

تحديد الدرجات المعيارية لاهم القياسات (الانثروبومترية) لانتقاء لاعبات منتخب التربية بكرة اليد
Determining the standard scores for the most important measurements (anthropometrics) to select the players of the education team in handball

مدرس دكتور عمر رشيد حسين

جامعة ديالى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Email / Omarrashed85@gmail.com

Lecturer, Dr. Omar Rashid Hussein

Diyala University

College of Physical Education and Sports Sciences

(الدرجات المعيارية ، الانثروبومترية ، انتقاء ، كرة اليد)

(normative, anthropometric, selective, handball scores)

الملخص

ان الانتقاء المبني على وفق اسس علمية وعملية تكون مخرجاته لاعبات يمتلكون قدرات تؤهلهم للارتقاء والتفوق والوصول الى المستويات العليا، لذا يسعى الباحثون والعاملون في المجال الرياضي الى تحديث وتطوير عملية الانتقاء بوساطه توسيع مجالات الانتقاء من انتقاء بدني ومهاري وحركي وقياس جسمي فضلاً عن الجانب النفسي والمتغيرات الميكانيكية وغيرها من الجوانب الاخرى التي تخدم الانتقاء، وفي دراستنا الحالية ركز الباحث على جانب القياسات الجسمية وتحديد اهمها لتوظيفها في عملية انتقاء لاعبات منتخب التربية بكرة اليد مستخدماً المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي على عينه البحث والبالغ عددها (100) طالبة باعمار (13-14) سنة ، وبعد استخلاص النتائج من القياسات المستخدمة في البحث ومعالجتها احصائية وتحليلها ومناقشتها توصل الباحث الى الاستنتاجات منها ان اهم القياسات الجسمية (الوزن، الطول الكلي، طول الذراع، طول الكف، عرض الكف) لانتقاء لاعبات منتخب التربية بكرة اليد، ويوصي الباحث الى اعتماد نتائج القياسات الجسمية المستخلصة من الدراسة الحالية في عملية انتقاء لاعبات منتخب التربية بكرة اليد. وإجراء الدراسات وبحوث مشابهة على عينات مختلفة.

Summary:

The selection is based on scientific and practical foundations. Its outputs are players who possess capabilities that qualify them to advance, excel and reach higher levels. Therefore, researchers and workers in the sports field seek to modernize and develop the selection process by expanding the fields of selection from physical, skillful, motor and physical selection as well as the psychological aspect and mechanical variables. And other aspects that serve selection, and in our current study, the researcher focused on the aspect of physical measurements and determining the most important of them in order to employ them in the selection process for the

players of the education team in handball, using the descriptive approach in the survey method on the sample of the research, which numbered (100) students at ages (13-14) years. After extracting the results from the measurements used in the research and processing them statistically, analyzing and discussing them, the researcher reached conclusions, including that the most important physical measurements (weight, total length, arm length, palm length, palm width) to select female players The education team in handball, and the researcher recommends adopting the results of physical measurements extracted from the current study in the process of selecting the players of the education team in handball. Conducting studies and similar research on different samples.

1. المقدمة:

إن لعبة كرة اليد من الالعاب الجماعية التي يسعى المدربين والباحثين الوصول بلاعبها أعلى المستوى من الاداء، وذلك من خلال تطوير البرامج التدريبية وانتقاء لاعبات يمتلكن قدرات خاصة (البدينية والحركية والمهارية) فضلا عن القياسات الجسمية التي تتسجم مع الأداء العالي والسريع لمواكبة مجريات اللعب في مختلف الظروف وتطبيق الواجبات خلال المباراة، وان الفريق الذي يمتلك لاعبات ذات مواصفات جسمية مناسبة وتتلائم مع الاداء الحركي والقدرات البدنية يكون قادراً للوصول الى مستويات جيدة ويمتلك امكانية التنافس مع الفرق الاخرى واحراز نتائج متقدمة، لذا من المهم على العاملين بكرة اليد والاحص على فرق التريبات ان يكون اختيارهم وانتقائهم للاعبات يعتمد على مبادئ صحيحة ومدروسة بشكل علمي وواقعي، وبما إن علم الاختبار والقياس هو الذي يوفر الوسائل العلمية المهمة والتي تتمثل بأدوات الاختيار والانتقاء، والتي يتم من خلالها تحديد القياسات الجسمية وذلك يساعد العاملين في لعبة كرة اليد على أنتقاء اللاعبات وبما يتمتع به من امكانيات وقياسات تؤاهلة للعب في منتخب التربية. وتأتي اهمية البحث في اعتماد عملية الانتقاء لاعبات كرة اليد للعب في منتخب التربية على وفق اسس علمية مدروسة وان الدراسة الحالية حددت اهم القياسات الجسمية الخاصة بانتقاء اللاعبات التي اذا ما توافرت في فيهن يكونن مؤهلات للعب في منتخب التربية. ويهدف البحث الى تحديد اهم القياسات الجسمية الخاصة والمهمة لانتقاء لاعبات منتخب التربية.

