

پژوهش در تربیت بدنی مدارس

(مطالعه موردی هنرستان‌های تربیت بدنی)

محسن مومنی



انتشارات مینوفر
Minufar.ir

مشهد مقدس - ۱۳۹۵



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

- سرشناسه : مومنی، محسن، ۱۳۵۷ -
- عنوان و نام پدیدآور : پژوهش در تربیت بدنی مدارس (مطالعه موردی هشتاد و پنج استان های تربیت بدنی) / محسن مومنی.
- مشخصات نشر : مشهد: مینوفر، ۱۳۹۵.
- مشخصات ظاهری : ۱۷۰ ص: جدول.
- شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۶۰-۳۵-۲ ریال: ۱۵۰۰۰۰
- وضعیت فهرست نویسی : فیا
- یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۵۳-۱۶۵.
- موضوع : ورزش مدارس -- ایران -- تهران -- نمونه پژوهی
- موضوع : Iran -- Tehran -- Case studies School Sports
- شناسه افزوده : بنیاد علمی اندیشه های شهید مصطفی احمدی روشن؛ ش. ت ۳۰۵
- رده بندی کنگره : ۱۳۹۵/م۱پ۴/۷۳۴۶
- رده بندی دیویی : ۷۹۶/۰۷۱۰۹۵۵
- شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۳۵۵۶۲



پژوهش در تربیت بدنی مدارس (مطالعه موردی هنرستانهای تربیت بدنی)

نویسنده: محسن مومنی

طرح جلد و صفحه‌آرایی: مینوفر
دبیر: بنیاد علمی اندیشه‌های شهید مصطفی احمدی‌روشن

قطع و شمارگان: وزیری، ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۵

چاپ و صحافی: دقت

ناشر: مینوفر

شابک: ۹۷۸-۰-۸۰۶۰-۳۵-۲

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

تمام حقوق مادی و معنوی چاپ و نشر این اثر برای مولف، بنیاد اندیشه‌های علمی شهید مصطفی احمدی‌روشن و انتشارات مینوفر محفوظ است.

انتشارات مینوفر: مشهد مقدس، بلوار جلال‌آل‌احمد، جلال ۶۹، پ ۱۱۶، ص پ: ۹۱۸۹۵-۱۷۵۵

همراه: ۰۹۳۵۲۱۶۲۷۵۵ و ۰۹۱۲۰۶۸۲۷۵۵ - تلفن و دورنگار: ۰۵۱-۳۸۳۳۵۵۳

سایت: www.minufar.ir - ایمیل: minufar@yahoo.com

فهرست مطالب

صفحه	عناوین
۱۵	پیشگفتار
۱۷	مقدمه
۲۷	ضرورت و اهمیت پژوهش
۳۳	تعریف واژه‌ها و اصطلاحات
۳۶	فصل اول
۳۶	پیشینه پژوهش در زمینه درس تربیت بدنی مدارس
۳۶	۱-۱: مقدمه
۳۷	۲-۱: مبانی نظری پژوهش
۳۸	۱-۲-۱: تفاوت تربیت بدنی و ورزش
۴۰	- تربیت بدنی
۴۲	- ورزش
۴۴	۲-۲-۱: تربیت بدنی و آموزش و پرورش



- ۳-۲-۱: اهداف تربیت بدنی ----- ۴۹
- ۴-۲-۱: اهداف تربیت بدنی در مدارس ----- ۵۳
- ۵-۲-۱: اهداف رفتاری در تربیت بدنی ----- ۵۵
- ۶-۲-۱: نقش نگرش دانش آموزان و والدین در تنظیم اهداف ----- ۵۷
- جدول ۲-۱: مفاهیم کلیدی برای توصیف یک رفتار در سه حیطه شناختی، عاطفی و روانی - حرکتی ----- ۵۷
- ۷-۲-۱: مواد برنامه های تربیت بدنی و ورزش در مدارس ----- ۵۹
- ۸-۲-۱: عوامل مؤثر در طراحی برنامه های تربیت بدنی در مدارس ----- ۶۱
- ۹-۲-۱: محتوای درس تربیت بدنی در مدارس ----- ۶۲
- ۱۰-۲-۱: برنامه مواد یک جلسه تدریس درس تربیت بدنی ----- ۶۵
- ۱۱-۲-۱: تاریخچه تربیت بدنی و ورزش در مدارس کشورهای دیگر ----- ۶۸
- ۱۲-۲-۱: وضعیت جهانی درس تربیت بدنی در مدارس ----- ۷۴
- ۱۳-۲-۱: شکل گیری تربیت بدنی آموزش و پرورش ایران ----- ۷۹
- ۱۴-۲-۱: تأسیس دانشسرای مقدماتی تربیت بدنی ----- ۸۰
- ۱۵-۲-۱: تاریخچه تأسیس هنرستان های تربیت بدنی و ورزش در ایران ----- ۸۱
- ۳-۱: پیشینه پژوهش ----- ۸۳
- ۱-۳-۱: پژوهشهای انجام شده در داخل کشور ----- ۸۳
- ۲-۳-۱: مطالعات انجام شده در خارج از کشور ----- ۹۹



