

## أثر الموسيقى في تعلم بعض المهارات الحركية في درس جمباز الأجهزة للبنات

أ.م.د. ماجدة حميد كمش  
قسم التربية الرياضية  
كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى

تاريخ تسليم البحث: ٢٠١٢/١١/١٩ ؛ تاريخ قبول النشر: ٢٠١٣/١/٢٣

### ملخص البحث:

### هدف البحث إلى:

- ١- معرفة تأثير الموسيقى على أداء المهارات الحركية في لعبة الجمباز.
  - ٢- معرفة الفروق المعنوية بين أفراد العينة (للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية) في سرعة تعلم بعض المهارات الحركية في الجمباز لصالح المجموعة التجريبية.
- واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، إذ اشتمل مجتمع البحث على مجموعتين واحدة ضابطة والأخرى تجريبية وكان عدد أفراد عينة كل مجموعة (١٠) طالبات، وقد تم الاستعانة بمجموعة من الاختبارات لتقويم فن الأداء الحركي للمجموعتين، ولغرض التوصل الى نتائج البحث تم استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت)، وقد خرجت الدراسة بعدد من النتائج من اهمها ان للموسيقى تأثيراً على مستوى اكتساب المهارات الحركية في الحركات الأرضية والأجهزة في الجمناستك فضلاً عن إثارة روح المرح والتشويق عند ممارسة التمرينات لمصاحبة الموسيقى.

## Effect of music in learning some motor skills in a Gymnastics lesson for girls

Assist Prof. Dr. Majda Hammeed Kambesh  
Sport Education Department  
College of Basic Education / Dyala University

### Abstract:

**Objective of this research is to try to identify the following:**

The impact of music in the performance of motor skills in the game of gymnastics. The significant differences between the two samples (control group and experimental group) at the speed of learning some motor skills in gymnastics for the experimental group. The researcher used the experimental

method. research community divided in two groups (control group and experimental group) the number of each grope (10) students. To evaluate the motor performance art of the two groups was use a set of tests. following statistical methods was used (mean and standard deviation and t-test). the most important findings of the research was that music influence in the level of acquisition of motor skills in land movements and devices in gymnastics as well as stirring spirit of fun and thrill when exercise to accompany the music.

## ١-التعريف بالبحث ١.١ المقدمة وأهمية البحث :

شهد العالم في السنوات الأخيرة تقدماً ملحوظاً في مجالات الحياة كافة والتربية الرياضية واحدة من هذه المجالات التي شهدت تطوراً متميزاً في مختلف الألعاب وعلى المستويات كافة نتيجة قدمته العلوم المختلفة في إثراء المجال الرياضي وصولاً إلى المستويات العليا. وناقد أكد أكثر المختصين في المجال الرياضي على أن الطلبة لا يستجيبون لعملية التعليم والتعلم بطريقة واحدة وأنه لا بد من استعمال طرائق وأساليب مختلفة جديدة لاكتساب وتطوير المهارات والقدرات البدنية والمهارية الجديدة في مراحل رئيسة معرفة لدى العاملين في المجال الحركي واحد هذه الأساليب الجديدة هو استعمال الإيقاع الموسيقي في تسريع عملية التعلم. تعد الموسيقى فناً من الفنون العالمية ، وهي ممارسة مرت بتغيرات متعددة وثقافات متنوعة. إن جميع الشعوب والحضارات المختلفة غالباً ما كانت تعرف وتتميز من خلال نمط الموسيقى الذي يفضلونه، والدور الذي يلعبه ذلك النمط في نقل القيم الاجتماعية لتلك الشعوب كما أن بعض أنواع الموسيقى الشعبية تلعب دوراً في خلق شعور معين حول الهوية الثقافية والحضارية لتلك الشعوب .

إن كل الفنون الإبداعية تؤكد على وجود ترابط بين العالم الداخلي للإنسان وحقيقة العالم الخارجي، فإن الموسيقى تزيد من القيم الجمالية لهذه الحقيقة التي تتطلب ترتيباً زمنياً وقدرة على الاستجابة، فضلاً عن ذلك إن الموسيقى تتطلب أيضاً تنظيمًا نفسيًا وتقدم فرصة لتقوية الحالة الاجتماعية عند الفرد .

إن مفهوم التعلم الحركي يعني عملية انتقال المعلومات من المدرب أو المدرس إلى الشخص في إطار عملية التعلم حتى يمكن الارتقاء بمستوى قدرات الشخص المهارية إلى أقصى درجة تسمح بها إمكانياته واستعداداته<sup>(١)</sup>

(١) مفتي إبراهيم حماد ، المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور، ط١، القاهرة. مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٢، ص ٣٧ .

