

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر طرح کوچ بر تصویرسازی ذهنی از خود در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول قاین

محل انتشار:

اولین همایش مجازی ملی یافته های نوین در تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسنده:

زینب عربی آیسک - کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه بیرجند

خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش بررسی تاثیر طرح کوچ بر تصویرسازی ذهنی از خود در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول قاین بود. روش مطالعه از نظر نوع، کاربردی و از نظر روش پژوهش، یک مطالعه شبه آزمایشی با طرح دوگروهی ناهمسان با پیش آزمون و پس آزمون بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول قاین دارای اضافه وزن بود و روش نمونه گیری به صورت در دسترس انتخاب شد. حجم نمونه شامل ۳۰ نفر بود که به روش تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل گمارده شدند. گروه آزمایش به مدت ۶ جلسه ۶۰ دقیقه ای به صورت مجازی در گروه شاد تحت اجرای طرح کوچ قرار گرفتند در حالیکه گروه کنترل هیچ نوع مداخله ای دریافت نکرد. داده ها با استفاده از پرسشنامه خودپنداره فصلی (۱۳۷۳) جمع آوری شد. اطلاعات به دست آمده با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس و با بهره گیری از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۳ تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد اجرای طرح کوچ بر تصویرسازی ذهنی از خود در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول قاین به طور معناداری اثربخش بوده است. در نتیجه باید برای دبیران و مربیان و اولیای دانش آموزان جلساتی گذاشته می شود، تا مشکل چاقی را ریشه ای و از طریق سبک تغذیه ای خانواده حل کنند.

کلمات کلیدی:

طرح کوچ، تصویرسازی ذهنی، دانش آموزان متوسطه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1688447>

