الادراك الحسي – حركي وعلاقته بمستوى اداء حركات الهبوط على اجهزة (العقلة – المتوازي – الحلق) في الجمناستك

م.م. أسامة عبد المنعم جواد

١- التعريف بالبحث :-

١-١ مقدمة وأهمية البحث :-

تعد رياضة الجمناستك من الرياضات التي تطورت بشكل كبير خلال السنوات الاخيرة وهذا يتضح من خلال التقدم الكبير الذي شهدته المهارات الحركية لهذه الرياضة والارتقاء بمستوى الصعوبات الحركية سنة بعد اخرى ، أن هذا التطور والتقدم لم يكن وليد الصدفة بل هو نتيجة لاستخدام احدث الوسائل والاساليب العلمية في تخطيط عمليات التدريب .

أن الادراك هو اعطاء معنى للمدركات والذي يعتمد أساساً على الخبرة السابقة للمتعلم والتي تلعب دوراً هاماً في تحديد هذا المعنى من حيث الوضوح والدقة لأن وفرة الخبرات السابقة لدى الفرد تساعده على سرعة الادراك وعليه فأن العمليات الذهنية هي في الحقيقة عمليات احساس وادراك وتفكير بشكل عام والادراك لا يمكن أن يكون بلا حس ، حيث أن عملية الادراك الحسية تستند على نشاط الاجهزة الحسية .

أذن فأن الادراك هو عملية عقلية تسبق السلوك أي الادراك تصرف يسبق متطلبات الموقف فهو أذن عملية عقلية مفسرة ، وبعد هذا الفسير ينجز الموقف الحركي .

وفي رياضة الجمناستك والتي يتخللها العديد من حركات الدوران واللف حول محاور الجسم المختلفة فضلاً عن أن هذه الحركات تتطلب قدراً مهماً من الاحساس بحجم القوة المطلوبة للحركة والتقدير الملائم للمسافة والمجال الحركي للمهارة الحركية كذلك قدرة اللاعب على أداء الحركات وهو يتمتع بقدر جيد من التوازن الحركي .

١-٢ مشكلة البحث :-

تعد حركات الهبوط (النهايات) في الجمناستك لا سيما على أجهزة (العقلة – المتوازي – الحلق) مهمة جداً كونها تمثل المجموعة الخامسة من المتطلبات الخاصة على هذه الأجهزة الثلاث في القانون الدولي للجمناستك فضلاً عن الصعوبة في أدائها أذ أن اللاعبين يرتكبون أخطاء كثيرة عند ادائها وبالتالي تحسم هذه الاخطاء من لاداء الفني للاعب . ولغرض التطور في الانجاز ومن خلال خبرة الباحث الميدانية في مجال رياضة الجمناستك وملاحظته للاداء المهاري لمختلف النهايات اتضح له أن الادراك الحسحركي يعد من اهم الركائز في تحديد طريقة أداء حركة الهبوط . ولهذا ارتأى الباحث دراسة العلاقة بين الادراك الحسحركي ومستوى الأداء لحركات الهبوط لتكون هذه الدراسة أضافة علمية ممكن أن تسهم في أبراز أهمية الادراك الحسي بالنسبة لحركات الهبوط في الجمناستك وفي زيادة كفاءة اللاعبين من خلال ادراك أهمية هذا العامل المهم حيث أن الضعف في الادراك الحسحركي يكون سبباً في ضعف الأداء المهاري ومن هنا تبرز ذمشكلة البحث في التعرف على العلاقة بين الادراك الحسحركي وحركات الهبوط (النهايات) في الجمناستك .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

١-٣ أهداف البحث :-

التعرف على العلاقة بين الادراك الحسحركي والاداء المهاري لحركات الهبوط على أجهزة (العقلة – المتوازي – الحلق) في الجمناستك .

١-٤ فروض البحث :-

وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين الادراك الحسحركي وحركات الهبوط على أجهزة (العقلة – المتوازي – الحلق) في الجمناستك .

١-٥ مجالات البحث :-

١-٥-١ المجال البشري : فريق الناشئين بالجمناستك التابع لاتحاد بابل بالجمناستك .

١-٥-٢ المجال الزماني : الفترة من ٢٠٠٥/٨/١ لغاية ٢٠٠٥/٨/١٠ .

