برنامج تمرينات مقترح باستخدام الرسوم المتحركة وتاثيره على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الايقاعية لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

أ.م.د. حنان حلمى لطفى الجمل
أستاذ مساعد بقسم التمرينات والعروض الرياضية - كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

ملخص البحث

يشهد العالم ثورة هائلة فى التكنولوجيا والتقدم العلمى الواسع , بحيث أصبح التنافس بين الدول يرتكز أساساً على القدرات والإمكانات العلمية والتكنولوجية ، إن إسلوب الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد تلعب دوراً كبيراً فى زيادة وإثراء خبرات الأفراد فى مختلف المجالات , لذا ترى الباحثة أن إستخدامها فى تعليم المحتوى الخاص بالتمرينات الإيقاعية سيكون أكثر تأثيراً فى أداء التلميذات أى تحقيق جانب المنفعة الى جانب المتعة والتسلية , حيث تعمل على زيادة عنصر التشويق والإثارة لدى التلميذات وتدفعهن إلى الأداء بحب واستمتاع تقليدا لما تم مشاهدته من رسوم متحركة ، مما دفع الباحثة إلى إستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد وتوظيفها ضمن برنامج تمرينات مقترح ومعرفة تأثيرة على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية ، وإستهدف البحث تصميم برنامج تمرينات مقترح باستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد ومعرف تأثيره على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الايقاعية لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبى ، وقد إستعانت بإحدى تصميماتة وهو القياس القبلى والبعدى لمجموعتين إحدهما تجريبية والأخرى ضابطة وإشتملت عينة البحث على (١٣٦) تلميذة ، وكان من أهم النتائج أن البرنامج المتبع المطبق بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية أدى إلى تحسن القدرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية قيد البحث لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

المقدمة ومشكلة البحث

يشهد العالم ثورة هائلة فى التكنولوجيا والتقدم العلمى الواسع , بحيث اصبح التنافس بين الدول يرتكز اساساً على القدرات والإمكانات العلمية والتكنولوجية , مما جعل لزاما علينا ان نواكب هذا التطور ونسايره ونحاكيه ونترجم للآخرين ابداعنا ونبرز لهم قدراتنا على الإبتكار , ولما كانت التربية هى الحياة فإن العلم وتطبيقاته عامل فعال لحياة أفضل يمكن استثماره لمواكبة المستحدثات والمتطلبات المرجوة (٢٦ :١٥).

ويتميز القرن الحادى والعشرين بالتطور التكنولوجى الهائل فى جميع المجالات والتى منها التطور فى اساليب وطرق التعليم , وقد أدى ذلك إلى الحاجة لأنماط جديدة للنظام التعليمى الجيد ,كما أن العصر الذى نعيش فية هو عصر التطبيق العلمى ، لذلك فالكثير من التقنيات الحديثة كالتفزيون وأجهزة العرض السينمائى والفيديو وأجهزة الحاسب الآلى والسبورة الذكية وجدت طريقها إلى التطبيق العملى تحت تأثير الضغوط المتزايدة من التقدم (١٨: ١٦) .

ويشير **محمد حيلة (٢٠٠١) , ومحمد معوض (٢٠٠٠)** أن الرسوم المتحركة تعتبر إحدى وسائل تكنولوجيا التعليم التى استخدمها المعلم فهى تعد تغيرا نموذجيًا لمجال تكنولوجيا التربية , حيث انتقل التركيزمن الطرق التقليدية للتليم الى التركيز على عمليات الإتصال بالرسوم المتحركة خلال انظمة حديثة مثل الكمبيوتر , حيث تقدم للمتعلم المعلومة من خلال البرامج المتكاملة بالرسوم المتحركة باذهى الألوان والحركات والمؤثرات الصوتية وإقبال المبتدئين المتزايد على البرامج التى تحتوى على الرسوم المتحركة تصل إلى نسبة ٩٥.٧ % , مما يشير غلى انها وسيلة مشوقة للتعليم وتساعد على تحسين طرق التدريس (٢٤: ٤١) (٢٥: ٥٢).

ويذكر **جابر محمد بخيت (٢٠١٠)** أن الرسوم المتحركة هى أفلام تنشط الخيال وتساهم فى بناء التعلم , حيث تعطى الحركة والحياة إلى الأشياء الساكنة وغير الناطقة , فهى رسوم وصور متتالية ذات تغيرات طفيفة معدة ومرتبة للتصوير والعرض على شكل فيلم سينمائى , وهى أيضا تعتبر مجموعة من الصور المسلسلة المستقلة الساكنة ذات التتابع الحركى وبعرضها ينتج الإلهام الحركى(٦: ١٩) .

ويضف ريبر لولياد Rieber,lolyad **(١٩٩٦)** انها تعمل على تيسير عملية التعليم والتعلم وذلك من خلال جذب إنتباه المتعلم بصفة مستمرة ، كما تعتبر وسيلة فعالة فى شرح وتفسير المعلومات التى يتضمنها موضوع التعلم (٣٣: ٢٤)

وتعد التمرينات الإيقاعية إحدى الأنشطة الحركية التى تحتل مكانة لائقة نظرا لأهميتها الكبرى لقطاعات مختلفة سواء بالنسبة للتلميذات أو العاملات أو الموظفات أو ربات البيوت , وفى المجال الرياضى لايستطيع أحد الإستغناء عن التمرينات حيث تعتبر القاعدة الأساسية لبناء مختلف الأنشطة الرياضية حيث تعمل على تنمية العناصر والمكونات الرئيسية لهذه الأنشطة .
(٢١: ٢٩)(١٤ : ٢٣)

وتذكر **عنايات فرج , فاتن البطل (٢٠٠٤)** أن التمرينات الإيقاعية تعد من المواد العملية التى تحظى بجانب كبير من الأهتمام , حيث أنها تتميز بالطابع الجمالى والإنفعالى السار والمحبب إلى النفس , إلى جانب المهارات الحركية المميزة , كما تتميز بالسلاسة والإنسيابية فى الحركات , وتكسب ممارسيها القدرة على التذوق الجمالى للحركة , والثقة بالنفس, وتنمى لديهن الإحساس بالتناسق فى أداء الحركات المتعددة والجمال فى الأداء والرشاقة , والمرونة , والسرعة , كما تنمى الصفات الإرادية والخلقية والإجتماعية , وتؤدى التمرينات إما بصورة فردية أو جماعية بإستخدام الأدوات أو بدونها , وتقتصر ممارستها على الفتيات فقط لتمتعهن بالرشاقة والمرونة والإبتكار والخيال الخصب .(٢٠: ٧)

وتحتوى التمرينات الإيقاعية على العديد من العناصر والتى تدخل فى مضمونها , هذه العناصر هى (المشى– الجرى – الوثب – الياى – المرجحات – الدورانات – التموجات –

الإتزان- حركات شبة إكروباتية) وترتبط هذه العناصر بالصفات البدنية ارتباطاً وثيقاً , حيث تحتاج عناصر التمرينات الإيقاعية إلى العديد من الصفات البدنية والتى تعد الركيزة الأساسية للأداء بمستوى عال من الدقة فى جمال الحركات وتناسقها وتناغمها وانسيابيتها ومنها (القوة . السرعة . التحمل . التوافق . الرشاقة . المرونة . الإتزان . الدقة .....الخ) مع زيادة مطلب كل عنصر بدنى بنسبة تزيد أوتقل من عنصر تمرينات ايقاعية بالمقارنة بغيرة. (٢٠: ٢٣٠-٢٣٥)

ومن خلال قراءات الباحثة واطلاعها على البحوث والدراسات السابقة **عبد العزيز محمد** (٢٠٠٢)(١٢) ، **وعلاء محمدى** (٢٠٠٢)(١٧) ، **ورشيد عامر** (٢٠٠٣) (٧) , **وعثمان مصطفى وهشام عبد الحليم** (٢٠٠٣) (١٣) , **وأمل عبداللطيف** (٢٠٠٦) (٢) , **وعمرو سعد** (٢٠٠٨) (١٩) , **ومنار خيرت** (٢٠١٠) (٢٧) , **وإيمان قطب ونجلاء فتحى** (٢٠١٠) (٤) , **والشيماء عطية** (٢٠١٣) (٣) , **ومحمد عبدالعظيم** (٢٠١٣) (٢٣) , اتضح أن الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد لعبت دورا كبيرا فى زيادة وإثراء خبرات أفراد عينة البحث , لذا ترى الباحثة أن إستخدام اسلوب الرسوم المتحركة فى تعليم المحتوى الخاص بالتمرينات الإيقاعية سيكون أكثر تأثيرا فى أداء التلميذات أى تحقيق جانب المنفعة الى جانب المتعة والتسلية , حيث تعمل الرسوم المتحركة على زيادة عنصر التشويق والإثارة لدى التلميذات وتدفعهن إلى الأداء بحب واستمتاع تقليدا لما تم مشاهدته من رسوم متحركة .

