

مستوى الطموح وعلاقته بأداء بعض الحركات على جهاز عارضة التوازن

أ.م. د محاسن حسين فاضل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

يمثل مستوى الطموح عاملاً مهماً وحيوياً للبناء النفسي وأحد المتغيرات ذي التأثير الكبير في مكونات الأداء المطلوب لأنه المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه على أساس تقديره لمستوى قدراته وإمكاناته.

حيث تطمح الطالبة لتكون الأحسن في تحقيق طموحاتها، ولهذا الطموح درجات تختلف مستوياتها من طالبة لأخرى تتوقف على قدرة الفرد العقلية والبدنية وعلى هذا الأساس نجد أن الطالبة تطمح أن يكون أداؤها الأفضل والأحسن لغرض الوصول إلى أهدافها وإثبات ذاتها وبيان إمكانياتها وقدراتها الذاتية.

ولأن طالبات المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية يمتلكن خبرة قليلة عن رياضة الجمناستك ولأجل التقدم باللعبة تأتي ضرورة تهيئة اللاعبات من خلال تعليمهن التكنيك الصحيح لمهارة الجمناستك للوصول بهن إلى مستوى أداء جيد وهذا مما يساعد اللاعبة لتكون مستعدة للمشاركة في فرق الجمناستك وأداء الحركات على عارضة التوازن في المسابقات التي تجري بين الجامعات والمساهمة في تدريب الفرق الناشئة مستقبلاً لبناء قاعدة في هذه الرياضة .

يهدف البحث في : - التعرف على مستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانية المتمثلة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، التعرف على الأداء الحركي للتشكيلة الحركية لطالبات المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

في حين فرضت الباحثة :- هناك فروض ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح والاداء على عارضة التوازن في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء الحركي للاداء على عارضة التوازن ، هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الطموح والأداء الحركي في الاداء على عارضة التوازن .

- اما منهج البحث وإجراءاته الميدانية :- فقد اعتمدت الباحثة الطريقة العمدية في اختيار مجتمع البحث وهن طالبات المرحلة الثانية والبالغ عددهم (٤٦) طالبة وقد شكل هذا العدد نسبة مئوية مقدارها (٦٢,١٦٢%) وتم توزيع استمارة قياس (مستوى الطموح) على عينة البحث لإيجاد النتائج .

- استنتجت الباحثة مايلي :- اتضح من خلال الإحصاءات التي أجريت في البحث انه كان لمستوى الطموح علاقة بالأداء الحركي للطالبات على عارضة التوازن . وأوصت الباحثة :- على مدرسي ومدرسات مادة الجمناستك لطالبات وطلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة مراعاة وتشخيص مستوى طموح الطلبة أهمية تصعيد العلاقات المتبادلة بين الطالبات والكادر التدريسي بما يوفر المناخات النفسية والفكرية لغرس القيم والقناعات لدى الطالبات .

The level of ambition and its relationship to the performance of some movements on the balance beam

Prof. Mahasin Hussein Fadel

The level of ambition represents an important and vital factor for psychological construction and one of the variables that have a great impact on the components of the required performance because it is the level that the individual expects to reach on the basis of his appreciation of the level of his abilities and potentials.

Where the student aspires to be the best in achieving her ambitions, and this ambition has degrees of different levels from one student to another, depending on the individual's mental and physical ability, and on this basis we find that the student aspires to be the best and best performance in order to reach her goals and to prove herself and to show her own potential and capabilities.

Because the students of the second stage of the College of Physical Education have little experience about the sport of gymnastics, and in order to advance the game comes the need to prepare the players by teaching them the correct technique for the skill of your gymnastics to bring them to a good level of performance and this helps the player to be ready to participate in your gymnastics teams and perform the movements on the balance beam in competitions Taking place between universities and contributing to the training of future emerging teams to build a base in this sport.

