

## الفصل السادس

### الاستنتاجات والتوصيات وملخص البحث

- الاستنتاجات
- التوصيات
- ملخص البحث

---

## اولا - الاستنتاجات

اسفرت نتائج البحث عن :

- ١- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات المتباينة في الانماط المزاجية لكل من ناشئين وناشئات رياضة المبارزة بسلاح الشيش في قوة عمليات الاستثارة وعدم وجود فروق دالة احصائية في بعدى ( قوة عمليات الكف ودينامية العمليات العصبية ) ووجود فروق ذات دلالة احصائية في الانماط المزاجية بابعادها الثلاثة ( قوة عمليات الاستثارة - قوة عمليات الكف - دينامية العمليات العصبية ) للناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل من الانماط المزاجية ( قوة عمليات الاستثارة ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتائج المباريات ( في اللمسات لسه ، الهجوم المضاد ) بين المستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى للناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٣- وجود فروق دالة احصائية في كل من الانماط المزاجية ( في دينامية العمليات العصبية ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات تبين اللمسات عليه والاثارة بين المستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى للناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٤- وجود ارتباط موجب بين كل من الانماط المزاجية ( الاثارة ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بالنسبة للمستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى للناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٥- وجود ارتباط موجب بين كل من الانماط المزاجية ( دينامية العمليات العصبية ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتائج المباريات لكل من الناشئين والناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .

## ثانياً - التوصيات

في ضوء اهداف البحث وفي حدود العينة واعتماد اعلى نتائج توصى  
الباحثة بما يلي :-

- ١- الاهتمام بعمل برنامج للتهيئة الانفعالية قبل المباريات وذلك للعناية  
بالحالة الانفعالية بجانب المهارات الحركية .
- ٢- اعداد اللاعب اعدادا جيدا قبل المباراة في كل من الناحية النفسية  
والمهارية والبدنية .
- ٣- على المدرب اشراك اللاعب المناسب بما يتناسب واهمية البطولة والمنافسة .
- ٤- الاهتمام باللياقة العامة والخاصة للاعبين مع استخدام دليل اللياقة البدنية  
بصفة دورية خلال الموسم الرياضى .
- ٥- استخدام قائمة الانعاط المزاجية وتطبيقها على لاعبي الفرق المختلفة  
للتوصل للنمط المميز لكل لاعب ومحاولة المدرب الوصول به للنمط المثالى  
وهو بالنسبة للناشئين زيادة البعد الاول ( قوة عمليات الاستثارة )  
بدرجة متوسطة وللناشئات البعد الثالث ( دينامية العمليات العصبية ) .

### ثالثا - ملخص البحث

#### ١- موضوع البحث :

تعتبر رياضة المبارزة من الرياضات التي تتطلب من اللاعب مجهود بدني عال بجانب انها رياضة ذهنية وعقلية والمبارزة هي رياضة الهجوم والدفاع بين متنافسين يحاول كل منهما ان يسجل لمسات على الاخر بسلاح معين ( شيش - سيف مبارزة سيف )

(عباس عبدالفتاح الرملي ١٩٧٩ : ٣٧)

وتؤدي المواقف التنافسية خلال المنافسات الى ظهور تأثيرات ايجيبية او سلبية على اداء المهارات الحركية المختلفة ( كمال عبد الحميد ، محمد صبحي حسنين ١٩٧٨ : ١٠٤ ) واختلاف مواقف المنافسة قد يؤدي الى تغير نمط اللاعب المزاجي عن حالته الطبيعية كذلك نجد ان متطلبات اللاعب من اللياقة البدنية العامة بمثابة القاعدة التي تبنى عليها اللياقة الخاصة والمهارات الخاصة بالنشاط ، وتحاول الباحثة من خلال هذه الدراسة التعرف على الانماط المزاجية للناشئين والناشئات لرياضة المبارزة بسلاح الشيش باستخدام قائمة الانمساط المزاجية والذي اعدھا في صورتھا العربية " محمد حسن علاوي " وكذلك ايجساد دليل اللياقة البدنية ( PFI ) باستخدام بطارية روجرز "Rogers" عن طريق معادلة مؤشر اللياقة البدنية ومدى علاقتهما بنتائج مباريات الفريق القوم للمبارزة للناشئين والناشئات في رياضة المبارزة عينة البحث بهدف محاولة الوصول لنتائج قد تعيد العاملين في مجال التدريب لرياضة المبارزة بسلاح الشيش لتحقيق مستوى افضل لممارستها .

