

الفصل الرابع

٤/ . عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

١/٤ عرض النتائج .

٢/٤ مناقشة وتفسير النتائج .

الفصل الرابع

٤ / عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

١/٤ عرض النتائج :

سوف تستعرض الباحثة عرض النتائج من خلال الآتى :

- (١) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي فى زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي .
- (٢) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي فى زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي .
- (٣) توجد فروق بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى .
- (٤) هناك نسبة تحسن فى زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لصالح المجموعة التجريبية .

جدول (٤-١)

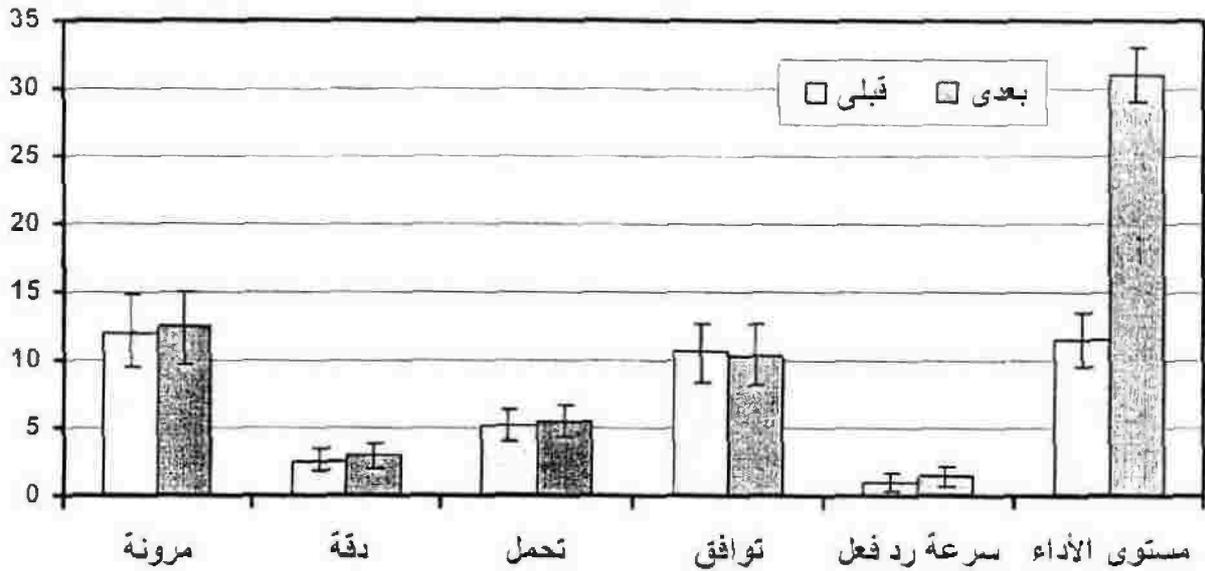
دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة فى متغير القدرات البدنية ومستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى

ن=١٥

م	المتغير	وحدة القياس	قبلي		بعدي		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت
			ع ±	س	ع ±	س		
١.	مرونة	عدد	١٢,٠	٢,٨٢	١٢,٤٦	٢,٤٧	٠,٤٦	*٢,٤٣
٢.	دقة	درجة	٢,٥٣	٠,٩٨	٣,٠٦	٠,٧٠	٠,٥٣	*٥,٤٥
٣.	تحمل	عدد	٥,٢٠	١,٠٨	٥,٤٦	١,١٨	٠,٢٦	١,٢٩
٤.	توافق	ثانية	١٠,٦٣	٢,٠٩	١٠,٣٣	٢,٢٩	٠,٣٠	*٢,٣٠
٥.	سرعة رد فعل	درجة	١,٠٠	٠,٧٥	١,٤٦	٠,٧٤	٠,٤٦	*٢,٨٢
٦.	مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى	درجة	١١,٥	٢,٠٤	٣١	٢	١٩	*١٥,٧٢

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٧٦

يتضح من جدول (٤-١) وشكل (٤-١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي و القياس البعدي حيث كانت قيمة (ت) الجدولية أقل من قيمة (ت) المحسوبة لدى مجموعة البحث الضابطة باستثناء الاختبار (٣) في متغير القدرات الخاصة ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث الضابطة في متغير مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لصالح القياس البعدي .



