

## قائمة المراجع

أولا : المراجع العربية

ثانيا : المراجع الأجنبية

ولا : المراجع العربية

١. إبراهيم أحمد سلامة : الاختبار والقياس فى التربية البدنية ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
٢. أبو النجا أحمد عزالدين : الإمكانات فى التربية البدنية والرياضة ممارسات وامتطعات ، دار الأصدقاء للطباعة بالمنصورة ، ٢٠٠٣ .
٣. أحلام مصطفى محمد : الإمكانات الرياضية ودورها فى تحقيق أهداف برنامج النشاط الرياضى بجامعة الإسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٨٥ .
٤. أحمد الجمال : صيانة وإعداد الملاعب ، البرنامج القومى للتدريب ، وزارة الشباب ، القاهرة ، ٢٠٠١ .
٥. أحمد عبد الرحمن فوده : دراسة ميدانية للإصابات الشائعة للاعبى الكرة الخماسية ( بنتابول ) ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٦ .
٦. أحمد فايز النماس : الإصابات الرياضية وعلاجها ، مكتبة الإشعاع للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ١٩٩٦ .
٧. أحمد وهبة سويلم : دراسة ميدانية للإصابات الرياضية فى بعض الألعاب المختارة بمحافظة الإسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٧٧ .
٨. أسامة مصطفى رياض : الرعاية الطبية للاعبى كرة اليد ، الإتحاد العربى السعودى للطب الرياضى ، الرياض ، ١٩٨٨ .
٩. \_\_\_\_\_ : الطب الرياضى وإصابات الملاعب ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى ، ١٩٩٨ .
١٠. \_\_\_\_\_ : الطب الرياضى وكرة اليد ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، ١٩٩٩ .
١١. أسامة مصطفى رياض ، : الطب الرياضى والعلاج الطبيعى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩ .  
إمام النجمى :

١٢. أشرف الدسوقي شعلان : الإصابات والإسعافات الأولية ، التركي للطبعة ، طنطا ، ٢٠٠٣ .
١٣. السيد محمد أحمد سليمان : دراسة أثر تعليم المبتدئين فى كرة اليد باستخدام طريقة المنافسات الجماعية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨١ .
١٤. أمل الزغبى السعيد : الإصابات الرياضية لمراكز لاعبي كرة السلة وكيفية حدوثها ، رسالة ماجستير ، ١٩٩٦ .
١٥. جيردالانجهوف وثيواندرت : كرة اليد للناشئين وتلامذة المدارس ، ترجمة كمال عبد الحميد ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٧٨ .
١٦. حياة عياد روفائيل : إصابات الملاعب وقاية - إسعاف - علاج طبيعى ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، ١٩٧٧ .
١٧. خالد صلاح الدين : نبذة عن التربية الصحية وأهم مشكلات الطب الرياضى ، جامعة الأزهر ، ط ١ ، القاهرة ، ٢٠٠٣ .
١٨. خالد محمد بدر : دراسة ميدانية لبعض الإصابات الشائعة الخاصة برياضة الجودو ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، طنطا ، ٢٠٠٠ .
١٩. زينب عبد الحميد العالم : التدليك الرياضى وإصابات الملاعب ، الطبعة الخامسة ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٨ .
٢٠. سعاد تادرس ميخائيل : بعض العوامل النفسية المرتبطة بالإصابات فى النشاط الرياضى بين طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، ١٩٨٤ .
٢١. سعد الدين أبو الفتوح : دراسة للوقاية من الإصابات فى بعض الأنشطة الرياضية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٣ .
٢٢. سميحة خليل فخرى : الإصابات فى بعض الأنشطة الرياضية للاعبى الدرجة الأولى والناشئين ، بحث منشور بمجلة الدراسات ، وبحوث جامعة حلوان ، المجلد الخامس ، العدد الثالث ، ١٩٨٢ .

٢٣. صالح عبد الله الزغبى : " الوجيز فى الإسعافات والإصابات والعلاج الطبيعى " ، عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، ١٩٩٥ .
٢٤. طارق محمد صادق : برنامج علاجى تأهلى حركى بديل لجراحة إصابة الرباط الداخلى لمفصل الركبة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .
٢٥. طلحة حسام الدين : الموسوعة العلمية فى التدريب والرياضة ، المجموعة العلمية ، القاهرة ، ١٩٩٧ . وآخرون
٢٦. عادل على حسن : المدخل العلمى والتخطيط للمنشآت الرياضية ، سلسلة الثقافة الرياضية ، معهد البحرين الرياضى ، العدد ١٥ ، ١٩٩٥ .
٢٧. عبدالعظيم العوادلى : الجديد فى العلاج الطبيعى والإصابات الرياضية ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى ، ١٩٩٩ .
٢٨. عبده سيد أبو العلا : دور المدرب واللاعب فى الإصابات الرياضية - الوقاية والعلاج ، مؤسسة شباب الجامعة للطباعة والنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، ١٩٨٤ .
٢٩. عزت محمود الكاشف : التخطيط فى التدريب الرياضى ، مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٩٤ .
٣٠. عصام عبدالحميد حسن : تأثير استخدام بعض الأساليب الفسيولوجية لتقنين حمل التدريب على كفاءة الجهاز الدورى التنفسى وبعض المتغيرات البدنية ، المهارية لدى ناشئى كرة القدم ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٠ .
٣١. عصمت محمد عبد : النوم كحاجة صحية لمرحلة المراهقة وتحديد معدلات النوم ، المؤتمر العلمى الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، ترشيد المقصود التربية البدنية والرياضية فى المرحلة السنوية من ١٢ - ١٦ سنة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية .

٣٢. غازى السيد يوسف ، : المعدلات النسبية لـ ن الإصابات الرياضية فى المملكة العربية السعودية ، ودولة الإمارات العربية ، بحث منشور بالمجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٢ .
٣٣. كمال الدين عبدالرحمن : حارس المرمى ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ .  
درويش وآخرون
٣٤. كمال الدين عبد الرحمن : الدفاع فى كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩ .  
درويش وعماد الدين  
عباس أبو زيد وسامى  
محمد على
٣٥. كمال الدين عبدالرحمن : القياس والتقييم وتحليل المباراة فى كرة اليد نظريات وتطبيقات " مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ٢٠٠٢ .  
درويش وقدرى سيد  
مرسى وعماد الدين  
عباس أبو زيد
٣٦. كمال عبدالحميد إسماعيل : إصابات قدم الارتقاء للاعبى كرة اليد تحت ١٩ سنة ، مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، ١٩٨٤ .
٣٧. لىلى نبيب محمود : كرة اليد ، ١٩٩٣ .  
وآخرون
٣٨. ماجد مجلى ، عبدالحميد : دراسة تحليلية للإصابات الرياضية التى تواجه ممثلى الألعاب الجماعية ( سلة - يد - طائرة ) المؤتمر العلمى للتنمية البشرية ، القاهرة ، ١٩٩٥ .  
الوحيدى
٣٩. ماهر صالح محمد : كرة اليد الحديثة ، دار السياسة ، الكويت ، ١٩٧١ .
٤٠. مجدى الحسينى عليوة : الإصابات الرياضية بين الوقاية والعلاج ، ظافر للطباعة ، الطبعة الثانية ، ١٩٩٧ .
٤١. محاسن أحمد عدنان : بعض القياسات الجسمية والقدرات البدنية والمهارات الهجومية فى كرة اليد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية بالجمهورية العربية الليبية ، جامعة السابع من أبريل بالزاوية ، ١٩٩٧ .

٤٢. محمد إبراهيم أبو عاصى : كرة اليد ، مهاريا وخططيا ، مذكرات منهجية منشورة ، كلية التربية الأساسية ، الكويت ، ١٩٨٨ .
٤٣. محمد إبراهيم أبو عاصى : تقييم الكفاءة الهجومية لقلب الهجوم فى كرة اليد ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٦ .
٤٤. محمد إبراهيم أبو عاصى : كرة اليد إدارة - تدريب - تدريس ، دار الأصدقاء للطباعة ، مدحت قاسم عبدالرازق ، الطبعة الأولى ، ٢٠٠١ .
٤٥. محمد السيد شطا : الإصابات الرياضية والعلاج الطبيعى ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩١ .
٤٦. محمد توفيق الوليلى : أثر برنامج تدريب وقائى على الإصابات الشائعة فى كرة اليد ، منشورات كلية التربية الرياضية ، الجامعة الأردنية "المؤتمر الرياضى الأول " ١-٤ دشرين الأول ، عمان ، ١٩٨٧ .
٤٧. \_\_\_\_\_ : كرة اليد تعليم - تدريب - تكتيك ، الكويت ، ١٩٨٩ .
٤٨. \_\_\_\_\_ : كرة اليد تعليم - تدريب - تكتيك ، دار الكتب المصرية ، ١٩٩٥ .
٤٩. \_\_\_\_\_ : تدريب المنافسات ، الطبعة الثانية ، دار G.M.S للطباعة والنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٠ .
٥٠. محمد حسن علاوى : علم النفس فى التدريب الرياضى ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٦٩ .
٥١. \_\_\_\_\_ : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
٥٢. \_\_\_\_\_ : سيكولوجية الإصابة الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ١٩٩٨ .

٥٣. محمد خالد عبد القادر : دراسة بيوميكانكية لبعض أساليب التصويب بالوثب عاليا في كرة اليد ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ .
٥٤. محمد خالد عبد القادر : الهجوم في كرة اليد ، مجموعة الديب ، الإسكندرية ١٩٩٥ .  
حمودة وياسر محمد دبور
٥٥. محمد سيد سعيد : مستوى اللياقة البدنية وعلاقتها بالإصابات الخاصة بناشئء كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٩٩ .
٥٦. محمد صبحى حسنين : أنماط أبطال الرياضة من الجنسين ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٥ .
٥٧. محمد عادل رشدى : علم الإصابات للرياضيين ، دار قتيبه ، الطبعة الأولى ، طرابلس ، ١٩٩٢ .
٥٨. محمد على عبدالمعبود : الإصابات الرياضية لدى ناشئء كرة اليد أسبابها وطرق الوقاية منها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .
٥٩. محمد فؤاد محمود : الإصابات الشائعة بين الناشئين في رياضة الجمباز ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد الخامس و العشرين ، ١٩٩٦ .
٦٠. محمد فتحى عبد الرحمن : مقدمة في الإصابات الرياضية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ .
٦١. محمد فتحى عبد الرحمن : العلاقة بين بعض عناصر اللياقة البدنية وإصابات الطرف السفلى للاعبى كرة القدم في ج.م.ع ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، ١٩٨٢ .
٦٢. محمد قدرى بكرى : الإصابات الرياضية والتأهيل الحديث ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩ .

٦٣. محمد يوسف الشيخ : فسيولوجيا الرياضة والتدريب ، نبع الفكر ، الإسكندرية ، ١٩٦٩ .
٦٤. محمود يوسف محمد : الإصابات الرياضية للاعبى كرة اليد ، أسباب حدوثها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٢ .
٦٥. مدحت قاسم عبد الرازق : فعالية عنصرى القوة والمرونة فى الوقاية من الإصابات الشائعة وتأثير الإصابات على مستوى كفاءة الجهاز المناعى للاعبى كرة القدم واليد ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .
٦٦. مفتى إبراهيم حماد : تحديد الإصابات الشائعة وأسبابها بين لاعبى كرة القدم فى المراكز المختلفة ، المجلة العلمية للتربية الرياضية بالقاهرة ، ١٩٩١ .
٦٧. منير جرجس إبراهيم : كرة اليد للجميع ، الطبعة الرابعة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٤ .
٦٨. منير جرجس إبراهيم : كرة اليد بين النظرية والتطبيق ، دار الجيل للطباعة ، القاهرة ، وآخرون ١٩٧٨ .
٦٩. ميرفت السيد محمد : علاقة بعض القياسات الأنتروبومترية بالإصابات الشائعة فى الجمباز لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ .
٧٠. ميرفت السيد محمد : دراسة مقارنة بعض طرق التأهيل المختلفة لإصابة أربطة مفصل القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٨٩ .
٧١. هانز جيرت شتاين ، : كرة اليد ، ترجمة كمال عبدالحميد ، دار المعازف بمصر ، إدجار فيدهوف ١٩٨٦ .

٧٢. هشام أحمد سعيد إبراهيم : الإصابات الرياضية للاعبى الكرة الطائرة أسبابها وطرق الوقاية منها ، رسالة ماجستير ١٩٩٢ .
٧٣. هشام مهيب : الراحة وأهميتها للاعب ألعاب القوى ، الاتحاد الدولى لألعاب القوى ، مركز التنمية الإقليمى ، القاهرة ، العدد العاشر ، ١٩٩٣ .
٧٤. ياسر محمد حسن دبور : كرة اليد الحديثة ، منشأة دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٧ .
٧٥. يعقوب هراج كريكور : العلاقة بين اللياقة البدنية الخاصة وإصابات الأطراف لدى لاعبى كرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٤ .

ثانيا : المراجع الأجنبية

- 76 **Arlot , J.** :The Oxford Companion to Sports and Games .  
Canada peladin , 1977 .
- 77 **Brown , M** : Efficiency of human move , Toronto , London ,  
1973 .
- 78 **Cash , J** : Massage in same surgical condition London , 1977
- 79 **Cooper R. W** : Injury in Encyclopedia of Sport Sciences and  
.Acute and Subacute Medicine , The Mac Milam company , New York ,  
1979 .
- 80 **Cratty** : Social psychology in athletic. Prentice hall , New  
Jersey , 1981 .
- 81 **Cretzmeyer ,  
FX and others :** Trck and field athletics , Saint Louis , 1974.
- 82 **Cynthia Tucker  
, D** :The mechanics of sports injuries an osteopathic  
approach , British library , 1995 .
- 83 **Dirx M, Bouter  
L M .de Geus G  
H** : Actiology of handball injuries : a case – control  
study . Consumer Safety Institute , Amsterdam , the  
Nether land , 1992 .
- 84 **Dorman , P** : Sporting injury trainers guide . national , library of  
Australia , London , 1980 .
- 85 **Fagerli , U . M** : Injuries in Hand ball players , Norwegian , 1990 .
- 86 **Gele'et Paolini :** :Technique individuelle , Hand ball , Direction  
Technique National Commission de recherché et de  
documentation , technologie , 3 , 1979 .
- 87 **Graham , L ,  
Neil ,** : Modern Team Hand ball Beginner to expert  
Montreal , 1976 .
- 88 **Jensen R . C .  
and Hirst , C.C** : Measurement in Physical Education New York and  
London , Macmillan Publising co inc, 1980 .
- 89 **Klafs , E . C  
.and Luon , M.J** : The fenale athletes a coach's guid to conditioning  
and training , Saint Louisa , 1981.
- 90 **Kohan D** : Injuries during handball a comparative retrospective  
study between regional an upper league teams  
ceremony , 1997 .
- 91 **Lubglgaard** : Injuries in young femal players in European team  
handball , Denmark 1998 .
- 92 **Martz , J** : Hallen Hand ball , Tiel 1 , Bartels , und Wernitz ,  
Berlin Manhen , Frankfort , 1974 .
- 93 **Mass , G . D** : The Physique of athlete . Ieiden university , press ,  
1974 .
- 94 **Mandin , M ,** : Stage National minims , Challans , F.F.H.A , 1981
- 95 **O'donoghue ,  
D. A** : Treatment of injures to athletes , London , 1970 .

- 96 **pargnan ,D** : psychological bases of sport injury , morgan lovm , 1993.
- 97 **Phillip , Bernard , E** : Hand ball Games , B & N , New York , 1973 .
- 98 **Remain Sail , Md** : Sport injuries in team Handball , Amerrica orthopedic society for sport medicine , 1998 .
- 99 **Ricard , R . et Pinturault , J.** : Le Hand ball a 7 , Paris Editions Bornemanu , 1967
- 100 **Rowland , A . Larson** : Fitness and Work Capacity , Macmillan publishing Co , New York , 1970 .
- 101 **Seil R , Rupp S, Templehof S , Kohn D** : Injuries during handball , A comparative , retrospective study between regional and upper league teams , Orthopadische Universitats – und poliklinik Homburg sarr , Article in German , 1997.
- 102 **Siller , F. D** : Anthropometry in Relation to physical Education Sience and medicine of cise and sports 2 nd ed . Harper iron Publish ,. New York , 1974 .
- 103 **Terkelsan C , J** : Handball injuries an epidemiological and socioeconomic study , Denmark , 1992 .
- 104 **Vialla** : Les tirs de L'aile , Hand ball direction technique nationale commission de recherché et de documentation , pedagogie 3 , 1979 .
- 105 **Viek and Buseh and Athers** Das Hallen BDI, Bartele and Werniz , 1973 .
- 106 **Wedderkopp N , Kaltaft M , Lundgaard B , Rosendahl M , Frobery K ,** -: Injuries in young female players in Eurapean team handball . Institute of physical Education , Odense University , Denmark , 1997 .

