

The study of swimming comprehensive program effect third grade students in district4 Tabriz school volunteers views year 1395 -1396

Hakimeh Hatami^{1*}, Shahram Ranjdoust²

¹PhD Student, Department of Curriculum Planning Marand of Branch, Islamic Azad University, Marand, Iran

²Assistant Professor, Department of Curriculum Planning Marand of Branch, Islamic Azad University, Marand, Iran

Abstract

Elementary third grade students across the country are planning special Sbah with the instructor in the pool, according to the lesson plan and 12 sessions will be run. After evaluating and obtaining a quorum, a certificate of proficiency in three levels: good, fair, and credible is granted. Swimming is one of the very best sports and entertainment, and fun for everyone of all ages is that muscular fitness, weight loss, lower cholesterol, and increase the efficiency of existing systems in the body. This study examines the effects of swimming on third grade students in the academic year 95-96 discusses the tabriz 4. This quasi-experimental research method is a survey of the tools used to measure questionnaire and the average of the Persian month Khordad foundation for students of second and third grade. For data analysis, nonparametric tests for data to be abnormal, Kolmogorov - Smirnov and Wilcoxon be used. The results show that academic performance was improved project Sbah. And the results also showed that Sbah plan to increase happiness and health information were students.

Keywords: Swimming, Sbah plan, Academic performance, liveliness and freshness, Health information

بررسی تأثیر برنامه جامع آموزش شنا (طرح سبح) بر دانش آموزان سوم ابتدایی ناحیه ۴ تبریز در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۵

حکیمه حاتمی^{۱*}، دکتر شهرام رنجدوست^۲

^۱ دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی واحد مرند، دانشگاه آزاد اسلامی، مرند، ایران

^۲ استادیار گروه برنامه‌ریزی درسی واحد مرند، دانشگاه آزاد اسلامی، مرند، ایران

چکیده

طرح سبح ویژه دانش آموزان پایه سوم ابتدایی سراسر کشور می‌باشد که با حضور مربی در استخر، طبق برنامه و طرح درس مشخص و ... طی ۱۲ جلسه اجرا می‌گردد. پس از ارزیابی و کسب حدنصاب لازم، به آنان گواهی‌نامه مهارت در سه سطح خوب، متوسط و قابل قبول اعطا می‌گردد. شنا یکی از ورزش‌ها و سرگرمی‌های بسیار مناسب و لذت‌بخش برای همه افراد در سنین مختلف است که باعث تناسب عضلانی، کاهش وزن بدن، کاهش کلسترول و افزایش کارایی بسیاری از دستگاه‌های موجود در بدن می‌شود. تحقیق حاضر به بررسی تأثیر شنا بر دانش آموزان سوم ابتدایی ناحیه ۴ شهر تبریز در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ می‌پردازد. نوع روش تحقیق پژوهش حاضر شبه تجربی از نوع پیمایشی بوده و ابزار اندازه‌گیری مورد استفاده برای پژوهش پرسشنامه محقق ساخته و معدل خرداد دانش آموزان پایه‌های دوم و سوم ابتدایی است. برای تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل به جهت غیر نرمال بودن داده‌ها از آزمون‌های ناپارامتریک، کولموکروف - اسمیرنوف و ویلکاکسون استفاده گردید. نتایج به دست آمده نشان دادند که اجرای طرح سبح سبب بهبود عملکرد تحصیلی دانش آموزان شد و همچنین نتایج نشان دادند که طرح سبح سبب افزایش نشاط و شادابی و اطلاعات بهداشتی دانش آموزان شد.

واژگان کلیدی: شنا، طرح سبح، عملکرد تحصیلی، نشاط و شادابی، اطلاعات بهداشت

* نویسنده مسئول: hakimemoheby@yahoo.com

^۲ Dr.ranjdoust@gmail.com

مقدمه

ورزش‌های امروزی که صور مختلفی دارند از آن جهت که فعالیت‌های جسم را بهبود می‌بخشد و نشاط و شادابی را به جسم هدیه می‌دهند، جزء لاینفک آموزش و پرورش هر کشوری است (فراهانی، ۱۳۹۰). در این میان یکی از ورزش‌هایی که کاربرد فراوانی دارد و از محبوبیت زیادی در بین اقشار مختلف مردم برخوردار است، شنا می‌باشد (کوزه چیان، ۱۳۸۹). با توجه به ضرورت و اهمیت یادگیری شنا و سفارش آن در دین مبین اسلام و گفتار پیامبر اکرم (ص) که در این زمینه می‌فرماید: به فرزندان خود شنا کردن بیاموزید (کاشف، ۱۳۸۸)؛ ورزش شنا به لحاظ جذاب و مفرح بودن (اسمعیلی، ۱۳۸۸) و نیز به لحاظ مدال‌های فراوان در المپیک (گرین و هولیهان، ۲۰۰۵) مورد توجه خاص بوده است. از این رو طرح‌ها و برنامه‌های مختلف آموزش و پرورش در حوزه مرکز تربیت بدنی و سلامت از جمله طرح ملی سبح از دسته فعالیت‌هایی است که در همین چارچوب و برای توسعه و گسترش آمادگی بدنی و نشاط دانش‌آموزان شکل گرفته است. طرح شنای سبح توسط وزارت آموزش و پرورش به منظور توسعه قابلیت‌های جسمانی و اهداف تربیتی، برای پایه سوم ابتدایی طراحی شد. در این طرح تمام دانش‌آموزان دختر و پسر پایه سوم ابتدایی کشور در یک ترم (۱۲ جلسه) و در سطح مقدماتی با هدف کسب مهارت شناوری روی آب با فن شنا، کسب آگاهی‌های لازم هنگام مواجهه با آب و نهایتاً یادگیری شنای اصولی کرال سینه آموزش داده می‌شوند. از اهداف این طرح، کیفیت بخشی به درس ورزش می‌باشد و مضافاً این که جامعه ایرانی در افق سند چشم‌انداز ۱۴۰۴ جامعه‌ای برخوردار از سلامت است که گسترش ورزش‌های پایه و همگانی از قبیل شنا، در تحقق این اهداف تأمین می‌یابد. هدف از طرح شنای سبح، آموزش شنا به دانش‌آموزان به منظور ارتقاء سطح سلامت، افزایش آمادگی جسمانی و فعالیت‌های مناسب جایگزین برای جلوگیری از آسیب‌های اجتماعی و ممانعت از اتلاف سرمایه‌های ملی است (شیوه‌نامه آموزش شنا، سال تحصیلی ۹۰-۸۹). با توجه به این که جایگاه طرح شنای سبح در مناطق مختلف به ویژه در شهرهای دور و محروم به گونه‌ای که انتظار می‌رود، روشن نشده، نیاز به انجام تحقیقات بنیادی در این زمینه اکنون بیش از هر زمان دیگر احساس می‌شود؛ زیرا بررسی جایگاه طرح شنای سبح و وضعیت کمی و کیفی این طرح در مناطق مختلف و ارائه راهکارهای اصولی و زیربنایی در این زمینه می‌تواند به شفاف‌تر شدن و انجام بهتر آن کمک کند.

