



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
معهد إطارات الشباب قسنطينة

أ.د. يعقوبي فاتح
د. باي راقد عبد الرحمن

نظير تقديمها مداخلة في الملتقى الدولي يومي 15 و 16 أفريل 2025 بجامعة المسيلة حول
الخصائص المورفوبطيئية للاعبين وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة

عنوان:

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

مدير المعهد
المكلف بتسيير شؤون
المعهد علوم وتقنيات
النشاطات البدنية والرياضية
حملاوي حامد



د. م. حافظ محمد





وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
مخبر التعلم والتحكم الحركي

الملتقى الدولي

الخصائص المورفوفظية 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 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 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 Gaiad 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

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. ميم مختار

د. خوجة يوسف

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. لواتي عبد السلام

د. مدارسي لطفي

جامعة الجزائر 3

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

14:50 -14:40

جامعة بسكرة

د. نعمن تقي الدين

د. مجد 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 ليلية 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. دهبايزي 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. هدال 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 إبريل 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 البواية أ.د بولوفة بوجمعة المسيلة التدريب العقلي كاستراتيجية لإعداد وصناعة البطل الأولمبي
14:20 - 14:10	د. بوسعد مراد - جامعة المسيلة أ.د. بلخير عبد القادر - جامعة المسيلة أثر برنامج تدريبي هوائي بالدرجة الارجومترية في الخفض 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 د. خلفة عماد الدين - جامعة بسكرة أ.د. فاتح يعقوبي - جامعة المسيلة أثر وحدات تدريبية بأساليب التكيف على التخفيف من الضغط النفسي لدى عدائي العاب القوى أقل من 17 سنة
15:00 - 14:50	د. بلواضح 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

نطط 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

د. قطاب محمد

ط.د. بن التومي زين العابدين

تأثير برنامج التمارين الرياضية المقنن 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 قويري صمد

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. بو عجلة عمر

جامعة قسنطينة 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 ملينة

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.

سعادوي فيصل

جامعة المسيلة

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

14:00 - 13:50

جامعة الاغواط

أ.د. عمون رمضان

التطبيق الارغونومي واهميته في تعزيز الصحة النفسية للممارس الرياضي

14:10 - 14:00

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

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

برنامج الورشة الأولى

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية

الورشة الفرعية : 01

مقرر الجلسة : د. بوساق بدر الدين

الجلسة رقم 02

رئيس الجلسة : أ.د. فايد عبد الرزاق

التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	رئيس الجلسة رقم 02	مقرر الجلسة : د. بوساق بدر الدين
14:30 - 14:20	دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية المعدلة في بعض مؤشرات الصحة النفسية لدى المعاقين حركيا د. جراد طب. عريوة سيف الإسلام طب. بوعافية عبد الوهاب جامعة الجلفة خليصة جامعة الاغواط	أ.د. فايد عبد الرزاق	
14:40 - 14:30	الأنشطة الرياضية الصافية وانعكاسها على مستوى التوتر النفسي كمؤشر للصحة النفسية لدى التلاميذ المتمدرسين بالمرحلة الثانوية بمدينة سعيدة أ.د. حرشاوي يوسف جامعة مستغانم		
14:50 - 14:40	تحليل سوسيولوجي لن دور المدربين في تعزيز الصحة النفسية عبر الرياضة المكيفة. د. صلحاوي حسناء د. براهيمي عيسى جامعة المسيلة د. زعبيات سعد جامعة بسكرة		
15:00 - 14:50	مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم (الرابطة الولائية المسيلة) أ.د. عروسي عبد الرزاق جامعة المسيلة د. سعودي جنيدى		
15:10 - 15:00	أثر رياضة ركوب الخيل (الفرروسية العلاجية) في تنمية التواصل الاجتماعي لدى أطفال التوحد. طب. أمال حجاج جامعة لونيسى على البليدة - 2-		
15:20 - 15:10	أثر الأنشطة البدنية و الرياضية في النمو النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الابتدائي ط.د. بوحسين أحمد / أ.د. نزار سويسى د. عاشور توفيق جامعة العزائر 3		
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
		مقرر الجلسة : د. حسيني عبد الرزاق
		الجلسة رقم 03
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 الابعاد 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		16:00 -15:50
The Emerging Field of Sports Psychiatry: The Intersection of Mental Health and Athletic Performance		
د.بن الطيرش رحبة	د. زغلش 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 التربوية البدنية والرياضية" - دراسة ميدانية لبعض متخصصات ولاية المسيلة -		16:20 -16:10
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
- 16:40 16:30 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الاولى -الجلسة رقم 03		16:30 -16:20
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
ممارسه النشاط الرياضي وعلاقته بالصحة النفسية والعقلية		جامعة تيسمسيلت
أ.د. بن حامد لخضر	- جامعة البويرة	16:50 -16:40
دور النشاط الرياضي في تحقيق الصحة النفسية لمفرد في ضوء توجيات عム النفس الایجابي.		17:00 -16:50
د. زكرياء حرمة	جامعة الاغواط	د. بن مسعود زينب
د. بوراس صباح	جامعة الجزائر 3	جامعة بسكرة
أثر برنامج رياضي ترويحي مقترن في التاثير على بعض سمات الشخصية لدى أطفال مراكز الطفولة المبكرة بولاية تامنراست		17:10 -17:00
د. شريفى حليم	جامعة المسيلة	د. بوغرة أمينة
المؤشرات المرفولوجية السلبية و علاقتها بالصحة النفسية للرياضي		17:20 -17:10
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	أ.د. بن رجم ادريس
جامعة المسيلة	جامعة المسيلة	جامعة المسيلة
الرعاية النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية للاعبين المصابين في الملاكمه - دراسة ميدانية لفرق ولاية المسيلة -		17:50 -17:40
د. تكركارت فيصل	ط. جندل محمد عبد الرؤوف	د. سالم العياشي
جامعة المسيلة	جامعة المسيلة	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.د. خوجة عادل
أ. هادية مختار	جامعة طرابلس	جامعة المسيلة
أ. فرج عبد الرسول فرج	جامعة طبرق	جامعة المسيلة
فاعلية برنامج صغار السن في تحسين التكيف النفسي والاجتماعي للأطفال ذوي الاعاقة الذهنية في المؤسسات المتخصصة		18:10 -18:00
-04 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

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الصحة النفسية والعقلية

الورشة الفرعية : 02

مقرر الجلسة : د. جوادي صفاء

الجلسة 01

رئيس الجلسة : أ.د. دحماني نعيمة

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

جامعة بسكرة

د. مزري حنان

د. سالم سهير

13:10 - 13:00

النشاط الرياضي المدرسي كأداة لتعزيز الصحة النفسية للתלמיד

جامعة الشلف

د. دبزة عائشة

13:20 - 13:10

أثر ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

ط.د. بعري أحمد
ط.د. حميدات خالد

جامعة مستغانم

أ.د. فرقوز محمد

وأفع مستوى الصحية النفسية لدى طلبة معهد العلوم الإنسانية والاجتماعية بالمركز الجامعي البيض الممارسين للأنشطة الرياضية الهاوية

جامعة أم البوachi

د. عباش أيوب

د. بن يوسف وليد

13:40 - 13:30

ظاهرة الاحتراق النفسي لدى رياضي المستوى العالي

جامعة الجزائر 3

أ. د. شلغوم عبد الرحمن

ط.د. مسعودي زكرياء

13:50 - 13:40

انعكاس ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على الصحة النفسية لتلاميذ الطور الابتدائي

جامعة المسيلة

أ.د. بن التومي بلال

د. بن جعفر رمضان

14:00 - 13:50

أثر النشاط الرياضي البدني المكيف على الصحة النفسية لليارضيين المعاقين حركيا

جامعة المسيلة

د. حسيني عبد الرزاق

د. بوهنتالة يعقوب

14:10 - 14:00

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	رئيس الجلسة : أ.د بكة فارس	الجلسة 02	مقرر الجلسة : د. لقلبي لخضر	محور الورشة : الصحة النفسية و العقلية
التوقيت				المتدخلون / عنوان المداخلة
14:30 - 14:20	د . زواد رشيد	طب. زروقي بلال	-المركز الجامعي مرسلی عبد الله سبيازة	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 عmad الدين والى عبد النور	الممارسة الرياضية كوسيلة لتحسين الصحة النفسية
14:50 - 14:40	طب. بوهطال أمين أحمد محمد	جامعة الجزائر 3	د. بن حامد محمد	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 مزروقي	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

