

مقدمة البحث :

ان معدل انتشار الاصابات فى مجال الانشطة الرياضية أصبح ظاهرة تستدعى الانتباه لكل العاملين فى المجال الرياضى ، وبالرغم من التقدم فى مختلف العلوم الطبية ، والرياضية ، واتباع أساليب جديدة فى العلاج واستخدام أحدث الأجهزة وتوفير المتخصصين من الأطباء واخصائى الاصابات بالملاعب الا ان الاصابات Sports injuries مازالت منتشرة وبشكل يهدد مستوى الأداء (٢:١٧) .

وتشكل الاصابة حاجزا جسمانيا ونفسيا يصبح عقبة فى طريق الوصول الى المستويات العليا فالاصابات الرياضية تعتبر من العوامل الهامة فى اجبار اللاعب على الابتعاد عن المنافسات الرياضية (١:٣) .

ويشير نبيل العطار ، وعصام حلمى (١٩٨١م) الى أن نسبة الاصابة مرتفعة بين الممارسين للانشطة الرياضية لعدم اهتمام المدربين بالوقاية من الاصابات فالاهتمام بالاصابات فى مجالات الانشطة الرياضية يأتى فى مرحلة لاحقه لحدوث الاصابة (٢٣٢:٢١) .

ويشير محمد شحاته (١٩٧٣) الى أن الاصابات الرياضية هى احدى المشاكل الهامة التى تحتاج الى مزيد من الدراسة كما أن خطورة الاصابة تتنوع من نشاط لآخر (٢٨٥:١٣) .

ويشير كلا من جون وليامز John & Willims (١٩٧٦) ، استراس Strauss - (١٩٧٩) الى أن الاصابة تحدث بنسب متفاوتة خلال فترة التعليم أو التدريب ، أو المنافسات نتيجة لتحركات اللاعب نفسه ، أو الاحتكاك مع المنافس ، الا أن الاصابات الرياضية تختلف فى شكلها ، وطبيعتها من حيث الكم ، والكيف تبعا لطبيعة النشاط الممارس ونوعيته (٣٤ : ٥٣) (٤٠ : ٢١٩) .

ففى الرياضات التى تتميز بالاحتكاك المباشر مثل المصارعة

الجرة يذكر كينج King (١٩٧١) تنتشر اصابات مفاصل الكتف والمرفق ورسغ اليد والاصابع والركبة والقدم وعظام الاضلاع والساعد واليد وسلاميات الاصابع والاذن والجبهة والوجه والعضلة التوأمية (٣٦:٥٩٠) . أما فى لعبة الملاكمة يوضح بلونستين Blonsten (١٩٧١) م ان الاصابات تكون الورم الدموى Haematoma فى الوجه ، وكسور فى الفك والانف والتواء رسغ اليد والمرفق ، ورضوض فى الجذع والكتف وعضلات الزراعين وارتجاج المخ (٢٥ : ٥١١) .

أما فى الرياضات التى تتميز بالاحتكاك غير المباشر مثل كرة السلة ذكر لانسفورد Lunse ford (١٩٧١) أن الاصابات فى كرة السلة هى التواء مفصل الركبه knèe sprian والقدم ، شد وتمزق العضلة التوأمية Calf muscle رضوض سلميات اليد ، خلج فى مفاصل السلميات ، كسور فى عظام اليد (٣٨:٤٤٩) ، ويوضح وانر Wainer (١٩٧١) أن اصابات كرة القدم تتمثل فى الالتواء فى مفصل القدم واصابات الركبة ، كدم وكسور عظم الساق ، كسور عظم الكاخر وتمزق عضلات الفخذ (٤٣ : ٥٦٨)

ويشير كلا من جون ويليامز John & Williams (١٩٧٦) م وبران Brown (١٩٨٠) الى ان معدل الاصابات يقل فى الرياضات التى تتميز بعدم وجود احتكاك بين المتنافسين فمثلا فى لعبة التنس تنتشر اصابات مفصل القدم The ankle joint ، واصابات الكتف Shoulder joint والمرفق Tinnes Elbow ، كسر القدم ، تمزق فى عضلات القدمين والظهر وتقلص الساقين ، أما فى لعبة تنس الطاولة تكاد تنعدم اصابات اللاعبين فيها لعدم وجود احتكاك جسمانى (٣٤ : ٥٢)

• (٢٦ : ٢١٠)

ويوضح محمد فتحى (١٩٨٢) أن الاصابات الرياضية تختلف من نشاط لآخر باختلاف اجزاء الجسم المؤدية للحركة الاساسية ففى كرة

اليد مثلا يلعب الطرف العلوى الدور الاساسى فى اداء الحركات ، اما فى كرة القدم الطرف السفلى يقوم بالدور الرئيسى فى الأداء ، ولذا فمن الطبيعى أن تزيد معدلات الاصابات التى يتعرض لها لاعبي كرة اليد فى الطرف العلوى (Upper Limb) بينما تزيد معدلات الاصابات التى يتعرض لها لاعبي كرة القدم فى الطرف السفلى (Lower limb) كما أنها تختلف باختلاف مستوى المنافسة بين الرياضيين ، فمن الطبيعى أن منافسات الناشئين تختلف فى اصابتها عن منافسات الدرجة الاولى رجال (١٧ : ٤٠) وتختلف منافسات الناشئات فى اصابتها عن منافسات السيدات ، وايضا الاصابات الناتجة عن المباريات الدولية تختلف عن الاصابات الناتجة عن المباريات العالمية وعن المباريات الأولمبية .

