

## تصميم عرض رياضي لإفتتاح اسبوع شباب الجامعات الأفريقية الأول

د/ حنان أمين نصر الدين

د/ يسرا عدلى رشاد

أصبحت العروض الرياضية في وقتنا الحاضر ميدان تخصص قائم بذاته، ومصطلحا شائعا تداوله العديد من الدول العالم للتعبير عن صورة المجتمع وما وصل إليه من مستوى ثقافي، وتربوي، وعلمي، وفني ورياضي، ومن ثم اتجه العديد من المهتمين بالتربية الرياضية في بلادنا بمحاولات طيبة لتحديد معنى أو مفهوم العروض الرياضية وتفسيرها للمشاهد والمشارك حتى يتعرف على ما تهدف إليه.

فعرف بعض المهتمين بالمجال الرياضي العروض الرياضية بأنها "مجموعة مختارة من التمرينات البدنية حرة أو بأدوات أو على الأدوات، وضعت طبقاً للمبادئ التربوية والفسولوجية والحركية والجمالية، تؤدي بواسطة مجموعة كبيرة من الأفراد في وقت ومكان واحد، مع المصاحبة الموسيقية أو الصوتية لتعكس مدى ما وصل إليه المشتركون في العرض من تقدم في النواحي الرياضية والفنية". (٣) (٥) (٤)

عرفها كراخت بأنها "الحركات البدنية المكونة طبقاً للمبادئ والقوانين الفسولوجية والحركية والجمالية والتي تؤدي بواسطة مجموعة كبيرة من الأفراد في وقت واحد مع ارتباط الأداء بالمصاحبة الموسيقية أو الغنائية المعبرة، وذلك بغرض عرضها على الجمهور لكي تعبر عن مستوى المشتركين ومدى تطورهم في المجال الرياضي"

**خصائص العروض الرياضية:**

من تعريف كراخت للعروض الرياضية يمكن تلخيص أهم الخصائص المميزة للعروض كما يلي:

- ١- تشمل على حركات بدنية معدة ومكونة من قبل.
- ٢- تختار هذه الحركات على أسس المبادئ التربوية والفسولوجية والحركية والجمالية.
- ٣- تؤدي بواسطة مجموعة كبيرة من الأفراد في وقت واحد.
- ٤- يرتبط الأداء بالمصاحبة الموسيقية أو المصاحبة الغنائية أو أي مصاحبة سمعية أخرى.
- ٥- تهدف إلى التعبير عن المستوي الرياضي والتربوي للمشاركين.

وهذه الحركات البدنية الجماعية تختار بطريقة معينة خاصة وتؤدي تحت قيادة شخص يقوم بعرض نموذج للحركات والإشراف على الأداء ثم تقوم المجموعة بأداء الحركات معا في وقت واحد وتهدف إلى التمتع بوقت الفراغ وتحسين المستوي البدني والصحي للمشاركين واجتذابهم نحو حب الرياضة وممارستها بصورة منتظمة.

### أهمية العروض الرياضية:

اتفق كلاً من "عظيات خطاب واخرون، سامية الهجرسي، حامد عبد الخالق" على إن العروض الرياضية انعكاساً حقيقياً لتطور الثقافة الرياضية لمختلف دول العالم المتحضر، ومقياساً لصحة النظم السياسية، والاجتماعية والاقتصادية لكل منها، فالعروض الرياضية في بلادنا ارتبطت بالهدف السياسي والقومي واتجاهات مجتمعنا وإبراز هذه الاتجاهات من خلال توظيفها لتحقيق الأهداف التي وضعت من أجلها. والتي تتضح في كل من النواحي القومية، والبدنية، والحركية، والتربية الجمالية والعقلية (٣)، (٤)، (٨)، (١١).

### أنواع العروض الرياضية :

هناك العديد من أنواع العروض الرياضية تبعاً لنوع الحركات المستخدمة فمنها :

- ١- عروض التمرينات.
- ٢- عروض الجمباز.
- ٣- عروض التمرينات والجمباز.
- ٤- عروض مائية.
- ٥- عروض منازلات.
- ٦- عروض الألعاب المائية.
- ٧- عروض الرقص.
- ٨- العروض المسرحية (٨).

