



## Comparison of the Effect of a Course of Movement, Traditional and Educational Games on Movement Skills and Anxiety of Children

Hafseh Taghani <sup>1</sup>, Ali Mostafaloo <sup>2\*</sup>, Hosein Khedri<sup>3</sup>

1- MSc. Department of Educational Sciences Gonbad Kavoods Branch, Islamic Azad University, Gonbad Kavoods, Iran.

2- Assistant Professor in Department of Physical Education, Gonbad Kavoods Branch, Islamic Azad University, Gonbad Kavoods, Iran.

3- Assistant Professor, Department of Educational Science, Gonbad Kavoods Branch, Islamic Azad University, Gonbad Kavoods, Iran.

**Corresponding Author:** Assistant Professor in Department of Physical Education, Gonbad Kavoods Branch, Islamic Azad University, Gonbad Kavoods, Iran.

**E-mail:** [a.mostafaloo@gmail.com](mailto:a.mostafaloo@gmail.com)

Received: 7 Sep 2023

Accepted: 13 Jan 2024

### Abstract

**Introduction:** Because childhood is very important and movement skills grow faster in this period. For this reason, the purpose of this study was to compare the effect of a course of movement, educational, and traditional games on movement skills and anxiety of children.

**Methods:** For this purpose, 40 children of six years were selected and randomly divided into four groups including movement games (n=10), traditional games (n=10) educational games (n=10), and control (n=10). Before and after an eight-week training period, Ulrich-3 large motor development test and anxiety questionnaire were measured.

**Results:** The result showed that the intervention (playing games) increased motor skills ( $P \leq 0.05$ ;  $F=210/685$ ) and Reduced anxiety ( $P \leq 0.05$ ;  $F=24.875$ ) of subjects had a significant effect.

**Conclusions:** According to the results of the research, it can be said that physical, educational, and traditional games can develop motor skills and reduce anxiety in preschool children due to their practice and content. Be a primary school.

**Keywords:** Anxiety, Motor skills, Ulrich-3 test, Educational games, Movement games.



## مقایسه اثر یک دوره بازی های حرکتی، سنتی و آموزشی بر مهارت های حرکتی و اضطراب کودکان

حفصه تاقانی<sup>۱</sup>، علی مصطفی لو<sup>۲\*</sup>، حسین خدری<sup>۳</sup>

۱- کارشناس ارشد گروه علوم تربیتی، واحد گنبد کاووس، دانشگاه آزاد اسلامی، گنبد کاووس، ایران.

۲- استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد گنبد کاووس، دانشگاه آزاد اسلامی، گنبد کاووس، ایران.

۳- مدرس گروه علوم تربیتی، واحد گنبد کاووس، دانشگاه آزاد اسلامی، گنبد کاووس، ایران.

نویسنده مسئول: استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد گنبد کاووس، دانشگاه آزاد اسلامی، گنبد کاووس، ایران.  
ایمیل: a.mostafaloo@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۶/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۲۴

### چکیده

**مقدمه:** از آن جایی که دوران کودکی اهمیت زیادی دارد و مهارت های حرکتی سریع تر در این دوره رشد می کند. به همین دلیل هدف از این مطالعه مقایسه اثر یک دوره بازی های حرکتی، آموزشی و سنتی بر مهارت حرکتی و اضطراب کودکان بود.

**روش کار:** به همین منظور ۴۰ کودک شش سال انتخاب و در چهار گروه بازی های حرکتی ( $n=10$ )، بازی های آموزشی ( $n=10$ )، بازی های سنتی ( $n=10$ ) و کنترل ( $n=10$ ) به صورت تصادفی تقسیم شدند. قبل و پس از دوره تمرینی هشت هفته ای آزمون های رشد حرکتی درشت اولریخ-۳ و پرسشنامه اضطراب اسپنس (۱۹۹۹)، به ترتیب برای سنجش مهارت حرکتی و اضطراب کودکان گرفته شد. برای تجزیه و تحلیل آماری داده ها و برای بررسی تفاوت بین گروه ها از آزمون آماری کوواریانس و آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده گردید.

**یافته ها:** نتیجه نشان داد که مداخله (تمرین بازی ها) بر افزایش مهارت های حرکتی ( $F = 210/685; P < 0/05$ ) و کاهش اضطراب ( $F = 24/875; P < 0/05$ ) آزمودنی ها تاثیر معنی دار داشت.

**نتیجه گیری:** با توجه به نتایج حاصل از تحقیق، می توان عنوان کرد که بازی های حرکتی، آموزشی و سنتی به علت داشتن فرصت تمرینی و از نظر محتوایی می تواند موجب رشد مهارت های حرکتی و کاهش اضطراب کودکان شود.

**کلیدواژه ها:** اضطراب، مهارت های حرکتی، آزمون اولریخ-۳، بازی های حرکتی، بازی های آموزشی.

### مقدمه

دوران کودکی یکی از مهم ترین دوران می باشد، که در این دوران اساس دانش، مهارت و نگرش کودک شکل می گیرد و پایدارترین و پرشورترین تجربه را برای کودک فراهم می سازد (۱). اندیشمندان زیادی بر این باور هستند که آموزش و تربیت کودکان سه تا شش ساله در موفقیت آن ها در دوره های بعدی آموزشی نقش حیاتی ایفا می کند (۲). که طبق بررسی ها و پژوهش ها مشخص شده که حدود ۳۲ درصد شخصیت کودک در شش سال اول زندگی او صورت

می گیرد (۳). بنابراین، آموزش ها در این سنین باید طبق دوران کودکی و امیال فطری کودک صورت گیرد و با علاقه های کودک که همان میل به بازی است همسو باشد (۲). کودک در این دوره تجربه های اولیه و مهارت های پایه ای را به دست می آورد که در دیگر مراحل زندگی اهمیت زیادی خواهد داشت (۴). مهم ترین این مهارتها، مهارتهای حرکتی است که این مهارتها به سه دسته مهارتهای استواری یا قامت (شامل راه رفتن روی چوب موازنه و حفظ تعادل روی یک پا)، مهارتهای جابجایی (مانند دویدن و

پربیدن) و مهارتهای دستکاری (مانند پرتاب کردن، دریافت کردن) تقسیم می شوند (۵). در حرکات بنیادی دست کاری (استواری، جابجایی و دستکاری) به ارتباط فرد با اشیا نیاز است و شامل دو دسته حرکات دستکاری ظریف و درشت می باشد (۶-۷).

