

٥/٠ الاستخلاصات والتوصيات:

٥/١ الاستخلاصات:

٥/١/٥ استخلاصات تتعلق بالعوامل الدرجة الأولى:

٥/١/١/٥ توصل التحليل العاملى الذي اجرى على ٣٨ متغيراً تقيس عشرة قدرات افتراضيه الى ثلاثة عشر عاملاً، تم قبول ثمانية عوامل منها وذلك فى ضوء الشروط الموضوعيه لقبول العامل. وهذه النتيجة تعتبر ملائمة لتبسيط وصف الاداء في مجال اللياقه البدنيه، كما انها تؤكد ان الاختبارات المستخدمة لقياس اللياقه البدنيه فى هذه الدراسة تتجمع حول عدد من العوامل - القدرات - وهذا يتفق مع الفرض الأول من فروض الدراسه، ولقد تم تفسير القدرات - العوامل - المستخلصه المقبوله تفسيراً واضحاً عن طريق الاختبارات التى تشبعت عليها.

٥/١/١/٥ العوامل التى قبلت من خلال تحليل الاختبارات المرشحه وتم تفسيرها اطلق عليها الاسماء التالية:

العامل الأول:	سرعة تغير الاتجاه	القدرة الأولى.
العامل الثانى:	القوه العضليه،	القدرة الثانيه.
العامل الثالث:	التوازن الثابت للوقوف على قدم واحده،	القدرة الثالثه.
العامل الرابع:	المرونه،	القدرة الرابعه.
العامل الخامس:	الجلد العضلى للذراعين والمنكبين والجزع،	القدرة الخامسة.
العامل السادس:	التوافق العضلى العصبى،	القدرة السادسة.
العامل السابع:	السرعه،	القدرة السابعه.
العامل الحادى عشر:	الجلد الدورى التنفسى،	القدرة الثامنه.

وهذا يتفق مع ثمانية مكونات - قدرات - افتراضيه حددت فى الفرض الأول من فروض البحث هى: القوة العضلية، الجلد العضلى، الجلد الدورى التنفسى، السرعه، المرونه، الرشاقه، التوازن، التوافق، فى حين لم تتحقق قدرتان افتراضيتان هما القدره العضليه، الدقه، وهذا يتعارض مع نفس الفرض، وان كان ثمة مؤشرات الى احتمال ظهور قدرة خاصه بالدقه (العامل السابع) والذي رفض بهذه الدراسة لعدم بلوغ اختبارات المتشبعه عليه العدد المحدد لقبول العامل.

٣/١/١/٥ تشير القدرات المستخلصة الى أنه لا يبدو ان هناك دليلاً في هذه الدراسة على كون اللياقة البدنية ذات صفة عامه ووحيدده، وعلى هذا فإن اى وحدة اختبار لا يمكن أن تعبر عن صفة اللياقة البدنية، اذ يتطلب الامر بطارية اختبار لتحقيق ذلك.

٤/١/١/٥ لم تتأكد عمومية العوامل الافتراضية في هذه الدراسة حيث ظهر لكل عامل طابعه الخاص بمجموعات عضليه او مجالاً محدداً.

٥/١/١/٥ يبدو ان العوامل السادس والسابع والثامن والثاني عشر والثالث عشر التي تم رفضها، ذات طبيعة معقدة، حيث لم يتسنى للباحث تفسيرها واطلاق اسماء عليها.

٦/١/١/٥ ظهر من خلال هذه الدراسة مدى نقاء عامل التوازن الثابته الخاص بالقدمين، حيث ظهرت اختبارات هذه القدره منفردة، دون اشتراك اى من الاختبارات الأخرى معها.

٧/١/١/٥ اظهرت هذه الدراسة انفصال عامل قوة القبضه عن عامل القوه العضليه لباقي اجزاء الجسم، وهذا قد يرس على أن قوة القبضه ليست مؤشراً عاماً للقوة العضلية.

٨/١/١/٥ تأكد انفصال السرعة الانتقاليه من البدء الثابت عن السرعه الانتقاليه من البدء الطائر - جدول ٢٤، ٢٥ - مؤيداً للكثير من الدراسات العامليه السابقة (١٥).

