

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی و

روانی دانش‌آموزان دوره ابتدایی

Iranian Traditional games pedagogy and their importance in improving physical and psychological aspects of elementary school students

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۱/۸/۲۱، تاریخ دریافت نسخه نهایی: ۱۳۹۱/۱۱/۱۱، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۲/۳/۱۰

M. Rouhi Dehkordi., (Ph.D)

میترا روحی دهکردی^۱

Abstract: The goal of present paper is investigating Iranian traditional games pedagogy and their importance in improving psychological and physical aspects of elementary school students. Samples either by clusters in two stages or simple random. The members of this research are 144 persons; in each state were chosen as statistical samples for this study. All the information about their physical preparedness was gathered by related tests and their psychological preparedness were examined by special tools which are specified for gathering such information according to the questionnaire; however their precisions and contents were studied and confirmed by a group of connoisseur professors of the university. For investigating about the perpetuity of the questionnaire; we used the Alpha Chronbach (0.86). According to the guidelines; traditional games were held in 8 weeks and three times a week. For each player; we had to establish a record for physical preparedness and psychological traits both before and after the exercise sessions. Then we review and analyze them. For analyzing the data we used descriptive and deductive statistics. The positive impact of research results on various aspects of traditional games children showed physical and mental. Therefore, traditional games can be valuable as an educational tool in the comprehensive development of children can play an important role.

Key words: traditional games, elementary grades, physical preparedness factors, psychological traits.

چکیده: هدف پژوهش حاضر بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی و روانی دانش‌آموزان دوره تحصیلی ابتدایی بوده است. روش تحقیق نیمه تجربی و جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان دوره تحصیلی مقطع ابتدایی سراسر کشور را در برمی‌گیرند. نمونه آماری به صورت خوشه‌ای دومرحله‌ای و تصادفی ساده انتخاب شده است. در هر استان نیز، اعضای اصلی تیم بازی‌های بومی و محلی آن استان و مجموعاً ۱۴۴ نفر مورد بررسی قرار گرفته‌اند. اطلاعات مربوط به آمادگی جسمانی توسط آزمون‌های مربوطه و ابزار جمع‌آوری اطلاعات در بخش ویژگی‌های روانی، پرسشنامه محقق‌ساخته بود که روایی صوری و محتوایی آن توسط گروهی از اساتید صاحب‌نظر دانشگاهی بررسی و تأیید شد. برای محاسبه پایایی پرسشنامه از روش آلفا کرونباخ استفاده شد (۰/۸۶). بازی‌های بومی و محلی به مدت هشت هفته و هفته‌ای سه جلسه، طبق دستورالعمل اجرا گردید. رکورد آزمون‌های آمادگی جسمانی و ویژگی‌های روانی هر یک از بازیکنان پیش و پس از دوره تمرین مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج تحقیق تأثیر مثبت بازی‌های بومی و محلی بر ابعاد مختلف جسمانی و روانی کودکان را نشان داد به نحوی که این بازی‌ها می‌توانند به‌عنوان ابزار تربیتی ارزنده‌ای در رشد همه‌جانبه کودکان نقش مهمی را ایفا نمایند.

کلید واژه‌ها: بازی‌های بومی و محلی، دوره تحصیلی ابتدایی، فاکتورهای آمادگی جسمانی، ویژگی‌های روانی

مقدمه

صنعتی شدن کشورها و زندگی در آپارتمان، شهرنشینی، فراگیر شدن تلویزیون، کامپیوتر و سبک زندگی، بی‌حرکی شدیدی را برای بسیاری از کودکان فراهم نموده است (دورانت و همکاران، ۱۹۹۲). این بی‌حرکی علاوه بر مشکلات چاقی و بیماری‌های ناشی از آن، سبب شده است که بسیاری از نوجوانان، جوانان و بزرگسالان نتوانند مهارت‌های بنیادی را که پایه‌ای برای مهارت‌های تخصصی و ورزشی هستند به‌طور مؤثر و کارآمد اجرا کنند و این درحالی است که بیشترین پیشرفت در اجرای این مهارت‌ها در دوران کودکی صورت می‌گیرد (هالورسون و همکاران، ۱۹۸۲؛ هابن استرایکر، برانتا و همکاران ۱۹۸۳؛ زیمرمن، ۱۹۵۶). بازی یکی از برنامه‌های آموزشی مناسب برای رشد جسمانی، حرکتی، شناختی و عاطفی کودکان است. از ویژگی‌های بازی، تاثیر مثبت آن‌ها بر رشد ذهنی، روانی و اجتماعی کودکان می‌باشد. همچنین بازی‌ها می‌توانند بر سالم‌سازی اجتماع، انسجام اجتماعی، تفاخر ملی و پایبندی به اصول اخلاقی و جوانمردی تاثیر مثبتی داشته باشند.

تحقیقات نشان داده که بازی می‌تواند نقش مهمی در کاهش اختلالات رفتاری کودکان و درمان انزواطلبی داشته باشد. از طرف دیگر با توجه به تنوع بسیار این بازی‌ها، آن‌ها می‌توانند بر مهارت‌های پایه، سطح آمادگی جسمانی عمومی و فاکتورهای آمادگی جسمانی تاثیر مثبتی داشته باشند.

حال که امروزه بازی‌ها به یکی از مهم‌ترین و تأثیرگذارترین ابزارهای آموزشی تبدیل شده‌اند و علاوه بر رشد خصلت‌های فردی دستاوردهای حرکتی و جسمانی را به دنبال دارند، بایستی توجه ویژه‌ای به آن‌ها داشت. یکی از انواع مختلف بازی‌ها که از جذابیت خاصی برخوردار می‌باشد بازی-های بومی و محلی است. بازی‌های بومی و محلی با آداب و رسوم مردم در ارتباط بوده و ارتباط مستقیمی با خصائل نیک انسانی دارد. این بازی‌ها ارتباط نزدیکی با الگوهای حرکتی مردم در مناطق مختلف جغرافیایی دارد. بازی‌های بومی و محلی دارای پتانسیلی بالا در جهت پر کردن اوقات فراغت بوده که می‌تواند تاثیر زیادی در ایجاد نشاط و شادابی مردم داشته باشد.