ورزش‌های آبی موجب تناسب عضلانی، کم کردن وزن، کاهش کلسترول و افزایش کارایی بدن نیز می‌شوند (Martha, 1956). نتیجه تحقیقات محققین نشان می‌دهد که بیماران مبتلا به بیماری‌های مزمن با غوطه‌ور شدن در آب عملکرد عضلانی-اسکلتی، قلبی-عروقی خود را افزایش داده و مشکلات روحی-روانی مانند استرس، اضطراب و افسردگی را کم می‌کنند (سامی، ۱۳۹۱). یادگیری شنا شرط اول برای ورود به آب و انجام ورزش‌های آبی است. از طرف دیگر بنا به فرموده پیامبر اسلام (ص) هر پدری

وظیفه آموزش شنا به فرزندان خود را دارد و نیز برای جلوگیری از خطرات احتمالی ناشی از غرق شدن یادگیری شنا برای هر فردی لازم به نظر می‌رسد (قنبری نیایکی، ۱۳۶۷).

دانشمندان اعتقاد دارند که به احتمال زیاد انسان‌ها شنا کردن را از حیوانات تقلید کرده و آموخته‌اند (تندنویس، ۱۳۹۰). هر چند آن‌ها معتقدند فن شنا با پیدایش و سکنی گزیدن بشر بر روی زمین آغاز شده است، ولی دقیقاً معلوم نیست که انسان‌ها از زمانی وارد آب شده و به شنا کردن پرداخته‌اند. (حسینی خرم، ۱۳۸۸). برای انسان یادگیری شنا و قدرت شناور بودن در آب در واقع بخشی از اقدامات او در جهت بقا و زیستن بوده است. علاوه بر این در بعضی از اقوام و دوران، اعتقادات مردم نیز باعث یادگیری شنا می شده است. برای مردم دوران باستان به خاک سپردن بدن پس از مرگ اهمیت زیادی داشته است و از این رو از غرق شدن در آب بسیار هراسناک بودند و این ترس از غرق شدن و محرومیت از تدفین، آن‌ها را به یادگیری شنا و جلوگیری از غرق شدن وامی‌داشت (تندنویس، ۱۳۹۰). عامل دیگری که در یادگیری شنا اهمیت داشت، جنبه نظامی آن بود. سربازان ناگزیر می شدند که در مواقع لازم قادر باشند که در آب شنا نموده و خود را نجات دهند (حسینی خرم، ۱۳۸۸). در میان کشورهای مشرق زمین ایران تنها کشوری بود که در نظام تعلیم و تربیت خود بیشترین اولویت را به ورزش و تربیت بدنی داده بود. در حالی که چینیان به امر ورزش و تربیت بدنی توجه چندانی نداشتند و هندیان پرورش تن و فعالیت‌های تربیت بدنی را گاه حتی مذموم هم می‌دانستند. ایرانیان به اهمیت و ارزش توانایی و سلامت بدن به‌عنوان وسیله بسیار مهمی برای فراهم آوردن ارتشی سلحشور و پیروزمند پی برده بودند. وظیفه حفظ مرزبوم ایران که به‌موجب تعلیم زرتشت سرزمینی مقدس به شمار می‌رفت و نیز میل به کشورگشایی و تسخیر سرزمین‌های مجاور، ایجاب می‌کرد که جوانان از تعلیمات نظامی منظمی که اساس آن بر ورزش و تربیت بدنی بود، برخوردار گردد (فرهادفر، ۱۳۸۸). پس از پیروزی انقلاب اسلامی گسترش شنا در بین مردم سرعت گرفت. استخرهای زیادی ساخته شدند و بسیاری از والدین با پی بردن به اهمیت ورزش شنا، فرزندان‌شان را برای یادگیری شنا، در استخرها ثبت‌نام کردند (تندنویس، ۱۳۹۰).

بنا به پژوهش سلترز (Seltezer, 1970) اگر مدرسه بتواند فعالیت بدنی مناسب و به اندازه لازم برای دانش‌آموزان پیش‌بینی کند تا ۹۵٪ می‌تواند در کاهش عوامل خطرزای قلبی مؤثر باشد؛ و اگر کودکان بتوانند فعالیت بدنی خود را به‌صورت عادت درآورند به‌طوری‌که در دوران جوانی و بزرگسالی نیز هرروز به فعالیت بدنی بپردازند به میزان ۶۰٪ از مرگ‌ومیرهای ناشی از بیماری‌های قلبی در بزرگسالی کاسته می‌شود (مونتوی هنری، ۱۳۸۷). براساس شاخص‌های برنامه "انسان سالم ۲۰۲۰" فعالیت فیزیکی منظم در کودکان و نوجوانان یکی از اهدافی است که مورد توجه بسیار قرار گرفته است و ورزش مبتنی بر سه اصل است که یکی از اصول آن را ایجاد زمینه مناسب و مساعد برای رشد و شکوفایی شخصیت و استعدادها تا نهایت ظرفیت آن‌ها می‌داند. بر اساس توصیه‌های مرکز ملی کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها در ایالات متحده آمریکا این فعالیت‌ها باید به سه شکل هوازی، فعالیت‌هایی برای افزایش قدرت ماهیچه‌ها و توانمندسازی اسکلت بدن باشند و ورزش شنا دستیابی به این سه

هدف را امکان پذیر می کند (تسلیمی و همکاران، ۱۳۹۱). پژوهشگران انجمن شناگران آماتور (ASA) بریتانیا اعلام کرده اند که کودکانی که در سال های نخستین زندگی به ورزش شنا می پردازند، بسیاری از مهارت ها را زودتر از سایر کودکان می آموزند. همچنین این انجمن، سن مناسب برای آموزش فنی شنا را ۶ سال به بالا اعلام کرده است؛ زیرا در این سن کودک توانایی های عضلانی و اسکلتی مناسب را پیدا کرده است. در ضمن برای کودکان و نوجوانان، ده مزیت شنا را برشمرده است که عبارتند از: سبک زندگی سالم، مزایای بهداشتی و درمانی، آگاهی از آب و صرفه جویی در زندگی پایه، بهبود خواب، کسب مهارت های اجتماعی، رشد مغزی، شرکت در گروه های اجتماعی و مشارکتی، اعتماد به نفس و عزت نفس، استقلال فیزیکی، خود آگاهی، رشد زبان و بهبود تکلم.

