

**أنماط أجسام لاعبي كرة القدم في  
فلسطين وعلاقتها بمراكز اللعب  
د/ أسعد يوسف المجدلاوي**

## ط أجسام لاعبي كرة القدم في فلسطين وعلاقتها بمراكز اللعب

\* د / أسعد يوسف المجدلاوى

ن البحث :

الدراسة إلى التعرف على أنماط أجسام لاعبي كرة القدم في فلسطين وعلاقتها بمراكز اللعب ، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على قوامها (٣٣٧) لاعبا موزعين كالتالي (١١٩) لاعبا من لاعبي خط الوسط ، و(٨٧) لاعبا من لاعبي خط الهجوم ، و (٢٧) حارس مرمى ، أي ما نسبته (٣٠,٨%) جتمع الدراسة الأصلي البالغ عدده (٨٥٠) لاعبا ، ولجمع بيانات منهجية وتحقيق أهدافها استخدام المنهج الوصفي ، وطريقة هيث ر الانترومترية . وأسفرت نتائج الدراسة أن المكونات الجسمية لاعبي كرة القدم في خطوط اللعب الأربعة جاءت عضلي سمين ، بلغ متوسط أنماط اللاعبين ( ٢,٢٠ - ٤,٧٤ - ٣,٢٦ ) .

المقدمة :

عند الحديث عن لعبة كرة القدم الأكثر شعبية في العالم والأكثر اهتماماً لذيد من التركيز على دراسة أنماط أجسام اللاعبين لمواكبة التطور والتقدم لهذه اللعبة وصولاً إلى الأفضل من أجل تحقيق الفوز وإسعاد الجماهير وتحقيق المكاسب .

ويعتبر النمط الجسمي من الموضوعات الهامة التي يجب دراستها وذلك من خلال اعتبار المظهر الذي يدل على الحالة العامة للمجتمع والذي يعتبر من أحد المؤشرات والمعايير التي ينطبق من خلالها الحكم على درجة نمو وتطور المجتمع والذي يتم من خلال رؤية الانعكاس على الشكل العام للمجتمع في ظل توافر أنماط جسمية سليمة تخدم المجتمع وترتقي به بين المجتمعات الأخرى (حسانين ، ١٩٩٥ ، ص ١٩٧) .

ويشير (إسماعيل ، ١٩٩٨ ، ص ١٠) أن منظومة صناعة البطل الرياضي تتطلب بناء جسمياً مناسباً وبرامج تدريب وممارسة مكثفة ( وصلت في الوقت الحاضر من ١٥-٢٠ وحدة تدريب أسبوعية ) ، فالمدرّب مهما بلغت مهاراته لن يستطيع أن يصنع بطلاً من جسم غير مؤهل لذلك إذ يلزم أن يكون متمتعاً بنمط جسمي مناسب لنوع الرياضة التي يمارسها .

ويضيف الباحث أن نجاح عملية صناعة البطل لا بد من توفر مجموعة من العوامل الهامة مثل الإمكانيات المادية والمدرّب الجيد والموهبة والتغذية والوراثة الخ . ويشير (Karpovich , 1971 , p 228) إلى أهمية اختيار النمط الجسمي المناسب قبل البدء في عمليات التدريب ، وأن المدرّب العاقل لا يضيع وقته وجهده في نمط غير مباشر بالنجاح .

ويضيف (حسانين ، ١٩٩٥ ، ص ٨ ب) أن الاهتمام بنمط الجسم يرجع إلى الرهبة في إحداث التفوق والإبداع الرياضي لكونه أحد أشكال التنوّج بالتتابع المقبل لشكل الجسم الظاهري الذي سيبدو عليه الشخص الحي إذا ظلت التغذية عاملاً ثابتاً أو تغيرت في الحدود العادية واتعدام حالات الاضطراب المرضي الشديد .

تتطلب ألعاب الكرة قدرة شاملة من حيث المواصفات الجسمانية والأداء الفني والعقلي والتكتيكي ومن بين هذه المواصفات أو القدرات (القدرات الجسمانية) للاعبين والتي لها تأثيرها المباشر في مهارات اللاعبين أنفسهم وفي تكتيكات الفريق . ذلك لأن

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

الكرة تتطلب بذل وتكرار أقصى مجهود من اندفاع وقفز، ومن ثم يجب أن يكون للاعبين القدرات الجسمانية للقيام بحركات سريعة وقوية وألعاب هوائية واسعة م للأداء الدفاعي والهجومى الناجح في الألعاب المختلفة ( Noriki , 2003 , p

ى ( علاوي ، ١٩٧٩ ) أن كل نوع من أنواع الأنشطة الرياضية يتميز عن الأخر بالنسبة لتوفر قدرات وصفات معينة لدى الفرد الرياضي تؤهله لممارسة نوع من النشاط الرياضي وتعتبر القياسات الجسمانية والقدرات الحركية ارية من أهم هذه الصفات .

