

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 تقديمه مداخلته في الملتقى الدولي يومي 15 و16 أفريل 2025 بجامعة المسيلة حول

الخصائص المورفوفيزيائية للرياضي وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة

بعنوان:

دراسة مؤشرات التركيب الجسمي لدى رياضيي ألعاب القوى

مدير المعهد
المكلف بتسيير شؤون
معهد علوم وتقنيات
النشاطات البدنية والرياضية
حملاوي عامر



مدير المخبر



د. زحاف محمد



الملتقى الدولي

الخصائص المورفوفيزيائية للرياضي 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 المشاركين

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 donnees de performance dans le football professionnel algérien
(donnees recentes)

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 Gaied Chortane – Université De Sfax Tunisie

Dr.Djennad Djamal – 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 Djamal - Université De Béjaia

انطلاق ورشات الملتقى الحضورية

انطلاق ورشات الملتقى عن بعد

اختتام فعاليات الملتقى

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : الخصائص المورفوفيزيائية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة

برنامج الورشة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

المكان : قاعة الندوات

نمط 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 .	
أ.د نطاح كمال أ.د صغيري رايح جامعة المسيلة	14:20 - 14:10
دور تمارين الإدراك والإحساس الحركي العميق و تمارين الوقاية قبل الإصابة وأهميتها في التأهيل الرياضي بعد الإصابة لدى الرياضيين	
د. خوجة يوسف د. ميم مختار -جامعة مستغانم	14:30 - 14:20
تأثير إستراتيجية تقنين الأحمال التدريبية بعد فترات التوقف الطويلة عن التدريب علي الأداء البدني لدي لاعبي كرة القدم	
د. لعمارة سليم -جامعة تبسة د. والي عبد النور -جامعة المسيلة	14:40 - 14:30
متطلبات التغذية الصحية للرياضيين	
د. مداسي لطفي د. لواتي عبد السلام -جامعة سطيف 2	14:50 - 14:40
د. حمودة محمد لمين جامعة الجزائر 3	
دراسة بعض المحددات المورفوفيزيائية ودورها في انتقاء البطل الناشئ في السباقات المتوسطة.	
ط.د. نعمان تقي الدين د. محمد طنش -جامعة المسيلة د.رضوان شرون -جامعة بسكرة	15:00 - 14:50
أثر المكملات الغذائية على الصحة النفسية لدى رياضي كمال الأجسام " دراسة ميدانية على رياضي كمال الأجسام لولاية سطيف"	
د. ضيف محمد البشير -جامعة مستغانم	15:10 - 15:00
أثر برنامج تدريبي للمشي على الرمال على بعض المتغيرات الفيزيولوجية والبيوكيميائية لمرضى ما قبل ارتفاع ضغط الدم	
15:30 - 14:00 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الأولى – حضورية	

الملتقى العلمي الدولي بعنوان : الخصائص المورفوفيزيائية للرياضي و علاقتها بمؤشرات الصحة و اللياقة

برنامج الورشة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

المكان : القاعة 01

نمط الورشة : حضورية

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

رئيس الجلسة : أ. د عروسي عبد الرزاق
مقرر الجلسة : أ. د زواوي عبد الوهاب

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

برنامج الورشة

نمط الورشة : حضورية

المكان : القاعة 2

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية و الأداء) / الصحة النفسية و العقلية	
رئيس الجلسة : أ.د سليمان نور الدين	
مقرر الجلسة : أ.د بولوفة بوجمعة	
المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
د. علون سعاد جامعة البويرة أ.د بوخرص رمضان جامعة المسيلة	14:10 - 14:00
التدريب العقلي كاستراتيجية لإعداد وصناعة البطل الأولمبي	
د. بوسعد مراد - جامعة مستغانم أ.د. بلخير عبد القادر - جامعة المسيلة	14:20 - 14:10
أثر برنامج تدريبي هوائي بالدراجة الارجومترية في خفض من ضغط الدم الانقباضي لعينة من كبار السن (60-70سنة) -دراسة ميدانية عن عينة من متقاعدي التربية والتعليم لولاية المسيلة	
أ.د. بن عبد الرحمان بلقاسم -جامعة باتنة 2 أ.د. زواق محمد -جامعة المسيلة	14:30 - 14:20
د. بن بوزة هشام -جامعة باتنة	
الاتزان الانفعالي لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف.	14:40 - 14:30
د. بو عيطة توفيق -جامعة قسنطينة 2	
أسرار البرامج الغذائية المخصصة للتضخم والتشنيف العضلي للاعبين كمال الأجسام الهواة وللرياضيين الراغبين في زيادة أو إنقاص الوزن	14:50 - 14:40
د. غلاب حكيم جامعة قسنطينة د. خلفه عماد الدين جامعة بسكرة	
أ.د. فاتح يعقوبي -جامعة المسيلة	15:00 - 14:50
أثر وحدات تدريبية بأساليب التكيف على التخفيف من الضغط النفسي لدى عدائي ألعاب القوى اقل من 17 سنة	
د. بلواضح شاكر د. عمريو زهير جامعة المسيلة	15:30 - 14:00
اقتراح برنامج نشاط بدني رياضي لتخفيف الوزن و تحسين القوام للأشخاص المصابين بالسمنة	
فتح النقاش حول مداخلات الورشة الأولى – حضورية	

برنامج الورشة الأولى

يوم الثلاثاء 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01		محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية
رئيس الجلسة : د.شرفي حليم		الجلسة رقم 01
مقرر الجلسة : د. نمر سليمان		
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
13:00 - 13:10	ط.د. بن التومي زين العابدين د. قطاب محمد - جامعة ورقلة	
	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 - 13:20	د. بن حميدوش فايزة د. قعودي ياسمين د. توميات عبد الرزاق -جامعة المسيلة	
	دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في تحسين الصحة النفسية لدى طلاب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة	
13:20 - 13:30	أ.محمد بن سالم بن حمد بن جمعة العلوي د. أمينة بن قويدر صمد د. عامر الحبسي -	
	جامعة الشرقية سلطنة عمان الصلابة العقلية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى لاعبي النخبة بالألعاب الجماعية ذات الاحتكاك في سلطنة عمان	
13:30 - 13:40	د. بكري عبد الكريم -جامعة المسيلة د. بوعجيبة عمر د. بوهالي أسامة -جامعة قسنطينة 2	
	تقييم مستوى الثقة بالنفس والتفاعل الاجتماعي لدى طالبات السنة اولى بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية خلال الحصص التطبيقية	
13:40 - 13:50	د. درار محمد أمين -جامعة خميس مليانة	
	آليات التخلص من بعض المشكلات السلوكية – التوتر- أنموذجا عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى المراهقين المتمدرسين بالمؤسسات التعليمية	
13:50 - 14:00	د. مجالي أحمد -جامعة تبسة د. سعداوي فيصل -جامعة المسيلة	
	النشاط الرياضي وأثره على الصحة النفسية والاجتماعية للعاملين في قطاع الشباب والرياضة – دراسة ميدانية لطاقم عمل مؤسسة هنشيرتومغني -ام البواقي	
14:00 - 14:10	أ.د. عمومن رمضان د. جقيدل سميرة -جامعة الاغواط	
	التطبيق الارغونومي 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

