

أهم القياسات الجسمية وعلاقتها بمهارتي التمرير والدرجة في كرة القدم لدى طلاب كلية بلاد الرافدين
*The most important physical measurements and their relationship to
handling and rolling skills in football among students of Bilad Alrafidain
College*

أ.م.د. رعد عبدالقادر حسين

كلية بلاد الرافدين الجامعة

Prof. Dr. Raad AbdelQader Hussein

Bilad Alrafidain University College

الكلمات المفتاحية: القياسات الجسمية، التمرير، الدرجة، كرة القدم.

Keywords: anthropometric measurements, handling, dribbling, football.

الملخص:

هدف البحث ايجاد علاقة بين بعض القياسات الجسمية ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم، واستخدام المنهجية الوصفية بأسلوب العلاقات الارتباطية، وأختار الباحث العينة التي تتلاءم مع بحثه وهو الذي يقدر حاجته للمعلومات التي تحقق غرض من البحث (عدس:1988: 116) وقد تم اختيار العينة بطريقه عمدية بحيث تنطبق عليهم شروط لبلوغ الاهداف وكانت العينة طلبة من المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وكان عددهم (40) طالب.

في ضوء مناقشة النتائج استنتج الباحثان ما يأتي:

1. وجود ارتباط معنوي بين القياسات الجسمية التالية (طول الجسم، طول الفخذ، طول الساق، محيط الورك، طول القدم) وبين أنجاز بكرة القدم.
 2. وجود ارتباط معنوي بين المرونة الحركية ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم لدى الطلاب.
 3. عدم وجود ارتباط معنوي بين القياسات الجسمية المتمثلة (محيط الورك) ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم لدى افراد عينة البحث.
- في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثان بما يلي:-
1. التأكيد على القياسات الجسمية التي ظهرت ارتباط معنوياً مع الانجاز في كرة القدم.
 2. التأكيد في المناهج التدريبية على القياسات الجسمية التي ظهرت ارتباط معنوياً في كرة القدم.

3. التأكيد على المناهج التدريبية على تطوير المرونة الحركية التي ظهرت ارتباطاً معنوياً مع أنجاز اللاعبين في كرة القدم.

Abstract:

The goal of the research is to find a relationship between some physical measurements and the skills of handling and dribbling in football, and to use a descriptive methodology in the style of correlational relationships. The researcher chose the sample that is compatible with his research, and he is the one who estimates his need for information that achieves the purpose of the research (Adas: 1988: 116). The sample was chosen in a way Intentional, so that they meet the conditions to achieve the goals. The sample was students from the third stage in the Department of Physical Education and Sports Sciences, Mesopotamia University College, and their number was (40) students.

In light of discussing the results, the researchers concluded the following:

.1 There is a significant correlation between the following physical measurements (body length, thigh length, leg length, hip circumference, foot length) and football performance.

.2 There is a significant correlation between motor flexibility and the skills of handling and dribbling in football among students.

.3 There is no significant correlation between physical measurements (hip circumference) and football handling and dribbling skills among members of the research sample.

In light of the conclusions, the researchers recommend the following:

.1 Emphasis on physical measurements that have shown a significant correlation with achievement in football.

.2 Emphasis in training curricula on physical measurements, which have shown a significant correlation in football.

.3 Emphasis on training curricula to develop motor flexibility, which has shown a significant correlation with players' achievement in football.

1- المقدمة:

أن التطور العلمي الكبير الذي حدث في مختلف البلدان وفي مختلف المجالات يعود لأتباع تلك الشعوب والبلدان اساليب علمية حديثة للوصول الى غاية او اهداف الخاصة بهذا المجال الواسع وان التطور الحاصل في هذه البلدان كان نتيجة التخطيط الكامل والبرامج لأن كرة القدم هي واحدة من الالعاب التي شهدت ذلك التطور وان التقدم الحاصل في مجالات الرياضة عامة وخاصة كرة القدم نتيجة استخدام الوسائل العلمية الحديثة ولعل ابرز ما يمثل ذلك القائمون على تطوير هذه الرياضة بذلوا كل التحديات في ايجاد افضل الاساليب والطرق التي تساهم في تطوير هذه اللعبة.

تعد الدقة من النواحي الوظيفية للجهاز العصبي وبصفة خاصة الأعضاء الجسمية الخاصة بعضلات العينين (خاطر: 1978: 442) اذ ان الدقة لها اثر الاكبر في مدى انجاح أي مهارة بتحقيق الهدف منها وتمثل دقة الحركة على تنمية وتطوير الاحساس بالفراغ المحيط ويتم الحفاظ على دقة الحركة بتغيير الانقباضات العضلية.

