



مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش

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

شاپا الکترونیکی: ۶۵۰۷-۲۶۷۶

دوره ۸/ شماره ۱/ بهار و تابستان ۱۴۰۰

نوع انتشار: الکترونیکی

صاحب امتیاز: دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

زبان انتشار: فارسی

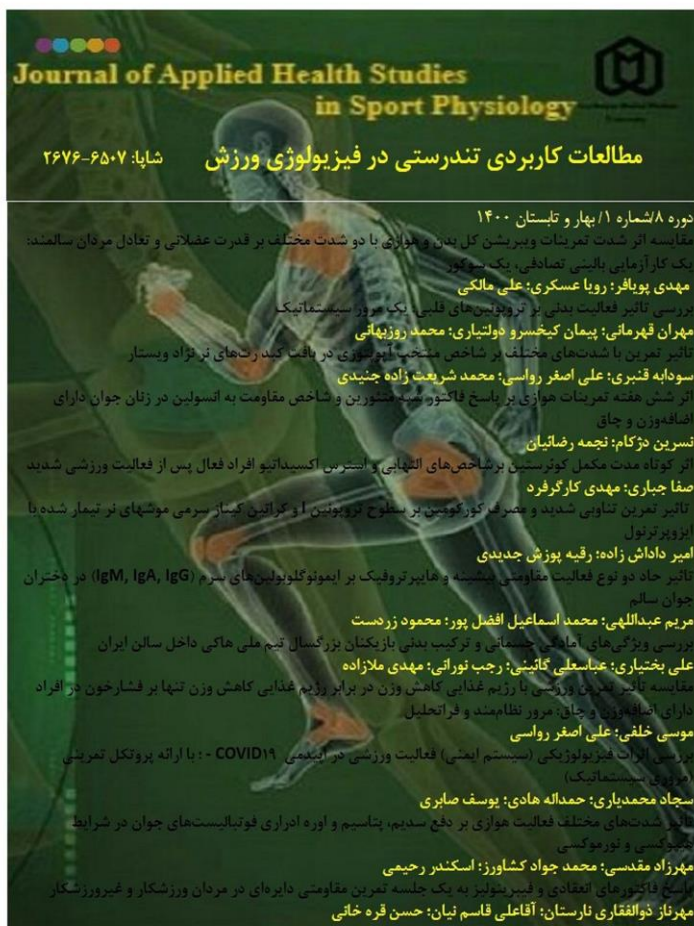
توالی انتشار: دوفصلنامه

مدیر مسئول و مشاور آمار: دکتر کریم آزالی علمداری

سرمدبیر و ویراستار علمی: دکتر معرفت سیاه کوهیان

تعداد مقالات این شماره: ۱۲ عدد

صفحه آرای و ناشر: انتشارات دانشگاه شهید مدنی آذربایجان





مجله تخصصی ورزش و سلامت

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 ارسلان دمیرچی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه گیلان
دکتر شادمهر میردار هریجانی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه مازندران
دکتر کریم ازالی علمداری دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر سید محمد مرندی استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه اصفهان
دکتر معرفت سیاه کوهیان استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه محقق اردبیلی
دکتر مصطفی آرمانفر استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز
دکتر موسی خلفی استادیار فیزیولوژی ورزشی، پژوهشگر پسادکتری دانشگاه تهران
دکتر محمد عزیزی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه
دکتر جواد وکیلی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز
دکتر علی اوصالی استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه بناب
دکتر مهدی کارگرفرد استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه اصفهان
دکتر رقیه فخر پور استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر رحمان رحیمی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه کردستان
دکتر اعظم زرنشان استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان
دکتر حسن فرجی دانشیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد مریان
دکتر یازگلدی نظری استادیار فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید چمران اهواز

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»

این نشریه با احترام به قوانین اخلاق در نشریات، تابع قوانین کمیته اخلاق در انتشار (COPE) می باشد و از آیین نامه اجرایی قانون پیشگیری و مقابله با تقلب در آثار علمی پیروی می نماید.

ارسال مقاله توسط نویسندگان و دسترسی به تمام متن مقالات منتشر شده در این مجله رایگان است.

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. نوع مقاله ارسالی باید اصیل پژوهشی و یا مروری باشد.

۱-۲. ترجمه مقالات پذیرفته نمی شود.

۱-۳. مقاله مروری از اشخاص مجرب، که حداقل ۱۰ مقاله در موضوعات مرتبط در نشریات داخلی یا خارجی چاپ کرده باشند، پذیرفته می شود و باید شامل عنوان، چکیده فارسی و انگلیسی، کلیات و تاریخچه ای در مورد موضوع، هدف از انجام پژوهش، مطالب علمی و مطالعات انجام شده درباره موضوع، تجزیه و تحلیل و بحث در رابطه با پژوهش های ارائه شده و نتیجه گیری باشد. نتیجه گیری باید شامل جمع بندی 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 آموخته های قبلی پژوهشگر به تناسب موضوع باشد.