بازی در این دوره، به کودکان اجازه می دهد تا مهارتهای حرکتی خود را تجربه کنند (۸) و تجربه های خود را با رفتارهای اجتماعی و تجربی، شبیه سازی زمینه های جایگزین و پیامدهای مثبت و منفی مختلف رفتار خود را در یک محیط امن پیدا کنند (۹). کودکان مهارت فیزیکی، اجتماعی، کنجکاوی، نوآوری، مهارت های حل مسئله، انعطاف پذیری و جاه طلبی را از راه بازی به دست می آورند (۱۰). بازی های زیادی برای رسیدن به اهدافی مثل رشد مهارت حرکتی طراحی شده است به عنوان مثال حکمت نژاد و همکاران (۱۳۹۹) گزارش کردند که اجرای بازی های آزاد و هدفمند بر رشد مهارت های حرکتی آزمودنی ها کمک می کند (۱۱) و هم چنین علیخانی و همکاران (۱۳۹۷)، به این نتیجه رسیدند که بازی های حرکتی خلاق در بهبود مهارت های حرکتی بنیادی کودکان موثر است (۱۲). امروزه سبک زندگی مدرن و صنعتی شدن در عصر حاضر، زندگی آپارتمان نشینی و استفاده بیشتر از تلویزیون و تبلت، باعث بی تحرکی بسیاری از کودکان شده است (۱۳). هم چنین تغییر در روش های زندگی مردم، زیاد شدن شهرنشینی، صنعتی شدن و پیدایش فناوری های جدید، بسیاری از بازی های سنتی را حذف یا به حاشیه برده است، و این بازی ها نقش مهمی را در پرکردن اوقات فراغت کودکان امروزه ایفا نمی کند (۱۴). از آن جایی که کودکان سرمایه های ارزشمند و آینده سازان هر جامعه می باشند، به همین دلیل بارور کردن آموزش های دوران کودکی به عنوان پیش نیاز برای ورود به مراحل بعدی زندگی، اهمیت فراوان دارد (۱۵). کودکان در این سن به دلیل پایین بودن سطح تفکر انتزاعی قادر نیستند هیجانات و احساسات خود را بیان کنند (۱۶) و ۹/۵ تا ۱۴/۵ درصد کودکان در این دوران از نظر عاطفی و روان شناختی مشکلات زیادی پیدا می کنند (۱۷) که یکی از شایع ترین این مشکلات دوران کودکی و نوجوانی اختلالات اضطرابی است (۱۸). براساس نظر روگرز اضطراب از سال های اولیه کودکی و هنگامی که رفتارها و احساسات کودک دائم از طرف اطرافیان خود به خصوص والدین مورد بررسی قرار می گیرد، شکل می گیرد و ماهیت اضطراب و ترس طوری است که به تدریج کودک را در دنیای تنهایی خود می برد و موجب ایجاد فاصله بین

برداشت او از خود واقعی و خود ایده آل اش، می شود (۱۹). در واقع اضطراب یک احساس مبهم و ناخوشایندی است که ممکن است در سال های آینده بر توانایی و کارکرد اجتماعی، عاطفی و تحصیلی تاثیر منفی بگذارد. اضطراب در کودکان به شیوه های گوناگونی ظاهر می شود که رایج ترین آن ها به این صورت است که کودک استرس دارد خود یا خانواده اش دچار آسیب شوند و یا کودک دچار ترس غیر واقعی می شود. علائم فیزیولوژیک، احساسی و رفتاری ناشی از اضطراب به شیوه های مختلفی بروز می کند از رایج ترین علائم اضطراب می توان به بی خوابی، سردرد، بی اشتها، کشش عضلانی و تحریک پذیری اشاره کرد (۱۷). بسیاری از کودکانی که به اختلال های اضطرابی مبتلا هستند و کسانی که نشانه های اضطراب را در حد خفیف تر در سن کم تجربه می کنند تا دوران نوجوانی و بزرگسالی نیز این مشکلات مربوط به سازگاری را خواهند داشت (۲۰). کودکان مضطرب برای برقراری ارتباط با دیگران کمتر از کلام استفاده می کنند و می ترسند که مورد قضاوت دیگران قرار گیرند (۱۹). به همین دلیل، بازی ابزاری است که کودک به وسیله آن خود را بیان می کند و از طریق بازی می توانند، موانع شان را کاهش و احساسات خودشان را بهتر نشان دهند. بازی باعث ارتباط افکار درونی کودک با دنیای خارجی او شده و موجب می شود تا اشیای خارجی را تحت کنترل خود درآورد (۲۱).

با جستجوهای انجام شده مشخص گردید که بیشتر مطالعات صورت گرفته غالباً روی یک نمونه از بازی ها می باشد (۱۸، ۱۷، ۲۰، ۱۹)، و مطالعات اندکی روی بازی های حرکتی، سنتی و آموزشی صورت گرفته است و از طرفی دیگر مطالعه ی همزمان و به صورت مقایسه ای در خصوص اثر بازی های حرکتی، سنتی و آموزشی بر مهارت های حرکتی و اضطراب صورت نگرفته است. با توجه به افزایش روزافزون بازی های رایانه ای و همچنین کاهش فعالیت جسمانی به دلایل مختلف مانند کمبود فضا، ارائه فعالیت های مناسب در مراکز آموزشی ضروری است. از این رو در مدارس و منازل تعیین شاخص های فعالیت بدنی کودکان با هدف کمک به رشد جسمی- حرکتی و اجرای برنامه های مداخله ای جهت کاهش استرس و اضطراب امری ضروری به نظر می رسد. با توجه به اینکه این بازی ها سطوح گوناگونی دارد و هر کدام به نحوی دستگاه عصبی را فعال، توانایی حرکتی را افزایش می دهند (۱۶). در حال حاضر مهم است که کودکان نه تنها از لحاظ تحصیلی و ذهنی، بلکه از نظر جسمانی نیز برای مدرسه آماده شوند

استفاده گردید.

### روش کار

معیارهای ورود داوطلبان به پژوهش شامل کلیه کودکان شش سال دوره پیش دبستانی که از سلامت جسمانی و روانی برخوردار بودند و هیچ گونه سابقه بیماری و یا مصرف دارو نداشتند. والدین آزمودنی ها پس از پر کردن فرم رضایت نامه، اطلاعات فردی و پرسش نامه سلامت و آشنا شدن با طرح پژوهش، آمادگی خود را اعلام کردند و از آن ها خواسته شد به منظور اجرای آزمون های مورد نظر همکاری لازم را انجام دهند. سپس از تمام آزمودنی ها پیش آزمون گرفته شد. طول دوره تمرینی پژوهش حاضر هشت هفته و هر هفته دو جلسه به مدت ۴۵ دقیقه بود. تمرین گروه تجربی شامل سه بخش گرم کردن به مدت ۱۲ دقیقه، اجرای بازی های هر جلسه به مدت ۲۳ دقیقه و سرد کردن به مدت ۱۰ دقیقه بود. بدنه اصلی تمرین بازی های مهارت حرکتی (۲۴)، بازی های سنتی (۱۶، ۲۵) و بازی های آموزشی (۲۶) بود. که در جداول ۱، ۲ و ۳ ارائه گردیده است.

(۲۲). از این رو با توجه به اهمیت دوران کودکی و مطالبی که عنوان شد ضرورت دارد که پژوهش هایی در زمینه عملکرد بهتر این دوران صورت گیرد و از آن جایی که کودکان علاقه زیادی به بازی دارند و از طریق بازی به مفاهیم زیادی دسترسی پیدا می کنند، این پژوهش در صدد پاسخگویی به این سوال می باشد که آیا اجرای بازی های حرکتی، سنتی و آموزشی بر مهارت های حرکتی و اضطراب کودکان پیش دبستانی اثر دارد؟

پژوهش حاضر به صورت نیمه تجربی و میدانی اجرا شد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه کودکان پیش دبستانی شهرستان کلاله تشکیل دادند. که براساس روش نمونه گیری تصادفی هدفدار و در دسترس ۴۰ کودک دارای سن ۶ سال انتخاب شدند، و به صورت تصادفی در چهار گروه بازی های حرکتی ( $n=10$ )، بازی های سنتی ( $n=10$ )، بازی های آموزشی ( $n=10$ ) و کنترل ( $n=10$ ) قرار گرفتند.