وإيماناً من الباحثة بالأخذ بكل ما هو جديد وإيجابى فى مجال طرق التدريس فى التربية الرياضية وخاصة بما هو متعلق بتحقيق أهداف الدرس مما دفع الباحثة إلى إستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد وتوظيفها ضمن برنامج تمرينات مقترح ومعرفة تأثيرة على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية .

هدف البحث :

يهدف البحث الى تصميم برنامج تمرينات مقترح باستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد ومعرف تأثيره على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الايقاعية لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى.

فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح القياس البعدى .

٢- توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح القياس البعدية .

٣- توجد فروق دالة إحصائيا للقياسات البعدية بين محموعتى البحث الضابطة والتجريبية فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح المجموعة التجريبية.

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبى ، وقد استعانت بإحدى تصميماتة وهو القياس القبلى والبعدى لمجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة .

مجتمع وعينة البحث :

يشتمل مجتمع البحث على تلميذات الصف الخامس الإبتدائى بمدرسة الإصلاح الإبتدائية بمدينة طنطا بمحافظة الغربية للعام الدارسى (٢٠١٣ /٢٠١٤) ، والبالغ عددهن (١٣٦) تلميذه ، وقد اختيرت عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية وعددهن (٤٠) تلميذة بنسبة ٢٩.٤١ % . كما تم اختيار عينة الدارسة الإستطلاعية وعددهن (٢٠) تلميذة بنسبة ١٤.٧٠ % من مجتمع البحث ومن خارج عينة الدراسة الأساسية .

المعالجة التجريبية :

أولاً: وسائل جمع البيانات :

١ . معدلات النمو :

- **قياس العمر الزمنى** : وذلك بالرجوع الى تاريخ الميلاد لأقرب عام .
- **قياس الطول:** بإستخدام جهاز الرستاميتر لأقرب سنتيمتر.
- **قياس الوزن** : باسنخدام ميزان طبى لأقرب كيلو جرام .

٢. الإختبارات البدنية : مرفق (٤)

قامت الباحثة بحصر القدرات البدنية المرتبطة بعناصر التمرينات الإيقاعية وتم عرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين فى التمرينات الإيقاعية لتحديد أهم الصفات البدنية ، وقد تم إختيار الصفات البدنية التى حصلت على (٨٠ %) فأكثر وهى (القدرة – السرعة– التحمل – المرونة . الرشاقة – التوافق–. الإتزان) .

كما قامت الباحثة بحصر ثلاثة اختبارات لكل صفة بدنية مختارة فى استمارة , وتم عرضها على الخبراء لتحديد الأهمية النسبية لإختبارات هذه الصفات البدنية ، وقد ارتضت الباحثة بالإختبارات البدنية التى حصلت على (٨٠ %) فأكثر كالتالى القدرة (الوثب العريض من الثبات) ، والسرعة (العدو ١٠م) ، وتحمل القوة (انبطاح مائل عالى)، والمرونة (ثنى الجذع من الوقوف) , والرشاقة (جرى زجزاجى) , والتوافق (اختبار الدوائر الرقمية) , والاتزان (إختبار الوقوف على مشط القدم) . **مرفق (٣)**

المعاملات العلمية للإختبارات البدنية :

أ ـ الصدق

تم حساب الصدق عن طريق المقارنة الطرفية على عينة قوامها (٢٠) تلميذة من تلميذات الصف الخامس الإبتدائى من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية والجدول رقم (١)

يوضح ذلك

جدول (١)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى فى القدرات البدنية لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	القدرات البدنية	الارباعى الاعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	±ع	س	±ع				
١	القدرة	١.٤١	٠.١١	١.١٣	٠.٠٩	٠.٢٨	٣.٩٤	٠.٦٦	٠.٨١
٢	السرعة	٣.٠٦	٠.١٣	٣.٤٦	٠.١١	٠.٤٠	٤.٧١	٠.٧٣	٠.٨٥
٣	التحمل	٧.٢٠	١.١١	٢.٦٠	٠.٨٩	٤.٦٠	٦.٤٨	٠.٨٤	٠.٩٢
٤	المرونة	٦.٥٠	١.٤٢	٢.٣٠	٠.٧٧	٤.٢٠	٥.١٩	٠.٧٧	٠.٨٨
٥	الرشاقة	١٧.٠٠	١.٣٢	٢١.٠٠	١.٢٧	٤.٠٠	٤.٣٥	٠.٧٠	٠.٨٤
٦	التوافق	٨.٤٠	١.٦٨	٤.٢٠	١.١٨	٤.٢٠	٤.٠٨	٠.٦٨	٠.٨٢
٧	التوازن	٥.٧٠	٠.٧٨	٢.٨٥	٠.٥٣	٢.٨٥	٦.٠٦	٠.٨٢	٠.٩١

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠

يتضح من جدول (١) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطى الارباعى الأعلى و الارباعى الأدنى لدى عينة التقنين فى متغير القدرات البدنية قيد البحث مما يشير الى صدق الإختبارات

ب ـ الثبات :

تم ايجاد معامل الثبات عن طريق تطبيق الإختبارات وإعادة التطبيق بفاصل زمنى ثلاث أيام على عينة قوامها (٢٠) تلميذة من تلميذات الصف الخامس الإبتدائى من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأصلية والجدول رقم (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى فى القدرات البدنية لبيان معامل الثبات ن =٢٠

م	القدرات البدنية	التطبيق الاول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط
		س	±ع	س	±ع	
١	القدرة	١.٢٧	٠.٢٦	١.٣١	٠.٣٢	٠.٩٢
٢	السرعة	٣.٣٠	٠.٣٦	٣.٢٥	٠.٤٢	٠.٩١
٣	التحمل	٤.٩٠	١.٥٢	٥.١٥	١.٣٦	٠.٩٠
٤	المرونة	٤.٤٠	١.٦٨	٤.٦٠	١.٣٨	٠.٨٩
٥	الرشاقة	١٩.٠٠	١.٨١	١٨.٥٠	١.٥٦	٠.٨٧
٦	التوافق	٦.٣٠	٢.١٣	٦.٧٠	١.٧٨	٠.٨٦
٧	التوازن	٤.٢٨	١.٠٥	٤.٣٣	١.٢٢	٠.٨٨

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يوضح جدول (٢) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى (اعادة تطبيق الاختبار) فى القدرات البدنية لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير الى ثبات الاختبار

-استمارة تقييم مستوى الأداء :

قامت الباحثة بتصميم إستمارة لتقييم مستوى اداء العناصر الأساسية للتمرينات الإيقاعية

المقررة على تلميذات الصف الخامس الإبتدائى فى النصف الثانى من العام الدراسى وفق المنهج الوزارى والمقرر الدراسى فى التربية الرياضية لهذه المرحلة وتحتوى هذه الإستمارة على (المشى / الجرى / الوثب / الحجل/ الإرتداد / المرجحة / الدوران / الموجة / التوازن / حركات أكروباتية راقصة) ، ولكل عنصر (٥) درجات فى التقييم بالإستمارة . **مرفق (٥)** .

تم عرض الإستمارة على مجموعة من السادة الخبراء فى مجال التمرينات الإيقاعية وكانت النسبة المئوية لآراء الخبراء ١٠٠% . وقد تم التقييم من خلال لجنة ثلاثية من موجهات التربية الرياضية وذلك لإلمامهم بالمنهج والمقرر الدراسى لهذه المرحلة . **مرفق (٦)**

المعاملات العلمية لإستمارة تقييم مستوى الأداء

أ ـ الصدق :

قامت الباحثة بحساب صدق الإستمارة بإستخدام المقارنة الطرفية بين متوسطى الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى على عينة قوامها (٢٠) تلميذة من مجتمع البحث ومن خارج عينة الدراسة الأساسية والجدول رقم (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى لاستمارة تقييم مستوى الاداء المهارى لبيان معامل الصدق ن=٢٠

م		الارباعى الاعلى ن=٥		الارباعى الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	±ع	س	±ع				
١	استمارة تقييم مستوى الاداء	١٥.٧٠	١.٣٨	٩.١٠	١.٥٣	٦.٦٠	٦.٤١	٠.٨٤	٠.٩٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠

يتضح من جدول(٣) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطى الارباعى الأعلى و الارباعى الأدنى لدى عينة التقنين . مما يشير الى صدق الإستمارة .

