

دراسة مقارنة بين نوعين من الإيقاع على مستوى الأداء في العروض الرياضية

ا.م.د/ نبيل منير سامي رجائي

المقدمة و مشكلة البحث:

لقد تطورت العروض الرياضية وتطورت أساليبها وأصبحت لا تعتمد على مجرد الحركات البدنية فحسب بل تعددت عوامل أخرى لا تقل أهمية عن هذه الحركات وأصبحت هذه العوامل تلعب دوراً هاماً في نجاحها والوصول بها إلى المستوى العالي بحيث لا يمكن إغفالها أو التغاضي عن أهميتها، كالموسيقى المصاحبة بدقتها وجمالها ترسم صورة للحركات المختلفة بتناسب إيقاعها مع إيقاع تلك الحركات هذا بجانب الملابس وحسن اختيارها ومناسبة ألوانها بالألوان المختلفة الموجودة في أرضية الملعب سواء كانت هذه الألوان اعلام او لوحات خلفية او لون أرضية الملعب نفسه هذا بالإضافة إلى الاضاءة المناسبة وتغييرها وتغيير ألوانها المتناسقة مع الحدث كلة كوحدة واحدة متداخلة اضافة إلى ذلك الألعاب النارية وشاشات العرض بجانب التشكيلات المختلفة في أرضية الملعب. مما يمكننا القول ان العرض الرياضي اصبح بناء فنياً متكاملًا، فإذا أراد فنان أن يرسم صورة يعبر فيها عن تجاربه او انفعاله لموضوع معين فانه يلجأ إلى ألوان، وإلى خطوط، وإلى مساحات، وإلى ظلال وازواء، وإلى فراغات، وإلى نظام و اسلوب عام يوحد بين هذه القيم المذكورة ولا يهتم بقيمه واحده ويغفل القيم الأخرى. وما يقال عن الفنون المختلفة ينطبق تماما على العرض الرياضي فهناك عناصر مختلفة يتكون منها العرض الرياضي ومن المفروض ان تتجانس هذه العناصر وتترابط ويخدم بعضها البعض، فواضع مادة العرض عليه ان يراعى طبيعة الأشخاص الذين يقومون بهذا العرض، وكذلك قدراتهم ومدى مقدرتهم على اداء الحركات المختلفة التي يحتويها العرض وعليه ان لا يطوع الأشخاص للقيام بعمل يخرج عن قدرتهم او لا يتفق مع مستواهم وإدراكهم، وعليه ان يكون على بينه بالمكان الذي يؤدي فيه العرض لان طبيعة المكان تحدد نوع الحركات فعرض على مسرح يختلف عما يقدم في استاد. وما ينطبق على واضع مادة العرض ينطبق على المصمم الموسيقي فعليه ان يضع الموسيقى التي تساعد على توصيل الصورة الكاملة للمتفرجين و ان يتماشى إيقاعها مع إيقاع حركات العرض، وعلى المخرج الفني للعرض ان يختار الملابس المناسبة بما يتفق وطبيعة العرض وان يختار الألوان المناسبة لها وأيضاً الصور المختلفة على

* أستاذ مساعد بقسم تدريب الرياضات الأساسية - كلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان.

شاشات العرض او اللوحات الخلفية وكذلك الإضاءة المناسبة وامكانية تغييرها وتنوعها مما يخدم موضوع العرض وطبيعة حركاته، وايضا التشكيلات التي تؤدي في الملعب بحيث تظهر هذه التشكيلات في صورة جميلة رائعة.

وتعتبر العروض الرياضية باختلاف انواعها من اهم الطرق التي تعين الانسان المشارك والمشاهد على التفكير والتعبير عن ما يوجد بواجداته، وتعد عنصرا هاما من عناصر الاعلام لاطهار مدى ما وصلت الية الدولة من تقدم رياضى وعلمى واقتصادى وتربوى وما لديها من طاقات وامكانات بشرية فعالة امام الدول. حيث تعتبر العروض افضل وسيلة لاطهار الافكار والاحاسيس الانسانية ووضعها في لوحات فنية معبرة عن لون معين من الوان الحياة الثقافية للمجتمع وتطور حضارته عبر التاريخ وما وصل الية الفكر الانساني في التعبير عن الجمال الحركى في شتى مجالات الحياة مع ارتباطها بالهدف السياسى والقومى واتجاهات المجتمع وابرار هذه الاتجاهات ومن خلال توظيفها لتحقيق الاهداف التي وضعت من اجلها.

(1) (14) (4: 18).

وللايقاع اثر كبير في العروض الرياضية حيث يعمل على توحيد حركات المشاركين وذلك بتجميع القوى وتركيزها في لحظة واحدة مما يؤدي الى استغلالها كاملة بما يؤدي الى افضل النتائج مع الاقتصاد بالجهد المبذول وفي الايقاع الجماعي يفسح المجال لكل مشترك بان تبرز قدرته الذاتية في الايقاع دون ان يؤثر ذلك على حركات المشتركين الاخرين معه حيث تظهر قوة التعبير والتأثير على المشاهدين بشكل اكبر واكثر حماسا. (3)

وتعتبر المصاحبة الموسيقية احدى الوسائل التعليمية فى العملية التعليمية والتدريبية وذلك لارتباطها بالاحساس الحركى وبمساعدهتها يمكن تنظيم وتوضيح الحركة والتنشويق لممارستها. ويشير بعض المتخصصين ان الموسيقى لا تؤثر على العضلة باى شكل من الاشكال ولكنها فى المقابل تخفى العوامل التي تجعلك تذكر بالتعب مما يحفز العضلة على العمل اكثر من الشعور بالتعب. (18)

ويذكر Egli , Malton (2011) ان المصاحبة الموسيقية تؤثر ايجابيا عن حركة الفرد ويمكن استخدامها كعامل تحفيز خلال مزاولة الأنشطة الرياضية (20: 399-406) ويؤكد sundin, berti (1995) الى ان المصاحبة الموسيقية وسيلة يمكن من خلالها تطوير قابلية الفرد على الفهم والابداع وكذلك تحقيق المتعة. (29)

ويضيف كل من عبد الستار جاسم وعائدة حسين (1991) ان الموسيقى تحفز الجانب العاطفى وتخلق حالة من الانسجام بين الايقاع والحركة وتزيد من رغبة الطالب ويحفزه لاداء العمل.(7)

كما يؤكد كل من Karageorhis, Priest (2008) الى ان الموسيقى تساعد المشارك بالعمل بكثافة عالية ولفترة طويلة. (28: 347-366)

