

# Sport Psychology

Shahid Beheshti University  
Biquarterly Journal of Sport Psychology

Spring & Summer 2023/ Vol. 8/ No. 1/ Pages 207-217

## Comparison of the Effects of Free and Organized Games on Motor Skills and Social Behavior of Children

Seyedeh Tahereh MousaviRad<sup>1</sup> , Nazanin BakhtPour<sup>2\*</sup> 

1. Assistant Professor in Sport Management, Payam Noor University, Tehran, Iran.

2. PhD in Motor Behaviour, Kish International Campus, University of Tehran, Kish, Iran.

Received: 05/04/2023 Revised: 09/06/2023 Accepted: 06/09/2023

### Abstract

**Purpose:** The aim of this study was to compare the effects of free and organized individual and group games on the motor skills and social behavior of 4-6-year-old children.

**Methods:** The research utilized a semi-experimental design with a pre-test-post-test approach. Seventy-five children from preschools and kindergartens in the 4th education district of Tehran were randomly assigned to three groups: free games, organized individual games, and organized group games. Data was collected using the Darshat al-Reikh motor development test-3 and a behavioral scale for preschool and kindergarten children. Data analysis was conducted using Kolmogorov-Smirnov and covariance tests at a significance level of less than 5%.

**Results:** The results indicated a significant improvement in social skills among children in the organized group games group compared to the other groups. Additionally, the findings revealed a significant difference in gross motor skills between the organized individual and group games groups compared to the free games group, with the group organized games group showing the best performance.

**Conclusions:** This study highlights the importance of guidance and structured planning in achieving optimal motor development in children. Organized games, with targeted plans and programs, can enhance basic motor skills and social skills in children, ultimately improving their motor competence.

**Keywords:** Free and Organized Games, Social Skills, Gross Motor Skills, Children.

\* Corresponding author: Seyedeh Tahereh MousaviRad, Tel: 09122500542, E-mail: [mousavirad@pnu.ac.ir](mailto:mousavirad@pnu.ac.ir)

<https://orcid.org/0009-0008-1250-8772>

<http://dx.doi.org/10.48308/mbsp.2024.234251.1240>



**Copyright:** © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

# روانشناسی ورزش

دانشگاه شهید بهشتی

دو فصلنامه روان‌شناسی ورزش

بهار و تابستان ۱۴۰۲، دوره ۸، شماره ۱، صفحه‌های ۲۱۷-۲۰۷

## مقایسه تأثیر بازی های آزاد و سازمان یافته بر تبحر حرکتی و رفتار اجتماعی کودکان

سیده طاهره موسوی راد<sup>۱\*</sup>، نازنین بخت پور<sup>۲</sup>

۱. استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

۲. دکترای رفتار حرکتی، پردیس بین المللی کیش، دانشگاه تهران، کیش، ایران.

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۱/۱۶ اصلاح مقاله: ۱۴۰۲/۰۳/۱۹ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۶/۱۵

### چکیده

**هدف:** هدف از مطالعه حاضر مقایسه تأثیر بازی های آزاد و سازمان یافته فردی و گروهی بر تبحر حرکتی و رفتار اجتماعی کودکان ۴ تا ۶ سال بود.

**روش‌ها:** روش پژوهش نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون بود. ۷۵ کودک از پیش دبستان و مهد کودک های منطقه ۴ تهران به شیوه تصادفی انتخاب و در سه گروه بازی های آزاد، بازی‌های سازمان یافته فردی و گروهی به صورت تصادفی جایگزین شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از آزمون رشد حرکتی درشت اولریخ -۳ و مقیاس رفتاری کودکان پیش‌دبستانی و مهدکودک استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های کولموگروف اسمیرنوف و کوواریانس در سطح معنی داری کمتر از پنج صدم استفاده شد.

**نتایج:** نتایج نشان داد که مهارت‌های اجتماعی کودکان گروه بازی‌های سازمان یافته گروهی نسبت به سایر گروه‌ها پیشرفت معنا داری داشت. همچنین یافته‌ها نشان داد مهارت‌های حرکتی درشت در گروه‌های بازی های سازمان یافته فردی و گروهی با گروه بازی های آزاد تفاوت معنی داری دارد و بهترین عملکرد مربوطه به گروه بازی های سازمان یافته گروهی بود.

**نتیجه‌گیری:** این یافته‌ها تأکید دارند صرفاً فراهم‌سازی محیط غنی برای دستیابی به شایستگی حرکتی کودکان کافی نیست بلکه کودکان برای دستیابی به رشد حرکتی مطلوب به راهنمایی، هدایت و برنامه ریزی حرکتی نیاز دارند و به نظر می‌رسد بازی های سازمان یافته با توجه به طرح و برنامه هدفمند آن می‌تواند بیشتر مهارت‌های حرکتی پایه و مهارت‌های اجتماعی کودکان را تقویت کرده و در نهایت شایستگی حرکتی آنها را ارتقا دهد.

**واژه‌های کلیدی:** بازی‌های آزاد و سازمان یافته، مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های حرکتی درشت؛ کودکان.

