

الحمد لله  
الذي هدانا لهذا  
الذي كنا لنهتدي لولا  
أن هدانا الله



مرکز تهران

عنوان پایان نامه :

بررسی وضعیت درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی شهر خوی

استاد راهنما:

حسن محمد زاده

استاد مشاور:

ابوالفضل فراهانی

نگارنده:

یوسف خلیل پور

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته تربیت بدنی

عمومی

سال ۱۳۸۹

شماره .....  
تاریخ .....  
پیوست .....



دانشگاه پیام نور  
دانشگاه پیام نور آستان تهران



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت علوم تحقیقات و فناوری

مجمع علوم انسانی

## تصویب نامه

پایان نامه کارشناسی ارشد آقای یوسف خلیل پور

تحت عنوان :

" وضعیت و مشکلات درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی در شهر خوی "

تاریخ دفاع : شنبه ۸۹/۱۱/۳۰ ساعت : ۱۰-۱۲  
نمره : ۱۸،۱۸ درجه ارزشیابی : عالی

هیات داوران:

امضاء	مرتبه علمی	نام و نام خانوادگی	داوران
	استاد	آقای دکتر حسن محمدزاده	استاد راهنما
		آقای دکتر ابوالفضل فراهانی	استاد مشاور
	دکتر	آقای دکتر حسن اسدی	استاد داور
	استاد	سرکار خانم دکتر آذر آقایی	استاد داور

تهران، خیابان استاد نجات  
الهی، نرسیده به خیابان  
کریم خان زند، چهارراه  
سپند، پلاک ۲۲۳  
تلفن: ۸۸۸۰۱۰۹۰  
دورنگار: ۸۸۸۹۰۵۳۶  
www.tpnu.ac.ir  
ensani@tpnu.ac.ir

## تقدیم به:

- تمامی کسانی که صادقانه و عالمانه از ورزش و تربیت بدنی برای رشد بهتر مردم جامعه در ابعاد دانشی ، نگرشی و روانی - حرکتی استفاده می نمایند .
- پدر و مادر عزیزم که از دعای خیر آنها توانستم در زندگی پله ای از پله های ترقی را طی نمایم .
- همسرم که مهربان و با گذشت است .
- تمامی معلمان و اساتید بزرگواری که مرا آموختند .
- برادر بزرگوارم سلمان خلیل پور که همواره مشوق اینجانب بوده است .

## تشکر و قدردانی

اینک که تحقیق حاضر با راهنمائیهای ارزنده استاد بزرگوار جناب آقای حسن محمدزاده به انجام رسیده ، بدینوسیله صمیمانه ترین تشکرات خود را نسبت به ایشان ابراز می دارم و در ارتباط با میسرشدن انجام این تحقیق لازم است از استاد بزرگوارم جناب آقای دکتر فراهانی ، امیر فیروزی ، مجید کلانترزاده ، محمد پسندیده ، محمود جلیلی که مرا در بخشهای مختلف تحقیق یاری نموده اند نیز تشکر نمایم همچنین از مدیران مدارس شهر خوی ، همکاران محترم تربیت بدنی و دوستان بسیار عزیزم آقایان سید حامد قریشی ، مهرداد کریمی که با مساعدتهای آنها تحقیق خود را به پایان رساندم کمال امتنان را دارم .

## چکیده

هدف از اجرای این تحقیق بررسی وضعیت درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی شهر خوی از دیدگاه مدیران مدارس ابتدایی، دبیران تربیت بدنی، معلمان ابتدایی، والدین دانش آموزان ابتدایی و کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش بوده است.

روش تحقیق از نوع توصیفی - تحلیلی بود که به شکل میدانی اجرا شده است جامعه آماری شامل ۷۱ نفر مدیران مدارس، ۷۸ نفر دبیران تربیت بدنی، ۴۳۳ نفر معلمان ابتدایی، ۱۱۶۵۲ نفر والدین و ۳ نفر کارشناسان تربیت بدنی اداره را شامل می شود. در این پژوهش برای گردآوری اطلاعات لازم برای هر یک پرسشنامه مخصوصی تدوین و مورد استفاده قرار گرفت. ابتدا اعتبار این پرسشنامه ها به تایید متخصصان رشته تربیت بدنی رسید و سپس تعیین پایایی آنها با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ مشخص شد که ضریب پایایی پرسشنامه مدیران  $\alpha = 0.761$ ، دبیران تربیت بدنی  $\alpha = 0.837$ ، معلمان ابتدایی  $\alpha = 0.812$ ، والدین  $\alpha = 0.762$ ، به دست آمد. و سپس جهت تجزیه و تحلیل از نرم افزار کامپیوتر **spss** استفاده شد. بعضی از نتایج مهم تحقیق عبارتند از:

۵۰/۴ درصد معتقد بودند که امر ورزش هیچ تاثیر منفی بر دروس نظری فرزندان آنها ندارد و ۱۰ درصد از آنها عنوان کرده بودند که ورزش در حد زیاد بر دروس نظری تاثیر منفی دارد. ۵۷/۹ درصد والدین و ۸۵/۷ درصد مدیران معتقد بودند که نمرات واقعی فرزندان به جهت بروز نقاط قوت و ضعف داده شود

۷۹/۳ درصد مدیران مدارس ابتدایی با بخشنامه صادره از شورای عالی استیناف مبنی بر حذف معلم خاص تربیت بدنی مخالف بودند.

۳۱ درصد مدیران، مساحت حیاط مدرسه شان را بیشتر از ۵۰۰ متر عنوان کرده اند.

### اصطلاحات فنی:

تربیت بدنی، درس تربیت بدنی، ورزش، بازی، دانش آموز ابتدایی، مدیران مدارس ابتدایی، دبیران تربیت بدنی، مدارس ابتدایی، معلمان ابتدایی، کارشناسان تربیت بدنی.

## فهرست مطالب

\*\*\*

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
ج	تقدیم به .....
د	تشکر و قدردانی .....
ه	چکیده .....
و	فهرست مطالب .....
ی	فهرست جدول .....

## فصل اول/طرح تحقیق

۱	مقدمه .....
۳	بیان مسئله .....
۶	اهمیت و ضرورت تحقیق .....
۸	اهداف تحقیق .....
۸	الف) هدف کلی .....
۸	ب) اهداف اختصاصی .....
۱۰	سوالات تحقیق .....
۱۰	قلمرو تحقیق .....
۱۱	محدودیت های تحقیق .....
۱۱	الف) محدودیت های قابل کنترل .....
۱۱	ب) محدودیت های غیر قابل کنترل .....
۱۲	تعریف واژه ها و اصطلاحات فنی .....

## فصل دوم/ ادبیات و پیشینه تحقیق

مقدمه	۱۵
اهداف تربیت بدنی و ورزش	۱۵
الف) مبانی نظری تحقیق	۱۷
سیر تحول درس تربیت بدنی و ورزش آموزش و پرورش در ایران	۱۹
مروری اجمالی بر درس تربیت بدنی دوره ابتدایی در ایران و برخی از کشورهای خارجی	۲۰
اهداف اختصاصی درس تربیت بدنی در دوره ابتدایی	۲۲
اهداف عمومی تربیت بدنی در دبستان	۲۳
ویژگی های اختصاصی معلم تربیت بدنی دوره ابتدایی	۲۴
مروری بر تحقیقات انجام شده در داخل کشور	۲۴
تحقیقات خارجی	۴۳
جمع بندی	۴۶

## فصل سوم/ روش شناسی تحقیق

مقدمه	۴۸
روش تحقیق	۴۸
جامعه آماری	۴۸
نمونه آماری	۴۹
ابزار گرد آوری اطلاعات	۴۹
روش جمع آوری اطلاعات	۵۱

## فصل چهارم/ یافته های تحقیق

مقدمه	۵۵
نتایج پرسشنامه والدین	۵۶
الف) مشخصات فردی	۵۶
ب) بخش مربوط به سوالات چند گزینه ای درباره مشکلات درس تربیت بدنی از دیدگاه اولیاء	۵۹
نتایج پرسشنامه مدیران	۶۸
الف) مشخصات فردی	۶۸



مدیران.....	۷۳
نتایج پرسشنامه معلمان ابتدایی ( ثابت).....	۹۱
الف) مشخصات فردی .....	۹۱
ب) بخش مربوط به سوالات چند گزینه ای درباره مشکلات درس تربیت بدنی از دیدگاه معلمان ابتدایی.....	۹۴
نتایج پرسشنامه معلمان تربیت بدنی .....	۱۰۷
الف) مشخصات فردی .....	۱۰۷
ب) بخش مربوط به سوالات چند گزینه ای درباره مشکلات درس تربیت بدنی از دیدگاه معلمان تربیت بدنی .....	۱۱۱
نتایج مربوط به پرسشنامه کارشناسان تربیت بدنی اداره .....	۱۲۴

