

مقایسه آثار دارونمای محرک و آرامبخش بر شاخص های فیزیولوژیکی، آمادگی جسمانی و مهارتی دختران و پسران ۱۶ - ۱۲ ساله تکواندوکار

مینا بیک پور

هدف از پژوهش حاضر مقایسه آثار دارونمای محرک و آرامبخش بر شاخص های فیزیولوژیکی، آمادگی جسمانی و مهارتی دختران و پسران ۱۶ - ۱۲ ساله تکواندوکار بود. ۴۰ نفر از افراد به دو گروه: دختران (۱۵ نفر)، پسران (۱۵ نفر) تقسیم شدند که از دختران و پسران تکواندوکار شهر کلاچای بودند و نمونه ها دسترس انتخاب شدند. در روز اول از آزمودنی ها ضربان قلب و فشارخون (سیستولی و دیاستولی و متوسط) گرفته شد و بعد آزمون های تعادل، آزمون هماهنگی، آزمون سرعت، آزمون توان انفجاری و آزمون مهارتی را بترتیب انجام دادند. با یک روز فاصله در روز دوم ابتدا با در دست داشتن کپسول های قرمز رنگ پر شده با شکر (دارونما) متنی را مبنی بر محرک بودن این کپسول ها برای آزمودنی ها خواندیم، بعد آن ها کپسول را خوردند و پس از حدود یک ربع از آن ها ضربان قلب و فشار خون (سیستولی - دیاستولی و متوسط) گرفته شد. پس از آن آزمون های ورزشی ذکر شده از آن ها بعمل آمد و تمام اعداد بدست آمده ثبت گردید. دوباره پس از یک روز فاصله در روز سوم با در دست داشتن کپسول های آبی رنگ پر شده با شکر (دارونما) متنی حاکی از آرامبخش بودن این کپسول ها را برایشان خواندیم. بعد آزمودنی ها کپسول ها را خوردند و پس از گذشت یک ربع از آن ها ضربان قلب و فشار خون گرفته شد. سپس آزمون های آمادگی جسمانی و مهارتی ذکر شده از آنان گرفته شد. نتایج هر آزمودنی قبل و بعد از دریافت دارونما مقایسه و در نهایت نتایج بدست آمده از گروه دختران با گروه پسران مورد مقایسه قرار گرفت .

نتایج نشان داد بین روز کنترل و دارونمای محرک و آرامبخش بر ضربان قلب، فشار خون دیاستولیک و توان انفجاری دختران و پسران تفاوت معنی داری وجود نداشت. بین روز کنترل و دارونمای آرامبخش در فشار خون سیستولیک دختران تفاوت معنی داری بود و بین روز کنترل و دارونمای آرامبخش و روز دارونمای محرک و آرامبخش در فشار خون سیستولیک پسران تفاوت معنی دار بود. بین روز کنترل و دارونمای محرک و بین روز دارونمای محرک و دارونمای آرامبخش بر تعادل، هماهنگی و عملکرد مهارتی محرک و دارونمای آرامبخش در سرعت دختران و در هماهنگی و عملکرد مهارتی در پسران تفاوت معنی دار بود. ( $p=0.05/0$ ) در مقایسه بین گروهی اثر دارونمای محرک و آرامبخش بر ضربان قلب دختران و پسران

تفاوت معنی داری وجود نداشت ( $p < 0/05$ ) در مقایسه جفتی مرحله کنترل و دارونمای محرک تفاوت معنی داری در هماهنگی و تعادل دختران و پسران مشاهده شد. در مقایسه جفتی مرحله کنترل و دارونمای آرامبخش در مهارتی، هماهنگی و تعادل تفاوت معنی داری در دختران و پسران مشاهده نشد ( $p < 0/05$ ) در مقایسه جفتی مرحله کنترل و دارونمای محرک بر توان انفجاری و سرعت تفاوت معنی داری در دختران و پسران مشاهده شد. و در مقایسه جفتی دارونمای محرک و دارونمای آرامبخش در مهارتی و تعادل دختران و پسران تفاوت معنی داری دیده شد. ( $p = 0/05$ ). در مقایسه جفتی بین روز کنترل و دارونمای محرک و آرامبخش بر فشار خون دیاستولیک دختران و پسران تکواندوکار تفاوت معنی دار نیست ( $p < 0/05$ ) در مقایسه جفتی دارونمای محرک و دارونمای آرامبخش در هماهنگی دختران تفاوت معنی داری دیده شد. اما در پسران تفاوت معنی داری مشاهده نشد ( $p < 0/05$ )

با توجه به نتایج به نظر می رسد دارونمای محرک و آرام بخش اثر معنی داری در متغیرهای فشارخون، ضربات کنترلی و تعادل از لحاظ آماری نداشت اما موجب بهبود آنان شد، در خصوص سایر متغیرهای آمادگی جسمانی نسبت به روز کنترل، دارونمای آرام بخش اثر معنی داری داشت، در کل نشان داده شده دارونمای آرام بخش اثر مطلوب تری نسبت به دارونمای محرک داشت.

**کلیدواژه:** دارونمای محرک، دارونمای آرامبخش، آمادگی جسمانی، مهارت، تکواندوکار، پسر و دختر.