

الدليل التقوي لبعض الادراكات الحس - حركة المرتبطة بمستوى أداء العروض الرياضية

د. محمد احمد سالم

د. أحمد البهلول عطية العلوص

د. أحمد عبد الله يونس الدرسي

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد العروض الرياضية احد الأنشطة التي تتميز بالطابع الجمالي وبالتعبير العاطفي السار، وهي خلق وأبداع لحركات جسمية متناسقة تعبر عن جمال الجسم وقدراته من خلال الربط بين التمرينات والحركات الاكروباتية مع المصاحبة الموسيقية التي يجب أن تكون تعبيراً صادقاً عن جمال الحركة وتناسقها وانسيابيتها، والإبداع الحركي من العوامل الهامة التي تحتاحها العروض الرياضية، وهذا الإبداع يعتمد على المزج بين القدرات الجسمية والأحاسيس الداخلية. فقد توصلت نتائج دراسات كل من عبد الحميد (1982، ص 4) وبلال (1987، ص 5) إلى أن نجاح الأداء الحركي في تمرينات العروض الرياضية يعتمد على العلاقة الجيدة بين الجسم والعقل وامتلاك اللاعب الإحساس الحركي يخلق اندماج تام بين الذهن والجسم وينمي شعور اللاعب ويظهر في دقة الأداء الحركي والإبداع الحركي ويساعد على توازنه خلال الجمل الحركية برشاقة وانسياب جمالي. (عبد الحميد، 1982، ص 4)، (بلال، 1987، ص 5)

وتضيف النجار (2003، ص 16) أن الادراكات الحس - حركية لها أهميتها في التمرينات الفنية عامة، فجمال التمرينات الفنية تحتاج إلى نوعية خاصة من التحكم في الحركات بأنواعها المختلفة كذلك التحكم في تحريك أجزاء الجسم وإيقاع الحركة ووضع وثبات الجسم واتزانه والتي تتوقف على قدرة العقل في تحديد العضلات المستهدفة للتغلب على القوة الخارجية هذا التحديد يحتاج فيه العقل إلى تغذية معلوماتية من حاسة الاتزان والإدراك الحس - حركي. (النجار، 2003، ص 16)

فالعروض الرياضية واحدة من الأنشطة الرياضية والمواد التي تدرس لطلاب كليات التربية البدنية، إذ تسهم في إعدادهم بديناً وحركياً ونفسياً ومهارياً، والتي يختبر فيها الطلاب من خلال الجمل الحركية الحرة والأدوات، ولاحتوائها على العديد من المهارات ذات الأداء الفني الدقيق والصعوبات المختلفة فأنها تحتاج إلى إمكانات حركية ومتطلبات خاصة عند أدائها، ومن خلال قيام الباحث بتدريس العروض الرياضية يرى بأنها تشتمل على العديد من الصعوبات والمهارات الحركية المركبة وما تتضمنه من تشكيلات وتكوينات والوصول إلى أعلى المستويات يعتمد على الأداء الصحيح لتكنيك الحركات والتحكم في الجسم أثناء الأداء. فالأشتراك فيها يجب أن يتم وفق معايير دقيقة تعتمد على تحديد أهم القدرات الحس - حركية الخاصة بالعروض الرياضية والمؤدية للتمايز في مستوى الأداء المهاري، فطبيعة الأداء لهذه الرياضة

تتميز بالتركيب ولا يحدث أن يتأثر الأداء بمتغير واحد بمعزل عن باقي المتغيرات، وبالرغم من أهمية استخدام معادلات التنبؤ في التعرف على مختلف العوامل البدنية أو الفسيولوجية أو المهارية أو النفسية، المؤثرة في مستوى الأداء ونسب مساهمتها في نجاح هذا الأداء والتي على أساسها تتحقق المستويات العالية في مختلف الأنشطة الرياضية، إلا أن إمكانية استخدامها في دراسة الادراكات الحس - حركية الأكثر تأثيراً في مستوى أداء العروض الرياضية محدودة، ومن هنا تبلورت مشكلة البحث في التنبؤ بمستوى أداء العروض الرياضية بدلالة بعض الادراكات الحس - حركية والقدرات البدنية.

