

تأثیر مداخلات فراهم سازی رشد حرکتی در مدارس بر بهبود مهارت‌های حرکتی کودکان روستایی با فقر حرکتی

محمد رستمی پور^{1*} و فاطمه تقوی²

1- کارشناسی ارشد رفتار حرکتی 2- کارشناسی تربیت بدنی دانشگاه فرهنگیان

rostami.m500@gmail.com

مقدمه

اخیرا توجه زیادی به بررسی ارتباط بین رشد حرکتی و محیط شده است(1). شاید سهم قابل توجهی در این زمینه در بحث مشاهده ارزیابی خانه صورت گرفته که توسط کالدول و برادلی طراحی شده است(2). اگر چه فهرست حاضر در اصل به طور مشخصی برای بررسی ارتباط خانه و رشد حرکتی کودک طراحی شده است، یکی از برجسته ترین و استوارترین یافته ها، ارتباط قوی بین در دسترس بودن وسایل بازی مهیج در رشد حرکتی نسبت به فقر محیطی است. اگرچه سنجش های رشد حرکتی ویژه ایی در خانه استفاده شده است، هنوز هم حداقل اطلاعات قابل دسترسی در رابطه با اثرات چند بعدی از مدرسه در رشد حرکتی وجود دارد. در یک بررسی آبوت و همکاران به این نتیجه رسیدند که غنی سازی محیط یک عامل مهم در کمک به رشد حرکتی کودک است اما هنوز تحقیقات کمی برای بررسی این رابطه وجود دارد(3). محیط نقش حیاتی در رشد کودک ایفا می کند. منطقی است که نتیجه بگیریم رشد کودکان توسط محیط /اجتماع و فاکتورهای زیستی که مستعد وضعیت نامطلوب و یا مثبت هستند تحت تاثیر قرار میگیرد(4). مهارت‌های حرکتی بنیادی (FMS)¹ به عنوان "بلوک‌های ساختمان" برای فعالیت‌های بدنی طول عمر (۶) و به عنوان "الفبای حرکت" دیده می‌شود. مطالعات قبلی، رابطه مثبت بین عملکرد FMS و مشارکت کودکان در فعالیت بدنی همیشگی و سازمان یافته را نشان داده‌اند (۴،۵). FMS فعالیت‌های حرکتی رایجی هستند که الگوهای حرکتی خاص دارند. این حرکات پایه و اساس فعالیت‌های حرکتی پیشرفته‌تر ورزشی و غیر ورزشی(فعالیت‌های زندگی روزمره) را شکل می‌دهند (۷).

روش شناسی

روش تحقیق حاضر از نوع نیمه تجربی بود، که با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری این تحقیق را دانش آموزان شهرستان دلفان تشکیل دادند. حجم نمونه با توجه به تحقیقات مشابه 15 نفر در هر گروه تعیین، و در مجموع 30 نفر برآورد شد. که به صورت داوطلبانه در تحقیق حاضر شرکت کردند. آزمودنی‌ها بعد از انجام پیش‌آزمون به طور تصادفی به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم شدند. پس از انتخاب نمونه مورد مطالعه، پیش‌آزمون رشد حرکتی توسط آزمون رشد مهارت‌های حرکتی درشت اولریخ بعمل آمد که در آن آزمون دوبار تکرار شد و برای نمره دهی مهارت، فیلم‌های تهیه و با استفاده از چک لیست آزمون رشد حرکتی مورد تجزیه تحلیل قرار گرفت. بر اساس نمره پیش‌آزمون و سطح رشدی، سن، وزن، سابقه قبلی فعالیت جسمانی کودکان در دو گروه همگن شدند. گروه اول تمرین منتخب که بر گرفته از تمرینات دستکاری و جابجایی بود را در مدرسه ای که اکثر امکانات متناسب با سنین رشد کودکان را دارا بود. گروه دوم در مدرسه ای قرار داشتند که امکانات ورزشی در اختیار آنها رار نگرفت. این برنامه‌ها در 8 هفته که هر هفته شامل 2 جلسه و در مجموع 16 جلسه می‌باشد اجرا شد. زمان هر جلسه 45 دقیقه بود

¹ Fundamental movement skills(FMS)

که به 4 بخش تقسیم شد. 15 دقیقه اول برنامه شامل گرم کردن، پس از آن 10 دقیقه بازی شامل مهارت‌های حرکتی جابجایی، سپس 10 دقیقه شامل مهارت‌های حرکتی دستکاری و در آخر 10 دقیقه سرد کردن ارائه شد.

نتایج

آزمون $K-S$ طبیعی بودن توزیع داده‌ها را تأیید کرد ($P=0/832$). از این رو از آمار پارامتریک در آزمون فرضیه این تحقیق استفاده شد. همچنین نتایج آماره لوین نشان دهنده همگنی واریانس‌ها بود. نتایج حاصل از مقایسه پیش‌آزمون-ها نیز نشان داد که برای انجام تجزیه و تحلیل داده‌ها می‌بایست از تحلیل کواریانس استفاده کرد.