عزیزپور (۱۳۷۹) در پایان نامه کارشناسی ارشد خود با عنوان « بررسی و مقایسه دو روش آموزش شنای کرال سینه با وسایل و بدون وسایل کمک آموزشی » بیان می کند بین پیش آزمون و پس آزمون گروه تجربی استفاده کنندگان از راهنمایی مربی، فیلم آموزشی و فیلم شنای خود در آزمون یادگیری و اجرای شنای کرال سینه اختلاف معنی دار وجود دارد. شفقتی (۱۳۸۹) در تحقیقی با عنوان «تنگناهای طرح ملی آموزش شنا به دانش آموزان مقطع سوم ابتدایی در شهرستان گرگان» مهم ترین مشکل تحقق این موضوع را کمبود استخرهای شنا و حتی نبود این امکان در برخی شهرهای استان می داند و به این نکته اشاره دارد که برخی شهرهای ما استخر تابلستانی روباز ندارد چه رسد به استخر سرپوشیده، لذا بی نهایت کمبود در زیر ساخت ها داریم علاوه بر آن مربی و نجات غریق هم به تعداد مورد نیاز وجود ندارد و استفاده از یک دبیر ورزش که اطلاعات کافی از این رشته ورزشی حساس و پرخطر ندارد نمی تواند ملاک عمل باشد. حسین پور و همکاران (۱۳۹۱) در مقاله ای با عنوان «تأثیر طرح سباح، بر یادگیری مهارت های شنا در دانش آموزان و بررسی موانع اجرای بهینه این طرح از دیدگاه مربیان و کارشناسان» که در شهر ارومیه انجام شده بود، مهم ترین مشکلات در اجرای طرح را کمبود امکانات و تجهیزات (استخر، وسایل کمک آموزشی، و وسایل رفت و آمد)، مشکلات مربوط به مربیان (کمبود مربی مجرب، مربیان متعدد برای یک کلاس، حق الزحمه نامناسب، عدم استراحت مناسب بین ساعات آموزشی، نداشتن طرح درس مناسب و...)، مدیریت و برنامه ریزی نامناسب (عدم برنامه ریزی مناسب، زمان کم آموزش برای یک جلسه، عدم برگزاری دوره ضمن خدمت برای مربیان، عدم نظارت بر کار مربیان، عدم هماهنگی بین کارشناسان ادارات و مسئولین استخرها و...)، مشکلات مربوط به دانش آموزان (تعداد زیاد دانش آموزان در هر کلاس به ویژه جمع شدن دانش آموزان مبتدی در ناحیه کم عمق، غیبت دانش آموزان و عدم رضایت بعضی از اولیاء و...) عنوان می کنند. باشقره و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان مقایسه پیشرفت تحصیلی دانش آموزان متوسطه شرکت کننده در فعالیت های ورزشی منظم گروهی و انفرادی بیان می کنند که هر چه شرکت دانش آموزان در فعالیت های ورزشی گروهی افزایش یابد؛ عملکرد تحصیلی آنها رشد بهتری خواهد داشت. صاحب کاران و همکاران (۱۳۹۲) در تحقیقی با عنوان «مشکلات اجرای طرح شنای سباح از دیدگاه مدیران مدارس در شهرستان نیشابور» به ترتیب مهم ترین مشکلات اجرای طرح شنای سباح

از دیدگاه مدیران مدارس شهرستان نیشابور را مشکلات مربوط به خانواده‌ها، مشکلات مربوط به دانش آموزان، مشکلات بهداشتی، مشکلات آموزشی، مشکلات مربوط به مربیان و مدیران، مشکلات مدیریتی و برنامه‌ریزی و مشکلات مربوط به امکانات و فضاها معرفی می‌کنند.

پارکر (Parker, 2006) در مقاله‌ای با عنوان «شنای آموزشی در انگلستان، یک مطالعه تطبیقی تاریخی» نشان می‌دهد که دلایل منطقی در ورای ارتقای آموزش شنا در دو قرن ۱۹ و ۲۱ در انگلستان مشابه بوده و ناشی از عوامل اجتماعی مربوط به سلامت و رفاه دانش آموزان انگلیسی است. همچنین موانع موجود در اجرای شنا در برنامه درسی در قرن نوزدهم، یعنی کمبود و هزینه تسهیلات شنا و برنامه نامتوازن آموزش معلم شنا، همچنان مانع توسعه فعالیت‌ها در قرن بیست و یکم است. مونا (Mona, 2011)، پژوهشی با عنوان «تأثیر برنامه آموزشی استفاده از تصاویر کامپیوتری بر یادگیری مهارت‌های پایه در شنا و متغیرهای فیزیکی دیگر برای افرادی با نیازهای خاص» نشان می‌دهد استفاده از تصاویر کامپیوتری منجر به بهبود بعضی دستورالعمل‌ها و قابلیت‌ها برای یادگیری بهتر مهارت‌های پایه شنا می‌شود. لاوس و همکاران (Orapin Laosee et al, 2011) در تحقیقی با عنوان «پیش‌بینی مهارت‌های شنا در کودکان مدارس ابتدایی روستایی تایلند» نتیجه گرفتند کودکان در سنین پایین نیاز به آموزش شنا دارند و بیشتر کودکان مدرسه‌ای در مناطق روستایی تایلند قادر به شنا کردن نیستند. آموزش شنا راهکاری ضروری برای کاهش نرخ بالای غرق شدن در تایلند در نسل‌های کنونی و آتی است. کمبود استخرهای شنا در بیشتر مدارس روستایی مانعی برای آموزش شنا است. نکته کلیدی برای تداوم برنامه آموزش شنا همکاری بین مدارس و جامعه است.

هدف اصلی این پژوهش عبارت است از این که آیا برنامه جامع آموزش شنا بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان سوم ابتدایی تأثیر دارد؟ البته این پژوهش اهداف دیگری مانند تعیین تأثیر برنامه جامع آموزش شنا در ارتقاء سطح سلامت، نشاط و شادابی، افزایش سطح اطلاعات بهداشتی دانش آموزان دارد. در این پژوهش منظور از برنامه جامع آموزش شنا کلیه عوامل دخیل در اجرای طرح ویژه دانش آموزان سوم ابتدایی واجد شرایط در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ در آموزش و پرورش ناحیه ۴ تبریز از استان آذربایجان شرقی است. همچنین در این پژوهش فرضیه‌های زیر بررسی شدند:

۱. توزیع نظرات گروه رابطین مدارس درباره عوامل بازدارنده اجرای طرح سبح یکسان است.
۲. توزیع نظرات گروه رابطین مدارس درباره عوامل تسهیل‌کننده اجرای طرح سبح یکسان است.
۳. بین نشاط و شادابی دانش آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.
۴. بین اطلاعات بهداشتی دانش آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.
۵. بین وضعیت تحصیلی دانش آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر نوع جمع‌آوری داده‌های تحقیق توصیفی و پیمایشی است. کلیه دانش آموزان پایه سوم ابتدایی مدارس (روستایی و شهری) ناحیه ۴ تبریز در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ که تعداد آن‌ها ۳۶۵۵ نفر بودند، جامعه آماری پژوهش را تشکیل می‌دهند. روش نمونه‌گیری در این پژوهش، خوشه‌ای می‌باشد. از ۶۰ مدرسه شهری و ۱۶ مدرسه روستایی

یافته های پژوهش

در این بخش نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل های آماری داده ها به دست آمده از اجرای پرسشنامه ارائه شده است. بر این اساس، نتایج به دست آمده، در دو قسمت تنظیم شده است: در قسمت اول که شامل آمار توصیفی است، اطلاعات جمعیت شناختی به صورت فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار ارائه شده و در قسمت دوم که شامل آمار استنباطی است، با توجه به غیرفرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون های ناپارامتریک آزمون کولموگروف- اسمیرنوف (برای آزمون فرضیه های ۱ و ۲) و ویلکاکسون (برای آزمون فرضیه های ۳، ۴ و ۵) جهت تحلیل داده ها استفاده شده است.

۱- توصیف ویژگی های نمونه آماری رابطین مدارس

در این بخش در دو قسمت توصیف ویژگی های جمعیت شناختی رابطین مدارس بر حسب جنس، سابقه خدمت، سطح تحصیلات، داشتن کارت مربیگری شنا و فراوانی پاسخ رابطین مدارس به سؤالات پرسشنامه ارائه شده است.

