

الفصل الخامس

٥ / ٠ الإستنتاجات والتوصيات

الإستنتاجات ١/٥

التوصيات ٢/٥

١/٥ الاستنتاجات:

فى نطاق مشكلة البحث وأهميتها، وفى ضوء أهدافه وفروضه، وفى إطار المعالجة الاحصائية، ومناقشة ما توصل اليه البحث من نتائج أمكن التوصل الى الاستنتاجات التالية بالنسبة لسباقات الحواجز:

١/١/٥ الاستنتاجات الخاصة بنتائج اختبار مستوى الاداء:

لما كانت المجموعتان (الضابطة، التجريبية) متكافئتين فى كل شىء ماعدا المتغير التجريبى فإن الفرق فى الزيادة للمجموعة التجريبية عنها فى الضابطة إنما يعزى للمتغير التجريبى وحده (ألا وهو رؤية اللاعب لادائه ثم رؤيته لنموذجان أحدهما مصور والآخر حى)، ومن ذلك فيمكننا استخلاص الآتى:

١/١/١/٥ خلال المراحل الاولى عند تعلم مهارة حركية جديدة يجب اعطاء معلومات خاصة بالاداء أكثر من المعلومات الخاصة بالنتائج.

٢/١/١/٥ تؤثر رؤية اللاعب لادائه ورؤيته للنموذج المصور والذى تأثيرا واضحا على تقدم مستوى الاداء، وهذا بناء على ما أظهرته نتائج المجموعة التجريبية مقارنة بنتائج المجموعة الضابطة.

٣/١/١/٥ كانت النسبة المئوية لتحسن المجموعة التجريبية فى عدو ١١٠م/حواجز (١٨ر٢١٪) أكبر منها فى المجموعة الضابطة التى بلغت نسبة تحسنها المئوية (٩ر٨٨٪) وهذا يدل على مدى تأثير البرنامج المقترح باستخدام النموذج المصور ورؤية اللاعب لادائه وأيضا رؤية النموذج الحى للمجموعة التجريبية عنها فى المجموعة الضابطة التى تستخدم الطريقة التقليدية.

٤/١/١/٥ كانت النسبة المئوية لتحسن المجموعة التجريبية فى عدو ٥٠م/ حواجز (١٦ر٢٦٪) أكبر منها فى المجموعة الضابطة التى بلغت نسبة تحسنها المئوية (١٠ر٣٧٪) وهذا أيضا يدل على مدى تأثير البرنامج المقترح للمجموعة التجريبية عنها فى المجموعة الضابطة التى تستخدم الطريقة التقليدية.

٥/١/١/٥ إن المعرفة بأخطاء الاداء عن طريق التغذية الرجعية الخارجية الداخلية تؤدي الى تعلم فعال وبالتالي لتحسن مستوى الاداء.

٦/١/١/٥ إن البرنامج المقترح لتعليم مهارة ١١٠م/حواجز يمكن أن يكون بمثابة طريقة سريعة في تطوير المراحل الفنية للمهارة لدى اللاعبين والذي يؤثر في الارتفاع بمستواهم.

٧/١/١/٥ معلومات التغذية الرجعية المختارة تؤدي الى تحسن تعلم المهارة وبالتالي مستوى الاداء.

٢/١/٥ الاستنتاجات الخاصة بالذكريات التفصيلية خلال التجربة؛

١/٢/١/٥ لاحظ الباحث أثناء عرض صورة اداء اللاعب أو النموذج المصور انه يستحسن اختيار مكان مناسب بحيث يتناسب وعدد أفراد المجموعة من حيث الاتساع - الاضاءة - التهوية، وأيضا يستحسن انتقاء تشكيل مناسب للاعبين من وضع الجلوس كلما أمكن ذلك حتى يتمكن اللاعب من تركيز انتباهه لصورته.

٢/٢/١/٥ لاحظ الباحث أثناء عرض النموذج المصور أن بعض أفراد المجموعة يقومون بتقليد حركة رجل الارتقاء وحركة الذراعين بطريقة عشوائية دون الطلب منهم عمل ذلك.

٣/٢/١/٥ لاحظ الباحث أثناء رؤية اللاعب لصورة ادائه ان استخدام المناقشات الخاصة بالنواحي الفنية للمهارة تؤثر بشكل إيجابي في تحسن مستوى التعلم، وخاصة اذا كانت المناقشات تدور على هيئة تساؤلات من اللاعب يعقبها اجابات من الباحث.

٤/٢/١/٥ لاحظ الباحث ان أكثر الاسئلة المطروحة من اللاعبين تدور حول حركة رجل الارتقاء وعمل الذراعين.

