

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

امانت داده نمی شود



۶۷
۹
۲۷
۱۳۷۸

دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی
گروه: تربیت بدنی

مقایسه میزان شیوع آسیب های ورزشی بین دانش آموزان دختر و پسر سال سوم
دبیرستانهای تربیت بدنی و علوم ورزشی سراسر کشور

از: عباس بنیان

بیاراهنمایی: دکتر ارسلان دمیرچی

و با مشاورت: دکتر مجید کاشف

محمد حدادی

۴۴۱۶۶

شهریور ۱۳۷۸

تقدیم به معلمان، مدرسان و برنامه‌ریزان دلسوز دبیرستانهای تربیت
بدنی و علوم ورزشی

تقدیم به دانش‌آموزان علاقه‌مند به تحصیل در رشته تربیت بدنی

مَنْ لَمْ يَشْكُرِ الْمَخْلُوقَ لَمْ يَشْكُرِ الْخَالِقَ

در اجرای تحقیق حاضر از راهنمایی و همکاری اساتید و دوستانی
بهره‌مند بودم که برخود واجب می‌دانم از زحمات بی‌شائبه آنان تقدیر و
تشکر نمایم.

۱- دکتر ارسلان دمیرچی، استاد راهنما

۲- دکتر مجید کاشف، استاد مشاور

۳- نمایندگان هسته تحقیقات استانها، محسن فیاض (مشهد مقدس)،
محسن کمال‌پور (شهرستانهای استان تهران). مسعود میرزاده (قزوین).

مصطفی بهرامی (لرستان) دکتر حسین مجتهدی اصفهان

۴- کلیه دانش‌آموزانی که صادقانه پرسشنامه پژوهش را تکمیل نمودند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
ب	تقدیم
پ	تقدیم و تشکر
ت	فهرست مطالب
ن	چکیده تحقیق
ذ	چکیده تحقیق انگلیسی
فصل اول: کلیات	
۱
۲	۱-۱- مقدمه
۳	۲-۱- بیان مسئله
۴	۳-۱- اهمیت و ضرورت تحقیق
۶	۴-۱- اهداف تحقیق
۶	۱-۴-۱، هدف کلی:
۶	۲-۴-۱، اهداف اختصاصی:
۷	۵-۱- متغیرهای تحقیق
۷	۶-۱- فرضیه‌های آماری تحقیق
۸	۷-۱- پیش فرضهای تحقیق
۸	۸-۱- تعاریف مفاهیم بکار رفته در پژوهش
فصل دوم: ادبیات پیشینه	
۱۲
۱۳	۱-۲- مقدمه
۱۴	۲-۲- مبانی نظری تحقیق
۱۵	۱-۲-۲، انواع صدمات ورزشی:
۱۵	الف - آسیبهای دستگاه عضلانی

۱۵	ب - آسیبهای مفاصل
۱۶	ج - آسیبهای وارده بر استخوان
۱۷	۲-۳- عوامل مؤثر در ازدیاد صدمات ورزشی
۱۸	۲-۴- تحقیقات انجام شده در خارج از کشور
۲۴	۲-۵- تحقیقات انجام شده در داخل کشور
۴۱	نتیجه‌گیری از تحقیقات انجام شده خارجی و داخلی

۴۳	فصل سوم: روش‌شناسی پژوهش
۴۴	۲-۱- مقدمه
۴۵	۲-۲- روش تحقیق
۴۵	۲-۳- جامعه آماری تحقیق
۴۵	۲-۴- نمونه آماری تحقیق
۴۶	۲-۵- ابزار گردآوری اطلاعات
۴۷	۲-۶- روش جمع‌آوری اطلاعات
۴۷	۲-۷- روشهای آماری مورد استفاده در تحقیق

۴۸	فصل چهارم: یافته‌های تحقیق
۴۹	۴-۱- مقدمه
۴۹	۴-۲- بررسی توصیفی داده‌ها
۵۰	۴-۲-۱- بررسی نتایج مربوط به سؤالات پرسشنامه
۶۸	۴-۲-۲- بررسی نتایج مربوط به پاسخهای ارائه شده به جدول آسیب‌دیدگی
۱۰۸	۴-۳- بررسی استنباطی داده‌ها

