

وضع مستويات معيارية لبعض القياسات الجسمية للاعبات الدوري العراقي الممتاز بالكرة الطائرة

سارة طالب

أ.م.د. سماح نورالدين عيسى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة بغداد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية - جامعة بغداد

Sara.taleb@yahoo.com

smaah1992@yahoo.com

(00964) 07700442290

(00964) 07713661391

مستخلص البحث باللغة العربية

تكمن أهمية البحث في وضع درجات ومستويات معيارية لبعض المتغيرات الجسمية للاعبات الدوري العراقي الممتاز بالكرة الطائرة ، أما مشكلة البحث فتتلخص بعدم وجود درجات ومستويات معيارية يمكن الاعتماد عليها لتحديد القياسات الجسمية الخاصة بلاعبات الكرة الطائرة في العراق، ويهدف البحث الى التعرف على مستوى بعض القياسات الجسمية ووضع درجات ومستويات معيارية لها، وتم اختيار المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته وموضع الدراسة، واشتملت الدراسة على عينة تم اختيارها عمدياً وبلغ عددها (48) من اصل (72) وبنسبة 66% من المجتمع الاصلي ومن أهم النتائج التي توصلت اليها الباحثة هي وضع درجات ومستويات معيارية لبعض القياسات الجسمية وان المعايير التي وضعت توصف وبشكل حقيقي مستوى العينة إذ ان معظم النتائج المستخرجة تتراوح بين المستويين (ضعيف و مقبول) وهذا يدل على قلة الاهتمام بالوسائل العلمية لأختيار اللاعبات بصورة صحيحة تستند على دراسات حديثة ومتطورة تلائم التطور الذي حصل باللعبة.

الكلمات المفتاحية: المستويات المعيارية ، القياسات الجسمية ، الكرة الطائرة.

ABSTRACT

Establishing Criteria Levels For Some Anthropometric Measurement for Volleyball Primer League Female Players

Asst. Pror. Dr. Samah Noraldeen Iesa
College of Physical Education and Sports
Sciences - University of Baghdad

Sara Talib

The importance of the research lies in developing criteria and levels for some physical variables for Iraqi volleyball Premier League. The problem of research lies in the lack of criteria and levels to determine anthropometric measurements and establishing degrees and criteria levels. The researchers used the descriptive methods on (48) out of (72) and 66% of the original society. The most important results reached by the researcher was the development of degrees and standard levels for some anthropometric measurements and that the standards that have been developed and describe the real level of the sample since most of the results extracted between the levels (weak and acceptable) and this indicates the lack of interest in the scientific means of choosing the players correctly based on recent studies.

Keywords : standard levels, anthropometric measurements, volleyball.

المقدمة:

تعد لعبة الكرة الطائرة واحدة من اجمل الالعاب الجماعية في عصرنا الحالي والتي شهدت مؤخراً تطوراً ملحوظاً وبكافة المستويات المهارية و التدريبية والخطية والتكتيكية ، وان هذا التطور الحاصل جاء نتيجة العديد من الدراسات حول اهم المحاور والاسس التي تستند عليها هذه اللعبة، فكما هو معروف تعدد مهارات الكرة الطائرة وتنوعها من مهارات بسيطة الى مهارات مركبة وكل مهارة ترتبط بمهارة أخرى وتعتمد عليها، أذ تمتلك الكرة الطائرة العديد من المميزات التي تختص بها مما اعطى اللعبة ذلك الطابع المشوق والممتع لممارستها وهذه الخاصية جميلة جداً والتي ميزت الكرة الطائرة عن غيرها من الالعاب الجماعية وهو قدرة اللاعبين قصار القامة بالاشتراك في اللعب على المستوى العالمي او المحلي وذلك عن طريق لاعب متخصص في مهارات الدفاع في المراكز الخلفية (6,5,1) فضلاً عن اللاعبين طوال القامة الذين لهم حصة كبيرة في التواجد على ارض الملعب، مما تقدم نلاحظ ان للقياسات الجسمية دور بالغ الاهمية في اللعبة وهذا ما أكده (نوري الشوك) " في أن القياسات الجسمية عامل مهم وحاسم عند عملية الاختيار " (الشوك، 1992، صفحة 196) ، ويعرف القياس بانّه " هو العلم الذي يدرس قياسات الجسم الانساني واجزائه لأظهار الاختلافات التركيبية فيه (ابراهيم، 2001، صفحة 275) ، لذا فأن تنوع مراكز اللعب في الكرة الطائرة من ضارب مركز 4 وضارب مركز 2 فضلاً عن الضارب السريع او ما يعرف ب(middle blocker) ولاعب الدفاع لكل منهم قياسات جسمية خاصة به يجب ان تتوفر في كل لاعب وحسب تخصصه من اجل الوصول الى الاداء المثالي والجيد، وان للمعايير من درجات ومستويات اهمية كبيرة في تحديد مستوى اللاعب من نواح عدة سواء من الناحية المهارية او الجسمية او البدنية والتدريبية وغيرها من العناصر ، أذ تعد المعايير والمستويات اداة قياس تمكنا من معرفة نقاط الضعف والقوة في كل لاعب وكل فريق، وكلما ازداد اهتمامنا بالمعايير وذلك عن طريق دراستها وتطويرها بصورة مستمرة زاد تطور الاداء في اللعبة ومن هنا تكمن أهمية البحث في وضع درجات ومستويات معيارية وفق بعض القياسات الجسمية للاعبات الدوري العراقي الممتاز بالكرة الطائرة وتكمن مشكلة البحث في قلة الاهتمام بالقياسات الجسمية للاعبات الكرة الطائرة في العراق، فنلاحظ اهمال اختيار مواصفات جسمية صحيحة تتلائم مع تخصص كل لاعبة في الملعب، ولهذا وجب علينا وضع درجات ومستويات معيارية خاصة بالقياسات الجسمية للاعبات الكرة الطائرة وعدم اعتماد معايير عربية او اجنبية كونها قننت على لاعبات تختلف مواصفاتها الجسمية عن لاعباتنا في عراقنا الحبيب. وتلخصت اهداف البحث في التعرف على مستوى بعض القياسات الجسمية للاعبات الدوري العراقي الممتاز بالكرة الطائرة ووضع درجات ومستويات معيارية لبعض القياسات الجسمية للاعبات الدوري العراقي الممتاز بالكرة الطائرة .