The research aims at: - Identifying the level of ambition of the second stage students, represented by the College of Physical

Education and Sports Sciences, to identify the kinetic performance of the kinematic assortment of the second stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences.

While the researcher imposed: - There are statistically significant hypotheses in the level of ambition and performance on the balance beam in the College of Physical Education and Sports Sciences, there are statistically significant differences in the level of motor performance of performance on the balance beam, there is a statistically significant relationship between ambition and motor performance in performance On the balance beam.

As for the research method and its field procedures: - The researcher adopted the deliberate method in selecting the research community, and they are the second stage students, who are (46) students, and this number formed a percentage of (62.162%). A measurement form (level of ambition) was distributed to the research sample to find Results.

-The researcher concluded the following: - It was evident from the statistics conducted in the research that the level of ambition was related to the motor performance of the students on the balance beam.

The researcher recommended: - Teachers of gymnastics for students of physical education and sports sciences should take into account and diagnose the level of students 'ambition and the importance of escalating the mutual relations between students and the teaching staff in order to provide psychological and intellectual climates to instill the values and convictions of students.

١ - المقدمة

يمثل مستوى الطموح عاملاً مهماً وحيوياً للبناء النفسي وأحد المتغيرات ذي التأثير الكبير في مكونات الأداء المطلوب لأنه المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه على أساس تقديره لمستوى قدراته وإمكاناته.

حيث تطمح الطالبة لتكون الأحسن في تحقيق طموحاتها، ولهذا الطموح درجات تختلف مستوياتها من طالبة لأخرى تتوقف على قدرة الفرد العقلية والبدنية وعلى هذا الأساس نجد أن الطالبة تطمح أن يكون أداؤها الأفضل والأحسن لغرض الوصول إلى أهدافها ولإثبات ذاتها وبيان إمكانياتها وقدراتها الذاتية.

كما وتعد لعبة الجمناستيك التي تحتوي على مختلف الاجهزة و المهارات التي تتطلب ضرورة الإعداد النفسي الجيد الذي يحقق أفضل مستوى للأداء ويعتبر وسيلة تربية في المجتمعات الحديثة من خلال تحقيق أعلى القدرات البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية فضلاً عن أنها من الرياضات الخاصة بالمرأة وذلك لانسجامها مع الخصائص الطبيعية وما تمتلكه من قدرة على التعبير الحركي إذ يؤدي ممارسة هذه الرياضة إلى تنمية التوافق والالتزان وتعد نظاماً معقداً في البناء وغني بالمهارات والتمارين الصعبة والتي تستخدم في تشكيل السلاسل الحركية.

وإزاء ذلك وجدت الباحثة أن هناك أهمية لدراسة مستوى الطموح وعلاقته بالأداء الحركي على عارضة التوازن ، وذلك لأهمية هذا الموضوع على الواقع العملي فضلاً عن أنه لم يتم إجراء دراسة ميدانية حوله في الميدان الرياضي زيادة على ذلك تحديد الارتباط بين مستوى الطموح ومستوى الأداء الحركي لدى الطالبات لمعرفة نواحي الضعف والقوة في الأداء.

٢ - مشكلة البحث

يعد مستوى الطموح هدفاً يتطلع الفرد الرياضي إلى تحقيقه و ذلك رغبة منه في الحصول على مستوى أداء جيد و متميز يتحقق ذلك خلال توقعه للهدف .

ولما كانت الحركات على عارضة التوازن رياضة فردية جديدة لها مميزات الخاصة من حيث المهارات ودرجة صعوبتها و الموسيقى المصاحبة لها ، تكمن مشكلة البحث في أن طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يمتلكن خبرة قليلة في رياضة الجمناستيك الفني، ولأجل التقدم باللعبة تأتي ضرورة تهيئة لاعبات من الناحية النفسية والحركية للوصول بهن إلى مستوى أداء جيد يتناسب مع طموحاتهن المستقبلية وهذا ما يساعد اللاعبة أن تكون مستعدة للمشاركة في فرق الجمناستيك الفني للجامعات أو المساهمة في تدريب الفرق الناشئة مستقبلاً لبناء قاعدة في هذه الرياضة .

