

المؤشرات الانثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التهديف لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال

م. د . اميم سلمان مهدي

وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية بغداد/ الكرخ الأولى

الملخص:

يهدف البحث إلى معرفة القياسات الانثروبومترية للاعبي كرة القدم فئة الأشبال . ومعرفة قياسات الصفات البدنية الخاصة ومهارة التهديف بلاعبي كرة القدم فئة الأشبال . والتعرف على علاقة القياسات الانثروبومترية على بعض الصفات البدنية ومهارة التهديف للاعبي كرة القدم فئة الأشبال . و استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي على لاعبي منتخب كرة القدم فئة الأشبال البالغ عددهم (22) لاعبا . وتم اخذ القياسات الجسمية وإجراء الاختبارات البدنية ومهارة التهديف لعينة البحث ومن ثم تم معالجتها إحصائيا ، وتم التوصل إلى أهم الاستنتاجات الآتية : ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين القياسات الجسمية وبعض الصفات البدنية . وكذلك ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين القياسات الجسمية ومهارة التهديف بكرة القدم . أما أهم التوصيات فهي: ضرورة أخذ القياسات الجسمية في كل مرحلة من مراحل العمر للاعبين للتعرف على معدلات النمو الجسماني ومدى تأثيرها في الرياضة الممارسة . و ضرورة اختيار لاعبين ذوي مواصفات جسمانية معيارية لنوع اللعبة وذلك تلافيا لهدر الوقت والجهد والمال .

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

إن الرياضة أصبحت مقياساً لتقدم الشعوب ورفيها في عصرنا الحالي وأصبحت ظاهرة اجتماعية يتعامل بها جميع الناس .

وان لعبة كرة القدم من الألعاب الشعبية والمتداولة والتي لها مشاهدوها ومشجعوها ولاعبوها ومن هم ممارسوها من غير الرياضي فهذه اللعبة حظيت باهتمام كبير جدا في الساحات العامة . ولكن الوصول إلى المستوى العالي يتطلب خصائص جسمية خاصة للعبة وذلك لأنها من المتطلبات الأساسية التي توصل الرياضي إلى الأداء المهاري وكفاءة الصفات البدنية ، إن علاقة خصوصية الصفات الانثروبومترية للرياضي قوية بالإمكانات مهارية في كل الألعاب الرياضية

وكذلك الصفات البدنية كالسرعة والمطاولة.... الخ وهذا يثبت ان للصفات الانثروبومترية دوراً مهماً في حل المشاكل للصفات البدنية والمهارة للرياضي .

من خلال متابعة الأبحاث والرسائل والاطارح والمراجع العلمية تبين إن لكل رياضي بكل اختصاص له مواصفات جسمانية مختلفة عن اللاعب الأخر فالرباعيون يمتازون بكتلة عضلية كبيرة وعداؤو المسافات الطويلة يمتازون بالطول والنحافة وبذلك يعد هناك ارتباط وثيق بين القياسات الجسمية والصفات البدنية والمهارة .

ومن هنا جاءت أهمية البحث في معرفة العلاقة التي تربط الصفات الانثروبومترية بالصفات البدنية ومهارة التهديف للاعبين كرة القدم فئة الأشبال .

1-2 مشكلة البحث :

إن لعبة كرة القدم من الألعاب التي لها أولوية بالاهتمام فوجدنا إن اغلب المدربين يركزون على التدريبات المهارة والخطية ونسوا في بعض الأحيان التركيز الكامل على اللياقة البدنية فالتدريب عليها يكون جزء بسيطاً ولكن الأهم من كل هذه الأمور هي القياسات الانثروبومترية التي هي أساس في اختبار اللاعبين إذ الصفات الجسمية تقيد اللاعب من تطوير الصفات البدنية والمهارة فجد إن المدرب يقضي وقته مع لاعب في التدريب البدني والمهاري ولكن لا يجد أي تطور لهذا اللاعب ويبقى ثابتاً في مكانه ولا يتطور ولا يصل إلى المستوى العالي فيبقى على مستوى لاعب نادي فقط ولا يمكن الوصول للمنتخبات فلذلك وجب على المدرب إن يتعرف على قياسات اللاعبين الانثروبومترية المناسبة لاجتناب المشاكل في اخذ الوقت والمال والجهد الكثير للوصول إلى المستوى العالي . كما إن التغيرات التي ستطرأ على جسم اللاعب أثناء نموه ستتمكنه من التكيف لممارسة اللعبة وبشكل أفضل ، ولذلك وحسب التعرف على تأثير القياسات والمؤشرات الانثروبومترية على الصفات البدنية ومهارة التهديف في لعبة كرة القدم من خلال هذه الدراسة .

