

## القياسات الجسمية الأنثروبومترية

### معنى القياسات الأنثروبومترية

كلمة الأنثروبومتري مشتقة من مقطعين باللغة الإغريقية هما anthropo وتعني الإنسان metry وتعني القياس ومن هنا يتضح أنّ الأنثروبومتري يعني قياس جسم الإنسان وأجزائه المختلفة والأنثروبومتري فرع من فروع الأنثروبولوجيا anthropologie وهو العلم الذي يبحث في أصل الإنسان وتطوره من النواحي البدنية والاجتماعية و الثقافية و السلوكية أو هو العلم الذي يقيس الجسم البشري وأجزاءه عن طريق مجموعة (mathews, 1976, p. أو هو العلم الذي يقيس الجسم البشري وأجزاءه 73).

من تقنيات ومنهجيات مقننة لأخذ قياسات الجسم وأجزائه، وتتضمن التحديد الدقيق للنقاط الأنثروبومترية للجسم، والأوضاع الخاصة بالفرد لأخذ القياسات، واستخدام الأدوات المناسبة.

### أهمية القياس الأنثروبومتري

تعتبر القياسات الأنثروبومترية ذات أهمية كبيرة في تقويم نمو الغدد، والتعرف على الوزن والطول في المراحل السنية المختلفة يعتبر أحد المؤشرات التي تعبر عن حالة النمو، عند الأفراد فالقياسات الأنثروبومترية تعد إحدى الوسائل الآمنة في تقويم نمو الأفراد.

أما بالنسبة للمجال الرياضي فقد أثبتت الدراسات وجود ارتباط بين المقاييس الجسمية و العديد من -القدرات الحركية والتفوق في الأنشطة المختلفة، وهذا ما أثبتته " كيوستن أنّ الرياضيين في بعض الألعاب يتميزون عن اقرانهم في الوزن والطول

## الأغراض الأنتروبومترية:

تتجلى الأغراض الأنتروبومترية على النحو التالي:

\_\_ التعرف على معدلات النمو الجسمي للفئات العمرية المختلفة ومدى تأثير هذه المعدلات بالعوامل البيئية المختلفة.

\_\_ معرفة نسب المكونات الجسمية لفئات العمر المختلفة.

\_\_ التحقق من تأثير بعض العوامل مثل: الحياة المدرسية، نوع وطبيعة العمل و الممارسة الرياضية على البنين وتركيب الجسم

تعيين الصفات والخصائص الجسمية اللازمة للخدمة في بعض المجالات

\_\_ التعرف على تأثير الممارسة الرياضية والأساليب المختلفة للتدريب الرياضي على بنية الجسم.

\_\_ - التعرف على الصفات والخصائص المورفولوجية الفارقة بين الأجناس

-أنواع القياسات الأنتروبومترية المعتمدة في المجال الرياضي:

قياس الوزن: قياس الوزن بواسطة الميزان الطبي، حيث يقف الشخص في منتصف القاعدة للميزان

وهو شبه عاري

-قياس العروض(الأقطار):(تم هذه القياسات بواسطة القدم القنوية أو البر جل المنزلق الصغير

وهي تتضمن: قطر العضد(المرفق - قطر الساعد - قطر الفخذ)الركبة - قطر

الساق(الكعب - عرض الكتفين - قطر القفص الصدري - قطر الحوض.

جدول: (1) يوضح مناطق قياس عروض الجسم

المنطقة	الوصف
1- عرض الكتفين	المسافة بين التوءين الأخرمين
2- عرض الصدر	يتم القياس من الأمام و تحت مستوى الحلمة مباشرة
3- عرض الحوض	المسافة بين تنوعي العظميين الحرقفيين.
4- عرض الوركين.	المسافة بين المدورين الكبيرين
عرض الركبة	أثناء الجلوس و زاوية مفصل الركبة 90 درجة.
6- عرض المرفق	المسافة بين لقمتي عظم العضد و المفصل بزاوية 90 درجة و الكف باتجاه وجه المفحوص
7- عرض كاحل القدم	يتم القياس من الخلف و فوق الكعب مباشرة.
8- عرض رسغ اليد	المسافة بين عظمي الكعبرة و الزند و اليد ممدودة و الكف لأسفل

قياس المحيطات: وتقاس بواسطة الشريط المترى المرقم و تتضمن: محيط الرقبة - محيط القفص الصدري - محيط الذراع(العضد - محيط الساعد - محيط الفخذ - محيط الساق - محيط رسغ اليد - محيط الحوض..

الشكل: (1) يوضح أماكن قياسات المحيطات

