

الفروق في مستوى الرضا الحركي للاعبين جملاز الأوروبك في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

أ.د/ محمد منير محمد محمود عبد الرزاق

أستاذ علم النفس الرياضي، كلية علوم الرياضة، جامعة دمياط.

أ.م.د/ محمد عبد الله أحمد المتولي إسماعيل

الأستاذ المساعد بقسم علم النفس الرياضي، كلية علوم الرياضة، جامعة دمياط.

عمرو رضا محمود القليبي

باحث ماجستير، كلية علوم الرياضة، جامعة دمياط.

مستخلص البحث

تهدف هذه الدراسة الي التعرف علي "الفروق في مستوى الرضا الحركي للاعبين جملاز الأوروبك في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية" من خلال مستوى الرضا الحركي للاعبين جملاز الأوروبك بمحافظة دمياط، الفروض توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبين جملاز الأوروبك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير الجنس، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين ناشئي جملاز الأوروبك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (السنة الدراسية / السن)، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبين جملاز الأوروبك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير العمر التدريبي، استخدم الباحثين المنهج الوصفي المسحي لملائمته مع طبيعة وأهداف الدراسة، يشمل مجتمع البحث على ناشئي جملاز الأوروبك تحت (١١) سنة، ببطولة المناطق ببورسعيد والتي شملت لاعبين دمياط لموسم ٢٠٢٤/٢٠٢٥، والمُسجلين بالاتحاد المصري للجملاز للموسم الرياضي (٢٠٢٤م، ٢٠٢٥م)، أُختيرت عينة الدراسة الأساسية بالطريقة العشوائية وعددهم (٣٢٠) ناشئ، والمُسجلين بالاتحاد المصري للجملاز للموسم الرياضي (٢٠٢٤م)/(٢٠٢٥م)، اشتملت عينة البحث الاستطلاعية على (٣٠) ناشئ من ناشئي جملاز الأوروبك تحت (١١ سنة)، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية من خارج عينة البحث الأساسية، وممثلة لمجتمع البحث. وكانت أهم النتائج: أن الرضا الحركي لناشئي جملاز الأوروبك للصف الثاني الابتدائي والذين يبلغون من العمر ٨ سنوات هم أعلى من الصف الثالث والذين يبلغون من العمر ٩ سنوات والرابع والذين يبلغون من العمر ١٠ سنوات.

الكلمات المفتاحية: الرضا الحركي - جملاز الأوروبك - المتغيرات الديموغرافية - الفروق - مستوى الرضا الحركي



Differences In The Level Of Motor Recognition Of Aerobic Gymnastics Players In Light Of Some Demographic Investments

Prof./ Mohamed Mounir Mohamed Mahmoud Abdel Razek

Professor, Department Of Sports Psychology, Faculty Of Sports Sciences, Damietta University.

Dr/Mohamed Abdullah Ahmed El-Metwally Ismail

Assistant Professor In The Department Of Sports Psychology, Faculty Of Sports Sciences, Damietta University.

Amr Reda Mahmoud Elkalit

Master's Researcher, Faculty Of Sports Sciences, Damietta University.

Abstract

The importance of this study is to distinguish on "differences in the motor level of aerobic gymnasts in light of some demographic innovation" through the motor stage of aerobic gymnasts in Damietta Governorate, the hypotheses are there are statistically significant differences in the motor level between after aerobic gymnastics in Damietta Governorate according to the gender variable, there are statistically significant differences in the motor level between aerobic gymnastics juniors in Damietta Governorate aerobics for the variable (school year / age), there are statistically significant differences in the motor level between aerobic gymnastics in Damietta Governorate according to the training age variable, the descriptive axiomatic survey was used for its suitability with the nature and objectives of the study, including the research community for aerobic gymnastics juniors under (11) years, which showed areas in Port Said, which showed that Damietta Sports 2024/2025, and registered with the Egyptian Federation of Sports Gymnastics. (2024 AD, 2025 AD), a random accurate study was selected, and their number is (320) juniors, registered with the Egyptian Federation for Sports Gymnastics (2024 AD)/(2025 AD), the research genes were detected on (30) juniors from aerobic gymnastics juniors (11 years old), and they were indirectly selected from the basic colors of the research, and they are representative of the research community.

Key Words: Motor Satisfaction – Aerobic Gymnastics – Demographic Variables – Differences – Level Of Motor Satisfaction

الفروق في مستوى الرضا الحركي للاعبين جمناز الأيروبك في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

أ.د/ محمد منير محمد محمود عبد الرازق

أستاذ علم النفس الرياضي، كلية علوم الرياضة، جامعة دمياط.

أ.م.د/ محمد عبد الله أحمد المتولي إسماعيل

الأستاذ المساعد بقسم علم النفس الرياضي، كلية علوم الرياضة، جامعة دمياط.

عمرو رضا محمود القليطي

باحث ماجستير، كلية علوم الرياضة، جامعة دمياط.

مقدمة ومشكلة البحث:

أصبح الإهتمام بالأطفال في مرحلة المدرسة أحد أهم مظاهر تقدم الأمم فهم الثروة البشرية التي تُعد حجر الزاوية الأساسى في تحقيق التقدم للمجتمع ومسايرة ركب التطور السريع والمتلاحق لما يملكون من قدرات وإستعدادات خاصة في المجال الرياضى.

ويشير محمد منير عبد الرازق (٢٠١٨م) إلى أن المنافسة الرياضية تعد لون من ألوان النشاط الإنسانى الذي يظهر فيه بوضوح بعض الخصائص النفسية لممارسيه، وقد تكون بعض هذه الخصائص إيجابيا وقد يكون بعضها الآخر سلبيا مما يستلزم معه الكثير من البحث والدراسة وذلك للتوصل إلى طبيعة هذه الخصائص والتي تختلف من فرد لآخر وذلك تبعاً لما يتمتع به كل فرد والتي تميزه عن غيره من الأفراد. (٢٢٥ : ١٥)

ويضيف Mohamed m.abd elrazek (2010) أن الناشئ الرياضى يعتبر أحد المقومات الأساسية للنهوض بالرياضة فهو عنصراً أساسياً يسهم في النهوض بمستواها وتحقيق أهدافها من خلال أدائه والذي يرتبط بالعديد من الضغوط التي قد يواجهها مما قد يسهم في الإنهاك البدنى والذهنى له ويؤثر بشكل سلبى على قدراته البدنية والنفسية ومستوى أدائه.

(٢٥٣ : ١٧)

ويؤكد عمر محمد الكردى، محمد عبد الله إسماعيل (٢٠٢٢م) على أن الارتقاء بمستوى الأداء يُعد أحد المشاكل التي تواجه الناشئين، وتقف في طريق تحقيق الأهداف، وقد يرجع ذلك إلى التركيز على أبعاد التدريب البدنى وما يتطلبه تطوير مستوى اللياقة البدنية من تحمل الألم والمثابرة في الوصول إلى مستويات محددة تتطلب بذل الجهد والمعاونة، بالإضافة إلى أن تطوير

المهارات الحركية يحتاج إلى العديد من التكرارات وتحمل الأداء، وهنا تظهر أهمية الجانب العقلي والنفسي للناشئين، حيث يعمل على تغيير الانتباه إلى أبعاد أخرى من العملية التدريبية تساهم في تطوير الأداء، وفي نفس الوقت تعمل على تخفيف العبء البدني والنفسي الملقى على الناشئ، حتى يتمكن من التقاط أنفاسه من خلال تبادل العمل بين الجانب البدني والجانب العقلي والنفسي (٨: ٢).

