

رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی

دوره ۳، شماره ۸، بهار ۱۳۹۴

ص ص: ۲۸-۲۱

## رابطه استفاده بهینه از زمان و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان

عبدالله فرهادفر<sup>۱\*</sup> - میثم نظری قنبری<sup>۲</sup>

۱. کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد، بروجرد، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۱/۰۹، تاریخ تصویب: ۱۳۹۴/۰۴/۳۱)

### چکیده

هدف از این پژوهش بررسی و تبیین چگونگی صرف وقت و شناخت عوامل اتلاف وقت، و اثربخشی و تجزیه و تحلیل دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی، است. جامعه آماری تحقیق کلیه دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان است که ۹۰ نفر آنها به عنوان نمونه به صورت تصادفی انتخاب شدند. روش تحقیق توصیفی - همبستگی و از نظر هدف کاربردی است. ابزار جمع آوری اطلاعات دو پرسشنامه استاندارد مدیریت زمان با ۲۰ سؤال و اثربخشی دبیران با ۲۱ سؤال بر مبنای مقیاس پنج ارزش لیکرت است. روایی پرسشنامه ها به شکل صوری و با استفاده از آزمون کرونباخ پایایی پرسشنامه مدیریت زمان ۰/۸۸ و پرسشنامه اثربخشی ۰/۸۴ به دست آمد. تجزیه و تحلیل اطلاعات با بهره گیری از آزمون ضریب همبستگی رتبه ای اسپیرمن صورت گرفت. نتایج نشان داد که بین استفاده بهینه از زمان و اثربخشی، همچنین بین اهداف، برنامه ریزی و تعیین اولویت ها و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

### واژه های کلیدی

اثربخشی، استان کردستان، دبیران تربیت بدنی، مدیریت زمان، مقطع راهنمایی.

## مقدمه

متخصصان و دست‌اندرکاران عصر حاضر در زمینه مدیریت بحث جدیدی را تحت عنوان مدیریت اثربخش مطرح می‌کنند که در این نگرش جدید، یکی از شروط لازم اثربخشی، مدیریت زمان است و حتی برخی کلید خودراهبری و اثربخشی<sup>۱</sup> را مدیریت زمان<sup>۲</sup> می‌دانند. بنا به عقیده صاحب‌نظران مدیریت زمان شامل هدف‌گذاری و تعیین اولویت‌ها و استفاده مناسب از منابع است، که امکان انتقال آن از فردی به فردی دیگر وجود ندارد (۷). نخستین مانع در مسیر موفقیت افراد، نگرش و باورهای نادرست آنها نسبت به زمان است. اغلب افراد تصور می‌کنند که زمان در اختیار آنها نیست و نمی‌توانند آن را به‌طور فیزیکی جابه‌جا یا انبار کنند. بدیهی است که زمان پدیده‌ای لغزنده، فرار، غیرمحسوس و ناپایدار است. زمان سرمایه‌ای بی‌شکل و بی‌وزن است که باید آن را حس کنید و به دام بیندازید. از این‌رو باید نگرش و برداشت خود را نسبت به زمان تغییر دهید و بدانید که زمان، سرمایه‌ای محدود، اما دست‌یافتنی و مهارکردنی است (۳).

امروزه استفاده از زمان یا مدیریت زمان، مسئله‌ای حیاتی است. مدیریت زمان، کنترل کردن هر ثانیه از زمان نیست، بلکه روش‌هایی است که مردم از طریق آنها، زمان را برای بهبود زندگی خود به‌کار می‌برند. در یک تقسیم‌بندی فرایند مدیریت زمان دارای سه مرحله اهداف<sup>۳</sup>، برنامه‌ریزی<sup>۴</sup> و تعیین اولویت‌ها<sup>۵</sup> است. هدف‌ها نتایج مطلوبی‌اند که قصد داریم پس از یک دوره فعالیت به آنها دست پیدا کنیم. بنابراین ویژگی مهم اهداف، سوق دادن رفتار در جهت خود است. از این‌رو یک هدف، نتیجه‌ای

است نهایی که یک کوشش به سمت آن هدایت می‌شود. برنامه‌ریزی در واقع آماده کردن امکانات و منابع و وسایل به‌منظور تحقق بخشیدن به اهداف است. تعیین اولویت‌ها یعنی ردیف کردن فعالیت‌ها بر حسب درجه اهمیت آنها که سبب می‌شود در وهله اول روی کارها و وظایف بااهمیت متمرکز شوید و در صورت نیاز مطابق فوریت‌های زمانی روز کار کنید (۱).