مقرر الجلسة : د. سبخة محمد الأمين

الجلسة 03

رئيس الجلسة : أ.د بساط نور الدين

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

جامعة وهران

د. فقعاع توفيق

جامعة سوق أهرا

أ.د. مهدي محمد

ط.د. قدور محمد

الصحة النفسية لذوي الإعاقات الحركية في ولاية أم البوachi

15:40 - 15:30

جامعة تيسمسيلت

د. معيرش توفيق

دور النشاط الرياضي الصفي في تحسين النمو النفسي- الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

15:50 - 15:40

جامعة الاغواط

أ.د. عمر دمانة

ط.د. جناوي إسحاق

16:00 - 15:50

تأثير النشاط البدني المنتظم على الصحة النفسية: دراسة استطلاعية

جامعة العربي بن مهيدى ام البوachi

ط.د. دعبال نصر الدين

16:10 - 16:00

تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط

جامعة الجزائر 3

د. لعجال يحيى

ط.د. طهيري محمد الأمين

16:20 - 16:10

أثر السمنة على الجانب النفسي للتلاميذ المراهقين

جامعة الجزائر 3

د. حمادن خليل

ط.د. عول إبراهيم

16:30 - 16:20

تأثير النشاط البدني الرياضي على تحقيق الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط "دراسة مقارنة بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي والغير الممارسين"

16:40 - 16:30 فتح النقاش حول مداخلات الورشة الفرعية الثانية - الجلسة رقم 03

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

جامعة المسيلة

ط.د. نعمان تقى الدين

جامعة سطيف 2

د. قدراوي إبراهيم

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 драги جامعة الجزائر 3

د. بن حموش فوزية

علاقة دافعية الممارسة الرياضية بالتقدير الذاتي البدنى لدى لاعبي كرة القدم فئة أقل من 19 سنة دراسة ميدانية لأندية ولاية باتنة

17:10 - 17:00

أ.د. عالي طالب -المركز الجامعي البيض

جامعة الشلف

د. بلماحي سليم

أهمية النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من الضغوطات النفسية للأطفال المعاقين حركيا

17:20 - 17:10

المركز الجامعي البيض

د. أرفيس زبير

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

المدرسة العليا للأساتذة-بوسعادة

ط.د. عثمانى عبد الرحمن جامعة ورقلة

مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلميذ مرحلة التعليم الابتدائي

17:40 - 17:30

د. بن شويطة بلقاسم

جامعة الجزائر 3

د. بلم عصام

النشاط البدني الرياضي المدرسي ودوره في تعزيز الصحة العامة لدى تلاميذ الطور الابتدائي

17:50 - 17:40

جامعة بسكرة

د. غلاب حكيم

جامعة قسنطينة

د. خلفة عماد

أثر وحدات تدريبية بالاسترخاء التخيلي على التخفيف من الضغط النفسي لدى عدائي ركض الصالحة صنف اقل من 17 سنة

18:00 - 17:50

جامعة المسيلة

د. حميش زكرياء

أ.د. حشائشى عبد الوهاب

النشاط الرياضي كاستراتيجية لتحقيق الصحة النفسية لدى الطفل في الوسط المدرسي

18:10 - 18:00

د. زمام عبد الرحمن

جامعة خميس مليانة

د. معروف سعيد

جامعة الشلف

د. دراجي عباس

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 مداخلات الورشة الفرعية الثانية - الجلسة رقم 04

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

برنامج الورشة الثانية

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

رئيس الجلسة : أ.د بريكي الطاهر الجلسة رقم 01 مقرر الجلسة : د. حشروف أسامة

المتدخلون / عنوان المداخلة	التوقيت
د. عقبوبي حبيب ط. د. طويل العجال د. دربال فتحي جامعة وهران	13:10 - 13:00
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 تدريبي باستخدام طريقة "SST" لزيادة القوة والضخامة العضلية لدى رياضيي كمال الأجسام	
ط. د. بن بيشة يوسف - جامعة باتنة 2	13:30-13:20
أهمية وطرق تطوير الكتلة العضلية للاعبين	
ط. د. مهيرية عبد الرزاق ط. د. شويرف نبيل د. عايدى مراد جامعة ورقلة جامعة مستغانم	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 أ. د. بن عمر مراد جامعة المسيلة	13:50-13:40
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 براهيمى عيسى الجلسة رقم 02 مقرر الجلسة : د. صواش عيسى

د. لقليب لخضر د. سبخة مجد الأمين د. حمودة مجد لمين جامعة المسيلة	14:10-14:00
بعض القياسات الجسمية وعلاقتها بالأداء المهارى عند لاعبي الكرة الطائرة U19.	
ط. د. مويسيه عمار د. سليماني عيسى 3 - جامعة الجزائر	14:20-14:10
تأثير قلة النوم على التمثيل الغذائي، كثافة الجسم (BM)، واللياقة البدنية	
Phd.Mammeri Maroua Dr. Nacer Abdelkader Dr. Ben Tata Kada kada mostganem university	14:30-14:20
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	14:40-14:30
Analyse de la croissance de quelques indices morphologiques (les longueurs corporelles), chez les enfants algériens, garçons, âgés de 13 ans.	
أ. د. بن دقل رشيد أ. د. بكة فارس جامعة المسيلة	14:50-14:40
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 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	التكيف 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 مداخلات الجلسة الثالثة	
رابط الورشة: https://meet.google.com/wjb-wzfu-ypg		

برنامج الورشة الثالثة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نطط 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. زمالي مجد

د. عقبوبي حبيب

المؤشرات المورفو-وظيفية وعلاقتها بالمتطلبات البدنية لمراكز اللعب في كرة القدم

13:10 - 13:00

Pr. Mourad Ait Lounis

-University of Boumerdes

Pr. Swanilda Mekioussa Izri

13:20 - 13:10

Effects of dynamic and static stretching on the explosive strength of the lower limbs of basketball players aged between 17 and 21 years old

ط.د. شتوي نور الدين د. لمتيوي فاطمة الزهرة 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

13:30-13:20

د. رضوان بوبكر

د. عوير صدام

د. بن عمارة كمال

Comparaison entre l'entraînement aérobique et l'entraînement anaérobique dans l'amélioration de l'endurance cardiovasculaire chez les joueurs de football U17

13:40-13:30

ط.د. مهربة عبد الرزاق ط.د. شويف نبيل - جامعة ورقلة

د. عايدى مراد
جامعة مستغانم

علاقة بعض القياسات الأنثروبومترية (الطول والوزن والكتلة الجسمانية) ببعض المكونات البدنية (السرعة والقوية والمداومة) لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

13:50-13:40

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

أ. بروان جمال

أ.د. عيسى الهايدي

بناء اختبار معرفي لبطاريات اختبار بعض القدرات البدنية والمهاراتية لانتقاء لاعبي كرة القدم

14:10-14:00

ط.د. مجراوي 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 افل من 19 سنة

14:20-14:10

د. طنبية سطيف 2

د. مفتى عبد المنعم

د. طنبية ساعد

أثر برنامج تدريب مركب على تحسين القوة والسرعة والتحمل لدى الرياضيين في رياضة ألعاب القوى

14:30-14:20

د. حشروف أسامة

ط.د. فريتبح عبد المجيد

جامعة المسيلة

أثر استعمال الألعاب الصغيرة في تنمية صفة السرعة لدى لاعبي كرة القدم فئة (13-14 سنة)

14:40-14:30

د. قندوز هشام

د. توميات عبد الرزاق

جامعة بسكرة

أثر برنامج تدريسي مقترن بالتدريب (ريتم متغير) على تنمية صفة التحمل الدوري التنفسي لدى عدائى المسافات

14:50-14:40

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 : أ.د بن رجم ادريس	الجلسة رقم 03	مقرر الجلسة : د. زروقة لطفي	محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)
التوقيت	المتدخلون / عنوان المداخلة	المتدخلون / عنوان المداخلة	رئيس الجلسة : أ.د بن رجم ادريس
15:10 - 15:00	د. خليل زغدي -جامعة تizi وزو إشكاليات تطوير القدرة البدنية لدى المبتدئين في رياضة الجري بولاية الوادي	د. سليم محفوظي -جامعة الوادي جامعة تizi وزو	
15:20 - 15:10	د. عبد المجيد جوابري/جامعة الشلف. أ.د. رابح مجادى/ د. حمزة شريف/أ.د. بوساق بدر الدين-/جامعة المسيلة أثر برنامج تدريسي 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		
15:30-15:20	د. بلطفيل خديجة -جامعة مستغانم أثر استخدام استراتيجية التعلم التعاوني في تحسين صفقى التوازن والتواافق لدى تلاميذ 10_11 سنة -دراسة تجريبية أجريت على تلاميذ السنة الخامسة ابتدائى بولاية غليزان-	د. بن قاصد علي الحاج مجد -جامعة جمال د. قراني جمال	
15:40-15:30	د. زينية بوساق -جامعة المسيلة القدرات البدنية والأداء الرياضي قراءة تحليلية في نتائج الدراسات السابقة	د. كشيدة عبد القادر -جامعة المسيلة	
15:50-15:40	د. قرین ولید -جامعة جيجل قوه ومرونه العضله الخلفيه للقدم (hamstring) ودورها في زياده الأداء والوقايه من الإصابات عند لاعبي كره القدم.	د. كسورى اسامه -جامعة ياسين د. بلغريفيس ياسين	
16:00-15:50	فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية		
	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 زيغيم -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. عبد 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. قلالي 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

