

برنامه درسی تربیت بدنی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱/۱۷

تاریخ پذیرش و انتشار: ۱۳۹۸/۶/۲۳

محمد جوادی پور^۱

مبانی نظری برنامه درسی تربیت بدنی

تربیت بدنی^۲ به عنوان یکی از شاخه های علوم انسانی نقش مؤثری در تحقق اهداف تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان ایفا می نماید. تربیت بدنی با توجه به ماهیت بین رشته ای آثار و کارکردهای مختلفی دارد. اهمیت و ضرورت اجتماعی تربیت بدنی و ورزش در جامعه و وجود کارکردهای گسترده آن در محورهای اجتماعی، تربیتی، زیستی، اخلاقی، آموزشی و فرهنگی باعث شده است درس تربیت بدنی به عنوان بخش مهمی از برنامه های آموزشی کشورها قرار گیرد (هال^۳، ۱۹۸۰، هاردمن^۴، ۲۰۰۰، وست و بوچر^۵، ۲۰۰۳ به نقل از جوادی پور، ۱۳۸۵). تربیت بدنی به کودکان کمک می کند تا شیوه زندگی فعال را بیاموزند و کارگروهی را تجربه کنند و از زندگی لذت ببرند (شایمون^۶، ۲۰۱۱).

تربیت بدنی و توجه به رسالت های تربیتی آن سبب پیوند با تعلیم و تربیت شده است و نقش آن را علاوه بر کارکردهای جسمانی و ذهنی به کارکردهای اجتماعی و فرهنگی نظیر اجتماعی کردن افراد جامعه، تلطیف روان کودکان و نوجوانان، انتقال میراث فرهنگی، افزایش روحیه مسئولیت پذیری افزایش داده است. با توجه به اهمیت کارکردهای اساسی پدیده تربیت بدنی و ارتباط با سایر پدیده های اجتماعی و نزدیکی با تعلیم و تربیت در برنامه های آموزشی و درسی اکثر کشورها این رشته به عنوان یکی از دروس اصلی ساعات مناسبی را به خود اختصاص داده است (جوادی پور، ۱۳۸۵).

^۱. دانشیار دانشگاه تهران

^۲ Physical education

^۳ Hall

^۴ Hardman

^۵ West & Boucher

^۶ Shimon

تربیت‌بدنی مجموعه‌ای از فعالیت‌های بدنی برای تقویت جسم است که فشار بیش‌ازحد و رقابت در آن وجود ندارد و اگر هم وجود داشته باشد خیلی جدی نیست و یا تربیت‌بدنی بخش مهمی از تعلیم و تربیت است که از طریق حرکات مبتنی بر اصول علمی جریان رشد و تکامل را در همه ابعاد وجود انسان (جسمانی، روانی و اخلاقی) تسهیل و هماهنگ نموده و رشد و شکوفایی استعدادهای افراد کمک می‌کند (آذربانی و کلانتری، ۱۳۹۳).

تربیت‌بدنی نوعی تربیت است که به‌وسیله فعالیت‌های بدنی همه وجود انسان مورد تربیت قرار می‌گیرد. تربیت‌بدنی فرایندی است که هدف آن بهبود بخشیدن به رشد همه‌جانبه انسان از طریق فعالیت‌های جسمانی است (خلجی، بهرام و آقاپور، ۱۳۹۴). گرچه تعاریف متعددی برای تربیت‌بدنی ذکر شده اما در بین آن‌ها، تعریف دوم را می‌توان جامع‌تر ذکر کرد چون به اهداف تربیتی نزدیک و ابعاد بیشتری از وجود انسان را دربرمی‌گیرد. در تنظیم برنامه درسی تربیت‌بدنی نمی‌توان نیازهای فراگیران را نادیده گرفت. درس تربیت‌بدنی برای نیازسنجی دقیق آموزشی و با توجه به اثرات عاطفی و اجتماعی خاص خود به دیدگاه‌ها و نظرات مختلفی نیاز دارد (رمضانی نژاد، همتی نژاد، محبی و نیازی، ۱۳۸۸).

بسیاری از اهداف اجتماعی و فرهنگی تعلیم و تربیت و شخصیت اجتماعی کودک از طریق بازی و شرکت در فعالیت‌های جسمانی شکل می‌گیرد، بنابراین لزوم توجه به این درس در دوره ابتدایی بسیار اساسی است. با نگاهی به اهداف تربیت‌بدنی در دوره ابتدایی می‌توان به اهمیت آن کاملاً پی برد.

