

تأثیر خودکنترلی در نمایش الگوی ماهر ویدئویی بر یادگیری دریبل فوتبال

بهروز مهری*[1]، غلامرضا لطفی، فرزانه حاتمی

1- کارشناس ارشد رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران (*نویسنده مسئول).

2- دانشیار گروه رفتارحرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران.

3- استادیار گروه رفتارحرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران.

*Email:(Behruzmehri@yahoo.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

زمینه و هدف: الگودهی خودکنترل یعنی ارائه الگو به یادگیرنده در زمان‌هایی که خود او درخواست کند. این شیوه به مشارکت فعال نوآموز در فرآیند یادگیری منجر می‌شود و این نوع تمرین در مقایسه با برنامه‌های تجویزی، بیش‌تر با نیازها و ترجیح‌های اجرا کننده‌ها مطابقت دارد. هدف از اجرای تحقیق حاضر تعیین تأثیر خودکنترلی در نمایش الگوی ماهر ویدئویی بر یادگیری دریبل فوتبال در نوجوانان با سطح مهارت نیمه ماهر بود.

روش کار: تعداد 30 شرکت کننده نوجوان با میانگین سنی حدود **14** سال بصورت داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند و بصورت تصادفی در سه گروه 10 نفری (خودکنترل، جفت شده، و کنترل) گمارش شدند. مرحله اکتساب شامل نه جلسه تمرین (هر هفته سه جلسه) بود و شرکت کنندگان در هر جلسه 10 کوشش تمرین دریبل فوتبال را انجام دادند. 72 ساعت بعد از آخرین جلسه اکتساب، آزمون یادداری و سپس آزمون انتقال (دو کوشش برای هر آزمون) اجرا شد.

نتیجه‌گیری: نتایج مربوط به مرحله اکتساب نشان داد که تمامی گروه‌ها در طول جلسات اکتساب پیشرفت داشتند اما از جلسه ششم این تفاوت بین گروه‌ها معنادار شد و گروه الگودهی خودکنترل پیشرفت بیش‌تری را تجربه کرد. همچنین یافته‌های مربوط به مراحل یادداری و انتقال نشان داد که گروه الگودهی خودکنترل نسبت به سایر گروه‌ها عملکرد بهتری داشت، گروه کنترل در این جلسات ضعیف‌ترین عملکرد را از خود نشان داد.

کلید واژه‌ها: الگودهی خودکنترل، یادگیری مشاهده‌ای، الگوی ماهر، دریبل فوتبال