

عنوان مقاله:

طراحی و ساخت دستگاه ارزیابی استقامت عضلات خلفی کمر بند شانه

محل انتشار:

نخستین همایش ملی دستاوردهای جدید علمی در توسعه ورزش و تربیت بدنی (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسنده:

سارا چشمی - گروه تربیت بدنی، واحد بندرگز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرگز، ایران

خلاصه مقاله:

استقامت عضلانی برای اجرای موفق بسیاری از مهارت های ورزشی ضرورت دارد. علاوه بر این افراد غیرورزشکار نیز برای انجام وظایف روزانه خود تا حد زیادی محتاج استقامت عضلانی هستند. همچنین پژوهشگران معتقدند که ضعف عضلات خلفی کمر بند شانه مانند دوزنقه و متوازی الاضلاع باعث بروز برخی ناهنجاری های وضعیتی مانند شانه های روبه جلو، کایفوز افزایش یافته و ناهنجاری سر به جلو می شوند. لذا هدف از این تحقیق طراحی و ساخت دستگاهی برای اندازه گیری استقامت عضلات خلفی کمر بند شانه می باشد. این دستگاه بر اساس تمرینات توانبخشی مفصل شانه و ثبت الکترومیوگرافی فعالیت عضلات خلفی کمر بند شانه که در بسیاری از تحقیقات مورد استفاده قرار گرفته بود، طوری طراحی شد که عضلات خلفی کمر بند شانه حین ارزیابی بیشترین فعالیت را دارا باشند. این دستگاه از دو بخش الکترونیکی و مکانیکی ساخته شده است که بخش الکترونیکی آن به کار شمارش زمان بر حسب ثانیه می پردازد و بخش مکانیکی شامل دو اهرم است که سنسورهایی بر روی آنها تعبیه شده و با اتصال وزنه های موجود در دست فرد این امکان را می دهد تا شمارشگر الکترونیکی به کار افتد و تا مادامی که وزنه ها به این سنسورها متصل هستند دستگاه به کار شمارش ثانیه ها می پردازد. این دستگاه دارای دو کرنومتر به طور جداگانه می باشد که در واقع نشان دهنده زمان نگهداری وزنه ها در دو سمت راست و چپ بدن بوده و امکان مقایسه استقامت عضلات سمت غالب و غیرغالب را فراهم می آورد

کلمات کلیدی:

استقامت عضلانی، عضلات خلفی کمر بند شانه، آزمون سنجش استقامت عضلانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/167626>