ب ـ الثبات :

تم حساب الثبات بإستخدام تطبيق الإستمارة وإعادة تطبيقها بفارق زمنى اسبوع على العينة الإستطلاعية وعددهم (٢٠) تلميذة والجدول **رقم (٤)** يوضح ذلك

جدول (٤)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى لإستمارة تقييم مستوى الأداء لبيان معامل الثبات ن =٢٠

م		التطبيق الاول		التطبيق الثانى		معامل الارتباط
		س	±ع	س	±ع	
١	استمارة تقييم مستوى الاداء	١٢.٤٠	٢.٥٧	١٢.٧٠	٢.٣٢	٠.٩٢

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤

يوضح جدول (٤) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى (اعادة تطبيق الاستمارة) فى مستوى الاداء لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يشير الى ثبات استمارة التقييم

ثانيا : برنامج التمرينات المقترح مرفق (٧)

بعد الإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات السابقة وإستناداً على محتوى منهاج التربية الرياضية للصف الخامس الإبتدائى فامت الباحثة بتصميم برنامج تمرينات مقترح بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد ، وقد أعدت الباحثة المحتوى من المقرر الدراسى للتمرينات الإيقاعية والذى يشمل على (المشى / الجرى / الوثب / الحجل/ المرجحة / الإرتداد / الدوران / الموجة / الإتزان / حركات أكروباتية راقصة) ، كما تم الإستعانة بمواقع عل الشبكة الدولية للمعلومات وفقاً للخطوات الآتية: (٣٤)(٣٥)(٣٦) (٣٧)(٣٨)

هدف البرنامج :

تصميم برنامج تعليمى مقترح بإستخدام الرسوم المتحركة لتعليم العناصر الأساسية المقررة ضمن منهاج التمرينات الإيقاعية لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى

أسس بناء البرنامج :

راعت الباحثة عند وضع برنامج التمرينات الأسس الأتية :

- أن تتلائم التمرينات مع مستوى النمو البدنى الحركى والعقلى للتلميذات
- أن يراعى مبدأ التدرج فى المحتوى ، من السهل الى الصعب ، ومن البسيط الى المركب
- أن يتسم البرنامج بالمرونة مع مراعاة التغيير والتنويع فى التمرينات .
- أن يتميز البرنامج بالبساطة والسهولة والبعد عن التعقيد
- ان يراعى الفروق الفردية بين التلميذات .
- أن يتمشى البرنامج مع خطة الدراسة وفقاً لمقرر التربية الرياضية لهذة المرحلة
- أن يتضمن البرنامج تمرينات تعمل على تنمية الصفات البدنية

أغراض البرنامج :

تتمثل أغراض البرنامج فى :

- أن تكتسب التلميذة القدرة على تحليل الأداء الصحيح لعناصر التمرينات قيد البحث .
- أن تتمكن التلميذة من أداء المهارة كما شاهدتها .
- أن تتعرف التلميذة على النقاط الفنية لعناصر التمرينات الإيقاعية قيد البحث .
- أن تفهم التلميذة التسلسل الحركى والأداء الصحيح وعناصر التمرينات الإيقاعية قيد البحث .
- ان تكتسب التلميذة القدرة على النقد الذاتى والملاحظة البناءة .

- أن تكتسب التلميذة القدرة على الإدراك والإنتباة وتخيل الأداء الصحيح للوصول الى الأداء الجيد .

محتوى البرنامج : مرفق (١)

العناصر الأساسية للتمرينات الإيقاعية المقررة على تلميذات الصف الخامس الإبتدائى ضمن المنهج الوزارى للتربية الرياضية وهى (المشى / الجرى / الوثب / الحجل/ المرجحة / الإرتداد / الدوران / الموجة / الإتزان / حركات أكروباتية راقصة) .

وقد راعت الباحثة عند وضع محتوى البرنامج أن يشمل على ما يلى :

١- تمرينات بنائية بسيطة للمرونة والقوة تتميز بالتعدد والتنويع , مع مراعاة أن لا تكون من النوع السهل البسيط وإن كانت فى الوقت نفسه لاتتطلب بذل المزيد من القوة والتحمل نظرا لسرعة شعور التلميذة فى هذة المرحلة بالتعب ، كما لاتتطلب القدرة الكبيرة فى الدقة والتوافق ، وتؤدى هذة التمرينات بدون أدوات أو بإستخدام الأدوات الصغيرة المتنوعة .

٢- خطوات الرقص والحركات المختلفة التعبيرية والإيقاعية الحديثة مع مصاحبة الموسيقى

٣- تمرينات للمشى والجرى والحجل والوثب والمرجحات والدورنات .

٤- تمرينات بسيطة للرشاقة وتمرينات الموانع وتمرينات التوازن البسيطة الثابتة والمتحركة

٥- تمرينات زوجية بأدوات أو بدون إستخدام الأدوات .

٦- تمرينات تعمل على تنمية التوافق العضلى العصبى واكتساب رشاقة وجمال الحركات ، حيث يجب أن تتميز تمرينات هذة المرحلة بعامل الأنوثة فى الحركة والإنسيابية والخفة والإنسجام والأوضاع الرشيقة .

الإمكانات اللازمة لتنفيذ البرنامج :

- السبورة الذكية.
- جهاز كمبيوتر **IBM**
- معالج طراز بانتيوم **III** بسرعة (٢٣٣) ميجا هرتزأو أسرع
- قرص صلب ٤٠ جيجا
- القرص الضوئى المدمج **CD Roomdm** المخزن عليه الرسوم المتحركة

الإطار العام لتنفيذ البرنامج

قامت الباحثة بتطبيق البرنامج وذلك من خلال (١٢) وحدة تعليمية لمدة (٦) أسابيع بواقع (٢) وحدة فى الإسبوع . زمن الوحدة (٤٥ ق) ، وقد بلغت مدة تطبيق البرنامج شهر ونصف وذلك بناء على الخطة الدراسية لمنهاج التمرينات الإيقاعية للمرحلة الإبتدائية للبنات بالصف الخامس

جدول (٥)
توزيع المحتوى على الوحدات التعليمية

الإسبوع	محتوى الوحدة الأولى (٤٥ ق)	محتوى الوحدة الثانية (٤٥ ق)
الإسبوع الأول (٩٠ ق)	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D المشى والجرى)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D المشى والجرى)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى
الإسبوع الثانى (٩٠ ق)	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات ايقاعية (C.D الوثب والحجل)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى	احماء – اعداد بدنى – تمرينات ايقاعية (C.D الوثب والحجل)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى
الإسبوع الثالث (٩٠ ق)	إحماء – اعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D المرجحة والإرتداد)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D المرجحة والإرتداد)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى
الإسبوع الرابع (٩٠ ق)	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D الدوران والموجة)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D الدوران والموجة)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى
الإسبوع الخامس (٩٠ ق)	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D التوازن وحركات راقصة)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D التوازن وحركات راقصة)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى
الإسبوع السادس (٩٠ ق)	إحماء –إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D ربط العناصر ببعضها)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى	إحماء – إعداد بدنى – تمرينات إيقاعية (C.D ربط العناصر ببعضها)- الجزء الرئيسى – الجزء الختامى

٦ . تقويم البرنامج :

بعد الإنتهاء من إعداد البرنامج تم عرضة على مجموعة من الخبراء فى مجال التمرينات وطرق التدريس لإبداء رأيهم حول الأهداف العامة للبرنامج ومدى مناسبة مراحل الأداء الفنى والخطوات التعليمية ، ومدى مناسبة التوزيع الزمنى لمكونات الوحدة التعليمية ، وقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات اللازمة فى ضوء آراء الخبراء مرفق (٢).

ثالثا: برنامج الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد :

استخدم المصمم برنامج **3Ds MAX** من انتاج شركة **Autodesk** وهو متخصص بالرسم الثلاثى الأبعاد حيث يستخدم فى كثير من التطبيقات مثل صناعة الألعاب والأفلام والرسوم والصور بكل مرونة ودقة عالية مما يعطى العمل شكل أقرب الى الحقيقة من خلال تغيير الخامات والتحكم بالضوء أو الظل أو المشهد من خلال الكاميرا بصورة ثلاثية الأبعاد بشكل رائع جدا الى غير ذلك من التعديلات التى يستطيع القيام بها على الأجسام والخامات مما يجعل برنامج **3Ds MAX** متميز عن غيرة وهو متوافق مع كل اصدارات ويندوز وذلك من خلال الخطوات التالية :

١. مرحلة ماقبل الإنتاج Preproduction

. تصميم الشخصيات Character design

وفية يتم تحديد ملامح الشخصيات الكارتونية من أوضاع وزوايا مختلفة وذلك من خلال :

. تصميم وإختيار شخصية الأداء : لعمل الماكت (الشخصية) والمشاهد استعان المصمم

ببرنامج **Photoshop** وقامت الباحثة بمساعدة المصمم بتحديد شخصية اللأداء ، وتعتبر هذة المرحلة من أهم مراحل البرنامج التعليمى لأن هذة الشخصية هى التى تشاهدها التلميذات وتقوم بالتعلم من خلال مشاهدة أدائها فى البرنامج التعليمى .

. السيناريو Script :

يشرح لنا بدقة الموضوع الذى تدور حوله فيلم الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد .

. الستورى بورد Storyboard :

هو تحويل السيناريو المقروء الى صورة مرئية على شكل كدرات فيديو متتابعة لتعبر عن الأداء المطلوب

. الأنيماتيك Animatics

وفيه يستخدم كدرات الستورى بورد الثابتة لعمل قيديو مبدئى يوضح توقيت تتابع اللقطات على الشاشة بشكل أكثر دقة .