مدیریت زمان در حقیقت، مدیریت زندگی، مدیریت فردی و مدیریت بر خود است. افرادی که برای خود ارزش قائل‌اند، در اختصاص دادن وقت برای کارهایشان به‌دقت عمل کرده و برای استفاده از آن خیلی فکر می‌کنند. هرچه مدیریت بهتری بر زمان داشته باشید، ارزش بیشتری برای خود و زندگیتان قائل می‌شوید. مدیریت زمان به معنی خودمدیریتی است. همچنین به معنی اختیار گرفتن زمان و کار خویش و اجازه ندادن به اینکه امور و حوادث شما را هدایت کنند. مدیریت نشان می‌دهد که چگونه کار باید سودمندتر و آگاهانه‌تر، نه سخت‌تر و زیادت‌ر انجام گیرد (۱۰).

با مدیریت زمان می‌توان، اهمال کاری را کاهش داد و از وقت به‌صورت بهینه استفاده کرد. عوامل متعددی از جمله فقدان تعهد، فقدان راهنما، عدم حمایت، مشکلات اجتماعی و استرس از عواملی هستند که با مدیریت زمان می‌توان آنها را کنترل کرد و از اهمال‌کاری در افراد تحصیل‌کرده جلوگیری به‌عمل آورد (۹).

امروزه آموزش و پرورش<sup>۶</sup> از پایه‌های اساسی رشد و توسعه هر کشوری محسوب می‌شود و در اغلب کشورها از آن به‌عنوان صنعت رشد یاد می‌شود. نهاد آموزش و پرورش یکی از نهادهای مدرن امروزی است که دولت‌ها به‌شدت به آن نیاز دارند، گویی بدون وجود این نهاد وجود خود را ناتمام می‌شمارند و در انجام دادن وظایف خود

1. Effectiveness
2. Time Management
3. Objectives
4. Planning
5. Setting priorities

ناتوانند، به همین سبب بخشی بزرگ از بودجه اجتماعی دولت‌ها در راستای تقویت نهاد آموزش و پرورش به تصمیم‌گیرندگان و مسئولان این نهاد سپرده می‌شود (۱۱).

اثربخشی یکی از مفاهیم مدیریت است که همواره مورد توجه و مطالعه دانشمندان و صاحب‌نظران مدیریت و دست‌اندرکاران آموزش و پرورش قرار گرفته است. اثربخشی یکی از مفاهیمی است که بیشتر سازمان‌ها از جمله آموزش و پرورش عملکرد خود را بر حسب آن ارزیابی می‌کند. باید اذعان کرد که مفهوم اثربخشی با تعیین موضوع اهداف درست و مناسب و تحقق بخشی اهداف ارتباط دارد. بیشتر صاحب‌نظران و اندیشمندان اثربخشی را میزان دسترسی به اهداف مورد نظر تعریف کرده‌اند. بنابراین فعالیت اثربخش است که اهداف مورد نظر فرد یا سازمان را برآورده سازد. به بیان دیگر، زمانی اثربخشی حاصل می‌شود که اهداف مورد نظر برآورده شوند (۶).

آموزش و پرورش عامل اصلی و کلیدی در توسعه اجتماعی - اقتصادی و فرهنگی - سیاسی هر جامعه‌ای محسوب می‌شود. تجزیه و تحلیل عوامل مؤثر در رشد و توسعه جوامع پیشرفته بیانگر آن است که همه این کشورها از آموزش و پرورش کارا و اثربخش برخوردار بوده‌اند. به دلیل اهمیت انکارناپذیر آموزش و پرورش و ارتباط آن با انواع توسعه در جوامع انسانی و ماهیت اهداف آموزش و پرورش، جامعه توجه و حساسیت خاصی به مدرسه و نحوه اداره آن نشان می‌دهد و همواره فعالیت‌ها و عملکرد مدارس را تحت نظارت و ارزیابی مستقیم و غیرمستقیم قرار می‌دهد و در مورد آنها قضاوت می‌شود. اولیای دانش‌آموزان نیز به سبب حساسیت و اهمیت کیفیت آموزش و پرورش و تأثیر آن بر سرنوشت آتی فرزندان به شدت تمایل دارند که فرزندان خود را به

