

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

اثربخشی حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی

آمنه سادات موسوی

دانشجو کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان واحد مرودشت

ameneh.mosavi@yahoo.com

صدراله خسروی

استادیار گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد فیروز آباد

Hamraz_khosravi@yahoo.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تبیین اثربخشی آموزش حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی بود. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون _ پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه کودکان پیش دبستانی زیر نظر آموزش و پرورش ناحیه یک شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۴_۱۳۹۳ بودند که با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای تعداد ۳۰ کودک انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل گمارده شدند. سپس پرسشنامه رشد اجتماعی ماتسون برای کودکان اجرا شد. بعد از تکمیل پرسشنامه ها گروه آزمایش ۸ جلسه ۱:۳۰ ساعته تحت آموزش حرکات موزون ورزشی قرار گرفتند. داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون آماری تحلیل واریانس چند متغیره و کواریانس آنالیز شدند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی پیش دبستانی تأثیر معناداری ندارد.

کلمات کلیدی: حرکات موزون ورزشی، رشد اجتماعی، کودکان

Psychology and Educational Sciences
Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

مقدمه

هفت سال اول زندگی کودک، یعنی سنین پیش دبستانی، پایه و اساس شخصیت او را تشکیل می دهد و اگر این دوره آن گونه که پیامبر خدا فرمودند با عطف و مهرورزی همدلی و همراهی، غلبان و فوران احساسات خوشایند، محبت پذیری و اقتدار عاطفی کودکان همراه باشد، قوی ترین، سالم ترین و متعادل ترین ستون های تکوین شخصیت پی ریزی می شود (سیمین بهرامی، ۱۳۹۲). نخستین سال های زندگی کودک، بهترین زمانی است که کودک بیش از هر زمان دیگر برای رشد، یادگیری و آموزش آماده تر است (تقوی طلب، ۱۳۹۳). پایه های ریشه روانی و رفتار اجتماعی کودکان و احساس ایمنی و ارضای عاطفی در سال های نخستین کودکی پایه ریزی می گردد. اولین محیط اجتماعی برای انسان خانواده است که در آن شخصیت هر فرد پایه گذاری می شود (سینا، جویباری، نظریان، ۱۳۹۰). رشد اجتماعی عبارت است از سازگاری با محیط زندگی با توجه به هنجارها و ارزش های حاکم بطوری که در عین حفظ استقلال شخصیتی فرد بتواند از لحاظ اجتماعی اعتبار و ارزش برای ایجاد ارتباط با دیگران و برطرف کردن نیازهای خود را کسب کند (شرفی، ۱۳۶۸؛ به نقل از مقتدری، ۱۳۹۰). مهارت های اجتماعی، مجموعه ای از رفتارهای آموخته شده است که باعث آغاز کردن موفقیت و تداوم تعاملات اجتماعی مثبت می شود (گریشام^۱)، ۱۹۹۰؛ به نقل از بری و ارین^۲، ۲۰۱۰. کودکان در تعامل با دیگران، یاد می گیرند که چگونه رفتار، و چگونه قضاوت کنند (خرازی و دل گشایی^۳، ۲۰۱۰). رشد اجتماعی، تکامل روابط اجتماعی فرد است. رشد اجتماعی مستلزم هماهنگی با گروه اجتماعی و پیروی از هنجارها و سنت های آن است. احساس وحدت با گروه اجتماعی، درک روابط متقابل میان اعضای آن و همکاری با دیگران از دیگر ملزومات رشد اجتماعی است. برای رسیدن به این مرحله از رشد اجتماعی کودک می بایست علائق خود را دگرگون کرده، شیوه های جدید رفتار را فرا گیرد و دوستان جدیدی را برگزیند (احدی و بنی جمالی، ۱۳۷۸؛ به نقل از مقتدری، ۱۳۹۰). روند اجتماعی شدن کودکان با فعالیت های اولیه حرکتی آغاز می گردد و موجبات رشد و تکامل حرکتی در دوره کودکی و مشارکت ورزشی آنها در سال های بعد را فراهم می آورد. سبک های مختلف زندگی می تواند در روند اجتماعی شدن کودکان اثرگذار باشد. همچنین همسالان و میزان تحرک فرد نیز جزء عوامل تأثیرگذار در رشد اجتماعی کودک محسوب می شوند. در زمینه رشد اجتماعی استیونسون^۴ با بررسی ۱۵۰ کودک نتیجه گرفت که شرکت کودکان در برنامه های ورزشی با قوانین و مقررات مشخص با رشد اجتماعی آنان در ارتباط است (به نقل از عمارتی، نمازی زاده، مختاری، محمدیان، ۱۳۹۰). ورزش از جمله روش های مهم تکامل جسمانی، روانی و اجتماعی محسوب می گردد، زیرا شرکت در فعالیت های ورزشی، افراد را از نظر فضایی و مکانی به هم نزدیک می نماید (یعقوبی و برادران، ۱۳۹۰). از دهه ی ۱۹۶۰ و اوایل دهه ی ۱۹۷۰ میلادی برای تبیین جنبه های گوناگون شرکت در فعالیت های ورزشی تلاش بسیاری شده است. بررسی های اجتماعی در ورزش چند متغیر بهداشت روانی، ویژگی شخصیتی، عوامل اجتماعی شدن و موقعیت های اجتماعی شدن را به عنوان علت یا عوامل تعیین کننده مورد توجه قرار داده اند. چنین پنداشته می شود که این تجارب به سایر جنبه های اجتماعی انتقال پذیر است

