

الرقم الصفحة	فهرس المحتويات
	-شكر وعرفان
	-إهداء
أ-ب	-مقدمة
الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
01-الخلفية النظرية	
04	1-1-1-كرة القدم
04	1-1-1-1-تاريخ كرة القدم في العالم
05	1-1-1-2-تاريخ كرة القدم في الجزائر
06	1-1-1-3-تلخيص لبعض الأحداث الهامة في تاريخ الكرة الجزائرية
06	1-1-1-4-قواعد كرة القدم
07	1-1-1-5-قوانين كرة القدم
09	1-1-1-6-متطلبات كرة القدم
09	1-1-1-7-خصائص كرة القدم
10	1-2-1-التدريب الرياضي
11	1-2-1-1-المفهوم الحديث للتدريب الرياضي
11	1-2-1-2-مبادئ التدريب الرياضي
12	1-2-1-3-مفهوم الحمل التدريبي
12	1-2-1-4-أشكال الحمل التدريبي
14	1-2-1-5-درجات الحمل
15	1-2-1-6-ظاهرة الحمل الزائد
13	1-2-1-7-تصنيف أنواع الحمل الزائد
17	1-2-1-8-أسباب الحمل الزائد
18	1-2-1-9-المؤشرات والأعراض الشخصية لظاهرة الحمل الزائد
20	1-2-1-10-الوقاية والعلاج من الحمل الزائد
21	1-3-1-الإصابة الرياضية
22	1-3-1-1-الأعراض الرئيسية للإصابة
22	1-3-1-2-تصنيف الإصابات

25	1-3-3-أنواع الإصابات
25	1-3-3-1-إصابات العظام
29	1-3-3-2-إصابات الأربطة والأوتار
30	1-3-3-3-إصابات المفاصل
33	1-3-3-4-إصابات العضلات
36	1-3-3-5-إصابات الجلد والأنسجة
39	2-الدراسات السابقة والمشابهة
الفصل الثاني الإطار العام للدراسة	
45	-تمهيد
46	1-الكلمات الدالة في الدراسة
48	2-إشكالية الدراسة
50	3-أهداف الدراسة
50	4-أهمية الدراسة
51	5-فرضيات الدراسة
52	-خلاصة
الفصل الثالث الإجراءات الميدانية لدراسة	
54	1-الدراسة الاستطلاعية
54	2-المنهج المتبع في الدراسة
55	3-مجتمع الدراسة
56	4-أدوات جمع البيانات والمعلومات
60	5-إجراءات التطبيق الميداني للأداة
61	6-الأساليب الإحصائية
الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها	
64	تمهيد
65	1-تحليل النتائج
74	2- ربط النتائج بالدراسات المشابهة
الفصل الخامس استنتاجات واقتراحات	
77	1-استنتاجات عامة
77	2-اقتراحات

78	3-الأفاق المستقبلية لدراسة
قائمة الملاحق	
1-قائم الأساتذة المحكمين	
2-قائمة الاستبيان	

الرقم	فهرس الجداول	الصفحة
01	يوضح نتائج معامل الارتباط للمحور الأول لاستبيان والمتمثل في التدريب العنيف والإصابات الرياضية	57
02	يوضح نتائج معامل الارتباط للمحور الثاني للاستبيان والمتمثل في إحصاء الإصابات الرياضية من نوع وعدد إلخ	58
03	يوضح نتائج معامل الارتباط للمحور الثالث والمتمثل في قلة الإمكانيات المادية والمنشأة الرياضية.	59
04	معامل ثبات أبعاد استبيان الحمل الزائد والإصابات الرياضية.	60
05	إجابات أفراد البحث اتجاه التساؤل الأول هل يمكن أن يكون التدريب العنيف سببا في حدوث الاصابات الرياضية؟	65
06	إجابات أفراد البحث اتجاه التساؤل الثاني هل للإحماء علاقة بحدوث الاصابات الرياضية لدى لاعبي كرة القدم؟	67
07	إجابات أفراد البحث اتجاه التساؤل الثالث هل قلة الإمكانيات والمنشآت الرياضية يعرض اللاعبين إلى الاصابات الرياضية.	69
08	الإجابة عن الأسئلة الخاصة بالمدرسين (المحور الرابع)	71
09	علاقة التدريب العنيف والإحماء والإمكانيات المادية والمنشآت الرياضية بالإصابات الرياضية للاعبي كرة القدم.	73