### فصل پنجم/ بحث و نتیجه گیری

مقدمه .....	۱۲۶
خلاصه تحقیق .....	۱۲۶
الف) هدف کلی.....	۱۲۶
ب) اهداف اختصاصی .....	۱۲۶
روش تحقیق - روش های آماری .....	۱۲۷
نتایج تحقیق - بررسی نتایج تحقیق.....	۱۲۷
الف) نتایج مربوط به پرسشنامه والدین .....	۱۲۷
ب) نتایج مربوط به پرسشنامه مدیران مدارس ابتدایی .....	۱۲۸
ج) نتایج مربوط به پرسشنامه معلمان ابتدایی ( ثابت) .....	۱۲۹
د) نتایج مربوط به پرسشنامه معلمان تربیت بدنی .....	۱۲۹
نتیجه گیری .....	۱۳۰
الف) بخش مشخصات فردی .....	۱۳۰
ب) بخش سوالات .....	۱۳۱

### پیشنهادات

الف) پیشنهادهای مبتنی بر یافته های تحقیق .....	۱۳۴
------------------------------------------------	-----

ب) پیشنهادهای پژوهشی ..... ۱۳۵

### منابع و مأخذ

- الف) منابع مورد استفاده به زبان فارسی ..... ۱۳۷
- ب) منابع مورد استفاده به زبان انگلیسی ..... ۱۴۱
- پیوست ها ..... ۱۴۳
- مجوز اداره ..... ۱۴۴
- پرسشنامه مدیران مدارس ابتدایی ..... ۱۴۵
- پرسشنامه معلمان محترم تربیت بدنی ..... ۱۵۴
- پرسشنامه معلمان ابتدایی ..... ۱۶۱
- پرسشنامه اولیای محترم دانش آموزان مدارس ابتدایی ..... ۱۶۸
- پرسشنامه کارشناسان اداره آموزش و پرورش ..... ۱۷۳
- چکیده انگلیسی ..... ۱۷۷

## فهرست جداول

- جدول ۴-۱-۱ توزیع پاسخ والدین برحسب پایه فرزند (مشخصات فردی)..... ۵۶
- جدول ۴-۱-۲ توزیع پاسخ والدین برحسب مدرک تحصیلی (مشخصات فردی)..... ۵۷
- جدول ۴-۱-۳ توزیع پاسخ والدین برحسب سن آن ها (مشخصات فردی)..... ۵۷
- جدول ۴-۱-۴ توزیع پاسخ والدین برحسب جنس فرزندانشان (مشخصات فردی)..... ۵۸
- جدول ۴-۱-۵ توزیع پاسخ والدین برحسب مدرسه ای که فرزندان آنها درس می خواند (مشخصات فردی)..... ۵۸
- جدول ۴-۱-۶ بخش مربوط به سوالات چند گزینه ای درباره مشکلات درس تربیت بدنی از دیدگاه اولیاء..... ۶۰
- جدول ۴-۱-۷ بخش نظر مربوط به پاسخهای والدین درباره نوع ارزشیابی..... ۶۵
- جدول ۴-۱-۸ نظر والدین درباره اولویت بندی دروس فرزند به ترتیب اهمیت در زندگی..... ۶۶
- جدول ۴-۱-۹ نظر والدین درباره اولویت عوامل موثر در اجرای بهتر درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی..... ۶۷
- جدول ۴-۲-۱ توزیع پاسخ مدیران بر حسب مدرک تحصیلی..... ۶۸
- جدول ۴-۲-۲ توزیع پاسخ مدیران بر حسب رشته تحصیلی..... ۶۸
- جدول ۴-۲-۳ توزیع پاسخ مدیران بر حسب جنسیت..... ۶۹
- جدول ۴-۲-۴ توزیع پاسخ مدیران بر حسب مدرسه ای که مدیریت آن ها بر عهده آن هاست..... ۶۹
- جدول ۴-۲-۵ توزیع پاسخ مدیران بر حسب سابقه مدیریت (کمترین، بیشترین، میانگین)..... ۷۰
- جدول ۴-۲-۶ توزیع پاسخ مدیران بر حسب سابقه مدیریت (فراوانی، درصد)..... ۷۱
- جدول ۴-۲-۷ توزیع پاسخ مدیران بر حسب سن (کمترین، بیشترین، میانگین)..... ۷۱
- جدول ۴-۲-۸ توزیع پاسخ مدیران برحسب سابقه مدیریت (کمترین، بیشترین، میانگین)..... ۷۲
- جدول ۴-۲-۹ بخش مربوط به سوالات چندگزینه ای درباره مشکلات درس تربیت بدنی از دیدگاه مدیران..... ۷۵
- جدول ۴-۲-۱۰ نظر مدیران درباره مهمترین اولویت ورزشی ساعات تربیت بدنی..... ۸۱
- جدول ۴-۲-۱۱ نظر مدیران بر حسب پاسخ به مساحت حیاط مدرسه..... ۸۲

