

5. الفصل الخامس الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات :

على ضوء ما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي لهذه الدراسة وفي حدود عينة البحث يمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية :

1- توجد علاقة ارتباط بين الدقة كأحد عناصر اللياقة الحركية ونسبة الذكاء بالنسبة للمجموعة ككل ، ومجموعة فوق المتوسط .

2- توجد علاقة ارتباط بين التوازن كأحد عناصر اللياقة البدنية ومستوى الذكاء بالنسبة للمجموعة ككل ، ومجموعة فوق المتوسط .

3- لا توجد علاقة ارتباط بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة ونسبة الذكاء لمجموعة المتفوقين .

4- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية والطلاقة الفكرية بالنسبة للمجموعة ككل ، وأقل من المتوسط ، فوق المتوسط .

5- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوازن والتوافق كعناصر للياقة الحركية والطلاقة اللفظية بالنسبة للمجموعة ككل ، أقل من المتوسط .

6- لا توجد علاقة ارتباط بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة والطلاقة اللفظية لمجموعة المتفوقين .

7- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية والمرونة بالنسبة للمجموعة ككل ، وأقل من المتوسط ، فوق المتوسط .

8- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية والمرونة بالنسبة لمجموعة فوق المتوسط ، المتفوقين .

9- توجد علاقة ارتباط عكسي بين التوازن كأحد عناصر اللياقة الحركية لمجموعة الأقل من المتوسط .

10- عناصر اللياقة الحركية (التوازن ، التوافق) لها القدرة على التنبؤ بنسبة الذكاء

11- عنصر اللياقة الحركية (التوافق) له القدرة على التنبؤ بالطلاقة الفكرية .

12- عنصر اللياقة الحركية (التوازن) له القدرة على التنبؤ بالطلاقة اللفظية .

: التوصيات

- في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية ،
واستناداً على الاستخلاصات التي ترتبت على نتائج تلك الدراسة ،
وفي ظل الظروف التي أجريت فيها والعينة التي طبقت عليها ،
يمكن للباحث أن يتقدم بمجموعة من التوصيات أهمها :
- 1- يوصي الباحث بالاهتمام بعناصر اللياقة الحركية (الدقة والتوازن والتوافق) في برامج التربية الرياضية بمرحلة الأساس وذلك للعلاقة الإيجابية بينها وبين الذكاء .
 - 2- كما يوصي الباحث بأهمية تقسيم التلاميذ إلى فئات متجانسة بغرض مزاولة الأنشطة البدنية المختلفة ويجب أن يقوم على أساس نتائج اختبارات القدرات البدنية والذكاء .
 - 3- تقديراً لأهمية الدور الذي يمكن أن تؤديه التربية البدنية والرياضة في رفع القدرة على الفهم والاستيعاب لدى التلاميذ فإنه يجب أن تولى مكاناً أكبر وأن تمثل جزءاً أكبر في البرنامج المدرسي .
 - 4 - العمل على تحقيق أهداف التربية البدنية التي تسهم برفع مستوى الأداء الذهني من حيث التنشيط والاستمرار .
 - 6- العمل على إضافة اختبارات ذكاء إلى الوسائل المستخدمة لتقويم التلاميذ في مرحلة الأساس حتى يتسنى تقسيم التلاميذ لمجموعات حسب الإمكانيات والقدرات العقلية والبدنية .

المقترحات

بما أن هذه الدراسة تناولت عناصر اللياقة الحركية وعلاقتها بمستوى الذكاء والقدرة على التفكير الابتكاري لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمحافظة الخرطوم فإن النتائج بصفة عامة تنادي بضرورة التوسع أكثر في هذا المجال . عليه يوصي الباحث بضرورة التعمق في هذه النوعية من الدراسات خاصة إن العلاقة بين المتغيرات (البدنية ، العقلية) مازالت في حاجة إلى الكثير من الوضوح والتأكيد لعوامل الاختلاف والتطابق والتداخل . وذلك في مستويات عمرية متباينة ، بمقاييس متعددة لجميع أوجه النشاط الإنساني في بيئات ثقافية مختلفة .

