

## عنوان مقاله:

تفاوت فرآیند یادگیری حرکات برون مرحله در دست و پا در یک بازه آموزشی

## محل انتشار:

دوفصلنامه روان شناسی ورزش، دوره 4، شماره 1 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

## نویسندگان:

نگار آرازی - استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، موسسه آموزش عالی المهدی مهر اصفهان، اصفهان، ایران.

عبدالله قاسمی - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران.

محمد واعظ موسوی - دانشگاه امام حسین، تهران، ایران.

## خلاصه مقاله:

هدف: هدف تحقیق بررسی تفاوت فرآیند یادگیری حرکات برون مرحله در دست و پا بود. روش: ۱۲ دانشجوی دختر (۲۲±۵ سال) دانشگاه فرهنگیان اصفهان، که سابقه فعالیت در رشته های ورزشی ریتمیک نداشتند، به طور تصادفی طبقه ای، انتخاب شدند، و در یک دوره شش ماهه زیر نظر مربی هیپ هاپ آموزش دیده و تکالیف مدنظر تحقیق را آموخته و تمرین کردند. شرکت کنندگان در طول این شش ماه سه بار به فاصله های یک، سه و شش ماه، در آزمایشگاه حاضر شدند. هر بار با استفاده از دستگاه تجزیه و تحلیل حرکت از اجرای تکالیف ورزشی برون مرحله منتخب با هفت دوربین و فرکانس ۶۰ هرتز به طور سه بعدی فیلمبرداری شد. داده های حاصل به کمک برنامه نویسی در نرم افزار مت لب پردازش و خطای متغیر اجرای شرکت کنندگان محاسبه گردید، سپس با استفاده از آزمون تحلیل واریانس اندازه گیریهای مکرر در سطح (P=۰۰۵/۰)، تجزیه و تحلیل شد. یافته ها: یافته ها حاکی از این بود که تنها اثر اصلی اندام معنی دار بوده و اثر اصلی سطوح و اثر تعاملی سطوح و اندام از لحاظ آماری معنی دار نبودند. نتیجه گیری: نتایج نشان داد که تمرین، اجرای حرکات برون مرحله را بهبود می بخشد. اما پیشرفت در اجرای حرکات برون مرحله در اثر تمرین در یک بازه مشخص، در دست ها بیش از پاها بود.

## کلمات کلیدی:

بازه آموزشی، حرکات برون مرحله، فرآیند یادگیری

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1240526>

