

---

## عوامل مؤثر در افزایش اثربخشی ساعات درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی

---

دکتر رمضان جهانیان<sup>۱</sup>، سید علی فخاری<sup>۲</sup>

ص ص: ۱۳۰-۱۱۹

تاریخ دریافت: ۹۰/۸/۲۵

تاریخ تصویب: ۹۱/۳/۱۵

### چکیده

این پژوهش باهدف بررسی عوامل مؤثر در افزایش اثربخشی ساعات‌های درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی از دیدگاه معلمان و به روش توصیفی اجرا شد. جامعه آماری همه معلمان ورزش مدارس ابتدایی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ به تعداد ۲۳۲ نفر بود و نمونه آماری با استفاده از جدول تعیین حجم نمونه مورگان ۱۴۸ نفر و به روش تصادفی طبقه ای، انتخاب شد. ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش، پرسشنامه محقق ساخته بود که روایی آن را ۲۵ نفر از صاحب نظران مورد تأیید قرار دارند. پایایی آن هم به کمک آلفای کرونباخ محاسبه و ضریب پایایی پرسشنامه ۰/۸۲ به دست آمده است. نتایج به دست آمده نشان داد که عوامل مؤثر در افزایش اثربخشی ساعات‌های درس تربیت بدنی مدارس ابتدایی، عبارت از: عوامل آموزشی، عامل مدیریتی، رضایت و علاقه مندی معلمان و وسایل کمک آموزشی هستند.

**واژه‌های کلیدی:** اثربخشی، تربیت بدنی، مدارس ابتدایی، عوامل مدیریتی، عامل رضایت، عوامل آموزشی

---

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

۲- کارشناسی ارشد رشته برنامه ریزی آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

---

## مقدمه

اثربخشی، عبارت از درجه و میزان نیل به اهداف تعیین شده است. به بیان دیگر، اثربخشی نشان می‌دهد که چه میزان از تلاش‌های انجام شده با نتایج مورد نظر مطابقت دارد (صمدی و شیروانی، ۱۳۷۷).

آرگریس (۱۹۹۶) اثربخشی را دانایی مدیر برای داشتن موقعیت ممتاز در تعامل با محیط خود و استفاده از موقعیت برای تحقق هدف‌ها، تعریف کرده است.

اثربخشی سازمانی، فرایندی چرخشی و مداوم است که از طرح برنامه آغاز می‌شود و شامل همه فعالیت‌هایی است که هم در جهت دستیابی به اهداف سازمان است و هم تعیین می‌کند که انجام دادن آنها تا چه اندازه به شکل مطلوب صورت گرفته است (هوی ۱۹۹۱).

مدرسه اثربخش، مدرسه‌ای است که برنامه آموزشی با کیفیت بالا را برای تحقق اهداف گسترده سیستم و اهداف مشخص، تدوین و حفظ می‌کند. درچنین مدرسی همه دانش آموزان صرفنظر از خانواده یا زمینه اجتماعی، هم بهبود و پیشرفت را در طول مسیر زندگی و هم موفقیت نهایی را در تحقق اهداف بر اساس تکنیک‌های اندازه‌گیری مناسب بیرونی مبتنی برمدرسه، تجربه می‌کنند (تون سند، ۱۹۹۴).

از نخستین اهداف تعلیم و تربیت، پرورش فرد به عنوان یک انسان هدفدار و مستقل و خودگردان است. تربیت بدنی با تأکیدی که بر پرورش جسمی، ذهنی، هیجان و برزندگی اجتماعی دارد، در صورت اثربخشی، نقش شایان توجهی را در فرایند تعلیم و تربیت ایفا خواهد کرد. باتوجه به اهمیت و نقش تربیت بدنی در فرایند آموزش و پرورش، باید نقش تربیت بدنی را در سه حوزه تربیتی (شناختی، احساسی، روانی حرکتی) مورد توجه و تاکید قرار داد. (مهدی زاده، ۱۳۷۶).