وضرورة الاستمرار في إجراء العديد من البحوث المشابهة التي تعمل على التعرف على نوع العلاقة بين الجسم والعقل في مراحل التعليم المختلفة وقيمة هذه العلاقة على أن تتضمن عناصر اللياقة المرتبطة بالصحة التي لم يتناولها الباحث في هذا البحث كالقوة العضلية والسرعة والمرونة والتحمل الدوري التنفسي والتركيب الجسمي وغيرها ، وكذا الأنشطة والمهارات البدنية المختلفة .

يقترح الباحث إجراء بحوث ودراسات للمهارات الحركية للألعاب الرياضية (كرة قدم ، كرة سلة ، كرة يد ، كرة سلة) المختلفة وعلاقتها بالقدرة على التفكير الابتكاري ونسبة الذكاء .
العمل على إجراء دراسات وبحوث بالنسبة للتركيب الجسمي وعلاقة بعناصر اللياقة الحركية بمستوى الذكاء والقدرة على التفكير الابتكاري .
إجراء بحوث بين مظاهر النمو المختلفة واللياقة البدنية وعلاقتها بالقدرات العقلية .
إجراء دراسة للفروق من حيث بعض الصفات الجسمية وعلاقتها بالذكاء بالقدرة على التفكير الابتكاري ونسبة الذكاء .
ويقترح الباحث إجراء دراسات لسمات الشخصية لرياضيو المستويات العليا وعلاقتها بمستوى الذكاء والقدرة على التفكير الابتكاري .
ويقترح الباحث دراسة العلاقات بين عدد من العوامل الانفعالية والدافعية وعلاقتها بالقدرة على التفكير الابتكاري نسبة الذكاء لدى ذوي المستويات الرياضية العليا .
يقترح الباحث بإجراء دراسات أخرى مشابهة لمراحل التعليم الأخرى (بنين ، بنات) المرحلة الثانوية ، المرحلة الجامعية .
يقترح الباحث دراسة لمتغير الرشاقة كأحد عناصر اللياقة الحركية الذي لم يثبت صدقه وثباته في هذه الدراسة .
كما يقترح الباحث بإجراء دراسات أخرى مشابهة لمعرفة مدى الارتباط بين نسبة الذكاء والقدرة على التفكير الابتكاري وبين عناصر اللياقة الحركية وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لمدارس (البنات) المرحلة الأساس ، المرحلة الثانوية ، المرحلة الجامعية .
ويقترح الباحث بإجراء دراسات مشابهة لمعرفة العلاقة بين نسبة الذكاء والتفكير الابتكاري وأنماط الأجسام .

خلاصة الدراسة

جاءت الدراسة في خمس فصول تناول الباحث في الفصل الأول خطة البحث ، حيث تتضمن المقدمة ، ومشكلة البحث ، وأهميتها وأهداف البحث ، وفروض الدراسة .

المقدمة ومشكلة الدراسة :

تعتبر اللياقة البدنية أحد مكونات اللياقة الشاملة التي تتضمن اللياقة العقلية واللياقة النفسية واللياقة الاجتماعية وغيرها من أنواع اللياقة . واللياقة البدنية تعني سلامة البدن وكفاءته في مواجهة التحديات التي تواجه الإنسان خلال تعامله في الحياة . وكفاءة البدن تتمثل في القيام بدوره في الحياة وتتطلب سلامة

الأجهزة العصبية والعضلية والجهاز الدوري التنفسي والأعضاء الداخلية .

ونظراً لأهمية اللياقة البدنية للإنسان فقد وضعها معظم علماء التربية الرياضية كهدف ضمن الأهداف التي تسعى التربية البدنية لتحقيقها ، وبلغ من أهميتها أن وضعها البعض كهدف أول للتربية البدنية . ويشبه البعض اللياقة البدنية في ألوان النشاط الرياضي بأساس البيت الذي يمثل الدعامة الأساسية له والذي يبنى عليه جميع أدوار المنزل ، وهكذا اللياقة البدنية بالنسبة للنشاط الرياضي العمود الفقري والقاعدة العريضة التي لا تقبل مجرد المناقشة حول أهميتها ، لأن أهميتها أصبحت من المسلمات الأساسية في التربية البدنية والرياضية .

