

دور الاعلام الرياضي التوعوي للحد من اصابات العمود الفقري لدى لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية

جامعة الحديدة - الجمهورية اليمنية

د. أحمد عطية عبيد فقير

أ. محمد مهدي يحيى

الملخص:

يهدف البحث الى التعرف على الاصابات الاكثر شيوعا في العمود الفقري عند اللاعبين في الجمهورية اليمنية، التعرف على اهم الاسباب التي ادت الى الإصابة في العمود الفقري عند اللاعبين في الجمهورية اليمنية، التعرف على دور الاعلام الرياضي (المريئة، والمقروءة، المسموعة) التوعوي للحد من اصابات العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية، عينة البحث قوامها (252) لاعب كرة قدم، اهم نتائج البحث:

- هناك اصابات في العمود الفقري متفاوتة بين البسيطة والمتوسطة والشديدة ونسبة مئوية تقدر بـ (20.64%) عند افراد عينة البحث.
- هناك اسباب عديدة ادت الى حدوث الاصابة في العمود الفقري لدى اللاعبين اهمها قلة الاحماء، تكتيك الحركة، احتكاك مع الخصم، أرضية الملعب.
- الاعلام الرياضي اليمني ليس له دور فاعل للحد من اصابات العمود الفقري عند اللاعبين في كرة القدم في الجمهورية اليمنية ونسبة ما يقدمه من برامج توعوية للوقاية من الاصابات تقدر بـ (13.10%) للمقروءة (9.52%) للمريئة (6.35%) للمسموعة.

مقدمة واشكالية البحث:

يعد الإعلام الرياضي قديماً وحديثاً بمثابة المدرسة التي تؤدي عمل المؤسسات الرياضية المختلفة كالأندية الرياضية ومراكز الشباب بل والتعليمية منها ومراحلها المختلفة، وللإعلام الرياضي دور كبير وفعال لتوفير خدمة جليلة للمجتمع ويظهر بجلاء من حيث رفع مستوى الثقافة الرياضية للجمهور وزيادة الوعي الرياضي بأهمية الرياضة في حياتهم العامة والخاصة وحل اغلب المشكلات الرياضية حتى لا تنكاد أسرة في مجتمع من المجتمعات الا ولديها متتبعين للرياضة وبشكل يومي عبر وسائل الاعلام وخاصة الفضائيات.

وفي ظل التقدم العلمي والتكنولوجي الكبير والسريع في المجال الرياضي تبرز أهمية الإعلام الرياضي في ضرورة إحاطة الأفراد في المجتمع علماً بكل ما يدور من أحداث وتطورات في هذا المجال، هذا فضلاً عن زيادة تدفق المعلومات الرياضية وزيادة مصادرها وتشابك المجال الرياضي بالمجالات الأخرى سواء الاقتصادية أو الاجتماعية أو السياسية أو الصحية، وعدم قدرة الفرد على متابعة وملاحقة هذا التدفق من المعلومات والذي يعد أمراً صعباً فأقل ما يوصف به هذا العصر هو (عصر المعلومات) نتيجة التقدم الذي لحق بالكمبيوتر والأقمار الصناعية وانتشار شبكة المعلومات (الانترنت) ومن هنا تبرز أهمية الدور الذي يقوم به الإعلام الرياضي في التغلب على هذه الصعوبات بما يساعد جمهور الرياضة على استيعاب كل ما هو جديد في المجال الرياضي والتجاوب معه (احمد فاروق، 2002، ص 24)

لذلك أصبح الإعلام الرياضي في عصرنا الحالي ظاهرة فنية أمدتها الرياضة الحديثة بجانب من الإمكانيات الكبيرة، وضاعفت من قيمتها كقوة فاعلة في التأثير باللعبين عن طريق ما تقوم به وسائل الإعلام من نشر الأخبار والمعلومات الرياضية وحل الكثير من المشكلات الرياضية. ومن هذه المشكلات المشكلات الصحية والحركية التي يتعرض لها اللاعب من خلال ممارسته للنشاط الرياضي مما تعوق قيامه بمتطلبات هذا النشاط، وتعد إصابات العمود الفقري من أكثر هذه المشكلات، نظراً لتعدد مسبباتها فتعد زيادة الجهد البدني (الحمل الزائد) أو تأدية تمارين بدنية بطريقة خاطئة تعرضه لإحدى الصدمات المباشرة لل فقرات أو التواءات وكدمات العمود الفقري ناهيك عن الاصابات المباشرة للاعبين الناتجة عن العنف في الملاعب اثناء منافسات كرت القدم.

