

تأثير استخدام الموسيقى المؤلفة على حفظ الجملة الحركية وتزامن الأداء الحركي مع الموسيقى

أ.د/ محمد فؤاد محمود حبيب

أ.د/ منير سامي رجائي

الباحث/ محمد يوسف صوفي

المقدمة ومشكلة البحث:

لقد اهتمت الدول أمتقدمه بتشجيع ممارسة الرياضة في كافة القطاعات وأخذت التمارين البدنية كعامل مهم لتنشيط كافة شرائح المجتمع المختلفة في جميع المهن نظراً لتميز التمارين البدنية بمميزات قد لا نجدها في ضرب آخر من ضروب التربية الرياضية وذلك لجملة أسباب منها ضمان عدم تعرض الفرد إلى الإصابات الرياضية التي قد نجدها في بقية الفعاليات الأخرى , كما إنها لا تحتاج إلى مكان واسع وأجهزة وأدوات لممارستها فضلاً عن ذلك إنها تناسب كافة مراحل العمر والجنس والمهنة والقدرات كما يمكن للفرد أن يصل من خلالها إلى المستوى الجيد في المهارة الحركية التي يزاولها أو يرغبها , كما إنها تعتبر خير وسيلة للمدربين لإعداد فرقهم للمسابقات الرياضية للوصول إلى المستويات العليا . (٢٥)

تعد الجملة الحركية هي المكون الأساسي للعروض الرياضية ، فهي تعتبر من الأنشطة العملية التي تحظى بجانب كبير من الاهتمام حيث تتميز بالطابع الجمالي و الانفعالي السار المحبب إلي النفس ، إلي جانب المهارات الحركية المميزة والتي تجتمع عناصرها في التمرينات الأساسية والإيقاعية ، وتتميز الجملة الحركية للتمرينات بالانسيابية والسلاسة في الحركات ، وتكسب لاعبيها القدرة على التدنوق الجمالي للحركة ، والثقة بالنفس ، وتتمى لديهم الاحساس بالتناسق في أداء الحركات المتعددة ، والجمال في الأداء والرشاقة والمرونة والخفة.

(١٤ : ٩)

وتعتبر ممارسة الجملة الحركية أحد العوامل العامة في تنمية الأجهزة الحيوية للجسم المرتبطة بنمو العناصر المتعددة للياقة البدنية خاصة الجهاز العصبي والجهازين الدوري و التنفسي مما يؤدي إلى تحسين عمل هذه الأجهزة وتحسين مستوى أدائها الوظيفي.

(٦ : ١ ، ٣٥)

وتستند الجملة الحركية للتمرينات إلي حقائق وتجارب ومبادئ علمية تستمدتها من علوم التشريح ووظائف الاعضاء والحركة والميكانيكا وغيرها من العلوم الحديثة ، إلى جانب ما تستند إليه المادة عند تطبيقها على اسس التربية وعلم الاجتماع وطرق التدريس وعلم التدريب حتى تتمشى مع خصائص وقدرات اللاعبين في كل مرحلة من مراحل نموهم المختلفة (١١ : ٦٧) .

وعلى ذلك يمكن القول بأن الجملة الحركية عبارة عن مجموعة من الأوضاع والمهارات والحركات المقننة تؤدي بخفة ورشاقة وبصورة متسلسلة ومترابطة بحيث يعتبر الوضع النهائي لكل جملة وضعاً ابتدائياً للجملة التي تليها . وتكون إجبارية او اختيارية وتؤدي حرة أو باستخدام أدوات فردية أو جماعية خلال زمن معين في اتجاهات ومستويات مختلفة.

(٤ : ١١٩ - ١٢٠)

ليس هنا من ينكر ما للموسيقى من تأثير واضح على تحريك الانسان ويظهر ذلك جليا ند الانسجام مع المقطوعة موسيقية بتحريك جزء أو جزء من الجسم فى حركات لاشعورية تتفق والنغم الموسيقى .

وللموسيقى تأثير كبير على الحركة وتحسين الاداء وتأخير ظهور التعب كما تساعد على اسباب الحركة على تنظيمها وتوضيح مسارها , كما تلعب المصاحبة الموسيقية للتمارين على الانتباه والتركيز اثناء الاداء وتثبيته كما تلعب دورا جوهريا فى بناء الكفاية الحركية وأتوماتيكية الحركة .

