



## Research on Educational Sport

Journal homepage: <https://res.ssrc.ac.ir>



### Research Article

## Analysis of Quality Improvement Strategies for Physical Education Lessons in Secondary Schools

Abbas Kamalvand<sup>1</sup>, Farideh Hadavi<sup>2</sup>\*, Shahram Nazari<sup>3</sup>, Hossein Mansouri<sup>4</sup>

1. Department of Physical Education, Faculty of Humanities, Eyvanekey University, Eyvanekey, Iran.
2. Department of Physical Education, Faculty of Humanities, Eyvanekey University, Eyvanekey, Iran.
3. Department of Physical Education, Farhangian University, Tehran, Iran.
4. Department of Physical Education, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Kurdistan, Sanandaj, Iran.

**Received: 02/05/2025, Accepted: 07/09/2025, Online Published: 17/09/2025**

\* Corresponding Author: Farideh Hadavi, E-mail: [fa.hadavi@gmail.com](mailto:fa.hadavi@gmail.com)

**How to Cite:** Kamalvand, A; Hadavi, F; Nazari, Sh; Mansouri, H. (2026). Analysis of Quality Improvement Strategies for Physical Education Lessons in Secondary Schools. *Research on Educational Sport*, 13(41), 129-148. In Persian. Doi: [10.22089/res.2025.17971.2643](https://doi.org/10.22089/res.2025.17971.2643)

### Extended Abstract

#### Background and Purpose

As an educational institution, the school is the most valuable and effective asset of the country. Looking at the quality trend of education in the world, especially in developing societies, the importance of improving the quality of education is revealed as a sensitive and vital issue. The global education crisis, which has intensified in recent decades, indicates the need for serious attention to this area. The quality of schools has always been one of the main concerns of education systems around the world. Many countries have tried to reduce this challenge by implementing quality assurance schemes, establishing accreditation mechanisms, and using national and international indicators. Several factors such as family, living environment, educational programs, teachers, administrators, school climate, and societal expectations affect the quality of schools. Meanwhile, physical education and sports, as an integral part of school curricula, play a significant role in the growth and health of students. Research shows that the development of sports in schools can have positive effects on the development of sports at the community level.

Physical education, as one of the main pillars of school curricula, plays a significant role in developing motor skills, increasing physical health, and strengthening students' social skills. However, the quality of physical education education in schools is usually accompanied by challenges that can have negative effects on its effectiveness. Factors such as lack of facilities, weakness in curriculum planning and lack of expert teachers, lack of sufficient time allocation and lack of efficient teaching models are among the problems that affect the quality of physical



**Copyright:** © 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

education lessons. For example, research has shown that countries where appropriate infrastructure for sports activities is paid attention to have better results in promoting students' health and motor skills. Given the importance of this lesson in the physical and mental development of students, it is essential to identify and prioritize solutions to improve its quality. Providing practical solutions to improve the quality of physical education lessons has received significantly less attention. Therefore, the present study is trying to identify quality improvement strategies for physical education lessons, using the perspectives of experts and scientific methods, and prioritize them based on their importance and feasibility. The results of this study can help educational policymakers, school administrators, and physical education teachers improve the quality of this lesson. Accordingly, this study seeks to answer the question: "What are the quality improvement strategies for physical education lessons from the experts' perspective?"

### Methods

This research was conducted using the qualitative research method and the content analysis procedures of Brown and Clark (2006). The aim of this research was to examine the views and experiences of experts in the field of education, who were selected as the statistical population. The selection of experts was purposeful and based on specified criteria to ensure that the information collected was of the necessary depth and quality. It is necessary to explain that these 17 people consisted of individuals with criteria such as more than 10 years of experience in education, Farhangian University, and the Ministry of Education. The data collection tool was semi-structured interviews. Accordingly, the researcher interviewed 17 participants, and due to the repetition of concepts and the lack of emergence of new information, the researcher reached the theoretical saturation stage. Participants consisting of teachers of education, staff of the Ministry of Education, professors of Farhangian University, and other affiliated universities of the Ministry of Science, Research, and Technology participated in the research, among which 4 women and 13 men participated in this study. Sixteen participants had a PhD and one had a master's degree. Three participants were between 30 and 40 years old, eight were between 40 and 50 years old, four were between 50 and 60 years old, and two were between 60 and 65 years old. The participants' work experience ranged from 14 to 39 years.

To ensure the validity of the qualitative findings, the member review method and the alignment method were used. At this stage, the results and analyses were returned to the participants to obtain their feedback on the accuracy and validity of the collected results. This method added to the validity of the findings and ensured that the researcher's perceptions were consistent with the participants' actual experiences and perspectives. Data analysis was conducted in sequential steps, including initial coding, identification of primary themes, sub-themes, and finally final themes. The information obtained from thematic analysis included deep insights and diverse experiences from the experts' perspectives, which helped shape this research.

For ethical considerations, in this study, informed consent was obtained from participants with a full explanation of the purpose of the research and how the data would be used, and they had the option to withdraw from the research at any time. Individuals' privacy was maintained by using pseudonyms and removing personal information. Also, the researcher listened respectfully to the participants' opinions and experiences and created a safe space for them to freely express their opinions without bias. After initial data analysis, the results were returned to 12 participants to ensure their accuracy. The coding process was performed manually, following the procedures of Brown and Clark (2006).

### Results

The findings showed that quality solutions for physical education lessons consist of citizen empowerment and comprehensive health; educational design and content; teaching and learning

methods; teacher training and development; extracurricular activities and sports events; and providing facilities and infrastructure. Each of the final themes consists of its own sub-themes or sub-themes.

The extracted themes have direct and indirect relationships, so that designing educational content in accordance with needs can lead to creating a collaborative and interactive learning environment. Also, using technology in teaching can help improve active and collaborative teaching. In addition, providing appropriate sports facilities can help to better organize sports competitions and festivals. Finally, training courses for teachers can also lead to improving the quality of the teacher's role in active learning and teaching. Accordingly, the final themes can be considered as three main components that have been identified for quality improvement solutions and can have mutual effects and ultimately lead to quality improvement of physical education lessons.

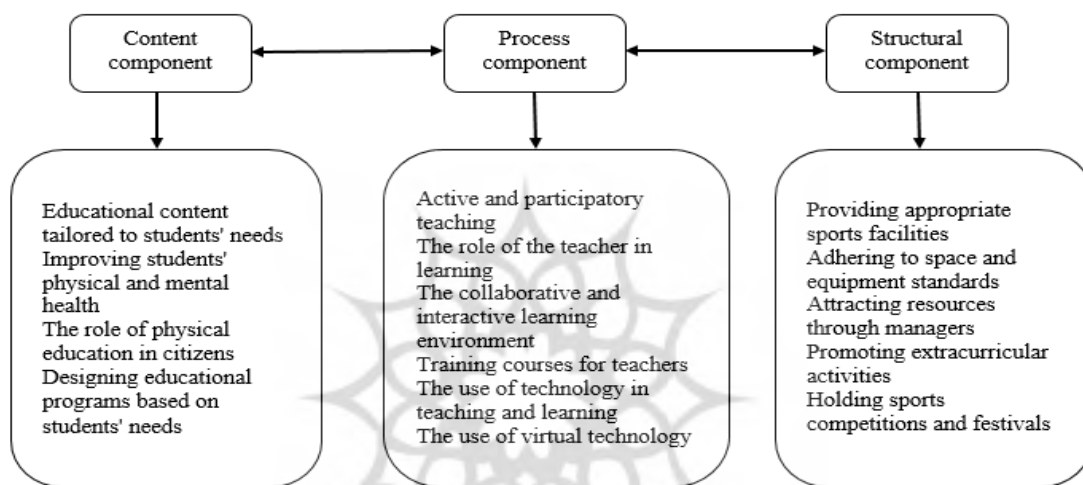


Figure 1. Final framework derived from qualitative findings

## Conclusion

Physical education activities in schools are an integral part of the educational process. The quality of physical education lessons depends not only on providing appropriate educational content and sports equipment and facilities, but also includes continuous training programs for sports teachers. Teachers should be continuously trained in fields related to physical education, sports science and psychology in order to strengthen the physical, social and mental abilities of students in the best possible way. Also, extracurricular activities and sports events in schools are considered effective methods in promoting the physical and mental health of students. These activities not only help to improve physical conditions but also strengthen teamwork, leadership and self-confidence in students. Providing appropriate sports facilities and infrastructure is also a key factor in improving the quality of physical education education. This provision includes standard sports spaces, diverse equipment and the use of modern technologies to measure and improve sports performance. Partnering with the private sector and philanthropists to attract financial resources and improve infrastructure can also help create a conducive environment for learning and activity. Finally, a comprehensive and multifaceted approach that includes teacher training, providing facilities, and organizing diverse sports activities can help develop students' physical and social skills, improve their mental and physical health, and promote a healthy lifestyle in society. In this way, investing in school physical education will not only benefit students but also help create an active and healthy society in the future. Finally, it is suggested that public and private institutions develop programs to financially support research projects and sports activities in schools to

improve the quality of education in this area. In addition, organizing workshops and training courses for teachers to strengthen research skills and the ability to collect accurate and comprehensive data from students and the educational environment can help improve the quality of research results. In addition, creating and maintaining a reliable and comprehensive database of sports resources and facilities in schools to facilitate research and evaluations can help researchers and educators more effectively analyze the current situation and identify areas for improvement.

**Keywords:** Quality Assurance, Sports Bell, School Sports, Educational Sports, Teacher Development.

### **Article Message**

Improving the quality of physical education requires a comprehensive and multidimensional approach. This approach includes empowering citizens, designing effective educational content, using modern teaching methods, training teachers, organizing extracurricular activities, and providing appropriate facilities. Creating a supportive environment for the development of sports activities can have positive and lasting effects on the public health of the community. Therefore, policymakers and practitioners should work together to create an environment in which physical education is recognized as a key and influential discipline.

### **Ethical Considerations**

For ethical considerations in this study, informed consent was obtained from participants with a full explanation of the purpose of the study and how the data would be used, and they had the option to withdraw from the study at any time. The privacy of individuals was maintained by using pseudonyms and removing personal information. Also, the researcher listened respectfully to the participants' opinions and experiences and created a safe space for them to freely express their opinions without bias.

