



أهمية الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية بعض المهارات  
الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

ت النشر	ت القبول	ت الارسال
2020/01/30	2019/12/17	2019/12/07

**The importance of extracurricular sport activities in the development of some life skills in secondary stage students.**

**L'importance des activités sportives parascolaires dans le développement de certaines aptitudes de la vie chez les élèves du secondaire.**

المؤلف 1: أحمد رافع

Author 1:  
University of affiliation (Institute,  
laboratory.....)  
Phone: ..... Email: .....

مخبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية، جامعة البويرة.

الهاتف : 0669.44.27.06

البريد الإلكتروني: a.rafa@univ-bouira.dz

Author 1:  
University of affiliation (Institute,  
laboratory.....)  
Phone: ..... Email: .....

المؤلف 2: رفيق علوان

مخبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية، جامعة البويرة.

البريد الإلكتروني: Rafik1610@hotmail.fr

**المخلص:**

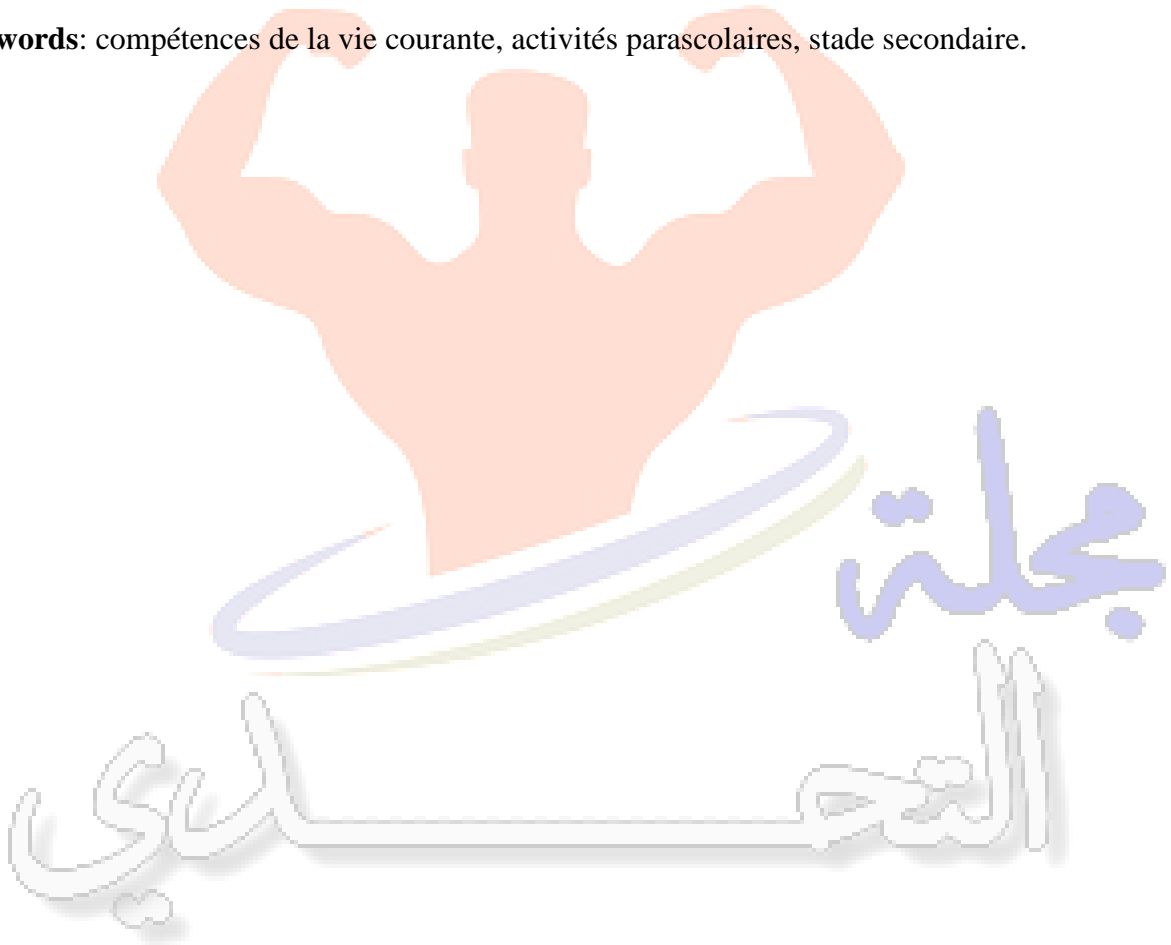
هدف البحث الحالي إلى معرفة أهمية الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي في مجالات (مهارات التواصل مع الآخرين، مهارة اتخاذ القرار، مهارة التفكير الإبداعي، مهارة الاعتماد على النفس، مهارة حل المشكلات)، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة وتطبيق مقياس المهارات الحياتية على عينة عشوائية قوامها (190) تلميذا وتلميذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بعض ثانويات ولاية المدية، حيث تم استخلاص النتائج وتحليلها باستخدام البرنامج الإحصائي (spss)، وأظهرت النتائج أن الأنشطة اللاصفية تساهم بشكل مقبول في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي، وعليه أوصى الباحثان بضرورة تصميم منهاج التربية البدنية والرياضية بحيث يتضمن المهارات الحياتية المختلفة التي تساعد التلميذ على التعامل الإيجابي مع مختلف المواقف التي تصادفه.

