القياسات والانماط الجسمية للاعبي الريشة الطائرة لمنتخب الجامعة المستنصرية

م.د. غادة محمود جاسم
العراق. الجامعة المستنصرية . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
Ghada_87@yahoo.com

الملخص

المقدمة واهمية البحث هنالك الكثير من المدربين يشعرون بقدر من الاحباط لعدم توافر مستويات ومعايير دقيقة يعتمد عليها في عمله مما يجعلهم يلجؤون الى استخدام الجداول العامة المتصلة بالمتغيرات المختلفة التي تواجه اللاعبين اثناء التدريب وهذا الامر يوضح ضرورة واهمية توافر قوائم متخصصة ومعدة للمستويات ، اما مشكلة البحث فمن خلال خبرة الباحث كونها مدربة لفريق منتخب الجامعة وجدت هنالك مشكلة وارادت الخوض في هذا المجال حيث اقترحت استخدام انماط الجسم كأحد المؤشرات المتاحة كحل لاستخراج اهم القياسات الجسمية وترجع الى اهمية نمط الجسم . فقد هدف البحث الى التعرف على اهم القياسات الجسمية للاعبي الريشة الطائرة منتخب الجامعة ، والتعرف على الانماط الجسمية للاعبي الريشة الطائرة منتخب الجامعة وكانت منهجية البحث استخدمت الباحث المنهج الوصفي لملائمة طبيعة عملها وتمثلت عينة البحث بلاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بالريشة الطائرة والبالغ عددهم(6) لاعبين للموسم (2014-2015م) وقد تبين ان النمط العضلي النحيف هو المسيطر ومكون النحافة اكبر من مكون السمنة في اهم القياسات الجسمية والانماط الجسمية وهذا يوعز بان افراد العينة متجانسين ،اما الباب الخامس فكانت الاستنتاجات ان جميع افراد العينة يحققون المنحى الطبيعي على قياسات (الطول، الوزن، واعمر ،والمحيطات والأعراض) ، ومتوسطات النمط العضلي النحيف وهو اكبر من المكون العضلي السمين ، اما التوصيات فكانت توجيه اللاعبين ذوي الانماط النحيفة العضلية الى ممارسة الالعاب المناسبة في رياضة الريشة الطائرة، ضرورة العمل على وضع تقسيم الانماط الجسمية المناسبة لكل لعبة من الالعاب الريشة الطائرة .

الكلمات المفتاحية : القياسات والانماط الجسمية ، الريشة الطائرة ، الجامعة المستنصرية

Measurements and physical patterns of badminton team players of Al Mustansiriya University

Lect. Dr. Ghada Mahmoud Jassim

Iraq/ Al Mustansiriya University / Faculty of Physical Education and Sports Sciences

Ghada_87@yahoo.com

Abstract

The introduction and significance of the current research is based on that there are a lot of coaches who feel frustrated for the lack of standards and precise criteria relied upon in their work, making them resort to the use of public tables relating to the different variables facing the players during training and this demonstrates the necessity and importance of the availability of specialized and intended lists for levels.

The research problem is revealed through the researcher experience of being the coach of the university team ,so the researcher found that there is a problem and wanted to go into this area .The researcher proposed the use of patterns of the body as one of the indicators available as a solution to extract the most important physical measurements and due to the importance of the body pattern. The aim of the research is to identify the most important physical measurements of the badminton team players of the university, and to identify the patterns of physical players of badminton university team .The researcher used descriptive approach to suit the nature of the work. The research sample consisted of Badminton team players of Al Mustansiriya University totaling (6) players for the year (2014-2015) . It has been shown that the slim muscular pattern is dominant and thinness component is greater than obesity in the most important physical measurements and physical patterns , and this instructs that the sample individuals are homogenous. As for chapter five ,it concluded that all the sample individuals are making natural-oriented measurements (height, weight and Age, and symptoms), and averages of slim muscular pattern is bigger than the muscular chubby component. Finally , the players with thin muscle patterns were directed to practice the appropriate exercise badminton as well as the need to divide the appropriate physica patterns of each match in badminton .

Key words: physical measurements and patterns, badminton, Al-Mustansiriya University

1- المقدمة :

كثيرا ما يشعر المدربين بقدر من الاحباط لعدم توافر مستويات ومعايير دقيقة يعتمد عليها ، تتصل بالعديد من المتغيرات البيولوجية المؤثرة على اداء اللاعبين ، مما يجعلهم يلجون الى استخدام الجداول العامة المتصلة بالمتغيرات المختلفة التي قد تواجه اللاعبين اثناء التدريب ، وبهذا الامر يوضح ضرورة واهمية توافر قوائم متخصصة معدة للمستويات البيولوجية التي تمكن المدرب من الرجوع اليها لإصدار احكام دقيقة تساعدهم وتساعد لاعبيهم كمؤشرات بدلا من استخدام مستويات وضعت وصممت في اطار متوسطات عامة وعينات محددة وقاصرة تكون عادة غير مأمونة وكانت هذه الجهود تصطدم بالنقص الموجود في المعايير اللازمة لإظهار الفروق الفردية ،لأنها كانت تستخدم المتوسطات غير الدقيقة العواقب ولا يعتمد عليها. ولقد بذلت جهود عديدة لصياغة تصنيف رئيسي للإنسان.