وعليه ارتأت الباحثة دراسة مستوى الطموح من خلال اندفاع الطالبات نحو درس الجمناستيك وعلاقته بمستوى أداء التشكيلة الحركية ولمساعدة العاملين في مجال التعليم والتدريب على وضع الأسس العلمية الصحيحة للارتقاء بهذه الرياضة.

يهدف البحث إلى :

- التعرف على مستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانية المتمثلة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

- التعرف على الأداء الحركي للتشكيلة الحركية لطالبات المرحلة الثانية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

- التعرف على العلاقة بين الطموح ومستوى الأداء الحركي للطالبات على عارضة التوازن .

افتترضت الباحثة :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح والحركات على عارضة التوازن في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأداء الحركي على عارضة التوازن .

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الطموح والأداء الحركي على عارضة التوازن.

٣- طريقة إجراء الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية وذلك لأنه المنهج الذي يتلاءم مع الطبيعة ومتطلبات البحث .

وقد اعتمدت الباحثة الطريقة العمدية في اختيار مجتمع البحث وهن طالبات المرحلة الثانية للعام الدراسي ٢٠٢٠-٢٠٢١ والبالغ عددهم (٤٦) طالبة وقد شكل هذا العدد نسبة مئوية مقدارها (٦٢,١٦٢%) وقد اعتمدت الباحثة هذه النسبة المئوية للمشروع بالإجراءات الميدانية وذلك عن طريق توزيع استمارة قياس (مستوى الطموح) ملحق (١)

- وتم إجراء التجربة الاستطلاعية

بتاريخ ٨/١/٢٠٢١ المصادف يوم الاثنين في تمام الساعة (١٠,٣٠) في قاعة الجمناستك بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة البصرة أجرت الباحثة تجربة استطلاعية على عينة استطلاع قوامها (٤) طالبات من طالبات المرحلة الثانية حيث الغاية من التجربة الاستطلاعية .

١- التعرف على طبيعة الأسئلة والاستفسارات التي يمكن أن تواجه عينة البحث وكيف يمكن الإجابة عليها دون التأثير على إجابة العينة لفقرات الاستبيان .

٢- التعرف على الوقت الذي يناسب أفراد عينة البحث بحيث لا يتعارض مع أوقات المحاضرات وتكون فيه العينة متفرغة لأداء الاختبارات .

٣- التعرف على ما هي طبيعة الظروف والمشاكل التي قد تواجه الباحثون أثناء تنفيذ التجربة الرئيسية .

- وأجريت التجربة الرئيسية

بتاريخ ١٥/١/٢٠٢١ المصادف يوم الاثنين في تمام الساعة (١٠,٣٠) صباحا في قاعة الجمناستك بكلية التربية الرياضية بجامعة البصرة أجرت الباحثة التجربة الرئيسية على عينة البحث والبالغ عددها (٤٦) طالبة من طالبات المرحلة الثانية إذ وزعت الباحثة استمارات الاستبيان ثم شرعت العينة بالإجابة وبعد انتهاء أفراد العينة من الإجابة على الاستبيان تم جمع الاستمارات والتأكد من الإجابة على كافة فقرات الاستبيان دون أن تهمل أي فقرة وبعدها قامت الباحثة بتفريغ البيانات من الاستمارات لغرض معالجتها إحصائيا وقد تم استخدام البرنامج الإحصائي (spss) الاصدار ٢٢ واستخرجت :-

١- الاوساط الحسابية

٢- الانحرافات المعيارية

٣- معامل ارتباط البسيط لبيرسون

٤- عرض ومناقشة النتائج

جدول (١) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (R) المحسوبة (R) الجدولية لكل من الاختبار النظري (مستوى الطموح) والاختبارات العملية (السلسلة الحركية على جهاز عارضة التوازن) في لعبة الجمناستيك