۱-۴: جمع‌بندی	۱۰۵
فصل دوم	۱۰۶
روش‌شناسی پژوهش	۱۰۶
۱-۲: مقدمه	۱۰۶
۲-۲: روش پژوهش	۱۰۷
۳-۲: جامعه‌نمایی	۱۰۸
۴-۲: حجم نمونه و روش نمونه‌گیری	۱۰۸
۵-۲: ابزار جمع‌آوری اطلاعات	۱۰۸
جدول ۱-۳: مشخصات پرسشنامه تحقیق	۱۰۹
۶-۲: روایی و پایایی	۱۰۹
۷-۲: شیوه جمع‌آوری اطلاعات	۱۱۰
۸-۲: روش تجزیه و تحلیل اطلاعات	۱۱۰
فصل سوم	۱۱۲
تجزیه و تحلیل یافته‌ها	۱۱۲
۱-۳: مقدمه	۱۱۲
۲-۳: توصیف ویژگی‌های دموگرافیک نمونه‌های تحقیق	۱۱۳
۳-۲-۱: توصیف نمونه‌های تحقیق در متغیر جنسیت	۱۱۴
جدول ۴-۱: توزیع فراوانی نمونه‌های تحقیق در متغیر جنسیت	۱۱۴



- ۲-۲-۳: توصیف نمونه‌های تحقیق در متغیر مقطع تحصیلی ----- ۱۱۴
- جدول ۲-۴: توزیع فراوانی نمونه‌های تحقیق در متغیر مقطع تحصیلی --- ۱۱۴
- ۳-۳: آمار توصیفی متغیرهای تحقیق ----- ۱۱۵
- جدول ۳-۴: آمار توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق از دید دانش آموزان ۱۱۵
- جدول ۴-۴: آمار توصیفی متغیرهای تحقیق از دید معلمان و مدیران ----- ۱۱۶
- ۳-۳: تحلیل‌های استنباطی داده‌های پژوهش ----- ۱۱۶
- ۱-۳-۳: آزمون کرار و رمال بودن متغیرها ----- ۱۱۶
- جدول ۵-۴: آزمون کرلوف اسمیرنف جهت طبیعی بودن متغیرهای تحقیق ----- ۱۱۷
- ۲-۳-۳: تحلیل استنباطی داده‌های مربوط به سوالات تحقیق ----- ۱۱۸
- ۱-۲-۳-۳: آیا تاسیسات و امکانات هنرستان‌های تربیت بدنی تهران در وضعیت مناسبی قرار دارند؟ ----- ۱۱۸
- جدول ۶-۴: نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای ----- ۱۱۸
- ۲-۲-۳-۳: آیا کتب و منابع آموزشی هنرستان‌های تربیت بدنی تهران در وضعیت مناسبی قرار دارند؟ ----- ۱۱۹
- جدول ۷-۴: نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای ----- ۱۱۹
- ۳-۲-۳-۳: آیا دسترسی به هنرستان‌های تربیت بدنی تهران در وضعیت مناسبی قرار دارند؟ ----- ۱۲۰