ثالثاً : مراجع شبكة المعلومات العالمية (الانترنت )

- 107 **Junge A and other's** : injuries in team sport our moments during the 2004 Olympic games federation international de football association medical assessment and research centre , Zurich , Switzerland , am , sport , med , 2005
- 108 **Olsen oe and other's** : relationship between floor type and risk of injury in team handball , olse , Norway Scand med , sic , sport's , 2003 oct .13

## المرفقات

مرفق ( ١ ) استمارة تسجيل إصابات اللاعبين

مرفق ( ٢ ) الأندية المشاركة ونوعيات الملاعب



نوع الملعب	المنطقة	الأندية المشتركة	م
ترفلكس	القاهرة	النادى الأهلى	١
ترفلكس	القاهرة	نادى اتحاد الشرطة	٢
ترفلكس	القاهرة	نادى الإنتاج الحربى	٣
ترفلكس	القليوبية	نادى المؤسسة العمالية	٤
ترفلكس	السويس/إسماعيلية	نادى النصر للبتترول	٥
باركية	الجيزة	نادى سكر الحوامدية	٦
باركية	الجيزة	نادى الزمالك	٧
باركية	الجيزة	نادى الشمس	٨
باركية	القاهرة	نادى الزهور	٩
باركية	الأسكندرية	نادى سموحة	١٠
باركية	البحيرة	نادى ألعاب دمنهور	١١
باركية	الأسكندرية	نادى سبورتنج	١٢
باركية	وسط الدلتا	نادى كفر الشيخ	١٣
ترتان	الجيزة	نادى الجيزة	١٤
ترتان	الجيزة	نادى ٦ أكتوبر	١٥
ترتان	القاهرة	نادى طلوع الجيش	١٦
ترتان	القاهرة	نادى الجزيرة	١٧
ترتان	القاهرة	نادى الطيران	١٨
ترتان	القاهرة	نادى الداخلية الرياضى الإجتماعى	١٩
ترتان	الدقهلية	نادى جزيرة الورد	٢٠
حمراء	القاهرة	نادى السكة الحديد	٢١
حمراء	الجيزة	نادى الترسانة	٢٢
حمراء	القاهرة	نادى مصر للبتترول	٢٣
حمراء	البحيرة	مركز شباب أبوحمص	٢٤

نوع الملعب	المنطقة	الأندية المشتركة	م
حمرء	الأسكندرية	نادى أصحاب الجياد	٢٥
حمرء	وسط الدلتا	نادى غزل المحلة	٢٦
حمرء	وسط الدلتا	نادى المحلة الكبرى	٢٧
حمرء	وسط الدلتا	نادى طنطا	٢٨
حمرء	المنوفية	نادى جمهورية شبين	٢٩
حمرء	المنوفية	نادى الحزب الوطنى بتلا	٣٠
حمرء	المنوفية	النادى الوطنى بشبين الكوم	٣١
حمرء	السويس/إسماعيلية	نادى التجارة	٣٢
حمرء	السويس/إسماعيلية	نادى السكة الحديد	٣٣
حمرء	السويس/إسماعيلية	نادى هيئة قناة السويس	٣٤
حمرء	الشرقية	مركز شباب تل حوين	٣٥
حمرء	القليوبية	نادى بنها	٣٦
بلاط	الجيزة	مركز شباب إمبابة	٣٧
بلاط	القاهرة	نادى هليوبلس	٣٨
بلاط	القاهرة	نادى المعادى	٣٩
بلاط	القاهرة	نادى هليوليدو	٤٠
بلاط	القاهرة	نادى مدينة نصر	٤١
بلاط	وسط الدلتا	نادى كفر الزيات	٤٢
بلاط	الأسكندرية	نادى البنك الأهلى	٤٣
بلاط	البحيرة	نادى شبراخيت	٤٤
بلاط	الدقهلية	نادى المنصورة	٤٥
بلاط	الدقهلية	مركز شباب بلقاس	٤٦
بلاط	وسط الدلتا	مركز شباب بيلا	٤٧
بلاط	المنوفية	نادى الوطنى بمنوف	٤٨

نوع الملعب	المنطقة	الأندية المشتركة	م
بلاط	المنوفية	نادى الوطنى ببركة السبع	٤٩
بلاط	بورسعيد/ش.سيناء	نادى بورسعيد	٥٠
بلاط	السويس/إسماعيلية	النادى الإسماعيلى	٥١
بلاط	بورسعيد/ش.سيناء	نادى شباب مصر بالعريش	٥٢
بلاط	بورسعيد/ش.سيناء	مركز شباب الزهور	٥٣
بلاط	الشرقية	نادى العاشر من رمضان	٥٤
بلاط	الشرقية	مركز شباب أحمد عربى	٥٥
بلاط	الشرقية	مركز شباب أبو حماد	٥٦
أسفلت	القاهرة	نادى أسكو	٥٧
أسفلت	الأسكندرية	النادى الأوليمبى	٥٨
أسفلت	الأسكندرية	نادى النحاس	٥٩
أسفلت	الأسكندرية	نادى باكوس	٦٠
أسفلت	البحيرة	مركز شباب ششت الأنعام	٦١
أسفلت	الدقهلية	مركز شباب إستاد المنصورة	٦٢
أسفلت	المنوفية	مركز شباب زنارة	٦٣
أسفلت	الشرقية	مركز شباب كفر الغنيمى	٦٤
أسفلت	الشرقية	نادى بلبيس	٦٥

