

عنوان مقاله:

تاثیر تمرینات نوروفیدبک بر تعادل و توجه سنگنوردان دختر نوجوان کرمانشاه

محل انتشار:

ششمین همایش بین المللی مطالعات ورزشی و سلامت در جهان اسلام (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

کوثر عظیمی نسب - دانشجوی کارشناس ارشد، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه،
ایران

فرزانه باقری اصل - دکتری، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه، ایران

خلاصه مقاله:

امروزه مربیان ورزشی رشته های مختلف همواره به دنبال راه های جدید و موثری بوده اند که بتوانند به مهارت آموزان درکسب عملکرد و نتیجه بهتر، کمک کنند. مکمل های زیادی در امر آموزش به عملکرد مهارت آموزان کمک می کند. از جمله این روش ها بازخورد، تصویرسازی، هیپنوتیزم و تمرین ذهنی است. در چند ساله اخیر روش های نوین متکی بر بیوفیدبک و نوروفیدبک جای خود را در عرصه های آموزشی و حرفه ای باز کرده اند. بر این اساس هدف این پژوهش، تعیین تاثیر تمرینات نوروفیدبک بر تعادل و توجه سنگنوردان می باشد. جامعه آماری شامل سنگنوردان دختر نوجوان شهر کرمانشاه می باشد. از میان افراد این جامعه نمونه های در دسترس که موافق انجام تحقیق بودند (اخذ رضایت نامه) و تعداد آنها 24 نفر بود (با میانگین سنی 13 تا 17) در تحقیق شرکت نمودند. آزمودنی ها به صورت تصادفی در دو گروه 12 نفری قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده در این آزمایش دستگاه نوروفیدبک، آزمون رایانه ای استروپ و دستگاه تعادل سنج دیجیتال بودند. نتایج حاصل نشان داد که: تمرینات نوروفیدبک بر تعادل و توجه سنگنوردان دختر نوجوان کرمانشاه تاثیر می گذارد. بنابراین پیشنهاد می شود جهت افزایش تعادل سنگنوردان ماهر همراه با تمرین بدنی از تمرینات نوروفیدبک استفاده کنند و همچنین جهت افزایش توجه سنگنوردان ماهر همراه با تمرین بدنی از تمرینات نوروفیدبک استفاده کنند.

کلمات کلیدی:

تمرینات نوروفیدبک، تعادل، توجه، سنگنوردان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1181287>

