

Research Paper

Identifying strategies and consequences of doing sports activities in preschool children

Mohammad Zare Abandansari¹, Farzad Nonbakht², Mehrdad Moharramzadeh^{3*}, Nasrin Azizian Kohan⁴

Citation Zare Abandansari M, Nobakht F, Moharramzadeh M, Azizian Kohan N. Identifying strategies and consequences of doing sports activities in preschool children. 3
URL: <http://jeche.ir/article-1-106-fa.html>



ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Sports Activities,
Preschool,
Children,
Parents

Received: 28 Jan 2023

Accepted: 06 Mar 2023

Available: 18 Mar 2023

Introduction: Considering the technological advances of the new era and the ease of access to communication tools; we see a decrease in sports activities among children, which will have many negative consequences in the future of society's health. In this regard, the present study was conducted with the aim of providing solutions for physical activity in preschool children and avoiding its consequences.

Method: This research was conducted in terms of practical purpose and qualitative method using phenomenological approach. The statistical population studied in the research was the faculty members of the university in the departments of psychology, movement behavior and sports management, sports teachers, school principals and parents of preschool students in 2022. The sampling method was purposeful and the measurement tool was a semi-structured interview with open questions. The interviews continued up to number 16. Then, the findings of those interviews were analyzed by coding process using the Collaizi method in MAXQDA software version 20.

Results: At the end, 66 final codes were identified from the information obtained by the participants in the research, which in the section of solutions for performing sports activities in preschool children include: 6 main themes of the role of parents, the role of schools, media aspects, the role of sports coaches, management aspects, support programs; And in the consequences of doing it, It includes 4 main themes of physical development, improving learning, strengthening mental health and social development

Discussion: In general, it is useful to do sports activities at any age, except for people with special conditions, and preschool children are not exception to this issue. Of course, the sports activity of this group of people should be very light and fun in order to be beneficial to improve health growth and development of preschool children. The results of this research will be helpful to relevant managers who are in relation with strategic planning of preschool children's sports.

1 Ph.D Student Of Sports Management At Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran

2 Associate Professor Of Sports Management Department, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran

3 *(Correspond Author). Professor Of Sports Management Department, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran.
(Mmoharramzadeh@Yahoo.Com)

4 Associate Professor Of Sports Management Department, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran

مقاله پژوهشی

شناسایی راهکارها و پیامدهای انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی
محمد زارع آبدان‌سری^۱، فرزاد نوبخت^۲، مهرداد محرم زاده^{۳*}، نسرين عزيزيان كهن^۴

مشخصات مقاله

چکیده

واژگان کلیدی

فعالیت‌های ورزشی، پیش‌دبستانی، کودکان، والدین

مقدمه: با توجه به پیشرفت‌های فناورانه عصر جدید و سهولت دسترسی به ابزارهای ارتباطی، شاهد کاهش فعالیت‌های ورزشی در کودکان می‌باشیم که این موضوع پیامدهای منفی بسیار زیادی در آینده سلامت جامعه دربر خواهد داشت. در همین راستا پژوهش حاضر با هدف ارائه راهکارهای انجام فعالیت بدنی در کودکان پیش‌دبستانی و پیامدهای حاصل از آن انجام شد.

روش پژوهش: پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و به روش کیفی با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی انجام شد. جامعه آماری مورد مطالعه پژوهش را اعضای هیئت علمی دانشگاه در گروه روانشناسی، رفتار حرکتی و مدیریت ورزشی، معلمان تربیت بدنی، مدیران مدارس و والدین دانش‌آموزان پیش‌دبستانی در سال ۱۴۰۱ تشکیل می‌دادند. روش نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند و ابزار سنجش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با پرسش‌های باز بود. به‌منظور تجزیه و تحلیل یافته‌های حاصل از مصاحبه از شیوه کلایزی و در نرم‌افزار مکس کیودا نسخه ۲۰، مراحل کدگذاری انجام شد.

یافته‌ها: در نهایت ۶۶ کد نهایی از اطلاعات حاصل مشارکت‌کنندگان در پژوهش شناسایی شد که در بخش راهکارهای انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی ۶ مضمون اصلی شامب نقش والدین، نقش مدارس، ابعاد رسانه‌ای، نقش مربیان ورزشی، ابعاد مدیریتی، و برنامه‌های حمایتی و در بخش پیامدهای حاصل از انجام آن ۴ مضمون اصلی شامل توسعه جسمانی، بهبود یادگیری، تقویت بهداشت روانی و توسعه اجتماعی شناسایی شد.

بحث و نتیجه‌گیری: به‌طور کلی انجام فعالیت‌های ورزشی در هر سنی به‌جز افراد با شرایط خاص، مفید می‌باشد و کودکان پیش‌دبستانی نیز از این موضوع مستثنی نیستند. البته فعالیت ورزشی این گروه از افراد باید بسیار سبک و مفرح باشد تا از این مسئله در جهت بهبود رشد و توسعه سلامت کودکان پیش‌دبستانی بهره‌مند شد. نتایج این پژوهش به مدیران ذیربط در ارتباط با برنامه‌ریزی راهبردی ورزش کودکان پیش‌دبستانی کمک شایانی می‌کند.

دریافت شده: ۱۴۰۱/۱۱/۰۸

پذیرفته شده: ۱۴۰۱/۱۲/۱۵

منتشر شده: ۱۴۰۱/۱۲/۲۷

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

۲. دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

۳. * (نویسنده مسئول) استاد گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران (mmoharramzadeh@yahoo.com). تلفن: ۰۹۱۴۳۴۵۷۳۵۳

