

الفصل الخامس الإستنتاجات والتوصيات

الإستنتاجات
التوصيات

الاستنتاجات :

فى ضوء النتائج التى تم التوصل اليها فى هذا البحث ، يمكن

استنتاج الآتى :

(١) عدم وجود فروق دالة احصائية بين السباحات المتفوقات وغير المتفوقات فى مركز التحكم .

(٢) توجد فروق دالة احصائية بين السباحات المتفوقات والسباحات غير المتفوقات فى ثلاث سمات واقعية هى " الحافز " ، " التصميم " ، " الثقة بالنفس " لصالح السباحات المتفوقات . وهذا يشير الى أن لهذه السمات الدافعية الثلاثة دورا دافعيًا مؤثرًا فى تفوق السباحات الناشئات .

(٣) هناك علاقة ارتباط بين مركز التحكم والسمات الدافعية قيد البحث للسباحات المتفوقات وغير المتفوقات ، تستنتج الباحثة من ذلك أن مركز التحكم يعتبر " سمة موقفية " تتغير من موقف لآخر تبعًا للدوافع الكامنة وراء سلوك الأفراد فى المواقف المختلفة .

(٤) هناك اختلاف فى درجة الأهمية النسبية المئوية للسمات الدافعية للسباحات المتفوقات وغير المتفوقات ، حيث تراوحت ما بين ١٢ر٨٦٪ الى ٨ر٣٩٪ للسباحات المتفوقات ، وقد احتلت سمات " التدريبية " ، "المسؤولية " التصميم " مرتبة متقدمة بينما احتلت باقى السمات مرتبة متأخرة .

أما السباحات الغير متفوقات قد تراوحت النسبة المئوية للسمات الدافعية لديهن من ١٢ر٧٤٪ الى ٧ر٩٠٪ وقد احتلت سمات " التدريبية "

"المسؤولية" ، "الضمير الحى" مرتبة متقدمة ، بينما احتلت باقى السمات مرتبة متأخرة.

وهذا يشير الى أن التفوق الرياضى يتضمن أكثر من دافع وأن هذه الدوافع تتميز بالتنوع والتغير وفقا لمستوى الأداء الرياضى .

التوصيات :

من خلال النتائج التى تم التوصل اليها فى الدراسة الحالية، واستنادا على الاستنتاجات التى ترتبت على نتائج الدراسة يمكن للباحثة أن تتقدم بمجموعة من التوصيات لعلها تعود بالفائدة على رياضة السباحة والوصول بممارسيها الى المستويات الرقمية العالية :-

- (١) بناء مقياس لمركز التحكم خاص بالسباحين.
- (٢) ضرورة اجراء دراسات أخرى مقارنة بين السباحات الناشئات ولاعبات المنتخب القومى فى سمة مركز التحكم.
- (٣) العمل على اختيار السباحات اللاتى يتميزن بمركزالتحكم الداخلى.
- (٤) استخدام قائمة الدافعية الرياضية التى أعد صورتها العربية " محمد حسن علاوى " وذلك بعد تقنينها على عينة من السباحات لانتقساء ناشئات السباحة.
- (٥) وضع برامج عملية وتطبيقية لتنمية التحكم الداخلى وتحسين الدافعية الرياضية لدى السباحات .
- (٦) توصى الباحثة بضرورة اجراء دراسة مماثلة على عينة مختلفسة كسباحات المنتخب فقط ، وذلك للتوصل الى بروفيل نفسى يميز السباحات

- (٧) العمل على اجراء دراسات أخرى للكشف عما تتميز به السباحات من سمات دافعية أخرى لم تتعرض لها الدراسة الحالية.
- (٨) الاهتمام بانتقاء الناشئات فى السباحة على أساس نفسى واسهام السمات الدافعية فى هذا الشأن للمساهمة فى استمرار التفوق فى النشاط الرياضى .
- (٩) التأكيد الجاد على ضرورة وجود أخصائى نفسى تربوى رياضى داخل الجهاز الفنى لكل نادى رياضى .
- (١٠) عقد دورات تدريبية للمدربين غير المهنيين فى علوم التربية الرياضية الرياضية حتى يمكنهم النجاح فى العمل مع السباحات الناشئات مع مراعاة كافة الجوانب النفسية للناشئات .

