

علاقة معرفة المدربين للإصابات الرياضية بالتقليل من حدوثها وتفاديها لدى

لاعبي كرة القدم صنف أكابر

دراسة ميدانية لأندية الشلف

Coaches knowledge of sports injuries is related to their minimization and avoidance
among soccer players

Field Study of Shelf Clubs

العروسي مصطفى¹Larouci mostefa¹¹ جامعة الجزائر3، مخبر العلوم والخبرة وتكنولوجيا النشاط البدني الرياضي (الجزائر)، larouci.mostefa@univ-alger3.dz

تاريخ الاستلام: 2022/12/30 تاريخ القبول: 2022/12/31 تاريخ النشر: 2022/12/31

ملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير التكوين الجيد للمدربين على الحد من حدوث الإصابات ومدى مراعاة عامل الإصابات في تسطير البرامج التدريبية من طرف المدرب، استخدم الباحث المنهج الوصفي للملاءمته وطبيعة البحث. كما قمنا بتوزيع استمارة استبيان على المدربين واحتوت على 15 سؤال موزعة على ثلاث محاور. أما عينة البحث فاخترت بالطريقة العشوائية من المجتمع الأصلي واشتملت على مدربي أندية الشلف، بتعداد (36) مدرباً. وبعد عرض نتائج الدراسة وتحليلها ومناقشتها وعلى ضوء نتائج البحث وفي حدود عينة البحث كانت أهم الاستنتاجات المتوصل إليها: يؤثر الجانب التكويني للمدربين على الإصابات الرياضية، للتحضير البدني علاقة بمختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبون، قلة الدورات تكوينية في مجال الطب الرياضي والإصابات الرياضية لدى المدربين. وكانت أهم التوصيات ضرورة الأخذ بعين الاعتبار الجانب التكويني للمدربين فيما يخص الإصابات. كلمات مفتاحية: المدرب الرياضي؛ الإصابات الرياضية؛ الجانب المعرفي؛ كرة القدم.

Abstract:

The study aimed to learn the impact of the good composition of trainers on the reduction of the incidence of injuries and the extent to which the factor of injuries is taken into account in the lines of training programs by the trainer, the researcher used the descriptive curriculum to fit it and the nature of the research. We also distributed a questionnaire form to trainers and contained 15 questions spread across three axes. The sample of the research was chosen randomly from the original community and included the coaches of the Shelf Clubs, numbering 36 trainers.

After presenting the results of the study, analysing and discussing them, and in the light of the results of the research, and within the limits of the research sample, the main conclusions reached were:

The formative aspect of coaches affects sports injuries.

المؤلف المرسل: العروسي مصطفى، الإيميل: larouci.mostefa@univ-alger3.dz

- See if trainers receive lessons on the types of injuries and how to avoid them
- Physical preparation related to various injuries suffered by players.
- Lack of training courses in sports medicine and sports injuries among trainers.

The most important recommendations were the need to take into account the formative aspect of trainers' injuries in order to reduce and avoid them - when developing training programmes to take into account the factor of injuries and conduct similar studies on different samples of age, level and number.

Keywords: sports trainer; Sports injuries; Knowledge aspect; Football.

إ- مقدمة:

مما لا شك فيه أن كرة القدم أصبحت لعبة ذات صيت عالمي من خلال عدد الجماهير التي تستقطبها والإطارات التي تتكون في هذا المجال قصد تحسين صورتها شيئاً فشيئاً، إذ أصبح لاعب كرة القدم أحد أهم العناصر التي يمكن أن يعتمد عليه لتحقيق النتائج المرغوب فيها، ولكي يصل هذا الأخير لتحقيق كل هذه النتائج وجب عليه أن يكون تحت رعاية أشخاص وإطارات تعمل على إعطائه كل متطلبات هذه اللعبة. من تخطيط جيد و تحين لمستواه ، فالمستوى البدني للاعب كرة القدم يساهم بشكل فعال في جعله يرتقي بمستواه ويظهر ذلك جلياً في النتائج التي يحققها من جراء ذلك.

كما يتصف الأداء الحركي بكرة القدم بالصعوبة والتعقيد وتعدد الجوانب التي تتطلبها هذه اللعبة إلا إن متطلبات الأداء الأكثر أهمية تركز على الأداء الفني والخططي والحالة البدنية للاعبين والصفات الجسمية والمعرفية فضلاً عن الجوانب الطبية التي تهتم بالإصابات الرياضية وطرق علاجها والتأهيل بعد شفاء هذه الإصابات إذ إن الإصابات الرياضية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمجموعة من العلوم الرياضية والطبية مثل علم التدريب الرياضي وعلم الاختبارات والقياس وعلم النفس والبايوميكانيك وكذلك علم التشريح

وبتطور العلم وتعدد جوانبه تطور الطب الرياضي بضمنه جانب الإصابات الرياضية وذلك بتطور طرق التشخيص والعلاج والتي تضمن الشفاء السريع للاعب وعودته إلى ساحة اللعب بمستواه الحقيقي . يعتبر الطب الرياضي فرع من العلوم الطبية الحديثة والذي تعددت فروع تخصصية خدمة المجال الرياضي حتى أصبح مجالاً قائماً بذاته، كما يقع على كاهل المتخصصون في مجال الطب الرياضي مسؤولية الرعاية الطبية المتكاملة للممارسين للأنشطة الرياضية، والرعاية الطبية للرياضيين لا تتوقف عند حد تقديم الرعاية العلاجية للاعبين المصابين وإعادة تأهيلهم فحسب بل تتضمن أيضاً اتخاذ الإجراءات الوقائية من حدوث الإصابات (مرفت، 1991، صفحة 13)

ويختص الطب الرياضي كعلم طبي حديث ببحث وعلاج التطورات والتغيرات الوظيفية والتشريحية المرضية المختلفة في الجسم كنتاج لنشاطه الحركي في الظروف العادية والمختلفة، كما أنه يبحث أيضاً العلاقات التطبيقية الوثيقة مختلف الفروع الطبية بأداء وممارسة النشاط العادي والرياضي للفرد (امام النجمي و اسامة رياض، 1998، صفحة 140).

علاقة معرفة المدربين للإصابات الرياضية بالتقليل من حدوثها وتفاديها لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر

وتعد الإصابات الرياضية من المعوقات الأساسية التي تعترض طريق لاعبي كرة القدم حيث إننا سمعنا عن عدد كبير من اللاعبين اضطروا لهجرة الملاعب وهم في أوج عطائهم بسبب الإصابة ، وكذلك تعتبر الإصابة الرياضية من المشاكل التي تواجه المهتمين في هذا المجال من مدربين وكوادر طبية تعمل مع الفرق الرياضية ، لذلك كان لزاماً علينا العمل الجاد و الدؤوب في التقليل من إصابة اللاعبين وتعريف المدربين بأسباب حدوثها لمحاولة توجيه لاعبيهم لتلافيها.

والجزائر من ضمن الدول التي تعاني نقص في هذا المجال كالأخصائيين أو وجود مراكز متخصصة في ذلك ووسائل وخاصة لدى النوادي الرياضية، فكثير من اللاعبين الشبان ذوي المواهب برزوا بشكل كبير في ميدان كرة القدم وكانوا في طريقهم إلى الاحتراف أو اللعب في مستويات عالمية، إلا أنه وبعد إصابتهم لم يجدوا العناية الفائقة والكافية والعلاج اللازم للرجوع والحفاظ على لياقتهم ومستوياتهم البدنية التي كانوا عليها، وكذا التوعية اللازمة من طرف المدربين، وإلمامهم بكل ما يتعلق بالإصابات من أسباب حدوثها وكيفية الوقاية منها ومعالجتها.

كما تتمثل الوقاية في كافة الإجراءات والوسائل والتدابير الخاصة وفقا للعلوم (الطبية والصحية والفسولوجية والتدريب الرياضي والبيو ميكانيك وعلم النفس الرياضي والعلوم التربوية المرتبطة بالأداء البدني). (سميعة، 2010، صفحة 117)

ويختص الطب الرياضي كعلم طبي حديث ببحث وعلاج التطورات والتغيرات الوظيفية والتشريحية المرضية المختلفة في الجسم كنتاج لنشاطه الحركي في الظروف العادية والمختلفة، كما أنه يبحث أيضا العلاقات التطبيقية الوثيقة مختلف الفروع الطبية بأداء وممارسة النشاط العادي والرياضي للفرد) أسامة رياض وإمام حسن النجمي، 1999، ص.140).

وهذا البحث هو محاولة للتعرف على أنواع الإصابات الرياضية التي يتعرض لها لاعبي كرة القدم وأجزاء الجسم الأكثر عرضة للإصابة فضلا عن أسباب هذه الإصابات وأوقات حدوثها خلال الموسم التدريبي والمنافسات ، ليتسنى لمدربينا وللمهتمين في هذا المجال توجيه ورعاية لاعبيهم من اجل تقدم الكرة في قطرنا العزيز وانطلاقاً من أن الإصابة الرياضية تعتبر بحد ذاتها المعوق الأكثر تأثيراً على لاعب كرة القدم والتي تمنعه من المواصلة بمسيرته الكروية برزت مشكلة البحث في مدى إمكانية التقليل من الإصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم إن أمكن للمدربين معرفة أسباب حدوثها وأماكن حدوثها وأوقات حدوثها خلال التدريب وإثناء المنافسة ، و من هنا يمكن طرح التساؤل العام كالتالي: ما مدى تأثير معرفة المدربين الرياضييين للإصابات الرياضية في التقليل من حدوثها لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر ؟

- التساؤلات الفرعية :

- هل التكوين الجيد للمدربين يؤثر على الحد من الإصابات.

- هل لقدرة المدرب في التعامل مع الإصابات دور في التقليل من حدوثها.

- هل يراعي المدرب أثناء وضع البرامج التدريبية عامل الإصابات.

- الفرضيات:

- الفرضية العامة :

- معرفة المدرب للإصابات الرياضية تقلل من حدوثها.

-الفرضيات الجزئية :

- التكوين الجيد للمدربين يؤثر على الحد من الإصابات.

- لقدرة المدرب في التعامل مع الإصابات دور في التقليل من حدوثها.

- يراعي المدرب أثناء وضع البرامج التدريبية عامل الإصابات.

II - طرائق وأدوات الدراسة:

1-المنهج :

تبعاً لأهداف الدراسة وطبيعة الموضوع وكذلك المشكلة المطروحة استخدمنا هذا المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لهذا الموضوع(تأثير معرفة المدربين للإصابات الرياضية في التقليل من حدوثها لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر) من أجل الوقوف على حقيقة الأمر لمعرفة أسبابها وإبعادها .

2- مكان الدراسة

في حدود الإمكانيات المتاحة للباحث قمنا بإجراء هذه الدراسة على مستوى الرابطة الجهوية لكرة القدم لولاية الشلف صنف أكابر.

3- عينة البحث :

قام الباحث بتحديد عينة لإجراء هذا البحث و قدره بـ 20 مدرب و اختيرت العينة بطريقة عشوائية

4- تصميم الدراسة :

من أجل القيام بهذه الدراسة قمنا بوضع استمارة استبيان موجه للمدربين و احتوت على 15 سؤال و صنفنا إلى ثلاث محاور أساسية هي:

أ-محور خاص: الجانب التكويني للمدرب (من سؤال 01 إلى سؤال04)

ب- محور خاص : بالتعامل مع الإصابات (من سؤال 05 إلى سؤال 08)

ج- محور خاص: وضع البرامج التدريبية (من سؤال 09 إلى سؤال 12)

5- الصدق والثبات:

يعد الصدق من أهم الشروط الواجب توفرها في أدوات الدراسة و يعرفها ليند كوسيت 1951 هو الدقة التي يقيس بها الاختبار و للصدق أنواع عديدة منها:

أ- **الصدق الظاهري:** يشير هذا النوع من الصدق إلى ما إذا كان الاستبيان يبدو كما لو كان يقيس أو لا يقيس ما وضع لأجله (محمد نصر الدين، 2006، صفحة 177)، وهذا النوع من الصدق ليس حقيقيا بمعنى العلمي لكلمة الصدق و لكنه بمعنى بساطة أن يكون صادقا في صورته الظاهرية و هذا النوع من الصدق على المظهر العام للاستبيان كوسيلة من وسائل الاستبيان.

ب- **صدق المضمون أو المحتوى:** هو قياس مدى تمثيل الاستبيان لنواحي الجانب المقاس عن طريق تحليل عناصر الاستبيان تحليلا منطقيا لتحديد الوظائف و الجوانب المتمثلة فيه، و انه يمكن حساب درجة الصدق عن طريق حساب الاتفاق بين المدربين الرياضيين ، حيث عرضنا الاستبيان (استمارة) على دكاترة في الاختصاص و تم إجراء بعض التعديل بما يناسب موضوع البحث.

ج- **الصدق الذاتي:** و يقصد به الصدق الداخلي للاستبيان مدى الدقة و الاتساق و استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين ، نصل إلى نفس النتائج تقريبا.

وقمنا بحساب ثبات الاستبيان بطريقة إعادة الاختبار (الاستبيان) على عينة تتكون من 08 مدربين بفاصل زمني قدره 08 أيام بين التطبيق الأول و الثاني .

6- أدوات البحث:

إن اختيار الباحث لأدوات جمع البيانات يتوقف على العديد من العوامل فطبيعة المشكلة و الفروض تتحكمان في عملية اختيار الأدوات و لدراسة موضوع الإصابات من جميع الجوانب و التعرف على طبيعتها بدقة اعتمد الباحث في هذا البحث على الأدوات التالية:

1-6- الملاحظة:

تعد من أقدم الطرق جمع البيانات و المعلومات الخاصة بظاهرة ما كما أنها الخطوة الأولى في البحث العلمي و أهم خطواته ، و قد اعتمد عليها في بحثي لأنها أحسن وسيلة لنا بتأمل اللاعبين أثناء المباريات و التدريبات لمعرفة أنواع الإصابات و درجة خطورتها و ظروف الإصابة أثناء المنافسة .

الملاحظة العلمية فهي انتباه مقصود و منظم و مضبوط أو الحوادث بغية اكتشاف أسبابها، أو هي عملية مراقبة، و مشاهدة لسلوك الظاهرات و المشكلات و الأحداث و مكوناتها المادية و البيئية المتابع تسييرها بأسلوب علمي منظم و مخطط و هادف قصد التفسير و تحديد العلاقة بين المتغيرات و التنبؤ بسلوك الظاهرة أو توجيهها لخدمة أغراض الإنسان و تلبية احتياجاته. (وحيد دويدري، 2000، صفحة 317)

2-6- الاستبيان:

يعتبر من الأدوات الشائعة الاستعمال أيضا في البحوث العلمية الميدانية و هو عبارة عن قائمة من الأسئلة المتنوعة التي من خلالها نستطيع إثبات أو نفي فرضيات البحث.

و في دراستنا هذه ثم وضع مجموعة من الأسئلة الموجهة إلى المدربين الرياضيين لكرة القدم للإجابة عنها متعلقة بمعرفته للإصابات الرياضية التي يتعرض لها اللاعبين.

III- النتائج:

الرقم	العبارة	التكرار		النسبة المئوية		ك2		دلالة
		نعم	لا	نعم	لا	المحسوبة	الجدولية	
01	هل تملكون معلومات كافية عن الإصابات؟	11	09	55	44	9.35	3.84	دال
02	هل تلقيتم في التكوين دروسا حول أنواع الإصابات و كيفية تفاديهما؟	07	13	35	65	2.25	3.84	غير دال
03	هل التحضير البدني له علاقة بمختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبين؟	16	04	80	20	7.28	3.84	دال
04	هل لديكم معلومات كافية من الأسباب العامة للإصابات الرياضية و كيفية تجنب حدوثها؟	17	03	85	15	5.25	3.84	دال
05	هل تقومون بدورات تكوينية في مجال الطب الرياضي و الإصابات الرياضية؟	11	09	55	45	9.35	3.84	دال
06	هل لديكم طبيب في الفريق؟	08	12	60	40	4.50	6.63	غير دال
07	هل لاقيتم مشاكل خاصة بلاعبيكم؟	06	14	30	70	3.65	6.63	غير دال
08	هل هناك تجاوب من اللاعبين للنصائح المقدمة من طرفكم لتفادي الإصابات؟	18	02	90	10	8.15	6.63	دال
09	هل شدة الحمل تتدخل في حدوث الإصابات؟	17	03	85	15	8.27	6.63	دال
10	أثناء وضع البرامج التدريبية هل تراعي عامل الإصابات؟	16	04	80	20	10.15	6.63	دال
11	هل التحضير البدني له علاقة بمختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبين؟	19	01	95	05	11.25	6.63	دال
12	هل تعتمدون على التدريب العلمي الحديث في برامجكم التدريبية؟	15	05	75	25	9.37	6.63	دال

IV- المناقشة:

نلاحظ في العبارة رقم 01 أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة، و منها نستنتج إن الفرضية الصفريّة مرفوضة و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 55% من المدربين أجابوا بنعم على معرفتهم للجانب التكويني و درايتهم بالإصابات مقابل 45% ممن أجابوا بـ لا حول درايتهم بالإصابات.

كما توضح العبارة رقم 02 و يؤكد اختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أقل من المجدولة يعني أن الفرضية الصفريّة مقبولة و بالتالي ليس هناك دلالة إحصائية. و يتجسد ذلك في كون 65% من المدربين أجابوا بـ لا ول تلقّهم في التكوين دروس حول أنواع الإصابات و كيفية تفاديها مقابل 35% من المدربين أجابوا بنعم حول تلقّهم في التكوين دروس حول أنواع الإصابات و كيفية تفاديها.

كما توضحه العبارة 03 و يؤكد اختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة، ومنه نستنتج أن الفرضية الصفريّة مرفوضة و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 80% من المدربين أجابوا بنعم على أن مختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبين متعلقة بالتحضير البدني مقابل 20% أجابوا بـ لا حول مختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبين ليست لها علاقة بالتحضير البدني.

كما توضحه العبارة رقم 04 و يؤكد اختبار كا² نلاحظ قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² المجدولة، و منه نستنتج أن الفرضية الصفريّة مرفوضة و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 85% من المدربين أجابوا بنعم لديهم المعلومات الكافية عن الأسباب العامة للإصابات الرياضية و كيفية تجنب حدوثها مقابل 15% أجابوا بـ لا ليست لديهم المعلومات الكافية للأسباب العامة للإصابات العامة الرياضية و كيفية تجنب حدوثها.

كما توضحه العبارة 05 و يؤكد اختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من كا² المجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفريّة مرفوضة و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 55% من المدربين أجابوا بنعم يقومون بدورات تكوينية في مجال الطب الرياضي و الإصابات الرياضية مقابل 45% منهم أجابوا بـ لا ، لا يقومون بالدورات التكوينية في مجال الطب الرياضي و الإصابات الرياضية.

كما توضحه العبارة رقم 6 و يؤكد اختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أقل من كا² المجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفريّة مقبولة و بالتالي ليس هناك دلالة إحصائية ، و في كون 60% أجابوا بـ لا

ليس لديهم طبيب في الفريق مقابل 40% من المدربين أجابوا بنعم لديهم طبيب في الفريق و الإجابات تؤكد وجود عمل مشترك بين المدربين الذين لديهم طبيب في الفريق بنسبة 85% .

كما توضحه العبارة رقم 7 و يؤكد اختبار كا² ، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة اقل من كا² الجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفرية مقبولة و بالتالي ليس هناك دلالة إحصائية، و في كون 70% من المدربين أجابوا بـ لا لم يلاقوا مشاكل صحية خاصة بلاعبيهم مقابل 30% أجابوا بنعم فلقد لاقوا مشاكل صحية خاصة بلاعبيهم و يتضح من الجدول 2-7 أن أسباب المشاكل الصحية الخاصة باللاعبين أسباب أخرى و التي قدرت بـ 50% تلها عدم الاطلاع على الدفتر الصحي بنسبة 33.33% ثم عدم توفر المعلومات الصحية بنسبة 16.66%.

كما توضحه العبارة رقم 08 و يؤكد اختبار كا² ، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة اكبر من قيمة كا² الجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 90% من المدربين أجابوا بنعم هناك تجاوب من اللاعبين للنصائح المقدمة لتفادي الإصابات مقابل 10% أجابوا بـ لا ليس هناك تجاوب من اللاعبين للنصائح المقدمة من طرفنا لتفادي الإصابات .

كما توضحه العبارة رقم 09 و يؤكد اختبار كا²، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة اكبر من قيمة كا² الجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة. و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 85% من المدربين أجابوا بنعم شدة الحمل تتدخل في حدوث الإصابات مقابل 15% من المدربين أجابوا بـ لا شدة الحمل لا تتدخل في حدوث الإصابات.

كما توضحه العبارة رقم 10 و يؤكد اختبار كا² ، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة اكبر من قيمة كا² الجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة ، و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 80% من المدربين أجابوا بنعم يراعون عال الإصابات أثناء وضعهم للبرامج التدريبية مقابل 20% أجابوا بـ لا يراعون عامل الإصابات أثناء وضعهم للبرامج التدريبية.

كما توضحه العبارة رقم 11 و يؤكد اختبار كا² ، نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة اكبر من قيمة كا² الجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة، و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 95% من المدربين أجابوا بنعم التحضير البدني له علاقة بمختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبين مقابل 5% من المدربين أجابوا بـ لا ليس للتحضير البدني علاقة بمختلف الإصابات التي يتعرض لها اللاعبين.

علاقة معرفة المدربين للإصابات الرياضية بالتقليل من حدوثها وتفايدها لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر

كما توضحه العبارة رقم 12 و يؤكد اختبار كا² نلاحظ أن قيمة كا² المحسوبة أكبر من قيمة كا² الجدولة و منه نستنتج أن الفرضية الصفرية مرفوضة ، و بالتالي هناك دلالة إحصائية و التي تتجسد في كون 75% من المدربين أجابوا بت نعم يعتمدون على التدريب العلمي الحديث في برامجهم التدريبية مقابل 15% أجابوا ب لا أي لا يعتمدون على التدريب العلمي الحديث في برامجهم التدريبية.

إستنتاجات:

- على ضوء نتائج البحث وفي حدود عينة البحث وبعد الدراسة الإحصائية، نستنتج ما يأتي:
- وجود علاقة بين الجانب المعرفي للطب الرياضي من طرف المدربين و حدوث الاصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.
- وجود علاقة بين التكوين الجيد للمدربين و حدوث الاصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.
- وجود علاقة بين قدرة المدرب في التعامل مع الاصابات و حدوثها لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.
- مراعاة المدرب أثناء وضع البرامج التدريبية عامل الاصابات لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر.

V-خاتمة:

من خلال الدراسة الميدانية التي قمنا بها وجدنا أن للجانب المعرفي للطب الرياضي من طرف المدربين أهمية ومكانة في رياضة كرة القدم خاصة في الفئات الكبرى ، وهذا راجع الى نقص الجانب التكويني للمدربين وانعدام الدورات التكوينية في الجانب الطبي ، من ناحية أخرى فإنها لا تقدم للمدربين دروس نظرية تبين مدى أهمية الطب الرياضي في الوقاية من اصابات اللاعبين إضافة الى عدم تخصيص المدربين فترات ترفهية وفترات الشفاء التي تخفف على اللاعبين عبئ المباراة أو المجهودات الرياضية طوال السنة لأن همهم الوحيد هو إحراز النتائج التي ترضي المدربين فقط، لذا فمن الواجب على المدربين الاهتمام بهذه الفئات ومتابعتهم تقنيا وتكتيكيا ، والأهم من ذلك متابعتهم صحيا طوال المشوار الرياضي حتى تمارس هذه الرياضة في أحسن الظروف .

VI- قائمة المراجع:

- 1- إمام النجدي، اسامة رياض. (1998). الطب الرياضي والعلاج الطبيعي. الرياض: مركز الكتاب للنشر.
- 2- رضوان محمد نصر الدين. (2006). المدخل إلى القياس في التربية البدنية و الرياضية. مصر: مركز الكتاب للنشر.
- 3- سميرة، خ. (2010). العلاج الطبيعي: الوسائل والتقنيات. بغداد: كلية التربية الرياضية للبنات.
- 4- مرفت، ا. (1991). الطب الرياضي: الاصابات الرياضية. القاهرة: مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية.
- 5- وحيد دويدري، ر. (2000). البحث العلمي: اساسياته النظرية وممارساته العلمية. دمشق: دار الفكر.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

العروسي مصطفى، (2022)، علاقة معرفة المدربين للإصابات الرياضية بالتقليل من حدوثها وتفاديها لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر. دراسة ميدانية لأندية الشلف ، المجلة الدولية للدراسات والأبحاث في علوم الرياضة والتدريب، المجلد 03(العدد 02)، جامعة حسيبة بن بوعلي، الشلف، الجزائر، ص53 ص 62.