۴. دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

مقدمه

کودکی، اولین و مهم‌ترین دوره زندگی آدمی است که در این دوره کودک یک نقش فعال در ساختار یادگیری و فهمیدن دارد (هاردی و همکاران^۱، ۲۰۱۰). در این دوره کودک روابط اجتماعی خود را بنا می‌نهد (قلی‌نیا، ۲۰۱۲). اساساً در این سن، رکن اصلی شخصیت کودک پی‌ریزی می‌شود و در مراحل بعدی رشد و تکامل می‌یابد (الهراب^۲، ۲۰۲۲). زمانی که کودکان مدرسه را شروع می‌کنند، مشتاقان تا چیزهای جدیدی بیاموزند و اگر آمادگی‌های لازم برای ورود به این دوره در کودک ایجاد شود، حتماً ضمانت کافی برای کسب موفقیت‌های آینده او نیز فراهم خواهد شد (اکبری صاحب‌دلان، ۲۰۱۹). لذا محیط و شرایط زندگی کودک و امکانات و تسهیلات آموزشی، نقش قابل توجهی را می‌تواند در شکل‌گیری و تکامل کودک و حضور آن‌ها در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی داشته باشد (آلدرسون و الاو^۳، ۲۰۱۳). یکی از عوامل پرورش و رشد کودکان خلاق در جامعه، فراهم آوردن محیطی مناسب برای بازی است (شفیع‌پور و همکاران، ۲۰۱۸). در همین راستا یکی از مکان‌هایی که کودکان به انجام بازی و فعالیت‌های ورزشی سبک مبادرت می‌ورزند مراکز پیش‌دبستانی است (نجاری و برجلی، ۲۰۱۶). فعالیت‌های حرکتی و در حقیقت بازی، نقش مهمی در تعلیم و تربیت دوران کودکی دارند (بهرزیان، ۲۰۱۸). کودکان کوچک ترجیح می‌دهند تا به‌عنوان بخشی از بازی حرکت داشته باشند؛ آن‌ها دوست دارند بخزند، پنهان شوند، بپرند، پرتاب کنند و بازی‌هایی با حرکات ساده انجام داده و آوازهای ریتمیک بزمه بخوانند (پرس^۴، ۲۰۱۵). سیر تحول ورزش در زندگی، با بازی کردن که لازمه رشد و تکامل کودک است شروع می‌شود و سپس به ورزشی که رقابت در آن مطرح است می‌پیوندد (یوسفی، ۲۰۱۶). بسیار ضروری است که ورزش ابتدا به ساکن در درون افراد شکل نهاده‌ای به خود بگیرد و این نوع تربیت ورزشی همراه با فرهنگ‌سازی درونی اگر با ایجاد نگرش درست در دوران کودکی همراه باشد، بسیار موثرتر خواهد بود و به احتمال زیاد شاهد تداوم عملکرد ورزشی فرد در آینده نیز خواهیم بود (صیادی و همکاران، ۲۰۱۹). در همین راستا داشتن فعالیت بدنی مستمر و منظم در دوران کودکی کاملاً ضروری است؛ اما با تغییر شرایط زندگی، ماشینی شدن روزافزون، رشد روند شهرنشینی و آپارتمان‌نشینی، و کاهش امکان فعالیت بدنی و بازی به‌طور طبیعی با همسالان، ضروری است که کلیه نیازهای حرکتی کودکان برای دستیابی به رشد همه‌جانبه به‌صورت برنامه‌ریزی شده در فعالیت بدنی روزانه کودکان گنجانده شود (روتلیسبرگر و همکاران^۵، ۲۰۱۲)؛ مثلاً پژوهشگری به‌نام دراپر، تأثیر برنامه گروهی را بر رشد مهارت‌های حرکتی درشت در کودکان پیش‌دبستانی ارزیابی کرد و آن را معنادار یافت (دراپر و همکاران^۶، ۲۰۱۲). لذا اگر به نیازها و حیطه‌های تکاملی کودکان در این دوران پاسخ مناسبی داده شود، آن‌ها سالم‌تر خواهند بود و قدرت تفکر و تعقل بیشتر و مهارت‌های عاطفی و اجتماعی بهتری خواهند داشت (زارعی و عباسی، ۲۰۱۸). در ادامه به مرور پژوهش‌های مرتبط با مطالعه مورد نظر پرداخته می‌شود. فراسر و هارلو^۷ (۲۰۲۳) در پژوهش خود بیان کرد: تجربه مثبت و مناسب فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی؛ احتمال درگیر ماندن آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی در سنین آینده را فراهم می‌سازد. همچنین ضروری است تا مربیان با شیوه‌های آموزش کودکان پیش‌دبستانی آشنا شوند، چراکه آموزش ورزش بزرگسالان با کودکان بسیار متفاوت است. وانگ و همکاران^۸ (۲۰۲۳)، در پژوهش خود بیان کردند: رشد مهارت‌های بدنی به‌طور قابل توجهی بر سلامت جسمی و روانی کودکان پیش‌دبستانی تأثیر می‌گذارد که این موضوع تأثیر مهمی بر یادگیری کودکان پیش‌دبستانی دارد. کردی و خلجی (۲۰۲۲) در پژوهش خود بیان کردند: شرکت در کلاس بازی‌های حرکتی که به شکل هدفمند برای کودکان تدوین شده و توسط متخصصان اجرا می‌شود، باعث افزایش خودکارآمدی بدنی و لذت‌بخشی در هر دو جنس می‌شود. عبدل‌او^۹ (۲۰۲۲) در پژوهش خود بیان کرد: طبق نظر اکثر متخصصان، تمرینات بدنی در سنین پیش‌دبستانی باید با هدف شکل‌گیری مهارت‌ها و توانایی‌های حرکتی مختلف باشد که شامل راه رفتن، دویدن، پریدن، بالا رفتن، پرتاب کردن و گرفتن توپ است. وانگ و همکاران^{۱۰} (۲۰۲۲) در پژوهش خود بیان کردند: استفاده از فناوری‌های جدید نظیر: فناوری واقعیت مجازی در ساعات تربیت بدنی دانش‌آموزان پیش‌دبستانی می‌تواند سطح فنی دانش‌آموزان را بهبود ببخشد و اعتمادبه‌نفس آن‌ها را افزایش دهد. گلراخ^{۱۱} (۲۰۲۲) در پژوهش خود بیان کرد: شرایط و روش‌های آموزش انواع فعالیت‌های ورزشی، عناصر بازی‌های ورزشی و تمرینات ورزشی، نقش مهمی در تربیت بدنی و رشد فکری و جسمی کودکان پیش‌دبستانی دارد. آبالیان و همکاران^{۱۲} (۲۰۲۲) در پژوهش خود بیان کردند: امکانات و تجهیزات ورزشی مناسب در منزل و آموزش و بازآموزی متخصصان حوزه ورزش پیش‌دبستانی، از نکات حائز اهمیت در فعالیت ورزشی

