



## دراسة مقارنة لأداء التشكيلتين الحركية الإجبارية والاختيارية باستخدام

أداة الطوق وفقاً للسيادة المخية لنصفي الدماغ

م.د. إيناس سلمان علي

البريد الإلكتروني: dr.enne@yahoo.com

### الملخص

إن تطور المستوى المهاري في رياضة الجمناستك الإيقاعي لا يبنى وفقاً للقدرات البدنية والحركية فقط، بل إن القدرات العقلية ومنها السيادة النصفية المخية تسهم بدوراً هاماً في تحديد نوع المعالجة الحسية التي يتعامل بها الدماغ مع الأشكال المختلفة للمهارة الحركية ومدى قدرته على تطويعها لتنفيذ الواجب الحركي، وذلك لما يمتاز به مهارات الجمناستك الإيقاعي من الأشكال والمهارات الحركية المتنوعة ذات الطابع الفني الجمالي الذي يعبر عن مدى تناسق المهارة والإيقاع الموسيقي في بناء وحدة واحدة يتفاعل فيها الإحساس بالحركة والإيقاع في آن واحد.

من هنا اختار الباحث عينة من طالبات المرحلة الثالثة للعام الدراسي (2014-2015) بلغ عددهن (30) طالبة، واستخدم الباحث مقياس تورانس للسيادة المخية في تقسيم مجموعتي البحث، وتم إجراء الاختبارات الخاصة بالأداء للتشكيل الحركية الإجبارية والاختيارية لأداة الطوق.

استخدم الباحث معامل الارتباط واختبار (t) لمعرفة معنوية دلالة الفروق في معالجة بيانات البحث لإيجاد أفضل العلاقات المتحققة بين المتغيرات، وأظهرت النتائج إن السيادة المخية ترتبط بالأداء في الجمناستك الإيقاعي، إذ ارتبطت السيادة النصفية للنصف الأيسر والأيمن مع أداء المهارات الأساسية، كما ظهرت فروقات معنوية بين السيادة المخية للنصف الأيمن وأداء التشكيلتين الحركية الاختيارية والإجبارية، ومن تلك النتائج أوصى الباحث بضرورة الاعتماد على مؤشر السيادة المخية لنصفي الدماغ لتطوير الأداء المهاري في الجمناستك الإيقاعي

الكلمات المفتاحية (السيادة النصفية، جمناستك، الطوق)

**Compared to the performance of specific configurations and kinetic mandatory test using Hope according to the rule of the cerebral hemispheres of the brain study**

**By;dr. Enas S. Ali**

**Email;dr.enne@yahoo.com**

Abstract ;

The evolution of the skill level in the sport of gymnastics rhythmic not built in accordance with the physical and kinetic capabilities only, but that mental capacity, including the sovereignty midterm cerebral contribute important Bdora in identifying sensory processing, which handles the brain with different forms of the skill of the motor and its ability to adapt to the implementation of the motor to be kind, and so As it characterized by the rhythmic gymnastics skills of various shapes and motor skills of a technical



nature aesthetic that reflects the skill and musical rhythm consistency in the construction of one unit which reacts a sense of movement and rhythm at the same time.

From here chose researcher sample of students in the third phase of the academic year (2014-2015) was their number (30) Student, divided into two groups , researcher used scale Torrance sovereignty cerebral were also conduct their own performance for a variety of motor compulsory and optional hope .

The researcher (t) test on the search data analysis processing to find the best realized relationships between variables, and the results showed that the sovereignty cerebral linked to performance in gymnastics rhythmic, they touched sovereignty cerebral left half with basic skills, performance, and there's main deferent between the cerebral sovereign right hemisphere and the performance of the optional motor selection, and those results, the researcher recommended the need to rely on the cerebral sovereignty index hemispheres of the brain to develop performance skills in rhythmic gymnastics.

**Keywords(sovereigntyof the cerebral hemispheres.,gymnastics, Hope)**

## 1- التعريف بالبحث

### 1-1 مقدمة البحث وأهميته

يعد الجمناستك الإيقاعي من الالعاب الرياضية التي يميزها اهمية القدرات الإبداعية والذهنية جنباً الى جنب اهمية كلا من القدرات البدنية والمهارية، ولما كانت مهاراتها تؤدي بدقة عالية وترباط وانسيابية كان لزاماً ان تتصف اللاعبة بمواصفات بدنية ومهارية وعقلية ووظيفية عالية لتتمكن من النجاح في هذه الرياضة .