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

برنامج الورشة الرابعة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نط الورشة : عن بعد

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

مقرر الجلسة : د.سعداوي فيصل

الجلسة رقم 03

رئيس الجلسة : د.تريش لحسن

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

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

ط.د. مراد شرميم

ط.د. سيد علي مرازة

جامعة باتنة 2

د. بن قسمي يعقوب

13:40-13:30

تأثير التغذية المتوازنة على تحسين التركيب الجسدي والأداء الرياضي

ط.د. بن الطاهر بلال

د. بودواوي 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

14:00-13:50

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

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

Dr. CHENNAFI Miloud -Université Msila

14:10-14:00

Activité physique et maladies chroniques et sport sur ordonnance

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

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

برنامـج الورشـة الخامـسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نمط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الهيكل العضلي (التأثيرات المورفوفظيفية للعضلات)

مقرر الجلسة : د. طه عامر

الجلسة رقم 02

رئيس الجلسة : أ.د سديرة سعد

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

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

برنامج الورشة الخامسة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نطط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الأمراض المزمنة و الوقاية

مقرر الجلسة : د. توميات عبد الرزاق

الجلسة رقم 03

رئيس الجلسة : د. شريف حمزة

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

جامعة المسيلة

أ.د. بوجليدة حسان

د. قسيمي سفيان

15:40 - 15:30

فاعلية برنامج تدريسي مقترن للتقليل من مستوى السمنة لدى الرجال (35-51 سنة) دراسة تجريبية

جامعة الاغواط

ط.د. شرميم مراد

ط.د. بازة العز عبد العزيز

الوعي الصحي وعلاقته بالاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي لدى تلاميذ الأقسام النهائية (دراسة ميدانية بعض ثانويات ولاية خنشلة)

15:50 - 15:40

جامعة المسيلة

د. والي عبد النور

برنامج تأهيلي بالتدليل العلاجي لآلام أسفل الظهر لدى لاعبي كرة القدم .

16:00-15:50

د. بكري عبد الكريم -جامعة المسيلة د. لوزانى 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 باتنة 2

د. شريفى وليد د. شتحونة كمال

جامعة أم البوقي

الآثار المورفوفظيفية لوحدات تدريبية على المراهقين مرضى السمنة

16:20-16:10

جامعة أم البوقي

د. بوراشيد هشام

د. علالي عبد الغاني

النشاط البدني(PA) وارتفاع ضغط الدم (HTA)

16:30-16:20

جامعة المسيلة

د. صغيري رابح

د. نطاح كمال

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 مداخلات الجلسة الثالثة

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

برنامج الورشة الخامسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نط الورشة : عن بعد

محور الورشة : الأمراض المزمنة و الوقاية

مقرر الجلسة : د. لبشيري أحمد

الجلسة رقم 04

رئيس الجلسة : د.والي عبد النور

المتدخلون / عنوان المداخلة**التوقيت**د.معمرى بلال -جامعة وهران د. خالد شنوف -جامعة تيسمسيلت
د. زغلش الياقوت دنيا -جامعة الاغواط

16:50 -16:40

إنعكاسات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الصحة النفسية لدى كبار السن المصابين بمرض السكري

د. بوته مجد -جامعة تبسة

17:00 -16:50

علاقة نمط الحياة باللياقة البدنية الصحية لدى التلاميذ المتمدرسين

د. توميات عبد الرزاق د. بليبول فريد -جامعة المسيلة
د. على مجد حافظ زيد -جامعة منوبة تونس

17:10-17:00

مساهمة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من الأعراض الجانبية لداء السكري من وجهة نظر الأطباء

د. جريوي مخلوف د. لعيدي عبد الرحيم -جامعة المسيلة
د. خميسى مطرفى -جامعة الاغواط

17:20-17:10

أثر ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية على الافراد المصابين بداء السكري المتزددين على بعض عيادات علاج الغدد
ومرض السكري بمدينة المسيلة

د. سحنون لطفي ط.د. عشب لخضر -جامعة وهران ط.د. حفصي صالح -جامعة البويرة

17:30-17:20

دور النشاط البدني الرياضي المعدل في تعزيز الصحة العامة لدى المسنين (65-65) سنة

د. بن درف خالد د. صبان مجد د. زيتوني عبد القادر -جامعة مستغانم

17:40-17:30

ممارسة النشاط البدني و علاقتها بعض الأمراض المزمنة:مراجعة أدبية

فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الرابعة 17:50-17:40**رابط الورشة: <https://meet.google.com/qog-mxxr-gfm>**

برنامج الورشة السادسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نط 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 المقطوع (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. مرنووش عقبة دور وأنواع الأدوات التكنولوجية الحديثة في الميدان الرياضي	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 مهدى 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 عدائي 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		

برنامج الورشة السادسة

اليوم الأول : 15 أفريل 2025

نط الورشة : عن بعد

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

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

د. نايل كسال عزيز -جامعة الجلفة	د. حاشي بلخير ط.د. دباح عبد الكريム	د. نايل كسال عزيز -جامعة الجلفة	14:10 - 14:00
واقع استخدام الوسائل التكنولوجية في عملية تقييم وتحسين أداء لاعبي كرة القدم (دراسة لبعض الوسائل التكنولوجية)			
جامعة البويرة	أ.د. فرنان مجيد	ط.د. بهلول مجد الصغير	14:20 - 14:10
دور التقييم المستمر في تحقيق نجاح برنامج تدريبي مقترن لبلورة مهارة الكاطا في رياضة الكراطي دو.			
د. بن سميحة العيد -المراكز الجامعي البيض	د. بوخبزة عبد اليمين -جامعة البويرة	د. بن سميحة العيد -المراكز الجامعي البيض	14:30-14:20
التحليل الكنماتيكي للتصوير من القفز بوجود مدافع وبدونه لدى لاعبي كرة السلة			
جامعة أم البوقي	د. غانم مجد الأمين	جامعة سطيف 2	14:40-14:30
دور إدارة المعرفة في تحسين استخدام التكنولوجيات الحديثة لتطوير أساليب التدريب الرياضي			
جامعة المسيلة	د. شناتي عبد العزيز	ط.د. ذباح عبد الرحمن	14:50-14:40
التأثيرات الناتجة عن استخدام التكنولوجيا الحديثة في مجال علوم الرياضة			
جامعة وهران	د. هدال ياسين	جامعة المسيلة	15:00 - 14:50
جامعة باتنة	د. قرداد محمد	جامعة المسيلة	
تحليل الأهداف المسجلة في كأس العالم لكرة القدم قطر 2022			
Dr. Khoudir sofiane Dr. Aissat kamel	-Université setif 2 -université de jijel		15:10-15:00
Évaluation de la fonction cardiorespiratoire par les épreuves d'effort : enjeux, protocoles et perspectives			
PR. DAHMANI NAIMA	- University of M'sila		15:20 - 15:10
Knowledge management requirements and their impact on the development and management of human resources			
جامعة المسيلة	د. كوندة سلمى فؤاد	جامعة سطيف 2	15:30-15:20
الذكاء الاصطناعي والتدريب الرياضي : تقنية حديثة لتحسين أداء الرياضيين			
جامعة المسيلة	د. حويش علي	أ.د. زواوي عبد الوهاب	15:40-15:30
جامعة المسيلة	د. مرزوق سمير	تقنيات تحديد الأداء الرياضي	
فتح النقاش حول مداخلات الجلسة الثانية	15:50-15:40		
رابط الورشة: https://meet.google.com/nrr-zfmx-ztk			

