

عنوان مقاله:

تأثیر شیوه های متفاوت تمرین بدنی، ذهنی و ترکیبی بر عملکرد مهارت پرتاب از بالای شانه کودکان مبتلا به اختلال هماهنگی رشدی

محل انتشار:

اولین همایش ملی دستاوردهای نوین تربیت بدنی و ورزش (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

محسن وکیل زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه یزد

رزا رهاوی - استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه الزهرا

علیرضا دهشیری - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه یزد

خلاصه مقاله:

هدف از تحقیق حاضر مقایسه تأثیر تمرین ذهنی، بدنی و ترکیبی بر عملکرد مهارت پرتاب از بالای شانه کودکان دچار اختلال هماهنگی رشدی است. به این منظور 30 دانش آموز پسر راست است با دامنه سنی 6 تا 7 سال انتخاب، و در این پژوهش شرکت داده شدند. و بر اساس معیارهای واحد تحقیق و نمرات پیش باز کند در سه گروه تمرین بدنی (10 نفر)، تمرین ذهنی (10 نفر) و ترکیبی (10 نفر) قرار گرفتند. آزمودنی ها به مدت شش هفته و هر هفته سه جلسه به تمکین خاص خود مشغول بودند همچنین در پایان از آنها پس آزمونی مشابه با پیش آزمون به عمل آمد. به منظور تجزیه و تحلیل آماری داده ها از آزمون لون، تی هم بسته، تحلیل واریانس یک طرفه، آزمون تعقیبی توکی استفاده شد. هستی و تحلیل آماری نشان داد گروه تمرین ذهنی نسبت به پیش آزمون پیشرفت کرده بودند ($p < 0/05$) و گروه تمرین بدنی نسبت به گروه تمرین ذهنی عملکرد بهتری داشتند ($p < 0/05$). همچنین گروه ترکیبی نسبت به دو گروه دیگر نتایج بهتری را کسب کرده بودند ($p < 0/05$). از این راه، نتایج تحقیق نشان می دهد، ترتیب تمرین بدنی و تمرین ذهنی در افراد مبتلا به اختلال هماهنگی رشدی به بیشترین میزان عملکرد منجر می شود.

کلمات کلیدی:

پرتاب از بالای شانه، تمرین بدنی، تمرین ذهنی، اختلال هماهنگی رشدی، عملکرد

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/427043>

