

## تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي للحركات الإجبارية لبراعم الجمباز الفني تحت ٨ سنوات

م.د/ أحمد إبراهيم الشربيني محمد المطري.

### مقدمة البحث:

أصبح الاهتمام بالأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة أحد أهم مظاهر تقدم الأمم فهم الثروة البشرية التي تُعد حجر الزاوية الأساسي في تحقيق التقدم للمجتمع ومسايرة ركب التطور السريع والمتلاحق لما يملكون من قدرات وإستعدادات خاصة في المجال الرياضي، لذا يبين الباحث أن أنشطة البراعة الحركية تُعد مجالاً طيباً لاكتساب المهارات الحركية الأساسية وتزخر بالكثير من فرص الإبداع، والخيال، والطلاقة، والمتعة، وتساهم في إكساب التوافق، والرشاقة، والمرونة، والاتزان، والدقة، وهذا يساعد على ظهور المواهب الحركية بين البراعم.

ويرى أمين أنور الخولى، وأسامة كامل راتب (٢٠٠٧م)، أن أنشطة البراعة الحركية تشمل خمس فئات حسب نوعها هي (حركات الحيوانات، وبراعات التوازن، وبراعات متخصصة مثل التسلق والدرجة والاتزان المقلوب، وبراعات الزميل والمجموعة). كما تمتاز بخصوصية الشكل الحركي المميز لذلك الفرد"، وللبراعة الحركية عوامل تؤثر فيها تتمثل في (الجانب الوراثي، الخبرات السابقة، تحقيق الأهداف الشخصية، تأثيرات البيئة المحيطة، الثقافة العامة، الصداقات والعلاقات، والتدريب المستمر، والممارسة والرغبة، طريقة ممارسة الوحدة التدريبية، وطريقة تعلم المهارة لذلك النشاط المعقد والتوفيق والدقة في الأداء، وطريقة تكيفة مع الآخرين). (٨: ٤٢٩-٤٥٤)

بينما تضيف بريغان عبد الله المفتي (٢٠١٤م) بأن أنشطة البراعة الحركية تُعد مصطلحاً يشير إلى تطوير المهارات الحركية الكبرى والمهارات الحركية الدقيقة، فالمهارات الحركية الكبيرة تتطلب استخدام العضلات الكبيرة

(\*) مدرس بقسم علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة دمياط.

فى الجسم وبخاصة عضلات الجذع والعضلات التى تربط الأطراف بالذرع، أما المهارات الحركية الدقيقة فهى تتميز بدقة معالجة الأشياء باستخدام اليدين ببراعة، ولذلك فهى تتطلب مجهود بدنى أقل مقارنة بالمهارات الكبيرة وكثيراً ما تعتمد على التوافق العصبى بين اليدين والعينين.(٩: ٩٠ - ١٢٢)

ويرى الباحث أن أنشطة البراعة الحركية يواجهها البرعم من خلاله التحديات التى تدفعه إلى تكرار المحاولة مما يعمل على تحسين القدرات والمهارات الحركية والتنسيق فيما بينها، ولعل تقديم أنشطة البراعة الحركية بأسلوب منطقى يساعد على تطوير المهارات الحركية الأساسية فى رياضة الجمباز.

ويؤكد ذلك أحمد محمود عبد الحكيم (٢٠١٤م) أنا المدرب كلما تمكن من تلقين لاعبيه للمهارات الأساسية بطريقة علمية ومشوقة، أمكن بذلك إستمرارهم فى أدائها، ومن الوصول إلى المستويات الجيدة والمتقدمة، ونظراً لأن أنشطة البراعة الحركية تشبع إحتياجات الطفل ويؤديها مع الشعور بالسرور والترويح والمرح، دون الإحساس بالملل، وتساهم فى إكساب الصفات البدنية، والحركية، والنفسية.(٥: ٢٠٦ - ٢٤٠)

ويشير محروس محمد قنديل، وعفاف عثمان عثمان (٢٠١٧م) أن الرضا الحركى يحتل مكانة هامة فى علم النفس الرياضى والممارسة البدنية لما له من أهمية كبيرة فى المساعدة على تحديد نوع السلوك المتوقع فى المواقف المستقبلية، فضلاً عن أنه يأخذ بعداً كبيراً فى مجال التربية الرياضية والنشاط الرياضى، إذ يساعد فى تحديد ميول الفرد ودوافعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها.(١٩: ٢٦١ - ٢٧٨)

ويتفق ذلك مع رواء علاوى كاظم، ورعد عبد الأمير فنجان (٢٠١٣م) أن الشعور بالرضا عن مستوى الأداء واحد من أهم العوامل التى تسهم فى تحقيق الأداء الرياضى المتميز لأنه يسهم فى إثارة العديد من الانفعالات الايجابية لدى الرياضى كالحبوية والحماس والمتعة والثقة

بالنفس... إلخ، والتي تؤثر بدورها في سهولة وإنسيابية أداة للمهارة الخاصة باللعبة الممارسة. (١٤ : ٢)

ويرى الباحث أن الشعور بالرضا عن مستوى الأداء الحركي واحد من الموضوعات التي يهتم بها علماء النفس في المجال الرياضي، إذ أن رضا البرعم عن أداة للنشاط يرتبط باندفاعه نحو ممارسة مثل ذلك النشاط فكلما كانت الظروف المحيطة بأدائه الحركي جيدة وملائمة للمتعم أي كلما كان راضياً عن أدائه زاد ذلك من حماسه واندفاعه نحو النشاط الممارس، و يعنى هذا بأن الرضا الحركي بمفهومه العام رضا البرعم عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية المتعلقة بالمهارة التي يمارسها مما يساعد على تعزيز ثقته بنفسه ومن ثم تطوير المستوى لديه من جميع الجوانب سواء كانت نفسية بدنية أو حركية، وبالتالي قدرته على مواجهة مختلف الظروف. ويشير محمد عبد الرضا سلطان (٢٠٠٩م) أن الرضا الحركي هو "ذلك الشعور الذي يصاحب البرعم عن الحركة التي يؤديها والذي يصل بها في النهاية إلى تحقيق هدف أو غرض معين ألا وهو الوصول إلى أعلى مستوى ممكن في الأداء الحركي" أو "هو درجة شعور البرعم بالرضا والسعادة عن أداة للمهارات الحركية". (٢٣ : ٣٣)

وتذكر حمديّة عبد الله الخضري (٢٠٠٩م) أن هذه المرحلة العمرية من المراحل الأساسية المهمة في حياة البراعم لما لها من أثر كبير في نموهم وتنمية قدراتهم واستعداداتهم سواء أكانت الجسميّة منها، أو العقلية أو النفسية، الأمر الذي يُلزم المربين أن يولون اهتماماً خاصاً من جهودهم ودراساتهم لهذه المرحلة باعتبارها الأساس الأول في بناء المراحل المُقبلة من حياة الناشئين ورسم خطوط شخصياتهم وبيان ملامحها المستقبلية، لذلك تعتبر هي أنسب فترة عمرية لتعليم مختلف المهارات الحركية إذ يكون الناشئين فيها مليئين بالنشاط والحيوية والمثابرة والعطاء. (١٢ : ٩٥ - ٩٦)

ويشير أحمد محمد شويقة (٢٠١٦م) أن رياضة الجمباز أحد الأنشطة الرياضية التي لها أهميتها في المجال التنافسي الأولمبي والعالمي؛ نظراً

لتعدد أنواع وتباين الأجهزة المستخدمة والابتكار في الأساليب الفنية للأداء الحركي الذي يتميز بالإبداع والمخاطرة على الأجهزة المختلفة، مما يضيف عليها صفة جمالية تجذب الرياضي والمشاهد على حد سواء. (٤ : ١)

ويوضح مهذب عبد الرزاق، وآخرون (٢٠٠٤م) أن الجمباز الفني أحد أفرع الجمباز الأكثر شعبية وأهمية وإقبالاً من البراعم، حيث تتطور فيه مهارات الجمباز بدرجة تصل في أدائها إلى درجة الإعجاز البشري، وتستند عملية التدريب على أسس ومبادئ علمية وعملية ساعدت في تطوير رياضة الجمباز وارتقاء مستوى أداء البراعم في النواحي المهارية والبدنية والنفسية. (٢٣ : ٥٢٧ - ٥٤٨)

وينظم الإتحاد المصري للجمباز برنامج مسابقات لبراعم الجمباز الفني (بنين - بنات) للهواه بإجباريات خاصة بهم ووفقاً لبرنامج زمني سنوياً مرفق (٣)، ويشمل برنامج الإجباريات حركات على أجهزة التمرينات الأرضية، العقلة، حسان القفز، المتوازي (للبنين)، عارضة التوازن (للبنات)، وقد شارك في البطولة الأولى لعام (٢٠١٨م) عدد (١٠٥٤) لاعب ولاعبة. مرفق (٤)

#### مشكلة البحث:

يشير أسامة كامل راتب (٢٠٠١م): أن الرضا الحركي من المفاهيم النفسية المهمة للبرعم الرياضي لأنه يعبر عن درجة شعوره بالسعادة والرضا عن أدائه للمهارات الحركية، الأمر الذي دفع المربين الرياضيين إلى تعزيز رضا البرعم الرياضي عن أدائه لأنه مفتاح الدافعية نحو تعلم المهارات الحركية الأساسية والنجاح في أدائها. (٦ : ٢٥٦)

لذا يرى الباحث أن الرضا الحركي للبراعم يؤثر سلباً أو إيجاباً في عطائهم وانجازاتهم وينعكس أثاره على سلوكهم وإخلاصهم في التدريب، فظهور علامات الشعور بعدم الرضا بين البراعم يدل على وجود حاجات لم يتم إشباعها أو أن الإشباع لم يحقق النتائج المرجوة، ومن هنا أحاول الكشف عن الحاجات التي يفتقد إليها البرعم ويسعى إلى إشباعها؛ حيث أن رضا

البرعم عن أدائه وعن الظروف المحيطة به يجعله أكثر عطاءً وحماساً فى التدريب.

وينفق ذلك مع ما أشارت إليه نتائج دراسة لان (Lan 2010) (٢٩) بأنه إذا كانت ممارسة النشاط الرياضى لها دور فى إشباع الحاجات فإن هذا سيؤدى إلى تحقيق الرضا عند اللاعبين، أما إذا كانت بعض الحاجات غير مشبعة فإن هذا سيؤدى إلى قلة الرضا عند اللاعبين.

وبناءً على ما سبق ومن خلال قراءات الباحث واطلاعه على العديد من المراجع العلمية (١) (٢) (٨) (٢٠)، وكذلك الدراسات والبحوث المرتبطة بمتغيرات الدراسة الحالية (٣) (٤) (١٣) (١١) (١٥) (١٨) (١٩) (٢٢) (٢٧) (٢٩)، ونتائجها التى أشارت إلى أن ممارسة بعض أنشطة البراعة الحركية لها تأثير إيجابى على ديناميكية تحسن بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى مبتدئى الجباز (٥ - ٦) سنوات.

ومن خلال خبرة الباحث كعضو هيئة تدريس، ومشرف عام على النشاط الرياضى بمركز الخدمة العامة بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط، فقد لاحظ صعوبة تعلم بعض الحركات الاجبارية لبراعم الجباز، والتى قد تسبب ملل للبرعم عند أدائها، مما يُصعب باستمرار البرعم فى التدريب؛ مثل أداء مهارات جلوس البرجل الجانبي والأمامى، والشد على العقلة، والمشى على جهاز عارضة التوازن (للبنات)، مما أدى إلى تسرب عدد من البراعم عن الاستمرار فى ممارسة رياضة الجباز.

وهو ما دعا الباحث لإجراء دراسة إستطلاعية على عينة عمدية قوامها (٢٠ برعم) من نادى أولمبيا الرياضى بواقع (١٠ بنون و ١٠ بنات)، مرفق (٢)، وذلك قبل البطولة لمعرفة درجة رضاهم عن مستوى أدائهم، وأيضاً الإطلاع على النتائج التى تحققت فى البطولة السابقة من خلال سجلات النادى، ومن خلال المقابلة الشخصية المقننة مع المدربين، وأولياء الأمور، والأولاد اللذين قد أنهوا المرحلة تحت ٨ سنوات.

وقد توصل الباحث من نتائج تلك الدراسة بأن (٨٠%) من اللذين طبقت عليهم الدراسة يشعرون ببعض مظاهر التوتر وعدم الرضا والاقبال عن بعض أجزاء الحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفنى، مما أثار ذلك على مستوى أدائهن لهذه اللعبة فى نهاية كل تمرين، وقد أثرى الباحث أن يقوم بالبحث للأسباب والعوامل والدوافع التى تؤدى إلى الرضا الحركى أو عدم الرضا عن رياضة الجمباز بصفة عامة، وعن حركات الجمباز المختلفة التى يتعلمها البرعم بصفة خاصة، وتدنى مستوى أداء بعض المهارات الحركية الاجبارية لبراعم الجمباز إلى جانب طول الفترة الزمنية التى يستغرقها البرعم فى تعلم تلك المهارات، وعزوف بعض البراعم عن الاستمرار فى التدريب لعدم اعطاء المهارات الحركية والتدريبات الخاصة بها بشكل مشوق وممتع ومرح.

