

نسب مساهمة الرشاقة والتوافق في اداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطالبات

م.د. علي نزار محي

م.د. اسراء رزاق جفات

م.د. ايات عباس علوان

جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مستخلص البحث باللغة العربية

تطرق الباحثون إلى ما يتميز به هذا العصر من تقدم علمي وتكنولوجي في جميع مجالات الحياة وباعتبار مجال التربية الرياضية أحد أبرز مجالات المعرفة الإنسانية التي تتطور ومازالت تتطور على أسس ومبادئ عمادها البحث العلمي وإلى دور وأهمية كل من الرشاقة والتوافق في اداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطالبات ، وهدفت الدراسة الى التعرف على مستوى أشرافه والتوافق في اداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطالبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء، التعرف على علاقة أشرافه والتوافق في اداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطالبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء ، وأيضاً إيجاد نسب مساهمة أشرافه في اداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطالبات المرحلة الثالثة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء.

انتهج الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية ونسبة المساهمة لتحقيق أهداف البحث واختبار فرضيته كما اشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2022- 2023) وتم اختيار عينة البحث بواقع (30) طالبة . ومن خلال ما أفرزته نتائج التحليل الإحصائي للبيانات ودراسة علاقة المتغيرات مع بعضها البعض تم التوصل إلى استنتاجات وهي أن للرشاقة علاقة إيجابية بأداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء ، و للتوافق الحركي أيضاً علاقة إيجابية بأداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين للطالبات بالجمناستك لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء

The contribution of agility and coordination to the performance of the forward rope rotation skill with arms crossed in rhythmic gymnastics for female students.

Lec. Dr. Ayat Abbas Alwan

Lec. Dr. Israa Razzaq Jafat

Lec. Dr. Ali Nizar Mohi

University of Karbala / College of Physical Education and Sports Sciences

Abstract

The researchers addressed the scientific and technological progress that characterizes this era in all areas of life, considering the field of physical education as one of the most prominent areas of human knowledge that is developing and continues to develop based on foundations and

principles based on scientific research. They also addressed the role and importance of both agility and coordination in performing the skill of forward rope rotation with arms crossed in rhythmic gymnastics for female students. The study aimed to identify the level of agility and coordination in performing the skill of forward rope rotation with arms crossed in rhythmic gymnastics for female students in the third year - College of Physical Education and Sports Sciences in Karbala, to identify the relationship between agility and coordination in performing the skill of forward rope rotation with arms crossed in rhythmic gymnastics for female students in the third year - College of Physical Education and Sports Sciences in Karbala, and also to find the percentages of agility's contribution to performing the skill of forward rope rotation with arms crossed in rhythmic gymnastics for female students in the third year - College of Physical Education and Sports Sciences in Karbala. The researchers adopted the descriptive approach using the survey method, correlational studies, and the percentage of contribution to achieve the research objectives and test its hypothesis. The research community included third-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala, for the academic year (2022-2023). The research sample was selected at (30) female students. Through the results of the statistical analysis of the data and the study of the relationship of the variables with each other, conclusions were reached, namely that agility has a positive relationship with the performance of the skill of forward rope rotation with arms crossed in gymnastics for third-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala. Motor coordination also has a positive relationship with the performance of the skill of forward rope rotation with arms crossed for female students in gymnastics for third-year female students in the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Karbala.

أولاً : أهمية ومشكلة البحث :

هو احد الأنشطة الرياضية الذي يشتمل على أداء حركات معينة كوسيلة للتربية والتعليم وكذلك من الجانب السيكولوجي والنفسي والمعرفي. وينحصر مجال رياضة الجمناستك الإيقاعي بالمرأة فقط وذلك لانسجامها مع الخصائص الطبيعية والبايولوجية وما تمتلكه من القدرة على التعبير الحركي مع الإيقاع الموسيقي وإن من متطلبات هذه الرياضة القوام الجيد وتنمية وتطوير الصفات البدنية والقدرات الحركية كالقوة والسرعة والمرونة والرشاقة والتوافق والتوازن ، كما تؤدي إلى تطوير قوة الإرادة والملاحظة والتحمل وقوة الشخصية والقدرة على الإبداع في العمل والتذوق الموسيقي.

