

الفصل الأول

- ١ - مشكلة البحث وأهميته .
- ٢ - أهداف البحث .
- ٣ - مصطلحات البحث .

١ - مشكلة البحث وأهميته :

يعتبر جسم الفرد بشكله وامكانياته من الأهمية بمكان ، حيث أنه يعطى إنطباعاً وفكراً عاماً عن الحالة البدنية والصحية والنفسية للفرد، ولهذا يحاول كل فرد الاحتفاظ بالنمط المناسب الذي يؤهله لتأدية دوره في المجتمع بنجاح.

فقد أشار "تيتل Tettel" (١٩٧٢) الى أن تكوين الجسم يتصل مباشرة بقدرة الفرد على الأداء (٩٨ : ١٣٨)، كما أشار "تانر Tanner" (١٩٧٧) الى أن افتقار الفرد للتكوين الجسمي السليم يؤدي الى عدم كفاية الوصول لمستوى عال في الأداء (٩٧ : ٣٥١).

وقد اهتم العلماء والباحثون بموضوع أنماط الأجسام وايجاد العلاقة بينها وبين الجوانب الأخرى للانسان حيث أفردوا لها دراسات وبحوث عديدة، فقد أشار "جاراي Garay" ان القائمين على مجال التربية الرياضية قد أظهروا اهتماماً بدراسة النمو الجسمي كوسيلة للدلالة على علاقة الأنماط الجسمية بالنجاح في مختلف الأنشطة الرياضية (٦٠ : ٥٥).

ويرى "علاوى" (١٩٨٢) ان كل نشاط من الأنشطة الرياضية يتميز عن الآخر من حيث توافر قدرات وصفات معينة للرياضي تؤهله لممارسة هذا النوع من النشاط بصورة أفضل (٢٢ : ٢٨).

كما يشير "صباحي حسانين" (١٩٨٧) الى ضرورة توافر الأجسام المناسبة كأحد الدعامات الواجب توافرها للوصول باللاعب لأعلى المستويات الرياضية الممكنة، فالمدرّب مهما بلغت قدرته الفنية لن يستطيع أن يُعد بطلا لا تتوافر فيه الصفات الجسمية المناسبة لهذا النوع من النشاط الرياضي (٢٤ : ٤٤).

ومن أهم الباحثين الذين تناولوا هذه العلاقة "كارتر Carter" (٤٤)، "كلارك وشيلي Clark & shelley" (٥١)، "كيورتن Cureton" (٥٢)، "بارنيل Parnell" (٨٢)، "تانر Tanner" (٩٦)، وأسفرت نتائج دراساتهم الى ان العدائين يتميزون بالنمط العضلي النحيف، كما أن متسابقى المسافات الطويلة، والوثب الطويل، والوثب العالى يتميزون بالنمط النحيف، ويتميزون الرباعون بالنمط السمين العضلي،

بينما يتميز متسابقوا الرمي بالنمط العضلى السمين، كما يتميز لاعبو الجمباز بالنمط العضلى النحيف، فى حين أن لاعبى كرة السلة يتميزون بالنمط النحيف، أما لاعبو المصارعة ولاعبو كرة القدم الأمريكية فانهم يتميزون بالنمط العضلى.

وبالنسبة للعلاقة بين النمط الجسمى واللياقة البدنية والحركية، فقد أجريت العديد من الدراسات كدراسة "كيورتن Cureton" (٥٢)، ودراسة "كلارك وبرومس Clark & Broms" (٥٠)، ودراسة "هيبلانك وبوستم Hebbelinck & Postma" (٦٨)، ودراسة بيربكس Perbix (٨٣).

ومن بين أهم النتائج التى توصلت اليها هذه الدراسات أن النمط النحيف تميز بأعلى الدرجات فى التوازن والرشاقة والمرونة وأقل الدرجات فى الجلد الدورى التنفسى، بينما تميز النمط العضلى بأعلى الدرجات فى القوة والقدرة العضلية وزمن رد الفعل، أما النمط السمين فقد حصل على أعلى الدرجات فى قوة القبضة "القوة الثابتة" وأقل الدرجات فى الرشاقة والقدرة العضلية وزمن رد الفعل.

أما بالنسبة لعلاقة أنماط الأجسام بالصحة فقد أشار "صبى حسانين" الى النتائج التى توصلت اليها عدة دراسات لايجاد ارتباط الأنماط الجسمية الثلاثة (النحيف، العضلى، السمين) بالصحة حيث وجد أن النمط النحيف تزداد احتمالات إصابته بأمراض الجهاز التنفسى وأمراض الجلد، بينما يتميز النمط العضلى بقدرة على مقاومة الأمراض، كما لديه القدرة على تحمل الألم وأداء المجهود العنيف، فى حين ان النمط السمين يتصف بارتفاع احتمالات اصابته بأمراض الجهاز الدورى والمرارة والكبد (٢٤ : ١٢٨).

كما يرتبط النمط الجسمى ارتباطاً كبيراً بشخصية الفرد وسلوكه حيث يمكن عن طريق معرفة النمط الجسمى الاستدلال بصورة مبدئية عن شخصية الفرد وسماته النفسية، وهذا ما أشار اليه "شيلدون Sheldon" فى دراسة قام بها بهدف إيجاد العلاقة بين النمط الجسمى وبين صفات الجسم الوظيفية وسماته النفسية حيث توصل الى ثلاث أنماط جسمية هى: "النمط البدين Endosomic، النمط قوى

البنية Somatosomic، النمط الضعيف Leptosomic، تقابلها ثلاث أنماط مزاجية على الترتيب وهى: "المزاج الحشوى Viscerotonia، والمزاج البدنى Somatotonia، والمزاج المخى Cerebrotonia وأطلق على الطريقة المتبعة لتحديد ذلك اسم الطريقة الأنثروبومترية Anthrotyping (٨٨).

كما قام آخرون أمثال "كاربوفيتش Karpovich" ببحث العلاقة بين النمط الجسمى والاتجاهات حيث أشار الى وجود علاقة بين الأنماط الجسمية كما يراها "شيلدون" والاتجاهات النفسية نحو النشاط الرياضى (٧ : ٤٠٨ - ٤١٠).

من العرض السابق لأهمية مجال أنماط الأجسام بالنسبة للجوانب المختلفة للفرد ظهر العديد من الطرق والأساليب المناسبة لتحديدها ووضع الأسس الموضوعية لقياسها، ولعل من أبرز العلماء الذين أسهموا فى ذلك إسهامات قوية ("كرتشمير Kretschmer"، و"شيلدون Sheldon"، و"هوتون Hooton"، و"بارانيل Parnell"، و"كيورتن Cureton"، و"كلارك Clark"، و"هيث وكارتر Heath & Carter")، حيث ظهرت لكل من هؤلاء العلماء طريقتهم واسلوبه فى قياس وتحديد أنماط الأجسام.

ومن خلال الاطلاع على هذه الطرق تبين ان تقدير النمط الجسمى للأفراد يتم بأسلوبين هما: "الأسلوب الأول" هو تقدير النمط الجسمى عن طريق التقدير الذاتى وذلك فى ضوء تعليمات سبق وضعها كطريقة "شيلدون" للتصوير الفوتوغرافى (٨٩)، وطريقة "هيث وكارتر" للتصوير الفوتوغرافى (٤٥)، وطريقة "كيورتن" لتقسيم الجسم الى خمس مناطق (٥٢)، بينما يعتمد "الأسلوب الثانى" على التقدير الموضوعى حيث يستخدم القياسات الأنثروبومترية فى حكمه كوسيلة لتشخيص النمط الجسمى للأفراد كطريقة "هيث وكارتر" الأنثروبومترية (٤٣)، وطريقة M.4 لبارنيل (٨٢)، وطريقة "دامون" الأنثروبومترية (٥٤)، وطريقة مؤشر بوندرال لشيلدون (٨٩) ."

ومن ناحية أخرى فقد اعتمدت هذه الطرق فى تقنينها على عينات من بلاد مختلفة، وبطبيعة الحال فان هناك فروقاً جوهرية يمكن ملاحظتها من نتائج تطبيق هذه الطرق والأساليب المختلفة فى تقويم أنماط الأجسام على نفس الأفراد محور

التقويم، وقد تبين للباحث (١١) صدق هذه المقولة عند قيامه بإجراء القياسات الخاصة بدراسته للماجستير والذي تناول من خلالها تقويم النمط الجسمي لعينة من التلاميذ واستخدم فى ذلك أربعة طرق للتقويم "طريقة شيلدون" للتصوير الفوتوغرافى، وطريقة "كيورتن" لتقسيم الجسم الى خمس مناطق، وطريقة "مؤشر بوندرال Ponderal Index"، وطريقة "هيث وكارتر" الانثروبومترية" حيث أظهرت النتائج وجود فروقاً دالة احصائياً بين طرق التقويم الأربعة فى تقديرهم للنمط الجسمى لنفس الأفراد، ولما كانت هناك اختلافات عديدة فى تكوين وشكل الجسم بالمجتمعات نتيجة لإختلاف خواص كل بيئة، مما قد يؤثر على صدق محكات تقويم هذه الطرق وتحديد مدى صلاحيتها وصحتها والتي ترتبط بالمجتمعات فى نفس الوقت التى أشتقت منها هذه الطرق زمنياً ومكاناً، وهذا ما أشار اليه "سميث وآخرون Smith et al." و"أس نيزى وآخرون As Neyzi et al."، من أنه توجد تباينات واضحة فى تكوين وشكل الجسم من حيث الطول والوزن وسمك الدهن لدى الأطفال والشباب من الجنسين للبلاد المختلفة (٨٥).

ويشير "هيث وكارتر" الى ان معظم الطرق الحديثة قد انبثقت من طريقة "شيلدون" وعلى الرغم من ذلك فقد استندت على مقومات واجراءات مختلفة مما نتج عن ذلك ظهور بعض التباين والتضاد بين هذه الطرق (٤٥ : ٤٦ - ٥٦) .

ويتفق ذلك مع ما أشار اليه "روس وويلسون Ross & Wilson" الى ان طريقة «شيلدون» وطريقة "هيث وكارتر" هما أسلوبان مختلفان وتقديراتهما غير قابلة للتبادل (٨٧ : ٢٧٢)، مما يشير الى ان اختيار طريقة عن أخرى أمر يصعب حسمه على كثير من الباحثين.

وفى ضوء ما تقدم فقد رأى الباحث أن هناك ضرورة للتوصل الى طريقة يمكن استخدامها فى البيئة المصرية تتميز بدقتها النسبية بالمقارنة بالطرق الأخرى فى ضوء نتائج الدراسة الحالية والدراسات الأخرى السابقة كنوع من أنواع التقنين لهذه الطريقة فى البيئة المصرية.

٢ - أهداف البحث :

- أ - دراسة الطرق المستخدمة في تقويم النمط الجسمي قيد الدراسة.
- ب - التعرف على قدرة كل طريقة في تحديد كل من الأنماط الجسمية الواردة بها
- ج - التوصل الى طريقة مناسبة لتقويم النمط الجسمي للشباب المصري، كنوع من أنواع التقنين لهذا النوع من القياسات في البيئة المصرية.

٣ - مصطلحات البحث :

- النمط الجسمي Somatotype

هو تحديد كمى للعناصر الثلاثة الأصلية التي تحدد الشكل الخارجى لشخص ما، ويعبر عنه بثلاثة أرقام متتالية، يشير الأول منها الى عنصر السمنة، والثانى الى عنصر العضلية، والثالث يشير الى عنصر النحافة (٨٩ : ٣٣٧).

- النمط السمين Endomorphy

هو العنصر الأول للشكل الخارجى للشخص ويتميز بوضوح أجزاء الجهاز الهضمى (٨٩ : ٣٣٧).

- النمط العضلي Mesomorphy

هو العنصر الثانى للشكل الخارجى للشخص ويتميز بوضوح الأنسجة الناتجة من الوريقة المتوسطة أى العظام والعضلات والنسيج الضام (٨٩ : ٣٣٧).

- النمط النحيف Ectomorphy

هو العنصر الثالث للشكل الخارجى للشخص ويتميز بوضوح الأنسجة الناتجة من الوريقة الظاهرة أى الجهاز العصبى والجلد وأعضاء الحس (٨٩ : ٣٣٧).

- النمط المتزن (المثالى) Ideal or All round

هو النمط المتوسط فى درجات السمنة والعضلية والنحافة (١٩).

Mesomorphic Endomorphic - النمط السمين العضلى

هو النمط الذى تغلب فيه سمة السمنة على العضلية

Endomorphic Mesomorphic - النمط العضلى السمين

هو النمط الذى تغلب فيه سمة العضلية على السمنة.

Ectomorphic Mesomorhic - النمط العضلى النحيف

هو النمط الذى تغلب فيه سمة العضلية على النحافة .

Mesomorphic Ectomorphic - النمط النحيف العضلى

هو النمط الذى تغلب فيه سمة النحافة على العضلية .

Obesity - السمنة

هى حالة فى الجسم تؤدى الى زيادة وزنه نتيجة التخزين الزائد للدهون
فيه (٥) .

Taonness - النحافة

هى الحالة التى يصبح فيها وزن الجسم أقل بمقدار ١٥ - ٢٠٪ من الوزن
الطبيعى (٢٨) .