



تاثیر بازی های پرورشی بر روی عزت نفس دانش آموزان

زینب دالوند

کارشناسی ارشد تربیت بدنی گرایش فیزیولوژی ورزش ، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خرم آباد

Zeinabdaland390@gmail.com

۰۹۱۶۹۵۸۹۹۶۰

چکیده :

عزت نفس یا همان احترام به خود یکی از خصوصیات مهم و اساسی شخصیت هر فردی را تشکیل می دهد و به طور حتم روی جنبه های شخصی انسان اثر می گذارد و کمبود یا فقدان آن باعث عدم رشد سایر جنبه های شخصیت به صورت ناهماهنگ خواهد شد و حتی ممکن است باعث پدیدآیی بیماریهای روانی گوناگون مانند افسردگی، کمروبی، پرخاشگری، ترس و... شود. تحقیق حاضر با هدف بررسی تأثیر بازی های پرورشی بر روی عزت نفس دانش آموزان و به روش توصیفی - تحلیلی صورت گرفته است. یافته های بیانگر آن است که بازی ها بطور اعم و بازی های پرورشی به طور اخص دامنه وسیعی داشته و می تواند شامل همه افکار، حرکات و افعال بوده و جسم و روح را تحت تاثیر قرار داده و موجب تقویت همه قوای فکری، روحی، جسمی، مادی و معنوی شود. بازیهای پرورشی از جمله عوامل مهم در پیشرفت و توسعه مهارت های بنیادی در دانش آموزان می باشد، این بازیها می تواند به عنوان ابزاری مکمل، مفید و موثر برای پرورش افرادی سالم ، فعال و متعادل از نظر جسمی و روانی در مدارس استفاده شود.

واژگان کلیدی: بازی پرورشی ، عزت نفس ، دانش آموزان



۱- مقدمه :

اهمیت عزت نفس برای کسانی که با کودکان و نوجوانان سروکار دارند، امری روشن است. شخصی که از عزت نفس برخوردار است خودش را به گونه مثبتی ارزشیابی کرده، برخورد مناسبی نسبت به نظریات مثبت خود و دیگران دارد. در مقابل کسی که به عزت نفس پایین مبتلاست اغلب نوعی نگرش مثبت مصنوعی نسبت به دنیا دارد و در ناامیدی تلاش می کند تا به دیگران و خودش نشان دهد که او شخص لایقی است و یا ممکن است به درون خویش بخزد و انزوا گزیند و از ارتباط با دیگرانی که از آنها می ترسد، اجتناب نماید. شخص مبتلا به عزت نفس پایین، اساساً فردی است که احساس غرور کمی در خودش ادراک کرده است. (بیابانگرد، ۱۳۸۴)

بهره مندی از عزت نفس علاوه بر آن که جزئی از سلامت روانی محسوب می شود، با پیشرفت تحصیلی نیز مرتبط است. تحقیقات وسیعی که طی سالهای متمادی صورت گرفته، نشان داده است که در بیشتر فعالیتهای بشر، ارتباطی آشکار بین خودآگاهی مثبت و موفقیت و بازده کاری افراد وجود دارد. از طرفی، ارتباط میان خودآگاهی منفی و بعضی از رفتارهای زیانبار که منشأ مشکلات عدیده اجتماعی شمار می روند، ثابت شده است. بنابراین، اگر تمام تلاش خود را برای پیشبرد رشد عزت نفس بالا در کودکانمان به کار بندیم، بهترین فرصت ممکن را برای رشد و تکامل استعدادهای بالقوه آنان به عنوان افرادی منحصر به فرد و یا اعضای مؤثر جامعه، مهیا کرده ایم. (استنهاوس، ۱۳۸۵) اما یکی از عوامل تأثیر گذار بر عزت نفس دانش آموزان، که در سالهای اخیر در کانون توجه پژوهشگران قرار گرفته است، بازی های پرورشی می باشد.

