

عنوان مقاله:

تاثیر خستگی بدنی بر زمان بندی و وضوح تصویرسازی ورزشکاران ماهر و نیمه ماهر رشته کاراته

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 12، شماره 44 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

اعظم حیدرزاده - گروه رفتار حرکتی، دانشگاه ارومیه، ایران

فاطمه سادات حسینی - دانشیار گروه رفتار حرکتی، دانشگاه ارومیه، ایران

اصغر توفیقی - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه ارومیه، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر خستگی بدنی بر زمان بندی و وضوح تصویرسازی ورزشکاران بود. تعداد ۶۰ کاراته کای ماهر و نیمه ماهر بطور در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در گروه های تجربی و کنترل قرار گرفتند. پیش آزمون و پس آزمون شامل اجرای ذهنی تکلیف به صورت بینایی درونی، بینایی بیرونی و حرکتی بود. نتایج نشان داد که در ورزشکاران ماهر خستگی بدنی بر وضوح تصویرسازی بینایی بیرونی، درونی و وضوح تصویرسازی حرکتی اثر معناداری نداشت. همچنین خستگی بدنی بر زمان تصویرسازی بینایی بیرونی و درونی اثر معناداری نداشت اما منجر به افزایش زمان تصویرسازی حرکتی شد. در ورزشکاران نیمه ماهر، خستگی بدنی بر وضوح تصویرسازی بینایی بیرونی و درونی اثر معناداری نداشت، اما منجر به کاهش وضوح تصویرسازی حرکتی شد. به نظر می رسد اثر خستگی بر وضوح و زمان بندی تصویرسازی تحت تاثیر عامل دیگری به نام سطح تبهر است.

کلمات کلیدی:

تمرین ذهنی، توانایی تصویرسازی، خستگی بدنی، سطح تبهر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1879678>

