

## عنوان مقاله:

اندازه گیری و تعیین نورم آمادگی جسمانی مرتبط با تندرستی دانش آموزان پسر

## محل انتشار:

اولین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

سیداسد موسوی - دانشجوی کارشناسی ارشد تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیق

اسکندر رحیمی - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات فارس

محمد نیکوبخت - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات فارس

مسعود محمدی - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات فارس

## خلاصه مقاله:

هدف از این تحقیق اندازه گیری و تعیین نورم آمادگی جسمانی مرتبط با تندرستی دانش آموزان پسر 9 تا 17 ساله شهرسده ومقایسه آن با نورم استانی و ملی بود. از بین دانش آموزان 9 تا 17 ساله شهرسده تعداد 1200 نفر دانش آموز پسر، در 8 گروه سنی به عنوان نمونه در نظر گرفته شد. روش نمونه گیری به صورت تصادفی و چند مرحله ای صورت گرفت. ابزار اندازه گیری شامل بارفیکس به روش خوابیده، دراز و نشست در 60 ثانیه، انعطاف پذیری با جعبه مدرج و دو 540 متر بود. یافته هانشان داد که تفاوت بین میانگین های دانش آموزان 9 تا 17 ساله شهرسده در 4 آزمون مورد نظر با میانگین های استانی و ملی معنادار است و تنها بین میانگین آزمون دو 540 متر شهرسده با میانگین نورم ملی تفاوت معنادار نیست. نتایج نشان داد که دانش آموزان شهرسده نسبت به میانگین استانی و ملی در آزمونهای کشش بارفیکس، دراز و نشست و انعطاف پذیری از آمادگی مطلوبتر و در آزمون دو 540 متر از آمادگی کمتری برخوردار بودند.

## کلمات کلیدی:

آمادگی جسمانی مرتبط با تندرستی، دانش آموز، اندازه گیری، نورم، سده

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/183013>