پرداختن به بازی‌های بومی و محلی، علاوه بر آن که جسم را سالم نگه می‌دارد، در جهت تقویت روح و روان و تثبیت ارزش‌های فرهنگی نقش دارد. احیای ورزش ملی، جزیی از احیای فرهنگ ملی جامعه است و هرگونه تحول در جهت شکوفایی آن، موجب شکوفایی فرهنگ جامعه نیز می‌شود. از مهم‌ترین عللی که بازی‌های بومی و محلی با این همه توان و قابلیت نتوانسته‌اند با آدم‌های امروزی ارتباط برقرار کنند، توجه به بازی‌های مدرن و الکترونیکی، عدم توجه نهادهای

فرهنگی، بی توجهی والدین نسبت به حفظ این بازی‌ها، عدم آموزش، عدم اطلاع از تأثیرات بازی - های بومی و محلی بر ابعاد جسمانی و روانی را می‌توان نام برد.

مطالعه تطبیقی برنامه درس تربیت بدنی دوره ابتدایی ایران و ۱۶ کشور منتخب جهان نشان داد که بازی‌های جسمانی مهم‌ترین محتوای درس تربیت بدنی دوره ابتدایی کشورها را تشکیل می‌دهد. تحقیق دیگری در خصوص نیازسنجی برنامه درس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی کشور انجام شده و نتایج آن نشان می‌دهد. انواع بازی‌های مهارتی و پرورشی، بومی و محلی، لذت بردن و نشاط و شادابی در الویت بالایی قرار دارند. در این تحقیقات پیشنهاد گردیده که تجربیات یادگیری حرکتی در سنین دبستان باید در قالب بازی‌های ویژه منظور شود و توجه خاصی به ایجاد نشاط و شادابی و لذت بردن در بازی‌ها مطرح شود.

پیشینه تحقیق

تحقیق در خصوص بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی در گسترش ابعاد جسمانی و روانی برای اولین بار است که در ایران انجام می‌شود اما تحقیقات محدودی در خصوص بازی‌های بومی و محلی در حیطه‌های مختلف انجام شده که به نتایج آنان اشاره می‌کنیم.

مهرزاد حمیدی (۱۳۶۸)، تحقیقی در خصوص بازشناسی و تحلیل بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی استان‌های گیلان و مازندران انجام داده است که نتایج آن نشان می‌دهد:

۵۰ درصد بازی‌های ورزش‌های بومی و محلی استان‌های گیلان و مازندران با آداب و رسوم، ۷۵ درصد با خصایل نیک، ۸۰ درصد با الگوهای حرکتی مردم منطقه ارتباط داشته و ۹۰ درصد در پر کردن اوقات فراغت مردم نقش ایفا می‌کنند.

رولان رانسون^۱ تحقیقی در ارتباط با بازی‌ها و ورزش‌های سنتی جهان انجام داده است که نتایج آن نشان می‌دهد که بازی‌ها و ورزش‌های سنتی در اقصی نقاط دنیا در زمان اوقات فراغت انجام می‌گیرد، در تحقیقی که در ایالت گنسو چین انجام گرفته است. نتایج آن نشان می‌دهد در فصل پاییز و زمان برداشت گندم روستاییان در زمان استراحت اغلب خودشان را با بازی‌های بومی و محلی سرگرم می‌کنند.

رامین بلوچی (۱۳۷۳)، تحقیقی در خصوص «بررسی وضعیت موجود بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی استان ایلام انجام داده است که نتایج آن نشان می‌دهد، ۹۶ درصد، بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی با آداب و رسوم، ۹۵ درصد با خصایل نیک انسانی، ۹ درصد در پر

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

کردن اوقات فراغت، ارتباط دارد علاوه بر این ۵۵ درصد بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی و ورزش‌های نوین امروزی هم با حرکات جسمانی مردم ارتباط دارند.

زهرا عسگری و همکاران (۱۳۸۷)، تحقیقی تحت عنوان بررسی اثرات طناب‌زنی بر سطح آمادگی عمومی دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی منطقه البرز استان قزوین انجام داده است. هدف اصلی پژوهش بررسی اثرات طناب‌زنی بر فاکتورهای آمادگی جسمانی استقامت قلبی تنفسی، تعادل، چابکی، سرعت، انعطاف‌پذیری و توان بوده است. نتایج تحقیق پیشرفت قابل ملاحظه افزایش قابلیت‌های جسمانی گروه آزمایش در اثر تمرینات طناب‌زنی را در هر ۶ آزمون نشان داد.

ثریا موسوی و زهرا نوروزی (۱۳۸۸)، تحقیقی تحت عنوان بررسی تأثیر انجام بازی‌های بومی و محلی و سنتی بر شادی و نشاط دانش‌آموزان مقطع راهنمایی مدرسه دخترانه مهدیه شهرستان قروه انجام داده‌اند. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که بازی‌های بومی و محلی تأثیرات مثبتی بر روی نشاط و شادابی دانش‌آموزان داشته است.

فرزانه عینی (۱۳۸۶)، تحقیقی تحت عنوان بررسی وضعیت بازی‌های بومی و محلی در ساعت درس تربیت بدنی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی دختران انجام داده است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد بازی‌های بومی و محلی تأثیر مثبتی در ساعت درس تربیت‌بدنی مدارس داشته و مربیان تربیت‌بدنی انجام این بازی‌ها را مفید می‌دانند.

سهیلا احمدی قره‌چمن (۱۳۸۷)، تحقیقی تحت عنوان بررسی تأثیرات بازی بر رشد روانی - اجتماعی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی انجام داده است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد:

(الف) بازی موجب رشد روانی، عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان ابتدایی می‌شود.
(ب) بازی‌های گروهی بیشتر بر رشد جسمی و روانی و عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی تأثیر دارد.

(ج) بازی را می‌توان به‌عنوان یک رکن اصلی در تعلیم و تربیت کودکان به‌شمار آورد مخصوصاً از جهت تأثیر مستقیمی که در رشد روانی، جسمانی، عاطفی و اجتماعی کودکان دارد.

(د) بین بازی و آموزش و پرورش رابطه بسیار دقیق وجود دارد که می‌توان ادعا کرد که این دو لازم و ملزوم یکدیگرند و موفقیت در امر آموزش و پرورش به معنی صحیح نیازمند ارضاء کلیه تمایلات و حوائج جسمانی و روانی کودکان در هنگام بازی و فعالیت‌های بدنی است.

