

## **الفصل الخامس**

**- الإستخلاصات**

**- التوصيات**

## - الإستخلاصات

فى حدود طبيعة ومجال هذا البحث والهدف منه وفى ضوء فروض البحث والمنهج المستخدم وطبيعة العينة ومن خلال التحليل الإحصائى للبيانات أمكن التوصل إلى الإستخلاصات التالىة :

١ - وجود علاقة إرتباطية طردية بين مركز التحكم الداخلى وكل من الطلاقة الحركية والأصالة الحركية والمرونة الحركية ومجموع درجات الإبتكار الحركى ، بينما توجد علاقة إرتباطية عكسية بين مركز التحكم الخارجى وكل من الطلاقة الحركية والمرونة الحركية ومجموع الإبتكار الحركى .

٢ - توجد علاقة إرتباطية طردية بين درجات مركز التحكم وكل من الطلاقة الحركية والمرونة الحركية ومجموع الإبتكار الحركى .

٣ - عدم وجود علاقة بين مركز التحكم الخارجى ومجموع مركز التحكم ككل وبين الأصالة الحركية .

٤ - يؤثر مركز التحكم الداخلى ومجموع مركز التحكم ككل تأثيرا إيجابيا على مستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية .

٥ - توجد علاقة إرتباطية طردية بين الإبتكار الحركى ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية .

٦ - توجد فروق دالة إحصائيا فى الإبتكار الحركى ومستوى الأداء فى التمرينات الإيقاعية لصالح الطالبات ذوات التحكم الداخلى عن الطالبات ذوات التحكم الخارجى .

## التوصيات

فى ضوء مشكلة البحث الأساسية وفروضه ومع الأخذ فى الإعتبار لطبيعة العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية للتحقق من صدق الفروض وإعتقادا على النتائج يمكن للباحثة أن توصى بالتالى :

- ١ - ضرورة الأهتمام بالجانب النفسى للطالبات .
- ٢ - ضرورة رفع مستوى الصفات الأرادية لدى الطالبات عن طريق المدرسة أو الأخصائى النفسى .
- ٣ - ضرورة مناقشة المدرسة للطالبات لمعرفة الأسباب الحقيقية للنجاح أو الفشل فى الأداء للوصول للحلول الإيجابية .
- ٤ - ضرورة إجراء مثل هذه الدراسات على عينات مختلفة وخصوصا اللاعبات الناشئات فى رياضة التمرينات الإيقاعية للكشف عما تتميز به اللاعبات من سمات .
- ٥ - الإهتمام بإنقاء الناشئات فى التمرينات الإيقاعية على أساس نفسى سليم مما يساعد على إستمرار التفوق فى النشاط الرياضى .
- ٦ - الأهتمام بتمية الصفات الخاصة بمركز التحكم الداخلى .
- ٧ - الإهتمام بإعطاء الطالبة الفرصة للأبتكار الحركى فى التمرينات الإيقاعية بناء على سماع جملة موسيقية وذلك للتعرف على مدى قدرة الطالبة على الأداء الحركى الإبتكارى الفورى .
- ٨ - الحرص على تزويد الطالبات دائما بالثقافة الفنية الواسعة فى مجال التمرينات الإيقاعية وذلك من خلال عرض أفلام لعروض التمرينات وحضور البطولات المحلية والدولية التى تعطى الطالبات خلفية ثقافية وتعمل على الإثراء الحركى لديهن .