### تخطيط العروض الرياضية :

يعتمد تصميم العرض الرياضي (التخطيط له وتنظيمه) على ناحيتين هامتين تتمثلان في الناحية الإدارية والناحية الفنية وتتوقف كل منها على المناسبة التي يقام من أجلها العرض والهدف منها.

ويدخل في نطاق تصميم العرض عدد المشتركين، وأجزاء العرض وترتيبها، والزمن الذي يستغرقه كل جزء من أجزاء العرض، ونوع العرض الرياضي (عرض تمرينات، عرض جمباز، عرض تمرينات وجمباز... إلخ) ونوع الأداة المستخدمة ومواصفاتها بالإضافة إلى تحديد مكان ومساحة الملعب المقام عليه، وزمان العرض ثم البدء في تصميم العرض تمهيداً لإخراجه وتنفيذه أي أن الناحية التنظيمية تشمل ما يلي:

#### أولاً: الناحية الإدارية:

ويقصد بالناحية الإدارية للعرض عملية الإشراف على كل ما يساعد على تطبيق وتنفيذ الناحية الفنية وسهولة إخراجها ويدخل في نطاق الأعمال الإدارية وتنظيم العرض "التسجيل والمشتريات والمناقصات والتغذية بجانب الأعمال التي تتصل مباشرة بالعرض" وتشمل:

- ميزانية العرض وطرق الصرف واللجان الإدارية.
- عدد المدربين المناسبين لتعليم المشتركين أجزاء العرض.
- الأدوات والأجهزة المستخدمة في أداء تمرينات العرض.
- وسائل الإذاعة.
- طرق النقل (المواصلات).
- التجمعات والبروفات. (٣)

#### ثانياً: الناحية الفنية للعرض:

تتعلق الناحية الفنية بمادة العرض وكيفية تعليمها والتدريب عليها وتنفيذها ويقوم بالناحية الفنية للعرض مدرب متخصص أو أكثر لتكوين لجنة فنية تقوم بتوزيع أجزاء العرض على كل مدرب في هذه اللجنة كل فيما يخصه، مراعي الأسس التي يجب على واضعي العرض مراعاتها عند وضع مادة العرض متمثلة في:

- الهدف والغرض من المناسبة التي تقام من أجلها العرض.
- المرحلة السنوية للمشاركين في العرض لوضع التمرينات المناسبة لهم.
- المستوى البدني (الحركي) للمشاركين في العرض.
- عدد المشتركين.

- زمن العرض.

- مكان الحفل (والذي يجرى فيه العرض)

- الملابس المستخدمة.

- الموسيقي. (٣)

وبما أن العروض الرياضية واجهة لقياس تقدم الدول رياضياً لذلك تعطي الدول لها أهمية خاصة، لذا قررت جامعة أسوان تكليف كلية التربية الرياضية بإقامة عرض رياضي في إسبوع شباب الجامعات الإفريقية في حفل الافتتاح.

ويستعين مصممو العرض بالتكوينات والتشكيلات المتعددة والموسيقي المصاحبة والملابس والألوان المستعملة فيها كوسيلة للتعبير عن فكرة العرض بطريقة جذابة ولا يمكن تحقيق ذلك إلا بعملية تنظيمية يسودها التعاون بين المدربين والمشاركين ومخططي العرض وأجهزة الدولة. (١١)

مناسبة العرض: افتتاح إسبوع شباب الجامعات الأول الإفريقية

مكان العرض: إستاند أسوان.

تاريخ العرض: ٢٠/١٠/٢٠١٩م.

الإمكانات البشرية:

اجمالي عدد الطالبات (٢٤٠) طالبة من كلية التربية الرياضية جامعة أسوان موزعة كالاتي :

عدد (٨٠) مشاركات بعرض الشرائط.

عدد (١٠٠) مشاركات بعرض الطبقة النوبي.

عدد (٦٠) مشاركات بعرض البراشوت.