# **المخلص**

**أولا : ملخص البحث باللغة العربية**

**ثانيا : ملخص البحث باللغة الإنجليزية**

## ملخص البحث باللغة العربية

### المقدمة:

يشهد العالم تطورا كبيرا فى مختلف الميادين الرياضية ، ولقد أصبح الإستناد إلى البحث العلمى هو أساس الوصول إلى مستويات القمة الرياضية ، ولعل الطفرات الرياضية التى نشاهدها فى الدورات الأولمبية والمحافل الدولية خير دليل على ذلك ، ولذا أصبح من الضرورى استخدام الأسلوب العلمى وتطبيقه على البيئة الرياضية المصرية وخاصة لمرحل الناشئين حيث يمثلون النواة والأساس فى تنشئة الأجيال الرياضية ، حتى يمكننا الوصول إلى المستويات الرياضية العالية .

وتعتبر لعبة كرة اليد أحد الألعاب الجماعية التى تتسم مبارياتها بالمتعة والإثارة والتشويق ، وقد حظيت اللعبة بشعبية كبيرة فى الآونة الأخيرة ، فأصبحت قريبة الى حد كبير فى شعبيتها مع كرة القدم خاصة فى مصر وكان ذلك للتطور الهائل للفرق القومية المصرية بعد الإنجازات التى حققتها فى الآونة الأخيرة .

تعتبر كرة اليد من الألعاب الجماعية ذات الطابع التنافسى والتشويقى والتي تتم بين فريقين ونظرا لذلك توجد مراكز مختلفة ومتعددة ( صانع الألعاب ، الجناح ، الظهير ، لاعب الدائرة ، حارس المرمى ) داخل الملعب ولأن كرة اليد ذات طابع حماسى وتتميز بالاحتكاك المباشر بين اللاعبين مما يؤدى ذلك إلى حدوث الإصابات .

تشكل نوعية الملاعب أهمية كبرى فى وقاية اللاعبين من الإصابات لذلك حيث العناية المستمرة بسلامة وصلاحية الأرضيات مثل الأحجار الصغيرة أو الفوارغ - زجاجات سدادات... الخ وعدم وجود بروزات أو نهايات مدببة أو حوامل حتى ولو كانت خفيفة أو أى أشياء تعوق حركة اللاعبين أو يحتمل حدوث أضرار من وجودها مع مراعاة أن تكون المساحات الفراغية المحيطة بالملعب كافية لاندفاع اللاعبين أثناء الحركة حتى لا يتعرضون للصدام بالأعمدة أو العوائق المحيطة بالملعب .

ويتضح أن معدل انتشار الإصابات فى مجال الأنشطة الرياضية أصبح ظاهرة تستدعى انتباه كل العاملين فى المجال الرياضى ، وأن هذه الإصابات الرياضية تختلف من نشاط لآخر باختلاف أجزاء الجسم المؤدية للحركة الأساسية ففى كرة اليد على سبيل المثال يلعب الطرف

العلوى دور أساسى فى أداء الحركات لذا تزيد معدلات الإصابة بالنسبة للاعبى كرة اليد فى الطرف العلوى .

وقد ترجع بعض الإصابات البدنية الرياضية الى شدة وعنف المنافسات الرياضية أو طبيعة الملاعب الرياضية التى تتميز بصلابتها بالإضافة الى شدة الاستثارة لبعض اللاعبين نتيجة للدافعية المغالى فيها والشحن الزائد ، وقد ترجع الإصابات البدنية الرياضية الى طبيعة النشاط الممارس نتيجة لشدة المنافسة التى تتميز بالالتحام والاحتكاك المباشر بين اللاعبين وبعضهم البعض وتكرار الإصابات بالنسبة لمراكز اللاعبين وفى مناطق معينة من الملعب وعلى نوعيات من الملاعب مما يؤدى الى الابتعاد عن المشاركة فى المباريات والعزوف عنها

### مشكلة البحث :

من خلال ملاحظة الباحث قد لاحظ زيادة ملحوظة فى الإصابات التى يتعرض لها اللاعبين وخاصة فى مراكز معينة وتكرار الإصابة لهذا المركز الأمر الذى أثار انتباه الباحث لإمكانية وجود علاقة بين الإصابات البدنية الرياضية ومراكز اللاعبين من حيث مركز اللاعب والخط الذى يلعب فيه وذلك لأن لكل مركز من المراكز طبيعته المميزة وخصائصه التى يفرضها من حيث متطلباته البدنية المهارية كما تختلف وتتووع الإصابات الرياضية التى يتعرض لها اللاعب حسب نوعية أرضية الملعب والتى تتمثل فى ملاعب الأسفلت والبلاط والحمرات والترتان والباركيه والترفلكس وكذلك عدد اللاعبين وتوافر عوامل الأمن والسلامة .

ومن خلال عمل الباحث قد شاهد زيادة كبيرة فى الإصابات الرياضية بين لاعبي كرة اليد ، ولذا اتجه الباحث الى دراسة هذه الظاهرة مستخدما الأسلوب العلمى فى محاولة منه للتعرف على نوع ونسب الإصابات بين مراكز اللاعبين المختلفة وارتباطها بأرضيات الملاعب .

ومن هذا المنطلق كانت الحاجة الى دراسة العلاقة بين مراكز اللاعبين وأرضيات الملاعب والإصابات الرياضية .

