

بررسی وضعیت اجرای درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد

لیلا خاوری^۱، جواد یوسفیان^۲

۱. مربی دانشگاه یزد

۲. مدرس مرکز تربیت معلم شهید پاکنژاد یزد

تاریخ دریافت مقاله: ۸۵/۱۱/۱۶ تاریخ پذیرش مقاله: ۸۶/۱۰/۹

چکیده

هدف از تحقیق حاضر، بررسی وضعیت اجرای درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد بود. از درون جامعه آماری که شامل معلمان تربیت بدنی، کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش رابطان گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی و مدیران مرد و زن مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد بود، بر اساس جدول کرجسای - مورگان، ۳۳۳ نفر به عنوان نمونه انتخاب گردید. انتخاب حجم نمونه به روش تصادفی طبقه‌ای (گروه معلمان و مدیران) و روش سرشماری (کارشناسان و رابطین) بوده است. ابزار اندازه‌گیری چهار پرسشنامه (هر گروه یک پرسشنامه) و یک سیاهه ارزیابی (برای بررسی وضعیت فضای ورزشی مدارس) می‌شد. پرسشنامه، ویژگی‌های فردی و نگرش افراد را نسبت به جنبه‌های مختلف وضعیت اجرای درس تربیت بدنی در مدارس ارزیابی می‌کردند. آزمون‌های آماری شامل آزمون کروسکال والیس، یو - من ویتنی، t یک نمونه و ضریب همبستگی اسپیرمن در سطح معنی داری ۵ درصد بود. نتایج نشان داد که از دیدگاه آزمون‌های تحقیق، افزایش میزان سرانه ورزشی مدارس و تدوین کتاب درسی تربیت بدنی برای تدریس در مدارس از ضروری‌ترین اقدام‌ها، برای بهبود وضعیت اجرای درس تربیت بدنی است. در بیشتر موارد به استثناء مورد کفایت ساعت‌های هفتگی درس تربیت بدنی، شرایط آب و هوایی و اقلیمی جهت اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز، میزان عمل معلمان تربیت بدنی به بخشنامه‌های ورزشی در مدارس و میزان علاقه‌مندی معلمان تربیت بدنی به وظایف و فعالیت‌های شغلی ($P > 0.05$)، تفاوت معنی‌داری بین نگرش معلمان تربیت بدنی مرد و زن و همچنین معلمان تربیت بدنی راهنمایی و متوسطه مشاهده نشد. اختلاف بین فضای روباز مدارس راهنمایی و مجموع فضای روباز مدارس راهنمایی و متوسطه استان با وضعیت موجود کشوری معنی‌دار بود ($P > 0.05$). در مجموع، وضعیت فضای ورزشی مدارس استان یزد از وضعیت موجود کشوری مطلوب‌تر می‌باشد (دو متر مربع فضای روباز و ۰/۰۵۶ متر مربع فضای سرپوشیده برای هر دانش‌آموز در یزد).

کلیدواژه‌های فارسی: درس تربیت بدنی، مدارس راهنمایی و متوسطه.

مقدمه

درس ورزش یا تربیت بدنی از دروس اساسی دروس کشور است. اگر چه این درس به دلیل برخی مسائل کمی و کیفی جایگاه اصلی خود را در آموزش و پرورش کسب نکرده است ولی نقش معلم تربیت بدنی در این زمینه می تواند بسیار مؤثر واقع شود. ورزش و تربیت بدنی، نه تنها پرورش جسم و تندرستی است بلکه به موازات آن نتایج تربیتی و اخلاقی بسیاری به دنبال خواهد داشت.

نقش معلمان و مربیان ورزش در تربیت اجتماعی و ورزشی افراد بر کسی پوشیده نیست (۲۰). مربیان و معلمان ورزش می توانند به کودکان و نوجوانان فعالیت های جدید و نشاط انگیزی معرفی کنند و آنها را به یادگیری مهارت های مربوط به آن ورزش تشویق نمایند (۲۵). با توجه به نقش اساسی معلمان تربیت بدنی و ورزش، این نکته نباید فراموش شود که معلمان ورزش زمانی بیشترین کارآیی را در مدارس دارا خواهند بود که مشکلات و مسائل آنها برای اجرای درس تربیت بدنی به حداقل برسد.

با توجه به این که مسائل و عوامل بسیاری بر اجرای درس تربیت بدنی در مدارس کشور تأثیر گذار می باشند، انجام تحقیق در این زمینه ضروری است. بخصوص این که از این مسائل می تواند منطقه ای و استانی باشند. لذا نتایج پژوهش می تواند به مسئولان و دست اندر کاران امر ورزش و تربیت بدنی در آموزش و پرورش کمک کند تا با شناخت عوامل اثرگذار و مشکل آفرین در ورزش مدارس راهکارهای مناسب را برای بر طرف کردن مشکلات اتخاذ نموده، گامی مؤثر در تحقیق اهداف آموزشی تربیت بدنی بردارد.

