



مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش

مجله علمی گروه علوم انسانی، زیر گروه تربیت بدنی-گرایش فیزیولوژی ورزشی

شاپا الکترونیکی: ۶۵۰۷-۲۶۷۶

دوره ۷/شماره ۱/ بهار و تابستان ۱۳۹۹

نوع انتشار: الکترونیکی

صاحب امتیاز: دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

زبان انتشار: فارسی

توالی انتشار: دوفصلنامه

مدیر مسئول و مشاور آمار: دکتر کریم آزالی علمداری

سرمدبیر و ویراستار علمی: دکتر معرفت سیاه‌کوهیان

تعداد مقالات این شماره: ۱۲ عدد

صفحه آرای و ناشر: انتشارات دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

Journal of Applied Health Studies
in Sport Physiology

شاپا: ۶۵۰۷-۲۶۷۶

مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش

دوره ۷/شماره ۱/ بهار و تابستان ۱۳۹۹

تأثیر دو نوع تمرین تناوبی و تداومی بر ظرفیت عملکردی و ترکیب بدنی زنان درمان شده از سرطان سینه نظری؛ امین عیسی نژاد؛ بهروز غرب؛ علی قنبری مطلق؛ علی صمدی
مقایسه اثر تمرینات تناوبی شدید و هوازی بر سطوح سرمی پروتئین شبه آنژیوپوئین-۴ و نیم‌رخ لیپیدی در دختران هندبالیست نخبه
فاطمه ایزانلو؛ نجمه رضائیان؛ مهسا پکنده
تأثیر تمرینات اسپارک بر عامل نروتروفیک مشتق از مغز، مهارت های حرکتی ظریف و درشت در کودکان کم توان ذهنی آموزش پذیر
مهرزاد مقدسی؛ حمید آروین؛ سعید ارشم؛ حسن رهبانفرد
تأثیر مکمل یاری حاد ال-کارنیتین بر عملکرد استقامت در توان و شاخص خستگی مردان جوان ورزشکار سولماز صمدی کیا؛ معرفت سیاه کوهیان؛ امید یوسفی بیله سوار؛ محمد ابرهیم بهرام
اثر جنسیت بر سطوح p53 متعاقب دویدن سراسیمه در غیرورزشکاران
حسن فرجی؛ فاطمه رستمی
مقایسه تأثیر تمرین مقاومتی سنتی و با انسداد جریان خون بر برخی شاخص های هورمونی آنابولیکی و کاتابولیکی مردان میانسال فعال
فرید پاکزادحسنلو؛ جواد وکیلی؛ سعید نیکوخصلت
بررسی تأثیر یک دوره مکمل گیری اسپیرولینا همراه با تمرین مقاومتی غیر خطی بر آنزیم های کبدی زنان چاق
سیروس فارسی؛ هادی قانلی
تأثیر یک جلسه فعالیت هوازی و بی هوازی بر سطوح آدیپوکاین ها و مولکول های چسبان در زنان جوان محسن جعفری؛ زهرا یکرنگی؛ محبوبه مرحمتی؛ مهسا ریحانی؛ حوری کریمی
تأثیر مصرف کوتاه مدت مکمل سیترولین مالات بر مقادیر نیترویک اکساید، لاکتات، عملکرد ورزشی و برخی شاخص های آسیب عضلانی مردان سالم تمرین کرده
احمدرضا اسحاقیان؛ علی اصغر رواسی؛ عباس علی گائینی
تأثیر دو مدل تمرینی تی آر ایکس بر توان بی هوازی و ترکیب بدنی ورزشکاران جوان و نوجوان تکواندو
علیرضا امانی؛ میلاد حسن پور؛ طاهر افشار نژاد
مقایسه سطوح سرمی آرکسین A بین افراد مبتلا و غیرمبتلا به کوه‌گرفتگی حاد
وحید تادیبی؛ سحر چراغی
تأثیر ده هفته تمرین هوازی بر سایتوکاین های التهابی، کیفیت زندگی و عزت نفس زنان دارای اضافه وزن
زرگس عابدینی؛ مهدیه ملانوری شمسی؛ شهناز شهربانیان



مجله علمی پژوهشی
فیزیولوژی ورزشی

ISSN: 2676-6507

مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش





اعضاه هیات تحریریه:

- دکتر معرفت سیاه کوهیان، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه محقق اردبیل
- دکتر ارسلان دمیرچی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه گیلان
- دکتر شادمهر میردار هریجانی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه مازندران
- دکتر محمد اسماعیل افضل پور، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه بیرجند
- دکتر سید رضا عطارزاده، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه فردوسی مشهد
- دکتر فرزاد ناظم، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه بوعلی سینا همدان
- دکتر عبد الحمید حبیبی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه شهید چمران اهواز
- دکتر بهمن میرزایی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه گیلان
- دکتر سید محمد مرندی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه اصفهان
- دکتر مهدی کارگرفرد، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه اصفهان
- دکتر حمید اراضی، فیزیولوژی ورزشی، استاد دانشگاه گیلان
- دکتر حمید آقا علی نژاد، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه تربیت مدرس تهران
- دکتر رامین امیر ساسان، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه تبریز
- دکتر اصغر توفیقی، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه ارومیه
- دکتر بهلول قربانیان، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
- دکتر بهروز قربانزاده، رفتار حرکتی، دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
- دکتر کریم ازالی علمداری، فیزیولوژی ورزشی، دانشیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان



مشاوران علمی این شماره:

- دکتر فرزاد ناظم استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بوعلی سینا
دکتر حمید اراضی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر وحید تادیبی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه
دکتر محمد اسماعیل افضل پور استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بیرجند
دکتر حسن پوررضی استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره) قزوین
دکتر اصغر توفیقی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه ارومیه
دکتر فرهاد غلامی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شاهرود
دکتر رامین امیر ساسان دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز
دکتر رقیه فخرپور استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر عبد الصالح زر دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه خلیج فارس بوشهر
دکتر بهمن میرزایی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر کریم ازالی علمداری دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر طاهر افشار نژاد دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شمال
دکتر سولماز بابایی استادیار استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه مراغه
دکتر اعظم زرنشان استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر نوید لطفی دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر مصطفی ارمانفر دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز

این مجله در حال حاضر در بانک‌های اطلاعاتی گوگل اسکالر، مرکز علمی اطلاعات جهاد دانشگاهی (SID)، مگیران و نورمگز نمایه می‌گردد و متن کامل مقاله‌های این مجله در وبسایت <http://jahssp.azaruniv.ac.ir/> قابل دسترسی است.

مجله‌ی مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، دوفصلنامه پژوهشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان. صندوق پستی: ۱۶۱-۵۳۷۱۴، تلفن: ۰۴۱۳۱۴۵۲۴۸۵، تلفکس: ۰۴۱۳۱۴۵۷۵۳۴، پست الکترونیک: jassf@azaruniv.ac.ir



راهنمای تهیه مقاله برای مجله علمی

«مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش»

خواهشمند است شیوه‌نامه زیر را مطالعه و بر اساس آن اقدام به ارسال مقاله کنید. لازم به توضیح است که مقالات دریافتی از طریق سایت مجله در مرحله اول و پیش از ارسال به داوری از نظر رعایت شیوه‌نامه زیر بررسی خواهد شد و در صورت عدم رعایت آن، مقاله برای داوری ارسال نخواهد شد.

۱. اصول کلی

۱-۱. مقاله ارسالی باید اصیل باشد.

۱-۲. ترجمه مقالات پذیرفته نمی‌شود.

۱-۳. مقاله مروری از اشخاص مجرب، که حداقل ۱۰ مقاله در موضوعات مرتبط در نشریات داخلی یا خارجی چاپ کرده باشند، پذیرفته می‌شود و باید شامل عنوان، چکیده فارسی و انگلیسی، کلیات و تاریخچه‌ای در مورد موضوع، هدف از انجام پژوهش، مطالب علمی و مطالعات انجام شده درباره موضوع، تجزیه و تحلیل و بحث در رابطه با پژوهش‌های ارائه شده و نتیجه‌گیری باشد. نتیجه‌گیری باید شامل جمع‌بندی و نتیجه کلی باشد. همچنین پیشنهادهای سازنده برای آینده بیان شود. علاوه بر آن، پژوهش باید دربردارنده گزارش موارد نادر و جالب، شرح حال مربوط به مراجع، بحث درباره گزارش تهیه شده، بدون نیاز به مروری بر مقالات و کارهای انجام شده قبلی، نکات مهم و مورد توجه و بیان آموخته‌های قبلی پژوهشگر به تناسب موضوع باشد.