### **Authors' Contributions**

Abbas Kamalvand: Article writing, idea generator, data collection, literature review.

Farideh Hadavi: Supervisor and Project Manager

Shahram Nazari: Advisor and idea generator

Hossein Mansouri: Advisor, data analysis and research method

### **Conflict of Interest**

According to the authors, this article has no conflict of interest.

### **Acknowledgments**

The authors would like to thank all participants in the research.



## واکاوی راهکارهای کیفیت بخشی درس تربیت بدنی در مدارس مقاطع متوسطه

عباس کمالوند<sup>۱</sup>، فریده هادوی<sup>۲\*</sup>، شهرام نظری<sup>۳</sup>، حسین منصوری<sup>۴</sup>

۱. گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه ایوانکی، ایوانکی، ایران.
۲. گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه ایوانکی، ایوانکی، ایران.
۳. گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.
۴. گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه کردستان، سنندج، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۱۲، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۲۴، تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۴/۰۴/۲۶

\*نویسنده مسئول: فریده هادوی، E-mail: [fa.hadavi@gmail.com](mailto:fa.hadavi@gmail.com)

**How to Cite:** Kamalvand, A; Hadavi, F; Nazari, Sh; Mansouri, H. (2026). Analysis of Quality Improvement Strategies for Physical Education Lessons in Secondary Schools. *Research on Educational Sport*, 13(41), 129-148. In Persian. Doi: [10.22089/res.2025.17971.2643](https://doi.org/10.22089/res.2025.17971.2643)

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف واکاوی راهکارهای کیفیت بخشی درس تربیت بدنی در مدارس مقاطع متوسطه منطقه کهریزک تهران انجام شد. روش تحقیق کیفی با استفاده از رویه های تحلیل مضمون براون و کلارک (۲۰۰۶) بود. خبرگان حوزه آموزش و پرورش جامعه آماری را تشکیل دادند. روش نمونه گیری به صورت هدفمند و معیارمحور بود. ابزار اندازه گیری مصاحبه های نیمه ساختاریافته بود که محقق با ۱۷ مصاحبه به اشباع نظری رسید و روند گردآوری اطلاعات با ۱۷ نفر پایان یافت. برای بررسی اعتبار یافته های کیفی از روش بازبینی اعضا استفاده شد. یافته ها نشان داد که راهکارهای کیفیت بخشی درس تربیت بدنی متشکل از تربیت شهروندان و ارتقای سلامت، طراحی و محتوای آموزشی، روش های یاددهی و یادگیری، آموزش و توسعه معلمان، فعالیت های فوق برنامه و رویدادهای ورزشی، تأمین امکانات و زیرساخت ها و همچنین فناوری و فضای مجازی هستند. این راهکارها به منظور بهبود کیفیت آموزش و ارتقای سطح یادگیری دانش آموزان در درس تربیت بدنی طراحی شدند؛ بر این اساس، ارتقای کیفیت درس تربیت بدنی نیازمند رویکردی جامع و هماهنگ است که تمامی جنبه های آموزشی، اجتماعی و زیرساختی را در بر گیرد. این رویکرد باید به گونه ای طراحی شود که همزمان با تربیت شهروندان سالم و فعال، به بهبود فرایندهای آموزشی و مشارکت اجتماعی نیز توجه کند. در نهایت، با توجه به اهمیت روزافزون فناوری و فضای مجازی، ایجاد بسترهای مناسب برای بهره برداری مؤثر از این فرصت ها در آموزش تربیت بدنی توصیه می شود.

**واژگان کلیدی:** کیفیت بخشی، زنگ ورزش، ورزش مدارس، ورزش تربیتی، توسعه معلمان.



## مقدمه

مدرسه به‌عنوان نهادی آموزشی، ارزشمندترین و مؤثرترین سرمایه‌های کشور را در اختیار دارد. با نگاهی به روند کیفی آموزش و پرورش در جهان، به‌ویژه در جوامع در حال توسعه، اهمیت ارتقای کیفیت آموزش و پرورش به‌عنوان موضوعی حساس و حیاتی آشکار می‌شود. بحران جهانی آموزش و پرورش که در دهه‌های اخیر تشدید شده است، نشان‌دهنده ضرورت توجه جدی به این حوزه است (بزرگی‌نژاد و زارعی، ۲۰۱۷). کیفیت مدارس همواره یکی از دغدغه‌های اصلی نظام‌های آموزشی در سراسر جهان بوده است. بسیاری از کشورها با اجرای طرح‌های تضمین کیفیت، ایجاد سازوکارهای اعتبارسنجی و استفاده از نشانگرهای ملی و بین‌المللی، تلاش کرده‌اند این چالش را کاهش دهند (لونی و گرینگر کلمسون<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). عوامل متعددی همچون خانواده، محیط زندگی، برنامه‌های آموزشی، معلمان، مدیران، جو مدرسه و انتظارات جامعه بر کیفیت مدارس تأثیر می‌گذارند (لای فونگ چنگ و کنگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). در این میان، تربیت‌بدنی و ورزش به‌عنوان بخشی جدایی‌ناپذیر از برنامه‌های آموزشی مدارس، نقش بسزایی در رشد و سلامت دانش‌آموزان ایفا می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که توسعه ورزش در مدارس می‌تواند تأثیرات مثبت بر توسعه ورزش در سطح جامعه داشته باشد (پاکدلان و همکاران، ۲۰۲۱).

در کشورهای توسعه‌یافته، بخش درخور توجهی از منابع مادی و معنوی به ورزش مدارس اختصاص می‌یابد؛ در حالی که در کشورهای در حال توسعه، وضعیت ورزش مدارس اغلب نامطلوب است. در قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران نیز بر فراهم‌آوردن امکانات آموزشی و رفاهی برای کودکان و نوجوانان به‌عنوان نیروهای انسانی آینده کشور تأکید شده است. تربیت‌بدنی به‌عنوان بخشی از برنامه‌های درسی، نه تنها به رشد جسمانی دانش‌آموزان کمک می‌کند، بلکه در پرورش مهارت‌های اجتماعی، روانی و اخلاقی آن‌ها نیز مؤثر است؛ با این حال، کیفیت درس تربیت‌بدنی در مدارس تحت تأثیر عوامل متعددی همچون محتوای آموزشی، شیوه‌های تدریس، نگرش اولیا و دانش‌آموزان، امکانات و بودجه قرار دارد. کمبود این عوامل می‌تواند تأثیرات منفی بر کیفیت تربیت‌بدنی در مدارس داشته باشد. تناسب‌اندام و آمادگی جسمانی نیز از جمله موضوعات مهمی است که در زندگی فردی و اجتماعی دانش‌آموزان نقش کلیدی ایفا می‌کند. تناسب‌اندام نه تنها توانایی انجام فعالیت‌های روزانه را افزایش می‌دهد، بلکه در پرورش مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های زندگی و روانی و اخلاقی آن‌ها نیز مؤثر است (وحدانی و همکاران، ۲۰۲۴؛ هنینگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ فرانکلین<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲)؛ از این رو مدارس به‌عنوان محیطی مناسب می‌توانند کمبود فعالیت‌های بدنی دانش‌آموزان را جبران کنند؛ با این حال، بررسی وضعیت تربیت‌بدنی در مدارس ایران نشان می‌دهد که این حوزه با چالش‌های متعددی مواجه است. کمبود امکانات، نیروهای متخصص، استانداردهای نامشخص و ضعف در شبکه‌سازی اجتماعی از جمله این مشکلات هستند (حسینی ساداتی‌نژاد و مرادی، ۲۰۲۱). علاوه بر این، تهدیدهای فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و بیماری‌هایی مانند کرونا نیز بر این چالش‌ها افزوده‌اند (گوناش<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲).

در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش ایران، یکی از ساحت‌های شش‌گانه تعلیم و تربیت، ساحت زیستی و بدنی است که براساس اهداف معنوی و تربیتی طراحی شده است. معلمان تربیت‌بدنی به‌عنوان عوامل کلیدی در تحقق این اهداف، وظایف خطیری همچون ایجاد آمادگی بدنی، پرورش صفات اخلاقی و اجتماعی، و آموزش شیوه‌های زندگی سالم را بر عهده دارند (نظری و همکاران، ۲۰۲۰). با توجه به اهمیت تربیت‌بدنی در مدارس، ضروری است که برنامه‌های کیفی و

1. Looney & Grainger Clemson
2. Lai Fong Cheng & Keung
3. Henning
4. Franklin
5. Quansah

هدفمند در این حوزه طراحی و اجرا شود. این برنامه‌ها نه تنها به رشد جسمانی و روانی دانش‌آموزان کمک می‌کنند، بلکه می‌توانند زمینه‌ساز موفقیت‌های تحصیلی و اجتماعی آن‌ها در آینده باشند (دوری<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). درنهایت، توجه به ورزش و تربیت‌بدنی در مدارس نه تنها به بهبود سلامت دانش‌آموزان منجر می‌شود، بلکه می‌تواند به توسعه ورزش همگانی و قهرمانی در سطح کشور نیز کمک کند (قربانی و همکاران، ۲۰۲۱).

