

دراسة تحليلية لأكثر الإصابات شيوعا وعلاقتها بتخصصات اللاعبين لدى ناشئ الكرة الطائرة

●م.د/ أحمد محمد على فرج.

●●م.د/ محمد خميس أنور .

يهدف البحث الى التعرف على أكثر الاصابات الرياضية شيوعا لدى ناشئ الكرة الطائرة وعلاقتها بتخصصات اللاعبين .وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث,وقد أجريت الدراسة على عينه بلغت قوامها 60 لاعب من ناشئ نادى الاتحاد السكندري ونادى سموحه الرياضى تحت 15 سنة وتحت 17 سنة رجال واستخدم الباحث الأدوات والوسائل اللازمة لجمع البيانات من استمارة جمع البيانات - أوراق وأقلام كما استخدم الباحث المعالجات الاحصائية المناسبة لطبيعة البحث باستخدام الحزم الإحصائية (SPSS) وأظهرت نتائج البحث.اكثر الاصابات التى يتعرض لها تخصص الليبرو هى الام اسفل الظهر بينما تخصص المعد التواء الكاحل في حين ان تخصص الضارب 3 كان اكثر الاصابات التى تعرض لها الام اسفل الظهر والتواء الكاحل وجاء تخصص ضارب 2 باصابات التهاب في الركبة اليمنى والتواء في الكاحل وجاء تخصص ضارب 4 باصابة التهاب الكتف .ان اللاعبين اكثر تعرض للاصابات الرياضية في الملاعب المفتوحة عنها في الصالات المغطاة .ان اللاعبين اكثر تعرضا للاصابة في فترة الاعداد عنها في باقى فترات الموسم التدريبي .

المقدمة ومشكلة البحث :

تعد الكرة الطائرة من الالعاب الرياضية التى لها خصائصها ومميزاتها التهي تميزها عن باقى الالعاب والفعاليات الرياضية الاخرى، سواء كانت تلك الاختلافات في الجوانب المهارية او البدنية، وان من مميزات هذه اللعبة أداء حركات سريعة ومفاجئة وذات شدة عالية وأخرى متوسطة الشدة، وبما أن الأداء الحديث الذي استحدثته التعديلات الجديدة لقانون اللعبة يحتاج إلى متطلبات وظيفية وصحية، فلذلك أصبح من الضروري التعرف على ما يحتاجه لاعب الكرة الطائرة خلال أدائه البدني في التدريب والمباريات حتى يتمكن من الارتقاء إلى أعلى المستويات، حيث تعد إحدى المتطلبات الأساسية التي يعتمد عليها التدريب الحديث لرفع مستوى الأداء المهاري، وذلك ان جميع اللاعبين في الملعب وعلى اختلاف تخصصاتهم مسؤولين عن أداء واجباتهم سواء كان في الدفاع والهجوم أو التنقل في جميع مراكز الملعب ، وبشكل مستمر ابتداء من وقت الإحماء وحتى آخر نقطة يسجلها الفريق.

ويتعرض اللاعب أثناء أدائه للمهارات الأساسية بالكرة الطائرة خلال التدريبات الرياضية او المباريات إلى مجهود بدني عالي مما قد يعرضه للاصابة لا سيما في المجاميع العضلية العاملة لمفصل الكتف بشكل أساسي عند ادائها بشكل متكرر لمهارات تتطلب مجهود

*مدرس بقسم تدريب الألعاب الرياضية – كلية التربية الرياضية للبنين – جامعة الإسكندرية
** مدرس بقسم العلوم الحيوية والصحية الرياضية – كلية التربية الرياضية للبنين – جامعة الإسكندرية