#### ٢- مشكلة البحث :

تتحدد مشكلة هذا البحث من خلال رؤية الباحثة وملاحظتها للاعبين رياضة المبارزة بسلاح الشيش اثناء التدريب والمباريات حيث لاحظت اختلاف اللاعبين

في النمط المزاجي واختلاف هذا النمط قد يكون له تأثير على نتيجة المباريات فاللاعب العصبى يختلف عن اللاعب الهادىء واللاعب سريع الاستجابة عن اللاعب بطىء الاستجابة من ذلك تريد الباحثة معرفة النمط المزاجي الافضل للاعب المبارزة بسلاح الشيش وعلاقة ذلك بلياقته البدنية فقد يكون اللاعب على مستوى عال من اللياقة ويحرز لمسات اقل من لاعب على مستوى متوسط من اللياقة البدنية ويتميز بنمط مزاجى معين فاختلف الانماط قد يؤدى الى ظهور نتائج غير متوقعة اثناء المباريات .

ما سبق تتحدد مشكلة البحث في التعرف على النمط المزاجي لدى لاعبي رياضة المبارزة بسلاح الشيش وعلاقة ذلك بلياقة اللاعب البدنية ومدى مساهمتها في تحقيق اكير عدد ممكن من اللمسات في هدف اللاعب المنافس وذلك لناشئين وناشئات رياضة المبارزة المتمثلين في الفريق القومى للمبارزة تحت ٢٠ سنة .

### ٣- اهداف البحث :

يهدف البحث الى التعرف على :

- ١- الانماط المزاجية لناشئين وناشئات رياضة المبارزة بسلاح الشيش وذلك قبل وبعد المباراة .
- ٢- الفروق بين الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بين المستوى العالى والمستوى المنخفض للناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٣- الفروق بين الانماط المزاجية ، ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بين المستوى العالى والمستوى المنخفض للناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٤- العلاقة بين الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات لكل من المستوى العالى والمستوى المنخفض للناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٥- العلاقة بين الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات لكل من المستوى العالى والمستوى المنخفض للناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٦- العلاقة بين الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية لكل من الناشئين والناشئات لرياضة المبارزة بسلاح الشيش .

#### ٤- فروض البحث :

في ضوء اهداف البحث وضعت الباحثة الفروض التالية :-

- ١- توجد فروق معنوية بين القياسات المتباينة في الانماط المزاجية لكل من ناشئين وناشئات رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٢- توجد فروق معنوية في كل من الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بين المستوى العالي والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالي للناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٣- توجد فروق معنوية في كل من الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بين المستوى العالي والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالي للناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٤- يوجد ارتباط موجب بين كل من الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بالنسبة للمستوى العالي والمستوى المنخفض للناشئين .
- ٥- يوجد ارتباط موجب بين كل من الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بالنسبة للمستوى العالي والمستوى المنخفض للناشئات .
- ٦- يوجد ارتباط موجب بين الانماط المزاجية ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات لكل من الناشئين والناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .

#### ٥- عينة البحث :

تم تحديد عينة البحث بالطريقة العمدية والتي تمثل المنتخب القومي للناشئين والناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش ، بلغ حجم العينة ٤٠ ناشئاً وناشئة مقسمين الى مجموعتين ٢٠ لاعب ناشئ ، ٢٠ لاعبة ناشئة .

