

تأثير العروض الرياضية في التوافق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

أ.م.د/ داليا السيد عنتر^(*)

د/ نهله مجدي فاروق^(**)

استهدفت الدراسة تصميم مقياس التوافق الاجتماعي وذلك للتعرف على تأثير العروض الرياضية على التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية، استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة مستخدمة القياسات القبليّة والبعدية وذلك لمناسبتها لطبيعة البحث، اشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا المستجدات بالفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤) والبالغ عددهن (٤٥٨) طالبة. وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية لعدد (٥٦) طالبة من مجتمع البحث بنسبة مئوية (١٠,٠٤%) منهم (١٦) طالبة من خارج عينة البحث الأساسية لإجراء الدراسة الاستطلاعية وحساب المعاملات العلمية (الصدق- الثبات) للاختبارات المستخدمة في الدراسة، و(٤٠) طالبة كعينة أساسية (تجريبية) تم إجراء قياس المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والمتغيرات البدنية والتوافق الاجتماعي لطالبات مجموعة البحث وقد توصلت الدراسة إلى أن :

- مقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية كان فعالاً في قياس هدف البحث.
- العروض الرياضية كان لها تأثيراً إيجابياً وفعالاً في التوافق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا.

^(*) أستاذ مساعد بقسم الجميز والتمرينات والتعبير الحركي والعروض الرياضية – كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا.

^(**) مدرس بقسم علم النفس الرياضي – كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا.

Abstract

The effect of sports performances on social adjustment among female students of the Faculty of Physical Education, Tanta University

(*)Dr.Dalia ElSayed Antar

(*)Dr.Nahla Magdy Farouk

The study aimed to design a social compatibility scale to identify the effect of sports performances on the social compatibility of female students of the Faculty of Physical Education. The researcher used the experimental method for one experimental group using pre- and post-measurements due to its suitability to the nature of the research. The research community included female students of the second year at the Faculty of Physical Education, Tanta University, who were new in the second semester of the academic year (2023/2024), numbering (458) students. The research sample was selected by the intentional random method for a number of (56) female students from the research community at a percentage of (10.04%), including (16) female students from outside the basic research sample to conduct the exploratory study and calculate the scientific coefficients (validity - reliability) for the tests used in the study, and (40) female students as a basic (experimental) sample. The arithmetic mean, standard deviation, median and skewness coefficient were measured for growth rates, physical variables and social compatibility of the female students of the research group. The study concluded that:

- The social compatibility scale for female students of the Faculty of Physical Education was effective in measuring the research objective.
- Sports performances had a positive and effective impact on social harmony among female students of the Faculty of Physical Education, Tanta University.

Assistant Professor at Department of gymnastics, exercises, dance and sports shows -

Faculty of Physical Education - Tanta University

Lecturer at Department of Sport Psychology - Faculty of Physical Education - Tanta

University

تأثير العروض الرياضية في التوافق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

أ.م.د/ داليا السيد عنتر^(*)

د/ نهله مجدي فاروق^(*)

المقدمة ومشكلة البحث

تعد العروض الرياضية أحد أنواع التمرينات البدنية وأحد أوجه الأنشطة الرياضية الهامة والفعالة التي لها أهمية كبرى بالنسبة لجميع المشاركين بها على جميع النواحي البدنية والتربوية والجمالية والعقلية وغيرها من التأثيرات الإيجابية على الممارسين لها وعلى المجتمع ككل . كما تعد العروض الرياضية من أهم أجزاء المحتويات الدراسية بمنهج التمرينات بكليات التربية الرياضية بمصر لما لها من أهمية كبرى في إظهار مدى تقدم وثقافة الدول ، لذا أهتمت معظم الدول المتقدمة بهذا النشاط الرياضي وهيئت له الإمكانات المادية والبشرية لإدراكها بضرورته بالنسبة للمراحل السنوية المختلفة. (٩ : ١١١) (٤ : ٣٩١)

فالعروض الرياضية لوحة فنية متكاملة يستعين فيها مصممو العرض بالتكوينات المتعددة والموسيقى المصاحبة والملابس والألوان المستعملة فيها كوسيلة للتعبير عن فكرة العرض بطريقة جذابة ولا يمكن تحقيق ذلك إلا بعملية تنظيمية يسودها التعاون بين المدربين والمشاركين ومخططي العرض وأجهزة الدولة. (٥ : ٥) ، (١٦ : ٩ ، ١٠) (٢٠ : ١١٩)

تكسب العروض الرياضية الفرد العديد من القيم والسمات والصفات الخلفية الجيدة والروح الاجتماعية نتيجة للتدريب الجماعي والتعاون بين المشاركين أثناء التدريب، بالإضافة إلى أنها تؤثر في شخصية الفرد وتكسبه الثقة بالنفس من خلال شعوره بالتفوق والامتياز بجانب اكتسابه للصفات البدنية نتيجة لقدرته على الأداء المميز، وخاصة إذا ما شعر بتقدير الآخرين، والذي يؤدي إلى الارتقاء بالمستوى الفني والوصول إلى مستوى عال من الأداء. (١١ : ٢٧٧)

وتتضح أهمية العروض الرياضية وما لها من تأثير قوى وخاصة لدى طلاب كليات التربية الرياضية من حيث اكتساب اللياقة البدنية بما ينعكس على الإحساس بالرضا الحركي والنفسي والمهني، كما تنمي لدى الطلاب الثقة بالنفس والإحساس بالذات ووجود معنى للحياة، واكتساب الصحة والوقاية من الأمراض والتي في مجملها تعبر عن السمات الشخصية لدى الطلاب، وإلى جانب ما تكسبه من مختلف السمات الشخصية والاجتماعية والبدنية والمهارية والروح الجمالية نتيجة مشاركة الطلاب والعمل كفريق لتنمية روح الجماعة والتعاون فيما بينهم أثناء التدريب بشكل إيجابي. (٧ : ٨٤) (١٢ : ٦١) (٢٩ : ٦٧)

ويوضح محمد مرسال (١٩٩٩ م) أن الإنسان يتعلم أنماط سلوكية مختلفة وتساعد على التكيف الاجتماعي وعند دراسة سلوك الأفراد من حيث طبيعة علاقتهم بغيرهم ويحب الاهتمام بطبيعة

^(*) أستاذ مساعد بقسم الجميز والتمرينات والتعبير الحركي والعروض الرياضية – كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا.

^(*) مدرس بقسم علم النفس الرياضي – كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا.

ونوعية وشكل التفاعلات والعلاقات الاجتماعية المختلفة والعوامل المؤثرة فيها ومدى تأثر الأفراد بها وتأثيرهم غيرها داخل الجماعات ودراسة الجماعات من خلال المواقف الاجتماعية والنفسية المختلفة يعتبر المجال التطبيقي للسلوك الاجتماعي والنفسى وأن عروض التمرينات الجماعية تندرج تحت الجماعات الكبيرة المنظمة والتي تتميز بأنها جماعة اجتماعية تتم فيها التفاعلات والعلاقات الاجتماعية ويظهر ذلك بوضوح أثناء تصميم وتنفيذ عروض التمرينات الجماعية. (٢٥ : ٣١٧)

تعتبر مرحلة المراهقة من أصعب مراحل الحياة توافقاً لأن المراهق يواجه فيها صراعات كثيرة بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة المحيطة به، فهي تعد فترة انتقال جذري في مراحل الحياة المختلفة، ينتقل فيها المراهق من كونه طفلاً يعتمد على الغير في قضاء حاجاته وتحمل مسؤولياته إلى إنسان بالغ وراشد يحمل كامل الأهلية والمسؤولية، كما يصاحب هذا الانتقال أشكال مختلفة من النمو تصل به إلى مستوى معين من النضج، حيث يتغير شكل الفرد في هذه المرحلة وتتغير بذلك اهتماماته وأفكاره وتتولد بداخله دوافع مختلفة وصراعات جديدة قد لا تتلاءم مع طبيعة المجتمع، وقد يكون لهذه العوامل أثر كبير في صحة الفرد النفسية وتوافق الشخص وتوافق مع أسرته وكل الأفراد المحيطين به. ولقد اهتمت العلوم التربوية بالتربية العامة اهتماماً كبيراً نظراً لما تكتسبه من أهداف بناء تساعد الفرد في إعدادة سليماً لجميع جوانب شخصيته سواء كانت عقلية، نفسية أو اجتماعية وباعتبار التربية البدنية جزء من التربية العامة وجزء لا يتجزأ منها ومادة دراسية تساهم من خلال الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في تنمية مؤهلات المتعلم عن طريق إكسابه مهارات بدنية إضافة إلى المعارف وتعتبر المتفلس الوحيد بالنسبة للمراهق. (١٨ : ٩٦) (٢٢ : ١٢٠) (٢٦ : ٩٠)

ولقد هدفت الكثير من الدراسات إلى فهم سلوكيات المتعلم ضمن نطاق الدراسة، وذلك بدراسة شخصيته من كل الجوانب بما فيها الصحة النفسية والتي من أهم أبعادها " التوافق الاجتماعي " الذي يمثل محاولة إشباع الفرد لحاجته النفسية ولأهميته في حياة الإنسان بصفه عامة وحياة الفرد بصفة خاصة ونظراً لكون التوافق دليل على تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة فهو يتصل بمجالات وأبعاد عديدة ممثلة للسلوك الإنساني البشري ومنها الجانب النفسي الذي يتضمن الشعور بالحرية والانتماء للمجتمع والتمتع بعلاقات ايجابية داخل الأسرة وفي البيئة المدرسية . ويؤثر التوافق الاجتماعي للمتعم على مساره الدراسي من خلال أسلوب تفاعله وتعامله مع العناصر التربوية في البيئة المدرسية ، حيث تعتبر المؤسسة الثانية بعد الأسرة ، فسوء التوافق الاجتماعي يظهر من خلال سوء العلاقات مع الذات ، مع الأسرة ومع المدرسة ، وذلك من خلال السلوكيات كممارسة العنف وفقدان الثقة تم الانعزال على الزملاء وبعدها الغياب المستمر لعدم قدرته على مواجهة المواقف التعليمية وبالتالي انخفاض التحصيل وتدني الدافعية للتعلم الذي يعتبر هدفاً تربوياً من بين أهم المعايير التي تلعب دوراً هاماً في الفشل والنجاح. (٣٤ : ٧٠٣)