### ابزار

شاخص های تن سنجی شامل (قد، وزن، سن)، آزمون رشد مهارت های حرکتی با استفاده از آزمون اولریخ-۳ (۶)، اضطراب با استفاده از پرسشنامه مقیاس اضطراب کودکان پیش دبستانی اسپنس ۲ (۲۳) که توسط والدین تکمیل شد،

جدول ۱. بازی های حرکتی

جلسه	نوع بازی	هدف
۱	بازی آزاد	آشنایی با بچه ها و ارتباط با آن ها
۲	راه رفتن بر روی خط مستقیم، راه رفتن با پاشنه و پنجه پا بر روی مسیرهای رسم شده بر روی زمین	حفظ تعادل و تقویت عضلات ظریف و درشت پا
۳	راه رفتن مثل حیوانات مختلف مثل (اردک، خرگوش)، لیلی کردن و دویدن در مسیرهای مشخص شده	تقویت عضلات پا
۴	پريدن باجفت پا، زدن توپ به زمین و گرفتن آن	تقویت عضلات دست و پا
۵	لیلی کردن، بپر روی بشقاب های کاغذی، انداختن توپ به هوا و گرفتن آن	افزایش استقامت پا و تقویت عضلات دست و پا
۶	نقاشی با دو دست، قیچی کردن دور اشکال هندسی، ضربه زدن دو دستی به توپ ایستا	افزایش قدرت عضلانی دستها
۷	راه رفتن به عقب، تعادل روی یک پا، حمل فنجان بدون ریختن آب	افزایش مهارت در تعادل
۸	زدن توپ به زمین و گرفتن آن، لیلی کردن، انداختن توپ به هوا و گرفتن آن	تقویت مهارت های حرکتی
۹	دویدن در یک مسیر مشخص، والیبال بازی کردن با بادکنک و ضربه به بادکنک در حال پرواز	افزایش قدرت عضلانی دست و پا
۱۰	راه رفتن بر روی زمین همراه توپ در جهت های مختلف، پرتاب توپ به طرف دیوار	افزایش قدرت عضلانی دست، هماهنگی چشم و دست
۱۱	پرش به صورت زیگزاگ در اندازه های بزرگ و کوچک، ضربه به توپ با پا	افزایش قدرت عضلانی پا، افزایش مهارت کنترل کردن
۱۲	پريدن کاغذ با دست برتر و غیر برتر، نقاشی با دو دست، پرتاب توپ با دو دست	تقویت مهارت های حرکتی ظریف دست
۱۳	پرتاب توپ با یک دست و دو دست به سمت جلو و عقب، در حالت ایستاده و نشسته، بپر روی بشقاب های کاغذی	افزایش قدرت عضلانی شانه، بازوها، هماهنگ کردن عضلات دست ها، کنترل کردن نیرو
۱۴	دریبل درجا با توپ با دو دست و یک دست و دریبل درجا با پا	افزایش قدرت عضلانی دست و پا و کنترل کردن نیرو
۱۵	راه رفتن بر روی زمین در جهت های مختلف به همراه توپ، پرش به صورت زیگزاگ	افزایش مهارت کنترل کردن، تقویت مهارت های حرکتی
۱۶	اجرای پس از آزمون	جمع بندی کلیه بازی های اجرا شده و اجرای پس آزمون

جدول ۲: بازی‌های آموزشی

جلسه	نوع بازی	هدف
۱	بازی آزاد	اجرای پیش‌آزمون، آشنایی و ایجاد رابطه با بچه‌ها
۲	نقاشی تصویر خود، عروسک‌های قاشقی	تقویت توجه و گوش کردن با استفاده از مشارکت فعال کودک، اهمیت احساسات
۳	حباب صابون، چی یادت میاد	تقویت مهارت‌های کلامی و غیر کلامی، ایجاد انگیزه
۴	انجام دادن یک کار هنری (کولاژ)، عروسک‌های خیمه شب بازی	پردازش و تقویت شناخت خود، ارتباط بین فردی و گروهی، شناسایی و کنترل خود
۵	قصه‌گویی، بازی پانتومیم احساسات	تقویت درک مفاهیم و پردازش آنها، تقویت بیان مناسب احساس
۶	داستان سازی با کارت تصویر، نمایش عروسکی	توانمندسازی کودکان در افزایش مهارت واژگان شفاهی، شناخت نقش افکار
۷	شن بازی، پیدا کردن تفاوت و تشابه دو شکل	تشخیص شکل از زمینه، طبقه‌بندی اجسام بر حسب شکل و اندازه
۸	بازی لیلی دسته جمعی به همراه شعر خواندن، بازی با جهت‌ها	افزایش مهارت‌های حرکتی، تقویت حافظه
۹	چیدن دومینو، ساخت و تکمیل پازل‌ها	تقویت حافظه، افزایش هماهنگی چشم و دست
۱۰	بریدن و چسباندن گلها، نخ کردن مهره‌ها طبق الگو	
۱۱	پانتومیم احساسات، پیدا کردن تفاوت و تشابه دو شکل	تقویت بیان مناسب احساس، تشخیص شکل
۱۲	ساخت و تکمیل پازل‌ها، بازی بیین و بگو براساس تصویر کتاب	افزایش خودکارآمدی، تقویت حافظه
۱۳	چیدن دومینو، بازی جدا کردن تصاویر با توجه به صدای ابتدا و انتها	افزایش مهارت در دقت و تمرکز
۱۴	کولاژ، عروسک‌های خیمه شب بازی، قصه‌گویی	تقویت تواناییها و نقاط قوت خود، تقویت درک مفاهیم
۱۵	ساختن مجسمه‌هایی از گل و بیان داستان در مورد مجسمه‌های ساخته شده توسط هر یک از اعضا، نخ کردن مهره‌ها طبق الگو	بیان احساسات، افزایش دقت
۱۶	اجرای پس‌آزمون	جمع‌بندی کلیه بازی‌های اجرا شده و اجرای پس‌آزمون

