مجلة المحترف لعلوم الرياضة و العلوم الانسانية و الاجتماعية
المجلد (09) العدد (03) السنة (2022)
الصفحة 396-373

أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي

Reasons for not doing gymnastics in the school

لقوقي احمد

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة العربي التبسي –تبسة

ahmed.legougui@univ-tebessa.dz

معلومات البحث

تاريخ الاستلام:2022/02/21

تاريخ القبول:2022/06/18

Printed ISSN: 2352-989X
Online ISSN: 2602-6856

الملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف على دور ومدى مساهمة التجهيزات والوسائل الرياضية لممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرس طور المتوسط، وكذا معرفة أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي، استخدمنا المنهج الوص الوضفي لأنه أكثر المناهج توافقا مع هذا النوع من الدراسات،تمثل مجتمع دراسة في أساتذة التربية البدنية والرياضية للطورالمتوسط ، وتكونت عينة الدراسة من أستاذ تربية بدنية ورياضية للطور المتوسط لولاية تبسة، خلصت الدراسة إلى جملة من النتائج أهمها وجود أسباب مادية وأخرى تكوينية كانت عائق أمام تدريس نشاط الجمباز في الطور المتوسط، مع تقديم اقتراحات من أجل هذه الاسباب: توفير قاعات رياضية وأجهزة خاصة مناسبة، وكذا إجراء دورات تكوينية للأساتذة على رياضة الجمباز ودعم ميزانية المتوسطة.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني الرياضي المدرسي– الجمباز– الوسط المدرسي .

ABSTRACT

The study aimed to Discover the role and extent of the contribution of sports equipment and means to the practice of gymnastics in the middle school environment. As well as seeing and knowing the reasons for not practicing gymnastics in the school environment. We used the descriptive approach because it is the most consistent approach with this type of studies. The study population was represented by the Middle School teachers of physical education and sports. The study sample consisted of 35 middle school physical teachers of education and sports in the Wilaya of Tebessa.

The study concluded a number of results. The most important of all is the existence of material and formative reasons that were an obstacle to teaching gymnastics activity in middle school stage, with suggestions to overcome these reasons: providing sports halls and appropriate special equipment, as well as conducting training courses for teachers on gymnastics and supporting the middle budget .

Keywords: school-sports -physical activity - gymnastics - school field

1. مقدمة:

لم تعد التربية البدنية و الرياضة عبارة عن نشاط رياضي، يمارسه الفرد أو الجماعة على شكل تدريبات أو تمرينات لتحريك أعضاء الجسم بصورة متكررة وفي أوقات متنوعة بغرض التقوية العضلية أو مجرد اكتساب مهارة حركية معينة أو أنها عبارة عن حركات يؤديها الشخص لتعمل على تنشيط الدورة الدموية ليجري الدم في عروق البدن فيكسب بذلك الجسد نشاطه ويدفع بها كسله، بل صارت التربية البدنية والرياضة جزءا من التربية العامة التي لا يمكن الإستغناء عنها، و هي المحاولة العملية و الإيجابية التي يتربى بها الفرد تربية كاملة عن طريق إجراء نشاط متكامل وسيلته الأولى حركة الجسم، كما تعتبر التربية البدنية والرياضة عملية تستهدف تحقيق النمو الأمثل للإنسان من جميع النواحي بما يكفل تكوين شخصيته المتكاملة والمتزنة.

لذلك إن التربية البدنية و الرياضية بمفهومها الحديث تهدف إلى التوفيق بين القوة الكامنة داخل الفرد ليسعد في حياته ويكون فعالا في المجتمع، فالتمرينات البدنية تنمي في الفرد النشاط والحيوية وتكسبه الصحة نحو العناية بجسمه ونموه المستقر، وأنها تتجه اليوم إتجاها قويا نحو العناية بالكمال الجسمي واللياقة البدنية بما فيها رشاقة الجسم الناشئ في كل مرحلة من مراحل نموه، وقد إتخذت هذه الإتجاهات عوامل كثيرة من الناحيتين البيولوجية والاجتماعية، فالعناية بالصحة والحياة المنظمة لها أثر في سعادة الفرد و هي الأساس إلى الحياة الصحية لأنها تنمي الثقة بالنفس، ولذلك فإن أغراض التربية الرياضية كثيرة ومتعددة منها النمو البدني، النمو الحركي، النمو العقلي.

وبما أن رياضة الجمباز تعتبر مكونا رئيسا وفعالا ومركزيا وشاملا من مكونات منظومة التربية البدنية و الرياضة، بل و تعتبر من الأنشطة الرياضية المعقدة التي تحتاج لكل مكونات الجسم و بالأخص العقل القائم على الإدراك و الإرادة ليتم تطبيق مهاراته على أتم وجه،ومن خواص النشاط الرياضي هو أن جسم اللاعب و الحركة الخاصة به تخضع لموضوع الإرادة و الإدراك الشعوري وهذا الإثبات يتفق مع جمباز الأجهزة بقدر كبير، حيث إنها لها فعالية ذات طابع فني تتطلب مع تعدد مكوناتها و تعقيداتها من الجهاز العصبي مركبا لجميع الفعاليات الحركية في أعلى درجة من الكمال و الرقة فضلا على ضرورة توفر سرعة رد الفعل.

أما في مجال اللياقة البدنية فإن الشواهد العلمية و الدراسات التي أجريت على اللياقة البدنية أثبتت أن الجمباز هو المدخل الصحيح لتحقيق اللياقة البدنية، ومن ثم يجب أن يكون أحد الأنشطة التي تستخدم في التدريب على اللياقة البدنية و يجب أن تشمل الحركات في رياضة الجمباز أساسا على عمل العضلات الكبيرة بالجسم كعضلات الذراعين و الكتفين و الصدر و البطن و الرجلين و الظهر ....الخ بالإضافة إلى أنه يضفي تحسنا عاما على القوام ويعمل الجمباز أيضا على تنمية الخصائص النفسية و العقلية و اليقظة و الجرأة .

وبما أن الجمباز و منذ القدم قد فرض نفسه و بطريقة لا إرادية ممزوجة بنوع من التشويق على سلوك الإنسان منذ طفولته وحتى في كبره فعاش معه صديقا حميما حبيبا خطيرا خفيا دون أن يعرفه باسمه ووصفه الحالي. فالغريزة تدفع الأطفال إلى التسلق إلى أعلى، ويتأرجح ويتمايل ويلف ويدور تلبية لما بداخله، ويتمتع الأطفال بهذه الأنشطة ما لم يكن الطفل بدينا أو ضعيفا، أو عند ممارسة هذه الأنشطة فإنها تتم بشكل منظم، وأثناء العمل في رياضة الجمباز فان التداخل العضلي يصبح أساسيا، مع الأخذ في الإعتبار وجود مقاومة عالية ضد العضلات أكثر من وجودها في الألعاب الأخرى مثل كرة القدم وكرة المضرب، وذلك يرجع إلى نمو العضلي للاعب الجمباز ذي الخبرة، حيث تؤدي

ممارسة الجمباز إلى تنمية عضلات التجويف الصدري وعضلات الذراعين والحزام الكتفي وهذه هي مجموعة العضلات التي من الممكن أن تكون مهملة في معظم الألعاب الأخرى.

لقد تميزت رياضة الجمباز في برامج التربية الرياضية بأهمية كبيرة وذلك بسبب جمالها ومقدرتها على إشباع حاجات الأطفال في مختلف المراحل العمرية إضافة إلى تعويد الأطفال على العادات الصحية السليمة، وعلى النمو الشامل المتكامل المتزن"، كما ويعتبر الجمباز أحد الأنشطة الرياضية الأساسية التي تساعد الفرد على تنمية صفاته البدنية و النفسية و الإجتماعية و العقلية لتحقيق الرياضة السامية بكل أبعادها وهي رياضة اللياقة البدنية الكاملة لما تحتويه من تناسق الجسم و العضلات بحيث تكسب اللاعب المرونة و الرشاقة والقوة.