۱-۴. شیوهنامه ارسال مقالات:

مقاله های ارسالی منحصراً باید از طریق سامانه مجله (به آدرس <http://jahssp.azaruniv.ac.ir/author>) ارسال گردد و **روند**

بررسی و فرآیند داوری طبق فلوجارت راهنما خواهد بود (برای مشاهده با شفافیت بیشتر روی لینک آبی رنگ همین پاراگراف کلیک کنید).



روند بررسی مقالات در مجله مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش



مقالات ارسالی حتما باید کاملا مطابق با جزئیات و دستورالعمل موجود در قالب **فایل الگور (Template)** تهیه شده و به صورتی که شرح داده شده است، همراه با **فرم امضاء شده تعهد نویسندگان**، **فرم کمی رایت** و همچنین **فرم تعارض منافع** ارسال شود.

لازم به ذکر است که نکات بسیار مهمی در متن و سرصفحه های فایل الگوری مندرج در فوق هایلایت شده اند که شایسته توجه بوده و اعمال آنها در مقالات ارسالی، الزامی است.

همچنین لازم به ذکر است که **در صورت دارا بودن حامی، درج مشخصات آن در قسمت تشکر و قدردانی الزامی است**

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

۶-۱. مطالب مقاله، به غیر از صفحهٔ مربوط به چکیده‌ها باید به صورت دو ستونی، با فاصلهٔ خطوط ۱ سانتی‌متر و با حاشیهٔ صفحه (حداقل ۲ سانتی‌متر)، تایپ و همهٔ صفحات شماره‌گذاری شوند.



۲. نحوه تنظیم مقالات

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

۱-۱-۲- 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).

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

۱-۲-۳- 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.

۱-۲-۴. عنوان مقاله، با در نظر گرفتن فواصل بین کلمات، نباید از ۶۰ حرف تجاوز کند.

۱-۲-۳. 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.

۱-۲-۴. اندازه و نوع قلم متن ۱۱ BMitra باشد و تعداد صفحات مقاله از ۱۲ صفحه تجاوز نکند.

۱-۲-۵. قلم تمام نوشته‌های انگلیسی مقاله، Times New Roman و اندازه‌های چکیده لاتین (۱۰)، پانویس‌ها (۸) و منابع لاتین (۹) باشد.

۱-۲-۶. اصل مقاله باید شامل موارد زیر باشد:

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

۱-۲-۶-۲. روش پژوهش: شرح دقیق طرح پژوهش، جامعه و نمونه آماری، مواد و روش‌های اندازه‌گیری (روایی و پایایی وسایل و آزمون‌ها) و روش‌های آماری

در صورتی که جهت انجام پژوهش روی آزمودنی‌ها چه انسانی چه حیوانی مداخله‌ای صورت گرفته که احتمال بروز کوچکترین عارضه یا ناراحتی برای آزمودنی وجود داشته، دریافت کد اخلاق از یک مرکز معتبر الزامی است.

۱-۲-۶-۳. یافته‌ها (نتایج): شرح کامل یافته‌های پژوهش

۱-۲-۶-۴. بحث: شرح نکات مهم یافته‌ها و مقایسه آن با یافته‌های حاصل از مطالعات دیگر و توجیه و تفسیر موارد مشترک و مورد اختلاف، بیان کاربرد احتمالی یافته‌ها و در نهایت اشاره به نکات قوت و ضعف، ارائه پیشنهاد برای تحقیقات آینده و نتیجه‌گیری پایانی. لطفاً از ارائه مجدد تکراری یافته‌ها و یا فقط اشاره کردن کلیشه‌ای به نمونه‌های همسو و ناهمسو و دلایل واهی محتمل در همسویی یا ناهمسویی 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 مهم‌ترین موارد نگارشی است که باید رعایت شود: رعایت نیم فاصله‌ها در کلماتی با دو جزء، مانند: می‌توان، می‌شود، نتیجه‌گیری، کم‌تحرك و جدا نویسی کلماتی مانند: عامل‌های، پرسش‌نامه، به‌دست آمده، به‌طوری‌که

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. کلمه‌های 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 . . .

۳-۸- راهنمای فارسی کردن اعداد نمودارها در اکسل

برای فارسی کردن اعداد در نمودارهای رسم شده در نرم افزار اکسل از روش زیر می توان استفاده نمود.

ابتدا روی اعداد مورد نظرتان (محورها یا سری‌ها) راست کلیک کرده و سپس Format Axis را انتخاب کنید . سپس در پنجره باز شده منوی Number را انتخاب کرده و در قسمت Category روی گزینه Custom کلیک کنید. بعد در کادر خالی، کد فرمت زیر را وارد کرده و 'Add' گزینه را انتخاب کنید .