وفي سياق متصل يبين أحمد محمد شويقه (٢٠١٦م) أن رياضة الجمباز تعتبر أحد الأنشطة الرياضية التي لها أهميتها في المجال التنافسي الأولمبي والعالمي، لتمييزها بتعدد أنواعها وتباين الأجهزة والأدوات المستخدمة عند أداء مهاراتها الي جانب الابتكار والإبداع في الأساليب الفنية للأداء الحركي على الأجهزة المختلفة، مما يضيف عليها صفة جمالية تجذب الرياضي والمشاهد على حد سواء. (١: ٢)

فضلا عن أن جمباز الأيروبيك أحدث أفرع الجمباز والأكثر انسيابية وإقبالا من قبل الناشئين، وتتطور فيه مهارات الجمباز بدرجة تصل في أدائها الي الإعجاز البشري. (٤: ٣)

ويشير محروس محمد قنديل، وعفاف عثمان عثمان (٢٠١٧م) أن الرضا الحركي يحتل مكانة مهمة في علم النفس الرياضي والممارسة البدنية لما له من أهمية كبيرة في المساعدة على تحديد نوع السلوك المتوقع في المواقف المستقبلية، فضلاً عن أنه يأخذ بعداً كبيراً في مجال التربية الرياضية والنشاط الرياضي، إذ يساعد في تحديد ميول الفرد ودوافعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها. (١٠: ٢٦١-٢٨٧)

ومن هنا يظهر الدور الحيوي للرضا الحركي في أن الناشئين الأكثر رضا وإقتناع عما يؤدونه، يميلون لتحقيق مستويات مرتفعة من النتائج ويتوقع منهم الأداء بفاعليه أكثر ويجعل الناشئين يكونوا أكثر إنتاجية وإيجابية في التفاعل وأكثر إستقراراً وسعادة، مما يعكس بالتالي تعزيز الثقة بالنفس والشعور بالسعادة والرضا عن الأداء في الحركات التي يُطلب من الناشئين ممارستها.

ويتفق ذلك مع ما ذكره محمد عبد الرضا سلطان (٢٠٠٩م) في أن الرضا الحركي هو "ذلك الشعور الذي يصاحب البرعم عن الحركة التي يؤديها والذي يصل بها في النهاية إلى تحقيق هدف أو غرض معين ألا وهو الوصول إلى أعلى مستوى ممكن في الأداء الحركي" أو "هو درجة شعور البرعم بالرضا والسعادة عن أدائه للمهارات الحركية". (١٤: ٣٣)

ولهذا السبب تؤكد اية مشهور الجمل (٢٠١٧م)، على أن الجانب النفسي أحد المدخلات الأساسية في مثلث التدريب الرياضي وإعداد اللاعبين للبطولات الأولمبية والدولية، حيث أثبتت نتائج العديد من الدراسات والبحوث التكامل الواضح بين الجوانب الثلاثية (العقلي، البدني، المهاري) والتي تؤكد علي أن المستويات العليا يلزم إعدادها عقليا لتحقيق الأهداف والإنجازات المرجوة من واقع ما تمثله من أهمية بالغة في المنافسات الرياضية (٥: ١-٥)

وتري حمدية عبد الله الخضرى (٢٠٠٩م) أن مرحلة (٢٠١٥م) حتي (٢٠١٧م) تعتبر من المراحل الأساسية المهمة في حياة البراعم لما لها من أثر كبير في نموهم وتنمية قدراتهم وإستعداداتهم سواء أكانت الجسمية منها، أو العقلية أو النفسية، الأمر الذى يُلزم المربين أن يولوا إهتماماً خاصاً من جهودهم ودراساتهم لهذه المرحلة بإعتبارها الأساس الأول في بناء المراحل المقبلة من حياة البراعم ورسم خطوط شخصياتهم وبيان ملامحها المستقبلية، لذلك تُعتبر هي أنسب فترة عمرية لتعليم مختلف المهارات الحركية إذ يكون البراعم فيها مليئين بالنشاط والحيوية والمثابرة والعطاء. (٩٦، ٩٥ : ٦)

ويظهر جلياً من خلال عمل الباحثين في مجال جمباز الايروبيك أن الرضا الحركي يختلف من لاعب للاعب آخر، حيث يتمثل ذلك بعدة صور منها صورة الحزن وإتجاه مستوي الناشئ بالسلب وأيضاً صورة الفرحة وإتجاه مستوي الناشئ بالإيجاب، ولذلك يرى الباحثين أن الشعور بالرضا الحركي واحد من أهم الموضوعات التي يهتم بها علماء النفس في المجال الرياضي، إذ أن رضا الناشئ يرتبط باندفاعه نحو ممارسة مثل ذلك النشاط (جمباز الايروبيك) فكلما كانت الظروف المحيطة جيدة وملائمة للناشئ، كلما كان راضياً عن أدائه وزاد ذلك من حماسه واندفاعه نحو النشاط الممارس، ويعنى هذا بأن الرضا الحركي بمفهومه العام: رضا الناشئ عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية المتعلقة بالمهارة التي يمارسها مما يساعد على تعزيز ثقته بنفسه ومن ثم تطوير المستوى لديه من جميع الجوانب سواء كانت نفسية بدنية أو حركية، وبالتالي قدرته على مواجهة مختلف الظروف.

فضلاً عن ذلك، فقد ترى للباحثين أن للرضا الحركي أهمية بالغة لناشئ جمباز الايروبيك، وبالتالي فقد دعت الحاجة لدراسة مثل هذا المتغير -الرضا الحركي- ، والذي أصبح مطلباً ملحاً بالنسبة للرياضيين بجميع مستوياتهم حتى يتمكنوا من الوصول إلى الهدوء النفسى وعدم الخوف وحتى لا يقعوا تحت وطأة الاحتراق النفسى ومن ثم الاعتزال مبكراً، كذلك لمعرفة مستويات الرضا الحركى لناشئ جمباز الايروبيك، كونه يعكس جانب مهم من شخصية

الناشئين، وقد يؤثر على سلوكهم وتحصيلهم الرياضي في مختلف المواقف سواء التدريبية أو التنافسية، وبالتالي تمكنهم من الحصول على حاضر فعالٍ يتمثل في التفوق في الأداء والاستمرارية في العطاء، ومن ثم مستقبل مشرق، وذلك من خلال الاهتمام بكل الجوانب التي تعتمد على تنمية القدرات الرياضية.

هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة الي:

١. الكشف عن الفروق في مستوى الرضا الحركي للاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير العمر التدريبي
٢. الكشف عن الفروق في مستوى الرضا الحركي بين ناشئي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (السنة الدراسية / السن)
٣. الكشف عن الفروق في مستوى الرضا الحركي للاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير الجنس

فروض البحث:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير العمر التدريبي
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين ناشئي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (السنة الدراسية / السن)
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير الجنس

مصطلحات البحث:

الرضا الحركي

ذلك الشعور الذي يصاحب الناشئ عن الحركة التي يؤديها والذي يصل بها في النهاية الي تحقيق هدف او غرض معين ألا وهو الوصول الي اعلي مستوى ممكن في الأداء الحركي او هو درجة شعور البرعم بالرضا والسعادة عن أدائه للمهارات الحركية (١٣: ٣٣)

تعريف إجرائي: يعرفه الباحثين إجرائيًا بأنه إحساس الناشئ بقدرته على أداء المهارات الحركية الأساسية لجمباز الأيروبيك والشعور بالرضا والسعادة والارتياح نتيجة هذا الإنجاز.

جمباز الأيروبيك:

أحد أنواع الجمباز والذي يتضمن أداء التمارين بقوة طبيعية وخفة حركة وتنسيق أي القدرة على تكوين حركة خفيفة مستمرة مع الموسيقى بحيث يتمتع اللاعب بإبداع كامل ومثالي للتعبير عن الموسيقى بالحركات التي تعمل أو تنفذ خلال فترة زمنية واحدة. (٣ : ٤)

الناشئين

الصغار من الجنسين، البنين والبنات الذين تتراوح أعمارهم ما بين (٦ الي ١٤ عاما) وتندرج هذه السنوات تحت كل من مراحل الطفولة المتوسطة (٧ الي ١٠ سنوات تقريبا)، مرحلة الطفولة المتأخرة (١١-١٣) سنة تقريبا ومرحلة المراهقة تحت ١٤ سنة. (١٦ : ٨٧)

المتغيرات الديموغرافية Demographic variables:

تشمل في البحث الحالي (السنة الدراسية - السن - العمر التدريبي).

الدراسات المرجعية:

بعد إستعراض الإطار النظري، تناول الباحثين عرض مجموعة من الدراسات المرجعية وقد راعى الباحثون أن تكون مرتبة من الأحدث الى الأقدم موضحاً بها: القائم بالدراسة وعام إجرائها، الهدف، المنهج المستخدم، عينة البحث، أدوات جمع البيانات وأهم النتائج، وفيما يلي عرض لهذه الدراسات:

١. دراسة أحمد ابراهيم المطرى (٢٠١٩م)، بعنوان تأثير ممارسة بعض أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي للحركات الإجبارية لبراعم الجمباز الفني (بنين - بنات) (تحت ٨ سنوات)، والتي هدفت إلى التعرف على: تأثير ممارسة بعض أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي للحركات الإجبارية لبراعم الجمباز الفني (بنين - بنات) (تحت ٨ سنوات)، وقد أستخدم الباحث المنهج الوصفي في مرحلة بناء مقياس الرضا الحركي للحركات الإجبارية للجمباز الفني، كما أستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي بإستخدام القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعة تجريبية واحدة، في مرحلة تطبيق برنامج البراعة الحركية المقترح، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية، والتي تمثل براعم الجمباز الفني بمركز الخدمة العامة بكلية التربية الرياضية،

وعدددهم (٣٠) برعم بعدد (١٥) بنون بنسبة (٥٠%)، وعدد (١٥) بنات بنسبة (٥٠%) للموسم الرياضى ٢٠١٨م، وتمثلت أهم النتائج التى تم التوصل إليها فى: أن مقياس الرضا الحركى للحركات الإجبارية لبراعم الجىمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات قيد البحث أثبت صلاحيته فى التعرف على طبيعة ممارسة أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركى للحركات الإجبارية للجىمباز الفنى. البرنامج المقترح حقق فاعلية مناسبة لها تأثير إيجابى على تحسين مستوى الرضا الحركى للحركات الإجبارية لبراعم الجىمباز الفنى (بنين - بنات) تحت ٨ سنوات قيد البحث. استخدام أنشطة البراعة الحركية المتتابة لها تأثير إيجابى على تحسين الحركات الإجبارية لبراعم الجىمباز الفنى قيد البحث. البرنامج التدريبى المقترح باستخدام أنشطة البراعة الحركية أدى إلى إرتفاع نسب تحسن أبعاد الرضا الحركى للحركات الإجبارية قيد البحث بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث لصالح القياس البعدى. (١)

٢. دراسة غادة جلال عبد الحكيم (٢٠٠٨م) بعنوان تأثير برنامج قصص حركية على الرضا الحركى والمهارات الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج قصص حركية على الرضا الحركى والمهارات الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبى، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أطفال مدرسة صقر قرش التجريبية بمحافظة القاهرة للعام الدراسى (٢٠٠٧م / ٢٠٠٨م)، وقد بلغ عددها (١٤٠) طفلاً، وتم تقسمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، وتمثلت أهم النتائج التى تم التوصل إليها فى: أن برنامج القصة الحركية لها تأثير إيجابى على تنمية الرضا الحركى لأطفال ما قبل المدرسة. (٩)

٣. دراسة Unruh, and other (2005)، بعنوان التعرف على العلاقة بين الرضا الحركى للاعبين والخدمات التى يقدمها المدربون الرياضيون، والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الرضا الحركى للاعبين والخدمات التى يقدمها المدربون الرياضيون، وقد استخدم الباحثين المنهج الوصفى لملائمته لطبيعة البحث، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية على عينة بلغ قوامها (٣٢٥) من لاعبي ولاعبات المنتخبات الجامعية، وتمثلت أهم النتائج التى تم التوصل إليها أن اللاعبين كُن أكثر رضا من اللاعبات عن الخدمات التى يقدمها المدربون الرياضيون (١٨)

إجراءات البحث.

منهج البحث:

استخدم الباحثين المنهج الوصفي المسحي لملائمته مع طبيعة وأهداف الدراسة، من خلال تصميم استمارة استبيان للإجابة عن أسئلة الدراسة.

مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث على ناشئي جمباز الأيروبيك من مواليد (٢٠١٥م) حتى (٢٠١٧م) من نادي أولمبيا الرياضي حيث بلغ عدد اللاعبين (٧٥) ناشئ، أكاديمية بوشا (٤٥) ناشئ، أكاديمية دمياط للجيمباز (٥٤) ناشئ، نادي وادي دجلة (٧٣) ناشئ، أكاديمية نوبا (٣٢) ناشئ، أكاديمية فلاي (٤١) ناشئ ببطولة المناطق ببورسعيد والتي شملت لاعبي دمياط لموسم ٢٠٢٤/٢٠٢٥، والمُسجلين بالاتحاد المصري للجيمباز للموسم الرياضي (٢٠٢٤م، ٢٠٢٥م).

جدول (١) التوصيف العددي لفئات عينة البحث موزعة وفقا للعينة الاستطلاعية والعينة الأساسية

(ن=٣٥٠)

الفئة	العينة الكلية للبحث	عينة البحث الاساسية		العينة الاستطلاعية (عينة التقنين)	
		العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية
الاجمالي	٣٥٠	٣٢٠	٩١.٤٣%	٣٠	٨.٥٧%

يتضح من جدول (١) أن إجمالي عدد العينة الكلية للبحث بلغ (٣٥٠) ناشئ، وبلغ عدد عينة البحث الاساسية (٣٢٠) ناشئ بنسبة (٩١.٤٣%) من العينة الكلية للبحث، وبلغ عدد العينة الاستطلاعية (٣٠) ناشئ بنسبة (٨.٥٧%)، من داخل مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية كعينة استطلاعية للتحقق من المعاملات العلمية لأدوات البحث.

