

دانشگاه پیام نور تهران

پایان نامه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

موضوع :

بررسی و مقایسه میزان شیوع برخی ناهنجاریهای قامتی دانش آموزان پسر راهنمایی
شهر برازجان و ارتباط آن با برخی متغیرهای وضعیتی و عاداتی

استاد راهنما :

دکتر آذر آقاییاری

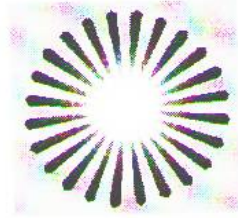
استاد مشاور :

دکتر ژاله معماری

دانشجو :

احمد قاسمی

اردیبهشت ۱۳۹۰



Payame noor university of Tehran

Master of art thesis, physical education and sport sciences

Subject:

To Study and to comparison , the rate of out breaking some Boy students structure abnormalities in guidance school in Borajan city and relation of it with several custom and positional variants

Advisor master:

Dr. Azar Aghyari

Consultor master:

Dr. zhale mamari

Student :

Ahmad ghasemi

Ordibehesht(may)1390

تشکر و قدردانی :

ستایش مخصوص خدایی است که توان تفکر و تعقل را به بنده خویش عطا فرمود . نیروی جهد و کوشش را به او بخشید و جهان را به زینت قلم آراست . حال که با عنایت خداوند متعال این پژوهش به پایان رسیده است ، بر خود واجب می دانم که به سهم خویش تشکر قلبی خود را نسبت به کسانی که به نوعی در انجام این پژوهش ، اینجانب را یاری نموده اند ابراز نمایم . از سرکارخانم دکتر آذر آقاییاری که با صبر و حوصله ، راهنماییها و نقطه نظرات ارزنده و حکیمانه خویش در تنظیم و ارائه پایان نامه اینجانب را یاری داده اند ، تشکر و قدر دانی می نمایم . همچنین از سرکار خانم دکتر ژاله معماری که در هر چه بهتر نمودن کار تحقیق مرا یاری کردند و همچنین از کلیه کسانی که در هر مراحل مختلف انجام این تحقیق به نوعی به من کمک کرده اند ، تشکر و قدردانی می نمایم . از همکارانم ، بویژه آقای عبدالله آزاد ، هادی پاک نیت ، علیمراد باباعلی ، غلامرضا نگهبان ، مهرباب بنافی و احمد آذربان که در طول اندازه گیری های مختلف با صبر ، حوصله و با دقت مرا یاری کردند ، تشکر می نمایم .

چکیده :

این تحقیق به بررسی و مقایسه وضعیت ستون فقرات در پسران دانش آموز در سطح مدارس راهنمایی شهر برازجان پرداخته است. نمونه آماری تحقیق شامل ۱۳۵ دانش آموز در دامنه سنی ۱۵-۱۲ سال است. نحوه ی گزینش آزمودنی ها به روش نمونه گیری خوشه ای انجام شد. جمع آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه و معاینه صورت گرفته است. پرسشنامه شامل اطلاعات مربوط به عادات و رفتارهای حرکتی، فعالیت ورزشی و اطلاعات بالینی است. روایی و پایایی آن توسط چندتن از اساتید متخصص محاسبه شده است ($a = .88$). در فرم معاینه ابتدا قد، وزن تعیین شد، سپس از آزمون نیویورک برای ارزیابی وضعیت ستون فقرات استفاده شد، در این روش آزمودنی ها بدون داشتن پوشش در بالا تنه در پشت صفحه شطرنجی ایستاده و وضعیت ستون فقرات آنها از نمای جانبی برای تشخیص ناهنجاری سر به جلو، کیفوز پشتی و لوردوز کمری مورد ارزیابی قرار گرفت. داده های جمع آوری شده با استفاده از روش های آمار توصیفی و استنباطی (آزمون t مستقل و ضریب همبستگی پیرسون) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت، در این تحقیق بیشترین میزان ناهنجاری مربوط به لوردوز ۹/۰۳۴ درصد است، همچنین میزان ناهنجاری سر به جلو ۵/۳۲ درصد، کیفوز ۲۲/۲۲ درصد بوده است.