الأدوات المستخدمة:

إن أداء العروض الرياضية بأدوات يضيف على التمرينات جمالاً ويبين في كثير من الأحيان التوافق والمهارة وتختار هذه الأدوات والأجهزة بحيث تتناسب مع قوة المشترك إذا كانت الأداة فردية أو المشتركين إذا كانت الأداة مشتركة. (٣: ٤٦٢)

ويجب أن تتناسب طبيعة الأداة مع عدد المشاركين وطبيعة الملعب (١: ١٨٠)

ونظراً لأن عدد المشاركات في اللوحة الأولى بالنسبة لمساحة الملعب صغيرة رأيت

الباحثتان أن لابد من وجود أداة كبيرة وواضحة في اللوحة الأولى فكانت كالاتي :

١- شريط ستان طوله ٥ أمتار وعرضه ٧٠ سنتيمتر مثبت بقائمين (ماسورة) بطول متر على كل جانب بالعرض.

- ١٠ لون أخضر ودلالته (الغابات والمزارع والمناطق والمساحات الخضراء بقارة أفريقيا).
- ١٠ لون أزرق ودلالته (المسطحات المائية والأنهار والبحار بقارة أفريقيا).
- ١٠ لون فوشيا ودلالته (المعادن والثروات المعدنية التي تمتلكها قارة أفريقيا).
- ١٠ لون برتقالي ودلالته (الشمس المشرقة المميزة لقارة أفريقيا).



٢- طبق نوبي ملون قطره ٩٠ سنتيمتر (متعدد الألوان)  
١٠٠ طبق ودلالته (أداة تمثل البيئة النوبية وهو صناعة يدوية) مغطى بأنوار ملونة يمكن التحكم في إضاءتها من خلال الطالبة مثبتة بشكل دائري على الطبق.



٣- براشوت دائري به شعار العرض نصف قطرة ١٠ أمتار.  
الملابس :

١. مايوه محجبات ذهبي مكون من قطعتين، وغطاء على الرأس نفس اللون بالإضافة إلى طرحة سوداء اللون، شراب أسود، وتم اختيار اللون الذهبي المميز لقارة أفريقيا.



- ٢- جلباب أبيض نوبي مطعم باللون الموف الفاتح مطرز بكردان نوبي على الصدر بالذهبي، غطاء رأس طويل باللون الموف الفاتح، شراب أبيض.
- ٣- تي شيرت على شكل علم مصر (أحمر- أبيض- أسود)، بنطلون اسود، غطاء رأس أحمر، شراب أسود.



#### فكرة العرض :

تأتي البداية بدخول الطالبات بالزي الذهبي المميز لقارة أفريقيا لتتناغم ألوان القارة في اللوحة الأولى بين المسطحات المائية (بحار- أنهار- بحيرات) باللون الأزرق، والمسطحات الخضراء باللون الأخضر، وشمس القارة المميزة باللون البرتقالي والمعادن والثروات الموجودة بالقارة باللون القرمزي ثم تأتي اللوحة الثانية باحتفال مصر عامة وأسوان خاصة أنها عاصمة الشباب الأفريقي بألوان الملابس التي تدل على أهل النوبة وأطباق النوبة الشهيرة التي تعتبر من الصناعات اليدوية النوبية الأساسية التي تمتاز بها محافظة أسوان فيتألق بألوانه الجذابة المميزة ليستقبل ضيوف مصر الكرام ، وتختتم تلك اللوحات بقدم ضيوف "الحلوة السمرا " وهو إسم العمل ككل متمثلين في براشوت يحمل شعار العرض لتحملهم مصرنا

الحببية متمثلة في الطالبات التي يرتدين علم مصر في موكب مهيب يجتمع فيه ثروات وألوان قارة أفريقيا وأطباق أهل النوبة ليحتفلوا معاً ببداية إسبوع شباب الجامعات الإفريقية على أرض أسوان.

### شعار العرض:

عبارة عن قارة أفريقيا بألوانها المميزة السابق ذكرها ورسومات لبعض الحرف والحيوانات والملابس المميزة بها القارة واسم القارة مصحوب بنموذج لفتاه إفريقية لتعبر عن إسم العرض "الخلوة السمرا" محاطة بالمثلثات النوبية الشهيرة شكل (١).



