

## عنوان مقاله:

بررسی و مقایسه نیم رخ های آنتروپومتریکی و فیزیولوژیکی مردان صخره نورد سرعتی و سرطنابی تیم ملی ایران

## محل انتشار:

فصلنامه علوم ورزش، دوره 10، شماره 31 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

افشین رهبرقازی - دانشگاه محقق اردبیلی

لطفعلی بلیلی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، اردبیل

سلیم واحدی نمین - فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

بهنام مددی - دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: هدف از این پژوهش بررسی و مقایسه نیم رخ های آنتروپومتریکی و فیزیولوژیکی مردان صخره نورد سرعتی و سرطنابی تیم ملی ایران بود. مواد و روش ها: در این پژوهش ۱۰ صخره نورد سرعتی و ۱۰ صخره نورد سرطنابی عضو تیم ملی ایران شرکت داشتند. متغیرهای آنتروپومتریکی شامل قد، وزن، طول پا، طول دو دست، نسبت طول دو دست به قد، قطر ساعد، درصد چربی بدن و متغیرهای فیزیولوژیکی شامل قدرت بالاتنه و پایین تنه، قدرت پنجه دست، استقامت عضلانی، توان هوازی، توان بی هوازی بالا تنه و پایین تنه و انعطاف پذیری بود. یافته ها: نتایج این پژوهش نشان داد که: ۱ بین استقامت عضلانی و توان هوازی و درصد چربی بدن دو گروه صخره نوردان سرعتی و سرطنابی تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P < 0.05$ ) / ۲ بین قد، وزن، طول پا، طول دو دست، نسبت طول دو دست به قد، قدرت، توان بی هوازی بالا تنه و پایین تنه و انعطاف پذیری دو گروه صخره نوردان سرعتی و سرطنابی تفاوت معنی داری وجود ندارد ( $P > 0.05$ ) / ۳ نتیجه گیری: به طور کلی این پژوهش پیشنهاد می کند که ورزشکاران و مربیان رشته سرطنابی نیاز بیشتری به تقویت توان هوازی، استقامت عضلانی، قدرت و توان بی هوازی بالاتنه، انعطاف پذیری تنه به عقب، دامنه حرکتی ران و کاهش درصد چربی دارند. در حالی که ورزشکاران سرعتی، بیشتر به قدرت و توان بی هوازی پایین تنه متکی هستند.

## کلمات کلیدی:

نیم رخ آنتروپومتریکی، نیم رخ فیزیولوژیکی، صخره نورد سرعتی، صخره نورد سرطنابی، تیم ملی ایران

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1313186>

