

## **الفصل الخامس**

### **٥/ استنتاجات وتوصيات البحث**

**استنتاجات البحث. ١/٥**

**توصيات البحث. ٢/٥**

## الفصل الخامس

### ٥/ استنتاجات وتوصيات البحث

#### ١/٥ استنتاجات البحث:

في ضوء أهداف البحث، وفي حدود العينة، وأدوات جمع البيانات، والنتائج المستخلصة، استنتجت الباحثة ما يلي:

- بناء مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، والبالغ عدد عباراته الـ ٧٦، تمثل ١٢ بعداً، ويمكن عن طريقه تعرف التلميذ بمستوى توافقه النفسي والاجتماعي، وكذلك معرفة الفروق بين الفئات المختلفة؛ الأمر الذي يمكن المعلم عامة ومعلم التربية الرياضية بخاصة من توجيه وإرشاد تلاميذه نحو جوانب القصور التي يعانون منها.

- تصميم برنامج ألعاب تمهيدية جماعية، والمكون من ثلاثة أجزاء رئيسية، وهي: التهيئة (٣٦ تمريناً) - الألعاب التمهيدية باستخدام مهارات الألعاب الجماعية (٣٦ لعبة تمهيدية جماعية موزعة بالتساوي بين: كرة القدم - كرة السلة - كرة اليد - الكرة الطائرة) - التهدئة (٢٤ تمريناً)، اسهم في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث.

- بلغت معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة التجريبية، والتي طبق عليها برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح بنسبة ٩,٦٥ %.

- بينما لم تتعدى معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة الضابطة نسبة ١,٨٤ %.

- وجود علاقة ارتباطية عكسية لمعدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، ولصالح المجموعة التجريبية بنسبة ٥,٣٨ %.

وبذلك نجد أن برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح، أدى إلى زيادة معدلات التحسن في التوافق النفسي والاجتماعي للمجموعة التجريبية.

## ٤/٥ توصيات البحث:

- في ضوء نتائج البحث يمكن تقديم بعض التوصيات، وهى:
- ضرورة تطبيق مقياس التوافق النفسى والاجتماعى المعد على تلاميذ المرحلة الإعدادية.
  - تزويد المدارس ببرامج الألعاب التمهيدية الجماعية المعد من قبل الباحثة.
  - حث المعلمين على التجريب والبحث عن برامج أخرى تفيدهم فى تنمية التوافق النفسى والاجتماعى، وتكريم أصحاب التجارب المتميزة.
  - استثمار وسائل الاتصال المدرسية، مثل: الإذاعة - النشرات - المطويات - اللوحات الإرشادية فى توعية التلاميذ وتعزيز التوافق النفسى والاجتماعى لديهم.
  - إجراء البحوث فى مجال الرياضة المدرسية فى الألعاب الجماعية لمختلف الميادين.
  - إجراء البحوث والدراسات النفسية على تلاميذ المرحلة الإعدادية، فدرجات التلاميذ فى ضوء هذا المقياس يمكن أن تمدنا بمعلومات عن التوافق النفسى والاجتماعى لدى هؤلاء التلاميذ.
- ومن أهم ما يثيره البحث من دراسات مستقبلية، ما يلى:
- إعادة إجراء مثل هذا البحث على عينة أخرى تختلف فى السن والجنس والعدد.
  - إجراء بحوث مماثلة للبحث الحالى على متغيرات نفسية أخرى غير التوافق النفسى والاجتماعى، وفى صفوف ومراحل دراسية أخرى.
  - إجراء أبحاث مقارنة فى برامج الألعاب التمهيدية الجماعية بين تلاميذ جمهورية مصر العربية، والتلاميذ فى الدول العربية والأجنبية.
  - يمكن استخلاص العينات التى تتميز بتوافق نفسى واجتماعى عالٍ، والعينات التى تتميز بتوافق نفسى واجتماعى منخفض حتى يمكن وضع البرامج التى تعمل على زيادة التوافق النفسى والاجتماعى.