٥/٢/١/٥ رؤية اللاعب لصورة ادائه تمكنه من معرفة أخطائه بصورة مباشرة.

٦/٢/١/٥ رؤية اللاعب للنموذج المصور تمكنه من معرفة تفاصيل المهارة أكثر مما

لو عرضت عليه بالشرح أو النموذج الحى وذلك لامكانية إيقاف الصورة خلال عرض النموذج المصور.

٧/٢/١/٥ رؤية اللاعب للنموذج الحى تمكنه من رؤية المهارة من جميع الجوانب (منظر أمامى - منظر جانبي - منظر خلفى).

٢/٥ التوصيات:

نتيجة لما أوضحتها نتائج هذه الدراسة، يوصى الباحث:

١/٢/٥ باستخدام التغذية الراجعة الخارجية الداخلية عن طريق رؤية اللاعب لادائه والنموذج المصور والنموذج الحى مع طلاب كليات التربية البدنية والرياضة للارتفاع بمستواهم المهارى.

٢/٢/٥ باستخدام نفس الطريقة عند تعليم الناشئين (المبتدئين) حتى يتسنى لهم إكتساب المهارة بصورة إيجابية، لأن أخطاء الاداء الفنى لايمكن اصلاحها بسهولة اذا اعتاد اللاعب على الاداء بصورة خاطئة، وهذا ناتج عن انتقال أثر التعليم بصورة سلبية.

٣/٢/٥ بتوفير الامكانيات اللازمة لاستخدام هذه الطريقة بكليات التربية البدنية والرياضة.

٤/٢/٥ اتاحة الفرصة للمتعلم للتعرف على درجات تحسنه (المعرفة بأخطاء الاداء عن طريق رؤيته لادائه ومقارنته بالاداء الصحيح عن طريق النموذج المصور والنموذج الحى).

٥/٢/٥ يوصى الباحث العاملين والمهتمين بألعاب القوى بنشر نتائج هذه الدراسة على العاملين فى مجال التعليم والتدريب تأكيدا لمبدأ الربط بين النظرية والتطبيق.

٦/٢/٥ اجراء مزيد من البحوث والدراسات على الوسائل التعليمية الأخرى بغرض إتساع القاعدة العلمية.

المراجع

أولاً : المراجع العربية

ثانياً : المراجع الأجنبية

قائمة المراجع

أولاً : المراجع باللغة العربية

- (١) أحمد ابراهيم شحاته : "أثر رؤية لاعب الجمنان لصورة أداءه على رفع مستواه المهارى"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، ١٩٧٦.
- (٢) أحمد خاطر وآخرون : دراسات فى التعلم الحركى، القاهرة، دار المعارف، ١٩٧٨.
- (٣) _____، : القياس فى المجال الرياضى، القاهرة، دار المعارف، ١٩٨٤.
- (٤) أحمد خير كاظم، : الوسائل التعليمية والمنهج، القاهرة، دار جابر عبد الحميد النهضة العربية، ١٩٧٠.
- (٥) أحمد زكى صالح : علم النفس التربوى، (ط ٦)، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٦٦.
- (٦) _____ : نظريات التعلم، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٧١.
- (٧) أحمد عزت راجح : أصول علم النفس، القاهرة، دار المعارف المصرية، ١٩٧٩.
- (٨) أحمد عكاشة : علم النفس الفسيولوجى، القاهرة، دار المعارف، ١٩٦٨.
- (٩) أرنوف ويتيـيـج : مقدمة فى علم النفس، ترجمة عادل عزالدين الاشول وآخرون، القاهرة، دار ماجر وهيل للنشر، ١٩٨٤.
- (١٠) تشارلز أ. بيوكر : أسس التربية الدينية، ترجمة كمال صالح عبده وآخرون، القاهرة، مؤسسة فرانكلين، ١٩٦٤.

- (١١) جابر عبد الحميد : سيكولوجية التعلم ونظريات التعلم، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٧٨.
- (١٢) _____ ، : أسلوب النظم بين التعلم، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٧٨.
- (١٣) رمزية الغريب : التعلم دراسة نفسية - تفسيرية - توجيهية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٥.
- (١٤) _____ ، : التعلم، (ط ٦)، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٨٦.
- (١٥) سعد جلال، : علم النفس التربوي الرياضي، ط ٦، القاهرة، محمد حسن علاوى ١٩٨٢.
- (١٦) سهام سيد عبدالله : "التغذية المرتدة وتأثيرها على اكتساب مهارات كرة السلة"، رسالة ماجستير، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٨٠.
- (١٧) سيد خير الله : علم النفس التعليمي أسسه النظرية والتجريبية، ط ٢، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٧٣.
- (١٨) شعبان عيد حسنين : "دراسة تجريبية لفاعلية الوسائل التعليمية فى تعلم مهارات المتابعة فى كرة السلة"، رسالة ماجستير، جامعة حلوان، القاهرة. ١٩٧٨.
- (١٩) عبد الباسط محمد حسن : أصول البحث الاجتماعي، (ط ٣)، دار المعارف، القاهرة ١٩٧١.
- (٢٠) عبد العزيز عبدالمجيد : "التغذية الرجعية وأثرها فى تعلم الوثب الثلاثى"، رسالة دكتوراه، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٨٥.

