مقایسه سطح آمادگی جسمانی نیروهای نظامی سپاه پاسداران شهرستان جهرم با نورم کشوری

**چکیده**

هدف: هدف از این پژوهش بررسی و مقایسه سطح آمادگی جسمانی نیروهای نظامی سپاه پاسداران شهرستان جهرم با نورم کشوری بود.

روش: آزمودنی‌های این تحقیق 100 نفر از کارکنان سپاه پاسداران شهرستان جهرم با میانگین سنی 12/3±60/30، قد 80/4±01/177، وزن 33/6±52/76 و شاخص توده بدنی87/1±41/24 بودند که به صورت داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. این پژوهش از نوع توصیفی- مقایسه ای بود. از آزمودنی‌ها فاکتورهای آمادگی جسمانی با آزمون های درازو نشست، شنای روی دست، کشش بارفیکس، دو 60 متر و دو 3200 متر به عمل آمد. تجزیه و تحلیل آماری داده‌های تحقیق توسط روش tیک نمونه ای انجام شد و سطح معناداری آزمون 05/0>P در نظر گرفته شد.

نتایج: نتایج تحقیق نشان داد که مقایسه میانگین فاکتورهای آمادگی جسمانی کارکنان سپاه جهرم با نورم سازمانی سپاه در درازونشست(0001/0>p) و شنای روی دست (0001/0>p)، دو 60 متر(0001/0>p) و دو 3200‍متر(0001/0>p) معنادار بود و در کشش بارفیکس (427/0>p) غیرمعنادار بود.

بحث: آمادگی جسمانی نظامیان نقش مهم و اساسی در پیروزی یا شکست آن ها دارد. آمادگی جسمانی جنبه های متفاوتی دارد که از جمله آن ها می توان به قدرت و استقامت عضلانی، سرعت و چابکی و استقامت قلبی و عروقی اشاره کرد که برای نیروهای نظامی پیشرفت همه جانبه آن لازم است به همین دلیل آمادگی کامل، باید شامل فعالیت های بدنی و بدنسازی افراد باشد تا بتوانند تحت هر شرایط آب و هوایی و محیطی عمل کنند.

**کلمات کلیدی:** آمادگی جسمانی، درازو نشست، کششش بارفیکس، شنای روی دست، دو 60 متر، دو3200متر، کارکنان سپاه پاسداران.

**References**

1. Samie S. Study the mental health status of staff and its association with physical activity in Education departments, Nahavand [master's thesis]. Karaj: Is-lamic Azad University, Karaj Branch; 2012. Persian.
2. Eskandari M, Rastegar A, Gerami A. Evaluation of police stations productivity (case study of Qom province police). Danesh-e-Entezami. 2011;12(2): 137-63. Persian.
3. Fakourian A, Azarbaijani M A. Impact of military training on physical fitness and BMI of soldiers. 2011. National Conference on Physical Education Amol. [Persian]

کدام روش زیر را برای ارائه مقاله خود ترجیح می دهید:

سخنرانی پوستر