درباره مشکلات اجرای درس تربیت بدنی در مدارس، مطالعات مختلفی صورت گرفته است. درس تربیت بدنی در مدارس از جمله دروس عملی است که برای اجرای آن فضا و امکانات خاصی باید تدارک دیده شود. بررسی های انجام شده در این زمینه مبین این نکته است که از مسائل مهم پیش روی معلمان و مدیران در مدارس، وضعیت فضا و امکانات ورزشی باشد (۲،۳،۶،۷،۱۴). اصلانخانی و همکاران (۱۳۸۱) طی تحقیقی نتیجه گرفتند ۲ ساعت درس تربیت بدنی در هفته برای رفع نیازهای روانی - حرکتی و جسمانی دانش آموزان کافی نیست، ضمن آن که بیشتر گروه های تحت بررسی (معلمان، مدیران و دانش

آموزان) معتقد بودند فضاها، امکانات و تجهیزات ورزشی موجود در مدارس برای دانش آموزان بسیار کم است (۲).

البته تمام تحقیقات بیانگر کمبود فضای ورزشی در مدارس نیست. بلالی (۱۳۷۹) طی تحقیقی نتیجه گرفت که مدارس شهرستان تالش از نظر فضای روباز در سطح قابل قبولی قرار دارند ولی از نظر امکانات ورزشی در حد استانداردهای موجود نیستند (۵) این مشکل در تحقیقات مختلفی مورد اشاره قرار گرفته است (۳، ۶، ۱۳، ۱۶). حیات غیبی و حاتمی (۱۳۸۳) نیز طی تحقیقی به این نتیجه رسیدند که سرانه فضای ورزشی مدارس استان چهار محال و بختیاری در سطح بالایی است، ولی کم توجهی مسئولان تربیت بدنی و عدم استفاده صحیح از فضاهای موجود مشکل اصلی است (۹).

علیرغم اهمیت درس تربیت بدنی و تأثیری که ورزش مدارس بر سلامتی و پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان دارد، تاکنون تحقیقی در مورد شناسایی مسائل و مشکلات اجرای این درس در استان یزد صورت نگرفته است. هدف از پژوهش حاضر، بررسی مسائل و مشکلات موجود در اجرای درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد از دیدگاه معلمان تربیت بدنی مدیران مدارس رابطان گروه آموزشی درس تربیت بدنی و کارشناسان تربیت بدنی مناطق آموزشی و مقایسه دیدگاه‌های آنها می‌باشد. همچنین وضعیت فضای ورزشی مدارس استان با مقادیر موجود کشوری مقایسه می‌گردد.

روش تحقیق

تحقیق حاضر به روش توصیفی (پیمایشی) و به شکل میدانی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را معلمان تربیت بدنی، کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش، رابطان گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی و مدیران مرد و زن مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد شامل می‌شد که مجموعاً ۱۱۲۵ را در بر می‌گرفت. روش نمونه‌گیری در این پژوهش برای گروه‌های معلمان تربیت بدنی و مدیران مدارس، از نوع تصادفی طبقه‌ای بود. با توجه به کم تعداد بودن کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش و رابطان گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی، از روش سرشماری استفاده شد. بدین منظور، حجم نمونه با توجه به جدول کرجسای - مورگان (۲۱) ۳۳۳ نفر (۸۴ معلم تربیت بدنی، ۲۱۰ مدیر، ۲۳ کارشناس تربیت

بدنی آموزش و پرورش و ۲۵ رابط گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی) برآورد گردید. با توجه به کم تعداد بودن کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش و رابطین گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی تعداد نمونه برابر جامعه می‌باشد.

ابزار اندازه‌گیری در تحقیق حاضر چهار پرسشنامه (هر گروه یک پرسشنامه) دو قسمتی و یک سیاهه ارزیابی بود. قسمت اول پرسشنامه، ویژگی‌های فردی (شامل سن، سابقه خدمت مقطع تدریس و محل خدمت) افراد نمونه را بررسی می‌کرد. قسمت دوم پرسشنامه‌ها، به بررسی جنبه‌های مختلف وضعیت اجرای درس تربیت بدنی از دیدگاه افراد نمونه می‌پرداخت. روایی پرسشنامه‌ها مورد تأیید متخصصان و محققان قرار گرفت. پایایی این پرسشنامه‌ها از طریق توزیع بین ۳۰ نفر از افراد هر گروه نمونه (معلمان تربیت بدنی و مدیران) و به روش آلفای کرونباخ بررسی شد. نتایج آماری نشان داد که ضریب آلفای کرونباخ در پرسشنامه معلمان تربیت بدنی برابر ۰/۹۰ و در پرسشنامه مدیران برابر ۰/۸۸ می‌باشد که در سطح بالایی قرار دارد.

با توجه به محدود بودن گروه کارشناسان تربیت بدنی آموزش و پرورش و رابطان گروه‌های آموزشی درس تربیت بدنی، پرسشنامه‌ها بین تمام افراد مذکور توزیع و جمع‌آوری گشت و اطلاعات آنها تجزیه و تحلیل گردید. پایایی این پرسشنامه‌ها ۰/۷۱ بود. برای بررسی وضعیت فضای ورزشی مدارس استان یزد و مقایسه با وضعیت موجود در کشور از یک چک لیست استفاده شد.

