



Predicting the skill of the step jump in terms of the most important motor abilities of female students in rhythmic gymnastics

Asst. Lect. Tabarak Abbas¹ Alwan, Asst. Lect Adhrra Sadiq Saleh² Asst. Games. Muhammad Reda Abdul Hussein³

¹ College of Physical Education and Sports Sciences, Iraq

* **Corresponding author, Email: Tabarak_03@gmail.com**

Research submission date: 10/09/2024

Publication date: 15/01/2025

Abstract

The researchers discussed the adoption of rhythmic gymnastics as a basic and important lesson in the faculties of physical education and its practice by female students, as this sport is characterized by its aesthetic character and also helps to improve physical fitness and improve the body and others that are reflected through linking structural movements, dance movements, acrobatics and ballet art with musical accompaniment, as it expresses the beauty of movement, its harmony and fluidity, and also highlights the importance of mental abilities as variables that affect the manifestation of skill capabilities with high fluidity in performance, and then this is reflected in the level of performance among female students, especially since it constitutes a wide range on which the processes that occur inside the brain depend, in addition to the fact that rhythmic gymnastics movements require great physical effort in order to reach a high level of performance, the student must have high motor abilities to meet some of the requirements for performing rhythmic gymnastics movements, represented by agility and balance And the compatibility in performing rhythmic movements, which prompted her to predict rhythmic gymnastic movements in terms of the most important mental and motor abilities of female students of the faculties of physical education.

Keywords :

prediction, step jump skill, motor abilities, rhythmic gymnastics



التنبؤ بمهارة وثبة الخطوة بدلالة أهم القدرات الحركية للطالبات بالجمناستك الإيقاعي

م.م. تبارك عباس علوان¹، م.م. عذراء صادق صالح²، م.الاعاب. محمد رضا عبد الحسين³

¹ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، العراق

*البريد الإلكتروني للمؤلف المراسل: Tabarak_03@gmail.com

تاريخ النشر/2025/01/15

تاريخ تسليم البحث/2024/10/09

الملخص

تطرق الباحثان ان اعتماد رياضة الجمناستك الإيقاعي كدرس أساسي ومهم من دروس كليات التربية الرياضية وممارسته من قبل الطالبات كون هذه الرياضة تتميز بالطابع الجمالي وكذلك يساعد على تحسين اللياقة البدنية وتحسين القوام وغيرها الذي ينعكس من خلال ربط الحركات البنائية والحركات الراقصة والاكروباتيك وفن الباليه مع المصاحبة الموسيقية حيث تعبر عن جمال الحركة وانسجامها وانسيابيتها, كما وتبرز أهمية القدرات العقلية كمتغيرات تؤثر في إظهار الإمكانيات المهارية ذات الانسيابية العالية في الأداء ومن ثم ينعكس ذلك على مستوى الأداء لدى الطالبات ، ولاسيما إنها تشكل نطاقا واسعا تعتمد عليه العمليات التي تحدث داخل الدماغ , فضلا عن ان حركات الجمناستك الإيقاعي تتطلب مجهودا بدنيا كبيرا من اجل الوصول إلى مستوى عالٍ في الأداء ، يتحتم على الطالبة ان تكون ذات قدرات حركية عالية لمواجهة بعض متطلبات أداء حركات الجمناستك الإيقاعي , المتمثلة بالرشاقة والتوازن والتوافق في أداء الحركات الإيقاعية مما دعاها إلى التنبؤ بحركات الجمناستك الإيقاعي بدلالة أهم القدرات العقلية والحركية لطالبات كليات التربية الرياضية .

الكلمات المفتاحية:

التنبؤ , مهارة وثبة الخطوة , القدرات الحركية , الجمناستك الإيقاعي

1-1-1- مقدمة البحث وأهميته:

رياضة الجمناستك الإيقاعي كدرس أساسي ومهم من دروس كليات التربية الرياضية وممارسته من قبل الطالبات كون هذه الرياضة تتميز بالطابع الجمالي وكذلك يساعد على تحسين اللياقة البدنية وتحسين القوام وغيرها الذي ينعكس من خلال ربط الحركات البنائية والحركات الراقصة والاكروباتيك وفن الباليه مع المصاحبة الموسيقية حيث تعبر عن جمال الحركة وانسجامها وانسيابيتها, كما وتبرز أهمية القدرات العقلية كمتغيرات تؤثر في إظهار الإمكانيات المهارية ذات الانسيابية العالية في الأداء ومن ثم ينعكس ذلك على مستوى الأداء لدى الطالبات.