منهج البحث:

المنهج هو "الطريق العلمي الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثه، فطبيعة المشكلة تفرض منهجا معيناً للوصول إلى الحقيقة" (الشوك وفتحي، 2004، صفحة 71) ، وعليه استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث .

وتم اختيار مجتمع البحث المتمثل بأندية الدوري العراقي الممتاز بالكرة الطائرة للسيدات والبالغ عددها إحدى عشر نادي (امانة بغداد ، الشباب ، افروديت ، قره قوش ، سنحاريب ، بيشمركة ، آكاد ، سولاف ، طق طق ، كوبا ، خاك)، اما عينة البحث ستمثل ببعض فرق الاندية التي تم اختيارها عمدياً كونهم لسهولة الاتصال بهم و البالغ عددهم (48) من اصل (72) وبنسبة 66% من مجتمع البحث وكما موضح في الجدول (1) .

جدول (1) يبين تفاصيل عينة البحث

| التسلسل | الاندية | العدد | عدد الالعاب في كل نادي | النسبة المئوية للالعاب في الاندية |
|---------|-------------|-------|------------------------|-----------------------------------|
| 1 | امانة بغداد | 8 | 10 | 80% |
| 2 | الشباب | 8 | 16 | 50% |
| 3 | قرة قوش | 8 | 14 | 57% |
| 4 | سنحاريب | 8 | 8 | 100% |
| 5 | برابتي | 8 | 12 | 66% |
| 6 | آكاد | 8 | 12 | 66% |
| | المجموع | 48 | 72 | 100% |

الادوات المستخدمة: شريط قاس متري جلدي لأخذ القياسات الجسمية بطول 2م وسمك 2 سم، واستمارة تفرغ البيانات، واوراق واقلام، وحاسبة صيني المنشأ نوع (Dell) عدد 1 .
اذ تم عرض بعض القياسات الجسمية على مجموعة من الخبراء والمختصين، حيث اعتمدت الباحثة على نسبة اتفاق (70%) فما فوق لاختيار المتغيرات الخاصة بالبحث (القياسات الجسمية) (*) ، وعليه ستعتمد المتغيرات المبينة بالجدول (2):

جدول (2) الأهمية النسبية للمؤشرات الجسمية (الانثروبومترية) وحسب رأي (10) خبراء

| ت | القياسات الجسميه المرشحه | الأهمية النسبية | القبول بالترشيح | |
|----|------------------------------|-----------------|-----------------|-----|
| | | | نعم | كلا |
| 1 | الوزن | 86,66 | نعم | |
| 2 | الطول الكلي | 93,33 | نعم | |
| 3 | طول الذراع (يمين _ يسار) | 86,66 | نعم | |
| 4 | طول الرجلين | 96,66 | نعم | |
| 5 | طول الجذع من الجلوس | 70 | نعم | |
| 6 | الطول الكلي والذراعان عالياً | 68 | | كلا |
| 7 | طول الكف | 73,33 | نعم | |
| 8 | طول العضد | 56 | | كلا |
| 9 | طول الفخذ | 86 | نعم | |
| 10 | طول الساق | 73,33 | نعم | |
| 11 | عرض الصدر | 75,88 | نعم | |
| 12 | عرض الحوض | 86 | نعم | |
| 13 | عرض الكتفين | 77,78 | نعم | |
| 14 | محيط الصدر شهيق | 60 | | كلا |
| 15 | محيط الصدر زفير | 66 | | كلا |
| 16 | محيط الساق | 80 | نعم | |
| 17 | محيط العضد | 86,66 | نعم | |
| 18 | محيط الفخذ | 77,80 | نعم | |
| 19 | محيط الحوض | 80 | نعم | |
| 20 | محيط الرقبة | 50 | | كلا |