أكبر وقوة عضلية كبيرة وخاصة مهارة الارسال الساحق والضرب الساحق وحائط الصد،فضلا عن قيامه بالانتقال السريع في اداء المهارات الهجومية والدفاعية . (9 : 1)
ونتيجة التطور والتنافس الواقع بين اللاعبين للوصول الى المستويات العليا وخاصة بين اللاعبين الناشئين وجد ازدياد في الاصابات الرياضية التي تقع بينهم وقد يكون الامر عائد الى اسباب خارجية منها طريقة التدريب او ارضية الملعب او الادوات او اسباب داخلية قد تكون من بينها الحالة النفسية للاعب والاعاقات والتشوهات القوامية او عدم الاستعداد البدني للرياضي ونقص عناصر اللياقة البدنية . وترتبط أسباب الاصابات الرياضية باخطاء في اجراءات التدريب منها الاحمال الزائدة،نقص في المستوى لعنصر من عناصر اللياقة البدنية واسباب ترتبط بارضية الملعب والادوات والاجهزة والملابس والاحذية . (3 : 5)
تختلف الاصابات الرياضية تبعا لنوع النشاط الممارس، وطبيعة الأداء ومستوى المنافسة ، فضلا عن الجانب النفسى والاستعداد المهارى واللياقة البدنية ووعى الرياضى وإدراكه لخطورة الحركة المؤداه والمسببة للإصابة . (2 : 12)
تشير الإحصائيات في بعض الدول الي ارتفاع نسبة الإصابات أثناء النشاط البدني ، ففي الولايات المتحدة بلغ عدد المصابين في ملاعب الأطفال حوالي 237000 ، وفي بريطانيا يخسر المجتمع حوالي 33 مليون يوم عمل سنوياً جراء الإصابات ، ويشير برجاندي Bergandi الي وجود ثلاثة أرباع مليون إصابة بدنية بين المشاركين في الأنشطة الرياضية علي مستوي المدارس الثانوية والجامعات الأمريكية كل عام ، ويؤكد واينبرج وجولد Weinberg&Gould أن الإحصاءات أوضحت حدوث ما بين (3-5) ملايين إصابة بدنية رياضية للشباب والأطفال في الولايات المتحدة كل عام. (7 : 8)
تكمن مشكلة البحث في أن لعبة الكرة الطائرة تتميز بالسرعة العالية في أداء المهارات وإحراز النقاط حيث أن زمن إحراز النقطة لايتجاوز دقيقة أو بالكاد يصل في حالة تداول الكرة كما تتميز الكرة الطائرة بالعديد من التخصصات ولكل تخصص متطلباته البدني والوظيفي الذي يؤهله إلى الوصول لأعلى الستويات ولكل تخصص في الكرة الطائرة مهارات يقوم بها فنجد الليبرو يقوم بالمهارات الدفاعية فقط وغير مسموح له بالمهارات الهجومية , كما وأن المعد غالبا لايقوم إلا بمهارة الإعداد والصد ولايقوم بالاستقبال , في حين تخصص الضارب يقوم بجميع المهارات وبالتالي يختلف العبئ البدني الواقع على اللاعبين فأصبح من البديهي أختلاف الاصابة التي يتعرض لها اللاعب تبعا لمتطلبات التخصص , لذا قام الباحثان بإجراء تلك الدراسة بهدف التعرف على أنواع الاصابات الرياضية التي يتعرض لها كل تخصص والعلاقة بين التخصص ونوع الاصابة بالإضافة إلى معرفة توقيت حدوث الاصابة خلال فترات الموسم التدريبي وعلاقة نوعية ارضية الملعب بنوع الاصابة .

هدف البحث :

حدد الباحث الهدف العام من الدراسة وهو التعرف على الاصابات الرياضية الاكثر حدوثا لناشئ الكرة الطائرة وعلاقتها بتخصصات اللاعبين (معد – ليبرو – ضارب) والذي يتحقق من خلال الاغراض التالية :
- التعرف على نوع الاصابة وعلاقته بتخصص اللاعبين الناشئين للكرة الطائرة

- التعرف على العلاقة بين نوع الاصابة الرياضية وتوقيت حدوث الاصابة داخل الموسم التدريبي

- التعرف على العلاقة بين نوع الاصابات ونوع الملاعب المستخدمة

تساؤلات البحث :

حدد الباحثان التساؤل العام للبحث وهو ماهي الاصابات الرياضية الاكثر حدوثا لناشئ الكرة الطائرة وعلاقتها بتخصصات اللاعبين (معد – ليبرو – ضارب) والذي يتحقق من خلال التساؤلات الفرعية التالية :

- ماهي العلاقة بيننوع الاصابة وتخصص اللاعبين الناشئين في الكرة الطائرة

- ماهي علاقة الاصابات بتوقيت حدوث الاصابة داخل الموسم

- ماهي علاقة الاصابات بنوع الملاعب المستخدمة

إجراءات البحث :

المنهج المستخدم : استخدم المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث من خلال حصر الاصابات الرياضية التي تعرض لها اللاعبين الناشئين في الكرة الطائرة وذلك عن طريق استمارة الاستبيان .

