

عنوان مقاله:

بررسی ارتباط آمادگی بدنی ادراک شده با آمادگی بدنی واقعی در پایوران نظامی

محل انتشار:

مجله طب نظامی، دوره 21، شماره 3 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

حسین کاکه جانی - دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

سید محمدکاظم واعظ موسوی - دانشگاه جامع امام حسین

مرتضی ناجی - دانشگاه جامع امام حسین

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: پژوهش ها در حوزه ورزش، تربیت بدنی و فعالیت جسمانی نشان داده که خود پنداره جسمانی پیشگوی مهم رفتار است و نقش حیاتی در ادامه یا ترک فعالیت جسمانی ایفا می کند. هدف از پژوهش حاضر بررسی ارتباط آمادگی بدنی ادراک شده با آمادگی بدنی واقعی در پایوران نظامی می باشد. روش ها: تعداد ۷۷ نفر از پایوران نظامی به صورت تصادفی انتخاب و در چهار گروه سنی (۲۰-۳۰ سال، ۳۱-۴۰ سال، ۴۱-۵۰ سال، ۵۱-۶۰ سال) قرار گرفتند. ابتدا شرکت کنندگان پرسشنامه پژوهش که شامل چهار بخش از جمله: اطلاعات فردی، مقیاس آمادگی بدنی ادراک شده، فرم کوتاه پرسشنامه خودتوصیفی بدنی مارش و پرسشنامه استحکام ذهنی بود را تکمیل کردند. سپس آزمون های آمادگی جسمانی متناسب با پرسشنامه از شرکت کنندگان به عمل آمد. یافته ها: شرکت کنندگان این پژوهش را پایوران نظامی (میانگین سنی ۳۸ سال، میانگین قد ۱۷۵ سانتیمتر، میانگین وزن ۷۸ کیلوگرم) که در سال ۱۳۹۵ در نیروی زمینی سپاه مشغول به کار بودند، تشکیل دادند. همبستگی معنی داری بین آمادگی بدنی ادراک شده و آمادگی بدنی واقعی وجود دارد ($P=0.034$). اما در تحلیل آزمون همبستگی که به تفکیک گروه های سنی به عمل آمد، مشخص شد که فقط در گروه سنی ۳۱ تا ۴۰ سال ارتباط معنی داری ($P=0.001$) بین آمادگی بدنی ادراک شده و آمادگی بدنی واقعی وجود دارد. همچنین بین وضعیت جسمانی ادراک شده ($P=0.001$)، وضعیت عضلانی ادراک شده ($P=0.001$) و مقیاس بدنی ادراک شده ($P=0.001$) همبستگی معنی داری با شرایط واقعی وجود دارد. ضریب همبستگی بین وضعیت عضلانی ادراک شده و شرایط واقعی بیشتر از سایر خرده مقیاس ها بود. اما بین انعطاف پذیری ادراک شده و انعطاف پذیری واقعی ارتباط معنی داری مشاهده نشد ($P=0.34$). همچنین نتایج همبستگی جزئی نشان داد که ارتباط آمادگی بدنی ادراک شده با آمادگی بدنی واقعی تحت تاثیر نمرات استحکام ذهنی، خود پنداره بدنی، و سطح فعالیت بدنی قرار می گیرد. نتیجه گیری: آمادگی بدنی ادراک شده با آمادگی بدنی واقعی در ارتباط است و این ارتباط در همه خرده مقیاس ها برابر نیست. همچنین آمادگی بدنی ادراک شده از سن، ویژگی های روانی و سطح فعالیت بدنی تاثیر می پذیرد. با توجه به اهمیت خودپنداره در طول زندگی افراد مخصوصا افراد نظامی که با توجه به موقعیت شغلی و حساسیت وظیفه باید آگاهی درستی از میزان آمادگی بدنی خود داشته باشند، اهمیت دادن به آمادگی بدنی ادراک شده ضروری به نظر می رسد.

کلمات کلیدی:

پایوران نظامی، خودپنداره، خودتوصیفی بدنی، شایستگی ادراک شده، آمادگی جسمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1735216>