ـ ( نبيلة ، ٢٠٠٥ ، ص ٣٠ ) إلى أهمية اختيار وتحديد النمط المناسب قبل في عملية التدريب ، ويوجد الكثير من الطرق لتحديد الأنماط الجسمية للإفراد ق المختلفة منها طريقة ( هيث - كارثر ) وهي طريقة تساعد في وضع دلائل لية بين نوع النمط الجسمي وتطور القدرات الحركية والمهارية .

هذا الصدد يؤكد كل من ( حساتين ، ١٩٨٥ ، ص ٨٥ ) ، و ( ميزو ، ١٩٨١ ، ١٢ ) ، و سلامة ، ١٩٩٣ ، ص ٩٨ ) أن لكل رياضة متطلباتها من حيث النمط سى ، وفي نفس الوقت فإن تباين نمط الأجسام الوارد بين الأنشطة قد يكون أيضا النشاط الواحد وفقا لمراكز اللعب أو المجموعات الوزنية .

ر ( Kartar , 1968 , p 476 ) إلى أن لاعبي المراكز المختلفة في كرة القدم بقلب عليهم النمط السمين العضلي في حين أن لاعبي الظهر أو السدفاع يقلب م النمط السمين .

### للة الدراسة :

شعب الفلسطيني مثل كافة شعوب الدنيا مشغف بلعبة كرة القدم وهو متاعب جيد ع البطولات الدولية والقارية وشغف هذا الشعب بكرة القدم يفوق كثيرا مستويات ومنتخبنا حيث الجميع يعلم ما مرت وتمر به فلسطين من معوقات كثيرة داخلية جية في كل مجالات الحياة لاسيما في مجال الرياضة وخصوصا كرة القدم التي ، الكثير والكثير وهناك معوقات أيضا داخلية وخارجة تحول دون التقدم المطلوب ل اوان مجتمع كرة القدم الفلسطيني يقتقر إلى مثل هذه الدراسات مساهمة في الوعي بين المدربين حول أهمية نمط الجسم في لعبة كرة القدم حيث يحاول

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

الباحث من خلال هذه الدراسة وضع إجابة لهذه المشكلة التي تعاني منها كرة القدم الفلسطينية .

ويرى الباحث من خلال خبراته العملية والأكاديمية أن من هذه المعوقات الجهل الكبير في عملية الانتقاء والتدريب وتوظيف اللاعبين في مراكزهم .  
وقد أرتى الباحث أن يقوم بهذه الدراسة لتحليل النمط الجسمي للاعب كرة القدم الفلسطيني وعلاقته بمراكز اللعب حيث أن أسس التكتيك في كرة القدم تعتمد على وجود ٣ خطوط غير حارس المرمى موزعة على دفاع ووسط وهجوم وداخل كل خط يوجد عدد من المراكز وعلى كل لاعب في كل مركز تقع واجبات هجومية وواجبات دفاعية ومعرفة وإمام المدرب بالأنماط الجسمية للاعبين يساهم في الاختيار والتوظيف .

### أهمية الدراسة :

- ١- توضيح النمط الجسمي السائد لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين وذلك من خلال تسليط الضوء على لاعبي الفريق الأول لأندية فلسطين .
- ٢- وضع نتائج هذه الدراسة ليستفيد منها المهتمين والباحثين في المجال الرياضي وذلك لتوظيف مراكز اللعب تبعاً لأنماط الأجسام لدى لاعبيهم مما يساهم في رفع وتطوير مستوى كرة القدم .
- ٣- الاستفادة في توجيه عملية لتدريب .
- ٤- انتقاء الناشئين .

### هدف الدراسة :

- هدفت الدراسة إلى التعرف على توصيف المكونات الجسمية لدى لاعبي كرة القدم للفريق الأول في الأندية الفلسطينية وفقاً لطريقة هيث وكارتر الانترومترية .

