

الفصل الخامس

0/5 الاستخلاصات والتوصيات

1/5 استخلاصات البحوث.

2/5 توصيات البحوث.

0/5 الاستخلاصات والتوصيات:

1/5 استخلاصات البحث:

من خلال فروض البحث ، ووفقا لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي ، وفي ضوء مناقشة النتائج و في حدود عينة البحث أمكن للباحثة التوصل إلى الاستخلاصات الآتية:

(1) إن متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث في اختبارات القدرات الحس- حركية (الإحساس الزاوي لمفصل الكتف ، الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق ، الإحساس الزاوي لمفصل الفخذ ، الإحساس الحركي بالزمن ، الإحساس الحركي بالمسافة ، الإحساس الحركي بالاتجاه ، الإحساس بالتوازن الثابت ، الإحساس بالتوازن الديناميكي ، الإحساس بالقوة المميزة بالسرعة ، الإحساس التوافق الحركي ، سرعة رد الفعل السمعي) كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث.

(2) إن متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث في اختبارات القدرات الحس- حركية (الإحساس الزاوي لمفصل الكتف ، الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق ، الإحساس الزاوي لمفصل الفخذ ، الإحساس الحركي بالزمن ، الإحساس الحركي بالمسافة ، الإحساس الحركي بالاتجاه ، الإحساس بالتوازن الثابت ، الإحساس بالتوازن الديناميكي ، الإحساس بالقوة المميزة بالسرعة ، الإحساس التوافق الحركي ، سرعة رد الفعل السمعي) كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث.

(3) هناك فروق إحصائية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة والخامسة والسادسة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث.

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (9>10) سنوات للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس بالتوازن الثابت للبنات .

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (10>11) سنوات للبنين والبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس الحركي بالمسافة للبنات .

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (11>12) سنوات للبنين والبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس الحركي بالمسافة للبنين.

(4) العلاقة بين القدرات الحس- حركية وسرعة العدو لدى البنين والبنات في القدرات الحس- حركية قيد البحث علاقة طردية لصالح البنين والبنات في المرحلة السنية (11>12).

2/5 توصيات البحث :

استنادا الى ما أشارت إليه النتائج وما توصلت إليه الباحثة من استخلاصات ، وفي حدود عينة البحث توصي الباحثة بما يلي:

(1) وضع برامج التدريب في ضوء نتائج ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة بمهارات العدو بمرحلة التعليم الأساسي.

(2) تطبيق إجراءات البحث على مهارات أخرى في ألعاب القوى.

(3) دراسة تطور القدرات الحس- حركية للفئة السنية من 9-12 عام في الأنشطة الرياضية الأخرى.

(4) الاهتمام بالمراحل السنية التي يكون فيها تحسن في القدرات الحس - حركية خلال المرحلة السنية 9 إلى 12 سنة وذلك أثناء وضع البرامج التدريبية.

(5) الاهتمام بالقدرات الحس- حركية وخاصة في الفئات السنية التي يحدث بها انخفاض لأحد القدرات وذلك للمرحلة السنية 9 إلى 12 سنة وذلك من أجل وضع برامج تعويضية .

(6) الاستفادة من الفئات السنية التي يحدث بها ارتفاع في القدرات الحس - حركية وتوظيفها لاختيار الناشئين للنشاط المناسب.