

الإصابات الشائعة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة

المنوفية

الدكتور/ عمرو سعيد إبراهيم

الدكتور/ محمد حسن عبدالعزيز

الدكتور/ كريم عزت محمود

الباحث/ محمود محمد محمود خضر

ملخص البحث باللغة العربية:

يهدف البحث إلى التعرف على الإصابات الأكثر شيوعاً ، وكذلك أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي القائم على الدراسات المسحية، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية ، وقد بلغ حجم العينة (٦٠) مدرساً من مدرسي التربية الرياضية بمحافظة المنوفية، كما تم استخدام المقابلة الشخصية مع الخبراء والإستبيان كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلى:

تزايد ظهور الجروح والسحجات والكدمات والإلتواء والتقلصات والملح وتمزق الأربطة والعضلات بين تلاميذ المرحلة الابتدائية، وأن أكثر الإصابات ظهوراً لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية هي الجروح ويلبها الكدمات، وكان أقل الإصابات ظهوراً هو الكسور ، كما تظهر الإصابات في جميع مناطق الجسم بينما يقل ظهورها في مناطق العين، الفقرات القطنية، الفقرات العجزية، الغضروف، الرباط الصليبي، وأن أكثر مناطق الجسم التي تتعرض للإصابة هي الكتف والذراعين، وقد أوصت الدراسة بضرورة زيادة الوعي الصحي بين المدرسين والتلاميذ للحفاظ على سلامة التلاميذ بالمدرسة، كما الإهتمام بتوفير عوامل الأمن والسلامة داخل الفصول والفناء، وضرورة عمل خطة لخروج التلاميذ من الفصول للفسحة أو عند نهاية اليوم الدراسي.

الكلمات المفتاحية : الإصابات - تلاميذ - المرحلة الابتدائية - محافظة المنوفية

Research summary in English:

The research aims to identify the most common injuries, as well as the most common parts of the body exposed to injury among primary school students in Menofia Governorate. The researcher used the descriptive approach based on survey studies, and the research sample was chosen randomly, and the sample size was (60) teachers of physical education

teachers in Menoufia Governorate, and the personal interview with experts and the questionnaire were used as tools for data collection.

The results of the study showed an increase in the appearance of wounds, abrasions, bruises, sprains, contractures, bruising, and torn ligaments and muscles among primary school students, and that the most common injuries among primary school students were wounds, followed by bruising, and the least visible injuries were fractures. Injuries appear in all areas of the body, while they appear less in the eye areas, lumbar vertebrae, sacral vertebrae, cartilage, cruciate ligament, and the most areas of the body that are exposed to injury are the shoulder and arms. The study recommended the need to increase health awareness among teachers and students to maintain the safety of students. In the school, attention is also given to providing security and safety factors inside the classrooms and the courtyard, and the necessity of making a plan for the students to leave the classrooms for recess or at the end of the school day.

Keywords: injuries - student - primary stage - Menoufia governorate

مقدمة البحث:

يشير عبد الرحمن مدني وآخرون (٢٠٠٧م) إلى أن الدولة تعتبر التلاميذ في المرحلة الابتدائية هم رجال الغد مما يستوجب العناية بهم وبصحتهم في سبيل إعداد أجيال قوية سليمة تساهم بنصيبها كاملاً في الإنتاج وبما ينعكس على نهضة ورفاهية المجتمع، ونتيجة لنشاط التلاميذ هناك احتمالات كثيرة لتعرض التلاميذ للإصابة سواء أثناء حصة التربية الرياضية أو النشاط الداخلي أو النشاط الخارجي مما يفسد بهجة الممارسة. (٧ : ١١٨)

وتعد مرحلة المدرسة كما يشير عاصم صابر ، مصطفى إبراهيم (٢٠٠٩م) من أهم المراحل نظراً للنمو والتطور السريع الذي يطراً على التلاميذ، سواء كان ذلك من الناحية البدنية أو النفسية أو الإجتماعية، والمدرسة بطبيعتها مكان يجمع عدد كبير من التلاميذ، وجميعهم من فئات مختلفة، وقد ينتج عن هذا الإختلاط الكثير من الإصابات بينهم وهذا أمر طبيعي نتيجة النشاط الزائد والحركة العشوائية الناتجة عن هذا الناشط والفوضى التي يحدثها التلاميذ، مما يدفع جميع العاملين بالمدرسة إلى إتخاذ التدابير اللازمة للوقاية والحد من خطر هذه الإصابات التي قد يتعرض لها التلاميذ. (٥ : ١٩١)

ويشير كات ديفلن Kate Devlin (٢٠٠٨م) إلى أنه إذا كانت المدارس قديماً تقدم خدماتها الصحية للتلاميذ، وكانت هذه الخدمات قاصرة على مرحلة رياض الأطفال فقط، ومع التطور والتغير في الظروف الإجتماعية فإن هذه الأوضاع تعدلت وأصبحت هذه الخدمات أكثر تقدماً لتواكب إحتياجات تلاميذ المدارس ليس هذا فحسب بل أيضاً للأسرة والمجتمع، فالإهتمام

بالرعاية الصحية المدرسية سواء داخل المدرسة أو خارجها سوف يساعد على بناء الجسم والنجاح العلمي، فالبرامج الصحية المدرسية هي التي تعزز الجهود المبذولة من المجتمع لمواجهة المشاكل الصحية التي تواجه التلاميذ داخل المدرسة (٢٤ : ٨٣)، ومدرس التربية الرياضية يستطيع ان يقلل من الآثار السلبية للإصابات المختلفة التي قد تحدث أثناء تنفيذ الأنشطة الرياضية، فهو على اتصال مباشر بالتلاميذ داخل الملعب وغالباً ما تحدث معظم الإصابات أمامه.

وقد حظيت الإصابات في السنوات الأخيرة كما يشير **عماد الدين إحسان (٢٠١٥م)** بإهتمام بالغ من العلماء ليس فقط في مجال العلاج والتأهيل التخصصي، لكن لمعرفة وتحليل أنواعها، وأماكنها ومعدلاتها وأسباب حدوثها في كل نشاط رياضي بغرض معرفة وتحديد انساب الطرق للوقاية (١١ : ٥٢)، بما يفرض علينا التوسع في تحديد الإصابات الشائعة في مختلف مجالات الرياضة ولا سيما في المدارس بإعتبارهم تجمع لعدد كبير من التلاميذ والحفاظ علي هذه الفئة بإعتبارها نواة المجتمع وبما يسهم في تصميم وتطوير البرامج الرياضية المناسبة للوقاية من تلك الإصابات.

ويبين **أحمد يوسف (٢٠١٢)** إلى انه بالرغم من التقدم العلمي في المجال الرياضي في الحقبة الأخيرة من القرن الحادي والعشرون والذي اهتم بالمزيد من سلامة وامن اللاعبين عن طريق تطوير الطرق المتتابعة في التدريب والمنافسة وكذلك تطوير الإجراءات، إلا أن الإصابات ما زالت معدلاتها مرتفعة (٢ : ٨٩)

والإصابة الرياضية كما يشير **عاصم صابر، مصطفى إبراهيم (٢٠٠٩م)** قد تكون بسيطة في بادئ الامر ثم تتفاقم وتصبح خطيرة ومعوقة وقد تؤدي إلى منع التلميذ من العودة لممارسة نشاطه بنفس الكفاءة بل قد تتسبب في عدم استطاعته مزاوله رياضته المحببة مرة أخرى نظراً لعدم إدراك مدرس التربية الرياضية لنوعية الإصابة ومدى مضاعفاتها (٥ : ١٩٨)

وقد تأسس علم الإصابات كما يشير **محمد قدرى بكري، سهام السيد الغمري (٢٠٠٥م)** إنطلاقاً من أن له روافد علمية لها صلة وثيقة به مثل علم الأمراض (Pathology) والمقياسس الأنثروبومترية والمورفولوجية (Morphology) بجانب علم التشريح (Anatomy)، حيث يمكننا التنبؤ بالإصابات الرياضية من خلال دراسة طبيعة الإصابة الرياضية لكل رياضي بإعتبار أنها ليست عضوية (١٥ : ٧٣)

مشكلة وأهمية البحث

يعد الإهتمام بالتلاميذ أو النشئ كما يشير نبيل محمد (٢٠٠٤م) أحد المحاور الأساسية للتنمية البشرية، فهم اللبنة الأولى في بناء ورفي المجتمع وتقدمه، فالتلميذ ذو الصحة البدنية والقدرات العقلية والقيم الخلقية يصبح قادراً على مواجهة التحديات التي تقابله، كما انه يستطيع أن يحسن من مستوى تحصيله الدراسي (١٨ : ٣٠)

والمدرسة كما يشير عبد الرحمن مدني وآخرون (٢٠٠٧م) هي المسؤولة عن تنمية التلميذ ليكون مواطناً صالحاً يخدمه وطنه ومجتمعه عن طريق تكيفه مع البيئة واحترامه للآخرين ومقاومة أي ميل لإيذاء زملائه وإحترام ملكيتهم والمحافظة على الخدمات الموجودة في المجتمع، فإذا أهملت المدرسة في أداء وظيفتها أو أخطأت في توجيه الأفراد الوجهه السليمة التي تقيهم وتمنعهم من الإصابات التي قد تحدث لهم، فإن ذلك يترك أثراً سيئاً في شخص التلميذ، وربما يظل ملازماً له طوال حياته. (٧ : ١٦)

وتضم المدارس كما يشير سينكس ومك كليبر Spinks & Mc-caliber (٢٠٠٦) نسبة كبيرة من أفراد المجتمع والتي تشكل حوالي ١٥% من مجموع السكان والذين يقضون معظم أوقاتهم داخل المدارس، وبعد تخرجهم من هذه المدارس يحل غيرهم محلهم، مما يعني أن قطاع كبير من المجتمع ينخرط ويتأثر بالثقافة المدرسية، ويستطيع هؤلاء التلاميذ نقل المفاهيم والإتجاهات الصحية السليمة إلى المجتمع، ولهذا كانت العناية بالصحة المدرسية دور هام في الإهتمام بصحة الأمة كلها بأجيالها المتتابة (٢٥:١٦)

والإصابات كما يشير على الديري (٢٠١٨م) أحد اهم المشكلات التي يتعرض لها طلاب المدارس أثناء ممارسة النشاط الرياضي حيث أن احتمال حدوث الإصابة أمراً شائعاً وخاصة أنها انشطة تتميز ببذل الكثير من الجهد والإحتكاك بالمنافس. (٩ : ٧٥)، ويتفق كل من كسيانج، كسيابونج Xiang & Xiaoping (٢٠٢١)، برايتون Britton (٢٠١٧م) فرانك Frank (٢٠١٣م) على أن الإصابة الرياضية مشكلة كل يوم أثناء تنفيذ منهج التربية الرياضية حيث أنه عند تعرض التلميذ للإصابة يحدث ضعف في العضلات ويكون هذا عامل مساعد لتكرار الإصابة. (٢٧ : ٩١) (٢١ : ٧٣) (٢٢ : ٨٩)

ومن خلال خبرة الباحث في العمل بمدارس المرحلة الابتدائية لاحظ تعرض التلاميذ للإصابات المختلفة داخل جدران المدرسة، ، فمنها ما هو ناتج عن تنظيم البيئة الداخلية للمدرسة سواء كان ذلك في الفصل أو أثناء الصعود والهبوط على السلم بطريقة غير منتظمة سواء أثناء الفسحة أو نهاية اليوم الدراسي، أو خلال لعبهم في فناء المدرسة أو بسبب حركات مبالغ فيها أو

بسبب وجود عوائق في الأرض أو موجوده في الفناء بطريقة عشوائية، ومنها ما هو ناتج عن العنف بين التلاميذ خلال اللعب المرتبط بالنشاط الرياضي، ولا تقتصر هذه الإصابات داخل حدود الملعب بل تمتد لتشمل جميع انحاء المدرسة ومرافقها، لذا يسعى الباحث من خلال دراسته لإجراء مسح للإصابات الشائعة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية لتكون بداية لتصميم برامج الوقاية أو علاج لتلك الإصابات إنطلاقاً من نوعية الإصابة ومكان حدوثها.

هدف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على:

1. الإصابات الأكثر شيوعاً لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية
 2. أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية
- تساؤلات البحث :

1. ما هي الإصابات الأكثر شيوعاً لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية؟
2. ما هي أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية؟

مصطلحات البحث

1. **الإصابات Injury** : " هي تعطيل أو إعاقة مؤثر خارجي لعمل انسجة وأعضاء الجسم وغالباً ما يكون هذا المؤثر مفاجئاً وشديداً ويصاحب ذلك تغيرات وظيفية وتشريحية. (٢٣ : ٦٩)
2. **الكدم Contusions** : "صدمة مباشرة لسطح الجسم بجسم غير حاد ولا يتسبب عنها جرح في الجلد وقد ينتج عنها تجمع دموي" (٦ : ١٠٩)
3. **الجرح Wound** : "قطع أو تهتك في الجلد أو الطبقة التي تحت الجلد ويسبب هذا القطع ألماً حاداً كما يؤدي في بعض الحالات إلى حدوث نزيف دموي نتيجة لتهتك الأوعية الدموية في منطقة الجرح"
4. **الجدع أو الألتواء Sprain** : عبارة عن شد في الرباط المثبت للمفصل يتجاوز قدرته على التمدد مما يؤدي إلى حدوث تمزق فيه. (٨ : ١٠٦)
5. **الخلع Dislocation** : خروج أحد أطراف العظام المكونة للمفصل من مكانها الطبيعي وقد يصاحب هذا تمزق الأربطة، الأنسجة، العضلات المحيطة بالمفصل. (١١ : ٩٩)
6. **الكسر Fracture** : انفصال العظمة بعضها عن بعض إلى جزأين أو أكثر بسبب قوة خارجية عنيفة" (٤ : ١٣١)

الدراسات السابقة

١. دراسة محمود سعيد محمود بعنوان "الإصابات الشائعة لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية والفردية" (٢٠١٥م) (١٦)

هدفت الدراسة إلى التعرف على الإصابات الشائعة لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية والفردية ، وأسباب حدوث هذه الإصابات، وتضمنت عينة الدراسة المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة الدراسة على (٨٢) لاعباً من لاعبي الدرجة الأولى بالرياضات الجماعية والفردية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن فترة المنافسات أكثر فترات الموسم التي يتعرض خلالها اللاعبون للإصابات خلال الموسم التدريبي، كما تعد زيادة الأحمال هي أكثر الأسباب لحدوث الإصابات كما يعد التمزق العضلي هو أكثر الإصابات شيوعاً لدى لاعبي الألعاب الفردية والجماعية .

٢. دراسة محمد عبد الهادي الشيخ بعنوان "دراسة تحليلية للإصابات الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين" (٢٠١٥م) (١٤)

التعرف على أنواع وأماكن الإصابة الرياضية خلال ممارسة الأنشطة الرياضية والتعرف على الإجراءات الوقاية والسلامة من الإصابات ، المنهج الوصفي، (٢٩٩) طالباً بالإضافة إلى (٢٣) مدرس، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن التقلص العضلي يعد هو أكثر الإصابات شيوعاً لدى طلاب كلية التربية الرياضية، كانت أكثر الأماكن إصابة بالتقلص العضلي لدى طلاب كلية التربية الرياضية هي الذراعين، كانت كرة اليد وكرة القدم هي أكثر الأنشطة الرياضية التي تظهر خلالها الإصابة، ويعتبر ضعف اللياقة البدنية وعدم الإهتمام بالإحماء والإجهاد والحمل البدني الأثقل والإحتكاك العنيف.

٣. دراسة علي حسن حمش بعنوان "الإصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي كرة القدم للصالات في جمهورية العراق" (٢٠١٤م) (١٠)

هدفت الدراسة إلى التعرف على الإصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي كرة القدم للصالات في جمهورية العراق، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تضمن عينة الدراسة (١٢٠) يمثلون (١٢) نادياً من الدوري الممتاز لكرة القدم، وقد توصلت الدراسة إلى أن إصابات وسط الموسم وفترة الإعداد البدني والمهاري هي أكثر الفترات التي يتعرض خلالها لاعبي كرة القدم للصالات للإصابات، أكثر الإصابات شيوعاً لدى لاعبي كرة القدم للصالات هي إصابات المفاصل يليها إصابات العضلات، كما تعد الإلتحامات بين اللاعبين هي أكثر المواقف التي يتعرض خلالها لاعبي كرة القدم للصالات للإصابات.

٤. دراسة استريد وآخرون, Astrid, et al., بعنوان "إصابات الفرق الجماعية في البطولة الألعاب الاولمبية" (٢٠٠٦م) (٢٠)

تحليل ظروف وخصائص الإصابة في ألعاب الفرق الرياضية المختلفة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تضمنت عينة البحث (١٤) فريقاً لألعاب جماعية مختلفة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن عدد الإصابات الرياضية قد بلغ (٣٧٧) إصابة من (٤٥٩) مباراة بواقع (٠,٨) إصابة لكل مباراة وكانت درجة الإصابة مختلفة من رياضة لآخرى وأكثرها شيوعاً الكدمات وأكثر أجزاء الجسم إصابة الطرف السفلي في مفصل الكاحل والطرف العلوي للرأس والرقبة ونسبة الإصابة للذكور أعلى من الإناث.

٥. دراسة ستيفارت إم جي Stuart, M.J بعنوان "الإصابات في كرة القدم الأمريكية" (٢٠٠٥م) (٢٦)

يهدف البحث إلى مراجعة الأبحاث والمقالات التي أجريت على الإصابات في كرة القدم الأمريكية لمعرفة الإصابات التي تحدث والكشف عن أسباب حدوث الأصابات، وقد استخدم الباحث المنهج التاريخي، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن أكثر الإصابات شيوعاً لدى لاعبي كرة القدم الأمريكية كانت الكدمات والإجهاد والإلتواء، وأن أكثر أجزاء الجسم تعرض للإصابة الطرف السفلي (مفصل الكاحل - الركبة) وأن لبس الخوذة يمنع الكدمات وإصابات الرقبة.

إجراءات البحث

المنهج

تم استخدام المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة الدراسة ، وبما يحقق أهداف البحث .

مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث علي مدرسي التربية الرياضية بمحافظة المنوفية.

عينة البحث

تضمنت عينة البحث (٦٠) مدرس تربية رياضية بمحافظة المنوفية وبيين جدول رقم (١) توزيع عينة البحث على الإدارات التعليمية بمحافظة المنوفية .

جدول (١)

توزيع عينة البحث

م	الإدارة التعليمية	عدد المدرسين
١	شبين الكوم	٩

٨	منوف	٢
٨	تلا	٣
٧	أشمون	٤
٧	الباجور	٥
٦	قويسنا	٦
٦	بركة السبع	٧
٥	الشهداء	٨
٤	سرس الليان	٩

وسائل جمع البيانات

قام الباحث بجمع البيانات من خلال المسح المرجعي ، والمقابله الشخصية مع السادة الخبراء في مجال علوم الصحة الرياضية وذلك بهدف التعرف علي الإصابات الرياضية التي يجب تضمينها بإستمارة جمع البيانات ، وقد قام الباحث بإعداد إستبيان الدراسة لجمع البيانات اللازمة عن طريق استمارة وضعت خصيصاً لذلك بغرض تطبيقها علي عينة الدراسة.

خطوات تصميم استبيان الدراسة

قام الباحث بإعداد صورة مبدئية لإستبيان الإصابات الشائعة لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية مرفق (١/٢) ، وكذلك صورة مبدئية لإستبيان أماكن الإصابات لدي تلاميذ المرحلة الإبتدائية بمحافظة المنوفية مرفق (٢/٢) لعرضها علي السادة الخبراء في علوم الصحة الرياضية بكليات التربية الرياضية مرفق (١) بغرض تحديد مدي مناسبة الإستبيان لتحقيق هدف الدراسة من خلال اضافة أو حذف أي إصابة ، قد استخلص الباحث من خلال استطلاع الرأي إجماع آراء الخبراء المتخصصين علي جميع الإصابات والاماكن التي تضمنها إستبئاني الدراسة، ويبين مرفق (٣/٢) نتائج إستطلاع رأي الخبراء لإستبيان الإصابات الشائعة لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية بمحافظة المنوفية، كما يبين مرفق (٤/٢) نتائج إستطلاع رأي الخبراء لأماكن الإصابات لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية بمحافظة المنوفية

الدراسة الإستطلاعية

قام الباحث بهذه الدراسة بهدف التعرف علي مدي ملاءمة محاور الإستبيان لهدف الدراسة ومدي استيعاب عينة البحث لعناصر إستمارة البحث والتعرف علي أوجه الصعوبة والقصور في عناصر الإستمارة ، وتحديد معامل ثبات الإستمارة من خلال تطبيق الاستبيان بتاريخ ٦ / ٢ / ٢٠٢٢م

ثم إعادة تطبيقه في الدراسة الاستطلاعية الثانية بتاريخ ٢٠ / ٢ / ٢٠٢٢م بفواصل زمني قدره أسبوعان علي عدد ٢٠ تلميذ من خارج عينة البحث الأصلية.

المعاملات العلمية للإستمارة البحث

١- صدق المحكمين

بعد عرض المقياس علي السادة الخبراء في مجال الإصابات الرياضية بكليات التربية الرياضية ، وفي ضوء الآراء والملاحظات التي أبدهاها الخبراء قام الباحث بتعديل الاستمارة حتي أصبحت الاستمارة في صورتها النهائية معدة للتطبيق وقد استبعد الباحث جميع الإصابات ومناطق الجسم التي لم تحصل علي نسبة موافقة ٧٠% من آراء السادة الخبراء، وفي ضوء ذلك تمت الموافقة علي جميع الإصابات ومناطق الإصابة بجسم التلميذ

٢- الثبات

٣- لإيجاد معامل الثبات قام الباحث باستخدام طريقة إعادة الاختبار Test – retest Method، وقد تم تطبيق الاستبيان علي عينة مكونة من (٢٠) فرد من خارج عينة البحث الأساسية ، وقد تم إعادة تطبيق الاستبيان علي نفس العينة بعد مرور أسبوعين حيث تم التطبيق الأول بتاريخ ٦ / ٢ / ٢٠٢٢م وقد تم التطبيق الثاني بتاريخ ٢٠ / ٢ / ٢٠٢٢م، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للإصابات الرياضية الشائعة كما هو مبين بجدول (٢) ، ومناطق الإصابات كما مبين بجدول (٣).

جدول (٢)

معاملات الثبات للإصابات الشائعة

ن = ٢٠

م	الإصابة	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
		ع	س/	ع	س/
١	الكسور	٠,٥٨٧	٢,٦٥	٠,٦٨٦	٢,٥٥
٢	تمزق الأوتار	٠,٥٢٣	١,٨٠	٠,٤٧٠	١,٧٠
٣	تمزق العضلات	٠,٦٨٨	١,٥٠	٠,٨٠١	١,٧٠
٤	تمزق الأربطة	٠,٥٧١	٢,٧٠	٠,٦٨٦	٢,٤٥
٥	الخلع	٠,٩٨٨	١,٨٥	٠,٩١٢	١,٩٠
٦	الملخ	٠,٨٨٧	١,٩٥	٠,٨٧٥	٢,١٥
٧	رضوض العظام	٠,٩٢٣	٢,٣٠	٠,٨٧٥	٢,٣٥
٨	جروح وسحجات	٠,٩٧٣	٢,٠٠	٠,٩٧٣	٢,٠٠
٩	التقلصات	٠,٧٤٥	١,٣٥	٠,٧٤٥	١,٣٥
١٠	الإلتواء	٠,٦٨٦	٢,٥٥	٠,٦٨٦	٢,٥٥
١١	الكدم	٠,٤٨٩	١,٨٥	٠,٤٨٩	١,٨٥

ر الجدولية عند مستوي (٠,٥) = ٠,٣٧٨

* دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١)

يتضح من الجدول السابق أن الإستمارة حققت معاملات ارتباط عالية حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني ما بين (٠,٧٦٨ ، ٠,٩٥٢) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يؤكد ثبات تلك الإستمارة ويطمئن الباحث لاستخدام استمارة الاستبيان في التطبيق الميداني.