و برغم كل ما سبق من الحديث عن فضل رياضة الجمباز التي تعتبر كباقي الألعاب الرياضية الأخرى ذات فوائد شاملة وهامة، و جمال يسر الناظرين إليها و المتابعين لها، إلا أنها تعتبر من الأنشطة الرياضية التي ينطبق عليها القول الشائع، الرياضة السهلة الممتنعة " شأنها كشأن أي شيء يحبه المرء

ولا يستطيع أن يناله، و لا يقتصر هذا الوصف على المتابعين عن بعد فحسب، بل حتى على مستوى المتخصصين في المجال الرياضي، و أخص تلاميذ الطور المتوسط هذا بالرغم من حبهم الشديد الخفي لها و تمنيهم أن لو إستطاعوا أن يطبقوا متطلباتها ليعيشوا تلك السعادة التي يشعر بها زملاؤهم الذين تمكنوا من تطبيق مهارات الجمباز. فمن هنا نطرح التساؤل الرئيسي التالي:

ماهي أسباب عدم ممارسة الجمباز في الوسط المدرسي طور المتوسط ؟

التساؤلات الجزئية:

- هل يوجد أسباب مادية لعدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي في الطور المتوسط ؟

-هل يوجد أسباب تكوينية أكاديمية لعدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي ؟

02. الفرضيات:

الفرضية العامة:

يرجع عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي الى نقص الإمكانيات و الوسائل و نقص التكوين الأكاديمي .

الفرضيات الفرعية :

2-1 توجد أسباب مادية لعدم تدريس نشاط الجمباز في الوسط المدرسي في الطور المتوسط.

2-2-توجد أسباب تكوينية أكاديمية لعدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي.

03. أهداف الدراسة :

تعتبر أهداف الدراسة الحجر الأساسي للوصول إلى الحقائق قدر المستطاع و حدود إمكانات الباحث من خلال إنها توضع قبل التوصل للحقائق بما يفرض التدقيق الصحيح و العلمي لصياغة أهداف البحث بما تحمله من دلالات واضحة المعالم يمكن من خلالها معرفة زاوية النظر بالنسبة للباحث و يمكن تلخيصها في ما يلي:

- الكشف على دور ومدى مساهمة التجهيزات والوسائل الرياضية لممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي طور المتوسط .
- الإطلاع و معرفة أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي .
- إعطاء بعض الحلول للمشاكل و العراقيل التي تعيق ممارسة الجمباز في الوسط المدرسي .

04. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في كونها :

- قد تفيد في تحديد وتشخيص الأسباب والصعوبات التي تواجه تمنع أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط من تدريس نشاط الجمباز.
- قد تعين أساتذة التربية البدنية الرياضية في توجيه أنظارهم إلى كيفية تذليل وتجاوز الأسباب والصعوبات التي قد تواجههم عند تدريس نشاط الجمباز بشكل عام. والجانب العملي بشكل خاص في الطور المتوسط.
- قد تسهم نتائج هذه الدراسة في توجيه أنظار المسؤولين والخبراء لتعديل وتطوير منهاج الجمباز في الطور المتوسط بما يتناسب مع حقيقة المرحلة دون إغفال ما توصل إليه علم الجمباز الحديث .
- قد تساعد هذه الدراسة في تقييم نشاط الجمباز في المتوسطات، ومدى ملائمتها لمستويات التلاميذ فكلما كانت ملائمة للتلاميذ أكثر كلما كان تحقيق النتائج المرجوة أكبر .
- قد تمكن هذه الباحثين من الاستفادة من أدوات هذه الدراسة في دراسات أخرى مشابهة .

05. مصطلحات الدراسة:

- 05-1الجمباز:
- اصطلاحا:

هو رياضة اللياقة البدنية الكاملة لما تحتويه في جوهرها من تناسق الجسم والعضلات حيث يكتسب اللاعب المرونة والرشاقة والسرعة والقوة، ويفضل أن تمارس من سن خمس إلى سبع سنوات، وتعد رياضة الجمباز من أهم الألعاب الأولمبية التي يحرص على مشاهدتها العديد من شعوب العالم. (صبحي، 2003، صفحة 5)

- إجرائيا:

هو أحد أنواع الألعاب الرياضية الفردية التي تتسم بالجمال و المخاطرة وهو النشاط البدني الرياضي المبرمج على تلاميذ الطور المتوسط ضمن المنهاج الدراسي والذي يتطلب إعدادا بدنيا ومهاريا عاليا حتى يستطيع الفرد ممارستها بهدف التنمية الشاملة.

- 5-2الوسط المدرسي :

- اصطلاحا:

هو فضاء المدرسة الذي يتواجد فيه التلاميذ، الأساتذة وأعوان المدرسة ويشمل العلاقات بين الطلبةوزملائهم، والمعلمين وزملائهم، والطلبة والمعلمين والإدارة والموارد والأبنية والمرافق المدرسية. (حمودة، 2010، صفحة 102)

- إجرائيا:

- يقصد بالوسط المدرسي الوسط الذي يتعلم فيه التلميذ الأنشطة البدنية الرياضية (الجمباز) في الطور المتوسط (المتوسطات)

6-الخلفية النظرية للدراسة:

النشاط البدني الرياضي المدرسي هو جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والإنفعالية الاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني إختبرت بغرض تحقيق ويتجلى لنا أن النشاط البدني الرياضي بمصطلحه التربوي يكتسي طابعا خاصا وهاما في بناء المجتمعات لما لها من الأهمية في إعداد الأفراد صحيا، واجتماعيا وبدنيا، وعقليا وإنفعاليا، وأضحت اليوم تكتسي من الأهمية ما يجعله عنصر فعال في بناء المجتمعات ، حتى صار علما قائما بذاته له فلسفته الخاصة ونظمه وقوانينه وأسس وقواعد يسير عليها.

6- 1 -تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية. (الحمامي و الخولي، 1996، صفحة 20)

6-2 تعريف النشاط البدني:

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتنشيط والتربص في مقابل الكسل و الوهن والخمول، في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام ولقد إستخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان وأشكال وأطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز larsen الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى. (الخولي، 2001، صفحة 12)

6-3-تعريف النشاط البدني والرياضي المدرسي

يعتبر النشاط البدني والرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وهو الأكثر تنظيما و الأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني ويعرف "مات فيف" بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة

من أجل قياس القدرات و ضمان أقصى تحديد لها، و بذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط في حد ذاته وتضيف "كوسولا" أن التنافس سمة أساسية تضفي على النشاط الرياضي طابعا اجتماعيا ضروريا وذلك لان النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي. أو نسبة إليه، كما أنه مؤسس أيضا على تمييز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص ، ومن دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي دون قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة. و هذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديما أو حديثا والنشاط الرياضي يعتمد أساسا على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط

وطرق اللعب .

إن النشاط البدني الرياضي عبارة عن مجموعة من المهارات، متعلمة من اتجاهات يمكن أن يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكيف الفرد مع بيئته ومجتمعه، حيث أن ممارسة النشاط البدني والرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط

إلا أنه يتم التأثير الايجابي على جوانب أخرى إلا وهي نفسية اجتماعية، العقلية و المعرفية، الحركية والمهارية، جمالي و فني وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملا منسقا متكامل (الخولي، الرياضة والمجتمع، 2001، صفحة 22)

6-4 الوسط المدرسي :

هو فضاء المدرسة الذي يتواجد فيه التلاميذ، الأساتذة وأعوان المدرسة ويشمل العلاقات بين الطلبة وزملائهم، والمعلمين وزملائهم، والطلبة والمعلمين والإدارة والموارد والأبنية والمرافق المدرسية.