مرور ادبیات در زمینه تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس به بررسی جوانب مختلف تأثیر آن بر دانش‌آموزان و محیط آموزشی می‌پردازد. پیامدهای مثبت ورزش و تربیت‌بدنی بر سلامت روحی و جسمی دانش‌آموزان از جمله مباحث کلیدی در این حوزه است؛ برای مثال، درخصوص ابعاد شایستگی معلمان، صمی و لباف (۲۰۲۳) در مطالعه‌ای به طراحی مدل توانمندسازی معلمان تربیت‌بدنی پرداختند. یافته‌های پژوهش آن‌ها بر توسعه فردی و سازمانی متمرکز بود و می‌تواند به تصمیم‌گیری‌های مؤثر برای بهبود وضعیت توانمندسازی معلمان در نظام آموزش و پرورش کمک کند. درخصوص شرایط اجرا نیز یافته‌های پژوهش دودلی<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۲) نشان می‌دهد که مداخلات یادگیری مبتنی بر تربیت‌بدنی تأثیرات مثبت و کوچکی بر پیامدهای یادگیری روانی-حرکتی، عاطفی، اجتماعی و شناختی در کودکان و نوجوانان دارند. همچنین بهترین اثرات در زمینه‌های یادگیری روانی-حرکتی و عاطفی مشاهده شد؛ در حالی که عوامل مختلفی نظیر طراحی مطالعه و ثبات مداخلات ممکن است به محدودیت‌های موجود در نتایج تحقیق افزوده باشد. یافته‌های پژوهش هوسر و کلیراز<sup>۳</sup> (۲۰۲۳) نشان می‌دهد که شیوه‌های آموزشی معلمان تربیت‌بدنی ابتدایی به طور عمده بر توسعه جامع و شمول دانش‌آموزان متمرکز است. این محققان چهار مضمون کلیدی شامل حمایت از تجربه جامع تربیت‌بدنی، حرکت فراتر از تربیت‌بدنی، تجربیات فراگیر و فردی، و شیوه‌های سواد بدنی را شناسایی کردند. درباره رویکردهای روان‌شناختی نیز مطالعه سانگ و شی<sup>۴</sup> (۲۰۲۳) نشان داد که کودکان و نوجوانان شرکت‌کننده در ورزش، سلامت کلی بهتری را گزارش می‌کنند و فعالیت‌های ورزشی تأثیرات مثبت چشمگیری بر سلامت روانی و اجتماعی آن‌ها دارند؛ بر این اساس، تشویق به مشارکت در ورزش به‌عنوان یک استراتژی مؤثر برای ارتقای سلامت کلی و پیشگیری از مشکلات بهداشتی در آینده مطرح می‌شود. قربانی و همکاران (۲۰۲۱) در تحلیلی به تأثیر تربیت‌بدنی در مدارس بر انگیزش و رفتار فعالیت بدنی در نوجوانان پرداختند. نتایج تحقیق نشان داد که حمایت خودمختاری ادراک‌شده با انگیزش درونی در کلاس تربیت‌بدنی ارتباط معناداری دارد و این انگیزش درونی به محیط‌های ورزشی و فعالیت بدنی در اوقات فراغت منتقل می‌شود. این ارتباطها همچنین با مؤلفه‌های نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده و تمایل به فعالیت بدنی نیز مرتبط بودند که بر اهمیت محیط تربیت‌بدنی در ایجاد انگیزه برای انجام فعالیت بدنی در زمان‌های آزاد تأکید دارد. براساس تحقیقاتی مانند پژوهش حاجی‌رستملو و همکاران (۲۰۲۰)، صرف‌نظر از اهمیت تربیت‌بدنی، تلفیق آن با دروس دیگر مانند ریاضی می‌تواند به یادگیری مؤثر مهارت‌های بنیادی دانش‌آموزان کمک کند. این نوع آموزش میان‌رشته‌ای به درک بهتر مفاهیم و بهبود عملکرد تحصیلی می‌پردازد. درخصوص مدیریت و فناوری در تربیت‌بدنی، پژوهش قنبری و همکاران (۲۰۱۸) به تحلیل آسیب‌شناسی تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس پرداخت. نتایج نشان داد که عوامل سازمانی، فردی و زمینه‌ای آسیب‌های متعددی را به همراه دارند که نیازمند بررسی و اصلاح هستند. به‌علاوه، رسولوانا<sup>۵</sup> (۲۰۲۱) تأکید کرد که تربیت‌بدنی و ورزش نه تنها در جنبه‌های جسمی، بلکه در ابعاد روانی و اجتماعی نیز برای دانش‌آموزان حائز اهمیت است. دمویل<sup>۶</sup> و

1. Doré
2. Dudley
3. Houser & Kriellaars
4. Song & Shi
5. Rasulovna
6. Domville

همکاران (۲۰۱۹) نیز به عواملی مؤثر بر لذت درک‌شده از تربیت‌بدنی اشاره کردند. آن‌ها مطرح کردند که رفتار مربیان و همسالان در ایجاد محیطی حمایتی نقش بسزایی دارد. درخصوص مدیریت و فناوری در تربیت‌بدنی، کوچوکارو<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۲) به بررسی اثرات مدیریت چابک و فناوری در آموزش و تمرین پرداختند و نظرهای معلمان و مربیان در این حوزه را جمع‌آوری کردند. نتایج این مطالعه نشانگر اثرات مثبت این روش‌ها در تربیت‌بدنی بود. علاوه بر این، تیسانگاریدو<sup>۲</sup> (۲۰۱۷) دیدگاه‌های معلمان دوران کودکی را بررسی کرد و نشان داد که با وجود نگرش مثبت به این درس، آن را به‌عنوان یک درس حاشیه‌ای می‌نگرند و خواستار توسعه حرفه‌ای معنادار در این حوزه شدند. درمجموع، این مطالعات نشان‌دهنده اهمیت فراوان تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس و تأثیرات مثبت آن بر دانش‌آموزان است و ضرورت توجه به بهبود روش‌های آموزش و زیرساخت‌های لازم در این زمینه را برای کیفیت‌بخشی بهتر درس تربیت‌بدنی توصیه می‌کند.

براساس مطالب ارائه‌شده، تربیت‌بدنی به‌عنوان یکی از ارکان اصلی برنامه‌های آموزشی مدارس، نقش بسزایی در توسعه مهارت‌های حرکتی، افزایش سلامت جسمانی و تقویت مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان ایفا می‌کند (شمشادی، ۲۰۱۷)؛ با این حال، کیفیت آموزش تربیت‌بدنی در مدارس معمولاً با چالش‌هایی همراه است که می‌تواند تأثیرات منفی بر اثربخشی آن داشته باشد. عواملی چون کمبود امکانات (حسینی ساداتی‌نژاد و مرادی، ۲۰۲۱)، ضعف در برنامه‌ریزی درسی و فقدان معلمان متخصص (قربانی و همکاران، ۲۰۲۱)، تخصیص نیافتن زمان کافی و نبود الگوهای تدریس کارآمد (کمالیان و همکاران، ۲۰۲۱) از جمله مشکلاتی هستند که بر کیفیت درس تربیت‌بدنی تأثیر می‌گذارند؛ به عنوان مثال، تحقیقات نشان داده‌اند، کشورهایی که در آن‌ها به زیرساخت‌های مناسب برای فعالیت‌های ورزشی توجه شده، نتایج بهتری در زمینه ارتقای سلامت و مهارت‌های حرکتی دانش‌آموزان دارند (فرانکلین و همکاران، ۲۰۲۲).

با توجه به اهمیت درس تربیت‌بدنی در پرورش جسمانی و روانی دانش‌آموزان، شناسایی و اولویت‌بندی راهکارهای بهبود کیفیت آن ضروری است. ارائه راهکارهای کاربردی برای بهبود کیفیت درس تربیت‌بدنی در حد درخور توجهی کمتر مدنظر قرار گرفته است؛ از این‌رو پژوهش حاضر در تلاش است تا با بهره‌گیری از دیدگاه متخصصان و روش‌های علمی، راهکارهای کیفیت‌بخشی به درس تربیت‌بدنی را شناسایی کرده و براساس میزان اهمیت و قابلیت اجرایی آن‌ها اولویت‌بندی کند. نتایج این پژوهش می‌تواند به سیاست‌گذاران آموزشی، مدیران مدارس و معلمان تربیت‌بدنی در بهبود کیفیت این درس کمک کند؛ بر این اساس، این تحقیق به دنبال پاسخگویی به این سؤال است: راهکارهای کیفیت‌بخشی درس تربیت‌بدنی از نگاه خبرگان کدام‌اند؟

## روش پژوهش

این پژوهش با استفاده از روش تحقیق کیفی و رویه‌های تحلیل مضمون براون و کلارک<sup>۳</sup> (۲۰۰۶) انجام گرفت. این رویه‌ها شامل (۱) آشنایی با داده‌ها، (۲) کدگذاری اولیه، (۳) جستجوی مضامین، (۴) بازبینی مضامین، (۵) تعریف مضامین و (۶) گزارش پایانی هستند. هدف این تحقیق بررسی دیدگاه‌ها و تجربیات خبرگان حوزه آموزش و پرورش بود که به‌عنوان جامعه آماری انتخاب شدند. انتخاب خبرگان به صورت هدفمند و براساس معیارهای مشخص شده صورت گرفت تا اطمینان حاصل شود که اطلاعات جمع‌آوری شده از عمق و کیفیت لازم برخوردارند. شایان ذکر است، این ۱۷ نفر افرادی با سابقه کاری زیاد یعنی ۱۰ سال در آموزش و پرورش، دانشگاه فرهنگیان و وزارت آموزش و پرورش بودند.

1. Cojocararu
2. Tsangaridou
3. Braun & Clarke

ابزار گردآوری اطلاعات، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته بود. این نوع مصاحبه به محقق این امکان را می‌دهد تا سؤالات پیش‌نویس‌شده را به صورت باز مطرح کند و از طرفی با دنبال کردن موضوعات و نکات جدیدی که از صحبت‌های شرکت‌کنندگان ظاهر می‌شود، به عمق بیشتری از اطلاعات دست یابد. برخی از سؤالات پرسیده‌شده از شرکت‌کنندگان عبارت بود از: (۱) به چه راهکارهایی برای ارتقای روش‌های یاددهی و یادگیری، بهبود مهارت‌ها و ایجاد بستر مناسب برای مشارکت و خلاقیت دانش‌آموزان در درس تربیت‌بدنی فکر می‌کنید؟ (۲) چگونه می‌تواند معلم تربیت‌بدنی با اتخاذ رویکردهای مناسب، به دانش‌آموزان کمک کند تا علاوه بر یادگیری محتوا، مهارت‌های اجتماعی و کار گروهی را نیز بیاموزند؟ (۳) چه تدابیری برای بهبود مکان و زمان فعالیت‌های تربیت‌بدنی می‌تواند تأثیر مثبتی بر کیفیت‌بخشی و یادگیری دانش‌آموزان داشته باشد؟

محقق با ۱۷ نفر از شرکت‌کنندگان مصاحبه کرد و به دلیل تکرار مفاهیم و ظهور نیافتن اطلاعات جدید، محقق به مرحله اشباع نظری دست یافت. مشارکت‌کنندگان متشکل از معلمان آموزش و پرورش، کارکنان ستادی وزارت آموزش و پرورش، اساتید دانشگاه فرهنگیان و سایر دانشگاه‌های وابسته وزارت علوم، تحقیقات و فناوری بودند. در این بین، ۴ خانم و ۱۳ آقا در این مطالعه مشارکت داشتند. ۱۶ نفر از شرکت‌کنندگان دارای مدرک تحصیلی دکترا و ۱ نفر دارای مدرک کارشناسی‌ارشد بودند. تعداد ۳ نفر از مشارکت‌کنندگان ۳۰ تا ۴۰ سال، ۸ نفر ۴۰ تا ۵۰ سال، ۴ نفر ۵۰ تا ۶۰ سال و ۲ نفر بین ۶۰ تا ۶۵ سال داشتند. سابقه کاری مشارکت‌کنندگان از ۱۴ تا ۳۹ سال بود.