كذلك الآلات الرياضية الحديثة نجد أن استخدامها السيئ يؤدي الى حدوث بعض المشاكل الصحية في العمود الفقري من ضعف الأربطة والغضاريف وصولاً إلى الانزلاق الغضروف نتيجة استخدام هذه الأجهزة لفترات طويلة في أوضاع خاطئة والتي يكون معظمها في الفقرات العنقية أو القطنية كما تحدث هذه الإصابات كنتيجة للإجهاد الزائد للأربطة العضلية بين الفقرات أو لوجود ضعف تكويني في القرص الليفي المحيط بالنواة الهلامية الغضروفية. ومفاصل العمود الفقري هي مفاصل ليفية غضروفية ويكون الغضروف ما بين الفقرات فيتكون القرص الغضروفي من نواة غضروفية في الوسط ومحيط بها قرص ليفي قابل ومهمته الأساسية هي امتصاص الصدمات أثناء المشي أو الحركة ويسمح بالحركة الطبيعية ما بين الفقرات، وتتكون النواة الغضروفية من مادة جيلاتينية ونسبة كبيرة من الماء وعندما تقل كمية الماء تدريجياً مع تقدم العمر تقل مرونة القرص الليفي ويصغر حجمه وهذا بدوره يساعد على فتح هذا القرص الليفي تحت أي ضغط مفاجئ مما يؤدي لخروج النواة الغضروفية لمسافة بسيطة أو كبيرة في الاتجاه الأمامي أو الخلفي أو على أحد

الجانبين فتسبب ضغطاً على العصب المجاور لها والخارج من قناة النخاع الشوكي محدثاً ألماً في الجزء الذي خرج منه وربما يمتد هذا الألم إلى الطرف الذي يغذيه ذلك العصب المضغوط نتيجة الضغط المباشر أو الاحتكاك المستمر نتيجة لتحريك الفقرات، وتبعاً لهذا الضغط الواقع على العصب يتأثر الجزء الذي يغذيه هذا العصب فتقل الأفعال المنعكسة أو الانعكاسية لهذا الطرف، وتدرجياً يشعر المصاب بالألم في الظهر أو التخدير عند الحركة، ومع مرور الوقت يصاب الطرف بالضعف والضمور.

فمن خلال علاجنا وتأهيلنا للإصابات الرياضية في مركز التأهيل والعلاج الطبيعي (لمسة) بالحديدة وجدنا ان اغلب الاصابات التي واجهناها هي اصابات في العمود الفقري لدى اغلب اللاعبين وخاصة لاعبي كرة القدم والتي تتطلب الى علاج وتأهيل لفترات طويلة. هذا ما دفعنا الى البحث عن انواع اصابات العمود الفقري والاسباب التي ادت الى الاصابة ومعرفة الدور الذي تقدمه وسائل الاعلام للحد من هذه المشكلة من اجل ذلك نطرح التساؤلات الآتية:

تساؤلات البحث:

- 1- ماهي الاصابات الاكثر شيوعا في العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.
- 2- ماهي اهم الاسباب التي ادت الى الإصابة في العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.
- 3- هل الاعلام الرياضي (المريئة، المقروءة، المسموعة) له دور توعوي فاعل للحد من اصابات العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.

فروض البحث:

- 1- هناك اصابات مختلف في العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.
- 2- هناك اسباب أدت الى الإصابة في العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.
- 4- الاعلام الرياضي (المريئة، المقروءة، المسموعة) ليس له دور توعوي فاعل للحد من اصابات العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.