- جدول ۴-۲-۱۲ نظر مدیران به میزان مسابقات ورزشی بین کلاسی..... ۸۲
- جدول ۴-۲-۱۳ توزیع پاسخ مدیران به میزان امکانات اختصاصی ورزشی مدرسه..... ۸۳
- جدول ۴-۲-۱۴ پاسخ مدیران به تعداد کل جلسات تربیت بدنی برگزار شده..... ۸۳
- جدول ۴-۲-۱۵ پاسخ مدیران به تعداد کل جلسات برگزار شده تربیت بدنی به صورت عملی..... ۸۴
- جدول ۴-۲-۱۶ نظر مدیران در رابطه با اولویت بندی مشکلات درس تربیت بدنی..... ۸۵
- جدول ۴-۲-۱۷ نظر مدیران در رابطه با میزان بازدید مسئول تربیت بدنی از مدرسه..... ۸۶
- جدول ۴-۲-۱۸ نظر مدیران در رابطه با نفرات تقدیر شده ورزشی..... ۸۷
- جدول ۴-۲-۱۹ نظر مدیران در رابطه با بودجه صرف شده ورزشی در سال جاری..... ۸۷
- جدول ۴-۲-۲۰ اولویت بندی دروس از لحاظ اهمیت بر اساس نظر مدیران..... ۸۸
- جدول ۴-۲-۲۱ نظر مدیران در مورد تعداد دانش آموزان کلاس ها..... ۸۹
- جدول ۴-۲-۲۲ نظر مدیران در مورد کمیت نمرات ورزشی..... ۸۹
- جدول ۴-۲-۲۳ نظر مدیران در مورد چگونگی احساس در پر کردن پرسشنامه..... ۹۰
- جدول ۴-۳-۱ توزیع پاسخنامه معلمان ابتدایی بر حسب مدرک تحصیلی..... ۹۱
- جدول ۴-۳-۲ توزیع پاسخ معلمان ابتدایی بر حسب سن..... ۹۱
- جدول ۴-۳-۳ توزیع پاسخ معلمان ابتدایی بر حسب جنسیت..... ۹۲
- جدول ۴-۳-۴ توزیع پاسخ معلمان ابتدایی بر اساس سابقه خدمت آموزشی (کمترین، بیشترین)..... ۹۲
- جدول ۴-۳-۵ توزیع پاسخ معلمان ابتدایی بر حسب مدرسه ای که به عنوان معلم در آن مشغول هستند..... ۹۳
- جدول ۴-۳-۶ بخش سوالات چند گزینه ای درباره مشکلات درس تربیت بدنی از دیدگاه معلمان ابتدایی..... ۹۶
- جدول ۴-۳-۷ توزیع پاسخ معلمان ابتدایی به تعداد کلاسهای کارآموزی گذرانده شده..... ۱۰۵

- جدول ۴-۴-۱ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب مدرک تحصیلی..... ۱۰۶
- جدول ۴-۴-۲ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب رشته تحصیلی..... ۱۰۷
- جدول ۴-۴-۳ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب سابقه (کمترین، بیشترین)..... ۱۰۸
- جدول ۴-۴-۴ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب سن..... ۱۰۹
- جدول ۴-۴-۵ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب جنسیت..... ۱۰۹
- جدول ۴-۴-۶ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب مدرسه ای که به عنوان مربی در آن مشغول هستند..... ۱۱۰
- جدول ۴-۴-۷ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی بر حسب مقطعی که در آن تدریس می کنند..... ۱۱۰
- جدول ۴-۴-۸ بخش مربوط به سوالات چند گزینه ای معلمان تربیت بدنی..... ۱۱۳
- جدول ۴-۴-۹ نظر معلمان تربیت بدنی در اولویت بندی مقاطع تحصیلی بر حسب نیاز به مربی تربیت بدنی..... ۱۱۹
- جدول ۴-۴-۱۰ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی با اولویت بندی مشکلات درس تربیت بدنی در مدارس مقطع ابتدایی..... ۱۲۰
- جدول ۴-۴-۱۱ نظر معلمان تربیت بدنی بر حسب پایه به ضرورت کتاب تربیت بدنی در مقاطع تحصیلی..... ۱۲۰
- جدول ۴-۴-۱۲ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی در رابطه با اولویت امکانات ورزشی..... ۱۲۱
- جدول ۴-۴-۱۳ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی در رابطه با اولویت مشکلات ورزشی..... ۱۲۱
- جدول ۴-۴-۱۴ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی در رابطه با میزان بازدید مسئول تربیت بدنی..... ۱۲۲
- جدول ۴-۴-۱۵ نظر معلمان تربیت بدنی چگونگی تعیین نمرات تربیت بدنی..... ۱۲۳
- جدول ۴-۴-۱۶ توزیع پاسخ معلمان تربیت بدنی در احساس پر کردن پرسشنامه..... ۱۲۳

