

عنوان مقاله:

تاثیر حرکات اصلاحی برانعطاف پذیری و دستگاه قلبی و تنفسی دختران نوجوان دارای اسکولیوز

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، دوره 12، شماره 21 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

یحیی سخنگویی - استادیار دانشکده توانبخشی تهران

فریبا محمدیان - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد قزوین

مژگان زیوریان - کارشناس ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر (نویسنده مسئول) E- mojganzivaryan@yahoo.com
:mail

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف تاثیر حرکات اصلاحی بر تغییرات دستگاه قلبی و تنفسی و انعطاف پذیری دختران نوجوان دارای اسکولیوز انجام شد. بدین منظور، ۳۰ دانش آموز از بین مراجعان کانون حرکات اصلاحی اداره آموزش و پرورش منطقه ۴ شهر تهران با دامنه سنی ۱۶-۱۳ سال انتخاب شدند. اندازه گیری انعطاف پذیری با تست نشست و خم شدن به جلو و دستگاه قلبی و تنفسی با تست دو نیمه کوپر صورت گرفت. آزمون شونده ها به مدت شش هفته و در هر هفته چهار جلسه به مدت یک ساعت و نیم در برنامه تمرینات اصلاحی شرکت کردند. بعد از اتمام برنامه جهت تشخیص معنی دار بودن میزان تاثیر حرکات اصلاحی بر متغیرهای وابسته و برای مقایسه اطلاعات قبل و بعد از انجام حرکات اصلاحی از آزمون t زوج و به منظور تحلیل اطلاعات آماری از نرم افزار آماری SPSS ۱۶ استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد بین متغیر دستگاه قلبی و تنفسی و انعطاف پذیری قبل و پس از تمرین، اختلاف معنا داری وجود داشت ($p < 0.05$). در کل می توان نتیجه گیری کرد انجام حرکات اصلاحی سبب بهبود دستگاه قلبی و تنفسی و انعطاف پذیری در دختران اسکولیوتیک می شود.

کلمات کلیدی:

اسکولیوز، حرکات اصلاحی، دستگاه قلبی و تنفسی و انعطاف پذیری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1411716>

