

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضة

قسم التدريب الرياضي

واقع القياسات الجسمية للاعبي كرة القدم وفقاً لخطوط اللعب لبعض أندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم

The Required Anthropometric Measurements of Footballers in Division One-Clubs in Khartoum State, with Reference to their Distribution in the Play-Lines

(بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير بالمقررات والبحث في التربية البدنية والرياضة)

إشراف الدكتور: حاكم يوسف الضوء

إعداد الدارس: مجاهد بشير فضل الله رزق

1439 هـ - 2017م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الآية القرآنية

قال تعالى: ﴿لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم﴾

صدق الله العظيم

(سورة التين الآية رقم 4)

الإهداء

إلي مصدر إلهامي وعزي وفخري ،، ، والدي

إلي الشمعة التي تحترق لتضيء لي طريق الرشاد ،، ، والدتي

إلي من يعز علي ذكرهم إلا بالخير والعرفان ،، ، إخوتي أهدي بحثي هذا

الدارس

شكر وعرّفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف خلق الله وخاتم النبيين والمرسلين سيدنا محمد صلي الله عليه وسلم.

أتقدم بالشكر الجزيل الي بوتقة العلم جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا ممثلة في أحمدي شموعها المتقدمة وصرحها الرياضي الشامخ كلية الدراسات العلية كما اشكر كلية التربية البدنية والرياضة ممثلة في اساتذتها الاجلاء واخص بالشكر اساتذة قسم التدريب الرياضي، أيضا ازجي اسمي ايات الشكر والعرّفان إلي جامعة النيلين التي نلت ثقتها بابتعاثها لي لهذه الدراسة كما لا يفوتني أن أخص بالشكر والعرّفان الجميل الدكتور/ حاكم يوسف الضؤ الذي أرشدني وهداني وانا لي طريق العلم والمعرفة فليجزيه الله عني خير الجزاء والشكر موصول الي الأجهزة الادارية والفنية بأندية القوز والنيل والأمير البحراوي وكل السواعد و لأفراد العينة لموافقهم علي تطبيق تجربة البحث

وأخيراً خالص شكري وامتناني الي اخواني واخواتي والي الاستاذة والمربية / آمنة مبلول نصر الله التي قامت بالتصحيح اللغوي لهذا البحث والي الاستاذ/ شرف الدين حماد الدابي الذي أشرف علي معالجة البيانات احصائياً وطباعة الدراسة والشكر موصول ايضاً للاستاذ والمربي الجليل هاشم الخليفة المصحح اللغوي لهذه الدراسة والشكر الجزيل موصول الي كل من ساهم بنصح او ارشاد الي أن خرج هذا البحث بهذه الصورة

الدارس

المستخلص

تهدف هذه الدراسة للتعرف على القياسات الأنثروبومترية التي يتميز بها لاعبو كرة القدم وفقا لخطوط اللعب الثلاثة. استخدم الباحث المنهج الوصفي وأدواته المختلفة وهما: الإستبانة لجمع المعلومات وبرنامج الحزم الإحصائية (SPSS) لتحليل ومعالجة البيانات. تكون مجتمع الدراسة من (320) لاعبا من لاعبي أندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم فيما تكونت عينة الدراسة من (75) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. أجريت القياسات المختلفة على عينة الدراسة من خلال المتغيرات الآتية: قياس الأطوال - قياس الأوزان - قياس المحيطات - العمر التدريبي. ومن أهم نتائج الدراسة:

1. أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً بمتوسط حسابي بلغ (175.4) سم.
2. أن لاعبي خط الوسط هم الأكبر وزناً بمتوسط حسابي بلغ (69) كجم.
3. أن لاعبي خط الدفاع يتفوقون على بقية لاعبي الخطوط الأخرى في زيادة قياس محيط البطن البالغ (76) سم. ومن أهم التوصيات:

1. ضرورة اختيار اللاعبين طوال القامة في خطي الهجوم والدفاع.
2. أهمية انتقاء اللاعبين قصار القامة في خط الوسط.
3. ضرورة إرشاد اللاعبين الأثقل وزناً للعب في خط الدفاع.

ABSTRACT

This study aims to identify the anthropometric measurements of football players according to the three play lines. The researcher used the descriptive approach and its various tools: Questionnaire for data-collection and the statistical quota program (SPSS) for analyzing and processing data. The study population consisted of (320) players from the division one-clubs in Khartoum State, whereas the sample of the study consisted of (75) players and they were randomly chosen. The various measurements were applied on the sample through the following variables: length measurements - weight measurements - ocean measurements - training age. According to these measurements, comparisons were made between the three playing lines in order to employ each player in the in the appropriate line of playing. The most important results of the study:

1. The attackers are the tallest players with an average of (175.4) cm.
2. The midfielders have heavy weight with an average of (69) kg.
3. The defense players outperform the rest of the other lines in increasing the measurement of the abdominal circumference of (76) cm.

The most important recommendations:

1. the need to employ tall players in front lines.
2. The importance to employ short players in the midfield.
3. The need to employ heavy weight players as defenders.

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	البسمة
ب	الآية
ج	الإهداء
د	الشكر والعرفان
هـ	المستخلص
و	Abstract
ز - ط	قائمة المحتويات
ي	قائمة الجداول
الفصل : الأول الإطار العام للدراسة	
3 - 1	مقدمة الدراسة
4 - 3	مشكلة الدراسة
4	أهمية الدراسة
4	أهداف الدراسة
4	أسئلة الدراسة
4	حدود الدراسة
5	مصطلحات الدراسة
الفصل الثاني : الإطار النظري والدراسات السابقة	
6	المبحث الأول
7 - 6	القياس في الماضي والحاضر
8 - 7	تعريف القياس
9 - 8	مفهوم القياس
9	القياسات الانثربومترية

10	أهمية الاختبار والمقياس الانثربومترية للرياضي
11	المبحث الثاني
12 -11	كرة القدم في الماضي والحاضر
13 -12	كرة القدم في السودان
14	خطوط اللعب في كرة القدم
16 -15	خط الهجوم في كرة القدم
18 -16	خط الوسط في كرة القدم
20 -18	خط الدفاع في كرة القدم
22 -20	أهمية خطوط اللعب في كرة القدم
23 -22	أندية الدرجة الأولى
27 -24	الدارسات السابقة
30 -27	التعليق على الدارسات السابقة
31	مدي الاستفادة من الدارسات السابقة
الفصل الثالث : إجراءات الدراسة	
32	مقدمة
32	منهج الدراسة
32	مجتمع الدراسة
32	عينة الدراسة
34 -33	توصيف عينة الدراسة
35	أسباب اختيار العينة
35	شروط اختيار العينة
35	وسائل أدوات جمع البيانات
39	المعالجات الإحصائية
الفصل الرابع : عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج	
48 -40	عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج
الفصل الخامس : النتائج والتوصيات و المقترحات والمراجع	
50 -49	النتائج

50	التوصيات
51	المقترحات
51	ملخص الدراسة
60 - 56	المصادر والمراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

رقم الصفحة	الجدول
33	جدول رقم (1) يوضح عدد اللاعبين وفقاً لخطوط اللعب
33	جدول رقم (2) يوضح توصيف عينة الدراسة وفقاً لمتغير الطول الكلي
34	جدول رقم (3) يوضح توصيف عينة الدراسة وفقاً لمتغير الوزن
34	جدول رقم (4) يوضح توصيف عينة الدراسة وفقاً لمتغير العمر التدريبي
37	جدول رقم (5) يوضح التكرار والنسب المئوية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم القياسات الخاصة بلاعبي كرة القدم
38	جدول رقم (6) يوضح تكرار النسب المئوية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم قياسات المحيطات الخاصة بلاعبي كرة القدم
40 - 41	جدول رقم (7) يوضح القياسات الجسمية الخاصة بالأطوال لخطوط اللعب الثلاث
4	جدول رقم (8) يوضح القياسات المتعلقة بمحيطات أجزاء الجسم

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1/1 مقدمة الدراسة :

تعتبر القياسات الانثروبومترية واحده من أهم العوامل الحاسمة في الفعاليات التي تعتمد على الالتحام المباشر بين الفريقين وهي تختلف باختلاف خطوط اللعب في كرة القدم تشكل مصدر قوة ، على سبيل المثال لاعبي كرة القدم ذو الأصول الأفريقية .

و تلعب صفات اللاعب الانثروبومترية التي يمتلكها في تحديد ميول اللاعب نحو مركز معين كصفات الطول أو حجم الكتلة العضلية وهو الأمر نفسه الذي يدفعه في اللعب ضمن الفرق المتقدمة بشكل مبكر (أمين خذعل عبده 2014م:51)

وان مصطلح انثروبومتري (anthropometry) يعني دراسة مقاييس جسم الإنسان (أمين خزعل عبده 2014، ص:51)

وهذا يشمل بالطبع قياسات الطول و الوزن و الحجم و المحيط وللجسم ككل و لا جزء الجسم المختلفة (مروان عبد المجيد إبراهيم 1999م ، ص:171م)

الخصائص الجسمية تتنبأ بالأداء بنفس الدرجة التي تقوم بها العوامل الفسيولوجية ويعزي ذلك إلى التجانس هذه العوامل و المتغيرات من حيث القدرة على الأداء (علي بن محمد بن علي جباري ،2008م،ص:5)

وبدأت كرة القدم تنتشر بشكل اكبر ، كما بدأت تتلقى قبولا كبيرا بين طلبة المدارس بانجلترا وأخذت في التطور وكانت خلال ذلك التطور تمر بمراحل تهذيب وتطور سواء على مستوى تنظيم الممارسة أو على أداء الحركي، أو حتى على مستوى عدد الممارسة (مفتى إبراهيم 2013م،ص:14)

ولما كانت طبيعة واجبات اللاعبين تختلف حسب متطلبات الطرق والخطط المختلفة فانه أصبح من الأهمية أن تتوفر لدى اللاعبين القدرات البدنية الخاصة التي تتفق ووظيفته في خطوط اللعب المختلفة (سراج الدين محمد عبدالمنعم 2007،ص:10)

ولعبة كرة القدم من الألعاب الجماعية التي حصلت على جانب كبير من الأهمية والبحث والخصوصية فلأعب كرة القدم قد تطور إلى حد كبير في مستوى الأداء البدني والفني والخططي والذي حدث نتيجة لاستخدام طريق أساليب وسائل علمية(فاضل رخام المياحي 2016 م ، ص:20)

ويرى مفتى إبراهيم حماد (2013 م) أن مصطلح خطوط اللعب تعني انتشار اللاعبين في الملعب طولا وعرضا ، ويحقق هذا الانتشار الاستقلال الأمثل لخصائص لاعبو الفريق في ظل قدراتهم (مفتى حماد 2013م ، ص:331)

ويشير أمين خزعل عبده (2014م) بان هناك بعض خطوط اللعب تتطلب مواصفات خاصة لا يمكن تجاهلها ، كخاصية طول القامة لقلب الدفاع لسهولة التعامل مع الكرات العالية حيث يمتاز لاعبو الأطراف في اغلب الأحيان بقصر القامة لحوجتهم للسرعة الحركية (أمين خزعل عبده 2014م ، ص:152).

وتعتبر أندية الدرجة الأولى هي الأندية التي تتنافس على بطولة الدوري الذي يقام من قبل الاتحاد المحلي و تعتبر أعلى مستوى تنافسي الاتحادات المحلية حيث بدأ تنظيم البطولة في العام 1951م حيث بدأ بعشرة أندية واستمر لموسمين فقط (محمد الفاتح احمد 2010م ، ص : 15) ويرى الدارس أن هنالك

تطور ملحوظ منذ ذلك الزمان وحتى الآن بلغ عدد الأندية 16 ناديا وهي (كوبر - المورد - ود نوباوي - نجوم أبو سعد - النور - الكدرو - أم بدة - الأمير - الجريف - شباب ناصر - القوز - التحرير - الزومة - أبوروف - النيل - بري) تتمثل في ثلاثة محليات هي أم درمان وبحري والخرطوم .