الف: توصیف ویژگی های جمعیت شناختی رابطین مدارس

چنان که در جدول (۲ و ۳) مشاهده می شود از مجموع ۹۲ نفر رابطین مدارس ۴۳ نفر آن ها مرد و ۴۹ نفر آن ها زن است و بیشتر رابطین سابقه خدمت ۱۵ الی ۲۰ سال را داشتند.

جدول (۳) توزیع و درصد فراوانی رابطین مدارس بر اساس جنسیت

جنسیت			
مرد		زن	
فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
۴۳	۴۶/۷	۴۹	۵۳/۳

جدول (۴) توزیع و درصد فراوانی سابقه رابطین مدارس

سابقه خدمت											
زیر ۵ سال		۵ تا ۱۰ سال		۱۰ تا ۱۵ سال		۱۵ تا ۲۰ سال		۲۰ تا ۲۵		بالای ۲۵	
فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
۶	۶/۵	۱۴	۱۵/۲	۱۴	۱۵/۲	۳۱	۳۳/۷	۱۶	۱۷/۴	۱۱	۱۲

چنان که در جدول (۲) مشاهده شد میزان تحصیلات رابطین از دیپلم تا فوق لیسانس و بالاتر است و بیش از نیمی از رابطین دارای مدرک لیسانس می باشند. همچنین بر اساس جدول (۳) بیشتر رابطین سابقه کمی در مربیگری شنا داشتند.

جدول (۵) توزیع و درصد فراوانی تحصیلات رابطین مدارس

مدرک تحصیلی							
دیپلم		کاردانی (فوق دیپلم)		لیسانس		فوق لیسانس و بالاتر	
فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
۱۲	۱۳	۲۹	۳۱/۵	۴۹	۵۳/۳	۲	۲/۲

جدول (۶) توزیع و درصد فراوانی کارت مربیگری شنای رابطین مدارس

کارت مربیگری شنا							
درجه ۱		درجه ۲		درجه ۳		بدون کارت	
فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
-	-	-	-	۷	۷/۶	۸۵	۹۲/۴

ب: توصیف آماری پاسخ رابطین مدارس به سؤالات پرسشنامه

چنان که مشاهده شد سؤالات پرسشنامه به شش جنبه کلی طرح (مسائل مربوط به عوامل بازدارنده طرح، عوامل تسهیل کننده طرح، شادابی و نشاط و اطلاعات بهداشتی دانش آموزان و پیشنهاد و ایراد اصلی طرح) مربوط می شود. در صد پاسخگویی و میانگین حاصل از هر سؤال در جدول (۶) آورده است. نمره میانگین عددی بین ۱ تا ۵ برای سؤالات ۱ الی ۴۱ و نمره میانگین ۱ الی ۴ برای سؤالات ۴۲ و ۴۳ می باشد.

جدول (۷) فراوانی پاسخ رابطین مدارس ناحیه ۴ تبریز به سؤالات پرسشنامه

میانگین جنبه مورد ارزیابی	نمره میانگین سؤال	کاملاً مخالف	مخالف	بی نظر	موافق	کاملاً موافق	شماره سؤال	جنبه اصلی ارزشیابی
۴/۰۴	۴/۷۹	-	۲	۱	۱۱	۷۸	۱	عوامل بازدارنده طرح
	۴/۱۴	-	۱	۳	۷۰	۱۸	۳	
	۴/۰۸	-	۴	۶	۶۷	۱۵	۵	
	۴/۳۷	۲	۶	۸	۱۶	۶۰	۶	
	۴/۳۷	۱	۸	۱۳	۴	۶۶	۳۷	
	۲/۵۲	-	۶۶	۹	۱۲	۵	۴۱	
۳/۵۱	۳/۸۵	۲	۵	۶	۷۱	۸	۷	عوامل تسهیل کننده طرح
	۳/۸۹	۱	۸	۱	۷۲	۱۰	۹	
	۳/۹۸	۱	۴	۳	۷۲	۱۲	۱۰	
	۴/۷۴	-	-	-	۲۴	۶۸	۱۲	
	۲/۵۲	۱	۶۳	۱۰	۱۵	۳	۱۳	
	۲/۷۶	۱	۵۸	۵	۱۸	۱۰	۱۴	
	۲/۷۳	۲	۵۸	۵	۱۷	۱۰	۲۳	
	۲/۶۳	۳۶	۹	۱۰	۲۷	۱۰	۲۶	
۳/۸۷	۳/۵۸	-	۲۳	۱۵	۳۲	۲۲	۲	شادابی و نشاط دانش آموزان دوم
	۲/۳۰	۱۸	۴۶	۱۰	۱۸	-	۸	
	۴/۱۴	-	۹	۱۱	۳۰	۴۲	۱۱	
	۳/۸۵	-	۱۷	۱۳	۲۹	۲۳	۲۱	
	۴/۳۷	-	-	۱۰	۳۸	۴۴	۲۸	
	۴/۲۳	-	۶	۱۳	۲۷	۴۶	۳۰	
	۴/۳۷	-	-	۱۰	۳۸	۴۴	۳۲	
۴/۴۳	۴/۱۴	-	۹	۱۱	۳۰	۴۲	۳۶	شادابی و نشاط دانش آموزان سوم
	۴/۱۶	-	۱	۲	۷۰	۱۹	۱۵	
	۴/۴۰	۲	۲	۱۰	۱۴	۶۴	۱۶	
	۴/۶۵	۱	۱	۴	۱۷	۶۹	۱۸	
	۴/۶۱	۱	۲	۶	۱۴	۶۹	۱۹	
	۴/۶۵	۱	۲	۲	۱۸	۶۹	۲۰	
	۳/۶۸	۱	۱	۲	۱۸	۷۰	۲۲	
۴/۲۲	۴/۶۷	-	۲	۴	۱۶	۷۰	۲۵	اطلاعات بهداشتی دانش آموزان دوم
	۴/۶۱	-	۲	۸	۱۴	۶۸	۲۷	
	۴/۱۴	-	۵	۱۷	۳۲	۳۸	۴	
	۴/۲۳	-	۳	۱۰	۴۲	۳۷	۱۷	
	۴/۱۴	-	۹	۱۰	۳۰	۴۲	۲۴	
۴/۷۲	۴/۳۷	-	-	۱۰	۳۸	۴۴	۳۸	اطلاعات بهداشتی دانش آموزان سوم
	۴/۲۳	-	۶	۱۳	۲۷	۴۶	۴۰	
	۴/۷۷	-	-	۱	۱۹	۷۲	۲۹	
	۴/۷۱	-	۱	۳	۱۸	۷۰	۳۱	
	۴/۷۶	-	-	۲	۱۸	۷۲	۳۳	
۴/۷۵	-	۱	۲	۱۶	۷۳	۳۴		
۴/۶۵	-	۱	۶	۱۷	۶۸	۳۵		

۲- یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

با توجه به غیرنرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون‌های ناپارامتریک آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (برای آزمون فرضیه‌های ۱ و ۲) و ویلکاکسون (برای آزمون فرضیه‌های ۳، ۴ و ۵) جهت تحلیل داده‌ها استفاده شده است.