پس از جمع‌آوری اطلاعات از نرم افزار SPSS جهت تجزیه و تحلیل توصیفی و استنباطی داده‌ها استفاده شد و سطح معنی‌داری ۵ درصد برای تجزیه و تحلیل داده‌ها منظور گردید. دیدگاه گروه‌های ۴ گانه تحقیق در مورد سؤال‌ها با استفاده از آزمون کروسکال والیس مقایسه شد. برای مقایسه پاسخ‌های گروه معلمان تربیت بدنی مرد و زن و همچنین راهنمایی و متوسطه از آزمون یو-من ویتنی استفاده شد. ارتباط سابقه خدمت افراد نمونه با دیدگاه آنها توسط ضریب همبستگی اسپیرمن محاسبه گردید. برای مقایسه فضای ورزشی مدارس استان یزد با وضعیت موجود در کشور از آزمون χ^2 یک نمونه استفاده گردید.

یافته‌های تحقیق

میانگین سن و سابقه خدمت افراد نمونه با توجه به وضعیت شغلی، جنسیت و دوره‌ای که در آن مشغول به کار می‌باشند به همراه تعداد آنها در جدول (۱) مشاهده می‌شود.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد سن و سابقه خدمت افراد نمونه

تعداد نمونه	سابقه خدمت	سن	دوره	جنسیت	گروه
۲۴	۱۷/۹۲ ± ۸/۲۸	۳۸/۵۰ ± ۷/۸۱	راهنمایی	مرد	معلمان تربیت بدنی
۲۳	۱۸/۹۶ ± ۷/۴۷	۳۹/۰۹ ± ۸/۰۲	متوسطه		
۱۸	۱۳/۵۰ ± ۸/۰۷	۳۴/۰۶ ± ۷/۴۴	راهنمایی	زن	
۱۹	۱۳/۶۸ ± ۹/۰۶	۳۴/۳۷ ± ۸/۷۹	متوسطه		
۶۲	۲۱/۷۱ ± ۷/۰۸	۴۱/۸۴ ± ۶/۹۰	راهنمایی	مرد	مدیران مدارس
۴۲	۲۱/۷۴ ± ۵/۶۹	۴۲/۶۲ ± ۶/۵۶	متوسطه		
۵۵	۱۶/۶۹ ± ۶/۱۵	۳۶/۶۵ ± ۵/۳۶	راهنمایی	زن	
۴۲	۱۸/۵۰ ± ۵/۳۸	۳۸/۱۹ ± ۴/۵۴	متوسطه		
۲۵	۱۸/۹۶ ± ۷/۶۱	۳۹/۳۶ ± ۷/۵۸	رابطان گروه آموزشی درس تربیت بدنی		
۲۳	۱۸/۸۳ ± ۵/۹۵	۳۸/۸۵ ± ۶/۴۴	کارشناسان تربیت بدنی مناطق آموزشی		

جدول (۲) دیدگاه گروه‌های مختلف تحقیق اعم از معلمان تربیت بدنی، مدیران مدارس، کارشناسان و رابطان را در مورد وضعیت جنبه‌های مختلف اجرای درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی و متوسطه نشان می‌دهد.

جدول ۲. درصد پاسخ‌های مجموع گروه‌های نمونه تحقیق به سؤال‌ها

ضعیف	متوسط	خوب	موارد مورد سؤال
۲۲/۵	۴۴/۷	۳۲/۸	۱. وضعیت فضای ورزشی و زمین ورزش در مدرسه برای فعالیت دانش‌آموزان
۴/۳	۳۴/۵	۶۱/۲	۲. میزان امکانات، وسایل و لوازم ورزشی مدرسه از قبیل توپ، راکت و غیره
۴۶/۸	۴۰/۵	۱۲/۷	۳. وضعیت کتب و نشریات ورزشی کتابخانه‌های مدارس
۱۹/۳	۳۷/۸	۴۲/۹	۴. وضعیت استفاده از طرح درس توسط معلم ورزش
۲۰/۷	۲۳/۷	۵۵/۶	۵. کفایت ساعات هفتگی درس تربیت بدنی در مدارس
۱۷/۴	۳۸/۴	۴۴/۲	۶. وجود یا کفایت لوازم کمک‌های اولیه و بهداشتی در مدرسه
۹/۸	۳۶/۶	۵۳/۶	۷. وضعیت روشنی و وضوح نحوه اجرای درس تربیت بدنی در مدارس
۳۳/۴	۳۴/۲	۳۲/۴	۸. شرایط آب و هوایی و اقلیمی جهت اجرای درس تربیت بدنی در فضای باز
۵/۲	۱۶/۵	۷۸/۳	۹. میزان ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی جهت تدریس در مدارس
۱۷/۸	۴۱/۷	۴۰/۵	۱۰. وضعیت انجمن‌های ورزشی مدارس
۴/۵	۲۶/۷	۶۸/۸	۱۱. میزان عمل نمودن معلمان ورزش به بخشنامه‌های ورزشی در مدارس
۵۵/۸	۳۱/۵	۱۲/۷	۱۲. میزان سرانه ورزشی مدارس
۱۰/۳	۳۱/۲	۵۸/۵	۱۳. نگرش مسئولین آموزش و پرورش به درس تربیت بدنی و معلم ورزش
۴/۹	۲۴/۳	۷۰/۸	۱۴. میزان علاقه‌مندی معلمان تربیت بدنی به وظایف و فعالیت‌های شغلی

