٥/٠ الإستخلاصات والتوصيات:

٥/١ الاستخلاصات:

٥/١/١ استخلاصات تتعلق بالعوامل الدرجة الأولى:

٥/١/١/١ توصل التحليل العاملى الذي اجرى على ٣٨ متغيراً تقيس عشرة قدرات افتراضيه الى ثلاثه عشر عاملاً، تم قبول ثمانية عوامل منها وذلك فى ضوء الشروط الموضوعيه لقبول العامل. وهذه النتيجة تعتبر ملاءمة لتبسيط وصف الاداء في مجال اللياقه البدنيه، كما انها تؤكد ان الاختبارات المستخدمة لقياس اللياقه البدنيه فى هذه الدراسة تتجمع حول عدد من العوامل - القدرات - وهذا يتفق مع الفرض الأول من فروض الدراسه، ولقد تم تفسير القدرات - العوامل - المستخلصه المقبوله تفسيراً واضحاً عن طريق الاختبارات التى تشبعت عليها.

٥/١/١/٢ العوامل التى قبلت من خلال تحليل الاختبارات المرشحه وتم تفسيرها اطلق عليها الاسماء التالية:

العامل الأول:	سرعة تغير الاتجاه،	القدرة الأولى.
العامل الثانى:	القوه العضليه،	القدرة الثانيه.
العامل الثالث:	التوازن الثابت للوقوف على قدم واحده،	القدره الثالثه.
العامل الرابع:	المرونه،	القدره الرابعة.
العامل الخامس:	الجلد العضلى للذراعين والمنكبين والجذع،	القدره الخامسة.
العامل التاسع:	التوافق العضلى العصبى،	القدره السادسة.
العامل العاشر:	السرعة،	القدرة السابعة.
العامل الحادى عشر:	الجلد الدورى التنفسى،	القدرة الثامنة.

وهذا يتفق مع ثمانيه مكونات - قدرات - افتراضيه حددت فى الفرض الأول من فروض البحث هى: القوة العضلية، الجلد العضلى، الجلد الدورى التنفسى، السرعه، المرونه، الرشاقه، التوازن، التوافق، فى حين لم تتحقق قدرتان افتراضيتان هما القدره العضليه، الدقه، وهذا يتعارض مع نفس الفرض، وان كان ثمة مؤشرات الى احتمال ظهور قدرة خاصه بالدقة (العامل السابع) والذى رفض بهذه الدراسة لعدم بلوغ اختباراته المتشبعه عليه العدد المحدد لقبول العامل.

obeikandl.com

٣/١/١/٥ تشير القدرات المستخلصه الى أنه لايبدو ان هناك دليلاً فى هذه الدراسه على كون اللياقه البدنيه ذات صفه عامه ووحيده، وعلى هذا فإن اى وحدة اختبار لا يمكن أن تعبر عن صفة اللياقه البدنيه، اذ يتطلب الامر بطارية اختبار لتحقيق ذلك.

٤/١/١/٥ لم تتأكد عمومية العوامل الافتراضية في هذه الدراسة حيث ظهر لكل عامل طابعه الخاص بمجموعات عضليه او مجالاً محدداً.

٥/١/١/٥ يبدو ان العوامل السادس والسابع والثامن والثانى عشر والثالث عشر التى تم رفضها، ذات طبيعة معقده، حيث لم يتسنى للباحث تفسيرها واطلاق اسماء عليها.

٦/١/١/٥ ظهر من خلال هذه الدراسه مدى نقاء عامل التوازن الثابته الخاص بالقدمين، حيث ظهرت اختبارات هذه القدره منفرده، دون اشتراك اى من الاختبارات الأخرى معها.

٧/١/١/٥ اظهرت هذه الدراسه انفصال عامل قوة القبضه عن عامل القوه العضليه لباقى اجزاء الجسم، وهذا قد يدل على أن قوة القبضه ليست مؤشراً عاماً للقوة العضلية.

٨/١/١/٥ تأكد انفصال السرعة الانتقاليه من البدء الثابت عن السرعه الانتقاليه من البدء الطائر - جدول ٢٤، ٢٥ - مؤيداً للكثير من الدراسات العامليه السابقة (١٥).