بازی فعالیتی طبیعی، لذت بخش شگفت انگیز و پر رمز و راز است. بازی وسیله ای برای بیان احساسات برقراری روابط توصیف تجربیات آشکار کردن آرزوها و خودشکوفایی است. میتوان از طریق بازی که با ساختار درمانی پربای کودکان سازگار است به حل مسائل و مشکلات کودکان همت گمارد. در حقیقت بازی روشی است که به یاری کودکان می شتابد تا مسائل خود را به دست خویش حل کند و در عین حال نشان دهنده این واقعیت است که بازی برای کودکان یک وسیله طبیعی است با این هدف که بتواند خویشتن و همچنین ویژگیهای روانی خود را بشناسد و به آن توجه کند. (محمد اسماعیل، ۱۳۸۲) بازی ها بطور اعم و بازی های پرورشی به طور اخص دامنه وسیعی داشته و می تواند شامل همه افکار، حرکات و افعال بوده و جسم و روح را تحت تأثیر قرار داده و موجب تقویت همه قوای فکری، روحی، جسمی، مادی و معنوی شود. بازی به دلیل افزایش آزادی عمل و تقویت مهارت های جانبی مؤثر بر عزت نفس مانند خلاقیت و حل مسئله، به خودی خود در تقویت عزت نفس کودکان مؤثر است. بازی های پرورشی شامل بازی هایی است که هر کدام به گونه ای هدفی پرورشی را با خود همراه دارد و چون در بسیاری از بازی ها، برخی از فعالیت های مربوط به تربیت بدنی و ورزش هم نهفته است و در انجام آنها باید مقدماتی مانند مهارت های پایه و آمادگی ورزش هم نهفته است و در انجام آنها باید مقدماتی مانند مهارت های پایه و آمادگی جسمانی فراهم شود.

چنانی و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی به بررسی تأثیر بازی در پرورش خلاقیت و عزت نفس دانش آموزان پایه ابتدایی پرداختند. یافته های به دست آمده حاکی از تأثیر مثبت بازی بر رشد خلاقیت و بهبود عزت نفس کودکان بود.

بیرنگ و علیوندی (۱۳۹۹) در بررسی اثربخشی بازی درمانی خلاقیت محور بر عزت نفس، خلاقیت و کمروبی دانش آموزان کمروبی مقطع ابتدایی نشان دادند بازی درمانی خلاقیت محور می تواند نقش مهمی در افزایش خلاقیت و عزت نفس و کاهش میزان کمروبی کودکان ایفا نموده و در مداخلات مربوط به کمروبی کودکان مورد استفاده قرار گیرد.



بازوند و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهش خود به بررسی تاثیر بازی های بومی و سنتی بر عزت نفس دانش آموزان ۹ تا ۱۲ سال شهر اهواز پرداخته و نتیجه گیری کردند عزت نفس گروهی که بازی ها را انجام دادند بطور معناداری بالاتر از گروه کنترل بوده که هیچ بازی را انجام ندادند.

نتایج پژوهش علی زاده (۱۳۹۳) در بررسی تاثیر بازیهای گروهی بر افزایش میزان عزت نفس در دانش آموزان بیانگر آن است که بین کودکان گروه آزمایش با کودکان گروه گواه از لحاظ میزان عزت نفس تفاوت معنی داری بدست آمده است .

مددی و همکاران (۱۳۸۶) در تحقیق خود به بررسی تاثیر بازی بر عزت نفس دانش آموزان (۶ تا ۱۱ ساله) نابینای آموزشگاه ابابصیر اصفهان پرداخته و نشان دادند در دانش آموزان پسر ۶ تا ۱۱ ساله نابینای آموزشگاه ابابصیر، بازی به طور معناداری عزت نفس آنها را افزایش داده است.

۲- روش شناسی :

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر بازی های پرورشی بر روی عزت نفس دانش آموزان به شیوه توصیفی و از نوع کتابخانه ای انجام شده است و با توجه به روش پژوهش، جامعه آماری پژوهش شامل کلیه اسناد، مدارک و منابع مرتبط با موضوع مورد بررسی از قبیل کتب، مقالات و پایان نامه ها می باشد.

