



Available online at <https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/548>

مجلة النشاط البدني الرياضي المجتمع التربية و الصحة.

Journal of Physical Activity and Sport, Society, Education and Health

مجلة: 02 عدد: 02 السنة 2019 EISSN: 2661-7277 ISSN: 2602-747X



قياس المهارات الحياتية لدى طلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة

1 أستاذ دكتور بقسم التربية البدنية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
2 أستاذ دكتور بكلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات، مصر

eshassan@uqu.edu.sa

معلومات متعلقة بالمقال:

تاريخ الاستلام: 2019/03/19

تاريخ القبول: 2019/05/12

تاريخ النشر: 201909/15

الملخص

هدف البحث إلى قياس المهارات الحياتية لدى طلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة، ولتحقيق

الكلمات المفتاحية:

المهارات الحياتية

المناهج التدريسية

ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة على (47) طالباً من قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة. وتوصل الباحث إلى أكثر العبارات الخاصة بقياس المهارات الحياتية بالنسبة لطلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة وهي: أتمكن من مراقبة ذاتي، أتمكن من اتخاذ القرار المناسب، أقدر ذاتي واحترميها، أتمكن من التمييز بين الواقع والطموح، أظهر الروح الرياضية في المواقف الحركية وقد حازت على نسب مئوية متفاوتة ما بين 91.03%، 94.40%. وقد أوصى الباحث بضرورة توظيف المهارات الحياتية في المناهج التدريسية لإثارة دافعية الطلاب للمشاركة في الدروس بفعالية. وضرورة إدخال وحدات تعليمية للمواد المختلفة تتضمن مجموعة من المهارات الحياتية التي تتناسب وطبيعة كل مادة، والتنوع باستخدام أساليب التدريس الحديثة المبني على المهارات الحياتية لتنمية المهارات الرياضية المختلفة والتي تركز على شخصية المتعلم وتكسبه المهارات اللازمة له في حياته اليومية.

Measuring the life skills of students of the Physical Education Department at the University College in Qunfudah

*"First Author, Second Author, Third Author," **

"First affiliation, Address, City and Postcode, Country"

"Second affiliation, Address, City and Postcode, Country"

ARTICLE INFO

Received: 19/03/2019
Accepted :12/05/2019
Published:15/09/2019

Keywords:

life skills
teaching curriculum

ABSTRACT

The research aimed is a Trying to measure the life skills of the students of the physical education department at the university college in Qunfudah. To achieve this, the researcher used the descriptive method. The sample included 47 students from the physical education department at the university college in Qunfudah. The researcher reached the most specific terms for measuring the life skills of the students of the physical education department at the university college in Qunfudah. I can self-control, I can make the right decision, I appreciate and respect myself, I can distinguish between reality and ambition, show the spirit of sports in motor situations. Varying percentages between 91.03% and 94.40%. The researcher recommended the need to employ life skills in the teaching curriculum to stimulate students to participate in the lessons effectively. And the need to introduce educational units of different materials include a set of life skills that fit the nature of each material, and diversity using modern methods based on life skills to develop different sports skills, which focuses on the personality of the learner and earn the skills necessary for him in his daily life

1- مقدمة:

في ضوء التوجهات الحديثة للعمل الأكاديمي بجامعة المملكة العربية السعودية وفي ظل الجودة والاعتماد الأكاديمي والسعي الدائم لتطوير العملية التعليمية والبحثية بالجامعة، أخذ قسم التربية البدنية على عاتقه مهمة التطوير الداخلي للعملية التعليمية والبحثية للقسم في ضوء رسالة القسم وأهدافه وبمشاركة جميع أعضائه بدرجاتهم العلمية المختلفة وتوجهاتهم الفكرية مع الاهتمام والتركيز على تفعيل دور الطلاب ومشاركتهم في هذا التطوير باعتبارهم الناتج المراد تحسينه كي يواكب متطلبات العمل المهني الحديث في مجال تدريس التربية البدنية.

لقد تقدمت التربية الرياضية وسارت على أسس علمية تهدف إلى اكتشاف القدرات البدنية وتوجيهها إلى خدمة المجتمع، لذا فقد أخذت التربية الرياضية معنى جديداً وسلطت الأضواء على أهمية برامج الأنشطة الرياضية للجميع بصفة عامة والأبطال بصفة خاصة. ومن هنا يأتي دور الجامعة كمؤسسة تربوية في خدمة المجتمع وتنمية البيئة. وقد يتبادر إلى ذهن السؤال الآتي: هل نؤمن بضرورة رعاية الطلاب داخل الجامعة وممن يملكون قدرات تؤهلهم للتقدم بمستوى رياضي ما باعتبارهم نواة المستقبل وقاعدة المثلث الذي ينتهي إلى قمته بأعمال مثالية في شتى الميادين وفي الرياضة بصفة خاصة؟

ويمكن القول أن التربية الرياضية كنظام تعليمي في المملكة العربية السعودية أصبحت جزءاً من ثقافتها، حيث تمارس الرياضة في كل المجالات الممكنة.

