

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

١١٨١٣٤



دانشگاه شهید باهنر کرمان
دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
گروه رفتار حرکتی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی
گرایش رفتار حرکتی

مقایسه اثرات دو برنامه منتخب آمادگی جسمانی و فعالیت‌های منتخب
متناسب با توانایی‌های ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی
کودکان ۷ ساله

استاد راهنما:

دکتر علیرضا صابری کاخکی

استاد مشاور:

دکتر مهشید زارع زاده

مؤلف:

اسماعیل علی محمدی

۱۳۸۸ / ۴ / ۱۶

پائیز ۱۳۸۷

کتابخانه تخصصی تربیت بدنی
گروه رفتار حرکتی

۱۱۵۱۳۴



صور تجلسه هیأت داوران دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد

در جلسه ای که در تاریخ ۸۷/۱۱/۱۳ با حضور هیأت داوران زیر تشکیل شد، آقای اسماعیل علی محمدی دانشجوی کارشناسی ارشد بخش تربیت بدنی از پایان نامه خود با عنوان:

« مقایسه اثرات دو برنامه منتخب آمادگی جسمانی و فعالیت های منتخب متناسب با توانایی های ادراکی - حرکتی بر سطح تپجر حرکتی کودکان ۷ ساله »

دفاع نمود. هیأت محترم داوران پس از بحث و تبادل نظر به این نتیجه رسیدند که این پایان نامه:

- الف) بدون هیچگونه اصلاح مورد قبول است
- ب) با انجام تغییرات جزئی مورد قبول است
- ج) نیاز به تجدید نظر کلی دارد

ضمناً این هیأت پایان نامه فوق را با نمره نوزده و نیم (۱۹٫۵) درجه عالی تصویب نمود.

امضاء

نام و نام خانوادگی

دکتر: علیرضا صابری کاخکی

استاد راهنما

دکتر: مهشید زارع زاده

استاد مشاور

۱ - دکتر: کوروش قهرمان تبریزی

داوران:

۲ - دکتر: علیرضا فارسی

نماینده تحصیلات تکمیلی

دکتر: حمید معرفتی

حق چاپ محفوظ و مخصوص دانشگاه شهید باهنر است



به نام او که صادقانه ما را آفرید

تقدیم به:

پدر و مادر عزیزم

دو گوهر ارزشمند زندگی که همواره مرهون الطاف بیکران آنان بوده‌ام.

تقدیم به اساتید بزرگوار و ارجمند:

دکتر علیرضا صابری کاخکی، دکتر مهشید زارع‌زاده

آنان که جاودانه هستند و می‌مانند.

تقدیم به خواهران و برادران مهربانم:

آنان که در راه پیمودن مسیر علم و دانش از وقت و جان خود گذشتند.

تقدیم به:

خورشید زندگی‌ام

همسر مهربانم

تقدیر و سپاس‌گزاری:

نگارش و تدوین این تحقیق بی‌شک بدون مساعدت و دلگرمی سروران عزیزی میسر نمی‌گردید، لذا بر خود واجب می‌دانم که عالیتین سپاس‌ها را تقدیم‌شان نموده و از زحمات آنان تشکر و قدردانی بعمل آورم.

استاد عزیز و بزرگوار جناب آقای دکتر علیرضا صابری کاخکی، استاد راهنما که در طول نگارش این پژوهش همواره از راهنمایی‌های ارزنده و رهگشایشان برخوردار بوده‌ام.

استاد مشاور دلسوز و گرامی سرکار خانم دکتر مهشید زارع زاده.

همچنین از زحمات جناب آقای دکتر قهرمان تبریزی کمال تشکر و قدردانی را دارم.

دوستان عزیزم حسین صمدی، جلیل نظام‌دوست، مهدی خلیل‌ارجمندی که در مراحل مختلف تحقیق، اینجانب را همراهی نمودند.

