

عنوان مقاله:

تاثیر یک برنامه تمرینی منتخب بر سطوح سرمی α -TNF-10 و عملکرد حرکتی بازیکنان نخبه واترپلو

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی فیزیولوژی و بیوشیمی ورزشی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

کاظم طالبی - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نیشابور

رامبد خواجه ای - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نیشابور

محمد رضا رمضانپور - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد

آمنه برجسته یزدی - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور

امیررشید لمیر - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد

خلاصه مقاله:

اخیرا مطالعات ایمنولوژی ورزش بر اجزای کلیدی عملکردهای ایمنی مانند سلول های ایمنی، ایمونوگلوبین ها و مولکول های محلول پیام رسان و تاثیر عوامل محیطی و تمرینی متمرکز شده است. مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر هشت هفته تمرین منتخب بر سطوح سرمی α -TNF-10 و عملکرد حرکتی بازیکنان نخبه واترپلو اجرا شد. بدین منظور 91 واترپلو کار مرد (با میانگین سنی 23 ± 2 سال) به صورت تصادفی به دو گروه 15 نفری تجربی (تمرین منتخب واترپلو) و کنترل (تمرین سنتی واترپلو) تقسیم شدند. تمرین منتخب واترپلو به مدت هشت هفته و هر هفته 6 جلسه انجام شد. جهت کنترل شدت تمرینات از روش کارونن به عنوان درصدی از حداکثر ضربان قلب بیشینه ($100-80\%$ MHR) استفاده شد؛ همچنین هر هفته به میزان پنج درصد بر شدت تمرینات افزوده شد. در این پژوهش تست های عملکردی واترپلو شامل رکورد شنای 50 متر، شنای 100 متر سربالا، شنای 200 متر کرال سینه، شنای 6x50 متر و شنای 400 متر بود. جهت بررسی سطوح سرمی α -TNF-10، سی خون وریدی در مرحله پیش و پس از آزمون گرفته شد و با روش الایزای ساندویچی سنجش گردید. جهت مقایسه میانگین های اندازه گیری شده از آزمون تی (t-test) در سطح معنی داری $P < 0.05$ استفاده شد. نتایج نشان داد هشت هفته تمرین منتخب واترپلو سبب تغییرات معنی دار در سطوح α -TNF-10 پلاسمایی واترپلوئیست های نخبه شد ($P < 0.05$) ولی با این وجود نتوانست تغییرات معنی داری در سطوح α -TNF و عملکرد واترپلوئیست ها در شنای 50 متر، 100 متر، 200 متر، 400 متر و 6x50 متر شود. هرچند که بهبود نسبی رکود شنا در واترپلوئیست ها مشاهده شد، با این وجود با توجه به محدودیت اطلاعات در این حوزه نیاز به انجام پژوهش های بیشتر در این خصوص احساس می شود.

کلمات کلیدی:

واترپلو، عملکرد حرکتی، α -TNF-10

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1356287>



