

عنوان مقاله:

تاثیر مداخله جو انگیزشی تبحرگرا بر تعادل ایستا و پویای کودکان دختر دارای اضافه وزن

محل انتشار:

دوماهنامه طلوع بهداشت، دوره 22، شماره 6 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

مرجان حکم الهی - Yazd University

فرحناز آیتی زاده تفتی - دانشگاه یزد

حمیدرضا فلاح یخدانی - دانشگاه یزد

خلاصه مقاله:

مقدمه: توانایی کنترل تعادل ایستا و پویا برای مشارکت در فعالیت بدنی اهمیت دارد و این مشارکت نقش مهمی در چگونگی اجرای فعالیت ها و در نتیجه مدیریت اضافه وزن در کودکان دارد. هدف از مطالعه حاضر بررسی تاثیر مداخله (رویکرد آموزشی و ورزشی شاگرد-محور) جو انگیزشی تبحرگرا بر تعادل ایستا و پویای کودکان دختر دارای اضافه وزن بود. روش بررسی: از راهبرد تحقیقی نیمه تجربی با هدف کاربردی و از طرح پیش آزمون-پس آزمون همراه با گروه کنترل استفاده شد. ۶۰ کودک دختر بین ۱۰-۱۲ سال به روش نمونه در دسترس انتخاب و در چهار گروه مساوی اضافه وزن تبحرگرا، اضافه وزن کنترل، وزن طبیعی تبحرگرا و وزن طبیعی کنترل قرار گرفتند. برای ارزیابی تعادل ایستا و پویا به ترتیب از آزمون های لک لک و ستاره استفاده شد. یافته ها: در پیش آزمون و پس آزمون گروه وزن طبیعی عملکرد بهتری در هر دو تعادل ایستا و پویا داشتند هر چند در پس آزمون اختلاف بین گروه وزن طبیعی و اضافه وزن کمتر شد. گروه اضافه وزن تجربی نسبت به گروه اضافه وزن کنترل عملکرد بهتری در هر دو تعادل ایستا و پویا داشتند. اختلاف میانگین پیش آزمون و پس آزمون دو گروه تجربی اضافه وزن و وزن طبیعی در تعادل پویا و ایستا مشابه یکدیگر بود. در حالی که این اختلاف میانگین در گروه اضافه وزن و وزن طبیعی کنترل در تعادل پویا بیشتر از تعادل ایستا بود ($P < 0.01$). نتیجه گیری: رویکرد جو انگیزشی تبحرگرا منجر به بهبود هر دو تعادل ایستا و پویا شده و می تواند باعث ثبات قامت و انجام بهتر فعالیت های روزمره و تمرینات مختلف ورزشی شود.

کلمات کلیدی:

Obesity, Physical activity, Skill, Height problems, چاقی, فعالیت بدنی, مهارت, مشکلات قامتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1952139>

