

الفصل الخامس الإستنتاجات والتوصيات

الإستنتاجات
التوصيات

الاستنتاجات :

فى ضوء النتائج التى تم التوصل اليها فى هذا البحث ، يمكن استنتاج الآتى :

(١) عدم وجود فروق دالة احصائية بين السباحات المتفوقات وغير المتفوقات فى مركز التحكم .

(٢) توجد فروق دالة احصائية بين السباحات المتفوقات والسباحات غير المتفوقات فى ثلاث سمات واقعية هى " الحافز " ، " التصميم " ، " الثقة بالنفس " لصالح السباحات المتفوقات . وهذا يشير الى أن لهذه السمات الدافعية الثلاثة دورا دافعيًا مؤثرًا فى تفوق السباحات الناشئات .

(٣) هناك علاقة ارتباط بين مركز التحكم والسمات الدافعية قيد البحث للسباحات المتفوقات وغير المتفوقات ، تستنتج الباحثة من ذلك أن مركز التحكم يعتبر " سمة موقفية " تتغير من موقف لآخر تبعًا للدوافع الكامنة وراء سلوك الأفراد فى المواقف المختلفة .

(٤) هناك اختلاف فى درجة الأهمية النسبية المئوية للسمات الدافعية للسباحات المتفوقات وغير المتفوقات ، حيث تراوحت ما بين ١٢ر٨٦٪ الى ٨ر٣٩٪ للسباحات المتفوقات ، وقد احتلت سمات " التدريبية " ، " المسؤولية " التصميم " مرتبة متقدمة بينما احتلت باقى السمات مرتبة متأخرة .

أما السباحات الغير متفوقات قد تراوحت النسبة المئوية للسمات الدافعية لديهن من ١٢ر٧٤٪ الى ٧ر٩٠٪ وقد احتلت سمات " التدريبية "

"المسؤولية" ، "الضمير الحى" مرتبة متقدمة ، بينما احتلت باقى السمات مرتبة متأخرة .

وهذا يشير الى أن التفوق الرياضى يتضمن أكثر من دافع وأن هذه الدوافع تتميز بالتنوع والتغير وفقا لمستوى الأداء الرياضى .

التوصيات :

من خلال النتائج التى تم التوصل اليها فى الدراسة الحالية ، واستنادا على الاستنتاجات التى ترتبت على نتائج الدراسة يمكن للباحثة أن تتقدم بمجموعة من التوصيات لعلها تعود بالفائدة على رياضة السباحة والوصول بممارسيها الى المستويات الرقمية العالية :-

- (١) بناء مقياس لمركز التحكم خاص بالسباحين .
- (٢) ضرورة اجراء دراسات أخرى مقارنة بين السباحات الناشئات ولاعبيات المنتخب القومى فى سمة مركز التحكم .
- (٣) العمل على اختيار السباحات اللاتى يتميزن بمركز التحكم الداخلى .
- (٤) استخدام قائمة الدافعية الرياضية التى أعد صورتها العربية " محمد حسن علاوى " وذلك بعد تقنينها على عينة من السباحات لانتقاء ناشئات السباحة .
- (٥) وضع برامج عملية وتطبيقية لتنمية التحكم الداخلى وتحسين الدافعية الرياضية لدى السباحات .
- (٦) توصى الباحثة بضرورة اجراء دراسة مماثلة على عينة مختلفة كسباحات المنتخب فقط ، وذلك للتوصل الى بروفيل نفسى يميز السباحات .

- (٧) العمل على اجراء دراسات أخرى للشكف عما تتميز به السباحسات من سمات دافعية أخرى لم تتعرض لها الدراسة الحالية.
- (٨) الاهتمام بانتقاء الناشئات فى السباحة على أساس نفسى واسهام السمات الدافعية فى هذا الشأن للمساهمة فى استمرار التفوق فى النشاط الرياضى .
- (٩) التاكيد الجاد على ضرورة وجود اخصائى نفسى تربوى رياضى داخل الجهاز الفنى لكل نادى رياضى .
- (١٠) عقد دورات تدريبية للمدربين غير المهنيين فى علوم التربية الرياضية الرياضية حتى يمكنهم النجاح فى العمل مع السباحات الناشئات مع مراعاة كافة الجوانب النفسية للناشئات .