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01		محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية	
رئيس الجلسة : أ.د فايد عبد الرزاق		الجلسة رقم 02 مقرر الجلسة : د. بوساق بدر الدين	
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة		
14:30 - 14:20	ط.د. عريوة سيف الإسلام -جامعة الاغواط ط.د. بوعافية عبد الوهاب -جامعة الجلفة د.جراد خليصة -جامعة الاغواط		
	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 الصفية وانعكاسها على مستوى التوتر النفسي كمؤشر للصحة النفسية لدى التلاميذ المتمدرسين بالمرحلة الثانوية بمدينة سعيدة		
14:50 - 14:40	د. صلحاي حسناء -د. براهيم عيسى -جامعة المسيلة د. زعيبات سعد -جامعة بسكرة		
	تحليل سوسيولوجي لدور المدربين في تعزيز الصحة النفسية عبر الرياضة المكيفة.		
15:00 - 14:50	أ.د. عروسي عبد الرزاق -د. سعودي جنيدي -جامعة المسيلة		
	مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم (الرابطه الولائية المسيلة)		
15:10 - 15:00	ط.د. أمال حجاج -جامعة لونيبي علي البلدية -2-		
	أثر رياضة ركوب الخيل (الفروسية العلاجية) في تنمية التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد.		
15:20 - 15:10	ط.د. بوحسين أحمد / أ.د. نزار سويسي -جامعة جندوبة تونس د. عاشور توفيق -جامعة الجزائر3		
	أثر الأنشطة البدنية و الرياضية في النمو النفسي و الاجتماعي 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

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01			محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية
رئيس الجلسة : أ.د. بن دقفل رشيد			مقرر الجلسة : د. حسيني عبد الرزاق
التوقيت			المتدخلون / عنوان المداخلة
15:40 - 15:30			د. مجناح مولود أ.د. مجادي مفتاح جامعة المسيلة
			كفاءة المدرب الرياضي وإنعكاسها على التخفيف من الانفعالات النفسية لدى اللاعبين في رياضة كرة القدم
15:50 - 15:40			ط.د. نارون سليمان أ.د. بن عبد الرحمان سيد علي جامعة البويرة
			دور ممارسة النشاط البدني والرياضي المدرسي في تنمية بعض الابعاد النفسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (10-12) دراسة ميدانية اجريت على بعض ابتدائيات بلدية تيسمسيلت.
16:00 - 15:50			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
16:10 - 16:00			د.بن الطيرش ربحية د. زغلاش الياقوت دنيا د. جراد خليصة جامعة الاغواط
			دور الممارسة الرياضية في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي في ولاية الأغواط
16:20 - 16:10			د. حنة الهاشمي أ.د. هيزوم محمد ط.د.روكيلا 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 متوسطات ولاية المسيلة -
16:30 - 16:20			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
15:30 - 16:40 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الاولى -الجلسة رقم 03-			
رابط الورشة : https://meet.google.com/azi-osie-two			

برنامج الورشة الأولى

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 01			محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية
رئيس الجلسة : أ.د بن التومي بلال			مقرر الجلسة : د. بن شبة طارق
الجلسة رقم 04			المتدخلون / عنوان المداخلة
التوقيت			
16:50 - 16:40			د.بن عروس محمد / د.تريش محمد - جامعة عمار ثلجي الأغواط. د.خنفر عبد القادر - جامعة تيسمسيلت
			ممارسة النشاط الرياضي وعلاقته بالصحة النفسية والعقلية
17:00 - 16:50			أ.د. بن حامد لخضر - جامعة البويرة
			دور النشاط الرياضي في تحقيق الصحة النفسية لمفرد في ضوء توجهات عمم النفس الايجابي.
17:10 - 17:00			د. زكرياء حرمة - جامعة الاغواط د. بن مسعود زينب - جامعة الجزائر 3 د. بوراس صباح - جامعة بسكرة
			أثر برنامج رياضي تروحي مقترح في التأثير على بعض سمات الشخصية لدى أطفال مراكز الطفولة المسعفة بولاية تامنراست
17:20 - 17:10			د. شريفي حليم - جامعة المسيلة
			المؤشرات المرفولوجية السليمة و علاقتها بالصحة النفسية للرياضي
17:30 - 17:20			د. بوغرة أمينة - جامعة المسيلة
			The adaptive flexibility impact on the physical activity and the mental health among students of sciences and techniques of physical and sports activities.
17:40 - 17:30			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)
17:50 - 17:40			د. سالم العياشي د. تريش لحسن أ.د. بن رجم ادريس - جامعة المسيلة
			الرعاية النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية للاعبين المصابين في الملاكمة -دراسة ميدانية لفرق ولاية المسيلة -
18:00 - 17:50			د. تكرارتي فيصل ط. جندل محمد عبد الرؤوف - جامعة المسيلة
			دور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيض من القلق لدى تلاميذ الطور الثانوي
18:10 - 18:00			د. حمديني إسحاق أ.د. خوجة عادل - جامعة المسيلة أ. هادية مختار - جامعة طرابلس أ. فرج عبد الرسول فرج - جامعة طبرق
			فاعلية برنامج صغار السن في تحسين التكيف النفسي والاجتماعي للأطفال ذوي الاعاقة الذهنية في المؤسسات المتخصصة
16:40 - 18:30 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الأولى- الجلسة رقم 04-			
رابط الورشة : https://meet.google.com/azi-osie-two			

برنامج الورشة الأولى

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 02		محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية
رئيس الجلسة : أ.د دحماني نعيمة		الجلسة 01 مقرر الجلسة : د. جوادي صفاء
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
13:00 - 13:10	د. سالم سهير د. مزودي حنان -جامعة بسكرة	
	النشاط الرياضي المدرسي كأداة لتعزيز الصحة النفسية للتلميذ	
13:10 - 13:20	د. دبزة عائشة -جامعة الشلف	
	أثر ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط.	
13:20 - 13:30	ط.د. حميدات خالد أ.د. قزقوز محمد -المركز الجامعي البيض	
	واقع مستوى الصحة النفسية لدى طلبة معهد العلوم الانسانية والاجتماعية بالمركز الجامعي البيض الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الهاوية	
13:30 - 13:40	د. بن يوسف وليد د. عباس أيوب -جامعة أم البواقي	
	ظاهرة الاحتراق النفسي لدى رياضيي المستوى العالي	
13:40 - 13:50	ط.د. مسعودي زكرياء أ.د. شلغوم عبد الرحمان -جامعة الجزائر 3	
	انعكاس ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي	
13:50 - 14:00	د. بن جعفر رمضان أ.د. بن التومي بلال -جامعة المسيلة	
	أثر النشاط الرياضي البدني المكيف على الصحة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا	
14:00 - 14:10	د. بوهنتالة يعقوب د. حسيني عبد الرزاق -جامعة المسيلة	
	دور النشاط البدني في تحسين مستوى بعض صفات الذات البدنية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي	
13:00 - 14:20 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية- الجلسة 01 -		
رابط الورشة : https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa		