إن البيئة الداخلية للمدرسة تحتوي على ثلاثة أبعاد هي – البعد الأيكولوجي أو البيئي، ويتضمن الجوانب المادية للمدرسة مثل حجم المدرسة وعمر المبنى مرافق المدرسة، البعد الاجتماعي، يتضمن خصائص الأفراد داخل التنظيم المدرسي، كما يتضمن النمط السائد للعلاقات بين الأفراد والمجموعات داخل المدرسة وخارجها – البعد الثقافي، ويتضمن هذا البعد القيم والمعاني والميادين والبناء الإدراكي في المدرسة. ويضاف لذلك بعد آخر هو البعد النفعي: والذي يتمثل في تلك المحركات والأحاسيس والمشاعر والاتجاهات التي يحملها التلميذ إزاء الوسط المدرسي.

-إجرائيا: يقصد بالوسط المدرسي في هذه الدراسة المدارس المتوسطة. (حمودة، 2010، صفحة 102)

6-5 الجمباز:

-تعريف الجمباز :

عرفه (علي، 2004، صفحة 5) بأنه " وسيلة فعالة من وسائل التربية والتنشئة كما أنه من أهم عوامل الاحتفاظ بالصحة فضلا عما له من أثر فعال في تنمية الروح الوطنية ويربي في الإنسان الصفات والخواص الآتية " العزيمة والشجاعة والنظام و الصداقة و المقدرة و الرشاقة وقوة التحمل والذكاء ومساعدة الغير و كما يدرس الإحساس بالجمال وإحترام الغير" وهذه هي الصفات التي يتطلبها مجتمع سليم، ولاعب الجمباز يستطيع اللعب في شبابه وفي

مقدمة العمر" .

وتعرفه (الموسوعةالعربية، 1996، صفحة 3) بأنه : " فن من فنون الرياضية الخالدة، فقد مارسها الإنسان منذ القديم بأساليب متعددة، وطرائق متنوعة و تعني هذه الكلمة عند الإغريق التمارين الرياضية العارية أو الفن العاري" و كانت تمارس في الهواء الطلق والجسم عار من الملابس، والجمباز رياضة تربوية بشكل أساسي، وهو رياضة اللياقة البدنية الكاملة بعناصرها كافة من سرعة وقوة ومرونة ورشاقة. فهو من أجمل الألعاب الحركية على الإطلاق" .

و يعرفه (يونس، 2003، صفحة 185)بأنه : " لعبة رياضية، يقوم فيها اللاعب بأداء حركات إستعراضية منتظمة وتمتاز بالمهارة العالية والدقة والمرونة كالقفز وثني الجسم كماتمتاز بعض حركاتها بالخطورة البالغة، نتيجة الوثب والقفز عاليا، وبالذات على الأجهزة المرتفعة عن مستوى الأرض ونحو ذلك منافسا في ذلك مجموعة أخرى من اللاعبين و تؤدي الكثير من حركات الجمباز على أجهزة مختلفة

ويعرفه (شحاتة، 2003، صفحة 40) أنه يعني " ممارسة الفرد نوعا من أنشطة الجمباز بإستخدام أدوات أو أجهزة أو بدونها ومنها النشاط الفردي أو الزوجي أو الجماعي وتحت مظلة القانون الدولي للجمباز بهدف التنمية الشاملة للفرد ". ويعرفه (يوسف، 2010، صفحة 10). تمرين الجمباز أنه " عبارة عن مجموعة من الحركات ذات أشكال مختلفة و بدايات ونهايات متنوعة تبعا لصعوبة كل حركة في نطاق المجموعة

و التركيب الفني الأساسي لها، و لكن الغرض منها واحد، و في حدود ما تسمح به القواعد و التصميمات التي تصدر عن اللجنة الفنية العليا التابعة للإتحاد الدولي للجمباز، وهذه القواعد و التصميمات تحدد شكل الحركة و طريقة أدائها و درجة صعوبتها و ارتباطها و تنسيق الحركات ببعضها البعض ".

ويعرف الجمباز بأنه : " رياضة تعتبر من الرياضات الشاقة على الجسم وهي تحتوي على تدريبات أكروباتية باستخدام أدوات مختلفة ". (حسين ياسين، 2012، صفحة 55)

7-الدراسات السابقة

7-1الدراسة الأولى: دراسة الحمداني ثامر محمود ذنون بعنوان الصعوبات التي تواجه طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في تطبيق المهارات الحركية في درس الجمباز،أطروحة جامعة الموصل العراق،2019،هدف البحث إلى التعرف على درجة الصعوبات التي تواجه طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية في جامعة الموصل في تطبيق الجانب الحركي لدرس الجمباز. والتعرف على الفروقات بين طلاب المرحلة الأولى والثالثة في درجة الصعوبات لدرس الجمباز. ووضع تصور مقترح للتغلب على الصعوبات التي تواجه طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في تطبيق الجوانب العلمية لدرس الجمباز. واستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي بالأسلوب المسحي لتحقيق أهداف البحث، وتكون مجتمع البحث من طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضية في كلية التربية الأساسية في جامعة الموصل للعام الدراسي 2018 -2019 والبالغ عددهم 215 طالباً وطالبة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريق العمدية، أسفرت الدراسة على جملة من النتائج كان أبرزها: وجود فروق بين طلبة كل من المرحلة الأولى والثانية والثالثة في

درجات الصعوبات التي يواجهونها في تطبيق درس الجمباز وحسب بيان الأوساط الحسابية والانحراف المعياري والمتوسط الحسابي.

2-7 الدراسة الثانية: دراسة عمر احمد رزق اعمير بعنوان المعوقات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في مدارس الوكالة لممارسة الطلبة رياضة الجمباز، جامعة العلوم التطبيقية الخاصة، الأردن، 2019، هدفت الدراسة التعرف إلى المعوقات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في مدارس وكالة الغوث في تعليم الطلبة رياضة الجمباز، وعلى مجالات الأمن والسلامة، طريقة التدريس، المنهاج الدراسي، العوامل النفسية الإمكانات المتوفرة وعلى الاختلافات في درجة المعوقات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في مدارس وكالة الغوث في تعليم الطلبة رياضة الجمباز، وعلى مجالات الأمن والسلامة طريقة التدريس، المنهاج الدراسي، العوامل النفسية، الإمكانات المتوفرة وتبعا المتغيرات الجنس، والمؤهل العلمي والخبرة في التدريس.

تكونت عينة الدراسة من (90) من معلمي التربية الرياضية من العاملين في وكالة غوث وتشغيل اللاجئين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، أشارت النتائج إلى أن أهم المعوقات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في تعليم مهارات الجمباز تتعلق بمجال الإمكانات وفي المرتبة الثانية المعوقات المتعلقة بالمنهج المدرسي وفي المرتبة الثالثة المعوقات الخاصة بالأمان والسلامة وفي المرتبة الرابعة المعوقات الخاصة بطريقة وفي المرتبة الأخيرة المعوقة الخاصة بالعوامل النفسية، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق إحصائية دالة تعزي لمتغيرات الجنس والمؤهل العلمي والخبرة في التدريس في تقدير درجة المعوقات التي تواجه معلمي التربية الرياضية في مدارس الوكالة لممارسة الطلبة رياضة الجمباز، فيما أوصى الباحث على ضرورة قيام مدرسي التربية الرياضية في مدارس غوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين باستخدام الوسائل التكنولوجية والإيضاحية ما أمكن عند تعليم مهارات الجمباز لدى الطلبة وعلى ضرورة إعادة النظر في وحدة الجمباز في المنهاج المدرسي وبما يتناسب مع الإمكانيات الرياضية المتواجدة في المدارس .

