

## عنوان مقاله:

اثر تداخل زمینه ای و نوع تمرین (مشاهده ای، بدنی و ترکیبی) بر یادگیری سرویس کوتاه، بلند و تیز بدمینتون

## محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

## نویسنده:

بهروز عبدلی

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر تداخل زمینه ای و نوع تمرین (مشاهده ای، بدنی و ترکیبی) بر یادگیری سرویس کوتاه، بلند و تیز بدمینتون انجام شد. بدین منظور 96 دانشجوی پسر داوطلب، راست دست و مبتدی با میانگین سنی  $22 \pm 5/1$  سال انتخاب و به صورت تصادفی به 6 گروه 16 نفری (تمرین بدنی قالبی، تمرین بدنی تصادفی، تمرین مشاهده ای قالبی، تمرین مشاهده ای تصادفی، تمرین ترکیبی قالبی و تمرین ترکیبی تصادفی) تقسیم شدند. شرکت کنندگان پس از شرکت در پیش آزمون به مدت 8 جلسه و در هر جلسه 2 بلوک 9 کوششی تمرین و سپس در آزمون های یادداری تاخیری و انتقال شرکت کردند. برای بدست آوردن امتیاز عملکرد شرکت کنندگان از آزمون استاندارد فرنچ و استاتلر برای سرویس کوتاه، آزمون استاندارد اسکات و فاکس برای سرویس بلند و آزمون استاندارد بالو برای سرویس تیز بدمینتون استفاده شد. داده ها با استفاده از تحلیل واریانس یک راهه، تحلیل واریانس دو عاملی و آزمون تعقیبی دانکن تجزیه و تحلیل شد. نتایج در مراحل یادداری با تاخیر و انتقال تفاوت معنی داری را بین عملکرد گروه های آزمایشی نشان داد ( $P > 0.05$ ). نتایج آزمون تعقیبی دانکن در مراحل یادداری تاخیری و انتقال نشان داد که به ترتیب گروه های تمرین ترکیبی و بدنی تصادفی به طور معنی داری عملکرد بهتری نسبت به گروه های دیگر آزمایشی و گروه های تمرین مشاهده ای قالبی و تصادفی عملکرد ضعیف تری نسبت به گروه های دیگر آزمایشی داشتند ( $P > 0.05$ ). با توجه به نتایج تحقیق حاضر می توان به مربیان توصیه کرد که هنگام آموزش مهارت های ورزشی از روش تمرین ترکیبی (تمرین بدنی با تمرین مشاهده ای) تصادفی استفاده کنند.

## کلمات کلیدی:

تمرین مشاهده ای، تمرین ترکیبی، تمرین بدنی، سرویس بدمینتون، تداخل زمینه ای

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/886960>