ويعد التوافق الاجتماعي من المفاهيم الهامة بسبب أهميته البالغة في حياة الفرد ، فقد حظى مفهوم التوافق الاجتماعي باهتمام علماء النفس لما له من أثر بالغ في بناء شخصية الفرد . ويسهم التوافق الاجتماعي في تكوين شخصية الأفراد ، وهو يرتبط بقيم المجتمع وعاداته وتقاليده ، وينمو بالتدريب ومساعدة الفرد على تخطي الأزمات التي يتعرض لها حتى لا يلجأ الفرد إلى الانعزال عن المجتمع ويعرف على عبد السلام (٢٠٠١) التوافق الاجتماعي بأنه قدرة الفرد على

إقامة علاقات اجتماعية مثمرة وممتعة مع الآخرين ، وتنسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء، ومن ناحية أخرى القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل الفرد شخصا نافعا في المحيط الاجتماعي . وذكر حجاج غانم (٢٠٠٥) أن الفرد كائن اجتماعيا بطبعه ، فإذا لم يستطع أن يتوافق مع الآخرين لا يمكنه أن يحيا حياة طبيعية تتفق مع تميزه الإنساني عن بقية الكائنات الحية، فتوافق الإنسان يختلف عما هو موجود باقي الكائنات الحية في ثلاثة عناصر أساسية هي : الوقت واللغة والناحية الخلقية، فالبشر لديه القدرة على الارتباط بالأحداث من خلال ماضي وحاضر ومستقبل ، بحيث يستفيد من الخبرات الماضية ويخطط في الحاضر ليحقق أهداف مستقبلية ، كما يتميز البشر في اللغة والتي خلالها يتمكن الفرد من أن يعبر عن آراء ومشاعر وحقائق مختلفة تعينه على زيادة التوافق، أيضا الناحية بالخلقية والتي من خلالها يستطيع الفرد أن يميز بين الخير والشر وهذه العناصر الثلاثة تمد الانسان بمدى واسع من الخبرات أكثر مما هو متاح لباقي الكائنات الحية ، بتعلق التوافق الاجتماعي بالعلاقات بين الذات والآخرين ، إذ أن تقبل الآخرين مرتبط بقبل الذات ومما يساعد على ذلك قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية راضية مرضية وعلاقات تنسم بالتعاون والتسامح والإيثار وتعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية والاعتراف بحاجة الآخرين والعمل على إشباع حاجاتهم المشروعة.

(١٤ : ٤٩٩) (٢ : ١٨٨) (١٠) :

(٥١).

ونظراً لاهتمام دول العالم وتسابقها لتطوير مجتمعاها في ظل التقدم العلمي الهائل نجد انعكاس هذا التطور في جميع مجالات الحياة ومنها مجال التربية الرياضية والتي تعتبر العروض الرياضية مجالاً من هذه المجالات حيث تمثل المرأة التي تعكس الثقافة الرياضية لمختلف دول العالم لقياس تقدم الشعوب رياضياً. حيث تظهر أهمية العروض في أنها تكسب الفرد العديد من القيم والعلاقات الاجتماعية من خلال شعوره بالتفوق نتيجة لقدرته على التحكم الانفعالي والأداء خاصة إذا ما شعر بتقدير الآخرين والذي ينعكس أثره على حماسهم وتشجيعهم له مما يسهم في التأثير على شخصية الفرد وتكيفه وزيادة الثقة بالنفس. (١ : ٢٠)

وفي ضوء قيام الباحثان بالتدريس لطالبات الفرقة الثانية بالكلية لاحظنا أنه أحياناً ما يوجد بينهم خلل في العلاقات الاجتماعية وعدم تقبلهن لبعضهن وليس لديهن رضا عن بعض المواقف التي تحدث بينهن سواء داخل المحاضرات العملية أو النظرية أو خارجها بالإضافة لعدم وجود الاحساس بالمسؤولية الكاملة ومشاركة بعضهن غالباً ما تكون نابعة من أجل تضييع بعض الوقت فقط كما أن بعضهن ليس لديه هدف محدد يسعى لتحقيقه وكذلك حساسية تجاه النقد السلبي من قبل الآخرين مما كان له تأثيراً سلبياً عليهن .

وبينما تقوم الطالبات بتصميم والتدريب على عرض رياضي كأحد فروع مادة التمرينات والعروض الرياضية بالكلية وحيث أن العروض تمثل عملاً جماعياً يتضح فيه كل تلك المشكلات الاجتماعية الموجودة بين الطالبات ونظراً لأهمية العروض الرياضية في تحسين العلاقات الاجتماعية بين المشاركين بها ، وبعد الاطلاع على الدراسات المرجعية في مجال العروض الرياضية لاحظت الباحثان أنه لا يوجد دراسات تطرقت للتعرف على تأثير العروض الرياضية على التوافق الاجتماعي ، الأمر الذي دعا الباحثان لإجراء هذه الدراسة وذلك بتصميم مقياس التوافق الاجتماعي والتعرف على تأثير المشاركة في العروض الرياضية على التوافق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية بطنطا.

هدف البحث

يهدف البحث إلى تصميم مقياس التوافق الاجتماعي وذلك:

- للتعرف على تأثير العروض الرياضية في التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية.

فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

المصطلحات المستخدمة في البحث

- العروض الرياضية :

مجموعة مختارة من التمرينات البدنية حرة أو باستخدام الأدوات أو على الأجهزة والتي وضعت وفقاً للمبادئ التربوية والفسولوجية والحركية والجمالية التي تؤدي بواسطة مجموعات كبيرة من الأفراد في وقت واحد وفي مكان واحد مع المصاحبة الموسيقية وتعكس مدى ما وصل إليه المشاركون في العرض من تقدم في النواحي الفنية والرياضية والنفسية.

(٩ : ١١٧) (١٧ : ١٦٢).

- التوافق الاجتماعي :

تلك العلاقات المتبادلة بين طالبات كلية التربية الرياضية من الناحية الاجتماعية من خلال العمل الجماعي والقدرة على التواصل فيما بينهن وتبادل الأفكار لتحقيق الاهداف والوصول الى اقصى مستوى من الأداء. (تعريف اجرائي)

خطة وإجراءات البحث**منهج البحث:**

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة مستخدمة القياسات القبليّة والبعديّة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا للعام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤) والبالغ عددهن (٤٥٨) طالبة.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية لعدد (٥٦) طالبة من مجتمع البحث بنسبة مئوية (١٠,٠٤%) منهم (١٦) طالبة من خارج عينة البحث الأساسية لإجراء الدراسة الاستطلاعية وحساب المعاملات العلمية (الصدق- الثبات) للاختبارات المستخدمة في الدراسة، و(٤٠) طالبة كعينة أساسية (تجريبية) تم إجراء قياس المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والمتغيرات البدنية والتوافق الاجتماعي لطالبات مجموعة البحث وجدول (٢) يوضح ذلك .

شروط اختيار عينة البحث:

- ١- أن تكون من طالبات الفرقة الثانية المستجدات والمقرر عليهم مادة التمرينات والعروض الرياضية.
- ٢- جميع أفراد العينة في مرحلة نمو واحدة فيها النضج العقلي والحركي متقارب.
- ٣- الالتزام في الحضور في المحاضرات، واستبعاد الطالبات المصابة والحوامل.

جدول (١)
توصيف مجتمع وعينة البحث

| المجموعة التجريبية | | العينة الاستطلاعية | | عينة البحث الأساسية | | المجتمع الأصلي | |
|--------------------|-------|--------------------|-------|---------------------|-------|----------------|-------|
| % | العدد | % | العدد | % | العدد | % | العدد |
| ٨,٧٣ | ٤٠ | ٣,٤٩ | ١٦ | ١٢,٢٣ | ٥٦ | ١٠٠ | ٤٥٨ |

التوصيف الإحصائي لعينة البحث:

للتأكد من وقوع أفراد عينة البحث تحت المنحنى الاعتمالي ، قامت الباحثة بإجراء اعتدالية التوزيع بين أفراد عينة البحث في بعض المتغيرات المختارة والتي من الممكن أن تؤثر على نتائج الدراسة وكانت كالتالي "معدلات النمو (الطول ، الوزن ، السن) ، التوافق الاجتماعي | جدول (٢) يوضح معامل الالتواء واعتدالية البيانات بين عينة البحث .