برای اطمینان از اعتبار یافته‌های کیفی، از روش بازبینی اعضا (موتولسکی<sup>۱</sup>، ۲۰۲۱) و روش همسوسازی<sup>۲</sup> (اسکینر و همکاران، ۲۰۲۰) استفاده شد. در این مرحله، نتایج و تحلیل‌ها به شرکت‌کنندگان بازگردانده شد تا نظر آن‌ها درباره دقت و صحت نتایج جمع‌آوری‌شده دریافت شود. این روش به اعتبار یافته‌ها می‌افزاید و محقق مطمئن می‌شود که برداشت‌های وی با تجربیات و دیدگاه‌های واقعی شرکت‌کنندگان همخوانی دارد. تجزیه و تحلیل داده‌ها به صورت مراحل متوالی انجام شد که شامل کدگذاری اولیه، شناسایی مضامین اولیه، مضامین فرعی و مضامین نهایی بود. اطلاعات به‌دست‌آمده از تحلیل مضمون شامل بینش‌های عمیق و تجربیات گوناگون از دیدگاه خبرگان بود که به شکل‌دهی به این تحقیق کمک شایانی کرد.

برای ملاحظات اخلاقی در این مطالعه، ابتدا رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان با توضیح کامل درمورد هدف پژوهش و نحوه استفاده از داده‌ها به دست آمد و آن‌ها این امکان را داشتند که در هر زمان تصمیم به خروج از پژوهش بگیرند. حریم شخصی افراد با استفاده از اسامی مستعار و حذف اطلاعات شخصی حفظ شد. همچنین محقق با احترام به نظرها و تجربه‌های مشارکت‌کنندگان گوش داد و فضای امنی را برای بیان آزادانه نظرهای آن‌ها بدون جهت‌گیری ایجاد کرد. پس از تحلیل اولیه داده‌ها، نتایج به ۱۲ نفر از شرکت‌کنندگان بازگردانده شد تا از دقت آن‌ها اطمینان حاصل شود. روند انجام کدگذاری براساس رویه‌های براون و کلارک (۲۰۰۶) و به صورت دستی انجام گرفت.

## نتایج

نمونه‌ای از روند کدگذاری اولیه مصاحبه‌ها در جدول (۱) ارائه شده است. این جدول شامل دسته‌بندی نقل‌قول‌ها و نمونه‌ای از کدهای استخراج‌شده از مصاحبه‌ها است.

1. Motulsky
2. Triangulation

جدول ۱- نمونه از کدگذاری اولیه مصاحبه‌ها

Table 1- Example of initial coding of interviews

کد اولیه Initial Code	نقل قول Quote
برنامه‌ریزی دقیق ساعات درسی، برنامه‌ریزی فوق برنامه، زمان بندی هماهنگ فعالیت‌ها، فرصت‌های یادگیری عملی	تعیین زمان بندی دقیق و هماهنگ برای فعالیت‌های رسمی و فوق برنامه‌های ورزشی که به دانش‌آموزان اجازه می‌دهد مهارت‌های خود را توسعه دهند.
ایجاد سالن‌های ورزشی استاندارد، تأمین فضای کافی، دسترسی به فضاهای ورزشی	فضاهای ورزشی مناسب و در دسترس و ایجاد سالن‌های ورزشی استاندارد و تأمین فضای کافی برای فعالیت‌های مختلف ورزشی در ساعات درسی و غیردرسی.
بهبود سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان، تعاملات اجتماعی، افزایش توانایی جسمانی	اختصاص ساعات تربیت بدنی در مدارس، فراهم کردن شرایطی برای بهبود سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان، تقویت روحیه تعاملات اجتماعی و افزایش توانایی‌های بدنی در آن‌ها.

یافته‌ها نشان داد که راهکارهای کیفیت‌بخشی درس تربیت بدنی متشکل از توانمندسازی شهروندان و سلامت جامع، طراحی و محتوای آموزشی، روش‌های یاددهی و یادگیری، آموزش و توسعه معلمان، فعالیت‌های فوق برنامه و رویدادهای ورزشی و تأمین امکانات و زیرساخت‌ها هستند. هر کدام از مضامین نهایی متشکل از خرده مضامین یا مضامین فرعی مربوط به خود است که در جدول (۲) به صورت کامل ارائه شده‌اند.

جدول ۲- کدگذاری نهایی یافته‌های کیفی

Table 2- Final coding of qualitative findings

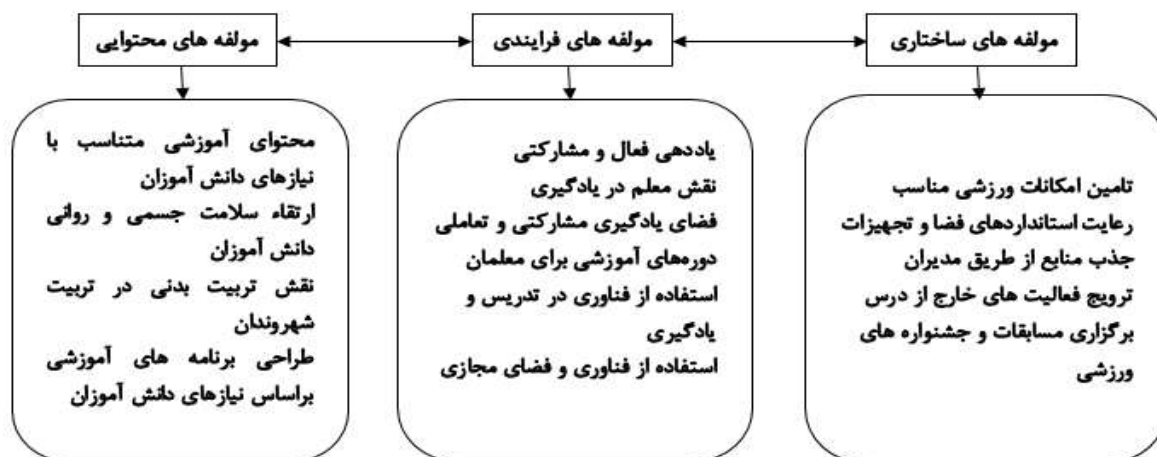
مضامین نهایی Final Themes	مضامین فرعی Subthemes	مضامین اولیه Primary Themes
توانمندسازی شهروندان و سلامت جامع	نقش تربیت بدنی در تربیت شهروندان ارتقا سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان	ارتقای روحیه همکاری و مشارکت؛ تقویت مسئولیت اجتماعی؛ آموزش ارزش‌های اخلاقی از طریق ورزش؛ توسعه مهارت‌های اجتماعی؛ ایجاد حس تعلق به جامعه پیشگیری از بیماری‌ها از طریق فعالیت بدنی؛ کاهش استرس و اضطراب؛ افزایش اعتماد به نفس؛ بهبود کیفیت خواب؛ تقویت روحیه و انگیزه
طراحی و محتوای آموزشی	محتوای آموزشی متناسب با نیازهای دانش‌آموزان طراحی برنامه‌های آموزشی بر اساس نیازهای دانش‌آموزان	تنوع در فعالیت‌ها و ورزش‌ها؛ توجه به علایق و نیاز دانش‌آموزان؛ توجه به تفاوت‌های فردی؛ انطباق با سطح آمادگی جسمانی؛ گنجانیدن مباحث تئوری و عملی شامل «آموزش‌های مرتبط با سبک زندگی سالم» مشاوره و ارزیابی نیازهای دانش‌آموزان؛ توجه به برنامه‌ریزی کوتاه مدت و بلندمدت انعطاف‌پذیری در برنامه‌ها؛ تسهیل دسترسی به منابع آموزشی؛ ارزیابی و به‌روزرسانی برنامه‌ها سالیانه
روش‌های یاددهی و یادگیری	یاددهی فعال و مشارکتی نقش معلم در یادگیری	استفاده از بازی‌ها و فعالیت‌های گروهی؛ تشویق به مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها؛ استفاده از روش‌های بازی‌محور؛ آموزش از طریق تجربه‌های عملی؛ تمرکز بر یادگیری مبتنی بر حل مسئله ایجاد انگیزه و تشویق؛ ایفای نقش الگو برای دانش‌آموزان؛ ارائه بازخورد سازنده؛ برقراری ارتباط مؤثر با دانش‌آموزان؛ تسهیل یادگیری فردی و گروهی؛

جدول ۲- کدگذاری نهایی یافته‌های کیفی  
Table 2- Final coding of qualitative findings

