

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر تمرینات انبوه و فاصله دار بر عملکرد ویادگیری شنای کرال سینه

محل انتشار:

اولین همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

جمال الدین شریعتی - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه ارومیه

حسن محمدزاده - دانشیار رفتار حرکتی دانشگاه ارومیه

سعید نقی زاده گنبری - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه ارومیه

خلاصه مقاله:

یادگیری در زندگی آدمی نقش مهمی ایفا می کند. موجودیت و بقای هر فرهنگ به توانایی اعضای آن برای یادگیری انواع مهارت‌ها، هنجارهای رفتاری، باورها و عقاید وابسته است. بقا هر موجود زنده ای مستلزم آن است که اعضای آن طوری رفتار کنند که با محیط در تطابق باشند. لازمه چنین تطابقی توانایی یادگیری است. بیش از یک صد سال است که دانشمندان زیادی به بررسی عوامل موثر بر یادگیری متمرکز شده اند. [1] نتیجه آشکار تمرین فرد به بهبود سطح عملکرد اوست که به طرق مختلف و متعدد قابل اندازه گیری است؛ مانند درصد بیشتر موفقیت در پرتاب آزاد بسکتبال یا نمره بهتر در یک مجموعه از حرکت بارفیکس در ژیمناستیک. اما یادگیری چیزی بیشتر از بهبود سطح عملکرد است. روانشناسان دریافتند که تعریف یادگیری به عنوان قابلیت اجرای ماهرانه که در طول تمرین تکامل می یابد مفید است به این صورت که بهبود توانایی به بهبود عملکرد منجر می شود

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/556366>