مدیران، دبیران، کارکنان و دانش‌آموزان عزیز مدارس ناحیه ۲ کرمان که با اینجانب همکاری کامل نموده و امکان انجام این تحقیق را فراهم ساختند.

چکیده

هدف از انجام این تحقیق بررسی اثرات دو برنامه منتخب اجزاء آمادگی جسمانی و فعالیت‌های متناسب با توانایی‌های ادراکی- حرکتی بر سطح تبحر حرکتی دانش‌آموزان ۷ ساله شهر کرمان بود. تعداد ۱۰۸ نفر به‌طور داوطلبانه در این تحقیق شرکت داشتند (۶۰ دختر، ۴۸ پسر) بودند که هر جنس به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل، قرار گرفتند. در ابتدا از هر سه گروه در هر جنس با استفاده از آزمون تبحر حرکتی برویننکر- اوزرتسکی پیش‌آزمون گرفته شد. سپس گروه آزمایشی اول در هر جنس (دختر و پسر) به انجام برنامه منتخب آمادگی جسمانی مانند دراز و نشست، شنای روی زمین و آویزان شدن از میله بارفیکس و دوی رفت و برگشت پرداخته و گروه آزمایشی دوم در هر جنس به فعالیت‌های متناسب با توانایی‌های ادراکی- حرکتی مانند نخ کردن سوزن، بریدن اشکال، نخ کردن دانه تسبیح پرداختند و گروه سوم در هر جنس هیچ‌گونه فعالیت از پیش برنامه ریزی شده‌ای انجام ندادند. این دو برنامه در محدوده زمانی شش هفته و هر هفته دو جلسه و در مدت زمان ۶۰-۴۵ دقیقه انجام شد. پس از اتمام شش هفته از هر سه گروه در هر جنس - پس- آزمون به عمل آمد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح ($P \leq 0/05$) نشان داد که برنامه منتخب آمادگی جسمانی و برنامه فعالیت‌های متناسب با توانایی‌های ادراکی- حرکتی موجب بهبود مهارت‌های حرکتی ظریف و درشت و به‌طور کل سطح تبحر حرکتی دانش‌آموزان شد. همچنین بین دو برنامه منتخب آمادگی جسمانی و فعالیت‌های متناسب با توانایی‌های ادراکی- حرکتی از جهت اثر بخشی بر سطح تبحر حرکتی، تفاوتی مشاهده نشد. به‌علاوه هیچ تفاوت جنسی در سطح تبحر حرکتی دانش‌آموزان دختر و پسر قبل و بعد از اجرای دو برنامه ملاحظه نشد.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول
۲	۱-۱- مقدمه
۴	۱-۲- تعریف مسئله و بیان سوال‌های تحقیق
۶	۱-۳- اهمیت و ضرورت تحقیق
۷	۱-۴- کاربردهایی که از انجام تحقیق متصور است
۸	۱-۵- اهداف تحقیق
۸	۱-۵-۱- هدف کلی
۸	۱-۵-۲- اهداف اختصاصی
۹	۱-۶- فرضیه‌های تحقیق
۹	۱-۷- جنبه جدید بودن و نوآوری طرح در چیست؟
۱۰	۱-۸- تعریف واژه‌ها و اصطلاحات
	فصل دوم
۱۳	۲-۱- مقدمه
۱۳	۲-۲- بخش اول: مبانی نظری
۱۴	۲-۲-۱- مفهوم حرکت و اهمیت آن
۱۶	۲-۲-۲- ارتباط ادراک و حرکت
۱۷	۲-۲-۳- توانایی‌های ادراکی - حرکتی