المراجع

أولا : المراجع العربية

ثانيا: المراجع الأجنبية

المراجع العلمية

أولا - المراجع العربية :

- ١ - ابراهيم حنفى شعلان (١٩٩٣م) : " سمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الأداء الحركى للاعبى كرة القدم " . العجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد الثامن عشر ، أكتوبر .
- ٢ - ابراهيم عبدربه خليفه (١٩٨٥م) : " الصفات الحركية والقياسات الجسمية والسمات الدافعية المميرة لمتسابقى الميدان والمضمار " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٣ - ابراهيم عبدربه خليفه ، سالم حسن سالم (١٩٨٦م) : " مركز التحكم وعلاقته بالدافع كسمة والانجاز الرقمى لدى متسابقى الميدان والمضمار " . مجلة تاريخ الرياضة ، بحوث المؤتمر العلمى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، المجلد الرابع ، مارس .
- ٤ - أحمد عبدالخالق (١٩٩٤م) : الأبعاد الأساسية للشخصية ، دار المعرفة الجامعية .
- ٥ - أحمد عزت راجح (١٩٧٧م) : أصول علم النفس ، دارالمعارف .
- ٦ - أسامة كامل راتب (١٩٩٠م) : دوافع التفوق فى النشاط الرياضى ، دار الفكر العربى .
- ٧ - أسامة كامل راتب ، محمد على أحمد (١٩٩١م) : " السمات الدافعية والخصائص الفسيولوجية لسباحى المسافات القصيرة الناشئين " . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد التاسع ، يناير .

- ٨ - أسامة كامل راتب (١٩٩٥م) : علم نفس الرياضة ، دار الفكر العربي .
- ٩ - الشناوى عبدالمنعم زيدان (١٩٨٨م) : " نمو مركز التحكم وعلاقته بنمو تقدير الذات " . مجلة كلية التربية بالزقاريق ، العدد السابع .
- ١٠ - تهانى أحمد جرانه (١٩٨٣م) : " الفروق بين دوافع السباحين والسباحين " . المؤتمر العلمى لبحوث ودراسات التربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٨ مايو .
- ١١ - تيمور أحمد راغب واصف (١٩٨٢م) : " الفروق فى مفهوم الذات لدى لاعبي الكرة الطائرة طبقا لمتغيرات الجنس والمستوى الرياضى وبعض سمات الشخصية " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ١٢ - شربا علام حسن (١٩٨٨م) : " العلاقة بين محل التبعة (موضع الضبط) والتوافق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالسودان " رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- ١٣ - جمال الدين على العدوى ، حبيب حبيب العدوى (١٩٩١م) : مركز التحكم وعلاقته بترتيب نتائج المنتخبات الرياضية المشتركة فى بطولة القناة الدولية لكرة الطائرة " . مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، المجلد الثالث ، العدد الأول-الثانى .
- ١٤ - جمال السيد مصطفى (١٩٩٢م) : " أبعاد مصدر الضبط لدى المراهقين الجانحين والأسوياء " . رسالة ماجستير ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .

١٥- حبيب حبيب العدوى (١٩٨٧م): " بعض متغيرات الشخصية وعلاقتها —————
بالمستوى الرياضى لدى لاعبي الكرة الطائرة ". رسالة
دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان .

١٦- رفاعى مصطفى مصطفى حسين (١٩٩٢م): " دراسة مقارنة لسمة مركز —
التحكم بين مراكز اللعب فى كرة القدم " ، بحث منشور ،
المجلة العلمية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
العدد السادس عشر ، أكتوبر .

١٧- سالم حسن سالم (١٩٨٥م): " مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية
والمستوى الرقمى لدى متسابقى الميدان والمضمار " —
رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين
بالقاهرة ، جامعة حلوان .

