

بناء مستويات معيارية لمؤشر كتلة الجسم ومساحة سطح الجسم والوزن المثالي ونسبة محيط الوسط لمحيط الحوض والتمثيل الغذائي خلال الراحة لدى طلبة جامعة بيرزيت

الباحثان

أ.علي ظاهر
المحاضر في دائرة التربية الرياضية
رئيس دائرة التربية الرياضية
جامعة بيرزيت

أ.د. عبدالناصر القدومي
أستاذ فسيولوجيا الرياضة والقياس
عميد كلية التربية الرياضية
جامعة النجاح الوطنية

هدفت هذه الدراسة إلى بناء مستويات معيارية لمؤشر كتلة الجسم ومساحة سطح الجسم والوزن المثالي ونسبة محيط الوسط لمحيط الحوض والتمثيل الغذائي خلال الراحة لدى طلبة جامعة بيرزيت. إضافة لتحديد العلاقة بين هذه المتغيرات. ونسبة القابلية للبدانة لدى الطلبة. لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٢١) طالبا وطالبة. وكانت متوسطات العمر، والطول، والوزن، ومؤشر كتلة الجسم، ومساحة سطح الجسم، والوزن المثالي، ونسبة محيط الوسط لمحيط الحوض، والتمثيل الغذائي خلال الراحة على التوالي: للذكور (١٨,٥٩ سنة، ١,٧٥ متر، ٧٥,٢٢ كغم، ٢٤,٤٦ كغم/م^٢، ١,٩٠ م^٣، ١٨,٩٣ كغم، ٠,٨٤، ١٧٥٩,٥٥ سعر/يوميا)، وللإناث: (١٨,٣٧ سنة، ١,٦٢ متر، ٥٨,٧٩ كغم، ٢٢,٣٧ كغم/م^٢، ١,٦١ م^٣، ٥٦,٠٧ كغم، ٠,٧٨، ٣٤٨,٠٢٥ سعر/يوميا) وللعينة ككل: (١٨,٤٨ سنة، ١,٦٨ متر، ٦٦,٩١ كغم، ٢٣,٤٠ كغم/م^٢، ١,٧٥ م^٣، ١٦,٤٠ كغم، ٠,٨١، ١٥٥١,٣٤ سعر/يوميا) وكانت أفضل الرتب المئينية لمتغيرات مؤشر كتلة الجسم، ومساحة سطح الجسم، والوزن المثالي، ونسبة محيط الوسط لمحيط الحوض، والتمثيل الغذائي خلال الراحة على التوالي: للذكور (٢٠,٥٠ كغم/م^٢، ١,٧٠ م^٣، ٧٤ كغم، ٠,٧٧، ١٩٥٠ سعر/يوميا)، وللإناث: (١٧,٧٠ كغم/م^٢، ١,٤٤ م^٣، ٦٠ كغم، ٠,٧٠، ١٥٠٠ سعر/يوميا). كما تم التوصل باستخدام معامل الانحدار (R^2) إلى ثلاثة معدلات للتنبؤ في قياس التمثيل الغذائي خلال الراحة بدلالة مساحة سطح الجسم وهي:

- المعادلة الأولى (للذكور): (RMR) سعر/يوميا = (-٥,٩٠٨) + ((مساحة سطح الجسم) × (٩٢٨,١٩٦)). ($R^2 = ٠,٩٩$)
 - المعادلة الثانية (للإناث): (RMR) سعر/يوميا = (-٦٤,١٩٥) + ((مساحة سطح الجسم) × (٨٧٣,٤٥)). ($R^2 = ٠,٩٩$)
 - المعادلة الثالثة (للذكور والإناث): (RMR) سعر/يوميا = (-٤٧١,٥٨٣) + ((مساحة سطح الجسم) × (١١٥٠,٨٧٢)). ($R^2 = ٠,٩٤$)
- وأوصى الباحثان ببناء معايير لمثل هذه القياسات للطلبة في الجامعات الفلسطينية.