(ه) بازی سازنده شخصیت کودکان است و از طریق آن می‌توان از بسیاری از کج‌روی‌ها و عدم تعادل شخصیت در کودکان جلوگیری نمود و به بسیاری از هدف‌های تربیتی و آموزشی رسید و اجتماعی بهتر و سالم‌تر ساخت.

بهرام بهرامی‌پور (۱۳۸۴)، تحقیقی تحت عنوان «بررسی فرهنگ تربیت بدنی و ورزش در شاهنامه» انجام داده است. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد: پرورش مرد عمل و مرد خرد در مفهوم «پهلوانی» عالی‌ترین شکل تربیت ورزشی را در شاهنامه نشان می‌دهد که این مفهوم در ابیات زیادی با تکیه بر رهنمودهای عقلی (خردورزی) و پایبندی به اصول اخلاقی و جوانمردی مورد تأکید قرار گرفته است. از بین ۷ ورزش رایج ورزش شکار، پیاده‌روی و چوگان، جز مهم‌ترین فعالیت‌های بدنی بود و از ۶ فن متداول در ورزش نیز بیشترین فنون به ورزش کشتی اختصاص دارد که فن کمر یا کمرگیری دارای بالاترین رتبه می‌باشد. این یافته‌ها، نشان می‌دهد که تربیت بدنی و ورزش در فرهنگ ایران از گسترش و غنای زیادی برخوردار بود و می‌توان برخی از صفات، نمادها و رفتارهای مثبت این فرهنگ را در حال حاضر به کار گرفت.

بهرامی و سید امیر حسینی و همکاران (۱۳۸۳)، تحقیقی پیرامون «بررسی ضربان قلب آستانه در عملیات مختلف ورزش باستانی زورخانه انجام داده‌اند که نتایج آن‌ها نشان می‌دهد: ورزش‌های زورخانه‌ای علاوه بر برخورداری از جنبه‌های فرهنگی، هنری و زیبایی شناسانه موجب افزایش قابلیت‌های جسمانی می‌شود. این ورزش‌ها در تقویت هماهنگی، قدرت، استقامت عضلات اسکلتی بدن مؤثر است به گونه‌ای که برای سلامتی و آمادگی جسمانی اقشار مختلف مردم می‌تواند به خوبی مفید و مؤثر واقع شود.

فریدون تندنویس (۱۳۸۳)، تحقیقی پیرامون «تجزیه و تحلیل حرکت عضلانی اندام‌های فوقانی در منتخبی از مهارت‌های ورزش زورخانه‌ای (میل، کباده، سنگ و شنا) انجام داده است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد: چهار مهارت میل، شنا، کباده و سنگ به خوبی می‌توانند در تقویت قریب به اتفاق بیشتر عضله‌های اندام فوقانی (انگشتان، شست، میچ، ساعد، آرنج، بازو و کتف) تأثیر داشته باشند و با توجه به سنگینی وسایل و ابزار، تأمین‌کننده کاملی برای اهدافی که از پیش تعیین شده‌اند باشد. محقق عنوان می‌کند این که چه اندیشه برتری حدود بیش از ۳۰۰۰ سال قبل چنین تمرین‌هایی را با هدف خاص طراحی کرده و به اجرا گذاشته است قابل تعمق و ارج نهادن می‌باشد.

حکیمه اکبری (۱۳۸۵)، تحقیقی تحت عنوان «تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر رشد مهارت‌های حرکتی بنیادی پسران ۹-۷ سال را انجام داده است. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد بازی‌ها بر رشد مهارتی حرکتی بنیادی کودکان تأثیر مثبتی داشته‌اند.

طاهره مظلومی سادات (۱۳۷۵)، تحقیقی پیرامون ارائه یک چهارچوب نظری در خصوص اصول و معیارهای انتخاب محتوی درس تربیت بدنی براساس تجربیات یادگیری حرکتی در مقطع دبستان (از دیدگاه متخصصان، کارشناسان و معلمان تربیت بدنی در شهر تهران)، انجام داده

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

است. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد: باید تجربیات یادگیری حرکتی در قالب بازی‌های ویژه منظور شود و توجه به ایجاد نشاط و لذت در بازی‌ها مطرح باشد. از طرف دیگر یافته‌ها نشان می‌دهد که در تنظیم محتوای درس تربیت‌بدنی به‌منظور تقویت حس شجاعت، شهامت و افزایش روحیه پایداری در مقابل مشکلات و تحکیم ارزش‌های فرهنگی و اعتقادی بازی‌های بومی و محلی نقش مؤثرتری دارا است.

به‌منظور آگاهی از اثرات بازی‌های بومی و محلی، این تحقیق در نظر دارد تاثیر بازی‌های بومی و محلی را در گسترش ابعاد جسمانی و روانی دانش‌آموزان دوره ابتدایی مورد بررسی قرار دهد. این بازی‌ها با داشتن تنوع فراوان و ویژگی‌های منحصر به فرد، در صورت تأیید تأثیرشان بر رشد ابعاد جسمانی و روانی می‌توانند برنامه‌ای مناسب برای دوره تحصیلی ابتدایی باشند.

روش‌شناسی

روش اجرای پژوهش

روش تحقیق نیمه‌تجربی و جامعه آماری این تحقیق دانش‌آموزان دوره تحصیلی ابتدایی کشور را در برمی‌گیرد. به‌دلیل گستردگی جغرافیایی، کشور به پنج منطقه تقسیم شده و از هر منطقه با توجه به حجم جمعیت دانش‌آموزان استان‌های تحت پوشش، دو یا سه استان به‌صورت خوشه‌ای دومرحله‌ای و تصادفی ساده به‌عنوان نمونه انتخاب شده است. تیم‌های هر استان شامل ۱۲ بازیکن بوده که ۶ نفر برتر تیم دختران و ۶ نفر برتر تیم پسران هر استان و مجموعاً ۱۴۴ نفر به‌عنوان نمونه آماری مورد بررسی قرار گرفته‌اند. اطلاعات مربوط به آمادگی جسمانی توسط آزمون ایفرد و ابزار جمع‌آوری اطلاعات در بخش ویژگی‌های روانی، پرسشنامه محقق ساخته بود که روایی صوری و محتوایی آن توسط گروهی از اساتید صاحب‌نظر دانشگاهی بررسی و تأیید شد. برای محاسبه پایایی پرسشنامه از روش آلفا کرونباخ استفاده شد (۰/۸۶). بازی‌های بومی و محلی منتخب به مدت هشت هفته و هفته‌ای سه جلسه طبق دستورالعمل اجرا گردید. رکورد آزمون‌های آمادگی جسمانی و ویژگی‌های روانی هر یک از بازیکنان پیش و پس از دوره تمرین ثبت و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

روش‌های آماری

جهت تجزیه و تحلیل یافته‌ها از روش‌های آمار توصیفی جهت خلاصه، دسته‌بندی داده‌ها و نیز محاسبه شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی داده‌ها و رسم نمودارها استفاده شد. و از روش‌های آمار استنباطی شامل آزمون ویلکاکسون، آزمون U - مان ویتنی و آزمون کروسکال

والیس استفاده شده است. کلیه محاسبات توسط رایانه و با استفاده از نرم‌افزار SPSS15 انجام شده است. کلیه نمودارها با استفاده از نرم‌افزار EXCEL2007 رسم شده است. اهداف تحقیق.