كما يرى كل من عائدة رضا (1973) ومسعد فرغلى (1981) ويحيى صالح (1978) ونبيلة خليفة (1973) ان المصاحبة الموسيقية تنمى الاحساس بالايقاع الحركى هذا الاحساس يودى الى توضيح الحركات ورسمها بصورة صادقة فى ذهن المتعلم.(5)، (13: 123-135)،(17: 91-93)،(16)

ويعتبر الدف من ادوات الايقاع المهمة فى التدريب على التمرينات حيث ان كل طريقة من طرقاته تتناسب وتنمشى مع ايقاع الحركة، كما ان اللحن المصاحب للايقاع يلعب دورا كبيرا فى الاداء الحركى ومن هنا ظهرت فكرة الدراسة لدى الباحث للتعرف على تاثير كل من الايقاع بالدف بمفرده والمصاحبة الموسيقية على مستوى الاداء فى العروض الرياضية، ومن خلال خبرة الباحث فى مجال تصميم وتنفيذ وتدريب العروض الرياضية وجد ان الكثير من مدربي العروض الرياضية يستخدمون الايقاع بالنداء او الايقاع على الطبله او الدف من بداية التدريب على العرض ثم ادخال المصاحبة الموسيقية بعد الانتهاء من التدريبات والبعض الاخر يستخدم المصاحبة الموسيقية للعرض من بداية التدريب الامر الذى دفع الباحث الى محاولة التعرف على تاثير كل من التدريب بالايقاع بالدف والتدريب بالمصاحبة الموسيقية على مستوى الاداء فى العروض الرياضية.

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الى معرفة تاثير كل من التدريب بالايقاع بالدف والتدريب بالمصاحبة الموسيقية على مستوى الاداء فى العروض الرياضية.

فرض البحث:

يوجد اختلاف بين تاثير التدريب بالايقاع بالدف والتدريب بالمصاحبة الموسيقية على مستوى الاداء فى العروض الرياضية.

الدراسات السابقة:

دراسة اسلام محمد محمود سالم و سمير عبد النبى شعبان عيسى (2008) بعنوان تاثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقى على مستوى الاداء فى العروض الرياضية وتهدف

الدراسة الى التعرف على تاثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقى على مستوى الاداء فى العروض الرياضية وبلغت عينة الدراسة 30 طالبا وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي، ومن اهم نتائج الدراسة تفوق المجموعات الثلاث التجريبية فى القياس البعدى فى تقييم مستوى الاداء. تفوق المجموعة التجريبية الاولى على المجموعة التجريبية الثالثة فى معظم عناصر تقييم مستوى الاداء فى العرض الرياضى.(2)

دراسة عبد الستار جاسم وانتصار كاظم (2011) بعنوان اثر مصاحبة الموسيقى على التحصيل الحركى والنبض فى درس التربية الرياضية وتهدف الدراسة الى التعرف على اثر مصاحبة الموسيقى على التحصيل الحركى والنبض لطلاب المرحلة المتوسطة فى درس التربية الرياضية وبلغت عينة الدراسة (24) طالبا وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفى على عينة عمدية من طلاب المرحلة الثانية ومن اهم نتائج الدراسة ان المصاحبة الموسيقية تعطى نتائج افضل فى عدد الخطوات فى درس التربية الرياضية كاداة تحضيرية فى زيادة الحركة خلال الدرس كما لاحظنا وجود فروق معنوية فى معدل ضربات القلب بين الدرس مع الموسيقى لكلا المجموعتين.(6)

دراسة عماد صالح عبد الحق (2003) بعنوان أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقي على تعلم بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية هدفت الدراسة التعرف إلى أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقي على تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها عشرون طالبة من طلبة السنة الأولى والثانية، حيث قسمت العينة الى مجموعتين، قامت إحدهما بتعلم المهارات الأساسية لبساط الحركات الأرضية بمصاحبة الإيقاع الموسيقي، والآخرى بتعلم المهارات الأساسية بالطريقة التقليدية المتعارف عليها في الكلية.وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لكلا المجموعتين في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية، فيما أظهرت المجموعة التجريبية والتي استخدمت الإيقاع الموسيقي كمصاحب للأداء المهاري تقدماً وفاعلية أكبر.(8)

فى دراسة اجراها Matesic, B.C&Comart (2002) هدفت الدراسة الى التعرف على تاثير المصاحبة الموسيقية على شدة التدريب وقد اجرىب الدراسة على عينة من 12 مشترك قسموا الى مجموعتين المجموعة الاولى متدربة والمجموعة الثانية غير متدربة وكلا المجموعتين ركضت فى ملعب لمدة 20 دقيقة مرتين بشدة متوسطة من قابلية كل مشترك المرة الاولى مع الموسيقى والمرة الثانية بدون موسيقى وقد تم قياس الزمن والنبض. واسفرت نتائج الدراسة الى

ان الركض مع الموسيقى لكلا المجموعتين المتدربة والغير متدربة قد حققوا زمن اقل فى الركض مع الموسيقى لكل لفة، بينما كان هناك اختلاف واضح فى النبض بين المجموعة المتدربة والغير متدربة وذكر الباحث الى عوامل اخرى وليس الموسيقى.(27)

فى دراسة اجراها Koc, curtseit (2009) التى هدفت الى التعرف على تاثير الموسيقى على الانجاز فى العمل اللاهوائى وقد اجريت الدراسة على عينة قوامها 14 لاعب و6 لاعبات على الدراجة الهوائية وبعد 48 ساعة يعاد تنفيذ نفس التمرين وبنفس الشدة على الدراجة الهوائية لثلاث مرات، فى المرة الاولى ينفذ الاختبار مع المصاحبة الموسيقية بايقاع سريع وفى المرة الثانية يعاد نفس الاختبار مع الموسيقى بايقاع بطئ والمحاولة الثالثة بدون موسيقى أسفرت النتائج الى ان هناك اختلاف فى الانجاز بين الاختبارين مع الموسيقى والاختبار بدون موسيقى كما انه لم يكن هناك اختلاف فى الانجاز فى اختبار مع الموسيقى السريعة وبين الموسيقى البطيئة. (24: 190 - 222)