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمعدلات النمو والمتغيرات البدنية والتوافق الاجتماعي لطالبات مجموعة البحث

ن = ٤٠

| المتغير | وحده القياس | المتوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | الالتواء |
|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------|--------|-------------------|----------|
| معدلات النمو | السن | ١٩,٥٠ | ١٩,٠٠ | ٠,٥٠ | ٠,٩٤١ |
| | الطول | ١٦٢,٣٠ | ١٦٠,٠٠ | ٥,٢٥ | ١,٠٤٧ |
| | الوزن | ٥٩,٤٠ | ٥٧,٥٠ | ٢,٨٩ | ١,٠٠١ |
| المتغيرات البدنية | إختبار الوثب العمودي من الثبات | ٣٥,٢٧ | ٣٤,٠٠ | ٧,٠٩ | ٠,٤٧ |
| | الجري الزجراج لقياس الرشاقه | ٧,١٦ | ٧,٠٠ | ٠,٦٠ | ٠,٦٣٤ |
| | ثني الجذع من الوقوف لقياس المرونه | ٩,٠٨ | ٩,٠٠ | ١,٣٨ | ٠,٢٥٠ |
| | نط الحبل لقياس التوافق | ٣,٦٠ | ٣,٨٠ | ١,٣٧ | ٠,٢٨١ |
| وقوف على مشط القدم لقياس التوازن | ٥,٧٢ | ٥,٢٩ | ٢,٥٥ | ١,٠٩٠ | |
| مقياس | البعد الأول | ١١,١٨ | ١٠,٠٠ | ٣,٣٢ | ٠,٩٧٣ |
| | البعد الثاني | ١٢,٥٣ | ١٠,٠٠ | ٤,٣٨ | ١,١٤٢ |
| | البعد الثالث | ١٢,٤٣ | ٩,٠٠ | ٥,١٤ | ٠,٦٩٩ |
| | البعد الرابع | ١٢,٤٢ | ٩,٠٠ | ٥,١٤ | ٠,٧٥٦ |
| | المجموع الكلي للمقياس | ٤٨,٥٥ | ٣٨,٠٠ | ١٧,١٢ | ٠,٦٣١ |

يتضح من جدول(٢) اعتدالية البيانات قيد البحث حيث تراوحت قيم معامل الالتواء لدى عينه البحث ما بين (٣±) وهذا يعني انها تقع داخل المنحنى الاعتمالي ، مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

وسائل جمع البيانات :

استندت الباحثتان في جمع البيانات الخاصة بالبحث الحالي إلى الأدوات والوسائل

التالية:

– معدلات النمو (الطول، الوزن ، العمر الزمني).

– اختبارات القدرات البدنية مرفق (٢)

– مقياس التوافق الاجتماعي . مرفق (٦)

– العرض الرياضي .

١- معدلات النمو (العمر الزمني، الطول، الوزن).

- الطول: استخدام شريط قياس الطول (بالسنتمتر).

- الوزن: استخدام الميزان الطبي لقياس الوزن (بالكيلو جرام).
- العمر الزمني: تم حساب العمر الزمني لأقرب سنة .

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثتان بإجراء دراسة استطلاعية في الفترة من ٢٠٢٤/٣/٣ م إلى ٢٠٢٤/٣/١٢ م للتعرف على النواحي الإدارية والفنية والتنظيمية الخاصة بالبحث وقد تم تحديدها فيما يلي:

- التأكد من مدى صلاحية المكان المخصص لإجراء التجربة.
- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة.
- تناسب أدوات القياس لعينة الدراسة.
- اكتشاف الأخطاء التي تواجه الباحثتان أثناء التطبيق.

٢- اختبار القدرات البدنية : مرفق (٢)

قامت الباحثتان بالاطلاع على المراجع العلمية مثل محمد صبحي حسنين (٢٠٠٤) (٢٣) ، كمال عبد الحميد اسماعيل (٢٠١٦) (١٩) والدراسات المرجعية في مجال التمرينات والعروض الرياضية كدراسة "نهلة عبد العظيم" (٢٠٠٧) (٣١) ، "داليا السيد عنتر" (٢٠٠٩) (٣) ، "نسمة محمد فراج" (٢٠١٦) (٣٠) لتحديد القدرات البدنية والاختبارات المناسبة لها الأكثر ارتباطاً بتمرينات العروض لرياضية. حيث تم اختيار الاختبارات البدنية وتم إجراء الصدق والثبات لها للتأكد من صحتها. وقد اختارت الباحثتان بعد الرجوع للمراجع العلمية والدراسات السابقة ما يلي :

- القدرة العضلية (اختبار الوثب العمودي من الثبات) .
- الرشاقة (اختبار الجري الزجراجي).
- المرونة (اختبار ثني الجذع من الوقوف) .
- التوافق (اختبار نط الحبل) .
- التوازن (اختبار الوقوف علي مشط القدم) .

المعاملات العلمية لاختبارات القدرات البدنية الخاصة قيد البحث :

- حساب معامل الصدق للاختبار:

وتم حساب هذا الصدق باستخدام المقارنة الطرفية وذلك بتطبيق الاختبار على عينة استطلاعية من خارج عينة البحث الأساسية وذلك في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٤/٣/٥ م ، وبلغ عددها (١٦) ستة عشر طالبة ، وتم ترتيب درجات الطالبات تصاعدياً لتحديد الارباعي وتمثل مجموعة من الطالبات ذات المستوى المرتفع في الاختبارات البدنية وعددهم (٤) أربعة طالبات بنسبة مئوية قدرها (٢٥٪) ، الأرباعي الأدنى وتمثل مجموعة من الطالبات ذات المستوى المنخفض في الاختبارات البدنية وعددهم (٤) أربعة طالبات بنسبة مئوية قدرها (٢٥٪) وتم حساب دلالة الفروق الفردية باستخدام اختبار (ت) كما هو موضح بجدول (٣):

جدول (٣)

دلالة الفروق بين متوسطي الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى لبيان معامل الصدق (المقارنة الطرفية) في متغير الاختبارات البدنية قيد البحث لدى عينة التفتين

ن=٢=٤

| قيمة (U) | الأرباع الأدنى | | الأرباع الأعلى | | درجة القياس | الاختبارات |
|----------|----------------|-------|----------------|-------|-------------|------------|
| | مجموع الترتب | متوسط | مجموع | متوسط | | |

| | | الرتب | الرتب | الرتب | | |
|------|-------|-------|-------|-------|-----|-----------------------------------|
| ٠,٠٠ | ١٠,٠٠ | ٢,٥٠ | ٢٦,٠٠ | ٦,٥٠ | سم | اختبار الوثب العمودي من الثبات |
| ٠,٠٠ | ١٠,٠٠ | ٢,٥٠ | ٢٦,٠٠ | ٦,٥٠ | ث | الجري الزجاجة لقياس الرشاقة |
| ٠,٠٠ | ١٠,٠٠ | ٢,٥٠ | ٢٦,٠٠ | ٦,٥٠ | سم | ثني الجذع من الوقوف لقياس المرونة |
| ٠,٠٠ | ١٠,٠٠ | ٢,٥٠ | ٢٦,٠٠ | ٦,٥٠ | عدد | نط الحبل لقياس التوافق |
| ٠,٠٠ | ١٠,٠٠ | ٢,٥٠ | ٢٦,٠٠ | ٦,٥٠ | ث | وقوف على مشط القدم لقياس التوازن |

قيمة (U) عند مستوي $(0,05) = 1$

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لاختبارات القدرات البدنية قيد البحث لبيان معامل الصدق (المقارنة الطرفية) وذلك عند مستوى $0,05$ مما يدل علي أن اختبارات القدرات البدنية قد ميزت بين المستوي المرتفع والمستوي الأقل مما يدل علي صدق الاختبارات.

- حساب معامل الثبات للاختبارات:

استخدمت الباحثان طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة مماثلة لعينة البحث ومن خارج العينة الأساسية عددها (١٦) ستة عشر طالبة وذلك لتطبيق الاختبار وإعادة التطبيق في الفترة من ٢٠٢٤/٣/٥م إلى ٢٠٢٤/٣/١٢م بنفس شروط وظروف التطبيق الأول، والجدول (٤) يوضح معامل الارتباط بين القياسين .

جدول (٤)
معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لبيان معامل الثبات في متغير الاختبارات البدنية قيد البحث لدى عينة التقنين

ن=١٦

| معامل الارتباط | التطبيق الثاني | | التطبيق الأول | | وحدة القياس | الاختبارات |
|----------------|----------------|-------|---------------|-------|-------------|-----------------------------------|
| | ع± | س | ع± | س | | |
| ٠,٧٩١ | ٦,٢١ | ٣٤,٠٢ | ٧,٠١ | ٣٣,٩٧ | سم | اختبار الوثب العمودي من الثبات |
| ٠,٨٣٦ | ٠,٨٥ | ٧,٠٥ | ٠,٨١ | ٧,٢٢ | ث | الجري الزجاجة لقياس الرشاقة |
| ٠,٨٠٠ | ١,٠٢ | ٧,٤٩ | ١,٠٣ | ٧,٠٨ | سم | ثني الجذع من الوقوف لقياس المرونة |
| ٠,٧٤٩ | ٠,٨٠ | ٣,٣١ | ٠,٩٩ | ٣,٢٥ | عدد | نط الحبل لقياس التوافق |
| ٠,٧٢٢ | ٠,٧١ | ١٠,٩١ | ٠,٧٥ | ١٠,٨٤ | ث | وقوف علي مشط القدم لقياس التوازن |

قيمة ر الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 0,497$

يتضح من جدول (٤) وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيق وإعادة التطبيق في اختبارات القدرات البدنية قيد البحث لدى عينة التقنين عند مستوي معنوية $0,05$ مما يشير إلى ثبات تلك الاختبارات.

٣- مقياس التوافق الاجتماعي :

قامت الباحثتان بإعداد المقياس وفقاً للخطوات التالي:

١_ قامت الباحثتان بإجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع العلمية التي تناولت متغير التوافق الاجتماعي في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي مثل دراسة صبيحة ياسر، ابتسام محمد (٢٠٠٧) (٦) ، ودراسة علي عبد الحسن ، حسين عبد الزهرة (٢٠١١) (١٣) ، ودراسة هدى عيسى (٢٠١٩) (٣٢) ، ودراسة لينا فالح (٢٠٢١م) (٢١) ، ودراسة محمد عاطف أحمد محمد (٢٠٢٢م) (٢٤) .