شكل (٤-١)

دلالة الفروق بين متوسطات وانحرافات القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة الضابطة في متغير القدرات البدنية و مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

جدول (٤-٢)

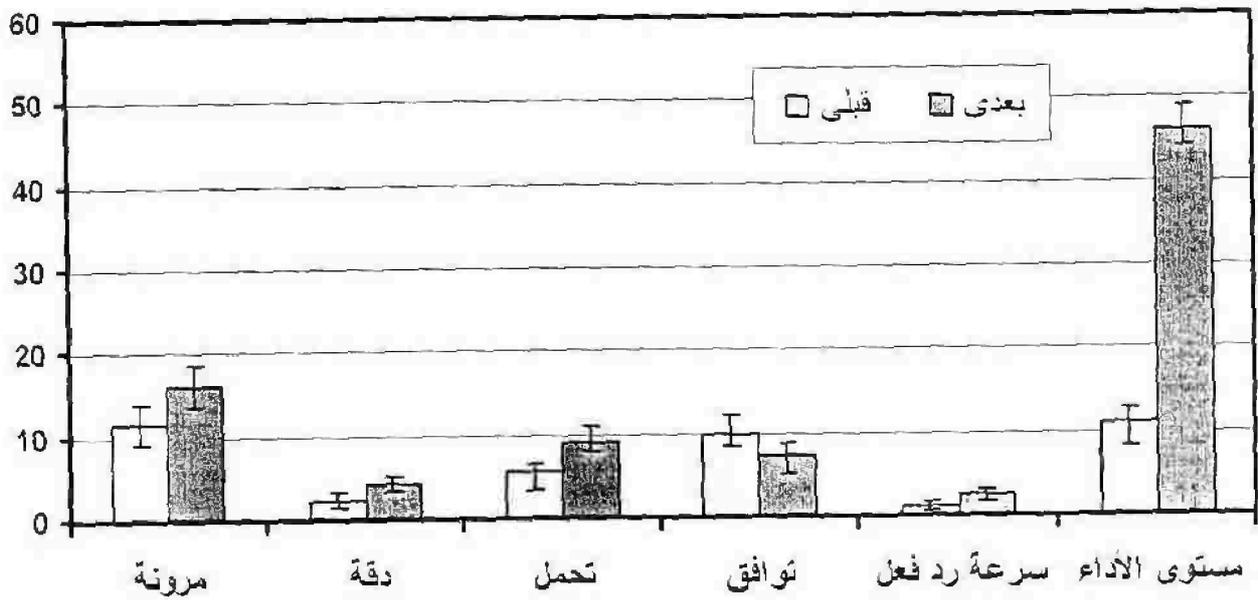
دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلي والبعدى لدى المجموعة التجريبية في متغير القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى

ن=١٥

م	المتغير	وحدة القياس	قبلي		بعدي		الفرق بين المتوسطات	قيمة ت
			ع ±	س	ع ±	س		
١.	مرونة	عدد	١١,٦٠	٢,٣٨	١٦,٠٦	٢,٦٥	٤,٤٦	*٩,٧٨
٢.	دقة	درجة	٢,٤٠	٠,٩٨	٤,٢٦	٠,٨٨	١,٨٦	*٩,٠
٣.	تحمل	عدد	٥,٦٦	٠,٩٧	٩,٠	٢,١٣	٣,٣٤	*٥,٨٠
٤.	توافق	ثانية	٩,٨٠	٢,٢٥	٧,٣٦	١,٣٨	٢,٤٤	*٧,٦١
٥.	سرعة رد فعل	درجة	١,٠٦	٠,٧٥	٢,٥٣	٠,٥١	١,٤٧	*١١,٥٠
٦.	مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى	درجة	١١	١,٨٧	٤٦	٢,٨٨	٣٥	*٢٣,٤١

