DOI: *10.29252/rbs.19.4.601*

Journal of Research in Behavioral Sciences

Year 2022, Volume 19, Issue 4

# The effect of dynamic playground games on social development and perceived physical competence in 8 to 12 years old students

**Morad Babakhani[1], Mehdi Namazizadeh[2], Seyed Kazem Mousavi Sadati[3], Afkham Daneshfar[4]**

1. PhD Student of Physical Education-Motor Development, Science and Research branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
2. (Corresponding author)* Associate Professor of Motor Behavior, Khorasgan Branch, Islamic Azad University, Esfahan, Iran.
3. Assistant Professor of Motor Behavior, Department of Physical Education and sport sciences, East Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
4. Associate Professor, Department of Motor Behavior, Faculty of Sport Sciences, Alzahra University, Tehran, Iran.

## Abstract

**Aim and Background:** Research in developmental psychology shows that the experience of exercise and play in childhood can have a significant and lasting impact on social development and psychological health. Therfore, the present study was conducted to evaluate the effectiveness of dynamic playground games on social development and perceived physical competence in boys aged 8 to 12 years.

**Methods and Materials:** The research was a quasi-experimental study with a pretest-posttest design. The statistical population of the present study consisted of all 8- to 12-year-old male students in Kermanshah in the academic year 2019-2020, from which 30 students were selected by convenience sampling and randomly divided into two groups of 15 experimental and Witnesses were present. The experimental group participated in dynamic yard games for 8 weeks. In the end, post-test was taken from both groups. Data were collected using the Vineland Social Development Scale (1953) and the Marsh somatic self-descriptive questionnaire (1998) and analyzed using analysis of covariance at the significant level of $p < 0.05$.

**Findings:** Findings showed that playground games have a positive and significant effect on social development and perceived physical competence of children ($P<0.001$).

**Conclusions:** It seems that playground games can positively increase social development and perceived physical competence in children. Therefore, these games can be used to improve social status and perceived physical competence, which play an effective role in children's mental health.

**Keywords:** Physical Activity, Playground, Social Development, Perceived Physical Competence

**Citation:** Babakhani M, Namazizadeh M, Mousavi Sadati S.K, Daneshfar A. **The effect of dynamic playground games on social development and perceived physical competence in 8 to 12 years old students**. Res Behav Sci 2022; 19(4): 601-609.

* **Mehdi Namazizadeh**
Email: drmnamazi@yahoo.com



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]

[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]

[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

# اثر بازی‌های حیاط پویا بر رشد اجتماعی و شایستگی بدنی ادراک‌شده در دانش آموزان ۸ تا ۱۲ ساله پسر

**مراد باباخانی[۱]، مهدی نمازی زاده[۲]، سید کاظم موسوی ساداتی[۳]، افخم دانشفر[۴]**

۱- دانشجوی دکتری تربیت‌بدنی- رفتار حرکتی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲- (نویسنده مسئول)* دانشیار، رفتار حرکتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان، ایران.

۳- استادیار، رفتار حرکتی، گروه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، واحد تهران شرق، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۴- دانشیار گروه رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.

**چکیده**

**زمینه و هدف:** پژوهش‌ها در زمینه روان‌شناسی رشد نشان می‌دهد که تجربه ورزش و بازی در دوران کودکی می‌تواند بر رشد اجتماعی و سلامت روان‌شناختی تأثیر مهم و همیشگی داشته باشد؛ بنابراین هدف از این تحقیق بررسی اثر بازی‌های حیاط پویا بر رشد اجتماعی و شایستگی بدنی ادراک‌شده در پسران ۸ تا ۱۲ ساله بود.

**مواد و روش‌ها:** پژوهش از نوع شبه آزمایشی کاربردی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون بود. جامعه آماری تحقیق حاضر را تمامی دانش‌آموزان پسر ۸ تا ۱۲ ساله شهر کرمانشاه در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ تشکیل دادند که از بین آن‌ها تعداد ۳۰ دانش‌آموزان به‌صورت در دسترس انتخاب شدند و به‌طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و گواه قرار گرفتند. گروه آزمایش به مدت ۸ هفته در بازی‌های حیاط پویا شرکت کردند. در پایان از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. داده‌ها با استفاده از مقیاس رشد اجتماعی واینلند (۱۹۵۳) و پرسشنامه خودتوصیفی بدنی مارش (۱۹۹۸) جمع‌آوری و با استفاده از تحلیل کوواریانس در سطح معنی‌داری P<۰/۰۵ تحلیل شد.

**یافته‌ها:** یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد که بازی‌های حیاط پویا تأثیر مثبت و معنی‌داری بر رشد اجتماعی و شایستگی بدنی ادراک‌شده کودکان دارد (P<۰/۰۰۱).

**نتیجه‌گیری:** به نظر می‌رسد که بازی‌های حیاط پویا می‌تواند باعث افزایش رشد اجتماعی و شایستگی بدنی ادراک‌شده کودکان شود؛ بنابراین می‌توان از این بازی‌ها برای بهبود سطح اجتماعی و شایستگی بدنی ادراک‌شده که نقش مؤثری را در سلامتی روانی کودکان دارند، استفاده کرد.