۱. Hardy, L.

۲. Al-Hroub, A.

۳. Alderson, P., Alowe, M.

۴. Press, R.

۵. Roethlisberger, M.

۶. Draper, C.

۷. Fraser, J., & Harlow, M.

۸. Wang, N.

۹. Abdullaeva

۱۰. Wang, N.

۱۱. Gulruk, S.

۱۲. Abalyan, A.

کودکان پیش‌دبستانی می‌باشد. سادو^۱ (۲۰۲۲) در پژوهش خود بیان کرد: ورزش به ویژه فعالیت‌ها در فضای باز تأثیر مثبتی بر رشد مهارت‌های حرکتی کودکان پیش‌دبستانی دارد. در نتایج پژوهش منوچهری و همکاران (۲۰۱۸) به اهمیت نقش خانواده در توسعه ورزش کودکان اشاره شده است. نتایج پژوهش صادقپور و همکاران (۲۰۲۲) حاکی از نقش مدارس در توسعه ورزش تربیتی داشت. نتایج پژوهش زارع آبدان‌سری و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که ساخت انیمیشن‌های ورزشی، نقش مهمی در انجام فعالیت‌های ورزشی از سوی کودکان به دنبال دارد. نتایج پژوهش بابایی زارچ و صالحی (۲۰۲۲) نشان داد که مربیان یکی از عوامل اصلی در افزایش انگیزه کودکان به مشارکت در فعالیت‌های بدنی می‌باشند. ملیجی و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهش خود بیان کردند: کشور ایران برخلاف کشورهای توسعه‌یافته، فاقد یک برنامه درسی جامع تربیت‌بدنی برای دوره پیش‌دبستانی می‌باشد؛ بنابراین با توجه به نتایج به دست آمده و با هدف کیفیت‌بخشی به برنامه درسی این دوره پیشنهاد شد تا برنامه درسی جامعی برای درس تربیت‌بدنی دوره پیش‌دبستانی ایران تدوین شود. همچنین پیشنهاد شد که در تدوین این برنامه به اصول و مبانی، اهداف، نتایج، محتوا، روش‌های تدریس و ارزشیابی، زمان، فضا و تجهیزات مناسب برای درس تربیت‌بدنی و آموزش و جذب مربیان کارآموزده توجه شود. بنابراین با توجه به اهمیت برنامه‌ریزی به ویژه برنامه راهبردی در ورزش کشور، نبود پژوهش‌های کافی در زمینه شناخت فعالیت بدنی کودکان، لزوم بررسی و شناخت برنامه راهبردی آن‌ها در برهه زمان کنونی می‌تواند مورد ملاحظه قرار گیرد (جلوه‌گر و همکاران، ۲۰۱۳) از این رو، تدوین برنامه‌های آموزشی جامع با هدف رشد همه‌جانبه کودکان و کاهش مشکلات و آسیب‌های شناختی، رفتاری و هیجانی آنان ضروری تلقی می‌شود. به همین منظور، هدف از این مطالعه، بررسی مداخلات صورت گرفته در زمینه بهبود و تقویت مهارت‌های حرکتی در کودکان پیش‌دبستانی بود تا مسیر تدوین برنامه‌های آموزشی جامع در این بخش هموار گردد. چرا که در این بخش، تدوین برنامه‌های همه‌جانبه‌ای که دربرگیرنده طیف وسیعی از اهداف شناختی، هیجانی و رفتاری هستند، نیازمند بررسی، ارزیابی و مقایسه همه‌جانبه مطالعات موجود به صورت کل‌نگر می‌باشند. همچنین مرور پژوهش‌های گذشته نشان داد: علی‌رغم اهمیت مشارکت در فعالیت ورزشی گروه سنی کودکان پیش‌دبستانی و توجه پژوهشگران کشورهای دیگر به این موضوع، متأسفانه در کشور ایران پژوهشی در ارتباط با شیوه‌های اثربخش مشارکت پیش‌دبستانی‌ها در ورزش انجام نشده است که پژوهش حاضر با این رویکرد راهکارهای انجام ورزش در پیش‌دبستانی‌ها را مشخص و پیامدهای این مسئله را شرح می‌دهد. بنابراین با توجه به موارد بیان شده سؤال اصلی پژوهش به شرح زیر می‌باشد.

راهکارها و پیامدهای مشارکت کودکان پیش‌دبستانی در فعالیت‌های ورزشی شامل چه عواملی می‌باشد؟

روش پژوهش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی می‌باشد و به روش کیفی با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی توصیفی انجام شد. در این پژوهش هدف شناسایی عوامل مرتبط با موضوع بود و به همین جهت از روش پدیدارشناسی و به‌منظور تجزیه و تحلیل یافته‌های حاصل از مصاحبه از شیوه کلاسی استفاده گردید. با توجه به ماهیت پژوهش و استفاده از روش پدیدارشناسی توصیفی؛ شیوه کلاسی^۲ با توجه به موضوع پژوهش به‌عنوان کاربردی‌ترین روش پدیدارشناسی توصیفی انتخاب گردید. جامعه آماری مورد مطالعه پژوهش را اعضای هیئت علمی دانشگاه مازندران در گروه روان‌شناسی، رفتار حرکتی و مدیریت ورزشی، معلمان تربیت‌بدنی، مدیران مدارس و والدین دانش‌آموزان پیش‌دبستانی مدارس استان مازندران در سال ۱۴۰۱ تشکیل می‌دادند. روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند بود. تجربه زندگی، سافه کاری و علمی افراد مشارکت‌کننده و رضایت کامل افراد از حضور در مصاحبه و توانایی آنان در انجام مصاحبه و بازگو کردن مطالب، ملاک ورود و انتخاب نمونه‌ها در پژوهش قرار گرفت. ملاک خروج افراد از پژوهش نیز نبود تمایل کافی به ادامه همکاری با محقق و ناکافی و ناقص بودن اطلاعات دریافتی افراد مشارکت‌کننده در پژوهش بود. به‌منظور برآورد حجم نمونه در مطالعات کیفی معمولاً تا زمان کفایت اشباع نظرات مصاحبه‌ها انجام می‌شود و معمولاً تعداد آن بین ۱۵ تا ۲۵ نفر می‌باشد. در نهایت نمونه ۱۶ نفری از جامعه آماری ذکر شده در متن فوق انتخاب گردید. در راستای مدنظر قرار دادن اصول اخلاقی در پژوهش حاضر؛ ابتدا اهداف و ضرورت تحقیق پیش از شروع مصاحبه‌ها برای شرکت‌کنندگان در پژوهش توضیح داده شد. سپس شرکت‌کنندگان با رضایت شخصی خودشان و آشنایی اولیه با موضوع مورد مطالعه پژوهش در آن مشارکت کردند. قبل از شروع مصاحبه از افراد اجازه گرفته شد تا فرایند مصاحبه به‌طور کامل ضبط شود و چنانچه در مصاحبه‌ای افراد اجازه ضبط مصاحبه‌ها را ندادند؛ با اجازه گرفتن از آن‌ها فرایند مصاحبه با قلم بر روی کاغذ پیاده‌سازی شد. از ۱۶ مصاحبه انجام شده ۱۴ مصاحبه ضبط و ۲ مصاحبه بر روی کاغذ نوشته شد. در ادامه این اجازه به شرکت‌کنندگان داده شد که هر زمانی از فرایند مصاحبه تمایل داشتند و از ادامه مصاحبه انصراف دهند. با این حال هیچ شرکت‌کننده‌ای در حین مصاحبه انصراف نداد و تمامی مصاحبه‌ها انجام پذیرفت. همچنین تمامی مصاحبه‌ها با تعیین وقت قبلی در مکانی به دور از ازدحام جمعیت و بدون دخالت و مشارکت دیگران انجام شد.

۱. Saadu, U.

۲. Collaizi

(ب) ابزار

ابزار سنجش مصاحبه نیمه ساختاریافته با پرسش‌های باز بود. به‌منظور دستیابی عمیق‌تر به محتوای پژوهش، مصاحبه‌ها به صورت نیمه ساختاریافته با افراد مرتبط با پژوهش انجام شد. مدت زمان مصاحبه‌ها بین ۳۵ تا ۵۰ دقیقه بود. مصاحبه‌ها با طراحی سؤالات محوری شروع شد. ۱. با توجه به تجربه‌تان به‌نظر شما چه راهکارهایی سبب انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی می‌شود؟ ۲. پیامدهای انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی چیست؟ در ادامه با توجه به نیمه ساختاریافته بودن مصاحبه‌ها بقیه سؤالات از مشارکت‌کنندگان در پژوهش پرسیده شد. برخی از سؤالاتی که در حین مصاحبه پرسیده شد شامل: ۱. به‌نظر شما والدین دانش‌آموزان چگونه می‌توانند سبب انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی شوند؟ همین سؤالات در دیگر ابعاد پژوهش نیز بنابر شرایط مصاحبه از مشارکت‌کنندگان در پژوهش پرسیده شد.

