



مجموعه مقالات
دومین همایش ملی
استعدادهای ورزشی

۲۶ و ۲۷ مهر ماه ۱۳۹۱ - تهران

رابطه بین ویژگی های آنترپومتری و انعطاف پذیری مفصل ران در دختران نوجوان مدارس فوتبال

احمد ابراهیمی عطری ۱، علی اکبر هاشمی جواهری ۱، مانده تقی زاده ۲، سمانه فراحتی ۲، زهره محلی ۲
نرگس نوری ۲

۱. استادیار دانشگاه فردوسی مشهد

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه فردوسی مشهد

maedeh.taghizadeh@yahoo.com

مقدمه و اهداف :

شناسایی عناصر کلیدی استعدادیابی و فرایند پرورش استعداد در فوتبال نکته ای کلیدی است، عوامل پیش بینی کننده استعداد در فوتبال شامل متغیر های آنترپومتریکی و فاکتور های آمادگی جسمانی (انعطاف پذیری، قدرت، استقامت) می باشد که باید در مدارس فوتبال یک امر مهم تلقی شود (۱). انعطاف پذیری یکی از مهم ترین فاکتورهای عملکرد طبیعی ورزشکار محسوب می شود. محدودیت در انعطاف پذیری عامل مهمی در بروز آسیب های اسکلتی-عضلانی می باشد و تأثیر چشمگیری در سطح عملکرد ورزشکار دارد (۲). مفصل ران در فوتبال نقش اساسی را در اجرای مهارت ها و انجام حرکات دارد، دویدن در جهات مختلف، پریدن، ضربه زدن به توپ و تکل ها که اجرای آنها مستلزم انعطاف پذیری مناسب مفصل ران در حرکات تا شدن و باز شدن است. هدف از این تحقیق پاسخ به این سوال است که آیا رابطه ای بین ویژگی های آنترپومتری و انعطاف پذیری مفصل ران که به عنوان شاخص های استعدادیابی در نوجوانان مدارس فوتبال محسوب می شوند، وجود دارد؟

روش شناسی:

این تحقیق از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری شامل ۱۲۰ نفر از دختران نوجوان مدارس فوتبال شهرستان مشهد و نمونه آماری شامل ۴۰ نفر از دختران نوجوان که حداکثر دو سال فعالیت مداوم داشتند و به طور داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند. میانگین و انحراف استاندارد سن، وزن و قد آزمودنی ها به ترتیب $(13/90 \pm 0/84)$ ، $(51/62 \pm 6/51)$ ، $(4/22 \pm 1/35)$ می باشد. متغیرهای آنترپومتریکی عبارتند از: طول ساق پا، طول ران، محیط ساق، محیط ران، قطر زانو، پهناي لگن و ضخامت چربی زیرپوستی (ستیغ خاصره، فوق خاصره، جلوی ران، وسط ساق پا) اندازه گیری شدند. انعطاف پذیری مفصل ران در حرکت تا شدن و باز شدن با استفاده از گونیامتر، ضخامت چربی زیرپوستی بوسیله کالیپر و ابعاد بدنی با متر و کولیس اندازه گیری شدند. داده ها با استفاده از آمار توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون با سطح معنی داری $(p \geq 0/05)$ و با استفاده از نرم افزار spss-۱۶ مورد تحلیل قرار گرفت.

یافته ها:

در این تحقیق رابطه معنی داری بین ضخامت چربی زیرپوستی جلوی ران $(r = -0/35)$ $(p = 0/02)$ و ضخامت چربی زیر پوستی وسط ساق پا $(r = -0/40)$ $(p = 0/01)$ با دامنه حرکتی تا شدن مفصل ران وجود دارد. همچنین رابطه معنی داری بین پهناي لگن $(r = 0/238)$ $(p = 0/01)$ با دامنه حرکتی باز شدن مفصل ران وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری:

نتایج این تحقیق نشان می دهد که ضخامت چربی زیرپوستی جلوی ران و ضخامت چربی زیرپوستی وسط ساق

