



بسم الله الرحمن الرحيم

موضوع: تاثیر هماهنگی حرکتی

بر ارتباطات اجتماعی و اعتماد به نفس کودکان

محسن هادوی فر

دانشجو دانشگاه فردوسی مشهد (مهمان ترم آخر دانشگاه حکیم سبزواری)

زمستان

۱۴۰۱

فهرست

۴	چکیده
۴	کلید واژه
۵	مقدمه
۷	پیشینه پژوهش
۹	تاثیر شنا بر هماهنگی حرکتی در کودکان
۱۷	رابطه توانایی جسمی و توانایی های ذهنی
۱۸	مزایای فعالیت بدنی برای فعالیت ذهنی
۲۰	تاثیر شنا بر عزت و اعتماد به نفس در کودکان
۲۱	بهبود اعتماد به نفس کودکان با شنا
۲۱	بهبود مهارت اجتماعی
۲۲	تقویت عملکرد آموزشی کودک
۲۲	کمک به رفع استرس و اضطراب
۲۳	تقویت عزت نفس و اعتماد به نفس
۲۳	افزایش تمرکز و هماهنگی
۲۳	آموزش شنا و میزان توجه به آن در آموزش کشور و تاثیرات آن
۲۴	نتیجه گیری
۲۶	منابع

چکیده

اکثر محققان بر این باورند که تواناییهای جسمی و فراهم ساختن امکان پرورش و رشد آنها سبب تقویت و حتی ترمیم تواناییهای ذهنی می شود. فعالیت های گوناگون حرکتی اساس رشد عاطفی و اجتماعی است و ارتباط و تعامل این جنبه ها به رشد ذهنی کمک می کند. نخستین خودشناسی و خودآگاهی کودک از بدن و حرکاتش است؛ بنابراین فعالیتهای حرکتی – ادراکی کودک وسیله ای برای کشف دنیای پیرامون، برقراری روابط با اشیا و افراد و تعاملات عاطفی و هیجانی است. در واقع، می توان گفت که آموزش و تجربه از جمله تعاملات اجتماعی هستند که سبب تسریع رشد همه جانبه کودک می شوند. برنامه های حرکتی و بازیهای هدفمند همراه با سایر فعالیتهای تربیتی و پرورشی بستری مناسب برای تمرین و تکرار برخی از مفاهیم ذهنی و شناختی است.

حرکت وسیله ای است که با آن شکل، جهت یابی، وزن، زمان و مکان و در مجموع ادراک فضایی را می توان به کودکان آموزش داد، زیرا آموزش، کمیت و کیفیت نظری برای کودکان خسته کننده است و با فعالیت بدنی بهتر آموزش می بینند.

فعالیت های بدنی مثل ورزش کردن جریان خون را در تمامی قسمت های بدن از جمله مغز افزایش می دهد و افزایش خون تازه و سرشار از اکسیژن در مغز سبب می شود که تمرکز، سرعت، تفکر و استدلال پیچیده بهبود یابد. یافته های حاصل از پژوهش هایی که طی ۵۰ سال گذشته صورت گرفته اند نشان می دهد کودکانی که عادت به فعالیت بدنی دارند عملکرد تحصیلی شان بهتر است.

حال آنکه ورزش های آبی تجربه ی بسیار متفاوت تر و چالش های جدیدی از رفتار حرکتی را می تواند سر راه کودک قرار دهد.

در مبحث شنا کودک به ضمام اینکه شنا ورزشی انفرادیست نیاز دارد در خود قوه ی اعتماد کردن را بالا ببرد، فرقی نمیکند، ناجی خود باشد یا کسی از همراهان او در محیط آب،

نتیجه ی مطالعات انجام شده میگوید شنا توصیفی از چالش های زندگی برای هر کودک است گاهی برای حل آن بابد دست کسی را گرفت و گاهی با روشنفکری به راه حل رسید، مرکزیت هر توانایی در خود کودک است اگر میتواند راه برود، اگر میتواند بنشیند و تمام اینها

و گاها فقط محرک هایی مانند ورزش نیاز است برای بلوغ رسیدن این توانایی ها، در مبحث ارتباطات با اجتماع و اعتماد به نفس، این نقش یادگیری حرکتی است که فرد را نیازمند جامعه میکند.

