

علاقة نوعية الإصابة بخصائص الأداء على جهاز عش الغراب برياضة الجمباز

المدرس المساعد/ وليد جميل فتحي صديق أحمد

المقدمة:

رياضة الجمباز واحدة من أهم الرياضات الأساسية التي تلقى حياً وشغفاً لمشاهدتها أو ممارسة الأبناء من الصغر لها، حيث يظهر فيها التناسق والتناغم وروعة الأداء لقدرات بدنية ومهارية عالية تمنح التميز والإبداع. (١١: ٥)

إن رياضة الجمباز تتميز بالصعوبة المهارية للجمل الحركية والتي تنتوع صعوبتها فتلقى جاذبية وحباً للرؤيا والاستمتاع بجمال الحركة لدى المشاهدين مما يدفع أبنائهم لممارسة هذه الرياضة من سن مبكرة. (١٢: ١٠)

ولا تخلو الرياضات المختلفة من الإصابات والأضرار كالمخ والخلع والتمزقات والكسور والكدمات والجروح وغير ذلك من إصابات مختلفة، والتي قد تنتج عن أسباب متعددة مثل الاحتكاك البدني في النشاطات التنافسية أو عن أخطاء في عمليات إعداد الخطط التدريبية وعدم الالتزام الصحيح بمبادئ وأسس التدريب الرياضي أو عدم الكفاية في الإجراءات الطبية الضرورية لحماية الرياضيين وتوفير العلاجات والوسائل الوقائية لهم. (٣: ٢٠)

ويشير محمد حسن علاوى (١٩٩٨م) نقلاً عن برجمان "Pargman" (١٩٩٩م) إلى أنه توجد إحصائيات رياضية تشير إلى أن هناك (٧) لاعبين من بين كل (١٠) لاعبين يعانون الإصابات البدنية الرياضية المختلفة طوال فترة حياتهم وبذلك ينقطعون عن التدريب والاشتراك في المنافسات الرياضية لفترة طويلة تتراوح ما بين ثلاث أسابيع إلى ثلاث شهور. (٧: ٤١)

ويشير مجدى الحسينى عليوة (١٩٩٧م) إلى أن الإصابات الرياضية خطر يتزايد بصورة كبيرة لا تقتصر فقط على متحدى المستويات العالية في الرياضة والذين يتدربون لتسجيل أرقام جديدة وقياسية أو الأداء بصورة كاملة ولكنها تحدث أيضاً في الممارسات الرياضية العادية والرياضات الشعبية والهواة. (٥: ٣٥)

ويضيف أسامة رياض (١٩٩٩م) أن الممارسة الرياضية تشكل ضغط على المفاصل والمحافظ الزلائية والعضلات والأربطة والأوتار مما قد يتسبب في حدوث الإصابات المزمنة، وتشير الإحصاءات إلى أن إصابات الطرف السفلى تشكل حوالى ٦١% من مجموع الإصابات الرياضية مقابل ٢٢% للطرف العلوى و ١١% للرأس ٦% للظهر. (٢: ١٥)

كما يشير محمد قدرى بكرى وسهام الغمرى (٢٠١٦م) إلى أن الإصابات الرياضية تعتبر أحد أهم ثلاث معوقات تقف حائلاً دون التطور المتوقع من عملية التدريب الرياضى، ولم تزل هذه المعوقات الثلاث تتحدى العاملين في حقل الطب الرياضى والتدريب بصفة خاصة والعاملين في الحقل الرياضى بصفة عامة، وهذه المعوقات هي: التعب، وتقنين الأحمال البدنية، والإصابات الرياضية، ولذلك يستوجب الأمر لممارسى الأعمال

المتعلقة بالرياضة البدنية سواء لاعبين أو مدربين أو إداريين أو العاملين في حقل التأهيل أن يلموا بكل ما هو جديد في مجال التعرف على طبيعة هذه الإصابات وإرتباطها بالأنشطة الرياضية المختلفة وطبيعتها وكيفية إسعافها ثم في مجال استكمال الإجراءات العلاجية والتأهيل متعاونين في ذلك مع المختصين من الأطباء. (٨ : ١) ويؤكد أسامة رياض (٢٠٠٢م) على مدى ارتباط صحة وسلامة اللاعبين التي تساعدهم على الوقاية والعلاج كما أنها تعبر عن مدى كفاءة البدن في مواجهة متطلبات النشاط الرياضى والاهتمام بعناصر اللياقة البدنية للرياضيين مثل القوة، والمرونة والقوة المتفجرة، والرشاقة وهكذا من العناصر التي تعمل على تنمية اللياقة البدنية وانخفاض معدل الإصابة. (٥ : ١)

ويؤكد معتصم محمود شطناوى (٢٠٠٣م) أن إتقان اللاعب للمهارات الرياضية، والخبرة تحد من حدوث الإصابة، وبناء عليه فإن الناشئين قد يتعرضون للإصابات الرياضية نتيجة نقص الخبرة لديهم وعدم قدرتهم على الاتقان التام لبعض المهارات الصعبة والتي من الممكن أن يتعرض اللاعب للإصابة أثناء التدريب عليها. (١٠ : ٥٥)

ويشير محمد قدرى بكرى وسهام الغمرى نقلا عن بشكيروف (١٩٨٤م) إلى أن الرياضة الحديثة تتسم بالزيادة الحادة والعالية من حيث الحجم والشدة في الأحمال التدريبية، وهذا يتحتم على جسم الرياضى القيام بالأعباء عالية المستوى، وبذلك تزداد احتمالية تعرضه للإصابات المختلفة. (٣ : ١٨)

