

الفصل الأول

المقدمة ومشكلة البحث

- * المقدمة**
- * مشكلة البحث وأهميته**
- * هدف البحث**
- * فروض البحث**
- * المصطلحات**

المقدمة :-

إن الطبيعة وإيقاعاتها المختلفة ، تعطى الكون هذه الديمومة والشكل المميز لها ، والأمثلة على ذلك كثيرة وظاهرة كإيقاع الليل والنهار والشمس والقمر ، وإيقاع الفصول الأربعة ، وحركات الأجرام السماوية كل ذلك يحدث بإيقاع منتظم وموزون لا دخل للإنسان فى حدوثه أو نظامه فهذه قدرة الخالق جلت قدرته .

بسم الله الرحمن الرحيم (يولج الليل في النهار ويولج النهار في الليل وسخر الشمس والقمر كل يجري لأجل مسمى ...) صدق الله العظيم فاطر (١٣) .

ويمكن إحساس إيقاع الأشجار في الطبيعة عندما تتمايل لمداعبه الهواء لها ، وكذلك أمواج البحر وهي تتلاطم علي الشاطئ ... كل ذلك بإيقاعات جميلة مقننه .
(١١ : ٢٢١ ، ٢٢٢)

وفي الإنسان نحن نلمس الإيقاع بشكل منتظم فى جميع أجهزته الإرادية (ضربات القلب، عملية التنفس ، حركات المعدة ، الأمعاء في عملية الهضم) وقد تتغير سرعة الإيقاع في هذه الأجهزة تبعاً للحالة النفسية عندما يشعر بالخوف أو الفرح . كما إنه من مميزات الحركة الإرادية وخاصة هامة من خصائص الحركة الرياضية مثل (المشي ، الجري ، الوثب ، الرمي ، التجديف ، السباحة ، حركات الجمباز ، التعبير الحركي والتمرينات الإيقاعية الفنية ومختلف الألعاب).

وتعرف " ليلي زهران " الإيقاع بأنه " تنسيق النسب بشكل منظم بين المسافة والزمن " وان كلمه إيقاع " Rhythm " ترجع لأصل يوناني " Ryho " ومعناها بضربه أمواج وتيارات مستمرة . (٢٩ : ١٠٧ ، ١٠٨) ويتفق كل من " السيد عبد المقصود " و " بسطويسى أحمد " فى أن الإيقاع هو : " العمل المتبادل و المنسجم بين كل من الشد والإرتخاء والذي يحكمه كل من الزمن والقوة الخاصة بأجزاء الحركة " .

(١٦٧ : ٥) (١١ : ٢٢٠) .

وتري " عطيات خطاب " أن هناك علاقة وثيقة بين الموسيقى والإيقاع . إذا يتفق معظم المؤرخين علي أن نشأه الموسيقى بدأت بالإيقاع ، والإيقاع فى الموسيقى هو الذي يعطيها المعنى الخاص بتكوينها و حيويتها ولولاه لكانت الموسيقى أشبه بمجرد أصوات متتابعة لا معنى لها وتضيف "عطيات خطاب" نقلا عن "الدكتور الحفنى" بأن الإيقاع الموسيقى هو : " تنظيم الحركة وتقسيم الأزمنه فى الألحان تقسيما" منظما " . (٢١ : ٧٨)

ويعرف "عزيز الشوان" الإيقاع بأنه : " النبض الزمنى الذى يقاس به زمن الموسيقى " . وإنه عنصر طبيعي ليس فقط فى الموسيقى والفنون الأخرى وفى العالم بأسره . (١٩ : ١١٠)

وترى الباحثة أن الإيقاع يجعل الموسيقى لغة معبره منظمة ويؤكد فيها الوضوح ويعطيها الطابع الخاص بها . كما إنه يؤثر تأثيرا " واضحا " على المستمع ويجعله يشعر بالهدوء أو بالحماسة أو بالانفعال أو الإهتزاز طربا " عند سماعه لإيقاعات مختلفة ينتقل أثرها إلى الجسم فيتحرك مستجيبا " معها فى حركات إيقاعية واضحة ، أى أن الإيقاع الموسيقى يساعد على تنمية الإيقاع الحركى .