كذلك تساعد المصاحبة الموسيقية على الابتكار في الحركة بحيث تعمل الموسيقى المصاحبة للتمينات على الاستمرارية وتأخير ظهور التعب نتيجة الاداء السليم والاقتصاد فى الجهد المبذول وعدم الشعور بالملل اثناء اداء التمرينات. (٤ : ٣٤٨ - ٣٨٥)

تعتبر الموسيقى المصاحبة للجملة من العوامل الاساسية المساعدة فى انجاح الجملة فهي تساعد فى توحيد الاداء والنظام خاصة فى المجموعات الكبيرة علاوة على اعطاء الدافع للاداء الحركى السليم وتنمية الاحساس بالحركة وعزل التفكير فى التعب. (١٨ : ٣٥)

وهنا ظهرت فكرة الدراسة لدى الباحث للتعرف على تأثير استخدام الموسيقى المؤلفة على حفظ الجملة الحركية وتزامن الأداء الحركى مع الموسيقى , وذلك من خلال عمل الباحث فى مجال تصميم وتنفيذ وتدريب العروض الرياضية لاحظ اهمية الموسيقى المؤلفة فى مناسبة الموسيقى للجملة الحركية و زيادة عنصر الحفظ وكذلك هناك القليل من المدربين من يستخدم الموسيقى المؤلفة الأمر الذى دفع الباحث الى محاولة التعرف على تأثير التدريب بالموسيقى المؤلفة على حفظ الجملة وتزامن الأداء الحركى مع الموسيقى على مستوى الأداء فى الجملة الحركية .

هدف البحث.

تهدف الدراسة الى التعرف على تأثير التدريب المصاحب بالموسيقى المؤلفة على حفظ الجملة وتزامن الأداء الحركى مع الموسيقى فى الجملة الحركية .

فروض البحث.

توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعة التجريبية الأولى (التي استخدمت التدريب المصاحب للموسيقى المؤلفة على حفظ الجملة وتزامن الأداء الحركي مع الموسيقى) و المجموعة التجريبية الثانية (التي استخدمت الموسيقى الجاهزة) في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية الأولى. أهم التعريفات الإجرائية المستخدمة في البحث. التمرينات البدنية :

يرى "صلاح سليمان" أن التمرينات هي مجموعة الأوضاع والحركات البدنية ذات الغرض التربوي والتي تهدف إلى تشكيل وبناء الجسم وتنمية مختلف قدراته الحركية مع استنادها على الأسس العلمية والتربوية للوصول بالفرد إلى أعلى مستوى للأداء الحركي الذي يساعده في جميع مجالات حياته.(٧) الجملة الحركية:-

وهي عبارة عن وصل حركتين ببعضهما بحيث تكون المرحلة النهائية للحركة الأولى هي نفسها المرحلة التمهيديّة للحركة الثانية. (٢٦) الايقاع:

هو الوحدة الرتمية التي يسير عليها اللحن.(١٦ : ٣٢)

الايقاع الموسيقى :

الايقاع الموسيقى هو : تقسيم الوحدة الزمنية صوت أو أكثر بمقادير متساوية أو مختلفة في الطول والقصر وذلك بتقسيمها بشطل منظم . التمرينات والعروض الرياضية.(١٤ : ٢٦٥) الايقاع الحركي:

ويعرف (ماينيل) الايقاع الحركي بأنه (التقسيم الديناميكي الزمني للحركة ,اي التبادل الانسيابي بين الشد والارتخاء).(١٤ : ٢٦٥) الهارموني الموسيقى :

الهارموني عبارة عن النغمات التي تصاحب أي نغمة بحيث تسمع جميعها معاً في لحظة واحدة مع النغمة الأصلية ويتحتم أن تكون هذه النغمات المصاحبة لنغمة ما منسجمة ومتوافقة معه وبذلك يحدث الائتلاف الصوتي للنغمات المختلفة . (١٤ : ٢٦٧) الموسيقى:

هي فن الجمال الصوتي الذي تستمتع اليه عن طريق الغناء أو العزف.(١٤ : ٢٦٤)

الموسيقى الجاهزة :

هي عبارة عن الموسيقى الشائعة المعدة مثل المارشات والموسيقى الشعبية الشائعة

والموسيقى المسرحية الغنائية والانشيد الوطنية. (٣٢:١٦) الموسيقى المؤلفة:

هى موسيقى مؤلفة وضعت خصيصا بحيث تتمشى ايقاعاتها ونغماتها مع تمارينات العرض وتشكيلاته لتحقيق التوافق بين الايقاع الموسيقى والايقاع الحركى. (٣٢:١٦)
الدراسات المرجعية.

