

## عنوان مقاله:

مقایسه نیمرخ متابولیکی کاراته کاران زنده مرد با سطح آمادگی جسمانی متفاوت طی مراحل مختلف مسابقات شبیه سازی شده

## محل انتشار:

مجله سوخت و ساز و فعالیت ورزشی، دوره 13، شماره 2 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

## نویسندگان:

مسعود رهنما - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

حمید محبی - استاد فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

حمید رحیمی - استاد فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه خوارزمی تهران

## خلاصه مقاله:

هدف: هدف پژوهش حاضر مقایسه نیمرخ متابولیکی کاراته کاران زنده مرد بر اساس سطح آمادگی جسمانی آن ها طی مراحل مختلف از شش مسابقه در یک روز، شبیه مسابقات واقعی کاراته بود. روش پژوهش: ده کاراته کار زنده جوان در این پژوهش شرکت کردند. کاراته کاران بر اساس نمرات Z به دست آمده از آزمون های آمادگی جسمانی شامل توان هوازی (آزمون بروس)، توان بی هوازی (آزمون وینگیت ۳۰ ثانیه)، پرش عمودی، دوی سرعت ۳۰ متر و چابکی (۴×۹ متر) به دو گروه با آمادگی بالا (۵ نفر) و پایین (۵ نفر) تقسیم شدند. هر کاراته کار شش مسابقه شبیه سازی شده کومیته را با فاصله استراحتی مشابه مسابقات رسمی و بر اساس قوانین فدراسیون جهانی انجام داد. نمونه های خون وریدی قبل و بعد از مسابقه اول و ششم جمع آوری شد. آزمون ANOVA با اندازه گیری های مکرر برای بررسی تفاوت ها در سطح  $p < 0.05$  استفاده شد. یافته ها: کاهش  $pH$  ( $0.01 > p$ )، افزایش تریتوفان ( $p = 0.034$ )، لاکتات ( $p < 0.001$ )، و مالون دی آلدئید ( $p = 0.007$ ) و تغییرات گلوکز ( $p = 0.003$ ) در کل زمان های اندازه گیری شده معنی دار بود. با بررسی تعامل زمان-گروه، از نظر لاکتات پلازما تفاوت معنی دار بین دو گروه مشاهده شد ( $p = 0.014$ )؛ به طوری که پس از مسابقه ششم در گروه با آمادگی جسمانی پایین به طور معنی داری بیش تر از گروه دیگر بود ( $5 \pm 1/0$  در مقابل  $9/3 \pm 2/0$  میلی مول در لیتر،  $p = 0.002$ ). نتیجه گیری: به نظر می رسد کاراته کاران با آمادگی جسمانی پایین، سهم بیشتری از ATP مورد نیاز طی مسابقه ششم نسبت به مسابقه اول را از مسیر گلیکولیز بی هوازی و با مصرف منابع کربوهیدراتی خارج سلولی نظیر گلوکز پلازما تامین می کنند.

## کلمات کلیدی:

هنرهای رزمی، فشار متابولیکی، متابولیسم سوخترا، سطح آمادگی جسمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2004466>