## **المراجع**

**أولا : المراجع العربية**

**ثانيا : المراجع الأجنبية**

## أولاً : المراجع العربية

- ١ - إبراهيم عبد ربه ، سالم حسن سالم : مركز التحكم وعلاقته بالدافع كسمة والإنجاز الرقعى لدى متسابقات الميدان والمضمار " ، مجلة تاريخ الرياضة ، بحوث المؤتمر العلمى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، المجلد الرابع ، مارس ١٩٨٦ .
- ٢ - أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، دار المعارف ، الطبعة الثانية ، القاهرة ، ١٩٧٩ .
- ٣ - أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٥ .
- ٤ - أسامة كامل راتب ، محمد على أحمد : " السمات الدافعية والخصائص الفسيولوجية لسباحى المسافات القصيرة للناشئين " ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد التاسع ، يناير ١٩٩١ .
- ٥ - الين وديع فرج : خبرات فى الألعاب للصغار والكبار ، منشأة المعارف ، الأسكندرية ، ١٩٧٢ .
- ٦ - أمال سيد مرسى : " تأثير الموسيقى المسجلة على تنمية الإبتكار فى التعبير الحركى وعلاقة ذلك بمستوى الأداء " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠ .
- ٧ - أمل على خليل : " مركز التحكم وبعض سمات الشخصية للطالبات المتفوقات وغير المتفوقات فى السباحة " ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥ .
- ٨ - أميمة حسانين محمد حجازى : " تأثير برنامج مقترح لجمباز الموانع على مستوى الأداء الحركى والتفكير الإبتكارى لطفل ما قبل المدرسة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٤ .

٩ - ترنديل عبدالغفور مدحت : تأثير التدريب بالأثقال فى التمرينات على تنمية اللياقة البدنية وكفاءة بعض الأجهزة الحيوية لطالبات كلية التربية الرياضية بالقاهرة " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٠ .

١٠ - تشارلز بيوكر : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض ، كمال صالح ، القاهرة ، الأنجلو المصرية ، ١٩٦٤ .

١١ - تهانى أحمد جرانه : " الفروق بين دوافع السباحات والسباحين " ، المؤتمر العلمى لبحوث ودراسات التربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان ، ١٩٨٣ .

١٢ - ثريا علام حسن : " العلاقة بين محل التبعة (موضع الضبط) والتوافق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالسودان" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٨٨ .

١٣ - جمال الدين العدوى ، حبيب حبيب العدوى : " مركز التحكم وعلاقته بترتيب نتائج التتميات الرياضية المشتركة فى بطولة القناة الدولية للكرة الطائرة " ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، المجلد الثالث ، العدد الأول - الثانى ، ١٩٩١ .

١٤ - جمال السيد مصطفى : " أبعاد مصدر الضبط لدى المراهقين الجانحين والأسوياء " رسالة ماجستير ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٢ .

١٥ - خليل ميخائيل معوض : القدرات العقلية ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٠ .

١٦ - خير الدين عويس ، عبدالرحيم دياب : " دراسة مقارنة لمركز التحكم بين الفرق الفردية والجماعية بدولة الكويت " المؤتمر العلمى الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، المجلد الأول ، ١٩٩٠ .

١٧ - سالم حسن سالم : مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية والمستوى الرقمى لدى متسابقى الميدان والمضمار " رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان ، ١٩٨٥ .

١٨ - سليم محمد سليم الشايب : " العلاقة بين الابتكار وبعض المتغيرات الشخصية والبيئة " رسالة دكتوراة غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للبحوث ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٩١ .

١٩ - سوسن حسنى محمود : " مركز التحكم وعلاقته بمستوى الأداء المهارى للاعبات كرة السلة " رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٤ .

٢٠ - سيد محمد خير الله : إختبار القدرة على التفكير الإبتكارى ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٨٠ .

٢١ - سيد محمد صبحى : دراسات وبحوث فى الإبتكار ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٧٦ .

٢٢ - \_\_\_\_\_ : أطفالنا المبتكرون ، المطبعة التجارية الحديثة ، ١٩٨٧ .

٢٣ - صفاء الأعرس : دراسات سيكولوجية فى المجتمع القطرى ، بحوث ميدانية ، الأنجلو المصرية ، ١٩٧٨ .

٢٤ - صفية أحمد محى الدين حمدى : " العلاقة بين الابتكار الحركى وبعض المتغيرات النفسية والتحصيل الحركى " رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٥ .

٢٥ - \_\_\_\_\_ : " دراسة تحليلية ناقدة لبعض إختبارات الابتكار الحركى فى مجالى التمرينات والتعبير الحركى " مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد الرابع ، العدد الثالث ، ١٩٩٢ .

٢٦ - صلاح الدين محمد أبوناهاية : " العلاقة بين الضبط الداخلى / الخارجى وبعض أساليب المعاملة الوالدية فى الأسرة الفلسطينية بقطاع غزة " مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية للكتاب ، العدد العاشر ، إبريل ، مايو ، يونيو ، ١٩٨٩ .