**الكلمات الدالة:** المهارات الحياتية، الأنشطة الرياضية اللاصفية، الطور الثانوي.

**Abstract:**

L'objectif de la recherche actuelle est de connaître L'Importance des activités extra-scolaires pour développer certaines aptitudes de la vie chez les élèves du secondaire, dans les domaines suivants: communication avec les autres, aptitude à la décision, capacité de réflexion créative, capacité de confiance, Les deux chercheurs ont utilisé l'approche descriptive pour atteindre les objectifs de l'étude et appliquer l'échelle de compétences de la vie à un échantillon aléatoire de (190) étudiant , où les résultats ont été tirés et analysés à l'aide du programme statistique (spss) , Les résultats montrent que les activités parascolaires contribuent de manière acceptable au développement de certaines aptitudes de la vie chez les élèves du secondaire. Les chercheurs ont donc recommandé que le programme d'éducation physique et sportive soit conçu de manière à inclure diverses aptitudes de la vie qui permettent à l'élève de gérer de manière positive différentes situations.

**Key words:** compétences de la vie courante, activités parascolaires, stade secondaire.



أهمية الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

### 1- إشكالية البحث:

لم تعد التربية في عالم اليوم تقتصر على جانب معين من جوانب النمو، وإنما هي تربية مستمرة متكاملة ومتجددة، والنشاط الطلابي أحد روافدها ومقوماتها، فقد اهتمت التربية الحديثة بتزويد لتلاميذ بالثقافة العامة الأساسية وتنمية القيم والاتجاهات والميول والمهارات وأنماط التفكير المرغوب فيها داخل الصف الدراسي وخارجه، فالمدرسة تهدف إلى مساعدة طلابها على النمو السوي جسميا وعقليا واجتماعيا وعاطفيا، حتى يصبحوا مواطنين مسؤولين عن أنفسهم ومجتمعاتهم، ويفهموا بيئاتهم الطبيعية والاجتماعية والثقافية بكل مستوياتها، وتحقيق ذلك يتطلب إحداث تغييرات جذرية في سلوك الطالب من خلال التعليم المرتبط بالعمل، ولا يكون هذا إلا بإتاحة الفرص المتنوعة أمام التلاميذ لممارسة أنشطة متنوعة داخل المدرسة وخارجها (عرفة، 2010، ص3).

حيث يعتبر النشاط البدني الرياضي ميدانا مهما من ميادين التربية يهدف إلى إعداد الفرد الصالح وتزويده بالخبرات والمهارات التي تمكنه من التكيف مع مجتمعه ويجعله قادرا على مسايرة العصر في تطور ونموه، إذ نجد في المؤسسات التربوية نوعين من الأنشطة الرياضية، أنشطة صفية تمارس في اطار برنامج المؤسسة تهدف إلى الاعداد البدني العام واكتساب الصحة واللياقة البدنية وتعليم المهارات النافعة لحسن استغلال الوقت واكتساب والقوام السليم، وأنشطة لاصفية تمارس خارج دوام الحصص المبرمجة في المؤسسة التربوية بهدف اكتساب وصقل المواهب الرياضية الكامنة لدى التلاميذ والتي لم تتح لهم الفرصة لإظهارها خلال حصص التربية البدنية والرياضية (طراد، 2017، ص02).

