

بررسی رابطه بین شاخص‌های آنتروپومتریکی با آزمون‌های آمادگی جسمانی در میان دختران دانش‌آموز

مجید کاشف، زینب علوی*

۱-استاد گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران
۲-دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران، ایران

چکیده

هدف: اندازه‌های آنتروپومتریکی از عوامل بسیار مهم در شناسایی افراد در رشته‌های مختلف و آزمون‌های آمادگی جسمانی به شمار می‌رود. هدف از تحقیق حاضر بررسی شاخص‌های آنتروپومتریکی با آزمون‌های آمادگی جسمانی در میان دختران دانش‌آموز است.

روش: نمونه آماری پژوهش شامل ۳۰ نفر دانش‌آموز دختر ۱۳ ساله بود. اندازه‌های آنتروپومتریکی شامل قد، وزن، طول دست و طول پا و آزمون‌های آمادگی جسمانی شامل دوسرعت ۲۰ متر، درازونشست، انعطاف پذیری و پرش جفت بود. در تحلیل داده‌های آماری از روش کلموگروف - اسمیرونف برای توزیع طبیعی داده‌ها و از آمار همبستگی پیرسون با استفاده از نرم افزار Spss ۱۹ برای معنا داری متغییر ملاک و پیش بین پژوهش استفاده شد.

نتایج: نتایج پژوهش نشان داد میان آزمون پرش جفت و وزن رابطه معنی داری وجود دارد اما بین دیگر شاخص‌های آنتروپومتریکی با آزمون‌های آمادگی جسمانی رابطه معنی داری یافت نشد.

نتیجه‌گیری: وزن می‌تواند از عوامل مهم در شناسایی دانش‌آموزان در پرش جفت باشد به طوری که دانش‌آموزان با وزن کمتر پرش بیشتری دارند. اما در نهایت این نتایج نیاز به تحقیقات بیشتر در دامنه وسیعتری از داده‌ها دارد.

کلمات کلیدی: آنتروپومتریکی، آزمون‌های آمادگی جسمانی، دانش‌آموزان دختر.

۱-مقدمه

در هر رشته ورزشی، رویدادها، شگردها و موقعیت‌های مختلفی برای ورزشکاران پیش می‌آید. لذا، اصولی از تخصص‌گرایی باید به کار گرفته شود تا اینکه بتوان درک کاملی از مجموعه ویژگی‌های مورد نیاز در کسب بهترین عملکرد ورزشی به دست آورد [۱]. ویژگی‌های آنتروپومتری بازیکنان (مانند قد، وزن، ترکیب بدنی، ابعاد استخوان و دور اندام‌ها) گاهی به طور پیچیده‌ای با عملکرد ورزشی ارتباط دارند [۲]. شناخت ویژگی‌های آنتروپومتریکی و فیزیولوژیکی در هر رشته ورزشی از عوامل مهم و مؤثر بر اجرای ورزشکاران است [۳]. در این راستا گال و همکاران (۲۰۱۰) گزارش کردند