1 - Gresham

2 - Berry & Erin

3 - Kharrazi & Delgoshae

4 - Stevenson

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

(قلتاش، صالحی، استواری، ۱۳۹۰). ورزش کردن با سازگاری اجتماعی و اعتماد به نفس ارتباط دارد و این موضوع نشانگر میزان اهمیت ورزش و فعالیت بدنی در سلامت روانی و سازگاری اجتماعی نوجوانان است (نریمانی، آریاپوران، صادقیه اهری، ۱۳۸۶). حرکات موزون اشتراکی، از طریق تعامل با یاران تمرینی و ارتباطات با درمانگر باعث می شود آزمودنی در خصوص بدن خودش و خودش به اکتشافات جدیدی برسد (کورسینی^۵، ۲۰۰۱؛ به نقل از غنایی چمن آباد، کارشکی، ۱۳۹۰). هر چند در جوامع پیشرفته، نقش اجتماعی ورزش بر همگان روشن شده است و این موضوع، عامل اصلی پرداختن مردم به ورزش است. پژوهشی در دانمارک نشان داد که انگیزه ی مردم از شرکت در فعالیت های ورزشی، رسیدن به درجات بالا و رسیدن به شعارالمپیک (سریع تر، بالاتر و قوی تر) نیست، بلکه تندرستی، نشاط و روابط اجتماعی از دلایل مهم شرکت در ورزش است (کوشکی، ۱۳۸۸؛ به نقل از قلناتاش و همکاران، ۱۳۹۰).

الیس (۱۹۷۳) در پژوهشی تحت عنوان آنچه مردم از بازی می دانند معتقد است که در طول ورزشهای گروهی، نقشهای دوجانبه به نحو واقع گرایانه به یکدیگر مربوط می شدند، اعتماد به نفس و تسلط بر خود افزایش یافتند و احساس ملال و خستگی کاهش یافت. سینگر و سینگر^۶ (۱۹۸۰) در پژوهشی تحت عنوان مقایسه رشد اجتماعی دانش آموزان مشارکت کننده در فعالیت های مدرسه با گروه غیر مشارکت کننده، دریافتند که فعالیت های گروهی، باعث افزایش مهارت های اجتماعی از جمله مسئولیت پذیری، رشد مهارت حل مساله، بهبود روابط بین فردی، تصمیم گیری و رشد اجتماعی در دانش آموزان شده است.

سینگر (۱۹۸۰) در پژوهشی تحت عنوان جهان کودک از اعتقاد به این نتیجه رسید که دانش آموزان مشارکت کننده در فعالیت های ورزشی و گروهی از رشد اجتماعی بهتری نسبت به دیگر دانش آموزان برخوردارند. محمود^۷ (۱۹۸۶) در کشور مصر تحقیقی بر روی ۹۰ نفر از دانش آموزان مقطع ابتدایی انجام داد که در آن به نقش خانواده، مدرسه و گروه همبازی در رشد اجتماعی و پذیرش اجتماعی پرداخت. وی نتیجه گرفت که هر چه سن آزمودنی ها بالا می رفت رشد اجتماعی آنان بیشتر می شد و از بین عوامل سه گانه خانواده، مدرسه و گروه همبازی، نقش مدرسه و گروه همسالان در دوره ابتدایی از نظر تأثیر در فرایند اجتماعی شدن کودکان نسبت به خانواده برجسته تر است.