1-2- مشكلة البحث :

تعد رياضة الجمناستك الإيقاعي من الرياضات الفردية التي تتميز بكثرة حركاتها ذات الصعوبات المختلفة والتي تتطلب انتقالات و تحركات مختلفة مع المحافظة على أفضل مستوى للأداء . وبما ان مستوى الأداء يعتمد على العديد من العوامل منها مستوى الطالبات وقدراتهن الحركية, لذا ارتأت الباحثون الكشف عن مستوى أداء الطالبات لمهارة وثبة الخطوة بالجمناستك الإيقاعي والقدرات الحركية , والتعرف على علاقة القدرات الحركية بمستوى أداء الحركات , والتنبؤ بما سيؤول إليه مستوى أدائهن لمهارة وثبة الخطوة بدلالة قدراتهن الحركية , وهي مساهمة متواضعة من قبل الباحثة للارتقاء بهذه الرياضة وفق أسس علمية .

انتهج الباحثون اختيار المنهج المناسب، لأنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حين نكون بها جاهلين أو البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين . إذ استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات المتبادلة والتنبؤية.

1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على مستوى أهم القدرات الحركية وأداء مهارة وثبة الخطوة بالجمناستك الإيقاعي للطالبات.
- 2- التعرف على قوة واتجاه العلاقة الارتباطية بين أهم القدرات الحركية بأداء مهارة وثبة الخطوة الجمناستك الإيقاعي للطالبات.
- 3- استنباط معادلات تنبؤية لحركات الجمناستك الإيقاعي بدلالة أهم القدرات الحركية للطالبات.

1-4 مجالات البحث

1-4-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كربلاء

2-4-1 المجال الزمني : 2023/11/1 – 2024/3/1 .

3-4-1 المجال المكاني : القاعة الرياضية .

2-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :**1-2 منهج البحث :**

إن طبيعة الظاهرة والأهداف الموضوعية تفرض على الباحثون اختيار المنهج المناسب، لأنه "فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حين نكون بها جاهلين أو البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين . إذ استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات المتبادلة والتنبؤية .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

مجتمع البحث هو: "جميع الأفراد والأشياء الذين يشكلون موضوع الدراسة الذي سعى الباحثون إلى ان يعمم عليها نتائج الدراسة والعينة هي: المجموعة الجزئية المميزة والمنتقاة من المجتمع الخاص بالدراسة ، أي إن لها خصائص المجتمع ولا بد من انتقائها وفق إجراءات وأساليب محددة ، إذ اشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الثالثة لكليات التربية الرياضية في جامعة كربلاء للعام الدراسي (2023 – 2024) والبالغ عددهم (30) طالبة بالصورة العشوائية .

2 – 3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة :

هي الوسيلة أو الأسلوب أو الآلية التي يستعملها الباحث لجمع المعطيات والأدلة وطريقة تحليلها أو هي وسيلة تنفيذ المنهج والمنهجية التي اختارها الباحثون ويتحدد نوع الأدوات التي يستعملها الباحثون في بحثه وعددها وشكلها بحسب نوع المادة وطبيعة موضوع البحث.

