

## عنوان مقاله:

تاثیر دوازده هفته تمرینات ادراکی- حرکتی بر تعادل پویای پسران کم توان ذهنی ۱۱ تا ۱۴ سال

## محل انتشار:

مجله پژوهش در علوم توانبخشی، دوره 10، شماره 1 (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

مختار سالاری اسکر - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

مهشید زارع زاده - استادیار دانشگاه شهید باهنر کرمان، گروه رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

محمد تقی امیری خراسانی - استادیار دانشگاه شهید باهنر کرمان، گروه بیومکانیک ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

## خلاصه مقاله:

مقدمه: توجه به کنترل پاسچر در افراد کم توان ذهنی به دلیل ضعف در اجرای وظایف تعادلی از اهمیت بالایی برخوردار می باشد. هدف پژوهش حاضر ارزیابی اثربخشی دوازده هفته تمرینات ادراکی- حرکتی بر روی کنترل تعادل دینامیک دانش آموزان پسر دارای ناتوانی ذهنی می باشد. مواد و روش ها: پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی و آزمایشگاهی می باشد. ۳۰ دانش آموز کم توانی ذهنی با بهره هوشی بین ۵۵ تا ۷۰ و میانگین سنی  $7/12 \pm 4/1$  سال به صورت نمونه گیری دردسترس انتخاب و در دو گروه کنترل و تجربی به طور تصادفی قرار گرفتند. قبل و بعد از تمرینات ادراکی- حرکتی تعادل دینامیک آزمودنی ها توسط دستگاه بایودکس مورد سنجش قرار گرفت. دوره تمرینی ۱۲ هفته، هفته ای سه جلسه و هر جلسه به مدت ۴۵ دقیقه بود. مولفه های ادراکی حرکتی شامل: تعادل ایستا و پویا، شناسایی جهات مختلف، شناسایی بدن، ادراک فضا، حرکات هماهنگ و همزمان، ادراک بینایی، ادراک شنیداری، طرح حرکت، برتری جانبی، مهارت های جابجایی و دستکاری بود. برای بررسی تفاوت بین پیش آزمون و پس آزمون از تست تی وابسته و برای مقایسه میزان شاخص های تعادل و مقایسه شاخص های تعادل در دو گروه طی پس آزمون از آزمون آماری تحلیل کواریانس یک سویه (ANCOVA) با سطح معناداری  $0/05$  استفاده شد. نتایج: نتایج بیانگر بهتر بودن شاخص تعادلی قدامی- خلفی ( $P=0/003$ ) و شاخص تعادلی کلی ( $P=0/017$ ) به طور معنی داری طی پس آزمون در گروه تجربی در مقایسه با گروه کنترل بود. در حالی که شاخص داخلی- خارجی پیشرفت معناداری را نشان نداد ( $P=0/155$ ). نتیجه گیری: تمرینات ادراکی- حرکتی استفاده شده در این پژوهش سبب بهبود تعادل، به ویژه در جهت قدامی- خلفی در آزمودنی های مورد پژوهش گردید. کلمات کلیدی: تمرینات ادراکی- حرکتی، تعادل پویا، کم توان ذهنی

## کلمات کلیدی:

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1593206>