**واژه‌های کلیدی:** فعالیت‌بدنی، حیاط پویا، رشد اجتماعی، شایستگی ادراک‌شده بدنی.

**ارجاع:** باباخانی مراد، نمازی زاده مهدی، موسوی ساداتی سید کاظم، دانشفر افخم. **اثر بازی‌های حیاط پویا بر رشد اجتماعی و شایستگی بدنی ادراک‌شده در دانش آموزان ۸ تا ۱۲ ساله پسر.** مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۰؛ ۱۹(۴): ۶۰۹-۶۰۱.

*- **مهدی نمازی زاده**

رایان‌نامه: drmnamazi@yahoo.com



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]

[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]

[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

## مقدمه

کودکی یکی از مهم‌ترین دوره‌های زندگی انسان به‌حساب می‌آید (۱). این دوره به‌عنوان زمانی بحرانی برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، جایی که عادت‌ها ممکن است در بزرگ‌سالی نیز ادامه یابد، برجسته شده است (۲). بازی و فعالیت بدنی، سلامت جسمی و روانی کودکان را بهبود می‌بخشند (۳). پژوهش‌ها در زمینه روان‌شناسی رشد نشان می‌دهد این دوره سنی، ازلحاظ حرمت خود و رشد اجتماعی پیامدهای مهمی در پی دارد و بازی و تجربه حرکتی در این دوران می‌تواند بر شخصیت و رشد روان‌شناختی تأثیر مهم و همیشگی داشته باشد؛ علاوه بر این رفتارهایی که در این دوره شکل می‌گیرد در زندگی آینده تأثیر می‌گذارد، بنابراین کودکی دوره حساسی برای مطالعه فعالیت بدنی است (۴). نیمی از اختلالات روان‌شناختی قبل از سن ۱۴ سالگی شروع می‌شوند و در دوران بزرگ‌سالی ادامه می‌یابند، برنامه‌های بلندمدت باهدف حفظ و ارتقاء سلامت روانی یکی از مهم‌ترین اهداف و سیاست‌های حکومت‌ها می‌باشد (۴). با توجه به نقش و اهمیت فعالیت بدنی در سلامت جسمانی و روانی کودکان، برای طراحی مداخلات مؤثر در جهت ارتقا سطح فعالیت بدنی، باید عوامل مؤثر بر فعالیت بدنی در کودکان را شناخت. یکی از مؤثرترین عوامل در مشارکت یا عدم مشارکت در بازی‌ها و ورزش، شایستگی ادراک‌شده است. شایستگی، تسهیل‌کننده اعتماد به خود است و اعتماد به خود باعث ایجاد ادراک مثبت از خود می‌شود؛ بنابراین ادراک شایستگی بر گرایش، استمرار، علاقه و انگیزه مشارکت ورزشی تأثیر می‌گذارد، لذا ارزیابی پایین فرد از شایستگی جسمانی احتمالاً منجر به اضطراب شده و انگیزه‌های مشارکت ورزشی را از بین می‌برد (۳).

نتایج تحقیقی نشان داد که فعالیت بدنی در دوران نوجوانی پیش‌بینی کننده فعالیت بدنی در دوران بزرگ‌سالی می‌باشد (۵) و مشارکت ورزشی پیش‌بینی کننده شایستگی ادراک‌شده بدنی است و دانش‌آموزانی که سطح فعالیت بدنی کمتری دارند سطح شایستگی ادراک‌شده بدنی نیز در آن‌ها کمتر است. همچنین پیش‌بینی فعالیت بدنی، شایستگی حرکتی، تناسب‌اندام مرتبط با سلامت و شایستگی درک شده در نوجوانان ایرلندی پس از انتقال از ابتدایی به مدرسه سطح دوم قابل‌ملاحظه بود (۶). نتیجه مطالعه اکورانس و همکاران نشان داد افرادی که دارای توانش های‌حرکتی و شایستگی ادراک‌شده پایینی برای پذیرش توسط همسالان در فعالیت‌های جسمانی بودند، اضطراب بیشتری داشتند (۷). نتایج تحقیق پس و همکاران نشان داد، شایستگی ادراک‌شده حرکتی در افرادی که فعالیت بدنی بیشتری دارند، بالاتر است، زیرا این افراد به دنبال انجام تمرینات بیشتر، توانش بیشتری را در فعالیت‌های بدنی کسب می‌کنند، درنتیجه شایستگی ادراک‌شده و اعتمادبه‌نفس‌شان بالاتر رفته و ورزش کردن برای آن‌ها لذت‌بخش خواهد بود و مشارکت ورزشی آن‌ها در آینده پایدارتر می‌باشد (۸). بارنت و همکاران (۹) در تحقیق خود نشان دادند که شایستگی حرکتی با میزان فعالیت بدنی کودکان ارتباط دارد. نتایج تحقیق مرادی و سپهوند نشان داد که افزایش پایبندی و تعهد به فعالیت بدنی با کاهش در اختلال اضطراب و افزایش شایستگی ادراک‌شده در نوجوانان همراه است (۱۰).