مینوچین^۸ (۱۹۹۳) در پژوهشی تحت عنوان تحقیق خود تجارب اجتماعی و رشد اجتماعی ۱۰۰ کودک کودکستانی را مورد بررسی قرار داد و متعاقب آن ۳۰ نفر از این کودکان را در برنامه ای که بعد از مدرسه برای آنها تدارک دیده شده بود شرکت داد، نتایج حاکی از آن بود که نمونه هایی که در برنامه های بعد از مدرسه شرکت کردند، خود را در یک مصاحبه دوستانه و جامعه سنجی بیشتر داوطلب می کردند. لوب، بریدگس، باسوک، فولر و همکاران^۹ (۲۰۰۷) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر مراکز پیش دبستانی بر رشد شناختی و اجتماعی کودکان، نتایجی از اثرات طولانی مدت و شدت مشارکت در کودکان را نشان داد.

⁵ - Korisni

⁶ - Singer & Singer

⁷ - Mahmoud

⁸ - Minuchin

⁹ - Loeb , Bredges , Bassok , Fuller & et al

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

فرخی و سیدزاده (۱۳۸۱) در پژوهشی تحت عنوان بررسی ارتباط بین رشد حرکتی و رشد اجتماعی در دانش آموزان دختر ورزشکار و غیرورزشکار سوم راهنمایی منطقه ۶ شهر تهران دریافتند که، ورزشکاران، اجتماعی تر از غیرورزشکاران بودند، ولی در رشد اجتماعی ورزشکاران انفرادی و گروهی تفاوت معناداری مشاهده نگردید. نریمانی، خاتمی و نجفی (۱۳۸۴) در پژوهشی تحت عنوان مقایسه مهارت اجتماعی و سلامت روانی ورزشکاران گروهی و انفرادی دریافتند که، میزان سلامت روانی (مخصوصاً اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی) در ورزشکاران گروهی بیشتر از ورزشکاران انفرادی بوده است. حسن زاده فخری (۱۳۸۰) در پژوهشی تحت عنوان بررسی رابطه ورزش با سازگاری اجتماعی و میزان اعتماد به نفس دانش آموزان دختر دبیرستانی دریافت که، شرکت در فعالیت های ورزشی با رشد و سازگاری اجتماعی و اعتماد به نفس ارتباط دارد که این موضوع بیانگر اهمیت ورزش و فعالیت بدنی در سلامت روانی و سازگاری اجتماعی است. امیرنژاد، رضوی و منانی (۱۳۸۷) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر یک دوره تمرینات ورزشی منتخب بر رشد اجتماعی و سلامت عمومی دانشجویان پسر دریافتند، در گروه تجربی پس از ۸ هفته تمرین ورزشی منتخب در شاخص رشد اجتماعی، علایم جسمانی، افسردگی و اختلال در کارکرد اجتماعی و سلامت عمومی بهبودی معنی داری مشاهده گردید. غنائی چمن آباد و همکاران (۱۳۹۰) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر حرکات موزون ورزشی بر هوش عینی کودکان پیش دبستانی دریافتند، با توجه به نمرات آزمون هوش گودیناف در پس آزمون و پیش آزمون می توان گفت اختلاف پس آزمون نسبت به پیش آزمون در گروه آزمایشی نمره هوشی افزایش در پس آزمون را نشان می دهد اما در گروه گواه نمره هوشی کاهش در پس آزمون را نشان می دهد. غنائی چمن آباد و کارشکی (۱۳۹۱) در پژوهشی تحت عنوان تأثیر آموزش حرکات موزون بر هوش و رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی دریافتند، نمرات پس آزمون مقیاس هوش اجتماعی گروه آزمایش و شاهد از نظر مقدار تغییرات نسبت به پیش آزمون تفاوت آماری معنی داری داشتند.