2 – 4 خطوات البحث وإجراءاته الميدانية :**2 – 4 – 1 إجراءات تحديد القدرات الحركية :**

لغرض تحديد لقدرات الحركية لطالبات كليات التربية الرياضية في جامعة كربلاء قام الباحثون بمسح المصادر والمراجع العلمية، وتحديد مجموعة من القدرات الحركية وإدراجها في استمارة استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في الاختبار والقياس والتدريب الرياضي فضلاً عن المختصين في رياضة الجمناستك لاستطلاع آرائهم حول تحديد القدرات الحركية التي يتوجب توفرها عند طالبة الجمناستك الايقاعي ، وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات ومعالجتها إحصائياً تم قبول ترشيح القدرات الحركية التي حققت درجة مقدارها (65) فأكثر من الأهمية ، وبنسبة (54.16%) من الأهمية النسبية حسب رأي (12) خبير ومختص حيث كان عدد القدرات الحركية المقبولة (2) من أصل (5) قدرات حركية ، والجدولان (2) ، (3) يبينان ذلك .

ويمكن توضيح ذلك بما يأتي :

القيمة القصوى للاتفاق = عدد الخبراء × مدى الأهمية

$$120 = 10 \times 12 =$$

$$\text{نصف القيمة للاتفاق} = 2 / 120 = 60$$

$$\text{نصف مدى الأهمية} = 2 / 10 = 5$$

$$\text{قيمة الأهمية} = \text{نصف المدى} + \text{نصف القيمة القصوى}$$

$$65 = 5 + 60 =$$

$$\text{قيمة الأهمية النسبية} = 100 \times 120 / 65 = 54.16\%$$

جدول (1)

يبين درجة الأهمية والأهمية النسبية وقبول ترشيح القدرات الحركية حسب رأي (12) خبيراً

ت	القدرات الحركية	درجة الأهمية	الأهمية النسبية	قبول الترشيح	
				نعم	كلا
1	الرشاقة	110	%91.66	√	
2	المرونة	106	%88.33	√	
3	التوافق	52	%43		√
4	التوازن	108	%90	√	
5	الدقة	51	%42.5		√

2 - 4 - 1 - 1 تحديد اختبارات القدرات الحركية :

بعد أن حدد الباحثون القدرات الحركية الواجب توافرها عند طالبة الجمناستك ، ولغرض ترشيح الاختبارات التي تعبر عن قياس القدرات الحركية لدى الطالبات ، قام الباحثون بمسح المصادر والمراجع العلمية ، ومن ثم ترشيح مجموعة من الاختبارات وإدراجها في استمارات استبيان وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال الاختبار والقياس والتدريب الرياضي والتعلم الحركي فضلاً عن المختصين في الجمناستك لاستطلاع آرائهم حول صلاحية أهم الاختبارات المدرجة . وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخراج درجة الأهمية والنسبة المئوية للأهمية لقياس حسب رأي (20) خبيراً ومختصاً ، أسفرت النتائج عن قبول ترشيح (3) اختبارات معنية بقياس القدرات الحركية من أصل (9) اختباراً ، والجدول (2) يبين ذلك .

جدول (2)

يبين الاختبارات ودرجة الأهمية والنسبة المئوية للأهمية

حسب رأي (20) خبيراً وقبول الترشيح

القدرات الحركية	اختبارات القدرات الحركية		درجة الأهمية	الأهمية النسبية	قبول الترشيح	
	نعم	كلا				
الرشاقة	√		178	89 %		
		√	76	38 %		
		√	72	36 %		
المرونة الحركية	√		99	49 %		
		√	180	90 %		

√		% 48	96	6- لمس المستطيلات الأربعة لمدة (30 ثانية) .	التوازن
√		%45.5	91	7- اختبار الوقوف بالقدم طويلاً على العارضة .	
	√	% 85	170	8- اختبار المشي على عارضة التوازن .	
	√	% 90	180	9- اختبار الوقوف بالقدم (مستعرضة) على عارضة التوازن .	

2-4-2 إجراءات تحديد مهارات الجمناستك الإيقاعي :

قام الباحثون باعتماد مهارة وثبة الخطوة ضمن مهارات الجمناستك الإيقاعي التي تم تدريسها ضمن المقررات الدراسية لطالبات المرحلة الثالثة كليات التربية الرياضية في جامعة كربلاء.