از پیامدهای مثبت مشارکت در ورزش و بازی که نقش مهمی را نیز در سلامت روانی کودکان دارد، می‌توان به رشد اجتماعی اشاره کرد (۸, ۱۱). رشد اجتماعی یکی از مؤلفه‌های برجسته سلامت روانی و رشد شخصیت است و ضعف در رشد اجتماعی ممکن است منجر به اختلال در تحصیل، فرصت‌های شغلی مختل شده و مشکلاتی در آینده کودکان شود (۱۲). کودکان مدارس ابتدایی باید از طیف وسیعی از توانش‌های اجتماعی مانند توانش‌های ارتباط با همسالان، رفتارهای اجتماعی (به عنوان مثال احترام به دیگران)، توانش های رهبری، حل مسئله و مسئولیت‌پذیری بهره‌مند شوند (۱۲). شواهد نشان می‌دهد که کودکان می‌توانند از طریق مشارکت در فعالیت‌های ورزشی این توانش‌ها را پرورش دهند (۱۳).

نتایج تحقیق دیمنت نشان داد که ویژگی‌های محیط بازی و طراحی آن بر فرصت‌های تحصیلی، توانش‌های اجتماعی و یادگیری کودکان تأثیر می‌گذارند؛ درنتیجه فضای غنی، وسیله‌ای برای افزایش تحرک و کیفیت بازی کودکان است و موجب ارتقای سلامت جسمی، رشد اجتماعی می‌شود. همچنین، اگر فضای بازی کودکان، سرگرم‌کننده و پویا باشد و علاقه کودکان به بازی و انجام دادن فعالیت بدنی افزایش به دنبال آن رشد توانش‌های اجتماعی نیز بیشتر خواهد بود (۱۴, ۱۵). نتایج یک نظرسنجی نشان داد که رشد اجتماعی یکی از اهداف اصلی در برنامه‌های تربیت‌بدنی اروپا است (۱۴). از طرفی مشارکت در ورزش‌های سازمان‌یافته مانند ثبت‌نام در کلاس‌های آموزشی و ورزش کردن زیر نظر مربی، فواید بیشتری را برای رشد اجتماعی کودکان به همراه دارد (۳). با توجه به اینکه همه



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

کودکان امکان مشارکت در ورزش‌های سازمان‌یافته را ندارند، حیاط مدرسه می‌تواند بستری مناسب برای بالا بردن سطح ورزش و بازی برای کودکان باشد. این در حالی است که اخیراً در کشور ما حیاط اکثر مدارس به‌عنوان محیطی جهت ارتقاء میزان مشارکت ورزشی و فعالیت کودکان در نظر گرفته‌شده است و برنامه‌های ویژه‌ای تحت عنوان حیاط پویا را برای آن طراحی و تدوین کرده‌اند. حیاط پویا درواقع زمین‌های بازی است که با استفاده از اشکال هدفمند بر روی زمین به‌منظور اجرای توانش‌های حرکتی و بازی، در کنار حمایت مربیان و باهدف ارتقا رفتارهای حرکتی و بازی، سواد حرکتی و همچنین توسعه آمادگی جسمانی و تندرستی دانش آموزان، طراحی‌شده است. مطالعات نشان می‌دهد که اجرای این‌گونه فعالیت‌های بخصوص در حیاط مدارس می‌تواند میزان فعالیت بدنی کودکان را افزایش دهد (۱۶).

علائم و تابلوهای نصب‌شده در زمین بازی توجه محققان و دست‌اندرکاران را در زمینه فعالیت بدنی به خود جلب کرده است (۱۷). به‌طوری‌که اخیراً در یکی از مطالعات ۱۲ ماهه روی ۴۷۰ کودک دبستانی از ۲۶ مدرسه انگلیس، مشخص شد که رسم علائم جدید در زمین بازی باعث فعالیت بدنی و بازی بیشتر در کودکان می‌شود (۱۷). نتایج تحقیق هبرتی نشان داد که حیاط پویا در مدارس، بازی و فعالیت بدنی متوسط تا شدید در مدرسه را افزایش می‌دهد (۱۸). نتایج تحقیق مکوندی و همکاران باهدف بررسی تأثیر فعالیت‌های حیاط پویا بر ناسازگاری‌های رفتاری دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی آموزش پذیر انجام شد، نشان داد که فعالیت‌های حیاط پویا بر ناسازگاری‌های رفتاری دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر اثر معنادار داشت (۱۹). نتایج تحقیق سومیا باهدف، بررسی رابطه بین چیدمان زمین بازی با سطح فعالیت بدنی و میزان بازی کودکان نشان داد که تغییر چیدمان زمین بازی باعث افزایش قابل‌توجهی در فعالیت بدنی و میزان بازی رخ داد. به عبارتی چیدمان زمین بازی بر الگوی فعالیت بازی و سطوح فعالیت بدنی کودکان خردسال تأثیر می‌گذارد (۲۰).

