

## عنوان مقاله:

اثرات یک برنامه آموزشی بازی ورزشی روزانه ۶ هفته ای در مورد تعادل در کودکان کلاس چهارم

## محل انتشار:

هشتمین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 24

## نویسندگان:

الهه اکبرزاده - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد ایلام

نسرین رحیمی وند - روانشناسی دانشگاه پیام نور چوار

پری ناز نیازی - زبان و ادبیات فارسی دانش گاه آزاد اسلامی آبدانا ن

سعیده پورابراهیم - کارشناسی حسابداری پی ام نور ایلام

## خلاصه مقاله:

تعادل، یک جزء ضروری از جنبش است و در توانایی شرکت کردن در فعالیت بدنی، حیاتی است. توسعه یک برنامه آموزشی بازی ورزشی برای مدارس دارای پتانسیل بهبود تعادل و ثبات موضعی در کودکان است. در این مطالعه، یک مرکز هدفمند بازی ورزشی در مدرسه ابتدایی برای آزمایش دانش آموزان کلاس چهارم با یک برنامه آموزشی بازی ورزشی طراحی شده خاص با محوریت بهبود ثبات موضعی مورد استفاده قرار گرفت. این برنامه طی یک دوره ۶ هفته ای، ۳۴ دقیقه در روز، ۴-۵ روز در هر هفته اجرا شد. دو گروه کنترل (شاهد) استفاده شدند: ۱) یک کلاس تربیت بدنی (PE) با محوریت بهبود چابکی، تعادل و هماهنگی (ABC) و ۲) یک کلاس برنامه آموزشی PE معمولی. دانش آموزان بازی ورزشی، به طور قابل توجهی در طول دوره ۶ هفته نسبت به کسانی که در کلاس PE معمولی بودند، ثبات موضعی خود را بهبود بخشیدند. بهبودها در ثبات موضعی نیز در کلاس ABC مشهود بود. ثبات موضعی در تمام آزمونهای قبل و بعد از مداخله، در دختران بهتر از پسران بود. این مطالعه نشان می دهد که بازی ورزشی یک منبع عملی در کلاس PE برای بهبود ثبات موضعی است.

## کلمات کلیدی:

تعادل؛ کودکان؛ دبستان؛ بازی ورزشی؛ مهارت های بنیادین حرکت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1985427>

