

ملخص البحث

فاعلية استخدام التمرينات بالأدوات وبعض مهارات الجمباز الأساسية في جملة العرض الرياضي لتنمية مستوي الأداء البدني والمهاري لطلاب كلية التربية الرياضية
*م.د/ صالح مسعود فرج
**د/ أحمد سمير الجمال

يهدف البحث إلى التعرف فاعلية استخدام التمرينات بالأدوات وبعض مهارات الجمباز الأساسية في جملة العرض الرياضي لتنمية مستوي الأداء البدني والمهاري لطلاب كلية التربية الرياضية وطبقت هذه الدراسة على (٤٠) طالب من كلية التربية الرياضية بواقع ١٠٠% من إجمالي مجتمع البحث عام (٢٠٢٠م) لمدة (١٢) أسبوع بواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع وكانت أهم النتائج فاعلية استخدام التمرينات بالأدوات وبعض مهارات الجمباز الأساسية في جملة العرض الرياضي لها تأثيرا إيجابيا على تحسين مستوي الأداء المهاري في جملة العرض الرياضي لطلاب كلية التربية الرياضية كذلك فاعلية استخدام التمرينات بالأدوات وبعض مهارات الجمباز الأساسية في جملة العرض الرياضي عملت علي تنمية مستوي الأداء البدني لطلاب كلية التربية الرياضية حيث أن لها تأثير ايجابيا كبير جدا علي المجموعة التجريبية بالمقارنة بالمجموعة الضابطة الاقل في النسبة المئوية.

* أستاذ مساعد بقسم اللياقة البدنية والجمباز والعروض الرياضية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية

* مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الجمباز والتمرينات والتعبير الحركي- كلية التربية الرياضية جامعة بنها

The effectiveness of using exercises with tools and some basic gymnastics skills in the sports presentation sentence for developing the level of physical and skill performance for students of the Faculty of Physical Education

The research aims to identify the effectiveness of using exercises with tools and some basic gymnastics skills in the total sports presentation to develop the level of physical and skill performance for students of the Faculty of Physical Education. 12) A week with three training units per week. The most important results were the effectiveness of the use of exercises with tools and some basic gymnastics skills in the sports presentation sentence. They had a positive impact on improving the level of skill performance in the sports presentation for students of the Faculty of Physical Education as well.

The effectiveness of using exercises with tools and some basic gymnastics skills in the sports presentation sentence worked on developing the level of physical performance for students of the Faculty of Physical Education, as it had a very large positive impact on the experimental group compared to the control group in the lowest percentage.