دست معلمانی بسپارند که طبق تحقیقات آنها عملکرد خوب و اثربخشی دارند. به همین سبب در این تحقیق به بررسی رابطه استفاده بهینه از زمان و اثربخشی در دبیران تربیت بدنی پرداخته شده تا از این رهگذر انگیزه مناسبی برای پرداختن به مدیریت زمان و اثربخشی در کشور عزیز ما و نظام آموزش و پرورش در حوزه تربیت بدنی فراهم شود (۱).

جواهری‌زاده (۱۳۸۴) در پژوهشی نتیجه گرفت که مدیریت زمان در نظام آموزش و پرورش کشور ما هنوز جایگاه اصلی و اساسی خود را پیدا نکرده است، بدین معنا که در جهانی که برای انجام بسیاری از فعالیت‌ها اعم از صنعتی و خدماتی یا بازرگانی زمان استاندارد انجام عملیات وجود دارد، نظام آموزش و پرورش به عنوان اصلی‌ترین رکن توسعه جوامع باید بتواند خود را با تحولات هماهنگ کند (۵).

بدری گرگری (۱۳۹۳) در پژوهشی به این نتیجه رسید که مدیریت زمان بر خلاقیت تأثیر دارد. داشتن احساس کنترل بر زمان و گرایش به نظم و ترتیب در فعالیت‌ها بر تولید ایده‌های جدید و بدیع ضروری است (۲).

پرچ (۱۳۹۰) در پژوهشی نتیجه گرفت که بین پیشرفت تحصیلی و مدیریت زمان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین سن با مدیریت زمان همبستگی مشاهده شد (۴).

ساکتی (۱۳۸۹)، در تحقیقی به این نتیجه رسید که موفقیت تحصیلی دانشجویان تا حد زیادی به شیوه مدیریت زمان آنان و به کارگیری آن در زندگی تحصیلی ارتباط دارد (۷).

شعبانی‌بهار و همکاران (۱۳۸۷) در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که از دیدگاه معلمان تربیت بدنی عوامل اهداف آموزشی، برنامه آموزشی، محتوای آموزشی، شیوه

نیست که معلمان مرد اثربخشی کمتری دارند. ولی معلمان مرد به طور نامناسبی در مدارس روستایی و کمتر توسعه یافته و در محیط‌های سخت تر کار می کنند (۱۴).

رابطه استفاده بهینه از زمان و اثربخشی دبیران تربیت بدنی از مسائل جالب و مهم در بحث مدیریت است. اما این ارتباط هنوز در بوتۀ ابهام و پیچیدگی قرار دارد و نیازمند تحقیقات گسترده‌ای است. از این رو پرسش و سؤال اصلی تحقیق این است که مدیریت زمان از چه ویژگی‌های نزد دبیران تربیت بدنی برخوردار است؟ و آیا بین آن با اثربخشی ارتباطی وجود دارد؟

### روش تحقیق

تحقیق حاضر از نوع توصیفی همبستگی و از نظر هدف کاربردی است و مشخص می کند رابطه‌ای بین متغیرهای تحقیق وجود دارد.

جامعه آماری پژوهش، شامل کلیۀ دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی در استان کردستان با مدرک حداقل کاردانی است که ۹۰ نفر از آنها به عنوان نمونه آماری به صورت تصادفی انتخاب شدند. متغیر ملاک تحقیق اثربخشی است. متغیرهای پیش بین در این تحقیق شامل فرایند مدیریت زمان است، که شامل هدف، برنامه ریزی و تعیین اولویت‌ها در مدیریت زمان است. ابزار جمع آوری اطلاعات دو پرسشنامه استاندارد مدیریت زمان (جواهری زاده، ۱۳۸۴) با ۲۰ سؤال و اثربخشی دبیران (مقیمی و رمضان، ۱۳۸۹) با ۲۱ سؤال بر مبنای مقیاس پنج ارزشی لیکرت است. روایی پرسشنامه‌ها به شکل صوری و با استفاده از آزمون کرونباخ پایایی پرسشنامه مدیریت زمان ۰/۸۸ و پرسشنامه اثربخشی ۰/۸۴ به دست آمد.

