

عنوان مقاله:

بررسی شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی و شدت درد در ورزشکاران رشته تیراندازی

محل انتشار:

چهارمین همایش ملی کاربرد علوم ورزشی در توسعه تربیت بدنی و ورزش قهرمانی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

نوگل نادری - دانشجوی آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی گروه بهداشت و طب ورزشی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
دانشگاه تهران ایران

رضا رجبی - استادگروه بهداشت و طب ورزشی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران ایران

محمد کریمی زاده - استاد یار، گروه بهداشت و طب ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از مطالعه حاضر تعیین میزان بروز اختلالات اسکلتی عضلانی و شدت درد در ورزشکاران حرفه ای رشته تیراندازی ایران بود. مقدمه: با توجه به وزن تجهیزات مورد استفاده در ورزش تیراندازی و پوزیشن ایستاده، ساکن و یکطرفه خاص این رشته برای به حداقل رساندن حرکات ورزشکار و انجام تکنیک های مورد نیاز، فشارهای شایان توجهی بر ساختارهای انقباضی، غیر انقباضی و مفصلی افراد وارد میشود، که نیاز به بررسی شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی و شدت درد در ورزشکاران این رشته را مورد اهمیت قرار میدهد. روش تحقیق: تعداد 72 تیرانداز حاضر در مسابقات زمستانی سال 97 با میانگین سابقه ورزشی 5 سال به طور داوطلبانه در مطالعه مقطعی وارد شدند. اطلاعات مربوط به اختلالات اسکلتی عضلانی در 9 بخش گردن، شانه، قسمت فوقانی پشت، آرنج، مچ دست، قسمت تحتانی پشت، ران، زانو، مچ پا با استفاده از پرسشنامه نوردیک و شدت درد بوسیله مقیاس عددی 0 تا 10 جمع آوری شد. یافته ها: ناحیه گردن و شانه بیشترین فراوانی و شدت درد را دارد. اختلال در زانو در یک سال گذشته مهمترین عامل عدم توانایی را در بین ورزشکاران شامل میشود. ناحیه ران کمترین میزان توزیع و شدت درد را در کل بدن دارد. نتیجه گیری: حرکات در تیراندازی شامل بلند کردن سلاح و بیحرکت نگه داشتن آن بر روی هدف میباشد که با الگوهای حرکتی دیگر ورزشها تطابق نداشته است. اختلالات اسکلتی عضلانی این ورزشکاران با مشاغل که با اندام فوقانی فعالیت میکنند همسو بوده و در اندامهایی نظیر گردن و شانه بیشترین شدت درد احساس شده است که به دلیل مکانیسمهای تکرار بیش از حد یک حرکت، حفظ پوسچرهای نامطلوب و بلند کردن سلاح بوجود آمده است.

کلمات کلیدی:

مدیریت کلاس درس، هوشهای چندگانه، هوش جنبشی-بدنی، تفاوت جنسیتی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/910826>