مهمترین نتایج تحقیق حاضر عبارتند از :

۱. بین سن و میزان ناهنجاری های قامتی سر به جلو و لوردوز در دانش آموزان رابطه معنی داری وجود ندارد.
۲. بین سن و میزان ناهنجاری های قامتی کیفوز در دانش آموزان رابطه معنی داری وجود دارد.
۳. میانگین ناهنجاریهای سر به جلو و لوردوز و نوع عادت تکلیف درسی به طور معنی داری متفاوت است.
۴. میزان ناهنجاری قامتی کیفوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درس آن ها متفاوت نیست.
۵. میزان ناهنجاری های قامتی سر به جلو و لوردوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت خوابیدن آن ها متفاوت است.

۶. میزان ناهنجاری قامتی کیفوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت خوابیدن آن ها متفاوت نیست .

۷. میزان ناهنجاریهای قامتی سر به جلو، کیفوز و لوردوز در دانش آموزان بر حسب نحوه ی حمل کیف آن ها متفاوت است.

۸. بین میزان ناهنجاریهای قامتی سر به جلو، کیفوز و لوردوز در دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود دارد.

واژه کلیدی : ناهنجاری - لوردوز - سر به جلو - کیفوز

Abstract

The research is studying and comparing Boy students spinal column position in guidance school of Borazjan . the research samples consist of 135 students between 11-15 old years. way of choicing teats done by aciniform samleing way. Collecting date has done by questionnaires and exam and inspection .questionnair is consist of information about dynamic, customs and behaviours sportive activity and clinical information . at first inspection form was determined length and weight then was used of Newyork test to evaluate spinal column position , in the way , the tester stand back of postuer screen with out covering and evaluated their spinal column .from side view to recognize abnormalty head front , kyphosis and lordosis .collected datas analyzed by using of descriptive and inferentia statistics ways(independent t test and pierson correlation coefficient). In the research most abnormalty is about lordosis which is 34/04 percent also rate of abnormalty head front 32/5 percent and kyphosis 22/22 percent .

۱-۱) مقدمه	۲
۲-۱) بیان مسئله	۳
۳-۱) ضرورت و اهمیت تحقیق	۴
۴-۱) اهداف تحقیق.....	۶
۱-۴-۱) هدف کلی	
۲-۴-۱) اهداف اختصاصی	
۵-۱) فرضیه های تحقیق.....	۸
۱-۶-۱) روش انجام تحقیق.....	۹
۱-۷-۱) جامعه آماری و شیوه گزینش نمونه ها	۹
۱-۸-۱) ابزار و روشهای گرد آوری اطلاعات.....	۱۰
۱-۹-۱) روشهای تجزیه و تحلیل اطلاعات.....	۱۱
۱-۱۰-۱) محدودیت های تحقیق	۱۱
۱-۶-۱) محدودیت های قابل کنترل	
۲-۶-۱) محدودیت های غیر قابل کنترل	
۱-۷-۱) تعریف علمی واژه ها واصطلاحات تحقیق	۱۲

۱۷	۱-۲) مقدمه
۱۷	۲-۲) ستون فقرات
۲۳	۳-۲) حرکات ستون فقرات
۲۶	۴-۲) خصوصیات کلی مهره ها
۲۸	۵-۲) نقش انحنا های ستون فقرات
۲۹	۶-۲) نقش عضلات و رباطهای ستون فقرات
۳۳	۷-۲) وظایف ستون فقرات
۳۴	۸-۲) ساختمان لگن
۳۵	۹-۲) وضعیت مطلوب بدن
۳۹	۱۰-۲) تستهای ارزیابی وضعیت بدنی
۴۷	۱۱-۲) ناهنجاریهای وضعیتی ستون فقرات
۵۵	۱۲-۲) گزیده چند تحقیق از محققین داخل کشور
۶۱	۱۳-۲) چند تحقیق از محققین خارج از کشور
۶۴	۱۴-۲) جمع بندی تحقیقات انجام شده

