

عنوان مقاله:

تاثیر هشت هفته تمرین هوازی تناوبی و تداومی بر میزان اوره، اسیداوریک، کراتینین و آمونیوم ادرار نوجوانان

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

سینا فکوری فر - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مشهد، ایران

محمدرضا رمضانپور - دانشیار دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مشهد، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش بررسی تمرینات هوازی تناوبی و تداومی بر میزان اوره، اسید اوریک، کراتینین و آمونیوم ادرار نوجوانان بود. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش نیمه تجربی می باشد. جامعه آماری آن شامل دانش آموزان دوره دوم مدرسه شبانه روزی سرهنگ شهرستان تربت حیدریه که تعداد 36 نفر از آنها به صورت داوطلبانه در پژوهش شرکت کردند، تعداد 12 نفر از دانش آموزان به عنوان گروه تجربی یک (تمرینات تناوبی)، تعداد 12 نفر به عنوان گروه تجربی دو (تمرین تداومی) و 12 نفر به عنوان گروه کنترل در آزمون های پژوهش شرکت کردند. از هر سه گروه قبل از شروع تمرینات، ادرار 24 ساعته جمع آوری و به آزمایشگاه منتقل شد. سپس گروه های تجربی به مدت هشت هفته به تمرین پرداختند و گروه کنترل به زندگی عادی خود ادامه داد، پس بعد از گذشت 72 ساعت از اتمام تمرینات دوباره ادرار 24 ساعته جمع آوری شد و تغییرات اوره، کراتینین و اسید کربنیک و آمونیوم محاسبه و ثبت گردید. نرمال بودن داده ها با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف تحلیل داده ها ابتدا با آزمون تحلیل واریانس دو سویه انجام شد. برای تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS نسخه 16 استفاده شد. نتایج مطالعه نشان داد، بین تاثیر تمرینات هوازی تداومی و تناوبی بر میزان اوره، اسید اوریک، کراتینین و آمونیوم ادرار شرکت کننده ها اختلاف معناداری وجود ندارد. با توجه به شرایط این مطالعه دو برنامه تمرین هوازی تناوبی و تداومی منجر به فعال سازی کاتابولیسم پروتئین نمی شود.

کلمات کلیدی:

تمرین تناوبی و تداومی، کاتابولیسم پروتئین، اسید اوریک، کراتینین، آمونیوم

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/774662>