1-3 أهداف البحث :

- 1- معرفة القياسات الانثروبومترية للاعبين كرة القدم فئة الأشبال .
- 2- معرفة قياسات الصفات البدنية الخاصة ومهارة التهديف للاعبين كرة القدم فئة الأشبال .
- 3- التعرف على علاقة القياسات الانثروبومترية على بعض الصفات البدنية ومهارة التهديف للاعبين كرة القدم فئة الأشبال .

1-4 فرضيات البحث :

- 1- هناك علاقة ارتباط معنوية بين القياسات الانثروبومترية والصفات البدنية الخاصة للاعبين كرة القدم فئة الأشبال .

2- هناك علاقة ارتباط معنوية بين القياسات النثروبومترية ومهارة التهديف للاعبين كرة القدم فئة الأشبال .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : لاعبو منتخب كرة القدم فئة الأشبال البالغ عددهم (22) لاعبا .

1-5-2 المجال الزمني : 1 / 4 / 2017 ولغاية 22 / 6 / 2017

1-5-3 المجال المكاني : ملعب الشعب الدولي .

2- الدراسات النظرية :

1-2 القياسات الانثروبومترية :

هو علم يقيس جسم الإنسان وأجزائه المختلفة ليستفاد منها تطور الإنسان والتعرف على التغيرات الحادثة . (رضوان : 30)

القياسات الجسمية : هو العلم الذي يدرس ويقيس أجزاء جسم الإنسان لمعرفة الاختلافات التركيبية والتقويمية وتعد القياسات الجسمية احد أهم المحددات التي تساعد في تحديد نوع النشاط الرياضي المناسب وهو احد المكونات الأساسية للياقة البدنية والوظيفية والنفسية وتعد احد أهم المؤهلات الخاصة للفرد . (هزاع : 10-12)

2-2 المهارات الأساسية في كرة القدم.

كرة القدم من الألعاب الفرقية التي يكون فيها الفريق متعاوناً ومما لا شك فيه إن كل عمل جماعي هو نتيجة لمجهودات فردية، يتوقف نجاح الفريق على التعاون المستمر بين الأفراد ومجهوداتهم ومدى فاعليتهم في إتقان الصحيح للمهارات والتي تعد القاعدة الأساسية التي تبنى عليها اللعبة وان نجاح الفريق يتوقف على درجة إتقانها ،وتعد المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم عاملاً مهماً في تطوير اللعبة، فضلاً عن الإعداد البدني والإعداد الخططي والإعداد النفسي، فان لعبة كرة القدم مازالت تعتمد على المهارات الأساسية في تنفيذ الواجبات الخططية حيث تبقى المهارات الأساسية العامل المهم في اللعبة، فالمهارات الأساسية هي الركيزة الأولى لتحقيق الانجاز في مباراة كرة القدم، إذ تحتل جانبا مهما في وحدة التدريب اليومية يشير مصطلح المهارة سواء في التدريب أم في اللعب إلى ((القابلية على اختيار وتفعيل استجابة ملائمة ومؤثرة من بين طيف من الاحتمالات الممكنة)) . (قاسم لزوم : 215)

وهناك الكثير من التقسيمات وحسب رأي الكثير من العلماء والباحثين فقد قسمها كل من ((وازرس (wizos)) إلى (ضرب الكرة بالقدم، الجري بالكرة، السيطرة على الكرة، ضرب الكرة بالرأس، الخداع والمراوغة، المهاجمة، رمية التماس، مهارات حارس المرمى).

إن للعبة كرة القدم عدة مهارات أساسية منها (الدرجة بالكرة، المناولة بالقدم، الإخماد،
التهديف بالقدم، ضرب الكرة بالرأس) ولكن استخدمت الباحثة مهارة التهديف فقط .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي لملاءمته متطلبات بحثنا .

3-2 عينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وهم (22) لاعبا من اللاعبين الأشبال بكرة القدم .

3-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة :

1- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

2- ميزان طبي .

3- شريط قياس الأطوال والمحيطات .

4- ساعة توقيت .

5- استمارة لتدوين القياسات .