برنامج الورشة الأولى

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 02		محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية
رئيس الجلسة : أ.د بكة فارس		الجلسة 02
مقرر الجلسة : د. لقلب لخضر		
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
14:30 - 14:20	د . زواد رشيد ط.د. زروقي بلال -المركز الجامعي مرسلبي عبد الله -تبيازة	
	مساهمة النشاط الرياضي في الحد من ظاهرة الانتحار في وسط الشباب المدمن على المخدرات	
14:40 - 14:30	د. عزالي خليفه د. مقي عماد الدين -جامعة تبسة والي عبد النور -جامعة المسيلة	
	الممارسة الرياضية كوسيلة لتحسين الصحة النفسية	
14:50 - 14:40	ط.د. بوهطال أمين أحمد محمد د. بن حامد محمد أ.د. بوخراز رضوان -جامعة الجزائر 3	
	دور حصة التربية البدنية في الابتدائي في التقليل من فرط الحركة وتشتت الانتباه والاندفاعية عند التلاميذ من وجهة نظر المعلمين	
15:00 - 14:50	د. بن سعيد محمد الأمين -جامعة تبسة	
	فعالية برنامج تدريبي مقترح في تنمية قدرة الانتباه وضبط سلوك فرط الحركة لذوي صعوبات التعلم	
15:10 - 15:00	د. ناصر بقار -جامعة بسكرة د. سمير مرزوقي د. حويش علي -جامعة المسيلة	
	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 تيزي وزو	
	دور النشاط الرياضي في التوازن النفسي، التفاعل الاجتماعي والمهني في المجتمع	
13:00 - 14:20 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية- الجلسة رقم 02 -		
رابط الورشة : https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa		

برنامج الورشة الأولى

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 02		محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية	
رئيس الجلسة : أ.د بطاط نور الدين		الجلسة 03	
مقرر الجلسة : د. سبحة محمد الأمين			
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة		
15:30 - 15:40	د. قعقاع توفيق	جامعة سوق أهراس	ط.د. قدور محمد
	أ.د. مهدي محمد	جامعة وهران	
15:40 - 15:50	الصحة النفسية لذوي الإعاقات الحركية في ولاية أم البواقي		
	د. معيرش توفيق	-جامعة تيسمسيلت	
15:50 - 16:00	دور النشاط الرياضي الصفّي في تحسين النمو النفس- إجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.		
	ط.د. جناوي إسحاق	أ.د. عمر دمانة	-جامعة الاغواط
16:00 - 16:10	تأثير النشاط البدني المنتظم على الصحة النفسية: دراسة استطلاعية		
	ط.د. دعبال نصرالدين	جامعة العربي بن مهدي ام البواقي	
16:10 - 16:20	تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط		
	ط.د. طهيري محمد الأمين	د. لعجال يحي	جامعة الجزائر 3
16:20 - 16:30	أثر السمّة على الجانب النفسي للتلاميذ المراهقين		
	ط.د. غول إبراهيم	د. حمادن خليل	-جامعة الجزائر 3
16:30 - 16:40	تأثير النشاط البدني الرياضي على تحقيق الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط "دراسة مقارنة بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي والغير الممارسين"		
15:30 - 16:40 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية – الجلسة رقم 03-			
رابط الورشة : https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa			

برنامج الورشة الأولى

نمط الورشة : عن بعد

الورشة الفرعية : 02		محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية	
رئيس الجلسة : د. تباني علي		الجلسة 04	
مقرر الجلسة : د. مقدر رابح			
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة		
16:40 - 16:50	د. قدر اوي إبراهيم -جامعة سطيف 2 ط.د. نعمان تقي الدين -جامعة المسيلة		
	العلاقة بين التصور العقلي ومستوى الأداء الرياضي كمياري عمليات الانتقاء		
16:50 - 17:00	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 - 17:10	د. مقدر رابح د. عروسي الدراجي -جامعة المسيلة د. بن حموش فوزية -جامعة الجزائر 3		
	علاقة دافعية الممارسة الرياضية بالتقدير الذاتي البدني لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 19 سنة دراسة ميدانية لأندية ولاية باتنة		
17:10 - 17:20	د. بلماحي سليم -جامعة الشلف أ.د. علالي طالب -المركز الجامعي البيض		
	أهمية النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من الضغوطات النفسية للأطفال المعاقين حركيا		
17:20 - 17:30	د. أرفيس زبير -المركز الجامعي البيض		
	انعكاس جودة الحياة على أبعاد التوافق المهني لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية		
17:30 - 17:40	د. شنفاري جمال د. ديشيشة الأمين د. بلبول موسى -المدرسة العليا للأساتذة-بوسعادة ط.د. عثمان عبد الرحمان -جامعة ورقلة		
	مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي		
17:40 - 17:50	د. بن شويطة بلقاسم -جامعة الجزائر 3 د. بلم عصام -جامعة بومرداس		
	النشاط البدني الرياضي المدرسي ودوره في تعزيز الصحة العامة لدى تلاميذ الطور الابتدائي		
17:50 - 18:00	د. خليفة عماد -جامعة بسكرة د. غلاب حكيم -جامعة قسنطينة		
	أثر وحدات تدريبية بالاسترخاء التخيلي على التخفيف من الضغط النفسي لدى عدائي ركض الضاحية صنف أقل من 17 سنة		
18:00 - 18:10	أ.د. حشايشي عبد الوهاب د. حميش زكرياء -جامعة المسيلة		
	النشاط الرياضي كاستراتيجية لتحقيق الصحة النفسية لدى الطفل في الوسط المدرسي		
18:10 - 18:20	د. زمام عبد الرحمن -جامعة خميس مليانة د. معروف سعيد -جامعة الشلف د. دراجي عباس -جامعة البويرة		
	الدوافع الصحية والنفسية لممارسة رياضة الجوجوتسو عند فئة المراهقين (14-18) سنة		
16:40 - 18:00 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية – الجلسة رقم 04			
رابط الورشة : https://meet.google.com/ihd-pkxg-dxa			

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفيزيائية للعضلات)

رئيس الجلسة : أ.د بريكي الطاهر	الجلسة رقم 01	مقرر الجلسة : د. حشروف أسامة
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
13:00 - 13:10	د. عقبوبي حبيب د. دربال فتحي ط. د. طويل العجال -جامعة وهران	
	تحديد بعض المتطلبات الوظيفية عند أشبال كرة القدم الجزائرية وفق مراكز اللعب المختلفة	
13:10 - 13:20	د. بن رقرق وليد -جامعة الجلفة	
	تأثير برنامج تدريبي باستخدام طريقة "SST" لزيادة القوة والضخامة العضلية لدى رياضيي كمال الأجسام	
13:20 - 13:30	ط.د. بن بيشة يوسف - جامعة باتنة 2.	
	اهمية وطرق تطوير الكتلة العضلية للرياضيين	
13:30 - 13:40	ط.د. مهورية عبد الرزاق -جامعة ورقلة د. عايد مراد -جامعة ورقلة	
	علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية (الطول والوزن والكتلة الجسمية) ببعض المكونات البدنية (السرعة والقوة والمداومة) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة	
13:40 - 13:50	د. عزالدين وليد أ.د. قبال مراد -جامعة الجلفة أ.د. بن عمر مراد -جامعة المسيلة	
	فاعلية استخدام أسلوب تدريبي 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 براهيمي عيسى	الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. صواش عيسى
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
14:00 - 14:10	د. لقليب لخضر د. سبخة محمد الأمين -جامعة المسيلة د. حمودة محمد لمين	
	بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالأداء المهارى عند لاعبي الكرة الطائرة U19.	
14:10 - 14:20	ط.د. مويصة عمار د. سليمان عيسى - جامعة الجزائر 3	
	تأثير قلة النوم على التمثيل الغذائي، كتلة الجسم (BM)، واللياقة البدنية	
14:20 - 14:30	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	
14:30 - 14:40	BERBAGUI Badreddine Dr. NEHAOUA Lounis Dr. LOUATI Abdesslem -Université Sétif 2	
	Analyse de la croissance de quelques indices morphologiques (les longueurs corporelles), chez les enfants algériens, garçons, âgés de 13 ans.	
14:40 - 14:50	أ.د. بن دقفل رشيد أ.د. بكة فارس -جامعة المسيلة	
	بعض المحددات المرفولوجية 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>