فالطالب بحاجة ماسة إلى ثقتنا الجديدة فيه، وتشجيعنا الدائم له وتنمية ثقته بنفسه. فيجب علينا أن نتعامل معه بحب وصبر وفهم. لنساعده على تنمية الخلق والإبداع وإن نمكنه من تطوير قدراته وطاقته العقلية والإدراكية وكذلك اختيار الألعاب الرياضية المناسبة. وبالإيمان الصادق من قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة وبالقيادة الرشيدة من إدارة الجامعة والكلية الموقرة نحو التطوير لمواكبة تغيرات المجتمع فتم المبادرة بإنشاء مركز تدريب العاب القوى كنواة إلى كيان رياضي مميز يخدم الأسرة والمجتمع، والتي تدفع من حالة الوهن إلى حالة القوة والخروج من دائرة التثنية إلى دائرة التقدم، وبظل الاهتمام بالرياضة جوهرها أساسيا في تحريك المجتمع للأمام، لأنه صانع رجال المستقبل والقادر على تغيير نسيج المجتمع بأبعاد مختلفة وبرؤي متعددة نحو الازدهار والرفي بمنظومة الحياة إلى الموهبة أو الإبداع.

لذا باتت الحاجة ملحة إلى بناء مناهج قائمة على التعليم الموجه؛ لإكساب الطلبة مهارات حياتية متنوعة وشاملة ضمن منظومة اقتصاد المعرفة، واتجه القائمون على تطوير المناهج التربوية في العالم إلى إدماج المهارات الحياتية المعاصرة في المناهج التربوية للمراحل التعليمية المختلفة؛ لما لهذه المهارات من أهمية في صقل شخصية المتعلم، وإعداده لمواجهة تحديات العصر ومشكلاته الحياتية اليومية، ليكون إنساناً متكيفاً ومبدعاً وفاعلاً محلياً وعالمياً، قادراً على التنمية والتطوير وإحداث التغيير الحايك والسوطري (2008)، ودراسة الحايك والشرقي (2008).

وقد أشار العديد من الخبراء والتربويين منهم موستن وآشورت (2002) Mosston & Ashwrt، والحايك والشرقي (2006)، إلى أنه لا يوجد أسلوب تدريسي واحد مثالي يمكن استخدامه مع جميع الطلبة وفي جميع الظروف ولجميع المهارات في الوقت نفسه، فأسلوب التدريس المناسب والفعال في موقف تعليمي ما لطلبة ما قد لا يكون كذلك في موقف تعليمي آخر لنفس الطلبة أو لطلبة آخرين، لذلك كان لابد من التنوع في اختيار استراتيجيات التدريس لمقابلة المتغيرات المختلفة التي تحكم عملية التدريس.

وتلعب مناهج التربية الرياضية دوراً متميزاً في إعداد الأفراد من خلال الممارسة العملية المحببة، فهي تربية وتنمية لجوانب الشخصية المختلفة، الجسمية والعقلية والمعرفية والاجتماعية والنفسية والمهارية والصحية، وهي أيضاً تلعب دوراً هاماً في

التمتية البشرية وإعداد الأفراد ليكونوا مواطنين صالحين عاملين ومنتجين، ممارسين لمهارات التفكير العليا، ومهارات التعلم الذاتي والتعاوني الجماعي، مستخدمين وسائل تعليمية وتكنولوجية حديثة (الحايك والمنسي، 2007). وبالتالي فإن دمج المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية بطريقة علمية مخطط لها تسهم في تطوير العمليات العقلية العليا، وصقل وبناء الشخصية المتزنة من جميع جوانبها، كما تساعد في إمداد الفرد بما يحتاجه من مهارات حياتية عملية، تحقق له التعامل والتفاعل الإيجابي مع متطلبات حياته في البيت والشارع والمدرسة، فغريزة حب اللعب لدى الإنسان يمكن استثمارها بشكل ممتاز في مساعدة الأفراد على اكتساب الكثير من المهارات الحياتية الضرورية والمرتبطة بالحياة الواقعية من خلال اللعب والنشاط البدني، حيث يرى الخبراء أن مقدار النجاح في الحياة يتناسب طردياً مع القدرة على استخدام أنواع التفكير في حل المشكلات.

