

ارتباط رشد الگوهای بنیادی کنترل شیء با مولفه های آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت کودکان

مهدی تاراجیان^۱، دکتر مهدی روزبهانی^۲، دکتر محمد جلیلود^۳

۱. دانشجوی دکترای رفتار حرکتی - رشد حرکتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات
۲. استادیار، دکترای تخصصی رفتار حرکتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم بروجرد
۳. استادیار، دکترای تخصصی فیزیولوژی ورزش، تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی، دانشگاه علوم کرمانشاه

چکیده

هدف از این مطالعه بررسی ارتباط رشد الگوهای بنیادی کنترل شیء با مولفه های آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت کودکان دانش آموزان پسر ۷ تا ۹ ساله بود. نمونه آماری مشتمل بر ۳۸۸ شرکت کننده داوطلب بود. رشد الگوهای بنیادی با استفاده از آزمون اولریخ و مولفه های آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت کودکان با استفاده از آزمون های دوی ۵۴۰ متر، آزمون کشش بارفیکس اصلاح شده و آزمون دراز نشست اصلاح شده اندازه گیری شد. آزمون رشد حرکتی درشت اولریخ ویرایش دوم (۲۰۰۰) نسخه اصلاح شده ابزاری است توسط دکتر بورلی دی اولریخ (۱۹۸۵) به عنوان وسیله ای جهت ارزیابی مهارت های حرکتی منتخب در کودکان ۳ تا ۱۰ ساله و بالاتر ساخته شد است. مهارت های کنترل شیء و جابجایی منتخب یک آزمون ۱۲ موردی را تشکیل می دهند. مهارت های جابجایی شامل دویدن، چهارنعل رفتن، لی لی کردن، جهیدن، پرش طول، سرخوردن است، مهارت دستکاری شامل ضربه زدن با پا، پرتاب در حالت دست بالای شانه، غلتاندن شیء از حالت پایین شانه است. آزمون همبستگی رواسپیرومن نشان داد که رشد الگوهای بنیادی کنترل شیء با مولفه های آمادگی جسمانی ارتباط معناداری دارد ($p \leq 0.05$). بنابراین کودکانی که رشد الگوهای بنیادی بیشتری را تجربه کرده اند از آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت بیشتری برخوردار بودند.

کلید واژه ها: الگوهای حرکتی بنیادی، الگوهای کنترل شیء، آمادگی جسمانی، کودکان

۱. مقدمه

سلامتی پدیده‌ای نیست که فقط در دسترس، قشر، سن یا گروه خاصی باشد. برنامه‌های ورزشی باید به گونه‌ای باشد که تمام اقشار جامعه را در برگیرد. امروزه استفاده از وسایل پیشرفته از جمله استفاده از ماشین به جای پیاده روی، تماشای تلویزیون و فیلم‌های ویدیویی و کار با کامپیوتر به جای ورزش، باعث ذخیره انرژی و کاهش فعالیت جسمی و تحرک می‌شود، همچنین صنعتی شدن کشورها و زندگی در آپارتمان به افزایش بی‌تحرکی در کودکان دامن‌زده است. برای یک زندگی سالم علاوه بر اینکه وضعیت بدنی و فیزیولوژیک مطلوب نیاز است، همچنین لازم است که افراد از لحاظ حرکتی دارای شرایط مساعد باشند (کوثری، ۲۰۱۱). در واقع عوامل حرکتی بسیاری در روند زندگی موثرند که پرداختن به آن‌ها حائز اهمیت می‌باشد، مثلاً افراد برای اینکه از حداکثر ظرفیت بدنی و توانایی‌های بالقوه خود به‌رمنند شوند می‌بایست از الگوهای حرکتی بنیادی بالیده و آمادگی بدنی مطلوب برخوردار باشند، زیرا از اساسی‌ترین عوامل رشد جسمی و حرکتی فرد می‌باشند (کلودیا، ۲۰۱۱). ارتباط الگوهای حرکتی با سایر جنبه‌های رشد از قبیل آمادگی جسمانی در رفتار حرکتی، اجتماعی و هیجانی، لزوم پرداخت به فعالیت‌های حرکتی را به عنوان یک ضرورت در رشد حرکتی مطرح می‌کند. یکی از موضوعات مهم در پژوهش‌های سال‌های اخیر رشد الگوهای بنیادی است که مریبان تربیت بدنی، متخصصان کودک و والدین توجه خاصی به آن دارند. حرکات بنیادی یا الگوهای حرکات بنیادی، الگوهای پایه و اصلی حرکات ارادی قابل مشاهده در دوران کودکی هستند. الگوهای حرکتی بنیادی عنصر اصلی رشد حرکتی و در زمره حرکات درشت