در ادامه به‌منظور معتبرسازی نهایی پژوهش از روایی^۱ و پایایی^۲ استفاده شد. اعتبار به‌معنای میزان درجه اعتماد به واقعی بودن یافته‌ها برای شرکت‌کنندگان در پژوهش است. به همین منظور مصاحبه‌ها پس از تجزیه و تحلیل در اختیار مصاحبه‌شوندگان قرار گرفت و نظرات آنان در مورد مصاحبه‌ها اعمال و اصلاحات مورد نیاز انجام گرفت. قابلیت اعتماد، به ثبات داده‌ها در طول زمان و شرایط مختلف اشاره دارد که برای بررسی قابلیت اعتماد، از روش توافق درون موضوعی دو کدگذار استفاده شد. دو کدگذار متخصص و آشنا به روش کدگذاری و آشنا به موضوع مرتبط با پژوهش حاضر مصاحبه‌ها را کدگذاری کردند و درصد توافق بین دو کدگذار ۸۴ درصد به‌دست آمد. در تعریف روایی می‌توان گفت: بررسی معیار و مفهوم ابزار پژوهش و سؤالات در آن است تا متوجه شویم که این سؤالات دقیقاً به چه میزان متغیرهای پژوهش را به‌معنای واقعی منعکس می‌کنند. در تعریف پایایی می‌توان گفت: آیا روشی که در این پژوهش به‌کار گرفته‌ایم اگر مجدداً مورد استفاده قرار گیرد نتایج یکسان و مشابهی را به‌دنبال دارد؟ یعنی ابزاری که به‌منظور سنجش و بررسی پژوهش استفاده کرده‌ایم، دارای ویژگی تکرارپذیری باشد. در جدول ۱، نتایج حاصل از بررسی دوگذار نشان داده شده است.

$$100 \times \frac{2 \times \text{تعداد توافقات}}{\text{تعداد کل کدها}} = \text{درصد پایایی}$$

جدول ۱: نتایج بررسی پایایی دو کدگذار

شماره مصاحبه	تعداد کل کدها	تعداد توافقات	تعداد عدم توافقات	درصد پایایی
مصاحبه شماره ۳	۱۹	۸	۳	۸۴/۲۱
مصاحبه شماره ۹	۱۶	۷	۲	۸۷/۵۰
مصاحبه شماره ۱۸	۱۷	۷	۴	۸۲/۳۵
کل	۵۲	۲۲	۹	۸۴/۶۸

برای تاییدپذیری، چند نفر استاد مدیریت ورزشی و کارشناسان حوزه مربوط که خارج از فرآیند پژوهش بودند، همه مراحل پژوهش را بازبینی کردند و نقطه‌نظرات آنها اعمال شد.

یافته‌ها

جدول ۲: اطلاعات جمعیت‌شناختی افراد مصاحبه‌شونده

خبرگان	تخصص	جنسیت
۱	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه روان‌شناسی	آقا
۲	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه روان‌شناسی	آقا
۳	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه رفتار حرکتی	آقا
۴	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه رفتار حرکتی	خانم
۵	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه مدیریت ورزشی	آقا

۱. Validity

۲. Reliability

۶	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه مدیریت ورزشی	آقا
۷	عضو هیئت علمی دانشگاه در گروه مدیریت ورزشی	خانم
۸	معلم تربیت بدنی در مقطع پیش دبستانی	آقا
۹	معلم تربیت بدنی در مقطع پیش دبستانی	خانم
۱۰	معلم تربیت بدنی در مقطع پیش دبستانی	خانم
۱۱	مدیر مدرسه	آقا
۱۲	مدیر مدرسه	آقا
۱۳	والدین دانش آموز مقطع پیش دبستانی	آقا
۱۴	والدین دانش آموز مقطع پیش دبستانی	آقا
۱۵	والدین دانش آموز مقطع پیش دبستانی	خانم
۱۶	والدین دانش آموز مقطع پیش دبستانی	خانم

در جدول ۲ اطلاعات جمعیت شناختی افراد مصاحبه شونده نشان داده شده است.

با تجزیه و تحلیل یافته های حاصل از اطلاعات مشارکت کنندگان در پژوهش که به شیوه کلاسی و مراحل گذاری در نرم افزار مکس کیودا نسخه ۲۰ انجام شد؛ راهکارهای انجام فعالیت های ورزشی در کودکان پیش دبستانی، شامل: ۵۲ مضمون فرعی در قالب ۶ مضمون اصلی نقش والدین، نقش مدارس، ابعاد رسانه ای، نقش مربیان ورزشی، ابعاد مدیریتی و برنامه های حمایتی شناسایی شده است.

جدول ۳: راهکارهای انجام فعالیت های ورزشی در کودکان پیش دبستانی

مضمون اصلی	مضامین فرعی
نقش والدین	۱. تعامل مناسب والدین دانش آموزان پیش دبستانی با مربیان ورزشی و معلمان تربیت بدنی
	۲. سابقه مشارکت در فعالیت های ورزشی از سوی والدین
	۳. نیازسنجی در ارتباط با فعالیت های ورزشی کودکان پیش دبستانی از سوی والدین
	۴. پیگیری های مستمر انجمن اولیای دانش آموزان مبنی بر کیفی سازی فعالیت های ورزشی مدارس
	۵. همکاری والدین دانش آموزان با مدارس در اجرایی کردن برنامه منظم فعالیت های بدنی دوره پیش دبستانی
	۶. تشویق دانش آموزان پیش دبستانی به انجام فعالیت های ورزشی از سوی والدین
	۷. حضور والدین به عنوان همراه در زمان فعالیت فرزندان در باشگاه های ورزشی
نقش مدارس	۸. به کارگیری منابع انسانی متخصص در زمینه ورزش دوره پیش دبستانی
	۹. برنامه ریزی منظم در طول هفته مبنی بر فعالیت های بدنی دانش آموزان پیش دبستانی
	۱۰. تأمین منابع مالی به منظور فراهم سازی تجهیزات مناسب فعالیت بدنی دانش آموزان پیش دبستانی
	۱۱. تشویق معلمان تربیت بدنی در راستای آشکار ساختن استعداد های ورزشی دانش آموزان پیش دبستانی
	۱۲. برگزاری مسابقات ورزشی مختص رده سنی دانش آموزان پیش دبستانی
	۱۳. ایجاد محیطی شاد و با رنگ های متنوع در محوطه بازی دانش آموزان پیش دبستانی
	۱۴. ایجاد محیطی مناسب به منظور تعامل کاربردی با دوستان
	۱۵. ایجاد محیط امن در مدرسه به منظور اعتماد دانش آموزان پیش دبستانی به انجام فعالیت های ورزشی
	۱۶. جلوگیری از تشکیل کلاس های ورزشی دانش آموزان پیش دبستانی با تعداد ظرفیت زیاد
	۱۷. اختصاص ساعاتی مناسب به منظور انجام فعالیت بدنی دانش آموزان پیش دبستانی
	۱۸. استفاده از فناوری های به روز در ساعات تربیت بدنی
	۱۹. توجه به فضای مناسب و نور کافی در زمان فعالیت ورزشی دانش آموزان پیش دبستانی
	۲۰. استفاده از مربیان ورزشی متخصص و پرانگیزه در فعالیت ورزشی کودکان پیش دبستانی
۲۱. الگوسازی رفتاری با دعوت از استعدادهای ورزشی کودکان پیش دبستانی	