المراجع

أولا : المراجع العربية

ثانيا: المراجع الأجنبية

المراجع العلمية

أولا - المراجع العربية :

- ١ - ابراهيم حنفى شعلان (١٩٩٣م) : " سمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الأداء الحركى للاعبى كرة القدم " . العجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد الثامن عشر ، أكتوبر .
- ٢ - ابراهيم عبدربه خليفه (١٩٨٥م) : " الصفات الحركية والقياسات الجسمية والسمات الدافعية المميّزة لمتسابقى الميدان والمضمار " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٣ - ابراهيم عبدربه خليفه ، سالم حسن سالم (١٩٨٦م) : " مركز التحكم وعلاقته بالدافع كسمة والانجاز الرقمى لدى متسابقى الميدان والمضمار " . مجلة تاريخ الرياضة ، بحوث المؤتمر العلمى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، المجلد الرابع ، مارس .
- ٤ - أحمد عبدالخالق (١٩٩٤م) : الأبعاد الأساسية للشخصية ، دار المعرفة الجامعية .
- ٥ - أحمد عزت راجح (١٩٧٧م) : أصول علم النفس ، دارالمعارف .
- ٦ - أسامة كامل راتب (١٩٩٠م) : دوافع التفوق فى النشاط الرياضى ، دار الفكر العربى .
- ٧ - أسامة كامل راتب ، محمد على أحمد (١٩٩١م) : " السمات الدافعية والخصائص الفسيولوجية لسباحى المسافات القصيرة الناشئين " . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد التاسع ، يناير .

- ٨ - أسامة كامل راتب (١٩٩٥م): علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي .
- ٩ - الشناوى عبدالمنعم زيدان (١٩٨٨م) : " نمو مركز التحكم وعلاقته بنمو تقدير الذات " . مجلة كلية التربية بالزقاريق، العدد السابع .
- ١٠ - تهانى أحمد جرانه (١٩٨٣م): " الفروق بين دوافع السباحين والسباحين " . المؤتمر العلمى لبحوث ودراسات التربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان ، ١٨مايو .
- ١١ - تيمور أحمد راغب واصف (١٩٨٢م): " الفروق فى مفهوم الذات لدى لاعبي الكرة الطائرة طبقا لمتغيرات الجنس والمستوى الرياضى وبعض سمات الشخصية " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان .
- ١٢ - شريا علام حسن (١٩٨٨م): " العلاقة بين محل التبعة (موضع الضبط) والتوافق لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالسودان " رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- ١٣ - جمال الدين على العدوى ، حبيب حبيب العدوى (١٩٩١م): مركز التحكم وعلاقته بترتيب نتائج المنتخبات الرياضية المشتركة فى بطولة القناة الدولية للكرة الطائرة " . مجلة علوم وفنون الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، المجلد الثالث ، العدد الأول-الثانى .
- ١٤ - جمال السيد مصطفى (١٩٩٢م): " أبعاد مصدر الضبط لدى المراهقين الجانحين والأسوياء " . رسالة ماجستير ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .

١٥- حبيب حبيب العدوى (١٩٨٧م): " بعض متغيرات الشخصية وعلاقتها —————
بالمستوى الرياضى لدى لاعبي الكرة الطائرة ". رسالة
دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان .

١٦- رفاعى مصطفى مصطفى حسين (١٩٩٢م): " دراسة مقارنة لسمة مركز
التحكم بين مراكز اللعب فى كرة القدم " ، بحث منشور ،
المجلة العلمية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
العدد السادس عشر ، أكتوبر .

١٧- سالم حسن سالم (١٩٨٥م): " مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية
والمستوى الرقمى لدى متسابقى الميدان والمضمار "
رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين
بالقاهرة ، جامعة حلوان .