وإن التمرينات والألعاب الرياضية ذات فائدة على الجهازين الدوري والتنفسي، إذ تزيد من قدرة القلب على ضخ أكبر كمية من الدم المشبع بالأوكسجين إلى العضلات فضلاً عن زيادة فاعلية السوائل العصبية<sup>(١)</sup>

وتعد الموسيقى من انجح الوسائل المساعدة في المخالطة والاتصال إذ تتم عملية استيعاب الموسيقى والتأثر بها لكن بكل تأكيد يجب أن تتطابق النماذج الموسيقية مع أداء اللاعبين، وبمساعدة الإيقاع الموسيقي يمكن إقامة التوازن في نشاط وفعالية المنظومة العصبية للاعب والقضاء على الكثير من أشكال الإفراط في الإثارة وتنظيم الموسيقى للحركات غير الصحيحة والزائدة . إذ يمكن القول إن الموسيقى عامل قوي جدا في التأثير في قابلية الإنسان على تقبل التمرينات الرياضية<sup>(٢)</sup> .  
وتعد التمرينات الرياضية بصورة عامة الأساس الذي تركز عليه العملية التعليمية والتدريسية في المجال الرياضي على حد سواء ، وأن الاهتمام بهذه التمرينات كونها المفصل الذي ترتبط به أركان المنهج المعد والهدف المراد منه<sup>(٣)</sup> و التمرينات المصاحبة للموسيقى تساعد على تحفيز عمل عضلة القلب وتحسين أدائه مما يؤدي إلى زيادة كفاءة الدورة الدموية والجهاز التنفسي . والأداء الحركي المصاحب للموسيقى يقوم بالتنسيق بين مراكز السيطرة المختلفة مثل (الحركي، والحسي، والسمعي، ألزمانى) للدماغ<sup>(٤)</sup> . فضلاً عن ذلك فإن للموسيقى تأثيراً في مراكز السيطرة الذاتية في اللاوعي وترتبط نسبياً في إنتاج خبرة حركية مستمرة في القابلية على التركيز وأحاسيس الحركة والتميز الحسي كلها مرتبطة بأجزاء الدماغ المسيطرة على الانتباه<sup>(٥)</sup> . وإن عملية وضع الموسيقى المصاحبة للتمرينات الرياضية يجب الاهتمام بها من خلال وضع الحركات أولاً ثم وضع الموسيقى المناسبة لها .

ومن هنا نجد أن الموسيقى يجب إن تتماشى مع إيقاع الحركة من حيث القوة والشدة والارتخاء أي القوة المبدولة ، ومما لا شك فيه انه يمكن توقيف حركة ما مع الموسيقى في المراحل التعليمية المختلفة بهدف الابتكار والتغيير بعد إتقان الحركات الأساسية<sup>(٦)</sup>

(١) http :// www . Motor Develop Mint Tidbits . 2003 .

(٢) محمد عثمان ، موسوعة ألعاب القوى، تدريب، تكنيك، تعليم، تحكيم، دار التعلم كويت، الكويت، ١٩٩٩، ص٢٤ .

(٣) ماجدة حميد كمش، طرائق تدريس التربية الرياضية، ط٢، مطبعة مكتب الوليد، ٢٠١٠، ص٢٧ .

(٤) يعرب خيون، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق، مكتب الصخرة للطباعة، جامعة بغداد، ٢٠٠٢، ص٢٧ .

(٥) كورت ماينل، علم الحركة، ترجمة عبد علي نصيف، ص٧٦ .

(٦) نبيل محمود شاكر، علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم، ٢٠٠٥، ص١٠٦ .

**٢-١ مشكلة البحث :**

إن التعدد في طرائق وأساليب التدريس والتعليم والتعلم واختلافها أدى بكثير من الباحثين والعاملين في مجال التعليم والتدريب إلى القيام بدراسات وبحوث حول تلك الأساليب والطرائق لكي يتم التعرف على الأساليب الأكثر فاعلية واقتصادية من حيث الجهد والوقت فضلاً عن زيادة دافعية التعلم لدى الأفراد كذلك تتناسب مع قدرات الطالبات . ولاحظت الباحثة إن أسلوب التعلم المعتمد في اكتساب وتعلم المهارات الحركية للأخيرة في لعبة الجمباز من قبل التدريسيين أصبحت تقليدية مما انعكست على الطالبات من جهة أنهن يلاقين صعوبة في تعلم المهارات في اللعبة لكون هذه اللعبة لم يمارسها بشكل مستمر في المدارس وعليه حاولت الباحثة استخدام أسلوب تعليمي بمصاحبة الموسيقى عند أداء المهارات الحركية لكي يجعل من الموسيقى إيقاعاً تستطيع الطالبة من أداء المهارة مع هذا الإيقاع وصولاً إلى تعلم جيد، حيث تعد الموسيقى عاملاً قوياً في التأثير على قابلية الإنسان على تقبل الأداء الحركي.

**٣-١ هدفاً البحث :**

هدف البحث الحالي الى :-

١. معرفة تأثير الموسيقى على أداء المهارات الحركية في لعبة الجمباز .
٢. معرفة الفروق المعنوية بين أفراد العينة (للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية) في سرعة تعلم بعض المهارات الحركية في الجمباز لصالح المجموعة التجريبية .

**٤-١ فرض البحث :**

١. هناك فروق معنوية في الاختبار البعدي في عدد المهارات الحركية بين المجموعة التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية.

