

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش راهبردهای فراشناختی بر یادگیری مهارت مجرد

محل انتشار:

دومین همایش ملی دستاوردهای نوین تربیت بدنی و ورزش (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

پریسا مشیری - کارشناس ارشد رفتار حرکتی، آموزش تربیت بدنی، دانشگاه یزد

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

خلاصه مقاله:

هدف تحقیق حاضر بررسی تاثیر آموزش راهبردهای فراشناختی با استفاده از مراحل مختلف چرخه خود تنظیم زیمرمن، بر مراحل اکتساب، یاداری و انتقال مهارت سرویس والیبال است. شرکت کنندگان 36 دانشجوی دختر دانشگاه یزد با میانگین سنی $19 \pm 0/8$ سال که واحد تربیت بدنی را در نیم سال اول 95-1394 اخذ کرده بودند به صورت تصادفی به 3 گروه، 1 گروه راهبردهای فراشناختی و 2 گروه کنترل با تمرین و بدون تمرین تقسیم شدند. تکلیف مورد استفاده در این تحقیق، سرویس والیبال است. آزمودنی ها در مرحله پیش آزمون 1 بلوک 10 کوششی سپس در مرحله اکتساب 12 بلوک 10 کوششی را تمرین کردند، آزمودنی ها در آخرین جلسه ی تمرین در آزمون اکتساب (با همان شرایط پیش آزمون)، آزمون یاداری و انتقال (پس از یک هفته) 1 بلوک 10 کوششی را تمرین کردند. داده ها با آزمون تحلیل واریانس یک راهه برای آزمون اکتساب، یاداری و انتقال تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین گروه تمرینی که از راهبردهای فراشناختی بهره گرفتند با گروه های دیگر در آزمون اکتساب، یاداری و انتقال تفاوت معناداری وجود دارد ($p < 0/05$). این یافته ها نشان می دهد راهبردهای فراشناختی و به عبارتی راهبردهای یادگیری خود تنظیم عامل موثری در پیشرفت عملکرد است.

کلمات کلیدی:

راهبردهای فراشناختی، اکتساب، یاداری، انتقال، سرویس والیبال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/583694>