١٨- سالم حسن سالم ، ابراهيم عبدربه خليفة (١٩٨٩م): " دراسة مقارنة
بين متسابقى ومتسابقات الميدان والمضمار فى مركز
التحكم " . مجلة علوم وفنون ، جامعة حلوان ، العدد
الثانى ، ابريل .

١٩- سعد جلال ، محمد حسن علاوى (١٩٧٢م): علم النفس التربوى الرياضى
دار المعارف .

٢٠- سناء محمد نصر حجازى (١٩٩٠م): " قياس وتنمية وجهة الضبط لدى
الأطفال " . رسالة دكتوراه ، كلية البنات ، جامعة
عين شمس .

٢١- صفاء الأعسر (١٩٧٨ م) : دراسات سيكولوجية فى المجتمع القطرى
بحوث ميدانية ، الانجلو المصرية .

٢٢- صلاح الدين محمد أبوناھية (١٩٨٤م) : " مواضع الضبط وعلاقتها ببعض
المتغيرات الشخصية الانفعالية والمعرفية لدى تلاميذ
المرحلة الثانوية " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ،
جامعة عين شمس .

٢٣- صلاح الدين محمد أبوناھية (١٩٨٩م): " العلاقة بين الضبط الداخلى - الخارجى وبعض أساليب المعاملة الوالدية فى الأسرة الفلسطينية بقطاع غزة " . مجلس علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد العاشر ، ابريل - مايز - يونيه .

٢٤- ظاهر حسن محمد الشاهد (١٩٩٣م): " أثر المنافسة على مستوى الطموح ومركز التحكم لدى سباحى المسافات القصيرة " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس .

٢٥- عديلة أحمد طلب ، كوثر محمد كمال الدين (١٩٨٩م): المنهج فى السباحة .

٢٦- علاء الدين كفافى (١٩٨٢م): مقياس وجهة الضبط . مكتبة الأنجلو المصرية .

٢٧- على محمد توفيق (١٩٨٩م): " دراسة مقارنة لمركز التحكم بيمين المبتدئين فى السباحة وعلاقته بالمستوى الرقمى " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة المنيا .

٢٨- على محمد محمد الديب (١٩٨٥م): " ادراك الفرد لمصدر قراراته وحوافزه وعلاقة ذلك ببعض أبعاد الرضا عن الحياة " . رسالة دكتوراه ، كلية البنات ، جامعة عين شمس .

٢٩- _____ (١٩٨٧م): " مركز الضبط وعلاقته بالرضا عن التخصص الدراسى " مجلس علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد الثالث ، يوليو - أغسطس - سبتمبر .

٣٠- فاروق عبدالفتاح موسى (١٩٨١م): " اختبار مركز التحكم للأطفال " ، مكتبة النهضة المصرية .

- ٣١- فاروق عبدالفتاح موسى (١٩٨٣م): " علاقة مركز التحكم بسمات الشخصية لدى عينة من المعلمين والمعلمات ". دارالثقافة للطباعة والنشر.
- ٣٢- فاطمة حلمى فريير (١٩٨٤م): " علاقة مركز التحكم بالتفكير الابتكارى لدى طلاب المرحلة الثانوية ". رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- ٣٣- فرج أحمد فرج (١٩٨٧م): الشخصية .
- ٣٤- كالفين هول . جاردنر ليندزى (١٩٧٨م): نظريات الشخصية . ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون ، دار الشايفة للنشر.
- ٣٥- محمد حسن أبو عبيه (١٩٧٧م): المنهج فى علم النفس الرياضى ، دار المعارف .
- ٣٦- محمد حسن علاوى ، نصر الدين رضوان (١٩٨٧م) : الاختبارات المهارية والنفسية فى المجال الرياضى . دارالفكر العربى .
- ٣٧- محمد حسن علاوى (١٩٩١م) : علم النفس الرياضى . دارالمعارف .
- ٣٨- محمد سعد محمد عبدالله (١٤٠٣هـ): الشخصية والقدرات العقلية ، دار الاصلاح .
- ٣٩- محمد محمد الشحات محمود (١٩٩٢م): " العلاقة بين مركز التحكم ومفهوم الذات البدنية ومستوى الأداء المهارى لدى لاعبي الهوكى " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، جامعة الزقازيق .
- ٤٠- محمود محمود محمد سالم (١٩٩٠م): "دراسة مقارنة لمركز التحكم وبعض سمات الشخصية وحالة القلق قبل وبعد المنافسات الرياضية لدى متساوبقى ألعاب القوى " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .

- ٤١- مختار أحمد السيد الكيال (١٩٩٢م) : " المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بمفهوم الذات ومحل التبعية لدى طلاب الجامعة " رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- ٤٢- مدحت صالح سيد (١٩٨٩م) : " الدافعية الرياضية وعلاقتها بمستوى الأداء للاعبى كرة السلة " . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، العدد الرابع ، أكتوبر .
- ٤٣- مدحت صالح سيد ، محمد أمين رمضان (١٩٩٠م) : "دراسة مقارنة لمركز التحكم بين لاعبي كرة السلة ومتسابقى الميدان والمضمار" المجلة العلمية ، جامعة حلوان .
- ٤٤- مرعى سلامة يونس سيد (١٩٩٥م) : " دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين فى السمات الدافعية الرياضية " . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٤٥- ممدوح عبدالمنعم الكنانى (١٩٩٠م) : " علاقة مركز التحكم (الداخلى - الخارجى) فى التدعيم ببعض المتغيرات الدافعية " . المجلة المصرية للدراسات النفسية ، الجزء الثانى ، بحوث المؤتمر السنوى السادس لعلم النفس فى مصر ، ٢٢ - ٢٤ يناير .
- ٤٦- ناجى محمد قاسم الدمنهورى (١٩٨٩م) : " أثر تفاعل أنواع التعزيز وسمات الشخصية فى تعليم سلوك حل المشكلات الرياضية فى المرحلة الثانوية " . رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة الاسكندرية .
- ٤٧- ولييم الخولى (١٩٧٦م) : الموسوعة المختصرة فى علم النفس والطب العقلى ، دار المعارف .

- 48- Anshel, M.H, (1979): "Effect of age, sex and type of feedback on motor performance and locus of control" Research Quarterly, vol. 50, No 3, pp. 305 - 317 October.
- 49- Cox, R.H., (1990): Sport psychology concepts and applications, WM.C. Brown Publishers, Dubuque Iowa.
- 50- Cratty, B.J., (1981): Social psychology in athletics, prentice - Hall, inc, Englewood Cliffs.
- 51- Dorcas B.B., (1987): The Psychology of Sport, The Behavior, Motivation, Personality and Performance of Athletics, New York. Van Noytrand Reinhold Company.
- 52- Ewees, K.A., Hager, S.A.(1985): "Comparison study between developed and undeveloped countries on the locus of control scale," international congress sport for all in the developing countries faculty of physical education, Helwan University, Cairo, January.

- 53 - Gilmor, T., (1978) : "Locus of control as mediator of adaptive behavior in children and adolescents". Canadian psychology Rev. Vol. 19, No. 1, pp. 1-26.
- 54 - Hall, E.G., (1980) : "Comparison of post performance state anxiety of internals and externals following failure or success on a simple motor task", research quarterly, vol. 51, No. 2, pp. 306 - 314, May.
- 55 - Knoop, R., (1981) : "Age and correlates of locus of control" Journal of Psychology, vol. 108, pp. 103 - 106.
- 56 - Martens, R., (1971) : "Internal - external control and social reinforcement effects on motor performance", research quarterly, vol. 42, No. 3, pp. 307 - 313, October.
- 57 - Moore, S.I., (1981) : "A study of perceived locus of control in collage women athletes in team and individual sports", dissertation abstracts international, vol. 41, No. 8, pp. 3479, February.

- 58 - Rohner, E., C., et al., (1980) : "Perceived parental acceptance and rejection and the development of children's locus of control", journal of psychology, No. 104, pp. 83 - 86.
- 59 - Winer, B., and Sierad, J., (1975) : "Misattribution for failure and enhancement of achievement striving", journal of personality and social psychology, vol. 31, No. 3, pp. 415 - 421.