الف. هدف کلی

هدف از انجام تحقیق بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی و روانی در دوره ابتدایی است.

ب. اهداف اختصاصی

۱. تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر فاکتورهای آمادگی جسمانی دانش‌آموزان
۲. تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر برخی از ویژگی‌های روانی دانش‌آموزان
۳. توصیف و مقایسه میزان آمادگی جسمانی دختران و پسران
۴. توصیف و مقایسه سطح آمادگی جسمانی دختران با استاندارد
۵. توصیف و مقایسه سطح آمادگی جسمانی پسران با استاندارد

فرضیه‌های تحقیق

الف. آمادگی جسمانی

فرضیه اول: بازی‌های بومی و محلی بر رکورد کشش بارفیکس، پرش جفت بدون دورخیز، دراز و نشست، دو ۴×۹ متر چابکی، دو ۴۵ متر سرعت، دو ۵۴۰ متر دانش‌آموزان تأثیر معنی‌دار دارد.

فرضیه دوم: بین تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر رکورد کشش بارفیکس، پرش جفت بدون دورخیز، دراز و نشست، دو ۴×۹ متر چابکی، دو ۴۵ متر سرعت، دو ۵۴۰ متر دختران و پسران تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

فرضیه سوم: بین تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر رکورد کشش بارفیکس، پرش جفت بدون دورخیز، دراز و نشست، دو ۴×۹ متر چابکی، دو ۴۵ متر سرعت، دو ۵۴۰ متر دانش‌آموزان مناطق مختلف جغرافیایی تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

فرضیه چهارم: رکورد کشش بارفیکس، پرش جفت، دراز و نشست، دو ۴×۹ متر چابکی، دو ۴۵ متر سرعت، دو ۵۴۰ متر دختران با رکورد استاندارد تفاوت معنی‌دار دارد.

فرضیه پنجم: رکورد کشش بارفیکس، پرش جفت، دراز و نشست، دو ۴×۹ متر چابکی، دو ۴۵ متر سرعت، دو ۵۴۰ متر پسران با رکورد استاندارد تفاوت معنی‌دار دارد.

ب. ویژگی‌های روانی

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

فرضیه ششم: بازی‌های بومی و محلی بر میزان رضایت از زندگی، اعتماد به نفس، رشد فردی، روابط اجتماعی، خوش‌بینی، شادابی و سرحالی، حق‌شناسی و توانمندی دانش‌آموزان تأثیر معنی‌دار دارد.

فرضیه هفتم: بین تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر میزان رضایت از زندگی، اعتماد به نفس، رشد فردی، روابط اجتماعی، خوش‌بینی، شادابی و سرحالی، حق‌شناسی و توانمندی دانش‌آموزان دختر و پسر تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

فرضیه هشتم: بین تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر میزان رضایت از زندگی، اعتماد به نفس، رشد فردی، روابط اجتماعی، خوش‌بینی، شادابی و سرحالی، حق‌شناسی و توانمندی دانش‌آموزان مناطق مختلف کشور تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

یافته‌ها

آمادگی جسمانی

- تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر آمادگی جسمانی دانش‌آموزان از آزمون ویلکاکسون جهت مقایسه میانگین رکورد آزمون در پیش و پس از شرکت در بازی‌های بومی و محلی استفاده گردید.

جدول ۱. میانگین رکورد آزمون در پیش و پس از شرکت در بازی‌های بومی و محلی

آزمون	مرحله آزمون	میانگین	تفاوت میانگین	Z	سطح معنی‌داری
کشش بارفیکس	پیش‌آزمون	۱۳/۵	۰/۲	-۱/۵۱	۰/۱۳۱
	پس‌آزمون	۱۳/۷			
پرش جفت بدون دورخیز	پیش‌آزمون	۱۴۹/۵	۲/۴	-۷/۷۳۸	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۱۵۱/۹			
دراز و نشست	پیش‌آزمون	۳۲/۲	-۰/۲	-۱/۰۱۶	۰/۳۱۰
	پس‌آزمون	۳۲			
دو ۴×۹ متر چابکی	پیش‌آزمون	۱۰/۹	-۰/۳	-۱۰/۳۸۷	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۱۰/۶			
دو ۴۵ متر سرعت	پیش‌آزمون	۱۰/۵۴	-۰/۳۱	-۱۰/۳۳۳	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۱۰/۲۳			
دو ۵۴۰ متر	پیش‌آزمون	۱۴۶/۸۲	-۱/۷۷	-۸/۲۳۲	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۱۴۵/۰۵			

- مقایسه تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر رکورد آمادگی جسمانی دانش‌آموزان دختر و پسر

از آزمون u- مان ویتنی جهت مقایسه میانگین رکورد آزمون‌های دختران و پسران استفاده گردید.

