

دراسة تحليلية للمهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي فى العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م

*د/نسمة محمد فراج عبد العظيم

مقدمة البحث

احتلت العروض الرياضية فى السنوات الأخيرة مكانة متميزة وميدان مستقل بذاته ضمن ميادين التربية الرياضية، فهى عبارة عن مرآة تعكس صورة المجتمع وما وصل إليه من تقدم على المستوى الرياضى والثقافى والتربوى والعلمى والفنى والحضارى، ودليل على ذلك ما نشاهده من عروض رياضية منقولة من خلال المهرجانات العالمية والدورات الأولمبية وما لها من إبداعات وابتكارات حديثة على درجة عالية من الدقة والإتقان والبراعة فى الأداء والتحكم فى أجزاء الجسم وما يصاحبها من أنغام وإيقاعات وألحان موسيقية مختلفة وملابس وأدوات زاهية الألوان وتشكيلات رائعة متغيرة من آن لآخر.

لقد زاد اهتمام الكثير من بلدان العالم المتقدمة فى العصر الحديث بالعروض الرياضية إيماناً منها بأنها من الأسس التى يتشكل عليها بناء الشباب وتثقيفهم رياضياً.

فالعروض الرياضية تعتبر مرآة تنعكس عليها صورة المجتمع فيما وصل إليه من تقدم فى المستوى الثقافى والعلمى والبدنى والعقلى ثم المستوى الرياضى، كما تمتد أهمية العروض الرياضية إلى كونها تكتسب ممارسيها مختلف الصفات التربوية الحميدة كالخلق والنظام والطاعة والثقة بالنفس والانتماء للجماعة وانكار الذات والثبات الانفعالى إلى غير ذلك من الصفات الحسنة. (9: 277)

ويتفق كلا من عطيات خطاب 1997م وموسى فهمى، عادل حسن 1999م على أن العروض الرياضية تتكون من مجموعة من الحركات البدنية الجماعية مرتبطة ومنسجمة بتناسق فى الأداء والتوقيت، يتم اختيارها بطريقة معينة طبقاً للمبادئ التربوية والقسيولوجية والحركية والجمالية، وقد تكون حرة أو باستخدام أدوات مع مصاحبة موسيقية وذلك وفقاً للمناسبة التى يقام العرض من أجلها. (8: 131)(14: 649)

وتعد العروض الرياضية من أوجه الأنشطة الرياضية الهامة والفعالة لتأثيراتها الإيجابية العديدة للفرد والمجتمع، وأهتمت معظم الدول المتقدمة بهذا النشاط الرياضى وهيئت له الإمكانيات المادية والبشرية لإدراكهم بضرورته بالنسبة للمراحل السنوية المختلفة، كما ان الكثير من الدول العربية

* مدرس بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة

بوجه عام وجمهورية مصر العربية بوجه خاص أصبحت تهتم إهتماما كبيرا بالمهرجانات والعروض الرياضية. (6: 111)

ونجد أن العروض الرياضية شأنها شأن الأنشطة الرياضية الأخرى، انتهجت الأسلوب العلمي في حل مشكلاتها، ويظهر ذلك في البحوث والدراسات المرجعية التي تناولت العروض الرياضية والتي تزايدت بشكل ملحوظ في الفترة الأخيرة، وذلك من أجل العمل على تقدم وتطور العروض الرياضية والإرتقاء بمفهومها من كونها مجرد تجمع للرياضيين ولقاءات للشباب فقط إلى منهاج علميا يتناوله الباحثين في شتى أنحاء الوطن العربي. (12: 1)

ويتكون العرض الرياضى من مجموعة فقرات أساسية متداخلة أو منفصلة، وهى غالبا ما تعتمد على التشكيلات والأداء الحركى والعمل بإيقاع موحد فى كل فقرة من فقراته، كما تشتمل كل فقرة فى داخلها على عدة مكونات أو أشكال حركية ذات طابع العمل الجماعى للمشاركين والذى يحتوى على مجموعة من التشكيلات المختلفة متضمنة أشكالا متنوعة للمحتوى الحركى والتي قد تكون:

- التمرينات بأشكالها المختلفة.
- المهارات الحركية الخاصة والعامة.
- التكوينات المتعددة البسيطة والمركبة.
- التشكيلات البسيطة والمركبة.
- المهارات الأكروباتية.
- القصص الحركية.
- الفولكلور الشعبى.
- السرد التاريخى أو التطور العلمى والتكنولوجى للدولة. (11 : 24)

مشكلة البحث

تعرف بطولة اللقاء الختامي للعروض الرياضية للكليات المتخصصة بأنها لقاء سنوى تجتمع فيها كليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية وتقوم بعرض فقرة العرض الرياضى الخاصة بها وتتم المنافسة فيما بينهم لاختيار أفضل ثلاثة مراكز ويشرف على هذه البطولة الإدارة المركزية للبرامج الرياضية التابعة لوزارة الشباب والرياضة بالتعاون مع الإتحاد الرياضى للجامعات وتهدف هذه البطولة إلى الاستفادة من هذه العروض الرياضية لإختيار المميز منها فى إفتتاح المناسبات الرياضية والقومية على مستوى الدولة واكتشاف المواهب الرياضية وزيادة تفعيل دور التعاون بين وزارة الشباب والرياضة والإتحاد الرياضى للجامعات مع كليات التربية الرياضية. (18: 1)

ويتم تقييم العروض الرياضية المشاركة باللقاء الختامي من خلال عدة محاور أساسية مثل فكرة العرض، الزمن، التشكيلات والتكوينات، مستوى الأداء الحركي والصعوبات، الأدوات، الملابس، الموسيقى والإيقاع، الحفظ والتذكر، الدخول والخروج، إخراج العرض.

ومن خلال إطلاع الباحث على الأبحاث الخاصة بالعروض الرياضية ومشاركتها في تدريب العروض الرياضية للكليات المتخصصة لأكثر من ثلاث أعوام وجدت أن معظم الأبحاث في هذا المجال تناولت الجوانب الإدارية أو التنظيمية أو تأثير العروض الرياضية على جوانب مختلفة بدنية أو نفسية أو إجتماعية ولم يجد من تطرق إلى تحليل العروض من النواحي الفنية والخاصة باستخدام المهارات الحركية داخل العرض وهي جزء رئيسي وهام في أي عرض رياضي مما لها من تأثير في قوة العرض، ولهذا ترى الباحث ضرورة تحليل المهارات الحركية المستخدمة في العروض الرياضية بالكليات المتخصصة لإستيفاء هذا المحور الأساسي الخاص لجميع العروض الرياضية.

هدف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي في العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م.