**٥-١ مجالات البحث :**

- ١- المجال البشري : طالبات المرحلة الثانية - قسم التربية الرياضية/كلية التربية الأساسية .
- ٢- المجال المكاني : قاعة جمباز قسم التربية الرياضية /كلية التربية الأساسية.
- ٣- المجال الزمني :لفترة من ١ / ٢ / ٢٠١٠ / ولغاية ٢٠١٠/٦/١

**٢- الاطار النظري والدراسات السابقة****١-٢ الاطار النظري****٢-١-١-١- السلسلة الحركية في الجمباز الفني للنساء:**

إن السلسلة الحركية في الجمباز الفني يجب ان تحتوي على حركات سريعة وحركات بطيئة والتبديل بين السرعة والبطء في الأداء فضلاً عن ان الاختلاف في المدى الحركي للحركات كان تؤدي بعض الحركات معظم القريبة من الأرض والبعض الآخر يؤدي بشكل يرتفع عن الأرض

واتجاه الحركة يجب أن يتغير دائماً في أثناء وضع السلسلة ويكون أداء المهارات بشكل سلس ومتجانس.

وعند وضع سلسلة للحركات الأرضية يجب اختيار الموسيقى المناسبة التي تلائم إمكانية وقابلية الطالبة وان تكون سلسلة ولا ترهق الطالبة، وتحاول الطالبة تنسيق حركاتها مع الموسيقى التي اختارتها وان تكون القطعة الموسيقية متلائمة ايضاً من الناحية الحركية والوزن الحركي ومحتوى السلسلة.

إذ أن "اداء الحركات الأرضية المصاحبة للموسيقى يساعد على تحسين الوزن الحركي" وان الوقت المحدد للسلاسل في الحركات الأرضية يكون من (دقيقة الى دقيقة و ٣٠ ثا) ويكون تقييم اداء الطالبة بناءً على رشاقة وصعوبة الحركات التي تؤديها. (١)

وفي الجباز الفني تقييم السلسلة الحركية من (١٠) درجات ولزيادة الموضوعية يمكن استخدام العرض الفيديوي اذ أشار (عادل فاضل) بأنه يتم احتساب النقاط من خلال مشاهدة المهارة مباشرةً كما في الجباز ولزيادة موضوعية التقييم يمكن استخدام الفيديو والتصوير الفيديوي ثم عرض الفلم على المقومين لتقييم الأداء (٢).

ويذكر (وجيه محجوب) بان المهارات في الجباز تقيم عن طريق المشاهدة والملاحظة التي تعتمد على الخبرة وعلى مجموعة من الخبراء للتقييم وتعتمد بالدرجة الاولى على العين المجردة والحواس الاخرى، ويمكن تحليل المهارات الرياضية باحدى الطرائق الآتية: - (٣)

- الطريقة الاولى: أداء الحركة وتقويمها بواسطة الخبراء عن طريق المشاهدة مع التسجيل.
- الطريقة الثانية: أداء الحركة وتقويمها بعد تسجيلها صورياً عن طريق (التصوير الفيديوي) ثم عرضها بواسطة أجهزة العرض المعروفة وتحليلها من الخبراء.

(١) صائب عطية احمد العبيدي؛ الجمناستك لكليات التربية الرياضية: (الموصل، دار الكتب للكتابة والنشر، ١٩٨٩) ص ٢٩ - ٣٠.

(٢) عادل فاضل علي؛ المهارة ومفهومها في التعلم الحركي: (محاضرة الى طلبة الدراسات العليا/ الماجستير، الاكاديمية الرياضية العراقية الالكترونية، ٢٠٠٥). (انت)

(٣) ووجيه محجوب؛ التحليل الحركي: (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٧)، ص ٢٧٣.

## ٢-٢ الدراسات السابقة

أولاً- دراسة رونك رشيد صالح الصالحي ١٩٩٩<sup>(١)</sup>.

### تأثير تمارين الايروبيكس المصاحبة للموسيقى بطريقة التدريب الفترتي المنخفض الشدة في بعض المؤشرات البدنية والفسيوولوجية لدى النساء .

هدفت الدراسة إلى معرفة اثر المنهاج التدريبي للتمرينات الهوائية في بعض المؤشرات الفسيولوجية ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، أما عينة الدراسة فكانت من غير الرياضيات وبأعمار (٢٥ - ٤٠) سنة، واستخدمت الباحثة الاختبارات الفسيولوجية لقياس المؤشرات البدنية باستخدام التمرينات المصاحبة للموسيقى ولغرض التوصل الى نتائج البحث فقد لجأت الباحثة الى استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت) لمعالجة النتائج أما أهم الاستنتاجات هي :-

- تأثير تمارينات الايروبيكس المصاحبة للموسيقى بطريقة التدريب المنخفض الشدة ايجابيا في انخفاض بعض القياسات المرفولوجية والفسيوولوجية .

ثانياً. دراسة وفاء ناجي زيدان ٢٠٠٦<sup>(٢)</sup>.

### تأثير التمرينات الهوائية الإيقاعية في تعديل اتجاهات الطالبات نحو درس التربية الرياضية

تهدف الدراسة الى معرفة تأثير التمرينات الهوائية الإيقاعية في تعديل الاتجاه نحو درس التربية الرياضية .

- وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، واشتملت عينة الدراسة على (٦٩) طالبة مقسمة إلى مجموعتين ، مجموعة ضابطة والأخرى تجريبية (٣٣) طالبة ، واستخدمت الباحثة مقياس الاتجاه - (أدجيتون) لمعرفة تأثير المتغير المستقل واستخدمت اختبار (ت) في تحليل البيانات . وأما أهم الاستنتاجات هي :

- ١- أن للتمرينات الهوائية الإيقاعية تأثيراً في تعديل الاتجاه السلبي نحو درس التربية الرياضية
- ٢- إثارة الفرح والبهجة لدى الطالبات خلال دروس التربية الرياضية للتمرينات المصاحبة للموسيقى .