جدول ۲. میانگین رکورد آزمون‌های دختران و پسران

آزمون	گروه	تفاوت میانگین	Z	سطح معنی داری
کشش بارفیکس	دختران	۰/۴	-۱/۲۸۶	۰/۱۹۸
	پسران	۰		
پرش جفت بدون دورخیز	دختران	۲/۵	-۰/۴۹۸	۰/۶۱۸
	پسران	۲/۴		
دراز و نشست	دختران	۰/۳	-۰/۷۰۹	۰/۴۷۸
	پسران	۰		
دو ۴×۹ متر چابکی	دختران	-۰/۲	-۳/۰۴۲	۰/۰۰۲
	پسران	-۰/۳		
دو ۴۵ متر سرعت	دختران	-۰/۳	-۰/۰۵۲	۰/۹۵۸
	پسران	-۰/۳۱		
دو ۵۴۰ متر	دختران	-۰/۸۸	-۳/۶۶۲	۰/۰۰۸
	پسران	-۱/۶۶		

- مقایسه تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر رکورد آمادگی جسمانی دانش‌آموزان مناطق مختلف کشور از آزمون کروسکال والیس جهت بررسی تفاوت معنی‌دار بین میانگین رکورد آزمون‌ها در مناطق مختلف کشور استفاده گردید.

جدول ۳. میانگین رکورد آزمون‌ها در مناطق مختلف کشور

آزمون	مقدار کای-اسکور	درجه آزادی	سطح معنی داری
کشش بارفیکس	۴/۸۵۷	۴	۰/۳۰۲
پرش جفت بدون دورخیز	۳۲/۹۷۸	۴	۰/۰۰۰۱
دراز و نشست	۳۴/۱۳۱	۴	۰/۰۰۰۱
دو ۴×۹ متر چابکی	۳۰/۰۵۸	۴	۰/۰۰۰۱
دو ۴۵ متر سرعت	۲۵/۹۳۷	۴	۰/۰۰۰۱
دو ۵۴۰ متر	۲۷/۰۴۸	۴	۰/۰۰۰۱

- مقایسه آمادگی جسمانی دختران دانش‌آموز با رکورد استاندارد از آزمون t نمونه‌های مستقل

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

جدول ۴. تفاوت بین رکوردهای دانش‌آموزان دختر و رکورد استاندارد

آزمون	گروه	میانگین	تفاوت میانگین	درجه آزادی	مقدار t	سطح معنی داری
کشش بارفیکس	دختران	۱۲	۵/۵	۷۱	۸/۱۲۹	۰/۰۰۱
	استاندارد	۶/۵				
پرش جفت بدون دورخیز	دختران	۱۴۸/۶	۱۱/۷	۷۱	۶/۵۱	۰/۰۰۱
	استاندارد	۱۳۶/۹				
دراز و نشست	دختران	۲۹/۵	۷/۹	۷۱	۴/۰۱۳	۰/۰۰۴
	استاندارد	۲۱/۶				
دو ۴×۹ مترچابکی	دختران	۱۰/۹	-۰/۷	۷۱	-۴/۶۲۹	۰/۰۰۱
	استاندارد	۱۱/۶				
دو ۴۵ متر سرعت	دختران	۱۰/۲۵	۰/۳۷	۷۱	۳/۲۹۱	۰/۰۰۲
	استاندارد	۹/۸۸				
دو ۵۴۰ متر	دختران	۱۴۶/۹۱	-۴۱/۸۵	۷۱	-۱۶/۹۹	۰/۰۰۱
	استاندارد	۱۸۸/۷۶				

- مقایسه آمادگی جسمانی پسران دانش‌آموز با رکورد استاندارد

جدول ۵. تفاوت بین رکوردهای دانش‌آموزان پسر و رکورد استاندارد

آزمون	گروه	میانگین	تفاوت میانگین	درجه آزادی	مقدار t	سطح معنی داری
کشش بارفیکس	پسران	۱۵/۳	۵/۳	۷۱	۴/۲۸۵	۰/۰۰۱
	استاندارد	۱۰				
پرش جفت بدون دورخیز	پسران	۱۵۵/۲	-۵	۷۱	-۲/۳۳	۰/۰۲۲
	استاندارد	۱۶۰/۲				
دراز و نشست	پسران	۳۴/۹	۷/۸	۷۱	۶/۹۸۶	۰/۰۰۱
	استاندارد	۲۷/۱				
دو ۴×۹ متر چابکی	پسران	۱۰/۴۰	-۰/۵۸	۷۱	-۸/۲۲۴	۰/۰۰۱
	استاندارد	۱۰/۹۸				
دو ۴۵ متر سرعت	پسران	۱۰/۲۲	۱/۹۹	۷۱	۲۳/۲۸۵	۰/۰۰۰
	استاندارد	۸/۲۳				
دو ۵۴۰ متر	پسران	۱۴۳/۱۸	-۰/۹۳	۷۱	-۰/۴۲۰	۰/۶۷۶
	استاندارد	۱۴۴/۱۱				

ب. ویژگی‌های روانی

- تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر ویژگی‌های روانی دانش‌آموزان. از آزمون ویلکاکسون جهت مقایسه میانگین امتیاز دانش‌آموزان در ویژگی‌های روانی پیش و پس از شرکت در بازی‌های بومی و محلی استفاده گردید.

جدول ۶. میانگین امتیاز دانش‌آموزان در ویژگی‌های روانی پیش و پس از شرکت در بازی‌های بومی و محلی

شاخص	مرحله آزمون	میانگین	تفاوت میانگین	Z	سطح معنی داری
رضایت از زندگی	پیش‌آزمون	۲۲/۱	۰/۴	-۱/۹۸۴	۰/۰۵۷
	پس‌آزمون	۲۲/۵			
اعتماد به نفس	پیش‌آزمون	۲۲/۷	۰/۳	-۲/۷۱۸	۰/۰۰۷
	پس‌آزمون	۲۳			
رشد فردی	پیش‌آزمون	۲۲/۵	۰/۴	-۲/۸۸۸	۰/۰۳۷
	پس‌آزمون	۲۲/۹			
روابط اجتماعی	پیش‌آزمون	۲۲/۳	۱/۱	۵/۵۷۶	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۲۳/۴			
خوش‌بینی	پیش‌آزمون	۲۳	۰/۲	-۱/۴۴۱	۰/۰۵۲
	پس‌آزمون	۲۳/۲			
شادابی و سرحالی	پیش‌آزمون	۲۳	۱	-۵/۶۰۴	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۲۴			
حق‌شناسی	پیش‌آزمون	۲۲/۲	-۰/۱	۰/۴۰۴	۰/۶۸۶
	پس‌آزمون	۲۲/۱			
توانمندی	پیش‌آزمون	۲۱/۸	۰/۸	-۳/۹۶۸	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	۲۲/۶			

- مقایسه تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر ویژگی‌های روانی دانش‌آموزان دختر و پسر از آزمون U- مان ویتنی جهت مقایسه میانگین تغییرات روانی دانش‌آموزان دختر و پسر استفاده گردید.

