

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

الاستخلاصات

فى ضوء عرض وتحليل البيانات احصائيا يستخلص الباحث الاستخلاصات التالية :

- ١ - عدم وجود فروق دالة احصائيا بين مفهوم الذات الجسمية لكل مركز من المراكز والمراكز الاخرى بالنسبة للملاكمين الناشئين .
- ٢ - وجود فروق دالة احصائيا بين مفهوم الذات الجسمية لملاكمى الدرجة الاولى والحاصلين على المركز الاول وملاكمى الدرجة الاولى الحاصلين على المراكز الاخرى لصالح المركز الاول .
- ٣ - عدم وجود فروق دالة احصائيا بين مفهوم الذات الجسمية لآى مركز من مراكز ملاكمى الدرجة الاولى عدا المركز الاول والادوار التمهيديّة وبين المراكز الاخرى (بعد استثناء المركز الاول والادوار التمهيديّة) .
- ٤ - وجود فرق دال احصائيا فى مفهوم الذات الجسمية بين ملاكمى الدرجة الاولى والملاكمين الناشئين وذلك لصالح ملاكمى الدرجة الاولى .
- ٥ - عدم وجود فروق دالة احصائيا فى مفهوم الذات الجسمية بين الملاكمين الناشئين الحاصلين على مراكز متقدمة (الاول - الثانى - الثالث - الثالث مكرّر) والملاكمين الناشئين الذين لم يحققوا مراكز .
- ٦ - وجود فروق دالة احصائيا فى مفهوم الذات الجسمية بين ملاكمى الدرجة الاولى والحاصلين على مراكز متقدمة (الاول - الثانى - الثالث - الثالث مكرّر) والملاكمين الذين لم يحققوا مراكز .
- ٧ - توجد علاقة موجبة دالة احصائيا بين مفهوم الذات الجسمية ونتائج المباريات وذلك بالنسبة لملاكمى الدرجة الاولى .
- ٨ - عدم وجود علاقة بين مفهوم الذات الجسمية ونتائج المباريات بالنسبة للملاكمين الناشئين .

- ٩ - عدم وجود فرق دال احصائيا فى مفهوم الذات الجسمية لملاكى المركز الثالث مكرر والادوار التمهيديّة لدى ملاكى الدرجة الأولى •
- ١٠ - وجود فرق دال احصائيا فى مفهوم الذات الجسمية لملاكى الادوار التمهيديّة عن باقى المراكز باستثناء المركز الثالث مكرر لصالح المراكز الاخرى لدى ملاكى الدرجة الأولى •
- ١١ - وجود علاقة طردية بين درجة التقارب فى مفهوم الذات الجسمية والمراكز التى يحققها ملاكى الدرجة الأولى •
- ١٢ - وجود أقل درجة من درجات التقارب فى مفهوم الذات الجسمية للملاكمين الناشئين فى الادوار التمهيديّة •

التوصيات

في اطار حدود هذه الدراسة وانطلاقا من نتائجها يمكن أن نبرز التوصيات التالية :

