

## الفصل الخامس

---

الاستنتاجات والتوصيات ٠/٥

الاستنتاجات ١/٥

التوصيات ٢/٥

- قائمة المراجع

- ملخص البحث

- المرفقات

١/٥ - الاستنتاجات :

١- النموذج الرياضى الاسى ( ص = أ + ب هـ ج س ) أكثر دقة  
من النموذج الرياضى الخطى ( ص = أ + ب س ) فى  
التنبوء بالمستوى الرقمى لسباحى المستويات فى ج ٠ م ٠ ع ٠

٢- امكن التنبوء بالمستوى الرقمى لسباحى المستويات  
العالية فى ج ٠ م ٠ ع ٠ فى مسابقات ١٠٠ متر حرة ، ٢٠٠ م  
فراشة ، ١٠٠ متر صدر ، ٢٠٠ متر حرة من خلال المعادلة  
الاسية سابقة الذكر .

٣- كان معامل التحديد أقل من ٧٠ وهو الحد الذى ارتضاه  
الباحث فى مسابقات ١٠٠ متر فراشة ، ١٠٠ ، ٢٠٠ متر ظهر،  
٢٠٠ متر صدر للرجال وفى جميع مسابقات الانسات وعلى  
هذا لم يتمكن الباحث من التنبوء بالمستوى الرقمى  
فى هذه السباقات .

٤- فى سباق ٢٠٠ متر فراشة كان معامل التحديد ٩٠ وهذا  
يوضح التحسن المستمر خلال السلسلة الزمنية المختاره .

٥- اوضحت النتائج أن سباقات الانسات تراوح معامل  
التحديد فيها بين الصفر و ٦٣ وهى أقل من حد معامل  
التحديد الذى ارتضاه الباحث مما يدل على عدم تقيد  
المستوى خلال السلسلة الزمنية المختاره بالقدر الذى  
يسمح بايجاد معادلة تنبؤية صادقة .

٢/٥ التوصيات :

يوصى الباحث بما يلي :

- ١- استخدام معادلة التنبوء فى وضع الاهداف و تقييم الخطة .
- ٢- الارتفاع بمستوى سباحات جمهورية مصر العربية .
- ٣- وضع برنامج زمنى للمسابقات من قبل الاتحاد منذ بداية العام حتى يمكن مراعاة ذلك فى المراحل المختلفة من الخطة .
- ٤- الاهتمام بجلب النشرات العلمية بغرض امداد المدربين بكل ما هو جديد فى طرق أداء السباحة .
- ٥- أخذ أرقام الاوائل فقط فى المسابقات كأساس للسلسلة الزمنية مستقبلا حتى نتغلب على مساوىء حساب متوسط الثلاثة الاوائل .
- ٦- يقسم السباحين الى فئات تضم كل فئة مدى معين من الأرقام حتى يمكن تعميم التنبوء لجميع سباحى ج . م . ع .
- ٧- دراسة الاسباب التى أدت الى الاخفاق فى الاعوام السابقة .

## قائمة المراجع

أولا - المراجع العربية

ثانيا - المراجع الاجنبية

قائمة المراجع :

أولاً- المراجع العربية :

- ١- أحمد ماهر أنور : العلاقة التنبؤية بين المستويات الرقمية لبعض مسابقات المضمار ، المؤتمر العلمى الاول - التربية الرياضية والبطولة - المجلد الاول ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ١٩٨٧ .
- ٢- اسامة كامل راتب : تحليل التطور الرقوى الاوليمبى لمسابقات السباحة فى ضوء تطور طرق التدريب والاداء الفنى - مجلة بحوث التربية الرياضية للبنين المجلد الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، ١٩٨٦ .
- ٣- امال شفيق عزب : القدرة التنبؤية لاختبارات الكفاءة البدنية العامة الخاصة للتنبوء بالمستوى الرقوى لسباحى الزحف على البطن ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الاسكندرية ، ١٩٨٦ .
- ٤ - داود سليمان المدنى ، مصطفى جلال مصطفى ، محمود على أبو النصر ، الاحصاء التطبيقى ، مكتبة عين شمس ، القاهرة ، ١٩٨٥ .
- ٥- سيد الهوارى : ادارة البنوك ، الطبعة الثانية ، مكتبة عين شمس ، القاهرة ، ١٩٦٩ .
- ٦- فؤاد السيد البهى : الذكاء ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٧٢ .