مهدی زاده (۱۳۷۶) معتقد است که هدف‌های عمده تربیت بدنی در مدارس شامل: توسعه و رشد اندامی، رشد عصب - عضلانی، توسعه و رشد تفسیری، توسعه و رشد فردی - اجتماعی

است. برنامه تربیت بدنی در مدارس باید دارای ویژگی‌های همچون تناسب داشتن با رشد و نمو و آمادگی جسمانی کودکان، گسترده و همه جانبه بودن به منظور ایجاد مهارت‌های لازم در کودکان، دربرگیرنده وقت‌های آزاد کودکان و در برگیرنده همه اختلاف‌های فردی و استعداد‌های مختلف آنان، تقویت کننده معنویت، صفات انسانی و ارزش‌های قدم کودکان باشد. یکی از موارد شایان ذکر دیگر این است که در برنامه ریزی سالانه برنامه‌های ورزشی، فصل‌های سال و نوع فعالیت‌های ورزشی باید مناسب با هر فصل (بوژه در حین برگزاری مسابقه‌های ورزشی) در نظر گرفته شوند تا با توجه به محدودیت‌های فصلی، از فعالیت‌های ورزشی نامناسب که باعث بروز آسیب‌های احتمالی می‌شود جلوگیری به عمل آید.

برنامه آموزش بهداشت و تربیت بدنی باید در کنار هم تدریس شوند، زیرا آموزش بهداشت ورزشی در برنامه‌های آموزش مدارس اهمیت ویژه‌ای دارد (مهدی زاده، ۱۳۷۶). برخی از پژوهش‌های انجام شده در این زمینه از جمله: افرشیم (۱۳۸۱) نشان داد که بازآموزی معلمان و فراهم کردن امکانات مورد نیاز در اثربخشی درس تربیت بدنی موثر است. باوش (۱۳۷۹) نشان داد که تهیه و تدوین کتاب درس تربیت بدنی و فراهم بودن محیط کاری مناسب در افزایش کارایی این درس تاثیر بسزایی دارد. اکبرزاده (۱۳۷۸) در بررسی شیوه‌های غنی سازی ساعات‌های تربیت بدنی و ورزش هم نشان داد که میزان تخصص و توانایی علمی و عملی معلمان تربیت بدنی در کارایی آن و موقعیت دانش آموزان مؤثر است، زیرا امکانات تربیت بدنی و ورزش موجب پیشرفت دانش آموزان و معلمان شده بود. میزان بها دادن مدیران و مسؤولان مؤسسات آموزشی به بهبود برنامه‌های تربیت بدنی و ورزش کمک می‌کند. لطیفی (۱۳۷۲)، در بررسی مشکلات درس تربیت مدارس دختران، نشان داد که از مهمترین مشکلات درس تربیت بدنی در مدارس دخترانه کمبود فضاهای روباز و سالن و کمبود ساعت درس ورزش در هفته است. پازوکی (۱۳۶۲) نشان داد که مهمترین مشکلات درس تربیت بدنی، کمبود امکانات ورزشی و معلم ورزش و فقدان برنامه‌ریزی صحیح و پایین بودن سطح علمی معلمان

ورزش است. گلدانی مقدم (۱۳۷۵)، در بررسی عوامل آموزشی درس تربیت بدنی نشان داد که بین تناسب فضای ورزشی مدارس، میزان بودجه اختصاص داده شده، کیفیت آموزشی معلمان ورزش، رضایت شغلی معلمان ورزش، نظارت و کنترل مسئولان تربیت بدنی و اثربخشی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد و مظلومی سادات (۱۳۷۵) نشان داد که در تنظیم محتوای درس تربیت بدنی در مقطع ابتدایی باید تجربیات یادگیری حرکتی در قالب بازی‌های ویژه منظور شود و توجه به ایجاد نشاط و لذت در بازی‌ها مطرح باشد، رعایت اصول ارتباط عمودی و افقی بین مهارت‌ها و تجربه‌های حرکتی دانش آموزان مقطع ابتدایی از اهمیت بالایی برخوردار است. باتوجه به مطالب یادشده پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به پرسش‌های زیر است:

- ۱- عوامل آموزشی تا چه اندازه در افزایش اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش تأثیر دارد؟
- ۲- عوامل مدیریتی تا چه اندازه در افزایش اثر بخشی درس تربیت بدنی و ورزش تأثیر دارد؟
- ۳- آیا وسایل کمک آموزشی در افزایش اثر بخشی درس تربیت بدنی و ورزش مؤثر است؟
- ۴- رضایت و علاقه مندی معلم تا چه اندازه در افزایش اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش تأثیر دارد؟
- ۵- آیا بین عوامل آموزشی، مدیریتی، رضایت و علاقه مندی، وسایل آموزشی و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش ارتباط وجود دارد؟

## روش پژوهش

این پژوهش به منظور بررسی عوامل مؤثر در افزایش اثربخشی ساعات درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی شهر تهران از دیدگاه معلمان، با روش پیمایشی و از نوع توصیفی اجرا شد. جامعه آماری همه دبیران ورزش در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ به تعداد ۲۳۲ نفر بودند و نمونه آماری با استفاده از جدول تعیین حجم نمونه مورگان ۱۴۸ نفر با روش تصادفی طبقه‌ای، انتخاب شد.

