

## مقایسه توان هوازی و بی هوازی در بازیکنان پست های مختلف لیگ برتر فوتبال ایران

دکتر فریبرز هوانلو، دکتر مسعود معینی، دکتر شهرام فرج زاده موالو، میثم چاله چاله  
استادیار دانشگاه شهید بهشتی، استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، مسئول بخش  
پیکرسنجی آکادمی ملی المپیک و پارا المپیک، کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش<sup>۱</sup>

تاریخ دریافت: ۸۸/۰۶/۲۵

تاریخ تصویب: ۸۸/۱۰/۱۹

شماره ص ص: ۵۱-۶۴

### • چکیده

هدف از این تحقیق، مقایسه توان هوازی و بی هوازی در بازیکنان پست های مختلف لیگ برتر فوتبال ایران بود. بدین منظور ۲۶ نفر از بازیکنان لیگ برتر فوتبال ایران (با میانگین سنی  $23/25 \pm 2/71$  سال، قد  $182/46 \pm 3/90$  سانتیمتر و وزن  $76/61 \pm 4/97$  کیلوگرم) در فاصله سه هفته قبل از شروع مسابقه های فصل ۸۷-۸۶ لیگ برتر فوتبال ایران برگزیده شدند. برای اندازه گیری توان هوازی آزمون ۲۰ متر شاتل ران و برای اندازه گیری توان بی هوازی آزمون بوسکو، مورد استفاده قرار گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل استنباطی داده ها از آزمون های تحلیل واریانس یکطرفه در سطح معنی داری  $P \leq 0/05$  استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که بین توان هوازی و بی هوازی بازیکنان پست های مختلف لیگ برتر فوتبال ایران تفاوت معنی داری وجود ندارد. با توجه به پست های مختلف بازی و همچنین نیازهای ویژه هر پست انتظار می رود که بین ویژگی های فیزیولوژیک بازیکنان پست های مختلف لیگ برتر فوتبال ایران تفاوت معنی داری وجود داشته باشد، اما نتایج تحقیق حاضر خلاف آن را نشان داد که دلیل اصلی این اختلاف، احتمالاً وجود برنامه تمرینی یکسان مربیان تیم ها برای تمام بازیکنان بوده است.

**واژه های کلیدی:** توان هوازی، توان بی هوازی و بازیکنان لیگ برتر