يمتاز الأداء في الجمناستك الإيقاعي بالتنوع والشمول وسرعة الاستجابة للعمل العضلي في إطار متوافق وتعتمد طبيعة الأداء فيه على توافر الرشاقة والمرونة والتوافق لإظهار جمال الأداء الحركي فضلا عن الابداع والابتكار والمزج بين القدرات الجسمية والاحساس الحركي بطريقة تحقق المتطلبات الخاصة بالاداء لمهارات الجمناستك الإيقاعي .

وبناءً على ذلك فأن السبل التي يعتمدها الاداء لتلك المهارات في تنظيم وتنسيق المعلومات حول البناء الفني للمهارات الأساسية وما تتضمنه من تفاصيل بالغة الدقة يوجب أن تكون لدى المدرب فكرة أساسية وكاملة حول مستوى ما تمتلكه اللاعبة او الطالبة من الإدراك لتحقيق تلك المتطلبات والتعرف على فاعلية نظم تلقي سيل المعلومات التي تتدفق عبر القنوات الحسية المختلفة السمعية والبصرية لبناء التصرف الحركي المطلوب، وغيرها لتقدم لنا فكرة واضحة عن كيفية تنظيم المعلومات لإدراكها وبنائها في الذاكرة وما إذا كانت هذه الآليات تتوافق وطبيعة الواجبات الحركية التي يتطلبها التدريب على مهارات الجمناستك الإيقاعي .

ومن هنا فقد سعى الباحث إلى تسليط الضوء حول أهمية ودور السيادة المخية لنصفي الدماغ وتأثير ذلك في إنجاح الأداء المهاري وعلى وفق ما تتمتع به المتعلمة من مواصفات عقلية تبعاً لمواصفات النصف السائد في معالجة المثيرات الحسية التي تصل إلى الدماغ وبالتالي لتوضيح مدى إمكانية نجاحها في هذا النوع من الرياضة.

وتعد دراسة السيادة النصفية للدماغ وتحديد أي من النصفين تركز اليه آليات تحليل وبناء المثبرات الواردة إلى الدماغ، واحداً من الأسس الهامة لتحقيق التوافق في المتطلبات والمميزات الهامة في اختيار اللابعات سواء كانت على المستوى البدني ام الوظيفي او العقلي لما تتطلبه رياضة الجمناستك الإيقاعي من عناصر الإبداع والابتكار في المتطلبات الفنية الخاصة في السلاسل الاختيارية والاجبارية ولكونه من أسس التقييم القانوني للسلاسل الحركية ومتطلباً هاماً لجمع أعلى نقاط في تقييم الأداء .

ومن خلال عمل الباحث في مجال تدريس وتدريب رياضة الجمناستك الإيقاعي فقد لاحظ ضعف لاهتمام بتنمية واعتماد المتطلبات العقلية والذهنية في تطوير الاداء المهاري والتركيز على المتطلبات البدنية والمهارية فقط ، وعليه فقد لجأ الباحث إلى دراسة هذا المتطلب الهام بغية لتوضيح أهميته والتأكيد عليه للمهتمين بهذه الرياضة، وبما يعكس ايجابياً في بناء منظومة انتقاء علمية وفاعلة تسهم في التقدم بعمليات وبرامج التعلم والتدريب الرياضي بشكل فاعل وبنجاح دون ضياع في الجهد.

### 2-1 هدفا البحث

1. التعرف على الفروق في الاداء المهاري للتشكيلتين الحركية الاجبارية والاختيارية بأستخدام اداة الطوق وفقاً للسيادة المخية لنصفي الدماغ.
2. التعرف على العلاقة بين السيادة المخية لنصفي الدماغ بأداء التشكيلتين الحركية الاختيارية والاجبارية بأستخدام اداة الطوق.

### 3-1 فرضا البحث

1. يوجد فروق ذات دلالة احصائية في اداء التشكيلتين الاجبارية والاختيارية بأستخدام اداة الطوق وفقاً للسيادة المخية لنصفي الدماغ.
2. توجد علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين اداء التشكيلتين الحركية الاختيارية والاجبارية بأستخدام اداة الطوق والسيادة المخية لنصفي الدماغ.