١-٥-٣ المجال المكاني : قاعة المركز التدريبي في مدرسة (مصطفى جواد الابتدائية) .

٢- الدراسات النظرية والبحوث المشابهة

٢-١ الدراسات النظرية

٢-١-١ مفهوم الادراك الحسي – الحركي :-

حيث تفرع المنبهات الحسية حواسنا أثر هذه التنبيهات عن طريق اعصاب خاصة هي الاعصاب الموردة الى مراكز عصبية خاصة في المخ وهناك تترجم هذه الاثارة بطريقة لا تزال لغزاً من الالغاز العلم الى حالات شعورية نوعية بسيطة هي ما تعرف بالاحساسات فالاحساس هو الأثر النفسي الذي ينشأ مباشرة من تنبيه حاسة أو عضو حاس وتأثير مراكز الحس في الدماغ ، وتنقسم الاحساسات بوجه عام الى أقساماً ثلاث هي احساسات خارجية (الحواس الخمس) واحساساً تحشوية تنشأ من المعدة والامعاء والرئة والقلب والكليتين واحساسات عضلية أو حركية تنشأ من اعضاء خاصة في العضلات والاوتار والمفاصل وهي التي تزودنا بمعلومات عن نقل الاشياء وضغطها وعن وضع اطرافنا وحركاتها وسرعتها واتجاهها ومدى تحركها وعن وضع الجسم وتوازنه وعن مدى ما بذله من جهد وما نلقاه من مقاومة ونحن نحرك الاشياء أو نرفعها أو ندفعها .[١]

وهناك فرق بين الاحساس والادراك ، فالاحساس هو ابسط عملية نفسية للتأثير المباشر للمؤثرات المادية على الحواس والاحساس بالحركة هو عملية معقدة كونها تشمل استشهادات حسية متعددة في آن واحد .

اما الادراك فهو عملية التفسير واعطاء المعنى للاحساسات المنبعثة من المؤثرات الحسية .[٢]

١- احمد عزت راجح : اصول علم النفس ، ط١١ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٧ ، ص١٩٩ .
٢- نزار الطالب وكامل الويس : علم النفس الرياضي ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، ١٩٩٣ ، ص١٨٦ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

٢-١-٢ أهمية الادراك الحس – حركي في المجال الرياضي :[١]

أن الاحساس بالحركة يؤدي دوراً مهماً في عملية التوافق الحركي حيث أن هذا الاحساس يكون أما احـساس بالجهـد العضلي أو احساس بالمقاومة في حالة الشد العضلي أو كذلك الاحساس بسرعة الحركـة . وكلهـا حـالات مطلوبـة وضرورية لغرض تحقيق الأداء المهاري الفعال اثناء المباريات والتمارين . حيث تكسب الفرد الفرد قدرة على تقيـيم المهارة حيث تلعب العضلات دوراً مهماً في عملية توازن اللاعب على سبيل المثال في الأداء المهاري لبعض المهارات الصعبة ولقد عبر أحد العلماء عن العمل العضلي وأهميته في الأداء بقوله أن للعضلات القدرة على الابصار ما يفـوق قدرة اعيننا في بعض الحالات . وهذا لا يأتي من الفراغ بل أن هذا القول فيه الكثير من الـصحة ذلـك لأن التمـرين المستمر والمتكرر للمتغيرات الداخلية عن طريق متقبلات الادراك الحسي تمكن الفرد من الاحساس بأوضـاع جـسمه أثناء الأداء .لذلك يرى العاملون في مجال التربية الرياضية أن الادراك الحسي عضلي له دوراً كبيراً وفعلي في الـتعلم والأداء الحركي . حيث كثيراً ما نرى أن المدربين يؤكدون على أن يكتسب اللاعبون الاحساس الصحيح فـي المـسار الحركي وأيضاً كمية الجهد والقدرة اللازمة له . ومن هنا يتضح لنا أن الادراك الحسي في المجـال الرياضـي يمثـل المحتوى الاول والمهم في المجال الحركي .

٣- اجراءات البحث

١-٣ منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية لملائمته لطبيعة الدراسة .

٢-٣ عينة البحث :

تمثلت عينة البحث بفريق الناشئين بالجمناستك التابع لاتحاد الجمناستك فرع بابل حيث بلغ عددهم (٤) لاعباً .