١. دراسة عبد الستار جاسم وانتصار كاظم (٢٠١١) (٩) بعنوان اثر مصاحبة الموسيقى على التحصيل الحركى والنبض فى درس التربية الرياضية وتهدف الدراسة الى التعرف على اثر مصاحبة الموسيقى على التحصيل الحركى والنبض لطلاب المرحلة المتوسطة فى درس التربية الرياضية وبلغت عينة الدراسة (٢٤) طالبا وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفى على عينة عمدية من طلاب المرحلة الثانية ومن اهم نتائج الدراسة ان المصاحبة الموسيقية تعطى نتائج افضل فى عدد الخطوات فى درس التربية الرياضية كاداة تحضيرية فى زيادة الحركة خلال الدرس كما لاحظنا وجود فروق معنوية فى معدل ضربات القلب بين الدرس مع الموسيقى لكلا المجموعتين.

٢. دراسة اسلام محمد محمود سالم و سمير عبد النبى شعبان عيسى (٢٠٠٨) (٢) بعنوان تاثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقى على مستوى الاداء فى العروض الرياضية وتهدف الدراسة الى التعرف على تاثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقى على مستوى الاداء فى العروض الرياضية وبلغت عينة الدراسة ٦٠ طالبا قسموا الى ثلاث مجموعات متساويه المجموعة التجريبية الاولى استخدم معها الايقاع بسرعة (١٠٤) د/ق والمجموعة التجريبية الثانية استخدم معها الايقاع بسرعة (١١٨) د/ق والمجموعة التجريبية الثالثة استخدم معها الايقاع بسرعة (١٣٢) د/ق وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبى، ومن اهم نتائج الدراسة تفوق المجموعات التجريبية الثانية فى معظم عناصر تقييم العرض يليها المجموعة التجريبية الاولى ثم التجريبية الثالثة فى معظم عناصر تقييم مستوى الاداء فى العرض الرياضى.

٣. دراسة عماد صالح عبد الحق (٢٠٠٣) (١٠) بعنوان أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقى على تعلم بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية هدفت الدراسة التعرف إلى أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقى على تعلم بعض المهارات الأساسية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها عشرون طالبة من طلبة السنة الأولى والثانية، حيث قسمت العينة الى مجموعتين، قامت إحدهما بتعلم المهارات الأساسية

لبساط الحركات الأرضية بمصاحبة الإيقاع الموسيقي، والآخرى بتعلم المهارات الأساسية بالطريقة التقليدية المتعارف عليها في الكلية. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لكلا المجموعتين في مستوى الأداء المهاري للمهارات الأساسية، فيما أظهرت المجموعة التجريبية والتي استخدمت الإيقاع الموسيقي كمصاحب للأداء المهاري تقدماً وفاعلية أكبر.

٤. دراسة كلا من Karageorghis stuart Jones (٢٠٠٧) (٢٢) بعنوان " الأثار النفسية للسرعات الموسيقية خلال ممارسة التمرينات البدنية " وذلك بهدف التعرف على تأثير بعض السرعات الموسيقية على الدوافع الذاتية ، وتم استخدام المنهج التجريبي على عينة قوامها ٢٩ فرد وأداء التمرينات البدنية لمدة ٢٦ دقيقة ، أسفرت أهم النتائج أن برنامج السرعات المتوسطة ٧٠ % كان الأكثر فعالية على الدوافع الذاتية.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة هذا البحث

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من طلاب الفرقة الثانية من طلاب الصف الثاني بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة للعام الجامعي (٢٠٢١-٢٠٢٢) والبالغ عددهم (١٥٥٠)

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية خلال العام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ وبلغ قوامها ٢٠ طالب تم تقسيمهم الى مجموعتين بالتساوي ، (١٠) طلاب يمثلون المجموعة التجريبية الاولى التي تستخدم الموسيقى المؤلفة و(١٠) طلاب يمثلون المجموعة التجريبية الثانية التي تستخدم الموسيقى الجاهزة ، كما تم الاستعانة ب ١٠ طلاب من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث لايجاد المعاملات العلمية وجدولى (١) (٢) يوضحان توصيف عينة البحث فى المتغيرات الانثومترية والقياسات البدنية.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في المتغيرات الانثروبومترية "لدي مجموعتي البحث التجريبية الاولى والتجريبية الثانية قيد البحث"

$$ن = (٢٠)$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	س	ع+	معامل الالتواء
١.	السن	سنة	20.1760	.94520	.901
٢.	الطول	سم	175.6000	4.82755	.407
٣.	الوزن	كجم	70.9000	9.00818	1.024