قيمة ت الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ١,٧٦

يتضح من جدول (٤-٢) وشكل (٤-٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي حيث كانت قيمة (ت) الجدولية أقل من قيمة (ت) المحسوبة لدى مجموعة البحث التجريبية في متغير القدرات البدنية ومستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى الأداء المهاري لصالح القياس البعدي .



شكل (٤-٢)

دلالة الفروق بين متوسطات وانحرافات القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في متغير القدرات البدنية و مستوى الاداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

جدول (٤-٣)

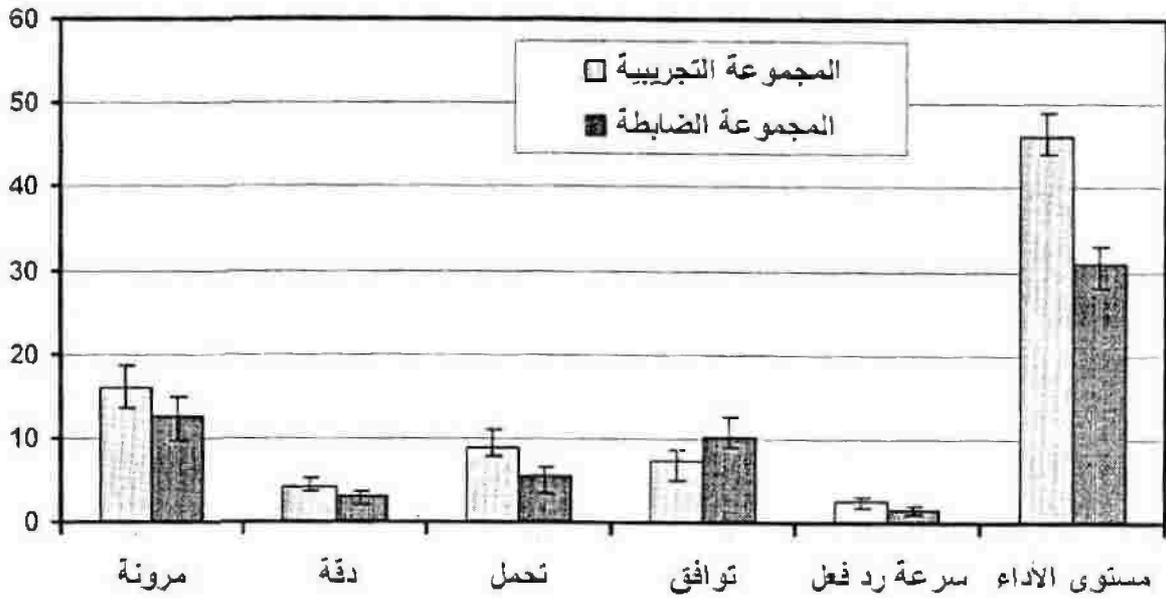
دلالة الفروق بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في متغير القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

ن=١٥=٢

م	المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت
			س	ع ±	س	ع ±		
١.	مرونة	عدد	١٦,٠٦	٢,٦٥	١٢,٤٦	٢,٤٧	٣,٦٠	*٣,٨٣
٢.	دقة	درجة	٤,٢٦	٠,٨٨	٣,٠٦	٠,٧٠	١,٢٠	*٤,٠٠
٣.	تحمل	عدد	٩,٠	٢,١٣	٥,٤٦	١,١٨	٣,٥٤	*٥,٥٩
٤.	توافق	ثانية	٧,٣٦	١,٣٨	١٠,٣٣	٢,٢٩	٢,٩٧	*٤,٢٨
٥.	سرعة رد فعل	درجة	٢,٥٣	٠,٥١	١,٤٦	٠,٧٤	١,٠٧	*٤,٤٥
٦.	مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي	درجة	٤٦	٢,٨٨	٣١	٢	١٥	*١٦,١٢

قيمة ت الجدولية عند مستوى مغنوية ٠,٠٥ = ١,٧٠

يتضح من جدول (٤-٣) وشكل (٤-٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية حيث كانت قيمة (ت) الجدولية أقل من قيمة (ت) المحسوبة بين القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في متغير القدرات الخاصة وفي مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لصالح المجموعة التجريبية.