مضامین نهایی Final Themes	مضامین فرعی Subthemes	مضامین اولیه Primary Themes
آموزش و توسعه معلمان	فضای یادگیری مشارکتی و تعاملی استفاده از فناوری و فضای مجازی در آموزش	طراحی فضاهای مناسب برای فعالیت‌های گروهی؛ تشویق به تبادل نظر و ایده‌ها؛ ایجاد محیطی ایمن و حمایتی؛ استفاده از فناوری برای تعامل بیشتر؛ تأکید بر یادگیری از طریق همسالان ارائه دوره‌های آنلاین؛ استفاده از اپلیکیشن‌های آموزشی؛ ایجاد وبسایت‌های آموزشی برای دانش‌آموزان؛ استفاده از رسانه‌های اجتماعی برای تبادل اطلاعات؛ تقویت یادگیری از راه دور؛ تشکیل بانک اطلاعات برای دانش‌آموزان مستعد
	دوره‌های آموزشی برای معلمان	آموزش تکنیک‌های یا روش‌های جدید تدریس؛ برگزاری کارگاه‌های عملی؛ به‌روزرسانی اطلاعات علمی و آموزشی؛ ایجاد شبکه‌های حرفه‌ای برای معلمان؛ آموزش مهارت‌های ارتباطی و مدیریتی؛ تشویق معلمان به انجام فعالیت‌های اقدام پژوهی
	استفاده از فناوری در تدریس و یادگیری	آموزش استفاده از نرم‌افزارهای آموزشی؛ استفاده از دستگاه‌های ورزشی هوشمند؛ گنجاندن آموزش آنلاین در برنامه‌ها؛ برقراری ارتباط با مدارس دیگر از طریق فناوری‌های نوین؛ استفاده از رسانه‌های اجتماعی برای تبادل تجربیات
فعالیت‌های فوق‌برنامه و رویدادهای ورزشی	ترویج فعالیت‌های خارج از درس	تشویق به شرکت در تیم‌های ورزشی؛ برگزاری کلاس‌های فوق‌برنامه ورزشی؛ ارائه فرصت‌های یادگیری غیررسمی؛ ارتقای روحیه رقابتی از طریق فعالیت‌های فوق‌برنامه؛ ایجاد جو اجتماعی مثبت؛ مشارکت خانواده‌ها و توجه به اصل سه میم (محل، منزل و مدرسه)
	برگزاری مسابقات و جشنواره‌های ورزشی	برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی رویدادها؛ مشارکت خانواده‌ها و جامعه در رویدادها؛ ایجاد انگیزه از طریق جوایز و تقدیرنامه‌ها؛ تأکید بر روحیه ورزشی و احترام به رقبای دیگر؛ ترویج فرهنگ پهلوانی ورزش در جامعه
تأمین امکانات و زیرساخت‌ها	تأمین امکانات ورزشی مناسب	به‌روزرسانی تجهیزات ورزشی متناسب با نیاز دانش‌آموزان؛ ایجاد فضاهای مناسب برای فعالیت‌های ورزشی متناسب با نیاز دانش‌آموزان؛ توجه به امکانات ورزشی مدارس؛ تأمین منابع مالی برای توسعه و تجهیز امکانات؛ استفاده بهینه از فضاهای موجود
	جذب منابع از طریق مدیران	برنامه‌ریزی مالی برای تأمین منابع؛ جلب حمایت‌های مالی از نهادهای دولتی و بخش خصوصی؛ استفاده از ظرفیت خیرین در مناطق و محلات؛ تأسیس صندوق‌های حمایتی برای ورزش تربیتی؛ ارزیابی و گزارش‌دهی عملکرد مالی سالیانه
	رعایت استانداردهای فضا و تجهیزات	تأمین استانداردهای ایمنی تجهیزات گنجاندن الزامات قانونی در طراحی فضاها؛ بازبینی دوره‌ای تجهیزات ورزشی برای تعویض یا تعمیر؛ بهره‌گیری از شرکت توسعه و تجهیز لوازم ورزشی؛ مراقبت از تجهیزات ورزشی در پایان سال تحصیلی

مضامین استخراج‌شده با هم روابط مستقیم و غیرمستقیم دارند؛ به طوری که طراحی محتوای آموزشی متناسب با نیازها می‌تواند به ایجاد فضای یادگیری مشارکتی و تعاملی منجر شود. استفاده از فناوری در تدریس می‌تواند به بهبود یاددهی فعال و مشارکتی کمک کند. تأمین امکانات ورزشی مناسب می‌تواند به برگزاری بهتر مسابقات و جشنواره‌های ورزشی کمک کند. همچنین دوره‌های آموزشی برای معلمان نیز می‌تواند منجر به بهبود کیفیت نقش معلم در یادگیری و یاددهی فعال شود؛ بر این اساس می‌توان مضامین نهایی را در قالب سه مؤلفه اصلی در نظر گرفت که برای راهکارهای کیفیت‌بخشی

مشخص شده‌اند و می‌توانند تأثیرات متقابلی بر هم داشته باشند و در نهایت کیفیت بخشی درس تربیت بدنی را به همراه داشته باشند.



شکل ۱- چهارچوب نهایی مستخرج از یافته‌های کیفی

Figure 1- Final framework derived from qualitative findings

## بحث و نتیجه گیری

در مطالعه حاضر به واکاوی راهکارهای کیفیت بخشی درس تربیت بدنی در مقاطع متوسطه پرداخته شد. یافته‌ها نشان داد که سه مؤلفه اصلی محتوایی، فرایندی و ساختاری که هریک شامل زیرمضامین مرتبط با خود هستند، برای بهبود کیفیت بخشی درس تربیت بدنی از دیدگاه خبرگان شناسایی شده‌اند. یکی از مهم ترین راهکارهای کیفیت بخشی درس تربیت بدنی در مدارس، توانمندسازی شهروندان و ارتقای سلامت جامع آن‌ها است که به بهبود سلامت جسمی و روانی دانش آموزان و شهروندان کمک می‌کند. تربیت بدنی و ورزش نقش مهمی در توانمندسازی شهروندان و ارتقای سلامت جامع ایفا می‌کند و آثار مثبت آن در ابعاد فردی، اجتماعی و فرهنگی به وضوح قابل مشاهده است. رضانی‌نژاد (۲۰۲۱) در این زمینه بیان می‌کند که تربیت بدنی و ورزش بخشی کلیدی از برنامه آموزشی مدارس و فرایند تربیت و پرورش کودکان، نوجوانان و جوانان را تشکیل می‌دهد. ورزش منظم، یکی از ابعاد جدی این موضوع، به بهبود عملکرد قلب و عروق، تقویت عضلات و استخوان‌ها، افزایش انعطاف پذیری و کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن مانند دیابت و فشارخون می‌انجامد. از بعد سلامت روانی، ورزش می‌تواند به کاهش استرس، اضطراب و افسردگی کمک کند و به بهبود خلق و خو و افزایش اعتماد به نفس دانش آموزان منجر شود. یافته‌ها نشان می‌دهد که نیاز به توجه به ابعاد اجتماعی و فرهنگی ورزش در مدارس بسیار مهم است. بسیاری از ورزش‌ها به صورت تیمی انجام می‌شوند و این کار به افراد می‌آموزد که چگونه با دیگران همکاری کنند، مسئولیت پذیر باشند و به اهداف مشترک دست یابند (شمشادی، ۲۰۱۷). احترام به قوانین و مقررات، انضباط شخصی و برنامه ریزی، از دیگر ویژگی‌های ارزشمندی هستند که از طریق ورزش به شهروندان آموزش داده می‌شود. این مهارت‌ها نه تنها در رشته‌های ورزشی، بلکه در زندگی شخصی و اجتماعی نیز کاربرد دارند (وحدانی و همکاران، ۲۰۲۴). ورزش‌های ملی و محلی می‌توانند به حفظ و تقویت فرهنگ و هویت ملی کمک کنند و شرکت در رویدادهای ورزشی بین‌المللی حس افتخار ملی را تقویت می‌کند؛ بنابراین ورزش به عنوان فعالیت سازنده می‌تواند جوانان را از رفتارهای پرخطر مانند مصرف مواد مخدر، خشونت و بزهکاری دور نگه دارد و به آن‌ها کمک کند تا

انرژی خود را در مسیر مثبت و سالم هدایت کنند؛ با این حال، باید به چالش‌های موجود نیز توجه کرد؛ برای مثال، پیاده‌سازی برنامه‌های تربیت‌بدنی به شدت وابسته به منابع مالی و انسانی است. در بسیاری از مدارس، کمبود تجهیزات و امکانات ورزشی می‌تواند با ایجاد محدودیت‌های جدی در کیفیت آموزش و تجربه ورزشی مواجه شود (حسینی ساداتی‌نژاد و مرادی، ۲۰۲۱)، همچنین از نظر جامعه‌شناختی باید توجه داشت که شرایط اجتماعی و اقتصادی دانش‌آموزان می‌تواند تأثیرات مثبت ورزش را تحت‌تأثیر قرار دهد؛ بنابراین طرح‌های توانمندسازی باید به گونه‌ای طراحی شوند که بتوانند به نیازهای خاص جامعه هدف پاسخ دهند و از تنوع فرهنگی و اجتماعی در خود استفاده کنند.

یکی دیگر از راهکارهای کیفیت‌بخشی درس تربیت‌بدنی، «طراحی برنامه‌ها و محتوای آموزشی براساس نیازهای دانش‌آموزان» است. این محتوا باید تفاوت‌های فردی، سبک‌های یادگیری و سطح توانایی‌های دانش‌آموزان را در نظر بگیرد. پژوهش‌هایی مانند قربانی و همکاران (۲۰۲۱) و حاجی‌رستم‌لو و همکاران (۲۰۲۰) بر اهمیت این رویکرد تأکید دارند. برای ارتقای کیفیت یادگیری، نیازها، علایق و سطح دانش دانش‌آموزان باید از طریق آزمون‌های تشخیصی و نظرسنجی‌ها ارزیابی شود. محتوا باید شامل تنوع در فعالیت‌ها، سطوح مختلف (مبتدی، متوسط، پیشرفته) باشد و به دانش‌آموزان اجازه انتخاب موضوعات موردعلاقه را بدهد. همچنین استفاده از ابزارهای دیجیتال و روش‌های ارزیابی مستمر و فراهم آوردن بازخورد فوری به یادگیری کمک می‌کند. محتوای آموزشی باید به گونه‌ای باشد که دانش‌آموزان را قادر سازد تا آموخته‌های خود را در زندگی واقعی به کار ببرند و به یادگیری آن‌ها تسهیل کند. مشارکت خانواده‌ها در فرایند یادگیری نیز مهم است و با رعایت این اصول، کیفیت آموزش در درس تربیت‌بدنی افزایش خواهد یافت. طراحی محتوای آموزشی مبتنی بر نیازهای دانش‌آموزان می‌تواند به نحو مؤثری کیفیت یادگیری در درس تربیت‌بدنی را افزایش دهد. در این باره، قربانی و همکاران (۲۰۲۱) تأکید دارند که توجه به تفاوت‌های فردی در یادگیری منجر به افزایش انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان می‌شود. این نکته که آزمون‌های تشخیصی و نظرسنجی‌ها باید به طور مداوم انجام شود، به بهبود مستمر محتوای آموزشی کمک کرده و دانش‌آموزان را به صورت فعال در فرایند یادگیری درگیر می‌کند. در تحقیق حاجی‌رستم‌لو و همکاران (۲۰۲۰)، اهمیت تنوع در فعالیت‌ها و سبک‌های یادگیری نیز به موضوعات مذکور اضافه شده و تأکید شده است که این رویکرد می‌تواند به بهبود سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان کمک کند؛ به همین ترتیب، قنبری و همکاران (۲۰۱۸) بر ضرورت مشارکت خانواده‌ها در فرایند یادگیری تأکید می‌کنند و این موضوع می‌تواند به ایجاد یک زمینه حمایتی برای یادگیری مؤثرتر منجر شود.