۱۸	۲-۲-۴- برنامه‌های آموزشی و بازآموزی های ادراکی- حرکتی
۱۹	۲-۲-۵- فعالیت‌های ادراکی- حرکتی
۲۱	۲-۲-۶- نقش فعالیت بدنی و ورزش در رشد همه جانبه کودکان
۲۳	۲-۳-۳- نظریه‌های رشد حرکتی
۲۴	۲-۳-۱- نظریه دید حرکتی گتمن
۲۵	۲-۳-۲- نظریه حرکت آفرینی بارش
۲۶	۲-۳-۳- نظریه سازماندهی مجدد نظام عصبی
۲۷	۲-۳-۴- نظریه دوره- مرحله
۲۸	۲-۳-۵- نظریه تکلیف رشدی
۲۸	۲-۳-۶- نظریه بارزه‌های رشدی
۲۹	۲-۳-۷- دیدگاه بوم‌شناختی
۳۰	۲-۳-۸- دیدگاه پردازش اطلاعات
۳۱	۲-۳-۹- دیدگاه سیستم‌های پویا
۳۲	۲-۳-۱۰- دیدگاه ادراکی- حرکتی کفارت
۳۲	۲-۳-۱۱- دیدگاه بالیدگی
۳۳	۲-۴-۴- شناخت خصوصیات و ویژگی‌های رشدی دانش‌آموزان
۳۴	۲-۴-۱- خصوصیات روانی- حرکتی
۳۵	۲-۵-۵- آمادگی جسمانی
۳۶	۲-۵-۱- اثر فعالیت بدنی منظم و آمادگی بر تندرستی و سلامتی

۳۶	۲-۵-۲- ترکیبات آمادگی جسمانی
۳۸	۲-۵-۳- علت اهمیت آمادگی جسمانی برای کودکان
۳۹	۲-۵-۴- اصول حاکم بر رشد و توسعه‌ی آمادگی جسمانی
۴۰	۲-۶- جمع‌بندی و نتیجه‌گیری
۴۱	۲-۷- بخش دوم: پیشینه تحقیق
۴۱	۲-۷-۱- تحقیقات خارجی
۵۳	۲-۷-۲- تحقیقات داخلی
۵۹	۲-۸- جمع‌بندی و نتیجه‌گیری

فصل سوم

۶۲	۳-۱- مقدمه
۶۲	۳-۲- نوع و روش تحقیق
۶۲	۳-۳- جامعه، نمونه آماری و انتخاب
۶۳	۳-۴- متغیرهای تحقیق
۶۳	۳-۴-۱- متغیر مستقل
۶۳	۳-۴-۲- متغیر وابسته
۶۳	۳-۵- روش و ابزار گردآوری اطلاعات
۶۳	۳-۵-۱- ابزار
۶۴	۳-۶- محدودیت‌های تحقیق
۶۴	۳-۶-۱- پروتکل تمرین

فصل چهارم

۴-۱- تحلیل توصیفی داده‌ها

۴-۲- آزمون فرضیه‌ها

فصل پنجم

۵-۱- مقدمه

۵-۲- خلاصه پژوهش

۵-۳- بحث و نتیجه‌گیری

۵-۳-۱- اثر برنامه فعالیت‌های منتخب متناسب با توانایی‌های ادراکی - حرکتی بر...

۵-۳-۲- اثر برنامه منتخب آمادگی جسمانی بر....