٣-٣ أدوات البحث

٣-٣-١ المصادر والمراجع العلمية .

٣-٣-٢ الاختبارات والمقاييس .

٣-٣-٣ استمارة استبيان .

٤-٣ الاختبارات الخاصة بالبحث .

اختبارات الادراك الحسي – الحركي :

أولا :اختبار الادراك الحسي – الحركي لمسافة الوثب الى الامام . [٢]

الغرض من الاختبار : قياس الاحساس بتقدير المسافة .

الادوات : لبسطة اسفنجية ، شريط قياس .

وصف الأداء : يرسم خطأن متوازيان على الارض بحيث تكون المسافة بينهما (٢٤) بوصة أي (٥٨,٨) سـم ويقـف المفحوص وهو معصوب العينين على خط البداية وينظر الى المسافة بين الخطين لمدة (٥) ثا ثم تعصب العينين ويقوم المفحوص بالوثب من خط البداية الى الامام بحيث يلمس بعقبيه الارض عند خط النهاية .

ويعطى للمفحوص محاولتان لاقرب ربع بوصة لمسافة الوثب وتحسب المسافات التي تبعد عن خط النهاية كاخطاء في التقدير والتي تدل على نقص في قدرة الادراك الحسي .

[١] احمد خاطر : دراسات في التعلم الحركي ، دار المعارف ، ١٩٧٨ ، ص١١٥ .

[٢] ابو العلا واحمد عمر روبي : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، القاهرة ، مطابع السجل العربي ، ١٩٨٦ ، ص٧٨ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

ثانيا : اختبار الادراك الحسحركي للقدم بالفراغ الراسي :[١]

لاختبار ويب(Weibe)

يهدف هذا الاختبار الى قياس الاحساس بحركة القدم عمودياً للاعلى عند ثني مفصل الركبة . يرسم خطاً أفقـي علـى الحائط يكون على ارتفاع (١٤) بوصة . يقف اللاعب موازي للحائط ويترك له فرصة لتقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عينيه ، يحاول اللاعب رفع القدم المجاورة للحائط الى مستوى الخط المرسوم على الحائط عن طريق ثني الركبة .

- تسجل المسافة بين القدم والخط المرسوم على الحائط عن طريق ثني الركبة .
- يعطى اللاعب محاولتان يسجل مجموعها .

ثالثا : اختبار الادراك الحسي بتقدير الزمن .[٢]

الغرض من الاختبار : قياس الاحساس بتقدير الزمن .

الادوات : ساعة ايقاف الكترونية ، أستمارة تدوين .

وصف الأداء :

المرحلة الاولى : يطلب من المفحوص النظر في ساعة ايقاف ويقوم بتشغيلها لتفحص الساعة والاحساس بها ، ثم يطلب منه تشغيلها وايقافها عند الأزمنة (٥ ثا ، ٧٥ ، ١٥ ثا) على أن يكرر ذلك مرات لكل زمن من هذه الأزمنة .

المرحلة الثانية : يطلب من المفحوص أداء الاختبار دون النظر الى ساعة الايقاف على أن يؤدي الاختبار مـن وضـع الوقوف والنظر أماماً واليد على كامل امتدادهامع طول الجسم حيث يقوم المفحوص بتشغيل الساعة وايقافها عند زمـن (٧ ثا) على أن يكرر هذا القياس ثلاث مرات متتالية .

التسجيل : (يسجل للمفحوص نتائج المحاولات الثلاث الاخيرة عند زمن (٧ ثا) كل محاولة على حدة علـى أن يـتم حساب مقدار الخطأ في كل محاولة بتسجيل الزمن الذي يزيد عن الـ (٧ثا) أو يقل منه .

رابعاً : اختبار الاحساس برمي الكرة (اختبار ويب Weibe)

يرسم خطان المسافة بينهما (٥٠) بوصة يقف اللاعب قبل خط البداية ويقوم برمي الكرة وهو معصوب العينين ، بعـد اعطاءه فترة (5ثا) لتقدير المسافة بينه وبين خط النهاية (المطلوب الرمي اليه) .

- تسجل المسافة سلباً أو ايجاباً (قبل أو بعد الخط) .