. الكونسيبتوال أرت Conceptual art

ويتم فيه رسم لوحات تعطى لنا صورة واضحة عن شكل العمل النهائى على الشاشة ، من حيث الألوان وستايل الرسم ، أى يعطينا تخيل للقطات متنوعة من العمل النهائى قبل البدء فى انتاج العمل نفسه .

. مرحلة الإنتاج الفعلى للعمل Production

وفى هذه المرحلة يكون لدينا صورة واضحة وخطة عمل كاملة عما نحن بصدد انتاجه ، ويبدأ الإنتاج الفعلى للعمل من خلال المرحلة التالية

. التحريك :

وفيه يتم استخدام الستورى بورد **story board** لتحريك الشخصيات وفقا لطبيعة الأداء المطلوب .

. رسم وتلوين الخلفيات :

وفيه بتم استخدام الكونسيبتوال أرت **Conceptual art** و الستورى بورد **Story board** لتصميم الخلفيات والمناظر المستخدمة فى العمل .

. التركيب Composing

وهى مرحلة تركيب الشخصيات المتحركة مع الخلفيات باستخدام الستورى بورد **Story board** وتنفيذ حركة الكاميرا وضبط توقيت كل مشهد وفقا للحركة ليصبح لدينا فى النهاية مجموعة لقطات متسلسلة حركيا جاهزة للمونتاج .

. الصوت Sound

تم استخدام برنامج **ساوند ريكوردر Sound recorder** لتسجيل الصوت ، وقد راعت

الباحثة التعليق بلغة سهلة تناسب المرحلة السنية ، ثم ادخال الصوت للشخصية باستخدام الستورى بورد **Story board**

٣ . مرحلة ما بعد الإنتاج :

تم استخدام برنامج سونى فيجا **Sony Vega** لتجميع ودمج اللقطات للوصول للشكل النهائى ، واستخدام البوربينت Power Point لعمل المقدمة والكتابة وبعد ذلك تم ادخالها على cd وعرضها على التلميذات من خلال السبورة الذكية .

٤ـ تقويم الرسوم المتحركة :

قامت الباحثة بعرض العناصر المصممة على مجموعة من الخبراء فى التمرينات والمناهج وطرق التدريس للتاكد من مدى ملائمة ومناسبة اسلوب عرض المحتوى وتحديد الصعوبات التى من الممكن أن تواجة التلميذات واقتراح التعديلات .

الدراسة الإستطلاعية :

قامت الباحثة باجراء دراسة لبعض وحدات برنامج التمرينات المقترح على عينة الدراسة الإستطلاعية والبالغ عددهن (٢٠) تلميذة فى الفترة من ٢٠١٤/٣/٢ إلى ٢٠١٤/٣/٥ وقد أسفرت الدراسة الإستطلاعية عن الأتى :

. التعرف على مدى ملائمة وحدات البرنامج التعليمى للرسوم المتحركة واسلوب العرض على السبورة الذكية .

. التعرف على الصعوبات التى يمكن أن تواجه الباحثة أثناء تطبيق البرنامج المقترح .

الدراسة الأساسية

القياس القبلى

بعد إجراء المعاملات العلمية للإختبارات المستخدمة فى الدراسة قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية لمتغيرات البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية فى الفترة من ٢٠١٤/٣/٦ الى ٢٠١٤/٣/٩

ـ تجانس عينة البحث :

للتأكد من وقوع أفراد عينة البحث تحت المنحنى الإعتدالى ، قامت الباحثة بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث والتى تتمثل فى (معدلات النمو – المتغيرات البدنية – مستوى الأداء) والجدول رقم (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦)
الدلالات الإحصائية لافراد عينة البحث فى المتغيرات الاساسية لبيان اعتدالية البيانات ن=٤٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعيارى	التفلطح	الالتواء
	معدلات دلالات النمو						
١	السن	سنة/شهر	١١.٦٧	١١.٦٠	٠.٤٢	١.١٠-	٠.٠٦-
٢	الطول	سم	١٣٨.٧٧	١٣٨.٠٠	٢.٢٥	٠.٥٦-	٠.٤٦
٣	الوزن	كجم	٤١.١١	٤١.٨٠	١.٩١	٠.٤٠	١.١٠-
	الاختبارات البدنية						
١	السرعة	ث	٣.١٥	٣.١١	٠.١٠	١.٠٠-	٠.٤١
٢	المرونة	سم	٤.٧٩	٥.٠٠	١.١٣	١.٠٨-	٠.٠٣-
٣	التحمل	عدد	٤.٩٥	٥.٠٠	١.٢٨	١.٢٠	٠.٧٩
٤	الرشاقة	ث	١٨.٩٣	١٩.٠٠	٢.٣٤	١.١٢-	٠.٠٦-
٥	التوافق	ث	٦.٩٨	٧.٠٠	١.١٠	٠.٥٣-	٠.١٧
٦	القدرة	سم	١.٢٤	١.٢٧	٠.٠٨	٠.٦٨-	٠.٧٧-
٧	التوازن	ث	٣.٧٨	٤.٠٠	٠.٩٢	٠.٥٨-	٠.٣٦-
	مستوى الاداء						
١	المشى	درجة	١.٤٨	١.٠٠	٠.٦٤	٠.٠٤	١.٠٢
٢	الجرى	درجة	١.٣٣	١.٠٠	٠.٤٧	١.٤٧-	٠.٧٨
٣	الوثب	درجة	١.٢٨	١.٠٠	٠.٧٥	٠.٥٠	٠.٦٤
٤	الحجل	درجة	١.١٣	١.٠٠	٠.٧٢	١.٠١-	٠.١٩-
٥	المرجحات	درجة	١.١٥	١.٠٠	٠.٤٣	١.٦٥	٠.٩٣
٦	الارتداد	درجة	١.٤٣	١.٠٠	٠.٦٨	٠.٥٧	١.٣٤
٧	الدورانات	درجة	١.٤٣	١.٠٠	٠.٦٨	٠.٥٧	١.٣٤
٨	التموجات	درجة	١.١٥	١.٠٠	٠.٩٢	٠.٤٠-	٠.٥٢
٩	التوازنات	درجة	١.٤٨	١.٠٠	٠.٧٢	٠.٠٠	٠.٧٦
١٠	حركات اكروباتية راقصة	درجة	١.١٨	١.٠٠	٠.٦٤	٠.٦٠-	٠.٣١
	الاجمالى		١٢.٧٥	١١.٥٠	٢.٢٣	٠.٤٢-	٠.٨٧

يتضح من جدول (٦) أن المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والتفلطح ومعامل الالتواء لدى أفراد عينة البحث تتراوح ما بين (±٣) مما يشير إلى إعتدالية البيانات .

تكافؤ عينة البحث :

تم حساب التكافؤ باستخدام اختبار ت لحساب الفروق بين مجموعتى البحث الضابطة والتجريبية ، والجدول رقم (٧) البحث

جدول (٧)
ودلالة الفروق بين متوسطات القياسات القبلية لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية
فى المتغيرات الأساسية قيد البحث لبيان التكافؤ ن١=ن٢=٢٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطات	التجانس	قيمة (ت)
			س	±ع	س	±ع			
	معدلات دلالات النمو								
١	السن	سنة/شهر	١١.٧٠	٠.٣٩	١١.٦٤	٠.٤٦	٠.٠٦	١.٣٩	٠.٤٨
٢	الطول	سم	١٣٨.٦٤	٢.٣٥	١٣٨.٩١	٢.٢١	٠.٢٨-	١.١٤	٠.٣٨
٣	الوزن	كجم	٤٠.٩٨	٢.٠٣	٤١.٢٥	١.٨٢	٠.٢٧-	١.٢٤	٠.٤٥
	القدرات البدنية						٠.٠٠		
١	السرعة	ث	٣.١٥	٠.١١	٣.١٨	٠.١٠	٠.٠٣	١.٠٣	٠.٢١
٢	المرونة	سم	٤.٧٦	١.١٠	٤.٨١	١.١٨	٠.٠٥	١.١٥	٠.١٤
٣	التحمل	عدد	٥.٠٠	١.٤١	٤.٩٠	١.١٧	٠.١٠	١.٤٧	٠.٢٤
٤	الرشاقة	ث	١٨.٩٥	٢.٣٧	١٨.٩٠	٢.٣٦	٠.٠٥	١.٠١	٠.٠٧
٥	التوافق	ث	٦.٩٠	١.١٧	٧.٠٥	١.٠٥	٠.١٥	١.٢٣	٠.٤٣
٦	القدرة	سم	١.٢٤	٠.٠٨	١.٢٣	٠.٠٩	٠.٠١	١.٠٨	٠.٣٨
٧	التوازن	ث	٣.٨٥	٠.٩٣	٣.٧٠	٠.٩٢	٠.١٥	١.٠٢	٠.٥١
	مستوى الاداء								
١	المشى	درجة	١.٤٥	٠.٦٠	١.٥٠	٠.٦٩	٠.٠٥	١.٢٩	٠.٢٤
٢	الجرى	درجة	١.٣٥	٠.٤٩	١.٣٠	٠.٤٧	٠.٠٥	١.٠٨	٠.٣٣
٣	الوثب	درجة	١.٣٠	٠.٨٠	١.٢٥	٠.٧٢	٠.٠٥	١.٢٥	٠.٢١
٤	الحجل	درجة	١.١٥	٠.٧٥	١.١٠	٠.٧٢	٠.٠٥	١.٠٨	٠.٢٢
٥	المرجحات	درجة	١.٢٠	٠.٤١	١.١٠	٠.٤٥	٠.١٠	١.١٩	٠.٧٤
٦	الارتداد	درجة	١.٤٥	٠.٦٩	١.٤٠	٠.٦٨	٠.٠٥	١.٠٢	٠.٢٣
٧	الدورانات	درجة	١.٤٠	٠.٦٨	١.٤٥	٠.٦٤	٠.٠٥	١.١٤	٠.٢٣
٨	التموجات	درجة	١.٢٠	٠.٨٩	١.١٠	٠.٩٧	٠.١٠	١.١٧	٠.٣٤
٩	التوازنات	درجة	١.٤٥	٠.٧٦	١.٥٠	٠.٦٩	٠.٠٥	١.٢٢	٠.٢٣
١٠	حركات اكروباتية راقصة	درجة	١.١٠	٠.٦٦	١.٢٥	٠.٦٤	٠.١٥	١.٠٦	٠.٧١
	الاجمالى	درجة	١٣.٠٥	٢.٧٣	١٢.٤٥	٢.٢٨	٠.٦٠	١.٤٣	٠.٧٣

