

# تأثير الإيقاع الموسيقي المصاحب لدروس التربية الرياضية في بعض المتغيرات البدنية لطلاب المرحلة الأساسية

بحث منشور من قبل

م.م بولاد رشيد معروف

## مشكلة البحث

من خلال إطلاع الباحث على المراجع والأبحاث التي تناولت موضوع الإيقاع الموسيقي ومن خلال متابعته لهذا الموضوع تبين لها أنه يوجد نقص في مثل هذه الدراسات على مستوى إقليم كردستان بشكل عام، وأن دروس التربية الرياضية تكاد تكون تقليدية روتينية خالية من عاملي التشويق والمرح اللذان تتطلع إليهما الطلاب لذلك توصلت الباحثة إلى ضرورة إجراء هذه الدراسة لمعرفة مدى أثر مصاحبة الإيقاع الموسيقي على تطوير القدرات البدنية لدى طلاب المدارس الابتدائية.

## أهداف البحث:

- 1- معرفة مدى تأثير الإيقاع الموسيقى المصاحب لدروس التربية الرياضية في بعض المتغيرات البدنية لطلاب المرحلة الأساسية.
- 2- معرفة مدى تطور بعض المتغيرات البدنية لطلاب المرحلة الأساسية بمصاحبة الموسيقى لدروس التربية الرياضية.

## فروض البحث:

- 1- وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المتغيرات البدنية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) للمجموعتين التجريبية والضابطة.
- 2- وجود فروق ذات دلالة معنوية في بعض المتغيرات البدنية في الاختبار البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية.

مجالات البحث

المجال البشري /طلاب المرحلة السادسة في مدرسة (جناروك  
الأساسية المختلطة)

المجال الزمني/ 10/12/2015 إلى 3/11/2016

المجال المكاني /مدرسة (جناروك الابتدائية المختلطة) الأساسية في  
قضاء كويسنجق بمحافظة اربيل.

## منهج البحث

"المنهج هو الطريقة التي يستخدمها الباحث فيدراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة"(). " استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث )

### 3 التصميم التجريبي

استخدمت الباحث التصميم التجريبي الحقيقي " أن العامل الأساسي في التصميم التجريبي الحقيقي هو التعيين العشوائي لمجموعة المعالجة، وذلك لإزالة الفروق بين أفراد المجموعات وهناك عامل يميز هذا التصميم هو معالجة المتغير التجريبي (المتغير المستقل) ()"

وقد تم اعتماد تصميم المجموعة الضابطة مع اختبار (قبلي ، بعدي) ويعد هذا التصميم امتداد لتصميم المجموعة الواحدة مع اختبار قبلي وبعدي ويلاحظ في هذا التصميم وجود مجموعة ضابطة وتجريبية.

مج ت : خ ق استخدام الموسيقى مصاحباً لدرس التربية الرياضية خ ب

مج ظ : خ ق درس التربية الرياضية بدون مصاحبة الموسيقى خ ب

مج ت : تعني المجموعة التجريبية

مج ظ : تعني المجموعة الضابطة

خ ق : تعني الاختبار القبلي

خ ب : تعني الاختبار البعدي

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة بين مجموعتي البحث لمتغيرات العمر والطول والكتلة والمتغيرات البدنية

قيم ت المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
	ع±	س-	ع±	س-		
1.64	2.26	12	2.61	12.07	سنة	العمر
1.82	7.313	145.23	5.53	142.92	سم	الطول
0.79	7.87	40.46	8.14	41.97	كغم	الكتلة
1.19	4.07	35.75	2.76	34.14	تكرار	التحمل الدوري التنفسي
0.92	0.29	8.18	0.47	8.38	ثا	الرشاقة
1.69	0.44	6.55	0.63	6.18	ثا	السرعة
0.57	0.85	1.87	0.87	2.07	سم	المرونة
0.13	7.03	133.41	5.63	133.07	سم	القدرة