جدول (٢) المتوسطات الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للعينة الكلية للبحث في المتغيرات الأساسية

(ن=٣٥٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط Mean	الوسيط Median	الانحراف Std. Dev	الالتواء Skewness
السن	سنة	٨.٩٣	٩.٠٠	٠.٨٢	-٠.٢٦
سنوات الممارسة	سنة	١.٥٥	٢.٠٠	٠.٥٠	-٢.٧٠
الذكاء (اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح)	درجة	٢٥.٣٠	٢٦.٠٠	٢.٤٩	-٠.٨٤

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء بالنسبة للسن والتي تساوي (-٠.٢٦)، وكانت سنوات الممارسة تساوي (-٢.٧٠)، واختبار الذكاء المصور يساوي (-٠.٨٤) انحصرت ما بين (-٣) و(+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات الثلاثة.

عينة البحث:

قام الباحثين باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية وكان عددهم (٣٢٠) ناشئ، وعمل استمارة موضح بها كل من السنة الدراسية وسنوات الممارسة والجنس كما هو موضح بالجدول رقم (٣).

جدول (٣) بيان عددي لعينة البحث الأساسية

(ن=٣٢٠)

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة
السنة الدراسية (السن)	الثاني الابتدائي (ثمانية سنوات)	١١٩	٣٧.١٩%
	الثالث الابتدائي (تسع سنوات)	١٠٦	٣٣.١٣%
	الرابع الابتدائي (عشر سنوات)	٩٥	٢٩.٦٩%
سنوات الممارسة	عام	١٤٤	٤٥.٠٠%
	عامان	١٧٦	٥٥.٠٠%
الجنس	ذكور	١٣٧	٤٢.٨١%
	إناث	١٨٣	٥٧.١٩%

يتضح من جدول رقم (٣) أن عدد الناشئين في الصف الثاني الابتدائي أكثر الناشئين عددا برقم يصل الي (١١٩) ناشئ وأقل الناشئين في الصف الرابع الابتدائي (٩٥) ناشئ، وكانت سنوات الممارسة للناشئين الذين مارسوا لعبة جمباز الأيروبيك لمدة عامان أكبر من الناشئين الذين مارسوا اللعبة لمدة عام واحد، وبلغ عدد في ممارسي اللعبة للناشئين تحت ١١ سنة بالنسبة للناشئات (١٨٣) ناشئة ليتفوق على عدد الذكور البالغ (١٣٧) ناشئ.

أدوات جمع بيانات البحث:

أعتمد الباحثين في جمع البيانات المتعلقة بهذا البحث على مجموعة من الأدوات، وهي:

- المراجع العربية والأجنبية المتخصصة.
- الشبكة العالمية للمعلومات *Internet*.
- الدراسات السابقة.

- المقابلات الشخصية.
- إستمارة الرضا الحركي اعداد محمد حسن علاوي.
- سجلات الاتحاد المصرى للجماز للموسم الرياضى (٢٠٢٤م) / (٢٠٢٥م).
- ولتجانس العينة أستخدم الباحثين مجموعة من الأدوات لقياس المتغيرات التالية:
- العمر الزمنى: عن طريق تاريخ الميلاد (لأقرب سنة).
- اختبار الذكاء.

حساب معاملي الصدق والثبات لمقياس الرضا الحركي:

حساب معامل صدق مقياس الرضا الحركي:

استخدم الباحثين طريقة الاتساق الداخلي، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس، كما في جدول (٤).

جدول (٤) معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الرضا الحركي
($n=30$)

م	مع الدرجة الكلية للمقياس	م	مع الدرجة الكلية للمقياس	م	مع الدرجة الكلية للمقياس
١	٠.٤٨٠	١١	٠.٧٢١	٢١	٠.٦٤٣
٢	٠.٦٣٣	١٢	٠.٧٥٠	٢٢	٠.٤٩٧
٣	٠.٥٥٦	١٣	٠.٥١١	٢٣	٠.٤٣٠
٤	٠.٦٠٣	١٤	٠.٥١١	٢٤	٠.٤٦٥
٥	٠.٧١٠	١٥	٠.٤٣٠	٢٥	٠.٧١٤
٦	٠.٤٢٥	١٦	٠.٥٤٠	٢٦	٠.٥٣٤
٧	٠.٥٢١	١٧	٠.٥٦٤	٢٧	٠.٥١٧
٨	٠.٤٩٦	١٨	٠.٦٨٦	٢٨	٠.٥٤٠
٩	٠.٦٠٠	١٩	٠.٥٣٨	٢٩	٠.٧٣٧
١٠	٠.٦٢٠	٢٠	٠.٧٣٠	٣٠	٠.٦٣١

قيمة ر الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١
يوضح جدول (٤) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الرضا الحركي مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

حساب معامل ثبات مقياس الرضا الحركي:

طريقة التجزئة النصفية ومعامل ثبات "ألفا كرونباخ"

اتبع الباحثين طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان، بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ"، وتعطي معامل اتساق داخلي لبنية المقياس، بالإضافة إلى التعرف على العبارات التي تؤدي إلى خفض أو رفع معامل الثبات الكلي لأداة القياس عند حذفها، كما في جدول (٥).

جدول (٥) ثبات مقياس الرضا الحركي بطريقة التجزئة النصفية و ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		المتغيرات
	جتمان	سبيرمان براون	
٠.٨٩٦	٠.٨٧١	٠.٨٥٠	مقياس الرضا الحركي (الدرجة الكلية)

يتضح من جدول (٥) أن معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية تراوح ما بين (٠.٨٥٠) و (٠.٨٧١)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ = (٠.٨٩٦)، مما يدل على أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عال.

٢- طريقة إعادة الاختبار:

تم استخدام طريقة إعادة الاختبار بفارق زمني قدره (٧) أيام بين التطبيقين بنفس ظروف التطبيق الأول، ويوضح جدول (٦) معامل استقرار المقياس قيد البحث.

جدول (٦) معامل الاستقرار بين التطبيق الأول والثاني للاستجابة على مقياس الرضا الحركي (ن=٣٠)

قيمة (ر)	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغيرات
	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)		
٠.٨٤٩	١٢.٨٠	١٢٠.٠٤	١٢.٨٥	١١٩.٥٣	درجة	الدرجة الكلية للمقياس

قيمة ر الجدولية عند درجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٣٦١

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط دال إحصائيًا بين الدرجات في التطبيق الأول والثاني ما يعنى ثبات مقياس الرضا الحركي عند إعادة تطبيقه تحت نفس الظروف.

المستويات المعيارية لمقياس الرضا الحركي:

فى ضوء ما أسفرت عنه خطوات تقنين مقياس الرضا الحركي قيد البحث، تم التوصل إلى بناء وإعداد الصورة النهائية للمقياس، وبعد أن تم تطبيق المقياس على المجموعة الاستطلاعية

تم استخدام الدرجات الناتجة عن القياس، المتمثلة في تحليل مفردات المقياس بهدف إيجاد المستويات المعيارية المقابلة للدرجات الخام لمقياس الرضا الحركي، كما يلي:

١. حساب متوسط درجات جميع الأفراد (*Mean*) (١١٩.٥٣)، والانحراف المعياري لتلك الدرجات (*Std. Deviation*) (١٢.٨٥).

