

## عنوان مقاله:

پیش بینی عملکردهای حرکتی و شناختی بر اساس حالات خلقی در سالمندان فعال و غیرفعال

## محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 2، شماره 5 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

ربابه رستمی - عضو هیات علمی دانشگاه شیراز

مجید چهارده چریک - عضو هیات علمی دانشگاه شیراز

راضیه طالبی - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه شیراز

مونا رضایی - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه شیراز

## خلاصه مقاله:

توجه به عملکرد حرکتی و شناختی در دوران سالمندی و بررسی عوامل موثر بر پیشگیری از افت کارکردهای بدن همواره مورد توجه پژوهشگران بوده است. این مطالعه نیز در پاسخ به سوال پیش بینی عملکرد حرکتی و شناختی در سالمندان فعال و غیرفعال بر اساسحالات خلقی آنان طراحی شد. بدین منظور 70 سالمند شهر شیراز در دامنه سنی 60 تا 83 سال در این مطالعه شرکت کرده و پرسشنامه های فعالیت بدنی ییل و حالات خلقی (برومز) تری و لین را تکمیل نمودند. برای سنجش عملکرد شناختی از تکلیف شمارش معکوس، و برای سنجش عملکرد حرکتی از تکلیف راهرفتن و دستزدن استفاده شد. روشهای آماری مورد استفاده، تحلیل واریانس چندمتغیره، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی بود. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره، حالات خلقی مثبت و عملکرد حرکتی و شناختی بهتری را در سالمندان فعال نسبت به غیرفعال نشان داد. نتایج رگرسیون خطی در افراد فعال نشان داد که با افزایش خستگی و تنش، زمان عملکرد حرکتی و شناختی به ترتیب افزایش و کاهش می یابد. نتایج مطالعه حاضر، تاییدی بر مطالعات پیشین در ارتباط با نقش فعالیت بدنی بر بهبود عملکرد حرکتی، شناختی و حالات خلقی در سالمندان می باشد.

## کلمات کلیدی:

سالمندی، حالات خلقی، عملکرد، فعالیت بدنی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/793492>