## مقدمه

تن آسایی و کاهلی دور کن  
بکشوش وزرنج تنت سود کن  
که اندر جهان بی رنج نیست  
هم آنرا که کاهل بود گنج نیست

### فردوسی

خداوند متعال آنگاه که انسان را خلق کرد بر او امر کرد که همیشه باید بدن خود را از خطرات حفظ کرده و موجبات سلامت و بهداشت خود را فراهم نماید و تضعیف، تخدیر و آسیب رساندن به بدن را ناروا، مذموم و گناه کبیره برشمرد پس بشر همیشه باید قدر سلامتی خود را که یکی از بزرگترین الطاف الهی است بداند و آنرا ارج نهد (آقایی نیا حسین، ۱۳۸۷، صفحه ۴۶)

حفظ سلامتی انسان هم در اهمیت به چهار بعداکیژن، خوردن، خوابیدن و حرکت که هر کدام راس مربع تداوم حیات بشر می باشد خلاصه شده است و در صورتیکه در مورد هریک از این ابعاد تفریط یا افراط شود صحت وجود آدمی به خطر می افتد، به همین دلیل انسان ها باید در برقراری توازن بین این ابعاد نهایت تلاش خود را نموده و این امر را در راس برنامه زندگی خود قرار دهند .

متأسفانه امروزه عوامل بسیاری از جمله زندگی ماشینی با کاهش حرکات بدنی برهم زدن این توازن را موجب می شوند . بسیاری از مردم با انجام زندگی ماشینی خود فراموش می کنند که حیات و بقا موجودات زنده بر روی کره ی زمین بستگی به حرکت و جنبش او دارد و انسانها با نداشتن فعالیت جمادی بیش نیستند و حرکت بزرگترین جلوه ی حیات موجودات زنده می باشد و گویی نمی دانند که عدم حرکت مانند سلولهای سرطانی است که در ابتدا سکوت را اختیار و سپس بدن را از بین می برند و به تدریج راه علاجی باقی نمی ماند.

امروزه همه باید کوشش کنند که در صف این افراد ساکت نباشند و کودکان و نوجوانان خود را از همان ابتدا فعال به بار آورده و حرکت را در سرلوحه زندگی آنان ملکه بنمایند چرا که کودکان و نوجوانان امیدهای آینده جامعه می باشند و سلامت و پویایی جامعه آینده مبتنی بر توانمندیهای است که کودکان امروز با نگرشهای صحیح در جامعه خصوصاً مدارس کسب می کنند و هرچه که امروز برای این کودکان انجام دهیم بر آنچه که آنان برای دنیای فردا خواهند کرد اثر عمیق و پایدار خواهد گذاشت. ( نیلگون ۱۳۷۱، صفحه ۹)

با توجه به موارد فوق، از ابتدای پیدایش آموزش و پرورش توجه به سلامت، نشاط بدن، یادگیری پاره ای از مهارت‌ها و تکنیک‌های حرکتی انواع بازیها، شکوفایی استعدادهای حرکتی، به فعالیت گرفتن ذهن و مهم تر از همه تربیت و بازسازی کودکان در سرلوحه هدفهای تعلیم و تربیت در مدارس ابتدایی قرار گرفته است. مدارس به عنوان مهمترین نظام تعلیم و تربیت هر جامعه می‌تواند با ویژگی‌های خود موجبات پرورش فکری کودکان و نوجوانان را فراهم نماید و از آن طریق حصول به سلامت جسمی و روحی را در همه ی دانش آموزان میسر سازند و مفاهیمی همچون تندرستی، بهداشت، رشد فکری و اجتماعی و سلامت روحی این قشر از جامعه را در جامه عمل بپوشاند.

تربیت بدنی در مدارس از سال ۱۳۰۶ (ه.ش) به عنوان یک درس گنجانده شده است که در همان بدو گنجایش در هر روز یک ساعت دانش آموزان به ورزش می‌پرداختند که متأسفانه اکنون به ۲ ساعت در هفته کاهش یافته است. (کاشف محمد، ۱۳۸۲، صفحه ۱۰۶)

با توجه به اینکه مدارس همانند خانواده به عنوان یک عامل اساسی تربیتی و پرورش پذیرفته شده است می‌تواند در پالایش گرایشها و انگیزه‌ها سهم والایی داشته باشد و در نهایت انسانی تحویل جامعه دهد که با ارزشهای اخلاقی و اجتماعی جامعه هماهنگ شود و از طرفی دیگر افراد را سالم و عاقل به بار آورد.