### 4-1 مجالات البحث.

- 1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثالثة والبالغ عددهن (30) طالبة.
- 2-5-1 المجال أزماني : للمدة من 2015/1/10 ولغاية 2015/2/2 .
- 3-5-1 المجال المكاني : قاعة الألعاب الرياضية الداخلية وقاعات فرع العلوم النظرية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.

### 5-1 تحديد المصطلحات

- السيادة المخية النصفية: "هو تحكم كل نصف في التحريك الإرادي للجانب المقابل ويتلقى الرسائل المهيأة للمعارف الحسية المتصلة بهذا الجانب" (1: 633)

### 2- /منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### 1-2 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث.

#### 2-2 عينة البحث

تكونت عينة البحث من طالبات مرحلة الدراسة الجامعية في المرحلة الثالثة وعددهم (30) طالبة توزعوا على الشكل التالي:

العينة الكلية (55) طالبة: كانت لعينة التجربة الاستطلاعية (10) طالبات ، تم استبعادهم



من العينة الرئيسية وبالتالي أصبحت لعينة التجربة الأساسية (30) طالبة توزعوا الى (15) طالبة من ذوات السيادة النصفية الايمن و(15) من ذوات السيادة المخية النصفية الايسر، ولكونهم من مرحلة دراسية واحدة فإن خط الشروع بالنسبة لهن واحدفهن من مستوى تعليمي واحد ولا يوجد متغير غير مسيطر عليه يؤثر في نتائج التجربة.

#### 4-2 أدوات البحث

- استمارات تسجيل.
- جهاز Music Box .
- مقياس تورانس للسيادة النصفية المخية.

#### 5-2 الإجراءات الميدانية

قام الباحث وبعد الاطلاع على المصادر والمراجع العلمية بأختيار مقياس تورانس لقياس السيادة المخية لنصفي الدماغ المقتن الذي أعده (Torrance, McCarthy & Kaltsounis-1988) وقام صلاح احمد مراد بترجمته على أعمار الصف العاشر (16 سنة فأكثر) ولغرض التعرف على مدى ملائمة هذا المقياس لعينة البحث، قام الباحث بأجراء التجربة الاستطلاعية في يوم 2014/12/21 على مجموعة من طالبات المرحلة الثالثة بلغ عددها (10 طالبات)، بهدف تحديد اي من الطالبات من ذوات السيادة بالمخية للنصف الايمن واياها من ذوات السيادة المخية للنصف الايسر ، فقد لجأ الباحث الى تطبيق مقياس تورانس والمؤلف من 28 عبارة ، وبعد ان تم توزيع المقياس وتوضيح تعليماته للطالبات ، قام الباحث بجمع وتنظيم بيانات المقياس بالشكل الذي يسمح بدقة معالجتها وصولاً الى تقسيم العينة الى مجموعتين على وفق السيادة المخية لاحدى النصفين واستبعاد ذوات المعالجة المتكاملة ومراعاة تماثل عدد الطالبات في كل مجموعة ، وبذلك انتهى الباحث من فرز عينة البحث كل في مجموعته. ولكون الطالبات من مرحلة عمرية واحدة ويخضعن لذات المنهج الدراسي فإن عينة البحث تعد متجانسة فيما بينها في اي من المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج البحث.

#### 6-2 التجربة الرئيسية

قام الباحث وبعد تطبيق مقياس تورانس للسيادة النصفية المخية على كافة طالبات المرحلة الثالثة بلغ عددهن (55) طالبة، قام بعدها بأخذ عينة مؤلفة من (30) طالبة (15) منهن من ذوات السيادة النصفية المخية للنصف الايمن و(15) أخرى من ذوات السيادة المخية النصفية للنصف الايسر، ومن ثم أجرى الباحث التجربة الرئيسية على هذه العينة وذلك بتطبيق مقياس تورانس عليهن، فضلا عن اختبار الأداء المهاري وفق الصيغ الآتية:

- **الاختبار الأول/ المهارات الاساسية** (وفيه تقف المختبرة بتهيؤ للأداء وتقوم بأداء خمس من المهارات الاساسية المقررة لمنهج المرحلة الثالثة، ويتم تقييم ادائها، تعطى محاولتين ثم يؤخذ الوسط الحسابي لمجموع تلك المهارات في المحاولتين، وان أعلى درجة للتقييم هي 10 درجات).
- **الاختبار الثاني/ الأداء المهاري للتشكيلة الحركية الاجبارية** (وفيه تؤدي المختبرة التشكيلة الحركية على وفق الترتيب الذي وضع من قبل مدرسة المادة للمهارات كافة، التقييم هنا لادائها التشكيلة الحركية كاملة ، تعطى محاولتين ويؤخذ الوسط الحسابي لهما، وان أعلى درجة للتقييم هي 10 درجات)



- **الاختبار الثالث/الأداء المهاري لتشكيلة حركية الاختيارية** (وفيه تؤدي المختبرة التشكيلة الحركية على وفق الترتيب الذي وضعته للمهارات، وبذلك يتم تقييمها على الأداء المهارات ، يؤخذ الوسط الحسابي لمحاولتين، وان أعلى درجة للتقييم هي 10 درجات)

### 2-7 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث البرنامج الإحصائي (SPSS) لاستخراج نتائج البحث إذ تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية :

- الوسط الحسابي.- الانحراف المعياري - معامل الارتباط البسيط (Person)
- اختبار (t) للعينات المستقلة.

### 3- (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها)

3-1 عرض نتائج الفروق في اختبار المهارات الأساسية والتشكيلة الاجبارية والاختيارية للمجموعتين على وفق السيادة المخية النصفية الايمن والايسر

جدول (1)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ودلالة الفروق لمجموعتي البحث من ذوات السيادة للنصف الايمن وذوات السيادة للنصف الايسر في متغيرات البحث

المتغيرات	ذوات النصف الايسر		ذوات النصف الايمن		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
	س	ع	س	ع		
المهارات الاساسية	7.711	1.293	7.403	0.959	1.954	عشوائي
التشكيلة الاختيارية	7.426	1.071	5.340	2.329	2.458	معنوي
التشكيلة الاجبارية	6.090	1.166	7.553	2.162	2.315	معنوي

بلغت قيمة (t) الجدولية (2.04) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28)

يتوضح من الجدول (1)، ان قيم معامل الوسط الحسابي والانحراف المعياري بين السيادة المخية للنصفين الأيمن والأيسر، إذ بلغ الوسط الحسابي للعينة في المهارات الأساسية، التشكيلة الاجبارية، التشكيلة الاختيارية) لذوات السيادة المخية للنصف الأيسر كانت (7.711 ، 7.426 ، 6.090) على التوالي وبأنحراف معياري بلغ (1.293 ، 1.071 ، 1.166) على التوالي.

كما يتبين ان قيم الأوساط الحسابية لعينة البحث في (المهارات الأساسية ، التشكيلة الاجبارية، التشكيلة الاختيارية) لذوات السيادة المخية للنصف الأيمن قد بلغت (7.403، 5.340، 7.553) فيما بلغ الانحراف المعياري للمتغيرات (0.959، 2.329، 2.162) على التوالي. ولغرض معرفة دلالة الفروق بين مجموعتي البحث من ذوات السيادة النصفية الايمن وذوات السيادة النصفية الايسر استخدم الباحث اختبار (t) وقد ظهرت القيمة المحسوبة بين متغيرات البحث والمجموعتين فقد كانت (1.954، 2.458، 2.315) على التوالي ولدى مقارنتها بالقيمة الجدولية والتي



بلغت (2.04) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (28) فقد ظهرت وجود فروق عشوائية في الاداء المهارات الاساسية بين مجموعتين البحث من ذوات السيادة النصفية الايمن وذوات السيادة النصفية الايسر، ان عدم وجود فروق معنوية في اختبار المهارات الاساسية بين مجموعتي البحث من ذوات السيادة المخية للنصف الايمن وذوات السيادة المخية للنصف الايسر ويعزو الباحث ذلك الى ان تعلم المهارات الرياضية يبني على تفاعل عمل النصفين معاً وهو ماينتج عنه عدم ظهور أفضلية او تمايزاً لاحداها وذلك وفقاً لما جاءت به نتائج البحث ، وبذلك وهو مايتفق وما اشار اليه (sternberg) 2001 (5:120) من ان للنصف الايمن القدرة على ادراك الاشياء المعقدة والتعلم عن طريق العرض العملي فيما يمتاز النصف الايسر بقدرته على تناول الاجزاء والتفاصيل في المدركات الحسية والاستنتاج بطريقة استدلالية وهو ما يتطلبه تعلم المهارات الرياضية.

