

" الفصل الخامس "

٥ / . الاستنتاجات والتوصيات

٥ / ١ - الاستنتاجات .

٤ / ٢ - التوصيات .

١/٥- الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث وتفسيرها ومن خلال أهداف البحث والمعالجة الإحصائية للبيانات أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :-

١. يوجد ارتباط دال إحصائيا مما يعطي دلالة مباشرة على وجود علاقة خطية بين السمات الانفعالية ومستوي الأداء المهاري للضربة الأمامية للاعبي الاسكواش .

٢. يوجد اختلاف في نسب مساهمة السمات الانفعالية في مستوي الأداء المهاري لمهارة الضربة الأمامية للاعبي الاسكواش .

٣. حققت سمه " الإصرار " أعلى نسبة مساهمة في مستوي الأداء المهاري للضربة الأمامية تم اشتركت معها السمات التالية " الثقة بالنفس - الضبط الذاتي - الحساسية - الرغبة - المسؤولية الشخصية - ضبط التوتر " وذلك على الترتيب .

٤. تراوحت نسبة مساهمة ابعاد السمات الانفعالية في مستوي الأداء المهاري للضربة الأمامية للاعبي الاسكواش ما بين (٠,٢٠ - ٤٤,٢)

٥. يوجد ارتباط غير دال إحصائيا بين السمات الانفعالية ومستوي الأداء المهاري للضربة الخلفية للاعبي الاسكواش مما يعطي دلالة مباشرة على عدم وجود علاقة خطية بينهما .

٦. يوجد ارتباط دال إحصائيا بين السمات الانفعالية ومستوي الأداء المهاري لمهارة الإرسال لدى لاعبي الاسكواش مما يعطي دلالة مباشرة على وجود علاقة خطية مباشرة .

٧. يوجد اختلاف في نسب مساهمة السمات الانفعالية في مستوي الأداء المهاري لمهارة الإرسال لدى لاعبي الاسكواش .

٨. حققت سمه " الحساسية " أعلى نسبة مساهمة في مستوي الأداء المهاري لمهارة الإرسال لدى لاعبي الاسكواش ثم اشتركت معها السمات التالية " الثقة بالنفس - الضبط الذاتي - الإصرار - الرغبة - المسؤولية الشخصية - ضبط التوتر " وذلك على الترتيب .

٩. تراوحت نسبة مساهمة أبعاد السمات الانفعالية في مستوي الأداء المهاري لمهارة الإرسال لدى لاعبي الاسكواش ما بين (٠,٥ - ٣١,٧) .

١٠. اختلفت مدى مساهمة أبعاد السمات الانفعالية بيم متغيرات الدراسة " مهارات الاسكواش " وهذا يرتبط بعدى قدرة تلك المتغيرات في استثارة انفعالات اللاعب نحو طبيعة كل متغير " مهارة " على حده .

١١. ابعاد السمات الانفعالية تمثل وحده ديناميكية واحده تتأثر بأي موقف انفعالي واختلاف ظهور سمه عن الآخرين قد يرجع لطبيعة هذا الموقف .

٢/٥ - التوصيات

- ١- الاهتمام بدراسة السمات الانفعالية للاعبين الاسكواش ومحاولة توظيفها التوظيف المناسب بما يتناسب مع الجوانب المهارية لرياضة الاسكواش للارتقاء بمستوي الأداء المهاري للاعبين .
- ٢- زيادة الاهتمام بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث العلمية التي تهتم بالجانب النفسي للاعبين الاسكواش حيث لاحظ الباحث أن هذه الرياضة لم تحظى بالدراسة بالقدر الكافي والملائم لقيمة تلك الرياضة .
- ٣- الاهتمام بوضع تدريبات مبتكرة لتنمية المهارات الأساسية في رياضة الاسكواش و المشابهة لمواقف اللعب أثناء المباريات بما يحقق أفضل تواءم بين تلك المواقف والسمات الانفعالية للاعبين .
- ٤- الاهتمام بابتكار التدريبات التي يمكن فيها إدماج الموقف الانفعالية المتباينة مع التدريب المهاري والبدني والخططي مما يساهم في تعود اللاعبين على مواجهة المواقف الانفعالية المشابهة لمواقف المباريات .
- ٥- زيادة الاهتمام من قبل الباحثين بوضع اختبارات لقياس المهارات الخاصة في رياضة الاسكواش للوصول إلى أرقى وأفضل مستويات الأداء المهاري ، والمساهمة في التطوير المستمر والمتتابع للمهارات الخاصة بتلك الرياضة .
- ٦- زيادة الاهتمام بتطبيق الاختبارات الدورية خلال خطه التدريب مما قد يعمل على زيادة دافعيه اللاعبين نحو التدريب وإمكانية تحقيق المزيد من التطوير لكل من الأداء المهاري والسمات الانفعالية لديهم .
- ٧- الاهتمام بوضع برامج للإرشاد والتوجيه النفسي للمساهمة في تطوير وتحسين مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي الاسكواش .
- ٨- الاهتمام بمتابعة السمات الانفعالية لدى لاعبي الاسكواش وتدريب اللاعبين على التحكم في انفعالاتهم وتوجيهها الوجهة الملائمة لطبيعة الأداء المهاري .