٢٧ - \_\_\_\_\_ : " مواضع الضبط وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية الإنفعالية والمعرفية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية " ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٨٤ .

٢٨ - طاهر حسن الشاهد : " أثر المنافسة على مستوى الطموح ومركز التحكم لدى سباحى المسافات القصيرة " رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٣ .

٢٩ - عايدة محمد رضا : " العلاقة بين التفكير الإبتكارى والأداء الحركى فى التمرينات الفنية الحديثة " رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩ .

٣٠ - عبدالحليم محمود : الإبداع والشخصية ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٠ .

- ٣١ - عبدالسلام عبدالغفار : التفوق العقلى والإبتكار ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
- ٣٢ - علاء الدين كفاى : مقياس وجهة الضبط ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٨٢ .
- ٣٣ - على محمد الديب : " مركز التحكم وعلاقته بالرضا عن التخصص الدراسى " ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد الثالث ، القاهرة ، ١٩٨٧ .
- ٣٤ - على محمد توفيق : " دراسة مقارنة لمركز التحكم بين المبتدئين فى السباحة وعلاقته بالمستوى الرقمى " رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا ، ١٩٨٩ .
- ٣٥ - عنايات فرج : مناهج وطرق التدريس فى التربية البدنية ، والنشاط الخارجى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٨ .
- ٣٦ - \_\_\_\_\_ : التمرينات الإيقاعية التنافسية والعروض الرياضية ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ١٩٩٥ .
- ٣٧ - فاروق عبدالفتاح : " علاقة مركز التحكم الداخلى / الخارجى بكل من التروى والإندفاع والتحصيل الدراسى لطلاب وطالبات الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، المجلد الثانى ، العدد الرابع ، ١٩٨٧ .
- ٣٨ - \_\_\_\_\_ : إختبار مركز التحكم للأطفال ، مكتبة النهضة العربية ، ١٩٨١ .
- ٣٩ - فاطمة حلمى حسن : دراسة مركز التحكم وعلاقته بالتفكير الإبتكارى لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة " رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، ١٩٨٤ .

- ٤٠ - فؤاد أبوحطب ، سيد أحمد عثمان : التقويم النفسى ، مكتبة الأنجلو المصرية ، الطبعة الثانية ، القاهرة ، ١٩٧٦ .
- ٤١ - محمد العربى شمعون : " السمات الإنفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضيين " ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩ .
- ٤٢ - محمد حسن علاوى : القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ١٩٧٩ .
- ٤٣ - \_\_\_\_\_ : الإختبارات المهارية والنفسية فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، ١٩٨٧ .
- ٤٤ - \_\_\_\_\_ : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، دار المعارف ، ط ٧ ، القاهرة ، ١٩٩٢ .
- ٤٥ - \_\_\_\_\_ : مقدمة فى علم النفس التربوى الرياضى ، دار المعارف ، ط ٢٨ القاهرة ، ١٩٩٢ .
- ٤٦ - محمد محمد الشحات : " العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبى الهوكى " رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٢ .
- ٤٧ - محمد درويش محمد : القلق والإبتكار دراسة لفاعلية التحصين التدريجى ، رسالة دكتوراة ، كلية البنات جامعة عين شمس ، ١٩٩١ .
- ٤٨ - محمود عبدالفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى ، ١٩٩٥ .

٤٩ - محمود محمود سالم : " دراسة مقارنة لمركز التحكم وبعض سمات الشخصية وحالة القلق مثل وبعد المنافسات الرياضية لدى متسابقى ألعاب القوى " رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ١٩٩٠ .

٥٠ - مختار أحمد السيد : " المسئولية الإجتماعية وعلاقتها بمفهوم الذات ومحل التبعة لدى طلاب الجامعة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٢ .

٥١ - مدحت صالح سيد ، محمد أمين رمضان : دراسة مقارنة لمركز التحكم بين لاعبي السلة ومتسابقى الميدان والمضمار " المجلة العلمية للتربية الرياضية والرياضة ، العدد الأول ، ١٩٨٩ .

