

## عنوان مقاله:

بررسی ارتباط بین توان بی هوازی و شاخص های آنتروپومتریک دختران والیبالیست نیمه حرفه ای

## محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی پژوهش های کاربردی در تربیت بدنی، علوم ورزشی و قهرمانی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

مهدی کوشکستانی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران ایران

شهاب عبد اللهی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران ایران

سهراب رضایی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران ایران

## خلاصه مقاله:

والیبالی، یک فعالیت ورزشی با پرش های توانی متعدد و چرخش های سریع بدن می باشد که توان بی هوازی یک فاکتور حیاتی در این رشته به حساب می آید. از طرفی نقش حیاتی شاخص های آنتروپومتریک، در استعدادیابی ورزشکاران، رشد مهارت و اجرای جسمانی حرکتی آنها به اثبات رسیده است. بنابراین هدف از تحقیق حاضر بررسی ارتباط بین توان بی هوازی و شاخص های آنتروپومتریک دختران والیبالیست جوان نیمه حرفه ای بود. پژوهش حاضر از نوع همبستگی بود. آزمودنی های این پژوهش شامل 16 دختر جوان والیبالیست نیمه حرفه ای با سابقه ی شرکت در مسابقات لیگ استان تهران، با میانگین -سنی ( $23.7 \pm 7.1$ )، وزن ( $12.6 \pm 62.8$ ) کیلوگرم و قد ( $165.9 \pm 7.1$ ) سانتی متر بودند که به صورت داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند. اطلاعات اولیه آزمودنی توسط پرسشنامه دموگرافیک جمع آوری و ثبت گردید. سپس شاخص های آنتروپومتریکی (قد، وزن، BMI و همچنین ترکیب بدنی) آزمودنی ها در شرایط 3 ساعت ناشتایی توسط دستگاه (OMRON Bf 511) اندازه گیری و ثبت شد در نهایت به منظور ارزیابی توان بی هوازی آزمون پرش عمودی سارجنت گرفته شد. از آزمون ضریب همبستگی پیرسون جهت تجزیه و تحلیل آماری استفاده شد. نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون بیانگر ارتباط مستقیم و معنادار قوی بین توان بی هوازی و توده عضلانی بود. ( $p \leq 0.02$ ) همچنین بین قد و توان بی هوازی ارتباط مستقیم و معنادار مشاهده گردید. ( $p \leq 0.05$ ) از طرفی بین توان بی هوازی و درصد چربی ارتباط معکوس و معناداری یافت شد. ( $p \leq 0.05$ ). نتایج حاصل از داده های پژوهش حاضر نشان میدهد با افزایش توده عضلانی و قد دختران جوان والیبالیست، توان انفجاری آنها افزایش می یابد، بنابراین توده عضلانی و قد از فاکتورهای حیاتی در این رشته ورزشی می باشند.

## کلمات کلیدی:

سارجنت، توده عضلانی، والیبالی، دختر، ترکیب بدنی، قد

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/880692>