قيمة (ف) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجتى حرية (١٩، ١٩)= ٣.١٨

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٠٢

يوضح جدول (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات القبلية لدى المجموعتين التجريبية و الضابطة فى المتغيرات الأساسية قيد البحث مما يعطى دلالة مباشرة على تكافؤ المجموعتين فى تلك المتغيرات

٢ ـ تنفيذ التجربة الأساسية

بعد التأكد من تجانس وتكافؤ أفراد العينة قامت الباحثة بتطبيق البرنامج المقترح على المجموعة التجريبية ، أما المجموعة الضابطة فقد طبق عليها الطريقة المتبعة (الشرح والنموذج) فى الفترة من ١٠/ ٣ / ٢٠١٤م إلى ٢١ /٤ /٢٠١٤م .

٣ ـ القياس البعدى :

تم إجراء القياس البعدى فى الفترة من ٢٢/ ٤ /٢٠١٤م **إلى** ٢٤ / ٤ /٢٠١٤م لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الظابطة ، وقد تمت جميع القياسات على نحو ما تم إجراءه فى القياس القبلى تمهيداً لتنظيمها وجدولتها ومعالجتها إحصائياً .

عرض النتائج ومناقشتها :

أولاً : عرض النتائج :

جدول (٨)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدى المجموعة الضابطة فى المتغيرات البدنية ن=٢٠

م	المتغيرات البدنية	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسبة التحسن %
		س	±ع	س	±ع				
١	السرعة	٣.١٥	٠.١١	٣.١١	٠.١٢	٠.٠٤	٠.٠٢	٢.٠٠	١.٢٧
٢	المرونة	٤.٧٦	١.١٠	٥.١٠	١.٢٣	٠.٣٤	٠.١٦	٢.١٣	٧.١٤
٣	التحمل	٥.٠٠	١.٤١	٥.٥٠	١.١٣	٠.٥٠	٠.٢١	٢.٣٨	١٠.٠٠
٤	الرشاقة	١٨.٩٥	٢.٣٧	١٨.٥٥	١.٤٧	٠.٤٠	٠.١٤	٢.٨٦	٢.١١
٥	التوافق	٦.٩٠	١.١٧	٧.٣٣	١.٢٢	٠.٤٣	٠.١٢	٣.٥٨	٦.٢٣
٦	القدرة	١.٢٤	٠.٠٨	١.٢٨	٠.١١	٠.٠٤	٠.٠٢	٢.٠٠	٣.٢٣
٧	التوازن	٣.٨٥	٠.٩٣	٤.٠٢	٠.٧٣	٠.١٧	٠.٠٥	٣.٤٠	٤.٤٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥=١.٧٢

يتضح من جدول (٨) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥بين القياسين القبلى والبعدى لدى المجموعة الضابطة فى المتغيرات البدنية حيث تراوح قيمة (ت) المحسوبة مابين (٢.٠٠ -٣.٥٨) وهى قيم اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما تراوحت نسب التحسن المئوية مابين (١.٢٧ -١٠.٠٠)

جدول (٩)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدى المجموعة الضابطة فى مستوى الاداء ن=٢٠

م	مستوى الاداء المهارى	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسبة التحسن%
		س	±ع	س	±ع				
١	المشى	١.٤٥	٠.٦٠	٢.١٥	٠.٤١	٠.٧٠	٠.٢٢	٣.١٨	٤٨.٢٨
٢	الجرى	١.٣٥	٠.٤٩	٢.٢٥	٠.٦٠	٠.٩٠	٠.٢٨	٣.٢١	٦٦.٦٧
٣	الوثب	١.٣٠	٠.٨٠	١.٩٥	٠.٧٦	٠.٦٥	٠.٢٣	٢.٨٣	٥٠.٠٠
٤	الحجل	١.١٥	٠.٧٥	٢.٠٠	٠.٦٦	٠.٨٥	٠.١٩	٤.٤٧	٧٣.٩١
٥	المرجحات	١.٢٠	٠.٤١	١.٨٥	٠.٦٩	٠.٦٥	٠.٢٤	٢.٧١	٥٤.١٧
٦	الارتداد	١.٤٥	٠.٦٩	٢.١٠	٠.٧٥	٠.٦٥	٠.١٩	٣.٤٢	٤٤.٨٣
٧	الدورانات	١.٤٠	٠.٦٨	٢.٤٠	٠.٥٩	١.٠٠	٠.٢٤	٤.١٧	٧١.٤٣
٨	التموجات	١.٢٠	٠.٨٩	٢.٠٥	٠.٤٩	٠.٨٥	٠.٢٥	٣.٤٠	٧٠.٨٣
٩	التوازنات	١.٤٥	٠.٧٦	٢.٣٠	٠.٥٣	٠.٨٥	٠.٣٠	٢.٨٣	٥٨.٦٢
١٠	حركات اكروباتية راقصة	١.١٠	٠.٦٦	١.٨٠	٠.٨٠	٠.٧٠	٠.٢١	٣.٣٣	٦٣.٦٤
	الاجمالى	١٣.٠٥	٢.٧٣	٢٠.٨٥	٣.٨٧	٧.٨٠	١.٤٢	٥.٤٩	٥٩.٧٧

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥=١.٧٢

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلى والبعدى لدى المجموعة الضابطة فى مستوى الأداء حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة مابين (٢.٧١ -٤.٤٧) وهى قيم اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما تراوحت نسب التحسن المئوية مابين (٤٤.٨٣ -٧٣.٩١)

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدى المجموعة التجريبية فى المتغيرات البدنية ن=٢٠

م	المتغيرات البدنية	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسبة التحسن%
		س	±ع	س	±ع				
١	السرعة	٣.١٨	٠.١٠	٣.٠٢	٠.١١	٠.١٦	٠.٠٣	٥.٣٣	٥.٠٣
٢	المرونة	٤.٨١	١.١٨	٧.٢٠	١.١٤	٢.٣٩	٠.٣١	٧.٧١	٤٩.٦٩
٣	التحمل	٤.٩٠	١.١٧	٧.١٠	١.٠٨	٢.٢٠	٠.٢٦	٨.٤٦	٤٤.٩٠
٤	الرشاقة	١٨.٩٠	٢.٣٦	١٧.٤٥	١.٢٢	١.٤٥	٠.٢٢	٦.٥٩	٧.٦٧
٥	التوافق	٧.٠٥	١.٠٥	٨.٦٠	١.١٠	١.٥٥	٠.١٦	٩.٦٩	٢١.٩٩
٦	القدرة	١.٢٣	٠.٠٩	١.٤١	٠.٠٧	٠.١٨	٠.٠٣	٦.٠٠	١٤.٦٣
٧	التوازن	٣.٧٠	٠.٩٢	٥.١٠	٠.٦٩	١.٤٠	٠.١٧	٨.٢٤	٣٧.٨٤

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥=١.٧٢

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلى والبعدى لدى المجموعة التجريبية فى *المتغيرات* البدنية حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة مابين (٥.٣٣-٩.٦٩) وهى قيم اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما تراوحت نسب التحسن المئوية مابين (٥.٠٣ -٤٩.٦٩)

جدول (١١)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والبعدى لدى المجموعة التجريبية فى مستوى الاداء ن=٢٠