٢_ توصلت الباحثتان الى تحديد التعريف الإجرائي لمفهوم التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية على النحو التالي:

" تلك العلاقات المتبادلة بين طالبات كلية التربية الرياضية من الناحية الاجتماعية من خلال العمل الجماعي والقدرة على التواصل فيما بينهن وتبادل الأفكار لتحقيق الاهداف والوصول الى اقصى مستوى من الاداء"

٣_ من خلال التعريف الإجرائي والمسح المرجعي توصلت الباحثتان الى (٤) ابعاد يمكن ان تمثل ابعاد رئيسية لقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية وقامت الباحثتان بوضع تعريف إجرائي لكل بعد من الابعاد كما يلي:

البعد الاول : " العمل الجماعي " : هو التفاعل بين طالبات كلية التربية الرياضية والتعاون بينهم وتنسيق الجهود والقدرة على اتخاذ القرارات بشكل جماعي مما يتيح لهن فرصه تعلم مهارات جديده من خلال التعاون والتفاعل المستمر

البعد الثاني: " التواصل " : هو عمليه تحقيق الفهم المتبادل وبناء العلاقات التي تكون مبنية على الثقة والصدق وتسهيل التعاون والتفاعل الاجتماعي بين طالبات كلية التربية الرياضية

البعد الثالث: " تبادل الأفكار " : تلك الاساليب التي تساعد على تحفيز الابداع وتعزيز التعاون بين طالبات كلية التربية الرياضية مما يؤدي الى نتائج اكثر فاعليه وابتكارا

البعد الرابع: " تحقيق الأهداف " : هو القدرة على التغلب على العقبات من خلال التخطيط والعمل المستمر والحفاظ على الموقف الإيجابي والثقة بالنفس للوصول الى اعلى مستوى من الاداء لطالبات كلية التربية الرياضية.

٤_ قامت الباحثتان بعرض الابعاد المقترحة على مجموعه من السادة الخبراء من أساتذة علم النفس الرياضي مرفق (٤) لإبداء الرأي نحو الابعاد المقترحة.

جدول (٥)

التكرارات والنسبة المئوية والأهمية النسبية لأراء السادة الخبراء حول ابعاد مقياس التوافق الاجتماعي
ن=٨

| م | الأبعاد | وافق | | لا اوافق | | الوزن النسبي | الأهمية النسبية |
|---|---------------|------|--------|----------|------|--------------|-----------------|
| | | ك | % | ك | % | | |
| ١ | العمل الجماعي | ٨ | ١٠٠,٠٠ | ٠ | ٠,٠٠ | ٨ | ١٠٠,٠٠ |
| ٢ | التواصل | ٨ | ١٠٠,٠٠ | ٠ | ٠,٠٠ | ٨ | ١٠٠,٠٠ |
| ٣ | تبادل الافكار | ٨ | ١٠٠,٠٠ | ٠ | ٠,٠٠ | ٨ | ١٠٠,٠٠ |
| ٤ | تحقيق الاهداف | ٨ | ١٠٠,٠٠ | ٠ | ٠,٠٠ | ٨ | ١٠٠,٠٠ |

٥_ قامت الباحثتان بصياغة العبارات لأبعاد المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل بعد وايضا بالاسترشاد بالمقاييس السابقة حيث تم صياغة العبارات بما يتناسب مع طبيعة العينة " طالبات كلية التربية الرياضية بطنطا " مع مراعاة ما يلي:

- _ ان تكون العبارات سهلة وواضحة.
- _ ان تحمل العبارات معنى واحدا.
- _ ان تكون مناسبة للهدف المراد قياسه .
- _ الا تستغرق وقتا طويلا في قراءتها بحيث لا تبعث الملل في نفوس افراد العينة.

٦_ قامت الباحثتان بعرض العبارات الخاصة بمقياس التوافق الاجتماعي على السادة الخبراء من أساتذة علم النفس الرياضي مرفق (٥) للوصول الى عبارات مقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية وذلك كما هو موضح بجدول (٦) كما يلي :

جدول (٦)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات أبعاد مقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية

| البعد الأول | | البعد الثاني | | البعد الثالث | | البعد الرابع | |
|-------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|-----------------|
| م | نسبة الموافقة % | م | نسبة الموافقة % | م | نسبة الموافقة % | م | نسبة الموافقة % |
| ١ | ١٠٠,٠٠٠ | ١ | ٨٧,٥٠٠ | ١ | ١٠٠,٠٠٠ | ١ | ٧٥,٠٠٠ |
| ٢ | ١٠٠,٠٠٠ | ٢ | ١٠٠,٠٠٠ | ٢ | ١٠٠,٠٠٠ | ٢ | ٢٠,٠٠٠ |
| ٣ | ١٠٠,٠٠٠ | ٣ | ١٠٠,٠٠٠ | ٣ | ٨٧,٥٠٠ | ٣ | ١٠٠,٠٠٠ |
| ٤ | ٧٥,٠٠٠ | ٤ | ١٠٠,٠٠٠ | ٤ | ٧٥,٠٠٠ | ٤ | ٧٥,٠٠٠ |
| ٥ | ٧٥,٠٠٠ | ٥ | ٢٥,٠٠٠ | ٥ | ١٠٠,٠٠٠ | ٥ | ١٠٠,٠٠٠ |
| ٦ | ١٠٠,٠٠٠ | ٦ | ٧٥,٠٠٠ | ٦ | ٨٧,٥٠٠ | ٦ | ٧٥,٠٠٠ |
| ٧ | ٨٧,٥٠٠ | ٧ | ١٠٠,٠٠٠ | ٧ | ٧٥,٠٠٠ | ٧ | ٢٥,٠٠٠ |
| ٨ | ٢٥,٠٠٠ | ٨ | ١٠٠,٠٠٠ | ٨ | ٢٥,٠٠٠ | ٨ | ١٠٠,٠٠٠ |
| ٩ | ١٠٠,٠٠٠ | ٩ | ٢٥,٠٠٠ | ٩ | ٨٧,٥٠٠ | ٩ | ٢٥,٠٠٠ |
| ١٠ | ٢٥,٠٠٠ | ١٠ | ١٠٠,٠٠٠ | ١٠ | ١٠٠,٠٠٠ | ١٠ | ١٠٠,٠٠٠ |
| ١١ | ٣٧,٠٠٠ | ١١ | | ١١ | | ١١ | ٢٠,٠٠٠ |
| ١٢ | | ١٢ | | ١٢ | | ١٢ | ١٠٠,٠٠٠ |

يتضح من جدول (٦) النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات أبعاد مقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية حيث تروحت من بين (٢٠% و ١٠٠%) وارتضت الباحثتان بالعبارات التي حصلت على نسبة مئوية ٧٥% فأكثر .

جدول (٧)

العدد المبني والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة والمعدلة لمقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية

| م | الأبعاد | العدد المبني للعبارات | عدد العبارات المستبعدة | أرقام العبارات المستبعدة | عدد العبارات المعدلة | أرقام العبارات المعدلة | العدد النهائي للعبارات |
|---|------------------------------|-----------------------|------------------------|--------------------------|----------------------|------------------------|------------------------|
| ١ | البعد الأول (العمل الجماعي) | ١١ | ٣ | ٨,١٠,١١ | ٢ | ٢,٦ | ٨ |
| ٢ | البعد الثاني (التواصل) | ١٠ | ٢ | ٥,٩ | ١ | ١٠ | ٨ |
| ٣ | البعد الثالث (تبادل الأفكار) | ٩ | ١ | ٨ | ١ | ٤ | ٨ |
| ٤ | البعد الرابع (تحقيق الاهداف) | ١٢ | ٤ | ٢,٧,٩,١١ | ٢ | ٢,٣,٦ | ٨ |
| | إجمالي المقياس | ٤٢ | ١٠ | ١٠ | ٦ | ٨ | ٣٢ |

اتفاق السادة الخبراء على استبعاد عدد (١٠) عبارات من إجمالي المقياس وعدده (٤٢) عبارة وتعديل عدد (٦) عبارات وبذلك أصبح العدد النهائي لإجمالي المقياس (٣٢) عبارة.

٧_ قامت الباحثتان بإجراء المعاملات العلمية لمقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية.

المعاملات العلمية لمقياس التوافق الاجتماعي:

أولاً. الصدق:

قامت الباحثتان بحساب معامل صدق الاتساق الداخلي لمقياس "التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية يوم الأحد الموافق ٣/٣/٢٠٢٤م حيث تم تطبيق المقياس على عينه من طالبات كلية التربية الرياضية والتي بلغ عددها (١٦) طالبة تم اختيارهم من مجتمع البحث ومن خارج عينه البحث الأساسية وجدول (٨) يوضح معامل صدق الاتساق الداخلي للمقياس كما يلي:

جدول (٨)

صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والبعد وبين العبارة والمجموع الكلي للمقياس

ن = ١٦

| البعد الرابع | | | البعد الثالث | | | البعد الثاني | | | البعد الأول | | |
|-------------------|-----------------|---|-------------------|-----------------|---|-------------------|-----------------|---|-------------------|-----------------|---|
| العبرة مع المجموع | العبرة مع البعد | م | العبرة مع المجموع | العبرة مع البعد | م | العبرة مع المجموع | العبرة مع البعد | م | العبرة مع المجموع | العبرة مع البعد | م |
| 0.812 | 0.831 | ١ | 0.889 | 0.925 | ١ | 0.835 | 0.916 | ١ | 0.702 | 0.741 | ١ |
| 0.667 | 0.573 | ٢ | 0.843 | 0.971 | ٢ | 0.684 | 0.768 | ٢ | 0.717 | 0.782 | ٢ |
| 0.777 | 0.902 | ٣ | 0.687 | 0.806 | ٣ | 0.662 | 0.77 | ٣ | 0.524 | 0.687 | ٣ |
| 0.795 | 0.942 | ٤ | 0.699 | 0.841 | ٤ | 0.764 | 0.852 | ٤ | 0.506 | 0.533 | ٤ |
| 0.969 | 0.951 | ٥ | 0.889 | 0.968 | ٥ | 0.686 | 0.803 | ٥ | 0.742 | 0.682 | ٥ |
| 0.705 | 0.837 | ٦ | 0.687 | 0.722 | ٦ | 0.858 | 0.882 | ٦ | 0.587 | 0.585 | ٦ |
| 0.891 | 0.923 | ٧ | 0.778 | 0.949 | ٧ | 0.605 | 0.609 | ٧ | 0.76٠ | 0.843 | ٧ |
| 0.881 | 0.872 | ٨ | 0.75٠ | 0.789 | ٨ | 0.818 | 0.731 | ٨ | 0.604 | 0.723 | ٨ |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 0,497$.

