

اثر برنامه حرکتی اسپارک بر ترکیب بدن و مهارت‌های بنیادی کودکان 3 تا 5 سال

مرضیه ابراهیمی نژاد*، 63،

1396-11-11

هدف: هدف از پژوهش حاضر تعیین اثر برنامه حرکتی اسپارک بر ترکیب بدن و مهارت‌های بنیادی کودکان 3 تا 5 ساله بود. روش: بدین منظور در این مطالعه نیمه تجربی، 35 کودک (دختر و پسر) 3 تا 5 ساله از مهد کودکی در شهر رشت به عنوان نمونه‌های در دسترس انتخاب شدند. نمونه‌ها به صورت تصادفی بعد از اجرای پیش‌آزمون (آزمون مهارت‌های حرکتی درشت - ویرایش دوم اولریخ) و اندازه‌گیری قد و وزن کودکان، جهت به دست آوردن BMI به دو گروه کنترل (17 نفر) اجرا فعالیت‌های معمول و تجربی (18 نفر) اجرا برنامه حرکتی اسپارک تقسیم شدند. برنامه حرکتی اسپارک که شامل: برنامه‌های تقویتی، بازی و ورزش برای کودکان است به مدت 2 ماه، 24 جلسه (8 هفته و هر هفته 3 جلسه و هر جلسه 30 دقیقه) بر روی گروه تجربی انجام گرفت. در هفته نهم پس‌آزمون و اندازه‌گیری قد و وزن انجام شد. در این آزمون برای آزمون فرضیه‌ها از روش‌های تی استیودنت وابسته و کوواریانس استفاده شد ($p \leq 0.05$). یافته‌ها: نتایج نشان داد که میزان تغییرات شاخص توده بدن در بین گروه تجربی و کنترل تفاوت معنی‌داری نداشت ($p \leq 0.348$). گروه برنامه حرکتی اسپارک در مهارت‌های جابه‌جایی نسبت به گروه کنترل عملکرد بهتری داشتند ($p \leq 0.001$). برنامه حرکتی اسپارک نسبت به گروه کنترل تأثیر بیشتری بر رشد مهارت‌های دستکاری داشت ($p \leq 0.001$). نتیجه‌گیری: باتوجه به نتایج به دست آمده، برنامه حرکتی اسپارک مورد استفاده در تحقیق حاضر می‌تواند تجربه حرکتی مناسبی برای کودکان باشد. این برنامه با ایجاد فرصت مناسب برای تمرین و ارائه تکالیف متناسب با رشد حرکتی می‌تواند در مهد کودک‌ها برای رشد مهارت‌های حرکتی استفاده شود.

کلمات کلیدی : مهارت‌های حرکتی پایه، برنامه آموزشی اسپارک، ترکیب بدن، کودکان.

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه‌ها](#)