٩/١/١/٥ لقد اكدت هذه الدراسة ما توصلت اليه دراسات سابقه من ان المرونه تحتاج اكثر من نموذج حركى لقياسها، حيث انها لا توجد بصفه عامه بجسم الانسان.

١٠/١/١/٥ ثبت من خلال هذه الدراسة مدى نقاء الاختبارات التي حققت اعلى التشبعات على قدراتها - عواملها - مما يجعلها مقياساً مناسباً لتلك القدرات، حيث ان التشبعات المشاهده

لمعظمها على القدرات الاخرى تكاد تكون قريبه من الصفر - جدول ٢٩ - فيما عدا الاختبار رقم ٢٢ للعامل التاسع حيث شوهده له تشبع علي العامل الثامن المتعامد فقط.

١١/١/١/٥ يبدو من خلال نتائج التحليل العاملى مدى استقلاليه العوامل الثمانيه المستخلصه لقله التداخل بينها الى حد ما.

١٢/١/١/٥ العوامل الثمانيه المستخلصه تمثل وصفاً جيداً للياقه البدنيه للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤتة.

٢/١/٥ استخلاصات تتعلق بتكوين البطاريه:

١/٢/١/٥ يشير الاستخلاص العام للتحليل العاملى الى أن الوحدات الثمانيه التاليه تعتبر افضل المقاييس المرشحه لقياس القدرات - العوامل - المقبوله فى هذا البحث.

- الجرى الإرتدادى ١. × ٥ متر.
- قوة عضلات الظهر.
- الوقوف بمشط القدم اليمنى على مكعب.
- ثنى الجذع للإمام من الجلوس الطويل.
- ثنى الذراعين من الأنبطاح المائل.
- الوثبه الرباعيه ١. ث.
- عدو ٣. متر من بداية متحركة.
- الجرى المكوكى ٥ × ٥٥ متر.

٢/٢/١/٥ كل وحده من وحدات البطاريه تمثل عاملاً من العوامل الثمانيه المقبوله، حيث حصلت علي اعلى التشبعات على عواملها - مدى التشبعات للإختبارات الثمانيه من ٥٣٣٨ ر. الى ٨٦٥٥ ر. - وهذا الاستخلاص يحقق الفرض الثانى لهذا البحث فى ضوء العوامل المستخلصه وليس فى ضوء العوامل الافتراضية.

٣/٢/١/٥ الوحدات الثمانية تعتبر مقاييس خالصة ونقيه، حيث ان تشبعاتها على القدرات الأخرى كانت قريبة من الصفر، ويؤكد هذا الاستخلاص انخفاض الارتباطات البينية بين الاختبارات.

٤/٢/١/٥ اخذ في الاعتبار ان يقتصر تمثيل كل عامل من العوامل المستخلصة الاختبار الحاصل على اعلى تشبع على العامل، حيث ان اضافة اختبار آخر لتمثيل العامل لن يضيف معلومات جوهرية عن هذا العامل. ومثالاً على ذلك اضافة اختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف رقم ٢٧ (هذا الاختبار حصل على الترتيب الثانى فى التشبع على العامل الرابع) لن يضيف معلومات جوهرية عن هذا العامل، ويؤكد هذا قيمة معامل الارتباط بين الاختبارين رقم ٢٨ - الحاصل على الترتيب الأول - ورقم ٢٧ اذ بلغ ٨٢٨.ر.، ويكاد يصدق هذا الاستخلاص على بقية العوامل.

٥/٢/١/٥ نظراً لبعض الاعتبارات التى تتعلق بتأثير الاختبارات على بعضها البعض اثناء التطبيق وحيث ان اهمية العوامل تكمن في تركيبها اكثر من ترتيبها، فقد روعى ان تأخذ الاختبارات التسلسل التالى:

- (١) عدو ٣ متر من بداية متحركة.
- (ب) ثنى الذراعين من الانبطاح المائل.
- (ج) ثنى الجذع للأمام من الجلوس الطويل.
- (د) الجرى الارتدادى ١ × ٥ متر.
- (هـ) قوة عضلات الظهر.
- (و) الوثبة الرباعية ١ ث.
- (ز) الوقوف بمشط القدم اليمنى على مكعب.
- (ح) الجرى المكوكى ٥ × ٥٥ متر.

