

٥/٠ الاستخلاصات والتوصيات

٥/١ الاستخلاصات

٥/٢ التوصيات

٠/٥ الاستخلاصات والتوصيات

١/٥ الاستخلاصات

في ضوء النتائج التي استطاع الباحث الحصول عليها من خلال الملاحظة وما ترتب عليها من استنتاجات يمكن التوصل إلى الاستخلاصات التالية الموضحة بجدول المقارنة التالي :

جدول (١٤)

مقارنة بين جمنستر ادا العالم (٢٠٠٣م) وبطولة الجمهورية للجمنيز العام

وجه المقارنة	جمنستر ادا العالم ٢٠٠٣م دولياً	بطولة الجمنيز العام ٢٠٠٤م محلياً
عدد الفقرات	عدد (٢٥) فقرة شاملة فقرة الافتتاح وفترة الختام	عدد الفقرات الكلي للبطولة بإكملها (٧) فقرات فقط بواقع اثنتا عشرة (٤) أدوية فقط من أدوية الاتحاد المصري للجمنيز ولا يوجد فترة ختام أو افتتاح وكانت فترة البطولة يوم واحد فقط .
عدد الأندية	لشبيوة كان حوالي ٢١٢٠٠ لاعب وكان عدد النورل المستعركة ٥٣ دولة من جميع أنحاء العالم بواقع ٤٧ اتحاد من الاتحادات الدولية . وكانت فترة للبطولة (٧) أيام	زمن الفقرات الكلي لبطولة الجمنيز العام المصري هو (٢٧,٧٧) ق وكان متوسط من الفترة هو (٣,٩٦) ق ولم تسجل زمن الفقرات الافتتاح والختام لأنها لم تتواجد .
محدد	زمن الفقرات الكلي لعدد فقرات جمنستر ادا العالم ٢٠٠٣م الس (٢٥) فقرة	زمن الفقرات الكلي لبطولة الجمنيز العام المصري هو (٢٧,٧٧) ق وكان متوسط من الفترة هو (٣,٩٦) ق ولم تسجل زمن الفقرات الافتتاح والختام لأنها لم تتواجد .
محدد	شاملة الافتتاح والختام (٧٢,٣٧) ق وكان متوسط زمن الفترة (٢,٨٩) ق .	إجمالي المشتركين في هذا اللقاء كان (٤٩٥) لاعب بمتوسط عدد اللاعبون في الفترة الواحدة (٢٠) لاعب .
محدد	إجمالي المشتركين في جميع الفقرات (٨٠٠) م ٢٠٠ x ٤٠٠ .	إجمالي عدد المشتركين هو (١١٤) بمتوسط عدد المشتركين في الفترة الواحدة (١٦) لاعب .
محدد	مساحة الملعب في جميع الفقرات (٨٠٠) م ٢٠٠ x ٤٠٠ .	مساحة الملعب ١٢ x ١٢ م
محدد	من ٥ سنوات وحتى سن الـ ٦٠ عاماً .	من ٥ سنوات وحتى ١٥ عاماً .
محدد	المرحلة السنوية	محدد

تابع جدول (١٤)