أهداف البحث:

- 5- التعرف على الاصابات الاكثر شيوعا في العمود الفقري عند اللاعبين في الجمهورية اليمنية.
- 6- التعرف على اهم الاسباب التي ادت الى الإصابة في العمود الفقري عند اللاعبين في الجمهورية اليمنية.
- 7- التعرف على دور الاعلام الرياضي (المريئة، المقروءة، المسموعة) التوعوي للحد من اصابات العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.

المفاهيم البالية:

الاعلام الرياضي:

يذكر جلال العبادي (1989) أن الإعلام الرياضي هو جزء مهم من عملية خلق الوعي ورفع مستوى الثقافة الرياضية بين الجماهير من خلال إيجاد العلاقات الإيجابية بين الأفراد والمجتمع مع التربية الرياضية بصفها ظاهرة اجتماعية وحضارية مرتبطة بالمجتمع (جلال العبادي، 1996، ص 81) ويعرف خير الدين وعطاء حسن (1998) الإعلام الرياضي بأنه عملية نشر الأخبار والمعلومات والحقائق الرياضية وشرح قواعد والقوانين الخاصة بالألعاب والأنشطة الرياضية للجمهور بقصد نشر الثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع وتنمية وعيه الرياضي (خير الدين، عطاء حسين، 1998، ص 22)

الاصابات الرياضية:

وهي تأثير نسيج أو مجموعة من الأنسجة بمؤثر خارجي أو ذاتي مما يؤدي إلى تعطيل عمل أو وظيفة ذلك النسيج، وتعرف كذلك بأنها خلل يصيب عضواً أو أكثر من أعضاء جسد الرياضيين خلال التمرينات أو المباريات مما يؤدي إلى تعطيل هذا العضو بشكل مؤقت أو دائم، عن القيام بالوظيفة الطبيعية هارون العمود الفقري (هارون، 1995، ص 87)

العمود الفقري هو عمود متحرك يقع في المحور الرأسي الخلفي للجسم ويصل الطرف العلوي بالطرف السفلي فتتصل به الجمجمة من أعلي والقفص الصدري في المنطقة الصدرية والحوض في المنطقة العجزية عن طريق مفاصل زلالية وليفية، ويتكون العمود الفقري في الإنسان من مجموعة فقرات عظمية يفصل بينها أقرص غضروفية لينه تعطي العمود الفقري المرونة في الحركة فيتمكن الشخص من عمل حركاته بسهولة.

(<http://www.bdnia.com/?p=3719>)

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

أدوات البحث:

أستخدم في الدراسة ثلاث استمارات: الاستمارة الأولى تقيس دور الاعلام الرياضي التوعوي والاستمارة الثانية تقيس نوعية الاصابة في العمود الفقري الاستمارة الثالثة تقيس الاسباب التي ادت الى اصابة العمود الفقري وهي من تصميم الباحثان. كما تم عرض اللاعبين المصابين على اخصائيين في العظام والمخ والاعصاب لتحديد نوع الاصابة بدقة.

اختبار الصدق:

للتأكد من صدق الاختبارات لملاءمته على البيئة اليمنية، استخدم الباحثان معامل الصدق الذاتي وهو الجذر التربيعي لـ (معامل الثبات) حيث بلغت درجة الصدق لاستمارة الاعلام الرياضي بـ (0.87)، أما الاستمارة الخاصة بالاسباب التي ادت الى الاصابة بـ (0.85) واستمارة التي تقيس نوعيات الاصابة (0.83) والتي توضح بأن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عالية.