حيث تتفق تلك النتيجة مع رايمر وشلا دوريا **Riemer, H.A.and**

**chelladurai,p.(1998):** بأن من أهم العوامل التى تسهم فى تحقيق الانجاز الرياضى هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء، كما يعتمد نجاح العمل أياً كان نوعه على تحقيق درجة عالية من الارتياح والاقتناع والرضا بهذا العمل. (٢٩: ١٢٧- ١٥٦)

وينفق ذلك أيضاً مع نتائج دراسات، (٤)، (١٣)، (١٦)، (١٨)، (١٩) (٢٨) (٢٩) التى توصلت إلى أن الأفراد الأكثر رضا واقتناعاً بما يؤدونه يميلون لتحقيق مستويات مرتفعة من النتائج ويتوقع منهم الأداء بفاعليه أكثر. وهو ما حدا بالباحث إلى إجراء تلك الدراسة للتعرف على (تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على مستوى الرضا الحركى للحركات الإجبارية لبراعم الجمباز الفنى تحت ٨ سنوات).

#### هدف البحث:

يهدف البحث الحالى إلى: (تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى للحركات الإجبارية لبراعم الجمباز الفنى (بنين- بنات) تحت ٨ سنوات).

### فرض البحث:

لتحقيق هدف البحث تم وضع الفرض الذى ينص على "توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلى والقياس البعدى فى مستوى الرضا الحركى للحركات الإجبارية للجمباز الفنى (بنين - بنات) لصالح القياس البعدى".

### مصطلحات البحث:

#### البراعة الحركية: <sup>٢</sup> (\*)

نمو وتطور المهارات الحركية الأساسية الكبرى، والمهارات الحركية الأساسية الدقيقة مع قدرة التطبع السريع على أداء تلك المهارات فى أى ظرف جديد والتحكم فى الحركات بشكل أوتوماتيكى.

#### الرضا الحركى للحركات الإجبارية للجمباز الفنى (\*)

إحساس البُرعم بقدرته على أداء المهارات الحركية الإجبارية للجمباز الفنى بدرجة من الفاعلية وشعوره بالرضا والسعادة والارتياح نتيجة هذا الأداء، وبما يقيسه مقياس الرضا الحركى المُعد لذلك والمتمثل بالدرجة الكلية للمقياس.

### الدراسات المرجعية:

- دراسة محروس قنديل، وآخرون (٢٠١٧م)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج طلاقة حركية على تنمية المتغيرات البدنية الخاصة بمهارة الوقوف على اليدين على جهاز الحركات الأرضية تحت ٧ سنوات، وقد استخدم الباحثون المنهج التجريبي، وتم اختيار عينة البحث من نادى جزيرة الورد الرياضى بالمنصورة، وقد بلغ عددها (١٠) ناشئات، وتم تقسمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، وتمثلت أهم النتائج التى تم التوصل إليها فى: ان برنامج الطلاقة الحركية له تأثير إيجابى على كلاً من المتغيرات البدنية الخاصة لمهارة الوقوف على اليدين، وعلى تحسين مستوى الأداء المهارى

(\*) تعريف إجرائى.

للمجموعة التجريبية بدرجة أفضل من تأثير المجموعة الضابطة على نفس المتغيرات البدنية. (١٩)

- دراسة أحمد محمد شويقة (٢٠١٦م)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على ديناميكية تحسن بعض المهارات الحركية الأساسية لمبتدئ الجمباز، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة القياسات المتكررة (قبلي - بينى - بعدى)، وتم اختيار عينة البحث من أطفال أكاديمية الجمباز بحضانة الباسل الخاصة بدمياط الجديدة للمرحلة السنية ٥ - ٦ سنوات وقد بلغ عددهم (١٤) طفلاً، وتمثلت أهم النتائج التي تم التوصل إليها في: أن ممارسة بعض أنشطة البراعة الحركية لها تأثير إيجابي على ديناميكية تحسن بعض الصفات البدنية الخاصة والمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى مبتدئ الجمباز (٥ - ٦) سنوات. (٤)

- دراسة رنا عوض محمد رزق (٢٠١٥م)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي بأسلوب التعلم التعاوني على الأداء المهارى والرضا الحركى للتلاميذ تحت ١٢ سنة فى رياضة الجمباز، وقد استخدم الباحثة المنهج التجريبي، وتم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية، وقد بلغ عددهم (٤٠) تلميذة، وتمثلت أهم النتائج التي تم التوصل إليها في: أن البرنامج التعليمي بأسلوب التعلم التعاوني له تأثير إيجابي على الأداء المهارى والرضا الحركى للتلاميذ تحت ١٢ سنة فى رياضة الجمباز ولصالح المجموعة التجريبية. (١٣)

- دراسة مرام محمد احمد السيد (٢٠١٤م)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير عرض مقترح للجمباز على الطلاقة الحركية لدى تلاميذ المرحلة من ٦ - ٩ سنوات، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة لعشوائية من بين التلميذات المقيدات بسجلات المدرسة من العام الدراسي ٢٠١٣/٢٠١٤ م، والبالغ قوامها ٢٤ تلميذ، وقامت الباحثة بإعداد بطاقة



ملاحظة الطلاقة الحركية ؛ حيث تكونت البطاقة من أربعة أبعاد و ٤٦ عبارة، وتمثلت أهم النتائج التي تم التوصل إليها فى: هناك أثر ايجابى فى الطلاقة الحركية لدى التلاميذ من ٦ - ٩ سنوات تبين بتفوق المجموعة التجريبية على الضابطة فى الطلاقة الحركية. (٢٤)

- دراسة على عبد الله الجفرى، ونجلاء عباس (٢٠١٤م)، والتي هدفت إلى التعرف على علاقة البراعة الحركية بالخيال الحركى للأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بمحافظة الحديدة اليمنية ومدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفى (العلاقات الارتباطية) لملائمة لطبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الأطفال سن ٦ سنوات من محافظة الحديدة اليمنية ومدينة جدة بالمملكة العربية السعودية والبالغ قوامها ١٦٠ طفلاً، وتمثلت أهم النتائج التي تم التوصل إليها فى أنه: تختلف الدراسة الحالية من حيث النتائج الكمية المتمثلة فى درجات الأطفال باختبار البراعة الحركية عن دراسات أخرى باختلاف توصيف العينة إلى أن البراعة الحركية لها تأثير ايجابى على مستوى الخيال الحركى للأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بمحافظة الحديدة اليمنية ومدينة جدة بالمملكة العربية السعودية. (١٦)

- دراسة غادة جلال عبد الحكيم (٢٠٠٨م)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج قصص حركية على الرضا الحركى والمهارات الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أطفال مدرسة صقر قریش التجريبية بمحافظة القاهرة للعام الدراسى ٢٠٠٧م / ٢٠٠٨م، وقد بلغ عددها (١٤٠) طفلاً، وتم تقسمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، وتمثلت أهم النتائج التي تم التوصل إليها فى: ان برنامج القصة الحركية لها تأثير ايجابى على تنمية الرضا الحركى لأطفال ما قبل المدرسة. (١٨)

- دراسة أو ترو، وآخرون (٢٠٠٥م)، والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الرضا الحركي للاعبين والخدمات التي يقدمها المدربون الرياضيون، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية على عينة بلغ قوامها (٣٢٥) من لاعبي ولاعبات المنتخبات الجامعية، وتمثلت أهم النتائج التي تم التوصل إليها: أن اللاعبات كن أكثر رضا من اللاعبين عن الخدمات التي يقدمها المدربون الرياضيون. (٣٠)

#### التعليق على الدراسات المرجعية:

اختلفت الدراسات المرجعية من حيث الحجم والسن وطرق الاختيار، ويرجع هذا الاختلاف إلى طبيعة كل دراسة؛ حيث تراوحت حجم العينات ما بين (١٠ إلى ٣٢٥)، وتنوعت ما بين (ناشئات، ومبتدئ، وتلاميذ، طفلاً، لاعبين، لاعبات)، واستخدمت الدراسات المنهج التجريبي كأسلوب يتناسب مع طبيعة الدراسات والمنهج الوصفي لملائمة لطبيعة البحث، وقد حققت تلك الدراسات فروق ذات دلالة إحصائية، وأسهمت في تطوير مستوى أداء عينة البحث البدني والمهاري.

وقد استفاد الباحث من الدراسات المرجعية في البحث الحالي في تحديد متغيرات البحث، توضيح معظم الخطوات الإجرائية، واختيار المنهج العلمي المستخدم، وطريقة تحديد واختيار عينة البحث، والمساهمة في تحديد أدوات ووسائل القياس، والمدة اللازمة لتطبيق البرنامج، واختيار التصميم التجريبي المناسب للبرنامج التجريبي، والمعاملات العلمية.

#### إجراءات البحث:

##### منهج البحث:

استخدم المنهج الوصفي في مرحلة بناء مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني، والمنهج شبه التجريبي باستخدام القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة تجريبية واحدة، في مرحلة تطبيق برنامج البراعة الحركية المقترح.

## مجتمع البحث:

يتضمن مجتمع البحث براعم الجمباز الفني (بنين- بنات) بمدينة دمياط الجديدة بأندية (نادى المستقبل الرياضى للألعاب الرياضية - نادى أولمبيا الرياضى - مركز الخدمة العامة بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط)، والبالغ عددهم (٨٨) برعم تحت ٨ سنوات للموسم الرياضى ٢٠١٨م.

## عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، والتي تمثل براعم الجمباز الفني بمركز الخدمة العامة بكلية التربية الرياضية - جامعة دمياط لسنة (٢٠١٨م)، وعددهم (٣٠) برعم بعدد (١٥) بنون بنسبة (٢١.٤٣%)، وعدد (١٥) بنات بنسبة (٢١.٤٣%)، جدول (١)، وطبقت عليهم الدراسة الأساسية كمجموعة تجريبية واحدة فى الفترة من (٢٠١٨/١/٥م) إلى (٢٠١٨/٢/٢٨م)؛ حيث أجريت القياسات القبليّة لهذه العينة.

وتم اختيار العينة الاستطلاعية من (نادى المستقبل الرياضى، ونادى أولمبيا الرياضى) بمدينة دمياط الجديدة بواقع (٤٠) برعم بواقع (٢٠) بنون بنسبة (٢٨.٥٧%)، و(٢٠) بنات بنسبة (٢٨.٥٧%) جدول (١) للتحقق من الخصائص السيكمترية لمقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية للجمباز الفني فى الفترة من (٢٠١٨/١/١م) إلى (٢٠١٨/١/٣م)؛ حيث أجريت القياسات القبليّة لهذه العينة.

## جدول (١)

## توصيف عينة البحث.

م	نوع العينة	العدد	النسبة	البرنامج
١	عينة الدراسة	٢٠	٢٨.٥٧	التحقق من الخصائص السيكمترية لمقياس الرضا الحركى
	الاستطلاعية	٢٠	٢٨.٥٧	
٢	عينة الدراسة	١٥	٢١.٤٣	تطبيق البرنامج المقترح
	الأساسية	١٥	٢١.٤٣	
٣	العينة الكلية	٧٠	١٠٠%	



### شكل (١) توصيف عينة البحث

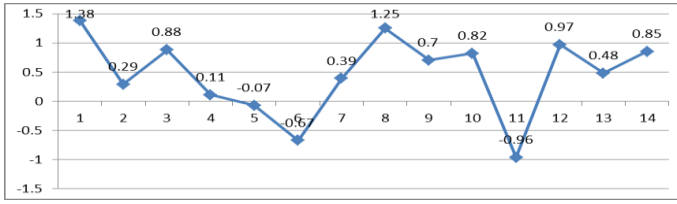
التحقق من اعتدالية توزيع العينة الأساسية للبحث:

للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث (٣٠) برعم (المجموعة التجريبية)؛ قام الباحث بعمل بعض القياسات، للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات بين أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث، كما هو موضح في جدول (٢)، وشكل (٢).

