

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر ۱۰ هفته تمرین های اصلاحی منتخب بر ناهنجاری زانو پرنانزی دانش آموزان دختر پیش و پس از بلوغ

محل انتشار:

فصلنامه پزشکی ورزشی و آمادگی جسمانی، دوره ۱، شماره ۲ (سال: ۱۳۹۲)

تعداد صفحات اصل مقاله: ۱۴

نویسنده:

عصمت پرنیان فرد

خلاصه مقاله:

هدف کلی از انجام این تحقیق مقایسه تاثیرات ۱۰ هفته تمرین های اصلاحی منتخب بر روی ناهنجاری زانوی پرنانزی دانش آموزان دختر پیش و پس از بلوغ در شهرستان کنگاور است. بدین منظور ۲۶ نفر از دانش آموزان ابتدایی که به عنوان دوره پیش از بلوغ و ۵۶ نفر از دانش آموزان دبیرستان به عنوان دوره پس از بلوغ که عارضه زانوی پرنانزی داشتند، از میان افراد مبتلا برای پژوهش انتخاب شدند. آزمودنی ها به صورت جداگانه به دو گروه تجربی و گواه به صورت همگن تقسیم شدند. آزمودنی ها به مدت ۱۰ هفته و هفته ای ۴ جلسه در تمرین های اصلاحی منتخب شرکت کردند. پیش و پس از دوره تمرین فاصله بین دو زانوی آزمودنی ها اندازه گیری و بقیه داده ها از طریق پرسشنامه و مشاهده ثبت شد. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که تاثیر ۱۰ هفته تمرین های اصلاحی منتخب بر ناهنجاری زانوی پرنانزی دختران پیش و پس از بلوغ معنادار بوده است ($P=0.03$). همچنین تاثیر تمرین های اصلاحی بر عارضه زانوی پرنانزی در دانش آموزان پیش از بلوغ معنا دار بوده است ($P=0.05$) و از طرفی تاثیر تمرین های اصلاحی بر عارضه زانوی پرنانزی در دانش آموزان پس از بلوغ ($P=0.13$) معنا دار نبوده است. در بررسی های انجام شده از ارتباط بین قد، سن، وزن دانش آموزان دختر پس از بلوغ با میزان ابتلا به ناهنجاری زانوی پرنانزی رابطه معنا داری یافت نشد. ولی بین وزن آزمودنی های پیش از بلوغ با میزان ابتلا به ناهنجاری زانوی پرنانزی ($P=0.02$) و ($P=0.15$) ارتباط معنا داری حاصل شد. به نظر می رسد وزن بالا در این گروه سنی یکی از دلایل ابتلا به این عارضه است. همچنین بین نحوه نشستن و ابتلا به عارضه زانوی پرنانزی که از آزمون خی دو استفاده شد، ارتباط معنا داری حاصل نشد.

کلمات کلیدی:

ناهنجاری، حرکات اصلاحی، زانوی پرنانزی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1261516>