8-الاجرات الميدانية

8-1مناهج البحث :

الاعتماد على منهج واضح يساعد على دراسة وتشخيص الإشكالية التي يتناولها بحثنا، إذ يعتمد على اتصال الباحث بالميدان ودراسة ماهو قائم فيه بالفعل لذا استخدمنا المنهج الوصفي " الذي يعرف بأنه "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة محل الدراسة" (الرواشدي، 2000، صفحة 59)

8-2 الدراسة الاستطلاعية:

بعد استلامنا لعنوان المذكرة وتحديد المجال المكاني والبشري المتعلقة بالدراسة وتمثل في بعض متوسطات ولاية تبسة، قمنا بزيارة استطلاعية إلى بعض المتوسطات من اجل جمع المعلومات وإجراء مقابلات مبدئية مع أساتذة التربية البدنية والرياضية، وقمنا بجولات في المتوسطات من أجل التعرف على الأسباب التي تمنح ممارسة نشاط الجمباز.

بعد ذلك قمنا بتحديد مجموعة من المتوسطات بطريقة قصدية شملت بعض بلديات ولاية تبسة من أجل أن نقف على مختلف الأسباب في مختلف المتوسطات حتى تأتي دراستنا شاملة وملمة بالموضوع.

3-8 مجتمع الدراسة وعينة الدراسة:

- مجتمع البحث:تلاميد متوسطات ولاية تبسة
- عينة الدراسة

- وتكونت عينة دراستنا من 35 أستاذ تربية بدنية ورياضية للطور المتوسط لولاية تبسة

-طريقة اختيار العينة :

بما أنه كان من الصعب علينا الاتصال بعدد كبير من المعنيين بدراستنا فإنه لا مفر من اللجوء إلى أسلوب أخذ عينة قصد يهتمثل المجتمع الأصلي حتى نستطيع أن نأخذ صورة مصغرة عن التفكير العام، ويقصد بالعينة القصدية: يكون الاختيار في هذا النوع من العينات على أساس حر، من قبل الباحث وحسب طبيعة بحثه، بحيث يحقق هذا الاختيار هدف الدراسة أو أهداف الدراسة المطلوبة. (عيشور، 2017، صفحة 240)

وعليه فقد تم اختيار عينة البحث تتكون من :35 أستاذا من أساتذة التربية البدنية بمتوسطات تبسة.

4-8 مجالات البحث:

-ا لمجال البشري: تمثل في مجتمع الدراسة والمتمثل في أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور المتوسط ولاية تبسة، بعينة قدرها 35 أستاذ .

- المجال المكاني: تم توزيع الاستبيان على أساتذة أقسام التربية البدنية والرياضية في المتوسطات البالغ عددهم 22 متوسطة متوزعين على 08 بلديات

- المجال الزماني: لقد تم تحضير الأسئلة الموجهة للأساتذة وتحكيمها في الفترة مابين (01 - 05) مارس، وفي الفترة مابين (25مارس 2020 إلى غاية 10 أفريل 2020 تم توزيع الإستبيان على الأساتذة المعنيين واسترجاعه إلكترونيا.

8-5ضبط متغيرات الدراسة:

-المتغير المستقل:

وفي دراستنا هذه فإنه تم تحديد المتغير المستقل أي السبب من موضوع الدراسة وهو: أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي.

المتغير المستقل = أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز .

المتغير التابع:

ومن خلال موضوع الدراسة فإنه تم تحديد المتغير التابع ممارسة نشاط الجمباز في الطور المتوسط.

6-8 أدوات البحث:

من أجل الإحاطة بالموضوع من كل جوانبه تم استخدام استمارة الاستبيان التي تعد أداة رئيسية لجمع

البيانات الكلية عن وقائع محدودة وعدد كبير نسبيا من الأشخاص، وهي مجموعة الأسئلة المترابطة بطريقة منهجية وتعرف استمارة الاستبيان بأنها: مجموعة من الأسئلة المرتبطة حول موضوع معين تم وضعها في استمارة ترسل للأشخاص المعنيين بالبريد أو تسليمها باليد تمهيدا للحصول على أجوبة الأسئلة الواردة فيها وبواسطتها يمكن التوصل إلى حقائق جديدة عن الموضوع والتأكد من معلومات متعارف عليها لكنها غير مدعمة بحقائق (عيشور، 2017، صفحة 250).

حيث قمنا بتوزيع 05 استمارات على خمس (05) أساتذة في الفترة 15- 17 مارس 2020 ثم أعدنا توزيعها على الأساتذة أنفسهم في الفترة مابين 22-24مارس 2020، وجاءت النتائج متكافئة

8-7 الوسائل الإحصائية المستعملة

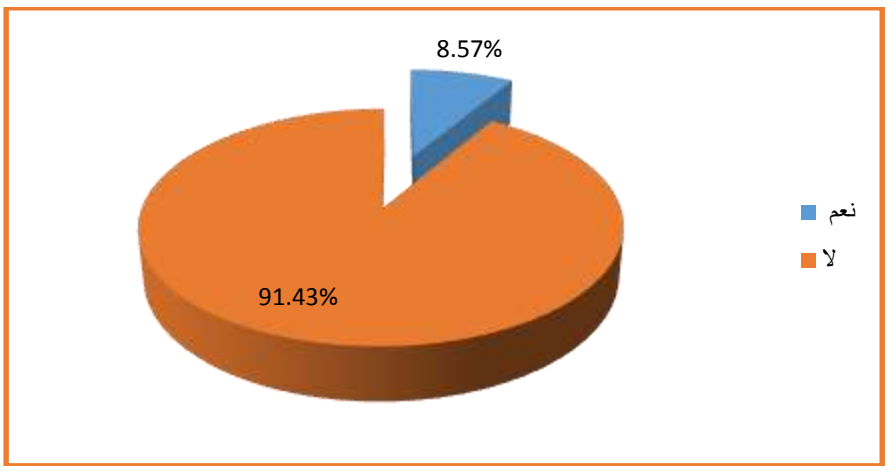
بعد جمع كل الاستمارات الخاصة بأساتذة الجمباز المقدرة بخمسة وثلاثين (35) استمارة والتي يحتوي كل منها على 18 سؤالا.

9-تحليل وعرض النتائج:

9-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: توجد أسباب مادية لعدم تدريس نشاط الجمباز في الوسط المدرسي في الطور المتوسط.

الجدول رقم 1: يبين توفر المؤسسة على قاعة رياضية .

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	30	%8,57
لا	32	%91,43
المجموع	35	%100

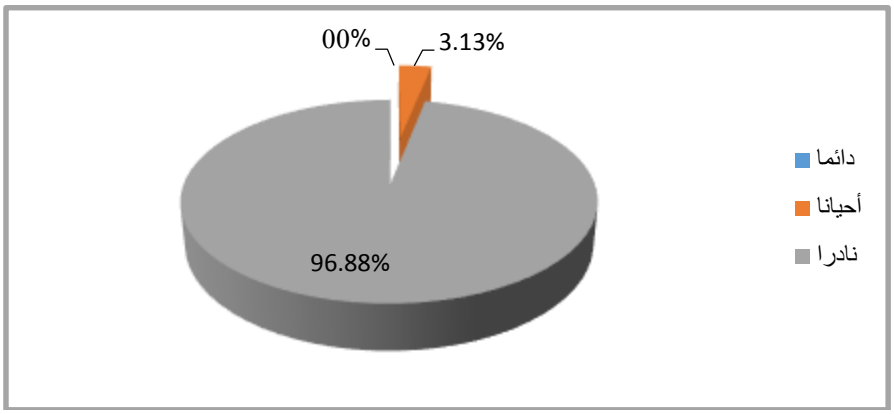


الشكل رقم 1: يبين توفر المؤسسة على قاعة رياضية

من خلال الجدول رقم 01 والرسم البياني الذي يبين توفر المؤسسة على قاعة رياضية أجاب أفراد العينة المبحوثين بـ"لا"بنسبة 91.43 %، أما أفراد العينة الباقون بنسبة 8,57% أجابوا بنعم.مما سبق نستنتج أن معظم متوسطات تبسة لا تمتلك قاعات رياضية، هذا ما يعني عدم ممارسة مختلف الأنشطة في القاعة مما ينعكس سلبا على أداء التلاميذ خاصة في فصل الشتاء أو في حالة سوء الأحوال الجوية.