۳- بحث درباره یافته ها

انسان از نظر فیزیولوژیکی نیاز به جنبش و حرکت دارد و بازی جزء مهم این جنبش و حرکت است . انسان برای رشد ذهنی و اجتماعی خود نیاز به تفکر دارد و بازی خمیر مایه تفکر است . تشکیل اجتماعات اولیه بشری نحوه و شکل جدیدی از بازی را پدید آورد . بازیهای گروهی به صورت بازیهای نمایشی از عبادت ارواح و پرستش اشیاء گرفته تا رقص شکار و رقص جنگ ، مجموعه ای از راههای برآوردن نیازهای جسمانی و ذهنی افراد را فراهم آوردند ، خواه به این مجموعه بازی نام دهیم و خواه نامی دیگر ، در اصل مطلب تفاوت چندانی پدید نمی آید.

شروع بازی را می توان به گذشته های دور ، حتی از بدو پیدایش انسان نسبت داد . در حقیقت بازی جزئی از زندگی انسان از بدو تولد تا زمان مرگ بوده و در کل تاریخچه بشریت متدرج است . در اجتماعات و تمدنهای مختلف نوعی از بازی و تفریح وجود داشته که به مناسبت جشن های مذهبی ، مسابقات و بازیها و سرود خوانیها تواما ترتیب داده می شده ، در رم ، مصر و یونان بازیهای پهلوانی ، خطابه خوانی به طبقات ممتاز اختصاص داده شده و گاه این طبقات از این تفریح استفاده می کردند . در قرون وسطی بازی باز هم مختص به طبقات اشراف بوده و بیشتر مردم از مراسم مذهبی فرصتی برای تفریح بدست می آوردند . بعد از انقلاب صنعتی تفریح عمومیت یافت و جزئی از زندگی عامه مردم را تشکیل داد و عوامل عمده آن را در دوره های پیشرفت اصل تساوی و تقلیل ساعات کار می توان یافت.

اینکه چرا بشر به بازی می پردازد و علت اصلی در این کار چیست مورد بحث بسیاری از علمای تعلیم و تربیت قرار گرفته است . جمعی از دانشمندان پیرو عقاید دور کیم و هارسون بودند که منشاء بازی و حیات تفریحی رامذهب دانسته و بازی و هنر را نشأت گرفته از مذهب می دانستند . بدیهی است با توجه به تعریف مذهب در نزد این دانشمندان و قائل بودن به اینکه ریشه مذهب از ترس و زبونی انسان



در مقابل حوادث طبیعی است واضح است که ارزش این ریشه یابی در بازی و تفریح متناسب با چنان نظراتی تنزل خواهد یافت. اسپنسر بازی را وسیله ای برای مصرف انرژی های انباشته و اضافی می داند که همین نظر منجر به این اعتقاد در عده ای از روانشناسان اجتماعی گردید که وجود جنگ و خونریزی در واقع به جهت مصرف همین انرژیها ی اضافی مصرف نشده از ملزومات زندگی بشر می باشد. عده ای دیگر از روانشناسان بازی را وسیله ای برای ارضای حس تنوع طلبی و لذت جویی افراد می دانند. در عین حال از فواید بازی به عنوان آموزش دهنده قواعد اجتماعی به شخص و عادت به نظم نیز نام می برند.