۱۲۱	فصل پنجم بحث و نتیجه‌گیری
۱۲۲	۵-۱- مقدمه
۱۲۲	۵-۲- بررسی یافته‌های تحقیق

۱۲۵	۳-۵ بحث و بررسی پیرامون یافته‌های تحقیق
۱۲۸	۴-۵ نتیجه‌گیری کلی
۱۳۰	۵-۵- پیشنهادات کاربردی
۱۳۱	پیشنهادات پژوهشی
۱۳۲	فهرست منابع
۱۳۵	ضمائم
۱۳۶	پرسشنامه

فهرست جداول

عنوان

صفحه

جدول شماره ۱-۲- میزان آسیبهای وارده در چند رشته ورزشی در بین زنان و مردان ..	۱۹
جدول شماره ۲-۲- درصد وقوع صدمات ورزشی براساس نوع آسیب و رشته ورزشی در هفت سال	۲۱
جدول شماره ۲-۳- توزیع فراوانی انواع کلی آسیبها و انواع جزئی آسیبها در رشتههای مختلف ورزشی	۲۵
جدول شماره ۲-۴- درصد وقوع صدمات در ده رشته ورزشی	۲۶
جدول شماره ۲-۵- نوع و میزان وقوع آسیب در مجموع ۶ رشته	۲۸
جدول شماره ۲-۶- میزان شیوع صدمات گوناگون در بین دانش آموزان ۴ رشته ورزشی	۳۱
جدول شماره ۳-۱- تعداد اعضای گروههای نمونه به تفکیک استانهای کشور و جنسیت	۳۶
جدول شماره ۴-۱- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان آسیب دیده به سؤال ۱	۵۱
جدول شماره ۴-۲- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۲	۵۲
جدول شماره ۴-۳- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۳	۵۳
جدول شماره ۴-۴- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۴	۵۴
جدول شماره ۴-۵- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سوال ۵	۵۵
جدول شماره ۴-۶- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۶	۵۶
جدول شماره ۴-۷- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۷	۵۷
جدول شماره ۴-۸- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۸	۵۸
جدول شماره ۴-۹- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۹	۵۹
جدول شماره ۴-۱۰- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۱۰	۶۰
جدول شماره ۴-۱۱- پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان به سؤال ۱۱	۶۱

جدول شماره ۴-۱۲ پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان آسیب دیده به سوال ۱۲ ...	۶۲
جدول شماره ۴-۱۳ پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان آسیب دیده به سوال ۱۳ ...	۶۳
جدول شماره ۴-۱۴ پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان آسیب دیده به سوال ۱۴ ...	۶۴
جدول شماره ۴-۱۵ پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان دختر آسیب دیده به سوال ۱۵	۶۵
جدول شماره ۴-۱۶ پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان دختر آسیب دیده به سوال ۱۶	۶۶
جدول شماره ۴-۱۷ پاسخهای ارائه شده توسط دانش آموزان پسر آسیب دیده به سوال ۱۶	۶۷
جدول شماره ۴-۱۸ فراوانی و درصد علل آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی پسران	۶۹
جدول شماره ۴-۱۹ فراوانی و درصد علل آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی دختران	۷۷
جدول شماره ۴-۲۰ فراوانی و درصد میزان آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی دانش آموزان	۷۵
جدول شماره ۴-۲۱ فراوانی و درصد وقوع صدمات وارده بر بدن در رشته‌های مختلف ورزشی دختران	۸۷
جدول شماره ۴-۲۲ فراوانی و درصد وقوع صدمات وارده بر بدن در رشته‌های مختلف ورزشی پسران	۸۰
جدول شماره ۴-۲۳ فراوانی عضوهای آسیب‌دیده در رشته‌های مختلف ورزشی پسران ..	۸۳
جدول شماره ۴-۲۴ فراوانی عضوهای آسیب‌دیده در رشته‌های مختلف ورزشی دختران ..	۸۶
جدول شماره ۴-۲۵ فراوانی وقوع صدمات وارده بر بدن دانش آموزان دختر و پسر	۸۹
جدول شماره ۴-۲۶ فراوانی و درصد آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی به هنگام	