(١) رونك رشيد صالح الصالحي ، تأثير تمارين الايروبيكس المصاحبة للموسيقى بطريقة التدريب الفترتي المنخفض الشدة في بعض المؤشرات البدنية والفسيوولوجية لدى النساء ، جامعة صلاح الدين ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٩ .

(٢) وفاء ناجي زيدان ، تأثير التمرينات الهوائية الإيقاعية في تعديل اتجاهات الطالبات نحو درس التربية الرياضية ، جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية، ٢٠٠٦ .

### ٣- إجراءات البحث

٣-١ منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لملاءمته وطبيعة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على طالبات السنة الدراسية الثانية في قسم التربية الرياضية /كلية التربية الاساسية/جامعة ديالى وعددهن (٢٠) طالبة ، حيث تم توزيعهن وبطريقة عشوائية الى مجموعتين احدها تجريبية والاخرى ضابطة وقد بلغ حجم كل مجموعة (١٠) طالبات.

٣-٣ تجانس وتكافؤ عينة البحث.

أولاً: تجانس عينة البحث:

على الرغم من كون العينة من فئة عمرية واحدة ولم يسبق لها ممارسة مادة الجمباز ، غير ان الباحثة عمدت الى ايجاد التجانس بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات العمر والطول والوزن والجدول (١) يبين ذلك

الجدول (١) يبين تجانس عينة البحث في المتغيرات الأساسية

قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المتغيرات
	ع+	س	ع+	س	
٤,٣٢	٢,٠٥	٢٣٩,٠٠	٢,٢٤	٢٣٨,٥	العمر/شهر
٠,٧٠٩	٢,٧٤	١٦٣,٢	٢,٧٥	١٦٤,٣	الطول/سم
٠,٥٩١	٢,٣٤	٥٨,٨	٢,٤٥	٥٩,٣	الكتلة/كغم

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٨ تبلغ (١,٧٣)

يتبين من الجدول (١) ان قيمة ت المحسوبة كانت اقل من قيمة ت الجدولية مما يدل على

تجانس عينة البحث في المتغيرات الاساسية .

### ثانياً: تكافؤ عينة البحث:

من اجل تكافؤ عينة البحث في المهارات الحركية قيد الدراسة قامت الباحثة بأجراء اختبار

قبلي للمهارات الحركية في الجمباز وكما مبين في الجدول (٢).

## الجدول (٢) التكافؤ بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في أداء المهارات المختارة

قيمة (ت) المحسوبة	التجريبية		الضابطة		المجموعة المهارة
	ع	س	ع	س	
٠,٤٥	١,٤	٣,٨	١,٤	٣,٥	العجلة البسرية
٠,٤٣	١,٣	٣,٧	١,٦	٣,٤	القفزة العربية
٠,٣٢	١,٥٨	٣,٦	١,٠٣	٣,٨	القفز قفحا
٠,١٨	١,٥	٣,٦	٠,٨٥	٣,٥	القفرضا

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٨ تبلغ (١,٧٣)

أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق معنوية بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى أداء المهارات الحركية في الجمباز مما يدل على تكافؤ عينة البحث في المتغيرات اعلاه.

## ٤-٣ أدوات البحث :

## استخدمت الباحثة الأدوات الآتية :

- ١- بساط جمناستك ١ x ٢ عدد ٦
- ٢- صندوق خشبي عدد ١
- ٣- قفاز عدد ١
- ٤- مسجل Sony عدد ١
- ٥- سماعة عدد ١

## ٥-٣ اجراءات البحث الميدانية:

## ٥-٣-١ طريقة قياس الأداء .

اعتمدت الباحثة على تقديرات الحكام \* والذين لديهم خبرة في مجال تحكيم لعبة الجمناستك وقد مارسوا التحكيم لأكثر من (٥) سنوات وكانت درجة الطالبة على كل حركة من (١٠) بحيث الحكم يعطي تقدير لكل أداء ومن ثم يحذف أعلى رقم واصغر رقم أي احتساب وسيط الدرجات.

## ٥-٣-٢ اختيار المادة التعليمية .

اختارت الباحثة مهارتي للحركات الأرضية ومهارتي على حسان القفز والتي مخصصة للمرحلة الثانية للفصل الدراسي الثاني والملحق (١) يوضح المهارات المختارة.