وجه المقارنة	جمنستر ادا العالم ٢٠٠٣م دولياً	بطولة الجباز العام ٢٠٠٤م محلياً
معد الجاس	سجل عدد الذكور منفردين حوالي (٤) فقرات بينما الإناث منفردين حوالي (٩) فقرات أما الإثنين معاً كمختلط فقد سجلت عدد (١٢) فقرة وكانت النسب على التوالي كما سبق (١٦%) تكرر (٣٦%) إناث (٤٨%) مختلط .	سجل كل من الذكور (٣) فقرات والإناث عدد (٣) فقرات منفردين بينما سجلت فقرة واحدة مجتمعين معاً كمختلط، وكانت النسب على التوالي هي ٤٣%، ٤٣%، ١٤% تقريباً.
معد الأدوات والأجهزة	الغالبية العظمى من الفقرات استخدمت الأدوات والأجهزة حيث سجلت (٢٣) فقرة من عدد (٢٥) فقرة أدوات وأجهزة مختلفة ومتعددة أي بنسبة (٩٢%) بينما سجلت الفقرات التي لم تستخدم الأجهزة أو الأدوات عدد (٢) فقرة بنسبة (٨%)	الغالبية العظمى من الفقرات استخدمت الأدوات والأجهزة حيث سجلت عدد (٥) فقرات مسند سبع فقرات الفلمية للقاء حيث سجلت الفقرات نسبة (٧١%) بينما سجلت الفقرات التي لم تستخدم الأدوات أو الأجهزة عدد (٢) فقرة بنسبة (٢٨,٦%)
معد الملابس	لوحظ من هذا اللقاء بالنسبة للملابس أن جميع الملابس لم تخرج عن السلوهة والثورت الخاص يفرق الجباز وكذلك القمالة النصف كم والحالات بالإضافة الي القمصن والبطلون للرجال والجيب للأسمات هذا بالإضافة إلى التنوع من أشكال الملابس ووجود الملابس التكرورية المختلفة بأشكالها الاربعة بجانب الإبداع والإبتكار في ملابس الجباز + الأحذية المختلفة الكلاسيكية والرياضية، وكان هناك بعض الأزيان الغالية على اللقاء مثل الأسود الذي سجل تكرر حوالي (٢٠) مرة والأبيض (١٨) مرة والأحمر والأصفر والأزرق كل منهم (٨) مرات والأخضر (٧) مرات والبزقالي والبنفسجي كل منهم (١) مرات والبيجي سجل (٣) مرات.	ابتكار في الملابس في جميع الفقرات بهستاه فقرة واحدة استخدم فيها حتى فرعونية على الملابس وبسالي الفقرات فكانت ملابس جباز تقليدية . سجل الأبيض والأزرق عدد مرات تكرر (٧) مرات كما سجل الأسود عدد (٤) مرات والفضي (٣) مرات والأحمر (٢) مرة والأخضر والذهبي والبيجي كل منهم مرة واحدة .

تابع جدول (٦٤)

بطولة الجوائز العام ٢٠٠٤م محلياً	جوائز ادا العالم ٢٠٠٣م دولياً	وجه المقارنة محدد الموسيقى
<p>تنوع الشكل العام للموسيقى ما بين العمل الآلي الموسيقي والعمل الغنائي حيث سجل كلا منهم كالاتي العمل الموسيقي الآلي عدد (٥) مرات بنسبة (٧١.٤%) كما سجل العمل الغنائي عدد (٣) مرات بنسبة (٢٤.٩%) كما لوحظ عدم اجتماع النوعين معاً في فقرة واحدة، كما لوحظ أيضاً أن الموسيقى المصاحبة لم تتماشى جميعها مع الفقرات بشكل انسباني وذلك لأن جميع للموسيقى الموجودة للمصاحبة لفقرات منتجة (مركبة) عن فرد غير متخصص فسي وضع للموسيقى المصاحبة للفقرات المعروضة .</p> <p>مما لوحظ من تداخل هذه الآلات لها غير متسامة وذلك ناتج عن تركيب الموسيقى بشكل غير جيد من شخص غير متخصص .</p> <p>بالنسبة لزمان الإيقاع أنه كان ثانياً على واحد ولم يختلف ويتنوع في جميع الفقرات باستثناء بفترة واحدة جمعت بين نوعين من الإيقاع سجل الإيقاع ALLEGRO أعلي تكرر وهو (٧) مرات بنسبة (١٠٠%) أي جميع الفقرات وإيقاع ANDANTE سجل تكرر مرة واحدة متداخلاً مع إيقاع ALLEGRO .</p>	<p>الشكل العام للموسيقى تنوع ما بين العمل الآلي للموسيقى والعمل الغنائي وما تنوعت داخلها من لحن ودراما وخلفيات موسيقية وأوركالية حيث سجل العمل الموسيقي الآلي عدد مرات (١٨) مرة متفرداً بنسبة (٧٧%) والعمل الغنائي (١٠) مرت تكرر متفرداً بنسبة (٤٠%) هذا فضلاً عن اجتماع الأثنين مما يعطي مؤشراً أن العمل الموسيقي كان الغالب على الفقرات وقد لوحظ أن جميع المصاحبة الموسيقية كانت ملائمة جداً للفقرات وكانت بمثابة العامل الأساسي في إجاح شكل الفقرات وإعطائها الشكل الجمالي للإنشائية مما لوحظ أن للموسيقى وعت خصيصاً لهذه المروض بواسطة متخصص موسيقي بارع .</p> <p>بالنسبة لزمان الإيقاع أنه تنوع في فقرات هذا اللقاء من فقرة إلى أخرى ودخل للفترة نفسها حيث سجل الإيقاع كالاتي على التوالي "Allegro" (١٥) مرة بنسبة (٢٠%) و "ANDANTE" (٧) مرات بنسبة (٧٨%) و "Moderato" (٦) مرات بنسبة (٢٤%) وسجل لمرة واحدة "ADAGIO" مما لوحظ أن الإيقاع الغالب هو ALLEGRO .</p>	