### جدول (٢)

تجانس عينة البحث في المتغيرات قيد البحث (ن=٣٠)

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط (س)	الوسيط	الانحراف (±م)	معامل الالتواء
١	السن	سنة	٥.٥١	٥.٠٠	١.١١	١.٣٨
٢	الطول	سم	١١٤.٠٣	١١٣.٠٠	١٠.٧٤	٠.٢٩
٣	الوزن	كجم	٢١.٤٠	٢٠.٥٠	٣.٠٧	٠.٨٨
٤	البعد الأول (جراند كار يمين أو شمال).	درجة	٧.٠٧	٧.٠٠	١.٨٦	٠.١١
٥	البعد الثاني (قبة ثبات ٥ ث).	درجة	٦.٤٧	٦.٥٠	١.٢٢	٠.٠٧-
٦	البعد الثالث (بدرجة أمامية على مستوى أفقي).	درجة	٥.٨٠	٦.٠٠	٠.٨٩	٠.٦٧-
٧	البعد الرابع (بدرجة خلفية على مستوى مائل).	درجة	٧.٢٠	٧.٠٠	١.٥٢	٠.٣٩
٨	البعد الخامس (عجلة فتح).	درجة	٦.٩٠	٦.٥٠	٠.٩٦	١.٢٥
٩	البعد السادس (العقلة).	درجة	٨.٣٣	٨.٠٠	١.٤٢	٠.٧٠
١٠	البعد السابع (حصان القفز).	درجة	٩.٨٣	٩.٠٠	٣.٠٢	٠.٨٢
١١	البعد الثامن (المتوازي).	درجة	٧.٠٠	٧.٥٠	١.٥٦	٠.٩٦-
١٢	البعد التاسع (عارضة التوازن).	درجة	٧.٤٠	٧.٠٠	١.٢٤	٠.٩٧
١٣	الدرجة الكلية (بنون)	درجة	٦١.٠٧	٦٠.٠٠	٦.٧١	٠.٤٨
١٤	الدرجة الكلية (بنات)	درجة	٥٦.٥٣	٥٥.٠٠	٥.٤٠	٠.٨٥



### شكل (٢) تجانس عينة البحث فى المتغيرات قيد البحث

يتضح من جدول (٢) وشكل (٢) أن قيمة معامل الالتواء انحصرت بين قيمة  $(\pm 3)$  بالنسبة فى المتغيرات قيد البحث.  
أدوات جمع بيانات البحث:

- المراجع العربية والأجنبية المتخصصة - الدراسات المرجعية - المقابلات الشخصية - الملاحظة العلمية - سجلات اللاعبين بالأندية بمدينة دمياط الجديدة - الاختبارات والمقاييس: ولتحديد المقدار الكمى للرضا الحركى قيد البحث، قام الباحث بإعداد مقياس الرضا الحركى مرفق (٧)، ومرفق (٨)، وذلك من خلال إجراء دراسة مسحية لبعض المراجع العلمية مرفق (٥)، وجدول الحركات الاجبارية للبطولة مرفق (٣)، والتي تمكن الباحث من الحصول عليهم.
  - مقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية للجمباز الفنى المُعد - مرفق (٩)، مرفق (١٠) - مرفق (١١). إعداد الباحث
- خطوات بناء مقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفنى:

تم بناء المقياس بإتباع الخطوات التالية:

#### تحديد الهدف من بناء المقياس:

يهدف المقياس الحالى إلى: التعرف على مستوى الرضا الحركى للحركات الإجبارية لبراعم الجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات.  
تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس:

لتحديد الأبعاد الأساسية للمقياس تم الاستعانة بجدول الاجباريات الخاص بالجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات مرفق (٣) لاستخدام إجباريته كأبعاد لمقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية للجمباز الفنى (بنين -

بنات) تحت ٨ سنوات، ويتضح من الجدول التالي أن هناك عدد (٧) حركات اجبارية مشتركة بين البنون والبنات وهي كالتالي: الحركات الأرضية، وتتمثل في (جراند كار يمين أو شمال - قبة ثبات ٥ ث - درجة أمامية على مستوى أفقى + درجة خلفية على مستوى مائل - عجلة فتح)، والعقلة، وحصان القفز، والمتوازي (للبنين)، وعارضة التوازن (للبنات).

عمل مسح مرجعي للمراجع العلمية والأبحاث والدراسات المرجعية المرتبطة بالرضا الحركي، وذلك بهدف التعرف على أهم المقاييس والاختبارات للرضا الحركي في المجال الرياضي مرفق (٥)، وذلك أيضاً من خلال أنشطة البراعة الحركية مرفق (١٢).

وضع العبارات المقترحة حول كل بُعد من أبعاد المقياس:

في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل بُعد وتم إعداد وصياغة العبارات تحت كل بُعد من الأبعاد التسعة السابقة لمقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفني حسب طبيعته؛ حيث تكونت الصورة الأولية للمقياس من عدد (٩) أبعاد مرفق (٦)، وعدد (٥٩) عبارة - مرفق (٧).

### جدول (٣)

عدد العبارات المقترحة لأبعاد مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني تحت ٨ سنوات

عدد العبارات المقترحة لكل بُعد	البُعد	٥
٦	البعد الأول (جراند كار يمين أو شمال).	١
٥	البعد الثاني (قبة ثبات ٥ ث).	٢
٧	البعد الثالث (درجة أمامية على مستوى أفقى).	٣
٥	البعد الثالث (درجة خلفية على مستوى مائل).	٤
٧	البعد الرابع (عجلة فتح).	٥
٧	البعد الخامس (العقلة).	٦
٨	البعد السابع (حصان القفز).	٧
٦	البعد الثامن (المتوازي).	٨
٨	البعد التاسع (عارضة التوازن).	٩
٥٩ عبارة	المجموع	

بدراسة جدول (٣) يتبين: أن عدد العبارات المقترحة لأبعاد مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني، والتي تم وضعها والنتيجة عن آراء المحكمين لتحديد عدد العبارات لكل بُعد.

عرض العبارات الخاصة بكل بُعد على المحكمين للتحقق من الصدق المنطقي للمقياس:

تم وضع العبارات الخاصة بكل بُعد في إستمارة استطلاع رأى، وتم عرضها على المحكمين في مجال علم النفس الرياضى، وفي مجال تدريب رياضة الجمباز، وعددهم (١٠)، محكمين مرفق (١)، وذلك خلال الفترة من الخميس الموافق ٢٠١٧/١١/٢م إلى الخميس الموافق ٢٠١٧/١١/٣٠م، وذلك للتعرف على آرائهم العلمية والتحقق من الصدق المنطقي للمقياس، مرفق (٦)، مرفق (٧)، كما في جدول (٤).

#### جدول (٤)

نسبة موافقة المحكمين على عبارات مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني تحت ٨ سنوات (ن=١٠)

م	الأبعاد	نوع العبارة	رقم العبارة	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة	ك <sup>٢</sup>	حالة العبارة
١	جراند كار يمين أو شمال	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٦	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
٢	قبة ثبات ٥ ث.	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	-	١٠	١٠٠%	*١٠	تحذف
			٤	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
٣	دحرجة أمامية على مستوى أفقى.	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٤	١٠	١٠	١٠٠%	*١٠	تحذف
			٥	١٠	١٠	١٠٠%	*١٠	تحذف
			٦	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل

تابع جدول (٤)  
نسبة موافقة المحكمين على عبارات مقياس الرضا الحركي للحركات  
الاجبارية للجمباز الفني تحت ٨ سنوات (ن=١٠)

م	الأبعاد	نوع العبارة	رقم العبارة	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة	ك <sup>٢</sup>	حالة العبارة
			٧	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
٤	درجة خلفية على مستوى مائل.	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	٢٠	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
٥	عجلة فتح	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٥	-	١٠	١٠٠%	*١٠	تحذف
			٦	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٧	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
٦	العقلة	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٦	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٧	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
٧	حصان القفز	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٦	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٧	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل
			٨	١٠	-	١٠٠%	*١٠	تقبل



تابع جدول (٤)  
نسبة موافقة المحكمين على عبارات مقياس الرضا الحركى للحركات  
الاجبارية للجمباز الفنى تحت ٨ سنوات

م	الأبعاد	نوع العبارة	رقم العبارة	موافق	غير موافق	نسبة الموافقة	كا <sup>٢</sup>	حالة العبارة
٨	المتوازي للبنون	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٦	-	١٠	% ١٠٠	*١٠	تحذف
٩	عارضة التوازن للبنات	اتجاه ايجابي	١	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٢	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٣	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٤	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٥	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٦	-	١٠	% ١٠٠	*١٠	تحذف
			٧	١٠	-	% ١٠٠	*١٠	تقبل
			٨	-	١٠	% ١٠٠	*١٠	تحذف

قيمة كا<sup>٢</sup> الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٠٥ = ٣.٨٤٠

بدراسة جدول (٤)، يتبين: أن النسبة المئوية للعبارات تتراوح ما بين (٠%) إلى (١٠٠%)، ونسبة كا<sup>٢</sup> المحسوبة (١٠٠.٠٠)، ومن خلال الجدول السابق نجد أن المحكمين قاموا بالموافقة على جميع العبارات ماعداً عدد (٧) عبارات قد تم حذفها، وتعديل صياغة بعض العبارات فى اللغة، كما يوضح الجدولين التاليين (٥)، (٦).

ويوضح جدول (٥)، أرقام العبارات التى تم حذفها من المحكمين لمقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية للجمباز الفنى (صدق المحكمين).

جدول (٥)  
العبارات المحذوفة لمقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني  
(ن=١٠)

العدد النهائي لعبارات الجعد	ك٢	العبارات التي تم حذفها	رقم العبارة	الأبعاد
٤	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بأداء حركة القبة على الكتفين والذراعين في الوسط.	٣	قبة ثبات ٥ ث.
٥	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بالنزول على الكتفين في الدرجة الأمامية.	٤	دحرجة أمامية على مستوى أفقى.
	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بدفع الأرض بالقدمين أثناء أداء الدرجة الأمامية.	٥	
٦	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بمرجحة رجلك لمسافة بعيدة جانباً.	٥	عجلة فتح
٥	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تترك جهاز المتوازي وتقف على القدمين.	٦	المتوازي للبنون
٦	*١٠٠٠٠	ما شعورك وأنت تقف في نهاية عارضة التوازن ثبات على القدمين والذراعين جانباً رفع.	٦	عارضة التوازن للبنات
	*١٠٠٠٠	ما شعورك بعد النزول ثبات على البساط من على جهاز عارضة التوازن.	٨	

بدراسة جدول (٦)، يتبين: أن عدد العبارات التي تم حذفها من الصورة الأولية للمقياس عدد (٥) عبارات، بنسبة (٨.٤٧٤%) من العدد الكلى للعبارات وهو عدد (٥٩) عبارة، ومن ثم يكون عدد عبارات المقياس من وجهة نظر السادة المحكمين عدد (٥٤) عبارة، بعد حذف الـ (٥) عبارات - مرفق (٧).

وبعد إجراء المقابلات النهائية مع السادة المحكمين تم تعديل صياغة بعض العبارات الخاصة بكل بُعد وفق آراء السادة المحكمين، ويتضح ذلك في جدول (٦).

جدول (٦)  
العبارات التي تم تعديل صياغتها في مقياس الرضا الحركي للحركات  
الاجبارية للجمباز الفني تحت ٨ سنوات وفقاً لآراء المحكمين (ن=١٠)

العدد الثماني لعبارة البعد	ك٢	الصورة التجريبية (العبارات بعد التعديل)	الصورة الأولية (العبارات قبل التعديل)	رقم العبارة	الأبعاد
٤	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم برفع الزراعين من وضع الانبساط لتقوس الظهر.	ما شعورك عندما تقوم بمد الزراعين من وضع الانبساط لتقوس الظهر.	٢	قبة ثبات ٥ ث.
	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بالثبات فسي حركة القبة.	ما شعورك عندما تقوم بالثبات هث في حركة القبة.	٥	
٥	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بالنزول على أسفل الظهر ودفع الأرض باليدين أثناء أداء الدرجة الخلفية.	ما شعورك عندما تقوم بالنزول على الكثفين ودفع الأرض باليدين أثناء أداء الدرجة الخلفية.	٤	درجة خلفية على مستوى مائل.
٦	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بعمل العجلة أكثر من مرة متتالية.	ما شعورك عندما تقوم بعمل العجلة بسرعة الكثير من المرات.	٧	عجلة فتح
٧	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بالتعلق والثبات ثم انشاء الزراعين على جهاز العقلة.	ما شعورك عندما تقوم بالثبات ١٠ ث من التعلق وانشاء الزراعين على جهاز العقلة.	٦	العقلة
	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تترك جهاز العقلة والنزول على الأرض.	ما شعورك عندما تترك جهاز العقلة والنزول على البساط.	٧	
٨	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تقوم بالوثب على جهاز الميني ترامبولين.	ما شعورك عندما تقوم بالنزول على جهاز الميني ترامبولين.	٧	حصان القفز
		ما شعورك عندما تقوم بالوثب من على جهاز الميني ترامبولين ثم الهبوط على المراتب.	ما شعورك عندما تقوم بالهبوط من على جهاز الميني ترامبولين على مراتب.	٨	
٥	*١٠٠٠٠	ما شعورك وأنت ترتكز باليدين جانباً على جهاز المتوازي مَبْتَعِد عن الأرض.	ما شعورك وأنت ترتكز باليدين جانباً على جهاز المتوازي مَبْتَعِد عن الأرض ٢٠ ث.	١	المتوازي للبنون
	*١٠٠٠٠	ما شعورك عندما تصل نوضع الارتكاز المقاطع على جهاز المتوازي.	ما شعورك عندما تتمكن من الارتكاز باليدين على جهاز المتوازي ٢٠ ث.	٤	

بدراسة جدول (٦)، يتبين: أن نسبة ك٢، المحسوبة والتي بلغت (١٠٠٠٠)، أكبر من قيمة ك٢، الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، والتي تساوي (٣.٨٤٠)؛ فضلاً عن أرقام العبارات التي تم تعديل صياغتها داخل كل بُعد من أبعاد المقياس تبعاً لآراء المحكمين، وبذلك تم التوصل إلى الصورة الأولية للعبارات الخاصة بالأبعاد - مرفق (٧).

الصورة الأولى لمقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني تحت ٨ سنوات وفقاً لآراء المحكمين للعرض على عينة البحث: تم وضع العبارات التي اتفق عليها المحكمين مرفق (٨)، للعرض على العينة الإستطلاعية (براعم الجمباز الفني (بنين- بنات) تحت ٨ سنوات للتحقق من الصدق والثبات للمقياس، وتحديد العبارات الدالة إحصائياً)، وأرقام العبارات يوضحها الجدول التالي (٧):

جدول (٧)

أرقام عبارات مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني (الصورة الأولى)

م	الأبعاد	أرقام العبارات بالمقياس	العدد النهائي للعبارات
١	البعد الأول (جراند كار يمين أو شمال).	١، ١٠، ١٩، ٢٨، ٣٧، ٤٥.	٦
٢	البعد الثاني (قبة ثبات ٥ ث).	٢، ١١، ٢٠، ٢٩.	٤
٣	البعد الثالث (درجة أمامية على مستوى أفقي).	٣، ١٢، ٢١، ٣٠، ٣٨.	٥
٤	البعد الرابع (درجة خلفية على مستوى مائل).	٤، ١٣، ٢٢، ٣١، ٣٩.	٥
٥	البعد الخامس (عجلة فتح).	٥، ١٤، ٢٣، ٣٢، ٤٠، ٤٦.	٦
٦	البعد السادس (العقلة).	٦، ١٥، ٢٤، ٣٣، ٤١، ٤٧.	٧
٧	البعد السابع (حصان القفز).	٧، ١٦، ٢٥، ٣٤، ٤٢، ٤٨، ٥١، ٥٢.	٨
٨	البعد الثامن (المتوازي للبنون).	٨، ١٧، ٢٦، ٣٥، ٤٣.	٥
٩	البعد التاسع (عارضضة التوازن للبنات).	٩، ١٨، ٢٧، ٣٦، ٤٤، ٤٩.	٦
	المجموع		٥٢ عبارة

بدراسة جدول (٧)، يتبين: أن عدد عبارات كل بُعد في مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني (الصورة الأولى)، والأرقام الدالة عليها، بالإضافة إلى عدد عبارات المقياس ككل، والتي بلغت عدد (٥٢) عبارة.