وتظهر أهمية اللياقة البدنية في ارتباطها بالعديد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل الأكاديمي ، والنضج الاجتماعي ، والنضج البدني والعاطفي ، والقوام الجيد ، والإنتاج البشري ، والصحة البدنية والعقلية والاجتماعية ، والنمو والتكيف ، وتأخير التعب والإجهاد وأمراض الشيخوخة ، وحسن استخدام أوقات الفراغ ومواجهة الطوارئ غير المتوقعة .

وإن الدراسة الفاحصة للعقل والجسم توضح أن أيّاً منهما لا يستطيع العمل بمفرده فليس الغرض من الجسم أن يحمل العقل فقط إذ اللياقة البدنية تؤدي إلى استخدام العقل استخداماً فعالاً ومؤثراً فالعقل السليم في الجسم السليم وكلاهما أي العقل والجسم يؤثر ويتأثر بالآخر ، وهذه حقيقة منذ القدم حيث أكد عليها " أفلاطون وسقراط " كما أوجزها لاسال بقوله " إننا نفكر بأجسامنا وعقولنا وإن قدرتنا على اتخاذ العديد من القرارات يتوقف على لياقة أجسامنا وعقولنا معاً " . فعمليات الاستيعاب والتعلم تتوقف على الكفاءة العقلية كما أن تعلم وتدريب ألوان النشاط الرياضي المتعدد تعتمد بدرجة كبيرة على هذه الكفاءة . فقد أجمع معظم علماء التربية الرياضية على وضع تنمية النواحي العقلية كهدف من الأهداف التي تسعى التربية البدنية لتحقيقها . وفي مجال التربية الرياضية يزداد الاحتياج لدراسة ظاهرة ارتباط العقل والجسم بهدف التعرف على العلاقة بين بعض النواحي العقلية وبعض الجوانب البدنية .

هذا ما دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين عناصر اللياقة الحركية ونسبة الذكاء والقدرة على التفكير الابتكاري لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم واستخدم الباحث الأساليب الآتية لجمع البيانات وهي اختبار استنفورد بينية Stanford Binet لقياس نسبة الذكاء واختبار جيلفورد Guilford

لقياس القدرة على التفكير الابتكاري وثلاثة اختبارات بدنية لقياس عناصر اللياقة الحركية (التوافق ، الدقة ، التوازن) .

أهمية الدراسة :

مع كل التقدم التجريبي الهائل الذي أحرزه علم النفس المعاصر في دراسة النشاط العقلي الإنساني إلا أن خصائص المتغيرات الحاسمة التي تتشكل منها المكونات العقلية ، مازالت تخلق تبايناً بين نظريات علم النفس ، مما عمل على أن يكون مناخ الدراسات الأكاديمية متبايناً في هذا الاتجاه . وقد وجد الباحث أن كل الدراسات السابقة تبنت مواضيع ليس من بينها علاقة الجسم بالبدن ولكن الحاجة مازالت قائمة ومتجددة إلى استخلاص مفاهيم جوهرية لكيفية إنتاج العقل لهذه الأنشطة . وتأتي أهمية هذه الدراسة بصفة عامة من أهمية دراسة النشاط العقلي للسلوك الإنساني والكشف عن أهم خصائص العمليات المعرفية التي تحدد نوعية ذلك السلوك ، وطبيعة العلاقات التي تربط بين هذه العمليات العقلية والنشاط الحركي ، ومن خلال هذا النوع من الدراسات قد يمكن التحكم في تلك القدرات عن طريق التعلم أو التدريب أو تهيئة الظروف الملائمة لمواجهة تحديات الحضارة الحديثة .

وتزداد أهمية هذه الدراسة في أنها تلقي الضوء على طبيعة العلاقة بين عناصر اللياقة الحركية (التوافق ، الدقة ، التوازن) ونسبة الذكاء والقدرة على التفكير الابتكاري لدى تلاميذ مرحلة الأساس ، يرجع ذلك إلى معرفة الاحتياجات البدنية والعقلية والعاطفية بالنسبة للمرحلة السنية ذات الصلة .