- ١ - ضرورة بناء مقاييس متخصصة لمفهوم الذات لمختلف الانشطة الرياضية المتعددة حيث ان اغلب المقاييس المتداولة تعدد مقاييس عامة مما يقلل من قدرتها على التصنيف بين الرياضيين وبالتالي تعطى نتائج غير دالة .
- ٢ - أوضحت الدراسة تميز ملاكمي الدرجة الاولى في مفهوم الذات الجسمية عن الملاكمين الناشئين وهي عملية مرتبطة بالتفوق في المجال الرياضي ومن هنا يوصى الباحث بإجراء اختبارات عند انتقاء الناشئين في ضوء وسائل هذه الاختبارات .
- ٣ - ينبغى الاهتمام بالاعداد النفسى للرياضيين والتركيز عليه جنبا الى جنب مع الجوانب الاخرى البدنية والمهارية والخططية والاجتماعية لاهمية ذلك في تحقيق الفوز حيث ان الفرد الرياضى وحده واحدة متكاملة حيث تؤثر احدى العوامل على العوامل الاخرى .
- ويقتراح الباحث أن تقوم اللجنة الاولمبية المصرية بإنشاء وحدة للتوجيه النفسى الرياضى على غرار وحدة الطب الرياضى تقوم بتقديم كافة الخدمات النفسية للرياضيين وعمل السجلات التتبعية واجراء الدراسات والبحوث اللازمة لهم .
- ٤ - يوصى الباحث عند انتقاء اللاعبين اجراء تطبيق مقياس مفهوم الذات الخاص بالنشاط الذى يلتحق به اللاعب بهدف التعرف على شخصية اللاعب ومفهومه لنفسه تجاه هذا النشاط حيث ان مفهوم الذات هو جوهر الشخصية .
- ٥ - يجب تدبير وخلق المواقف التى تساعد على تدعيم مفهوم الذات للملاكمين وعدم السزج بهم وخاصة الملاكمين الناشئين خلال فترات الاعداد للبطولات والدورات الرياضية فى منافسات تفوق قدراتهم مما يؤدى ذلك الى تكوين مفهوم سلبى لذواتهم أو منافسات أدنى من مستواهم قد تؤدى الى الثقة فى النفس ويوصى الباحث ايضا بعدم السزج باللاعب فى البطولات الا بعد مضي عام كامل على تدريبه .

- ٦ - يوصى الباحث ان يكون هناك اتجاهات ايجابية نحو الاسرة لتشجيع ابنائهم
لممارسة النشاط الرياضى التنافسى حيث تعتبر الاسرة هى الدافع الاساسى فى
هذا المجال .
- ٧ - العمل على اتاحة الفرصة للملاكمين المتفوقين لاستغلال قدراتهم البدنية والمهارية
والخططية والنفسية وذلك عن طريق خلق المواقف التدريبية التى تنمى روح
الابتكار فى عملية التدريب .
- ٨ - الاستعانة ببعض المتخصصين فى علم النفس الرياضى للتعرف على بعض المظاهر
لدى الملاكمين حتى يمكن للاخصائى النفسى أن يمد المدربين بالمعلومات التى
تساعد فى توجيه الملاكم ومحاولة الارتقاء به لاقصى مستوى تسمح به قدراته
وامكانياته .
- ٩ - يوصى الباحث بضرورة الاهتمام ببرامج التدريب التى تعمل على تنمية دوافع النشاط
الرياضى المرتبط بمفهوم الذات لدى الملاكمين المتميزين .
- ١٠ - اتاحة الفرصة للاعب لمشاهدة حركاته وأدائه وذلك عن طريق الفيديو والتلفزيون
والمرأة مما يساعد ذلك فى تكوين المفهوم الايجابى لذاته الجسمية .

المراجع

- أولاً : المراجع العربية
- ثانياً : المراجع الاجنبية

- أولا :** المراجع العربية :
- ١ - ابراهيم أحمد أبو زيد : مفهوم الذات لدى الجنسين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة الاسكندرية ١٩٧٧ .
- ٢ - ابراهيم زكى قشقوش : دراسة للتطلع بين الشباب الجامعى فى علاقته بمفهوم الذات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، مودعة بكلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٧٥ .
- ٣ - أحمد عزت راجح : اصول علم النفس ، دار المعارف ، القاهرة ، ط ١٢ ، ١٩٧٩ .
- ٤ - اخلاص محمد عبد الحفيظ : مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الاداء المهارى لدى طالبات كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق ، ١٩٨٤ .
- ٥ - اسامه كامل راتب : مستوى الاداء الحركى وعلاقته بمفهوم الذات والاتجاهات لتلاميذ المرحلة الثانوية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ٦ - اسماعيل حامد عثمان : القانون والتحكيم والتنظيم فى الملاكمة عالميا ومحليا ، مطبعة المليجى بالجيزة ١٩٩٠ .
- ٧ - اسماعيل حامد عثمان وآخرون : الاتحاد المصرى للملاكمة للهواة ، دليل الاتحاد ، ١٩٩٢ .
- ٨ - انتصار يونسس : السلوك الانسانى ، دار المعارف ، الاسكندرية ، ١٩٧٤ .
- ٩ - تيمور احمد راغب : الفروق فى مفهوم الذات لدى لاعبي الكرة الطائرة طبقا لمتغيرات الجنس والمستوى الرياضى وبعض سمات الشخصية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ١٩٨٢ .