برنامج الورشة السادسة

اليوم الأول : 15 أبريل 2025

نط الورشة : عن بعد

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

مقرر الجلسة : د. حميش يوسف

الجلسة رقم 03

رئيس الجلسة : أ.د مقاكم كمال

المتدخلون / عنوان المداخلة

التوقيت

د. عدالة مبروك

أ.د منجي مخلوف

أ.د بصلاح 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 تيسمسيلت

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

16:10 - 16:00

جامعة البويرة

أ.د. منصوري نبيل

التحضير البدني الحديث واسهامات التكنولوجيا في تسهيل مهمة المعد

16:20-16:10

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. بلوني عبد الرحيم

د. حسيني عبد الرحيم

جامعة المسيلة

موقع التواصل الاجتماعي ودورها في تشكيل ثقافة التغذية السليمة لدى الرياضيين

16:40-16:30

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)

16:50-16:40

د. مرنيز آمنة جامعة المسيلة د. مرنيز مجد جلال المدرسة العليا لعلوم الرياضة و تكنولوجياتها -دالي ابراهيم

آثار المشروبات الطاقوية على صحة الرياضي

17:10-17:00

د. علوان سعاد

أ.د. بوخرص رمضان

جامعة البويرة

جامعة المسيلة

التدريب العقلي كاستراتيجية لإعداد و صناعة البطل الأولمبي

17:20-17:10

جامعة المسيلة

أ.د. كمال مقاكم

أ.د. حريزي عبد الهادي

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

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

17:40-17:30

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 gaièd 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 مجدى الأمين د. براهيمى عيسى -جامعة خنشلة

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



اللجنة التنظيمية

رئيس اللجنة التنظيمية

أ.د. حريزي عبد الهادي

عضوا

د/ شنافي ميلود

عضوا

د/ سالم العياشي

عضوا

د/ بن تومي بلال

عضوا

د/ حسيني عبد الرزاق

عضوا

د/ بكري عبد الكريم

عضوا

د/ توميات عبد الرزاق

عضوا

د/ لطفي زروقة

عضوا

د/ عبدالعزيز بركات

عضوا

د/ فايزه بن حميدوش

عضوا

د/ طه عامر

عضوا

د/ بشيري أحمد

عضوا

د/ والي عبد النور

عضوا

أ.د. عماري زهير

عضوا

د/ رابح مقدر

عضوا

د/ طارق شبحة



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات الشفاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

بمساهمة فرقة البحث التكويني (prfu): **الخصائص المورفوفظيفية وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي**

وبالتعاون مع: **مخبر التعلم والتحكم الحركي بالمسيلة**

ملتقى دولي (حضورى وعن بعد) **حول:**

الخصائص المورفوفظيفية للرياضي وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة الممارسة الرياضية من خلال فهم الجسم وتعزيز الأداء

15 **أبريل** 2025

تحت شعار:



تاريـخ هـمة

- تأكـيد المـشارـكة وإـرسـال المـلـخصـات

10 دـيـسـمـبر 2024.

- آخرـ أجل لـاستـلام المـداخـلات كـامـلة

10 جـانـفي 2025.

- الرـدـعـلـى الدـاخـلـات المـقـبـولـة

25 جـانـفي 2025.

- تـارـيخ انـعقـاد المـلـتقـى

15 - 16 أـفـرـيل 2025

الرئيس الشرفي **أ.د. بودلاعة عمار**

المشرف العام **أ.د. حملاوي عامر**

رئيس الملتقى **أ.د. بن عمر مراد**

رئيس اللجنة العلمية **د. يعقوب العيد**

رئيس اللجنة التنظيمية **أ.د. حريزي عبد الهادي**

د. بكري عبد الكريم

أمانة الملتقى

حقوق الاشتراك

- الأساتذة والباحثين داخل الجزائر 4000 دج

- الأساتذة والباحثين خارج الجزائر 100 أورو

- طلبة الدكتوراه 1500 دج

الـمـعـنـيون بـالـمـشـارـكـة

1 ... الأساتذة الجامعيين والباحثين
ب مختلف الجامعات ومراكز البحث
داخل الجزائر وخارجها

2 ... طلبة
الدكتوراه

3 ... المهتمين بموضوع
الملتقى



2025

ملتقى دولي 15-16 أفريل



شروط المشاركة >>>

- 01 تقبل مشاركة ثلاثة باحثين على الأكثر مع منح الأولوية للمقالات الفردية.
- 02 ضرورة التقيد بالمنهج العلمي المتعارف عليه في كتابة البحوث العلمية، وتكتب بخط **Simplified Arabic** حجم 14 بالنسبة للغة العربية، و**Times New Roman** حجم 12 بالنسبة للغة الأجنبية.
- 03 توافق المداخلة مع أحد محاور الملتقى.
- 04 لا تتجاوز عدد الصفحات 20 صفحة ولا تقل عن 15 صفحة، ويكون التمهيش وفق طريقة **APA**.
- 05 أن لا يكون البحث المقدم قد سبق نشره أو المشاركة به في تظاهرات علمية أخرى.
- 06 تقبل المدخلات باللغات الثلاث: اللغة العربية، اللغة الإنجليزية، اللغة الفرنسية.
- 07 ترسل المدخلات إلى البريد الإلكتروني التالي: prfu.stapsmsila24@gmail.com



محاور الملتقى >>>



المشكلة >>>

تعتبر الخصائص المورفووظيفية - التي تتعلق بالهيكل والشكل الجسدي - مؤسراً مهماً للتنمية البدنية واللياقة، حيث تشكل الصحة واللياقة البدنية جوانبً أساسية في حياة الرياضيين، وتوفير فهم أعمق للتفاعلات بين الخصائص المورفوولوجية والوظيفية ومؤشرات الصحة واللياقة، والتي تمثل تحدياً بحثياً هاماً يثير اهتمام الباحثين حول كيفية تأثير هذه الخصائص على مؤشرات الصحة واللياقة للرياضيين، أين يعتبر الفهم الشامل للتأثيرات الشاملة للهيكل والوظيفية في جسم الرياضيين أمراً حيوياً لتحسين الأداء الرياضي وتطوير برامج التدريب والرعاية الصحية، وفي هذا السياق تظهر أهمية فهم العلاقات الهيكلية والوظيفية الجسدية على الأداء البدني والصحة العامة للرياضيين، حيث يفترض أن هناك تأثيراً ثالثاً على الاتجاه بين هذه الخصائص وبين مستويات الأداء الرياضي والحالة الصحية العامة، هذا الفهم يفتح الباب أمام عدة تساؤلات تتعلق بالتأثيرات المتبادلة والآليات البيولوجية والسلوكية التي قد ترتبط بين هذه العوامل.



اشكالية الملتقى >>>

ما هي التحديات التي تواجه الباحثين والممارسين في فهم العلاقة بين الخصائص المورفووظيفية للرياضي ومؤشرات الصحة واللياقة؟

- 01 المحور الأول: الهيكل العضلي**
(التأثيرات المورفووظيفية للعضلات)
 - دور الكتلة العضلية في تحسين أداء الرياضي.
 - تطوير العضلات وتأثيرها على صحة الرياضي.
- 02 المحور الثاني: القدرات البدنية**
(العلاقة بين القدرات البدنية والأداء)
 - أهمية القوة والسرعة والمرنة في تحقيق أقصى أداء رياضي.
 - العلاقة بين التدريب البدني وتحسين القدرات البدنية.
- 03 المحور الثالث: التغذية**
(أثر التغذية السليمة على الأداء البدني واللياقة)
 - العلاقة بين البروتينات والكريبوهيدرات والدهون في تحقيق أهداف اللياقة.
- 04 المحور الرابع: الصحة النفسية والعقلية**
(تأثير النشاط البدني على الصحة النفسية)
 - دور اللياقة البدنية في تقليل مستويات التوتر وزيادة الترفيق.
- 05 المحور الخامس: الأمراض المزمنة والوقاية**
(تأثير ممارسة الرياضة على الوقاية من الأمراض المزمنة)
 - العلاقة بين النشاط البدني وصحة القلب والأوعية الدموية.
- 06 المحور السادس: التقنيات الحديثة والتقييم**
استخدام التقنيات المقدمة في قياس وتحليل الخصائص المورفووظيفية.
 - ال TECHNOLOGIES وتأثيرها على تحسين أداء الرياضي.

