

عنوان مقاله:

مقایسه پارامترهای ایزوکینتیکی عضلات مچ پا و زانوی اسکیت بازان مرد سرعتی حرفه ای با مبتدی

محل انتشار:

دومین همایش ملی علوم کاربردی ورزش و تندرستی (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 2

نویسندگان:

فرزانه فاضل زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج،

مهدی خالقی تازجی - استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه خوارزمی تهران.

علی عباسی - استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه خوارزمی تهران.

خلاصه مقاله:

ورزش اسکیت یکی از بیست ورزش مطرح دنیا محسوب می شود و بدیهی است که دستیابی به مدال های جهانی در اسکیت بدون تربیت صحیح و اصولی ورزشکاران این رشته غیر ممکن می باشد. (1 اسکیت سرعت نیازمند ترکیب بهینه توان متابولیک، قدرت عضلانی و تکنیک است) (2، 3) از میان فاکتورهای آمادگی جسمانی قدرت انفجاری بیشتر مورد توجه محققین بوده است هر چند به تنهایی یکی از فاکتورهای اصلی تعیین عملکرد نیست. (4) برخی از پارامترهای ایزوکینتیکی تاثیر گذار بر اجرای حرکات ورزشی که در مورد آن در زمینه های گوناگون تحقیقات بسیاری به عمل آمده است، شامل: اوج گشتاور، زمان رسیدن به اوج گشتاور، زاویه رسیدن به اوج گشتاور، توان متوسط، زمان شتاب گیری، میزان توسعه اوج گشتاور می باشد. تکنیک اسکیت سرعت در مقایسه با سایر ورزش ها منحصر به فرد است و ورزشکار نیازمند نیروی محرکه است و اسکیت باز، سرعت رو به جلو به وسیله پوش آف تولید می کند (5، 6). حرکت پوش آف به عنوان یک حرکت توانی و قدرتی تحت تاثیر پارامترهای ایزوکینتیکی اندام تحتانی مانند اوج گشتاور و زمان رسیدن به اوج گشتاور قرار دارد. زمان شتاب گیری از دیگر پارامترهای ایزوکینتیکی می باشد که نشان دهنده هماهنگی عصبی-عضلانی به عنوان یکی از فاکتورهای مهم در ورزش اسکیت می باشد. با اینکه تحقیقات گوناگونی به بررسی ابعاد مختلف ورزش اسکیت سرعت پرداختند با این حال در بررسی مطالعات به بررسی و مقایسه پارامترهای ایزوکینتیکی عضلات زانو و مچ پا کمتر پرداخته شده است. بنابراین هدف از این مطالعه مقایسه پارامترهای ایزوکینتیکی عضلات مچ پا و زانوی اسکیت بازان مرد سرعتی حرفه ای با مبتدی بود.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/708265>

