

رابطه زمان فعالیت‌های کم‌تحرک با سطح فعالیت بدنی و برخی عوامل جسمانی دختران دبستانی مدارس دولتی و غیردولتی شهرستان رشت
سکینه سجودی جورکویه

چکیده

چاقی یکی از مشکلات عمده سلامتی در تمام گروه‌های سنی از جمله کودکان می‌باشد. هدف از تحقیق حاضر، بررسی رابطه زمان فعالیت‌های کم‌تحرک با سطح فعالیت بدنی و برخی عوامل جسمانی دختران دبستانی مدارس غیرانتفاعی و دولتی شهرستان رشت بود.

برای این منظور، تعداد ۳۰۰ نفر از دانش‌آموزان دبستان‌های دولتی و ۲۰۰ نفر از مدارس غیرانتفاعی شهرستان رشت به روش غیرتصادفی انتخاب و در تحقیق شرکت کردند. ابزار گردآوری اطلاعات، شامل فرم پرسش‌نامه RAPA برای به دست آوردن میزان فعالیت بدنی و پرسش‌نامه خود گزارشی در مورد ساعات اختصاص یافته فعالیت‌های کم‌تحرک مثل تماشای تلویزیون، بازی، کامپیوتری و موبایل، گوش دادن به موسیقی و... در سه روز هفته (یک روز تعطیل و ۲ روز کاری) بود. همچنین شاخص‌های درصد چربی بدن، وزن بدون چربی، BMI و فشارخون سیستول و دیاستول نیز اندازه‌گیری شد. در تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار تو صیفی استفاده شد و طبیعی بودن توزیع داده‌ها از طریق آزمون کالموگراف اسمیرنوف بررسی شد. از روش‌های آماری همبستگی اسپیرمن و برای مقایسه دو گروه از روش آماری خی دو استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد زمان فعالیت‌های کم‌تحرک با فعالیت بدنی در هر دو مدارس دولتی و غیرانتفاعی رابطه معکوس و ضعیف تا متوسط داشت. همچنین شاخص توده بدنی، درصد چربی بدن و فشارخون سیستول در هر دو مدارس رابطه مستقیم و ضعیف تا متوسطی با زمان فعالیت‌های کم‌تحرک داشتند ($p=0/05$). در حالی که با فشار خون دیاستول در مدارس دولتی و غیرانتفاعی رابطه‌ای نداشت ($p=0/05$). نتایج دیگر این مطالعه حاکی از آن است که بین مدارس دولتی و غیرانتفاعی دو شاخص فعالیت بدنی و شاخص توده بدنی تفاوت معنی‌داری وجود داشت ($P \leq 0/05$) در حالی که زمان فعالیت‌های کم‌تحرک بین این دو مدرسه اختلافی نداشت.

نتیجه‌گیری: درصد چربی بدن، فشار خون سیستول و BMI با زمان فعالیت‌های کم‌تحرک ارتباط مثبت و معنی‌دار داشتند. از دیگر نتایج این مطالعه وجود تفاوت معنی‌دار در فعالیت بدنی و شاخص توده بدنی در بین مدارس دولتی و غیر انتفاعی بود.

لغات کلیدی: فعالیت‌های کم‌تحرک، فعالیت بدنی، عوامل جسمانی، دختران دبستانی