

بررسی و مقایسه نیمرخ فیزیولوژیکی و روانشناختی مردان و زنان تکواندو کار جوان

سجاد میرزایی *، 64،

1395-11-30

هدف از اجرای تحقیق بررسی و مقایسه نیمرخ فیزیولوژیکی و روانشناختی مردان و زنان تکواندو کار جوان بود. جامعه آماری این پژوهش، زنان و مردان ورزشکار منتخب تکواندوکار با دامنه سنی 17 تا 23 سال بود. از میان 80 نفر تکواندوکاران واجد شرایط، 40 نفر داوطلب در این تحقیق شرکت کردند. از بین 40 نفر تعداد 20 نفر مردان تکواندوکار با میانگین سنی $79/1 \pm 95/20$ سال و شاخص توده بدنی $55/0 \pm 42/23$ کیلوگرم بر مترمربع و 20 نفر زنان تکواندوکار با میانگین سنی $93/1 \pm 95/19$ سال و شاخص توده بدنی $39/0 \pm 58/19$ کیلوگرم بر متر مربع بودند. از آزمودنی ها نیمرخ فیزیولوژیکی از قبیل، استقامت عضلانی، قدرت انفجاری، توان عضلانی، سرعت، چابکی، انعطاف پذیری و توان هوازی بررسی نیمرخ حالات روانی از طریق پرسشنامه Psych SASI، از ورزشکاران تکواندوکار گرفته شد. نتایج تجزیه تحلیل t مستقل نشان داد که در شاخص قدرت عضلانی، توان انفجاری، توان هوازی و مولفه های اعتماد به نفس، تصویرسازی، کنترل حالات روانی و آمادگی روانی کل بین گروه های زن و مرد تفاوت معنی داری وجود داشت ($P < 05/0$)، اما در شاخص های سرعت، چابکی، انعطاف پذیری، تمرکز و انگیزش تفاوت معنی داری وجود نداشت ($05/0$)

کلمات کلیدی : تکواندوکار-نیمرخ فیزیولوژیکی-نیمرخ روانی-زنان-مردان.

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

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