فرضیه اول تحقیق: توزیع نظرات گروه رابطین مدارس درباره عوامل بازدارنده اجرای طرح سباح یکسان است.

بر اساس داده‌های جدول (۷) فراوانی‌های مشاهده شده برای پاسخ‌های کاملاً موافق و موافق از قرار ۲۴۲ و ۱۸۰ نفر، بیشتر از فراوانی مورد انتظار (۱۱۱ نفر) است و نتایج برآمده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف یک نمونه‌ای (براساس جدول ۲) و همچنین با توجه به داده‌های جدول (۸) و مقایسه میانگین جنبه مورد ارزیابی با مقدار آزمون با سطح معنی‌داری $p=0.01$ می‌توان قضاوت نمود که تفاوت نسبت‌های نمونه از مقادیر فرض شده یعنی 0.60 (۱۱۱ نفر) برای هر گروه، معنی‌دار است؛ بنابراین با اطمینان می‌توان گفت که توزیع مشخص شده در فرضیه توصیف درستی از توزیع نظرات جامعه رابطین مدارس است؛ به طوری که حدود ۸۱ درصد افراد نمونه (۴۲۲ نفر) در رابطه با عوامل بازدارنده طرح سباح، نظر کاملاً موافق و موافق دادند، در حالی که ۱۹ درصد (۱۳۰ نفر) افراد نسبت به آن بی‌نظر، کاملاً مخالف و مخالف نظر دادند.

جدول (۸) توزیع نظرات نمونه آماری درباره عوامل بازدارنده طرح سباح

مقوله:	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف	جمع
فراوانی	۲۴۲	۱۸۰	۴۰	۸۷	۳	۵۵۲
فراوانی مورد انتظار بر پایه H_1	۱۱۰/۴	۱۱۰/۴	۱۱۰/۴	۱۱۰/۴	۱۱۰/۴	

فرضیه دوم تحقیق: توزیع نظرات گروه رابطین مدارس درباره عوامل تسهیل‌کننده اجرای طرح سباح یکسان است.

بر اساس داده‌های جدول (۷) فراوانی‌های مشاهده شده برای پاسخ‌های کاملاً موافق و موافق از قرار ۱۹۲ و ۳۳۲ نفر، بیشتر از فراوانی مورد انتظار (۱۶۶ نفر) است و نتایج برآمده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف یک نمونه‌ای (براساس جدول ۲) و همچنین بر اساس داده‌های جدول (۹) مقایسه میانگین جنبه مورد ارزیابی با مقدار آزمون با سطح معنی‌داری $p=0.01$ می‌توان قضاوت نمود که تفاوت نسبت‌های نمونه از مقادیر فرض شده یعنی 0.40 (۱۶۶ نفر) برای هر گروه، معنی‌دار است؛ بنابراین با اطمینان می‌توان گفت که توزیع مشخص شده در فرضیه توصیف درستی از توزیع نظرات جامعه رابطین مدارس است؛ به طوری که حدود ۶۴ درصد افراد نمونه (۵۲۴ نفر) در رابطه با عوامل تسهیل‌کننده طرح سباح، نظر کاملاً موافق و موافق دادند، در حالی که ۳۶ درصد (۳۰۴ نفر) افراد نسبت به آن بی‌نظر، کاملاً مخالف و مخالف نظر دادند.

جدول (۹) توزیع نظرات نمونه آماری درباره عوامل تسهیل‌کننده طرح سباح

مقوله:	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف	جمع
فراوانی	۱۹۲	۳۳۲	۴۵	۲۰۶	۵۳	۸۲۸
فراوانی مورد انتظار بر پایه H_1	۱۶۵/۶	۱۶۵/۶	۱۶۵/۶	۱۶۵/۶	۱۶۵/۶	

فرضیه سوم تحقیق: بین نشاط و شادابی دانش‌آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد. بر اساس آماره Z و سطح معنی‌دار مشاهده شده (۰/۰۰۰) در جدول (۱۲) و همچنین بر اساس داده‌های جداول (۱۰ و ۱۱) و مقایسه میانگین جنبه‌های مورد ارزیابی می‌توان با اطمینان قضاوت نمود که بین نشاط و شادابی دانش‌آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.

جدول (۱۰) توزیع نظرات نمونه آماری درباره ایجاد نشاط و شادابی قبل از اجرای طرح سباح

مقوله:	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف	جمع
فراوانی	۲۷۳	۲۴۲	۹۴	۱۱۰	۱۸	۷۳۷
فراوانی مورد انتظار بر پایه H ₁	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	

جدول (۱۱) توزیع نظرات نمونه آماری درباره ایجاد نشاط و شادابی بعد از اجرای طرح سباح

مقوله:	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف	جمع
فراوانی	۴۹۸	۱۸۱	۳۸	۱۳	۷	۷۳۷
فراوانی مورد انتظار بر پایه H ₁	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	۱۴۷/۴	

جدول (۱۲) توزیع آماری آزمون نمونه‌های وابسته (ویلکاکسون)

Z	-۳/۹۷
سطح معنی‌داری	۰/۰۰۰

فرضیه چهارم تحقیق: بین افزایش اطلاعات بهداشتی دانش‌آموزان در قبل و بعد از اجرای طرح جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.

بر اساس آماره Z و سطح معنی‌دار مشاهده شده (۰/۰۰۰) در جدول (۱۵) و همچنین بر اساس داده‌های جداول (۱۳ و ۱۴) و مقایسه میانگین جنبه‌های مورد ارزیابی می‌توان با اطمینان قضاوت نمود که بین افزایش اطلاعات بهداشتی دانش‌آموزان در قبل و بعد از اجرای طرح جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.

جدول (۱۳) توزیع نظرات نمونه آماری در خصوص اطلاعات بهداشتی قبل از اجرای طرح سباح

مقوله	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف	جمع
فراوانی	۲۰۷	۱۷۰	۶۰	۲۴	-	۴۶۱
فراوانی مورد انتظار بر پایه H ₁	۹۲/۲	۹۲/۲	۹۲/۲	۹۲/۲	۹۲/۲	

جدول (۱۴) توزیع نظرات نمونه آماری در خصوص اطلاعات بهداشتی بعد از اجرای طرح سباح

مقوله	کاملاً موافق	موافق	بی‌نظر	مخالف	کاملاً مخالف	جمع
فراوانی	۳۵۵	۸۸	۱۴	۳	۱	۴۶۱
فراوانی مورد انتظار بر پایه H ₁	۹۲/۲	۹۲/۲	۹۲/۲	۹۲/۲	۹۲/۲	

جدول (۱۵) توزیع آماری آزمون نمونه‌های وابسته (ویلکاکسون)

Z	-۴/۲۷
سطح معنی‌داری	۰/۰۰۰

فرضیه پنجم تحقیق: بین وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.

بر اساس آماره Z و سطح معنی دار مشاهده شده (۰/۰۰۰) در جدول (۱۸) و همچنین بر اساس داده های جداول (۱۶ و ۱۷) می توان با اطمینان قضاوت نمود که فرض صفر قابل قبول نیست و نتیجه در سطوح کمتر از ۱ درصد معنی دار است. نتیجه این که بین وضعیت تحصیلی دانش آموزان در قبل و بعد از اجرای برنامه جامع آموزش شنا تفاوت وجود دارد.