٦/٢/١/٥ البطارية المستخلصة تأكد صدقها فى هذه الدراسه لقياس اللياقه البدنيه للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤته، كما انه يمكن استخدام وحداتها لقياس مكونات اللياقه البدنيه المقبوله،

حيث أنه ثبت صدق هذه الوحدات فى قياس تلك المكونات وذلك من خلال مشاهدة مدى ارتفاع قيم تشيعات الاختبارات على العوامل المستخلصة المقبولة.

٧/٢/١/٥ البطارية المستخلصة يمكنها أن تتنبأ بالمستوى الكلى للياقة البدنية، كما يمكنها التنبؤ بمستوى كل مكون من مكونات اللياقة البدنية والتي امكن استخلاصها فى هذه الدراسة.

٨/٢/١/٥ تميز البطارية المختارة بالبساطة والوضوح وعدم التعقيد، ولهذا فهي مناسبة من حيث سهولة تنفيذها وإدارتها ومدى تقبل التلاميذ لها، كما انها تسمح بالتسجيل الذاتى لوحدها.

٩/٢/١/٥ تم تحويل الدرجات الخام الى درجات تائية T-SCORES وضعت جداول للوحدات الثمانية المثلثة للبطارية للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤتة [ملحق رقم ٩].

٣/١/٥ استخلاصات تتعلق بالمعايير:

تم عمل معايير للبطارية المستخلصة على التلاميذ العسكريين بجامعة مؤتة.

٢/٥ التوثيق:

فى ضوء ما اظهرته نتائج هذه الدراسة وفى حدود عينة البحث يوصى الباحث بما يلى.

١/٢/٥ استخدام البطارية المستخلصة فى قياس اللياقة البدنية للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤتة وذلك باعتمادها من قبل ادارة الجامعة لاضفاء الصبغة الرسمية عليها والتزام القائمين على اللياقة البدنية بالجامعة بتطبيقها.

٢/٢/٥ نظراً لكون نظام القبول بجامعة مؤتة (الجناح العسكري) يشترط وجوب اجتياز اختبارات اضافية بجانب مجموع درجات الثانوية العامة، منها الاختبارات الصحية، والذكاء، واللياقة البدنية، والشخصية، (٨:١٧) لذا يوصى الباحث باستخدام البطارية الناتجة فى قياس اللياقة البدنية للتلاميذ المتقدمين للإلتحاق بالجامعة.

٣/٢/٥ نظراً لظهور قدرة التوازن - العامل الثالث - بصورة شديدة الوضوح، ونظراً لكون الاختبارات الخاصة بها والمرشحة للتحليل لم تتناول سوى التوازن للوقوف على قدم واحد، لذا يوصى الباحث بعمل مزيداً من الأبحاث على هذه القدرة متضمنه انواعاً مختلفه من اختبارات التوازن.

٤/٢/٥ نظراً لكون مصفوفة العوامل المائله - المترابطه - لم تشر الى وجود ترابط بين العوامل الناتجه (جدول ١٣) وبالتالي لم تسمح بالتقدم بالتحليل للوصول الى عوامل اقل، ولأهمية الوصول الى عدد اقل من الاختبارات الخاصة باللياقه البدنيه لتوفير عامل الوقت فى بعض الاحيان، يوصي الباحث بإجراء دراسة تتناول العوامل المقبوله فى هذه الدراسة الحاليه كأساساً لها لمحاولة الوصول الى عوامل اقل عدداً.

٥/٢/٥ تطبيق البطاريه المستخلصه - طبقاً لمعاييرها الناتجه - على التلاميذ العسكريين بجامعة مؤته وذلك بهدف التصنيف والانتقاء والتقييم.

٦/٢/٥ بناء برامج اللياقه البدنيه بجامعة مؤته طبقاً لما اشارت إليه العوامل الناتجه فى هذه الدراسة.

٧/٢/٥ اعاده بناء معايير جديدة لمجتمع التلاميذ العسكريين بالجامعة على وحدات البطاريه المستخلصه كل ثلاث سنوات لمواكبة التقدم الحادث بهذا المجال.