محسوب می‌شوند یعنی حرکاتی که وابسته به عمل عضلات بزرگ بدن اند و نیز مستلزم اعمال نیرو به شیء یا دریافت نیرو از شیء هستند. فرصت‌های فعالیت بدنی بیشتر نیز ممکن است زمینه بهبود خبرگی الگوهای بنیادی، هماهنگی حرکتی در مراحل اولیه توسعه، را ایجاد می‌کنند (تریسی، ۲۰۱۲). تحقیقات نشان داده‌اند تبحر ناکافی در این مهارت‌ها، باعث عدم موفقیت و احساس بی‌کفایتی در بازی می‌شود که نتیجه آن حذف فعالیت‌های جسمانی در طول عمر و سطح نامطلوب آمادگی جسمانی است. سی‌فلت (۱۹۸۰) معتقد بود پیشروی موفقیت آمیز یک تکلیف حرکتی خاص از مراحل انتقال، کاربرد، و استفاده همیشگی به عملکرد سطوح بالیده در مرحله حرکتی بنیادی بستگی دارد (دلی^۲ و همکاران ۲۰۰۶) مهارت‌های حرکتی پایه مانند لی‌لی، سر خوردن، پرتاب، دریافت کردن، دویدن و... الگوهای حرکتی قسمت‌های مختلف بدن هستند و زیربنای مهارت‌های پیچیده، بازی، ورزش، ژیمناستیک، سرگرمی‌ها، فوتبال، بسکتبال، بیستبال، تنیس و همچنین برای ادامه زندگی لازم و ضروری هستند و کودکان مستلزم به یادگیری آن‌ها هستند. پژوهشگران زیادی از جمله پترس و همکارانش (۱۹۹۹) دریافتند برتری و تفاوت کودکان در مهارت‌های حرکتی پایه اهمیت زیادی در شرکت کودکان در بازی‌ها و فعالیت‌های ورزشی و دیگر فعالیت‌های جسمانی دارد. فعالیت بدنی یک جزء به خوبی مستند شده و به رسمیت شناخته شده از یک زندگی سالم است و فعالیت بدنی با تجارب دوران کودکی تاثیر مهمی بر رفتار مادام‌العمر دارد. ، مهارت حرکتی

۱- Tracy

۲- delli

ابزار پژوهش

ابزار مورد استفاده در این تحقیق آزمون رشد حرکتی درشت اولریخ برای الگوهای حرکتی بنیادی و آزمون ایفرد برای آمادگی جسمانی کودکان بکار گرفته شد که در ادامه توضیح کامل داده می‌شود. آزمون رشد حرکتی درشت اولریخ^۵ ویرایش دوم (۲۰۰۰) نسخه اصلاح شده ابزاری است توسط دکتر بوری دی اولریخ (۱۹۸۵) به عنوان وسیله‌ای جهت ارزیابی مهارت‌های حرکتی منتخب در کودکان ۳ تا ۱۰ ساله و بالاتر ساخته شده است.