\* Corresponding author: Seyedeh Tahereh MousaviRad, Tel: 09122500542, E-mail: [mousavirad@pnu.ac.ir](mailto:mousavirad@pnu.ac.ir)

<https://orcid.org/0009-0008-1250-8772>

<http://dx.doi.org/10.48308/mbssp.2024.234251.1240>



**Copyright:** © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## مقدمه

امروزه کودکان زیادی به هنگام ورود به مدرسه با مشکلات متعددی روبرو هستند که می تواند بر رشد حرکتی و و فعالیت های روزمره آنها اثر منفی داشته باشد. پژوهش ها نشان می دهد که رفتار و بروز مشکلات حرکتی و رفتاری در بین افراد متفاوت است و به تفاوت های فردی، ژنتیکی و یا محیطی وابسته است. اخیراً متخصصان حیطه رشد، روند رشد حرکتی را یک فرایند پویا و در حال تغییر قلمداد کرده اند؛ با در نظر گرفتن رشد حرکتی از دیدگاه بوم شناختی می توان درک کرد که ویژگی های فردی، فرایندها، محیط (بافت و زمینه محیطی) و عامل زمان می توانند رشد حرکت انسان را تحت تأثیر خود قرار دهند. با در نظر گرفتن مدل محدودیت های نیوول که ناشی از دیدگاه بوم شناختی است، می توان رشد حرکتی را بر اساس تعامل فرد، محیط و تکلیف تعریف کرد (۱). با توجه به این رویکرد شایستگی حرکتی کودکان می تواند از قیود مرتبط با تکلیف، فرد و محیط متأثر شود. با توجه به این رویکرد دوره کودکی زمان بسیار مهمی برای یادگیری مهارت های حرکتی بنیادی بوده و دوره ای است که سریع ترین تغییرات رشدی، حرکتی و روان شناختی به وجود می آید (۲، ۳). از سویی دیگر تعامل عوامل سه گانه فرد، محیط و تکلیف بیشترین اثربخشی در این دوره را خواهد داشت. طبق این مدل با تغییرات محیطی و تکلیفی برای کودکان می توان شایستگی و توانش حرکتی آن ها را توسعه داد و از این طریق تغییرات بیشتری در روند رشد حرکتی کودکان را متصور شد.

مهارت های حرکتی بنیادی به عنوان حرکت های سازمان یافته ای تعریف شده اند که شامل ترکیب الگوهای حرکتی دو یا تعداد بیشتری از بخش های بدن است (۴). در مطالعاتی اشاره شده است که مهارت های حرکتی بنیادی، مبنایی برای مشارکت در بازی ها، ورزش ها و سایر فعالیت های حرکتی محسوب می شوند (۵، ۶). دستیابی به شکل بالیده ی مهارت های حرکتی بنیادی به کودکان کمک می کند تا بدن خود را بهتر کنترل کنند و مهارت های حرکتی پیشرفته تر که خاص رشته های

ورزشی است را توسعه دهند (۷)، آن ها را تشویق می کند تا در ساعات ورزش به بازی و حرکت بپردازند و لذت ببرند که در نهایت آن ها از شایستگی ورزشی خود مطلع خواهند شد و اعتماد به نفس بیشتری برای انتخاب سبک زندگی فعال خواهند داشت (۸). یک مطالعه نشان داده است که بین سطح رشدی مهارت های حرکتی بنیادی و فاکتورهای مربوط به سلامت ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد (۹). با وجود اهمیت رشد مهارت های حرکتی بنیادی اما در بیشتر جوامع توجه مناسب و کافی ای برای رشد این مهارت ها در کودکان انجام نمی شود. یک مطالعه در آمریکا نشان داده است که تنها ۵۰٪ کودکان ۹ تا ۱۲ سال در مهارت دربیبل و پرتاب توپ در سطح بالیده هستند در حالیکه ۴۰ درصد کودکان استرلیایی تنها در یک مهارت حرکتی بنیادی به سطح بالیده رسیده اند (۱۰).

طبق نظر متخصصان رشد دوره سنی پیش دبستانی دوره ای حساس و طلایی برای آموزش و یادگیری مهارت های اجتماعی می باشد. اما بر اساس نظریه رشد اجتماعی اریک اریکسون، تأخیر در کسب مطلوب در هر یک از مراحل رشدی سبب به وجود آمدن مشکلات اجتماعی و رفتاری در مراحل بعدی زندگی آن ها خواهد شد (۱۱). از این رو کودکان مهارت های اجتماعی را ابتدا در خانواده در تعامل با اعضای خانواده و در سال های بعدی از منابع دیگر مانند دوستان و همسالان خود فرا می گیرند. کودکان از حدود ۲ تا ۳ سالگی بازی با همسالان را شروع می کنند. بازی برای کودکان همانند صحبت کردن برای بزرگسالان است. همان گونه که بزرگسالان با کلمات با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند، کودکان به وسیله بازی و اسباب بازی هایشان به تعامل اجتماعی می پردازند. بازی با همسالان سبب می شود که کودکان درباره حقوق خود و حقوق افراد دیگر اطلاعات کسب کنند و در نتیجه برای ورود به دنیای واقعی و زندگی اجتماعی آماده شوند (۱۲).

برخی به اشتباه معتقدند که کودکان مهارت های حرکتی و مهارت های اجتماعی را به صورت طبیعی در طی دوره رشد خود