يتضح من جدول (١) أن معاملات الإلتواء لعينة البحث في المتغيرات الأنثروبومترية "قيد البحث" قد إنحصرت ما بين ($٣ \pm$) مما يدل على مما يدل على إعتدالية البيانات في المتغيرات في المتغيرات الأنثروبومترية (السن، والطول والوزن) " قيد البحث".

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في المتغيرات البدنية" لدي مجموعتي البحث التجريبية الاولى والتجريبية الثانية قيد البحث"

$$ن = (٢٠)$$

م	المتغيرات	وحدة القياس	س	ع+	معامل الالتواء
١.	القوة العضلية	الشد علي العقلة	عدد	7.3000	1.30182
٢.	القدرة	الوثب العريض	سم	194.5000	18.0569
٣.	المرونة	اختبار ثني الجذع من الوقوف	سم	2.8000	4.91614
٤.	السرعة	الجري ٣٠م	ث	4.4575	.43525
٥.	الرشاقة	انبطاح مائل من الوقوف (١٠ث)	عدد	6.3500	1.59852
٦.	التحمل الدوري التنفسي	كوبر الجري ١٢ اق	ث	2620.000	409.878

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الإلتواء لعينة البحث في المتغيرات البدنية قيد البحث قد إنحصرت ما بين ($٣ \pm$) مما يدل على مما يدل على إعتدالية البيانات في المتغيرات في المتغيرات البدنية " قيد البحث".

وسائل جمع البيانات.

إستخدام الباحث عدة وسائل لجمع البيانات الخاصة بالبحث منها:

١. صالة ألعاب رياضية جيدة الإضاءة والتهوية، وتشمل على فرش للأرضيات، ومراتب أوروبيك خفيفة.
٢. جهاز كمبيوتر مسجل عليه الموسيقى الجاهزة وايضا مسجل عليه الموسيقى المؤلفة التي تم تأليفها بواسطة مدرس دكتور بكلية التربية الموسيقية بجامعة حلوان .
٣. سماعة مكبر صوت تم ربطها بجهاز الكمبيوتر.
٤. استمارة جمع البيانات.
٥. ساعة إيقاف.
٦. صافرة.
٧. أقماع بلاستيكية.
٨. مضمار العاب قوى.
٩. صندوق خشبي.
١٠. تصوير مرئى (كاميرا).
١١. استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم التمرينات البدنية والحركية المرتبطة بطبيعة
١٢. الاداء فى الجمل الحركية.
١٣. استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم الاختبارات المستخدمة فى قياس القدرات البدنية
١٤. استمارة تسجيل خاصة بنتائج القياسات.
١٥. استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد أهم العناصر لتقييم مستوى الاداء فى الجملة الحركية.

جدول رقم (٣)

أستمارة تقييم مستوى أداء الجملة الحركية.

أسم المجموعة :

الجنس : نكور

التاريخ :

مسلسل	عناصر التقييم	درجة العنصر	درجة الاتفاق
١	مدى حفظ الجملة الحركية.	١٠	٥
٤	تزامن الاداء الحركى مع الموسيقى.	١٠	٥
	المجموع	٢٠	

توزيع درجات الحكام

حكم ١	حكم ٢	حكم ٣	حكم ٤	حكم ٥	المتوسط

- طريقة احتساب درجة الاداء :

يتم حساب درجة الفرد من خلال لجنه مكونه من ٥ محكمين يضع كل منهم درجة من (١٠) لكل عنصر ويتم أخذ المتوسط الحسابى للخمس درجات لتصبح درجة واحده .

د- الطريقة المستخدمة فى التعليم :

أستخدم الباحث الطريقة الجزئية الكلية وذلك لملائمتها لطبيعة تعليم الجملة الحركية المستخدمة فى البحث حيث تم تجزئ الجملة الى مهارات و حركات لتعلمها و اتقانها ثم الانتقال الى جزء آخر وبعد ذلك يتم الربط بين جميع المهارات و الحركات لتكون الجملة الحركية .