جدول ۳: بازی‌های سنتی

جلسه	نوع بازی	هدف
۱	بازی آزاد	آشنایی و ایجاد رابطه با بچه‌ها، اجرای پیش‌آزمون
۲	ماشین سواری، گرگم به هوا	استقامت قلبی تنفسی، رشد مهارت‌های حرکتی ظریف و درشت، بهبود عمل و عکس‌العمل
۳	نجات خرگوش‌ها، هفت سنگ	استقامت عضلانی، قدرت عضلانی، سرعت حرکت، سرعت عکس‌العمل، ایجاد روحیه همکاری، نشانه‌گیری و سرعت و دقت
۴	حلقه برون، پرتابه	تقویت دقت و تمرکز، رشد هماهنگی، نشانه‌گیری و دقت
۵	با چشم بسته توپ بیار، قایم باشک	افزایش دقت و توجه، آگاهی فضایی، تعادل، غنی کردن روابط و سرعت
۶	موشک پرده، شش خانه	انعطاف پذیری، قدرت عضلانی، حفظ تعادل و تقویت عضلات پا
۷	سطل آب، موش و گربه	تعادل پویا، سرعت حرکت، کنترل بینایی حرکتی، تقویت عضلات
۸	گل و سنبل، آسیابچرخ	استقامت قلبی تنفسی، آشنایی با مفهوم جمع و باز شدن، غنی کردن روابط و سرعت
۹	کانگرو، نون بیار- کباب ببر	آگاهی فضایی، افزایش توانایی برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری
۱۰	حلقه موج، وسطی	هماهنگی چشم و دست، سرعت عکس‌العمل، انعطاف پذیری
۱۱	پرتوپ، طناب بازی	انعطاف پذیری، افزایش قدرت عضلانی
۱۲	بیر روی جعبه، عمو زنجیر باف	سرعت حرکت، استقامت عضلانی، قدرت عضلانی، هماهنگی
۱۳	توپ رو برسون، خرگوش و روباه	انعطاف پذیری، هماهنگی چشم و دست، سرعت عکس‌العمل
۱۴	لی توپ، گل یا پوچ	استقامت عضلانی، تعادل، هماهنگی چشم و دست، قدرت عضلانی
۱۵	قطار بازی، طنابکشی	رشد مهارت‌های حرکتی ظریف و درشت، هماهنگی
۱۶	اجرای پس‌آزمون	جمع‌بندی کلیه بازی‌های اجرا شده و اجرای پس‌آزمون

روش اندازه گیری متغیر

آزمون الریخ ۳: (TGMD-3)

آسیب اجتماعی (به عنوان یک هراس خاص) و وسواس بی اختیاری (جبری) را در سنین ۳ تا ۷ سال را ارزیابی می کند. از جمع کل این ۶ زیر مقیاس، نمره کلی اضطراب به دست می آید. پس از ۳۸ ماده، پرسشی در مورد تجربه کودک از رویدادهای آسیب زا وجود دارد که به آن نمره داده نمی شود اما اگر کودک تجربه چنین رویدادی را داشته باشد با نشانه های اختلال پس ضربه ای دنبال می شود و نمره این ۵ ماده در محاسبه نمره کل قرار نمی گیرد. و تنها برای توجه بالینی به این اختلال آورده می شود. ارزیابی روان سنجی این مقیاس نتایج مثبتی داشته است. هم سانی درونی زیرمقیاس ها، هم بستگی بین نتایج به دست آمده از پدران و مادران، تحلیل های ماده - کل و هم بستگی های بازآزمایی، بیانگر اعتبار آزمون می باشد. تحلیل عاملی، هم بستگی با زیرمقیاس ابزارهای پیشین مثل فهرست رفتاری کودک (آشنباخ و رسکولا ۲۰۰۲) و مقایسه نتایج گروه کودکان مبتلا به اختلال های اضطرابی و کودکان به هنجار تاییدی بر روایی مقیاس می باشد (۲۳). روایی و پایایی این مقیاس توسط ناتا و همکاران (۲۰۰۳) مورد ارزیابی قرار گرفته است میزان موافقت بین والد- فرزند در گروه اضطرابی در دامنه ای از ۰/۴۱ تا ۰/۶۶ و در گروه کنترل ۰/۲۳ تا ۰/۶۰ گزارش شد.

روش آماری

از آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) برای توصیف داده ها استفاده شد. از آزمون شاپیروویلک برای تعیین طبیعی بودن توزیع متغیرهای موجود در تحقیق، به کار گرفته شد. و برای بررسی تفاوت بین گروه ها از آزمون آماری ANOVA و آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد. کلیه عملیات آماری توسط نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ انجام گردید و سطح معنی داری آزمون ها  $P < 0/05$  در نظر گرفته شد.

این آزمون در سال (۲۰۰۰) توسط الریخ منتشر شد که مهارت های حرکتی درشت را در رده ی سنی سه تا ده سال اندازه گیری می کند. آزمون اولریخ شامل شش مهارت جابجایی و هفت مهارت دستکاری می باشد. که هر مهارت دارای سه تا پنج معیار، در دو کوشش رسمی می باشد که برای هر معیار در صورت انجام دادن نمره یک یا در صورت انجام ندادن نمره صفر ثبت می شود و در آخر همه با هم جمع می شود. نمره کلی خرده آزمون جابجایی بین صفر تا ۵۴ می باشد. نتایج تحقیق وبستر و اولریخ (۲۰۱۷) نشان می دهد که همبستگی سنی متوسط تا بالایی را در مهارت های توپی (۰/۴۷) و جابجایی (۰/۳۹) دارد. همسانی درونی در همه گروه های سنی خیلی زیاد بود (۸).

ضریب پایایی آزمون - باز آزمون برای مهارت جابجایی (۰/۹۷)، اولریخ ۳ (۰/۹۷) و کل (۰/۹۵) بالا و روایی سازه مهارت های توپی از طریق تحلیل عاملی تایید شده است. روایی محتوایی، صوری و سازه آزمون اولریخ ۳ توسط ولتینی، جانل و وبستر (۲۰۱۶) برای کودکان برزبلی تایید شده است. هم چنین در پژوهش آنها تایید شد که پایایی درون ارزیاب (۰/۶۰ تا ۰/۹۰) و بین ارزیاب (۰/۸۵ تا ۰/۹۹) و آزمون - باز آزمون (جابجایی ۰/۹۳ و مهارت های توپی ۰/۸۱) است.

روش اندازه گیری مقیاس اضطراب

این مقیاس توسط اسپنس (۱۹۹۹) برای ارزیابی اضطراب کودکان طراحی شده است که توسط والدین تکمیل می شود. براساس اختلال های اضطرابی چهارمین نظام تشخیصی و آماری اختلالات روانی تهیه شده است و دارای ۳۸ ماده می باشد که نشانه های مرضی اضطراب جدایی، اضطراب تعمیم یافته (فراگیر)، هراس اجتماعی، ترس از

یافته ها

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر در متغیر مهارت های حرکتی آزمودنی ها

منبع تغییرات	آماره ی	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
زمان	۲۲۶۴/۱۵	۰/۰۰۰۰۱	۰/۹۸۴	۱/۰
تعامل زمان و گروه	۲۰/۶۸۵	۰/۰۰۰۰۱	۰/۹۴۶	۱/۰
گروه	۵۶/۱۵۳	۰/۰۰۰۰۱	۰/۸۲۴	۱/۰

تفاوت معناداری داشته است ( $F_{(۳۳/۳۶)} = ۲۱۰/۶۸۵$ ;  $P < ۰/۰۰۱$ ) هم چنین این جدول نشان می دهد که فرض برابری میانگین مهارت های حرکتی آزمودنی ها در گروه های کنترل، حرکتی، آموزشی و سنتی تأیید نمی شود ( $P < ۰/۰۰۱$ );  $F_{(۳۳/۳۶)} = ۵۶/۱۵۳$  به عبارت دیگر بین میانگین مهارت های حرکتی گروه های کنترل، حرکتی، آموزشی و سنتی تفاوت معنادار وجود دارد.