پیشینه پژوهش

ورزش شنا همیشه و همه وقت در زندگی روزمره انسان و تندرستی و صحت مزاج نقش مهمی را ایفا کرده است . در ارتباط با آب و شنا می توان مبادرت به ورزشهای دیگری کرد، این ورزشها عبارتند از : شیرجه ، شنای هنری ، نجات غریق و غواصی . بدون اینکه به ورزش شنا مسلط باشیم اقدام به فعالیتهای فوق الذکر غیر ممکن است. در دوران گذشته اکثر مردم در کنار رودخانه ها ، دریاچه ها و دریاها زندگی می کردند. پس آموختن شنا برای آنان از ضروریات بوده ، زیرا تسلط بر شنا با محیط و وضع اقتصادی مردم ارتباط مستقیم داشته و به همین دلیل شنا به تدریج تکامل یافته است. در گذشته های دور اکثر شناگران ساکنین سواحل دریاها و یا حوالی رودخانه بودند. قدیمترین و مشهورترین نمایش شنا در جهان تصاویر سنگی از سواحل لیبی است که در چهار هزار سال پیش بدست آمده است. از تصاویر سنگی می توان چنین نتیجه گرفت که حرکات پا در شنا شبیه حرکات پای کرال سینه امروزی بوده و قدیمی ترین و مشهورترین نوع شنا در تاریخ شنای کرال می باشد. تمرینات شنا در جامعه برده داران و بردگانی که برای آماده شدن جهت جدال و جنگ استخدام می شدند توسعه داشت ، بر همین اساس ورزش شنا در یونان پیشرفت قابل ملاحظه ای پیدا کرده بود ، بطوریکه در تمام مجموعه های ورزشی استخر شنا وجود داشت ، از طرف دیگر ضرب المثل یونان باستان نشانه اهمیت شنا در آن جامعه بوده ست ، این ضرب المثل می گوید: ((او نه می تواند شنا کند و نه بخواند)) . یونانیان به پرورش جسم توجه خاصی داشتند و به همین دلیل بردگانی که برای خدمات جنگی اجیر می شدند برای دفاع از جان اربابان خود باید جسم خود را پرورش می دادند و یکی از روش هایی که در نزد رومیها یکی از قسمتهای اصلی پرورش بدنی و تعلیم و تربیت در ارتش بوده است . برای افراد طبقه اول و برای اربابان بردگان حمامهای گرم وجود داشت . شواهدی وجود دارد که نژاد ژرمن و قهرمانان آنها مهارت بسیاری در شنا و غواصی داشته اند ، بعضی از شناگران قادر بودند که در هنگام شنا اسلحه نیز با خود حمل کنند . آنها می توانستند از رودخانه های بزرگ و جریانهای سهمگین آب با اسب و تجهیزات جنگی عبور کنند. در اواخر قرون وسطی بود که اولین کتاب راهنمایی شنا در جهان به چاپ رسید. مولفش فردی به نام ((وین من)) Wynmann بود. ((شناگر با هنر شنا)) عنوانی بود که ((وین من)) برای کتاب خود انتخاب کرده بود. این کتاب در حدود سال ۱۵۳۸ در آگسبورگ به چاپ رسید. کتاب شامل تمرینات با ارزش در ارتباط ورزش شنا بود. ((وین من)) کتاب خود را با شنای کرال سینه شروع کرد و به عقیده او شنای کرال سینه تنها نوع صحیح شنا می باشد. او قواعد شنا و تکنیک های شنای کرال سینه را با توجه به پیشرفتهای آن زمان در کتاب خود بیان می کند. البته در قرون وسطی ورزش شنا از اهمیت فوق العاده ای برخوردار نبود. در قرن هیجدهم دوباره به مفهوم واقعی شنای پی برده شد و تعداد بیشماری از استادان و مربیان علوم تربیتی و پزشکان در آثارشان برای توسعه و تکامل این ورزش اقدام کردند. ((هالورن)) Halloren کارگر معدن پدر هنر شنای امروزی شناخته شد. و در آن زمان (قرن

