

## تأثير برنامج تدريبي باستخدام جهاز E.M.S على بعض مكونات الجسم لدى مرضى السمنة

### • هدف البحث:

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي باستخدام جهاز (E.M.S) للتحفيز الكهربائي ومعرفة تأثيره علي كلاً من:-

- مكونات الجسم (دهون - كتله عضليه - مؤشر كتله الجسم) لدى مرضى السمنة
- القوة العضلية لدى مرضى السمنة

### • فروض البحث:

1. توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطي القياسين (القبلي - البعدي) في مكونات الجسم والقوة العضلية للمجموعة التجريبية ولصالح متوسط القياس البعدي.
2. توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطي القياسين (القبلي - البعدي) في مكونات الجسم والقوة العضلية للمجموعة الضابطة ولصالح متوسط القياس البعدي.
3. توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين متوسطي القياسين (البعدين) في مكونات الجسم والقوة العضلية للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

### • منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك باستخدام التصميم التجريبي بأسلوب القياس (القبلي - البعدي) لمجموعتين أحدهما تجريبية وأخرى ضابطة وذلك لمناسبته وطبيعة البحث.

### • عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبلغت حجم العينة ١٦ شخص من مرضى السمنة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، المجموعة الأولى "تجريبية" وعددهم ٨ أشخاص والمجموعة الثانية "ضابطة" وعددهم ٨ أشخاص

### • أهم النتائج

البرنامج التدريبي باستخدام جهاز E.M.S أدى إلى تحسين القوة العضلية لمجموعة البحث التجريبي