راهنمایی‌های یک فرد مجرب دارند (۱۷، ۱۸). بازی سازمان‌یافته شامل بازی‌هایی می‌شود که برای آن طرح و برنامه ویژه حرکتی به طور هدفمند طراحی شده است. در این بازی‌ها باید آموزش مهارت‌های حرکتی با تأکید بر حرکت، بر تمام حیطه‌های رشدی کودک (جسمانی، شناختی و عاطفی) باشد؛ در نتیجه از این طریق تأثیرگذاری بازی‌ها بیشتر خواهد بود (۱۹). لی ژانگ و چونگ (۲۰۱۹) در مطالعه خود که روی ۵۶۰ کودک شش تا نه سال اجرا شد، نشان دادند که ۱۲ هفته مداخله بازی‌های گروهی کم‌سازمان بازی‌های کم‌سازمان که در آن بر اساس مدل محدودیت‌های فردی، محیطی و تکلیفی قوانین و روش اجرای بازی‌ها تغییر می‌کرد در مقابل گروه کنترل که به بازی‌های سازمان‌یافته رسمی مانند بسکتبال، والیبال، فوتبال و ... می‌پرداختند باعث بهبود معنی‌دار مهارت‌های جا به جایی و کنترل شی شد و از طرف دیگر در مهارت‌های جا به جایی و کنترل شی بین دختران و پسران تفاوت معنی‌داری وجود نداشت (۳). از سوی دیگر از آنجا که در بازی‌های آزاد طرح و برنامه از پیش تدوین شده‌ای وجود ندارد و تنها کودک در موقعیت محیطی قرار گرفته و خود باید با جستجوگری و فعالیت به بازی و استفاده از شرایط محیطی بپردازد؛ امکان دارد کودکان در این گونه بازی‌ها نتوانند به میزان مناسبی از رشد مهارت‌های حرکتی و مهارت اجتماعی دست پیدا کنند (۱۱). مطالعات اندکی به مقایسه تأثیر بازی‌های سازمان‌یافته فردی و گروهی پرداخته‌اند. با توجه به شواهد اندک پژوهشی در مطالعه حاضر محقق درصدد بررسی اثربخشی بازی‌های آزاد و سازمان‌یافته فردی و گروهی بر رشد حرکتی و مهارت‌های اجتماعی کودکان برآمده است. بنابر این سوال اصلی مطالعه حاضر عبارت است از: آیا بین اثر بخشی بازی‌های آزاد و سازمان‌یافته فردی و گروهی بر مهارت‌های حرکتی درشت و مهارت‌های اجتماعی کودکان تفاوت وجود دارد؟

فرا می‌گیرند (۱۳). اما شواهد علمی در حیطه رشد حرکتی نیاز به وجود دستورالعمل‌های آموزشی منظم برای رشد مهارت‌های حرکتی بنیادی را یادآوری می‌کند. کودکان با وجود این دستورالعمل‌ها می‌توانند به سطوح بالاتری از رشد مهارت‌ها برسند. مطالعات برخی عوامل را به عنوان متغیرهای محدود کننده رشد مهارت‌های حرکتی در نظر می‌گیرند که شامل؛ عدم تجربه کافی، عدم انگیزه، عدم تشویق و عدم راهنمایی و هدایت کودکان در اجرای مهارت‌های حرکتی بنیادی می‌باشد (۴). همچنین با توسعه زندگی مدرن و شهرنشینی به دلیل تأثیر نامطلوب رسانه‌ها و بازی‌های کامپیوتری و تلفن‌های همراه و در نتیجه چالش‌های بیشتر، کودکان بیشتر از کودکان نسل‌های گذشته در معرض مشکلات حرکتی و رفتاری قرار دارند (۱۴). امروزه با توجه به روند افزایشی بروز مشکلات حرکتی و اجتماعی در کودکان ضرورت برنامه‌ریزی جهت ارزیابی، پیشگیری و درمان این رفتارها بیشتر احساس می‌شود؛ در غیر این صورت این مشکلات حرکتی و روانی می‌تواند به‌عنوان بخشی از شخصیت افراد، درونی شوند و تا دوران بزرگسالی ادامه پیدا کنند (۱۵). از این رو طراحی محیطی و ایجاد فرصتی که کودک بتواند آزادانه در آن فعالیت کند و با همسالانش تعامل داشته باشد که بتواند باعث رشد مهارت‌های حرکتی و اجتماعی کودکان شود، احساس می‌شود. پیازه معتقد است که تعامل اجتماعی تجربه‌ای است که کودکان از طریق آن به شناخت بهتری از خود و دیگران دست می‌یابند. از این رو حرکت و فعالیت بدنی چه از نوع بازی آزاد و چه از نوع ورزش‌ها و بازی‌های سازمان‌یافته، تجربه تعامل اجتماعی را به همراه خود خواهند داشت و سبب تعامل کودکان با دنیای بیرون از خود می‌شود (۱۶). اما سؤال و نکته مهم این است آیا بازی‌های آزاد و ورزش سازمان‌یافته فردی و گروهی به یک اندازه بر رشد حرکتی و اجتماعی کودکان تأثیر خواهند داشت؟

متخصصان معتقدند که بازی به‌تنهایی نمی‌تواند رشد و شکوفایی مهارت‌های اجتماعی کودکان را به دنبال داشته باشد، بلکه کودکان برای یادگیری این مهارت‌ها نیاز به نظارت و

## طرح پژوهش

روش پژوهش نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون است.

## نمونه‌های پژوهش

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه کودکان سنین پیش‌دستانی منطقه ۴ آموزش و پرورش تهران بود. از این جامعه ۷۵ کودک در دامنه سنی ۴ تا ۶ سال با ضریب هوشی طبیعی و بدون هیچ‌گونه مشکلات عصبی، حسی - حرکتی به صورت هدفمند انتخاب و در سه گروه بازی های آزاد، بازی های سازمان یافته فردی و بازی های سازمان یافته گروهی به صورت تصادفی جایگزین شدند. از نرم افزار G-power برای تعیین حجم نمونه استفاده شد.

