



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
مخبر التعلم والتحكم الحركي



شهادة مشاركة

يتشرف معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ومخبر التعلم والتحكم الحركي بجامعة المسيلة أن يمنح هذه الشهادة للأستاذ:

جامعة المسيلة

جامعة الجزائر 3

د. بن الطاهر اسماعيل

د. مهادي عثمان

نظير تقديمها مداخلة في الملتقى الدولي يومي 15 و 16 أفريل 2025 بجامعة المسيلة حول

الخصائص المورفوفسيونية للرياضي وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة

عنوان:

دراسة مؤشرات التركيب الجسمي لدى رياضي العاب القوى

مدير المعهد

المكلف بتسيير شؤون
المعهد علوم و تقنيات
النشاطات البدنية والرياضية
حملاوي حامد



مدير المخبر



د. حافظ محمد

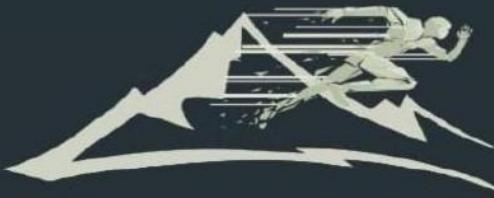


الملتقى الدولي

الخصائص المورفوفظيفية لرياضي وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة
تحت شعار: الممارسة الرياضية من خلال فهم الجسم وتعزيز الأداء
يومي 15-16 افريل 2025 / حضوري و عن بعد



برنامج الملتقى



استقبال وتسجيل المشاركون

09:00 - 08:00

البرنامج الافتتاحي للملتقى بقاعة المحاضرات بالمعهد

10:00 - 09:00

آيات من القرآن الكريم

النشيد الوطني

كلمة رئيس الملتقى : أ.د مراد بن اعمر

كلمة المشرف العام مدير المعهد : أ.د عامر حملاوي

كلمة الرئيس الشرفي مدير جامعة محمد بوضياف : أ.د عمار بودلاعة

الجلسة الافتتاحية

12:00 - 10:00

مقرر الجلسة : أ.د كبوية محمد

رئيس الجلسة : أ.د جوادي خالد

Structuration de l'entraînement et données de performance dans le football professionnel algérien
(données récentes)

Prof . Chiha Fouad – Université Constantine 2

Prof . Mohamed Kabouya – Université M'sila

La réhabilitation et l'implication de l'exercice physique adapté chez les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer : Aspects cognitif et moteur

Dr. Sabri Gaiéd Chortane – Université De Sfax Tunisie

Dr.Djennad Djamel – Université De Béjaia

La protection de la santé dans les sports de combat L'exemple du MMA

Prof. Serge Pautot - Université de marseille Dr. Djennad Djamel - Université De Béjaia

انطلاق ورشات الملتقى الحضورية

انطلاق ورشات الملتقى عن بعد

اختمام فعاليات الملتقى

برنامج الورشة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

المكان : قاعة الندوات

نطط الورشة : حضورية

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية و الأداء) / الأمراض المزمنة و الوقاية.

مقرر الجلسة : أ.د بن خالد الحاج

رئيس الجلسة : د. جناد جمال

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

Dr. Redouane Mihoubi University de bouira

14:10 -14:00

La liberation des emotions dans le sport de haut niveau .

جامعة المسيلة

أ.د نطاح كمال أ.د صغيري رابح

دور تمارين الإدراك والإحساس الحركي العميق وتمارين الوقاية قبل الإصابة وأهميتها في التأهيل الرياضي بعد الإصابة لدى الرياضيين

14:20 -14:10

جامعة مستغانم

د. خوجة يوسف د. ميم مختار

تأثير إستراتيجية تقوين الأحمال التدريبية بعد فترات التوقف الطويلة عن التدريب على الأداء البدني لدى لاعبي كرة القدم

14:30 -14:20

جامعة المسيلة

د. والي عبد النور

جامعة تبسة

د. لعمراء سليم

متطلبات التغذية الصحية للرياضيين

14:40 -14:30

جامعة سطيف 2

د. مدارسي لطفي

د. لواتي عبد السلام

جامعة الجزائر 3

د. حمودة محمد لمين

دراسة بعض المحددات المورفوفظيفية ودورها في انتقاء البطل الناشئ في السباقات المتوسطة.

14:50 -14:40

جامعة بسكرة

د. نعسان تقي الدين

د. مجذ طنش

جامعة المسيلة

د. رضوان شرون

جامعة بسكرة

أثر المكملات الغذائية على الصحة النفسية لدى رياضي كمال الأجسام " دراسة ميدانية على رياضي كمال الأجسام لولاية سطيف"

15:00 -14:50

جامعة مستغانم

د. ضيف محمد البشير

أثر برنامج تدريبي للمشي على الرمال على بعض المتغيرات الفيزيولوجية والبيوكيميائية لمرضى ماقبل ارتفاع ضغط الدم

15:10 -15:00

فتح النقاش حول مدخلات الورشة الأولى – حضورية 15:30 -14:00

برنامج الورشة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

المكان : القاعة 01

نطط الورشة : حضورية

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية و الأداء) / الصحة النفسية و العقلية

مقرر الجلسة : أ.د زواوي عبد الوهاب

رئيس الجلسة : أ. د عروسي عبد الرزاق

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة
14:10 - 14:00	د. خالمية عبدالحليم أ.د بن قوة علي د. ببوشة وهيب جامعة مستغانم تصميم تطبيق ألى متعدد الأبعاد لانتقاء اللاعبين الموهوبين من الناشئين لفنتى تحت 11 و 13 سنة في كرة القدم.
14:20 - 14:10	د. قبابلي ليلى جامعة الجزائر 3 ط. د. موسى عمار جامعة جيجل L'importance de l'entraînement de la proprioception chez les joueurs de football
14:30 - 14:20	د. بلحسن حاج جامعة مستغانم التأثيرات المشتركة للتدريب المتقطع على الكثافة والتدريب المستمر متوسط الكثافة على ارتفاع ضغط الدم لدى البالغين البدينين في منتصف العمر وكبار السن
14:40 - 14:30	د. دهبازي محمد صغير جامعة المسيلة تأثير برنامج تدريبي مقترن بأسلوب التدريب المتقطع (INTERMITTENT) على كل من السرعة القصوى الهوائية (VMA) والقدرة الانفجارية للأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم
14:50 - 14:40	أ.د. قارة النذير جامعة باتنة 2 ط. د. قورسي جمال الدين جامعة سطيف الأنشطة الرياضية الترويحية ودورها في تحسين الصحة النفسية للطالب الجامعي المقيم
15:00 - 14:50	د. هلال ياسين جامعة باتنة 2 د. حمديني إسحاق د. خوجة عادل جامعة المسيلة مستوى السلوك الصحي في بعدي الإدمان وإتخاذ الإجراءات الصحية الوقائية لدى طلبة علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
15:30 - 14:00	فتح النقاش حول مداخلات الورشة الثانية - حضورية

برنامج الورشة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

المكان : القاعة 2

نطط الورشة : حضورية

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية و الأداء) / الصحة النفسية و العقلية

مقرر الجلسة : أ.د بولوفة بوجمعة

رئيس الجلسة : أ.د سليماني نور الدين

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة
14:10 - 14:00	د. علون سعاد - جامعة البوايره أ.د بوكوص رمضان - جامعة المسيلة التدريب العقلي كاستراتيجية لإعداد وصناعة البطل الأولمبي
14:20 - 14:10	د. بوسعد مراد - جامعة المسيلة أ.د. بلخير عبد القادر - جامعة المستغانم أثر برنامج تدريسي هوائي بالدرجة الارجومترية في الحفظ من ضغط الدم الانقباضي لعينة من كبار السن (60-70 سنة) دراسة ميدانية عن عينة من متقدمي التربية والتعليم لولاية المسيلة
14:30 - 14:20	أ.د. بن عبد الرحمن بلقاسم - جامعة باتنة 2 أ.د. زواق محمد - جامعة باتنة د. بن بوزة هشام - جامعة باتنة الاتزان الانفعالي لدى المعاقين حركياً الممارسين للنشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف.
14:40 - 14:30	د. بو عيطة توفيق - جامعة قسنطينة 2 أسرار البرامج الغذائية المخصصة للتضخم والتشفيف العضلي للاعبين كمال الأجسام الهواة وللرياضيين الراغبين في زيادة أو إنقاص الوزن
14:50 - 14:40	د. غلاب حكيم - جامعة قسنطينة أ.د. خلفة عماد الدين - جامعة بسكرة أ.د. فاتح يعقوبي - جامعة المسيلة أثر وحدات تدريبية بأساليب التكيف على التخفيف من الضغط النفسي لدى عدائى العاب القوى أقل من 17 سنة
15:00 - 14:50	د. بلاوضح شاكر د. عمريو زهير - جامعة المسيلة اقتراح برنامج نشاط بدني رياضي لتخفييف الوزن وتحسين القوام للأشخاص المصابين بالسمنة
15:30 - 14:00	فتح النقاش حول مدخلات الورشة الأولى - حضورية

برنامج الورشة الأولى

يوم الثلاثاء 15 أبريل 2025

نطء الورشة : عن بعد

محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية

مقرر الجلسة : د. نمر سليمان

الجلسة رقم 01

الورشة الفرعية : 01

رئيس الجلسة : د. شريف حليم

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

- جامعة ورقلة

د. قطب محمد

ط.د. بن التومي زين العابدين

تأثير برنامج التمارين الرياضية المقتن على خفض مستويات القلق والتوتر النفسي لدى طلاب الجامعات - دراسة تجريبية
على طلاب جامعة عمار ثليجي بالأغواط من بلدية عين ماضي

13:10 - 13:00

جامعة المسيلة

د. توميات عبد الرزاق

د. فهد ياسمين

13:20 - 13:10

دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تحسين الصحة النفسية لدى طلاب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية بالمسيلة