۵-۳-۳- تفاوت‌های جنسی

۵-۳-۴- مقایسه اثر دو برنامه منتخب آمادگی جسمانی و فعالیت‌های منتخب

۵-۴- جمع‌بندی و نتیجه‌گیری

۵-۵- پیشنهادات کاربردی

۵-۶- پیشنهادات پژوهشی

منابع و ماخذ

منابع فارسی

منابع لاتین

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۶۹	جدول ۱-۱: توصیف آماری قد و وزن شرکت کنندگان
۷۰	جدول ۲-۱: مقایسه میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون شرکت کنندگان دختر...
۷۱	جدول ۳-۱: مقایسه میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون شرکت کنندگان دختر...
۷۲	جدول ۴-۱: مقایسه میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون شرکت کنندگان پسر...
۷۳	جدول ۵-۱: مقایسه میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون شرکت کنندگان پسر...
۷۴	جدول ۶-۱: مقایسه سطح تبحر حرکتی پسران در گروه‌های...
۷۵	جدول ۷-۱: نتایج آزمون توکی در گروه‌های آمادگی جسمانی، ادراکی - حرکتی و کنترل پسران
۷۶	جدول ۸-۱: مقایسه سطح تبحر حرکتی دختران در گروه‌های...
۷۷	جدول ۹-۱: نتایج آزمون توکی در گروه‌های آمادگی جسمانی، ادراکی - حرکتی و کنترل دختران
۷۸	جدول ۱۰-۱: نتایج آزمون t برای مقایسه سطح تبحر حرکتی دختران و پسران بر حسب...
۷۹	جدول ۱۱-۱: نتایج آزمون t برای مقایسه سطح تبحر حرکتی دختران و پسران بر حسب...
۷۹	جدول ۱۲-۱: مقایسه سطح تبحر حرکتی دانش‌آموزان در گروه‌های...
۸۰	جدول ۱۳-۱: نتایج آزمون توکی در دانش‌آموزان در گروه‌های...
۸۱	جدول ۱۴-۱: نتایج آزمون توکی در گروه‌های آمادگی جسمانی، ادراکی - حرکتی و کنترل...

فصل اول

کلیات تحقیق

۱-۱- مقدمه

پدیده تدریجی رشد و تکامل جسمانی، زیباترین پدیده ای است که در همه دوره های حیات یعنی طفولیت، کودکی، نوجوانی، جوانی، بزرگسالی و کهنسالی در وجود انسان ها به ودیعه گذاشته شده است. در هر یک از دوره ها تغییراتی از نظر جسمانی روی می دهد که می تواند برای افراد گاهی ابهام بر انگیز باشد. کودکان با پدیده رشد، بلندتر و قوی تر شده و تمایل پیدا می کنند که در اجرای فعالیت های ورزشی به رشد مهارتی دست یابند. اما پیشرفت در اجرای مهارت های حرکتی، هیچ گاه به خودی خود صورت نمی گیرد، یعنی اگر کودکان به حال خود رها شوند، هرگز به سطوح مناسب در اجرای مهارت های حرکتی نخواهند رسید. بنابراین وظیفه مربیان ایجاب می کند که شرایط محیطی را به گونه ای تغییر دهند که کودکان بتوانند مهارت های خود را رشد و اعتلا بخشند (مفیدی، ۱۳۷۶).

بسیاری بر این باور بوده که ورود کودکان به دبستان، آغاز یادگیری و شکوفایی آنها در همه ابعاد رشد است. اما امروزه دیدگاه های بسیاری از دانشمندان و یافته های پژوهشی مسیر تفکر و برنامه ریزی را در جهت بارور کردن آموزشهای پیش دبستانی، به عنوان پیش نیاز و آماده کردن کودکان برای ورود به مدرسه تغییر داده است. از سوی دیگر گسترش آگاهی والدین، زمینه را برای پیشگیری و اصلاح اعمال و حرکات مختلف کودکان فراهم نموده است که نشان از نوعی تغییر نگرش و اندیشه در زمینه رشد جسمی و حرکتی در سال های اولیه کودکی است. از طرفی، در چند سال اخیر بسیاری از موسسات آموزشی و تربیتی، تمایل و گرایش زیادی به تغییر از مهارت های جسمی و حرکتی به سمت زمینه های رشد شناختی و ذهنی کودکان داشته اند که این نوع بینش و گرایش های ذهنی نشان از اطلاعات اندک از وضعیت جسمانی و حرکتی و قابلیت های بدنی کودکان در سال های تولد و به عبارت بهتر بعد از تولد تا شش سالگی و دوره پیش دبستانی و همچنین اولین سال های دبستان دارد. بدون تردید تصحیح این باورها و نگرش ها می تواند زمینه ساز بالندگی و شکوفایی کودکان در سال های دبستان و بالاتر باشد (عماد، ۱۳۸۱).