سال های آغازین زندگی کودک یکی از مهم ترین دوره های رشد اومی باشد. از آنجا که اساس شخصیت فرد در دوره پیش از دبستان شکل می گیرد ارائه آموزش های اثر بخش در این دوران برای رشد بعدی کودک از اهمیت حیاتی برخوردار است (زیمرمن^۱، ۲۰۰۰؛ به نقل از مقتدری، ۱۳۹۰). آموزش کودکان در سالهای اولیه زندگی از اهمیت خاصی برخوردار است. آموزش از طریق بازی به عنوان یکی از راه های مهم در یادگیری مهارت های زندگی محسوب شده، که باعث می گردد کودکان یاد بگیرند چگونه خود را برای روبه رو شدن با مشکلات آینده و غلبه بر آنها و حل مشکل، آماده کنند. کودکان از طریق بازی با جهان اطراف آشنایی پیدا می کنند. آنها می توانند بین واقعیت و تخیل تفاوت قائل شوند تا توانایی های خود را به خوبی درک کنند (مهدوی نیا و سماواتی، ۲۰۱۰). آموزش های مناسب می تواند نقش اساسی و ارزشمندی در رشد و شکوفایی توانمندی ها و مقابله سازگاران، استرس ها و کشمکش های زندگی داشته باشد (صامت، ۱۳۸۵). لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی تبیین اثربخشی آموزش حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی انجام گرفت.

این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این فرضیه بود:

(۱) حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان تأثیر دارد.

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع طرح های آزمایشی با طرح پیش آزمون ، پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه کودکان پیش دبستانی زیر نظر آموزش و پرورش ناحیه یک شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ بود. با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای تعداد ۳۰ کودک انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل گمارده شدند. برای جمع آوری اطلاعات ابتدا برای کودکان پرسشنامه رشد اجتماعی ماتسون اجرا گردید. بعد از جمع آوری پرسشنامه ها تعدادی از افراد را که از حد نصاب نمره پایین تر بودند به صورت هدفمند انتخاب، و در دو گروه آزمایش و کنترل به صورت تصادفی قرار گرفتند. لازم به ذکر است که گروه نمونه را، از نظر عوامل دموگرافیک همتا ساخته ایم. سپس به گروه آزمایش، آموزش های مورد نظر، طی ۸ جلسه ۱:۳۰ ساعته ارائه گردید و بعد از اجرای آموزش مجدداً پرسشنامه ها داده و تکمیل گردید، سپس نتایج مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

طرح جلسات آموزشی به قرار زیر می باشد:

Psychology and Educational Sciences
Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

شرح کل جلسات آموزشی حرکات موزون که اجرا خواهد شد:

جلسه	اهداف	محتوای آموزش
جلسه اول	آموزش حرکات پایدار از قبیل راه رفتن ، نشستن، دویدن، پریدن، ایستادن و ...- آموزش صحیح انجام حرکات ایستا و پویا	آشنایی با حرکات پایه-تلفیقی از حرکات کششی ایستا و پویا - اجرای حرکات در قالب بازی- سرد کردن در قالب حرکات ایستا
جلسه دوم	تسلط بر انجام حرکات پایه ایستا و پویا- هماهنگی عصب عضله در قالب حرکات موزون	مرور جلسه قبل- انجام حرکات ایستا و پویا -اجرای حرکاتی جهت هماهنگی دست و پا همراه با موزیک های ورزشی- سرد کردن
جلسه سوم	آموزش و تکرار حرکات موزون در قالب مجموعه- بالابردن تمرکز و هماهنگی عصب و عضله	گرم کردن و تکرار حرکات پایه - انجام حرکات ابتدایی موزون- تلفیق حرکات در قالب مجموعه هماهنگ با موزیک ورزشی- سرد کردن
جلسه چهارم	سرعت در انجام حرکات موزون- بالا بردن چابکی و تمرکز	گرم کردن- تکرار مجموعه قبل با اضافه کردن حرکات جدیدتر همراه با افزایش سرعت در انجام فعالیت ها
جلسه پنجم	سرعت عکس العمل و هماهنگی با بقیه اعضای گروه	گرم کردن- تکمیل مجموعه با اضافه کردن حرکات جدید و سخت تر - هماهنگی با بقیه گروه
جلسه ششم	آموزش حرکات سخت تر و پیچیده تر - افزایش هماهنگی تمرکز و قدرت عضلانی	گرم کردن- آموزش حرکات پیچیده تر - انجام این حرکات در قالب مجموعه و هماهنگ با گروه- سرد کردن
جلسه هفتم	استقامت قلبی و عروقی به همراه استقامت عضلات	گرم کردن- آموزش حرکات پیچیده در قالب مجموعه و تکرار حرکات برای کمک به استقامت افراد گروه- رساندن فرد به ضربان قلب بالا- سرد کردن بدن و بازگرداندن به حالت اولیه
جلسه هشتم	تمرین و تکرار حرکات که باعث بالا رفتن تمرکز و هماهنگی عصب و عضله و هماهنگ شدن با افراد گروه و موزیک ورزشی - شادابی و نشاط کودکان	گرم کردن- تکرار مجموعه پیچیده تر- هماهنگ شدن با موزیک ورزشی و افراد گروه- شادی و نشاط بعد از انجام حرکات- سرد کردن- ریلکس کردن افراد و بازگشت به حالت اولیه