### تساؤل الدراسة :

- ما توصيف المكونات الجسمية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين وفقاً لمراكز اللعب ( خط الدفاع - خط الوسط - خط الهجوم - حراسة المرمى ) .  
المصطلحات المستخدمة في الدراسة :

-نمط الجسم : تحديد كمي للمكونات الأساسية الثلاث المحدودة للبناء المورفولوجي للفرد ويعبر عنه بثلاث أرقام متسلسلة الأول يشير إلى السمنة والثاني يشير إلى العضلية والثالث يشير إلى النحافة (Sheldon , 1954, p 27).

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

### الدراسة :

جال الجغرافي :- أجريت الدراسة في فلسطين .  
 جال البشري :- أجريت الدراسة على لاعبي كرة القدم في الفريق الأول المسجلين في  
 الفلسطيني لكرة القدم.  
 جال أنزامي :- أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة ما بين ٢٠٠٩/٨/١ إلى  
 ٢٠٠٩ .

### مات السابقة المرتبطة :

حث بإجراء دراسة مسحية للدراسات السابقة المرتبطة بمجال هذا البحث ، وقد  
 الباحث إلى (٧) دراسات ، وسوف يقوم الباحث بعرض تلك الدراسات وفقاً  
 إجرائها من الأحدث إلى الأقدم .

مها صبري ، ومحمد وليد ، و سنان عباس (٢٠٠٩) بعنوان " بعض القياسات  
 نية وعلاقتها بمهارة صد الضرب الساحق في الكرة الطائرة ، بحث وصفي على  
 المنتخب الوطني العراقي " يهدف البحث إلى التعرف على علاقة بعض القياسات  
 والقدرة على صد مهارة الضرب الساحق لدى لاعبين المنتخب الوطني العراقي  
 طائرة وكذلك معرفة الأداء المهاري وقد تم استخدام المنهاج الوصفي وبلغ عدد  
 ( ١١ ) لاعباً وأظهرت النتائج أن هناك علاقة بين بعض القياسات الجسمية  
 المهاري وخاصة طول الذراع وطول الكف وعرض الكتفين .

أحمد شحاتة وإيمن عبد الحميد ( ٢٠٠٨ ) بعنوان " الأداء المهاري وعلاقته  
 ات الجسمانية ومراكز اللعب للاعبين كرة السلة " هدفت الدراسة إلى التعرف  
 للاقة الأداء المهاري ببعض القياسات الجسمانية للاعبين كرة السلة الحاصلين  
 لولة الدوري ، و علاقة مراكز اللعب ببعض القياسات للاعبين الحاصلين على  
 ، علاقة الأداء المهاري بكل من بعض القياسات الجسمانية ومراكز اللعب  
 الحاصلين على بطولة . استخدم الباحثات المنهج الوصفي ، و ميزان طيبي ،  
 يتر ، بالفوميتير ، ساعة إيقاف . تكونت عينة الدراسة من (١٩) لاعبا  
 بت نتائج الدراسة عن وجود علاقة بين ارتفاع الأداء لمهاري والقياسات  
 نية للاعبين كرة السلة . - وجود فروق ذات دلالة بين مراكز في الاختبارات  
 ة . - وأيضاً في دالة الفروق بين متوسطات مراكز اللعب في بعض القياسات

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

الجسمانية فقد وضح من خلال النتائج تبين القياسات في بعض مراكز اللعب عن الأخرى .

دراسة محمد وردة ( ٢٠٠٨ ) بعنوان " القياسات الجسمية والبدنية المميزة بين لاعبي الغطس المصريين والأجانب " يهدف هذا الباحث إلى تحديد القياسات الجسمية والبدنية التي تميز بين لاعبي الغطس المصريين والأجانب ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتم استخدام الميزان الطبي - و انثروبوميتر - و بلفوميتر - وشريط لقياس المحيطات - و قياس سمك طبقات الدهن . وتكونت عينة الدراسة من (١٠) لاعبين . وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق معنوية بين لاعبي الغطس المصريين والأجانب في متوسط الوزن ومرونة الكتفين والجذع وطول الساعد وعرض الذراعين للطول الكلي .- نتائج تحليل التمايز بين لاعبي الغطس المصريين والأجانب في القياسات الجسمية أظهرت ثلاث كتغيرات مميزة بينهما .- نتائج تحليل التمايز بين لاعبي الغطس المصريين والأجانب في القياسات البدنية أظهرت متغيرين تميز بينهم .

