

## عنوان مقاله:

تاثیر مصرف عرق نعناع برمیزان سرعت عکس العمل دانش آموزان پسر نوجوان

## محل انتشار:

سومین کنگره ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

## نویسنده:

حمیدرضا موغلی - کارشناس علوم تربیتی - دانشگاه فرهنگیان شهید مطهری شیراز - آموزگار آموزش و پرورش شهرستان گراش - فارس - ایران

## خلاصه مقاله:

مریم گلی و نعناع فلفلی در گیاه اسانس از خانواده نعناعیان می باشد که در طب سنتی مورد استفاده قرار می گیرند. خواص ضد میکروبی عصاره گیاهان مختلف نیز مطالعه و گزارش شده است. قارچ ها نیز از تاثیر ضد میکروبی روغن های اسانسی مصون نمانده اند. روش تحقیق حاضر از نوع نیمه تجربی است. از بین دانش آموزان پسر نوجوان 26 نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه 13 نفری تجربی و کنترل تقسیم شدند. از آزمودنیها در دو مرحله پیش آزمون، پس تست دوی 4\*9 گرفته شد. در گروه آزمایش پس از انجام تست پیش آزمون یک فنجان عرق نعناع داده شد و مجدد از آنها تست 4\*9 گرفته شد و در گروه کنترل بدون مصرف عرق نعناع تست بعمل آمد. ضربان قلب آزمودنی ها برای تعیین شدت تمرین با استفاده از فرمول (سن-220)HRmax محاسبه و برای تمام آزمونی ها به صورت جداگانه با استفاده از ضربان سنج polar ساخت کشور فنلاند کنترل گردید. پایان هر جلسه تمرین با سرد کردن خاتمه یافت. برای تشخیص همسانی و طبیعی بودن اطلاعات، از آزمون کولموگروف-اسمیرنف و برای بررسی اختلافات درون گروهی از آنالیز واریانس با اندازه گیری مکرر با آزمون تعقیبی LSD استفاده شد. همچنین از آزمون t مستقل برای بررسی اختلاف بین گروهی استفاده گردید. سطح معنی داری آماری  $\alpha \geq 0/05$  در نظر گرفته شد. نتایج تحقیق حاضر نشان داد که مصرف عرق نعناع تاثیری بر سرعت عکس العمل دانش آموزان پسر نوجوان ندارد.

## کلمات کلیدی:

عرق نعناع، LSD، polar، آزمون کولموگروف-اسمیرنف

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/979554>

