

عنوان مقاله:

تاثیر کم آبی خفیف بر توجه انتخابی و مداوم

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات روانشناسی ورزشی، دوره 6، شماره 19 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

بهناز موگویی - کارشناسی ارشد روانشناسی ورزشی دانشگاه اصفهان

مریم نزاکت الحسینی - تادیار گروه رفتار حرکتی دانشگاه اصفهان

فهیمه اسفراجانی - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی دانشگاه اصفهان

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش بررسی تاثیر کم آبی خفیف بر توجه انتخابی و مداوم بود. پژوهش نیمه تجربی و روی 22 دانشجویانجام گرفت. آزمودنی ها به صورت در دسترس انتخاب و به طور همتراز شده متقابل تحت سه شرایط پایه، پرآب و کم آب قرار گرفتند. شرکت کنندگان در حالت پایه، فعالیتی نداشتند اما در شرایط پرآب و کم آب برنامه 60 دقیقه اییاده روی ترمیم و دوچرخه را اجرا نمودند. ابزارهای پژوهش، آزمون استروپ و عملکرد پیوسته بودند که برای سنجش توجه انتخابی و مداوم استفاده شدند. اثر نوع شرایط تمرین معنادار ولی اثر متقابل نوع توجه و نوع شرایط معنادار نبود. براساس نتایج آزمون تعقیبی، نمرات توجه انتخابی و مداوم در شرایط کم آب به طور معناداری بیشتر از حالت کنترل و پرآب بود ولی بین نمرات توجه انتخابی و مداوم در حالت کنترل و پرآب تفاوتی مشاهده نشد. بنابراین کم آبی خفیف منجر به اختلال در توجه انتخابی و مداوم شد. لذا توجه به حالت هیدراته مطلوب در زمان انجام فعالیت بدنی ضروری می باشد.

کلمات کلیدی:

کارکردهای روانشناختی، عوامل فیزیولوژیکی، هیدراته، کم آبی، فعالیت بدنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/793615>