در مجموع از بین موارد ۱۴ گانه وضعیت اجرای درس تربیت بدنی، میزان سرانه ورزشی مدارس بدترین و میزان ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی برای تدریس در مدارس بهترین ارزشیابی را از دیدگاه گروه‌های تحقیق دارا هستند. همان‌طور که در جدول (۳) ملاحظه می‌شود، از ۱۴ مورد مقایسه شده وضعیت اجرای درس تربیت بدنی در مدارس بین گروه‌های ۴ گانه تحقیق، در ۷ مورد تفاوت معنی‌داری بین دیدگاه‌های آنها وجود دارد ($P > 0/05$). از مجموع ۱۴ جنبه مختلف وضعیت اجرای درس تربیت بدنی، تنها در ۴ جنبه از دیدگاه معلمان تربیت بدنی مرد و زن تفاوت معنی‌داری وجود داشت (موارد کفایت ساعت‌های هفتگی درس تربیت بدنی در مدارس، شرایط آب و هوایی و اقلیمی جهت اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز، میزان عمل کردن معلمان تربیت بدنی به بخشنامه‌های ورزشی در مدارس و میزان علاقه‌مندی معلمان تربیت بدنی به وظایف و فعالیت‌های شغلی $P > 0/05$). در سایر موارد این اختلاف معنی‌داری نبود ($P > 0/05$). بین هیچ یک از جنبه‌ها از دیدگاه معلمان راهنمایی و متوسطه تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد ($P > 0/05$).

جدول ۳. مقایسه پاسخ‌های گروه‌های تحت بررسی به سؤال‌ها

موارد مورد سؤال	P (چهار گروه نمونه)	P (معلمان راهنمایی و متوسطه)	P (معلمان مرد و زن)
۱. وضعیت فضای ورزشی و زمین ورزش در مدرسه برای فعالیت دانش‌آموزان	۰/۱۷	۱	۰/۲۳
۲. میزان امکانات، وسایل و لوازم ورزشی مدرسه از قبیل توپ، راکت و غیره	۰/۴۷	۰/۶۳	۰/۵۹
۳. وضعیت کتب و نشریات ورزشی کتابخانه‌های مدارس	۰/۰۸	۰/۹۷	۰/۴۰
۴. وضعیت استفاده از طرح درس توسط معلم تربیت بدنی	۰/۰۰۰	۰/۷۴	۰/۱۱
۵. کفایت ساعات هفتگی درس تربیت بدنی در مدارس	۰/۰۰۰	۰/۸۰	۰/۰۱
۶. وجود یا کفایت لوازم کمک‌های اولیه و بهداشتی در مدرسه	۰/۰۰۰	۰/۹۹	۰/۱۲
۷. وضعیت روشنی و وضوح نحوه اجرای درس تربیت بدنی در مدارس	۰/۰۰۰	۰/۸۷	۰/۵۶
۸. شرایط آب و هوایی و اقلیمی جهت اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز	۰/۰۲	۰/۳۹	۰/۰۱
۹. میزان ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی جهت تدریس در مدارس	۰/۵۰	۰/۲۱	۰/۲۸
۱۰. وضعیت انجمن‌های ورزشی مدارس	۰/۵۲	۰/۱۱	۰/۷۲
۱۱. میزان عمل نمودن معلمان ورزش به بخشنامه‌های ورزشی در مدارس	۰/۰۹	۰/۹۸	۰/۰۱
۱۲. میزان سرانه ورزشی مدارس	۰/۰۰۱	۰/۲۳	۰/۱۸
۱۳. نگرش مسئولین آموزش و پرورش به درس تربیت بدنی	۰/۰۳	۰/۳۲	۰/۲۲
۱۴. میزان علاقه‌مندی معلمان تربیت بدنی به وظایف و فعالیت‌های شغلی	۰/۱۰۴	۰/۹۸	۰/۰۳

اگر چه رابطه سابقه با هیچ یک از دیدگاه‌های مدیران مدارس معنی‌دار نبود ($P > 0/05$) ولی بر خلاف معلمان تربیت بدنی، در اغلب موارد ارتباط منفی بین آنها مشاهده می‌شود. سابقه خدمت کارشناسان با دیدگاه آنها در ۴ مورد ارتباط مثبت و معنی‌دار داشت (موارد ۲، ۳، ۷ و ۱۱ جدول فوق). ارتباط معنی‌داری بین دیدگاه‌های رابطان و سابقه خدمت آنها مشاهده نشد ($P > 0/05$).

جدول (۴) وضعیت فضای ورزشی مدارس استان یزد را با وضعیت موجود کشوری مقایسه می‌نماید. بین فضای روباز مدارس راهنمایی و مجموع فضای روباز مدارس راهنمایی و متوسطه و وضعیت موجود کشوری تفاوت معنی‌داری مشاهده می‌شود ($P > 0/05$). لازم به ذکر است که در مجموع وضعیت فضای ورزشی مدارس استان از وضعیت موجود کشوری مطلوب‌تر می‌باشد.

