

عنوان مقاله:

بررسی آسیب های ورزشی در دانش آموزان در شهرستان خاش

محل انتشار:

پنجمین کنفرانس بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

حجت حاجی پور - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

مرتضی رضایی - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابل، ایران

محمد مهدی سالاری - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

خلاصه مقاله:

آسیب ورزشی و پیشگیری از آن از مقولات مهم طب ورزش می باشد. آسیب های ورزشی خوشبختانه اغلب بطور موثر درمان می شوند و اغلب افرادی که دچار صدمه دیدگی ورزشی می شوند به نحو رضایت بخشی دوباره به ورزش باز میگردند. از سویی بسیاری از صدمات ورزشی و عوارض ناشی از آن را می توان پیشگیری نمود. بطور کلی صدمات ورزشی یابصورت حاد ایجاد می شوند و یا مزمن هستند. آشنایی بیشتر با علل بروز آسیب در ورزشکاران، بخصوص ورزشکاران جوان به دلیل ویژگیهای جسمانی، حرکتی و روانی آنان، ضرورتی در محافل ورزشی به شمار می آید. هدف از مقاله حاضر بررسی آسیب های ورزشی در دانش آموزان شهرستان خاش است. نتایج تحقیق با توجه به تحقیقات انجام شده تا کنون نشان داد که رشته فوتسال و هندبال بیشترین آسیب، بسکتبال و والیبال کمترین آسیب دیدگی را در بین دانش آموزان داشتند. در بخش های آسیب دیده، اندام تحتانی بیشترین آسیب و سر و صورت کمترین آسیب دیدگی، و آسیب هایعضلانی و تری بیشترین نوع آسیب ها بودند. برخورد بین بازیکنان و عدم گرم کردن اندام ها، بیشترین علل آسیب ها بودند. مقاله حاضر در صدد افزایش آگاهی واطلاعات در زمینه آسیب های ورزشی بوده تا از این طریق گامی بلند، جهتپیشگیری از آسیب برداشته و به ورزشکاران و مربیان اطلاعات مفیدی در این زمینه ارائه کند.

کلمات کلیدی:

آسیب ورزشی، ورزشکاران، آسیب دیدگی، ورزش، دانش آموزان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1453724>