ويرى كمال عبدالحميد (١٩٨٤) أن نسبة انتشار الاصابات بين اللاعبين الأصغر سنا تكون اكثر من الاصابات لدى اللاعبين المتقدمين سنا ويرجع ذلك الى عدد سنوات الممارسة وكثرة الاحتكاك بين اللاعبين والخبرة التى يكتسبها اللاعب ، كما أشار الى أن انتشار الاصابات بين لاعبي كرة اليد للناشئين ترجع الى بدء تعلم كرة اليد فى مرحلة عمرية متأخرة وعدم اكتسابهم للمقومات البدنية والمهارية والخطية المرتبطة بطبيعة كرة اليد والأخطاء التى قد تنتج عن التطبيق الخاطيء لاسلوب التدريب المستخدم (١٢ : ١٩٣) .

ويرى كندى Kennedy (١٩٧٨) م ان نسبة الاصابات فى المجال الرياضى تزداد فى السنوات الاولى لبدء ممارسة النشاط الرياضى نظرا لعدم اكتمال الاعداد البدنى العام والخاص اللازمين لمتطلبات النشاط الرياضى المعين بالاضافة الى ضعف المستوى الفنى المتخصص (٣٥ : ٣٢٢) .

ويذكر جوهانسن (Johansen) نقلا عن كمال عبد الحميد (١٩٨٤) ان انتشار الاصابات فى كرة اليد يحتل الترتيب الرابع من أربعة

عشر نشاط رياضي (١٩٠:١٢) .

بينما أشار ورنر كبريان Werner, Kuprion (١٩٨٢) أيضا
أن كرة اليد جاءت في الترتيب الثالث بعد كرة القدم والمصارعة بينما
تسبق كلا من الملاكمة وألعاب القوى والجمباز والعديد من الأنشطة
الأخرى (٢:٤٤) .

وأشار محمد فتحى (١٩٨٢) الى أن كرة اليد تحتل من حيث
انتشار الاصابات ترتيبا متقدما حيث جاءت في الترتيب الثانى بعد كرة
القدم على المستوى المحلى فى جمهورية مصر العربية (٤٠:١٦) .

مشكلة البحث :

تختلف وتتعدد الاصابات الرياضية التى يتعرض لها اللاعب
باختلاف نوع النشاط الرياضى الذى يمارسه ، وذلك لان لكل نشاط رياضى
طابعه المميز وخصائصه التى تفرضها محتوياته ومكوناته من حيث متطلباته
المهارية والخطية ، وكذلك نوع ، وكم ، وكيفية الاعداد البدنى
له سواء كان اعداد عام أو خاص كما أن ظروف منافساته ونوع الملعب
الذى يودى عليه وعدد اللاعبين وتوافر عوامل الامن والسلامة أو عدم
توافرها والأدوات المستخدمة فى ممارسة هذا النشاط ومستوى اللاعب
و خبرته كل ذلك قد يسهم فى تحديد نوع ودرجه وخطورة الاصابات الرياضية
التى يتعرض لها اللاعب أثناء ممارسة نوع معين من الأنشطة الرياضية
وكرة اليد من الألعاب الجماعية الحديثة التى تتميز
بطابع السرعة ويسمح فيها بالاحتكاك الجسمانى فى نطاق ما يحدده قانون
اللعبة ، ومن المعروف ان الاصابة الرياضية تعتبر من المعوقات
التى تقلل من كفاءة انتاج اللاعب من الناحية البدنية والمهارية
والخطية وقد تكون سببا فى قصر عمره الرياضى و احيانا تكون الصخرة

التي تتحطم عليها آمال كثير من الرياضيين .

وتعتبر الأصابات الرياضية العائق أمام تطور ونمو المستوى

الرياضي حيث انها تؤدي الى فشل في التدريب الرياضي .

وقلما نجد أسلوبا معيناً للتدريب يخلو من وقوع اصابه ، لذلك

فان تحديد نوع الاصابة ومكانها وسببها يعتبر خطوة سابقة لمعرفة

أساليب الوقاية

والاقلال من احتمال حدوث اصابة للاعب أمر هام لضمان استمرار

تدريبه واشتراكه في المنافسات واحراز النتائج . ايضا بأن المحافظة

على اللاعب سليما هو أحد الاهداف الرياضية

والباحث من خلال عمله في المجال قد لاحظ زيادة مفضطة

في الاصابات الرياضية بين لاعبي ولاعباتكرة اليد ، ولذلك اتجه

الى دراسة هذه الظاهرة مستخدما الأسلوب العلمى فى محاولة منه للتعرف

على نوع ونسب هذه الاصابات واسباب حدوثها .

حتى يوضح امام العاملين فى هذا المجال من مدربين واداريين

حقائق ميدانية تمكنهم من وضع البرامج التدريبية على أسس علمية

مستمدة من الواقع ليجتنبوا اللاعبين الاصابات المنتشرة بقدر الامكان ،

حتى يمكن الوصول بهم الى أعلى مستوى أداء .

- ٥- هل تختلف نوعية ونسبة الاصابات الرياضية بين لاعبي ولاعبات الخـــــــط
الامامي ؟ ..
- ٦- هل تختلف نوعية ونسبة الاصابات الرياضية بين لاعبي ولاعبات حــــراس
المرمى ؟
- ٧- ماهي اسباب الاصابات الرياضية التي يتعرض لها لاعبي ولاعبات كرة اليد ؟