جدول ۴. مقایسه وضعیت فضای ورزشی مدارس با استانداردهای موجود

متغیر	dr	p
فضای روباز مدارس راهنمایی	۱۳	۰/۰۲
فضای روباز مدارس متوسطه	۱۳	۰/۲۲
فضای روباز مدارس راهنمایی و متوسطه	۱۳	۰/۰۴
فضای سرپوشیده مدارس راهنمایی و متوسطه	۱۳	۰/۰۸

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این تحقیق، به بررسی وضعیت اجرای درس تربیت بدنی از دیدگاه معلمان تربیت بدنی، کارشناسان تربیت بدنی نواحی و مناطق، رابطان گروه آموزشی درس تربیت بدنی مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد است. نتایج تحقیق حاضر بیانگر این است که از دیدگاه گروه‌های مختلف، وضعیت زمین و فضای ورزشی مدارس (۳۲/۸ درصد خوب و ۴۴/۷ درصد متوسط) و همچنین امکانات، وسایل و لوازم ورزشی (۶۱/۱۲ درصد خوب و ۳۴/۵ درصد متوسط) مناسب است. همان‌طور که تحلیل استنباطی نیز نشان داد، تفاوت معنی‌داری بین فضای روباز مدارس راهنمایی و مجموع فضای روباز مدارس راهنمایی و متوسطه و وضعیت موجود کشوری مشاهده می‌شود. به طوری که مجموع، وضعیت فضای ورزشی مدارس استان از

استانداردهای موجود، مطلوب تر می باشد. چنین نتیجه ای در تحقیقات بلالی (۱۳۷۹) در مورد فضای ورزشی مدارس شهرستان تالش (۵) و حیات غیبی و حاتمی (۱۳۸۳) در استان چهار محال بختیاری (۹) نیز مشاهده می شود. به اعتقاد آنها مشکل اصلی کم توجهی مسئولان تربیت بدنی و عدم استفاده صحیح از فضاهای موجود است.

با توجه به مطالب فوق و این نکته که وضعیت فضا و امکانات ورزشی مدارس راهنمایی و متوسطه استان یزد در سطح مناسبی قرار دارد امید است تا استفاده بهینه از شرایط موجود توسط معلمان تربیت بدنی استان صورت پذیرد. متخصصان معتقدند ایجاد فضای مناسب برای اجرای موفقیت برای اجرای موفقیت آمیز برنامه ضروری است (۱۲). مسئله فضا و امکانات ورزشی همواره مورد نظر معلمان تربیت بدنی مدارس بوده است. اغلب تحقیقات انجام شده در این زمینه نشان از عدم رضایت معلمان تربیت بدنی از وضعیت موجود می باشد. درصد عمده ای از گروه های تحت بررسی (معلمان، مدیران و دانش آموزان مدارس راهنمایی و متوسطه) پژوهش اصلا نخبانی و همکاران (۱۳۸۱) معتقد بودند فضاها، امکانات و تجهیزات ورزشی موجود در مدارس برای دانش آموزان بسیار کم است (۲). این نتایج با تحقیقات حیدری (۱۳۷۹) و هاشمی (۱۳۷۳) همخوانی دارد (۲). نمازی زاده و همکاران (۱۳۵۳) نیز در مورد مدارس استان های مرکزی و سیستان و بلوچستان به همین نتایج دست یافتند (۱۱۴). در تعیین اولویت مشکلات درس تربیت بدنی، کمبود امکانات ورزشی در اولویت اول مشکلات موجود درس تربیت بدنی مقاطع تحصیلی و دبیرستان استان تهران قرار داشته و بر لزوم تأمین آن تأکید شده است (۶). تابش (۱۳۷۵) در شهرستان فسا کمبود امکانات ورزشی را اولویت اول و کمبود بودجه و اعتبار لازم را اولویت دوم مشکلات اجرای درس تربیت بدنی می داند (۷).

نتایج تحقیق نشان داد که وضعیت کتاب ها و نشریات ورزشی کتابخانه های مدارس در سطح قابل قبولی و مناسبی (۴۶/۸ درصد ضعیف و ۴۰/۵ درصد متوسط) قرار ندارد. با توجه به اهمیت و نقش کتاب در شناخت هر چه بهتر ورزش های مختلف و همچنین اثرات ورزش بر سلامتی جسم و روان افراد انتظار می رود در این زمینه سرمایه گذاری بیشتری صورت پذیرد.

نظرات گروه‌های نمونه تحقیق حاضر در مورد کافی بودن یا نبودن ساعات هفتگی درس تربیت بدنی در مدارس، متفاوت است و اختلاف معنی‌داری بین دیدگاه‌های آنها وجود دارد ($P > 0/05$). در مجموع حدود نیمی ($55/6$ درصد) از گروه نمونه تحقیق مقدار آن را خوب ارزیابی کرده‌اند. مدیران مدارس وضعیت موجود را نسبت به سایر گروه‌ها مناسب‌تر می‌دانند ($72/1$ درصد خوب). در مجموع دیدگاه معلمان تربیت بدنی زن نسبت به مردان در این زمینه مثبت‌تر است ($48/6$ درصد در مقابل $25/5$ درصد خوب) و اختلاف بین معلمان مرد و زن معنی‌دار می‌باشد ($P > 0/05$). اصلانخانی و همکاران (1381) معتقدند ۲ ساعت درس تربیت بدنی در هفته برای رفع نیازهای روانی - حرکتی و جسمانی دانش‌آموزان کافی نیست. در تحقیق آنها از سه گروه، یعنی معلمان تربیت بدنی، مدیران مدارس و دانش‌آموزان در مورد کفایت ساعت کنونی درس تربیت بدنی سؤال شد. بیشترین درصد پاسخ معلمان تربیت بدنی خیلی کم، مدیران متوسط و دانش‌آموزان متوسط و دانش‌آموزان متوسط بود (۲). البته معلمان تربیت بدنی مدارس راهنمایی شهرستان کرمانشاه زمان و جلسات هفتگی مقرر برای درس تربیت بدنی در حال حاضر را کافی پنداشته‌اند (۳).