تساؤلات البحث

- ما هي أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي في العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م؟
- ما هي نسبة مساهمة كل نوع من أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي في العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م؟

مصطلحات البحث

العروض الرياضية: فكر متطور وخيال مبدع لواعي العروض الرياضية مع ترجمة هذا الفكر وذلك الخيال في شكل لوحة فنية بشرية تتضمن مجموعة من الحركات البدنية المختلفة بهدف اظهار القدرة والتناسق والجمال لهذه اللوحة مما يؤدي إلى إبهار المشاهدين وإيقاظ الوعي الرياضي لديهم. (2: 1)

اللقاء الختامي للعروض الرياضية: هو مهرجان سنوي تحت إشراف الإدارة المركزية للبرامج الرياضية إحدى إدارات وزارة الشباب والرياضة يتم فيه المنافسة بين كليات التربية الرياضية على مستوى الجمهورية في العروض الرياضية منذ عام 2006م وحتى تاريخه. (تعريف إجرائي)

الدراسات المرجعية:

أولاً : الدراسات المرجعية العربية:

- قامت رانيا مرسى أبو العباس وآخرون (2016م) (4) بدراسة عنوانها "دراسة تحليلية لمهارات التعبير الحركي في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة مارس 2015م/2016م"، وتهدف الدراسة إلى التعرف على مدى إنتشار مهارات التعبير الحركي المستخدمة في بطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة، واستخدم المنهج الوصفي، وتم إختيار عينة البحث 12 عرض لعدد 12 كلية مشاركين ببطولة العروض الرياضية للكليات المتخصصة عام 2015م/2016م، وأشارت أهم النتائج إلى إستخدام الكليات المشاركة في بطولة العروض الرياضية العديد من مهارات التعبير الحركي وهناك نوعين من المهارات مهارات البالية ومهارات الرقص الحديث ويشير تكرارات أداء هذه المهارات في عروض الفتيات بالكليات المشاركة المختلفة إلى أهمية هذه المهارات كمكون اساسي من حركات ومهارات التعبير الحركي في العروض الرياضية.
- قام أشرف يوسف الشافعي (2009م) (1) بدراسة عنوانها "التحليل الفني لنتائج أداء لاعبات الجمناز الفني أنسات في دورة ألعاب البحر الأبيض المتوسط 2009 بيسكارا بايطاليا"، وتهدف الدراسة إلى تحليل نتائج الأداء على أجهزة الجمناز الفني للأنسات للفرق المشتركة في دورة ألعاب البحر الأبيض المتوسط بايطاليا كما تهدف إلى تحديد نقاط القوة والضعف في مستوى أداء اللاعبات المصريات المشتركات في دورة ألعاب البحر الابيض المتوسط بايطاليا والتعرف على العلاقات الإرتباطية بين درجات الأداء على أجهزة الجمناز والمجموع الكلي لدرجات الأداء على الأجهزة، وإستخدم المنهج الوصفي، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من اللاعبات المشاركات بالبطولة والمؤهلات لبطولة الفردي العام وعددهم 13 لاعبة، وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة طردية بين مجموعى النقاط الكلى على الأجهزة الأربعة قيد الدراسة وكل من النقاط على كل من الأجهزة.
- قام رضا عبد الحميد عامر وأمجد إبراهيم عبد اللطيف (2004م) (5) بدراسة عنوانها "تحليل نتائج بطولة العالم فى الجمناز الإيقاعى التى أقيمت بمدينة أكيتا باليابان عام 2001م"، وتهدف الدراسة إلى تحليل نتائج أداء اللاعبات المشاركات فى المسابقة العامة للجمناز الإيقاعى بمدينة أكيتا اليابان 2001م وتحليل نتائج أداء اللاعبات الثمانية الأوائل فى نهائى مسابقات تمرينات كل من الحبل والطوق والكرة والزجاجات الخشبية، وتحديد نقاط القوة والضعف فى كل أداة من الأدوات، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من اللاعبات المشاركات فى بطولة العالم للالعاب السادسة والمقيمة بأكيتا اليابان 2001م وهم 24 لاعبة الأوائل فى الترتيب للبطولة العامة فى أدوات طوق وكرة وحبل وزجاجات خشبية و8 لاعبات الأوائل فى نهائى مسابقة كل أداة من الأدوات، وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة طردية بين المجموع الكلى لدرجات أداء

اللاعبات لتمارينات بكل من الحبل والطوق والكرة والزجاجات الخشبية ودرجة أداء اللاعبات بالتمارينات على كل أداة من الأدوات الأربعة السابقة.

- قامت حنان محمد مالك (2004م) (3) بدراسة عنوانها "تحليل نتائج درجات أداء لاعبات الجمباز الإيقاعي بطولة العالم بأسبانيا عام 2001م"، وتهدف الدراسة إلى التعرف على الاختلافات بين درجات أداء اللاعبات في تمارينات الحبل والطوق والكرة والزجاجات الخشبية في مسابقة نهائي البطولة العامة ومسابقة الأدوات خلال بطولة العالم للجمباز الإيقاعي 2001م والتعرف على العلاقات الإرتباطية بين درجات أداء تمارينات كل من أدوات الجمباز الإيقاعي ومجموع درجات أداء كل من اللاعبات والفريق وتحديد الأهمية النسبية لمساهمة درجات أداء كل من أدوات الجمباز الإيقاعي في مجموع درجات أداء كل من اللاعبات والفريق، واستخدم المنهج الوصفي، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من المشتركات في بطولة العالم الرابعة والعشرين بإسبانيا 2001م وشملت 30 اللاعبة الأوائل في مسابقة نهائي البطولة العامة من أصل 131 لاعبة و 8 لاعبات الأوائل في كل أداة من الأدوات الأربعة في مسابقة نهائي الأدوات، وقد أشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة طردية بين المجموع الكلي للفريق ودرجات أداء تمارينات كل فريق بكل من الحبل والطوق والكرة والزجاجات الخشبية ووجود علاقة طردية بين المجموع الكلي لدرجة أداء اللاعبة ودرجات أدائها لتمارينات كل من الحبل والطوق والكرة والزجاجات الخشبية.