جدول (۱۶) توزیع و درصد فراوانی دانش آموزان بر اساس جنسیت

جنسیت			
پسر		دختر	
درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی
۴۲/۳	۱۶۹	۵۷/۸	۲۳۱

جدول (۱۷) توزیع فراوانی گروه ها بر اساس جنسیت و کلاس

کلاس	جنس	تعداد	میانگین نمره	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین
دوم	پسر	۲۳۱	۱۷/۲۴	۱/۲۱	۰/۸۰
	دختر	۱۶۹	۱۷/۴۶	۰/۹۶	۰/۰۷
سوم	پسر	۲۳۱	۱۷/۷۳	۱/۱۵	۰/۰۷
	دختر	۱۶۹	۱۷/۶۰	۰/۶۹	۰/۰۵

جدول (۱۸) توزیع آماری آزمون نمونه های وابسته (ویلکاکسون)

کلاس	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین	Z	سطح معنی داری
دوم	۴۰۰	۱۷/۳۳	۱/۱۲	۹	۱۸/۵۷	-۶/۱۷	۰/۰۰۰
سوم	۴۰۰	۱۷/۶۸	۰/۹۸	۱۳/۲۸	۲۰		

بحث و نتیجه گیری

نتایج توصیفی و جمعیت شناختی نشان داد که از مجموع ۹۲ نفر رابطین مدارس ۴۳ نفر آن ها مرد و ۴۹ نفر آن ها زن است و بیشتر رابطین سابقه خدمت ۱۵ الی ۲۰ سال را داشتند. همچنین بیش از نیمی از رابطین دارای مدرک لیسانس و بیشتر آن ها سابقه کمی در مربیگری شنا داشتند. در بخش آمار استنباطی نتایج حاصل از تحلیل داده ها نشان داد که عوامل متعددی در اجرای طرح سباج نقش بازدارندگی دارند. از بین این عوامل سرد بودن هوا، عدم همکاری سایر نهادها با آموزش و پرورش، تعداد زیاد دانش آموزان در استخر، نبود زمان کافی برای تدریس، کم بودن مربی کارآموده، کمبود استخر مناسب، نداشتن طرح درس مدون (تعداد جلسات و مهارت های مورد نظر) و موقتی بودن طرح را می توان به عنوان مهم ترین عوامل بازدارنده طرح سباج در نظر گرفت. نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات صاحبکاران و همکاران (۱۳۹۲)، شاه محمدی (۱۳۹۱)، با پیشنهادات انجمن شنای مدارس استرالیا (ASCTA)، لاوس و همکاران (Laosee et al, 2011) و شیرمحمدزاده (۱۳۷۶) همخوانی دارد و همچنین با نتایج کاشف (۱۳۷۰) تا حدودی همسو می باشد. انجمن شنای مدارس استرالیا بیان می کند که برای توسعه شنا در مدارس نیاز به مربیان آموزش دیده و مجرب، آشنا با روش های جدید آموزش، آمادگی جسمانی بالا، قدرت مدیریت و برنامه ریزی منظم، دوره های بازآموزی برای مربیان در ارتباط با شنا و موارد ایمنی می باشد

(Mick et al, 2005). لاوس و همکاران (Laosee et al, 2011) در پژوهشی با عنوان «پیش‌بینی مهارت‌های شنا در کودکان مدارس ابتدایی روستایی تایلند» نتیجه گرفتند که کمبود استخرهای شنا در بیشتر مدارس روستایی مانعی برای آموزش شنا است. نکته کلیدی برای تداوم برنامه آموزش شنا همکاری بین مدارس و جامعه است. صاحبکاران و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی نتیجه گرفتند که نبود استخر مناسب و امکانات، تعداد زیاد دانش‌آموزان در استخر، نبود زمان کافی برای تدریس، کم بودن مربی کارآموده، نداشتن طرح درس مدون از مهمترین مشکلات اجرای طرح سباح می باشند.

نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که در دسترس بودن و سایل ایاب و ذهاب دانش‌آموزان، حضور رابطین در کنار دانش‌آموزان در استخر، راضی بودن اولیاء دانش‌آموزان از اجرای طرح و برگزاری جلسات توجیهی برای اولیاء دانش‌آموزان را به‌عنوان مهم‌ترین عوامل تسهیل‌کننده اجرای طرح سباح می توان پذیرفت. این نتایج با نتایج شاه‌محمدی (۱۳۹۱)، حسین‌پور و همکاران (۱۳۹۰)، شفقتی (۱۳۸۹) پارکر (Parker, 2006) و یگانه (۱۳۸۱) در حضور رابطین در کنار دانش‌آموزان در استخر و راضی بودن اولیاء دانش‌آموزان همخوانی دارد؛ و همچنین با یافته‌های افضل‌پور و همکاران (۱۳۸۶) در برنامه‌ریزی مطلوب برای اجرای طرح نیز همخوانی دارد.

نتایج حاصل از تحلیل داده‌های مربوط به تأثیر اجرای طرح سباح در ایجاد نشاط و شادابی در بین دانش‌آموزان نشان داد که اجرای این طرح در ایجاد نشاط و شادابی دانش‌آموزان تأثیر داشته است. این نتایج پژوهش با نتایج فاووزی و همکارش (Fawzi et al, 2011)، گزارش مرکز سنجش آموزش و پرورش (۱۳۹۲)، برقی مقدم (۱۳۷۷) و نصراله نژاد (۱۳۷۷) همسو می‌باشد. در گزارش مرکز سنجش آموزش و پرورش (۱۳۹۲) در بحث میزان تحقق یافتن اهداف طرح آموزش شنا (طرح سباح) از ۶۲۰۰ دانش‌آموز، والد، معلم و مدیر مدارس استان‌های کشور نظر سنجی شد که رضایت دانش‌آموزان، افزایش شادابی و نشاط، کاهش ترس از آب و افزایش علاقه مندی به درس تربیت بدنی در دانش‌آموزان از مهم‌ترین نتایج آن است. برقی مقدم (۱۳۷۷) در تحقیق خود با عنوان «بررسی تأثیر ورزش در کاهش میزان افسردگی دانش‌آموزان» به وجود رابطه معنی‌دار بین تمرینات ورزشی شنا با کاهش میزان افسردگی دانش‌آموزان اشاره دارد. همچنین نصراله نژاد (۱۳۷۷) در تحقیقی با عنوان «تأثیر سه ماه آموزش شنا بر میزان اعتماد به نفس دانش‌آموزان پسر غیر ورزشکار ۱۵-۱۲ ساله بابل»، نتیجه گرفت که آموزش شنا بر اعتماد به نفس پسران مؤثر است. فاووزی و همکارش (Fawzi et al, 2011) از دانشگاه هلوان یونیورسیتی مصر در تحقیقی با عنوان «ارزیابی شادابی معلمان شنای کودکان از دید اولیای آنان» نتیجه گرفتند که سرزندگی و شادابی معلمان شنا در استخرها در برخورد با کودکان در حرکات، انجام شنا، صدا و تعاملات آن‌ها به چشم می‌خورد و همچنین بین دیدگاه پدران و مادران این کودکان، در این مورد تفاوت معنی‌داری وجود ندارد (هر دو گروه این سرزندگی را در معلمان شنا تأیید می‌کنند).

