

مقایسه نیمرخ آمادگی جسمانی و وضعیت خلقی فوتبالیست های نخبه جوان با نخبگان بزرگسال گیلان

مجتبی فرزاد پور*، 64،

1396-6-26

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 30 نفر، با میانگین سنی $22/2 \pm 8/24$) 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 60 متر، استقامت عضلانی توسط دراز نشست، قدرت ایستا با دینامومتر، آزمون آمادگی قلبی-عروقی با تست 12 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)

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

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)
[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)