- ۱- پرورش قابلیت‌های جسمانی با به‌کارگیری عضلات از طریق حرکات مناسب یا هر یک از اندام‌ها؛
- ۲- پرورش قوای ذهنی از طریق بازی‌های سازمان‌یافته؛
- ۳- تقویت روحیه اجتماعی و مسئولیت‌پذیری از طریق بازی‌ها و حرکات دسته‌جمعی؛
- ۴- رشد اخلاق و حس به‌گزینی از طریق مشارکت در بازی‌های اجتماعی؛
- ۵- کمک به رشد و جلوه شخصیت کودک با ایجاد تفکر خودکار در او از طریق انواع فعالیت‌های تربیت‌بدنی (راهنمای معلم ۱۳۷۹ ص ۱۴).

در سند برنامه درسی ملی سلامت و تربیت‌بدنی به‌عنوان یکی از حوزه‌های اصلی یادگیری و تربیت ذکر شده و هدف این حوزه به دنبال برقراری سلامت کامل جسمانی روانی، و ایجاد زمینه‌هایی در جهت شناساندن روش‌های درست فعالیت جسمانی، ارتقای توانایی‌های بدنی، تبیین روش‌های تفریحی سالم، ترویج بهداشت و اصول سالم زیستن و پیشگیری از ایجاد بیماری و اختلال و معلولیت‌های اندامی و توانمندسازی افراد در تسلط بر رفتار خود و حفظ سلامت است (برنامه درسی ملی، ۱۳۸۹).

با توجه به روشن شدن نقش فعالیت بدنی منظم به عنوان معیاری برای سلامتی و رشد کودکان، دولت‌ها و گروه‌های حرفه‌ای، فعالیت بدنی را برای کودکان پیش‌دبستانی توصیه نموده‌اند. انجمن ملی ورزش و تربیت بدنی^۱ حداقل یک ساعت فعالیت بدنی ساختارمند در روز و حداقل یک و بیشتر از چند ساعت بازی غیر ساختارمند در روز را توصیه می‌کنند (کلارک و همکاران^۲، ۲۰۰۹ به نقل از ملیجی، ۱۳۹۶). در سال ۲۰۰۹، دپارتمان سلامت و کهن‌سالی دولت استرالیا^۳ توصیه نمود که کودکان پیش‌دبستانی باید حداقل ۳ ساعت در فعالیت بدنی روزانه شرکت نمایند (ملیجی، ۱۳۹۶).

در راهنمای برنامه درسی تربیت بدنی آمده است: «رویکردهای گوناگونی در ارائه برنامه‌های درسی تربیت بدنی در کشورهای مختلف مورد استفاده قرار گرفته است. مهم‌ترین این رویکردها عبارت‌اند از آموزش ورزش‌ها^۴، آمادگی جسمانی^۵ و سلامت و مدل چند فعالیتی^۶» (راهنمای برنامه درسی تربیت بدنی، ۱۳۷۹ ص ۳). در مورد هر یک از رویکردهای مذکور دیدگاه‌های مختلفی وجود دارد به‌طور مثال در زمینه آموزش تربیت بدنی دو دیدگاه اساسی وجود دارد که به آن‌ها اشاره خواهد شد.

۱- آموزش بدنی^۷: در این دیدگاه برنامه‌های آموزش تربیت بدنی و اهداف آن روی سلامت و آمادگی جسمانی تأکید می‌نماید.

۲- آموزش از طریق جسمانی^۸: در این دیدگاه اهداف و فعالیت‌هایی که با تعلیم و تربیت عمومی مشابه است سروکار دارد (لوی^۹، ۱۹۹۱).

در رویکردهای ارائه‌شده روی رشته علمی و دانش آموز به‌عنوان منابع اصلی برنامه درسی تأکید شده است. در استانداردهای تربیت بدنی انجمن بین‌المللی سلامت، تربیت بدنی، تفریح، ورزش و حرکات موزون از سال ۲۰۰۱ به رویکردهای شیوه زندگی فعال، رویکرد حرکت و رویکرد رفتار فردی-اجتماعی و فرهنگی تأکید شده است. در چارچوب برنامه درسی تربیت بدنی در دوره ابتدایی کشور آمریکا (۱۹۹۹) رویکردهای برنامه درسی را در سه رویکرد کلی به شکل دیگر بیان می‌کند.

