

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

## 5-1 الاستنتاجات:

1- تم التوصل الى بناء مقياس اليقظة الذهنية لحكام الدرجة الأولى بكرة القدم وهو جدير بقياس اليقظة الذهنية بمجالاته الأربعة (الانتباه - تركيز على الحاضر - الوعي - التقبل).

2- أثبتت الدراسة الحالية أن هنالك دلالة فروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس اليقظة الذهنية بمجالاته الأربعة ولصالح الوسط الحسابي مما يدل على أن عينة البحث تتمتع باليقظة الذهنية الجيدة.

3- تشير نتائج الدراسة الى أن هنالك علاقة ارتباط معنوية بين اليقظة الذهنية والقدرات البصرية مع مستوى الأداء لدى حكام الدرجة الأولى بكرة القدم وهذا يدل على انه كلما ارتفع مستوى اليقظة الذهنية والقدرات البصرية يقابله ارتفاع في مستوى أداء الحكام.

4- من خلال العلاقة الارتباطية الايجابية بين اليقظة الذهنية والقدرات البصرية يمكن تطوير مستوى الأداء بتطور متغيرات الدراسة الحالية وذلك واضح من خلال استخراج نسبة المساهمة

5- أن اليقظة الذهنية والقدرات البصرية تلعب دوراً بارزاً في تحسين مستوى أداء الحكام بكرة القدم.

6- إمكانية التنبؤ بمستوى أداء الحكام بدلالة اليقظة الذهنية وبعض القدرات البصرية.

## 6-2 التوصيات :

- 1- ضرورة اعتماد مقياس اليقظة الذهنية من قبل لجنة الحكام المركزية لتحديد مستواهم لدى الحكام لغرض انتقاء الحكام ولكافة الدرجات وبذلك يتم تحديد أحد أركان العمليات العقلية للحكام.
- 2- أعداد دورات وبرامج تدريبية للحكام لغرض تنمية العمليات العقلية (اليقظة الذهنية) لما لها من دور بارز في مستوى الأداء.
- 3- التأكيد على تنمية الشخصية اليقظة لدى الحكام من خلال إجراء المحاضرات والندوات.
- 4- يوصي الباحث بأهمية تحسين القدرات البصرية لما لها دورا أساسيا في تحسين مستوى الأداء لدى حكام كرة القدم.
- 5- ضرورة إجراء اختبارات القدرات البصرية قيد الدراسة لغرض انتقاء الحكام القادرين على أداء مهامهم بشكل جيد خلال المباراة.
- 6- اعتماد المعادلة التنبؤية لغرض انتقاء الحكام المؤهلين لإداره المباريات.
- 7- يوصي الباحث بإجراء دراسات أخرى تنبئيه بدلالة متغيرات أخرى لم يتطرق إليها الباحث في دراسته الحالية.
- 8- يوصي الباحث باستخدام مقياس اليقظة الذهنية لكافة اللاعبين في الفعاليات (السلة - الطائرة - اليد)
- 9- يوصي الباحث باستخدام المقياس للحكام ولكافة الدرجات وللعنصر النسوي .