

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 ۱۰۰ نفر از کارکنان سپاه پاسداران شهرستان جهرم با میانگین سنی $30/60 \pm 3/12$ ، قد $177/01 \pm 4/80$ ، وزن $76/52 \pm 6/33$ و شاخص توده بدنی $24/41 \pm 1/87$ بودند که به صورت داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. این پژوهش از نوع توصیفی-مقایسه‌ای بود. از آزمودنی‌ها فاکتورهای آمادگی جسمانی با آزمون‌های دراز و نشست، شنای روی دست، کشش بارفیکس، دو ۶۰ متر و دو ۳۲۰۰ متر به عمل آمد. تجزیه و تحلیل آماری داده‌های تحقیق توسط روش t یک نمونه‌ای انجام شد و سطح معناداری آزمون $P < 0/05$ در نظر گرفته شد.

نتایج: نتایج تحقیق نشان داد که مقایسه میانگین فاکتورهای آمادگی جسمانی کارکنان سپاه جهرم با نورم سازمانی سپاه در دراز و نشست ($p < 0/0001$) و شنای روی دست ($p < 0/0001$)، دو ۶۰ متر ($p < 0/0001$) و دو ۳۲۰۰ متر ($p < 0/0001$) معنادار بود و در کشش بارفیکس ($p < 0/427$) غیرمعنادار بود.

بحث: آمادگی جسمانی نظامیان نقش مهم و اساسی در پیروزی یا شکست آن‌ها دارد. آمادگی جسمانی جنبه‌های متفاوتی دارد که از جمله آن‌ها می‌توان 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، دراز و نشست، کشش بارفیکس، شنای روی دست، دو ۶۰ متر، دو ۳۲۰۰ متر، 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:

☒ پوستر

☐ سخنرانی