الخصائص المورفوفظيفية للياباني وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة

prfu.stapsmsila24@gmail.com
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

2025

ملتقى دولي 15-16 أفريل



اللجنة العلمية

جامعة دنقلا السودان	عضوا	د/ مجذوب محمد احمد قمر
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ حملاوي عامر
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ ديلمي محمد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ يعقوبي فاتح
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ عروسي عبد الزاق
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ مجادي مفتاح
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ قارة السعيد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ دحماني نعيمة
جامعة المسيلة	عضوا	د/ شنافي ميلود
جامعة الجلفة	عضوا	أ/د/ قيال موراد
جامعة الجلفة	عضوا	أ/د/ فيرم الطيب
جامعة بجاية	عضوا	د/ جناد جمال
جامعة البويرة	عضوا	د/ ميهوبى رضوان
جامعة باتنة	عضوا	أ/د/ يحاوي السعيد
جامعة جigel	عضوا	د/ قبالي ليلية
جامعة الجزائر	عضوا	أ/د/ كرفس نبيل
جامعة الجزائر	عضوا	أ/د/ شناتي احمد
جامعة بومرداس	عضوا	أ/د/ قندوزن نذير
جامعة الشاف	عضوا	أ/د/ مويسي فريد

جامعة المسيلة	رئيس اللجنة العلمية	د/ يعقوب العيد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ بن عمر مراد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ حريزي عبد الهادي
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ جودي خالد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ كبوية محمد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ خوجة عادل
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ زحاف محمد
جامعة المسيلة	عضوا	أ/د/ حشيشي عبد الوهاب
الجامعة الأردنية	عضوا	أ/د/ خالد صادق الحايك
الجامعة الهاشمية الأردن	عضوا	أ/د/ عمر سليمان هنداوي
المعهد العالي للرياضة والتربيـة الـبدـنية بـصـفـاقـسـ تـونـسـ	عضوا	أ/د/ عزيـزـ فيـروـزـ
جامعة فلسطين التقنية / خضوري	عضوا	د/ محمود سليمان عزب
جامعة مرسيليا فرنسا	عضوا	serge pautot
جامعة البيضاء - اليمن	عضوا	أ/د/ النظاري محمد حسين



أهداف الملتقى



أهداف الملتقى

تعزيز الفهم العلمي للعلاقة بين الخصائص المورفوفظيفية للجسم والأداء الرياضي، وتأثير ذلك على مؤشرات الصحة واللياقة العامة.

استكشاف العلاقة بين القوة، السرعة، والهورونة وتأثيرها على تحقيق أقصى أداء رياضي.

تسليط الضوء على أهمية التغذية السليمة في تعزيز الأداء الرياضي والوقاية من الإصابات.

فهم دور اللياقة البدنية في تأثير النشاط البدني على الصحة النفسية والعقلية.

تعزيز الوعي بأهمية الاهتمام بالخصائص المورفوفظيفية للجسم في سياق التدريب الرياضي وتأثير ذلك على الصحة العامة وجودة الحياة.

استكشاف كيفية استخدام التكنولوجيا لتحسين تقييم وتطوير أساليب التدريب والأداء الرياضي، وتبادل المعرفة حول استخدام التقنيات المتقدمة في تقييم الخصائص المورفوفظيفية للرياضيين.

الملتقى الدولي

عنوان:

الخصائص المرفوعة للياقة البدنية للاعبين وعلاقتها بمؤشرات الصحة واللياقة

15-16 ابريل 2025

ا. د. سعدي فاتح جامعة المسيلة

د- باي راقد عبد الرحمن المعهد الوطني العالي لتكوين اطارات الشباب و الرياضة

عنوان المداخلة:

دور التدريب البليومترى في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم اثناء

فترة الاعداد الخاص

الملخص:

تهدف هذه الدراسة لمعرفة التعرف على دور التدريب البليومترى في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم اثناء فترة الاعداد الخاص، وشمل مجتمع الدراسة فرق كرة القدم بولاية المسيلة صنف اقل من 19 سنة، وتمثلت عينة الدراسة في فريق شباب سidi حملة صنف اقل من 19 سنة والبالغ عددها 14 لاعب كعينة أساسية و 04 لاعبين عينة استطلاعية، حيث يستخدم الباحث الاختبارات البدنية كأدوات لجمع البيانات، وأسفرت نتائج الدراسة على أن للتدريب البليومترى دور في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم اثناء فترة الاعداد الخاص

الكلمات المفتاحية: التدريب البليومترى، اللياقة البدنية ، فترة الإعداد الخاص

- مقدمة وإشكالية الدراسة:

إن التدريب الرياضي يضع في اعتباره القاعدة العريضة من أفراد المجتمع، بتحديد الاهداف الخاصة والاسس العلمية لبرامج التدريب (الأنواع التدريب المختلفة) بما يتاسب والاتجاهات الرياضية والثقافية العامة للمستويات العمرية المختلفة لضمان ممارسة الرياضة كخطوة أولى لتحقيق دعائم الوصول للمستويات العالية، فالبعض يرحب في ممارسة الرياضة من خلال برامج تحسين لياقته البدنية ولتقادي الامراض، والبعض يمارسها رغبة منه لكسر روتين الحياة اليومية، والبعض الآخر يمارسها لزيادة كفاءته اليومية والتحرر من الروتين اليومي، والبعض يحتاج الى ممارسة البرامج التي سوف تؤلهم لتحقيق مستوى لياقة عالية في النشاط الخاص لتجنب الهزيمة في المنافسة والمسابقات (رياضة المستويات) (البساطي، 1998، ص 04)، لهذا نجد أن التدريب الرياضي يمثل عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية وتهدف أساساً إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكناً في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية (علاوي، 1990، ص 36)، ويتم هذا من خلال بناء البرامج والخطط التربوية للموسم الرياضي من أجل تحقيق الإعداد المتكامل للرياضي من جميع الجوانب التقنية والتكتيكية والبدنية، حيث أن الاهتمام بالتحضير البدني من أهم المتطلبات لطبيعة النشاط الممارس والذي يشمل كل التمرينات والتدريبات المخططه من قبل المدرب لتنمية وتطوير اللياقة البدنية للاعب سواء كانت الصفات البدنية الأساسية أو المركبة، خاصة في رياضة كرة القدم التي أصبحت الأكثر الرياضات شعبية للمشاهدين والممارسين نظراً لزيادة الفعالية والإثارة والتشويق فتدريباتها متعددة ومنافستها تجعل كل لاعب يتمتع بكل مجهود يقدمه أمام محشد كبير من الجماهير ولها مهارات أساسية وثانوية وخطط وإستراتيجيات للعب وغيرها كل هذا يجعل اللاعب بحاجة لجانب بدني عالي من خلال تصميم وحدات تدريبية تهدف الى تحقيق ذلك والتي تمثل مجموعة الأنشطة الحركية التي تتحقق خلالها بعض الأهداف التعليمية أو التطبيقية أو كلاهما معاً من خلال عدد من التمرينات التي تنظم بشكل متواافق (حماد، 2001، ص 272)، وعند بناء البرامج التربوية لتحسين ما هو مطلوب لابد من الاعتماد على طرق التدريب المتدالوة والتي يتم العمل بها لتحقيق المستويات الرياضية العالية غير أنها تختلف الطرق بين الطرق التقليدية والحديثة وكل طريقة تأثيراتها وخصائصها ومميزاتها وأهدافها التي نسعى إلى تحقيقها ومن بين هذه الطرق نجد طريقة التدريب البليومترى التي تعتبر من أهم الطرق التربوية لتنمية القوة العضلية بمختلف أنواعها وأشكالها والذي يمثل أسلوب ونظام لمجموعة من التمرينات تعتمد أساساً على مطاطية العضلة لإنكسابها طاقة حركية عالية من خلال تزاوج أعلى قوة وسرعة ممكنة بهدف تنمية القدرة الانفجارية (خالد ، 2017، ص 216)، حيث (عبد العزيز، نريمان) بأن هذا النوع من التدريب يزيد من الأداء الحركي حيث القوة المكتسبة عنه تؤدي إلى أداء حركي أفضل في النشاط الرياضي الممارس وذلك لزيادة مقدار العضلات على الانقباض بمعدل أسرع وأكثر تفجراً خلال مدى الحركة وبكل سرعات الحركة (عبد العزيز، نريمان، 1996، ص 19).