ومن خلال متابعة الباحثون للدروس العملية لمادة الجمناستك الإيقاعي في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة كربلاء لاحظوا وجود تذبذب في مستوى أداء الطالبات حيث هناك صعوبة في أداء بعض مهارات الحبل بالجمناستك الإيقاعي وكيفية التعامل مع المواقف الصعبة أثناء الأداء والتي تؤثر على مستوى أدائهن لذا إرتى الباحثان الكشف عن مستوى أداء الطالبات و التعرف على مستوى أشرافه والتوافق في أداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الإيقاعي للطالبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء والتعرف على علاقة أشرافه والتوافق وأداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الإيقاعي للطالبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء.

ثانياً : اهداف البحث :

- 1- التعرف على مستوى أشرافه والتوافق في أداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطلبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء.
- 2- التعرف على علاقة أشرافه والتوافق في أداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطلبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء.
- 3- إيجاد نسب مساهمة أشرافه والتوافق في أداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطلبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء.
- ثالثاً: فروض البحث :

- 1- توجد علاقة ايجابية بين الرشاقة والتوافق في أداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطلبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء
- 2- للرشاقة والتوافق نسبة مساهمة ايجابية في أداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الايقاعي للطلبات المرحلة الثالثة -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء
- رابعاً : مجالات البحث :-

- المجال البشري :- طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2022 - 2023)
- المجال الزمني :- من 17/10/2022 لغاية 26/12/2023
- المجال المكاني :- القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء

خامساً : منهج البحث :-

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية ونسب المساهمة وهذا ما ينسجم ويتطابق مع مواصفات بحثهم وتحقيق اهداف الدراسة .

سادساً: مجتمع وعينته :-

اشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء للعام الدراسي (2022-2023) والبالغ عددهن (42) طالبة . وقد جاء اختيار عينة البحث بأسلوب المعاينة العشوائية إذ شملت على (30) طالبة وبنسبة (71%) ويعد إبعاد بعض طالبات التجربة الاستطلاعية والذين لم يكملوا بعض الاختبارات والاستبيانات .

سابعاً: وسائل البحث ولأجهزه المستخدمة:-

لكي يتمكن الباحثون من انجاز عملهم على أكمل وجه لابد من الاستعانة بالأدوات والوسائل التي تساعدهم ويقصد بها "جميع الوسائل والأدوات التي سوف يستخدمها الباحث في كل مرحلة من مراحل بحثه" وهي كما يلي :-

1- أستمارة تقييم الاداء .

2- الاختبارات والقياس.

3- جهاز حاسوب نوع (dell) .

4- حاسبة الكترونية

5- أداة الحبل الخاصة بالجمناستك الإيقاعي .

ثامناً: تحديد مهارة وثبة الخطوة مع رمي واستلام الحبل :-

قام الباحثون باعتماد مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الإيقاعي التي تم تدريسها ضمن المقررات الدراسية لطالبات المرحلة الثالثة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في كربلاء، بعدها تم تصميم استمارة تقييم الاداء لمهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين للطالبات في الجمناستك الإيقاعي (*) والملتزمة إعطاء قيمة (10) درجات لأجزاء المهارة ككل وعرضها ضمن استبيان على (11) خبيراً ومختصاً (**). برياضة الجمناستك لبيان صلاحيتها في قياس المهارات الإيقاعية باداة الحبل بالجمناستك للطالبات وبعد جمع استمارة الاستبيان وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخدام اختبار (كا²) إذ بلغت قيمة (كا²) المحسوبة (7.36) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (1) ، واعتماد تصوير أداء الطالبات لمهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الإيقاعي للطالبات المعنية بالبحث وخبزنها على قرص (CD) وإرسالها إلى مجموعه من ذوي الخبرة والاختصاص في رياضة الجمناستك الإيقاعي لغرض إعطاء تقييم مناسب لأداء كل الطالبات على مهارات أداة الحبل في استمارة التقييم .

تاسعاً: تحديد اختبارات الرشاقة والتوافق :-

لغرض تحديد وقياس مستوى الرشاقة والتوافق لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء قام الباحثان بمسح المصادر والمراجع العلمية ، واعتماد اختبار - الجري اللولبي بين خمس شواخص المسافة بين شاخص وآخر (274 سم) للرشاقة اما التوافق فتمت اعتماد اختبار الركض على شكل (8) المسافة بين القائمين (4م) .و بعد عرضة على مجموعة من الخبراء والمختصين لبيان صلاحية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء .

عاشراً: التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحثون بأجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 17 / 10 / 2022 على عينة مكونة من (10) طالبة تم اختيارهم عشوائيا من عناصر المجتمع المبحوث ، وكان الغرض منها الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجههم فضلا عن استخراج الاسس العلمية للاختبارات والمقاييس .

احدى عشر : الأسس العلمية للاختبارات والمقاييس :-

بما إن الاختبارات المستعملة بالبحث قد تم اختيارها من المراجع والبحوث العلمية والتي تتوفر فيها المعاملات العلمية .

(1) : صدق الاختبارات :-

يعد صدق الاختبارات الخاصة الأكثر أهمية بين خصائص الاختبار الجيد، حيث قام الباحثون بالتحقق من صدق الاختبارات للرشاقة والتوافق من خلال استخراج صدق المحتوى أو المضمون عندما عرض المقياس واختبارات على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين وتبين إن هنالك اتفاق حول صلاحية المقياس واختبارات المعتمدة .

(2) : الثبات :-

لأجل معرفة مدى ثبات قيم نتائج الاختبارات المرشح لقياس مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الإيقاعي للطالبات قام الباحثون باستخراج قيم معامل ارتباط (سبيرمان) بين التطبيق الأول في التجربة الاستطلاعية بتاريخ 17 / 10 / 2022 وإعادة تطبيق الاختبارات في 31 / 10 / 2022 وخلال فترة زمنية لا تسمح بالتعلم أو التدريب ، إذ بلغت قيمة معامل الثبات للاختبار الرشاقة (0.877) وثبات اختبار التوافق (0.889) .

اثنا عشر: التجربة الأساسية :-

نظراً لاستكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بإجراء التجربة الأساسية والتي أكدت صلاحية الاختبارات لقياس مستوى مهارة وثبة الخطوة مع رمي واستلام الحبل باشر الباحثون بإجرائها على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (30) طالبة إذ تم إجراء التجربة في القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء واستغرقت (4) أيام بدأت يوم (الثلاثاء) الموافق 2 / 11 / 2022 وانتهت يوم الخميس 11 / 11 / 2022. كما قاموا بتصوير أداء الطالبات للمهارة وعرضها ع المحكمين مختصين بالجمناستك ، بعدها اتجهت إلى تفرغ البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية .

ثلاثة عشر: الوسائل الإحصائية المستخدمة :-

استخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لمعالجة البيانات وتم استخدام الحقيبة في المواضيع الآتية

:-

1- الوسط الحسابي .

3- الانحراف المعياري .

4- معامل الالتواء .

1- معامل ارتباط .

2- الانحدار الخطي

- قانون (f) لمعنوية نسبة المساهمة .

اربعة عشر : إعداد البيانات الأولية لمتغيرات البحث :-

قام الباحثون بتفريغ استمارة اختبار الرشاقة والتوافق لمهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجمناستك الإيقاعي للطالبات لجميع أفراد العينة واستخراج قيم الإحصائيات الوصفية وبهذا تم التحقق من هدف الدراسة (الأول) والجدول (1) يبين ذلك .

جدول (1) يبين حجم العينة وقيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري للمتغيرات

ت	المتغيرات	العينة	وسط حسابي	انحراف معياري	خطأ معياري
1	مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين	30	6.049	1.150	0.052
2	الرشاقة	30	14.87	1.177	0.118
3	التوافق	30	22.12	3.142	0.317

من خلال الجدول (1) يتبين ان قيمة الخطأ المعياري ولجميع المتغيرات كانت (صفرية) وهذا يؤكد ان عينة البحث توزعت توزيعاً اعتدالية وقريبة من التوزيع الطبيعي في جميع المتغيرات المبحوثة .

خمسة عشر : ارتباط مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالرشاقة والتوافق :

من خلال معالجة بيانات الطالبات إحصائياً ودراسة العلاقة الارتباطية باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) أظهرت النتائج ارتباطات ايجابية بين ارتباط مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالرشاقة والتوافق لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء والجدول (2) يبين ذلك .