٢. تقسيم المنحنى الاعتدالي لتوزيع الدرجات إلى أقسام بحيث يكون كل قسم عبارة عن (المتوسط (± 1) الانحراف المعياري) ثم (المتوسط (± 2) الانحراف المعياري) وهكذا.

٣. عمل جدول يتضمن المستويات وما يقابلها من درجات المقياس، كما في جدول (٧).

جدول (٧) المستويات المعيارية لمقياس الرضا الحركي قيد البحث

فوق المتوسط	من	١٣٢.٣٩	إلى أقل من	١٣٧ (أكبر قيمة)
المتوسط	من	١١٩.٥٣	إلى أقل من	١٣٢.٣٩
تحت المتوسط	من	١٠٦.٦٨	إلى أقل من	١١٩.٥٣
مقبول	من	٩٣.٨٢	إلى أقل من	١٠٦.٦٨
ضعيف	من	٩٠ (أقل قيمة)	إلى أقل من	٩٣.٨٢

يتضح من جدول (٧)، أن الدرجات المعيارية المقابلة للدرجات الخام التي يمكن أن يحصل عليها الفرد في مقياس الرضا الحركي قيد البحث، حيث تم وضع درجة معيارية لتمثل الدرجة الخام للاعب في مقياس الرضا الحركي قيد البحث.

المعالجات الإحصائية

استخدم الباحثين في المعالجات الإحصائية للبيانات داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (*SPSS Statistical Package For Social Science*) الإصدار (٢٨) مستعيناً بالمعاملات التالية:

١. التكرارات والنسبة المئوية.
٢. معامل ارتباط بيرسون (*Pearson Correlation Coefficient*).
٣. التجزئة النصفية لـ "سبيرمان براون" و "جتمان".
٤. معامل ثبات "ألفا كرونباخ" (*Cronbach's alpha*).
٥. اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات (*Independent Samples tTest*).
٦. تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد (*One-Way ANOVA*).
٧. حجم التأثير (*Effect Size*) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين:
 - أ. باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت) واختبار (ف)

ب. باستخدام (Cohen's d) في حالة اختبار (ت) واختبار (ف)

عرض ومناقشة نتائج البحث.

سوف يقوم الباحثين بعرض النتائج التي تم التوصل إليها من خلال المعالجات الإحصائية لنتائج تطبيق المقاييس المستخدمة على العينة قيد البحث في ضوء القراءات النظرية والدراسات المرجعية، وفي جميع المحاور السابقة سوف يقوم الباحثين بعرض نتائج ومناقشة كلاً من الفروض الآتية:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعاً لمتغير (السنة الدراسية / السن).
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعاً لمتغير (سنوات الممارسة).
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعاً لمتغير (الجنس)

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

عرض نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين ناشئي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعاً لمتغير (السنة الدراسية / السن)
جدول (٩) دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث حول (مقياس الرضا الحركي) في متغير (السنة الدراسية / السن)

(ن=٣٢٠)

المتغيرات	مصدر التباين	مربع الانحرافات	درجات الحرية	متوسط مربع الانحرافات	قيمة (ف) المحسوبة	حجم التأثير Cohen's d
مقياس الرضا الحركي (الدرجة الكلية)	بين المجموعات	٧٧٩٨.٥١	٢	٣٨٩٩.٢٥	٣٧.٩٩	٠.١٩٣
	داخل المجموعات	٣٢٥٣٨.٤٩	٣١٧	١٠٢.٦٥		
	المجموع	٤٠٣٣٧.٠٠	٣١٩			

قيمة ف الجدولية عند درجة حرية (٢، ٣١٧) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٠٢
يتضح من جدول (٩) أن قيم (ف) المحسوبة تساوي (٣٧.٩٩)، وهي دالة.

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وأن

المجلد (السادس)	العدد (٦)	الشهر (يونيو)	السنة (٢٠٢٥)	الصفحة - ٩٦ -
--------------------	--------------	------------------	-----------------	------------------

قيمة (η^2) تساوي (٠.١٩٣) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير)، وأن قيمة (Cohen's d) تساوي (٠.٥) وهذا يدل على حجم تأثير (متوسط).

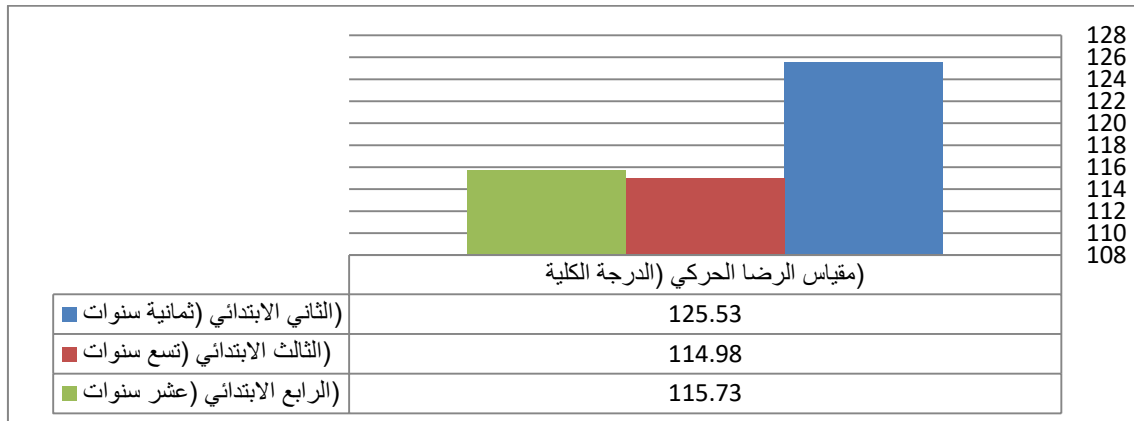
جدول (١٠) دلالة الفروق بين أزواج مجموعات متغير (السنة الدراسية / السن) للاستجابة على مقياس الرضا الحركي.

(ن=٣٢٠)

المتغيرات	الفئات	العدد	المتوسط	الثاني الابتدائي (ثمانية سنوات)	الثالث الابتدائي (تسع سنوات)	الرابع الابتدائي (عشر سنوات)
مقياس الرضا الحركي (الدرجة الكلية)	الثاني الابتدائي (ثمانية سنوات)	١١٩	١٢٥.٥٣		١٠.٥٥	٩.٨٠
	الثالث الابتدائي (تسع سنوات)	١٠٦	١١٤.٩٨			٠.٧٥
	الرابع الابتدائي (عشر سنوات)	٩٥	١١٥.٧٣			

الفروق بين المتوسطات دالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة بين أزواج مجموعات متغير (السنة الدراسية / السن) للاستجابة على مقياس الرضا الحركي لصالح (الصف الثاني الابتدائي / ثمانية سنوات).