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفولوجية للعضلات)

رئيس الجلسة : د.سالم العياشي الجلسة رقم 03 مقرر الجلسة : د. سعودي أيوب

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة
15:00 - 15:10	د. سعايد ابراهيم د. كرييع فريد -جامعة عنابة د. مهدي عز الدين -جامعة المسيلة دراسة الخصائص المورفولوجية لأشبال نادي اتحاد عنابة لكرة القدم الفئة العمرية 16- 17 سنة
15:10 - 15:20	د. نويري بوبكر أ.د. زاوي عبد الوهاب -جامعة المسيلة د. عواد قرين -جامعة وهران علاقة بعض القياسات الجسمية بدقة التصويب علي المرعي لدي لاعبي كرة القدم أواسط
15:20 - 15:30	أ.د. زحاف مجد -جامعة المسيلة ط.د. خرشي فيصل -جامعة الشلف تأثير التدريب الرياضي على الخصائص المورفولوجيا والوظيفية للممارسين
15:30 - 15:40	أ.د. بن عمر مراد د. يعقوب العيد أ.د. جوادي خالد -جامعة المسيلة التكيف المورفولوجي ودوره في تعزيز الأداء والوقاية من الإصابات لدى لاعبي كرة القدم
15:40 - 15:50	د. بن الطاهر إسماعيل -جامعة المسيلة د. مهادي عثمان -جامعة الجزائر 3 دراسة مؤشرات التركيب الجسمي لدى رياضي العاب القوى دراسة مقارنة بين عدائي المسافات 400م

16:00-15:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثالثة

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

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفيزيائية للعضلات)

رئيس الجلسة : أ.د. عمور عمر	الجلسة رقم 01	مقرر الجلسة : د. دهبازي محمد الصغير
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
13:00 - 13:10	د. دربال فتحي د. عقوبي حبيب د. زمالي محمد جامعة العلوم والتكنولوجيا وهران	
	المؤشرات المورفو-وظيفية وعلاقتها بالمتطلبات البدنية لمراكز اللعب في كرة القدم	
13:10 - 13:20	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 - 13:30	ط.د. شتوي نور الدين د. لمتيوي فاطمة الزهراء إيمان -د. دردون كنزة أ. دردون عكرمة -جامعة الشلف	
	تأثير استخدام أسلوب التدريب المتقطع على تنمية بعض القدرات البدنية المرونة و الرشاقة لدى لاعبي الكرة الطائرة	
13:30 - 13:40	د. رضوان بوبكر د. بن عمارة كمال د. عوير صدام -جامعة سطيف 2	
	Comparaison entre l'entraînement aérobique et l'entraînement anaérobique dans l'amélioration de l'endurance cardiovasculaire chez les joueurs de football U17	
13:40 - 13:50	ط.د. مهربية عبد الرزاق - جامعة ورقلة ط.د. شويرف نبيل د. عايدي مراد -جامعة مستغانم	
	علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية (الطول والوزن والكتلة الجسمية) ببعض المكونات البدنية (السرعة والقوة والمداومة) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة	

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

رئيس الجلسة : أ.د. مجادي مفتاح	الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. بكري عبد الكريم
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	
14:00 - 14:10	د. نايل كسال عزيز أ.د. عيسى الهادي أ. برون جمال -جامعة الجلفة	
	بناء اختبار معرفي لبطاريات اختبار بعض القدرات البدنية والمهارية لانتقاء لاعبي كرة القدم	
14:10 - 14:20	ط.د. مجالي أعزيز ط.د. قادم فاتح -جامعة سوق أهراس	
	دراسة مقارنة بين تأثير طريقي التدريب المتقطع قصير- طويل على قدرة الاسترجاع لدى لاعبي كرة القدم فئة اقل من 19 سنة	
14:20 - 14:30	د. طنبية ساعد د. مفتي عبد المنعم -جامعة سطيف 2	
	أثر برنامج تدريب مركب على تحسين القوة والسرعة والتحمل لدى الرياضيين في رياضة ألعاب القوى	
14:30 - 14:40	د. حشروف أسامة -جامعة المسيلة ط.د. فريتيح عبد المجيد -جامعة باتنة 2	
	أثر استعمال الألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم فئة (13-14 سنة)	
14:40 - 14:50	د. قندوز هشام -جامعة بسكرة د. تومييات عبد الرزاق د. فاروق زقعار -جامعة المسيلة	
	أثر برنامج تدريبي مقترح بالتدريب (ريتم متغير) على تنمية صفة التحمل الدوري التنفسي لدى عدائي المسافات النصف طويلة اقل من 17 سنة	

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

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

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفيزيائية للعضلات)			
رئيس الجلسة : أ.د بن رجم ادريس		الجلسة رقم 03	مقرر الجلسة : د. زروقة لطفي
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة		
15:10 - 15:00	د.خليل زغدي -جامعة الوادي د.سليم محفوظي -جامعة تيزي وزو		
	إشكاليات تطوير القدرة البدنية لدى المبتدئين في رياضة الجري بولاية الوادي		
15:20 - 15:10	د. عبد المجيد جوايري/جامعة الشلف. ا.د. رابح مجادي/ د. حمزة شريف/ أ.د. بوساق بدر الدين/-جامعة المسيلة		
	أثر برنامج تدريبي مقترح 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 –نموذجا		
15:30-15:20	د.بلفضيل خديجة د.بن قاصد علي الحاج محمد د.قراني جمال -جامعة مستغانم		
	أثر استخدام استراتيجيات التعلم التعاوني في تحسين صفتي التوازن والتوافق لدى تلاميذ (10_11) سنة -دراسة تجريبية أجريت على تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي بولاية غليزان-		
15:40-15:30	د. زويينة بوساق د. كشيدة عبد القادر -جامعة المسيلة		
	القدرات البدنية والأداء الرياضي قراءة تحليلية في نتائج الدراسات السابقة		
15:50-15:40	د. قرين وليد د. بلفريطس ياسين د. كسوري أسامة -جامعة جيجل		
	قوة ومرونة العضلة الخلفية للقدم (hamstring) ودورها في زيادة الأداء والوقاية من الإصابات عند لاعبي كرة القدم.		
16:00-15:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية			
رابط الورشة : https://meet.google.com/rsc-gazr-jjq			

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

رئيس الجلسة : د. بن الطاهر اسماعيل الجلسة رقم 01 مقرر الجلسة : د. جيلالي تامساوت

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة
13:00 - 13:10	د. قية رفيق -جامعة ورقلة علاقة القياسات المورفولوجية (قياس طول الذراع) بدقة وقوة التسديد في كرة اليد -دراسة ميدانية على النادي الرياضي للهواة أمل قمار فئة أقل من 15 سنة-
13:10 - 13:20	د. ميهوبي مراد -جامعة بسكرة د. براهمي 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 - 13:30	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 - 13:40	د. بن شبة طارق -جامعة المسيلة د. بركات عبد العزيز -جامعة المسيلة د. قندوز هشام -جامعة بسكرة تأثير التدريب بالألعاب المصغرة 4 ضد 4 في تحسين بعض الخصائص الفيزيولوجية (Vo2 max – نبض القلب) لدى لاعبي كرة القدم .
13:40 - 13:50	د. سديرة سعد -جامعة المسيلة واقع تطبيق الاختبارات والقياسات وعلاقتها بالجانب الفيزيولوجي دراسة ميدانية لأكاديميات كرة القدم بلدية المسيلة