۱-۴. شیوه‌نامه ارسال مقالات:

مقالات باید از طریق سامانه مجله مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، **حتما باید در قالب فایل الگو (Template)** تهیه شده و به صورتی که شرح داده شده است، همراه با **فرم امضاء شده تعهد نویسندگان** ارسال شود.

۱-۵. آئین نگارش زبان فارسی به طور کامل رعایت شود و از به‌کاربردن واژه‌های خارجی، که معادل‌های دقیق و رسایی در زبان فارسی ندارند، خودداری شود.

۱-۶. مطالب مقاله، به غیر از صفحه مربوط به چکیده‌ها باید به صورت **دو ستونی**، با فاصله خطوط ۱ سانتی‌متر و با حاشیه صفحه (حداقل ۲ سانتی‌متر)، تایپ و همه صفحات شماره‌گذاری شوند.

۲. نحوه تنظیم مقالات

۲-۱. صفحه اول باید شامل هر دو چکیده به شرح زیر باشد:

۲-۱-۱. چکیده فارسی در بالای صفحه و شامل عنوان، نام و نام خانوادگی نویسندگان و متن چکیده فارسی به همراه کلیدواژه‌های مرتبط باشد. درجه علمی و محل اشتغال آنها، مؤسسه ناظر، حامیان مالی و محل انجام پژوهش و نویسنده مسئول و آدرس ایمیل او در پاورقی نوشته شود (در مقاله‌های برگرفته از طرح پژوهشی، باید از درج شماره قرارداد در هر قسمت از مقاله پرهیز شود).

۲-۲-۱. چکیده انگلیسی در پایین صفحه و شامل عنوان، نام و نام خانوادگی و متن چکیده انگلیسی به همراه کلیدواژه‌های مرتبط باشد.

۲-۱-۳. **حتما دقت شود که اسامی و مشخصات دقیق محل کار همه نویسندگان به هر دو زبان فارسی و لاتین و شناسه ORCID آنها در سامانه به طور کامل درج شود و در غیر اینصورت به تغییرات بعدی به هیچ عنوان ترتیب اثر داده نخواهد شد.**

۲-۲. عنوان مقاله، با در نظر گرفتن فواصل بین کلمات، نباید از ۶۰ حرف تجاوز کند.



۲-۳. تعداد کلمات هر دو چکیده باید حداکثر ۳۰۰ کلمه باشد. از ذکر مقدار ۲ و منابع استفاده شده برای آزمون یا پرسش‌نامه و استفاده از کلمات، حروف و علائم اختصاری لاتین در چکیده کوتاه اجتناب شود.

۲-۴. اندازه و نوع قلم متن ۱۱ BMitra باشد و تعداد صفحات مقاله از ۱۲ صفحه تجاوز نکند.

۲-۵. قلم تمام نوشته های انگلیسی مقاله، Times New Roman و اندازه های چکیده لاتین (۱۰)، پانویس‌ها (۸) و منابع لاتین (۹) باشد.

۲-۶. اصل مقاله باید شامل موارد زیر باشد:

۱-۲-۶. مقدمه: بیان مسئله، ضرورت و اهمیت و هدف از اجرای پژوهش با مروری بر مطالعات گذشته.

۲-۲-۶. روش پژوهش: شرح دقیق طرح پژوهش، جامعه و نمونه آماری، مواد و روش های اندازه گیری، روایی و پایایی ابزار و آزمون ها و روش های آماری

۲-۶-۳. یافته ها (نتایج): شرح کامل یافته های پژوهش

۲-۶-۴. بحث: شرح نکات مهم یافته ها و مقایسه آن با یافته های حاصل از مطالعات دیگر و توجیه و تفسیر موارد مشترک و مورد اختلاف، بیان کاربرد احتمالی یافته ها و در نهایت اشاره به نکات قوت و ضعف، ارائه پیشنهاد برای تحقیقات آینده و نتیجه گیری پایانی. لطفا از ارائه مجدد تکراری یافته ها و یا فقط اشاره کردن کلیشه ای به نمونه های همسو و ناهمسو و دلایل واهی محتمل در همسویی یا ناهمسوئی و ... به شدت اجتناب شده و بر گسترش فهم موجود در این زمینه و اشاره به نکات چالشی، کاربردی، پژوهشی و ... تمرکز شود.