خامساً : اختبار احساس القدم بالفراغ (اختبار ويب) :

يرسم خط افقي على الحائط يكون ارتفاعه (١٤) بوصة عن الارض ، يقف اللاعب موازي للحـائط ويتـرك لـه فرصة لتقدير المسافة بالنظر ثم تعصب عينيه .

- يحاول اللاعب رفع القدم المجاورة للحائط الى مستوى الخط المرسوم على الحائط عن طريق ثني الركبة .
- يعطي اللاعب محاولتين يسجل مجموعهما .

سادساً : اختبار احساس الذراعين بالفراغ الخطي والافقي :

[١] أبو العلا عبد الفتاح – محمد صبحي حسنين : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم ،ط١،القاهرة،دار الفكر العربي،١٩٧٧ ، ص١٧٨ .

[٢] محمد العربي شمعون وماجدة اسماعيل : القياس العقلي في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ ، ص ١١٤ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

من وضع الجلوس على المقعد واللاعب مواجه للحائط ، توضع مسطرة تثبت على الحائط في وضع افقي بحيث يكون طرفها السفلي على ارتفاع من الارض يوازي نظر اللاعب ، وهو في وضع الجلوس على المقعد ، توضع علامة معينة على المسطرة ، يطلب من اللاعب بعد الجلوس على المقعد تقدير العلامة المطلوبة مباشرة .

- تسجل المسافة بين مكان ملامسة سبابة اللاعب على المسطرة والعلامة المرسومة على المسطرة .
- يمنح اللاعب ثلاث محاولات ويسجل مجموعهما (تؤدي بدون تدريب مسبق) .

الاختبارات المهارية :

اولاً : هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على العقلة .

ثانياً : هبوط قلبة هوائية أمامية مكورة على العقلة .

ثالثاً : هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على الحلق .

رابعاً : هبوط قلبة هوائية أمامية مكورة على الحلق .

خامساً : هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على المتوازي .

سادساً : هبوط قلبة هوائية أمامية مكورة على المتوازي .

٣-٤-١ الاجراءات العلمية للاختبار (اختبار الادراك الحسحركي)

تم تطبيق اختبار الادراك الحسحركي على عينة البحث وللتأكد من تطبيق الاسس العلمية للاختبار تم مراعاة الاجراءات التالية في وضعه .

٣-٤-١-١ صدق الاختبار :

تم استخدام صدق المضمون وذلك من خلال عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء والمختصين . واتفق الخبراء على صدق الاختبار في تحقيق الهدف الذي وضع من اجله .

٣-٤-١-٢ ثبات الاختبار :

للتأكد من ثبات الاختبار تم استخدام طريقة اعادة الاختبار حيث تم اعادة الاختبار بعد سبعة ايام وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج الاختبار اذ بلغت قيمته (٩٠,٦) وهذا يدل على ثبات الاختبار .

٣-٤-١-٣ موضوعية الاختبار :

الاختبار المستخدم واضح وسهل الفهم وغير قابل للتأويل وبعيد عن التقويم الذاتي حيث أن التسجيل يتم بأستخدام وحدات المسافة فضلاً عن المحكمين ومن هنا تظهر موضوعية الاختبار .

التجربة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية على عينة متكونة من (٣) لاعبين للتعرف على السلبيات التي قد تظهر تمهيداً لتجاوزها ولغرض التأكد من الاختبار وصلاحيته ايضاً .

ولقد وصل الباحث الى ما يلتي [1]:

١- أن الاختبار ذو صلاحية عالية ولعينة البحث القدرة على تنفيذ مفرداته .

٢- ملائمة الاجهزة المستخدمة في القياس .

[1] وديع ياسين : التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب والوثائق ، جامع الموصل ، ١٩٩٠ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

٣- قدرة المساعدين على كيفية تنفيذ الاختبار .

٤- أن الاختبار واضح وسهل التطبيق .

٣-٥ المعالجات الأحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية :

١- الوسيط .

٢- الانحراف الربيعي .

٣- معامل الارتباط .

٤- عرض النتائج ومناقشتها :

٤-١ عرض وتحليل النتائج :

٤-١-١ عرض نتائج الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارات الخاصة بعينة البحث .

الجدول رقم (١) يبين نتائج .....