لازمه عوامل فوق داشتن فراگیران با انگیزه و با انرژی، امکانات و فضاهای ورزشی مناسب، نیروی متخصص برای آموزش می‌باشد و کشور ما که جزو کشورهای در حال توسعه می‌باشد باید در زمینه ی فراهم کردن عوامل فوق تلاش نماید اما متأسفانه اگر کاری هم در این زمینه انجام شود متأسفانه مقدور نمی‌باشد.

## بیان مسئله

در عصر کنونی تربیت بدنی و ورزش در میان طبقات مختلف جامعه، توسعه یافته و شکل عمومی به خود گرفته است. لذا در امر ورزش، اهمیت به درس تربیت بدنی مدارس کاملاً ضروری است زیرا مدارس مهمترین نقش را در وقوع فعالیت های مختلف ورزشی ایفا می کنند. بی شک، دوره دبستان یکی از حساس ترین دوره های رشد جسمانی و روانی و تکوین شخصیت کودکان است و بدون اغراق باید گفت که سالهای ابتدایی، فرصتی برای کشف و توسعه استعداد های حرکتی کودکان به حساب می آیند به طوریکه با توجه به تحقیقات ۷۵٪ قهرمانان ورزشی ورزش مورد نظر خود را از سن ۸ سالگی شروع کرده اند. (کاتلین ام.هی وود، ۱۳۷۷، صفحه ۴۷۶)

متاسفانه، در مقایسه با هم قطاران گذشته خود، کودکان امروزی غذاهای پر چربی، سدیم و قند بیشتری می خورند و چه بسا چاقترند. به علاوه، فعالیت بدنی آنها نسبت به گذشته کمتر شده است. تغییر این روند مستلزم یک کار تیمی مرکب از والدین، معلمان، سیاستمداران، متخصصان امور بهداشت و سایر افراد اجتماع است تا به آنها کمک شود که عادت های بهداشتی خود را اصلاح کنند، به طوری آنها بتوانند با نیازمندی های قرن جدید سازگاری پیدا کنند. در این میان آموزگاران تربیت بدنی در مدارس می توانند نقش کلیدی ایفا کنند، بدین معنی که برنامه های تربیت بدنی در مدارس را به گونه ای تنظیم کنند که امکان رسیدن به هدف مذکور میسر شود برنامه های تربیت بدنی در مدارس باید به گونه ای تغییر و تکامل یابند که یک روش زندگی پویا و بهداشتی را آموزش دهند. به علاوه یک برنامه قوی آموزش آمادگی در مدارس ابتدایی بهترین فرصت را به وجود می آورد تا ما کودکانی سالم و شاداب در سطح ملی داشته باشیم. زمانی که کودکان به ۱۰ سالگی می رسند، علایق و سرگرمیهای دیگری را کشف می کنند و همین امر باعث می شود تا آنها تا حدودی از انجام فعالیت های بدنی فاصله بگیرند به علاوه، برای اینکه به آنها برچسب «کودک» زده نشود از بازیهای کودکانه خود نیز دست می کشند. (گائینی، ۱۳۸۳، صفحه ۳۱۱)

هرچند که انتظار می رود ۹۵٪ کودکان ۷ تا ۱۲ ساله در مدارس عمومی و خصوصی به تحصیل مشغول باشند و این عالی ترین موقعیت را به وجود می آورد تا عادت های مثبت و بهداشتی در کودکان سنین دبستانی گسترش یابد، متاسفانه بیشتر کودکان به اندازه کافی در فعالیت های تربیت بدنی شرکت نمی کنند و به همین علت تغییر بارزی در بهداشت جسمی و روانی آنها ایجاد نمی شود.



طبق مطالعه ای، تنها در حدود ۳۶٪ از کودکان پایه های اول تا چهارم و ۱۹٪ از کودکان پایه پنجم مدارس ابتدایی، هر روز درس تربیت بدنی داشته اند. ۵۰٪ از دانش آموزان ۶ تا ۱۸ ساله ۳ روز در هفته و بیشتر دانش آموزان فقط ۱ تا ۲ روز در هفته کلاس تربیت بدنی شرکت داشته اند. مطالعات همچنین نشان می دهند که متوسط زمان کلاس برای چهارپایه اول دبستان در حدود ۳۳ دقیقه در هفته و برای دانش آموزان پایه پنجم ۹۰ دقیقه در هفته بوده است. واضح است که این زمان برای گسترش اهداف دراز مدت تربیت بدنی کافی نیست. از سوی دیگر آموزش تربیت بدنی و آمادگی جسمانی در مدارس زمانی آسانتر می شود که همه مدارس و همه پایه های تحصیلی از ویژگی های یکسانی برخوردار باشند این بدان معنی است که یک برنامه استاندارد شده با طرحهای درسی مفصل در هر کجا با وجود معلمان تربیت بدنی امکان اجرا خواهد داشت. (گائینی، ۱۳۸۳، صفحه ۳۱۳)