با دامنه حرکتی تاشدن مفصل ران رابطه معنی داری دارد، به گونه ای که رابطه میان این متغیرها و دامنه حرکتی تا-شدن معکوس می باشد. نتایج این تحقیق با یافته های پیستوتنیک (۲۰۰۳) همخوانی دارد. با توجه به نتایج این تحقیق، متغیر های طول اندام تحتانی، محیط اندام، پهنای اندام تحتانی با دامنه حرکتی تا شدن رابطه معنی داری ندارد. این نتایج با یافته های هیو (۱۹۹۹)، پیستوتنیک (۲۰۰۳) مطابقت دارد. نتایج تحقیق حاضر نشان می دهد که پهنای لگن با دامنه حرکتی باز شدن مفصل ران رابطه مثبت و معنی داری دارد. این نتایج با یافته های پیستوتنیک (۲۰۰۳) همسو می باشد. همچنین متغیر های طول اندام تحتانی، محیط اندام، با دامنه حرکتی باز شدن مفصل ران رابطه معنی داری نداشت، که این با یافته های ماتیس (۱۹۵۹) و پیستوتنیک (۲۰۰۳) همخوانی دارد. اما بلوم فیلد در مطالعات خود نشان داد که شکل و اندازه استخوانی جزو عوامل اثرگذار بر انعطاف پذیری بوده است که با یافته های این تحقیق مغایرت دارد. یکی از دلایل عدم همخوانی را می-توان تفاوت در گروه های مورد بررسی دانست.

بر اساس نتایج تحقیق حاضر، ضخامت چربی زیر پوستی عاملی است که بر دامنه حرکتی تاشدن تاثیر منفی دارد. افزایش در مقدار چربی زیرپوستی، کاهش در دامنه حرکتی را سبب می شود. همچنین افزایش در پهنای لگن باعث می شود اندام تحتانی حرکت باز شدن را در دامنه بیشتری انجام دهد. این اطلاعات نقش بسزایی در موفقیت، گزینش و استعدادیابی نوجوانان فوتبالست دارد.

واژگان کلیدی: دامنه حرکتی مفصل ران، آنتروپومتری، استعدادیابی، نوجوانان، فوتبال



شکل شماره (۱): نمودار جعبه ای مقایسه چگالی مواد مدنی استخوان ساعد و میج در گروههای پژوهشی

جدول ۱. نتایج آزمون تعقیبی توکی جهت مقایسه چگالی استخوانی ساعد و میج در گروههای ورزشکار و غیرورزشکار

Tukey HSD POST HOC	گروههای ورزشکار	اختلاف میانگین	سطح معناداری
گروه غیرورزشکار	کنترل	-۰/۰۲۵*	۰/۰۵
	کوینتاکر	-۰/۱۱۱۶*	۰/۰۰۰
کوینتاکر	کنترل	۰/۰۵۰۱	۰/۰۰۷

*اختلاف میانگین در سطح $\alpha = ۰/۰۵$ معنی دار است.

منابع :

۱- Vaeyens R, Malina R M, Janssens M, Van Renterghem B, Bourgeois J, Vrijens J, Philippaerts R M. A multidisciplinary selection model for youth soccer. Br J Sports Med. ۲۰۰۶; ۴۰:۹۳۴-۹۳۸.

۲- Nagarwal A.K, Zutshi K, Ram C.S, Zafar R. Improvement of Hamstring Flexibility: A comparison between two PNF stretching techniques. International Journal of Sports Science and Engineering. ۲۰۱۰. No. ۰۳۳-۰۱:۲۵.



دانش بومی
سرمایه ملی
افتخار ایرانی

دفترخانه همایش: تهران، بزرگراه رسالت، خیابان بنی هاشم، کوچه شاهین،
پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی بسیج، طبقه ۲، مرکز مطالعات استعدادیابی
تلفن: ۲۲۳۰۰۵۹ پست الکترونیک: info@tidc.ir سایت همایش: www.tidc.ir