دراسة عبد القادر ناصر ( ٢٠٠٧ ) بعنوان " دور وأهمية تحديد الأنماط الجسمية في تقويم مناهج مدارس المرحلة الثانوية بالجزائر " هدفت الدراسة إلى تحديد الأنماط الجسمية لتلاميذ المرحلة الثانوية ( ١٦-١٩ ) سنة و لتحديد الأنماط السائدة في المرحلة الثانوية . و مدى تناسب الأنشطة الرياضية المقررة مع الأنماط الجسمية لعينة البحث . استخدم الباحث المنهج الوصفي ( بالأسلوب المسحي ) ، و أجهزة القياس ( الاستاديومتر - مسمالك - الرجل المنزلق الصغير - استمارة هيث كارثر ) وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٨) تلميذا . وأسفرت نتائج الدراسة عن الآتي : - من حيث الكتل فإن الكتلة الشحمية هي المكون الغالب لدى الإناث ، في حين أن المكون الغالب لدى الذكور هو الكتلة العضلية.- بالنسبة للأنماط كان النمط الغالب لدى الذكور هو نحيف عضلي أما بالنسبة للإناث كان النمط المسيطر هو السمين العضلي .- فيما يخص الأنشطة المقررة في منهاج التربية البدنية والرياضية فأنها لا تتناسب إلى حد كبير مع أنماط أجسام تلاميذ الثانويات خاصة لدى الإناث.

دراسة عقيل مهدي (٢٠٠٤) بعنوان " بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالإجاز الرقمي لسباحة ٥٠م" هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المواصفات الجسمانية وبين مستوى الإجاز الرقمي لسباحة ٥٠م سباحة لدى طلاب كلية التربية

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

بغداد ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وبلغ حجم العينة (٤٠) طالب. وكانت أهم النتائج التي توصل إليها العوامل الجسمية في تحقيق الرقمية لسباحة ٥٠م هي طول الذراعين ثم طول الرجلين ثم الطول الكلي التنبؤ بالمستوى الرقمي بدلالة تلك المتغيرات باستخدام المعادلات التنبؤية . استخدام القياسات السابقة كأساس لاختيار الناشئات والناشئين .

رحاب عباس (٢٠٠٢) بعنوان " العلاقة بين بعض القياسات الجسمية والإنجاز للسباحة " هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المواصفات الجسمانية لإنجاز الرقمي في ٥٠م سباحة للطالبات ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي ، وبلغ حجم العينة (٤٠) طالبة من طالبات المرحلة الأولى خلال العمل في الفصل الدراسي الأول. وكانت أهم النتائج أن طول الكلي وطول الرجلين من خلال النتائج التي ظهرت بالبحث لها دور وفعالية في الإنجاز الجيد للسباحة في مسافة (٥٠م) من خلال التأكيد على هذه المتغيرات تيار السباحة لهذا النوع .

عصام إسماعيل (١٩٩٨) بعنوان " تقويم أنماط أجسام الأبطال المصريين في رياضات المتنازلات " في ضوء " هدفت الدراسة إلى توصيف وتصنيف أنماط الأبطال المصريين في بعض رياضات المتنازلات . استخدم الباحث المنهج الوصفي ، واستخدم الباحث لتحديد نمط الجسم الخمس طرق ، طريقة شيلدون جرافية ، طريقة معدل الطول والوزن وجدول شيلدون للرجال . وتكونت عينة من (١١٧) لاعب في ضوء جدول شيلدون وهيئة كارتير حيث جاءت أهم أن هناك تباين بين أنماط أجسام اللاعبين حسب الأوزان والمجموعات الوزنية ضح أن مكون النحافة يزداد بانخفاض الوزن ومكون السمنة يزداد بزيادة الوزن سمية احمد (١٩٩٠) بعنوان " تحديد أنماط أجسام لاعبات كرة السلة وفقا للعب وعلاقتها بالقدرات البدنية الخاصة " هدفت الدراسة إلى تحديد أنماط لاعبات كرة السلة وفقا لمراكز اللعب وعلاقتها بالقدرات البدنية الخاصة ت أهم النتائج إلى وجود اختلافات بين اللاعبات وفقا لمراكز اللعب من حيث العضلي فتميزت لاعبات الارتكاز بالنمط العضلي النحيف ولاعبات مركز القاطع



## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

بالنمط النحيف العضلي وتميزت لاعبات صانع اللعب بالنمط متوسط الاتزان بين النحافة والفصيلة.