روش گردآوری داده‌ها

مهارت‌های کنترل شی و جابجایی منتخب یک آزمون ۱۲ موردی را تشکیل می‌دهند. مهارت‌های جابجایی شامل دویدن، چهار نعل رفتن، لی‌لی کردن، جهیدن، پرش طول، سرخوردن است، مهارت دستکاری شامل ضربه زدن بپا، پرتاب در حالت دست بالای شانه، غلتاندن شیء از حالت پایین شانه است. آزمودنی هر الگو را دو کوشش اجرا و امتیاز ۰ یا ۱ دریافت می‌کند، امتیاز برای هر کودک با جمع بندی معیارهای درست انجام شده در دو کوشش برای هر الگو است به عنوان مثال، اگر یک مهارت شامل سه معیار عملکرد است محدوده نمره ۰-۶- محاسبه می‌شود (گالاهو ۲۰۰۶). استقامت هوازی دستگاه قلبی - عروقی: آزمون دوی ۵۴۰ متر دور زمین والیبال قابل اجرا است بدین صورت که چهار صندلی در چهار گوشه زمین والیبال قرار می‌دهید و آزمودنی ۱۰ دور باید بدود. در پایان ۱۰ دور رکورد او به

بنیادی^۳ به سه گروه عمد یعنی مهارت‌های جابجایی^۴، کنترل شی و استواری تقسیم می‌شوند. فعالیت‌های جسمانی در طول عمر و سطح نامطلوب آمادگی جسمانی است و سطح پایین مهارت کودکان به عنوان یک مانع عمده برای شرکت در ورزش است با توجه به اهمیت توسعه الگوهای حرکتی بنیادی و کمبودهای مشاهده شده در کودکان، درک ارتباط بالقوه بین مهارت‌های حرکتی بنیادی و عوامل دیگر، مانند فعالیت‌های جسمانی بسیار مهم است. عدم رشد کافی الگوهای حرکتی بنیادی دارای پیامد مستقیم بر توانایی‌های فرد در انجام تکلیف ویژه در مرحله حرکات اختصاصی است. کودکانی که دارای مهارت‌های حرکتی ناکافی هستند اغلب زندگی خارج از تیم و تجربه بازی رایگان با همسالان خود و متعاقباً یک عمر عدم فعالیت به آن‌ها نسبت داده می‌شود بدلیل محرومیت از رفتار حرکتی اولیه در دوران کودکی می‌باشد.

۲. روش شناسی پژوهش

شرکت کننده

روش تحقیق به صورت توصیفی و از لحاظ هدف کاربردی می‌باشد. در این پژوهش جامعه آماری شامل ۱۵۰۰ دانش‌آموز پسر پایه اول، دوم و سوم ابتدایی شهرستان نورآباد (دلفان) داری طیف سنی ۷ تا ۹ سال می‌باشد. نمونه آماری ۳۸۸ دانش‌آموز از بین مدارس ابتدایی پسرانه آموزش و پرورش شهرستان نورآباد (دلفان) به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای به صورت تصادفی ساده انتخاب گردید.

Ulrich DA. TGMD - ۲: test of gross motor development. ۲۰۰۰

دقیقه و ثانیه محاسبه می‌شود. لازم به یادآوری است که محل قرار گرفتن صندلی‌ها یک متر داخل زمین والیبال در چهار گوشه زمین است و آزمودنی‌ها یا دانش‌آموزان در موقع دور زدن از روی خطوط چهار گوش رد خواهند شد. اضلاع زمین والیبال ۹*۱۸، محیط آن ۵۴۰ متر و مسیر برابر با ۱۰ دور خواهد بود. آزمون کشتش بارفیکس اصلاح شده در این آزمون به جای این که آزمودنی به طور عمودی از میله آویزان شود به طور مایل در زیر دستگاه قابل تنظیم متناسب با قد قرار می‌گیرد که در آن دست‌ها به صورت کاملاً کشیده میله را گرفته و پاشنه وی زمین قرار دارد. در این حالت تنه و پاها کاملاً صاف و در امتداد هم هستند برای شروع آزمون، آزمودنی باید آرنج‌ها را خم کند تا جایی که چانه به نخی که به اندازه ۱۷ تا ۱۹ سانتیمتر از میله آویزان است برخورد کند. سپس آرنج‌ها باید کاملاً باز شود و بدن به حالت اولیه باز گردد و مجدد این اعمال را تا حد توان انجام دهد. تعداد حرکات صحیح به عنوان رکورد آزمودنی محسوب می‌شود (حمایت طلب، ۱۳۹۱). آزمون دراز نشست اصلاح شده : وسایل مورد نیاز کرونومتر، تشک ژیمناستیک یا موکت حالت بدن د شروع حرکت داوطلب به پشت دراز کشیده ، زانو‌ها را خم می‌کند به طوری که کف پاها روی زمین قرار می‌گیرد. به نحوی که پاشنه‌ها با نشیمنگاه ۳۰ تا ۴۰ سانتیمتر فاصله داشته باشد. دست‌ها از روی هم به صورت ضربدری می‌گذرند و روی شانه مقابل قرار می‌گیرند. پاها داوطلب به وسیله فرد کمکی در سطح تشک ثابت نگه داشته می‌شوند. داوطلب با انقباض عضلات خم کننده تنه بالاتنه را از زمین جدا کرده و سر و تنه را روی زانو‌ها خم می‌کند به طوری که آرنج‌ها، ران‌ها را لمس کنند. این عمل یک امتیاز محسوب می‌شود. پس داوطلب به حالت