هدف البحث:

التعرف على المهارات الحياتية لدى طلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة

أسئلة البحث:

ما ترتيب المهارات الحياتية من حيث الأهمية والتي يمكن اكتسابها من مناهج قسم التربية البدنية من وجهة نظر الطلاب؟

مصطلحات الدراسة:

المهارات الحياتية:

هي مجموعة من الأداءات المرتبطة بالقدرات العقلية والبدنية والاجتماعية والانفعالية التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلاته الحياتية اليومية، والمشاركة بفاعلية مع المحيط بما يواكب متطلبات العصر وحاجات سوق العمل (الحايك، 2010، ص111).

حدود الدراسة ومحدداتها:

1. الحدود المكانية: قسم التربية البدنية - الكلية الجامعية بالقنفذة
2. الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث على عينة من طلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة والبالغ عددهم (47) طالباً، للفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 1439هـ - 1440هـ.

أهمية المهارات الحياتية

تلعب المهارات الحياتية دوراً أساسياً وحيوياً في تمكين الشباب كعنصر استثمار في إحداث التنمية بمفهومها الشمولي التكاملي، الأمر الذي يجعل التركيز عليهم وتطويرهم أمراً بالغ الأهمية لتحقيق التعايش الفاعل والمتفاعل في مجتمع الاقتصاد المعرفي القائم على الاستثمار الأمثل للطاقات البشرية المبدعة. فالمهارات الحياتية قد تختلف من فرد لآخر ومن مجتمع لآخر، ومن فترة زمنية لأخرى، والإنسان الراغب بمواكبة التغيرات والتطورات هو الذي يستطيع اكتساب المهارات الحياتية الجديدة أولاً بأول، لأن تعلمها يسهم في إكسابه مهارات أسلوب التفكير العلمي، واتخاذ القرار، وحب المعرفة، وأساليب حل المشكلات، والتفكير الإبداعي والناقد، والعمل الجماعي التعاوني، والاتصال، واحترام الآخرين، والتعلم الذاتي، والاستنتاج وعرض النتائج والحلول وغيرها من المهارات الحياتية المعاصرة والمهمة (الحايك والسوطني، 2008).

كما أن التنوع في المهارات الحياتية المكتسبة يسهم وبشكل فاعل في تنمية وتكوين شخصية المتعلم من جميع جوانبها

البدينية والمهارية والنفسية والعقلية والاجتماعية، ليكون قادرا على فهم الواقع وإدراك العلاقات بين الأشياء المحيطة لمواجهة مشكلات الحياة والوصول إلى الأهداف المرجوة.

وتكتسب المهارات الحياتية أهمية خاصة كونها تساعد في تشكيل وصقل شخصية الفرد وإعداده لمواجهة قضايا العصر ومشكلات الحياة اليومية، ليكون إنساناً مبدعاً ومنتجاً وفاعلاً محلياً وعالمياً، قادراً على التنمية والتطوير وإحداث التغيير. فالمهارات الحياتية يمكن وصفها بأنها مهارات تسهم في فهم وإدراك الأفراد لأنفسهم ولقدراتهم من خلال الأداءات العملية والعقلية التي يمارسونها لمواجهة متطلبات ومشكلات الحياة للوصول إلى الأهداف المرجوة، ويتم في الوقت الحاضر، في جميع أنحاء العالم، تبني "التعليم المبني على المهارات الحياتية" كوسيلة لتمكين المتعلمين من مواجهة ما يتعرضون له من مواقف. كحاجة أساسية من حاجات التعلم لدى جميع الشباب (بونيسيف، 2008).

وتأتي أهمية المهارات الحياتية باعتبارها مهارات أساسية لا غنى عنها للفرد، ليس فقط لإشباع حاجاته الأساسية من أجل مواصلة البقاء ولكن أيضاً من أجل استمرار التقدم وتطوير أساليب معاشة الحياة في المجتمع وذلك من خلال إكسابها للمتعلّم خبرة مباشرة؛ عن طريق الاحتكاك المباشر بالأشخاص والظواهر الحياتية والتفاعل معها مباشرة، مما يعطي معنى للتعلم ويوفر الإثارة والتشويق للعملية التعليمية نظراً لارتباطها بواقع وحاجات المتعلم، كما تزود المتعلمين بطرائق حديثة للحصول على المعلومات ذاتياً من مصادره الأصلية، مما يكسب الفرد إحساساً بمشكلات مجتمعه، وتولد لديه الرغبة في حلها، فتجعله قادراً على مواجهة مواقف الحياة المختلفة والتغلب على مشكلاته الحياتية (السيد، 2002).