النتائج:

جدول (3) الوصف الإحصائي لمواصفات عينة البحث في القياسات الجسمية

| الالتواء | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | ت | الالتواء | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | ت |
|----------|-------------------|---------------|-------------|----------|-------------------|---------------|-------------|
| .880 | 3.63126 | 44.8229 | عرض الكتفين | .409 | 8.23327 | 60.4792 | الوزن |
| .804 | 2.45085 | 38.6875 | عرض الصدر | -.5104 | 15.81171 | 162.2292 | الطول الكلي |
| .326 | 3.14767 | 36.5833 | عرض الحوض | .235 | 3.25341 | 66.6042 | طول الذراع |
| .347 | 4.48619 | 37.2083 | محيط العضد | .645 | .82130 | 18.4688 | طول الكف |
| .699 | 4.53278 | 28.0833 | محيط الحوض | -.156- | 3.80160 | 63.1250 | طول الجذع |
| 1.560 | 8.33792 | 89.3958 | محيط الفخذ | 1.332 | 7.64644 | 91.0000 | طول الرجلين |
| 1.294 | 6.07693 | 55.4167 | محيط الساق | .982 | 4.58934 | 45.9583 | طول الفخذ |
| | | | | .409 | 8.23327 | 60.4792 | طول الساق |

جدول (4) المستويات المعيارية المعدلة لنتائج القياسات الجسمية

| الدالة | قيمة مربع كاي | اكثر من 90 ممتاز | من 80 - 90 جيد جدا | من 70 - 80 جيد | من 60 - 70 متوسط | من 50 - 60 مقبول | من 40 - 50 ضعيف | اقل من 40 ضعيف جدا | | القياسات |
|--------|---------------|------------------|--------------------|----------------|------------------|------------------|-----------------|--------------------|----------|-------------|
| معنوي | 64.29301 | 0 | 0 | 3 | 4 | 12 | 24 | 5 | تكرار | الوزن |
| | | 0 | 0 | 6.3% | 8.3% | 25.2% | 50% | 10.4% | النسبة % | |
| معنوي | 109.2106 | 0 | 0 | 0 | 2 | 28 | 17 | 1 | تكرار | الطول الكلي |
| | | 0 | 0 | 0 | 4.2% | 58.8% | 35.7% | 2.1% | النسبة % | |
| معنوي | 53.50111 | 0 | 0 | 0 | 6 | 20 | 14 | 8 | تكرار | طول الذراع |
| | | 0 | 0 | 0 | 12.5% | 42% | 29.4% | 16.8 | النسبة % | |
| معنوي | 60.20959 | 0 | 0 | 0 | 8 | 13 | 22 | 5 | تكرار | طول الكتف |
| | | 0 | 0 | 0 | 16.8% | 27.3% | 46.2% | 10.4% | النسبة % | |
| معنوي | 50.87606 | 0 | 0 | 0 | 7 | 16 | 18 | 7 | تكرار | طول الجذع |
| | | 0 | 0 | 0 | 14.6% | 33.6% | 37.8% | 14.6% | النسبة % | |
| معنوي | 73.33486 | 0 | 2 | 0 | 6 | 10 | 26 | 4 | تكرار | طول الرجلين |
| | | 0 | 4.2% | 0 | 12.5% | 21% | 54.6 | 8.3% | النسبة % | |
| معنوي | 60.20959 | 0 | 2 | 0 | 2 | 19 | 18 | 7 | تكرار | طول الفخذ |
| | | 0 | 4.2% | 0 | 4.1% | 39.9% | 37.8% | 14.6% | النسبة % | |
| معنوي | 40.66751 | 0 | 0 | 2 | 6 | 18 | 12 | 10 | تكرار | طول الساق |
| | | 0 | 0 | 4.2% | 12.5% | 37.8% | 25.2% | 21% | النسبة % | |
| معنوي | 51.45941 | 0 | 0 | 3 | 2 | 20 | 13 | 10 | تكرار | عرض الكتفين |
| | | 0 | 0 | 6.3% | 4.2% | 42% | 27.3% | 21% | النسبة % | |
| معنوي | 65.4597 | 0 | 0 | 4 | 1 | 23 | 14 | 6 | تكرار | عرض الصدر |
| | | 0 | 0 | 8.3% | 2.1% | 48.3% | 29.4% | 12.5% | النسبة % | |
| معنوي | 54.66781 | 0 | 0 | 3 | 2 | 21 | 13 | 9 | تكرار | عرض الحوض |
| | | 0 | 0 | 6.3% | 4.2% | 44.1% | 27.3% | 18.9% | النسبة % | |
| معنوي | 47.08431 | 0 | 0 | 3 | 5 | 13 | 20 | 7 | تكرار | محيط |

