

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش حرکات ورزشی آیروبیک بر حافظه فعال و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر متوسطه اول

محل انتشار:

دوماهنامه راهبردهای آموزش در علوم پزشکی، دوره 14، شماره 6 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

علی مصطفائی - Payam Noor University

خدیجه روستایی - Payam Noor University

خلاصه مقاله:

مقدمه: عملکرد تحصیلی دانش آموزان، نه تنها نشانگر اثربخشی مدارس و مراکز آموزشی است بلکه تعیین کننده اصلی آینده نوجوانان است. هدف از این پژوهش تعیین تاثیر آموزش حرکات ورزشی آیروبیک بر حافظه فعال و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دوره اول متوسطه بود. روش ها: روش این مطالعه نیمه تجربی (پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل) و جامعه آماری شامل ۴۳۲۲ دانش آموز، کلیه دانش آموزان دختر دبیرستانی مدارس راهنمایی مریوان طی سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ بود. نمونه آماری با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای با خوشه بندی مدارس بر اساس مناطق جغرافیایی، دو مدرسه بصورت تصادفی انتخاب شدند. سپس در هر مدرسه به صورت تصادفی از هر پایه ۵ نفر و در مجموع ۳۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و به تصادف یک مدرسه به عنوان گروه آزمایش و مدرسه دیگر به عنوان گروه کنترل در نظر گرفته شد. نمونه ها بر اساس معدل کتبی سال قبل، پایه تحصیلی و سن همتا شده بودند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه های حافظه کاری دانیمن و کارپنتر (۱۹۸۰) و پرسشنامه عملکرد تحصیلی دانش آموزان درتاج (۱۳۸۳). هر دو گروه آزمایش و کنترل، به پرسشنامه های یاد شده در مراحل پیش آزمون و پس آزمون پاسخ دادند. برای تحلیل داده ها از آزمون آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی (تحلیل کوواریانس) و نرم افزار SPSS ۲۴ استفاده شد. یافته ها: نتایج نشان داد که آموزش حرکات ورزشی آیروبیک بر حافظه فعال دانش آموزان دختر اثربخش است ($p = 0.1$) و ۴۰٪ واریانس حافظه فعال توسط حرکات آیروبیک تبیین می شود. آموزش حرکات ورزشی آیروبیک بر عملکرد تحصیلی این دانش آموزان اثربخش نیست. نتیجه گیری: با توجه به اثربخشی آموزش حرکات ورزشی آیروبیک بر حافظه فعال دانش آموزان، مدارس می توانند با گنجاندن برنامه های ورزشی به تقویت حافظه فعال دانش آموزان کمک کنند.

کلمات کلیدی:

aerobic exercise, working memory, academic performance, students
حرکات ورزشی آیروبیک، حافظه فعال، عملکرد تحصیلی، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1569516>

