

عنوان مقاله:

بررسی شیوع، نوع و مکانیسم آسیبهای اسکلتی عضلانی دانشجویان پسر نخبه فوتسال کشور

محل انتشار:

دوفصلنامه پژوهش در علوم زیستی و فعالیت بدنی، دوره 2، شماره 3 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسنده:

خلاصه مقاله:

چکیده: هدف و هدف: هدف از این تحقیق بررسی شیوع، نوع و مکانیسم آسیبهای دانشجویان پسر نخبه فوتسال کشور بود که جهت شرکت در مسابقات قهرمانی فوتسال دانشگاههای کشور، مدت یک سال به تمرین پرداختهاند. روش شناسی: ۱۵۹ دانشجو از ۲۹ دانشگاه با میانگین سنی 24 ± 2 سال و میانگین سابقه فعالیت 42 ± 2 / 83 ± 5 سال در این تحقیق شرکت نمودند. اطلاعات مربوط به آسیبهای آنان با استفاده از پرسشنامه در سه سطح شیوع، نوع و مکانیسم آسیب جمعآوری شد. از آمار توصیفی و از آزمون خیدو برای تجزیه و تحلیل برخی از داده استفاده گردید. یافتهها: نتایج نشان دادند که در مجموع $9 / 149$ آسیب در 1000 ساعت بازیکن تمرین وجود داشت که شایعترین آسیبها در اندام تحتانی ($96 / 47\%$) و به ترتیب در ساقپا ($71 / 8\%$)، ران ($53 / 8\%$) و زانو ($92 / 7\%$) بودند. شایعترین نوع آسیب، آسیبهای عضلانی-وتری ($85 / 35\%$) و پوستی ($13 / 34\%$) به ترتیب در اندام تحتانی $66 / 19$ درصد و $44 / 14$ درصد بودند. همچنین بین انواع آسیبها رابطه معنیداری ($p > 0.05$) وجود داشته و گرم نکردن بدن قبل از شروع تمرینات نیز مهمترین مکانیسم آسیب از دیدگاه بازیکنان و مربیان به شمار آمده است. نتیجهگیری: آسیب عضلانی-وتری به عنوان شایعترین نوع آسیب و ساقپا به عنوان آسیبپذیرترین عضو و همچنین گرم نکردن بدن قبل از شروع تمرینات به عنوان مهمترین مکانیسم آسیبهای اسکلتی عضلانی میباشد که رابطه قوی بین انواع آسیبهای وجود داشته است. بنابراین بر اساس این اطلاعات مربیان و مسئولین ورزش دانشگاهها میتوانند نسبت به کاهش نرخ آسیب بازیکنان در دورههای تمرینی، پیشگیریهای لازم را انجام دهند.

کلمات کلیدی:

واژه های کلیدی: شیوع آسیب، نوع آسیب، مکانیسم آسیب، دانشجویان پسر، نخبه، فوتسال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1457420>