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

رئيس الجلسة : أ.د. بلخير عبد القادر الجلسة رقم 02 مقرر الجلسة : د. قروش النواري

14:00 - 14:10	د.موساوي عبد الحي د علي قندز -جامعة الشلف د. قراش لعجال -جامعة وهران أهمية سرعة الاستجابة الحركية و علاقتها بدقة أداء بعض المهارات للاعبين كرة السلة
14:10 - 14:20	د. بورقعة حسين صدام -جامعة بسكرة 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 - 14:30	د. يعقوبي فاتح -جامعة المسيلة د. باي راقد عبد الرحيم -معهد إشارات الشباب قسنطينة دور التدريب البليومتريك في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم أثناء فترة الاعداد الخاص
14:30 - 14:40	د. يوسف مزغيش د. زكريا بزاز 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 للكرة الطائرة الأشبال (16-17) سنة
14:40 - 14:50	د. عامر طه / -جامعة المسيلة أ.د. قلاقي يزيد /-جامعة ام البواقي 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

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

رابط الورشة : <https://meet.google.com/ecv-dyoy-xqp>

محور الورشة : القدرات البدنية (العلاقة بين القدرات البدنية والاداء) / التغذية	
رئيس الجلسة : د.تريش لحسن	الجلسة رقم 03
مقرر الجلسة : د.سعداوي فيصل	المتدخلون / عنوان المداخلة
التوقيت	
15:00 - 15:10	ط.د. مويصة عمار د. سليمان عيسى - جامعة الجزائر 3
15:10 - 15:20	الفرق بين (carbohydrate-electrolyte sports drinks) و (high-sodium drink) للحفاظ على الترطيب والأداء البدني خلال شهر رمضان
15:10 - 15:20	د. نظور عيسى- المدرسة العليا للأساتذة-الاغواط د. بن حفاف يحيى - المدرسة العليا للأساتذة-بوسعادة د. مرزوقي أسامة - المدرسة العليا للأساتذة-الاغواط
15:20 - 15:30	تأثير العادات الغذائية على الأداء البدني لدى طلبة السنة الأولى، تخصص تربية بدنية ورياضية، بالمدرسة العليا للأساتذة بالأغواط" (دراسة ميدانية ب المدرسة العليا للأساتذة الاغواط)
15:30 - 15:40	د. باقي أحمد أ.د. قزقوز محمد د. بن سميشة العيد -المركز الجامعي نور البشير البيض
15:40 - 15:50	دراسة العلاقة بين المواد العضوية في انتاج الطاقة (ATP) وأثر ذلك على التحمل، البروتينات والكربوهيدرات والدهون نموذجا
15:50 - 16:00	د. قروش التواري د. تمساوت جيلالي -جامعة المسيلة د. قروش عبد الحكيم -جامعة بسكرة
16:00 - 16:10	أهمية التغذية الصحية والمتزنة في تحسين مردود الممارسين للأنشطة الرياضية
16:10 - 16:20	ط.د. حساني عادل د. عويسي ايمان -جامعة الجزائر 3
16:20 - 16:30	الثقافة الغذائية لدى الرياضيين البدناء الممارسين لرياضة كمال الاجسام -دراسة ميدانية على بعض قاعات كمال الأجسام في بلدية بوسعادة-
16:30 - 16:40	د. لبشيري أحمد د. لبشيري أحمد جامعة المسيلة
16:40 - 16:50	مساهمة بعض القدرات البدنية في تحديد المعادلة التنبؤية لمهارة الضرب الساحق لدى لاعبي الكرة الطائرة
16:50 - 17:00	د. لبشيري أحمد د. حميش يوسف/ جامعة المسيلة أ.د بلبول موسى المدرسة العليا للأساتذة بوسعادة أ.د بشير حسام جامعة أم البواقي
17:00 - 17:10	دراسة مقارنة لمستوى القدرات البدنية حسب مراكز اللعب لدى لاعبي الكرة الطائرة .
16:20-16:10 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثالثة	
رابط الورشة : https://meet.google.com/ecv-dyoy-xqp	

محور الورشة : التغذية / الأمراض المزمنة و الوقاية

رئيس الجلسة : أ.د فاضلي بجاوي		الجلسة رقم 01		مقرر الجلسة : أ.د بوجليدة حسان	
التوقيت		المتدخلون / عنوان المداخلة			
13:00 - 13:10		ط.د. حثحات خولة أ.د. خيرى جمال -جامعة البويرة			
		دور التغذية الرياضية في ضمان الصحة الجيدة للمرأة			
13:10 - 13:20		د. بكري عبد الكريم د.زروقة لطفي د.بن شبة طارق -جامعة المسيلة			
		مستوى الوعي الصحي والغذائي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة			
13:20 - 13:30		د. فلاحى بشير أ.د. قارة سعيد -جامعة المسيلة			
		الأطر المفاهيمية للتغذية الذكية لدى الرياضيين			
13:30 - 13:40		د. بن قسمي يعقوب ط.د. سيد علي مرازقة جامعة باتنة 2 ط.د. مراد شرميم -جامعة الاغواط			
		تأثير التغذية المتوازنة على تحسين التركيب الجسدي والأداء الرياضي			
13:40 - 13:50		ط.د. بن الطاهر بلال د. بودواني عبد الرزاق -جامعة الشلف د. سبعة محمد الأمين -جامعة المسيلة			
		تأثير برنامج غذائي مقترح على زيادة الوزن لدى رياضي كمال الاجسام دراسة ميدانية لنادي الامل لكمال الاجسام ببوسعادة			
14:00 - 13:50		أ.د. لورنيق يوسف د. بوساق بدر الدين -جامعة المسيلة			
		تأثير البرامج الغذائية على تطوير القوة العضلية لدى رياضي رفع الأثقال.			
14:10 - 14:00		Dr. DJENNAD Djamal Dr. CHETTOUH Farid -Université A/Mira Bejaia Dr. CHENNAFI Miloud -Université Msila			
		Activité physique et maladies chroniques et sport sur ordonnance			
14:10 - 14:20 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الأولى					
رابط الورشة : https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm					

