

الإصابات الرياضية الأكثر حدوثاً وأماكن حدوثها للاعبين كرة السلة بليبيا الموسم الرياضي (2020-2021)

د. فؤاد أحمد برغش

د. ناجي الهادي علي خليفة

د. خالد جموم علي الجالي

الابميل :

تاريخ القبول / 2021/10/28

تاريخ الاستلام / 2021/7/12

الكلمات الدالة / الإصابات – كرة السلة –

مستخلص البحث

يهدف البحث الإصابات الرياضية الأكثر حدوثاً للاعبين كرة السلة بليبيا الموسم الرياضي 2020 – 2021 واستخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لطبيعة البحث. علي عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تكونت من جميع لاعبي كرة السلة المشاركين في الدوري الليبي بالمنطقة الغربية (2020-2021) والبالغ عددهم (120) لاعبا من مجموع (12) ناديا . وسائل جمع البيانات: تم تحديد وسائل جمع البيانات المستخدمة في هذا البحث كما يلي : عن طريق المسح المرجعي للبحوث السابقة التي أجريت في المجالات المرتبطة بالبحث ومن خلالها تم استخلاص محاور الاستمارة .

في ضوء أهداف البحث ونتائجه يستنتج ما يلي :

إن أكثر الإصابات التي تعرض إليها الرياضيين الموسم الرياضي (2020-2021) كانت الكدمات في سلاميات أصابع اليدين بنسبة (85.8%) ثم الكدمات في مفصل الكوع بنسبة (66.7%) ثم الالتواء مفصل القدم بنسبة (54.2%) وأن من أهم الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإصابات هي انخفاض اللياقة البدنية والتعب العضلي وعدم إجراء الفحوص الطبية وزيادة حمل التدريب.

Abstract

This research is the most famous sports injuries for football players in Libya for the sports season 2020-2021. The descriptive method was used by the survey method, using the previous sample. The research sample: A sample was chosen by the intentional method, which consisted of all the football players participating in the Libyan League in the Western Region (2020-2021), who numbered (120) players from a total of (12) clubs. Determining the means of data collection in this research as follows: The way of the reference survey of previous research in the previous fields by research and clothing, and then extracting the axes of the form.

Through it and then extract the axes of the form.

In light of the research objectives and results, the following can be concluded:

The most common injuries that athletes suffered in the sports season (2020-2021) were bruising in the phalanges of the fingers with a percentage of (85.8%), then bruising in the elbow joint with a percentage of (66.7%), then sprains in the foot joint by (54.2%). To the occurrence of injuries are low physical fitness, muscle fatigue, lack of medical examinations, and increased training load.

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد الألعاب الجماعية الحديثة بمختلف منافسات على المستوى المحلي والدولي تعاني من مشكلة الإصابات وتعتبر الكرة السلة إحدى هذه الألعاب والتي تلاقي اهتمام متزايد من قبل أغلب بلدان العالم، كما نالت نصيب وافر من الدراسة والبحث العلمي والتي تهدف إلى الارتقاء بحالة اللاعب البدنية والحركة والصحية والنفسية والذهنية وأن عملية التخطيط والعمل على تشخيص حالة لاعبين وسلامتهم من أهم الأسس التي تعمل على الوصول للاعبين لتحقيق النتائج المطلوبة.

وكرة السلة من الألعاب التي تتطلب في أحياناً كثيرة حركات وفجائية وسرعة رد فعل وعنف أحياناً نتيجة الاحتكاك بالكرة ومواقف اللعب المختلفة خلال أشواط المباراة مما يتطلب سلامة اللاعب ولياقة البدنية العالية وعدم تعرضه لإصابة تقلل من مستوى أدائه أي (جسم سليم) الأمر الذي أدى إلى زيادة الاهتمام في الآونة الأخيرة بالدراسات والبحوث العلمية الطبية في مجال الرياضة عامة وكرة السلة خاصة وذلك ناتج عن زيادة عدد الممارسين للعبة الكرة السلة في العالم.

ويرى عمار قبع (1988) أن الطب الرياضي أصبح اليوم حقيقة ملموسة تعتمد العلاج والوقاية أساساً وتهدف إلى واجبات اختيار الرياضي للرياضة المناسبة وذلك بأجراء فحوص طبية تأهيلية عامة وخاصة التي لها علاقة بالغة باللعبة التي يرغب ممارستها بالمستقبل (11:10).

مع الاهتمام بالتنبؤ بالإصابة يرى السيد شطا (1981) أن الاهتمام يرفع مستوى عناصر اللياقة البدنية عن طريق التدريب الرياضي المناسب لإعداد اللاعب المؤهل للمسابقات والبطولات لا بد أن يواكبه اهتمام بالعوامل التي تقلل من حدوث إصابات أثناء اشتراكه في اللعب كالإهمال في المحافظة على سلامة اللاعب مما يسبب حرمانه من مزاولة التمرين والاشتراك في البطولات المختلفة ويؤدي إلى إبطاء علاجه أو إلى فقد القدرة على العودة إلى اللعب نهائياً (6:2).

ويشير محمد قدرى بكري (2000) أن الإصابات الرياضية تعتبر حالة مرضية وعائق أساسي أمام تطور المستوى الرياضي على مستوى البطولة حيث تؤثر في تطوير عملية التقدم المرحلي للتدريب الرياضي وبالتالي يستحيل تحقيق الأهداف الرياضية المراد الوصول إليها (130:13).

ويؤكد أسامة رياض (1990) أن الإصابات الرياضية تختلف من نشاط لآخر تبعاً لطبيعة كل نشاط وطريقة الأداء والقوانين المنضمة له (22:1).

ولقد لاحظ الباحثان بأن هناك عدد كبير من الإصابات بين اللاعبين وخصوصاً لاعبي الدرجة الممتازة ومن مختلف الأندية وذلك في الموسم 2020، 2021 كما لاحظنا ضعف مستوى أدائهم سواء في المباريات الودية أو الأساسية أو حيثيات التدريب وهذا ما تم التعرف عليه من خلال اللاعبين والمدربين والملاحظة المباشرة للمباريات.

الأمر الذي دعا الباحثان في التفكير والتعريف على هذه الإصابات وأسباب حدوثها وخصوصاً في هذا النوع من النشاط الرياضي حتى يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة والعمل على التطوير والارتقاء للاعبين الممارسين لكرة السلة في ليبيا وتجنب حدوث الإصابات من خلال التعرف على أسبابها.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على

- الإصابات الرياضية الأكثر حدوثاً وأماكن حدوثها لاعبي الكرة السلة بليبيا الموسم الرياضي (2020-2021)

(2021)

تساؤلات البحث:

- ماهي أنواع الإصابات الأكثر حدوثاً للاعبين كرة السلة .
- ماهي أسباب حدوث الإصابات للاعبين كرة السلة .

الدراسات السابقة

- دراسة سميحة خليل قمري (1981) بعنوان " الإصابات في بعض الأنشطة الرياضية لاعبي الدرجة الأولى " وتمثلت أهداف الدراسة في التعرف على الإصابات الأكثر شيوعاً في بعض الأنشطة الرياضية وكذلك التعرف على أجزاء الجسم الأكثر شيوعاً في التعرض للإصابات الرياضية في هذه الأنشطة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ،على عينة قوامها (124) لاعباً ، وكانت أهم النتائج أن أماكن الإصابات كانت في الفخذ للعضلات والركبة ومفصل القدم.
- دراسة حمدي السيد إبراهيم (1999) بعنوان " التعرف على أماكن الإصابات الرياضية لعينة قوامها (541) لاعبة أنشطة مختلفة وكانت أكثر الأماكن عند اللاعبين هي إصابة مفصل الركبة ويليها الفخذ ثم مفصل القدم ويلي ذلك الطرف العلوي للعمود الفقري .
- دراسة محمد قنري بكري (1984) بعنوان التعرف على الإصابات الرياضية لطلبة كلية التربية الرياضية للبنين القاهرة لعدد (10) أنشطة رياضية ، وأظهرت نتائج الدراسة أن الكدمات من أكثر الإصابات انتشاراً يليها الالتواء ثم التمزق والجروح والكسور كما أظهرت النتائج أن الطرف السفلي أكثر أماكن الإصابات شيوعاً يليها الطرف العلوي للجذع.

إجراءات البحث

منهج البحث : استخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لطبيعة البحث

عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تكونت من جميع لاعبي كرة السلة المشاركين في الدوري الليبي بالمنطقة الغربية (2020-2021) والبالغ عددهم (120) لاعباً من مجموع (12) نادياً وهم نادي الشباب العربي ، النادي الأولمبي ، الوفاق ، الجزيرة ، المدينة ، الأهلي ، الاتحاد ، الترسانة ، اليرموك ، الانتفاضة ، العزيمة ، الطويلة ، كان متوسط العمر لديهم (24) سنة .

وسائل جمع البيانات : تم تحديد وسائل جمع البيانات المستخدمة في هذا البحث كما يلي:

- عن طريق المسح المرجعي للبحوث السابقة التي أجريت في المجالات المرتبطة بالبحث ومن خلالها تم استخلاص محاور الاستمارة وأعدت البيانات لكل محور وتم توزيعها على مجموعة اللاعبين المصابين .
- تم عرض الاستمارة على المختصين في مجال الإصابات الرياضية (د. محمد علي عامر د. إبراهيم كساب) ، وكذلك المتخصصين في مجال الكرة السلة من أساتذة كلية علوم التربية الرياضية جامعة طرابلس والزواوية ومدرّبين بالأندية (د. ناجي الهادي علي ، ، والحكم وليد شنيوب ، ، محمد شيوا مرفق (1) .
- عن طريق المقابلة الشخصية مع كل من اللاعبين والمدرّبين والأطباء وأخصائي العلاج الطبيعي وكذلك سجلات بعض الوحدات للعلاج الطبيعي

الإجراءات الإحصائية :

المتوسط الحسابي .

التكرار .

النسب المئوية.

جدول رقم (1) يوضح التكرار والنسب المئوية والترتيب للإصابات في الذراعين والكتف

الترتيب	النسبة المئوية	التكرار	نوع الإصابة	تسلسل
الثالث	47.5%	57	تمزق أربطة رسغ اليد	1
الثاني	66.5%	80	كدم مفصل الكوع	2
الأول	85.8%	103	كدم سلاميات أصابع اليد	3
العشر	5%	6	كسر عظم الساعد	4
التاسع	18.3%	22	خلع مفصل الكتف	5
الثامن	20.8%	25	خلع مفصل المرفق	6
الرابع	46%	56	خلع مفصل الرسغ	7
السابع	46%	33	تمزق عضلة الكتف	8
الخامس	45.8%	55	إصابة غضاريف المرفق	9
السادس	33%	40	كسر وكدم أطراف الأصابع	10

جدول رقم (2)

يوضح التكرار والنسب المئوية والترتيب للإصابة في الرجلين

الترتيب	النسبة المئوية	التكرار	نوع الإصابة	تسلسل
الثالث	27.5%	33	تمزق عضلة الفخذ	1
الأول	38.3%	46	تمزق غضاريف الركبة	2
الثاني	30.8%	37	تمزق الرباط الإنسي للركبة	3
الرابع	25%	30	تمزق الرباط الوحشي للركبة	4
الخامس	14%	17	تمزق الرباط الصليبي الأمامي	5
السادس	10%	12	تمزق الرباط الصليبي الخلفي	6

يوضح جدول رقم (2) أكثر الإصابات في الرجلين لدى اللاعبين هي إصابة تمزق غضاريف الركبة بنسبة (38.3%) ثم تمزق الرباط الإنسي للركبة بنسبة (30.8%) ثم تمزق عضلة الفخذ بنسبة (27.5%) ثم تمزق الرباط الوحشي للركبة بنسبة (25%) ثم تمزق الرباط الصليبي الأمامي بنسبة (14%) ثم تمزق الرباط الصليبي الخلفي بنسبة (10%) أي الترتيب الأخير في إصابات الرجلين.

جدول رقم (3)

يوضح التكرار والنسب المئوية والترتيب للإصابات في مفصل القدم والجذع والعين

الترتيب	النسبة المئوية	التكرار	نوع الإصابة	تسلسل
الأول	54.2%	65	التواء مفصل القدم	1
الخامس	5.8%	7	تبيس الكعب	2
الخامس	5.8%	7	كسور عظام الأمشاط للقدم	3
الثاني	35%	43	تمزق عضلات الظهر	4
الثالث	22.5%	27	تمزق عضلات البطن	5
الرابع	10%	12	إصابات العين	6

يوضح جدول رقم (3) أن أكثر الإصابات في رسغ القدم والجذع والعين لدى اللاعبين هي إصابة التواء مفصل القدم بنسبة (54.2%) ثم تمزق عضلات الظهر بنسبة (35%) ثم تمزق عضلات البطن بنسبة (22.5%) ثم إصابات العين بنسبة (10%) ثم تيبس الكعب بنسبة (5.8%) وهما الترتيب الأخير في إصابات رسغ القدم والجذع والعين .

جدول رقم (4)

يوضح آراء اللاعبين والمدربين حول أسباب حدوث الإصابات

تسلسل	أسباب حدوث الإصابات	التكرار	النسبة المئوية	الترتيب
1	عدم الإحماء الجيد	45	37.5%	السادس
2	انخفاض اللياقة البدنية	54	45%	الأول
3	عدم إجراء الفحوص الطبية	50	41.7%	الثالث
4	عدم شفاء الإصابات القديمة	34	28.3%	الثامن
5	عدم ملائمة أرضيات الملعب	35	29.2%	السابع
6	الحذاء الرياضي الغير مناسب	31	25.8%	العاشر
7	ضعف في الإضاءة	32	26.7%	التاسع
8	زيادة حمل التدريب	46	38.3%	الخامس
9	التعب العضلي	52	43.3%	الثاني
10	قلة المنافسات والمشاركات	49	40.8%	الرابع

يوضح جدول رقم (4) أن أسباب حدوث الإصابات لدى اللاعبين المشاركين في دوري بطولات ليبيا في كرة السلة الموسم الرياضي 2020-2021م كانت على النحو التالي :

انخفاض اللياقة البدنية في المرتبة الأولى ونسبة (45%) ثم التعب العضلي بنسبة (43.3%) ثم عدم إجراء الفحوص الطبية بنسبة (43.3%) ثم قلة المنافسات والمشاركات بنسبة (40.8%) ثم زيادة حمل التدريب بنسبة (38.3%) ثم عدم الإحماء الجيد بنسبة (37.5%) ثم عدم ملائمة أرضيات الملعب بنسبة (29.2%) ثم عدم شفاء الإصابات القديمة بنسبة (28.3%) ثم ضعف في الإضاءة بنسبة (26.7%) ثم الحذاء الرياضي الغير مناسب بنسبة (25.8%) أي الترتيب الأخير حسب آراء المفحوصين.

مناقشة النتائج:

بناءً على تحليل النتائج فقد أظهرت نتائج الجدول رقم (1) أن إصابة الكدم في سلاميات أصابع اليد هي أكثر حدوثاً في هذه الرياضة حديث سجلت نسبة (85.8%) ثم كدم مفصل الكوع والتي سجلت بنسبة (66.7%) ثم تمزق أربطة رسغ اليد والتي سجلت بنسبة (47.5%) وذلك من مجموع الإصابات التي تعرض لها اللاعبون ويرجع الباحثان ذلك إلى طبيعة الأداء وخصائص هذا النوع من الرياضة التي تعتمد على الطرف العلوي وخاصة الذراعين والكفين والأصابع بشكل كبير وكذلك قلة الإحماء الجيد والتعب العضلي وعدم الاهتمام بالفحوص الطبية وكذلك عدم الاعتناء بالإصابات وإعطاء الفترة الكافية للتعافي التام من الإصابة ويضيف أسامة رياض (1998) من أن أحد الأسباب إضافة لما ذكر مخالفة الروح الرياضية ، وسوء اختيار مواعيد التدريب ، التدريب الخاطئ في المدارس ، عدم الأخذ بنتائج الفحوص والاختبارات الفسيولوجية للاعبين ، وكذلك أرض الملعب والأحذية الغير مناسبة (24.2) ويتفق هذا مع نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين والمدربين حول أسباب حدوث هذه الإصابات حيث أن الكثير من اللاعبين لا يعي الأهمية العلمية لإحماء بالشكل المطلوب حيث يساعد على تحضير وتهيئة أجهزة الجسم للقيام بالحركات المطلوبة بأفضل صورة وأيضا تعرض اللاعب وتهيئة أجهزة الجسم للقيام بالحركات المطلوبة بأفضل صورة وأيضا تعرض اللاعب لكدم مفصل

الكوع لكثرة الاستلام الغير صحيح للكرات المختلفة الموجه للاعب من أماكن مختلفة من ملعب المنافس أو عدم جاهزية اللاعب من الناحية الموجه للاعب لكدم مفصل الكوع لكثرة استلام الغير جاهزية اللاعب من الناحية الفنية للاستلام الجيد .

وأما في ما يخص إصابة تمزق أربطة راس اليد حيث أن طبيعة الممارسة في كرة السلة تعتمد على سلاميات الأصابع مما يجعلها عرضة باستمرار لحدوث الإصابات والنتيجة أيضا من عدم وصول اللاعب إلى المستوى المناسب من ناحية اللياقة البدنية وأيضا قلة جرعات التدريب مما ينتج عنه حركات وسقوط بشكل غير مناسب على الأرض دون إتقانه للنواحي الفنية التي تجنبه في العادة مخاطر الإصابات . ومن خلال العرض والمناقشة تتفق هذه النتائج التي حد بعيد مع نتائج دراسة كلا من محمد (1984) ودراسة زينب العالم (1983) .

أظهرت النتائج في الجدول رقم (2) إصابة تمزق غضاريف الركبة هي من أكثر إصابات الرجلين وسجلت أعلى نسبة حيث وصلت إلى (38.3%) ثم تمزق الرباط الإنسي للركبة بنسبة (30.8%) ثم تمزق عضلة الفخذ بنسبة (27.5%) أن مثل هذه الإصابات ترجع إلى عدم أداء تمرينات التقوية المتوازنة لعضلات الرجلين وخاصة عضلات الفخذ الرباعية لمالها من تأثير وقائي لمكونات مفصل الركبة من أربطة وغضاريف . ويضيف أسامة رياض (1998) أن أحد الأسباب عدم التكامل في تدريبات تنمية عناصر اللياقة البدنية ، وعدم التنسيق والتوافق في تدريبات المجموعات العضلية للاعب ، وسوء التخطيط للبرنامج التدريبي . (17:2) ويتفق أيضا مع دراسة طاهر جابر الباسوس (2010) .

أظهرت النتائج في الجدول رقم (3) أن إصابة التواء مفصل القدم هي أكثر إصابات مفصل القدم والجذع والعين وسجلت أعلى نسبة حيث وصلت إلى (54.2%) ثم تمزق عضلات الظهر بنسبة (35%) ثم تمزق عضلات البطن بنسبة (22.5%) وتعتبر هذه الإصابات من أهم الإصابات التي تعرض لها اللاعبون خلال الموسم الرياضي (2020-2021) في مفصل القدم والجذع والعين . ويرى الباحثان أن تكرار عملية الوثب لأعلى سواء عند أداء مهارة التصويب أو عملية الريباوند أو عملية صد الكرة من تحت الحلق خلال المباراة يترتب عليها في بعض الأحيان من سقوط مفاجئ قد يؤدي في الغالب إلى الإصابة نتيجة إلى سرعة الحركة وفجائتها الأمر الذي يؤدي إلى تمزق في عضلات البطن وعضلات الظهر وان من العوامل المساعدة في حدوث هذه الإصابات قلة الجرعات التدريبية للرياضيين ويتوافق ذلك مع نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين والمدربين حول أسباب حدوث هذه الإصابات ويتفق أيضا مع دراسة محمد قدرى بكري (1984) ، ودراسة زينب العالم (1983) في أن الكدمات من أكثر الإصابات انتشارا يليها الالتواء ثم التمزق والجروح والكسور كما أظهرت النتائج أن الطرف السفلي أكثر أماكن الإصابات شيوعاً يليها الطرف العلوي للجذع . يوضح جدول رقم (4) أن انخفاض اللياقة البدنية في المرتبة الأولى ونسبة (45%) ثم التعب العضلي بنسبة (43.3%) ثم عدم إجراء الفحوص الطبية بنسبة (43.3%) وهي من أهم نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين والمدربين حول أسباب حدوث الإصابات ،

ويتفق ذلك مع دراسة كلا من عبد العظيم العوادلي (1999) التي تشير إلى أن معظم الرياضيين لا يهتمون بمتابعة الفحوص الطبية كل ثلاثة أشهر وبالتالي فإن أي نقص في الكفاءة الرياضية الصحية تؤدي إلى عدم التركيز في الملعب (11:8) .

ودراسة السيد عبد المقصود (1997) التي تشير إلى أن أهم عوامل الإصابة هو عدم الأعداد الجيد للمجموعات العضلية الفعالة مباشرة في النشاط التخصصي قد يؤدي أحيانا إلى التعب العضلي نتيجة الحمل الزائد وعدم تحفيز العضلات بالشكل الذي يناسب التنافس في المباريات سواء كانت هذه المنافسات تحضيرية للدخول في الموسم الرياضي أو محاولة الدخول باللاعبين إلى المنافسات مباشرة مما قد يكون له الدور الأكثر في التعب العضلي أي عدم القدرة على المنافسة بالشكل المطلوب (382:4) . ويضيف محمد عادل رشدي (1991) من أن العوامل الأكثر انتشار والتي تصل فيها الإصابة إلى أعلى درجة ينتج ذلك من سوء تخطيط التدريب ،

الأدوات والمعدات غير مطابقة للمواصفات القانونية وقديمة ،عدم الاهتمام بالأدوات الشخصية ،طول فترة التدريب ،محيط غير مناسب لنوع معين من النشاط ،التهابات حول وتر الكليس والناطقة من عدم تناسق وتوافق جدول التدريب مع عدم ارتداء أحذية مناسبة (24:11).

مع تأكيد الباحثان على أهمية جميع الأسباب الواردة في جدول رقم (4) حيث كانت جميع النسب ذات قيم عالية أي لها تأثير ملموس على حدوث الإصابات .
الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث ونتائجه يستنتج الباحثان مايلي :
أن أكثر الإصابات التي تعرض لها الرياضيين في الموسم الرياضي (2020-2021) كانت الكدم في سلامات أصابع اليد بنسبة (85.8%) ثم الكدم في مفصل الكوع بنسبة (66.7%) ثم التواء مفصل القدم بنسبة (54.2%) .

أن من أهم الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الإصابات هي انخفاض اللياقة البدنية والتعب العضلي وعدم إجراء الفحوص الطبية وقلة المنافسات والمشاركات الودية (التحضيرية) وزيادة حمل التدريب .
التوصيات :

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بالآتي:
1- ضرورة الاهتمام بالكشف الطبي الدوري والإعداد البدني الجيد على مدار الموسم الرياضي وفقاً للمرحلة وتجنب التعب العضلي .
2- إلمام المدرب واللاعب بالإصابات المحتملة وأسببها وطرق الوقاية منها .
ضرورة تواجد طبيب أخصائي علاج طبيعي وإصابات رياضية مع الفريق في التدريب والمنافسة .
عدم أشراك اللاعب في المباره قبل الشفاء التام من الإصابة السابقة .
الاهتمام ببرامج التدريب وفق الأسس العلمية .
المراجع

- 1- أسامة رياض " الطب الرياضي والعلاج الطبي " مطابع دار الهلال للأوقاف ،القاهرة :1990م
- 2- _____ " الطب الرياضي وإصابات الملاعب " دار الفكر العربي ،القاهرة ،1998م
- 3- السيد شطا "إصابات الرياضيين والعلاج الطبيعي "دار المعارف ،القاهرة :1981م
- 4- السيد عبد المقصود "نظريات التدريب الرياضي " مركز الكتاب للنشر ، القاهرة 1977م
- 5- حمدي السيد إبراهيم " تحديد أماكن الإصابات الرياضيين لبعض الألعاب الرياضية "بحث منشور ،كلية التربية الرياضية ،الزقازيق :1999م.
- 6- زينب العالم "التدليك الرياضي وإصابات الملاعب ،دار الفكر العربي ،القاهرة 1983م
- 7- سميحة خليل قمري " الإصابات في بعض الأنشطة الرياضية للاعبين الناشئين رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنات ،دار الفكر العربي ،القاهرة :1981م
- 8- طاهر جابر الباسوس "تأثير المعالجة اليدوية في برنامج التأهيل على الركبة المصابة للاعب الكاراتيه ، ليبيا 2011م
- 9- عبد العظيم العوادلي "الجديد في العلاج الطبيعي والإصابات الرياضية "دار الفكر العربي ، القاهرة :1999م
- 10- عمار عبد الرحمن قيع "الطب الرياضي "دار الكتاب ،جامعة الموصل :1988م
- 11- محمد عادل رشدي علم إصابات الرياضيين ،منشأة المعارف بالإسكندرية ،1991م
- 12- محمد قدرى بكرى "الإصابات الرياضية لأنشطة الجماعية والفردية من واقع الدروس العلمية "كلية التربية الرياضية ،القاهرة : 1984م
- 13- _____ "التأهيل الرياضي والإصابات الرياضية والإسعافات ،القاهرة :2000