

اولین همایش تربیت بدنی و علوم ورزشی ۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۳۹۱  
دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد



حیطه رفتار حرکتی و روان شناسی ورزش

## دقت تحت شرایط فشار روانی

دکتر حمید زاهدی (۱)

آزاد اسلامی واحد نجف آباد

### چکیده مقاله :

مشخص شده است که توجه به عمل می تواند آن عمل را مختل کند، به ویژه اگر آن عمل به خوبی تمرین شده و به مرحله خودکاری رسیده باشد، از این روست که هر گاه به طور هوشیارانه توجه به سمت هماهنگی حرکت هدایت گردد، باعث خراب شدن و اختلال اجرا می شود (53). هدایت توجه به نتیجه حرکت را کانون توجه بیرونی و هدایت توجه بر خود حرکت در حین اجرا را کانون توجه درونی می نامند (32). اکثر تحقیقات گذشته کانون توجه را در شرایط عدم وجود فشار روانی بررسی کرده اند و کمتر به شرایط بوم شناختی تکلیف نزدیک بوده اند. لذا مقصود از ارایه فشار روانی جهت افزایش اعتبار بوم شناختی تکلیف و هدف از اجرای تحقیق تاثیر کانون توجه و سطح بحریر دقت پرتاب آزاد بسکتبال در شرایط فشار روانی بود.

کلمات کلیدی :