- قامت مرفت محمد سالم وأمل رياض عبد الرحمن (2001م) (13) بدراسة عنوانها "دراسة تحليلية لمقارنة خصائص الجمل الحركية لبطولة فردى الأجهزة لبطلات أولمبياد أطلنطا وسيدنى في ضوء تعديل قانون التحكيم الدولي للجمباز" وتهدف الدراسة إلى التعرف على خصائص الجمل الحركية والفروق بينها لبطولة فردى الأجهزة من حيث (المتطلبات الخاصة، المجموعات الحركية، مستويات الصعوبة، مستوى الأداء) لبطلات أولمبياد اطلنطا وسيدنى في ضوء تعديل قانون التحكيم الدولي للجمباز والتعرف على معدلات زمن الأداء الكلي للجملة الحركية وعدد المهارات بالنسبة للزمن المستغرق لأداء لكل مهارة على أجهزة العارضتان المختلفتا الإرتفاعات وعارضة التوازن والحركات الأرضية لدى بطلات أولمبياد اطلنطا وسيدنى، واستخدم المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث شملت الثمانية لاعبات الأوائل المشتركات في بطولة فردى الأجهزة لجمباز الأنسات لكلا من دورتي اطلنطا 1996م وسيدنى 2000م، وقد اشارت أهم النتائج إلى أن المجموعات الحركية الأكثر إستخداما في بطولتي اطلنطا وسيدنى متشابهة بالرغم من إختلاف مسمياتها مثل مجموعة الدورانات والمرجحات ومجموعات الوثبات والفجوات والحجلات الجمبازية والشقلبات والدورانات الهوائية وبعض المهارات ذات الصعوبات العالية.

- قام عادل عبد البصير على (2001م) بدراسة عنوانها "التحليل الفني لمستوى أداء لاعبي الجمناز الفني في الدورة الأولمبية ببرشلونة 1992 حتى الدورة الأولمبية بسيدي 2000"، وتهدف هذه الدراسة إلى تحليل مستوى أداء لاعبي الجمناز الفني في الدورة الأولمبية ببرشلونة 1992م إلى الدورة الأولمبية بسيدي 2000م، وتحديد نقاط القوة ونقاط الضعف في مستوى أداء اللاعبين على أجهزة الجمناز الفني الستة للرجال في كل من الدورات قيد الدراسة، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، وشملت المشتركين في بطولة الجمناز الفني للرجال، وقد أسفرت أهم النتائج إلى وجود إختلافات بين مستويات أداء اللاعبين في مسابقة الفردى العام خلال الدورات الأولمبية من 1992م إلى 2000م.

- قام غانم محمد مرسى (1990م) بدراسة عنوانها "دراسة تحليلية لخصائص الجمل الحركية لأبطال العالم في الجمناز فردى أجهزة 1989م" وتهدف الدراسة إلى التعرف على خصائص المحتوى الحركي (الجملة الحركية) من حيث (عدد اللاعبين على الأجهزة- زمن أداء الجملة الحركية- مستوى صعوبة مهارات الجملة الحركية- مستوى الأداء بالدرجة)، وتم استخدام المنهج الوصفي باستخدام تحليل الافلام لعدد 8 لاعبين الأوائل في بطولة العالم فردى الأجهزة، وأشارت أهم النتائج إلى متوسط درجة الحد الأدنى للثمانى الأوائل على الأجهزة هي 9.65 درجة وزمن الجملة الحركية لا يزيد عن 70 ثانية ولا يقل عن 50 ثانية واتضح أن مستوى الصعوبة ب هو أقل ظهور ومستوى صعوبة ج هو أكثر وجود.

ثانيا : الدراسات المرجعية الأجنبية:

- قام المير اتكوفى وآخرون Almir Atiković and all (2011م) بدراسة عنوانها "تحليل نتائج بطولة العالم الجمناز الفني للرجال لندن 2009م"، وتهدف الدراسة إلى تحليل نتائج للاعبين على جميع الأجهزة والدرجة النهائية للحكام من e1 إلى e6 و تحديد مدى مصداقية درجات الحكام في البطولة وهل يجب مراجعة القانون الحالى لاتحاد الجمناز الدولى، واستخدم المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية 176 لاعب ذكور، وأشارت أهم النتائج إلى أن جميع النتائج متوسطة على جميع الأجهزة ولكن درجات القبو والبار العالى لم تتوزع بشكل طبيعى كما أن النتائج كانت مختلفة بشكل كبير على جهاز الحلق وفى الزوجى على القبو.

- قام لوردس افيلدا وآخرون Lurdes Ávila-Carvalho and all (2012) بدراسة عنوانها "التحليل الفني لمجموعات الجمناز الإيقاعى"، وتهدف الدراسة إلى تحليل المجموعة المستخدمة فى الجمناز الإيقاعى خلال اعوام 2007 و 2008 و 2009 و 2010 لبطولات العالم، استخدم المنهج الوصفي، تم اختيار العينة بالطريقة العمدية 126 لاعب من 28 دولة للتنافس فى

بطولات العالم تم تقسيمهم إلى 96 نصف أول و 30 نصف ثانى وتم تقسيم المجموعات الفنية إلى عناصر (التوازنات- الدورانات- الوثبات- الصعوبات- الحركات الإنتقالية)، وأشارت أهم النتائج إلى أن الحركات الإنتقالية تم استخدامها بشكل كبير ومتنوع بينما الدورانات كان استخدامها قليل وبالرغم من أن الوثبات من أهم المجموعات الفنية إلا أنه لم يتم التركيز عليها.

- قامت كاترينا ليندرو وآخرون **Catarina Leandro and all (2013)(16)** بدراسة عنوانها "المحتوى الفنى لمجموعات الجمباز الإيقاعى"، تهدف الدراسة إلى تحليل جميع العناصر الفنية المستخدمة فى الجمباز الإيقاعى، واستخدم المنهج الوصفى، وتم اختيار العينة من اللاعبات المشاركات ببطولة العالم 2013م وتم اختيارهم وفق الترتيب النهائى للنتائج، وأشارت أهم النتائج إلى أن استخدام عناصر حركات الجسم والعناصر الديناميكية والدورانات تمثل 50% من القيمة الإجمالية ولا يوجد فروق فى استخدام حركات الرقص والخطوات الإنتقالية.

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفى باستخدام أسلوب تحليل الوثائق وذلك لملائمة لطبيعة وإجراءات البحث.

مجتمع وعينة البحث

مجالات البحث

المجال المكانى: بنادى الإتحاد السكندرى بمحافظة الاسكندرية.

المجال الزمانى: الفترة من 22 إلى 24 ابريل 2018م.

المجال البشرى: الطالبات المشاركات من 10 جامعات مختلفة وعددهم 24 طالبة بكل كلية وكلية تربية رياضية بورسعيد عدد 25 طالبة بإجمالى 241 طالبة.

يتكون مجتمع البحث من فرق الكليات المشاركة فى اللقاء الختامي للعروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية للعام الجامعى 2017 / 2018م والتي أقيمت بنادى الإتحاد السكندرى بمحافظة الاسكندرية فى الفترة من 22 إلى 24 إبريل 2018م وتتمثل عينة البحث فى الطالبات المشاركات من 10 جامعات مختلفة وعددهم 24 طالبة بكل كلية وتربية رياضية بورسعيد 25 طالبة إجمالى 241 طالبة كما هو موضح بالجدول رقم (1).