۳. ملاحظات کلی در نوشتن متن مقاله:

۳-۱. مقاله نباید اشکالات نگارشی و ادبی داشته باشد. نکات زیر برخی از مهم ترین موارد نگارشی است که باید رعایت شود: رعایت نیم فاصله ها در کلماتی با دو جزء، مانند: می توان، نتیجه گیری، کم تحرک و جدا نویسی کلماتی مانند: عامل های، پرسش نامه، به دست آمده، به طوری که و ...

۳-۲. پس از نقطه و ویرگول یک فاصله گذاشته شده و سپس کلمه بعدی نوشته شود. پیش از نقطه و ویرگول نباید فاصله وجود داشته باشد. مانند: پژوهشگران، گزارش دادند . . .

۳-۴. کلمه های لاتین و علائم اختصاری در اولین بار زیرنویس شوند و به جای کلمات لاتین، معادل فارسی آنها استفاده شود.

۳-۵. فونت پانویس ها باید Times New Roman 8 باشد و پس از شماره، نقطه و یک فاصله گذاشته شود و سپس نام خاص لاتین یا توضیحات مربوط نوشته شود. نوشته ها و اعداد باید در یک امتداد باشند. برای این کار، اگر دو بار ساب اسکرپیت کلیک شود، هر دو در یک امتداد قرار خواهند گرفت.

۳-۶. نباید نام کوچک نویسنده در داخل متن یا پانویس نوشته شود و تنها نام خانوادگی باید ذکر شود.

۳-۷. در داخل متن، هر جا که نیاز به استفاده از کمانک (پرانتز) باشد، باید بین حرف آخر کلمه قبل از کمانک و کمانک اول و پس از کمانک دوم و کلمه بعد یک فاصله باشد. مثلاً: بررسی اشمیت (۲۰۰۴) نشان داد . . .



مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش



ISSN: 2676-6507

نحوه نگارش منابع مورد استفاده

- ۱- منبع نویسی مقاله به شیوه ونکوور و **حتما با استفاده از نرم افزار (اندنوت) انجام شود.**
- ۲- تعداد منابع فارسی و لاتین بیش از ۶۰ عدد نباشد.
- ۳- برای منابع فارسی استفاده شده در لیست منابع پایان مقاله، لطفا برگردان لاتین استفاده شده و در انتها عبارت [In Persian] آورده شود.
- ۴- حداقل الامکان سعی شود که به سه عدد از مقالات منتشر شده در همین نشریه ارجاع دهی شود.
- ۴- عکس‌ها، نمودارها و جدول‌های مربوط به مقاله، به همراه شرح کامل آنها در متن اصلی مقاله آورده و شماره‌گذاری شوند. نمودارها و شکل‌های ارسالی باید اصلی، دقیق و روشن باشند. لازم است جداول بدون استفاده از خطوط طولی و تنها با استفاده از چند خط عرضی (ترجیحاً ۳ خط) تنظیم شوند.

۵. نکات اداری و تعهدی:

- ۵-۱- مسئولیت صحت مطالب مقاله‌ها بر عهده نویسندگان آن است.
 - ۵-۲- مقاله می‌بایست حاصل کار پژوهش اصیل باشد و مشابه آن قبلاً انتشار یا در فرایند داوری در مجلات دیگری نباشد. لازم به ذکر است که سیستم دریافت مقالات مجله مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش دارای **نرم افزار مشابهت‌یاب هوشمند (همیاب)** است و در صورت محرز شدن تخلف نویسندگان، مقاله در هر مرحله‌ای از چرخه ارزیابی خارج و نام نویسندگان نیز در لیست سیاه قرار می‌گیرند.
 - ۵-۳- هیئت تحریریه نشریه در پذیرش، رد یا ویرایش مقاله آزاد است.
 - ۵-۴- ارائه‌دهنده مقاله متعهد است تا زمانی که جواب نهایی (پذیرش یا رد) مقاله خود را دریافت نکرده باشد، مقاله خود را به نشریه‌های داخلی و خارجی دیگری ارسال نکند. در صورت مشاهده این موضوع، مقاله از فرآیند داوری این نشریه حذف خواهد شد و ضمن انعکاس عدم تعهد نویسنده به سایر نشریات علمی کشور، مدیریت نشریه مقالات دیگر نویسنده را بررسی نخواهد کرد.
 - ۵-۵- استفاده از مندرجات نشریه با ذکر کامل مآخذ آزاد است.
 - ۵-۶- از به‌کار بردن نام و نام خانوادگی کامل یا مخفف در فایل‌های ارسالی خودداری شود. ذکر کلمه با نام و بی‌نام برای عنوان فایل مقاله کافی خواهد بود.
- در پایان، از نویسنده محترم درخواست می‌شود که ضمن مطالعه مندرجات این راهنما و مشاهده نمونه مقالات چاپ شده در جدیدترین شماره نشریه، مقاله خود را تنظیم و از طریق سامانه به نشریه ارسال کند.