الشكل (١)

### الموسيقى :

تنوعت الموسيقى في اللوحات الثلاثة للعرض فكانت كالتالي:

**اللوحة الأولى:** موسيقى تعبر عن أفريقيا بها مؤثرات صوتية تعبر عن الحيوانات والغابات التي تتواجد داخل القارة بالإضافة إلى بعض الصيحات التي يستخدمها الأفارقة، وتنوعت

فيها الآلات لتظهر بوضوح بعض الآت النفخ والطبول المشهورة بها قارة أفريقيا.

**اللوحة الثانية:** موسيقى تعبر عن النوبة بهدونها المعروف فتظهر بها الآت الموسيقية التي تميز بلاد النوبة كالطنبورة والدف وتتنوع أيقاعات الموسيقى وتطعم بالسلم الخماسي الذي تمتاز به النوبة.

**اللوحة الثالثة:** تبدأ الموسيقى بقرع الطبول التي تأذن بدخول البراشوت وتعبر عن الموسيقى الإفريقية وتختتم بأغنية مصرية تعبر عن فرحة وسعادة المصريين لإستقبال الوفود الإفريقية.

## تشكيلات العرض :

العرض مكون من (٧) تشكيلات بالشرائط، (٨) تشكيلات بالطبق النوبي و(١) تشكيل بالشرائط، الطبق النوبي والبراشوت، أي اجمالي (١٦) تشكيل ومرفق مع البحث CD يوضح التشكيلات والجمل الحركية وصور التشكيلات.

## تشكيل الدخول :

عبارة عن بلوك مكون من ٨ قاطرات في آخر الملعب (٨×٤) جري- الدخول إلى أرض الملعب بلوك واحد من آخره إلى منتصف الملعب والوصول إلى ٨ قاطرات (كل قاطرتين بجانب بعضهما) كما هو موضح في الشكل رقم (٢)



الشكل (٢)

## التشكيل الأول :

(جثو مواجه جنباً لجنب. الرجل الخارجية جانباً. الذراع الخارجية عالياً. الميل للداخل) (٨ × ٢) توقيت في المكان. (٨×١) الوقوف مواجه للزميل والتوقيت. (٨×١) الطعن الجانبي امام الزميلة. (٨×٢) فرد الشريط بين الزميلتين (٨×٤) المروق من تحت الشرائط والجري للخلف ثم الجري للأمام من أعلى الشرائط، (٨×٤) التحرك بالحجل للتشكيل (٣)





## التشكيل الثاني :

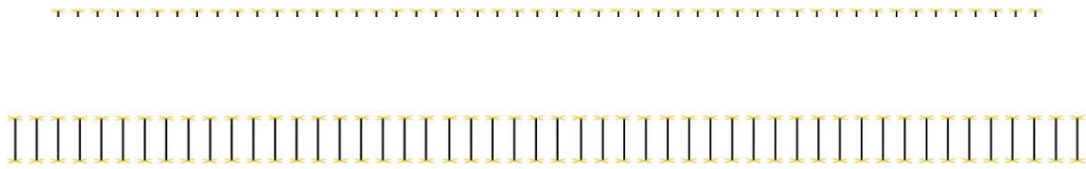
(٨×٤) التحرك بالحجل إلى التشكيل الثاني والثبات في المكان شكل (٣)، (٨×٣) المشي بالخطوة تنظيم إلى التشكيل الثالث شكل (٤).



## شكل (٤)

## التشكيل الثالث :

(٨×٣) رفع الشريط عالياً ثم الجلوس على اربع من منتصف الصف على التوالي من الجانبين (موجة)، (٨×١) تبادل الجلوس على اربع ثم الوقوف للزميلين، (٨×٣) المروق بين كل شريطين بالتتابع من الخارج للداخل.



