

## عنوان مقاله:

اثر خود تنظیمی و فاصله کانون توجه بیرونی بر یادگیری سرویس بدمینتون در دختران جوان

## محل انتشار:

پژوهش در رفتار حرکتی، دوره 1، شماره 1 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسنده:

لیلی حسینی

## خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر مطالعه اثر خودتنظیمی و فاصله کانون توجه بیرونی بر یادگیری سرویس کوتاه بدمینتون در دختران جوان بود. بدین منظور 60 دانشجوی دختر مبتدی داوطلب با دامنه سنی 19-24 سال در یک طرح عاملی ترکیبی شرکت کردند. ابزار سنجش سرویس کوتاه بدمینتون، آزمون 6 ارزشی گود و مگیل (1986) بود. شرکت کننده ها به طور تصادفی در گروه های کانون توجه درونی، تحمیلی، کانون توجه بیرونی با فاصله دور تحمیلی، فاصله نزدیک تحمیلی و فاصله خودتنظیم جایگزین شدند. بعد از پیش آزمون، گروه خودتنظیم بر اساس کانون توجه ترجیحی خود در پایان روز اول به گروه های فاصله دور و نزدیک خودتنظیم تقسیم شدند. تمام گروه ها طی دو جلسه 60 سرویس را با دستورالعمل توجهی مربوطه تمرین کرده و 48 ساعت بعد تحت آزمون های یادداری و انتقال قرار گرفتند. داده ها با استفاده از تحلیل واریانس 5 (گروه) در 4 (دسته کوشش) با تکرار سنجش عامل دسته کوشش، کروسکال والیس و تحلیل واریانس یک طرفه در سطح معنی داری  $p < 0.05$  تجزیه و تحلیل شد. مطابق نتایج، بین اکتساب و انتقال گروه های مورد مطالعه تفاوت معنی داری مشاهده نشد، ولی یادداری گروه فاصله دور خودتنظیم به طور معنی داری بهتر از گروه های تحمیلی بود. بنابراین، اثر متقابل خودتنظیمی و کانون توجه بیرونی دور در آموزش سرویس کوتاه بدمینتون منجر به یادگیری موثرتری شد.

## کلمات کلیدی:

خودکنترل، دستورالعمل کانون توجه، فاصله اثر حرکت، یادگیری حرکتی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/886955>