فى دراسة قام بها Daved elliot (2005) هدفت الدراسة الى التعرف على تاثير الموسيقى على التدريب وبلغت العينة 18 طالب وقد استخدم اختبار الدراجة الهوائية شدة متوسطة لمدة 12 دقيقة يكرر الاختبار ثلاث مرات المرة الاولى مع الموسيقى يختارها المختبر والثانية مع موسيقى مختارة له والمرة الثالثة بدون موسيقى وقد اسفرت نتائج الدراسة الى ان المختبر فى الحالة الاولى يسجل اطول من الحالة الثانية والثالثة دون ان يدرك انه بذل جهد اكثر اضافة الى انهم فى الحالة الاولى عاشوا مشاعر ايجابية متنوعة. (19: 97 - 106)

مصطلحات البحث:

العروض الرياضية:

يعرف غازى العنزى(2009) عن كراخت واخرون العروض الرياضية بأنها "الحركات البدنية المكونة طبقا للمبادئ والقوانين الفسيولوجية والحركية والجمالية والتي تؤدى بواسطة مجموعة كبيرة من الأفراد فى وقت واحد مع ارتباط الأداء بالمصاحبة الموسيقية أو الغنائية المعبرة، وذلك بغرض عرضها على الجمهور لكي تعبر عن مستوى المشتركين ومدى تطورهم فى المجال الرياضي.(9)

الابقاع:

هو الوحدة الرتمية التى يسير عليها اللحن. (31)

اله الدف:

هو آلة الايقاع المشهورة التي تصاحب ايقاعاتها الالحان والانغام والدف مستدير الشكل غالبا يصنع على هيئة اطار من خشب خفيف مشدود عليه جلد رقيق وينقر على الدف بعضا فى احدى طرفيها طبقة من اللباد. (30)

الايقاع بالدف:

هى الطرقات المستمرة على الدف والتي تتناسب عداتها مع تمرينات وحركات العرض المستخدمة. (تعريف اجرائى).

الموسيقى المؤلفة للعرض:

هى موسيقى مؤلفة وضعت خصصيا بحيث تتمشى ايقاعاتها ونغماتها مع تمرينات العرض وتشكيلاته لتحقيق التوافق بين الايقاع الموسيقى والايقاع الحركى. (9)

اجراءات البحث:

المجال الجغرافى:

صالتى التمرينات والجمباز بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان.

المجال الزمنى:

تم اجراء الدراسة فى الفترة من 2011/12/29م حتى 2012/3/11م كالتالى:

- الفترة من 2011/12/29م حتى 2012/1/26م لاجراء الدراسة الاستطلاعية الاولى.
- الفترة من 2012/1/27م حتى 2012/1/28م اجريت القياسات البدنية وقياسات(السن، الطول، الوزن).
- الفترة من 2012/1/29م حتى 2012/3/10م اجريت الدراسة الاساسية.
- تم تقييم مستوى الاداء على العرض الرياضى يوم الاحد الموافق 2012/3/11م فى الصالة الكبيرة بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة.

ملحوظة:

تم تدريب مجموعتى العرض فى صالتى التمرينات والجمباز الكبيرة والصغيرة بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة بالتناوب.

المجال البشرى:

طلاب الصف الثالث (شعبة المناهج وطرق التدريس) بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة للعام الجامعى(2011-2012م).

أدوات جمع البيانات:

السجلات الخاصة بالكلية - الاختبارات البدنية- استمارة تقييم الاداء- ميزان طبي- رستاميتز- العرض الرياضى- CD مسجل عالية الإيقاع بالدف- CD مسجل عالية الإيقاع الموسيقى (المصاحبة الموسيقية).

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين الأولى باستخدام الإيقاع بالدف والأخرى باستخدام المصاحبة الموسيقية المؤلفه خصيصا لمادة العرض.

المجتمع وعينة البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلاب الصف الثالث (شعبة المناهج وطرق التدريس) بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة للعام الجامعى(2011-2012) وقد بلغ عددهم (84) طالبا استبعد منهم عددهم (2) طالب باقون للاعادة ، وايضا عدد (4) من اعضاء الفرق الرياضية بالكلية والاندية الرياضية وعدد (18) طالبا لحصولهم على درجات منخفضة فى الاختبار العملى لمادة التمرينات للصف الاول للعام الجامعى (2009-2010) وبذلك اصبح اجمالى الطلبة بعد الاسبوعات السابقة (60) طالبا من الذين حصلوا على اعلى الدرجات فى مادة التمرينات البدنية فى الصف الاول للعام الجامعى (2009-2010) قسموا عشوائيا الى عينات البحث كالتالى.

أ-عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار (20) طالبا عشوائيا من مجتمع البحث ومن غير العينة الاساسية لاجراء الدراسة الاستطلاعية.

ب-عينة الدراسة الاساسية:

طبقت الدراسة الاساسية على عينة عشوائية متجانسة قوامها (40) طالبا قسموا عشوائيا الى مجموعتين تجريبيتين قوام كل منهما(20) طالبا استخدم مع المجموعة التجريبية الاولى التدريب بالايقاع بالدف والاخرى باستخدام المصاحبة الموسيقية المؤلفه خصيصا لمادة العرض.

وقد قام الباحث باجراء التجانس بين افراد مجتمع البحث فى كل من السن، الطول، الوزن، الاختبارات البدنية.(الشد على العقلة لقياس القوة ، الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة ، الكوبرى لقياس المرونة ، الجرى فى المكان 15 ثانية لقياس السرعة ، انبطاح مائل من الوقوف

10 ثوانى لقياس الرشاقة ، الدوائر الرقمية لقياس التوافق ، وقوف بمشط القدم على مكعب لقياس التوازن الثابت- المشى على عارضة لقياس التوازن الحركي). حيث خضعت المجموعة التجريبية الاولى لبرنامج تدريبي للعرض الرياضى باستخدام الدف بينما خضعت المجموعة التدريبية الثانية لبرنامج تدريبي باستخدام المصاحبة الموسيقية. والجدول رقم (1) يوضح تجانس عينة البحث فى المتغيرات السابقة.

جدول (1) المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى والوسيط ومعامل الالتواء والتقاطع والاختلاف لمجتمع البحث فى السن، الطول، الوزن، والاختبارات البدنية.