ان منتخب التربية للطالبات لا بد ان تحدد له درجات معيارية لاهم القياسات الجسمية لما لها اهمية كبيرة في لعبة كرة اليد التي تعتمد على قياسات جسمية بشكل رئيسي في انتقاء اللاعبات لتمثيل منتخب التربية قدرات على اداء المهارات وكافة الواجبات سواء الواجبات الدفاعية او الهجومية المتمثلة بالمهارات الهجومية من مناولة وطبظبة وتصويب والتي تحتاج الى اطوال اجزاء من الجسم (طول الذراع، وطول الكف) وغيرها من القياسات التي لها دور مهم في امتلاك اللاعبات الكفاءة العالية في الجانب المهاري والوصول الى افضل المستويات، لذا سعى الباحث في

دراسة الحالية لحل مشكلة افتقار الى دراسات علمية وارقام واقعية وقياسات مهمة بوساطة تحديد الدرجات المعيارية لاهم القياسات (الانثروبومترية) لانتقاء لاعبات منتخب التربية بكرة اليد.

2. منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1.2 منهج البحث:

المنهج هو "الطريق العلمي الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثه، فطبيعة المشكلة تفرض منهجا معيناً للوصول إلى الحقيقة" (نوري الشوك: 2004: 5).

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسح لملاءمته مشكلة البحث وأهدافه.

2.2 مجتمع البحث وعينته:

"أن يختار الباحث عينة يرى فيها انها تمثل المجتمع الاصل الذي يقوم بدراسته تمثيلاً صادقاً" (محمد علاوي: 2000: 222)، حدد الباحث مجتمع بحثه بالطالبات المدارس المشاركات في بطولات التربية باعمار (13-14) سنة في محافظة ديالى والبالغ عدده (334) طالبة، وأجري البحث على مجموعة تتكون من (100) طالبة باعمار (13-14) سنة من مجتمع البحث يمثلن عينة البحث اختيروا بالطريقة العشوائية القرعة، و (7) طالبات عينة التجربة الاستطلاعية من المجتمع المبحوث للموسم الدراسي 2021-2022. وكما مبين في الجدول (1)

الجدول (1)

يبين توزيع العينة

المدارس	العدد الكلي	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة التجربة الرئيسية
ام البنين	63	7	20
ثوية الاسلامي	71		20
الباسمات	58		20
الحرية	66		20
العدنانية	76		20
المجموع	334		100

3.2 تحديد القياسات الجسمية:

1.3.2 شروط قياس المتغيرات الجسمية (الانثروبومترية):

لأجل إجراء القياسات الجسمية لابد من للباحث من إتباع الشروط الأساسية لتنفيذ القياسات وهي على النحو الآتي: (قاسم: 2000: 225)

- إداء القياس بطريقة موحدة.
- استخدام ادوات القياس نفسها.

- استخدام القياس في توقيت يومي موحد.
 - المعرفة التامة بالقياسات التشريحية التي تحدد أماكن القياس.
 - إجراء القياس من جهة التي يستخدمها المبحوث.
- 2.3.2 تحديد أهم القياسات الجسمية الخاصة بلعبة كرة اليد:**

لتحديد والتعرف على أهم القياسات الجسمية (الانثروبومترية) الخاصة بالدراسة والتي تتلاءم مع عينة البحث تم الاطلاع على مصادر عدة عربية واجنبية، والتي من خلالها تم تحديد القياسات وإدراجها في استمارة استبيان (أهمية نسبية من 5..1) وعرضها على (13) من الخبراء والمختصين بالاختبارات والقياس وكرة اليد.

الجدول (2)

الأهمية النسبية للقياسات الجسمية

ت	القياسات الجسمية	وحدة القياس	الدرجة الكلية	الأهمية النسبية	القياسات المختارة
1	الوزن	كغم	63	%96.92	✓
2	الطول الكلي	سم	65	%100	✓
3	طول الذراع	سم	65	%100	✓
4	طول الكف	سم	60	%92.30	✓
5	عرض الكف	سم	62	%95.38	✓

3.3.2 القياسات الجسمية: (أحمد: 1996:91)

القياس الأول: وزن الجسم (كغم) يتم قياسه بواسطة الميزان الطبي لأقرب نصف كيلو غرام، إذ تقف اللاعب في وسط الميزان الطبي ويتم القياس لأقرب نصف كيلو غرام، وحدة القياس (كغم).