جدول (1)

عينة البحث

م	الكليات المشاركة	عدد المشاركين	النوع
1	جامعة بورسعيد	25	إناث
2	جامعة مدينة السادات	24	إناث
3	جامعة المنصورة	24	إناث
4	جامعة كفر الشيخ	24	إناث
5	جامعة الوادى الجديد	24	إناث
6	جامعة أسوان	24	إناث
7	جامعة جنوب الوادى	24	إناث
8	جامعة أسيوط	24	إناث
9	جامعة المنيا	24	إناث
10	جامعة الأزهر	24	إناث
المجموع		241	طالبة

يتضح من جدول (1) أن هناك 10 كليات مشاركة في اللقاء الختامي للعروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية تم ترتيبها تنازليا وفقا للعدد، وقامت الباحثه بتحليل محتوى المهارات الحركية بالعروض الرياضية المقدمة من هذه الكليات.

أدوات جمع البيانات

- إعتمدت الباحثه في جمع البيانات والمعلومات المرتبطة بالمتغيرات قيد البحث، على الأدوات التالية :
- 1- إستمارة التحليل من تصميم الباحثه، حيث قامت الباحثه بعمل استمارة تسجيل البيانات لتحليل العروض الرياضية ذكرت بها محتوى المهارات الحركية وذلك بعد عملية المسح المرجعى والإطلاع على الدراسات المشابهة لها.
 - 2- كاميرا ديجيتال، حيث استعانت الباحثه بعدد (2) كاميرا ديجيتال لتصوير العروض الرياضية باللقاء الختامي للكليات المتخصصة في شهر إبريل والمقامة بالإسكندرية 2017-2018م.
 - 3- الأقراس المضغوطة، استعانت الباحثه بالأقراس المضغوطة لتسجيل وحفظ الفيديوهات التي تم تصويرها للعروض الرياضية باللقاء الختامي للكليات المتخصصة.
 - 4- جهاز كمبيوتر شخصى محمول، لتسهيل عملية تحليل العروض الرياضية من حيث المحتوى الحركى.

5- الملاحظة، استخدمت الباحثه الملاحظة الموضوعية في التحليل الوصفي للعروض الرياضية لملائمتها لطبيعة البحث.

خطوات إجراء الدراسة الأساسية

- تفرغ عروض فرق الطالبات المشاركات باللقاء الختامي للعروض الرياضية للكليات المتخصصة الموجودة بالإسطنات.

- مشاهدة العروض الخاصة بالطالبات والتي تم تصويرها، ثم بدأت الباحثه في تحليل هذه العروض كل عرض على حدا وتحديد محتوى المهارات الحركية المستخدمة في كل عرض من العروض.

- تسجيل المهارات التي تم إستخدامها داخل العرض الخاص بكل كلية وقد رأت الباحثه أثناء التحليل أن تلك المهارات تنوعت ما بين مهارات خاصة بالتمرينات الفنية الحديثة والبالية والرقص الحديث والحركات الجمبازية والاكروباتية والرقص الشعبي.

المعالجات الإحصائية

(المتوسط الحسابي - الإنحراف المعياري - النسبة المئوية - نسبة المساهمة)

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول:

والذي ينص على "ماهى أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي فى العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م؟"

جدول (2)

أنواع المهارات الحركية المقدمة فى العروض الرياضية

محتوى المهارات الحركية						الجامعات المشاركة
رقص شعبي	حركات أكروباتية	حركات جمبازية	البالية	الرقص الحديث	التمرينات الفنية الحديثة	
- رقص شعبي (دبكة فلسطيني)	- شقلبة امامية - تشكيلات هرمية	- درجة جانبية - عجلة - وقوف على الكتف - درجة خلفية - قبة - درجة امامية طائرة - وقوف على الرأس	- باسية - جراند جوتية - انتقال متقاطع أمامي - انتقال متقاطع جانبي - مد بسيط - المشى المسرحي	- انقباض امامي - انقباض خلفي - سقوط امامي - حركات فجائية - حركات انسيابية - حركات بطيئة - سقوط خلفي - ميل للامام - ميل للجانب - مشى - جرى - زحف جانبي	- تموجات بالذراعين - مرجحات بالذراعين - تموجات بالجذع - وثبة اللب - دورانات بالذراعين - طعن جانبي - دوران باسية - جرى - تمرينات زوجية	1- جامعة مدينة السادات

		- وقوف على اليدين				
	- تشكيلات هرمية	- ميزان امامى - عجلة - فتحة البرجل - دحرجة امامية طائرة - دحرجة امامية - ميزان جانبي - وقوف على اليدين	- باسية - مد بسيط - أرابسك	- انقباض امامى - دفع بالذراعين - انقباض خلفى - حركات انسيابية - سقوط خلفى - زحقة جانبية - حركات هابطة - ميل للامام - ميل للجانب - مشى - جرى	- دوران بالقدمين - تموجات بالاداة - وثبة النجمة - طعن جانبي - طعن امامى - طعن خلفى - جرى - مرجحات بالرجلين - تمرينات زوجية	2- جامعة المنصورة
	- تشكيلات هرمية	- ميزان امامى - قبة - عجلة - فتحة البرجل		- ارتداد - ميل للامام - ميل للجانب - مشى - جرى	- حجل خلفى - حجل امامى - حجل فى المكان - طعن جانبي - طعن امامى - طعن خلفى - وثبة النجمة - دوران بالقدمين	3- جامعة كفر الشيخ
	- تشكيلات هرمية	- دحرجة امامية - وقوف على اليدين - دحرجة خلفية	- انتقال متقاطع جانبي - ارابسك - باسية - مد بسيط	- زحقة امامية - سقوط امامى - حركات انسيابية - ارتداد - زحقة جانبية - حركات انسيابية - حركات هابطة - سقوط خلفى - مشى - جرى	- حجل فى المكان - حجل امامى - حجل خلفى - وثبة النجمة - وثبة الموزة - كومات - طعن جانبي - طعن امامى - دوران بالقدمين - تمرينات زوجية	4- جامعة الوادى الجديد
	- تشكيلات هرمية	- فتحة البرجل - عجلة - قبة	- باسية - أرابسك	- سقوط خلفى - سقوط جانبي - حركات انسيابية بالدفع - ميل للامام - زحف جانبي - زحقة امامية - ارتداد	- تموجات بالذراعين - وثبة الغزالة - دوران بالقدمين - دوران باسية - طعن امامى - طعن خلفى - اشكال ثعبانية	5- جامعة بورسعيد

