

0 الاستخلاصات والتوصيات

الاستخلاصات	١/0
استخلاصات تتعلق بالعوامل	١/١/0
استخلاصات تتعلق بتكوين البطارية	٢/١/0
استخلاصات تتعلق بالنسب المساهمة	٢/١/0
التوصيات .	٢/0

الاستخلاصات

١/٥

١/١/٥

استخلاصات تتعلق بالعوامل
توصل التحليل العاملي الذي أجرى على ٢٣ متغيراً تقيس سبعة
عوامل تم ترشيحها بناء على آراء الخبراء الى ستة عوامل تأكدت
جميعها في ضوء الشروط الموضوعية لقبول العامل .

وهذه النتيجة من حيث صحتها تعتبر ملائمة لتبسيط وصف الأداء
في مجال اللياقة البدنية ، كما أنها تؤكد أن الإختبارات المرشحة
لقياس الصفات البدنية اللاعبي الدراجات تتجمع حول عدد من
العوامل حيث يتفق هذا مع العوامل التي تم تحديدها بناء على رأي
الخبراء ، ولقد تم تفسير العوامل الستة المستخلصة تفسيراً
واضحاً عن طريق الأختبارات البسيطة التي تشبعت عليها .

العوامل التي برزت من خلال تحليل الاختبارات المرشحة ، وتم
قبولها وتفسيرها تسمح باطلاق الأسماء التالية عليها:

- | | | |
|------|--------------------|---------------|
| أ - | تحمل سرعة الأداء | العامل الاول |
| ب - | القدرة | العامل الثاني |
| ج - | الجلد العضلي | العامل الثالث |
| د - | القوة | العامل الرابع |
| هـ - | مرونة الجذع والكتف | العامل الخامس |
| و - | السرعة | العامل السادس |

ويتفق هذا الاستخلاص مع ستة عوامل من العوامل السبعة التي تم
تحديدها مسبقاً بناء على آراء الخبراء وهي - الجلد الدوري
التنفسي - الجلد العضلي - السرعة - القوة - الرشاقة - القدرة -
المرونة - ولم يظهر تحقيق لعامل الرشاقة .

ب - استخلاصات تتعلق بتكوين البطارية .

- يشير الاستخلاص العام لعوامل الدرجة الأولى الى أن الوحدات التالية تعتبر من أفضل المقاييس المرشحة لقياس العوامل المقبولة في هذه الدراسة .

أ - ٥٠٠ م بالدراجة قياس الزمن

ب - الوثب العمودي من الثبات .

ج - الجلوس من الرقود - لأقصى تكرار .

د - قياس قوة عضلات الظهر (ديناموميتر)

هـ - ملخة العصا .

و - عدو ٣٠ متر من البدء الطائر .

- كل وحدة من وحدات البطارية المختارة تمثل عاملاً واحداً من العوامل الستة المقبولة في هذه الدراسة.

- الوحدات الستة المختاره تعتبر مقاييس خالصة - نقيه حيث أن تشبعاتها على العوامل الأخرى تقترب من الصفر .

- روعي أن تمثيل كل عامل من العوامل المقبولة باختبار واحد يعتبر أعلى المقاييس المرشحه تشبعا عليه .

- حيث أن أهمية العوامل تكمن في تركيبها أكثر من ترتيبها وبالإضافة الى بعض الاعتبارات الأخرى التي تتعلق بتأثير الإختبارات على بعضها أثناء الأداء فأن تنفيذ الإختبارات يجب أن يأخذ التسلسل التالي :

- أ - ٥٠٠ م بالدراجة قياس الزمن
- ب - الجلوس من الرقود - لأقصى تكرار .
- ج - ملخة العصا .
- د - الوثب العمودي من الثبات .
- هـ - قياس قوة عضلات الظهر (ديناموميتر)
- و - عدو ٣٠ متر من البدء الطائر .

- استخدام البطارية المستخلصة لقياس الصفات البدنية المميزه للاعبى الدراجات أثبت صدقه في هذه الدراسة ، كما أن استخدام وحداتها مستقلة لقياس المكونات التي تقيسها والمحددة في ضوء عواملها المقبولة في هذه الدراسة تعتبر اجراءا صادقا لما شوهد من نقاء الاختبارات المختاره في تمثيل العوامل التي تشبعت عليها .

- البطارية المستخلصة تتنبأ بدرجة كبيرة بالمستوى الكلي للصفات البدنية للاعبى الدراجات

cyclic Total Level of the characteristic of the Drivers.

كما تنسحب هذه الخاصية الى مكوناتها الستة في التنبوء بالصفات التي تشير هذه الدراسة الى أنها تقيسها . تتميز البطارية المختاره بالبساطة وعدم التعقيد ، لهذا فهي مناسبة من حيث سهولة تنفيذها ومدى تقبل المختبرين لها.

- تم تحويل الدرجات الخام الى درجات ثابتة T. Scores ووضعت جداول لوحداث البطارية .

استخلاصات تتعلق بنسب مساهمة كل عنصر في الانجاز الرقمي
للاعبي الدراجات

- (١) توجد علاقات إرتباطية دالة احصائيا بين الإنجاز الرقمي للاعبى الدراجات وكل من (تحمل سرعة الأداء - الجلد العضلي - القوة - السرعة - القدرة).
- (٢) لا توجد علاقه إرتباطية دالة بين الانجاز الرقمي للاعبى الدراجات والمرونة .
- (٣) تحمل سرعة الأداء تعتبر أهم الصفات البدنية المساهمة في الأنجاز الرقمي للاعبى الدراجات .

