

المرفقات

مرفق رقم (١)

إستمارة إستطلاع رأى الخبراء حول القياسات المورفولوجية
واللياقة البدنية للاعبى الجمباز

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضى

إستمارة إستطلاع رأى الخبراء
حول القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية للاعبى الجمباز

يقوم الباحث / خالد محمود أبو مندور بإجراء دراسة ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية وموضوعها " القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية وعلاقتها بمستوى الإداء لدى لاعبي الجمباز " .

تطبق القياسات المورفولوجية وإختبارات اللياقة البدنية على لاعبي الفريق القومى المصرى للجمباز رجال درجة أولى ، ويسر الباحث أن يتعرف من سيادتكم على أهم القياسات المورفولوجية وإختبارات اللياقة البدنية الملائمة للاعبى الفريق القومى المصرى للجمباز رجال درجة أولى برجااء التفضل بتحديد أهم القياسات والإختبارات بوضع علامة (✓) أمام القياس والإختبار الملائم .

مع قبول شكرى وتقديرى على تعاونكم الصادق لإستكمال جوانب الدراسة .

الباحث

خالد محمود أبو مندور

الاسم :

الوظيفة :

عدد سنوات الخبرة :

م	القياسات المورفولوجية	هام جداً	هام بدرجة ما	غير هام
	أولاً : الأطوال			
١	الطول الكلي			
٢	طول الطرف السفلي			
٣	طول الطرف العلوي			
٤	طول الزراع			
٥	طول العضد			
٦	طول الساعد			
٧	طول الكف			
٨	طول الرجل			
٩	طول الفخذ			
١٠	طول الساق			
١١	طول القدم			
١٢	ارتفاع القدم			
	ثانياً : الأعرض :			
١	عرض الرأس			
٢	عرض الكتفين .			
٣	عرض الصدر .			

م	القياسات المورفولوجية	هام جداً	هام بدرجة ما	غير هام
٤	عرض الوسط .			
٥	عرض الحوض .			
٦	عرض مفصل الكوع			
٧	عرض مفصل الرسغ			
٨	عرض الكف مفتوح .			
٩	عرض الركبة			
١٠	عرض مفصل القدم			
١١	عرض المسافة بين نتؤى عظمتى الفتنذ			
	ثالثاً : المحيطات :			
١	محيط الرأس			
٢	محيط الرقبة			
٣	محيط الكتفين			
٤	محيط الصدر أعلى مستوى الثديين			
٥	محيط الصدر فى مستوى الثديين			
٦	محيط الصدر أسفل مستوى الثديين			
٧	محيط البطن			
٨	محيط الوسط			
٩	محيط الحوض			

م	القياسات المورفولوجية	هام جداً	هام بدرجة ما	غير هام
١٠	محيط العضد إنبساط			
١١	محيط العضد إنقباض			
١٢	محيط الساعد			
١٣	محيط المرفق			
١٤	محيط الرسغ			
١٥	محيط الفخذ			
١٦	محيط مفصل الركبة			
١٧	محيط الساق			
١٨	محيط مفصل القدم			
	رابعاً : سمك الدهن :			
١	سمك الدهن تحت لوح الكتف			
٢	سمك الدهن فوق العضلة ذات الرأسيين			
٣	سمك الدهن خلف العضد			
٤	سمك الدهن تحت الإبط			

إختبارات اللياقة البدنية

م	نوع العنصر	الإختبار	هام جداً	هام بدرجة ما	غير هام
١	السرعة	٥٠ متر عدو			
٢	القوة	قوة القبضة اليمنى واليسرى			
٣	القدرة	الوثب العريض من الثبات			
٤	المرونة	مرونة العمود الفقري والفتحين			
٥	التوازن	التوازن الثابت (الطريقة الطولية)			
	ماترون سيادتكم إضافته :				