م	مستوى الاداء	القياس القبلي		القياس البعدى		فروق المتوسطات	الخطأ المعياري للمتوسط	قيمة ت	نسبة التحسن%
		س	±ع	س	±ع				
١	المشى	١.٥٠	٠.٦٩	٣.٨٠	٠.٨٩	٢.٣٠	٠.١٩	١٢.١١	١٥٣.٣٣
٢	الدورانات	١.٤٥	٠.٦٤	٤.٠٥	٠.٤٩	٢.٦٠	٠.٢١	١٢.٣٨	١٧٩.٣١
٣	التوازنات	١.٥٠	٠.٦٩	٤.٣٠	٠.٦٦	٢.٨٠	٠.٢٥	١١.٢٠	١٨٦.٦٧
٤	الجرى	١.٣٠	٠.٤٧	٣.٩٠	٠.٧٥	٢.٦٠	٠.١٥	١٧.٣٣	٢٠٠.٠٠
٥	المرجحات	١.١٠	٠.٤٥	٣.٧٥	٠.٦٠	٢.٦٥	٠.٢٢	١٢.٠٥	٢٤٠.٩١
٦	الحجل	١.١٠	٠.٧٢	٣.٦٠	٠.٧٦	٢.٥٠	٠.١٧	١٤.٧١	٢٢٧.٢٧
٧	التموجات	١.١٠	٠.٩٧	٣.٧٠	٠.٦٤	٢.٦٠	٠.١٩	١٣.٦٨	٢٣٦.٣٦
٨	الوثب	١.٢٥	٠.٧٢	٤.٠٠	٠.٥٩	٢.٧٥	٠.٢٦	١٠.٥٨	٢٢٠.٠٠
٩	الارتداد	١.٤٠	٠.٦٨	٤.٢٥	٠.٦٠	٢.٨٥	٠.٢٣	١٢.٣٩	٢٠٣.٥٧
١٠	حركات اكروباتية راقصة	١.٢٥	٠.٦٤	٣.٨٠	٠.٧٣	٢.٥٥	٠.١٦	١٥.٩٤	٢٠٤.٠٠
	الاجمالى	١٢.٩٥	٢.٢٨	٣٩.١٥	٤.٩٦	٢٦.٢٠	١.٨٧	١٤.٠١	ذ٢٠٢.٣٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥=١.٧٢

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين القياسين القبلى والبعدى لدى المجموعة التجريبية مستوى الاداء حيث تراوح قيمة

(ت) المحسوبة مابين (١٠.٥٨-١٧.٣٣) وهى قيم اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما تراوحت نسب التحسن المئوية مابين (١٥٣.٣٣ -٢٤٠.٩١)

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية لدى مجموعتى البحث التجريبية و الضابطة فى المتغيرات البدنية ن١=ن٢=٢٠

م	المتغيرات البدنية	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطات	قيمة ت	فروق نسب التحسن
		س	±ع	س	±ع			
١	السرعة	٣.١١	٠.١٢	٣.٠٢	٠.١١	٠.٠٩	٢.٥١	٣.٧٦
٢	المرونة	٥.١٠	١.٢٣	٧.٢٠	١.١٤	٢.١٠	٥.٥٣	٤٢.٥٥
٣	التحمل	٥.٥٠	١.١٣	٧.١٠	١.٠٨	١.٦٠	٤.٥٧	٣٤.٩٠
٤	الرشاقة	١٨.٥٥	١.٤٧	١٧.٤٥	١.٢٢	١.١٠	٢.٥٦	٥.٥٦
٥	التوافق	٧.٣٣	١.٢٢	٨.٦٠	١.١٠	١.٢٧	٤.٣٩	١٥.٧٥
٦	القدرة	١.٢٨	٠.١١	١.٤١	٠.٠٧	٠.١٣	٤.٣٥	١١.٤١
٧	التوازن	٤.٠٢	٠.٧٣	٥.١٠	٠.٦٩	١.٠٨	٤.٦٠	٣٣.٤٢

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٨

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات البعدية لدى مجموعتى البحث التجريبية و الضابطة فى المتغيرات البدنية قيد البحث حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة مابين (٢.٥١ -٥.٥٣) وهى قيم اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما تراوحت فروق نسب التحسن المئوية مابين (٣.٧٦ -٤٢.٥٥) وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطات القياسات البعدية لدى مجموعتى البحث التجريبية و الضابطة فى مستوى الاداء ن١=ن٢=٢٠

م	مستوى الاداء	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		الفرق بين المتوسطات	قيمة ت	فروق نسب التحسن
		س	±ع	س	±ع			
١	المشى	٢.١٥	٠.٤١	٣.٨٠	٠.٨٩	١.٦٥	٨.٢٥	١٠٥.٠٦
٢	الجرى	٢.٢٥	٠.٦٠	٣.٩٠	٠.٧٥	١.٦٥	٧.٥٠	١٣٣.٣٣
٣	الوثب	١.٩٥	٠.٧٦	٤.٠٠	٠.٥٩	٢.٠٥	٩.٣٢	١٧٠.٠٠
٤	الحجل	٢.٠٠	٠.٦٦	٣.٦٠	٠.٧٦	١.٦٠	٦.٩٦	١٥٣.٣٦
٥	المرجحات	١.٨٥	٠.٦٩	٣.٧٥	٠.٦٠	١.٩٠	٩.٠٥	١٨٦.٧٤
٦	الارتداد	٢.١٠	٠.٧٥	٤.٢٥	٠.٧٦	٢.١٥	٨.٨١	١٥٨.٧٤
٧	الدورانات	٢.٤٠	٠.٥٩	٤.٠٥	٠.٤٩	١.٦٥	٩.١٧	١٠٧.٨٨
٨	التموجات	٢.٠٥	٠.٤٩	٣.٧٠	٠.٦٤	١.٦٥	٩.١٧	١٦٥.٥٣
٩	التوازنات	٢.٣٠	٠.٥٣	٤.٣٠	٠.٦٦	٢.٠٠	١٠.٥٢	١٢٨.٠٥
١٠	حركات اكروباتية راقصة	١.٨٠	٠.٨٠	٣.٨٠	٠.٧٣	٢.٠٠	٩.٥٥	١٤٠.٣٦
	الاجمالى	٢٠.٨٥	٣.٨٧	٣٩.١٥	٤.٩٦	١٨.٣٠	١٢.٧٨	١٤٢.٥٥

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ١.٦٨

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات القياسات البعدية

لدى مجموعتى البحث التجريبية و الضابطة فى مستوى الاداء حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة مابين (٦.٩٦ –١٠.٥٢) وهى قيم اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما تراوحت فروق نسب التحسن المئوية مابين (١٠٥.٠٦ –١٨٦.٧٤) وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥

ثانياً : مناقشة النتائج وتفسيرها :

يتضح من **جدول (٨)** وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى ، وترجع الباحثة ذلك إلى محتوى درس التربية الرياضية والذى يتضمن جزء الإعداد البدنى منه تمرينات تعمل على تحسن اللياقة البدنية لهذه المتغيرات ، بما يعود بالنفع على عناصر التمرينات المقرر تدريسها ، حيث يذكر **محمد سعيد عزمى (١٩٩٦) (٢٢)** أن ما يحويه الجزء الرئيسى بدرس التربية الرياضة من عناية بالقوام واللياقة البدنية فى جزء الإعداد البدنى ، والحرص على تنمية التوافق العضلى العصبى وتأثيره على أجهزة الجسم الحيوية ، وزيادة مرونة المفاصل ومرونة العضلات ومطاطيتها له تأثير إيجابى على الصفات المختلفة .

وترى الباحثة أن الإستمرار فى الأداء مع تنوع اعناصر التمرينات قد أدى إلى تحسن القدرات البدنية وأدى إلى وجود فروق دالة إحصائياً.

كما يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسات القبلية والقياسات البعدية لدى المجموعة الضابطة لصالح القياس البعدى فى متغير مستوى الأداء ، وترجع الباحثة تحسن المجموعة الضابطة إلى أن الأسلوب المستخدم فى التدريس وهو الشرح اللفظى من خلال إعطاء فكرة واضحة عن كيفية الأداء الصحيح ، وكذلك عمل نموذج للمهارة المراد تعليمها من المعلمة ثم تقديم مجموعة نت التدريبات المتدرجة من السهل إلى الصعب ، ثم الممارسة والتكرار ، الأمر الذى ساعد على فهم أفراد المجموعة الضابطة لكيفية الأداء وتكوين صورة واضحة عنه مما أدى فى النهاية إلى الأداء الفعال الذى أحدث فروق بين القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى .كما أن التعلم بشكل جماعى أدى إلى إثارة دافعية التلميذات للتنافس فيما بينهم لإبراز تفوق كلاً منهن على الآخرى .