اکثر متخصصان تربیت بدنی بر این باورند که انجام مهارت‌های حرکتی، چهارچوب خاصی را برای کودکان فراهم می‌کند تا اشکال مختلف یک مهارت را تمرین کنند و توانایی‌های حرکتی مشخصی را جستجو کرده و محدودیت‌های خود را تعیین نمایند. زیرا این نوع تجارب، اساس و پایه‌های اجرا و عملکردهای بعدی آنان را تشکیل می‌دهد. برای آن دسته از کودکانی که کمبود تجارب کافی در سال‌های اولیه زندگی دارند ایجاب می‌کند که برنامه‌های ادراکی - حرکتی منظور گردد تا توانایی‌ها و مهارت‌های ادراکی که لازمه رشد در هر سه حیطه تربیتی (شناختی، عاطفی، روانی - حرکتی) است گسترش یابد (یوسفی، ۱۳۸۰).

امروزه در اغلب مدارس باید هدف برنامه‌های حرکتی، تسریع جریان رشد و تکامل توانایی‌های تبحر حرکتی کودکان باشد. زیرا برنامه‌های حرکتی معمولاً بر اساس این نظریه استوار شده است که بهبود توانایی‌ها از طریق فعالیت‌های حرکتی سرانجام باعث بهبود عملکردهای تحصیلی و ورزشی فرد در آینده می‌شود. بنابراین به نظر می‌رسد برای رشد تبحر حرکتی و همچنین مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف، باید کودکان از بیشترین امکانات برای رویارویی با محرک‌ها و کسب حداکثر تجربه از حرکات متنوع برخوردار باشند. بدیهی است در درجه اول والدین، نظام تعلیم و تربیت و همراه با آنان متخصصین تربیت بدنی مسئولیت بزرگی را بر عهده دارند. در این میان مهمترین نقش آنان، شناخت عوامل حرکتی و همچنین عوامل اثرگذار بر تبحر حرکتی و مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف و جنبه‌های گوناگون آن و همچنین برنامه‌ریزی اثرگذار جهت تقویت این توانایی‌ها و مهارت‌ها است.

۱-۲- تعریف مسئله و بیان سوال های اصلی تحقیق

توسعه تبحر حرکتی وابسته به بهبود و توسعه قابلیت های ادراکی فرد و ریشه توانایی های ادراکی نیز وابسته به فعالیت حرکتی است. عبارت ادراکی - حرکتی نیز گویای ارتباط تنگاتنگ ادراک و حرکت است (گالاهو و اوزمون^۱، ۲۰۰۶).

مطالعات نشان می دهد که تاخیر رشدی در توانایی های ادراکی - حرکتی و ضعف آن ها خصوصاً در سال های اولیه دبستان منجر به مشکلاتی در ادراک بصری، جهت یابی فضایی، جانبی شدن و... خواهد شد که اگر شناسایی نشوند مانع از پیشرفت تحصیلی (اسکوردیلیس^۲ و همکاران، ۲۰۰۴) و توسعه مهارتهای حرکتی کودک می شوند. از این رو هدف برنامه های تربیت بدنی مدارس اساساً بهبود این توانایی ها در جهت افزایش تبحر حرکتی و مهارت های شناختی و یا شناسایی کودکان در خطر و پیشگیری از عقب ماندگی حرکتی و تحصیلی آن هاست (گالاهو و دانلی^۳، ۲۰۰۳).

نتایج تحقیقات نشان می دهد که یکی از عوامل مهم در افزایش علاقمندی به فعالیت جسمانی بیشتر و ارتقاء سطح تحرک جسمانی کودکان، توسعه توانایی ها و تبحر حرکتی در کودکان است (بیکر^۴، ۲۰۰۶).

