

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

الاستخلاصات :

فى ضوء أهداف البحث وفروضه ومن خلال المعالجات الاحصائية ومناقشة وتفسير النتائج أمكن للباحث استخلاص مايلى :-

- ١ - ان طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) كأحد طرق التعلم الذاتى طريقة فعالة فى تنمية اللياقة البدنية .
- ٢ - تعتبر طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) غير مكلفة نسبيا اذا ماقورنت بنتائجها .
- ٣ - لاتحتاج طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) الى ادوات او مساحات كبيرة .
- ٤ - ان استخدام طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) لتنمية اللياقة البدنية تراعى الفروق الفردية بين التلاميذ .
- ٥ - ان معرفة التلميذ لنتائج تعلمه (التعزيز) تزيد من سرعة التعلم ومن دوافع التلميذ للاستمرار فى التعلم .
- ٦ - تساعد طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) على تخطى الكثير من المشكلات التى تواجه نظم التعليم فى المجتمعات النامية كالعجز الشديد فى المدرسين وزيادة اعداد التلاميذ ، كما يعمل على مواجهة مشكلة قصور الامكانيات المادية .
- ٧ - ان المنهاج المطور للتربية الرياضية بالمرحلة الثانوية يؤدي لتحسن مستوى اللياقة البدنية .

٨ - ان كل من التعليم المبرمج (التدريب الدائرى باستخدام الكتاب المبرمج) والطريقة التقليدية قد ساهما فى تحسن مستوى اللياقة البدنية مما يدل على فاعلية كل من النظامين فى تنمية اللياقة البدنية بدرس التربية الرياضية بالمرحلة الثانوية للبنين.

التوصيات :

استنادا الى ماتشير اليه نتائج البحث واستخلاصاته فانه يمكن الاشارة الى التوصيات التالية :-

- ١ - استخدام التدريب الدائرى المبرمج فى جزء الاعداد البدنى بالدرس لتنمية اللياقة البدنية.
- ٢ - الاهتمام بدراسة امكانية تعميم اسلوب برمجة التدريب الدائرى لمختلف المراحل التعليمية وللجنسين.
- ٣ - تطبيق اختبار اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية للبنين والمستخدم فى هذه الدراسة فى بداية واثناء ونهاية العام الدراسة لتقويم اللياقة البدنية للتلاميذ.
- ٤ - الاهتمام بانشاء ادارة للبحوث العلمية الخاصة بتطوير وتحديث اساليب التعلم والتعاون مع الهيئات العلمية المتخصصة فى تصميم وبناء المناهج.
- ٥ - اجراء دورات ولقاءات علمية لمناقشة احدث الطرق التنظيمية فى تنفيذ الدرس وكيفية تطبيقها.
- ٦ - امداد المدارس بالاجهزة والادوات المختلفة حتى نعطي الفرصة للتلاميذ على الابتكار والتغيير فى الطرق التى يمكن ان تؤثر على فاعلية الدرس.