عينة البحث : اشتملت عينة البحث على 60 لاعب من ناشئ نادى الاتحاد السكندري ونادى سموحه الرياضى 15 سنة و 17 سنة وتم اختيار هذه المرحلة حيث أنها بداية التدريب على التخصصات وعدد اللاعبين فى اللعب 6 لاعبين .

المجال الزمنى : تم تطبيق البحث خلال الفترة الزمنية من 2017/6/1 الى 2017/8/1

المجال المكانى : نادى الاتحاد السكندري ونادى سموحه الرياضى

الأدوات المستخدمة في البحث :

إستمارة استبيان للتعرف على الاصابات الرياضية الاكثر حدوثا لناشئ الكرة الطائرة وارتباطها بتخصصات اللاعبين (معد – ليبرو – ضارب)

قام الباحثان بتصميم إستمارة جمع البيانات من أجل تحقيق هدف البحث حيث تم ترتيب بياناتها وذلك لمساعدة الباحث فى إمكانية تبويب هذه البيانات وجدولتها وبالتالي سهولة معالجتها إحصائيا .

رابعاً : التجربة الأساسية :-

1- الإجراءات :-

بعد إعداد إستمارة الاستبيان لجمع البيانات وتقنينها وتحديد كافة الشروط الخاصه بتسجيل البيانات الخاصه بموضوع البحث قام الباحث بتجميع البيانات فى ورقة اكسيل بحيث تشمل جميع المتغيرات المرتبطة مع بعضها مثل انواع الاصابات المرتبطة بالتخصصات المختلفة والاصابات ومكان الحدوث فى الموسم التدريبي وعلاقة الاصابة بنوعية ارضية الملعب :

2- تفرغ البيانات :-

قام الباحث بتفرغ البيانات التى تم تسجيلها فى إستمارة جمع البيانات الخاصه بموضوع البحث ، والنتيجة من إجراء عملية تجميع البيانات وذلك فى إستمارة خاصة لتفرغ البيانات قام بتصميمها الباحث بهدف تسهيل المعاملات الإحصائية الخاصه بموضوع البحث.

المعاملات الاحصائية :

تم إجراء المعالجات الإحصائية عن طريق تحليل الجداول المقطعية (CROSSTABULATION) لحساب عدد التكرارات والنسب المئوية باستخدام برنامج

التحليل الإحصائي SPSS

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً: عرض النتائج :

جدول (1) نوع الاصابه وعدد تكرارات حدوثها

| النسبة المئوية | التكرار | نوع الاصابه |
|----------------|---------|-----------------------------|
| 11.7 | 7 | التهاب الركبه اليمنى |
| 1.7 | 1 | قطع فى وتر الاصبع |
| 21.7 | 13 | التواء الكاحل |
| 23.3 | 14 | التهاب بالكتف |
| 23.3 | 14 | الام اسفل الظهر |
| 1.7 | 1 | اصابه بعظمة النمو فى الركبه |
| 6.7 | 4 | كسر فى اليد اليمنى |
| 8.3 | 5 | شرخ بالاصبع |
| 1.7 | 1 | اصابة فى عظمة الصدر |
| 100.0 | 60 | المجموع |

جدول (2) تكرار توقيت حدوث الاصابه فى الموسم التدريبي

| النسبة المئوية | التكرار | توقيت الاصابه فى الموسم |
|----------------|---------|-------------------------|
| 65.0 | 39 | اعداد |
| 35.0 | 21 | منافسات |
| 100.0 | 60 | المجموع |

جدول (3) تكرار مكان حدوث الاصابه

| النسبة المئوية | التكرار | مكان الاصابه |
|----------------|---------|--------------|
| 83.3 | 50 | ملعب مفتوح |
| 16.7 | 10 | صاله مغطاه |
| 100.0 | 60 | المجموع |