داده‌های این تحقیق در دو سطح توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شد که در سطح توصیفی از توزیع فراوانی و

تدریس، تخصص معلمان ورزش، تجربه معلمان ورزش، نگرش و ارزشیابی در حد زیاد بر کیفیت بخشی درس تربیت بدنی اثرگذارند. همچنین نتایج نشان می دهد که از دیدگاه معلمان تربیت بدنی مرد و زن عوامل مؤثر بر کیفیت بخشی درس تربیت بدنی به ترتیب اولویت عبارت‌اند از: ۱. امکانات، ۲. بودجه، ۳. محتوای آموزشی، ۴. نگرش، ۵. برنامه آموزشی، ۶. تخصص معلمان ورزش، ۷. تجربه معلمان ورزش، ۸. اهداف آموزشی و ۹. شیوه تدریس (۸). چینگوس و پترسون<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) به مطالعه پیش بینی مدیریت زمان در انجام تکالیف در مدارس متوسطه پرداختند. نتایج حاکی از آن است که بیشترین تفاوت در مدیریت زمان انجام تکالیف در سطح دانش آموزان رخ داد. انجام تکالیف به خاطر والدین، به دلیل گرایش به یادگیری و انگیزه دانش آموز در چینش محیط انجام تکالیف همخوانی داشت؛ یعنی دانش آموزانی که از حمایت خانواده و نظارت والدین برخوردار بودند و دارای انگیزه بودند، نسبت به دانش آموزان دیگر بهتر می توانستند زمان خود را برای انجام دادن تکالیف مدیریت کنند (۱۲).

جو و دی<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که بهبودپذیری (انعطاف پذیری) که شرط لازم اثربخشی است، از معلمی به معلم دیگر فرق می کند و در طول زمان کم یا زیاد می شود. آنچه مهم است که همه رعایت کنند تا استانداردها و کیفیت ارتقا یابد، درک بهتر مواردی است که بیشتر معلمان را قادر به حفظ انگیزه، تعهد و اثربخشی در کارشان می کند (۱۳).

لاسچی<sup>۳</sup> (۲۰۱۲) در تحقیقی در زمینه بررسی اثربخشی و توزیع معلمان مرد در مدارس ابتدایی گزارش کرد، دانش آموزانی که معلم مرد دارند از آنهایی که معلم زن دارند در امتحانات عملکرد ضعیف تر دارند، روشن

1. Chingos and Peterson
2. Gu and Day
3. Luschei

پراکندگی و در سطح استنباطی از آزمون ضریب همبستگی رتبه‌ای اسپیرمن استفاده شد. در این قسمت ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهشی توصیف می‌شود.

جدول ۱. توزیع فراوانی جنسیت، سن و میزان تحصیلات پاسخ‌دهندگان

| متغیر   | گروه      | فراوانی | درصد | متغیر | گروه          | فراوانی | درصد |
|---------|-----------|---------|------|-------|---------------|---------|------|
| جنسیت   | مرد       | ۵۸      | ۶۴/۴ | سن    | ۱۸-۳۰         | ۳۴      | ۳۷/۸ |
|         | زن        | ۳۲      | ۳۵/۶ |       | ۳۱-۴۰         | ۲۹      | ۳۲/۲ |
|         |           |         |      |       | ۴۱-۵۰         | ۲۱      | ۲۳/۳ |
|         | مجموع     | ۹۰      | ۱۰۰  |       | مجموع         | ۹۰      | ۱۰۰  |
| تحصیلات | فوق دیپلم | ۱۶      | ۱۷/۸ | گروه  | لیسانس        | ۵۷      | ۶۳/۳ |
|         | لیسانس    | ۵۷      | ۶۳/۳ |       | ارشد و بالاتر | ۱۷      | ۱۸/۹ |
|         | مجموع     | ۹۰      | ۱۰۰  |       | مجموع         | ۹۰      | ۱۰۰  |
|         |           |         |      |       |               |         |      |

بودند. از نظر سطح تحصیلات ۱۷/۸ درصد آزمودنی‌ها دارای مدرک تحصیلی کاردانی، ۶۳/۳ درصد دارای مدرک تحصیلی لیسانس و ۱۸/۹ درصد دارای مدرک تحصیلی فوق‌لیسانس و بالاتر بودند.