الثبات:

للتأكد من ثبات الاستبيانات قام الباحثين بتوزيع الاستبانات على عينة صغيرة ممثلة بنادي شباب الجيل من الدرجة الثانية في كرة القدم بالحديدة وعددهم (18) لاعب وهم يمثلون الى حد كبير مواصفات العينة الرئيسية، ثم قمنا بجمع الاستمارات بعد إجاباتهم كلها واعدنا توزيع هذه الاستمارة في نهاية الأسبوع الثاني على نفس العينة، وقمنا بحساب قيمة الثبات للمقياسين بطريقة (α) كرونباخ وجدنا اختبار الاعلام الرياضي درجته تقدر بـ (0.92) وهو ما يدل على أن الاختبار ثابت، واختبار مقياس الاصابات العمود الفقري درجته بـ (0.88) وهو ثابت، واستمارة نوعية الاصابات تقدر بـ (0.80) ويتمز بالثبات، يمكن تطبيق الاختبارات على العينة الأصلية.

عينة البحث:

عينة البحث تم اختيارها بالطريقة العمدية مكونة من (252) لاعب من (14) نادي في كرة القدم من الدرجة الاولى وبواقع (18) لاعب من كل نادي.

مجالات البحث:

- المجال البشري: اعتمدت هذه الدراسة على عينة مكونة من (252) لاعب.
- المجال المكاني: مقرات الاندية الرياضية
- المجال الزماني: العام الدراسي بدا تطبيق البحث خلال الفترة 10/12 الى 11/23 للموسم الرياض 2012-2013.

الأدوات الإحصائية:

استخدم في الدراسة الأدوات الإحصائية الآتية:

- النسبة المئوية
- التكرارات
- معامل الثبات (α) ألفا كرونباخ.

عرض النتائج ومناقشتها:

1. تحقيقاً للهدف الأول والذي مفاده: التعرف على الاصابات الاكثر شيوعاً في العمود الفقري عند اللاعبين في الجمهورية اليمنية.

جدول (1) يوضح التكرارات والنسبة المئوية لنوع اصابات العمود الفقري لدى افراد العينة

اصابات العمود الفقري	التكرارات	النسبة المئوية
آلم ووجع في الظهر	21	8.33
كدمات ورضوض في الظهر	17	6.74
التهاب في عصب و فقرات العمود الفقري	6	2.38
انحناءات وانحرافات في العمود الفقري	5	2.00
تمزق في اربطة فقرات العمود الفقري	2	0.79

0.40	1	انزلاق عضروفي
-	-	كسور في العمود الفقري
20.64	52	مجموع اللاعبين المصابين
79.36	200	مجموع اللاعبين الغير مصابين
100	252	المجموع

الجدول (1) يوضح نوع الإصابة في العمود الفقري لدى اللاعبين فقد بلغت نسبة (8.33%) وهي النسبة الأكبر في عدد اللاعبين الذين يعانون من آلام وأوجاع في الظهر لأسباب كثيرة قد تتعلق بالأجهزة الوظيفية للجسم كالجهاز الهضمي والبولي والتناسلي والدوري التنفسي والعصبي، منها كذلك الشد العضلي، التشوهات التشريحية والضعف البدني.

أما بالنسبة للنوع الثاني من الإصابة هي كدمات في أظهر بنسبة (6.74%) ويعزى ذلك كون كرة القدم تؤدي إلى الاحتكاك المباشر والقوي مع الخصم، والتعرض للسقوط على الأرض مما يسبب كدمات ورضوض في الظهر والشعور بالألم.

والنوع الثالث هو التهاب في عصب فقرات العمود الفقري، ويرجع الباحث ذلك إلى السبب الثاني وهي الكدمات التي تعرض لها اللاعب أثناء المباريات والتي لم تخضع للعلاج من الإصابة مما تتحول إلى التهاب في عصب وفقرات العمود الفقري، وهذا الالتهاب يسبب لدى بعض اللاعبين انحناءات وانحرافات في العمود الفقري وبنسبة مئوية تقدر بـ (2.00%)، وزيادة الانحراف والانحناء تؤدي إلى التمزق الجزئي أو الكلي في فقرات العمود الفقري وهذا التمزق يسبب انزلاق عضروفي في إحدى فقرات العمود الفقري مما يعيق اللاعب عن ممارسة كرة القدم.

