نتایج تحقیق، با آگاهی بیشتر از نگرش مدیران و دانش‌آموزان، ارتباط بهتری با دانش‌آموزان برقرار نموده و وظایف خود را بهتر انجام دهند.

- دانش‌آموزان با بیان نظرات و دیدگاه‌های خود درباره محتوا، امکانات، اهداف و ... درس تربیت بدنی و ورزش، بتوانند راهنمای خوبی برای مجریان و متولیان امر تربیت بدنی و ورزش مدارس در جهت تدوین و اجرای برنامه‌های ورزش آموزشگاه‌ها باشند.

---

<sup>10</sup>. Hardman

## اهداف تحقیق

### هدف کلی

بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان به برنامه تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد.

### اهداف اختصاصی

۱. بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره اهداف درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد
۲. بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره آموزش و محتوای تدریس درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد
۳. بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی دانش‌آموزان درباره وضعیت اماکن و تجهیزات و فضاهای ورزشی مدارس راهنمایی شهرکرد
۴. بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره نیروی انسانی مرتبط با تدریس درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد
۵. بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره اهمیت و نحوه ارزشیابی از درس تربیت‌بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد
۶. بررسی نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره عوامل مؤثر در اجرای مطلوب درس تربیت‌بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد
۷. بررسی نگرش مدیران، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره عوامل مؤثر در کاهش بازدهی درس تربیت‌بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد

### فرضیه‌های تحقیق :

- فرضیه اول : بین نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره اهداف درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.
- فرضیه دوم : بین نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره آموزش و محتوای تدریس درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.
- فرضیه سوم : بین نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره وضعیت اماکن و تجهیزات و فضاهای ورزشی مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.

فرضیه چهارم : بین نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت بدنی و دانش آموزان درباره نیروی انسانی مرتبط با تدریس درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.

فرضیه پنجم : بین نگرش مدیران مدارس، دبیران تربیت بدنی و دانش آموزان درباره اهمیت و نحوه ارزشیابی از درس تربیت بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.

فرضیه ششم : بین نگرش مدیران، دبیران تربیت بدنی و دانش آموزان درباره عوامل مؤثر در اجرای مطلوب درس تربیت بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.

فرضیه هفتم : بین نگرش مدیران، دبیران تربیت بدنی و دانش آموزان درباره عوامل مؤثر در کاهش بازدهی درس تربیت بدنی مدارس راهنمایی شهرکرد تفاوت معناداری وجود دارد.

## اصطلاحات

### تعریف مفهومی

- تربیت بدنی : در لغت به معنی پرورش بدن به وسیله ورزش های گوناگون است (مشرف جوادی، ۱۳۶۹). در اصطلاح پرورش جسم و روان از راه حرکت است و مرحله ای از آموزش و تربیت عمومی است که در رشد کلی و تکامل نخستین کودک، از راه فعالیت های جسمانی و تجربیات حرکتی، مشارکت دارد (رحیمی، ۱۳۸۰). منظور از تربیت بدنی در مدارس، واحد درسی است که به عنوان یک واحد عملی در این مقطع تدریس می شود.

- نگرش : حالتی ذهنی یا عصبی حاکی از تمایل، که از طریق تجربه سازمان یافته و بر پاسخ فرد به تمامی موضوعات و موقعیت هایی که با آن در ارتباط است، تأثیر جهت دار یا پویا دارد (اتوکلاین برگ<sup>۱۱</sup>، ۱۳۶۸).

### تعریف عملیاتی

- برنامه تربیت بدنی : بررسی وضعیت موجود آموزش و محتوای تدریس تربیت بدنی، نیروی انسانی شاغل در بخش تربیت بدنی، اماکن و تجهیزات ورزشی مدارس، اهداف درس تربیت بدنی، اهمیت و نحوه ارزشیابی عملکرد دانش آموزان، عوامل مؤثر در اجرای مطلوب و عوامل مؤثر در کاهش بازدهی درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی شهرکرد.

- مدیران مدارس : افرادی که مسئولیت امور اداری، اجرایی و مالی یکی از مدارس راهنمایی شهرکرد را عهده دارند.

---

<sup>11</sup>. Utoclin, berg