همان طور که در جدول ۴ مشاهده می شود بین نمرات مهارت های حرکتی آزمودنی ها در پیش آزمون و پس آزمون بدون توجه به وضعیت گروه، تفاوت معنادار وجود دارد ( $F_{(۱۷/۳۶)} = ۲۲۶۴/۵۱$ ;  $P < ۰/۰۰۱$ )، هم چنین این جدول نشان می دهد که وضعیت تغییر نمرات مهارت های حرکتی آزمودنی ها از پیش آزمون به پس آزمون در چهار گروه کنترل، حرکتی، آموزشی و سنتی (تعامل زمان و گروه)

جدول ۵: نتایج مقایسه گروه ها به تفکیک پیش آزمون و پس آزمون در متغیر مهارت های حرکتی

نتیجه (تفاوت معنادار)	فاصله اطمینان ۹۵٪		سطح معناداری	اختلاف میانگین	گروه	زمان
	حد بالا	حد پایین				
وجود ندارد.	۴/۹۰	-۲/۷	۱/۰	۱/۰	حرکتی	پیش آزمون
وجود ندارد.	۶/۸۰	-۰/۸۰	۰/۲۰۴	۳/۰	آموزشی	
وجود ندارد.	۵/۱	-۲/۵۰	۱/۰	۱/۳۰	سنتی	
وجود ندارد.	۵/۷۰	-۱/۹۰	۱/۰	۱/۹۰	آموزشی	
وجود ندارد.	۴/۰	-۳/۶	۱/۰	۰/۲۰	سنتی	
وجود ندارد.	۲/۱۰	-۵/۵۰	۱/۰	-۱/۷۰	آموزشی	
وجود دارد.	-۲۶/۲۳	-۳۴/۹۷	**۰/۰۰۰۰۱	-۳۰/۶۰	حرکتی	پس آزمون
وجود دارد.	-۲۰/۶۳	-۲۹/۳۷	**۰/۰۰۰۰۱	-۲۵/۰۰	آموزشی	
وجود دارد.	-۲۴/۱۳	-۳۲/۸۷	**۰/۰۰۰۰۱	-۲۸/۵۰	سنتی	
وجود دارد.	۹/۹۷۴	۱/۲۲۶	*۰/۰۰۰۰۶	۵/۶۰	آموزشی	
وجود ندارد.	۶/۴۷۴	-۲/۲۷۴	۱/۰	۲/۰۱	سنتی	
وجود ندارد.	۰/۸۷۴	-۷/۸۷۴	۰/۱۹۱	-۳/۵۰	آموزشی	

\* در سطح خطای ۵ درصد معنادار است. \*\* در سطح خطای درصد معنادار است.

گروه حرکتی و آموزشی اختلاف معنادار وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۵$ ) و اختلاف میانگین و فاصله اطمینان بدست آمده نشان می دهد که میانگین مهارت های حرکتی گروه حرکتی بیشتر از گروه آموزشی است. بین میانگین مهارت های حرکتی گروه حرکتی و آموزش تفاوت معنادار وجود ندارد ( $P > ۰/۰۰۵$ ) هم چنین بین میانگین مهارت های حرکتی گروه های آموزشی و سنتی نیز تفاوت معنادار وجود ندارد ( $P > ۰/۰۰۵$ ).

همان گونه که در جدول ۵) مشاهده می شود در پیش آزمون بین میانگین وزن هیچ یک از گروه های تمرینی تفاوت معنادار وجود ندارد ( $P > ۰/۰۰۵$ ). در پس آزمون بین میانگین مهارت های حرکتی گروه کنترل و سایر گروه ها تفاوت معنادار وجود دارد ( $P < ۰/۰۰۱$ )، بررسی اختلاف میانگین و فاصله اطمینان بدست آمده نشان می دهد که میانگین مهارت های حرکتی گروه کنترل کمتر از میانگین مهارت های حرکتی سایر گروه هاست. هم چنین این جدول نشان می دهد بین میانگین مهارت های حرکتی



جدول ۶: نتایج تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر در متغیر اضطراب آزمودنی ها

منبع تغییرات	آماره ی	df	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
زمان	۱۵۲/۸۰۳		۰/۰۰۰۰۱	۰/۸۰۹	۱/۰
تعامل زمان و گروه	۲۴/۸۵۷	۳	۰/۰۰۰۰۱	۰/۶۷۴	۱/۰
گروه	۲/۰۷۷	۳	۰/۲۰	۰/۴۸۷	۰/۷۳

نشان می دهد که فرض برابری میانگین اضطراب آزمودنی ها در گروه های کنترل، حرکتی، آموزشی و سنتی تأیید می شود ( $F_{(۳,۳۳۶)} = ۲/۰۷۷; P > ۰/۰۵$ ) به عبارت دیگر بین میانگین اضطراب گروه های کنترل، حرکتی، آموزشی و سنتی تفاوت معنادار وجود ندارد. جدول ۷ نتایج مقایسه های دو به دو گروه ها با آزمون بونفرونی در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون را نشان می دهد.

همان طور که در جدول (۶) مشاهده می شود بین نمرات اضطراب آزمودنی ها در پیش آزمون و پس آزمون بدون توجه به وضعیت گروه، تفاوت معنادار وجود دارد ( $F_{(۳,۳۳۶)} = ۱۱۵۲/۸۰۳; P > ۰/۰۱$ ). هم چنین این جدول نشان می دهد که وضعیت تغییر نمرات از پیش آزمون به پس آزمون در چهار گروه کنترل، حرکتی، آموزشی و سنتی (تعامل زمان و گروه) تفاوت معناداری داشته است ( $F_{(۳,۳۳۶)} = ۲۴/۸۵۷; P < ۰/۰۵$ ). هم چنین این جدول

جدول ۷: نتایج مقایسه گروه ها به تفکیک پیش آزمون و پس آزمون در متغیر اضطراب

زمان	گروه	اختلاف میانگین	سطح معناداری	فاصله اطمینان ۹۵٪		نتیجه (تفاوت معنادار)
				حد پایین	حد بالا	
پیش آزمون	حرکتی	۰/۴۰	۱/۰۰	-۱۳/۲۶	۱۲/۴۶	وجود ندارد.
	کنترل	۳/۰۰	۱/۰۰	-۱۵/۸۶	۹/۸۶	وجود ندارد.
	سنتی	۳/۴۰	۱/۰۰	-۹/۴۶	۱۶/۲۶	وجود ندارد.
	آموزشی	۲/۶۰	۱/۰۰	-۱۵/۴۶	۱۰/۲۶	وجود ندارد.
	حرکتی	۳/۸۰	۱/۰۰	-۹/۰۶	۱۶/۶۶	وجود ندارد.
	آموزشی	۶/۴۰	۱/۰۰	-۶/۴۶	۱۹/۲۶	وجود ندارد.
پس آزمون	حرکتی	۱۸/۲۰	**۰/۰۰۰۰۱	۹/۹۵	۲۶/۴۵	وجود دارد.
	کنترل	۱۳/۰	**۰/۰۰۰۰۱	۴/۸۵	۲۱/۳۵	وجود دارد.
	سنتی	۹/۲۰	*۰/۰۲	۰/۹۵	۱۷/۴۵	وجود دارد.
	آموزشی	-۵/۱۰	۰/۵۶	-۱۳/۳۵	۳/۱۵	وجود ندارد.
	حرکتی	-۹/۰۰	۰/۰۲۶	-۱۷/۲۵	-۰/۷۵	وجود دارد.
	آموزشی	-۳/۹۰	۱/۰۰	-۱۲/۱۵	۴/۳۵	وجود ندارد.

\* در سطح خطای ۵ درصد معنادار است. \*\* در سطح خطای ۱ درصد معنادار است.

