



بررسی میزان ترکیب بدن با تماشای تلویزیون و انجام بازی های رایانه ای در دانش آموزان پسر ۷-۸ ساله چاق و کم وزن شهر یزد

حاجی صادقی هما^۱، صادقیان شاهی محمدرضا^۲، ملانوری شمسی مهدیه^۳

۱- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تفت ۲- استادیار دانشکده علوم انسانی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه یزد ۳- استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه الزهرا تهران

1-homa_mhx@yahoo.com

مقدمه:

رشد روز افزون بازی های رایانه ای و برنامه های تلویزیونی طی دو دهه ی اخیر منجر به آن شده است که دانش آموزان و کودکان اوقات زیادی را به این گونه سرگرمی ها اختصاص دهند و در نتیجه مدت زمان اختصاص یافته برای فعالیت بدنی کاهش یافته است. این مسئله یکی از دلایل شیوع چاقی در دوران کودکی می باشد.

روش شناسی:

در این پژوهش تعداد ۹۰ نفر از پسران دبستانی ۷ تا ۸ ساله چاق و کم وزن شهر یزد به عنوان آزمودنی انتخاب شدند و با استفاده از پرسشنامه فعالیت بدنی استاندارد (Pre-PAQ) ارتباط بین میزان تماشای تلویزیون و استفاده از بازی های رایانه ای با BMI و LBM سنجیده و در نهایت با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی مورد بررسی قرار گرفت.

یافته ها:

نتایج حاکی از این بود که BMI و LBM ارتباط معناداری با میزان تماشای تلویزیون و استفاده از بازی های رایانه ای پسران ۷ تا ۸ ساله چاق و کم وزن دبستانی شهر یزد نشان ندادند.

نتیجه گیری:

اگرچه بر اساس یافته های حاضر، چنین نتیجه گیری می شود که میزان تماشای تلویزیون و استفاده از بازی های رایانه ای، ارتباط معناداری با BMI و LBM در پسران ۷ تا ۸ ساله چاق و کم وزن دبستانی شهر یزد ندارد، اما جهت یک نتیجه گیری جامع تر و دقیق تر، انجام پژوهش های بیشتر با تعداد آزمودنی بیشتر به همراه دخیل نمودن دیگر متغیرهای اثرگذار می تواند کمک کننده باشد.

واژگان کلیدی: تماشای تلویزیون، بازی های رایانه ای، ترکیب بدن، چاق، کم وزن

منابع:

۱. بروغنی، م. ۱۳۸۹، «بررسی شاخص توده بدنی و فعالیت بدنی در دانش آموزان پسر ۱۴-۱۱ ساله شهر خوشاب»، فصلنامه دانش و تندرستی، ۳-۲: ۱۲-۱۸.
۲. رحمانی نیا، ف. ۱۳۸۹، «بررسی میزان تماشای تلویزیون و انجام بازی های رایانه ای پسران چاق و کم وزن و رابطه آن با آمادگی جسمانی، سطح فعالیت بدنی و ترکیب بدنی»، نشریه علوم زیستی ورزشی، ۵: ۹۴-۷۱.
۳. شاهقلیان، ن. آیین، ف. دریس، ف. ۱۳۸۰، «تعیین صدک نمود (BMI) و برخی فاکتورهای خطر آفرین چاقی در کودکان دبستانی ۷-۱۲ سال استان چهارمحال بختیاری»، مجله دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد، ۴: ۴۸-۴۲.
4. Amy, G.B., and smith, C. (2003). "fitness, dietary intake, and body mass index in urban native American youth". J Am Diet Assoc 103(9); PP:829-835.