جدول (4) نوع الاصابه الرياضيه وتكرار حدوثها لتخصصات اللاعبين

| نوع الاصابه * التخصص (الجداول المتقاطعة) | | | | | | | | |
|--|--------|--------|--------|-------|-------|---------|----------------------|-------------|
| المجموع | التخصص | | | | | التكرار | التهاب الركبه اليمنى | نوع الاصابه |
| | ضارب 4 | ضارب 3 | ضارب 2 | ليبرو | معد | | | |
| 7 | 2 | 1 | 3 | 0 | 1 | % | | |
| %100.0 | %28.6 | %14.3 | %42.9 | %0.0 | %14.3 | بالنسبة | | |

| | | | | | | | |
|--------|-------|--------|-------|--------|-------|-----------------------|-----------------------------|
| | | | | | | للصنف | |
| %11.7 | %11.1 | %5.6 | %37.5 | %0.0 | %16.7 | بالنسبة للعمود % | |
| 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | التكرار | |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | % بالنسبة للصنف | قطع في وتر الاصبع |
| %1.7 | %0.0 | %5.6 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 13 | 2 | 6 | 3 | 0 | 2 | التكرار | |
| %100.0 | %15.4 | %46.2 | %23.1 | %0.0 | %15.4 | % بالنسبة للصنف | التواء الكاحل |
| %21.7 | %11.1 | %33.3 | %37.5 | %0.0 | %33.3 | بالنسبة للعمود % | |
| 14 | 8 | 2 | 2 | 2 | 0 | التكرار | |
| %100.0 | %57.1 | %14.3 | %14.3 | %14.3 | %0.0 | % بالنسبة للصنف | التهاب بالكتف |
| %23.3 | %44.4 | %11.1 | %25.0 | %20.0 | %0.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 14 | 4 | 5 | 0 | 5 | 0 | التكرار | |
| %100.0 | %28.6 | %35.7 | %0.0 | %35.7 | %0.0 | % بالنسبة للصنف | الام اسفل الظهر |
| %23.3 | %22.2 | %27.8 | %0.0 | %50.0 | %0.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | التكرار | |
| %100.0 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | %100.0 | %0.0 | % بالنسبة للصنف | اصابه بعظمة النمو في الركبه |
| %1.7 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | %10.0 | %0.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 4 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | التكرار | كسر في اليد |
| %100.0 | %25.0 | %25.0 | %0.0 | %25.0 | %25.0 | % | |

| | | | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------------------------|------------------------------|
| | | | | | | بالنسبة للصنف | اليمنى |
| %6.7 | %5.6 | %5.6 | %0.0 | %10.0 | %16.7 | بالنسبة للعמוד % | |
| 5 | 0 | 2 | 0 | 1 | 2 | التكرار | |
| %100.0 | %0.0 | %40.0 | %0.0 | %20.0 | %40.0 | % بالنسبة للصنف | شرح بالاصبع |
| %8.3 | %0.0 | %11.1 | %0.0 | %10.0 | %33.3 | بالنسبة للعמוד % | |
| 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | التكرار | |
| %100.0 | %100.0 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | % بالنسبة للصنف | اصابة فى عظمة الصدر |
| %1.7 | %5.6 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | %0.0 | بالنسبة للعמוד % | |
| 60 | 18 | 18 | 8 | 10 | 6 | التكرار | |
| %100.0 | %30.0 | %30.0 | %13.3 | %16.7 | %10.0 | % بالنسبة للصنف | المجموع |
| %100.0 | %100.0 | %100.0 | %100.0 | %100.0 | %100.0 | بالنسبة للعמוד % | |

يتضح من الجدول رقم (4) والخاص ب نوع الاصابه الرياضيه وتكرار حدوثها لتخصصات اللاعبين أن تخصص ضارب مركز (2) هو أكثر اللاعبين تعرضا لإصابة التهاب الركبه اليمنى بنسبة %42.9 بينما الليبرو هو أقل عرضه لتلك الاصابه بنسبة %0.0 . ضارب 3 هو الاكثر عرضه لاصابة قطع فى وتر الاصبع بنسبة %100 . بينما كان ضارب 2 هو الاكثر تعرضا لإصابة التواء الكاحل بنسبة %37.5 . وجاء مركز 4 الاكثر تعرضا لاصابة التهاب بالكتف بنسبة %44.4 . وجاء الليبرو الاكثر تعرضا الام اسفل الظهر بنسبة %50.0 . بينما جاء المعد الاكثر تعرضا لاصابة كسر فى اليد اليمنى و شرح بالاصبع بنسبة على التوالى %16.7 و%33.3 . كما يتضح من الجدول أن أكثر التخصصات تعرضا للإصابة هما ضارب 3 وضارب 4 ب 18 تكرار فى حين أن أقل تخصص هو المعد ب 6 تكرارات .