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعيارى	معامل الالتواء	معامل التقاطع	معامل الاختلاف
المتغيرات الأساسية	السن	19.5	0.93	1.471	1.847	4.769
	الطول	178.152	6.413	0.432	-0.76	3.599
	الوزن	74.87	4.18	0.632	1.374	5.583
	الشد على العقلة	6.112	0.932	-0.273	-1.302	15.249
	الوثب العريض	206.234	13.742	0.522	0.883	6.663
	الكوبرى	78.32	6.67	-0.732	0.423	8.516
الاختبارات البدنية	الجرى 15 ث	25.472	1.453	-0.147	-1.382	5.704
	انبطاح مائل من الوقوف (10ث)	5.42	0.82	-0.381	-0.896	15.129
	الدوائر الرقمية	10.213	1.089	-0.431	-0.477	10.663
	الوقوف بمشط القدم على مكعب	6.231	0.854	0.336	0.785	13.706
	المشى على عارضة	8.742	0.911	0.542	0.937	10.421

يتضح من جدول (1) ان معاملات الالتواء تراوحت ما بين (-0.732، 1.471) بينما نجد ان معاملات التفلطح تراوحت ما بين (-1.382، 1.847) اي ان جميع القياسات انحصرت ما بين (3±) مما يدل على تجانس عينة البحث في هذه القياسات ويؤكد على خلو العينة من عيوب التوزيعات غير الاعتدالية. كما يتضح ان قيم معاملات الاختلاف للمتغيرات الاساسية والقياسات البدنية تراوحت ما بين (3.599%) الى (15.249%) وهى اقل من 20% من المتوسط مما يتيح للباحث الفرصة للتعرف على تاثير كل من الايقاع بالدف والايقاع بالمصاحبة الموسيقية على مستوى الاداء فى العروض الرياضية حيث ان الظروف والعوامل المتشابهة توفر مناخا مناسباً لعينتى البحث وبذا يمكن ان يتحقق الباحث من فرض البحث المرتبط بالمتغير التجريبي.

الدراسات الاستطلاعية:

الدراسة الاستطلاعية الاولى

اجريت بهدف:

- 1- اختيار انسب الاختبارات البدنية
- 2- تصميم تمارينات العرض وتشكيلاته.
- 3- اختيار استمارة تقييم مستوى الاداء للطلاب فى العرض بعد عرضها على الخبراء.(2)
- 4- اختيار المساعدين وتدريبهم على تقييم الاختبارات البدنية.
- 5- تدريب المساعدين على تمارينات العرض وتشكيلاته بالتعاون مع مصمم العرض.
- 6- وضع الموسيقى المصاحبة.

وقد أسفرت الدراسة عن:

- 1- الاختبارات البدنية قيد الدراسة. مرفق رقم(1)
 - اختبار الشد لاعلى لقياس القوة عضلية.(12)
 - اختبار الوثب العريض من الثبات لقياس القدرة.(12)
 - اختبار الكوبرى لقياس المرونة.(11)
 - اختبار الجرى فى المكان 15 ثانية لقياس السرعة.(12)
 - اختبار انبطاح مائل من الوقوف 10 ثوانى لقياس الرشاقة.(11)
 - اختبار الدوائر الرقمية لقياس التوافق.(12)
 - اختبار الوقوف بمشط القدم على مكعب لقياس التوازن الثابت.(12)
 - اختبار المشى على عارضة لقياس التوازن الحركى.(4)
- 2-تصميم العرض الرياضى مرفق (2)

3-تصميم الموسيقى المصاحبة والايقاع بالدف. مرفق (3)

4-استمارة تقييم مستوى الاداء فى العرض الرياضى. مرفق (4)

5-تحديد الزمن الكلى للعرض الرياضى وقدره (5) دقائق بسرعة ايقاع (128) دقة /دقيقة

الدراسة الاستطلاعية الثانية:

اجريت بهدف تحديد المعاملات العلمية للاختبارات البدنية قيد الدراسة.

1-الصدق:

تم حساب معامل الصدق لعدد (20) طالبا باستخدام صدق التمايز عن طريق المقارنة بين مجموعة مميزة (10) طالبا ومجموعة غير مميزة قوامها (10) طالبا وحساب قيمة (ت) كما هو موضح بجدول رقم (2)

جدول رقم (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ودلالاتها فى الاختبارات البدنية بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة

معامل الصدق	قيمة (ت) المحسوبة	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الغير مميزة (ن10)		المجموعة المميزة (ن10)		وحدة القياس	المتغيرات	
			ع ±	س	ع ±	س			
0.94	*11.485	4.1	0.81	5.15	0.72	9.25	عدد	القوة العضلية	الشد على العقلة
0.82	*4.243	22	9.732	191	12.134	213	سم	القدرة المرونة	الوثب العريض
0.85	*7.469	27.5	6.32	85.15	9.18	57.40	سم	السرعة	الكوبرى
0.84	*6.567	7.06	2.33	28.14	2.23	35.20	عدد	رشاقة	الجرى 15 ث
0.88	*7.015	2.78	0.91	6.01	0.73	8.79	عدد		انبطاح مائل من الوقوف (10ث)
0.81	*5.448	2.13	0.99	10.01	0.629	7.88	ث	التوافق	الدوائر الرقمية
0.91	*9.574	4.05	0.96	4.87	0.83	8.92	ث	توازن ثابت	الوقوف بمشط القدم على مكعب
0.81	*5.702	1.99	0.72	9.14	0.76	7.15	ث	توازن متحرك	المشى على عارضة

*قيمة (ت) عند مستوى 0.05 = 2.26

يتضح من جدول (2) وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعة المميزة والمجموعة الغير مميزة في جميع الاختبارات البدنية قيد البحث حيث تراوحت معاملات الصدق ما بين (0.81، 0.94) **2-الثبات:**

تم حساب معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه بعد اسبوع على عينة من العينة الاستطلاعية قوامها (10) طالبا ثم تم حساب معامل الارتباط "لاستخراج معامل ثبات الاختبارات البدنية" ويوضح جدول رقم (3) ذلك:

جدول رقم (3)

الدلالات الإحصائية الخاصة لإيجاد ثبات الاختبارات البدنية قيد البحث بطريقة اعادة تطبيق الاختبار

المتغيرات	وحدة القياس	التطبيق الأول ن=10		التطبيق الثاني ن=10		قيمة (ر)
		ع ±	س	ع ±	س	
القوة العضلية	عدد	7.956	0.739	8.058	0.832	0.88
القدرة	سم	208	17.15	210	14.25	0.94
المرونة	سم	82.17	5.247	83.20	6.429	0.70
السرعة	عدد	25.41	4.51	26.79	4	0.83
رشاقة	عدد	5.91	0.563	6.23	0.643	0.91
التوافق	ث	9.74	3.61	10.18	3.67	0.94
توزن ثابت	ث	5.41	3.18	5.79	2.48	0.93
توازن متحرك	ث	6.52	0.683	6.74	0.41	0.89

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.521

يتضح من جدول (3) وجود دلالة احصائية في جميع معاملات الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني للاختبارات قيد الدراسة مما يدل على ثبات الاختبارات حيث ان معامل الارتباط بينهما تراوح ما بين (0.70، 0.94) وجميعها ذات معاملات علمية عالية. مما يدل على صلاحية تطبيق الاختبارات البدنية قيد الدراسة.