یکی دیگر از راهکارهای کیفیت‌بخشی درس تربیت‌بدنی در مدارس «روش‌های مناسب یاددهی و یادگیری» است که بر یاددهی فعال و مشارکتی، نقش مهم معلم در یادگیری، ایجاد فضای یادگیری تعاملی و استفاده از فناوری و فضای مجازی تأکید دارد. یاددهی فعال در زنگ ورزش می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا علاوه بر بهبود مهارت‌های جسمانی، مهارت‌های اجتماعی، همکاری و مسئولیت‌پذیری را نیز تقویت کنند. بازی‌های گروهی مانند فوتبال، والیبال، بسکتبال و بازی‌های محلی تشویق‌کننده همکاری و مشارکت میان دانش‌آموزان هستند. تقسیم دانش‌آموزان به تیم‌های کوچک و اعطای مسئولیت‌هایی نظیر کاپیتانی یا داور شدن، حس مسئولیت‌پذیری را تقویت می‌کند. در زنگ ورزش، ایجاد ایستگاه‌های مختلف ورزشی و تقسیم دانش‌آموزان به گروه‌های کوچک که هر کدام در یک ایستگاه فعالیت خاصی را انجام دهند، می‌تواند تعهد و همکاری را افزایش دهد. همچنین از دانش‌آموزان می‌توان خواست تا برنامه ورزشی یا بازی جدیدی را طراحی کنند و آن را به کلاس ارائه دهند. اختصاص زمان برای بحث و گفتگو درباره تجربیات، چالش‌ها و راه‌حل‌ها نیز به درک بهتر و یادگیری کمک می‌کند. منابع مختلف نشان می‌دهد که هر دانش‌آموز توانایی‌ها و علایق متفاوتی دارد و معلمان باید فعالیت‌هایی طراحی کنند که همه دانش‌آموزان با هر سطح توانایی، بتوانند از آن‌ها بهره‌مند شوند. با اجرای این استراتژی‌ها، زنگ ورزش می‌تواند محیطی فعال و مشارکتی شود و به تقویت مهارت‌های ورزشی و اجتماعی کمک

کند. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های کارلوکا و همکاران (۲۰۱۸)، حیدری‌فرد و شریفیان (۲۰۱۷)، تیسانگارید (۲۰۱۷) و اسپیلدر و ردموند (۲۰۱۹) همخوانی دارد. افزون بر این، استفاده از فناوری و فضای مجازی به‌عنوان راهکاری مهم در کیفیت‌بخشی درس تربیت‌بدنی نیز مطرح است. فناوری و روش‌های نوین در آموزش می‌توانند به بهبود کیفیت آموزش، افزایش مشارکت دانش‌آموزان و توسعه مهارت‌های ورزشی آنان کمک کنند. این ابزارها می‌توانند به دانش‌آموزان در درک بهتر مفاهیم و استفاده بهینه از زمان کمک کنند. گنجاندن فضای انگیزشی در فعالیت‌های ورزشی، پاسخگوی نیازهای انگیزشی و ماندگاری دانش‌آموزان در تجربه‌های ورزشی است (خلیلی و همکاران، ۲۰۲۳). توسعه فناوری‌های نوین و فضای مجازی در دنیای امروز، ضرورت شده است (رسولونا، ۲۰۲۱) و مسئولان و برنامه‌ریزان در تمام دنیا به دنبال روش‌های جدید برای توسعه تربیت‌بدنی در مدارس هستند. پژوهش‌های اخیر نشان‌دهنده تأثیر مثبت فناوری در کلاس‌ها، به‌ویژه کلاس‌های تربیت‌بدنی هستند (کوجوکارو و همکاران، ۲۰۲۲؛ روسکین و همکاران، ۲۰۲۱). یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که استفاده از روش‌های یاددهی فعال و مشارکتی در تربیت‌بدنی، فراتر از بهبود مهارت‌های جسمانی، به توسعه مهارت‌های اجتماعی و روحیه همکاری در دانش‌آموزان کمک می‌کند. پژوهش‌های کارلوکا و همکاران (۲۰۱۸) و حیدری‌فرد و شریفیان (۲۰۱۷) نیز به این نکته تأکید دارند که یاددهی مشارکتی به ایجاد حس مسئولیت‌پذیری و همکاری میان دانش‌آموزان منجر می‌شود که یکی از اهداف کلیدی آموزش در هر مقطع تحصیلی است. به‌علاوه، پیاده‌سازی راهکارهای مبتنی بر فناوری می‌تواند به یادگیری انعطاف‌پذیر و جذاب‌تر منجر شود. استفاده از فناوری‌های نوین به معلمان کمک می‌کند تا ارائه محتوای آموزشی را بهبود بخشند و دانش‌آموزان را در فرایند یادگیری درگیر کنند. بررسی خلیلی و همکاران (۲۰۲۳) مزایای آموزش تکلیف‌محور و ایجاد فضای انگیزشی را به‌طور واضح توصیف می‌کند و نشان می‌دهد که این استراتژی‌ها می‌توانند بر افزایش ماندگاری دانش‌آموزان در یادگیری ورزشی مؤثر باشند. پژوهش‌های اخیر (کوجوکارو و همکاران، ۲۰۲۲؛ روسکین و همکاران، ۲۰۲۱) نشان می‌دهند که فناوری‌های نوین با کاهش شکاف در یادگیری و تسهیل در دسترسی به منابع آموزشی، می‌توانند به ارتقای کیفیت تربیت‌بدنی در مدارس کمک کنند؛ با این حال، توجه به چالش‌هایی مانند نیاز به توانمندی‌های معلمان در استفاده از این فناوری‌ها و همچنین دسترسی دانش‌آموزان به ابزارهای لازم، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به‌طور کلی، رویکردی جامع و چندوجهی که ترکیبی از یاددهی فعال، فناوری و فضای مجازی را مدنظر قرار دهد، می‌تواند به بهبود کیفیت درس تربیت‌بدنی و تحقق اهداف آموزشی کمک کند.

«آموزش و توسعه معلمان ورزش» یکی از راهکارهای کلیدی در کیفیت‌بخشی به درس تربیت‌بدنی در مدارس است. در این باره هونگ (۲۰۲۰) تأکید می‌کند که بهبود نوآوری آموزشی معلمان می‌تواند به واسطه آموزش‌های ضمن خدمت باشد. این فرایند شامل به‌روزرسانی مهارت‌ها و دانش معلمان به‌منظور ارتقای کیفیت آموزش و تشویق دانش‌آموزان به سبک زندگی سالم است. معلمان باید در رشته‌های مرتبط تحصیل کرده و در کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی شرکت کنند تا با جدیدترین روش‌ها آشنا شوند. حضور در کنفرانس‌ها، دریافت گواهینامه‌های معتبر و آشنایی با روانشناسی ورزشی برای درک نیازهای دانش‌آموزان نیز مهم است. آشنایی با فناوری و توانایی برگزاری کلاس‌های آنلاین از دیگر الزامات معلمان است. به‌طور کلی، آموزش مستمر معلمان به بهبود کیفیت آموزش و ترویج سلامت در جامعه کمک می‌کند (صیمی و لباف، ۲۰۲۳). در واقع، آموزش و توسعه معلمان ورزش به‌عنوان یک عامل کلیدی در کیفیت‌بخشی به تربیت‌بدنی در مدارس اهمیت دارد. تأکید بر نوآوری آموزشی و نیاز به به‌روزرسانی مداوم دانش معلمان، نشان می‌دهد که تغییرات سریع در زمینه‌های علمی و فناوری ایجاب می‌کند که معلمان به‌طور پیوسته خود را با آخرین دستاوردها و روش‌ها سازگار کنند. آموزش معلمان در حوزه‌های مرتبط با تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، از یک سو به ارتقای کیفیت آموزشی کمک می‌کند و از سوی دیگر، به ایجاد رابطه مثبت میان معلم و دانش‌آموزان کمک می‌کند که این موضوع می‌تواند تأثیر

بسیاری بر انگیزه و مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی داشته باشد. علاوه بر این، توجه به ابزارهای فناوری و آموزش آنلاین نشان‌دهنده رویکردی مدرن در آموزش است که می‌تواند در شرایط خاص مانند بحران‌های بهداشتی، مفید باشد؛ در نتیجه توجه به نیازهای روان‌شناختی و فنی دانش‌آموزان به همراه توسعه مهارت‌های ارتباطی معلمان، می‌تواند به ایجاد محیط یادگیری سازنده و مثبت کمک کند. در نهایت، اگرچه نیاز به مهارت‌های عملی و تئوری معلمان بسیار مهم است، چالش‌هایی نظیر نبود دسترسی به منابع آموزشی و کمبود بودجه (حسینی ساداتی‌نژاد و مرادی، ۲۰۲۱)، برای آموزش معلمان ممکن است مانع از تحقق کامل این اهداف شود؛ بنابراین سیاست‌گذاران باید به این چالش‌ها توجه ویژه‌ای داشته باشند تا شرایط بهتری برای آموزش و توسعه معلمان فراهم کنند.