#### ٦- منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائته مع طبيعة الدراسة .

٧- مجالات البحث :

١ - المجال الزمني : تم تنفيذ الدراسة في الفترة من ١٨ / ٥ / ١٩٨٨ هـ حتى ١٥ / ٤ / ١٩٨٩

٢ - المجال الجغرافي : تم اخذ القياسات الخاصة بالدراسة الاستطلاعية والدراسة الاساسية بنادى السلاح المصرى ونادى المعادى ونادى السلاح السكندري ونادى مدينة نصر، ونادى هيليدو والاستاد الرياضى .

٨- ادوات البحث :

١- استخدمت الباحثة للتعرف على النمط المزاجى قائمة الانماط المزاجية اعداد سان ستريلاو "San Strelau" واعدتها في صورتها العربية "محمد حسن علاوى" وتضم القائمة ثلاث ابعاد ( قوة عمليات الاستشارة - قوة عمليات الكف - دينامية العمليات العصبية ) وتضم القائمة ٧٢ سؤال لكل بعد ٢٤ سؤال ( ٢٠ سؤال ايجابى ، ٤ اسئلة سلبية ) .

٢- كما استخدمت الباحثة للتعرف على اللياقة العامة للاعبين بطارية روجرز Rogers للقوة العضلية كمؤشر للياقة البدنية .

٩- الدراسة الاستطلاعية :

تم اختيار عشرة لاعبين ناشئين ، ١٠ لاعبات ناشئات لرياضة المبارزة بسلاح الشيش مثلين لعينة البحث وخارج عينة البحث الاساسية واجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ١٨ / ٥ / ١٩٨٨ حتى ٣٠ / ٦ / ١٩٨٨ .

١٠- الدراسة الاساسية :

تم تطبيق الدراسة الاساسية على المنتخب القومى للناشئين والناشئات لرياضة المبارزة بسلاح الشيش تحت ٢٠ سنة بلغ عددهم ٤٠ ناشئ وناشئة

وقد اجريت الدراسة في الفترة من بداية يوليو ١٩٨٨ حتى نهاية مارس ١٩٨٩ م .

#### ١١- الاستنتاجات :

اسفرت نتائج البحث على :-

- ١- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات المتباينة في الانماط المزاجية لناشئ رياضة المبارزة بسلاح الشيش في قوة عمليات الاستثارة وعدم وجود فروق دالة احصائية في بعدى الكف ودينامية العمليات العصبية ووجود فروق ذات دلالة احصائية في الانماط المزاجية بابعادها الثلاثة ( الاشارة - الكف - دينامية العمليات العصبية ) لناشئات رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٢- وجود فروق ذات دلالة احصائية لكل من الانماط المزاجية تتمثل في الاشارة ومؤشر اللياقة البدنية ونتائج المباريات التي تمثل في اللمسات له ، والهجوم المضاد بين المستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى لناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٣- وجود فروق دالة احصائية في كل من الانماط المزاجية ( في دينامية العمليات العصبية ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات ( بين اللمسات عليه والاثارة ، بين الهجوم ، الهجوم المضاد ودينامية العمليات العصبية ) بين المستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى لناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٤- وجود ارتباط موجب بين كل من الانماط المزاجية ( الاشارة ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات بالنسبة للمستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى لناشئين في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .
- ٥- وجود ارتباط موجب بين كل من الانماط المزاجية ( دينامية العمليات العصبية ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتائج المباريات بالنسبة للمستوى العالى والمستوى المنخفض لصالح المستوى العالى لناشئات في رياضة المبارزة بسلاح الشيش .

٦- وجود ارتباط موجب بين الانماط المزاجية ( الاثارة - دينامية العمليات

العصبية ) ومؤشر اللياقة البدنية ونتيجة المباريات لكل من ناشئ—من

وناشئات رياضة المبارزة بسلاح الشيش •

كما دلت النتائج أن :

” افضل نط مزاجى لناشى \* رياضة المبارزة هو زيادة الاثارة بدرجة متوسطة

واقضل نط مزاجى لناشئات رياضة المبارزة هو دينامية العمليات العصبية \* •