التجربة الأساسية:

تم تطبيق التجربة الاساسية لمجموعتي البحث في الفترة من 2012/1/29م حتى 2012/3/10م بواقع (ست) اسابيع باجمالى (84) وحدة تدريبية حيث استخدم الايقاع بالدفع مع المجموعة الاولى والايقاع الموسيقى (المصاحبة الموسيقية) مع المجموعة الثانية كالآتى:

- الأسبوع الأول والثاني ثلاث وحدات تدريبية يوميا زمن الوحدة (90ق) تقريبا الوحدة الأولى من الساعة العاشرة صباحا حتى الساعة الحادية عشر ونصف صباحا، الوحدة الثانية من الساعة الثانية عشر ظهرا حتى الساعة الواحدة والنصف ظهرا، اما الوحدة الثالثة فمن الساعة الخامسة مساء وحتى الساعة السادسة والنصف مساء، باجمالى (36) وحدة.

- الأسبوع الثالث حتى الأسبوع السادس بواقع وحدتان يوميا الوحدة الاولى من الخامسة مساء وحتى الساعة السادسة والنصف مساء والثانية من الساعة السابعة مساء حتى الثامنة والنصف مساء بواقع (48) وحدة. والمرفق رقم (5) يوضح البرنامج التدريبي لمجموعتي البحث.

تقييم مستوى الاداء:

تم تقييم مستوى الاداء على العرض الرياضى يوم الاحد الموافق 2012/3/11م فى الصالة الكبيرة بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة. حيث شكلت لجنة من بعض اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة من اربع محكمين متخصصين باستخدام استمارة عناصر التقييم لطلاب مجموعتي البحث وذلك بحذف اعلى درجة واقل درجة من درجات المحكمين واخذ المتوسط الحسابى للدرجتين الاخرتين .

محتوى العرض:

احتوى العرض الرياضى على مجموعة من التمرينات الحرة والتشكيلات كل تمرين يحتوى على (8) عدات صيغت فى قالب استعراضى يظهر مقدار ما يتمتع به الطلاب من لياقة بدنية وحركية ومهارية طبقت بواقع (6) اسابيع متصلة تم فيها تعليم التمرينات التدريب عليها بجانب حركات الانتقال من تشكيل الى اخر وقد راعى الباحث عند تصميم العرض التالى:

- 1- ان تشمل التمرينات جميع اجزاء الجسم.
- 2- ان تتناسب التمرينات مع قدرة الطلاب البدنية والمهارية والحركية.
- 3- الابتكار والتنوع فى التمرينات.
- 4- الانتقال من تشكيل الى اخر بسهولة ويسر.
- 5- مراعاة المسافة بين الطلاب ومناسبتها للمدى الحركى.
- 6- ادخال بعض الاوضاع والحركات التى تتميز بالصعوبة.

مناسبة العرض:

الاشتراك فى مسابقة الكليات المتخصصة التى ينظمها المجلس الاعلى للرياضة

المعالجة الاحصائية:

المتوسط الحسابى - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - معامل التفلطح - معامل الاختلاف - معامل الارتباط - معامل الصدق - اختبار (ت)
عرض ومناقشة النتائج:

جدول (4)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لقيمة (ت) ودلالاتها بين مجموعتي البحث فى مستوى الاداء

قيمة (ت)	الفرق بين المتوسطين	المجموعة الثانية ن=20		المجموعة الاولى ن=20		وحدة القياس	المتغيرات
		ع	م	ع	م		
*7.294	2.75	1.113	18.10	1.21	15.35	3 0 4	التوافق بين الاداء الحركى والايقاع بالدف او المصاحبة الموسيقية
*8.571	2.22	0.662	13.40	0.913	11.18		دقة وسلامة الاداء
*11.805	2.597	0.415	13.934	0.872	11.337		توحيد الاداء
*6.385	1.245	0.512	9.257	0.684	8.012		درجة الحفظ
*6.965	1.964	0.823	14.278	0.915	12.314		الانسايية والهرونية فى الاداء
*6.828	1.782	0.793	13.134	0.814	11.352		الربط بين الحركات والتشكيلات
*6.398	1.721	0.759	8.834	0.894	7.113		السيطرة والتحكم فى الاداء
46.768	15.948	0.964	91.471	1.13	75.523		المجموع

قيمة (ت) عند مستوى $0.05 = 2.09$

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية الثانية فى جميع عناصر التقييم والدرجة الكلية.

بالنظر الى جدول (4) نجد تفوق المجموعة التجريبية الثانية التى استخدمت معها المصاحبة الموسيقية على المجموعة الاولى التى استخدم معها الايقاع بالدف فى التوافق فى الاداء الحركى.

يرجع الباحث ذلك إلى التوافق والانسجام بين الهارموني الموسيقى والهرونى الحركى حيث نجد التشابة الكبير بينهما فنجد الكثير من الحركات تعمل اجزاء الجسم فى اتجاه بينما تعمل اجزاء ثانية فى اتجاه آخر ونرى الانسجام والتالف مع ذلك واضحا.

كما قد يكون مرجعة الى التفاعل الحادث بين عناصر الموسيقى وعناصر الحركة حيث ان كلاهما يؤثر في الاخر ويتاثر به، فالمصاحبة الموسيقية وتنوع ايقاعتها والحانها بما يتناسب مع الحركات والتشكيلات المختلفة لتمرينات العرض قد ادت الى تنمية الاحساس بالايقاع الحركي لافراد المجموعة التي استخدم معها المصاحبة الموسيقية، هذا الاحساس يؤدي الى توضيح الحركات ورسمها بصورة صادقة في ذهن المتعلم، وهذا يؤدي بدوره الى الاداء السليم الذي يتسم بالسهولة والانسيابية والاقتصاد في الجهد مما يؤدي الى زيادة التوافق بين الاداء الحركي ويتفق هذا مع كل من عابدة رضا (5) ومسعد فرغلي (13: 123-135) يحي صالح (17: 91-93) نبيلة خليفة (16).