تابع جدول (٦٤)

وجه المقارنة	جمنستر ادا العالم ٢٠٠٣ م دولياً	بطول الجيباز العام ٢٠٠٤ م محلياً
محدد	إجمالي عدد التمشكلات كان حوالي (٢٢٩) مشكلة بمتوسط عدد التمشكلات في الفقرة تقريباً (٩,١٦) .	عدد التمشكلات كان حوالي (٧١) تشكيلاً بمتوسط (١٠) تشكلات للفقرة الواحدة .
التشكلات	وبالنسبة لأسلوب الانتقال فقد تعدد أساليب الانتقال بين التمشكلات في الفقرات وداخل الفقرة الواحدة حيث كان الانتقال بالوثب بأوراغه (١٨) مرة بنسبة ٧٢% للجري الخفيف (١٥) مرة بنسبة (٦٠%) والجري المتوسط (١٤) مرة بنسبة (٥٦%) والجري السريع (١١) مرة بنسبة (٤٤%) والمشي المنتظم (٦) مرات بنسبة (٢٤%) والجري (٥) مرات بنسبة (٢٠%) والانتقال بالمهارات الحركية (٤) مرات بنسبة (١٦%) مما يعطي مؤشراً على تعدد الأساليب المختلفة والمتعددة في الانتقال بين التمشكلات والحركات المؤداه .	بالنسبة لأسلوب الانتقال أنه تتوع من أسلوب لأخر في الفقرات وداخل الفقرة بصفة خاصة حيث سجل الجري المتوسط عدد (٥) مرات بالنسبة (٧١%) والانتقال بالوثب عدد (٤) مرات بنسبة (٥٧%) والانتقال بالمهارات الحركية (٣) مرات بنسبة (٤٢%) والانتقال بالمشي المنتظم والجري الخفيف (٢) مرة بنسبة (٢٨%) مما يعطي مؤشراً على قلة أساليب الانتقال بين التمشكلات ومحدد .

تابع جدول (٦٤)

وجه المقارنة	جنستر ادا العالم ٢٠٠٣ م دولياً	بطول الجميز العام ٢٠٠٤ م محلياً
محدد الحركات المؤداه	سجلات التمرينات بأنواعها (١٦) مرة بنسبة (٦٤%) وجميز الأكروبات (١٣) مرة بنسبة (٥٢%) والتعبير الحركي والجميز الفني معاً (١١) مرة بنسبة (٤٤%) والجميز الإيقاعي (٩) مرات بنسبة (٣٦%) والأكروبات (٦) مرات بنسبة (٢٤%) والأيروبيك (٥) مرات بنسبة (٢٠%) ورقصات فلكورية (٤) مرات بنسبة (١٦%) والتمرينات المؤداه (٢) مرة بنسبة (٨%).	أرخصرت (٣) أنواع من الجميز في كل الفترات وهي الفني والإيقاعي والأكروبات كما استخدم بعض حركات التعبير الحركي والتمرينات الاستعراضية ولكن بدون أدوات في بعض الفترات حيث سجل الجميز الفني عدد (٧) مرات بنسبة (١٠٠%) أي في جميع الفترات والتمرينات الاستعراضية بدون أدوات (٥) مرات بنسبة (٧١%) والتعبير الحركي (٤) مرات بنسبة (٥٧%) والجميز الإيقاعي (٣) مرات بنسبة (٤٣%) ومهارات الكروائية (٢) مرة بنسبة (٢٨%).