الجدول رقم 2 : يبين إمكانية الذهاب إلى قاعة أخرى

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
دائما	00	0,00%
أحيانا	10	3,13%
نادرا	31	96,88%
المجموع	32	100%



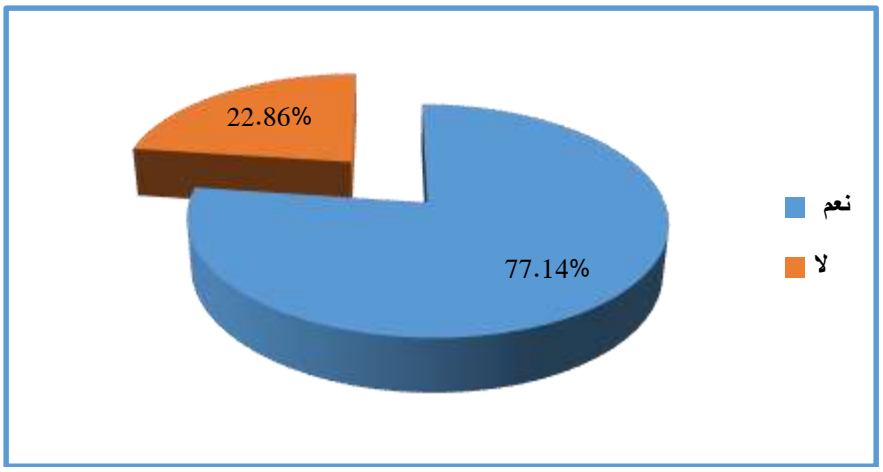
الشكل رقم 2: يبين إمكانية الذهاب إلى قاعة أخرى

من خلال الجدول رقم 02 والرسم البياني الذي يبين إمكانية الذهاب إلى قاعة أخرى، أجاب بنسبة 96,88% من أفراد العينة المبحوثين بنادرا، في حين أجاب ما نسبته 3,13%بأحيانا، أما دائما فجاءت معدومة.

من خلال المعطيات السابقة نستنتج أن معظم الأساتذة يحاولون على قدر المستطاع التنقل إلى قاعة أخرى، إلا انه دائما يجدون صعوبة في ذلك بسبب رفض استقبالهم من طرف المؤسسات الأخرى، بحجة أن القاعة مشغولة دائما من طرف أفراد المؤسسة التابعة لها.

الجدول رقم 3:يبين توفر المتوسطة على بساط جمباز

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	27	77,14%
لا	80	22,86%
المجموع	35	100%



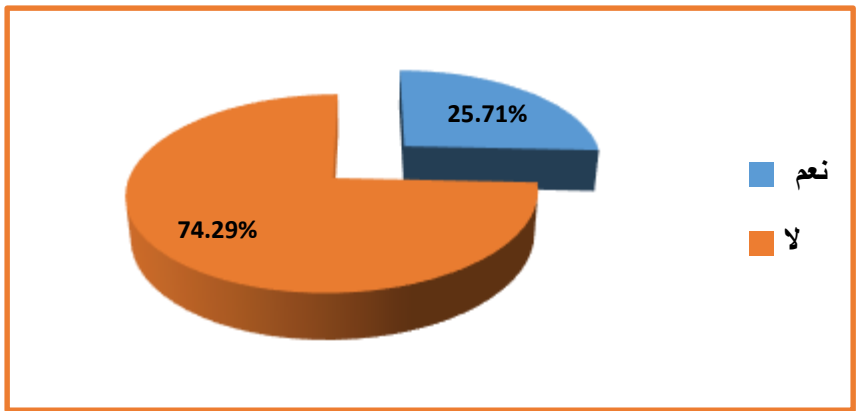
الشكل رقم 3: يبين توفر المتوسطة على بساط جمباز

من خلال الجدول رقم 03 والرسم البياني الذي يبين توفر المتوسطة على بساط جمباز، أجاب ما نسبته 77,14%من أفراد العينة بنعم ، أما البقية والبالغ نسبتهم22,86% أجابوا بـ"لا".

من خلال المعطيات الموضحة في الجدول والرسم البياني أعلاه نستنتج أن معظم متوسطات تبسة يملكون بساط جمباز ، في حين بعض المتوسطات لا تملك بساط جمباز وهذا الأخير أبسط الأجهزة المستعملة في نشاط الجمباز ما لا يسمح لهم بمزاولة نشاط الجمباز خاصة الحركات الأرضية.

الجدول رقم 4:يبين امتلاك المتوسطة لأجهزة أخرى خاصة بنشاط الجمباز

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	90	25,71%
لا	26	74,29%
المجموع	35	100%

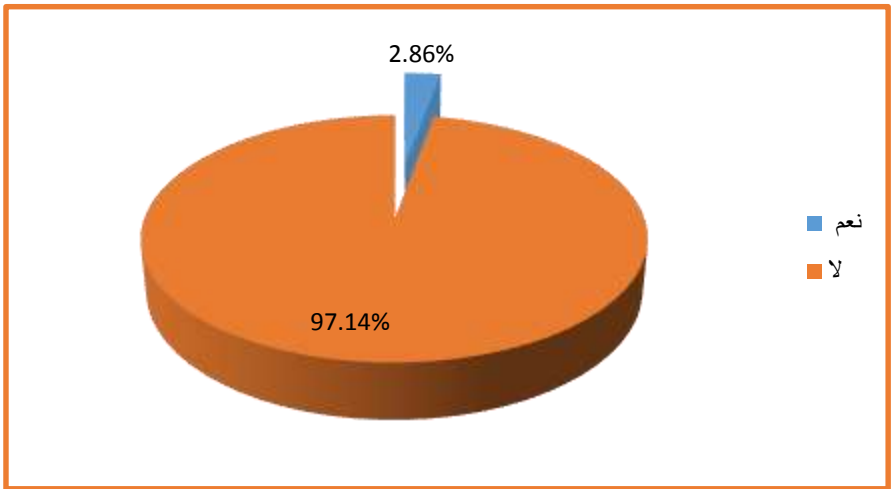


الشكل رقم 4:يبين إمتلاك المتوسطة لأجهزة أخرى خاصة بنشاط الجمباز

من خلال الجدول رقم 04 والرسم البياني الذي يبين إمتلاك المتوسطة لأجهزة أخرى خاصة بنشاط الجمباز، نجد أن نسبة 74,29% أجابوا بـ"لا"، في جين أجاب ما نسبته 25,71% بنعم.من خلال ما سبق نستنتج أن بعض المتوسطات تمتلك بساط جمباز وأجهزة أخرى خاصة بالجمباز، في حين نجد البعض الأخرى من المتوسطات يمتلكون بساط فقط، ومتوسطات أخرى لا تمتلك لا بساط لا أجهزة.