				<ul style="list-style-type: none"> - مشى - جرى - زحف جانبي 	<ul style="list-style-type: none"> بالشريط - دورانات بالشريط - اشكال حلزونية بالشريط - حبل امامي - مرجحات بالذراعين 	
		<ul style="list-style-type: none"> - دحرجة امامية - وقوف على اليدين نزول على الصدر - عجلة - دحرجة خلفية - ميزان ركبة 	<ul style="list-style-type: none"> - أرابيسك - انتقال متقاطع امامي - باسية 	<ul style="list-style-type: none"> - جرى مع رفع العقبين - زحلقة امامية - زحلقة جانبية - دفع بالذراعين - زحف جانبي 	<ul style="list-style-type: none"> - تموجات بالذراعين - دوران باسية - مروحة بالرجلين - وثبة النجمة - دوران بالقدمين - وثبة الغزالة - طعن امامي - حبل امامي 	6- جامعة أسوان
	<ul style="list-style-type: none"> - تشكيلات هرمية 	<ul style="list-style-type: none"> - فتحة البرجل - عجلة - قبة 	<ul style="list-style-type: none"> - أرابيسك - جليساد - مد جانبي بسيط 	<ul style="list-style-type: none"> - مشى جانبي - جرى مع رفع العقبين خلفا - سقوط خلفي - ميل للامام - حركات انسيابية 	<ul style="list-style-type: none"> - دورانات بالطوق - اشكال ثمانية بالطوق - دوران بالطوق على رسغ اليد - رمى واستلام الطوق - طعن جانبي - مرجحات بالذراعين - حبل امامي 	7- جامعة جنوب الوادي
		<ul style="list-style-type: none"> - وقوف على اليدين - فتحة البرجل 	<ul style="list-style-type: none"> - مد بسيط - أرابيسك 	<ul style="list-style-type: none"> - جرى - مشى - حركات انسيابية - سقوط خلفي - ميل جانبي 	<ul style="list-style-type: none"> - طعن جانبي - طعن امامي - حبل في المكان - وثبة النجمة - مرجحات بالذراعين - دوران بالقدمين 	8- جامعة أسيوط
	<ul style="list-style-type: none"> - تشكيلات هرمية 	<ul style="list-style-type: none"> - فتحة البرجل - وقوف على اليدين - قبة 	<ul style="list-style-type: none"> - باسية - جليساد 	<ul style="list-style-type: none"> - جرى مع رفع العقبين - ميل جانبي - حركات هابطة - حركات انسيابية 	<ul style="list-style-type: none"> - دوران بالطوق على الرسغ - اشكال ثمانية بالطوق - رمى واستلام 	9- جامعة المنيا

		عجلة -		<ul style="list-style-type: none"> - زحلقة امامية - زحلقة جانبية - انقباض امامي - ارتداد - زحف جانبي - ميل جانبي - ميل امامي 	<ul style="list-style-type: none"> الطوق - اشكال حلزونية بالشريط - دورانات بالشريط - اشكال ثعبانية بالشريط - الخبط بالصولجان - رمى واستلام الكرة - درجة الكرة على الذراعين - تنطيط الكرة - وثبة النجمة - وثبة الليب - دوران بالقدمين - حجل في المكان - تمرينات زوجية 	
		<ul style="list-style-type: none"> - وقوف على اليدين - فتحة البرجل - قبة - وقوف على الكتف 	<ul style="list-style-type: none"> - باسية - جلساد - مد بسيط - جراند جوتية 	<ul style="list-style-type: none"> - حركات هابطة - سقوط امامي - سقوط خلفي - انقباض امامي بالجذع - دفع امامي بالذراعين - جرى - زحف جانبي 	<ul style="list-style-type: none"> - تموجات بالذراعين - وثبة الغزالة - وثبة النجمة - طعن جانبي - دوران بالقدمين - حجل امامي 	10- جامعة الازهر

يتضح من جدول (2) أن أنواع المهارات الحركية التي تم استخدامها داخل العروض الرياضية لعدد 10 كليات هي (التمرينات الفنية الحديثة- الرقص الحديث- البالية- حركات جمبازية- حركات أكروباتية- رقص شعبي).

وكانت التمرينات الفنية الحديثة تحتوى على عدد من المهارات الحركية التي استخدمت في العروض وهي (التموجات- المرجحات- وثبة الليب- وثبة الموزة- وثبة الغزالة- وثبة النجمة- الكومات- دوران بالذراعين- دوران باسية- طعن امامي- طعن جانبي- طعن خلفي- حجل في المكان- حجل امامي- حجل خلفي- دوران بالطوق- رمى واستلام الطوق- اشكال ثمانية بالطوق- اشكال حلزونية بالشريط- اشكال ثعبانية بالشريط- تموجات بالشريط- رمى واستلام الكرة- درجة الكرة- تنطيط الكرة- الخبط بالصولجان- تمرينات زوجية).

بينما الرقص الحديث احتوى على المهارات الحركية (المشى- الجرى- الجرى مع لمس العقبين- انقباض امامى- انقباض خلفى- دفع للامام- دفع للخلف- سقوط امامى- سقوط جانبي- سقوط خلفى- ميل للامام- ميل للخلف- ميل للجانب- حركات فجائية- حركات انسيابية- حركات بطيئة- حركات هابطة- زحلقة امامية- زحلقة جانبية- ارتداد- زحف جانبي).

والمهارات الحركية التي استخدمت في البالية هي (باسية- جليساد- مد بسيط- جراند جوتية- أرابسك).

وتم استخدام مهارات حركية في الجمباز وكانت (عجلة- فتحة البرجل- دحرجة امامية- دحرجة امامية طائرة- دحرجة جانبية- دحرجة خلفية- ميزان امامى- ميزان جانبي- ميزان ركبة- قبة- وقوف على اليدين- وقوف على الرأس- وقوف على الكتف).

والمهارات الحركية الأكروباتية تمثلت في (شقلبة امامية- وتشكيلات هرمية) والرقص الشعبي تتضمن (الرقص الفلكلورى "الدبكة الفلسطينية").

وبناء على ماسبق تتضح الإجابة على التساؤل الأول للبحث والذي ينص على "ماهى أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي في العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م".

