

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش راهبردهای یادگیری و دشواری تصمیم بر میزان دقت ضربه فوروهند تاپ اسپین تنیس روی میز

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 7، شماره 26 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

رزا رهاوی عزآبادی - رفتار حرکتی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه الزهرا تهران ایران

محمد رضا صادقیان شاهی - دانشگاه یزد

الهام رضایی - دانشگاه یزد

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر بررسی تاثیر آموزش راهبردهای شناختی و فراشناختی در شرایط دشواری تصمیم بر دقت ضربه فوروهند تاپ اسپین تنیس روی میز بود. شرکت کنندگان 29 بازیکن مرد ماهر با میانگین سنی $20/21 \pm 24/9$ سال بودند که به صورت تصادفی به سه گروه راهبردهای فراشناختی، راهبردهای شناختی و کنترل تقسیم شدند. دشواری تصمیم با توجه به رنگ توپ و محل ضربه فوروهند تاپ اسپین مشخص شد. آزمودنی‌ها در مرحله پیش‌آزمون و سپس در مرحله اکتساب 15 بلوک 20 کوششی را تمرین کردند، پس از 48 ساعت در آزمون‌های یادداری و انتقال شرکت کردند. داده‌ها در مرحله اکتساب با استفاده از آزمون تحلیل واریانس یک راهه با اندازه‌های تکراری و برای آزمون‌های یادداری و انتقال از تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد. نتایج تفاوت معناداری را در گروه تمرینی که از راهبردهای فراشناختی بهره‌گرفتند نسبت به سایر گروه‌ها در مراحل یادداری و انتقال نشان داد. این یافته‌ها نشان می‌دهد استفاده از راهبردهای فراشناختی بر پیشرفت اجرای مهارت‌هایی که از دشواری تصمیم برخوردارند، موثر است.

کلمات کلیدی:

راهبردهای فراشناختی، راهبردهای شناختی، دشواری تصمیم، تنیس روی میز

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/872114>