جدول (٨)  
الصورة النهائية لعبارات المقياس بعد العرض على السادة المحكمين

العينة	الأبعاد	قبل التعديل	بعد التعديل
الأبعاد المشتركة	البعد الأول (جراند كار يمين أو شمال).	٦ عبارات	٦ عبارات
	البعد الثاني (قبة ثبات ٥ ث).	٥ عبارات	٤ عبارات
	البعد الثالث (درجة أمامية على مستوى أفقى).	٧ عبارات	٥ عبارات
	البعد الرابع (درجة خلفية على مستوى مائل).	٥ عبارات	٥ عبارات
	البعد الخامس (عجلة فتح).	٧ عبارات	٦ عبارات
	البعد السادس (العقلة).	٧ عبارات	٧ عبارات
	البعد السابع (حصان القفز).	٨ عبارات	٨ عبارات
(بنون)	البعد الثامن (المتوازي).	٦ عبارات	٥ عبارات
(بنات)	البعد التاسع (عارضضة التوازن).	٨ عبارات	٦ عبارات
الإجمالى	المجموع الكلى	٥٩ عبارة	٥٢ عبارة

يتضح من جدول (٨) أن الصورة الأولية للاستبيان كانت تحتوى على عدد (٥٩) عبارة منها عدد (٥١) عبارة للبنين، وعدد (٥٣) عبارة للبنات، وبعد عرض العبارات على السادة المحكمين للتحقق من الصدق المنطقى للمقياس، أصبحت الصورة التجريبية تحتوى على عدد (٥٢) عبارة منها عدد (٤٦) عبارة للبنين، وعدد (٤٧) عبارة للبنات.

حساب معامل صدق المقياس:

أستخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلى، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين الأبعاد وبعضها وبين العبارات والأبعاد التى تنتمى إليها، وبين المفردة والدرجة الكلية للمقياس؛ كما فى جداول (٩)، و(١٠)، و(١١).

جدول (٩)  
معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس (الكل) (ن=٤٠)

الأبعاد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	الدرجة الكلية
جراند كار يمين أو شمال	٠.٤٧٨	٠.٤٤١	٠.٥٤٥	٠.٤٢٩	٠.٥٢٢	٠.٥٤٥	٠.٥٧٥	
قبة ثبات ٥ ث		٠.٤٣٥	٠.٥٣٨	٠.٥٢٩	٠.٤٤٨	٠.٤٥٢	٠.٥٩٧	
درجة أمامية على مستوى أفقى.			٠.٤٣٣	٠.٥٣٦	٠.٥٤٠	٠.٥٠٧	٠.٦٨٣	
درجة خلفية على مستوى مائل.				٠.٥٠٠	٠.٤٣٧	٠.٤٦١	٠.٦٠٩	
عجلة فتح					٠.٥٥٦	٠.٥٩١	٠.٦٠٧	
العقلة						٠.٥٣٥	٠.٥٩٤	
حصان القفز							٠.٦٦٥	

قيمة ر<sub>ج</sub>(٠.٠٥، ٣٨) = ٠.٣٠٤

يوضح جدول (٩) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل بعد وبين الدرجة الكلية مما يدل على صدق الاتساق الداخلى للاستمارة.

جدول (١٠)  
معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس (البنين) (ن=٢٠)

الأبعاد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد الثامن	الدرجة الكلية
المتوازي للبنون	٠.٥٧٤	٠.٦١٢	٠.٦٧١	٠.٥٤١	٠.٥٩٣	٠.٥٦٦	٠.٦٧٧	٠.٧١٠	

قيمة ر<sub>ج</sub>(٠.٠٥، ١٨) = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (١٠) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل بعد وبين الدرجة الكلية مما يدل على صدق الاتساق الداخلى للاستمارة.

جدول (١١)  
معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس (للبنات) (ن=٢٠)

الأبعاد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	البعد السادس	البعد السابع	البعد التاسع	الدرجة الكلية
عارضـة التـوازن للبنات	٠.٥٨١	٠.٥٦٤	٠.٦٠٠	٠.٥٩٣	٠.٦٣٥	٠.٦٨٠	٠.٦٤٤		٠.٦٩١

قيمة ر<sub>ج</sub>(٠.٠٥، ١٨) = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (١١) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل بعد وبين الدرجة الكلية مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للاستمارة.

جدول (١٢)  
معاملات الإرتباط بين العبارات والأبعاد التابعة لها، وبينها والدرجة الكلية (الكل) (ن = ٤٠)

جرائد كاريمين أو شمال			قبة ثبات ٥ ث			درجة أهمية على مستوى ألقى.			درجة خلفية على مستوى ماثل.		
م	مع البعد	مع المقياس	م	مع البعد	مع المقياس	م	مع البعد	مع المقياس	م	مع البعد	مع المقياس
١	٠.٥٠٧	٠.٥٩١	٢	٠.٦٠٢	٠.٥٥٤	٣	٠.٤٥٩	٠.٥٠٤	٤	٠.٥٢٢	٠.٤٢٧
١٠	٠.٥٩٧	٠.٦٨٤	١١	٠.٤٣٥	٠.٦٠٩	١٢	٠.٢٠٤	٠.١٨٠	١٣	٠.٥١٢	٠.٤٢٧
١٩	٠.٥٢٨	٠.٥٥٨	٢٠	٠.٦٠٥	٠.٦٥٩	٢١	٠.٥٨٠	٠.٦٦٠	٢٢	٠.٤٦٩	٠.٥٧٥
٢٨	٠.٢٠٣	٠.١٧١	٢٩	٠.٤٣٧	٠.٥٥٧	٣٠	٠.٦٦٠	٠.٥٦١	٣١	٠.٤٦٢	٠.٥٠٧
٣٧	٠.٤٠٢	٠.٧٧٥				٣٨	٠.٥١٠	٠.٤٩٢	٣٩	٠.٥٦٨	٠.٥٧٧
٤٥	٠.٦٧٧	٠.٥٥٥									
عجلة فتح			العقلة			حصان القفز					
م	مع البعد	مع المقياس	م	مع البعد	مع المقياس	م	مع البعد	مع المقياس			
٥	٠.٢٧٥	٠.٥٥٨	٦	٠.٦٨٥	٠.٤٤٧	٧	٠.٥٠٣	٠.٥٠٤			
١٤	٠.٥٣٤	٠.٥٨٦	١٥	٠.٥٩٣	٠.٦١٢	١٦	٠.٤٢٧	٠.٦٠٣			
٢٣	٠.٥٤٠	٠.٥٠٢	٢٤	٠.٠٧٠	٠.٥١٥	٢٥	٠.٤٨٧	٠.٥٨٥			
٣٢	٠.٤٦٦	٠.٤٦٤	٣٣	٠.٤٣٨	٠.٤٤٧	٣٤	٠.٤٠٠	٠.٤٠٠			
٤٠	٠.٤٩٢	٠.٤٨٢	٤١	٠.٥٧٨	٠.٦٠٩	٤٢	٠.٠٧٠	٠.٢٧٤			
٤٦	٠.٥١٧	٠.٥٧٤	٤٧	٠.٦٨٥	٠.٥٢٧	٤٨	٠.٤٨٧	٠.٥٧٤			
						٥١	٠.٣٩٣	٠.٥١٢			
						٥٢	٠.٥٤٧	٠.٣٩٠			

قيمة ر<sub>ج</sub>(٠.٠٥، ٣٨) = ٠.٣٠٤

يوضح جدول (١٢)، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل مفردة ودرجة البعد التابعة له ثم الدرجة الكلية، وهذا يدعم الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين حيث يعتبر محك التقويم هو الدرجة الكلية على المقياس، مما يدل على صدق المقياس.

### جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد التابعة لها، وبينها والدرجة الكلية  
(البنين) (ن = ٢٠)

المتوازي للبنون		
م	مع البعد	مع المقياس
٨	٠.٤٩٨	٠.٦٠٠
١٧	٠.٥٩١	٠.٥١١
٢٦	٠.٥٣٨	٠.٥٥١
٣٥	٠.٦٤١	٠.٦٣٧
٤٣	٠.٥٤٧	٠.٥٢٨

قيمة ر<sub>ج</sub>(١٨، ٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (١٣)، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل مفردة ودرجة البعد التابعة له ثم الدرجة الكلية، وهذا يدعم الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين؛ حيث يعتبر محك التقويم هو الدرجة الكلية على المقياس، مما يدل على صدق المقياس.

### جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد التابعة لها، وبينها والدرجة الكلية  
(البنات) (ن = ٢٠)

عارضة التوازن للبنات		
م	مع البعد	مع المقياس
٩	٠.٥٨٤	٠.٥١٨
١٨	٠.٦٧٢	٠.٦٠٨
٢٧	٠.٥٠١	٠.٥٧٥
٣٦	٠.١٥٩	٠.٢٠٩
٤٤	٠.٥٢٤	٠.٦٢٣
٤٩	٠.٥٨٣	٠.٥٦٠

قيمة ر<sub>ج</sub>(١٨، ٠.٠٥) = ٠.٤٤٤



يوضح جدول (١٤)، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل مفردة ودرجة البعد التابعة له ثم الدرجة الكلية، وهذا يدعم الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين حيث يعتبر محك التقويم هو الدرجة الكلية على المقياس، مما يدل على صدق المقياس. حساب معامل ثبات المقياس:

اتبع الباحث طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ" التي تستخدم لتقدير معامل الثبات الكلي للمقياس، وتعطى معامل اتساق داخلي لبنية المقياس، ويسمى أيضاً معامل التجانس، ويوضح جداول (١٥)، (١٦)، (١٧) حساب معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون، ومعادلة جتمان) ومعامل ثبات ألفا كرونباخ.

### جدول (١٥)

#### ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية و ألفا كرونباخ (الكل)

م	البعد	التجزئة النصفية	
		سبيرمان براون	جتمان
١	جراند كار يمين أو شمال	٠.٧٥٤	٠.٧٧٨
٢	قبة ثبات ٥ ث	٠.٨٢٧	٠.٨٣٢
٣	دحرجة أمامية على مستوى أفقي.	٠.٨١٠	٠.٨١٠
٤	دحرجة خلفية على مستوى مائل.	٠.٧٠٩	٠.٧١٦
٥	عجلة فتح	٠.٧٧٤	٠.٧٢٢
٦	العقلة	٠.٨٢٧	٠.٧٣٢
٧	حصان القفز	٠.٧٥٢	٠.٧٦٨

يتضح من جدول (١٥) أن قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية لمحاور المقياس قد تراوحت بين (٠.٧٠٩) و (٠.٨٣٢)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تراوح ما بين (٠.٧٢٩) و (٠.٨٣١)، مما يدل على أن قيد الدراسة ذو معامل ثبات عال.

جدول (١٦)  
ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ (الأولاد)

م	البعد	التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
		سبيرمان براون	جتمان	
٨	المتوازي للبنون	٠.٧٦٧	٠.٧٢٢	٠.٧٧١
*	الثبات الكلي للمقياس (مع البنون)	٠.٨٠٠	٠.٧٢٩	٠.٨٢٧

يتضح من جدول (١٦) أن قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية لمحاور المقياس قد تراوحت بين (٠.٧٢٢) و(٠.٨٠٠)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تراوح ما بين (٠.٧٧١) و(٠.٨٢٧)، مما يدل على أن قيد الدراسة ذو معامل ثبات عال.

جدول (١٧)  
ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ (البنات)

م	البعد	التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
		سبيرمان براون	جتمان	
٩	عارضضة التوازن للبنات	٠.٧٩٩	٠.٧٤٠	٠.٧٦٤
*	الثبات الكلي للمقياس (مع البنات)	٠.٧٤٧	٠.٨٣٢	٠.٨٣٥

يتضح من جدول (١٧) أن قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية لمحاور المقياس قد تراوحت بين (٠.٧٤٠) و(٠.٨٣٢)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تراوح ما بين (٠.٧٦٤) و(٠.٨٣٥)، مما يدل على أن قيد الدراسة ذو معامل ثبات عال.