ثانيا: عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثانى:

والذى ينص على "ما هى نسبة مساهمة كل نوع من أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي في العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م؟"

جدول (3)

نسبة مساهمة مهارات التمرينات الفنية الحديثة المقدمة في العروض الرياضية

النسبة المئوية للتكرار لإجمالى المهارات الحركية	النسبة المئوية للتكرار لإجمالى العروض المشاركة	التكرار	المهارات الحركية	المحتوى الحركي
28%	70%	7	- تموجات	التمرينات الفنية الحديثة
28%	70%	7	- مرجحات	
8%	20%	2	- وثبة اللب	
4%	10%	1	- وثبة الموزة	
12%	30%	3	- وثبة الغزالة	
28%	70%	7	- وثبة النجمة	
4%	10%	1	- كومات	
32%	80%	8	- دوران بالقدمين	
12%	30%	3	- دوران باسية	
24%	60%	6	- طعن امامى	
28%	70%	7	- طعن جانبي	
12%	30%	3	- طعن خلفى	
16%	40%	4	- حجل فى المكان	
24%	60%	6	- حجل امامى	
8%	20%	2	- حجل خلفى	

دراسة تحليلية للمهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي في العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م - 2018م

2	20%	8%	- دوران بالطوق
2	20%	8%	- رمى واستلام الطوق
2	20%	8%	- اشكال ثمانية بالطوق
2	20%	8%	- اشكال حلزونية بالشريط
2	20%	8%	- اشكال ثعبانية بالشريط
2	20%	8%	- تموجات بالشريط
1	10%	4%	- رمى واستلام الكرة
1	10%	4%	- درجة الكرة
1	10%	4%	- تنطيط الكرة
1	10%	4%	- الخبط بالصولجان
إجمالي 25 مهارة			

يتضح من جدول (3) أن النسبة المئوية لتكرار مهارات التمرينات الفنية داخل العروض الرياضية قد تراوح ما بين (10% إلى 80%) حيث حصلت مهارة الدوران بالقدمين على نسبة مساهمة 80% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 32% من إجمالي مهارات التمرينات الفنية وهي أعلى نسبة مساهمة في المهارات الحركية للتمرينات الفنية مما يدل على أهميتها داخل العروض الرياضية.

بينما حصلت مهارات التموجات والمرجات ووثبة النجمة والطعن الجانبي على نسبة مساهمة 70% من إجمالي العروض الرياضية ونسبة مساهمة 28% من إجمالي المهارات الحركية للتمرينات الفنية مما يدل على أهميتها النسبية داخل العروض الرياضية والتي تلي الدوران بالقدمين مباشرة. وحصلت مهاراتي الطعن الأمامي والحجل الأمامي على نسبة مساهمة 60% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 24% من إجمالي مهارات التمرينات الفنية، وحصلت مهارات الحجل في المكان على نسبة مساهمة 40% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 16% من إجمالي مهارات التمرينات الفنية. وحصلت مهارتي وثبة الغزالة ودوران الباسية والطعن الخلفي على نسبة مساهمة 30% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 12% من إجمالي مهارات التمرينات الفنية.

بينما حصلت مهارة كلا من وثبة اللب والحجل الخلفي والدوران بالطوق ورمى واستلام الطوق واشكال ثمانية بالطوق واشكال حلزونية بالشريط واشكال ثعبانية بالشريط والتموجات بالشريط على نسبة مساهمة 20% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 8% من إجمالي مهارات التمرينات الفنية.

وحصلت نسبة مساهمة مهارة كلا من وثبة الموزة والكومات ورمى واستلام الكرة ودرجة وتنطيط الكرة والخطب بالصولجان على 10% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة

مساهمة 4% من إجمالي مهارات التمرينات الفنية، وهي أقل نسبة مساهمة للتكرارات داخل العروض الرياضية.

جدول (4)

نسبة مساهمة مهارات الرقص الحديث المقدمة في العروض الرياضية

المحتوى الحركي	المهارات المهارات	التكرار	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي المهارات الحركية	النسبة المئوية للمشاركة لإجمالي العروض
الرقص الحديث	- مشى	7	39%	70%
	- الجرى للامام	7	39%	70%
	- الجرى مع لمس الكعب	3	17%	30%
	- انقباض امامي	4	31%	40%
	- انقباض خلفي	2	11%	20%
	- دفع للامام	3	17%	30%
	- سقوط امامي	3	17%	30%
	- سقوط جانبي	1	6%	10%
	- سقوط خلفي	7	39%	70%
	- حركات هابطة	4	31%	40%
	- ميل للامام	6	33%	60%
	- ميل للجانب	6	33%	60%
	- حركات فجائية	1	6%	10%
	- حركات انسيابية	8	44%	80%
	- حركات بطيئة	1	6%	10%
	- زحقة امامية	4	31%	40%
	- زحقة جانبية	4	31%	40%
	- ارتداد	4	31%	40%
- زحف جانبي	6	33%	60%	
إجمالي 18 مهارة				

يتضح من جدول (4) ان الحركات الإنسيابية حصلت على أعلى نسبة مساهمة حيث كانت نسبتها 80% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 44% من إجمالي مهارات الرقص الحديث.

بينما حصل المشى والجرى للامام والسقوط الخلفي على نسبة مساهمة 70% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 39% من إجمالي مهارات الرقص الحديث، وحصلت مهارة كلا من الميل للامام والميل للجانب والزحف الجانبي على نسبة مساهمة 60% من

إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 33% من إجمالي مهارات الرقص الحديث.

وحصلت مهارة الانقباض الأمامي والحركات الهابطة والزحقة الامامية والزحقة الجانبية والارتداد على نسبة مساهمة 40% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 31% من إجمالي مهارات الرقص الحديث، ومهارات الجري مع لمس العقبين والدفع للامام والسقوط الأمامي على نسبة مساهمة 30% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 17% من إجمالي مهارات الرقص الحديث.

بينما حصلت مهارة الانقباض الخلفي على نسبة مساهمة 20% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 11% من إجمالي مهارات الرقص الحديث، ومهارات السقوط الجانبي والحركات الفجائية والحركات البطيئة حصلت على نسبة مساهمة 10% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 6% من إجمالي مهارات الرقص الحديث.

جدول (5)

نسبة مساهمة مهارات البالية المقدمة في العروض الرياضية

النسبة المئوية للتكرار لإجمالي المهارات الحركية	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي العروض المشاركة	التكرار	المهارات المهارات	المحتوى الحركي
116%	70%	7	- باسية	البالية
50%	30%	3	- جليساد	
100%	60%	6	- مد بسيط	
33%	20%	2	- جراند جوتية	
83%	50%	5	- أرابسك	
67%	40%	4	- انتقال متقاطع	
إجمالي 6 مهارات				

يتضح من جدول (5) أن مهارة الباسية حصلت على نسبة مساهمة 70% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 116% من إجمالي مهارات البالية، وهي أعلى نسبة مساهمة من مهارات البالية مما يدل على أهميتها داخل العروض الرياضية.

وحصلت مهارة المد البسيط على نسبة مساهمة 60% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 100% من إجمالي مهارات البالية، ومهارة الأرابسك حصلت على نسبة مساهمة 50% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 83% من إجمالي مهارات البالية.

