



Examination of the Realization of Purposes of Physical and Neuro-Muscular Domains of Physical Education in Students

Fatemeh Sadat Tabatabaei

English Language Teacher. PhD in TEFL, Farhangian University, tabatabaei_fa@yahoo.com

Jamal Fazel Kalkhoran

Associate Professor, Faculty of Sport Sciences and Health, University of Tehran. Jfazzel@ut.ac.ir

Mohammad Tollabi

PhD Student in Motor Behavior, Department of Sport Sciences and Health, University of Tehran, tollabi@ut.ac.ir

Alireza Babaei Mazreno*

Ministry of Education. Physical Education Instructor, alireza.babaei.m@gmail.com

Abstract

In this study, the realization of physical and neuro-muscular purposes of physical education in high school students of Yazd city has been examined. The research is a field research and its method is descriptive. The population was Yazd high school male students and a sample of 380 students was selected according to the Morgan-Kerejcie table. Based on the results, the purposes of physical and neuro-muscular development of physical education have been realized in high school male students. Therefore, it is suggested that physical education teachers continue to take into account the various aspects of physical fitness, sports skills and training the field of sports that are common in schools, and to promote these aspects.

Keywords: Physical Purposes, Neuro-Muscular Purposes, Physical Fitness, Sport Skills, Students.

Research Article

Cite this article: Tabatabaei, Fazel Kalkhoran, Tollabi & Babaei Mazraeno (2023) Examination of the Realization of Purposes of Physical and Neuro-Muscular Domains of Physical Education in Students, Vol.1, NO.1, Fall & Winter 2023, 131-140.

DOI: 10.30479/sshp.2023.19511.1024

Received on 28 October, 2023 **Accepted on** 29 January, 2024


© The Author(s).

Publisher: Imam Khomeini International University.


Corresponding Author: Alireza Babaei Mazraeno (alireza.babaei.m@gmail.com)




بررسی تحقق اهداف حیطه جسمانی و عصبی-عضلانی تربیت بدنی در دانش آموزان

فاطمه سادات طباطبائی 


دبیر زبان انگلیسی آموزشگاه‌های یزد. دکترای آموزش زبان انگلیسی، دانشگاه فرهنگیان. tabatabaei@ilam.ac.ir

جمال فاضل کلخوران 

دانشیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران. Jfazel@ut.ac.ir

محمد طالبی 

دانشجوی دکترای تخصصی رفتارحرکتی، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی، دانشگاه تهران. tollabi@ut.ac.ir

علیرضا بابایی مزرعه نو 

عضو رسمی آموزش و پرورش. دبیر تربیت بدنی آموزشگاه‌های یزد، alireza.babaei.m@gmail.com

چکیده

در این مقاله تحقق اهداف جسمانی و عصبی-عضلانی تربیت بدنی در دانش آموزان پسر مدارس متوسطه شهر یزد مورد بررسی قرار گرفته است. تحقیق از نوع تحقیقات میدانی و روش آن توصیفی است. جامعه آماری شامل دانش آموزان پسر مدارس متوسطه شهر یزد می‌باشند و نمونه شامل ۳۸۰ نفر، مطابق جدول مورگان-کریجسی می‌باشد. براساس نتایج اهداف تکامل جسمانی و عصبی-عضلانی تربیت بدنی در دانش آموزان پسر مدارس متوسطه تحقق یافته است. بنابراین پیشنهاد می‌شود که معلمان تربیت بدنی همچون گذشته جنبه‌های مختلف آمادگی جسمانی، مهارت‌های ورزشی و آموزش رشته‌های ورزشی رایج در مدارس را مورد توجه قرار داده و جهت ارتقاء آنها اهتمام نمایند.