التعليق على الدراسات السابقة :

يتضح لنا من العرض السابق للدراسات العربية والأجنبية ذات الصلة باهتمامات الدراسات الحالية أنها تميزت بما يلي :

١- اهتمت الدراسات السابقة بدراسة الأنماط الجسمانية .

٢- تعدد البيانات التي أجريت فيها الدراسات فمنها العربية والأجنبية .

٣- معظم الدراسات حديثة .

وقد تم الاستفادة من الدراسة السابقة في :

١- تحديد مشكلة الدراسة .

٢- صياغة تساؤل الدراسة .

٣- تحديد مفاهيم الدراسة .

٤- تحديد المعالجات الإحصائية .

٥ - تحديد أداة الدراسة .

٦- يمكن أن تساعد نتائج هذه الدراسات في تفسير نتائج الدراسة الحالية والاسترشاد بها في مناقشة هذه النتائج .

### إجراءات الدراسة :

#### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

#### عينة الدراسة :

اختيرت العينة لهذه الدراسة بالطريقة العشوائية وتمثل لاعبي الفريق الأول من جميع الأندية الفلسطينية والمسجلة ضمن الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم والتي كان قوامها (٣٣٧) لاعب من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عدده (٨٥٠) لاعب موزعة على أربعة خطوط هي : لاعبي خط الهجوم ، لاعبي خط الوسط ، لاعبي خط الدفاع ، حراس المرمى . والجدول التالي يوضح عينة الدراسة .

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

جدول رقم (١)

يوضح إجمالي العينة قيد الدراسة وكذلك متوسط الطول والوزن ومعدل الطول على

الوزن (مؤشر بوندال)

خطوط اللعب	العدد	النسبة المئوية	الطول بالسنتيمتر	الوزن بالكيلوجرام	معدل الطول والوزن
خط الهجوم	١٠٤	٣٠,٨٧%	١٧٣,٢ سم	٧٠,٣٠	٤١,٩٧
خط الوسط	٨٧	٢٥,٨٢%	١٧٣,٥	٦٩,٥٩	٤٢,١٨
خط الدفاع	١١٩	٣٥,٣١%	١٧٣,٣	٧٤,٢١	٤١,٢٤
حراس المرمى	٢٧	٨%	١٧٧,٥	٧٢,٧٥	٤١,٧٥
مجموع	٣٧٧	١٠٠%	٢١٧٤,٣	٧١,٧١	٤١,٧٨

ات جمع البيانات :

مارة هيث وكارتر الانثروبومترية لتحديد نمط الجسم :

اشتملت الاستمارة على القياسات التالية :

١. الطول

٢. الوزن

٣. معدل الطول / الوزن

٤. سك ثنايا الجلد

أ. خلف العضد ب. أسفل اللوح ج. أعلى بروز العظم الحرقفي

د. سماتة الساق

٥. العروض

أ. عرض العضد ب. عرض الفخذ

٦. المحيطات

أ. محيط العضد ب. محيط سماتة الساق

الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة مماثلة لعينة الدراسة وبلغ قوامها ١٨ لاعبا

من خارج عينة الدراسة وذلك في الفترة من ١٥-٨ / ٢٠٠٩ إلى ٣٠-٨ / ٢٠٠٩

بهدف تدريب المساعدين على كيفية استخدام وتطبيق القياسات قيد الدراسة .

المعالجات الإحصائية للدراسة:

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

١. المتوسط الحسابي .
٢. النسب المئوية .
٣. طريق نمط الجسم - الانثرومترى هيث وكارتر لمعالجة البيانات .

نتائج الدراسة وتفسيرها :

في هذا الفصل سوف يستعرض الباحث الجداول الإحصائية للبيانات المرتبطة بتقويم نمط الجسم لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعاً لخطوط اللعب المختلفة ومراكزهم . وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بإيجاد النسبة المئوية لكل مكون والجداول التالية يوضح ذلك :

جدول ( ٢ )

يوضح المكونات الجسمية على مراكز خط الدفاع في رياضة كرة القدم :