۲۲.	توسعه فضای مشارکت ورزشی با پویانمایی‌های جذاب برای دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۲۳.	نمایش فعالیت‌های ورزشی کودکان پیش‌دبستانی از رسانه ملی	ابعاد رسانه‌ای
۲۴.	دعوت از متخصصان مدیریت ورزشی به منظور ارائه راهکارهای عملیاتی ورزش منظم دوره پیش‌دبستانی	
۲۵.	حضور شخصیت‌های مهم ورزشی در برنامه‌های تلویزیونی مخصوص کودکان	
۲۶.	فرهنگ‌سازی رسانه‌ای در خصوص فعالیت بدنی کودکان پیش‌دبستانی	
۲۷.	پرورش روحیه و رفتار عاطفی مطلوب با فعالیت‌های بدنی مناسب در کودکان پیش‌دبستانی	
۲۸.	ارتقای بینش و آگاهی دانش‌آموزان پیش‌دبستانی در ارتباط با اهمیت ورزش و سلامتی در زندگی	
۲۹.	تقویت مشارکت اجتماعی در دانش‌آموزان پیش‌دبستانی با فعالیت‌های گروهی ورزشی	
۳۰.	شناسایی دانش‌آموزان بیش‌فعال در زمینه مشارکت فعالیت‌های ورزشی	نقش مربیان
۳۱.	شیوه تدریس مناسب برای دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	ورزشی
۳۲.	داشتن طرح درس ماهانه برای مقطع پیش‌دبستانی	
۳۳.	ارزشیابی منظم از دانش‌آموزان پیش‌دبستانی مانند سایر دانش‌آموزان	
۳۴.	عدم کمک مربیان ورزشی به یک گروه و کمک نکردن به گروه دیگر در فعالیت‌های بدنی رقابتی	
۳۵.	داشتن تنوع در برنامه ورزشی و پرهیز از برنامه یکنواخت بدنی	
۳۶.	انجام برنامه ورزشی مناسب با گروه سنی کودکان پیش‌دبستانی	
۳۷.	افزایش سطح دانش فردی مربیان ورزشی در خصوص ورزش کودکان پیش‌دبستانی	
۳۸.	رفع موانع و محدودیت‌ها در زمینه اجرایی کردن برنامه منظم فعالیت‌های بدنی دوره پیش‌دبستانی	
۳۹.	سیاست‌گذاری و هدف‌گزینی صحیح در زمینه فعالیت بدنی کودکان پیش‌دبستانی	
۴۰.	تأمین منابع مالی و بودجه مناسب در زمینه فعالیت‌بدنی کودکان پیش‌دبستانی	ابعاد مدیریتی
۴۱.	برگزاری همایش‌های کودک و سلامت مرتبط با ورزش دوره پیش از دبستان	
۴۲.	تعامل مناسب وزارت ورزش و جوانان با معاونت تربیت‌بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش	
۴۳.	دیدگاه گسترده و بلندمدت مدیران ارشد در خصوص فعالیت بدنی دوره پیش‌دبستانی	
۴۴.	تدوین اهداف آموزشی مناسب برای درس تربیت‌بدنی دوره پیش‌دبستانی	
۴۵.	تدوین محتوای مناسب برای سرفصل‌های درس تربیت‌بدنی دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۴۶.	نگاه علمی و تخصصی به فعالیت ورزشی دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۴۷.	فراهم‌سازی امکانات و اماکن ورزشی مختص کودکان پیش‌دبستانی	
۴۸.	برگزاری کلاس‌های توجیهی مزایای فعالیت‌های ورزشی دوره پیش‌دبستان برای معلمان، مدیران و والدین	
۴۹.	حمایت خیرین مدرسه‌ساز در زمینه فراهم‌سازی امکانات ورزشی برای کودکان پیش‌دبستانی	
۵۰.	حمایت وزارت ورزش و جوانان از برنامه‌های ورزشی کودکان پیش‌دبستانی	برنامه‌های حمایتی
۵۱.	افزایش بودجه سالیانه اختصاص یافته به ورزش کودکان پیش‌دبستانی	
۵۲.	استفاده از بخش خصوصی در زمینه توسعه و تجهیز اماکن ورزشی کودکان پیش‌دبستانی	

در جدول ۳ راهکارهای انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی نشان داده شده است. با تجزیه و تحلیل یافته‌های حاصل از اطلاعات مشارکت‌کنندگان در پژوهش؛ پیامدهای انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، شامل: ۱۴ مضمون فرعی در قالب ۴ مضمون اصلی توسعه جسمانی، توسعه یادگیری، توسعه بهداشت روانی و توسعه اجتماعی شناسایی شده است.

جدول ۴: پیامدهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی

مضمون اصلی	مضمون فرعی
توسعه جسمانی	۱. تقویت توان جسمانی در دانش‌آموزان پیش‌دبستانی
	۲. پرورش مهارت‌های جسمی و حرکتی
بهبود یادگیری	۳. تقویت استعداد و خلاقیت فردی دانش‌آموزان پیش‌دبستانی

۴.	بهبود فرایند یادگیری مهارت‌های مختلف در زندگی	
۵.	تقویت بهداشت روانی در دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۶.	رشد تعالی و افزایش شادابی در کودکان پیش‌دبستانی	تقویت بهداشت روانی
۷.	کاهش استرس و اضطراب در دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۸.	تخلیه هیجانات و انرژی فردی دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی	
۹.	نهادینه‌سازی فرهنگ مناسب زندگی در دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۱۰.	بروز عادات سالم در زندگی شخصی و اجتماعی فعلی و آینده دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	توسعه اجتماعی
۱۱.	پیدایش جنبه‌های مثبت در شخصیت دانش‌آموزان پیش‌دبستانی	
۱۲.	پیشگیری از ابتلای دانش‌آموزان پیش‌دبستانی به عادت ناپسند و مضر در محیط زندگی	
۱۳.	کاهش احتمال مصرف دخانیات و مشروبات الکلی در بزرگسالی	
۱۴.	توسعه و ارتقای میزان سطح سلامت جامعه در آینده	

در جدول ۴ پیامدهای انجام فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی نشان داده شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف شناسایی راهکارهای انجام فعالیت‌های ورزشی و پیامدهای حاصل از آن در کودکان پیش‌دبستانی انجام شد. اولین مضمون شناسایی شده در بخش راهکارهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، نقش والدین می‌باشد. اساساً والدین در تمامی مراحل زندگی نقش مهمی بر رشد و توسعه فرزندان ایفا می‌کنند و کودکان پیش‌دبستانی نیز از این موضوع مستثنی نیستند. در همین راستا فعالیت‌های ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی مسئله مهمی است که خانواده به‌عنوان خانه اول فرزندان، نقشی بسیار حیاتی در گرایش کودکان پیش‌دبستانی به ورزش ایفا می‌کند. فرزندان در این سن به والدین خود بسیار وابسته هستند و ممکن است در زمان جدایی از والدین و حضور در مراکز ورزشی احساس ترس و ناراحتی داشته باشند؛ بنابراین ضروری است تا والدین در جلسات ابتدایی فعالیت‌های ورزشی فرزندان در مراکز ورزشی حضور فعال داشته باشند تا به‌صورت مستمر و کم‌کم حضور خود را کمتر کنند و وابستگی کودکان به حضور آنان کمتر شود. همچنین فرزندان در این سن از رفتارهای والدین خود تقلید می‌کنند و داشتن والدینی که به فعالیت‌های ورزشی اهمیت می‌دهند و کودکان را به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی و انجام بازی‌های مفرح تشویق می‌کنند؛ نقشی حیاتی در مشارکت کودکان پیش‌دبستانی در فعالیت‌های ورزشی دارد. مورد دیگری که در این بخش حائز اهمیت است؛ نیازسنجی در ارتباط با فعالیت‌های ورزشی کودکان پیش‌دبستانی از سوی والدین می‌باشد. اساساً والدین می‌بایست نیازهای کودکان خود را بشناسند و با اولویت‌بندی زمینه‌های لازم در خصوص ورزش کودکان، مشارکت آنان در فعالیت‌های ورزشی را تسهیل نمایند. نتایج پژوهش در این بخش با (منوچهری و همکاران، ۲۰۱۸)، همسو می‌باشد و دلیل همسویی نیز اهمیت خانواده در توسعه ورزش کودکان می‌باشد.

