

رابطه برخی عوامل آمادگی جسمانی با ترکیب بدن و سطح افسردگی دختران دانش آموز پس از بلوغ

عاطفه حبیبی پور *، 64،

1396-6-19

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه برخی عوامل آمادگی جسمانی با ترکیب بدن و سطح افسردگی دختران دانش آموز پس از بلوغ بود. جامعه آماری این پژوهش شامل ۴۷۷۰ دانش آموزان سال اول متوسطه مدارس دولتی ناحیه دو شهر رشت بود که از بین آن ها 380 دانش آموز از پنج مدرسه به روش تصادفی خوشه ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. میزان استقامت عضلانی، توان عضلانی، انعطاف پذیری، توان هوازی، قد، وزن، درصد چربی بدن، شاخص توده بدن و نسبت دور کمر به لگن و سطح افسردگی دانش آموزان اندازه گیری شد. تمامی آزمون های آماری توسط نرم افزار SPSS نسخه 22 انجام و سطح معنی داری برای 05/0p). به طور کلی، یافته های حاضر به این فرضیه که بین شاخص های ترکیب بدن بهتر با آمادگی جسمانی بالاتر در نوجوانان رابطه وجود دارد، اعتبار می بخشد. به علاوه نتایج نشان می دهند که دانش آموزانی با ترکیب بدنی مطلوب تر، از سطوح افسردگی کمتری برخوردارند.

کلمات کلیدی : افسردگی، آمادگی جسمانی، ترکیب بدن، دانش آموزان دختر.

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)