

ملخص البحث

يهدف البحث إلى التعرف على تصميم برنامج التثبيت البطئ العكسي ومعرفة تأثيره على خلل الإنحناء الجانبي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، وعلى تنمية وإطالة عضلات الظهر (جهه الإنحناء)، وتقوية عضلات الظهر (العضلات المقابلة للإنحناء).

افترض الباحث ان هناك تأثير إيجابي وبدلالة إحصائية في تحسن قوه الظهر العضلية جهه التحذب، وتنمية وإطالة عضلات الظهر جهه التقعر عند أداء برنامج التثبيت البطئ العكسي. إستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو تصميم القياس القبلي-البعدي لمجموعة واحدة. وقد اختار الباحث المجتمع بالطريقة العمدية من تلاميذ المرحلة الإعدادية المصابين بالإنحناء الجانبي من الدرجة الثانية، وقد بلغ عددهم (٣٠) تلميذ، توصل الباحث إلى أن برنامج التثبيت البطئ العكسي له تأثير على توازن العضلات العاملة علي فقرات العمود الفقري المصابة بالإنحناء الجانبي. وعلى ضوء ما تم إستخلاصه من نتائج وفي حدود عينة مجال الدراسة، يوصى الباحث بما يلي:

١. الكشف المبكر الإجباري على الحالة القوامية لتلاميذ المرحلة الإعدادية لمعرفة أسباب الإنحناء الجانبي والتنبيه لتجنب الأسباب.
٢. الإسترشاد بالبرنامج المستخدم (التثبيت البطئ العكسي) في علاج التشوهات القوامية بصفة عامة والخاصة بالعمود الفقري.
٣. التعاون المشترك بين المدرسة ومختلف فعاليات المجتمع في نشر الوعي القوامي لدى التلاميذ وذلك بتعليمهم العادات القوامية الصحيحة السليمة.

تأثير برنامج التثبيت البطئ العكسي على الإنحاء الجانبي لتلاميذ

المرحلة الإعدادية *د/ محمد حسين أحمد سعد