كما وجد من جدول (4) تفوق المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت معها المصاحبة الموسيقية على المجموعة الاولى التي استخدم معها الايقاع بالدق في دقة وسلامة الاداء ويرجع الباحث الى ان المصاحبة الموسيقية تحفز الجانب العاطفي وتخلق حالة من الانسجام بين الايقاع الموسيقي والحركة مما يزيد من رغبة من المشتركين في العرض من ممارسة تمرينات العرض بصورة اكثر تشويقا الى اظهار احسن ما يمتلكه من اداء سليم وهذا يتفق مع عبد الستار جاسم وعابدة حسين وسوندنج Sundin وبرتيل Bertil. (7)، (29)

كما قد يكون مرجعة الى وجود علاقة وثيقة بين عناصر الموسيقى والتمرينات فكلاهما يؤثر في الاخر ويتاثر به وتظهر هذه العلاقة في الايقاع الموجود في الموسيقى وكذا في التمرينات كما نجد ذلك في التوقيت حيث له صدى في الموسيقى و التمرينات الامر الذي يؤدي الى عدم شعور ممارس العرض بالمصاحبة الموسيقية بالارهاق والتعب نتيجة انسيابية التعاقب والتبادل بين الانقباض والانبساط العضلي لتمرينات العرض والانتقال من تمرين الى اخر وايضا من تشكيل لآخر باقتصادية وسهولة ويسر نتيجة لملائمة القوى الداخلية بالنسبة للقوى الخارجية ويتفق هذا مع كل من Priest,D.& karageorghis,C و منير سامي رجائي.(28)، (15)

يرجع الباحث تفوق المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت معها المصاحبة الموسيقية في عنصر توحيد الاداء الى الادراك الحركي فعندما يدرك المشترك في العرض ايقاع الحركة عن طريق المصاحبة الموسيقية يتمكن من التعرف على طريقة سريانها وطبيعتها الامر الذي يسهل عليه التعرف ايضا بنفسه على الاخطاء التي يقوم بادائها اثناء تنفيذ العرض وهذا يساعد على سرعة تلافيها من مبداءها وبتكرار عملية الاداء وتلافي الخطا الذي يحدث اثناءه يتمكن

المشترك من الوصول الى مرحلة توحيد واتقان الاداء الحركى وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل اليه كل من Huff وعبد الستار جاسم وعائدة على حسين و Karagorhi, Terry.

(21)، (7)، (23)

يرجع الباحث تفوق المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت معها المصاحبة الموسيقية في درجة الحفظ الى اللحن (الملودى) الذى اثر بصورة كبيرة على الحركة حيث انفقت الحركات وتشكيلات العرض مع اللحن بصورة كبيرة نتيجة الارتفاع والانخفاض فى قوة النغمة فنجد ان الحركات التى تتصف بالقوة اتسم لحنها بالارتفاع والنغمة القوية والحركات المستمرة والاضحى الثابتة اتسم لحنها بالسلاسة والانخفاض فى النغمة، كما قد يكون مرجعة الى التوافق والانسجام بين الهارمونى الموسيقى والهارمونى الحركى حيث نجد التشابه الكبير بينهما ففى بعض الحركات تعمل اجزاء الجسم فى اتجاه بينما تعمل اجزاء اخرى فى اتجاه اخر ونرى الانسجام والتالف مع ذلك واضحا، كما قد يكون مرجعة الى تلائم الصيغ الموسيقية مع طبيعة الحركات حيث يخدم الشكل الموسيقى كل من اللحن وطبيعة الحركات ونوعها الامر الذى يدفعنا القول ان المصاحبة الموسيقية وتنوع الحانها واشكالها وصيغها عملت كملقن للاداء مما زاد من درجة الحفظ، كما قد يكون مرجعة الى ان المصاحبة الموسيقية تدفع الافراد الى الانتباه بشكل افضل على حركات وتشكيلات العرض والتفاعل مع الفاعليات بشكل عفوى مما يزيد من درجة الحفظ وهذا يتفق مع Jages, Dalcoze, Emile (22).

بالنظر الى جدول (4) نجد تفوق المجموعة التجريبية الثانية التى استخدمت معها المصاحبة الموسيقية على المجموعة الاولى التى استخدم معها الايقاع بالدف فى عنصر الانسيابية والهرمونية فى الاداء، ويرجع الباحث هذا التفوق الى ان المصاحبة الموسيقية لتمارين العرض وتشكيلاته قد اعطت للمشاركين راحة نفسية الامر الذى يحرر الجهاز العصبى من التوتر ويزيد من قدرته على الحركة باقل مجهود ممكن نتيجة لتفهم اجزاء الحركة وطبيعتها ومداهما والجهد اللازم لها مع توفير الناحية الجمالية والانسيابية فى الاداء ومن ثم الوصول الى الهدف بطريقة سريعة واسلوب سلس يساعد على تاخير ظهور التعب. يذكر بعض المتخصصين الى انة من خلال ربط الموسيقى بالايقاع يمكن تنمية وتطوير الحركة دون الشعور بالملل والتعب.

وقد يرجع ايضا وجود هذا الفرق بين المجموعتين الى التفاعل الحادث بين عناصر الموسيقى وعناصر الحركة حيث ان كلاهما يؤثر فى الاخر ويتاثر به. فالمصاحبة الموسيقية وتنوع ايقاعاتها وحانها بما يتناسب مع الحركات والتشكلات المختلفة لتمارين العرض قد ادت

الى تنمية الاحساس بالايقاع الحركى لافراد المجموعة الثانية التى استخدم معها المصاحبة الموسيقية، هذا الاحساس يودى الى توضيح الحركات ورسمها بصورة صادقة فى ذهن المتعلم وهذا بدوره يودى الى الاداء السليم الذى يتسم بالسهولة والانسيابية والاقتصاد فى الجهد وتنفق هذه النتيجة مع عايدة رضا Labotone. عبد الستار و انتصار.(5)،(25: 19-22)،(6)