الجدول (١)

يبين نتائج الوسيط والانحراف الربيعي للاختبارات المهارية لعينة البحث

الاختبارات	الوسيط	الانحراف المعياري
هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على العقلة	٨,٥	٠,٩٥٧٤٢٧١٠٨
هبوط قلبة هوائية امامية مكورة على العقلة	٨	٠,٥
هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على الحلق	٨,٥	٠,٥٧٧٣٥٠٢٦٩
هبوط قلبة هوائية امامية مكورة على الحلق	٩	٠,٥
هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على المتوازي	٦,٥	٠,٥٧٧٣٥٠٢٦٩
هبوط قلبة هوائية امامية مكورة على المتوازي	٧	٠٥

من الجدول رقم (١) يظهر أن الوسيط لاختبار الهبوط بقلبة هوائية خلفية مكورة على العقلة (٨,٥) وبانحراف ربيعي (٠,٩٥٧) بينما ظهر الوسيط لاختبار الهبوط بقلبة هوائية امامية مكورة على العقلة (٨) بانحراف ربيعي (٠,٥) . وظهر أن الوسيط لاختبار الهبوط بقلبة هوائية امامية مكورة على الحلق (٩) بانحراف ربيعي (٠,٥) ، اما الوسيط لاختبار الهبوط بقلبة هوائية خلفية مكورة على المتوازي فكان (٦,٥) وبانحراف ربيعي (٠,٥٧٧) في حين ظهر الوسيط لاختبار القلبة الهوائية الامامية المكورة على المتوازي (٧) وبانحراف ربيعي (٠,٥) .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

٤-١-٢ عرض نتائج الوسيط والانحراف الربيعي لاختبارات الادراك الحسي - حركي .

الجدول رقم (٢) يبين .....

الجدول رقم (٢) يبين اختبارات الادراك الحس حركي

الاختبارات	الوسيط	الانحراف المعياري
الاختبار ١	٧,٥	١,٢٩٠٩٩٤٤٤٩
الاختبار ٢	٧,٥	١,٢٩٠٩٩٤٤٤٩
الاختبار ٣	٧,٥	١,٢٩٠٩٩٤٤٤٩
الاختبار ٤	٧,٥	١,٢٩٠٩٩٤٤٤٩
الاختبار ٥	٨,٥	٠,٩٥٧٤٢٧١٠٨
الاختبار ٦	٧,٥	١,٢٩٠٩٩٤٤٤٩

من الجدول رقم (٢) يظهر أن الوسيط لاختبار الادراك لمسافة الوثب للامام (٧,٥) وبانحراف ربيعي (١,٢٩٠) بينما ظهر الوسيط لاختبار احساس القدم بالفراغ الرأسي (٧,٥) بانحراف ربيعي (١,٢٩٠) . وظهر أن الوسيط لاختبار الادراك الحسي بتقدير الزمن (٧,٥) وبانحراف ربيعي (١,٢٩٠) . كما ظهر الوسيط لاختبار الاحساس برمي الكرة (٧,٥) وبانحراف ربيعي (١,٢٩٠) وظهر الوسيط لاختبار احساس القدم بالفراغ (٨,٥) وبانحراف ربيعي (٠,٩٥) في حين ظهر الوسيط لاختبار احساس الذراعين بالفراغ الخطي والافقي (٧,٥) بانحراف ربيعي (١,٢٩) .

٤-١-٣ عرض علاقة الارتباط بين المهارات والادراك الحسي – حركي :

جدول رقم (٣) يوضح معامل .....الخ

جدول رقم (٣)

يوضح معامل الارتباط بين المهارات والادراك الحس حركي

الاختبارات	قيمة ر	الدلالة
هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على العقلة	٠,٧٧	معنوي
هبوط قلبة هوائية امامية مكورة على العقلة	٠	غير معنوي
هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة علىالحلق	٠,٦٦٨	معنوي
هبوط قلبة هوائية امامية مكورة على الحلق	٠,٨١٦	معنوي
هبوط قلبة هوائية خلفية مكورة على المتوازي	٠,٥٦	معنوي
هبوط قلبة هوائية امامية مكورة على المتوازي	٠,٦٩	معنوي

قيمة (ر) الجدولية (٠,٢٤٢) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) .

