

عنوان مقاله:

بررسی ناهنجاری کیفوز دردانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهرستان زرنديه

محل انتشار:

همایش بین المللی افق های نوین در علوم ورزشی و سلامت (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

مأده مرادی - دانشگاه فرهنگیان شهید باهنر اراک

عزت کیشانی - مدرس دانشگاه فرهنگیان شهید باهنر اراک

خلاصه مقاله:

سلامت دانش آموزان در آینده منوط به داشتن جسمی سالم است و چنانچه در این مورد دچار ناهنجاری باشند ابعاد دیگر زندگی آنها تحت تاثیر قرار گرفته می شود. با توجه به نتایج پژوهش ها دانش آموزان 72 درصد از وقت خود را در مدرسه پشت میز و نیمکت می گذرانند در نتیجه حتی تغییرات کوچک در ارتفاع میز و نیمکت هایی که دانش آموزان در مدرسه استفاده می کنند می تواند باعث حذف و یا ایجاد درد در یک ناحیه از ستون فقرات یا سایر مفاصل بدن شود. 2. علاوه بر این باعث ایجاد عادات اشتباه و الگوهای غلط می شود و بر فعالیت های آنها و ساختار و عملکرد بدنی آنها تاثیر منفی می گذارد، استفاده از ابزارها و وسایلی که پوسچر مناسب را بهبود ببخشد برای بچه ها اهمیت بیشتری دارد زیرا در سنین پایین است که عادت های نشستن شکل می گیرد. در زندگی دانش آموزی بی توجهی تا کم توجهی به عوامل ارگونومی محیط و کلاسهای درس تا حد زیادی بر شیوع ناهنجاری کیفور تاثیر می گذارد. بر اساس فلسفه اساسی ارگونومی، طراحی ایستگاه کار باید به گونه ای راحت و مناسب باشد که با بهره وری بیشتر نیروی کار کمک کند و ایستگاه کار آن به نحوی باشد که هم از نظر فیزیکی و هم از نظر روانی با کاربران هم خوانی و تناسب داشته باشد. (7) دردها و ناراحتی های اسکلتی - عضلانی یکی از مهم ترین و اصلی ترین دردها دردانش آموزان و نوجوانان است، (3) کیفور از جمله ناهنجاریهایی می باشد که در کودکی و نوجوانی پیشرفت می کند اما از دیدها پنهان است، این ناهنجاری بیشتر در حین قرارگیری در وضعیت نا صحیح ایجاد شده و در نتیجه آسیب جدی به ساختار مهره های ستون فقرات وارد می کند.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/884049>