- د. عامر الحبسى

-

د. أمينة بن قوير صمد

د. أمينة بن جمعة العلوى

جامعة الشرقية سلطنة عمان

13:30 - 13:20

الصلابة العقلية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى لاعبي النخبة بالألعاب الجماعية ذات الاحتكاك في سلطنة عمان

د. بكري عبد الكريم

جامعة المسيلة

د. بوحالي أسامة

جامعة قسطنطينية 2

13:40 - 13:30

تقييم مستوى الثقة بالنفس والتفاعل الاجتماعي لدى طالبات السنة اولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
خلال الحصص التطبيقية

جامعة خميس مليانة

د. درار محمد أمين

آليات التخلص من بعض المشكلات السيكولوجية - التوتر. أنموذجًا عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى
المراهقين المتمدرسين بالمؤسسات التعليمية

13:50 - 13:40

د. مجراوي أحمد

جامعة تبسة

د. سعداوي فيصل

جامعة المسيلة

14:00 - 13:50

النشاط الرياضي وأثره على الصحة النفسية والاجتماعية للعاملين في قطاع الشباب والرياضة - دراسة ميدانية لطاقم
عمل مؤسسة هنشير تومقى - ام البوقي

جامعة الاغواط

د. جقيدل سمية

أ.د. عمون رمضان

14:10 - 14:00

التطبيق الارغوبي واهميته في تعزيز الصحة النفسية للممارس الرياضي

14:20 - 13:00 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الأولى - الجلسة رقم 01 -

رابط الورشة : <https://meet.google.com/azi-osie-two>

برنامج الورشة الأولى

نطء الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01	رئيس الجلسة : أ.د. فايد عبد الرزاق	الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. بوساق بدر الدين	محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية
التوقيت				المتدخلون / عنوان المداخلة
14:30 - 14:20				طب. عريوة سيف الإسلام طب. بوعافية عبد الوهاب جامعة الجلفة د. جراد جامعة الإغواط خليصة جامعة الإغواط دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية المعدلة في بعض مؤشرات الصحة النفسية لدى المعاقين حركيا
14:40 - 14:30				أ.د. حرشاوي يوسف جامعة مستغانم الأنشطة الرياضية الصافية وانعكاسها على مستوى التوتر النفسي كمؤشر للصحة النفسية لدى التلاميذ المتدرسين بالمرحلة الثانوية بمدينة سعيدة
14:50 - 14:40				د. صلحاوي حسناء د. براهيمي عيسى جامعة المسيلة د. زعبيات سعد جامعة بسكرة تحليل سوسيولوجي لن دور المدربين في تعزيز الصحة النفسية عبر الرياضة المكيفة.
15:00 - 14:50				أ.د. عروسي عبد الرزاق جامعة المسيلة د. سعودي جندي مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم (الرابطة الولائية المسيلة)
15:10 - 15:00				ط.د. أمال حاج جامعة لونيسى على البليدة - 2- أثر رياضة ركوب الخيل (الفرروسية العلاجية) في تنمية التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد.
15:20 - 15:10				ط.د. بوحسين أحمد / أ.د. نزار سوسي جامعة جندوبة تونس د. عاشور توفيق جامعة الجزائر 3 أثر الأنشطة البدنية والرياضية في النمو النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي
15:30 - 14:20				فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الأولى – الجلسة رقم 02
رابط الورشة : https://meet.google.com/azi-osie-two				

برنامج الورشة الأولى

نطط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01	رئيس الجلسة : أ.د. بن دقفل رشيد	محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية
الجلسة رقم 03	مقرر الجلسة : د. حسيني عبد الرزاق	
المتدخلون / عنوان المداخلة		التوقيت
د. مجناح مولود	أ.د. مجادي مفتاح	جامعة المسيلة
كفاءة المدرب الرياضي وإنعكاسها على التخفيف من الانفعالات النفسية لدى اللاعبين في رياضة كرة القدم		15:40 -15:30
ط.د نارون سليمان	أ.د بن عبد الرحمن سيد علي	جامعة البويرة
دور ممارسة النشاط البدني والرياضي المدرسي في تنمية بعض الأبعاد النفسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (12-10) دراسة ميدانية اجريت على بعض ابتدائيات بلدية تيسمسيلت.		15:50 -15:40
Dr. Adda oudjedi - University of Oum El Bouaghi Dr. Ahmed Bekachou -University of chlef Dr. Mohamed Boukoufa - University of Algiers 3		
The Emerging Field of Sports Psychiatry: The Intersection of Mental Health and Athletic Performance		16:00 -15:50
د.بن الطيرش ربحة	د. زغلash الياقوت دنيا	جامعة الاغواط
دور الممارسة الرياضية في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي في ولاية الأغواط		16:10 -16:00
د. حنة الهاشمي	أ.د. هيزوم محمد	طب.روكيلة شريف - جامعة الاغواط
دور النشاط التربوي الرياضي في زيادة الثقة بالنفس لدى تلاميذ الرابعة متوسط من وجهة نظر الأساتذة التربية البدنية والرياضية" - دراسة ميدانية لبعض متخصصات ولاية المسيلة -		16:20 -16:10
د. نمر سليمان	د. نمر سليمان	جامعة المسيلة
تأثير النشاط البدني على الجانب النفسي و الاجتماعي لدى طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية _ دراسة ميدانية		16:30 -16:20
-16:40 16 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الاولى -الجلسة رقم 03		
رابط الورشة : https://meet.google.com/azi-osie-two		

برنامج الورشة الأولى

نطط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01	رئيس الجلسة : أ.د بن التومي بلال	محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية
الجلسة رقم 04	د. بن شبحة طارق	مقرر الجلسة : د. بن شبحة طارق
المتدخلون / عنوان المداخلة		التوقيت
د.بن عروس محمد / د.تريج محمد	جامعة عمار ثليجي الأغواط.	د.خنفار عبد القادر جامعة تيسمسيلت
دور النشاط الرياضي وعلاقتها بالصحة النفسية والعقلية		16:50 -16:40
أ.د. بن حامد لخضر	- جامعة البويرة	17:00 -16:50
دور النشاط الرياضي في تحقيق الصحة النفسية لمفرد في ضوء توجيات عム النفس الايجابي.		
د. زكرياء حرمة	جامعة الاغواط	د. مسعود زينب جامعة الجزائر 3
دور النشاط الرياضي ترويحي مقترن في التاثير على بعض سمات الشخصية لدى اطفال مراكز الطفولة المسعفة بولاية تامنراست	د. بوراس صباح	جامعة بسكرة
دور النشاط الرياضي ترويحي مقترن في التاثير على بعض سمات الشخصية لدى اطفال مراكز الطفولة المسعفة بولاية تامنراست		17:10 -17:00
د. شريفى حليم	جامعة المسيلة	17:20 -17:10
المؤشرات المرفولوجية السلبية و علاقتها بالصحة النفسية للرياضي		
د. بوغرة أمينة	جامعة المسيلة	17:30 -17:20
The adaptive flexibility impact on the physical activity and the mental health among students of sciences and techniques of physical and sports activities.	PhD .Soufi Rachid Dr. Hanat Abdelkader	-University of Djelfa
The Effects of Neuro-Linguistic Programming on Enhancing Optimism Levels (The study was conducted on students from the Institute of Science and Techniques of Physical and Sports Activities, Tissemsilt)		17:40 -17:30
د. سالم العياشي	د. تريش لحسن	د. بن رجم ادريس
الرعاية النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية للاعبين المصابين في الملاكمه - دراسة ميدانية لفرق ولاية المسيلة .-	جامعة المسيلة	17:50 -17:40
د. تكركارت فيصل	ط. جندل محمد عبد الرؤوف	جامعة المسيلة
دور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من القلق لدى تلاميذ الطور الثانوي		18:00 -17:50
د. حمديني إسحاق	أ.د. خوجة عادل	أ. هادية مختار
فاعليه برنامج صغار السن في تحسين التكيف النفسي والاجتماعي للأطفال ذوي الاعاقة الذهنية في المؤسسات المتخصصة	جامعة المسيلة	أ. فرج عبد طرابلس
فاعليه برنامج صغار السن في تحسين التكيف النفسي والاجتماعي للأطفال ذوي الاعاقة الذهنية في المؤسسات المتخصصة	جامعة طبرق	جامعة طبرق
18:10 -18:00		
18:30 -16:40	فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الأولى- الجلسة رقم 04	
	رابط الورشة:	https://meet.google.com/azi-osie-two

برنامج الورشة الأولى

نط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية

مقرر الجلسة : د. جوادي صفاء

الجلسة 01

رئيس الجلسة : أ.د. دحماني نعيمة

الورشة الفرعية : 02

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	رئيس الجلسة	مقرر الجلسة
13:10 - 13:00	د. سالم سهير د. مزري حنان النشاط الرياضي المدرسي كأداة لتعزيز الصحة النفسية للتلميذ	د. سالم سهير	جامعة بسكرة
13:20 - 13:10	د. دبزة عائشة أثر ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط.	د. دبزة عائشة	جامعة الشلف
13:30 - 13:20	ط.د. بعري أحمد ط.د. حميدات خالد أ.د. فرقوز محمد واقع مستوى الصحية النفسية لدى طلبة معهد العلوم الإنسانية والاجتماعية بالمركز الجامعي البيض الممارسين للأنشطة الرياضية الهاوية	ط.د. بعري أحمد ط.د. حميدات خالد أ.د. فرقوز محمد	جامعة مستغانم -المركز الجامعي البيض
13:40 - 13:30	د. بن يوسف وليد ظاهرة الاحتراق النفسي لدى رياضي المستوى العالي	د. بن يوسف وليد	جامعة أم البوachi
13:50 - 13:40	ط.د. مسعودي زكرياء أ.د. شلغوم عبد الرحمن انعكاس ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي	ط.د. مسعودي زكرياء أ.د. شلغوم عبد الرحمن	جامعة الجزائر 3
14:00 - 13:50	د. بن جعفر رمضان أثر النشاط الرياضي البدني المكيف على الصحة النفسية للاعبين المعاقين حركيا	د. بن جعفر رمضان	جامعة المسيلة
14:10 - 14:00	د. بوهنتلة يعقوب دور النشاط البدني في تحسين مستوى بعض صفات الذات البدنية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي	د. بوهنتلة يعقوب	جامعة المسيلة
14:20 - 13:00	فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية- الجلسة 01 -		
	رابط الورشة : https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa		

