

الفصل الأول

١. الإطـار العام للبحـث

١/١ المقدمة ومشكلة البحث.

٢/١ أهمية البحث والحاجة إليه.

٣/١ هدف البحث.

٤/١ تساؤلات البحث.

٥/١ المصطلحات المستخدمة في البحث.

١. الإطارة العام للبحث:

١/١ المقدمة ومشكلة البحث :

إن التلاميذ في المرحلة الإعدادية هم رجال الغد والعناية بهم وبصحتهم معناه إيجاد أجيال قوية سليمة تساهم بنصيبها كاملاً في الإنتاج وفي نهضة ورفاهية المجتمع ، وهناك احتمالات كثيرة لتعرض التلاميذ للإصابة سواء أثناء حصة التربية الرياضية أو النشاط الداخلي أو النشاط الخارجي مما يفسد بهجة الممارسة .

ويستطيع مدرس التربية الرياضية أن يقلل من الآثار السلبية للإصابات المختلفة التي قد تقع أثناء تنفيذ منهج التربية الرياضية حيث أنه أول المحتكين بالتلاميذ داخل الملعب ، ومن تقع أمامه غالباً معظم الإصابات .

وتقترن المرحلة الإعدادية في مصر بمرحلة المراهقة المبكرة التي تقع في السنوات الثانية عشرة و الثالثة عشر والرابعة عشر من عمر الإنسان و هذه المرحلة هي التي تطلق عليها وزارة التربية و التعليم في مصر الحلقة الثانية من التعليم الاساسي وتعرف بأنها الفترة من العمر ما بين ١٢ - ١٥ سنة و تعتبر فترة تمايز القدرات الخاصة و النضج العقلي لدى التلاميذ . (٥١ : ١٥٥)

وتعتبر الإصابات من أهم المشاكل في مجال الصحة العامة ، فهي أحياناً تعتبر سبباً قد يؤدي إلى الإعاقة لبعض الأفراد في مراحل العمر المختلفة ، وأحياناً تؤدي إلى الوفاة . (٣٧ : ٢)

وقد حظيت الإصابات الرياضية في السنوات الأخيرة باهتمام بالغ من العلماء ليس فقط في مجال العلاج والتأهيل التخصصي ، لكن لمعرفة وتحليل أنواعها ، أماكنها ومعدلاتها وأسباب حدوثها في كل نشاط رياضي بغرض معرفة وتحديد أنسب الطرق للوقاية . (٥٢ : ١٨)

فالإصابة الرياضية قد تكون بسيطة في بادئ الأمر ثم تتفاقم وتصبح خطيرة ومعوقة وسبباً في منع التلميذ من العودة لممارسة نشاطه بنفس الكفاءة بل قد تؤدي إلى عدم استطاعته مزاوله رياضته المحببة مرة أخرى نظراً لعدم إدراك مدرس التربية الرياضية لنوعية الإصابة ومدى مضاعفاتها . (٢٦ : ٦)

حيث يذكر " بهاء الدين سلامة " (١٩٩١) أنه يجب رعاية التلاميذ في المدرسة من الإصابات المختلفة الناتجة عن اللعب في فترات الراحة بين الدروس أو أثناء صعودهم و هبوطهم من الفصول في الأدوار العليا أو أثناء انتقالهم من مكان لآخر بواسطة سيارات المدرسة ، تعتبر رعايتهم في كل هذه الحالات في غاية الأهمية . (١٦ : ١٩٦)

ويتفق كل من " عزت الكاشف " (١٩٩٠) ، " صالح الزغبى " (١٩٩٥) ، " نادية رشاد " (١٩٩٦) أن الأحمال البدنية المرتفعة تؤدي إلي زيادة معدل الإصابات الرياضية لدى التلاميذ والعلاج الفوري لأي إصابة والمحافظة علي الجزء المصاب وعدم تحريكه تعد من أهم النقاط التي يجب مراعاتها للوقاية من الإصابات وان اللياقة البدنية العالية تجعل التلميذ أكثر ثقة في نفسه وبالتالي يكون أكثر تحكما في أعصابه وأقل عرضه لإصابة نفسه أو غيره . (٣٢ : ٩) (٢٩ : ١٢) (٤٩ : ٢٥١)

ويري " محمد قدرى بكري وثريا نافع " (١٩٩٩) أن التلميذ يفقد مستواه ويغيب عن المنافسات الرياضية بسبب الإصابات الخفيفة ، من الممكن أن تؤدي الإصابات الشديدة إلي الابتعاد عن ممارسة الرياضة . (١٧ : ١٦٧)

ويتفق كلا من " مرفت يوسف " (١٩٩٨) ، " عبد الرحمن زاهر " (٢٠٠٤) أن الوقاية من الإصابات الرياضية أمراً لازماً وضرورياً ومحوراً هاماً لإهتمام التلميذ نفسه وكل المعنيين والمهتمين بمستوي أدائه . (٤٧ : ١٧٣) (٣٠ : ٢٩)

ويشير " أود نجهو O,Donoghue " (١٩٨٠) أن الوقاية من الإصابات هدف فهناك أثر ضار من الإصابات البدنية وإنما تدفع وقتاً كثيراً لابتكار طرق ووسائل لعلاج التأثيرات الناتجة عن الإصابات الرياضية فلو أننا خصصنا وقتاً طويلاً للوقاية من هذه الإصابات فإن ذلك قد يعود علينا بالكثير . (٦٨ : ١٢)