واژگان کلیدی: اهداف جسمانی، اهداف عصبی-عضلانی، آمادگی جسمانی، مهارت‌های ورزشی، دانش آموزان.
مقاله پژوهشی

استناد: طباطبائی، فاضل کلخوران، طالبی و بابایی مزرعه نو (۱۴۰۲) بررسی تحقق اهداف حیطه جسمانی و عصبی عضلانی تربیت بدنی در دانش آموزان، دوفصلنامه علوم ورزشی و ارتقاء سلامت، مقاله پژوهشی، دوره ۱، شماره ۱، پیاپی ۱، پاییز و زمستان ۱۴۰۲، ۱۳۱-۱۴۰.



تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۸/۶ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۲/۱۱/۹

ناشر: دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره) © حق مؤلف نویسندگان

مقدمه

تربیت‌بدنی و ورزش از دید صاحب‌نظران اکثر مکاتب، بخش مهمی از تعلیم و تربیت را تشکیل می‌دهد (قراخانلو و همکاران، ۱۳۶۳: ۱۰۰). دانش‌آموزان قشر عظیمی از جمعیت جامعه ما را تشکیل می‌دهند و توجه به مشکلات و مسائل آنها نکته مهمی است چرا که هزینه زیادی برای تربیت و آموزش آنها مصرف می‌گردد تا آنها را آماده پذیرش مسئولیت برای جامعه فردا نماید.

برنامه صحیح و جامع تربیت‌بدنی می‌تواند هم‌پای دیگر برنامه‌های آموزشی، در طول سال‌های تحصیلی دانش‌آموز و حتی در دوران بزرگسالی بر سلامت جسم و روان او بیفزاید و به موقع از بسیاری از نارسائی‌ها و اختلالات، پیشگیری کند. هم‌اکنون تربیت-بدنی بخشی مهم و جداناپذیر از زندگی فردی و اجتماعی بسیاری از جوامع و ملت‌های امروز جهان را تشکیل می‌دهد. تربیت‌بدنی با تقویت و پرورش ابعاد گوناگون انسان در زمینه‌های اعتقادی، فکری، جسمی، مهارتی، عاطفی، فرهنگی و اجتماعی نقش بسیار مهم و حیاتی در زندگی بشر دارد که اهداف عمده آن عبارتند از: حفظ سلامت، بهداشت فردی و جمعی، رشد و تقویت جسم، آمادگی دفاعی، کسب شادی و نشاط و نیل به موفقیت در وظایف حرفه‌ای و شغلی (نوابی نژاد، ۱۳۷۳: ۲۸۷).

اهداف تربیت‌بدنی عبارتند از نتایج مطلوب حاصل از شرکت در یک برنامه کامل و منطقی تربیت‌بدنی. چهار هدف سنتی تربیت‌بدنی یعنی تکامل جسمانی، تکامل عصبی، تکامل شناختی و تکامل احساسی (عاطفی) که قبلاً اساس ویژگی‌های برنامه‌های مدارس و بچه‌های لازم‌التعلیم تعریف می‌شد. اهداف چهارگانه تربیت‌بدنی و ورزش در پرورش انسان کامل و متعادلی یک عنصر ارزشمند در اجتماع خواهد شد، موثرند. با اینکه اظهارات و گفته‌ها راجع به اهداف تربیت‌بدنی ورزش متفاوت است، ولی این اهداف در چهار طبقه جسمانی، عصبی عضلانی، شناختی و عاطفی (احساسی) قابل تفکیکند. که هدف تکامل جسمانی ساختن توان بدنی از طریق برنامه‌های تمرینی‌ای که موجب توسعه و تکامل سیستم‌های ارگانیکی مختلف بدن می‌شوند مربوط است و هدف تکامل عصبی و عضلانی، بهبود آگاهی از بدن و انجام حرکت جسمانی مفید با هزینه انرژی کمتر، حرکت آمیخته با مهارت و حس زیبایی شناسی و جذابیت در ارتباط است (وست و بوچر به نقل از آزاد، ۱۳۷۴: ۸۴).