این نتایج بیانگر اهمیت برنامه ها و فعالیت های ادراکی - حرکتی مدارس است که می تواند نقش مهمی در افزایش تبحر حرکتی کودکان بازی کند. از طرفی در رابطه با سطح فعالیت جسمانی و تبحر حرکتی نشان داده شده است که بین افزایش توانایی کودکان در مهارت های سرعتی، قدرتی و استقامتی از جمله دویدن و پرش طول جفتی و سطح فعالیت جسمانی بیشتر، رابطه مستقیم وجود دارد (راتنیاک^۵، ۲۰۰۶).

1-Gallahue and Ozmun

2- Skordilis

3-Donnely

4-Baker

5-Brian H. Wrotniak

با این حال اجرای هر نوع تکلیف حرکتی چه بنیادی و چه تخصصی نیازمند سطحی مناسب از هر یک از مؤلفه های آمادگی جسمانی می باشد. بنابراین جزء سلامتی آمادگی جسمانی قابل تفکیک از فعالیت های حرکتی نیست و با سطح توانایی حرکتی فرد در تعامل تنگاتنگ است. جزء حرکتی نیز در برگیرنده مؤلفه های تعادل، هماهنگی، سرعت، چابکی و توان است که در طی کودکی ابتدا قابلیت های تعادل و هماهنگی (عوامل کنترل حرکت) و سپس سرعت، چابکی و توان (عوامل تولید نیرو) به دست می آیند (گالاهو و اوزمون، ۲۰۰۶). مطالعات نشان می دهد که کودکان امروز چاق تر و سنگین تر از کودکان بیست سال گذشته هستند (مرکز آمار ملی تندرستی، ۲۰۰۱) و یکی از عوامل تاثیرگذار بر افزایش سطح فعالیت جسمانی رشد تبحر حرکتی در کودکان است (گالاهو و کلند^۱، ۲۰۰۳).

بنابراین علاوه بر فعالیت های ادراکی - حرکتی در برنامه های تربیت بدنی مدارس، برنامه های آمادگی جسمانی نیز باید یکی از دغدغه های اصلی برنامه ریزان دروس تربیت بدنی در مدارس باشد. اگر چه تمرکز اصلی این تحقیق به تاثیر دو برنامه حرکتی بر سطح تبحر حرکتی کودکان می باشد، اما جنسیت نیز بر متغیرهای این پژوهش تاثیر دارد. زیرا محققانی چون ویلسون^۲ و همکاران (۱۹۸۲)، لوئیز^۳ و همکاران (۱۹۹۳)، تول و اسپچمار^۴ (۱۹۹۳)، فرهد^۵ (۲۰۰۴) و جولیان^۶ (۲۰۰۴) در مورد نقش جنس با پژوهش های مختلفی، به نتایج متفاوتی دست یافته اند. از طرفی اطلاعات اندکی در رابطه با مطالعه اثر برنامه های آمادگی جسمانی و مقایسه اثر آن با برنامه های ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی کودکان وجود دارد. بنابراین با توجه به بهبود آمادگی جسمانی و توسعه توانایی های ادراکی - حرکتی کودکان و نقش مهم این دو بر افزایش توانایی ها و

1- Cleland

2- Wilson

3- Loovis

4- Toel. T. Kertz Schemar

5- Mojgan Farahbod

6- Julian A. Reed

تبحر حرکتی کودکان و نهایتاً سوق دادن آنها به سمت سبک زندگی فعال، در این مطالعه به دنبال سایر تحقیقات، محقق با ارائه دو برنامه تمرینی خاص به دنبال پاسخگویی به این سوالات است که: آیا برنامه های منتخب آمادگی جسمانی و فعالیت های منتخب متناسب با توانایی ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی دانش آموزان داوطلب ۷ ساله تاثیر دارد و در صورت مثبت بودن، کدام یک اثربخشی بیشتری دارند؟ آیا میزان تاثیر این دو برنامه در صورت مثبت بودن در پسران و دختران تفاوتی دارد؟