۹۱ مسابقات پسران
	جدول شماره ۴-۲۷ فراوانی و درصد آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی به هنگام
۹۳ فعالیتهای آموزشی پسران
	جدول شماره ۴-۲۸ فراوانی و درصد آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی به هنگام
۹۵ فعالیتهای فوق برنامه پسران
	جدول شماره ۴-۲۹ فراوانی و درصد آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی به هنگام
۹۷ مسابقات دختران
	جدول شماره ۴-۳۰ فراوانی و درصد آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی به هنگام
۹۹ فعالیتهای آموزشی دختران
	جدول شماره ۴-۳۱ فراوانی و درصد آسیبهای ورزشی در رشته‌های مختلف ورزشی به
۱۰۲ هنگام فعالیتهای فوق برنامه دختران
	جدول شماره ۴-۳۲ فراوانی نوع آسیبهای وارده بر بدن دانش‌آموزان پسر در زمانهای
۱۰۴ مختلف
	جدول شماره ۴-۳۳ فراوانی نوع آسیبهای وارده بر بدن دانش‌آموزان دختر در زمانهای
۱۰۶ مختلف
	جدول شماره ۴-۳۴ نتایج کلی آزمون فرضیه‌های تحقیق
۱۲۰

فهرست نمودارها

- نمودار شماره ۴-۱ نمودار درصدی علل ایجاد آسیبهای بدنی در دانش‌آموزان پسر..... ۷۱
- نمودار شماره ۴-۲ نمودار درصدی علل ایجاد آسیبهای بدنی در دانش‌آموزان دختر..... ۷۴
- نمودار شماره ۴-۳ نمودار درصدی شیوع آسیبهای بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی . ۷۶
- نمودار شماره ۴-۴ نمودار درصدی آسیبهای وارده بر بدن دانش‌آموزان دختر..... ۷۹
- نمودار شماره ۴-۵ نمودار درصدی آسیبهای وارده بر بدن دانش‌آموزان پسر..... ۸۲
- نمودار شماره ۴-۶ نمودار درصدی عضوهای آسیب دیده در اندامهای مختلف بدن دانش‌آموزان پسر ۸۵
- نمودار شماره ۴-۷ نمودار درصدی عضوهای آسیب دیده در اندامهای مختلف بدن دانش‌آموزان دختر ۸۸
- نمودار شماره ۴-۸ نمودار درصدی آسیبهای وارده بر بدن دانش‌آموزان دختر و پسر ... ۹۰
- نمودار شماره ۴-۹ نمودار درصدی آسیبهای بدنی دانش‌آموزان پسر در زمانهای مختلف ۱۰۵
- نمودار شماره ۴-۱۰ نمودار درصدی آسیبهای بدنی دانش‌آموزان دختر در زمانهای مختلف ۱۰۷

چکیده تحقیق

عنوان: مقایسه میزان شیوع آسیب‌های ورزشی بین دانش‌آموزان دختر و پسر سال سوم دبیرستانهای تربیت بدنی و علوم ورزشی سراسر کشور

به همراه تمام مزایا و محاسنی که برای تربیت بدنی و ورزش متصور است، پدیده آسیب‌های ورزشی همواره به عنوان یک معضل مطرح بوده است. از آنجا که فراگیری مهارت‌های رشته‌های مختلف ورزشی جزء مواد درسی دانش‌آموزان دبیرستانهای تربیت بدنی می‌باشد و این دانش‌آموزان با توجه به علاقه و تواناییهای فنی خود در مسابقات و برنامه‌های تمرینی متعددی شرکت می‌نمایند احتمال بروز آسیب‌دیدگی در بین آنها به هنگام فعالیت‌های مختلف ورزشی وجود دارد. در این تحقیق، محقق بدنبال آن بود تا ضمن بررسی و مقایسه میزان وقوع و علل آسیب‌های ورزشی دوران تحصیل دانش‌آموزان دبیرستانهای تربیت بدنی، این آسیبها را از نظر دخالت عواملی چون فعالیت‌های آموزشی، مسابقات و فعالیت‌های فوق برنامه مورد مطالعه قرار دهد.

جامعه آماری و نمونه تحقیق: جامعه آماری تحقیق عبارت از کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی سراسر کشور است.

نمونه تحقیق را کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی استانهای تهران - شهرستانهای استان تهران، خراسان، لرستان، اصفهان و قزوین تشکیل داده‌اند.

نتایج تحقیق

۱- بیشترین علت آسیب‌دیدگی در بین دانش‌آموزان پسر دبیرستانهای تربیت بدنی، بازیکن

حریف و مکان ورزشی و در دختران آلودگی آب استخر و ضربه و برخورد توپ بوده است.
۲- بیشترین آسیب دیدگی پسران در رشته ورزشی فوتبال و دختران بعد از شنا که تنها وجود یک عامل (آلودگی آب استخر) موجب افزایش آسیب دیدگی شده است رشته ورزشی والیبال می باشد.