توجه به نقش مؤثر ورزش و فعالیت بدنی در سلامت جسمانی و روانی و به‌منظور افزایش سطح فعالیت بدنی در میان کودکان، و با توجه به این مسئله که همه کودکان فرصت و شرایط حضور در ورزش‌های سازمان‌دهی شده و کلاس‌های ورزشی را ندارند، انجام مطالعاتی در مورد بررسی تأثیر حیاط پویا در کودکان ضروری به نظر می‌رسد. از طرفی محقق، پژوهشی که به‌طور مستقیم بر تأثیر فعالیت بدنی با رویکرد حیاط پویا بر مؤلفه‌هایی چون شایستگی بدنی ادراک‌شده و یا عملکرد اجتماعی کودکان پرداخته باشد، یافت نکرد، لذا پژوهش حاضر باهدف بررسی اثربخشی بازی‌های حیاط پویا بر رشد اجتماعی و شایستگی ادراک‌شده بدنی در دانش آموزان ۸ تا ۱۲ ساله پسر انجام شد.

با توجه به نقش مؤثر ورزش و فعالیت بدنی در سلامت جسمانی و روانی و کاهش تنیدگی و اضطراب و به‌منظور افزایش سطح مشارکت ورزشی در میان نوجوانان، انجام مطالعاتی در مورد بررسی و شناخت عوامل دخیل در کناره‌گیری از ورزش، ضروری به نظر می‌رسد.

## مواد و روش‌ها

پژوهش از نوع شبه آزمایشی کاربردی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون گروه‌های تصادفی بود که در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ انجام گردید. جامعه آماری تحقیق حاضر را تمامی دانش‌آموزان پسر ۸ تا ۱۲ ساله شهر کرمانشاه در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ تشکیل دادند که از بین آن‌ها تعداد ۳۰ دانش‌آموزان به‌صورت در دسترس انتخاب شدند و به‌طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و گواه قرار گرفتند.

ملاک ورود به پژوهش شامل داشتن سن تقویمی در دامنه ۸ تا ۱۲ سال، نداشتن اختلال بیش فعالی و کمبود توجه بر اساس مقیاس علائم مرضی کودکان (CSI- 4) و نداشتن مشکلات حاد عصب‌شناختی، اسکلتی و عضلانی، سیستم دهلیزی به تشخیص پزشک و متخصص فیزیوتراپی و معیار خروج از پژوهش پنج روز غیبت در جلسات تمرین بود.

پس از انتخاب گروه‌ها، از هر دو گروه پیش‌آزمون گرفته شد و سپس گروه آزمایش به مدت ۸ هفته و هر هفته ۵ روز و هر جلسه به مدت ۴۵ دقیقه مداخله دریافت کردند و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند و پس از پایان جلسات، از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد.

### مقیاس توانایی جسمانی پرسشنامه خودتوصیفی بدنی مارش (۱۹۸۸)

به‌منظور سنجش شایستگی بدنی ادراک‌شده، از مقیاس توانایی جسمانی پرسشنامه خودتوصیفی بدنی استفاده شد.



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

مارش این ابزار را برای اندازه‌گیری شایستگی ادراک‌شده نوجوانان، در سال (۱۹۸۸) تهیه کرده است (۲۱). پایایی این پرسشنامه در ایران توسط بهرام و شفیع‌زاده (۲۲) از طریق روش باز آزمایی و همسانی درونی (آلفای کرانباخ) به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۸ به‌دست‌آمده است (۲۳). مقیاس توانایی جسمانی دارای ۸ سؤال، با مقیاس پاسخگویی پنج ارزشی لیکرت است. پایایی به‌دست‌آمده ۰/۸۱ گزارش شده است (۲۳).

### مقیاس رشد اجتماعی واینلند (۱۹۵۳)

برای سنجش رشد اجتماعی دانش‌آموزان از مقیاس رشد اجتماعی واینلند استفاده شد. هدف این آزمون که در سال ۱۹۵۳ توسط دال، طراحی‌شده، ارزیابی میزان توانایی فرد در برآوردن نیازهای عملی خود و قبول مسئولیت است. این آزمون ۱۱۷ سؤال دارد و گستره سنی تولد تا بالاتر از ۲۵ سالگی را دربر می‌گیرد و تا دوازده‌سالگی نیز برای هرسال سؤال‌های مجزایی در نظر گرفته‌شده است؛ اما از دوازده‌سالگی به بعد (بین ۱۲ تا ۱۵ سالگی، ۱۵ تا ۱۸ سالگی، ۱۸ تا ۲۰ سالگی، ۲۰ تا ۲۵ سالگی و از ۲۵ سالگی به بالا) به‌صورت مشترک است. پرسشنامه دارای ۸ مؤلفه یا خرده مقیاس شامل خودیاری عمومی، خودیاری در لباس پوشیدن، خودیاری در غذا خوردن، ارتباط با دیگران، خودتنظیمی در رفتارهای خود، اجتماعی شدن، تحرک‌بدنی و حرفه و شغل است. مقیاس رشد اجتماعی واینلند توسط توکلی و همکاران (۲۴) هنجاریابی شد که نشان داد مقیاس رشد اجتماعی واینلند در ایران پایایی رضایت بخشی دارد آن‌ها ضریب روایی مؤلفه یا خرده مقیاس‌ها را این‌چنین گزارش کردند: خودیاری عمومی (۰/۸۴) خودیاری در لباس پوشیدن (۰/۸۱) خودیاری در غذا خوردن (۰/۷۹) ارتباط با دیگران (۰/۸۵) خودتنظیمی در رفتارهای خود (۰/۸۹) اجتماعی شدن (۰/۸۶) تحرک بدنی (۰/۸۵) و حرفه و شغل (۰/۸۳) روایی کل آزمون (۰/۸۶) و پایایی آن نیز (۰/۸۹) بود (۲۴).