ويرى محمد قدرى بكرى وسهام الغمرى (٢٠١٦م) أن الرياضى يفقد مستواه ويغيب عن المنافسات الرياضية بسبب الإصابات الخفيفة ومن الممكن أن تؤدي الإصابات الشديدة إلى الابتعاد عن الممارسة الرياضية. (٤ : ٨)

ويذكر محمد إبراهيم شحاته (١٩٨٥م) ان الشخص الرياضى هو شخص يتميز بالكفاءة واللياقة البدنية، وله أوضاعه وظروف حياته الخاصة ليحتفظ لنفسه بالجودة والتفوق في مجال اللعب والحركة، وهو يخصص معظم وقته للتمرين والتدريب حتى تكون له قوة تحمل عالية، تخوفاً من الإصابات ، وتعتبر رياضة الجمباز من الرياضات التي يتعرض لاعبي الجمباز فيها العديدة من الإصابات لارتباط الأداء فيها باستخدام جميع أجزاء الجسم من طرف علوى ومن طرف سفلى واحتياج ذلك إلى إعداد بدنى عام وإعداد بدنى خاص على أساس علمى يناسب طبيعة خصائص الأداء على الأجهزة المختلفة فى الجمباز. (٦ : ١٠ ، ٣٦)

مشكلة البحث :

تعتبر الإصابات واحدة من أهم العوامل المؤثرات السلبية على مستوى أداء اللاعبين وخاصة الناشئين حيث تأثر مستوى التقدم والاستمرار بما يحدث فى مجال الإصابات الرياضية ومن المشاهدات المتكرره أنه بالرغم من وضع خطط وبرامج لتلاشى هذه الإصابات الرياضية إل أن وضع صعوبات عالية لضمان الحصول على درجات المحسنات التي حددها قانون الجمباز تعتبر سبباً فى حدوث هذه المشكلة وتكرارها لان الناشئين قد

يكون تم إعدادهم بقدر غير كافي في الاعداد البدني العام والخاص لمواجهة المتطلبات الفنية العالية وتحقيق صعوبات عالية على الناشئين أو بما لا يتلائم مع هذا الاعداد (12 : ٢٥)

إن الرياضي في العصر الحديث هو شخص يتميز بالكفاءة واللياقة البدنية وله أوضاعه وظروف حياته الخاصة ليحتفظ لنفسه بالجوده والتفوق في مجال اللعب والحركة وهو يخصص معظم وقته للتمرين والتدريب حتى تكون له قوة تحمل عالية تخوفاً من الإصابات وفي حالة إصابته فإن سهولة إعادة بناء جسمه ستكون ممكنه وانه من النادر جداً أن تبقى آثار الإصابات ظاهرة على الجسم الرياضي نتيجة لهذا الاستعداد (٣ : ٨)
ونظراً لتعدد أجهزة الجماز واختلاف شكل وطبيعة الأداء يمكن أن تنتج عنه أشكال مختلفة من الإصابات حيث توجد أجهزة تعتمد على الارتكاز على اليدين وأجهزة تعتمد على المرجحة وهناك أجهزة تعتمد على الدفع والارتكاز على القدمين واليدين وهناك ما تشترك فيه كافة الأجهزة وهي النهايات الحركية ويؤدي ذلك إلى إمكانية اختلاف شكل ونوع هذه الإصابات، حيث يعتبر جهاز عش الغراب هو أكثر أجهزة الجماز تدريبياً خاصة في مرحلة الناشئين في تدريب اللاعبين على العديد من المهارات التي تمثل تشكياً كبيراً لمعظم المهارات التي تؤدي على العديد من أجهزة الجماز لمهارات التي تمثل عنصر أساسى لهذه الأجهزة ونظراً لكثرة التكرارات في التدريب لهذه المهارات على جهاز عش الغراب ونتيجة للإصابات عليه أن يكون هناك علاقة بين عمل مفاصل وعضلات الجسم ونوع الاصابات التي يمكن أن تحدث لتتنوع وشكل المهارات المؤداه في رأى الباحث لدراسة عنوان البحث "علاقة نوعية الإصابة بخصائص الأداء على جهاز عش الغراب برياضة الجماز". (١١ : ٣٠)

هدف البحث:

يهدف البحث إلى: التعرف على علاقة نوعية الإصابة بخصائص الأداء على جهاز عش الغراب برياضة الجماز.

تساؤلات البحث:

- ١- ما هي أكثر أنواع الإصابات شيوعاً على جهاز عش الغراب للناشئين للمراحل العمرية ٧، ٨، ٩ سنوات؟
- ٢- ما هي طبيعة العلاقة بين نوعية الإصابة وخصائص الأداء على جهاز عش الغراب للناشئين؟

المصطلحات المستخدمة في البحث:

الإصابة "Injury": هي تلف أو إعاقة سواء كان هذا التلف مصاحباً أو غير مصاحباً بتهتك الأنسجة نتيجة لأى تأثير خارجى سواء كان هذا التأثير ميكانيكياً أو عضوياً أو كيميائياً، وعادة ما يكون هذا التأثير الخارجى مفاجئاً وشديداً. (٥ : ١١)

خصائص الأداء على أجهزة الجماز^(*): هي المجموعات الحركية للجمل التي تؤدي على كل جهاز من أجهزة وفقاً للمتطلبات القانونية للجهاز وأيضاً للمتطلبات الفنية.