^۱ National Association for Sport and Physical Education: NASPE

^۲ Clark & et. al.

^۳ Department of Old age and Health Australian

^۴ Sports education

^۵ Health – Related fitness

^۶ Multi activity model

^۷ Education of – the physical

^۸ Education – through – the physical

^۹ Lewy

۱- رویکرد شیوه زندگی فعال^۱؛

۲- رویکرد حرکت^۲؛

۳- رویکرد فردی - اجتماعی و فرهنگی^۳ (چارچوب برنامه درسی تربیت‌بدنی آمریکا ۱۹۹۹ و پانگرازی^۴، ۲۰۰۷ به نقل از جوادی پور، ۱۳۸۵).

رویکردها و جهت‌گیری‌ها در برنامه درسی تربیت‌بدنی کشورها به عوامل متعددی برمی‌گردد که یکی از مهم‌ترین آن‌ها نقش و جایگاه درس تربیت‌بدنی در نظام آموزشی است که هرچه این جایگاه رفیع‌تر باشد بیشتر می‌تواند به تحقق اهداف اجتماعی و فرهنگی تعلیم و تربیت کمک نماید.

جدول ۱- الگوی اساسی برنامه درسی تربیت‌بدنی (مائو هوآبو^۵، ۲۰۱۱) به نقل از ملیجی، ۱۳۹۶).

ویژگی‌های الگو	الگوی برنامه درسی
تأکید روی دانش ورزش‌ها و مهارت‌های یادگیری، توانایی دانش‌آموزان برای رشد مهارت‌های حرکتی ظریف	الگوی برنامه درسی تربیت‌بدنی موضوع - محور
تأکید روی علایق دانش‌آموزان در رشد شخصیت، یادگیری مهارت‌های حرکتی ظریف	الگوی برنامه درسی تربیت‌بدنی دانش‌آموز - محور
تأکید روی فرهنگ سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان	الگوی برنامه درسی تربیت‌بدنی جامعه - محور
ترکیب طبیعی تمرکز روی انتقال مهارت، نیازهای دانش‌آموزان و نیازهای جامعه	الگوی برنامه درسی تربیت‌بدنی ترکیبی

کلی و ملوگرانو^۶ (۲۰۰۴) ده الگوی برنامه درسی برای تربیت‌بدنی را ذکر نموده است:

۱- آموزش حرکات بنیادی^۷: آموزش حرکات بنیادی و کشف شیوه انجام حرکات مختلف؛

۲- آموزش آمادگی جسمانی^۸: آمادگی جسمانی و افزایش تمایل به شیوه زندگی فعال؛

۳- آموزش رشدی^۹: آموزشی که مبتنی بر رشد کودک در زمینه‌های شناختی، عاطفی و روانی حرکتی باشد؛

^۱ Activity – based education

^۲ Movement perspective

^۳ Personal – social – cultural perspective

^۴ Pangrazi

^۵ Mao Haobo

^۶ Kelly & Melograno

^۷ Movement education

^۸ Fitness education

^۹ Developmental education

- ۴- آموزش مبتنی بر فعالیت^۱: تنوع در فعالیتهای جسمانی و فراهم کردن فرصتهایی برای فعالیت جسمانی؛
- ۵- آموزش انسان‌گرایی و اجتماعی: تأکید بر رشد اجتماعی و فرهنگی کودک؛
- ۶- آموزش ورزش: دانش‌آموز همچون یک بازیکن ورزشی عمل می‌کند و تأکید بر یک ورزش ویژه می‌شود؛
- ۷- آموزش ورزش‌های طبیعی و فضای باز^۲: تجربه حضور در طبیعت و فضای باز؛
- ۸- آموزش مبتنی بر مفاهیم^۳: تأکید به دانش نظری دانش‌آموزان؛
- ۹- آموزش رشد شخصیت^۴؛
- ۱۰- الگوی ترکیبی (اسماعیلی به نقل از شایمون، ۲۰۱۲).

تاریخچه برنامه درسی تربیت‌بدنی در جهان

نخستین برنامه‌های تربیت‌بدنی در ایالات متحده، برنامه‌های آموزش تربیت‌بدنی مبتنی بر رشته‌های ورزشی بود. این وضعیت در برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی آموزش و پرورش ایران هم وجود داشته است. مصداق این ادعا، بحث‌های بسیار داغی است که در آغازین دهه‌های قرن بیستم، در برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی آلمان که از برنامه‌های سوئد اقتباس شده بود، وجود داشت. رویکرد غالب برنامه درسی تربیت‌بدنی در این دوران، از منظر نظری، نظریه‌ی تسلط بر رشته علمی بود (اسماعیلی، ۱۳۸۳).

