

## بررسی ویژگی‌های آنتروپومتریکی، درصد چربی بدن و آمادگی جسمانی دختران سنین ۱۷-۱۳ سال شهرستان کرمان

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه ویژگی‌های آنتروپومتریکی، درصد چربی بدن و آمادگی جسمانی دختران سن ۱۷-۱۳ سال شهرستان کرمان است. تعداد ۱۲۴ دختر در تحقیق حاضر به صورت تصادفی با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. متغیرهای آنتروپومتریکی مورد اندازه‌گیری در این تحقیق شامل، قد، وزن، دور باسن، دور ران، عرض لگن بود و درصد چربی بدن با استفاده از معادله جکسون و پولاک اندازه‌گیری شد و همچنین متغیرهای آمادگی جسمانی مورد اندازه‌گیری این تحقیق شامل درازنشست، بارفیکس، انعطاف پذیری، پرش طول، چابکی (۴×۹ متر) و آزمون تست پله هاروارد برای اندازه‌گیری  $vo_{2max}$  استفاده گردید. سپس داده‌ها با روش آماری آنوای یک طرفه و آزمون تعقیبی بن فورونی در سطح معناداری  $p < 0.05$  ارزیابی شد و تجزیه و تحلیل داده‌ها توسط نرم افزار spss 16 انجام شد. نتایج بدست آمده نشان داد بین ویژگی‌های آنتروپومتریکی، درصد چربی و آمادگی جسمانی ۱۷-۱۳ سال تفاوت معناداری وجود دارد. به گونه‌ای که در میزان وزن، دور ران، دور باسن، عرض لگن ۱۷-۱۵ سال به طور معناداری مقادیر بالاتری را نشان دادند و در اندازه‌های قد تقریباً ثابت بودند، ولی اختلافشان با ۱۷-۱۵ سال معنادار نشد. همچنین میزان انعطاف پذیری، بارفیکس، درازنشست و توان هوازی سن ۱۷-۱۵ سال به طور معناداری بیشتر از سن ۱۴-۱۳ سال بود ولی در درصد چربی، پرش طول و چابکی معنادار نبود.

**کلمات کلیدی:** ویژگی‌های آنتروپومتریکی، آمادگی جسمانی، درصد چربی بدن، دختران

## ***Comparing anthropometric characteristics, body fat percentage and fitness between 13-17 years old girls of Kerman***

**ABSTRACT:** *The purpose of this study was to compare anthropometric circumference, physical fitness aged 13-17 years. 124 pupils in the present study randomly selected using multistage cluster sampling. Anthropometric variables measured in this study included height, weight, hip circumference, waist to hip were used as variables in fitness measured in this study includes agility (9×4), flexibility, muscular endurance, aerobic Rehabilitation VO2max.was used to measure. Since them, contracts with ANOVA one-sided statistical significance level of  $p \leq 0.05$  were assessed in experienced BEN FVRVNY post hoc date analysis was performed by soft ware SPSS16.The results showed that the anthropometric characteristics and physical fitness of students aged 13-17 years, there are significant difference, so that the height, weight, waist and hip thigh, , circumference, students ages 13-17 years showed significantly higher values and height values were almost constant, but the differences were not significant at the high school. Also, flexibility, muscular endurance, aerobic Rehabilitation 15-17 students was significantly higher than the 13-14 but not significant agility.*

**Keywords:** *Anthropometric characteristics; Fitness; body fat percent; female students.*