## شكل (٥)

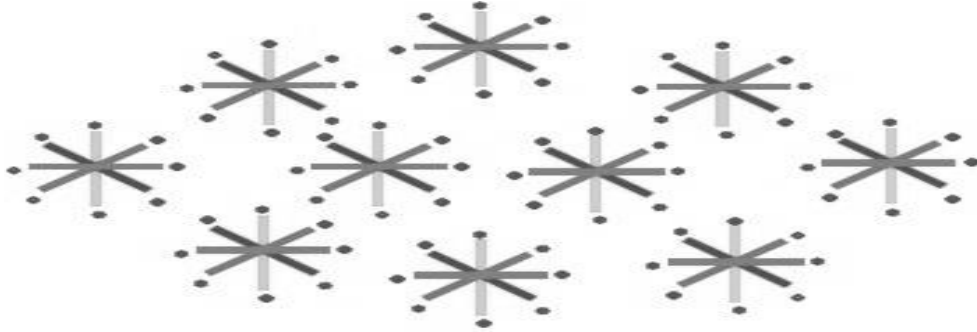
## التشكيل الرابع :



## شكل (٦)

## التشكيل الخامس :

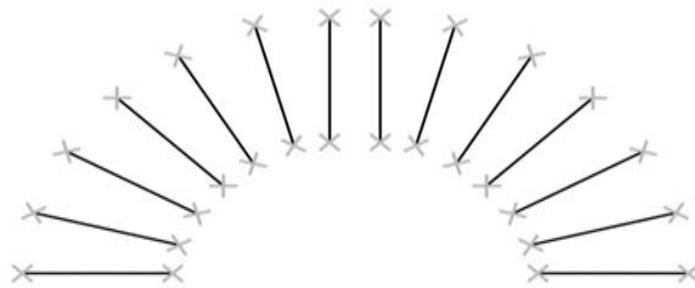
(٨×١) المشي مع رفع الشريط لأعلى إلى التشكيل (٧)، (٨×١) الثبات في المكان مع خفض الشريط لأسفل والتكرار، (٨×٤) مع تقاطع الذراعين اماما ثم بالركبتين كاملا ثم تبادل الطعن الجانبي ف الجهتين بالتبادل مع التكرار.



شكل (٧)

## التشكيل السادس :

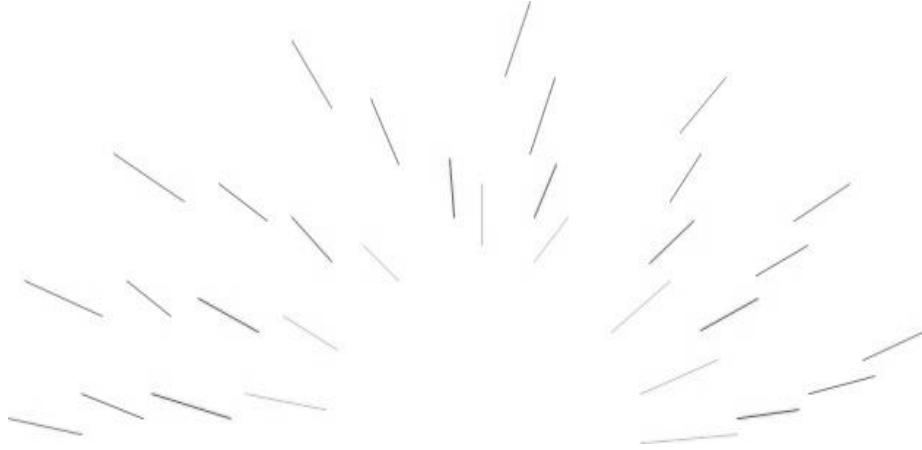
(٨×٤) مشي الذراعين عالياً بعرض الملعب، (٨×٤) مشي الذراعين عالياً بطول الملعب للوصول إلى الشكل (٧)، (٨×٢) تكوين الدوائر بالمروق داخل الشرائط، (٨×٢) جلوس الطالبات رقم ٢ على اربع ووقوف الطالبات رقم ١ لأعلى بالتبادل، (٨×٢) زحلقة جانبية عكس عقارب الساعة والعكس، (٨×٢) فك الدوائر.