كما نلاحظ انه وفي اختبار التشكيلة الاختيارية فقد ظهرت الفروق لصالح ذوات السيادة المخية للنصف الايسر ويعزو الباحث هذه النتائج الى ان متطلب اداء التشكيلة الاختيارية يوجب على الطالبة بناء سلسلة مهارية متوافقة مع الايقاع الموسيقي فضلاً عن ذكاء التنظيم الفراغي لتوالي المهارات بأنسيابية تامة وهو تماماً الدور الذي يقع على عاتق النصف الايسر على وفق ما اشار اليه مارتينيز (Martens) اذ يقوم بتكوين برنامج تخطيط عقلي عن كيفية اداء المهارة وتوقيت انقباض العضلات العاملة فيها واجراء المعالجة اللازمة لتعديل الاخطاء وتصحيحها (3: 111-143).

كما نلاحظ من الجدول السابق في اختبار التشكيلة الحركية الاجبارية فقد كانت الفروق لصالح ذوات السيادة المخية للنصف الايمن ويعزو الباحث ذلك الى ان اداء التشكيلة الاجبارية كما هو معروف لجميع المختصين في المجال ان التشكيلة الاجبارية هي اعادة اداء للواجب الحركي الذي تم تحديده مسبقاً من قبل مدرسة المادة دون تغيير او اضافة ابتكارية من قبل الطالبة وهنا فأن دور النصف الايمن في ذلك يبدو واضحاً من حيث استعادة الصور والخيالات بعد مشاهدة شيو تذكّر الحقائق المستنتجة اذ يشير مارتينيز الى ان (النصف الايمن يقوم بالتحكم في الطريقة التي يؤدي بها اللاعب الترابط بين المفردات المكونة للمهارة في اطار كلي) (3: 115) كما يؤكد شمعون استخدام النصف الايمن قبل او بعد الاداء الرياضي للمهارات المغلقة (2: 105).

2-3 عرض ومناقشة نتائج معاملات الارتباط بين المهارات الاساسية والتشكيلة الاختيارية والاجبارية على وفق السيادة النصفية الايمن والايسر لعينة البحث.

### جدول (2)

يبين معامل الارتباط لذوات السيادة المخية الايسر والايمن لعينة البحث

الارتباط		الأداء المهاري
ذوات النصف الأيمن	ذوات النصف الأيسر	
0.856	0.879	المهارات الاساسية
0.838	0.512	التشكيلة الحركية الاجبارية
0.864	0.984	التشكيلة الحركية الاختيارية

يظهر الجدول السابق ان قيم معاملات الارتباط في الأداء المهاري (المهارات الاساسية ، التشكيلة الحركية الاجبارية، التشكيلة الحركية الاختيارية) والنصف الايسر قد بلغ (0.879 ، 0.512 ، 0.584) على التوالي وجميعها عدا المهارات الاساسية كانت أدنى مما عليه ونتائج علاقات الارتباط بالسيادة المخية النصف الايمن والأداء المهاري التي بلغت (0.906، 0.838، 0.864) على التوالي.

يلاحظ مما سبق بأن قيم معاملات الارتباط كانت متقاربة بين كلا من السيادة المخية للنصفين الايمن والايسر وأداء المهارات الاساسية ، أما في اختبار أداء التشكيلة الحركية الاجبارية فنجد ان قيم



العلاقة ما بين معاملات الارتباط كانت لصالح السيادة المخية للنصف الأيمن عن السيادة المخية للنصف الأيسر، وفي اختبار التشكيلة الاختيارية كذلك ظهر بأن قيم معامل الارتباط كانت لصالح النصف الأيمن مما هي عليه والنصف الأيسر، وفي اختبار تقييم ربط المهارات فقد كانت لصالح النصف الأيمن اعلي من قيم الارتباط مع النصف الأيسر، فضلاً عن ذلك نلاحظ إن قيم الارتباط بلغت اعلي قيمة للأداء المهاري في هذا الاختبار كان الأكثر ارتباطاً مع السيادة المخية للنصفين سواء الأيمن أو الأيسر بشكل عام مقارنة مع أشكال الأداء المهاري الأخرى.