تحقیقات زیادی در رابطه با تأثیر فعالیت‌های بدنی بر آمادگی جسمانی صورت گرفته است. در حالی که برخی مطالعات تأثیر یک جلسه تمرین در هفته را بر آمادگی جسمانی معنی‌دار گزارش کرده‌اند (۱، ۸، ۲۳). برخی دیگر بیانگر این است که آمادگی جسمانی را طی یک جلسه تمرین در هفته نمی‌توان افزایش داد و این میزان تمرین تنها برای حفظ آمادگی موجود، مناسب می‌باشد (۴، ۱۱، ۲۴). بریتسون و سینینگ^۱ (۱۹۷۳) حتی طی تحقیقی به این نتیجه رسیدند که برای حفظ آمادگی به دست آمده حداقل ۳ جلسه در هفته تمرین نیاز است (۱۷). فاکس و همکاران^۲ (۱۹۷۵) طی تحقیقی به این نتیجه رسیدند که تمرین تناوبی با تکرارهای بین ۲ تا ۵ روز در هفته، به مدت ۷ الی ۱۳ هفته اثر قابل ملاحظه‌ای بر Vo_2max ندارد (۱۹). برخی تحقیقات نشان دهنده آن است که تکرار و مدت زمان تمرین روی نتایج کلی آن دارای تأثیراتی است (۱۱). برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهد، که می‌توان تکرار و مدت تمرین را جایگزین هم نمود، به طوری که بتوان نتایج

1. Brynteson & Sining

2. Fox, et al

یکسانی را کسب کرد. به عنوان مثال میلسیز و همکاران^۱ (۱۹۷۶) طی تحقیقی نتیجه گرفتند که یک روز تمرین در هفته بهبودی قابل مقایسه‌ای با برنامه‌ای که شامل تکرار سه روز در هفته بود، بر روی Vo_2max داشته است (۲۲). با توجه به این که یکی از اهداف درس تربیت بدنی افزایش قابلیت‌های جسمانی دانش‌آموزان می‌باشد، میزان تغییرات عوامل آمادگی جسمانی طی یک جلسه ورزش کردن قابل تأمل است. با توجه به اهمیت آمادگی جسمانی و تأثیر زیاد آن بر سلامتی افراد جامعه، امید است که در این مورد در مدارس تدابیر بهتری اندیشیده شود تا شاهد افزایش فعالیت دانش‌آموزان و در نتیجه بهبود تندرستی آنها باشیم.

با توجه به این که درس تربیت بدنی در فضای روباز اجرا می‌شود و احتمال برخورد‌های فیزیکی به هنگام زنگ ورزش در مدارس زیاد است و وجود لوازم کمک‌های اولیه در مدارس از ضروریات می‌باشد. اگر چه در مجموع وضعیت موجود لوازم کمک‌های اولیه و بهداشتی مدارس استان یزد از دیدگاه گروه‌های مختلف متوسط (۳۸/۴ درصد) تا خوب (۴۴/۲ درصد) است ولی درصد قابل توجه‌ای از گروه‌ها آن را ضعیف (۱۷/۴ درصد) ارزیابی نموده‌اند. لذا با توجه به اهمیت زیاد سلامتی دانش‌آموزان و درمان به موقع آسیب‌های ورزشی، انتظار می‌رود که مسئولان، تدابیر لازم را در این خصوص اتخاذ نمایند. این نتایج با تحقیق اصلانخانی و همکاران (۱۳۸۱) همخوانی دارد (۲).

همان‌طور که اشاره شد، درس تربیت بدنی در فضای روباز اجرا می‌شود و در اکثر مدارس از حیاط مدرسه به عنوان زمین ورزش دانش‌آموزان استفاده می‌شود. بنابراین ناگزیر، شرایط جوی و آب و هوایی بر کار معلم ورزش مؤثر است. در مورد شرایط آب و هوایی و اقلیمی استان یزد برای اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز، از دیدگاه گروه‌های مختلف اختلاف نظر وجود دارد. معلمان تربیت بدنی مرد نسبت به معلمان تربیت بدنی زن در مجموع وضعیت آب و هوایی و اقلیمی جهت اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز را مناسب‌تر می‌دانند (۳۱/۹ درصد در مقابل ۱۰/۸ درصد خوب) به طوری که این اختلاف نظر از نظر آماری معنی‌دار است ($P > 0/05$). مدیران زن و مرد نیز معتقدند شرایط آب و

