

الفصل الأول

١ - الإطار النظري للبحث

- ١ - ١ المقدمة ومشكلة البحث
- ٢ - ١ أهمية البحث والحاجة اليه
- ٣ - ١ أهداف البحث وأغراضه
- ٤ - ١ المصطلحات المستخدمة في البحث

فى هذه الحقبة من الزمن يمر العالم بنهضة واسعة فى جميع الميادين ، فقد أصبحت الثورة العلمية والتكنولوجية سمة من سمات القرن العشرين ، وقد أصبح لزاما علينا اتباع الأسلوب العلمى كاساس لمزيد من الرقى والتقدم ، حتى يمكننا أن نساير ركب الحضارة فى مختلف فروع العلم والمعرفة .

ويعتبر فن الباليه أحد الفنون الحركية التى يجب أن تحظى بجانب من التطور العلمى ، فهو أهم وسائل التعبير الحركى المتداول عالميا ، وهو أفضل الوسائل التى تساعد على تحقيق الكثير من أغراض التربية الرياضية ، حيث يعمل على تشكيل وبناء الجسم وإكسابه القوام المعتدل الجيد بجانب التمتع باللياقة البدنية ، كما يساعد على تنمية التذوق الفنى للفرد ، فهو فن الجمال « جمال الحركة - جمال التشكيل » ، يظهر فيه إيقاع الحركة ورشاققتها ، وهو فن يسعد من يؤديه ومن يشاهده .

وفن الباليه كأي فن آخر له العديد من المهارات الأساسية ، والتي تكون فى مجملها جملا حركية تعرض دون توقف للتعبير عن الأحاسيس والأفكار الإنسانية .

وترى الباحثة من منطلق طبيعة عملها كمعيدة فى شعبة التعبير الحركى أن مهارة الدوران على قدم واحدة حول المحور الرأسى من الوضع الخامس للباليه من أهم المهارات الحركية المكونة لجمال الباليه وذلك لكثرة استخدامها فى الجمل الحركية ، كما أنها تؤدى فى مدى واسع بالمقارنة ببعض الأنواع الأخرى من الدورانات الصعبة التى تعتمد على قوة وسرعة حركة الذراعين مع رفع مركز ثقل الجسم للأمام ليصبح عموديا على إحدى القدمين .

ويؤدى هذا النوع من الدوران إما بمساعدة الرجل الحرة أو بدون مساعدتها سواء كان الدوران للخارج أو للداخل .

كما ترى الباحثة أن هناك صعوبات تقابل الطالبات عند تعلم وأداء مهارة الدوران على قدم واحدة حول المحور الرأسى من الوضع الخامس للباليه . وذلك بسبب ندرة المعلومات العلمية المتوفرة عن هذه المهارة فى نطاق الكلية بل وفى نطاق المكتبة العربية داخل جمهورية مصر العربية . مما دفع الباحثة إلى تناول هذه المهارة بالدراسة للوقوف على أهم خصائصها الكينماتيكية مستخدمة فى ذلك أحدث وسائل البحث العلمى فى البيوميكانيك وهو التحليل الحركى الكينماتوجرافى بطريقة رسم وتحليل الفيلم السينماتى .

ويرجع سبب أى دراسة لحركة جسم الإنسان إلى الرغبة فى تحسين فن الأداء ، وفى ضوء مضمون هذا الأداء نجد طريقة حل للمشكلة المطروحة وفقا لخصائص الميكانيكا الحيوية للجهاز الحركى لجسم الإنسان ، ويعنى هذا إيجاد الاستخدام الأمثل لقوانين الميكانيكا فى المهارة الحركية للتعرف على المسار المناسب لها ، وذلك لتحقيق أعلى مستوى للأداء الذى يتم معالجته فى مجال الميكانيكا الحيوية بتسجيله تسجيلاً مرئياً عن طريق السينما أو الفيديو بغرض دراسة مكوناته الزمانية والمكانية وما ينتج عنها أو يسببها من الصور التطبيقية للقوى المختلفة .