3-4 الاختبارات المستخدمة :

3-4-1 القياسات الانثروبومترية :

3-4-1-1 قياس الوزن :

يتم قياس الأوزان بواسطة ميزان طبي

3-4-1-2 قياس الطول :

تم قياس الأطول بواسطة شريط قياس وتضمنت القياسات الآتي :

1- الطول الكلي للجسم .

2- طول الجذع .

3- الطول الكلي للذراع .

4- طول الساعد .

5- طول الفخذ .

6- طول الساق .

3-4-1-3 قياس العرض :

تم قياس العرض بواسطة شريط قياس وتضمنت القياسات الآتي :

1- عرض الكتفين .

2- عرض الصدر .

3- عرض الحوض .

4- عرض رسغ اليد .

5- عرض الوركين .

3-4-1-4 قياس المحيطات :

تم قياس المحيطات بواسطة شريط قياس وتضمنت القياسات الآتي :

1- محيط الفخذ .

2- محيط الصدر .

3- محيط الكتفين .

4- محيط البطن .

5- محيط رسغ اليد .

6- محيط العضد .

7- محيط سمانة الساق .

8- محيط الوركين .

3-4-2 الاختبارات البدنية :

الاختبار الأول : اختبار ركض (1000) م (الخشاب واخرون :138)

الغرض من الاختبار : قياس المطاولة العامة .

وصف الاختبار : توضع أربعة شواخص خشبية على شكل مربع طول ضلعه (50 م) ويتخذ المختبرون وضع الاستعداد من البدء العالي خلف خط البداية عند الشاخص الأول ، عند إعطاء الإشارة ينطلق المختبرون للركض حول المربع ومن خلف الشواخص مع مراعاة عدم لمس أو إسقاط الشواخص في أثناء الركض حول الملعب .

القياس : يسجل الزمن (بالدقائق والثواني) الذي استغرقه اللاعب في قطع (5) دورات أي (1000) م .

الاختبار الثاني : القفز العمودي من الثبات . (ابو العلا وحسانين : 220)

الهدف من الاختبار : قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين .

الأدوات المستخدمة : مكان محدد لإجراء الاختبار ، وشريط قياس ، وقطعة طباشير ، وجدار بارتفاع مناسب .

وصف الأداء : يقف المختبر قرب الجدار بحيث يواجه الجدار بأحد كتفيه . يقوم المختبر من وضع الوقوف الثابت برفع ذراعيه التي تكون قريبة من الجدار عاليا لعمل علامة على الجدار عند أقصى نقطة تصل إليها اليد وتسجل المسافة بعد ذلك بخفض ذراعه ثم يقفز للأعلى بعد أن يثني

المؤشرات الأنثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التمدد لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال م. د. اميم سلمان مهدي

مفصل الركبة لعمل علامة أخرى بيده على الجدار عند أقصى نقطة وصلت إليه ذراعه وتسجل المسافة بين التأشير الأولى والثانية ، على أن يتم الدفع بكلتا الرجلين .
طريقة التسجيل : يعطى للمختبر محاولتان وتسجل الأفضل . وتقاس المسافة الواقعة بين العلامة الأولى التي تحدث نتيجة تأشير البدء والعلامة الثانية التي تعبر عن القوة الانفجارية لعضلات الأطراف السفلى وتقاس بالسنتيمتر .

الاختبار الثالث : 10 حجلات على رجل واحدة (يمين ويسار) . (Robert :46)

الهدف من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة للرجلين .
الأدوات المستخدمة : شريط قياس ، وأرض لأداء الحجل عليها .
وصف الأداء : الوقوف خلف خط بطول واحد متر على قدم واحدة ، وعند الإيعاز يقوم المختبر بأداء 10 حجلات على رجل واحدة بصورة مستمرة دون التوقف أو ملامسة الأرض بأي جزء من أجزاء الجسم غير قدم الحجل ، وبعدها تتم إعادة اختبار الحجل على القدم الأخرى .
طريقة التسجيل : المسافة المقطوعة في المؤشر للقدرة العضلية للرجل ، يعاد الاختبار مرتين وتأخذ أحسن محاولة .

الاختبار الرابع: الركض بأقصى سرعة (50) م من الوضع الطائر. (ثامر واخرون : 141-142)
الهدف من الاختبار : قياس السرعة القصوى .

الأدوات المستخدمة : ساعة توقيت ، وثلاثة خطوط متوازية الخط الأول يمثل نقطة الانطلاق ، والخط الثاني الذي هو خط حساب الزمن (يبدأ منه التوقيت) يبعد (10) م عن الخط الأول والخط الثالث هو خط النهاية يبعد (50) م عن الخط الثاني .

