

الفصل الخامس

0/5 الاستخلاصات والتوصيات

1/5 استخلاصات البحوث.

2/5 توصيات البحوث.

0/5 الاستخلاصات والتوصيات:

1/5 استخلاصات البحث :

من خلال فروض البحث ، ووفقا لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي ، وفي ضوء مناقشة النتائج و في حدود عينة البحث أمكن للباحثة التوصل إلى الاستخلاصات الآتية:

(1) إن متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث في اختبارات القدرات الحس- حركية (الإحساس الزاوي لمفصل الكتف ، الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق ، الإحساس الزاوي لمفصل الفخذ ، الإحساس الحركي بالزمن ، الإحساس الحركي بالمسافة ، الإحساس الحركي بالاتجاه ، الإحساس بالتوازن الثابت ، الإحساس بالتوازن الديناميكي ، الإحساس بالقوة المميزة بالسرعة ، الإحساس بالتوافق الحركي ، سرعة رد الفعل السمعي) كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20 متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث.

(2) إن متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث في اختبارات القدرات الحس- حركية (الإحساس الزاوي لمفصل الكتف ، الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق ، الإحساس الزاوي لمفصل الفخذ ، الإحساس الحركي بالزمن ، الإحساس الحركي بالمسافة ، الإحساس الحركي بالاتجاه ، الإحساس بالتوازن الثابت ، الإحساس بالتوازن الديناميكي ، الإحساس بالقوة المميزة بالسرعة ، الإحساس بالتوافق الحركي ، سرعة رد الفعل السمعي) كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20 متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث.

(3) هناك فروق إحصائية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة والخامسة والسادسة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث.

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (9>10) سنوات للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس بالتوازن الثابت للبنات .

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (10>11) سنوات للبنين والبنات بالمرحلة الرابعة فى اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس الحركى بالمسافة للبنات .

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (11>12) سنوات للبنين والبنات بالمرحلة الرابعة فى اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس الحركى بالمسافة للبنين.

(4) العلاقة بين القدرات الحس- حركية وسرعة العدو لدى البنين والبنات فى القدرات الحس- حركية قيد البحث علاقة طردية لصالح البنين والبنات فى المرحلة السنية (11>12).

2/5 توصيات البحث :

استنادا الى ما أشارت إليه النتائج وما توصلت إليه الباحثة من استخلاصات ، وفى حدود عينة البحث توصى الباحثة بما يلي:

- (1) وضع برامج التدريب فى ضوء نتائج ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة بمهارات العدو بمرحلة التعليم الأساسى.
- (2) تطبيق إجراءات البحث على مهارات أخرى فى ألعاب القوى.
- (3) دراسة تطور القدرات الحس- حركية للفئة السنية من 9-12 عام فى الأنشطة الرياضية الأخرى.
- (4) الاهتمام بالمراحل السنية التى يكون فيها تحسن فى القدرات الحس - حركية خلال المرحلة السنية 9 إلى 12 سنة وذلك أثناء وضع البرامج التدريبية.
- (5) الاهتمام بالقدرات الحس- حركية وخاصة فى الفئات السنية التى يحدث بها انخفاض لأحد القدرات وذلك للمرحلة السنية 9 إلى 12 سنة وذلك من أجل وضع برامج تعويضية .
- (6) الاستفادة من الفئات السنية التى يحدث بها ارتفاع فى القدرات الحس - حركية وتوظيفها لاختيار الناشئين للنشاط المناسب.