- ١٠- حامد عبد السلام زهران : التوجيه والارشاد النفسى ، عالم الكتب ، ١٩٧٧ .
- ١١- _____ : مفهوم الذات والسلوك الاجتماعى للشباب بين الواقع والمثالية ، مجلة جامعة الملك عبد العزيز ، العدد الثانى السعودىة (مكة) ١٩٧٦ .
- ١٢- _____ : علم النفس الاجتماعى ، عالم الكتب ، ط ٤ ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
- ١٣- _____ : علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) عالم الكتب ط ٤ القاهرة ١٩٧٧ .
- ١٤- حسن على أحمد زيد ، نظمى درويش : الفروق فى مفهوم الذات الجسمية تبعا للمستوى الرقمى لدى لاعبى الرمى فى العاب القوى ، ملخصات البحوث ، المؤتمر الدولى للرياضة للجميع فى الدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين . القاهرة ، ١٩٨٥ .
- ١٥- ديوبولد ب . فان دالين : مناهج البحث فى التربية وعلم النفس ، ترجمة محمد نبيل نوفل ، سليمان الخضرى الشيخ ، طلعت منصور غبريال مراجعة احمد عثمان ، مكتبة الانجلو المصرية ، ط ٢ ، ١٩٧٩ .
- ١٦- زكية غنى مرزوق : دراسة للعلاقة بين الاحساس بالوحدة النفسية ومفهوم الذات لدى الطلاب الجامعيين من الجنسين رسالـة ماجستير غير منشورة مودعة بكلية التربية ، جامعة عين شمس ، ١٩٨١ .
- ١٧- ريتشارد م . سوين : علم الامراض النفسية والعقلية ، ترجمة : أحمد عبدالعزیز سلامة ، دار النهضة العربية ، القاهرة ١٩٧٩ .
- ١٨- زينب محمود أبوالعينين : دراسة لابعاد مفهوم الذات لدى المعوقين ، رسالـة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طنطا ، ١٩٧٨ .

- ١٩- سالم حسن سالم : مركز التحكم وعلاقته بمفهوم الذات البدنية والمستوى الرقى لدى متسابقى الميدان والمضمار ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالهم ، جامعة حلوان ، القاهرة ١٩٨٥ .
- ٢٠- سامية ربيع محمد الباهى : مفهوم الذات لدى المتفوقات فى التعبير الحركى والتمرينات والجمباز وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ١٩٨٦ .
- ٢١- عبد الحميد احمد : الملاكمة ، دار الفكر العربى ، ط ٣ ، القاهرة ، ١٩٧٨ .
- ٢٢- _____ : الملاكمة للناشئين ، دار الفكر العربى ، القاهرة ١٩٧٩ .
- ٢٣- عصام عبد الخالق : الدليل فى تحكيم وتنظيم مباراة الملاكمة ، دار المعارف ط ٤ ، القاهرة ، د . ت .
- ٢٤- على محمد مطاوع : سيكولوجية المنافسات ، دار المعارف ، الجزء الاول بمصر ١٩٧٧ .
- ٢٥- كاليفين هول ، جاردنر ليندزى : نظريات الشخصية ، ترجمة فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم ، مراجعة لويس كامل مليكة ، دار الشايح للنشر ، ط ٢ ، القاهرة ، الكويت ، امستردام ١٩٧٨ .
- ٢٦- كوثر محمود محمد رواش : التكيف الاجتماعى ومفهوم الذات والعلاقة بينهما لدى الممارسين وغير الممارسين للرياضة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ، بحث منشور ملخصات البحوث للمؤتمر الدولى للرياضة للجميع فى الدول النامية ١٩٨٤ .
- ٢٧- ماجده محمد اسماعيل : مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الاداء فى مادة الجمباز لطالبات كلية التربية الرياضية بالقاهرة بحث منشور ، ١٩٨٢ .