حيث تذكر **عفاف عبد الكريم (١٩٨٩)** أن درجة أداء المتعلم للمهارة تتوقف على قدرة المعلم على الشرح الجيد للمهارة وكذلك أداء النوذج الجيد الخالى من الأخطاء . (١٦ : ٣٦)

كما تشير **عطيات خطاب وآخرون (٢٠٠٦)** إلى أن الشرح وأداء نموذج والوصف وإبداء الملاحظات من أهم الوسائل البصرية والسمعية التى تسهم بدرجة كبيرة فى قدرة المتعلمين على سرعة وإتقان المهارات الحركية ، كما أنها تخلق التصور الحقيقى الواقعى للمهارة المطلوبة .

(١٥: ٦٩)

هذا ويذكر **أسامة كامل راتب (١٩٨٩)** أن التعلم بشكل عام عملية تغيير دائم فى سلوك الفرد ، ينشأ نتيجة الممارسة ويظهر تغير فى الأداء . (١: ٣٩)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كل من **ناهد إسماعيل (٢٠٠٠) (٢٩) ، عثمان مصطفى وهشام محمد(٢٠٠٣) (١٣) ، وأمل عبد اللطيف (٢٠٠٦) (٢) ، ومنار خيرت (٢٠١٠) (٢٧) ، ومحمد عبد العظيم (٢٠١٣) (٢٣) ، والشيماء عطية (٢٠١٣) (٣)** ، والى وأشارت نتائجهم إلى أهمية الطريقة المتبعة والتى ساهمت بشكل إيجابى فى تعلم المهارات الحركية .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول والذى ينص على " **توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح القياس البعدى** " .

ويتضح من **جدول (١٠)** وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات البدنية قيد البحث لصالح القياس البعدى ، وتعزو الباحثة هذا التحسن إلى التأثير الإيجابى لبرنامج التمرينات المقترح الذى تم إختياره علميا وفق أهم المتغيرات البدنية المرتبطة بعناصر التمرينات الإيقاعية وبما يتناسب مع التدريبات المختارة للإرتقاء بهذه المتغيرات البدنية .

كما يتضح **من جدول (١١)** وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسات القبلية والقياسات البعدية لدى المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى فى متغير مستوى الأداء وترجع الباحثة هذا التحسن إلى أن برنامج التمرينات المقترح بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد ساهم بشكل فعال وإيجابى فى تعلم العناصر الأساسية للتمرينات الإيقاعية بطريقة مشوقة وجذابة من خلال الرسوم المتحركة ، والتى تعمل على زيادة عنصر التشويق والإثارة لدى التلميذات وتدفعهن إلى الأداء بحب وإستمتاع تقليداً لما تم مشاهدته من خلال الرسوم المتحركة وما تشمل عليه من رسوم مسلسلة ومتتالية أوضحت بشكل جيد الخطوات التعليمية للأداء بطريقة سلسة وسهلة بأذهى الألوان الجذابة ، كما أن الرسوم المتحركة جعلت عرض المهارة أقرب ما تكون إلى الحقيقة وأحب إلى التلميذات .

حيث تشير **مها إبراهيم (٢٠٠٤)** إلى أن الرسوم المتحركة تعطى للخبرة التعليمية عمقاً يضفى عليها المزيد من الواقعية مما يعمل على إثارة إهتمام الأطفال ، ويتيح فرصة التعرف على المادة والإيضاحات من خلال إستخدام الصورة الحية الملونة ، والمقترنة بالصوت وبالتالى يجعل الطفل أكثر تجاوباً ويزيد من إستعابه وفهمه للمقررات . (٢٨: ١٥)

كما يذكر **سعيد على وآخرون (٢٠١١)** أن الأطفال يفضلون البرامج التى تتناولهم ويجدون أنفسهم فيها ، فالطفل يرى فى الرسوم المتحركة إمتداداً لحياة اللعب ، ومما لا شك فيه أن سبب تعلق الأطفال فى مثل هذه البرامج يعود إلى ما يتمتع به من مزايا متعددة ، فهو يجمع بين

الصوت والصورة والحركة وله القدرة على جذب إنتباه الأطفال . (٨ : ٦٤٩)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كلاً من **أيمن محمود وعصام عزمى** (٢٠٠١) (٥) ، **وعثمان مصطفى وهشام محمد** (٢٠٠٣) (١٣) ، **سماح محمد هيكل**(٢٠٠٥) (٩) ، **وأمل عبد اللطيف** (٢٠٠٦) (٢) **وعمرو سعد** (٢٠٠٨) (١٩) ، **ووائل عبد الرحيم** (٢٠٠٨) (٣٠) ، **ومحمد عبد العظيم** (٢٠١٣) (٢٣) ، **والشيماء عطيه** (٢٠١٣) (٣) والتى أشارت نتائجها إلى أن إستخدام الرسوم المتحركة ساعد على تحليل الحركات وراعى التسلسل المنطقى لها بطريقة منظمة مما ساعد على أداء المهارات والحركات الرياضة المختلفة بصورة أفضل وأسرع وبطريقة شيقة وجذابة ، بالتالى جعلها باقية الأثر ومن ثم تحقيق أهدافها من التعلم .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثانى والذى ينص على " **توجد فروق دالة إحصائيا بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح القياس البعدي** ".

ويتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسيين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية وترجع الباحثة تفوق المجموعة التجريبية إلى إتباع برنامج التمرينات المقترح الذى تناول أجزاء الوحدات التعليمية بعناية وتقنين علمى فى إستخدام التمرينات بعناصرها من مرجحات ودورانات ووثبات وتموجات مما يؤثر فى الرشاقة والتوافق والسرعة وغيرها ، وتقنين هذه العناصر داخل البرنامج وأدائها بطريقة سليمة عن المحتوى التقليدى لدى المجموعة الضابطة .

ويتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعدية لدى المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية ، وترجع الباحثة ذلك إلى برنامج التمرينات المقترح بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد وما يشتمل عليه من رسوم تعمل على إستثارة وجذب الإنتباه لدى التلميذات وبما يعطى من تصور حركى صحيح ، وكذلك التحكم فى سرعة عرض النموذج ، وعدد مرات تكرار رؤية الأداء مما يراعى الفروق الفردية بين التلميذات ويساعد على زيادة الإستيعاب لكيفية الأداء السليم مما يعمل على تثبيت الحركة ، ويجعل عملية التعلم سهلة ، كذلك الرؤية الواضحة للنموذج السليم للمهارات المراد تعلمها بشكل واضح من زوايا مختلفة والذى يتمتع بثبات الأداء مهما تكرر عرض النموذج ، وإتاحة الوقت الكافى أثناء مشاهدة المهارة مما يلعب دوراً إيجابياً فى تكوين التصور الحركى السليم فى أذهان التلميذات .

وفى هذا الصدد يشير **عادل سلطان (٢٠٠٥)** أن الرسوم المتحركة تمتاز بأنها قابلة للفهم والإستيعاب بسهولة وسرعة ، وهذا يجعلها جذابة ومشوقة للمتعلمين ، وبالتالى إمكانية توظيفها فى العملية التعليمية . (١٠: ١٢٩).

ويضيف **بوب توماس** Bob Thomas (١٩٩٩) أن الرسوم المتحركة تلعب دورا كبيرا فى شد إنتباه الطفل ويقظته الفكرية والعقلية ، وتحتل المركز الأول فى الأساليب الفكرية المؤثرة على عقله لما لها من متعة ولذة ، كما أنها تقدم عالما سحريا من الخيال الممتع الذى يعيشه الطفل بصفة خاصة بكل عواطفه وأحاسيسه ومشاعره (٣١ : ١٧٠)

كما يتفق كلاً من **محمد معوض** (٢٠٠٠) ، **وعبد المطلب أمين** (٢٠٠١) على أن الرسوم المتحركة تتميز بأنها وسيلة ذات إمكانيات ضخمة لتعريف الطفل بإيجاز وسرعة ، فهى تعمل على ثراء المواقف التعليمية بالمنبهات والمثيرات الشكلية السمعية والبصرية فينعكس إيجابياً على خبرة الطفل حيث يتم خلق حالة من الرضا والإقناع نتيجة تكثيف عناصر التشويق والإبهار والوضوح ، فيتفاعل معها الطفل مما يجعل المادة تتسم بسهولتها وبساطتها ولا يحتاج إلى تدريب معقد طويل لما يقوم بتطبيقه . (٢٥: ٦١) (١١: ١٨١)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كلاً من **أيمن محمود وعصام عزمى** (٢٠٠١) (٥) ، **وعثمان مصطفى وهشام محمد** (٢٠٠٣) (١٣) ، **وأمل عبد اللطيف** (٢٠٠٦)(٢) ، **وعمرو سعد** (٢٠٠٨) (١٩)، **وإيمان ونجلاء** Eman A. & Naglaa F. (٢٠١٠) (٣٢) **ومحمد عبد العظيم** (٢٠١٣) (٢٣)، **والشيماء عطيه** (٢٠١٣) (٣) ، والتى أشارت نتائجها إلى تقدم المجموعة التجريبية والتى طبق عليها الرسوم المتحركة بإستخدام تكنولوجيا طرق التدريس الحديثة ، وتطور مستواهم بدرجة كبيرة فى تعلم المهارات والحركات المختلفة على المجموعة الضابطة والتى طبق عليها الأسلوب المتبع .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث الذى ينص على " **توجد فروق دالة إحصائيا للقياسات البعدية بين محموعتى البحث الضابطة والتجريبية فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح المجموعة التجريبية** "

الإستنتاجات :

فى ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة إلى الإستنتاجات الأتية :

١ ـ البرنامج المتبع المطبق على المجموعة الضابطة أدى إلى تحسن القدرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية قيد البحث لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

٢ ـ برنامج التمرينات المقترح بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد والذى طبق على المجموعة التجريبية أدى إلى تحسن القدرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية قيد البحث لدى تلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

٣ ـ برنامج التمرينات المقترح بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد والذى طبق على المجموعة التجريبية ساهم بشكل أفضل من الأسلوب التقليدى المستخدم فى تحسن القدرات البدنية ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية قيد البحث لدى تلميذات الحلقة الأولى من

التعليم الأساسى .