کد فرمت :

0[\$-3010000]

اگر اعداد بصورت اعشاری بودند؛ به طور مثال برای نمایش دو رقم اعشار، از ممیز دو صفر استفاده کنید .

0.00[\$-3010000]

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 شکل های 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 مقاله ها بر عهده نویسندگان آن است .

۵-۲- مقاله می بایست حاصل کار پژوهش اصیل باشد و مشابه آن قبلا 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 مشابهت یاب**

هوشمند (همیاب) است و در صورت محرز شدن تخلف نویسندگان، مقاله در هر مرحله ای از چرخه ارزیابی خارج شده و نام نویسندگان نیز در لیست سیاه قرار می گیرند.

۵-۳- هیئت تحریریه نشریه در پذیرش، رد یا ویرایش مقاله آزاد است.



فصلنامه علمی-پژوهشی
علوم ورزشی و تندرستی

ISSN: 2676-6507

مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش



۴-۵- ارائه‌دهنده مقاله متعهد است تا زمانی که جواب نهایی (پذیرش یا رد) مقاله خود را دریافت نکرده باشد، مقاله خود را به نشریه های 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.

۶-۵- از به کار بردن نام و نام خانوادگی کامل یا مخفف در فایل های ارسالی خودداری شود. ذکر کلمه با نام و بی نام برای عنوان فایل مقاله کافی خواهد بود.

در پایان، از نویسنده محترم درخواست می شود 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 ۸/ شماره ۱/ بهار و تابستان ۱۴۰۰

مقایسه اثر شدت تمرینات ویبریشن کل بدن و هوازی با دو شدت مختلف بر قدرت عضلانی و تعادل مردان سالمند: یک

کارآزمایی بالینی تصادفی، یک سوکور

مهدی پویافر؛ رویا عسکری؛ علی مالکی

بررسی تاثیر فعالیت بدنی بر تروپونین‌های قلبی: یک مرور سیستماتیک

مهران قهرمانی؛ پیمان کیخسرو دولتیاری؛ محمد روزبهانی

تاثیر تمرین با شدت های مختلف بر شاخص منتخب آپوپتوزی در بافت کبد رت های نر نژاد ویستار

سودابه قنبری؛ علی اصغر رواسی؛ محمد شریعت زاده جنیدی

اثر شش هفته تمرینات هوازی بر پاسخ فاکتور شبه متئورین و شاخص مقاومت به انسولین در زنان جوان دارای اضافه‌وزن و

چاق

نسرین دژکام؛ نجمه رضائیان

اثر کوتاه مدت مکمل کوئرستین بر شاخص های التهابی و استرس اکسیداتیو افراد فعال پس از فعالیت ورزشی شدید

صفا جباری؛ مهدی کارگرفرد

تاثیر تمرین تناوبی شدید و مصرف کورکومین بر سطوح تروپونین I و کراتین کیناز سرمی موشهای نر تیمار شده با ایزوپرتنول

امیر داداش زاده؛ رقیه پوزش جدیدی

در دختران جوان (IgM, IgA, IgG) تاثیر حاد دو نوع فعالیت مقاومتی بیشینه و هایپرتروفیک بر ایمونوگلوبولین‌های سرم

سالم

مریم عبداللهی؛ محمد اسماعیل افضل پور؛ محمود زردست

جسمانی و ترکیب بدنی بازیکنان بزرگسال تیم ملی هاکی داخل سالن ایران بررسی ویژگی‌های آمادگی

علی بختیاری؛ عباسعلی گائینی؛ رجب نورانی؛ مهدی ملازاده

مقایسه تأثیر تمرین ورزشی با رژیم غذایی کاهش وزن در برابر رژیم غذایی کاهش وزن تنها بر فشارخون در افراد دارای

اضافه‌وزن و چاق: مروری نظام مند و فراتحلیل

موسی خلفی؛ علی اصغر رواسی



فصلنامه علمی-پژوهشی
علوم ورزشی و تربیت بدنی

ISSN: 2676-6507

مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش



بررسی اثرات فیزیولوژیکی (سیستم ایمنی) فعالیت ورزشی در اپیدمی COVID ۱۹-؛ با ارائه پروتکل تمرینی (مروری

سیستماتیک)

سجاد محمدیاری؛ حمداله هادی؛ یوسف صابری

تأثیر شدت های مختلف فعالیت هوازی بر دفع سدیم، پتاسیم و اوره ادراری فوتبالیست های جوان در شرایط هیپوکسی و

نورموکسی

مهرزاد مقدسی؛ محمد جواد کشاورز؛ اسکندر رحیمی

پاسخ فاکتورهای انعقادی و فیبرینولیز به یک جلسه تمرین مقاومتی در مردان ورزشکار و غیرورزشکار

مهرناز ذوالفقاری نارستان؛ آقاعلی قاسم نیان؛ حسن قره خانی

داوران

لیست داوران دوره ۸، شماره اول سال ۱۴۰۰