بعد الإطلاع على المصادر والمراجع العلمية وإجراء المقابلات الشخصية مع السادة ذوي الاختصاص الملحق (3) تم إعداد استمارة استبيان لغرض تحديد أهم المتغيرات البدنية والاختبارات التي لها علاقة بالمتغيرات قيد الدراسة، حيث تم الاتفاق على عدد من هذه المتغيرات والاختبارات، وقد اعتمدت الباحث المتغيرات التي حصلت على نسبة موافقة (75%) فأكثر إذ يذكر (بنيامين بلوم وآخرون) " على الباحث الحصول على نسبة موافقة (75%) فأكثر من آراء المحكمين (11)" وكما هو مبين في الجدول يبين المتغيرات البدنية والاختبارات ونسب الاتفاق

المتغيرات البدنية	الاختبارات	عدد الخبراء	النسبة المئوية للاتفاق
التحمل الدوري التنفسي	الجري في المكان	12	75%
الرشاقة	جري زكراك بين الحواجز بالزمن	12	83.33%
السرعة الانتقالية	جري 30 متر من البدء العالي	12	100%
المرونة	ثني الجذع للأمام من الوقوف	12	91.66%
القوة المميزة بالسرعة (القدرة)	الوثب العريض من الثبات	12	83.33%



## التجربة الرئيسية

قبل بدء التجربة قامت الباحثة بتخصيص (وحدتين) تعليميتين لأفراد عينة البحث لتعريفهم بأسلوب وكيفية الدرس التي سيتم أدائها ضمن الفترة القادمة وكان ذلك في (24/1/2016).

## الاختبار القبلي

تم إجراء الاختبار القبلي لمجموعتي البحث في يومي (30-31/1/2016) لقياس الاختبارات البدنية.

## تطبيق البرنامج

تضمن البرنامج استخدام موسيقى موضوعة مسبقاً لمصاحبة الجزء الإعدادي والرئيسي من الدرس الذي نفذته المجموعة التجريبية واستمر على مدى (5) أسابيع وبواقع (وحدتين) في الأسبوع وبواقع (40) دقيقة ملحق رقم (5) ابتداءً من (2/2/2016) ولغاية (7/3/2016) في حين نفذت المجموعة الضابطة البرنامج الاعتيادي، وقامت الباحثة في التدريس لمجموعتي البحث.

الاختبار البعدي بعد انتهاء مدة تنفيذ البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية تم إجراء الاختبار البعدي للمتغيرات البدنية قيد البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة في يومي السبت والأحد الموافقين (9-10/3/2016).

## عرض الوصف الإحصائي لمتغيرات البحث

بعد إجراء المعالجات الإحصائية على البيانات التي تم الحصول عليها من الاختبارات التي تقيس المتغيرات البدنية لأفراد المجموعة التجريبية. ظهرت النتائج يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفروق وقيم (ت) المحسوبة بين الاختبارين القبلي والبعدي في المتغيرات البدنية للمجموعة التجريبية

قيم ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المتغيرات البدنية
	ع±	س-	ع±	س-		
6.58	13.64	61.53	9.63	41.07	تكرار	التحمل الدوري التنفسي
11.19	0.92	8.16	0.59	10.58	ثا	الرشاقة
6.02	0.43	4.99	0.57	5.73	ثا	السرعة
6.67	3.34	6.00	2.47	3.34	سم	المرونة
6.187	21.88	145.46	18.40	125.15	سم	القدرة

من اهم الاستنتاجات التي وصلت اليه الباحث  
لاستخدام الموسيقى المصاحبة لدروس التربية الرياضية  
أثراً إيجابياً في بعض المتغيرات البدنية لطلاب المرحلة  
الابتدائية.

أن استخدام الموسيقى المصاحبة لدروس التربية  
الرياضية ليس له أثر إيجابي على الرشاقة.

استخدام الموسيقى المصاحبة لدروس التربية الرياضية  
له أثر إيجابي على الحالة النفسية والانفعالية لطلاب  
المرحلة الابتدائية.

ويوصى الباحث مايلي

العمل على إدخال الموسيقى المصاحبة لدروس التربية الرياضية في المدارس وبمراحلها المختلفة.

استخدام الموسيقى المصاحبة لدروس التربية الرياضية في المدارس لكلا الجنسين.

استخدام الموسيقى المصاحبة لدروس التربية الرياضية في المدارس لتطوير اللياقة البدنية والمهارات الحركية