فالباحث الحالي هو محاولة في التصور الجمعي لأهم الادراكات الحس - حركية الأكثر تأثيراً بمستوى أداء العروض الرياضية للتوصل إلى أهم معادلات تنبؤية يمكن الاسترشاد بها في انتقاء اللاعبين المميزين والتنبؤ بما يمكن أن يحققه من نتائج، وحتى يتحقق أيضاً وجود دليل يتيح للباحثين والمهتمين بهذا المجال تطبيق بعض المعادلات التنبؤية التي تعكس القيم المقدرة لتقويم مستوى الأداء بدلالة بعض الادراكات الحس - حركية الأكثر تأثيراً في مستوى أداء العروض الرياضية، والاسترشاد بها أيضاً في البرامج التدريبية للارتقاء بمستوى ادائهم.

أهداف البحث:

- 1 - إيجاد العلاقة بين بعض الادراكات الحس - حركية ومستوى أداء العروض الرياضية.
- 2 - الوصول للمعادلات التنبؤية الخاصة بالادراكات الحس - حركية المؤثرة بمستوى أداء العروض الرياضية.

فروض البحث:

- 1 - هناك علاقة بين بعض الادراكات الحس - حركية ومستوى الأداء في العروض الرياضية.
- 2 - المعادلات التنبؤية التي سوف يتوصل إليها الباحث لها القدرة على التنبؤ بمستوى أداء الطلاب في العروض الرياضية.

الدراسات السابقة:

- 1- دراسة ماجدة علي رجب (1999):هدفت الدراسة الى تحديد العلاقات الإرتباطية بين المتغيرات (البدنية الأثروبومترية) ومستوى الأداء في الجمباز الإيقاعي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وطبق البحث على عينة عمدية قوامها (96) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية،

ثالثاً - عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الفصل الدراسي الخامس بكلية التربية البدنية جامعة بنغازي وقد بلغ حجم العينة (9) طلاب.

رابعاً - أدوات البحث:

1 - الأدراكات الحس - حركية : تم تحديد مكونات الدليل التقويمي من الادراكات الحس - حركية المرتبطة بمستوى أداء العروض الرياضية بالرجوع الى بعض المراجع العلمية وأستعراض بعض نتائج الدراسات السابقة على النحو التالي:

الإحساس بالوثب العمودي - الإحساس بمسافة الوثب الطويل - الإحساس البصري المقارن بالمسافة - الإحساس بالزمن - الإحساس بالإيقاع الحركي - الإحساس بحركة الذراع في المستوى الرأسي - الإحساس بحركة الرجل في المستوى الرأسي - الأحساس بقوة دفع الذراعين - الإحساس بالتوازن الثابت.

بالرجوع الى بعض المراجع العلمية وأستعراض بعض نتائج الدراسات السابقة تم تحديد تسعة أختبارات، وتم اختيار الاختبارات التي تقيس الادراكات الحس - حركية نظراً لأنها مقننة ولها درجات صدق وثبات عالية وتم تطبيقها في العديد من الدراسات السابقة على عينة ماثلة لمجتمع البحث الحالي وكانت على النحو التالي:

اختبار الإحساس بالوثب العمودي من الثبات، اختبار الإحساس بمسافة الوثب الطويل (60) سم، اختبار المشي - في الممر لمسافة (10) متر، اختبار الإحساس بالزمن في (15) ث، اختبار الإحساس بالإيقاع الحركي بجهاز المترونوم عند سرعة (120)، اختبار وضع الأصبع على النقطة المطلوبة على مسطرة، اختبار وضع أصبع القدم على النقطة المطلوبة على مسطرة، اختبار الأحساس بقوة دفع الذراعين لكرة طيبة، اختبار الوقوف على مشط القدم على مقعد سويدي.

