

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:-

- 1- حققت المجموعة التجريبية نسبة تعلم أفضل من المجموعة الضابطة في اختبارات مستوى الأداء الفني وخاصة في الهجمة الدائرية.
- 2- حققت المجموعة التجريبية تحسناً أفضل على المجموعة الضابطة في قيم جميع المتغيرات البايوميكانيكية المبحوثة في الاختبار البعدي باستثناء متغير زمن التهويشة للهجمة العددية ، وهذا مؤشر جيد على فاعلية التمرينات التعليمية التي استخدمتها المجموعة التجريبية.
- 3- بعض المتغيرات يمكن تحسينها عن طريق التكرارات مثل (السرعة الخطية للقبضة ، زمن التهويشة ، سرعة انطلاق الرجل الأمامية).
- 4- أفرزت النتائج أن هنالك فاعلية للتمرينات التقليدية (للمجموعة الضابطة) في تحسين بسيط عند المتغيرات المبحوثة.

5-2 التوصيات:-

- 1- التأكيد على أهمية استخدام التحليل الحركي (البايوميكانيكي) لمعرفة الأخطاء الحاصلة في المسارات الحركية للأداء الفني للمهارات في رياضة المبارزة.
- 2- ضرورة التركيز على الأسس والشروط والمبادئ الميكانيكية في تصميم وبناء التمرينات في مفردات المنهج التعليمي وفق شروط الأداء الحركي للمهارة المراد تعليمها.
- 3- التأكيد على استعمال التمرينات التعليمية المعدة وفق أسس وشروط ميكانيكية وذلك لدورها الإيجابي في تحسين قيم المتغيرات البايوميكانيكية للجسم ومن ثم تحسين مستوى الأداء.
- 4- ضرورة إهتمام المدرسين والمدرّبين والقائمين بالعملية التعليمية بالأسس والقواعد الميكانيكية وإشراكهم بدورات علمية لتعريفهم بأهمية علم البايوميكانيك لما له من دور كبير وفعال في الكشف عن الأخطاء والضعف في الأداء عن طريق التحليل الحركي للمهارات.
- 5- إجراء بحوث ودراسات مشابهة على الأسلحة الأخرى (سيف المبارزة ، السيف العربي) وعلى عينات أخرى.
- 6- إجراء بحوث ودراسات مشابهة لمتغيرات بايوميكانيكية أخرى لم يتطرق إليها الباحث في بحثه.
- 7- إجراء بحوث ودراسات مشابهة لمهارات أخرى هجومية أو دفاعية في رياضة المبارزة ولكافة الأسلحة.