شكل (٨)

## التشكيل السابع :

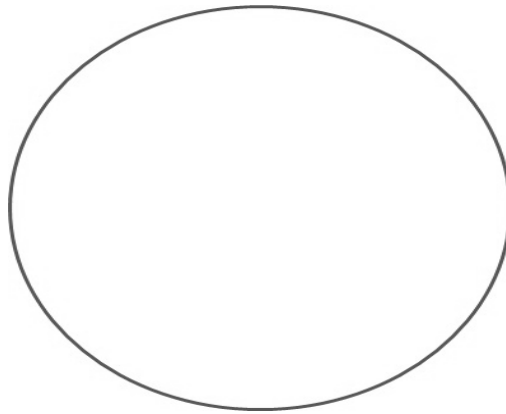
(٨×٤) الجري للقوس شكل (٨)، (٨×٤) المشي والدخول وترتيب الأشرطة فوق بعضها (كل اربع الوان) والخروج بالتبادل، (٨×٤) خروج كل لون إلى تشكيل القوس.



شكل (٩)

## التشكيل الثامن :

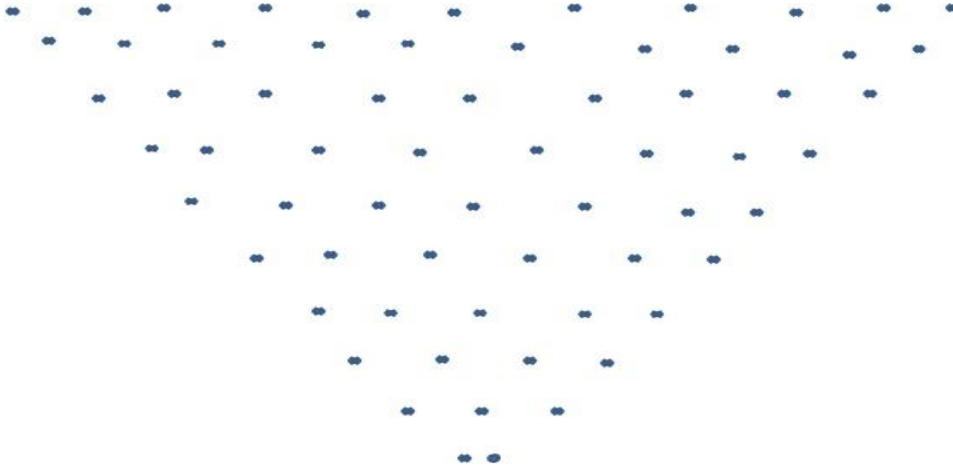
(٨×٨) دخول الطالبات بالجري والوقوف على شكل دائرة في منتصف الملعب مع (مسك الطبق النوبي أمام الجسم)، والانتقال إلى التشكيل التالي في (٨×٥) .



شكل (١٠)

## التشكيل التاسع :

تصل الطالبات إلى تشكيل (١١) وهو عبارة عن المثلث المقلوب مع رفع الذراعين بالأداه المستخدمة عالياً مع تبادل ميل الجذع يميناً ويساراً، واداء جملة حركية مكونة من (٨×٤) ثم ضم التشكيل واداء جملة حركية مكونة من (٨×٤).



شكل (١١)

## التشكيل العاشر :

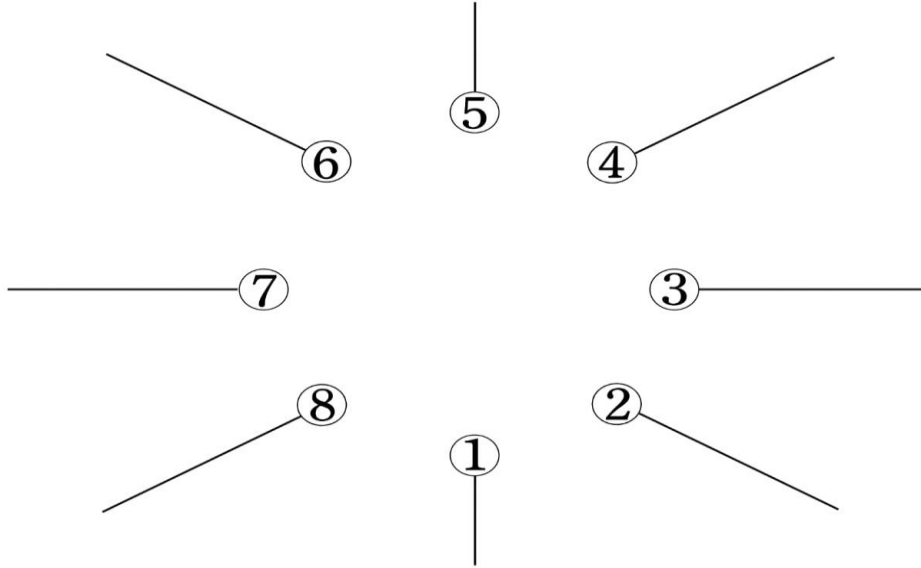
(٨×٢) تنتقل الطالبات بالمشي إلى التشكيل (١٢) وهو عبارة عن مثلثين ثم يتم الانتقال عن طريقه للتشكيل رقم (١٣).