بازی عامل ضروری و لازم برای رشد و تکامل کودک است و از طریق آن می توان پی برد دوره بزرگسالی کودک به چه صورت شکل خواهد گرفت. کودکان بوسیله بازی چیزهایی را می آموزند که هیچ کس قادر نیست آن چیزها را از طریق دیگر به آنها بیاموزد. کودک واقعیت های جهان خارج از ذهن را از طریق بازی می آموزد. بازی برای کودک امری فطری و نیازی طبیعی است. او عاشق بازی است و فعالیت و علاقه اش به بازی و جست و خیز نشانه سلامت جسمی و روحی اوست. بازی کودک را برای روبرو شدن با واقعیت های زندگی آماده می سازد و او را در تعدیل پرخاشگری، ستیزه جویی و کنترل احساسات همچون خشم و ترس کمک می کند. بازی وسیله ایست برای مهارت بخشیدن به حواس، بیان احساسات، برقراری روابط و همکاری با دیگران، یادگیری، آگاهی از قدرت و تواناییها و آشنایی با خواص فیزیکی اشیاء. کودکان از طریق بازی و فعالیتهای ورزشی به اجتماع وارد می شوند و در تعامل با همسالان خود توان بالقوه اجتماعی شدن را به فعل در می آورند.

بنابراین نباید بازی را امری کم ارزش، تفریحی و صرفاً وسیله ای برای تفریح، سرگرمی و گذران اوقات فراغت تلقی نمود زیرا بازی یکی از عوامل مهم در سلامت و رشد جسمانی و روانی و عاطفی کودک است و اگر به خوبی طراحی و برنامه ریزی شود وسیله ای بسیار مناسب برای تربیت اجتماعی و تکوین شخصیت کودکان است.

در دنیای امروز اهمیت بازی به حدی است که در اکثر محافل تعلیم و تربیت در باره آن بحث به میان می آید. بسیاری از کشورها بخصوص در مدارس پیش دبستانی و دبستانی برای تربیت شهروندانی مسئول و دانش آموزانی مشتاق آموختن با بهره گیری از بازی موفقیت های چشمگیری را کسب کرده و توانسته اند فضای مدارس را جذاب، با نشاط و دلپذیر نموده و به توفیق های آموزشی زیادی نائل شوند. در میدان عمل و حین اجرای بازیهای هدفدار است که می توان فضایل اخلاقی را در شخصیت کودکان بارور کرد و ریشه گرایشات منفی را با دادن تذکرات و اشاره به نکات ارشادی در درون آنها خشکانید و گامی اساسی در تربیت و پرورش کودکان برداشت.

بازی های پرورشی

بازی به طور عام و بازی های پرورشی و بومی و محلی به طور خاص در کودکان از اهمیت ویژه ای برخوردار است. بسیاری از والدین می پندارند که بازی تنها با هدف گذراندن وقت برای کودک و ایجاد سرگرمی برای او طرح ریزی می شود. در صورتی که می توان گفت سهم عظیمی از هویت و تجارب کودک در این بازی ها کسب می شود. کودک در بازی نقش های مختلف را تجربه می کند و خود را در شخصیت های متفاوت با وظایف خاص آن تجسم می کند. لذا بازی برای کودک صرفاً سرگرمی نیست. دنیایی از یادگیری، کسب تجربه، استقلال، ساخت عزت نفس، و زمینه سازی برای گسترش زبان، و یافتن مهارت های اجتماعی است. در بازی کودک احترام به دیگری، کنترل خشم، صبر، هم احساسی و حتی نمایی از محاسن و معایب نقش های مختلف را می آموزد. (زیتونلی، ۱۳۹۰)

بازی نیز دارای انواع طبقه بندی می باشد که از مهمترین انواع آن می توان به بازیهای پرورشی اشاره کرد. در این میان بازی ها بطور اعم و بازی های پرورشی به طور اخص دامنه وسیعی داشته و می تواند شامل همه افکار، حرکات و افعال بوده و جسم و روح را تحت



تاثیر قرار داده و موجب تقویت همه قوای فکری، روحی، جسمی، مادی و معنوی شود. بازی های پرورشی از مهمترین راههای آموزش مطالب و رشد شخصیت کودکان در دوره ابتدایی می باشد. تربیت بدنی نیز به عنوان بخشی از نظام تعلیم و تربیت عمومی ؛ از جمله مهمترین دروسی است که در مدارس به طور عملی و از طریق حرکت درکسب و حفظ سلامتی و تندرستی دانش آموزان موثر است. بازی های پرورشی هر کدام به گونه ای هدفی پرورشی را با خود همراه دارد و چون در بسیاری از بازی های پرورشی، برخی از فعالیت های مربوط به تربیت بدنی و ورزش هم نهفته است تعیین کردن جایگاه این بازیها در ورزش دوره ابتدایی از اهمیت خاصی برخوردار است. (شکری ، ۱۳۹۶)