شكل (١) استجابات عينة البحث حول (مقياس الرضا الحركي) في متغير (السنة الدراسية / السن)

مناقشة نتائج الفرض الأول:

من خلال جدول رقم (٩)، (١٠) وشكل رقم (١) يتضح أن متوسطات الرضا الحركي لناشئي جمباز الأيروبيك للصف الثاني الابتدائي والذين يبلغون من العمر ٨ سنوات والبالغ عددهم ١١٩ ناشئ تساوي (١٢٥.٥٣) درجة والتي تساوي في الدرجة المعيارية قيمة (متوسطة) أما بالنسبة للصف الثالث الابتدائي والبالغ من العمر ٩ سنوات عددهم بلغ ١٠٦ ناشئ وكان

متوسط الرضا الحركي لديهم ١١٤.٩٨ حيث ان تلك القيمة تعطينا كدرجة معيارية (تحت المتوسط) أما بالنسبة للصف اربع الابتدائي والبالغ من العمر ١٠ سنوات عددهم بلغ ٩٥ ناشئ وكان متوسط الرضا الحركي لديهم ١١٥.٧٣ حيث ان تلك القيمة تعطينا كدرجة معيارية (تحت المتوسط) وبذلك يتضح لنا أن الرضا الحركي لناشئي جمباز الأيروبيك للصف الثاني الابتدائي والذين يبلغون من العمر ٨ سنوات هم أعلى من الصف الثالث والذين يبلغون من العمر ٩ سنوات والرابع والذين يبلغون من العمر ١٠ سنوات وتتفق هذه النتائج مع محمد أمين فوزي (٢٠٠٣م) أن هناك الكثير من العوامل والمتغيرات التي تؤثر في الموقف التعليمي وهذه العوامل والمتغيرات تستوجب الادراك من قبل المدرس والمدرّب على حد سواء كي يستطيع ضبط هذه المتغيرات والتحكم بتأثيراتها فقد قام الكثير من الباحثين إلى تقسيم هذه العوامل إلى ثلاثة أقسام

العوامل الشخصية الخاصة بحالة المتعلم وإبراز هذه العوامل هي : (١١ : ٢١)

- العمر والجنس.
- الذكاء.
- النضج الانفعالي.
- القدرات الحركية العامة.
- لياقة الاجهزة الداخلية.
- المستوى الإجتماعي).
- العوامل الخارجية والخاصة بالمتعلم:
- برنامج التدريب وطريقة المختلفة.
- أدوات التدريب ومكانه وقته.
- المدرب والبيئة الاجتماعية.
- العوامل والمتغيرات المتوسطة:
- التعزيز.
- التصميم والتمييز.
- إن هدف العوامل والمتغيرات المتوسطة هي عمليات تفترض وجودها وحدوثها ويمكن الإستدلال عليها من آثارها ونتائجها في المواقف المختلفة. (١١ : ٢١)

ويضيف محمد أمين فوزي (٢٠٠٣م) أن الرضا عن الأداء الحركي يشكل تدعيماً أساسياً من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فصلا عن أن زيادة الشعور بالرضا عن مستوى الأداء يعد احد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس إذ يشير (singer) إلى أن من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشرا عن حاله الرضا، كما ويرتبط رضا الفرد بخبرات الفرد السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمه فان ذلك يؤدي الي خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبنى عليها توجيهات الفرد ورغباته فيحيا حياه صحيحة سعيدة ممتعه ويكون قادراً على ممارسة أعباء حياته اليومية. (١١ : ٢٣)،

ويري محمد أمين فوزي (٢٠٠٣م) ان لتكوين الرضا نحو نشاط رياضي معين فهو الممارسة لهذا النشاط كفترة وتكون كافية للإحساس بأن هذا اللون من النشاط هو مجال خاص للإشباع النفسي وهنا يبرز دور المدربين الرياضيين في استثارة الأطفال نحو استمراريته ممارسته وفي توجيه الممارسة بحيث تكون دائما في ظروف انفعاليه ايجابيه وممتع لممارسته. (١١ : ١٦)

ان مرحلة الرضا عن الممارسة الرياضية تعني المرحلة التي يتم من خلالها قبول التعامل في المجال الرياضي وتحدد هذه المرحلة بالفترة الاولى للممارسة الرياضية أيا كان نوع النشاط الرياضي الممارس وتعتبر هذه المرحلة حاسمه في حياه الفرد. (١١ : ١٥) وبذلك يتحقق الفرض الأول الذي ينص علي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين ناشئي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (السنة الدراسية / السن)

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

عرض نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني علي انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (سنوات الممارسة)
جدول (١١) دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث حول (مقياس الرضا الحركي) في متغير (سنوات الممارسة)

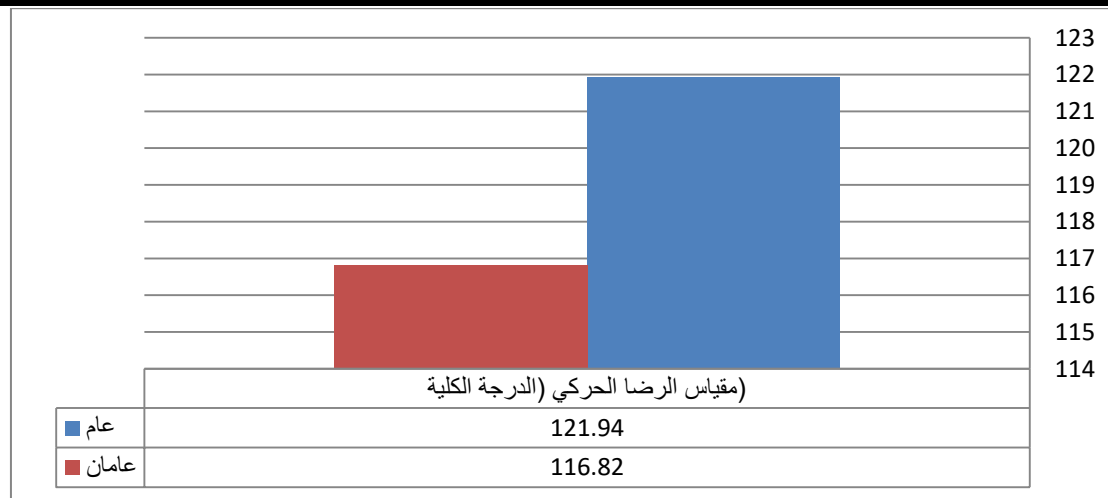
(ن=٣٢٠)

المتغيرات	عام	١٤٤	عامان	١٧٦	قيمة ت	حجم التأثير	
						Cohen's d	(η^2)
	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)			
مقياس الرضا الحركي (الدرجة الكلية)	١٢١.٩٤	١١.٧٩	١١٦.٨٢	١٠.٢٥	٤.١٤	٠.٠٥١	٠.٥

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٣١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٧

يتضح من جدول (١١) أن قيم (ت) المحسوبة تساوي (٤.١٤)، وهي دالة لصالح (عام واحد).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل علي المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وأن قيمة (η^2) تساوي (٠.٠٥١) وهذا يدل على حجم تأثير (صغير)، وأن قيمة (Cohen's d) تساوي (٠.٥) وهذا يدل على حجم تأثير (متوسط).