(کمیته آمادگی جسمانی و ایروبیک استان فارس)

در این پژوهش از پرسشنامه زیر استفاده شد.

پرسشنامه رشد اجتماعی ماتسون ۱۱ :

این مقیاس توسط ماتسون و همکاران (۱۹۸۳) برای سنجش مهارت های اجتماعی افراد ۱۸ تا ۴ سال تدوین شده است. این مقیاس دارای ۶۲ عبارت است که مهارت های اجتماعی کودکان را توصیف می کنند. پاسخ ها بر اساس یک شاخص ۵ درجه از نوع مقیاس لیکرت با دامنه ای از نمره ۱ تا ۵ نامگذاری می شوند.

برای این مقیاس ۵ مؤلفه یا خرده مقیاس فرعی که عبارتند از :

1- Matson

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

الف) عامل اول یا مهارت اجتماعی مناسب که رفتارهای اجتماعی از قبیل ارتباط دیداری با دیگران، مؤدب بودن و اشتیاق به تعامل با دیگران به گونه ای مفید و مؤثر را در بر می گیرد.

ب) عامل دوم با رفتارهای غیر اجتماعی که رفتارهایی مانند دروغ گفتن، خرده گرفتن بر دیگران، ایجاد صداهای ناپهنجار و ناراحت کننده و زیر قول خود زدن را شامل می شود.

ت) عامل سوم یا پرخاشگری و رفتارهایی از قبیل به آسانی عصبانی شدن، لجبازی کردن، دعوا و مرافعه راه انداختن، قلدری و کتک زدن را در بر دارد.

ث) عامل چهارم یا اطمینان زیاد به خود داشتن و برتری طلبی که رفتارهایی نظیر: خود را برتر از دیگران دیدن، پز دادن و تظاهر به همه چیز را شامل می شود.

ج) عامل پنجم یا رابطه با همسالان که در بردارنده تنهایی، حسادت، دوستی با بچه های دیگر می باشد (ماتسون و همکاران، ۱۹۸۳؛ یوسفی و خیر، ۱۳۸۱). در ایران این مقیاس توسط یوسفی و خیر (۱۳۸۱) بر روی ۵۶۲ نفر دانش آموز دختر و پسر شیرازی اجرا و تعیین روایی و پایایی شده است. محققین مزبور روایی مقیاس یاد شده را با استفاده از روایی سازه ای و روش تحلیل عاملی و پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف انجام داده است که ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف برای کل مقیاس یکسان برابر ۰/۸۶ بود. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این پژوهش، از تحلیل کوواریانس (مانکوآ ۱۲) استفاده گردید. در این تحلیل نمرات پیش آزمون کنترل گردید یعنی تأثیر آن از روی میانگین های پس آزمون برداشته شد و سپس میانگین های تعدیل شده مقایسه گردیدند. برای تعیین پایایی پرسشنامه های پژوهش، از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید.

Psychology and Educational Sciences
Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

یافته ها

جدول شماره ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	گروه	میانگین	انحراف معیار
پیش آزمون رشد اجتماعی	کنترل	۱۷۲/۲۸	۱۷/۹۵
	آزمایش	۱۷۹/۷۳	۱۱/۴۲
پس آزمون رشد اجتماعی	کنترل	۱۷۶/۵	۲۴/۰۹
	آزمایش	۱۷۶/۸	۲۴/۰۳

جدول ۱-۴ میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه را در مرحله پیش آزمون و پس آزمون نشان می دهد.

