

الفصل الخامس

٥/٠ الاستخلاصات والتوصيات

٥/١ الاستخلاصات

٥/٢ التوصيات

الفصل الخامس

١٠/٥ الاستخلاصات والتوصيات

١٠/٥ الاستخلاصات :

من خلال عرض النتائج وفي ضوء أهداف البحث وفي حدود مجتمع البحث يمكن للباحثة استخلاص ما يلي :

- ١ - برنامج جمباز الموانع باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة الذي تعرضت له المجموعة التجريبية أدى إلى تحسن في تعلم مهارة القفز فتحاً على المهر حيث ظهرت فروق معنوية عند مستوى (٠,٠٥) لصالح القياس البعدي .
- ٢ - البرنامج المتبع بالمدرسة والذي تعرضت له المجموعة الضابطة أدى إلى تحسن في تعلم مهارة القفز فتحاً على المهر حيث ظهرت فروق معنوية عند مستوى ٠,٠٥ لصالح القياس البعدي .
- ٣ - بمقارنة نتائج المجموعة التجريبية بالمجموعة الضابطة في القياس البعدي يتضح تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تعلم مهارة القفز فتحاً على المهر وبفارق معنوي عند مستوى (٠,٠٥) مما يؤكد أن برنامج جمباز الموانع باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة كان أكثر تأثيراً في تعلم مهارة القفز فتحاً على المهر مقارنة بالبرنامج المتبع .

٢/٥ التوصيات :

بناء على البيانات الواردة فى البحث والاستنتاجات المستمدة من النتائج وفى حدود مجتمع البحث توصى الباحثة بما يلى :

- ١ - الاهتمام بجمباز الموانع كأحد أنواع رياضة الجمباز المناسبة لتلميذات الحلقة الأولى من التعليم الأساسى .
- ٢ - الاهتمام بالأدوات والأجهزة الخاصة بجمباز الموانع والعمل على توافرها فى المدارس .
- ٣ - وضع برنامج جمباز الموانع باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة موضع التنفيذ لتلميذات الصف السادس للحلقة الأولى من التعليم الأساسى لما ثبت له من فاعلية فى تعلم مهارة القفز فتحاً على المهر قيد البحث .
- ٤ - الاهتمام بوضع برامج تعليمية باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة لتحسين وتنمية مهارات الجمباز من خلال دروس التربية الرياضية حتى يمكن الارتقاء بمستوى رياضة الجمباز داخل المدارس .
- ٥ - إدخال بعض التعديلات على مناهج التربية الرياضية بالحلقة الأولى من التعليم الأساسى للاهتمام بجمباز الموانع فى دروس التربية الرياضية للمساعدة على تنمية القدرات الحركية وتحسن أداء المهارات الرياضية .
- ٦ - إجراء دراسات مشابهة على الأنواع الأخرى للجمباز باستخدام أسلوب الوسائط المتعددة للمراحل السنية المختلفة من خلال دروس التربية الرياضية حتى يمكن الارتقاء برياضة الجمباز داخل المدارس .
- ٧ - إجراء دراسات مشابهة على تلميذات الصف السادس للحلقة الأولى من التعليم الأساسى من خلال دروس التربية الرياضية .
- ٨ - إجراء دراسات مشابهة للمهارات الحركية المختلفة على أجهزة رياضة الجمباز الأخرى .