وقد استهدفت الدراسة الحالية تلاميذ مرحلة الأساس لأنهم يمثلون عنصراً أساسياً في حياة المجتمع وهم أمل الأمة وشباب الغد ولأن أي تطور في حركة المجتمع لا يمكن أن يكون بفعالية إذا لم يتقبله تلاميذ هذه المرحلة يحمل اتجاهات نحوه . كما أن موضوع البحث الحالي يشكل إغناء وإثراء للبحث العلمي باعتباره من المحاولات الاستطلاعية في هذا المجال من حيث دراسته مجال تطبيقي في مؤسسة تربوية وهي مدارس مرحلة الأساس والتي لم يبحث فيها مثل هذا الموضوع سابقاً .

وأهمية هذه الدراسة بصفة خاصة تكمن في شعور الباحث بأن هناك مشكلة حقيقية بين الناس ، ومحاولاتهم فهم لماهية طبيعة العلاقة بين عناصر اللياقة الحركية وماهية الذكاء وماهية التفكير

الابتكاري ومدى التداخل العلاقات بينهما ، بالإضافة إلى أن الاختلاط في المفاهيم والألفاظ العلمية في هذا المجال كان دافعاً مهماً عمل على توجيه الباحث إلى البحث والدراسة في هذا المجال .

أهداف البحث :

1 - التعرف على مدى العلاقة الارتباطية بين عناصر اللياقة الحركية (التوافق ، الدقة ، والتوازن) موضع الاهتمام في هذه الدراسة ونسبة الذكاء لدى تلاميذ مرحلة الأساس .

2 - التعرف على مدى العلاقة الارتباطية بين عناصر اللياقة الحركية (التوافق ، الدقة ، والتوازن) موضع الاهتمام في هذه الدراسة ومكونات التفكير الابتكاري لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم .

3 - التعرف على عناصر اللياقة الحركية التي لها القدرة على التنبؤ بنسبة الذكاء

4 - التعرف على عناصر اللياقة الحركية التي لها القدرة على التنبؤ بالقدرة على التفكير الابتكاري .

فروض البحث :

الفرض الأول : توجد علاقة ارتباطية طردية نسبة الذكاء و عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة .

الفرض الثاني : توجد علاقة ارتباطية طردية بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة ومكونات التفكير الابتكاري . وهذا الفرض يتفرع إلى الفروض الآتية :

الفرض الثاني (أ) توجد علاقة ارتباطية طردية بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة وعنصر الطلاقة الفكرية .

الفرض الثاني (ب) توجد علاقة ارتباطية طردية بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة وعنصر الطلاقة اللفظية .

الفرض الثاني (ج) توجد علاقة ارتباطية طردية بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة وعنصر المرونة .

الفرض الثاني (د) توجد علاقة ارتباطية طردية بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة وعنصر الأصالة .

الفرض الثالث : لبعض عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة القدرة على التنبؤ بالقدرة العقلية العامة (نسبة الذكاء) لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم .

الفرض الرابع : لبعض عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة القدرة على التنبؤ لكل مكون من مكونات التفكير الابتكاري ، ويتفرع من هذا الفرض الفروض الآتية :

الفرض الرابع (أ) لبعض عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة القدرة على التنبؤ بالطلاقة الفكرية لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم .

الفرض الرابع (ب) لبعض عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة القدرة على التنبؤ بالطلاقة اللفظية لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم .

الفرض الرابع (ج) لبعض عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة القدرة على التنبؤ بالمرونة لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم .

الفرض الرابع (د) لبعض عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة القدرة على التنبؤ بالأصالة لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم .

أما الفصل الثاني الخاص بالإطار النظري والدراسات السابقة فقد تناول الباحث ومفهوم اللياقة الشاملة ومكونات اللياقة البدنية (القوة العضلية ، التحمل العضلي ، التحمل الدوري التنفسي ، السرعة ، المرونة) ثم انتقل الباحث إلى تحديد عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة وأهميتها وتناول الباحث تعريف هذه العناصر وأهميتها في ألوان النشاط الرياضي وهي : (الرشاقة ، التوافق ، التوازن ، الدقة) . ثم تناول الباحث موضوع الذكاء من حيث المفهوم وكذلك أصل الذكاء بين الوراثة والبيئة ، والذكاء والشخصية ، كما تناول الباحث نظريات التنظيم العقلي العاملة ، والقياس العقلي ومراحل تطور مقاييس الذكاء .