- جدول ۴-۸: نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای ----- ۱۲۰
- ۳-۲-۴: آیا آگاهی دانش آموزان در رابطه با رشته تربیت بدنی قبل از ورود به هنرستان‌های تربیت بدنی تهران در وضعیت مناسبی قرار دارند؟ ----- ۱۲۱
- جدول ۴-۹: نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای ----- ۱۲۱
- ۳-۲-۵: آیا کیفیت تدریس مدرسان هنرستان‌های تربیت بدنی تهران در وضعیت مناسبی قرار دارند؟ ----- ۱۲۲
- جدول ۴-۱۰: نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای ----- ۱۲۲
- ۳-۲-۶: آیا زمان آموزش دانش آموزان هنرستان‌های تربیت بدنی تهران در وضعیت مناسبی قرار دارند؟ ----- ۱۲۲
- جدول ۴-۱۱: نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای ----- ۱۲۳
- ۳-۲-۷: بین دیدگاه دانش آموزان و معلمان در مورد وضعیت تاسیسات و امکانات هنرستان‌های تربیت بدنی تهران اختلاف معنی داری وجود دارد؟ ۱۲۳
- جدول ۴-۱۲: نتایج آزمون تی مستقل ----- ۱۲۴
- ۳-۲-۸: بین دیدگاه دانش آموزان و معلمان در مورد وضعیت کتبی و نصاب آموزشی هنرستان‌های تربیت بدنی تهران اختلاف معنی داری وجود دارد؟ ۱۲۴
- جدول ۴-۱۳: نتایج آزمون تی مستقل ----- ۱۲۵
- ۳-۲-۹: بین دیدگاه دانش آموزان و معلمان در مورد وضعیت دسترسی به هنرستان‌های تربیت بدنی تهران اختلاف معنی داری وجود دارد؟ ----- ۱۲۵



جدول ۴-۱۴: نتایج آزمون تی مستقل-----۱۲۶

۳-۲-۱۰: بین دیدگاه دانش آموزان و معلمان در مورد وضعیت آگاهی دانش آموزان در رابطه با رشته تربیت بدنی قبل از ورود به هنرستان‌های تربیت بدنی

تهران اختلاف معنی داری وجود دارد؟-----۱۲۶

جدول ۴-۱۵: نتایج آزمون تی مستقل-----۱۲۷

۳-۲-۱۱: بین دیدگاه دانش آموزان و معلمان در مورد وضعیت و کیفیت

تدریس مدارس هنرستان‌های تربیت بدنی تهران اختلاف معنی داری وجود

دارد؟-----۱۲۷

جدول ۴-۱۶: نتایج آزمون تی مستقل-----۱۲۸

۳-۲-۱۲: بین دیدگاه دانش آموزان و معلمان در مورد زمان آموزش دانش

آموزان هنرستان‌های تربیت بدنی تهران اختلاف معنی داری وجود دارد؟-----۱۲۸

جدول ۴-۱۷: نتایج آزمون تی مستقل-----۱۲۹

۳-۲-۱۳: بین مولفه‌های مربوط به وضعیت هنرستان‌های تربیت بدنی تهران

اولویت معنی داری وجود دارد؟-----۱۲۹

جدول ۴-۱۸: نتایج آزمون فریدمن-----۱۳۰

فصل چهارم-----۱۳۱

بحث و نتیجه‌گیری-----۱۳۱

۴-۱: مقدمه-----۱۳۱



- ۲-۴: خلاصه پژوهش ----- ۱۳۲
- ۳-۴: یافته‌های پژوهش ----- ۱۳۳
- ۱-۳-۴: خلاصه یافته‌ها ----- ۱۳۳
- ۲-۳-۴: یافته‌های توصیفی ----- ۱۳۵
- ۳-۳-۴: یافته‌های استنباطی ----- ۱۳۶
- ۴-۴: بحث و نتیجه‌گیری ----- ۱۳۹
- ۵-۴: پیشنهادها و خواسته از پژوهش ----- ۱۴۹
- منابع ----- ۱۵۳
- پیوست‌ها ----- ۱۶۷

پیشگفتار

تربیت بدنی و فعالیت‌های بدنی در عصر حاضر که زندگی ماشینی تمامی افراد بشر را درگیر خود کرده است، می‌توان به عنوان یک راهگشای خوب و یک عامل مهم در برون رفت از مسائل و مشکلات روحی، روانی و جسمی افراد جامعه باشد. به همین دلیل لازم است که مطالعات و تحقیقات گسترده‌ای در این حوزه صورت پذیرد، در این کتاب سعی شده است که به این مسأله در مدارس پرداخته شود زیرا دانش‌آموزان به عنوان آینده سازان این کشور باید از سلامت جسمی و روحی، روانی لازم برخوردار باشند، تا بتوانیم در آینده جامعه سرزنده و پویا داشته باشیم.