برنامج الورشة الأولى

نط الورشة : عن بعد

الوريقة الفرعية : 02	رئيس الجلسة : أ.د بكرة فارس	الجلسة 02	مقرر الجلسة : د. لقليب لخضر	محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية
التوقيت				المتدخلون / عنوان المداخلة
14:30 - 14:20	د . زواد رشيد	طب. زروقي بلال	-المركز الجامعي مرسلی عبد الله ستيمازه	مساهمة النشاط الرياضي في الحد من ظاهرة الانتحار في وسط الشباب المدمن على المخدرات
14:40 - 14:30	د. عزالى خليفه	جامعة تبسة	د. مفى عماد الدين والى عبد النور	الممارسة الرياضية كوسيلة لتحسين الصحة النفسية
14:50 - 14:40	طب. بوهطال أمين أحمد محمد	جامعة الجزائر 3	أ.د. بوخراز رضوان	دور حصة التربية البدنية في الابتدائي في التقليل من فرط الحركة وتشتت الانتباه والاندفاعة عند التلاميذ من وجهة نظر المعلمين
15:00 - 14:50	د. بن سعيد محمد الأمين	جامعة تبسة		فعالية برنامج تدريبي مقترن في تنمية قدرة الانتباه وضبط سلوك فرط الحركة لدى ذوي صعوبات التعلم
15:10 - 15:00	د. ناصر بقار	جامعة بسكرة	د. سمير مرزوفي	دور النمط القيادي الديمقراطي للمدرب في التقليل من مستوى القلق من وجهة نظر لاعبي كرة القدم أكابر
15:20 - 15:10	د ناتش فريد	جامعة تيزى وزو		دور النشاط الرياضي في التوازن النفسي، التفاعل الاجتماعي والمهني في المجتمع
- 14:20 - 14:00 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية- الجلسة رقم 02				
رابط الورشة : https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa				

برنامج الورشة الأولى

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية		الورشة الفرعية : 02
رئيس الجلسة : أ.د بساط نور الدين	الجلسة 03	مقرر الجلسة : د. سبخة محمد الأمين
المتدخلون / عنوان المداخلة		التوقيت
جامعة وهران	د. فعاقع توفيق	د. مهديي محمد
جامعة سوق أهرا	أ.د. قدور محمد	الصحة النفسية لذوي الإعاقات الحركية في ولاية أم البوachi
جامعة تيسمسيلت	د. معيرش توفيق	دور النشاط الرياضي الصفي في تحسين النمو النفسي- الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
جامعة الاغواط	أ.د. عمر دمانة	ط.د. جناوي إسحاق
جامعة العروبي بن مهيدى ام البوachi	ط.د. دعبال نصر الدين	تأثير النشاط البدني المنتظم على الصحة النفسية: دراسة استطلاعية
جامعة العروبي بن مهيدى ام البوachi	ط.د. طهيري محمد الأمين	تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط
جامعة الجزائر 3	د. لعجال يحيى	أثر السمنة على الجانب النفسي للتلاميذ المراهقين
جامعة الجزائر 3	د. حمادن خليل	ط.د. غول إبراهيم
تأثير النشاط البدني الرياضي على تحقيق الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط "دراسة مقارنة بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي والغير الممارسين"		تأثير النشاط البدني الرياضي على تحقيق الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط "دراسة مقارنة بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي والغير الممارسين"
-03 16:40 -15:30 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية – الجلسة رقم		
رابط الورشة: https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa		

برنامج الورشة الأولى

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية

الورشة الفرعية : 02

مقرر الجلسة : د. مقدر رابح

الجلسة 04

رئيس الجلسة : د. تباني علي

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

د. قدراوي إبراهيم جامعة سطيف 2	د. نعمان تقى الدين جامعة المسيلة	العلاقة بين التصور العقلي ومستوى الأداء الرياضي كمعيار في عمليات الانتقاء	16:50 - 16:40
د. زاوي زيد جامعة المسيلة/ د. زاوي عبد الحليم جامعة البويرة -		دور التدريب النفسي في تعزيز النمو النفسي و الاجتماعي لدى لاعبي كرة القدم فئة الأشبال	17:00 - 16:50
د. مقدر رابح د. عروسي الدراجي جامعة الجزائر 3	د. بن حموش فوزية جامعة المسيلة	علاقة دافعة الممارسة الرياضية بالتقدير الذاتي البدنى لدى لاعبي كرة القدم فئة اقل من 19 سنة دراسة ميدانية لأندية ولائية باتنة	17:10 - 17:00
أ.د. عالي طالب المركز الجامعي البيض	د. بلماحي سليم جامعة الشلف	أهمية النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من الضغوطات النفسية للأطفال المعاقين حركيا	17:20 - 17:10
د. أرفيس زبير المركز الجامعي البيض		انعكاس جودة الحياة على أبعاد التوافق المهني لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية	17:30 - 17:20
د. شنفاوي جمال د. دشيشة الأمين د. بلبول موسى د. عثمانى عبد الرحمن	د. بشارة العلية للأساتذة-بوسعادة جامعة ورقلة	مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي	17:40 - 17:30
د. بن شويطة بلقاسم جامعة بومرداس	د. بل عصام جامعة الجزائر 3	النشاط البدني الرياضي المدرسي ودوره في تعزيز الصحة العامة لدى تلاميذ الطور الابتدائي	17:50 - 17:40
د. خلفة عماد جامعة بسكرة	د. غلاب حكيم جامعة قسنطينة	أثر وحدات تدريبية بالاسترخاء التخييلي على التخفيف من الضغط النفسي لدى عداني ركض الصاحبة صنف اقل من 17 سنة	18:00 - 17:50
أ.د. حشايشي عبد الوهاب جامعة المسيلة	د. حميش زكرياء جامعة المسيلة	النشاط الرياضي كاستراتيجية لتحقيق الصحة النفسية لدى الطفل في الوسط المدرسي	18:10 - 18:00
د. زمام عبد الرحمن د. حميس مليانة د. دراجي عباس	د. معروف سعيد جامعة الشلف جامعة البويرة	الدافع الصحية والنفسية لممارسة رياضة الجوجوتسو عند فئة المراهقين (14-18) سنة	18:20-18:10

-18:00-16:40 فتح النقاش حول مدخلات الورشة الفرعية الثانية – الجلسة رقم 04

رابط الورشة: <https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa>

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة
برنامـج الورشـة الثانـية

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

رئيس الجلسة : أ.د بريكي الطاهر	الجلسة رقم 01	المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
		د. عقبوبي حبيب جامعة وهران	13:10 - 13:00
		د. طويل العجال د. دربال فتحي تحديد بعض المتطلبات الوظيفية عند أشبال كرة القدم الجزائرية وفق مراكز اللعب المختلفة	
		د. بن رقرق وليد جامعة الجلفة	13:20 - 13:10
		تأثير برنامج تدريسي باستخدام طريقة "SST" لزيادة القوة والضخامة العضلية لدى رياضيي كمال الأجسام	
		ط.د. بن بيشة يوسف - جامعة باتنة 2.	13:30-13:20
		اهمية وطرق تطوير الكتلة العضلية للاعبين	
		ط.د. مهيرية عبد الرزاق د. عايدى مراد جامعة ورقلة	13:40-13:30
		علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية (الطول والوزن والكتلة الجسمية) ببعض المكونات البدنية (السرعة والقوة والمداومة) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة	
		د. عزالدين وليد أ.د. قيال مراد جامعة المسيلة	13:50-13:40
		فاعلية استخدام أسلوب تدريسي محدد في تعزيز نمو الحجم العضلي لعضلة الذراع لدى لاعبي بناء الأجسام هواة	

14:00-13:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الأولى

رئيس الجلسة : أ.د براهيمى عيسى	الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. صواش عيسى
		د. لقليب لخضر د. سبخة مجد الأمين جامعة المسيلة
		بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالأداء المهارى عند لاعبى الكرة الطائرة U19.
		ط.د. مويسة عمار د. سليماني عيسى - جامعة الجزائر 3
		تأثير قلة النوم على التمثيل الغذائي، كثافة الجسم (BM)، واللياقة البدنية
		Phd.Mammeri Maroua Dr. Nacer Abdelkader Dr. Ben Tata Kada kada mostganem university
		The effect of fat accumulation areas on health-related physical fitness components of female university students
		BERBAGUI Badreddine Dr. NEHAOUA Lounis Dr. LOUATI Abdesselem -Université Sétif 2
		Analyse de la croissance de quelques indices morphologiques (les longueurs corporelles), chez les enfants algériens, garçons, âgés de 13 ans.
		أ.د. بن دقفل رشيد أ.د. بكة فارس جامعة المسيلة
		بعض المحددات المرفلوجية لانتقاء لاعب كرة السلة فئة الناشئين