الجدول رقم 5:يبين ممارسة الأستاذ لرياضة الجمباز في نادي خارج المؤسسة

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	10	2,86%
لا	34	97,14%
المجموع	35	100%



الشكل رقم 5: يبين ممارسة الأستاذ لرياضة الجمباز في نادي

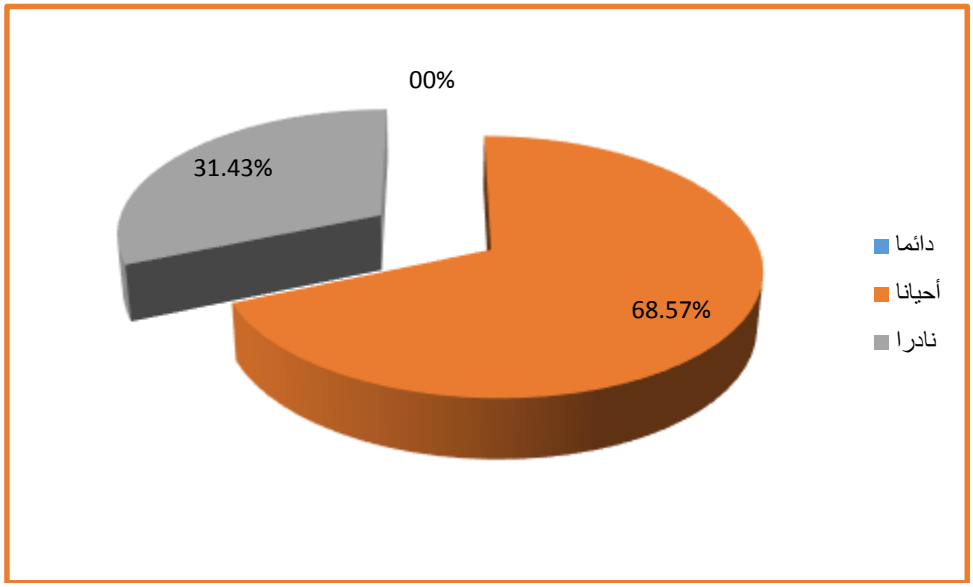
من خلال الجدول رقم 05 والرسم البياني الذي يبين ممارسة الأستاذ لرياضة الجمباز في نادي خارج المؤسسة يتضح لنا أن أفراد العينة المبحوثين أجابوا بنسبة 97,14%ب"لا"، في حين أجاب نسبة 2,86% بنعم.

من خلال ما سبق نستنتج أن أغلبية الأساتذة لا يمارسون رياضة الجمباز في نادي رياضي خارج المؤسسة وهذا إن دل فيدل على عدم امتلاك أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط القدرة على تدريس نشاط الجمباز، وكذا عدم تلقي دروس تطبيقية في دراستهم الجامعية.

9-2عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: توجد أسباب تكوينية لأساتذة التربية البدنية والرياضية لعدم تدريس رياضة الجمباز في الوسط المدرسي

الجدول رقم 6:يبين نقص الخبرة يقف عائقا في تدريس نشاط الجمباز

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
دائما	00	00%
أحيانا	24	68,57%
نادرا	11	31,43%
المجموع	35	100%

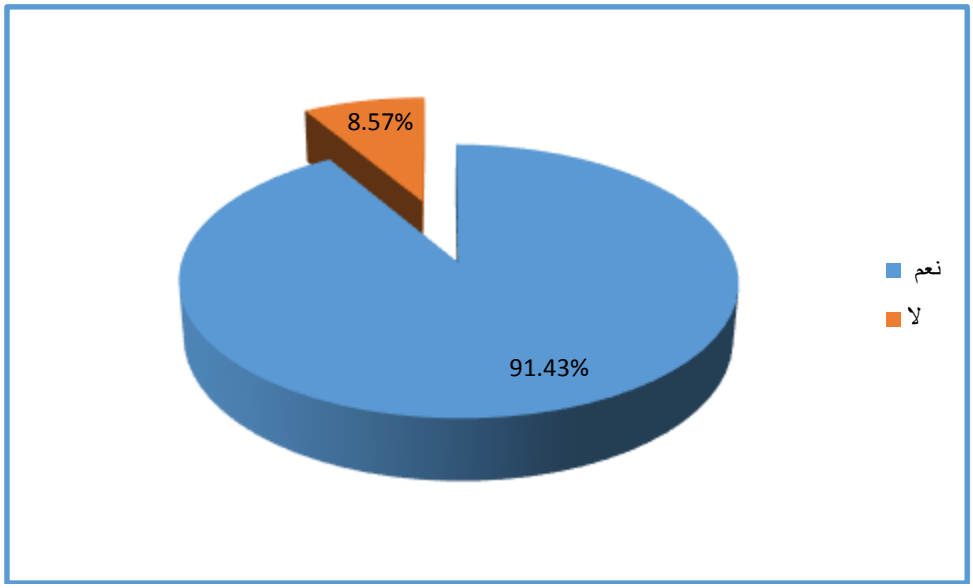


الشكل رقم 6:يبين نقص الخبرة يقف عائقا في تدريس نشاط الجمباز

من خلال الجدول رقم 6 والرسم البياني أعلاه نلاحظ أن إجابة المبحوثين جاءت بنسبة 68,57% الذين أجابوا بأحيانا، في حين أجاب ما نسبته 31,43% نادرا، أما من أجابوا بدائما فقد جاءت نسبتهم معدومةمما سبق نستنتج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور المتوسط يعتبرون نقص الخبرة عائق يقف أمام تدريسهم لنشاط الجمباز، وهذا راجع لعدم ممارستهم رياضة الجمباز، ونقص تكوينهم الجامعي.

الجدول رقم 7 : يبين تلقي الأستاذ تكوينا في رياضة الجمباز

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	32	%91,43
لا	30	%8,57
المجموع	35	%100



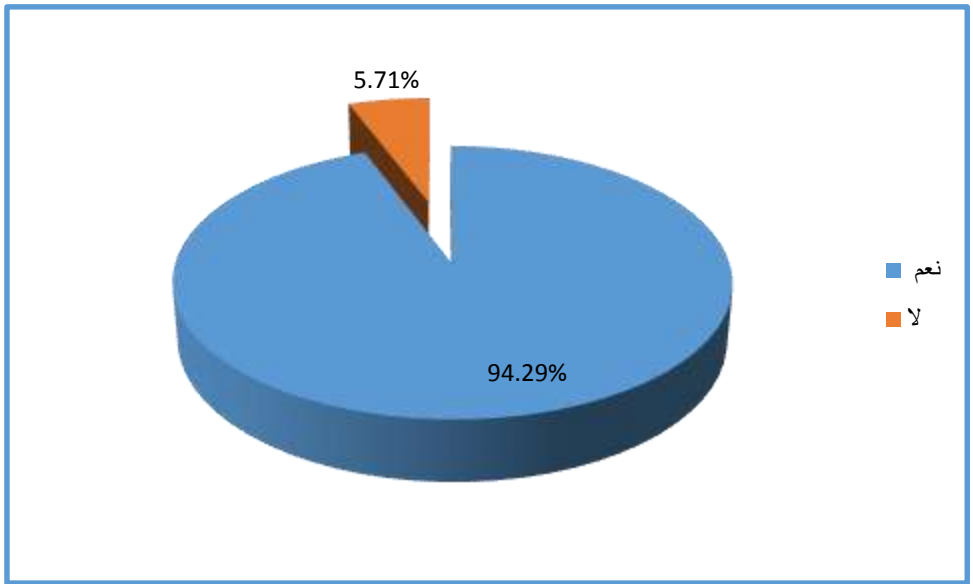
الشكل رقم 7: يبين تلقي الأستاذ تكوينا في رياضة الجمباز

من خلال الجدول رقم 7 والرسم البياني الذي يبين تلقي الأستاذ تكوينا في رياضة الجمباز نلاحظ أن نسبة 91,43% من أفراد العينة المبحوثين أجابوا بنعم، في حين نسبة 8,57%أجابوا ب"لا".