وصف الأداء : يبدأ المختبر الركض من خط الانطلاق الذي يبعد مسافة (10) م عن بداية خط الخمسين متراً المعد للسباق والذي منه يبدأ احتساب الزمن.

طريقة التسجيل : يحتسب الزمن بالثانية ولأقرب (1/ 100) ثانية من بداية الخط الثاني حتى لحظة اجتيازه الخط الثالث وتعطى محاولتان وتحسب أفضل محاولة .

الاختبار الخامس : الركض بين الشواخص لمسافة (7) أمتار . (ثامر واخرون : 147)

الهدف من الاختبار : قياس الرشاقة .

الأدوات المستخدمة : ساعة توقيت ، وستة شواخص ، وخط البداية .

إجراءات الاختبار : يوضع الشاخص الأول على بعد (2) م من خط البداية ، وتوضع (5) شواخص بعد الشاخص الأول المسافة بينهما (1) م .

وصف الأداء : عند إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بالركض السريع بين الشواخص ذهاباً وإياباً.

طريقة التسجيل : يحتسب اقل زمن يستغرقه المختبر ذهاباً وإياباً وتعطى محاولة واحدة .

3-4-3 اختبار مهارة التهديف :

التهديف بالقدم على المستطيلات المتداخلة. (عبد المعين: 39)

الغرض من الاختبار: قياس دقة التهديف القريب.

الأدوات اللازمة: كرة قدم قانونية العدد (3) ساعة إيقاف الكترونية .

إجراءات الاختبار:

- نرسم أربعة أهداف مستطيلة على حائط أملس عمودي على الأرض إبعادها كالتالي:

- المستطيل الأول (6×2 قدم)، المستطيل الثاني (4×12 قدم)، المستطيل الثالث (6×18 قدم)، المستطيل الرابع (8×24 قدم)

نرسم خطا موازيا للحائط على بعد (20) قدما من الهدف، يقف اللاعب ومعه الكرة خلف خط البداية وعندما يعطي إشارة البدء يقوم اللاعب بركل الكرة بإحدى قدميه نحو الحائط محاولا تصويبها نحو الهدف الصغير ((6×2 قدم) اكبر عدد من المرات خلال الزمن المقرر للاختبار وهو (30) ثانية .

طريقة التسجيل : المستطيل الأول (4) درجة ، المستطيل الثاني (3) درجة المستطيل الثالث (2) درجة، المستطيل الرابع (1) درجة ، ويعطى لكل لاعب ثلاث محاولات.

التوجيهات

- يسمح بركل الكرة بأي من القدمين

- لا يسمح للاعب بركل الكرة نحو الهدف إلى بعد رجوعها إلى خط البداية

3-5 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراؤها يوم الاثنين المصادف 1 / 5 / 2017 على عينة قوامها (5 لاعبين) في ملعب الشعب الدولي وذلك للوقوف على أهم المعوقات التي قد تعترض الباحثة والتعرف على صلاحية الاختبارات .

3-6 الاختبارات الرئيسية :

تم إجراء القياسات الجسمية يوم الأحد المصادف 7 / 5 / 2017 وفي اليوم التالي يوم الاثنين المصادف 8 / 5 / 2017 تم إجراء الاختبارات البدنية ومهارة التهديف في ملعب الشعب الدولي.

3-7 الوسائل الإحصائية :

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية spss

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

4-1 عرض وتحليل القياسات الجسمية :

جدول (1)

المؤشرات الأنثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التهديف لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال م. د. اميم سلمان مهدي

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات الجسمية

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	القياسات
0,816	16	العمر
10,616	72,318	وزن الجسم
11,183	171,728	طول الجسم
4,029	89,045	طول الجزء العلوي
1,77	67,227	طول الذراع
1,57	39,09	طول الساعد
2,174	57,59	طول الفخذ
2,24	43,454	طول الساق
1,823	47,227	عرض الكتفين
1,652	44,59	عرض الصدر
2,15	47,636	عرض الوركين
1,68	11,818	عرض رسغ اليد
2,356	44,136	عرض الحوض
2,101	56,681	محيط الفخذ
3,476	99,227	محيط الكتفين
4,507	92,136	محيط الصدر
3,203	22,545	محيط الرسغ
4,323	93,136	محيط الورك
1,756	81,681	محيط البطن
2,5	34,818	محيط العضد
3,127	41,454	محيط الساق

2-4 عرض وتحليل الصفات البدنية ومهارة التهديف :