## ابزار اندازه‌گیری

برای ارزیابی توانایی‌های حرکتی کودکان از آزمون رشد حرکتی درشت نسخه سوم و مقیاس رفتاری کودکان پیش‌دستانی و مهدکودک استفاده شد. آزمون رشد حرکتی درشت نسخه سوم، یک آزمون فرایندمحور سنجش رشد حرکتی کودکان است. این آزمون یک ابزار ارزیابی مشاهده مستقیم است که عملکرد ۱۳ مهارت حرکتی بنیادی را اندازه‌گیری می‌کند. این مهارت‌ها به دو خرده مقیاس مهارت حرکتی جابه‌جایی و توپی تقسیم می‌شوند. مهارت‌های ارزیابی‌شده در خرده مقیاس جابه‌جایی عبارت‌اند از: دویدن، یورتمه، لی‌لی، سکسکه دویدن، پرش و سُر خوردن. مهارت‌های توپی شامل: ضربه زدن دودستی به توپ، ضربه‌ی فوره‌ند به توپ، دریبل با یکدست، گرفتن دودستی، ضربه به توپ با پا، پرتاب از بالای شانه و پرتاب از پایین می‌شود. هر مهارت دارای سه تا پنج معیار اجراست. آزمونگر در دو کوشش، برای هر معیار در صورت وجود داشتن نمره یک و یا در صورت وجود نداشتن نمره صفر ثبت می‌کند. آزمونگر کل نمرات هر معیار را از هر دو کوشش مهارت برای به دست آوردن نمرات خام هر مهارت جمع نمود. هر خرده آزمون نمره خام کلی دارد

که از جمع نمره‌ی مهارت‌های مربوطه به دست می‌آید. نمرات کلی خرده آزمون جابه‌جایی بین صفر تا ۴۶ و خرده آزمون مهارت‌های توپی بین صفر تا ۵۴ بود. نمره خام کلی آزمون بین صفر تا ۱۰۰ است (۱۸).

مقیاس رفتاری کودکان توسط مرل در سال ۲۰۰۳ طراحی شده است. این مقیاس شامل ۷۶ گویه است که ۴۲ گویه، خرده مقیاس مهارت‌های اجتماعی را در سه حیطه (روابط اجتماعی، تعامل اجتماعی و استقلال اجتماعی) و ۳۴ گویه، خرده مقیاس مشکلات رفتاری کودکان را در پنج حیطه (خودمحوری، بیش‌فعالی، آزار و اذیت، عقب‌نشینی اجتماعی، عصبی بودن) ارزیابی می‌کند. در مطالعه حاضر از خرده مقیاس مهارت های اجتماعی استفاده شد. نمره‌گذاری در هر کدام از این دو خرده مقیاس متفاوت است. هر گویه در یک مقیاس چهار ارزشی توسط والدین کودک نمره‌گذاری شدند که امتیاز صفر به معنی هرگز، امتیاز یک به معنی به‌ندرت، امتیاز دو به معنی گاهی اوقات و امتیاز سه به معنی همیشه است. بیشترین امتیاز از خرده مقیاس مهارت اجتماعی نشان‌دهنده این است که کودک در مهارت‌های اجتماعی به‌خوبی رشد کرده است و کسب بیشترین امتیاز در خرده مقیاس مشکلات رفتاری نشان‌دهنده افزایش مشکلات رفتاری در کودک می‌باشد. روایی و پایایی ابزار حاضر در مطالعه شمشیری در ایران تأیید شده است (۲۰). آزمون آلفای کرون باخ در پژوهش حاضر ۰/۸۶ محاسبه شد.

## روش اجرا

به‌منظور گردآوری داده‌ها، با مراجعه به اداره آموزش و پرورش منطقه ۴ تهران و کسب مجوز در آموزشگاه های مورد نظر حضور یافت و پس از توضیح اهداف مطالعه والدین داوطلب مشارکت در مطالعه دعوت به همکاری شدند و والدین آن‌ها فرم رضایت‌نامه آگاهانه شرکت در مطالعه پژوهش را امضا کردند سپس کودکان مورد نظر با توجه به اهداف پژوهش انتخاب و به طور تصادفی گروه‌بندی شدند. ابتدا تمامی کودکان در پیش آزمون شامل تکمیل پرسشنامه مقیاس رفتاری و آزمون رشد حرکتی درشت شرکت کردند. پس از آن کودکان در مرحله

کواریانس، پیش فرضهای مهم این آزمون آماری، بررسی شد که مفروضه های آن شامل آزمون لون، شیب خط رگرسیون و کالموگروف اسمیرنوف برقرار بود؛ یعنی استفاده از تحلیل کواریانس برای تحلیل داده های این پژوهش مانعی نداشت. جدول های ۳ و ۴ نتایج تحلیل کواریانس را نشان می دهد.

نتایج جدول ۳ نشان می دهد، بین سه گروه کودکانی که در شرایط مختلف به برنامه های بازی می پرداختند در شاخص مهارتهای اجتماعی در پس آزمون بعد از حذف اثر پیش آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $P=0/001$ ). به منظور بررسی دقیقتر تفاوت بین گروه ها از آزمون تعقیبی استفاده شد. برآوردهای مربوط به آزمون تعقیبی نشان داد بین تاثیر بازهای آزاد و سازمان یافته بر مهارتهای اجتماعی کودکان تفاوت معنی داری وجود دارد به طوری که گروه بازی های سازمان یافته گروهی نسبت به دو گروه دیگر در شاخص مهارت های اجتماعی نمرات بالاتری کسب کردند.

نتایج جدول ۴ نشان می دهد، بین سه گروه کودکانی که در شرایط مختلف به برنامه های بازی می پرداختند در شاخص رشد مهارتهای حرکتی درشت در پس آزمون بعد از حذف اثر پیش آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $P=0/001$ ). به منظور بررسی دقیقتر تفاوت بین گروه ها از آزمون تعقیبی استفاده شد. برآوردهای مربوط به آزمون تعقیبی نشان نشان داد بین تاثیر بازهای آزاد و سازمان یافته بر رشد مهارتهای حرکتی درشت کودکان تفاوت معنی داری وجود دارد به طوری که گروه بازی های سازمان یافته گروهی و فردی نسبت به گروه بازی های آزاد در شاخص بهره حرکتی نمرات بالاتری کسب کردند.