| | | 0 | 0 | 6.3% | 10.4% | 27.3% | 42% | 14.6% | النسبة % | العضد |
|-------|----------|---|------|------|-------|-------|-------|-------|----------|------------|
| معنوي | 69.54312 | 0 | 1 | 2 | 2 | 14 | 24 | 5 | تكرار | محيط الحوض |
| | | 0 | 2.1% | 4.2% | 4.2% | 29.4% | 50.4% | 10.4% | النسبة % | |
| معنوي | 63.70966 | 0 | 0 | 1 | 4 | 18 | 20 | 5 | تكرار | محيط الفخذ |
| | | 0 | 0 | 2.1% | 8.3% | 37.8% | 42% | 10.4% | النسبة % | |
| معنوي | 95.21032 | 0 | 0 | 0 | 5 | 13 | 28 | 2 | تكرار | محيط الساق |
| | | 0 | 0 | 0 | 10.4% | 27.3% | 58.8% | 4.2% | النسبة % | |

مناقشة القياسات الجسمية:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ ان مستوى العينة يتراوح بين المستويين (ضعيف، مقبول) وهذا يدل على ضعف العينة من ناحية اختيارهم وزجهم في اللعبة وتعزو الباحثة الى قلة الاهتمام بالمتطلبات الجسمية التي تتطلبها لعبة الكرة الطائرة للنجاح باللعبة والوصول بها الى افضل المستويات، ولقد تم استخدام مربع كاي للتمييز ما اذا كانت هناك فروق معنوية بين المستويات، ويشير (حسن زكريا، 1987) " أن كل لعبة رياضية معينة تتطلب مواصفات جسمية خاصة يجب مراعاتها عند اختيار اللاعبين". ويؤكد كين "Kane" نقلاً عن ماس "Mass" "لكي يكون اللاعب صالحاً لممارسة الفعالية الرياضية لابد من توافر المتطلبات الجسمية والوظيفية والنفسية"، فضلاً عن أهمل الاسس العلمية الصحيحة عند اختيار اللاعبين وزجهم في اللعبة، إذ يجب الاهتمام بالقياسات الجسمية قبل كل شيء ومعرفة ما اذا تتناسب ومتطلبات اللعبة لأهميتها الكبيرة في اختصار زمن التدريب وتوفير الجهد والوقت.

نتائج البحث:

- المعايير التي وضعت توصف مستوى القياسات الجسمية .
- تم التوصل الى ايجاد مستويات معيارية لمتغيرات البحث المتمثلة بالقياسات الجسمية وضمن المستوى (ممتاز، جيد جداً، جيد، متوسط، مقبول، ضعيف، ضعيف جداً) .
- من خلال النتائج المستخرجة وضح ان مستوى العينة يتراوح بين المستويين (ضعيف، مقبول) وهذا يدل على ضعف مستوى لعبة الكرة الطائرة النسوية في العراق من الناحية الفنية والتدريبية .
- من خلال النتائج المستخرجة نلاحظ قلة الاهتمام بالقياسات الجسمية عند اختيار اللاعبين كون لعبة الكرة الطائرة وبصورة خاصة تحتاج الى اطوال معينة لبلوغ المستوى الفني المطلوب .
- عدم مراعاة التطور الفني الحاصل بمستوى لعبة الكرة الطائرة من ناحية الاجهزة والوسائل التدريبية الحديثة المستخدمة لتطوير الاداء المهاري والبدني.

المصادر

- زكريا محمد حسن ؛ دراسة تحليلية لمستوى الأداء المهاري لبعض فرق الكرة الطائرة المشتركة في الدورة الأولمبية بلوس أنجلوس 1984 : (مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، المجلد الرابع (7،8) 1987) .
- مروان عبد المجيد ابراهيم، الموسوعة العلمية للكرة الطائرة، 2001 .
- نوري إبراهيم الشوك . دراسة تحليلية لمهارتي الأعداد والضربة الساحقة وأثرهما على نتائج المباريات : (المؤتمر العلمي الثاني لكليات التربية الرياضية في العراق ، جامعة البصرة ، كانون اول 1992) .
- نوري إبراهيم الشوك، رافع صالح فتحي؛ دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، بغداد، مطبعة الشهيد، 2004.
- Kane J. Epsycholog : Cal. Aspects of physical : (Education and sport kegan