برنامه‌های درسی دهه‌ی ۱۹۴۰ در آمریکا چرخش چشم‌گیری را نشان می‌دهند. چرخش این برنامه‌ها به سوی برآورد نیازهای اجتماعی بودند. به‌ویژه پس از جنگ جهانی دوم، پرورش مهارت‌های رهبری و کار گروهی مورد تأکید قرار گرفت. برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی در این دوران، بر فعالیتهای آمادگی جسمانی، برنامه‌های تربیت‌بدنی معطوف به مهارت‌های نظامی تأکید بیشتری داشتند. چنین وضعیتی امروز در حوزه تربیت‌بدنی ایران دیده می‌شود. به‌طوری‌که در سطح کلان تدوین برنامه درسی تربیت‌بدنی با آمادگی دفاعی همراه بوده است (اسماعیلی، ۱۳۸۳). اما از لحاظ نظری سوگیری‌هایی که به سمت نظریه بازسازی‌گرایی را می‌توان دوره‌ای دانست که اصلاح عمده‌ای در برنامه‌های درسی اتفاق می‌افتد. چرخش‌هایی که در این دهه رخ داد، مبین رویکرد به تسلط بر رشته‌ی علمی در برنامه‌های درسی است. برنامه ریزان درسی در حوزه تربیت‌بدنی نیز از تحولات این

^۱ Activity – based education

^۲ Wildemess sport and education

^۳ Conceptually – based education

^۴ Personality meaning education

دوران متأثر بوده‌اند. در این دوران، بیشتر برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی بر رشته‌های علمی، نظیر حرکت‌شناسی و فیزیولوژی تمرکز کردند (جوادی پور، ۱۳۸۵).

از دهه‌ی ۱۹۶۰ بازهم تحولات برنامه درسی مدارس آغاز می‌شود. مجدداً نظریه‌هایی، چون تسلط بر رشته علمی به پرسش گرفته می‌شوند و نگاه‌ها به سمت ایجاد تحول اجتماعی متوجه می‌گردد. در دهه‌ی ۱۹۷۰، مریبان تعلیم و تربیت عمده تلاش خود را صرف ایجاد توازن بین منابع اصلی برنامه درسی، یعنی یادگیرندگان و جامعه کردند. در این دوره، نظریه برنامه درسی مورد تأکید و اثرگذار، نظریه بازسازی گرایي اجتماعی است. برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی این دوره عمدتاً متمرکز بر ارزش‌های قهرمانی و رقابتی بود. این جایگاه نظری در برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی تا سال ۱۹۸۵ هم حفظ شد. با این‌همه، در درون برنامه‌های موضوعاتی نظیر درک و تعامل میان فرهنگی هم مورد تأکید قرار گرفت. افزون بر این، آمادگی افراد از جهت جسمانی و اجتماعی برای بازار کار رقابتی نیز در نظر آورده شد، از این زمان تاکنون، علاوه بر توجه به ابعاد مذکور و تأثیرپذیری از نظریه‌های گوناگون، برنامه‌های درسی رویکرد تلفیقی داشته است (جوادی پور، ۱۳۸۵). در حال حاضر رویکرد و ساختار تربیت‌بدنی در کشورهای چین، ژاپن، ترکیه، آلمان، انگلیس، فرانسه، روسیه، کانادا، آمریکا و استرالیا به سمت رویکرد تلفیقی، آمادگی جسمانی و رویکرد شیوه زندگی فعال جسمانی متمرکز شده است (اسمعیلی و جوادی پور ۱۳۸۹).

تحولات برنامه درسی تربیت‌بدنی در ایران

از زمان تشکیل آموزش و پرورش نوین در ایران و تصویب قانون اساسی فرهنگ مصوب آبان ماه ۱۲۹۰ خورشیدی درس تربیت‌بدنی به‌عنوان یکی از دروس نظام آموزش و پرورش مطرح و در سال ۱۳۰۶ خورشیدی به‌عنوان درس اجباری تمام مقاطع تحصیلی به تصویب رسید. از آن زمان به بعد این درس جزو دروس اصلی نظام آموزشی ایران محسوب می‌گردد. توجه به تدوین برنامه درسی سراسری از سال ۱۳۷۶ آغاز شد. از این سال، گروه تربیت‌بدنی در دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتب درسی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش به تدوین برنامه درسی سراسری همت گماشت. پس از آن، مواد آموزشی این درس برای دانش‌آموزان معلمان برای مقاطع مختلف به تدریج تدوین و اجرا شد.

