

الفصل الثالث

\_\_\_\_\_

اجراءات البحث

## اجراءات البحث :-

### منهج البحث :-

تختلف المناهج المستخدمة فى البحوث العلمية تبعاً لطبيعة الدراسة واهدافها ولما كانت هذه الدراسة تهدف الى التعرف على " الأصابات الرياضية لدى لاعبين ولاعبات كرة اليد واسباب حدوثها " ، لذا فقد استخدم الباحث المنهج المسحى وذلك لملائمته لطبيعة البحث والهدف منه .

### عينة البحث :-

تشمل عينة البحث ( ٣٣٠ ) لاعب ولاعبة من لاعبي ولاعبات الدرجة الأولى وناشئى وناشئات كرة اليد من بينهم ( ٧٥ ) لاعب ، ( ٦٥ ) لاعبة درجة أولى و ( ٧٥ ) لاعب من الناشئين و ( ٦٥ ) لاعبة من الناشئات فى كرة اليد اختيروا بطريقة عشوائية من بين لاعبي ولاعبات كرة اليد المسجلين بالاتحاد المصرى للموسم الرياضى ١٩٩١/٩٠ ، يمثلون اندية القاهرة والجيزة . كما شملت العينة ( ٥٠ ) لاعب يمثلون منتخبات مصر ، المغرب ، تونس ، الجزائر المشتركين فى بطولة الأمم الافريقية السادسة للشباب عام ١٩٩٠ على ان تتوافر فى العينة جميع مراكز اللعب فى كرة اليد .

جدول رقم ( ١ )

المدى والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لطول ووزن وسن  
لاعبين ولاعبات كرة اليد عينة البحث

وحدة القياس	منتخبات الناشئين			مشافعات			شاشين			ناشئين			ناشئات			درجة أولى سيدات			درجة أولى رجس			الوحدات لاعبي
	ع	م	المدى	ع	م	المدى	ع	م	المدى	ع	م	المدى	ع	م	المدى	ع	م	المدى	ع	م	المدى	
سم	٧٧٤	١٨٨٦٢	١٩٦-١٧٤	٧٦٠	١٦٣٧٢	١٨٠-١٥٢	٦٧٩	١٨٧٦٩	١٩٢-١٧١	٧٩٥	١٦٤٩٤	١٧٦-١٥٦	٨٢١	١٨١٦٦	١٩٨-١٦٣	٨٢١	١٨١٦٦	١٩٨-١٦٣	٨٢١	١٨١٦٦	١٩٨-١٦٣	الطول
كجم	٩٢٠	٧٢٩٠	٨٧ - ٦٠	٧٥٢	٥٩٢٣	٨٧ - ٤٨	٧٧٣	٧٦٨٦	٩٣ - ٥٨	٨٨٠	٦٢٩٤	٨٦-٥٦	٨٩٩	٧٦٥٥	٩٩-٥٩	٨٩٩	٧٦٥٥	٩٩-٥٩	٨٩٩	٧٦٥٥	٩٩-٥٩	الوزن
سنة	١٥١	١٨٥٦	٢٠ - ١٧	١٤٥	١٨١٨	٢٠-١٦	١٣٥	١٨٨٧	٢٠-١٦	٢٣٥	٢٢١٤	٢٨-١٨	٢٢٩	٢١٠٩	٢٨ - ١٨	٢٢٩	٢١٠٩	٢٨ - ١٨	٢٢٩	٢١٠٩	٢٨ - ١٨	السن

جدول رقم ( ٢ )

يوضح الانديه وعدد لاعبي ولاعبات الدرجة الأولى

اسم النادي	عدد اللاعبين	عدد اللاعبات
الاهلى	١٠	١٢
الزمالك	١١	—
الجزيره	٨	١٢
الترسانه	١٠	١١
هيليوليدو	٩	٩
الشمس	١٠	١٢
طيران	٩	—
هليوبوليس	٨	٩
المجموع	٧٥	٦٥

جدول رقم ( ٣ )

يوضح الانديه وعدد الناشئين والناشئات

اسم النادى	عدد اللاعبين	عدد اللاعبات
الاهلى	١٢	١١
الزمالك	١٠	—
الجزيره	٩	١١
الترسانه	١١	٩
هليوليدو	١١	١٢
الشمس	١٠	١١
طيران	—	—
هليويوليس	١٢	١١
المجموع	٧٥	٦٥

جدول رقم ( ٤ )