اهداف بازی های پرورشی:

- ۱- ایجاد شادابی و شور و نشاط و سرگرم ساختن افراد
- ۲- رفع خستگی و برطرف کردن کسالت
- ۳- تقویت قوای حسی (بویایی، بساوایی، شنوایی، بینایی و ...)
- ۴- تقویت قوای روحی (فکر، هوش، حافظه و ...)
- ۵- ایجاد تقویت روحیه اشتراک مساعی و همکاری و مشارکت جویی در افراد
- ۶- عادت دادن افراد به نظم و ترتیب و اطاعت از مقررات
- ۷- آزمایش توانایی های جسمی و فکری و سنجش میزان استعداد افراد
- ۸- تقویت قدرت ابتکار افراد و برانگیختن ذوق های هنری در آنان
- ۹- تقویت قوای جسمی و عضلات و اندام های بدن
- ۱۰- تقویت قدرت استقامت و پشتکار در افراد
- ۱۱- ایجاد روحیه رقابت و مبارزه ی سالم در افراد
- ۱۲- تعلیم و تمرین مفاد و مواد آموزشی و مهارت های لازم
- ۱۳- آشنا ساختن افراد با پیروزی و شکست و تمرین این که در موفقیت و پیروزی ها مغرور و دل شکسته و مایوس نشود و طعم هر دو مورد را که در زندگی زیاد پیش می آید بچشند.
- ۱۴- و در یک کلام تمرین همه آنچه که در زندگی اجتماعی و نیز در طی مسیر تکامل لازم است فرد بداند و عمل نماید.

انواع بازیهای پرورشی

۱- شیرینکاریها



از خصوصیات این بازیها این است که بچه‌ها می‌توانند بوسیله آنها تواناییهای خود را بیازمایند. کثرت و تنوع شیرینکاریها سبب می‌گردد که هر بچه‌ای با هر نوع ساختمان بدنی در آنها شرکت جوید و با تلاش و کوشش خود به درجه‌ای از پیشرفت و موفقیت برسد که موجبات رضایت خاطرش را فراهم سازد و از طرفی این پیروزیها که در اثر مبارزه با نقاط ضعف خود بدست آورده باعث ایجاد اعتماد، شجاعت و استقامت و پشتکار در او می‌گردد. در شیرینکاریها، بکارگیری عضلات بزرگ، موجبات رشد بدنی، کسب چالاکی، نرمش و انعطاف پذیری، ازدیاد قدرت و کنترل بدن و تعادل فراهم می‌گردد.

۲. امدادیها:

امدادیها متداولترین بازی در همه کلاسهای ابتدایی است و بچه‌ها آنها را دوست داشته و از آن لذت می‌برند. در امدادیها هر کودک فرصت می‌یابد که در بازیها شرکت جوید. امدادیها سبب رشد و افزایش چابکی، سرعت، سرعت عمل عکس العمل شده، تجربه کار گروهی را نیز به آنها یاد می‌دهد. در امدادیها با تاکید مربی به مراعات و پیروی از قوانین موجود در بازی، بچه‌ها بزودی یاد می‌گیرند که برای برنده شدن گروه باید بیشترین تلاش را ضمن در نظر گرفتن مقررات و قوانین بعمل آورند. امدادیها بهترین وسیله برای فراگیری مهارتهای مختلف گروهی و عالی‌ترین وسیله تمرین و تکرار و بکار بستن مهارتها می‌باشند. بازیهای امدادی مرحله انتقالی از بازیهای «من» به بازیهای «ما» می‌باشد.