أذن نستنتج من ذلك أن هناك إصابات في العمود الفقري عند لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية بنسبة مئوية تقدر بـ (20.64%)
2. تحقيقاً للهدف الثاني والذي مفاده: التعرف على الأسباب التي أدت إلى الإصابة في العمود الفقري عند اللاعبين في الجمهورية اليمنية:

جدول يوضح التكرارات والنسبة المئوية للأسباب التي أدت إلى إصابات العمود الفقري

النسبة المئوية	التكرارات	أسباب إصابات العمود الفقري
27.00	68	قلة الاحماء
24.60	62	تكنيك الحركة الخاطئ
13.09	33	شدة خارجية (الاحتكاك بالأدوات الرياضية)
11.50	29	احتكاك مع الخصم
8.73	22	أرضية الملعب
5.95	15	اللياقة البدنية
5.55	14	إجهاد في التدريب
2.38	6	سوء التغذية
1.20	3	الحالة النفسية

المجموع الكلي	252	100
---------------	-----	-----

يوضح الجدول اسباب الاصابة في العمود الفقري فقد جاءت نتائج على التوالي حيث بلغت نسبة (27.00%) من اللاعبين الذين ارجئوا السبب الاول في اصابة العمود الفقري الى قلة الإحماء قبل التدريب، وهو ما يدل على أن الإحماء ذو أهمية كبيرة قبل التدريب في كرة القدم حيث أن قلة الإحماء يجعل أجهزة الجسم غير مستعدة لمواجهة الجهد الذي يقع عليها، وهذا الجهد يكون عادة بصورة مفاجئة وبما أن هناك نقص في كمية الدم الواصلة إلى العضلات ونقص مرونة المفاصل والأربطة (العمود الفقري) فأنها تكون في هذه الحالة قابلة للإصابة أكثر من الحالة الاعتيادية عند الإحماء الجيد. (الصفار، 1981، ص 51)

ويؤكد ذلك النعيمي 1997 بان قلة الإحماء الغير جيد لأجهزة الجسم يؤدي الى عدم توافق في الانعكاس العصبي العضلي وهذا بدوره يسبب في حدوث الإصابة. (النعيمي، 1997، ص 72)

اما بالنسبة للتكنيك الحركي الخاطئ فقد جاء في المرتبة الثانية من حيث أسباب الإصابة بعد الإحماء، حيث بلغ نسبة (24.74%) من اللاعبين الذين اجابوا على التكنيك الحركي، وهو ما يؤكد على أن الأداء الصحيح للمهارات الحركية والذي يقوم به اللاعبون أثناء المباريات أو أثناء التدريب يكون عادة بمستوى عالي من الشدة والقوة، الأمر الذي يجعل الجزء الذي يقوم بالحركة واقعا تحت تأثير قوي ويتضاعف هذا عند أداء المهارات بصورة خاطئة الأمر الذي يؤدي إلى حدوث إصابات مختلفة في الأجزاء المؤدية والمشاركة في تنفيذ المهارات والعكس صحيح حيث أن التكنيك الجيد يؤدي إلى اقتصاد في بذل الجهد ومن ثم يقلل من حدوث الإصابة، وأن للأداء الصحيح دورا مهما في تنفيذ الواجبات الحركية التي تطلبها لعبة كرة القدم ويعرف بأنه " أحسن الحلول لواجب حركي معين" وعندما يتقنه اللاعب بدقة تصبح حركته اقتصادية وموجهة وعلى اثر ذلك تقل نسبة الإصابات (حسين، 1980، ص 133).

اما الشدة الخارجية (الاحتكاك بالأدوات) جاءت بنسبة (13.09%)، والاحتكاك مع الخصم بنسبة (11.50%) والسقوط على أرضية الملعب بنسبة (8.73%)، وهذه مجموعها تشكل نسبة كبيرة من أسباب الإصابات في العمود الفقري.