اثرات جسمانی تربیت‌بدنی در مدارس از قبیل: کاهش دادن خطر بیماری قلب، افزایش آمادگی جسمانی، تقویت استخوان بندی، کمک به وزن متعادل و ارتقای شیوه زندگی فعال را ذکر می‌کند (پومبلا گاج و همکاران به نقل از جوادی پور، ۱۳۸۵).

نتایج در رابطه با مشکلات تربیت‌بدنی نشان می‌دهد که تامین رشد همه جانبه در ابعاد جسمانی، روانی، فکری، اخلاقی و عاطفی افراد که از اهداف ضروری تربیت‌بدنی است آن‌طور که شایسته‌است مورد توجه قرار نمی‌گیرد (همتی نژاد ۱۳۷۱: ۳۳). از طرفی برنامه‌های تنظیمی اداره کل تربیت‌بدنی وزارت آموزش و پرورش که در برگیرنده هدف‌های مطلوب تربیتی است در برخی مدارس به طور صحیح اجرا نمی‌شود (سجادی، ۱۳۷۱: ۳۸).

در شرایط فعلی اهداف مورد نظر از اجرای برنامه‌های تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی به نحو مطلوب تحقق نمی‌یابد و این امر موجبات ضعف در اجرای برنامه‌ها در دوره متوسطه و عدم دستیابی به اهداف کلی تربیت‌بدنی در آموزشگاه‌ها را فراهم آورده‌است (جلیلی، ۱۳۷۱: ۴۴). درس تربیت‌بدنی از اهداف اصلی خود که رساندن انسان به کمال مطلوب است فاصله گرفته‌است. برای رفع و اصلاح این مشکلات نیاز به تحقیقات گسترده در مورد درس تربیت‌بدنی در مدارس احساس می‌شود (شیرعلی، ۱۳۷۲: ۱۰۱). اهداف آموزشی درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی در سطح مهارتی تحقق یافته‌است (بیشتر از حد متوسط بوده است) و بین میانگین‌های دانش و مهارت دانش‌آموزان تفاوتی معنادار وجود دارد، میانگین مهارت دانش‌آموزان بیشتر از میانگین دانش آنها بوده‌است (صالحی عمران، ۱۳۹۴). توانایی دانش‌آموزان در درس تربیت‌بدنی را به‌طور کلی نسبتاً مطلوب می‌باشد (بهزادپور و موسی پور، ۱۳۸۲؛ فیلیز، ۲۰۱۲ و فاضلی فر ۱۳۸۳).

حدود ۵۰ درصد از زمان کلاس درس تربیت‌بدنی به فعالیت‌های فیزیکی پرداخته می‌شود و بالابردن تعامل بین معلم و دانش‌آموز و بالابردن سطوح آموزشی و تمرینی مهارت‌های تربیت‌بدنی باعث افزایش فعالیت فیزیکی در کلاس درس تربیت‌بدنی می‌شود و افزایش فعالیت بدنی در کلاس تربیت‌بدنی پیامدهای خوبی در زندگی آینده دانش‌آموزان داشته‌باشد (دادلی^۱، ۲۰۱۲). دانش‌آموزان به حرکات موزون، یادگیری مهارت‌های ورزشی و بازی، علاقه بیشتری دارند ولی برنامه آمادگی جسمانی و دو و میدانی را ناخوشایند می‌دانند (بارنت^۲، ۱۹۹۰).

تحقیقات انجام شده در بررسی نحوه اجرای درس تربیت‌بدنی در مدارس کشور نقاط ضعف بسیاری را نشان می‌دهد، حقیقت این است که درس تربیت‌بدنی با نارسایی‌ها و کاستی‌های فراوانی روبرو است و آن چنان‌که شایسته‌است از ارزش لازم برخوردار نمی‌باشد. طبعاً تأثیرات آن نیز ناکافی و زودگذر است. بیشتر فعالیت‌های تربیت‌بدنی در