۶۷	۱-۳) مقدمه
۶۷	۲-۳) روش تحقیق
۶۷	۳-۳) جامعه آماری

۶۷	۳-۴) نمونه های آماری ونحوه گزینش آنها
۶۹	۳-۵) متغیرهای تحقیق
۶۹	۳-۶) ابزار های اندازه گیری
۷۳	۳-۷) روش جمع آوری اطلاعات
۷۶	۳-۸) روش آماری وشيوه تجزيه وتحليل اطلاعات

صفحه

فصل چهارم : تجزيه وتحليل يافته های تحقیق

۷۹	۴-۱) مقدمه
۷۹	۴-۲) بخش اول (تحليل اطلاعات حاصل از پرسشنامه و فرم ارزیابی ستون فقرات)
۹۳	۴-۳) بخش دوم (آزمون فرضیه ها)

صفحه

فصل پنجم : بحث ونتیجه گیری

۱۰۸	۵-۱) مقدمه
۱۰۸	۵-۲) خلاصه و نتایج تحقیق
۱۱۰	۵-۳) بحث ونتیجه گیری
۱۲۲	۵-۴) پیشنهادات
۱۲۵	منابع

ضمائم:

۱۳۱	پیوست ۱ پرسشنامه تحقیق
۱۳۲	پیوست ۲ فرم رضایت اولیاء وسرپرستان
۱۳۳	پیوست ۳ برگه ی معاینه و بررسی وضعیت بدنی

فهرست جداول

جدول ۱-۱ تعداد دانش آموزان مدارس مورد تحقیق و تعداد نمونه ها

جدول ۲-۳ خلاصه ای از وضعیت مهره های ستون فقرات

جدول ۲-۳ مقایسه قدرت بدنه مهره ها و سن

جدول ۲-۲ عملکرد ستون فقرات در بدن انسان

جدول ۴-۱: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب سن

جدول ۴-۲: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب پایه تحصیل

جدول ۴-۳: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب وضعیت بدن در هنگام انجام تکالیف

جدول ۴-۴: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب عادت خوابیدن

جدول ۴-۵: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب نحوه ی حمل کیف

جدول ۴-۶: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب ورزشکار بودن یا نبودن

جدول ۴-۷: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب اندازه قد

جدول ۴-۸: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب اندازه وزن

جدول ۴-۹: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب میزان ناهنجاری قامتی سر به جلو

جدول ۴-۱۰: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب میزان ناهنجاری قامتی کیفوز

جدول ۴-۱۱: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب میزان ناهنجاری قامتی لوردوز

جدول ۴-۱۲: رابطه بین سن و میزان ناهنجاری های قامتی سر به جلو در دانش آموزان

جدول ۴-۱۳: رابطه بین سن و میزان ناهنجاری های قامتی کیفوز در دانش آموزان

جدول ۴-۱۴: رابطه بین سن و میزان ناهنجاری های قامتی لوردوز در دانش آموزان

جدول ۴-۱۶: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی سر به جلو در دانش آموزان بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درسی

جدول ۴-۱۷: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی کیفوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درسی

جدول ۴-۱۸: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی لوردوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درسی

جدول ۴-۱۹: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی سر به جلو در دانش آموزان بر حسب نوع عادت خوابیدن

جدول ۴-۲۰: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی کیفوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت خوابیدن

جدول ۴-۲۱: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی لوردوز در دانش آموزان بر حسب نوع عادت خوابیدن

جدول ۴-۲۲: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی سر به جلو در دانش آموزان بر حسب نحوه حمل کیف

جدول ۴-۲۳: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی کیفوز در دانش آموزان بر حسب نحوه حمل کیف

جدول ۴-۲۴: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی لوردوز در دانش آموزان بر حسب نحوه حمل کیف

جدول ۴-۲۵: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی سر به جلو در دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار

جدول ۴-۲۶: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی کیفوز در دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار

جدول ۴-۲۷: مقایسه میانگین ناهنجاری قامتی لوردوز در دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار

فهرست شکلها

شکل ۱-۲ انحناهای طبیعی ستون فقرات

شکل ۲-۲ مهره های اطلس واکسیس اولین و دومین مهره گردنی

شکل ۳-۲ مهره پشتی و محل اتصالات مهره ای و دنده ها و زائده شوکی بلند آن

شکل ۴-۲ نمایشی از مهره کمری

شکل ۵-۲ انحناهای طبیعی ستون فقرات از نمای پشت و پهلو

شکل ۶-۲ ساختمان کلی مهره ستون فقرات

شکل ۷-۲ لیگامنت های اصلی بدن

شکل ۸-۲ نمایش دو استخوان لگن و مفاصل آن با قسمت های دیگر ستون فقرات

شکل ۹-۲ عبور خط شاقولی از نمای پهلو

شکل ۱۰-۲ چگونگی تقسیم وزن در زمانی که خط شاقولی درست از وسط دو پا فرود آید (B) و زمانی

که خط شاقولی از راستای طبیعی خود منحرف شود (A)

شکل ۱۱-۲ طریقه ایستادن در کنار صفحه شطرنجی از نمای پهلو و جلو

شکل ۱۲-۲ صفحه شطرنجی و خط شاقولی

شکل ۱۳-۲ طریقه اندازه گیری با اسپاینال موس

شکل ۱۴-۲ تشخیص ناهنجاری های ستون فقرات به روش کاپ

شکل ۱۵-۲ نمایش ناهنجاری سر به جلو نسبت به خط شاقولی

شکل ۱۶-۲ نمایش ناهنجاری کیفوز

شکل ۱۷-۲ مقایسه انحنای طبیعی و غیر طبیعی ستون فقرات در ناحیه کمری

شکل ۱۸-۲ نمایشی از عضلات قدامی و خلفی ستون فقرات

شکل ۱-۳ طریقه قرار گرفتن آزمودنی در پشت صفحه شطرنجی

شکل ۳-۲ محل قرار گیری آزمودنی در پشت صفحه شطرنجی

شکل ۳-۳ محل قرار گیری محقق در جلو صفحه شطرنجی

شکل ۳-۴ عبور خط شاقولی و تشخیص عارضه سر به جلو با تست نیویورک و درجه شدت عارضه

شکل ۳-۵ عبور خط شاقولی و تشخیص عارضه کیفوز با تست نیویورک و درجه شدت عارضه

شکل ۳-۶ عبور خط شاقولی و تشخیص عارضه لوردوز با آزمون نیویورک و درجه شدت عارضه

نمودار

نمودار ۴-۱: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب سن

نمودار ۴-۲: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب پایه تحصیلی

نمودار ۴-۳: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب وضعیت بدن در هنگام انجام تکالیف درسی

نمودار ۴-۴: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب وضعیت بدن در هنگام تماشای تلویزیون

نمودار ۴-۵: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب عادت خوابیدن

نمودار ۴-۶: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب نحوه ی حمل کیف

نمودار ۴-۷: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب ورزشکار بودن

نمودار ۴-۸: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب اندازه قد

نمودار ۴-۹: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب اندازه وزن

نمودار ۴-۱۰: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب میزان ناهنجاری سر به جلو

نمودار ۴-۱۱: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب میزان ناهنجاری کیفوز

