

عنوان مقاله:

مقایسه نگرش دختران دانشگاه علوم پزشکی کرمان نسبت به دو روش تمرینی در درس تربیت بدنی عمومی (1)

محل انتشار:

همایش ملی علوم کاربردی ورزش و تندرستی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

نجمه عربنژاد - عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی کرمان

محمدحسین یوسفی زرنندی - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه علوم پزشکی کرمان

خلاصه مقاله:

مقدمه : واحد تربیت بدنی (1) (یک درس عمومی ارائه شده به تمامی دانشجویان مقطع کاردانی و کارشناسی در تمامی دانشگاه ها و موسسات عالی سطح کشور می باشد. این تحقیق در نظر داشته نگرش دانشجویان را نسبت به دو روش تمرینی در کلاس تربیت بدنی (1) در طول یک ترم بررسی کند تا بدین وسیله نقطه نظرات دانشجویان در نحوه تدریس این واحد درسی مورد بررسی قرار گیرد. روشناسی : در این مطالعه از روش توصیفی و تحلیلی مداخله ای انجام شده است. جامعه آماری این تحقیق شامل 180 نفر از دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی کرمان بودند که نمونه تحقیق را 117 نفر از این دانشجویان تشکیل میدادند. نگرش دانشجویان توسط پرسشنامه جمعآوری گردید و از روش T گروه های همبسته مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. دو روش تمرینی شامل نیم ترم تمرینات مختلط هوازی و بی هوازی و نیم ترم تمرینات هوازی همراه با ضرب آهنگ و موسیقی ورزشی بود. نتایج : سوالات پرسشنامه نگرش دانشجویان را در 5 حیطه عملکرد ورزشی، محتوی برنامه، جذابیت تمرین، تنوع تمرین و شدت تمرین مورد سنجش قرار داد. در حیطه های عملکرد ورزشی، محتوی برنامه، تنوع و شدت تمرین تفاوت در نگرش دانشجویان معنی دار گزارش شد (05/0)

P

(نتیجه

گیری : به طور کلی نگرش دانشجویان نسبت به تمرینات هوازی همراه با موسیقی ورزشی نگرش مثبتتری ارزیابی می شود و پیشنهاد میشود در کلاسهای آمادگی جسمانی از روش تمرینات هوازی همراه با موسیقی مناسب جهت ایجاد انگیزه و نشاط بیشتر استفاده گردد.

کلمات کلیدی:

نگرش، تمرین، تربیت بدنی عمومی، علوم پزشکی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/543894>

