

سومین کنگره ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت اولین کنگره ملی مدیریت راهبردی در ورزش

دانشگاه گیلان - منطقه آزاد انزلی - اداره کل ورزش و جوانان گیلان

۳ مرداد ۹۸

آدرس سایت: www.confsh.ir



ارتباط دانش و نگرش تغذیه‌ای و سطح فعالیت بدنی با توانایی‌های حرکتی و شناختی دانش‌آموزان دختر 17 - 14 ساله شهر قزوین

فاطمه سلیمی^{1*}، ارسلان دمیرچی²، فرهاد رحمانی نیا³ جلیل شالی⁴

1. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه گیلان، گیلان، ایران. (*نویسنده مسئول).
2. استاد، گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، گیلان، ایران.
3. استاد، گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، گیلان، ایران.
4. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی، موسسه آموزش عالی علامه قزوینی، قزوین، ایران.

*Email: (Taalom1986@gmail.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

زمینه و هدف: دوره نوجوانی با افزایش نیروی جسمانی و هماهنگی حرکتی همراه است و این رشد صحیح مستلزم تغذیه مناسب و فعالیت بدنی است. ورزش و فعالیت بدنی اثرات مثبتی بر عملکردهای روانی - جسمانی دارد اما تاثیر آن‌ها بر عملکردهای شناختی و حرکتی نیز ضروری می‌باشد. هدف از انجام این پژوهش " تعیین ارتباط بین دانش و نگرش تغذیه‌ای و سطح فعالیت بدنی با توانایی‌های حرکتی و شناختی دانش‌آموزان دختر 17-14 ساله شهر قزوین " می‌باشد.

روش کار: به این منظور 374 نفر از دانش‌آموزان دختر نوجوان سنین (17-14) به صورت نمونه گیری تصادفی - خوشه‌ای چند مرحله‌ای با استفاده از جدول مورگان انتخاب شدند. که میانگین قد، وزن، BMI و سن آنها به ترتیب $16/24 \pm 6/50$ سانتی متر مربع، $54/35 \pm 11/19$ کیلوگرم، $21/14 \pm 4/07$ کیلوگرم مربع و $14/55 \pm 0/75$ سال بود. همچنین برای ارزیابی توانایی‌های حرکتی از تست یوروفیت شامل بارفیکس، درازنشست، انعطاف پذیری و دو 5×10 متر سرعت و علاوه بر این برای سنجش توانایی‌های شناختی از آزمون یاد داری تصویری استفاده شد

یافته‌ها: نتایج نشان داد که 38 درصد آزمودنی‌ها دارای دانش تغذیه‌ای ضعیف، 54/8 درصد متوسط، 7/2 درصد دارای دانش تغذیه در حد بالا هستند. همچنین نگرش تغذیه‌ای 41/4 درصد آزمودنی‌ها ضعیف و 58/3 درصد نگرش خوب به تغذیه دارند. سطح فعالیت بدنی 21/4 درصد آزمودنی‌ها کم، 78/3 درصد متوسط و 0/3 درصد دارای فعالیت بدنی زیاد هستند. در این پژوهش بین نگرش تغذیه‌ای و توانایی‌های حرکتی ارتباط معنی داری یافت نشد ($P < 0/05$). بین سطح فعالیت بدنی و توانایی‌های حرکتی ارتباط معنی داری مشاهده نشد ($P < 0/05$). و علاوه بر این نشان داد که بین دانش و نگرش تغذیه‌ای و توانایی‌های شناختی ارتباط معناداری وجود ندارد ($P < 0/05$). و نهایتاً بین سطح فعالیت بدنی و توانایی‌های شناختی ارتباط معنی داری یافت نشد.

نتیجه‌گیری: به طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد که بین سطح دانش و نگرش تغذیه‌ای با توانایی‌های حرکتی و شناختی ارتباط معنی داری مشاهده نشد و همچنین سطح فعالیت بدنی و توانایی‌های حرکتی و شناختی ارتباط معنی داری یافت نشد. بنابراین عوامل دیگری که می‌تواند در پژوهش مؤثر باشد را باید کنترل کرد، تا نتایج دقیق تری بدست بیاید.

کلیدواژه‌ها: توانایی‌های حرکتی، توانایی‌های شناختی، دانش تغذیه‌ای، سطح فعالیت بدنی، نگرش تغذیه‌ای