۳- نوع آسیبهای وارده بر بدن دانش آموزان دختر و پسر در رشته های مختلف ورزشی متفاوت می باشد.

۴- بیشترین آسیب دیدگی در پسران در انگشتان دست و زانو، در دختران انگشتان دست و ران اتفاق افتاده است.

۵- بیشترین آسیب دیدگی در پسران و دختران با ترتیب در اندامهای فوقانی - تحتانی، سر و صورت و تنه اتفاق افتاده است.

۶- در رفتگی و ضرب دیدگی در پسران و ضرب دیدگی و در رفتگی در دختران شایعترین نوع آسیب دیدگی بوده است.

۷- بیشترین آسیب دیدگی در پسران به ترتیب در مسابقات، کلاسهای آموزشی و فعالیتهای فوق برنامه و در دختران به ترتیب در کلاسهای آموزشی، فوق برنامه و مسابقات اتفاق افتاده است.

۸- بین عوامل مؤثر در ایجاد آسیبهای ورزشی دانش آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی اختلاف معنی داری وجود دارد.

۹- بین رشته های ورزشی آسیب رساننده در دانش آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی اختلاف معنی داری وجود دارد.

۱۰- بین رشته‌های ورزشی از نظر نوع آسیب وارده در دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

۱۱- بین عضوهای آسیب دیده در اندام فوقانی و تحتانی و سر و صورت دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی اختلاف معنی‌دار وجود دارد. اما در مورد تنه این اختلاف معنی‌دار نبوده است.

۱۲- بین نوع آسیب‌دیدگی در اندامهای مختلف بدن دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

۱۳- بین میزان آسیب‌دیدگی در کلاسهای آموزشی، مسابقات و فوق برنامه دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانهای تربیت بدنی اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

Abstract

Title: A comparison of pervalence of sports injuries between third grade boy and girl high school students of Physical Education in Iran.

Despite all benefits and advantages of Physical Edcation and sports the phenomenon of sports injuries have always been considered as a problem. Since learning of sports skills are part of curriculum in Physical Education high schools, and students according to their interests and abilities participate in a wide variety of competitions and training programes, the occurance of sport injuries are always a possibility. In this study the researcher have tried to examine and compare the pervalence of sports injuries and the causes of such injuries during the high school years while at the same time consider the role of factors such as educational activities, competitions and extra-curricular programes.

Statistical society in this research is the boy and girl studnets of Physical Education Schools nationwide. The statistical sample of this study is the boy and girl students of physical education schools of Tehran city, the townships of Tehran province, Khorasan, Lorestan, Esfahan, and Ghazvin.

The Results

1. The most prevalent causes of sport injuries for boys have been the "rival players" and the "sporting arena", whereas "pollution of swimming pool water" and "impact of the ball" have been the leading cause of injuries for girls.
2. The type of body injuries for girls and boys in different sports are not similar.
3. Most of the boy's injuries have occurred in soccer while for the girls majority of injuries have happend in swimming (pollotion of water), and vollyball.
4. There is a difference between type of injuries for boys and girls in different sports.
5. Most of the injuries for boys have been in area of fingers and knees While for the girls fingers and thigh have been the most injury pron limbs.
6. Most of the injuries for boys and girls have been in area of Upper limbs, lower limbs, head and face and torso respectivrelly.
7. Dislocation of joints and bruises for the boys and bruises and dislocation of joint for the girls have been the most prevalent type of injuries.
8. Most of the injuries for the boys have happend in Physical Education classes and extra-curricular activities, whereas majority of injuries for the girls have occurred in Physical Education classes, extra-curricular activities and competitions.
9. There is a significant difference between the causes of injuries for boybs and girls.
10. There is a significant difference between the injury prone sports for girls and boys.
10. There is a significant difference between the type of injuries of boy and girl students of Physical Education schools.
11. There is a meaningful difference between injuries of upper limbs, lower limbs, head and face of boys and girls, while there is not any difference in torso injuries between these two groups.
12. There is a significant difference between injuries of different limbs of boy and girl studnts of Physical Education schools.
13. There is a significant difference between occurance of injuries in Physical Educatin classes, comcompetitions and extra-cucricular activities.