تناول الباحث موضوع التفكير الابتكاري من حيث المفهوم في اللغة وعلم النفس ، كذلك أساليب دراسة الابتكارية وتفسير الابتكار في ضوء أطروحات بعض مدارس علم النفس ، كما تناول البحث أيضاً العلاقة بين العوامل الثقافية والابتكار .

مراحل النمو للمرحلة السنية .

ثم تناول الباحث الدراسات السابقة التي شملت دراسات امتدت من عام 1945 م وحتى عام 1992 م . منها دراسات تمت في الدول العربية وأخرى أجنبية مع عدم توفر أي دراسة مشابهة بالسودان إذ تعتبر هذه الدراسة الأولى من نوعها التي تهدف إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين عناصر اللياقة الحركية ونسبة الذكاء

والقدرة على التفكير الابتكاري لدى تلاميذ مرحلة الأساس بمنطقة الخرطوم

ثم انتقل الباحث إلى الفصل الثالث الذي تضمن إجراءات الدراسة حيث وضح اختياره المنهج المناسب لطبيعة هذه الدراسة وتمثل في استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وتم تحديد أدوات جمع البيانات عن طريق القراءات النظرية والمراجع العلمية المرتبطة بموضوع متغيرات الدراسة ، وكيفية اختيار عناصر اللياقة الحركية وما يجب مراعاتها من أسس علمية لذلك . الإطلاع على الأبحاث المشابهة المرتبطة بموضوع ومتغيرات الدراسة.

دراسة الاختبارات البدنية التي تم استخدامها من قبل الباحثين في الدراسات العلمية السابقة المرتبطة . قام الباحث بدراسة استطلاعية من خلال المقابلات الشخصية مع ذوي التخصص والخبرة من الأساتذة وأعضاء هيئة التدريس في مجال التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .

عرض الباحث مجموعة الاختبارات البدنية على المحكمين من الاستشاريين المتخصصين في السودان للحكم عليها من حيث أهميتها وانسبها لقياس عناصر اللياقة الحركية . وتم اختيار الاختبارات الآتية للياقة الحركية :-

- 1- الجري المتعرج لقياس الرشاقة .
- 2- التصويب بالقدم على المستطيلات المتداخلة لقياس الدقة .
- 3- الدوائر المرقمة لقياس التوافق .
- 4- الشكل الثماني لقياس التوازن

كما قام الباحث بعرض اختبار جيلفورد Guilford للتفكير الابتكاري على المختصين في مجال علم النفس في جامعة الخرطوم كلية الآداب قسم علم النفس للحكم عليه من حيث أنه يقيس ما وضع من أجله .

تم إعداد اختبارات اللياقة الحركية والتفكير الابتكاري وتجربتهما على عينة استطلاعية من طلاب مرحلة الأساس لإيجاد المعاملات العلمية ، وعلى ضوء النتائج تم استخراج معاملات الصدق والثبات .

وقد استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية :-

الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) .
معامل ارتباط بيرسون (PERSONN CORRELASTION)
للتأكد من صدق وثبات الاختبارات .

ولقد اختار الباحث عينة للبحث من تلاميذ مرحلة الأساس الذين تتراوح أعمارهم بين 12 - 14 سنة تم اختيارهم من خمس مدارس تمثل ثلاث فئات (متفوقين ، فوق المتوسط ، أقل من المتوسط) قسموا طبقاً لمستوى الذكاء ، وقد حددت نسبهم في العينة طبقاً على النحو الآتي ، 28 % متفوقين من مدرسة العمارات النموذجية (1) ، 44 % فوق المتوسط من مدارس بروفيسر عبد الله الطيب ، الامتداد (1) ، العمارات النموذجية (2) ، و 28 % أقل من المتوسط من مدرسة الامتداد (2) .
كذلك حصرت ثماني متغيرات أساسية لمعالجتها إحصائياً هي :
التوافق ، التوازن ، الدقة ، مستوى الذكاء ، الطلاقة الفكرية ،
الطلاقة اللفظية ، المرونة ، الأصالة .