يوضح جدول (٨) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبرة والبعد حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠,٥٣٣ - ٠,٩٧١) وكذلك وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبرة والمجموع الكلي للمقياس حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠,٥٠٦ - ٠,٩٦٩) وذلك عند مستوى معنوية $0,05$ مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس قيد البحث.

ثانياً . الثبات :

قامت الباحثتان بإيجاد ثبات المقياس باستخدام تطبيقه وإعادة تطبيقه علي عينة استطلاعية قوامها (١٦) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث بنفس شروط وظروف التطبيق الأول وذلك في الفترة من الأحد ٢٠٢٤/٣/٣م إلي الأحد ٢٠٢٤/٣/١٠م و جدول (٩) يوضح ذلك، و جدول (١٠) يوضح قيمة الثبات باستخدام التجزئة النصفية ومعامل الفا كرومباخ.

جدول (٩) معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لبيان معامل الثبات للمقياس

ن=١٦

| البعد الرابع | | البعد الثالث | | البعد الثاني | | البعد الأول | |
|----------------|---|----------------|---|----------------|---|----------------|---|
| معامل الارتباط | م | معامل الارتباط | م | معامل الارتباط | م | معامل الارتباط | م |
| ٠,٩٤٠ | ١ | ٠,٩٦٨ | ١ | ٠,٩١١ | ١ | ٠,٩٤١ | ١ |
| ٠,٧٩٣ | ٢ | ٠,٩٤١ | ٢ | ٠,٩٠٥ | ٢ | ٠,٩١٢ | ٢ |
| ٠,٧٥٧ | ٣ | ٠,٦٨٢ | ٣ | ٠,٩٥٨ | ٣ | ٠,٩١٧ | ٣ |
| ٠,٨٦٦ | ٤ | ٠,٨٧١ | ٤ | ٠,٨٣٥ | ٤ | ٠,٩٢١ | ٤ |
| ٠,٨٥٧ | ٥ | ٠,٧٢٧ | ٥ | ٠,٩١٧ | ٥ | ٠,٧٣٧ | ٥ |
| ٠,٩٤٥ | ٦ | ٠,٩١٧ | ٦ | ٠,٧٩٥ | ٦ | ٠,٧٣٣ | ٦ |
| ٠,٧٨٤ | ٧ | ٠,٧٦٩ | ٧ | ٠,٨٤٤ | ٧ | ٠,٦٣٢ | ٧ |
| ٠,٨٥٤ | ٨ | ٠,٨٥٠ | ٨ | ٠,٩٥٤ | ٨ | ٠,٨١٦ | ٨ |

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية $0,05 = 0,497$.

يوضح جدول (٩) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق للمقياس حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠,٩٦٨-٠,٦٣٢) وهي معاملات ارتباط ذو دلالة عالية مما يشير إلى ثبات المقياس.

جدول (١٠)
التجزئة النصفية ومعامل ألفا لبيان معامل الثبات للمقياس

ن=١٦

| م | ابعاد المقياس | اختبار التجزئة النصفية | معامل ألفا |
|---|---------------|------------------------|------------|
| ١ | البعد الأول | ٠,٧٩٦ | ٠,٨٣٢ |
| ٢ | البعد الثاني | ٠,٨٥٥ | ٠,٩١١ |
| ٣ | البعد الثالث | ٠,٩٥٢ | ٠,٩٤٠ |
| ٤ | البعد الرابع | ٠,٩٤٩ | ٠,٩٣٨ |

يوضح جدول (١٠) اختبار التجزئة النصفية ومعامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لأبعاد البحث الأربعة للمقياس ويتضح وجود دلالات إحصائية قوية تشير إلى ثبات المقياس.

٤- العرض الرياضي :

يمثل العرض مجموعة من التمرينات الفنية الحديثة المختارة بما يتلاءم مع الغرض من العرض المصمم.

أ- فكرة العرض :

- قامت الطالبات باختيار فكرة العرض بعد نقاشهن وتعاونهن حيث أنه يتم بناء العرض الرياضي على أساس فكرة أو موضوع معين يرتبط بهدف وغرض المناسبة التي يقام من أجلها، ويتم الحكم على نجاح العرض بمدى فهم الجمهور لمضمونه دون الحاجة إلى التعليق لإيضاح هذا المضمون . وهنا كانت فكرة العرض تدور حول " القضية الفلسطينية"

ب- مكان العرض :

- قاعات التمرينات بالمبنى التعليمي (١) بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا.

ج- أدوات العرض :

- شال فلسطيني.
- مجسم للأسلحة.
- أعلام.

وقد راعت الباحثتان مع الطالبات استخدام الأدوات وتوظيفها جيدا خلال العرض.

د- ملابس العرض :

- تكونت ملابس العرض من (ليجن اسود - تيشرت أسود - شال فلسطيني - شراب أسود - بلارينة سوداء - طرحة بيضاء) وقد راعت الباحثة أن تتماشى ألوان وتصميم الملابس مع فكرة العرض مع الاحتفاظ بالعوامل البيئية والثقافية لتظهر كوحدة متكاملة يكمل كلا منهم الآخر وتظهر بالشكل الجمالي المرجو منها.

هـ- محتوى العرض :

يحتوي العرض على مجموعه من التمرينات الفنية الحديثة وقد راعت الباحثتان مع الطالبات عند بناء وتصميم العرض:

- أن يكون الدخول ذات قوة واثارة وان يتم بدقة ونظام.
- ألا يستغرق زمن الدخول وقتاً طويلاً.

- أن يتم استغلال المساحة المخصصة للعرض بحيث يمكن رؤية جميع التشكيلات من جميع الزوايا بسهولة ويسر.
 - الانتقال السلس بانسيابية من تشكيل لآخر.
 - التنوع فالتشكيلات والحركات التي تؤدي داخل كل تشكيل.
 - إظهار الأداة المستخدمة وسهولة التحكم بها سواء في الحركات الفردية او المجمعة.
 - ارتباط حركات العرض وتشكيلاته بهدف وفكرة العرض.
- و- الموسيقى المصاحبة للعرض :

للموسيقى المصاحبة للعرض أثر كبير في تحفيز المشتركات في العرض وتشجيعهن على الأداء بالإضافة الى انها تزيد من حماسهن وتوحد حركاتهن وفقاً للإيقاع المصاحب للحركات وتقتصد فالجهد المبذول وبالتالي إثارة المشاهدين وتشويقهم، وهناك عدة طرق لاختيار الموسيقى وهنا قد قامت الباحثتان بمساعدة الطالبات في اختيار موسيقى مناسبة لفكرة العرض وحركته والأداة المستخدمة حيث تم الاستماع للعديد من المقاطع الموسيقية واختيار افضلها واكثرها ملائمة لهدف وفكرة العرض ثم عمل مونتاج والدمج بينهم بحيث تصبح كوحدة واحدة وأن يكون هناك توافق وانسجام بين الايقاع الحركي والموسيقى مع مراعاة الزمن المحدد للعرض (٦) دقائق.

ز- اللوحات الخلفية :

تم الاستعانة بمتخصصين فمجال الدعاية والاعلان والتصميمات لعمل اللوحة الخلفية المصاحبة للعرض حيث اشتملت علي عنوان العرض (فلسطين في القلب) والأدوات المستخدمة في العرض مع مراعاة ان تتماشى الوانها مع الوان الملابس والادوات وارضية الصالة لتظهر كجزء مكمل ولا يتجزأ من العرض مع الاستفادة منها في دخول الطالبات لمكان العرض.

ح- أجزاء التدريب على العرض :

- الإحماء / الإعداد البدني :

يهدف هذا الجزء إلى إعداد وتهيئة أجهزة الجسم المختلفة بطريقة منظمة وتدرجية، وقد اشتملت على مجموعة من التمرينات المتنوعة، وقد راعت الباحثة أن تحتوي على مجموعة من تمرينات المرونة والمطاطية التي تساعد على اكتساب عناصر اللياقة التي تساعد في تحسين مستوى أداء الطالبات في العرض الرياضي .

- جزء التدريب الأساسي:

يهدف هذا الجزء إلى تحقيق الهدف من العرض وقد اشتمل على التدريب على الحركات الحرة وباستخدام الأدوات مع استخدام العناصر الأساسية للتمرينات، وإدماج هذه الحركات مع الموسيقى.

- جزء التهدئة :

يهدف هذا الجزء إلى العودة بالجسم إلى الحالة الطبيعية .

جدول (١١)
محتوى التجربة الأساسية

| الأسبوع | أجزاء العرض |
|----------------|--|
| الأول | الدخول وترتيب الطالبات مع توضيح النقاط الخاصة بهم داخل التشكيلات |
| الثاني والثالث | التشكيلات الخاصة بالدخول (٢ تشكيل) مع اختيار الموسيقى |
| الرابع | التشكيلات الحرة بدون أدوات (٢ تشكيل) |
| الخامس | التشكيلات الخاصة بأداة الشال والمجسم (٣ تشكيل) |
| السادس | التشكيلات الهرمية والختام (٢ تشكيل) |
| السابع | الخروج وتجهيز الموسيقى النهائية |
| الثامن | بروفات على العرض كامل والتدريب على المحتوى كامل بالموسيقى |

الاطار الزمني العام لتنفيذ العرض :

- تم تنفيذ البرنامج التعليمي علي طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا للعام الجامعي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ م.
- مدة تنفيذ البرنامج (٨) أسابيع، بواقع (٨) وحدات تعليمية، يتم تنفيذ (١) وحدة تعليمية أسبوعياً.
- التوزيع الزمني لأجزاء الدرس يتضمن ما يلي: أن يكون زمن الوحدة (١٢٠) مائة وعشرون دقيقة.