همان‌طورکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود، جنسیت ۶۴/۴ درصد آزمودنی‌ها مرد و ۳۵/۶ درصد آزمودنی‌ها زن بودند. همچنین از نظر سنی ۳۷/۸ درصد آزمودنی‌ها ۱۸ تا ۳۰ ساله، ۳۲/۲ درصد ۳۱ تا ۴۰ ساله و ۲۳/۲ درصد ۴۱ تا ۵۰ ساله بودند و ۶/۷ درصد آنها بالای ۵۱ سال به بالا

جدول ۲. نتایج تحلیل با استفاده از آزمون همبستگی اسپیرمن

| سطح معناداری | مقدار همبستگی | میانگین و انحراف معیار | استفاده بهینه از زمان |
|--------------|---------------|------------------------|-----------------------|
| ۰/۰۰۱        | ۰/۵۴۵         | ۷۸/۸۵±۹/۴۳             | اثربخشی               |
| ۰/۰۰۱        | ۰/۴۷۱         | ۲۳/۲۴±۳/۱۹             | هدف‌گذاری             |
| ۰/۰۰۱        | ۰/۴۸۷         | ۳۱/۷۶±۴/۸۵             | برنامه‌ریزی           |
| ۰/۰۰۱        | ۰/۳۱۹         | ۳۱/۷۶±۴/۸۵             | تعیین اولویت‌ها       |
|              |               | ۸۱/۴۲±۹/۰۲             | اثربخشی               |

بحث و نتیجه‌گیری  
بین رابطه استفاده بهینه از زمان و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد، یعنی هرچه دبیران تربیت بدنی بتوانند اصول فرایند زمان را افزایش بدهند، می‌توانند اثربخشی خود را در امر تدریس بهبود بخشند.

همان‌طورکه در جدول ۲ مشاهده می‌شود، با توجه به مقدار همبستگی‌های به‌دست‌آمده و سطح معناداری ۰/۰۰۱، نتیجه گرفته می‌شود بین استفاده بهینه از زمان، هدف‌گذاری، برنامه‌ریزی و تعیین اولویت‌ها و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان رابطه معنادار و مثبت وجود دارد.

آنچه مسلم است نحوه استفاده بهینه از زمان توسط دبیران است که میزان اثربخشی آنها را در امر تدریس مشخص می‌کند، یکی از مهم‌ترین عواملی که باید به آن توجه کنند این است که یک برنامه با چارچوب زمانی مشخصی را مدنظر قرار دهند. دبیران باید تاریخ‌های معینی را برای رسیدن به اهدافشان در نظر داشته باشند و اگر طرح مستلزم چندین گام یا مرحله باشد، تعیین تاریخ‌های معین برای گام‌های اصلی و مهم، از وظایف کلیدی محسوب می‌شود.

بین استفاده بهینه از زمان هدف‌گذاری و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی در استان کردستان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات پرچ (۱۳۹۰) و شعبانی-بهار و همکاران (۱۳۸۷) همخوانی دارد، اما با نتیجه تحقیق جواهری‌زاده (۱۳۸۴) همخوانی ندارد. مثبت بودن رابطه بین استفاده بهینه از زمان هدف‌گذاری و اثربخشی دبیران تربیت بدنی به این معناست که هرچه هدف‌ها دقیق، مشخص و کاربردی‌تر باشد، اثربخشی دبیران در امر تدریس افزایش می‌یابد. دبیرانی که برای خود هدف تعیین می‌کنند، آینده کاری خود را روشن خواهند دید و از اعتماد به نفس بالاتری برخوردارند. هدف‌گذاری مهارتی است که از اتلاف وقت جلوگیری می‌کند. برای آنکه بر زمان احاطه داشته باشیم و بتوانیم آن را مدیریت کنیم، باید هدف‌گذاری مناسبی داشته باشیم. دبیرانی که برای خود اهداف مناسبی تعیین می‌کنند، در واقع زمان خود را اداره می‌کنند (۵، ۸، ۴).