شكل (١٢)

## التشكيل الحادي عشر :

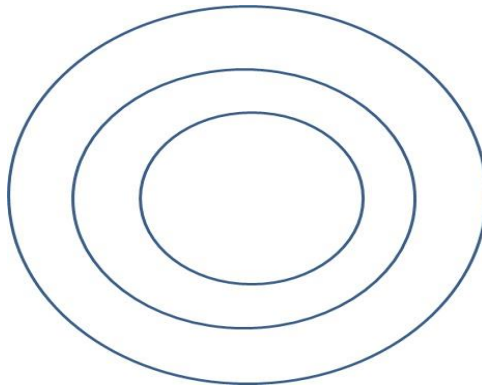
يتم تكوين التشكيل رقم (١٣) وهو عبارة عن نجمة في (٨×٤)، ثم يبدأ دوران الشكل بالكامل مع عقارب الساعة في (٨×٢) .



شكل (١٣)

## التشكيل الثاني عشر :

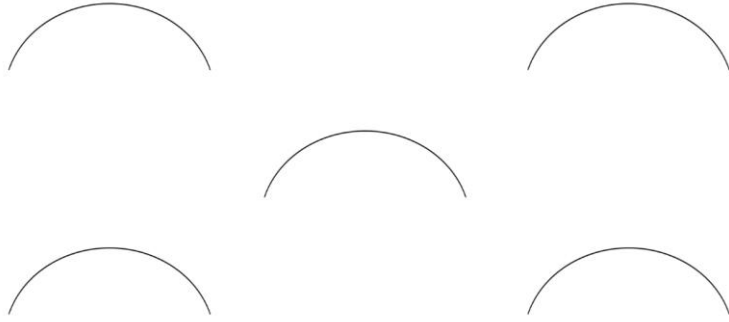
(٨×٢) يتم الانتقال بالمشي وتكوين التشكيل (١٣) وهو عبارة عن ثلاث دوائر متداخلة، مختلفة المساحات واداء جملة حركية (٨×٦).



شكل (١٤)

## التشكيل الثالث عشر :

الجري (٨×٢) والانتقال إلى التشكيل (١٥) وهو عبارة عن خمس أقواس منتشرة في أرجاء الملعب، اداء جملة حركية مكونة من (٨×٢) ثم الانتقال إلى التشكيل التالي .



شكل (١٥)