المعالجة الإحصائية الاختبارات	الوسط الحسابي س	الانحراف المعياري ١ع-+	قيمة (R) المحسوبة الاختبار
مستوى الطموح	٧٢،٦٣٠	٣،٦٣٨	*٠،٢٦١
الميزان من الجلوس	٥،٥	١،٥٧٤	*٠،٤٨٤
الميزان من الوقوف	٣،٨٤٨	٠،٨٦٨	*٠،٣٨٣
الدرجة الامامية	٤،٢٨٣	١،٠٨٨	*٠،٣٨٥
المقصية	٤،٤٥٦	٠،٩٥٩	*٠،٣٨٢
القفزة الثلاثية	٤،٠٢٢	٠،٩٣١	

*- (R) الجدولية تحت نسبة خطأ (٠،٠٥) ودرجة حرية (٤٤) = ٠،٢٥٨

يتضح من الجدول (١) نتائج الاختبار النظري (مستوى الطموح) والذي بلغت قيمة الوسط الحسابي له (٧٢،٦٣٠) بينما بلغت قيمة الانحراف المعياري (٣،٦٣٨) أما في الاختبارات العملية (السلسلة الحركية على جهاز عارضة التوازن) فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي لحركة (الميزان من الجلوس) (٥،٥) وبلغت قيمة الانحراف المعياري (١،٥٧٤) وفي حركة (الميزان من

الوقوف) فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (٣،٨٤٨) وبلغت قيمة الانحراف المعياري (٠،٨٦٨) وفي الحركة (الدرجة الامامية) فبلغت قيمة الوسط الحسابي (٤،٢٨٣) أما قيمة الانحراف المعياري فبلغت (١،٠٨٨) وفي حركة (المقصية) فبلغت قيمة الوسط الحسابي (٤،٤٥٦) وبلغت قيمة الانحراف المعياري (٠،٩٥٩) وفي حركة (القفزة الثلاثية) فبلغت قيمة الوسط الحسابي (٤،٠٢٢) وبلغت قيمة الانحراف المعياري (٠،٩٣١) .

أما قيمة (R) الجدولية لكل من اختباري (مستوى الطموح) و (الميزان من الجلوس) فبلغت (٠،٢٦١) .

أما قيمة (R) المحسوبة بين اختبار (مستوى الطموح) و (الميزان من الوقوف) فقد بلغت (٠،٤٨٤) .

وبلغت قيمة (R) المحسوبة بين اختبار (مستوى الطموح) و (الدرجة الامامية) (٠،٣٨٣) .

أما قيمة (R) المحسوبة بين كل من اختبار (مستوى الطموح) و (المقصية) فبلغت (٠،٣٨٥) .

وبلغت قيمة (R) المحسوبة بين اختبار (مستوى الطموح) و (القفزة الثلاثية) (٠،٣٨٢) .

أما قيمة (R) الجدولية فبلغت (٠،٢٥٨) وذلك تحت نسبة خطأ (٠،٠٥) ودرجة حرية (ن-٢) = ٤٤ .

وبما أن جميع قيم (R) المحسوبة كانت اكبر من قيمة (R) الجدولية فان ذلك يعني وجود علاقة ارتباط معنوية بين كل من (مستوى الطموح) و (بعض الحركات على جهاز عارضة التوازن) في لعبة الجمناستيك

- مناقشة نتائج (الاختبار النظري) والاختبارات العملية ((السلسلة الحركية على جهاز عارضة التوازن)) في الجمناستيك.