تابع جدول (٦٤)

بطول الجوائز العام ٢٠٠٤م محلياً	جوائز ادا العالم ٢٠٠٣م دولياً	وجه المقارنة
لم يتم تسجيل أي قفزة من فقرات اللقاء بكامله استخدمت أي نوع من أنواع الخلفيات سواء كانت ثابتة أو متحركة أو إضاءات أو خلفيات أخرى.	جميع الفقرات جاءت ملمة بالخلفيات الثابتة والمتحركة حيث تمثلت الخلفيات الثابتة في شعاع البطولة والجمستر ادا وشعاع الاتحاد الدولي للجمباز وشاشة عرض كبيرة إلي جانب لوحة مربعة ملونة تمثل عليها الموقع الجغرافي للبلد المنظم علي شكل إضاءة ترسم خريطة البلد ومن الأجناب لوحات خشبية بأشكال محددة تسلط عليها إضاءات ليزر التي تمثل الخلفيات المتحركة بألوان مختلفة وأشكال هندسية مختلفة حيث سجلت الخلفيات الثابتة والمتحركة عدد (٢٥) مرة بنسبة ١٠٠% لجميع الفقرات حيث استخدمت إضاءات الليزر بألوان عديدة وأشكال مختلفة متداخلة مع بعضها البعض كما استخدمت بعض الأدوات والماكينات كخلفيات لبعض الفقرات .	محدد الخلفيات

٢/٥ التوصيات

- فى ضوء ما تقدم من استخلاصات يري الباحث التوصية بما يلي :
- يجب العمل على إشترك أكبر عدد ممكن من الأندية فى بطولات الجميز العام التي يقيمها الاتحاد المصري والعمل على انتشار الجميز العام.
- زيادة عدد اللاعبين المشتركين مع الالتزام بالحد الأدنى لعدد المشتركين وهو ٦ لاعبين أو ٨ لاعبين .
- إنشاء ملاعب خاصة للجميز العام يتم التدريب عليها وإقامة البطولات بها مماثلة للتي يقام عليها جمنسترادا العالم .
- يجب تكوين فرق بجميع المراحل السنوية المختلفة خاصة الشابات والشباب والفتيات والفتيان وكبار السن والأطفال فيما لا يقل عن ٥ سنوات .
- يجب الاهتمام بتكوين فرق من الذكور والإناث و المختلط .
- الاهتمام بالتدريب على الأدوات الأساسية للجميز بكافة أنواعه وكذلك الأدوات الخاصة بالتمرينات الفنية مع الوضع فى الاعتبار أهمية ابتكار أدوات حديثة.
- الاهتمام بالملابس الخاصة بفرق الجميز بأنواعه المختلفة مع الوضع فى الاعتبار أهمية ابتكار أشكال جديدة من الملابس مع مراعاة أن تكون مناسبة للمحتوي الفني لل فقرات كما يجب الاهتمام بالألوان العديدة والغالبة فى هذه اللقاءات وهي الأبيض والأسود والأحمر والأزرق والفضي وباقي الألوان المختلفة مع متابعة الموضة السائدة من الألوان وكذلك الشكل العالمي للملابس .
- الاهتمام بالشكل العام للموسيقي من حيث العمل الموسيقي الآلي والعمل الغنائي والالتنين معاً فى فقرة واحدة مع الوضع فى الاعتبار الاهتمام باختيار الآلات المناسبة لل فقرات وطبيعتها الفنية كما يجب الاهتمام بالإيقاع الموسيقي وتنوعه داخل الفقرات بما يتماشى ويلائم سير الفقرة .
- وضع موسيقى خاصة تعدل عن المحتوى الحركى لمضمون الفقرات .

