

تاثیر ۱۰ هفته تمرینات بی هوازی بر میزان نوراپی نفرین شناگران جوان

۱. علیرضا دانشور

۱. کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم- ایران

Email: alirezadanshvar@yahoo.com

۲. فاضل طاهری زاده

۲. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات هرمزگان- ایران

Email: fazeltaherizade@yahoo.com

۳. کریم دهقانی

۳. کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی-سیستان و بلوچستان-ایران

Email: karimdehghani۳۲۰@yahoo.com

۴. فاطمه محمودی

۴. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز- ایران

Email: fmahmoodi۸۹@yahoo.com

۵. مهین نصرآبادی

۲. کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه سیستان و بلوچستان-زاهدان-ایران

Email: marymazimpor@yahoo.com

چکیده

نوراپی نفرین در بدن هم به صورت هورمون، و هم به صورت انتقال دهنده عصبی دارای کارکرد است. در حالت هورمون، به عنوان هورمون استرس باعث افزایش تپش قلب، انقباض رگ‌ها، انبساط راه‌های هوایی، افزایش قند خون و افزایش جریان خون عضلات و مغز شده و در بروز واکنش جنگ و گریز در سامانه عصبی سمپاتیک موثر است. کاربرد نوراپی نفرین در پزشکی درمان افت فشار خون با افزایش تون عضلات صاف عروق است و در احیای قلبی ریوی نیز بکار میرود. نوراپی نفرین به صورت یک انتقال دهنده سیناپسی در دستگاه عصبی مرکزی کارکردهای بسیار دارد و به طور مثال در هسته آمیگدال به ادامه موجب افزایش تمرکز و هشیاری می شود. هدف پژوهش حاضر تاثیر تمرینات بی هوازی بر میزان هورمون نوراپی نفرین ورزشکاران شناگر جوان شهرستان نجف آباد بود. بود که به همین منظور از بین ورزشکاران پسر ۲۴ نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه ۱۲ نفری تجربی و کنترل تقسیم شدند. از آزمودنیها در یک پیش آزمون ۱۰ سی سی خون گرفت شد و در یک پروتکل ۶ هفته ای تمرینات بی هوازی و هر هفته سه جلسه شرکت کردند و مجدد پس از ۶ هفته ۱۰ سی سی خون از آنها گرفته شد و نتایج تحلیل شد. برای تشخیص همسانی و طبیعی بودن اطلاعات، از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و برای بررسی اختلافات درون گروهی از t همبسته و با آزمون تعقیبی LSD استفاده شد. همچنین از آزمون t مستقل برای بررسی اختلاف بین گروهی استفاده گردید. نتایج این پژوهش داد تمرینات بی هوازی باعث افزایش معنادار هورمون نوراپی نفرین شناگران جوان می شود.

واژگان کلیدی: تمرینات بی هوازی، نوراپی نفرین، شناگران جوان