ب - الحصول على تقييم مستوى الأداء الحركي:

تم الاعتماد على درجات الامتحان التطبيقي النهائي بفصل الربيع في مادة العروض الرياضية للعام الجامعي 2018 / 2019 كأساس لتقييم مستوى الأداء الحركي في جمل التمرينات لعينة البحث الأساسية.

خامساً - الدراسة الأساسية:

بعد تحديد أهم الأدراكات الحس - حركية المرتبطة بمستوى أداء العروض الرياضية والأختبارات التي تقيس هذه القدرات بناء على المسح المرجعي الذي تم القيام به، تم تطبيق الأختبارات على عينة البحث في الفترة من 1 / 7 / 2019 م إلى 9 / 7 / 2019 م

وأظهرت النتائج أن غالبية متغيرات البحث البدنية والاثروبومترية أظهرت ارتباط بمستوى الأداء في الجمباز الإيقاعي لجمال (الطوق الحبل الكرة الصولجان).

2 دراسة سوزان صلاح الدين طنطاوى (2004): وتهدف الدراسة للتعرف على القدرات الحس حركية المؤدية لتمايز أداء الطالبات جيمباز إيقاعي، وبلغ حجم العينة (12) طالبة تخصص جيمباز إيقاعي، وأستخدم المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج أن القدرة على الإحساس بحركة الذراع الإحساس بالتوازن الإحساس الحركي الزاوي الإحساس برد فعل القدم) أدت لتمايز أداء الطالبات في الجمباز الإيقاعي.

3 - دراسة سمير عبد النبي شعبان (2007) : تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير العروض الرياضية على ديناميكية تطور بعض متغيرات الإدراك الحس حركي ومستوى التحصيل العملي في التمرينات. طبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغ قوامها (96) طالب، تم استخدام المنهج التجريبي، ومن أهم النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع متغيرات الإدراك الحس حركي.

4 - أحمد عبد الله يونس المبروك (2017): يهدف هذا البحث إلى إيجاد العلاقة بين بعض الادراكات الحس - حركية والقدرات البدنية ومستوى أداء الطلاب في العروض الرياضية للوصول. وتم تطبيق عينة عمدية من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية وقد بلغ حجم العينة (25) طالب، ومن أهم النتائج وجود علاقات دالة إحصائياً بين معظم متغيرات الإدراكات الحس حركية والقدرات البدنية ودرجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية، ويمكن حساب القيم المقدرة للعروض الرياضية بدلالة بعض الإدراكات الحس حركية والقدرات البدنية وهي (الإحساس بمسافة الوثب الطويل الإحساس بالتوازن الثابت الإحساس البصري المقارن بالمسافة التوازن الحركي مرونة العمود الفقري الرشاقة)

إجراءات البحث:

أولاً - منهج البحث: استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

ثانياً - مجالات البحث:

- **المجال الزمني:** طبق هذا البحث في الفترة من 1 / 7 / 2019 م إلى 9 / 7 / 2019 م.

- **المجال المكاني:** أجريت الاختبارات الخاصة بالإدراكات الحس - حركية على عينة البحث

الأساسية بصالة التمرينات والجمباز في كلية التربية البدنية للبنين بجامعة بنغازي.

سادساً - المعالجات الإحصائية:

- تحليل الانحدار الجزئي القياسي.

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج (Spss 21) Versio، حيث استخدمت المعاملات الإحصائية الآتية:

عرض النتائج:

أ- عرض نتائج معامل الارتباط:

- مصفوفة الارتباط.