ويري " كلافس Klafs " (١٩٨١) أن الإصابات الحادة هي الأكثر حدوثاً في الأنشطة الرياضية حيث تحدث فجأة في وقت قصير أما الإصابات المزمنة هي التي تكون نتيجة لتكرار الإصابة . (٦٤ : ١٤١)

ويتفق كل من "جون هيل John Heil " (١٩٩٣) ، "جرين Green " (١٩٩٦) ، " جيمس James " (١٩٩٦) أن الإصابة الرياضية مشكلة كل يوم اثناء تنفيذ منهج التربية الرياضية حيث أنه عند تعرض التلميذ للإصابة يحدث ضعف في العضلات ويكون هذا عامل مساعد لتكرار الإصابة و أن البرامج الوقائية تسهم مساهمة مباشرة وفعالة في الوقاية من الإصابات الرياضية المختلفة وفي رفع الكفاءة البدنية لتلميذ وتجنب حدوث الإصابة . (٦٢ : ١٩) (٥٧ : ٣٠) (٥١ : ٥١)

لذا فإن دراسة الإصابات والإمام بها أمر له أهميته الخاصة لمعلمي التربية الرياضية لإيضاح أهمية الدور الذي ينبغي أن يقوموا به تجاه الإصابات التي تحدث للتلاميذ أثناء تنفيذ منهج التربية الرياضية ومحاولة معرفة ما هي الإصابة وما هي أهم الأسباب التي تؤدي لحدوث الإصابات . (٣٨ : ٢٠)

ومن خلال عمل الباحث كمدرس تربية رياضية للمرحلة الإعدادية لاحظ تعرض العديد من تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ للإصابات أثناء تنفيذ منهج التربية الرياضية سواء في حصة التربية الرياضية أو النشاط الداخلي أو الخارجي.

مما عزى بالباحث الى صياغة مشكلة بحثه في معرفة الإصابات التي تميز تلك المرحلة العمرية وتأتي الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في أنها تعتبر محاولة إيجابية للتعرف علي الإصابات الشائعة لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي .

٢/١ أهمية البحث والحاجة إليه :

١/٢/١ تسهم هذه الدراسة في إمداد معلمي التربية الرياضية بالمعلومات الكافية عن إصابات تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي وأجزاء الجسم التي تتعرض للإصابة وأسباب حدوثها .

٢/٢/١ تعتبر أساساً لاتخاذ إجراءات الوقاية اللازمة للحد من ازدياد نسبة الإصابات بين تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي .

٣/١ هدف البحث :

يهدف البحث إلي التعرف علي :

١/٣/١ الإصابات الأكثر شيوعاً لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ.

٢/٣/١ أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ .

٣/٣/١ الأسباب التي تؤدي الى حدوث الإصابات لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ .

٤/١ تساؤلات البحث :

١/٤/١ ما هي الإصابات الأكثر شيوعاً لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ ؟

٢/٤/١ ما هي أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ ؟

٣/٤/١ ما هي الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإصابات لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ ؟

٥/١ المصطلحات المستخدمة في البحث :

- الإصابة الرياضية " Sport Injury "

" هي تعطيل أو عاقبة مؤثر خارجي لعمل أنسجة وأعضاء جسم التلميذ المختلفة وغالبا ما يكون هذا المؤثر مفاجئا وشديدا ويصاحب ذلك تغيرات وظيفية وتشريحية". (٨ : ٢٣)

- الجرح " Wound "

" قطع أو تهتك في الجلد أو الطبقة التي تحت الجلد ويسبب هذا القطع ألما حادا كما يؤدي في بعض الحالات إلى حدوث نزيف دموي نتيجة لتهتك الأوعية الدموية في منطقة الجرح "

- الجذع أو الالتواء " Sprain "

"عبارة عن شد في الرباط المثبت للمفصل يتجاوز قدرته علي التمدد مما يؤدي إلى حدوث تمزق فيه " . (٣٠ : ٨١ - ١٠٦)

- الكدمات " Contusions "

" هي إصابة ناتجة عن صدمة مباشرة لسطح الجسم بجسم غير حاد ولا يتسبب عنها جرح في الجلد وقد ينتج عنها تجمع دموي " . (٦٧ : ١٠٩)

- ٦ -

- التقلص العضلي " Muscular - Cramp "

" انقباضات مؤلمة غير إرادية بالعضلات بسبب خلل في الجهاز العصبي ويحدث تغيرات كيميائية في خلايا العضلات المشتركة في التمرينات . (١٠ : ١٧)

- التمزق العضلي " Muscular - Strain "

" تمزق في الألياف العضلية وقد يصاحبها تمزق بالأوعية الدموية "

- الخلع " Dislocation "

" خروج أحد اطراف العظام المكونة للمفصل من مكانها الطبيعي وقد يصاحب هذا تمزق الاربطة ، الاتسجة ، العضلات المحيطة بالمفصل " . (٩ : ٦٦ ، ٩٩)

- الكسر " Fracture "

" انفصال العظمة بعضها عن بعض إلي جزأين أو أكثر بسبب قوة خارجية عنيفة " . (٢٦ : ١٣١)