من خلال نتائج الاختبارات والتي اتضح فيها علاقة الارتباط بين مستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانية وأداء بعض الحركات على جهاز عارضة التوازن في لعبة الجمناستيك تغل الباحثة ذلك لمجموعة أسباب فيها:-

- أن الأداء على جهاز عارضة التوازن يعد من الحركات التي تستطيع الطالبات أدائها وذلك لسهولة البعض الحركات فيها فالحركة السهلة تتشجع دائما الطالبة لأدائها وبل وتحاول أن تطور أدائها فيها وهنا يشير محمود الحنفي ((كما كان الأداء سهل وبالمستطاع تنفيذه في ظروف مختلفة كلما استطاع الرياضي أن يبدع فيه)) (١:٣٧).

- تعد هذا الحركات على جهاز عارضة التوازن من المقررات المطلوبة في مناهج مادة الجمناستيك لدى طالبات لذلك كان لعامل الممارسة هذه الحركات واضحة في طموح الطالبة في أن يكون مستوى أدائها عالي بحكم أنها حركات سبق وان تعلمتها وتمرنت عليها وأصبحت لديها الخبرة في كيفية أداء تلك الحركات تحت ظروف مختلفة أي بالدرس أو الامتحان أو حتى في

اختبار ويذكر هنا مها فكري ((تلعب الممارسة والخبرة دورا كبيرا التميز فيه خصوصا في المنافسات)) (٣:٥١) .

- كما أن لعامل الممارس والمنافسة بين الطالبات تأثير واضح على الأداء فكل طالبة حاولت بما تمتلك من جهد بدني ومهاري وفكري من اجل أداء تلك الحركات بأفضل صورة ولأجل أن تتميز عن غيرها ويعني ذلك أن طموح الطالبات كان موجود بل وعالي من اجل إعطاء أفضل ما يمكن أثناء الاختبارات وهذا ما لمستته الباحثة من خلال تعاون العينة وتفاعلهم معها والتجربة ويشير هنا حافظ ((الإثارة والممارسة من أهم العوامل التي تتواجد في الأداء الجيد)) (٢:٥٥) .

٥- الاستنتاجات:

- ١- اتضح أن مستوى الطموح علاقة جيدة بأداء الميزان من الوقوف والميزان من الجلوس .
- ٢- قد تبين أيضاً علاقة مستوى الطموح بأداء الدرجة الأمامية على جهاز عارضة التوازن .
- ٣- وكذلك اتضح من خلال الإحصاءات التي أجريت في البحث انه كان لمستوى الطموح علاقة بأداء (المقصية) وكذلك (القفزة الثلاثية) .

- التوصيات

- 1- على مدرسات مادة الجمناستك تشخيص مستوى طموح الطالبات لما له من أهمية في تحسين مستوى الأداء .
- 2- إجراء دراسة مشابهة لعلاقة مستوى الطموح بمهارات أخرى .
- 3- استخدام مقياس الطموح الحالي للكشف عن طموح طالبات كلية التربية الرياضية في لعبة الجمناستك .
- 4- إجراء دراسات أو بحوث أخرى تتضمن دراسة مستوى الطموح .

المصادر

- 1- محمود احمد الحنفي : الموسيقى النظرية ، مكتبة النهضة ، القاهرة ، ١٩٥٨ .
- ٢- محمد علي حافظ : نظريات التربية الرياضية ، (ج١) المطبعة الأميرية ، القاهرة ، ١٩٧٥ .
- ٣- مها محمد فكري : دراسة عن التمرينات الإيقاعية ، بحث غير منشور ، ٢٠٠٣ .

ملحق رقم (١)

