



تأثیر بازخوردهای حسی حرکتی تکنولوژی واقعیت مجازی بر تعادل ایستا و پویا مردان سالمند

محمد جواد امیدی بروجنی^۱، مسعود گلپایگانی^۲، سجاد برخورداری مهنی^۳، سعادت حسین پور اقایبی^۴

۱- کارشناسی ارشد حرکات اصلاحی و آسیب‌شناسی ورزشی، دانشگاه اراک

۲- دانشیار گروه حرکات اصلاحی و آسیب‌شناسی، دانشگاه اراک، اراک، ایران

۳- کارشناسی ارشد حرکات اصلاحی و آسیب‌شناسی ورزشی، دانشگاه اراک

۴- کارشناسی ارشد حرکات اصلاحی و آسیب‌شناسی ورزشی، دانشگاه اراک

چکیده

مقدمه: هدف این پژوهش بررسی بازخوردهای حسی حرکتی تکنولوژی واقعیت مجازی بر تعادل ایستا و پویا مردان سالمند بود

مواد و روش ها: ۳۰ مرد سالمند (سن: $70/36 \pm 3$ سال، وزن: $70/60 \pm 2/34$ کیلوگرم، قد: $178 \pm 2/28$ متر) که از سلامت عمومی برخوردار بودند، به‌طور داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند که به‌صورت تصادفی به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم شدند. از آزمودنی‌ها قبل از شروع تمرینات توسط تست‌های شارپ‌اند رومبرگ تعادل ایستا (با چشمان باز و بسته) و زمان برخاستن و رفتن (تعادل پویا) به عمل آمد. گروه تجربی به انجام یک دوره تمرین عملکردی هشت‌هفته‌ای (سه جلسه در هفته) پرداختند و گروه کنترل فعالیت‌های روزانه خود را انجام داد. از آمار توصیفی برای محاسبه میانگین و انحراف استاندارد اطلاعات و برای تعیین اختلاف بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون بین و درون گروهی به ترتیب از t مستقل و وابسته در سطح معنی‌داری $P \leq 0/05$ استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد در پس‌آزمون، گروه تجربی عملکرد بهتری نسبت به گروه کنترل داشت. نتایج آزمون t همبسته نیز اختلاف معنی‌داری بین پیش و پس‌آزمون گروه تجربی در هر سه آزمودن تعادلی را نشان داد در حالی که بین پیش و پس‌آزمون گروه کنترل تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد.

بحث نتیجه‌گیری: نتایج به‌دست آمده از این تحقیق، مؤید نقش تمرینات تکنولوژی واقعیت مجازی بر تعادل ایستا و پویا مردان سالمند بود که به علت عدم بهبود تعادل آزمودنی‌های گروه کنترل، می‌توان بهبود تعادل گروه تجربی را به اثر این تمرینات نسبت داد،

واژگان کلیدی: بازخورد های حسی حرکتی، تکنولوژی واقعیت مجازی، تعادل ایستا، پویا،

سالمندان