

عنوان مقاله:

ارتباط تعادل ایستا و پویا با وقوع آسیب های اندام تحتانی در نوجوانان ورزشکار

محل انتشار:

مجله پژوهش در علوم توانبخشی، دوره 8، شماره 6 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

حسن فرهادی - Academic Member, Department of Physical Education and Sports Sciences, Islamic Azad University of - Ahar Branch, Ahar, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: در بین نوجوانان، ورزش مهم ترین عامل وقوع حوادثی است که به مراقبت های پزشکی و اورژانس منجر می شود. هدف از انجام این تحقیق، بررسی ارتباط تعادل ایستا و پویا با وقوع آسیب های اندام تحتانی در نوجوانان ورزشکار با استفاده از تست های عملکردی و بالینی بود. مواد و روش ها: آزمودنی های این تحقیق ۱۰۰ نفر از پسران ورزشکار دبیرستان های شهرستان اهر در رشته های فوتبال، والیبال، بسکتبال و هندبال با میانگین سنی $17/44 \pm 3/0$ سال، میانگین قد $175/6 \pm 6/17$ سانتی متر و میانگین وزن $69/92 \pm 2/14$ کیلوگرم و با سابقه آسیب در اندام تحتانی در طی دو سال گذشته بودند که به صورت هدفمند انتخاب شدند. در این تحقیق از فرم جمع آوری اطلاعات جهت ثبت آسیب های ورزشکاران، از آزمون تعادلی گردش ستاره برای سنجش تعادل پویا و از آزمون Stork برای ارزیابی تعادل ایستا استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی، ضریب همبستگی Pearson و آزمون Fisher's Z در سطح معنی داری ۰/۰۵ تحت نرم افزار آماری SPSS نسخه ۱۷ استفاده شد. یافته ها: بین تعادل ایستا و پویا و وقوع آسیب های اندام تحتانی در پسران ورزشکار ارتباط منفی معنی داری وجود داشت ($P = 0/05 < 2 = 0/64$). شاید ضعف و نقص در عضلات ثبات دهنده مرکزی و کنترل عصبی-عضلانی باعث تضعیف تعادل شده و نوجوانان ورزشکار را مستعد آسیب دیدگی می کند. نتیجه گیری: با توجه به نتایج پژوهش به نظر می رسد که ضعف در تعادل ایستا و پویا، به عنوان یکی از عوامل اثرگذار بر آسیب دیدگی ورزشکاران نوجوان مورد توجه قرار گیرد. بنابراین، پیشنهاد می شود از تمرینات افزایش دهنده تعادل جهت کاهش وقوع آسیب ها در نوجوانان ورزشکار استفاده گردد. کلیدواژه ها: نوجوانان ورزشکار، تعادل ایستا، تعادل پویا، آسیب اندام تحتانی

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1593304>