یافته های استنباطی

فرضیه : حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان تأثیر معنی دار دارد.

به منظور بررسی این فرضیه ابتدا لازم بود پیش فرض تساوی کوواریانس ها بررسی گردد که نتایج در جدول شماره ۲ مشاهده می شود.

جدول شماره ۲: نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی نمرات رشد اجتماعی

شاخص	مقدار F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی داری
پس آزمون رشد اجتماعی	۱/۴۲	۱	۲۸	۱/۵۱

نتایج جدول ۲ نشان می دهد پیش فرض تساوی واریانس رشد اجتماعی رد نمی شود. بنابراین می توان از تحلیل کوواریانس استفاده کرد.

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

جدول شماره ۳: نتایج تحلیل کوواریانس رشد اجتماعی هر دو گروه آزمایش و کنترل

منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	میزان معنی داری	ضریب اتا	توان آماری
رشد اجتماعی	۳۰۱۷/۰۲	۱	۳۰۱۷/۰۲	۶/۴۵	/۰۱	/۱۹	/۶۸
گروه	۲۱۰/۵۱	۱	۲۱۰/۵۱	/۵۴	/۵	/۰۱	/۹۲
خطا	۱۲۶۲۶/۰۴	۲۷	۴۶۷/۶۳	-	-	-	-
کل	۹۵۱۲۷۲	۳۰	-	-	-	-	-

جدول شماره ۳ نشان می دهد که بین میانگین های رشد اجتماعی در دو گروه تفاوت معنی دار وجود ندارد ($P > 0/5$). این بیانگر این است که حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان تأثیر معنی نبوده است. بنابر این فرضیه پژوهشی دوم مورد تایید قرارنگرفت. توان آماری ۹۲ نشان دهنده این است که حجم نمونه کافی بوده است.

جدول شماره ۴: میانگین تعدیل شده نمرات پس آزمون رشد اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل

گروه	میانگین
آزمایش	۱۷۹/۳۶
کنترل	۱۷۳/۸۳

جدول ۴ میانگین های تعدیل شده رشد اجتماعی در دو گروه آزمایش و کنترل را نشان می دهد که به ترتیب ۱۷۹/۳۶ و ۱۷۳/۸۳ بوده است. همانطور که مشاهده می شود تفاوت از نظر رشد اجتماعی به سطح معنی دار رسیده است. یعنی میانگین گروه آزمایش به طور معنی داری کمتر از گروه کنترل بوده است.

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش حاضر تبیین اثربخشی آموزش حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان پیش دبستانی بود. نتایج به دست آمده نشان می دهد که بین میانگین های رشد اجتماعی در دو گروه تفاوت معنی دار وجود ندارد ($P > 0.05$). این بیانگر این است که حرکات موزون ورزشی بر رشد اجتماعی کودکان تأثیر معنی دار نبوده است. بنابر این فرضیه پژوهشی مورد تایید قرار نگرفت. توان آماری ۹۲ نشان دهنده این است که حجم نمونه کافی بوده است.

یافته های این فرضیه با نتایج پژوهش های سینگر و سینگر (۱۹۸۰)، محمود (۱۹۸۶)، مینوچین (۱۹۹۳)، سینگر (۱۹۸۰)، لویب، بریدگس، باسوک، فولر و همکاران (۲۰۰۷)، فرخی و سیدزاده (۱۳۸۱)، نریمانی، خاتمی و نجفی (۱۳۸۴)، حسن زاده فخری (۱۳۸۰)، امیرنژاد و همکاران (۱۳۸۷)، غنایی چمن آباد و کارشکی (۱۳۹۱) ناهمسو می باشد.

در تبیین این فرضیه می توان عنوان کرد کودکان به طور طبیعی و ناخود آگاه فعال هستند و رشد اجتماعی کودک مانند سایر جنبه های رشدی او بتدریج گسترش پیدا می کند، لذا ممکن است مدت دوره آموزش برای رشد در این حیطه ناکافی و کوتاه بوده باشد.