هـ- محتوى الجملة الحركية:

احتوت الجملة الحركية على مجموعة من التمرينات الحرة كل تمرين يحتوى على (٨) عدات صيغت فى قالب استعراضى يظهر مقدار ما يتمتع به الطلاب من لياقة بدنية وحركية ومهارية طبقت بواقع (١٢) اسبوع بواقع (٣) وحدات اسبوعية والتدريب عليها وقد راعى الباحث عند تصميم الجملة التالى:

- ١- ان تشمل التمرينات جميع اجزاء الجسم.
- ٢- ان تتناسب التمرينات مع قدرة الطلاب البدنية والمهارية والحركية.
- ٣- الابتكار والتنوع فى التمرينات.
- ٤- مراعاة المسافة بين الطلاب ومناسبتها للمدى الحركى.
- ٥- ادخال بعض الاوضاع والحركات التى تتميز بالصعوبة.

خامساً: فترة التطبيق:-

التجربة الاستطلاعية:

تم عمل التجربة الاستطلاعية قبل اسبوع واحد من تدريب العينة الاساسية يوم الثلاثاء ٢٠٢٢/٢/٢١م.

التجربة الاساسية:

تم تطبيق التجربة الاساسية لمجموعتى البحث فى الفترة من ٢٠٢٢/٢/٢٨م حتى ٢٠٢٢/٥/٣٠م بواقع (١٢) اسبوع باجمالى (٣٦) وحدة تدريبية حيث استخدم التدريب بالموسيقى المؤلفة مع المجموعة الاولى والتدريب بالموسيقى الجاهزة مع المجموعة الثانية كالاتى:

- زمن الوحدة (١٢٠) (٦٠) دقيقة الوحدة الاولى للمجموعة التجريبية الاولى (التي تستخدم الموسيقى المؤلفة) وتكون من الساعة التاسعة صباحا حتى الساعة العاشرة صباحا،
ال (٦٠) دقيقة الثانية تكون لتدريب المجموعة التجريبية الثانية (التي تستخدم الموسيقى الجاهزة) وتكون من الساعة العاشرة صباحا حتى الساعة الحادية عشر صباحا .

سادسا: المعالجات الاحصائية:-

قد استخدم الباحث كال من المعالجات الاحصائية التالية :-

أ- المتوسط الحسابي .

ب- الوسيط .

ج- الانحراف المعياري.

د- معامل الالتواء .

هـ- معامل الارتباط.

و- اختبار (مان- وتني) لدلالة الفروق.

أولاً : عرض النتائج

جدول (٤)

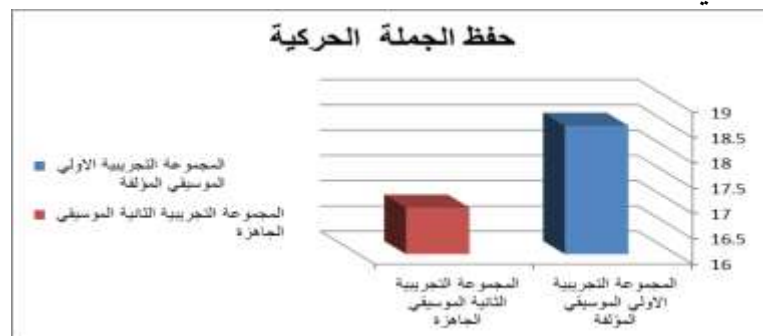
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسات البعدية في عنصر

حفظ الجملة الحركية " قيد البحث" الذي مجموعتي البحث

المجموعة التجريبية الثانية الموسيقي الجاهزة ن = (١٠)		المجموعة التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة ن = (١٠)		العنصر
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٢٨٥	١٦.٩٢٠	٠.٣٢٧	١٨.٥٤٠٠	حفظ الجملة الحركية

يتضح من بيانات جدول (٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكلا

المجموعتين في عنصر حفظ الجملة الحركية



جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسط قياسات المجموعة التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة/ المجموعة التجريبية الثانية الموسيقي الجاهزة في عنصر حفظ الجملة الحركية في القياسات البعدية "قيد البحث" بطريقة "مان - وتني"

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	احتمالية الخطاء (P)
حفظ الجملة الحركية	درجة	تجريبية ١	١٥.٥	١٥٥.٠	٠.٠٠٠	٣.٨٠٧	٠.٠٠٠
		تجريبية ٢	٥.٥٠	٥٥.٠			

