

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

سکینه سجودی جورکوبه *، 63،

1395-6-28

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 300 نفر از دانش‌آموزان دبستان‌های دولتی و 200 نفر از مدارس غیرانتفاعی شهرستان رشت به روش غیرتصادفی انتخاب و در تحقیق شرکت کردند. ابزار گردآوری اطلاعات، شامل فرم پرسش نامه RAPA برای به دست آوردن میزان فعالیت بدنی و پرسش نامه 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 2 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 معنی داری 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.

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

