

عنوان سخنرانی: آسیب‌شناسی جسمانی و نیازسنجی ورزشی

برگزار کننده: مؤسسه کار و تأمین اجتماعی

تاریخ: آذر ۱۴۰۰ (۳ ساعت)

هدف از سخنرانی حاضر ارائه پژوهشی با محوریت آسیب‌شناسی جسمانی و نیازسنجی ورزشی متناسب با حرف و مشاغل مختلف است. به عبارتی دیگر در این پژوهش ابتدا آسیب‌شناسی جسمانی و سپس نیازسنجی ورزشی در مشاغل مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. روش پژوهش پیمایش است که در آن در پنج شهر بزرگ کشور نمونه‌گیری از مراکز ورزشی مربوط به کارگران صورت گرفته و در کل ۲۰۰۰ پرسشنامه محقق‌ساخت تکمیل شده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد اغلب پاسخگویان مرد (۶۴ درصد)، متأهل، دیپلم و کارشناسی، در مشاغل آزاد و با متوسط سن ۳۳ سال هستند. ۷۸ درصد به میزان زیاد ورزش می‌کنند. در ورزش‌های همگانی اغلب بدن‌سازی و شنا و در ورزش‌های حرفه‌ای فوتسال و فوتبال انجام می‌دهند. ورزش مداوم، همگانی و گروهی از عمده ویژگی‌های آنان است. بیشترین رضایت از آرامش و نشاط ورزشی، توانمندی جسمی و فردی و برخورد پرسنل و کارکنان مراکز ورزشی کارگری و کمترین میزان رضایت نیز از تناسب شغل و فعالیت ورزشی، زیرساخت‌های ورزشی در شهر و حمایت مدیریت شهری از فعالیت ورزشی است. بیشترین مشکلات آنها در عرصه‌های مختلف همچون زمان کم، آسیب‌دیدگی جسمی، عدم فرهنگ‌سازی برای ورزش، تبلیغات و اطلاع‌رسانی ضعیف، بالا بودن هزینه‌های فعالیت ورزشی، مشکلات مالی، کمبود تجهیزات ورزشی مناسب، کمبود فضاهای ورزشی است. نیازهای ورزشی آنها بدن‌سازی، شنا، فوتبال، والیبال و تنیس روی میز بوده است. همچنین نیازهایی مانند حمام و دوش، نظافت سالن‌ها، سرویس‌های بهداشتی اماکن ورزشی، ارتقای سطح کیفی تجهیزات، به‌روزرسانی تجهیزات ورزشی، کاهش هزینه‌های خدمات ورزشی، حمایت مالی و اعطای تسهیلات بانکی، فرهنگ‌سازی و ترویج فعالیت‌های ورزشی، اطلاع‌رسانی فعالیت‌ها و برنامه‌های ورزشی، برگزاری مسابقات ورزشی همگانی و افزایش کیفیت فضاهای ورزشی نیز طرح شده است. بیشترین مشکلات و آسیب‌های جسمی قبل از ورزش، دردهای عضلانی، کمر درد، خستگی و ضعف قوای جسمی، افت انرژی جسمی، چاقی و عدم توان تحرک و بیشترین آسیب حین ورزش نیز ضرب‌خوردگی، کشیدگی، شکستگی و دررفتگی اعضای بدن است. بیشترین تأثیر بر فعالیت ورزشی را تماشای فیلم (۰،۱۷)، انگیزه (۰،۱۴)، فعالیت در کودکی (۰،۱۱)، مدیریت زمانی (۰،۱)، ارزانی (۰،۰۹) و ایمنی (۰،۰۹) دارد. در انتهای گزارش نیز پیشنهادهایی جهت بهره‌برداری ارائه شده است.