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

جدول ۷. میانگین تغییرات روانی دانش‌آموزان دختر و پسر

شاخص	گروه	تفاوت میانگین	Z	سطح معنی داری
رضایت از زندگی	دختران	۰/۸	-۱/۰۴۲	۰/۲۹۷
	پسران	۰/۵		
اعتماد به نفس	دختران	۰/۴	-۱/۲۳۴	۰/۲۱۷
	پسران	۰/۲		
رشد فردی	دختران	۰/۸	-۱/۰۵۳	۰/۲۹۲
	پسران	۱/۱		
روابط اجتماعی	دختران	۰/۱	۰/۴۶۴	۰/۶۴۳
	پسران	۱/۱		
خوش‌بینی	دختران	۰/۲	-۱/۶۳۸	۰/۱۰۱
	پسران	۰/۱		
شادابی و سرحالی	دختران	۰/۷	-۲/۰۴۰	۰/۰۴۱
	پسران	۱/۴		
حق‌شناسی	دختران	۰	-۰/۹۸۷	۰/۴۴۲
	پسران	-۰/۱		
توانمندی	دختران	۰/۷	-۰/۷۶۹	۰/۴۴۲
	پسران	۰/۹		

- مقایسه تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر ویژگی‌های روانی دانش‌آموزان مناطق مختلف کشور از آزمون کروسکال والیس جهت بررسی تفاوت معنی‌دار بین تغییرات روانی دانش‌آموزان مناطق مختلف کشور استفاده گردید.

جدول ۸. تغییرات روانی دانش‌آموزان مناطق مختلف کشور

شاخص	مقدار کای-اسکور	درجه آزادی	سطح معنی داری
رضایت از زندگی	۷/۳۲۴	۴	۰/۱۲
اعتماد به نفس	۲/۴۴۹	۴	۰/۶۵۴
رشد فردی	۸/۲۵۹	۴	۰/۰۸۳
روابط اجتماعی	۱۸/۷۱۸	۴	۰/۰۰۱
شادابی و سرحالی	۱۵/۸۰۱	۴	۰/۰۴۱
حق‌شناسی	۴/۱۱۷	۴	۰/۲۹
توانمندی	۸/۵۰۶	۴	۰/۰۷۲

خلاصه یافته‌ها

الف) آمادگی جسمانی

- بازی‌های بومی و محلی رکورد کشش بارفیکس دانش‌آموزان را به میزان ۰/۲ بهبود بخشیده است. این تغییرات در دختران بیش از پسران بوده است. کمترین افزایش رکورد در استان‌های شمالی بوده است. رکورد کشش بارفیکس دانش‌آموزان در مقایسه با رکورد استاندارد، بیشتر بوده که در دو گروه جنسیتی این وضعیت وجود دارد.

- بازی‌های بومی و محلی رکورد پرش جفت بدون دورخیز دانش‌آموزان را به جز استان‌های شمالی بهبود بخشیده است. این تغییرات در دختران کمی بیشتر از پسران می‌باشد. بیشترین افزایش رکورد در استان‌های جنوبی بوده است. رکورد پرش جفت بدون دورخیز دختران در مقایسه با رکورد استاندارد، بیشتر بوده و در بخش پسران از سطح استاندارد پایین‌تر بوده است.

- بازی‌های بومی و محلی به جز استان‌های غربی با اندکی کاهش، تغییر کمی در رکورد دراز و نشست دانش‌آموزان ایجاد کرده است. این تغییرات در دختران بیش از پسران است و استان‌های غربی در مقایسه با سایر استان‌ها از رکورد کمتری برخوردار بوده‌اند. رکورد دراز و نشست دانش‌آموزان در مقایسه با رکورد استاندارد، بیشتر بوده است که در دو گروه جنسیتی این وضعیت وجود دارد.

- بازی‌های بومی و محلی رکورد در ۴×۹ متر چابکی دانش‌آموزان را بهبود بخشیده است. این تغییرات در پسران بیش از دختران بوده است. بیشترین بهبود رکورد در استان‌های جنوبی بوده است. این شاخص در مقایسه با رکورد استاندارد بیشتر بوده که در دو گروه جنسیتی این وضعیت وجود دارد.

- بازی‌های بومی و محلی رکورد دو ۴۵ متر سرعت دانش‌آموزان را بهبود بخشیده است. این تغییرات در پسران بیش از دختران بوده است. بیشترین بهبود رکورد در استان‌های شرقی و غربی مشاهده گردیده است. رکورد دو ۴۵ متر سرعت دختران و پسران در مقایسه با رکورد استاندارد در سطح پایین‌تر است.

- بازی‌های بومی و محلی رکورد دو ۵۴۰ متر را بهبود بخشیده است. این تغییرات در پسران بیش از دختران بوده است. بیشترین بهبود رکورد در استان‌های شرقی بوده است. رکورد دو ۵۴۰ متر دختران در مقایسه با رکورد استاندارد بهتر بوده، در حالی که رکورد پسران در سطح استاندارد بوده است.

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

ب. وضعیت روانی

- بازی‌های بومی و محلی تأثیر اندکی در افزایش میزان رضایت از زندگی دانش‌آموزان داشته است. این تغییرات در دختران بیشتر از پسرها بوده است. بیشترین افزایش در استان‌های غربی و شمالی بوده است و در سایر استان‌ها کاهش داشته است.

- بازی‌های بومی و محلی باعث افزایش میزان اعتماد به نفس دانش‌آموزان گردیده است. این تغییرات در دخترها بیشتر از پسرها بوده است. بیشترین افزایش میزان اعتماد به نفس در استان‌های غربی و کمترین میزان افزایش در استان‌های شمالی بوده است.

- بازی‌های بومی و محلی باعث افزایش میزان رشد فردی دانش‌آموزان گردیده است. این تغییرات در دخترها بیش از پسرها بوده است. بیشترین افزایش میزان رشد فردی در استان‌های شمالی و کمترین میزان افزایش در استان‌های غربی بوده است.

- بازی‌های بومی و محلی باعث بهبود روابط اجتماعی دانش‌آموزان گردیده است. این تغییرات در پسران بیش از دختران بوده است. بیشترین افزایش در استان‌های غربی و کمترین افزایش در استان‌های شرقی بوده است.