ومن خلال خبرة الباحثة كونها مدرسة ومدربة للاعبي الريشة الطائرة فريق منتخب الجامعة ، لذا ارتأت الباحثة الخوض في المشكلة والعمل في اقتراح استخدام انماط الجسم كأحد المؤشرات المتاحة كحل لاستخراج اهم القياسات الجسمية ، وترجع اهمية نمط الجسم الى ان هناك ارتباطا بينه وبين الاستعداد البدني حيث ان المدرب العاقل لا يضيع وقته ومدى علاقتها بالجوانب البدنية وخاصة صفة المرونة التي تعتمد المحور الرئيسي في مجال حركة العضلة في جسم الانسان ومدى تأثيره في بعض القياسات الجسمية في حركة الاعضاء اثناء ممارسة الالعاب الرياضية ، حيث لكل نشاط رياضي متطلبات جسمانية خاصة يلزم توافرها في من يستهدف احراز البطولات في هذا النشاط ، لذا تسعى هذه الدراسة الى الوصول الى القياسات الجسمية والانماط الجسمية للاعبي الريشة الطائرة بصفة عامة ولاعبي منتخب الجامعة بصفة خاصة

ويهدف البحث الى

1- التعرف على اهم القياسات الجسمية للاعبي الريشة الطائرة منتخب الجامعة .

2- التعرف على الانماط الجسمية للاعبي الريشة الطائر منتخب الجامعة .

2- اجراءات البحث :

2-1 منهج البحث :

المنهج " هو الطريق العلمي الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثه فطبيعة المشكلة تفرض منهجا معينا للوصول الى الحقيقة "(4:ص51).

2-2 المجتمع وعينة البحث :

تمثلت عينة البحث بلاعبي منتخب الجامعة المستنصرية بالريشة الطائرة والبالغ عددهم (6) لاعبين للموسم (2014-2015) وسوف يتم توصيف العينة بالكامل لاحقا .

2-3 ادوات جمع البيانات :

1- القياسات الجسمية (الانثروبومترية)

حددت الباحث لهذا المتغير المقاييس التالية العمر (بالسنين) ، الوزن (كيلوا غرام) ، طول الذراع (سم) ، طول الساق(سم)، طول الجذع من الجلوس (سم) ، عرض المنكبين (سم)، عرض الصدر (سم)، عرض الوسط(سم)، عرض الحوض (سم) ، محيط الصدر –عادي(سم)، محيط الوسط (سم) محيط الحوض (سم) ولقد اخذت هذه المقاييس وفقا للنقاط التشريحية التي ذكرها تيتل وفوتشيرك، ومحمد صبحي حسنين

2- لقياس نمط الجسم :

استخدمت الباحث لتحديد نمط الجسم طريقة كيورتن لتقويم النمط عن طريق تقسيم الجسم الى خمس مناطق ، بحيث يتم تقويم كل منطقة بمفردها في ضوء ميزان تقدير من 1-7 درجات لكل قطب من الاقطاب الثلاثة (نحيف، عضلي ، سمين) بحيث يعبر متوسط تقويم المناطق الخمسة عن النمط العام للجسم ولقد تم بالإضافة الى ذلك استخدام اسلوب مقارنة الانماط بتوزيع الانماط الذي جاء في كتاب اطلس الرجال الذي وضعه شيلدون وذلك للتثبيت من النمط المختبر مقارنه مع توزيع شيلدون .