شروع حرکت بر می‌گردد. داوطلب با شنیدن صدای (حاضر - رو) از طرف آزمون کننده حرکت را شروع می‌کند و در همین لحظه کرونومتر شروع به کار می‌کند و بعد از یک دقیقه زمان، کرونومتر با کلمه (ایست) متوقف می‌شود.

تحلیل داده

برای تحلیل داده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۱۹ و اکسل نسخه ۲۰۰۷ بهره برده شده است. توصیف آماری داده از میانگین، انحراف معیار بهره‌گیری شد. آمار تحلیلی از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن استفاده شد. آزمون فرضیه‌های پژوهش ضریب همبستگی رواسپیرمن برای بررسی رابطه‌ی متغیرها استفاده شد

۳. نتایج

چون در این آزمون سطح احتمال برای تمام متغیرها (به جز یک مورد) از سطح معنی داری ۵ درصد کمتر است، توزیع همگی آنها غیر نرمال است. بنابراین فرض نرمال بودن برای این داده رد شده و جهت انجام آمار استنباطی لازم است از آزمون‌هایی استفاده شود که نیازمند پیش فرض نرمالیتیه نباشد. بررسی نمودارهای پراکندگی نشان داد که ارتباط تمامی متغیرها با متغیرهای رشد کنترل شیء تقریبین خطی است. با توجه به نرمال نبودن توزیع داده‌ها و وجود ارتباط خطی از ضریب همبستگی رواسپیرمن برای بررسی رابطه‌ی متغیرها استفاده شد.

تعداد شرکت کنندگان	کمترین	بیشتر بن	انحراف معیار	میانگین	شاخص‌های آماری الگوهای بنیادی مولفه های آمادگی جسمانی
۳۸۸	۱۴	۴۸	۹.۹۴	۳۷.۳۵	رشد الگوهای کنترل شیء
۳۸۸	۲	۴۳	۱۷.۵۳	۹.۶۹	شنای سوئدی (برحسب تعداد)
۳۸۸	۲	۴۰	۸.۳۱	۱۸.۲۱	بارفیکس (برحسب تعداد)
۳۸۸	۱	۷۱	۱۴.۴۵	۲۸.۹۶	در از نشست (برحسب تعداد)
۳۸۸	۱۰۶	۳۵۸	۴۹.۱۶	۱۷۹.۹	دوی ۵۴۰ متر (برحسب ثانیه)

جدول ۲: نتایج حاصل از آزمون رواسپیرمن را در مورد رابطه رشد الگوهای کنترل شیء با تعداد شنای سوئدی، بارفیکس، دراز نشست، دوی ۵۴۰ متر نشان می دهد.