رشد و تکامل اجتماعی یک عده تغییراتی را در رفتار کودک شامل می شود از این قرار: (۱) او یاد می گیرد در گروه هایی که عمل و تأثیر متقابل پیچیده ای دارند شرکت کند، (۲) تماس ها و روابط اجتماعی خود را از مادر به سایر افراد خانواده و دوستان و گروه ها توسعه می دهد، (۳) به محرک های اجتماعی بیشتر پاسخ نشان می دهد، (۴) شناخت و تشخیص گسترده ای درباره ی نقش خود در روابط شخصی با خانواده و گروه های بازی و کار و سایر گروه ها بدست می آورد، (۵) سرانجام، می تواند مسئولیت های زیادی بعهده بگیرد و دیگران را مراعات کند و دوستشان بدارد. البته، ماهیت و حدود شرکت اجتماعی کودک بیشتر تحت تأثیر تجربه پیشین او با پاداش ها و عدم تشویق ها در مقابل واکنش های اجتماعی قرار می گیرد. لذا ممکن است در شرایط آموزش کنونی این موقعیت فراهم نشده باشد.

ورزش در سلامت و آمادگی جسمانی، تعادل و ثبات هیجانات، تصویر بدنی مثبت، رشد اجتماعی و تأمین نیازهای دوستی، رقابت، جلب توجه، امنیت و تقویت روحیه ی گروهی تأثیر دارد. یکی از کارکردهای مهم ورزش کمک به رشد و تحول شخصیت (روانی، اجتماعی و جسمانی) افراد جامعه، تحکیم معاشرت جمعی و تسهیل دستیابی به رشد مسؤولیت اجتماعی و فردی میباشد.

پژوهشگر در روند تحقیق حاضر با محدودیت هایی روبرو بود که ممکن است بر کیفیت پژوهش تأثیر گذاشته باشد. با توجه به کم بودن تعداد نمونه ، در تعمیم نتایج به جامعه های بزرگتر باید احتیاط نمود. عدم امکان ارتباط مؤثر با والدین کودکان برای پیگیری آموزش ها در منزل. وجود منابع محدود در زمینه حرکات موزون ورزشی، به ویژه پژوهش های تجربی در داخل و خارج از کشور که امکان مقایسه نتایج پژوهش با سایر تحقیقات انجام شده به طور دقیق وجود نداشت ، که از مهم ترین محدودیت های پژوهش حاضر است. این پژوهش با

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

توجه به شرایط خاص فرهنگی بر روی کودکان پیش دبستانی شهر شیراز انجام گرفته، تعمیم پذیری آن به سایر جوامع و مقاطع تحصیلی باید با احتیاط صورت گیرد. همچنین پیشنهاد می شود چنین برنامه آموزشی توسط مربیان متخصص و مجرب در این حوزه، در کنار سایر مواد آموزشی در مهدکودک ها، مدارس، مراکز آموزشی به اجرا گذاشته شود. تهیه فیلم و تیزر، تهیه تراکت آموزشی با محتوای حرکات موزون ورزشی از سوی تمامی نهادهای کشوری با بهره گیری از توان علمی متخصصین در امر مشاوره، روانشناسان و ورزشکاران، می تواند در توانمند سازی کودکان در برخورد با مشکلات زندگی مؤثر واقع شود. برگزاری کارگاه های حرکات موزون ورزشی در مدارس. استفاده از موزیک های شاد و ورزشی در ورزش صبحگاه مدارس. استفاده از موزیک های ورزشی در بخشی از ساعت ورزش. اجرای تحقیق در زمینه آموزش حرکات موزون ورزشی در سایر مقاطع سنی. انجام تحقیقات مشابه جهت ارزشیابی اثربخشی آموزش حرکات موزون ورزشی در بلند مدت، تا بدین وسیله ماندگاری اثر آموزش در آینده بررسی شود. با توجه به یافته های پژوهش و محدودیت های آن به نظر می رسد که پیشنهادات ذیل بتواند در جهت کاربردی ساختن اهداف پژوهش و افزایش کیفیت تحقیقات آتی در این زمینه مؤثر باشد.