مضمون شناسایی شده دوم، نقش مدارس و به‌طور کلی مراکز آموزشی نظیر: مهدکودک‌هایی است که کودکان پیش‌دبستانی در آن حضور دارند. مدارس نیز به‌عنوان خانه دوم کودکان نقش بسیار مهمی در رشد و توسعه کودکان ایفا می‌کند. مدارس و مهدکودک‌های کودک موظفند از نیروی انسانی متخصص در زمان فعالیت‌های ورزشی و انجام بازی‌های مختلف کودکان پیش‌دبستانی استفاده کنند. با توجه به سن کم کودکان پیش‌دبستانی، ایجاد محیطی شاد و با رنگ‌های متنوع در محوطه بازی، می‌تواند در ایجاد علاقه کودکان پیش‌دبستانی به حضور در فعالیت‌های ورزشی مؤثر باشد. برخی از کلاس‌های مقطع پیش‌دبستانی با تعداد ظرفیت بالای نفرات تشکیل می‌شود که این مسئله می‌تواند پیامدهای منفی در زمان فعالیت بدنی و ورزشی کودکان پیش‌دبستانی به‌وجود آورد. همچنین برخی مراکز آموزشی ساعات نامناسبی را به‌منظور انجام فعالیت بدنی و ورزش کودکان پیش‌دبستانی در نظر می‌گیرند که با توجه به آمادگی جسمانی ضعیف‌تر این گروه از افراد نسبت به سایر مقاطع تحصیلی، لازم است به ساعات مناسب فعالیت بدنی آنان توجه شود. مورد دیگری که در این بخش حائز اهمیت است، استفاده مدارس از مربیان باانگیزه در زمان فعالیت بدنی پیش‌دبستانی‌ها می‌باشد. نتایج پژوهش در این بخش با (صادقپور و همکاران، ۲۰۲۲)، همسو است و دلیل همسویی نیز اهمیت مدارس در توسعه ورزش تربیتی می‌باشد.

مضمون شناسایی شده بعدی، ابعاد رسانه‌ای می‌باشد. تأثیر رسانه‌ها در عصر حاضر بر زندگی افراد جامعه بر کسی پوشیده نیست و با توجه به اینکه کودکان پیش‌دبستانی نیز ساعات زیادی از روز را به تماشای تلویزیون اختصاص می‌دهند؛ لازم است تا تدابیر لازم رسانه‌ای در خصوص فعالیت بدنی پیش‌دبستانی‌ها اندیشیده شود. برای مثال رسانه می‌تواند با ساخت انیمیشن‌های ورزشی در گرایش کودکان به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی مؤثر باشد. همچنین فرهنگ سازی نیز مسئله مهمی در

فعالیت بدنی کودکان پیش‌دبستانی است که رسانه‌ها باید به این مسئله نیز ورود پیدا کنند. نتایج پژوهش در این بخش با (زارع آبندانسری و همکاران، ۲۰۲۲) همسو می‌باشد و دلیل همسویی نیز نقش ابعاد مختلف رسانه‌ای به انجام فعالیت ورزشی از سوی کودکان است که در این زمینه ساخت انیمیشن‌های ورزشی توصیه گردید. چهارمین مضمون شناسایی شده در این بخش، نقش مربیان ورزشی می‌باشد. اساساً معلمان تربیت‌بدنی و مربیان ورزشی نقش بسیار مهمی در مشارکت پیش‌دبستانی در فعالیت‌های ورزشی ایفا می‌کنند چراکه مربیان ورزشی به‌عنوان راهنما و هدایت‌کننده مسیر کودکان به ورزش، اگر به‌درستی به وظایف خود در قبال کودکان عمل نکنند؛ ممکن است انگیزه لازم به‌منظور مشارکت در فعالیت‌های ورزشی پیش‌دبستانی‌ها از بین برود و تجربه ناخوشایند از همکاری با یک مربی ورزشی، در آینده ورزش کودکان پیش‌دبستانی بسیار حائز اهمیت است. بسیاری از مربیان فکر می‌کنند همان روش تدریس و رویکردی که در قبال ورزش کودکان سنین بالاتر به کار می‌گیرند؛ می‌تواند در زمینه فعالیت‌بدنی پیش‌دبستانی‌ها استفاده شود که این طرز تفکر کاملاً اشتباه می‌باشد. اساساً پیش‌دبستانی با توجه مقتضیات جسمانی و روانی ویژه‌ای که دارند؛ نیازمند تعلیم و تربیت متفاوت با دیگر گروه‌های سنی هستند که مربیان ورزشی باید به این مسئله توجه کافی داشته باشند. همچنین لازم است تا مربیان ورزشی در طراحی تمرینات و برنامه‌های ورزشی پیش‌دبستانی‌ها، شرایط فیزیکی و جسمانی آنان را در نظر بگیرند و با انجام فعالیت‌های بدنی مفرح و لذت‌بخش، زمینه تنوع فعالیت‌های بدنی پیش‌دبستانی‌ها را مهیا و از انجام تمرینات و بازی‌های نسبتاً سنگین پرهیز کنند. نتایج پژوهش در این بخش با (بابایی زارچ و صالحی، ۲۰۲۰)، همسو است و دلیل آن نقش مربیان در افزایش انگیزه کودکان به شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد.

مضمون شناسایی شده بعدی، ابعاد مدیریتی می‌باشد. اساساً مدیران در برنامه‌ریزی فعالیت‌بدنی و اوقات فراغت کودکان نقش مهمی دارند. به‌طور کلی لازمی انجام ورزش و فعالیت بدنی، برخورداری از یک مکان ورزشی مناسب و استاندارد است. در همین راستا ضروری است تا مدیران ذیربط با تأمین منابع مالی و بودجه مناسب در زمینه فعالیت‌بدنی کودکان پیش‌دبستانی، زمینه ساخت و یا تجهیز اماکن ورزشی استاندارد را برای این گروه سنی فراهم کنند. همچنین مدیران بایستی دیدگاه راهبردی در خصوص فعالیت بدنی دوره پیش‌دبستانی داشته باشند و برنامه‌ریزی آن‌ها معطوف به برنامه‌های کوتاه‌مدت و میان‌مدت نباشد. نتایج پژوهش در این بخش با (آبالیان و همکاران، ۲۰۲۲) و (ملیجی و همکاران، ۲۰۱۸)، همسو می‌باشد و دلیل همسویی نیز نقش امکانات و برنامه‌درسی جامع در دوره پیش‌دبستانی، به‌منظور مشارکت کودکان پیش‌دبستانی در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد.