-
1. Dudley
 2. Burnett

جهت قهرمان پروری صورت می‌گیرد که تعداد محدودی از دانش‌آموزان در آن شرکت می‌کنند و در کل هدف‌های اصلی تربیت‌بدنی فراموش شده‌است (اسکندری، ۱۳۸۶: ۵۹). با توجه به پژوهش‌های بالا، در این مقاله قصد داریم که به بررسی "تحقق اهداف جسمانی و عصبی-عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان پسر مدارس متوسطه شهر یزد" پرداخته و بدانیم که آیا اهداف جسمانی و عصبی-عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان تحقق یافته‌است یا خیر؟ بنابراین در پی جوابگویی به این سوالات هستیم که:

- ۱- آیا هدف تکامل جسمانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان تحقق یافته‌است؟
- ۲- آیا هدف تکامل عصبی-عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان تحقق یافته‌است؟

روش تحقیق

این تحقیق از نظر مکان اجرا میدانی و از نظر هدف کاربردی می‌باشد و روش تحقیق آن، توصیفی است.

جامعه آماری

جامعه آماری پژوهش شامل تمام دانش‌آموزان پسر دوره‌های روزانه اول و دوم متوسطه شهر یزد می‌باشد که بالغ بر ۳۹۳۸۷ نفر می‌باشند.

حجم نمونه و روش نمونه‌گیری

حجم نمونه مورد مطالعه مطابق جدول مورگان-کریجسی (۱۹۷۰) ۳۸۰ نفر می‌باشد. که با توجه به توزیع افراد در جامعه آماری از لیست مدارس متوسطه بصورت خوشه ای تصادفی هشت مدرسه انتخاب شد سپس به نسبت دانش‌آموزان موجود در دوره‌هایی اول و دوم متوسطه و پایه‌های تحصیلی بصورت تصادفی نمونه مشخص شد. بعد با مراجعه به مدارس، آزمون‌های آمادگی جسمانی و مهارت‌های ورزشی اجرا گردید.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات

آزمون‌های آمادگی جسمانی: برای بعد جسمانی هفت آزمون آمادگی جسمانی و تندرستی شامل: دراز و نشست، بارفیکس ایستاده، بارفیکس اصلاح شده، دو سرعت ۴×۹، انعطاف پذیری، دو ۵۴۰ متر و دو ۱۶۰۰ متر می‌باشد و رکوردهای آن براساس نمرات استاندارد تی محاسبه شده و مطابق نرم‌های آمادگی جسمانی، امتیاز قابل قبول برای مجموع آن ۴۲۰ و بالاتر می‌باشد.

آزمون‌های مهارت ورزشی: چهار آزمون مهارت ورزشی شامل: دریبل و شوت به دروازه فوتبال، دریبل و کنترل در بسکتبال و پنجه‌زدن و ساعد گرفتن در والیبال می‌باشد

که رکوردهای آن بر اساس نمرات استاندارد تی محاسبه شده و مطابق نرم‌های استاندارد مهارتی امتیاز قابل قبول برای مجموع آن ۲۸۰ و به بالاتر می‌باشد.

روایی ۱ و پایایی ۲

روایی و پایایی آزمون‌های آمادگی جسمانی و مهارت‌های ورزشی که همگی از آزمون‌های استاندارد بوده و روایی و پایایی قابل قبولی را داشته‌اند که پایایی آزمون انعطاف‌پذیری، ۰/۷۳؛ کشش بارفیکس ایستاده، ۰/۹۹؛ آزمون درازونشست، ۰/۹۴؛ آزمون دو ۵۴۰ متر، ۰/۹۲؛ آزمون دربیبل بسکتبال، ۰/۹۸؛ آزمون دربیبل فوتبال و آزمون والیبال، در حد قابل قبول گزارش شده است (هادوی، ۱۳۷۷: ۳۰-۱۷۳).

روشهای آماری

برای جوابگویی به سوالات پژوهش با تجزیه و تحلیل اطلاعات بدست آمده از ابزار-های پژوهش از آمار استنباطی پارامتریک، آزمون تی یک نمونه‌ای استفاده شده است.