شكل (٤-٣)

دلالة الفروق بين متوسطات وانحرافات القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية والضابطة في متغير القدرات البدنية ومستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

جدول (٤-٤)

نسبة التحسن بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في متغير القدرات البدنية الخاصة ومستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

ن=١٥

م	المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن %
١	مرونة	عدد	١١,٦٠	١٦,٠٦	٣٨,٤٤ %
٢	دقة	درجة	٢,٤٠	٤,٢٦	٧٧,٥ %
٣	تحمل	عدد	٥,٦٦	٩,٠	٥٩,٠١ %
٤	توافق	ثانية	٩,٨٠	٧,٣٦	٢٤,٨٩ %
٥	سرعة رد فعل	سم	١,٠٦	٢,٥٣	١٥٣,٠٠ %
٦	مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي	درجة	١١	٣٦,٨٦	٣١٨,١٨ %

يتضح من جدول (٤-٤) نسبة التحسن بين القياس القبلي وبين القياس البعدي أن نسبة التحسن قد انحصرت ما بين (٢٤,٨٩%) كأصغر نسبة تحسن في اختبار التوافق فسي متغير القدرات البدنية ، (٣١٨,١٨%) كأكبر نسبة تحسن في متغير مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لدى مجموعة البحث التجريبية .

جدول (٤-٥)

نسبة التحسن بين القياس القبلي و البعدي لدى المجموعة الضابطة في متغير القدرات البدنية و مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

ن=١٥

م	المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن %
١	مرونة	عدد	١٢,٠	١٢,٤٦	٣,٨٣%
٢	دقة	درجة	٢,٥٣	٣,٠٦	٢٠,٩٤%
٣	تحمل	عدد	٥,٢٠	٥,٤٦	٥,٠%
٤	توافق	ثانية	١٠,٦٣	١٠,٣٣	٢,٨٢%
٥	سرعة رد فعل	درجة	١,٠	١,٤٦	٤٦,٠%
٦	مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي	درجة	١١,٥	٣١	١٦٩,٥٦%

يتضح من جدول (٤-٥) نسبة التحسن بين القياس القبلي وبين القياس البعدي أن نسبة التحسن قد انحصرت ما بين (٢,٨٢%) كأصغر نسبة تحسن في اختبار التوافق في متغير القدرات البدنية ، (١٦٩,٥٦%) كأكبر نسبة تحسن في متغير مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لدى مجموعة البحث الضابطة.

جدول (٤-٦)

نسبة التحسن (معدل الفروق) بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة في متغير القدرات البدنية و مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي

ن=٣٠

م	المتغير	وحدة القياس	نسبة التحسن للمجموعة التجريبية	نسبة التحسن للمجموعة الضابطة	معدل الفروق (نسبة التحسن)
١	مرونة	عدد	٣٨,٤٤%	٣,٨٣%	٣٤,٦١%
٢	دقة	درجة	٧٧,٥%	٢٠,٩٤%	٥٦,٥٦%
٣	تحمل	عدد	٥٩,٠١%	٥,٠%	٥٤,٠١%
٤	توافق	ثانية	٢٤,٨٩%	٢,٨٢%	٢٢,٠٧%
٥	سرعة رد فعل	درجة	١٥٣%	٤٦%	١٠٧%
٦	مستوى زيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي	درجة	٣١٨,١٨%	١٦٩,٥٦%	١٤٨,٦٢%

يتضح من جدول (٦-٤) معدل الفروق بين نسبة التحسن المئوية للمجموعة التجريبية ونسبة التحسن المئوية للمجموعة الضابطة قد انحصر ما بين (٢٢,٠٧%) كأصغر نسبة تحسن في اختبار التوافق في متغير القدرات البدنية ، (١٤٨,٦٢%) كأكبر نسبة تحسن في متغير مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لدى مجموعة البحث التجريبية .