2-4 المعالجات الاحصائية :

استخدمت الباحث النظام الاحصائي (spss):

- الوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معمل الالتواء

3- عرض النتائج ومناقشتها:

تناولت الباحثة النتائج التي تمخضت عنها الدراسة بالعرض والمناقشة والتفسير وعلى النحو التالي :

جدول (1)

الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية الوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
القياسات الجسمية				
العمر (بالسنين)	24,333	1,505	25,000	0,840-
الطول (سم)	175,833	7,194	177,00	0,583-
الوزن(كغم)	73,500	10,747	79,000	1,879-
طول الذراع	73,000	3,741	74,500	0,928-
طول الساق	100,500	6,058	100,00	0,967-
طول الجذع من الجلوس	67,8333	1,722	67,000	0,731
عرض المنكبين	41,833	3,488	42,500	0,852-
عرض الصدر	34,666	1,632	35,000	0,444-
عرض الوسط	28,333	1,861	28,500	1,281-
عرض الحوض	33,666	3,625	35,500	0,951-
محيط الصدر - عادي	92,166	6,882	93,600	1,152-
محيط الوسط	85,833	4,665	87,500	0,711-
محيط الحوض	101,500	2,588	102,500	1,245-
الانماط الجسمية				
النمط النحيف (درجة)	21,500	8,455	25,000	0,834-
النمط العضلي (درجة)	21,000	4,033	21,000	1,776-
النمط السمين(درجة)	18,166	4,215	19,500	1,905-

يبين الجدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء والمطبقة على (6) لاعبين يمثلون منتخب الجامعة للريشة الطائرة حيث بلغ الوسط الحسابي33 24,3وبانحراف معياري 1,505وبوسيط 25,000وكان معامل الالتواء –0,840. اما الطول فقد بلغ الوسط الحسابي 175,833وبانحراف معياري 7,197والوسيط 177,00ومعمل الالتواء – 0,583اما الوزن فقد بلخ الوسط الحسابي 73,500 وبانحراف معياري 10,747والوسيط 79,00اما معامل الالتواء فقد بلغ –1,879. اما بالنسبة للقياسات العرضية فقد بلغت متوسطاتها 28,333سم عرض الوسط كأقل قيمة الى 33,666 سم كأقل قيمة الى 92,166سم لمحيط الصدر كأعلى قيمة . حيث جاءت جميع قيم المتوسطات تفوق قيم الانحرافات المعيارية ، وكما ان جميع قيم معامل الالتواء تقل عن ±3 وهذا يعني ان جميع افراد العينة يحققون المنحنى الاعتدالي على القياسات الجسمية .كما يلاحظ زيادة قيمة متوسط محيط الحوض عن قيمة متوسط محيط الصدر ، وهذا يمثل العلاقة الطبيعية بين هاتين المنطقتين عند الرياضين ، اذ يتميز الرياضين عاده بصدر كبير وحوض ضامر ، ولقد اشار "شيلدون في دراسة لأنماط الاجسام الى مثل هذا النمط لأجسام الى مثل النمط واطلق علية اسم الرياضي النسر" (Rebato,E,Rosique,j,&Apraiz,A, 1996 , p45)

ويتبين من الجدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء ، حيث يشير الى ان متوسط نمط العينة الكلية (21,500،21,00،18,166) اي ان النمط العضلي النحيف هو لمسيطر ومكون النحافة أكبر من مكون السمنة .وقد جات جميع قيم المتوسطات تفوق قيم الانحرافات المعيارية ، كما ان جميع قيم معامل الالتواء تقل عن ±3 وهذا يشير الى ان انماط الاجسام للعينة توزعت توزيعا طبيعيا (محمد حسن علاوي ، 1995، ص30–50)

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

1- يتضح ان جميع افراد العينة يحققون المنحنى الاعتدالي على هذه القياسات (العمر ، والطول ، والوزن والمحيطات ، والاعراض) كما تبين ان لاعب الريشة الطائرة يتصف بالنمط العضلي النحيف نظرا لمواصفات الجسمية السالفة الذكر حيث ان عرض الصدر اكبر من عرض الحوض

2- اتضح من المتوسطات ان النمط العضلي النحيف هو اكبر من المكون اعضلي السمين كما اتضح ان نمط الجسمي شكل (3) تشير الى تجمع اللاعبين جهة النمط العضلي النحيف .

4-2 التوصيات :

1- ضرورة اجراء نفس الدراسة بصورة دورية وعلى فترات زمنية متساوية لمتابعة النمو الانثروبومتري لأفراد العينة .

2- ضرورة اجراء نفس الدراسة على بقية المنتخبات في جميع الجامعات العراقية حتى يمكن تحديد النمط الجسمي المناسب على المستوى المحلي .

3- توجيه اللاعبين ذوي الانماط النحيفة العضلية الى ممارسة السباقات المناسبة لهم في رياضة الريشة الطائرة .

4- ضرورة العمل على وضع تقسيم للأنماط الجسمية المناسبة لكل لعبة من الالعاب في الريشة الطائرة .

المصادر

- محمد حسن علاوي ؛ انماط اجسام ابطال الرياضة من الجنسين ، القاهرة ،ط1، 1995

- Rebato,E,Rosique,j,&Apraiz,A,(1996) :Sonmatotype of 14 to 19years old under boys and girls from billbao(Basque Country) , anthropology, p45(2), jun.