يوضح عدد لاعبي المنتخبات العربية للناشئين

اسم المنتخب	عدد اللاعبين
منتخب مصر	١٤
منتخب المغرب	١٣
منتخب تونس	١٢
منتخب الجزائر	١١
المجموع	٥٠

جدول رقم ( ٥ )

يوضح عدد لاعبي ولاعبات الخط الخلفي والخط الأمامي  
وحراسة المرمى لعينة البحث

منتخب الناشئين	ناشئات	ناشئين	درجة أولي سيدان	درجة أولي رجال	
٢٣	٣١	٣٤	٣١	٣٤	لاعبى الخط الخلفى
٢٣	٣١	٣٤	٣١	٣٤	لاعبى الخط الأمامى
٤	٣	٧	٣	٧	حارس مرمى
٥٠	٦٥	٧٥	٦٥	٧٥	المجموع

## ادوات البحث :-

استخدم الباحث لجمع بيانات هذه الدراسة كلا من الأدوات الآتية :-

- ١- الملاحظة ،
- ٢- المقابلة الشخصية .
- ٣- سجلات المراكز الطبية .
- ٤- المراجع العربية والأجنبية
- ٥- استمارة استبيان " اصابات لاعبي كرة اليد " .
- ٦- استمارة استبيان " اسباب اصابات لاعبي كرة اليد " .

## (١) الملاحظة :-

قام الباحث بادىء الأمر بتسجيل ملاحظاته عن نوعية الأصابات التى يتعرض لها لاعبي كرة اليد وأماكنها واسباب هذه الاصابات خلال عدد من المباريات ، ووحدات التدريب والتى بلغت ( ١٨ ) مباراة ، ( ٢٥ ) وحدة تدريب خلال الموسم الرياضى ١٩٨٩/١٩٩٠ .

ونظرا لان الحصول على البيانات التى تحقق اهداف البحث وتجب عن تساؤلاته باستخدام الملاحظة السابقة غير كافي فقد لجأ الباحث الى استخدام المقابلة الشخصية .

## (٢) المقابلة الشخصية :-

استخدم الباحث المقابلة الشخصية مع عدد (١٠) خبرا من اساتذة الجامعة فى مجال كرة اليد واخصائى اصابات الملاعب ومدرب وادارى للتعرف على الآصابات الرياضية التى يمكن أن يتعرض لها لاعبي كرة اليد ومسبباتها هى الاسباب التى تؤدى الى هذه الأصابات . ثم قام الباحث بتدوين نتائج هذه المقابلات للاستعانة بها .

(ملحق "١" ص (١) يوضح اسماء ومؤهلات خبراء " المقابلة الشخصية " )

(٣) سجلات المراكز الطبية :-

قام الباحث بالاطلاع على سجلات المراكز الطبية بالنادى الأهلى ونادى المقاولون العرب ونادى الزمالك مستشفى الطبى الرياضى للتعرف على نوعية ونسبة الاصابه بين لاعبي ولاعبات كرة اليد ، ثم قام بتدوينها ، وغيران الباحث لاحظ ان كثير من الاصابات التى سجلها من خلال الملاحظة والمقابلة الشخصية لم يرد ذكرها بسجلات المراكز الطبية وذلك نظرا لأن العديد من اللاعبين لا يرى ضرورة اللجوء للمراكز الطبية فى كثير من الاصابات الخفيفة مثل الكدم ، الشد والتمزقات الخفيفة و ..... الخ ، وانه لا يلجأ للمراكز الطبية الا فى الاصابات الشديدة مثل الكسر والخلع ، والتمزق الشديد .

(٤) المراجع العربية والأجنبية :-

لجأ الباحث الى تحليل ومراجعة العديد من المراجع العربية والاجنبية والابحاث المشابهه ٣ ، ٥ ، ٩ ، ١٢ ، ١٤ ، ١٦ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٩ ، ٣٦ ، ٣٨ ، ٤٠ ، ٤٤ ، الى جانب الأدوات السابقة للتعرف على نوعية الاصابات واماكنها وما هى الاسباب التى تؤدى لها استعدادا لاعتماد استمارة الاستبيان ( الاصابات الرياضية للاعبى كرة اليد ، اسباب الاصابات الرياضية للاعبى كرة اليد ) .