٢/٤ مناقشة النتائج :

١/٢/٤ مناقشة نتائج الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في زيادة

معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى للمجموعة الضابطة لصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (٤-١) وشكل (٤-١) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث حيث كانت قيمة (ت) الجدولية (١,٧٦) معنوية عند مستوى ٠,٠٥ وهي قيمة أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي انحصرت ما بين (١,٢٩) كأصغر قيمة فروق في اختبار التحمل لدى مجموعة البحث الضابطة في متغير القدرات الخاصة، (١٥,٧٢) كأكبر قيمة فروق في متغير مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لدى مجموعة البحث الضابطة مع عدم وجود فروق في اختبار التحمل ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في باقى المتغيرات لصالح القياس البعدي.

ومن النتائج السابقة ترى الباحثة أن البرنامج المتبع مع طالبات المجموعة الضابطة قد أدى إلى زيادة بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء في الكتابة ولكن الفرق بين القياسين القبلي والبعدي قليل ولا يؤدي إلى زيادة المستوى البدني أو حتى مستوى أداء الكتابة على الحاسب الآلى لدى الطالبات عينة البحث الضابطة في القياس البعدي .

وأن الزيادة الحادثة في المستوى ترجع إلى انتظام الطالبات عينة المجموعة الضابطة في الحضور، وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول.

٢/٢/٤ مناقشة نتائج الفرض الثانى :توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي فى زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (٢-٤) وشكل (٢-٤) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين القبلي و القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية وجود فروق ذات دلالة إحصائية حيث كانت قيمة (ت) الجدولية (١,٧٦) معنوية عند مستوى ٠,٠٥ وهى قيمة أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي انحصرت مابين (٠,٨٥) كأصغر قيمة فروق فى اختبار التحمل ، (٢٣,٤١) كأكبر قيمة فروق فى متغير مستوى الأداء المهارى لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لدى مجموعة البحث التجريبية مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى لصالح القياس البعدي .

وترجع الباحثة الفروق بين القياس القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية إلى تأثير برنامج الإعداد البدني المطبق على العينة التجريبية باستخدام الوسائط المتعددة وأن البرنامج قد أثر فى زيادة إنتاجية الكتابة على الحاسب الآلى لطالبات المدارس الفنية التجارية المتقدمة وعينة البحث ذلك كما هو واضح من نتائج الفرق بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي فى المتغيرات البدنية ومستوى الأداء فى الكتابة على الحاسب الآلى .

وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة كلاً "محمد سعد زغول ولمياء محروس" (٢٠٠٢م) حيث أظهرت نتجية على أن استخدام أسلوب الوسائط المتعددة يعمل على تعلم بعض مهارات الأنشطة الرياضية ، ونظرا لأهمية الوسائط المتعددة فى تعلم مهارات الأنشطة الرياضية بصفة . (٣٠)

ويتفق كلا من " مكارم أبو هرجة،محمد سعد زغول ،هاني سعيد" (٢٠٠١م) فى أن للوسائط المتعددة مميزات حيث تساعد الطالب على إعطائه درجة كبيرة من الحرية فى التعامل مع المادة المتعلمة وبالتالي يكون هناك تفاعل بين الطالب والمادة ، ويتحقق التعلم الأفضل للطالب، وتقدم المادة العلمية المراد تعلمها بصورة شيقة وأكثر عمقا ، ولذا فالمعلم منسق لاستخدام عناصر الوسائط المتعددة بحيث لا نستخدم كل عنصر بصورة منفصلة. (٤٣ : ١٠٥)

