

عنوان مقاله:

بررسی آسیب های ورزشی در رشته های رزمی

محل انتشار:

چهارمین همایش بین المللی و ششمین همایش ملی تازه های پژوهش در علوم ورزشی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

الهه سادات علوی - دانشجوی کارشناسی ارشد

نسرين نوروززاده - دانشجوی کارشناسی ارشد

محمد مجیدی زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد

راضیه قربانی - دانشجوی کارشناسی ارشد

شیرین عاطفی - دانشجوی کارشناسی ارشد

پریسا عزیزی - دانشجوی کارشناسی ارشد

خلاصه مقاله:

همانطور که میدانید ورزش های رزمی شامل کاراته، تکواندو، بوکس یکی از محبوب ترین و پرطرفدارترین رشته های ورزشی رزمی بخصوص در شرق آسیای باشد که در این رشته ها احتمال آسیب های اسکلتی و بافت نرم به دلیل ناآشنا بودن افراد به فنون و اجرای صحیح حرکات، ممکن است وجود داشته باشد؛ بنابراین، در این پژوهش به بررسی میزان این آسیب ها در رشته های رزمی پرداخته شده است. طبق بررسی های انجام شده در میزان آسیب در رشته های کاراته، بوکس و تکواندو در زنان و مردان در مطالعات انجام شده در پایگاه های داده خارجی همانند Science Direct, Elsevier, PubMed و داخلی همچون SID, Noormags و پورتال جامع علوم انسانی نشان داد که میزان آسیب در این رشته ها به عواملی چون محل آسیب، شدت آسیب، سن، وزن و زمان آسیب بستگی دارد. میزان آسیب در رشته کاراته بیشتر در ناحیه سرو صورت، در رشته بوکس فک و صورت و رشته تکواندو اندام تحتانی و تقریباً از نوع خفیف گزارش شده است که شدت و نوع این آسیب ها بیشتر در بافت نرم و به صورت کوفتگی می باشد که از لحاظ زمانی در نیمه دوم مسابقات یا تمرین شیوع این آسیب ها بیشتر گزارش شده است. پس از بررسی های انجام شده، مشخص شد که میزان آسیب در رشته های برخوردی با توجه به نقاط درگیر در آن رشته ورزشی بیشتر میباشد؛ که با بکار بردن تجهیزات ورزشی شامل کلاه دستکش سابقبند و روپابند و ... و بالابردن میزان علم و آگاهی مربیان میتوان به کاهش میزان این آسیب ها کمک کرد.

کلمات کلیدی:

آسیب، ورزش رزمی، کاراته، بوکس، تکواندو

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1688940>



