

## عنوان مقاله:

مقایسه برآورد توان هوازی آزمون های بروس و بالک از مردان معتاد شهر زاهدان پس از ۸ هفته تمرین هوازی

## محل انتشار:

فصلنامه مطالعات تربیت بدنی و علوم ورزشی، دوره 3، شماره 3 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

رضا محمدی آویزی - کارشناس ارشد، گروه علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، سیستان و بلوچستان، ایران

محمد رضا باتوانی - استادیار، مرکز تربیت بدنی، دانشگاه صنعتی اصفهان، اصفهان، ایران

محسن غفرانی - استادیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، سیستان و بلوچستان، ایران

## خلاصه مقاله:

روش های معتبر و دقیق آزمایشگاهی برآورد حداکثر اکسیژن مصرفی ابداع شده که انتخاب روش مناسب جهت آزمودنی های خاص مورد توجه است. هدف از پژوهش حاضر مقایسه و ارتباط آزمون های بروس و بالک در برآورد توان هوازی مردان معتاد شهر زاهدان پس از ۸ هفته تمرین هوازی بود. این پژوهش از نوع نیمه تجربی بود. جامعه آماری تحقیق را ۳۰ نفر آزمودنی مرد (۲۴-۳۶ ساله) معتاد به مواد مخدر (تریاک، هروئین و مشتقات آن، به مدت ۳ تا ۵ سال) تشکیل دادند که به صورت تصادفی و در دسترس از کمپ ترک اعتیاد شهر زاهدان انتخاب شدند. در ابتدا آزمونهای بروس و بالک برای تعیین توان هوازی انجام گردید. سپس آزمودنیها به مدت ۸ هفته تمرینات هوازی منظمی را انجام داد؛ مجدداً آزمون بعمل آمد. از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف، برای تعیین نحوه توزیع داده ها، تی همبسته برای مقایسه توان هوازی و ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی همبستگی دو آزمون استفاده شد. سطح معناداری هم  $(P < 0.05/0)$  در نظر گرفته شد. نتایج نشان داد سطح توان هوازی در هر دو گروه در پس آزمون افزایش معناداری داشت  $(P < 0.05/0)$ . {میانگین  $\pm$  انحراف معیار؛  $(44/19 \pm 1/66)$  و  $(46/1 \pm 88/32)$  در آزمون بروس و  $(45/1 \pm 15/53)$  و  $(47/29 \pm 1/38)$  میلی لیتر/کیلوگرم/دقیقه در آزمون بالک؛ به ترتیب در پیش و پس آزمون بودند}. بین میانگین اکسیژن مصرفی آزمون های بروس و بالک اختلاف معنی داری مشاهده نشد؛ اما بین داده های حاصل از برآورد اکسیژن مصرفی بیشینه دو آزمون همبستگی معنی داری  $(r = 0.60)$  و  $(r = 0.68)$  به ترتیب در پیش و پس آزمون مشاهده گردید. همچنین بین زمان سپری شده اجرای آزمون بروس  $(12/95 \pm 0/37)$  و بالک  $(22/16 \pm 1/02)$  دقیقه تفاوت معناداری وجود داشت  $(P < 0.05)$ ؛ اما تفاوت معناداری بین حداکثر ضربان قلب (در دقیقه) بلافاصله پس از آزمون بروس  $(174 \pm 3/48)$  و بالک  $(175/20 \pm 4/44)$  و ضربان قلب ۱۵ دقیقه بعد از آزمون بروس  $(105/90 \pm 3/67)$  و بالک  $(107/63 \pm 4/53)$  در دقیقه وجود نداشت  $(P > 0.05)$ .

## کلمات کلیدی:

آزمون بروس، بالک، توان هوازی، مردان معتاد

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1503112>