جدول (1)

الارتباط بين اختبارات الإدراكات الحس حركية ودرجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية

اختبارات الإدراكات الحس حركية	قيمة (R) المحسوبة	قيمة (R) الجدولية
الإحساس بالوثب العمودي	0.481	0.582
الإحساس بمسافة الوثب الطويل	0.675	
الإحساس البصري المقارن بالمسافة	-0.600	
الإحساس بالزمن	0.273	
الإحساس بالإيقاع الحركي	0.645	
الإحساس بحركة الذراع في المستوى الرأسي	0.051	
الإحساس بحركة الرجل في المستوى الرأسي	-0.397	
الأحساس بقوة دفع الذراعين	-0.377	
الإحساس بالتوازن الثابت	-0.590	

بالإيقاع الحركي - الإحساس بالتوازن الثابت) عند مستوى دلالة (0.05) حيث كانت قيم "R" المحسوبة لاختبارات الإدراكات الحس - حركية أعلى من قيمة "R" الجدولية
ب- عرض نتائج تحليل الانحدار الجزئي:

يتضح من جدول (1) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية وبعض الإدراكات الحس - حركية قيد الدراسة الحالية وهي (الإحساس بمسافة الوثب الطويل - الإحساس البصري المقارن بالمسافة - الإحساس

جدول (2)

تحليل الانحدار الجزئي لاختبارات الإدراكات الحس - حركية كمؤشر للتنبؤ بدرجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية

القيم التنبؤية المقدرة لي (Bo) ، في معادلة الانحدار الخطي (B1x)		الإدراكات الحس - حركية الصالحة للتنبؤ بمستوى أداء العروض الرياضية
قيم (B1x)	قيم (Bo)	
0.239	22.02	الإحساس بمسافة الوثب الطويل
-0.022	21.69	الإحساس البصري المقارن بالمسافة
0.962	21.90	الإحساس بالإيقاع الحركي
-0.439	24.40	الإحساس بالتوازن الثابت

استخلاص القيم المقدرة المعادلة التنبؤية $y = B1x + Bo$ ، حيث يمثل (y) المتغير التابع و(Bo) قيمة ثابتة و(B1x) ميل الانحدار (y) على المتغير المستقل و(e) المتغير المستقل.

يتضح من جدول (2) أن القيم التنبؤية المقدرة لاختبارات الإدراكات الحس حركية بمعادلة الانحدار الخطي صالحة كمؤشر للتنبؤ بدرجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية وبالتالي تم

مناقشة النتائج:-

بينت النتائج وجود علاقة دالة إحصائياً بين بعض الإدراكات الحس-حركية قيد الدراسة الحالية ودرجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية.

حيث بينت النتائج أن العنصر الخاص بالإحساس بمسافة الوثب الطويل توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بينه وبين درجة الاختبار التطبيقي في العروض الرياضية عند مستوى دلالة (0.05).

ويتفق هذا مع نتائج دراسات كل من البحار (1992، ص 18)، السيد (2008، ص 12)، شعبان (2007، ص 6) التي اتفقت على وجود علاقة ارتباط طردية إيجابية بين تقدم مستوى الأداء في العروض الرياضية وهذا العنصر- (البحار، 1992، ص 18)، السيد (2008، ص 12)، (شعبان، 2007، ص 6)

كما تؤكد رجب (1998، ص 19) على أهمية هذا العنصر- في دراستها بأن مهارات الوثب والدوران والحجل تتطلب قوة مميزة بالسرعة لعضلات الرجلين وإدراكاً حس-حركي بالوثب. (رجب، 1998، ص 19)

بينما وجدت طنطاوي (2004، ص 288) أن الإحساس الحركي بمسافة الوثب يؤثر على مدى الحركة واتساعها والإحساس بالتوازن، ويظهر هذا واضحاً عند أداء الوثبات والتوازنات والدورانات والحركات الأروبايتة والتي يتم فيها التحكم في تحريك أجزاء الجسم في أكثر من اتجاه. (طنطاوي، 2004، ص 288)

ويستنتج الباحث من خلال النتائج الخاصة بعنصر- الإحساس بمسافة الوثب الطويل أن حمل التمرينات والعروض الرياضية تتطلب من المشارك أداء حركات مركبة من الوثب والدوران في الهواء والانتقال من مكان إلى آخر يتطلب تقدير صحيحاً لقوة الدفع بالرجلين لأعلى وللأمام ويشترط في ذلك سلامة إحساسات اللاعب وخاصة إحساسه بقوة دفع الرجلين.