میانگین بدست آمده نشان می دهد میانگین اضطراب در گروه حرکتی کمتر از میانگین اضطراب در گروه سنتی است. بین میانگین اضطراب گروه حرکتی و آموزشی و هم چنین بین میانگین اضطراب گروه آموزشی و سنتی تفاوت معنادار وجود ندارد ( $P > ۰/۰۵$ ).

### بحث

یکی از اهداف و فرضیات پژوهش تبیین اثربخشی بازی های حرکتی، آموزشی و سنتی بر رشد مهارت های

همان گونه که در جدول (۷) مشاهده می شود در پیش آزمون بین میانگین اضطراب هیچ یک از گروه های تمرینی تفاوت معنادار وجود ندارد ( $P > ۰/۰۵$ ). در پس آزمون نیز بین میانگین اضطراب و سایر گروه ها تفاوت معنادار وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). و میانگین گروه کنترل در پس آزمون بیشتر از میانگین اضطراب در سایر گروه های تمرینی می باشد. هم چنین این جدول نشان می دهد که بین میانگین اضطراب گروه حرکتی و گروه سنتی تفاوت معنادار وجود دارد ( $P < ۰/۰۵$ ). و فاصله اطمینان و اختلاف



حرکتی کودکان بود. یافته ها نشان می دهد که کودکانی که فرصت های تمرینی بهتری داشتند، در نتیجه تجربه های حرکتی بیشتری را در مقایسه با کودکان گروه کنترل تجربه کرده بودند، به طور معنی داری نمره میانگین رشد حرکتی بالاتری را کسب کرده بودند. پس بازی های حرکتی، بازی های آموزشی و سنتی عاملی بسیار مهم در رشد حرکتی کودکان است. پژوهش حاضر در مورد، اثر بازی های حرکتی، آموزشی و سنتی بر مهارت حرکتی کودکان با نتایج تحقیقات (۱۱، ۵، ۲۲، ۱۳، ۲۷، ۲۸) هم خوانی دارد. این مطالعات به بررسی تأثیر بازی های گوناگون و برنامه های آموزشی متنوع و نقش عواملی که بر رشد مهارت های حرکتی موثر است را با استفاده از حرکات هدفمند پرداخته اند و به این نتیجه رسیدند که این برنامه ها منجر به رشد مهارت های حرکتی می شوند.

امروزه بیشتر کودکان به علت نبود فضای کافی و مناسب و هزینه ی زیاد کلاس های ورزشی و وسایل بازی و امکانات و زمان کافی برای فعالیت های بدنی ندارند. هم چنین اینکه بیشتر اوقات آن ها با بازی های کامپیوتری و کلاس های آموزشی سپری می شود که این مساله خود باعث ایجاد مشکلات حرکتی در کودکان خواهد شد (۱۲). از طرفی دیگر به دلیل سبک زندگی، امروزه در تمامی افراد جامعه فقر حرکتی دیده می شود که در میان آنها، کودکان به دلیل حساسیت دوره ی رشدی بیشترین آسیب را می بینند (۷). بنابراین وجود برنامه ای که به صورت اختصاصی به بررسی نقش محیط و برنامه های آموزشی بر مهارت های حرکتی در کودکان بپردازد الزامی است. یافته های تحقیق حاضر با دیدگاه پیازه مینی بر تعامل ژنتیک و محیط در رشد همسو می باشد. به اعتقاد پیازه، کودکان از طریق تجربه ی فعال به بهترین شکل یاد می گیرند بازی و فعالیت باید روش آموزش در دوران کودکی باشند و فرصت هایی را برای کودکان فراهم سازد تا با دیگران تعامل داشته باشند و از این طریق تجربه به دست آورند (۲۹). بنابراین کودکان برای بهبود توانایی های حرکتی خود به فرصت تمرین و آموزشی، محیط غنی و محرک و کیفیت آموزش در محیط بوم شناختی احتیاج دارند (۷). سه عامل امکانات، تجهیزات و زمان در فرصت های تمرینی نقش اساسی را بازی می کند. از طرفی دیگر فرصت های تمرینی به تنهایی نمی تواند باعث رشد حرکات در بیشتر کودکان شود و بدون داشتن برنامه ی مناسب رشدی بسیاری از کودکان هرگز

در مهارت های حرکتی رشد نمی کنند، بنابراین به یک برنامه ی آموزشی و هدفمند نیاز است (۲۷). به طوری که، برنامه های آموزشی در کودکان باید در جهت حرکت رشد مهارت های پایه آن ها باشد و به ارتباط بهتر کودک با محیط کمک کند (۳۰). یافته های پژوهش حاضر با نتایج مطالعات ویلیامز و همکاران و ساراکو و همکاران مغایرت دارد (۳۱، ۳۲) ویلیامز و همکاران در تحقیق خود دریافتند که شرکت در فعالیت های جسمانی در رشد مهارت های بنیادی تأثیری ندارد و مهارت های بنیادی به وسیله ی سن و بلوغی رشد می کنند. ساراکو و همکاران نیز به نتیجه رسیدند که اجرای بازی های منتخب بین کودکانی که پیش دبستانی را گذرانده بودند با کودکانی که این دوره را نگذرانده بودند هیچ تفاوتی وجود ندارد، که علت مغایرت داشتن می تواند به دلیل اشکال در برنامه ارائه شده باشد، یا براساس الگوهای رشدی کودکان ارائه نشده باشد. بنابراین هر برنامه ای باید متناسب با سن کودک، الگوی رشدی او و شرایط خاص آن دوره رشدی که در آن قرار دارد و ایجاد فرصت تمرینی مناسب، تدوین شود. با توجه به اینکه در رشد حرکتی، حیطه های مختلف رشد حرکتی از جمله حیطه روانی، شناختی، اجتماعی و حرکتی با هم هم پوشانی دارند، بنابراین می توان به اهمیت فراهم کردن تجارب حرکتی متنوع و متناسب برای رشد همه جانبه کودک پی برد. که یکی از دلایل مهم تأثیر بیشتر تجارب حرکتی و آموزش مهارت های حرکتی نسبت به فعالیت های معمول داشتن فرصت تمرین است (۳۳). در همین راستا، ارائه دادن برنامه های آموزشی مناسب رشدی از مهم ترین عوامل محیطی اثرگذار بر رشد همه جانبه ی افراد در زمینه های شناختی، جسمانی و حرکتی می باشد. به عبارت دیگر، شرکت کودکان در فعالیت های بدنی منظم و دارای برنامه ی مناسب، می تواند در حفظ سلامت و گسترش مهارت های حرکتی، روانشناختی و اجتماعی آنها مفید باشد (۵). مقایسه ی دو به دو پژوهش حاضر نشان داد که بین میانگین مهارت های حرکتی گروه حرکتی و آموزشی اختلاف معنادار وجود دارد و اختلاف میانگین و فاصله اطمینان بدست آمده نشان می دهد که میانگین مهارت های حرکتی گروه حرکتی بیشتر از گروه آموزشی است. که علت این اختلاف میانگین می تواند به دلیل مشابهت بازی ها و تمرینات حرکتی با مهارت های حرکتی باشد که در آن عضلات ظریف و درشت کودکان درگیر می شود و باعث تقویت این عضلات

پژوهش حاضر نشان داد که در پس آزمون بین میانگین اضطراب و سایر گروه‌ها تفاوت معنادار وجود دارد و میانگین گروه کنترل در پس آزمون بیشتر از میانگین اضطراب در سایر گروه‌های تمرینی می‌باشد. هم‌چنین بین میانگین اضطراب گروه حرکتی و گروه سنتی تفاوت معنادار وجود دارد و نشان می‌دهد میانگین اضطراب در گروه حرکتی کمتر از میانگین اضطراب در گروه سنتی است. بین میانگین اضطراب گروه حرکتی و آموزشی و هم‌چنین بین میانگین اضطراب گروه آموزشی و سنتی تفاوت معنادار وجود ندارد.