وهذا ما يسهم في رفع وتحسين اللياقة البدنية التي تمثل الحالة البدنية التي يستطيع الفرد خلالها لقيام باعبيه اليومية بكفاءة عالية، ويضيف على أنها مسألة فردية تعنى قدرة الفرد نفسه على انجاز اعماله

اليومية في حدود امكانياته البدنية والقدرة على القيام بالاعمال اليومية تعتمد على المكونات الجسمية والنفسية والعقلية والعاطفية والروحية لهذا الفرد (خالد، 2017، ص 71)، بالإضافة إلى أنها تعتبر وسيلة تحقيق الأعداد البدني والمؤشر لمستوى الأعداد البدني لدى الفرد الرياضي (ابراهيم، 2001، ص 143) خاصة خلال فترة الأعداد الخاص التي تتمثل في رفع كفاءة مكونات وعناصر اللياقة البدنية الأساسية والضرورية لنوع الراضحة التخصصية لاقصى درجة ممكنة (ابراهيم، 2001، ص 145) بالإضافة إلى أن الاهتمام بصفن أقل من 19 سنة أصبح ضرورياً لتكوينه وبنائه للمستقبل حيث أن هذه المرحلة العمرية تمثل الحجر الأساسي للوصول للمستويات الرياضية العالية، ومن خبرة الباحث في رياضة كرة القدم ومدى ممارسته لهذا النوع من الرياضة ومن خلال ملاحظته لتدريبات التحضير الخاص ومتابعته لأغلب أيام التدريب في عملية التحضير البدني، وانطلاقاً من الدراسات السابقة والمشابهة لوحظ أن هناك اختلاف في المستويات الرياضية بين اللاعبين في الجهد البدني عند القيام بالمهاري والخططي، مما يتطلب الاعتماد والتركيز على الطرق التدريبية الحديثة لتنمية ما هو مطلوب من الصفات البدنية الضرورية واللازمة للقيام بكل الواجبات والمهام الموكلة لكل لاعب، وهذا ما يدفعنا لطرح التساؤل التالي:

هل للتدريب البليومترى دور في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم اثناء فترة الأعداد الخاص ؟

2- التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرة العضلية خلال فترة الأعداد الخاص؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرة العضلية خلال فترة الأعداد الخاص ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدى للقدرة العضلية خلال فترة الأعداد الخاص ؟

3- فرضيات الدراسة:

3-1- فرضية عامة:

للتدريب البليومترى دور في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم اثناء فترة الأعداد الخاص .

3-2- الفرضيات الجزئية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرة العضلية خلال فترة الأعداد الخاص.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في القدرة العضلية خلال فترة الأعداد الخاص ولصالح الاختبار البعدى.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدى للقدرة العضلية خلال فترة الاعداد الخاص ولصالح المجموعة التجريبية.

4- أهداف الدراسة:

- ابراز دور التدريب البليومترى في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال فترة الاعداد الخاص

- التعرف على دور التدريب البليومترى في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال فترة الاعداد الخاص

- الكشف عن النتائج الاحصائية لعينة الدراسة في الاختبار البعدى للقدرة العضلية.

5- أهمية الدراسة :

- توضيح التدريب البليومترى في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال فترة الاعداد الخاص

- التعرف على دور التدريب البليومترى في تحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال فترة الاعداد الخاص

- إبراز مدى أهمية التدريب البليومترى لدى لاعبي صنف اقل من 19 سنة.

- الاهتمام باستخدام التدريبات الحديثة لتنمية مختلف الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم.

الكلمات الدالة في الدراسة:

اصطلاحا: هو أسلوب ونظام لمجموعة من التمرينات تعتمد أساسا على مطاطية العضلة لاكتسابها طاقة حركية عالية من خلال تزاوج أعلى قوة وسرعة ممكنة بهدف تنمية القدرة الانفجارية (**الحاج، 2017، ص 217**).

إجرائيا: يعد التدريب البليومترى من الطرق التدريبية التي تستخدم لتنمية القدرة العضلية وتحسين اللياقة البدنية لدى لاعبي كرة القدم خلال فترة الاعداد الخاص حيث يعتمد على الاداء الحركي والتي تؤدي القوة المكتسبة منه الى اداء حركي افضل في النشاط الرياضي الممارس وذلك لزيادة مقدار الانقباضات بشكل اسرع واكثر تفجر خلال مدى الحركة

2- اللياقة البدنية: يهي الحالة السليمة للفرد الرياضي من حيث كفاءة حاليه الجسمانية والتي تمكنه من استخدامها بمهارة وكفاءة خلال الاداء البدني و الحركي بافضل درجة واقل جهد (**ابراهيم، 2001، ص 143**)

الإجرائي: تمثل اللياقة البدنية هي الحالة البدنية التي يتمتع بها اللاعب والتي تمكنه من اداء التدريبات بكفاءة عالية مع قدرته على انجازها باعلى مستوى ممكن وباقل طاقة اوجه

4- الاعداد البدني الخاص:

اصطلاحاً: يهدف إلى تنمية العناصر البدنية الضرورية للنشاط التخصصي ويكون التدريب موجه نحو تقوية أنظمة واجهة الجسم وزيادة الامكانيات الوظيفية والبدنية طبقاً لمتطلبات النشاط الممارس وخاصة المنافسات، أي يعني هنا تطوير العناصر البدنية التي يجب أن يتتصف بها اللاعب في نشاطه خلال المنافسات الفعلية حيث تختلف المتطلبات البدنية الخاصة للاعب كرة القدم عن لاعب العاب المنازلات (البساطي، 1998، ص 24)

إجرائياً: يعبر الأعداد البدني الخاص من بين أهم الجوانب الأعداد خلال المواسم التدريبية التي تهدف أساساً إلى رفع كفاءة اللاعب البدنية الخاصة بطبيعة نشاط كرة القدم لتحقيق مستويات الاجاز بما تسمح به قدرات اللاعب من القوة والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة....الخ.

- الدراسات السابقة:

دراسة غلاب حكيم (2020) بعنوان أثر برنامجين تدريبيين بالأنتقال والبليومترى على تنمية القدرة العضلية وجري السريع المتكرر (RSA) في الكرة الطائرة صنف أشبال.

الهدف : تهدف الدراسة إلى معرفة مدى أثر البرنامجين التدريبيين المقترنين بالأنتقال و البليومترى على تنمية القوة الانفجارية للأطراف العلوية و السفلية و الجري السريع المتكرر، وتصميم برنامج تدريبي بالأنتقال والبليومترى لتنمية القوة الانفجارية للأطراف العلوية و السفلية و الجري السريع المتكرر.

العينة : شملت العينة 24 لاعب من فريق رائد شباب المسيلة ونادي بوسعداء لكرة الطائرة

المنهج : استخدم الباحث المنهج التجريبي.

أدوات جمع البيانات: اختبارات بدنية (القدرة العضلية).

النتائج :

أسفرت النتائج أن للبرنامجين التدريبيين بالأنتقال والبليومترى قد أثرا على تنمية القدرة العضلية وجري السريع المتكرر غير أن النتائج المتوصل إليها في البرنامج التدريبي بالبليومترى أفضل من التدريب بالأنتقال.

دراسة زمام عبد الرحمن (2017-2018)

العنوان: تأثير تدريبات البليومترية في تطوير قابلية تكرار السرعة القصوى والارتقاء العمودي للاعبى كرة القدم.

الهدف : تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريبي على تطوير السرعة القصوى والقدرة على تكرار الجري بالسرعة القصوى والارتقاء للاعبى كرة القدم.

العينة : شملت العينة 18 لاعب من فريق صفاء خميس مليانة صنف أوسط، تم اختيارهم بطريقة عمدية .

المنهج : استخدم الباحث المنهج التجريبي.

أدوات جمع البيانات: اختبارات بدنية.

النتائج :

أسفرت النتائج على وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية لتأثير استخدام التمارين البليومترية في تطوير السرعة والقدرة على تكرار السرعة القصوى والارتقاء العمودي للعينة التجريبية ولصالح الاختبار البعدى.

3 دراسة بوكراتم بلقاسم (2014-2015)

العنوان: تأثير برنامج تدريبي مقترح بالبليومترى على بعض المتغيرات البدنية والمهاريه في كرة القدم ..

الهدف : تهدف هذه الدراسة إلى معرفة اثر البرنامج التدريبي المقترن بالبليومترى على بعض المتغيرات البدنية (القوه الانفجاريه- القوه المميزة بالسرعة- السرعة القصوى- الرشاقة- الجري السريع المتكرر)، وكذا على بعض المتغيرات المهاريه (التحكم في الكرة- دقة التصويب- قذف الكرة- الجري المتعرج بالكرة- الجري السريع بالكرة) ... الخ.

العينة : شملت العينة 26 لاعب من لاعبي اواسط فريقي شباب مستقبل بلدية عريب بعين الدفلة، تم اختيارهم بطريقة عمدية .

المنهج : استخدم الباحث المنهج التجريبى.

أدوات جمع البيانات: اختبارات بدنية ومهاريه.

النتائج :

أسفرت النتائج أن المجموعة التجريبية التي مارست البرنامج التدريبي المقترن بالتدريب البليومترى المتضمن ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع بمدة ثمانية أسابيع احدث فروق دالة إحصائيا في الاختبارات البدنية والمهاريه، على عكس المجموعة الشاهدة احدث فروق نسبية.

- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر القاعدة الرئيسية التي يبني عليها الباحث دراسته وميدان تطبيقها، حيث أن هذه الدراسة تمكن من:

تحديد الاختبارات البدنية المرتبطة بالدراسة.

- اختيار التمارينات التي يجب أن نهتم بها في الوحدات التدريبية المقترنة
تصنيف أفراد العينة إلى مجموعتين متكافئتين.

التأكد من مدى تنفيذ الدراسة و ملاءمتها.

تحديد الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث
تحديد الوقت المستغرق للدراسة.

تحديد المشاكل و الصعوبات التي تواجه الباحث

التعرف على الظروف و الوسائل و الوقت المستغرق عند تطبيق الوحدات التدريبية.

التأكد من مدى تنفيذ الدراسة و ملاءمتها

- المجال المكاني :

مضمار العاب القوى مسيف .

- المجال الزماني:

الجانب التطبيقي انطلق من 15/09/2022 إلى غاية 02/11/2020.

المنهج المتبعة في الدراسة:

تماشيا مع أهداف الدراسة اعتمد الباحث المنهج التجاري بتصميم مجموعتان متكافئتان حيث كانت لدينا مجموعة ضابطة و أخرى تجريبية .

- مجتمع وعينة الدراسة :

ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا هذا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث الأصلي خاص بفرق ولاية المسيلة صنف

اقل من 19 سنة

العينة:

وهو فريق شباب سيدى حملة صنف اقل من 19 سنة، وقد تم اختيار العينة بطريقة مقصودة، واشتملت

العينة على 14 لاعب من هذا الفريق (7مجموعة ضابطة و7مجموعة تجريبية)

أدوات جمع البيانات والمعلومات:

اختبار الحجل على رجل واحدة لمسافة 30متر.

الهدف من الاختبار : قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل.

مواصفات الأداء : يقف المختبر ورجل القفز تمس خط البداية والرجل لحرة(المرجحة) طليقة إلى الخلف وعند إعطاء الأمر بالبدء بحمل المختبر بأسرع ما يمكن إلى خط النهاية، تعطي محاولة لكل رجل.

التسجيل: يحسب بزمن الثانية ولأقرب واحد/100 من الثانية (صدق حمزة، 2012، ص ص 157-158).

2- اختبار الاستناد الأمامي لمدة 10 ثواني:

الهدف: قياس القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين.

الأدوات: ميقاتي، أرضية ملساء، صفارة.

الإجراءات: من وضع الانبطاح المائل يقوم اللاعب بثني الذراعين و مدھما بالكامل بسرعة خلال 10 ثواني دون توقف، مع المحافظة على استقامة الجسم أثناء الأداء.

حساب الدرجة: تعطي محاولتين و تحسب الأحسن بعدد المرات (حکیم، 2020، ص 130)

خصائص عينة الدراسة:

العمر: شمل عمر أفراد العينة اقل من 19 سنة

الطول: شمل طول عينة الدراسة 1.65-1.78م.

الوزن: تراوح وزن أفراد العينة 60-72 كلغ.

العمر التدريبي: انحصر العمر التدريبي لأفراد العينة بين 05-07 سنوات

تجانس عينة البحث :

الجدول رقم 01: يمثل مدى تجانس العينة في اختبار التوسيب على قدم واحدة:

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "F"	قيمة "F"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
0.05	12	0.216	1.705	0.59	7.59	المجموعة الضابطة 07
				1.07	7.68	المجموعة التجريبية 07

من خلال نتائج الجدول رقم (01) : بلغت قيمة F 1.705 عند مستوى الدلالة 0.216 و القيمة < 0.05 اي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية إذا يوجد تجانس

الجدول رقم 02 : يمثل مدى تجانس العينة في اختبار المضخة :

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "F"	قيمة "F"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
0.05	12	0.249	1.467	1.15	9.00	المجموعة الضابطة 07
				1.57	8.85	المجموعة التجريبية 07

من خلال نتائج الجدول رقم (02) : بلغت قيمة F 1.467 عند مستوى الدلالة 0.249 و القيمة < 0.05 اي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية إذا يوجد تجانس

الخصائص السيكومترية :

صدق و ثبات القياس

1- الثبات

الجدول رقم 03: يمثل ثبات الاختبارات

مستوى الدلالة	درجة الحرية (1-ن)	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	معامل الثبات	العينة	الاختبار
0.05	03	0.878	0.903	04	اختبار القفز على قدم واحدة
			1.00		اختبار المضخة

2- الصدق

الصدق يساوي جذر الثبات

الجدول رقم 04: يمثل الصدق الذاتي للاختبار

مستوى الدلالة	درجة الحرية (1-ن)	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	معامل الصدق	العينة	الاختبار
0.05	03	0.878	0.950	04	اختبار القفز على قدم واحدة
			1.00		اختبار المضخة

من خلال الجدول رقم (4): نجد أن قيمة معامل الصدق لجميع الاختبارات قد بلغت (0.950-1.00)

كلها اكبر من القيمة الجدولية المقدرة ب 0.878 عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 03.

- إجراءات التطبيق الميداني :

تم القيام بإجراء الاختبارات القبلية بين المجموعة الضابطة والتجريبية، ثم قمنا بتطبيق تدريبات التدريب البليومترى على المجموعة التجريبية حيث تتضمن هذه التدريبات التدريبية تمرينات أفقية وتمرинات عمودية، حيث مع التقدم في التطبيق نتدرج في ارتفاع الوثب وكذا من حيث الشدة، أما المجموعة الضابطة فقد كانت تتدرّب حسب تمرينات وتدريبات المدرب دون إخضاعها لهذا النوع من التدريب،

وبعد 45 يوم من التطبيق تم القيام بإجراء الاختبارات البدنية البدنية بنفس التوقيت وتحت نفس الظروف.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS نموذج 22.

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

. عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في القدرة العضلية خلال فترة الاعداد الخاص " .

الجدول رقم (05): يمثل الاختبار القبلي و البعدي في اختبار القفز على قدم واحدة للمجموعة الضابطة.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "t"	قيمة "t"	المجموعة الضابطة 07		العينة
				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
0.05	06	0.876	0.163	0.59	7.59	الاختبار القبلي
				0.57	7.59	الاختبار البعدي

يمثل الجدول رقم (05): مقارنة نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة الضابطة :

- حققت المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي لها متوسط حسابي قدره (7.59) و انحراف معياري قدره (0.59) ، في حين حققت هذه المجموعة في الاختبار البعدي المتوسط الحسابي بلغ (7.59) و انحراف معياري قدره (0.57)

أما قيمة t بلغت (0.163) عند القيمة المعنوية sing (0.876) ، و القيمة (0.05 < 0.05) أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في اختبار القفز على قدم واحدة.

الجدول رقم (06): يمثل الاختبار القبلي و البعدي في اختبار المضخة للمجموعة الضابطة.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "t"	قيمة "t"	المجموعة الضابطة 07		العينة
				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	

0.05	06	0.736	0.354	1.15	9.00	الاختبار القبلي
				1.46	8.85	الاختبار البعدى

يمثل الجدول رقم (06): مقارنة نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدى للمجموعة الضابطة :

- حققت المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي لها متوسط حسابي قدره (9.00) و انحراف معياري قدره (1.15) ، في حين حققت هذه المجموعة في الاختبار البعدى المتوسط الحسابي بلغ (8.85) و انحراف معياري قدره (1.46)
- أما قيمة t بلغت (0.354) عند القيمة المعنوية sing (0.736) ، و القيمة ($0.05 < 0.736$) أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدى للمجموعة الضابطة في اختبار المضخة..

عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في القدرة العضلية خلال فترة الاعداد الخاص ولصالح الاختبار البعدى " الجدول رقم (07): يمثل الاختبار القبلي و البعدى الفوز على قدم واحدة للمجموعة التجريبية.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "t"	قيمة "t"	المجموعة التجريبية 07		العينة
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	06	0.001	13.219	1.07	7.68	الاختبار القبلي
				0.94	6.58	الاختبار البعدى

يمثل الجدول رقم (07): مقارنة نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدى للمجموعة التجريبية :

- حققت المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي لها متوسط حسابي قدره (7.68) و انحراف معياري قدره (1.07) ، في حين حققت هذه المجموعة في الاختبار البعدى المتوسط الحسابي بلغ (6.58) و انحراف معياري قدره (0.94)

أما قيمة t بلغت (13.219) عند القيمة المعنوية (sing) (0.001) ، والقيمة ($0.05 > 0.001$) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية وكانت الفروق لصالح الاختبار البعدي في القفز بقدم واحدة.