2 - 4 - 3 شروط تنفيذ الاختبارات

من أجل الحصول على نتائج دقيقة وموضوعية عند تطبيق اختبارات القدرات العقلية والحركية لتعدها وكذلك لملاءمتها لمستوى طالبات كليات التربية الرياضية هناك شروط ومعايير معينة منها:-

1. توفر الأجهزة والأدوات المناسبة للاختبارات وكفاية المساعين .
2. وضوح تعليمات الاختبارات وفهم سياقات إجرائها من قبل المختبرين .
3. الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات .
4. توفر الإمكانيات المطلوبة من حيث مناسبة الأماكن المحددة لإجراء الاختبارات عليها والجهد المبذول في التنظيم والأدوات والتسجيل فضلاً عن احتساب الدرجات .

2 - 5 التجربة الاستطلاعية :

استطلع الباحثون الاختبارات التي تم قبول ترشيحها لقياس القدرات الحركية حسب رأي الخبراء والمختصين على أفراد العينة الاستطلاعية المكونة من (10) طالبات ينتمين إلى المرحلة الثالثة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء وذلك بهدف تأشير متطلبات العمل الدقيق والصحيح الخالي من الصعوبات أرادت الباحثة من خلالها تحقيق عدة أغراض منها :-

- 1- التأكد من جاهزية الأجهزة والأدوات المستخدمة .
- 2- التعرف على صلاحية الاختبارات بالنسبة لمستوى أفراد عينة البحث .
- 3- التأكد من كفاية فريق العمل المساعد وحسن تدريبهم .

- 4- التعرف على الوقت الذي يستغرقه كل اختبار فضلاً عن وقت الاختبارات ككل .
- 5- التعرف على القياس الأول لثبات نتائج الاختبارات المعنوية بقياس القدرات .
- 6- تنظيم فترة الراحة بين اختبار وآخر لضمان عودة الطالبات إلى حالتهم الطبيعية عند بداية كل اختبار .

2-6 التجربة الرئيسية

نظراً لاستكمال الإجراءات التي تؤهل القيام بأجراء التجربة الأساسية التي أكدت صلاحية استمارة تقويم الحركات الإيقاعية والاختبارات المرشحة لقياس القدرات والحركية باشرت الباحثة بأجرائها على أفراد عينة البحث والبالغ عددهم (30) طالبة ينتمون إلى كليات التربية الرياضية في جامعة كربلاء إذ تم إجراء التجربة في قاعات الكليات المعنوية بالبحث واستغرقت التجربة يومين , بدأت 2023/1/2 وانتهت 2023/1/4 ولقد أستغرق وقت الاختبارات ثلاث ساعات بالنسبة للقدرات الحركية وساعتين بالنسبة لتصوير أداء حركات الجمناستك الإيقاعي للطالبات وقد قامت الباحثة بخزنها على قرص ليزري (CD) وتوزيعها على مجموعة من المختصين لغرض تقويم أداء الطالبات لحركات الجمناستك الإيقاعي , بعدها اتجهت إلى تفرغ البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية .

2-7 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثون الحقيقية الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات وتم استخدام الحقيقية في المواضيع الآتية :

- 1- النسبة المئوية .
- 2- الوسط الحسابي .
- 3- الانحراف المعياري .
- 4- معامل الالتواء .
- 5- الخطأ المعياري .
- 6- معامل ارتباط (بيرسون) .
- 7- الانحدار الخطي على شكل خطوات ومنها تم إيجاد :-
 - الانحدار البسيط .
 - الانحدار المتعدد .
 - نسبة المساهمة .
 - قانون (F) لمعنوية نسبة المساهمة .
 - 8- قيمة (T) لمعنوية الارتباط .
 - 9- قيمة (T) للعينات المستقلة والمتساوية بالعدد

3- النتائج عرضها وتحليلها ومناقشتها :**3-1 أعداد البيانات الأولية للمتغيرات :**

بعد تطبيق الاختبارات المعنية بقياس القدرات الحركية والحصول على البيانات وتصوير أداء معارة وثبة الخطوة للطالبات وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين بالجمناستك الإيقاعي مع استمارة التقييم .

