

عنوان مقاله:

اثر ارتفاع قرارگیری دو نوع کوله بر متغیرهای کینتیکی و کینماتیکی راه رفتن دانش آموزان 8 تا 11 سال

محل انتشار:

کنگره سراسری رویکرد پزشکی ورزشی در آسیب و سمینار تازه های علوم ورزشی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

علی اکبر جدیدیان - دکتری حرکات اصلاحی، دانشگاه تهران؛ مربی، گروه علوم ورزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

محمدحسین علیزاده - استاد، گروه بهداشت و طب ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران، تهران، ایران

الهام شیرزاد - استادیار، گروه بهداشت و طب ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

دانش آموزان دبستانی، ناگزیر از حمل وسایل ضروری مدرسه با کیف یا کوله پشتی در مسیر رفت و برگشت، از نگاه پاتومکانیکی مورد توجه هستند. 1. حمل وسایل با کوله پشتی نسبت به دیگر کیف ها، شیوع بیشتری دارد 1-3 میانگین وزن نسبی کوله پشتی دانش آموزان پسر ابتدایی در ایران 11.31 ± 4.13 درصد وزن بدن گزارش شده است 4 پژوهشگران حمل بار در شکل ها و وزن های متفاوت را با ناراحتی، خستگی، و برخی دردها و ضایعه های عضلانی اسکلتی مانند درد پشت 5-7 و شکستگی تنشی در اندام تحتانی بر اثر افزایش نیروی عکس العمل عمودی زمین حین حمل بار 8 مرتبط دانسته اند. برخی دیگر احتمال بروز ناهنجاری های وضعیتی و نقص های حرکتی بر اثر حمل بار به شکل های مختلف از جمله کوله پشتی را بیان کرده اند 9-13 به طور کلی پژوهشگران بحث درباره ی حمل کوله های مختلف را از چند دیدگاه در هم تنیده ی بالینی، فیزیولوژیک و هزینه انرژی، و بیومکانیکی مهم دانسته اند 15 و 14 از دیدگاه سرمن 5 حفظ یک وضعیت بدنی مشخص 6، و انجام حرکات تکراری 7 میتواند اصلی ترین سازوکارهای بروز نقص های حرکتی 8 باشد 16. تحقیقات نشان داده است که حفظ یک وضعیت در مدت بیست دقیقه و یا حمل کوله پشتی با بار 10 درصد به مدت سی دقیقه میتواند به تغییراتی در بافت منجر شود که دست کم برای مدتی برگشت ناپذیر است

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/962109>