*قيمة Z " الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٦ * دال

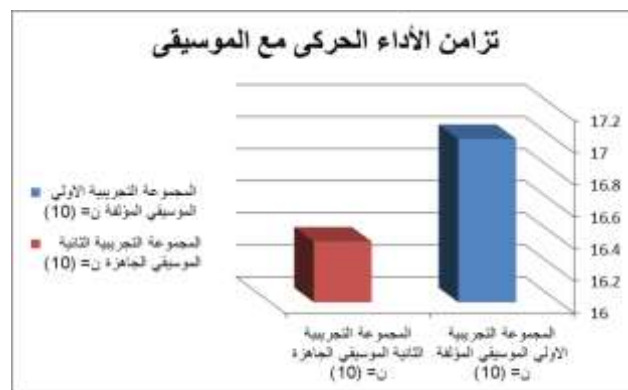
يتضح من بيانات جدول (٥) أن قيم (Z) الجدولية جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة ٠.٠٥ علي العنصر الاول حفظ الجملة الحركية بين مجموعتي البحث التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة/ المجموعة التجريبية الثانية الموسيقي الجاهزة ولصالح المجموعة التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة.

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسات البعدية في عنصر تزامن الأداء الحركي مع الموسيقي "قيد البحث" لدي مجموعتي البحث

المجموعة التجريبية الثانية الموسيقي الجاهزة ن = (١٠)		المجموعة التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة ن = (١٠)		العنصر
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠.٤٠٤	١٦.٣٨٠	٠.٥٩٢	١٧.٠٢٠	تزامن الأداء الحركي مع الموسيقي

يتضح من بيانات جدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكلا المجموعتين في عنصر تزامن الأداء الحركي مع الموسيقي



جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسط قياسات المجموعة التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة/ المجموعة التجريبية الثانية الموسيقي الجاهزة في عنصر تزامن الأداء الحركي مع الموسيقي في القياسات البعدية "قيد البحث" بطريقة "مان - وتني"

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	احتمالية الخطأ (P)
تزامن الأداء الحركي مع الموسيقي	درجة	تجريبية ١	١٣.٧٥	١٣٧.٥	١٧.٥٠	٢.٤٨٥	٠.٠١٣
		تجريبية ٢	٧.٢٥	٧٢.٥			

*قيمة Z " الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٦ * دال

يتضح من بيانات جدول (٧) أن قيم (Z) الجدولية جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة ٠.٠٥ علي العنصر الثاني تزامن الأداء الحركي مع الموسيقي بين مجموعتي البحث التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة/ المجموعة التجريبية الثانية الموسيقي الجاهزة ولصالح المجموعة التجريبية الاولى الموسيقي المؤلفة

مناقشة النتائج:

أولاً: مناقشة وتفسير نتائج الفرض:

" توجد فروق دالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعة التجريبية الاولى (التي استخدمت التدريب المصاحب للموسيقي المؤلفة على حفظ الجملة وتزامن الأداء الحركي مع الموسيقي) و المجموعة التجريبية الثانية (التي استخدمت الموسيقي الجاهزة) في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية الاولى ."

-حفظ الجملة الحركية :

ويتضح من نتائج جدول رقم (٤) و (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في القياسات البعدية (عنصر حفظ الجملة الحركية) قيد البحث" لدي مجموعتي البحث.

بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت الموسيقي المؤلفة بلغ (١٨.٥٤٠٠) و الانحراف المعياري قدره (٠.٣٢٧) بينما كان متوسط القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية بلغ (١٦.٩٢٠) والانحراف المعياري قدره (٠.٢٨٥)

نجد تفوق المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت معها المصاحبة (الموسيقي المؤلفة) على المجموعة الثانية التي استخدم معها الموسيقي الجاهزة في التوافق بين الاداء الحركي

والمصاحبة الموسيقية.

يرجع الباحث ذلك الى **حفظ الجملة الحركية** حيث نجد التشابه الكبير بينهما فنجد الكثير من الحركات تعمل اجزاء الجسم فى اتجاه بينما تعمل اجزاء ثانية فى اتجاه اخر ونرى الانسجام والتالف مع ذلك واضحا.