مماسبق نستنتج أن معظم الأساتذة تلقوا تكوينا في رياضة الجمباز في فترة دراستهم الجامعية، إلا أن التكوين كان يعتمد على الجانب النظري أكثر منه من الجانب التطبيقي، مما يدل على عدم مقدرة الأستاذ على أداء حركات الجمباز.

الجدول رقم 8: يبين رغبة الأستاذ في تدريس نشاط الجمباز

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
نعم	33	%94,29
لا	20	%5,71
المجموع	35	%100



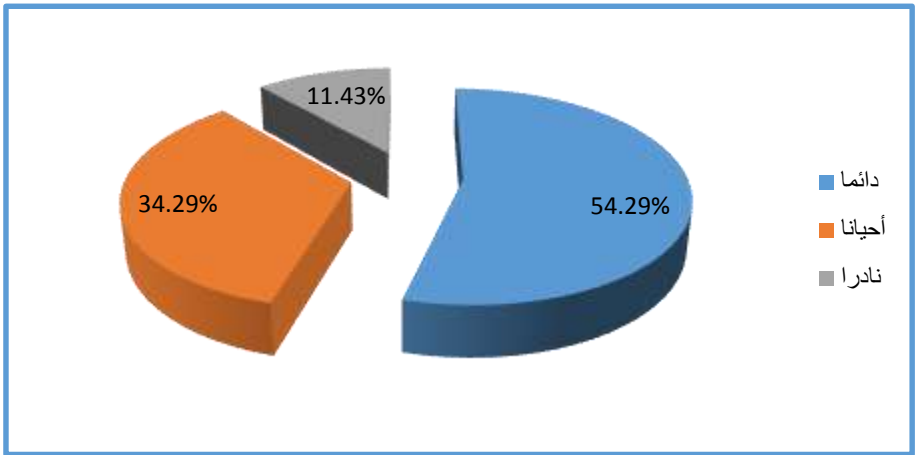
الشكل رقم 8:يبين رغبة الأستاذ في تدريس نشاط الجمباز

من خلال الجدول رقم 8 والرسم البياني نلاحظ أن نسبة 94,29% أجابوا بنعم أي أن لديهم الرغبة في تدريس نشاط الجمباز، أما النسبة الباقية والمقدرة بـ5,71% أجابوا بـ"لا".

من خلال المعطيات السابقة نستنتج أن أغلبية الأساتذة يمتلكون رغبة في تدريس نشاط الجمباز إلا أن عدم توفر الأجهزة بسبب نقص الميزانية، وكذا نقص التكوين في النشاط أدى بهم إلى عدم تدريسه، وكذا الخوف من تعرض التلاميذ للإصابات.

الجدول رقم 9:يبين مزاولة نشاط الجمباز يحسن من الجانب التربوي للتلاميذ

الاحتمالات	التكرار	النسبة المئوية
دائما	19	54,29%
أحيانا	12	34,29%
نادرا	40	11,43%
المجموع	35	100%



الشكل رقم 9: يبين مزاولة نشاط الجمباز يحسن من الجانب التربوي للتلاميذ

من خلال الجدول رقم 9 والرسم البياني نلاحظ أن نسبة 54,29% أجابوا بدائما أي أن مزاولة نشاط الجمباز يحسن من الجانب التربوي للتلاميذ، في حين أجاب ما نسبته 34,29%بأحيانا، أما النسبة الباقية والمقدرة بـ11,43 أجابوا نادرا.

مما سبق نستنتج أن مزاولة نشاط الجمباز يحسن من الجانب التربوي للتلميذ من خلال تعويد الأطفال على العادات الصحية السليمة، وعلى النمو الشامل المتكامل المتزن"، كما ويعتبر الجمباز أحد الأنشطة الرياضية الأساسية التي تساعد الفرد على تنمية صفاته البدنية و النفسية و الاجتماعية و العقلية، وتعود إيجابا على مردود الدراسي والتحصيلي.

9-3نتائج الدراسة

- عرض النتائج العامة:

المحور الأول: توجد أسباب مادية لعدم تدريس أساتذة التربية البدنية والرياضية لرياضة الجمباز في الطور المتوسط

- لا تتوفر المؤسسات على قاعات رياضية بنسبة 91.43%.
- لا يذهب الأساتذة الذين لا تملك مؤسساتهم قاعات رياضية إلى مؤسسات أخرى بنسبة 96.88%.
- امتلاك معظم المتوسطات لبساط جمباز بنسبة 77.14%.
- لا تمتلك المتوسطات أجهزة جمباز أخرى بنسبة 74.29%.
- لا يمارس الأساتذة رياضة الجمباز خارج المؤسسة بنسبة 97.14%.
- عدم توفير الأجهزة ونقص في الميزانية من أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز بنسبة 54.29%.
- امتلاك الأساتذة رغبة في تدريس نشاط الجمباز بنسبة 94.29%.
- تؤثر التكاليف الباهظة لاقتناء الأجهزة على ممارسة نشاط الجمباز بنسبة 97.14%.
- إدارة المؤسسة لا تعطي أولوية لممارسة نشاط الجمباز بنسبة 85.71%.

المحور الثاني : توجد أسباب تكوينية لأساتذة التربية البدنية والرياضية لعدم تدريس رياضة الجمباز في الوسط المدرسي.

- نقص خبرة الأستاذ في تدريس الجمباز من أسباب عدم تدريسه بنسبة 68.57%.
- تلقي الأساتذة تكوينا في رياضة الجمباز في المرحلة الجامعية بنسبة 91.43%.
- امتلاك أساتذة الطور المتوسط رغبة في تدريس نشاط الجمباز بنسبة 94.29%.
- مزاولة نشاط الجمباز يحسن من الجانب التربوي للتلاميذ بنسبة 88.58%.
- تسطير الأساتذة لنشاط الجمباز ضمن برنامجهم السنوي بنسبة 68.57%.
- لا يقيم الأساتذة نشاط الجمباز بالمدرسة بنسبة85.71% .
- تذبذب في ممارسة التلاميذ لرياضة الجمباز خارج المدرسة بنسبة 51.43%.
- خطورة ممارسة الجمباز مدعاة للتهرب من مزاولته بنسبة 54.29%.
- عدم وجود تشجيع من إدارة المؤسسة أدى إلى عدم ممارسو نشاط الجمباز بنسبة 91.43%.
- نقص التوعية من وسائل الإعلام من أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز بنسبة .77.15%.

- النتائج الجزئية

- في ضوء تساؤلات الدراسة

التساؤل الأول: هل يوجد أسباب مادية لعدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي في الطور المتوسط؟

الأسباب المادية التي تمنع ممارسة نشاط الجمباز بالطور المتوسط تتمثل في:

- عدم توفر المؤسسات على قاعات رياضية .
- عدم توفر أجهزة جمباز باستثناء البساط.
- عدم ممارسة الأساتذة لرياضة الجمباز.
- نقص في ميزانية المؤسسة .
- التكاليف الباهظة لاقتناء أجهزة الجمباز .
- عدم إعطاء الإدارة أولوية للممارسة نشاط الجمباز.

التساؤل الثاني: هل يوجد أسباب تكوينية أكاديمية لعدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي؟

الأسباب التكوينية التي تقف عائق في مزاول نشاط الجمباز هي:

- نقص خبرة الأساتذة .
- عدم تلقي تكوينا تطبيقيا للأساتذة في رياضة الجمباز .
- عدم تنفيذ برنامج نشاط الجمباز .
- عدم اهتمام التلاميذ بمزاولة نشاط الجمباز .
- خطورة وصعوبة الحركات الجمبازية .
- عدم تشجيع إدارة المؤسسة على ممارسة نشاط الجمباز .
- نقص التوعية من الوسائل الإعلامية لرياضة الجمباز.

