

عنوان مقاله:

ارزیابی اثر تمرین تصویرسازی حرکتی پس از جلسه تمرین بر تحکیم حافظه حرکتی سالمندان (مطالعه نیمه آزمایشی)

محل انتشار:

مجله دانشکده علوم پزشکی نیشابور، دوره ۸، شماره ۴ (سال: ۱۳۹۹)

تعداد صفحات اصل مقاله: ۱۳

نویسندگان:

زهرا استیری - دانشگاه حکیم سبزواری

الهام مهدوی - دانشگاه حکیم سبزواری

محمد رضا شهابی کاسب - دانشگاه حکیم سبزواری

خلاصه مقاله:

مقدمه هدف از پژوهش حاضر، ارزیابی اثر تمرین تصویرسازی حرکتی پس از جلسه تمرین بر تحکیم حافظه حرکتی سالمندان بود. مواد و روش‌ها جامعه آماری پژوهش، سالمندان زن و مرد سالم ساکن در آسایشگاه‌های شهر مشهد بودند که ۲۲ نفر از افراد واجد شرایط به صورت تصادفی در ۲ گروه تصویرسازی حرکتی و کنترل (۱۱ نفر هر گروه) قرار گرفتند. مداخلات درگروه آزمون شامل مراحل اکتساب، بازیابی پس از ۲۴ ساعت و یک هفته بود. تکلیف حافظه حرکتی شامل اجرای یک توالی انگشتی بود که پس از آن تمرین مکمل تصویرسازی حرکتی برای گروه تجربی و مطالعه کتاب به مدت ۱۵ دقیقه برای گروه کنترل اجرا شد. در توصیف آماری داده‌ها از شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد و در تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری (تعیین اثر بخشی تمرینات تصویرسازی حرکتی) و نیز از آزمون تعقیبی بونفرونی جهت مشخص شدن تفاوت معنی‌دار در مراحل مختلف استفاده شد و جهت مقایسه دو گروه از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده گردید. یافته‌ها نتایج تحقیق حاضر نشان داد که در مرحله یادداری ۲، بین دو گروه تصویرسازی حرکتی و کنترل تفاوت معنی‌دار آماری با برتری گروه تصویرسازی وجود دارد ($F=9/87$ و $P=0/005$). نتیجه‌گیری نتایج پژوهش حاضر نشان داد که استفاده از تمرین تصویرسازی حرکتی موجب بهبود معنادار در مراحل مختلف شد؛ همچنین، تمرین مکمل تصویرسازی حرکتی در تحکیم و بهبود حافظه حرکتی سالمندان پس از یک هفته موثر است.

کلمات کلیدی:

,memory consolidation, motor memory task, mental practice, sleep, learning motor sequence

تحکیم حافظه، تکلیف حافظه حرکتی، تمرین ذهنی، خواب، یادگیری توالی حرکتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1157509>