كما توصل الباحث أيضاً من خلال نتائج تحليل الانحدار الجزئي إلى القيم المقدرة $(y = e \times B1x + Bo)$ ، حيث يمثل (y) المتغير التابع وهو مستوى الأداء للعروض الرياضية، و(Bo) قيمة ثابتة، و(B1x) ميل انحدار (y) على المتغير المستقل، و(e) المتغير المستقل وهو الإدراكات الحس حركية.

عليه، أشارت نتائج الانحدار الجزئي أن القيم المقدرة للمعادلة التنبؤية صالحة للتقييم والتنبؤ بمستوى الأداء في العروض الرياضية بدلالة الإحساس بمسافة الوثب الطويل.

ويظهر أيضاً من النتائج وجود علاقة ارتباط طردية دالة إحصائياً بين الإحساس البصري المقارن بالمسافة ودرجة الاختبار التطبيقي في العروض الرياضية عند مستوى دلالة (0.05).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من الصاوي (2010، ص 6)، مسعود (2015، ص)، عبدالله (2017، ص 4) الذين توصلوا إلى أن الإحساس البصري المقارن بالمسافة مهم لتطوير مستوى الأداء في العروض الرياضية. (الصاوي، 2010، ص 6)، (مسعود، 2015، ص 7)، (عبدالله، 2017، ص 4)

هذا ما أكدته وهوكرمان Hocherman (1998، ص 1375) حيث ذكر أن الإحساس البصري المقارن بالمسافة يلعب دوراً هاماً عند أداء الحركات والأداءات المرتبطة بالبقعة. (هوكرمان، 1998، ص 1375)

ويضيف شعبان (2007، ص 2) أن العروض الرياضية بالأدوات تتطلب إحساساً بصرياً مقارناً بالمسافة وهذا ما يلاحظ أننا استخدمنا الأدوات والأداء بها في جميع المستويات العالي والمتوسط والمنخفض بتثبيت النظر إلى هدف ثابت في كل مستوى والنظر إلى الأداة كمشير بصري. (شعبان، 2007، ص 2)

ويؤكد الباحث أهمية هذا العنصر للمشارك في العروض الرياضية لأنها تحتوي على تشكيلات وتكوينات متعددة، حيث يقف المشاركون فيها على مسافات محددة ومتساوية بين بعضهم وينقلون من مكان لآخر وينقلون من تشكيل لآخر وتغيير اتجاهاتهم في الهواء وعلى الأرض شرط أن يتم ذلك مع المحافظة على المسافات التي تحفظ لكل تشكيل تكوينه الصحيح لظهور العرض في أجمل صورة ويكون الأداء أكثر دقة، ولن يتأتى ذلك إلا بامتلاك درجة سليمة ودقيقة من الإحساس البصري المقارن بالمسافة.

ومن مناقشة النتائج السابقة أظهر تحليل الانحدار الجزئي ان القيم المقدرة للمعادلة التنبؤية $(y = e \times B1x + Bo)$ ، تعتبر قيم صالحة لتقييم والتنبؤ بمستوى الأداء في العروض الرياضية بدلالة الإحساس البصري المقارن بالمسافة.

أما العنصر- الخاص بالإحساس بالإيقاع الحركي وضحت النتائج وجود علاقة ارتباط طردية دالة إحصائياً بينه وبين درجة الاختبار التطبيقي في العروض الرياضية عند مستوى دلالة (0.05).

