

مقایسه مقادیر اسید لاکتیک و میزان خستگی متعاقب آزمون اختصاصی با یک دوره مسابقات شبه سازی شده در دختران حرفه ای تنیس روی میز استان گیلان

انسپه مظلومی *، 61،

1396-10-18

مقدمه: هدف از پژوهش حاضر مقایسه مقادیر اسید لاکتیک و میزان خستگی متعاقب آزمون اختصاصی با یک دوره مسابقات شبه سازی شده در دختران حرفه ای تنیس روی میز استان گیلان بود. روش کار: از میان بازیکنان تنیس روی میز استان، تعداد 16 بازیکنان با رده سنی 20-30 سال به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. بازیکنان آزمون اختصاصی تنیس روی میز (تا واماندگی) و مسابقات شبه سازی شده (دو روز متوالی و هر روز هفت بازی) را با حداقل 24 ساعت استراحت بین آزمون ها انجام دادند. اندازه گیری غلظت لاکتات خون قبل از اولین مسابقه و بعد از مسابقه سوم و هفتم در مسابقات شبه سازی شده، و قبل و بعد از ثانیه 20 ام و 60 ام متعاقب آزمون اختصاصی تنیس روی میز اندازه گیری شد. به علاوه، میزان خستگی نیز توسط مقیاس بورگ بعد از هر دو مسابقات شبه سازی شده و آزمون اختصاصی ارزیابی و مقایسه شد. از نرم افزار SPSS نسخه 23 در سطح معنی داری (05/0p). به علاوه، بررسی تفاوت شاخص خستگی بین آزمون اختصاصی و مسابقات شبه سازی شده نشان داد که تغییرات خستگی متعاقب مسابقات شبه سازی شده به میزان معنی داری بالاتر از آزمون اختصاصی بود (0001/0p). همچنین نتایج همبستگی معنی دار تغییرات لاکتات خون (05/0=r و هدف قلب ضربان به فعالیت قلب ضربان نسبت و (00/0=p و 90/0=r) فعالیت قلب ضربان، (04/0=p نتیجه دادند نشان شده سازی شبه مسابقات با اختصاصی آزمون متعاقب را (00/0=p و 93/0=r) گیری کلی: به طور کلی می توان نتیجه گرفت که آزمون اختصاصی تنیس روی میز آزمونی روایی به منظور بررسی توان بی هوازی بازیکنان تنیس روی میز بوده و اعتبار لازم برای پیش بینی میزان خستگی بازیکنان تنیس روی میز حین مسابقات را نیز دارد.

کلمات کلیدی : کلمات کلیدی: تنیس روی میز، اسید لاکتیک، خستگی، دختران ورزشکار حرفه ای تنیس روی میز

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

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