القياس الثاني: قياس الطول (سم) يؤخذ القياس من وضع الوقوف للاعبة وهي حافيات القدمين إذ يكون العقبان متلاصقان والذراعان ممدودتان على جانبي الجسم ويتم القياس بواسطة لوح الكف ومؤخرة الرأس الحائط المدرج ويؤخذ القياس بالمسطرة أفقية فوق الرأس (نصف سم).

القياس الثالث: طول الذراع (سم) تم استخدام شريط القياس لقياسه من القمة الوحشية للنتوء الأخرى لعظم اللوح وحتى طرف أسفل نقطة في السلامة السفلى للأصبع الوسطى للكف

القياس الرابع: طول الكف (سم) تم قياس طول الكف باستخدام شريط القياس من منتصف الرسغ حتى نهاية الأصبع الأوسط والكف ممدوده.

القياس الخامس: عرض الكف (سم) يقوم المحكم بوضع البرجل المنزلق موازيا للمحور العرضي لليد بحيث تكون الذراع الثابت للبرجل ملاصقة لأقصى نقطة يمكن تحسسها لعرض الكف.

4.3.2 تطبيق القياسات الجسمية:

تم تطبيق القياسات الجسمية الخاصة بالدراسة الحالية على عينة البحث، البالغ عددهم (100) طالبة خلال الفترة من 2022/2/12 ولغاية 2022/2/21، وفي المدارس مختلفة ضمن العينة المختارة وبمساعدة فريق العمل المساعد بعد أن أجرى الباحث تجربة استطلاعية قبل (7) ايام من موعد بدء تطبيق التجربة الرئيسية، اشتملت على تنفيذ القياسات الجسمية على بعض من الطالبات والبالغ عددهن (7) ضمن مجتمع البحث.

5.3.2 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات التي حصل عليها الباحث.

3. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1.3 عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء والخطأ المعياري للقياسات الجسمية:.

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للقياسات الجسمية لعينة البحث:

ت	القياسات الجسمية	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	الوزن	كغم	56	2.105	0.254
2	الطول الكلي	سم	154	3.401	0.411
3	طول الذراع	سم	74	2.252	0.405
4	طول الكف	سم	14	1.841	0.374
5	عرض الكف	سم	11	1.917	0.612

2.3 المستويات المعيارية للمتغيرات الجسمية:

الجدول (3)

يبين القياسات الجسمية والمعايير والمستويات والتكرارات والنسب المئوية لعينة البحث

ت	القياس الجسمي	المعايير	المستويات	التكرارات	النسبة المئوية
1	الوزن	53-49	ضعيف	15	%15
		58-54	متوسط	51	%51
		63-59	جيد	34	%34
2	الطول الكلي	156-152	ضعيف	23	%23
		161-157	متوسط	44	%44
		166-162	جيد	33	%33
		70-66	ضعيف	30	%30

3	طول الذراع	75-71	متوسط	54	54%
		80-76	جيد	16	16%
		12-8	ضعيف	12	12%
4	طول الكف	17-13	متوسط	58	58%
		22-18	جيد	30	30%
		10-6	ضعيف	31	31%
5	عرض الكف	15-11	متوسط	47	47%
		20-16	جيد	22	22%

2.3 تفسير نتائج:

اظهرت نتائج الجدول (3) الدرجات المعيارية والمستويات المحددة والتكرارات والنسب المئوية للقياسات الجسمية بوصفها متغيرات مهمة ومركز هام في عملية الانتقاء للاعبين لما للقياسات الجسمية من دور في توافر لاعبات يمتلكن مؤهلات من وزن وطول يجعلهن قادرات على مواكبة اللعب وتحقيق الفوز والوصول الى مستويات متقدمة، وهذا ماكددة (ليث ابراهيم) "المحددات الجسمية هي احد المحددات المهمة في اختيار اللاعبات في لعبة كرة اليد فقياس الطول والوزن وطول القامة وطول الاطراف وكبر حجم الكف وعرض الكتفين والوزن المناسب كلها قياسات يتم من خلالها اختيار لاعباتكرة اليد الذي يمكن ان يصل للمستويات العليا" (ليث:2016:222)، ويرى الباحث ان القياسات الجسمية على مختلف مسمياتها وطرق قياسها لها دور اساسي في بناء قوام اللاعبات في كرة اليد وشكل وحجم الجسم والأداء الرياضي الذي تحدده صفات هامة يمكن الاعتماد عليها عند تقويم اداء اللاعبات المستجدين، ويؤكد ذلك (يوسف الشيخ:194:1996) إذ "إن طريقة بناء الجسم وكذلك طوله من العوامل التي لا يمكن تجاهلها بل من الضروري الاهتمام بها عند الاختيار إذا ما أردنا تحقيق نتائج قياسية".

