

تأثیر تمرینات پایه ژیمناستیک بر رشد مهارت های شناختی و مهارت های اجتماعی کودکان دختر دبستانی ۷ تا ۱۰ ساله شهرستان مسجدسلیمان

معصومه رضایی*

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۰۳ تاریخ چاپ: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر تأثیر تمرینات پایه ژیمناستیک بر رشد مهارت های حرکتی کودکان دبستانی ۷ تا ۱۰ ساله است. این تحقیق از شیوه گردآوری داده ها نیمه تجربی و از نظر هدف کاربردی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه دختران شهرستان مسجد سلیمان بودند. از بین جامعه ذکر شده به روش هدفمند تعداد ۳۰ دانش آموز دختر و به طور تصادفی در دو گروه تجربی و کنترل قرار گرفتند. این پژوهش به صورت میدانی انجام شد. سپس در مرحله پیش آزمون مهارت های حرکتی آزمودنی ها سنجیده شد. سپس گروه تجربی به مدت ۱۶ هفته (هر هفته ۳ جلسه) به انجام برنامه های مقدماتی و پایه ژیمناستیک پرداخت؛ گروه کنترل نیز در این مدت فعالیت روزمره خود را انجام دادند. در مرحله پس آزمون نیز مشابه پیش آزمون مهارت های حرکتی آزمودنی ها سنجیده شد. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات از آزمون شاپیرو-ویلک برای اطمینان از طبیعی بودن داده های آزمودنی ها استفاده شد و بعد از اینکه طبیعی بودن توزیع اندازه گیری مشخص گردید از آزمون های t همبسته و مستقل برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. در پایان نتایج زیر بدست آمد تمرینات پایه ژیمناستیک بر رشد سرعت دویدن و چابکی رشد تعادل، هماهنگی دو طرفه، قدرت، سرعت پاسخ کودکان، هماهنگی اندام فوقانی، کنترل بینایی و سرعت چالاکی کودکان دبستانی تأثیر داشت.

واژگان کلیدی

تمرینات پایه ژیمناستیک، مهارت های حرکتی، دختران دبستانی.

۱. کارشناسی ارشد تربیت بدنی گرایش رشد حرکتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر، ایران.