یافته‌های پژوهش

سوال اول

آیا هدف تکامل جسمانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان تحقق یافته است؟ با توجه به جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیر آزمون به ترتیب ۴۵۶/۳ و ۵۵/۴ می‌باشد و ضمناً اختلاف میانگین با مقدار ثابت برابر ۳۶/۳ می‌باشد.

جدول ۱- نتایج آزمون تی یک نمونه متغیر آزمون‌های آمادگی جسمانی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	مقدار ثابت	تفاوت از میانگین	مقدار تی	درجات آزادی	سطح معناداری (دو دامنه)
آزمون‌های آمادگی جسمانی	۴۵۶/۳	۵۵/۴	۴۲۰	۳۶/۳	۱۵/۸	۳۷۹	۰/۰۰۰

همان‌گونه که جدول ۱ نشان می‌دهد میانگین به‌طور معنی‌داری با مقدار قابل قبول (۴۲۰) اختلاف دارد $P < ۰/۰۰۱$ و $t(۳۷۹) = ۱۵/۸$. اندازه اثر $d = ۰/۸$ اشاره به یک اثر زیاد دارد که هدف تکامل جسمانی در دانش‌آموزان تحقق یافته است.

سوال دوم

آیا هدف تکامل عصبی-عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان تحقق یافته است؟ با توجه به جدول ۲ میانگین و انحراف معیار متغیر آزمون به ترتیب برابر ۳۳۷/۵ و ۵۷/۸ می‌باشد و ضمناً اختلاف میانگین آزمون‌های مهارتی با مقدار قابل قبول ۵۷/۵ می‌باشد.

1. Validity

2. Reliability

جدول ۲- نتایج آزمون تی یک نمونه متغیر آزمون‌های مهارتی تربیت‌بدنی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	مقدار ثابت	تفاوت میانگین	از مقدار تی	درجات آزادی	سطح معناداری (دو دامنه)
مهارت‌های تربیت‌بدنی	۳۳۷/۵	۲۵/۸	۲۸۰	۵۷/۵	۲۳/۷	۳۷۹	۰/۰۰۰

نتایج آزمون تی در جدول ۲، نشان می‌دهد که میانگین به‌طور معنی‌داری با مقدار ثابت اختلاف دارد. $P < ۰/۰۰۱$ ، $t(۳۷۹) = ۲۳/۷$. اندازه اثر ($d = ۱/۳$) اشاره به یک اثر زیاد دارد که هدف تکامل عصبی و عضلانی در دانش‌آموزان تحقق یافته‌است.

بحث و نتیجه‌گیری

میانگین ($۴۵۶/۳$) و انحراف معیار ($۵۵/۴$) آزمون‌های آمادگی جسمانی به‌طور معنی‌داری با مقدار قابل قبول (۴۲۰) اختلاف دارد $P < ۰/۰۰۱$ و $t(۳۷۹) = ۱۵/۸$. اندازه اثر اشاره به یک اثر زیاد دارد بنابراین بر اساس این نتایج هدف تکامل جسمانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان پسر مدارس متوسطه تحقق یافته‌است. اهداف آموزشی درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی در سطح تکامل جسمانی تحقق پیدا کرده‌است. (صالحی عمران، ۱۳۹۴) که با تحقیق حاضر همخوانی دارد. همچنین نتایج حاصل از پژوهش‌ها، توانایی دانش‌آموزان در درس تربیت‌بدنی را نسبتاً مطلوب عنوان کردند (بهزادپور و موسی پور، ۱۳۸۲؛ فیلیز ۲۰۱۲؛ دادلی، ۲۰۱۲ و فاضلی فر ۱۳۸۳) که با تحقیق حاضر همخوانی دارد. به‌نظر محققان به علت علاقه‌ای که دانش‌آموزان به درس تربیت‌بدنی و آمادگی بدن خود دارند و همچنین حضور معلمان متخصص تربیت‌بدنی در مدارس، از جمله مواردی است که باعث می‌شود اهداف تکامل جسمانی تربیت‌بدنی در مدارس تحقق یابد.