وأن التكنيك الصحيح للاعب وعدم مخالفة قوانين اللعبة يؤدي إلى قلة الاحتكاك مع الخصم مما يؤدي إلى قلة حدوث الإصابات كذلك فإن سوء الأدوات المستخدمة في اللعبة من ملابس رياضية وأحذية غير مناسبة وكرات غير قانونية وأدوات اللعبة غير المناسبة تؤدي كذلك إلى كثرة حدوث الإصابات.

ومن أسباب الإصابة في العمود الفقري ايضا النقص في بعض عناصر اللياقة البدنية فقد بلغت نسبتها (5.95%) وهي تعتبر الأساس في تنفيذ المهام الرياضية والمهارية وأن عدم توافر الحدود المعقولة في اللياقة البدنية يؤدي إلى الكثير من الإصابات إذ يذكر (محمد علي) أن قلة المطاولة العضلية والعصبية والاستمرار بأداء المجهود الذي يتطلب شدة عالية يؤدي إلى الإصابة نتيجة إرهاق العضلة وعدم القدرة على الاستجابة العصبية الموجهة لها (محمد علي، 1986، ص 356).

وهذا ينطبق على الإجهاد في التدريب فإن حدوثه يسبب في الإصابة الرياضية وجاء بنسبة (5.55%) إذ يؤدي إلى هبوط في المستوى البدني والمهاري، أن التمرين الخاطئ وعدم برمجة التدريب يؤدي إلى حدوث الإجهاد بسرعة وهو يصيب عادة النخبة الممتازة من اللاعبين لتفانيهم في اللعبة أو التمرين.

اما التغذية فنقصها يؤدي الى الاصابة بنسبة (2.38%) مما يعني ان التغذية الجيدة لها دورا مهما في التقليل من الاصابة بحيث أن الغذاء المتوازن والذي يحتوي على كامل العناصر الغذائية بجميع أنواعها مسؤول عن الفعاليات الايضية للجهاز العصبي والعضلي والذي يشكل المرتكز في العمل الرياضي، كما أن زيادة تناول المواد الغذائية أو نقصانها تؤديان إلى أمراض التغذية بصورة خاصة على مستوى الأعداد البدني (حسن عادل، 1995، ص 78).

كما تلعب الحالة النفسية للاعب دورا مهما في حدوث الإصابات بنسبة (1.20%) إذ أن التوتر النفسي وقلق المنافسة يدفع اللاعب الى ارتكاب الحشونة والعنف غير المبررين مما تؤدي إلى إصابة اللاعب والخصم. (وديع ياسين، 1985، ص 25)

3- تحقيقا للهدف الثالث والذي مفاده: التعرف على دور الاعلام الرياضي (المترية، والمقروءة، المسموعة) التوعوي للحد من الوقوع في اصابات العمود الفقري عند لاعبين كرة القدم في الجمهورية اليمنية.

جدول يوضح التكرارات والنسبة المئوية لدور الاعلام الرياضي التوعوي حسب استجابات العينة

النسبة المئوية	التكرارات	مجموع الاستجابات	وسائل الاعلام
13.10	33	نعم	المقروءة (الصحف والمجلات الرياضية)
86.90	219	لا	
100	252		المجموع
9.52	24	نعم	المرئية (قنوات التلفزيون الفضائية والارضية)
90.48	228	لا	
100	252		المجموع
6.35	16	نعم	المسموعة (محطات الراديو)
93.65	236	لا	
100	252		المجموع