راهنمای برنامه درسی تربیت‌بدنی دوره ابتدایی در سال ۱۳۷۷ تدوین و در سال ۱۳۷۸ اعتبار یابی نظری شد. پس از آن به تصویب شورای عالی آموزش و پرورش رسید و سپس کتاب و محتوای آموزشی آن برای پایه‌ی اول ابتدایی تولید شد. اولین برنامه درسی برای پایه اول ابتدایی در سال ۱۳۷۹ تدوین و در سال‌های ۷۹ و ۸۰ و ۸۱ به اجرای آزمایشی در برخی مدارس منتخب درآمد. این برنامه در سال تحصیلی ۱۳۸۲-۸۳ به‌طور سراسری در

کشور به اجرا درآمد. پس از آن برنامه درسی برای پایه دوم ابتدایی در سال ۱۳۸۳ و برای پایه سوم ابتدایی در سال ۱۳۸۴ و پایه چهارم و پنجم ابتدایی در سال ۱۳۸۵ به اجرا گذاشته شد (اسمعیلی ۱۳۸۳).

بسیاری از تغییرات در برنامه‌های درسی در دوره متوسطه اول و دوم در فاصله سال‌های ۱۳۸۶ و ۱۳۹۴ از طریق کتاب راهنمای تدریس معلمان ایجاد شد و در کلیه پایه‌های تحصیلی برنامه درسی در اختیار معلمان و مجریان برنامه درسی قرار گرفته است. از سال ۱۳۹۴ تاکنون تغییراتی در این برنامه‌ها ایجاد نشده است. نگاهی به برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی در ایران مبین این حقیقت است که، تحولات عمده‌ای به لحاظ نظری در آن‌ها رخ نداده است؛ یعنی از همان ابتدای شکل‌گیری آموزش و پرورش نوین در ایران، بنیان نظری برنامه‌های درسی همانا تسلط بر رشته‌ی علمی بوده است. با این‌همه، ارزش‌گرایی، رقابت مدارس، آمادگی دفاعی تحولاتی بوده که در بستر نظریه تسلط بر رشته علمی در برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی به‌طور غیررسمی مورد تأکید قرار گرفته‌اند (جوادی پور، ۱۳۸۵). به لحاظ عدم استفاده از یک رویکرد علمی و نامعلوم بودن جایگاه درس تربیت‌بدنی در مدارس آسیب‌های مختلفی در حوزه برنامه درسی تربیت‌بدنی مشخص شد (آزمون، ۱۳۸۷).

جمع‌بندی

تربیت‌بدنی با توجه به ماهیت و کارکردهای مختلف فرهنگی، اجتماعی، زیستی، جسمانی، اقتصادی، سیاسی و تربیتی نقش مهمی در تحقق اهداف تعلیم و تربیت دارد (جوادی پور ۱۳۸۵). این رشته علیرغم تاریخچه طولانی در نظام‌های آموزشی همه کشورها مانند سایر رشته‌های علمی رشد و بلوغ نظری در زمینه برنامه درسی نداشته است. به همین دلیل همراه با پیشرفت در تعلیم و تربیت و مطالعات برنامه درسی، از دهه پنجم قرن بیستم رشد خود را آغاز نموده که تا امروز ادامه دارد (اسمعیلی ۱۳۸۳). بررسی و ارزیابی برنامه درسی تربیت‌بدنی در کشورهای توسعه‌یافته نشان می‌دهد که نقش و جایگاه این درس در نظام آموزشی افزایش یافته تا جائیکه سهم آن در تحقق اهداف تعلیم و تربیت با انتخاب اهداف مناسب بیش از گذشته بیشتر شده است. مطالعه تطبیقی برنامه درسی تربیت‌بدنی در کشورهای چین، ژاپن، آلمان، فرانسه، روسیه، انگلستان، کانادا، آمریکا و استرالیا بیانگر توجه مناسب به درس تربیت‌بدنی در این کشورهاست (اسمعیلی و جوادی پور، ۱۳۸۹). در این مقاله به اهمیت و جایگاه این درس در نظام آموزشی و کارکردهای آن در نظام آموزشی اشاره شد. در بخش رویکردها و الگوهای برنامه درسی تربیت‌بدنی با توجه به رشد قابل‌توجه در علوم ورزشی، رویکردهای رشته‌ای و موضوع محور، آموزش رشته‌های ورزشی، آموزش مهارت‌ها و شیوه زندگی فعال مطرح بوده که این موضوع حاکی از رشد و توسعه برنامه درسی تربیت‌بدنی است. بر اساس رویکردهای کلی بیش از ده الگوی برنامه درسی ارائه گردیده است.