تحتل القياسات الجسمية في الوقت الحاضر مكان بارز في المجالات العلمية المختلفة وان القياسات الجسمية تحدث بمفاهيم واسس معينة تتيح الفرصة لذوات العلاقة بين شكل الجسم والأداء البدني والمهاري الذي يقوم به الرياضي , واللاعب الذي لا يمتلك معدل أطوال مناسبة سوف يتعرض الى مشاكل واخطاء عديدة اثناء اداء اللعبة او المهارة.

مشكلة البحث:-

من خلال اطلاع الباحث على العديد من المصادر لاحظ ان هناك تباين كبير في القياسات الجسمية للطلبة المتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية هذا فضلا عن تباين مستوى اللياقة البدنية ومن هذه برزت مشكلة البحث حيث ارتأى الباحث القيام بالدراسات الحالية للتعرف على القياسات الجسمية وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية للمتقدمين للقبول في الكلية املين ان تساهم هذه الدراسة في تطوير اسس انتقال المتقدمين للقبول في اقسام كلية التربية الرياضية وكوني طالب في المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية والاستعانة بالتدريسيين والخبراء في مجال تعليم كرة القدم ومن خلال مشاهدتي مباريات كرة القدم لاحظت اهم المشاكل التي تواجه الفريق العراقي هو ضعف الوضع في التهديف على المرمى وان هناك فرص اكثر للتهديف تهدر بسبب عدم الدقة في اصابة مرمى الخصم والقياسات الجسمية لم يجد لها الباحث دراسة تتناول العلاقة بينها وبين مهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم.

هدف البحث:-

1- ايجاد علاقة بين بعض القياسات الجسمية ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث

ان المنهج هو الطريق الذي يختاره الباحث للتوصل الى حقيقة وان طبيعة المشكلة هي التي تحدد منهج المستخدم ولهذا فقد فرضة المشكلة على الباحث استخدام المنهجية الوصفية بأسلوب العلاقات الارتباطية (وهي العلاقة بين متغيرين او اكثر وان معامل الارتباط يعطي فكره فيما أن كانت هذه العلاقة قوية او ضعيفة او معدومة) (حسين:1998: 47)

2-2 مجتمع البحث وعينه :-

ان الاهداف التي يضعها الباحث والاجراءات التي يستخدمها استخداما طبيعيا للعينه التي سيختارها (خريط:1987: 41) فأختار الباحث العينة التي تتلاءم مع بحثه وهو الذي يقدر حاجته للمعلومات التي تحقق غرض من البحث (عدس:1988: 116) وقد تم اختيار العينة بطريقه عمدية بحيث تنطبق عليهم شروط لبلوغ الاهداف وكانت العينة طلبة من المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وكان عددهم (40) طالب .

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات:

2-3-1 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

ادوات البحث (هي الوسائل التي يستطيع الباحث جمع البيانات وحل مشكلته لتحقيق هدف البحث مهما كانت تلك الادوات من بيانات وعينات وأجهزه . (محجوب:1988: 133) استعان الباحث بالأجهزة والأدوات التالية :-

- قلم جاف
- آلة تصوير
- شريط لاصق عدد (3)
- آلة قياس الاطوال عدد (1)
- كرات عدد (7)
- جهاز (الجونيو متر) لقياس زوايا المفاصل والمرونة

2-3-2 وسائل جمع المعلومات

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- استمارة التسجيل
- استمارة استبيان لاستطلاع اراء الخبراء المختصين حول اختيار القياسات الجسمية والاختبارات المناسبة.
- الشبكة العالمية للإنترنت

• المقابلات الشخصية

2-4 القياسات الجسمية

قام الباحث بتحليل محتوى مجموعه من المصادر لغرض التعرف على القياسات الجسمية التي يشمل على الباحث (علي البيك: 1980: 339).

2-4-1 طرق اجراء القياسات الجسمية:

❖ طول الرجل: يتم قياس من التخصر الحقي لعظم الحوض الى مستوى الارض على ان يكون اللاعب حافي القدمين (خاطر: 1978: 78)

❖ طول الفخذ: يتم ذلك بقياس طول السافه المدور الكبير لعظم الفخذ وحتى شق مفصل الركبه من الجهة الوحشية (خاطر: 1978: 79)

❖ طول الساق: يتم قياس من الحافة الوحشية المنتصف من مفصل الركبة حتى البروز الوحشي للكعب (خاطر: 1978: 81)

❖ طول القدم : المسافة ما بين نهاية النقطة الخلفية للكعب وحتى النقطة الامامية للأصبع الكبير (حسانين: 1987: 64)

2-4-2 الاختبارات المهارية:

اختبار الدرجة بالكرة من بين (6) شواخص الشكل (1): (الخشاب: 1999: 209)

- الغرض من الاختبار: قياس زمن الجري بالكرة

- الأدوات اللازمة: شواخص عدد (6) موضوعة على مسافات متساوية (2م) بين كل شاخص وآخر ، وخط البداية والنهاية على بعد (2م) من الشاخص .