تمرینی شرکت کردند. مدت دوره تمرینی ۸ هفته و هر هفته پنج جلسه ۶۰ دقیقه ای بود. هر گروه طبق برنامه تحت آموزش و بازی قرار گرفتند گروه بازی آزاد در این مدت طبق معمول به بازی های روزانه و عادی خود پرداخت. در انتها از کودکان پس آزمون همانند پیش آزمون به عمل آمد.

### تحلیل آماری

از آمار توصیفی برای طبقه بندی داده ها و توصیف، میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. برای آزمون فرضیه ها از پس از بررسی پیش فرض ها از روش تحلیل آماری کواریانس استفاده شد. آزمون های آماری توسط نرم افزار اس.پی.اس.اس نسخه ۲۴ در سطح معناداری آزمون کمتر از ۰/۰۵ انجام شد.

### ملاحظات اخلاقی

این پژوهش با نظارت اداره کل آموزش و پرورش شهرستان کرج انجام شد. شرکت کنندگان با اهداف و روش مطالعه آگاهی یافتند و به آنها اطمینان داده شد اطلاعات مورد نظر محرمانه خواهد ماند. رضایت آگاهانه شرکت کنندگان قبل از اجرای پژوهش اخذ شد.

### یافته ها

در جدول ۱ ویژگی های فردی شرکت کنندگان پژوهش ارائه شده است. همچنین در جدول ۲ یافته های توصیفی مربوط به شاخص های رشد مهارتهای حرکتی درشت و مهارت اجتماعی کودکان در گروه های مختلف بازی آزاد و سازمان یافته فردی و گروهی ارایه شده است.

برای بررسی تأثیر روش های مختلف بازی بر شاخص مهارت های اجتماعی، از تحلیل کواریانس یک راهه با کنترل عامل پیش آزمون استفاده شد. قبل از استفاده از آزمون تحلیل

جدول ۱- ویژگی های فردی شرکت کنندگان پژوهش

متغیر	گروه بازی آزاد	گروه بازی سازمان یافته فردی	گروه بازی سازمان یافته گروهی
سن (سال)	۵/۲۸±۰/۵۲	۵/۸۴±۰/۴۱	۵/۶۰±۰/۵۱
قد (سانتی متر)	۱۱۴/۳۰±۶/۵۲	۱۱۲/۲۵±۶/۹۴	۱۱۱/۶۴±۷/۲۰
وزن (کیلوگرم)	۲۳/۷۴±۴/۶۷	۲۲/۶۸±۵/۷۴	۲۱/۶۱±۶/۴۹

جدول ۲- میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای تحقیق در گروه های مختلف تحقیق

گروه	مهارت های حرکتی درشت	مهارت اجتماعی
بازی آزاد	پیش آزمون ۵۹/۱۲±۵/۹۵	پس آزمون ۷۸/۲۴±۸/۱۱
بازی سازمان یافته فردی	پیش آزمون ۵۸/۰۸±۶/۱۰	پس آزمون ۸۱/۴۱±۷/۳۰
بازی سازمان یافته گروهی	پیش آزمون ۶۰/۱۰±۶/۲۸	پس آزمون ۸۷/۳۰±۸/۰۹

جدول ۳- شاخص های توصیفی متغیر مهارت های اجتماعی به همراه نتایج تحلیل کوواریانس

گروه	پس آزمون	پیش آزمون	مقایسه پس آزمون
بازی های آزاد	میانگین ± انحراف استاندارد ۸/۱۱±۷۸/۲۴	میانگین ± انحراف استاندارد ۷/۶۲±۷۰/۹۵	P ۰/۰۰۱
بازی های سازمان یافته فردی	میانگین ± انحراف استاندارد ۷/۳۰±۸۱/۴۱	میانگین ± انحراف استاندارد ۷/۴۷±۷۱/۰۸	P ۰/۰۰۱
بازی های سازمان یافته گروهی	میانگین ± انحراف استاندارد ۸/۰۹±۸۷/۳۰	میانگین ± انحراف استاندارد ۷/۰۹±۷۱/۲۲	P ۰/۰۰۱

جدول ۴- شاخصهای توصیفی متغیر رشد مهارت های حرکتی درشت به همراه نتایج تحلیل کوواریانس

گروه	پس آزمون	پیش آزمون	مقایسه پس آزمون
بازی های آزاد	میانگین ± انحراف استاندارد ۷/۵۴±۶۸/۳۰	میانگین ± انحراف استاندارد ۵/۹۵±۵۹/۱۲	P ۰/۰۰۱
بازی های سازمان یافته فردی	میانگین ± انحراف استاندارد ۷/۱۱±۷۶/۶۲	میانگین ± انحراف استاندارد ۶/۱۰±۵۸/۰۸	P ۰/۰۰۱
بازی های سازمان یافته گروهی	میانگین ± انحراف استاندارد ۶/۴۷±۷۷/۶۷	میانگین ± انحراف استاندارد ۶/۲۸±۶۰/۱۰	P ۰/۰۰۱

### بحث و نتیجه گیری

هدف اصلی مطالعه حاضر مقایسه تاثیر بازی های آزاد و سازمان یافته فردی و گروهی بر تبحر حرکتی و رفتارهای اجتماعی کودکان بود. نتایج نشان داد که متغیر مهارتهای اجتماعی و نمره مهارت های حرکتی درشت (تبحر حرکتی) در بین کودکانی که در بازی های سازماندهی شده فردی و گروهی شرکت کرده بودند با کودکانی که در کلاس های بازی های آزاد شرکت کردند، تفاوت معناداری وجود دارد؛ به طوریکه در شاخص مهارت حرکتی درشت (حرکات جابجایی و کنترل شی) دو گروه بازی های سازماندهی شده فردی و گروهی و در شاخص مهارت های اجتماعی گروه بازی های سازماندهی شده گروهی بهترین عملکرد را داشت.