جدول (١٨)  
العبارات المحذوفة في الاستمارة بعد المعالجات الإحصائية

م	اسم البعد	رقم العبارة	العبارة المحذوفة
١	جراند كار يمين أو شمال	٢٨-	ما شعورك عندما تتحرك وأصدقائك يشاهدونك.
٢	قبة ثبات ٥ ث	-	-
٣	درجة أمامية على مستوى أفقي.	١٢-	ما شعورك عندما تقوم بأداء جلوس التوازن.
٤	درجة خلفية على مستوى مائل.	-	-

تابع جدول (١٨)  
العبارات المحذوفة في الاستمارة بعد المعالجات الإحصائية

م	اسم البعد	رقم العبارة	العبارة المحذوفة
٥	عجلة فتح	٥-	ما شعورك وأنت تؤدى القفز على جانبي الصندوق.
٦	العقلة	٢٤-	ما شعورك عندما تقوم بالتعلق على جهاز العقلة.
٧	حصان القفز	٤٢-	ما شعورك عندما تقوم بالوثب فوق جهاز الترامبولين.
٨	المتوازي للبنون	-	-
٩	عارضضة التوازن للبنات	٣٦-	ما شعورك عندما تقوم بالمشى بالقدمين على جهاز عارضة التوازن المرتفعة.

جدول (١٩)  
الصورة النهائية لعبارات المقياس بعد المعالجات الإحصائية

العينة	الأبعاد	قبل التعديل	بعد التعديل
الأبعاد المشتركة	البعد الأول (جراند كار يمين أو شمال).	٦ عبارات	٥ عبارات
	البعد الثاني (قبة ثبات ٥ ث).	٤ عبارات	٤ عبارات
	البعد الثالث (درجة أمامية على مستوى أفقى).	٥ عبارات	٤ عبارات
	البعد الرابع (درجة خلفية على مستوى مائل).	٥ عبارات	٥ عبارات
	البعد الخامس (عجلة فتح).	٦ عبارات	٥ عبارات
	البعد السادس (العقلة).	٧ عبارات	٦ عبارات
	البعد السابع (حصان القفز).	٨ عبارات	٧ عبارات
(بنون)	البعد الثامن (المتوازي).	٥ عبارات	٥ عبارات
(بنات)	البعد التاسع (عارضضة التوازن).	٦ عبارات	٥ عبارات
الإجمالى	المجموع الكلى	٥٢ عبارة	٤٦ عبارة

يتضح من جدول (١٩) أن الصورة التجريبية للاستبيان كانت تحتوى على عدد (٥٢) عبارة، وبعد التحقق من الخصائص السيكمترية بالعرض على عينة البحث الاستطلاعية- مرفق (٨)، أصبحت الصورة النهائية تحتوى على عدد (٤٦) عبارة منها (٤١) عبارة مشتركة (بنون- بنات) بالإضافة إلى عدد (٥) عبارات للبنين بإجمالى عدد (٤١) عبارة، وعدد (٥) عبارات للبنات بإجمالى عدد (٤١) عبارة.

### درجة الاستجابة على المقياس:

أستخدم ميزان التقدير الثلاثي للمقياس لحساب درجة الاستجابة للمفحوصين كالتالي (أشعر بسعادة- لا أشعر بشئ- أشعر بضيق)؛ حيث يُعبر ذلك عن درجات (٣، ٢، ١) نتيجة الاستجابة للعبارات كالتالي:

- أشعر بسعادة تساوى (٣ درجات).

- لا أشعر بشئ تساوى درجتان.

- أشعر بضيق تساوى درجة.

وكذلك فإن استخدام ميزان التقدير الثلاثي يُعطى مساحة لاستجابة البرعم في تلك المرحلة السنوية تحت (٨ سنوات) للتعبير بدقة عن سلوكه ومشاعره لكل عبارة ويساعد الباحثين في الوصول إلى تقييم أكثر دقة للمظاهر المُقيسة في مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفني.

وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٤٦) درجة كحد أدنى، و(١٣٨) درجة كحد أقصى للمقياس، ولحساب الحد الأقصى والحد الأدنى للمقياس ككل في حالة استخدام الميزان الثلاثي للدرجات تم استخدام التالي:

- الحد الأدنى لدرجات المقياس ككل = عدد العبارات الكلية للمقياس  $\times ١$
- الحد الأقصى لدرجات المقياس ككل = عدد العبارات الكلية للمقياس  $\times ٣$
- عند عرض المقياس للتطبيق على عينة البحث تمت قراءة العبارات أمام جميع المفحوصين، من قبل الباحث، وذلك لتوضيح وتسهيل محتوى كل عبارة لما تشمله من أنشطة البراعة الحركية وتأثيرها على مستوى الرضا الحركي للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز، ولسهولة الاستجابة على المقياس، وتفسير وشرح العبارات- وذلك أثناء تطبيق الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية- نظراً لصغر سن المرحلة العمرية للمفحوصين.

## جدول (٢٠)

الحد الأدنى والأقصى لدرجات أبعاد مقياس الرضا الحركي للحركات  
الاجبارية لبراعم الجباز الفني تحت ٨ سنوات والدرجات الكلية للمقياس

م	اسم البعد	عدد العبارات	الحد الأدنى	الحد الأقصى
١	الأبعاد المشتركة	جراند كار يمين أو شمال	٥	١٥
٢		قبة ثبات ٥ ث	٤	١٢
٣		دحرجة أمامية على مستوى أفقي.	٤	١٢
٤		دحرجة خلفية على مستوى مائل.	٥	١٥
٥		عجلة فتح	٥	١٥
٦		العقلة	٦	١٨
٧		حصان القفز	٧	٢١
٨	للبنون	المتوازي	٥	١٥
٩	للبنات	عارضضة التوازن	٥	١٥
المجموع			٤٦	١٣٨

بدراسة جدول (٢٠)، يتبين: الحد الأدنى والحد الأقصى لدرجات أبعاد مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية لبراعم الجباز الفني في صورته النهائية- مرفق (١٠)، وتم إعداد مفتاح التصحيح الخاص به- مرفق (١١)، وبذلك يُصبح المقياس جاهزاً للإستخدام، لقياس أبعاد الرضا الحركي للحركات الاجبارية لبراعم الجباز الفني (بنين - بنات).

**البرنامج المقترح:**

قام الباحث بوضع البرنامج التدريبي المقترح بهدف تحسين الحركات الإجبارية لبراعم الجباز الفني (بنين- بنات)- مرفق (١٤)، وذلك بممارسة بعض أنشطة البراعة الحركية المتتابعة - مرفق (١٢)، على برامج أكاديمية مركز الخدمة العامة للألعاب الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة دمياط. بعد الاطلاع على بعض المراجع في مجال ممارسة أنشطة البراعة الحركية، وكذا المراجع المتخصصة في مجال التدريب الرياضي (١)، (٤)، (١٧)، والاستعانة بخبرة المتخصصين في مجال رياضة الجباز، بالإضافة إلى خبرة الباحث كمشرف عام ومتابعة لسير الأنشطة الرياضية بالأكاديمية

أمكن اختيار وتحديد محتوى البرنامج المقترح (لأنشطة البراعة الحركية المتتابعة)، والتي تم اختيارها متناسبة لخصائص المرحلة السنوية تحت ٨ سنوات قيد البحث، ولطبيعة أداء الحركات الإجبارية موضوع البحث.

### أسس وضع البرنامج: مرفق (١٣)

- استخدام طريقة التدريب الفترى (٢٥: ٦٢ - ٦٣ - ٦٤).
- الشدة المستخدمة (٥٠ - ٩٠%) من أقصى ما يستطيع البرعم تحمله.
- اجمالى التكرارات بالمجموعات (٢٠ - ٣٠) تكرر (٢٥: ٦٢ - ٦٣ - ٦٤).
- تحتوى المجموعة على عدد (٥ - ١٠) تكرارات.
- عدد المجموعات (٢ - ٤) مجموعات.
- عدد مرات التدريب الأسبوعية (٣) وحدات تدريبية (١: ١٥٧).
- زمن الوحدة التدريبية (٦٠ق).
- يتم تشكيل حمل التدريب خلال الوحدة الأسبوعية طبقاً للنموذج (١: ٢) أما بالنسبة تشكيل الحمل خلال دورة الحمل الفترية فكان (٢: ١) أى أسبوعان حمل مرتفع يعقبه أسبوع أقل إرتفاعاً (أسبوع راحة)، وتعنى درجة قليلة (حمل منخفض) من الحمل اليوم يعقب ذلك يومين حمل مرتفع. (١٩: ٢٦١ - ٢٧٨)
- التدرج فى الارتفاع بشدة الحمل.
- عدد التمرينات لأنشطة البراعة الحركية فى الوحدة التدريبية (٤) تمرينات.
- إعطاء تمرين أنشطة البراعة الحركية ويتبعة بعض الحركات الاجبارية قيد البحث.
- أداء التمرينات على أرضية مطاطية للأمان.
- تم تقسيم الوحدة التدريبية إلى ثلاث أجزاء كما يوضحه جدول (٢١) (٢٥: ١٩٨).
- الإحماء ومدته (١٠ق)، ويتم إعطاء مجموعة من التمرينات لتهيئة الجسم للعمل.

- ب- الجزء الرئيسي ومدته (٤٠ق)، ومقسم إلى جزئين (مهارى، وتمارين أنشطة البراعة الحركية).
- ج- الجزء الختامى ومدته (١٠ق)، ويعطى فيه للبراعم مجموعة من التمرينات أو الألعاب الصغيرة بغرض عودة الجسم للحالة الطبيعية.
- مراعاة أن تكون تمرينات (البراعة الحركية) تتميز بالمرح والتشويق.
- (١٧: ١٣ - ٦٣)

### جدول (٢١)

التوزيع الزمنى لبرنامج ((تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى للحركات الاجبارية للجماز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات))

م	متغيرات البرنامج	الزمن
١	عدد الأسابيع.	٨ أسابيع
٢	عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية.	٣ وحدات تدريبية
٣	زمن الوحدة التدريبية.	٦٠ ق
٤	إجمالى عدد الوحدات التدريبية.	٢٤ وحدة تدريبية
٥	إجمالى زمن الوحدات.	١٤٤٠ ق

### تقويم البرنامج:

تم تقويم البرنامج من خلال أخذ انطباعات البراعم عن النشاط وأوجه الاستفادة والقصور لمراعاتها.

### الدراسة الإستطلاعية:

أجريت الدراسة الإستطلاعية خلال الفترة من يوم الاثنين الموافق (١/١/٢٠١٨م) إلى يوم الخميس الموافق (٤/١/٢٠١٨م)، وذلك على عدد (٤٠) برعم بنسبة (٤٥.٤٥%) من العدد الكلى لمجتمع البحث (٨٨) برعم، وقد تم استبعادهم من التجربة الأساسية، وأجريت التجربة بهدف:

- ١- التأكد من صلاحية مقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية للجماز الفنى (بنين- بنات) ومناسبته للعينة قيد الدراسة - مرفق (١٠).
- ٢- اختيار أنشطة البراعة الحركية المناسبة للمرحلة السنوية، وترتيبها تصاعدياً من حيث درجة صعوبتها - مرفق (١٢).

٣- التأكد من صلاحية صالة التدريب لأداء البرنامج، وتنظيم، وتنسيق سير العمل في تطبيق المقياس والتدريبات.

٤- التأكد من صلاحية أجزاء البرنامج التدريبي - مرفق (١٤).

**وقد أسفرت هذه الدراسة عن ما يلي:**

١- صلاحية مقياس الرضا الحركي للحركات الاجبارية للجمباز الفني (بنين

- بنات) للعيينة قيد الدراسة - مرفق (١٠)، مرفق (١١).

٢- تحديد أنشطة البراعة الحركية - مرفق (١٢) المناسبة للمرحلة السنوية وترتيبها تصاعدياً من حيث درجة صعوبتها.

٣- مناسبة صالة التدريب لأداء البرنامج التدريبي المقترح.

٤- صلاحية أجزاء البرنامج التدريبي - مرفق (١٤).

**الخطوات التنفيذية للبحث:**

**القياسات القبليّة:**

أجريت القياسات القبليّة في الفترة من (١ - ٢/١/٢٠١٨م) على عينة الدراسة الأساسية في جميع المتغيرات قيد البحث.

**تطبيق تجربة البحث:**

تم تطبيق تجربة البحث في الفترة من (١/٣ - ٢٨/٢/٢٠١٨م) لمدة شهرين متتالين) بصالة الأنشطة الرياضية التابعة لكلية التربية الرياضية جامعة دمياط.

**القياسات البعديّة:**

تم إجراء القياسات البعديّة في الفترة من (١ - ٢/٣/٢٠١٨م) على مجموعة البحث في جميع المتغيرات قيد الدراسة.

**المعالجات الإحصائية:**

أستخدم الباحث في المعالجات الإحصائية للبيانات برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار (٢٢) مستعينة بالمعاملات التالية:

- المتوسط والوسيط
- الانحراف المعياري.
- التكرارات والنسبة المئوية
- الالتواء.



- معامل ارتباط "بيرسون".
- التجزئة النصفية لـ "سبيرمان براون" و"جتمان".
- معامل ثبات "ألفا كرونباخ". - النسبة الترجيحية.
- كا<sup>٢</sup>.
- اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات.
- حجم التأثير (Effect Size) باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ ) في حالة اختبار (ت).
- نسبة الكسب لـ "ماك جوجيان" ونسبة الكسب المعدل لـ "بلاك".
- نسبة التغيير/ التحسن (معدل التغيير) Change Ratio.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي في الرضا الحركي للحركات الإيجابية للجمباز الفني (بنين - بنات)، لصالح القياس البعدي."؛ وللتحقق من صحة الفرض الأول استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات لدلالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة (البنات)، في المتغيرات قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ ) في حالة اختبار (ت)، كما في جدول (٢٢)، (٢٣).

