

عنوان مقاله:

بررسی تأثیر ماساژ ورزشی بر میزان پرخاشگری کشتی گیران نوجوان

محل انتشار:

اولین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

احسان آریایی - نویسنده مسئول: دانشجوی کارشناسی ارشد آسیب شناسی ورزشی، گرایش حرکات اصلاحی دانشگاه فردوسی مشهد

سیدمحمد زادخوش - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی ورزشی دانشگاه تهران

علی خالق زاده بیگ - کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد

احمد ابراهیمی عطری - دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر، بررسی تأثیر ماساژ ورزشی بر میزان پرخاشگری کشتی گیران نوجوان بود. بر همین اساس از بین جامعه آماری تعداد 30 کشتی گیر را به صورت تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب و به دو گروه تجربی (15 نفر) و کنترل (15 نفر) تقسیم شدند. برای جمع آوری اطلاعات مربوط به پرخاشگری کشتی گیران از پرسش نامه پرخاشگری، جهت اندازه گیری قد و وزن کشتی گیران از قد سنج و ترازوی سکا استفاده شد. گروه تجربی در طول 10 جلسه و در هر جلسه به مدت 25 دقیقه ماساژ ورزشی را دریافت کردند. یافته های پژوهش نشان داد، ارائه 10 جلسه ماساژ ورزشی به طور معناداری سطح پرخاشگری کشتی گیران را کاهش داده است. همچنین نتایج نشان داد که بین گروه کنترل و تجربی پس از ده جلسه تفاوت معناداری وجود دارد. بر همین اساس می توان نتیجه گرفت که ماساژ می تواند یکی از روش های کاهش پرخاشگری کشتی گیران باشد.

کلمات کلیدی:

پرسشنامه پرخاشگری، کشتی، کشتی گیر، ماساژ ورزشی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/419325>