- إجراءات الاختبار :

- الجري المتعرج بالكرة بين الشواخص يتم في اتجاهين (ذهابا وإيابا)

- يعطى اللاعب محاولتان ويحسب أفضل زمن يسجله

- في حالة تجاوز اللاعب لشاخصين من نفس الجهة ، فالمحاولة تعاد



الشكل (1) اختبار مهارة الدرجة

اختبار التمرير المرتدة على جدار لمدة (30) ثانية (الشكل (2) (الخشب:1999: 216)

- الغرض من الاختبار : قياس دقة التمرير والاستلام بالزمن وبالقدم المفضلة

- الأدوات اللازمة :

- حائط مرسوم عليه مربعان طول الضلع (1م) والمسافة بينهما (5م)

إجراءات الاختبار :

- توضع الكرة على محيط نصف دائرة (150)سم ، وتبعد الدائرة عن كل مربع مسافة (5م) أيضا .

- عند الإيعاز يبدأ اللاعب بضرب الكرة باتجاه المربع الأول وبعد كل ضربة يركض باتجاه ارتداد الكرة

عن المربع ويدرجها إلى الدائرة ، ثم يضرب بالقدم إلى المربع الثاني ، وهكذا يستمر بالتناوب إلى حد

انتهاء وقت الاختبار (30) ثانية

طريقة التسجيل

- تحسب عدد المرات الصحيحة التي لعب بها اللاعب الكرة إلى داخل المربعين وخلال مدة (30) ثانية

2-5 التجربة الاستطلاعية:

ان أهم ما يوحى بها خبراء البحث العلمي للحصول على نتائج دقيقة موثوق بها هو

أجراء تجربة استطلاعية والتي تعرف بأنها دراسة تجريبية أولية فأختار الباحث عينة صغيرة

قبل القيام بالبحث الهدف منها اختيار اساليب وادوات ، لذلك أجرى الباحث تجربة استطلاعية

(2024/2/18) على مجموعه مكونه من (10طلاب)

2-6 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بأجراء تجربة رئيسيه في تاريخ (2024/2/25) على عينه من مجموعة الاصل من طلبة المرحلة الثالثة وكان عددهم (40 طالب) من مجتمع كلية التربية البدنية للعلوم الرياضية وقد تم جمع البيانات من أجل إجراء العملية الإحصائية

2-7 الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) لاستخراج النتائج ومعالجة البيانات.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل نتائج التي تم التوصل اليها بعد تطبيق القياسات الجسمية والمرونة الحركية فضلاً عن ذلك للحصول على نتائج المتغيرات الدرجة والتمرير بكرة القدم لعينة البحث . ويتم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على وفق الاهداف التي وضعها الباحث .

3-1 عرض النتائج بين بعض القياسات الجسمية في كرة القدم وعلاقتها بمهارتي التمرير الدرجة في كرة القدم وتحليلها ومناقشتها

جدول (1)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات الجسمية

ت	القياسات	س	ع+
1	طول الكف	12.90	3.78
2	الطول الكامل	91.61	6.85
3	طول الفخذ	47.80	2.73
4	طول الساق	38.90	2.70
5	الدرجة	20.34	2.46
6	التمرير	7.62	2.24

جدول (2)

معامل الارتباط بين القياسات الجسمية ومهارتي التمرير الدرجة في كرة القدم

ت	القياسات	قيمة ر	نسبة الخطأ
1	طول الكف	0.013 -	0.954
2	الطول الكامل	0.127 -	0.589
3	طول الفخذ	0.042	0.857
4	طول الساق	0.033	0.886
5	الدرجة	0.026	0.896