## ٥-٣-٣ الإيقاع الموسيقي للحركات .

بعد تحديد المهارات الحركية المطلوب تجريبها لمصاحبة الموسيقى، تم عرض السلسلة الحركية للمهارة والتي هي موضحة في الملحق (١) والتي تبين فيها أقسام الحركة عرضها على ذوي



الاختصاص في التربية الفنية اختصاص موسيقى \*\*'. لغرض تحويلها إلى إيقاع موسيقي بحيث يراعي النقاط الآتية:-

١. أن تتميز الموسيقى المختارة والمصاحبة للأداء بقيمتها الفنية العالية .
  ٢. يجب أن تؤدي الموسيقى المصاحبة للأداء وظيفة تعليمية .
  ٣. أن تتناسب الموسيقى مع المرحلة العمرية .
  ٤. يجب أن تكون الموسيقى مع الحركات وهذه وحدة واحدة
- وبعد التباحث معهم تم التوصل إلى الموسيقى المعدة حسب السلم الموسيقي والملحق (٢) يوضح الإيقاع الموسيقي لهذه الحركات.
- ٤-٥-٣ التجربة الاستطلاعية .**

بعد ربط الأداء بالإيقاع الموسيقي كان لابد للباحثة من تجربة الإيقاع مع الأداء الحركي من قبل عينة من خارج مجتمع البحث وكان الغرض منها .

أ- توافق الأداء مع الإيقاع الموسيقي .تناسب الاستبانة للأداء الخاص بالقياس مع الإيقاع الموسيقي .

ب-تناسب الإيقاع الموسيقي مع سرعة الحركة مع أقسام الحركة .

### ٣-٥-٥ الفترة الزمنية للوحدات التعليمية .

بعد تقسيم العينة إلى مجموعتين والدرس المخصص لدرس جمباز الأجهزة (٤) ساعات في الأسبوع فأصبحت لكل مجموعة ساعتان في الأسبوع بحيث يكون الدوام منفصل لكل مجموعة فضلا عن ذلك أن وقت المحاضرة كان الساعة (٨،٣٠) صباحا بحيث يكون دوام المجموعة الضابطة يوم الأحد والمجموعة التجريبية يوم الثلاثاء وطيلة (١٤) أسبوعا أي مجموع الوحدات التعليمية مع الاختبار البعدي لكل مجموعة (١٥) وحدة والجدول (٣) يوضح توزيع المهارات على ضوء الوحدات التعليمية .

### الجدول (٣) المهارات الحركية وعدد الساعات لكل مهارة

عدد الوحدات التعليمية	المهارة
٦	العجلة البشرية
٦	القفزة العربية
٨	القفز على الحصان فتحا
٨	القفز على الحصان ضما
١	الاختبار البعدي

٢ - السيد عدي مهدي حكم دولي .

٤ - م. وضاح حسن م. سماح حسن

حكم دولي .

حكم دولي .

١ - السيد طارق لطفي

٣ - السيد ناظم احمد عكاب

### ٦-٥-٣ الطرائق المستخدمة في التجربة .

استخدمت الباحثة الطريقة التدريبية لكلتا المجموعتين وأسلوب التعلم الجزئي لكلتا المجموعتين .

### ٧-٥-٣ الاختبار البعدي .

بعد تطبيق التجربة على المجموعة التجريبية طيلة فترة التجربة وفي نهاية الوحدة التعليمية الأخيرة، تم تنفيذ الاختبار البعدي لجميع الطالبات وحدة واحدة أمام لجنة التحكيم وتم وضع الدرجات وكان ذلك يوم الأربعاء المصادف ٢٦/٥/٢٠١٠ .

### ٦-٣ الاساليب الإحصائية .

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية لتحليل البيانات : (الوسيط ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، اختبار(ت) للعينات المستقلة) . (التكريتي، العبيدي، ١٩٩٩، ٢٩٣)

### ٤ عرض النتائج ومناقشتها

#### ١.٤ عرض النتائج وتحليلها .

#### أولاً: بعد تنفيذ المنهاج طيلة فترة التجربة الرئيسية وبعد تقويم الأداء

من قبل السادة المحكمين نشير البيانات في الجدول (٤) والمتعلقة بالأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في أداء الحركات الأرضية.

### الجدول (٤) يوضح الجدول الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لعينة البحث .

قيمة ت المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المهارة المجموعة
	ع	س	ع	س	
١,٧٨	١,١	٦,٦	٧٩,٠	٥,٨	العجلة البشرية
٧,٧	٠,٧	٨,٤	٠,٨٤	٥,٦	القفزة العربية

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٨ تبلغ (١,٧٣)

يبين الجدول (٤) أن الوسط الحسابي لمهارة العجلة البشرية للمجموعة الضابطة بلغ (٥,٨) وبانحراف معياري (٠,٧٩) أما المجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي (٦,٦) وبانحراف معياري (١,١) أما الوسط الحسابي لمهارة القفزة العربية للمجموعة الضابطة فقد بلغ (٥,٦) وبانحراف معياري (٠,٨٤) أما المجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي (٨,٤) وبانحراف معياري (٠,٧) .

ومن خلال القيم الرقمية التي حصلت عليها الباحثة بعد تحليل البيانات باستخدام اختبار (ت) بين المجموعتين أظهرت النتائج أن قيمة (ت) المحسوبة لمهارة العجلة البشرية (١,٧٨) أما مهارة

القفزة العربية فقد بلغت (٧,٧) وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية وعند درجة حرية (١٨) وتحت حدود ثقة (٠,٠٥) فقد بلغت (١,٧٣٤) وهذا يعني هناك فروق معنوية لصالح المجموعة التجريبية في تلك مهارتين.