وبذلك كان للسيادة المخية للنصف الأيمن والأداء المهاري والتي بلغت (0.772، 0.702، 0.746، 0.874) ، عدا تقييم المهارات الأساسية أعلى مما هو عليه والسيادة المخية للنصف الأيسر والتي كانت (0.821، 0.262، 0.342، 0.502) على التوالي.

إن العرض السابق يشير إلى إن قيم معامل الارتباط كانت بين السيادة المخية النصفية وأداء المهارات الأساسية، بين كل من المجموعتين ذوات السيادة المخية للنصفين الأيمن والأيسر ويعزو الباحث ذلك إلى أن أداء أي من المهارات الرياضية لابد وان يتم بأجراء المعالجات الحسية للمعلومات بهدف إتمام تنفيذ الواجب الحركي وهذا يتفق وما أشار إليه (Hainer 1999) من إن كلا من نصفي الدماغ ينفذان جوانب مختلفة في معالجة المعلومات وبذلك أصبح لهما أهمية متساوية في التعلم والإدراك الحركي. (2: 4-3)

ومما سبق فإن النتائج تتفق وما أشارت إليه الدراسات والأبحاث من أن النصف الأيسر من الدماغ يتحكم في المعالجة المتضمنة لعمليات اكتساب واستخدام اللغة في حين إن النصف الأيمن يتحكم في معالجة القضايا البصرية والفراغية والفنية كالموسيقى والإحساس التعبيري (3: 120).  
ومما سبق يرى الباحث إن السيادة المخية النصفية وفقاً لعلاقتها في الأداء المهاري للاعبات الجمناستك الإيقاعي قد باتت من الضرورة اعتمادها أساساً يبنى عليه الارتقاء بالأداء المهاري مع امكانية عدها واحداً من المحددات التي يستند إليها في بناء نموذج يستند إليه عند اختيار اللاعبات .

#### 4- الخاتمة

توصل لباحث الى الاستنتاجات بان السيادة المخية لنصفي الدماغ لها علاقة متغيرات البحث من المهارات الأساسية، أداء التشكيلة الاجبارية، أداء التشكيلة الاختيارية في الجمناستك الإيقاعي وبذلك فان السيادة النصفية المخية تسهم في الأداء المهاري ويرتبط أداء المهارات الأساسية بعمل كلا النصفين ولا يوجد تباين او افضلية لاحدهما عن الآخر عند أداء المهارات الجمناستك الإيقاعي باستخدام اداة الطوق وان الطالبات ذوات السيادة النصفية الايسر يؤدين مهارات التشكيلة الحركية الاختيارية بشكل افضل مما لدى طالبات المجموعة ذوات السيادة النصفية الايسر وان الطالبات ذوات السيادة النصفية الايمن يؤدين مهارات التشكيلة الحركية الاجبارية بشكل افضل مما لدى طالبات المجموعة ذوات السيادة النصفية الايسر وبالإمكان الاعتماد على مقياس السيادة المخية النصفية كمؤشر للتنبؤ بالأداء المهاري في الجمناستك الإيقاعي .

واوصى الباحث بالتأكيد على استخدام مقياس السيادة المخية النصفية كأسس لتطوير المهارات والاداء في الجمناستك الإيقاعي واجراء المزيد من الدراسات والابحاث على فئات عمرية اخرى لدعم رياضة الجمناستك الإيقاعي والسعي لإيجاد مؤشرات أخرى يمكن قياسها وذات أهمية لرياضة الجمناستك الإيقاعي كالمتغيرات الوظيفية والنفسية مثلاً لغرض اعتمادها في اختيار رياضيات للجمناستك الإيقاعي.



## المصادر والمراجع العربية والأجنبية :

1. كمال دسوقي. ذخيرة علوم النفس.م1( القاهرة، الدار الدولية للنشر، 1998).
2. محمد العربي شمعون.التدريب العقلي في المجال الرياضي.ط1.(مدينة نصر، دار الفكر العربي،1996).115.
3. Martens,R.Coaching Guide to Sport Psychology. Champ-aign, IL,Human Kinetics.1987.pp111-143
4. Hainer, E.V.& Fagan; Learning style, a new approach to teaching limited English proficient student.NABE.new,1999.
5. Sternberg .R; In search of Human mind 3rd edition .New York 2001 .