الجدول (3) يوضح دور الاعلام الرياضي (المقروءة، المرئية، المسموعة) للحد من اصابات العمود الفقري لدى لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية فقد جاءت النتائج على ان نسبة (86.90) من استجابة اللاعبين اجاباتهم في حقل ب (لا) مقابل نسبة (13.10%) اجابوا ب (نعم) وهو ما يعني على ان الاعلام الرياضي المقروء عبر (الصحف والمجلات الرياضية) ليس له دور توعوي للحد من اصابات العمود الفقري عند اللاعبين. وبالنسبة لدور وسائل الاعلام المرئية فقد جاءت نسبة (90.48%) من استجابات اللاعبين في حقل (لا) مقابل نسبة (9.52%) في حق (نعم) مما يوضح لنا غياب الاعلام الرياضي المرئي (قنوات التلفزيون الفضائية والارضية) ودوره غير اجابي للحد من اصابات العمود الفقري. اما فيما يخص دور وسائل الاعلام المسموعة فقد اجاب اللاعبين ب (لا) بنسبة مئوية تقدر بـ (93.65%) مقبل نسبة (6.53%) من الاستجابات في حقل (لا) مما يدل على ان وسيلة الاعلام المسموعة عبر (محطات الراديو) لا تلعب دور للحد من الاصابات العمود الفقري. نستنتج خلال النتائج التي تحصلنا عليها ان نسبة مساهمة الاعلام الرياضي الجيني ضعيفة اي لا يوجد تفاعل بين الإعلام الرياضي والمجتمع لحل المشاكل الصحية كإصابات العمود الفقري عند اللاعبين الناتجة عن العنف في الملاعب اثناء منافسات كرة القدم او استخدام الادوات الرياضية بصورة خاطئة او نتيجة الشحن النفسي الزائد الذي يتلاقاه اللاعب قبل المباريات مما يوقعه ويوقعه غيره في الاصابة. فقد ايد ذلك صالح خليل (1998) على أن علاقة الفرد بمضمون المواد الإعلامية للإعلام الرياضي هي علاقة تأثير مباشر وتلقائي فالإنسان الذي يتعرف لأي مادة إعلامية في الإعلام الرياضي سواء أكانت صحفية أم تلفزيونية أم إذاعية يتأثر بمضمونها مباشرة وخلال فترة قصيرة. (صالح خليل، 1998، ص 182)

كما ذكر دنيس مأكويل (1992) ان وسائل الإعلام الرياضي تعمل عملية التنشئة الاجتماعية وهي عملية تعلم وتربية تقوم على التفاعل الاجتماعي بين الفرد والوسائل التعليمية والتثقيفية المختلفة وتهدف إلى إكساب الفرد اتجاهات وسلوكيات مناسبة لدوره الاجتماعي ومن ثم تمكنه من مسايرة مجتمعه والتوافق الاجتماعي معها وتكسبه الطابع الاجتماعي وتيسر له الاندماج في الحياة الاجتماعية. (دنيس مأكويل، 1992، ص 196_198). اما محمد عبد الرحمن (1994) جاء عنه أن مشاهدة الفرد لبعض مظاهر العنف في إحدى المباريات من خلال التلفاز أو عند قراءته عنها في إحدى الصحف الرياضية فانه سوف يحاكيها ويحاول تطبيقها في واقع حياته ويسمى هذا المنحنى في دراسة تأثير مضمون الإعلام الرياضي بنظرية الحقنة أو نظرية الرصاصة، وأن الرسائل الإعلامية مما كان نوعها والتي تنبأ وسائل الإعلام تؤثر في الإنسان المتلقي ولها تأثير مباشر كما لو انه حقن بإبرة مخدرة أو أطلقت عليه رصاصة. (محمد عبد الرحمن، 1994، ص 16)

اذن الاعلام الرياضي يعمل دور التطعيم ضد الأمراض، فالجرات المتتالية والمفاهيم والقيم الرياضية التي تتلقاها من الإعلام الرياضي تشبه الأمصال التي نحقن بها كي تقل أو تنعدم قدرة الجراثيم على التأثير في أجسامنا.

الاستنتاجات:

من خلال نتائج البحث الميداني توصلنا الى الاستنتاجات الآتية:

- 1- هناك اصابات في العمود الفقري بنسبة مئوية تقدر بـ (20.64%) لدى لاعبي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.
- 2- اهم الاسباب التي ادت الى اصابات العمود الفقري قلة الاحماء، تكتيك الحركة، شدة خارجية (الاحتكاك بالأدوات الرياضية)، احتكاك مع الخصم، أرضية الملعب، اللياقة البدنية، إجهاد في التدريب، سوء التغذية، الحالة النفسية.
- الاعلام الرياضي (المقروء، المرئية، والمسموعة) ليس لها دور فاعل للحد من اصابات العمود الفقري عند اللاعبين في كرة القدم في الجمهورية اليمنية.