ولقد اتفقت دراسة كلا من "محمد سعد زغول ومكارم حلمي" (١٩٨٩م) على أن البرامج الرياضية تعمل على تنمية الصفات البدنية المرتبطة بأداء العمال كما تعمل على زيادة معدلات إنتاجهم ، وأن هناك علاقة إيجابية بين الكفاءة الوظيفية وبين الكفاءة الإنتاجية. (٣٣)

ومما سبق ترجع الباحثة التحسن في مستوى الأداء لزيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلي للطالبات الى برنامج الإعداد البدني المستخدم في التجربة من خلال الوسائط المتعددة، وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني.

٤ / ٢ / ٣ مناقشة نتائج الفرض الثالث : توجد فروق بين القياسين البعديين للمجموعة التجريبية والضابطة

في زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لصالح المجموعة التجريبية .

يتضح من جدول (٣-٤) وشكل (٣-٤) الخاص بدلالة الفروق بين القياسين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية في متغير القدرات الخاصة حيث كانت قيمة (ت) الجدولية (١,٧٠) معنوية عند مستوى ٠,٠٥ وهي قيمة أقل من قيمة (ت) المحسوبة والتي انحصرت ما بين (٣,٨٣) كأصغر قيمة فروق في اختبار المرونة ، (١٦,١٢) كأكبر قيمة فروق في اختبار مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لدى مجموعة البحث التجريبية وبذلك يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل المتغيرات وكذلك مستوى الأداء لزيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لصالح القياس البعدي.

وترجع الباحثة الفروق بين مجموعة البحث التجريبية والضابطة في القياس البعدي الى تأثير برنامج الإعداد البدني المقتن والمطبق على العينة التجريبية باستخدام الوسائط المتعددة وأن البرنامج قد أثر في زيادة إنتاجية الكتابة على الحاسب الآلي لطالبات المدارس الفنية التجارية المتقدمة وعينة البحث ذلك كما هو واضح من نتائج الفرق بين المجموعتين في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في المتغيرات البدنية ومستوى الأداء في الكتابة على الحاسب الآلي .

ويتفق كلا من "عبد الحميد احمد" (١٩٨٩م) "عادل عبد البصير" (١٩٩٢م) ، "عصام الدين مصطفى" (١٩٩٢م)، "محمد عبد الدايم ، مدحت صلاح ، طارق شكرى" (١٩٩٣م) "محمد علاوي" (١٩٩٤م) ، "مفتي حماد" (١٩٩٦م) علي أن الإعداد البدني يعمل

على رفع مستوى الفرد بدنيا وحركيا بصورة عامة متكاملة عن طريق التنمية الشاملة المتزنة لجميع القدرات البدنية والحركية ومن ثم يعمل على تحسين الكفاءة الوظيفية كما يعمل على بناء قاعدة عريضة للقدرات البدنية والحركية لتأهيل الجسم على تحقيق متطلبات الأداء بسهولة وإتقان. (١٦ : ٤٠)، (١٤ : ٥٠، ٥١)، (١٩ : ٨٢، ٨٣)، (٣٨ : ١٣)، (٢٦ : ٨٠)، (٤٢ : ١٤٦، ١٤٧)

ومما سبق ترجع الباحثة التحسن في مستوى إنتاجية الكتابة على الحاسب الآلى يرجع الى برنامج الإعداد البدنى المستخدم فى التجربة من خلال الوسائط المتعددة، وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث.

٤/٢/٤ مناقشة نتائج الفرض الرابع : هناك نسبة تحسن في زيادة معدل سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لصالح المجموعة التجريبية.