منابع

- امیر نژاد، س؛ رضوی، س؛ منانی، م (۱۳۸۷). تأثیر یک دوره تمرینات ورزشی منتخب بر رشد اجتماعی و سلامت عمومی دانشجویان پسر. مجموعه مقالات چهارمین سمینار بهداشت روانی دانشجویان.
- بهرامی، س (۱۳۹۲). آموزش خلاق کودک محور. میگنا، دانشنامه روانشناسی و علوم تربیتی، صص ۱۹-۱.
- تقوی طلب، ز (۱۳۹۳). تأثیر یادگیری مشارکتی بر رشد مهارت های اجتماعی و خلاقیت کودکان پیش دبستانی شهر نیریز در سال. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارسنجان.
- سینا، ح؛ جوینیاری، آ؛ نظریان، م (۱۳۹۰). بررسی رابطه عزت نفس و سلامت روانی با والدین کودکان عادی و کودکان آموزش پذیر. دومین همایش ملی روانشناسی _ روانشناسی خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- صامت، ر (۱۳۸۵). آموزش مهارت های زندگی به دانش آموزان. نشریه جام جم.
- عمارتی، ف؛ نمازی زاده، م؛ مختاری، پ؛ محمدیان، ف (۱۳۹۰). تأثیر بازی های دبستانی منتخب بر رشد ادراکی-حرکتی و رشد اجتماعی دختران ۹-۸ سال. پژوهش در علوم توانبخشی، سال ۷، شماره ۵ (ویژه نامه).
- غنایی چمن آباد، ع؛ کارشکی، ح (۱۳۹۰). تأثیر حرکات موزون ورزشی بر هوش عینی کودکان پیش دبستانی. پژوهش های روانشناسی و مشاوره دانشگاه فردوسی مشهد، سال ۱، شماره ۱، صص ۱۶۷-۱۷۸.
- فرخی، ا؛ سیدزاده، س (۱۳۸۱). بررسی ارتباط بین رشد حرکتی و رشد اجتماعی در دانش آموزان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار سوم راهنمایی منطقه ۶ شهر تهران. نشریه علوم حرکتی و ورزش، جلد اول، شماره ۱، صص ۸۳-۹۶.
- قلتاش، ع؛ صالحی، م؛ استواری، ع (۱۳۹۰). مقایسه بهداشت روانی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار. مجله روانشناسی تربیتی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال دوم، شماره سوم، پیاپی ۷، صص ۱۲-۱.

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

- مقتدری، ن. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش ارزش های زندگی به کودکان پیش دبستانی بر سلامت روان و رشد اجتماعی آنان و خودکارآمدی والدین آنان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- مقتدری، ن؛ رفاهی، ژ. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش ارزش های زندگی بر رشد اجتماعی کودکان و خودکارآمدی والدین آنان. پژوهش در برنامه ریزی درسی، سال هشتم، دوره دوم، شماره ۳۰، صص ۳۹-۴۷.
- نریمانی، م؛ آریاپوران، س؛ صادقیه اهری، س. (۱۳۸۶). مقایسه خودپایی و سلامت عمومی در ورزشکاران گروهی و انفرادی و افراد غیر ورزشکار، پایش، دوره ۶، شماره ۳، صص ۱۸۴-۱۷۹.
- نریمانی، م؛ خاتمی، ش؛ نجفی، م. (۱۳۸۴). مقایسه مهارت اجتماعی و سلامت روانی ورزشکاران گروهی و انفرادی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اردبیل.
- یعقوبی، ح؛ برادران، م. (۱۳۹۰). همبسته های سلامت روانی: شادکامی، ورزش و هوش هیجانی. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، سال ششم، شماره ۲۳، صص ۲۰۴-۲۲۴.

Reference English

- ., Erin,o .(2010). Behavioral risk, Teacher-child relationships and social skill development Berry, B across middle childhood: A child-by-environment analysis of chang. Journal of Applied developmental psychology ,311- 14.
- Ellis, m.J. (1973). What people people play. Englewood Gliffs, NJ: prentice-Hall.
- Kharrazi, K., Delgoshae, Y.(2010).Cognitive approach towards education and its impact on social responsibility of preschool children . procedia social and Behavioral sciences , 5 , 2174- 2177.
- Loeb, M ., Bridges, M .,Bassok, D .,Fuller, B .,Rumberger, R.(2007). How mach is too mach? The influence of preschool centers on childrens social and cognitive development. Economic of Education Review, 26 , 52-66.
- Mahdavinia, M., Samavati, M.(2010). A child friendly educational experience in northern part of Tehran .procedia social and Behavioral sciences, 3 ,172-179.
- Siegle, D., McCoach ,D.B.(2007).Increasing student mathematics self-efficacy though teacher training. Journal of advanced academics ,18, 278-312.