6	التمرير	0.037	0.864
---	---------	-------	-------

معنوي عند درجة حرية ونسبة الخطأ (0.05) وقيمة (ر) جدولية (0.01) من خلال جدول (2) نلاحظ ان الارتباط السالب في هذه الحالة يعد امرا جيدا وذلك لأنه كلما تحسب القياسات بالزمن بالمقابل بالنسبة للمتغيرات وذلك خصوصية مباراة القدم تعتمد على التكنيك والتكنيك المسبق باقل زمن ممكن، يرى الباحثان ان الزيادة في طول الكامل وطول الفخذ وطول الساق يرتبط بزيادة حجم الجسم والمقطع العضلي اذ ان القوة العضلية "تناسب طرديا مع حجم الجسم والمقطع الفيسيولوجي للعضلة". (حسانين:1987: 72)

2-3 عرض النتائج بين المرونة الحركية وعلاقتها بمهارتي التمرير الدرجة في كرة القدم وتحليلها ومناقشتها

جدول (3)

الايواساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمرونة الحركية

ت	المرونة	س	ع+
1	المرونة الحركية	95.047	4.329
2	التمرير	7.62	2.24
3	الدرجة	20.34	2.46

جدول (4)

معامل الارتباط بين المرونة الحركية ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم ونسبة الخطأ

ت	المرونة	قيمة (ر)	نسبة الخطأ
1	مرونة حركية	- 0.003	0.991
2	التمرير	0.023	0.000
3	الدرجة	0.034	0.000

3-3 مناقشة النتائج:

معنوي عند درجة حرية (8) ونسبة خطأ (0.05) وقيمة (ر) الجدولية (0.01) من خلال جدول رقم (4) نلاحظ وجود ارتباط سالب عند نسبة خطأ (0.05) بين المرونة الحركية ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم اذ بلغت قيمة (ر) المحسوبة (-0.003) على التوالي وهي اكبر من قيمة (ر) عند مستوى الدلالة (0.05). ونلاحظ على هذا الارتباطات انها ارتباطات سالبة بمعنى ان زيادة في حجم الجسم والقياسات الجسمية التي ظهرت ارتباطاً معنوياً باقل انخفاض في زمن الاداء لدى لاعبي كرة القدم وهذا يعود الى خصوصية الفعالية، ويرى الباحث ان الارتباط المعنوي بين المرونة الحركية وانجازها بين لاعبي كرة القدم ناتج من

زيادة مرونة عضلات الرجلين والتي تساعد في زيادة مهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم وقد اشارة (قاسم حسن حسين) الى ان مزاوله التدريب الرياضي يعود منتظما يؤدي الى حدوث متغيرات في مرونة العضلات الرجلين . (حسين:1990: 134)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

في ضوء مناقشة النتائج استنتج الباحثان ما يأتي:

4. وجود ارتباط معنوي بين القياسات الجسميه التاليه (طول الجسم ،طول الفخذ، طول الساق ،محيط الورك ، طول القدم) وبين أنجاز بكرة القدم.
 5. وجود ارتباط معنوي بين المرونه الحركيه ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم لدى الطلاب.
 6. عدم وجود ارتباط معنوي بين القياسات الجسميه المتمثله (محيط الورك) ومهارتي التمرير والدرجة بكرة القدم لدى افراد عينة البحث.
- في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثان بما يلي:-
4. التأكيد على القياسات الجسميه التي ظهرت ارتباط معنوياً مع الأنجاز في كرة القدم.
 5. التأكيد في المناهج التدريبيه على القياسات الجسميه التي ظهرت ارتباط معنوياً في كرة القدم .
 6. التأكيد على المناهج التدريبيه على تطوير المرونه الحركيه التي ظهرت ارتباطاً معنوياً مع أنجاز اللاعبين في كرة القدم.

المصادر:

- احمد خاطر , علي البيك , قياسات في المجال الرياضي , ط 2 , القاهرة , دار المعارف , 1978
- ريسان خريط مجيد : مناهج البحث في التربية البدنية ، جامعة الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1987
- عبدالرحمن عدس وآخرون :- البحث العلمي ، عمان ، دار الفكر العربي والتوزيع ، 1988
- علي البيك والسيد عبد الجواد : القياسات المورفولوجيه كأساس للاختبار للناشئين لكرة القدم ، بحث منشور في وقائع والمؤتمر العلمي للدراسات وبحوث التربيه الرياضييه ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضييه للبنين ، 1980
- قاسم حسن حسين :- الموسوعة الرياضييه والبدنيه الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضييه ، ط1، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1998
- قاسم حسن حسين الفسيولوجيا مبادئها وتطبيقاتها في المجال الرياضي، الموصل، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990

- محمد صبحي حسانين : تقويم والقياسات في التربية البدنية، ج 1، ط2 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 ،
- وصية مجوب : طرائق البحث العلمي ، مناهجه ، الموصل ، مديرية دار الكتب والطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1988