آموزش و پرورش به عنوان متولی امر آموزش به کودکان و نوجوانان این مرز و بوم، وظیفه دارد همانطور که در مورد مسائل آموزشی و تربیتی دانش‌آموزان، حاصل است نسبت به مسائل جسمی و روحی، روانی آنها نیز توجه لازم را بنماید. البته در سال‌های اخیر با برنامه‌ریزی‌های مختلف سعی شده است که معضل کم تحرکی دانش‌آموزان تا حدودی رفع گردد، که جا دارد از آموزش و پرورش بابت این حرکت سازنده تشکر کرد. اما به نظر می‌رسد که به تلاش بیشتری در این حوزه و تغییر نگرش مسئولین و دست‌اندرکاران و همچنین تغییر نگرش والدین نسبت به تربیت بدنی و ورزش در مدارس نیاز است.



کتاب حاضر شامل مواردی در حوزه تربیت بدنی و ورزش در مدارس می باشد و به بررسی مسائل و مشکلات موجود در این حوزه می پردازد. و همچنین در این کتاب از پژوهش های صورت گرفته در داخل و خارج کشور که در حوزه تربیت بدنی و ورزش مدارس انجام شده، استفاده شده است. تاریخچه ورزش و تربیت بدنی در دوره های تاریخی مختلف در این کتاب مورد ارزیابی قرار گرفته است.

امیدوارم مطالب این کتاب بتواند کمکی هر چند کم به برنامه ریزان حوزه تربیت بدنی مدارس باشد و همچنین برای مسئولین و دست اندرکاران امر ورزش و تربیت بدنی در وزارت خانه های ورزش و آموزش و پرورش، معلمان تربیت بدنی، دانشجویان رشته تربیت بدنی و تمامی کسانی که به هر طریقی در حوزه تربیت بدنی و ورزش، مشغول آموزش و تربیت نوجوانان و نونهالان این مرکز می باشند، مورد استفاده قرار گیرد.

به امید داشتن جامعه ای سربلند و ساینده برای تعالی کشور عزیزمان ایران

محسن مومنی

مقدمه

دانش آموزان از وزه مسئولین و بزرگسالان فردای یک کشور می‌باشند. دستگاه آموزش و پرورش به عنوان متولی آموزش این قشر عظیم از جمعیت کشور، وظائف سنگینی در قبال تربیت آنها به عهده دارد و باید آنان را برای زندگی کامل و در تمامی ابعاد تربیت کند. در یک جامعه مفید و مؤثر، متخصصین امور باید بکوشند که کیفیت آموزش و پرورش را برای نوجوانان که امیدهای آینده کشور در سازندگی هستند، ارفع از حد امروزه، با وجود اینکه برنامه‌ریزی برای گسترش آموزش و پرورش در کشور، ای در حال توسعه بهبود یافته است، لیکن به جای دگرگونی‌های اساسی در کیفیت، گسترش کمی بیشتری به چشم می‌خورد. (تقی پور، ۱۳۸۰).

هنرستان‌های تربیت بدنی به عنوان بخشی از بدنه آموزش و پرورش کشور جهت پرورش و تربیت نیروی انسانی مورد نیاز بخش تربیت بدنی کشور، تربیت نیروهای مستعد به منظور پشتیبان‌سازی تیم‌های محلی و



منطقه‌ای و ملی و آماده کردن افراد واجد شرایط برای ورود به دانشکده‌های تربیت بدنی و علوم ورزشی و همچنین مراکز تربیت معلم، در سال ۱۳۷۳ پس از تصویب اساسنامه آن در سال ۱۳۷۲ تأسیس گردید (طهماسبی، ۱۳۹۰). با توجه به هدف تأسیس این هنرستان‌ها که همانا پرورش افرادی مستعد و علاقمند می‌باشد، آموزش و پرورش باید توجه ویژه‌ای به این هنرستان‌ها داشته باشد و تمامی امکانات و ملزومات لازم برای این رشته را فراهم نماید. برای آگاهی از وضعیت هنرستان‌ها یکی از راهها، تحقیق و پژوهش، در خصوص این هنرستان‌ها می‌باشد که از طریق آن مسئولین امر به کمی و کاستی‌های موجود پی برده و در صورت لزوم رفع این کم و کاستی‌ها برابند. با توجه به اهمیت این موضوع و تحقیقات بسیار کم در مورد هنرستان‌های تربیت بدنی که بیشتر این تحقیقات نیز به مقایسه این هنرستان‌ها با مدارس دیگر پرداخته‌اند و کمتر به مشکلات و دغدغه‌های پیش روی این مراکز اشاره نموده‌اند، بنابراین تحقیق حاضر را در این مورد انجام دادیم تا کمکی هر چند کم به دست اندرکاران، مسئولین و برنامه ریزان این حوزه کرده باشیم.

