

«تنظيم ورشة «مستجدات الطب الرياضي والوقاية من الإصابات»



نظم مركز القيادات الرياضية التابع للهيئة العامة للرياضة ورشة عمل بعنوان «المستجدات في الطب الرياضي والوقاية من الإصابات الرياضية»، بهدف تعزيز توعية الكوادر الطبية العاملة في القطاع الرياضي وتطوير قدرتها على الوقاية من الإصابات الرياضية وفق أحدث الدراسات المعتمدة عالمياً.

وتضمنت الورشة محاضرة ومختبر ابتكار، وقدم المحاضرة فيليب شوميه، رئيس قسم التأهيل والتدريب في مركز الفيفا الطبي المتميز، بحضور أعضاء الكوادر الطبية والفنية وخبراء التغذية في الاتحادات والأندية الرياضية، وناقشت المحاضرة أحدث الوسائل التقنية الحديثة المستخدمة في تقييم اللاعبين بدنياً والتي تساهم في وضع البرامج التدريبية المناسبة لهم للتقليل من خطر تعرضهم للإصابات.

وقال عمر عبد الرحمن آل علي، مدير مركز القيادات الرياضية: «يأتي تنظيم ورشة العمل في ضوء العمل على تمكين مختلف الكوادر العاملة في القطاع الرياضي، سواء من الناحية الفنية أو الإدارية أو الطبية، بما يتماشى مع التوجهات الحكومية ومبادئ الخمسين الرامية إلى تعزيز الاستثمار في رأس المال البشري والبناء المستمر للمهارات، للمساهمة

في توفير أفضل الظروف للأندية والمنتخبات الوطنية لوقاية اللاعبين وإعدادهم، ومنحهم الفرصة لمواصلة التطور بعيداً
«عن خطر الإصابات بما يساهم في تعزيز فرصهم في تحقيق الإنجازات

وتابع عمر عبد الرحمن آل علي: «تعمل الهيئة العامة للرياضة على تعزيز التعاون مع الاتحادات والأندية في المجال
الطبي عبر السعي المستمر إلى مواكبة أفضل الدراسات العالمية في مجال الوقاية من الإصابات، والتي باتت تمثل علماً
واسعاً مملوءاً بالمعطيات التي تساعد على توفير مسيرة أفضل للرياضيين من خلال دراسة جميع العوامل التي تساهم
«في الحد من الإصابات، لأن تطوير سبل الوقاية من الإصابات الرياضية يمثل أساس الطب الرياضي الحديث

وركزت المحاضرة على أهمية الاختبارات البدنية ودورها الأساسي في تطوير اللاعبين بالاعتماد على النتائج التي
تظهرها أجهزة الاختبارات، واستخدامها عند وضع البرامج التدريبية للاعبين، حيث تعمل هذه الأجهزة على تقييم
اللاعبين، بدنياً وذهنياً، لاكتشاف مدى جاهزيتهم، ودراسة حاجتهم لتعديل نظامهم التدريبي وتجاوز نقاط الضعف التي
تظهر في الاختبارات، إضافة إلى أهمية أدوات القياس في عملية تأهيل اللاعبين العائدين من الإصابة وتحديد الأحمال
التدريبية المناسبة لهم

وبعد انتهاء المحاضرة تم عقد مختبر ابتكار في مجال الوقاية من الإصابات الرياضية، وتضمن تبادل الآراء والأفكار
الطبية والبحث عن حلول جديدة تساعد في تطوير عمل الكوادر الطبية عبر تبادل التجارب والخبرات بين المشاركين،
مع التركيز على الأسباب التي تزيد من احتمال تعرض اللاعب للإصابة، مثل ضعف الإعداد البدني، وعدم اختيار
التمارين الرياضية المناسبة، وعدم الالتزام بالفحوصات الدورية وبالتغذية الصحية، وغياب الإعداد النفسي السليم
للاعب

وتعمل الهيئة العامة للرياضة على تعزيز التوعية في مجال الطب الرياضي عبر تنظيم ورشات عمل مختلفة بالتعاون مع
جميع مؤسسات القطاع الرياضي بهدف تعزيز ثقافة الوقاية من الإصابات، وتمكين الكوادر الطبية عبر ربطها بأفضل
التجارب والممارسات العالمية