١٨- سالم حسن سالم ، ابراهيم عبدربه خليفة (١٩٨٩م): " دراسة مقارنة
بين متسابقى ومتسابقات الميدان والمضمار فى مركز —
التحكم " . مجلة علوم وفنون ، جامعة حلوان ، العدد
الثانى ، ابريل .

١٩- سعد جلال ، محمد حسن علاوى (١٩٧٢م): علم النفس التربوى الرياضى
دار المعارف .

٢٠- سناء محمد نصر حجازى (١٩٩٠م): " قياس وتنمية وجهة الضبط لدى
الأطفال " . رسالة دكتوراه ، كلية البنات ، جامعة
عين شمس .

٢١- صفاء الأعسر (١٩٧٨ م) : دراسات سيكولوجية فى المجتمع القطرى
بحوث ميدانية ، الانجلو المصرية .

٢٢- صلاح الدين محمد أبوناھية (١٩٨٤م) : " مواضع الضبط وعلاقتها ببعض
المتغيرات الشخصية الانفعالية والمعرفية لدى تلاميذ
المرحلة الثانوية " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ،
جامعة عين شمس .

٢٣- صلاح الدين محمد أبوناھية (١٩٨٩م): " العلاقة بين الضبط الداخلى - الخارجى وبعض أساليب المعاملة الوالدية فى الأسرة الفلسطينية بقطاع غزة " . مجلى علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد العاشر ، ابريل - مايز - يونيه .

٢٤- طاهر حسن محمد الشاهد (١٩٩٣م): " أثر المنافسة على مستوى الطموح ومركز التحكم لدى سباحى المسافات القصيرة " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .

٢٥- عديلة أحمد طلب ، كوثر محمد كمال الدين (١٩٨٩م): المنهج فى السباحة .

٢٦- علاء الدين كفاى (١٩٨٢م): مقياس وجهة الضبط . مكتبة الأنجلو المصرية .

٢٧- على محمد توفيق (١٩٨٩م): " دراسة مقارنة لمركز التحكم بيمين المبتدئين فى السباحة وعلاقته بالمستوى الرقمى " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة المنيا .

٢٨- على محمد محمد الديب (١٩٨٥م): " ادراك الفرد لمصدر قراراته وحوافزه وعلاقة ذلك ببعض أبعاد الرضا عن الحياة " . رسالة دكتوراه ، كلية البنات ، جامعة عين شمس .

٢٩- _____ (١٩٨٧م): " مركز الضبط وعلاقته بالرضا عن التخصص الدراسى " مجلى علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد الثالث ، يوليو - أغسطس - سبتمبر .

٣٠- فاروق عبدالفتاح موسى (١٩٨١م): " اختبار مركز التحكم للأطفال " ، مكتبة النهضة المصرية .

- ٣١- فاروق عبدالفتاح موسى (١٩٨٣م): " علاقة مركز التحكم بسمات الشخصية لدى عينة من المعلمين والمعلمات ". دارالثقافة للطباعة والنشر.
- ٣٢- فاطمة حلمى فريز (١٩٨٤م): " علاقة مركز التحكم بالتفكير الابتكارى لدى طلاب المرحلة الثانوية ". رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق .
- ٣٣- فرج أحمد فرج (١٩٨٧م): الشخصية .
- ٣٤- كالفين هول . جاردنر ليندزى (١٩٧٨م): نظريات الشخصية. ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون ، دار الشايبه للنشر.
- ٣٥- محمد حسن أبوعبيه (١٩٧٧م): المنهج فى علم النفس الرياضى، دار المعارف .
- ٣٦- محمد حسن علاوى ، نصر الدين رضوان (١٩٨٧م) : الاختبارات المهارية والنفسية فى المجال الرياضى . دارالفكر العربى .
- ٣٧- محمد حسن علاوى (١٩٩١م) : علم النفس الرياضى . دارالمعارف .
- ٣٨- محمد سعد محمد عبدالله (١٤٠٣هـ): الشخصية والقدرات العقلية ، دار الاصلاح .
- ٣٩- محمد محمد الشحات محمود (١٩٩٢م): " العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبي الهوكى " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، جامعة الزقازيق .
- ٤٠- محمود محمود محمد سالم (١٩٩٠م): "دراسة مقارنة لمركز التحكم وبعض سمات الشخصية وحالة القلق قبل وبعد المنافسات الرياضية لدى متساوبقى ألعاب القوى " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان .

- ٤١- مختار أحمد السيد الكيال (١٩٩٢م) : " المسئولية الاجتماعية وعلاقتها بمفهوم الذات ومحل التبعية لدى طلاب الجامعة " رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- ٤٢- مدحت صالح سيد (١٩٨٩م) : " الدافعية الرياضية وعلاقتها بمستوى الأداء للاعبى كرة السلة " . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد الرابع ، أكتوبر .
- ٤٣- مدحت صالح سيد ، محمد أمين رمضان (١٩٩٠م) : " دراسة مقارنة لمركز التحكم بين لاعبي كرة السلة ومتسابقى الميدان والمضمار " المجلة العلمية ، جامعة حلوان .
- ٤٤- مرعى سلامة يونس سيد (١٩٩٥م) : " دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين فى السمات الدافعية الرياضية " . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٤٥- ممدوح عبدالمنعم الكنانى (١٩٩٠م) : " علاقة مركز التحكم (الداخلى - الخارجى) فى التدعيم ببعض المتغيرات الدافعية " . المجلة المصرية للدراسات النفسية ، الجزء الثانى ، بحوث المؤتمر السنوى السادس لعلم النفس فى مصر ، ٢٢ - ٢٤ يناير .
- ٤٦- ناجى محمد قاسم الدمنهورى (١٩٨٩م) : " أثر تفاعل أنواع التعزيز وسمات الشخصية فى تعليم سلوك حل المشكلات الرياضية فى المرحلة الثانوية " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة الاسكندرية .
- ٤٧- ولييم الخولى (١٩٧٦م) : الموسوعة المختصرة فى علم النفس والطب العقلى ، دار المعارف .

- 48- Anshel, M.H, (1979): "Effect of age, sex and type of feedback on motor performance and locus of control" Research Quarterly, vol. 50, No 3, pp. 305 - 317 October.
- 49- Cox, R.H., (1990): Sport psychology concepts and applications, WM.C. Brown Publishers, Dubugue Iowa.
- 50- Cratty, B.J., (1981): Social psychology in athletics, prentice - Hall, inc, Englewood Cliffs.
- 51- Dorcas B.B., (1987): The Psychology of Sport, The Behavior, Motivation, Personality and Performance of Athletics, New York. Van Noytrand Reinhold Company.
- 52- Ewees, K.A., Hager, S.A.(1985): "Comparison study between developed and undeveloped countries on the locus of control scale," international congerss sport for all in the developing countries faculty of physical education, Helwan University, Cairo, Jonuary.

- 53 - Gilmor, T., (1978) : "Locus of control as mediator of adaptive behavior in children and adolescents". Canadian psychology Rev. Vol. 19, No. 1, pp. 1-26.
- 54 - Hall, E.G., (1980) : "Comparison of post performance state anxiety of internals and externals following failure or success on a simple motor task", research quarterly, vol. 51, No. 2, pp. 306 - 314, May.
- 55 - Knoop, R., (1981) : "Age and correlates of locus of control" Journal of Psychology, vol. 108, pp. 103 - 106.
- 56 - Martens, R., (1971) : "Internal - external control and social reinforcement effects on motor performance", research quarterly, vol. 42, No. 3, pp. 307 - 313, October.
- 57 - Moore, S.I., (1981) : "A study of perceived locus of control in collage women athletes in team and individual sports", dissertation abstracts international, vol. 41, No. 8, pp. 3479, February.

- 58 - Rohner, E., C., et al., (1980) : "Perceived parental acceptance and rejection and the development of children's locus of control", journal of psychology, No. 104, pp. 83 - 86.
- 59 - Winer, B., and Sierad, J., (1975) : "Misattribution for failure and enhancement of achievement striving", journal of personality and social psychology, vol. 31, No. 3, pp. 415 - 421.