درجات آزادی	سطح احتمال	ضریب همبستگی	
۳۸۶	۰.۰۰۱	۰.۵۶۳	رشد الگوی کنترل شیء/شنای سوئدی
۳۸۶	۰.۰۰۱	۰.۵۲۳	رشد الگوی کنترل شیء/تعداد بارفیکس
۳۸۶	۰.۰۰۱	۰.۶۲۶	رشد الگوی کنترل شیء/تعداد دراز نشست
۳۸۶	۰.۰۰۱	-۰.۴۰۸	رشد الگوی کنترل شیء/دوی ۵۴۰ متر

آزمون همبستگی رواسپیرمن نشان می دهد که ارتباط مستقیم و معناداری بین متغیرهای رشد الگوهای کنترل شیء با تعداد شنای سوئدی، درازنشست وجود دارد، به عبارت دیگر با رشد الگوی های کنترل شیء به مقدار تعداد شنای سوئدی و درازنشست افزوده شده و بالعکس، تعداد وجود دارد. آزمون همبستگی رواسپیرمن نشان می دهد که ارتباط معکوس و معناداری بین متغیرهای رشد الگوهای کنترل شیء با مدت زمان دوی ۵۴۰ متر وجود دارد، به عبارت دیگر با رشد الگوی های کنترل شیء و کنترل شیء از مدت زمان لازم برای دوی ۵۴۰ متر کاسته شده است و بالعکس، بنابراین فرضیه های صفر یازدهم و دوازدهم رد می شود.

۴. بحث و نتیجه گیری

همانطور که از نتایج این تحقیق می توان مشاهده نمود ارتباط رشد الگوهای کنترل شیء با مدت زمان انجام دوی ۵۴۰ متر ، تعداد شنای سوئدی ، تعداد بارفیکس ، استقامت عضلات شکم (تعداد در از نشست)، معنادار و مستقیم بود. که این نتیجه همسو با تحقیقات دیگر در این زمینه می باشد زیرا انتظار می رود کودکانی سطح پیشرفته الگوهای کنترل شیء را دارا هستند از آمادگی جسمانی خوبی برخوردار باشند و بالعکس. رشد و پیشرفت الگوهای کنترل شیء تحت تاثیر عوامل مختلفی قرار دارد (ژنتیک ، تکلیف ، محیط). الگوهای حرکتی بنیادی کنترل شیء ماهرانه سبب بالا رفتن کارایی مکانیک بدن می شود و هنگام فعالیت فرد دیرتر خسته می شود و مدت زمان طولانی تری به فعالیت می پردازد همچنین افزایش توده چربی سبب کاهش تحرک، کاهش دامنه حرکتی مفاصل و عدم انگیزه و یک مانع برای شرکت در ورزش و فقره حرکتی را به همراه دارد . حمایت طلب و همکاران (۱۳۸۹) نتیجه گرفتن که توده بدن زیاد سبب افت اجرا و افزایش چاقی می شود. لوگان و همکاران (۲۰۰۸) نتیجه گرفتند که بین شاخص توده بدنی و الگوهای بنیادی کودکان رابطه منفی و معکوس وجود دارد. بارت و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که مشارکت در فعالیت های آمادگی جسمانی موجب تسهیل و توسعه الگوهای حرکتی بنیادی، افزایش قابلیت های حرکتی، تناسب اندام و شایستگی حرکتی آنها می شود. اسمیت و همکاران (۲۰۰۹) در مطالعه خود ارتباط قوی بین الگوهای حرکتی بنیادی و تناسب اندام، سطوح فعالیت بدنی، مشارکت مستمر در فعالیت های بدنی ، سطح آمادگی جسمانی را نشان می دهد. اولریش و همکاران