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للصفات البدنية ومهارة التهديف

المؤشرات الأنثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التمدد لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال م. د. اميم سلمان مهدي

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	القياسات
0,548	5,121	ركض 1000 متر
0,261	1,659	قفز عامودي
1,154	19,5	حجلات يمين
1,018	19,181	حجلات يسار
0,553	6,18	ركض 50 متر
0,41	5,345	رشاقة
2,91	10,227	تهديف

3-4 عرض وتحليل نتائج معامل الارتباط البسيط بين القياسات الجسمية والصفات البدنية ومهارة التهديف :

جدول (3)

يبين علاقة الارتباط بين القياسات الجسمية والصفات البدنية ومهارة التهديف تحت مستوى

دلالة (0,05) ودرجة حرية 21

معامل الارتباط							القياسات
تهديف	رشاقة	ركض 50 متر	حجلات يسار	حجلات يمين	قفز عامودي	ركض 1000 متر	
0,140	0,010	0,222	0,143	0,227	0,054	0,027	العمر
0,277	0,041	0,131	0,47	0,307	0,36	0,113	وزن الجسم
0,273	0,137	0,102	0,545	0,186	0,391	0,219	طول الجسم
0,356	0,316	0,261	0,213	0,077	0,356	0,039	طول الجزء العلوي
0,211	0,276	0,085	0,359	0,163	0,182	0,413	طول الذراع
0,079	0,095	0,289	0,078	0,013	0,001	0,041	طول الساعد
0,023	0,497	0,576	0,035	0,104	0,209	0,297	طول الفخذ
0,4	0,119	0,261	0,338	0,267	0,044	0,165	طول الساق
0,432	0,089	0,489	0,054	0,079	0,177	0,023	عرض الكتفين
0,247	0,083	0,198	0,109	0,15	0,094	0,174	عرض الصدر
0,151	0,195	0,214	0,347	0,192	0,377	0,054	عرض الوركين
0,215	0,150	0,124	0,272	0,503	0,331	0,053	عرض رسغ اليد
0,308	0,089	0,059	0,337	0,07	0,153	0,372	عرض الحوض
0,565	0,424	0,157	0,462	0,186	0,317	0,342	محيط الفخذ
0,258	0,297	0,123	0,559	0,024	0,582	0,404	محيط الكتفين

المؤشرات الانثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التهديف لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال م. د. اميم سلمان مهدي

0,728	0,32	0,424	0,518	0,903	0,104	0,22	محيط الصدر
0,279	0,65	0,454	0,603	0,27	0,359	0,417	محيط الرسغ
0,622	0,369	0,346	0,567	1	0,457	0,394	محيط الورك
0,443	0,835	0,412	0,726	0,826	0,491	0,707	محيط البطن
0,433	0,703	0,419	0,348	0,635	0,855	0,302	محيط العضد
0,504	0,637	0,39	0,417	0,861	0,809	0,317	محيط الساق

4-4 مناقشة النتائج :

من خلال عرض الجداول (1) ، (2) ، (3) اتضح لنا أن هناك علاقة ارتباط معنوية بين مؤشرات القياسات الانثروبومترية والصفات البدنية ومهارة التهديف لدى لاعبي كرة القدم الأشبال. وهذا يدل على أن القياسات الجسمية مهمة في عملية اختيار وانتقاء اللاعبين للعبة الممارسة إذ من خلال المواصفات الجسمية يستطيع اللاعب إحراز التقدم والتطور الرياضي . وهذا يتفق مع (Mimouni.N.1996) بأن القياسات الجسمية تعمل على إيجاد الحلول المناسبة للمشاكل الرياضية المطروحة وخاصة بعملية التكيف الرياضي كما أنها من معايير الانتقاء والفردية في التدريب في اللعبة الرياضية الممارسة . (Mimouni: 14)

وكما تتفق مع (محمد صبحي ،2000: 112) أن القياسات الجسمية لها أهمية في التنبؤ لرياضي بما سيحققه من نتائج إذ إن المقاييس الجسمية تعد من الخصائص الفردية للرياضي التي لها علاقة بتحقيق المستوى الرياضي العالي وينتج له الفرصة للتفوق .