یکی دیگر از راهکارهای کیفیت‌بخشی درس تربیت‌بدنی در مدارس «فعالیت‌های فوق‌برنامه و رویدادهای ورزشی» در مدارس است. فعالیت‌های فوق‌برنامه و رویدادهای ورزشی در مدارس بخشی حیاتی از کیفیت‌بخشی به درس تربیت‌بدنی هستند که تأثیرات مثبت زیادی بر رشد جسمی، روانی و اجتماعی دانش‌آموزان دارند. این فعالیت‌ها نه تنها به سلامت جسمی کمک می‌کنند، بلکه مهارت‌های اجتماعی، کار گروهی، رهبری و اعتمادبه‌نفس را نیز تقویت می‌کنند. دومویل و همکاران (۲۰۱۸) به ارتباط بین شادی دانش‌آموزان و طراحی برنامه‌های شاد تأکید می‌کنند، که افزایش شادکامی معمولاً با بهبود سلامت روانی همراه است. همچنین، سانگ و شی (۲۰۲۳) وجود این برنامه‌ها را در توسعه مهارت‌های حرکتی، ذهنی و رفتارهای مرتبط با زندگی، تناسب‌اندام و خودکارآمدی مؤثر می‌دانند؛ به عنوان مثال، برگزاری مسابقات ورزشی درون‌مدرسه‌ای در رشته‌های مختلف، برگزاری المپیادهای ورزشی، اردوهای آموزشی و برنامه‌های تناسب‌اندام از جمله راهکارهای مؤثر هستند. همچنین فعالیت‌هایی همچون تورهای کوهنوردی، برنامه‌های تغذیه سالم و طراحی فعالیت‌های ویژه برای دانش‌آموزان با نیازهای خاص می‌توانند به ارتقای فعالیت‌های ورزشی و همکاری بین دانش‌آموزان کمک کنند. این برنامه‌ها برای دانش‌آموزان فرصت‌هایی به‌منظور رشد اجتماعی و روانی آنان فراهم می‌آورند؛ در حالی که آن‌ها را از نظر جسمی سالم نگه می‌دارند. فعالیت‌های فوق‌برنامه و رویدادهای ورزشی به‌عنوان ابزاری کلیدی در تربیت‌بدنی نه تنها به سلامت جسمی دانش‌آموزان کمک می‌کنند، بلکه بر توسعه مهارت‌های اجتماعی و روانی نیز تأثیر می‌گذارند. تأکید بر شادی و شادکامی دانش‌آموزان (دومویل و همکاران، ۲۰۱۸) نشان‌دهنده اهمیت محیط یادگیری مثبت و جذاب در مدارس است. این فضاها می‌توانند روحیه دانش‌آموزان را تقویت کرده و به آن‌ها کمک کنند تا بر چالش‌ها غلبه کنند. در عین حال، نیاز به طراحی برنامه‌هایی با تنوع زیاد برای دانش‌آموزان با نیازهای خاص ضرورت دارد؛ زیرا این رویکرد به افراد با تفاوت‌های فردی توجه می‌کند و همه را در این فعالیت‌ها مشارکت می‌دهد. به طور کلی، برگزاری رویدادهای ورزشی و فعالیت‌های فوق‌برنامه، روشی مؤثر برای تقویت روحیه همکاری، اعتمادبه‌نفس و مهارت‌های رهبری در نوجوانان است؛ با این حال، برای تحقق این اهداف، نیاز به تخصیص منابع و بودجه کافی برای حمایت از این فعالیت‌ها و همچنین آموزش معلمان در زمینه‌های مختلف ورزشی و روانشناسی وجود دارد. در نهایت، اقداماتی که به صورت راهکارهای زیرساختی و سازمانی در این زمینه انجام می‌شود، می‌تواند تأثیر درخور توجهی بر توسعه الگوی سالم زندگی در میان دانش‌آموزان داشته باشد.

«تأمین امکانات و زیرساخت‌ها» در کیفیت‌بخشی به درس تربیت‌بدنی در مدارس از سه بعد اصلی شامل تأمین امکانات ورزشی مناسب، جذب منابع و رعایت استانداردهای فضا و تجهیزات اهمیت دارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دانش‌آموزان از کلاس‌های تربیت‌بدنی که نیازهای آنان را تأمین می‌کند، لذت می‌برند و انگیزه زیادی برای شرکت در آن دارند (اسمیت و پیرو، ۲۰۰۹)؛ با این حال، وضعیت تلفیقی و غیرتخصصی استفاده از فضاهای ورزشی در مدارس، استاندارد سطح پایین فضاها و تجهیزات و کمبود نیروی انسانی متخصص در این حوزه موجب ایجاد چالش‌هایی در کیفیت آموزش تربیت‌بدنی می‌شود (حسینی و همکاران، ۲۰۲۱). برای بهبود کیفیت درس تربیت‌بدنی، وجود سالن‌های ورزشی مناسب

برای فعالیت‌های مختلف و زمین‌های ورزشی استاندارد ضروری است. همچنین تأمین وسایل ورزشی متنوع، نگهداری و تعمیر منظم تجهیزات از اهمیت بسیاری برخوردار است. استفاده از فناوری‌های نوین مانند نرم‌افزارها و ابزارهای دیجیتال، می‌تواند به بهبود سلامت دانش‌آموزان کمک کند. اختصاص بودجه کافی و جذب حمایت اقتصادی از بخش‌های خصوصی و خیرین برای توسعه زیرساخت‌ها نیز از عوامل مؤثر بر تأمین منابع مالی ضروری برای ورزش مدارس هستند. این مضمون حاکی از این است که تأمین امکانات و زیرساخت‌ها در تعلیم و تربیت بدنی در مدارس، نه تنها بر کیفیت کلاس‌ها تأثیر دارد، بلکه می‌تواند بر سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان نیز اثرگذار باشد. طبق نظر اسمیت و پیرو (۲۰۰۹)، انطباق فضاها با نیازهای دانش‌آموزان این امکان را فراهم می‌آورد که آن‌ها با انگیزه بیشتری در کلاس‌ها حضور یابند. این دیدگاه بر اهمیت توجه به نیازهای واقعی دانش‌آموزان تأکید دارد و به معلمان و مدیران مدارس توصیه می‌کند که نظرها و پیشنهادها دانش‌آموزان را در برنامه‌ریزی فعالیت‌های ورزشی مدنظر قرار دهند؛ با این حال، چالش‌های موجود مانند کیفیت پایین فضاهای ورزشی، کمبود تجهیزات و نیروی انسانی متخصص (حسینی و همکاران، ۲۰۲۱) نیاز به اقدام فوری و جامع را نشان می‌دهد؛ به عنوان مثال، پیشنهاد ایجاد سالن‌های ورزشی مجهز و زمین‌های استاندارد برای فعالیت‌های ورزشی، گامی مؤثر در راستای بهبود کیفیت آموزشی است که باید مدنظر قرار گیرد. اختصاص بودجه و کمک مالی از بخش‌های خصوصی و خیرین نیز می‌تواند به عنوان راهکاری جدی برای تأمین منابع مالی و حمایت از توسعه زیرساخت‌های ورزشی مطرح شود. در نهایت، به کارگیری فناوری‌های نوین برای بهبود سلامت و کیفیت آموزشی در حوزه ورزش مدارس نشان‌دهنده رویکردی مدرن و کارآمد است. در مجموع، تأمین امکانات و زیرساخت‌ها باید اولویت اساسی در سیستم آموزشی شود تا نه تنها کیفیت آموزش تربیت بدنی، بلکه سلامت کلی دانش‌آموزان نیز بهبود یابد.

به طور کلی، فعالیت‌های تربیت بدنی در مدارس جزء جدایی‌ناپذیر از فرایند آموزشی هستند. کیفیت بخشی به درس تربیت بدنی نه تنها به ارائه محتوای آموزشی مناسب و تجهیزات و امکانات ورزشی بستگی دارد، بلکه شامل برنامه‌های آموزشی مداوم برای معلمان ورزش نیز می‌شود. معلمان باید به طور مستمر در زمینه‌های مرتبط با تربیت بدنی، علوم ورزشی و روان‌شناسی آموزش ببینند تا به بهترین نحو ممکن، توانایی‌های جسمانی، اجتماعی و روانی دانش‌آموزان را تقویت کنند. همچنین فعالیت‌های فوق برنامه و رویدادهای ورزشی در مدارس از جمله روش‌های مؤثر بر ارتقای سلامت جسمی و روحی دانش‌آموزان محسوب می‌شوند. این فعالیت‌ها نه تنها به بهبود شرایط فیزیکی، بلکه به تقویت کار گروهی، رهبری و اعتماد به نفس در دانش‌آموزان کمک می‌کنند. تأمین امکانات و زیرساخت‌های ورزشی مناسب نیز عامل کلیدی در بهبود کیفیت آموزش تربیت بدنی است. این تأمین شامل فضاهای ورزشی استاندارد، تجهیزات متنوع و استفاده از فناوری‌های نوین برای اندازه‌گیری و بهبود عملکرد ورزشی می‌شود. همکاری با بخش‌های خصوصی و خیرین برای جذب منابع مالی و ارتقای زیرساخت‌ها نیز می‌تواند به ایجاد فضایی مناسب برای یادگیری و فعالیت کمک کند. در نهایت، رویکردی جامع و چندوجهی که شامل آموزش معلمان، فراهم کردن امکانات و برگزاری فعالیت‌های ورزشی متنوع باشد، می‌تواند به توسعه مهارت‌های جسمانی و اجتماعی دانش‌آموزان و ارتقای سلامت روانی و جسمانی آن‌ها کمک کند و به ترویج سبک زندگی سالم در جامعه منجر شود؛ به این ترتیب، سرمایه‌گذاری در تربیت بدنی مدارس نه تنها به نفع دانش‌آموزان خواهد بود، بلکه به ایجاد جامعه‌ای فعال و سالم در آینده نیز کمک می‌کند؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود که نهادهای دولتی و خصوصی به توسعه برنامه‌هایی برای حمایت مالی از پروژه‌های تحقیقی و فعالیت‌های ورزشی در مدارس بپردازند تا کیفیت آموزش در این حوزه ارتقا یابد. علاوه بر این، برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی برای معلمان به منظور تقویت مهارت‌های تحقیقاتی و توانایی در جذب داده‌های دقیق و جامع از دانش‌آموزان و فضای آموزشی می‌تواند به بهبود کیفیت نتایج تحقیق کمک کند. افزون بر این، ایجاد و نگهداری از پایگاه داده معتبر و جامعی از منابع و امکانات

ورزشی در مدارس به‌منظور تسهیل پژوهش‌ها و ارزیابی‌ها می‌تواند به محققان و مربیان کمک کند تا به طور مؤثرتری به تحلیل وضعیت موجود بپردازند و زمینه‌های بهبود را شناسایی کنند.