التوصيات

٢/٥

في اطار هذا البحث وحدوده يوصي الباحث بما يلي :

- ١/٢/٥ تعميم هذا البحث والبطارية المستخلصة على مناطق الاتحاد المصري للدراجات لتوزيعها على المدربين للإستفادة منها في الآتي:
- أ - في عملية الانتقاء وإختيار الناشئين .
- ب - في اعداد البرامج التدريبية لفرق الاندية والمنتخبات القومية .
- ج - في تقويم البرامج التدريبية الموضوعه .
- ٢/٢/٥ اعادة بناء معايير جديدة لمجتمع البحث على وحدات البطارية كل ثلاث سنوات لمسايرة التقدم الحادث في قدرات اللاعبين .
- ٣/٢/٥ استخدام معادلة التنبوء بالانجاز الرقمي بدلالة الصفات البدنية التي خلصت إليها الدراسة وذلك عند انتقاء المبتدئين- وكذلك عند وضع البرامج التدريبية للمستويات المختلفة .

المراجع

المراجع العربية :

- (١) أحمد نصر الدين سيد "الخصائص البيولوجية للاعب الدراجات في مصر" ، رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - القاهرة ١٩٨٨ .
- (٢) الاتحاد الدولي للدراجات "قوانين السباقات والنواحي الفنية الرياضية لرياضة الدراجات" ، ايطاليا ١٩٨٠ .
- (٣) صفوت فـرج "التحليل العاملي في العلوم السلوكية" ، دار الفكر العربي - القاهرة - ١٩٨٠ .
- (٤) عفاف محمد حسن خطابي "القياسات الجسمية والصفات البدنية اللازمة للاعبات كرة اليد ، رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٤ .
- (٥) عماد الدين سلطان "التحليل العاملي" - دار المعارف - القاهرة ١٩٦٧ .
- (٦) عويس الجبالي - سليمان حجر "العب القوى النظرية - التطبيق" - مطبعة التيسير - القاهرة ١٩٨٩ .
- (٧) فتحي صادق "نسب مساهمة المتغيرات الجسمية والبدنية في الأداء المهاري للاعب كرة اليد" رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان ١٩٩٠ .

- (٨) فؤاد السيد البهـي "علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري" ط٣ ، دار الفكر ، القاهرة ١٩٧٩ .
- (٩) كمال الدين عبد الرحمن درويش "العلاقة بين بعض المقاييس المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بلاعبى الفريق القومي المصري لكرة اليد" إنتاج علمي ، دراسات وبحوث جامعة حلوان ، العدد الاول ، المجلد السادس ، ابريل ١٩٨٣ .
- (١٠) كمال الدين عبدالرحمن درويش - الحماحمي "الاتحادات المصريه الأولمبية (١٩٠٧ - ١٩٨٠) دار سيفا للطباعة، ١٩٨٢ .
- (١١) كمال الدين عبدالرحمن درويش - محمد صبحي حسانين : "التدريب الدائري" ، دار الفكر ١٩٨٤ .
- (١٢) محمد حسن علاوي "علم التدريب الرياضي" - الطبعة العاشرة - دار المعارف ١٩٨٦ .
- (١٣) محمد حسن علاوي - محمد نصر الدين رضوان : "إختبارات الأداء الحركي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٨٢ .
- (١٤) محمد حسن علاوي - محمد نصر الدين رضوان : "القياس في التربية الرياضية - علم النفس الرياضي" - الطبعة الثانية - دار الفكر العربي - القاهرة - ١٩٨٨ .

(١٥) محمد صبحي حسانين : "بناء بطارية إختبار لقياس اللياقه البدنية لتلاميذ المرحلة الثانويه بنين بمحافظة القاهرة"، رسالة دكتوراه غير منشوره - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - القاهرة ١٩٨٠ .

(١٦) محمد صبحي حسانين : "طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس في التربية البدنية - الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية والرسائل التعليمية - القاهرة - ١٩٨٢ .

(١٧) محمد صبحي حسانين : "التقويم والقياس في التربية البدنية " - دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية - القاهرة ١٩٨٧ .

(١٨) محمد طارق عبد المنعم الجندي : "بناء بطارية إختبار لقياس اللياقه البدنية لتلاميذ التعليم الأساسي بمحافظة الجيزة (دراسة عاملية)" - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان - القاهرة ١٩٨٨ .

(١٩) محمد عبد السلام أحمد : "القياس النفسي والتربوي " المجلد الأول - النهضة المصرية ، القاهرة ، ١٩٦٠ .

(٢٠) محمد نصر الدين رضوان: "دراسة عاملية للقدرة الحركية" ، رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - القاهرة ١٩٧٧ .

(٢١) مدحت صالح سيد: "دراسة عاملية للقدرة الحركية للاعبى كرة السلة " رسالة دكتوراه غير منشوره - كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٦ .

المراجع الأجنبية :

22. Barrow, H.M. Mc. Gee. R.: Apractical Approach to Measurement in Physical Education, Lea, Febiger, Philadelphia , 1979.
23. Barry, A.J., and Cureton, T.K., "Factorial Analysis of Physque and performance in prepubscent boys, the R.Q., Vol. 32, No.3, October 1961.
24. Harris, M.L. : A Factor Analytic Study of Flexibility the R.Q., Vol. 40. No. 1, March, 1969.
25. Hopkins. D.R. : Using Skill Tests to identify successful and unsuccessul basketbal performers, R.Q. Vol. 50 No. 3, Oct. 1979.
26. Start, K.B. and Others, A Factorial Investigation of Power, speed, Isometric strength, and anthropometric measures in the lower limp, The R.Q., Vol., 34, No. 1 March 1960.