التقلص العضلى Spasm – cramp: هو انقبضات عضلية مؤلمة غير إرادية بالعضلات بسبب عيوب الجهاز العصبى، ويحدث تغييرات كيميائية فى خلايا العضلات المشتركة فى التمرينات. (٥ : ١٦)

التمزق العضلى muscular – strain: إطالة الزائدة أو استخدام زائداً أو إجهاد زائد للأشجة العضلية. (١ : ١٥)
الكدم Contusion: إصابة ناتجة عن حدوث صدمة مباشرة لسطح الجسم ولا يتسبب عنها جرح فى الجلد، وقد ينتج عنها تجمع دموى. (١ : ١٧)

الالتواء Sprain: تطويل أو ضغط متزايد على الأنسجة الرخوة أو المحفظة الزلالية للمفصل أو الأربطة أو الأوتار أو على جسم العضل. (١ : ٢٠)

الخلع dislocation: خروج أحد أطراف العظام المكونة للمفصل من مكانها الطبيعى وقد يصاحب هذا تمزق الأربطة، الأنسجة، العضلات المحيطة بالمفصل. (١ : ٢١)

الكسر fracture: انفصال العظمة جزئياً عن بعضها عن بعض إلى جزئين أو أكثر بسبب قوة خارجية عنيفة. (١ : ٢٢)

مستوى الأداء المهارى(*): هى الدرجة التى يحصل عليها اللاعب على الجهاز فى ضوء الأداء المهارى للجملة الحركية لواقع الإجباريات القانونية المقررة من قبل اللجنة الفنية للاتحاد المصرى للجمباز.

جهاز عش الغراب: أداة المهارات بشكل الارتقاء بقدم واحد أو بالقدمين والارتكاز بيد واحدة أو بكلتا اليدين. (١١ : ٣٢)

الدراسات السابقة العربية :

١- دراسة محمد فؤاد حبيب (١٩٩٦ م) (١١)

قام محمد فؤاد حبيب (١٩٩٦ م) بإجراء دراسة بعنوان " الإصابات الشائعة بين ناشئى الجمباز " وتهدف الى معرفة أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة من الناشئين فى رياضة الجمباز وقام الباحث باستخدام المنهج المسحى وكانت العينة (٤٥) لاعبا من الناشئين فى رياضة الجمباز وكانت الأدوات المستخدمة استماره إستبيان لجمع البيانات عن الإصابات وأجزاء الجسم التى تحدث بها الإصابة لعينة البحث كما تم التوصل أهم النتائج أكثر الإصابات شيوعاً إصابات العضلات والجلد والعظام والمفاصل وأكثر أجزاء الجسم تعرضاً الطرف السفلى .

٢- دراسة رجب كامل محمد محمود (١٩٩٤ م) (١٢)

قام رجب كامل محمد محمود (١٩٩٤) دراسة بعنوان دراسة تحليلية لبعض الإصابات الشائعة للاعبى رياضة الجمباز " وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) وقد تم اختيار العينة بالطريق العمدية من الأندية المشتركة فى نشاط الاتحاد المصرى للجمباز فى الموسم الرياضى ١٩٩١ / ١٩٩٢ م وعددهم ٦ أندية ، وأشتملت العينة على ٢٠ لاعب ناشئى تراوحت أعمارهم من ١٣ : ١٥ سنة ، كما أشتملت العينة على ١٣ لاعب دولى وأشتملت العينة على ١٢ مدرب وعضو هيئة تدريس بكليات

التربية الرياضية قائمين على تدريب رياضة الجمناز في اندية للاتحاد المصري للجمناز واعتمد الدراسة في ادوات جمع البيانات علي حصر الاصابات الرياضية ومعرفة اكثر انواع انتشارا بين لاعبي رياضة الجمناز تعرضا للاصابات علي الاجهزة والتعرف علي العوامل التي تؤدي الي تجنب حدوث الاصابات الرياضية في رياضة الجمناز وكانت اهم النتائج ان فترة الاعداد هي اكثر الفترات التي تعرض فيها للاعبين الي الاصابات خلال الموسم الرياضي وان نسبة عالية جدا من الاصابات في الجمناز حدثت في وجود المدرب وان اكثر اجزاء الجسم اصابة في الجمناز هو الطرف العلوي وبخاصة الكفان ورسغ اليد والكتفان وان اكثر انواع الاصابات حدوثا في العظام والعضلات وهي كدمات في المفاصل الالتواء في الأربطة والتمزقات وهذا أكثر اجهزة رياضة الجمناز التي يتعرض عليها اللاعبون للإصابة للأرضي ثم العقلة ثم المتوازيين ثم حصان الحلق ثم الحلق ثم حصان القفز.

٣- دراسة زكريا حسن حسن شحاته (٢٠٠٤م) (١٣)

قام زكريا حسن حسن شحاته (٢٠٠٤م) دراسة بعنوان تنمية بعض المتغيرات البدنية والموروفولوجية وعلاقتها بحدوث الاصابات الرياضية لناشئي الجمناز وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة القياس القبلي والبعدي للمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية تحت ١٢ سنة ناشئين مسجلين بالاتحاد المصري للجمناز من نادي دمياط الرياضي ٢٠٠٢/٢٠٠٣ م وبلغ اجمالي العينة الاساسية ٢٨ ناشئي وكانت اهم ادوات جمع البيانات اختبارات بدنية وقياسات موروفولوجية اشتملت علي قياس المحيطات والاعراض وسبك الدهن وحصر لاهم اماكن الاصابات وانواعها لمقارنة موسمين رياضيين في المتغيرات وكانت نتائجها علي النحو التالي ان اكثر اصابات كانت في العضلات (كدم/ تمزق/ شد/ التقلص العضلي) واصابات المفاصل تمثلت في (الكدم / الخلع / الالتواء / الارتشاح / الاربطة / الغضروف/ انزلاق قطني / انزلاق عنقي) ام اصابات العظام فكانت هي (كدم / كسر كلي) ومن خلال نتائج البحث تساهمت التنمية للمتغيرات البدنية والموروفولوجية في تقليل والوقاية من الاصابات عن الموسم السابق مما يدل علي اهمية الاهتمام بهذه البرامج لتجنب الكثير من الاصابات للاعبين ناشئين الجمناز .