## أهداف البحث :-

يهدف البحث الى التعرف على علاقة مراكز اللاعبين ونوعيات الملاعب بالإصابات

الرياضية فى كرة اليد من خلال :-

- ١- التعرف على علاقة مراكز اللاعبين بالإصابات الرياضية فى كرة اليد .
- ٢- التعرف على علاقة نوعيات الملاعب بالإصابات الرياضية فى كرة اليد .

## فروض البحث :-

- ١- تتباين علاقة مراكز اللاعبين بالإصابات الرياضية فى كرة اليد .
- ٢- تختلف علاقة نوعيات الملاعب بالإصابات الرياضية فى كرة اليد .

## إجراءات البحث

### المنهج المستخدم

أستخدم الباحث المنهج المسحى

### عينة البحث

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية و يبلغ عددها ( ٦٥ ) ناديا والمسجلين بالاتحاد المصرى لكرة اليد للموسم الرياضى ٢٠٠٧ / ٢٠٠٨ وذلك من مواليد ١٩٩٠ وذلك من المجتمع الأسمى الذى يتكون من ( ٨٩ ) ناديا ويمثلون مناطق القاهرة والجيزة والإسكندرية والقليوبية والبحيرة ووسط الدلتا والدقهلية والمنوفية والسويس / إسماعيلية وبورسعيد / شمال سيناء والشرقية وتم مشاهدة وتحليل ( ٢١٥ ) مباراة .

## أدوات جمع البيانات

- استمارة حصر وتسجيل الإصابات الرياضية .
- مشاهدة المباريات وتحليلها .
- تصوير المباريات بالفيديو .

## مجالات البحث

المجال البشرى :

تم تطبيق الدراسة على ( ٦٥ ) ناديا من المسجلين بالاتحاد المصرى لعام

٢٠٠٧ / ٢٠٠٨ وذلك لمواليد ١٩٩٠م .

### المجال الزمني :

تم إجراء البحث في الفترة من ١٠ / ٨ / ٢٠٠٧ م إلى ١٠ / ٢ / ٢٠٠٨ م .

### المجال الجغرافي :

تم تطبيق الدراسة على أندية القاهرة والجيزة والإسماعيلية والدقهلية ووسط الدلتا والمنوفية والقليوبية وبورسعيد والسويس والبحيرة والشرقية .

### تطبيق البحث :

#### تصميم استمارة جمع البيانات :

قام الباحث بعمل مسح مرجعي للمراجع العلمية والدراسات السابقة ( ٤٥ ، ٨٤ ، ٩١ ، ٧٨ ، ٥ ، ٨٥ ، ١٠٨ ) في تحديد محاور الخاصة بالتسجيل وقد تم اختيار المتغيرات التالية لتسجيلها :

- ١- بيانات عن نوع الإصابة .
- ٢- بيانات عن مكان الإصابة .
- ٣- بيانات عن مراكز اللاعب .
- ٤- بيانات عن منطقة اللعب .
- ٥- بيانات عن نوع الملعب .
- ٦- بيانات عن درجات الإصابة .
- ٧- بيانات عن أى ملعب تكثر الإصابة .
- ٨- بيانات عن سبب الإصابة .

### التجربة الاستطلاعية :

وهي مرحلة التجريب المبدئي للاستمارة ، وتم تطبيق الاستمارة في الفترة من ١٠ / ٧ / ٢٠٠٧ م إلى ١٠ / ٨ / ٢٠٠٧ م على النحو التالي :

مشاهدة ( ١٠ ) مباريات على ملاعب مختلفة وذلك للتأكد من سهولة وسلامة الأسئلة ولاكتشاف أوجه القصور وتم صياغة الاستمارة على النحو التالي :

استمارة مرفق ( ١ )

## التجربة الاساسية :

قام الباحث بإجراءات البحث الأساسية فى الفترة من ٢٠٠٧/٨/١٠م إلى ٢٠٠٨/١/١٠م حيث قام الباحث بمشاهدة المباريات وتسجيل الإصابات الرياضية التى تعرض لها اللاعبين خلال المباريات والمنافسات باستخدام استمارة حصر الإصابات الرياضية مرفق ( ١ ) ثم قام الباحث بتفرغ البيانات وإعدادها للمعالجة الإحصائية للتحقق من فروض البحث .

## المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :-

- النسبة المئوية .
- المتوسط الحسابى .
- الانحراف المعيارى .
- معامل الارتباط .

## الاستنتاجات والتوصيات

توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية :-

- ١ - ملاعب الترفلكس والباركيه أقل الملاعب حدوثا للإصابات فى كرة اليد .
- ٢ - تزداد الإصابات على ملاعب الأسفلت والبلاط .
- ٣ - أكثر الإصابات حدوثا هى الجروح ، الكدم ، التمزق ، الالتواء ، الشد ، الخلع ، الكسر .
- ٤ - أكثر أجزاء الجسم تعرضا للإصابة هى الركبة والكتف .
- ٥ - أقل أجزاء الجسم تعرضا للإصابة هى القدم والعمود الفقرى .
- ٦ - أكثر مراكز اللاعبين تعرضا للإصابة بالترتيب هو لاعب الدائرة ، لاعب الجناح الأيمن ، لاعب الجناح اليسر ، حارس المرمى ، اللاعب الخلفى الأيمن ، اللاعب الخلفى الأيسر ، صانع الألعاب .
- ٧ - الموقف الهجومى هو أكثر مواقف اللعب حدوثا للإصابة .
- ٨ - تزداد الإصابات فى منطقة ( ٦م - ٩م ) .
- ٩ - تقل الإصابات فى منتصف الملعب .