4. الخاتمة:

الاستنتاجات التي توصلت اليها الدراسة هي: ان اهم القياسات الجسمية التي توصلت اليها الدراسة (الوزن، الطول الكلي، طول الذراع، طول الكف، عرض الكف) ، وان المعايير قسمت الى ثلاث مستويات (ضعيف، متوسط، جيد)، ويوصي الباحث على الاعتماد على القياسات الجسمية التي توصلت اليها الدراسة (الوزن، الطول الكلي، طول الذراع، طول الكف، عرض الكف) في عملية انتقاء اللاعبات لتمثيل منتخب التربية، تحديث المعايير والمستويات بصورة مستمرة ، إجراء الدراسات وبحوث مشابهة على عينات مختلفة لغرض انتقاءهم موضوعياً.

المصادر:

- أحمد محمد خاطر وعلي فهمي ألبيك: القياس في المجال الرياضي، ط4:(الإسكندرية، دار الكتاب الحديث، 1996).

- قاسم المندلاوي (واخرون): الاختبارات والقياس والتقويم في الرياضة، (جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي، 2000).
 - ليث ابراهيم جاسم: كرة اليد أساسيات منهجية، (ديالى، المطبعة المركزية/ جامعة ديالى، 2016).
 - نوري إبراهيم الشوك، رافع صالح الكبيسي: دليل البحوث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، (بغداد، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2004).
 - محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان: القياس في التربية وعلم النفس الرياضي، (عمان، دار الفكر العربي، 2000).
 - يوسف الشيخ ويس الصادق: فسولجيا الرياضة والتدريب، ب ط: (الاسكندرية، نبع الفكر، 1996).
- الملاحق:

ملحق (1)

يبين أسماء السادة الخبراء لتحديد صلاحية القياسات الجسمية

ت	الاسم	اللقب	التخصص	مكان العمل
1	عبد الرحمن ناصر راشد	أستاذ	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية الاساسية
2	بشار غالب شهاب	أستاذ	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	محمد وليد شهاب	أستاذ	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	عدي عبد الحسين	أستاذ	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	قحطان فاضل محمد	أستاذ مساعد	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	ظافر ناموس	استاذ مساعد	الاختبار والقياس	وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية ديالى
7	باسم ابراهيم حسن	استاذ مساعد	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	نزار علي احمد	استاذ مساعد	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	حيدر سعود علي	استاذ مساعد	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	محمد سعد محمد	مدرس دكتور	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	ضحى عبد الجبار عبد	مدرس دكتور	الاختبار والقياس	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
12	محمد كاظم صالح	مدرس دكتور	كرة اليد	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
13	مروة جهاد محمد	مدرس دكتور	كرة اليد	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (2)

م/ استبانة

الأستاذ الفاضل : المحترم
تحية طيبة...

يروم الباحث اجراء دراسة الموسومة (تحديد الدرجات المعيارية لاهم القياسات (الانثروبومترية) لانتقاء لاعبات منتخب التربية بكرة اليد) ونظراً لما تتمتعون من خبرة عملية رصينة في تخصصكم

العلمي، أرجو بالتفضل بإبداء آرائكم حول تحديد أهم القياسات الجسمية للاعبات منتخب تربية بكرة اليد وبالإمكان أضافه اي قياس مناسب لم يذكر في الاستبانة ادناه . شاكرين تعاونكم معنا.

ت	القياسات الجسمية	وحدة القياس	0	1	2	3	4	5	الملاحظات
1	العمر	سنة							
2	الوزن	كغم							
3	الطول الكلي	سم							
4	طول الذراع	سم							
5	طول العضد	سم							
6	طول الساعد	سم							
7	طول الكف	سم							
8	الطول الكلي والذراعين عاليا	سم							
9	طول الرجل	سم							
10	طول الفخذ	سم							
11	طول الساق	سم							
12	عرض الصدر	سم							
13	عرض الكتفين	سم							
14	عرض الحوض	سم							
15	عرض الكف	سم							
16	محيط الصدر	سم							
17	محيط الصدر	سم							
19	محيط العضد	سم							