جدول (٢٢)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في الرضا الحركي للحركات الإيجابية للجمباز الفني (الأبعاد المشتركة) (ن = ٣٠)

حجم التأثير ( $\eta^2$ )	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		المتغيرات
		الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	
٠.٩١٥	١٧.٧١	١.٣٢	١٣.١٠	١.٨٦	٧.٠٧	جراند كار يمين أو شمال
٠.٩٤٦	٢٢.٤٣	٠.٩١	١٠.٨٣	١.٢٢	٦.٤٧	قبة ثبات ٥ ث
٠.٩٥٣	٢٤.٣٤	٠.٧٧	١٠.٥٧	٠.٨٩	٥.٨٠	درجة أمامية على مستوى أفقي.
٠.٩٢٥	١٨.٨٩	٠.٩٩	١٣.٣٠	١.٥٢	٧.٢٠	درجة خلفية على مستوى مائل.
٠.٩٦٢	٢٧.١٥	٠.٨٧	١٢.٩٣	٠.٩٦	٦.٩٠	عجلة فتح
٠.٩٢٧	١٩.١٦	١.٢٨	١٤.٩٣	١.٤٢	٨.٣٣	العقلة
٠.٨٤٢	١٢.٤٥	١.٩٢	١٧.٢٣	٣.٠٢	٩.٨٣	حصان القفز

ت ج (٢٩، ٠.٠٥) = ٢.٠٥

يتضح من جدول (٢٢) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١٢.٤٥) و(٢٧.١٥).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ )، وتراوحت قيم ( $\eta^2$ ) بين (٠.٨٤٢) و(٠.٩٦٢) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge).

جدول (٢٣)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في الرضا الحركي للحركات الإجبارية للجمباز الفني (بنون - بنات) (ن=١٥)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت)	حجم التأثير ( $\eta^2$ )
	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع±)		
المتوازي (للبنين)	٧.٠٠	١.٥٦	١٢.٩٣	٠.٨٠	١٣.١٢	٠.٩٢٥
عارضة التوازن (للبنات)	٧.٤٠	١.٢٤	١٢.٨٧	١.١٩	٢١.٣٨	٠.٩٧٠
الدرجة الكلية (بنون)	٦١.٠٧	٦.٧١	١٠٧.١٣	٣.١٨	٢٤.٠٧	٠.٩٧٦
الدرجة الكلية (بنات)	٥٦.٥٣	٥.٤٠	١٠٤.٤٧	٤.٠٣	٣٠.٠٣	٠.٩٨٥

ت ج (١٤، ٠.٠٥) = ٢.١٤

يتضح من جدول (٢٣) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١٣.١٢) و(٣٠.٠٣).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ )، وتراوحت قيم ( $\eta^2$ ) بين (٠.٩٢٥) و(٠.٩٨٥) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge).

وللتحقق من فاعلية البرنامج استخدم الباحث نسبة الكسب لـ"ماك جوجيان" وتكون مقبولة إذا لم تقل قيمة هذه النسبة عن (٠.٦) بالإضافة إلى نسبة الكسب المعدل لـ"بلاك" ويكون الحد الفاصل لهذه النسبة هي (١.٢)،

بالإضافة إلى نسبة التغيير/ التحسن (Change Ratio)، كما فى جدول (٢٤).

### جدول (٢٤)

نسب التحسن ونسبة فاعلية البرنامج لـ "ماك جوجيان" وقيمة (MG)،  
ونسبة الكسب المعدل لـ "بلاك" وقيمة (MG<sub>Blak</sub>) للمجموعة التجريبية  
(بنات- بنين) فى الرضا الحركى للحركات الإجبارية للجمباز الفنى (ن=٣٠)

المتغيرات	الدرجة العظمى	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن	Gain Ratio (MG)	Gain Ratio (MG <sub>Blak</sub> )
جراند كار يمين أو شمال	١٥	٧.٠٧	١٣.١٠	٨٥.٣٨	٠.٨	١.٢
قبة ثبات ٥ ث	١٢	٦.٤٧	١٠.٨٣	٦٧.٥٣	٠.٨	١.٢
درجة أمامية على مستوى أفقى.	١٢	٥.٨٠	١٠.٥٧	٨٢.١٨	٠.٨	١.٢
درجة خلفية على مستوى مائل.	١٥	٧.٢٠	١٣.٣٠	٨٤.٧٢	٠.٨	١.٢
عجلة فتح	١٥	٦.٩٠	١٢.٩٣	٨٧.٤٤	٠.٧	١.١
العقلة	١٨	٨.٣٣	١٤.٩٣	٧٩.٢٠	٠.٧	١.٠
حصان القفز	٢١	٩.٨٣	١٧.٢٣	٧٥.٢٥	٠.٧	١.٠
المتوازي (للبنين)	١٥	٧.٠٠	١٢.٩٣	٨٤.٧٦	٠.٧	١.١
عارضة التوازن (للبنات)	١٥	٧.٤٠	١٢.٨٧	٧٣.٨٧	٠.٧	١.١
الدرجة الكلية (للبنين)	١٢٣	٦١.٠٧	١٠٧.١٣	٧٥.٤٤	٠.٧	١.١
الدرجة الكلية (للبنات)	١١٧	٥٦.٥٣	١٠٤.٤٧	٨٤.٧٩	٠.٨	١.٢

### جدول (٢٥)

نتائج التكرارات والنسب المئوية وقيمة (كا<sup>٢</sup>) والنسبة الترجيحية للاستجابة  
على مقياس (الرضا الحركى للحركات الإجبارية للجمباز الفنى) للمجموعة  
التجريبية (الكل) (ن=٣٠)

الأبعاد	المفردات	أشعر بالسعادة		لا أشعر بشيء		أشعر بضيق		النسبة الترجيحية		قيمة كا <sup>٢</sup>
		ك	%	ك	%	ك	%	الترتيب	القيمة	
جراند كار يمين أو شمال	١	١٤	٤٦.٦٧	١٤	٤٦.٦٧	٢	٦.٦٧	٥	٨٠.٠٠	٩.٦٠
	١٠	١٨	٦٠.٠٠	١٠	٣٣.٣٣	٢	٦.٦٧	٣	٨٤.٤٤	١٢.٨٠
	١٩	١٦	٥٣.٣٣	١٢	٤٠.٠٠	٢	٦.٦٧	٤	٨٢.٢٢	١٠.٤٠
	٢٨	٢٠	٦٦.٦٧	٧	٢٣.٣٣	٣	١٠.٠٠	٢	٨٥.٥٦	١٥.٨٠
قبة ثبات ٥ ث	٣٧	٢٥	٨٣.٣٣	٤	١٣.٣٣	١	٣.٣٣	١	٩٣.٣٣	٣٤.٢٠
	٢	٢١	٧٠.٠٠	٨	٢٦.٦٧	١	٣.٣٣	٣	٨٨.٨٩	٢٠.٦٠
	١١	١٩	٦٣.٣٣	١٠	٣٣.٣٣	١	٣.٣٣	٤	٨٦.٦٧	١٦.٢٠

تابع جدول (٢٥)  
نتائج التكرارات والنسب المئوية وقيمة (كا<sup>٢</sup>) والنسبة الترجيحية للاستجابة  
على مقياس (الرضا الحركي للحركات الإيجابية للجمباز الفني) للمجموعة  
التجريبية (الكل) (ن=٣٠)

الأبعاد	المفردات	أشعر بالسعادة		لا أشعر بشيء		أشعر بخيق		النسبة الترجيحية		قيمة كا <sup>٢</sup>
		%	ك	%	ك	%	ك	الترتيب	القيمة	
	٢٠	٢٣	٧٦.٦٧	٦	٢٠.٠٠	١	٣.٣٣	٢	٩١.١١	٢٦.٦٠
	٢٩	٢٧	٩٠.٠٠	١	٣.٣٣	٢	٦.٦٧	١	٩٤.٤٤	٤٣.٤٠
درجة أمامية	٣	١٩	٦٣.٣٣	٨	٢٦.٦٧	٣	١٠.٠٠	٤	٨٤.٤٤	١٣.٤٠
	١٢	٢١	٧٠.٠٠	٧	٢٣.٣٣	٢	٦.٦٧	٢	٨٧.٧٨	١٩.٤٠
على مستوى أفقي.	٢١	٢٥	٨٣.٣٣	٤	١٣.٣٣	١	٣.٣٣	١	٩٣.٣٣	٣٤.٢٠
	٣٠	١٨	٦٠.٠٠	١١	٣٦.٦٧	١	٣.٣٣	٣	٨٥.٥٦	١٤.٦٠
درجة خلفية	٤	٢٣	٧٦.٦٧	٦	٢٠.٠٠	١	٣.٣٣	١	٩١.١١	٢٦.٦٠
	١٣	٢١	٧٠.٠٠	٧	٢٣.٣٣	٢	٦.٦٧	٣	٨٧.٧٨	١٩.٤٠
على مستوى مائل.	٢٢	٢٠	٦٦.٦٧	٧	٢٣.٣٣	٣	١٠.٠٠	٤	٨٥.٥٦	١٥.٨٠
	٣١	٢١	٧٠.٠٠	٨	٢٦.٦٧	١	٣.٣٣	٢	٨٨.٨٩	٢٠.٦٠
عجلة فتح	٣٨	١٧	٥٦.٦٧	١٢	٤٠.٠٠	١	٣.٣٣	٥	٨٤.٤٤	١٣.٤٠
	٥	٢٠	٦٦.٦٧	٩	٣٠.٠٠	١	٣.٣٣	٢	٨٧.٧٨	١٨.٢٠
	١٤	١٥	٥٠.٠٠	١٤	٤٦.٦٧	١	٣.٣٣	٥	٨٢.٢٢	١٢.٢٠
	٢٣	٢٠	٦٦.٦٧	٧	٢٣.٣٣	٣	١٠.٠٠	٣	٨٥.٥٦	١٥.٨٠
	٣٢	١٧	٥٦.٦٧	١٢	٤٠.٠٠	١	٣.٣٣	٤	٨٤.٤٤	١٣.٤٠
	٣٩	٢٦	٨٦.٦٧	٣	١٠.٠٠	١	٣.٣٣	١	٩٤.٤٤	٣٨.٦٠
	٦	١٣	٤٣.٣٣	١٤	٤٦.٦٧	٣	١٠.٠٠	٥	٧٧.٧٨	٧.٤٠
	١٥	٢١	٧٠.٠٠	٨	٢٦.٦٧	١	٣.٣٣	١	٨٨.٨٩	٢٠.٦٠
العقلة	٢٤	١٩	٦٣.٣٣	٩	٣٠.٠٠	٢	٦.٦٧	٢	٨٥.٥٦	١٤.٦٠
	٣٣	١٤	٤٦.٦٧	١٥	٥٠.٠٠	١	٣.٣٣	٣	٨١.١١	١٢.٢٠
	٤٠	١٥	٥٠.٠٠	١٢	٤٠.٠٠	٣	١٠.٠٠	٤	٨٠.٠٠	٧.٨٠
	٤٤	١٠	٣٣.٣٣	١٧	٥٦.٦٧	٣	١٠.٠٠	٦	٧٤.٤٤	٩.٨٠
	٧	٧	٢٣.٣٣	٢٢	٧٣.٣٣	١	٣.٣٣	١	٧٣.٣٣	٢٣.٤٠
	١٦	١٣	٤٣.٣٣	١٥	٥٠.٠٠	٢	٦.٦٧	٦	٧٨.٨٩	٩.٨٠
حصان القفز	٢٥	٩	٣٠.٠٠	٢٠	٦٦.٦٧	١	٣.٣٣	٣	٧٥.٥٦	١٨.٢٠
	٣٤	١٥	٥٠.٠٠	١٣	٤٣.٣٣	٢	٦.٦٧	٧	٨١.١١	٩.٨٠
	٤١	١٩	٦٣.٣٣	٨	٢٦.٦٧	٣	١٠.٠٠	٥	٨٤.٤٤	١٣.٤٠
	٤٥	٢١	٧٠.٠٠	٧	٢٣.٣٣	٢	٦.٦٧	٢	٨٧.٧٨	١٩.٤٠
	٤٦	١٩	٦٣.٣٣	٩	٣٠.٠٠	٢	٦.٦٧	٤	٨٥.٥٦	١٤.٦٠

قيمة كا<sup>٢</sup>ج (٢، ٠.٠٥) = ٥.٩٩١

جدول (٢٦)  
نتائج التكرارات والنسب المئوية وقيمة (كا<sup>٢</sup>) والنسبة الترجيحية للاستجابة  
على مقياس (الرضا الحركي للحركات الإجبارية للجمباز الفني) (بنات -  
بنين) (ن=٣٠)

الابعاد	المفردات	أشعر بالسعادة		لا أشعر بشيء		أشعر بضيق		النسبة الترجيحية		قيمة كا <sup>٢</sup>
		%	ك	%	ك	%	ك	الترتيب	القيمة	
المتوازي (للبنين)	٨	٨٠.٠٠	١٢	٦.٦٧	١	١٣.٣٣	٢	٨٨.٨٩	٢	١٤.٨٠
	١٧	٨٦.٦٧	١٣	٦.٦٧	١	٦.٦٧	١	٩٣.٣٣	١	١٩.٤٠
	٢٦	٦٦.٦٧	١٠	٢٠.٠٠	٣	١٣.٣٣	٢	٨٤.٤٤	٣	٧.٦٠
	٣٥	٤٦.٦٧	٧	٤٦.٦٧	٧	١	٦.٦٧	١	٨٠.٠٠	٥
	٤٢	٦٠.٠٠	٩	٣٣.٣٣	٥	٦.٦٧	١	٨٤.٤٤	٤	٦.٤٠
عارضه التوازن (للبنات)	٩	٤٦.٦٧	٧	٤٦.٦٧	٧	٦.٦٧	١	٨٠.٠٠	٥	٤.٨٠
	١٨	٦٦.٦٧	١٠	٢٠.٠٠	٣	١٣.٣٣	٢	٨٤.٤٤	٣	٧.٦٠
	٢٧	٤٠.٠٠	٦	٥٣.٣٣	٨	٦.٦٧	١	٧٧.٧٨	٤	٥.٢٠
	٣٦	٧٣.٣٣	١١	٢٠.٠٠	٣	٦.٦٧	١	٨٨.٨٩	١	١١.٣١
	٤٣	٦٦.٦٧	١٠	٢٦.٦٧	٤	٦.٦٧	١	٨٦.٦٧	٢	٨.٤٠

قيمة كا<sup>٢</sup> ج = (٢، ٠.٠٠٥) = ٥.٩٩١

### مناقشة النتائج:

أولاً: مناقشة النتائج بالنسبة للفروق بين القياس القبلي والبعدي في الرضا الحركي:

يتبين من دراسة جدول (٢٢) وجدول (٢٣) أن جميع قيم (ت) المحسوبة دالة إحصائياً، وأن قيم ( $\eta^2$ ) تدل على حجم تأثير (ضخم Huge). ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى إحساس البُرعم بقدرته على أداء المهارات الحركية الإجبارية للجمباز الفني بدرجة من الفاعلية وشعوره بالرضا والارتياح نتيجة هذا الأداء، مما أدى إلى التحسن في البرنامج التدريبي باستخدام بعض مهارات البراعة الحركية لتحسين الحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفني تحت ٨ سنوات، والذي تم تأسيسه مناسباً لتلك المرحلة العمرية، واشتمالة على تمارين متنوعة من حركات تقليد الحيوانات المختلفة

والتوازن والدحرجات والتي اتبعت في وضعها الأسس العلمية والتربوية، التي تكفل تحقيق الهدف المراد.