ابزار جمع آوری اطلاعات پرسشنامه محقق ساخته مشتمل بر ۲۹ پرسش بود که براساس مقیاس لیکرت تهیه شده است. روایی آن را ۲۵ نفر از صاحب نظران مورد بررسی و تأیید قرار دادند و پایایی آن هم به کمک آلفای کرونباخ محاسبه شد و ضریب پایایی پرسشنامه ۰/۸۲ به دست آمده است.

مؤلفه‌های اصلی این پرسشنامه شامل: مؤلفه عوامل آموزشی پرسش‌های شماره (۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷). مؤلفه عوامل مدیریتی پرسش‌های شماره: (۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳). مؤلفه وسایل کمک آموزشی پرسش‌های شماره: (۱۴-۱۵-۱۶-۱۷) مؤلفه رضایت و علاقه مندی پرسش‌های شماره: (۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳). مؤلفه فراهم کردن شرایط پرسش‌های شماره: (۲۴-۲۵-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹) می‌شوند.

## یافته‌های پژوهش

۱- عوامل آموزشی تا چه اندازه در افزایش اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش تأثیر دارد؟

جدول (۱) آزمون همبستگی پیرسون مربوط به رابطه بین عوامل آموزشی و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش

اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش		
۰/۳۵۷	ضریب همبستگی	عوامل آموزشی
۰/۰۰۰	سطح معنی‌داری	
۱۸۸	تعداد	

با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده ۰/۳۵۷ با سطح معنی‌داری ۰/۰۰۰ و مقایسه این سطح معنی‌داری با ۰/۰۵ مشاهده می‌شود که بین عوامل آموزشی و اثربخشی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد.

جدول (۲) آماره‌های خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین ( $R^2$ )	انحراف استاندارد ضریب تعیین تصحیح شده
۱	۰/۳۵۷	۰/۱۲۷	۰/۶۲۷

با توجه به مقدار ضریب همبستگی ۰/۳۵۷ و ضریب تعیین به دست آمده ۰/۱۲۷  $R^2 =$  مشاهده می‌شود که متغیر عوامل آموزشی ۱۲/۷٪ از تغییرات اثربخشی درس تربیت بدنی را تعیین می‌کند.

۲- عوامل مدیریتی تا چه اندازه در افزایش اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش تأثیر دارد؟

جدول (۳) آزمون همبستگی پیرسون مربوط به رابطه بین عوامل مدیریتی و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش

اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش		
۰/۱۹۰	ضریب همبستگی	عوامل مدیریتی
۰/۰۰۴	سطح معنی‌داری	
۱۸۸	تعداد	

با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده ۰/۱۹۰ با سطح معنی‌داری ۰/۴۰۰ و مقایسه این سطح معنی‌داری با ۰/۰۵ مشاهده می‌شود که بین عوامل مدیریتی و اثربخشی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد.

جدول (۴) آماره‌های خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین ( $R^2$ )	انحراف استاندارد ضریب تعیین تصحیح شده
۱	۰/۱۹۰	۰/۰۳۶	۰/۶۵۹

با توجه به مقدار ضریب همبستگی  $0/190$  و ضریب تعیین به دست آمده  $R^2 = 0/036$  مشاهده می‌شود که متغیر عوامل مدیریتی  $3/6\%$  از تغییرات اثربخشی درس تربیت بدنی را تعیین می‌کند.