- ٢٨- ماهر محمود الهوارى : دراسة تجريبية لدينامية تعين الذات وصورة الجسم
فنشآت اكلينيكية مختلفة ، رسالة دكتوراه ، كلية
الاداب ، جامعة عين شمس ١٩٧١ .
- ٢٩- محمد العربى شمعون : السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضيين
رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية
بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ١٩٧٩ .
- ٣٠- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، دار المعارف ، ط ٦ القاهرة ،
١٩٨٧ .
- ٣١- _____ : سيكولوجية التدريب والمناقشات ، دار المعارف ،
القاهرة ١٩٧٨ .
- ٣٢- محمد عبد العزيز غنيم : القلق كسمة وكحالة وعلاقته بنتائج المباريات فى
الملاكمة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ١٩٨٧ .
- ٣٣- محمد عماد الدين اسماعيل : كراسة تعليمات اختبار مفهوم الذات للكبار ، مكتبة
النهضة المصرية ، ١٩٦١ .
- ٣٤- مديحة محمد اسماعيل : مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الاداء فى مادة مسابقات
الميدان والمضمار لطالبات كلية التربية الرياضية
بالاسكندرية ، بحث منشور ، ملخصات البحوث لمؤتمر
الرياضة للجميع ١٩٨٤ .
- ٣٥- مسعود كمال محمد : مفهوم الذات الجسمية علاقته بالمستوى الرقى لمتسابقى
الميدان والمضمار . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية
التربية الرياضية بالهرم ، جامعة حلوان ، القاهرة ،
١٩٨٦ .

- ٣٦- مصطفى سويـف : اطار اساسى للشخصية (دراسة حضارية مقارنة علىـى نتائج التحليل العاـلى) المجلة الجنائية، القاهرة ، ١٩٦٢ .
- ٣٧- نجوى السيد محمود : مفهوم الذات لدى العامل المشكل وعلاقته بانتاجه فى الصناعة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاداب جامعة الزقازيق ، ١٩٨٨ .
- ٣٨- نعيمة الشماع : الشخصية ، النظرية، التقويم ، مناهج البحث • معهد البحوث والدراسات العربية، ١٩٧٧ .
- ٣٩- وليم فيتس : مقياس تنبى لمفهوم الذات ، ترجمة، صفوت فـرج ، سهير كامل ، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٥ .

ثانيا : المراجع الاجنبية :

- 40- Altens, S.D.: An evaluation of concept of physical activity course".
D.A. Vol.41, No.5, 1980.
- 41- Bannel, R.D.: A comparison of high school and college baseball players and non-players on psychological sexuality and self-concept scales.
D.A.I. Vol.38, N.2, 1978.
- 42- Bittner Lindalarina: "Comparative analysis of physical fitness self concept and student teaching performance of selected students in physical education professional preparation program"
I.D.A. Vol.31, 1977, pp.6340-6341.
- 43- Bower, J.: "A study of the relationships among selfconcept, Movement concept, and physical fitness, and the effects of a physical conditioning program and sport. Skill program upon self-concept and movement concept.
D.A.I. Vol., NO. 1970.
- 44- Clifton, M., Smith, H.: Viewing one self performing silected motor skills in motion pictures and its effect on self concept.
R.Q. Vol.33, No.4, 1962.