15:00-14:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية

رابط الورشة: <https://meet.google.com/wjb-wzfu-ypg>

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة
برنامـج الورشـة الثـانية

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

رئيس الجلسة : د. سالم العياشي	الجلسة رقم 03	مقرر الجلسة : د. سعودي أيوب
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
15:10 - 15:00	د. سعайд ابراهيم -جامعة عنابة د. مهدي عز الدين -جامعة المسيلة	دراسة الخصائص المورفوفظيفية لأشبال نادي إتحاد عنابة لكرة القدم الفئة العمرية 16-17 سنة
15:20 - 15:10	د. نويري بوبكر -جامعة المسيلة أ.د. زواوي عبد الوهاب -جامعة وهران د. عواد قرين	علاقة بعض القياسات الجسمية بدقة التصويب على المرمي لدى لاعبي كرة القدم أواسط
15:30-15:20	أ.د. زحاف مجد -جامعة الشلف ط.د. خريش فيصل -جامعة المسيلة	تأثير التدريب الرياضي على الخصائص المورفولوجيا والوظيفية للممارسين
15:40-15:30	أ.د. بن عمر مراد -جامعة المسيلة أ.د. جوادي خالد -جامعة العيد	التكييف المورفوفظيفي ودوره في تعزيز الأداء والوقاية من الإصابات لدى لاعبي كرة القدم
15:50-15:40	د. بن الطاهر إسماعيل -جامعة الجزائر 3 د. مهادي عثمان -جامعة المسيلة	دراسة مؤشرات التركيب الجسمي لدى رياضي العاب القوى دراسة مقارنة بين عدائي المسافات 400 م
16:00-15:50	فتح النقاش حول مدخلات الجلسة الثالثة	
رابط الورشة: https://meet.google.com/wjb-wzfu-ypg :		

برنامج الورشة الثالثة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

مقرر الجلسة : د. دهبازي محمد الصغير

الجلسة رقم 01

رئيس الجلسة : أ.د عمور عمر

المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
د. دريال فتحي د. عقيبي حبيب جامعة العلوم والتكنولوجيا وهران	13:10 - 13:00
المؤشرات المورفو-وظيفية وعلاقتها بالمتطلبات البدنية لمراكز اللعب في كرة القدم	
Pr. Mourad Ait Lounis Pr. Swanilda Mekioussa Izri -University of Boumerdes Effects of dynamic and static stretching on the explosive strength of the lower limbs of basketball players aged between 17 and 21 years old	13:20 - 13:10
ط.د. شتوى نور الدين د. لمتيوي فاطمة الزهراء إيمان د. دردون كنزة أ. دردون عكرمة جامعة الشلف	13:30-13:20
تأثير استخدام أسلوب التدريب المتقطع على تنمية بعض القدرات البدنية المرونة والرشاقة لدى لاعبي الكرة الطائرة	
د. رضوان بوبكر د. عوير صدام د. بن عمارة كمال جامعة سطيف 2	13:40-13:30
Comparaison entre l'entraînement aérobique et l'entraînement anaérobique dans l'amélioration de l'endurance cardiovasculaire chez les joueurs de football U17	
ط.د. مهريه عبد الرزاق ط.د. شويف نبيل د. عايدى مراد جامعة ورقلة جامعة مستغانام	13:50-13:40
علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية (الطول والوزن والكتلة الجسمانية) ببعض المكونات البدنية (السرعة والقوية والمداومة) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة	

14:00-13:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الأولى

مقرر الجلسة : د. بكري عبد الكريم

الجلسة رقم 02

رئيس الجلسة : أ.د مجادي مفتاح

د. نايل كسال عزيز جامعة الجلفة	أ. برavan جمال جامعة الهدى	أ.د. عيسى الهايدي جامعة عزيز	14:10-14:00
بناء اختبار معرفي لبطاريات اختبار بعض القدرات البدنية والمهارات لانتقاء لاعبي كرة القدم			
ط.د. مجرالى أعزيز جامعة سوق أهراس	ط.د. قادم فاتح جامعة سوق أهراس	14:20-14:10	
دراسة مقارنة بين تاثير طريقى التدريب المتقطع قصير- طويل على قدرة الاسترجاع لدى لاعبى كرة القدم فئة افل من 19 سنة			
د. طنبيبة ساعد جامعة سطيف 2	د. مفتى عبد المنعم جامعة سطيف 2	14:30-14:20	
أثر برنامج تدريب مركب على تحسين القوة والسرعة والتحمل لدى الرياضيين في رياضة ألعاب القوى			
د. حشروف أسامة جامعة المسيلة	ط.د. فريتبغ عبد المجيد جامعة باتنة 2	14:40-14:30	
أثر استعمال الألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة لدى لاعبى كرة القدم فئة (13-14 سنة)			
د. قندوز هشام جامعة بسكرة	د. توميات عبد الرزاق جامعة المسيلة	14:50-14:40	
أثر برنامج تدريسي مقترن بالتدريب (ريتم متغير) على تنمية صفة التحمل الدوري التنفسى لدى عدائى المسافات النصف طولية اقل من 17 سنة			

15:00-14:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية

رابط الورشة: <https://meet.google.com/rsc-gazr-jjq>

برنامج الورشة الثالثة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

رئيس الجلسة :	الجلسة رقم 03	مقرر الجلسة :	اليوم الأول : 15 أبريل 2025
المتدخلون / عنوان المداخلة		التوقيت	
د. خليل زغدي -جامعة تيزى وزو إشكاليات تطوير القدرة البدنية لدى المبتدئين في رياضة الجري بولاية الوادي	د. سليم محفوظي -جامعة الوادي	15:10 - 15:00	
أثر برنامج تدريبي مقترن في تطوير مداومة القوة للأطراف العلوية وعلاقتها بدقة التصويب عند لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة - لاعبي فريق كرة السلة على الكراسي المتحركة للنادي الرياضي للهواة نور المسيلة لرياضة المعاقين (القسم الوطني الاول) ذكور -نموذج	د. عبد المجيد جوابري/جامعة الشلف. أ.د. رابح مجادي / د. حمزة شريف/أ.د. بوساق بدر الدين-/جامعة المسيلة	15:20 - 15:10	
أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في تحسين صفقى التوازن والتواافق لدى تلاميذ (10_11) سنة دراسة تجريبية أجريت على تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بولاية غليزان-	د. بلطفيل خديجة -جامعة مستغانم د. بن قاصد علي الحاج مجد -قرانى جمال	15:30-15:20	
القدرات البدنية والأداء الرياضي قراءة تحليلية في نتائج الدراسات السابقة	د. زوينة بوساق -جامعة المسيلة د. كشيدة عبد القادر	15:40-15:30	
قوه ومرoneة العضلة الخلفية للقدم (hamstring) ودورها في زيادة الأداء والوقاية من الإصابات عند لاعبي كرة القدم.	د. قرين وليد -جامعة جيجل د. كسورى أسامة -بلغريطس ياسين	15:50-15:40	
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية 16:00-15:50			
رابط الورشة: https://meet.google.com/rsc-gazr-jjq			

برنامج الورشة الرابعة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية والاداء) / التغذية

رئيس الجلسة : د. جيلالي تامساوت

الجلسة رقم 01

رئيس الجلسة : د. بن الطاهر اسماعيل

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

د. قية رفيق -جامعة ورقلة

علاقة القياسات المورفولوجية (قياس طول الذراع) بدقة وقوه التسديد في كرة اليد - دراسة ميدانية على النادي الرياضي للهواة أمل قمار فئة أقل من 15 سنة.

13:10 -13:00

د. ميهوي مراد -جامعة بسكرة د. براهيمي عيسى -جامعة المسيلة

د. مزوع السعيد -جامعة بسكرة

تأثير وحدة تدريبية صغيرة وقائية تعتمد على تدريبات التوازن في تقليل إصابات مفصل الكاحل لدى ناشئي كرة الطائرة

13:20 -13:10

د. زروقة لطفي -جامعة المسيلة د. سريوت رضا -جامعة الجلفة

أثر استخدام أسلوب المنافسة على تحسين بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة الطائرة

13:30-13:20

د. بن شبحة طارق -جامعة المسيلة قندوز هشام -جامعة بسكرة

د. بركات عبد العزيز -جامعة المسيلة

تأثير التدريب بالألعاب المصغرة 4 ضد 4 في تحسين بعض الخصائص الفيزيولوجية (V02 max - نبض القلب) لدى لاعبي كرة القدم .

13:40-13:30

د. سديرية سعد -جامعة المسيلة

واقع تطبيق الاختبارات والقياسات وعلاقتها بالجانب الفيزيولوجي دراسة ميدانية لacademias كورة القدم بلدية المسيلة

13:50-13:40

14:00-13:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الأولى

رئيس الجلسة : د. قروش النواري

الجلسة رقم 02

رئيس الجلسة : أ.د بلخير عبد القادر

د. موساوي عبد الحي -جامعة وهران د. قراش لعجال -جامعة الشلف د علي قندز -جامعة الشلف

14:10-14:00

أهمية سرعة الاستجابة الحركية و علاقتها بدقة أداء بعض المهارات للاعب كورة السلة

د. بورقدة حسين صدام -جامعة بسكرة د. صهيب زيغم -جامعة خميس مليانة

د. أحمد هزلون -المعهد العالي للرياضة تونس

تأثير الإحماء العصبي العضلي في تطوير المؤشرات البدنية القوة و السرعة و الرشاقة دراسة ميدانية على نادي اتحاد الشارف الناشط بالقسم الجهوي الثاني بالجلفة

14:20-14:10

د. يعقوبي فاتح -جامعة المسيلة د. باي راقد عبد الرحيم -معهد إطارات الشباب قسنطينة

دور التدريب البليومتريك في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم أثناء فترة الاعداد الخاص

14:30-14:20

د. يوسف مزغيش د. زكريا بزار د. سهير بوعلي د. عبد المالك قاسمي أ.د. عبر الرحيم سلامي جامعة قسنطينة 2

دراسة مقارنة لبعض القدرات البدنية بين بعض لاعبي الأندية الهاوية وبعض لاعبي الفريق الوطني لكرة الطائرة الأشبال (17-16) سنة

14:40-14:30

د. عامر طه / جامعة المسيلة أ.د. قلطي يزيد /جامعة ام البوقي د. بوهالي أسامة / جامعة قسنطينة 2

واقع الوعي بالأنظمة التدريبية (التدريب على القوة، التدريب على التضخيم العضلي، التدريب على التحمل العضلي) لدى بعض ممارسي رياضة كمال الأجسام

14:50-14:40

15:00-14:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية والاداء) / التغذية		رئيس الجلسة : د.تريش لحسن	الجلسة رقم 03	المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
د. سعداوي فيصل	- جامعه الجزائر 3	ط.د. مويسي عمار	د. سليماني عيسى	الفرق بين (high-sodium drink) (carbohydrate-electrolyte sports drinks) للحفاظ على الترطيب والأداء البدني خلال شهر رمضان	15:10 -15:00
د. نظور عيسى	- المدرسة العليا للأساتذة-الاغواط	د. بن حفاف يحيى	د. مرزوق اسامه	- المدرسة العليا للأساتذة-بوسعادة	15:20 -15:10
تأثير العادات الغذائية على الأداء البدني لدى طلبة السنة الأولى، تخصص تربية بدنية ورياضية، بالمدرسة العليا للأساتذة بالأغواط" (دراسة ميدانية ب المدرسة العليا للأساتذة الأغواط)	د. باقي أحمد	أ. د. قزقوز محمد	د. بن سميشة العيد	المركز الجامعي نور البشير البيض	15:30-15:20
دراسة العلاقة بين المواد العضوية في إنتاج الطاقة (ATP) وأثر ذلك على التحمل، البروتينات والكريوهيدرات والدهون نموذجا	د. قروش النواري	د. تمساوت جيلالي	د. قروش عبد الحكيم	-جامعة المسيلة	15:40-15:30
أهمية التغذية الصحية والمترنة في تحسين مردود الممارسين للأنشطة الرياضية	ط.د. حسانی عادل	د. عويسی ایمان	د. قروش عبد الحكيم	-جامعة المسيلة	15:50-15:40
الثقافة الغذائية لدى الرياضيين البدناء الممارسين لرياضة كمال الاجسام -دراسة ميدانية على بعض قاعات كمال الاجسام في بلدية بوسعادة-	د. لبشيري احمد	جامعة المسيلة	د. حميش يوسف/ أ.د. بلبول موسى	المدرسة العليا للأساتذة بوسعادة	16:00-15:50
مساهمة بعض القدرات البدنية في تحديد المعادلة التنبؤية لمهارة الضرب الساحق لدى لاعبي الكرة الطائرة	د. لبشيري احمد	جامعة المسيلة	أ.د بشير حسام	جامعة أم البوارق	16:10 -16:00
دراسة مقارنة لمستوى القدرات البدنية حسب مراكز اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة .	فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثالثة 16:20-16:10				
رابط الورشة: https://meet.google.com/ecv-dyoy-xqp					

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : **الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة**
برنامـج الورشـة الخامـسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : التغذية / الأمراض المزمنة و الوقاية

مقرر الجلسة : أ.د بوجليدة حسان

الجلسة رقم 01

رئيس الجلسة : أ.د فاضلي بجاوي

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

-جامعة البويرة

أ.د. خيري جمال

ط.د. حتحات خولة

13:10 - 13:00

دور التغذية الرياضية في ضمان الصحة الجيدة للمرأة

-جامعة المسيلة

د. بن شبحة طارق

د. زروقة لطفي

د. بكري عبد الكريم

13:20 - 13:10

مستوى الوعي الصحي وال الغذائي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة

-جامعة المسيلة

أ.د. قارة سعيد

د. فلاحي بشير

13:30-13:20

الأطر المفاهيمية للتغذية الذكية لدى الرياضيين

-جامعة الاغواط

د. بن قسمي يعقوب

ط.د. سيد علي مرازة

جامعة باتنة 2

ط.د. مراد شرميم

تأثير التغذية المتوازنة على تحسين التركيب الجسدي والأداء الرياضي

13:40-13:30

ط.د. بن الطاهر بلال

د. بودوابي عبد الرزاق

د. سبخة مجد الأمين

-جامعة الشلف

تأثير برنامج غذائي مقترن على زيادة الوزن لدى رياضي كمال الاجسام دراسة ميدانية لنادي الامل لكمال الاجسام

13:50-13:40

-جامعة المسيلة

د. بوساق بدر الدين

أ.د. لورنيق يوسف

تأثير البرامج الغذائية على تطوير القوة العضلية لدى رياضي رفع الأثقال.

14:00-13:50

Dr. DJENNAD Djamel Dr. CHETTOUH Farid -Université A/Mira Bejaia

Dr. CHENNAFI Miloud -Université Msila

Activité physique et maladies chroniques et sport sur ordonnance

14:10-14:00

فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الأولى 14:20-14:10

رابط الورشة : <https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm>

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : **الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة**
برنامـج الورشـة الخامـسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

رئيس الجلسة : أ.د سديرة سعد	الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. طه عامر
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
14:30 - 14:20	أ.د. ناصر عبد القادر أ.د. زيتوني عبد القادر جامعة مستغانم دور المناطق الجغرافية في تحديد الأنماط الجسمية وانعكاساتها على محتوى النشاطات الرياضية في الوسط المدرسي	
14:40 - 14:30	أ.د. عيسى بعيط ط. د. عبد الكريم حجاب - جامعة عمار ثلبيجي الأغواط دور الممارسة الرياضية في الحد من أخطار الأمراض المزمنة في مرحلة الشيخوخة	
14:50-14:40	ط. د. بوستة محمد الهادي د. بن هيبة تاج الدين - جامعة سطيف 2 جامعة الشلف الأنشطة البدنية ودورها في اجتناب الامراض المزمنة واثار البدانة	
15:00-14:50	ط. د. خضاري احمد ياسين أ.د. قاسم مختار أ.د. سالم بن سالم جامعة الجلفة جامعة المسيلة أثر الجري الهوائي على المؤشرات القلبية والتنفسية للأشخاص مقارنة بين منخرطي دار الشباب : هواة الجري على الاقدام و ممارسي الانشطة الثقافية	
15:10-15:00	ط. د. قرة لطفي د. ناصر عبد القادر أ.د. حسين بن زيدان جامعة مستغانم دور الأنشطة الرياضية المكيفة في مكافحة السمنة لدى الطلبة	
15:20-15:10	Evaluating the Impact of Aerobic Training on Dyspnea Reduction in Obese Patients with Obstructive Sleep Apnea-	
15:30-15:20	فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية	
	رابط الورشة: https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm	

محور الورشة : الأمراض المزمنة و الوقاية

مقرر الجلسة : د. توميات عبد الرزاق

الجلسة رقم 03

رئيس الجلسة : د. شريف حمزة

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

د. قسيمي سفيان أ.د. بوجليدة حسان جامعة المسيلة	فاعلية برنامج تدريسي مقترن للتقليل من مستوى السمنة لدى الرجال (35-51 سنة) دراسة تجريبية	15:40 - 15:30
ط.د. بازة العز عبد العزيز جامعة الاغواط د. شرميم مراد	الوعي الصحي وعلاقته بالاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي لدى تلاميذ الأقسام النهائية (دراسة ميدانية بعض ثانويات ولاية خنشلة)	15:50 - 15:40
د. والي عبد النور جامعة المسيلة	برنامج تأهيلي بالتدليل العلاجي لآلام أسفل الظهر لدى لاعبي كرة القدم .	16:00-15:50
د. بكري عبد الكريم -جامعة المسيلة د. لوزاني حسيبة -جامعة سطيف 1 د. سعداوي عبد اللطيف -جامعة المسيلة	واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويجي وعلاقته بالوقاية من بعض الامراض المهنية لدى الأستاذ الجامعي	16:10-16:00
د.موساوي علاء الدين -جامعة أم البوقي د.شريفى وليد د.شتكونة كمال جامعة باتنة 2	الآثار المورفوفظيفية لوحدات تدريبية على المراهقين مرضى السمنة	16:20-16:10
د. علالي عبد الغاني -جامعة أم البوقي د. وجدي عدة د. بوراشيد هشام النشاط البدني(PA) وارتفاع ضغط الدم (HTA)		16:30-16:20
د. نطاوح كمال جامعة المسيلة	دور تمارين الإدراك والإحساس الحركي العميق وتمارين الوقاية قبل الإصابة وأهميتها في التأهيل الرياضي بعد الإصابة لدى رياضيين	16:40-16:30

16:50-16:40 فتح النقاش حول مدخلات الجلسة الثالثة

رابط الورشة : <https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm>

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : **الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة**
برنامـج الورشـة الخامـسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الأمراض المزمنة و الوقاية

رئيس الجلسة : د. دواي عبد النور	الجلسة رقم 04	مقرر الجلسة : د. لبشيري أحمد
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
16:50 - 16:40	د. معمرى بلال - جامعة وهران د. خالد شنوف - جامعة تيسمسيليت د. زغلاش الياقوت دنيا - جامعة الاغواط	إنعكاسات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الصحة النفسية لدى كبار السن المصابين بمرض السكري
17:00 - 16:50	د. بوته مجد - جامعة تبسة	علاقة نمط الحياة باللياقة البدنية الصحية لدى التلاميذ المتمدرسين
17:10-17:00	د. توميات عبد الرزاق - جامعة المسيلة د. بلبول فريد - جامعة المسيلة د. على مجد حافظ زيد - جامعة منوبة تونس	مساهمة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من الأعراض الجانبية لداء السكري من وجهة نظر الأطباء
17:20-17:10	د. جريوي مخلوف - جامعة المسيلة د. لعيدي عبد الرحيم - جامعة المسيلة د. خميسى مطرفى - جامعة الاغواط	أثر ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الافراد المصابين بداء السكري المتزددين على بعض عيادات علاج الغدد ومرض السكري بمدينة المسيلة
17:30-17:20	د. سحنون لطفي - جامعة البوليرة ط.د. عشب لخضر - جامعة وهران ط.د. حفصي صالح - جامعة مستغانم	دور النشاط البدني الرياضي المعدل في تعزيز الصحة العامة لدى المسنين (65-55) سنة
17:40-17:30	د. بن درف خالد - جامعة مستغانم د. صبان مجد - جامعة مستغانم د. زيتوني عبد القادر - جامعة مستغانم	ممارسة النشاط البدني و علاقتها بعض الأمراض المزمنة:مراجعة أدبية
17:50-17:40	فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الرابعة	
رابط الورشة: https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm		

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : **الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة**
برنامـج الورشـة السادـسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الأمراض المزمنة و الوقاية / التقنيات الحديثة و التقييم

مقرر الجلسة : أ.د منجي مخلوف

الجلسة رقم 01

رئيس الجلسة : أ.د بوصلاح النذير

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	مقرر الجلسة رقم 01	رئيس الجلسة : أ.د بوصلاح النذير
13:10 - 13:00	د. بن يونس ايمن - جامعة سطيف 2 مخاطر زيادة الوزن على جسم الانسان - دراسة نظرية.	د. غانم مجد الامين - جامعة ام البوقي	
13:20 - 13:10	د. جوادي صفاء السلوك الصحي كآلية لتعزيز نمط حياة الرياضيين	أ.د. بطاط نور الدين - جامعة المسيلة	
13:30-13:20	أ.د. هدوش عيسى أثر برنامج رياضي مقترن لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المتمدرسات المصابات بالسمنة في الطور الثانوي	ط.د. عبد الحليم حفصة - جامعة باتنة 2	
13:40-13:30	أ.د. بجاوي فاضلي دور الممارسة الرياضية بتطبيق مبادئ التربية الصحية بالصحة النفسية والصحة العامة لدى أساتذة التعليم العالي	أ.د. بوبكر الصديق - جامعة المسيلة	
13:50-13:40	أ.د. شريط حسام الدين دراسة مقارنة ما بين التدريب المتقطع (15/15) والتدريب المدمج عن طريق الالعاب المصغرة (4 ضد 4) على بعض مؤشرات نظام تحديد المواقع (GPEXe) لدى لاعبي كرة القدم -فريق اكابر شبيه القبائل أنموذجا.	أ.د. مجدي مهدي - جامعة باتنة 2	
14:00-13:50	أ.د. دغنوش عقبة دور وأنواع الأدوات التكنولوجية الحديثة في الميدان الرياضي	ط.د. مرزوق اسلام - جامعة باتنة 2	
14:10-14:00	استخدامات التطبيقات التكنولوجية الحديثة في تقييم الأداء البدني خلال الموسم الرياضي للاعب كرة القدم.	د. رفاس باديس - جامعة الشلف د. مهدي جوانى - جامعة محمد بوقرة بومرداس	
14:20-14:10	دور تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تحسين الكفاءات الحركية والمهارات الرياضية في الطور الثانوي "من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية"	ط.د. روكلة الشريف - جامعة الاغواط	
14:30-14:20	اقتراح برنامج ترويجي رياضي لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند الراشدات (50-60) سنة	أ.د. شريط حسام الدين - جامعة باتنة 2 أ.د. مجدي مهدي - ط.د. مناصر جمال الدين	
14:40-14:30	دور الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين كفاءة التدريب الرياضي ومراقبة الأداء الرياضي" لدى عدائى العاب القوى	ط.د. طنبية ساعد - جامعة سطيف 2 ط.د. بن زايد عبد الرحمن - جامعة قالمة	
14:50-14:40	فتح النقاش حول مدخلات الجلسة الأولى		

رابط الورشة: <https://meet.google.com/nrr-zfmx-ztk>

محور الورشة : الأمراض المزمنة والوقاية / التقنيات الحديثة والتقييم

مقرر الجلسة : د. حديبي السعيد

الجلسة رقم 02

رئيس الجلسة: أ.د زواوي عبد الوهاب

المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
د. نايل كسال عزيز واقع استخدام الوسائل التكنولوجية في عملية تقييم وتحسين أداء لاعبي كرة القدم (دراسة لبعض الوسائل التكنولوجية)	14:10 -14:00
ط.د. بهلول مجد الصغير دور التقييم المستمر في تحقيق نجاح برنامج تدريسي مقترح لبلورة مهارة الكاطا في رياضة الكراتي دو.	14:20 -14:10
أ.د. فرنان مجید د. بن سميشة العيد التحليل الكنماتيكي للتصويب من القفز بوجود مدافع وبدونه لدى لاعبي كرة السلة	14:30-14:20
د. بورويس عادل دور إدارة المعرفة في تحسين إستخدام التكنولوجيات الحديثة لتطوير أساليب التدريب الرياضي	14:40-14:30
ط.د. ذباح عبد الرحمن التأثيرات الناتجة عن استخدام التكنولوجيا الحديثة في مجال علوم الرياضة	14:50-14:40
د. سعودي أيوب تحليل الأهداف المسجلة في كأس العالم لكرة القدم قطر 2022	15:00 -14:50
Dr. Khoudir sofiane Dr. Aissat kamel Évaluation de la fonction cardiorespiratoire par les épreuves d'effort : enjeux, protocoles et perspectives	15:10-15:00
PR. DAHMANI NAIMA Knowledge management requirements and their impact on the development and management of human resources	15:20 -15:10
د. كوندة سلمى الذكاء الاصطناعي والتدريب الرياضي : تقنية حديثة لتحسين أداء الرياضيين	15:30-15:20
أ.د. زواوي عبد الوهاب تقنيات تحليل الفيديو ودورها في تطوير الأداء الرياضي	15:40-15:30
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية	15:50-15:40
رابط الورشة: https://meet.google.com/nrr-zfmx-ztk	

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : الخصائص المورفوفظيفية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة
برنامـج الورشـة السـادسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : التقنيات الحديثة والتقييم / التغذية / الصحة النفسية والعقلية

مقرر الجلسة : د. حميش يوسف

الجلسة رقم 03

رئيس الجلسة : أ.د مقاقد كمال

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

د. عدالة مبروك

أ.د منجي مخلوف

أ.د بوصلاح النذير

-جامعة المسيلة

استخدام التطبيقات والبرامج التكنولوجية الحديثة في رفع فعالية برامج التدريب الرياضي

16:00 -15:50

د. خراشي توفيق

أ.د. بزيو سليم

المركز الجامعي البيض

-جامعة تيسمسيليت

La nouvelle technologie pour sauver la performance sportive pendant la période transitoire

16:10 -16:00

-جامعة البويرة

أ.د. منصورى نبيل

التحضير البدنـي الحديث واسـهامـاتـ التـكنـولـوجـياـ فيـ تسـهـيلـ مـهمـةـ المـعدـ

Dr. Slamani Mebrouk Benosmane Abdelmalik Bachir -Université de Bejaia

Dr. Mahmoud Mahfoudi -Université de soukahras

L'Utilisation des Statistiques Avancées pour Améliorer les Programmes d'Entraînement en Basketball

16:30-16:20

د. بلونـيـ عبدـ الحـلـيم

د. حـسـينـيـ عبدـ الرـزـاق

-جـامـعـةـ المسـيـلـةـ

موقع التواصل الاجتماعي ودورها في تشكيل ثقافة التغذية السليمة لدى الرياضيين

16:40-16:30

د. سليمان قاضـيـ جامعةـ الأـغـواـطـ دـ.ـ بـوزـيدـيـ فـؤـادـ جـامـعـةـ المسـيـلـةـ

متغيرات الصحة النفسية و علاقتها بممارسة النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ الرابعة متوسط (دراسة ميدانية على تلاميذ متوسطة المصالحة ولاية الأغواط) .

16:50-16:40

دـ.ـ مـرـنـيـزـ آـمـنـةـ جـامـعـةـ المسـيـلـةـ دـ.ـ مـرـنـيـزـ مـجـدـ جـالـ المـدرـسـةـ العـلـيـاـ لـعـلـومـ الـرـياـضـةـ وـ تـكـنـوـلـوـجـيـاتـهاـ دـالـيـ إـبـراهـيمـ

آـثـارـ المـشـرـوبـاتـ الطـاقـوـيـةـ عـلـىـ صـحـةـ الـرـياـضـيـ

17:10-17:00

دـ.ـ عـلـوـانـ سـعـادـ

أـدـ.ـ بـوـخـرـصـ رـمـضـانـ

جـامـعـةـ الـبـوـيرـةـ

دـ.ـ عـلـوـانـ سـعـادـ

جـامـعـةـ الـبـوـيرـةـ

جـامـعـةـ المسـيـلـةـ

التدريب العقلي كاستراتيجية لإعداد و صناعة البطل الأولمبي

17:20-17:10

جـامـعـةـ المسـيـلـةـ

أـدـ.ـ كـمـالـ مـقاـدـ

أـدـ.ـ حـرـيـزـيـ عـبـدـ الـهـادـيـ

دور التكيف الوظيفي في الوقاية من اصابات الأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم

17:30-17:20

Dr. CHETTOUH Farid Dr. DJENNAD Djamal -Université A/Mira Bejaia.

Dr. CHENNAFI Miloud -Université Msila

17:40-17:30

L'effet de l'activité physique sur la santé mentale

17:50-17:40 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثالثة

رابط الورشة: <https://meet.google.com/nrr-zfmx-ztk>

ورشة حضورية

مقرر الجلسة : د. شنافي ميلود

رئيس الجلسة : أ.د عادل خوجة

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

Dr. Sabri gaiied Chortane -Université de sfax Tunisie

09:15 -09:00

Place et mise en œuvre d'un programme novateur de réhabilitation d'activité physique adaptée auprès des patientes atteintes d'un cancer du sein .

أ.د يحياوي السعيد أ.د عبد الحفيظ قادری جامعة باتنة 02

09:30 -09:15

عرض نظري لبعض التقنيات الحديثة المستخدمة في قياس و تقييم بنية جسم الرياضي

د. رحمنون محمد الأمين د. براهيمي عيسى -جامعة المسيلة

09:45-09:30

دراسة تأثير طريقتين تدريبيتين مدمجتين : الدائرة التقنية "هوف" Hoof والألعاب المصغرة على المتعة البدنية لدى لاعبي كرة القدم

Djennad Djamel Chettouh Farid Université mira Bejaia

Chennafi Miloud Université M'sila

10:00-09:45

Activité physique et maladies chroniques et sport sur ordonnance .

10:30-10:00 فتح النقاش حول مداخلات الورشة

استراحة

قراءة التوصيات

التكريمات

حفل الختام

دراسة مؤشرات التركيب الجسمي لدى رياضي العاب القوى

دراسة مقارنة بين عدائى المسافات 400م

المحور الأول في الملتقى

الدكتور: بن الطاهر اسماعيل جامعة المسيلة

smail.bentahar@univ-msila.dz

الدكتور: مهادي عثمان جامعة الجزائر -3

mehaddiatmane@gmail.com

الملخص:

الغرض من هذه الدراسة هو دراسة التركيب الجسمي للرياضيين الجزائريين في سباقات العدو في تخصص 400م و 400م حواجز 12 عداء ، بمتوسط عمر عام (25.32 سنة) (6.70) ومثل أفضل العدائين الجزائريين في فريق النادي البترولي GSP والمنتخب الوطني. حيث خضعوا لعدة قياسات أثاثروبومترية تسمح بتحديد الوزن والحجم كل تخصصات العدو و حساب نسبة العضلات والدهون والكتلة العظمية باستخدام .Mateigka صيغ

كما قمت القياسات عبر مرحلتين مهمتين وهي مرحلة التحضير العام PPG ومرحلة التحضير الخاص PPS الكلمات المفتاحية: مؤشرات التركيب الجسمي ؛ عدائى السباقات 400م و 400م حواجز؛ الموسم التدريبي

Abstract:

L'objectif de cette étude est d'étudier la structure physique des athlètes algériens au 400 m et aux 12 obstacles, avec un âge moyen de 25,32 (6,70). Les meilleurs athlètes algériens du GSP et l'équipe nationale de la saison 2017, 2018. Ils ont subi plusieurs minutes à la fois.

PPG et votre étape de préparation du PPS

Keywords/ Indicateurs de composition corporelle – Courses sur 400 m et 400 m haies- La saison d'entraînement

1- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها :

تعتبر النتائج العالية والأداء الرياضي إنجاز لا يستطيع تحقيقه إلا أفراد متميزون في كافة الجوانب ولديهم عوامل التفوق التي تكون بمثابة مواصفات خاصة للرياضيين ظهرت الحاجة الحتمية للبحث في هذه الجوانب حيث أن لكل نوع من أنواع الرياضات ما يميزها عن غيرها بالنسبة لتوافر تلك الصفات والقدرات، فقد اتجه المهتمون بهذا المجال نحو تحديد هذه المواصفات والقدرات الخاصة بكل نشاط رياضي على حد و أصبح من المهم معرفة المواصفات البدنية والجسمية (الانثروبومترية) على أساس الدعامات الأساسية الواجب توفرها للوصول بالفرد الرياضي إلى أعلى مستوى ممكن هذا من ناحية، و من ناحية أخرى فإن التركيب الهيكلي للجسم يلعب دوراً كبيراً وأساسياً في الأداء الرياضي، و هكذا تبدو أهمية القياسات "الانثروبومترية" في أنها غالباً ما تستخدم كأساس للنجاح أو الفشل في النشاط المعين.

و ترجع أهمية معرفة القياسات البدنية و "الانثروبومترية" و دراستها لدى الرياضيين إلى أن لكل نشاط رياضي متطلبات بدنية خاصة به تميزه عن غيره من الأنشطة الأخرى، و تتعكس هذه المتطلبات على الصفات الواجب توفرها في من يمارس هذا النشاط وفي رياضة العاب القوى هناك تغيرات في التركيب الجسمي الرياضي لدى عدائى المسافات.

فرضية الدراسة / هناك فروقات في التركيب الجسمي الرياضي لدى عدائى المسافات في العاب القوى بين اختصاص 400م و 400 حواجز

2- أهداف الدراسة:

-معرفة مؤشرات التطور البدني بين مرحلتين تدريبيتين تسبق المنافسات .

-معرفة نسبة الكتلة الشحمية والكتلة العظمية والكتلة العضلية .

-دراسة تغيرات التركيب الجسمي لتخصص المسافات القصيرة في رياضة العاب القوى .

3- أهمية الدراسة:

مقارنة المؤشرات مع تخصصات أخرى في دراسات مستقبلية وتحديد النمط الجسمي

-معرفة التركيب الجسمي المناسب لاختصاصات العدو في الالعاب الاولمبية والافريقية

4- مصطلحات الدراسة:

مؤشرات التطور البدني : تعتمد أساساً على مكونات تركيب الجسم، وبصفة خاصة النسيج العضلي والنسيج الدهني، وقد قسمت الانماط الجسمية إلى (النمط السمين، النمط النحيف، النمط العضلي)، وتعتمد على مؤشرات الطول والوزن والอายุ في توصيف الجسم والحكم على درجة لياقته والصحة العامة .

عدائي السباقات 400م و400م حواجز :تدخل هاته السباقات ضمن سباقات العدو القصيرة في

رياضة العاب القوى

الموسم التدريسي: يتميز الموسم التدريسي في الرياضات الفردية بـ 04 مراحل مهمة في عملية التحضير للمنافسات التحضير العام والتحضير الخاص وقبل المنافسة وخاتمة المنافسة

5-الدراسات المشابهة:

1- الدراسة الاولى :للدكتور وليد ولد احمد 2014-عنوان الخصائص المعرفولوجية عند الاراميين والاراميات في الجزائر -تهدف هاته الدراسة الى تحديد الميزات المعرفولوجية الخاصة باحسن رياضي العاب القوى الجزائريين المتخصصين في الرماية (رمي الجلة -رمي الرمح -رمي المطرقة-رمي القرص) وباستعمال الطرق الاحصائية تم اكتشاف الميزات المعرفولوجية الاحسن للرياضي الجزائري في اختصاصات الاختصاصات خلال الموسم الرياضي(2011-2012),وباستعمال اجهزة انتروبومترية ,قام الباحث بقياس الاطوال, الأقطار, الحيطات الجسمية, الشايا الجلدية , ثم قام بحساب دلائل النمو العضلي والتراكيب الجسمية وتحديد السوماتوتيب , وطبق الباحث طرق احصائية لاختيار الميزات الاحسن تثليل لكل اختصاصات الرمي في العاب القوى معرفولوجياالرمي

انجزت الاختبارات على اربع مجموعات مكونة من (10رامي الجلة, 11رامي القرص,11رامي الرمح,08 رامي المطرقة)معدل سنهم ($4,63+22,89$)واربعة مجموعات مكونة من (08 راميات الجلة,06راميات القرص,08راميات الرمح,07 راميات المطرقة) (معدل سنهم $20,96$ سنة+ $2,46$), حيث يعتبر هؤلاء الرياضيين الجزائريين الاحسن في هذه .

2-الدراسة الثانية :للدكتور هزار بن محمد الهزاع 1996-عنوان التركيب الجسمي والقدرة العضلية والقدرة لدى الرياضيين السعوديين - تستعرض الدراسة بيانات عن التركيب الجسمي لعدة اختصاصات حيث تميز رياضيو جري المسافات والماراتون بادنى معدلات الطول مقارنة باختصاص القفز والرمي والوثب , وتميز رياضيو المسافات بنسبة شحمية 4.8 بالائمة وتميز وبالاعلى معدلات عروض الجسم ومحيطاته.

7- الإجراءات المنهجية للدراسة:

قمنا بدراسة استطلاعية للمركب الرياضي لألعاب القوى بـ 05 جواليه بالجزائر العاصمة وكانت لنا مقابلات مع المدربين والرياضيين حول البرنامج التدريسي والقياسات التي نريد اجرائها للرياضيين الاكابر في تخصص 400م و400م حواجز.

7-1- منهج الدراسة:

الادوات والمجاهزة المستعملة:

من خلال عملنا للقياسات الجسمية استخدمنا /

1 حقيبة أنثروبومترية من نوع سير هيجنر ، تحتوي على **anthropometer** : من نوع مارتن ، - شريط قياس - كماشة لقياس سمك العضلات

ميزان طبي من نوع **SECA** طريقة التحقيق : الطريقة الأنثروبومترية : تم استخدام القياسات الجسمية وتحديد القياسات الخاصة بوزن الجسم (كيلو) ، يحدد بالميزان الطبي :

-القامة (سم) ، تقامس باستخدام مقياس الأنثروبومتر ؛

-الاقطار (سم) من الذراع ، والساعد ، والفخذ والساقي ، وتقامس باستخدام الفرجار الخاص بالقياس العضلي

محيط (سم) من الذراع، الساعد، الفخذ و الساق ، تحدد باستخدام شريط قياس ؛

-طيات الجلد (مم) ثنائية الرأس ، ثلاثية الرؤوس ، كتفني ، البطن والفخذ والساقي ، وتقامس باستخدام ملقط هرباند كالبير .

لتقييم مكونات مختلفة من كتلة الجسم (الكتلة العضلات ، كتلة الدهون وكتلة العظام) ، استخدمنا في دراستنا الصيغة التي اقترحها **Mateigka J.** (1921) والتي هي التالية:

-كتلة العضلات ، معبراً بالكيلوغرام ، وفقاً للصيغة التالية:

$$MM = 6.5 \times T \times R^2$$

حيث: **MM**: كتلة العضلات بالكيلوغرام

T: الحجم بالستيمترات

R: قيمة التعبير :

$$R = [(\text{محيط الذراع والساعد والفخذ والساقي}) /$$

$$8 \times 3.14]$$

[طيات الجلد: الذراع والساعد والفخذ والساقي]

80]

-كتلة العظام ، معبراً بالكيلوغرامات ، وفقاً للصيغة التالية:

$$MO = 1.2 \times T \times O^2$$

حيث: **MO**: كتلة العظام بالكيلوغرام

T: الحجم بالستيمتر

O: القيمة بالكمية للتعبير :

O = (Σ diameters: arms

الساقي) / 4 .

-كتلة الدهون (أو الدهون) ، معبراً عنها بالكيلوغرام ، وفقاً للصيغة التالية:

$$MA = 1.3 \times Sa \times D$$

حيث: **MA**: كتلة الدهون بالكيلوغرام

قيمة التعبير: D:

حيث $D = \frac{1}{2} (d_1 + d_2 + d_3 + d_4 + d_5 + d_6) / 12$ ، حيث d_1 : طيات تحت كتفي ،

d_2 : fold (biceps + أضعاف الساعد ، d_3 : أضعاف الرؤوس) / 2 ، d_4 : fold (triceps +

معدة

d_5 : طية الفخذ ، d_6 : أضعاف الساق.

Sa: منطقة الجسم المطلقة ، معبراً عنها في مربع ، وفقاً للصيغة

(Eitz-Ackson 1958)

$$Sa = 1 + ([P + (T - 160)] / 100)$$

حيث Sa: مساحة سطح الجسم المطلقة في متر مربع

P: وزن الجسم بالكيلوجرام

T: الحجم أو القامة بالسم.

الاختبارات الإحصائية

استخدمنا الإحصاء الوصفي كجزء من عملنا

وختبارات المقارنة.

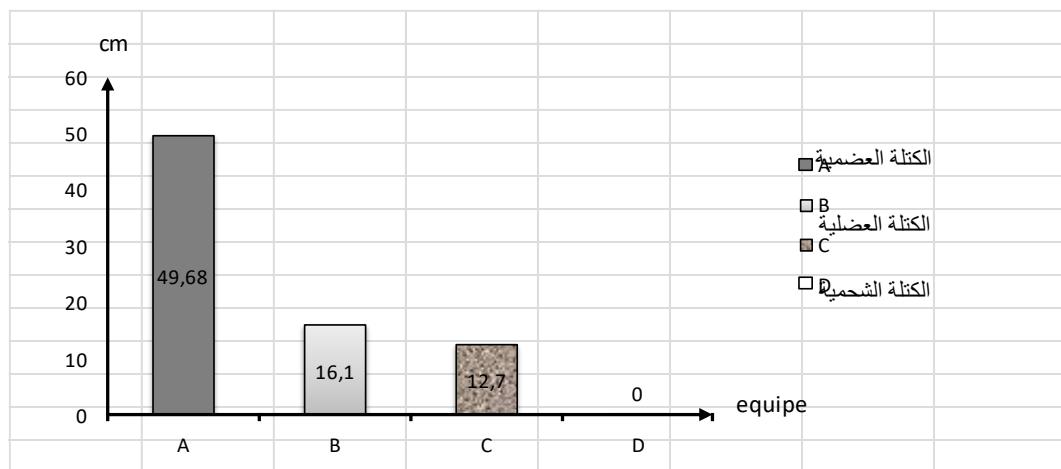
7-2- عينة الدراسة:

تتمثل في 12 رياضي اختصاص جري المسافات 400م و400م حواجز ، حيث تمت القياسات في بداية

مرحلة التحضير العام PPG ومرحلة التحضير الخاص PPS

الجدول رقم 01: متغيرات عدائي 400 م لمرحلة التحضير العام PPG

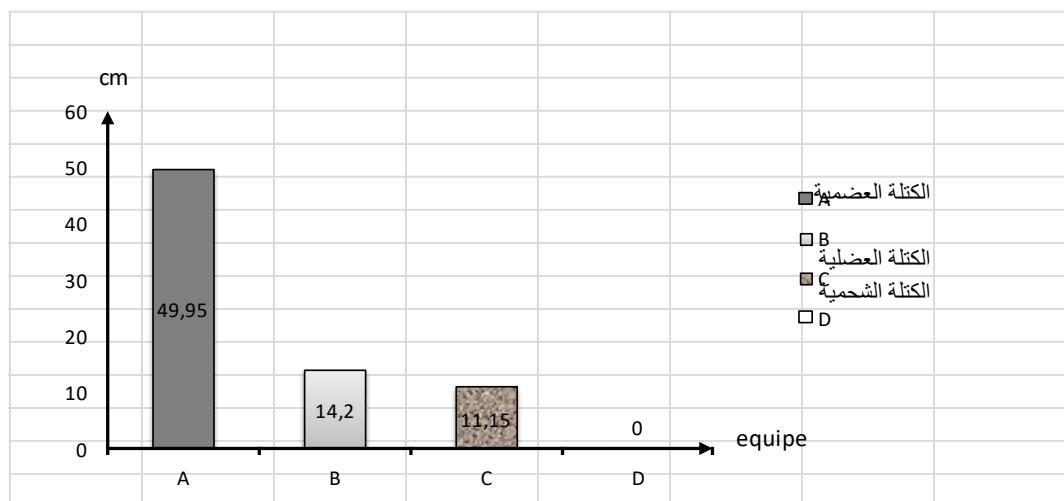
التركيب الشحمي	التركيب العضلي	التركيب العظمي	الوزن	الطول	العمر	
1.95	3.05	1.10	7.20	3.40	7.19	الاخراج المعياري
8.90	11.60	06.60	71.64	179	29.8	المتوسط الحسابي
11.20	12.10	8.80	80	182	25.7	القيمة القصوى
8.10	8.35	6.20	62	177	20.11	القيمة الدنيا
12.7	16.10	49.68	10.05	1.89	24.12	معامل الاختلاف



يمثل الجدول التالي في مرحلة التحضير العام التركيب الجسمي لرياضي سباق المسافات حيث ان نسبة التركيب العظمي يمثل ما يقارب 49.68 وهو جد معقول اذا تم مقارنة بالعدائين العالميين في المسافات القصيرة ,اما نسبة 16.1 للتركيب العضلي فهو ايضا نسبة مقبولة الى نوع ما وزيادة التركيب الشحمي او الدهني ب 12.7 هو امر طبيعي بما انه في مرحلة التحضير العام اي في بداية موسم المنافسة

الجدول رقم 02: التركيب الجسمي لعدائي 400 م لمرحلة التحضير الخاص PPS

التركيب الشحمي	التركيب العضلي	التركيز العظمي	الوزن	الطول	العمر	
1.95	3.05	2.10	7.20	3.40	7.19	الاخلاف المعياري
8.40	11.60	06.37	71.64	1.79	29.8	المتوسط الحسابي
11.20	12.10	8.80	80	182	25.7	القيمة القصوى
8.10	8.35	6.20	62	177	20.11	القيمة الدنيا
11.15	14.20	49.95	10.05	1.89	24.18	معامل الاختلاف



يمثل الجدول التالي في مرحلة التحضير الخاص التركيب الجسمي لرياضي سباق المسافات حيث ان نسبة التركيب العظمي يمثل ما يقارب 49.95 وهي نسبة قريبة لـ 50 بالمائة ايان التركيب الجسمي العظمي في هذه المرحلة وصل لنصف تركيب الجسم وهي مرحلة مهم اذا ما تم ملاحظة التدريبات المكثفة في عمل تقوية الاجسام وهو جد معقول اذا تم مقارنة بالعدائيين العالميين في المسافات القصيرة، اما نسبة 14.2 للتركيز العضلي فهو ايضا نسبة مقبولة الى نوع ما وزيادة التركيب الشحمي او الدهني بـ 11.15

تناقصت النسبة للمركب الدهني قليلا الا انها تمثل عند العدائين العالميين الى نسبة 10.8 بالمائة في اختصاص السباقات القصيرة ، لكن على العموم تبقى هاته النسبة معقولة لرياضي عالمي في السباقات القصيرة.

خاتمة: تظهر عدة نتائج مثيرة للاهتمام من هذه الدراسة: لدى العدائين الجزائريين بعض خصائص مميزة لهم مقارنة بين مرحلة التحضير العام ومرحلة التحضير الخاص. في الواقع ، هذه المجموعة يعرض متوسط قيمة أعلى كتلة الجسم في العينة ، مع نسبة الدهون في الجسم ، أكثر بكثير أعلى بين المرحلتين، ولكن أيضا ، مع قيم نسبة كتلة العضلات بشكل كبير أقل من تعكس هذه النتائج بعض الزيادة في الوزن في سباق 400 متر و المثير للاهتمام متى الدراسات المستقبلية للنظر في ما إذا كان هذا الجانب من يقدم مورفولوجيا مميزة للأداء في هذا نوع من ، أو على العكس من ذلك ، من شأنه أن يحد من الأداء و في هذه الحالة ، تحديد ما إذا كان هذا الوزن الزائد مرتبطا ، على سبيل المثال ، مع اتباع نظام غذائي غير مناسب أو تحمل حمولة تدريبية غير كافية. الخصوصيات مقارنة بالعدائين في الاولبياد لكن على العموم يمكننا القول ان عملية التوجيه والانتقاء الرياضي لهؤلاء العدائين كانت في محلها .

-تقديم قيم كتلة الجسم ونقص في كتلة الدهون في مرحلة التحضير العام وكفرضية مستقبلية يمكننا مقارنة عدة اختصاصات من ناحية التركيب الجسم خصوصا ان الالعاب القوى تحتوي على كثير من الانماط المفروضية المختلفة

قائمة المراجع:

- 1- ابو العلاء أحمد عبد الفتاح , محمد صبحي حسنين :**فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس والتقويم** ،دار الفكر العربي ،القاهرة ،2007.
 - 2- عبد الرحمن زاهر :**موسوعة فسيولوجيا الرياضة** ،مركز الكتاب للنشر ،القاهرة .2010،
 - 3- محمد صبحي حسنين :**أطلس تصنیف وتصویف أنماط الأجسام** ،دار الفكر العربي .القاهرة،2005.
 - 4- محمد صبحي حسنين :**المرجع في القياسات الجسمية** ،دار المعارف للنشر والطباعة القاهرة،1996.
 - 5- احمد نصر الدين . ابو العلاء أحمد عبد الفتاح :**فسيولوجيا اللياقة البدنية** ،دار الفكر العربي ،القاهرة 2008
 - 6- د.عبد الكريم بوحفص ,**الاساليب الاحصائية وتطبيقاتها يدويا وباستخدام برنامج SPSS**,ديوان المطبوعات الجامعية ,الجزائر 2017
-