

عنوان مقاله:

تاثیر روش آموزش غیرخطی بر تبحر حرکتی و عزت نفس دختران چاق بیشفعال

محل انتشار:

مجله اصول بهداشت روانی، دوره 22، شماره 3 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 0

نویسندگان:

مهدی ابراهیمی توکلیان - کارشناسی ارشد رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

بهزاد محمدی اورنگی - دانشجوی دکتری یادگیری حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی تهران، تهران، ایران

فرهاد قدیری - استادیار، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی تهران، تهران، ایران

مجتبی محمد نژاد - کارشناس ارشد رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی تهران، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: چاقی و بیشفعالی با بیماریهای گوناگونی مرتبط هستند و تلاش برای کاهش مشکلات ناشی از آنها اهمیت دارد. هدف این پژوهش تاثیر مداخلات مهارتهای حرکتی بنیادی به روش غیرخطی بر تبحر حرکتی و عزت نفس دختران چاق بیشفعال شهر تهران بود. روش کار: در این پژوهش بیست دختر چاق بیشفعال از شهر تهران در تابستان ۱۳۹۷ به روش در دسترس انتخاب و به صورت هدفمند و براساس نمرات پیشآزمون به گروههای شاهد و آزمایش تقسیم شدند. برای تعیین چاقی از نمودارهای سازمان بهداشت جهانی، برای تعیین بیشفعالی از مقیاس کاپوبیل و پرونده سلامت کودک با نظر پزشک متخصص، برای سنجش عزت نفس از آزمون عزت نفس کوپر اسمیت و برای ارزیابی تبحر حرکتی از آزمون برونیکس اوزرتسکی-دو استفاده گردید. گروه آزمون به مدت نه هفته هر هفته دو جلسه به مدت یک ساعت تمرین کردند. مداخلات حرکتی شامل پرش با توپ، جهیدن، گام بلند، پرش درجا، ضربه با پا، لیلی، گرفتن، دویدن و پرتاب از بالای شانه بود؛ که به روش غیرخطی انجام میشد. گروه شاهد در این مدت فعالیتهای معمول خود را انجام داد. داده ها با آزمونهای آماری توصیفی، تحلیل کوواریانس و با استفاده از نرم افزار SPSS تحلیل شدند. یافتهها: بر اساس نتایج، مداخلات منتخب حرکتی در مقایسه با گروه شاهد تاثیر معناداری بر عزت نفس ($F(5,30)=3.00$, $P=0.00$) و تبحر حرکتی ($F(9,45)=2.01$, $P=0.00$) داشتند. نتیجهگیری: به نظر میرسد مداخلات به روش غیرخطی بر کاهش مشکلات کودکان چاق بیشفعال موثر است. این موضوع تاییدی بر نقش فعالیت بدنی به روش اکتشافی بر کاهش مشکلات افراد چاق و بیشفعال میباشد.

کلمات کلیدی:

بیشفعالی، چاقی، عزت نفس، مهارت حرکتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1195083>