میانگین ($۳۳۷/۵$) و انحراف معیار ($۲۵/۸$) آزمون‌های مهارتی به‌طور معنی‌داری با مقدار قابل قبول (۲۸۰) اختلاف دارد $P < ۰/۰۰۱$ و $t(۳۷۹) = ۲۳/۷$. اندازه اثر ($d = ۱/۳$) اشاره به یک اثر زیاد دارد بنابراین بر اساس این نتایج هدف تکامل عصبی-عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان پسر مدارس متوسطه تحقق یافته‌است. اهداف آموزشی درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی در سطح مهارت تحقق پیدا کرده‌است (صالحی عمران، ۱۳۹۴). که با تحقیق حاضر همخوانی دارد. همچنین نتایج حاصل از پژوهش‌ها، توانایی دانش‌آموزان در درس تربیت‌بدنی را نسبتاً مطلوب عنوان کردند (بهزادپور و موسی پور، ۱۳۸۲؛ فیلیز ۲۰۱۲؛ دادلی، ۲۰۱۲ و فاضلی فر ۱۳۸۳) که با تحقیق حاضر همخوانی دارد. پژوهشی دیگر نشان داد که دانش‌آموزان به حرکات موزون، یادگیری

مهارت‌های ورزشی و بازی، علاقه بیشتری دارند. که این خود باعث انجام بهتر مهارت‌های ورزشی توسط دانش‌آموزان شده و در جهت تحقق اهداف تکامل عصبی - عضلانی موثر است (بارنت، ۱۹۹۰). و از نظر محققان به علت علاقه‌ای که دانش‌آموزان به درس تربیت‌بدنی و مهارت‌های ورزشی دارند و همچنین حضور معلمان متخصص تربیت‌بدنی در مدارس و جاذبه‌هایی که مهارت‌های ورزشی دارند و همچنین با توجه به تبلیغات و پخش بازی‌ها و مهارت‌های ورزشی در رسانه‌ها از جمله مواردی است که باعث می‌شود اهداف تکامل عصبی - عضلانی تربیت‌بدنی در مدارس تحقق یابد.

با توجه به نتایج پژوهش مبنی بر تحقق اهداف تکامل جسمانی و تکامل عصبی - عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان پیشنهاد می‌شود که معلمان تربیت‌بدنی همچون گذشته جنبه‌های مختلف آمادگی جسمانی، مهارت‌های ورزشی و آموزش رشته‌های ورزشی رایج در مدارس را مورد توجه قرار داده و جهت ارتقاء آنها اهتمام نمایند.

تقدیر و تشکر

از همکاران و دانش‌آموزانی که در اجرای پژوهش مساعدت داشتند صمیمانه سپاسگزاریم. در ضمن پژوهش، با اعتبارات مالی شورای تحقیقات اداره کل آموزش و پرورش استان یزد انجام گرفته است که از اعضای محترم آن شورا، جهت حمایت‌های علمی و مالی، تشکر و قدردانی می‌شود.