يرجع الباحث تفوق المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت معها (الموسيقي المؤلفة) فى درجة **حفظ الجملة الحركية** الذى اثر بصورة كبيرة على الحركة حيث اتفقت الحركات وتشكيلات الجملة مع الموسيقي بصورة كبيرة نتيجة الارتفاع والانخفاض فى قوة النغمة فنجد ان الحركات التي تتصف بالقوة اتسم لحنها بالارتفاع والنغمة القوية والحركات المستمرة والاوزاع الثابتة اتسم لحنها بالسلاسة والانخفاض فى النغمة، كما قد يكون مرجعة الى تلائم الصيغ الموسيقية مع طبيعة الحركات حيث يخدم الشكل الموسيقي كل من اللحن وطبيعة الحركات ونوعها الامر الذى يدفعنا القول ان (الموسيقي المؤلفة) وتنوع الحانها واشكالها وصيغها عملت كملقن للاداء مما زاد من درجة الحفظ، كما قد يكون مرجعة الى ان (الموسيقي المؤلفة) تدفع الافراد الى الانتباه بشكل افضل على حركات الجملة الحركية والتفاعل مع الفاعليات بشكل عفوى مما يزيد من درجة الحفظ وهذا يتفق مع Jaques, Dalcoze, Emile (٢٠).

- **تزامن الاداء الحركى مع الموسيقي :**

ويتضح من نتائج جدولى رقم (٦) و (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية فى القياسات البعدية (عنصر تزامن الاداء الحركى مع الموسيقي) قيد البحث" لذي مجموعتي البحث

بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت الموسيقي المؤلفة بلغ (١٧.٠٢٠) و الانحراف المعياري قدره (٠.٥٩٢) بينما كان متوسط القياس البعدى للمجموعة التجريبية الثانية بلغ (١٦.٣٨٠) والانحراف المعياري قدره (٠.٤٠٤) بالنظر الى جدول (٥) و(٦) نجد تفوق المجموعة التجريبية الاولى التي استخدمت معها الموسيقي المؤلفة على المجموعة الثانية التي استخدمت معها الموسيقي الجاهزة فى تزامن الاداء الحركى مع الموسيقي .

يرجع الباحث ذلك الى التوافق والانسجام بين الايقاع الموسيقي الايقاع الحركى حيث نجد التشابه الكبير بينهما فنجد الكثير من الحركات تعمل اجزاء الجسم فى اتجاه بينما تعمل اجزاء ثانية فى اتجاه اخر ونرى الانسجام والتالف مع ذلك واضحا ،مما يؤدي الى زيادة التوافق بين الايقاع الحركى و الايقاع الموسيقي ويتفق مع هذا مع كل من عايدة رضا (٨) ومسعد فرغلى (١٣): (١٢٣-١٣٥).

الإستخلاصات والتوصيات.**إستخلاصات البحث.**

اعتمادا علي ما توصل إليه الباحث من نتائج في حدود طبيعة مجال بحثه والهدف منه والمنهج المستخدم وعينة البحث وفي حدود وسائل جميع البيانات وطرق التحليل الإحصائي المستخدمة وبعد عرض النتائج وتفسيرها أمكن التوصل للإستنتاجات التالية.

طريقة التدريب بمصاحبة موسيقى مؤلفة وضعت خصيصا للجملة الحركية حققت نتائج افضل فى مستوى الاداء بالمقارنة بطريقة التدريب بالموسيقى الجاهزة .

فى ضوء هدف البحث وفى حدود الدراسة ونتائجها امكن التوصل الى:

١- أدى تطبيق الجملة الحركية بمصاحبة الموسيقى المؤلفة الى تحسن فى درجة الحفظ وكذلك فى تنفيذ الوضاع بصورة صحيحة .

٢- كما ان تناغم الاداء الحركى وتماشيه مع الموسيقى المؤلفة ادى الى تنفيذ المتدربين للجملة بصورة افضل .

٣- التدريب بالموسيقى المؤلفة ساعدت المتدربين فى الانتقال من تمرين الى اخر بصورة افضل .

٤- هناك فروق فى مستوى أداء الجملة الحركية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بين المجموعتين التجريبية الاولى والمجموعة لصالح المجموعة التجريبية الاولى .

توصيات البحث.

١. تأليف موسيقى تتناسب مع تمارينات الجملة وتتناسب مع فكرة الجملة وذلك عن طريق متخصص فى تأليف الموسيقى وتوزيعها لتتناسب مع الجملة.

٢. استخدام الموسيقى المؤلفة من بداية عملية تعليم وتدريب الجملة الحركية .