الدراسات السابقة الاجنبية :-

١- قام Hardy final (١٩٩٢) (١٥)

باجراء دراسة بعنوان " الاصابات الفريق الكندي لجمناز الرجال" وتهدف هذه الدراسة الي التعرف علي نوعية الاصابات الحادثة لافراد عينة البحث خلال الموسم الرياضي (١٩٩١م) وتوقيت حدوثها بالنسبة للموسم الرياضي وظروف حدوثها وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي وكانت العينة ١٥ لاعب دولي والذي يتم اختيار اعضاء الفريق القومي الكندي لجمناز رجال منهم وكانت الادوات المستخدمة استمارة

حصر بيانات كما تم التوصل الي اهم النتائج ان القدمين والركبة اكثر اجزاء الجسم عرضه للاصابات وان اصابات الطرف السفلي اكثر من اصابات الطرف العلوي

٢- كما اوضح ماكلين ايان (Mclean Ean) (٢٠١٥) (١٦)

وقد اوضحت دراسة ماكلين ايان ان الاعداد البدني لتمارين المقاومة للطرف العلوي وخاصة مفصل الكتف هو السبيل الوحيد لضمان عدم اصابته من جراء تمارينات جهاز العقلة والحلق كإصابة شائعة لدي جميع لاعبي الجمباز بسبب ضعف عضلات ذلك المفصل .

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي نظراً لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة.

عينة البحث:

اختيرت عينة البحث من الناشئين فى المرحلة العمرية من ٧-٩ سنوات على ثلاث مراحل ناشئين تحت (٧) سنوات، وتحت (٨) سنوات، وتحت (٩) سنوات. ويوضح الجدول (١) قوام كل منها من الناشئين وعدد الأندية المشاركة ومكان وتاريخ بطولة الجمهورية التى تم إجراء تجربة البحث عليها وقد قام الباحث بجمع البيانات من خلال الأندية المشاركة (نادى الصيد- نادى الشمس- نادى مدينة نصر- نادى القاهرة- نادى الرواد- نادى الاهلى - نادى وادى دجلة).

جدول (١)

توصيف مجتمع البحث

المراحل البيان	ناشئين تحت (٧) سنوات			ناشئين تحت (٨) سنوات			ناشئين تحت (٩) سنوات		
	عدد الناشئين	عدد الأندية	عدد الأجهزة	عدد الناشئين	عدد الأندية	عدد الأجهزة	عدد الناشئين	عدد الأندية	عدد الأجهزة
العدد	٥٦	٨	٤	٤٨	٧	٥	٣٢	٦	٦
مكان وتاريخ البطولة	مجمع الصالات أستاد القاهرة الرياضى (٣) ٢٩-٣٠/٥/٢٠١٧م			مجمع الصالات أستاد القاهرة الرياضى (٣) ١١-٥/١-٢٠١٧م			مجمع الصالات أستاد القاهرة الرياضى (٣) ٦/٦، ١٢/١٢/٢٠١٧م		

شروط العينة:

- التسجيل بالنادى والمنطقة التابع لها الاتحاد المصرى.
- التسجيل للناشئين الممثلين للنادى فى بطولة الجمهورية للموسم ٢٠١٧/٢٠١٨م للمرحلة العمرية تحت (٧) أو (٨) أو (٩) سنوات.

جدول (٢)

توصيف عينة البحث

المرحلة	م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الناشئين تحت (٧) سنوات	١	السن	سنة	٦,٢١	٠,٣٤
	٢	العمر التدريبي	سنة	٥,٢١	٠,٢٢
الناشئين تحت (٨) سنوات	١	السن	سنة	٧,٢٧	٠,١٦
	٢	العمر التدريبي	سنة	٣,٣٥	٠,١٧
الناشئين تحت (٩) سنوات	١	السن	سنة	٨,٣٤	٠,١٦
	٢	العمر التدريبي	سنة	٤,٤٤	٠,١٩

مجالات البحث:

- المجال البشري: تم تطبيق الدراسة على عينة من لاعبي الجمناز من أندية الدرجة الأولى والمسجلين بالاتحاد المصري لرياضة الجمناز.

- المجال الزمني: تم إجراء البحث في الفترة من ٢٠١٧/٥/١٢ م إلى ٢٠١٧/٦/١٢ م.

جدول (٣)

المجال الزمني للدراسة

المجال الزمني	من	إلى
استطلاع آراء الخبراء	٢٠١٧/٥/١٢ م	٢٠١٧/٥/١٣ م
التجربة الاستطلاعية	٢٠١٧/٥/٢٠ م	٢٠١٧/٥/٢١ م
تطبيق الاستمارة	٢٠١٧/٥/٢٩ م	٢٠١٧/٦/١٢ م

- المجال الجغرافي:

تم تطبيق الدراسة على الأندية المصرية المشاركة في بطولات الجمهورية للناشئين تحت (٧)، (٨)، (٩) سنوات ناشئين لرياضة الجمناز بمجمع الصالات باستاد القاهرة الرياضي (٣) بالفترة من ٢٠١٧/٥/٢٩ إلى ٢٠١٧/٦/١٢ م.