١ - ٢ أهمية البحث والحاجة اليه :

تتلخص أهمية دراسة الخصائص الكينماتيكية لمهارة الدوران على قدم واحدة حول المحور الرأسى من الوضع الخامس للبالغين فيما يلى :

- (١) تسهم نتائج هذه الدراسة فى فتح باب جديد أمام الباحثين فى مجال التعبير الحركى للقيام بالمزيد من الأبحاث العلمية فى التحليل الحركى .
- (٢) المساعدة على سد ثغرة فى المعلومات الخاصة بالمهارة .
- (٣) المساعدة على نقل هذه المعلومات إلى الطالبة للوصول بها إلى الأداء الأمثل .
- (٤) تقليل الفترة الزمنية للتعليم وتوفير الجهد المبذول .
- (٥) التعرف على العوامل المساعدة والعوامل المعوقة للأداء .
- (٦) توجيه عمليات التدريب على المهارة لكي تكون أكثر فاعلية .

١ - ٣ أهداف البحث وأغراضه :

أولاً : هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على الخصائص الكينماتيكية لمهارة الدوران على قدم واحدة حول المحور الرأسى من الوضع الخامس للبالغين .

ثانياً : أغراض البحث :

وينبثق من هذا الهدف عدة أغراض تسعى الباحثة للتحقيق منها وهى :

- (١) شكل الجسم أثناء الدوران .
- (٢) تأثير اتجاه الدوران (للداخل - للخارج) على سرعته .
- (٣) حركة الذراعين وحركة الرأس خلال المسار الحركى للمهارة .
- (٤) كيف يتم النقل الحركى أثناء أداء هذه المهارة .

(٣)

٤ - ١ المصطلحات المستخدمة في البحث :

تورد الباحثة فيما يلي المصطلحات وتعريفاتها كما استخدمت في الدراسة الحالية :

- الكينماتيك « Kinematic » .

هو فرع الميكانيكا الذي يدرس الخصائص الهندسية للحركة بغض النظر عن القوة المؤثرة عليها . (١٧ : ١٠٣) .

- الخصائص الكينماتيكية « Kinematic Characteristes »

هى العوامل المحددة لوضع أى نقطة من نقاط جسم معين فى لحظة زمنية معينة . (١٧ : ١٠٣) .

- المحور الرأسى « Vertical Axis »

هو المحور الذى يمر من الرأس للقدمين مخرقا المستوى الأفقى وعموديا عليه ، وهو محور وهمى . (١١ : ١١٤ : ١١٥)

- الوضع الخامس « Fifth Position »

هو أحد أوضاع القدمين فى الباليه التى تبدأ منها الحركات المختلفة للرجلين والتى تنتهى بها . (٢٣ : ٣٣)

- مركز ثقل الجسم « Center of gravity »

نقطة فى الجسم تعمل خلالها محصلة قوى الجاذبية ، وهى النقطة التى تتعادل عندها جميع قوى الجسم . (١١ : ٣٩٢)

- وضع « Sur le cou - de - pied » وتفسره الباحثة بالآتى :

هو عبارة عن ثنى ركبة الرجل الحرة مع ملامسة مشطها لمفصل قدم الارتكاز . إيقاع الحركة .

هو التوزيع الأمثل لإنقباض وارتخاء العضلات خلال زمن الحركة .

(٨ : ٦٠)

- النقل الحركى .

هو أحد الخصائص الحركية التى تمكن اللاعب من زيادة معدلات أدائه - فهو يعمل على زيادة معدل تسارع الجسم خلال المدى الحركى .

(٨ : ٦٦)

- إنسيابية الحركة .

هى التوافق الأمثل بين جميع أجزاء الجسم عند أدائه الحركة الرياضية .

(٨ : ٨٣)

- التحليل الحركى الكينماتوجرافى .

دراسة الحركة عن طريق رسم علاقاتها الهندسية بطريقة مقننة .

(٧ : ٨)

- السرعة الزاوية .

هى معدل الانتقال الزاوى للجسم .

(٢٠ : ٦٠)