

الاجابة النموذجية في مقياس مورفولوجيا

س 1 -حسب البيان رقم 01 الذي اقترحه (Schurch P.1984) و الذي يحدد قيمة واهمية دور المورفولوجية في تحديد النتيجة الرياضية في منافسات المستوى العالي .

أ-اذكر العوامل المحددة للنتائج الرياضية حسب (Schurch P.1984)؟02ن

الجواب :

-عامل خارجي ،-عامل نفسي - عامل فيزيولوجي -عامل مورفولوجي .

ب-إن معرفة مورفولوجية الفرد تستوجب استعمال وسيلتين اذكرهما مع التعريف الموحز؟02ن

الجواب :

- الوسائل المورفولوجيا : إن معرفة مورفولوجية الفرد تستوجب استعمال وسيلتين هما البيوميتري و الانتروبومتري

1-البيوميتري : هو علم استغلال المعطيات الرقمية الكمية و النوعية للفرد او مجموعة الافراد من خلال ترجمتها ،مرتكرة في ذلك على حسابات احصائي (Mimouni .N .1996)وقد عرف (Sempe.M.1979) باحث في مجال البيوميتري على انه العلم الذي يدرس القياسات الجسمية للانسان و الذي يسمح بالاجابة على الاسئلة التطبيقية في حين اوضح (OLIVIER 1976 .G) على انه العلم الذي يهدف الى دراسة خصائص القياسات الجسمية للفرد عن طريق التحليل الرياضي و الاحصائي ويرى (Vandervael.F1980) على ان البيوميتري هو مجموع من الطرق التي تستعمل عدد من القياسات الجسمية لمحاولة الاجابة عن مختلف الاسئلة التطبيقية بما في ذلك الممارسة الرياضية .

-الانتربومتري :هو فرع من فروع الانتربولوجيا الطبيعية وهو مصطلح يشير الى قياسات الجمجمة و طول القامة وبقية الخصائص الجسمية .

يعرفه (MAthews 1973) بكونه علم قياس جسم الانسان واجزائه المختلفة ،حيث يستفاد من هذا العلم في دراسة تطور الانسان و التعرف على التغيرات التي تحدث له شكلا (محمد نصر الدين رضوان ،1994)

اما (VERducci1980) فيرى بانه العلم الذي يهتم في قياس الاجزاء جسم الانسان من الخارج ،ويوضح معنى كلمة ANTHROPOMETRIE على انها قياس الجسم ،ومن هذا فالقياس الانتربومتري هو علم قياس ابعاد الجسم ،حيث انه هو تقدير للاشياء و المستويات تقديرا كميا وفق إطار معين من المقاييس المدرجة (رياض المسيدي ،1994).

ج-إن معرفة مورفولوجية الرياضية تركز على طريقتين ماهي ؟مع الشرح الموجز؟02ن

الجواب :

المور فولوجية الرياضية تركز على طريقتين اساسيتين هما :

-الطريقة الاولى تتمثل في قياس الابعاد الجسمية وذلك من خلال استعمال وسائل القياس الانتربومتري .

-الطريقة الثانية تعرف بنمط الجسم ، التي توصل لها هيث وكارتر و التي تعتبر جسم الانسان كوحدة كمية .

س2 -اذكر العوامل المؤثرة في القياسات الجسمية (الانتربومتريه)؟مع شرح .06ن

العوامل المؤثرة في القياسات الجسمية (الانتربومتريه) :

1- البيئة :

وتعد من العوامل المهمة والمؤثرة في القياسات الجسمية ، حيث أثبتت الدراسات والبحوث ان تركيب الجسم البشري يختلف من بيئة إلى أخرى اختلافاً نسبياً . وقد يرجع تفوق بعض الأجناس البشرية في بعض الأنشطة الرياضية التنافسية إلى تأثير البيئة في قياساتهم الجسمية . كما ان هناك عوامل بيئية تؤثر في نسب أجزاء الجسم مثل درجة الحرارة والارتفاع عن مستوى سطح البحر .

2- الوراثة:

وتعني مجموعة من الصفات تحدد بالمورثات حيث تعمل المورثات على نقل الصفات الوراثية من الوالدين الى الجنين . فنجد إن بعض الأشخاص يرث بعض الصفات الجسمية والبدنية كما يتضح ذلك في اختلاف الطول اختلافاً كبيراً بين افراد الجنس البشري التي تعكس الخواص الوراثية للفرد .

3- التدريب :

" يعد التدريب الرياضي احد العوامل المؤدية إلى تغيرات انثرومترية في جسم الرياضي وان ممارسة أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية بانتظام ولمدة زمنية طويلة تكسب الرياضي بعض التغيرات في الشكل الخارجي للجسم على وفق طبيعة ذلك النشاط "

س3- ماهي المناطق الاكثر شيوعا عند قياس سمك طية الجلد ؟ مع الشرح ؟ 04ن

• المناطق الاكثر شيوعا عند قياس سمك طية الجلد :

- - سمك طية الجلد في منطقة ما تحت عظم لوح الكتف : ثنية مائلة تحت الزاوية السفلى لعظم لوح الكتف 1-2سم باتجاه العمود الفقري.
 - - سمك طية الجلد في منطقة الصدر : ثنية مائلة في منتصف الخط الوهمي بين الابط وحلمة الصدر بالنسبة للرجال ويكون الموقع اقرب الى الابط (ثلث المسافة) بالنسبة للنساء .
 - - سمك طية الجلد في منطقة البطن : ثنية افقية على جانب السرة (تبعد حوالي 2 سم منها)
 - - سمك طية الجلد فوق العظم الحرقفي : ثنية مائلة فوق عظم الحرقفة مباشرة .
 - - سمك طية الجلد في منطقة الفخذ : ثنية راسية في الجهة الامامية من الفخذ وفي منتصف المسافة بين مفصل الركبة ومفصل الورك .
 - - سمك طية الجلد في منطقة الساق : ثنية راسية في الجهة الانسية (الى الداخل) من الساق عند اكبر محيط للساق ، بينما المفحوص جالسا على كرسي وقدميه على الارض و الركبة مثنية بزاوية مقدارها 90 درجة .
 - - سمك طية الجلد في منطقة العضلة العضدية ذات الرؤوس الثلاثة : ثنية راسية في الجلد فوق العضلة ذات الرؤوس الثلاثة في منتصف المسافة بين النتوء المرفقي و النتوء الاخرومي للكتف ويكون مفصل المرفق ممتدا و العضلة مرتخية
- س4- من بين طرق تقويم الانماط الجسمية طريقة شيلدون تحدث عن طرق تحديد النمط الجسماني لشيلدون ؟ 04ن

الجواب :

- حساب نسبة الطول و الوزن : مؤشر بوند رال و مضاهاة نتيجة هذه المعادلة مع جداول شيلدون .

-حساب نسبة سبعة عشر قياس انثروبومتري وهذه القياسات هي :اربعة قياسات لكل من العنق و الراس وثلاث قياسات على منطقة الصدر ،ثلاث قياسات على الذراعين ،ثلاثة قياسات على منطقة البطن ،اربعة قياسات على الرجلين .

-تقدير النمط الجسمي عن طريق التصوير الفوتوغرافي ومضاهاتها بحده الصور بعد تقديراتها بأطلس الرجال لشيلدون 1954م

-مقارنة تقدير السبعة عشر قياس انثروبومتري مع متوسط تقدير النمط الجسماني بطريقة التصوير الفوتوغرافي ومؤشر بوند رال وذلك لإعطاء تقرير النهائي للنمط الجسمي .