هجدهم) اولین مکان شنا و استحمام در آلمان تاسیس گردید. شنا در برنامه مدارس گنجانده شد و اولین مدرسه در سال ۱۸۱۰ به نام مدرسه ((فورتا (pforta) چنین اقدامی کرد و به تدریج سایر مدارس نیز از این برنامه استقبال کردند. ((گوتس موتس (Gotsmoths در مورد توسعه ورزش شنا در مدارس نقش اساسی داشت. بیش از پنجاه سال در اداره آموزش و پرورش ((اشنفنتال (Schnepenthal فعالیت نمود. در آثار خود به نام ((آموزش هنر شنا)) در سال ۱۷۹۸ چنین آمده است : ((ورزش شنا باید قسمت اصلی تعلیم و تربیت باشد.)) او به کمک طناب ، کمر بند ، قلاب ، مبتدیان را در آب تعلیم می داد . ((گوتس موتس)) مبتدیان را به تدریج با آب آشنا کرده و شنا را به آنان می آموخت ، و همراه شنای کراال سینه . شنای کراال پشت را نیز تعلیم می داد . ((گوتی موتس)) اقدام به تهیه و تدوین قوانینی برای برگزاری مسابقه شنا نمود. یکی از سر لشگرهای ارتش آلمان به نام ((ارنست فون فول Ernest van pfuel از توسعه ورزش شنا در ارتش حمایت کرد. در سال ۱۸۱۰ اولین مدرسه شنای ارتش را در پراگ و ۱۸۱۷ در برلین تاسیس کرد. روش آموختن او تا قرن بیست باقی ماند. یک جهش تکاملی در حوزه روش آموزش شنا به وسیله ((کورت ویپنر (Kurt Wiepner از لایپزیک که در وین به عنوان مربی شنا شاغل بود بوجود آمد. بدین ترتیب که او تمام وسایل کمکی مانند : طناب ، قلاب ، کیسه شنا، کمر بند چوب پنبه ای را رد کرد و در مقابل والدین شناگران (محصلین شنا) عادت کردن ، و آشنا شدن مبتدیان را به آب از طریق بازی و تفریح گذاشت که بسیار موفقیت آمیز بود . به این جهت او راه بهتری برای آموزش شنا پیدا کرد.

تأثیر شنا بر هماهنگی حرکتی کودکان

فواید جسمانی ورزش نیازی به توضیح ندارد، اما آیا می دانستید که فعالیت بدنی به کودکان مهارت های اجتماعی و احساسی را نیز انتقال می دهد؟ با ورزش کردن کودکان می توانند مهارت های اجتماعی به دست آورند، اعتماد به نفس خود را افزایش و اضطراب خود را کاهش دهند.

بهبود اعتماد به نفس کودکان با شنا

مشارکت در فعالیت های بدنی با بهبود اعتماد به نفس بچه ها پیوند خورده است. فعالیت های بدنی فرصت تعیین اهداف و دستیابی به آن ها، تسلط بر مجموعه ای خاص از مهارت ها، پیوند اجتماعی با همسالان خود، و یادگیری اعتماد به نفس را به کودکان می دهد. افزایش اعتماد به نفس هنگامی

که کودک مهارت های جدید و اعتماد به توانایی ها را می آموزد، می تواند با حمایت هم گروهی ها و مربیان تقویت شود.

بهبود مهارت های اجتماعی

کودکان می توانند مهارت های اجتماعی خود را با فعالیت های بدنی بهبود بخشند. ورزش های گروهی یا فعالیت های سازمان یافته به کودکان نحوه همکاری برای انجام یک وظیفه یا پیروزی در یک بازی را می آموزند. در ورزش های گروهی کودکان یاد می گیرند که «من در گروه وجود ندارم» و همچنین می آموزند که همکاری با هم می تواند بهترین و کارآمدترین روش برای دستیابی به اهداف باشد.

حتی بازی های آزاد مانند یک بازی کیک بال در پارک هم می تواند به کودکان بیاموزد که چگونه پیروزی های خود را در یک تیم جشن بگیرند و چگونه در شکست ها یکدیگر را حمایت کنند.

باشگاه ورزشی کودکان اسپین، محیطی را فراهم کرده است تا کودکان در ورزش های گروهی مانند ژیمناستیک و یا رقص باله شرکت کرده و علاوه بر بهبود سلامت جسمانی، مهارت های اجتماعی را نیز یاد بگیرند. در مجموعه اسپین مربیان حرفه ای در کنار روانشناس کودک به آموزش مهارت های ورزشی و کار گروهی به کودکان می پردازند.

تقویت عملکرد آموزشی کودک

فعالیت بدنی، به ویژه در سنین کودکی، با بهبود عملکرد آموزشی پیوند خورده است. پژوهش های انجام شده توسط CDC نشان داده اند که ارتباط مثبتی میان مشارکت کودکان در فعالیت های بدنی خارج از برنامه مدرسه که خارج از روزهای عادی مدرسه و GPA انجام می شود، وجود دارد.