مرفق رقم (٢)
النقاط التشريحية للرياضيين

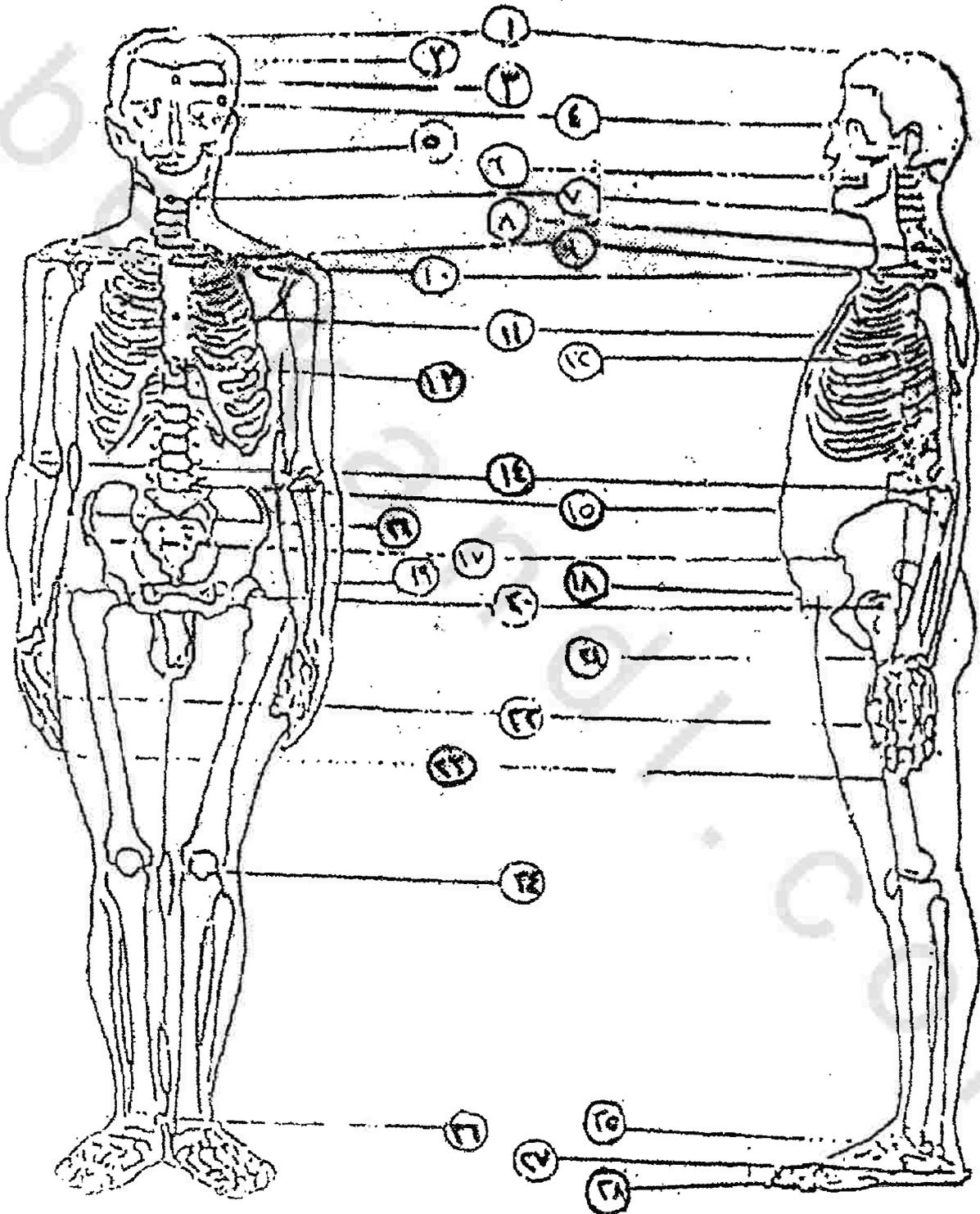
النقاط التشريحية للرياضيين : Anatomical Athletic

تتخصر العلامات التشريحية في (٢٨ علامة) كنقاط للقياسات المورفولوجية

للرياضيين شكل رقم (١) طبقاً لما يلي :

Sagittal suture	١- قمة الرأس
Higher of Frontal Bone	٢- أعلى العظم الجبهي
Middle of Frontal Bone	٣- منتصف العظم الجبهي
Front Nasal Suture	٤- أعلى الأنف
Anterior Nasal Spine	٥- الشوكة الأنفية الأمامية
Alveolus Incisor	٦- مسخ القاطع
Mental Protuberance	٧- البروز الزقني
Seventh Cervical Vertebra	٨- الفقرة العنقية السابعة
Jugular Notch	٩- الجز الدرجي
Acromion	١٠- الأحزم
Middle Of Sternum Body	١١- منتصف جسم القص
Nipple	١٢- حلمة الثدي
Xiphoid Process	١٣- النتؤ الحنجري
Head Of Radius	١٤- رأس عظم الكعبرة
Umbilicus	١٥- السرة
Iliac Crest	١٦- الحرف الحرقفي
Anterior Superior Iliac Spine	١٧- الشوكة الحرقفية الأمامية العليا
Pubic Tubercle	١٨- الهدبة العانية
Apex Of Sacrum	١٩- نهاية العصعص