جدول ۴-۱۲: توزیع فراوانی آزمودنی ها بر حسب میزان ناهنجاری لوردوز

فصل اول

طرح تحقیق

۱-۱ مقدمه

انتظاراتی که در قرن حاضر، خصوصاً در جامعه کنونی ما از تربیت بدنی و ورزش وجود دارد، بسیار فراتر از تنها تربیت چند قهرمان ورزشی و بالابردن نام و افتخار ملتها است، هرچند که آن هم به نوبه خود ارزشمند است، اما انسان در هر سنی با توجه به تأثیرات محیطی و استعدادهای ذاتی، از نظر بدنی و روانی در حال تغییر است، و چه بسا بسیاری از تغییرات روانی در اثر مستقیم تغییرات شکل‌های بدنی و حرکت ایجاد می‌شود. و این مسئله در سنین پائین که دانشمندان منشأ یادگیریهای انسان را برپایه حرکتی و بازی می‌دانند، بسیار آشکارتر است. خوشبختانه علوم تربیت بدنی و ورزش در حال حاضر با توسعه روزافزونی که در زمینه بهداشت و تندرستی داشته، در شناسایی و پیشگیری بسیاری از عوارض جسمانی و روانی انسان، با وجود علومی همچون فیزیولوژی ورزشی، بیومکانیک ورزشی و حرکات اصلاحی و معلولین و... گامهای استوار و مفیدی برداشته است. در هر منطقه جغرافیایی با توجه به فرهنگ اجتماعی و اقلیمی، ناهنجاریها و عوارض خاصی ممکن است، در انسان مشاهده شود، که اگر در سنین پائین تر شناسایی شوند، اغلب با حرکات و الگوهای رفتاری خاصی که می‌تواند توسط مربیان و کارشناسان متخصص تربیت بدنی ارائه شوند، بدون استفاده از دارو و درمان‌های پزشکی اصلاح شوند. لیکن قبل از هرچیز، شناسایی دقیق و حساب شده این عوارض در هر سن و جنس و منطقه خاصی، توسط محققین امری بدیهی به نظر می‌رسد. تا پس از آمارگیری و علت‌یابی آنها، راهکارها و پیشنهادهای جهت پیشگیری و درمان آنها از طریق معلمان دلسوز تربیت بدنی و مراکز خاص هنجاریابی جسمانی ارائه شود. (۲)

بنابراین هدف رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی بهبود کیفیت زندگی انسان است، که از فعالیت بدنی و ورزشی حاصل می شود. بی شک تندرستی مهمترین سرمایه انسان است. امروزه نقش ورزش در کاهش ناهنجاری های روانی و تعادل اجتماعی و تامین تندرستی آدمی بیش از پیش آشکار شده است (۱).

۲-۱) بیان مسئله

یکی از مشکلاتی که برخی از جوامع با آن رو به رو هستند، وجود برخی ضعف ها و ناهنجاری های قامتی در اندامهای مختلف بدن و نیز در ساختار اسکلتی اندام هاست، که مشکلات جسمی، روانی و اجتماعی را به دنبال دارد. شاید بتوان گفت فقر حرکتی^۱ یکی از مهم ترین عوامل ایجاد ضعف و اختلال باشد. شجاعی کاون (۱۳۷۹) در تحقیقی تحت عنوان بررسی ناهنجاری های ستون فقرات دانش آموزان پسر ۱۵-۱۱ ساله مقطع راهنمایی شهرستان ساری ذکر کرد که ۸۹/۲۱ درصد از آزمودنی ها دارای وضعیت بدنی غیر طبیعی هستند، و ۱۰/۷۸ درصد وضعیت بدنی طبیعی دارند (۲۰). در سال ۱۹۸۷ در تحقیقی که توسط توکر^۲ در مورد قدرت عضلات و بهداشت روانی انجام شد، مشخص شد افراد مزومرف نسبت به افراد اکتومورف و اندومورف اضطراب و عصبانیت کمتری از خود نشان می دهند و همچنین افراد راست قامت عموماً اعتماد به نفس بیشتری در خود احساس می نمایند و افرادی که دارای مشکل احساسی و ذهنی هستند، اساساً دارای سطح آمادگی جسمانی پایینی هستند (۴). مطالعات بسیاری نشان داده اند، که با شناخت