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفيزيائية 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 ثليجي الأغواط			
		دور الممارسة الرياضية في الحد من أخطار الأمراض المزمنة في مرحلة الشيخوخة			
14:50-14:40		ط.د. بوستة مجد الهادي -جامعة سطيف 2 د. بن هيبه تاج الدين -جامعة الشلف			
		الأنشطة البدنية ودورها في اجتناب الامراض المزمنة واثار البدانة			
15:00-14:50		ط.د.خضاري احمد ياسين أ.د. قاسم مختار -جامعة الجلفة			
		أ.د. سالم بن سالم -جامعة المسيلة			
		أثر الجري الهوائي على المؤشرات القلبية و التنفسية 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		ط.د. معمري مروى د. ناصر عبد القادر -جامعة مستغانم			
		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			
رئيس الجلسة : د.شريف حمزة		الجلسة رقم 03	مقرر الجلسة : د. توميات عبد الرزاق
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة		
15:40 - 15:30	د. قسيبي سفيان أ.د. بوجليدة حسان -جامعة المسيلة		
	فاعلية برنامج تدريبي مقترح للتقليل من مستوى السمنة لدى الرجال (35-51 سنة) دراسة تجريبية		
15:50 - 15:40	ط.د. بازة العز عبد العزيز ط.د. شرميم مراد -جامعة الاغواط		
	الوعي الصحي وعلاقته بالاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي لدى تلاميذ الأقسام النهائية (دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية خنشلة)		
16:00-15:50	د. والي عبد النور جامعة المسيلة		
	برنامج تأهيلي بالتدليك العلاجي لآلام أسفل الظهر لدى لاعبي كرة القدم .		
16:10-16:00	د. بكري عبد الكريم -جامعة المسيلة د. لوزاني حسيبة -جامعة سطيف 1		
	د. سعداوي عبد اللطيف -جامعة المسيلة		
16:20-16:10	واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي وعلاقته بالوقاية من بعض الامراض المهنية لدى الأستاذ الجامعي		
	د.موساوي علاء الدين -جامعة أم البواقي د.شريفي وليد د.شتحونة كمال -جامعة باتنة 2		
16:30-16:20	الآثار المورفووظيفية لوحداث تدريبية على المراهقين مرضى السمنة		
	د. علالي عبد الغاني د. وجدي عدة د. بوراشيد هشام -جامعة أم البواقي		
16:40-16:30	النشاط البدني(PA) وارتفاع ضغط الدم (HTA)		
	د. نطاح كمال د. صغيري رابح -جامعة المسيلة		
16:50-16:40	دور تمارين الإدراك والإحساس الحركي العميق و تمارين الوقاية قبل الاصابة وأهميتها في التأهيل الرياضي بعد الإصابة لدى رياضيين		
	فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثالثة		
رابط الورشة : https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm			

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

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

رئيس الجلسة : أ.د بوصلاح النذير		الجلسة رقم 01		مقرر الجلسة : أ.د منجي مخلوف	
التوقيت		المتدخلون / عنوان المداخلة			
13:00 - 13:10		د. بن يونس ايمن -جامعة سطيف 2 د. غانم محمد الأمين -جامعة ام البواقي			
		مخاطر زيادة الوزن على جسم الانسان -دراسة نظرية-			
13:10 - 13:20		د. جوادي صفاء أ.د. بطاط نور الدين -جامعة المسيلة			
		السلوك الصحي كآلية لتعزيز نمط حياة الرياضيين			
13:20 - 13:30		أ.د. هدوش عيسى ط.د. عبد الحليم حفصة -جامعة باتنة 2			
		أثر برنامج رياضي مقترح لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المتمدرسات المصابات بالسمنة في الطور الثانوي			
13:30 - 13:40		أ.د. بجاوي فاضلي أ.د. بوبكر الصديق د. قراد محمد -جامعة المسيلة			
		دور الممارسة الرياضية بتطبيق مبادئ التربية الصحية بالصحة النفسية والصحة العامة لدى أساتذة التعليم العالي			
13:40 - 13:50		أ.د. شريط حسام الدين أ.د. مجدي مهدي أ.د. قاسمي عبد المالك - جامعة باتنة 2			
		دراسة مقارنة ما بين التدريب المتقطع ("15"/"15") والتدريب المدمج عن طريق الالعاب المصغرة (4ضد4) على بعض مؤشرات نظام تحديد المواقع (GPExe) لدى لاعبي كرة القدم -فريق اكابر شبيبة القبائل أنموذجا-			
14:00 - 13:50		ط.د. مرزوقي اسلام أ.د. دغوش عقبة -جامعة باتنة 2			
		دور وأنواع الأدوات التكنولوجية الحديثة في الميدان الرياضي			
14:10 - 14:00		د. رفاس باديس د. ماحي صفيان -جامعة الشلف			
		د. مهدي جواني -جامعة محمد بوقرة بومرداس			
14:10 - 14:20		استخدامات التطبيقات التكنولوجية الحديثة في تقييم الأداء البدني خلال الموسم الرياضي للاعبي كرة القدم.			
		ط.د. روكيلة الشريف ط.د. كلال احمد -جامعة الاغواط			
14:20 - 14:10		دور تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تحسين الكفاءات الحركية والمهارية الرياضية في الطور الثانوي "من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية"			
		أ.د. شريط حسام الدين أ.د. مجدي مهدي ط.د. مناصر جمال الدين جامعة باتنة 2			
14:30 - 14:20		اقتراح برنامج ترويحي رياضي لتحسين بعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند الراشدين (50-60) سنة			
		ط.د. طنبية ساعد -جامعة سطيف 2 ط.د. بن زايد عبد الرحمن -جامعة قالمة			
14:40 - 14:30		دور الوسائل التكنولوجية الحديثة في تحسين كفاءة التدريب الرياضي ومراقبة الأداء الرياضي " لدى عدائي العاب القوى			
14:40-14:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الأولى					
رابط الورشة : https://meet.google.com/nrr-zfm-x-ztk					

محور الورشة : الأمراض المزمنة و الوقاية / التقنيات الحديثة و التقييم			
رئيس الجلسة : أ.د زواوي عبد الوهاب		الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. حديي السعيد
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة		
14:00 - 14:10	د. نايل كسال عزيز د. حاشي بلخير ط.د. دباح عبد الكريم -جامعة الجلفة		
	واقع استخدام الوسائل التكنولوجية في عملية تقييم و تحسين أداء لاعبي كرة القدم (دراسة لبعض الوسائل التكنولوجية)		
14:10 - 14:20	ط.د.بهلول مجد الصغير أ.د.فرنان مجيد -جامعة البويرة		
	دور التقييم المستمر في تحقيق نجاح برنامج تدريبي مقترح لبلورة مهارة الكاتا في رياضة الكراتي دو.		
14:20 - 14:30	د. بن سميشة العيد د. بوخزة عبد اليمين د. معمري صابرين -المركز الجامعي البيض		
	التحليل الكنماتيكي للتصويب من القفز بوجود مدافع وبدونه لدى لاعبي كرة السلة		
14:30 - 14:40	د. بورويس عادل -جامعة سطيف 2 د. غانم محمد الأمين -جامعة أم البواقي		
	دور إدارة المعرفة في تحسين إستخدام التكنولوجيات الحديثة لتطوير أساليب التدريب الرياضي		
14:40 - 14:50	ط.د. ذباح عبد الرحمان د. شناتي عبد العزيز -جامعة المسيلة		
	التأثيرات الناتجة عن استخدام التكنولوجيا الحديثة في مجال علوم الرياضة		
14:50 - 15:00	د. سعودي أيوب -جامعة المسيلة د. هداي ياسين -جامعة باتنة د. قراد محمد -جامعة وهران		
	تحليل الأهداف المسجلة في كأس العالم لكرة القدم قطر 2022		
15:00 - 15:10	Dr. Khoudir sofiane -Université setif 2 Dr. Aissat kamel -université de jijel		
	Évaluation de la fonction cardiorespiratoire par les épreuves d'effort : enjeux, protocoles et perspectives		
15:10 - 15:20	PR. DAHMANI NAIMA - University of M'sila		
	Knowledge management requirements and their impact on the development and management of human resources		
15:20 - 15:30	د. كوندو سلمى جامعة سطيف 2 د.بوزيدي فؤاد جامعة المسيلة		
	الذكاء الاصطناعي و التدريب الرياضي : تقنية حديثة لتحسين أداء الرياضيين		
15:30 - 15:40	أ.د. زواوي عبد الوهاب د. حويش علي د. مرزوقي سمير -جامعة المسيلة		
	تكنولوجيات تحليل الفيديو ودورها في تطوير الأداء الرياضي		
15:40 - 15:50 فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية			
رابط الورشة : https://meet.google.com/nrr-zfm-x-ztk			