بينما حصلت مهارة الانتقال المتقاطع الأمامي والجانبى على نسبة مساهمة 40% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 67% من إجمالي مهارات البالية، ومهارة الجليساد حصلت على نسبة مساهمة 30% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 50% من إجمالي مهارات البالية، ومهارة الجرانديتية حصلت على نسبة مساهمة 20% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 33% من إجمالي مهارات البالية.

جدول (6)

نسبة مساهمة مهارات الحركات الجمبازية المقدمة في العروض الرياضية

المحتوى الحركي	المهارات الحركية	التكرار	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي العروض المشاركة	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي المهارات الحركية
حركات جمبازية	- عجلة	7	70%	54%
	- فتحة البرجل	7	70%	54%
	- درجة امامية	3	30%	23%
	- درجة امامية طائرة	2	20%	15%
	- درجة جانبية	1	10%	8%
	- درجة خلفية	3	30%	23%
	- ميزان امامي	2	20%	15%
	- ميزان جانبي	1	10%	8%
	- ميزان ركبة	1	10%	8%
	- قبة	6	60%	46%
	- وقوف على اليدين	7	70%	54%
	- وقوف على الرأس	1	10%	8%
	- وقوف على الكتف	2	20%	15%
إجمالي 13 مهارة				

يتضح من جدول (6) ان مهارات العجلة وفتحة البرجل والوقوف على اليدين هي المهارات الاكثر تكرارا فحركات الجمباز داخل العروض الرياضية حيث حصلت على نسبة مساهمة 70% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 54% من إجمالي حركات الجمباز مما يدل على اهميتها داخل العرض واطهار الشكل الجمالي العرض.

بينما حصلت مهارة القبة على نسبة مساهمة 60% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 46% من إجمالي حركات الجمباز، وحصلت مهارتي الدرجة الامامية والدرجة الخلفية على نسبة مساهمة 30% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 23% من إجمالي حركات الجمباز.

وحصلت مهارة كلا من الدرجة الامامية الطائرة والميزان الأمامي والوقوف على الكتف على نسبة مساهمة 20% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 15% من إجمالي حركات الجمباز، ومهارة الدرجة الجانبية والميزان الجانبي وميزان الركبة والوقوف على الراس على نسبة مساهمة 10% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 8% من إجمالي حركات الجمباز.

جدول (7)

نسبة مساهمة مهارات الحركات الأكروباتية المقدمة في العروض الرياضية

المحتوى الحركي	المهارات الحركية	التكرار	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي العروض المشاركة	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي المهارات الحركية
حركات أكروباتية	- شقلبة امامية	1	10%	33%
	- تشكيلات هرمية	7	70%	233%
	- تمرينات زوجية	4	40%	133%
إجمالي 3 مهارات حركية				

يتضح من جدول (7) ان التشكيلات الهرمية حصلت على أعلى نسبة مساهمة للحركات الأكروباتية حيث حصلت على نسبة مساهمة 70% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 233% من إجمالي الحركات الأكروباتية مما يدل على أهمية وضرورة وجودها داخل العروض الرياضية.

بينما حصلت التمرينات الزوجية على نسبة مساهمة 40% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 133% من إجمالي الحركات الأكروباتية، وحصلت الشقلبة الامامية على نسبة مساهمة 10% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية ونسبة مساهمة 33% من إجمالي الحركات الأكروباتية.

جدول (8)

نسبة مساهمة مهارات الرقص الشعبي الفلكلوري المقدمة في العروض الرياضية

المحتوى الحركي	المهارات الحركية	التكرار	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي العروض المشاركة	النسبة المئوية للتكرار لإجمالي المهارات الحركية
الرقص الشعبي	- رقص فلكلوري (فلسطيني)	1	10%	100%

يتضح من جدول (8) ان الرقص الشعبي التراثي حصل على نسبة مساهمة 10% من إجمالي التكرارات داخل العروض الرياضية مما يدل على ضعف وقلة الاهمية في استخدامة ووجوده داخل

العروض الرياضية ونسبة مساهمة 100% من إجمالي مهارات الرقص الشعبي اى ان إستخدامة مقتصر في عرض واحد فقط خاص بإحدى لكليات وترى الباحثه أن ذلك يرجع إلى أن عروض الرقص الشعبي التراثى خارج شروط المسابقة ولا يخضع للتحكيم.

وبناء على ماسبق تتضح الإجابة على التساؤل الثانى للبحث والذي ينص على "ما هى نسبة مساهمة كل نوع من أنواع المهارات الحركية المقدمة ضمن اللقاء الختامي فى العروض الرياضية للكليات المتخصصة على مستوى الجمهورية 2017م-2018م".

الإستخلاصات والتوصيات

أولاً: الإستخلاصات

من خلال التحليل الوصفى والملاحظة توصلت الباحثه إلى الإستخلاصات الآتية:

- 1- تم استخدام العديد من المهارات الحركية داخل العروض الرياضية وهى (التمرينات الفنية الحديثة- الرقص الحديث- البالية- حركات جمبازية- حركات أكروباتية- رقص شعبى).
- 2- أهم المهارات التى تم استخدامها فى التمرينات الفنية الحديثة هى (الدوران بالقدمين- التموجات- المرجحات- وثبة النجمة- الطعن الجانبى) يليها فى الأهمية (الطعن الأمامى- الحجل اماما- الحجل فى المكان- الطعن الخلفى- دوران باسية- وثبة الغزالة) وكانت أقل المهارات استخداما (وثبة الليب- الحجل الخلفى- الكومات- استخدامات الطوق- استخدامات الشريط) والمهارات التى استخدمت مرة واحدة فقط (استخدامات الكرة- استخدامات الصولجان).
- 3- أهم المهارات التى استخدمت فى الرقص الحديث بشكل إيجابى ومؤثر فى العرض هى (الحركات الانسيابية- المشى- الجرى- السقوط الخلفى)، يليها فى الأهمية (الزحف الجانبى- الميل للأمام- الميل للجانب- الانقباض الأمامى- زحقة أمامية- حركات هابطة- زحقة جانبية- ارتداد)، بينما كانت المهارات التالية قليلة فى الاستخدام (الجرى مع لمس العقبين- السقوط الأمامى- الدفع للامام- انقباض خلفى)، والمهارات التى تم استخدامها مرة واحدة فقط فى العروض هى (السقوط الجانبى- الحركات الفجائية- الحركات البطيئة).
- 4- أهم المهارات التى تم استخدامها فى البالية والتى أضافت شكلا جماليا للعرض هى (الباسية- المد البسيط- الأرابسك)، يليها مباشرة (الانتقال التقاطعى الأمامى والجانبى- الجليساد- جراند جوتية).
- 5- أهم المهارات التى تم استخدامها فى حركات الجمباز واستخدمت تقريبا فى معظم العروض (العجلة- فتحة البرجل- وقوف على اليدين- قبة)، يليها فى الاستخدام (الدرجة الامامية- الدرجة

الخلفية- درجة امامية طائرة- ميزان امامي- وقوف على الكتف)، والمهارات التي استخدمت مرة واحدة فقط هي (الدرجة الجانبية- ميزان جانبي- ميزان ركبة- وقوف على الرأس).