(٥) استمارة استبيان الاصابات الرياضية :-

أولا :- بعد الملاحظة والمقابلة الشخصية وتحليل سجلات المراكز الطبية وبعد مراجعة العديد من المراجع العربية والاجنبية والدراسات

السابقة سالفة الذكر قام الباحث باعداد استمارة الأستبيان فى شكلها الأول وتحتوى على (٧) محاور رئيسية تمثل الاصابات التى يمكن ان يتعرض لها لاعبي كرة اليد وهى ( الكدم - التمزق - الكسر - الشد - الجـزـع ( الالتواء ) - الخلع - التكلس ) ثم حدد اماكن الأصابة بها . (ملحق رقم "٢" ص ( ٢ : ٤ ) .

ثانيا :- ثم طرح الاستمارة فى شكلها الأول على الخبراء وكان عددهم ( ٢٥ ) خمسة وعشرون خبيرا ثم جمع الاستمارات من (٢٢) اثنين وعشرون خبيرا بين اساتذة الجامعة فى مجال الاصابات الرياضية وكرة اليد واطباء اصابات الملاعب ومدرب ادارى وطبيب .  
وملحق رقم (٣) ص (٥) يوضح اسماء ومؤهلات الخبراء .

طلب الباحث من الخبراء وضع علامة ( س ) امام نوع واماكن الاصابات المحتمل اصابة لاعبي كرة اليد بها .

ثالثا :- تم تفريغ البيانات وحساب النسب المئوية لموافقة الخبراء ، وفى اصابة الكدم واماكن الاصابة بها تراوحت النسبة المئوية بين ٥٩% و ١٠٠% .

وفى اصابة التمزق واماكن الاصابة بها تراوحت النسبة المئوية بين ٦٣% و ١٠٠% .

وفى اصابة الكسر واماكن الاصابة بها تراوحت النسبة المئوية بين ٣١% و ٩٥% .

وفى اصابة الشد واماكن الاصابة بها تراوحت النسبة المئوية بين ٦٣% و ١٠٠% .

وفى اصابة الجزع واماكن الاصابة به تراوحت النسبة المئوية بين ٥٤% و ١٠٠% .

وفى اصابة الخلع واماكن الاصابه به تراوحت النسبة المئوية بين  
٥٤٪ و ١٠٠٪ .

وفى اصابة التكلس واماكن الاصابه به تراوحت النسبة المئوية بين  
٣٦٤٪ و ٧٧٣٪ .

وقد قام الباحث باستبعاد الأصابات ومكان الاصابه التي حصلت على  
نسبة مئوية اقل من ٥٠٪ وبذلك تم استبعاد اماكن الاصابة التالية :-  
الكسر فى عظام اصابع القدم حيث حصلت على نسبة اقل من ٥٠ ٪  
وفى اصابة التكلس تم استبعاد كلا من عظم الشاظية وعظمة الترقوه وعظمة  
الأنف وعظم الفك ومفصل الفخذ ، حيث حصلوا على نسبة أقل من ٥٠ ٪ .

#### المرحلة النهائية :-

بعد تفريغ رأى الخبراء وحذف اماكن الاصابات التي حصلت على نسبة  
مئوية اقل من ٥٠٪ . أعد الباحث استمارة الاستبيان فى شكلها النهائى .

المعاملات العلمية لاستمارة استبيان الاصابات الرياضية للاعبى كرة اليد :-

#### ثبات الاستمارة :-

استخدم الباحث طريقة اعادة الاختبار T.R.Test بعد فترة  
زمنية لا تسمح بالغة الاختبار " وقام الباحث بتطبيق استمارة الاستبيان  
على عينة قوامها (١٢) لاعب كرة يد من غير العينة الاصلية . ثم قام  
بتطبيقها مرة اخرى بعد (١٥) يوما ، وتم حساب معامل الارتباط (قيمة ر)  
بين التطبيقين الأول والثانى وقد تراوحت قيمة (ر) بين (٩٥ر) و ( ١ )  
للمحاور السبعة . " ملحق رقم (٤) " ص ( ٦ : ١٠ ) . توضح المتوسط

والانحراف المعياري ومعاملات الارتباط بين التطبيقين { ثبات الاستبيان }  
مما يشير الى ثبات استمارة استبيان الاصابات الرياضية للاعبى كرة اليد  
واماكنها .

#### صدق الاستبيان :-

استخدم الباحث صدق المحكمين وقد اعتمد على النسب المئوية لموافقة  
الخبراء على المحاو الأساسيه والتي تمثل انواع الاصابات وكذا أماكن  
الاصابه . وقد تراوحت النسبة المئوية لموافقتهم بين ( ٥٠ ٪ ، ١٠٠ ٪ )  
ملحق رقم (٥) ص ( ١٢ : ١٨ ) يوضح النسب المئوية لموافقة الخبراء على  
اماكن الاصابات .