- 45- Conestephen Leonard: "The relationship between self concept and selected physical characteristics among female variety athletes and non-participants".
I.D.A. Vol.40, 1980
- 46- Cremer, A., Hukill, M.: Relationships between weight-height ratios, other body measurements, and self perception of body cotours.
R.Q. Vol.40, No.2, 1969.
- 47- Daniel Neal, Robert Sonstroem and Kenneth Metz: "Physical fitness, self esteem and attitudes toward physical activity."
R.Q. Vol.40, 1969, pp.432-433.
- 48- Dowd, K.J.: A comparison of self concept in athletic scholarship women inter collegiate athletes and non-athletic scholarship women intercollegiate athletes.
D.A.I., Vol.40, No.8, 1980.
- 49- Don C. Dinkmeyer (1967): Child development, the emeing self, prentice-Half of India private limited, New-Delhi,
- 50- Elizabeth, Y. James, R. Stephen, M.: "Self concept changes in woman as a result of training"
Sport Psychology, Vol.4, 1982.

51- Fleker, D.: "Relation between self concept, body build, and perception of fathers interests in sports in boys".

R.Q. Vol.39, 1968, p.514.

52- Fitts, W.H.: "Tennessee self-concept scale manual" Nahville, T.N. Connseior recordings and Tests, 1965.

53- Forst, R.: Psychological concepts applied to physical education and coachings addison-wesley publishing company, California, 1971.

54- Gall, S.: Intramural sports related to selected measures of self-concept and motor skill development of seventh grade boys and girls, Dissertation Abstracts; Internationa, Vol.36, 1976.

55- Jersild, Arthur: "The psychology of adolescence".

Second Edition, the Macmillan Company, N.Y.1963.

56- Gratty, B.: Movement behavior and motor lealing 3rd edition Lea, Febiger, Philadelphia, 1973.

57 - Harris, D.: Involvement in sport: Asomatops chic rationale for physical activity.

Leas Febiger, Philadelphia, 1973.

- 58- Higgins, R.J.: A comparison of former scholastic athletes and nonathletes on self concept and selected life adjustment correlats.
D.A.I. Vol.42, No.12, 1981.
- 59- Hjelle, L.A., Ziegler, A.J. (1981): Personality theories, Second edition, New York, McGraw-Hill Inc.
- 60- Ibrahim, H.: Morrison, N. Self adualization and self-concept among athletes.
R.Q., Vol.47, No.1, 1976.
- 61- Kane, I.F.: Psychological aspects of physical education and sports 2nd Londen.
Routledge and Kegan Poul, 1972.
- 62 - Kirk, Pamela: "Relationship between motor ability and self-concept of fifth-grade boys".
I.D.A. Vol.42, 1981.
- 63 - Pearlin Geats and Ira gardon: Effect of physical education taught by a specialist on physical fitness and self image".
R.Q. Vol.39, 1968.
- 64- Politino, V.: Attitude toward physical activity and self-concept of normal and emotionally disturbed children.
D.A.I. Vol.40, No.8, 1980.

- 65- Ramirez, K.D.: Self-perception of personality among selected female athletes.
D.A.I., Vol.41, No.6, 1980.
- 66- Richard Muller: "Principles of classroom learning and perception.
London Praeger Publisher, 1974.
- 67- Teagardin, S.S.: A study of self-concept in relation to physical fitness and motor ability among elementary middle and high school girls.
D.A.I., Vol.44, No.6, 1983.
- 68 - Weishaupt, H.: The effect of interscholastic basketball competition on the self-concept of high school girls.
Dissertation Abstracts International, Vol.38, 1978.
- 69 - William Vincent and Don Dorsey: Body image phenomena and measures of physiological performance.
R.Q. Vol.39, 1968.
- 70 - Zion, D. Body conceptus it relates to self concept, 1965.