- ٧- محمد صبحى حسانين : التقويم والقياس فى التربية البدنية —————  
الجزء الاول ، دار الفكر العربى ، القاهرة ،  
١٩٧٩ .
- ٨- محمد فتحى محمد على: الاحصاء التطبيقى ، مكتبة عين شمس ، القاهرة  
١٩٦٤ .
- ٩- \_\_\_\_\_ : التنبؤ التجارى والاقتصادى ، مكتبة عين  
شمس ، القاهرة ، ١٩٧١ .
- ١٠- محمد محمود حسن : خصائص الكفاءة البدنية وعلاقتها بالمستوى  
الرقمى لسباحى الزحف ، دكتوراه ، كلية  
التربية الرياضية ، الهرم ، ١٩٨٠ .
- ١١- محمد مجدى حسن منصور وآخرون : استخدام الاسلوب اللوغاريتمى فى  
المقارنة بين الارقام العالمية المصرية فى  
السباحة القصيرة ، مجلة التربية الرياضية ،  
كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ،  
١٩٨٥ .
- ١٢- مدحت صالح سيد : التنبؤ بمستوى اداء المهارات الهجومية  
بدلالة بعض المتغيرات لحركات القدميين  
ومقدرة الوثب للاعبى كرة السلة ، بحوث المؤتمر  
الاول - التربية الرياضية والبطولة - المجلد  
الرابع ، كلية التربية الرياضية للبنات  
بالجزيرة ، ١٩٨٧ .
- ١٣- مسعود كمال غرابة : مفهوم الذات الجسمية وعلاقتها بالمستوى الرقمة  
لمتسابقى الميدان والمضمار ، ماجستير ، كلية  
التربية الرياضية بالهرم ، ١٩٨٦ .

ثانيا : المراجع الاجنبية :

14. Brown, R.C. Kenyon, G.S., : Classical studies on physical Activity, Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs. N.Y., 1968.
15. Charles Poliquin: American Swimming Coaches Associations Lasvegas, Nevada, p. 157,1987.
16. Ernest Maglischo: American Swimming Coaches Association, Dallas, Texas, pp. 81-98, 1982.
17. -----: Swimming faster : A comprehensive Guide to the Science of Swimming California. Mayfield Publishing company, 1982.
18. Forbes Carlile and Carlile: New directions in scietific T., 1978.
19. Fruct, A.H., and Jokl, E.: The future of athletic records In: E. Jokl and E. Simon (eds), International research in sport and physical Education. Charles C. Thomas, Publisher, Springfield, III, 1964.
20. Henery, F.M.,: Prediction of world records in running sixty yards to twenty-six miles, Res.Q.26:147-158,1955.
21. James, E. Counsilman: Competitive swimming Manual for Coaches and swimmers, London, 1984.

22. Jokl, E.: The physiological basis of athletic records and superior performance. In: Percival (ed.), International Symposium on the Art and Science of Coaching, vol.2. FI Productions, Willowdale, New York, 1974.
23. Levin, R.L. and Kirkpotrik, C.A.: Quantative Approach to Managment, Chapter 4. pp. 80-103, 1965.
24. McClements, J.D. and Laverty : A Mathematical Model of swimming performance Improvement for Goal Setting and program Evaluation. International Series on Sport Science, Vol.8, pp. 250-264, 1979.
25. Olympic Spécial Los Angeles, p. 13, 1984.
26. Phill Hansel, : American Swimming Couches Association, p. 109, 1984.
27. Pindyk, R. and Pulinfeld, D.: Econometric Model and Economic Forecasts, Mc Graw Hill, U.S.A., 1981.
28. Ryder, H.W., Carr H. J. and Herget, P., : Future performance in foot racing, Sci. Am. 234:109-116, 1976.