جدول (5) نوع الاصابه وتوقيت حدوثها فى الموسم التدريبى

| نوع الاصابه * توقيت الاصابه فى الموسم (الجدول المتقاطعة) | | |
|--|-------------------------|-------|
| المجموع | توقيت الاصابه فى الموسم | |
| | منافسات | اعداد |

| | | | | | |
|--------|--------|--------|------------------|-----------------------------------|-------------|
| 7 | 3 | 4 | التكرار | التهاب الركبة اليمنى | نوع الاصابه |
| %100.0 | %42.9 | %57.1 | % بالنسبة للصف | | |
| %11.7 | %14.3 | %10.3 | بالنسبة للعمود % | | |
| 1 | 1 | 0 | التكرار | قطع فى وتر الاصبع | |
| %100.0 | %100.0 | %0.0 | % بالنسبة للصف | | |
| %1.7 | %4.8 | %0.0 | بالنسبة للعمود % | | |
| 13 | 5 | 8 | التكرار | التواء الكاحل | |
| %100.0 | %38.5 | %61.5 | % بالنسبة للصف | | |
| %21.7 | %23.8 | %20.5 | بالنسبة للعمود % | | |
| 14 | 5 | 9 | التكرار | التهاب بالكتف | |
| %100.0 | %35.7 | %64.3 | % بالنسبة للصف | | |
| %23.3 | %23.8 | %23.1 | بالنسبة للعمود % | | |
| 14 | 4 | 10 | التكرار | الام اسفل الظهر | |
| %100.0 | %28.6 | %71.4 | % بالنسبة للصف | | |
| %23.3 | %19.0 | %25.6 | بالنسبة للعمود % | | |
| 1 | 0 | 1 | التكرار | اصابه بعظمة النمو فى الركبه | |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | % بالنسبة للصف | | |
| %1.7 | %0.0 | %2.6 | بالنسبة للعمود % | | |
| 4 | 2 | 2 | التكرار | كسر فى اليد اليمنى | |
| %100.0 | %50.0 | %50.0 | % بالنسبة للصف | | |
| %6.7 | %9.5 | %5.1 | بالنسبة للعمود % | | |
| 5 | 1 | 4 | التكرار | شرخ بالاصبع | |
| %100.0 | %20.0 | %80.0 | % بالنسبة للصف | | |
| %8.3 | %4.8 | %10.3 | بالنسبة للعمود % | | |
| 1 | 0 | 1 | التكرار | اصابة فى عظمة الصدر | |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | % بالنسبة للصف | | |
| %1.7 | %0.0 | %2.6 | بالنسبة للعمود % | | |
| 60 | 21 | 39 | التكرار | المجموع | |
| %100.0 | %35.0 | %65.0 | % بالنسبة للصف | | |
| %100.0 | %100.0 | %100.0 | بالنسبة للعمود % | | |

يتضح من الجدول رقم (5) والخاص بنوع الاصابه وتوقيت حدوثها فى الموسم التدريبي أن فترة الإعداد هي الفترة التي يكون فيها اللعب أكثر تعرضا للاصابه بنسبة 65% بينما تقل نسبة التعرض للاصابه فى فترة المنافسات بنسبة 35% .