۱-۳- اهمیت و ضرورت تحقیق

در حال حاضر فقر حرکتی از مسائل مهمی است که گریبان گیر جوامع مدرن کنونی شده است. مطالعات نشان می دهد که فعالیت جسمانی منظم و کافی در بین دختران و پسران سنین مختلف بطور قابل ملاحظه ای کاهش یافته است. (کاسپرسن^۱ و همکاران، ۲۰۰۰). این در حالی است که نقش تمرین و فعالیت جسمانی در کاهش یا شدت بیماری های مزمن مانند: فشار خون، بیماری های قلب و کرونر، دیابت، چاقی کودکان و غیره به روشنی به اثبات رسیده است (DHHS^۲ ۲۰۰۱). به علاوه نتایج تحقیقات گوناگون حاکی از آن است که بین توانایی های حرکتی و توانایی های شناختی در سنین مختلف رابطه مثبت وجود دارد (گالاهو و اوزمون، ۲۰۰۶). خصوصاً نتایج مطالعات گویای این است که سطح تبحر حرکتی و رشد توانایی های ادراکی حرکتی در کودکان با پیشرفت و موفقیت تحصیلی آن ها ارتباط تنگاتنگ دارد (نوربخش، ۲۰۰۴). تحقیقات گویای این است که آمادگی جسمانی و توانایی های ادراکی - حرکتی و برنامه ریزی آموزشی در این دو حیطه بر بهبود مهارت و توانایی های حرکتی کودکان نقش مهمی دارد (راتنیاک، ۲۰۰۶، متنی^۳، ۱۹۹۹).

1 - Caspersen

2- Department of Health and Human services

3- Mateny

با این وجود در مورد مقایسه میزان اثر گذاری این دو نوع قابلیت بر سطح تبحر حرکتی کودکان شواهد تحقیقی اندکی وجود دارد و از طرفی در بین مطالعات صورت گرفته نتایج متناقضی نیز مشاهده می شود: برای مثال نتایج تحقیق متنی (۱۹۹۹) نشان می دهد که بین مولفه های آمادگی جسمانی از جمله استقامت هوازی و مولفه های تبحر حرکتی مانند تعادل، هماهنگی دو سویه و قدرت، رابطه منفی وجود دارد. از طرف دیگر راتنیاک (۲۰۰۶) اذعان داشت که بین سطح تبحر حرکتی کودکان و سرعت دیدن و طول پرش که از اجزاء آمادگی جسمانی هستند، رابطه مثبت وجود دارد. شریل^۱ (۲۰۰۴) نیز جهت بهبود عوامل زیربنایی پتانسیل مهارت حرکتی کودکان، تمرینات ادراکی - حرکتی را مطرح می کند (گالاهو و اوزمون، ۲۰۰۶). بنابراین با توجه به این شواهد تحقیقی و همچنین اهمیت بهبود عوامل تعیین کننده اصلی در سطح تبحر حرکتی کودکان خصوصاً در سال های اولیه کودکی و با توجه به اینکه از جمله متغیرهای کلیدی بر سطح انگیزه کودکان جهت مشارکت در تمرینات و فعالیت های جسمانی، سطح توانایی های حرکتی آنان است، ضرورت این تحقیق آشکار می شود. از طرف دیگر از آنجا که تاکید برنامه های تربیت بدنی مدارس ایران عمدتاً بر برنامه های آمادگی جسمانی و مهارت های حرکتی تخصصی متمرکز است تا بهبود توانایی های ادراکی - حرکتی کودکان، انجام چنین تحقیقاتی جهت ارائه پیشنهادات کاربردی به منظور غنی کردن برنامه های تربیت بدنی در مدارس ایران ضروری به نظر می رسد. لذا با توجه به اهمیت موضوع محقق برآنست که اثرات یک دوره فعالیت بدنی متناسب با توانایی ادراکی - حرکتی و همچنین یک دوره برنامه آمادگی جسمانی را بر روی سطح تبحر حرکتی دانش آموزان ۷ ساله شهر کرمان مورد بررسی قرار دهد.