2/1 مشكلة الدراسة:

من خلال خبرة الباحث كدارس ومتخصص في التربية الرياضية وكلاعب كرة القدم في العديد من أندية الدرجة الأولى لاحظ إن كثير من اللاعبين في هذه الدرجة تتباين مواصفاتهم الجسمية ما بين الطول والقصير والنفافة وزيادة الوزن مما يؤثر سلباً على أدائهم في المباريات المختلفة

وقد يتسبب ذلك الأثر السلبي في عدم تطور مستوياتهم بيد أن معظم اللاعبين في هذه الدرجة يمكنون فترات طويلة دون تطور مستوياتهم ودون لعبهم في أندية الدرجة الممتاز كما لاحظ تباين صفاتهم الجسمية والتي لا تتناسب مع القدرات التي تتطلبها بعض خطوط اللعب داخل الملعب ، حيث هنالك لاعبين قصار القامة يلعبون في خط الدفاع وبعضهم من طوال القامة يلعبون في مركز الهجوم والوسط وبعضهم يعاني من زيادة في وزن الجسم وغيرهم يعاني من النحاف الزائدة

ويري الدارس أن القياسات الانثروبومترية لها علاقة ايجابية بالنواحي البدنية والمهارية والخطية كما لها علاقة ايجابية بخطوط اللعب المختلفة.

لذلك يحاول الباحث تناول هذا الموضوع بالدراسة للتعرف على الخصائص الانثروبومترية للاعب كرة القدم وعلاقتها بخطوط اللعب.

3/1 أهمية الدراسة :

يستمد هذا البحث أهميته باعتباره احدي الأبحاث التي تسعى إلي التعرف علي طبيعة العلاقة بين القياسات الانثرومترية بخطوط اللعب لدي لاعب كرة القدم بأندية الدرجة الأولى باعتبار أن لاعبي هذه الدرجة يمثلون فئة الشباب التي تعتبر النواة الحقيقية للمنتخبات بمستوياتهم المختلفة كما تعتبر هذه الفئة النواة الحقيقية للاعبين المحترفين في الدوري السوداني الممتاز والاحتراف الخارجي.

4/1 أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلي الأتي :

1. التعرف على واقع القياسات الجسمية (الانثرومترية) التي تميز لاعبي كرة القدم وفقاً لخطوط اللعب

5/1 أسئلة الدراسة :

ما هي واقع القياسات الجسمية (الانثرومترية) التي تميز لاعبي كرة القدم وفقاً لخطوط اللعب

6/1 حدود الدراسة :

1. الحدود الزمنية : 2017م

2. الحدود المكانية : ولاية الخرطوم

3. الحدود البشرية : لاعبي كرة القدم بأندية الدرجة الأولى

4. الحدود الموضوعية : القياسات الانثرومترية وفقاً لخطط اللعب

7/1 مصطلحات الدراسة :

1. القياس : هو جميع معلومات وبيانات بطريقة كميه يؤسس عليها الحكم على الشيء، ويتم باستخدام أدوات متعددة وتقنية خاصة في جميع البيانات مما يساعد على التقدم في عملية التقويم(فنجوك كول أجا وبين 2009م ، ص:9)

2. القياسات الانثروبومترية : هي دراسة جسم الإنسان وأجزائه المختلفة من خلال أطوال وعروض ومحيطات الجسم مثل أطوال العظام وعروضها ، ومحيطات العضلات (هزاع محمد الهزاع ، 1993م، ص67)

3. ولاية الخرطوم : تمثل عاصمة السودان وتضم محافظة الخرطوم الكبرى ومحافظة أم درمان ومحافظة بحري ومحافظة شرق النيل ومحافظة أم بدة (عوض يس احمد 2002م ، ص:5).

4. أندية الدرجة الأولى: وهي أندية كرة قدم التي تمثل اعلي مستوي للدرجات في ولاية الخرطوم وتحت رعاية الاتحاد المحلي لكرة القدم بولاية الخرطوم (عوض يس احمد 2002م ، ص:5)

5. كرة القدم : بمفهوم بسيط لعبة جماعية تعتمد على الكرة التي يلعب بها وفريقان متساوين .

(محمد الطاهر محمد ، 2013م ، ص:6)

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1/2 المبحث الأول :

1/1/2 القياس في الماضي والحاضر

أن العودة إلي الجذور التاريخية لأي موضوع أو ميدان من ميادين العلم والمعرفة تعد لازمه لفهم ذلك الموضوع بالصورة التي عليها الآن وتصبح هذه المعرفة أكثر ضرورة للمختصين في ذلك الموضوع المعني فعلى الرغم أن تاريخ القياس الذي نفهمه اليوم يعد حديثاً إلا أن، الإنسان القديم مارسه بصوره أو بأخرى وان كان بشكله البدائي الأولي منذ أن وجد على سطح الأرض ووعى ذاته وأدرك ما في البيئة ما حولها من منبهات كثيرة متباينة ابتداء من حياة البداوة والقطرة حتى المدنية(مروان عبد المجيد إبراهيم 1999م ، ص:13).

العصر الذي نعيشه الآن هو عصر العلم والتكنولوجيا حيث أصبحت هنالك ثورة في تطور أجهزة القياس العملية لا حدود لآثارها السياسية والثقافية والاقتصادية والاجتماعية والرياضية التي سيطرت على كل المجالات الأمر الذي يدفعنا إلى استخدام تطبيقات في جميع المجالات بصفه عامه والمجال الرياضي بصفه خاصة (إيهاب محمد عماد الدين إبراهيم 2016م ، ص:13)

أن كلمه قياس في اللغة العربية لها عدة معاني وقد أجاز مجمع اللغة العربية بالقاهرة تلك المعاني، والقياس في العلم يتضمن العديد من تلك المعاني كما يعتمد في جوهره على فكرة الحكم، واستخدام الأعداد.

ويعد القياس (اسماً) إن كان يقصد به عمليه القياس نفسها أو أدوات القياس المستخدمة أو نتائج القياس ، أما القياس (فعلا) فيعني التقدير الرقمي للشيء المقاس (ليلي السيد فرحات 2005م ، ص: 26)

القياس يعني اختيار وسائل لقياس النواحي المختلفة كما يقيس المتر النواحي الطولية و الكيلوجرام يقيس الأوزان و الساعة النواحي الزمنية وتعتمد صحة القياس على مدى نتائج القياس وصدقها (مروان عبد المجيد 1999م ، ص:74)

2/1/2 تعريف القياس

يرى فؤاد البهيمي أن القياس بمعناه العام هو مقارنة ترصد في صورة عدديه كمقارنه الأطوال بالمتر والأوزان بالكيلو جرام وتتحول نتيجة تلك المقارنة إلى أعداد نسميها درجات وهي جمع درجه، وتعني الدرجة المرتبة أو الطبقة .

وتري سافرت safari(1990م) أن القياس عبارة عن عمليه يتم فيها تجميع بعض الخواص للموضوعات أو الأفراد أو الأشياء أو الأحداث كالمنافسات الرياضية طبقا لبعض القواعد كما تشير رمزيه الغريب إلي إن القياس هو جمع المعلومات وملاحظات كميته عن موضوع القياس. (ليلي فرحات 2005م ، ص:28)، ويرجع تاريخ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية إلى القرن السابع عشر عندما كان اختراع جهاز الدينوموتر لقياس القوة وقد كان القياس الجسمي مؤشر للاهتمام باللياقة البدنية حيث كان الاهتمام السائد آنذاك نحو قوة العضلات وضخامة الجسم والذي يعتبر المقياس الوحيد للياقة البدنية (مروان عبد المجيد إبراهيم 1999 ، ص:17) ويذكر يوسف أن القياس هو تحديد درجة امتلاك شي أو شخص إلي صفة من الصفات وتبعاً لهذا المعني فان اللاعب يحتاج إلي القياس في جميع تصرفاته ويستعمل في كل حالة يتبني فيها الوصف بالأرقام ، وتتوقف دقت النتائج التي نحصل عليها بصورة رئيسيه علي دقة أداة

القياس المستعملة فمثلا نقيس ألا طول بالأمتار أو السنتمرات ،ونقيس الأوزان بالكيلوجرامات (يوسف لازم صالح و صالح بشير أبو خيط 2011م ، ص:277).

3/1/2 مفهوم القياس :

تناول كثير من العلماء القياسات المعملية بالدراسة والفحص وذلك من أجل وضع المفاهيم العملية التعريفات التي تحدد تقدير الحالة ، باستخدام أجهزة عملية مناسبة و إن كان الأجهزة المستخدمة معايرة ومتفق عليا عالميا أعتبر القياس عمليه معايرة، أما إذا لم تكن الأجهزة معايرة فتكون عملية القياس عبارة عن المقارنة بالكمية القياسية وقد يستخدم جهاز تمت معايرة من قبل، ويذكر إيهاب محمد بان القياس :

- هو عملية تحديد قيمه عاديه يمكن من خلالها توصيف ظاهرة موضوع القياس .

- هو تقدير حاله أو شي ما تقديراً كمياً وفق إطار معين .

_ هو تحديد درجه أو كمية أو نوع من الخصائص الموجودة في شي ما تحديداً كمياً.

_هو جمع المعلومات و ملاحظات كمية عن موضوع القياس (إيهاب محمد عماد الدين إبراهيم 2016 م

، ص:17)

ويشير محمد نصر الدين رضوان انه مهما تعددت الكلمات وتداخله المعاني بمصطلح القياس فانه يمكن

إيضاح مفهوم هذا المصطلح على نحو أكثر تفصيلا ، وذلك على النحو التالي:

1. القياس ظاهرة واسعة الانتشار في مجال العلوم الإنسانية ، وهو يستهدف التقدير الكمي للسمة أو القدرة

أو الظاهرة.

2 . القياس يتطلب التحديد الكمي لما نقيسه ، مثل قياس طول القامة بالسنتيمترات، أو قياس وزن الجسم بالكيلوجرامات.

3. القياس يعني تحديد أرقام (أعداد) لموضوعات أو أحداث معينة طبقاً لقواعد واضحة.

4. تشير نتائج القياس دائماً إلى أرقام عددية ذات مدلول ما لم تعبر عن نفسها رقمياً (محمد نصر

الدين 2006م ، ص:20)

4/1/2 القياسات الانثروبومترية :

تعتبر القياسات الانثروبومترية واحدة من أهم العوامل الحاسمة في الفعاليات التي تعتمد على الالتحام المباشر بين الفريقين وهي تختلف باختلاف خطوط اللعب في كرة القدم وباختلاف العرق أو الجنس لذا نرى أن هنالك بعض الدول أو بعض الأعراق تشكل لها مصدر قوة كلاعب كرة القدم ذوي

الأصول الأفريقية ويمثل العمر عاملاً مهماً في حياة الرياضي .(أمين خز عل عبده

2014م،ص:151) و أن القياسات الجسمية عبارة عن وسائل قياس موضوعية تستخدم لقياس تركيب

الجسم والتغيرات التي تحدث للعضلات نتيجة للأداء الرياضي.

أن نوعية الأجسام وتناسبها مع رياضة كرة القدم تلعب دوراً هاماً في الارتقاء بالمستوى

الرياضي إلى القمة حيث تشكل المقاييس الجسمية في بعض الأحيان مستويات عالية من ناحية

أخرى قد تشكل إعاقة للوصول إلى هذه المسويات (مروان عبد المجيد 1999م ، ص:158).

5/1/2 أهمية الاختبار والمقياس الانثروبومترية للرياضيين:

تتمثل أهمية الاختبار والمقياس الانثروبومترية للرياضيين في التعرف على الحالة التدريبية العامة

باستخدام الاختبارات الحركية ودراسة الإمكانات الوظيفية للأجهزة الداخلية في الجسم ، وبالتعرف على

القدرات البدنية والنفسية وكذلك الترف على الإبعاد الجسمية كما تتضح أهميتها من خلال التعرف على طرق التدريب والتخطيط المختلفة واستخدام الطرق السليمة والمناسب وفقاً لنتائج الاختبارات (ليلي السيد فرحات 2005 م ، ص:41).

2/2 المبحث الثاني:

1/2/2 كرة القدم بين الماضي و الحاضر:

أ. كرة القدم في الماضي:

عرفت مختلف الحضارات في العصور القديمة أشكالاً مشابهة للعبة وكرة القدم الحالية هي اللعبة الرياضية التي أصبحت الأكثر انتشاراً وشعبية في العالم، واستطاعت أن تتخطى جميع الحدود وأن تنفذ ألي أعماق عواطف الجماهير، وأعجب بها الكبار والصغار من مختلف الأعمار، ويجري عشقها في العروق مجري الدم ، ويمارسونها بمتعة خاصة وهي أكثر ما تشرئب لها أعناق الجماهير متطلعة لتحقيق أحلامها ومطالبها ، حتى أصبح يعتبر فوز المنتخبات علي خصومها انتصار لأوطان (عبد السلام محمد الشناق 2012م، ص: 33) .

أن معرفة كل من اللاعب والمدرّب والمشجع بتاريخ كره القدم بشكل عام ، وببلادة بشكل خاص تمده بمعلومات تاريخية حول اللعبة ، وتلك المعلومات تعتبر جزء من المعارف التي يجب على اللاعبين الذين يمارسون كرة القدم كهواية أو يعدون لاحترافها مستقبلاً أن يتزودوا بها .

لا شك في أن تاريخ كرة القدم يعتبر جانباً ثقافياً هاماً ويولد لدى اللاعبين الصغار الدوافع والحوافز التي تسهم في تطوير الأداء لدي لاعبي كرة القدم، وان اطلاع كل من المدربين واللاعبين على نبذه عن تاريخ كرة القدم في العالم أمر يعتبر من أهم متطلبات الأتي تسهم في إعداد لاعبين (مفتي ابراهيم 2013م ، ص:11) .

ب. كرة القدم في الحاضر:

في كرة القدم الحديثة أصبح من المهم أن يكون تحرك اللاعب بدون الكرة تحركاً ذكياً مدروساً، فهو الذي يستطيع أن يخلق مكاناً شاغراً يساعد اللاعب المستحوذ على الكرة.

ولقد تطلبت كرة القدم الحديثة إن يكون لاعبو الفريق لديهم القدرة الخطئية والمهارات الحركية العالية ليلعبوا كمهاجمين ومدافعين رغم اختلاف خطوط اللعب في الفريق ومن تحليل المباريات الدولية على مختلف درجاتها، ظهر أن هنالك خطط لعب مغالي فيها ومما لاشك فيه إن ارتفاع مهارات اللاعب تجعله يبذل جهداً أقل في السيطرة على الكرة ويقتصر في الجهد المبذول (حنفي محمد مختار 1995م، ص:5)

2/2/2 كرة القدم في السودان:

لم تكن كرة القدم معروفة في السودان قبل دخول الحكم الثنائي بأي صفة من الصفات وقد شاهدها السودانيون الذين عاشوا بالقرب من ثكنات الجيش الانجليزي والذين عملوا بكلية غردون والكلية الحربية وقد مارسها قلة من طلبة المدارس الأولية والوسطى بطريقة غير منتظمة خلال حصص التربية الرياضية عندما بدأت الدراسة بمدن الخرطوم و ود مدني و وادي حلفا وسواكن (1902م_1904م) حيث كان معظم الطلبة في هذه المدارس من أبناء المصريين والشوام الذين كانوا يعملون موظفين(عبد العزيز حسن البصري، 2004م ، ص:22).

وتعتبر كلية غردون هي المعهد الأساسي لكرة القدم بالسودان حيث مارسها الطلبة وأساتذتهم الانجليز وخاصة عندما التحق المستر (بود إل) بهيئة التدريس في عام 1907م وهو يعتبر من أباكر الرياضيين الانجليز الذين بذلوا جهداً مقدراً في إدخال كرة القدم السودان والتي كانت تشاهد في بواكيرها من قبل

النظارة في بعض الأحيان والساحات حيث كانت تحظى باهتمام قليل لفترات قصيرة و ذلك نتيجة لعدم إلمام الناس بها ومعرفة أصولها وفي عام (1910م) برز أحد السودانين وهو عثمان رمضان دكين (نكولا) ويعتبر من أوائل الذين مارسوا اللعبة وقد لعب ضمن أورطه الملك التي تسمى الفيوز يلذر (عوض الجميل 1973م، ص:23)

1. تأسس الاتحاد السوداني لكرة القدم عام 1936م
2. انضم الاتحاد السوداني لكرة القدم للاتحاد الدولي لكرة القدم عام 1937 م
3. بدء الدوري العام 1951م(مفتي إبراهيم 1999 م ، ص:18).

3/2/2 كرة القدم في ولاية الخرطوم :

في عام (1936م) تم تكوين أول اتحاد كرة قدم سوداني بالخرطوم وكان يدار بواسطة الإدارة البريطانية لذا جاءت لجان الاتحاد مطابقة للجان الاتحاد الانجليزي عام 1959م تمت سودنته الاتحاد السوداني وتولي دكتور عبد الحليم محمد رئاسة الاتحاد السوداني كأول سوداني يتولي هذا المنصب بالإضافة إلي عبد الرحيم شداد في السكرتارية وفي فترتهما كان للسودان شرف تبني قيام الاتحاد الإفريقي لكرة، (عوض الجميل 2004م ، ص: 23).

4/2/2 خطوط اللعب في كرة القدم:

يشير خبراء اللعبة أن هنالك بعض لخطوط ولمراكز التي تتطلب مواصفات خاصة لا يمكن تجاهلها كخاصية طول القامة لدي حراس المرمى وقلب الدفاع لسهولة التعامل مع الكرات العالية في حين يمتاز لاعبو الأطراف في أغلب الأحيان بقصر القامة كونهم تتطلب مراكزهم، السرعة الحركية (أمين خزعل عبده 2014م ، ص:152).

وان المستوى الفني لأي فريق يمثلته دائما مستوى لاعبي الدفاع والوسط والهجوم وان خط الهجوم لأي فريق دائما يعتبر ثمرة جهد الفريق حيث يتم تنظيم اللعب مابين الدفاع والوسط والهجوم من خلال الانتشار في الملعب في التمير المتبادل بين اللاعبين والأداء والتحرك داخل الملعب (زهرا ن السيد عبد الله 2007م ، ص:8).

5/2/2 خط الهجوم في كرة القدم:

أصبح من أهم مميزات الهجوم فتح الثغرات في دفاع الفريق المنافس وخلق المكان الشاغر ليشغله الزملاء(حنفي محمود مختار 1999م، ص:6).

وخط الهجوم هو الذي يقوم به لاعبان أو أكثر في نفس الوقت تكون الكرة في سيطرتهم، وتقدمهم نحو مرمى الفريق الخصم كما يشير مفتي إبراهيم إلي أن العنصر الأساسي الذي تعتمد عليه عملية تطوير الهجوم وإنهائه هي تلك الاستجابات المفيدة من المهاجمين والتي تلائم المواقف المتغيرة المستجدة حيث تختلف من لحظة إلي أخرى خلال المباريات (مفتي إبراهيم محمد 1994م، ص327) والمهارات الأساسية والخطط

الهجومية بألوانها المختلفة تصبح عديمة الجدوى إذا لم تتوج في النهاية بالتصويب الناجح علي الهدف(محمد إبراهيم سلطان (2011م)، ص: 50).

ولابد أن يكون لدي المهاجم القدرة علي الهروب من الرقابة في الوقت المناسب وبسرعة ،ويجيد العاب الهواء ،ويتميز المهاجم بقوة ودقة في التصويب بالرأس والقدمين ، والمشاركة في جميع الكرات الأرضية التي تلعب في منطقة جزاء المنافسين بهدف إحراز الأهداف، واستغلال كافة الفرص المتاحة داخل منطقة التصويب المؤثر بهدف إحراز الأهداف، ومن الواجبات الدفاعية للمهاجمين العمل على تحويل اتجاه هجوم الفريق المنافس بالضغط عليهم في الاتجاه المناسب طبقاً للخطط الفرعية الدفاعية بمساعدة الزملاء ، وأيضا العمل على محاصرة الكرة من الجانب لمنع التمرير الأرضي لإجبار المدافعين على التمرير للخلف (احمد إيهاب 2013م، ص:84).

ويعتبر اللعب بالمركز الهجومي الذي يميز اللاعب المهاجم عن غيره من لاعبي الفريق، وتعتبر واجبات هذا المركز هي اختصاصه الأصيل. وبالرغم من انه قد يشاركه في هذا المركز غيره من لاعبي الفريق ألان ذلك لا يوتر في مسئولية المهاجم عن هذا المركز ، كما انه لا يوتر فيه إن يقوم اللاعب المهاجم باللعب خارج مركزه لفترات يوجبها اللعب. واجبات هذا المركز هي إنهاء هجمات الفريق وإحراز الأهداف في مرمي الخصم بالأداء الفردي و الجماعي كما يتحدد هذا المركز من ناحية المكان، بمنطقة نصف ملعب الخصم حتى خط مرماه. ويرتبط اللاعب المهاجم بهذا المركز وفقا لنقطة الكرة بالملعب و ذلك في الأحوال الآتية:

1. أن نقطة الكرة بالمنطقة الهجومية لفريق اللاعب ، سوا كانت في حوزة الفريق أو حوزة الخصم
2. أن نقطة الكرة بمنطقة وسط الملعب وفي حوزة فريق اللاعب، في هذه الأحوال يشغل اللاعب المهاجم ، ويقوم بأداء الواجب المطلوب منه، ولأكن في غير هذه الأحوال فان الكرة لن تصل ألي لهذا المركز وبالتالي

فان وجود اللاعب بنفس المكان عديم الفائدة .

و بذلك يبدأ اللاعب في التحرك نحو مركز جديد يستطيع إن يستقبل فيه الكرة وهذه الأحوال هي :

1.أذا كان نقطة الكرة في حوزة الفريق الخصم بمنطقة وسط الملعب

2.أذا كانت نقطة الكرة في حوزة الفريق الخصم بمنطقة الدفاعية للخصم

3. إذا كانت نقطة الكرة بالمنطقة الدفاعية للاعب في حوزة فريقه

(زهرا ن السيد 2000م، ص: 47).

ومن الملاحظ في اللعب الهجومي أن اللاعب المهاجم يكون باستمرار مراقبا من قبل مدافعي الفريق الخصم

، الأمر الذي يتطلب من المهاجم الانسجام والترابط والتعاون والمثابرة مع فريقه أضافة إلي تمتعه بالكفاح

والمثابر في المحاورة والتخلص والتحرر من مراقبته والضغط علي المدافعين والعمل علي تنفيذ واجباته

الخطئية والهجومية وما يتطلبه ذلك من استخدام لتفكيره الخططي وذكاؤه الميداني في مواقف اللعب والتوقع

السليم لتحركات مواقع مدافعي الفريق الخصم (يوسف لازم صالح و صالح بشير أبو خيط (2011م) ، ص:

260).

6/2/2 خط الوسط في كره القدم:

لاعبى خط الوسط يشغلون أكبر مساحه في الملعب فان الواجبات الملقاه على عاتقهم تعتبر أكبر مقارنة

بخطوط اللعب المختلفة سواء الهجوم أو الدفاع فاللعب بهذا المركز أقرب إلى اللعب الشامل الذي يحتوى

على كافه مهارات كره القدم نظراً لطبيعة هذا المركز المتحرك تميز بالحركة الدائمة من خلال المشاركة

الدفاعية و الهجومية في نفس الوقت ومن أهم صفات لاعبي الوسط الهجومي الاشتراك في التحكم و القدرة

على الاستقبال الجيد للكرة والتمرير واستخدام ضربات الرأس والمراوغة مشاركته الهجوم بالتميز بالتسديدات

عن طريق الضربات الثابتة وضربات الرأس الهجومية وقطع تمرير الخصم (زهرا ن السيد عبد الله 2007م

، ص: 98).