أدوات جمع البيانات:

قام الباحث بمفرده بجمع البيانات أثناء كل بطولة في المراحل العمرية (٧)، (٨)، (٩) سنوات لحصر

الإصابات قيد البحث:

- استمارة جمع بيانات للإصابات التي تحدث أثناء كل بطولة في المراحل العمرية (٧)، (٨)، (٩) سنوات.

- المقابلة الشخصية.

- سجلات نتائج كل بطولة جمهورية لكل مرحلة عمرية من الناشئين (٧)، (٨)، (٩) سنوات.

- استمارة الخبير، نموذج من استمارة تفرغ بيانات الإصابات التي تحدث أثناء كل مرحلة من المراحل العمرية (٧)، (٨)، (٩) سنوات.

- وفى ضوء ما أبداه الخبراء من ملاحظات قام الباحث بإجراء التعديلات وضع استمارة جمع البيانات للاجابات التى تحدث أثناء كل مرحلة من المراحل العمرية (٧)، (٨)، (٩) سنوات.
الدراسات الاستطلاعية:

قام الباحث بمقابله شخصية للمدرب واللاعبين وهى مرحلة التجريب الميدانى لرصد نوع الإصابة ومكانها على جهاز عش الغراب وعند أى أداء تمت وحدثت الإصابة ومقابلة الناشئ أو المدرب لمعرفة أسباب الإصابة.

تطبيق الاستمارة:

تم تطبيق الاستمارة على كافة اصابات الناشئين التى حدثت خلال البطولة وتفريغ البيانات فى جداول لكل مرحلة وتحديد اسم اللاعب والجهاز موضعاً نوع الإصابة لتحديد أكثر الإصابات شيوعاً على جهاز فى كل مرحلة عمرية للناشئين قيد البحث (٧، ٨، ٩) سنوات.

الإجراءات الإدارية:

تم الحصول على خطاب موجه من كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق إلى مدير الاتحاد المصرى للجمباز بمجمع الاتحادات الرياضية واللجنة الأولمبية المصرية باستاذ القاهرة الدولى بمدينة نصر للموافقة على إجراء هذه الدراسة خلال بطولات الجمهورية (٢٠١٧م) لمراحل الناشئين (٧، ٨، ٩) سنوات.

تطبيق الدراسة:

تم تطبيق الدراسة بالمنهج الوصفى بالدراسة المسحية على بطولات الجمهورية للمراحل الثلاثة للناشئين تحت (٧)، (٨)، (٩) سنوات والموضحة بالجدول (١) مكان وتاريخ انعقادها وقوامها من الناشئين فى كل مرحلة وعدد الأندية المشاركة فى كل مرحلة عمرية.

المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- عدد مرات التكرار لكل إصابة.

- النسبة المئوية %.

- الترتيب.

- المتوسط الحسابى

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج:

التساؤل الأول:

"ما هى أكثر أنواع الإصابات شيوعاً على جهاز عش الغراب للناشئين ٧، ٨، ٩ سنوات؟".

جدول (٤)

الأهمية النسبية لتحديد أكثر نوع الإصابات على جهاز عش الغراب لمرحلة تحت ٧ سنوات (ن = ٥٦ ناشئ)

تحديد الأهمية النسبية لنوع الإصابة على جهاز عش الغراب			الأهمية النسبية	
الترتيب	النسبة %	تكرارات	نوع الإصابة	
٠	٠	٠	كدمات عضلات	١
٠	٠	٠	كدمات عظام	٢
٠	١,٠٤%	١	كدمات مفاصل	٣
٠	٠	٠	شد عضلى	٤
٠	١,٠٤%	١	تقلص عضلى	٥
٠	٠	٠	تمزق عضلى	٦
٠	٠	٠	إلتواء	٧
٠	١,٠٤%	١	خلع	٨
٠	٠	٠	كسور	٩
٠	٣,١٢%	٣	المجموع	
٠	٠	٠	النسبة المئوية (%)	
٠	٠	الثانى	الترتيب	

يوضح الجدول السابق رقم (٤) تحديد نوع الإصابات التي تم حدوثها فى بطولة الجمهورية لناشى الجمباز تحت (٧) سنوات على جهاز عش الغراب، وقد أسفرت النتائج الموضحة بالجدول عالية الآتى (نوع الإصابة):

- كدمات مفاصل حالة واحدة بنسبة مئوية للمشاركين ١,٠٤%.
- تقلص عضلى حالة واحدة بنسبة مئوية للمشاركة ١,٠٤%.
- خلع حالة واحدة بنسبة مئوية للمشاركين ١,٠٤%.
- ومجموع أنواع الإصابات على جهاز عش الغراب لهذه المرحلة بعدد (٣) نوع إصابات موضحة بعاليه بنسبة ٣,١٢%.

جدول (٥)

الأهمية النسبية لتحديد نوع الإصابات على جهاز عش الغراب لمرحلة تحت ٨ سنوات (ن = ٤٨ ناشئ)

تحديد الأهمية النسبية لنوع الإصابة على جهاز عش الغراب			الأهمية النسبية	
الترتيب	النسبة %	تكرارات	نوع الإصابة	
٠	٠	٠	كدمات عضلات	١
٠	٠	٠	كدمات عظام	٢
٠	٠	٠	كدمات مفاصل	٣
٠	٠	٠	شد عضلى	٤
٠	١,١٩%	١	تقلص عضلى	٥
٠	٠	٠	تمزق عضلى	٦
٠	١,١٩%	١	إلتواء	٧
٠	٠	٠	خلع	٨
٠	٠	٠	كسور	٩
الثالث م	٢,٣٨%	٢	المجموع	
٠	٠	٠	النسبة المئوية (%)	
٠	٠	الثالث م	الترتيب	

يوضح الجدول السابق رقم (٥) تحديد نوع الإصابات التي تم وقوعها في بطولة الجمهورية لناشئي الجمباز تحت (٨) سنوات على جهاز عش الغراب، وقد أسفرت النتائج الموضحة بالجدول عالية الآتي (نوع الإصابة):

- تمكن تقلص والتواء عدد ٢ حالة بنسبة مئوية للمشاركين ٢,٣٨%.
- ومجموع أنواع الإصابات على عش الغراب لهذه المرحلة بعدد (٢).
- وجاء ترتيب جهاز عش الغراب في عدد الإصابات (الترتيب الثالث م) في هذه المرحلة في إجمالي نوع الإصابات الرياضية على الأجهزة الخمسة المقررة على مرحلة تحت ٨ سنوات ناشئين.