وتساعد المهارات الحياتية على الربط بين الدراسة والتطبيق للفرد، وذلك لكشف الواقع الحياتي والسير الواعي على هدي من قوانين العلم والمعرفة، إلى جانب كثرة التدريب والمران على استخدام وتطبيق تلك القوانين في الحياة بينهم مما يعمل على زيادة انضباط الذهن، ويجعل التفكير أقوى حجة وفعالية (عمران والشناوي وصبحي، 2004).

ثانياً: الدراسات السابقة:

دراسة أوجرادي (2002) O'Grady المسحية للمناهج المقدمة لتعليم المهارات الحياتية، هدفت الدراسة إلى إجراء مسح لمناهج التعليم للمهارات الحياتية للطلبة في إنجلترا، اشتملت العينة على عشرة أمهات عاملات تم تدريبهن على كيفية التعامل مع أطفالهن، وأظهرت نتائج الدراسة أهمية تقديم مثل هذه البرامج؛ نظراً لحاجة الطلبة إلى تعلم مثل هذه المهارات التي تجعل منهم أعضاء فاعلين ومؤثرين في المجتمع، كما أظهرت نتائج الدراسة استفادة الطلبة بشكل أكبر من هذه البرامج عند تنفيذها بطريقة ممتعة، باستخدام أساليب التعزيز، والمشاركة الجماعية، والحوار والنقاش، والنمذجة والتغذية الراجعة، وممارسة الأدوار.

أما الحايك والبطاينة (2007) فقد أجريا دراسة بعنوان مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، هدفت الدراسة التعرف على مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية، من وجهة نظر طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، اشتملت العينة على (246) طالبا وطالبة موزعين على السنوات الأربعة، وأظهرت النتائج أن هناك إجماع من طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية باختلاف مستواهم الأكاديمي

وجنسهم، بأن مناهج كلية التربية الرياضية لا يتوافر فيها العدد الكافي من المهارات الحياتية اللازمة والضرورية لهم، ويعزو الباحث هذه النتائج إلى عدم استناد المناهج إلى معايير الجودة الشاملة، وعدم تنوع أساليب التدريس التي تركز على المتعلم كمحور للعملية التعليمية، ووجود فجوة بين النظرية والتطبيق، وعدم تطوير المدة التعليمية من قبل المدرسين، وأوصي الباحث بضرورة دمج المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية، وضرورة تفعيل استخدام الطلاب للتكنولوجيا الحديثة ممثلة بشبكة الانترنت، ووسائل الاتصال في العملية التعليمية.

إجراءات البحث:

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من بين طلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة وبلغ عددهم (47) طالباً.

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث وأهدافه.

أدوات البحث:

استخدم الباحث استمارة الاستبيان الخاصة بقياس المهارات الحياتية وعرضت على الخبراء وعددهم (5)، وقد اشتمل المقياس على خمس محاور أساسية وهي:

- 1- مهارة الوعي الذاتي: وتعنى القدرة الذاتية للفرد على ملاحظة تعلمه لأدائه وتقبل أخطائه في حدود قدراته، وقدرته على تحديد احتياجاته وتقييم ذاته.
- 2- مهارة اتخاذ القرارات: وتعنى اختيار أفضل البدائل أو الحلول الممكنة للفرد في موقف معين من أجل الوصول إلى تحقيق الهدف.
- 3- مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية: وتعنى قدرة الفرد على تحمل الأفعال والواجبات والمهام التي يقوم بها، و القدرة على التفريق بين الصواب والخطأ والتصرف بشكل مسئول .
- 4- مهارة القيادة: وتعنى قدرة الفرد على التخطيط السليم وتوجيه الأمور نحو الهدف وحسن التصرف وتنظيم الذات سعياً للتفوق والنجاح.
- 5- المهارات النفسية والأخلاقية: وتعنى قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته والتحكم بالروح الرياضية لاكتساب الثقة بالنفس .

المعاملات العلمية لاستمارة الاستبيان:

الصدق:

تم التأكد من صدق مقياس المهارات الحياتية عن طريق عرضه على مجموعة من المحكمين من أساتذة الجامعات، وذلك للتحقق من مدى صدق الاختبار من حيث وضوح الصياغة وملائمة كل فقرة على البعد الذي أدرجت ضمنه، وملاءمته

لقياس المهارات الحياتية لطلاب قسم التربية البدنية.