1. Milesis, et al

هوایی خوب است (۳۸/۳ درصد). با این حال کارشناسان و رابطان این امر را قبول نداشته و شرایط را در حد متوسط می‌دانند و معتقدند اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز خیلی مناسب نمی‌باشد. آن چه در مجموع می‌توان از دیدگاه‌های گروه‌های تحقیق حاضر استنتاج کرد این است که وضعیت آب و هوایی و اقلیمی برای اجرای درس تربیت بدنی در فضای روباز مدارس مناسب نبوده (۳۳/۴ درصد ضعیف و ۳۴/۲ درصد متوسط) و ضرورت احداث سالن ورزشی در کنار مدارس تازه تأسیس به خوبی احساس می‌شود. در بسیاری از موارد بررسی شده، معلمان تربیت بدنی مدارس شرایط اقلیمی را برای اجرای درس تربیت بدنی مناسب نمی‌دانند. معلمان تربیت بدنی مدارس راهنمایی و متوسطه استان تهران عوامل جغرافیایی را مناسب ندانسته‌اند (۷).

کتاب‌های درسی حاوی مطالبی هستند که توسط افراد متخصص و با تجربه و با توجه به شرایط درک و فهم دانش آموز نوشته می‌شوند. ضمن این که هدفمند بوده و سلسله مراتب درک دانش و افزایش شناخت دانش آموز در آنها مراعات می‌شود. بنابراین از نظر منطقی بخش جدا ناپذیرند آموزش می‌باشند. درس تربیت بدنی از این قاعده مستثنی نیست. معلمان تربیت بدنی همواره ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی را یادآور شده‌اند. در این پژوهش، معلمان تربیت بدنی (۷۵ درصد)، مدیران (۷۷/۶ درصد)، کارشناسان (۹۱/۳ درصد) و رابطین (۸۴ درصد) و در مجموع ۷۸/۳ درصد در خصوص تدوین کتاب درسی تربیت بدنی نظر مساعد داشته‌اند. در مورد نیاز به تدوین کتاب‌های درسی تربیت بدنی برای مدارس، نتایج تحقیقات نشان داده است که این امر، اکنون بیش از هر زمان دیگر ضرورت دارد (۲، ۶، ۱۵). ۸۸ درصد مدیران و ۸۱ درصد معلمان تربیت بدنی مدارس راهنمایی شهر جاجروم ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی را زیاد و بسیار زیاد دانسته‌اند (۲).

فولان^۱ (۱۹۹۹) معتقد است هر برنامه تربیت بدنی چنانچه مشخصاتی چون روشنی و وضوح در نحوه اجرا، وسایل و هدف نهایی داشته باشد امکان موفقیتش بیشتر است (۱۸). با مراجعه به نتایج تحقیق به این نتیجه می‌رسیم که وضعیت وضوح و روشنی اجرای درس تربیت بدنی از نظر معلمان تربیت بدنی در سطح متوسطی (۴۵/۲ درصد) قرار دارد. ضمن این

^۱. Fullan

که درصد قابل توجهی آن را ضعیف (۱۴/۳) ارزیابی نموده‌اند. از طرفی دیگر با مشاهده نتایج در مورد وضعیت استفاده معلمان از طرح درس در می‌یابیم که شرایط چندان مطلوب نیست (۵۷/۱ درصد متوسط یا ضعیف). دلیل احتمالی می‌تواند نبود یک منبع مناسب جهت استفاده مانند کتاب باشد. با توجه به نتایج تحقیقات انجام شده و نتایج تحقیق حاضر در مورد ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت انتظار می‌رود مسئولین امر در این زمینه تدابیری بیندیشند و این ضرورت اساسی را بر آورده سازند.

نتایج تحقیق حاضر بیانگر عدم رضایت گروه‌های تحقیق از وضعیت کنونی سرانه ورزشی مدارس می‌باشد، به طوری که اغلب آن در سطح ضعیف (۵۵/۸ درصد) ارزیابی نموده‌اند برخی تحقیقات دیگر نیز عدم رضایت مدیران و معلمان از میزان سرانه ورزشی مدارس را نشان می‌دهند (۷، ۱۰). با توجه به اهمیت مسأله مسئولان امر در زمینه میزان سرانه ورزشی مدارس باید تجدید نظر نمایند.

رهیافت پژوهش حاضر این است باید توجه بیشتری به وضعیت سرانه مدارس مبذول شود. همچنین در حال حاضر، ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی بیش از پیش احساس می‌شود، زیرا نتایج تحقیق حاضر نشان می‌دهد که وقتی دیدگاه گروه‌های ۴ گانه این پژوهش را به طور کلی ارزیابی می‌کنیم از بین جنبه‌های مختلف وضعیت اجرای درس تربیت بدنی، میزان سرانه ورزشی مدارس بدترین و میزان ضرورت تدوین کتاب درسی تربیت بدنی جهت تدریس در مدارس بهترین ارزشیابی را دارا هستند.