(۲۰۰۸) همبستگی مثبت و معنی داری بین سطح بالای استقامت عضلانی و رشد الگوهای کنترل شیء مشاهده کردند. فیش و همکاران (۲۰۰۶) بیان می کنند موفقیت در مهارت های حرکتی بنیادی به طور قابل توجهی به توانایی کودکان در استقامت عضلانی و هوازی بستگی دارد. کودکانی که در این عوامل عملکرد ضعیفی داشتند مهارت های بنیادی در سطح ابتدایی و نابالیده از خود نشان دادند و برای رسیدن به مرحله پیشرفته تقویت عوامل بالا ضروری است. الگوهای بنیادی می تواند نتیجه اجرا را از طریق کارایی در اجرایی مکانیکی بهبود بخشد. برای مثال انجام مکرر دویدن جنبه های مکانیکی روش دویدن را توسعه دهد و در نتیجه زمان دویدن را کاهش دهد. دویدن منجر به افزایش کارکرد دستگاه های عضلانی، تنفسی، قلبی و عروقی می شود و نتیجه ظرفیت هوازی و بی هوازی افزایش می یابد و توانایی برای انجام فعالیت های بیشتر و اجرای حرکات بنیادی و مهارت های ورزشی بوجود می آید. دلی و همکاران (۲۰۰۶) یعنی الگوی حرکتی پیشرفته، هماهنگ و موزون (استفاده از دست و پای مخالف در دویدن، افزایش انعطاف پذیری در مفاصل تحتانی و فوقانی، افزایش طول و سرعت گام در دویدن، افزایش ارتفاع پرش و لی، استفاده از نگاه، توانایی انجام چند لی روی یک پا، چرخش تنه و...) زمان دویدن رو کاهش می دهد و سرعت دویدن رو بالا می برد و انرژی کمتری مصرف می کند و تمایل به تکرار فعالیت بیشتر می شود. تعادل جزء مهمی از الگوهای حرکتی و عملکرد حرکتی و تمام کارهای ساده مانند راه رفتن و ایستادن است، عامل تعادل و استواری برای انجام هر حرکتی لازم و ضروری است تا زمانی که این قابلیت در حداقل لازم توسعه نیافته باشد انجام الگوهای بنیادی با مشکل مواجه می شود

کودکانی که در انجام الگوهای بنیادی سطوح پیشرفته را تجربه می کنند مسلماً در قابلیت حفظ تعادل نیز از سطوح بالایی بهره خواهند داشت. جنیفر (۲۰۰۴) رابطه بین تعادل و مهارتهای حرکتی اساسی را در کودکان بررسی کرد و به این نتیجه رسید که این دو متغیر با هم ارتباط مثبتی دارند. مکنزی و همکاران (۱۹۹۸) دریافتند برخورداری از سطح بالایی آمادگی جسمانی موجب رشد الگوهای حرکتی پایه درشت کودکان می شود. هر چه کودکان در الگوی بنیادی دویدن، پریدن، سکسکه کردن، پرتاب، دریافت، ضربه زدن و... عملکرد ماهرانه تری داشته باشند و با تسلط بیشتری انجام بدهند مؤلفه های آمادگی جسمانی آنها هم بهتر و پیشرفته تر می شوند. بکارگیری و هماهنگی همه قسمت های بدن برای انجام یک پرش ماهرانه لازم است. به نظر می رسد کودکانی که رشد الگوهای بنیادی کنترل شئی بیشتری را تجربه کرده اند از آمادگی جسمانی بیشتری برخوردار بودن. دلیل نتایج به دست آمده با توجه به نظریه سیستم های پویا رشد الگوهای بنیادی ممکن است به علت تعامل سیستم های مختلف بدن و نیز عواملی مانند وضعیت اقتصادی، تجارب حرکتی، فرصت تمرین، امکانات و شرایط محیطی و کیفیت آموزشی از دلایل مهم رشد حرکات بنیادی باشند. وضعیت جسمانی هم عامل مهمی در پیشرفت و توسعه مهارت های کنترل شئی محسوب می شود. نیروی لازم برای پرتاب شئی و دریافت شئی از متاثر از وضعیت جسمانی کودکان است. دلیل دیگر هم می تواند سطح آمادگی بدنی که میزان فعالیت روزانه ناشی می شود. فعالیت بیشتر آمادگی جسمانی بهتر و کسب الگوی حرکتی ماهرانه بیشتر را موجب می گردد