محور الورشة : التقنيات الحديثة و التقييم / التغذية / الصحة النفسية و العقلية

رئيس الجلسة : أ.د. مقاق كمال		الجلسة رقم 03		مقرر الجلسة : د. حميش يوسف	
التوقيت		المتدخلون / عنوان المداخلة			
16:00 - 15:50	د. عدالة مبروك	أ.د. منجي مخلوف	أ.د. بوضلاح النذير	جامعة المسيلة	استخدام التطبيقات والبرامج التكنولوجية الحديثة في رفع فعالية برامج التدريب الرياضي
16:10 - 16:00	د. خراشي توفيق	-المركز الجامعي البيض	أ.د. بزيو سليم	جامعة تيسمسيلت	La nouvelle technologie pour sauver la performance sportive pendant la période transitoire
16:20-16:10	أ.د. منصوري نبيل	جامعة البويرة	التحضير البدني الحديث واسهامات التكنولوجيا في تسهيل مهمة المعد		
16:30-16:20	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					
16:40-16:30	د. بلوني عبد الحليم	د. حسيني عبد الرزاق	جامعة المسيلة		مواقع التواصل الاجتماعي ودورها في تشكيل ثقافة التغذية السليمة لدى الرياضيين
16:50-16:40	د. سليمان قاضي	جامعة الأغواط	د. بوزيدي فؤاد	جامعة المسيلة	متغيرات الصحة النفسية و علاقتها بممارسة النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ الرابعة متوسط (دراسة ميدانية على تلاميذ متوسطة المصالحة ولاية الأغواط) .
17:10-17:00	د. مرنيذ آمنة	جامعة المسيلة	د.مرنيذ محمد جلال	المدرسة العليا لعلوم الرياضة و تكنولوجياتها –دالي ابراهيم	آثار المشروبات الطاقوية على صحة الرياضي
17:20-17:10	د.علوان سعاد	جامعة البويرة	أ.د. بوخرص رمضان	جامعة المسيلة	التدريب العقلي كاستراتيجية لإعداد و صناعة البطل الأولمبي
17:30-17:20	أ.د. حريزي عبد الهادي	أ.د. كمال مقاق	جامعة المسيلة		دور التكيف الوظيفي في الوقاية من اصابات الأطراف السفلية لدى لاعبي كرة القدم
17:40-17:30	Dr. CHETTOUH Farid	Dr. DJENNAD Djamal	-Université A/Mira Bejaia.	Dr. CHENNAFI Miloud	-Université Msila
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-zfm-xztk					

ورشة حضورية

رئيس الجلسة : أ.د عادل خوجة

مقرر الجلسة : د. شنافي ميلود

المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
Dr. Sabri gaied 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 يحيوي السعيد أ.د عبد الحفيظ قادري جامعة باتنة 02	09:30 -09:15
عرض نظري لبعض التقنيات الحديثة المستخدمة في قياس و تقييم بنية جسم الرياضي	
د. رحمون محمد الأمين -جامعة خنشلة د. براهيم 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 رياضيي العب القوى

دراسة مقارنة بين عدائي 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 و400م حواجز 12عداء ، بمتوسط عمر عام (25.32 سنة) (6.70) وتمثل أفضل العدائين الجزائريين في فريق النادي البترولي GSP والمنتخب الوطني. حيث خضعوا لعدة قياسات أنثروبومترية تسمح بتحديد الوزن والحجم كل تخصصات العدو و حساب نسبة العضلات والدهون والكتلة العظمية باستخدام صيغ Mateigka.

كما تمت القياسات عبر مرحلتين مهمتين وهي مرحلة التحضير العام PPG ومرحلة التحضير الخاص PPS

الكلمات المفتاحية: مؤشرات التركيب الجسمي ؛ عدائي السباقات 400م و400م 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 حدى 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 دورا كبيرا وأساسيا في الأداء الرياضي، و هكذا تبدو أهمية القياسات "الانثروبومترية" في أنها غالبا ما تستخدم كأساس للنجاح أو الفشل في النشاط المعين.

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

فرضية الدراسة /هناك فروقات في التركيب الجسمي الرياضي لدى عدائي المسافات في العابن القوى بين اختصاص 400م و400م 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 اساسا على مكونات تركيب الجسم, وبصفة خاصة النسيج العضلي والنسيج الدهني, وقد قسمت الانماط الجسمية الى (النمط السمين, النمط النحيف, النمط العضلي), وتعتمد على مؤشرات الطول والوزن والعمر 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 التدريبي: يتميز الموسم التدريبي في الرياضات الفردية ب 04مراحل مهمة في عملية التحضير للمنافسات التحضير العام والتحصير الخاص وقبل المنافسة ونهاية المنافسة

5-الدراسات المشاهدة:

1- الدراسة الاولى :للدكتور وليد ولد احمد 2014-بعنوان الخصائص المرفولوجية عند الراميين والراميات في الجزائر -تهدف هاته الدراسة الى تحديد الميزات المرفولوجية الخاصة باحسن رياضيي العاب القوى الجزائريين المتخصصين في الرماية (رمي الجلة -رمي الرمح - رمي المطرقة-رمي القرص) وباستعمال الطرق الاحصائية تم اكتشاف الميزات المرفولوجية الاحسن للرياضي الجزائري في اختصاصات الاختصاصات خلال الموسم الرياضي(2011-2012), وباستعمال اجهزة انتروبومترية ,قام الباحث بقياس الاطوال ,الأقطار , المحيطات الجسمية ,الشايا الجلدية ,ثم قام بحساب دلائل النمو العضلي والتركيب الجسمي وتحديد السوماتوتيب ,وطبق الباحث طرق احصائية لاختيار الميزات الاحسن تمثيل لكل اختصاصات الرمي في العاب القوى مرفولوجياالرمي

انجزت الاختبارات على اربع مجموعات مكونة من (10راميمي الجلة , 11راميمي القرص, 11راميمي الرمح, 08 راميمي المطرقة)معدل سنهم (22,89+4,63) 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 هزاع بن محمد الهزاع 1996-بعنوان التركيب الجسمي والقوة العضلية والقدرة لدى الرياضيين السعوديين -تستعرض الدراسة بيانات عن التركيب الجسمي لعدة اختصاصات حيث تميز رياضيو جري المسافات والمارتون بادنى معدلات الطول مقارنة باختصاص القفز والرمي والوثب , وتميز رياضيو المسافات بنسبة شحمية 8.4 بالمئة وتميزوا على معدلات عروض الجسم ومحيطاته.

7- الإجراءات المنهجية للدراسة:

قمنا بدراسة استطلاعية للمركب الرياضي لالعاب القوى ب05جويلية بالجزائر العاصمة وكانت لنا مقابلات مع المدربين والرياضيين حول البرنامج التدريبي والقياسات التي نريد اجرائها للرياضيين الاكابر في تخصص 400م و400م حواجز.