منابع

- آذربانی، احمد و کلانتری، رضا (۱۳۹۳). اصول و مبانی تربیت‌بدنی و ورزش، تهران، آبیژ.
- آزمون، جواد (۱۳۸۷). عوامل ده‌گانه آسیب‌رسان به برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی، پورتال جامع علوم انسانی پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، شماره ۲ زمستان ۱۳۸۷.
- اسمعیلی، محمدرضا (۱۳۸۳). مطالعه تطبیقی برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی کشورهای منتخب و ارائه الگو-رساله دوره دکتری تربیت‌بدنی دانشگاه تربیت‌معلم تهران.
- اسمعیلی، محمدرضا، جوادی پور، محمد (۱۳۸۹). مطالعه‌ی تطبیقی برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی، راهنمایی و متوسطه ایران و کشورهای منتخب جهان و ارائه‌ی الگوی مناسب برای تدوین راهنمای برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی، طرح پژوهشی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش‌وپرورش.
- خلجی، حسن؛ بهرام، عباس؛ آقا پور، سید مهدی (۱۳۹۴). اصول و مبانی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، تهران، انتشارات سمت.
- جوادی پور، محمد (۱۳۸۵). طراحی و اعتباربخشی الگوی برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی ایران، رساله دوره دکتری برنامه‌ریزی درس دانشگاه تربیت‌معلم تهران.
- راهنمای برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی دوره ابتدایی (۱۳۷۹). گروه برنامه‌ریزی درس تربیت‌بدنی، دفتر تألیف کتب درسی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش وزارت آموزش‌وپرورش.
- رضائی نژاد، رحیم؛ همتی نژاد، مهر علی؛ محبی، حمید؛ و نباری، سید محمد (۱۳۸۸). بررسی نیازهای آموزشی درس تربیت‌بدنی در مدارس متوسطه ایران، پژوهش در علوم ورزشی شماره ۳۳ تابستان ۱۳۸۸ صفحات ۳۰-۱۳.
- سند برنامه‌ی درس ملی (۱۳۸۹). دبیرخانه شورای عالی آموزش‌وپرورش.
- مهر محمدی، محمود (۱۳۸۰). برنامه‌ی درس، نظرگاه‌ها، رویکردها و چشم‌اندازها، نشر آستان قدس رضوی.
- ملیجی، مرتضی، علی عسگری، مجید، آقایی، نجف، جوادی پور، محمد (۱۳۹۶). طراحی و اعتباربخشی الگوی برنامه‌ی درس تربیت‌بدنی دوره‌ی پیش‌دبستانی ایران، رساله دوره دکتری تربیت‌بدنی دانشگاه خوارزمی.

- American Alliance for Health, physical education, recreation and dance (٢٠٠١). NCAT program standards initial and advanced program in physical education. www.AAHPERD.org
- Framework for physical education (٢٠٠١). International council for health, physical education, recreation, Sport and dance . www.aahperd.org/naspe
- Hardman, k. (٢٠٠٥). Global vision of the situation, trends and issues of sport and physical education in school university.
- Jutith E.R. (٢٠٠٩). Designing the physical education curriculum, promoting active lifestyles, University of South Carolina, McGraw-Hill.
- Lewy, A. (١٩٩١). The international encyclopedia of curriculum, pergamon press College.
- NASPE (٢٠٠٤). Moving into the future : National standards for physical education. The National Association for Sport and Physical Eduvation. www.NASPE.
- Pangrazi, Robert (٢٠٠٧). Dynamic physical education for elementary school children, Arizona State University, Pearson.
- Shimon, J. (٢٠١٢). Introduction to teaching physical education principles and strategies, Human Kinetics.
- Schubert, W. (١٩٨٦). Curriculum perspective paradigm and possibility, Macmillan publishing company Newyork.