

## چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش مقایسه ارتباط بین وضعیت تغذیه با آمادگی جسمانی پسران دانش آموز ناتوان ذهنی با همسالان سالم بود.

**روش:** پژوهش حاضر از نوع میدانی و توصیفی بود. نمونه های این پژوهش شامل ۵۳ دانش آموز ۱۵-۱۰ ساله پسر آموزش پذیر دارای معلولیت مجتمع آموزشی - توانبخشی دکتر خزائلی شهر رشت و نیز ۵۰ دانش آموز ۱۵-۱۰ ساله پسر سالم مدارس معلم و نصرتی شهر رشت در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بود. پس از مشخص شدن جامعه آماری و انتخاب آزمودنی ها، هدف پژوهش و روش کار برای عوامل اجرایی مدارس و والدین آزمودنی ها توضیح داده شد. پس از تکمیل رضایت نامه و پرسشنامه بسامد خوراک، قد و وزن آزمودنی ها و نیز متغیرهای آمادگی جسمانی شامل: استقامت قلبی- تنفسی (از طریق آزمون دوی ۵۴۰ متر)، استقامت عضلانی (از طریق آزمون دراز و نشست) و انعطاف پذیری (از طریق آزمون اصلاح شده نشستن و رساندن دست روی تخته) اندازه گیری شد. داده ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی گشتاوری پیرسون در نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ با سطح معنی داری ( $P < 0.05$ ) تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته ها:** نتایج پژوهش حاضر نشان داد که همبستگی مثبت و معنی داری بین تغذیه سالم با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر ناتوان ذهنی وجود دارد. همچنین یافته ها نشان می دهد که بین تغذیه سنتی و تغذیه غربی با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر ناتوان ذهنی رابطه ای وجود ندارد. نتایج پژوهش نشان داد که همبستگی مثبت و معنی داری بین تغذیه سنتی با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر سالم وجود دارد. همچنین همبستگی مثبت و معنی داری بین تغذیه سالم با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر سالم وجود دارد ولی ارتباطی بین تغذیه غربی با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر سالم وجود ندارد. مقایسه دو گروه نشان داد که، بین دو گروه دانش آموزان ناتوان ذهنی و دانش آموزان سالم در این متغیرها تفاوت معنی داری وجود دارد.

**نتیجه گیری:** یافته های پژوهش حاضر نشان داد که همبستگی مثبت و معنی داری بین تغذیه سالم با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر ناتوان ذهنی و دانش آموزان پسر سالم وجود دارد، همچنین تغذیه سنتی با آمادگی جسمانی در دانش آموزان پسر سالم همبستگی مثبت و معنی داری دارد و نیز مقایسه ی میانگین ها نشان داد که آمادگی جسمانی دانش آموزان سالم بهتر از دانش آموزان ناتوان ذهنی است.

**واژگان کلیدی:** ناتوان ذهنی، وضعیت تغذیه و آمادگی جسمانی