جدول (٣)

معاملات الثبات لأماكن الإصابات

ن = ٢٠

م	الإصابة	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
		ع	س/	ع	س/
١	الرأس	٠,٥٧	٢,٦٥	٠,٥٩	**٠,٩٢٦
٢	الرقبة	٠,٤١	١,٧٥	٠,٤٤	**٠,٨٦٦
٣	الحاجب	٠,٤١	١,٣	٠,٤٧	**٠,٧٦٤
٤	العين	٠,٦٤	٢,٦	٠,٦٨	**٠,٧٥٨
٥	الأنف	٠,٥٧	١,٣٥	٠,٧٥	**٠,٨٠٢
٦	الساعد	٠,٤١	١,٣	٠,٤٧	**٠,٧٦٤
٧	العضد	٠,٩٣	٢,٣	٠,٩٢	**٠,٩٧١
٨	اليد	٠,٩٧	١,٧	٠,٩٢	**٠,٩٧٣
٩	سلاميات أصابع اليد	٠,٤٥	١,١٥	٠,٤٩	**٠,٨٩٠
١٠	الكتف	٠,٧٦	٢,٥٥	٠,٦٩	**٠,٩٥٧
١١	الترقوة	٠,٤١	١,٨٥	٠,٤٩	**٠,٨٩١
١٢	الصدر	٠,٩٧	١,٨٥	٠,٩٣	**٠,٩٧٣
١٣	الظهر	٠,٤١	١,٢٥	٠,٤٤	**٠,٨٦٦
١٤	البطن	٠,٤٥	١,١٥	٠,٤٩	**٠,٨٩٠
١٥	الحوض	٠,٩٥	١,٩	٠,٩٧	**٠,٨٩٢
١٦	الفخذ	٠,٣١	١,١٥	٠,٤٩	**٠,٩٤٣
١٧	الركبة	٠,٥٠	١,٣٥	٠,٤٩	**٠,٨٩٩
١٨	رباط صليبي	٠,٤٥	١,١٥	٠,٤٩	**٠,٨٩٠

**٠,٦٨٨	٠,٦٢	١,١٢	٠,٤٥	١,١	الفقرات القطنية	١٩
**٠,٧٩٣	٠,٣٧	١,١٥	٠,٣١	١,١	الفقرات العجزية	٢٠
**٠,٨٩٢	٠,٤٩	١,٣٥	٠,٤٧	١,٣	الساق	٢١

ر الجدولية عند مستوى (٠,٥) = ٠,٣٧٨

تابع جدول (٣)

معاملات الثبات لأماكن الإصابات

ن = ٢٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الإصابة	م
	ع	س/	ع	س/		
**٠,٩٠٥	٠,٥١	٢,٥٥	٠,٥١	٢,٥٠	الكاحل	٢٢
**٠,٩٦٣	٠,٨٣	٢,٢	٠,٨١	٢,١٥	مشط القدم	٢٣
**٠,٩٧٤	٠,٩٥	٢,٢	٠,٩٩	٢,١٥	سلاميات أصابع القدم	٢٤
**٠,٩٦٣	٠,٨٢	١,٦	٠,٨٣	١,٥٥	الغضروف	٢٥

ر الجدولية عند مستوى (٠,٥) = ٠,٣٧٨

* دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١)

يتضح من الجدول السابق أن الإستمارة حققت معاملات ارتباط عالية حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني ما بين (٠,٦٨٨ ، ٠,٩٧٤) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يؤكد ثبات تلك الاستمارة ويطمئن الباحث لاستخدام استمارة الاستبيان في التطبيق الميداني.

الدراسة الأساسية

تم تطبيق إستباني الدراسة علي عينة الدراسة في الفترة من الأحد الموافق ٨ / ٥ / ٢٠٢٢م حتى الخميس ١٩ / ٥ / ٢٠٢٢م بحيث تقوم عينة البحث بالإجابة علي الإستبيانات ثم تفرغ وتبويب الاستجابات تمهيداً لإستخدام الإختبارات الإحصائية.

المعالجات الإحصائية

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية :

١. التكرارات
Duplicates
٢. النسبة المئوية
The percentage
٣. الأهمية النسبية
Relative importance
٤. إختبار كا^٢
Chi – Square test Statistic

عرض ومناقشة النتائج

عرض النتائج

جدول (٤)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي وقيمة كا^٢ لاستجابات عينة البحث
الإصابات الرياضية الشائعة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

ن=٦٠

م	نوع الإصابة	تحدث		أحياناً		لا تحدث		النسبة المرجحة	كا ^٢ ودالاتها
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
١	الكسور	١٣%	٨	٢٠%	١٢	٦٧%	٤٠	٤٩%	٣٠,٤٠**
٢	تمزق الأوتار	٤٣%	٢٦	٣٠%	١٨	٢٧%	١٦	٧٢%	٢,٨٠
٣	تمزق العضلات	٥٧%	٣٤	٢٧%	١٦	١٧%	١٠	٨٠%	١٥,٦٠**
٤	تمزق الأربطة	٤٧%	٢٨	٢٣%	١٤	٣٠%	١٨	٧٢%	٥,٢٠
٥	الخلع	٢٨%	١٧	٢٨%	١٧	٤٣%	٢٦	٦٢%	٢,٧٠
٦	الملخ	٥٣%	٣٢	٢٢%	١٣	٢٥%	١٥	٧٦%	١٠,٩٠*
٧	رضوض العظام	٢٥%	١٥	٢٨%	١٧	٤٧%	٢٨	٥٩%	٤,٩٠
٨	جروح وسحجات	٧٥%	٤٥	٢٠%	١٢	٥%	٣	٩٠%	٤٨,٩٠**
٩	التقلصات	٥٧%	٣٤	٢٧%	١٦	١٧%	١٠	٨٠%	١٥,٦٠**
١٠	الإلتواء	٦٣%	٣٨	٢٣%	١٤	١٣%	٣	٨٣%	٢٥,٢٠**
١١	الكدم	٦٧%	٤٠	٢٥%	١٥	٨%	٥	٨٦%	٣٢,٥٠**

* دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١)

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين استجابات عينة البحث ولصالح التكرار الأعلى وأن بعضها دال إحصائياً وأن بعضها غير دال إحصائياً عند مستوي معنوية ٠,٠٥ وهو ما سيتم توضيحه بمناقشة النتائج

جدول (٥)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي وقيمة كا^٢ لاستجابات عينة البحث للمناطق الأكثر إصابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

ن=٦٠

م	مكان الإصابة	تحدث		أحياناً		لا تحدث		النسبة المرجحة	كا ^٢ ودلالاتها
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
١	الرأس	٢٥%	١٥	٢٨%	١٧	٤٧%	٢٨	٥٩%	٤,٩٠
٢	الرقبة	٢٨%	١٧	٢٣%	١٤	٤٨%	٢٩	٦٠%	٦,٣٠
٣	الحاجب	٥٧%	٣٤	٢٧%	١٦	١٧%	١٠	٨٠%	**١٥,٦٠
٤	العين	١٥%	٩	٢٠%	١٢	٦٥%	٣٩	٥٠%	**٢٧,٣٠
٥	الأنف	٥٢%	٣١	١٨%	١١	٣٠%	١٨	٧٤%	*١٠,٣٠
٦	الساعد	٧٢%	٤٣	٢٥%	١٥	٣%	٢	٦٤%	**٤٣,٩٠
٧	العضد	٧٠%	٤٢	٢٣%	١٤	٧%	٤	٨٩%	**٣٨,٨٠
٨	اليد	٦٧%	٤٠	٢٥%	١٥	٨%	٥	٨٨%	**٣٢,٥٠
٩	سلاميات أصابع اليد	٦٨%	٤١	٢٧%	١٦	٥%	٣	٨٦%	**٣٧,٣٠
١٠	الكتف	٧٥%	٤٥	٢٢%	١٣	٣%	٢	٨٨%	**٤٩,٩٠
١١	الترقوة	٥٥%	٣٣	٢٠%	١٢	٢٥%	١٥	٩١%	*١٢,٩٠
١٢	الصدر	٥٥%	٣٣	٢٢%	١٣	٢٣%	١٤	٧٧%	*١٢,٧٠
١٣	الظهر	٥٣%	٣٢	٢٠%	١٢	٢٧%	١٦	٧٧%	*١١,٢٠
١٤	البطن	٥٢%	٣١	١٨%	١١	٣٠%	١٨	٧٤%	*١٠,٣٠
١٥	الحوض	٢٥%	١٥	٢٥%	١٥	٥٠%	٣٠	٥٨%	٧,٥٠
١٦	الفخذ	٦٣%	٣٨	٢٠%	١٢	١٧%	١٠	٨٢%	**٢٤,٤٠
١٧	الركبة	٦٢%	٣٧	٢٧%	١٦	١٢%	٧	٨٣%	**٢٣,٧٠
١٨	رباط صليبي	٨%	٥	٢٣%	١٤	٦٨%	٤١	٤٧%	**٣٥,١٠
١٩	الفقرات القطنية	١٠%	٦	١٥%	٩	٧٥%	٤٥	٤٥%	**٤٧,١٠

٢٠	الفقرات العجزية	٤	٧%	١١	١٨%	٤٥	٧٥%	٤٤%	٤٨,١٠**
----	-----------------	---	----	----	-----	----	-----	-----	---------

تابع جدول (٥)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي وقيمة كا^٢ لاستجابات عينة البحث للمناطق الأكثر إصابة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

م	مكان الإصابة	تحدث		أحياناً		لا تحدث		النسبة المرجحة	كا ^٢ ودلالاتها
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
٢١	الساق	٦٥%	٣٩	٢٣%	١٤	١٢%	٧	٨٤%	٢٨,٣٠**
٢٢	الكاحل	٦٠%	٣٦	٢٥%	١٥	١٥%	٩	٨٢%	٢٠,١٠**
٢٣	مشط القدم	٥٨%	٣٥	٢٠%	١٢	٢٢%	١٣	٧٩%	١٦,٩٠**
٢٤	سلاميات أصابع القدم	٥٧%	٣٤	٢٧%	١٦	١٧%	١٠	٨٠%	١٥,٦٠**
٢٥	الغضروف	٧%	٤	٢٣%	١٤	٧٠%	٤٢	٤٦%	٣٨,٨٠**

* دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

** دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١)

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين استجابات عينة البحث ولصالح التكرار الأعلى وأن بعضها دال إحصائياً وأن بعضها غير دال إحصائياً عند مستوي معنوية ٠,٠٥ وهو ما سيتم توضيحه بمناقشة النتائج

مناقشة النتائج

١. مناقشة نتائج التساؤل الأول " ما هي الإصابات الأكثر شيوعاً لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية؟"

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات عينة البحث لإصابات الجروح والسحجات والكدم والإلتواء والتقلصات والملخ وتمزق الأربطة والعضلات بين تلاميذ المرحلة الابتدائية وقد تراوحت قيمة كا^٢ لتلك الإصابات ما بين (١٠,٩٠ : ٤٨,٩٠) وجميعها دال إحصائياً عند مستوي معنوية (٠,٠٥) كما يتضح من الجدول أن الفروق تتجه نحو خيار "حدوث تلك الإصابات" بنسبة تراوحت ما بين (٥٣% : ٧٥%) ، عدا إصابة (الكسور) فقد اظهرت النتائج عدم ظهورها حيث بلغت استجابة عينة البحث نحو عدم حدوثها داخل المدارس بنسبة (٦٧%)، وقد يرجع ذلك إلى زيادة الكثافة العددية داخل المدارس والتنظيم الداخلي للبيئة

المدرسية مما ينتج عنه اصدام بأجسام صلبة كالمقاعد أو بأجسام زملاء أو الإرتطام بالأرض مما ينتج عنه الجروح أو الكدمات.

وتبين تلك النتائج أن اكثر الإصابات ظهوراً داخل مدارس المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية كانت الجروح والسحجات بنسبة بلغت (٧٥%) يليها الكدمات بنسبة بلغت (٦٧%) وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة **تامر محمد إبراهيم (٢٠١٩م)** من أكثر الإصابات شيوعاً لدى تلاميذ المدارس العسكرية الرياضية كانت الكدم والجروح (٣ : ٨٢)، كما تتفق ما توصلت إليه دراسة **استريد وآخرون Astrid, et al., (٢٠٠٦م)**، **ستيوارت إم جي Stuart, M.J (٢٠٠٥م)** من اكثر الإصابات التي يتعرض لها الجسم هي الكدم.

(٢٠ : ٨١) (٢٦ : ٦٩)

كما تتفق تلك النتائج مع دراسة **محمد عبد الهادي (٢٠١٥م)**، **محمود سعيد (٢٠١٦م)**، **أحمد عبد السلام، أسامة إبراهيم السعيد (٢٠٠٧م)** والتي توصلت نتائجها إلى أن أكثر الإصابات شيوعاً كانت الجروح بنسبة (٢٩,٣%) يليها الكدم بنسبة (٢٤,٤%) ثم الكسور بنسبة (١٩,٥%) ثم الألتواء بنسبة (١٤,٦%) وأخيراً نزيف الأنف بنسبة (١٢,٢%)

(١٤ : ٧٩) (١٦ : ٥٤) (١ : ٤٢)

كما تتفق تلك النتائج مع ما توصلت إليه دراسة **سبينكس ومك كليبر Spinks & Mc-caliber (٢٠٠٦)** من أن ٨٨,٦% من تلاميذ المرحلة الابتدائية يتعرضون للإصابات داخل المدارس (٢٥ : ٨٤) ، كما تتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة **ابيزنثي ومكلوي Abernthy & Mcauley (٢٠٠٣م)** من أن نسبة الإصابات التي تحدث داخل المدارس أثناء أداء النشاط بصورة منظمة بلغت (١٢%) بينما بلغت نسبة الإصابات في الأنشطة التي تؤدي بطريقة عشوائية ٦٢%. (١٩ : ٧١)

٢. مناقشة نتائج التساؤل الثاني "ما هي أكثر أجزاء الجسم تعرضاً للإصابة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية؟"

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين إستجابات عينة البحث للخيارات بجميع أجزاء الجسم عدا (الرأس - الرقبة - الحوض) وقد تراوحت قيمة كاي^٢ لباقي الإصابات ما بين (١٠,٣٠ : ٤٩,٩٠) وجميعها دال إحصائياً عند مستوي معنوية (٠,٠٥) كما يتضح من الجدول أن الفروق تتجه نحو خيار "حدوث الإصابات بتلك الأجزاء" بنسبة تراوحت ما بين (٥٢% : ٧٥%) ، عدا مناطق (العين - الفقرات القطنية- الفقرات العجزية- الغضروف- الرباط الصليبي) فقد اظهرت النتائج عدم ظهورها حيث بلغت استجابة عينة البحث نحو عدم حدوثها

داخل المدارس بنسبة تراوحت ما بين (٦٥% : ٧٥%)، وتبين تلك النتائج أن أكثر أماكن الجسم المعرضة للإصابة داخل مدارس المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية كان الكتف بنسبة بلغت (٧٥%) يليه الساعد بنسبة بلغت (٧٢%)، وتتفق تلك النتائج مع دراسة ماجد مجلي وسهي عيسي (٢٠٠٤م) ، معتصم الطنطاوي (٢٠٠٣م) والتي أظهرت نتائجها أن أكثر مناطق الجسم تعرضاً للإصابة كانت الطرف العلوي من الجسم. (١٣ : ٩١) (١٧ : ٦٥)

كما تتفق تلك النتائج ودراسة تامر محمد (٢٠١٩م) من أن أكثر مناطق الجسم تعرضاً للإصابة لدى تلاميذ المدارس العسكرية كانت عظام الساعد وعضلات الكتف ومفصل المرفق (٣ : ٨٤)، كما تتفق هذه النتائج مع دراسة علي حسن (٢٠٠٦م)، فاطمة أسعد خريبط (٢٠٠٨م) والتي توصلت إلى أن أكثر أجزاء الجسم التي تتعرض للإصابة هي أجزاء الطرف العلوي من الجسم نتيجة للتدافع والإلتحامات المستمرة. (١٠ : ١٠٥) (١٢ : ١١٧)

كما تبين تلك النتائج استمرار ظهور الإصابات لدى تلاميذ مدارس المرحلة الابتدائية، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه كات ديفلن **Kate Devlin** (٢٠٠٨م) إلى أنه بالرغم من الإحتياطات التي يتخذها العاملون بالمدارس للحد من حدوث الإصابات إلا أنه لازال التلاميذ يتعرضون للإصابة داخل المدارس نتيجة الفوضى، وقد اختلف الخبراء حول نسب انتشار الفوضى بين تلاميذ المدارس، وقد اشارت الدراسات إلى أن نحو ٣,٥% من الفتيان وأقل من ١% من الفتيات التي تتراوح أعمارهن ما بين ٥ : ١٥ سنة في بريطانيا تتسم صفاتهم بالفوضى. (٢٤ : ٨٧)

ويبين عاصم صابر، مصطفى إبراهيم (٢٠٠٩م) إلى أن الإحصائيات تشير إلى ارتفاع نسب الإصابات في بعض الدول والتي وصلت إلى ٧٥٠ الف إصابة بدنية على مستوى المدارس والجامعات الأمريكية كل عام، ويذكر واينبرج وجولد Weinberg & Gould إلى أن هناك (٣ : ٥) ملايين إصابة بدنية رياضية للشباب والأطفال في الولايات المتحدة كل عام، كما يشير بيوتشر Bucher إلى ارتفاع نسبة إصابات التلاميذ بالمدارس (٥ : ١٢٥)

الإستنتاجات والتوصيات

الإستنتاجات

١. أكثر الإصابات ظهوراً لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية هي الجروح والسحجات بنسبة بلغت (٧٥%) يليها الكدمات بنسبة بلغت (٦٧%)
٢. أن أكثر أماكن الجسم المعرضة للإصابة داخل مدارس المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية كان الكتف بنسبة بلغت (٧٥%) يليه الساعد بنسبة بلغت (٧٢%)

٣. يتزايد ظهور الإصابات بين تلاميذ المرحلة الابتدائية عدا إصابات تمزق الأربطة، تمزق الأوتار، الخلع، رضوض العظام
٤. تظهر الإصابات في جميع مناطق الجسم بينما يقل ظهورها في مناطق العين، الفقرات القطنية، الفقرات العجزية، الغضروف، الرباط الصليبي

التوصيات

١. الإستعانة بنتائج الدراسة في بمدارس المرحلة الابتدائية في محافظة المنوفية.
٢. ضرورة زيادة الوعي الصحي بين المدرسين والتلاميذ للحفاظ على سلامة التلاميذ بالمدرسة
٣. الإهتمام بتوفير عوامل الأمن والسلامة داخل الفصول والفناء
٤. عمل خطة لخروج التلاميذ من الفصول للفسحة أو عند نهاية اليوم الدراسي
٥. تقليل كثافة الطلاب داخل المدارس والفصول
٦. تصميم وتطبيق برامج لوقاية التلاميذ من الإصابات الشائعة خلال اليوم الدراسي

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

١. أحمد عبد السلام عطية، أسامة إبراهيم السعيد (٢٠٠٧م): الإصابات الشائعة بين تلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية بمحافظة قنا وطرق الوقاية منها - دراسة مسحية، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع (٢٤)، ج (١).
٢. أحمد يوسف عبد الرحمن (٢٠١٢): ميكانيكية إصابة مفصل الفخذ كأساس لبرنامج التدريب الوقائي لدى لاعبي الكاراتيه، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها، ٢٠١٢م
٣. تامر محمد إبراهيم (٢٠١٩م) : دراسة ميدانية لفحص وتحليل الإصابات الرياضية الشائعة لطلاب المرحلة الإعدادية بالمدارس العسكرية الرياضية كأساس لبرامج التدريب الوقائي، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة بنها.
٤. سميرة خليل محمد (٢٠٠٨) : إصابات الرياضيين ووسائل العلاج والتأهيل ، القاهرة .
٥. عاصم صابر راشد حمودي، مصطفى إبراهيم أحمد (٢٠٠٩) : برنامج تدريبي لمعلمي التربية الرياضية لإسعاف الإصابات الحركية الأكثر شيوعاً بين تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ع (١٣).
٦. عبد الباسط صديق عبد الجواد (٢٠١٣) : الإصابات الرياضية وبرامج التأهيل والعلاج ، ماهي للنشر والطباعة ، الإسكندرية .
٧. عبد الرحمن عبد الباسط مدني، أسامة إبراهيم السعيد، أحمد عبد السلام (٢٠٠٧) : الإصابات الشائعة بين تلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية بمحافظة قنا وطريقة الوقاية منها- دراسة مسحية، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، ع (٢٤)، ج (١).
٨. عبد الرحمن عبد الحميد زاهر (٢٠٠٤) : الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة .
٩. على الديري (٢٠١٨) : طرق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الأساسية - التربية الحركية، مؤسسة حمادة للخدمات والدراسات الجامعية.

١٠. علي حسن حمش (٢٠١٤م) : الإصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي كرة القدم للصالات في جمهورية العراق، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
١١. عماد الدين إحسان (٢٠١٥) : العلاج الطبيعي والإصابات الرياضية ، دار أمجد للنشر والتوزيع
١٢. فاطمة أسعد خريبط (٢٠٠٨م): الإصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي كرة القدم في دولة الكويت، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان
١٣. ماجد فايز مجلى وسهي اديب عيسى (٢٠٠٤م) : دراسة تحليلية للإصابات الرياضية لدى السباحين والسباحات، في الأردن، مؤتمر التربية الرياضية، الرياضة نموذج للحياة المعاصرة- الأردن، الجامعة الأردنية، عمان.
١٤. محمد عبد الهادي الشيخ (٢٠١٥م) : دراسة تحليلية للإصابات الرياضية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين بسوريا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية
١٥. محمد قدري بكري، سهام السيد الغمري (٢٠٠٥) : الإصابات الرياضية والتأهيل الحديث، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
١٦. محمود سعيد محمود حسن (٢٠١٦) : الإصابات الشائعة لدى لاعبي بعض الرياضات الجماعية والفردية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.
١٧. معتصم محمود الشنطاوي (٢٠٠٣م): الإصابات الرياضية لدى لاعبي الألعاب الجماعية في جامعة مؤتة دراسة تحليلي، مجلة كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة، الأردن
١٨. نبيل محمد محمد حسن (٢٠٠٤) : معدلات التغير في كل من الأداء البدني واللياقة القوامية للتلاميذ السعوديين في المرحلة السنوية من ١٠ : ١٢ سنة، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية، العدد التاسع عشر، الجزء الثالث، جامعة اسويط



ثانياً : المراجع الأجنبية

19. **Abernethy and Mcauley (2003):** Impact of school sports injury, Jasper Med Journal, August 1, 37, P: 354-355.
20. **Astrid Junge., et al (2006) :** injuries in team sport our moments the 2004 Olympic game federation international de football association medical assessment and research centre, Zurich, Switzer land, Am, Sport, Med.
21. **Britton Brewer & Charles Redmond (2017) :** Psychology of Sport Injury, Human Kinetics, campaign, USA.
22. **Frank J. H Lu and Yawen Hsu (2013) :** Injured Athletes' Rehabilitation Beliefs and Subjective Well-Being: The Contribution of Hope and Social Support, Athletic training Journal, 48(1)
23. **Frontera, W. R. (Ed.) (2003) :** Rehabilitation of sports injuries, scientific basis , Maiden, MA: Blackwell Science.
24. **Kate Devlin (2008) :** injuries in young children could indicate hyperactive disorder medical correspondent, telegraph Journal. UK, 06 November
25. **Spinks, R.J & Mc caliber (2006):** Quantifying the association between physical activity and injury in primary school Aged Children, Pediatrics, July 1, 43-50.
26. **Stuart, M. J (2005) :** Gridiron football injuries, Epidemiology of Pediatric Sports Injuries: Team Sports. Med Sport Sci. Basel, Karger, 2005, vol 49, pp 62–85, USA
27. **Xiang Huang and Xiaoping Wang (2021) :** Influencing Factors of Athletes' Injury Rehabilitation from the Perspective of Internal Environment, hindawi Journal.