## التشكيل الرابع عشر :

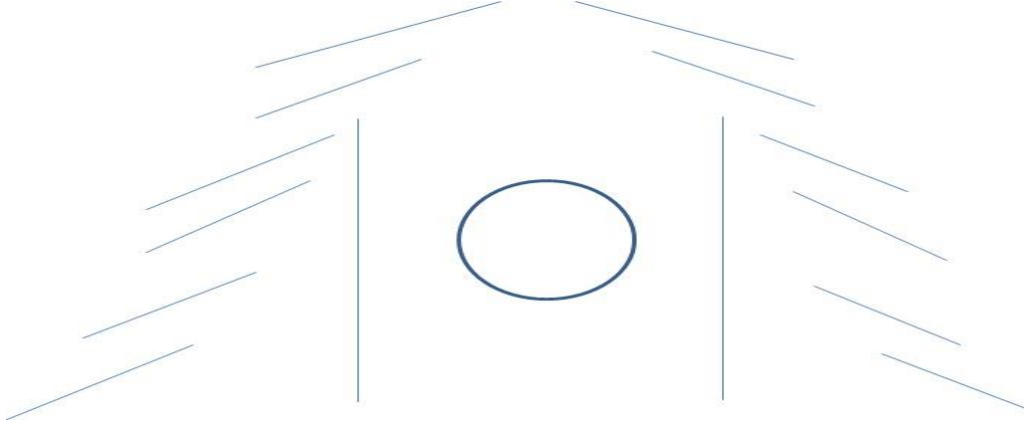
الجري (٨×٢) إلى التشكيل (١٦) وهو عبارة عن صفوف متوازية في منتصف الملعب يتم الانتقال من خلالها إلى قاطرتين على جانبي الملعب إستعدادا لدخول الشعار وعمل التشكيل النهائي والختامي للعرض.



شكل (١٦)

### التشكيل الخامس عشر:

وهو تشكيل الختام يتم في دخول الشرائط من على جانبي الملعب وعمل قاطرتين ويدخل الشعار (٨×٤) محمول من طالبات يرتدين علم مصر من تحت الشرائط، ثم تصطف الشرائط على جانبي الملعب على شكل قاطرتين مائلتين واداء جملة حركية لجميع الطالبات بالادوات (٨×٣٢) ثم الخروج .



شكل (١٧)

### ((المراجع))

- ١- حازم أحمد محمد السيد (٢٠٢٠م): واقع الكفايات الفنية لتصميم العروض الرياضية في ضوء الاقتصاد المعرفي لدى معلمي التربية الرياضية وعلاقتها باتجاهاتهم نحو العروض الرياضية المدرسية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، العدد ٩٠ الجزء ٣ ، كلية التربية الرياضية- جامعة حلوان.
- ٢- حازم جاد أحمد عيسى (٢٠٠٦م): العروض الرياضية بين معلمي وموجهي التربية الرياضية للمراحل التعليمية المختلفة "دراسة تحليلية نقدية" مجلة بحوث التربية الشاملة، المجلد ٢، كلية التربية الرياضية- جامعة الزقازيق.
- ٣- حامد عبد الخالق (٢٠١٤م): المهرجانات والعروض الرياضية، دار الكتب، القاهرة.

- ٤- سامية أحمد كامل الهجرسي (٢٠٠١م): مقدمة في التمرينات الإيقاعية الإيقاعي، المكتبة الحديثة، القاهرة.
- ٥- عطيات خطاب، مها محمد فكري، شهيرة عبد الوهاب (٢٠١٤م): أساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٦- عماد الدين سيد حسب الله (٢٠١٥م): عزوف الطلاب عن الاشتراك في مسابقات العروض الرياضية، المجلة العلمية بكلية التربية الرياضية- جامعة حلوان.
- ٧- فاطمة ياس الهاشمي، عصام الدين شعبان (٢٠١٢م): التمرينات والعروض الرياضية "التصميم والتقويم"، الطبعة الأولى، دار ومكتبة الاسراء، القاهرة.
- ٨- محروس قنديل (٢٠١٤م): رؤية فلسفية للمنظومة الفنية للعروض الرياضية، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، العدد ٢٥، كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة.
- ٩- موسى فهمي إبراهيم، عادل علي حسن (٢٠٠١م): التمرينات والعروض الرياضية، الطبعة التاسعة، دار المعارف، القاهرة.
- ١٠- نسمة محمد فراج عبد العظيم (٢٠٢٠م): العروض الرياضية وتأثيرها على إدراك الذات البدنية والتكوين الجسمي لطالبات كلية التربية الرياضية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلد ٨٨ جزء ٤.
- ١١- وائل مارون، شريهان عجيب (٢٠١٨م): المكونات الأساسية للعروض الرياضية من وجهة نظر المختصين في سورية، جامعة تشرين للبحوث والدراسات، مجلد ٤ العدد ١ اللاذقية.