

عنوان مقاله:

مقایسه ابعاد آنتروپومتریکی و برخی فاکتورهای آمادگی جسمانی در سه رشته ورزشی جودو، کشتی با چوخه و آلیش

محل انتشار:

اولین همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

مجید بهره مند - کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی، دانشگاه آزاد بروجرد

فاطمه غریبی - کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی، دانشگاه آزاد بروجرد

نادر فرهپور - استاد بیومکانیک ورزشی، دانشگاه بوعلی سینا همدان

امیرعلی جعفرنژاد گرو - دکتری بیومکانیک ورزشی

خلاصه مقاله:

هدف کلی این پژوهش، مقایسه ابعاد آنتروپومتریکی و برخی فاکتورهای آمادگی جسمانی در سه رشته ورزشی جودو، کشتی با چوخه و آلیش میباشد. این بررسی علاوه بر ارائه اطلاعات دقیق در خصوص تفاوت‌های بین رشته ای میتواند در استعدادیابی نیز مفید واقع شود. 60 ورزشکار از رشته های جودو با میانگین قد $174 \pm 6/7$ سانتیمتر و وزن $78/1 \pm 12/4$ کیلوگرم، میانگین سنی $23 \pm 4/2$ سال، کشتی با چوخه با میانگین قد $170/1 \pm 5/8$ سانتیمتر و وزن $74/1 \pm 14/2$ کیلوگرم، میانگین سنی $24/1 \pm 6/3$ سال، آلیش با میانگین قد $176/6 \pm 6/03$ سانتیمتر و وزن $82 \pm 12/9$ کیلوگرم، میانگین سنی $25/3 \pm 5/4$ سال از طریق نمونه گیری هدفدار و از بین افراد در دسترس انتخاب شدند. با استفاده از متر نواری و کولیس، اندازه گیری ویژگیهای آنتروپومتریکی انجام شد، برای اندازه گیری فاکتورهای آمادگی جسمانی از درازنشست در سه جهت (مستقیم، چپ و راست)، دو 9×4 متر (چابکی)، پرتاب توپ مدسین بال (توان اندام فوقانی)، پرش سارجنت (توان اندام تحتانی)، تست ستاره (تعادل) استفاده شد. با استفاده از کالیپر ضخامت چربی زیر پوستی 8 نقطه بدن اندازه گیری شد. از آنالیز واریانس چند متغییره (multivariate) و تست تعقیبی توکی برای مشخص نمودن تفاوت موجود بین گروه ها با استفاده از بسته آماری SPSS نسخه 18 استفاده شد ($\alpha = 0/05$) بر اساس یافته های پژوهش چابکی جودوکاران در مقایسه با دو رشته ورزشی کشتی چوخه و آلیش کمتر میباشد. توان اندام فوقانی در جودوکاران در مقایسه ورزشکاران رشته کشتی با چوخه به طور معناداری بالاتر بود ($p < 0.05$) مقایسه چربی نواحی هشت گانه نشان داد که میزان چربی چند نقطه در آلیشکاران در مقایسه با دوگروه دیگر بالاتر بود، که احتمالا علاوه بر عامل تغذیه یکی از دلایل آن را میتوان تمرینات کمتر و نا منظم آنها در مقایسه با دو گروه دیگر دانست. طول قد نشسته حدود 2 سانتیمتر در کشتیگیران آلیش در مقایسه با جودوکاران بیشتر بود. پهنای لگن در آلیشکاران در مقایسه با چوخه کاران حدود 2 سانتیمتر بیشتر میباشد ($p < 0.05$). محیط مچ دست در آلیشکاران در مقایسه با جودوکاران و چوخه کاران حدود یک سانتیمتر بیشتر بود ($p < 0.05$). محیط مچ پا در جودوکاران در مقایسه با چوخه کاران بیشتر بود در حالی که بین سایر گروه ها اختلاف معناداری وجود نداشت. تست تعادلی ستاره نشان داد که بین دو گروه آلیشکاران و جودو کاران و تنها در جهت عقب راست اختلاف معناداری وجود دارد ($p < 0.05$) استقامت عضلات شکم در آلیشکاران در مقایسه با دو گروه دیگر کمتر بود ($P = 1.38$). نتیجه نهایی این تحقیق نشان داد که ماهیت رشته ها تا حدودی متفاوت است. ورزشکاران جودو با قدرت شانه ها بارز هستند. کشتی گیران آلیش علیرغم قد بلندتر و چابکی بیشتر دارای چربی بیشتر نیز هستند. در جودو قدرت و در آلیش چابکی تعیین کننده هستند. بررسی دقیق تر توصیه میشود.

کلمات کلیدی:

آنتروپومتریک، آمادگی جسمانی، آلیش، جودو، کشتی با چوخه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/556439>