نتایج حاصل از تحلیل داده‌های مربوط به تأثیر اجرای طرح سباح در افزایش اطلاعات بهداشتی دانش‌آموزان نشان داد که اجرای این طرح در افزایش اطلاعات بهداشتی دانش‌آموزان تأثیر داشته است. با توجه به جدید بودن موضوع در منابع و

تحقیقات انجام گرفته در گذشته مطلبی هم سو با این موضوع پیدا نگردید. همچنین نتایج حاصل از تحلیل داده‌های مربوط به معدل‌های دانش‌آموزان در جداول (۱۶، ۱۷ و ۱۸) نشان داد که ورزش شنا عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را افزایش می‌دهد. این نتایج با باشقره و همکاران (۱۳۹۱)، آقازاده و همکاران (۱۳۸۷)، حدادی و همکاران (۱۳۸۶) و سان و همکاران (Son et al, 2006) هم‌خوانی دارد. باشقره و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی تحت عنوان «مقایسه پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی منظم گروهی و انفرادی» عنوان می‌کنند که هرچه مدارس در شرکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی گروهی و انفرادی و بهبود وضعیت جسمانی‌های آن‌ها از طریق فعالیت‌های منظم بدنی عملکرد بهتری داشته باشند به همان نسبت پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ورزشکار بیشتر خواهد شد.

در این پژوهش محدودیت‌هایی وجود داشت. بعضی خارج از کنترل محقق و بعضی دیگر تحت کنترل محقق بودند. از محدودیت‌های خارج از کنترل محقق در این پژوهش می‌توان به از عدم امکان بررسی تمامی مدارس به علت وسعت زیاد، عدم امکان اجرای آزمون برای تمام آزمودنی‌ها در یک روز و یک ساعت معین به علت محدودیت‌های مکانی و زمانی، نبود تحقیق مدون دانشگاهی مشابه برای استفاده به‌عنوان پیشینه تحقیق به دلیل جدید بودن طرح، عدم همکاری لازم برخی از رابطین مدارس در تکمیل پرسشنامه‌ها و از محدودیت‌های تحت کنترل محقق می‌توان گفت که این پژوهش صرفاً در استان آذربایجان شرقی ناحیه ۴ تبریز و در سال تحصیلی خاصی انجام گرفته است، اشاره کرد.

بر اساس نتایج به‌دست‌آمده از این پژوهش به مسئولان آموزش و پرورش موارد زیر توصیه می‌شود:

- ۱- با توجه به این‌که استان آذربایجان شرقی جزء مناطق سردسیر کشور است، طرح سباح از اواسط تابستان منتهی به سال تحصیلی (شهریورماه) تا اواسط تابستان بعد (تیرماه) شروع شود و حتی‌الامکان طرح در فصل زمستان اجرا نشود.
- ۲- در اجرای طرح، از مربیان مجرب و آموزش دیده و دارای مدرک مربیگری و نجات غریق شاغل در خود سازمان استفاده شود و کمتر از نیروهای خارج از آموزش پرورش کمک گرفته شود؛ چون این مربیان فقط دوره‌های کوتاه مدت مربیگری را گذرانده‌اند و دروس روانشناسی و آموزش یادگیری را کمتر پشت سر گذاشته‌اند؛ لذا نمی‌توانند ارتباط شناختی و عاطفی لازم را با دانش‌آموزان برقرار کنند. از طرف دیگر عدم گذراندن دروس و واحدهای مربوط به روش تدریس باعث شده که هنوز در طراحی طرح درس روزانه و سالانه به مشکل برخورد کنند. بنابراین برای این منظور دو راهکار پیشنهاد می‌گردد. در درجه اول، وزارت و سازمان‌های آموزش و پرورش می‌توانند برای مربیان تربیت بدنی کلاس‌ها و دوره‌های نجات غریق و مربیگری شنا را برگزار کنند و در درجه دوم برای مربیان آزاد و خارج از سازمان خود کلاس‌های روش تدریس و روانشناسی برگزار نمایند. از سوی دیگر برای افزایش انگیزه مربیان لازم است که هم نظارت کافی بر نحوه آموزش آنها وجود داشته باشد و هم دستمزد و حق الزحمه آنان افزایش یابد.

۳- مسئولین برای رفع مشکلات مربوط به این طرح عظیم در ابتدا امکانات و تجهیزات اولیه لازم و ضروری را فراهم کنند. بسیاری از شهرها و شهرستان های کشور هنوز استخر مناسب برای اجرای این طرح را ندارند. مریبان برای اثربخشی بهتر در یادگیری دانش آموزان نیازمند بسیاری امکانات لازم برای آموزش و تدریس هستند. تخته شنا، فیلم های کمک آموزشی، فراهم آوردن کلاسی کوچک در داخل استخر برای نمایش فیلم ها حداقل امکاناتی است که مریبان در درجه اول نیاز دارند. ضمن اینکه مشکل اساسی دیگر در این بخش کمبود وسایل ایاب و ذهاب برای دانش آموزان است. بسیاری از دبستان ها و مدارس روستایی در فاصله های دورتر از شهر و استخر قرار دارند که لازمه آن فراهم کردن برنامه ریزی دقیق و منظمی است که ضمن انتقال دانش آموزان در حداقل زمان، شرایط ایمنی دانش آموزان در انتقال آنان تا استخر را نیز مد نظر داشته باشند.

۴- انجام استعدادیابی علمی و اصولی و در نظر گرفتن دوره های تکمیلی برای دانش آموزان مستعد

۵- در نظر گرفتن نمره دانش آموز در طرح سباح به عنوان بخشی از نمره ارزشیابی پایانی دانش آموز در درس تربیت بدنی در کارنامه پایان تحصیلی

انجام پژوهش های دیگری درباره طرح سباح و تأثیر آن بر دانش آموزان می تواند غنای بیشتری را برای پژوهش ها در این زمینه فراهم آورد؛ لذا توصیه می شود در پژوهش های شبه تجربی از نوع پیمایشی دیگری تأثیر طرح سباح بر کاهش افسردگی دانش آموزان، ارزشیابی چگونگی اجرای طرح های ژیمناستیک (پایه دوم)، طرح طنابورز (پایه چهارم)، طرح پینگ پونگ (پایه پنجم)، طرح دومیدانی (پایه ششم) در استان آذربایجان شرقی و سایر استان ها به عنوان موضوعی پژوهشی بررسی شود.