### التوصيات :

في ضوء بيانات واستنتاجات هذه الدراسة وفي حدود طبيعته ومجاله يوصي الباحث بما يلي :

- ١- الاهتمام بالأرضيات الترفلكس والباركيه عند إنشاء الملاعب .
- ٢- ضرورة تعليم الناشئ ( اللاعب ) كيفية التصرف السليم عند السقوط في المواقف المختلفة .
- ٣- الاهتمام بأجزاء الجسم التي يحدث بها إصابات .
- ٤ - الاهتمام بتدريب اللاعبين على كيفية امتصاص الإصابة في المركز الذي يلعب فيه .
- ٥- عمل برامج تدريبية وقائية لكل مركز من مراكز اللعب على حدة .
- ٦- التركيز في المواقف الهجومية عند التدريب .
- ٧- عدم اللعب على ملاعب الأسفلت والبلاط .
- ٨- ضرورة وجود أخصائي علاج طبيعي مع كل فريق .

## مستخلص البحث باللغة العربية

### المستخلص

يهدف البحث الى : التعرف على علاقة مراكز اللاعبين ونوعيات الملاعب بالإصابات الرياضية فى كرة اليد من خلال : التعرف على الإصابات الشائعة بين لاعبي كرة اليد ، التعرف على أكثر مراكز اللاعبين حدوثا للإصابة ، التعرف على أكثر أنواع الملاعب حدوث للإصابة ، وقد أوصت الدراسة بالتوصيات التالية : ضرورة الاهتمام بالإحماء المناسب لحالة الجو ، وضرورة الاهتمام بالإعداد البدنى العام والخاص ، وضرورة الاهتمام بأجزاء الجسم التي يحدث بها إصابات ، ضرورة تعليم الناشئ ( اللاعب ) كيفية التصرف السليم عند السقوط فى المواقف المختلفة ، وضرورة الاهتمام بالحالة النفسية للاعبين عند اللعب على ملعب المنافس ، ضرورة تدريب اللاعب على ضبط النفس عند الهزيمة أثناء المباراة ، عدم اللعب على ملاعب الأسفلت والبلاط ، ضرورة وجود أخصائي علاج طبيعي مع كل فريق .



Mansoura University  
Faculty of Physical Education  
Dep . sport training

---

## **The relation of the players positions and the kinds of playgrounds with the sportive injuries in handball**

Recherché Presented by  
**Mohamed Dief Elsaid Hilal**  
Holds a Bachelor of Physical Education

**Recerch Among The Partial Fubfillment Of Master In  
sport's Education**

Supervisors

Dr

**Abd Elati Abd ELFattah Elsayed**

Assistant professor in sport's training  
department at the Faculty

Dr

**Midhat Kassem Abd Elrazlk**

Assistant professor in sport's health sciences  
at the Faculty

**1428H / 2008M**

## **Summary of the research in English**

### **Introduction and research's problem :**

The world witnesses a great development in the different sports fields furthermore, relying upon scientific research has become the basis of reaching sports top levels and the sports break through we witness in the Olympic champion ships and international competitions are the best evidence for that . there for , it has become necessary to use the scientific technique and to apply it to the Egyptian sports environment specially to the stages of juniors because they represent the core and the basis for bringing sports generations up until we can reach the high sports levels .

Handball is one of the collective games whose matches are distinguished by fun , excitement and suspense . recently , the game has obtained high popularity which is close to a big extent to the popularity of football specially in Egypt . this was due to the great development of Egyptian national teams after the accomplishment they achieved most recently .

Handball is considered as one of the collective games of suspense and competitive nature taking place between two teams and there for , there are different and multiple positions ( play maker , wing , back , circle player and goalkeeper ) inside the play ground . because handball is of enthusiastic nature and distinguished by direct friction among the players , this leads to the occurrence of injuries .

The quality of play grounds plays a greatly important role in protecting players from injuries because caring a lot about the safety and suitability of the ground such as the inexistence of small stones or empty bottles ( bottles , stoppers of bottles .....etc ) and the inexistence of curves or sharp ends or bearers even if they are light or any thing which obstructs the movement of players or probably results in harms in addition to taking in to consideration that space area which surrounds the play ground must be sufficient for the rushing players during the movement not to collide with the pillars or hurdles surrounding the play ground .

The rate of the occurrence of injuries in the field of sports activities has become a phenomenon which entails the attention of all workers in the sports field and these sports injuries differ from one activity to another according to the different parts of the body which make the main move . for example in hand ball , the upper limbs play a basic role in

perform in the moves there fore the rate of injury of the upper limbs increases as for hand ball players .

Some of sports physical injuries are due to the vigor and violence of sports competitions or the nature of play grounds distinguished by their solidity in addition to the great excitement of some players as a result of the excessive motivation and charge . also , sports physical injuries might be due to the nature of the vigor of competition distinguished by direct friction of players with each other , the repetition of injuries as to the positions of the players and in certain areas of the play ground in addition to certain qualities of play grounds which lead to staying away from participating in the matches .

### **Research's problem :**

Through the researcher's work with in the sports field and sports training , he has noticed a noticeable increase in injuries to which the player are exposed specially in certain positions and the repetition of injury for this position . this matter has called my attention to possibility of an exiting relation ship between the sports physical injuries and the position of the players as to the player's position and the line on which he plays . this is because each of these position has its own distingnished nature and characteristics imposed by its physical requirement of the skill . also , sports injuries to which the player is exposed differ a ccording to the quality of the ground which is represented by asphalt , tiled , red , tartan , parquet and terphlex play grounds in addition to the number of players and the availability of security and safety factors .