^۱ - hypokinetic

^۲ - touke

زود هنگام ناهنجاریهای قامتی از قبیل کیفوز، سر به جلو و لوردوز که در سنین نوجوانی شیوع دارند می توان از پیشرفت آنها و ظهور تغییر شکل های شدید جلو گیری کرد. این نکته به خصوص در مورد کیفوز واسکولیوز ایدیوپاتیک مطرح است، که بروز این ناهنجاریها در سنین رشد مشکلات شدید قلبی - تنفسی برای بیمار فراهم آورده و نرخ میرایی را افزایش می دهد (۳). در تحقیقی که توسط پاکرز و لین (۲۰۰۶) در باره تاثیر عوامل محیطی بر ستون فقرات انجام شد، عنوان کردند، که بین درد و حمل کیف های مدرسه در دانش آموزان همبستگی وجود دارد. در این تحقیق بیشتر آزمودنی ها دردشانه و ترکیبی از شانه و دیگر قسمت های بدن را تجربه کرده اند. نوع کیف مدرسه، طریقه حمل، وزن او، مدت زمان که آن را حمل می کند با درد ارتباط دارد (۳۵). به طور کلی عواملی چون عادات غلط وضعیتی، حمل وسایل با یک دست به طور دائم، بلند کردن اشیاء سنگین، میز و صندلی، نوع خوابیدن، نحوه نشستن و غیره بر وضعیت بدنی دانش آموزان و بروز ناهنجاری در آنها اثر گذار می باشد (۲۶). بنابراین بررسی ها و تحقیقات نشان دهنده وجود تغییر شکلهای بدنی در بین دانش آموزان، ورزشکاران و به ویژه نوجوانان و جوانان است، این تغییر شکلهای که معمولاً شدید نیست با یکسری تمرینات ساده قابل اصلاح خواهد بود، از این رو آشنایی با حرکات اصلاحی برای این گونه افراد امری ضروری است در تحقیقی که کریمی (۱۳۸۰) انجام داد، ۷۳/۲۶ درصد از آزمودنیها دارای زوایای غیر طبیعی کیفوز و ۳۰/۰۴ درصد دارای زوایای غیر طبیعی لوردوز بودند (۴).

بنابراین هدف اساسی اقدام پژوهشی بررسی، شناسایی، تبیین، حل مسئله است که از نتایج آن برای حل مسائل خاص در موقعیت های معین استفاده شود (۵).

با توجه به تنوع ناهنجاریهای مشاهده شده در ستون فقرات در جوامع مختلف و اهمیت مساله، پژوهش حاضر درصدد پاسخ به سوالات زیر است: بررسی و مقایسه میزان شیوع برخی ناهنجاریهای قامتی در بین دانش آموزان پسر راهنمایی شهر برازجان با برخی متغیرها وضعیتی است. و همچنین افزایش سن در بروز ناهنجاریهای قامتی تاثیر دارد؟ طراحی و اجرا می شود.

۱-۳) ضرورت انجام تحقیق

سالهاست که شناخت عوارض و ناهنجاری های جسمی و حرکتی انسان و علت یابی و چگونگی برخورد و اصلاح آنها، نظر دانشمندان را به خود معطوف داشته است. از طرفی با روند رشد صنعتی و تکنولوژی قرن حاضر و در پی آن کاهش دخالت دست نیروی انسان در انجام امور، عوارض و بیماری هایی که به علت کم تحرکی و کاهش کاربرد نیروی انسان مشاهده می شود، رو به فزونی است. بنا به موقعیت های جغرافیایی و اقلیمی خاص هر منطقه و فرهنگ اجتماعی و رفتاری ویژه انسان در هر سن، عوارض احتمالی خاصی امکان ظهور می یابند که شناسایی دقیق و علمی آنها و سپس شناخت رابطه بین ناهنجاریها با دیگر فاکتورهای اثر گذار از طریق پژوهشهای این چنینی، می توان در هدایت و برنامه ریزیهای صحیح تربیتی، پرورشی و خدماتی و ارائه پیشنهادات و حرکات اصلاحی با تاکید بر فعالیت های ورزشی، ضمن کاهش عوارض و ناهنجاریهای مزبور، در ایجاد جامعه ای سالم و با نشاط مسولین و اولیای امر را یاری نمود (۲). قران کریم نیز در سوره توبه آیه ۱۲۲ در مورد علم و تحقیق می فرماید: (وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً فَلَوْلَا نَفْرَمَن كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَ لِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ) و نتواند مومنان که همگی به

سفر روند . چرا ، از هر گروه دسته ای به سفر نرود تا دانش دین خویش را بیاموزد و چون بازگشتند مردم خود را هشدار دهند ، باشد که از زشتکاری حذر کنند(۱۳) .