جدول رقم ( ٦ )

شبات الاستبيان لانواع الاصابات الرياضية

( ن = ١٢ )

قيمة ر	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		شبات الاستبيان نوع الاصابه
	ع	م	ع	م	
٩٩ ر	٢٦١	٢٢٥	٢٥٧	٢١	القدم
٩٨ ر	٩٠	٧٦	٨٢	٧٣	التمزق
١	٤٥	١٣	٤٥	١٣	الكسر
٩٩ ر	١٩٨	١٣٥	١٧٧	١٢٩	الشد
١	١٨٦	١٧٥	١٨٦	١٧٥	الجزع (الالتواء)
١	٩٢	٨٩	٩٢	٨٩	الخلع
٩٥ ر	٨٦	٦٢	٧٧	٥٣	التكلس

٦- استمارة استبيان (اسباب الاصابات الرياضية ) :-

اولا :- بعد ملاحظة الباحث لـ (١٨) مباراه و (٢٥) وحده تدريب ، وبعد الاطلاع على الأبحاث السابقه والمراجع العربية رقم : ١٢ ، ٥ ، ٢٤ ، ٢٨ ، ٣٦ ، ٤٠ ، ٤٣ ، ٤٤ ، ومن خلال نتائج المقابلة الشخصية والتي دون خلالها بعض اسباب الاصابات فى مجال كرة اليد . قام الباحث باعداد استمارة استبيان ( اسباب الاصابات الرياضية ) للاعبى كرة اليد فى شكلها الأولى وتحتوى على (٦) محاور رئيسية تمثل الاسباب الاصابات الرياضية التى يتعرض لها لاعبو كرة اليد وكانست على التوالى :-

- ١- اسباب الاصابات الرياضية فى فترة الاعداد .
- ٢- اسباب الاصابات الرياضية فى فترة المنافسات .
- ٣- اسباب الاصابات الرياضية نتيجة العوامل الخارجية .
- ٤- اسباب الاصابات الرياضية نتيجة العوامل الداخلية .
- ٥- اسباب الاصابات الرياضية المرتبطة بالسلوك غير الرياضى .
- ٦- اسباب الاصابات الرياضية فى فترة ما بعد التأهيل الرياضى .

ملحق رقم (٦) ص (١٩:٢٣)

ثانيا :- طرح الباحث الاستمارة فى شكلها الأول على (٢٥) خمسة وعشرون خبيراً ثم جمع (٢٢) استمارة من الخبراء بين اساتذة جامعة فسى مجال كرة اليد والاصابات الرياضية وأخصائى اصابات ملاعب ومسدر ب وادارى وطبيب .

ويوضح ملحق ( ٢ ) اسماء ومؤهلات الخبراء .  
وقد طلب الباحث من الخبراء وضع علامة ( ✓ ) امام السبب الذى يرونه سببا فى اصابة لاعبو كرة اليد .

ثالثا :- تم تفريغ البيانات وحساب النسب المئوية لموافقة الخبراء على

اسباب الاصابات الرياضية التي يحتمل ان تسبب الاصابه وكانت كالتالى:

اسباب الاصابات الرياضية فى فترة الاعداد تراوحت النسبة المئوية

بين ٧٢,٧٪ - ١٠٠٪ .

اسباب الاصابات الرياضية فى فترة المنافسات تراوحت النسبة المئوية

بين ٢٧,٣٪ - ١٠٠٪ .

اسباب الاصابات الرياضية نتيجة العوامل الخارجية تراوحت النسبة

المئوية بين ٦٣,٦٪ - ٩٠,٩٪ .

اسباب الاصابات الرياضية نتيجة العوامل الداخلية تراوحت النسبة

المئوية بين ٦٣,٦٪ - ٩٠,٩٪ .

اسباب الاصابات الرياضية المرتبطة بالسلوك غير الرياضى تراوحت

النسبة المئوية بين ٨١,٨٪ - ١٠٠٪ .

اسباب الاصابات الرياضية فى فترة ما بعد التأهيل الرياضى تراوحت

النسبة المئوية بين ٩٠,٩٪ - ١٠٠٪ .

وقد قام الباحث باستبعاد اسباب الاصابات التي حصلت على نسبة

مئوية اقل من (٥٠٪) وبذلك تم استبعاد عبارة تحدث الاصابة نتيجة

استفزاز المنافس وذلك لحصولها على نسبة مئوية (٢٧,٣٪) .