النمط الجسمي	المكونات الجسمية			النسبة المئوية	العدد	خط الدفاع
	السمنة	العضلية	النحافة			
العضلي السمين	٣,٣٢	٤,٥٣	٢,١	%٢١,٦٧	٢٦	القشاش
العضلي المتوازن	٣,٣٠	٤,٢١	٢,٥٤	%٢٣,٥٢	٢٨	المسك
العضلي السمين	٢,٩٨	٤,٦٩	٢,١٣	%٣١,٩٣	٣٨	الظهير الأيمن
العضلي السمين	٣,١٢	٤,٥٣	٢,٣٧	%٢٢,٦٨	٢٧	الظهير الأيسر
العضلي السمين	٣,١٨	٤,٤٩	٢,٢٨	%١٠٠	١١٩	المجموع

يتضح من الجدول (٢) أن خط الدفاع جاء تحت النمط العضلي السمين ومراكزه موزعة على نمط العضلي السمين والعضلي المتوازن .

جدول رقم (٣)

يوضح المكونات الجسمية على مراكز خط الوسط في رياضة كرة القدم .

النمط الجسمي	المكونات الجسمية			النسبة المئوية	العدد	خط الوسط
	السمنة	العضلية	النحافة			
العضلي السمين	٣,٣٦	٤,٧٨	٢,٠٦	%٢٦,٤٣	٢٣	قلب الوسط
العضلي السمين	٣,١٠	٤,٦٩	٢,٢٤	%٤٤,٨٣	٣٩	وسط يمين
العضلي المتوازن	٢,٨٤	٤,٣٤	٢,٨٦	%٢٨,٧٤	٢٥	وسط يسار
العضلي السمين	٢,٧٧	٤,٦٠	٢,٣٩	%١٠٠	٨٧	المجموع

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

ج من الجدول (٣) أن خط الوسط جاء تحت النمط العضلي السمين ومراكزه موزعة  
لنمط العضلي السمين والعضلي المتوازن .

### جدول رقم (٤)

يوضح المكونات الجسمية على مراكز خط الهجوم في رياضة كرة القدم .

النمط الجسمي	المكونات الجسمية			النسبة المئوية	العدد	نمط جوم
	السمنة	العضلية	النحافة			
العضلي السمين	٢,٨٦	٤,٦٤	٢,٢٣	%٤٦,١٠	٤٨	حرية
العضلي السمين	٣,١١	٤,٧٦	٢,٠٤	%٢٢,١٢	٢٣	إيسر
العضلي السمين	٣,٠٣	٤,٨٩	٢,١٥	%٣١,٣٣	٣٣	إيمن
العضلي السمين	٣	٤,٧٦	٢,١٠	%١٠٠	١٠٤	بموع

ج من الجدول (٤) أن خط الهجوم جاء تحت النمط العضلي السمين ومراكزه موزعة  
لنمط العضلي السمين فقط.

### جدول رقم (٥)

يوضح المكونات الجسمية على مراكز حراس المرمى في رياضة كرة القدم .

النمط الجسمي	المكونات الجسمية			النسبة المئوية	العدد	نمط الدفاع
	السمنة	العضلية	النحافة			
العضلي السمين	٣,٧٧	٥,٠٣	٣,١٤	%٨	٢٧	ن المرمى

ج من الجدول (٥) أن خط الدفاع جاء تحت النمط العضلي السمين وموزعين عليه .

### جدول رقم (٦)

يوضح المكونات الجسمية على مراكز خطوط اللعب في رياضة كرة القدم .

النمط الجسمي	المكونات الجسمية			النسبة المئوية	العدد	نمط اللعب
	السمنة	العضلية	النحافة			
العضلي السمين	٣,١٨	٤,٤٩	٢,٢٨	%٣٥,٣	١١٩	الدفاع
العضلي السمين	٣,١٠	٤,٦٩	٢,٢٤	%٢٥,٨	٨٧	لوسط
العضلي السمين	٣	٤,٧٦	٢,١٥	%٣٠,٩	١٠٤	لهجوم
العضلي السمين	٣,٧٧	٥,٠٣	٢,١٤	%٨	٢٧	ن المرمى
العضلي السمين	٣,٢٦	٤,٧٤	٢,٢٠	%١٠٠	٣٣٧	بمموع

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

يتضح من الجدول (٦) أن المكونات الجسمية لدى لاعبي كرة القدم في خطوط اللعب الأربعة جاءت عضلي سمين .