Through the researcher's work , he has noticed a great increase in the sports injuries among hand ball players . there fore , the researcher has turned to study this phenomenon using the scientific technique in an attempt to recognize the kind and cause of injuries among the different position of the players and their correlation with the qualities of play ground .

Out of these terms , there was a need to study the relation ship among the position of the players , qualities of play ground and sports injuries .

### **Research's Objectives :**

The research aim at recognizing the relation of the position of players and the qualities of play ground to sport injuries in hand ball through :

- 1 – recognizing the relation of players positions with the sportive in handball .
- 2 – recognizing the relation of the qualities of playground with the sportive in handball .

### **Research's Hypotheses :**

- 1 – The Relation of players positions vary as to with the sportive in Handball .
- 2 – the relation of the qualities of playground different with the sportive in handball .

## **Research's Procedures**

### **Methodology :**

The researcher has used the surveying methodology .

### **Research's Sample :**

The sample has been chosen by the non-random method and its number is 65 clubs and the person registered in the Egyptian federation of hand ball in the sports season ( 2007 / 2008 ) who were born in 1990 out of a population which consists of 89 clubs and represent the areas of Cairo , Giza , Alexandria , Kalioubya , Beheira , middle of Delta , Dakahlia , Minofia , Suez / Ismalia , Port Said / North Sinai , Sharkia .in addition , 215 matches have been watched and analysed .

### **Tools Of Collecting Data :**

- Records of medical clinics in the clubs .
- A form of counting sports injuries .
- Watching and analyzing the matches .

### **Limits Of The Research :**

#### **The human limits :**

The study has been applied to a sample of hand ball players registered in the Egyptian federation in the year 2007 / 2008 who were born in 1990 a.d .

#### **The Time Limits :**

The research has been carried out with in the period from 10 / 8 / 2007 to 10 / 2 / 2008 .

### **The Geographical Limits :**

The study has been applied to the clubs of Cairo , Giza , Ismailia , Dakahlia , the middle of Delta , Minofia , Kalioubya , Port Said , Suez , Beheira and Sharkia .

### **Application Of The Research :**

#### **- Design Of Data Collecting form :**

The researcher has done a survey of the scientific references and previous studies as to specifying the axes of the form and the following axes have been chosen :

- 1 – Data related to the type of injury .
- 2 – Data related to the place of injury .
- 3 – Data related to the positions of the players .
- 4 – Data related to the area of the play .
- 5 – Data related to the quality of the play ground .
- 6 – Data related to the degrees of injury .
- 7 – Data related to which ever play ground causes the most of injuries
- 8 – Data related to the cause of injury .

### **Exploratory Test :**

It is the stage of test preliminarily the form and this form has been applied with in the period from 10 / 7 / 2007 to 5 / 8 / 2007 as follows : watching ( 10 ) matches on different play grounds to make sure of the easiness and validity of the question and to discover the defective points . in addition , the form has been drafted as follows : ( 1 ) attached form .

### **Application Of The form :**

The researcher has performed the basic procedures of the research with in the period from 10 / 8 / 2007 to 10 / 2 / 2008 where the researcher has watched the matched and recorded the spots injuries to which the players were exposed to during the matches and competitions by using a form for counting the sports injuries annex ( 1 ) . then the researcher has taken the data out of this form , preparing then for the statistical processing to check the hypotheses of the research .

### **Statistical Processing :**

The researcher has used the following statistical processing :

- Percentage .
- The mean .
- The standard deviation .
- The Correlation .

### **Conclusions And Recommendations:**

The researcher has reached the following conclusion :

- 1 – The Trepflex and Parquet playground are the least susceptible playground in injuries in handball .
- 2 – The injuries are increasing in Asphalt and Tiled playgrounds .
- 3 – The most frequent injuries are wound, bruise, sprain, twist, cramp, dislocation and breakage .
- 4 – The most susceptible parts of the body to the injury are knee and shoulder .
- 5 – The least susceptible parts of the body to the injury are foot and backbone .
- 6 – The most susceptible positions to the injury are in order the players of the circle, the players of the right wing, the players of the left wing, the goalkeeper, the right back players, the left back players and the play-making players .
- 7 – The attack situation is the most susceptible situation to the injury .
- 8 – The injuries increase ( 6 m : 9 m ) area .
- 9 – The injuries decrease in the middle field area .

### **Recommendations :**

In the light of the data and conclusions of this study and through its nature and limits , the researcher recommends what follows :

- 1 – caring for trephlex and parquet floor when establishing playground .
- 2 – the necessity of teaching the junior how to manage well when falling in different situations .
- 3 – caring about the parts of the body to which the injuries occur .
- 4 – caring for training players to absorb the injuries in the situations which they play in .
- 5 – making protective training programs for each position of play parse .
- 6 – concentration in attack position while training .
- 7 – not playing on asphalt and tiled playground .
- 8 – the necessity of the existence of a physiotherapist with each team .

## **Abstract Of The Research In English :**

### **Abstract:**

The research aims at : recognizing the relation ship of the players' positions and the qualities of playground to the sports injuries in handball through : recognizing the common injuries a among handball players , recognizing the players' positions which mostly cause the injury and recognizing the qualities of the playgrounds which cause the injury . the study has recommended what follows : the necessity of caring about warming up suitable for the atmosphere , the necessity of caring about general and special physical preparation , the necessity of caring about the parts of the body to which the injuries occur , the necessity of teaching the junior ( player ) how to manage well when falling in different situation , the necessity of caring about the psychological state of the players when playing on the competitor's playground , the necessity of training the player to control him self up on the defeat during the match , not playing on asphalt and tiled playground and the necessity of the existence of a physiotherapist with each team .