۵. مراجع

- ۱- اکبری حکیمه و همکاران، (۱۳۸۶) تأثیر بازی های محلی و بومی بر رشد مهارت های جابجایی پسران ۷ تا ۹ ساله، نشریه حرکت شماره ۴۵.
- ۲- اکبری، حکیمه (۳۳۸۵) تأثیر بازی های بومی و محلی بر رشد مهارت های بنیادی کودکان پسر ۵ تا ۹ سال. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس.
- ۳- حمایت طلب، رسول (۳۳۸۹) تأثیر شاخص توده بدن بر مهارت های حرکتی پایه در کودکان پسر ۷-۸ ساله شهر همدان، نشریه رشد و یادگیری حرکتی.
- ۴- دالوند، حمید (۳۳۸۷) هنجاریابی رشدی - حرکتی پی بادی در دانش آموزان پایه اول ابتدایی شهر تهران مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان / دوره هفتم شماره دوم،
- ۵- رمضانی نژاد، رحیم (۳۳۸۳) مقایسه اولویت نیازهای جسمانی، مهارتی، شناختی و عاطفی دانش آموزان مدارس کشور در درس تربیت بدنی و ورزش، فصلنامه تعلیم و تربیت شماره ۹۷
- ۶- زارع زاده، مهشید، (۳۳۸۸) هنجارسازی و تعیین پایایی و روایی آزمون رشد حرکتی درشت اولریخ (۲۰۰۲) برای کودکان ۰ تا ۱۱ ساله شهر تهران، پایان نامه دکتری دانشگاه تهران.
- ۷- زارع زاده، مهشید، (۱۱۹۱) ارزیابی پایایی و روایی سازه آزمون رشد حرکتی درشت (اولریخ ۲) در کودکان استان سمنان.
- ۸- شیخ، محمود و همکاران، (۲۶۸۶) کتاب سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی، انتشارات بامداد کتاب، چاپ سوم،
- ۹- کاشف، مجید، (۳۳۸۲) کتاب سنجش و اندازه گیری در تربیت بدنی، انتشارات معاونت تربیت بدنی و تندرستی وزارت آموزش و پرورش، چاپ اول،
- ۱۰- کاویانی، مریم و همکاران (۰۰۹۰) مقایسه رشد مهارت های حرکتی درشت کودکان پیش دبستانی با و بدون تجربیات حرکتی، نشریه رشد و یادگیری حرکتی - ورزشی.
- ۱۱- گالاهو. دیویلا ازومون. جان (۳۳۸۹) درک رشد حرکتی در دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی، ترجمه حمایت طلب، رسول. موحدی احمد. فارسی، علیرضا. فولادیان، جواد. تهران، نشر حرکت.
- ۱۲- گائینی، عباسعلی و رجبی، حمید (۳۳۸۲) کتاب آمادگی جسمانی، بت... بت... بت.
- ۱۳- مالینا و بوچارد (۱۱۸۱) نمو، یید یی و... یی. نی، ترجمه. بهرام، و خلجی، تهران، نشر امید دانش.
- ۱۴- محمدزاد. بن. هبکارا، (۱۳۸۶) توصیف و مقایسه مهارت های حرکتی پایه منتخب (لی، پرش طول) دختر و پسر هفت ساله شهر ارومیه، اشتری، نشریه حرکت شماره ۳۳.