وبالرجوع الى جدول (4) نجد تفوق المجموعة التجريبية الثانية التى استخدمت معها المصاحبة الموسيقية على المجموعة الاولى التى استخدم معها الايقاع بالدف فى الربط بين الحركات والتشكيلات ويرجع الباحث ذلك الى ان المصاحبة الموسيقية لتمرينات وتشكيلات العرض قد أعطت للمشاركين راحة نفسية وتحرر الجهاز العصبى من التوتر ويزيد من مقدرة على الربط بين الحركات والتشكيلات ومن ثم الوصول الى الهدف بطريقة سريعة واسلوب سلس فالمصاحبة الموسيقية وتنوع ايقاعاتها وإحانها بما يتناسب مع الحركات والتشكيلات المختلفة للعرض قد أدت إلى تنمية الإحساس الحركى وايضا الإحساس بالمكان لافراد المجموعة التى استخدم معها المصاحبة الموسيقية كما قد يكون مرجعى الى اللحن (الملودى) الذى اثربصورة كبيرة على الحركة حيث اتفقت الحركات والتشكيلات العرض مع اللحن بصورة كبيرة. وتنفق هذه النتيجة مع عايدة رضا Labotone. عبد الستار وانتصار و karageorghis Priest,(5)،(25: 19-22)،(6)،(28: 3-14)

ويرجع الباحث الى تفوق المجموعة الثانية التى تدربت بالمصاحبة الموسيقية الى العلاقة بين عناصر الموسيقى وتمرينات العرض فكلاهما يؤثر فى الاخر ويتاثر به وتظهر هذه العلاقة فى الايقاع الموجود فى الموسيقى وكذا تمرينات وتشكيلات العرض كما نجد كذلك فى التوقيت حيث لة صدق فى الموسيقى والتمرينات وهذا بجانب الهارمونى والشكل الموسيقى الذى قد تاكد انعكاس اثارهما على العرض الرياضى Priest,D.& karageorghis,C و منير سامى رجائي.(28: 3-14)،(15)

كما قد يرجع الباحث الى الإدراك الحركى فعندما يدرك المشاركون فى التدريب على العرض الرياضى بالمصاحبة الموسيقية يتمكنوا من التعارف على طريقة سريان الحركة وطبيعتها مما يزيد من درجة السيطرة والتحكم واتقان الاداء وهذه النتيجة تنفق مع ما توصل اليه كل من Huff و عبد الستار جاسم وعايدة على حسين و Karagorhi, Terry.(21)،(7)،(23)

ويرجع تفوق المجموعة التجريبية التى تدربت بالمصاحبة الموسيقية عن المجموعة التجريبية التى تدربت بالدف فى عناصر الاداء مجتمعة الى ان المصاحبة الموسيقية خلقت جو من المرح والسرور فيصبح المشاركون اكثر مرحا وحيويا وانطلاقا مما يودى الى زيادة دافعية المشاركين

فى العرض ويرسم جوا يعكس اثاره على المتعلم ذاته وبالتالي يصبح العرض خبرة سارة مرتبطة بجو انفعالى محبب الى النفس وهذا يتفق مع كل من David Elliott ,Egli عبد الستار جاسم النعيمى، عايدة على حسين.(20)،(19)،(7)

كما ان المصاحبة الموسيقية تعمل على مساعدة المشتركين على ابعاد التركيز عن الشعور بالتعب خلال العرض الرياضى.(23: 347-366)،(19)،(21)،(7)

بجانب ان المصاحبة الموسيقية تحفز الجانب العاطفى وتخلق حالة من الانسجام بين الايقاع والحركة وتزيد من الرغبة نحو الممارسة وتحسين القابلية النفسية وتمكن المشتركين من تحسن الاداء هذا بجانب ان المصاحبة الموسيقية تستخدم كعامل تحفيز خلال مزاوله العرض الرياضى وتدفع المشتركين الى الانتباه بشكل افضل(22)، كما قد يكون مرجعة الى ان المصاحبة الموسيقية تعمل على تحسين الادراك الحركى والذى بدوره يساعد على التعرف على طريقة سريان الحركة وطبيعتها مما يسهل التعرف على الاخطاء التى تحدث اثناء تنفيذ الحركة وهذا يساعد بذلك على سرعة تلافياها فى مبادها وبتكرار عملية الاداء وتلافى الاخطاء يمكن الوصول الى درجة عالية من الاتقان.(31)

كما قد يكون مرجعة الى ان التدريب المنتظم والمستمر مع المصاحبة الموسيقية لتمرينات العرض ادت الى رفع درجات مستوى الاداء مجتمعة، وهذا يتفق مع كل من ليلى زهران، وLevy& Fuerst فى ان الايقاع الموسيقى لة تاثير كبير على الحركة، فعو يشارك فى الاحساس بالحركة وتحسين الاداء، وتاخير ظهور التعب، كما يساعد على انسيابية الحركة وتنظيم الحالة الانفعالية واضفاء المتعة والاثارة على العمل.(10: 99) (26: 135)

الاستخلاصات:

- في ضوء هدف البحث وفي حدود الدراسة ونتائجها امكن التوصل الى ان:
طريقة التدريب بالمصاحبة الموسيقية حققت نتائج افضل في عملية تدريب المشتركين على تمرينات العرض وتشكيلاته وكذلك على مستوى ادائهم في العروض الرياضية بمقارنتها بطريقة استخدام الدف.

التوصيات:

- 1- استخدام المصاحبة الموسيقية من بداية عملية تعليم وتدريب العروض الرياضية.
- 2- اجراء دراسات عن الفروق ما بين اداء التمرينات بالنداء وادائها بالايقاع بالدف والايقاع بالمصاحبة الموسيقية.
- 3- اجراء دراسات للتعرف على تاثير انواع مختلفة من اشكال الموسيقى المصاحبة على مستوى الاداء في العروض الرياضية.

المراجع:

1. ابراهيم محمد فاروق جبر (1995): تأثير العروض الرياضية على بعض الصفات البدنية والقدرات العقلية للتعليم الابتدائي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
2. اسلام محمد محمود سالم، سمير عبد النبي شعبان (2008): تأثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقى على مستوى الاداء فى العروض الرياضية، المؤتمر الاقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحم والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركى لمنطقة الشرق الاوسط، الجزء الثالث، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.
3. أميرة عبد الواحد منير (2007): الجمانستيك الايقاعى الحديث جميع الحقوق محفوظة للمؤلف والاكاديمية الرياضية العراقية الالكترونية كانون الثانى www.iraqacad.org.
4. سمير عبد النبي شعبان عيسى (2007): تأثير العروض الرياضية على ديناميكية تطوير بعض متغيرات الادراك الحس حركى ومستوى التحصيل العمل فى التمرينات بالادوات لطلاب كلية التربية الرياضية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية.
5. عايده محمد رضا (1973): تأثير الايقاع على الاداء الحركى للتمرينات الفنية، دراسة ماجستير غير منشورة، المعهد العالى للتربية الرياضية للبنات، القاهرة.
6. عبد الستار جاسم، انتصار كاظم عبد الكريم (2012): اثر مصاحبة الموسيقى على التحصيل الحركى والنبض فى درس التربية الرياضي، المؤتمر العلمى الدولى (الابداع الرياضى) 4-10 نوفمبر 2012م، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
7. عبد الستار جاسم النعيمى، عايده على حسين (1991): الجمباز المعاصر للبنات، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
8. عماد صالح عبد الحق (2003): أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقى على تعلم بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية فى جامعة النجاح الوطنية، قسم التربية الرياضية، كلية العلوم التربوية، جامعة النجاح

الوطنية، نابلس، فلسطين، مجلة جامعة النجاح للابحاث (العلوم الانسانية) مجلد 17
(1).

