

## عنوان مقاله:

بررسی شاخص توده بدنی و فعالیت بدنی در دانش آموزان پسر 11 تا 14 ساله شهر خوشاب

## محل انتشار:

فصلنامه دانش و تندرستی، دوره 5، شماره 2 (سال: 1389)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

مهدی بروغنی - دانشگاه پیام نور مرکز تهران- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی

محمد رضا حامدی نیا - دانشگاه تربیت معلم سبزوار- دانشکده تربیت بدنی- دانشیار.

محمد رضا اسد - دانشگاه پیام نور مرکز تهران- دانشکده علوم انسانی- مربی.

مهدی زارعی - دانشگاه تربیت معلم سبزوار- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش.

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف از تحقیق حاضر بررسی شاخص توده بدنی و فعالیت بدنی در نوجوانان پسر 11-14 ساله شهر خوشاب می باشد. مواد و روش ها: این مطالعه مقطعی روی 299 نوجوان پسر 11-14 ساله شهر خوشاب انجام شد. نمونه های آماری از تمامی مدارس راهنمایی شهر به صورت تصادفی انتخاب شدند. وضعیت لاغری، اضافه وزن و چاقی براساس شاخص توده بدنی برای سن و جنس در مقایسه با صدک های استاندارد مرکز کنترل بیماری ها CDC-2000 ارزیابی گردید. سطح فعالیت بدنی با استفاده از پرسش نامه بین المللی فعالیت بدنی ارزیابی شد. رفتارهای کم تحرک آزمودنی ها و سطح تحصیلات والدین آزمودنی ها با استفاده از پرسش نامه محقق ساخته ارزیابی شد. نتایج: شیوع لاغری و اضافه وزن- چاقی در بین آزمودنی ها به ترتیب 16% و 3/4% بود. میانگین زمان فعالیت بدنی سبک، متوسط و شدید در دانش آموزان چاق و دارای اضافه وزن به ترتیب 15،24،19 دقیقه، در آزمودنی های با وزن طبیعی به ترتیب 36،44،19 دقیقه و در آزمودنی های لاغر به ترتیب 22، 41،60 دقیقه در شبانه روز بود. میانگین سطح فعالیت بدنی در گروه اضافه وزن- چاق نسبت به گروه لاغر و گروه با وزن طبیعی، کمتر ولی هیچ تفاوت معناداری بین آنها مشاهده نشد و میزان تماشای تلویزیون در گروه اضافه وزن- چاق نسبت به گروه با وزن طبیعی به طور معناداری بیشتر بود. سطح تحصیلات والدین در گروه اضافه وزن- چاق به طور معناداری نسبت به گروه با وزن طبیعی بالاتر بود. نتیجه گیری: یافته های این مطالعه نشان داد که شیوع لاغری نسبت به شیوع اضافه وزن و چاقی در نوجوانان خوشابی بیشتر می باشد. در این مطالعه ارتباطی بین میزان فعالیت بدنی و شاخص توده بدنی مشاهده نشد، اما افزایش رفتارهای کم تحرک (تماشای تلویزیون) با اضافه وزن و چاقی مرتبط بود.

## کلمات کلیدی:

شاخص توده بدنی، فعالیت بدنی، نوجوانان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/443861>