### پروتکل تمرینی تحقیق (۲۵)

جلسه اول: ایستگاه نشانه‌گیری روی دیوار. زدن توپ بسکتبال یا والیبال، به دیوار و دریافت مجدد آن. فاصله آزمودنی از دیوار ۱/۵ متر، شعاع دایره ۲۵ سانتی‌متر. در این تمرین هر یک از نفرات تیم، به مدت ۲۰ ثانیه توپ را به دایره مشخص‌شده در روی دیوار روبرو می‌زند و دوباره می‌گیرد.

جلسه دوم: ایستگاه لی‌لی. دانش‌آموزان به گروه‌های ۱ تا ۶ نفری تقسیم شدند و هر گروه در یک نمودار قرار می‌گرفتند. دانش آموزان روی نمودارها ابتدا روی پای راست و سپس روی پای چپ لی‌لی می‌کردند. بعد از رسیدن به انتهای مسیر دانش-آموزان به سمت عقب حرکت را تکرار می‌کردند.

جلسه سوم: ایستگاه دویدن مارپیچ. دانش‌آموزن با سرعت در یک مسیر مارپیچی که روی زمین ترسیم شده بود می‌دویدن و در انتهای مسیر تغییر جهت داده و برمی‌گشتند.

جلسه چهارم: ایستگاه مار و پله. همانند بازی مار و پله، تمرینات به‌صورت گروهی اجرا می‌شد. این ایستگاه باهدف حفظ و شناسایی فضای شخصی و همچنین عکس‌العمل و دقت دانش آموزان بود.

جلسه پنجم: ایستگاه نردبان چابکی. دانش آموزان پشت سر هم تمرین انواع پرش به طرفین جفت ساده جمع باز و لی‌لی حرکت می‌کردند که هدف از این تمرینات هماهنگی عصب و عضله، آموزش حرکات ریتمیک و بالا بردن آمادگی جسمانی و قدرت عضلانی آن‌ها بود.

جلسه ششم: ایستگاه عمل و عکس. چابکی عمل و عکس‌العمل که دانش‌آموز بدون استفاده از وسیله روی دایره‌ها به‌صورت جفت لی‌لی پریدن‌های مختلف حرکت می‌کند.

### روش آماری

جهت تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و آمار استنباطی از آزمون‌های تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS-25 استفاده گردید.

## یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۳۰ نفر دانش‌آموز پسر مقطع ابتدایی در دو گروه ۱۵ نفره (گواه و آزمایش) که سن آن‌ها بین ۸ تا ۱۲ سال بود شرکت داشتند.

در ابتدا طبیعی بودن توزیع داده‌ها و برابر بودن واریانس‌ها از طریق آزمون شاپیروویلک و آزمون لون بررسی شد؛ که نتایج آن در دو گروه موردبررسی در جدول ۲ ارائه‌شده است.



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

**جدول ۱. نتایج آزمون شاپیروویلک و آزمون لون برای بررسی طبیعی بودن و برابر بودن واریانس‌های متغیرهای تحقیق**

| متغیر | گروه | آزمون شاپیروویلک | | آزمون لون | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Z | سطح معنی‌داری | F | سطح معنی‌داری |
| شایستگی بدنی ادراک‌شده | پیش‌آزمون | ۰/۹۴ | ۰/۱۵ | ۰/۷۴ | ۰/۳۹ |
| | پس‌آزمون | ۰/۸۸ | ۰/۰۷ | ۰/۴۶ | ۰/۵۰ |
| رشد اجتماعی | پیش‌آزمون | ۰/۶۶ | ۰/۷۶ | ۰/۳۳ | ۰/۱۳ |
| | پس‌آزمون | ۰/۶۰ | ۰/۸۶ | ۱۸/۱ | ۰/۲۸ |

همان‌طور که در جدول ۲ نیز آمده است پیش‌فرض طبیعی بودن و برابر بودن واریانس‌ها تأیید شد. همچنین اثر متقابل گروه و پیش‌آزمون در مدل خطی رگرسیون برای متغیرهای شایستگی ادراک‌شده بدنی و رشد اجتماعی معنادار نشد. ازاین‌رو فرض همسانی شیب خطوط رگرسیونی نیز رد نشد. با توجه به برقراری مفروضه‌های آزمون کوواریانس، از آزمون مذکور برای بررسی اختلاف نمرات پس‌آزمون گروه گواه و آزمایش استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است.

**جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای تحقیق در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه به همراه نتایج تحلیل کوواریانس**

| متغیر | گروه | پیش‌آزمون<br>انحراف معیار±میانگین | پس‌آزمون<br>انحراف معیار±میانگین | F | معنی‌داری | ضریب اتا |
|---|---|---|---|---|---|---|
| شایستگی بدنی ادراک‌شده | گواه | ۹۶/۶۰±۱۴/۴۰ | ۱۰۶/۱۳±۱۰/۲۳ | ۴۰۹/۸۱ | <۰/۰۰۰۱ | ۰/۹۳ |
| | آزمایش | ۱۰۳/۹۳±۱۵/۴۶ | ۱۶۹/۲۶±۱۰/۸۸ | | | |
| رشد اجتماعی | گواه | ۲۹/۹۳±۲/۸۴ | ۳۳/۰۰±۶/۷۹ | ۴۴/۰۴ | <۰/۰۰۰۱ | ۰/۶۲ |
| | آزمایش | ۴۶/۵۳±۵/۳۹ | ۱۶۹/۲۶±۱۰/۸۸ | | | |

بر اساس یافته‌های جدول ۲، همانطورکه نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون بر روی نمرات پس‌آزمون، اختلاف معناداری بین دو گروه در متغیرهای تحت بررسی وجود داشت؛ بنابراین برنامه‌های تمرین مبتنی بر حیاط پویا باعث بهبود شایستگی بدنی ادراک‌شده و رشد اجتماعی کودکان ۸-۱۲ ساله شد. از طرفی مجذور سهمی اتا برای شایستگی بدنی ادراک‌شده و رشد اجتماعی به ترتیب ۰/۹۳ و ۰/۶۲ بود که نشان داد ۰/۹۳ از تغییرات نمرات شایستگی بدنی ادراک‌شده و ۰/۶۲ از تغییرات نمرات رشد اجتماعی ناشی از اجرای روش تمرینی بود.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام این پژوهش بررسی اثربخشی بازی‌های حیاط پویا بر رشد اجتماعی و شایستگی ادراک‌شده بدنی در دانش آموزان ۸ تا ۱۲ ساله پسر بود. یافته‌های این پژوهش نشان داد که هشت هفته بازی‌های حیاط باعث افزایش معنی‌داری در متغیّر شایستگی ادراک‌شده بدنی کودکان می‌شود. کیفیت رشد و تجارب حرکتی تأثیر مهمی بر چگونگی ادراک شایستگی کودکان دارد، با انجام بازی‌های حیاط پویا و افزایش سطح فعالیت بدنی و تجربه حرکتی، شایستگی ادراک‌شده کودک نیز افزایش خواهد یافت (۲۶). این نتایج با یافته‌های تحقیق پس و همکاران همخوانی داشت (۸). یافته‌های پژوهش آن‌ها نشان داد شایستگی حرکتی ادراک‌شده در افرادی که فعالیت بدنی بیشتری دارند، بالاتر است، زیرا این افراد به دنبال انجام تمرینات بیشتر، توانش بیشتری را در فعالیت‌های بدنی کسب می‌کنند، درنتیجه شایستگی ادراک‌شده و اعتمادبه‌نفس‌شان بالاتر رفته و ورزش کردن برای آن‌ها لذت‌بخش خواهد بود. همچنین این یافته‌ها با نتایج تحقیق بارنت و همکاران (۹)؛ همخوانی داشت. آن‌ها در تحقیق خود نشان دادند که شایستگی حرکتی با میزان فعالیت بدنی کودکان ارتباط دارد. انجام بازی و فعالیت بدنی انگیزه کودک را برای مشارکت ورزشی بالا می‌برد و نیز باعث افزایش اعتمادبه‌نفس می‌شود، از طرفی اعتمادبه‌نفس باعث ایجاد ادراک مثبت از خود و شایستگی می‌شود (۲۶)



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

یافته‌های این پـژوهش از نظریـه ادراک شایسـتگی حمایـت می‌کند، بر اساس این نظریه، افراد برای احساس مفید بـودن یـا شایستگی، انگیزه دارند و درک فرد از احساس کنترل بر اجـرای توانش حرکتی بر عزت‌نفس، ارزیابی شایسـتگی و انگیـزش اثـر می‌گذارند. به‌طور مثال داشتن احساس حرمت خود بـالا، تـلاش برای یادگرفتن، احساس لذت و غرور و شادی را در فرد افـزایش خواهد داد و این حالات مثبت منجر به افزایش ادراک شایستگی و انگیزش خواهد شد (۲۷).

همچنین یافته‌هایی این پژوهش نشان داد که یافته‌های این پژوهش نشان داد که هشت هفته بازی‌هـای حیـاط پویـا باعـث افزایش معنی‌داری در رشـد اجتمـاعی کودکـان مـی‌شـود. رشـد حرکتی با رشد اجتمـاعی و عـاطفی کودکـان در ارتبـاط اسـت، تجارب حرکتی و کیفیـت آن تـأثیر مهمـی بـر چگـونگی رشـد اجتماعی کودک خواهد داشت. پـس بـه دنبـال بـازی، افـزایش سطح فعالیت بـدنی و تجربیـات حرکتـی موفـق افـزایش رشـد اجتماعی کودکان دور از انتظار نخواهد بود (۲۶)

این یافته‌ها با نتایج تحقیق دیمنت کـه نشـان داد طراحـی و ویژگی‌های محیط بازی کودکـان بـر تـوانش‌هـای اجتمـاعی و یادگیری کودکان تأثیر می‌گذارند، همسو بود (۱۵). کودکانی کـه در معـرض تجـارب حرکتـی قـرار می‌گیرنـد احتمـال فراگیـری مهارت‌های اجتماعی در آن‌هـا بیشـتر اسـت و چنانچـه فرصـت تمرین و کسب تجربه برای آنان فراهم نشود احتمال دارد علاقه خود را ازدست داده و گوشه‌گیـر شـوند، رونـد اجتمـاعی شـدن کودکان با فعالیت‌های اولیه ورزشی آن‌ها آغاز می‌شود (۲۸). لـذا هشت هفته بازی‌های حیاط پویـا مـی‌توانـد باعـث بهبـود رشـد اجتماعی کودکان شود.