تم جمع الاستمارات من قبل الباحثون حيث سعت إلى حساب مجموع ما تحصل عليه الطالبة في كل جزء من أجزاء الحركة (التحضيرية والرئيسية والختامية) حسب تقديرات المحكمات ومن ثم استخراج معدل القيم حسب رأي (6) من المقومات , بعدها اتجهت إلى تفرغ استمارات تسجيل اختبارات القدرات الحركية لجميع أفراد عينة البحث ومن ثم قامت باستخراج مؤشرات الإحصاء الوصفي المتمثلة بقيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري ومعامل الالتواء وأعلى قيمة وأدناها . ضمن الاختبار ولجميع متغيرات الدراسة وبهذا حقق الباحثون هدف دراستها الأول المتضمن (التعرف على مستوى أهم القدرات الحركية وأداء مهارة وثبة الخطوة لطالبات كليات التربية الرياضية) .

وقد أوضحت النتائج المتعلقة بالمعالجات الإحصائية إن قيم معامل الالتواء وعند جميع المتغيرات كانت (صفرية) وهذا مؤشر يدل على توزيع أفراد العينة توزيعاً اعتدالياً .. كما إن قيم الخطأ المعياري تشير إلى مناسبة حجم العينة للتحليل الإحصائي وكما مبين ضمن الجدول (3) .

جدول (3)

يبين حجم العينة ومؤشرات الإحصاء الوصفي للمتغيرات المبحوثة

المتغيرات	وحدة القياس	أقل قيمة	أعلى قيمة	الوسط الحسابي	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
وثبة الخطوة	درجة	3.00	9.00	6.0408	.15207	1.50544	-.052
الجري الولبي	ثانية	12.27	17.88	14.8419	.11888	1.17682	.031
المرونة	عدد	32.00	59.00	44.3878	.64357	6.37106	.086
التوازن المتحرك	عدد	45.00	95.00	70.5612	1.18258	11.70696	-.015
التوازن الثابت	ثانية	3.00	7.00	5.0459	.09705	.96080	-.080

3-2 دراسة ارتباط حركة وثبة الخطوة بالمتغيرات المبحوثة وتحليلها ومناقشتها :

سعى الباحثون إلى دراسة مهارة وثبة الخطوة بالمتغيرات قيد الدراسة والبحث واستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) كوسيلة إحصائية لتحقيق هذا الغرض وأوضحت النتائج ارتباط حركة وثبة الخطوة ارتباطاً موجباً بالمتغيرات (الجري اللولبي , والتوازن الثابت ,) ويرى الباحثون ان حركة وثبة الخطوة تتناسب تناسباً طردياً مع هذه المتغيرات , كما أوضحت النتائج ان حركة وثبة الخطوة ارتبطت ارتباطاً سالباً بالمتغيرات (التوازن المتحرك, المرونة) وهذا ما يشير إلى ان حركة وثبة الخطوة تتناسب تناسباً عكسياً مع هذه المتغيرات , واطهرت النتائج ان هناك علاقة طردية بين حركة وثبة الخطوة ومتغيرات (الرشاقة , التوازن الثابت , التوافق الحركي) أي يزداد مستوى أداء حركة وثبة الخطوة بزيادة مستوى الطالبة للقدرات الحركية والجدول (4) يبين ذلك .

جدول (4)

يبين قيم معاملات ارتباط حركة وثبة الخطوة بالمتغيرات المبحوثة

المتغيرات	اللولبي الجري	المرونة	المتحرك التوازن	الثابت التوازن	التوافق
وثبة الخطوة	.295	-.038	-.057	.006	.182

من خلال الجدول (4) يتبين ان ارتباط حركة وثبة الخطوة ارتباطاً دالاً بمتغيرات (الرشاقة) ولغرض التعرف على الدالة المعنوية لمعاملات ارتباط حركة وثبة الخطوة مع تقديرات المتغيرات المبحوثة , تسلط الباحثة الضوء على ما جاء ضمن الجدول (5) .