1-7- منهج الدراسة:

الادوات والجهزة 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 (كلغ) ، يحدد بالميزان الطبي ؛

- القامة (سم) ، تقاس باستخدام مقياس الأنثروبومتر ؛

- الاقطار (سم) من الذراع ، والساعد ، و الفخذ والساق ، وتقاس باستخدام الفرجار الخاص

بالقياس العضلي

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

- طيات الجلد (مم) ثنائية الرأس ، ثلاثية الرؤوس ، كتفي ، البطن والفخذ والساق ، وتقاس باستخدام ملقط هرباند كالير .

لتقييم مكونات مختلفة من كتلة الجسم (الكتلة

العضلات ، كتلة الدهون وكتلة العظام) ، استخدمنا في دراستنا

الصيغ 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 بالسنتيمترات

R: قيمة التعبير:

(R = محيط: الذراع والساعد والفخذ والساق) /

$$8 \times 3.14]$$

(- طيات الجلد: الذراع والساعد والفخذ والساق) /

$$80]$$

- كتلة العظام ، معبراً بالكيلوغرامات ، وفقاً للصيغة التالية:

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

حيث: MO كتلة العظام بالكيلوغرام

T: الحجم بالسنتيمتر

O: القيمة بالكمية للتعبير:

O = (Σ diameters: arms البعيدة والساعد والفخذ و

الساق) / 4.

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

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

حيث: MA كتلة الدهون بالكيلوغرام

D: قيمة التعبير:

$D = \frac{1}{2} (d1 + d2 + d3 + d4 + d5 + d6) / 12$ ؛ حيث d1: طيات تحت كتفي ،
d2: fold (biceps + ثلاثية الرؤوس) / 2 ، d3: أضعاف الساعد ، d4: fold
معدة

d5: طية الفخذ ، d6: أضعاف الساق.

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

من إنزاكسون (1958)

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

حيث سا: مساحة سطح الجسم المطلقة في متر مربع

P: وزن الجسم بالكيلوجرام

T: الحجم أو القامة بالسـم.

الاختبارات الإحصائية

استخدمنا الإحصاء الوصفي كجزء من عملنا

واختبارات المقارنة.

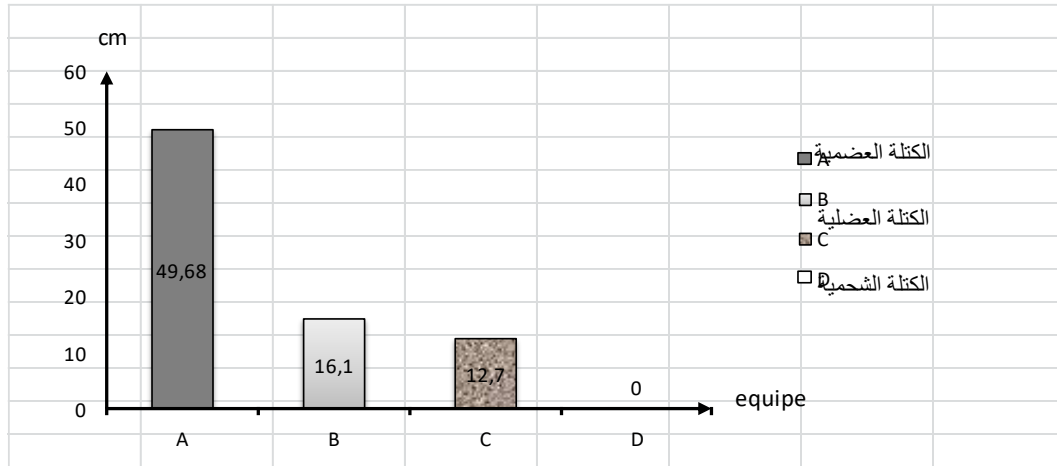
7-2- عينة الدراسة:

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 400م لمرحلة التحضير العام PPG

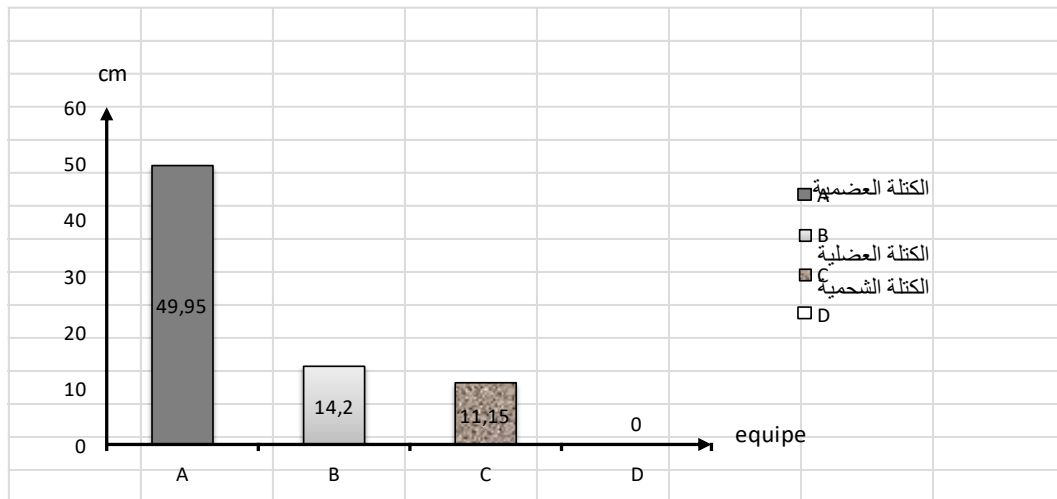
	العمر	الطول	الوزن	التركيب العظمي	التركيب العضلي	التركيب الشحمي
الانحراف المعياري	7.19	3.40	7.20	1.10	3.05	1.95
المتوسط الحسابي	29.8	179	71.64	06.60	11.60	8.90
القيمة القصوى	25.7	182	80	8.80	12.10	11.20
القيمة الدنيا	20.11	177	62	6.20	8.35	8.10
معامل الاختلاف	24.12	1.89	10.05	49.68	16.10	12.7



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 العالمين 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 400م لمرحلة التحضير الخاص PPS

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



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 ل 50 بالمئة ايان التركيب الجسمي العضلي 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 بالعدائين العالمين في المسافات القصيرة ,اما نسبة 14.2 للتركيب العضلي فهو ايضا نسبة مقبولة الى نوع ما وزيادة التركيب الشحمي او الدهني ب 11.15

تناقصت النسبة للمركب الدهني قليلا الا انها تمثل عند العدائين العالميين الى نسبة 8.10 بالمئة 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 مرتبطاً ، على سبيل المثال ، مع اتباع نظام غذائي غير مناسب أو تحميل حمولة تدريبية غير كافية. الخصوصيات مقارنة بالعدائين في الاولمبياد لكن على العموم يمكننا القول ان عملية التوجيه والانتقاء الرياضي هؤلاء العدائين كانت في محلها .

-تقدم قيم كتلة الجسم ونقص في كتلة الدهون في مرحلة التحضير العام وكفرضية مستقبلية يمكننا مقونة عدة اختصاصات من ناحية التركيب الجسم خصوصا ان الالعاب القوى تحتوي على كثير من الانماط المرفولوجية 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 تصنيف وتوصيف أنماط الاجسام ،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 ,القاهرة2008
 - 6- د.عبد الكريم بوحفص ,الاساليب الاحصائية وتطبيقاتها يدويا وباستخدام برنامج SPSS,ديوان المطبوعات الجامعية ,الجزائر 2017
-