

عنوان مقاله:

مطالعه مروری بر ناهنجاری حرکتی شانه های نا برابر و عوامل مرتبط با آن در دانش آموزان

محل انتشار:

همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد ازنگاه معلم (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

محمد مهدی قاسمی - کارشناسی علوم تربیتی، اداره آموزش و پرورش استان زنجان منطقه انگوران

محمد هادی قاسمی - کارشناسی علوم تربیتی، اداره آموزش و پرورش استان زنجان منطقه انگوران

محمد مرادی بروج - کارشناسی علوم تربیتی، اداره آموزش و پرورش استان زنجان منطقه انگوران

خلاصه مقاله:

اختلالات شانه به طور قابل توجهی باعث کاهش توانایی عملکردی شانه و اختلال در دامنه حرکتی و قدرت عضلات اطراف آن می گردد. ضعف عضلات، التهاب و درگیری عناصر مختلف مفصل شانه می تواند باعث کاهش قدرت عضلات و یا عدم هماهنگی آنها شده و در نتیجه بر تعادل دینامیک حرکات شانه تاثیر بگذارد. اجرای یک دوره برنامه تمرینات اصلاحی می تواند سبب بهبود کیفیت عملکرد این مفصل و به دنبال آن ارتقای حرکات متقارن دو طرفه گردد. انجام تمرینات و حرکات اصلاحی بر کاهش درد و بهبود دامنه حرکتی مفصل شانه اثر داشته و می تواند در بهبود حرکات مفصل شانه به کار گرفته شود. هدف از پژوهش حاضر بررسی شانه های نا برابر به عنوان یکی از اختلالات در مفصل شانه و ارائه برخی تمرینات و حرکات اصلاحی در جهت بهبود عملکرد مفصل شانه و حفظ تناسب اندام در فرد مبتلا می باشد. پژوهش حاضر از نوع (ترویجی- مروری) با رویکردی علمی بوده و پژوهشگر برای جمع آوری اطلاعات ابتدا به شیوه مطالعه اسنادی کتابخانه ای اقدام نمودند و طی مطالعه کیفی، مطالب فیش برداری شد و بعد از تنظیم فیش ها و مرتب کردن آن ها کار نوشتن آغاز گردید؟

کلمات کلیدی:

شانه های نا برابر، مفصل شانه، حرکات اصلاحی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1256227>

