

الفصل الخامس

الإستخلاصات والتوصيات

- الإستخلاصات

- التوصيات

الإستخلاصات :

من واقع البيانات وفي ضوء المعالجات الإحصائية وفي حدود عينة البحث ونتائجه أمكن للباحث التوصل إلى أهم الاستخلاصات التالية :

١- المتغيرات البيولوجية المساهمة في المستوى الرقعى لمسابقة ٥٠ متر زحف على البطن .
طبقاً لخطوات التحليل المنطقى للانحدار تمكن الباحث من تحديد ترتيب المتغيرات البيولوجية حسب نسب مساهمتها في المستوى الرقعى لمسابقة ٥٠ متر زحف على البطن وهى كما يلى :

- عرض القفص الصدرى

- محيط الرقبة

- محيط البطن

- طول القدم

- طول الطرف العلوى

- عرض المنكبين

- السعة الحيوية

- الوزن

٢- المتغيرات البيولوجية المساهمة في المستوى الرقعى لمسابقة ٥٠ متر ظهر طبقاً لخطوات التحليل المنطقى للانحدار تمكن الباحث من تحديد ترتيب المتغيرات البيولوجية حسب نسب مساهمتها في المستوى الرقعى لمسابقة ٥٠ متر ظهر وهى كما يلى

- طول العضد

- محيط القفص الصدرى لأقصى شهيق

- محيط البطن

- محيط العضد منبسط

- ضغط الدم الإنبساطى

٣- وبناء على ما تم استخلاصه من خطوات التحليل المنطقى للانحدار فإن الباحث يرى أنه يمكن بناء بطارية انتقاء لسباحى ٥٠ متر زحف على البطن تتمثل فى المتغيرات البيولوجية التالية

- عرض القفص الصدرى

- عرض المنكبين

- محيط البطن

- محيط الرقبة
- طول القدم
- طول الطرف العلوى
- السعة الحيوية
- ٤- وبناء على ما تم استخلاصه من خطوات التحليل المنطقى للانحدار فإن الباحث يرى أنه يمكن بناء بطارية أنتقاء لسباحى ٥٠ متر ظهر تتمثل فى المتغيرات البيولوجية التالية :
- محيط القفص الصدرى لأقصى شهيق
- محيط البطن
- محيط العضد منبسط
- طول العضد
- ضغط الدم الانبساطى

التوصيات

طبقاً للإجراءات التى تمت فى هذا البحث وفى حدود عينه البحث المميزة وانطلاقاً مما أشارت إليه الأستخلاصات فإن الباحث يوصى بما يلى :

- ١) الأسترشاد بالمحددات البيولوجية المساهمة فى مستوى أداء السباحين الناشئين والتى خلصت بما الدراسة فى توجيه المدربين لانتقاء السباحين الناشئين (تبعاً لتوافر المحددات البيولوجية لديهم) .
- ٢) الأهتمام بأختيار وانتقاء السباحين الناشئين فى ضوء المحددات البيولوجية والتحليل المنطقى للانحدار وبطاريات الأنتقاء التى خلصت اليها الدراسة الحالية .
- ٣) العمل على تعميم النتائج المستخلصة فى هذا البحث على الأندية المصرية عن طريق الأتحاد المصرى للسباحة بغرض الأستفادة منها عند انتقاء الناشئين .
- ٤) إجراء دراسات مماثلة على مراحل سنية أخرى تستخدم نفس متغيرات البحث .