جدول (١٢)
التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح

| م | البيان | التوزيع الزمني |
|----|----------------------------------|-------------------------|
| ١. | عدد الأسابيع | (٨) أسابيع |
| ٢. | عدد الوحدات التعليمية | (٨) وحدة |
| ٣. | عدد الوحدات التعليمية في الأسبوع | (١) وحدة واحدة اسبوعياً |
| ٤. | زمن تطبيق الوحدة | (١٢٠) دقيقة |
| ٥. | زمن التطبيق في الأسبوع | (١٢٠) دقيقة |
| ٦. | الزمن الكلي لتطبيق البرنامج | (٩٦٠) دقيقة |

أولاً. التوزيع الزمن لأجزاء الوحدة التعليمية

تم التدريس للطالبات لمقرر التمرينات والعروض الرياضية حيث تم توزيع زمن الوحدات كالتالي:

جدول (١٣)
التوزيع الزمني لأجزاء الوحدة التعليمية

| الزمن | محتوي الوحدة |
|-------|--|
| ٥ ق | الغياب والأعمال الإدارية |
| ١٠ ق | الإحماء |
| ١٥ ق | الأعداد البدني |
| ٨٠ ق | الجزء الرئيسي الذي يتم فيه التشكيلات الخاصة بالوحدة والتدريب على المحتوى الخاص بها |
| ١٠ ق | التهنئة و الختام |

إجراءات تنفيذ التجربة :

القياسات القبليّة :

تم إجراء القياسات القبليّة وذلك يوم الخميس الموافق ٢٠٢٤ /٣/٧ م وذلك على أفراد عينة البحث الأساسية .

تنفيذ تجربة البحث :

قامت الباحثتان بتنفيذ تجربة البحث لأفراد عينة البحث الأساسية على مدار (٨) أسابيع في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٤/٣/١٢ م وحتى يوم الثلاثاء ٢٠٢٤ /٥ /٧ م .

القياسات البعدية :

قامت الباحثتان بإجراء القياسات البعدية بنفس ترتيب وظروف القياسات القبليّة وذلك في يوم الخميس الموافق ٢٠٢٤ /٥ /٩ م.

المعالجات الإحصائية :

- المتوسط - الوسيط - الانحراف المعياري - الارتباط - الالتواء -
النسبة المئوية - التجزئة النصفية ومعامل ألفا.

عرض ومناقشة النتائج

أولاً. عرض النتائج :

جدول (١٤) دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدى لدى عينه البحث التجريبية في ابعاد التوافق الاجتماعي البعد الأول (العمل الجماعي)

ن=٤٠

| البعد الأول (العمل الجماعي) | | | | | | المتغير العبارة |
|-----------------------------|---------------|---------------|------|---------------|------|--------------------|
| قيمة ت | فرق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | |
| | | ع± | س | ع± | س | |
| *٥,٨٩ | ٠,٩٤ | ٠,٦٣ | ٢,٥٠ | ٠,٦٢ | ١,٥٦ | العبارة الأولى |
| *٦,١٠ | ١,٠٣ | ٠,٦٢ | ٢,٤٣ | ٠,٥٠ | ١,٤٠ | العبارة الثانية |
| *٩,١٣ | ١,٠٦ | ٠,٦٦ | ٢,٤٣ | ٠,٥٥ | ١,٣٧ | العبارة الثالثة |
| *٨,٤٦ | ١,١٠ | ٠,٥١ | ٢,٥٠ | ٠,٥٦ | ١,٤٠ | العبارة الرابعة |
| *٥,٦٤ | ٠,٩٤ | ٠,٥٧ | ٢,٤٧ | ٠,٦٨ | ١,٥٣ | العبارة الخامسة |
| *٥,٩٥ | ٠,٩٧ | ٠,٥٧ | ٢,٤٧ | ٠,٦٢ | ١,٥٠ | العبارة السادسة |
| *٤,٠٤ | ٠,٧٦ | ٠,٦٦ | ٢,٣٣ | ٠,٦٧ | ١,٥٧ | العبارة السابعة |
| *٧,٩٩ | ١,١٣ | ٠,٥١ | ٢,٥٣ | ٠,٥٦ | ١,٤٠ | العبارة الثامنة |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $٢,٠٢=٠,٠٥$

يتضح من جدول (١٤) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية $٠,٠٥$ بين القياسين القبلي والبعدى لدى مجموعة البحث في عبارات البعد الأول الخاص (بالعمل الجماعي) وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٤,٠٤ إلى ٩,١٣) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدى .

جدول (١٥) دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدى لدى عينه البحث التجريبية في ابعاد التوافق الاجتماعي البعد الثاني (التواصل)

ن=٤٠

| البعد الثاني (التواصل) | | | | | | المتغير العبارة |
|------------------------|---------------|---------------|------|---------------|------|--------------------|
| قيمة ت | فرق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | |
| | | ع± | س | ع± | س | |
| *٧,٢٢ | ١,١٤ | ٠,٤٩ | ٢,٦٠ | ٠,٦٢ | ١,٤٦ | العبارة الأولى |
| *٣,٩٦ | ٠,٧٥ | ٠,٦٩ | ٢,٢٧ | ٠,٥٧ | ١,٥٢ | العبارة الثانية |
| *٥,٨٨ | ٠,٩٣ | ٠,٦٢ | ٢,٤٦ | ٠,٦٣ | ١,٥٣ | العبارة الثالثة |
| *٦,٥٠ | ٠,٨٦ | ٠,٦٦ | ٢,٣٣ | ٠,٦٢ | ١,٤٧ | العبارة الرابعة |
| *٧,١٢ | ١,١٤ | ٠,٥٧ | ٢,٥٠ | ٠,٥٥ | ١,٣٦ | العبارة الخامسة |
| *٨,٦١ | ٠,٩٧ | ٠,٥٦ | ٢,٤٣ | ٠,٥٧ | ١,٤٦ | العبارة السادسة |
| *١٠,٨٥ | ١,٢٦ | ٠,٥٠ | ٢,٦٣ | ٠,٤٩ | ١,٣٧ | العبارة السابعة |
| *٧,٣٧ | ٠,٩٩ | ٠,٦٣ | ٢,٥١ | ٠,٥٧ | ١,٥٠ | العبارة الثامنة |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية $٢,٠٢=٠,٠٥$

يتضح من جدول (١٥) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية $٠,٠٥$ بين القياسين القبلي والبعدى لدى مجموعة البحث في عبارات البعد الثاني الخاص (التواصل) وقد تراوحت

قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٣,٩٦ إلى ١٠,٨٥) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين لصالح القياس البعدي .

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لدى عينه البحث التجريبية في ابعاد التوافق الاجتماعي البعد الثالث (تبادل الأفكار)

ن = ٤٠

| البعد الثالث (تبادل الأفكار) | | | | | | المتغير |
|------------------------------|---------------|---------------|------|---------------|------|-----------------|
| قيمة ت | فرق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | |
| | | ع± | س | ع± | س | العبارة |
| *٣,٦٢ | ٠,٥٧ | ٠,٦٣ | ٢,٢٧ | ٠,٥٣ | ١,٧٠ | العبارة الأولى |
| *٧,٧٣ | ٠,٩٧ | ٠,٥٦ | ٢,٥٧ | ٠,٦٢ | ١,٦٠ | العبارة الثانية |
| *٧,٦٦ | ١,١٥ | ٠,٥٧ | ٢,٥٥ | ٠,٥٦ | ١,٤٠ | العبارة الثالثة |
| *٥,٦٤ | ١,٠٤ | ٠,٥٤ | ٢,٦٠ | ٠,٦٧ | ١,٥٦ | العبارة الرابعة |
| *٤,٨٩ | ٠,٧٧ | ٠,٥٧ | ٢,٤٧ | ٠,٧٤ | ١,٧٠ | العبارة الخامسة |
| *٧,٧٦ | ١,٢٠ | ٠,٥٥ | ٢,٥٠ | ٠,٥٣ | ١,٣٠ | العبارة السادسة |
| *٥,٤١ | ٠,٧٣ | ٠,٦٧ | ٢,٤٣ | ٠,٦٣ | ١,٥٠ | العبارة السابعة |
| *٦,٣٦ | ١,٠٤ | ٠,٥٦ | ٢,٥٧ | ٠,٦٢ | ١,٥٣ | العبارة الثامنة |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (١٦) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في عبارات البعد الثالث الخاص (تبادل الأفكار) وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٣,٦٢ إلى ٧,٧٦) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين لصالح القياس البعدي

جدول (١٧)

دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي لدى عينه البحث التجريبية في ابعاد التوافق الاجتماعي البعد الرابع (تحقيق الأهداف)

ن = ٤٠

| البعد الرابع (تحقيق الأهداف) | | | | | | المتغير |
|------------------------------|---------------|---------------|------|---------------|------|-----------------|
| قيمة ت | فرق المتوسطات | القياس البعدي | | القياس القبلي | | |
| | | ع± | س | ع± | س | العبارة |
| *٤,١٣ | ٠,٦٧ | ٠,٦٣ | ٢,٢٣ | ٠,٥٧ | ١,٥٦ | العبارة الأولى |
| *٥,٦٤ | ٠,٩٤ | ٠,٦٧ | ٢,٤٠ | ٠,٥٥ | ١,٤٦ | العبارة الثانية |
| *٥,١٧ | ٠,٨٠ | ٠,٦٢ | ٢,٤٣ | ٠,٦٦ | ١,٦٣ | العبارة الثالثة |
| *٤,٨٨ | ٠,٩٣ | ٠,٦١ | ٢,٤٧ | ٠,٦٨ | ١,٥٤ | العبارة الرابعة |
| *٦,٧٣ | ١,٠٦ | ٠,٥٦ | ٢,٥٦ | ٠,٥٧ | ١,٥٠ | العبارة الخامسة |
| *٧,٩٤ | ١,١٠ | ٠,٥٠ | ٢,٥٧ | ٠,٦٣ | ١,٤٧ | العبارة السادسة |
| *٦,٧٣ | ١,٠٧ | ٠,٥٧ | ٢,٥٠ | ٠,٥٧ | ١,٤٣ | العبارة السابعة |
| *٦,٤٤ | ١,٠٦ | ٠,٥٦ | ٢,٦٣ | ٠,٦٢ | ١,٥٧ | العبارة الثامنة |

* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (١٧) دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث في عبارات البعد الرابع الخاص (تحقيق الأهداف) وقد تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٤,١٣ إلى ٧,٩٤) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين لصالح القياس البعدي .

