

عنوان مقاله:

مقایسه ویژگی های آنتروپومتریک و فیزیولوژیک ژیمناست کاران نوجوان با نوجوانان غیرورزشکار در ایران

محل انتشار:

نخستین کنفرانس ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

رعنا محمودی - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی (گرایش بیوشیمی و متابولیسم ورزشی) دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز. دبیر آموزش و پرورش استان فارس

فاطمه شکری - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی (گرایش بیوشیمی و متابولیسم ورزشی) دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز

محمد صبوری - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی

خلاصه مقاله:

ورزش های مختلف می تواند تاثیر متفاوتی بر ساختار و عملکرد بدن داشته باشد که این امر به ویژه در دوران نوجوانی اهمیت زیادی دارد. هدف تحقیق حاضر مقایسه ویژگیهای آنتروپومتریکی و فیزیولوژیکی شامل قد ایستاده، قد نشسته، عرض شانه، دور کمر، عرض لگن، دور بازو، درصد چربی، طول ساق پا، توان بی هوازی، حداکثر اکسیژن مصرفی (VO_{2max} و نسبت دور کمر به لگن (WHR) ژیمناستیک کاران و غیر ورزشکاران دختر و پسر بود. آزمودنی های این تحقیق ژیمناستیک کاران نوجوان شامل 30 نفر پسر و 30 نفر دختر نوجوان ژیمناستیک کار با بیش از 4 سال در این رشته ورزشی بودند که به شیوه داوطلبانه انتخاب گردیدند. ویژگیهای آنتروپومتریکی آزمودنی ها با ابزار مربوطه اندازه گیری شد، توان بی هوازی با استفاده از آزمون پرش عمودی سارجنت و حداکثر اکسیژن مصرفی به وسیله آزمون فزاینده ورزشی بروس اندازه گیری شد. از آزمون آماری تی مستقل جهت ارزیابی اطلاعات استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که بین قد ایستاده، قد ایستاده، عرض شانه، دور کمر، عرض لگن، دور بازو، درصد چربی، طول ساق پا، توان بی هوازی، حداکثر اکسیژن مصرفی و WHR ژیمناست کاران با افراد غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود دارد ($P > 0/05$). با توجه به نتایج تحقیق ژیمناست کاران قد و اندازه طول بدنی کوتاه تر، عرض شانه و لگن کوچک تر، دور بازو، WHR و دور کمر کمتر، توان بی هوازی و حداکثر اکسیژن مصرفی بیشتری نسبت به غیر ورزشکاران داشتند.

کلمات کلیدی:

ژیمناستیک، آنتروپومتریک و فیزیولوژیک، ورزشکار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/823868>