بین استفاده بهینه از زمان برنامه‌ریزی و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان رابطه معناداری وجود داشت. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات ساکتی (۱۳۸۹)، پرچ (۱۳۹۰) و جو و دی (۲۰۰۷) همخوانی دارد، اما با نتیجه تحقیق جواهری‌زاده

(۱۳۸۴) همخوانی ندارد. مثبت بودن رابطه بین استفاده بهینه از زمان برنامه‌ریزی و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان بدین معناست که هرچه برنامه‌ریزی بهتر صورت گیرد اثربخشی دبیران تربیت بدنی نیز به همان اندازه افزایش می‌یابد. برای اینکه دبیران به راحتی به اهداف خود دست پیدا کنند، باید برنامه‌ریزی کوتاه‌مدت و بلندمدت را برای خود تدوین کرده و آن را در برنامه روزمره خود لحاظ کنند. تهیه یک برنامه اجرایی در زمینه بهبود مدیریت زمان از اصول اساسی اثربخشی محسوب می‌شود (۱۳، ۷، ۵، ۴).

بین استفاده بهینه از زمان تعیین اولویت‌ها و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان رابطه معناداری وجود داشت. نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیقات مشابه در این زمینه از جمله تحقیق چینگوس و پترسون (۲۰۱۱) و ساکتی (۱۳۸۹) همخوانی دارد، ولی با نتیجه تحقیق جواهری‌زاده (۱۳۸۴) همخوانی نداشت. مثبت بودن رابطه بین استفاده بهینه از زمان تعیین اولویت‌ها و اثربخشی دبیران تربیت بدنی در مقطع راهنمایی استان کردستان بیانگر این است که هرچه اولویت‌ها مشخص‌تر و دارای اهمیت بیشتر باشد، اثربخشی دبیران تربیت بدنی نیز به همان اندازه افزایش می‌یابد. به منظور اجرای مطلوب اولویت‌ها، برخورداری از سبک مناسب مدیریت زمان، کاملاً ضروری است. منظور از این سبک، قالبی است که با قرار گرفتن و حرکت در آن، تحقق اهداف مورد نظر تضمین شود (۱۲، ۷، ۵).

با توجه به اینکه بخش چشمگیری از جمعیت کشورمان را دانش‌آموزان تشکیل می‌دهند و آنها از حساس‌ترین قشرهای جامعه‌اند که در آینده همه چرخ‌های اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی و اداری را بر عهده خواهند گرفت، ضرورت دارد که آنها از سلامت بالاتری برخوردار باشند تا بتوانند از عهده چالش‌های

جدی زندگی، و به‌ویژه از عهده تکالیف تحصیلی خود، برآیند و این مهم با حداکثر بهره از ساعت درس تربیت بدنی توسط معلمان ورزش امکان‌پذیر است. به‌طور کلی باید نظام آموزش و پرورش به‌ویژه معاونت آموزشی به ایجاد چارچوب‌ها و الگوهای مدیریت زمان که به‌صورت عملی و عینی مدیریت بر وقت را مورد تأکید قرار دهند، بپردازد و با اجرای آزمایشی این چارچوب آنها را برای اجرای نهایی آماده کند. دوره‌های کوتاه‌مدت آموزش

مدیریت زمان برای تمامی دبیران توسط سازمان آموزش و پرورش بر پا شود و در دوره‌های ضمن خدمت و در سرفصل‌های دروس رشته‌های تعلیم و تربیت به‌ویژه مدیریت و برنامه‌ریزی آموزشی درس مدیریت زمان گنجانده شود. همچنین وضع مطلوب مدیریت زمان در نظام آموزش و پرورش ترسیم و برنامه زمان‌بندی‌شده برای رسیدن به آن تدوین شود.