جدول (1) آراء المحكمين حول استبانة المهارات الحياتية

المحور	الرقم	الفقرات	% للموافقة
مهارة الوعي الذاتي	1	أظهر معرفة بأجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة	100
	2	أعكس صورة إيجابية عن ذاتي	80
	3	أتمكن من إصدار حكم على أدائي الشخصي	80
	4	أتمكن من مراقبة ذاتي	80
	5	أقوم بتنظيم ذاتي من خلال ضبط وتهدئة الذات	100
	6	أحرص على الوفاء بالالتزامات المطلوبة أثناء أداء المهارة	20
	7	أتواصل مع ذاتي	40
	8	أتمتع بالصّدق مع ذاتي	80
	9	أتجنب إصدار الأحكام المسبقة على أدائي	20
	10	أقيم أدائي بشكل صحيح	80

تابع جدول (1) آراء المحكمين حول استبانة المهارات الحياتية

المحور	الرقم	الفقرات	النسبة المئوية للموافقة %
مهارة اتخاذ القرارات	1	أستطيع تحديد المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرار	80
	2	أتمكن من معرفة الهدف من اتخاذ القرار	60
	3	أجمع المعلومات التي تساعد في اتخاذ القرار	100
	4	أستطيع تحديد المشكلة لتسهيل عملية صنع القرار	60
	5	أستطيع تحليل المشكلة	40
	6	لدي القدرة على البحث عن الحلول المناسبة للمشكلة	80
	7	لدي القدرة على تحديد الحلول و البدائل المناسبة	60
	8	لدي القدرة على مقارنة وتقييم الحلول	80
	9	أتمكن من اتخاذ القرار المناسب	100

100	أستطيع متابعة القرار الذي تم اتخاذه	10
80	أتمكن من إصدار حكم على القرار الذي تم اختياره	11
80	أتمكن من اتخاذ القرار بشكل مستقل	12

تابع جدول (1) آراء المحكمين حول استبانة المهارات الحياتية

المحور	لرقم	الفقرات	% للموافقة
مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية	1	أحسن التصرف في المواقف المختلفة	20
	2	أقدر ذاتي واحترمها	60
	3	أتمكن من الاعتراف بالأخطاء بأمانة	40
	4	أمتلك قدرة على التمييز بين الصواب والخطأ	80
	5	أظهر الثقة بالنفس أثناء أداء المهارة	100
	6	أمتلك القدرة على إصدار أحكام دقيقة على الذات	80
	7	أتحلى بروح المسؤولية	80
	8	أتمكن من الوصول إلى الأهداف المحددة	40
	9	أمتلك القدرة على إقناع الذات	60
	10	أظهر الحماس والمبادرة عند أداء المهارة	60

تابع جدول (1) آراء المحكمين حول استبانة المهارات الحياتية

المحور	الرقم	الفقرات	% للموافقة
مهارة القيادة	1	أتمكن من تسيير وتوجيه الأمور نحو الهدف	80
	2	أظهر الثقة بقدراتي الذاتية	20
	3	أظهر الثقة بخبراتي الذاتية	60
	4	أسعى إلى التفوق على الذات والنجاح	80
	5	أتمكن من التمييز بين خبرات النجاح والفشل	100
	6	أتمكن من التمييز بين الواقع والطموح	100
	7	أمتلك القدرة على التصرف بحكمة	80

60	أمتلك مهارة التفكير القيادي	8
80	أمتلك القدرة على التخطيط السليم	9
40	أظهر ردود أفعال مناسبة	10

تابع جدول (1) آراء المحكمين حول استبانة المهارات الحياتية

المحور	الرقم	الفقرات	% للموافقة
المهارات النفسية والأخلاقية	1	أمتلك القدرة على ضبط الانفعالات والمشاعر	60
	2	أظهر الروح الرياضية في المواقف الحركية	80
	3	أحرص على اكتساب الأخلاق الحميدة	80
	4	أوظف خبراتي في التغلب على ضغوطات الحياة	100
	5	أسعى إلى تنمية قوة الإرادة الذاتية	60
	6	أسعى إلى الوصول إلى مستوى مرتفع من الرضا الحركي	80
	7	أسعى إلى الوصول إلى مستوى مرتفع من الثقة بالنفس	80
	8	أقوم بتعزيز ذاتي	20

ثبات استبانة المهارات الحياتية الخاصة بالطلبة:

وقد تم إيجاد معامل الثبات لاستبانة المهارات الحياتية الخاصة بالطلبة، عن طريق إيجاد معامل الاتساق الداخلي، وذلك باستخدام طريقة كرونباخ ألفا (Cronbach- Alpha) على عينة استطلاعية قوامها (20) طالبا من قسم التربية البدنية من مجتمع الدراسة وخارج عينة البحث الأصلية، والجدول الآتي يبين ذلك.