**ثانياً. إما المهارات المختارة وفق المنهج الموضوع والمتعلقة بحركات حسان القفز يوضح الجدول (٥) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة البحث .**

**جدول (٥) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية**

المجموعة المهارة	حجم العينة	الضابطة		التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة
		ع	س	ع	س	
القفز فتحا	١٠	٥,٦	٠,٩٧	٧,٩	٠,٩٩	٥,٠٠
القفز ضما	١٠	٥,١	١,٨٨	٨,٢	١,٢٣	٦,٢

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ ودرجة حرية ١٨ تبلغ (٧٣,١)

من خلال البيانات في الجدول (٥) يتبين أن الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في مهارة القفز فتحا على الحصان بلغت (٥,٦) وانحراف معياري (٠,٩٧) أما الوسط الحسابي لمهارة القفز ضما ولنفس المجموعة فقد بلغ (٥,١) وانحراف معياري (١,٨٨) أما الوسط الحسابي لمهارة القفز فتحا للمجموعة التجريبية فقد بلغ (٧,٩) وانحراف معياري بلغ (٠,٩٩) أما الوسط الحسابي لمهارة القفز ضما فقد بلغ (٨,٢) وانحراف معياري (١,٢٣) . ويلاحظ من المعالم الإحصائية في الجدول هناك فروق ظاهرية من خلال الوصف الرقمي لمستوى الأداء ولمعرفة الفروق بين المجموعتين استخدمت الباحثة اختبار (ت) حيث أظهرت النتائج هناك فروق معنوية بين المجموعتين ولصالح المجموعة التجريبية في اختبارات المهارات الحركية الخاصة بجهاز القفز على الحصان .

#### ٢.٤ مناقشة النتائج :

بعد استخدام الإحصاء الوصفي في تحليل البيانات يلاحظ إن هناك فروقا ظاهرية في مستوى المعالم الإحصائية المستخدمة (الأوساط الحسابية ، والانحرافات المعيارية) ولكن لا يمكن الحكم على مستوى الأداء وأي المجموعة الأفضل إلا بعد استخدام الإحصاء الاستدلالي ، وعليه استخدمت الباحثة اختبار (ت) للعينات المستقلة وبعد مقارنته بقيمة (ت) المحسوبة في الحركات الأرضية والحركات حسان القفز وقيمة (ت) الجدولية والبالغة (١,٧٣٤) عند مستوى دلالة (٠,٥) وتحت درجة حرية (١٨) يلاحظ هناك فروق معنوية ولصالح المجموعة التجريبية . وعليه ترى الباحثة أن هذه الفروق في مستوى الأداء يعود إلى المتغير المستقل وهو استخدام الموسيقى كإيقاع وعمل الطالبة على ربط الموسيقى مع الأداء أي إن استطاعت أن تعكس الأداء على شرط وزن

حركي بانسيابية استطاعت أن يكون مستوى أدائها أفضل من المجموعة الضابطة علما إن كلتا المجموعتين كانتا من الطالبات اللاتي لا يمارسن رياضة الجمناستك سابقا وهذا ما أكد عليه كورت ماينل نقلا عن (كريستوف نيكوف).

والذي يقول (عندما استوعب وزن حركة ما أتمكن من عكسها سمعيا بواسطة الصوت أو الموسيقى وهذا يساعدنا على تفهم الوزن ، وبالتالي يساعد على تعلم وتعليم الحركة وعندما نتمكن من تلحين وزن حركة نتمكن من حل مشكلة تدريس وزن الحركة) .<sup>(١)</sup> فضلا عن ذلك يضيف (معيوف ذنون ١٩٨٥) إن مصاحبة الإيقاع الموسيقي للحركات الأرضية يعمل على تسهيل الأداء الحركي إذ يمكن للجهاز التنفسي والقلب من العمل بطريقة أفضل، وكما يعطي النفس راحة تبعث على تنظيم الأداء الحركي مما يسهل عمل الجهاز العصبي ويخفض التوتر العصبي إذ إن الموسيقى يجب إن تساير سرعتها ومسايرتها المدى الطبيعي للحركة<sup>(٢)</sup>. وكذلك تضيف (نبيلة خليفة) يساعد الإيقاع على ضبط حركات الجسد لان الموسيقى لها تأثير قوي على الحركة كما إن الإيقاع الموسيقي يساعد على تعلم إيقاع الحركة فيستخدم في التمرينات وللإيقاع<sup>(٣)</sup>.

(١) كورت ماينل ، ترجمة عبد علي نصيف ، التعلم الحركي ، مطبعة جامعة الموصل، العراق ، ١٩٨٠ .

(٢) معيوف ذنون حنتوش ، المبادئ النفسية والتعليمية للجمباز والتمرينات البدنية، مطبعة جامعة

الموصل، ١٩٨٥، ص٣٩٢

(٣) نبيلة خليفة،، الاسس العلمية والنفسية للجمباز والتمرينات، دار الفكر العربي، القاهرة، ص٤٠١.