التوصيات :

فى ضوء هدف البحث وفروضه ومن خلال نتائج البحث توصى الباحثة بما يلى :

١- تطبيق برناج التمرينات المقترح بإستخدام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد الخاص بالتمرينات الإيقاعية لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .

٢- إنتاج العديد من أفلام الرسوم المتحركة ثلاثية الأبعاد لتعليم التمرينات الإيقاعية للتلميذات فى المراحل المختلفة .

٣- إجراء المزيد من البحوث المماثلة لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى نظراً لأهمية هذه المرحلة وإفتقادها إلى البرامج المقننة .

٤- تعاون الخبراء والمتخصصين فى التربية الرياضية لإنتاج برامج تعليمية معدة بتقنية الرسوم المتحركة فى الأنشطة الحركية بصفة عامة والتمرينات الإيقاعية بصفة خاصة لما لها من تأثير فعال فى العملية التعليمية .

أولا : المراجع العربية :

١- اسامة كامل راتب : تعلم السباحة ، دار الفكر العربى ، ط٣ ، القاهرة ،١٩٨٩

٢- أمل عبداللطيف السيد : تأثير برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات الأساسية فى الجمباز للمرحلة الإبتدائية فى دولة الكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٦ .

٣- الشيماء عطية حسن : برنامج مقترح بإستخدام الرسوم المتحركة والصور المسلسلة لتطوير التمرينات الفنية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠١٣ .

٤- إيمان عبدالله قطب ، نجلاء فتحى خليفة : فعالية برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة فى تنمية بعض المهارات الإدراكية البصرية والتصور الحركى وتعلم بعض مهارات الجمباز الإيقاعى ، دراسة مقارنة ، المؤتمر العلمى " رياضة الجامعات العربية " آفاق وتطلعات جامعات مصر – ضمن فاعليات الدورة الرياضية العربية الثانية للجامعات من ١٥- ١٦ اكتوبر ،الإتحاد الرياضى المصرى للجامعات ، القاهرة ، ٢٠١٠ .

٥- أيمن محمود عبدالرحيم ،عصام الدين محمد عزمى : فاعلية برنامج تعليمى باستخدام الرسوم المتحركة على صعوبات تعلم بعض مهارات درس التربية الرياضية للتلاميذ ذوى الأنماط الجسمية المختلفة بالحلقة الثانية من التعليم الأساسى، مجلة علوم الرياضة ، المجلد الثالث عشر ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠١ .

٦- جابر محمد بخيت المرى : تأثير إستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض مهارات كرة القدم للتلاميذ المعاقين ذهنيا القابلين للتعلم بدولة الكويت ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ٢٠١٠ .

٧- رشيد عامر محمد : أثر برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٩ .

٨- سعيد نزال على ، مأمون المومنى ، عدنان سالم دولات : أثر إستخدام برنامج رسوم متحركة علمية فى تدريس العلوم فى اكتساب التلاميذ للمفاهيم العلمية ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد ٢٧ العدد ٤٣ ، ٢٠١١ .

٩- سماح محمد هيكل : أثر مشاهدة الرسوم المتحركة فى التلفزيون المصرى فى إكساب طفل ما قبل المدرسة (٤-٦) بعض المهارات الإجتماعية ، رسالة ماجستير ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس، ٢٠٠٥ .

١٠- عادل سلطان : تكنولوجيا التعليم والتدريب ، دار الثقافة ، عمان ، ٢٠٠٥ .

١١- عبدالمطلب أمين : مدخل إلى سيكولوجية رسوم الأطفال ، دار الفكر العربى ، ط٢ ، القاهرة ، ٢٠٠١

١٢- عبدالعزيز محمد عبدالعزيز : تأثير برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة على تعلم سباحتى الزحف على البطن والظهر لدى المبتدئين بمحافظة المنيا، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٢ .

١٣- عثمان مصطفى عبداللة ، هشام محمد عبدالحليم : أثر برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة بواسطة الحاسب الآلى على تعلم بعض المهارات الحركية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد ٤٨ ، كلية التربية الرياضية للبنين بالأسكندرية ، جامعة الأسكندرية ، ٢٠٠٣ .

١٤- عطيات محمد خطاب : التمرينات للبنات ، ط٨ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٧ .

١٥- عطيات محمد خطاب ، مها محمد فكرى ، شهيرة عبدالوهاب شقير : اساسيات التمرينات والتمرينات الإيقاعية ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، ٢٠٠٦ م

١٦- عفاف عبدالكريم : طرق التدريس فى التربية البدنية والرياضة ، منشأة المعارف ، الأسكندرية ، ١٩٨٩ .

١٧- علاء الدين محمدى : أثر برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة على تعلم بعض مهارات كرة السلة للحلقة الأولى من التعليم الأساسى ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٢ .

١٨- على على حبيش : مصر والتكنولوجيا فى عالم متغير، دار الكتب القومية ،القاهرة ،١٩٩٥ .

١٩- عمرو محمد سعد : تأثير إستخدام الرسوم المتحركة على الأداء المهارى لبعض مهارات رياضة الكاراتية للمبتدئين من سن (٤-٦) سنوات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠٨ .

٢٠- عنايات محمد فرج ، فاتن طة البطل : التمرينات الإيقاعية (الجمباز الإيقاعى) والعروض الرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٤ .

٢١- ليلى عبدالعزيز زهران : الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٧ .

٢٢- محمد سعيد عزمى : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية فى مرحلة التعليم الأساس بين النظرية والتطبيق ، منشأة المعارف ، الأسكندرية ، ١٩٩٦ .

٢٣ محمد عبدالعظيم محمد : تصميم برنامج بإستخدام الرسوم المتحركة وتأثيرة على مستوى أداء المهارات الحركية الأساسية للأطفال من ٤-٦ سنوات ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠١٣ .

٢٤- محمد محمود حيلة : التكنولوجيا التعليمية والمعلوماتية ، دار الكتاب الجامعى القاهرة ، ٢٠٠١ .

٢٥- محمد معوض ابراهيم : الأب الثالث والأطفال الإتجاهات الحديثة بتأثير التيلفزيون على الأطفال ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة ، ٢٠٠٠ .

٢٦- مكارم حلمى أبو هرجة ، محمد زغلول ، هانى سعيد : تكنولوجيا التعليم واساليبها فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م

٢٧- منار خيرت على أحمد : تأثير برنامج تعليمى بإستخدام الرسوم المتحركة على تعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئين ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ٢٠١٠ .

٢٨- مها ابراهيم بسيونى : مجلة طفل الروضة ودورها فى تنمية قدراتة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ٢٠٠٤ .

٢٩- ناهد اسماعيل رحيم : تأثير برنامج مقترح للتمرينات بإستخدام بعض الأدوات اليدوية الصغيرة على بعض المهارات الحركية الأساسية للأطفال من (٤-٦) سنوات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠ .

٣٠- وائل عبدالرحيم ابراهيم : فاعلية برنامج رسوم متحركة باستخدام الحاسب الآلى على تعلم مهارات وحدة تعليمية فى درس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإبتدائية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ،٢٠٠٨ .

ثانيا : المراجع الأجنبية :

31- Bob Thomas: : Art of animation,tappan Printing corporation,Canda, 1999

32- Eman A. & Naglaa F : Effectiveness of on educational program animated movies for improving some cognitive visual and dynamic visualization skills and learning some rhythemic gymnastics skills , world journal of sport sciences, 2010

33- Rieber, Loiyad : Animation as feedback in computer based simulation matters , educational technology research &development, Vol .44,no 1 , 1996

ثالثا : الشبكة الدولية للمعلومات

34 - http:llegyup1.blogspot.com l 2011l09l3d-max.html

35- http:ll:llWWW.Yousry.brave pages.com index-htm1815l12l3l2003

36- http:llwww.kenana online.com lpagel858512006

37- http:llforym.arabia4serv.,lt3039.html

38- http:llwww.hcouchd.coml2014l10lwhatlislGraphiclDesign.html