

عنوان مقاله:

تاثیر مصرف نوشیدنی کربوهیدرات بر برخی عوامل فیزیولوژیک و عملکرد داوران فوتبال

محل انتشار:

چهارمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

بابک امیدی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی محلات

محسن فروغی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دبیر تربیت بدنی آموزش و پرورش بروجرد

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر تاثیر مصرف نوشیدنی کربوهیدرات (5 درصد گلوکز) بر برخی عوامل فیزیولوژیک و عملکرد داوران مرد فوتبال می باشد. مطالعه حاضر از نوع نیمه تجربی بوده، که بر روی 16 داور فوتبال مرد با میانگین سن $25 / 23 \pm 5 / 8$ ، قد $174 / 9 \pm 4 / 4$ و وزن $73 \pm 9 / 5$ اجرا شد. آزمون در دو جلسه به فاصله یک هفته تکرار شد. 15 دقیقه پیش از انجام آزمون اعضای گروه تجربی محلول الکترولیت کربوهیدرات (گلوکز 5 درصد ، 200 میلی لیتر محلول) و گروه کنترل، به همان اندازه آب معمولی مصرف کردند. قبل و بلافاصله پس از تمرین از آزمودنی ها نمونه خونی گرفته شد. داده ها با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنف ، آزمون t وابسته و مستقل در سطح (0 / 05

کلمات کلیدی:

نوشیدنی کربوهیدرات، عملکرد، داوران فوتبال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/774416>