شكل (٢) استجابات عينة البحث حول (مقياس الرضا الحركي) في متغير (سنوات الممارسة)
مناقشة نتائج الفرض الثاني:

من خلال جدول رقم (١١)، والشكل رقم (٢) يتضح لنا أن ناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الذين مارسوا اللعبة لمدة عامان كانت متوسطات نسبة الرضا الحركي لديهم (١١٦.٨٢) تقع في درجة معيارية (تحت المتوسط) كما هو موضح بجدول (٧) وأن ناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الذين مارسوا اللعبة لمدة عام واحد كانت متوسطات نسبة الرضا الحركي لديهم (١٢١.٩٤) تقع في درجة معيارية (المتوسط) وهذا يدل علي أن الرضا الحركي لناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الذين مارسوا اللعبة لمدة عامان كان أقل من ناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الذين مارسوا اللعبة لمدة عام واحد ويتفق ذلك مع محمد حسن علاوي (٢٠٠٠م) ان الرضا الحركي يعنى هذا الرضا الفرد الرياضى أو المجموعة ككل عن جزء من مستوى الرياضي في العملية التدريبية أو في المنافسات فتارة نري الرياضي في مستوى جيد وتارة نراه في مستوى غير المستوى الأول ونشاهد عدم الرضا من خلال ملامح وإشارات وكلام المدرب. (١٨٣: ١٢)

وترى ألفت جلال حسين (٢٠٠٩م) أن هناك عوامل تؤثر في الرضا الحركي وتمثلت في:

- التوتر: والرضا ذو علاقة بالتوتر فكلما انخفض التوتر كلما ارتفعت درجة الرضا.
- التقبل: والرضا ذو علاقة بالتقبل فكلما زاد التقبل فكلما زاد تقبل الفرد بوضعه (الإجتماعى أو الدراسى أو المهنى..) كلما زادت درجة الرضا.
- التوقع: والرضا ذو علاقة بالتوقع فالرضا مرتبط بمدى ما يتوقعه الرياضي ويقوم به وكلما كان توقع الفرد ايجابياً كان رضاه أعلى.

- الحاجات وإشباعها: شعور الفرد بالرضا سواء في عملة أو الدراسة مرتبطة بمدي ما يحققه الفرد من إشباع لحاجه النجاح وشعور الفرد بالرضا الداخلى مرتبط بمدي نجاحه في تحقيق الهدف الذي يسعى إليه.
- الإستعدادات والقدرات العقلية: كلما كانت استعداداته النفسية والعقلية عالية كان الشعور بالرضا كبير.
- العلاقات الإجتماعية: كلما كانت علاقته بالمجموعة أو الفريق جيدة كان الشعور بالرضا كبير.
- الإرتياح النفسى: كلما كان تقيم الرياضي من قبل المجموعة او المدرب تقيم ومرضي كلما زادت قدرته الرضائية لهم من خلال ارتفاع شدة دوافع للأداء لديه. (٢٢ : ٤)
- كما يشير سيد أحمد عجاج (٢٠٠٨م) أن اللاعبين الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الشعور بالرضا أفضل في نتائجهم من الذين يشعرون بمستوى منخفض من الرضا، مما يدعم العلاقة الإيجابية بين الشعور بالرضا ومستوى الأداء. (١٢ : ٧)
- وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني الذي ينص علي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (سنوات الممارسة).

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

عرض نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على انه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمباز الأيروبيك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (الجنس)

جدول (١٢) دلالة الفروق بين استجابات عينة البحث حول (مقياس الرضا الحركي) في متغير (الجنس)

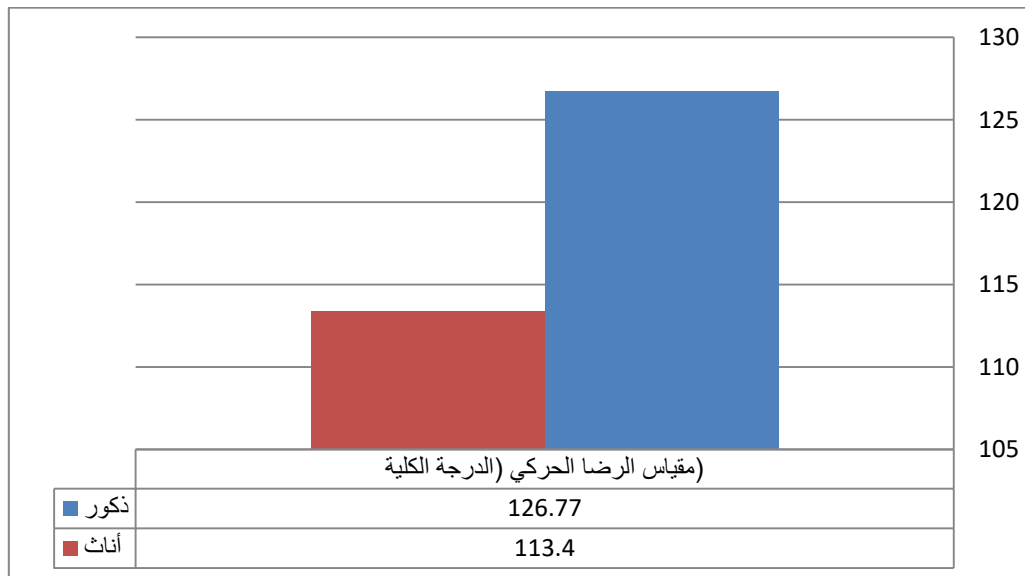
(ن=٣٢٠)

المتغيرات	ذكور	١٣٧	أناث	١٨٣	قيمة ت	حجم التأثير	
						Cohen's d	(η^2)
	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)			
مقياس الرضا الحركي (الدرجة الكلية)	١٢٦.٧٧	٦.٥٦	١١٣.٤٠	١٠.٦٠	١٢.٩٧	٠.٣٤٦	١.٥

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٣١٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٧

يتضح من جدول (١٢) أن قيم (ت) المحسوبة تساوي (١٢.٩٧)، وهي دالة لصالح (الذكور).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل على المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا (η^2) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وأن قيمة (η^2) تساوي (٠.٣٤٦) وهذا يدل على حجم تأثير (كبير جدا)، وأن قيمة (Cohen's d) تساوي (١.٥) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم).



شكل (٣) استجابات عينة البحث حول (مقياس الرضا الحركي) في متغير (الجنس)

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

من خلال جدول رقم (١٢)، والشكل رقم (٣) أن ناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الذكور كانت متوسطات نسبة الرضا الحركي لديهم (١٢٦.٧٧) درجة والتي تقع في درجة معيارية (المتوسط) كما هو موضح بجدول (٧) وأن ناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الاناث كانت متوسطات نسبة الرضا الحركي لديهم (١١٣.٤) درجة والتي تقع في درجة معيارية (تحت المتوسط) وهذا يدل على أن الرضا الحركي لناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الذكور كان أكبر من ناشئى جمباز الأيروبيك تحت (١١) سنة الاناث.