وتتفق تلك النتائج مع أن ممارسة بعض أنشطة البراعة الحركية لها تأثير إيجابي على ديناميكية تحسن بعض الصفات البدنية الخاصة، والمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى مبتدئ الجمباز (٥-٦) سنوات لصالح القياس البعدي. (٤: ٢٣-٢٤)

إضافة إلى أنه كلما تمكن المدرب من تلقين ناشئة للمهارات الحركية الأساسية بطريقة علمية ومشوقة، أمكن بذلك إستمرارهم في أدائها، ومن الوصول إلى المستويات الجيدة والمتقدمة، ونظراً لأن أنشطة البراعة الحركية تشبع إحتياجات الطفل ويؤديها مع الشعور بالسرور والترويح والمرح، دون الإحساس بالملل، وتساهم في إكساب الصفات البدنية، والحركية، والنفسية. (٥: ٢٠٦-٢٤٠)

#### ثانياً: مناقشة النتائج بالنسبة لفاعلية برنامج الرضا الحركي:

بدراسة نتائج جدول (٢٤) يتضح أن نسب التحسن تراوحت ما بين (٦٧.٥٣%) في مهارة قبة ٥، ومهارة عجلة فتح (٨٧.٤٤%)، وأن البرنامج ذو فاعلية عالية في متغيرات البحث كالتالي:

فمن خلال دراسة جدول (٢٤)، يتبين أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي لمهارة جراند كار يمين أو شمال في القياس القبلي كان (٧.٠٧ درجة) ثم تطور في القياس البعدي إلى (١٣.١٠ درجة) بفارق (٦.٠٣ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٥.٣٩%).

كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي لمهارة قبة ثبات ٥ في القياس القبلي كان (٦.٤٧ درجة) ثم تطور في القياس البعدي إلى (١٠.٨٣ درجة) بفارق (٤.٣٦ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٦٧.٥٣%).

كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي لمهارة دحرجة أمامية على مستوى

أفقى فى القياس القبلى كان (٥.٨٠ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٠.٥٧ درجة) بفارق (٤.٧٧ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٢.١٨ %). كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى لمهارة (درجة خلفية على مستوى مائل) فى القياس القبلى كان (٧.٢٠ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٣.٣٠ درجة) بفارق (٦.١٠ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٤.٧٢ %). كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى لمهارة عجلة فتح فى القياس القبلى كان (٦.٩٠ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٢.٩٣ درجة) بفارق (٦.٠٣ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٧.٤٤ %). كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى لمهارة العقلة فى القياس القبلى كان (٨.٣٣ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٤.٩٣ درجة) بفارق (٦.٦٠ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٧٩.٢٠ %). كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى لمهارة حضان القفز فى القياس القبلى كان (٩.٨٣ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٧.٢٣ درجة) بفارق (٧.٤٠ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٧٥.٢٥ %). كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى لمهارة المتوازي (للبنين) فى القياس القبلى كان (٧.٠٠ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٢.٩٣ درجة) بفارق (٧.٤٠ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٤.٧٦ %). كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن مستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى لمهارة عارضة التوازن (للبنات) فى القياس القبلى كان (٧.٤٠ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٢.٨٧ درجة) بفارق (٥.٤٧ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٣.٨٧ %).

كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن الدرجة الكلية (للبنين) لمستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي للحركات الإيجابية لمهارات (جراند كار يمين أو شمال- قبة ثبات ٥ ث - درجة أمامية على مستوى أفقى + درجة خلفية على مستوى مائل - عجلة فتح)، والعقلة، وحصان القفز، والمتوازي (للبنين)، فى القياس القبلى كان (٦١.٠٧ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٠٧.١٣ درجة) بفارق (٤٦.٠٦ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٧٥.٤٤%).

كما تبين من خلال دراسة جدول (٢٤)، أن الدرجة الكلية (للبنات) لمستوى فاعلية أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي للحركات الإيجابية لمهارات (جراند كار يمين أو شمال- قبة ثبات ٥ ث - درجة أمامية على مستوى أفقى + درجة خلفية على مستوى مائل - عجلة فتح)، والعقلة، وحصان القفز، وعارضة التوازن (للبنات) فى القياس القبلى كان (٥٦.٥٣ درجة) ثم تطور فى القياس البعدى إلى (١٠٤.٤٧ درجة) بفارق (٤٧.٩٤ درجة)، وبنسبة تحسن بلغت (٨٤.٧٩%).

ومن هنا قد توصل الباحث إلى أهمية ضرورة تنمية الرضا الحركي فى المجال الرياضى بصفة عامة وفى رياضة الجمباز بصفة خاصة وذلك من خلال الأتى:

١- أن درجة رضا المتعلم عن برنامج حركي تعلمه تتعكس سلبياً أو ايجابياً على مستوى أدائه الرياضى ولهذا فهى تؤثر فى نتائج المنافسات التى يشارك فيها.

٢- أن الاتجاهات نحو ممارسة الألعاب مكتسبة ومتعلمة وليست فطرية أو موروثية، إذ يمكن تغيير هذه الاتجاهات أو تنميتها عن طرق تعريف المتعلم بدرجة رضاه عن أدائه الحركي فى اللعبة الممارسة.

٣- أن الرضا عن الأداء الحركي يبعث فى نفس المتعلم شعوراً بالاتزان النفسى شرط توافر الأتى:

- أن يكون الأداء المهارى شيقاً يبعث على السرور والارتياح.



- أن تكون أدوات الأداء المهارى موجودة ومشجعة.
  - التعاون مع الزملاء فى أثناء الأداء.
  - اكتساب الصدقات فى أثناء الأداء يعمل على تشجيع الممارسة.
  - اقتران نتائج الأداء بالتعزيز والدعم المعنوى.
  - الشعور بالأمن النفسى فى أثناء الأداء الحركى. (١٠ : ٧١)
- وتتفق تلك النتائج فى أن برنامج البراعة الحركية له تأثير إيجابى على كلاً من المتغيرات البدنية الخاصة، وعلى تحسين مستوى الأداء المهارى للمجموعة التجريبية بدرجة أفضل من تأثير المجموعة الضابطة على نفس المتغيرات البدنية). (١٩ : ٢٦١ - ٢٧٨)
- بالإضافة إلى محتوى البرنامج التدريبي باستخدام بعض أنشطة البراعات الحركية وما تحويه من تنوع وتعدد فى حركات تقليد الحيوانات والدرجات، والذى أدت إلى تفاعل البراعم ومشاركتهم واقبالهم على برنامج أنشطة البراعة الحركية المتنوع والمُعد من قبل الباحث؛ وكذلك ارتباط هذه الأنشطة بميول واستعدادات وقدرات البراعم وما تمثله للبراعم من تحدياً مركباً؛ بالإضافة إلى الجزء المهارى، وما يشمله من تدريبات للمهارات الحركية الأساسية قيد الدراسة، ومن هنا يتبين أن التحسن الإيجابى فى الرضا الحركى أدى بدوره إلى تحسن درجات الحركات الاجبارية وتطويرها لدى براعم الجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات. وقد راعى الباحث الأسس العلمية من حجم وشدة وكثافة وتمارينات. (١ : ١٥٧) (١٧ : ١٣ - ٦٣) (٢١ : ١٦٧) (٢٥ : ٦٢ - ٦٣ - ٦٤) (٢٩ : ١٢٧ - ١٥٦)
- وأن تقديم أنشطة البراعة الحركية بأسلوب منطقي يساعد على تطوير مهارات الجمباز، وتهيئ البرعم وتعدده إعداداً تربوياً لاكتساب واتقان المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية المختلفة؛ بالإضافة إلى العديد من القيم النفسية والاجتماعية كالثقة بالنفس والقيادة وايضاً تكسبهم المتعة والتحدى، وأن معظم التعلم يحدث فى مرحلة الطفولة المبكرة لأن الطفل يريد أن يتعلم؛ وهذا ما يجعل التعلم فى هذه المرحلة العمرية عملية مجدية وإيجابية. (٥ : ٢٤٠)

### ثالثاً: مناقشة النتائج بالنسبة لاستجابات عينة البحث على مقياس الرضا الحركي:

يتبين من جدول (٢٥): أن أعلى عبارات حصلت على نسبة ترجيحية

هي:

- فى (المحور الأول: جراند كار يمين أو شمال) هى العبارة رقم (٣٧) وهى (ما هو شعور البرعم أثناء تأديته جلوس البرجل الأمامى على البساط)، بنسبة (٩٣.٣٣%).
- وفى (المحور الثانى: فئة ثبات ٥٥ (القبه)) هى العبارة رقم (٢٩)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بالثبات فى حركة القبه)، بنسبة (٩٤.٤٤%).
- وفى (المحور الثالث: درجة أمامية على مستوى أفقى) هى العبارة رقم (٢١)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بأداء درجة أمامية مرات متتالية)، بنسبة (٩٣.٣٣%).
- وفى (المحور الرابع: درجة خلفية على مستوى مائل) هى العبارة رقم (٤)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بأداء (وقوف الذراعين عالياً) نصف درجة خلفية للارتكاز على الكتفين واليدين على الأرض)، بنسبة (٩١.١١%).
- وفى (المحور الخامس: (عجلة فتح) هى العبارة رقم (٣٩)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بعمل العجلة أكثر من مرة متتالية)، بنسبة (٩٤.٤٤%).
- وفى (المحور السادس: العقلة (التعلق والمشى للجانب (يمين أو يسار) ثم شد العقلة مرة والثبات ١٠ اث) هى العبارة رقم (١٥)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بالتعلق مرجحة الجسم أماماً)، بنسبة (٨٨.٨٩%).
- وفى (المحور السابع: (حصان القفز من الوقوف على عش الغراب الوثب على ميني ترامبولين ثم الهبوط على مراتب) هى العبارة رقم

- (٣٤)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بالوثب من على جهاز عش الغراب فوق الترامبولين)، بنسبة (٨٧.٧٨%).
- وفى (المحور الثامن: المتوازى ارتكاز ٢٠ث) هى العبارة رقم (١٧)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يمشى من الارتكاز باليدين على جهاز المتوازى)، بنسبة (٩٣.٣٣%).
- وفى (المحور التاسع: (عارضضة التوازن) الثبات) المشى على عارضة التوازن المرتفعة ثم الوثب والنزول ثبات) هى العبارة رقم (٣٦)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يتمكن من الوقوف فجأة وأنت تتحرك على جهاز عارضة التوازن)، بنسبة (٨٨.٨٩%).
- ويرجع الباحث ارتفاع النسبة الترجيحية لتلك العبارات إلى اتفاق جميع البراعم على استجابتهم لتلك العبارات وإحساسهم بالسعادة والمرح الشديد والتشويق، وذلك من خلال ممارستهم لبعض مهارات البراعة الحركية التى تتميز بالمرح والتشويق والتى تخدم تلك المهارات، والتى ساعدتهم على تطوير مستوى أدائهم المهارى بشكل سليم وصحيح.
- وتتفق تلك النتائج مع أن ممارسة بعض مهارات البراعة الحركية لها أثر إيجابى على تطوير بعض العناصر البدنية الخاصة، والمهارات الحركية الأساسية قيد البحث لدى مبتدئ الجمباز (٥ - ٦) سنوات لصالح القياس البعدى. (٤: ٢٣ - ٢٤) (٥: ٢٠٦ - ٢٤٠)
- ويرى الباحث أن وجود علاقة إيجابية فى نسب التحسن بين الرضا الحركى ومستوى الأداء المهارى إلى أن كلما كان الرضا بدرجة عالية من البرعم نفسه أو من المدرب أو من المجموعة. هذا الرضا يكون دافعاً نفسياً نحو تحسين أو تقديم أحسن أداء من البرعم ويكون أيضاً دافعاً إيجابياً نحو تحسين أداء المجموعة ككل.
- ويتبين من جدول (٢٥): أيضاً أن أقل عبارات حصلت على نسبة ترجيحية هي:

- فى (المحور الأول: جرائد كار يمين أو شمال) هى العبارة رقم (١)، وهى (ما شعور البرعم عندما يقوم برفع الرجل عالياً من الوقوف)، بنسبة (٨٠.٠٠٠%).
- فى (المحور الثانى: فئة ثبات ٥٥ (القبة)) هى العبارة رقم (١١)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم برفع الذراعين من وضع الانبطاح لتقوس الظهر)، بنسبة (٨٦.٨٧%).
- فى (المحور الثالث: (درجة أمامية على مستوى أفقى) هى العبارة رقم (٣)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بأداء وضع التكور)، بنسبة (٨٤.٤٤%).
- فى (المحور الرابع: (درجة خلفية على مستوى مائل) هى العبارة رقم (٣٨)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقوم بأداء الدرجة الخلفية)، بنسبة (٨٤.٤٤%).
- فى (المحور الخامس: (عجلة فتح) هى العبارة رقم (١٤)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يؤدي قفزة الأرنب)، والتي حصلت على نسبة ترجيحية (٨٢.٢٢%).
- فى (المحور السادس: (العقلة (التعلق والمشى للجانب (يمين أو يسار) ثم شد العقلة مرة والثبات ١٠ اث) هى العبارة رقم (٤٤)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يترك جهاز العقلة والنزول على الأرض)، بنسبة (٧٤.٤٤%).
- فى (المحور السابع: (حصان القفز من الوقوف على عش الغراب الوثب على ميني ترامبولين ثم الهبوط على مراتب) هى العبارة رقم (٧)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يعبر من فوق زميلك بالوثب (نط الانجليز)، بنسبة (٧٣.٣٣%).
- فى (المحور الثامن: (المتوازي ارتكاز ٢٠ اث)، هى العبارة رقم (٣٥)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يصل لوضع الارتكاز المقاطع على جهاز المتوازي)، بنسبة (٨٠.٠٠٠%).

- فى (المحور التاسع: (عارضضة التوازن) الثبات) المشى على عارضة التوازن المرتفعة ثم الوثب والنزول ثبات)، هى العبارة رقم (٩)، وهى (ما هو شعور البرعم عندما يقلد البجعة)، بنسبة (٧٧.٧٨%). ويرجع الباحث انخفاض النسبة الترجيحية لتلك العبارات لدى جميع البراعم فى كل محور نظراً لصعوبه تأدية بعض من أجزاء المهارات الحركية الأساسية للجاريات فى كل مهارة لهذه المرحلة السنية من (٥ - ٨) سنوات، والتي تطلب درجة عالية من اللياقة البدنية، والمستوى المهارى، والرضا الحركى للبراعم.

ويرى الباحث أن تلك النتيجة تتفق مع أن طبيعة أنشطة البراعة الحركية مصطلحاً يشير إلى تطوير المهارات الحركية الكبرى والمهارات الحركية الدقيقة، فالمهارات الحركية الكبيرة تتطلب استخدام العضلات الكبيرة فى الجسم وبخاصة عضلات الجذع والعضلات التى تربط الأطراف بالجذع، أما المهارات الحركية الدقيقة فهى تتميز بدقة معالجة الأشياء باستخدام اليدين ببراعة، ولذلك فهى تتطلب مجهود بدنى أقل مقارنة بالمهارات الكبيرة وكثيراً ما تعتمد على التوافق العصبى بين اليدين والعينين. (٩: ٩٠ - ١٢٢)

ويتفق ذلك أيضاً مع ما أشارت إليه نتائج دراسة لان (Lan 2010) (٢٩) بأنه إذا كانت ممارسة النشاط الرياضى لها دور فى إشباع الحاجات فإن هذا سيؤدى إلى تحقيق الرضا عند اللاعبين، أما إذا كانت بعض الحاجات غير مشبعة فإن هذا سيؤدى إلى قلة الرضا عند اللاعبين.

#### استنتاجات البحث:

فى ضوء هدف وتساؤل البحث وفى حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة فى جمع البيانات وعرض ومناقشة النتائج تمكن الباحث من التوصل إلى الاستخلاصات التالية:

١- أثر البرنامج المقترح على تطوير مستوى الرضا الحركى للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات.

- ٢- حقق البرنامج المقترح فاعلية مناسبة للرضا الحركى للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات.
- ٣- توجد بعض الأداءات السهلة التى ارتفعت فيها النسبة الترجيحية، واستشعر من خلالها البرعم بالسعادة والتشويق والمرح نتيجة الرضا الحركى للحركات الاجبارية مثل تأدية جلوس البرجل الأمامى على البساط فى مهارة جرانند كار يمين أو شمال، ومثل تأدية حركة القبة والثبات فى مهارة (فئة ثبات ٥٥ (القبة))، ومثل تأدية العجلة اكثر من مرات متتالية فى مهارة (عجلة فتح). كما توجد بعض الأداءات التى انخفضت فيها النسبة الترجيحية، مثل العبور من فوق زميل بالوثب(نط الانجليز) فى مهارة(حصان القفز من الوقوف على عش الغراب الوثب على ميني ترامبولين ثم الهبوط على مراتب)، ومثل تقليد البجعة فى مهارة (عارضه التوازن(الثبات) المشى على عارضه التوازن المرتفعة ثم الوثب والنزول ثبات)، ومثل عندما يصل لوضع الارتكاز المقاطع على جهاز المتوازي فى مهارة (المتوازي ارتكاز ٢٠ث)، والتي تطلب درجة عالية من اللياقة البدنية، والمستوى المهارى، والرضا الحركى للبراعم.

#### توصيات البحث:

فى ضوء نتائج البحث والاستخلاصات يُوصى الباحث بما يلي:

- ١- تطبيق مقياس الرضا الحركى للحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات من إعداد الباحث.
- ٢- اعتماد أسلوب أنشطة البراعة الحركية كأسلوب أساسى فى تعليم وتدريب الحركات الاجبارية لبراعم الجمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات.
- ٣- الاهتمام بتطبيق دراسات فى أنشطة البراعة الحركية فى رياضات مختلفة.

## (( المراجع ))

### أولاً: المرجع العربية.

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح (٢٠١٢م): التدريب الرياضى المعاصر، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٢- أحمد الهادى يوسف (٢٠٠٦م): قراءات موجهة فى تدريب الجمباز، مركز الكتاب الحديث، القاهرة،
- ٣- أحمد عبد العظيم (٢٠٠٢م): تأثير برنامج تربية حركية بإستخدام الألعاب الصغيرة الترويحية على بعض المتغيرات الحركية والرضا الحركى للأطفال من ٦-٩ سنوات. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- ٤- أحمد محمد شويقة (٢٠١٦م): تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على ديناميكية تحسن بعض المهارات الحركية الأساسية لمبتدئ الجمباز، المجلة العلمية "نظريات وتطبيقات" كلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير، جامعة الإسكندرية.
- ٥- أحمد محمود عبد الحكيم (٢٠١٤م): تأثير برنامج مقترح باستخدام اسلوب القصص الحركية على بعض المتغيرات البدنية ومستوى أداء بعض المهارات الأساسية فى السباحة لأطفال ما قبل المدرسة، مجلة نظريات وتطبيقات؛ العدد الثمانون (الجزء الثانى) مارس (٢٠١٤م)؛ كلية التربية الرياضية للبنين؛ جامعة الاسكندرية.
- ٦- أسامة كامل راتب (٢٠٠١م): الاعداد النفسى للناشئين: القاهرة، دار الفكر العربى.
- ٧- أشرف محمد عبدالله زرد (٢٠١٠م): تأثير برنامج تربية حركية على القدرات الإدراكية الحركية والرضا الحركى لتلاميذ المرحلة الإبتدائية، مجلة بحوث التربية الرياضية، كلية

- التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق، مجلد (٤٧) العدد (٩١)، ديسمبر ٢٠١٠.
- ٨- أمين أنور الخولى، وأسامة كامل راتب (٢٠٠٧م): نظريات وبرامج التربية الحركية للأطفال،، دار الفكر العربى، القاهرة.
- ٩- بريغان عبد الله المفتى (٢٠١٤م): تأثير برنامج بالتربية الحركية فى تنمية البراعة الحركية لدى الأطفال المكفوفين بالمرحلة الابتدائية، كلية التربية الرياضية، جامعة صلاح الدين، العراق، مجلة علوم الرياضة، جامعة ديالى.
- ١٠- حلا رزاق مدلول (٢٠١١م): تأثير الرسوم الفائقة بالأسلوبين الذاتى والتعاونى فى تعلم مهارات بأداة الشاخص وتطوير الرضا الحركى فى الجمناستك الايقاعى، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.
- ١١- حماش نسيم (٢٠١٧م): المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى الرضا الحركى لدى لاعبي كرة القدم- أقل من ١٩ سنة- دراسة ميدانية لأندية القسم الشرقى- سطيح، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف- المسيلة.
- ١٢- حمدية عبد الله الخضرى (٢٠٠٩م): تأثير برنامج للأنشطة الحركية بإستخدام الأدوات والأجهزة على القدرات البدنية وبعض مهارات الجمباز والرضا الحركى لطفل ما قبل المدرسة، المؤتمر الدولى الأول للرياضة والطفولة، ١٤- ١٥ أكتوبر ٢٠٠٩م، كلية التربية، جامعة طنطا.
- ١٣- رنا عوض محمد رزق (٢٠١٥م): تأثير برنامج تعليمى بأسلوب التعلم التعاونى على الأداء المهارى والرضا الحركى للتلاميذ تحت ١٢ سنة فى رياضة الجمباز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.



- ١٤- رواء علاوى كاظم، رعد عبد الأمير فنجان (٢٠١٣م): الرضا الحركى وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساس فى كرة السلة، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.
- ١٥- صفاء مصطفى درويش (٢٠٠٤م): تصميم برنامج ألعاب بالأدوات الصغيرة والتعرف على تأثيره على الرضا الحركى، وخفض النشاط الزائد لمرحلة رياض الأطفال. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة.
- ١٦- على عبد الله الجفرى، نجلاء عباس (٢٠١٤م): علاقة البراعة الحركية بالخيال الحركى للأطفال مرحلة ما قبل المدرسة بمحافظتى الحديدة اليمنية ومدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، بحث منشور، مجلة تطبيقات العلوم الرياضية، جامعة الإسكندرية فلمنج، العدد ٧٣.
- ١٧- عمر نصر الله قشطة (٢٠١١م): المدرب الرياضى من خلال معايير الجودة الشاملة، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية.
- ١٨- غادة جلال عبد الحكيم (٢٠٠٨م): تأثير برنامج قصص حركية على الرضا الحركى والمهارات الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- ١٩- محروس محمد قنديل، عفاف عثمان عثمان (٢٠١٧م): تأثير برنامج للطلاقة الحركية على المتغيرات البدنية الخاصة بمهارة الوقوف على اليدين على جهاز الحركات الأرضية لناشئات جمباز تحت ٧ سنوات، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة - مصر، العدد الثلاثون - نوفمبر ٢٠١٧م.

- ٢٠- محمد حسن علاوى (١٩٩٨م): موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، دار الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢١- محمد حسين عبد الله أبو عوده (٢٠٠٩م): فاعلية برنامج تدريب مقترح لتحسين القدرات البدنية الخاصة ببعض الحركات الأرضية لدى طلاب التربية الرياضية بجامعة الأقصى، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- ٢٢- محمد خضر اسمر الحيانى، وآخرون (٢٠٠٤م): بناء مقياس الرضا الحركى فى المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- ٢٣- محمد عبد الرضا سلطان (٢٠٠٩م): دقة التهديد بالقفز وعلاقتها بالرضا الحركى بدلاله الاسلوب المعرفى (الاستقلال مقابل الاعتماد) لدى اللاعبين الشباب بكرة السلة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل.
- ٢٤- مرام محمد محمد (٢٠١٤م): تأثير عرض مقترح للجمباز للجميع على الطلاقة الحركية لدى التلاميذ من ٦ - ٩ سنوات، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية (للبنين - البنات)، جامعة المنصورة.
- ٢٥- مفتى إبراهيم حماد (٢٠١١م): التدريب الرياضى للناشئين والمدرب الناجح، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٢٦- مهاب عبد الرازق، محمود محمد حسن، محمد عبد العزيز (٢٠٠٤م): وضع درجات معيارية لاختبارات بعض الصفات البدنية الخاصة لناشئى الجمباز الفنى تحت ٨ - ١٠ سنوات بجمهورية مصر العربية، المؤتمر العلمى الدولى الثامن لعلوم التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.

٢٧- هويدا فتحى السيد (٢٠٠١م): تأثير برنامج مقترح للطلاقة الحركية على تنمية بعض المهارات الحركية فى الجمباز والرضا الحركى لرياض الأطفال، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات.

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 28- Lan, W,(2010): "an Investigation of the relationship among basketball coaches leadership behavior, team cohesion and athletes satisfaction in selected universities in northern taiwan" unpublished ph. d. thesis, faculty of graduate studies, united states sports academy, united states.
- 29- Riemer, H.A.and chelladurai,p.(1998): Development of the Athlete satisfaction Questionnaire, ASQ, Journal of sport and Exercise Psychology,
- 30- Unruh, s., Unruh, n., Moorman, m. and Sesharedi, s.(2005): Collegiate Student – athletes Satisfaction With Athletic Trainers, Journal Of Athletic Training.