كما أن القياسات الجسمية خصوصية لكل رياضي ممكنة من تحديد إمكانياته وقدراته البدنية والحركية كالتحمل والقوة والسرعة.... الخ . (K ouzenetov :47)

كما أن الحجم والشكل والبناء والتكوين الجسماني للرياضي يمثل العامل الحاسم للانجاز والتفوق الرياضي ، لذلك يرى المدربون المحترفون أول من يشغل بالهم التنقيب والبحث عن الخامات الرياضية المثمرة التي تبشر بالنجاح والتفوق الرياضي أو تعتبر الأداة التي يستخدمونها في المواصفات الجسمية المناسبة لنوع اللعبة الممارسة . مع الأخذ بالنظر أسس التدريب السليمة والتغذية والرغبة والمويل مع الرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية فيصبح الرياضي بطلا . (محمد صبحي :1995: 74)

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

1- ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين القياسات الجسمية وبعض الصفات البدنية .

المؤشرات الأنثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التهديف لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال م. د. اميم سلمان مهدي

- 2- ظهرت علاقة ارتباط معنوية بين القياسات الجسمية ومهارة التهديف بكرة القدم .
- 3- ظهرت أن القياسات الجسمية أهمية في تطور الصفات البدنية ومهارة التهديف بكرة القدم .
- 4- تعد هذه الدراسة بمثابة خطوة اولى لتحديد أهم القياسات الجسمية للاعبين الناشئين للعبة كرة القدم .

5-2 التوصيات :

- 1- ضرورة أخذ القياسات الجسمية في كل مرحلة من مراحل العمر للاعبين للتعرف على معدلات النمو الجسماني ومدى تأثيرها في الرياضة الممارسة .
- 2- أن صناعة البطل تتطلب من المدربين وضع برنامج تدريب معين ومناسب للبناء الجسمي المناسب للعبة الممارسة .
- 3- ضرورة اختيار لاعبين ذوي مواصفات جسمانية معيارية لنوع اللعبة وذلك تلافياً لهدر الوقت والجهد والمال .
- 4- ضرورة إعداد هذه النتائج واعتبارها كمرجع لانتقاء اللاعبين الناشئين في لعبة كرة القدم .

المصادر

- 1- أبو العلا احمد عبد الفتاح ومحمد صبحي حسانين : فسيولوجيا ومرفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقييم ، ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997) .
- 2- ثامر محسن إسماعيل (وآخرون) : الاختبار والتحليل في كرة القدم ، بغداد ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991 .
- 3- زهير قاسم الخشاب ، (وآخرون) ؛ كرة القدم لطلاب كليات وأقسام التربية الرياضية ، ط2: (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999) .
- 4- عبد المعين صبحي خالد . اثر استخدام بعض الأجهزة والأدوات المساعدة في تعلم بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير ، جامعة الموصل ، كلية التربية الرياضية، 1997 .
- 5- قاسم لزام . موضوعات في التعلم الحركي ، بغداد، كلية التربية الرياضية ، 2005 .
- 6- محمد صبحي حسين ؛ أنماط أجسام أبطال الرياضة من الجنسين ، ط1 : (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995) .
- 7- محمد صبحي حسين ؛ التقويم والقياس في التربية البدنية الرياضية ، ج2، ط4 : (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000) .
- 8- محمد نصر الدين رضوان ، المرجع في القياسات الجسمية ، ط1 : (دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1997) .

المؤشرات الأنثروبومترية وعلاقتها ببعض الصفات البدنية ومهارة التهديف لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال م. د. أميم سلمان مهدي

9- هزاع محمد هزاع ؛ القياسات الجسمية الأنثروبومترية للإنسان ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، السعودية ، 2006 .

10- Robert Morford . Training for Speed , power & Strength , National Sports publisher , Malaysia, 2008.

11- Mimouni.N:Contributions des methods biometriques Alanayse dela,1996.

12- K ouzenetov ;lesbasdelamorphologie du sport .Ed Phys.Culture et sport ,Moscou , 1977.

Abstract

The aim of the research is to find out the anthropometric measurements of the football players. And knowledge of the measurements of special physical qualities and skill scoring by football players category Cubs. And to identify the relation of anthropometric measurements to some physical characteristics and scoring skill of football players. The researcher used descriptive descriptive method on the players of the football team in the category of the 22 cadres. Physical measurements, physical tests and scoring skills were taken for the sample of the research and then were processed statistically. The following main conclusions were reached: Physical and some physical qualities. There was also a significant correlation between physical measurements and football scoring skills. The most important recommendations are: the need to take physical measurements at each stage of life for players to know the rates of physical growth and the extent of their impact in the exercise practice. And the need to choose players with physical specifications standard for the type of game in order to avoid wasting time, effort and money.