٩/١/١/٥ لقد اكدت هذه الدراسة ما توصلت اليه دراسات سابقه من ان المرونه تحتاج اكثر من نموذج حركى لقياسها، حيث انها لا توجد بصفه عامه بجسم الانسان.

١٠/١/١/٥ ثبت من خلال هذه الدراسه مدى نقاء الاختبارات التى حققت اعلى التشبعات على قدراتها - عواملها - مما يجعلها مقياساً مناسباً لتلك القدرات، حيث ان التشبعات المشاهده

لمعظمها على القدرات الاخرى تكاد تكون قريبه من الصفر - جدول ٢٩ - فيما عدا الاختبار رقم ٢٢ للعامل التاسع حيث شوهد له تشبع علي العامل الثامن المتعامد فقط.

١١/١/١/٥ يبدو من خلال نتائج التحليل العاملى مدى استقلاليه العوامل الثمانيه المستخلصه لقلة التداخل بينها الى حد ما.

١٢/١/١/٥ العوامل الثمانيه المستخلصه تمثل وصفاً جيداً للياقه البدنيه للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤته.

٢/١/٥ استخلاصات تتعلق بتكوين البطاريه:

١/٢/١/٥ يشير الاستخلاص العام للتحليل العاملى الى أن الوحدات الثمانيه التاليه تعتبر افضل المقاييس المرشحه لقياس القدرات - العوامل - المقبوله فى هذا البحث.

- الجرى الإرتدادى ١٠ × ٥ متر.
- قوة عضلات الظهر.
- الوقوف بمشط القدم اليمنى على مكعب.
- ثنى الجذع للإمام من الجلوس الطويل.
- ثنى الذراعين من الأنبطاح المائل.
- الوثبه الرباعيه ١٠ ث.
- عدو ٣٠ متر من بداية متحركة.
- الجرى المكوكى ٥ × ٥٥ متر.

٢/٢/١/٥ كل وحده من وحدات البطاريه تمثل عاملاً من العوامل الثمانيه المقبوله، حيث حصلت علي اعلى التشبعات على عواملها - مدى التشبعات للإختبارات الثمانيه من ٥٣٣٨ر. الى ٨٦٥٥ر. - وهذا الاستخلاص يحقق الفرض الثانى لهذا البحث فى ضوء العوامل المستخلصه وليس فى ضوء العوامل الافتراضية.

obeikandl.com

٣/٢/١/٥ الوحدات الثمانيه تعتبر مقاييس خالصه ونقيه، حيث ان تشبعاتها على القدرات الأخرى كانت قريبة من الصفر، ويؤكد هذا الاستخلاص انخفاض الارتباطات البينيه بين الأختبارات.

٤/٢/١/٥ اخذ فى الاعتبار ان يقتصر تمثيل كل عامل من العوامل المستخلصه الاختبار الحاصل على اعلى تشبع على العامل، حيث ان اضافة اختبار آخر لتمثيل العامل لن يضيف معلومات جوهريه عن هذا العامل. ومثالاً على ذلك اضافة اختبار ثنى الجذع للأمام من الوقوف رقم ٢٧ (هذا الاختبار حصل على الترتيب الثانى فى التشبع على العامل الرابع) لن يضيف معلومات جوهريه عن هذا العامل، ويؤكد هذا قيمة معامل الارتباط بين الاختبارين رقم ٢٨ - الحاصل على الترتيب الأول - ورقم ٢٧ اذ بلغ .٨٢٨ر.، ويكاد يصدق هذا الاستخلاص على بقيه العوامل.

٥/٢/١/٥ نظراً لبعض الاعتبارات التى تتعلق بتأثير الاختبارات على بعضها البعض اثناء التطبيق وحيث ان اهمية العوامل تكمن في تركيبها اكثر من ترتيبها، فقد روعى ان تأخذ الاختبارات التسلسل التالى:

(أ) عدو ٣٠ متر من بداية متحركة.
(ب) ثنى الذراعين من الانبطاح المائل.
(جـ) ثنى الجذع للأمام من الجلوس الطويل.
(د) الجرى الارتدادى ١٠ × ٥ متر.
(هـ) قوة عضلات الظهر.
(و) الوثبه الرباعيه ١٠ ث.
(ز) الوقوف بمشط القدم اليمنى على مكعب.
(حـ) الجرى المكوكى ٥ × ٥٥ متر.