آخرین مضمون شناسایی شده در بخش راهکارهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، برنامه‌های حمایتی می‌باشد. در این زمینه لازم است وزارت ورزش و جوانان توجه ویژه‌ای به موضوع ورزش کودکان پیش‌دبستانی داشته باشد. البته لازم به ذکر است که بودجه سالیانه سازمان‌های ورزشی دولتی به‌منظور رشد و توسعه ورزش در گروه‌های مختلف و به‌خصوص گروه سنی کودک، کافی نمی‌باشد و می‌بایست با استفاده از ظرفیت‌های خیرین و یا بخش خصوصی کارآمد، به‌دنبال تکمیل و یا تجهیز پروژه‌های ورزشی کودکان پیش‌دبستانی باشند.

افزون بر راهکارهای بیان شده به‌منظور انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی؛ انجام فعالیت بدنی در این گروه سنی پیامدهای زیادی نیز به‌دنبال خواهد داشت. اولین مضمون شناسایی شده در ارتباط با پیامدهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، توسعه جسمانی می‌باشد. با انجام ورزش شاهد تقویت قوای جسمانی در کودکان خواهیم بود و مهارت‌های حرکتی نیز توسعه خواهد یافت. نتایج پژوهش در این بخش با (گلراخ، ۲۰۲۲) و (سادو، ۲۰۲۲)، همسو می‌باشد و دلیل همسویی نیز اهمیت ورزش در کودکان پیش‌دبستانی، به‌منظور رشد و توسعه مهارت‌های جسمانی می‌باشد.

دومین مضمون شناسایی شده در ارتباط با پیامدهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، بهبود یادگیری می‌باشد. اساساً ورزش سبب بهبود عملکرد ذهنی، افزایش خلاقیت و کشف استعدادهای بالقوه ورزشی در افراد می‌شود (زارع آبندانسری و همکاران، ۲۰۲۱). کودکان پیش‌دبستانی نیز از این مسئله مستثنی نیستند و می‌توان از ورزش در جهت بهبود فرایند یادگیری این گروه از افراد جامعه بهره‌مند شد. نتایج پژوهش در این بخش با (وانگ و همکاران، ۲۰۲۳) و (شفیع‌پور و همکاران، ۲۰۱۸) همسو است و دلیل همسویی نیز نقش ورزش در توسعه خلاقیت و یادگیری کودکان پیش‌دبستانی می‌باشد.

سومین مضمون شناسایی شده در ارتباط با پیامدهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، تقویت بهداشت روانی می‌باشد. اساساً مشارکت کودکان در فعالیت‌های ورزشی سبب تخلیه هیجانات و انرژی فرد می‌شود که موضوع بسیار مهمی می‌باشد. همچنین ورزش سبب کاهش فشارهای روانی و استرس در افراد می‌شود. نتایج پژوهش در این بخش با (وانگ و همکاران، ۲۰۲۳) و (گلراخ، ۲۰۲۲)، همسو است و دلیل همسویی نیز اهمیت ورزش در کاهش استرس و فشارهای روانی کودکان پیش‌دبستانی می‌باشد.

آخرین مضمون شناسایی شده در ارتباط با پیامدهای انجام فعالیت ورزشی در کودکان پیش‌دبستانی، توسعه اجتماعی می‌باشد. به‌طور کلی زمانی که افراد جامعه از زمان کودکی با فعالیت‌های ورزشی در ارتباط باشند و در ورزش مشارکت کنند؛ احتمال بروز این رفتارها در بزرگسالی نیز افزایش پیدا خواهد کرد و همین مسئله می‌تواند سبب کاهش بروز عادات ناسالم در زندگی شخصی و اجتماعی فعلی و آینده دانش‌آموزان پیش‌دبستانی داشته باشد. برای مثال شاهد کاهش احتمال مصرف دخانیات و مشروبات الکلی در سنین بزرگسالی کودکان پیش‌دبستانی خواهیم بود و درنهایت این مسئله سبب توسعه و ارتقای میزان سطح سلامت جامعه در آینده می‌شود.

بنابراین ضروری است تا ورزش به عنوان یک رکن اصلی در زندگی کودکان پیش دبستانی مورد توجه قرار گیرد. نتایج پژوهش در این بخش با (فراسر و هارلو، ۲۰۲۳)، همسو است و دلیل همسویی نیز اهمیت انجام ورزش در سنین کودکی به منظور احتمال انجام آن در سنین بزرگسالی می باشد. در نهایت می توان گفت؛ به طور کلی انجام فعالیت های ورزشی در هر سنی به جز افراد با شرایط خاص، مفید می باشد و کودکان پیش دبستانی نیز از این موضوع مستثنی نیستند. البته فعالیت ورزشی این گروه از افراد بایستی بسیار سبک و مفرح باشد تا از این مسئله در جهت بهبود رشد و توسعه سلامت کودکان پیش دبستانی بهره مند شد. نتایج این پژوهش در ارتباط با راهکارهای مشارکت پیش دبستانی ها در ورزش، به مدیران ذیربط در ارتباط با برنامه ریزی راهبردی ورزش کودکان پیش دبستانی کمک شایانی می کند. از محدودیت های پژوهش حاضر می توان گفت؛ با توجه استفاده از روش کیفی در این پژوهش؛ میزان تأثیر هر یک از مضامین شناسایی شده مشخص نشده است. بنابراین پیشنهاد می شود پژوهشی با رویکرد آمیخته (کیفی - کمی) موضوع مورد مطالعه را بررسی نماید تا میزان تأثیر هر یک از عوامل شناسایی شود.

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: در پژوهش حاضر تمامی ملاحظات اخلاقی رعایت شد و تمامی مصاحبه ها با رضایت شخصی افراد شرکت کننده ضبط و یا بر روی کاغذ نوشته شد.

حامی مالی: اعتبار برای مطالعه گزارش شده، از منابع شخصی تأمین شده است.

نقش هر یک از نویسندگان: همه نویسندگان سهم یکسانی در تهیه پیش نویس مقاله، بازبینی و اصلاح مقاله بر عهده داشتند.

تضاد منافع: نویسندگان این پژوهش بیان می کنند در پژوهش حاضر هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از تمامی افرادی که در انجام این پژوهش همکاری و مساعدت کردند، کمال تشکر را داریم.