وتذكر كل من " ونى شاكر ، أميمه أمين " بأن " الإيقاع الحركى " " Eurthy thmics " ينمى الناحية الموسيقية والسمعية كما ينمى ملكه تذوق الجمال الموسيقى والإحساس بالتناسب والتناسق ، وأن الهدف الأساسى للإيقاع الحركى هو إيجاد تيار مستمر متصل متجانس لتحقيق نمو متزن للفرد ، ويذكر " إميل جاك دالكروز Emile Jaques Dalcroje " وهو الذى وضع أساس الإيقاع الحركى بأنه يعتمد على التعبير الشخصى الذى يعطى الفرصة للإرتجال الحركى الصادر عن الإحساس ، حيث أنه لا يشترك فى بنائه كلاً من التربية الرياضية ورقص البالية فى الإعتماد على الحركة كما يظن البعض وإنما الحركة مرتبطة بما توحيه الموسيقى . (٤٦ : ٩)

ومن هنا تتضح الأهمية الكبرى "للإيقاع الحركى" حيث اتفق كل من "عايدة رضا ، وعنايات لبيب " وآخرون على إنه "تحقيق أداء الحركة فى تعبيرها الإيقاعى بين الانقباض والانبساط وبين الشد والإرتخاء" . إذا أن مراعاة تطبيق مبدأ التغير الإيقاعى يؤثر إيجابيا

على رفع مستوى الأداء عموماً" وكذلك سبل التعليم والتدريب وفي فاعلية شخصية المدرس وكذلك الصحة بمعناها الشامل (١٧ : ٣٢، ٣١) كما تؤكد "عظيات خطاب" على أن "الإيقاع الحركي" من العناصر الرئيسية للأداء الحركي الجيد للوصول إلى المستوى الرياضي العالي ، فهو يساعد على أداء الحركات مع الاقتصاد في بذل الجهد والطاقة وتأخير ظهور التعب وبالتالي زيادة القدرة على الأداء لمدة طويلة . (٢١ : ٨٠)

وتضيف "ليلى زهران" أن المرأة تتميز بإيقاع حركي أكثر من الرجل وخاصة في الحركات المرتبطة بالموسيقى ، فإتقان إيقاع الحركة يكون بواسطة السمع والبصر وحواس اللمس كالأيدى والأرجل ، ولكن يظهر إيقاع الحركة بصورة تامة يجب أن يعمل الجهاز العصبي و الجهاز العضلي معا" بطريقة اقتصادية في الجهد ، فعن طريق الرؤية والسمع ندرك تقسيم الحركة بالنسبة لزمناها وموضع القوة فيها ، ويساعد الشعور بالإيقاع وتصور أدائه بواسطة اللفظ الموسيقي والحركة على الوصول بالحركة لدرجة الإتقان والسلاسة كما هو الحال في الرقص والتمارين والتعبير الحركي . (٣٠ : ١١١-١١٣)

وتتفق كل من " عايدة رضا " و"عنايات لبيب " في إن الإيقاع مهم جدا للتدريب على المهارات الحركية والرقى بها حيث يساعد على تنمية الأداء الجيد ، وأن جميع الأعضاء الحسية تصاحب تخيل الحركة وبنائها وتكوينها هذا بجانب الإبصار الذي يعتبر حاسة هامة في طريقة التحكم بجانب حاسة السمع حيث أن لها أهمية كبرى في تعلم المهارات الحركية بصورة جيدة وسليمة (١٧ : ٤ - ٤١) .

ويعتبر البالية أحد المواد التطبيقية المقررة على طالبات كلية التربية الرياضية والذي يعتبر أساسا لجميع المهارات الخاصة بالتعبير الحركي وكذا العديد من الأنشطة العلمية الأخرى كالتمرينات الفنية والجمباز ، ويعتمد الوثب من المهارات الأساسية المكونة للجمال الحركية في البالية يختلف عنه في الأنشطة الرياضية الأخرى ، حيث يتطلب طبيعته قدرا كافيا من الدقة والتحكم في أجزاء الجسم أثناء الأداء ، وكذا في تحديد مناطق القوة والضعف في كل جزء من أجزاء المهارة .

مشكلة البحث وأهميته :