کمک به رفع استرس و اضطراب

نشان داده شده است که تنها ۳۰ دقیقه ورزش استرس در کودکان چهارساله را همانند بزرگسالان کاهش می دهد. از آنجا که میزان استرس و اضطراب در کودکان همواره در حال افزایش است، امروزه اهمیت آموزش راه های سلامت کودکان برای مدیریت استرس بیش از هر زمان دیگری شده است. تعلیم کودکان به اینکه پیاده روی کنند، بدوند، یا چند حلقه را پرتاب کنند می تواند به کم کردن اضطراب آن ها در ابتدای مسیر زندگی و در زندگی آینده آن ها کمک کند.

چگونه به بچه ها کمک کنیم تا اعتماد به نفس پیدا کنند؟

با قرار دادن آن ها در فعالیت های مختلف، آن ها را به انجام ورزش هایی که از انجام آن لذت می برند تشویق کنید.

تمرکز بیشتری را صرف کمک به کودکان برای دستیابی به مهارت های مناسب سن آن ها مانند دویدن کنید.

خانواده ها را تشویق کنید تا فعالیت های تناسب اندام بیشتری را در سبک زندگی خود بگنجانند. با استفاده از زبان بدن مثبت، تصویر مثبتی از فعالیت های بدنی ایجاد کنید.

مزایای ژیمناستیک برای ذهن کودکان

ژیمناستیک به توسعه اجتماعی کودک کمک می کند

کودک شما هر چه با محیط و تجربیات بیشتری رو به رو شود، موقعیت های بیشتری نیز برای توسعه اجتماعی خواهد داشت. چراکه، باور کنید یا نکنید، اجتماعی شدن یک مهارت است که نیاز به تمرین دارد. آن ها خواهند آموخت که چگونه با همسالان خود ارتباط بگیرند و چه رفتاری در غالب یک گروه ورزشی داشته باشند.

کلاس های ژیمناستیک به آن ها شانس آموختن از یک مربی را می دهد. همچنین آن ها می توانند درس های ارزشمندی از همسالان خود بیاموزند. به علاوه فرزند شما می تواند فرصت کمک به آموزش به هم باشگاهی های خود را داشته باشد.

تقویت عزت نفس و اعتماد به نفس

ایجاد عزت نفس و اعتماد به نفس برای شادکامی کلی کودک بسیار مهم است. این ها مهارت هایی هستند که زندگی بزرگسالی آن ها را شکل می دهند.

ژیمناستیک از چند جنبه می تواند به توسعه عزت نفس کودک کمک کند. یک جنبه این است که کودک بر یک حرکت یا مهارت جدید تسلط یابد.

جنبه دیگری از ژیمناستیک که می تواند به کودک شما در ایجاد اعتماد به نفس کمک کند انجام حرکت های روتین برای مخاطب است. یک اجرا می تواند اعتماد به نفس آنها را تقویت کند و حتی می تواند منتج به انجام یک اجرای بدون استرس جلوی دیگران شود.

افزایش تمرکز و هماهنگی

آیا فرزند کوچک شما هنوز هم هر از گاهی مانند «یک گوساله ی دست و پا چلفتی که تازه دارد راه رفتن یاد می گیرد» روی پاهای خود راه می رود؟ ژیمناستیک یک فرصت برای آن ها برای ایجاد تعادل است. یادگیری و انجام کامل بسیاری از حرکات اجرایی در ژیمناستیک، تلاش زیادی را برای ایجاد تمرکز و هماهنگی می طلبد.

بهبود هماهنگی می تواند به فرزند شما کمک کند، زیرا بیشتر دنیا آن ها جسمی است نه ذهنی. تمرکز افزایش یافته نیز در عملکرد آموزشی آن ها نمایان می شود.

آموزش شنا و میزان توجه به آن در آموزش کشور و تاثیرات آن

۱. شنا، فشار را از روی ستون فقراتتان برمی دارد. این اتفاق تقریباً مشابه تجربه ُ جاذبه ُ صفر است؛ بنابراین شنا کردن برای استخوان های شما خوب است و مفاصلتان را سالم نگاه می دارد.

