

## عنوان مقاله:

ارتباط بین وضعیت نشستن در کلاس درس و درد های اسکلتی - عضلانی دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی

## محل انتشار:

مجله ارگونومی، دوره 5، شماره 3 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

سعید ایل بیگی - دانشیار، گروه بیومکانیک ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران

ابوذر کبوتری - کارشناس ارشد، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران

محمداسماعیل افضل پور - استاد، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران

حسین فرزانه - کارشناس ارشد، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند، بیرجند، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: وضعیت نامطلوب نشستن و انحراف از وضعیت مطلوب قامتی یکی از عوامل موثر در میزان سلامت دانش آموزان در کلاس است. لذا هدف از این پژوهش، بررسی ارتباط بین وضعیت نشستن در کلاس درس و دردهای اسکلتی - عضلانی دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی بود. روش کار: در این پژوهش همبستگی، تعداد 60 نفر از دانش آموزان پسر ابتدایی شهرستان بیرجند به صورت تصادفی خوشه ای به عنوان نمونه آماری انتخاب شده اند و با استفاده از دو دوربین فیلمبرداری وضعیت نشستن هر دانش آموز فیلمبرداری شد. سپس وضعیت های مورد نظر استخراج و با استفاده از نرم افزار تحلیل حرکت کینوا، تجزیه و تحلیل شدند. همچنین، جهت اندازه گیری میزان شیوع درد از پرسشنامه استاندارد نوردیک استفاده شد. کلیه محاسبات آماری با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه 21 در سطح معنی داری ( $p < 0.05$ ) انجام شد. یافتهها: آزمون ضریب همبستگی اتا نشان داد که بین زاویه خمش کمر و گردن، زاویه چرخش کمر و گردن و درد اسکلتی عضلانی کمر و گردن ارتباط معنی داری وجود دارد ( $p < 0.05$ ). همچنین، شیوع درد کمر و گردن در بین دانش آموزان به ترتیب 40 و 33/38 درصد بود که در حد نسبتا بالایی است. نتیجه گیری: وضعیت نشستن اکثر دانش آموزان در کلاس های درس نامطلوب و آسیب زا است. بنابراین، انجام مداخلات اصلاحی و آموزش وضعیت صحیح نشستن در بین دانش آموزان مقاطع ابتدایی توصیه می شود.

## کلمات کلیدی:

وضعیت نشستن، کلاس درس، دردهای اسکلتی-عضلانی، دانش آموزان ابتدایی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/991932>

