

عنوان مقاله:

تأثیر برنامه ریزی تمرین بر بازنمایی ذهنی پرتاب آزاد بسکتبال

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 9، شماره 32 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

نویسندگان:

داود فاضلی - استادیار رفتار حرکتی-دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی- بخش علوم ورزشی- دانشگاه شیراز.

محمد حسن عبدالهی - استادیار مدیریت ورزشی، بخش علوم ورزشی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز

نگار کورش فرد - استادیار بخش علوم ورزشی- دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز

خلاصه مقاله:

هدف از تحقیق حاضر مقایسه اثر تمرین با تداخل بالا، پایین و فزاینده بر دقت و ساختار بازنمایی ذهنی پرتاب آزاد بسکتبال بود. به این منظور 30 شرکت کننده مبتدی به صورت تصادفی به سه گروه تصادفی، مسدود و افزایشی تقسیم شدند. شرکت کنندگان بر اساس گروه-بندی و ترتیب تمرین مشخص شده به مدت سه روز هر روز سه بلوک و هر بلوک شامل 30 کوشش-پرتاب آزاد بسکتبال را از فواصل مختلف (96/3، 57/4، و 18/5 متر) تمرین کردند. سه روز بعد از آخرین جلسه تمرین آزمون های یادداری و انتقال اجرا شد. نتایج نشان داد گروه افزایشی نسبت به دو گروه دیگر دقت بالاتری در یادداری داشت. این اثر برای مرحله انتقال نیز مشابه بود. نتایج متغیر بازنمایی ذهنی نشان داد گروه افزایشی نسبت به دو گروه دیگر بازنمایی ذهنی ساختاریافته تری دارد و این بازنمایی بیشتر با بازنمایی ذهنی شرکت کنندگان ماهر مشابه بود. این نتایج با توجه به پردازش بهتر اطلاعات و همچنین چارچوب نقطه چالش تفسیر شدند.

کلمات کلیدی:

تداخل زمینه‌ای، تداخل افزایشی، بازنمایی ذهنی، پرتاب آزاد بسکتبال، یادگیری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1152035>