- يجب الاهتمام بالتشكيلات الثابتة والمتحركة وأن يكون المضمون الحركي معبراً عن هذا التشكيل ومناسباً له .
- يجب أن يتناسب أسلوب الانتقال مع المحتوى الحركي لل فقرات .
- الاهتمام بأن يكون المحتوى الحركي لل فقرات يحتوي على مهارات من أنواع الجمباز السبعة المسجلة بالاتحاد والتمرينات الفنية والحركات الراقصة (التعبير الحركي) والاستعراضات الفلكورية مع الاهتمام بالمهارات المبتكرة .
- الاهتمام بوجود خلفيات ثابتة ومتحركة مثل شعار البطولة والجمنسترا دا وشعار الاتحاد الدولي وما إلي جانب ذلك من خلفيات ثابتة داخل الملعب .
- الاهتمام باستخدام الإضاءات بالليزر مع الإبداع فى الألوان المناسبة والأشكال التي تظهر المحتوى الحركي والفني إذا تم العرض ليلاً .

ومن خلال المقابلة الشخصية يمكن أن نوصى بما يلى :

- قيام الاتحاد المصري بعمل دورات تدريب لدراسة مثل هذا البحث .
- قيام الاتحاد المصري بعمل دورات تحكيم فى هذا النوع من المسابقات.
- كما يجب إجراء دراسات مشابهة لهذه الدراسة لجمنسترا دا العالم ٢٠٠٧م التي ستقام بمدينة دورنبيرن بالنمسا لمتابعة آخر ما توصل إليه هذه الرياضة من جوانب عديدة .

٠/٦ المراجع

١/٦ المراجع العربية

٢/٦ المراجع الأجنبية

obeykhalid.com

١/٦ المراجع

١/٦ المراجع العربية

- ١- إبراهيم سعد زغلول : التمرينات والعروض وجمنسترادا العالم ، طبعة الأولى ، دار المصرية للطباعة ، القاهرة ، ٢٠٠٤ م .
- ٢- إبراهيم سعد زغلول محمود ، أشرف عبد اللطيف الخولي : استخلاص البناء الفني لجمنسترادا العالم ١٩٩٩م ، بحث منشور ، مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الخامس ، ٢٠٠٤ م .
- ٣- إبراهيم سعد زغلول : التمرينات والعروض الرياضية ، دار G.S.M للطباعة ، الطبعة الأولى ، ٢٠٠٣ م .
- ٤- _____ : الجمباز ، دار G.S.M للطباعة ، الطبعة الأولى ، ٢٠٠٣ م .
- ٥- _____ : جمنسترادا العالم بين الماضي والحاضر والمستقبل ، مقال إنتاج علمي ، ٢٠٠٣ م .
- ٦- إبراهيم سعد زغلول ، ناهد خيري فياض ، نادية عبد القادر : جمباز الأنسات ، الطبعة الأولى ، دار G.S.M للطباعة ، ٢٠٠٠ م .
- ٧- أحمد المغاوري مروان السيد : فعالية أساليب الأداء الخططي الهجومي لناشئ الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ببناها ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٣ م .
- ٨- أحمد بدر : أصول البحث العلمي ومناهجه ، المكتبة الأكاديمية ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- ٩- أحمد حسين محمد علي : دراسة تحليلية لبعض المتغيرات الدفاعية والهجومية للمنتخب القومي المصري لكرة اليد للرجال ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .
- ١٠- السيد عبد العظيم دربالة : تأثير العروض الرياضية على رفع مستوي الأداء فى الجمباز ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ١٩٨٩ م .
- ١١- السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي ، توجيه وتعديل مسار مستوي الإنجاز ، مكتبة الحساء ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .

- ١٢- جمال علاء الدين : دراسة معملية فى بيوميكانيكا الحركات الأرضية ، درا المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٠م .
- ١٣- حسنين عبد الهادي عبد الهادي حسنين : تأثير برنامج تدريبي مقترح للجمباز العام على بعض مكونات اللياقة البدنية لطلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٥م .
- ١٤- حسين أحمد الشافعي ، سوزان أحمد علي موسى : مبادئ البحث فى التربية البدنية الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٩٥م .
- ١٥- خير الدين على عويس : دليل البحث لعلمي ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧م .
- ١٦- سعاد على حسنين : تربية السمع وقواعد الموسيقى الغربية ، الجزء الأول ، الطبعة الخامسة ، ١٩٩١م .
- ١٧- سعيد خليل الشاهد : تمرينات العروض الرياضية كشكل فني لسأداء الرياضية الجماعي ، ١٩٦٩م .
- ١٨- سهير بدير : البحث العلمي ، تعريفه خطواته مناهجه ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٩م .
- ١٩- صبحي نور الدين : استخلاص البناء الفني لعروض الرياضية للدورات الأولمبية ، دراسة تحليلية ، ١٩٩٨م .
- ٢٠- صلاح سليمان : التمرينات والتمرينات المصورة ، إسلامية للطباعة والكمبيوتر ، القاهرة ، ب.ت .
- ٢١- طلحة حسام الدين : مبادئ التشخيص العلمي للحركة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربية ، القاهرة ، ١٩٩٤م .
- ٢٢- عدلي حسين بيومي وآخرون : المحاور الأساسية فى الجمباز العسام ، الاتحاد المصري للجمباز ، القاهرة ، د.ت .
- ٢٣- عزمي عبد الخالق مصطفى : عروض اللوحات الخلفية علم وفن ، مطبعة التوني ، الإسكندرية ، ١٩٩٦م .
- ٢٤- على عبد المنعم البنا : دراسة تحليلية للعروض الفرعوني بالدورة الأفريقية الخامسة للألعاب (١٩٩١م) ، ١٩٩٢م .

- ٢٥- عماد الدين على محمد عبد الرسول : تقييم مستوي الأداء المهاري للفريق القومي المصري لشباب لكرة السلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ببها ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٣ م .
- ٢٦- عنايات محمد فرج : التمرينات الإيقاعية التنافسية والعروض الرياضية ، در الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٢٧- كمال الدين درويش ، قدرى سيد مرسى ، عماد الدين عباس أبو زيد : القياس والتقويم وتحليل المباراة فى كرة اليد ، (نظريات - تطبيقات) مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ٢٠٠٢ م .
- ٢٨- ماهر عبد القادر محمد : مناهج ومشكلات العلوم ، دار المعارف ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٨٣ م .
- ٢٩- محمد إبراهيم شحاته : أسس تعليم الجمباز ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٣ م .
- ٣٠- محمد صبحي حسنين ، حمدي عبد المنعم : طرق تحليل المباراة فى الكرة الطائرة ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربية ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ٣١- محمد محمد الهادي : أساليب وإعداد وتوثيق البحوث العلمية ، المكتبة الأكاديمية ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٣٢- محمود فاروق صبره : تقويم الجمباز العام فى جمهورية مصر العربية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠١ م .
- ٣٣- مختار سالم : الفنون الاستعراضية والرياضية ، تصميم وإخراج ، الطبعة الأولى ، منشورات ، مكتبة المعارف ، بيروت ، ١٩٧٥ م .
- ٣٤- نبيلة خليفه ، سهير لبيب ، ناريمان الخطيب : الأسس النظرية ، والتطبيقية فى الجمباز الفني ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ٢٠٠٣ م .
- ٣٥- ياسمين حسن على البحار ، نعمة السيد محمد : دراسة تاريخية لنتائج البطولات العالمية فى الجمباز الإيقاعي من عام ١٩٦٣ وحتى عام ١٩٩٨ م ، نظريات وتطبيقات العدد الرابع والثلاثون ، كلية التربية الرياضية للبنين ، الإسكندرية ، ١٩٩٩ م .