۴- آیا وسایل کمک آموزشی در افزایش اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش مؤثر است؟

جدول (۵) آزمون همبستگی پیرسون مربوط به رابطه بین وسایل کمک آموزشی و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش

اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش		
0/260	ضریب همبستگی	وسایل
0/000	سطح معنی‌داری	کمک
188	تعداد	آموزشی

با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده  $0/260$  با سطح معنی‌داری  $0/000$  و مقایسه این سطح معنی‌داری با  $0/05$ ، مشاهده می‌شود که بین وسایل کمک آموزشی و اثربخشی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد.

جدول (۶) آماره‌های خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین ( $R^2$ )	انحراف استاندارد ضریب تعیین تصحیح شده
۱	0/260	0/067	0/648

با توجه به مقدار ضریب همبستگی  $0/357$  و ضریب تعیین به دست آمده  $R^2 = 0/127$  مشاهده می‌شود که متغیر وسایل کمک آموزشی  $12/7\%$  از تغییرات اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش را تعیین می‌کند.

پرسش چهارم: رضایت و علاقه مندی معلم تاچه اندازه بر اثربخشی درس تربیت بدنی

تاثیر دارد؟

جدول (۷) آزمون همبستگی پیرسون مربوط به رابطه بین رضایت و علاقه مندی و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش

اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش		
۰/۲۵۹	ضریب همبستگی	عامل رضایت و علاقه مندی
۰/۰۰۰	سطح معنی داری	
۱۸۸	تعداد	

با توجه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون به دست آمده ۰/۲۵۹ با سطح معنی داری ۰/۰۰۰ و مقایسه این سطح معنی داری با ۰/۰۵، مشاهده می شود که، بین عامل رضایت و علاقه مندی و اثربخشی درس تربیت بدنی رابطه معناداری وجود دارد.

جدول (۸) آماره های خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین ( $R^2$ )	انحراف استاندارد ضریب تعیین تصحیح شده
۱	۰/۲۵۹	۰/۰۶۷	۰/۶۴۸

با توجه به مقدار ضریب همبستگی ۰/۲۵۹ و ضریب تعیین به دست آمده  $R^2 = ۰/۰۶۷$  مشاهده می شود که متغیر عامل رضایت و علاقه مندی، ۶۷٪ از تغییرات اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش را تعیین می کند.

پرسش پنجم: آیا بین عوامل آموزشی، مدیریتی، رضایت و علاقه مندی، وسایل آموزشی

و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش رابطه معنی داری وجود دارد؟



جدول (۹) آماره‌های خلاصه مدل رگرسیونی

مدل	ضریب همبستگی	ضریب تعیین ( $R^2$ )	انحراف استاندارد ضریب تعیین تصحیح شده
۱	۰/۴۱۶	۰/۱۷۳	۰/۶۱۶

با توجه به مقدار ضریب همبستگی ۰/۴۱۶ و ضریب تعیین به دست آمده  $R^2 = ۰/۱۷۳$  مشاهده می‌شود که متغیرهای بالا (مستقل)، ۱۷/۳٪ از تغییرات اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش را تعیین می‌کند.

جدول (۱۰) تحلیل واریانس مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مجموع مربعات	آماره فشر	سطح معنی‌داری
منبع تغییرات رگرسیونی	۱۴/۵۱۴	۴	۳/۶۲۸	۹/۵۷۶	۰/۰۰۰
منبع تغییرات خطا (باقیمانده‌ها)	۶۹/۳۴۳	۱۸۳	۰/۳۷۹		
جمع کل	۸۳/۸۵۶	۱۸۷			

با توجه به مقدار آماره  $F$  جدول تحلیل واریانس  $F = ۹/۵۷۶$  با درجه آزادی (۱۸۳ و ۴) با سطح معنی‌داری ۰/۰۰۰ و مقایسه این سطح معنی‌داری با  $\alpha = ۰/۰۵$  مشاهده می‌شود که عوامل آموزشی، مدیریتی، رضایت و علاقه مندی و وسایل کمک آموزشی بر اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش تأثیر گذار است.