بدون تردید ورزش یکی از پدیده‌های اجتماعی است که در همه جوامع به صورت یک نیاز انسانی و فرهنگی از اولویت بالایی برخوردار است. تربیت بدنی و ورزش به طور عام و ورزش قهرمانی به طور خاص نیز برای دانش‌آموزان به عنوان نیمی از پیکره جامعه حائز اهمیت بسیار است؛ زیرا



پیشرفت و توسعه جامعه ما به قدرت و توانایی‌های مختلف همه اعضای آن بستگی دارد. تربیت بدنی جریانی است تربیتی که هدف آن بهبود اجرا و عملکرد بشر، تکامل بخشیدن از طریق فعالیت جسمانی مناسب است. تربیت بدنی کسب مهارت‌های حرکتی، حفظ آمادگی جسمانی به منظور تندرستی همه جانبه، نیل به دانش و توسعه و برداشت مثبت از فعالیت‌های جسمانی را در نظر دارد. ریگلر معتقد است که نه تنها در دوران کودکی و جوانی و دانشگاه، بلکه در سراسر دوران زندگی انسان‌ها، در این حرفه باید رسالت خود را انجام داد. بدنی معنی که معلمین تربیت بدنی و مسؤولین مربوط باید در خدمت دانش‌آموزان در تمام رده‌های سنی با خصوصیات و ویژگی‌های مختلف باشند. درس تربیت بدنی در این دوره آموزشی برای رسیدن به اهداف نظام آموزش و پرورش از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. به دلیل داشتن ماهیت عملی و ویژگی منحصر به فرد آن و همچنین به علت سازگار بودن با نیازهای فطری و تمایلات ذاتی دانش‌آموزان، می‌تواند به عنوان وسیله‌ای بسیار مؤثر جهت رسیدن به اهداف تعلیم، تربیت و تربیت جسمانی مورد استفاده قرار گیرد (روی، ۲۰۱۰).

نقش عمده یک نظام آموزشی عبارت است از: برآوردن تقاضای اجتماعی اعم از فردی و جمعی از طریق آماده کردن نسل جوان برای تصدی



مشاغل، آموزش آنها برای زندگی در جامعه، انتقال مؤثر دانش و ارزش هایی که از نظر بزرگسالان مفید است؛ و نهایتاً انجام تمام این وظایف در چارچوب منابع انسانی و مادی و مالی که جامعه به آموزش و پرورش اختصاص داده است. مدرسه محلی برای ایجاد الگوهای رفتاری است و بنابراین نوجوانان نه تنها باید مشارکت را بیاموزند بلکه باید یاد بگیرند که چگونه عادلانه مبارزه کنند. با روش حل مسائل و دشواری هایی را بیاموزند که با آن ها روبرو می شوند و یاد گیرند که با یک شیوهی بهینه اجتماعی با آن ها زندگی مسالمت آمیزی داشته باشند. ایجاد و حذف موقعیت ها در تربیت بدنی می تواند فرصت هایی برای هدایت صحیح شد اجتماعی به وجود آورد و نیز تجاربی به کودک بیاموزد که شیوه های ساز انفرادی را اجتماعی به عنوان هم گروه و هم کلاس و در رابطه با معلم را گسترش دهد (رحیمی ارسنجانی؛ اسکندر: ۱۳۸۰).

تربیت بدنی به مثابه یکی از حوزه های یادگیری در میان سایر رشته هایی که در مدارس تحصیل می شوند، دیر زمانی است که جای خود را باز کرده است. این حوزه یاد گیری بی کم و کاست در دیدگاه جمیع فیلسوفان تربیتی جایگاه ویژه ای داشته است و آنان در مجموع به اهمیت تربیت بدنی نه به مثابه بدن، بلکه تربیت بدنی به مثابه یکی از عناصر وجودی انسان اشاره کرده و بها داده اند. در کنار اندیشه ورزان تربیتی، سیاست گذاران و مربیان



تعلیم و تربیت نیز توجه به تربیت بدنی را مهم انگاشته‌اند. امروز، تربیت بدنی به مثابه یکی از حوزه‌های یادگیری و در دایره فعالیت نظام‌های آموزشی مدرسه‌ای و دانشگاهی، از جانب یافته‌های نوین مغز پژوهی نیز مورد تأیید و تأکید است. در مغز پژوهی‌های نوین، تربیت بدنی هم به ذاته و هم به صورت کارکردی ارزشمند انگاشته می‌شود. (کری، ۲۰۰۷)