جدول (5)

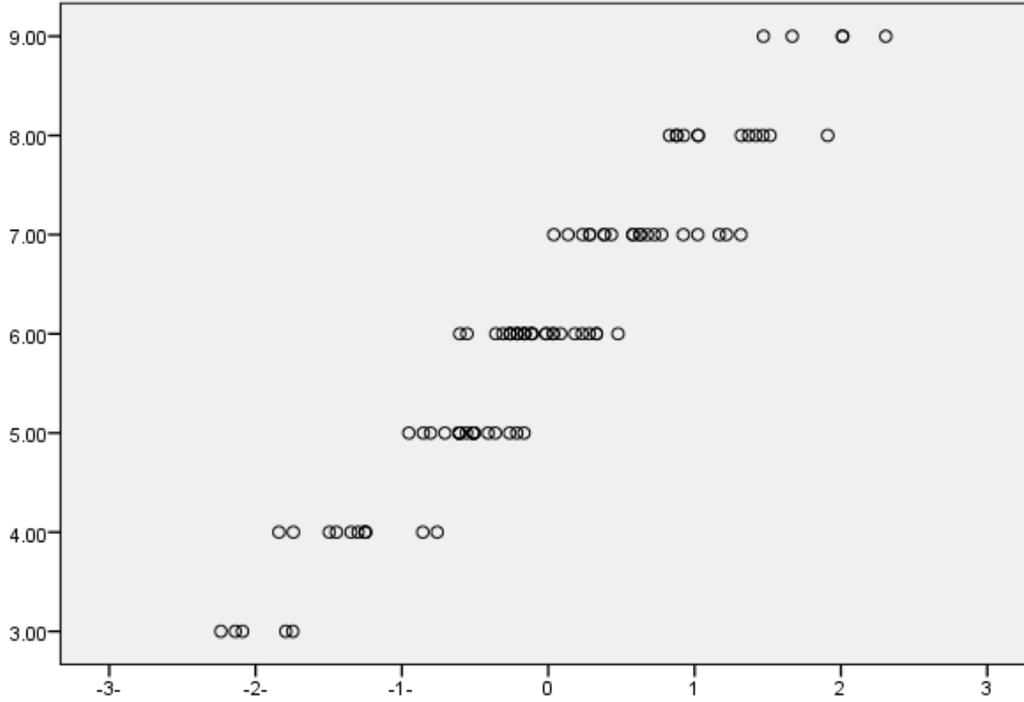
يبين دلالة معنوية معامل ارتباط حركة وثبة الخطوة بتقديرات المتغيرات المبحوثة

المتغيرات المبحوثة	قيمة معامل الارتباط	طبيعة الارتباط	نسبة المساهمة	النسبة المعدلة	الخطأ المعياري المتعدد	قيمة f	الدلالة المعنوية
الرشاقة	.295	بسيط	.087	.078	1.44574	9.177	معنوي مستوى دلالة 0.003

ومن خلال الجدول (24) يتبين ان نسب مساهمة معاملات ارتباط المتغيرات العقلية المتمثلة (الرشاقة) (الجري اللولبي) بحركة وثبة الخطوة كانت معنوية من خلال اختبارها عند حساب قيمة (F) المحسوبة باعتبارها مؤشر لمعنوية معاملات الارتباط والذي بلغت قيمتها المحسوبة (9.177) وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3.92) .. وتعزو الباحثة هذه العلاقات الارتباطية ونسب المساهمة المعنوية إلى أهمية عنصر الرشاقة باعتباره احد القدرات الحركية وان الطالبة التي تتمتع بدرجة عالية بهذا المستوى تستطيع أداء افضل للمهارات الايقاعية .

3-3 التنبؤ لحركة وثبة الخطوة بدلالة عنصر الرشاقة:

لغرض الحصول على قيمة تنبؤيه أو متوقعة لمهارة وثبة الخطوة لدى طالبات المرحلة الثالثة كليات التربية الرياضية سعت الباحثة إلى استخدام معادلات الانحدار الخطي والتي يمكن من خلالها التنبؤ بهذه العلاقة تسلط الباحثة الضوء على شكل الانحدار الخطي والقيم الخاصة بمعاملات الانحدار الخطي بين حركة وثبة الخطوة وتقديرات المتغيرات الحركية والمشار إليها ضمن الشكل (1) والجدول (5) .