## ٥- الاستنتاجات والتوصيات

### ١-٥ الاستنتاجات .

- بعد عرض النتائج ومناقشتها فضلا عن ملاحظتها حول طبيعة أداء المجموعتين في التجربة الرئيسية توصلت إلى الاستنتاجات الآتية:
- ١- يعمل الإيقاع الموسيقي على إثارة دوافع العينة مما انعكس على مستوى اكتساب المهارات الأساسية.
  - ٢- شعور العينة بالارتياح النفسي ورفع الروح المعنوية مما اثر على سرعة اكتساب وتعلم المهارات الحركية للمجموعة التجريبية.
  - ٣- تدني شعور العينة التجريبية بالتعب وذلك من خلال تأثير الوزن الموسيقي على التوازن بين الشد والارتخاء بالنسبة للعضلات العاملة . فضلا عن ذلك إن هذا التوازن بين الشد والارتخاء يسهل جريان الدم مما يساعد العينة التجريبية على الأداء لفترة أفضل من المجموعة الضابطة مما ساعد ذلك على زيادة فاعلية الأداء للمهارات الحركية.
  - ٤- إن الإيقاع الموسيقي يساعد على تعلم إيقاع حركي.

### ٥-٢ التوصيات .

- ١- التأكيد على أهمية استخدام الوزن الموسيقي في حركات الأجهزة والحركات الأرضية في الجمناستيك
- ٢- تطبيق الإيقاع الموسيقي على حركات أكثر صعوبة وعلى مستوى رياضي .
- ٣- إجراء بحوث مشابهة على عينة من الطلاب ومقارنة ذلك مع أداء الطالبات .

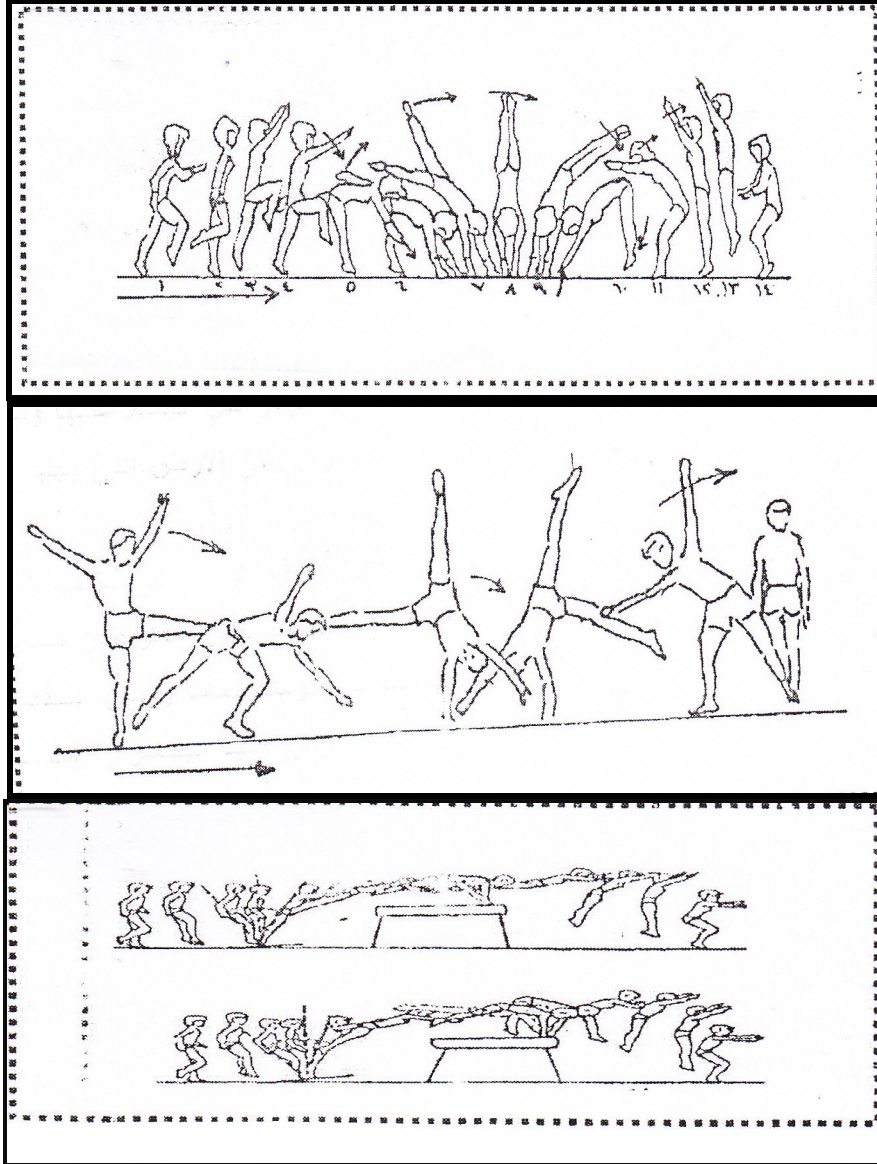
## المصادر

١. روناك رشيد صالح الصالحي ، تأثير الايرويكس المصاحبة للموسيقى بطريقة التدريب الفتري المنخفض الشدة في بعض المؤشرات البدنية والفسولوجية لدى النساء ،جامعة صلاح الدين، كلية التربية الرياضية، ١٩٩٩ .
٢. كورت ماينل، علم الحركة، ترجمة عبد علي نصيف ،ب ت.
٣. مفتي إبراهيم حماد، المهارات الرياضية أسس التعلم والتدريب والدليل المصور ،ط١، القاهرة. مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٢ .
٤. محمد عثمان، موسوعة العاب القوى، تدريب، تكنيك، تعليم، تحكيم، دار التعلم كويت، الكويت، ١٩٩٩ .
٥. ماجدة حميد كمبش ، طرائق تدريس التربية الرياضية ، ط٢ ، مطبعة مكتب الوليد ، ٢٠١٠ .