أحد واجبات الهامة التي يقوم بها لاعب الوسط هي مشاركته الهجوم والتعاملات الكامل مع رأس الحرية الفريق أثناء الهجمات على الخصم (زهران السيد عبد الله مرجع سابق :120) الاشتراك في الكرة الخصم ولاعبو الوسط هم اللاعبون الذين تقع عليهم مهمة الربط بين المدافعين والمهاجمين وتعتبر منطقة الوسط هي محور تحركاتهم وهي بمثابة العمود الفقري الذي يتحكم في مجريات اللعب لذلك فالسيطرة علي هذه المنطقة من الملعب خلال الهجوم أو الدفاع مطلب أساسي للفرق ، كما يتم الاعتماد عليهم في كرة القدم الحديثة في إحراز الأهداف لأنهم يأتون من الخلف غير مراقبين في اغلب الأحيان ولاعبى خط الوسط لديهم القدرة علي تحمل الالتحام البدني، ويتميز بايجادة المهارات بدرجة عالية وخاصة المراوغة والتصويب التحركات الحرة طلباً للمشاركة في تنفيذ الخطط الهجومية للفريق كمالهم القدرة علي التخلص من الرقابة والتحول إلي الهجوم (احمد إيهاب ،2013م،ص:86)

خط الوسط هو خط الدفاع الحقيقي للفريق ومصدر الاستحواذ علي الكرة وهو مصدر تمويل خط الهجوم وتعتبر منطقة وسط الملعب أكثر نقاط الاشتراك بين اللاعبين وأيضاً التميز بالحركة وتبادل الكرة دفاعاً وهجوماً إضافة إلي تميز لاعب الوسط بضرورة توافر صفات مهارية دفاعية وهجومية لأنه يشارك في الدفاع والهجوم (زهران السيد 2007م ، ص : 137)

نقصد بمنطقة الوسط بأنها المنطقة التي تربط بين الخط الدفاعي الأول والخط الهجومي الأول وليس المقصود بها منطقة الوسط من الملعب وهذه المنطقة من الملعب تشكل اكبر مساحة في الملعب وتعتبر منطقة السيطرة علي الكرة وتتميز بأنها منطقة تبادل التمير بين الفريق، ومنطقة نقطة الاشتراك وقطع تمرير الفريق الخصم، لهذا كانت تحتوي علي أكثر مراكز الملعب أهمية وأكثر مناطق الملعب بحاجة لمجهود الفريق لهذه المنطقة من الملعب هي التي تسبب قوة الهجوم والدفاع في نفس الوقت، وبهذا يعكس أداء اللاعبين في هذه المنطقة أثره الواضح علي لاعبي الهجوم والدفاع (زهرا السيد 2000م ، ص : 254)

أهم صفات لاعب الوسط :

1. الاشتراك في الكرة
 2. التحكم والقدرة علي الاستقبال الجيد للكرة والتمرير
 3. استخدام ضربات الرأس
 4. المراوغة
 5. مشاركة الهجوم بالتميز بالتسديدات عن طريق الضربات الثابتة
 6. ضربات الرأس الهجومية
 7. وأخيرا قطع التمرير
- (زهرا ن السيد 2007 م ، ص : 98)

7/2/2 خط الدفاع في كرة القدم

يتطلب اللعب الدفاعي سمات خاصة تتناسب مع الدور الذي يؤديه المدافع وبما يساعد على إظهار قدرته وموهبته وانجاز مهامه الرئيسية والتي يختلف مداها من مدافع إلى آخر، والذي يكيف نفسه وفقا لواجبات مركزه والتي تتطلب مواجهه المهاجم والضغط عليه ومهاجمته بحماس وثقه تظهر خلال الالتحام معه وان يكون ذلك بيقظة وبتركيز مدركا مهمته بكل دقه (إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد 1996م ،ص:24)

فهم الواجب الدفاعي:

يعني تعود اللاعب للعب في المنطقة الدفاعية وفهم الأداء المطلوب منه في الوقت المناسب ، والثقة في التحرك نحو الاتجاه الصحيح .

كما إنها صفة ذهنية تمثل خبرة اللاعب حيث أنها تعتمد علي فهم حركات المهاجمين وتبادل تمرير الهجوم وخط الوسط وفي إي اتجاه سيكون الهجوم علي مرماه ويحاول دائما أن تكون نقطة الاستحواذ لدي الخصم بعيدا عن مرماه ويستطيع بها تحقيق المراقبة لهجوم الخصم ومنع الخصم من التسديد في المناطق الأشد خطورة علي مرماه (زهرا ن السيد عبد الله 2007 م ، ص : 36)

ويشير محمد حسن علاوي إلي أن خط الدفاع هو خط اللعب الذي يركن فيه الفريق أو الفرد للدفاع ويترك ذمام المبادرة وأمر قيادة المباراة للمنافس فالهدف الرئيسي من خط الدفاع هو عرقلة لاعبي الفريق الخصم وقطع هجماته وإفشالها وذلك عن طريق تغطية الفراغات الموجودة بين المدافعين وأمام المرمي ومراقبة مهاجمي الفريق الخصم بشدة وتركيز. (يوسف لازم صالح وصالح بشير أبو خيط 2011م ، ص 233)

أسس فنية لمهارة المدافع :

1. المدافع أثناء تقدمه نحو نقطة الاشتراك مع المهاجم لا يجوز له مطلقا الاندفاع نحو اللاعب المهاجم أثناء وجود الكرة معه أو إذا كان المهاجم اقرب الي الكرة من المدافع.
2. يجب أن يكون للمدافع رؤية فنية تكشف له أداء المهاجم.
3. سرعة الحركة نحو الكرة.
4. خطأ المدافع في إعطاء المهاجم فرصة للتمرير دون حاجة للمراوغة.
5. الأداء السريع والتحرك الصحيح.
6. اللعب باستخدام القدمين . (زهرا ن السيد عبد الله 2007 م ص : 29-31)

الخطط الأساسية والجماعية للدفاع:

1. العمق في الدفاع
2. التأخير في الدفاع
3. الاتزان في الدفاع
4. التركيز في الدفاع
5. التحكم في الدفاع
6. مصيدة التسلل كخطة دفاعية
7. دفاع رجل لرجل

8. دفاع رجل لرجلين

9. الدفاع الجماعي (مفتي إبراهيم محمد 1994م ص : 76-84)

ويري الدارس إن لاعبي خط الدفاع لهم مميزات فنية معينة تؤهلهم للعب بمنطقة الدفاع بأداء فني صحيح وهي عبارة عن مجموعة من الصفات الفنية الأساسية يجب توافرها فيه وتعتبر من المميزات الخاصة التي يتمتع بها ضمن الفريق.

8/2/2 أهمية خطوط اللعب في كرة القدم:

تستخدم المميزات البدنية والمهارية والنفسية والذهنية للاعبي الفريق من خلال تحركات معينة طبقاً لظروف المباراة بهدف الحد من مميزات الفريق المنافس وفق لخطوط اللعب والاستفادة من نقاط ضعفه لتحقيق الفوز للفريق في إطار قانون كرة القدم وهي بشكل عام هي مناطق التحركات في كرة القدم و أثناء المباراة سواء كانت هذه التحركات ذات هدف هجومي أو هدف دفاعي (مفتي إبراهيم 1994م ،ص:29)

وأول ما يبداً به مدرب الفريق في عمله الفني هو التعرف على مستوى كل لاعبين وفي كافة خطوط الملعب (الهجوم - الوسط - الدفاع) ومدى كفاءة كل لاعب في ارض الملعب واستيعاب المهارات الفنية وخاصة بالخط الذي يلعب فيه (زهرا ن السيد عبد الله 2007م،ص17)

تناول العديد من الخبراء والمختصين في مجال التدريب الرياضي لكرة القدم خطوط اللعب ويمكن التطرق إلي بعض منها فيرى (تاديوس بولتوفسكي) أن التكتيك هو فن التنظيم وتوجيه الأعمال خلال السباق الرياضي ويرى هارا أن التكتيك هو أصل تيسير المنافسات الرياضية (سيف لازم كماش وصالح بشير أبو خيط 2011م ، ص:2210)

1. ماهية خطوط اللعب:

تعني تشكيل الفريق في الملعب بتوزيع الفريق في شكل خطوط لعب للهجوم والوسط والدفاع وتحديد مراكز اللعب لأفراده لمواجهة الفريق الآخر ووصول بالكرة إلي مرمي الخصم .

2. أهمية خطوط اللعب والهدف منها :

ترجع أهمية خطوط اللعب إلي تنظيم أفراد الفريق في الملعب وتحقيق التناسق والترابط بين أعضاء الفريق كمجموعة واحدة تؤدي عمل واحد في تفاهم وتعاون كامل ، كما ترجع أهميتها إلي تشغيل لاعبي الفريق في المراكز الهامة من الملعب في الهجوم والوسط والدفاع ، وبذلك يتم للفريق تبادل الكرة بتمرير صحيح نافذ دون أن يتمكن الفريق الآخر من قطع التمرير وأعاقته .

كما ترجع أهميتها الي أظهار المهارات الفنية التي يتمتع بها أعضاء الفريق وذلك بوضع كل لاعب في المكان المناسب بالملعب وبذلك يظهر تفوق الفريق في الأداء عن الفريق الآخر .

وتهدف خطوط اللعب أيضا إلي توزيع اللاعبين بحيث يؤديوا المجهود المطلوب منهم دون إي إرهاق بل الشعور بالمتعة وسهولة الأداء (زهراڻ السيد 2000م ص: 139)

وترتبط انجازات اللاعبين بشكل وثيق بانجاز الفريق وتستخدم علي أساس استراتيجيات خطوط اللعب ومن خلال وظيفة القيادة للفريق وحسب خطوط وتنظيم اللعب ، إذ اكد الخبراء بان الفريق في كرة القدم إذا أراد أن يحقق الفوز فعليه أن يلعب بشكل جماعي ، كما أن أسس إستراتيجيته لعب الفريق والتي تبرز في الوقت الحاضر عند أفضل الفرق العالمية وتناسق خطوط اللعب لديها ، فاللعب الجماعي الدفاعي والهجومى يوضع بحيث يتم فيه استقلال إمكانيات اللاعبين كاملة لمصلحة الفريق (سيف لازم صالح -صالح بشير أبو خيط 2011م ص : 219م)

الأسس الفنية لخطوط اللعب:

1. تحديد المراكز الهامة بالملعب وتمهيد لتشكيل خطوط الفريق وبيان مركز كل لاعب
2. تشكيل خط هجوم قوي يشغل المراكز الصحيحة بالملعب وقادر علي اختراق الدفاع وإحراز الأهداف
3. تشكيل خط دفاع قوي يشغل المراكز الصحيحة بالملعب
4. تشكيل خط وسط قوي يربط بين الدفاع والهجوم ويشترك في الدفاع والهجوم
5. تشكيل خطوط تمرير صحيحة من حارس المرمى وخط الدفاع والوسط والهجوم
6. قطع خطوط تمرير الخصم (زهرا ن السيد 2000م، ص:240)

أنديه الدرجة الأولى :

تسمي الأندية التي تتنافس في هذه الدرجة بأندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم، حيث تضمنت في

الموسم 1952/1951م عشرة أندية وهى:

(الهلال، المريخ، المورد، التحرير، النيل، الكوكب، أبوعنجة، برى، الفجر، التعاون) حين فاز نادي التحرير (أستاك) بأول بطولة للدوري والتي نظمت من دوره واحدة ومنذ أن بدء دوري الدرجة الأولى لم يستقر علي عدد معني من الأندية إلا بعد عودة الأندية الرياضية الجماهيرية حيث بدء الدوري بعشرة أندية وأستمر كذلك لموسمين ثم أرتفع عدد الأندية إلي(12) نادي أو فريق حتى نهاية موسم (1956/55م) ثم تقلص عدد الأندية إلي (8) أندية ثم أرتفع إلي (9)أندية في موسم (61/62/63/74/75/76/ و78/79) (محمد الفاتح أحمد إسماعيل 2010، ص:14-15)

وقد قام الدارس بتسجيل عدد أندية الدرجة الاولى من سجلات الاتحاد المحلي لكرة القدم حيث بلغ عدد الأندية في الموسم 2017-2018 م ست عشر ناديا وهي:

(كوبر، المورد، النسور، ود نوباوي، امبدة، نجوم أبو سعد، الكدرو، القوز، الجريف، الأمير، شباب ناصر، التحرير، النيل، الزومة، ابوروف، بري)

3/2 الدراسات السابقة

1/3/2 الدراسات العربية

1. دراسة لطفي محمد كمال (1984م) بعنوان: (بعض الخصائص الجسمية المميزة للاعب كرة القدم في الخطوط المختلفة), هدفت الدراسة إلي التعرف على الخصائص الجسمية المميزة للاعب كرة القدم في الخطوط المختلفة حراس المرمى، خط الدفاع، خط الوسط، خط الهجوم، وأجريت الدراسة على (80) لاعبا من لاعبي الأندية بالدوري الممتاز والمسجلين بالاتحاد المصري، واشتملت القياسات الانثرومترية على الطول والوزن وطول الفخذ والقدم ومحيط الحوض والفخذ واهم النتائج التي تميز لاعبي حراسة المرمى بالطول وكبر الحوض عن باقي لاعبي الخطوط ويعتبر الطول عنصر هام للاعب كرة القدم.

2. دراسة نوار عبد الله اللامي (2000م) بعنوان: (تحديد مستويات معيارية لبعض الصفات البدنية والمهارية الأساسية والقياسات الجسمية لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط لكرة القدم)، استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة علي لاعبين من الشباب في منتخبات الفرات الأوسط بكرة القدم للموسم (2006/2007) وتوصلت نتائج الدراسة إلي أنه لا يوجد فروق دال معنوي في اللياقة البدنية الخاصة لخطوط اللعب الثلاثة باستثناء سرعة الاستجابة والرشاقة، عدم وجود فرق دال إحصائيا في الأداء المهاري لجميع اللاعبين ولمختلف الخطوط، ولا يوجد فرق دال معنويا في القياسات الجسمية لخطوط اللعب الثلاث باستثناء الطول الكلي للاعب

3. دراسة محسن يس الدوري (1987م) بعنوان: (بعض المتغيرات الانثرومترية والفسولوجية والبدنية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعب كرة القدم)، تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من لاعبي المنتخب القومي

لكرة القدم للناشئين حيث بلغ عددهم (36) لاعباً وتم استبعاد حراس المرمي وتم التعامل مع المتغيرات على حدي من خلال العلاقة بالأداء المهاري للاعبي كرة القدم قيد الدراسة ومن نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين الأداء المهاري والقياسات الانثروبومترية وقد ساهمت هذه القياسات الانثروبومترية بنسبة (90.80%) في الأداء المهاري للاعبي كرة القدم

4. دراسة نادر محمد شلبي (1984م) بعنوان: (الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبي الدرجة الأولى، بمصر)، هدفت الدراسة إلي التعرف علي بعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبي الدرجة الأولى وكذا العلاقة بين الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبي الدرجة الأولى، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وعددهم (52) لاعباً من أندية القناة ، الاسماعيلي، الشرقية ، وقد استخدم الباحث المنهج المسحي الوصفي ، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث تميز للاعبي كرة القدم بخصائص مورفولوجية تتفق مع طبيعة الأداء بمقارنتهم بغيرهم الممارسين وغير الممارسين في الوزن وطول أجزاء الجسم والعروض والمحيطات المقاسة للبحث ، ووجود علاقة سلبية بين قياسات التحمل والوزن ومحيط الصدر ، الفخذ، الساق ، عرض الحوض ، وجود علاقة بين الرشاقة والوزن وطول القدم ومحيط الصدر ومحيط الفخذ والساق وعرض الكتفين والحوض.

2/3/2 الدراسات الأجنبية:

1. دراسة كانسل وفييرما وسدهي (1980م) بعنوان: (الخصائص الانثروبومترية للاعبين كرة القدم بالجامعة الهندية)، تضمنت عينة الدراسة (46) لاعباً منهم لخط الهجوم، (24) لخط الدفاع وقد أشارت أهم النتائج إلي أن المدافعين أكثر طولاً وأثقل وزناً وذات معايير أعلى في القياسات الانثروبومترية من لاعبي خط الهجوم، ولعبوا خط الهجوم لديهم نمو في محيطات عضلة الفخذ والثمانة بالمقارنة بلاعبي خط الدفاع ، وتميز خط الهجوم بانخفاض نسبة الدهون في الجسم ولديهم زيادة في وزن الجسم.

2. دراسة ريلي reilly (1994م) بعنوان: (physiological profile of the playsrs . in foot)، اشتملت عينة الدراسة علي (56) لاعباً دانمركيا متميز وأشار نتائج الدراسة إلي أن حارس المرمى ولاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً ووزناً ،بينما كانت كتلة الجسم متمثلة لدي لاعبي المراكز الأخرى مثل الدفاع والهجوم ، وبديل هذا علي إن هذه الاختلافات قد تؤثر في الدور الذي يقوم به اللاعب، فالمهاجم الطويل قد يستخدم كلاعب هداف وخاصة في الكرات العالية، كما إن المدافعين الطوال قد يستخدمون في تشتيت وإبعاد الكرات العالية والقريبة من المرمى، والتي قد تشكل خطورة علي الفريق، ويضيف في نفس الدراسة إن اللاعبين الطوال القامة أكثر تناسبا لاماكن أو مراكز معينة مثل الدفاع والهجوم وهذا العامل يكون مرتبطاً بالاختيار المسبق أو القياسات المسبقة لاماكن اللاعبين في الملعب .

3. دراسة لبييرتا وآخرون (2002م) (body –composition profile of Argentine puera,et.aL tennis players “STMS”) واجريت الدراسة علي لاعبي الأرجنتين مكونة من (189) لاعب ولاعبة من الناشئين من عمر (14،16، 18) سنة وتضمنت قياسات مختلفة من تركيب الجسم أشارت إلي أهمية طول

اللاعب وعلاقته بالأداء ويمثل الطول والوزن أهمية بالغة في دراسات النضج والنمو خاصة عند اختيار لاعبي كرة القدم.

3/3/2 التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال عرض الدراسات السابقة العربية والأجنبية صنف الدارس هذه الدراسات كما يلي:

عدد الدراسات:

بلغ عدد الدراسات السابقة (7) منها (4) عربية و (3) أجنبية

من حيث عناوين الدراسات:

تضمن الدراسات السابقة العديد من العناوين التي تناولت القياسات والخصائص الأنثروبومترية والمورفولوجية للاعبين مثل دراسة محسن يس الدوري (1987م) بعنوان: (بعض الخصائص الجسمية المميزة في كرة القدم) و دراسة محمد إبراهيم الدوري (1987) بعنوان: (بعض المتغيرات الانثروبومترية الفسيولوجية والبدنية وعلاقتها بالأداء المهاري لاعبي كرة القدم) ودراسة نادر محمد شبيلي (1987م) بعنوان: (الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبين الدرجة الأولى بمصر) ودراسة كانسل وفيرما وسدهي (1980م) بعنوان: (الخصائص الانثروبومترية لاعبي كرة القدم في الجامعة الهندية) ودراسة ليبرتا واخرون (2002م) بعنوان: (body –composition profile of Argentine puera,et,Hmagu tennis players “STMS” April,2002)

من حيث الأهداف:

تتوعد أهداف الدراسات السابقة وقد تم حصرها فيما يلي:

1. التعرف علي الخصائص الجسمية للاعب كرة القدم في الخطوط المختلفة
2. التعرف علي بعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبى الدرجة الأولى وكذا العلاقة بين الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية المميزة للاعبى الدرجة الأولى
3. التعرف علي الخصائص الأنثروبومترية للاعبى كرة القدم بالجامعة الهندية
4. التعرف علي الخصائص المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية للاعبى الدرجة الأولى

عينات الدراسة:

تراوحت عينات الدراسة بين (36) لاعب كما في دراسة محمد إبراهيم الدوري (189) كما في دراسة

ليبيرتا وآخرون (2002م)

الجنس :

تم إجراء (6) دراسات علي عينات الذكور ودراسة (1) مختلطة لإناث وذكور كما في دراسة ليبيرتا وآخرون

(2002)

مناهج الدراسة:

تباينت المناهج المستخدمة في الدراسات السابقة حيث استخدمت (6) المنهج الوصفي و(1) استخدمت المنهج المسحي الوصفي.

نتائج الدراسات:

تباينت نتائج الدراسات السابقة وتضمنت ما يلي:

2. الطول عنصر هام للاعبين كرة القدم كما في دراسة لطفي (2003م).
3. لا فروق دال معنوي في اللياقة البدنية الخاصة لخطوط اللعب باستثناء سرعت الاستجابة والرشاقة كما في دراسة نوار عبد الله الامي (2000).
4. لا فروق دال معنوي في القياسات الانثرومترية لخطوط اللعب الثلاث باستثناء الطول الكلي للاعبين كما في دراسة نوار عبد الله ألامي (2000).
5. توجد علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائية بين الأداء المهاري والقياسات الانثرومترية وقد ساهمت هذه القياسات الانثرومترية بنسبة (90.80) في الأداء المهاري لاعبي كرة القدم كما في دراسة محسن يس الدوري (1987).
6. تميز لاعبي كرة القدم بخصائص مورفولوجيه تتفق مع طبيعة الأداء بمقارنتهم بغير الممارسين كما في دراسة نادر محمد شبيلي (1984م).

7. وجود علاقة بين الرشاقة والوزن ومحيط الصدر ومحيط الفخذ والساق كما في دراسة نادر محمد شبيلي (1984م).

8. وجود علاقة سلبية بين قياسات التحمل والوزن ومحيط الصدر ومحيط الفخذ والساق كما في دراسة كانسل وفيرما وسدهي (1980م).

9. أن المدافعون أكثر طولاً وأقل وزناً وذات معايير أعلى في القياسات الانثروبومترية من لاعبي خط الهجوم كما في دراسة كانسل وفيرما وسدهي (1980م).

10. لاعبي خط الهجوم لديهم نمو في محيطات عضلة الفخذ والسمانة بالمقارنة بلاعبي خط الدفاع كما في دراسة كانسل وفيرما وسدهي (1980م).

11. تميز لاعبي خط الهجوم بانخفاض نسبة الدهون في الجسم ولديهم زيادة في الوزن كما في دراسة كانسل وفيرما وسدهي (1980م).

12. حارس المرمى ولاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً ووزناً كما في دراسة ريلي (1994م)

13. أهمية طول اللاعب وعلاقته بأداء اللاعبين ويمثل الطول والوزن أهمية بالغة في دراسات النضج والنمو وخاصة عند اختيار لاعبي كرة القدم كما في دراسة لبيرتا وآخرون (2002م).

4/3/2 مدي الاستفادة من الدراسات السابقة:

استفادة الدارس من الدراسات السابقة في الكثير من الجوانب منها ما يلي:

1. تحديد منهج الدراسة الملائم لطبيعة الدراسة
2. اختيار وسائل وأدوات جمع البيانات المتعلقة بالدراسة
3. اختيار العينة وحجمها وتصميم الاستبانة .
4. التعرف علي الطرق والأساليب الإحصائية التي تساعد في تحقيق أهداف الدراسة والإجابة علي التساؤلات.
5. الاستفادة في نتائج الدراسات السابقة في تدعيم نتائج الدراسة الحالية.

3./ الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

في هذا الفصل قام الدارس بإجراءات البحث قيد الدراسة والتي تتمثل في الآتي :

1/3 منهج الدراسة: استخدم الدارس المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة

2/3 مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من لاعبي كرة القدم بأندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم حيث

بلغ عددهم (16) نادياً.

3/3 توصيف مجتمع الدراسة:

تم حصر اللاعبين المعتمدين من قبل الاتحاد المحلي لكرة القدم بولاية الخرطوم وقد استبعد حراس

المرمي من مجتمع الدراسة لخصوصية مراكزهم.

4/3 عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من لاعبي كرة القدم بأندية (القوز، الأمير، النيل) للموسم

(2016 - 2017م) المعتمد تسجيلهم من قبل هذه الأندية وبلغ عددهم (75) لاعباً.

1/4/3 توصيف عينة الدراسة :

جدول رقم (1) يوضح عدد اللاعبين وفقاً لخطوط اللعب ن = (75)

م	مراكز اللعب	القوز	النيل	الأمير	المجموع
1	الهجوم	6	7	7	20
2	الوسط	9	8	8	25
3	الدفاع	10	10	10	30
4	المجموع	25	25	25	75

يتضح من الجدول أعلاه ان مجموع عينة الدراسة اشتملت على (75) لاعب بواقع (20) لاعب مهاجم (25) لاعب لخط الوسط (30) لاعب لخط الدفاع.

جدول رقم (2) يوضح توصيف عينة الدراسة وفقاً لمتغير الطول الكلي ن = (75)

خطوط اللعب	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الهجوم	سم	175.40	5.3252	-0.640
الوسط	سم	172.20	5.7300	.267
الدفاع	سم	174.13	7.2384	.069

يتضح من الجدول رقم (2) أن معاملات الالتواء لمتغير الطول تتراوح ما بين (± 3) مما يدل على اعتدالية العينة في متغير الطول الكلي.

جدول رقم (3) يوضح توصيف عينة الدراسة وفقاً لمتغير الوزن ن = (75)

خطوط اللعب	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الهجوم	كجم	66.800	5.7179	.647
الوسط	كجم	69.440	7.1535	.160
الدفاع	كجم	68.066	7.7767	.110

يتضح من الجدول رقم (3) أن معاملات الالتواء لمتغير الوزن تتراوح ما بين (3+) مما يدل على اعتدالية

أفراد العينة في متغير الوزن

جدول رقم (4) يوضح توصيف عينة الدراسة وفقاً لمتغير العمر التدريبي ن = (75)

خطوط اللعب	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الهجوم	سنة	9.5500	4.2609	.247
الوسط	سنة	8.0400	3.7581	.458
الدفاع	سنة	8.6667	4.3337	.330

يتضح من الجدول رقم (4) أن معاملات الالتواء لمتغير العمر التدريبي تتراوح ما بين (3+) مما يدل على

اعتدالية أفراد العينة في متغير العمر التدريبي

2/4/3 أسباب اختيار عينة الدراسة:

1. حصول الدارس علي موافقة إدارة هذه الأندية قيد الدراسة
2. قضي الدارس أكثر من خمسة سنوات لاعباً بأندية الدرجة الأولى منتقلاً بين العديد من الأندية مما سهل عليه الإجراءات الإدارية والميدانية الخاصة بالتطبيق
3. ملائمة أفراد العينة لشروط تنفيذ الدراسة

3/4/3 شروط اختيار عينة الدراسة.

1. الرغبة في المشاركة والانتظام في جميع خطوات الدراسة
2. الموافقة علي إجراء القياسات

5/3 وسائل وأدوات جمع البيانات :

1/5/3 وسائل جمع البيانات:

1. المصادر والدراسات السابقة
2. القياسات الانثروبومترية ، وقد اشتملت علي الآتي:
3. القياسات الخاصة بالوزن والطوال لأجزاء الجسم وتضمنت (الطول الكلي ، الوزن، طول الذراع، طول الساعد ، طول الذراع ، طول الكف، طول الفخذ، طول الساق، طول القدم).
4. القياسات الخاصة بالمحيطات وتضمنت (محيط الصدر، محيط البطن، محيط العضد ، محيط الساعد، محيط الحوض، محيط الفخذ ، محيط الساعد

2/5/3 أدوات جمع البيانات:

1. الرستاميتير لقياس الطول الكلي للقامة
2. ميزان لقياس الوزن
3. شريط قياس لقياس الأطوال والمحيطات بالسنتيمتر

3/5/3 خطوات تنفيذ الدراسة:

1. الإجراءات الإدارية :

قام الدارس باتخاذ كافة الإجراءات الإدارية والحصول علي الموافقات الإدارية المطلوبة

لإجراء القياسات بالأندية عينة البحث (الأمير ، النيل ، القوز)

2. الإجراءات التنظيمية :

اختيار المساعدين وتدريبهم

استعان الدارس بعدد من الزملاء بقسم التربية الرياضية بكلية التربية بجامعة النيلين وذلك للمساعدة في

أجراء قياسات الدراسة

جدول رقم (5) يوضح التكرارات والنسب المئوية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم القياسات الجسمية

الخاصة بلاعبي كرة القدم ن = 10

م	القياسات	موافق	غير موافق	النسبة
1	الطول	10	-	%100
2	الوزن	10	-	%100
3	طول الجذع	10	-	%100
4	طول الفخذ	10	-	%100
5	طول الساق	10	-	%100
6	طول القدم	10	-	%100
7	طول الذراع	10	-	%100
8	طول الساعد	4	-	%40
9	طول اليد	5	-	%50

الجدول أعلاه يوضح التكرارات والنسب المئوية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم القياسات الجسمية

الخاصة بلاعبي كرة القدم حيث تم اعتماد القياسات ماعد قياس (طول الساعد و طول اليد)

جدول رقم (6) يوضح التكرارات والنسب المئوية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم قياسات المحيطات

الخاصة بلاعبي كرة القدم ن=10

م	القياسات	موافق	غير موافق	النسبة
1	محيط الصدر	10	-	%100
2	محيط البطن	10	-	%100
3	محيط العضد	10	-	%100
4	محيط الساعد	10	-	%100
5	محيط الفخذ	10	-	%100

قد اعتمد الدارس جمع قياسات المحيطات نسبة لاتفاق اري الخبراء حول هذا القياسات بنسبة

(%100).

4/5/3 الدراسة الاستطلاعية:

قام الدارس بأجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة من مجتمع الدراسة، من غير أفراد العينة

الأساسية للبحث من لاعبي كرة القدم بلغ عددهم (10) لاعبين مسجلين بالاتحاد المحلي لكرة القدم ولاية

الخرطوم للموسم (2016م /2017م) وذلك في الفترة من 2017 /7/29م وذلك بهدف ما يلي :

1. تحديد وترتيب وتطبيق القياسات

2. التأكد من قدرة المساعدين علي طرق استخدام الأجهزة والأدوات

5/5/3 التجربة الأساسية:

قام الدارس بإجراء تجربة الدراسة الأساسية في الفترة من الاثنين الموافق 2017/8/3م وحتى الثلاثاء الموافق 2017/8/11م، حيث حضر اللاعبون إلي الملعب وتم قياس أطوال وأوزان ومحيطات اللاعبين يوم الاثنين الموافق 2017/8/3م تم أخذ القياسات الانثروبومترية للاعبي نادي النيل الرياضي ويوم الخميس الموافق 2017/8/6م للاعبي نادي القوز الرياضي ويوم الأحد الموافق 2017/8/9م للاعبي نادي الأمير ويوم الثلاثاء الموافق 2017/8/11م تم تحديد العمر التدريبي من سجلات اللاعبين بالأندية الثلاث

6/5/3 المعالجات الإحصائية:

بعد الانتهاء من إجراء القياسات الانثروبومترية قام الباحث بتسجيل البيانات الخاصة ومراجعتها بدقة وتفريقها وإعداد المعالجات الإحصائية الخاصة ببيانات البحث

وتم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

1. التكرار والنسب المئوية
2. الانحراف المعياري
3. معامل الالتواء
4. المتوسط الحسابي

4./ الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشه وتفسير النتائج

1/4 عرض وتحليل النتائج:

جدول رقم (7) يوضح القياسات الجسمية الخاصة بالأطوال لخطوط اللعب الثلاث ن= (75)

القياسات	خطوط اللعب	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول الكلي	الهجوم	سم	175.40	5.3252	-.640-
	الوسط	سم	172.20	5.7300	.267
	الدفاع	سم	174.13	7.2384	.069
الوزن	الهجوم	كجم	66.800	5.7179	.647
	الوسط	كجم	69.440	7.1535	.160
	الدفاع	كجم	68.066	7.7767	.110
طول الجذع	الهجوم	سم	49.200	3.9947	-1.809-
	الوسط	سم	49.440	3.1633	-.046-
	الدفاع	سم	48.733	7.0561	-1.835-
طول الفخذ	الهجوم	سم	48.300	5.0377	.586
	الوسط	سم	49.680	3.3877	.055
	الدفاع	سم	47.333	8.4744	-2.609-

طول الساق	الهجوم	سم	46.050	3.5165	.656
	الوسط	سم	40000	6.9342	-0.311
	الدفاع	سم	42.400	7.1467	-1.827
طول القدم	الهجوم	سم	28.200	1.0563	-0.143
	الوسط	سم	27.040	1.6703	.165
	الدفاع	سم	27.400	2.3282	-2.314
طول الذراع	الهجوم	سم	72.950	8.7628	-2.238
	الوسط	سم	77.360	3.2516	.384
	الدفاع	سم	77.500	3.9544	-0.446

يتضح من الجدول رقم (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والالتواء لإفراد عينة الدراسة وفقا للخطوط

اللعبة الثلاثة لاعبي (الهجوم ، الوسط ، الدفاع) للقياسات المتعلقة بأطوال أجزاء الجسم

2/4 مناقشة وتفسير النتائج:

للإجابة علي تساؤل الدراسة والذي ينص علي ما القياسات الانثرومترية التي يتميز بها لاعبي كرة القدم وفقا

لخطوط اللعبة يتضح من الجدول رقم (7) أن القياسات المتعلقة بأجزاء الجسم لإفراد عينة الدراسة وفقا

لخطوط اللعبة الثلاثة ، وفي ما يتعلق بهذا القياسات يتضح ما يلي:

1. قياس الطول الكلي:

يتضح أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً ذلك من خلال المتوسط الحسابي الذي بلغ (175,4) سم، ويليه خط الدفاع الذي بلغ المتوسط الحسابي له (174,3) سم، ثم يليه خط الوسط بمتوسط حسابي (172,2) سم ويرى الدارس ان الطول الكلي لجسم اللاعب من الخصائص المميزة للاعبي كرة القدم على وجه الخصوص لاعبي خط الهجوم حيث يسهم ذلك في تفوق المهاجمين في الكرات العالية واستقلال الكرات الأرضية لإحراز الأهداف ويتفق ذلك ما أشار إليه أمين خزعل عبده بأن خطوط اللعب يتطلب مواصفات خاصة كخاصية طول القامة ويتفق ذلك مع دراسة ريلي (1994م) حيث جاءت نتائج دراسته ان المهاجم الطول يستخدم كلاعب هداف خاصة في الكرات العالية

2. قياس وزن الجسم :

يتضح أن لاعبي خط الوسط هم الأعلى وزناً حيث بلغ المتوسط الحسابي لهم (69) كجم، يلي ذلك لاعبي خط الدفاع والذي بلغ المتوسط الحسابي لهم (68) كجم وبلغ ادني متوسط حسابي (66) كجم لاعبي خط الهجوم ويرى الدارس ان وزن الجسم من العناصر البدنية الضرورية التي تميز اللاعبين على وجه الخصوص لاعبي الوسط الذين تقع عليهم واجبات نوعية متعددة منها شغل مساحات كبير في الملعب ومساندة خط الدفاع وتدعم خط الهجوم ويتفق ذلك ما أشار إلي زهران السيد عبد الله (2007: ص98) الذي أشار إلي ان اللعب في مركز خط الوسط أقرب إلي اللعب الشامل الذي يحتوي على كافة مهارات كرة القدم والتي تتطلب واجبات كبيرة مقارنة بخطي الهجوم والدفاع ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه نتائج دراسة ريلي (1994م) والتي أكدت نتائج دراسته إن لاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً و وزناً بينما كانت اقل وزناً لدي لاعبي خط الدفاع والهجوم .

3. طول الجزع :

يتضح أن لاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً في متغير طول الجزع حيث بلغ المتوسط الحسابي لهم

(49,440) ، يلي لاعبي خط الهجوم بمتوسط حسابي (49,200) وأدني متوسط حسابي بلغ (48,733)

للاعبي خط الدفاع ويرى الدارس أن طول الجزع من القياسات المميزة للاعبين حيث يرتبط طول الجزع

بأعضاء الجهاز الدوري التنفسي فكلما زاد طول الجزع زاد حجم الرئتين وحجم القلب .

4. طول الفخذ :

يتضح أن لاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً في متغير طول الفخذ حيث بلغ المتوسط الحسابي لهم

(49,680) ، يليهم لاعبي خط الهجوم بمتوسط حسابي (48,300) وأدني متوسط حسابي بلغ (47,333)

للاعبي خط الدفاع ويرى الدارس ان زيادة طول الفخذ للاعبي خط الوسط مؤثر إلى القوة العضلية الجيدة

حيث تؤثر في أداء المهارات مثل التصويب وإرسال الكرات بقوة مقارنة بقصر الفخذ .

5. طول الساق :

يتضح أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً في متغير طول الساق حيث بلغ المتوسط الحسابي لهم

(46,050) سم، يليهم لاعبي خط الدفاع بمتوسط حسابي (42,400) سم وأدني متوسط حسابي بلغ

(40,000) سم للاعبي خط الوسط وتميز لاعبي خط الهجوم يؤثر في طول الجسم الكلي وهو من المميزات

التي تتصف بها للاعبي هذا الخط .

6. طول القدم :

يتضح أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً في متغير طول القدم حيث بلغ المتوسط الحسابي لهم (28,200) ، يليهم لاعبي خط الدفاع بمتوسط حسابي (27,400) وأدنى متوسط حسابي بلغ (27,040) للاعبي خط الوسط ويرى الدارس أن طول القدم مؤشر لطول القامة والذي يميز للاعبي خط الهجوم ويؤثر إيجاباً في مهارات التمرير والاستلام والسيطرة والتصويب حيث أن كبر سطح القدم يسهم في ملامسة الكرة لأجزاء كبيرة من القدم .

7. طول الذراع :

يتضح أن لاعبي خط الدفاع هم الأكثر طولاً في متغير طول الذراع حيث بلغ المتوسط الحسابي لهم (77,500) ، يليهم لاعبي خط الوسط بمتوسط حسابي (77,360) وأدنى متوسط حسابي بلغ (72,950) للاعبي خط الهجوم ويرى الدارس أن طول الذراع من المتغيرات المهمة والذي يتميز بها لاعبي خط الدفاع حيث يسهم ذلك في أداء رمي التماس التي تعتبر من المهارات المهمة عند أداءها من جانب منطقة جزاء المنافس حيث يقوم اللاعب المدافع بأداء رمي التماس بطريقة قانونية إلي مسافة بعيدة داخل منطقة جزاء المنافس مما يشكل خطورة على مرمى المنافس

جدول رقم (8) يوضح القياسات المتعلقة بمحيطات أجزاء الجسم ن = (75)

القياسات	خطوط اللعب	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
محيط الصدر	الهجوم	سم	83.900	4.7561	.007
	الوسط	سم	86.320	5.8716	.118
	الدفاع	سم	85.833	11.4291	-3.487-
محيط البطن	الهجوم	سم	74.850	5.0500	1.092
	الوسط	سم	74.840	9.0170	-.127-
	الدفاع	سم	76.0000	5.57705	.739
محيط العضد	الهجوم	سم	25.8000	1.70448	-.575-
	الوسط	سم	25.8800	2.35089	.072
	الدفاع	سم	26.2667	1.61743	.216
محيط الساعد	الهجوم	سم	24.5000	1.46898	-.664-
	الوسط	سم	25.0000	1.75594	-.050-
	الدفاع	سم	25.6000	1.84951	.426
محيط الفخذ	الهجوم	سم	46.6500	2.90689	.215
	الوسط	سم	47.4800	4.04269	.302
	الدفاع	سم	46.2333	7.60528	-2.385-

يتضح من الجدول رقم(8) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لإفراد عينة الدراسة وفقاً

لخطوط اللعب الثلاثة لاعبي (الهجوم ، الوسط ، الدفاع) لقياسات المتعلقة بمحيطات أجزاء الجسم

1. محيط الصدر:

جاء المتوسط الحسابي للاعبي خط الوسط في الترتيب الأعلى بواقع (86.9000)سم يليه لاعبي خط الدفاع بمتوسط حسابي(85.8333) وأخيراً لاعبي خط الهجوم بمتوسط الحسابي (83.9000) سم ويرى الدارس أن لاعبي خط الوسط لديهم تفوق في محيط الصدر مما يدل على كفاءة عمل الجهازين الدوري و التنفسي لديهم وذلك لأن زيادة مساحة محيط الصدر يشير إلى كبر حجم الرئة وحجم القلب مما يتيح لها العمل بفاعلية ويتفق ذلك مع نتائج دراسة نادر محمد شلبي (1984م) حيث أشارت نتائج دراسته إلى تميز لاعبي كرة القدم بخصائص مورفولوجية تتفق مع طبيعة الأداء مقارنة بغيرهم من غير الممارسين للعبة كرة القدم في المحيطات قيد الدراسة والتي من ضمنها قياس محيط الصدر.

2. محيط البطن:

جاء المتوسط الحسابي للاعبي خط الوسط في الترتيب الأقل بواقع (74.8400) يليه لاعبي خط الهجوم بمتوسط حسابي (74.8500) وأخيراً لاعبي خط الدفاع بمتوسط الحسابي (76.0000) ويرى الدارس أن من خصائص القوام الرياضي الجيد صغر محيط البطن مما يدل على عدم تراكم نسبة دهون حولها وهذا مؤشر جيد للياقة البدنية وقد اتسم لاعبي خط الوسط بمحيط بطن أقل مقارنة بخطي الهجوم والدفاع مما يسهم في قيامهم بكل مبادئ اللعب الملقاة على متطلبات هذا الخط.

3. محيط العضد:

جاء المتوسط الحسابي للاعبي خط الدفاع في الترتيب الأعلى بواقع (26.2667) يليه لاعبي خط الوسط بمتوسط حسابي (25.8800) وأخيراً لاعبي خط الهجوم بمتوسط الحسابي (25.8000) وبيري الدارس أن لاعبي الدفاع يتميزون بمحيط عضد أكبر من أقرانهم في خطي الهجوم والوسط حيث يساعدهم ذلك على تنفيذ أحدي أهم واجباتهم الهجومية المتمثلة في رمية التماس والتي تعتبر مهارة هجومية قد تسهم في تقدم اللاعبين وخلق فرص هجومية يمكن أن تستغل لإحراز الأهداف ، كما أن تميز لاعبي خط الدفاع بزيادة المقطع العضلي لديهم في محيط العضد يسهم في ارتفاع اللاعبين في الكرات العالية وتفوقهم في الكرات المشتركة مما يسهل نسبة استحوادهم عليها.

واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة محسن يس الدروي (1987م) والتي أشارت نتائج دراسته الي أن محيط العضد عنصر مهم يسهم في الأداء المهاري للاعبي المنتخب القومي لكرة القدم تحت (19) سنة حيث هنالك ارتباط طردي بين محيط العضد ورمية التماس وهذا يعني إن زيادة محيط العضد يؤدي إلى زيادة مسافة الرمي.

4. محيط الساعد:

جاء المتوسط الحسابي للاعبي خط الدفاع في الترتيب الأعلى بواقع (25.6000) يليه لاعبي خط الوسط بمتوسط حسابي (25.6000) وأخيراً لاعبي خط الهجوم بمتوسط الحسابي (24.5000) وبيري الدارس أن زيادة المقطع العضلي لمحيط الساعد للاعبي خط الدفاع يشير إلى زيادة القوة العضلية لهذا العضو مما يزيد من كفاءة استخدام القوة العضلية في مواقف اللعب المتنوعة وفقاً لمتطلبات مركز الدفاع ووفقاً لمتغيرات اللعب

5. محيط الفخذ:

جاء المتوسط الحسابي للاعبي خط الدفاع في الترتيب الأعلى بواقع (47.4800) يليه لاعبي خط الوسط بمتوسط حسابي (46.6500) وأخيراً لاعبي خط الهجوم بمتوسط الحسابي (46.2323) وبيري الدارس انه كلما كبر محيط الفخذ كلما زادت القوة العضلية للاعب مما يسهل عليه تنفيذ مهارات كرة لقدم وعلي وجه الخصوص التصويب علي المرمي وإرسال الكرات الطويلة وأيضاً تسهم في التغلب علي المقاومات المختلفة سوا كانت مقاومة اللاعب المنافس أو الكرة أو الجاذبية الأرضية.

مما سبق عرضه من مناقشة وتحليل لنتائج القياسات قيد الدراسة يتضح دور القياسات الانثروبومترية وأهميتها في تسليط الضوء علي أهم المواصفات الجسمية المثالية التي تميز لاعبي كرة القدم وفقاً لخطوط اللعب ووفقاً لمواصفات مبادئ اللعب وادوار اللاعبين داخل الملعب.

5./ الفصل الخامس

النتائج والتوصيات والملخص والمصادر والمراجع والملاحق

1/5 الاستنتاجات :

في ضوء هدف البحث وفي حدود العينة والإجراءات التي قام بها الدارس والمعالجات الإحصائية

المستخدمة ، تم التوصل لأهم الاستنتاجات التالية:

1. أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً بمتوسط حسابي بلغ (175.4) سم.
2. أن لاعبي خط الوسط هم الأكبر وزناً بمتوسط حسابي بلغ (69) كجم.
3. أن لاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً في متغير طول الجزع بمتوسط حسابي بلغ (49.440) سم.
4. أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً في متغير طول الساق بمتوسط حسابي بلغ (28.200) سم
5. أن لاعبي خط الدفاع هم الأكثر طولاً في متغير طول الزراع بمتوسط حسابي بلغ (77.500) سم
6. أن خط الوسط هو أعلي الخطوط في قياس محيط الصدر بمتوسط حسابي بلغ(86.900) سم
7. أن لاعبي خط الدفاع يتفوقون علي باقي الخطوط في قياس محيط البطن بمتوسط حسابي بلغ(76.000) سم
8. أن خط الدفاع هو أعلي الخطوط في قياس محيط العضد بمتوسط حسابي بلغ(26.266) سم
9. أن خط الدفاع هو أعلي الخطوط في قياس محيط الساعد بمتوسط حسابي بلغ(25.600) سم
10. أن خط الدفاع هو أعلي الخطوط في قياس محيط الفخذ بمتوسط حسابي بلغ(46.233) سم

2/5 التوصيات :

في ضوء أهداف الدراسة ونتائج المستخلصة يوصي الباحث بما يلي:

يوصي الدراسة بالاتي

1. يأمل الدارس في الاستفادة من نتائج هذا الدراسة في انتقاء عناصر الفريق وفقاً للمقاييس الانثرومترية
2. ضرورة الاستفادة من القياسات الانثرومترية في توظيف اللاعبين وفقاً لخطوط اللعب المناسبة لقدراتهم
3. ضرورة توظيف اللاعبين طوال القامة في خطي الهجوم و الدفاع
4. أهمية توظيف اللاعبين قصار القامة في خط الوسط
5. ضرورة توظيف اللاعبين الأثقل وزناً في خط الدفاع

3/5 مقترحات :

1. يأمل الدارس في إجراء دراسات تتناول القياسات الانثرومترية وفقاً لمراكز اللعب
 2. ضرورة توجيه الانتباه إلى إجراء دراسات تتناول القياسات الانثرومترية في مختلف الألعاب الرياضية
 3. ضرورة إجراء دراسات تتناول القياسات للعديد من قطاعات الرياضيين (ناشئين، شباب، مرآة)
- لضمان تفوقهم الرياضي

4/5 ملخص الدراسة

عنوان الدراسة :

القياسات الانثروبومترية للاعب كرة القدم وفقا لخطوط اللعب بأندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم

مقدمة الدراسة :

الأداء الحركي للاعب كرة القدم ليس مجرد مجموعة من المهارات المختلفة فقط ولكنه نتاج للعديد من الخصائص الأخرى التي يتميز بها سواء كانت هذه الخصائص جسميه أو وظيفية أو بدنية أو نفسية أو عقلية ، ونقص إحدى هذه الخصائص قد يؤثر على الأداء المهاري و الخططي للاعب كرة القدم ويعوق وصوله للمستويات العليا.(سليمان حسين وأبو أنجا ، عز الدين (1994م) ،ص:2) ومن اجل الوصول إلي المستويات العليا في مجال كرة القدم هنالك عدة عوامل في مقدمتها (الفسولوجية والأنتروبومترية والبدنية) ،حيث يجب أن يلتزم اللاعب بواجبات معينة ومحددة وفق خطوط اللعب،(أحمد فرج مبارك (1994م) ،ص:3،2).

مشكلة الدراسة :

من خلال خبرة الباحث كدارس ومتخصص في التربية الرياضية وكلاعب كرة القدم في العديد من أندية الدرجة الأولى لاحظ إن كثير من اللاعبين في هذه الدرجة تتباين مواصفاتهم الجسميه ما بين الطول والقصير والنحافة وزيادة الوزن مما يؤثر سلباً على أدائهم في المباريات المختلفة ويرى الدارس أن القياسات الانثروبومترية لها علاقة ايجابية بالنواحي البدنية والمهارية والخططية كما لها علاقة ايجابية بخطوط اللعب

المختلفة لذلك يحاول الدارس جاهداً تناول هذا الموضوع بالدراسة للتعرف على القياسات الانثرومترية الخاصة بلاعبي كرة القدم وعلاقتها بخطوط اللعب.

أهداف الدراسة :

التعرف على القياسات الانثرومترية التي يتميز بها لاعبي كرة القدم وفقاً لخطوط الملعب

أسئلة الدراسة:

ما القياسات الانثرومترية التي يتميز بها لاعبي كرة القدم وفقاً لخطوط الملعب

حدود الدراسة :

الحدود الزمنية : 2017م

الحدود المكانية : ولاية الخرطوم

الحدود البشرية : لاعبي كرة القدم بأندية الدرجة الأولى

الحدود الموضوعية : القياسات الانثرومترية للاعبين وفقاً لخطوط اللعب

المقاييس الانثرومترية : هي دراسة جسم الإنسان وأجزائه المختلفة من خلال أطوال ، وأعراض ، ومحيطات

الجسم مثل أطوال العظام وعروضها ، ومحيطات العضلات (هزاع ، 1993م، ص:67)

لاعبي كرة القدم : هم اللاعبون الذين يمارسون كرة القدم و منضمين في الأندية بصفة رسمية وفقاً للقوانين

ويعملون نشاط منظم من خلال اتحاداتهم (أجرائي)

خطوط اللعب : تستخدم المميزات الانثروبومترية و المهارية والنفسية و الذهنية للاعبي الفريق من خلال من خلال تحركات معينه طبقا لظروف المباراة بهدف الحد من مميزات الفريق المنافس وفق خطوط الملعب والاستفادة من نقاط ضعفه لتحقيق الفوز للفريق في إطار قانون كرة القدم وهي بشكل عام مناطق التحركات في كرة القدم و أثناء المباراة سواء كانت هذه التحركات ذات هدف هجومي أو هدف دفاعي (مفتي إبراهيم 1994م، ص:29)

الدراسات السابقة :

استخدم الباحث (4) دراسات عربية و (3) أجنبية

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة

مجتمع الدراسة:

شمل مجتمع الدراسة لاعبي كرة القدم بأندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم للموسم الرياضي (2016م -

2017م) بلغ عددهم (320) لاعباً

عينية الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من لاعبي كرة القدم بأندية (القوم، الأمير، النيل)

للموسم (2016 - 2017م) المعتمد تسجيلهم من قبل هذه الأندية، بلغ عددهم (75) لاعبا

تجربة الدراسة:

قام الدارس بإجراء تجربة الدراسة الأساسية في الفترة من الاثنين الموافق 2017/8/3م وحتى الثلاثاء الموافق 2017/8/11م، حيث حضر اللاعبين إلي الملعب وتم قياس أطوال وأوزان ومحيطات اللاعبين يوم الاثنين الموافق 2017/8/3م تم أخذ القياسات الانثربومترية للاعبي نادي النيل الرياضي ويوم الخميس الموافق 2017/8/6م للاعبي نادي القوز الرياضي ويوم الأحد الموافق 2017/8/9م للاعبي نادي الأمير ويوم الثلاثاء الموافق 2017/8/11م تم تحديد العمر التدريبي من سجلات اللاعبين بالأندية الثلاث

نتائج الدراسة :

النتائج:

في ضوء هدف الدراسة وفي حدود العينة والإجراءات التي قام بها الدارس والمعالجات الإحصائية

المستخدمة، تم التوصل لأهم الاستنتاجات التالية:

1. أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً بمتوسط حسابي بلغ (175.4) سم.
2. أن لاعبي خط الوسط هم الأكبر وزناً بمتوسط حسابي بلغ (69) كجم.
3. أن لاعبي خط الوسط هم الأكثر طولاً في متغير طول الجذع بمتوسط حسابي بلغ (49.440) سم.
4. أن لاعبي خط الهجوم هم الأكثر طولاً في متغير طول الساق بمتوسط حسابي بلغ (28.200) سم
5. أن لاعبي خط الدفاع هم الأكثر طولاً في متغير طول الزراع بمتوسط حسابي بلغ (77.500) سم
6. أن خط الوسط هو أعلى الخطوط في قياس محيط الصدر بمتوسط حسابي بلغ(86.900) سم
7. أن خط الدفاع هو أعلى الخطوط في قياس محيط البطن بمتوسط حسابي بلغ(76.000) سم

8. أن خط الدفاع هو أعلى الخطوط في قياس محيط العضد بمتوسط حسابي بلغ (26.266) سم
9. أن خط الدفاع هو أعلى الخطوط في قياس محيط الفخذ بمتوسط حسابي بلغ (46.233) سم

التوصيات : يوصي الدارس بالاتي

1. يأمل الدارس في أن تستفيد جهات الاختصاص من نتائج هذه الدراسة في انتقاء عناصر الفرق

الرياضية وفقاً للمقاييس الانثرومترية

2. ضرورة الاستفادة من القياسات الانثرومترية في توظيف اللاعبين وفقاً لخطوط اللعب المناسبة لقدراتهم

3. ضرورة توظيف اللاعبين طوال القامة في خطي الهجوم والدفاع

4. أهمية توظيف اللاعبين قصار القامة في خط الوسط

5. ضرورة توظيف اللاعبين الأثقل وزناً في خط الدفاع.

مقترحات :

1. يأمل الدارس في إجراء دراسات تتناول القياسات الانثرومترية وفقاً لمراكز اللعب

2. ضرورة توجيه الانتباه إلى إجراء دراسات تتناول القياسات الانثرومترية في مختلف الألعاب الرياضية

3. ضرورة إجراء دراسات تتناول القياسات للعديد من قطاعات الرياضيين (ناشئين، شباب، مرآة)

لضمان تفوقهم الرياضي

5/5المصادر والمراجع:

1/5 /5 المصادر : القرآن كريم

2/ 5/ 5 المراجع العربية :

الكتب :

1. إبراهيم شعلان وعمر أبو المجد (1996م)، استراتيجيات الدفاع في كرة القدم ، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة
2. إيهاب محمد عماد الدين (2016م)، القياسات المعملية الحديثة ، موسوعة عالم الرياضة للنشر، ط1، الإسكندرية
3. أمين خزعل عبده (2014م): تدريب كرة القدم المتطلبات الفسيولوجية والفنية ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان.
6. هزاع محمد الهزاع (1993م): تجارب معملية في وظائف أعضاء الجهد البدني .جامعة الملك سعود، الرياض ، المملكة العربية السعودية.
8. سراج الدين محمد عبد المنعم (2007م) الإعداد البدني لكرة القدم، ط1، القاهرة.
9. يوسف لازم كماش وصالح بشير ابو خيط (2011م)، المبادئ الأساسية لتدريب كرة القدم، دار زهران للنشر والتوزيع ، ط1 ، عمان

10. ليلي السيد فرحات (2005م) ، القياسات والاختبارات في التربية الرياضية ، مطبعة مصر الجديدة، ط1، القاهرة
11. محمد نصر الدين رضوان (2006م) ، المدخل إلي القياسات في التربية البدنية الرياضية ، مطبعة مصر الجديدة ، ط1، القاهرة
12. مفتي إبراهيم (1994م)، الإعداد المهاري والخططي لاعبي كرة القدم ، دار الفكر للنشر، ط1، القاهرة
13. مفتي إبراهيم محمد 2014م، الهجوم في كرة القدم ،دار الفكر العربي، ط1، القاهرة
14. مفتي إبراهيم (1999م)، المرجع الشامل في كرة القدم، دار الفكر الحديث ، ط1، القاهرة
15. مروان عبد المجيد ابراهيم (1999م) الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، عمان
16. عبد العزيز حسن البصير (2004م)، ومدني ،كرة القدم خلال مائة عام (1900م-200م)، شركة مطابع السودان للعملة المحدودة ، ط1، الخرطوم
17. زهران السيد عبد الله (2007م) ،الدفاع والوسط في كرة القدم ،دار الوفاء للنشر ،والطباعة ، ط1، الإسكندرية
- 5 / 5 / 3 الرسائل العلمية العربية:**
1. احمد إيهاب عبد المنعم عبد الهادي (2013م)، محددات انتقاء الناشئين في رياضة كرة القدم وفقا لخطوط اللعب ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان.

2. احمد فرج مبارك (1994م): محددات انتقاء الناشئين في رياضة كرة القدم ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق .

3. محسن إبراهيم الدوري (1987م) بعض التغيرات الانثروبومترية والفسولوجية وعلاقتها بالأداء المهاري لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه ، كلية التربية البدنية ، جامعة حلوان، القاهرة

4. محمد الطاهر (2013م) نوعية أرضيات ملاعب كرة القدم لأندية الدوري الممتاز بولاية

الخرطوم، رسالة ماجستير غير منشورة، السودان، الخرطوم .

5. محمد الفاتح احمد إسماعيل (2010م)، الصعوبات التي تواجه مدربي الدرجة الأولى بولاية

الخرطوم، رسالة ماجستير غير منشورة، السودان، الخرطوم

6. سلمان إبراهيم 1959/1/6م، جريدة الصحافة ، العدد (6065)، الخرطوم

7. نادر محمد شبيلي (1995م) تنمية الكفاءة البدنية وأثرها علي بعض المتغيرات ، الكيمو حيوية ونظم

إنتاج

الطاقة لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس

8. نوار عبد الله الامي (2007) محددة ومستويات معيارية (لبعض الصفات البدنية والمهارية الأساسية 8

والقياسات الجسمية) لخطوط اللعب المختلفة للشباب لمنطقة الفرات الأوسط لكرة القدم، رسالة ماجستير ،كلية

التربية الرياضية، جامعة القادسية، العراق

9. علي بن محمد بن علي (2008م)، الخصائص البدنية والفسولوجية والانثروبومترية المميزة لطلاب كلية

التربية البدنية والرياضية بالمملكة العربية السعودية وعلاقتها بمستوي الأداء المهاري، رسالة ماجستير غير

منشورة ، جامعة حلوان

10. عوض الجميل (1973م)، تاريخ الرياضة وكرة القدم في السودان، دار الفكر للنشر، ط1 ، الخرطوم

11. عوض يس احمد (2002م)، معوقات الإعداد البدني لأندية الدرجة الأولى والممتازة لكرة القدم بولاية

الخرطوم

12. الفاضل دحام المياحي (2016م) ،تدريبات القوة العضلية ،مكتبة المجتمع العربي للنشر ، ط، عمان

13. فنجوك أكول اجاوين (2009م) ، متطلبات الأساسية لا انتقاء الناشئين للاعبين بعض مسابقات الرمي

بولاية الخرطوم، رسالة ماجستير غير منشورة ، السودان ،الخرطوم

5 / 4/5 الدراسات الأجنبية :

10. Barrya. Jand cretont. kcla8J: factorial anacysis of permance in prepubescent boys ,R.A.VO1.32.N2.

11. Jako-p.szabo.G.Bondar-L.Hagos-m.(1984): spoort vosi szemillan-Hungarim .Review of spoort medicine,Bodapest.

12. Rebelo.a,Byitoj.(2013):Anthropometric caracteysteicy,physical fitness and technical performance of un der 19 scoccer playersby com petitve levrl and fiell positoh,international journal of sports medicine.34(04):312-317.

ملحق رقم (1)

استمارة القياسات الانثروبومترية

م القياسات	وحدة القياس	مناسب	غير مناسب
1- الوزن	كيلو جرام		
2- الطول الكلي	سم		
3- طول الجذع	سم		
4- طول الفخذ أيمن- أيسر	سم		
5- طول الساق أيمن- أيسر	سم		
6- طول القدم أيمن أيسر	سم		
7- طول الزراع أيمن – أيسر	سم		
8- طول الساعد أيمن –أيسر	سم		
9- طول الساعد أيمن - أيسر	سم		
10- طول اليد أيمن- أيسر	سم		
11- محيط الصدر ساكن	سم		
12- محيط البطن	سم		
13- محيط العضد منبسط أيمن /أيسر	سم		
14- محيط الساعد أيمن -أيسر	سم		
15- محيط الحوض	سم		
16- محيط الفخذ أيمن- أيسر	سم		
17- محيط الساعد أيمن -أيسر	سم		

ملحق رقم (2)

بسم الله الرحمن الرحيم

استمارة القياسات الانثربومترية

..... السيد الدكتور /

السلام عليكم ورحمه الله وبركاته

يقوم الدارس بإجراء دراسة تكميلية بعنوان القياسات الانثربومترية للاعب كرة القدم وفقا لخطوط اللعب (أندية ا ل د رجه الأولى بولاية الخرطوم_ نموذجاً) للاعب كرة القدم وفقا لخطوط اللعب .

وذلك للحصول علي درجة الماجستير ويقوم الباحث بوضع هذه الاستمارة بين يديكم فيرجو المساهمة ورأيكم العلمي بالتعديل أو الحذف أو الإضافة في القياسات قيد البحث وإعطاء الملاحظات وفق معايير : ، مناسب - غير مناسب .

الدارس / مجاهد بشير فصل الله

ملحق رقم (3)

قائمة بأسماء السادة الخبراء

الاسم	الدرجة العلمية	سنوات الخبرة	مكان العمل
1. عوض يس احمد	أستاذ مشارك	30	جامعة النيلين قسم التربية الرياضية
2. عبد الرحمن محمد احمد	أستاذ مشارك	28	جامعة النيلين قسم التربية الرياضية
3. الطيب حاج إبراهيم	أستاذ مشارك	27	جامعة السودان كلية التربية الرياضية
4. احمد محمد ادم احمد	أستاذ مشارك	27	جامعة السودان كلية التربية الرياضية
5. معمر ادم بشير شرفي	أستاذ مساعد	17	جامعة النياين قسم التربية الرياضية

ملحق رقم (3)

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

التربية البدنية والرياضة

قسم التدريب الرياضي

السيد / سكرتير نادي _____ الرياضي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الموضوع / تطبيق بحث تكميلي لدرجة الماجستير

يقوم الدارس بدراسة بعنوان (القياسات الانثروبومترية للاعبين كرة القدم وفقا لخطوط اللعب). (بأندية الدرجة الأولى بولاية الخرطوم)) ، وهو الآن بصدد إجراء القياسات ويرجو تكرمكم بمساعدته في اخذ بعض البيانات عن اللاعبين لتكملة اجراءات البحث

وجزأكم الله خيرا ودمتم عوناً لرفع شأن العلم والباحثين

الدارس/ مجاهد بشير فضل الله رزق

ملحق رقم (4)

تسجيل بيانات اللاعبين

الاسم	الطول	الوزن	العمر التدريبية	خطوط اللعب
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

ملحق رقم (5)

القياسات الجسمية

الاسم	طول الذراع	طول القدم	طول الساق	طول الفخذ	طول الذراع
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

ملحق رقم (6)

قياس المحيطات

الاسم	محيط الصدر	محيط البطن	محيط العضد	محيط الساعد	محيط الفخذ
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					