

تأثیر ۸ هفته تمرینات منتخب بر برخی از ناهنجاری‌های الگوی رشدی راه رفتن کودکان ۳-۵ ساله کودکستان

دکتر پریش نوریبخش^۱، دکتر عبدالحمیدحبیبی^۲، مریم عابدیپور^۳
تاریخ دریافت: ۸۷/۱۲/۲
تاریخ تصویب: ۸۸/۶/۰۱
شماره ص ص: ۸۸/۶/۰۱

• چکیده

یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در راه رفتن، عوامل زمانی-مسافتی است که شامل طول یک دوره راه رفتن، طول گام، پهناهای گام، سرعت راه رفتن و زاویه پا می‌شود. هدف از تحقیق حاضر، بررسی تأثیر ۸ هفته تمرین‌های منتخب بر برخی از ناهنجاری‌های الگوی رشدی راه رفتن کودکان ۳-۵ ساله کودکستانی شهر اصفهان بود. این تحقیق به روش نیمه تجربی انجام شد. نمونه این تحقیق ۱۰۰ کودک بود که در آزمون همه‌گیرشناسی نشان دادند که در مقایسه با ناهنجاری‌های استاندارد و با توجه به مقیاس‌های اندازه‌گیری، در الگوی رشدی راه رفتن خود ناهنجاری دارند. این کودکان به طور تصادفی و مساوی، با توجه به ناهنجاری‌های آنان در پنج گروه آزمایش و پنج گروه گواه قرار گرفتند. در این تحقیق طول یک دوره راه رفتن، طول گام و سرعت راه رفتن با مقیاس ساترلند (۱۹۸۴)، زاویه پا با مقیاس کوتکه و لمان (۱۹۹۰) و پهناهای گام بر اساس مقیاس ووگان، دیویس و اکنای (۱۹۹۲) اندازه‌گیری شد. کودکانی که در گروه‌های آزمایش بودند، تمرین‌های منتخب را به مدت ۸ هفته و هر هفته ۵ جلسه و هر جلسه به مدت ۲۰ دقیقه انجام دادند. آزمون فرضیه‌های تحقیق در سطح $P < 0.05$ نشان داد که ۸ هفته تمرین‌های برگزیده بر طول یک دوره راه رفتن، طول گام و سرعت راه رفتن کودکان ۳-۵ ساله کودکستانی تأثیر معنی‌دار داشت، ولی ۸ هفته تمرین‌های منتخب بر زاویه پا و پهناهای گام این کودکان بی‌تأثیر بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود قبل از تثبیت ناهنجاری‌های الگوی رشدی راه رفتن در کودکان، با انجام دادن تمرین‌های منتخب به اصلاح این ناهنجاری‌ها همت گمارد.

• **واژه‌های کلیدی:** طول یک دوره راه رفتن، طول گام، پهناهای گام، زاویه پا، سرعت راه رفتن.

۱- دانشیار دانشگاه شهید چمران اهواز
۲- استادیار دانشگاه شهید چمران اهواز
۳- کارشناس ارشد تربیت بدنی