نتایج تحقیق حاضر با یافته های مطالعات متعددی همخوان است. این مطالعات نشان داده اند که بازی و فعالیت بدنی می تواند تأثیر مثبت بر خود پنداره، حالت روانی و احساسات داشته باشد و می تواند پرخاشگری، افسردگی و اضطراب را کاهش دهد (۲۱، ۲۲، ۲۳). در مطالعه ای همخوان با یافته های حاضر گزارش شد کودکان شرکت کننده در کلاس ها و فعالیت های ورزشی نسبت به کودکانی که تنها در کلاس های مدرسه شرکت کرده بودند از توانش حرکتی بیشتری برخوردار بودند (۲۴). همچنین پژوهش ها نشان می دهد مداخله های حرکتی در پیشرفت مهارت های حرکتی بنیادی تأثیر مثبت دارد به طوری که لوگان و همکارانش گزارش دادند که فعالیت بدنی برنامه ریز شده و سازمان یافته می تواند اثر مثبتی بر توسعه مهارت های حرکتی پایه داشته باشد (۲۵). همچنین در مطالعاتی آموزش فعالیت های ژیمناستیک بر بهبود مهارت های حرکتی بنیادی و روانی کودکان ۸ - ۹ ساله (۲۶) و تأثیر تمرین فوتبال بر توانایی های حرکتی کودکان ده تا یازده ساله گزارش شد (۲۷). در توضیح و تفسیر یافته های اخیر می توان به مواردی اشاره داشت. بر اساس تئوری یادگیری اجتماعی باندورا، بافت و محیط اجتماعی بر روند اجتماعی شدن افراد

موثر است. این نظریه معتقد است کودکان رفتارهای اجتماعی را از طریق مشاهده و تقلید می آموزند. این نظریه معتقد است با تغییرات محیطی می توان بر روند اجتماعی شدن کودکان تاثیر گذاشت (۱۱).

عقیده رایج این است که کودکان از طریق بالیدگی و تمرین می توانند به سطوح بالاتری در رشد حرکات برسند، اما همه کودکان به این درجه از کفایت دسترسی ندارند. این کودکان برای دستیابی به این مرحله از رشد حرکتی مهارت های پایه نیاز به کمک و راهنمایی دارند. این کمک و راهنمایی به وسیله دست کاری محیط حاصل می شود تا سطوح متعددی از دشواری مهارت را برای کودک فراهم کند تا آن ها به صورت تدریجی به رشد پیشرفته مهارت های حرکتی بنیادی دست پیدا کنند (۲۸، ۶). یافته های حاضر نشان داد کودکانی که در بازی های سازمان یافته و هدایت شده شرکت کرده بودند نسبت به کودکانی که در بازی های آزاد فعالیت داشتند عملکرد بهتری در مهارت های حرکتی بنیادی داشتند. در این مطالعه راهنمایی و حضور مربی یک عامل مشوق محیطی در نظر گرفته می شود. این یافته بر لزوم استفاده از مربی و نظارت و راهنمایی های به منظور افزایش بهرمندی از فرصت ایجاد شده تاکید دارد. در واقع حضور و نظارت مربی نیز عاملی محیطی بوده که امکان و فرصت یادگیری بیشتر را برای کودک فراهم می سازد. این به این معنی است که گرچه بالیدگی و فرصت تمرین و بازی نقش مهمی در رشد کودک دارد اما تشویق و دستورالعمل های کیفی برای دستیابی به رشد حداکثری در مهارت ها مورد نیاز است (۳). مربی و راهنمایی های او برای توسعه و ترویج یادگیری مهارت های حرکتی بنیادی از اهمیت خاصی برخوردار است. در واقع محیط غنی گاهی نمی تواند سرخط های لازم برای دستیابی به حداکثر رشد حرکتی و روانی را فراهم سازد (۱۲). از این رو به نظر می رسد عواملی مانند راهنمایی بصری و کلامی، بازخورد، نمایش مهارت و تشویق بر عملکرد کودکان تاثیر گذار باشد. نتایج این مفهوم را تقویت می کند که اگرچه بالیدگی و



بازی های گروهی و پذیرفته شدن توسط گروه همسالان احتمالاً همانند گوش فرادادن به دستورات مربی در یک کلاس سازمان دهی شده ورزشی، نقش مهمی در توسعه مهارت های اجتماعی داشته باشد. در بازی های سازمان یافته به دلیل قوانین و مقرراتی که در آن وجود دارد باعث یادگیری مهارت های اجتماعی مانند رعایت نوبت، همکاری دو طرفه و ... خواهد شد. به نظر می رسد ورزش های سازمان یافته و قوانین و مقررات موجود در آن و حضور مربی برای آموزش و پیروی از دستورات او سبب یادگیری بهتر مهارت های حرکتی و به خصوص مهارت های اجتماعی کودکان شود (۶)؛ بازی ها و ورزش های سازمان یافته گروهی به دلیل وجود عواملی نظیر رعایت نوبت، کمک به دوستان، رعایت قوانین و مشارکت محل مناسبی برای ترویج و گسترش مهارت های اجتماعی می باشد. با این وجود نباید از نقش بازی های آزادانه کودکان در رشد حرکتی و مهارت های اجتماعی آنان غافل شد.