جدول (٦)

الأهمية النسبية لتحديد نوع الإصابات على جهاز عش الغراب لمرحلة ناشئين تحت ٩ سنوات
(ن = ٣٢ ناشئ)

تحديد الأهمية النسبية لنوع الإصابة على جهاز عش الغراب			الأهمية النسبية	
الترتيب	النسبة %	تكرارات	نوع الإصابة	
.	.	.	كدمات عضلات	١
.	.	.	كدمات عظام	٢
.	.	.	كدمات مفاصل	٣
الأول	٥,٨٨%	٤	شد عضلي	٤
.	.	.	تقلص عضلي	٥
.	.	.	تمزق عضلي	٦
.	.	.	إلتواء	٧
الثاني	٤,٤١%	٣	خلع	٨
.	.	.	كسور	٩
الأول	١٠,٢٩%	٧	المجموع	
.	.	.	النسبة المئوية (%)	
.	.	الأول	الترتيب	

يوضح الجدول السابق رقم (٦) تحديد نوع الإصابات التي تم وقوعها في بطولة الجمهورية لناشئي الجمباز تحت (٩) سنوات على جهاز عش الغراب، وقد أسفرت النتائج الموضحة بالجدول عاليه الآتي (نوع الإصابة):

- شد عضلي بأربع حالات بنسبة مئوية للمشاركين ٥,٨٨%.
- خلع بثلاث حالات بنسبة مئوية للمشاركين ٤,٤١%.
- ومجموع أنواع الإصابات على جهاز عش الغراب لهذه المرحلة بعدد (٧) نوع إصابات موضحة بعاليه بنسبة ١٠,٢٩%.
- وجاء ترتيب جهاز عش الغراب في عدد الإصابات (الترتيب الأول) في هذه المرحلة في إجمالي نوع الإصابات الرياضية على الأجهزة الستة المقررة على مرحلة تحت ٩ سنوات ناشئين.

التساؤل الثاني:

توجد علاقة ارتباطية بين نوعية الإصابة وخصائص الأداء على جهاز عش الغراب في كل مرحلة عمرية.

- أن قيمة كا ٢١ المحسوبة أقل من قيمة كا ٢١ الجدولية مما يؤدي إلى عدم وجود دلالة إحصائية ارتباطية. وأن طبيعة المهارات الإجبارية من قبل اللجنة الطبية للجمباز للعينات المختلفة ٧، ٨، ٩ سنوات تتناسب مع طبيعة الجمل الحركية الإجبارية للمصايين للاعبين من خلال اللجنة الفنية للجمباز، يؤكد تناسبها للمراحل المختلفة من حيث جهد العمل العضلي لهذه المراحل، ويظهر ذلك كا ٢١ في جميع المراحل العمرية ٧، ٨، ٩ سنوات، وطبيعة الأداء على جهاز عش الغراب على عدم وجود علاقة إحصائية ارتباطية.

مناقشة النتائج:

مناقشة التساؤل الأول:

"ما هي أكثر أنواع الإصابات شيوعاً على أجهزة الجمباز للناشئين ٧، ٨، ٩ سنوات؟".

يوضح جدول (٤) الأهمية النسبية لنوع الإصابات على جهاز عش الغراب للناشئين تحت (٧) سنوات في بطولة الجمهورية (٢٠١٧م) والتي أوضحت نتائجه وفق نوع الإصابة :

- جهاز عش الغراب: يوضح الجدول (٤) وجود حالة واحدة بكدمات في المفاصل بنسبة مئوية ١,٠٤%، ووجود حالة واحدة خلع بنسبة مئوية ١,٠٤%، وتقلص عضلي حالة واحدة، وبذلك يأتي جهاز عش الغراب في الترتيب الثاني من بين أربعة أجهزة على هذه المرحلة وذلك في عدد ونسب الإصلاح الرياضية.

ويشير محمد حسن علاوى (١٩٩٨م) نقلاً عن برجمان "Pargman" (١٩٩٨م) إلى أنه توجد إحصائيات رياضية تشير إلى أن هناك (٧) لاعبين من بين كل (١٠) لاعبين يعانون الإصابات البدنية الرياضية المختلفة طوال فترة حياتهم وبذلك ينقطعون عن التدريب والاشتراك في المنافسات الرياضية لفترة طويلة تتراوح ما بين ثلاث أسابيع إلى ثلاث شهور. (٧: ٤١)

ويوضح جدول (٥) الأهمية النسبية لنوع الإصابات على جهاز عش الغراب للناشئين تحت (٨) سنوات في بطولة الجمهورية (٢٠١٧م) والتي أوضحت نتائجه وفق نوع الإصابة :

- جهاز عش الغراب: يوضح الجدول (٥) وجود حالة واحدة التواء بنسبة مئوية ١,١٩% وحالة واحدة تقلص عضلي وبالتالي جاء ترتيب جهاز عش الغراب في الترتيب الثالث من بين خمسة أجهزة على هذه المرحلة في عدد نسبة الإصابات الرياضية.

ويوضح جدول (٦) التكرارات والنسب المئوية والترتيب لنوعية الإصابات على أجهزة الجمباز للناشئين تحت (٩) سنوات في بطولة الجمهورية (٢٠١٧م) والتي أوضحت نتائجه وفق نوع الإصابة.

- جهاز عش الغراب: يوضح الجدول (٦) وجود (٤) حالات شد عضلى بنسبة ٥,٨٨%، وكذلك وجود (٣) حالات خلع نسبة مئوية ٤,٤١%، وبالتالي جاء ترتيب حصان الحلق فى لترتيب الأول من بين ستة أجهزة على هذه المرحلة فى عدد ونسبة الإصابات.

- جهاز عش الغراب:

وقد أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن الخلع والالتواء هما فى صدارة أكثر الأنواع للإصابات شيوعاً على الجهاز ومن نتائج الدراسة الحالية التى قام بها الباحث نجد أن جهاز عش الغراب قد كانت عليه أكثر الإصابات شيوعاً الخلع والالتواء. هذا وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة التى قام بها زكريا حسن شحاتة (٢٠٠٤م) (١١) أن أكثر الإصابات كانت فى العضلات (الكدم / التمزق / الشد / التقلص العضلى) وإصابات المفاصل تمثل فى (الكدم / الخلع / الالتواء / الارتشاح / أربطة / غضروف / إنزلاق غضروفي / إنزلاق عنقى) أما إصابات العظام كانت (كدم / كسر كلى).

وتوضح الدراسة الحالية أن الكفين هما نقطة الارتكاز واتصال اللاعب بجهاز عش الغراب والمسئولين عن القبض على الجهاز وعند الانتقال على أجزاء جهاز عش الغراب قد يخطئ اللاعب فى اختيار المكان المناسب لوضع يده عليه أو قد يخطئ توقيت نقل اليد مما قد يعرض مفاصل الأصابع ورسغ اليدين للخلع والالتواء أو الرضوض والكدمات.

ويشير مجدى الحسينى عليوة (١٩٩٧م) إلى أن الإصابات الرياضية خطر يتزايد بصورة كبيرة لا تقتصر فقط على متحدى المستويات العالية فى الرياضة والذين يتدربون لتسجيل أرقام جديدة وقياسية أو الأداء بصورة كاملة ولكنها تحدث أيضاً فى الممارسات الرياضية العادية والرياضات الشعبية والهواة. (٥: ٣٥) وتوضح الدراسة الحالية أيضاً إلى إن الاتقان لمهارة التلويح الجانبية على حلقتى عش الغراب وتحقيق مسار هندسى دائرى متسع والتركيز على تدريبات ارتكاز الذراعين يقلل من اخفاق اللاعبين والإصابة على هذا الجهاز.

- أكثر أنواع الإصابات شيوعاً فى مرحلة ناشئين تحت (٧) سنوات:

* كدمات المفاصل والتقلص العضلى عدد ٣ حالة بنسبة ٣,١٢%.

ويتفق ذلك مع رأى محمد قدرى بكرى وسهام الغمري (٢٠١٦م) (٨) فى أن الاجهاد والتعب المستمر والسهر وقلة النوم والبرد والإساق به ونقص أملاح الجسم ونقص كمية الأكسجين الواردة للعضلات أو حدوث خلل فى الوسط الكيمياءى الكهربى بخلايا العضلات المصابة أو تراكم نواتج الاحتراق الداخلى بالأنسجة العضلية كل هذه العوامل قد تؤدى لحدوث التقلص العضلى.

أكثر أنواع الإصابات شيوعاً فى مرحلة ناشئين تحت (٨) سنوات:

* التقلص العضلى والالتواء عدد ٢ حالة بنسبة ٢,٣٨%.

* تقلص العضلات:

يرى الباحث أن السبب الرئيسي للتمزق العضلي هو عدم تأهيل العضلة للجهد المبذول أو عند حدوث إرهاق عضلي شديد للاعب لعضلة أو مجموعة عضلية، وقد تحدث في الملعب من صدمة بأحد الأجهزة أو الأدوات تفقد معها العضلة مطاطيتها وقوة مقاومتها، ويندر القطع الكلي بالعضلات، أما الشائع فهو التمزق العضلي لبعض الألياف العضلية أو الأوتار عند المنشأة أو الاندغام، كما يتسبب في ذلك العدو المفاجئ أو تعبير الاتجاه المفاجئ دون إعداد جيد وإحماء جيد.

- أكثر أنواع الإصابات شيوعاً في مرحلة ناشئين تحت (٩) سنوات:

- جهاز عش الغراب بالجماز الى تم عليها إصابات لكل مرحلة:

* مرحلة تحت (٧) سنوات ناشئين:

* عش الغراب حدوث (٣) حالة إصابات مختلفة بنسبة ٣,١٢%.

* مرحلة تحت (٨) سنوات ناشئين:

* عش الغراب، حدوث (٢) حالة إصابات مختلفة بنسبة ٢,٣٨%.

* مرحلة تحت (٩) سنوات ناشئين:

* عش الغراب حدوث (٧) حالات إصابات مختلفة بنسبة ١٠,٢٩%.