ثانياً . مناقشة النتائج :

في ضوء ما قامت به الباحثتان من إجراءات وما توصلتا إليه من نتائج تم عرضها يمكن مناقشتها على النحو التالي:

بالرجوع إلى الجداول (١٤)(١٥)(١٦)(١٧) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في أبعاد مقياس التوافق الاجتماعي (قيد البحث) لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي ، وهذا يتضح من خلال ما يلي :

١- البعد الأول (العمل الجماعي):

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في البعد الأول (العمل الجماعي) لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في جميع العبارات تتراوح ما بين (٩,١٣) للعبارة رقم ٣ كأكبر قيمة و (٤,٠٤) للعبارة رقم ٧ كأصغر قيمة وأن هذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) والتي تساوي (٢,٠٢) كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (٣) والتي تنص على " اتدخل لحل الخلافات التي تنشأ بين زميلاتي " تتراوح بين (١,٣٧ : ٢,٤٣) وهي أعلى نسبة تحسن بين عبارات البعد الأول ونجد أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (٧) والتي تنص على " احاول اظهار موهبتي امام زميلاتي." تتراوح بين (١,٥٧ : ٢,٣٣) وهي أقل نسبة تحسن بين عبارات البعد الأول. وبمقارنة المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح القياس البعدي في العمل الجماعي لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

ومن هنا اشار صلاح الدين الجماعي (٢٠١٠) (٨) معايير هيوم بيل **Huwm Beil** للتوافق ومنها التوافق الاجتماعي وهو قدرة الفرد على اكتساب الأصدقاء، وقدرته على تكوين علاقات اجتماعية مع المحيطين، وأن يجد أنه من السهل طلب المساعدة من الناس عند الحاجة، كما يكون عوناً للآخرين، كما أنه يجد السعادة بوجوده مع الناس أكثر من الوحدة. ومن هنا ترجع الباحثتان ذلك التقدم الذي طرأ على المجموعة التجريبية (قيد البحث) إلى المشاركة في العروض الرياضية والتي يتحقق بها تلك القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين والعمل والتوافق معهم.

٢- البعد الثاني (التواصل):

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في البعد الثاني (التواصل) لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في جميع العبارات تتراوح ما بين (١٠,٨٥) للعبارة رقم (٧) كأكبر قيمة و (٣,٩٦) للعبارة رقم (٢) كأصغر قيمة وأن هذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) والتي تساوي (٢,٠٢) كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (٧) والتي تنص على " احب ان انصرف فوراً بعد انتهاء اداء العرض." تتراوح بين (١,٣٧ : ٢,٦٢) وهما أعلى نسبة تحسن بين عبارات البعد الثاني ونجد أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (٢) والتي تنص على " أوثر على قرارات زميلاتي " تتراوح بين (١,٥٢ : ٢,٢٧) وهي أقل نسبة تحسن بين عبارات البعد ، وبمقارنة المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح القياس البعدي في التواصل لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

ومن هنا يشير " مصطفى فهمي " إلى إن الإنسان لا يستطيع العيش منفردا وغير منتسب للآخرين، إذ أن عليه أن يشترك مع الآخرين في الدفاع والعمل والإشباع الجنسي واللعب وتربية الصغار

ونقل المعرفة والثقافة الخ، لا بد له من الانتساب للآخرين، ومن أن يصبح واحدا منهم وجزءاً متكاملًا مع الجماعة. فالانعزال التام أمر لا يحتمل ولا ينفق مع صحة العقل. (٢٨)

٣- البعد الثالث (تبادل الأفكار):

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في البعد الثالث (تبادل الأفكار) لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في جميع العبارات تتراوح ما بين (٧,٧٦) للعبارة رقم (٦) كأكبر قيمة و (٣,٦٢) للعبارة رقم (١) كأصغر قيمة وأن هذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) والتي تساوي (٢,٠٢) كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (٦) والتي تنص على " اتقبل النقد من زميلاتي بصدور ربح " تتراوح بين (١,٣٠ : ٢,٥٠) وهي أعلى نسبة تحسن بين عبارات البعد الثالث ونجد أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (١) والتي تنص على " احترم اراء زميلاتي " تتراوح بين (١,٧٠ : ٢,٢٧) وهي أقل نسبة تحسن بين عبارات البعد الثالث ، وبمقارنة المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح القياس البعدي في تبادل الأفكار لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

ومن هنا اشار عمر أحمد (٢٠١٣م) (١٥) وعرفه بأنه عملية قوامها التسامح مع الآخرين ، والتصالح والتوفيق بين مختلف الرغبات وأساسها الأخذ والعطاء الودي، ويتم ذلك من خلال المهادنة وإيقاف الصراع وجعل العلاقات أكثر اتساعا والعمل على زيادة مظاهر التوحد والانسجام.

٤- البعد الرابع (تحقيق الاهداف):

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في البعد الرابع (تحقيق الأهداف) لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة اختبار (ت) المحسوبة دالة في جميع العبارات تتراوح ما بين (٧,٩٤) للعبارة رقم (٦) كأكبر قيمة و (٤,١٣) للعبارة رقم (١) كأصغر قيمة وأن هذه القيم أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) والتي تساوي (٢,٠٢) كما نلاحظ أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (٦) والتي تنص على " أفدر على تحقيق النجاح مهما كانت الظروف. " يتراوح بين (١,٤٧ : ٢,٥٧) وهي أعلى نسبة تحسن بين عبارات البعد الرابع ونجد أن المتوسط الحسابي بين القياسين القبلي والبعدي للعبارة رقم (١) والتي تنص على " افرح عند الإشادة بأدائي " يتراوح بين (١,٥٦ : ٢,٢٣) وهي أقل نسبة تحسن بين عبارات البعد الرابع ، ، وبمقارنة المتوسطات وُجد أن الفروق لصالح القياس البعدي في تحقيق الأهداف لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

ومن هنا يؤكد (Berns) (٣٥) أن التوافق الاجتماعي عبارة عن طبيعة تكوينية ضمن إطار العلاقات الاجتماعية، سواء أكانت في الأسرة أو المدرسة أو الجامعة أو المجتمع ككل، حيث يبدأ الكيان الشخصي الاجتماعي للفرد باكتساب الطابع الاجتماعي السائد للمجتمع ، وذلك حينما يكتسب العادات والتقاليد واللغة والطعام ، فالتوافق الاجتماعي يتضمن الاتجاه التكاملية النفسي ، وتحقيق حاجات الفرد من خلال ارضاء الجماعة. كما عرف كابون (٢٠١٥) (٣٦) **Capon** التوافق الاجتماعي بأنه قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عند مواجهة موقف جديد أو مشكلة اجتماعية جديدة.

ومن هنا تؤكد الباحثتان أن نسب التحسن في مستوى التوافق الاجتماعي لجميع المحاور قيد البحث لطالبات كلية التربية الرياضية يرجع إلى " المشاركة في العروض الرياضية وذلك بعد انجذاب الطالبات نحو المهمة بالإضافة لاكتساب الخبرة في التعامل مع الجماعات الكبيرة وكيفية التفاعل

النشط معهن أثناء التدريب على أجزاء العرض أو مراجعته والعمل معا نحو مهمة واحدة وهي إخراج العرض الرياضي غي أفضل صورة. كما ترجع الباحثتان التحسن في التوافق الاجتماعي لدي الطالبات إلى انجذاب كل طالبة إلى الجماعة من خلال رؤية اسهاماتها ودورها الشخصي في المشاركة مع زميلاتها في تكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع بعضهن البعض ، كل هذا يعتبر تمهيداً للتحويل التدريجي لأداء مهمتهن حيث أنه من المهم أن يكون الجو النفسي والاجتماعي ملائم بين الطالبات كتمهيد للأداء الجيد ، حيث أن العروض الرياضية تتطلب درجة كبيرة من التعاون والتنسيق ولن يتم إتمامه بفاعلية إلا من خلال وجود تفاعل اجتماعي بين أعضاء المجموعة .

كما ترجع الباحثتان احسن إلى أن نظرة الطالبة لإسهامات أعضاء الجماعة ككل ومدى التقارب ودرجة التوحد والتواصل الجيد وتوزيع المهام بينهن حيث يكون التركيز بين الطالبات داخل العرض على التنمية والمحافظة على العلاقات الاجتماعية والمشاركة في تحمل المسؤولية وتبادل الأفكار فيما بينهن يساعد على خروج العرض بشكل جيد وبذلك يخفف الضغط الذي قد يكون واقع على أعضاء الجماعة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كلاً من دراسة كولزينز وسيردام (1984م) (Surdom, J.Land Collsins) ، و Miller, R.S (1995) ، ومختار سالم (1997م) ، ودراسة محمد مرسل (1999م) (25) ، وفاء السيد (2008م) أن العروض الرياضية من الأنشطة الرياضية ذات الطابع الخاص الذي يتطلب توافق من الفرد داخل الجماعة وبالتالي فهي تساهم في تغير سلوك الفرد كي يتمشى مع مجموعته ، وبالتالي إكسابه العديد من السمات كالنظام والطاعة والولاء للجماعة والتعاون وانكار الذات ومساعدة الغير والشجاعة والتحمل وقوة الإرادة وغير ذلك من السمات التي يكتسبها الأفراد عن طريق اشتراكهم في العروض الرياضية وفي أثناء فترة التدريب والإعداد للعروض. (38)(37)(27 : 18) (25 : 317) (33)

وبذلك تكون الباحثتان قد تحققنا من فرض البحث والذي ينص على :
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لمجموعة البحث في التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا لصالح القياس البعدي.