شكل (1)

شكل يوضح انحدار المتغيرات المستقلة مع حركة وثبة الخطوة

جدول (6)

يبين القيم الخاصة بمعاملات معادلة الانحدار لحركة وثبة الخطوة بدلالة المتغيرات المبحوثة

المتغيرات	المعاملات		الخطأ المعياري	قيمة T المحسوبة	الدلالة المعنوية
	طبيعة المعامل	قيمة المعامل			
الثابت	أ	2.041			
الجري اللولبي	ب1	.071	.023	3.029	معنوي عند مستوى دلالة (0.003)

يتبين من خلال الجدول (6) الخاص بقيم معادلة الانحدار لحركة وثبة الخطوة بدلالة متغيرات الحركية يمكن استنباط معادلة تنبؤية أو استنباط قيمة متوقعة لحركة وثبة الخطوة لكل طالبة من طالبات كليات التربية الرياضية وكما يأتي :

$$\text{القيمة المتوقعة لحركة وثبة الخطوة} = 2.041 + (0.071 \times \text{درجة الجري اللولبي})$$

4 - الاستنتاجات والتوصيات :**4-1 الاستنتاجات :**

من خلال ما أفرزته نتائج البحث خلصت الباحثة إلى عدة استنتاجات وهي :

- 1- أظهرت النتائج ان هناك علاقة موجبة بين مهارة وثبة الخطوة وبعض القدرات الحركية لدى طالبات المرحلة الثالثة – كليات التربية الرياضية .
- 2- أظهرت النتائج ان هناك علاقة سالبة بين مهارة وثبة الخطوة وبعض القدرات الحركية لدى طالبات المرحلة الثالثة – كليات التربية الرياضية .
- 3- هناك نسب مساهمة معنوية لبعض المتغيرات الحركية في أداء مهارة وثبة الخطوة لدى طالبات المرحلة الثالثة – كليات التربية الرياضية .
- 4- استنباط معادلة تنبؤية لحركة وثبة الخطوة بدلالة (الجري اللولبي) لدى طالبات المرحلة الثالثة – كليات التربية الرياضية .

4 – 2 التوصيات :

على ضوء ما أفرزته نتائج البحث خلصت الباحثة إلى عدة توصيات وهي :

- 1- ضرورة اعتماد القدرات الحركية ذات نسب المساهمة المعنوية كمؤشر لقبول الطالبات في كليات التربية الرياضية وانتقاء اللاعبات للألعاب الرياضية لما لها من نسب مساهمة معنوية .
- 2- استخدام المعادلات للتنبؤ بقيم الحركات الإيقاعية لدى طالبات المرحلة الثالثة – كليات التربية الرياضية بدلالة المتغيرات ذات نسب المساهمة المعنوية .
- 3- ضرورة إجراء دراسات تتضمن متغيرات حركية أخرى ومهارات وحركات رياضية أخرى .
- 4- ضرورة التركيز على اكتساب وتطوير القابليات والقدرات الحركية لدى طلبة كليات التربية الرياضية لما لها من نسب مساهمة في أداء الحركات والمهارات الرياضية .

المصادر

1. إبراهيم بن عبد العزيز : مناهج وطرق البحث العلمي . ط1 ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، 2010 ، ص70.
2. سعد التل (وآخرون) : مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي . ط1 ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2007 ، ص97 .
3. محمد شيا : مناهج التفكير وقواعد البحث . ط2 ، بيروت ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ، 2008 ، ص17 ، 168 .
4. حسن علي حسين : تقييم دافعية الانجاز وفقاً لنمط الشخصية (A,B) ونسبة مساهمتها بالقدرات الحركية والمهارية للاعبين كرة القدم الشباب ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2011 ، ص213 .
5. احمد محمد عبد الرحمن : تصميم اختبارات (أسس نظرية وتطبيقات علمية) ، ط1 ، عمان ، أسامة للنشر والتوزيع ، 2011 ، ص 90-91 .