٦/٢/١/٥ البطارية المستخلصه تأكد صدقها فى هذه الدراسه لقياس اللياقه البدنيه للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤته، كما انه يمكن استخدام وحداتها لقياس مكونات اللياقه البدنيه المقبوله،

حيث أنه ثبت صدق هذه الوحدات فى قياس تلك المكونات وذلك من خلال مشاهدة مدى ارتفاع قيم تشبعات الاختبارات على العوامل المستخلصه المقبوله.

٧/٢/١/٥ البطاريه المستخلصه يمكنها أن تتنبأ بالمستوى الكلى للياقه البدنيه، كما يمكنها التنبؤ بمستوى كل مكون من مكونات اللياقه البدنيه والتى امكن استخلاصها فى هذه الدراسة.

٨/٢/١/٥ تتميز البطاريه المختاره بالبساطه والوضوح وعدم التعقيد، ولهذا فهى مناسبه من حيث سهولة تنفيذها وادارتها ومدى تقبل التلاميذ لها، كما انها تسمح بالتسجيل الذاتى لوحداتها.

٩/٢/١/٥ تم تحويل الدرجات الخام الى درجات تائيه T-SCORES ووضعت جداول للوحدات الثمانيه الممثله للبطاريه للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤته {ملحق رقم ٩}.

٣/١/٥ استخلاصات تتعلق بالمعايير:

تم عمل معايير للبطاريه المستخلصه على التلاميذ العسكريين بجامعة مؤته.

٢/٥ التوصيـــــات:

فى ضوء ما اظهرته نتائج هذه الدراسة وفى حدود عينة البحث يوصى الباحث بما يلى.

١/٢/٥ إستخدام البطاريه المستخلصه فى قياس اللياقه البدنيه للتلاميذ العسكريين بجامعة مؤته وذلك باعتمادها من قبل ادارة الجامعة لاضفاء الصبغة الرسمية عليها والتزام القائمين على اللياقة البدنية بالجامعة بتطبيقها.

٢/٢/٥ نظراً لكون نظام القبول بجامعة مؤته (الجناح العسكرى) يشترط وجوب إجتياز اختبارات اضافيه بجانب مجموع درجات الثانوية العامه، منها الاختبارات الصحية، والذكاء، واللياقة البدنيه، والشخصيه، {١٧:٨} لذا يوصي الباحث بإستخدام البطاريه الناتجه فى قياس اللياقه البدنيه للتلاميذ المتقدمين للإلتحاق بالجامعة.

٣/٢/٥ نظراً لظهور قدرة التوازن - العامل الثالث - بصوره شديدة الوضوح، ونظراً لكون الاختبارات الخاصه بها والمرشحه للتحليل لم تتناول سوى التوازن للوقوف على قدم واحده، لذا يوصى الباحث بعمل مزيداً من الأبحاث على هذه القدرة متضمنه انواعاً مختلفه من اختبارات التوازن.

٤/٢/٥ نظراً لكون مصفوفة العوامل المائله - المترابطه - لم تشر الى وجود ترابط بين العوامل الناتجه (جدول ١٣) وبالتالى لم تسمح بالتقدم بالتحليل للوصول الى عوامل اقل، ولأهمية الوصول الى عدد اقل من الاختبارات الخاصه باللياقه البدنيه لتوفير عامل الوقت فى بعض الاحيان، يوصي الباحث بإجراء دراسة تتناول العوامل المقبوله فى هذه الدراسة الحاليه كأساساً لها لمحاولة الوصول الى عوامل اقل عدداً.

٥/٢/٥ تطبيق البطاريه المستخلصه - طبقاً لمعاييرها الناتجه - على التلاميذ العسكريين بجامعة مؤته وذلك بهدف التصنيف والأنتقاء والتقويم.

٦/٢/٥ بناء برامج اللياقه البدنيه بجامعة مؤته طبقاً لما اشارت إليه العوامل الناتجه فى هذه الدراسة.

٧/٢/٥ اعادة بناء معايير جديدة لمجتمع التلاميذ العسكريين بالجامعة على وحدات البطاريه المستخلصه كل ثلاث سنوات لمواكبة التقدم الحادث بهدا المجال.