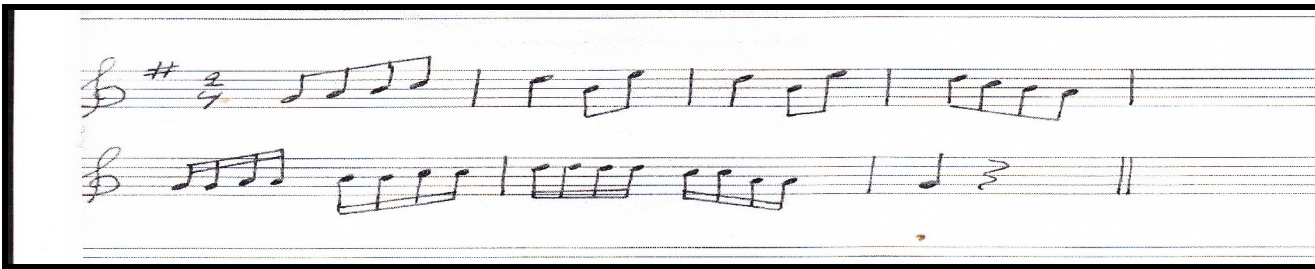
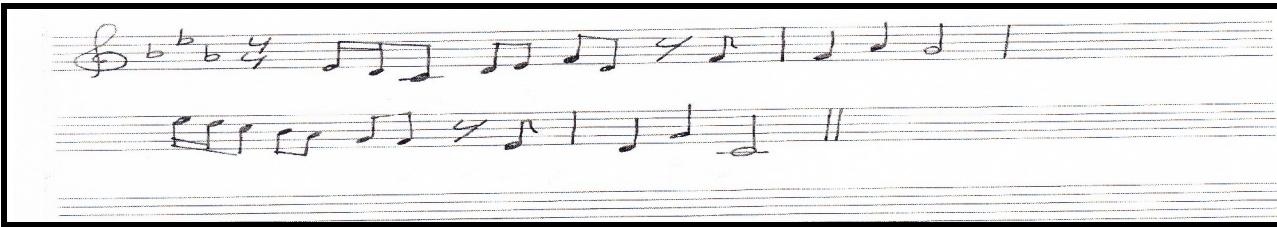
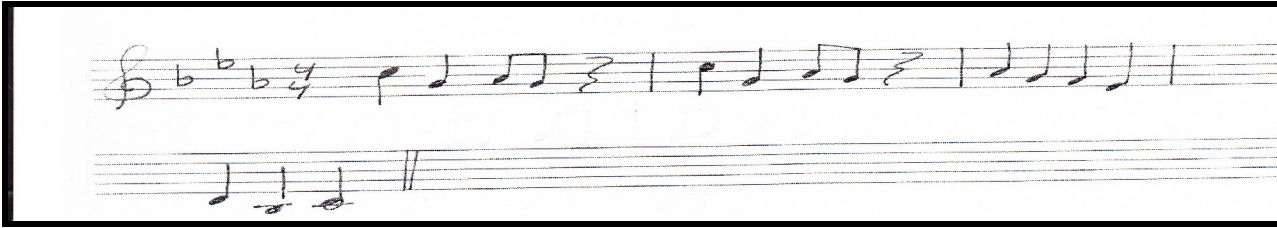
٦. معيوف ذنون حنتوش ، المبادئ النفسية والتعليمية للجمباز والتمرينات البدنية، مطبعة جامعة الموصل، ١٩٨٥.
٧. يعرب خيون، التعلم الحركي بين المبدأ والتطبيق ، مكتب الصخرة للطباعة، جامعة بغداد، ٢٠٠٢ .
٨. نبيلة خليفة، الأسس العلمية والنفسية للجمباز والتمرينات، دار الفكر العربي، القاهرة.
٩. نبيل محمود شاكر ، علم الحركة التطور والتعلم الحركي حقائق ومفاهيم، ٢٠٠٥.
١٠. وفاء ناجي زيدان ، تأثير التمرينات الهوائية الإيقاعية في تعديل اتجاهات الطالبات نحو درس التربية الرياضية، جامعة ديالى ، كلية التربية الأساسية، ٢٠٠٦ .
١١. صائب عطية احمد العبيدي؛ الجمناستيك لكليات التربية الرياضية، الموصل، دارالكتب للطباعة والنشر، ١٩٨٩
١٢. عادل فاضل علي؛ المهارة ومفهومها في التعلم الحركي، محاضرة الى طلبة الدراسات العليا/ الماجستير، الاكاديمية الرياضية العراقية الالكترونية، (٢٠٠٥). (انت)
١٣. وجيه محجوب؛ التحليل الحركي الفيزياوي والفلسفي للحركات الرياضية، بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٩٠

14.http : // www . Motor Development Tidbits . 2003 .

### ملحق (١) يوضح المهارات الحركية محور البحث .



ملحق (٢) يوضح النوت الموسيقية المرافقة لاداء المهارات الحركية محور البحث





This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.