۱-۴- کاربردهایی که از انجام تحقیق متصور است

نتایج این تحقیق می تواند دارای جنبه های کاربردی متعددی باشد که به چند نمونه از آن ها اشاره می شود:

- ❖ نتایج این تحقیق در ارتباط با مربیان می باشد، زیرا آن ها می توانند از برنامه های حرکتی مناسب جهت رفع نواقص و کاستی هایی که در حوزه توانایی های حرکتی وجود دارد، استفاده نمایند.
- ❖ نتایج این تحقیق می تواند برای کار درمانگران در برنامه های کار در مانی مفید باشد. با توجه به این که در این آزمون برای بررسی اختلالات حرکتی و به طور کلی غربالگری کودکان استفاده می شود نتایج آن می تواند در مراکز کاردرمانی و کودکان استثنایی نیز مورد استفاده قرار گیرد.
- ❖ نتایج این تحقیق می تواند راهنمایی برای برنامه های تربیت بدنی در مدارس باشد، زیرا امروزه برنامه های تربیت بدنی مدارس کمتر بر توانایی های ادراکی - حرکتی استوار است.

۱-۵- اهداف تحقیق

۱-۵-۱- هدف کلی

هدف کلی این تحقیق، مقایسه اثرات دو برنامه آمادگی جسمانی و فعالیت های متناسب با توانایی های ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی دانش آموزان داوطلب ۷ ساله شهر کرمان می باشد.

۱-۵-۲- اهداف اختصاصی

- ۱- مقایسه اثرات برنامه های آمادگی جسمانی منتخب و فعالیت های منتخب متناسب با توانایی ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی دانش آموزان داوطلب پسر ۷ ساله شهر کرمان.
- ۲- مقایسه اثرات برنامه های آمادگی جسمانی منتخب و فعالیت های منتخب متناسب با توانایی ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی دانش آموزان داوطلب دختر ۷ ساله شهر کرمان.
- ۳- مقایسه سطح تبحر حرکتی دانش آموزان دختر و پسر پس از ۶ هفته برنامه آمادگی جسمانی منتخب.
- ۴- مقایسه سطح تبحر حرکتی دانش آموزان دختر و پسر پس از ۶ هفته برنامه منتخب متناسب با توانایی های ادراکی - حرکتی.

- ۵- مقایسه اثرات برنامه های آمادگی جسمانی منتخب و فعالیت های منتخب متناسب با توانایی های ادراکی - حرکتی بر سطح تبحر حرکتی دانش آموزان ۷ ساله شهر کرمان.

۱-۶- فرضیه های تحقیق

- ۱- بین سطح تبحر حرکتی دانش آموزان پسر بر اساس نوع برنامه اختلاف معناداری وجود دارد.
- ۲- بین سطح تبحر حرکتی دانش آموزان دختر بر اساس نوع برنامه اختلاف معناداری وجود دارد.
- ۳- بین سطح تبحر حرکتی دانش آموزان دختر و پسر پس از ۶ هفته فعالیت برنامه آمادگی جسمانی منتخب اختلاف معناداری وجود دارد.
- ۴- بین سطح تبحر حرکتی دانش آموزان دختر و پسر پس از ۶ هفته فعالیت برنامه منتخب متناسب با توانایی های ادراکی - حرکتی اختلاف معناداری وجود دارد.
- ۵- بین سطح تبحر حرکتی دانش آموزان بر اساس نوع برنامه اختلاف معناداری وجود دارد.

۱-۷- جنبه جدید بودن و نوآوری طرح در چیست؟

بر اساس مطالعات انجام شده، تحقیق حاضر با توجه به شیوه اجرای تحقیق، که شامل دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل است و تاکید بر اثر دو برنامه حرکتی متفاوت (برنامه های منتخب متناسب با توانایی ادراکی - حرکتی و برنامه های منتخب آمادگی جسمانی) بر سطح تبحر حرکتی کودکان دارد در نوع خود در داخل کشور منحصر به فرد و در تحقیقات خارجی جایگاه ویژه دارد.