۳- بازیهای متنوع:

بازیهایی که تا سرحد امکان همه بچه‌ها در آن شرکت می‌کنند و با شرکت در این بازیها رفته رفته مشتاق می‌شوند که محوطه بازی خود را به کل محوطه گسترش دهند. مخصوصا بازیهای دایره‌ای مناسبترین بازیها برای کسب تجارب اولیه کلاسهای پایین بوده و این فرم بازی امن‌ترین بازیها برای آنها می‌باشد. بی‌وسیله بودن این بازیها بخاطر این است که بچه‌ها باید قبل از تسلط بر اشیاء (گرفتن، حمل کردن، انداختن، پرتاب کردن اشیاء) باید قادر باشند تا اعضاء بدن و حرکات خود را تحت کنترل در آورند.

۴. بازیهای توپی:

شاید به جرات بتوان گفت که توپ سرگرم‌کننده‌ترین و مفیدترین وسیله تربیتی در بازی بچه‌هاست. به همین سبب، وجود فعالیتهای توپی در مدارس ابتدایی لازم و ضروری است. فعالیتهای توپی استعداد بچه‌ها را مشخص و طبقه‌بندی کرده سبب رشد و توسعه مهارتهای فردی در بازیهای توپی می‌گردد. نوع فعالیتهای توپی باید طوری انتخاب شوند که باعث چیره دستی بر توپ و مهارت بیشتر شده، یادگیری مهارتهای پایه‌ای توپی را تسریع نماید. به منظور رشد مهارتهای توپی صحیح و مناسب، بچه‌ها باید فرصت کافی داشته باشند تا حالات درست گرفتن، درست انداختن و ضربه زدن صحیح با پا را فرا گیرند. بچه‌های کوچک معمولاً با توپهای پلاستیکی کوچک بهتر بازی می‌کنند زیرا گرفتن این گونه توپها با دست و کنترل آنها براحتی امکان پذیر می‌باشد. چند نمونه از بازیهای توپی عبارتند از: وسطی، تعقیب با دریبل، توپ در دایره، فوتبال دایره‌ای، داج بال، ...



۵- بازیهای داخل کلاسی :

در طول سال تحصیلی روزهایی وجود دارد که به علت نامساعد بودن شرایط جوی ، امکان فعالیت های ورزشی در هوای آزاد وجود ندارد و بچه ها باید بالاجبار ساعت ورزش خود را در کلاس بگذرانند . در چنین مواقعی مربی باید بیش از پیش قوه ابتکار و خلاقیت خود را بکار اندازد تا بتواند در محوطه محدود کلاس و عدم وجود امکان فعالیت های حرکتی ، ضمن ایجاد محیطی پر از نشاط ، به هدفهای تربیتی و پرورشی مورد نظر برسد . چند نمونه از بازیهای داخل کلاسی عبارتند از : به تو میگم به او بگو ، بین تو یکبار به خاطر بسپار ، امدادی رد کردن اشیاء ، کلاه گذاشتن -کلاه برداشتن ، پرتاب به سبد ، ... (حسنلوئی ، دودمان و سلطان پور ، ۱۳۹۴)

۶- بازیهای بومی و محلی متناسب با منطقه :

بازیهای بومی و محلی علاوه بر اثراتی که قبلاً در باره سایر بازیهای پرورشی گفته شده دارد ، دارای نقش خاص فرهنگی نیز می باشد که اهمیت و اعتبار آن را مضاعف می سازد ، از طرف دیگر برای انجام این بازیها نیاز به امکانا و وسایل خاص و زیادی نیست و در همه جا می توان آنها را اجرا نمود ضمن آنکه تعداد بیشتری از بچه ها را تحت پوشش قرار داد .

