

## بررسی حرکات اصلاحی و طراحی ابزار های کمکی برای بهبود ناهنجاری های اسکلتی در دانش آموزان دوره ی ابتدایی

رضا خدادادی<sup>۱</sup>، محمد رضانی قیصار<sup>۲</sup>، سیده فرزانه خراشادی زاده<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی کارشناسی رشته آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید باهنر بیرجند، [Rezakh9621@gmail.com](mailto:Rezakh9621@gmail.com)

<sup>۲</sup>دانشجوی کارشناسی رشته آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید باهنر بیرجند، [m.r.gheysar79@gmail.com](mailto:m.r.gheysar79@gmail.com)

<sup>۳</sup>دانشجوی کارشناسی رشته آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس بنت الهدی فردوس، [f.khorashadiiii@gmail.com](mailto:f.khorashadiiii@gmail.com)

### چکیده

فعالیت های کاری و بدنی روزمره است، تا حدودی از زندگی ما، جامعه و تا حد زیادی از زندگی فرزندان ما حذف شده است. (درتاج و فیروز آبادی، ۱۳۹۸).

دوران کودکی، بلوغ و اوایل نوجوانی زمان مناسبی جهت شکل گیری اندامی متناسب است که از طریق بازی ها و ارتباطات تعاملی حاصل می شود (پاین و آیزیک<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). همچنین باید تأکید کرد که در رشد فعال در کودکان، ضروری است تا اصول دقیقی از مهارت های ورزشی و حرکتی را مد نظر قرار داد که سواد بدنی نام دارند. سواد بدنی رشد مهارت های بنیادین حرکتی و ورزشی است که به کودک اجازه می دهد تا با انگیزه، اعتماد به نفس و کنترل در طیف وسیعی از پویایی های بدنی و ورزشی حرکت کند و در قبال شرایط محیطی موجود واکنش مناسب نشان دهند (ترمپلی و لوید<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰). شرکت در فعالیت های بدنی و رقابت های جسمانی به رشد مهارت های حرکتی بنیادین، کسب آمادگی بدنی و بهبود ترکیب بدن می انجامد (والدی و گابارد<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸).

کیفیت چگونگی وضعیت بدنی انسان از اهمیت خاصی در زندگی بشر برخوردار است؛ چرا که تغییرات دگرگونی های مثبت و منفی ناشی از این امر سایر شرایط انسان را تحت تأثیر قرار می دهد پیامدهای ناشی از وضعیت بدنی غیر صحیح به حدی گسترده است که در ابعاد جسمی، روحی، اقتصادی، و اجتماعی

شیوع نسبتا زیاد میزان ناهنجاری های ساختاری و همچنین اهمیت تشخیص به موقع این ناهنجاری ها در پیشگیری از بروز آسیب های بعدی در افراد هر جامعه امری ضروری به نظر می رسد. هدف تحقیق حاضر بررسی میزان شیوع ناهنجاری های اسکلتی عضلانی در دانش آموزان دوره ابتدایی و بهبود آن از طریق ساخت و طراحی ابزار کمکی است. مطالعه و مقاله پیش رو به روش کتابخانه ای و مروری صورت گرفته است و سعی شده است با بررسی و مطالعه اسناد پیشین و دسته بندی اطلاعات حاصل یک جمع بندی کلی از آنها به منظور عملکرد بهتر در طراحی ابزار و کنترل بهتر این ناهنجاری ها داشته باشیم. نتایج تحقیق حاضر حاکی از شیوع نسبتا بالای ناهنجاری های سر به جلو در میان دانش آموزان است که باید در وهله اول این افراد در زمان مقرر شناسایی شوند و سپس نسبت به حل مشکلات آنها با استفاده از ابزار کمکی یا راهکار های دیگر اقدام کرد.

**کلید واژه :** ابزار کمکی، بدن، حرکت اصلاحی، دانش آموزان ابتدایی، ناهنجاری اسکلتی

### ۱. مقدمه

در جامعه امروزی همه نوع دسترسی به فناوری و رفاه برای اکثر افراد جامعه فراهم شده است. در کنار این فزونی و کثرت رفاه و سرگرمی های ناشی از پیشرفت فناوری، بسیاری از عادت های نیک و پسندیده از جمله فعالیت فیزیکی و بازی، وضعیت های بدنی استوار (راست قامتی) و فیزیک بدنی متناسب که ناشی از

<sup>1</sup>Pine and Isaac

<sup>2</sup>Templey and Lloyd

<sup>3</sup>Valadi and Gabard