ملحق رقم (٨) من ص (٢٨ : ٣١) يوضح النسب المئوية لموافقة الخبراء على

اسباب الاصابات .

ثانيا :- بعد تفريغ رأى الخبراء واستبعاد السبب الذى حصل على نسبة

مئوية اقل من (٥٠٪) أعد الباحث استمارة الاستبيان فى شكلها

النهائى .

## المعاملات العلمية لاستمارة استبيان اسباب الاصابات الرياضية :-

### ثبات الاستمارة :-

استخدم الباحث طريقة اعادة الاختبار T.R.Test بعد فترة زمنية لا تسمح بالفسة الاختبار قام الباحث بتطبيق استمارة الاستبيان على عينة قوامها (١٢) لاعب كره يد من غير العينة الاصلية والمستخدمه فى ثبات استمارة استبيان الاصابات الرياضية واماكنهم . ثم قام بتطبيقها مرة اخرى بعد (١٥) يوما ، وتم حساب معامل الارتباط ( قيمة ر ) بين التطبيق الأول والثانى وقد تراوحت قيمة ( ر ) بين ( ٩٢ ) و ( ١ ) .  
ملحق رقم (٧) ص (٢٧،٢٤) يوضح المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين التطبيق ( ثبات الاستبيان ) مما يشير الى ثبات استمارة ( اسباب الاصابات الرياضية التى يتعرض لها لاعبي كرة اليد ) .

### صدق الاستبيان :-

استخدم الباحث صدق المحكمين وقد اعتمد على النسبة المئوية لموافقة الخبراء على المحاور الستة التى تمثل اسباب الاصابات فى كرة اليد وقد جاءت نسبة الموافقة بين ٥٠٪ ، ١٠٠٪ ، مما يشير الى ان الاستبيان يقيس ما وضع لقياسه .

جدول رقم ( ٧ )

ثبات استبيان اسباب الاصابات الرياضية

( ن = ١٢ )

قيمة ر	التطبيق الثانى		التطبيق الاول		ثبات الاستبيان اسباب الاصابات الرياضية
	ع	م	ع	م	
٩٩ ر	٢٠٨	٤١٢	٢١٣	٤٠٤	فى فترة الاعداد
٩٤ ر	٢٠٧	٥٤٢	٢٢٢	٥٢٥	فى فترة المنافسات
١	٢١٢	٣٩١	٢١٢	٣٩١	نتيجة العوامل الخارجية
٩٨ ر	١١٠	٥٢٧	١٤٠	٥١٨	نتيجة العوامل الداخلية
١	١٥٣	٧٦٧	١٥٣	٧٦٧	المرتبطة بالسلوك غير الرياضى
٩٢ ر	١٤١	٨	١٣٠	٧٧٧	فى فترة ما بعد التأهيل الرياضى

### تطبيق ادوات البحث :-

تم تطبيق ادوات البحث ( استمارة الاستبيان الخاصة بالاصابات الرياضية ، واستمارة الاستبيان الخاصة باسباب الاصابات فى الفترة من ١٢/٦/١٩٩١ الى ٨/٨/١٩٩١ فى الموسم الرياضى ٩٠ ، ١٩٩١ وقد طلب الباحث من افراد العينة عند ملء استمارة الاصابات وضع علامة ( ✓ ) امام الاصابة التى اصاب بها اثناء ممارسة كرة اليد خلال موسم ٩٠ ، ١٩٩١ وقد طلب من افراد العينة عند ملء استمارة الاستبيان الخاصة باسباب حدوث الاصابات يوضع علامة ( ✓ ) داخل احدى الأقواس تحت الاجابة الذى يراها من وجهة نظره سبب ينتج عنه اصابة وبعد جمع الاستمارات تم تفرغ البيانات واعدادها للمعالجة الاحصائية .

### المعالجة الاحصائية :-

استخدم الباحث مجموعة من اقوانين والمعادلات الاحصائية لمعالجة بيانات الدراسة حسب طبيعته وتمثل هذه القوانين الاحصائية فى النسب المئوية ، معامل الارتباط ، كما <sup>٢</sup> لحساب الفروق بين مجموعات البحث ، المتوسط الحسابى ، الانحراف المعياري .

وقد استخدم الباحث الكمبيوتر بواسطة المركز المصرى للكمبيوتر ، والالكترونيات لتحليل البيانات الاحصائية .