Tip of Greater Trochanter	٢٠- قمة المدور الكبير
Styloid Process	٢١- النتوء الأبرى
Head Of Metacarpal Bone II	٢٢- رأس العظم المشطى الثانى
Distal Phalangeal Tuberosity of Middle Finger	٢٣- حذبة السلمية البعيدة للإصبع الوسطى من اليد
Superior Articular Surface Of Medial and Lateral	٢٤- السطح المفصلى للقمطين الأنسية والوحشية
Lateral Malleolus	٢٥- الكعب الوحشى (نهاية الشظية)
Medial Malleolus	٢٦- الكعب الأنسى (نهاية القصبية)
Tuberosity Of Calcaneus	٢٧- الحذبة العقبية
Distal Phalanx(Digit II)	٢٨- حذبة السلمية البعيدة للإصبع الثانى من القدم



العلامات التشريحية كنقاط للمياسات المورفولوجية للرياضيين

مرفق رقم (٣)

اختبارات عناصر اللياقة البدنية

قيد البحث

اختبارات اللياقة البدنية قيد البحث

أولاً : السرعة :

إختبار العدو مسافة ٥٠ م .

الغرض من الاختبار :

قياس السرعة .

الأدوات :

- شريط قياس .
- ساعة إيقاف .
- صفارة .

طريقة الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية ، عند سماع المختبر إشارة البدء ينطلق المختبر بأقصى سرعة من وضع الوقوف للوصول إلى خط النهاية .

قواعد الاختبار :

- ١- يؤدي الاختبار من وضع الوقوف .
- ٢- العدو يكون بعد إشارة البدء .

التسجيل :

يسجل المختبر الزمن الذى استطاع خلاله الوصول إلى خط النهاية .

ثانياً : القوة :

إختبار قياس قوة القبضة اليمنى واليسرى .

الغرض من الاختبار :

قياس القوة العضلية .

الأدوات :

جهاز ديناموميتر .

طريقة الأداء :

يقوم المختبر من وضع الوقوف الذراعان جانباً أسفل بمسك قبضة جهاز الديناموميتر ثم يقوم بالقبض عليها وضغطها بكل قوة .

قواعد الإختبار :

- ١- يؤدي الإختبار من وضع الوقوف الذراعان جانباً أسفل .
- ٢- يقوم المختبر بعمل محاولتين لكل زراع تأخذ أفضل محاولة للذراع .

التسجيل :

يسجل المختبر أفضل قياس على جهاز الديناموميتر .

ثالثاً: القدرة :

إختبارات الوثب الطويل من الثبات .

الغرض من الإختبار :

قياس القدرة (القوة المميزة بالسرعة) لعضلات الرجلين .

الأدوات :

- أرض مستوية لا تعرض المختبر للإنزلاق
- شريط قياس .
- خط بداية على الأرض .

طريقة الأداء :

يقف المختبر خلف خط البداية والقدمين متباعدتين قليلاً والذراعين عالياً ، تمرجح الذراعين أماماً وأسفل مع ثنى الركبتين نصفاً وميل الجذع أماماً ، من هذا الوضع تمرجح الذراعين مع محاولة الوثب أماماً أبعد مسافة ممكنة .

قواعد الإختبار :

- ١- تقاس مسافة الوثب من خط البداية حتى آخر أثر تركه المختبر .
- ٢- إذا اختل توازن المختبر ولمس الأرض بأي جزء آخر تعتبر محاولة لاغية .
- ٣- يقوم المختبر بأداء محاولتين للوثب الطويل .

التسجيل :

يسجل للمختبر أفضل مسافة من المحاولتين اللتان قام بهما بالوثب الطويل .

رابعاً : التوازن

إختبار الوقوف على عارضة بمشط القدم (الطريقة الطولية) .

الغرض من الاختبار :

قياس التوازن .

الأدوات :

- ساعة إيقاف .

- عارضة .

طريقة الأداء :

يقف المختبر فوق حافة العارضة بإحدى مشطى القدمين على أن توضع القدم بحيث تكون طولية على العارضة ، وتوضع القدم الثانية على لوحة ، عند سماع إشارة البدء يقوم المختبر برفع الرجل التي على اللوحة بحيث يرتكز على القدم التي على العارضة ويستمر الإلتزان فوق العارضة أكبر زمن ممكن .

قواعد الاختبار :

١- يؤدي المختبر الاختبار دون حذاء .

٢- تكون البداية ثابت الوسط أثناء تأدية الاختبار .

٣- نزول القدم الحرة معناه إنتهاء الاختبار .

التسجيل :

يسجل للمختبر الزمن الذى إستطاع خلاله الاحتفاظ بتوازنه فوق العارضة وذلك

من لحظة مغادرة قدمه الحرة للوحة وحتى لمس اللوحة بأى جزء من أجزاء الجسم .

خامساً : المرونة :

الغرض من الاختبار :

قياس مرونة العمود الفقرى وعضلات الفخذين .

الأدوات :

صندوق مدرج بالسنتيمتر .

طريقة الأداء :

يقوم المختبر بالوقوف الرجلين ضم فوق الصندوق المدرج ثم يقوم بثنى الجذع أماماً أسفل ويلمس بالذراعين أقصى مدى ممكن من الصندوق المدرج .

قواعد الاختبار :

- ١- يؤدي الاختبار من وضع الوقوف
- ٢- عدم ثنى الركبتين وعند ثنيها تعتبر محاولة لاغية .
- ٣- أداء الاختبار مرتين للوصول إلى أفضل قياس .

التسجيل :

يتم تسجيل عدد السنتيمتر التي يستطيع المختبر أن يلمسها بأصابعه المدرجة على الصندوق المدرج ويحتسب للمختبر أفضل قياس من المحاولتين .

مرفق رقم (٤)

أسماء الخبراء

الإسم	الوظيفة
١- أحمد إبراهيم شحاتة	: أستاذ الجمباز ورئيس قسم التمرينات والجمباز - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الأسكندرية .
٢- محمد إبراهيم شحاتة	: أستاذ الجمباز بقسم التمرينات والجمباز - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الأسكندرية .
٣- صديق محمد طولان	: أستاذ الجمباز ووكيل كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الأسكندرية .
٤- محمد محمود عبد السلام	: أستاذ الجمباز بقسم التمرينات والجمباز - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الأسكندرية .
٥- عدلى حسين بيومى	: أستاذ الجمباز - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان .
٦- مصطفى كامل على	: أستاذ الجمباز - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان .
٧- غانم مرسى غانم	: أستاذ الجمباز - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان .
٨- عادل عبد الحليم حيدر	: أستاذ الإختبارات والمقاييس ورئيس قسم علم النفس الرياضى - بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا .

مرفق رقم (٥)

استمارة تسجيل القياسات المورفولوجية وعناصر اللياقة البدنية

بطاقة تسجيل القياسات المورفولوجية لعينة البحث

الاسم :
النادى :
تاريخ الميلاد :
العمر التدريبي :

القياس	محاولة (٢)	محاولة (١)	السعة الحيوية سم ٣	٤
--------	------------	------------	-----------------------	---

	الكتفين	الأعراض سم	٥
	الصدر		
	الوسط		
	الحوض		
	الكف مفتوح		

	الكتفين	المحيطات سم	٦		
	الصدر				
	العضد			إرتخاء	إنقباض
	المرفق				
	الحوض				
	الفخذ				
	الساق				

الأطوال سم	١	الطول الكلى
		الطرف العلوى
		الطرف السفلى
		الذراع
		العضد
		الساعد
		الكف
		الرجل
		الفخذ
		الساق
القدم		
إرتفاع القدم		

الوزن كجم	٢
--------------	---

الأعماق سم	٣	الصدر
		الحوض

تحت الإبط	سمك الدهن سم	٧
جانب البطن		
خلف العضد		

بطاقة تسجيل القياسات المورفولوجية لعينة البحث

الاسم :
النمادى :
تاريخ الميلاد :
العمر التدريبى :

القياس	محاولة (٢)	محاولة (١)	السعة الحيوية سم ٣	٤
--------	------------	------------	-----------------------	---

	الكتفين	الأعراض سم	٥
	الصدر		
	الوسط		
	الحوض		
	الكف مفتوح		

	الكتفين	المحيطات سم	٦		
	الصدر				
	العضد			إرتخاء	إنقباض
	المرفق				
	الحوض				
	الفخذ				
	الساق				

	الطول الكلى	الأطوال سم	١
	الطرف العلوى		
	الطرف السفلى		
	الذراع		
	العضد		
	الساعد		
	الكف		
	الرجل		
	الفخذ		
	الساق		
	القدم		
	إرتفاع القدم		

	الوزن كجم	٢
--	--------------	---

	الصدر	الأعماق سم	٣
	الحوض		

	تحت الإبط	سمك الدهن سم	٧
	جانب البطن		
	خلف العضد		

إستمارة تسجيل اختبارات اللياقة البدنية لعينة البحث

الاسم :
النمادى :
تاريخ الميلاد :
العمر التدرىبى :

م	الاختبار	محاولة (١)	محاولة (٢)	الزمن
١	السرعة ٥٠ م (سرعة إنتقالية)			

م	الاختبار	قوة القبضة اليمنى	قوة القبضة اليسرى
٢	القوة (القوة الثابتة)		

م	الاختبار	محاولة (١)	محاولة (٢)	التسجيل
٣	القدرة (الوثب العريض)			

م	الاختبار	محاولة (١)	محاولة (٢)	التسجيل
٤	التوازن (التوازن الثابت)			