جدول (2) نتائج ثبات محاور المهارات الحياتية باستخدام أسلوب ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي

المهارة الحياتية	قيمة ألفا كرونباخ
الوعي الذاتي	0.78
مهارة اتخاذ القرار	0.80
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية	0.70
القيادة	0.81
المهارات النفسية والأخلاقية	0.76
الكلية	0.94

يبين الجدول (2) نتائج ثبات محاور المهارات الحياتية باستخدام أسلوب ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، ويتبين من

بيانات الجدول أن المهارات الحياتية تتمتع بقيم اتساق داخلي بدرجة عالية، حيث بلغت للأداة ككل 0.94 وتراوحت قيم الثبات ما بين 0.70 لمحور الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية ، و 0.81 لمحور القيادة، ويعتبر معامل الثبات مناسباً لأغراض الدراسة وبشكل عام تعتبر دلالات الصدق والثبات مناسبة لأغراض الدراسة.

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث للمعالجات الإحصائية لمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية والترتيب لكونها ملائماً مع هدف البحث. وقد ارتضى الباحث بقبول العبارة 50 % فأكثر ظهر الاستبيان في صورته النهائية .

عرض النتائج ومناقشتها:

وللإجابة على تساؤل البحث فقد استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية والترتيب لكل فقرة من فقرات المهارات الحياتية الموضحة في الجدول الآتي.

جدول (3) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والترتيب لمحور الوعي الذاتي

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب في المحور
1	أظهر معرفة بأجزاء الجسم المشاركة في أداء المهارة	4.74	0.45	93.5%	2
2	أعكس صورة إيجابية عن ذاتي	4.43	0.59	88.9%	4
3	أتمكن من إصدار حكم على أدائي الشخصي	4.35	0.71	88.7%	5
4	أتمكن من مراقبة ذاتي	4.87	0.65	94.4%	1
5	أقوم بتنظيم ذاتي من خلال ضبط وتهدئة الذات	4.20	0.76	84.2%	6
8	أتمتع بالصدق مع ذاتي	4.54	0.72	90.4%	3
10	أقيم أدائي بشكل صحيح	4.01	0.66	83.9%	7

يبين الجدول (3) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمحور الوعي الذاتي، وقد تم استبعاد العبارات رقم 6، 7، 9 لعدم مصداقيتها لرأى المحكمين حيث بلغت النسبة المئوية لآراء المحكمين عليها أقل من 50% وهي النسبة التي ارتضاها الباحث. وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة الرابعة والتي تنص على " أتمكن من مراقبة ذاتي "، قد احتلت الترتيب الأول بين فقرات المحور بمتوسط حسابي 4.87 والذي يمثل نسبة مئوية قدرها 94.4%، بينما احتلت الفقرة العاشرة والتي تنص على " أقيم أدائي بشكل صحيح " المرتبة الأخيرة في المحور بمتوسط حسابي 4.01 والذي يمثل ما نسبته 83.9%.

جدول (4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والترتيب لمحور اتخاذ القرار

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب في المحور
1	أستطيع تحديد المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرار	4.39	0.72	88.0%	5
2	أتمكن من معرفة الهدف من اتخاذ القرار	4.31	0.81	86.2%	10
3	أجمع المعلومات التي تساعد في اتخاذ القرار	4.44	0.69	88.7%	4
4	أستطيع تحديد المشكلة لتسهيل عملية صنع القرار	4.32	0.67	86.4%	8
6	لدي القدرة على البحث عن الحلول المناسبة للمشكلة	4.37	0.68	87.4%	7
7	لدي القدرة على تحديد الحلول و البدائل المناسبة	4.34	0.66	86.9%	9
8	لدي القدرة على مقارنة وتقييم الحلول	4.39	0.74	87.8%	6
9	أتمكن من اتخاذ القرار المناسب	4.68	0.52	93.5%	1
10	أستطيع متابعة القرار الذي تم اتخاذه	4.31	0.74	85.2%	11
11	أتمكن من إصدار حكم على القرار الذي تم اختياره	4.51	0.66	90.2%	2
12	أتمكن من اتخاذ القرار بشكل مستقل	4.51	0.64	90.1%	3

يبين الجدول (4) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمحور الوعي الذاتي، وقد تم استبعاد العبارة رقم 5 لعدم مصداقيتها لرأى المحكمين حيث بلغت النسبة المئوية لأراء المحكمين عليها أقل من 50% وهى النسبة التى ارتضاها الباحث، وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة التاسعة والتي تنص على " أتمكن من اتخاذ القرار المناسب " قد احتلت الترتيب الأول بين فقرات المحور بمتوسط حسابي 4.68 والذي يمثل نسبة مئوية قدرها 93.5%، بينما احتلت الفقرة العاشرة والتي تنص على " أستطيع متابعة القرار الذي تم اتخاذه " المرتبة الأخيرة في المحور بمتوسط حسابي 4.31 والذي يمثل ما نسبته 85.2%.

جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والترتيب لمحور مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب في المحور
2	أقدر ذاتي واحترمتها	4.64	0.55	92.8%	1
4	أمتلك قدرة على التمييز بين الصواب والخطأ	4.33	0.66	86.6%	5
5	أظهر الثقة بالنفس أثناء أداء المهارة	4.55	0.62	91.0%	2
6	أمتلك القدرة على إصدار أحكام دقيقة على الذات	4.14	0.71	84.2%	7
7	أتحلى بروح المسؤولية	4.52	0.66	90.3%	3
9	أمتلك القدرة على إقناع الذات	4.32	0.72	86.4%	6
10	أظهر الحماس والمبادرة عند أداء المهارة	4.41	0.71	88.2%	4

يبين الجدول (5) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمحور الوعي الذاتي، وقد تم استبعاد العبارات رقم 1، 3، 8 لعدم مصداقيتها لرأي المحكمين حيث بلغت النسبة المئوية لأراء المحكمين عليها أقل من 50% وهى النسبة التى ارتضاها الباحث، وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة الأولى والتي تنص على "أقدر ذاتي واحترمتها" قد احتلت الترتيب الأول بين فقرات المحور بمتوسط حسابي 4.64 والذي يمثل نسبة مئوية قدرها 92.8%، بينما احتلت الفقرة السادسة والتي تنص على "أمتلك القدرة على إصدار أحكام دقيقة على الذات" المرتبة الأخيرة في المحور بمتوسط حسابي 4.14 والذي يمثل ما نسبته 84.2%.

جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية والترتيب لمحور مهارة القيادة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب في المحور
1	أتمكن من تسيير وتوجيه الأمور نحو الهدف	4.43	0.69	90.5%	2
3	أظهر الثقة بخبراتي الذاتية	4.29	0.70	84.7%	7
4	أسعى إلى التفوق على الذات والنجاح	4.39	0.69	83.8%	8
5	أتمكن من التمييز بين خبرات النجاح والفشل	4.39	0.65	88.8%	4
6	أتمكن من التمييز بين الواقع والطموح	4.55	0.52	91.03%	1

7	أمتك القدرة على التصرف بحكمة	4.43	0.56	%88.4	5
8	أمتك مهارة التفكير القيادي	4.45	0.64	%89.94	3
9	أمتك القدرة على التخطيط السليم	4.40	0.64	%88.0	6

يبين الجدول (6) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمحور الوعي الذاتي، وقد تم استبعاد العبارات رقم 2، 10 لعدم مصداقيتها لرأى المحكمين حيث بلغت النسبة المئوية لأراء المحكمين عليها أقل من 50% وهى النسبة التى ارتضاها الباحث، وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة الأولى والتي تنص على " أتمكن من التمييز بين الواقع والطموح " قد احتلت الترتيب الأول بين فقرات المحور بمتوسط حسابي 4.55 والذي يمثل نسبة مئوية قدرها 91.03%، بينما احتلت الفقرة السادسة والتي تنص على " أسعى إلى التفوق على الذات والنجاح " المرتبة الأخيرة في المحور بمتوسط حسابي 4.39 والذي يمثل ما نسبته 83.8%.

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمحور المهارات النفسية والأخلاقية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الترتيب في المحور
1	أمتك القدرة على ضبط الانفعالات والمشاعر	4.81	0.46	%90.5	3
2	أظهر الروح الرياضية في المواقف الحركية	4.61	0.54	%93.1	1
3	أحرص على اكتساب الأخلاق الحميدة	4.60	0.64	%90.9	2
4	أوظف خبراتي في التغلب على ضغوطات الحياة	4.32	0.67	%87.4	5
5	أسعى إلى تنمية قوة الإرادة الذاتية	4.30	0.65	%84.9	7
6	أسعى إلى الوصول إلى مستوى مرتفع من الرضا الحركي	4.37	0.72	%86.3	6
7	أسعى إلى الوصول إلى مستوى مرتفع من الثقة بالنفس	4.41	0.71	%89.2	4

يبين الجدول (7) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لمحور الوعي الذاتي، وقد تم استبعاد العبارات رقم 2، 10 لعدم مصداقيتها لرأى المحكمين حيث بلغت النسبة المئوية لأراء المحكمين عليها أقل من 50% وهى النسبة التى ارتضاها الباحث، وباستعراض قيم النسب المئوية نجد أن الفقرة الأولى والتي تنص على " أظهر الروح الرياضية في المواقف الحركية " قد احتلت الترتيب الأول بين فقرات المحور بمتوسط حسابي 4.61 والذي يمثل نسبة مئوية قدرها 93.1%، بينما احتلت الفقرة السادسة والتي تنص على " أسعى إلى تنمية قوة الإرادة الذاتية " المرتبة الأخيرة في

المحور بمتوسط حسابي 4.30 والذي يمثل ما نسبته 84.9%.