وهذا ما يتفق مع ما توصل اليه أحمد إبراهيم المطرى (٢٠١٩م)، أن البرنامج التدريبى المقترح باستخدام أنشطة البراعة الحركية أدى إلى إرتفاع نسب تحسن أبعاد الرضا الحركي للحركات الإجبارية قيد البحث بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث لصالح القياس البعدي. (١)

ودراسة اية مشهور الجمل (٢٠١٧م) من أن برنامج التعبير الحركي المقترح له تأثيرا على زيادة الرضا الحركي للاعبات الجمناز للجميع عن مستوى الأداء. (٥) وبهذا يتحقق صحة الفرض الثالث الذي ينص علي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين لاعبي جمناز الأيروبك بمحافظة دمياط تبعا لمتغير (الجنس)

استخلاصات البحث:

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود عينة البحث ونتائج المعالجات الإحصائية توصل الباحثين الى الإستخلاصات التالية:

١. أن الرضا الحركي لناشئي جمناز الأيروبك للصف الثاني الابتدائي والذين يبلغون من العمر ٨ سنوات هم أعلى من الصف الثالث والذين يبلغون من العمر ٩ سنوات والرابع والذين يبلغون من العمر ١٠ سنوات
٢. أن الرضا الحركي لناشئي جمناز الأيروبك تحت (١١) سنة الذين مارسوا اللعبة لمدة عامان كان أقل من ناشئي جمناز الأيروبك تحت (١١) سنة الذين مارسوا اللعبة لمدة عام واحد.
٣. أن الرضا الحركي لناشئي جمناز الأيروبك تحت (١١) سنة الذكور كان أكبر من ناشئي جمناز الأيروبك تحت (١١) سنة الاناث.

توصيات البحث:

- في ضوء الإستخلاصات التي تم التوصل إليها في هذا البحث يوصي الباحثين بما يلي:
١. ضرورة الإهتمام بتواجد أخصائي نفسي رياضي (المُعد النفسي) يعمل على تنمية الجانب النفسي داخل كل فريق لما له من تأثير إيجابي على رفع مستوى أداء رياضة الجمناز بمختلف أنواعه.
 ٢. توجه نتائج مقياس الرضا الحركي الخاص بناشئي جمناز الايروبك تحت ١١ سنة، وخطوات تنفيذه إلى الأندية الرياضية بمحافظة دمياط لإمكانية الإستفادة من هذه النتائج لما لها من أثر كبير في تطوير العديد من القدرات البدنية
 ٣. إجراء المزيد من الدراسات المشابه لطبيعة البحث على كل أنواع رياضة الجمناز.
 ٤. توصية الدارسين والباحثين بإجراء دراسات مشابهة في الرضا الحركي في رياضات مختلفة (فردية - جماعية)، وبعينات مختلفة.

قائمة المراجع

المراجع العربية:

- ١ أحمد إبراهيم "تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على الرضا الحركي للحركات الإجبارية لبراعم الجمناز الفنى تحت ٨ سنوات".
المطرى (٢٠١٩م):
مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط.
- ٢ أحمد محمد شويقه (٢٠١٦م): تأثير بعض أنشطة البراعة الحركية على ديناميكية تحسن بعض المهارات الحركية الأساسية لمبتدئ الجمناز، المجلة العلمية "نظريات وتطبيقات" كلية التربية الرياضية للبنين بأبوقير، جامعة الإسكندرية.
- ٣ أحمد محمد شويقه (٢٠٢٠م): مكونات درجة جمناز الايروبيك وتأثيرها علي النتائج النهائية لمسابقات بطولة العالم ال ١٥ بالبرتغال ٢٠١٨م، بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، المجلد ٢٤، العدد ٢٤.
- ٤ ألفت جلال أحمد ديناميكية تطور القدرات الحس حركية الخاصة بمهارات الوثب لتلميذات الحلقة الثانية بمرحلة التعليم الأساسي بقطاع غزة، كلية التربية، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.
- ٥ اية مشهور الجمل فاعلية برنامج لتنمية بعض المهارات النفسية وتأثيرها علي المهارات النفس حركية لدي لاعبي الاسكواش، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية بنين وبنات.
- ٦ حميدة عبد الله تأثير برنامج للأنشطة الحركية بإستخدام الأدوات والأجهزة على القدرات البدنية وبعض مهارات الجمناز والرضا الحركي لطفل ما قبل المدرسة، المؤتمر الدولي الأول للرياضة والطفولة، ١٤ - ١٥ أكتوبر ٢٠٠٩م، كلية التربية، جامعة طنطا.



- ٧ سيد أحمد
عجاج (٢٠٠٨م):
علم النفس النمو، جامعة الملك فيصل، جمعية البرفي
الأحساء، مركز التنمية الأسرية، دبلوم الإرشاد الأسرى.
- ٨ عمر محمد السيد الكردي
ومحمد عبد الله أحمد المتولى
إسماعيل (٢٠٢٢م):
فاعلية برنامج قائم على فنيات الحديث الإيجابي مع الذات
لخفض مستوى التوتر النفسي لناشئي السباحة، مجلة علوم
الرياضة، مج ٢٠، ع ٣٥٤، جامعة دمياط.
- ٩ غادة جلال عبد
الحكيم (٢٠٠٨م):
تأثير برنامج قصص حركية على الرضا الحركي والمهارات
الحياتية لأطفال ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه، كلية التربية
الرياضية، جامعة حلوان.
- ١٠ محروس محمد قنديل،
وعفاف عثمان
عثمان (٢٠١٧م):
تأثير برنامج للطلاقة الحركية على المتغيرات البدنية
الخاصة بمهارة الوقوف على اليدين على جهاز الحركات
الأرضية لناشئات جمباز تحت ٧ سنوات، المجلة العلمية
لعلوم التربية البدنية والرياضة - مصر، العدد الثلاثون -
نوفمبر.
- ١١ محمد أمين فوزي (٢٠٠٣م):
مبادئ علم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي.
- ١٢ محمد حســــن
علاوي (٢٠٠٠م):
موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، القاهرة، مركز
الكتاب للنشر.
- ١٣ محمد خضر اسمر
الحياني (١٩٩٨م):
أثر أسلوب المنافسات والتغذية الراجعة، المقارنة في الرضا
الحركي والتحصيل بكرة القدم، اطروحة دكتوراه غير منشورة
في التربية الرياضية، جامعة الموصل.
- ١٤ محمد عبد الرضا
سلطان (٢٠٠٩م):
دقة التهديف بالقفز وعلاقتها بالرضا الحركي بدلاله
الاسلوب المعرفي (الاستقلال مقابل الاعتماد) لدى اللاعبين
الشباب بكرة السلة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية،
جامعة بابل.
- ١٥ محمد منير عبد الرازق
(٢٠١٨م):
تأثير برنامج للصلاية العقلية على بعض الجوانب
الانفعالية وترتيب المصارعين، المجلة العلمية لعلوم وفنون
الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة
حلوان.



١٦ مفتي إبراهيم التدریب الرياضي للناشئين والمدرّب الناجح، دار الكتاب
حماد (٢٠١١م): الحديث، القاهرة.

ثانياً: المرجع الأجنبية.

- 17 Mohamed m.abd elrazik (2010): Sport Aggression and its Relationship with Ranking of the Junior Egyptian Wrestlers, world Journal of Sport Sciences 3 (S): 252-257, 2010
- 18 Unruh, s., Moorman, m.and Sesharedi, s.(2005): Collegiate Student – athletes Satisfaction With Athletic Trainers, Journal of Athletic Training,