- (٢١) عبد الفتاح لطفى : المرجع فى طرق تدريس التربية الرياضية الحديثة، دار الكتب الجامعية، ١٩٧٠.
- (٢٢) عصام عبد الخالق : التدريب الرياضى (نظريات - تطبيقات)، الاسكندرية، دار الكتب الجامعية، ١٩٧٢.
- (٢٣) غازى السيد يوسف : "دراسة تحليلية لتأثير استخدام التغذية الرجعية على مستوى تعليم بعض المهارات الحركية فى كرة القدم"، مجلة علوم وفنون، (المجلد الثانى، العدد الرابع)، ١٩٩٠.
- (٢٤) فيكتور بيكليس : الموسوعة الصغيرة فى علم السيرنيكا، ترجمة أبوبكر يوسف ومراجعة الهامى توفيق، دار أمير للطباعة، موسكو، ١٩٧٤.
- (٢٥) مُجدهُ خضر أحمد : "دراسة تجريبية لمعرفة أفضل أساليب التغذية المرتدة فعالية على مستوى أداء مهارة الشقلبة الامامية على اليدين لتلميذات المرحلة الاعدادية"، مجلة دراسات وبحوث، المجلد العاشر، العدد الثانى، جامعة حلوان، ١٩٨٧.
- (٢٦) محمد ابراهيم شحاته : "أثر التدريس بالتغذية المرتدة على مستوى الأداء الحركى لرياضة الجمباز"، كلية التربية الرياضية بالاسكندرية، ١٩٧٩.
- (٢٧) محمد حسن علاوى : علم التدريب الرياضى، القاهرة، دار المعارف، ١٩٦٦.
- (٢٨) _____ : علم التدريب الرياضى، (ط ١٠)، القاهرة، دار المعارف، ١٩٨٦.

- (٢٩) _____ : سيكولوجية التعلم الحركي، مذكرات غير منشورة، ١٩٨٣.
- (٣٠) _____ : علم النفس الرياضي، (ط ٦) ، القاهرة، دار المعارف، ١٩٨٧.
- (٣١) محمد صبحى حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية، الطبعة الاولى ، القاهرة، دار الفكر العربى، ١٩٧٩.
- (٣٢) محمد نصر الدين رضوان، محمد حسن علاوى : إختيارات الأداء الحركي، القاهرة، دار الفكر العربى، ١٩٨٢.
- (٣٣) محمد يوسف الشيخ : الميكانيكا الحيوية وعلم الحركة، القاهرة، دار المعارف، ١٩٦٦.
- (٣٤) محمود محمد الزينى : علم النفس التربوى الرياضي، مذكرات منشورة، الاسكندرية، ١٩٧٥.
- (٣٥) مديحه محمد اسماعيل : "أثر التغذية الرجعية باستخدام الفيديو على مستوى الأداء فى دفع الجلة"، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة حلوان، ١٩٨٢.
- (٣٦) نبيل محمد محمود خليفه : "أثر استخدام بعض الوسائل التعليمية فى الجمباز على اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية ومستوى الأداء"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، ١٩٨٥.
- (٣٧) ويليسن ن، بوتتر : التربية وسيكولوجية الطفل، ترجمة أديب يوسف، دمشق، ١٩٥٨.
- (٣٨) يوسف مــــراد : مناهج البحث فى علم النفس، (ج ١ ، ط ٣) ، القاهرة، دار المعارف ١٩٨٣.