جدول (6) نوع الاصابه ومكان حدوثها

| نوع الاصابه * مكان الاصابه (الجدول المتقاطعة) | | |
|---|--------------|--|
| المجموع | مكان الاصابه | |

| | صاله مغطاه | ملعب مفتوح | | |
|--------|---------------|------------|------------------|--------------------------------|
| 7 | 1 | 6 | التكرار | التهاب الركبه اليمنى |
| %100.0 | %14.3 | %85.7 | % بالنسبة للصف | |
| %11.7 | %10.0 | %12.0 | بالنسبة للعمود % | قطع فى وتر الاصبع |
| 1 | 0 | 1 | التكرار | |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | % بالنسبة للصف | التواء الكاحل |
| %1.7 | %0.0 | %2.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 13 | 4 | 9 | التكرار | التهاب بالكتف |
| %100.0 | %30.8 | %69.2 | % بالنسبة للصف | |
| %21.7 | %40.0 | %18.0 | بالنسبة للعمود % | التهاب بالكتف |
| 14 | 3 | 11 | التكرار | |
| %100.0 | %21.4 | %78.6 | % بالنسبة للصف | التهاب بالكتف |
| %23.3 | %30.0 | %22.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 14 | 1 | 13 | التكرار | الام اسفل الظهر |
| %100.0 | %7.1 | %92.9 | % بالنسبة للصف | |
| %23.3 | %10.0 | %26.0 | بالنسبة للعمود % | اصابه بعظمة النمو فى الركبه |
| 1 | 0 | 1 | التكرار | |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | % بالنسبة للصف | كسر فى اليد اليمنى |
| %1.7 | %0.0 | %2.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 4 | 1 | 3 | التكرار | كسر فى اليد اليمنى |
| %100.0 | %25.0 | %75.0 | % بالنسبة للصف | |
| %6.7 | %10.0 | %6.0 | بالنسبة للعمود % | شرخ بالاصبع |
| 5 | 0 | 5 | التكرار | |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | % بالنسبة للصف | اصابة فى عظمة الصدر |
| %8.3 | %0.0 | %10.0 | بالنسبة للعمود % | |
| 1 | 0 | 1 | التكرار | اصابة فى عظمة الصدر |
| %100.0 | %0.0 | %100.0 | % بالنسبة للصف | |
| %1.7 | %0.0 | %2.0 | بالنسبة للعمود % | المجموع |
| 60 | 10 | 50 | التكرار | |
| %100.0 | %16.7 | %83.3 | % بالنسبة للصف | المجموع |
| %100.0 | %100.0 | %100.0 | بالنسبة للعمود % | |

يتضح من الجدول رقم (6) والخاص ب نوع الاصابه ومكان حدوثها أن اللاعب أكثر عرضه للأصابه فى الملاعب المفتوحه بنسبة 83.3% بينما تقل نسبة حدوث الإصابه فى الصاله المغطاه بنسبة 16.7% .

ثانيا : مناقشة النتائج :

يتبين لنا من نتائج الجدول رقم (4) والخاص بنوع الاصابة الرياضية وتكرار حدوثها لتخصصات اللاعبين أن الاصابات الرياضية للناشئين في الكرة الطائرة تنوعت بين (التهاب الركبه اليمنى وقطع فى وتر الاصبع والتواء الكاحل والتهاب بالكثف والام اسفل الظهر واصابه بعظمة النمو فى الركبه وكسر فى اليد اليمنى وشرخ بالاصبع واصابة فى عظمة الصدر) وأن أكثر التخصصات تعرضا للإصابة هما (ضارب 3 – ضارب 4) ب 18 تكرار بنسبة بلغت 30.0% وأن المعد هو الأقل ب 6 تكرارات بنسبة 10.0% .

ويعزو الباحثان هذه النتائج إلى أن تخصص ضارب 4 هو أكثر التخصصات قياما بالمجهود البدنى من حيث مهارة الضرب الهجومي الامامى والخلفى وحائط الصد والاستقبال والارسال أيضا التغطية على الصد والضارب كما هو الحال فى ضارب 3 ، بينما يقتصر المعد فى الاعداد والصد والتغطية مما يقلل فرصة تعرضه للاصابة .