### منابع و مآخذ

۱. امیدوار، هدایت؛ امیدوار، خسرو و امیدوار، عظیم. (۱۳۹۱). «تعیین اثربخشی آموزش راهبردهای مدیریت زمان بر سلامت روانی و انگیزش پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان». مجله روان ناسی مدرسه، دوره ۲، ش ۳ (پیاپی ۷)، ص ۲۲-۶.
۲. بدری گرگری، رحیم و حسنی، فریبا. (۱۳۹۳). «نقش ابعاد مختلف انگیزشی مدیریت زمان بر خلاقیت دانشجویان دانشگاه تبریز». ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، دوره ۴، ش ۲، ص ۹۳-۱۱۰.
۳. به‌پژوه، احمد. (۱۳۸۴). «اصول برقراری رابطه انسانی با کودک و نوجوان». چ ششم، تهران: انتشارات نهضت پویا (انتشارات انجمن اولیا و مربیان)، ص ۲۵-۱۵.
۴. پرچ، زهرا. (۱۳۹۰). «تأثیر مدیریت زمان در پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر دانشگاه بابل». پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه پیام نور بابل، ص ۶۸-۶۵.
۵. جواهری‌زاده، ناصر. (۱۳۸۴). «بررسی ویژگی‌ها و مهارت‌های مدیریت زمان در مدارس راهنمایی شهر تهران و مقایسه آن با وضع مطلوب». دوماهنامه علمی- پژوهشی دانشگاه شاهد، ش ۱۲، ص ۲۸-۱۳.
۶. رمضانی، علی محمد. (۱۳۸۹). «مطالعه فرهنگی سازمانی و تأثیر آن بر اثربخشی و رضایت شغلی مدیران و معلمان متوسطه شهر فسا». پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه آزاد مرودشت، ص ۶۰-۴۵.
۷. ساکتی، پرویز و طاهری، علی. (۱۳۸۹). «ارتباط مدیریت زمان با موفقیت تحصیلی دانشجویان کارشناسی و کارشناسی‌ارشد علوم پزشکی شیراز و دانشگاه شیراز». آموزش در علوم پزشکی، دوره ۱۰، ش ۴، ص ۳۰۰-۲۹۳.
۸. شعبانی بهار، غلامرضا؛ عرفانی، نصراله و اشراقی، امیر. (۱۳۸۷). «بررسی عوامل تأثیرگذار در کیفیت بخشی به درس تربیت بدنی در مدارس متوسطه از دیدگاه معلمان ورزش». پژوهش در علوم ورزشی، ش ۲۰، ص ۱۵۶-۱۴۳.
۹. صبحی قراملکی، ناصر؛ حاجلو، نادر و بابایی، کریم. (۱۳۹۳). «اثربخشی مهارت‌های مدیریت زمان بر اهمال‌کاری دانش‌آموزان». روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، سال چهارم، ش ۱۵، ص ۱۰۱-۹۱.
۱۰. غلامی، محمدحسین. (۱۳۸۷). «مقایسه نظرات مدیران و دبیران مدارس متوسطه شهرستان لار درباره ویژگی‌های مدیران اثربخش». فصلنامه اندیشه‌های تازه در علوم تربیتی، ش ۴، ص ۸۵-۷۳.

۱۱. میر غفوری، حبیب‌الله و صیدی، حسن. (۱۳۸۷). «شناسایی تجزیه و تحلیل و رتبه‌بندی عوامل مؤثر بر بهره‌وری معلمان (مطالعه موردی: معلمان استان یزد)». مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی، ش ۴، ص ۱۵۸-۱۳۳.
12. Chingos, M., Peterson, P. E. (2011). "It's easier to pick a good teacher than to train one: Familiar and new results on the correlates of teacher effectiveness". *Economics of Education*, 30(3), pp: 449-465.
13. Gu, Q., Day, C. (2007). "Teachers resilience: A necessary condition for effectiveness ". *Teaching and Teacher Education*, 23, pp: 1302-1316.
14. Luschei, T. F. (2012). "The effectiveness and distribution of male primary teachers: Evidence from two Mexican states". *International Journal of Educational Development*, 32(1), pp: 145-154.