وقام الباحث في الفصل الرابع بعرض ومناقشة النتائج وفقاً لفروض البحث حيث تمت المعالجة الإحصائية إلى نتائج عرضت في 16 جدول ، وتضمنت الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والارتباط العزمي لبيرسون وتحليل الانحدار التدريجي لمعرفة عناصر اللياقة الحركية التي لها القدرة بالتنبؤ بالقدرة العقلية العامة (نسبة الذكاء) وكذلك القدرة على التنبؤ لكل مكون من مكونات التفكير الابتكاري .

الاستنتاجات :

- استناداً على ما ورد من بيانات وتحليلها ومناقشتها وتفسيرها توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :
- 1- توجد علاقة ارتباط بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية ونسبة الذكاء بالنسبة للمجموعة ككل ، ومجموعة فوق المتوسط .
 - 2- توجد علاقة ارتباط بين التوازن كأحد عناصر اللياقة الحركية ونسبة الذكاء بالنسبة للمجموعة ككل ، ومجموعة فوق المتوسط .
 - 3- لا توجد علاقة ارتباط بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة ونسبة الذكاء لمجموعة المتفوقين .
 - 4- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية والطلاقة الفكرية بالنسبة للمجموعة ككل ، وأقل من المتوسط ، فوق المتوسط .
 - 5- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوازن والتوافق كعناصر للياقة الحركية والطلاقة اللفظية بالنسبة للمجموعة ككل ، أقل من المتوسط .

6- لا توجد علاقة ارتباط بين عناصر اللياقة الحركية موضع الاهتمام في هذه الدراسة والطلاقة اللفظية لمجموعة المتفوقين .

7- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية والمرونة بالنسبة للمجموعة ككل ، وأقل من المتوسط ، فوق المتوسط .

8- توجد علاقة ارتباط طردي بين التوافق كأحد عناصر اللياقة الحركية والمرونة بالنسبة لمجموعة فوق المتوسط ، المتفوقين .

9- توجد علاقة ارتباط عكسي بين التوازن كأحد عناصر اللياقة الحركية لمجموعة الأقل من المتوسط .

10- عناصر اللياقة الحركية (التوازن ، الدقة) لها القدرة على التنبؤ بنسبة الذكاء

11- عنصر اللياقة الحركية (التوافق) لها القدرة على التنبؤ بالطلاقة الفكرية .

12- عنصر اللياقة الحركية (التوازن) لها القدرة على التنبؤ بالطلاقة اللفظية .

التوصيات :

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية ، واستناداً على الاستخلاصات التي ترتبت على نتائج تلك الدراسة ، وفي ظل الظروف التي أجريت فيها والعينة التي طبقت عليها ، يمكن للباحث أن يتقدم بمجموعة من التوصيات أهمها :

1- الاهتمام بعناصر اللياقة الحركية (الدقة والتوازن) في برامج الأطفال وذلك للعلاقة الإيجابية بينها وبين الذكاء .

2- أهمية تقسيم التلاميذ إلى فئات متجانسة بغرض مزاولة الأنشطة البدنية المختلفة يجب أن يقوم على أساس نتائج اختبارات القدرات البدنية والذكاء .

3- تقديراً لأهمية الدور الذي يمكن أن تؤديه التربية البدنية والرياضة في رفع القدرة على الفهم والاستيعاب لدى التلاميذ فإنه يجب أن تولي مكاناً أكبر وأن تمثل جزءاً أكبر في البرنامج المدرسي .

4- الاهتمام بتنمية عناصر اللياقة الحركية للارتفاع بمستوى اللياقة

5- العمل على تحقيق أهداف التربية البدنية التي تسهم برفع مستوى الأداء الذهني من حيث التنشيط والاستمرار .

6- العمل على إضافة اختبارات ذكاء إلى الوسائل المستخدمة لتقويم التلاميذ في مرحلة الأساس حتى يتسنى

- تقسيم التلاميذ لمجموعات حسب الإمكانيات والقدرات العقلية والبدنية .
- 7- يوصي الباحث بإجراء دراسات أخرى مشابهة لمراحل التعليم الأخرى (بنين ، بنات) المرحلة الثانوية ، المرحلة الجامعية .
- 8- يوصي الباحث دراسة لمتغير الرشاقة كأحد عناصر اللياقة الحركية الذي لم يثبت صدقه وثباته في هذه الدراسة .
- 8- يوصي الباحث بتكامل التكوين البدني والذهني كما أكدته الدراسة .