

## چکیده

هدف تحقیق حاضر بررسی رابطه ویژگی های آنتروپومتریکی و آمادگی جسمانی با عزت نفس پسران در دوره بلوغ در دانش آموزان دوره متوسطه اول شهرستان بندر انزلی بود. روش تحقیق حاضر توصیفی بود که به صورت میدانی انجام شد. به همین منظور تعداد ۱۴۰ نفر از دانش آموزان پسر به صورت نمونه در دسترس انتخاب شدند. میانگین سنی آزمودنی ها  $۰/۶۳ \pm ۱۲/۷$  سال و میانگین شاخص توده بدن  $۴/۸۳ \pm ۲۲/۲۳$  و میانگین بلوغ  $۰/۷۵ \pm ۳/۸۱$  بود. به منظور انجام این تحقیق از آزمون های ایفرد شامل آزمون های دو ۵۴۰ متر، بارفیکس، درازنشست و انعطاف پذیری در سنجش آمادگی جسمانی استفاده شد. همچنین برای بدست آوردن میزان عزت نفس آزمودنی ها از پرسشنامه کوپر اسمیت و برای تشخیص میزان بلوغ از مقیاس ۵ مرحله تانر استفاده گردید و برای تعیین درصد چربی بدن از کالیپر استفاده شد. در تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی، برای طبیعی بودن داده ها از آزمون کلموگراف-اسمیرنوف و برای تعیین رابطه و معنی داری از آزمون همبستگی اسپیرمن استفاده شد. نتایج آزمون همبستگی نشان داد که بین عزت نفس با ویژگی های آنتروپومتریک و شاخص های آمادگی جسمانی پسران در دوره بلوغ ارتباط معنی داری وجود ندارد، اما بین آمادگی جسمانی با شاخص توده بدن و درصد چربی بدن ارتباط معکوس معنی دار وجود داشت و رابطه بین آمادگی جسمانی با مرحله بلوغ معنی دار بود ( $P < 0/05$ ). همچنین رگرسیون چند گانه نشان داد بلوغ، درصد چربی و شاخص توده بدن بطور معنی داری پیش بینی کننده آمادگی جسمانی بود.

واژه های کلیدی: ویژگی های آنتروپومتریکی، آمادگی جسمانی، عزت نفس، بلوغ، دانش آموزان