فالإصابات الرياضية تختلف من حيث طبيعتها ومكان حدوثها ونوعها وأسبابها تبعاً لاختلاف نوع النشاط الممارس ، فكل نشاط له الى حد ما درجة من المخاطر مما يجعل هذا النشاط لا يخلو من الأضرار وخاصة الرضوض والخلع والتمزق والكسور وغيرها مما تؤدي الى تعطيل واعاقة اللاعب من تحقيق أفضل أداء له بسبب نقص الكفاءة البدنية المطلوبة مما يعيق اللاعب من الاستمرار والانتظام بالتدريب (1 : 190) (5 : 288)

ويتفق ذلك مع دراسة مجلى والوحيدى (1995) ان اكثر الإصابات شيوعا في كرة السلة هي تمزق الأربطة بنسبة 38% وأكثر الاماكن عرضة للإصابة سلاميات الكف بنسبة 40% وان اكثر الاسباب المؤدية للإصابات الرياضية في كرة السلة هي عدم التقيد ببرنامج تدريبي واضح (6 : 50)

وكذلك تختلف أماكن الإصابات من رياضة لأخرى وفقاً لأعضاء الجسم المستخدمة في النشاط الرياضي حيث تزيد نسبة إصابات الطرف السفلي في بعض الألعاب مثل كرة القدم بينما تزيد نسبة إصابات الطرف العلوي في بعض الألعاب الأخرى . (7 : 20) ويتضح من نتائج جدول (5) والخاص بتوقيت حدوث الاصابة فى الموسم التدريبي نجد أن فترة الاعداد هي الفترة التي يكثر فيها التعرض للاصابة حيث بلغ تكرار الاصابة 39 تكرار بنسبة 65.0% مقابل 21 تكرار لفترة المنافسات بنسبة 35% .

ويعزو الباحثان تلك النتائج إلى أن اللاعبين فى فترة الاعداد عائدون من الفترة الانتقالية والتي هي فترة الراحة بما يعنى أن حاله البدنية للاعبين غير مكتمله مما يجعلهم أكثر عرضه لحدوث الإصابة بينما فترة المنافسات تأتي بعد فترة الإعداد إى أن اللاعب قد وصل إلى الفورمه الرياضية واكتملت حالتهم البدنية والذي ينعكس على اللاعب من حيث التعرض للاصابة .

وتتفق نتائج البحث فراج توفيق (2000) حيث تعتبر الاصابة الرياضية من المعوقات التي تمنع الرياضي من الاستمرار في ممارسة التدريب او المنافسة وتقلل من تقدم مستواة الرياضي مما يعود عليه وعلى مجتمعه بالخسائر الفادحة التي يمكن تجنبها لو اتبع الاصول الصحيحة في الممارسة الرياضية. (4 : 98 – 127)

كما تشير نتائج الجدول (6) الخاص بمكان حدوث الاصابه الرياضية نجد أنه يزداد تعرض اللاعب للإصابة الرياضية في الملاعب المفتوحة عنها في الصالات المغطاه وكانت تكرار حدوث الإصابه على الملاعب المفتوحة 50 تكرار بنسبة 83.3% بينما كانت تكرار حدوث الاصابه 10 تكرارات بنسبة 16.7% .

ويرجع الباحثان هذه النتائج الى أن الملاعب المفتوحة تكون أرضياتها غالبا إما ترتان أو حمره وهذه النوعيات من الارضيات الصلبه تؤثر على مفاصل وعظام اللاعبين مما تجعلهم أكثر عرضة للإصابة أيضا مقدار رد الفعل الواقع على جسم اللاعب يكون أقوى من الصالات المغطاه والتي تكون أرضياتها من الباركيه الأقل رد فعل على المفاصل والعضلات والعظام ما يجعلها تقلل التعرض للاصابات .

وتتفق نتائج البحث مع نتائج كلا من معتصم الشطناوى (2003) في أنه وعلى الرغم من تزايد وسائل الوقاية من الاصابات الرياضية ، إلا اننا نلاحظ تزايد مستمر فيها وبالتالي تؤثر على الانجاز الرياضي وتعيقه ، نتيجة لزيادة التنافس بين الرياضيين الراغبين في تحقيق أفضل النتائج وتحطيم الارقام القياسية التي لم تعد تثبت نتيجة التطور التنافسي في العلوم الرياضية . (8 : 100-124)

ويشير اندرسون Anderson (1973) الى ان هناك علاقه بين موقع الاصابه بالجسم ونوعها وشدتها وبين نوع النشاط الرياضي الممارس ،بالاضافه الي ذلك الي ان الاصابه ليست قاصره علي فترات المنافسه الرياضيه فحسب بل قد يتعرض لها اللاعب خلال مراحل الاعداد المختلفه بدنيا او مهاريا او خطبيا. (10 : 140)

الاستخلاصات :

في ضوء أهداف البحث والاجراءات التي قام بها الباحثان توصلنا الى ان :-

- 1- اكثر الاصابات التي يتعرض لها الناشئين في الكرة الطائرة هي التهاب الركبه اليمنى وقطع في وتر الاصبع والتواء الكاحل والام في اسفل الكتف بالاضافة الى عظمة النمو وكسر في عظام اليدين وكذلك اصابة في عظام الصدر .