٣. إجراء دراسات مشابهة على عينات مختلفة من حيث (السن ، الجنس ، العدد).

٤. اجراء دراسات للتعرف على تاثير انواع مختلفة من اشكال الموسيقى المصاحبة على مستوى الاداء فى الجملة الحركية.

أولاً: المراجع العربية:

١. احمد طارق عبد السلام : تاثير بعض الجميل الحركية بالمصاحبة الموسيقية على مستوى اداء بعض القدرات البدنية والحركية فى التمارينات (٢٠١٧) كلية التربية الرياضية جامعة حلوان .

٢. اسلام محمد محمود سالم و سمير عبد النبى شعبان عيسى: بعنوان تاثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقى على مستوى الاداء فى العروض الرياضية. (٢٠٠٨)

٣. حازم احمد السيد: اسس ومبادئ التمرينات الرياضية ٢٠١٦ .
٤. حامد أحمد عبدالخالق : المهرجانات والعروض الرياضية القاهرة ٢٠١٤ م.
٥. زكريا سعد محمد ، وسام شوقي زكى : التمرينات والايقاع الحركى ٢٠٢٠ .
٦. سامية أحمد الهجرسي : التمرينات الايقاعية والجمباز الايقاعي (المفاهيم العلمية والفنية) ، مكتبة الغد ، القاهرة ، ٢٠٠٤ .
٧. صلاح الدين محمد سليمان : التمرينات والتمرينات المصورة ، إسلامية للطباعة والكمبيوتر ، القاهرة ، (٢٠١٢) .
٨. عابدة محمد رضا (١٩٧٣): تأثير الايقاع على الاداء الحركى للتمرينات الفنية، دراسة ماجستير غير منشورة، المعهد العالى للتربية الرياضية للبنات، القاهرة.
٩. عبد الستار جاسم وانتصار كاظم : بعنوان اثر مصاحبة الموسيقى على التحصيل الحركى والنفض فى درس التربية الرياضية (٢٠١١) .
١٠. عماد صالح عبد الحق : بعنوان أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقي على تعلم بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية لطالبات التربية الرياضية (٢٠٠٣) .
١١. عنايات محمد فرج : التمرينات الايقاعية التنافسية والعروض الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٣
١٢. ليلى عبد العزيز زهران(١٩٩٧): الاسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٣. محمد مسعد فرغلى(١٩٨١): اثر المصاحبة الموسيقية فى دروس التمرينات على التحصيل الحركى، دراسات وبحوث جامعة حلوان، المجلد الرابع، العدد الاول.
١٤. محمود اسماعيل الهاشمى: التمرينات والعروض الرياضية كلية التربية الرياضية بالقاهرة جامعة الازهر تم اصداره ٢٠١٨مركز الكتاب الحديث.
١٥. محمود سالم و سمير عبد النبي شعبان عيسى: بعنوان تأثير التدريب بالتنوع فى سرعة الايقاع الموسيقي على مستوى الاداء فى العروض الرياضية (٢٠٠٨) .
١٦. نبيل منير سامى رجائى : المهرجانات والعروض الرياضية (٢٠١٧) .

ثانيا: المراجع الاجنبية:

17. Bishop D. Improving performance with music. Sports and exercise psychology review(2010).
18. Costas Karageorghis: music Isport&exercise,application,the sport journal of united states sport academy 11 (3) (2008).
19. Huff, J., (1972):Auditory and visual perception of rhythm by, performers skilled in selected motor activites R.Q.,Vol.43,No, 2.

20. Jaques, Dalcoze, Emile: Rytm music ochutbildning, stockolm, KMH forlaget (1997) (49).
21. Judy Edworthy & Hannah Woring : The Effects of music tempo and loudness level on treadmill exercise , publishing , models and article dates explained , university of Plymouth , Devon , Uk ,(2007).
22. Karageorghis, C. I. & Terry, P.C: The psychysical effects of music in sport and exercise: A review . Journal of sport behavior Vol. 20, Issue 1(1997).

ثالثا: شبكة المعلومات

23. <https://e3arabi.com/?p=759103>
24. <https://physical.uobabylon.edu.iq/lecture.aspx?fid=14&lcid=2333>
25. <https://staffsites.sohaguniv.edu.eg/stuff/posts/show/8862?p=posts>
26. <https://youthsports.yoo7.com/t38-topic>