

عنوان مقاله:

آثار پیش سرمایه‌گذاری بر برخی فاکتورهای عملکرد بی‌هوازی بسکتبال‌بست ها

محل انتشار:

اولین کنفرانس علمی پژوهشی راهکارهای توسعه و ترویج آموزش علوم در ایران (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

اصغر محمودی - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه محقق اردبیلی

سودا صولت پتلو - دانشجوی کارشناس ارشد آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه پیام نور تهران

سمیه سپه اجیرلو - کارشناس ارشد بیومکانیک ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز

خلاصه مقاله:

اثرات سودمند تکنیک پیش سرمایه‌گذاری در فعالیت‌های استقامتی به خوبی مشخص شده است اما تحقیقات در زمینه اثر پیش سرمایه‌گذاری بر فعالیت‌های کوتاه مدت و شدید محدود است بنابراین هدف از تحقیق حاضر تعیین اثر پیش سرمایه‌گذاری بر فاکتورهای عملکرد بی‌هوازی مردان فوتسال‌بست بود 12 آزمودنی مرد به صورت تصادفی و به روش متقاطع در دو جلسه جداگانه به فاصله 3 روز از جلیقه معمولی و جلیقه یخ استفاده کردند پروتکل پیش سرمایه‌گذاری شامل سرد کردن به مدت 30 دقیقه با جلیقه یخ بود که آزمودنی‌ها پس از آن به مدت 10 دقیقه با 60 درصد حداکثر ضربان قلب به گرم کردن پرداخته و سپس آزمون توان بی‌هوازی RAST را اجرا کردند از دستگاه ترمومتر دیجیتالی مدل TET-350 برای اندازه‌گیری دما و دستگاه لاکتومتر مدل hp-cosmos برای اندازه‌گیری لاکتات استفاده شد برای مقایسه تغییرات بین گروهی از روش آماری T مستقل استفاده شد نتایج تحقیق نشان داد که در گروه پیش سرمایه‌گذاری میانگین پرونده توان بیشینه توان متوسط توان کمینه تغییرات ضربان قلب و دمای مرکزی نسبت به گروه کنترل بالا تر بود و تفاوت معناداری در مقایسه با گروه کنترل مشاهده شد $P < .05$ همچنین نتایج نشان داد که تفاوت معنی داری در مقادیر لاکتات خون در بین گروه‌ها مشاهده نشد $P > .05$ در مجموع نتایج پیشنهاد می‌کنند که 30 دقیقه پیش سرمایه‌گذاری موجب بهبود تکرار اجرای فعالیت شدید از طریق انسداد عروق پوستی که احتمالاً موجب افزایش جریان خون به عضلات کاری می‌شود می‌گردد

کلمات کلیدی:

پیش سرمایه‌گذاری، آزمون RAST، بسکتبال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/482773>