منابع:

۱. آقا ملک، نسرین و همکاران. «مقایسه تأثیر دو روش فعالیت بدنی مختلف و هموازی بر میزان سطح آمادگی جسمانی دختران دانشجوی دانشگاه تهران». نشریه حرکت. شماره ۸. ۱۳۸۰.
۲. اصلانخانی، محمد علی و همکاران. «مقایسه دیدگاه‌های مدیران، معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره جایگاه و وضعیت کمی و کیفی اجرای درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی و متوسطه». نشریه علمی - پژوهشی حرکت. دانشگاه تهران. شماره ۱۲. ۱۳۸۱.
۳. الیاسی، بهمن. «بررسی نارساییها و مشکلات درس تربیت بدنی در مدارس راهنمایی شهرستان کرمانشاه». اداره کل آموزش و پرورش استان کرمانشاه. شورای تحقیقات. ۱۳۷۹.

۴. امینیان رضوی، توراندخت، جعفری، افسر. «مقایسه تأثیر دو برنامه تمرینی یک و دو جلسه ای در هفته بر آمادگی عمومی دختران دانشجوی دانشگاه تهران». نشریه حرکت. شماره ۵. ۱۳۷۹.
۵. بلالی، شیرزاد. «بررسی امکانات ورزشی و منابع انسانی مدارس متوسطه پسرانه تالش و شناخت مشکلات و تنگناهای آن». پایان نام کارشناسی ارشد. دانشگاه گیلان. ۱۳۷۹.
۶. پاژکی، بهرام. «بررسی مشکلات موجود درس تربیت بدنی مقاطع تحصیلی راهنمایی و دبیرستان استان تهران». پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تهران. ۱۳۷۹.
۷. تابش، محسن. «بررسی مسائل آموزشی درس تربیت بدنی از دیدگاه مدیران و معلمان شهرستان فسا». پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت مدرس. ۱۳۷۵.
۸. تذکاری، غلامرضا. «بررسی اثرات درس تربیت بدنی در قالب یک جلسه تمرین آمادگی جسمانی در هفته بر توان هوازی و بی هوازی دانشجویان پسر ۱۸-۲۲ ساله دانشگاه بیرجند». چکیده مقالات چهارمین همایش علمی تربیت بدنی و تندرستی مدارس. تهران. ۱۳۸۲.
۹. حیات غیبی، ربابه، حاتمی، مهران. «بررسی وضعیت و سرانه ورزشی آموزشگاه های متوسطه استان چهار محال و بختیاری و میزان بهره گیری از آن». اولین همایش تربیت بدنی و تندرستی استانهای منتخب کشور. یزد. ۱۳۸۳.
۱۰. دهقانی، محمد رضا. «تربیت بدنی مدارس راهنمایی از دیدگاه مدیران مدارس، معلمان تربیت بدنی و دانش شهرستان میبد». پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه اصفهان. ۱۳۷۹.
۱۱. فاکس و ماتیوس. فیزیولوژی ورزش. ترجمه علی اصغر خالدران. چاپ سوم. دانشگاه تهران. ۱۳۷۳.
۱۲. فتیحی، کوروش. اصول برنامه ریزی در سی. انتشارات ایران زمین. ۱۳۷۷.
۱۳. کاشف، میر محمد. «بررسی و تجزیه و تحلیل وضعیت برنامه های جاری تربیت بدنی و ورزش در مدارس آذربایجان غربی». پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم. ۱۳۷۱.
۱۴. نمازی زاده و همکاران. «تحقیق در زمینه مسائل تربیت بدنی و ورزش در مدارس استان های مرکزی و سیستان و بلوچستان». دانشگاه تهران. ۱۳۵۳.
۱۵. هاشمی بنی، محمد رضا. «بررسی عوامل تأثیرگذار بر درس تربیت بدنی شهرستان شهر کرد». از دیدگاه معلمان تربیت بدنی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه اصفهان. ۱۳۷۹.
۱۶. همت فر، احمد. «بررسی وضعیت مورد درس تربیت بدنی در مدارس استان لرستان». پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی. ۱۳۷۲.
17. Brynteson, P. Sining, WE. "The effects of training frequencies on the reletion of Cardiovascular fitness". Med Sci Sports. 5: 29-33.1973.
18. Fullan, M. " Curriculum implementation. " In: International Encyclopedia Curriculum. Edited by A. Lewy. Perogamon press. 1991.
19. Fox, E. et al. "Freauency & duration of interval training programs and changes in aerobic power". J. Apply. Physiology. 38 (3): 481-484.1975.
20. Greendorfer, S.L. & Lewko, J.H. "Role of family members in sport socialization of children". Res Quart. 49: 146-152. 1978.
21. Krejcie, R. Morgan, DW. "Determining sample size for research activities". Edu and Psychol Measurement. 30: 607-610. 1970.

22. Milesis, C. et al. "Effect of different durations of physical training on cardio respiratory function, body composition & serum". Res Quart. 47 (4): 716-25.1976.
23. Pollock, ML. "How much exercise is enough?". Phys Sports Med. 6: 50-64.1978.
24. Roberts, J. Alspaugh, J. "Specificity of training effects resulting from programs of treadmill running and bicycle ergometer riding". Med Sci Sports. 4 (1): 6- 10. 1972.
25. Snyder, E. E & Spreitzer, E. A. "Social aspects of sport (2nd ed)". Englewood cliffs. Nj: prentice Hall. 1983.