جدول 1- نتایج تحلیل کواریانس در متغیر مهارت‌های حرکتی درشت

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
پیش‌آزمون	۲۳/۷۰	۱	۱۲/۴۶	۰/۰۰۲	۰/۳۱
گروه	۲۶/۶۵	۱	۱۴/۰۱	۰/۰۰۱	0/34
خطا	۵۱/۳۴	۲۷			
کل	۵۶۹/۳۸	۳۰			

همان‌طور که در جدول 1 مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل کواریانس پس از تعدیل اثر پیش‌آزمون نشان داد ($F(1,27) = 14/01$; $p = 0/001$; $\eta^2 p = 0/34$)؛ که بین مهارت‌های حرکتی درشت در گروه تجربی و کنترل تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($P=0/001$). با کنترل اثر پیش‌آزمون، نتایج پس‌آزمون گروه‌ها نشان داد (نمودار 1) که میانگین مهارت‌های حرکتی درشت گروه تجربی به میزان معنی‌داری ($p = 0/001$; $md = 1/90$) بیشتر از گروه کنترل است. به عبارت دیگر مداخلات رایانه‌ای حرکتی موجب بهبود عملکرد در گروه تجربی شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج به دست آمده نشان داد که غنی‌سازی محیط مدرسه منجر به رشد مهارت‌های حرکتی درشت می‌شوند. بنابراین این بازی‌ها با ایجاد تحرک و انگیزه در کودکان و همچنین با غنی‌سازی محیط، باعث بهبود مهارت‌های حرکتی جابجایی و دستکاری می‌شود. علاوه بر این، کیفیت آموزش و نوع برنامه مورد استفاده از عوامل مهم در زمینه رشد حرکات کودکان می‌باشد که در مداخلات باید به آن توجه شود. یافته‌های حاصل از این پژوهش با یافته‌های شیپان و کاتز (2012)، گابارد (2011)، بارت و همکاران (2012)، جلسما و همکاران (2013)، گارسیا و همکاران (2002)، که به بررسی نقش عوامل مداخله بر رشد مهارت‌های بنیادی با استفاده از برنامه‌های رشدی پرداخته‌اند و به این نتیجه رسیدند که این برنامه‌ها منجر به رشد مهارت‌های بنیادی می‌شوند همخوانی دارد (25,30,20,23,2). با این وجود، یک تفسیر غلط در رابطه با مفهوم رشدی الگوهای حرکتی بنیادی، این عقیده است که این مهارت‌ها به وسیله بالیدگی مشخص می‌شوند و خیلی کم تحت تأثیر تقاضاهای تکلیف و عوامل محیطی قرار می‌گیرند. برخی متخصصان رشد کودک مکرراً در مورد رشد طبیعی حرکات و بازی‌ها نوشته‌اند و این عقیده که کودکان این حرکات را به طور طبیعی و صرفاً حاصل بالیدگی کسب می‌کنند را پیش گرفته‌اند. اما اگرچه بالیدگی در رشد الگوهای حرکتی بنیادی نقش دارد، نباید از آن به عنوان تنها عامل اثرگذار نگرسته شود. شرایط محیطی نقش بسیار مهمی را در بهبود این مهارت‌ها ایفا می‌کند (5).

بنابراین، با غنی‌سازی محیط مدرسه، محیط خانه، و فراهم‌سازی پارک‌ها و اماکن عمومی می‌توان مهارت‌های حرکتی را چه در کودکان دارای تأخیر و چه بدون تأخیر را به طور معناداری افزایش داد. و از آنجایی که جوامع امروزی به سمت صنعتی شدن و زندگی آپارتمانی رفته، بنابراین استفاده از بازی‌های ایکس باکس کینکت به دلیل جذابیت،

لذت بخشی، انگیزش، و همچنین تهیه راحت و کم هزینه آن می‌توان از آن به عنوان یک برنامه رشدی برای بهبود مهارت‌های حرکتی، تعادل، هماهنگی، کاهش وزن، شبیه سازی و... از آن استفاده کرد.

منابع

1. Zarezadeh M, Farokhi A, KAZEM NA. Determining reliability and validity of test of gross motor development (Ulrich, 2000) in 3-11 aged children of Tehran city.
2. Sheehan DP, Katz L. The impact of a six week exergaming curriculum on balance with grade three school children using the Wii Fit+. International Journal of Computer Science in Sport. 2012 Nov 1;11(3):5-22.
3. Sheehan DP, Katz L. The effects of a daily, 6-week exergaming curriculum on balance in fourth grade children. Journal of Sport and Health Science. 2013 Sep 30;2(3):131-7.
4. Sheikh M, Safania AM, Afshari J. Effect of selected motor skills on motor development of both genders aged 5 and 6 years old. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2011 Dec 31;15:1723-5.
5. Shrout PE, Fleiss JL. Intraclass correlations: uses in assessing rater reliability. Psychological bulletin. 1979 Mar;86(2):420.
6. Sin H, Lee G. Additional virtual reality training using Xbox Kinect in stroke survivors with hemiplegia. American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation. 2013 Oct 1;92(10):871-80.
7. Spencer JP, Clearfield M, Corbetta D, Ulrich B, Buchanan P, Schöner G. Moving toward a grand theory of development: In memory of Esther Thelen. Child Development. 2006 Nov 1;77(6):1521-38.