### نتیجه‌گیری

اگر چه کودک به صورت فطری به بازی علاقه مند می‌باشد، اما یکی از مسائلی که در اینجا قابل طرح است تنوع بخشی به بازی‌ها می‌باشد که می‌تواند موجب افزایش لذت فردی و ترغیب و تشویق کودکان به شرکت در فعالیت‌های بدنی شود. هم‌چنین این که همراه بودن با دیگران، با آنها به رقابت برخاستن و توانایی‌های خود را محک زدن، از انگیزه‌های قوی انسان برای بازی و فعالیت بدنی می‌باشد که این موارد می‌تواند در بازی‌های استفاده شده در این پژوهش محقق شود و می‌تواند به صورت مستقیم و غیر مستقیم در رشد مهارت‌های حرکتی تأثیر بگذارد. به این ترتیب بازی را می‌توان به عنوان عاملی موثر در رشد مهارت‌های حرکتی و کاهش اضطراب کودکان به شمار آورد. بنابراین با توجه به نیاز کودکان به فعالیت‌های حرکتی، برنامه ریزی صحیح در دوران کودکی ضروری به نظر می‌رسد. با توجه به مطالب بیان شده و نتایج حاصل تحقیق، می‌توان گفت که برنامه بازی‌های حرکتی، آموزشی و سنتی می‌تواند در رشد مهارت‌های حرکتی و کاهش اضطراب موثر باشد. از محدودیت‌های تحقیق حاضر می‌توان به طولانی بودن زمان آزمون اشاره کرد که می‌تواند باعث خستگی دانش آموزان شود و تنها ابزار گردآوری اطلاعات اتکا به پرسشنامه بود و احتمال دارد که در هنگام تکمیل پرسشنامه، والدین توجه کافی به ویژگی‌های فرزندان خود نداشته باشند. بنابراین، با اطمینان کامل نمی‌توان نتایج را اعلام کرد. هم‌چنین بدلیل تأثیرگذاری متفاوت رشد مهارت حرکتی و کاهش اضطراب بین گروه‌های تمرینی پیشنهاد می‌شود مدت زمان بین پیش آزمون و پس آزمون از دو ماه به یک سال تحصیلی افزایش پیدا کند.

می‌شود. هم‌چنین بین میانگین مهارت‌های حرکتی گروه حرکتی و آموزشی تفاوت معناداری وجود ندارد. هم‌چنین بین میانگین مهارت‌های حرکتی گروه‌های آموزشی و سنتی نیز تفاوت معنادار وجود ندارد. از دلایل مهم تأثیر بیشتر بازی‌های حرکتی نسبت به بازی‌های سنتی و آموزشی داشتن فرصت تمرینی هدفمند می‌باشد.

بعد از بررسی تأثیر گذاری تمرینات بر روی مهارت‌های حرکتی هدف دیگر پژوهش تبیین اثربخشی بازی‌های حرکتی، آموزشی و سنتی بر اضطراب کودکان بود. پس از تعدیل اثر متغیر پیش آزمون، مداخله در کاهش اضطراب آزمودنی‌ها تأثیر معنادار داشت.

( $F = 24/857$ ;  $P < 0/05$ )؛ اختلاف میانگین بدست آمده نشان می‌دهد که میانگین اضطراب گروه کنترل در سطح بالاتری نسبت به سه گروه دیگر (حرکتی، آموزشی و سنتی) قرار دارد. و بین گروه‌های حرکتی و سنتی تفاوت معنادار وجود دارد و میانگین اضطراب در گروه حرکتی کمتر از میانگین اضطراب در گروه سنتی است. بین میانگین اضطراب گروه حرکتی و آموزشی و هم‌چنین بین میانگین اضطراب گروه آموزشی و سنتی تفاوت معنادار وجود ندارد. در تبیین این اختلاف‌ها و دلیل این تفاوت‌های معنادار می‌تواند به این دلیل باشد تمریناتی که در گروه بازی‌های سنتی انجام می‌دادند، بازی‌هایی بود که کودکان در خانه و هم‌چنین بیشتر اوقات با همسالان خود انجام می‌دادند و به صورت نسل به نسل این بازی‌ها به کودکان منتقل شده است. اما در بازی‌های حرکتی و آموزشی همان طوری که مشاهده گردید اکثر کودکان این بازی‌ها را تنها به عنوان بازی نگاه نمی‌کردند بلکه تمام حواس و ذهن آنها درگیر بازی می‌شد تا به درستی آنها را انجام دهند که این می‌تواند دلیلی بر کاهش اضطراب در این کودکان باشد. بنابراین ماهیت بازی‌های حرکتی در انجام حرکات مختلف و هم‌چنین بازی‌های طراحی شده دارای تحرک زیادی بوده که موجب تخلیه انرژی کودکان می‌شود (۳۴). کودکان در بازی مجبور به تماس با همسالان خود و شرکت در بازی‌ها هستند و به علت اینکه در موقعیت قرار می‌گیرند، اضطراب آنها در محیط کم می‌شود و بعد از مدتی که کودکان متوجه می‌شوند خطری آنها را دنبال نمی‌کند. جذابیت بازی با همسالان خود را درک می‌کنند و از شرکت در بازی لذت می‌برند (۲۸). یافته‌های این پژوهش با مطالعات (۲۳، ۱۹، ۳۵) هم‌خوانی دارد. مقایسه‌ی دو به دو

نمودند، کمال تشکر و قدردانی را دارند.

### تضاد منافع

نویسندگان اعلام می کنند که هیچ تضاد منافی وجود ندارد.

پژوهش حاضر مستخرج از پایان نامه کارشناسی ارشد، با کد اخلاق برگرفته از کارگروه اخلاق در پژوهشگاه علوم ورزشی با شناسه IR.SSRC.1401.138 می باشد. ضمناً بدین وسیله نویسندگان پژوهش حاضر از کلیه خانواده ها و دانش آموزانی که به عنوان نمونه در این مطالعه شرکت