- في ضوء الأهداف:

الهدف الأول:الكشف على دور ومدى مساهمة التجهيزات والوسائل الرياضية لممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي طور المتوسط.

- من خلال دراستنا الميدانية وتحليل النتائج المتحصل عليها نجد أن للتجهيزات والوسائل الرياضية لممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي للطور المتوسط أهمية بالغة، إذ عدم توفر القاعات الرياضية و انعدام أجهزة الجمباز أدى إلى عدم ممارسة هذا الأخير بالمتوسطات

الهدف الثاني: الاطلاع و معرفة أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز في الوسط المدرسي .

من خلال ما تحصلنا عليه من نتائج تبين لنا أن أهم أسباب عدم ممارسة نشاط الجمباز بالطور المتوسط هي:

- عدم إمتلاك قاعات رياضية .
- نقص في أجهزة الجمباز .
- ضعف في ميزانية المؤسسات .
- التكاليف الباهظة لاقتناء الأجهزة .
- نقص خبرة الأساتذة في تدريس نشاط الجمباز .

- ضعف تكوين الأساتذة في رياضة الجمباز وتلقيهم تكوينا نظري أكثر منه تطبيقي .
- عدم ممارسة كل من الأساتذة والتلاميذ لرياضة الجمباز .
- عدم إعطاء إدارة المؤسسات أولوية وأهمية لممارسة نشاط الجمباز .
- نقص تشجيع إدارة المؤسسات لممارسة نشاط الجمباز .
- نقص التوعية من وسائل الإعلام لرياضة الجمباز .
- خطورة أداء الحركات الجمبازية .
- تخوف الأساتذة من تعرض التلاميذ للإصابات.

10-الاقتراحات:

- من خلال الدراسة النظرية والتطبيقية الميدانية وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها نقترح حلول لتذليل هذه الصعوبات والعراقيل:
- توفير قاعات رياضية في كل متوسطة .
- توفير أجهزة الجمباز خاصة المتعلقة بالحركات الرياضية من بساط وغيرها .
- دعم الوزارة الوصية ميزانية المؤسسات من أجل اقتناء أجهزة الجمباز أو توفيرها خصيصا خارج ميزانية المؤسسة.
- برمجة دورات تكوينية للأساتذة على رياضة الجمباز.
- تشجيع كل من الأساتذة والتلاميذ على مزاولة رياضة الجمباز .
- الحد من نشر بين التلاميذ خطورة ممارسة رياضة الجمباز .
- اهتمام وسائل الاعلام برياضة الجمباز ومنحها وقت خاص دون الرياضات الشعبية الأخرى .
- تشجيع إدارة المؤسسات على مزاولة نشاط الجمباز ومنح المتفوقين جوائز تشجيعي

خاتمة

يتميز نشاط الجمباز عن غيره من الأنشطة الرياضة بصعوبة حركاته وخطورتها، فنجد معظم الأساتذة والتلاميذ ينفرون من ممارسته، هذا من جهة ومن جهة أخرى تراكم الأسباب والصعوبات تنفيذ وتدريس هذا النشاط في الطور المتوسط أدى إلى تفاقم الوضع، فنجد في الطور المتوسط معظم المتوسطات لا تدرس هذا النشاط وهذا لجملة من الأسباب تنوعت بين عدم امتلاك قاعة رياضة إلى التكاليف الباهظة لاقتناء الأجهزة مع نقص ميزانية المؤسسات، هذا ما عاد بالسلب على الأساتذة ما جعلهم في مدة تدريسهم كانت طويلة او قصيرة لا يمتلكون خبرة في تدريس هذا النشاط، وحتى ولو أنهم تلقوا تكوينا في رياضة الجمباز خاصة في المرحلة الجامعية. قمنا في دراستنا هذه بمحاولة حصر للأسباب العديدة وقدمنا حلول من اجل تذليل هذه الصعوبات والمعيقات، رغم الدور الفعال لنشاط الجمباز في تنشيط الجسم ويخرج الفرد من عزلته ويكسب الثقة بالنفس وله دور فعال في بناء شخصية التلميذ.

وخلصنا في دراستنا إلى ضرورة تسطير وتنفيذ نشاط الجمباز بالطور المتوسط في حصة التربية البدنية الرياضية لأنه وسيلة لتكوين التلاميذ عقليا وبدنيا، ويساهم في تنمية أنماط السلوك الاجتماعي من خلال التأثير الايجابي لشخصية الأستاذ.

وفي الخير نرجو استغلال نتائج الدراسة المتوصل إليها من اجل توظيفها فيما يخدم التلاميذ في المؤسسات التربوية.

5. قائمة المراجع:

أحمد يوسف. (2010). *أساليب متطوة في تدريس الجمباز باستخدام العمل العضلي الاساسي* (الإصدار 1). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

1. الموسوعةالعربية. (1996). الجمباز ورفع الأثقال. *1* . لبنان: دار الشمال.
2. أمين انور الخولي. (2001). *أصول التربية البدنية والرياضية* (الإصدار 2). القاهرة: دار الفكر العربي.
3. أمين انور الخولي. (2001). *الرياضة والمجتمع*. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.
4. بشير صالح الرواشدي. (2000). *منهج البحث التربوي رؤية مبسطة*. الكويت: دار الكتاب الحديث.
5. حسين أحمد الحاج حمودة. (2010). تصور مقترح للتغلب على الصعوبات التي تواجه تدريس مقرر الجمباز بالمعاهد المتوسطة للتربية الرياضية في سوريا. *رسالة ماجستير* . مصر، اتحاد مكتبات الجامعات العربية.
6. حسين بيومي عدلي. (1998). *المجموعات الفنية في الحركات الأرضية* (الإصدار 1). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
7. حمدي أبو الفتوح عطيفة. (2012). *منهجيات البحث العلمي في التربية وعلم النفس* (الإصدار 1). القاهرة: دار النشر للجامعات.
8. سامي محمد ملحم. (2000). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
9. عادل علي. (2004). *أسس ونظريات الجمباز الحديث* (الإصدار 1). الاسكندرية، مصر: المكتبة المصرية.
10. علي يونس. (2003). *المناهج المعاصرة في التربية الرياضية* (الإصدار 1). عمان، الأردن: دار النفائس.
11. عماد الدين عبد الرحمن حسين ياسين. (2012). الصعوبات التي تواجه طلبة كلية التربية البدنية والرياضية في تطبيق الجوانب العملية لمساقات الجمبازبجامعة الاقصى. غزة، قسك المناهج وطرق التدريس، كلية الترية ، الجامعة الاسلامية، فلسطيم.
12. محمد ابراهيم شحاته. (2003). *أسس تعليم الجمباز*. مصر: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.

13. محمد الحمامي، و أنور الخولي. (1996). *أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
14. محمد شحاتة. (2003). *أسس تعليم الجمباز* (الإصدار 1). الاسكندرية، كلية التربية الرياضية، جامعة الاسكندرية، مصر: دار الفكر العربي.
15. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2000). *أسس البحث العلمي* (الإصدار 1). عمان، الأردن: مؤسسة الوراق.
16. نادية سعيد عيشور. (2017). *منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية*. قسنطينة، الجزائر: مؤسسة حسين رأس الجبل للنشر والتوزيع.
17. هشام حسن صبحي. (2003). *مبادئ الجمباز الحديث*. مصر: عوض ذهب للطباعة والنشر.