فقرات ومحاوّر مقياس مستوى الطموح

ت	الفقرات	نعم	كلا
١	انظر إلى حياتي الرياضية بكل أمل وتفاؤل		

٢	تقتي بنفسي تتزعزع عندما أواجه حالات الفشل الرياضي
٣	أتوقع إذا أصبح لي مستوى الرياضي عالي تتفتح أبواب المستقبل
٤	انظر إلى الأمام ولا أترجع عما بدأت عن قناعة
٥	أثابر من أجل تحقيق
٦	لا أرغب في الجد والافتقار في المجال الرياضي
٧	النجاح في داء مهارة ما بحد ذاته كاف ولا يهمني أن يفودني إلى نجاح
٨	لا يهمني التفوق في رياضة الجمباز الأهم عندي النجاح
٩	لتدفعني المنافسة مع الأخريات لتحقيق الانجاز الرياضي الذي ينافسوني عليه
١٠	أعيش ليومي هذا ولا يهمني الغد
١١	لا أرغب في أكثر مما حقته في مستوى أداء للمهارات
١٢	لا أرغب أن تكون تجربتي في الرياضة واسعة
١٣	لا يهمني الابتعاد عن زميلاتي لفترة لتحقيق انجازاتي الرياضية بشكل أفضل
١٤	أرى أن هناك ميدان عمل رياضي يمكن ان انتمي له
١٥	تثير اهتمامي المكانة الاجتماعية الرياضية العالية وارغب في الوصول إليها
١٦	أتوقع أن يدفعني المستوى الاجتماعي والثقافي في عائلتي إلى بذل جهد اكبر لتحقيق مستوى رياضي جيد
١٧	ارغب في رفع شأن وطني عن طريق تحقيق مستوى رياضي عالي ومتميز
١٨	اهتم بالمستقبل الرياضي واشعر بجدية نحوه
١٩	احترم آراء الآخرين لكن لا أتقبلها بسهولة
٢٠	ارغب في الاختلاط مع مستويات رياضية عالية للتعرف على تطلعاتهم المستقبلية
٢١	لا اشعر أن لي القدرة على مواجهة المشكلات الرياضية
٢٢	أتنافس مع نفسي لتغلب على الصعاب عند ما لا أجد احد ينافسني
٢٣	عندما أجد من هي أفضل مني فأن ذلك يدفعني إلى أن أكون بمستواها الرياضي
٢٤	ارغب بالتضحية من أجل مستقبلي
٢٥	ارغب في المثابرة على التدريب حتى وان واجهتني بعض الصعاب
٢٦	أقرر بحزم أن أصل إلى الهدف الذي ارسمه لنجاحي في الجمباز
٢٧	غير راضيه بالمستوى الرياضي الذي توصلت إليه
٢٨	أثابر من أجل تحقيق أهدافي
٢٩	اشعر أن لي القدرة على التدريب وحدي في أي مهارة أكلف بتعلمها
٣٠	ارغب في تعلم المهارات التي اشعر أنني قادرة على تعلمها
٣١	لا ارغب في تطوير قابليتي البدنية والمهارية
٣٢	ارغب في الاعتماد كلياً على شرح المدرسة للمادة العلمية أثناء الدرس الرياضي
٣٣	عندما اطمح الوصول إلى مستوى رياضي معين أحاول التدريب عليها بشكل مستمر
٣٤	لاتحمل عقبات التدريب التي تواجهني
٣٥	يثيرني النجاح السهل عند تأدية بعض المهارات

٣٦	عندما أتعرف على موقع الخطأ في المهارة اعمل تصحيح ذلك والاستمرار على الأداء الصحيح
٣٧	أتوقع الفشل كلما أريد تأدية مهارات رياضية معينة
٣٨	عندما أفشل في تأدية مهارة معينة أحاول تكرار المحاولة حتى تأديتها بشكل جيد
٣٩	لا أحسن استغلال الوقت فيما هو نافع ومفيد لمستقبلي الرياضي
٤٠	اعتقد ان حياتي الرياضية يسيرها الحظ
٤١	لا ارغب في تحقيق رمز رياضي متقدم في الرياضة
٤٢	الرياضة عندي لهوا ولعب
٤٣	لا أحاول التغلب على الصعاب الرياضية التي اعرف أن الآخرين فشلوا في اجتيازهم
٤٤	تتملكني نظرة تشاؤمية لحياتي الرياضية
٤٥	تمنعني بعض المصاعب الرياضية في التفكير في مستقبلي الرياضي
٤٦	لا ارغب في الوصول إلى مستوى رياضي عالٍ