



اثر شعر و موسیقی زورخانه ای بر عملکرد حرکتی ورزشکاران زورخانه ای - پهلوانی

محمدصادق خوشنام^۱، محمدهادی اسلامی جهرمی^{۲*}، ابراهیم خوشنام^۳

۱. باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد جهرم، دانشگاه آزاد اسلامی، جهرم، ایران.
۲. دکتری، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه پیام نور جهرم، جهرم، ایران (*نویسنده مسئول).
۳. استادیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم، جهرم، ایران

*Email: (eslami.mohammadhadi@gmail.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

زمینه و هدف: هدف از این پژوهش بررسی اثر شعر و موسیقی زورخانه ای بر عملکرد حرکتی ورزشکاران زورخانه ای - پهلوانی بود.

روش کار: آزمودنی های این تحقیق ۳۰ مرد ورزشکار زورخانه ای - پهلوانی با میانگین سنی $31/10 \pm 4/24$ سال، قد $176/33 \pm 3/45$ سانتی متر، وزن $83/16 \pm 1/04$ کیلوگرم و شاخص توده بدنی $26/69 \pm 2/7$ کیلوگرم بر متر مربع بودند که به صورت داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. این پژوهش از نوع نیمه تجربی بود و آزمودنی ها حداقل سابقه سه سال فعالیت حرفه ای داشتند. عملکرد آزمودنی ها در فاکتورهای میل گیری (تعداد)، سنگ (تعداد)، کباده (تعداد)، چرخ زدن (ثانیه)، شنا رفتن (تعداد) طی دو جلسه متوالی با فاصله یک هفته به عنوان پیش آزمون (بدون ضرب آهنگ و اشعار مذهبی) و پس آزمون (همراه با ضرب آهنگ و اشعار مذهبی) محاسبه شد. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات از آزمون t همبسته استفاده شد.

یافته ها: نتایج تحقیق نشان داد که ضرب آهنگ و اشعار مذهبی حماسی تأثیر معنی داری بر افزایش عملکرد حرکتی سنگ گرفتن ($p=0/0001$)، شنا رفتن ($p=0/0001$)، میل گرفتن ($p=0/0001$)، چرخ زدن ($p=0/0001$) و کباده گرفتن ($p=0/0001$) شد.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج تحقیق احتمالاً ضرب آهنگ و اشعار مذهبی و حماسی در تحریک بیشتر قشر مغز و افزایش تحریک پذیری نواحی حرکتی مغز نقش داشته و با افزایش سطح فعالیت سیستم عصبی سمپاتیکی باعث افزایش سطح عملکرد حرکتی باستانی کاران شده است.

کلیدواژه ها: ورزشکاران زورخانه ای- پهلوانی، ضرب آهنگ، اشعار مذهبی و حماسی.