

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير تمرينات تاهيلية باستخدام السلسلة الحركية المغلقة تحسين المصابين الذين يانون من إصابة مفصل الكاحل لدي ناشئي لعبة الجمناستك. استخدم الباحثان المنهج التجريبي باستخدام المنهج التجريبي بواقع مجموعة واحدة نظرا لملائمة ذلك لطبيعة البحث. تم اختيار عينة البحث من ناشئي لعبة الجمناستك (12-15) عام وتكون عينة البحث من (8) ناشئي، تم استبعاد (2) ناشئي لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهم، ليصبح قوام عينة البحث الفعلية (6) ناشئي. قامت الباحثان بتطبيق اجراءات البحث المقترح على عينة البحث لمدة (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية في الأسبوع. قوة مفصل الكاحل و تطور الأداء المهاري للمهارات الخاصة بلعبة الجمناستك،