ويتفق هذا مع ما توصلت إليه دراسات كل من عبد الرحمن (1985، ص 257)، السيد (1994، ص 123)، القط (2007، ص 5) والتي أثبتت أن الإحساس بالإيقاع الحركي مهم للارتقاء بمستوى أداء التمرينات والعروض الرياضية. (عبد الرحمن، 1985، ص 257)، (السيد، 1994، ص 123)، (القط، 2007، ص 5)

حيث تؤكد عبد الرحمن في دراستها (1985، ص 248) على أن الإحساس بالإيقاع الحركي يعمل على تنظيم الحركة وتوضيح مسارها،

جمل التمرينات والتوازن الثابت. (البحار والسيد، 1995، ص 315)، (وولف، 2008، ص 121)، (الديب، 2015، ص 4) وتشير السيد (1989، ص 209) إلى أن التوازن الثابت يساعد على احتفاظ اللاعب بثبات جسمها عند أداء مختلف الحركات والأوضاع كما انه يؤدي إلى التوافق العضلي العصبي لان اي توتر أو تصلب يخل بتوازن الجسم. (السيد، 1989، ص 209) وتضيف السيد (1994، ص 201) إلى أن لاعبة التمرينات الفنية تحتاج إلى التوازن لكي تحتفظ بثبات جسمها دون سقوط أو اهتزاز عند اتخاذ أوضاع معينة حتى تسهم في النجاح وتكوين الأشكال المختلفة على الوجه الأكمل عند استخدام الأدوات. (السيد، 1994، ص 201) ومن هنا يرى الباحث أن التوازن الجيد يساعد على إتقان النواحي الفنية للحركات ويحتاج المشارك في عروض التمرينات إليه في حركات التغيير من أوضاع الجسم في الهواء إلى الأرض وكذلك في حركات الربط بين أوضاع الدوران والوقوف الفجائي والوثبات التي تتطلب ثبات الجسم واتزانه. ومن خلال ما سبق من نتائج أوضح تحليل الانحدار الخطي أن القيم المقدرة للمعادلة التنبؤية $(y = e \times B1x + Bo)$ ، تعتبر هذه القيم صالحة لتقييم والتنبؤ بمستوى الأداء في العروض الرياضية بدلالة التوازن الثابت. وتؤكد النتائج السابقة أن الإدراكات الحس- حركية بالجدول (3) هي عوامل هامة ويعتمد عليها لتقييم والتنبؤ بمستوى أداء الطلاب في العروض الرياضية. والتي مكنت الباحث من التوصل إلى مجموعة من المعادلات التنبؤية (القيم المقدرة) التي تعتبر بمثابة دليل لتقييم والتنبؤ بمستوى الطلاب وبذلك أمكن تأكيد صحة الفروض التي يتأسس على وجود علاقة بين بعض الإدراكات الحس- حركية (قيد الدراسة الحالية) ومستوى الأداء في العروض الرياضية.

وعلى توحيد الأداء لتنمية الإحساس بالحركة وتوضيح أجزائها في ذهن الطلاب، مما يؤدي إلى الأداء بشكل سليم مع سهولة وانسيابية والاقتصاد في الجهد. (عبدالرحمن، 1985، ص 248) ويوضح عبد الفتاح (1997، ص 218) أن الإحساس بالإيقاع الحركي يلعب دوراً هاماً في دقة الأداء وتوجيه القوة المميزة بالسرعة، وأن كل حركة إيقاع يشمل سرعة الأداء والتغيير بين مكونات الأداء وتوقيته. (عبدالفتاح، 1997، ص 218) وتضيف زهران (1997، ص 99) أن الإحساس بالإيقاع الحركي يعتبر عاملاً أساسياً لإتقان المهارات الحركية وتطوير الإحساس بالحركة وتحسين الأداء فهو يساعد على إيجاد القدرة على التعبير الحركي في فصل اللاعب إلى مستوى التحكم في أداء الحركة مما يجعل حركته أكثر انسيابية ويساعد على تأخير ظهور التعب. (زهران، 1997، ص 99) ويرجع الباحث ذلك إلى أن الإحساس بالإيقاع الحركي له أهميته في العروض الرياضية لأنها عبارة عن حركات متكررة ومتعاقبة خلال تسلسل زمني محدد فهو بالتالي يساعد على أداء هذه الحركات بهارمونية تجعل الأداء أكثر براعة ودقة وتوافق. ومن نتائج تحليل الانحدار الجزئي تم التوصل للقيم المقدرة للمعادلة التنبؤية $(y = e \times B1x + Bo)$ ، وهي قيم يمكن الاعتماد عليها لتقييم والتنبؤ بمستوى أداء الطلاب في العروض الرياضية بدلالة الإحساس بالإيقاع الحركي. وفي ما يتعلق بعنصر- الإحساس التوازن الثابت بينت النتائج وجود علاقة طردية بين هذا العنصر ودرجة الاختبار التطبيقي في العروض الرياضية وكانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05). ويتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسات كلاً من البحار والسيد (1995، ص 315)، وولف (WalF، 2008، ص 121)، والديب (2015، ص 4)، من وجود ارتباط بين مستوى أداء