نشانی سامانه نشریه: <http://jahssf.azaruniv.ac.ir> / پست الکترونیک نشریه: jassf@azaruniv.ac.ir



لینک دسترسی به

مقالات این شماره: دوره ۷/شماره ۱/ پاییز و زمستان ۱۳۹۹

تأثیر دو نوع تمرین تناوبی و تداومی بر ظرفیت عملکردی و ترکیب بدنی زنان درمان شده از سرطان سینه

سمیه نظری؛ امین عیسی نژاد؛ بهروز غریب؛ علی قنبری مطلق؛ علی صمدی

مقایسه اثر تمرینات تناوبی شدید و هوازی بر سطوح پروتئین شبه آنژیوپوئیتین-۴ و نیمرخ لیپیدی در دختران هندبالیست نخبه

فاطمه ایزانلو؛ نجمه رضائیان؛ مهسا پکند

تأثیر تمرینات اسپارک بر عامل نروتروفیک مشتق از مغز، مهارت‌های ظریف و درشت در کودکان کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر

مهرزاد مقدسی؛ حمید آروین؛ سعید ارشم؛ حسن رهبانفرد

تأثیر مکمل‌یاری حاد ال-کارنیتین بر عملکرد استقامت در توان و شاخص خستگی مردان جوان ورزشکار

سولماز صمدی کیا؛ معرفت سیاه کوهیان؛ امید یوسفی بیله سوار؛ محمد ابرهیم بهرام

اثر جنسیت بر سطوح p53 متعاقب دویدن سراسیبی در غیرورزشکاران

حسن فرجی؛ فاطمه رستمی

مقایسه تأثیر تمرین مقاومتی سنتی و با انسداد جریان خون بر برخی شاخص‌های آنابولیکی و کاتابولیکی مردان میانسال فعال

فرید پاکزادحسنلو؛ جواد وکیلی؛ سعید نیکوخصلت

بررسی تأثیر یک دوره مکمل‌گیری اسپیرولینا همراه با تمرین مقاومتی غیر خطی بر آنزیم‌های کبدی زنان چاق

سیروس فارسی؛ هادی قائدی

تأثیر یک جلسه فعالیت هوازی و بی‌هوازی بر سطوح آدیپوکاین‌ها و مولکول‌های چسبان در زنان جوان

محسن جعفری؛ زهرا یکرنگی؛ محبوبه مرحمتی؛ مهسا ریحانی؛ حوری کریمی

تأثیر مصرف کوتاه مدت مکمل سیترولین مالات بر مقادیر نیتریک اکساید، لاکتات، عملکرد ورزشی و برخی شاخص‌های آسیب

عضلانی مردان سالم تمرین کرده

احمدرضا اسحاقیان؛ علی اصغر رواسی؛ عباس علی گائینی

تأثیر دو مدل تمرینی تی آر ایکس بر توان بی‌هوازی و ترکیب بدنی ورزشکاران جوان و نوجوان تکواندو

علیرضا امانی؛ میلاد حسن پور؛ طاهر افشار نژاد

مقایسه سطوح سرمی آرکسین A بین افراد مبتلا و غیرمبتلا به کوه‌گرفتگی حاد

وحید تادیبی؛ سحر چراغی

تأثیر ده هفته تمرین هوازی بر سایتوکاین‌های التهابی، کیفیت زندگی و عزت نفس در زنان دارای اضافه وزن

نرگس عابدینی؛ مهدیه ملانوری شمسی؛ شهناز شهربانیان