6- أهم المهارات التي استخدمت بشكل كبير في الحركات الأكروباتية هي (التشكيلات الهرمية)، يليها التمرينات الزوجية، بينما الشقلبة الأمامية تم استخدامها مرة واحدة فقط.

7- بالنسبة للرقص الشعبي غير مسموح باستخدامه داخل اللقاء الختامي للعروض الرياضية وبالرغم من ذلك تم استخدامه مرة واحدة فقط في إحدى العروض المقدمة في شكل رقصة تراثية فلسطينية.

ثانيا: التوصيات

استنادا لنتائج البحث وإستخلاصاته توصى الباحثه بما يلي:

- 1- إدراج محور ودرجة للمهارات الحركية ضمن محاور التقييم بإستمراره التحكيم الخاصة بالعروض الرياضية.
- 2- الاهتمام بمضمون المهارات الحركية داخل كل عرض مع الوضع في الإعتبار نسبة الصعوبة والتنوع في المهارات المستخدمه.
- 3- زيادة نسبة مساهمة المهارات الحركية الإبتكارية داخل العروض الرياضية لما لها من تأثير إيجابي وشكل جمالي وعنصر إبهار داخل العروض المقدمة.

قائمة المراجع

المراجع العربية

- 1- أشرف يوسف الشافعي
التحليل الفني لنتائج أداء لاعبات الجمباز الفني
أنسات في دورة ألعاب البحر الأبيض المتوسط
2009 بيسكارا بايطاليا، مجلة بحوث التربية
الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة
الزقازيق، المجلد 80، العدد 42، أبريل 2009م.
- 2- السيد عبد العظيم درباله
العروض الرياضية القومية ودورها في زيادة
الدافعية لممارسة الترويح الرياضية لدى
الجماهير، مقال ترقى لوظيفة أستاذ مساعد، كلية
التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2000م.
- 3- حنان محمد مالك يوسف
تحليل نتائج درجات أداء لاعبات الجمباز الإيقاعي
بطولة العالم بأسيوط عام 2001م، مجلة اسيوط
لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد 18، الجزء 3،
نوفمبر 2004م.
- 4- رانيا مرسى أبو العباس، أحمد محمد
أبو اليزيد، شيماء محمد على، دعاء
قاعود اسماعيل
دراسة تحليلية لمهارات التعبير الحركي في بطولة
العروض الرياضية للكليات المتخصصة
مارس 2015م/ 2016م، مجلة اسيوط لعلوم وفنون
التربية الرياضية، العدد 43، جزء 3، نوفمبر
2016م.
- 5- رضا عبد الحميد عامر وأمجد
ابراهيم عبداللطيف
تحليل نتائج بطولة العالم في الجمباز الإيقاعي التي
أقيمت بمدينة أكيتا باليابان عام 2001م، مجلة
اسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، العدد 18،
الجزء 2، نوفمبر 2004م.
- 6- صلاح الدين محمد سليمان
التمرينات والتمرينات المصورة، الاسلامية للطباعة
والكمبيوتر، القاهرة، 2009م.
- 7- عادل عبد البصير على
التحليل الفني لمستوى أداء لاعبي الجمباز الفني في
الدورة الاولمبية ببرشلونة 1992 حتى الدورة
الاولمبية بسيدني 2000، المجلة العلمية للبحوث
والدراسات في التربية الرياضية، كلية التربية
الرياضية، جامعة قناة السويس، العدد 2، 2001م.
- 8- عطيات محمد خطاب
التمرينات للبنات، ط8، دار المعارف، القاهرة،
1997م.
- 9- عنايات محمد فرج، فاتن محمد البطل
التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي والعروض
الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004م.
- 10- غانم محمد مرسى غانم
دراسة تحليلية لخصائص الجمل الحركية لأبطال
العالم في الجمباز فردي أجهزة 1989م، المجلة
العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد 6، كلية
التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان،
يناير 1990م.
- 11- محروس محمد قنديل
رؤية فلسفية للمنظومة الفنية للعروض الرياضية،

- مجلة كلية التربية الرياضية العدد الثالث والعشرون،
سبتمبر 2014م.
- 12- محمد مرسل حمد، حازم أحمد : دراسة تحليلية للعروض الرياضية من 1980م إلى
السيد 2010م، بحث منشور، مجلة علوم وفنون التربية
الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة
حلوان، 2010م.
- 13- مرفت محمد سالم وأمل رياض : دراسة تحليلية لمقارنة خصائص الجمل الحركية
عبدالرحمن لبطولة فردى الأجهزة لبطلات أولمبياد أطلنطا و
سيدتى فى ضوء تعديل قانون التحكيم الدولى
للجمباز، مجلة اسبوت لعلوم وفنون التربية
الرياضية، العدد 13، الجزء 2، 2001م.
- 14- موسى فهمى إبراهيم، عادل على حسن : التمريعات والعروض الرياضية، دار المعارف،
القاهرة، 1999م.

المراجع الأجنبية

- 15- Almir Atiković, : **ANALYSIS RESULTS JUDGING WORLD**
Sunčica Delaš **CHAMPIONSHIPS IN MEN'S ARTISTIC**
Kalinski, Snežana **GYMNASTICS IN THE LONDON 2009**
Bijelić, and Nađija **YEAR**, SportLogia, 7(2), 95–101, December
Avdibašić 8, 2011.
Vukadinović
- 16- Catarina Leandro, : **TECHNICAL CONTENT OF ELITE**
Lurdes Ávila- **RHYTHMIC GYMNASTICS**, Science of
Carvalho, Elena **Gymnastics Journal**, Vol. 8 Issue 1: 85 – 96,
Sierra-Palmeiro, 2013.
Marta Bobo-Arce
- 17- Lurdes Ávila- : **Analysis of the Technical Content of Elite**
Carvalho, Maria da **Rhythmic Gymnastics Group Routines**,
Luz Palomero, Department of Gymnastics, Faculty of Sports,
Panaginota Klentrou, Porto University, Porto, The Open Sports
Eunice Lebre Science Journal, , 5, 146-153, June 21, 2012.
- 18- Nana shineflu : **dance course**, low college of education state
university, 2000.