التوصيات:

- 1- اجراء الفحوصات الطبية الاولية للاعبين الذين لديهم آلام واوراج بسيطة في للعمود الفقري لمعرفة السبب الحقيقي لها.
- 2- فحص اللاعب المصاب في العمود الفقري بأشعة الرنين المغناطيس لما له من أثر كبير في تشخيص الإصابة بدقة وتحديد درجتها خاصة التمزقات العظمية والانزلاقات العضروفية.
- 3- الاسترشاد بالبرنامج التأهيلي وتعميم استخدامه في المراكز والمؤسسات العلاجية والمستشفيات.
- 4- ضرورة مراعاة التنوع ما بين العمل العضلي الثابت والمتحرك أثناء تنفيذ تمارين الإطالة أو القوة العظمية بما يتناسب مع حالة كل مصاب واتجاه الإصابة.
- 5- الاهتمام بالبرامج التدريبية (الاحمال التدريبية) وفق اطر علمية مقننة لتفادي الحمل الزائد على عضلات وفترات العمود الفقري لتفادي الإصابة.
- 6- الاهتمام بصيانة الملاعب والادوات الرياضية لتفادي اصابات العمود الفقري عند اللاعبين.
- 7- نوصي الاعلام الرياضي بعدم الشحن الزائد وتحريض اللاعبين على العنف في الملاعب تفاديا لاحتكاك اللاعبين اثناء المباريات مما يسبب حدوث الاصابات.
- 8- الاستعانة بالأعلام الرياضي (المرئية، المقروءة، المسموعة) لتخصيص برامج توعوية صحية اسبوعية توضح من خلالها اسباب الاصابات الرياضية وخاصة اصابة العمود الفقري وكيفية الوقاية منها.
- 9- توجيه الباحثين للقيام بدراسات مشابهة لهذه الدراسة لجميع الاصابات الرياضية وفي جميع الالعاب الرياضية.

المراجع العربية:

- 1- احمد فاروق احمد؛ الإعلام الرياضي وعلاقته بالقرارات الصادرة عن الاتحاد المصري لكرة القدم والخاصة بإقالة الجهاز الفني للمنتخب الوطني للفترة من (1995-2000)، رسالة ماجستير، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، 2002
- 2- بسام هارون، وآخرون (١٩٩٥): الصحة والرياضة، مؤسسة وائل للنسخ السريع، ط ١ الجامعة الأردنية، الأردن، 1995.
- 3- جلال العبادي، أهمية وسائل الإعلام في نشر الثقافة الرياضية بين أوساط الشباب : مجلة التربية الرياضية، العدد(12) كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1996.
- 4- خير الدين علي عويس وعطا حسن، الإعلام الرياضي، ج 1 ط 1، القاهرة، دار الكتاب للنشر، 1998.
- 5- دنيس ماكويل؛ الأعلام وتأثيراته - دراسات في بناء النظرية الإعلامية، (ترجمة) عثمان العربي، ط 1 القاهرة، دار الفكر العربي، 1992.
- 6- رائد سالم النعمي، الإصابات الشائعة لدى كلبة التربية الرياضية، جامعة الموصل، العدد الخامس، 1997.
- 7- سامي الصفار، وآخرون، كرة القدم، ج ٢، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1981.
- 8- صالح خليل أبو أصبع؛ مدخل إلى الاتصال الجماهيري، ط 1، القاهرة، دار آرام للنشر والدراسات والتوزيع، 1998.
- 9- عادل علي حسن، الرياضة والصحة، ط ١، الإسكندرية، 1995.
- 10- قاسم حسين، ونصيف، علم التدريب، مؤسسة دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، 1980.
- 11- محمد عبد الرحمن الحنيف، تأثير وسائل الإعلام - دراسة في النظريات والأساليب، الرياض، مكتبة العبيكان، 1994.