همچنین با یافته‌های امینی و همکاران که اظهار داشتند کـه بازی با گروه همسالان و میزان تحرک فرد جزء عوامل تأثیرگذار در رشد اجتماعی کودکان محسوب می‌شوند (۲۹). از طرف دیگر به دلیل اهمیت نقش تجربیات حرکتی در رشد اجتماعی کودکان و طبق نظریه پردازشگری اطلاعات اجتماعی اسمیت، هـر چـه محرک اجتماعی بهتر پردازش گردد رشد اجتماعی کودک بیشتر و تعامل او با دیگران موفقیت‌آمیزتر خواهد بود (۳۰).

کودکان در بازی و فعالیت‌های ورزشی فرصت پیدا مـی‌کننـد به کنش متقابل با گـروه همسـالان بپـردازد و ضـمن بـازی بـا همسالان خود از تجربیات آن‌ها استفاده می‌کنند، کشفیات خـود از محیط را با آن‌ها در میان بگذارند و در آموخته‌هـای همـدیگر سهیم شوند. تجربه محیط غنـی سرشـار از تعـاملات اجتمـاعی، کودک را با فرصت‌های بیشتری برای یـادگیری و رشـد مواجـه می‌سازد. بازی، تعاملات اجتماعی، کاوشـگری و یـادگیری‌هـای غیررسمی همگی بر رشـد اجتمـاعی بهتـر کودکـان مـی‌تواننـد اثرگذار باشند. همچنین فعالیت ورزشـی بـه‌عنوان یـک فعالیـت جمعی قانونمند، به‌نوعی نمونه‌ای از زندگی اجتماعی واقعی است و کودک را عمل در اجتماعی کوچک قرار می‌دهد که سرشـار از تعامل، هیجان و یادگیری است. در بازی و فعالیت‌هـای ورزشـی گروهی، دانش‌آموز کمک به دیگران، سازگاری بـا افـراد گـروه، همکاری، گذشت و ایثار، استقلال، اعتمادبـه‌نفس را مـی‌آمـوزد. اعتقاد بر این است که ورزش از طریق ایجاد ارتباط، الگوبرداری، توانش‌های ارتباطی و اجتماعی، آماده‌سازی و ایجاد انگیزه، رشد عاطفی، بالا بردن قدرت سـازگاری و افـزایش حرمـت خـود بـر تقویت رشد اجتماعی تأثیر دارد. ازآنجاکه برنامه بـازی در حیـاط پویا فعالیت‌های گروهی هستند، رشد اجتمـاعی کودکـان بعـد از یک دوره بازی‌های حیاط پویا دور از انتظار نخواهد بود.

محدود بودن دامنه پژوهش به کودکان ۸ تـا ۱۲ سـاله پسـر شهر کرمانشاه و وجود برخی متغیرهای کنترل نشده مانند انگیزه دانش‌آموزان، تعداد فرزندان، موقعیت اجتماعی خانواده، وضـعیت هوشی کودکان حاضر در پژوهش و عدم بهره‌گیری از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی از محدودیت‌های این پژوهش بود؛ لـذا بـا توجه به نتایج مثبت حاصل از این پژوهش مبنی بر تـأثیر مثبـت بازی‌هـای حیـاط پویـا بـر رشـد اجتمـاعی و شایسـتگی بـدنی ادراک‌شده در کودکان، پیشنهاد می‌شود بـرای افـزایش قـدرت تعمیم‌پذیری نتایج، این پژوهش در دختـران، منـاطق و جوامـع دارای فرهنگ‌های متفاوت و کودکان مبتلا به اختلالات رشدی با کنترل عوامل ذکرشده و روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. همچنین در سطح کاربردی پیشنهاد مـی‌شـود ایـن بـازی‌هـا در مدارس و زنگ‌های ورزش مورداستفاده قرار گیرد.

## تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول است و بدین‌وسیله از همه شرکت‌کنندگان در مطالعه که بدون آن‌ها انجام این تحقیق امکان‌پذیر نبود قدردانی می‌کنیم.