### مناقشة نتائج الدراسة :

يتضح من نتائج جدول رقم (٦) أن المكونات الجسمية لدى لاعبي كرة القدم في خطوط اللعب الأربعة جاءت عضلي سمين . ويرى الباحث أن نتائج الدراسة الحالية تعتبر نتائج منطقية بالمقارنة مع نتائج الدراسات السابقة التي أجريت في هذا المجال سواء على الصعيد العربي أو الأجنبي حيث توضح النتائج أن النمط السائد في جميع مراكز اللعب هو النمط العضلي السمين باستثناء مركزي وسط الأيسر و قلب الدفاع ( المساك ) .

ويعزو الباحث تسيد النمط العضلي السمين إلى عوامل مؤثرة في أنماط الأجسام مثل البيئة والتغذية كما يعزو الاختلاف في مركزي وسط الأيسر و قلب الدفاع ( المساك ) إلى شدة التنافس في هذان المركزان بين اللاعبين وذلك لعدد اللاعبين المميزين في هذان المركزان . ويرى ( حسانين ، ١٩٩٨ ، ص ٢٤٣ ) أن أنماط أجسام لاعبي كرة القدم تتميز سواء كانوا هواة أو محترفين بوضوح المكون العضلي فيها . وكانت أعلى مكونات هذا المكون في الفرق التشيكوسلوفاكية عام ١٩٦٨ حيث بلغت ٥٠,٩ على مقياس هيت - كارتر لقياس نمط الجسم كما لوحظ مكون النحافة يلي مكون العضلية في المقدار ، وكان مكون السمنة أقلها في غالبية العينات التي خضعت للدراسة .

ومن خلال اطلاع الباحث على الدراسات العربية والأجنبية في مجال دراسته أتضح أن هناك بعض الدراسات التي تتعلق بموضوع بحثه وتتوافق مع استنتاجات هذه الدراسة بوضوح المكون العضلي على المكونات الأخرى حيث يتضح من جدول رقم (٢-٣-٤-٥) أن نمط العضلي السمين هو النمط السائد على الأنماط الأخرى وعلى سبيل المثال لا الحصر دراسة ( matsdo , 1986 ) فقد بلغ متوسط أنماط شباب البرازيل في ( ٣٠,٦ - ٤٠,٣ - ٢٠,٤ ) . وكذلك دراسة ( Alonso, 1986 ) التي أجريت على شباب كوبا قد بلغت ( ٣٠,١ - ٤٠,٥ - ٢٠,٨ ) ويرى الباحث نقلا عن ( حسانين ، ١٩٩٨ ، ص ٢٤٣ ) أن أنماط أجسام لاعبي كرة القدم الأوروبين لديهم انتشار عالي جدا في منطقة المكون العضلي .

### الاستنتاجات والتوصيات :

#### أولا : نتائج الدراسة :

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يمكن استنتاج التالي :-

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

مخ من نتائج الدراسة أن المكونات الجسمية لدى لاعبي كرة القدم في خطوط اللعب  
يعة جاءت عضلي سمين، حيث بلغ متوسط انماط اللاعبين (٢,٢٠ - ٤,٧٤ - ٣,٢٦)  
نت نتائج انماط اجسام اللاعبين حسب مراكز اللعب على النحو التالي :

١. مراكز خط الدفاع ( ٢,٢٨ - ٤,٤٩ - ٣,١٨ ) .
٢. مراكز خط الوسط ( ٢,٣٩ - ٤,٦٠ - ٢,٧٧ ) .
٣. مراكز خط الهجوم ( ٢,١٠ - ٤,٧٦ - ٣ ) .
٤. مركز حراس المرمى ( ٣,١٤ - ٥,٠٣ - ٣,٧٧ ) .

### ١ : التوصيات :

- ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج فإن الباحث يوصي بالتالي :-
- إثارة الوعي حول أهمية دراسة أنماك أجسام اللاعبين لما لذلك من أهمية  
رة في عمليات الانتقاء والتدريب والقياس والتقويم.
- إجراء دراسة موسعة لتحديد أنماط أجسام اللاعبين الناشئين والشباب  
ساعده في انتقاء الناشئين في كرة القدم .
- تزويد المدربين بنتائج أنماط أجسام لاعبي كرة القدم الفلسطينيين للاستفادة  
ها في توجيه عملية التدريب .