در نهایت یافته های حاضر با توجه به مدل تعاملی فرد - محیط و تکلیف در دست یابی به سطوح مختلف رشدی اشاره می کند که تنها فراهم سازی محیط غنی برای دست یابی به شایستگی حرکتی کودکان کافی نیست بلکه کودکان برای دست یابی به رشد حرکتی مطلوب به راهنمایی و هدایت سازمان یافته نیاز دارند. با توجه به معرفی دوران پیش دبستانی به عنوان سنین طلایی رشد کودکان که از ۱۹۹۲ به آن تاکید شده است و همچنین پویایی بیشتر رشد حرکتی، می توان پیش بینی کرد کودکانی که در این دوران حساس از فرصت های تمرینی، آموزشی و تشویقی بیشتر برخوردار باشند در آینده از سبک زندگی فعال تری برخوردار بوده و این امر در سایر حیطه های رشدی نیز نمود پیدا خواهد کرد. مطالعات نشان می دهد که امروزه میزان بازی های آزاد کودکان کاهش یافته است و کودکان ساعات بیشتری را تحت نظارت والدین و مربیان به منظور آموزش موارد مختلف سپری می کنند، اما باید پذیرفت که

فرصت های تمرینی از طریق بازی در رشد حرکتی کودکان اهمیت بسزایی دارند اما آموزش سازمان دهی شده و هدفمند برای دست یابی به رشد حرکتی پیشرفته ضروری است.

در تبیین یافته ها در بخش توسعه مهارت های اجتماعی از طریق بازی می توان اشاره داشت که ارتباط مناسب و صحیح کودکان در دوره سنی پیش دبستانی با هم تاپیان و معلمان خود یک سطح بنیادی رشدی است و ممکن است نمایانگر نوعی سازگاری اجتماعی باشد. برای برقراری ارتباط اجتماعی مناسب کودکان باید قوانین و ضوابطی از قبیل رعایت نوبت، نحوه استفاده از اسباب بازی و زمان بازی را بیاموزند. همچنین تعامل اجتماعی موفق نیازمند توانایی کودک در بیان احساسات، تعدیل مناسب احساسات با توجه به نیاز محیط و فهم احساسات دیگران می باشد (۱۷). به نظر می رسد بازی اولین گزینه به منظور برقراری تعامل و سازگاری اجتماعی است. فعالیت در قالب گروهی برای کودکان فرصت یادگیری تعامل اجتماعی صحیح با اعضای دیگر گروه، کار گروهی، سهیم شدن با دیگران در مورد فضا، دارایی ها و حتی ایده ها و همچنین کمک به دیگران را توسعه می دهد. همچنین رشد صحیح مهارت های اجتماعی در کودکان باعث دوست یابی کودکان می شود (۲۹). شواهد پژوهشی بیانگر این موضوع است که فعالیت بدنی نه تنها باعث رشد مهارت های ادراکی حرکتی در کودکان می شود بلکه مهارت های روانی اجتماعی را نیز در آن ها را از طریق افزایش احساس مسئولیت پذیری و رشد مناسب مهارت های اجتماعی ارتقا می دهد. رفتارهای اجتماعی ای که یک کودک در دوران پیش از دبستان باید آن ها را بیاموزد شامل گوش فرادادن به دستورات، مشارکت مناسب در گروه، تمرکز روی کار و سازمان دهی اعمال است. این رفتارها مهارت های مشارکت اجتماعی، مسئولیت پذیری، استقلال و سازگاری در کودکان را افزایش می دهد (۳۰). در تبیین برتری مهارت های اجتماعی کودکان به عنوان پیامد بازی سازمان یافته گروهی، به نظر می رسد عملکرد مناسب در

آگاهی از دوره های حساس رشد و آگاهی از دانش رشد حرکتی و تاثیر بازی بر جنبه های مختلف رشدی کودکان، با فراهم کردن بسترهای محیطی مناسب در قالب بازی های هدفمند، امکان رشد و توسعه مهارتهای حرکتی و اجتماعی کودکان را بیش از پیش فراهم کرده و آینده و سبک زندگی فعال و سالم را برای فرزندان خود فراهم سازند.

### تشکر و قدردانی

از همکاری مسوولین اداره آموزش و پرورش منطقه ۴ تهران، مدیران آموزشگاه های مربوطه به واسطه فراهم کردن شرایط اجرای مطالعه و از والدین و کودکان برای شرکت در مطالعه حاضر تقدیر و تشکر می گردد. بدین وسیله اعلام می دارد نویسندگان هیچ گونه تضاد منافی ندارند.

محیطهای بازی زمان حال حاضر خطرناکتر از محیطهای بازی زمانهای گذشته نیستند بلکه این دیدگاه جامعه است که در مورد بازیهای آزاد کودکان و مدتزمان بیشتر آموزش آنها، تغییر یافته است (۳۱). مطالعات نشان می دهد که نظارت همه جانبه بر روند اجرای بازی ها می تواند اثربخشی آن را افزایش دهد، از محدودیت های مطالعه حاضر می توان به عدم امکان بکارگیری مربیان به تعداد بیشتر برای نظارت بیشتر بر روند اجرای بازی ها و ارایه باخورد های مناسب بود، از این رو توصیه می شود در مطالعات آتی ضمن بررسی اثربخشی سایر روش های بازی از قبیل؛ بازیهای شناختی، بازی نهایی رایانه ای و... بر عملکرد حرکتی و روانی کودکان، از مربیان بیشتری برای راهنمایی و نظارت بر روند اجرای بازی ها استفاده شود. با توجه به یافته های حاضر به مربیان و والدین پیشنهاد می شود ضمن

