

عنوان مقاله:

رتبه بندی انگیزه های انجام فعالیت بدنی دانش آموزان با توجه به اجرای طرح کوچ

محل انتشار:

پنجمین همایش بین المللی پژوهش های نوین در علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

محمدامین کوشکی - کارشناسی ارشد، دانشگاه فرهنگیان شهید رجایی، کرمانشاه

صبا اکبری - کارشناسی ارشد، فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه رازی، کرمانشاه

خلاصه مقاله:

هدف از تحقیق حاضر رتبه بندی انگیزه های انجام فعالیت ورزشی دانش آموزان مقطع متوسطه در برنامه شاد بود. تحقیق حاضر از نوع کاربردی می باشد. جامعه آماری پژوهش دانش آموزان مقطع متوسطه اول تشکیل می دهند که طبق جدول مورگان، تعداد 175 نمونه انتخاب شد. در این پژوهش از پرسشنامه محقق ساخته انگیزه های انجام فعالیت ورزش استفاده گردید. پایایی گویه های پرسشنامه با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ تأیید شد. از آزمون رتبه بندی فریدمن جهت تحلیل داده های تحقیق استفاده شد. همچنین داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها نشان داد که مهمترین انگیزه انجام فعالیت بدنی از نظر نمونه های پژوهش انگیزه کسب توجه با میانگین رتبه ای 5/32 و کم اهمیت ترین انگیزه انجام فعالیت بدنی انگیزه آمادگی جسمانی با میانگین رتبه ای 3/82 می باشد. همچنین نتایج نشان داد که اجرای طرح کوچ انگیزه دانش آموزان به انجام فعالیت بدنی را افزایش داده و با آگاهی رسانی در مورد مضرات عدم فعالیت بدنی و چاقی آنها را به سمت فعالیت بدنی سوق داده است. از اینرو باید گفت چاقی و اضافه وزن، پنجره ی ورود به انواع بیماری ها است. لذا باید ضمن اصلاح الگوی تغذیه کودکان و نوجوانان، سبک زندگی امروزی خویش را که توأم با کم تحرکی و عدم توجه به فعالیت های ورزشی است را تغییر دهیم.

کلمات کلیدی:

رتبه بندی، انگیزه، فعالیت بدنی، دانش آموزان، طرح کوچ

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1156896>