در زمینه عوامل محیطی در شیوع ناهنجاری ها در افراد ، یکی کیف های مدرسه است، که در خارج از کشور تحقیقات گسترده انجام شده است ، که در شیوع تغییر شکل های بدنی در بین دانش آموزان تاثیر به سزایی دارد، این تغییر شکل ها که معمولا شدید نیست با یکسری تمرینات ساده قابل اصلاح خواهد بود . یکی از وظایف مهم تربیت بدنی آموزش صحیح انجام فعالیت های روزمره به افراد است (۵) .

از آنجا که لازمه توسعه و پیشرفت هر از یک علوم وابسته به تحقیقاتی است، که در آن علوم انجام می شود . لذا تربیت بدنی نیز از این قاعده مستثنی نیست . هدف حرکات اصلاحی که یکی از گرایش های تربیت بدنی است ، در گام نخست شناسایی و تشخیص میزان و درجه هر یک از عوارض و ناهنجاریهای در گروههای سنی مختلف بویژه نوجوانان و جوانان است چرا که اصلاح ناهنجاریها در این سنین به خاطر انعطاف پذیر بودن آنها بسیار آسان است، چه بسا که اصلاح در سنین بالاتر غیر ممکن و گاهی به عمل جراحی و هزینه های هنگفتی نیاز دارد . ناهنجاری هایی مانند کیفوز، اسکولیوز و لوردوز باعث کاهش ظرفیت تنفسی ظرفیت حیاتی و درد های قفسه سینه می شود . که به نوبه خود به قلب و ریه های فشار وارد می کند(۴) . بنابراین بر خود لازم دیده ام با توجه به شغل دبیری تربیت بدنی این عنوان را برای پایان نامه خود انتخاب کنم، تا توجه دانش آموزان، مربیان، معلمان و مدیران را نسبت به اهمیت موضوع بیشتر معطوف کنم . از این رو تحقیق

حاضر درصدد افزایش آگاهی و اطلاعات در زمینه ناهنجاریهای ستون فقرات بوده تا از این طریق گامی هر چند کوچک، جهت پیشگیری از ناهنجاریهای قامتی برداشته و به دانش آموزان، ورزشکاران و مربیان اطلاعات مفیدی در این زمینه ارائه می کند، و امید می رود که بتوان از نتایج آن در جهت بهبود وضعیت صحیح جسمانی دانش آموزان و به تبع آن داشتن افرادی سالم برای جامعه اسلامی استفاده نمود. چرا که پیشگیری آسان تر از درمان است.

۱-۴) اهداف تحقیق

۱-۴-۱) هدف کلی

- بررسی و مقایسه میزان شیوع برخی ناهنجاریهای قامتی دانش آموزان پسر راهنمایی شهر برازجان با برخی متغیرهای وضعیتی و عاداتی

۱-۴-۲) اهداف اختصاصی

۱. بررسی ارتباط بین میزان شیوع ناهنجاری قامتی سر به جلو، با افزایش سن در دانش آموزان
۲. بررسی ارتباط بین میزان شیوع ناهنجاری قامتی کیفوز، با افزایش سن در دانش آموزان.
۳. بررسی ارتباط بین میزان شیوع ناهنجاری قامتی لوردوز، با افزایش سن در دانش آموزان.
۴. بررسی میزان تفاوت شیوع ناهنجاری قامتی سر به جلو، بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درسی دانش آموزان.
۵. بررسی میزان تفاوت شیوع ناهنجاری قامتی کیفوز، بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درسی دانش آموزان.
۶. بررسی میزان تفاوت شیوع ناهنجاری قامتی لوردوز، بر حسب نوع عادت انجام تکالیف درسی دانش آموزان