۲. شنا، اکثر عضلات بدن شما را به حرکت می‌اندازد، اما شما به ندرت احساس فشار بیش از حد یا کشیدگی عضلات می‌کنید. شما می‌توانید هر دوره، از تکنیک‌های مختلف شنا استفاده کنید تا انواع عضلات بدنتان را پرورش داده و به عضلات دیگر استراحت دهید.
۳. شنا یک تمرین کاردیوی عالی‌ست. قلبتان را آموزش و راه صحیح تنفس را به شما یاد خواهد داد و به استقامت بدن و قلبتان می‌افزاید.
۴. شنا می‌تواند با ایروبیک در آب نیز ترکیب شود تا به شما کمک کند راحت‌تر چربی‌های اطراف باسن و ران خود را بسوزانید.
۵. شنا به شما کمک می‌کند تا به خوبی به بدن خود شکل دهید. پوست و عضلات شما را ماساژ می‌دهد و از به وجود آمدن چربی‌های ناخواسته جلوگیری می‌کند.
۶. شنا، از نظر آسیب‌پذیری یکی از کم خطرترین ورزش‌هاست و نسبت به بدنسازی یا ورزش‌های قدرتی خیلی امن‌تر است. این ورزش از مفاصل شما محافظت کرده تا کمتر دچار صدمات مفصلی بشوید.
۷. شنا کردن، نتایج سلامتی بسیار خوبی برایتان دارد، در حالی که ورزشی با فشار کم است. همهٔ آدم‌ها می‌توانند شنا کنند، حتی کسانی که توانایی ورزش به صورت مؤثر و سنگین را ندارند. به عنوان مثال، برای خانم‌هایی که باردار هستند یک ورزش عالی و ایمن است. با این حال احتیاج دارند تا پیش از اینکه در استخر شیرجه بزنند با پزشک خود در اینباره مشورت نمایند.
۸. شنا، انرژی مثبت شما را افزایش می‌دهد و استرس را از جستماتان دور خواهد کرد.
۹. شنا همچنین کمک می‌کند تا فشار خونتان را کنترل کنید. می‌تواند قلب شما را سالم نگاه دارد.
۱۰. شنا باعث خواهد شد تا دستگاه تنفسی‌تان نیز سالم بماند. اگر در آب و هوای خشک و خنک زندگی می‌کنید، در اکثر مواقع در خانه یا در محل کار تان هوای خشک تنفس می‌کنید. تنفس هوای تازه و مرطوب در محیط استخر یا دریا می‌تواند دستگاه تنفسی شما را سالم نگاه دارد.

نتیجه گیری

آموزش شنا کودکان و یادگیری شنا میتواند یکی از فوق العاده ترین تجربه های دوران کودکی باشد ، همانند برگزاری یک جشن به یاد ماندنی و یا یک مراسم فوق العاده و مانند یک هدیه ارزشمند به کودک است . پس از آن که شناگر کوچک شما برای نه ماه درون رحم به وسیله آب احاطه شده بوده ، معرفی دوباره کودکان به آب احساس بسیار خوبی برای او ایجاد خواهد کرد.

در نقاط مختلف دنیا از آب برای آرامش، بازی، درمان، آداب و تشریفات مذهبی ، سلامتی ، تغذیه ، تقویت و تمرین استفاده میکنند . آب یک بخش جدایی ناپذیر از میراث انسانی است ما در آب بی-وزن، آزاد و رها هستیم . کودکان می-توانند بدون استرس و درد وارد این عنصر طبیعی شوند و جاذبه کم آن را تجربه کنند . کودک شما ماه -ها قبل از آن که بتواند راه برود و در مبارزه با گرانش زمین خود را بالا کشیده و به سمت شما راه برود ، میتواند شنا کند و بسیار راحتتر خودش را به شما نزدیک کند .

در دنیای ما کودکان ما به خاطر کم تحرکی نیازمند لذتی عمیق هستند که بتواند هم جسم و هم روح آنها را ارضا کند ، ساعتی ذهنشان و در ساعتی جسمشان ، ورزش شنا میتواند تمام اینها را در برگیرد ،

هماهنگ حرکتی در کودکان ما با شنا امکان پذیر است چرا که همه در صف رهبری از پردازنده های مغزی هستند .