بدیهی است که کودکان در این سن نیاز مبرمی به فعالیت های بدنی جهت توسعه تواناییهای حرکتی و همچنین ازاد سازی انرژی اضافی خود از طریق شرکت در فعالیت های جسمانی دارند و بهترین فرصت جهت شرکت در فعالیت های جسمانی، ساعت ورزش و درس تربیت بدنی در مدرسه است. یافته های علمی نشان می دهد که فعالیت های بدنی منظم، رشد جسمانی، عاطفی و اجتماعی کودک را افزایش داده و کودک نه تنها در فراگیری دروس مدرسه دچار مشکل نمی شود، بلکه تامین نیاز بیولوژیکی کودکان به فعالیت های بدنی موجب می شود که آنان در فعالیت های کلاسی از نظر رفتاری سازگاری بیشتری پیدا کنند. شرکت در برنامه های تربیت بدنی موجب می شود که کودکان از وضعیت جسمانی خود آگاهی بیشتری یابند و حتی مربیان تربیت بدنی نیز با مشاهده فعالیت های کودکان پی به تواناییها، عدم توانایی آنها، ناراحتی های درونی، روانی عاطفی آنها برده و مسئولین مدرسه و در نهایت والدین آنها را واقف می کنند و به همین دلایل است که می توان ساعات تربیت بدنی را جلوه گاه استعدادها، تواناییها و نیز منشا درمان ناراحتیهای جسمی، روانی و عاطفی برشمرد.

در این راستا تحقیق حاضر به بررسی مشکلات درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی شهر خوی و تاثیر نبود معلمان متخصص تربیت بدنی از دیدگاه کارشناسان تربیت بدنی اداره آموزش و پرورش، مدیران مدارس ابتدایی، معلمان تربیت بدنی، معلمان ابتدایی، اولیاء دانش آموزان شهر خوی می پردازد تا با جمع بندی نظرات آنها و شناسایی دقیق کاستی ها و مشکلات اساسی، طرح ها و برنامه های ضروری را ارائه نمایند.

محقق امیدوار است که نتایج و یافته های حاصل از این تحقیق بتواند راه کارها و توصیه هایی را جهت بهبود وضعیت حاضر، برطرف سازی نقاط ضعف و رسیدن به وضعیت مطلوب برابر دید مسئولان قرار دهد تا نیازهای جدی و مشکلات اساسی تربیت بدنی و ورزش مدارس در شهرستان خوی مرتفع گردد.

## اهمیت و ضرورت تحقیق

با توجه به اینکه کشور ما به دلیل قرار گرفتن در ردیف کشورهای در حال توسعه نیاز به تحولات اساسی دارد و مقوله ورزش نیز از این امر جدا نمی باشد ضروری است که تحقیقاتی درین راستا انجام شود و با وجود تحقیقات انجام شده در سطح کشور محقق برآن است که تحقیق مورد نظر را در شهرستان خوی انجام دهد. محقق بر این باور است که اقدام به تحولات بدون انجام تحقیقات و پژوهش ها و بکارگیری برنامه های علمی و فنی دقیق صدمات جبران ناپذیری بر پیکر جامعه وارد می آورد. لذا باید وضعیت موجود به طور دقیق مورد بررسی قرار گیرد و نقاط قوت و ضعف و مشکلات موجود به طور کامل شناسایی شده و بر اساس آن نسبت به برنامه ریزی و اجرا اقدام شود.

یکی از اقدامهای مهم و مثبت در این ارتباط بررسی دقیق و اصولی وضعیت فعلی تربیت بدنی در مدارس ابتدایی کشور است. چراکه پایه و اساس ورزش در مدارس ابتدایی ریخته می شود و در صورت عدم توجه به تربیت بدنی مدارس ابتدایی گام به عقب برمی داریم. اگر امروزه تحقیقات انجام شده بیان می دارند که افراد زیادی از ناهنجاریهای بدنی برخوردار می باشند و یا اشخاصی را مشاهده می کنیم که در انجام حرکات پایه دچار مشکلند و یا بسیاری از پتانسیل های و استعدادها دیر متجلی شده و زود از بین می روند همگی ناشی از عدم توجه به موقع به مقوله تربیت بدنی می باشد.