### References

1. Ghasimzadeh B, Farhadi Langroudi F, Khozai Kuhper M. Early Childhood Education in the New Era: What and How of the Strategic Curriculum Studies Approach and the Multi-Dimensional Curriculum Model. *Rahyaft*, 2019; Apr 21; 29(73):39-54.
2. Gholamzadeh Z, Parsanejad M & Aliahmadi A. structural modeling of an interest-based educational system in pre-school. *Journal of Islamic Education*, 2020; Sep 22; 15(33):79-109.
3. Vahedi, M., & Bigdley, Z., The effectiveness of organized games on learning and intelligence of preschooler. *Quarterly of Counseling Culture and Psychotherapy*, 2018; 9(33), 187-206.
4. Eainifar A, Hojat I, Pishyareh E. Kindergarten Children's Interaction Platform (Case Study on the Integration of children with movement disorders and normal children). *Journal of Exceptional Children*, 2020; Oct 10; 20(3):78-65.
5. Ghorbani Marzoni M, Bahram A, Ghadiri F, Yaali R. The comparison of effectiveness Linear and Nonlinear Pedagogy on manipulation Motor Skills performance of children. *Motor Behavior*, 2021; Sep 23; 13(45):91-112.
6. Maghdid AR, Ghani Zadeh Hesar N, Mohammadi Danghralo M, Mohammad Ali Nasab Firouzjah E. Comparison of basic manipulation skills between children with upper extremity syndrome and healthy children. *Journal of sports and Motor development and learning*, 2022; Jan 21; 13(4):475-93.
7. Roostamipour M, Aslankhani MA, Zarian E. The Effect of Exergaming interventions (Xbox Kinect) on Gross Motor Skills of children with developmental motor delay: Emphasis on modern training. *Journal of motor and behavioral sciences*, 2019; Mar 21; 2(1):75-84.
8. Nedaei, T. Hoseinzade, M. The effect of integrated math training with movement games on the progress of mathematics learning and Cognitive function in fifth grade elementary students. *Research on Educational Sport*, 2022; 9 (25): 111-136.
9. Abedi, SH., & Hanaee, H. Analysis of the Impact of Role Playing on Child Participation in Urban Space. *Educational research*, 2020; 40.
10. Bagheri Varkane S, Dehdašt K. Qualitative study of the challenges of children, s play in apartment life. *Thinking and Children*, 2021; Aug 23; 12(1):35-56.
11. Hekmatnejad S, Yaali R, Bahram A. The effect of free play and game design on basic motor skills, self-efficacy, pleasure and motivation of preschool children. *Journal of motor and behavioral sciences*, 2020; Dec 21; 3(4):391-400.
12. Alikhani K, ROSTAMI R, ALBORZI M. The Effect of Creative Movement Games on the Fundamental Motor Skills of 4-6 Years Old Children, 2019.
13. Kordi PD, Zoghi Ganjalikhaani F. Improving 3-6-Year-Old Children's Motor Skills through Roopa, a Play-based Educational Program. *Quarterly Journal of Education*, 2020; Mar 10; 35(4):31-50.
14. Rezaei Aghajan, M., Monadi, M., & Akhavan tafti, M. Comparison of traditional and modern elementary school games from the point of view of learning values. *Thinking and the child*, 2019; 10 (1), 73-99.
15. Marzooghi R, Torkzadeh J, Jabbari S, Noroozi N. Designing a Curriculum Framework for Preschool Teacher Education in the Education System of Islamic Republic of Iran, 2019.
16. Nokhostin Abed Sham Asbi F, Mohammadi orange B, Yaali R, Ghadiri F. Compare the effects of Indigenous-Local play and selective motor interventions on the Self-esteem of obese girls in pre-school ages in Tehran. *Journal of motor and behavioral sciences*, 2020; Mar 20; 3(1):103-12.
17. Ebadinejad Z, Barzegari Esfeden Z, Mirsaydi S.

- Effectiveness of storytelling in group discussion on anxiety of pre-school children, 2019.
18. Sadeghy M, Akbari Chermahini S, Bahrami A, Seyed Mousavi P. Effectiveness of attachment-based theraplay on parental self-efficacy, emotion regulatoin and social adjustment in children with separation anxiety: A case report. *Quarterly of Applied Psychology*, 16 (2): 107. 2022; 132:2. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.224105.1180>
  19. Mosavi HS, Khodabakhshi KA. Effectiveness of client-centered play therapy on fear and anxiety in preschool children, 2016.
  20. Amini A, Salehi M, Tohidi Tabar F, Bakhshodehnia I, Salmani K. Effectiveness Group Games in Prevention of School Anxiety and Improve Educational Self-Thought Students. *Journal of School Psychology*, 2021; Mar 21; 10(1):18-31.
  21. Zelli MH, Nafariye P. The effectiveness of play therapy based on cognitive-behavioral approach on the social competence and anxiety of children. *Medical journal of mashhad university of medical sciences*, 2020; Jan 21; 62(6):1925-33.
  22. Miranzadeh Mahabadi A, Erabameri E, Bagherzadeh F, Homaniyan D. The effect of a gross and fine motor intervention program on Visual-motor integration in 4 to 6 years old children. *Journal of Sports and Motor Development and Learning*, 2021; Aug 23; 13(2):129-47.
  23. Khojasteh, S., Said, N., & shafaei, F. The effectiveness of play therapy on anxiety and educational progress of novice preschoolers, 2019.
  24. Karbalaie M, Shojaei M, Ghasemi A. Effectiveness of motor games on clinical symptoms intensity in children with Autism Spectrum Disorder. *Empowering Exceptional Children*, 2020; Oct 22; 11(3):1-1.
  25. Dehnavi, A; Najafian, H., Moazed, F; perfection; Khosravi, S; Vahadani, M.; Taslimi, Z; Iliati, M. *Manual of physical education*. Tehran: Ministry of Education, Ministry of Education, Manadi Tarbiat Cultural Institute, 2017.
  26. Rezaee Rezvan S, Kareshki H, Pakdaman M. The Effectiveness of Play Therapy based on Cognitive-Behavioral Therapy on Social Adjustment of preschool children. *Pajouhan Scientific Journal*, 2022; Mar 10;20(1):33-40. <https://doi.org/10.61186/psj.20.1.33>
  27. Gholami A, Abani Arani M, Ghasemi A, Ghafari B. The effect of selected rainbow parachute games on motor and social development of pre-school children. *Motor Behavior*, 2016; Aug 22;8(24):189-204.
  28. Mohammadi G, Pirani Z, Zanganeh Motlagh F. Evaluating the Effectiveness of Philosophy Education for Children and Cognitive Behavioral Group Play Therapy on Social Function of Children with Separation Anxiety Disorder. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 2022; 13(49):219-48.
  29. Dehghanizade J, Heydari M. the effect of Braitonic exercise on the motor skills of educable children with intellectual disability. *Journal of Exceptional Children*, 2018; Jun 10; 18(1):85-96.
  30. Soltani H, Reza SM, Hossein S. The Effect of exergame and traditional games on the development of fundamental movement skills in children with developmental motor delay of 7-9 years old. *Journal of motor and behavioral sciences*, 2018; 1(3):245-53.
  31. Williams AM, Hodges NJ. Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition. *Journal of sports sciences*, 2005; Jun 1; 23(6):637-50. <https://doi.org/10.1080/02640410400021328>
  32. Saraco M. A. Comparasion between integrated physical education and motor skills children, teaching elementary physical education. *Quarterly*, 2004; 34(4):45-54.
  33. Hashemi, A and Sheikh, M. Comparison of native-local games program and rope pulling on the growth rate of fine motor skills of 6-8 year old children. *Sports Psychology*, 2017; 3(1), 111-122.
  34. Moghdisi, R. The effect of play therapy on the anxiety of single-parent children. *New Ideas of Psychology Quarterly*, 2022; 14(18).
  35. de Waal E. Fundamental movement skills and academic performance of 5-to 6-year-old preschoolers. *Early Childhood Education Journal*, 2019; Jul 1; 47(4):455-64. <https://doi.org/10.1007/s10643-019-00936-6>