- ۱- آزاد و احمد، مبانی تربیت بدنی و ورزش، انتشارات کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی بهار ۱۳۸۹.
- ۲- باقری- قدرت الله، اصول آموزش آمادگی جسمانی (رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی) دانشگاه پیام نور مهر ۱۳۹۵.
- ۳- پیمانی زاد- حسین (مدرس)، اصول و مبانی تربیت بدنی ویژه دانشجویان دوره کارشناسی رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، جزوه انتشار یافته زمستان ۱۳۹۲.
- ۴- تربیت بدنی ۱، از سری انتشارات آزمایشی متون درسی، دانشگاه پیام نور آبان ۱۳۹۴.
- ۵- خلجی- حسن، اصول و مبانی تربیت بدنی (رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی) دانشگاه پیام نور.
- ۶- رازی- محمود، روشهای آماری، جزوه انتشار یافته زمستان.
- ۷- راهنمایی تدریس و ارزشیابی واحدهای درسی تربیت بدنی نظام جدید، آموزش متوسطه، هسته تحقیقات کارشناسی تربیت بدنی، انتشارات ضریح آفتاب، ۱۳۹۵.
- ۸- روش تدریس تربیت بدنی در مدارس ابتدایی ویژه مراکز دانشسراهای تربیت معلم، رشته های آموزش ابتدایی و تربیت بدنی، دفتر تحقیقات برنامه ریزی درسی، کد ۱۰۳۲، سال ۱۳۹۲.
- ۹- شارکی-براین، فیزیولوژی آمادگی جسمانی، ترجمه، بهروز ژاله دوست ثانی، محمد رضا دهخدا، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، پائیز ۱۳۹۲.
- ۱۰- مجموعه مقالات اولین کنگره علمی ورزشی مدارس کشور، معاونت مطالعات اداره کل تربیت بدنی، وزارت آموزش و پرورش، پائیز ۱۳۹۵.
- ۱۱- کاشف-مجید، مجتهدی، حسین، اثرات فعالیت بدنی بر کودکان، مجموعه مقالات وزارت آموزش و پرورش اداره کل تربیت بدنی، زمستان ۱۳۹۹.
- ۱۳- شهبواری- ابوالحسن، خلاصه مقالات برگزیده، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی، دفتر آموزش ابتدایی، اردیبهشت ۱۳۹۷.
- ۱۴- مظلومی- رجبعلی، ورزش در مسیر تاریخ، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش نشریه پژوهشی و تحقیقی نیرو نشاط، دفتر هشتم، بهار، ۱۳۹۸.

- ۱۵- نصف- مرتضی، اصول و روشهای آماری انتشارات دانشگاه تهران، چاپ نهم، سال ۱۳۸۸.
- ۱۶- نمازی زاده- مهدی، سلحشور، بهمن، تربیت بدنی عمومی، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهها با همکاری موسسه انتشارات امیر کبیر، سال ۱۳۹۹.
- ۱۷- انبائی فریمانی- حسن و بادینانی- محمد، مطالعه رابطه میان آمادگی جسمانی و بهره هوشی در دانش آموزان کلاس پنجم ابتدایی، سال تحصیلی ۱۳۹۱.
- ۱۸- رمضان- فریرز و گلزار- سید اصغر زاده بررسی وضعیت تحصیلی دانش آموزان پسر عضو تیمهای ورزشی منتخب و غیرعضو در مقطع متوسط استان خراسان، سال ۷۴-۷۵، ناظر طرح سید رضا عطارزاده، حسینی، اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان، کارشناسی تحقیقات، بهار ۱۳۸۷.
- ۱۹- علائی- محمد، مقایسه وضعیت تحصیلی دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار، استاد راهنما، جناب آقای غفاری، سال تحصیلی ۱۳۹۱.
- ۲۰- گائینی- عباسعلی، ارتباط بین آمادگی های حرکتی آمادگی ذهنی معلمان و مربیان ورزش دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، سال ۱۳۸۸.
- ۲۱- مختار زاده- صفدر، بررسی رابطه فعالیتهای بدنی و آمادگی جسمانی با یادگیری و عزت نفس دانش آموزان دبیرستان شورای تحقیقات اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان، زمستان ۱۳۸۹.
- ۲۲- یادگار- محسن، مقایسه آمادگی عمومی بدنی دانش آموزان تیز هوش و معمولی کلاسهای دوم دبیرستان در استان لرستان، استاد راهنما: جناب آقای دکتر سید امیر احمد مظفری، استاد مشاور: جناب آقای دکتر محمد کاظم واعظ موسوی، بهمن ۱۳۹۲.