

چکیده

هدف از این پژوهش، مقایسه نیمرخ آمادگی جسمانی و وضعیت خلقی فوتبالیست‌های نخبه جوان با نخبگان بزرگسال گیلان بود. بدین منظور بازیکنان نخبه جوان (به تعداد ۳۰ نفر، با میانگین سنی $17/1 \pm 0/74$ سال) و بازیکنان نخبه بزرگسال (به تعداد ۳۰ نفر، با میانگین سنی $24/8 \pm 2/22$) به عنوان آزمودنی انتخاب شدند. متغیرهای آمادگی جسمانی توسط روش‌ها و ابزارهای استاندارد شده به ترتیب زیر اندازه‌گیری شدند: توان بی‌هوازی توسط آزمون رست، سرعت توسط دوی ۶۰ متر، استقامت عضلانی توسط دراز نشست، قدرت ایستا با دینامومتر، آزمون آمادگی قلبی-عروقی با تست ۱۲ دقیقه کوپر و توان عضلانی با پرش عمودی سارجنت اندازه‌گیری شد. نتایج نشان داد که تفاوت معنی‌داری در اندازه‌های وزن، سن و نمایه توده بدنی ارزیابی شده بین فوتبالیست‌های نخبه جوان در مقایسه با نخبگان بزرگسال وجود داشت ($p < 0.05$). همچنین مقادیر قدرت ایستا، دراز نشست و دوی ۶۰ متر نیز بین این دو گروه از لحاظ آماری تفاوت آماری معنی‌دار نشان داد ($p < 0.05$). تفاوت معنی‌دار مشابهی نیز در آزمون رست وجود داشت ($p < 0.05$). با این وجود، بین مقادیر قد، پرش عمودی سارجنت و آزمون آمادگی قلبی-عروقی هیچ تفاوت معنی‌داری بین دو گروه مشاهده نشد ($p > 0.05$). همچنین بر اساس آزمون t تفاوت معنی‌داری در متغیرهای تنش ($p = 0/00$)، افسردگی ($p = 0/00$)، خشم ($p = 0/00$)، سرزندگی ($p = 0/00$) و سردرگمی ($p = 0/00$) بین فوتبالیست‌های نخبه جوان در مقایسه با نخبگان بزرگسال وجود داشت ($p < 0.05$)، ولی در متغیر خستگی ($p = 0/40$) بین این دو گروه از لحاظ آماری تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد ($p > 0.05$). یافته‌های تحقیق، نشانگر وضعیت متفاوت نیمرخ آمادگی جسمانی و وضعیت خلقی فوتبالیست‌های نخبه جوان با نخبگان بزرگسال بود که می‌تواند به مثابه راهکاری برای شناسایی نقاط ضعف و قوت عمل کند و مریبان تیم‌های فوتبال را در جهت تحقق وضعیت مطلوب در آینده یاری رساند.

کلمات کلیدی: نیمرخ آمادگی جسمانی، وضعیت خلقی، فوتبالیست‌های نخبه جوان، نخبگان بزرگسال