

प्रयोग – 10



मापित घटक : प्रतिक्रिया का समय

“प्रतिक्रिया का समय वह क्षमता है जिसके अंतर्गत संकेत देने पर प्रभावशाली ढंग से शीघ्रता से प्रतिक्रिया दी जाती है।

परीक्षण का नाम : नेल्सन हस्त प्रतिक्रिया समय परीक्षण (नेल्सन हैंड रिएक्शन टाइम टेस्ट)।

लक्ष्य

इस परीक्षण का उद्देश्य किसी दृश्य से प्रेरित अथवा उत्तेजित होकर हाथों में आई गति के समय को मापना है।

आवश्यक उपकरण : इस परीक्षण के संचालन के लिए नेल्सन प्रतिक्रिया टाइमर पैमाना, मेज और कुर्सी अथवा डेस्क कुर्सी की आवश्यकता होती है।

परीक्षण प्रक्रिया: सर्वप्रथम सभी प्रतिभागियों को परीक्षण प्रक्रिया नमूने के तौर पर दिखाएँ। प्रतिभागी को अपनी अग्र-भुजाओं के साथ कुर्सी पर बैठना होता है और मेज (अथवा डेस्कटॉप) पर हाथ को इस तरह से टिकाया जाता है कि लगभग 3 या 4 इंच मेज के किनारे से परे अंगूठे और तर्जनी के सिरे एक चुटकी की स्थिति में तैयार रहें। परीक्षक को यह सुनिश्चित करना है कि अंगूठे और तर्जनी के ऊपरी किनारे एक क्षैतिज स्थिति में रहें (चित्र देखें)। परीक्षक प्रतिभागी के अंगूठे और तर्जनी के बीच पैमाने को हवा में लंबवत रखता है, लेकिन स्पर्श नहीं करता है। प्रतिभागी की उंगलियों के शून्य चिह्न के साथ संरेखित करें। प्रतिभागी जब पूरी तरह से तैयार हों तब वे संकेत देंगे।



चित्र 10: नेल्सन हस्त प्रतिक्रिया समय परीक्षण (नेल्सन हैंड रिएक्शन टाइम टेस्ट)



टिप्पणी



टिप्पणी

बिना किसी चेतावनी के, पैमाने को छोड़ दें और उसे गिरने दें – अब जैसे ही प्रतिभागी इसे गिरते हुए देखे उसे जितनी जल्दी हो सके उस गिरते पैमाने को पकड़ना होगा। पैमाना जितनी दूरी तक गिरता है वही दूरी मीटर में दर्ज की जायेगी। इस प्रक्रिया को 20 बार दोहराया जाता है और औसत अंक दर्ज किए जाते हैं।

समंकन प्रक्रिया: प्रतिभागी के अंगूठे के ऊपरी किनारे छड़ी के गिरने से लेकर प्रतिभागी के पकड़ने के बीच के समय को टाइमर में गिना जाता है। 20 परीक्षणों में से, पांच सबसे तेज और पांच सबसे धीमे परीक्षणों के परिणाम खारिज कर दिए जाते हैं और मध्य के 10 परीक्षणों का औसत इस परीक्षण के अंक होते हैं।

प्रभाव और अवलोकन

हस्त प्रतिक्रिया परीक्षण को लगातार 15 दिनों तक करें और अपने प्राप्तांक निम्न सारणी में भरें –

शारीरिक प्रभाव	दिन1	दिन3	दिन5	दिन7	दिन9	दिन11	दिन13	दिन15
हस्त प्रतिक्रिया (प्राप्तांक)								

अवलोकन

.....

.....

.....

.....

.....

.....

टिप्पणियाँ

.....

.....

.....

.....

.....

(अनुदेशक के हस्ताक्षर)