آری کودکان نیروهای بالقوه ای هستند که برای ادمه روند رشد جامعه باید مورد توجه قرار گیرند زیرا در سنین بالا به دلایل زیادی بسیاری از نیروها و استعدادهای بالقوه آدمی روبه خاموشی می نهد و به حرکت درآوردن آنها نیاز به مجاهده و تلاش بسیار دارد. لذا کودکان نهالهای پاکی هستند که به دلیل لطافت روح، روان و جسم بسیار انعطاف پذیرند و آثار عمیق و پایداری از خود به جای می گذارند.

با توجه بر اینکه دانش آموزان در مدارس ابتدایی برانگیخته، مشتاق، با حرارت و از پیشرفت احساس افتخار بیشتری می کنند و نیز از فعالیت بدنی لذت زیاد برده و در این راستا دارای انرژی بی پایان هستند مربیان تربیت بدنی و ورزش برتری تدریس در مدارس ابتدایی را بیشتر از سایر مقاطع عنوان کرده و اهمیت دادن به آن را در آموزش و پرورش توصیه می کنند. ( احمد آزاد، ۱۳۸۳، صفحه ۴۲۵)

پیامبر (ص) در این مورد می فرماید:

(محفوظات طفل نارس مانند نقشی است که بر سنگ رقم می زنند و محفوظات مرد بزرگ مانند نوشته ای بر آب است).

بدیهی است که تربیت بدنی در سنین کودکی نقش حیاتی ایفا می کند. کودکان از بازی لذت می برند و در حین فعالیت های ورزشی در ساعات ورزش، برای بیان احساسات و عواطف خود فرصت های خوبی می یابند. علاوه بر این، از نظر رشد عقلی و اجتماعی در حین بازی، کودکان و نوجوانان با مشکلات و مسائل مختلفی روبرو می شوند که با تلاش و کوشش در جهت حل آنها، قدرت و توانایی مقابله با مسائل و مشکلات زندگی را بهتر فرا می گیرند و روح همکاری، گذشت و ایثار در آنها تقویت می شود. (نیلگون شمسی، ۱۳۷۱، صفحه ۱۸)

این که برطبق حقوق ورزشی فاصله میادین ورزشی با موانعی از جمله دیوار نباید کمتر از ۴ متر باشد و نیز تعداد نفرات یک کلاس ورزشی نباید بیشتر از ۲۵ نفر باشد و یا میادین ورزشی طوری طراحی شوند که یک معلم ورزشی نظارت کاملی بر آنها داشته باشد و نیز محل عابرین باید کاملا از میادین ورزشی تفکیک باشد (گائینی، ۱۳۸۲، صفحه ۳۱۳) و یا برطبق مدیریت ورزشی درب خروجی مدارس که از فضای آنها به عنوان فضای ورزشی استفاده می شود باید به طرف بیرون باز شود و یا جنس زمین برطبق نوع ورزش متفاوت باشد [۸] درحالیکه در مدارس کف زمین آسفالت، خاکی و گاه شنی می باشد.

اینکه برطبق بهداشت ورزشی کفش دانش آموزان به هنگام ساعات تربیت بدنی کاملا ورزشی بوده مثلا سبک باشد چراکه در ازای هر ۱۰۰ گرم ۱٪ اکسیژن مصرفی ورزشکاران به هنگام دو ملایم افزایش می یابد و لباس های دانش آموزان در ساعات تربیت بدنی از جنس نخ بوده تا عرق بدن را جذب نماید و یا دانش آموزان بدون جوراب هرگز فعالیت بدنی ننمایند (ویلیام دی. مک آردل، ۱۳۸۲، صفحه ۲۶۶) و نکات دیگر ورزشی چه مقدار در ساعات تربیت بدنی رعایت می شود و چه مقدار مسئولین مربوطه به موارد فوق آگاهی داشته و آنها را در برنامه های خود پیاده می کنند مطالبی هستند که ضرورت تحقیق را برای محقق موجب شده است.

با توجه به اینکه محقق براین اعتقاد است که با وجود اثبات اهمیت بیشتر درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی امروزه براین امر اهمیت کمتری داده می شود. و بر مشکلات آن افزوده می شود لذا برای بررسی دقیق و عمیق موضوع در شهر خوی (اهمیت دادن کمتر به تربیت بدنی نسبت به اهداف دیگر یعنی تهذیب نفس، و تحصیل که هرکدام راس مثلث اهداف آموزش و پرورش می باشند) ضرورت انجام تحقیق را بیش از پیش احساس کرده است.

تحقیق حاضر چهره ی واقعی درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی شهر خوی را مورد بررسی قرار داده با شناسایی دقیق مشکلات اساسی این درس و بررسی دقیق نتایج و آمار حاصل از این تحقیق،