تختلف وسائل التعليم من مادة إلى أخرى تبعا لطبيعة الماجة العلمية واحتياجها ، والتعبير الحركى باعتباره من المواد الدراسية التى تتميز بطابع خاص يحتاج إلى أساليب تعمل على سهولة تعلم حركاته وتقبلها ومنها المصاحبة الموسيقية أثناء الدرس ، حيث أن شرح الحركة يوضح الصورة الخارجية عن طريق رؤية نموذج لها ، وهذا ليس كافيا لفهم واستيعاب الطالبات للحركة ، كما إنه لا يعطى الصورة الداخلية الكامنة لها ولا يؤدي إلى التعمق والتعرف على أجزائها ومقدار القوة فيها ، ولهذا كان من الضروري إيضاح الإيقاع الحركى أو الجانب الديناميكي الزمنى المكون لها ، ولا يمكن توضيح ذلك إلا إذا تعرفنا على إيقاع الحركة ذاتها ، لأن معرفة إيقاعها يوضح لنا توزيع القوة والجهد على أجزائها توزيعا يتناسب مع ما يتطلبه كل جزء من أجزائها ، ولا تستطيع الطالبة إدراك الإيقاع الحركى واكتسابه عن طريق اللغة (الكلام) باستخدام العد مثل (١ - ٢ - ٣ - ٤) بما يتناسب مع إيقاع الحركة وميزانها ، بل يجب على المدرسة ألا تقتصر على العد بالأرقام فقط ولكن تستخدم العلامات الإيقاعية التى توضح زمن الأداء ، وقد لاحظت الباحثة من خلال تدريبها لمادة التعبير الحركى بالكلية ضعف فى مستوى أداء بعض المهارات الركية المتضمنة فى مناهج البالية بالكلية ، كما أن الأداء يتصف بالآلية والخلو من التدفق الجمالى والإحساس الحركى ، وقد يرجع هذا إلى عدم المعرفة بالإيقاع الخاص بكل مهارة حيث أن لكل مهارة إيقاعا حركيا خاص بها يبين مواطن القوة والضعف وتوزيع الجهد أثناء أداء هذه المهارة ، بالرغم أن مادة الإيقاع تدرس لطالبات الصف الأول بالكلية إلا أنها لا تخدم بصورة كبيرة فى تعليم الإيقاع الخاص بالمهارات الحركية المتضمنة فى مناهج البالية بالكلية .

وترجع أهمية هذه الدراسة فى أن معرفة الطالبة بإيقاع الحركة نظريا والتدريب عليها عمليا قد يشكل عامل هام فى سرعة ودقة تعلم المهارات الحركية مما شجع الباحثة على القيام بهذه الدراسة تحت عنوان :-

" فاعلية استخدام إيقاع الحركة لبعض المهارات على مستوى الأداء فى البالية "

أما منها فى المساهمة على رفع مستوى أداء الطالبات بالمهارات (قيد البحث) .

هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على : -

- Le pas Echappe وثبة (وثبة Le pas Echappe - وثبة Les pas de Chat - وثبة Sissonne Fermee) على مستوى الأداء فى البالية .

فروض البحث :

- ١- توجد فرق دالة إحصائية بين القياسات القبلية والبينية والبعدية للمجموعة التجريبية ولصالح القياسات البعدية فى المهارات (قيد البحث) (وثبة Le pas Echappe - وثبة Les pas de Chat - وثبة Sissonne Fermee) .
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين القياسات القبلية والبينية والبعدية للمجموعة الضابطة ولصالح القياسات البعدية فى المهارات (قيد البحث) (وثبة Le pas Echappe - وثبة Les pas de Chat - وثبة Sissonne Fermee) .
- ٣- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى كل من القياسات البينية والبعدية ولصالح المجموعة التجريبية فى المهارات (قيد البحث) (وثبة Le pas Echappe - وثبة Les pas de Chat - وثبة Sissonne Fermee) .
- ٤- توجد فروق فى النسب المئوية لمعدلات تغير القياسات البعدية عن البينية بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة فى المهارات (قيد البحث) (وثبة Le pas Echappe - وثبة Les pas de Chat - وثبة Sissonne Fermee) .

المصطلحات :

١- الإيقاع Rhythm

" تنسيق النسب بشكل منظم فى المساحة والزمن " (٤٦ : ٦)

٢- الإيقاع الحركى :

" علم وفن فى أن واحد مبمبنى على الإحساس والإدراك يخلق اندماجا تاما بين
الذهن والسمع وأعضاء الجسم " (٤٦ : ٨)

٣- إيقاع الحركة : Movement Rhythm

" التنظيم الزمنى للمقاطع التى تتكون منها المهارة بأن يكون إيقاعها الخاص بها
يميزها عن غيرها " *

٤- مستوى الأداء Performance Level

" الدرجة أو الرتبة التى يصل إليها الرياضى من السلوك الحركى الناتج عن عملية
التعلم لاكتساب وإتقان حركات النشاط الممارس " (٢٠ : ١٦٨)

٥- الوثب : Jete

" مجموعة من الحركات التى تتطلب مهارة فائقة للتحكم فى عضلات الجسم عامة
وعضلات الرجلين بصفة خاصة (٤٠ : ١٢٧) .

٦- البالية Ballet

" هو ذلك الفن الصامت الذى يتحرك فيه الراقصون فى الزمان والمكان بالاستناد
إلى مقتضيات الموسيقى المصاحبة ويتحد فيه الروح مع الجسد ليعبروا عن أحاسيس معنية
متصلة بفكرة معينة " (٣١ : ١٤٥) .