کتابنامه

آزاد، احمد. (۱۳۷۶). مبانی تربیت‌بدنی و ورزش. انتشارات نور حکمت.
اسکندری، حسین. (۱۳۸۶). شناسایی و تهیه برنامه درسی متناسب با استعدادهای متنوع دانش‌آموزان در حوزه تربیت‌بدنی در دوره راهنمایی و متوسطه. تهران: موسسه پژوهشی برنامه ریزی درسی و نوآوری آموزشی.
بهباد پور، فرزانه و موسی پور، نعمت‌الله. (۱۳۸۲). ارزشیابی اجرای درس تربیت‌بدنی در مدارس متوسطه ناحیه ۲ کرمان. مجموعه مقالات چهارمین همایش علمی تربیت‌بدنی و تندرستی مدارس. تهران: انتشارات دفتر تحقیق و توسعه.
بوام گارتتر، تدای. جکسون، آندرواس. (۱۹۹۱). سنجش و اندازه‌گیری در تربیت‌بدنی. (ترجمه حسین سپاسی و پریوش نوربخش، ۱۳۷۶). تهران: سمت.
جلیلی، قوام‌الدین. (۱۳۷۱). بررسی عوامل مانع پیشرفت درس تربیت‌بدنی. خلاصه تحقیقات. واحد پژوهش و تحقیق و برنامه ریزی. تهران: اداره کل تربیت‌بدنی.

بررسی تحقق اهداف حیطة جسمانی و عصبی-عضلانی تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان/۱۳۹

جوادی پور، محمد. (۱۳۸۵). نظر گاهها رویکردها و الگوهای طراحی برنامه درسی تربیت بدنی دوره ابتدایی. فصلنامه پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم و تحقیقات و فناوری.

دهقانی، محمد رضا. (۱۳۷۹). تربیت بدنی مدارس راهنمایی از دیدگاه مدیران مدارس، معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان شهرستان میبد. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.

سجادی، سید نصراله. (۱۳۷۱). بررسی نحوه اجرای درس تربیت بدنی در مدارس. خلاصه تحقیقات. واحد پژوهش و تحقیق برنامه ریزی. تهران: اداره کل تربیت بدنی.

شیرعلی، محسن. (۱۳۷۲). بررسی و ارزشیابی وضعیت موجود درس تربیت بدنی در مدارس. خلاصه مقالات. واحد پژوهش و تحقیق و برنامه ریزی. تهران: اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش.

صالحی عمران، ابراهیم؛ جوادی پور، محمد و محمدی زاد سمیه. (۱۳۹۴). بررسی میزان تحقق اهداف آموزشی درس تربیت‌بدنی مدارس دوره ابتدایی. مدیریت و توسعه ورزش. جلد. ۴، شماره. ۲، ص. ۱۳۵-۱۲۴.

علاقه مند، علی. (۱۳۶۲). مقدمات مدیریت آموزشی. تهران: نشر روان.

فاضلی فر، سعید. (۱۳۸۳). بررسی مقایسه ای آمادگی جسمانی دانش‌آموزان پسر ۱۱ تا ۱۳ ساله شهرستان آمل. فصلنامه حرکت.

قراخانلو، رضا و همکاران. (۱۳۶۶). مباحثی در مبانی تربیت بدنی. تهران: جهاد دانشگاهی.

نوابی نژاد، شکوه. (۱۳۷۳). ورزش دختران در مدارس و تنگناهای موجود در راه توسعه آن. مجموعه مقالات. معاونت مطالعات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش. تهران: اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش.

هادوی، فریده. (۱۳۷۷). اندازه گیری و ارزشیابی در تربیت بدنی. تهران: دانشگاه تربیت معلم.

همتی نژاد، مهرعلی. (۱۳۷۱). تجزیه و تحلیل و ارزشیابی برنامه های تربیت بدنی مدارس متوسطه. خلاصه تحقیقات. واحد پژوهش و تحقیق و برنامه ریزی. تهران: اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش.

وست، دبورآ و بوچر، چارلز آ. (?). مبانی تربیت بدنی و ورزش. (ترجمه احمد آزاد، ۱۳۷۴). تهران: کمیته فنی المپیک جمهوری اسلامی ایران.

- Burnett, V. (1990). The Experience and perception of physical Education by children in Venda Schools. JOPERD.
- Dudley, D. (2012). Physical activity levels and movement skill instruction in secondary school physical education. Journal of Science and Medicine in Sport. 15(3), 132-137.
- Filiz, A. (2012). The comparison of public and private primary schools children physical fitness. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 46, 4703-4707.