

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً: الاستخلاصات.

ثانياً: التوصيات.

أولاً: الاستخلاصات:

فى ضوء نتائج البحث والهدف منه وفى ضوء حدود عينة البحث والإمكانات المتاحة واستناداً على ما تم تطبيقه من معاملات إحصائية وتفسير للنتائج توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية:

- برنامج التربية الحركية المقترح قد أدى إلى تنمية المهارات الحركية الأساسية (المشى - الجرى - الوثب - الحجل - المرجحة - الرمى واللقف - التنطيط والضرب - الركل - الانثناء والتكور - الدحرجة) لدى التلاميذ من (٦-٩) سنوات.

- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابى دال إحصائياً للمجموعة التجريبية فى قياسات اختبارات المهارات الحركية الأساسية (اختبار الجرى الزجراجى

- اختبار الوثب العريض من الثبات - اختبار ركل الكرة - اختبار رمى ولقف الكرة) وأن أعلى نسبة تحسن قد ظهرت فى قياس اختبار ركل الكرة، وأن أقل نسبة تحسن قد ظهرت فى قياس اختبار الجرى الزجراجى.

- برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابى دال إحصائياً على المجموعة التجريبية لقياسات متغيرات مقياس مفهوم الذات (مجموع درجات الخبرات المدرسية - مجموع درجات العلاقات مع الأصدقاء - مجموع درجات الخبرات الأسرية) وأن أعلى نسبة تحسن قد ظهرت فى قياس متغير مجموع درجات الخبرات المدرسية، وأقل نسبة تحسن قد ظهرت فى قياس متغير مجموع درجات الخبرات الأسرية.

- البرنامج المدرسى المستخدم للمجموعة الضابطة له تأثير إيجابى دال إحصائياً فى كل من قياسات اختبارات المهارات الحركية الأساسية وقياسات متغيرات مقياس مفهوم الذات قيد البحث بنسبة أقل من البرنامج المقترح لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٦-٩) سنوات

ثانياً: التوصيات:

- فى ضوء ما أظهرته نتائج البحث التى توصل إليها الباحث، وفى حدود عينة البحث يوصى الباحث بما يلى:
- ١- التخطيط لبرامج التربية الحركية وفقاً للأسس العلمية.
 - ٢- مراعاة أن تكون برامج التربية الحركية ملائمة للتطورات العلمية الحديثة.
 - ٣- تطبيق مبدأ استثارة الدافعية للمشاركة فى أوجه أنشطة التربية الحركية لدى التلاميذ من (٦-٩) سنوات.
 - ٤- تطوير أساليب التربية الحركية وطرق تدريسها ضمن منهاج كليات التربية وكليات التربية الرياضية.
 - ٥- ضرورة وجود أخصائى نفسى لكل مدرسة لتحديد التلاميذ ذوى مفهوم الذات المنخفض والعمل مع مدرسى التربية الرياضية على تحسين فكرتهم عن أنفسهم (على تنمية مفهوم الذات).
 - ٦- إشباع الحاجة إلى النجاح عن طريق الأنشطة الحركية والتى تبرز الزعامة والمواهب.
 - ٧- مساعدة التلاميذ على تفهمهم لذواتهم وتشجيعهم على اكتشافها.
 - ٨- وضع مادة التربية الحركية ضمن البرنامج التأهيلي لمدرسى التربية الرياضية لهذه المرحلة السنية.
 - ٩- إدخال برامج التربية الحركية ضمن محتويات درس التربية الرياضية بالمدارس الابتدائية من (٦-٩) سنوات.
 - ١٠- إجراء دراسات مشابهة باستخدام برامج التربية الحركية للمراحل السنية المختلفة، وعلى متغيرات أخرى للتأكيد على أهمية التربية الحركية.
 - ١١- اهتمام المسؤولين عن العملية التربوية والتعليمية فى نشر الوعى بأهمية التربية الحركية وبرامجها المتخصصة وخصوصاً لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٦-٩) سنوات.