9. غازى العنزى (2009): شبكة المعلومات www.bдания.com
10. ليلي عبد العزيز زهران(1997): الاسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية، دار الفكر العربى،القاهرة.
11. محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان (2001): اختبارات الاداء الحركى، دار الفكر العربى، القاهرة.
12. محمد صبحى حسانين (2005): القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة، الجزء الاول، الطبعة السادسة، دار الفكر العربى، القاهرة
13. محمد مسعد فرغلى(1981): اثر المصاحبة الموسيقية فى دروس التمرينات على التحصيل الحركى، دراسات وبحوث جامعة حلوان، المجلد الرابع، العدد الاول.
14. منير سامى رجائى (1984): اثر كل من العروض الرياضية والفقرة الحركية على مستوى الاداء فى التمرينات، بحوث مؤتمر الرياضة للجميع فى الدول النامية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
15. منير سامى رجائى (1982): اثر بعض الوسائل المعينة على مستوى الاداء الحركى فى التمرينات، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة.
16. نبيلة خليفة (1973): 58 علاقة الموسيقى بالاداء على عارضة التوازن، رسالة ماجستير غير منشورة، المعهد العالى للتربية الرياضية للبنات، القاهرة.
17. يحيى صالح (1978): اثر المصاحبة الموسيقية على الاداء فى التمرينات، دراسات وبحوث علمية فى التربية الرياضية، رابطة خريجي المعاهد العليا وكليات التربية الرياضية، القاهرة.
18. Costas Karageorghis (2008): music in sport& exercise,application,the sport journal of united states sport academy 11 (3).
19. David Elliott (2005): "The effect of motivational music on sub-maximal exercise, European Journal of Sport Science", 5 (2).

20. Egli, T., Bland, H., Melton, B. & Czech, D (2011): Influence of age, sex, and race on college students' exercise motivation of physical activity, *Journal of American College Health*, 59(5).
21. Huff, J., (1972): Auditory and visual perception of rhythm by performers skilled in selected motor activities R.Q., Vol. 43, No. 2.
22. Jaques, Dalcoze, Emile (1997): Rytm music och utbildning, (49) stockolm, KMH forlaget.
23. Karageorghis, C. I. & Terry, P.C (1997): The psychophysical effects of music in sport and exercise: A review . *Journal of sport behavior* Vol. 20, Issue 1.
24. Koc, H., Curtseit, T. A-G (2009): Influence of music on wingate anaerobic test performance, *ovidius University Annals, series physical education and sport/ science, movement and health*, Vol 9, ISSUE 2.
25. Labotone A (1996): "Learning sports movement, esdarwvia", . . .
26. Levy. A., & Fuerst. M. (1993): *Sport injury hand book, Professional advice for amateur athletes*, John Wiley and sons, Inc, U.S.A.,
27. Matesic, B.C & Comartie, F (2002): Effects music has on lap pace, heart rate, and perceived exertion rate during a 20- minute self- paced run. *Sport journal* 5 (spring). URL (counseled June).
28. Priest, D. & karageorghis, C (2008): A qualitative investigation into the characteristics and effects of music accompanying exercise, *European physical education review*,
29. Sundin, Bertil: *barn musikaliska utveckling*, Stockholm, Liber utbildning, A13, 1995.
30. <http://music4tunisia.etudions.net/t21-topic>
 . <http://www.dabburiya.net/forums/showthread.php?p=568031>

دراسة مقارنة بين نوعين من الإيقاع على مستوى الأداء في العروض الرياضية

ا.م.د/ نبيل منير سامى رجائى

تهدف الدراسة إلى معرفة تأثير كل من التدريب بالإيقاع بالدف والتدريب بالمصاحبة الموسيقية على مستوى الأداء فى العروض الرياضية.

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين تجريبيتين الأولى باستخدام الإيقاع بالدف والأخرى باستخدام المصاحبة الموسيقية المؤلفة خصيصا لمادة العرض.

طبقت الدراسة الأساسية على عينة عشوائية متجانسة قوامها (40) طالبا قسموا عشوائيا الى مجموعتين تجريبيتين قوام كل منهما (20) طالبا استخدم مع المجموعة التجريبية الأولى التدريب بالإيقاع بالدف والأخرى باستخدام المصاحبة الموسيقية المؤلفة خصيصا لمادة العرض.

اهم نتائج البحث:

تفوق المجموعة التى استخدم معها التدبب بالمصاحبة الموسيقية عن المجموعة التى استخدم معها التدريب بالدف فى مستوى الاداء فى العرض الرياضى .

اهم التوصيات:

استخدام المصاحبة الموسيقية من بداية عملية تعليم وتدريب العروض الرياضية.

* أستاذ مساعد بقسم تدريب الرياضات الأساسية - كلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان

Abstract

A comparative study between two types of rhythm on the level of performance in sports show

ASS.Prof/Nabil Mounir Samy

The research aims to determine the impact of each of the training rhythm duff and training Balmassahabh the to the level of musical performance in sports show.

The researcher used the experimental method using the experimental design of the first two experimental using duff rhythm and the other using the accompanying music composed specifically for material supply.

Applied to study the basic homogeneous random sample of 40 students were divided randomly into two experimental strength of each (20) students use with the first experimental group training rhythm duff and the other using the accompanying musical author khassissa for material supply.

The most important results:

Outweigh the Group in which her Altdab used Balmassahabh musical about the group that used her training duff in the level of performance in the sports show.

The most important recommendations:

Use the accompanying music from the beginning of the process of education and training of sports show.

