

اعتماد النمط الجسمي كمؤشر في عملية توجيه الناشئين 12-14 سنة في رياضة الجيدو

Adopting body type as an indicator in the process of guiding young people aged 12-14 in judo

مجمعور سفيان¹

جامعة الجزائر 3

smedjaour@hotmail.fr

تاريخ القبول: 2024/ 11/ 13

تاريخ الارسال: 2024/08/29

ملخص:

في هذه الدراسة، قررنا تقييم المظهر المورفولوجي لعينة من الأولاد بعمر 12 إلى 14 عامًا في 3 فئات للوزن (خفيفة الوزن، متوسطة الوزن وثقيلة). هذه العينة مقسمة إلى مجموعتين. تتكون المجموعة الأولى من أصحاب الميداليات من البطولة الوطنية، والثانية من الرياضيين غير المعيّنين على الساحة الوطنية. ثم قمنا بإجراء مقارنة بين هاتين المجموعتين. باستخدام القياسات الأنثروبومترية. وتوضح دراستنا جليا أن النمط النحيف للأوزان الخفيفة، النمط العضلي لأوزان المتوسطة والنمط السمين للأوزان الثقيلة، هي أكثر شيوعًا بين الرياضيين في المجموعة الأولى (أصحاب الميداليات في البطولة الوطنية).

الكلمات المفتاحية: المحدد الجسمي - التوجيه الرياضي - رياضة الجيدو - الأنماط الجسمية

Received: 29/08/2024

Accepted :13/11 / 2024

Abstract:

In this study, we decided to evaluate the morphological appearance of a sample of 12 to 14 year old boys in 3 weight classes (light, middleweight and heavy). This sample is divided into 2 groups. The 1st group is made up of medalists from the national championship, and the 2nd of untitled athletes on the national scene. We then made a comparison between these two groups. Using anthropometric measurements

This study clearly shows that Ectomorph profiles for light weights, the endomorph profiles for middleweight and mesomorph profiles for heavyweights are more common among athletes in the 1st group (medalists of the national championship).

Keywords: Morphological aspect - Young judokas - Guiding criterion - Body types

معلومات المقال

Article info

المؤلف المرسل

1. مقدمة:

يعتمد تحقيق المستويات الرياضية العالية على إمكانات عدة تخدم عملية التدريب والتي من بينها العامل البشري، أي توجيه الفرد الرياضي المناسب لنوع معين من النشاط الرياضي، بحيث يخضع لعملية التدريب المخطط لها. يتفق خبراء التدريب الرياضي على أن تحقيق التفوق الرياضي في الفئات العمرية الكبرى أساسه البدء بالتدريب في المراحل العمرية الصغرى- هذا وقد يتفاوت العمر من رياضة لأخرى- في نوع النشاط الرياضي المحدد. "إن تحديد العمر المناسب لبدء في ممارسة نشاط رياضي معين من المحددات الرئيسية في عملية الانتقاء، حيث أن البدء المبكر أو التأخر تقلل إلى حد كبير من تأثير عمليات التدريب، وبالتالي من تحقيق الناشئ لنتائج عالية في النشاط الرياضي الذي يمارسه." (أبو العلا عبد الفتاح: 2016، 447). وعليه فإن عملية التوجيه الرياضي يجب أن تتم في المراحل الأولى من العمر التدريبي.

إن الهدف الأساسي من تدريب الناشئين هو الاحتفاظ بالرياضي واستمراره في ممارسة الفعالية الرياضية وتعلمه العادات الصحية المرتبطة بالتدريب (إكسابه نمط حياة رياضي) ومراعاة ديناميكية نموه البيولوجي، وإمكانات أجهزة الوظائف الفيزيولوجية، والوصول إلى النضج المهاري (التعلم التقني الخاص باللعبة) تحت إشراف فني مناسب. وحسب ريسان خريط 2018 فإن "إن عملية انتقاء الرياضيين تعتبر -بالدرجة الأولى- عملية اقتصادية تلجأ إليها بعض الدول حتى توفر الجهود وتحرز أفضل النتائج، كما أن عملية الانتقاء تساعد محدود معينة في استثمار الجهود البشرية في هذا الميدان، كما أنها تأتي بأفضل العناصر -من الناحية البدنية والنفسية والفسيولوجية والاجتماعية- إلى التدريب المكثف المتقن مما يساعد في احراز أفضل النتائج". (خريط: 2017، 71)

إن اختيار الناشئ لنوع الفعالية الرياضية عملية جد مهمة لضمان نجاحه واستمراره في ممارسة ذلك النشاط الرياضي. وهذا الاختيار في نظر خبراء التدريب الرياضي تحكمه محددات عدة منها (الجسمية، البدنية، السيكلوجية...) تنبئ بمستوى استعدادات الناشئ وتوافقه لممارسة رياضة معينة. وعليه ظهرت عملية المساعدة الفردية التي يقدمها المختص في المجال (الموجه الرياضي إن توفر في الفريق).

يعد المحدد الجسمي من أحد العوامل المهمة لممارسة نشاط رياضي معين، إذ يساعد النمط الجسمي المناسب على أداء الحركات المهارية المختلفة لنوع الرياضة بصورة ناجحة، كما يعطي دلالة على مستوى امتلاك القدرات البدنية. فلا يمكن بأي حال من الأحوال التفوق في تخصص رياضي معين بمجرد إظهار قدرات بدنية أو مهارية عالية؛ فالنمط الجسمي يمثل خاصية أساسية للتفوق وإن لم نقل إن باقي الجوانب (بدنية أو مهارية) يحكمها النمط الجسمي للرياضي.

ومع أن عملية التوجيه تتم بمحض الصدفة والملاحظة والخبرات وآراء واتجاهات القائمين عليها من المدربين. وهذا ما يتفق مع رأي "وهيب وآخرون 2017" بأن "الخبرة لا تكفي دائما المدرب، إذ هو بحاجة إلى معالم أو مؤشرات دقيقة للنشاط البدني، تكتيكيا، بدنيا وحتى بيولوجيا للاعبه." وعليه لا بد أن تعتمد عملية التوجيه الرياضي على المنهج العلمي الذي يعني الطريقة المنهجية التي تعتمد على المحددات في عملية الاختيار.

وبما أن لعبة الجيدو في شكلها التنافسي تعتمد تصنيف الأوزان حسب فئات وزنية محددة وبحسب الفئات العمرية -إذ لكل فئة عمرية أوزان خاصة بها تخلف حسب الجنس كذلك- فإن هذا العامل (وزن الرياضي) يؤثر بشكل ملحوظ على لياقة المصارع. وعليه من الضروري تصنيف نمط الجسم تبعاً لقواعد مدروسة (حسب الطريقة الأنثروبومترية والتي هي عبارة عن وسيلة قياس موضوعية تستخدم لقياس تركيب الجسم)؛ فقد يتساوى مصارعان في الوزن إلا أنهما قد يصنفان في نمطان جسميين مختلفان وهذا تبعاً لمتغيرات أخرى (كطول الجسم، العروض...).

تعتبر المقاييس الجسمية من الخصائص الفردية التي ترتبط بدرجة كبيرة بتحقيق المستويات الرياضية العالية (Kazolove 1977) ذلك ان كل نشاط رياضي له متطلبات بدنية خاصة متميزة عن غيره من الأنشطة الأخرى، وتنعكس هذه المتطلبات على الصفات الواجب توافرها فيمن يمارس نشاط رياضي معين ... وأن توفر هذه الصفات لدى الممارسين يمكن أن يعطي فرصة أكبر لاستيعاب مهارات اللعبة وفنونها، وأصبح من الأهمية بمكان توفر الاجسام المناسبة كأحد الدعامات الواجب توافرها للوصول باللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة. أبو العلا عبد الفتاح: (2016، 448)

فمن خلال الدراسة الحالية سنعمل على تحديد نموذج النمط الجسمي لدى عينة من لاعبي الجيدو للفئة العمرية 12-14 سنة والتي يمكن اعتماده كمحدد للتوجيه أي كمستويات تنبئ بتحقيق التفوق في اللعبة.

2. تساؤلات الدراسة:

هل توجد فروق ذات دلالة معنوية في النمط المورفولوجي بين المستوى الأعلى والأدنى للاعبين الجيدو الناشئين 12-14 سنة؟

3. أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى التوصل لهدف رئيسي وهو التعرف على الأنماط الجسمية النموذجية لدى رياضي الجيدو الناشئين 12-14 سنة حسب الفئات الوزنية، وذلك لاعتمادها كمعيار في توجيه الناشئين لممارسة رياضة الجيدو خلال المرحلة العمرية 12-14 سنة.

4. إجراءات الدراسة:

1.4. منهج الدراسة:

من خلال موضوع الدراسة المطروح، وهو استخراج النموذج المورفولوجي المناسب لفئة 12-14 سنة من لاعبي الجيدو دوي المستوى البطولة مقارنة بزملائهم من مستوى أدنى، توجب علينا استخدام المنهج الوصفي المقارن.

2.4. عينة الدراسة:

بما أن الدراسة الحالية تسعى لوضع محددات النمط الجسمي للناشئين الذكور يتم على أساسها توجيه الناشئين الراغبين في ممارسة رياضة الجيدو، فمن تتفق مواصفاتهم وهذه المحددات، بحيث لا نبحت عن مستويات قبول أو رفض لغير الحاصلين على هذه المستويات بل جعل من هذه المستويات الموجودة بين الناشئين المتفوقين معيارا للعمل المطلوب التدريب عليه لبلوغها. وعليه كان من الضروري استخراج هذه المحددات من الأبطال البارزين في هذا التخصص الرياضي (لعبة الجيدو) وعلى هذا الأساس تم اختيار مجموعة البحث بطريقة قصدية، وفق الشروط التالية:

1. أن يكون الناشئ جنس الذكور، من الفئة العمرية ما بين 12-14 سنة.
2. أن يكون الناشئ قد مر بفترة تكوين لا تقل عن سنتين في رياضة الجيدو.
3. ألا يكون الناشئ قد مارس أو يمارس حاليا تخصصات رياضية أخرى (لأبعاد ظاهرة انتقال أثر التعلم).
4. ألا يعاني الناشئ من أية إصابة تمنعه من ممارسة التدريب بشكل عادي، وبالتالي تعوقه على إجراء القياسات المقترحة لإجراء الدراسة.
5. أن يكون الناشئ قد تحصل على مرتبة متقدمة في البطولة الوطنية فردي (المراتب الأولى) مرة واحدة على الأقل في العمرية أصاغر.

3.4. حجم عينة الدراسة:

يتأثر حجم العينة المختارة بعوامل عدة، أهمها هو مقدار الوقت المتوفر لدى الباحث، وإمكاناته العلمية والمادية، ومدى التجانس أو التباين في خصائص المجتمع الأصلي المطلوب التعرف عليه. (عامر قنديلجي: 2012، 194) وعليه أخذنا في الاعتبار هذه العوامل في اختيار عينة الدراسة وذلك للتمكن من إتمام الاختبارات والقياسات المعتمدة في الدراسة ضمن الآجال المحددة، والجدول التالي يصنف أفراد عينة الدراسة في مجموعات حسب البيانات المراد استقصاءها من كل مجموعة.

جدول رقم (01): توزيع أفراد عينات الدراسة حسب النوادي المنتمين إليها

العدد الإجمالي	عينة الدراسة				رمز الرابطة	النادي	رقم
	عينة المقارنة		العينة الرئيسية				
11	22.22	4	5.55	1	10	OMB	01
9	16.67	3	11.11	2	16	USMA	02
20	22.22	6	22.22	4	16	RAMA	03
3	/	/	16.67	3	16	JCH	04
14	11.11	2	33.33	6	16	JCBK	05
5	16.67	3	11.11	2	35	USK	06
36	%100	18	%100	18	المجموع		

يبين الجدول أعلاه توزيع أفراد عينة الدراسة، البالغ عددهم ستة وثلاثون (36) ناشئ حسب النوادي المنتمين إليها، وهي ناديين، وزعت العينة على مجموعتين كالآتي:

- **العينة الرئيسية:** أفرادها من الناشئين الحاصلين على مراتب أولى في البطولة الوطنية (متفوقين) وعددهم ثمانية عشر (18) ناشئ من ستة نوادي.
- **عينة المقارنة:** أفرادها من الناشئين المشاركين في البطولات الجهوية، والذين لم يتأهلوا للعب البطولة الوطنية (متوسطين)، وعددهم ثمانية عشر (18) ناشئ من خمسة نوادي.

5. الطريقة وأدوات الدراسة:

1.5. المتطلبات الجسمية:

يعد المكون الجسمي كأول عامل من عوامل التفوق في الفعاليات الرياضية في مختلف المراحل العمرية (ناشئين أو أكابر)، "القدرات البدنية أو الرياضية للطفل متعلقة بشكل رئيسي بتغيرات النمو الحاصلة والتي يمكن الاستدلال عليها بملاحظة التطورات الحاصلة في القياسات البدنية مقارنة بالقياسات الجسمية" (Ratel et coll. : 2014, 31). فتكوين جسم الفرد يمكن أن ينبئ بمدى لياقته ومستوى بعض قدراته البدنية. لكل نشاط بدني رياضي متطلبات جسمانية خاصة يلزم توافرها، فمن يستهدف إحراز الميداليات والبطولات في هذا النشاط. إن حجم والشكل

والبناء والتكوين لجسم الشخص الرياضي تمثل العوامل الحاسمة للإنجاز والتفوق الرياضي، أي أن الرياضي محدد بها ورثه من أبويه، فإنه لا يمكن صناعة البطل الرياضي من أي جسم مهما يكن. (أبو العلا: 2007، 293)

ومصطلح تكوين الجسم يشير إلى طول ووزن الجسم وإلى نسب وجود الأجزاء الدهنية واللادهنية في الجسم (النسيج العضلي والدهني) مركز ثقل الجسم، تناسب أجزاء الجسم. (Erwin: 1991, 99) والتي على أساسها تصنف الأجسام تبعاً لذلك إلى الأنماط الثلاثة المعروفة نحيف Ectomorphe، عضلي Mésomorphe، سمين Endomorphe. (أبو العلا: 2003، 69)

مع العلم أن مرحلة الناشئين 12-14 سنة واقعة ما بين مرحلتين حساستين في حياة الفرد، وأكثر ما يميزها الانتقال من مرحلة الطفولة إلى المراهقة وما يتبع ذلك من تغيرات تكوينية والتي من أهمها "تطوير الكتلة العضلية، إذ تظهر أجسام الأطفال تطورات تكوينية هامة في عنصر الكتلة العضلية". (Ratel et coll.: 2014, 45)

حقيقة فإن الأطفال في سن 12-14 سنة لم يكتمل نمو أجسامهم بعد، إلا أن مؤشرات النمو النهائية تظهر ملامحها خلال هذه المرحلة العمرية والتي تنبؤ بمستويات النمو النهائية الممكن بلوغها في مرحلة الرشد.

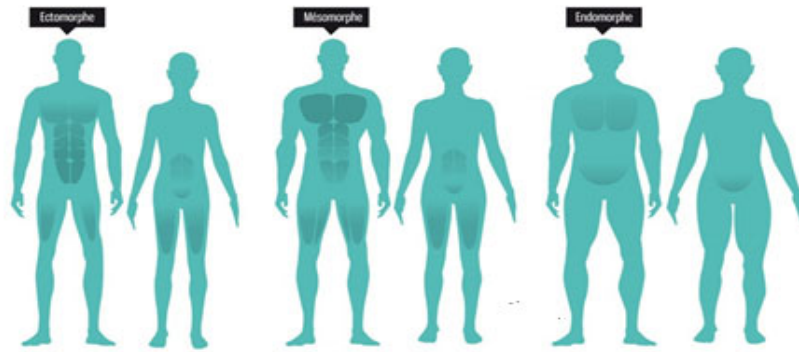
في رياضة الجيدو وعند فئة الناشئين، إذا أخذنا في الاعتبار مكونات تركيب الجسم من طول، وزن، ونسب النسيج العضلي والدهني، فإنها ستعطي أفراد ذوي أوزان وأطوال مختلفة حتى وإن كانت رياضة الجيدو تعتمد في مبارياتها الرسمية على تصنيف اللاعبين في فئات أوزان لا يكون الفارق داخل الفئة الواحدة معتبراً، إلا أن المكونات المذكورة لتركيب الجسم تجعل أفراد الفئة الوزنية الواحدة يختلفون في النمط الجسمي، والملاحظة الميدانية للمتفوقين في اللعبة تقرر بسيادة النمط الجسمي العضلي على اللاعبين البارزين سواء من طوال القامة أو قصارهم طولاً، وهنا يجب الإشارة إلى تلك المقولة السائدة أن حظوظ النجاح والتفوق في لعبة الجيدو من نصيب قصار القامة "رياضة الجيدو من أنواع الأنشطة التي تتميز بنبوغ أطفال صغار القامة" (نادي أحمد: 2009، 115)

2.5. الأنماط الجسمية الأساسية:

النمط السمين Endomorphe: في هذا النمط يكون بدين الجسم مترهلاً، وفي هذا التكوين الجسمي تكون أعضاء الهضم أكثر نمواً بالنسبة لباقي أجهزة الجسم ويكون للشخص تجويف بطني وصدر متضخم. لديه بطء شديد في رد الفعل.

النمط العضلي Mésomorphe: هو الدرجة التي يسود فيها العظام والعضلات، فالشخص الذي يكون صلب في مظهره الخارجي وعظامه كبيرة وسميكة وعضلاته النامية وعظام الوجه بارزة والرقبة طويلة والأكتاف عريضة وعضلاته بارزة وقوية والخصر نحيف والحوض ضيق والأرداف ثقيلة وقوية والرجلان متناسقتان.

النمط النحيف Ectomorphe: تغلب فيه النحافة وضعف البنية والشخص المتطرف في هذا التكوين يكون نحيفاً ذا عظام طويلة رقيقة وعضلات ضعيفة النمو.



شكل رقم (01): الأنماط الجسمية الأساسية

3.2. أدوات الدراسة:

1.2.3. طريقة نمط الجسم الأنثرومترى ل هيث-كارتر Heath-Carter:

قمنا باختيار طريقة هيث-كارتر وذلك لتحديد النمط الجسمي لعينة الدراسة. وقد اختارنا هذه الطريقة لسهولة الحصول على البيانات من خلالها، وكذلك كونها أفضل طريقة لتحديد النمط الجسمي بالمقارنة بالطرق الأخرى في تحديد أنماط الأجسام وأيضاً تبين أنها من أكثر الطرق شيوعاً واستخداماً في الأبحاث.

توصل هيث-كارتر إلى هذا الأسلوب باستخدام القياسات الأنثرومترية (الجسمية)، وهو أسلوب شاع استخدامه لدقته وموضوعيته. يعتمد هذا الأسلوب على القياسات التالية: الطول والوزن، معدل الطول/الوزن حسب دليل Ponderal، سمك ثنايا الجلد، القياسات العرضية، القياسات المحيطية.

استمارة هيث-كارتر لتحديد نمط الجسم			
الاسم واللقب:	الجنس: 1 ذكراً 2 أنثى:	القياسات:	الهدف من القياس:
سمك ثنايا الجلد 3 (مم)			
الحد الأعلى	10.9	14.9	18.9
الحد الأوسط	9.0	13.0	17.0
الحد الأدنى	7.0	11.0	15.0
تصحيح سمك ثنايا الجلد الثلاثة =			
مكون السمكة	1	2	3
الطول (سم)	104.0	104.5	105.0
عرض العنق (سم)	8.55	8.40	8.25
عرض الكتف (سم)	12.21	11.99	11.78
محيط العنق	39.0	38.3	37.6
محيط الساق	45.6	44.9	44.1
مكون السمكة	1	2	3
الحد الأعلى	31.68	30.99	30.33
الحد الأوسط	31.34	30.68	29.99
الحد الأدنى	31.00	30.34	29.64
مكون السمكة	1	2	3
الوزن (كغ)	31.68	30.99	30.33
دليل الوزن-الطول	31.68	30.99	30.33
مكون السمكة	1	2	3
القياسات:	القياسات:	القياسات:	القياسات:
السمكة:	السمكة:	السمكة:	السمكة:

شكل رقم (02): استمارة هيث-كارتر Heath-Carter

لتحديد نمط الجسم. المصدر (محمد صبحي حسنين: 2003، 116)

2.2.3. جهاز قياس سمك ثنايا الجسم (القياسات الأنثرومترية):



شكل رقم (03): جهاز هاربندين Harpenden

لقياس سمك ثنايا الجسم

3.2.3. طريقة إجراء القياسات الجسمية:



شكل رقم (04): طريقة إجراء القياسات الجسمية

6. نتائج الدراسة:

1.6. عرض وتحليل نتائج قياسات سمك ثنايا الجلد:

من خلال قياسات سمك ثنايا الجلد، المأخوذة من عينتي الدراسة (عينة البحث الرئيسية وعينة المقارنة). توصلنا لاستخلاص النمط الجسمي لأفراد العينتين والمقدر بـ (36) ناشئ من مختلف الأوزان، موزعين على ثلاثة مجموعات أوزان (الخفيفة، المتوسطة، الثقيلة). وهذا حسب نموذج نمط الجسم الأنثرومتر لـ "هيث-كارتر Heath-Karter"

ولتوضيح ذلك بشكل أكبر، قمنا بعرض النتائج من خلال جدول توضيحي وبواسطة بطاقة النمط الجسمي (Somatocarte) التي تمثل الشكل البياني الخاص بتحديد أماكن تجمع وانتشار النمط الجسمي لعينتي الدراسة. وهذا حسب نموذج "شيلدون 1940 Scheldon". (حسانين: 2003، 90)

جدول رقم (02): يبين النمط الجسمي لعينتي الدراسة

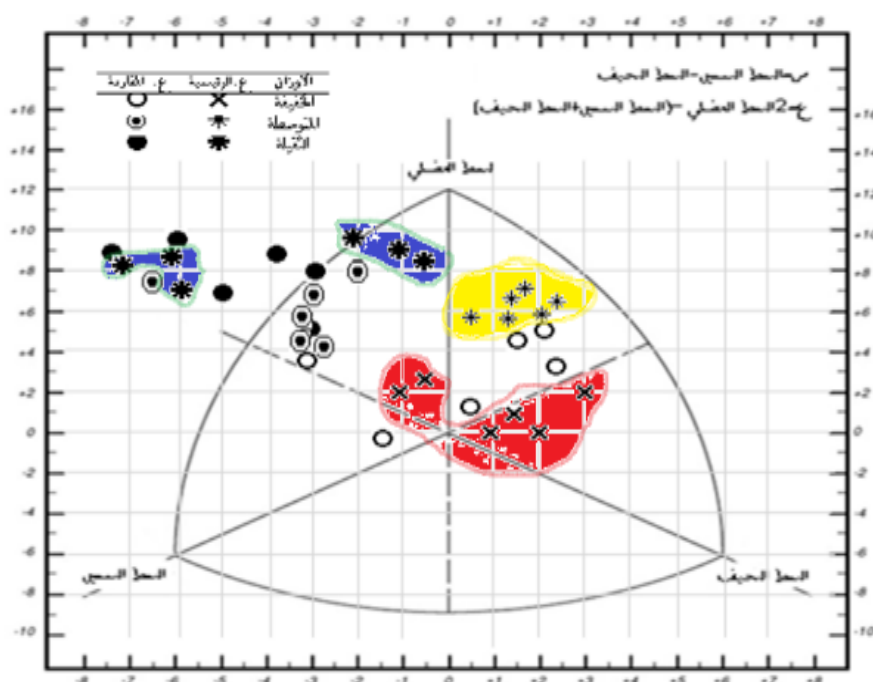
- حسب نموذج هيث كارتر -

الفئة الوزنية	العينة الرئيسية				عينة المقارنة			
	مكون السمنة	مكون العضلي	مكون النحافة	النمط الجسمي	مكون السمنة	مكون العضلي	مكون النحافة	النمط الجسمي
الأوزان الخفيفة	3.5	4.5	5	عضلي-نحيف	2	5	4.5	نحيف-عضلي
	3	4	5	عضلي-نحيف	4	5	4.5	نحيف-عضلي
	2.5	5	5.5	عضلي-نحيف	2.5	5.5	4	نحيف-عضلي
	3.5	5.5	3	عضلي-نحيف	1.6	5	3.7	عضلي-نحيف
	5	4.5	4	نحيف-عضلي	5.5	4.5	4	سمين-عضلي
	4	4.5	5	عضلي-نحيف	5.5	6	2.5	سمين-عضلي
الأوزان المتوسطة	0.5	4.3	2.7	نحيف-عضلي	7	7.5	0.5	عضلي-سمين
	1	5	2.5	نحيف-عضلي	5	6	2	سمين-عضلي
	2.5	5.5	3	نحيف-عضلي	4.8	5.5	1.7	عضلي-سمين
	0.5	5	3	نحيف-عضلي	5.5	6.2	2.5	عضلي-سمين
	2	6.4	3.5	نحيف-عضلي	4	7	2	عضلي-سمين
	2.5	6	4	نحيف-عضلي	4.7	6.5	1.5	سمين-عضلي
الأوزان الثقيلة	3	7	2.5	سمين-عضلي	4.5	7	1.5	سمين-عضلي
	3	7	2	سمين-عضلي	5	6	2	سمين-عضلي
	4	7.6	1.7	سمين-عضلي	6	7	1	سمين-عضلي
	7	7.5	1	سمين-عضلي	5	7.5	1.2	سمين-عضلي
	6.5	8	0.4	سمين-عضلي	6.7	8	0.7	سمين-عضلي
	8	8.5	0.5	سمين-عضلي	8.5	8.5	0.4	سمين-عضلي

يبين الجدول رقم (02) أعلاه، النمط الجسمي لعينتي الدراسة (العينة الرئيسية وعينة المقارنة) مصنفتين حسب فئة الأوزان (الخفيفة، المتوسطة والثقيلة).

فبالنسبة لفئة الأوزان الخفيفة، كان النمط الجسمي الغالب على أفراد العينة الرئيسية من الصنف "العضلي-النحيف". بالمقابل، غلب النمط "النحيف-العضلي" على أفراد عينة المقارنة. أما بالنسبة لفئة الأوزان المتوسطة كان النمط الجسمي السائد على أفراد العينة الرئيسية من الصنف "النحيف-العضلي". بالمقابل تراوح النمط الجسمي لأفراد عينة المقارنة ما بين "العضلي-السمين"، والنمط "السمين-العضلي". في حين جاء النمط الجسمي لفئة الأوزان الثقيلة للعينتين، من الصنف "السمين-العضلي".

ويتضح أكثر توزيع النمط الجسمي لأفراد عينة الدراسة بالاعتماد على بطاقة الأنماط الجسمية حسب نموذج "شيلدون"، نقدم البطاقة المبينة في الشكل رقم (05) أدناه.



شكل رقم (05): يبين توزيع النمط الجسمي لعيني الدراسة

- حسب نموذج شيلدون -

(تمثل كل نقطة فردا من أفراد العينة)

يوضح الشكل رقم (05)، توزيع النمط الجسمي لعيني الدراسة. إذ يتبين تجمع أفراد مجموعة الأوزان الخفيفة للعينة الرئيسية وسط بطاقة التوزيع، ضمن ما يسمى بالنمط "العضلي-الدهني". بالمقابل نلاحظ تشتت توزيع أفراد عينة المقارنة ما بين طرفي التوزيع ضمن النمطين "الدهني-العضلي" و "العضلي-الدهني" وحتى "السمين-العضلي".

كما نلاحظ بالنسبة لمجموعة الأوزان المتوسطة للعينة الرئيسية، تكتلها في القسم العلوي الأيمن للتوزيع، ضمن النمط "الدهني-العضلي". بالمقابل نلاحظ تجمع معظم أفراد مجموعة المقارنة في القسم المقابل لموقع العينة الرئيسية، ضمن النمط المسمى "السمين-العضلي".

كما جاء توزيع أفراد مجموعة الأوزان الثقيلة للعينة الرئيسية، مقسم إلى مجموعتين، مجموعة تكتلت في أعلى مخطط التوزيع، في حين تموقع القسم الآخر في خارج مخطط التوزيع الأيسر، وكلاهما مصنف ضمن النمط "السمين-العضلي". بالمقابل نلاحظ تموقع معظم أفراد مجموعة المقارنة خارج مخطط التوزيع في قسمه الأيسر، ضمن ما يسمى بالنمط "السمين-العضلي".

2.6. مناقشة النتائج:

توصلت العديد من الدراسات السابقة في مختلف التخصصات الرياضية إلى عدم وجود نموذج يمكن للمدرب من التنبؤ بمستوى التفوق للاعب، منها دراسة وهيب وآخرون (2017) الذي يرى أن هناك نقص واضح من حيث توفر للمدربين المعايير المقننة يمكن الاعتماد عليها في عملية التوجيه وانتقاء الناشئين في كرة القدم. بالمقابل أبرزت دراسة إبراهيم وآخرون (2017) بعض المؤشرات والأرقام للقياسات الأنثروبومترية التي يمكن للمدربين الاعتماد عليها في اختيار لاعبيهم. ومن خلال دراستنا قدمنا نموذجا يمكن أن يخدم القائمين بعملية التوجيه للاعبين الجيدو. فإن كانت دراستنا تقدم هذا النموذج في لعبة الجيدو فإن إبراهيم وآخرون (2017) في دراستهم على عينة من لاعبي كرة اليد الذكور لأقل من 13 سنة، توصلوا إلى أن لاعبو كرة اليد يتميزون بالطول الزائد مع عرض الكتفين والزيادة في الوزن مما يدفع للتنبؤ بمستقبل اللاعب.

وفي دراستنا الحالية يُصنف النمط الجسمي لعينة الدراسة -للاشئين المتفوقين في رياضة الجيدو للمرحلة العمرية 12-14 سنة- وفق

الأنماط التالية:

النمط "النحيف-العضلي" للأوزان الخفيفة (أقل من 38، 42، 46 كلغ)

النمط "العضلي-النحيف" للأوزان المتوسطة (أقل من 50، 55، 60 كلغ)

النمط "السمين-العضلي" للأوزان الثقيلة (أقل من 66، 73 كلغ)

ولتوضيح أهمية النمط الجسمي للرياضي كمؤشر لتحقيق التفوق الرياضي ترى دراسة بومدين وآخرون (2018) أن العناصر البدنية والمهارية يجب أن يعتمد عليها المدرب في عملية انتقاء والتوجيه الناشئين نحو مركز اللعب. كذلك وهيب وآخرون الذي يرى اهتمام المدربين بالمكتسبات المهارية للناشئين خلال توجيههم وانتقائهم في كرة القدم بدون الاهتمام بالحددات البدنية والمورفولوجية. في حين أشار حبيب ومنصور (2015) إلى أن القياسات الأنثروبومترية من العوامل الهامة التي تحدد شكل وتركيب الجسم وتبين وجود علاقة كبيرة بين الأداء الرياضي والنواحي الجسمية، وكفاءة الإنجاز تحدها درجة المهارة وأن بناء الجسم ومقاييسه تحدد الحدود النهائية للإنجاز بالإضافة إلى أنها تساهم في معرفة الإمكانات الفردية للرياضي. كذلك إبراهيم وآخرون (2017) أنه على غرار متطلبات الأداء التنافسي الأخرى (البدنية، المهارية، الخطيطة، الفيزيولوجية) تحتل المتطلبات المورفولوجية مكانة كبيرة في الأداء في كرة اليد. وهذا ما توجهت إليه دراستنا، وذلك لما لهذا العنصر من أهمية في تطور باقي العناصر البدنية الأخرى للرياضي.

لذلك يمكن اعتبار المحدد الجسمي من أحد العوامل المهمة لممارسة نشاط رياضي معين، إذ يساعد النمط الجسمي المناسب على أداء الحركات المهارية المختلفة لنوع الرياضة بصورة ناجحة، كما يعطي دلالة على مستوى امتلاك القدرات البدنية. فمن خلال الدراسة الحالية سنستعرض نموذج النمط الجسمي لدى عينة من لاعبي الجيدو للفئة العمرية 12-14 سنة والتي يمكن اعتمادها كمحدد للتوجيه أو كمستويات تنبؤ بتحقيق التفوق في اللعبة.

7. الاستنتاجات :

خلصت الدراسة الحالية إلى جملة من النتائج نستعرضها فيما يلي :

- وجود فروق في النمط الجسمي ما بين مجموعتي الدراسة لصالح العينة الرئيسية ممثلا في النمط "العضلي-النحيف" للأوزان الخفيفة (أقل من 38، 42، 46 كلغ).
- وجود فروق في النمط الجسمي ما بين مجموعتي الدراسة لصالح العينة الرئيسية ممثلا في النمط "العضلي-النحيف" للأوزان المتوسطة (أقل من 50، 55، 60 كلغ).
- عدم وجود في النمط الجسمي ما بين مجموعتي، على اعتبار النمط الجسمي السائد للأوزان الثقيلة (أقل من 66، 73 كلغ) هو النمط "السمين-العضلي".

8. التوصيات :

في ضوء النتائج المتوصل إليها خلال هذه الدراسة، يوصي الباحث بما يلي :

- العمل على تنمية البنية الجسمية للممارسين لرياضة الجيدو في المرحلة العمرية 12-14 سنة وفق الأنماط الجسمية المتوصل إليها في دراستنا، باعتبارها الأنماط النموذجية للمتفوقين في حدود نتائج دراستنا.
- ضرورة الاهتمام بالنمط الجسمي للأفراد الممارسين لرياضة الجيدو، باعتبار النمط الجسمي الأنسب عامل أساسي يؤثر على باقي الصفات الحركية والبدنية للمصارع.
- إجراء دراسات تتبعية مقارنة لنفس العينة، للوصول إلى ضبط النمط الجسمي -استخراج النمط الجسمي- الأنسب للرياضيين خلال المرحلة العمرية 12-14 سنة.

9. خاتمة:

تظهر أهمية موضوع دراستنا من أهمية عملية التوجيه الرياضي من جهة، ومن أهمية المرحلة العمرية 12-14 سنة في الميدان الرياضي من جهة أخرى. وعلى هذا الأساس جاءت الحاجة لإجراء هذه الدراسة، لتحقيق جملة من الأغراض التي تخدم عملية توجيه الناشئين، لبلوغ هدف نهائي والمتمثل في إمكانية تحقيق الناشئ التفوق الرياضي وبلوغ المستوى العالي، إن خضع لعملية توجيه مناسبة تضاف لباقي عوامل تحقيق المستوى الرياضي العالي.

إذا كانت عملية التوجيه الرياضي تحمل بعدا تنبؤيا بإمكانية تحقيق المستوى العالي مستقبلا (المرحلة العمرية الأكبر) فإن النمط الجسمي النموذجي المتوصل إليه من عينة البحث الحالي هو عنصر يضاف إلى باقي عناصر عملية التوجيه المتعددة. والذي يتطلب إجراء دراسة تتبعية (طولية) لعينة من الناشئين لاستخراج العناصر الشاملة التي تبنى عليها عملية التوجيه الرياضي للناشئين في رياضة الجيدو.

10. المراجع:

- ريسان خريط (2017): انتقاء المواهب الرياضية خطوات للعالمية-موسوعة التدريب الرياضي. الجزء 1. الطبعة الأولى. دار الفكر العربي. القاهرة-مصر.
- أبو العلا عبد الفتاح، ريسان خريط (2016): التدريب الرياضي. الطبع الأولى. دار الكتاب للنشر. القاهرة-مصر
- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (2010): انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي. السلسلة الثقافية لاتحاد التربية البدنية و الرياضية. العدد 25. السعودية.
- زكي محمد محمد حسن (2006) : التفوق الرياضي-المفهوم، الجوانب الأساسية، الإكتشاف. الطبعة الأولى . المكتبة المصرية - الإسكندرية.
- محمد صبحي حسانين (2003) : القياس والتقييم في التربية البدنية، ج 2. الطبعة الخامسة. دار الفكر العربي- القاهرة.
- قاسم حسن حسين (1999) : الموهوب الرياضي سماته و خصائصه في مجال التدريب الرياضي. الطبعة الأولى ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع - الأردن.
- ريسان مجيد خريط (1998) : النظريات العامة في التدريب الرياضي من الطفولة إلى المراهقة. الطبعة الأولى. دار الشروق للنشر و التوزيع. عمان-الأردن.
- فيصل عباس (1996) : الإختبارات النفسية تقنياتها و إجراءاتها. الطبعة الأولى. دار الفكر العربي. بيروت-لبنان.
- أحمد محمد خاطر، علي فهمي البيك (1996) : القياس في المجال الرياضي. الطبعة الرابعة. دار الكتاب الحديث. مصر.
- أبو العلا أحمد عبد الفتاح، أحمد عمر سليمان روي (1986) : إنتقاء الموهوبين في المجال الرياضي. الطبعة الأولى. دار عالم الكتب للنشر و التوزيع. القاهرة.
- بومدين قادة، كوتشك سيدي محمد، ميم مختار، قاسم عبد الهادي (2017): عملية التوجيه وفق القدرات البدنية والمهارية لدى اللاعبين المهاجمين- دراسة وصفية بالأسلوب المسحي أجريت على بعض لاعبي كرة القدم تحت 17 سنة ولاية تيارت. عدد خاص بالملتقى الدولي الثامن. المجلة العلمية للعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية. جامعة عبد الحميد بن باديس. الجزائر. ص: 285-306
- ببوشة وهيب، بن قوة علي، زرف محمد (2017): تصميم برنامج معلوماتي لمتابعة التوجيه الرياضي القاعدي للموهوبين من الناشئين في رياضة كرة القدم. عدد خاص بالملتقى الدولي الثامن. المجلة العلمية للعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية. جامعة عبد الحميد بن باديس. الجزائر. ص: 114-131

- فوقية إبراهيم، مهور باشا صيرة، رمعون محمد (2017): **تقويم بعض المتطلبات الأتريومترية عند ناشئي كرة اليد ذكور صنف اقل من 13 سنة-دراسة ميدانية على فرق كرة اليد لصنف اقل من 13 سنة رابطة تلمسان- عدد خاص بالملتقى الدولي الثامن. المجلة العلمية للعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية. جامعة عبد الحميد بن باديس. الجزائر. ص: 348-366**
- عقوي حبيب، بن لكحل منصور (2015): **تحديد بعض الخصائص المورفولوجية للاعبين كرة القدم الجزائرية حسب مستويات ومراكز لعبهم. العدد 12 ديسمبر 2015. المجلة العلمية للعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية. جامعة عبد الحميد بن باديس. الجزائر. ص: 34-53**
- Aurélien Broussal-Derval & Olivier Bollit (2012) : **Les tests de terrain-plus de 130 protocoles pour mesurer la performance sportive**. 1^{ère} édition. Editions 4Trainer. France.
- Thierry Paillard (2010) : **Optimisation de la performance en judo** , 1^{ère} édition. Éditions De-Boeck – Bruxelles. Belgique.
- Thomas W.Rowland (2010) : **Physiologie de l'exercice chez l'enfant**. 1^{ère} édition. Editions De Boeck. Belgique.
- Renato MANNO (1993) ,**Les Bases de l'Entraînement Sportif** , Traduit de l'italien par : Pierre Carrère , Editions Revue , Sans date.
- Nina Boulgakova (1990) : **Sélection et préparation des jeunes nageurs**. 1^{ère} édition, Editions Vigot, Paris-France.