### پیام مقاله

بهبود کیفیت تربیت‌بدنی نیازمند رویکردی جامع و چندبعدی است. این رویکرد شامل توانمندسازی شهروندان، طراحی محتوای آموزشی مؤثر، استفاده از روش‌های نوین تدریس، آموزش معلمان، سازمان‌دهی فعالیت‌های فوق‌برنامه و فراهم کردن امکانات مناسب است. ایجاد محیطی حمایتی برای توسعه فعالیت‌های ورزشی می‌تواند تأثیرات مثبت و پایداری بر سلامت عمومی جامعه داشته باشد؛ بنابراین سیاست‌گذاران و دست‌اندرکاران باید با همکاری یکدیگر، محیطی ایجاد کنند که در آن تربیت‌بدنی به‌عنوان یک رشته کلیدی و تأثیرگذار شناخته شود.

### ملاحظات اخلاقی

برای رعایت ملاحظات اخلاقی در این مطالعه، ابتدا رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان با توضیح کامل درمورد هدف پژوهش و نحوه استفاده از داده‌ها دریافت شد و آن‌ها این امکان را داشتند که در هر زمان تصمیم به خروج از پژوهش بگیرند. حریم شخصی افراد با استفاده از اسامی مستعار و حذف اطلاعات شخصی حفظ شد. همچنین، محقق با احترام به نظرها و تجربه‌های مشارکت‌کنندگان گوش داد و فضای امنی را برای بیان آزادانه نظرهای آن‌ها بدون جهت‌گیری ایجاد کرد.

### مشارکت نویسندگان

نوشتن مقاله، ایده‌پرداز، جمع‌آوری داده‌ها، مرور ادبیات: عباس کمالوند

استاد راهنما و مدیر پروژه: فریده هادوی

استاد مشاور و ایده‌پرداز: شهرام نظری

استاد مشاور، تحلیل داده‌ها و روش تحقیق: حسین منصوری

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان از همه مشارکت‌کنندگان در تحقیق صمیمانه تشکر می‌کنند.

### منابع

1. Bozorginejad, K., & Zarei, R. (2017). Dimensions and indicators of school quality. Paper presented at the Second International Conference on Management and Humanities Research, University of Tehran, Tehran. [In Persian].
2. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
3. Cojocaru, A. M., Cojocaru, M., Jianu, A., Bucea-Manea-Țoniș, R., Păun, D. G., & Ivan, P. (2022). The impact of agile management and technology in teaching and practicing physical education and sports. *Sustainability*, 14(3), 1237. <https://doi.org/10.3390/su14031237>
4. Ćorlučka, M., Bjelica, D., & Gardasević, J. (2018). Sport school's vs trends to obesity: An analysis among 5-year-olds in the Makarska (Croatia). *Acta Kinesiloga*, 12, 111- 114.
5. Domville, M., Watson, P. M., Richardson, D., & Graves, L. E. F. (2019). Children's perceptions of factors that influence PE enjoyment: A qualitative investigation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(3), 207-219. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1561836>

6. Doré, I., Thibault, V., Sylvestre, M. P., Sabiston, C. M., O'Loughlin, J. L., Abi Nader, P., ..., & Bélanger, M. (2022). Physical activity motives have a direct effect on mental health. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 32(8), 1258-1267. <https://doi.org/10.1111/sms.14174>
7. Dudley, D., Mackenzie, E., Van Bergen, P., Cairney, J., & Barnett, L. (2022). What drives quality physical education? A systematic review and meta-analysis of learning and development effects from physical education-based interventions. *Frontiers in Psychology*, 13, 799330. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.799330>
8. Franklin, B. A., Eijsvogels, T. M. H., Pandey, A., Quindry, J., & Toth, P. P. (2022). Physical activity, cardiorespiratory fitness, and cardiovascular health: A clinical practice statement of the American Society for Preventive Cardiology Part II: Physical activity, cardiorespiratory fitness, minimum and goal intensities for exercise train. *American Journal of Preventive, Cardiology* 12(October),100425. <https://doi.org/10.1016/j.ajpc.2022.100425>
9. Ghanbari, H., Shetabbushehri, N., shafiniya, P., & Mehralizadeh, Y. (2018). Pathology of physical education and school sports by applying three dimensional model. *Research on Educational Sport*, 6(15), 139-160. <https://doi.org/10.22089/res.2017.4786.1359> [In Persian].
10. Ghorbani, S., Tayebi, B., Deylami, K., Rahmanna, G., & Shakki, M. (2021). The effect of physical education in schools on the motivation and physical activity behavior of adolescents: An examination of the trans-contextual model. *Research on Educational Sport*, 8(21), 179-196. <https://doi.org/10.22089/res.2020.8805.1866> [In Persian].
11. Hajirostamlo, H., Amirtash, A., & Safania, A. (2020). The effect of combining physical education lesson with mathematics on learning basic skills of students. *Journal of Research in Educational Systems*, 14(Special Issue), 9-25. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2021.11.3.0377> [In Persian].
12. Henning, L., Dreiskämper, D., & Tietjens, M. (2022). The interplay of actual and perceived physical fitness in children: Effects on motivation and physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102055. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102055>
13. Heydari fard, S. and Sharifian, E. (2017). Identification and comparison of barriers to donor's contributions to development of sport facility. *Journal of Sport Management Studies*, 9(41), 81-96. <https://doi.org/10.22089/smrj.2017.916> [In Persian].
14. Hosseini Sadatinejad, A. A. S., & Moradi, M. (2021). Damages and challenges of school sports infrastructure. Report of the Vice-Chancellor of Cultural Studies (sports, cultural heritage and tourism group), Research Center of the Islamic Council. <https://doi.org/10.22089/res.2023.13330.2293> [In Persian].
15. Houser, N., & Kriellaars, D. (2023). "Where was this when I was in Physical Education?" Physical literacy enriched pedagogy in a quality physical education context. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, 1185680. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1185680>
16. Huong, V. T. M. (2020). Factors affecting instructional leadership in secondary schools to meet Vietnam's general education innovation. *International Education Studies*, 13(2), 48-60. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n2p48>
17. Kamalian Safaali Ardestani, A., Halaji, M., Esmiali, M. R., Kordbcheh, Q., Mehrgan, J., Jahan-Panah, M., Gilani, A., & Ershad, T. (2021). Physical education and health teacher's guide - 7th, 8th and 9th grades of the first high school period. Educational Research and Planning Organization. [In Persian].
18. Khalili, M., Sabunchi, R., Nikravan, M., & Aghaei, N. (2023) The effect of two leadership styles on students' sports motivation Subject Areas. *Journal of Management and Organizational Behavior in Sports*, 59-71, (8)11. [In Persian].
19. Lai Fong Cheng, A., & Keung Yau, H. (2011). Principals' and teachers' perceptions of quality management in Hong Kong primary schools. *Quality Assurance in Education*, 19(2),170-186. <https://doi.org/10.1108/09684881111125069>
20. Looney, J., Grainger Clemson, H. (2018), Quality assurance for school development: Guiding principles for policy development on quality assurance in school education, European Commission. Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture, pp.1-38.
21. Motulsky, S. L. (2021). Is member checking the gold standard of quality in qualitative research? *Qualitative Psychology*, 8(3), 389. <https://doi.org/10.1037/qup0000215>
22. Nazari, S., Diocene, B., & Kosaripour, M. (2020) Explaining the performance evaluation indicators of physical education teachers in Tehran, *Journal of Education*, 36(1), 107-124. [In Persian].

23. Pakdelan, S., Khatibi, A., & Mehdipour, A. (2021). Strategies for developing financial resources of student sports. *Research on Educational Sport*, 9(22), 163-186. <https://doi.org/10.22089/res.2019.7548.1695> [In Persian].
24. Quansah, F., Hagan Jr, J. E., Sambah, F., Frimpong, J. B., Ankomah, F., Srem-Sai, M., ..., & Schack, T. (2022). Perceived safety of learning environment and associated anxiety factors during COVID-19 in Ghana: Evidence from physical education practical-oriented program. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12(1), 28-41. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12010003>
25. Ramezani Nejad, R. (2021). *Physical Education in Schools* (15th Edition). Tehran: Samt Publications. [In Persian].
26. Rasulovna, S. N. (2021). The place of physical training and sports in the life of school students. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 2(04), 306-312.
27. Ryskin, P., Davydova, E. V., Fagina, S., & Shuraleva, N. N. (2021). Implementation of new digital technologies in sports educational process. *Revista Inclusiones*, 22-28.
28. Sami, A., & Labbaf, A. H. (2023). Presentation the Model of Empowerment in Physical Education Teachers. *Archives in Sport Management and Leadership*, 1(1), 15-29. <https://doi.org/10.22108/jhs.2023.137554.1023>
29. Schilder, E., & Redmond, T. (2019). Measuring media literacy inquiry in higher education: Innovation in assessment. *Journal of Media Literacy Education*, 11(2), 95- 121. <https://doi.org/10.23860/JMLE-2019-11-2-6>
30. Skinner, J., Edwards, A., & Smith, A. C. (2020). *Qualitative research in sport management*. London: Routledge.
31. Smith, M. A., & St Pierre, P. E. (2009). Secondary students' perceptions of enjoyment in physical education: An American and English perspective. *Physical Educator*, 66(4), 209.
32. Song, Y., & Shi, C. (2023). Association between sports participation and overall health in children and adolescents. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 51, 101718. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101718>
33. Tsangaridou, N. (2017). Early childhood teachers' views about teaching physical education: challenges and recommendations. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(3), 283-300. <https://doi.org/10.1080/17408989.2016.1192593>
34. Vahdani, M., Cronin, L., Taslimi, Z., & Rezasoltani, N. (2024). Teaching and transferring life skills from the classroom: a qualitative Study of Iranian physical education teachers' perceptions. *Journal of Teaching in Physical Education*. 1, 1-13. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2024-0139>

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی