

عنوان مقاله:

تاثیر بازخورد خودکنترلی بر یادگیری حرکتی، اعتماد به تعادل و خودکارآمدی سالمندان در یک تکلیف تعادلی

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 8، شماره 28 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

سیما رزاقی - دانشگاه شهید چمران اهواز

اسماعیل صائمی - دانشگاه شهید چمران اهواز

رسول عابدان زاده - دانشگاه شهید چمران اهواز

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر بازخورد خودکنترل بر یادگیری حرکتی، اعتماد به تعادل و خودکارآمدی سالمندان در یک تکلیف تعادلی بود. بیست نفر سالمندان (همگی زن و با میانگین سنی 7/62 سال)، به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و بطور تصادفی به دو گروه بازخورد خودکنترل و گروه جفت‌شده تقسیم شدند. تکلیف شامل ایستادن بر روی صفحه دستگاه تعادل سنج پویا و تلاش برای حفظ پلت‌فرم به صورت افقی تا حد امکان، در هر کوشش 30 ثانیه‌ای بود. در مرحله اکتساب، 10 کوشش 30 ثانیه‌ای انجام شد و 24 ساعت بعد، آزمون یادداری به صورت پنج کوشش 30 ثانیه‌ای تکمیل شد. شرکت‌کنندگان بعد از کوشش پنجم مرحله اکتساب و قبل از آزمون یادداری، پرسش‌نامه اعتماد به تعادل و خودکارآمدی را تکمیل کردند. داده‌ها با آزمون‌های تحلیل واریانس مرکب و تحلیل کواریانس یک‌راهه، بررسی شدند. نتایج نشان داد بازخورد خودکنترل باعث بهبود یادگیری تعادل و خودکارآمدی در سالمندان می‌شود.

کلمات کلیدی:

: بازخورد خودکنترلی، یادگیری حرکتی، اعتماد به تعادل، خودکارآمدی، سالمندان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1026370>