- بازی‌های بومی و محلی باعث افزایش میزان خوش‌بینی دانش‌آموزان گردیده است. این تغییرات در دختران بیش از پسران بوده است. بیشترین افزایش در استان‌های غربی و کمترین افزایش در استان‌های مرکزی بوده است.

- بازی‌های بومی و محلی باعث افزایش شادابی و سرحالی دانش‌آموزان گردیده است. این تغییرات در پسرها بیشتر از دخترها بوده است. بیشترین افزایش در استان‌های غربی و کمترین افزایش در استان‌های شرقی و شمالی بوده است.

- بازی‌های بومی و محلی در میزان حق‌شناسی دانش‌آموزان تغییر چندانی ایجاد نکرده است. این تغییرات در پسرها کمی کاهش و در دخترها بدون تغییر بوده است. افزایش میزان حق‌شناسی فقط در استان‌های جنوبی مشاهده گردیده است.

- بازی‌های بومی و محلی باعث افزایش میزان توانمندی دانش‌آموزان گردیده است. این تغییرات در پسرها بیشتر از دخترها بوده است. بیشترین افزایش در استان‌های جنوبی و مرکزی و کمترین افزایش در استان‌های شمالی بوده است.

- هفت‌سنگ، طناب‌زنی و وسطی از جمله بازی‌های بومی و محلی مورد علاقه دانش‌آموزان

هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به یافته‌های تحقیق علی‌رغم افزایش میانگین رکورد کشش بارفیکس و کاهش اندک رکورد دراز و نشست دانش‌آموزان، شرکت در بازی‌های بومی و محلی در بهبود رکورد کشش بارفیکس، و دراز و نشست دانش‌آموزان تأثیر معنی‌دار نداشته است ($P > 0/05$)، می‌توان نتیجه گرفت این بازی‌ها تأثیر مثبتی بر روی افزایش قدرت عضلات کمر بند شانه‌ای و شکم نداشته، که با نتایج تحقیقات بهرامی، حسینی (۱۳۸۳) و تندنویس (۱۳۸۳) که به تأثیر ورزش‌های زورخانه‌ای بر افزایش قدرت عضلانی اشاره دارد، مغایرت داشته است. می‌توان دلیل این مغایرت را به نوع بازی بومی و محلی مرتبط دانست. از طرف دیگر بازی‌های بومی و محلی در بهبود رکورد پرش جفت، دو ۴×۹ متر، دو ۴۵ متر و دو ۵۴۰ متر تأثیر معنی‌دار داشته است ($P < 0/05$)، که با نتایج تحقیقات عسگری (۱۳۸۷)، که بر اثر معنی‌دار طناب زنی در افزایش فاکتورهای آمادگی جسمانی دانش‌آموزان دست یافته، همسو می‌باشد.

با توجه به یافته‌های تحقیق تغییرات رکورد آزمون‌های کشش بارفیکس، پرش جفت بدون دورخیز و دراز و نشست در پیش و پس از شرکت در بازی‌های بومی و محلی در دختران بیش از پسران و هم‌چنین تغییرات رکورد آزمون ۴۵ متر سرعت در پسران بیش از دختران است، اما این تفاوت‌ها معنی‌دار نیست ($P > 0/05$). در حالی‌که این بازی‌ها با رکورد آزمون‌های دو ۴×۹ متر و ۵۴۰ متر دختران و پسران تأثیر متفاوت داشته است ($P < 0/05$)، می‌توان نتیجه گرفت که این بازی‌ها می‌تواند عامل مؤثری در ایجاد تغییرات مثبت در این شاخص‌ها به‌کار گرفته شود. به استثناء رکورد کشش بارفیکس ($P > 0/05$)، سایر فاکتورهای آمادگی جسمانی دانش‌آموزان مناطق مختلف کشور تحت تأثیر بازی‌های بومی و محلی قرار گرفته است ($P < 0/05$)، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت، بازی‌های بومی و محلی در مناطق مختلف کشور تأثیر متفاوت در آمادگی جسمانی دانش‌آموزان ایجاد می‌کنند.

با توجه به یافته‌های تحقیق بازی‌های بومی و محلی در افزایش اعتماد به نفس، رشد فردی، روابط اجتماعی، شادابی و توانمندی دانش‌آموزان تأثیر معنی‌دار داشته است ($P < 0/05$)، که با نتایج تحقیقات احمدی قره‌چمن (۱۳۸۷)، موسوی، نوروزی (۱۳۸۸) که به تأثیر معنی‌دار بازی‌های بومی و محلی بر شاخص‌های رشد فردی اجتماعی و شادابی دلالت دارد، همخوانی دارد. از سوی دیگر بازی‌های بومی و محلی بر تغییرات میزان رضایت از زندگی، خوش‌بینی و حق‌شناسی دانش‌آموزان تأثیر معنی‌دار نداشته است ($P > 0/05$). با توجه به یافته‌های تحقیق تغییرات میزان رضایت از زندگی، اعتماد به نفس و خوش‌بینی پیش و پس از شرکت در بازی‌های بومی و محلی در دختران بیش از پسران و هم‌چنین میزان رشد فردی، روابط اجتماعی و

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

توانمندی در پسران بیش از دختران است اما این تفاوت‌ها معنی‌دار نیست ($P > 0/05$). بازی‌های بومی و محلی تغییرات بیشتری در میزان شادابی و سرحالی پسران نسبت به دخترها ایجاد کرده که این تفاوت معنی‌دار است ($P < 0/05$).

بازی‌های بومی و محلی تغییرات معنی‌دار در روابط اجتماعی، شادابی و سرحالی دانش‌آموزان مناطق مختلف ایجاد کرده است ($P < 0/05$)، و در سایر شاخص‌ها تغییرات معنی‌دار ایجاد نکرده است ($P > 0/05$). متأسفانه به دلیل فقدان تحقیقات در زمینه مقایسه تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر ویژگی‌های روانی با تأکید بر مناطق جغرافیایی امکان مقایسه نتایج با تحقیقات مشابه فراهم نگردد.

