

ΚΑΚΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΚΑΤΩ ΑΚΡΩΝ ΣΕ ΔΙΑΣΤΗΜΑ 6 ΜΗΝΩΝ ΣΕ ΠΡΟ-ΕΦΗΒΟΥΣ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥΣ ΠΟΥ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥΣ ΧΟΡΟΥΣ

Καγιόγλου Όλγα, Δημητρός Ελευθέριος*, Πραντσίδης Ιωάννης

Τομέας Φυσικής Δραστηριότητας και Αναψυχής, Υποτομέας
Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών ΤΕΦΑΑ, ΑΠΘ



Ημερομηνία Υποβολής: 17-8-2008

Ημερομηνία Αποδοχής: 31-10-2008

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η καταγραφή των τραυματισμών σε νεαρούς χορευτές Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών καθώς και η συσχέτιση των ανθρωπομετρικών και προπονητικών χαρακτηριστικών αυτών που τραυματίστηκαν με τη συχνότητα των τραυματισμών που αναφέρθηκαν, καθώς και την αντιμετώπισή τους. Στην έρευνα συμμετείχαν 432 μαθητές, 145 αγόρια και 287 κορίτσια μέσης ηλικίας 12.95 ± 2.16 έτη. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ερωτηματολόγιο σχετικά με τη συχνότητα εμφάνισης και την εντόπιση των μυοσκελετικών κακώσεων, την αντιμετώπιση αλλά και την ανάγκη αποχής από αθλητικές δραστηριότητες. Από τους μαθητές, μόνο το 2,8% υπέστησαν κάποιο τραυματισμό κατά τη διάρκεια χορού. Οι τραυματισμοί αφορούσαν σε 7 περιπτώσεις την άρθρωση της ποδοκνημικής (1,6%) και σε 5 μαθητές του γόνατος (1,2%) ($\chi^2=793,5$, $p<0,05$). Από τα αποτελέσματα της μελέτης διαπιστώθηκε ότι το ποσοστό τραυματισμών που εμφανίζεται σε μαθητές που ασχολούνται με τους Ελληνικούς Παραδοσιακούς Χορούς είναι πολύ μικρό. Συνεπώς, η ενασχόληση με τους Ελληνικούς Παραδοσιακούς Χορούς ως μορφή φυσικής δραστηριότητας στην προ-εφηβική και εφηβική ηλικία συστήνεται ανεπιφύλακτα.

Λέξεις Κλειδιά: τραυματισμός, μαθητές, χορός, συχνότητα, περιοχή τραυματισμού

* Δημητρός Ελευθέριος, Φλέμινγκ 22, 546 42, Θεσσαλονίκη, Τηλ: 2310 992182, Fax: 2310 992183
e-mail: edimitro@phed.auth.gr