٥٢ - نائرة عبدالرحمن العبد : التمرينات الحديثة - صعوباتها وإسلوب تقييمها ، دار المعارف ، د. ت .

٥٣ - \_\_\_\_\_ : التمرينات الحديثة - أصولها ومكوناتها ، دار المعارف ، الأسكندرية ، ١٩٨٦ .

٥٤ - وفاء فياض : " وضع إختبار لقياس مركز التحكم للاعبى الجمباز من ٩ - ١٢ سنة " رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٤ .

٥٥ - وهيبه على حسن زغلول : " التفكير الإبتكارى والإبتكار الحركى لدى المتفوقات فى التعبير الحركى وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة " رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٧ .

**ثانيا : المراجع الأجنبية**

- 56 - Abdallah A. : " Relationship Among Internal - Exlernal, Locus of Control drive mainfest anxiety and creativity in collage student" , D.A.I Vol. 39, No.1, 1978.
- 57 - Anderson, Carl R., : Locus of Control Coping behaviors, and Performance in a Stress Setting. Alongiludinal Study, Journal of applied Psychology, Vol. 62, No. 4.1977.
- 58 - An Shel, M.H., : Effect of age, Sex and Type of Feed back on motor Performance and Locus of Control, Research Quarterly. Vol. 50, No. 3, October 1979.
- 59 - Bar-Tal, D., et al : The Relationship between locus of control and Academic achievement, Br. J. Educational Psychology, 1980.
- 60 - Boss, Marvin, Taylor Maurice, : " The Relationship between locus of control and Academic level and sex of secandary school student", Contemporary, educational psychology, Vol.14, 1989.
- 61 - Cox, Richard H. : Sport Psychology - Concepts and applications, W, M.C. Brown Publishers, Dubuge Lows, 1986.
- 62 - Curry J.A., The Effect of Life Planing Instruction and coreer counseling on Locus of Contrd Orientation and Career Maturity Scores of University Com. Pensatory education Students, D.A.I. Vol. 41, No.5 1980.

- 63 - Ewees, K. Hagar, s : Comparison Study between Developed field countries on locus of control international congerss sport for all in the developing countries. faculty of physical education, helwan University, cairo, 1985.
- 64 - Gurin, P., E. T. all : Internal - External Control in The Motivational dgnamies of hegro Youth, Journal of Social Issues, 1982.
- 65 - Kneipp, Karen B., Peper Presented at the annual Convention of the South Westen Psychological Association, April, 1990.
- 66 - Lefcourt, H. M, Locus of Control Current Trends on Theory and research , New Jersy, Willey Pub, 1976.
- 67 - Legg. C.D. : Astudy of the Relationship between the psychological variables of self concept - self Accepectance and locus of control in children and adolesents , D.A.I. Vol. 42, No. 6, 1981.
- 68 - Martens, R., Internal - External Control and Social Reinforcement Effect Motor Performance, Research Quartarly, Vol. 42, No.3, October, 1971.
- 69 - Moor, S.L. : Astudy of Perceived Locus of Control in Collage Women Athletes in Teem and Individual Sport, Dissertation Abstracts International , Vol. 41, No. 8, February, 1981.
- 70 - Norten, Jonet Lynn : Paper Presented at the Annual Meeting of the Assdciation of Teacher Educator Febr. 1994.

- 71 - Rotter, J.B., : Generalized Expectation for Internal Versus External Control of Reinforcement. Psychological Monographs, 1966.
- 72 - Rogers F.R. : Dance Abasic Educational Teakinque, New York, Macmillan Company, 1980.
- 73 - Rupp. M. Nowicki : Locus of control among hugarism children, Journal of cross cutural psychology, 1978.
- 74 - Schuele, Mary K., " The Relationship of Physical fitness in women to self esteem and locus of control" D.A.I. Vol, 40, No. 10, 1980.
- 75 - Singer. R.N., : Substaining Motivation in Sport, Mc Millan Co., Florida, 1984.
- 76 - Torrance. E.P. Combining creative Problem solving with creative expressine Activities in the educational of disadvantaged young people an avaluation , Report of a creativity, R.Q. Vol. 6, 1972.
- 77 - Wannan Wyrick : Developmental Test of Motor Creativity, R.Q. Vo. 39, No.3, 1969.