من خلال الجدول رقم (٣) يظهر أن هناك علاقة ارتباط قوية وذات دلالة احصائية بين مهارات الهبوط على اجهزة (العقلة – الحلق – المتوازي) وبين الادراك الحسي – الحركي ، اذ بلغت قيمة (ر) المحتسبة على التوالي : (٠,٧٧/ صفر / ٠,٦٦ / ٠,٨١ / ٠,٥٦ / ٠,٦٩ / وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (٠,٢٤٢) .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

٤-٢ مناقشة النتائج :

من خلال عرض النتائج لتضح بأن هناك علاقة ارتباط قوية وذات دلالة معنوية بين الادراك الحسي – الحركي ومهارات الهبوط على اجهزة (العقلة – والحلق – والمتوازي) المستخدمة في البحث . ويعزو الباحث هذا الارتباط الى أن عملية الادراك هي عملية عقلية تجري في الدماغ وهي عملية مفسرة وهي عملية فسلجية حركية حيث انها تترك أثر في التعلم لدى اللاعب اذا كان اداءه ضمن المسار الحركي الصحيح .

أن اكثر المدربين يركزون على التعلم الصحيح للمسار الحسي- الحركي لضمان الوصول الى المستويات العليا وهذا يعني أنه بارتفاع نسبة التعلم أي نسبة الادراك الصحيح والسريع للمهارة كلما ارتفع مستوى أداء تلك المهارة .

ومن هنا يجب التأكيد على التعلم الصحيح لغرض الوصول الى المراحل المتقدمة من الأداء المهاري يرافقها تطور في الادراك الحسي – الحركي . حيث أن الافراد الذين يستطيعون ملاحظة ادراك مراحل الحركات يكونون قادرين على تنمية الانسجام في الحركة بدنياً والتي تمكنهم من تعلم الحركة بسرعة وبنفس الوقت يكونون قادرين اكثر من غيرهم ممن قدراتهم الحسية ضعيفة .

ولذلك يجب الاهتمام بقياس وتقويم الادراك الحسي – الحركي نظراً لدوره المهم في الأداء الحركي وتعلم وإتقان المهارات الحركية بالطريقة الصحيحة [1] .

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات :

استنتج الباحث من خلال الاختبارات التي أجراها على العينة أن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الادراك الحسي – الحركي وبين مهارات الهبوط على الاجهزة (العقلة – الحلق – المتوازي) في الجمناستك والمستخدمة في البحث .

٥-٢ التوصيات :

من خلال ما ظهر وفي ضوء النتائج التي اظهرتها الدراسة يوصي الباحث بما يأتي :-

١- العمل على تطوير الادراك الحسي – الحركي بالمسافة والزمن والفراغ بالتمارين البدنية التوافقية لأهميتها الكبيرة في رفع مستوى الأداء الحركي بالجمناستك .

٢- اعادة اختبار الادراك الحسي – الحركي بين فترة واخرى لغرض رفع مستوى التعلم .

٣- أجراء بحوث تتناول متغيرات الادراك الحسي – الحركي تجريبياً وربطها بالأداء الحركي للمهارت للتوصل الى نتائج ثابتة ومتحققة .

[1] ابو العلا احمد عبد الفتاح واحمد عمر سليمان : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٨٦ ، ص٧٦ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

المصادر

١- احمد عزت راجح : اصول علم النفس ، ط١١ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
٢- احمد خاطر : دراسات في التعلم الحركي ، دار المعارف ، ١٩٧٨ .
٣- أبو العلا واحمد عمر روبي : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، القاهرة ، مطابع السجل العربي ، ١٩٨٦ .
٤- أبو العلا عبد الفتاح – محمد صبحي حسنين : فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضي وطرق القياس للتقويم ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ .
٥- أبو العلا احمد عبد الفتاح واحمد عمر سليمان : انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي ، عالم الكتاب ، القاهرة ، ١٩٨٦ .
٦- محمد العربي شمعون وماجدة اسماعيل : القياس العقلي في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ .
٧- نزار الطالب وكامل الويس : علم النفس الرياضي ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، ١٩٩٣ .
٨- وديع ياسين : التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب والوثائق ، جامعة الموصل ، ١٩٩٠ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com