م	الاختبار	محاولة (١)	محاولة (٢)	التسجيل
٥	المرونة (مرونة العمود الفقرى وعضلات الفخذين)			

مرفق رقم (٦)

مستوى الأداء المهارى

بطولة : الجمهورية تحت درجة أولى بينين
 التاريخ : ١٩٩٨/١٢/١٧
 الملعب : المركز الأولمبي بالمعادى
 المستوى : درجة أولى بينين

الإتحاد المصرى للجيمناز
 الجيمناز الفنى رجال

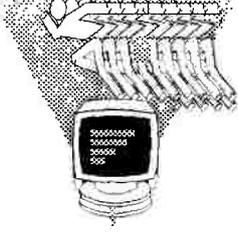
نتيجة الفردى العام على مجموع الأجهزة

المركز	المجموع	عقله	متوازى	حصان قفز	حلق	حصان حلق	الأرضى	الفن	اسم اللاعب	رقم اللاعب
أول	٥٥,٤٨٠	٩,١٢٥	٩,٣٥٠	٩,٧٣٠	٩,١٢٥	٩,٢٥٠	٩,٠٠٠	نادى القاهرة الرياضى	رؤوف عبد الكريم عبد الرؤوف	٢٢٠
ساحس	٥٤,٨٥٠	٩,٠٠٠	٩,٠٠٠	٩,٠٠٠	٩,٠٠٠	٩,١٠٠	٩,٧٥٠	نادى سيورتنج الرياضى	نشات حلمى خليفه	٢٢٤
رابع	٥٥,٢١٠	٩,١٢٥	٩,٧٣٠	٨,٧٣٠	٩,٥٠٠	٩,٠٠٠	٩,١٢٥	نادى سيورتنج الرياضى	طارق أحمد السيد	٢٢٥
ثانى	٥٥,٢٥٠	٩,٠٠٠	٩,١٠٠	٩,١٢٥	٩,٧٥٠	٩,١٢٥	٩,٢٥٠	نادى القاهرة الرياضى	وليد سعيد عبد الله	٢١٨
ثالث	٥٥,٣٢٥	٩,٥٠٠	٩,١٢٥	٩,١٠٠	٩,٣٥٠	٩,١٢٥	٩,١٢٥	نادى القاهرة الرياضى	مراد قنحى زكى	٢١٩
خامس	٥٤,٩٧٥	٩,١٢٥	٩,٥٠٠	٩,٠٠٠	٩,٠٠٠	٩,٠٠٠	٩,٣٥٠	النادى الأهلى	كريم على عبد الرحمن	٢٢٦

مدير البطولة

مرفق رقم (٧)

المعاملات الإحصائية



جامعة الاسكندرية

كلية التربية الرياضية للبنين
وحدة البحوث والمعلومات الرياضية
وحدة ذات مسابح خاص

بيان

قام السيد / خالد محمود أبو منور (الصغيرى) يعمل فى : مدرس أول تربية رياضية بطنطا

باجراء المعالجات الاحصائية لبحثه بالوحدة

وذلك على عينة اساسية ٦ مفردة وعدد متغيراتها ٤٦ متغيرا

حيث تم اجراء المعالجات الاحصائية الآتية بناء على طلبه:

الوصف و يشمل الوسط الحسابى و الوسيط و الانحراف المعياري و الالتواء و التفلطح و
مصنوفة الارتباط

وقد منح هذا البيان دون ادنى مسئولية على الوحدة،،

مدير الوحدة

أ.د/ محمد هبرى عمر محمد

ملخصات البحث

أولاً : ملخص البحث باللغة العربية

ثانياً ملخص البحث باللغة الإنجليزية

ملخص البحث باللغة العربية
لرسالة الماجستير المقدمة من الباحث
خالد محمود أبو مندور الصعدي

موضوع البحث :

**" القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية وعلاقتها
بمستوى الأداء لدى لاعبي الجمباز "**

مشكلة البحث وأهميته :

رياضة الجمباز من الرياضات التي تعتمد اعتماداً كبيراً ورئيسياً على متطلبات ومواصفات خاصة من الناحية المورفولوجية والبدنية لما تتميز به رياضة الجمباز من تعدد أنواعها وتباين أجهزتها وكثرة مهاراتها المختلفة .

كما أن التطور والتقدم الملحوظ في أداء الفريق القومي المصري للجمباز رجال بدورة البحر الأبيض المتوسط ١٩٩٧ م وحصول اللاعب رؤوف عيد الكريم على الميدالية الذهبية في مسابقة القفز على الحصان بنفس البطولة ، بالإضافة إلى تصدر الفريق القومي المصري للجمباز رجال للصدارة والمراكز الأولى وحصر أغلب الميداليات بالبطولات الإفريقية ، هذه المشكلة أثارت الباحث إلى الاتجاه في البحث عن أفضل الوسائل الملائمة لقياس وتقييم وتتبع الفريق القومي المصري للجمباز رجال من حيث أفضل القياسات المورفولوجية وكذلك قياس بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة ومدى إرتباطها وتأثيرها على مستوى الأداء المهاري للاعبين الجمباز .

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى محاولة التعرف على :

- ١- العلاقة بين بعض القياسات المورفولوجية بمستوى الأداء لدى لاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال .
- ٢- العلاقة بين بعض عناصر اللياقة البدنية بمستوى الأداء لدى لاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال .

فروض البحث :

- ١- توجد علاقة دالة إحصائياً بين بعض القياسات المورفولوجية ومستوى الأداء لدى لاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال .
- ٢- توجد علاقة دالة إحصائياً بين بعض عناصر اللياقة البدنية ومستوى الأداء لدى لاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي نظراً لملائمته لطبيعة البحث .

مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية للاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال وبلغ عددهما (٦) لاعبين هم أعضاء الفريق القومي المصري للجمباز رجال .

القياسات المستخدمة في البحث :

أولاً : القياسات المورفولوجية :

- قياس الأطول متمثلة في (الطول الكلى - طول الطرف العلوى - طول الطرف السفلى - طول الزراع - طول العضد - طول الساعد - طول الكف - طول الرجل - طول الفخذ - طول الساق - طول القدم - ارتفاع القدم) .
- الوزن
- قياس الأعرض متمثلة في (عرض الكتفين - عرض الصدر - عرض الوسط - عرض الحوض - عرض الكف مفتوح)
- قياس الأعماق متمثلة في (عمق الصدر - عمق الحوض)
- قياس المحيطات متمثلة في (محيط الكتفين - محيط الصدر - محيط العضد أنبساط - محيط العضد إنقباض - محيط الساعد - محيط المرفق - محيط الحوض - محيط الفخذ - محيط الساق) .
- سمك الدهن متمثل في (سمك الدهن تحت الأبط - سمك الدهن خلف العضد - سمك الدهن جانب البطن)

ثانياً : قياس عناصر اللياقة البدنية :

- تم إجراء إختبارات اللياقة البدنية للعناصر التالية (السرعة ، قوة القبضة اليمنى واليسرى ، القدرة ، التوازن ، المرونة) .

الأجهزة والأدوات المستخدمة :

- ميزان طبي معتمد
- جهاز رستاميتز
- جهاز برجل الأعراض (بلفوميتر)
- لقياس الوزن
- لقياس الطول
- لقياس الأعراض والأعماق

- جهاز سكن فولد
- جهاز سبيروميتر الجاف
- جهاز ديناموميتر
- شريط قياس معتمد
- ساعة إيقاف
- صندوق مدرج بالسنتيمتر
- لقياس سمك الدهن
- لقياس السعة الحيوية
- لقياس القبضة

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (٥) لاعبين هم لاعبي منتخب جامعة طنطا للجمباز في الفترة من ١٥/٢/١٩٩٩ إلى ٢٠/٢/١٩٩٩ بهدف التعرف على .

- مدى صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة .
- التدريب على إجراء قياسات البحث .
- مدى ملائمة ترتيب إجراء قياسات البحث .
- مدى كفاءة المساعدين في أداء مهمتهم .
- تحديد عدد المساعدين .
- اكتشاف الصعوبات المحتمل حدوثها أثناء التطبيق للعمل على تسجيلها .

الدراسة الأساسية :

تم تنفيذ قياسات البحث فقام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية على لاعبي الفريق القومي المصري للجمباز رجال وذلك خلال يومي ١٤-١٥/٣/١٩٩٩ م .

قام الباحث بإعداد البيانات الخاصة بالقياسات المورفولوجية وعناصر اللياقة البدنية وكذلك مستوى الأداء للاعبين وجدولتها وإعدادها للمعالجة الإحصائية .

المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث :

- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط .

إستخلاصات البحث :

١- وجود إرتباط معنوى فى القياسات المورفولوجية الخاصة بالأطوال والوزن بعضها دال عند مستوى معنوى (٠,٠١) والبعض الآخر دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، وكانت القياسات المورفولوجية المساهمة على الترتيب الطولى الكلى - طول الطرف العلوى - طول الطرف السفلى - طول العضد - طول الكف - طول الرجل - طول الساعد - طول الزراع - طول الفخذ - طول القدم - إرتفاع القدم - الوزن .

٢- وجود إرتباط معنوى فى القياسات المورفولوجية الخاصة بالأعماق والأعراض والسعة الحيوية بعضها دال عند مستوى معنوية (٠,٠١) ، والبعض الآخر دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ، وكانت القياسات المورفولوجية المساهمة على الترتيب عرض الحوض - عرض الكف المفتوح - السعة الحيوية - عرض الوسط - عرض الصدر - عرض الكتفين - عمق الصدر - عمق الحوض .

٣- وجود إرتباط معنوى فى بعض القياسات المورفولوجية الخاصة بالمحيطات وسمك الدهن بعضها دال عند مستوى معنوية (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، والبعض الآخر غير دال ولكن يوجد بينها إرتباط مع مستوى الأداء على أجهزة الجمباز المختل ، وكانت القياسات المورفولوجية المساهمة على الترتيب محيط الصدر - محيط الحوض - محيط العضد - إنقباض - محيط الساعد - محيط الكتفين - محيط العضد إنبساط - محيط الفخذ .

- ٤- وجود ارتباط معنوي في عناصر اللياقة البدنية قيد البحث بعضها دال عند مستوى معنوية (٠,٠١) والآخر دال عند مستوى معنوية (٠,٠٥) وكانت عناصر اللياقة البدنية المساهمة على الترتيب (السرعة - القدرة - التوازن - قوة القبضة اليمنى - قوة القبضة اليسرى - المرونة) .
- ٥- القياسات المورفولوجية وعناصر اللياقة البدنية لها تأثيرها الفعال والإيجابي على مستوى الأداء المهارى على أجهزة الجماز الستة .

توصيات البحث :

- ١- إهتمام المدربين بإنقاء أفضل اللاعبين الذين يتمتعون بمقاييس مورفولوجية مميزة من حيث الطول وطول الأطراف وبعض الاعراض والاعماق والمحيطات وكذلك يمتازون باللياقة البدنية العالية .
- ٢- ضرورة استعانة المدربين والاتحادات بنتائج الابحاث العلمية التي تعطى مدلولاً واضح عن مدى ما يتمتع به لاعبيننا من قياسات مورفولوجية أو بدنية أو مهارية وحتى تساعدهم في تقويم برامجهم بصفة مستمرة .
- ٣- يوصى الباحث المدربين بضرورة إجراء إختبارات اللياقة البدنية بصفة مستمرة حتى يستطيع المدربون أن يحددوا المستوى الذى وصل إليه اللاعب .
- ٤- ضرورة إجراء مثل هذه الابحاث بصفة مستمرة وكذلك تطبيقها على باقى الرياضات الفردية الأخرى .
- ٥- ضرورة الاتجاه فى البحث كل فترة زمنية معينة عن تحديد مستويات معيارية للاعبين من حيث القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية وخاصة قطاع الناشئين والمنتخبات القومية .

المستخلص :

- رسالة ماجستير المقدمة من الباحث / خالد محمود أبو مندور الصعيدى .
- يهدف البحث إلى التعرف على القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية وعلاقتها بمستوى الأداء للاعبى الفريق القومى المصرى للجمباز رجال .
- أجريت الدراسة الاستطلاعية فى الفترة من ١٥-٢٠/٢/١٩٩٩ وذلك للتأكد من معاملات الصدق والثبات للاختبارات قيد البحث .
- تم إجراء الدراسة الأساسية على عينة قوامها (٦) لاعبين هم الفريق القومى المصرى للجمباز رجال فى الفترة من ١٤-١٥/٣/١٩٩٩ .
- توصل الباحث إلى أنه توجد علاقة ايجابية بين القياسات المورفولوجية واللياقة البدنية بمستوى الأداء للاعبى الفريق القومى المصرى للجمباز رجال .
- يوصى الباحث على الاهتمام بالقياسات المورفولوجية واللياقة البدنية عند اختيار الناشئين .

Tanta University
Faculty of Physical Education
Sports Training

**“ The Morphological Measurements, Physical Fitness
And Its Relationship With The Performance
Level For The Gymnastic Players ”**

M.A. Thesis Presented by

KHALED MAHMOUD ABO MANDOUR

Supervision

**Prof./ Ahmed Elmetwally
Mansour El Bazz**

Professor Of gymnastics and Head of
Sports Training , Deputy for Community
services and environment development
Faculty of P.E. -Tanta University

**Prof./ Zenab Sayed Hassan
Ali**

Professor of gymnastics and Head Of
curriculum and teaching methods
department Faculty of P.E.
Tanta University

1421 A.H - 2000 A.D

The Problem :

Gymnastic is and of the Sports which depends basically and Irately on demands and Measurements especially morphologically and physically.

That is for the variety of its kinds, variety of its Machines and the variety of its different skills.

Also , the remarkable advance in the Gymnastic Egyptian national team for men Performance in the Mediterranean sea circle 1997, And the accomplishment of the player R Aouf ABD ElkARIEM for the gold medal in Horse jumping Competition at same championship .

Also the accomplishment of the Egyptian national team for men for the first places and taking most of the medals in the African Championships.

This problem encouraged the researcher to research for best means to measure, evaluate and follow the gymnastic Egyptian national team for me, form the best morphological measurements, and Also measuring some of the specific physical fitness and their relation and effect on the skilled performance for gymnastic players.

Aims :

The study their to identify :

- 1- The relationship between some morphological measurements and performance level for the Gymnastic Egyptian national team players for men.

2- The relationship between some of the physical fitness items and the performance level for the Gymnastic Egyptian national team players for men.

Research Supposals :

- 1- There is statistic relationship between some of the morphological measurements and the performance level for the Gymnastic Egyptian national team players for men.
- 2- There is statistic relationship between some of the physical fitness items and the level performance for the gymnastic Egyptian national team players for men .

Procedures :

Method :

The descriptive method with the survey style was used as it was appropriate, for nature of this study.

Sample :

The sample has been chosen by the intended way for the Gymnastic Egyptian national team players for men.

The sample includes 6 players are the members of the Gymnastic Egyptian national team for men.

Measurements:

Morphological measurements:

- 1- Length measurements (Height of the upper limb upper arm/humerus with –
Forlarm – hand – lower limb – femur – leg)

- 2- Weight – Total.
- 3- Widths measurements (Diocomial – chest – abdominal- pelvis – hand).
- 4- Diameter measurements (chest- pelvis).
- 5- Circum ference measurements (Chest “inspiration” chest “expiration”
Biceps – extended – Biceps contraction- Forearm Cubital – Hipgirth
thigh – leg
- 6- Skinfold measurements at (triceps – chest – Abdomen).
- 7- Pulmonic vital capacity measurements .
- 8- Grip strength measurements.

Physical fitness items measurement :

- 1- Speed.
- 2- Force.
- 3- Capacity.
- 4- Balance .
- 5- Flexibility.
- 6- Measurement o performance level .
- 7- The performance level has been measured by
- 8- The results of Gymnastic republic championship 1998 .

Apraratus and Aids :

- 1- Medical weighting machine .
- 2- Restamieter machine
- 3- Bolfomieter machine
- 4- Skinfold machine .
- 5- Dry Asperomieter machine

6- Dinamometer machine .

7- Tapemeasure .

8- Stop watch .

9- Divided Box with S.M.

Discovering study :

The researcher made a discovering study on a sample includes 5 players are the gymnastic team of tanta university in period of 15-2 to 20-2 1999 to recognize .

1- How good is the used machines and tools .

2- Training on research measurements .

3- Deciding the number of helpers and training them research measurements.

Basic study :

The research measurements has been done by making the basic study on the Gymnastic Egyptian national team for men and that was in 14,15, - 3- 1999 .

Statistical Analysis :

1- Mean .

2- Standard deviation .

3- Correlation .

Research Results :

1- There is a Psychological relation in some of the Morphological measurements Concerning rainless and skinfold. Some of the them lead for Psychological Level (01.0 - 05.0) . Some others not leading but there is a

relationship between them and the performance level on the Gymnastic machines .

- 2- There is a psychological relation in physical fitness item , some of them lead for psychological level (01.0) and the other lead for psychological level (05.0) and the contributing physical fitness items were (Speed – Capacity – Balance - The force of the right hand - The force of the left hand –Flexibility) .
- 3- Morphological Measurements and physical fitness items have its effective effect on skilled performance level on the six Gymnastic machines.

Recommendation :

- 1- Trainers Care To Select best Players Who have a distinguished morphological Measurements for the length length of the limbs, some widths, depth and rounds. And also distinguished unth the physical fitness.
- 2- Trainers and unions should use the results of the scientific researches results which give a clear evicence on the skilled, physical and morphological measurements for our players which helps them in evaluating these programs regularly.
- 3- The researcher recommends thinners to moke the tests of the physical fitness regularly to help trainers to define the level which the player reached.
- 4- These researches should be procedure regularly and also using them on the other single sports.

The summary :

- M.A. Presented by the researcher / **KHALED MAHMOD ABO MANDOUR** - Teacher of Sport education in TANTA .
- The Preparatory Study was conducted in The Period form .15-20 /1999 .
- The essential study was conducted on a Sample consists of (6) are the Egyptian national team for men .
- The researcher Found there is a relationship between the Morphological Measurements and Physical Fitness with the performance level .
- So the researcher recommended the necessity of the Morphological Measurements and Physical Fitness for its importance with the Performance Level .