الجدول رقم (08): يمثل الاختبار القبلي و البعدي المضخة للمجموعة التجريبية.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "t"	قيمة "t"	المجموعة التجريبية 07		العينة
				الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	06	0.001	-14.717	1.57	8.85	الاختبار القبلي
				1.27	11.57	الاختبار البعدي

يمثل الجدول رقم (08): مقارنة نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية :

- حققت المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي لها متوسط حسابي قدره (7.68) و انحراف معياري قدره (1.07) ، في حين حققت هذه المجموعة في الاختبار البعدي المتوسط الحسابي بلغ (6.84) و انحراف معياري قدره (1.02)

أما قيمة t بلغت (-14.717) عند القيمة المعنوية (sing) (0.001) ، والقيمة ($0.05 > 0.001$) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية وكانت الفروق لصالح الاختبار البعدي في المضخة.

عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي للقدرة العضلية خلال فترة الاعداد الخاص ولصالح المجموعة التجريبية "

الجدول رقم (09): يمثل نتائج الاختبار البعدي اختبار القفز على قدم واحدة للمجموعة الضابطة والتجريبية :

مستوى الدلالة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية "t"	قيمة "t"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة

0.05	12	0.032	2.433	570.	7.59	المجموعة الضابطة 07
				0.94	6.58	المجموعة التجريبية 07

يمثل الجدول رقم (09): مقارنة نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدى ، حيث تبين:

- المجموعة الضابطة: حققت المجموعة الضابطة في الاختبار البعدى متوسط حسابي بلغ (7.59) وانحراف معياري قدره (0.57) .

- المجموعة التجريبية: حققت المجموعة التجريبية في الاختبار البعدى متوسط حسابي بلغ (6.58) وانحراف معياري قدره (0.94) .

أما قيمة t بلغت (2.433) عند القيمة المعنوية sig (0.032) والقيمة ($0.05 > 0.010$) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدى وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية في اختبار القفز على قدم واحدة.

الجدول رقم (10): يمثل نتائج الاختبار البعدى اختبار المضخة للمجموعة الضابطة والتجريبية:

مستوى الدلالـة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	قيمة " t "	قيمة " t "	الانحراف المعيارـي	المتوسط الحسابـي	العينـة
0.05	12	0.003	-3.703	1.46		8.85	المجموعة الضابطة 07
				1.27		11.57	المجموعة التجريبـية 07

يمثل الجدول رقم (10): مقارنة نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدى ، حيث تبين:

- المجموعة الضابطة: حققت المجموعة الضابطة في الاختبار البعدى متوسط حسابي بلغ (8.85) وانحراف معياري قدره (1.46) .

- المجموعة التجريبية: حققت المجموعة التجريبية في الاختبار البعدى متوسط حسابي بلغ (11.57) وانحراف معياري قدره (1.27) .

أما قيمة t بلغت (-3.703) عند القيمة المعنوية $sig (0.003 < 0.05)$ والقيمة (0.003) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الاختبار البعدى وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية في اختبار المضخة

مناقشة النتائج و الفرضيات:

الفرضية الجزئية الأولى : و التي افترض الباحث على إنها " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في القدرة العضلية خلال فترة الاعداد الخاص " في ضوء النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (05-06) وفي ضل المعالجة الإحصائية التي توضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبار القبلي والبعدى في اختبارات القدرة العضلية عند مستوى الدلالة 0.05، حيث يرى الباحث أن عدم تحسن هذه المجموعة راجع إلى طبيعة التدريبات التي كانت تمارسها المجموعة الضابطة وفقاً لوحدات المدرب الرياضي وعليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث لم تتحقق وهذا ما أكدته نتائج الدراسة.

الفرضية الجزئية الثانية: و التي افترض الباحث على أنها " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدى للمجموعة التجريبية في ضغوط أحمال التدريب والمنافسة " في ضوء النتائج المتحصل عليها في الجداول رقم (07-08) والتي تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية وكانت هذه الفروق لصالح الاختبارات البعدية عند مستوى الدلالة 0.05 حيث سجلت نتائج أفضل في القدرة العضلية وتحقيق زمن اقل في نتائج اختبار القوة المميزة بالسرعة .

يرى الباحث أن التمية الحاصلة في صفة القدرة العضلية راجعة إلى طبيعة التدريب الذي تلقته المجموعة التجريبية حيث أن حصولها إلى نتائج ايجابية في اختبارات هذه الصفة يرجع إلى تدريبات التدريب البليومترى مما رفع لياقة اللاعب البدنية خلال فترة الاعداد الخاص.

وهذا ما أكدته نتائج دراسة غلاب حكيم (2020) بعنوان أثر برنامجين تدريبيين بالأنتقال والبليومترى على تمية القدرة العضلية و الجري السريع المتكرر (RSA) في الكرة الطائرة صنف أشبال إلى أن أسررت النتائج أن للبرنامجين التدريبيين بالأنتقال والبليومترى قد أثرا على تمية القدرة العضلية والجري السريع المتكرر غير أن النتائج المتوصل إليها في البرنامج التدريبي بالبليومترى أفضل من التدريب بالأنتقال وعليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث تحققت وهذا ما أكدته نتائج الدراسة.

الفرضية الجزئية الثالثة: و التي افترض فيها الباحث أنها " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية في القياس البعدى للضغط أحمال التدريب والمنافسة. في ضوء النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (09-10) و من خلال المعالجة الإحصائية التي توضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبارات البعدية بين المجموعة الضابطة التجريبية وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية عند مستوى الدلالة 0.05 التي سجلت نتائج أحسن في اختبارات القدرة العضلية من المجموعة الضابطة التي مارست تدريباتها حسب المدرب.

لهذا يرى الباحث أن التقدم الحاصل في صفة القدرة العضلية لدى المجموعة التجريبية راجع إلى طبيعة التدريب البليومترى الذى له دور فعال في تحسين مستوى اللاعبين من الجانب البدنى فعند التدريب على تمرينات أفقية ثم عمودية يمكن من زيادة الارتفاع بالمستوى البدنى لدى لاعبى كرة القدم التي يحتاجونها في مختلف المواقف التي تحدث في المنافسة الرياضية.

وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة بوكراتم بلقاسم (2014-2015) حول تأثير برنامج تدريبي مقترن بالبليومترى على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في كرة القدم..

وعليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث تحققت و هذا ما أكدته نتائج الدراسة.

استنتاجات عامة:

-لتدريب البليومترى دور ايجابي في تحسين مستوى اللياقة البدنية لدى لاعبى كرة القدم خلال فترة الاعداد البدنى الخاص.

-الاهتمام باستخدام تدريبات البليومترية تسهم في تحسين اللياقة البدنية لدى اللاعبين اقل من 19 سنة .

-ان المجموعة التي مارست التدريب البليومترى حققت نتائج افضل عن غيرها في الاختبارات البعدية.

التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالتدريب البليومترى خلال فترة الاعداد الخاص لدى لاعبى كرة القدم لتنمية اللياقة البدنية .

- ضرورة التركيز على هذا النوع من التدريب لتنمية اللياقة البدنية بكل انواعها وشكلها

-تنظيم ايام تكوينية تبرز كل التغيرات الفسيولوجية والكيميائية وغيرها التي تنتج على استخدام هذه الطريقة التدريبية

–قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

أمر الله أحمد البساطي (1998)، قواعد وأسس التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية

خالد تميم الحاج (2017)، أساسيات التدريب الرياضي، ط 01، الجنادرية للنشر والتوزيع، عمان.

عبد العزيز النمر، ناريمان الخطيب (1996)، تدريب الأنتقال، تصميم برامج القوة وتحفيظ الموسم التدريبي، ط 01، مركز الكتاب للنشر، القاهرة

محمد حسن علاوي (1990)، علم التدريب الرياضي، ط 11، دار المعارف، القاهرة،

مفتي إبراهيم حماد (2001)، التدريب الرياضي الحديث - تحفيظ وتطبيق وقيادة، دار الفكر العربي، القاهرة،

المذكورة:

غلاب حكيم (2020) بعنوان أثر برنامجين تدريبيين بالأنتقال والبليومترى على تتميم القدرة العضلية وجري السريع المتكرر (RSA) في الكرة الطائرة صنف أشبال زمام عبد الرحمن (2017-2018) بعنوان أثر تأثير تدريبات البليومترية في تطوير قابلية تكرار السرعة القصوى والارتفاع العمودي للاعبى كرة القدم بوكراتم بلقاسم (2014-2015) بعنوان تأثير برنامج تدريبي مقترح بالبليومترى على بعض المتغيرات البدنية والمهارية في كرة القدم ..