- ۱۵- هارو. ج. آیتا (۶۶۶۸) طبقه بندی هدف‌های تربیتی، ترجمه کیامنش، نشر آموزش و پرورش، هیوود، اوقات فراغت، ترجمه محمد احسانی، تهران، نشر امید دانش.
- ۱۶- هیوود، کاتلین ام، (۳۳۸۳) رشد و تکامل حرکتی در طول عمر، ترجمه مهدی نمازی زاده، محمد علی اصلانخانی، تهران، نشر سمت.
- ۱۷- یوسفی، سهیلا (۰۰۸۰) تأثیر بازی‌های دبستانی لا لاب لا لالا لالا لالا لالا آموزش دختر سال سوم، مقطع دلالان، منطقه ۸ تهران، پایان نامه لارشناسی ارشد، دانش لا تهران.
- ۱۸- پایه و گریگوری، ایساکس لاری دی (۴۴۸۴) رشد حرکتی انسان رویکردی در طول عمر، ترجمه حسن خلجی، داریوش خواجوی، ناشلا: دانشگاه اراک.
- ۱۹- رهبا لالا، حسن (۳۳۷۷) تأثیر یک دوره برلامه حرکتی ویژه بر توانایی‌های ادراکی حرکتی دانش آموزان پسر عقب لاندۀ ذهنی آموزش پذیر ۰۰ تا ۳۳ ساله شهر لا لان، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران.
- ۲۰- شجاعی، معصومه (۶۶۸۶) رشد حرکتی (مهارت های حرکتی برای کودکان)، انتشار. دانشگاه امام حسین، ویرایش. تهران.
- ۲۱- کوثری سع، حمایت طلب رسول، عرب عامری الهه، کیهانی فاطمه (۱۱۹۱) تأثیر تمرینات بدنی منتخب بر رشد مهارت‌های حرکتی درشت کودکان مبتلابه اختلال نارسایی توجه، لایش فلا، نشریه رفتار حرکتی شماره ۱۱.
- ۲۲- نظریان، علی (۳۳۸۲) بررسی تأثیر آموزش‌های پیش دبستانی بر مهارت‌های حرکتی پایه پسران منطقه ۹ تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران.
- ۲۳- ملانوروزی، کیوان (۶۶۸۶) تأثیر برنامه حرکتی منتخب بر رشد مهارت‌های بنیادی کودکان پسر ۴ تا ۶ ساله، پایان نامه کارشناسی ارشد، اراک، دانشکده تربیت بدنی دانشگاه اراک.
- ۲۴- مطهریان، ابراهیم (۶۶۸۶) تأثیر برنامه تمرینی منتخب بر مهارت‌های حرکتی پایه پسران پیش دبستانی شهرستان نیشابور، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، گرلا رفتار حرکتی.
- ۲۵- یوسفی، شهلا (۱۱۸۱) تأثیر بازی های پیش دبستانی م لالاب بر رشد حرکتی دانش آموزان دختر سال دوم دبستان منطقه تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- ۱- Fisher. A, Reilly. JJ, Kelly. LA, Montgomery.C, Williamson. A, Paton. JY, Grent. S. (۲۰۰۶). Fundamental movement skills and habitual physical activity in young children. Journal Medicines Science Sports Exercise, Apr ۷۷(۴) PP:۶۸۴-۶۸۸.
- ۲- Butterfield, S.A, & Loovis, M. (۱۹۹۴). Influence of age, sex, balance, and sport participation on development of kicking by children in grades K-۸. Perceptual and Motor Skills, ۷۹, ۶۹۱-۶۹۷.
- ۳- Cliff D.P, Barnett L M, Okely AD (۲۰۱۰): Fundamental movement skills in children and adolescents: review of associated health benefits. Sports Med, ۴۰(۱۲):۱۰۱۹-۱۰۳۵.
- ۴- Cliff, D. P, Okely, A. D. & Magarey, A. M. (۲۰۱۱). Movement skill mastery in a clinical sample of overweight and obese children. International Journal of Pediatric Obesity, ۶ (۵-۶), ۴۳۳-۴۷۵.
- ۵- Cliff D. P. Okely A. D. Morgan. P. J. Jones. R. A. Steele J. R. & Baur, L. A. (۲۰۱۱). Proficiency deficiency: mastery of fundamental movement skills and skill components in overweight and obese children.
- ۶- Cliff, D P. Okely A D Smith, L. & Mckeen, K (۲۰۰۹). Relationships between fundamental movement skills and objectively measured physical activity in prschool children. Pediatric Exercise Science ۲۱ (۴) ۴۳۶-۴۳۹.
- ۷- Delli et al (۲۰۰۶) Implementing intervention movement programs for kindergarten children. Journal of Early Childhood Research
- ۸- Fisher A, Reilly J, Kelly L, et al March (۲۰۱۱). Fundamental movement skills and habitual physical activity in young children. Med Sci Sports Exerc. ۳۷:۶۸۴-۶۸۸.
- ۹- Hands, B. P. & Parker, H. (۲۰۰۳). The relationship between motor skill, fitness and physical activity in young children. Paper presented at the Our Children the Future Early Childhood Conference. Adelaide, SA, ۱-۴ May.
- ۱۰- Hitzcromoblz. (۱۹۹۷). Physical performance in relation to age, sex, social class and sport activity in kinder garden and elementary school. Perceptual and Motor Skill. ۱۲(۳).



پرویشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی



پروپوزیشن کاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی



پرویشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی