

البحث الثاني ٢٠٢١

تأثير برنامج تأهيلي باستخدام الموجات التصادمية لاستعادة الكفاءة الحركية للاعبين كرة اليد المصابين بالتهاب جراب وتر أكيلس

* م.د / محمود سعيد محمود حسن

ملخص البحث

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تأهيلي مقترح مع الموجات التصادمية ومعرفة تأثيره على لاعبي كرة اليد المصابين بالتهاب جراب وتر أكيلس، وإستخدام الباحث المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطه وذلك لملائمته لطبيعة وأهداف البحث، حيث تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة اليد بمحافظة القليوبية لفرق الناشئين والدرجة الأولى والمصابين بالتهاب جراب وتر أكيلس حيث بلغ حجم العينة على (١٦) لاعب مصاب وتم تقسيمهم إلى مجموعتين قوام كل مجموعة (٧) لاعبين وعدد (٢) لاعب للدراسة الاستطلاعية، وقد أظهرت نتائج البحث ما يلي:

١- التأثير الإيجابي للبرنامج التأهيلي حيث أدى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث (درجة الإحساس بالألم - الإتران الثابت والحركي - محيط عضلات الساق - القوة العضلية للعضلات "القابضة، الباسطة، الانقلاب للداخل، الانقلاب للخارج" لمفصل الكاحل - مرونة ومطاطية مفصل الكاحل ووتر أكيلس في "القبض، البسط، الانقلاب للداخل، الانقلاب للخارج") لصالح القياس البعدي للمجموعة الضابطة.

٢- التأثير الإيجابي للموجات التصادمية مع البرنامج التأهيلي حيث أدى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث (درجة الإحساس بالألم - الإتران الثابت والحركي - محيط عضلات الساق - القوة العضلية للعضلات "القابضة، الباسطة، الانقلاب للداخل، الانقلاب للخارج" لمفصل الكاحل - مرونة ومطاطية مفصل الكاحل ووتر أكيلس في "القبض، البسط، الانقلاب للداخل، الانقلاب للخارج") لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

٣- التأثير الإيجابي للموجات التصادمية مع البرنامج التأهيلي المقترح حيث أدى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث (درجة الإحساس بالألم - الإتران الثابت والحركي - محيط عضلات الساق - القوة العضلية للعضلات "القابضة، الباسطة، الانقلاب للداخل، الانقلاب للخارج" لمفصل الكاحل - مرونة ومطاطية مفصل الكاحل ووتر أكيلس في "القبض، البسط، الانقلاب للداخل، الانقلاب للخارج") لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: التأهيل، الموجات التصادمية، لاعبي كرة اليد، وتر أكيلس.

* مدرس بقسم علوم الصحة الرياضية – كلية علوم الرياضة – جامعة بنها.