### منابع

1. Bastik C, Kalkavan A, Yamaner F, Sahin S, Gullu A. Investigation of Basic Motor Skills According to TGMD-2 Test on Male Athletes of 10 Ages Group Who Participated to Competitions in Different Sports Branches. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2012, 46:4741
2. Dibek E. Implementation of visual motor ability enhancement program for 5 years old. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 32-2012, 46:1924
3. Li Zh, , Peggy Ch. Making a Difference in PE Lessons: Using a Low Organized Games Approach to Teach Fundamental Motor Skills in China. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2019, 16, 4618; doi:10.3390/ijerph16234618.
4. Gallahue DL, Cleland-Donnelly F. *Developmental Physical Education for All Children*, 4th ed.; Human Kinetics Publishers: Champaign, IL, USA, 2003.
5. Hardy LL, Reinten-Reynolds T, Espinel P; Zask, A, Okely AD. Prevalence and correlates of low fundamental movement skill competency in children. *Pediatrics* 2012, 130, 390.
6. Meltem E P, Ayperi S. Preschool children's behaviours in competitive games: are these games really harmful to social-emotional development? *Early Child Development and Care*, DOI: 10.1080/03004430.2021.1990910.
7. Payne VG; Isaacs LD. *Human Motor Development: A Lifespan Approach*, 7th ed.; McGraw-Hill: New York, NY, USA, 2007.
8. Goodway JD; Robinson LE. SKIPing toward an active start: Promoting physical activity in preschoolers. *Beyond J. Young Child*. 2006, 61, 1-6.
9. Gattuzzo MT; Henrique RS, Ré, A, de Oliceira, I.S, Melo, BM, de Sousa Moura M.; de Araújo, R.C.; Stodden, D. Motor competence and health related physical fitness in youth: A systematic review. *J. Sci. Med. Sport* 2016, 19, 123-129.
10. Hamilton ML; Tate A. Constraints on Throwing Behavior of Children. In *Motor Development: Research and Review*; Clark, J.E., Humphrey, J.H., Eds.; NASPE Publications: Reston, VA, USA, 2002; pp. 49-61.

11. Essa E. Introduction to Early Childhood Education. 5th ed. Thomson Delmar Learning. 2007.
12. Tahmores A. Role of play in social skills and intelligence of children. *Social and Behavioral Sciences*. 2011, 30: 2272-2279.
13. Singer D, Sinder J, Dagostino H, DeLong R. Children's pastime and play in sixteen nations. Is free play declining? *American journal of play*. 2009, 4: 283-312.
14. Rajabi Z, Najafi M, Rezaee A. Effectiveness of cognitive behavioral therapy for reducing of children aggression. *Journal of Clinical Psychology*. 2013, 10(3): 55-71. (In Persian)
15. Mohammad N, Chalmeh R. Investigation of aggression assessment model and its relationship with behavioral problems in children. *Quarterly Psychology Journal of Tabriz University*. 2006, 1(2-3): 216-228. (In Persian)
17. Sendil C, Erden F. Preschool teachers' strategies to enhance social preschoolers' children during plat time. *Journal of Psychology*. 2016, 47: 918-923.
18. Ulrich DA. Introduction to the special section: Evaluation of the psychometric properties of the TGMD-3. *Journal of Motor Learning and Development*. 2017;5(1):1-4.
19. Zachopoulou E, Pickup I, Tsangaridou N, Liukkonen J. Early steps physical education curriculum: theory and practice for children under 8. Champaign, IL: Human Kinetics. 2010.
20. Shamshiri S, Bagheri S, Hashemy, M, Doostan, M & Yazdani, S. The effect of gymnastic activities on social skill and behavior problems among 3 – 6 years old children. *Applied Science Reports*. 2013, 3 (1): 95-99. (In Persian)
21. Alpert B, Field T, Goldstein S, Perry S. Aerobicsenhances cardiovascular fitness and agility in preschoolers. *Health Psychol*, 1990, 9, 48 56.
22. Benjamin J, Fort S. Aggression. *Encyclopedia of Mental Health*. 2016, 1: 33 – 39.
23. Heirring M, Johnson K, O'cnnor P. Exercise training and health relate quality of life in generalized anxiety disorder. *Psychology of Sport and Exercise*. 2016, 27: 138-141.
24. Nazario PF, Vieira JLL. Sport context and the motor development of children. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*. 2014, 16(1):86-95.
25. Logan S, Robinson L, Wilson A, Lucas W. Getting the fundamentals of movement: a meta-analysis of the effectiveness of motor skill interventions in children. *Child: care, health and development*. 2012, 38(3):305-15.
26. Rudd J, Farrow D, Barnett L, Berry J, Borkoles E, Polman R. A pilot study to evaluate the efficacy of the 'Launchpad' gymnastics programme at developing children's motor coordination and fundamental movement skills. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 2014, (18): e11.
27. Neto OB, Barbieri FA, Barbieri RA, Gobbi LTB. Agility, speed and motor skill performance of practitioners and non-practitioners of soccer. *Fitness & Performance Journal (OnlineEdition)*. 2009, 8(2).
29. Gregoriadis A, Granmatikopoulos V, Zachopoulou E. Evaluating preschoolers' social skills: the impact pf a physical education program from the parents' perspective. *International Journal of Humanities and Social Science*. 2013, 3(10): 40 – 51.
30. Liu M, Karp G, Davis D. Teaching learning related social skill in kindergarten physical education. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 2010, 81 (6): 38-44.
31. Sutterby, J. What kids don't get to do anymore and why? *Childhood Education*. 2012, 85(5): 289-292.