جدول (3)

المعادلات التنبؤية (القيم المقدرة) لتقييم مستوى أداء الطلاب في العروض بدلالة الإدراكات الحس - حركية

المعادلات التنبؤية ($e \times B1x + Bo = y$)	اختبارات الإدراكات الحس حركية
($e \times 0.239 + 22.02 = y$)	الإحساس بمسافة الوثب الطويل
($e \times -0.022 + 21.69 = y$)	الإحساس البصري المقارن بالمسافة
($e \times 0.962 + 21.90 = y$)	الإحساس بالإيقاع الحركي
($e \times -0.439 + 24.40 = y$)	الإحساس بالتوازن الثابت

الاستنتاجات و التوصيات :

أولاً - الاستنتاجات:

- 1- أظهرت بعض متغيرات البحث الحس - حركية ارتباطاً بدرجة الاختبار التطبيقي للعروض الرياضية.
- 2- يمكن حساب القيم المقدرة للعروض الرياضية بدلالة بعض الإدراكات الحس - حركية وهي (الإحساس بمسافة الوثب الطويل، الإحساس البصري المقارن بالمسافة، الإحساس بالإيقاع الحركي، الإحساس بالتوازن الثابت) كل قدرة على حدة.
- 3- المعادلات التنبؤية لحساب القيم المقدرة لدرجة الاختبار التطبيقي في العروض الرياضية التي أمكن التوصل إليها بدلالة بعض الإدراكات الحس - حركية تعتبر بمثابة دليل لتقويم مستوى أداء الطلاب في العروض الرياضية.

ثانياً- التوصيات:

ضوء أهداف البحث يوصي الباحث بما يلي:

- 1- تصميم برامج تدريبية مقننة لطلاب التربية البدنية تخصص التمرينات والعروض الرياضية لتنمية الإدراكات الحس - حركية بجانب تدريبات الأداء الفني لتنمية مستوى الأداء.
- 2- الاستفادة من المعادلات التنبؤية التي أمكن التوصل إليها لتقويم مستوى أداء الطلاب في العروض الرياضية بشكل دوري، وكدالة لتمييز الطلبة المتفوقين في العروض الرياضية.
- 3- إدراج اختبارات الإدراكات الحس - حركية المطبقة في البحث الحالي ضمن المحددات لتوجيه الطلاب لاختيار تخصص العروض الرياضية.

المراجع:

أولاً - المراجع باللغة العربية:

- 1- عبد الفتاح، أبو العلا أحمد: (1997): التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 2- المبروك ، أحمد عبد الله: (2017) "التنبؤ بمستوى أداء العروض الرياضية بدلالة بعض الإدراكات الحس حركية والقدرات البدنية لطلاب كلية التربية الرياضية بالإسكندرية" رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- 3- النجار، أمل مهيب: (2003) "تأثير تطوير متغيرات الإدراك الحسي- حركي على مستوى أداء بعض الوثبات في التمرينات الفنية"، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 4- الصاوي، إيهاب فوزي: (2010) "دراسة عملية للقدرات الحس حركية كأساس لانتقاء الناشئين في بعض الأنشطة الرياضية " رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- 5- عبد الرحمن، تراحي محمد: (1985) " أثر معرفة إيقاع الحركة نظرياً على تحسين مستوى الأداء في مادة التعبير الحركي"، المؤتمر العلمي الثاني، كلية التربية الموسيقية.
- 6- بلال، رجاء علي: (1987) "دراسة لبعض القياسات الجسمية والحركية المرتبطة بأداء بعض المهارات الأساسية في التمرينات الفنية للناشئات بمحافظة الإسكندرية"، مجلة دراسات وبحوث، المجلد العاشر، العدد الثاني، جامعة حلوان.
- 7- طنطاوى، سوزان صلاح الدين: (2004) "تحليل القدرات الحس- حركية المؤدية لتمايز الأداء في الجمباز الإيقاعي"، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد الثالث والخمسون، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 8- شعبان، سمير عبد النبي: (2007) "تأثير العروض الرياضية على ديناميكية تطوير بعض متغيرات الإدراك (الحس- حركي) ومستوى التحصيل العلمي في التمرينات بالأدوات لطلاب كليه التربية الرياضية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 9- فرج، صالح مسعود: (2011) "البناء العاملي للقدرات التوافقية والحس حركية لانتقاء المشاركين في العروض الرياضية من طلاب كلية التربية الرياضية"، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 10- محمد، عايدة السيد: (1989) "دراسة عملية تجريبية للمتغيرات البدنية والحركية والفسيولوجية والنفسية المهمة في التوازن الثابت والحركي لدى طالبات الكلية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.
- 11- زهران، ليلي عبد العزيز: (1997) التمرينات الفنية والإيقاعية الأسس العلمية والتطبيقية، القاهرة، دار الفكر العربي.
- 12- رجب، ماجدة علي: (1998) "الدليل التقويمي لبعض المحددات المؤثرة على مستوى الأداء في التمرينات الفنية الإيقاعية"، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد الثلاثون، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 13- _____: (1999) "دليل المعلم لتقويم مستوى الأداء في الجمباز الإيقاعي بدلالة بعض المتغيرات البدنية والأثروبومترية، نشرة المعهد العالي للصحة العامة، العدد 29، جامعة الإسكندرية،

19- البحار، ياسمين حسن: (1992) "تحليل تمايز بين لاعبات الجمباز الإيقاعي ذات المستوى العالي والمستوى العادي في بعض المتغيرات النفس حركية " المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

20- البحار، ياسمين حسن محمد، نعمة السيد: (1995) "الأهمية النسبية لمكونات القدرات التوافقية المساهمة في مستوى أداء حمل الجمباز الإيقاعي بالأدوات المختلفة "، المؤتمر الدولي للرياضة والمرأة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية:

21 - Laufe Y. And Hocherman S. :(1998)

Visual and Kinesthtic control of goal directed movements to visually and kinesthetically presented targets in percept mot skills (3 PT2) : 1375 91.

22 - Wulf, G. :(2008) Attentional focus in

balance acrobats", research, quarterlg for exersice and sport Nevada Las Vegas USA.

14- القط، محمد: (2007) "تأثير استخدام أشكال مختلفة من الإيقاع على اكتساب وتحسين مستوى أداء التمرينات لطلاب كلية التربية الرياضي بالإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.

15- الديب، محمد عاطف: (2015) "تأثير برنامج تمارين

على ديناميكية تطوير التوازن لتحسين مستوى الأداء في العروض الرياضية "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية.

16- محمد، نعمة السيد: (1994) "دراسة عاملية لبعض

العوامل المؤثرة في مستوى أداء الجمباز الايقاعي لاختبار الناشئات من (8 - 14) سنة " رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، 1994.

17- عبد الحميد، هدى ضياء الدين: (1982) "تأثير تنمية بعض

القدرات الحركية على رفع مستوى الأداء في التمرينات الحديثة"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

18- محمود، وفاء السيد: (2008) " بعض متغيرات الإدراك

الحس - حركي وعلاقتها بمستوى أداء اللاعبات في الجمباز الايقاعي "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.