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً. الاستخلاصات:

في ضوء الأهداف والفروض الخاصة بالبحث واستنادا على الإجراءات العلمية المرتبطة بموضوع البحث ومن خلال النتائج التي تم التوصل إليها، فقد توصلت الباحثتان الى الاستنتاجات التالية :

١- مقياس التوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية كان فعالا في قياس هدف البحث.

٢- العروض الرياضية كان لها تأثيراً إيجابياً وفعالاً في التوافق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا

ثانياً. توصيات البحث :

بناءً على الاستخلاصات الخاصة بموضوع البحث توصى الباحثتان بما يلي:

- تطبيق مقياس التوافق الاجتماعي على العديد من الدراسات والأبحاث في مجال الأنشطة الحركية لطالبات المرحلة الجامعية.
- ضرورة الاهتمام بتطبيق العروض الرياضية في مستوى متعددة وممارستها على جميع المستويات التعليمية لما لها من تأثير إيجابي في علاج العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية لدى الطلاب .
- إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات العلمية في مجال العروض الرياضية للتعرف على أهمية ممارستها على جميع مناحي حياة الفرد وعلى جميع المراحل العمرية المختلفة.
- الاهتمام بتدريب أعضاء الطلاب والطالبات بكليات التربية الرياضية على كيفية تصميم العروض الرياضية ومعرفة أهميتها.
- ضرورة العمل على إعادة الاحتفالات السنوية (داخل الكليات وعلى مستوى المحافظات) وإقامة العروض الرياضية وتنظيمها بصفة مستمرة للمشاركة بها في تلك المناسبات.

المراجع

أولاً : بعض المراجع العربية :

- ١- **إلهام عبد العظيم** (٢٠٠٢). فعالية عرض رياضي للتمرينات على الخجل والثقة بالنفس وبعض مكونات الصحة البدنية لطالبات كلية التربية الرياضية بالمنيا ، مجلة التربية الشاملة ، النصف الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق.
- ٢- **هجاج فانم** (٢٠٠٥) : علم النفس التربوي - تحليل نظري وسيكومتري لخمس مقياس في التربية العادية والخاصة ، دار الكتب ، القاهرة.
- ٣- **داليا السيد عنتر** (٢٠٠٩م) : " بناء برمجة تعليمية معدة بتقنية الوسائط المتعددة وتأثيرها في مستوى أداء التمرينات لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
- ٤- **داليا السيد عنتر** (٢٠١٧م) : تأثير الاشتراك في العروض الرياضية على معني الحياة لطالبات كلية التربية الرياضية بطنطا ، المؤتمر العلمي الدولي الثالث "الرياضة والتنمية المستدامة" ، بحث منشور، المجلة العلمية الدولية للتربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان
- ٥- **سامية أحمد الهجرسي** (٢٠٠١): مقدمة في التمرينات الإيقاعية والجمباز الإيقاعي، المكتبة الحديثة، القاهرة.
- ٦- **صبيحة ياسر مكطوف ، ابتسام محمد سعيد** (٢٠٠٧): تحقيق الهوية وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة الإعدادية . مجلة التربية والتعليم مح ١٤ ، ١٤ ، ص من ٢٠٠ - ٢٢٥ .
- ٧- **صفية أحمد محي الدين ، سامية ربيع الباهي** (٢٠٠٢) : الباليه والرقص الحديث، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، القاهرة.
- ٨- **صلاح الدين أحمد الجماعي** (٢٠١٠) : الاغتراب النفسي الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي عمان، دار زهران ، الأردن
- ٩- **صلاح الدين محمد سليمان** (٢٠٠٩م) : التمرينات والتمرينات المصورة، الإسلامية للطباعة والكمبيوتر، القاهرة
- ١٠- **عبد الحميد محمد شاذلي** (٢٠٠١م) : التوافق النفسي للمسنين ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية.
- ١١- **عطيات محمد خطاب** (١٩٩٢م) : التمرينات للبنات ، ط٧ ، دار المعارف ، القاهرة
- ١٢- **عطيات محمد خطاب** (١٩٩٧م) : التمرينات للبنات ، ط٨ ، دار المعارف ، القاهرة.
- ١٣- **على عبد الحسن حسين ، حسين عبد الزهرة اليمه** (٢٠١١) : التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية ، جامعة كربلاء مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد (١١) ، العدد (٣) ، كانون الأول
- ١٤- **على عبد السلام محمد** . (٢٠٠١): أساليب التوافق الشخصي والاجتماعي مع أخطاء الحياة اليومية ، وعلاقتها بالرضا عن العمل . مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية للكتاب ، ع ٦٠ ، ا.
- ١٥- **عمر أحمد همشري** (٢٠١٣): التنشئة الاجتماعية للطفل عمان : دار صفاء للنشر والتوزيع.
- ١٦- **عنايات فرج** (١٩٩٥): " التمرينات الإيقاعية التنافسية والعروض الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة
- ١٧- **فاطمة ياس الهاشمي ، عصام الدين شعبان** (٢٠١٢). التمرينات والعروض الرياضية ، دار ومكتبة الإسراء ، الإسكندرية

- ١٨- **فوزي فرحات وآخرون (٢٠٢٢م)**: بناء مقياس للتوافق النفسي والاجتماعي عند متربصي التكوين المهني بولاية الوادي ، بحث منشور ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، جامعة الوادي ، ع ٨٤ ، مج ٢ ، الجزائر.
- ١٩- **كمال عبد الحميد اسماعيل (٢٠١٦م)**: اختبارات قياس وتقويم الاداء المصاحبه لعلم حركه الانسان ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٢٠- **ليلى عبدا لعزیز زهران (١٩٩٧)**: الأسس العلمية والعملية للتمرينات والتمرينات الفنية، دار الفكر العربي، القاهرة
- ٢١- **لينا فالج الطاهات (٢٠٢١)** : المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من الطلبة اللاجئين السوريين في الأردن المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل – العلوم الإنسانية والإدارية، مع ٢٢ ، ع ١ – ١٧٩ ، ١٨٦ ،
- ٢٢- **محمد حسن علاوي (١٩٨٦م)** : علم النفس الرياضي ، دار الفكر ، القاهرة.
- ٢٣- **محمد صبحى حساين (٢٠٠٤م)** : القياس والتقويم في التربيه الرياضييه ،دار الفكر العربي ،القاهره
- ٢٤- **محمد عاطف أحمد محمد (٢٠٢٢م)** : الخصائص السيكومترية المقياس التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم ،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس
- ٢٥- **محمد مرسال حمد (١٩٩٩م)**. العلاقة بين البناء الاجتماعي والمناخ النفسي ومستوى أداء عروض التمرينات الجماعية لطلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، بحث منشور ،مجلة تطبيقات علوم الرياضة ، مجله محلية علمية متخصصة ، العدد الرابع والثلاثون ، أكتوبر ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية
- ٢٦- **محمود احمد سيد (٢٠٠٢م)** : مشكلات النظام التربوي العربي ، دمشق.
- ٢٧- **مختار سالم (١٩٩٧م)** : الفنون الاستعراضية والرياضية "تصميم وإخراج" ، مكتبة المعارف ، لبنان.
- ٢٨- **مصطفى فهمي (١٩٧٨)**: التكيف النفسي، مكتبة مصر، القاهرة
- ٢٩- **مويسى فريد ، تركى احمد ، سبح بوعبدالله (٢٠١٢م)** : ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وانعكاسها على إدراك الذات البدنية للمراهقين (دراسة ميدانية لتلاميذ المرحلة المتوسطة)، مجلة التربية للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، كلية التربية ، المجلد ١ العدد ١٥٠ ، أكتوبر، جامعة الأزهر
- ٣٠- **نسمة محمد فراج (٢٠١٦م)** : تأثير برنامج تمرينات المقاومة الكلية للجسم على مستوى أداء بعض المهارات الأساسية في التمرينات الفنية الايقاعية والصفات البدنية لطالبات كلية التربية الرياضية" ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- ٣١- **نهلة عبد العظيم إبراهيم (٢٠٠٧م)** : تأثير تمرينات التايشى على تنمية بعض المتغيرات الإحساس الحركى ومستوى الأداء فى التمرينات " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
- ٣٢- **هدى عيسى الجبوري (٢٠١٩)**: التوافق النفسي الاجتماعي و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية - مجلة العلوم الانسانية جامعة بابل ، مج ٢٦ ، ع نص ص ١٥-١
- ٣٣- **وفاء السيد محمود (٢٠٠٨م)** : تأثير العروض الرياضية على الثقة بالنفس ومركز التحكم ومستوى الأداء للجملة الابتكارية لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق ، المؤتمر العلمي الدولي الثالث ، مارس ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق.

ثانياً : بعض المراجع الأجنبية :

- 34- Child, family, school, community: Socialization and : **Berns, R. M. (2015)**
.and support. Cengage Learning
- 35- Marital Conflict, Children's Emotional Security, and : **Capon, L. M. (2015)**
Psychological Adjustment: An Observational Study of the Influence of Marital
.Positivity (Doctoral dissertation, Catholic University of America)
- 36- : On the nature of Embarrass al skill, Journal of Ability)1995 (**Miller, R.S**
shyness. Social Evaluation and Social (Skill), Journal of personality. Vol. (63)
pp. 316 - 339.
- 37- : Adptalton of International Students. (١٩٨٤) **Surdom. J. L and collsins, J.R**
Journal of Callese Student personal., May. Vol. 25 (30,pp. (240-245).

بعض مواقع شبكة المعلومات الدولية (الإنترنت) :

<https://www.ekb.eg/web/guest/muse> ^{٣٩}
<https://www.sport.ta4a.us/human-sciences/movement-science/1658-٤٠>
compatibility-component-tests.html#google_vignette