الف: منابع فارسی

۱. اسمعیلی، محمدرضا (۱۳۸۸). تاریخ تربیت بدنی و ورزش، تهران، انتشارات سمت. صص ۲۰-۱۰
۲. افضل پور، م. الف؛ زرنگ، م؛ خو شبختی، ج: ۱۳۸۶، ارزشیابی و وضعیت اجرای درس تربیت بدنی در پایه های اول و دوم مدارس ابتدایی استان خراسان جنوبی. پژوهش در علوم ورزشی: شماره ۱۶، صص ۱۰۷-۱۲۵.
۳. آقازاده، محرم؛ سلمان، زهرا؛ سنه، افسانه (۱۳۸۷) تأثیر فعالیتهای بدنی و بازی بر رشد توانایی های ذهنی پسران پیش دبستانی، نشریه نوآوری های آموزشی، شماره ۱۸، صص ۲۰۲-۱۷۱
۴. باشقره، فاطمه؛ فراهانی، ابوالفضل؛ اسدی، حسن (۱۳۹۱). مقایسه پیشرفت تحصیلی دانش آموزان متوسطه شرکت کننده در فعالیت های ورزشی منظم گروهی و انفرادی. پژوهش در مدیریت علوم ورزشی: شماره ۲ صص ۱۳۶-۱۱۷
۵. برقی مقدم، ج: ۱۳۷۷، «بررسی تأثیر ورزش در کاهش میزان افسردگی دانش آموزان»، طرح پژوهشی اداره آموزش و پرورش.
۶. تسلیمی، مهناز؛ ایران نژاد، پریسا؛ لبادی، زهرا (۱۳۹۱): اثربخشی آموزش شنا بر خودکارآمدی دانش آموزان دختر پایه سوم ابتدایی شهر تهران، فصل نامه تعلیم و تربیت شماره ۱۲۲، صص ۲۰۲-۱۷۲.
۷. تندنویس، ف: (۱۳۹۰)، شنا ۱. چاپ یازدهم. شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران، تهران، صص ۱-۸.
۸. حسین پور، الف؛ وحدانی، م؛ کاشف، م؛ منکشتی، ی. (۱۳۹۳). تأثیر طرح سباح بر یادگیری مهارتهای شنا در دانش آموزان و بررسی موانع اجرای بهینه این طرح از دیدگاه مریبان و کارشناسان، پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی، صص ۹۵-۱۰۴
۹. حسینی خرم، ص؛ آبکار، ع: (۱۳۸۸)، سیری در تاریخچه ورزشها. چاپ اول. دانشگاه آزاد اسلامی ابهر، ابهر، صص ۱۳۱-۱۲۵.
۱۰. راسخی، م: ۱۳۸۲، بررسی مقایسه ای اثرات حذف معلم تربیت بدنی در مدارس ابتدایی از دیدگاه متخصصان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی استان آذربایجان شرقی، طرح پژوهشی اداره کل آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی، صص ۲۶.
۱۱. سامی، س (۱۳۹۱)، آب درمانی. رشد آموزش تربیت بدنی: دوره دوازدهم، ۴۳، صص ۴۷-۴۸.

۱۲. شفقتی، ر: تنگناهای طرح ملی آموزش شنا به دانش‌آموزان مقطع سوم ابتدایی در شهرستان گرگان، در (آبان ۱۳۸۹)، « همایش علمی تربیت‌بدنی با تأکید بر نقش تربیتی بازی در مدارس استان گلستان»، گرگان، کتاب مقالات همایش تربیت‌بدنی با تأکید بر نقش تربیتی بازی در مدارس.
۱۳. شاه محمدی، حمید(۱۳۹۱)، ارزشیابی اجرای برنامه جامع آموزش شنا (طرح سبح) در مدارس استان آذربایجان غربی، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه اورمیه
۱۴. شیوه نامه آموزش شنا، وزارت آموزش و پرورش، سال تحصیلی ۹۰-۸۹.
۱۵. شیرمحمدزاده، م: ۱۳۷۶، بررسی و ارزشیابی وضعیت تدریس درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی استان آذربایجان شرقی، طرح پژوهشی اداره کل آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی، صص ۱-۲.
۱۶. عزیزپور، ع: ۱۳۷۹، بررسی و مقایسه دو روش آموزش شنای کراال سینه با وسایل و بدون وسایل کمک آموزشی، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی.
۱۷. علیجانی، ع: بررسی وضع موجود و تدوین شاخصهای استعدادیابی در رشته دوومیدانی ایران، در (۶-۱۸ سفند ۱۳۸۱)، پنجمین همایش ملی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، صص ۷۷-۷۹.
۱۸. فراهانی، الف: (۱۳۹۰)، تربیت بدنی عمومی (۲). چاپ هفدهم. دانشگاه پیام نور، تهران، صص ۱-۲۳.
۱۹. فرهادفر، الف: (۱۳۸۸)، تاریخ تربیت‌بدنی و ورزش. چاپ اول. بامداد کتاب(نشر ورزش)، تهران، صص ۶۰-۲۶.
۲۰. قنبری نیکی، ع: (۱۳۶۷)، تربیت بدنی از دیدگاه اندیشمندان اسلامی. چاپ اول. کمیته انتشارات ستاد تدوین نوین تربیت بدنی، تهران، صص ۲۱۱-۲۱۰.
۲۱. کاشف، میرمحمد (۱۳۷۰)، بررسی و تجزیه و تحلیل وضعیت برنامه جاری تربیت‌بدنی مدارس استان آذربایجان غربی، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه تربیت معلم.
۲۲. کوزه چیان، هاشم؛ احسانی محمد؛ ایزدی بهزاد(۱۳۸۷) بررسی عملیات مدیریت خطر در استخرهای عمومی و خصوصی در شهر تهران. نشریه مدیریت ورزشی. شماره ۲، صص ۱۴۹-۱۶۵
۲۳. مونتوی، هنری جی: ۱۳۸۷، فعالیت بدنی در مدارس و عوامل خطرزای بیماریهای قلبی در کودکان. ترجمه مجید کاشف. رشد آموزش تربیت‌بدنی: دوره هشتم، ۲۷، ص ۱۷.
۲۴. یگانه، الف: ۱۳۸۱، بررسی موانع و محدودیتهای ورزشی در مدارس ابتدایی استان لرستان از دیدگاه کارشناسان تربیت‌بدنی مدیران معلمان و دانش‌آموزان، طرح پژوهشی اداره کل آموزش و پرورش استان لرستان.

ب: منابع لاتین

25. Adel Fawzi Gamal A, Adel Fawzi Gamal E. (2011). *Evaluating Vitality of Teachers of Swimming for Children from the Parents' Perspective* , World Journal of Sport Sciences 4 (1): 37-40.
26. Ashraf Abraham A.A.Q. (2012). *Effect of Changing Training Size During the Taper Period on Some Physiological Physical Variables and Digital Level for 50 M Free Style Swimmers* , World Journal of Sport Sciences 6 (3): 273-277.
27. Laosee O, Gilchrist J, Khiewyoo J, Somrongthong R, Sitthi-amorn C. (2011). *Predictors of Swimming Skill of Primary School Children in Rural Thailand* , International Journal of Aquatic Research and Education, 2011, 5, 271-283 .
28. Martha D White (1956). *Water exercises*, United States of America , 3-6.
29. Mona Mostafa M.A. (2011). *The Impact of an Educational Program Using Computer Graphics for Learning Basic Skills in Swimming and Physical Variabkes for People with Special Needs* , World Journal of Sport Sciences 4 (1): 64-69.
30. Parker C. (2006). *Swimming Education in England: A Comparative Historical Study*, Australian Association for Research in Education (AARE) Adelaide ,pp: 1-18.
31. Son S-H, Meisels SJ. (2006). The relationship of young children's motor skills to later reading and math achievement. *Merrill Palmer Quarterly*. 52(4). 755-778