



تاثیر تمرینات منظم ورزشی بر خودپنداره و خشم دانش آموزان ابتدایی

امیرحسین شاهپوری^{۱*}، فاطمه پورمظاهری^۲

۱. مدرس دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید آیت نجف آباد

۲. کارشناس ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر

*a_shahpori@yahoo.com

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی تاثیر تمرینات منظم ورزشی بر خودپنداره و خشم دانش آموزان ابتدایی بود. بدین منظور دانش آموزان آموزشگاه شهید رجایی به عنوان نمونه ی در دسترس انتخاب شدند در این میان دانش آموزانی که سه جلسه یا بیشتر در هفته تمرین ورزشی داشتند به عنوان گروه دارای تمرین منظم و بقیه ی دانش آموزان به عنوان گروه بدون تمرین منظم در نظر گرفته شدند، سپس همه ی آزمودنی ها به مقیاس خودپنداره کودکان (CSCS) پاسخ دادند همچنین پرسشنامه ی خشم کودکان توسط آموزگاران دانش آموزان تکمیل شد. به منظور طبیعی بودن توزیع داده ها از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد که نتایج بدست آمده ی عدد P برای متغیر خودپنداره ۰/۳۳ و برای متغیر خشم ۰/۰۰۰ بدست آمد که نشان می داد در سطح معناداری ۰/۰۵ توزیع داده های خودپنداره طبیعی است و توزیع داده های خشم طبیعی نیست به همین منظور برای سنجش تاثیر خودپنداره از آزمون پارامتریک تحلیل واریانس یک راهه و برای سنجش تاثیر خشم از آزمون ناپارامتریک کروسکال وایس استفاده شد. نتایج بدست آمده از آزمون های فوق نشان داد که تمرین منظم بر خودپنداره ی کودکان تاثیر معناداری دارد و همچنین نشان داد تمرین منظم بر خشم کودکان تاثیر معناداری ندارد.

کلید واژه ها: تمرین منظم، خودپنداره، خشم