إن استخدام الأساليب المتعددة في تدريس التربية البدنية أدى إلى توسيع خبرة الطلاب وتوليد معلومات جديدة أكثر عمقاً، الأمر الذي عزز زيادة تحصيل الطلاب للمفاهيم والمعارف التي تضمنها البرامج التعليمية المختلفة، وجذب انتباههم وزيادة دافعيتهم للتعلم، ويساعد نظام المجموعات على التفاعل الواضح بين أفراد المجموعة الواحدة، وتعاونهم في إدراك المعارف والحقائق الجديدة، كما شجعهم على الحوار والمناقشة في القضايا التي هي من صلب عمل التدريس المبني على المهارات الحياتية، ويتفق هذا مع ما أشار إليه الديري والحاك (2011).

كما أن الفرصة المتاحة لجميع الطلبة في المشاركة الفاعلة في عملية التعلم مما يؤدي إلى ظهور أثر كبير في بناء المعرفة لدى طلاب قسم التربية البدنية والعلاقات العلمية المتبادلة بينهم وبين أعضاء هيئة التدريس بالقسم جعل البنى المعرفية لديهم أكثر تنسيقاً وتنظيماً مما يساهم في زيادة التحصيل لديهم وبالتالي دعم المهارات الحياتية لديهم، وينمي لديهم التفكير المنطقي، مما يساهم في تحسين مستوى تحصيل الطلبة، ويجعلهم يدركون القيمة الوظيفية للعلم، وأهمية المعرفة للحياة، بالإضافة لتوافر عناصر المنافسة والإثارة والمرح، مما يؤدي إلى المشاركة الفاعلة والإيجابية في عملية التعلم الأمر الذي ينعكس إيجاباً على تحصيل الطلبة وزيادة تعلمهم.

الاستنتاجات:

في ضوء هدف البحث واستناداً إلى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج توصل الباحث إلى أكثر العبارات الخاصة بقياس المهارات الحياتية أهمية بالنسبة لطلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقفزة وهي أتمكن من مراقبة ذاتي ، أتمكن من اتخاذ القرار المناسب ، أقدر ذاتي واحترميها ، أتمكن من التمييز بين الواقع والطموح، أظهر الروح الرياضية في المواقف الحركية وقد حازت على نسب مئوية متفاوتة ما بين 91.03%، 94.40%.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بما يأتي:

1. تفعيل التدريس المبني على المهارات الحياتية
2. التنوع في أساليب تدريس مناهج التربية البدنية بقسم التربية البدنية بهدف تنمية المهارات الحياتية بأنواعها المختلفة، ولإثارة دافعيتهم للمشاركة في الدروس بفعالية.
3. ضرورة توجيه تطوير المناهج نحو التوسع في تطبيق المهارات الحياتية أثناء التدريس.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

1. الحايك، صادق والبطاينة، أحمد، (2007) مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، المجلد الأول، مؤتمر كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
2. الحايك، صادق والسوطري، حسن (2008) أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي، مؤتمر كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
3. الحايك، صادق والشرقي، وليد (2008) مدى تأهيل الطالب المعلم في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية في توظيف المهارات الحياتية في التدريس أثناء التدريب الميداني، مؤتمر رؤى تحديثية لبرامج التربية العملية بكليات التربية في الوطن العربي خلال الألفية الثالثة، الأردن: جامعة الزرقاء الخاصة، ص 153 - 167.
4. الحايك، صادق والمنسي، تيسير (2007) دور مناهج كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية في إعداد المواطن المواكب لمتطلبات القرن الجديد، بحث منشور، مجلد المؤتمر الأول لجمعية كليات التربية الرياضية العربية، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، ص 1 - 14.
5. الديري، علي والحايك، صادق (2011م)، استراتيجيات تدريس التربية الرياضية المبنية على المهارات الحياتية في عصر الاقتصاد المعرفي وتطبيقاتها العملية، عمان: المعدان
6. السيد، أحمد (2002) استخدام برنامج قائم على نموذج التعلم البنائي الاجتماعي وأثره في التحصيل الدراسي وتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلبة الصف الخامس الابتدائي، دراسات في المناهج وطرق التدريس، (72)، 15.
7. عمران، تغريد، الشناوي وصبحي، عفاف (2006) المهارات الحياتية، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
8. يونيسف (2008) دليل التدريب على نهج التعلم المبني على مهارات الحياة، عمان: ادارة المناهج، 11 - 13.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

9. Mosston, M. & Ashworth, S. (2002) Teaching Physical Education , 5th edition. New York, Benjamin Cummings.
10. O'grady, C. (2002) Basic Needs Not Be Boring, Time Educational