آموزش تربیت بدنی در مدارس اثرات تربیتی و پرورشی قابل توجهی بر دانش‌آموزان دارد و -سازجه برنامه‌های اجرایی و عملی آن به صورت اصولی انجام شود، تأثیر بسزایی در جهت رشد و تکامل جسمی، ذهنی، اجتماعی، روانی، تقویت روحیه و شکل‌بندی اخلاق در دانش‌آموزان خواهد داشت (کارگر فرد و نادریان، ۱۳۹۰).

از آنجا که تربیت بدنی بخشی از آموزش و پرورش عمومی است دانستن هدفهای آموزش و پرورش که عامل به وجود آمدن مدارس - معلمان و مواد برنامه است دارای اهمیت است. تربیت بدنی نیز مانند رشته‌های جغرافی - ریاضی - زبان و... بخشی از برنامه آموزشی است. هر یک از این رشته‌ها اگر بخواهد حقانیت مقام واقعی خود را در مدرسه توجیه کند باید توجهات خود را به هدف‌های کلی و عمومی آموزش و پرورش معطوف دارد زیرا اگر هر رشته خاص هدف‌های اختصاصی خود را مغایر با مجموعه‌ی هدف‌های



آموزش و پرورش برگزیند نتیجه‌ای جز هرج و مرج آموزشی و تربیتی نخواهد داشت و برنامه‌های آموزش و پرورش به احتمال قوی دچار تعارض و تناقض خواهد شد و حاصلی جز رنج و زحمت برای دانش آموزان نخواهد داشت بنابراین تربیت بدنی باید همسو با این اهداف، هدف‌های اختصاصی خود را برگزیند (پویانفرد، ۱۳۷۶).

هدف‌های عمده تربیت بدنی:

هدف‌های عمده تربیت بدنی معمولاً در عبارات جامعی بدون قایل شدن تفاوت بین دخترها و پسرها تبیین می‌شود. رشته تربیت بدنی هدف‌های کلی خود یعنی رشد اندامی، رشد تفسیری، رشد عصب-عضله‌ای و سازگاری فردی-اجتماعی را به مدد صاحب نظران معتبر و مراجع ذیصلاح مؤثق برگزیند.

الف) هدف‌های توسعه و رشد اندامی:

منظور از هدف رشد و توسعه اندامی ایجاد قدرت جسمانی از راه رشد و توسعه دستگاههای مختلف بدن است و به عبارت دیگر معطوف به آمادگی جسمانی می‌باشد.

ب) هدف‌های توسعه و رشد عصب-عضلانی (حیطه روانی-حرکتی):

مهارت‌های عصب-عضله‌ای به تبحر در اجرای فعالیت‌های جسمانی مربوط می‌شود که شامل هماهنگی و موزونی و صحت و تعادل حرکات بدنی است که



به اجرای عالی مهارت‌ها در انواع بازیهای ورزشی و مهارت‌های جسمانی منجر می‌شود.

ج) هدف توسعه و رشد تفسیری (حیطه شناختی):

توسعه و رشد تفسیری در برگیرنده معلومات و قضاوتها و درک و تشخیص و ارزشهایی است که با اجرای فعالیت های جسمانی همراهند.

د) هدف توسعه و رشد فردی - اجتماعی (حیطه عاطفی):

منظور از هدف توسعه و رشد فردی - اجتماعی، سازگاری فرد با خود و با دیگران و همچنین توسعه و رشد معیارهای مطلوب رفتاری لازم برای یک شهروند خوب میباشد (پویانه، د، ۱۳۷۰).

برای رسیدن به اهداف تربیت بدنی در مدارس شرایط لازم برای نیل به این اهداف را باید فراهم نمود. شرایطی از قبیل:

- ۱) وجود وسایل و امکانات و تجهیزات ورزش در سطح مدارس
 - ۲) وجود نیروها و معلمان متخصص در امر تربیت بدنی
 - ۳) تغییر نگرش مسئولین و عوامل اجرایی مدارس و والدین دانش آموزان نسبت به ورزش و تربیت بدنی و درک اهمیت آن.
- بر همین اساس مشکلات و تنگناهای زیادی در امر تربیت بدنی در مدارس وجود دارد:

۱) کمبود معلمان تربیت بدنی در دوره های تحصیلی مختلف