

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف – المسيلة

كلية/معهد: علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ميدان:.....

قسم: التدريب الرياضي فرع : تدريب رياضي

رقم: تخصص: التحضير البدني و الذهني

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر أكاديمي

إعداد الطالب : بلقاسم حمزة

تحت عنوان

انعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة اليد

دراسة ميدانية لفرق ولاية البويرة (فئة الأواسط 17-19 سنة)

لجنة المناقشة :

أستاذة : بوعباية أمينة

الدكتور : قارة سعيد

أستاذة : ونوغي حبيبة

رئيسا

جامعة المسيلة

مشرفا و مقررا

جامعة المسيلة

مناقشا

جامعة المسيلة

السنة الجامعية : 2017/1016

** كلمة شكر و عرفان **

قال تعالى "وعلمك ما لم تكن تعلم وكان فضل الله عليك عظيما" سورة النساء

الآية 113

نحمد الله حمد الشاكرين، ونحمدك ربي على توفيقك لنا، ومدنا بالقوة والعزم لإنهاء هذا العمل نتقدم بكل آيات الشكر وكلمات الحب والجميل والعرفان للوالدين الكريمين، فهما أصحاب الفضل الكبير لما وصلنا إليه من درجات

العلم

واقتراءا بقوله صلى الله عليه وسلم: "من لم يشكر الناس لم يشكر الله" صدق

رسول الله

نتقدم بشكرنا الجزيل إلى كل من قدم لنا يد العون من قريب أو من بعيد في

إنجاز هذا العمل وإتمامه ولو بنصيحة، ونخص بالذكر الأستاذ المشرف

(قارة سعيد)

لما قدمه لنا من توجيهات ونصائح قيمة فله خالص التقدير والاحترام

ولا يفوتنا أن نتقدم بفائق التقدير وجميل العرفان لكل أساتذة قسم التدريب

الرياضي

الهدايا

بسم الله الرحمن الرحيم

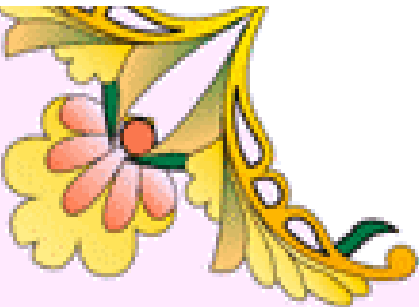
إلى نبع الحنان وكل الحنان ... إلى من تفرح لفرحي وتحزن لحزني إلى بر الأمان ... أمي العزيزة
إلى الذي يحترق من أجل أن ينير لي درب الحياة إلى الذي كان يزيد في عزمي وقوتي ... أبي
العزيز.

إلى إخوتي الذين أقاسمهم الماء والهواء

إلى كل الأصدقاء والأحباب "نبيل، اسلام، عبد الكريم، هشام، حمزة، حكيم، عبد الحق،
سليم، عبد الهادي....."

إلى كل من أدركه القلب ولم يدركه القلم

إلى كل أصدقاء الطفولة والأصدقاء الذين جمعني بهم أيام الدراسة بجامعة المسيلة دون استثناء
إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي



فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان	الرقم
		شكر وعرهان
		إهداء
		فهرس المحتويات
أ		مقدمة
الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة		
		1-الإصابات الرياضية
04		1-1-الإصابة البدنية
04		1-2- الإصابة النفسية
04		1-3- تصنيفات الإصابات المختلفة:
04		1-3-1- تقسيمات حسب شدة الإصابة
04		1-3-2- تقسيمات حسب نوع الجروح
04		1-3-3- تقسيمات حسب درجة الإصابة
05		1-3-4- تقسيمات حسب السبب
05		1-4- أنواع الإصابات
07		2- أنواع دافعات الإنجاز
07		2-1- دافعية الانجاز الذاتية
07		2-2- دافعية الانجاز الاجتماعية
08		2-3- العوامل المسبب للدافع و الحافز الرياضي
08		2-3-4- الجانب النفسي أو الذاتي
09		2-3-2- الجانب الاجتماعي
10		2-4- تصنيف وتقسيم الدافع
11		2-5- تقسيم الدوافع
11		2-6- مصدر الدافعية في الميدان الرياضي

11	7-2-ماذا تعني الدفاعية في النشاط الرياضي
12	2-8- دافع الإنجاز المتفوق في المنافسة الرياضية
12	3-كرة اليد
12	3-1-الدفاعية نحوى كرة اليد
12	3-2-المبادئ الاساسية لكرة اليد
13	3-4-تقسيم المبادئ الاساسية للعبة كرة اليد
14	3-5-خصائص لعبة كرة اليد
15	3-6-متطلبات الادائ في لعبة كرة اليد
15	3-6-1- : المتطلبات المورفولوجيا
15	3-6-2- : المتطلبات الفيزيولوجية و البدنية
15	3-6-3- المتطلبات الحركية
16	3-7-أهداف كرة اليد
16	3-8 الدفاعية و الاصابات في كرة اليد
17	4-المراهقة
17	4-1- مميزات فئة الأوساط
17	4-1-1-النمو الجسدي
18	4-1-2-لنمو العقلي
18	4-1-3-النمو الاجتماعي
18	4-1-4-النمو الحركي
19	4-1-5-النمو الانفعالي
19	4-2-اهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين فئة الاواسط
20	4-3-الصفات البدنية عند فئة الاواسط
20	4-4-شروط ممارسة الرياضة عند فئة الاواسط
21	5-الدراسات السابقة
24	6- التعليق على الدراسات السابقة
الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة	
26	1- الكلمات الدالة

28	2-الاشكالية
30	3-أهداف البحث
30	4 - أهمية البحث
30	5-الفرضيات
الفصل الثالث:الاجراءات الميدانية للدراسة	
32	1-الدراسة الاستطلاعية
32	2-المنهج المتبع للدراسة
33	3-مجتمع و عينة الدراسة
33	4-تحديد المتغيرات
33	5-مجالات البحث
33	6-الأدوات جمع البيانات و المعلومات
34	7-اجراءات التطبيق الميداني
34	8- الاساليب الاحصائية
الفصل الرابع:عرض النتائج و تفسيرها منقشتها	
36	عرض و تحليل نتائج الدراسة الميدانية
36	عرض وتحليل النتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالفرضيات
55	مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات
الفصل الخامس استنتاجات واقتراحات	
58	استنتاجات عامة
58	اقتراحات
59	الافاق المستقبلية للدراسة
60	المراجع و المصادر المعتمد في الدراسة
	الملاحق
	ملخص الدراسة

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يمثل مدى خوف الرياضي من الإصابة أثناء الحصة التدريبية.	36
02	يمثل مدى حذر اللاعبين من ذي قبل أثناء تدريباته.	37
03	يمثل معرفة مدى تغير نظرة اللاعب حول المخاطر التي قد تزجم عن النشاط البدني بعد تعرضه للإصابة	38
04	يمثل مدى تعرض اللاعب للإصابة نتيجة لعدم إدراكه للمخاطر التي قد تنجم عن ممارسة الرياضة	39
05	يمثل مدى تأثير الإصابة الرياضية على توجهات اللاعب نحو ممارسة الحصة التدريبية .	40
06	يمثل مدى تردد اللاعب عندما يتم استدعائه من قبل المدرب للمشاركة في المقابلة التي يغلب عليها الطابع التنافسي	41
07	يمثل مدى مدى تجنب اللاعب الاحتكاك مع الخصم أثناء التنافس الجماعي.	42
08	يمثل مدى اضطراب اللاعب إلى التقليل من الحماس و الاستعداد لبذل الجهد خوفا من التعرض لإصابة رياضية أثناء التنافس	43
09	يمثل مدى تجنب اللاعب للمنافس العدائي من أجل تفادي التعرض للإصابة الرياضية	44
10	يمثل مدى رغبة اللاعب في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية.	46
11	يمثل مدى تغير الرغبة في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية بعد التعرض الى الاصابة .	47
12	يمثل مدى تخلي اللاعب عن تحقيق رغبته وذلك الإصرار خوفا من التعرض لإصابة.	48
13	يمثل مدى إنخفاض أداء اللاعب بعد الإصابة.	49
14	يمثل معرفة مدى جدية أداء اللاعب قبل الإصابة أثناء التدريب.	50
15	يمثل مدى خوف اللاعب من التعرض إلى الإصابة عندما يطلب المدرب منه القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة	51
16	يمثل مدى أثر الإصابة على أداء اللاعب الحالي.	52
17	يمثل مدى قدرة اللاعب على تحسين أدائه بعد الإصابة.	53

لقد خطى العالم خطوات معتبرة في مجال التطور العلمي والتكنولوجي، و يعتبر الإنسان هو الدعامة الأساسية لهذا التطور، فالدول المتقدمة تستثمر أموال باهظة في رأس المال البشري وذلك من خلال التركيز على المؤسسات التعليمية والتخطيط المستمر لتطور المناهج التربوية مما حقه لها المزيد من التقدم والرقي.

هذا ويعتبر التطور العلمي الذي شهده المجال الرياضي ، من حيث استخدامه أحدث الأجهزة العلمية المتطورة وأحدث المناهج العلاجية فهو لا يقل شأنًا عن باقي العلوم الأخرى لذا يعد الطب الرياضي ميدانًا هامًا يعتني بالصحة العامة للاعبين ؛ ولم تظهر هذه العناية بسلامة اللاعبين والمحافظة عليهم في عصرنا هذا بل منذ آلاف السنين. إن تنشآت الفرد الصالح الذي ييؤثر إيجابًا في مجتمعه لا يتم إلا من خلال المؤسسات التعليمية الواعية بقضايا مجتمعاته، وتعتبر كرة اليد جزء مهم من التربية العامة فهي تضع الفرد في حالة تكيف حسنة من خلال تنمية صحته الجسمية والعقلية والنفسية بالإضافة إلى فوائدها من الناحية الخلقية والاجتماعية ، فلقد أكدت كل الدراسات على أهمية الأنشطة البدنية الموجهة في الرفع من معادلات الذكاء. لقد بدأت كرة اليد تأخذ مكانتها الطبيعية كأحد أهم الوحدات التعليمية، لذلك نجد معظم الدول خاصة المتقدمة منها تعمل على توفير كافة الظروف اللازمة لذلك من عتاد وهياكل رياضية إضافة إلى تكوين مدرّين مختصين في هذا المجال .

يوجه المدرب الرياضي الرياضيين نحو القيام ببعض النشاطات مما يسمح بالوصول إلى جملة من الأهداف، التي لا يمكن تحقيقها إلا إذا كان الرياضي على استعداد كامل لبذل أقصى طاقاته من أجل إنجاز ذلك النشاط وعلى النحو المطلوب منه، أي يجب أن تكون دافعة الإنجاز لديه كبيرة، وهنا يجب الإشارة إلى أن الرياضي خلال هذه الفترة إلى القيام بأنشطة رياضية تنافسية التي يغلب عليها طابع الاندفاع البدني الكبير مما يجعله عرضة للإصابات الرياضية.

تمثل الإصابات الرياضية جانب مهم في مواضيع العلوم البيوطبية الرياضية ، ويعد علم الإصابات الرياضية علما قائما حد ذاته لأنه يهتم بتشخيص الإصابة الرياضية لحظة حدوثها وتحديد طرق علاجها والأهم من ذلك هو معرفة أسبابها وبالتالي الحد منها

إن علم الإصابات الرياضية يرشد المدرب إلى كيفية اتخاذ الإجراءات اللازمة للإسعافات الأولية ونقل المصاب إلى المراكز العلاجية بطرق سليمة ودون أي مضاعفات، وكذلك يرشد الفريق الطبي إلى تحديد الطرق العلاجية الأكثر نجاعة التي تضمن شفاء الرياضي وسرعة عودته إلى ممارسة نشاطه، ويرتبط هذا العلم بعدة علوم أخرى يؤثر عليها ويتأثر بها ومن بين هذه العلوم نجد الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وعلم التدريب الرياضي والميكانيكا الحيوية وعلم الحركة والكمياء الحيوية...إلخ،

وعلم إصابات الرياضية يهتم بدراسة الحركة الرياضية في مختلف الأوقات والظروف والأوضاع الثابتة والمتحركة الفردية والجماعية للوصول إلى القدرة على توقع الإصابة قبل حدوثها وتحديد أشكاله وأنواعها ، وأنماط من الإصابات ترتبط بالنشاط الرياضي الممارس من أجل العمل على وقاية اللاعب من الإصابة ، وبعد النشاط الرياضي في صورته الحديثة ميدانا هاما في إعداد المواطن الصالح ، وذلك من خلال التدريب الرياضي الذي سعى إلى محاولة تحقيق مجموعة من أهداف مثل الارتقاء بالكفاءة الوظيفية لأجهزة الجسم وبالصفات البدنية و المهارات الحركية و القدرات الرياضية واكتساب المعارف الرياضية والصحية وتكوين الاتجاهات القومية الوطنية وأساليب السلوك السوية ، و بذلك تستطيع الرياضة أن تساهم بنصيب في تحقيق أهداف التعلم في المجتمع .

ولقد لعب التطور العلمي الحاصل في المجال البيوطبي الرياضي دور كبير في التقليل من خطر الإصابات الرياضية خاصة في المجال الجراحي الذي وجد حلولا كثيرة للعديد من الحالات المستعصية ، و تضافرت الجهود من أجل تجزب الإصابات الرياضية كالتهيئة الجيدة لأرضية الميادين ناهيك على ما تنفقه الهيئات مقابل الحد من الآثار النفسية الناتجة عن مثل هذه الإصابات، و انطلاقا مما سبق أردت أن أسلط الضوء على مدى انعكاس الإصابات الرياضية على دافعة الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد.

الفصل الأول



الخلفية النظرية الدراسات
السابقة



1-الإصابات الرياضية :

1-1- الإصابة البدنية:

قد تحدث نتيجة حادث عارض أو غير مقصود مثل اصطدام لاعب بآخر منافس، أو ارتطام أداة اللعب كعصا الهوكي مثلا بجسم لاعب منافس، أو سقوط اللاعب فجأة أثناء الأداء كما في الجمباز مثلا، أو أثناء أداء مهارة حركية في كرة القدم ، أو كرة اليد وفقد اللاعب لتوازنه وقد تحدث نتيجة لعمليات العدوان الرياضي والعنف أثناء المنافسات الرياضية.

1-2- الإصابة النفسية:

الإصابة النفسية هي عبارة عن صدمة Trauma نفسية نتيجة لخبرة، أو حادث معين مرتب بالمجال الرياضي والتي قد تسفر، أو قد لا تسفر عن إصابة بدنية ولكنها تحدث بعض التغيرات في الخصائص النفسية للفرد، ويتضح أثرها في تغيير الحالة الانفعالية والدافعية والسلوك بالنسبة للفرد الرياضي، وبالتالي هبوط مستواه الرياضي وفي بعض الأحيان انقطاعه النهائي عن الممارسة الرياضية (محمد حسن العلاوي ، 1998، ص14).

1-3- تصنيفات الإصابات المختلفة:

توجد عدة مدارس طبية تقسم الإصابات عامة، وإصابات الملاعب خاصة إلى عدة مدارس لتسهيل شرح

التشخيص وتنفيذ العلاج ومن ذلك ما يلي:

1-3-1- تقسيمات حسب شدة الإصابة:

أ- تقسيمات بسيطة: مثل التقلص العضلي والسحجات والشد العضلي والملخ الخفيف (التمزق في أربطة المفاصل).

ب- إصابات متوسطة الشدة: مثل التمزق الغير مصاحب بكسور.

ج- إصابات شديدة: مثل الكسر والخلع، والتمزق المصحوب بكسور أو بخلع.

1-3-2- تقسيمات حسب نوع الجروح (مفتوحة أو مغلقة):

أ- إصابات مفتوحة مثل الجروح أو الحروق.

ب- إصابات مغلقة مثل التمزق العضلي و الرضوض، والخلع وغيرها من الإصابات المصحوبة بجرح أو نزيف خارجي.

1-3-3- تقسيمات حسب درجة الإصابة: أ- إصابة الدرجة الأولى:

ويقصد بها الإصابات البسيطة من حيث الخطورة، والتي لا تعيق اللاعب أو تمنعه من تكملة المباراة وتشمل حوالي

70-90% من الإصابات، مثل السحجات و الرضوض والتقلصات العضلية.

ب- إصابات الدرجة الثانية:

ويقصد بها الإصابات المتوسطة الشدة، والتي تعيق اللاعب عن الأداء الرياضي لفترة حوالي من أسبوع لأسبوعين، وتمثل غالبا حوالي 8% مثل التمزق العضلي وتمزق الأربطة بالمفاصل.

ج- إصابات الدرجة الثالثة:

ويقصد بها الإصابات شديدة الخطورة والتي تعيق اللاعب تماما عن الاستمرار في الأداء الرياضي مدة لا تقل عن شهر وهي وإن كانت قليلة الحدوث من 1- 2% إلا أنها خطيرة مثل الكسور بأنواعها ، الخلع، إصابات غضروف الرقبة الانزلاق الغضروفي. (عمار عبد الرحمان عبد الحميد زاهر, 2004، ص ص. 34-37).

1-3-4- تقسيمات حسب السبب:

أ- إصابة أولية أو مباشرة في الملعب نتيجة القيام بمجهود عنيف أو نتيجة حادثة غير متوقعة وهي تمثل النوع الرئيسي للإصابات.

ب- إصابة تابعة وتسبب نتيجة إصابة أولية أو أثناء العلاج الخاطئ للإصابة الأولية (أسامة رياض، إمام حسن محمد النجمي ، 1999، ص.11).

1-4- أنواع الإصابات:

- الصدمة:

الصدمة هي حالة هبوط في الأجهزة الحيوية الدوري والتنفسي تصحب جميع الإصابات المفاجئة ومنها:

أ- الإصابات المفاجئة التي يصاحبها ألم كالكسور.

ب- صدمة نتيجة فقد كميات كبيرة من الدم كما في حالات النزيف الشديد سواء كان داخليا أو خارجيا.

ج- نتيجة فقدان سوائل كثيرة من الجسم كما في الحالات الآتية: حالات الحروق، النزلات المعاوية الشديدة.

- إصابات الجهاز العضلي:

- الرضوض (الكدمات):

الرض (الكدم) هو هرس الأنسجة وأعضاء الجسم المختلفة (كالجلد والعضلات) ، أو الصلبة (كالعظام والمفاصل)

نتيجة لإصابتها إصابة مباشرة بمؤثر خارجي ، وغالبا ما يصاحب الكدم ألم وورم ونزيف داخلي وارتشاح لسائل بلازما

الدم مكان الإصابة، والكدم إصابة تكثر في الرياضات التي في احتكاكات تنافسية مباشرة أو التي تستعمل بها أدوات

صلبة، وتزداد خطورة الكدم في الحالات الآتية:

أ- قوة وشدة الضربة الموجهة إلى مكان الإصابة.

ب- اتساع المساحة أو الجزء المعرض للإصابة (حياة عياد روفائيل ، بدون سنة، ص ص. 64 - 87).

الشد أو التمزق العضلي:

الشد العضلي هو عبارة عن استطالة في الألياف العضلية المرنة المكونة للعضلة المرنة المكونة للعضلة بشدة تتجاوز مقدار المرونة العضلية، مما يؤدي إلى استطالة غير طبيعية أو تمزق في الألياف العضلية، ويسمى الشد العضلي في بعض الأحيان بالتمزق العضلي، وهو من أكثر الإصابات الرياضية شيوعاً (عبد الرحمان عبد الحميد زاهر، ص ص. 90-

91)

التقلص (المعص) العضلي: Muscle cramp

قد يتعرض الرياضيون أو غير الرياضيين الذين يقومون بأعمال عضلية عنيفة إلى الإحساس بتقلصات مؤلمة في عضلة، أو بعض العضلات تستمر لوقت قد يقتصر لبضع ثواني أو يطول بعض دقائق، وقد يحدث التقلص العضلي أثناء التدريب في الجو الحار، ومن أسباب التقلص العضلي طول مدة تعرض العضلة لنقص الأوكسجين، كما يحدث عند القيام بمجهود عضلي لمدة طويلة أو بسبب بعض التغيرات الكيميائية داخل العضلة كبقاء كميات من عنصر الصوديوم داخل الليفة العضلية، أو فقد كميات من الماء المحمل بالأملاح نتيجة العرق فينخفض مستوى السوائل بالخلية، ويزداد الضغط الإسموزي نتيجة الزيادة في فقد الماء من الخلية إلى خارجها، ويكون الماء المحمل بالأملاح الذي يتسبب نقصها في حدوث التقلص ويحدث التقلص في عضلات سمانة الرجل، باطن القدم، العضلة ذات الأربع رؤوس الفخذية، عضلات السمانة الخلفية، عضلات البطن، ويتعرض إلى هذه الإصابة لاعبي المسافات المتوسطة والطويلة¹ فراج عبد الحميد توفيق ، 2004، ص ص. 112 - 113).

الكسور:

الكسر هو "انفصال العظمة عن بعضها إلى جزئين، أو أكثر نتيجة لقوة خارجية شديدة (عنف خارجي)، أو الاصطدام بجسم صلب مثل الضرب بعصا غليظة بقوة على الساعد، أو اصطدام القصبية بقدم لاعب آخر أو بأداة تقليدية وبقوة وبسرعة، أو اصطدام لاعب كرة القدم بعارضة المرمى أو بالأرض أو بقدم الخصم"، وهناك تعريف آخر للكسر بأنه "انفصال في استمرارية العظمة". (أسامة رياض ، 1998 ، ص. 55).

الالتواء:

هو خروج الأوجه المفصالية عن حدودها الطبيعية للحركة والعودة السريعة، بما يسبب شد شديد في الأربطة المفصالية ينتج عنه التقطع الجزئي أو الكلي في الأربطة.
إن أكثر المفاصل تعرضاً لهذه الإصابة هي الكاحل، والرسغ حيث يكون التورم واضحاً والألم شديد لأقل حركة.

-الملخ (الجزع) Sprain :

من أكثر إصابات الملاعب شيوعاً أو من النادر أن لاعبا لم يحدث له ملخ مرة على الأقل، والملخ عبارة عن مط أربطة المفصل، أو تمزقها جزئياً أو كلياً نتيجة حركة عنيفة في اتجاه معين، ويحدث إثر سقوط على أحد الأطراف أو التعثر أثناء المشي أو الجري أو انثناء مفاجئ، وأكثر المفاصل تعرضاً للملخ هي مفصل القدم ورسغ الي

- الخلع: Dislocation

هو خروج أو انتقال إحدى العظام المكونة للمفصل بعيدة عن مكانها الطبيعي وبقائها في هذا الوضع، أي تغير العلاقة التشريحية بين عظام المفصل، ذلك نتيجة لإصابة مباشرة، أو غير مباشرة ويسبب ذلك تمزق المحفظة الليفية وتلف الأنسجة المحيطة بالمفصل من عضلات وأوتار وأعصاب وشرابين، وأكثر المفاصل تعرضاً للخلع: الكتف، المرفق، الإبهام. (حياة عياد روفائيل ، ص ص.95-96).

- الجروح:

الجروح هو انقطاع أو انفصال في الأنسجة الرخوة وخاصة الجلد، فإذا كان خروج الدم من ثغرة صغيرة يعتبر إدماء، أما إذا كانت الثغرة كبيرة وتدفق الدم إلى الخارج بمقادير ملحوظة يسمى نزيفاً. (حياة عياد روفائيل ، ص 68) .

2 - أنواع دافعيات الإنجاز:

2-1- دافعة الانجاز الذاتية :

ويقصد بها تطبيق المعايير أو الشخصية في مواقف الانجاز(رمضان ياسين ،2008ص.107).

2-2- دافعية الإنجاز الاجتماعية:

وتتضمن تطبيق معايير التفوق التي تعتمد على المقارنة الاجتماعية ، أي مقارنة أداء الفرد بالآخرين ويمكن أن يعمل كل من هذين النوعين في نفس الموقف ،ولكن قوتهما تختلف وفقاً لأيهما أكثر سيادة وسيطر على المواقف فإذا كانت دافعية الإنجاز الذاتية لها وزن أكبر، و سيطرة على المواقف فإنه غالباً ما تتبعها دافعية الإنجاز الاجتماعية والعكس صحيح (عبد اللطيف محمد خليفة، 2000، ص. 95).

2-3- العوامل المسببة للدافع والحافز الرياضي :

2-3-1- الجانِب النفسِي أو الذاتِي :

- الحاجة إلى الأمن:

يعتبر أثر النشاط الرياضي على أجهزة الجسم الحيوية كالجهاز الدوري والجهاز التنفسي والجهاز العصبي الأمر الذي يساهم في اكتساب القدرة على العمل، وانتظام مما يكسبه الصفة الجديدة ويزيد من عمره، كما تعمل بعض الأنشطة الرياضية على كسب القوة و الإرادة وتقوية العضلات من أجل الدفاع عن النفس والغير مثل ممارسة الكراتيه، الملاكمة و يعمل أيضا على التغلب على المصاعب وتحمل المسؤولية، كما أن الفرد إذا كان عضوا في أحد الفرق الرياضية فإنه حس بالأمان، يشعر به مرة أخرى إذا أتحت له الفرصة في التفوق و التمييز بين أقرانه.

- الحاجة إلى القبول و الحب:

إن النتائج الكثيرة من البحوث أظهرت وجود علاقة بين مستوى الأداء الحركي و المكانة الاجتماعية للفرد ، بمعنى أن الفرد الذي يتميز بالتفوق في مهاراته ، وقدرته الحركية و البدنية ، تكون له فرصة أكبر في تحقيق القبول الاجتماعي بين أقرانه وهناك بعض الباحثين من يذهب إلى أبعد من ذلك ، ويرى أن أحد الأسباب إن لم يكن أهمها لتألق الفرد عن غيره هو تميزه وتفوق على المهارات الرياضية ، كما تتيح للفرد الحصول على الحب والعطف والقبول و الصداقة أو الحاجة للتقدير و الاحترام و يتضمن هذا الإشباع الحاجة للحب و القبول ،عندما يحقق النشاط الرياضي للفرد التقبل و للتقدير و احترام الذات و المكانة وسط جماعة الفريق ، حيث ينظر المجتمع عادة للشخص الذي حقق المزيد من الإنجاز على أنه أكثر قيمة من غيره الذي يكون إنجاز أقل(عامر سعيد الخيكانى ،2011، ص ص. 265-266) .

- الحاجة إلى النمو و الابتكار:

إن الفرد الذي يمارس النشاط الرياضي، لا يرغب بالاهتمام فقط بالجانِب البدني و إنما يرغب في تحقيق حاجات أحر مثل : توزيع قاعة الفكر و اكتساب الخبرات الجديدة ويظهر ذلك في أثر النشاط الرياضي على أجهزة الجسم المختلفة خاصة الجهاز العصبي، فهو يذمي قدرة الفرد على التركيز و الانتباه، وسرعة رد الفعل لأن بعض الرياضات تحتاج إلى ذلك ، كما أنهما تنمي قدرة الفرد على التفكير السلم ودقة الملاحظة وتنشيط العقل وهذا ما يساعد على النجاح والتغلب على العوائق ، والسعي إلى تحقيق أهداف معينة وتزليل المتاعب النفسية وتوتر الأعصاب فهو بمثابة تنشيط ذهني لأن الفرد عندما يمارس أي نشاط رياضي يحس بالراحة النفسية، وقد يشاع ذلك مثال القائل "العقل السلم في الجسم السلم " نتيجة لشعور الفرد بالارتباط الكامل بين الصفة العقلية وبين الصحة الجسمية كما يذمي روح التنافس

والتغلب على التغيير (عامر سعيد الخيكانى، ص.302).

2-3-2- الأجازب الاجتماعي : تتمثل أهم العوامل التي تدفع الفرد لممارسة النشاط الرياضي في :

- تشجيع الأسرة وتحفيزها للفرد على ممارسة النشاط الرياضي :

تلعب الأسرة دورا هاما في توجيه الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي ، أو التخصص في نشاط رياضي معين ، وذلك بتقديم الدعم الدائم و شراء اللوازم الرياضية والتشجيع الدائم لممارسة الرياضة دون جعل ذلك إجباريا حتى لا يؤدي ذلك إلى النفور منها (يحياوي السعيد ، 2008 ، ص.90).

- تشجيع المدرب والمدرس :

إن المدرب الذي تتوفر لديه المعرفة الجيدة للرياضة، والدافعية من حيث الرغبة و الوقت والجهد ، إضافة إلى القدرة على فهم مشاعر اللاعبين أو توجيههم نحو ممارسة الرياضة و حبها ، و إعطاء الأولوية للرياضة لأنها تخدم الصفة كما أن توفر الوسائل اللازمة للرياضة له دور في الرغبة في الممارسة الرياضية ، لأن عكس ذلك يؤدي إلى الملل وعدم الاكتراث بها، كما يعمل المدرب على جعل الرياضة مصدر للاستمتاع و التسلية وكذلك يعمل على تنمية روح المنافسة و الانتصار و التعاون وذلك بتشجيع التعاون معهم بالثقة في النفس والقدرة على التفوق(ابراهيم قشقوش 1979، ص21).

- تشجيع النادي والحاجة إلى الرياضيين:

توفر الجو الملائم للممارسة الرياضية وتوفر اللوازم الرياضية والقاعات الرياضية أو المساحات ، يدفع الأفراد للانضمام لممارسة الأنشطة الرياضية، وكذا تقلص الحوافز و ملابس اللعب دور في التوجيه نحو الممارسة(مرزاقه جمال 2001 ، ص.67).

2-4- تصنيف وتقسيم الدوافع:

- تصنيف الدوافع :

يوضح ساج Sage عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى عريضتين هما:

الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية، ويتعلق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي، مع التطبيق

السابق في متناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال: فوس وترومان عام 1981 ، 1982 ، ليون و بلوكر عام 1982 ، محمد علاوي (Singer) 1983 ، سنجر عام 1984 ، (Drathy) دورش، و (Harris) ، وهارس عام 1984 (أسامة كامل راتب، 2007، ص.28).

– الدوافع الداخلية:

يعني الدافع الداخلي أنه مكافأة داخلية أثناء الأداء و يعتبر عن هذا المعنى " مارنتر" عام الدافع الداخلي يعتبر جزءا مملا لموقف التعلم، وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعا بالحصول على المعرفة و ليس هدفه من التعلم الحصول على المكافأة الخارجية، يتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي، عندما نلاحظ إقبال بعض الأفراد على ممارسة نشاط رياضي معين، أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة، وقد تستمر هذه الرغبة مادام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة ، و ليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ومنع استمراره ، فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعره بالسعادة لأنه يمارس النشاط ، إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد، ويحدث أثناء الأداء (أسامة كامل راتب، 1990، ص. 38) .

– الدافع الخارجي:

يقصد بالدافع الخارجي، حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة وان السبب الرئيسي بالاستمرار و الإقبال على الدافع الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يتحصل عليها، فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية التي ينتظرها. إذن نعني بالدوافع الداخلية أسباب و دوافع الخوض في النشاط الرياضي، وعادة تقابل الدافعية الخارجية للمحفز داخليا بتصرف حتى يتحصل على المكافأة مرتبطة بالفعل ذاته. فاهتمامه إذن، مركز على تأدية الدور بمعنى الحث عن اللذة التي قد شعر بها أثناء القيام بالفعل الرياضي. أما الشخص المحفز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافأة خارجية عن فعله ، فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على المكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته. (أسامة كامل راتب، ص.30).

2-5- تقسيم الدوافع: و تقسمها الى قسمين هما الدوافع الأولية و الدوافع الثانوية.

– الدوافع الأولية:

تسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الانسان، ووظائف أعضائه ومنها : الحاجة إلى الطعام ، الحاجة إلى الشراب ، الحاجة إلى الراحة الحاجة الجنسية ، الحاجة إلى اللعب (عند الأطفال) والحاجة إلى الحركة و (اطمئنان) والنشاط...إلخ.

- الدوافع الثانوية:

تسمى أيضا الدوافع أو الحاجات المكتسبة و الاجتماعية ، إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة و تقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية غير أنها تستقل عنها ، و تصح لها قوتها التي تؤثر في السلوك نتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة ، وأمثلة الدوافع الثانوية ، الحاجة إلا التفوق و المركز أو المكانة ، السيطرة والقوة و التقدير و الانتماء والحاجة إلى إثبات الذات... إلخ.

2-6 - مصدر الدافعية في الميدان الرياضي:

يعتبر Gros. G أن الحاجة تولد الدافعية وتعطي لطاقتها سلوك عقلي وهي موجهة نحو هدف معين يحقق الإشاع ، يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا، هي أصل فيزيولوجي (لذة الحركة) و اجتماعي (الحاجة للنور) والبحث عن العيش في جماعة. (Gerond, 1985, p. 223).

2-7- ماذا تعني الدافعية في النشاط الرياضي :

- شدة الجهد:

يعني مقدار الجهد الذي يبذله الناشئ أثناء التدريب أو المنافسة فعلى سبيل المثال : اللاعبين أحمد و محمد يحضران جميع جرعات التدريب ، نلاحظ أن أحمد يبذل جهدا أكبر من محمد (محمد حسن العلاوي ، 2007، ص.294).

- اتجاه الجهد :

يعني اختيار الناشئ لنوع معين من النشاط يمارسه ، أو اختيار مدرب معين يفضل أن يتدرب معه أو ناد معين يمارس فيه رياضته المفضلة... إلخ (محمد حسن العلاوي، ص.296).

- العلاقة بين الاتجاه أشدة الجهد:

نلاحظ وجود علاقة وثيقة بين اتجاه وشدة الجهد على المثال الناشئ الذي يواظب على حضور جميع جرعات التدريب (اتجاه الجهد)، يبذل جهدا كبيرا في جرعات التدريب المختلفة التي حضرها (شدة الجهد) وفي المقابل فإن الناشئ الذي كثيرا ما يتأخر ، أو يتغيب عن جرعات التدريب يظهر جهدا قليلا عندما يشارك في التدريب (محمد حسن العلاوي، ص.298).

2-8- دافع الإنجاز المتفوق في المنافسة الرياضية

يعني دافع الإنجاز في المنافسة الرياضية الجهد الذي يبذله الرياضي، من أجل النجاح في أنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها.

3- كرة اليد:

3-1- الدافعة نحو كرة اليد:

موضوع الدافعة يعتبر من أهم الموضوعات التي تهتم المرابي الرياضي في تدريبه صفة عامة ، و الرياضي أو اللاعب بصفة خاصة و أكثرها إثارة و اهتماما ، إذ يهتمها أن يعرفا لماذا هذا الاتجاه على ممارسة لعبة كرة اليد في حين يكتفي البعض الآخر بالمشاهدة و رؤية كرة اليد دون ممارستها أو لماذا هذا الاهتمام و المواظبة على و التدريب والمنافسة محاولة الوصول لأعلى المستويات الرياضية ، فما هي المثبرات التي يمكن أن تحفز أو تثير الفرد للوصول لأعلى المستويات الرياضية ، أو الحوافز التي تحفز الناشئ على ممارسة كرة اليد و الاستمرار في ممارستها وعن نوعية هذه الحوافز ، وهم ذلك كله يتساءلون عن الدافعية و أهميتها و طرق استثمارها تطبيقيا في التدريب الرياضي .

وفي ضوء ما تقدم يمكن النظر إلى الدافعية على أنها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الديناميكية بين الفرد، و بيئته وتشتمل على العوامل و الحالات المختلفة (الفطرية المكتسبة ، الداخلية والخارجية ، المتعلمة و غير المتعلمة، الشعورية واللاشعورية وغيرها) التي تعمل على بدء و توجيهه و استمرار السلوك وبصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما .

فكأن الدافعية في ضوء التعريف السابق بمثابة حالة بادئة، و باعثة وموجهة ومنشطة للسلوك وتعمل على دفع الفرد نحو تحقيق هدف أو أهداف معينة و الاحتفاظ باستمرارية السلوك(محمد حسن العلاوي ،ص.298).

3-2 - المبادئ الأساسية لكرة اليد:

كرة اليد كأى لعبة أخرى من الألعاب لها مبادئها الأساسية المعتمدة، والتي تعتمد في إتقانها على اتباع الأسلوب السلم في طرق التدريب وقد اتفق الجميع على أن نجاح أي فريق وتقدمه يتوقف إلى حد كبير على مدى إتقان أفرادها للمبادئ الأساسية للعبة .

إن فريق كرة اليد الناجح هو الذي يستطيع كل فرد من أفرادها أن يؤدي التمريرات على اختلاف أنواعها بدقة وسرعة وبتوقيت صحح ، ويصوب نحو الهدف بإحكام ، ويتحرك بخفة وتصميم وتجاوز بالكرة عند اللزوم بمهارة ويستعمل حركات القدمين في أوسع مدى للخداع و الحيلة، ولاعب كرة اليد يختلف تماما عن لاعب كرة القدم مثلا فهذا الأخير يمكن أن يتخصص في إتقان اللعب في مركز معين حتى يقال أنه لاعب ممتاز، أما في كرة اليد فلا يمكن للاعب أن يتخصص في مركز معين سواء في الدفاع أو الهجوم أو التوزيع(ماعداد حارس المرمى) وهذا مبدأ أساسيا في اللعبة .

و كرة اليد لعبة جماعية، وكل عمل جماعي هو نتيجة مجهودات فردية ويتوقف نجاحه على التعاون المستمر بين هذه المجهودات، والتي يتوقف مدى فعاليتها على الاتفاق الصحيح لعدد من المهارات نسميها المبادئ الأساسية للعبة .

و المبادئ الأساسية لأي لعبة من الألعاب هي الدعامة القوية التي تبني عليها اللعبة ، وعلى إتقانها يتوقف إلى حد كبير وصول اللاعب والفريق إلى درجة الامتياز و النجاح، لهذا يجب توجه الاهتمام الكلي إلى مرحلة تعلمها وتذليل الصعاب مما يجعل هذه المرحلة صعبة و غير محبة للاعبين، فيكون التدريب عليها في قالب منافسة مسلية ما أمكن وتتنوع التشكيلات الخاصة بالتدريب، وتحللها فترات تعطي فيها تدريبات غير مجهددة بالإضافة إلى إتباع خطوات التعلم التربوي من حيث الابتداء بالسهل، والتدرج إلى الصعب حيث يبني كل تدريب على أسهل منه و ألا تستعجل النتيجة.

و المبادئ الأساسية لكرة اليد متعددة ومتنوعة، لذلك يجب عدم محاولة تعلمها في مدى قصير، كما يجب الاهتمام بهذا دائما، عن طريق تدريب اللاعبين على ناحيتين أو أكثر في كل تمرين وقبل البدء وفي اللعب يستحسن بل يجب إدخالها ضمن ألعاب صغيرة إعدادية ، هذه الألعاب تعتبر عنصرا هاما تساهم مساهمة فعالة في اتفاق المبادئ الأساسية خاصة، وأنها تجذب المبتدئين وتبعد عنهم روح الملل و تأثير فيهم المرح وتحرك عامل المنافسة.

3-4- تقسم المبادئ الأساسية للعبة كرة اليد إلى ما يلي

-مسك الكرة.

- تمرر الكرة.

- استتقال الكرة.

- المحاورة بالكرة.

- حركات القدمين.

- التصويب .

- الخداع.

- الرمية الجانبية.

حراسة المرمى (الجواد ، 1982 ، ص ص 27-28)

3-5- خصائص لعبة كرة اليد:

تعتبر كرة اليد من أحدث الألعاب الكبيرة التي استخدمت فيها الكرة، حيث تتسم بالملاحظة المستمرة والتركيز و الاستعداد الدائم، وتمتلى بالتغير المستمر بالأحداث الفردية والجماعية وضرورة احتكاك اللاعبين للتمتع بنشوة الفوز، و الرغبة في رفع مستوى الأداء و الحفاظ عليه بواسطة سرعة تنقل الكرة إلى منطقة الخصم باستخدام المهارات الأساسية ، كالتمرير و الاستقبال، التنطيط ، التصويب و تتميز بعض القوانين منها:

- عدم الاحتفاظ بالكرة أكثر من ثلاث ثواني.
- عدم المشي أكثر من ثلاثة خطوات بالكرة .
- عدم التكرار في تنطيط الكرة بعد مسكها .
- عدم دخول المنطقة المحرمة (شوكة ضياء منير، 2000، ص ص.16_19).

- أرضية الميدان

تلعب كرة اليد على ميدان أرضية مسطحة طولها أربعين متر وعرضها عشرون متر محدودة بمحدود جانبية بيضاء سمكها 05 سم مقسمة إلى منطقتين متساويتين، كل منطقة تحتوي مرمى يبعد 06 أمتار على المنطقة المحرمة، ولا يسمح لأي لاعب مهاجم كان أو مدافعا بالدخول إليها بالكرة أو بدونها أثناء اللعب، وتليها إشارة 07 أمتار المعروفة بمنطقة تنفيذ الرمية الحرة، ثم منطقة 09 أمتار والمعروفة بمنطقة تنفيذ الأخطاء بالإضافة، إلى منطقة دخول وخروج اللاعبين محددة ب 4.5 م عن منتصف الملعب (شوكة ضياء منير، ص.30).

- المرمى:

يوضع المرمى في منتصف كل من خطي المرمى، وتكون من قائمين رأسيين بارتفاع 02م و اتساع 03 أمتار من الداخل وعلى بعدين متساويين، من ركني الملعب بحيث يجب أن يثبت القائمان بالأرض و يتصلان من الأعلى بعارضة أفقية.

يجب أن يكون القائمان والعارضة سمك 08 سم X 08 سم مربع مقطوع مصنوعة من الخشب أو معدن خفيف، وتطلى من جميع جوانبها بلونين مختلفين تماما عن لون الأرضية الخلفية للميدان، يزود المرمى بشبكة تركيب بطريقة ما بحيث لا تسمح بارتداد الكرة مباشرة عند التصويب (شوكة ضياء منير، ص.36).

- الكرة

يجب أن تكون الكرة مستديرة وتكون مصنوعة من الجلد أو مادة صناعة مماثلة، و ألا يكون سطحها اللمعان شديد أو أملس، محيطها 58 من 60 سم، إلى ووزنها من 450 إلى 470 غ بالنسبة للرجال، أما بالنسبة للإناث فالمحيط يكون من 45 إلى 50 سم، ووزنها من 325 إلى 400 غ.

3-6- متطلبات الأداء في كرة اليد

3-6-1- المتطلبات المورفولوجيا

- النمط الجسمي:

إن النمط الجسمي للاعب كرة اليد هو النمط العضلي، و الذي يتميز بطول الأطراف خاصة الذراعين مع كبر كتف اليد وطوله، كذلك سلامة الأصابع مما ساعد على السيطرة على الكرة وقوة التصويب وتنوعه، ولأن كرة اليد

تعتمد على نسبة معتبرة من القوة التي توفرها العضلات، فإن الزنمط العضلي هو الأنسب لمثل هذا النوع من الرياضات.

- الطول:

عامل أساسي ومهم خاصة في الهجوم، وتسجيل الأهداف حيث يتضح من خلال الارتقاء ذلك في الدفاع خلال الصد واسترجاع الكرات.

- الوزن والعرض والشبر "كف اليد"

3-6-2- المتطلبات الفيزيولوجية و البدنية :

يمكن حصر المتطلبات الفيزيولوجية و البدنية فيما يلي :

سرعة تنفيذ كبيرة.

قدرة امتلاك لاعب كرة اليد سرعة وقوة تمكنه، من أداء الرمي والقفز بفعالية كبيرة.

قادر على إيجاد مصادر طاقة تسمح له بالمحافظة خلال المقابلة، وذلك بتأثير ظهور أعراض التعب

ممارسة كرة اليد تتطلب من اللاعب قدرات هوائية عالية.

بما أن مراحل اللعب في كرة اليد تتميز بالتناوب بين التمرين، و الراحة أي تمارين لا تتعدى 10 ثا، هذا ما يتطلب قدرة لا هوائية ولا حمضية.

لعبة كرة اليد تتطلب قدرات لاهوائية بوجود حمض اللابن، وظهر في مقابلة ما (حيث تكون التمارين بشدة عالية في

وقت زمني طويل نسبيا و وقت راحة قصير جدا)، مثل الهجمات المضادة والدفاع الفردي (محمد حسن

العلاوي، كمال عتد الحميد، 1997، ص ص 29_30).

3-6-3 : المتطلبات الحركية

- التوازن : ضروري للاعب في كل التحركات و القفزات التي يقوم بها .

- الرشاقة: ضرورة في التحم والتعامل الجيد مع الكرة.

- التنسيق : مهم لكل الحركات المركبة والمعقدة كالقفز، الوثب و الرمي .

3-7- أهداف كرة اليد : يمكن حصر أهدافها فيما يلي :

تساهم في تطوير الجاذب البدني للشباب وذلك بتحسين وتطوير العديد من الصفات البدنية كالسرعة، القوة،

التحمل، المرونة، الرشاقة، المقاومة.

انطلاقا من تحسين الصفات البدنية المذكور فإنها تحسن من قوام الجسم، مما يعطي للشباب مظهرا جميلا يسمح لهم

بالتخلص من الإحساس بالانقاص الذي ينجم عن الضعف البدني.

تنمي عند الشباب روحا تقبل النقد و الاعتراف بالخطأ، و احترام قرارات المدرب والحكم.

تساهم في تنمية صفتي الشجاعة ، و الإرادة من خلال تعود اللاعب على منافسة الخصم أثناء المباريات وتخلصه من التردد والخجل و الأناة.

تعود اللاعب على الانضباط و النظام من خلال التزامه ببرنامج التدريب و المنافسة المستمرة.

تساهم في توجه الطاقة الزائدة عند الشاب توجيهها سلما يعود بالفائدة خاصة من الجازب الصحي ، إذ تمتص ما لديه من فائض الطاقة الذي يساهم في التخفيض من دوافعهم الجنسية و العدوانية ، و التي تكون سببا في الكثير من التصرفات السيئة إذا ما تركت من غير ضبط وتوجه .

تساعد اللاعب على تنمية الذكاء و التفكير انطلاقا من المواقف العديدة ، التي تصادفه أثناء المنافسة

تكتسب اللاعب الثقة بالنفس والأمن والتقدير الاجتماعي (www.sportacademy.com).

3-8- الدافعية و الاصابات في كرة اليد

مما لا شك فيه التركيز على الإصابات الرياضية والعوامل المرتبطة بها قد أغفل العديد من الجوانب الغير بدنية سواء كانت معرفية أو نفسية حصرية ، لقد أظهرت دراسات وان كانت قليلة في الواقع أن وقوع حوادث غالبا ما يعتمد على إعادة توظيف أي شخص في السلوكيات ، التي يمكن أن تزيد إما من خطر الإصابة أو للحيلولة دون وقوعها على خلاف ذلك .

فقد تعتمد في حين تشارك في أي نشاط بدني أو الرياضي وقوع إصابات، ويدفع أيضا اهتماما خاصا لدور السلوك المحتمل للرياضيين، عند إحساسهم بألم وعلاوة على ذلك ما يفسر لماذا هذا الفصل النهج الاجتماعي المعرفي يمكن أن يوفر إطارا لتحليل المحددات النفسية لهذه السلوكيات و الاتجاهات ، و كيف يمكن أن تستكمل هذه المناهج من قبل مساهمة العوامل الشخصية.

و تبعا للدراسات التي أجريت على حالات كثيرة من اللاعبين المصابين تبين أن هناك قلة نادرة من لاعبي كرة اليد يصلون الى سن الاعتزال دون أن تلعب الإصابة دوار بارزا في هذا الاعتزال ، وتبين أيضا أن الإصابات الأكثر شيوعا والتي تأتي في المقام الأول نظرا لخطورتها على مستقبل لاعبي كرة اليد.

ومن هنا يعد موضوع الدافعية أو الاتجاه نحو ممارسة كرة اليد دون الخوف من الإصابة ، أو تجددتها من أهم المواضيع السيكولوجية نظريا فمن الناحية الرياضية فإن موضوع الدافعية قد أصبح مجالاً لصباغة عدة نظريات تفسر الأسس المختلفة للدافعية و الميكانيزمات التي تقوم عليها، ومن الناحية التطبيقية فإن موضوع الدافعية و الآليات التي تقوم عليها تمكن الباحثين والإداريين من تخطيط برنامج تحفز الأفراد الذين يتعاملون معهم سواء كان ذلك في الميدان الصناعي أو العيادي أو المدرسي... الخ

سواء كان ذلك لبذل جهد أو لأجل رفع الإنتاج أو تحسين النوعية، مثلا تجنيد الطاقة الجسمية النفسية لعلاج مريض ما سواء كان مريض نفسيا أو جسميا أو تجبير التلاميذ على الاجتهاد في الدرس و المنافسة بين الأفراد للحصول على نتائج أفضل (ادور، موراي، 1988، ص193).

4- فئة المراهقة

4-1 - مميزات فئة الأوساط

4-1-1- النمو الجسدي :

إن البعد الجسمي هو أحد الأبعاد البارزة في نمو المراهقة و يشتمل البعد الجسمي ، على مظهرين أساسيين من مظاهر النمو هما النمو الفيزيولوجي أو التشريحي و النمو العضوي ، و المقصود بالنمو الفيزيولوجي هو النمو في الأجهزة الداخلية غير الظاهرة للأعيان التي يكتسبها المراهق أثناء البلوغ وما بعده و يشتمل ذلك الوجه بالخصوص النمو في الغدد الجنسية ، أما النمو العضوي فيشتمل على النمو المظاهر الخارجية للمراهق كالتطول و الوزن و العرض حيث يكون متوسط النمو بالنسبة للوزن 03 كلغ في السنة و 29 سنتيمتر بالنسبة للتطول.

و يؤدي النمو الجسمي على الاهتمام بالجنس الآخر و يهتم المراهق بمظهره الجسمي و صحته الجسمية و قوة عضلاته و مهاراته الحركية لما تحمله من أهمية في التوافق الاجتماعي ، و إذا لاحظ المراهق أي انحراف في مظهره فإنه يبذل قصار جهده لتصحيح الوضع ، و إذا أخفق ينتابه الضيق و القلق وقد يؤدي ذلك إلى الانطواء و الانسحاب (معروف رزيق، 1986، ص.33).

وتعتبر ذلك هذه المرحلة دورة جديدة للنمو الحركي و يستطيع المراهق اكتساب و تعلم مختلف الحركات و إتقانها و تثقيتها، بالإضافة إلى ذلك فإن عامل زيادة قوة العضلات الذي يتميز به الفتى في هذه المرحلة يساعد كثيرا على إمكانية ممارسة أنواع عديدة من الأنشطة الرياضية ، التي تتطلب المزيد من القوة العضلية (محمد حسن علاوي، 1992، ص.147).

4-1-2- النمو العقلي :

من الملاحظ لفترة المراهقة أن الحدث السوي يسير في نموه العقلي في جهات عديدة ، فهو يستمر في هذا العقد الثاني من عمره على اكتساب القابلية العقلية وتقويتها ، كما ينمو أيضا في القابلية على التعلم، وهو إلى جانب ذلك يتميز بزيادة قابليته على ادراك العلاقة بين الأشياء وعلى حل المشكلات التي تتميز بالصعوبة و التعقيد، بالإضافة إلى كل هذا سيصبح أكثر قدرة على التعامل بالأفكار المجردة، حيث يتميز ببحثه المستمر عن ما وراء الطبيعة وبظهور سمات المنطق في التفكير وهذا راجع لنمو الذكاء فيه ونضج الجهاز العصبي، وهذا ما يؤدي إلى محاولة فهم كل ما

يثير فضوله و تساؤلاته، كما تتسم الحياة العقلية لدى المراهق لأنها تتجه نحو التمايز، إذ تكتسب حياته نوع من الفعالية تساعده للتكيف مع البيئة الأخلاقية الثقافية و الاجتماعية التي يعيش فيها .

فيكون مثالي في تصرفاته لاهتمامه بالمواضيع المختلفة بالسياسة و الدين و الفلسفة نظرا لتأثر المراهق بزمومه العضوي و العقلي و الانفعالي، و يختلف الإدراك عنده عن ما كان عليه في الطفولة، وهذا يرجع لمدى تفاعله مع المحيط الذي يعيش فيه ، فإدراك الطفل للممارسة الرياضية مثلا يتلخص في الآثار المباشرة ، وما يراه فيها من لهو ومرح أما إدراك المراهق أوسع حيث يرى في الرياضة خصائص وسمات الصحة البدنية و العلاقات الاجتماعية السلمية ودورها في إنشاء الفرد السوي، ومع أن إدراك المراهق يمتد عقليا إلى ما وراء المحسوسات نحو الآفاق البعيدة ، و المراهق في هذه المرحلة يعتبر أكثر انتباها من الطفل لما يفهم ويدرك أكثر ثباتا و استقرارا، هذا ما ظهر في لجوئه الى الطرق المختلفة لحل المشاكل التي تتعرض لاستخدامه الاستنتاج و الاستدلال (نوري الحافظ، 1990، ص.53).

4-1-3- النمو الاجتماعي :

تتميز الحياة الاجتماعية في مرحلة المراهقة بأنها المرحلة التي تسبق تكوين العلاقات الصحيحة التي صل إليها المراهق في مرحلة الرشد، وفي مرحلة المراهقة ينطلق المراهق للحياة أوسع محاولا التخلص من الخضوع الكامل للأسرة و يصبح قادرا على الانتماء للجماعة .

ويظهر هذا التغير في النشاط الذي يمارسه المراهق في اختياره لزملائه وفي أحكامه الأخلاقية ، وكذلك أسلوب تعامله مع غيره، فمن مظاهر هذا التحول التفتن للفروق الاجتماعية ونقده لنفسه وذلك بإدراكه لدور و مسؤولية الفرد الواحد داخل الجماعة ، مما يساعد على التكيف بصفة سوية كما تتكون لديه فكرة الأحكام الأخلاقية على أنها مزيج من أحكام الراشدين والعادات السائدة والمعروفة في المؤسسة (نوري الحافظ، ص.57).

4-1-4- النمو الحركي :

يتفق معنى النمو الحركي إلى حد كبير مع المعنى العام للزمو من حيث كونه مجموعة من التغيرات المتتابعة التي تسير حسب أسلوب ونظام متكامل خلال حياة الإنسان، ولكن وجه الاختلاف هو مدى التركيز على دراسة السلوك الحركي و العوامل المؤثرة فيه، وقد جاء تعريف أكاديمية الزمو الحركي التي قدمت تعريف الزمو الحركي أنه عبارة عن السلوك الحركي خلال حياة الإنسان ، أنه عبارة عن التغيرات في السلوك الحركي خلال حياة الإنسان .

والعمليات المسؤولة عن هذه التغيرات ، ومن مظاهر الزمو الحركي لذ المراهق أن حركاته تصح أكثر توافقا و انسجاما، و يزداد نشاطه وقوته ويزداد عنده " زمن الرجوع " وهو الزمن الذي يمضي بين المثير و الاستجابة (محمد حسن علاوي، 1992، ص.150).

4-1-5- النمو الانفعالي:

في بداية المراهقة تكون الانفعالات في حداثتها سبب التغيرات التي تحدث ،لكن بتقدم سن المراهق تأخذ هذه الانفعالات نوع من الهدوء حتى يصل الفرد سن تتزن انفعالاته ويصبح قادرا على التحكم فيها . وفي هذه المرحلة يدرك أن معاملاته لا تتناسب مع ما وصل إليه من نضج و بلوغ، ومن جهة نجد أن البيئة الخارجية المتمثلة في الأسرة لا تولي اهتماما لهذا التطور ولا تقدر رجولته وحقوقه كفرد له ذاته. ويمكن تلخيص بعض الانفعالات في النقاط التالية :

- الحساسية الشديدة حيث يكون مرهف الحس ورقيق الشعور يتأثر بأي شيء يلاحظه ،الصراع النفسي حيث يكون كثير التقلبات و الآراء.

- مظاهر اليأس و القنوط و الكآبة بسبب أمانى المراهق وعجزه عن تحقيقها مما، يدفعه للعزلة على الذات وقد ينتج عنه كثرة التفكير في الانتحار .

- التمرد ومقاومة سلطة الأسرة حيث يرى بان مساعدتها تدخلا و النصيحة إهانة ، فيعمد إلى إبراز شخصيته.

- كثرة أحلام اليقظة فيعمل برجولة كاملة ونجاح وتفوق دراسي أو كبيرة(معروف رزق، 1986ص.55).

4-2- أهمية الرياضة بالنسبة للمراهقين فئة أواسط:

إن الرياضة عملية تسلية وترويج لكلا الجنسين، هذا حيث أنها تحضر المراهق فكريا وبدنيا، ما تزود من المهارات والخبرات الحركية من أجل التعبير عن الأحاسيس و المشاعر النفسية المكتظة التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية وعصبية عند انفجارها، فيتحصل المراهق من خلالها على جملة من القدم المقيدة التي لا يستطيع تحصيلها في الحياة الأسرية ، كما تعمل الحصص التدريبية على صقل مواهب الرياضي و قدراته النفسية و البدنية وفق متطلبات العصر وأنجح منهج لذلك هو تكييف الحصص الرياضية، من أجل شغل وقت الفراغ الذي يحس فيه الرياضي بالقلق والملل ، وبعد الرياضة يتعب المراهق عضليا وفكريا ويستلم حتما للراحة و الزمو بدلا من أن يستلم للاكسل و الخمول ،ويضيع وقته فيها لا يرضي لله ولا النفس ولا المجتمع، وعند مشاركة المراهق في التجمعات الرياضية و النوادي الثقافية من أجل ممارسة مختلف النشاطات الرياضية ،فإن هذا يتوقف على ما يحس به عن طريق التغيرات الجسمية و النفسية و العقلية التي مر بها(ريسان خريط، 1978، ص.20).

4-3- الصفات البدنية عند فئة الأواسط :

أ-القوة:

تزداد القوة عند الأولاد بصورة اسرع وعند بلوغ سن(19) يصل الفرق في مستواها عند 40%، و بالإضافة إلى ذلك يتم بلوغ الحد الأعلى لتطور القوة النفسية أي التي تزداد بكيلوغرام في كتلة الجسم عند الإناث، ويبلغ الحد الأعلى

للقوة المطلقة عند الذكور، كما نلاحظ تطور القوة الانفجارية ، وتوضح أيضا كفاءات المراهق لتغلب على المقاومة بسرعة كبيرة لتقلص العضلي .

ب- السرعة :

ترتبط بتغيرات حركة العمليات العصبية، التي يعبر عنها في اكمال سير عمليات الإثارة في أجزاء مختلفة للجهاز العصبي، ومستوى التناسق العصبي والعضلي، ومرونة و التواء الألياف العضلية وفعالية التناسق في العضلة مع تغيير مستوى القوة و المرونة و الكفاءة التناسقية للصفات الإرادية .

ت- المرونة:

تتصف هذه الصفة عند المراهق بوصولها لأكبر قابلية تحرك للمفاصل نتيجة لتأثير القوة الخارجية، وتكون مؤشرات المرونة الخاملة أعلى من مؤشرات المرونة النشطة دائما وتم تحديد مستوى المرونة عن طريق قابلية تحرك المفاصل، و صفات المرونة للعضلات و الأربطة وعن طريق مقياس الضخامة العضلية و تأثير الجهاز العصبي المركزي.

ج- التحمل:

يتم بلوغ المستوى العالي في التحمل عند المراهق بعد بلوغ المستوى الأعظم للسرعة والرشاقة والمرونة ،وفي التحول العام تفهم كفاءة المراهق للقيام بالعمل الطويل بشكل فعال ومستمر ، و الذي يشارك فيه الجزء الأعظم من الجهاز العضلي نتيجة للتفاعلات الكيميائية (ريسان خريط، الصفحات 34-39) .

4-4- شروط ممارسة الرياضة عند فئة الأواسط :

- الشروط الجسدية :

وتمثل في سلامة الجسم وذلك بدارسة صفات الفرد الجسمية و قدراته لممارسة أي نشاط رياضي، وتتضمن سلامة الجسم كل من النظر، الشم، اللوزتان، الدم العضلات، الطول، الوزن، الحالات الغذائية، الجهاز العصبي.

- الشروط الذاتية :

تتمثل في الاستعداد النفسي، أي استعداد الفرد "ميله ورغبته" في ممارسة النشاط الرياضي حيث أن ممارسة أي نشاط بدني و رياضي يكون مرتبط بمدى، أو ميل الفرد لأداء هذا النوع من الرياضة و الاقبال عليه.

- الشروط المادية :

تتمثل في توفير الشروط البيداغوجية بالملاعب و القاعات الرياضية و الوسائل الرياضية، مناهج التخطيط و التنظيم ، ولاكي تحقق نشاطا مناسبيا يجب مراعاة السن، والجنس، حيث يتسنى للجماعة الممارسة، وعدم الإرهاق في النمو البدني و الفكري (معروف رزيق ، ص. 15).

5- الدراسات السابقة:

الدراسة الاولى :

أعدّها الطالب ناصر جمال تدخل في إطار شهادة إعداد الماجستير في التربية البدنية و الرياضية، من معهد التربية البدنية و الرياضية سيدي عبد الله عام 2010 تحت : "الاصابات الرياضية البدنية و النفسية عند لاعبي كرة القدم ذو المستوى العالي و انعكاساتها على مستوى الرياضي خلال المنافسة".

- الاشكالية:

- ما هي انعكاسات الاصابة البدنية و الرياضية من الناحية النفسية، عند الرياضي الجزائري المصاب في رياضة كرة القدم ذو المستوى العالي ؟

- الفرضية العامة

- إن الاعداد البدني الرياضي له تأثير مباشر على الاصابات البدنية، مما ينتج عنه صدمة نفسية على لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة.

- الفرضيات الجزئية :

- يعيش الرياضي المصاب بدنيا حالة عجز وظيفي تنعكس سلبا على حالته النفسية .

- يتعدى واقع الإصابة البدنية عند رياضي كرة القدم ذو المستوى العالي البعد البدني، إذ يمكن أن يؤدي إلى ظهور أعراض الصدمة النفسية لديه.

- المنهج المتبع :

اتبع الطالب المنهج الوصفي في انجاز هذه الدراسة و تكونت العينة من 150 رياضي تم اختيارهم بطريقة قصدية.

- الأدوات المستعملة :

استخدم الطالب الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات.

- النتائج المتوصل إليها:

- عدم إخضاع اللاعبين إلى برامج نفسية و بدنية علمية حديثة للحصول على نتائج طيبة، من أجل تعديل الحالة النفسية و التقليل من الإصابات البدنية و الصدمة النفسية .

- عدم وجود طبيب مختص في علم النفس الرياضي، على مستوى الأندية الرياضية لكرة القدم، و المستوى العالي .

- نقص و تراجع مستوى لاعبي كرة القدم الفني و البدني و التقني مع عدم تقبله للإصابة.

- وعي الرياضي المصاب بخطورة الاصابة مما يؤدي قلقه، و من توتر دائم خوفا فقدان مستقبله الرياضي و المهني.

- الاقتراحات والفروض المستقبلية :

- الاهتمام بالجاذب النفسي للرياضي المصاب.
- تكوين أطباء مختصين في مجال علم النفس الرياضي.
- يجب على المدرب القيام بخصص التوعية للاعبين حول الاصابات ،و التقليل من القلق و التوتر والخوف الذي ينتابهم.
- إنشاء مراكز إعادة التأهيل للمصابين.
- **الدراسة الثانية:**

أعددها الطالب أمزيان أسامة تحت عنوان " الاصابات الاكثر شيوعا في الرياضات الجماعية و الفردية ، و أسباب حدوثها، سنة 2010 ضمن متطلبات نيل شهادة ماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية.

- **الإشكالية:**

معرفة أنواع و أسباب الاصابات الرياضية الأكثر شيوعا عند الرياضي النخبة ،في الرياضات الجماعية و الرياضية الفردية.

- **الفرضيات:**

تختلف أنواع و أماكن الاصابات الرياضية في الرياضات الجماعية و الفردية حسب نوع الرياضة الممارسة.

- هناك فروقات في أسباب حدوث الاصابات الرياضية بين الرياضات الجماعية و الفردية .

-لا توجد فروقات في تقييم الإسعافات الأولية أثناء الاصابة الرياضية ،و العناية الكافية بعد الاصابة بين الرياضات الجماعية و الفردية .

- **المنهج :**

اعتمد الطالب على المنهج الوصفي وقد قام باختيار عينة البحث بطريقة عمدية و تتمثل في أندية المجمع الرياضي النفطي للجزائر العاصمة أكابر ذكور في اختصاصات كرة اليد، كرة السلة و الكاراتيه و الجيدو.

- **الأدوات المستعملة:**

استخدم الطالب الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات.

- **النتائج المتوصل إليها :**

- هناك علاقة ارتباطية معنوية بين الأماكن الاكثر عرضة للإصابات الرياضية ،ونوع التخصص الرياضي .
- هناك اختلاف في الاسباب المؤدية لحدوث الإصابات الرياضية ،بين مختلف الاختصاصات الرياضية.
- هناك فروقات في تقييم الإسعافات الاولية وإعادة التأهيل الحركي ، بين أنواع الرياضات الممارسة.

- الاقتراحات والفروض المستقبلية :

- ضرورة الاهتمام بالإحماء الكافي في الحصص التدريبية.
- الاهتمام برفع مستوى اللياقة البدنية.
- ضرورة تقييم العلاج والعناية الكافية بعد الإصابة.
- عدم إجراء الحصص التدريبية و المنافسات الرياضية ،على الأرضية غير الملائمة .
- التغذية السليمة تقلل من حدوث الاصابات الرياضية.

- الدراسة الثالثة :

أعدّها الطالب " عبد الحكيم عبد القادر " في إطار إعداد شهادة الماجستير في التربية البدنية و الرياضية بمعهد سيدي عبد لله للرياضة عام 2008 بالجزائر، وهي تحت عنوان " الإصابات الرياضية ومدى تأثيرها على السلوك النفسي للرياضي " .

هي عبارة عن دراسة ميدانية لمجموع الرياضيين ،الذين راجعوا مركز الطب الرياضي في مختلف التخصصات الرياضية، تضمنت إشكالية بحثه " مدى تأثير الإصابات الرياضية في أداء الرياضيين في الألعاب المختلفة و نسبة وجودها في كل لعبة .

- الفرضية العامة :

- تعتبر إصابات الركبة و الساعد الأكثر انتشارا في الوسط الرياضي .

- الفرضيات الجزئية:

- الطرف العلوي من الجسم هو الأكثر عرضة للإصابات في الرياضات الجماعية.
- تعتبر التمزقات العضلية الأكثر انتشارا في الوسط الرياضي .

المنهج:

اتبع الطالب المنهج الوصفي في إنجاز هذه الدراسة ، تكونت عينة البحث من 485 ، رياضي راجعوا المركز الطبي وتم اختيارهم بطريقة عمدية من مجموع الرياضات الفردية منها أو الجماعة.

- الأدوات المستعملة:

استخدم الطالب الاستبيان كوسيلة لجمع المعلومات .

- النتائج المتوصل إليها :

- إصابات الكتف تحتل نسبة عالية استنادا إلى تصنيف نوع الإصابة .
- من أحد أهم أسباب الإصابات الرياضية لدى اللاعبين .

- أظهرت النتائج أن إصابات التمزق العضلي من أكثر الإصابات شيوعاً.

- الاقتراحات والفروض المستقبلية :

- التركيز على الإحماء الجيد قبل البدء بالتمارين الرياضية والمسابقات، تجنباً لحدوث الإصابات الرياضية.

- الاهتمام بالرياضيين المصابين، وإجراء الفحوصات الطبية عليهم و معالجة من يحتاج إلى معالجة و رعاية.

- اهتمام المدربين بمتابعة لاعبين أثناء تعرضهم للإصابة.

6- التعليق على الدراسات السابقة:

- يهدف الطالب من عرض الدراسات السابقة إلى التعرف على الجوانب النظرية، والإجراءات العلمية لكل دراسة وذلك بهدف الحصول على الدعم المعلومات من هذه الدراسات، والتي بدورها تساعد الباحث في تحديد الإجراءات .
- من خلال ما قام به الباحث من استطلاع لنتائج وتقارير الأبحاث السابقة، تمكن من استخلاص أهم الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة والتي تم الاستعانة بها بهدف التعرف على مختلف الجوانب النظرية، وغيرها لتعزيز المعلومات .
- الدراسات السابقة التي استعان بها الباحث كانت قد صدرت في الفترات الزمنية من (2008) حتى (2010) وهذا ما يثبت حداثة تلك الدراسات، والتي كان معظمها يرتبط بانعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الانجاز .
- الأطروحة التي تناولتها كانت عبارة عن دراسات مباشرة وغير مباشرة حيث أنها اختلفت مع دراستنا من ناحية نوع النشاط الرياضي الممارس، وكذا من حيث المهارة النفسية المراد دراستها .
- اشتركت معها في التطرق الى مختلف الاصابات دون تحيد نوع الاصابة مع إحدى الدراسات.
- تشابهت كلها في استخدام المنهج ألا و هو المنهج الوصفي.
- تشابهت دراستنا من حيث النتائج التي أسفرت على وجود انعكاسات سلبية على اللاعبين .
- اختلفت دراستنا من حيث تناول الاصابات الرياضية في انعكاسها، على المهارة النفسية في حين نجد بعض الدراسات تم تناولها مستويات اللاعب المهارة وغيرها.

الفصل الثاني



الإطار العام للدراسة



1_الكلمات الدالة:

الإصابات :

- لغة : تشدق كلمة INJURY من اللاتينية، وهي تعني تلف أو إعاقة(جماعة من الاساتذة2000ص.22) .
- اصطلاحا: هي تلف سواء كان هذا التلف مصاحب أو غير مصاحب بتهتك الأنسجة نتيجة لأي تأثير خارجي سواء كان هذا التأثير ميكانيكي أو عضوي أو كيميائي وعادة ما يكون هذا التأثير مفاجئاً وشديداً (منير جرس1990،صفحة 79) .

الإصابة الرياضية:

- اصطلاحا: إن كل ممارسة مهما كان نوعها معرضا بصفة مباشرة أو غير مباشرة إلى حوادث مختلفة، وباعتبار الرياضة ممارسة تتطلب جهد قد يكون في بعض الأحيان كبيرا، وشديدا نتيجة للاحتكاك الزائد في الممارسة الرياضية تحدث الإصابات أو حوادث قد تكون خطيرة أو بسيطة.
- إجرائي: يتعرض الرياضي عند ممارسة أي نشاط مهما كان نوعه، إلى حوادث مختلفة تؤدي إلى تلف الأنسجة نتيجة لأي تأثير خارجي .

- دافعية الإنجاز:

- لغة :من فعل دفع الشيء أي حركه و سيره و الفعل دفع أحد مركبات كلمة الدافعية.(عبد اللطيف خليفة 2000ص.69).

- اصطلاحا : "دافعية الإنجاز هي رغبة أو ميل الفرد للتغلب على العقبات وممارسة القوى، و المكافحة أو المجاهدة لأداء المهام الصعبة بشكل جيد وبسرعة كلما أمكن ذلك" (murray ha , 1938 , P.80-81).
- إجرائي:هي مجرد رغبة في النجاح أو أنه نشاط اللذي يقوم به الفرد و يتوقع أنه يتم بصورة ممتازة.
- كرة اليد :

من الألعاب الجماعية الرياضية القديمة تجري بين فريقين، يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وخمسة احتاطيين، يتصف بسرعة الأداء والتنفيذ ويشارك فيها عدد كبير من الرياضيين، لها قواعد ثابتة و قوانين ثابتة (ناصف1993 ص.371).

- اصطلاحا: هي لعبة جماعية لها شعبيتها وتكون على شكل مقابلة بين فريقين، بواسطة كرة اليد وفي ميدان خاص بها، تلعب بسبعة لاعبين في ملعب مستطيل طوله 40متر عرضه متر 20 متر، لشوطين كل شوطين منهما مدته 30 دقيقة ، و الراحة بين الشوطين 10 دقائق (جرس 1994 ، ص. 06) .

-إجرائيا: تعتبر لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تهتم بالفرد ، يمارسها الملايين من البشر ذكورا و إناثا تحتاج إلى متطلبات بدنية عالية وتخطط دقيق لعملية التدريب ،وذلك عن طريق عملية تربية مخططة مبنية على أسس عملة هدفها الوصول للاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية، تتميز عن باقي الرياضات بالاحتكاك الكبير بين لاعبيها ما يؤدي إلى حدوث إصابات .

- المراهقة:

أ . لغة: تعني الخفة والسفه ،غشيان المحارم من شرب الخمر نحو كما جاء في لسان العرب(رابح تركي، 1992، ص.367).

ب . اصطلاحا: هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج(رابح تركي، 1990، ص.241).

2- الإشكالية

شهدت الحركة الرياضية الوطنية تطورا كبيرا مما استدعى تطور بعض الاختصاصات العلمية الجديدة التي تدرس كل الجوانب المتعلقة بالرياضة أو الرياضي على وجه الخصوص بصفة المعنى الأول بتطورها والمتضرر الأول بعواقبها، فظهرت دراسات تتعلق بالناحية الفيزيولوجية والمورفولوجيا والتشريحية (عبد الطيف خليفة، 2000، ص. 45).

وتعد الإصابة من المشكلات الأساسية التي تواجه عملية تقدم المستويات الرياضية وانتقالها من مستوى إلى آخر، و التي هي عبارة عن تغير تشريحي أو فيزيولوجي يحدث في بعض أنسجة الجسم أو أعضائه (litton, 1976, p , 16) وإن قلة إمام فئة من اللاعبين والمدربين بأسباب الإصابات كيفية تجذب حدوثها يدفع اللاعبين أحيانا كثيرة إلى الوقوع في أخطاء قد تكون تكنيكية أو تكتيكية، أو سوء تنظيم فيحمل التدريب أو قلة في تهيئة أجهزة الجسم الداخلية والخارجية، وعدم استعداد الجهاز الهيكلي لتقبل الجهد الذي يقع على عاتق الرياضي، ولا تقتصر الإصابات على المستويات العليا ولكنها تتمثل في جميع المستويات وقد تحدث الإصابة في التمرين أو في المباراة أو في الدروس العملية وحتى في ممارسة النشاط الترويحي الخفيف، وتختلف نسبة حدوث هذه الإصابات وأنواعها ويختلف ارتباطها مع نوع الفعالية الممارسة، لذا ينبغي أن نضع في اعتبارنا دائما مبدأ سلامة اللاعب أولا ووضع كافة الإمكانيات لمنع حدوث أو تكرار الإصابات للحد من خطورتها، و ذلك عن طر اتخاذ كافة التدابير اللازمة (توفيق محمد 2004، ص 18).

تعتبر رياضة كرة اليد من الرياضات الأكثر انتشارا في الأوساط الجماهيرية وذلك بفضل التطور الكبير والملاحظ الذي شهدته في السنوات الأخيرة .

كما أن هذه الرياضة تتطلب تحضيرا جيدا على المستويات الثلاثة التكتيكي، التقني البدني وهذا ما جعل مرافقة، الطب الرياضي لها أمر حتمي و ضروري، لأنها أصبحت من الرياضات الشائعة التي تتميز بالاندفاع البدني، فطابع كرة اليد يجعل كل من يرى تقنياتها وحركاتها والحماس الذي يغلب على مقابلاتها يعجب بكل هذا ويرغب في ممارستها دون أن يكون ملما بتقنياتها وقوانينها (الجواد، 1982، ص ص 27-28).

لكن هذا الجهل بالقوانين والأسس يخلق ما يسمى بالممارسة الخاطئة للرياضة، هذه الأخيرة تنجم عنها العديد من الإصابات الرياضية الخطيرة التي تحدث عند اكبر الرياضيين في اعرق الأندية لكرة اليد، ومن الضروري أن يفرض الطب الرياضي نفسه في رياضة كرة اليد حتى يضمن الوقاية و العلاج للاعبين من شبح الإصابات الرياضية خاصة مع فئة الاوسط الذي يميزون مرحلة المراهقة وتميزاتها، بجملة من الخصائص أهمها أن حركة الرياضي خلال هذه المرحلة تصح أكثر توافقا وانسجاما ويزداد نشاطه وقوته كما أنه يسعى إلى تحقيق الفوز و التميز في الأداء أثناء المنافسات

الرياضية، وتحدده ويميل كثيرا إلى ممارسة الأنشطة البدنية التي يغلب عليها طابع الإثارة و الاندفاع البدني الكبير مما يزيد من فرص حدوث الإصابات الرياضية لديه (رياض، 1998 ، ص. 22) .

ولقد أظهرت الخبرات التطبيقية أن المصاب لا يحتاج إلى العلاج وإعادة التأهيل الطبي والبدني فحسب بل يحتاج ذلك إلى التأهيل النفسي حتى يتمكن من العودة إلى المستوى الذي كان عليه قبل الإصابة.

وعلى الرغم من أن البحوث العلمية في مجال سيكولوجية الإصابة الرياضية ترتبط بالعديد من الصعوبات إلا أن هناك بعض الباحثين في ميدان علم النفس الرياضي يهتم بهذا المجال البحثي، وقاموا بإجراء بعض الدراسات والتجارب للكشف عن أسباب حدوث هذه الإصابات وتحديد الاستجابات النفسية للإصابة الرياضية و اقتراح بعض الوسائل والأساليب التي من بها مواجهة المظاهر النفسية للإصابة الرياضية، وكذلك طرق الرعاية النفسية للاعبين في فترة العلاج والتأهيل (علاوي، 1998 ص.09).

لقد دلت الاحصائيات إلى تزايد مستمر في عدد الإصابات الرياضية نظرا لكثرة عدد الممارسين للأنشطة الرياضية وفي مختلف المجالات إضافة إلى ارتفاع مستوى التنافس، وما يرتبط به من بذل مجهودات جبارة في سبيل تحقيق الفوز. حيث يعمل مدرب كرة اليد على تنمية دافعية إنجاز لدى اللاعبين ويحاول جاهدا القضاء على العراقيل التي يمكن أن تحد أو تنقص من تلك الدافعية، حيث تشير العديد من الدراسات منها دراسة مويسي فريد، 2004 "الاصابات الرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز عند لاعبي كرة القدم في الجزائر" بأن الإصابات الرياضية تنعكس على دافعية الانجاز للاعبين وعلى ادائهم بعد العودة من الإصابة بالسلب"، ويحدث في بعض الأحيان أن يتعرض أحد اللاعبين أثناء الحصة التدريبية لإصابة رياضية، تجبره على التوقف على أداء نشاطه الرياضي لفترة زمنية معينة قصد المعالجة وبعد انقضاء تلك الفترة يعود ذلك الرياضي بكل قدراته البدنية التي تؤهله لأداء الأنشطة الرياضية.

لا شك أن اللاعب الذي سبق له وأن تعرض للإصابة أو حتى اللاعب الذي رأى زميله أو منافسه وهو يتعرض لإصابة خطيرة ، أو حتى اللاعب الذي شاهد أو قرأ أو سمع عن إصابة لاعب ما كادت أن تود بحياته، كل هؤلاء نجدهم بلا شك يعيشون مخاوف التعرض للإصابات الرياضية ولو بدرجات مختلفة ، فهل من لهذه الأخيرة أن تنعكس سلبا على دافعية الإنجاز الرياضي؟

وهذا هو بالضبط موضوع بحثنا هذا الذي أردت من خلاله أن أدرس مدى انعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد ، وبناء على ذلك فإنه تم صياغة تساؤل الدراسة على النحو التالي:

- ما انعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية؟

ومنه يمكن صياغة التساؤلات الفرعية التالية:

- أ- هل تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد ؟
- ب- هل للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الاداء على تحقيق النجاح ، و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية ؟

3- أهداف البحث:

تكمّن أهداف البحث في النقاط التالية:

- معرفة مدى الانعكاس السلبي للإصابات الرياضية على سلوك اللاعبين ،الذين سبق لهم وأن تعرضوا للإصابات الرياضية.
- معرفة دور الإصابات الرياضية في التقليل ،من مستوى أداء هؤلاء اللاعبين أثناء. التدريب .
- معرفة مدى الانعكاس السلبي للإصابات الرياضية، على مستوى التنافس عند هؤلاء اللاعبين.
- معرفة دور الإصابات الرياضية في التخفيض من الرغبة في تحقيق النجاح، وتجذب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية.

4- أهمية البحث:

يمكن تلخيص أهمية البحث في النقاط التالية:

- إبراز دور الأسس النفسية للنشاط الرياضي .
- إظهار مدى تأثير الإصابات الرياضية على الجانبي النفسي عند اللاعبين.
- إبراز أهمية دافعية الإنجاز عند لاعبي كرة اليد .
- المحافظة على الصحة النفسية للاعبين.

5- الفرضيات:

- الفرضية العامة:

للإصابات الرياضية انعكاس على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد ،لذين سبق لهم وتعرضوا لإصابات رياضية.

- الفرضيات الجزئية:

- الفرضية الجزئية الأولى : تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد.
- الفرضية الجزئية الثانية: للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الاداء، على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية.

الفصل الثالث



الإجراءات الميدانية
للدراية



1- الدراسة الاستطلاعية :

هي عبارة عن دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث و أدواته(محمد نصر الدين رياض 1975ص.598).

و دراستنا الاستطلاعية قادتنا إلى ثلاثة(03) نوادي موزعة عبر تراب الولاية البويرة، وكان الهدف الرئيسي من ورائها هو تحديد العينة واختيار أدوات البحث الملائمة، التي تسمح لنا بتحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة ككل وكان على شكل مقابلة جماعية مع اللاعبين، وذلك أثناء قيامهم بحصة تدريبية حيث طرحنا عليهم السؤال التالي: هل سبق لكم وأن تعرضتم لإصابات رياضية سواء داخل الحصص التدريبية أو خارجها؟ وهو السؤال الذي مكنتنا من إحصاء عدد اللاعبين، الذين سبق لهم وأن تعرضوا لإصابات رياضية في الأندية الثلاثة .

الجدول رقم01: يوضح عدد اللاعبين الذين سبق لهم وأن تعرضوا لإصابات رياضية في الأندية الثلاثة.

عدد اللاعبين المصابين	عدد اللاعبين حسب الفئة العمرية		اسم النادي
	U19	U17	
12	13	11	E.S.S.G
15	14	13	O.S.G
13	12	12	W.S.D
40	39	36	المجموع الكلي

2- المنهج المتبع في الدراسة:

إن طبيعة دراستنا هذه تتطلب تجميع معلومات وبيانات تسمح لنا بوصف الظاهرة وصفا دقيقا و تفسيرها، و إيجاد العلاقات فما بين عناصرها وهو ما حتم علينا إتباع المنهج الوصفي، إذ أن اختيار منهج الدراسة لا يتم بشكل عشوائي ولا يخضع للأهواء، و إنما هو اختيار موضوعي يعتمد في الأساس على طبيعة الإشكالية المراد دراستها، وتعد البحوث الإحصائية من أكثر طرق البحث استخداما في مجال البحوث التربوية النفسية و الاجتماعية، فهي تمدنا بمعلومات و حقائق ذات قيمة عن الظروف و الأساليب القائمة بالفعل، وعن العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة(حلمي محمود فوناد، عبد الرحمان صالح1983ص.19) .

3 - مجتمع و عينة الدراسة:

عندما يكون عدد أفراد مجتمع البحث كبير فإن الباحث يتعثر عليه إجراء دارسته على كل أفراد المجتمع لذلك يلجأ، إلى اختيار عينة ممثلة لذلك المجتمع يستطيع إجراء الدراسة عليها بسهولة، وتمكنه من الحصول على نتائج أكثر دقة وتصلح لأن تعمم على كافة أفراد مجتمع البحث.

و العينة في دارستنا هذه، هي عينة مختارة بشكل مقصود وتضم 40 لاعبا سبق لهم وأن تعرضوا للإصابات الرياضية سواء داخل الوسط الرياضي ، وفي عملية الاختيار هذه لم نأخذ بعين الاعتبار عاملي الجنس والوسط الذي حدثت فيه الإصابات ،لكون أن دارستنا تتمحور حول العلاقة التي يمكن أن تربط بين الإصابات الرياضية ودافعية الإنجاز لدى اللاعبين بغض النظر عن جنسهم و الوسط الذي حدثت فيه الإصابة الرياضية.

ومن خلال الدراسة الاستطلاعية تم إحصاء 40 لاعب تتوفر فيهم مواصفات العينة المحددة سلفا.

- مجتمع الدراسة: يضم جميع لاعبي النواد الثلاثة لكرة اليد في ولاية البويرة الذين سبق لهم وأن تعرضوا للإصابة .

4- تحديد المتغيرات.

- المتغير الاول: الإصابات الرياضية.

- المتغير الثاني : دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد.

5- مجالات البحث :

- المجال البشري: 40 لاعب كرة اليد.

- المجال الزمني : الموسم الدارسي 2016/2017.

- المجال المكاني: توزعت هذه الدراسة عبر ثلاثة نواد: موزعة عبر تراب ولاية البويرة وهي O.S.G/W.S.S. . D/O.S.G .

6- الأدوات جمع البيانات و المعلومات :

لإضفاء الموضوعية والدقة اللازمة لأي دراسة علمية لا بد من استعمال بعض الأدوات العلمية والوسائل التقنية، التي بواسطتها يصل الباحث إلى كشف النقاب على الظاهرة محل الاهتمام بالدراسة، وقد استخدمنا في دراستنا هذه أداة من أدوات البحث ألا وهو الاستبيان.

ويعرف الاستبيان بأنه أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات، فيتم جمع هذه البيانات من خلال وضع استمارة الأسئلة، ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت، كما أنها تساهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت وتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية (حسين أحمد الشافعي، 1996 ص 203-205).

وقد اعتمدنا في بحثنا على استمارة الاستبيان الموجهة إلى اللاعبين، وكانت طريقة طرح هذه الأسئلة بأسلوب بسيط

يتسنى فهمه بسهولة ووضوح، وكذلك باعتباره مناسب للاعبين، والأسئلة هي استجابة للفرضيات، فكل سؤال طرح له علاقة بالفرضيات.

- نوع الأسئلة: تم الاعتماد على الأسئلة التالية:

- الأسئلة المغلقة: هي الأسئلة التي يحدد فيها الباحث إجاباته مسبقا وغالبا ما تكون بنعم أو لا.

7- إجراءات التطبيق الميداني:

بعد أخذ الموافقة من طرف المشرف ولجنة التحكيم قمنا بطباعة الاستمارة الموجهة للاعبين، حيث توجهنا بتاريخ 13 مارس 2017 إلى النوادي، حيث سلمناهم استمارة الاستبيان قصد الإجابة عليها، كما أننا قمنا بشرح بعض الأسئلة التي وجدوا فيها غموضا، وساعدنا هم على الإجابة والسماح لهم بالوقت الكافي لها، وبعد هذه الزيارات التقينا بالمشرف لاستشارته في طريقة تحليل ومناقشة هذه النتائج، وقمنا بالتحليل يوم 06 أبريل 2017.

8- الأساليب الإحصائية:

وبعد جمع الاستمارات الخاصة باللاعبين قمنا بتفريغ، وفرز البيانات وتمت هذه العملية بحساب عدد التكرارات للأجوبة على كل سؤال، وبعدها تم حساب النسب المئوية بالطريقة الثلاثية التالي:

$$ع \longleftarrow 100\%$$

$$س \longleftarrow X$$

$$ومنه: x = 100 \frac{ع}{س}$$

س: عدد أفراد العينة.

ع: عدد الإجابات (التكرارات)

X = النسبة المئوية.

الفصل الرابع



عرض النتائج و تفسيرها
ومناقشتها

- عرض وتحليل نتائج

الفرضية الجزئية الأولى: "للإصابات الرياضية انعكاس سلبي على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد "

السؤال الأول:

هل يتتابك الخوف من التعرض لإصابة رياضية أثناء الحصة التدريبية ؟

الغرض من السؤال :

معرفة مدى خوف اللاعبين من التعرض لإصابة رياضية أثناء الحصة التدريبية.

الجدول رقم 01:

يمثل مدى خوف الرياضي من الإصابة أثناء الحصة التدريبية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	34	85%
لا	06	15%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (01) يتضح لنا أن 34 لاعب من مجموعة العينة أي بنسبة 85% يبتاهم الخوف، من

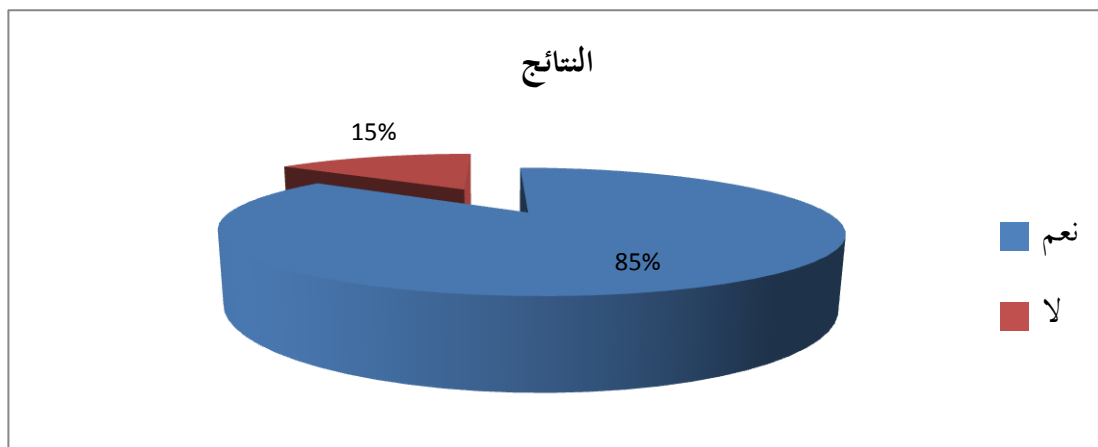
التعرض للإصابات الرياضية أثناء الحصة التدريبية، بينما هناك 06 لاعبين من مجموعة العينة أي

بنسبة 15% أثناء ادائهم في التدريبات لا يوجد لديهم خوف .

الاستنتاج: نستنتج أن أغلبية اللاعبين يبتاهم الخوف من التعرض للإصابات الرياضية أثناء الحصة التدريبية.

الشكل البياني رقم (01): يمثل النسبة المئوية للاعبين الذين يبتاهم الخوف، من التعرض لإصابة رياضية أثناء الحصة

التدريبية.



السؤال الثاني:

هل أصبحت حذرا أكثر ،من ذي قبل أثناء تدريباتك؟

الغرض من السؤال :

معرفة مدى حذر اللاعب ،من ذي قبل أثناء تدريباته.

الجدول رقم (02)

يمثل مدى حذر اللاعبين ،من ذي قبل أثناء تدريباته.

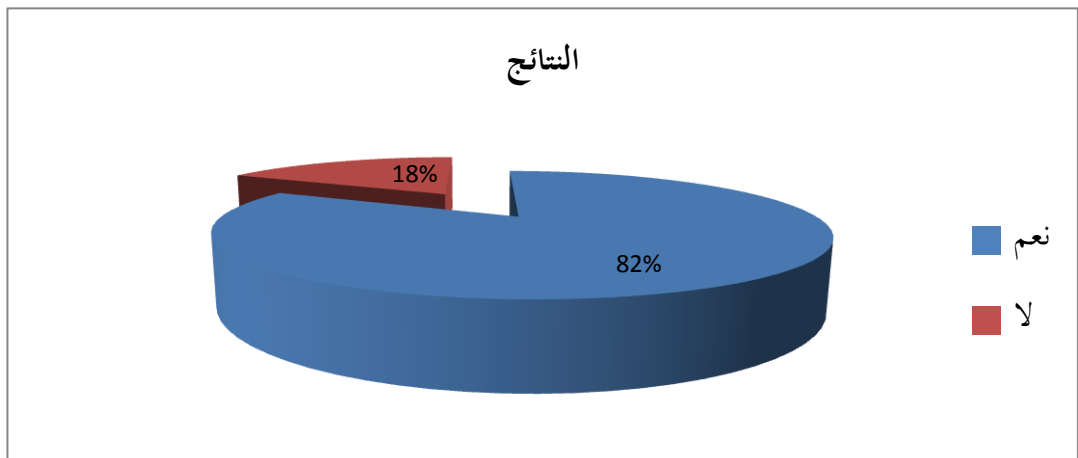
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	33	82.5%
لا	07	17.5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول(02) نجد أن 33 لاعب من مجموعة العينة اي بنسبة 82.5 % أنهم أكثر حذرا ،في تدريباتهم، من اجل سلامتهم خلال التدريبات ،بينما هناك 07 لاعبين من مجموعة العينة أي بنسبة 17.5 % اثناء التدريبات اليومية لا يكونوا حذرين .

الاستنتاج:

نستنتج من خلال ما سبق أن أغلبية اللاعبين أكثر حذرا في تدريباتهم..
الشكل البياني رقم (02): يوضح حذر اللاعبين من ذي قبل أثناء تدريباتهم.



السؤال الثالث:

بعد تعرضك للإصابة، هل تغيرت نظرتك حول المخاطر، التي قد تزجم عن النشاط البدني الرياضي؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تغير نظرة اللاعب حول المخاطر، التي قد تزجم عن النشاط البدني بعد تعرضه للإصابة.

الجدول رقم (03):

يمثل معرفة مدى تغير نظرة اللاعب حول المخاطر، التي قد تزجم عن النشاط البدني بعد تعرضه للإصابة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	32	80%
لا	08	20%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول (03) يتضح لنا ان 32 من اللاعبين العينة أي بنسبة 80% من اللاعبين، قد تغيرت

نظرتهم للمخاطر التي قد تزجم من النشاط البدني الرياضي، في حين هناك 08 لاعبين المجموعة العينة أي بنسبة 20 %

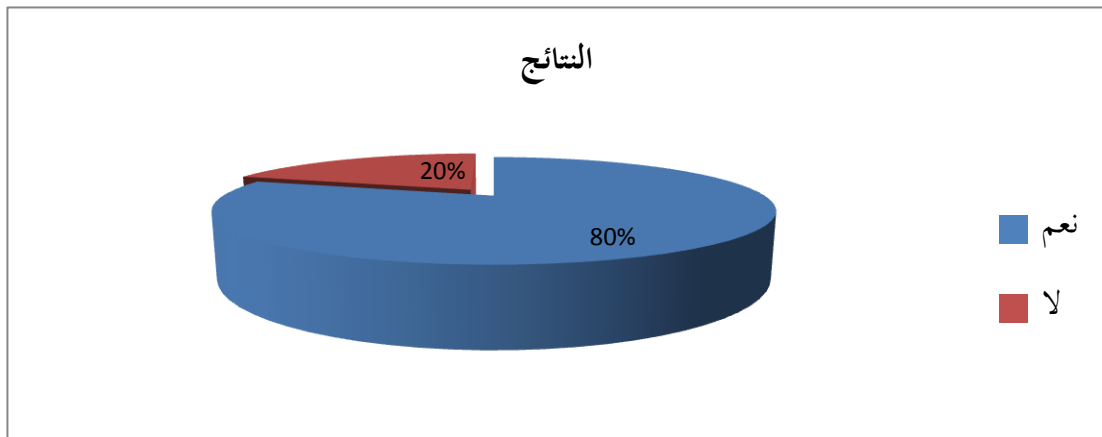
لا لم تتغير نظرتهم لمخاطر التي تنجر عن النشاط نتيجة التعرض لمختلف الإصابات الرياضية.

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلبية اللاعبين يرون بأن نظرتهم للمخاطر التي قد تزجم من النشاط البدني الرياضي قد تغيرت.

الشكل البياني رقم (03): يوضح مدى تغير نظرت اللاعبين حول المخاطر، التي قد تزجم عن النشاط البدني بعد

تعرضهم للإصابة.



السؤال الرابع:

هل تعرضك للإصابة كان نتيجة لعدم إدراكك للمخاطر، التي قد تنجم عن ممارسة الرياضة؟

الغرض من السؤال :

معرفة مدى تعرض اللاعب للإصابة نتيجة لعدم إدراكه للمخاطر، التي قد تنجم عن ممارسة الرياضة.

الجدول رقم (04):

يمثل مدى تعرض اللاعب للإصابة نتيجة لعدم إدراكه للمخاطر، التي قد تنجم عن ممارسة الرياضة .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	27	67.5%
لا	13	32.5%
المجموع	40	%100

تحليل ومناقشة النتائج:

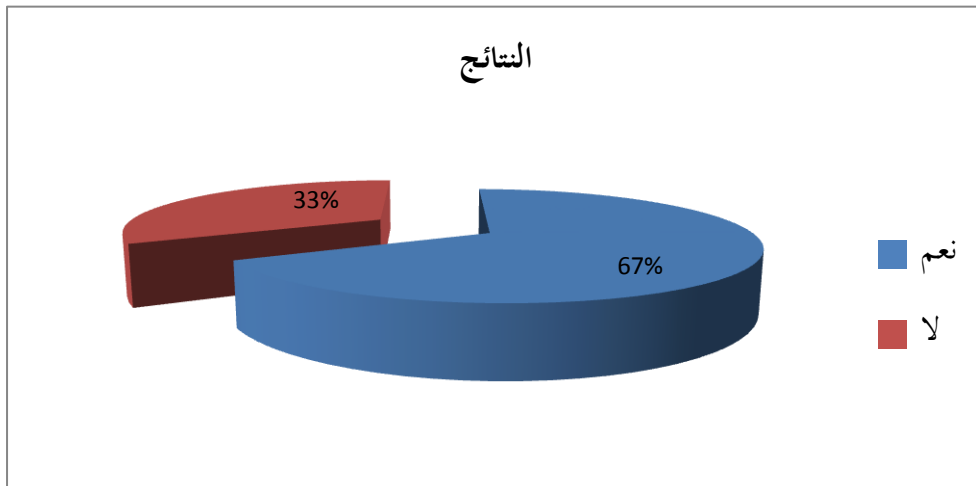
من خلال نتائج الجدول (04) يتضح لنا ان 27 من اللاعبين العينة أي بنسبة 67.5% من العينة، أن تعرضهم

للإصابة كان نتيجة لعدم إدراكهم للمخاطر، التي يمكن أن تنجم عن ممارسة الرياضة، في حين 13 لاعب المجموعة

العينة أي بنسبة 32.5% كنتيجة لإدراكهم لتلك المخاطر التي تنجر على ممارسة الرياضة.

الاستنتاج : نستنتج أن أغلبية اللاعبين يرون بأن تعرضهم للإصابة ، كان نتيجة لعدم إدراكهم للمخاطر، التي تنجم عن ممارسة الرياضة.

الشكل البياني رقم (04): يوضح مدى تعرضه للإصابة نتيجة لعدم إدراكه المخاطر، التي قد تنجم عن ممارسة الرياضة



السؤال الخامس:

هل الإصابة الرياضية أثرت على توجهاتك نحو ممارسة الحصة التدريبية؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تأثير الإصابة الرياضية على توجهات اللاعب نحو ممارسة الحصة التدريبية .

الجدول رقم(05):

يمثل مدى تأثير الإصابة الرياضية على توجهات اللاعب نحو ممارسة الحصة التدريبية .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	33	82.5%
لا	07	17.5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

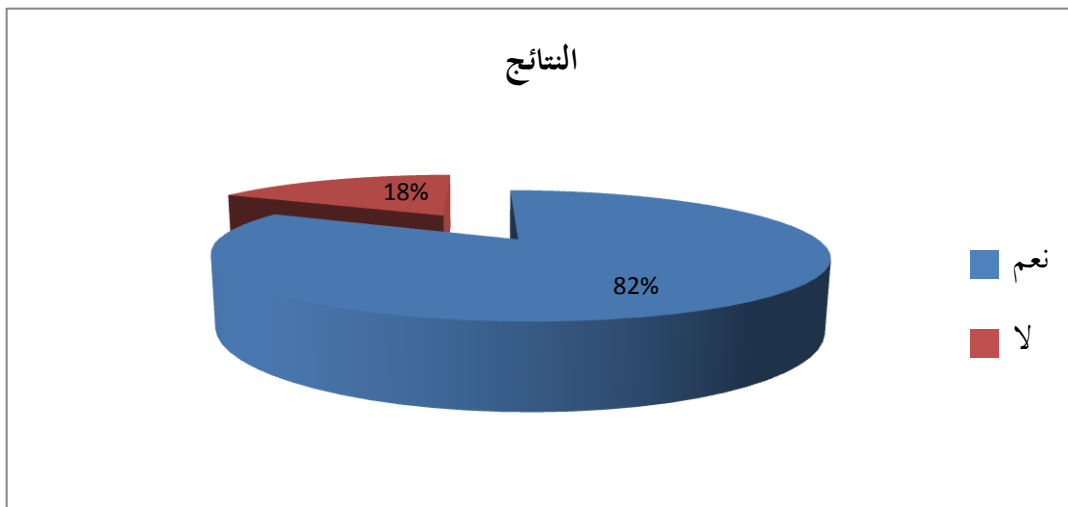
من خلال نتائج الجدول (05) يتضح لنا ان 33 اللاعب العينة أي بنسبة 82.5% ان الاصابات الرياضية قد

اثرت على توجهاتهم نحو ممارسة و اجراء الحصة التدريبية ، في حين هناك 07 لاعبين لجموعة العينة أي بنسبة 17.5 % لم تأثر الاصابة الرياضية على مستوى توجهاتهم الى الانضمام الى الحصة التدريبية.

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلبية اللاعبين أثرت الاصابات الرياضية على مستوى توجهاتهم نحو ممارسة و تطبيق الحصة التدريبية.

الشكل البياني رقم(05): يوضح مدى إثر الاصابة الرياضية على توجهات اللاعب نحو الحصة التدريبية.



السؤال السادس:

هل تتردد عندما يستدعيك المدرب للمشاركة في المقابلة ، التي يغلب عليها الطابع التنافسي؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تردد اللاعب عندما يتم استدعائه من قبل المدرب للمشاركة في المقابلة ،التي يغلب عليها الطابع التنافسي.

الجدول رقم(06):

يمثل مدى تردد اللاعب عندما يتم استدعائه من قبل المدرب للمشاركة في المقابلة ،التي يغلب عليها الطابع التنافسي

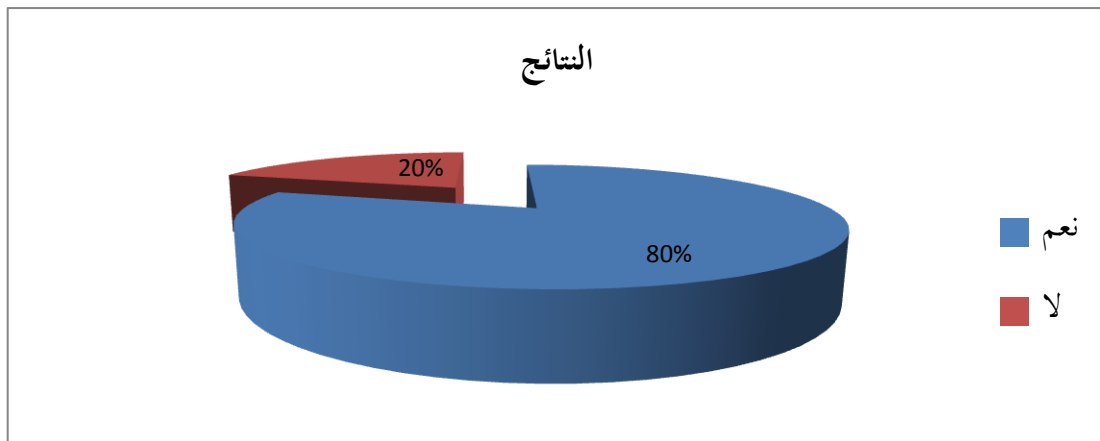
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	32	80%
لا	08	20%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول (06) نجد أن 32 لاعب من العينة أي بنسبة 80 % من افراد العينة يترددون عندما يتم إستدعائهم المدرب للمشاركة في المقابلة التي يغلب عليها الطابع التنافسي ، بينما نجد 08 لاعبين من العينة أي بنسبة 08% ليس لهم تردد او ارتباك للمشاركة في المنافسات الرياضية.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلبية اللاعبين يرون أنهم يترددون عندما يستدعيهم المدرب للمشاركة في المقابلة التي يغلب عليها الطابع التنافسي.

الشكل البياني رقم (06): يوضح تردد اللاعب عندما يستدعيه المدرب للمشاركة، في المقابلة التي يغلب عليها الطابع التنافسي.



السؤال السابع:

هل أثناء قيامك بالألعاب الجماعية التنافسية تتجنب الاحتكاك مع الخصم؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تجنب اللاعب الاحتكاك مع الخصم أثناء التنافس الجماعي.

الجدول رقم (07):

يمثل مدى مدى تجنب اللاعب الاحتكاك مع الخصم أثناء التنافس الجماعي.

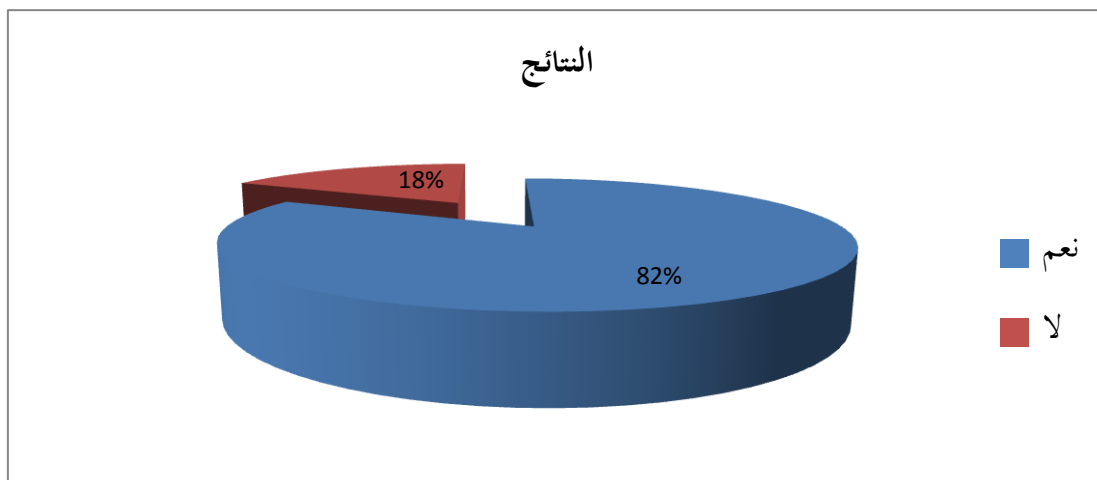
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	33	82,5%
لا	07	17,5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال نتائج الجدول (07) نجد أن 33 لاعبين من العينة أي بنسبة 82,5% يتجنبون الاحتكاك، في الألعاب الجماعية التنافسية مع الخصم لعدم التعرض الى الاصابة الرياضية، بينما نجد 07 من اللاعبين من العينة أي بنسبة 17,5% لديهم احتكاكات مع اللاعب الخصم عند تنافسهم مع لاعبيه.

الاستنتاج:

نستنتج من خلال ما سبق أن اغلبية اللاعبين يتجنبون الاحتكاك في المنافسات الجماعية مع الخصم. الشكل البياني رقم (07): يوضح تجنب للاعبين الاحتكاك مع الخصم أثناء التنافس الجماعي.



السؤال الثامن:

أثناء التنافس هل تضطر إلى التقليل من حماسك واستعدادك لبذل الجهد خوفا من التعرض لإصابة رياضية ؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى اضطرار اللاعب إلى التقليل من الحماس و الاستعداد لبذل الجهد خوفا من التعرض لإصابة رياضية أثناء التنافس.

الجدول رقم(08):

يمثل مدى اضطرار اللاعب إلى التقليل من الحماس و الاستعداد لبذل الجهد خوفا من التعرض لإصابة أثناء التنافس.

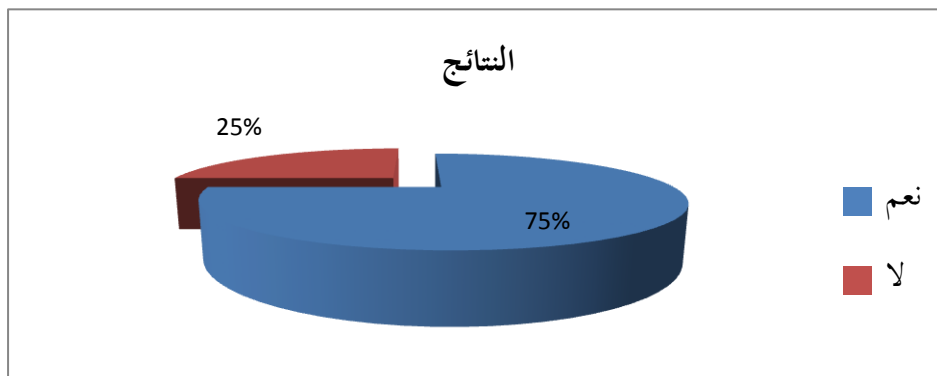
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	30	75%
لا	10	25%
المجموع	40	100%

تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجدول (08) نجد أن 30 لاعب من العينة أي نسبة 75% من أفراد العينة لديهم اضطرار في التقليل من حماسهم واستعدادهم لبذل الجهد خوفا من التعرض للإصابات الرياضية ، بينما نجد 10 لاعبين من العينة أي بنسبة 25 % لا يضطرون الى الخفض او التقليل من حماسهم و استعداداتهم لبذل المزيد الجهود خلال التدريبات.

الاستنتاج: نستنتج ان أغلبية اللاعبين يرون بأنهم يضطرون إلى التقليل من حماسهم واستعدادهم لبذل الجهد خوفا من التعرض للإصابات الرياضية.

الشكل البياني رقم (08): يبين مدى إمكانية التقليل من الحماس و الاستعداد لبذل الجهد خوفا من التعرض لإصابة رياضية أثناء التنافس.



السؤال التاسع:

في كثير من الأحيان تضطر إلى تجذب المنافس العدائي من أجل تفادي التعرض للإصابة الرياضية؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تجنب اللاعب للمنافس العدائي من أجل تفادي التعرض للإصابة الرياضية.

الجدول رقم (09):

يمثل مدى تجنب اللاعب للمنافس العدائي من أجل تفادي التعرض للإصابة الرياضية.

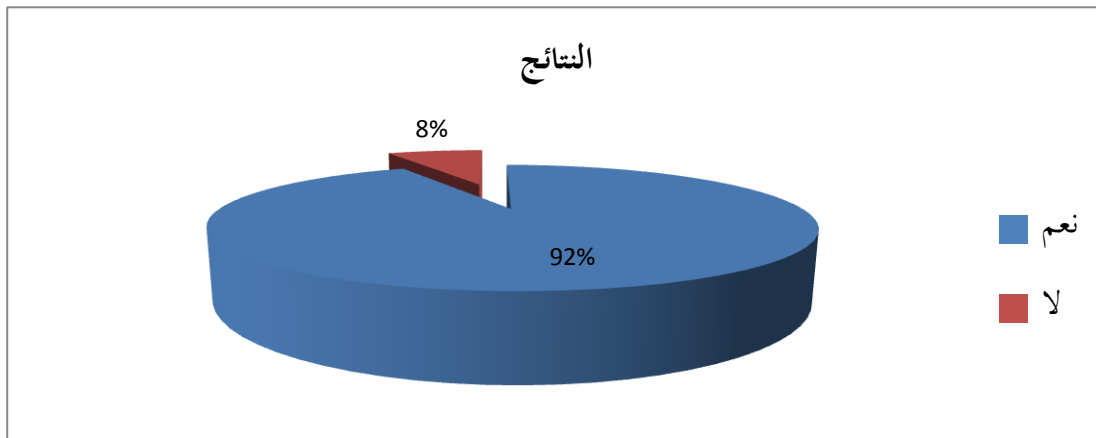
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	37	92,5%
لا	03	07,5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (09) يتضح لنا أن 37 لاعب من العينة أي نسبة 92.5% من اللاعبين، في كثير من الأحيان يضطرون إلى تجذب المنافس العدائي من أجل تفادي التعرض للإصابات الرياضية خلال المنافسات الرياضية، في حين نجد 03 اللاعبين أي بنسبة 07,5% لا يضطرون الى تجنب المنافس العدائي.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلبية اللاعبين يرون بأنهم في كثير من الأحيان يضطرون إلى تجذب المنافس العدائي، من أجل تفادي التعرض للإصابات الرياضية.

الشكل البياني رقم (09): يمثل مدى تجنب المنافس العدائي، من أجل تفاد التعرض للإصابة الرياضية.



من خلال تحليل البنود للفرضية الأولى نستنتج :

أن الإصابات الرياضية تؤثر سلبا على نفسية اللاعبين الذين سبق لهم و ان تعرضوا للإصابات المختلفة عند ممارسة النشاط الرياضي، مما غير من توجهات اللاعبين نحو ممارسة الرياضة ، وهذا قد يجعل من اللاعبين التردد عندما يتم استدعائهم من قبل المدرب الرياضي، من اجل المشاركة في المنافسة الرياضية و التي يغلب عليها الطابع التنافسي، بالإضافة الى زيادة استعدادات اللاعبين لبذل الجهد لتفادي مختلف الإصابات و التي قد تحدث في المنافسة، مع تجنب اكثرة الاحتكاكات مع لاعب الخصم و بالتالي فإن الإصابات الرياضية تنعكس سلبا على مستوى تنافس اللاعبين الذين سبق لهم و ان تعرضوا إلى الإصابات الرياضية.

ومنه فان الفرضية الجزئية الأولى تحققت .

الفرضية الجزئية الثانية:

"للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الاداء ،على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية".

السؤال العاشر :

هل ترغب في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية ؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى رغبة اللاعب في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية.

الجدول رقم(10):

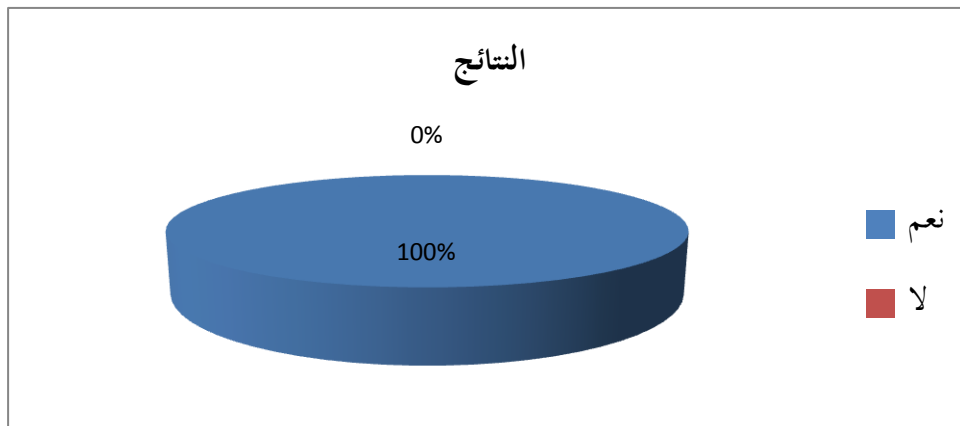
يمثل مدى رغبة اللاعب في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	40	100%
لا	00	00%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (10) يتضح لنا أن 40 من اللاعبين أي بنسبة 100% لديهم رغبة في تحقيق النجاح و تجنب الفشل خلال التطبيق الحصة التدريبية.

الاستنتاج: نستنتج من خلال الجدول ان جميع اللاعبين يرغبون في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية الشكل البياني رقم (10): يبين مدى رغبة اللاعبين في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية.



السؤال الحادي عشر:

هل تغيرت تلك الرغبة في تحقيق النجاح وتجذب الفشل أثناء الحصة التدريبية بعد التعرض الى الاصابة ؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تغير الرغبة في تحقيق النجاح وتجذب الفشل أثناء الحصة التدريبية بعد التعرض الى الاصابة .

الجدول رقم(11):

يمثل مدى تغير الرغبة في تحقيق النجاح وتجذب الفشل أثناء الحصة التدريبية بعد التعرض الى الاصابة .

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	31	77,5%
لا	09	22,5%
المجموع	40	100%

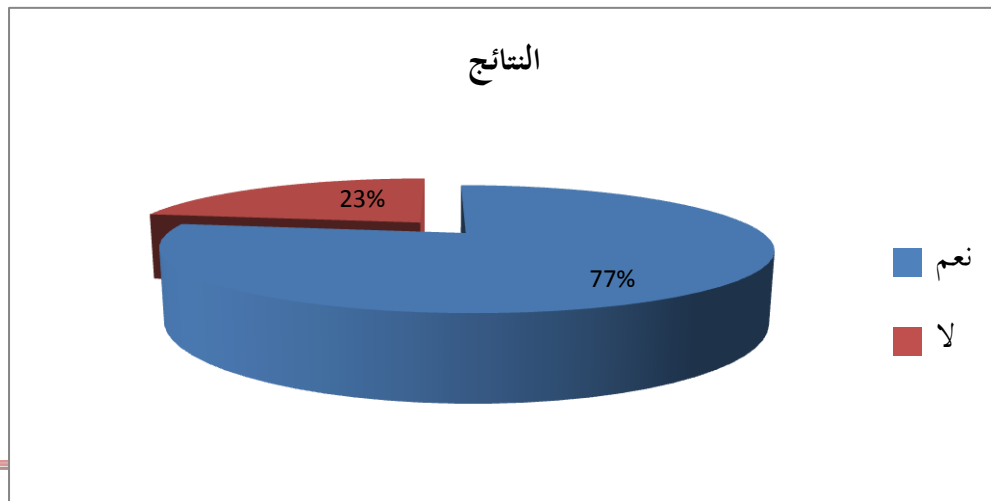
تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (11) يتضح لنا أن 31 لاعب من العينة أي بنسبة 77,5% بعد تعرضهم الى الاصابة تتغير رغبتهم ،في تحقيق النجاح وتجذب الفشل أثناء الحصة التدريبية،بينما يرى 09 لاعبين أي بنسبة 22,5% ان رغبتهم لا تتغير نتيجة لتعرضهم الى الاصابات الرياضية.

الاستنتاج:

من خلال المعطيات السابقة نستنتج أن أغلبية اللاعبين يرون ويصرون على تحقيق النجاح وتجذب الفشل.

الشكل البياني رقم (11): يوضح تغير الرغبة في تحقيق النجاح وتجذب الفشل أثناء الحصة التدريبية بعد التعرض الى الاصابة.



السؤال الثاني عشر :

في كثير من الأحيان تتخلى عن تلك الرغبة وذلك الإصرار خوفا من التعرض لإصابة رياضية؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى تخلي اللاعب عن تحقيق رغبته وذلك الإصرار خوفا من التعرض لإصابة.

الجدول رقم(12):

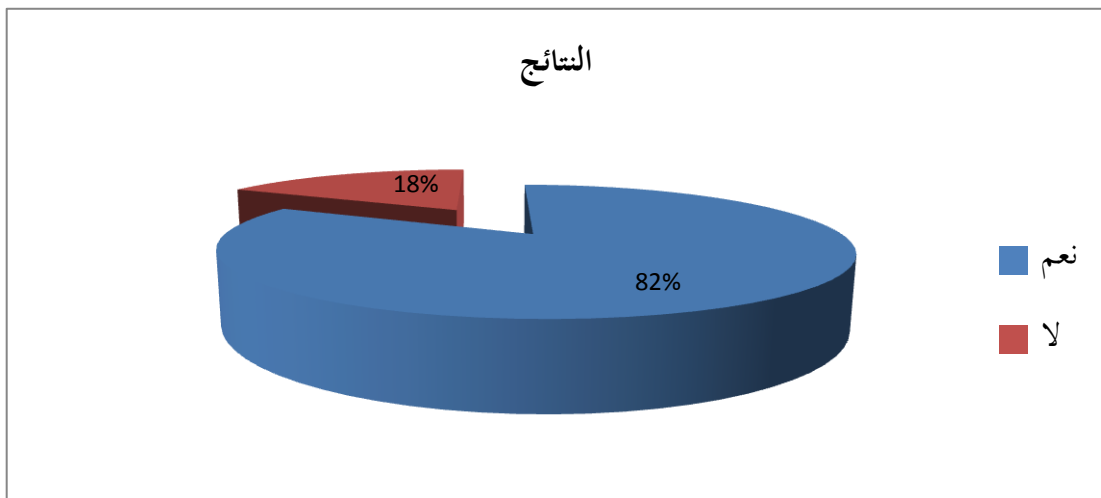
يمثل مدى تخلي اللاعب عن تحقيق رغبته وذلك الإصرار خوفا من التعرض لإصابة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	33	82,5%
لا	07	17,5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (12) يتضح لنا أن 33 لاعب من العينة أي بنسبة 82,5% أنهم يضطرون في كثير من الأحيان إلى التخلي عن تلك الرغبة وذلك الإصرار خوفا من التعرض للإصابات الرياضية، بينما نجد 07 لاعبين أي بنسبة 17,5% لا يضطرون إلى التخلي عن رغبتهم واصرارهم كخوف من التعرض إلى مختلف الإصابات الرياضية. الاستنتاج: نستنتج ان أغلبية اللاعبين يرون بأنهم يضطرون في كثير من الأحيان إلى التخلي عن تلك الرغبة وذلك الإصرار خوفا من التعرض للإصابات الرياضية .

الشكل البياني رقم (12) : يوضح مدى تخلي اللاعب عن تلك الرغبة و الاصرار خوفا من التعرض لإصابة.



السؤال الثالث عشر :

هل أدائك ينخفض بعد الإصابة ؟

الغرض من السؤال :

معرفة مدى إنخفاض أداء اللاعب بعد الإصابة.

الجدول رقم(13):

يمثل مدى إنخفاض أداء اللاعب بعد الإصابة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	31	77,5%
لا	09	22,5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

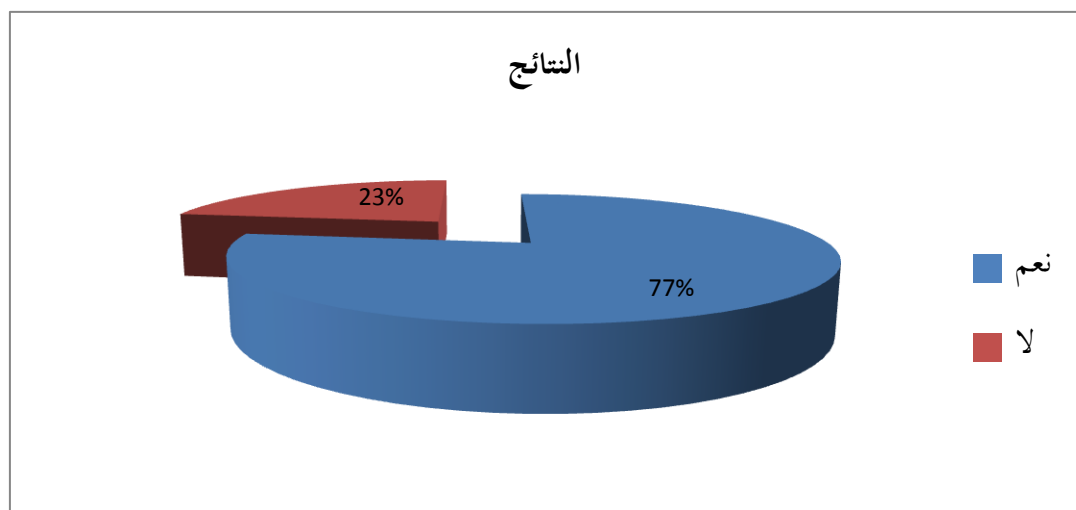
من خلال الجدول (13) يوضح لنا أن 31 لاعب من العينة أي بنسبة 77,5% أن أدائهم ينخفض بعد التعرض

للإصابة، بينما نجد 09 من اللاعبين أي بنسبة 22,5% لا ينخفض أدائهم بعد التعرض للإصابة .

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلبية اللاعبين يرون بأن أدائهم انخفض بعد تعرضهم للإصابة .

الشكل البياني رقم (12) : يوضح انخفاض أداء اللاعبين نتيجة لتعرضهم للإصابة.



السؤال الرابع عشر :

هل كان أداءك قبل الإصابة جيد أثناء التدريب؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى جدية أداء اللاعب قبل الإصابة أثناء التدريب.

الجدول رقم(14):

يمثل معرفة مدى جدية أداء اللاعب قبل الإصابة أثناء التدريب.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	35	87,5%
لا	05	12,5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

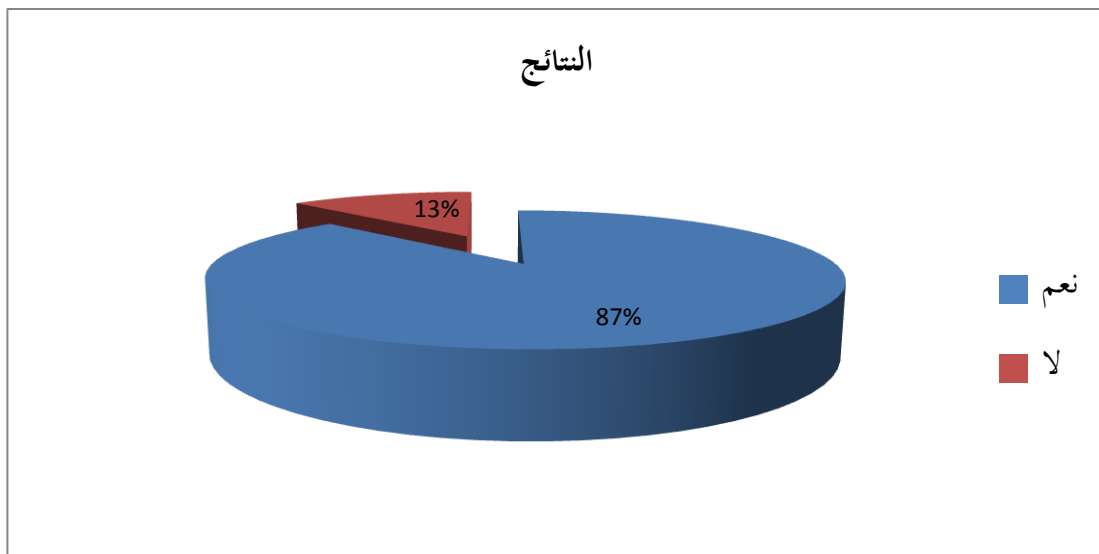
من خلال الجدول (14) يتضح لنا أن 35 لاعب من العينة أي بنسبة 87,5% بأن أداءهم كان جيد قبل

الإصابة أثناء التدريب في حين ان 05 لاعبين من العينة أي بنسبة 05% من العينة بأن أداءهم منخفض .

الاستنتاج:

نستنتج أن أغلبية اللاعبين كان أداءهم ممتاز قبل التعرض للإصابة.

الشكل البياني رقم (14) : يوضح كيفية أداء اللاعبين قبل الإصابة.



السؤال الخامس عشر :

عندما يطلب منك المدرب القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة فهل تخاف من التعرض للإصابة ؟

الغرض من السؤال :

معرفة مدى خوف اللاعب من التعرض إلى الإصابة عندما يطلب المدرب منه القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة.

الجدول رقم(15):

يمثل مدى خوف اللاعب من التعرض إلى الإصابة عندما يطلب المدرب منه القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة

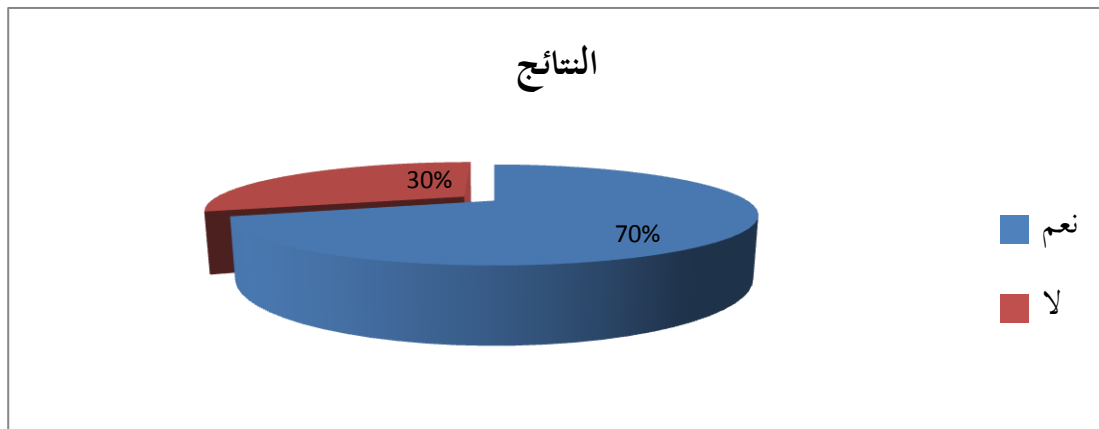
الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	28	70%
لا	12	30%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (15) يتضح لنا أن 28 لاعب من العينة أي بنسبة 70% أن لديهم خوف من الإصابة نتيجة القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة، التي يطلبها المدرب، بينما نجد أن 12 لاعب من العينة أي بنسبة 30% لا يخافون من الإصابة نتيجة القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة التي يطلبها المدرب.

الاستنتاج: نستنتج أن أغلبية اللاعبين يخافون من التعرض لإصابات رياضية عندما يطلب منهم المدرب القيام بعض الحركات الصعبة .

الشكل البياني رقم(15): يوضح مدى خوف اللاعبين القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة والتخوف من التعرض للإصابة.



السؤال السادس عشر :

هل تعتقد أن الإصابة أثرت على أدائك الحالي؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى أثر الإصابة على أداء اللاعب الحالي .

الجدول رقم(16):

يمثل مدى أثر الإصابة على أداء اللاعب الحالي.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	32	80%
لا	08	20%
المجموع	40	100%

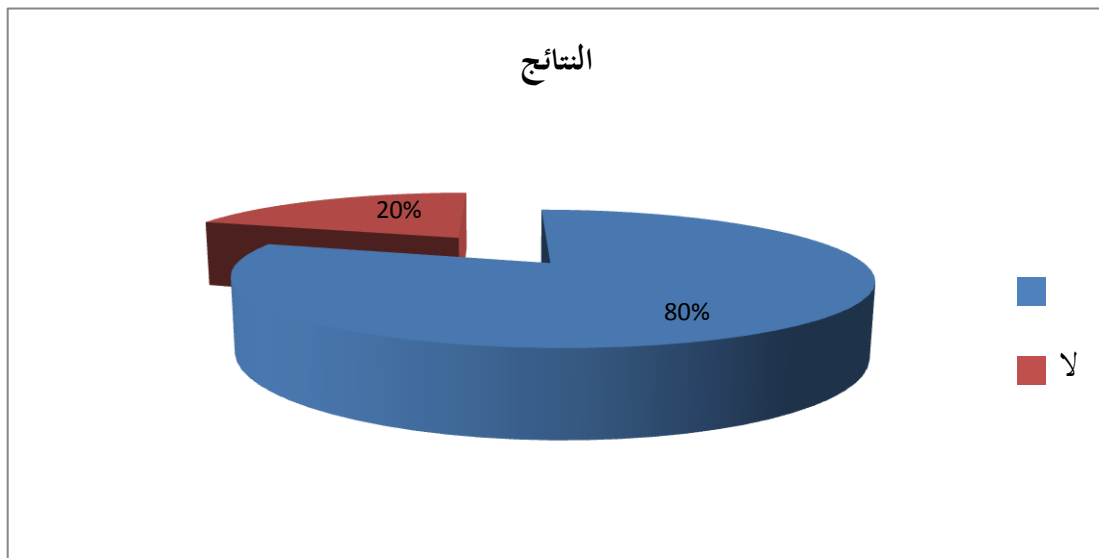
تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (16) يتضح لنا أن 32 لاعب من العينة أي بنسبة 80% بأن الإصابات الرياضية قد أثرت

على أدائهم الحالي ، بينما نجد 08 لاعبين أي بنسبة 20% لم تأثر الإصابات على أدائهم في الوقت الحاضر .

الاستنتاج : نستنتج ان أغلبية اللاعبين يرون أن الإصابات الرياضية قد أثرت على أدائهم الحالي .

الشكل البياني رقم(16): يوضح معرفة مدى أثر الإصابة على أداء اللاعبين الحالي .



السابع عشر :

هل تعتقد أنك قادر على تحسين أدائك بعد الإصابة؟

الغرض من السؤال:

معرفة مدى قدرة اللاعب على تحسين أدائه بعد الإصابة.

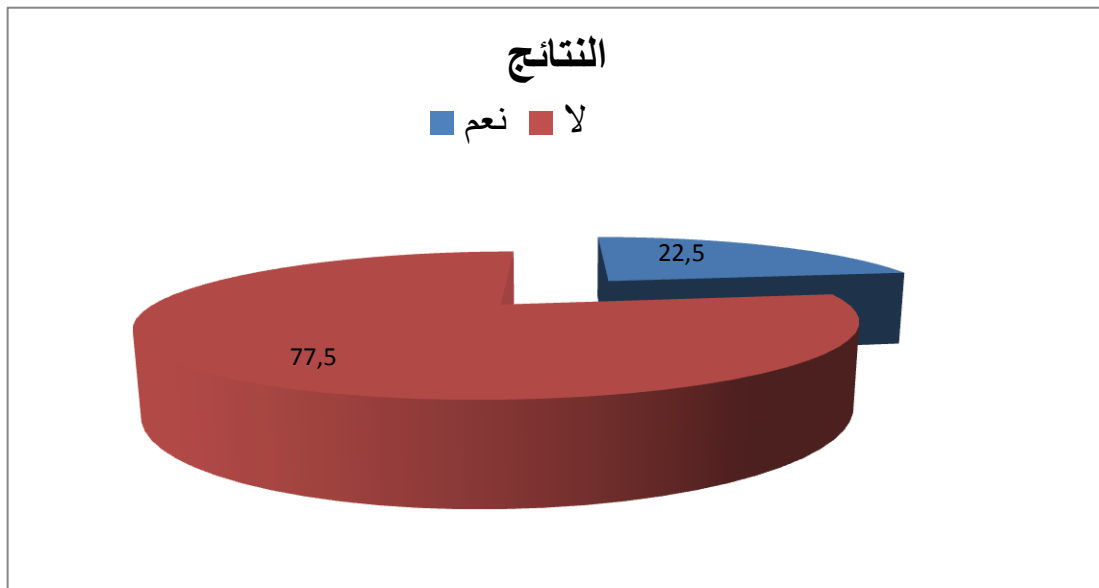
الجدول رقم(17):

يمثل مدى قدرة اللاعب على تحسين أدائه بعد الإصابة.

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	09	22,5%
لا	31	77,5%
المجموع	40	100%

تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول (17) يتضح لنا أن 31 لاعب من العينة أي بنسبة 77,5% ليس لهم القدرة على تحسين أدائهم بعد الإصابة، بينما نجد 09 لاعبين من العينة أي بنسبة 22,5% قادرين على تغيير مستوى ادائهم و تحسينه. الاستنتاج : نستنتج ان أغلبية اللاعبين يرون أنهم غير قادرين على تحسين أدائهم بعد الإصابة. الشكل البياني رقم(17): يوضح مقدرة اللاعبين على تحسين ادائهم على تحسين ادائهم بعد الإصابة.



من خلال تحليل البنود للفرضية الثانية نستنتج :

أن الإصابات الرياضية لها تأثير كبير في التخفيض من الرغبة في تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و ان تعرضوا لإصابات رياضية ، حيث ظهر هذا الانعكاس الى اضطرار اللاعبين في التخلي عن تلك الرغبة خوفا من التعرض لإصابة رياضية ما ، غير أن هذا الانخفاض في الرغبة للأداء يظهر جليا على اللاعبين الذين سبق و ان تعرضوا لإصابة رياضية ، مما ينخفض مستوى أدائهم بعد تلك الإصابة مع اجتنابهم للقيام بالحركات المتميزة بنوع من الصعوبة التي تجعلهم أكثر عرضة للإصابات الرياضية ، غير هؤلاء اللاعبين يسعون لتحسين ادائهم رغم مخاوفهم من التعرض للإصابات الرياضية.

و عليه فان الفرضية الجزئية الثانية تحققت.

مقابلة النتائج بالفرضيات :

الفرضية الأولى: التي افترض فيها الطالب الباحث ان تكون " تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد".

ولإثبات صحة او رفض هذه الفرضية يتبين لنا من خلال الجداول رقم (01-02-03-04-05-06-07-08-09).

نجد أن معظم اللاعبين خلال المنافسات الرياضية لديهم انعكاسات سلبية نتيجة لتعرضهم الى مختلف الاصابات الاكثر شيوعا في هذا النشاط الرياضي، و التي هي عبارة عن تعطيل لسلامة أنسجة وأعضاء الجسم و تلف أو إعاقة سواء كان هذا التلف مصحوبا أو غير مصحوب بتهتك في الأنسجة، لأي تأثير خارجي كان هذا التأثير ميكانيكيا أو عضويا أو كيميائيا ، وهذا ما يؤثر سلبا على دافعية اللاعب في الانجاز الرياضي، و صعوبة الوصول الى المستويات الرياضية المثلى، ومع زيادة خوف اللاعب كنتيجة للتعرض لتلك الاصابات مما يؤدي الى زيادة تردده و ارتبائه خلال مرحلة المنافسة وانخفاض من درجة الحماس التي يغلب عليها الطابع التنافسي ، و هذا ما يتفق مع نتائج دراسة ناصر جمال (2010) بعنوان "الاصابات الرياضية البدنية و النفسية عند لاعبي كرة القدم ذو المستوى العالي و انعكاساتها على مستوى الرياضي خلال المنافسة".

عليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث تحققت وهذا ما أكد عليه النتائج المتوصل اليها مختلف المراجع العلمية

الفرضية الجزئية الثانية :

"للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الاداء على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية".

ولإثبات صحة او رفض هذه الفرضية يتبين لنا من خلال الجداول رقم(11-12-13-15-16-17) ان معظم اللاعبين يظهرون انخفاض للرغبة في الأداء نتيجة لتعرضهم للإصابات من قبل وهذا ما انعكس بالسالب على رغبتهم في الاداء و وجود صعوبات في الحصول على النتائج المطلوبة خلال مرحلة المنافسة للموسم الرياضي ، وهذا ما يؤثر بدرجة كبيرة على قابلية اللاعب البدنية و الوظيفية وكذا النواحي الذهنية للفرد الرياضي التي تؤدي الى استثارته و تردده على الاداء الجيد ، مما قد يؤثر سلبا على نتائج مستوى ادائهم خلال مرحلة المنافسة مما يسبب زيادة فشل اللاعب و الهبوط في المستوى.

وعليه يمكن القول أن فرضية البحث تتحقق وهذا ما أكدته نتائج الدراسة ومختلف المراجع العلمية .

الفصل الخامس



استنتاجات و اقتراحات



الاستنتاجات

من خلال ما توصلنا اليه من نتائج هذا البحث و من خلال الفرضيات المطروحة يمكن استنتاج أن للإصابة الرياضية انعكاس سلبي بدرجة كبيرة على دافعية الانجاز للاعبي كرة اليد إذ يترتب عن سوء التكفل بها عواقب صحية على الرياضي و في هذا الجانب توصلنا الى الاستنتاجات العامة ألا وهي :

- الإصابة الرياضية هي هاجس لكل لاعب و هي ذات انعكاس سلبي على نفسيته مما تخفض من المردود.
- أغلب اللاعبين يتجاهلون الإصابة أثناء المنافسة و هي ما يؤدي الى تفاقمها .
- نوع و شدة الإصابة من حيث الخطورة تنعكس سلبا على الأداء الرياضي .
- يجب الاهتمام بدرجة كبيرة بالنواحي الطبية من الإسعافات الأولية حتى إعادة التأهيل الذي لا بد أن يتمشى مع نوعية الإصابة

- الإصابة الرياضية تنعكس سلبا على أداء اللاعبين.
 - الإصابة الرياضية تعمل على التخفيض من دافعية الانجاز لدى اللاعبين.
 - تؤثر الاصابات الرياضية على الجانب البدني و كذا الجانب النفسي للرياضي.
- اقتراحات و فروض مستقبلية.**

من خلال نتائج الدراسة فإنه يمكن صياغة الاقتراحات و التوصيات التالية :

- العمل على تنمية دوافع المراهقين نحو ممارسة الرياضة وذلك عن طريق التوعية بدور هذه الأخيرة في تنمية الصحة الجسمية والعقلية والنفسية للفرد .
- ضرورة الاهتمام بالرياضة وذلك من خلال توفير كافة الوسائل التي تسمح لها ببلوغ أهدافها.
- العمل على تنمية دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة اليد .
- ضرورة تنمية العلاقة بين المدرب و اللاعب أثناء الحصص التدريبية .
- الأخذ بعين الاعتبار الجانب النفسي للمراهق عند التعامل معه.
- ضرورة توعية اللاعبين بمخاطر الاصابات الرياضية على الصحة النفسية وغيرها.
- التكفل الحقيقي باللاعبين الذين يعانون من مخاوف التعرض لإصابة رياضية و ذلك بإخضاعهم لبرامج إعادة التأهيل النفسي.

- ضرورة وجود المحضر الذهني و النفسي بجانب الفريق من اجل تحضير اللاعبين الاصحاء عامتا و المصابين خاصتا .

الافاق المستقبلية للدراسة:

- إعداد البرامج و الخطط الخاصة بتنمية و تحسين الدافعية للانجاز في مختلف الرياضات .
- عقد ملتقيات وطنية و دولية لتحديد مدى اثر الإصابات الرياضية على الدافعية للانجاز لدى لاعبي كرة اليد.
- عقد دورات تكوينية لتوعية المعنيين (المدرّب ، المسؤولين إلخ) للاهتمام بالاصابات الرياضية و كيفية تفاديها و تأهيل اللاعبين من النواحي النفسية و الوظيفية و البدنية و غيرها.
- إعداد البحوث العلمية التي تتعلق بالإصابات الرياضية و جمع المعلومات عنها لتحسين دافعية الانجاز عند لاعبي كرة اليد .
- القيام ببناء مراكز و منشآت رياضية و تجهيزها بمختصين في مجال علم النفس الرياضي للاستفادة بها من قبل اللاعبين ذوي الذين قد تعرضوا الى مختلف الإصابات الرياضية .
- إتمام في مثل هذه الدراسات في أطروحة الدكتوراه على صياغة برامج تنموية خاصة بالإصابات الرياضية.

- قائمة المصادر:

- القرآن الكريم، سورة النساء "الآية 113".
- قائمة المراجع باللغة العربية:
1. ابراهيم قشقوش، طلعة منصور "دافعية الانجاز و قياسها" ط1، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1979.
 2. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، حسين باهي ، طرق البحث العلمي و التحليل الإحصائي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة 2000.
 3. ادوارد موراي، "الدافعية و الانفعال" ترجمة عبد الويو سلامة، دار الشوروق، 1988.
 4. أسامة رياض، "الطب الرياضي وإصابات الملاعب"، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
 5. أسامة رياض، "الطب الرياضي وكرة اليد"، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1999.
 6. أسامة كمل راتب، "علم النفس الرياضي" الفكر العربي ، ط1، القاهرة، 2007.
 7. بلبول فريد، علاقة الاصابات الرياضية بدافعية الانجاز لحصة التربية البدنية و الرياضية"معهد التربية البدنية و الرياضية سدي عبدالله 2008.
 8. بهاء دينا براهيم سلامة، "الصحة الرياضية و محددات الفيزيولوجية للنشاط الرياضي" ط1، دار الفكر العربي، 2002.
 9. جماعة من الاساتذة، "العجم الوسيط" دار الاحياء التراث العربي، ط1، 2000.
 10. جميل ناصف، موسوعة الألعاب الرياضية المفصلة ، ط 01 ، بيروت، لبنان 1993 .
 11. حامد عبد السلم زهران، "عنف الطفولة و المراهقة" ، ط 04 علم النفس ، القاهرة 1982.
 12. حسن عبد الجواد، "كرة اليد" دار العلم للملايين ، بيروت ، ط04، 1982.
 13. حلمي حسين، "اللياقة البدنية، مكوناتها و العوامل المثيرة عليها" دار المتنبي، القاهرة، 1980.
 14. حياة عياد روفائيل، "إصابات الملاعب ووقاية علاج طبيعي إسعاف" ، منشأة المعارف ، الإسكندرية.
 15. خديجة نجادي، سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى التلاميذ المنخرطين في الرياضة المدرسية حسب بعض الأنشطة المختارة، جامعة الشلف، 2011.
 16. رمضان ياسين، "علم النفس الرياضي" دار أسامة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2008.
 17. ريسان حريبط ، النظريات العامة في التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة ، دار المشرق ، عمان 1998.
 18. زينب العالم، "التدليك الرياضي و اصابات الملاعب" ، ط1، مصر، دار الفر العربي، 1998.
 19. سمية خليل محمد، "الاصابات الرياضية" ، الاكاديمية العراقية الرياضية ، بغداد، بدون طبعة 2007.
 20. شوكة ضياء منير، علاقة القوة الانفجارية للأطراف السفلية لبعض المهارات الاساسية لكرة القدم، العرق، 2000.
 21. صالح محمد علي أبو جادو، "علم النفس التربوي" الأردن ، دار المسيرة، ط 01 ، الاردن.

22. عامر السعيد الخيكاني ،"سيكولوجية كرة القدم" مكتبة المجتمع العرب للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2011.
23. عبد الرحمن عبد الحميد زاهر، "موسوعة الإصابات الرياضية وإسعافاتها الأولية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004.
24. عبد اللطيف خليفة ،"داغعية الانجاز" دار الغريب للطباعة والنشر، القاهرة، 2000، منير جرس "كرة اليد للجامع" دار الفكر العرب، ط1، القاهرة، 1990.
25. عبد اللطيف محمد خليفة ،"الدافعية للانجاز " دار غريب للطباعة والنشر ، القاهرة 2000 .
26. عبد عاين صيف السامرائي، "طرق الإحصاء في التربية البدنية و الرياضية" جامعة بغداد ، العراق 1997 .
27. عمار عبد الرحمان عبد الحميد زاهر، "موسوعة الاصابات الرياضية و الاسعافات الالوية"، ط1، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، 2004.
28. عز الدين بشقة، عوامل الاستشارة الدافعية لدى طلبة LMD، جامعة الجزائر، 2009.
29. فراج عبد الحميد توفيق ،"كيمياء الإصابة العضلية والمجهود البدني للرياضيين " دار الوفاء لدنيا ، الطباعة والنشر، الإسكندرية ، مصر، ط 1 ، 2004.
30. فراج عبد الحميد توفيق،"كيمياء الإصابة العضلية والمجهود البدني للرياضيين"، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2004.
31. محمد حسن العلاوي ، سوكلوجية الاصابة الرياضية " مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ط01، 1998.
32. محمد حسن العلاوي ، سوكلوجية التدريب و المنافسة " ط 01، المعارف ، القاهرة .1992.
33. محمد حسن العلاوي، مدخل الى العام النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، ط6، القاهرة ، 2007.
34. محمد حسن العلاوي، سيكولوجية الإصابة الرياضية"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
35. محمد حسن علاوي، سوكلوجية الاصابة الرياضية " ط مركز الكتاب للنشر، قاهرة منير جرجس، "كرة اليد للجميع" دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1994.
36. محمد مصطفى زيدان ، نظريات التعلم و تطبيقاتها التربوية " دار النشر ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.
37. محي الدين مختار، محاضرات في علم النفس الاجتماعي ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر ، 1982.
38. مصطفى حسين و الآخرون، الصحة النفسية في المجال الرياضي ، مركز الكتاب والنشر، القاهرة، ط01 ، 2002.
39. مصطفى عشوي، مدخل إلى علم النفس، ديوان المطبوعة الجامعية، ط01 ، الجزائر، 1990.
40. معجم علم عبد الحفيظ ، حسين باهي ، "طرق البحث العلمي و التحليل الاحصائي " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة 2000.
41. معروف رزيق ، خطايا المراهقة" ط02، دار الفكر ، 1986.
42. نافز أحمد البقيعي، التربية العلمية الفاعلة"، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان، الاردن، ط2010، 1.

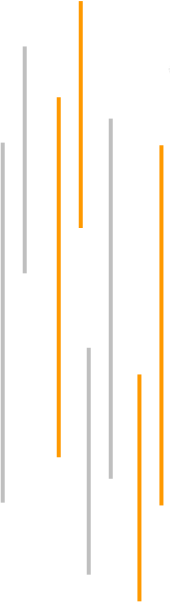
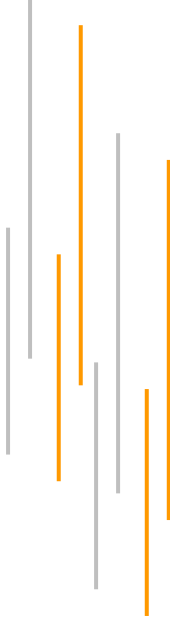
43. نوري الحافظ ، "المراهقة " ، ط2، المؤسسة العربية للدراسات و النشر ، القاهرة 1990.
44. يحيوي السعيد، عزو التفوق والفشل وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم، الجزائر، 2009.

2- المراجع باللغة الفرنسية

- 1.Gerond ,bet Gros ,G , Ientiquent de basket ball , advigat ,paris,1985.
- 2.Revue des facture de la performance n°02 ou d'une équiپen°02 sport, 1988
3. Thomas, préparation psychologique du sport, edroigot, 1991.
4. www.sportacademy.com (25/05/2014-21H 52).

3_ قائمة الدوريات و المجلات العلمية

1. ياوي السعيد"عزو التفوق و الفشل وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم" اطروحة لنيل شهادة دكتوراء ،معهدالتربية و البدنية سدي عبدالله،2008_2009.
- 2.مرزاقه جمال "اهمية استشارة الدافعية من خلال ممارسة التربية البدنية و الرياضية وعلاقته بالتفوق الدراسي لدى الطلاب المرحلة الثانوية"،مذكرة المحسار ،قسم الترية البدنية و الرياضية ،دالي ابراهيم ،2000 | 2001.



الملاحق

مشاف جامعة "محمب بوضيف" بالمسيلة لمذكرات ماسفر للفترة [2017/2016] على شكل word

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

قسم : التدريب الرياضي

رقم التسلسل 06 :

رقم التسجيل 960\10d\12 :

الطالب : بلقاسم حمزة

تاريخ المناقشة: 18 ماي 2017

عنوان المذكرة: انعكاس الاصابات الرياضية على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة اليد فئة الاواسط (فئة

الواسط 17-19 سنة)

لغة المذكرة: اللغة العربية

نوع المذكرة: ماسفر

البلد: الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية - ولاية المسيلة -

الجامعة: جامعة محمد بوضيف بالمسيلة

إشراف : الدكتور قارة السعيد

عدد الصفحات : 60

ملف إلكتروني (cd-Rom * word * PDF)

فرع : التدريب الرياضي

التخصص: تحضير ذهني و بدني

الملخص :

بالعربية

عنوان الدراسة: انعكاس الاصابات الرياضية على دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة اليد فئة الاواسط (فئة

الواسط 17-19 سنة)

أهداف الدراسة :

- معرفة دور الإصابات الرياضية في التقليل من مستوى أداء هؤلاء اللاعبين أثناء التدريب .
- معرفة دور الإصابات الرياضية في التخفيض من رغبة الأداء في تحقيق النجاح وتجنب الفشل عند اللاعبين الذين تعرضوا لإصابات رياضية.

مشكلة الدراسة :

- هل تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد ؟
- هل للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الأداء على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية ؟

فرضيات الدراسة :

- تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد.
- للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الاداء على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية.

عينة الدراسة : تكونت العينة من 40 اللاعب لفرق ولاية البويرة .

المنهج : تم إتباع المنهج الوصفي في الدراسة.

أدوات الدراسة : استمارة استبيان.

النتائج المتوصل إليها :

- الإصابة الرياضية تنعكس سلبا على أداء اللاعبين في مرحلة المنافسة.
- الاصابات الرياضية تعمل على التخفيض من رغبة الاداء اعلى تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين.
- الإصابة الرياضية تعتبر هاجس لكل لاعب ولها انعكاس سلبي على نفسيته مما تخفض من المردود .

استنتاجات و اقتراحات

- الإصابة الرياضية تعمل على التخفيض من رغبة اللاعب و دافعيته الانجاز لدى اللاعبين.
- الإصابة الرياضية تنعكس سلبا على أداء اللاعبين .

- نوع و شدة الاصابة من حيث الخطورة له اثر سلبي على الأداء الرياضي .
- العمل على تنمية دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة اليد .
- عقد ملتقيات وطنية و دولية للتحسيس بمختلف الاصابات الرياضية و انعكاساتها على اداء اللاعبين .
- ينبغي على الإدارة توفير أخصائي نفسي للرفع من الدافعية للانجاز خاصتا في نشاط الكرة اليد .
- ضرورة توعية اللاعبين بمخاطر الاصابات الرياضية على الصحة النفسية وغيرها .

كشاف بالفرنسية

Faculté Institut des sciences et des activités sportives et techniques et physiques

Département : entraînement sportif

N° d'ordre 06

N° d'inscription 960\d10\12

Chercheur : belkacem hamza

Soutenu publiquement le : LE 18 MAI 2017

Titre de la thèse (mémoire) : le reflet des blessures sportives sur la classe motivation à la réussite parmi les joueurs de handball A laosit (17-19) .

Language de la thèse : ARABIC

Modèle de la thèse : MASTER

Pays : RÉPUBLIQUE ALGÉRIENNE-M'SILA

Université: Université de M'sila

Nom et Prénom de l'encadreur : dr kara saad

Grade : conferencier

Nombre de page 60

Ficher électronique (cd-Rom* word * PDF)

Spécialité : preparation physique et Montale

Option : entraînement sportif

Résumé de l'étude:

□ titre de l'étude: le reflet des blessures sportives sur la classe motivation à la réussite parmi les joueurs de handball A laosit (17-19).

objectifs de l'étude□:

-Connaître le rôle des blessures sportives à réduire le niveau de performance de ces joueurs au cours de la formation.

-Connaître le rôle des blessures sportives dans la réduction de la performance d'un désir de réussir et éviter l'échec lors que les joueurs qui ont subi des blessures sportives.

problème de l'étude:

- Est-ce que les blessures sportives reflète négativement sur la scène concurrentielle des joueurs de handball?

- Le rôle des blessures sportives dans la réduction de la performance du désir de réussir et éviter l'échec lorsque les joueurs qui ont déjà été exposés et les blessures sportives?

Hypothèses de l'étude:

- les blessures sportives se reflètent négativement sur la scène de la compétition des joueurs de handball.

les blessures sportives à réduire le rôle du désir de performance pour atteindre le succès et éviter l'échec lors que les joueurs qui ont déjà été exposés et les blessures sportives.

L'échantillon de l'étude: L'échantillon était composé de 40 équipes pour le joueur Bouira.

Approche: l'approche descriptive a été suivie dans l'étude.

Outils d'étude: un questionnaire.

Les résultats soutenus à:

- blessure sportive reflète négativement sur la performance des acteurs de la phase de compétition.

- blessures de sport travaillent sur la réduction de la plus haute performance Rgahatteindre le succès et éviter l'échec lors que les joueurs.

- blessure sportive est considérée comme obsédée par chaque joueur et avoir un impact négatif sur le psychisme, ce qui réduit le rendement.

Conclusions et suggestions

- travail des blessures sportives sur la réduction du désir du joueur et les joueurs.

Réalisation Dafieth

- blessure sportive reflète négativement sur la performance des joueurs.

- Le type et la gravité de la blessure en termes de risqueront un impact négatif sur la performance sportive.

- Les travaux sur le développement de la motivation de réussite parmi les joueurs de handball.

- la tenue de forums pour augmenter nationaux et internationaux sensibilisation de diverses blessures sportives et leur impact sur les performances des joueurs.

- La direction devrait fournir un psychologue pour augmenter la motivation pour terminer l'activité en particulier la balle à la main.

- La nécessité d'éduquer les joueurs sur les dangers des blessures sportives et autres problèmes de santé mentale.

-الملاحق

الملحق رقم (1)

قائمة الأساتذة المحكمين:

الرقم	الاسم و اللقب	الدرجة العلمية	القسم	الملاحظات
1	بن سالم سالم	أستاذ محاضر. أ	قسم التدريب الرياضي	موافق
2	زواق	أستاذ محاضر. ب	قسم التدريب الرياضي	موافق
3	ديلمي محمد	أستاذ محاضر. أ	قسم التدريب الرياضي	موافق
4	مجادي مفتاح	أستاذ محاضر. أ	قسم الإدارة والتسيير الرياضي	موافق
5	أمان الله رشيد	أستاذ محاضر. أ	قسم التدريب الرياضي	موافق

جامعة محمد بوضياف
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم التدريب الرياضي

استبيان خاص باللاعبين

في إطار البحث الذي نقوم به لإنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر في قسم التدريب الرياضي وبتخصص التحضير البدني و الذهني ، نضع بين يديكم هذا الاستبيان و نرجو منكم، لتكرم بالإجابة الشخصية بكل حرية و موضوعية وصدق.
ونحيطكم علما أن إجاباتكم لا تستعمل الا لغرض البحث العلمي فقط .
مع خالص الشكر و التقدير.

تحت إشراف:

د/قارة السعيد

من إعداد:

بلقاسم حمزة.

- الفرضية الأولى: للإصابات الرياضية انعكاس سلبي على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد

السؤال الأول:

هل يتتابك الخوف من التعرض لإصابة رياضية أثناء الحصة التدريبية؟

نعم لا

السؤال الثاني:

هل أصبحت حذرا أكثر من ذي قبل أثناء تدريباتك؟

نعم لا

السؤال الثالث:

بعد تعرضك للإصابة، هل تغيرت نظرتك حول المخاطر التي قد تنجم عن النشاط البدني الرياضي؟

نعم لا

السؤال الرابع:

هل تعرضك للإصابة كان نتيجة لعدم إدراكك للمخاطر التي قد تنجم عن ممارسة الرياضة؟

نعم لا

السؤال الخامس:

هل الإصابة الرياضية أثرت على توجهاتك نحو ممارسة الحصة التدريبية؟

نعم لا

السؤال السادس:

هل تتردد عندما يستدعيك المدرب للمشاركة في المقابلة التي يغلب عليها الطابع التنافسي؟

نعم لا

السؤال السابع:

هل أثناء قيامك بالألعاب الجماعية التنافسية تتجنب الاحتكاك مع الخصم؟

نعم لا

السؤال الثامنة:

أثناء التنافس تضطر إلى التقليل من حماسك واستعدادك لبذل الجهد خوفا من التعرض لإصابة رياضية؟

نعم لا

السؤال التاسع:

في كثير من الأحيان تضطر إلى تجنب المنافس العدائي من أجل تفادي التعرض للإصابة الرياضية؟

نعم لا

– الفرضية الثانية: للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الأداء على تحقيق النجاح وتجنب الفشل عند اللاعبين اللذين سبق وتعرضوا للإصابة الرياضية

السؤال العاشر :

هل ترغب في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية؟

نعم لا

السؤال الحادي عشر :

هل تغيرت تلك الرغبة في تحقيق النجاح وتجنب الفشل أثناء الحصة التدريبية بعد التعرض إلى الإصابة؟

نعم لا

السؤال الثاني عشر :

في كثير من الأحيان تتخلى عن تلك الرغبة وذلك الإصرار خوفا من التعرض لإصابة رياضية؟

نعم لا

السؤال الثالث عشر :

هل أدائك ينخفض بعد الإصابة ؟

نعم لا

السؤال الرابع عشر :

هل كان أدائك قبل الإصابة جيد أثناء التدريب؟

نعم لا

السؤال الخامس عشر :

عندما يطلب منك المدرب القيام ببعض الحركات الرياضية الصعبة فهل تخاف من التعرض للإصابة ؟

نعم لا

السؤال السادس عشر :

هل تعتقد أن الإصابة أثرت على أدائك الحالي؟

نعم لا

السؤال السابع عشر :

هل تعتقد أنك قادر على تحسين أدائك بعد الإصابة؟

نعم لا

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة المسيلة

نادي كرة اليد

الوحدات الرياضية بـبيرة

في 2017/02/24

إلى السيد الدكتور : قارة السعيد

الموضوع : إقرار

أنا لممضي أسفله رئيس النادي ، أقرر و اشهد بأن الطالب بلقاسم حمزة طالب السنة الثانية ماستر قسم التدريب الرياضي و متخصص تحضير بدني وذهني بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية قد طبق استبيان علي فئة الأواسط (17-19) سنة في نادي كرة اليد بـبيرة الوحدات الرياضية... لمذكرة تخرجه ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر من 2017/02/24 إلى يوم 2017/04/24

سلمت هذه الوثيقة لما يسمح به القانون.



رئيس فرع كرة اليد
ع. جتيدي

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية المسيلة

نادي كرة اليد

أولمبيك سور الغزلان (O.S.G)

اليوم في 20/11/2017.

إلى السيد الدكتور : قارة السعيد

الموضوع : إقرار

أنا الممضي أسفله رئيس النادي ، أقرر و أشهد بأن الطالب بلقاسم حمزة طالب السنة الثانية ماستر قسم التدريب الرياضي و متخصص تحضير بدني وذهني بمعهد علوم وثقنيات النشاطات البدنية و الرياضية قد طبق برنامج التدريسي المقترح على فئة الأواسط (17-19) سنة في نادي كرة اليد أولمبيك سور الغزلان (O.S.G) لمذكورة تخرجه ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر من 20/11/2017 إلى يوم 22/11/2017

سلمت هذه الوثيقة لما يسمح به القانون.

مصطفى سعيد
رئيس النادي
أولمبيك سور الغزلان
لكرة اليد (O.S.G)

- ملخص الدراسة :

◀ عنوان الدراسة : انعكاس الإصابات الرياضية على دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة اليد فئة الاواسط (17-19).

◀ أهداف الدراسة :

- معرفة دور الإصابات الرياضية في التقليل من مستوى أداء هؤلاء اللاعبين أثناء التدريب .
- معرفة دور الإصابات الرياضية في التخفيض من رغبة الأداء في تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين تعرضوا لإصابات رياضية.

مشكلة الدراسة :

- هل تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد ؟
- هل للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الأداء على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية ؟

فرضيات الدراسة :

- تنعكس الاصابات الرياضية سلبا على مرحلة المنافسة لدى لاعبي كرة اليد.
- للإصابات الرياضية دور في تخفيض من رغبة الاداء على تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين الذين سبق لهم و تعرضوا للإصابات الرياضية.

عينة الدراسة : تكونت العينة من 40 اللاعب لفرق ولاية البويرة .

المنهج : تم إتباع المنهج الوصفي في الدراسة.

أدوات الدراسة : استمارة استبيان.

النتائج المتوصل إليها :

- الإصابة الرياضية تنعكس سلبا على أداء اللاعبين في مرحلة المنافسة.
- الاصابات الرياضية تعمل على التخفيض من رغبة الاداء اعلى تحقيق النجاح و تجنب الفشل عند اللاعبين.
- الاصابة الرياضية تعتبر هاجس لكل لاعب ولها انعكاس سلبي على نفسيته مما تخفض من المردود .

استنتاجات و اقتراحات

- الاصابة الرياضية تعمل على التخفيض من رغبة اللاعب و دافعيته الانجاز لدى اللاعبين.
- الإصابة الرياضية تنعكس سلبا على أداء اللاعبين .
- نوع و شدة الاصابة من حيث الخطورة له اثر سلبي على الأداء الرياضي.
- العمل على تنمية دافعية الانجاز لدى لاعبي كرة اليد.
- عقد ملتقيات وطنية و دولية للتحسيس بمختلف الاصابات الرياضية و انعكاساتها على اداء اللاعبين.
- ينبغي على الإدارة توفير أخصائي نفسي للرفع من الدافعية للانجاز خاصتا في نشاط الكرة اليد.
- ضرورة توعية اللاعبين بمخاطر الاصابات الرياضية على الصحة النفسية وغيرها.

Résumé de l'étude:

titre de l'étude: le reflet des blessures sportives sur la classe motivation à la réussite parmi les joueurs de handball A laoisit (17-19).

objectifs de l'étude :

- Connaître le rôle des blessures sportives à réduire le niveau de performance de ces joueurs au cours de la formation.
- Connaître le rôle des blessures sportives dans la réduction de la performance d'un désir de réussir et éviter l'échec lors que les joueurs qui ont subi des blessures sportives.

problème de l'étude:

- Est-ce que les blessures sportives reflète négativement sur la scène concurrentielle des joueurs de handball?
- Le rôle des blessures sportives dans la réduction de la performance du désir de réussir et éviter l'échec lorsque les joueurs qui ont déjà été exposés et les blessures sportives?

Hypothèses de l'étude:

- les blessures sportives se reflètent négativement sur la scène de la compétition des joueurs de handball.

les blessures sportives à réduire le rôle du désir de performance pour atteindre le succès et éviter l'échec lors que les joueurs qui ont déjà été exposés et les blessures sportives.

L'échantillon de l'étude: L'échantillon était composé de 40 équipes pour le joueur Bouira.

Approche: l'approche descriptive a été suivie dans l'étude.

Outils d'étude: un questionnaire.

Les résultats soutenus à:

- blessure sportive reflète négativement sur la performance des acteurs de la phase de compétition.
- blessures de sport travaillent sur la réduction de la plus haute performance Rgahatteindre le succès et éviter l'échec lors que les joueurs.
- blessure sportive est considérée comme obsédée par chaque joueur et avoir un impact négatif sur le psychisme, ce qui réduit le rendement.

Conclusions et suggestions

- travail des blessures sportives sur la réduction du désir du joueur et les joueurs. Réalisation Dafieth
- blessure sportive reflète négativement sur la performance des joueurs.
- Le type et la gravité de la blessure en termes de risqueront un impact négatif sur la performance sportive.
- Les travaux sur le développement de la motivation de réussite parmi les joueurs de handball.
- la tenue de forums pour augmenter nationaux et inter nationaux sensibilisation de diverses blessures sportives et leur impact sur les performances des joueurs.
- La direction devrait fournir un psychologue pour augmenter la motivation pour terminer l'activité en particulier la balle à la main.
- La nécessité d'éduquer les joueurs sur les dangers des blessures sportives et autres problèmes de santé mentale.