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

### قائمة المراجع :

أولا : المراجع العربية :

- ١- احمد ، سمية ، ١٩٩٠ ، تحديد أنماط أجسام لاعبات كرة السلة وفقا لمراكز اللعب وعلاقتها بالقدرات البدنية الخاصة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، مصر .
- ٢- إسماعيل ، عصام ، ١٩٩٨ ، تقويم أنماط أجسام الأبطال المصريين في بعض رياضات المتنازلات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالهرم ، مصر .
- ٣- حسنين ، محمد ، ١٩٨٥ ، تقويم الحالة البدنية - اللياقة البدنية - المقاييس الجسمية - نمط الجسم - القوام لعمال بعض شركات القاهرة ، المؤتمر العلمي الدولي للشباب والرياضة ، المجلد الأول والثاني ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، مصر .
- ٤- حسنين ، محمد ، ١٩٩٨ ، أطلس تصنيف وتوصيف أنماط الأجسام ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، مصر .
- ٥- سلامة ، عرفة ، ١٩٩٣ ، تقنين طريقة مقترحة لتقويم النمط الجسمي على الشباب المصري ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالهرم ، جامعة حلوان ، مصر .
- ٦- صبري ، مها ومحمد وليد ، و سنان عباس ، ٢٠٠٩ ، بعض القياسات الجسمانية وعلاقتها بمهارة صد الضرب الساحق في الكرة الطائرة ، مجلة علوم الرياضة ، العدد الأول ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، العراق .
- ٧- شحاتة ، أحمد وإيمن عبد الحميد ، ٢٠٠٨ ، الأداء المهاري وعلاقته بالقياسات الجسمانية ومراكز اللعب للاعبين كرة السلة ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد (٦٦) كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، مصر .
- ٨- عباس ، رحاب ، ٢٠٠٢ ، العلاقة بين بعض القياسات الجسمانية والإنجاز الرقمي للسباحة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، المجلد الحادي عشر ، العدد الرابع ، العراق .
- ٩- علاوي ، محمد ، ١٩٧٩ ، علم التدريب الرياضي ، الطبعة السادسة ، دار المعارف ، مصر .
- ١٠- ناصر ، عبد القادر ، ٢٠٠٧ ، دور وأهمية تحديد الأنماط الجسمية في تقويم مناهج مدارس المرحلة الثانوية بالجزائر ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد (٦٤) كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، مصر .
- ١١- نبيلة ، ميمومي ، ٢٠٠٥ ، دراسة مقارنة بين الأنماط الجسمية للرياضيات الجماعية - المطبوعات الجماعية ، الجزائر .

## مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية

- مهدي ، عقيل ، ٢٠٠٤ ، بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالإنتاج الرقمي لسباحة م ، مجلة كلية التربية الرياضية ، المجلد الثالث عشر ، العدد الثاني ، العراق .
- ميزو ، مرفت ، ١٩٨١ ، النمط الجسمي وعلاقته بالتحمل العضلي الديناميكي لسدى بات الدرجة الأولى في بعض الألعاب الفردية والجماعية ، رسالة ماجستير غير منشورة نية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية ، مصر .
- وردة ، محمد ، ٢٠٠٨ ، القياسات الجسمية والبدنية المميزة بين لاعبي الفطس سرين والأجانب ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد (٦٥) كلية التربية الرياضية ، جامعة كندرية ، مصر .

نيا : المراجع الأجنبية :

- 15-Alonso, R.F., (1986) : Estudio del somatotipo de los Atletas de 15 Anos de ELDE Occidentales de Cuba . Boletin de Trabajos de Anthropologia , (Abril), 3-18) .
- 16- Karpovich P. V ( 1971) : Physiology of Muscular Activity , 7 th Ed . W.B, saunders co . Philadelpha, London , Toronto .
- 17- Kartar , J, E.L ( 1968) : Somatotype of college football players Res Quart . A . AHP . ER , 39 .
- 18- motsudo , V. K. R.(1986): Effects of soccer Training on Adolescents and Adults Physical Fitness Characteristics , ( In Portuguese) . In Celafiscs-Dez Anos de contribuicao as ciencias de Esporte , Laboratorio de Aptidao Fisica de Sao caetano de Sul , SP Brasil , pp . 298 – 304 .
- 19- Noriaki , T . ( 2003) : body composition and physical fitness of female volleyball and basketball players of the japan inter – high school championship teams journal of physiological and applied heman science – U of N agasaki .
- 20- Sheldon , w. H, ( with the collaboration of C.W. dupertuis and mc mc dermott ) ( 1954) : Atles of men , Harper and Brothes , New york .