References

- Abalyan, A. G., Okounkov, Y. V., Stolyarov, V. I., & Fomichenko, T. G. (2022). PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITY OF PRESCHOOL CHILDREN. *Theory and Practice of Physical Culture*, (10), 84-87. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181cea116>
- Abdullaeva, B. P. (2022). Use of Team Sports in Physical Education Activities in Preschool Educational Organizations in Our Country and Abroad. *Periodica Journal of Modern Philosophy, Social Sciences and Humanities*, 12, 116-120. <https://www.periodica.org/index.php/journal/article/view/277>
- Akbari Sahebdelan, Manijhe. (2019). *Effectiveness of story therapy in teaching concepts of personal health, self-confidence and self-efficacy of preschool children*. Master thesis of Islamic Azad University, Ardabil branch. (Persian). <http://tmui.iautmu.ac.ir/article-1-1957-en.html>
- Alderson, P.-N., ALowe, MC. (2013). "Systematic review and meta-analysis of enhanced recovery programs in surgical patients." *British Journal of Surgery*. 101(3): 172-188 <https://doi.org/10.1002/bjs.9394>
- Al-Hroub, A. (2022). Gifted education in Lebanon: re-examining the role of educational and learning capitals. *Cogent Education*, 9(1), 2073644. DOI: [10.1080/2331186X.2022.2073644](https://doi.org/10.1080/2331186X.2022.2073644)
- Babaei Zarch, G., & Salehi, H. (2020). Examining the Motivational Barriers to Youth Sport: A Qualitative Study. *Research in Sport Management and Motor Behavior*, 10(20), 63-79. <http://jrsm.khu.ac.ir/article-1-2560-en.html>
- Behroozian, Mohammad Hassan. (2018). The role of play in preschool education. *Development of preschool education*. 40(11), 14-15. DOI: [10.13140/RG.2.2.18500.73606](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18500.73606)
- Draper CE, Achmat M, Forbes J, Lambert EV. (2012). Impact of a community-based programme for motor development on gross motor skills and cognitive function in preschool children from disadvantaged settings. *Early child development and care*. 182(1):137-52. <https://doi.org/10.1080/03004430.2010.547250>
- Fraser-Thomas, J., & Harlow, M. (2023). Developmental Considerations for Coaching Preschooler Sport. *Routledge Handbook of Coaching Children in Sport*, 27-39. <https://doi.org/10.4324/9781003199359>
- Gholinia, Fatima. (2012). *Investigating the status of preschool physical education program in public kindergartens and schools in Tehran*. Master's thesis. (Persian). <https://doi.org/10.22089/res.2017.4312.1310>
- Gulrukh, S. (2022). Methods Of Adapting Preschool Children To Sports Games. *Asia Paific Journal Of Marketing & Management Review*. 11(10), 89-95.
- Hardy, L. L., King, L., Farrell, L., Macniven, R., & Howlett, S. (2010). Fundamental movement skills among Australian preschool children. *Journal of science and medicine in sport*, 13(5), 503-508. [10.1016/j.jsams.2009.05.010](https://doi.org/10.1016/j.jsams.2009.05.010)

- Jelvegar, A., Karshaki, H., Asgari Nekah, M. (2013). The Effects of Self-regulation Training on Preschoolers(Problem Solving. *Journal of Modern Psychological Researches*, 8(29), 113-133. (Persian). https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4277.html?lang=fa
- Kordi, H., & Khalaji, H. (2022). Comparison of the Effect of Purposeful Movement Plays on Physical Self-Efficacy and Enjoyment of Motor Activity in Preschool Girls and Boys. *Sports Psychology*, 1401(2). (Persian). [doi: 10.29252/mbssp.2022.224625.1071](https://doi.org/10.29252/mbssp.2022.224625.1071)
- Maliji, M., Aliasgari, M., Aghaei, N., & Javadipour, M. (2018). Comparative Study of Preschool Curriculum in Iran and Several Selected Countries in Terms of Physical Education. *Research on Educational Sport*, 6(14), 277-300. (Persian). <https://doi.org/10.22089/res.2017.4312.1310>
- Manocherhi, M., Hemati Nezhad, M., Rahmati, M. M., & Sharifiyan, E. (2018). Identification and Analysis effective factors of institutionalize sport culture in children and adolescence in view of physical education teachers. *Sport Management Journal*, 10(1), 163-179. (Persian). <https://doi.org/10.22059/jsm.2018.203107.1599>
- Najari, M., & Borjali, A. (2016). The Study of the Relationship between Parenting Style and Depression in Preschool Children in Bokeran. *Preschool and Elementary School Studies*, 2(5), 1-16. (Persian). [10.22054/SOECE.2016.8842](https://doi.org/10.22054/SOECE.2016.8842)
- Press, R. (2015). *Developmental milestones of young children*. Redleaf Press.
- Roethlisberger M, Neuenschwander R, Comely P, Michel E, - Robbers CMJI, Development C. (2012). Improving executive functions in 5 and 6year olds: Evaluation of a small group intervention in prekindergarten and kindergarten children. *Infant and Child Development*. 21(4):411-429. <https://doi.org/10.1002/icd.7524>
- Saadu, U. (2022). The Impact of Outdoor Sports on Preschool Children's Motor Skills Development. *Indonesian Journal of Sport Management*, 2(2), 167-173. <https://doi.org/10.31949/ijsm.v2i2.2728>
- Sadeghpour, A., moharramzadeh, M., Imanzadeh, M., & Azizian Kohan, N. (2022). Developing a paradigmatic model of physical literacy development strategies for the first grade students of elementary school boys in Iran's public schools. *Research on Educational Sport*. (Persian). <https://doi.org/10.22089/res.2022.13453.2300>
- Sayadi, Mohammad Amin, Mangeshtijuni, Ahmadi, Negin. (2019). The most effective indicators of children's sports training in the initial step of life by the family. *Development of physical education*, 70(20), 57-62. (Persian).
- Shafipour Yourdshahi, P., Kianie, M., & Tabatabaian, M. (2018). The Role of Play Space Designs in Nurturing Children's Creativity. *Armanshahr Architecture & Urban Development*, 11(23), 53-63. (Persian). http://www.armanshahrjournal.com/article_69582.html?lang=fa
- Wang, N., Abdul Rahman, M. N., & Lim, B. H. (2022). Teaching and curriculum of the preschool physical education major direction in colleges and universities under virtual reality technology. *Computational Intelligence and Neuroscience*, 2022. [10.1155/2022/3250986](https://doi.org/10.1155/2022/3250986)
- Wang, N., Wang, Q., Liu, X., Mahfooz, M., & Savila, Z. (2023). Examining the impact of physical education and physical skills development on preschoolers' physical and mental health. *Frontiers in psychology*, 13, 1000653. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1000653>
- Yousefi Shabestri, Atiyeh. (2016). *SWOT analysis of the physical activity of preschool children in Iran*, Master's thesis of Tehran University. (Persian).
- Zare abandansari, M., azizian kohan, N., & moharramzadeh, M. (2021). Necessities of holding a female police sports olympiad with a qualitative approach. *Policewomen Studies Journal*, 15(35), 1-19. (Persian). <https://doi.org/10.22034/ssys.2022.2253.2620>
- Zare abandansari, M., moharramzadeh, M., & rezapour, F. (2022). Identifying the consequences of corona pandemic in children and adolescent female athletes based on the lived experience of parents and girls athletes. *Journal of Applied Family Therapy*, 2 (Covid-19 articles collection), 21-37. (Persian). http://www.aftj.ir/article_144842.html?lang=en
- Zarei, M., & Abbasi, H. (2018). Epidemiology and Prevention Programs on Football Injuries in Children and Adolescent Players: Systematic Review. *Sport Sciences and Health Research*, 9(2), 217-242. (Persian). [10.22059/jsmed.2018.244617.857](https://doi.org/10.22059/jsmed.2018.244617.857)