

*Гончарова Е.О., Яцкевич Т.А.*

## **АНАЛИЗ ТРАВМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В БАСКЕТБОЛЕ**

*Научные руководители: ст. преп. Ломидзе А. Г., доц. Садовский Н.И.*

*Кафедра физического воспитания и спорта*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Баскетбол – динамичный и контактный вид спорта, характеризующийся высоким уровнем травматизма, а также предъявляет высокие требования к физической подготовке спортсменов. Интенсивные тренировки, высокая соревновательная активность, быстрые перемещения, прыжки, контакты с соперниками – все это создает повышенный риск травматизма. Травматизм в баскетболе является серьезной проблемой, требующей комплексного подхода. Понимание факторов риска, механизмов травм и разработка эффективных профилактических мер являются ключевыми задачами для обеспечения безопасности баскетболистов и сохранения их здоровья.

**Цель:** проанализировать факторы риска и частоту травматизма в баскетболе у разных групп исследования, изучить способы оптимизации тренировочного процесса для предотвращения травм.

**Материалы и методы.** Был проведен ретроспективный анализ анкет 70 респондентов, занимающихся баскетболом на разных уровнях подготовки и опыта игры. Статистическая обработка полученных результатов проводилась с помощью Microsoft Excel 2013. Переменные с нормальным распределением выражены как среднее значение вместе со стандартным отклонением ( $x \pm Sx$ ), а после сравнивались с помощью t-критерия Стьюдента. Для статистической проверки качественных признаков использовался критерий  $\chi^2$ . Уровень значимости для всех результатов статистической обработки данных принимали при  $p < 0,05$ .

**Результаты и их обсуждение.** Средний возраст исследуемых составил  $19,5 \pm 0,81$  г., среди них лица женского и мужского пола составляли по 50% (по 35 анкетированных в каждой группе). При анализе полученных результатов установлено, преобладание количества травматизма у лиц женского пола –  $3,03 \pm 0,15$  случаев за период баскетбольной карьеры, по сравнению с  $2,05 \pm 0,13$  случаев у мужчин ( $p < 0.000002$ ). Данные результаты говорят о более высоком риске травматизации среди девушек, предположительно в связи с физиологическими особенностями строения опорно-двигательного аппарата.

Среди опрошенных спортсменов, 4,59% указали, что не имели травм, связанных с игрой в баскетбол. 95,41% баскетболистов сообщили хотя бы об одной травме, перенесённой в процессе тренировок или игр. Травма коленного сустава отмечается в 44,7% случаев, голеностопного сустава - в 23,2%. Повреждения спины были зафиксированы в 9,9% случаев, а травмы пальцев кистей и рук в 9,39%. 4,97% случаев составили травмы плеча и плечевого сустава, 3,87% - травмы головы и лица, 2,76% - повреждение тазобедренного сустава, 1,1% - поясничного отдела.

При изучении позиций, занимаемых игроками, выделено преобладание определенных типов травм для различных амплуа, что взаимосвязано с характером требуемых движений и задач. Среди игроков, занимающих центровую позицию (20 анкетированных), лидируют травмы коленного сустава. Защитникам (35 респондентов), в связи с требуемой манёвренностью и быстрой сменой направления движения, более свойственны вывихи, растяжения голеностопных суставов. Травматизация плечевого сустава характерна для позиции форварда (15 опрошенных).

**Выводы.** Проведённое исследование подтвердило высокую частоту травматизма в баскетболе, наиболее часто – коленного и голеностопного суставов. Установлены статистически значимые гендерные различия в частоте повреждений. Также выявлена взаимосвязь между типом получаемых травм и игровой позицией. Эти данные подчеркивают необходимость дифференцированного подхода к профилактике травм с учетом пола, игровой роли и специфики тренировочной нагрузки.