نتایج تحقیق نشان داد بازی‌های بومی و محلی به خوبی توانسته‌اند رشد ابعاد جسمانی و روانی را در مجموع استان‌های کشور به دنبال داشته باشند. دانش‌آموزان استان‌های غربی، جنوبی و شرقی از نظر فاکتورهای چابکی، سرعتی و استقامتی نسبت به سایر استان‌ها در سطح بالاتری هستند که می‌تواند نشانه استعداد فردی، شرایط جغرافیایی و اقلیمی و تغذیه در هر منطقه باشد. بازی‌های بومی و محلی به کار گرفته در تحقیق افزایش قدرت عضلات کمر بند شانه‌ای و شکم را به همراه نداشته لذا می‌توانیم با شناسایی بازی‌های مناسب نیز این نقیصه را برطرف نماییم. بازی‌های بومی و محلی به کار گرفته شده افزایش سرعت و استقامت را برای پسران بیشتر از دختران فراهم نموده که می‌توان فرصت بیشتر پسران برای بازی، عوامل فرهنگی و اجتماعی و اختلافات فیزیولوژیکی را از علل آن برشمرد.

بازی‌های بومی و محلی به کار گرفته شده در این تحقیق نقش مؤثری در افزایش بیشتر فاکتورهای آمادگی جسمانی و اعتماد به نفس، رشد فردی، روابط اجتماعی، شادابی و سرحالی و توانمندی دانش‌آموزان داشته است. بنابراین استفاده از این بازی‌ها در برنامه درس تربیت بدنی مدارس می‌تواند به ارتقا کیفیت این درس کمک شایانی نماید.

هم‌چنین این بازی‌ها قابل اجرا در هر مکان و هر زمان با حداقل امکانات بوده که می‌توانند جهت تنوع بخشیدن به فعالیت‌های ورزشی به ویژه در مدارس نقش بسیار مهمی را ایفا نمایند هم‌چنین این بازی‌ها می‌توانند به عنوان ابزار تربیتی ارزنده‌ای در رشد همه‌جانبه کودکان نقش مؤثری ایفا نمایند.

منابع

احمدی قره‌چمن، سهیلا (۱۳۸۷). بررسی تأثیرات بازی بر رشد روانی - اجتماعی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، گاهنامه پژوهشی، سال چهارم، شماره ۸، انتشارات آموزش و پرورش

اسماعیلی، محمدرضا (۱۳۸۳). مطالعه تطبیقی برنامه درس تربیت بدنی دوره ابتدایی ایران و کشورهای منتخب جهان و *ارایه الگو*، رساله دکتری، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم.

اکبری، حکیمه (۱۳۸۵). *تأثیر بازی‌های بومی و محلی بر رشد مهارت‌های حرکتی بنیادی پسران ۷-۹ سال*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس.

بلوچی، رامین (۱۳۷۳). *بررسی وضعیت موجود بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی استان ایلام*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران.

بهرامی‌پور، بهرام (۱۳۸۴). *بررسی فرهنگ تربیت بدنی و ورزش در شاهنامه*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان.

تندنویس، فریدون (۱۳۸۵). *تجزیه و تحلیل حرکتی عضلانی اندام‌های فوقانی در منتخبی از مهارت‌های زورخانه*، تهران، انتشارات فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زورخانه‌ای.

حمیدی، مهرزاد (۱۳۶۸). *بازشناسی بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی استان‌های گیلان و مازندران*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس.

رضوی، محمد حسین (۱۳۸۰). *بررسی فرهنگ مرتبط به امور مسابقات و رقابت‌های ورزشی و تطبیق آن با احادیث و روایات اسلامی*، تهران، انتشارات دانشگاه تربیت مدرس.

رضانی، محبی، همتی‌نژاد (۱۳۸۷). *محتوای درس تربیت بدنی در کشورهای مختلف منطبق با نیازهای آموزشی دانش‌آموزان*، نسخه شماره ۱۵۴۴، روزنامه شاپرک.

سلمان، زهرا (۲-۱۳۷۱). *بررسی تأثیر فعالیت‌های بدنی و بازی در تحول ذهنی کودکان پیش‌دبستانی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس.

فرج‌اللهی، نصرت‌الله (۱۳۷۳). *بررسی جایگاه تربیت بدنی و ورزش در گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه تهران*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران.

فرهپور، نادر (۱۳۶۸). *درمان انزواطلبی کودکان به روش بازی درمانی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس.

گالاهو، د؛ و آزمون، ج (۱۳۸۴). *درک رشد حرکتی در دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی*، مترجم بهرام، عباس؛ و شفیق‌زاده، محسن. تهران، نشر بامداد کتاب.

محمدی، علی اصغر (۱۳۷۴). *بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان پسر دانشگاه‌های آزاد اسلامی جنوب خراسان با تأکید بر جنبه تربیت بدنی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران.

مظلومی سادات، طاهره (۱۳۷۵). *ارایه یک چهارچوب نظری در خصوص اصول و معیارهای انتخاب محتوی درس تربیت بدنی براساس تجربیات یادگیری حرکتی در مقطع ابتدایی (از دیدگاه متخصصان، کارشناسان و معلمان تربیت بدنی در شهر تهران)*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه

بنیاد پداگوژی بازی‌های بومی و محلی ایرانی و اهمیت آن‌ها در گسترش ابعاد جسمانی...

تربیت معلم تهران.

میریوسفی گوگی، جلیل (۱۳۸۳). نیازسنجی درس تربیت بدنی و ورزش در دوره ابتدایی، پایان‌نامه

کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان.

یوسفی، سهیلا (۱۳۸۰). تأثیر بازی‌های دبستانی منتخب بر رشد حرکتی دانش‌آموزان دختر سال سوم

مقطع دبستان منطقه ۵ تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی،

دانشگاه تهران

Emmanouel, et al (1992). Effect of four physical Education Teaching on Development of Motor skills, Self concept and social Attitudes of fifth - Grade children, perceptual and Motor skills.

Gertrud Pfister (2004). Traditional Games as "Sport for All", From Traditional Rope Jumping to Modern Rope Skipping. TAFISA magazine, 2008, P: 10-16.

Guy, Jaouen (2001). ETSGA, A Network for Traditional Games and Sports An Alternative Way, besides the Sports. TAFISA Magazine, 2008, P:v40-43.

Loy, John w. (2004) Traditional Plays, Games, and Sport: From localization to Globalization, department of sociology and Anthropology university of Rhode Islan USA.

Palm, Jurgen (2005). The future of Traditional Games and Sports. Tafisa magazine, 2008, P: 4-7.

Wataru I wamoto (2007). UNESCO and Traditional Sports and Games. TAFISA magazine, 2008, P: 8-9.