۴- نتیجه گیری

عزت نفس احساس درونی فرد نسبت به خود و ارزشهایش است . این احساسات با احترامی که به خود می گذارد و تسلط به مهارت‌هایش تعریف می‌شوند . عزت نفس یکی از عوامل مهم و اساسی در رشد و شکوفایی انسان هاست که در دهه های اخیر مورد توجه بسیاری از روانشناسان قرار گرفته است. یکی از عوامل تأثیر گذار بر عزت نفس دانش آموزان، که در سالهای اخیر بسیار مورد توجه قرار گرفته است، بازی های پرورشی می باشد. بازی وسیله ای است طبیعی که کودک به وسیله آن احساسات عواطف و بیم و تردید و آرزوهای خود را ابراز میکند و این خود واسطه ای است برای برقراری ارتباط میان درون کودک با جهان خارج و به هر حال کودک می آموزد که چگونه با مشکلات کنار بیاید و چگونه به آرامش عاطفی برسد و منطقی تصمیم بگیرد اعتماد به نفس پیدا کند و از نظر عاطفی پخته تر شود. بازی به طور عام و بازی های پرورشی به طور خاص در کودکان از اهمیت ویژه ای برخوردار است. کودک در بازی نقش های مختلف را تجربه می کند و خود را در شخصیت های متفاوت با وظایف خاص آن تجسم می کند . لذا بازی برای کودک صرفاً سرگرمی نیست . دنیایی از یادگیری ، کسب تجربه، استقلال، ساخت عزت نفس، و زمینه سازی برای گسترش زبان ، و یافتن مهارت های اجتماعی است. در بازی کودک احترام به دیگری ، کنترل خشم ، صبر ، هم احساسی و حتی نمایی از محاسن و معایب نقش های مختلف را می آموزد .

منابع

- استنهاوس، گلن. (۱۳۸۵). اعتماد به نفس در کودکان و نوجوانان، ترجمه: ناهید آزادمنش، تهران: صابرین، چاپ یازدهم
- بیابانگرد، ا. (۱۳۸۴). روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مربیان



- بیرنگ، نسرين، و عليوندی وفا، مرضيه. (۱۳۹۹). اثربخشی بازی درمانی خلاقیت محور بر عزت نفس، خلاقیت و کمروبی دانش آموزان کمروی مقطع ابتدایی. آموزش و ارزشیابی (علوم تربیتی)، ۱۳ (۵۲)، ۱۳۷-۱۵۹.
- بازوند، سمیه و شهریاری، محسن و اشکی، حسن و شهابی کیوی سفلا، نسرين . (۱۳۹۴) . تاثیر بازی های بومی و سنتی بر عزت نفس دانش آموزان ۹ تا ۱۲ سال شهر اهواز، همایش بین المللی روانشناسی و فرهنگ زندگی
- چنایی، فاطمه و مرادی، بهاره و لرزنگنه، فاطمه و ناصری، فائزه . (۱۴۰۱) . تاثیر بازی در پرورش خلاقیت و عزت نفس دانش آموزان پایه ابتدایی ، فصلنامه مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، دوره: ۸، شماره: ۱
- حسنلوئی، فخرالدین، دودمان، خالد، سلطان پور، عبدالقادر . (۱۳۹۴) . بازیهای ورزشی و پرورشی در مدارس، نشر ارسطو، مشهد
- زیتونلی، عبدالحمید . (۱۳۹۰)، نقش بازی های پرورشی در ورزش دوره ابتدایی، اولین همایش تربیت بدنی استان گلستان.
- شکری، قربان . (۱۳۹۶) . نقش بازیهای پرورشی در ورزش دوره ابتدایی ،
<http://moallemvarzesh.blogfa.com/post/10>
- علی زاده، زهرا. (۱۳۹۳) . بررسی تاثیر بازیهای گروهی بر افزایش میزان عزت نفس در دانش آموزان، اولین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم تربیتی، شادگان
- مددی زواره، سارا، کامکار، منوچهر، و گل پرور، محسن. (۱۳۸۶). تاثیر بازی بر عزت نفس دانش آموزان (۶ تا ۱۱ ساله) نایینای آموزشگاه ابابصیر اصفهان. دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی، ۹ (۳۳)، ۱-۱۴.
- محمد اسماعیل، الهه . (۱۳۸۲) . بازی درمانی نظریه ها روشها و کاربردهای بالینی، تهران، نشر دانژه