- ٣٦- الاتحاد الدولي للجماز : القواعد المنظمة للجمنسترا دا العالمية ، ترجمة محميد العربي شمعون القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- ٣٧- الاتحاد الدولي للجماز ، اللجنة الفنية للجماز العام : كتيب الجماز العام ، ترجمة محمد العربي شمعون ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- ٣٨- الاتحاد المصري للجماز : التعليمات الفنية لبطولة الجمهورية لعروض الجماز العام ، للموسم الرياضي ٢٠٠٤ م ، القاهرة ، ٢٠٠٤ م .
- ٣٩- _____ : التعليمات الفنية لبطولة الجمهورية للجماز العام الموسم ٢٠٠١/٢٠٠٢ ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ٤٠- _____ : التعليمات الفنية لبطولة الجمهورية لعروض الجماز العام لموسم الرياضي ٢٠٠٠/٢٠٠١ م ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- ٤١- _____ : التعليمات الفنية لبطولة الجمهورية لعروض الجماز العام للموسم ١٩٩٩/٢٠٠٠ م ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٤٢- الاتحاد المصري للجماز : التعليمات الفنية لبطولة الجمهورية للجماز العام ، العروض الرياضية الصغيرة ، للموسم الرياضية ١٩٩٧/١٩٩٨ م ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ٤٣- _____ : برنامج التخطيط الفني للجماز العام ٢٠٠٢ ، القاهرة ، ٢٠٠٥ م .
- ٤٤- _____ : تقرير عن الاشتراك في الجمنسترا دا الحادية عشر ، جوتنبرج ، السويد ، محمد العربية شمعون ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٤٥- _____ : محضر اجتماع اللجنة الفنية للجماز العام للموسم ١٩٩٩/٢٠٠٠ م ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- ٤٦- _____ : محضر اجتماع اللجنة الفنية للجماز العام للموسم ١٩٩٧/١٩٩٨ م ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .

٢/٦ المراجع الأجنبية

- 47- Dave Moskovitz: Safety issues in general gymnastics, USA gymnastic online, 1996.
- 48- Dean Capelotti: gymnastada: Agym owner and coach's Perspective, USA gymnastics online, 1995.

- 49- **Grandi-B : Editorial : Journal – Article (2003):** <http://www.Fig-Gymanstics.com/>
- 50- **Sikkens-Ahlquist: 12TH world gymnestrada ; 20-26 July, 2003, Lisbon (POR) , Journal – Article (2003):** <http://www.Fig-Gymanstics.com/>
- 51- **Sikkens-Ahlquist: All gymnasts around the world join the world gymnestrada(2003),Journal–Article (2003):** <http://www.Fig-Gymanstics.com/>
- 52- **Yin – C-S : Senior Citizens general gymnastic a ward scheme ; Journal – Article (1998):** <http://www.Secure.sportquest.com/>
- 53- **BRITISH Gymnastics Association.** [http:// www.baga.co.UK](http://www.baga.co.UK)
- 54- **Canadian Gymnastics federation:** [http:// www.gymcan.org](http://www.gymcan.org).
- 55- **Federation International DE Gymnastique:-** <http://www.fig-gymnastics.org>.
- 56- **Federation International DE Gymnastique:** The Organising commitlec of the 11TH World Gymnaestrada , Gate borg, Sweden, July , 1999.
- 57- **Federation International DE Gymnastique:** World Gymnaestrada Regulation, 1992, Amendments, 1996, FIG/Edition , 1996.
- 58- **Federation Luxembourgeoise DE Gymnastique:** <http://www.Webplaze.pt.lu/public/flgym>.
- 59- **Federation Suisse DE Gymnastique:** . <http://www.Stv-Fsg.ch/>
- 60- [http:// www.gymcan.org/](http://www.gymcan.org/) Canadian Gymnastics federation.
- 61- <http://www.Japan.Gynastics: Association 2-files/link.htm>
- 62- **Union Europeenine de Gymnastiqu:**<http://www.Gynastics-Ueg.Org>
- 63- **URL:**<http://www.USA.gymnastics.org/Usag/1996/7/goteburg>.
- 64- **USA gymnastics onlin: technique, 2002.**
- 65- **USA. Gymnastics. Online:** in side USA gymnastics, general gymnastics for everyone, Sep, 1999, URL, <http://www.USA.gymnastics.org/gy/Rules.and.policies/for.everyone.html>.
- 66- **USA.Gymnastics.onlin:** general gymnastics Team gymn. Regulation,2001,URL,<http://www.USA.Gymnastics.Org/gy/Team.gymn.html.2001>