[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

## References


1. Allen MS, Vella SA, Laborde S. Sport participation, screen time, and personality trait development during childhood. British journal of developmental psychology. 2015;33(3):375-90.
2. Murphy MH, Rowe DA, Woods CB. Sports participation in youth as a predictor of physical activity: A 5-year longitudinal study. Journal of physical activity and health. 2016;13(7):704-11.
3. Deelen I, Ettema D, Kamphuis C. Time-use and environmental determinants of dropout from organized youth football and tennis. BMC public health. 2018;18(1):1-15.
4. Vella SA, Cliff DP, Magee CA, Okely AD. Associations between sports participation and psychological difficulties during childhood: a two-year follow up. Journal of science and medicine in sport. 2015;18(3):304-9.
5. Bélanger M, Sabiston CM, Barnett TA, O'Loughlin E, Ward S, Contreras G, et al. Number of years of participation in some, but not all, types of physical activity during adolescence predicts level of physical activity in adulthood: Results from a 13-year study. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2015;12(1):1-8.
6. Britton U, Issartel J, Symonds J, Belton S. What keeps them physically active? Predicting physical activity, motor competence, health-related fitness, and perceived competence in Irish adolescents after the transition from primary to second-level school. International journal of environmental research and public health. 2020;17(8):2874.
7. Ekornås B, Lundervold AJ, Tjus T, Heimann M. Anxiety disorders in 8–11-year-old children: Motor skill performance and self-perception of competence. Scandinavian journal of psychology. 2010;51(3):271-7.
8. Pesce C, Masci I, Marchetti R, Vannozzi G, Schmidt M. When children's perceived and actual motor competence mismatch: Sport participation and gender differences. Journal of Motor Learning and Development. 2018;6(s2):S440-S60.
9. Barnett LM, Lai SK, Veldman SL, Hardy LL, Cliff DP, Morgan PJ, et al. Correlates of gross motor competence in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. Sports medicine. 2016;46(11):1663-88.
10. Moradi J, Sepahvand T. The relationship between commitment to physical activity, perceived motor competence, and generalized anxiety disorder in adolescents. Daneshvar Medicine. 2020;28(1):12-23 [Persian].
11. Opstoel K, Chapelle L, Prins FJ, De Meester A, Haerens L, van Tartwijk J, et al. Personal and social development in physical education and sports: A review study. European Physical Education Review. 2020;26(4):797-813.
12. Prior P. Writing/disciplinarity: A sociohistoric account of literate activity in the academy: Routledge; 2013.
13. Bean C, Forneris T. Is life skill development a by-product of sport participation? Perceptions of youth sport coaches. Journal of Applied Sport Psychology. 2017;29(2):234-50.
14. Check K. Comprehensive School Physical Activity Programs a Guide for Schools. 2013.
15. Dyment JE, Bell AC. Grounds for movement: green school grounds as sites for promoting physical activity. Health Education Research. 2008;23(6):952-62.
16. Crust L, McKenna J, Spence J, Thomas C, Evans D, Bishop D. The effects of playground markings on the physical self-perceptions of 10–11-year-old school children. Physical Education and Sport Pedagogy. 2014;19(2):179-90.
17. Ridgers ND, Stratton G, McKenzie TL. Reliability and validity of the System for Observing Children's Activity and Relationships during Play (SOCARP). Journal of Physical Activity and Health. 2010;7(1):17-25.
18. Huberty JL, Siahpush M, Beighle A, Fuhrmeister E, Silva P, Welk G. Ready for recess: a pilot study to increase physical activity in elementary school children. Journal of School Health. 2011;81(5):251-7.




[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]

**19.** Makvandi N, naimikia m, ghasemi a. Effect of school playground activities on behavioral incompatibilities among 7-11 years students with intellectual disability. Motor Behavior. 2020;12(42):37-54.
**20.** Sumiya M, Nonaka T. Does the Spatial Layout of a Playground Affect the Play Activities in Young Children? A Pilot Study. Frontiers in Psychology. 2021;12:1651.
**21.** Marsh HW, Byrne BM, Shavelson RJ. A multifaceted academic self-concept: Its hierarchical structure and its relation to academic achievement. Journal of educational psychology. 1988;80(3):366.
**22.** Bahram A, Shafiezadeh M. The relationship between the development of basic motor skills and perceived motor competence of obese and non-obese girls 10 years. Tehran: Kharazmi University; 2002.
**23.** Sabzevari H, Bahram A, Shahrzad N. The best predictor of boys' physical activity in childhood: motor competence, perceived competence and health-related fitness. journal of motor and behavioral sciences. 2019;2(1):85-96. [Persian].
**24.** TAVAKOULI M, Baghooli H, GHAMAT BH, Bolhari B, Birashk B. Standardizing Vineland adaptive behavior scale among Iranian populntion. 2000.
**25.** Naeimikia M, Nikkhoo korayem C, GHasemi A. The Effect of Playground activities on Development of motor Skills and Social Development and Happiness of Preschool Girl Students. Sports Psychology. 2021:
**26.** Carraro A, Scarpa S, Ventura L. Relationships between physical self-concept and physical fitness in Italian adolescents. Perceptual and motor Skills. 2010;110(2):522-30.
**27.** Weinberg RS, Gould D. Foundations of Sport and Exercise Psychology 6th Edition: Human Kinetics; 2014.
**28.** Haywood KM, Getchell N. Life span motor development: Human kinetics; 2021.
**29.** Amini H, Jaberi Mogadam AA. The Effect of Gymnastics Training on Neuropsychological Functioning of Children with Developmental Coordination Disorder. Journal of Motor Learning and Movement. 2015;7(2):217-38. [Persian].
**30.** Dehghan F, Behnia F, Amiri N, Pishyareh E, Safarkhani M. The effectiveness of using perceptual-motor practices on behavioral disorder among five to eight year old children with attention deficit hyper activity disorder. 2010.

[ Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-24 ]
[ DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.4.4.7 ]
[ DOI: 10.52547/rbs.19.4.601 ]