مناقشة التساؤل الثاني:

ما هي طبيعة العلاقة بين نوعية الإصابة وخصائص الأداء على جهاز عش الغراب للناشئين؟

١- في ضوء النتائج والدراسات السابقة وجد أن قيمة كا ٢ المحسوبة أقل من كا ٢ الجدولية للمراحل العمرية المختلفة ٧، ٨، ٩ سنوات لا توجد علاقة إحصائية ارتباطية وإن طبيعة العمل على الجهاز يحتاج إلى خبرة من المدربين لاعطائه للاعبين للوصول باللاعب إلى المستويات الرياضية العالية مما أدى إلى عدم وجود إصابات رياضية كثيرة للمرحلة ٧، ٨، ٩ سنوات على جهاز عش الغراب بنسبة مئوية عالية نظراً لعدم وجود علاقة إحصائية ارتباطية، ويعزى الباحث أيضاً ذلك إلى اهتمام مدربي الأندية بالبرامج التدريبية التي ساعدت على تحقيق حدة الإصابات الرياضية لهذه المراحل حتى تتاح لهم الفرصة في مواصلة التدريب لهذه الرياضة ومن خلال العرض السابق يتحقق صحة التساؤل الثاني والذي ينص على ما هي طبيعة العلاقة بين نوعية الإصابة وخصائص الأداء على جهاز عش الغراب للناشئين.

الاستخلاصات والتوصيات:

الاستخلاصات:

١- أكثر أنواع الإصابات شيوعاً في مرحلة ناشئين تحت (٧) سنوات:

* عش الغراب حدوث (٣) حالة إصابات مختلفة بنسبة ٣,١٢%.

٢- أكثر أنواع الإصابات شيوعاً في مرحلة ناشئين تحت (٨) سنوات:

* عش الغراب، حدوث (٢) حالة إصابات مختلفة بنسبة ٢,٣٨%.

٣- أكثر أنواع الإصابات شيوعاً في مرحلة ناشئين تحت (٩) سنوات:

عش الغراب حدوث (٧) حالات اصابات مختلفة بنسبة ١٠,٢٩%.

٤- ولم يحصل الباحث على علاقة بين خصائص الأداء وأكثر أنواع الإصابات شيوعاً على جهاز عش الغراب لضعف الناتج الرقمي في الإصابات مما يدل على أنه توجد عناية جيدة لأجهزة التدريب الفنية القائمة على فرق الأندية واهتمامها بالبرامج التدريبية، مع عدم إغفال التنويه بمزيد من ذلك لتلاشى أى اصابات.

التوصيات:

١- يوصى الباحث بإجراء بحوث للمراحل العمرية المتقدمة لإيجاد العلاقة لخصائص الأداء مع نوعية الإصابة على أجهزة الجمباز الفنى للرجال.

٢- التوصية لكافة الأجهزة الفنية العاملة بالأندية المصرية بالاهتمام بتنفيذ الأحمال التدريبية والاهتمام بفترة الاعداد على جهاز عش الغراب بما يؤدي إلى التأثير الإيجابي والوقاية من الإصابات الرياضية.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أسامة رياض (٢٠٠٢م): الإسعافات الأولية لإصابات الملاعب، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، جامعة حلوان.
- ٢- أسامة رياض (١٩٩٩م): الطب الرياضي والعلاج الطبيعي، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٣- بشكروف ف.ف. (١٩٨٤م): التأهيل الكامل لإصابات الجهاز الحركى لدى الرياضيين، موسكو، التربية البدنية والتأهيل.
- ٤- زينب العالم (١٩٩٥م): التدايل الرياضى وإصابات الملاعب، دار الفكر العربى، ط٤، القاهرة.
- ٥- مجدى الحسينى عليوة (١٩٩٧م): الإصابات الرياضية بين الوقاية والعلاج، دار الأرقم، ط٢، القاهرة.
- ٦- محمد إبراهيم شحاتة (١٩٨٥م): أثر بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية على مستوى الأداء الحركى لرياضة الجمباز، مجلة البحوث والدراسات المجلد الثالث، العدد الثانى - جامعة حلوان.
- ٧- محمد حسن علاوى (١٩٩٨م): سيكولوجية الإصابة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ط١، القاهرة.
- ٨- محمد قدرى بكرى وسهام الغمرى (٢٠١٦م): الإصابات الرياضية والتأهيل البدنى ط٥، القاهرة ٢٠١٦م
- ٩- مصطفى عبدالحميد السكرى (١٩٩٩م): العلاقة بين الحالة البدنية والاصابات الرياضية لدى الرياضيين، رسالة ماجستير، جامعة حلوان.
- ١٠- معتصم محمود شطناوى (٢٠٠٣م): الإصابات الرياضية لدى منتخب جامعة مؤتة فى ألعاب القوى، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، العدد ٦٠ الجزء الثانى - أغسطس.
- ١١- محمد فؤاد حبيب (١٩٩٦م) : الإصابات الشائعة بين ناشئى الجمباز - المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - العدد الخامس والعشرون.
- ١٢- رجب كامل محمد محمود (١٩٩٤م): تحليلية لبعض الإصابات الشائعة للاعبى الجمباز - رسالة ماجستير - كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط.
- ١٣- زكريا حسن حسن شحاته (٢٠٠٤م) : تنمية بعض المتغيرات البدنية والمورفولوجية وعلاقتها بحدوث الإصابات الرياضية لناشئى الجمباز - رسالة دكتوراه - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- ١٤- **International Gymnastic federation (2013):** Code of points for men's artistic Gymnastic competitions.
- ١٥- **Hardy Final (1992):** injuries and the gymnastics national tear of canbaInternational gymnastic"sndy sports"santamoro.

١٦-**Mclean Ian (2015)** : injuries among senior officer attending the u.s.a army was college acomedia year .

ثالثاً: مراجع شبكة المعلومات العالمية (الإنترنت):

١٧- <http://www4.infotrieve.com/search/databases/newsearch/asp>.