### نتیجه گیری:

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین عوامل آموزشی، عوامل مدیریتی، رضایت و علاقه مندی معلمان و استفاده از وسایل آموزشی و اثربخشی درس تربیت بدنی و ورزش در مدارس رابطه معنی داری وجود دارد. مقایسه این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همخوانی دارد که از جمله می‌توان به پژوهش‌های ذیل اشاره کرد: پژوهش اکبرزاده (۱۳۷۸) که نشان

داد میزان تخصص و توانایی علمی و عملی معلمان تربیت بدنی، امکانات تربیت بدنی و میزان اهمیت دادن مدیران و مسؤولان مؤسسات آموزشی در بهبود برنامه‌های تربیت بدنی و ورزش مدارس مؤثر است و باوش (۱۳۷۹) که نشان داد تهیه و تدوین کتاب درس تربیت بدنی و ورزش و فراهم بودن محیط کاری مناسب در افزایش کارایی و اثربخشی درس تربیت بدنی مؤثر است و با مطالعات پازوکی (۱۳۶۲) که نشان داد که در تعیین اولویت اثربخشی درس تربیت بدنی مدارس، تهیه امکانات ورزشی و تامین معلم ورزش مقدم است و گلدانی مقدم (۱۳۷۵) که نشان داد وسایل و تجهیزات ورزشی مدارس متوسطه دولتی و غیرانتفاعی با معیار اداره کل تربیت بدنی آموزش و پرورش مطابقت ندارد و این امر کارایی عملکرد مدرسه در زمینه تربیت بدنی را کاهش داده است؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود که دست‌اندرکاران آموزش و پرورش در جهت بهبود عوامل آموزشی، عوامل مدیریتی، افزایش رضایت و علاقه مندی معلمان و استفاده از وسایل آموزشی در درس تربیت بدنی و ورزش در مدارس تلاش کنند.

## منابع

- ۱- افرشیم، علیرضا (۱۳۸۱). بررسی وضعیت آموزشی درس تربیت بدنی و ورزش دوره ابتدایی در استان مرکزی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مرکز، تهران .
- ۲- اکبر زاده، علی، ۱۳۷۸. بررسی شیوه‌های غنی سازی درس تربیت بدنی و ورزش در دوره‌های تحصیلی سه گانه شهرستان سراب پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرکز، تهران.
- ۳- بااوش، احمد (۱۳۷۹). بررسی دیدگاه معلمان تربیت بدنی و ورزش (زن و مرد) شهرستان بیجار در رابطه با عوامل مؤثر در افزایش کارایی آنها. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد جنوب، تهران.
- ۴- پازوکی، بهرام (۱۳۶۲)، بررسی مشکلات موجود درس تربیت بدنی مقاطع تحصیلی راهنمایی و دبیرستان استان تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران
- ۵- صائبی، محمد (۱۳۷۸). برنامه ریزی استراتژیک نیروی انسانی، تهران مرکز آموزش مدیریت دولتی.
- ۶- صمدی، بهمن و شیروانی، علیرضا (۱۳۷۷). مفهوم بهره وری و راه‌های ارتقای بهره وری نیروی انسانی، مجله تحول اداری، دوره پنجم، شماره ۱۹.
- ۷- گلدانی‌مقدم، مهدی (۱۳۷۵)، بررسی و مقایسه عوامل آموزشی درس تربیت بدنی از نظر مدیران و معلمان ورزش مدارس متوسطه پسرانه دولتی و غیرانتفاعی در شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تربیت مدرس
- ۸- لطیفی، حجت‌الله (۱۳۷۲)، بررسی و ارزشیابی وضعیت کنونی درس تربیت بدنی در شهرستان دزفول، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم انسانی
- ۹- مظلومی‌سادات، طاهره (۱۳۷۵)، ارائه یک چهار چوب نظری در خصوص اصول و معیارهای انتخاب محتوی درس تربیت بدنی بر اساس تجربیات یادگیری حرکتی در مقطع ابتدایی (از دیدگاه متخصصان، کارشناسان و معلمان تربیت بدنی در شهر تهران)، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته علوم تربیتی - رشته برنامه ریزی درسی دانشگاه تربیت معلم تهران
- ۱۰- مهدی زاده، رضا (۱۳۷۶). توصیف نظرات معلمان تربیت بدنی ورزش مدارس شهر اصفهان در

رابطه با برخی از عوامل مؤثر در افزایش اثربخشی آنها، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس

11- Argyris C. (1996). *Organizational Learning* , Reading Mass-Addison Wesley  
Cameron , Kims & Whetten.

12- Hoy Vaynk & cisil. J. Miske. (1991). *Theory Research and practice in educational admininstration* , Mc Graw-Hill , Inc Townsend. Towny (1994) *Efective schooling for community: core plus education.*