- 2- اكثر الاصابات التى يتعرض لها تخصص الليبرو هى الام اسفل الظهر بينما تخصص المعد التواء الكاحل في حين ان تخصص الضارب 3 كان اكثر الاصابات التى تعرض لها الام اسفل الظهر والتواء الكاحل وجاء تخصص ضارب 2 باصابات التهاب في الركبة اليمنى والتواء في الكاحل وجاء تخصص ضارب 4 بإصابة التهاب الكتف .
- 3- ان اللاعبين اكثر تعرض للاصابات الرياضية في الملاعب المفتوحة عنها في الصالات المغطاة .
- 4- ان اللاعبين اكثر تعرضا للاصابة في فترة الاعداد عنها في باقى فترات الموسم التدريبي .

التوصيات :

- في ضوء أهداف البحث والاجراءات والنتائج المستخلصة يوصى الباحثان بالتالى :-
- 1- ضرورة الاخذ باهمية مراعاة الوقاية من الاصابات الرياضية خلال الموسم التدريبي
 - 2- الاهتمام مراعاة تكامل عناصر اللياقة البدنية المختلفة بما يتوافق مع طبيعة البحث .
 - 3- ضرورة الاهتمام عند تدريب اللاعبين بنوعية الاصابة التى تحدث لكل تخصص وكيفية الوقاية منها عند وضع البرنامج التدريبي .
 - 4- اجراء مزيد من الابحاث في الاصابات الخاصة بالكرة الطائرة وكيفية عمل برامج للوقاية من الاصابات.

المراجع :

| م | اسم المؤلف | اسم المرجع |
|---|------------------------|---|
| 1 | زينب عبد الحميد العالم | التدليك الرياضى وإصابات الملاعب ، دار الفكر العربى ، 1990 |
| 2 | سميعة خليل محمد | الاصابات الرياضية , جامعة بغداد , 2005, |
| 3 | طلحة حسام الدين: | علوم الطب الرياضى,مجلة علمية متخصصة عن الاتحاد العربى للطب الرياضى,العدد الثانى ,1995,ص5 |
| 4 | فراج عبد الحميد توفيق | الاصابات الرياضية الشائعة بين متسابقى العاب القوى بجامعة أم القرى بمكة المكرمة ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الاسكندرية ، العدد 38 ص(98 – 127) 2000 ، |

- 5 قاسم خويلة
دراسة تحليلية للإصابات الشائعة لدى لاعبي العاب القوى في
الاردن ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الاردنية ،
عمان ، 1997
- 6 ماجد مجلى ، عبد
الحميد الوحيدى
دراسة تحليلية لاصابات الرياضة في الجماعية ، المجلة العلمية
للتربية البدنية والرياضة ، جامعة حلوان كلية التربية الرياضية
الهرم ، 1995
- 7 محمد خميس أنور
الإصابات الرياضية والإسعافات الأولية ، الطبعة الاولى ،
2015
- 8 معتصم محمود الشطناوى
الاصابات الرياضية لدى لاعبي الالعاب الجماعية في جامعة مؤتة
دراسة تحليلية ، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ،
المجلد 16 الجزء الثانى ، ص (100 – 124) ، 2003
- 9 ناهده عبدزيد الدليمي و
سميرة عبد الرسول
تأثير وسائل تأهيلية مساعدة في تخفيف ألم مفصل الكتف المزمن
لدى العبي الكرة الطائرة جامعة بابل /كلية التربية الرياضية
جامعة بغداد (2013
- 10 Bob , : Better Fencing Foil ,Kage Coward Ltd ,Fierst
Anderson published By London.1973