جدول (2) يبين مصفوفة الارتباطات مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالمتغيرات المبحوثة

المتغيرات	مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين	الرشاقة	التوافق
مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين	1.000	0.412-	0.357-

بعد إن تمت معالجة البيانات إحصائياً ودراسة ارتباط مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالمتغيرات قيد الدراسة تبين إن هناك ارتباط معنوي موجب بين مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين والمتغيرات المبحوثة وإن القيمة العشوائية العظمى لمعامل الارتباط عند درجة حرية (28) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (0.254) ويعزوا الباحثان هذا الارتباط إلى إن الرشاقة والتوافق من القدرات الحركية الأساسية في تعلم المهارات الرياضية بشكل عام ومهارات الجمناستيك الإيقاعي بشكل خاص إذ لا بد أن يكون لدى الطالبة قدرة عالية من الرشاقة والتوافق في حال عرض وشرح الحركات والمهارات مما يساعد في تعلم وأداء وتثبيت المهارة بشكل آلي ، وبغية التعرف على الدلالة المعنوية لمعاملات ارتباط مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين مع تقديرات المتغيرات المبحوثة يسלט الباحثون الضوء على ما جاء في الجدول (3) .

جدول (3) يبين نسب مساهمة الرشاقة والتوافق بمهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين

طبيعة الارتباط	قيمة معامل الارتباط	نسبة المساهمة	قيمة (F) المحسوبة	دلالة معامل الارتباط
متعدد	0.433	0.188	8.132	معنوي عند مستوى دلالة (0.001)

ومن خلال الجدول (3) يتبين ان قيمة معامل الارتباط ونسبة المساهمة معنوية ويدل على ذلك قيمة (F) المحسوبة مما يؤشر ارتباط مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالمتغيرات المبحوثة حيث إن طالما إن نسبة المساهمة دالة ومعنوية يمكن اختيارها بقانون (F) وبالتالي يمكن اعتمادها إذ إن مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين يتناسب تناسباً طردياً مع المتغيرات المبحوثة ولغرض الحصول على نسب مساهمة المتغيرات المبحوثة مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين استخدم الباحثون معادلة الانحدار والتي من خلالها يمكن التنبؤ بهذه العلاقة والجدول (4) يبين ذلك .

جدول (4) يبين نسب مساهمة الرشاقة والتوافق مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين

المعاملات	الخطأ المعياري	قيمة T المحسوبة	الدلالة

المتغيرات	طبيعة المعامل	قيمة المعامل	لمعامل الانحدار	المعنوية
الثابت	- أ -	8.045		
الرشاقة	- ب - ₁	-0.067	0.016	2.155 معنوي
التوافق	- ب - ₂	-0.047	0.015	3.285 معنوي

ومن خلال الجدول (4) والذي يبين القيم المقدره يبين نسب مساهمة الرشاقة والتوافق بمهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بدلالة تقديرات المتغيرات المبحوثة ، وعلى ضوء ذلك يمكن استنباط معادلة الانحدار الخطي وكما يلي :-

القيمة التنبؤية يبين نسب مساهمة الرشاقة والتوافق مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين

$$= 8.045 - (0.067 \times \text{قيمة اختبار الرشاقة}) - (0.047 \times \text{قيمة اختبار التوافق})$$

سبعة عشر: الاستنتاجات :-

من خلال ما أفرزته نتائج هذه الدراسة توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية :-

1- للرشاقة علاقة إيجابية بآداء مهارة دوران الحبل اماما بتقاطع الذراعين بالجناستك لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء

2- للتوافق الحركي علاقة إيجابية بآداء مهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بالجناستك لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء

3- استنباط معادلة تنبؤيه بمهارة دوران الحبل أماماً بتقاطع الذراعين بدلالة متغيرات (الرشاقة والتوافق) لدى طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كربلاء .

ثمانية عشر: التوصيات :-

- من خلال الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثون فإنهم خلصوا الى التوصيات الآتية :-
- 1- ضرورة محاولة تنمية عنصر الرشاقة والتوافق لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وخاصة من لها نسب مساهمة في التوقع للمهارات المبحوثة .
 - 2- ضرورة اعتماد المعادلة التنبؤية لغرض توجيه طالبات كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .
 - 3- إجراء دراسة مشابهة لبقية القدرات البدنية العقلية والنفسية ولفعاليات أخرى ومحاولة تطبيقها على جميع الألعاب الرياضية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ومن الجنسين .

المصادر :

- سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط3 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2005 ، ص127 .
- محمود أحمد عمر (وآخرون) : القياس النفسي والتربوي ، ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص 187
- وديع ياسين وحسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1999 ، ص 430 .