يتضح من جدول (٤-٤) الخاص بنسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث التجريبية في متغير القدرات البدنية ومستوى الأداء المهارى أن نسبة التحسن قد انحصرت مابين (٢٤,٨٩%) كأصغر نسبة تحسن فى اختبار التوافق فى متغير القدرات البدنية ، (٣١٨,١٨%) كأكبر نسبة تحسن متغير مستوى الأداء المهارى لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لدى مجموعة البحث التجريبية وكان ترتيب تحسن متغيرات البدنية والمهارية تصاعدياً (توافق، المرونة، تحمل ، دقة ، سرعة رد فعل ، مستوى الأداء المهارى لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى) لدى مجموعة البحث التجريبية لصالح القياس البعدى.

ويتضح من جدول (٤-٥) الخاص بنسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لدى مجموعة البحث الضابطة في متغير القدرات الخاصة ومستوى الأداء المهارى لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى ، وأن نسبة التحسن قد انحصرت مابين (٢,٨٢%) كأصغر نسبة تحسن فى اختبار التوافق فى متغير القدرات الخاصة ، (١٦٩,٥٦%) كأكبر نسبة تحسن فى متغير مستوى الأداء المهارى لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى لدى مجموعة البحث الضابطة وكان ترتيب تحسن المتغيرات البدنية والمهارية تصاعدياً (توافق، مرونة ، تحمل، دقة ، سرعة رد فعل ، مستوى الأداء المهارى لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلى) لدى مجموعة البحث الضابطة لصالح القياس البعدى .

وترى الباحثة أن نسب التحسن التي طرأت على كل من العينة التجريبية والضابطة يرجع إلى تطبيق البرنامج التجريبي على العينة التجريبية من الطالبات قيد البحث ، والبرنامج المتبع مع الطالبات في المدرسة المختار منها العينة وهو البرنامج المتبع مع المدارس الفنية المماثلة .

ويتضح من جدول (٦-٤) الخاص بنسبة التحسن بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي في مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي ، وأن نسبة التحسن قد انحصرت ما بين (٢٢,٠٧٪) كأصغر نسبة تحسن في اختبار التوافق في متغير القدرات الخاصة ، (١٤٨,٦٢ ٪) كأكبر نسبة تحسن في متغير مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي لدى مجموعة البحث التجريبية وكان ترتيب تحسن المتغيرات البدنية ومستوى سرعة الكتابة على الحاسب الآلي تصاعدياً (توافق، مرونة ، تحمل ، دقة، سرعة رد فعل ، مستوى الأداء المهاري لزيادة سرعة الكتابة على الحاسب الآلي) في القياس البعدي لصالح مجموعة البحث التجريبية .

وهذا ما يتفق مع دراسة كل " محمد سعد زغول ولمياء محروس " (٢٠٠٢م) ودراسة " دبليو وليامز Williams E.W " (١٩٩٦م) والتي أشارت نتائجها إلى وجود زيادة في معدلات التحسن في مستوى الأداء للمجموعة التجريبية التي طبقت عليها البرنامج التعليمي المصمم بالحاسب الآلي كما أن معدلات التحسن بالنسبة للمجموعة التجريبية أفضل منها بالنسبة للمجموعة الضابطة والتي طبق عليها البرنامج التعليمي التقليدي وقد يرجع هذا التحسن إلى الدور الإيجابي الذي تلعبه الوسائط المتعددة كمساعد تعليمي وأهميتها كوسيلة معينة للتدريس . (٣٠) ، (٥٣)

وترى الباحثة مما سبق من نتائج ومما اتفقت عليه الدراسات أن التعليم الفني يحتاج إلى الكثير من الجهد للعمل على زيادة الإنتاجية وأن ذلك يتأتى إلا من خلال البرامج المقننة وهذا ما سعت الباحثة إلى تحقيقه ولقد ظهر من نتائج بحثها أن هناك تحسناً قد طرأ على مستوى الطالبات عينة البحث نتيجة لتطبيق برنامج الإعداد البدني من خلال الحاسب الآلي وأنه بذلك يكون قد تحقق صحة الفرض الرابع.