## ملحق (1)

## عبارات مقياس تورانس للسيادة المخية النصفية

التأشير	العبارات	ت
	- أحب قراءة شرح (توضيح) مفصل للأشياء التي يجب علي عملها. - أحب أن تشرح لي الأشياء عن طريق العرض العملي .	1
	- أنا ماهر في تفسير الإشارات وتعبيرات الجسم . - أفضل أن أقول ما افكر فيه واعتمد على ما يقوله الناس .	2
	- استمتع بالمقررات او الدروس التي استمع فيها إلى المعلم . - استمتع بالمقررات او الدروس التي اتحرك في واحاول تجريب الأشياء.	3
	- إميل الى حل المشكلات بطريقة غير جادة (طريقة المزاح) . - إميل إلى حل المشكلات بطريقة جادة (جدية) مثل رجال الاعمال .	4
	- استخدم المعلومات المناسبة فقط لاداء العمل المطلوب مني. - استخدم اي معلومات متوفرة لدي لاداء العمل المطلوب مني .	5
	- أحب الدروس او الاعمال المحددة والتي اعلم فيها تماماً ما المطلوب مني . - احب الدروس او الأعمال غير المحددة ، والتي تتيح لي فرص للتغيير كلما تقدمت في ادائها .	6
	- احب استخدام التخمين . - لا احب التخمين .	7
	- احب التعبير عن مشاعري (وعواظي) في لغة واضحة ومباشرة . - احب التعبير عن مشاعري (وعواظي) بالشعر او الغناء او الرسم .	8
	- احب تعلم الاشياء المعروفة والمتأكدين منها (التي ثبت صحتها ولاتحتمل الجدل) . - احب تعلم الاشياء الغامضة (غير المعروفة) .	9
	- احب تجزئ الافكار ، لكي افكر في كل منها على حدة . - احب وضع كثير من الافكار معاً .	10
	- انا ماهر في استخدام المنطق في حل المشكلات .	11





12	- انا ماهر في استخدام الاستكشاف في حل المشكلات . - احب ان ارى واتخيل الاشياء عند حل المشكلات . - احب تحليل المشكلات عن طريق القراءة والاستماع للمعلمين الذين يعرفونها .
13	- اتعلم بسهولة من المعلمين الذين يستخدمون الكلمات في الشرح - اتعلم بسهولة من المعلمين الذين يستخدمون الحركات والتمثيل في الشرح .
14	- انجح في استخدام الكلمات عند التذكر او التفكير في شيء ما . - انجح في استخدام الصور والخيال عند التذكر او التفكير في شيء ما .
15	- احب رؤية الاشياء المنتهية او الكاملة . - احب تنظيم واكمال الاشياء غير الكاملة .
16	- انا ذكي . - انا مستكشف ( مبتكر) .
17	- انا ناجح في تعلم التفاصيل والحقائق . - انا ناجح في التعلم من الفكرة العامة او الصورة الكلية .
18	- اتعلم واتذكر الاشياء التي درستها . - اتعلم واتذكر التفاصيل والحقائق التي اتوصل اليها مما يحدث حولي .
19	- احب قراءة القصص الواقعية . - احب قراءة القصص الخيالية .
20	- استمتع بأن اخطط لما ساقوم بعمله . - استمتع بأن احلم او اتخيل ماساقوم بعمله .
21	- احب الاستماع للموسيقى اثناء القراءة او المذاكرة . - احب الانتهاء بسرعة من القراءة او المذاكرة .
22	- استمتع بصقل (نسخ) وتكملة التفاصيل . - استمتع برسم افكاري وتخيلاتي .
23	- يستثيرني (يفرحني) ان اخترع شيئاً ما . - يستثيرني ( يفرحني) ان احسن شيئاً ما .
24	- اتعلم جيداً عن طريق الاستكشاف . - اتعلم جيداً عن طريق الفحص او التجريب .
25	- احب ان تعرض الافكار بطريقة مرتبة . - احب ان تعرض الافكار عن طريق علاقتها ببعضها البعض .
26	- انا ناجح في تذكر الاشياء اللغوية . - انا ناجح في تذكر الاصوات والنغمات .
27	- غالباً يشرد عقلي عند التفكير في شيء ما . - تقريباً لا يشرد عقلي .
28	- استمتع بالتلخيص . - استمتع بعمل خطة ( مسودة) .