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 39) Adams, J. A, : Theoretical issue for Knowledge of results, I. N. G. E stelmach (Ed.) information processing in motor control and Learning, New York, 1978.
- 40) Annett, J. : Feed back and Human Behavior, England, penguin Book Ltd., Harmonds worth, 1969
- 41) Armstrong, W, J. : "The effect of Video tape Instant Visual feed back on Learning specific Gross Motor Skills in Tennls", Dissertation abstracts International, A. Vol. 32.10, 1972.
- 42) Barrow M, H. : Man and Movement principles of physical education, 2nd ed, Lea & Febiger, phil adehia, 1977.
- 43) Carrow, R. : "Teaching tennis with televised Lessons": A comparative stvdy of two teaching Methods", Dissertation abstracts international, A. Vol. 37, 1977.
- 44) Cratty, B., J., : Movement Behavior and Motor Learning philadelphia: Lea & febiger, 3rd (Ed.), 1973.
- 45) Davis, R., and others. : Learning system design, an approach to the improvement of instrction, New York, Mc Graw, Hill Book company, 1970.

- 46) Dececco, J. : The psychology of Learning and instrvction, Edv-
cational psychology, prentice - Hill of India, New
Delhi, 1970.
- 47) Drowatzky, J. N. : Motor Learning: Principles and prectice Burgess
publishing company, 1975.
- 48) Frances F. . Self confrontation review ed: A conceptualization
: for Vides playback in teacher education, Review
of educational research, Vol. 43 No. 4, 1973.
- 49) Frandsan, A. N. : How children Learn an Educational psychology,
N. Y. Mcgraw-Hill, 1957.
- 50) Glenn, M. and Others, : Educational psychology, 4th (ed.), Macmillan
publishing co. Ine. New York, 1975.
- 51) Green, W. : "The effectiveness of television Replay as a
teachnique in teaching Beginning swimming
Skills" Dissertation abstracts international, A.
Vol. 30, 1970
- 52) Hampton, Gerald Elmer : "The effects of manipul ating two types of feed
Back, Knowledge of Results, in learning a com-
plex Motor shill" Dissertation abstracts interna-
tional, A. Vol. 31, 1970.

- 53) Hilgard, E. : Introduction to psychology, 3re (ed.), N. Y. Harcourt, Brace & World, 1962.
- 54) Idem, citing Clifton. M., : "The role of perception in Movement, in academy papers", No. 1. American Academy of physical education, Department of physical education for women. Un. of Arizona, Tucson, March, 1968.
- 55) Jerome Kagan, Ernest Haveman : Psychology on introduction, 2nd (ed.), Harcourt Brace Jovanovich, I. N. C 1972.
- 56) Kuppuswamy, B., : Advanced educational psychology, Un. Publisher, Delhi, 1964.
- 57) Lawson, R., : Learning and Behavior, N. Y. the Mc millan Co. 1961.
- 58) Lawther, J. D. : The Learning of physical skills, prantice Hall, I. N. C Englewood cliffs, N. J. 1968.
- 59) Lindgren, Henry clay and others : Psychology on introduction to a behavioral science, 3rd (ed.), John wiley & sons, Im. New Youk, : 1971.
- 60) McLaren, John David, : "The effectiveness of vidootape replay in teaching th high Jump", Dissertation abstracts international, A. Vol. 32, 1971.

- 61) Morgan, Nancy, : "Comparison of verbal and visual cues in teaching beginning swimming" Research Quarterly, Vol. 42 No. 4, 1971.
- 62) Newell, K. M., : "Knowledge of results and Motor Learning in Keogh", J. & Hutton, S. R, (ed.), exercise and sport sciences review vol. 4. Santa Barbara: 1977.
- 63) Singar, R. N. : Motor learning and Human performance. New York. 3rd (ed.), Macmillan publishing com. I.N.C, 1980.
- 64) _____ : The learning of motor skill, New York: Macmillan publishing Comp. I.N.C, 1982.
- 65) Smith, Karlu, smith Margaret, : Cybernetic principles of Learning and education design, N.Y. Holt, Rinehart and Winston, I. N. C. 1966
- 66) Spence, K. W., : Behavior theory and Learning, Selected papers, prentice-Hall, 1960
- 67) Stallings, L. M. : Motor Learning from theory to practice, the C. V. Mosby. Com, 1982.
- 68) Stones, E., : An introduction to educational psychology: Methuen & Co Ltd, 1974.

- 69) Taylor, Wayne G. : "The effectiveness of instant Video tape Replay as a source of Immediate Visual feedback Upon Learning or improving performance of gross Motor skills" dissertation abstracts international, A. Vol. 32, 1972.
- 70) Vannier, Maryholan, and others : Teaching physical education in elementary schools, 5th (ed.), W. B. Saunders company, London, Toronto, 1973.
- 71) Wallace, Stephen A., Haggler R. W., : "Knowledge of performance and the Learning of closed Motor skills" Research Quarterly, Vol. 50, No. 2, 1979.
- 72) Wood, Nelson F. : "A study of the effect of Video tape instant replay on Learning Gymnastic skills" Dissertation abstracts international, A. Vol. 31, 1970.