فالأنشطة اللاصفية تلعب دورا في تكوين التلاميذ وتنمية مهارات عديدة لديهم، وترفع من كفاءتهم إن تم توظيفها وممارستها على أكمل وجه ممكن، فهي تسهم في تشجيعهم وتحفيزهم للمشاركة في المسابقات التي تنظم خارج أسوار مدارسهم، كما تساعدهم على تنمية مهارة التعلم الذاتي وتنمي لديهم الاستقلالية وحرية الفكر، فالطالب الذي يتعلم عن طريق الأنشطة يعود نفسه على المقارنة والتجريب والتفكير بعمق ما يمكنه من استخدام هذه الطريقة في حياته اليومية (مباركي، 2017، ص178).

إذ نجد أن المهارات الحياتية التي يحتاجها الأفراد تختلف باختلاف المجتمعات والأزمنة، وتتباين هذه المهارات من حيث الأهمية تبعا للتطورات والتغيرات الحاصلة في العالم، فالتقدم التكنولوجي المتسارع يتطلب تطورا وتغيرا مستمرين في المهارات الحياتية يكون متزامنا مع اختلاف المراحل العمرية اختلاف متطلباتها بهدف الوصول إلى حياة سعيدة ونجاح عملي في التعامل مع المحيط، فضلا عن تطوير القدرات الذاتية في مواجهة

المشكلات والتحديات، وتطوير القدرات العقلية العليا المرتبطة بالاكشاف والنقد والتحليل والإبداع وحل المشكلات (فرحان، الحديدي، 2016، ص321).

حيث أن معظم الأنشطة البدنية الرياضية تمارس بشكل جماعي الأمر الذي يجعلها حقلا اجتماعيا تربويا يوفر للتلميذ عمليات التواصل والتفاعل الاجتماعي أكثر من أي مجال آخر، حيث تظهر فيه سمات التلاميذ وشخصياتهم، وتوجهاتهم وطموحاتهم على اختلافها فتحتدم كل أشكال التفاعل الاجتماعي في تلك المنافسات الرياضية بين التلاميذ (بوعنق، ناصري، حملاوي، 2016، ص14)، ومن خلال ما سبق تم طرح التساؤل التالي:

- هل للأنشطة الرياضية اللاصفية أهمية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي؟

## 2- فرضيات الدراسة:

هي تفسير مؤقت للمشكلة أو الظاهرة المدروسة، أو هي إجابة محتملة ومبدئية لأحد أسئلة البحث (مكي، 2013، ص92)، فهي حل مؤقت للمشكلة التي يدرسها الباحث ولكن صحة الفروض يحتاج إلى إثبات وتحقيق، ولا بد أن يستخدم الوسائل المناسبة لجمع البيانات و الحقائق التي تثبت صحة الفرض أو عدم صحته (قادوس، 1995، ص 29)، وعليه تم صياغتها كالتالي:

- للأنشطة الرياضية اللاصفية أهمية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

## 3- أهداف البحث:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على:

- أهمية الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي، والتي تساعدهم على التعامل بإيجابية مع مختلف مواقف الحياة.

## 4- مصطلحات الدراسة:

يرى العزاوي (2008، ص50) أنه من المهم توضيح المقصود بالمصطلحات المستعملة بالبحث حتى لا يساء فهمها، أو تفهم بدلالة غير الدلالة الواردة في هذه الدراسة وكثيرا ما تتعدد المعاني المستخدمة في الدراسة، وقد يتم تحديد المعنى بطريقة إجرائية أو بدلالة الإجراءات والبيانات والأدوات الخاصة بهذه الدراسة.

## 4-1- الأنشطة الرياضية اللاصفية:

يعرفها الباحث بأنها الأنشطة التي تمارس خارج أوقات حصة التربية البدنية والرياضية، سواء كانت أنشطة داخلية تمارس خارج أوقات الدراسة داخل المؤسسة التربوية وهي نشاط غير إجباري على التلميذ، أو أنشطة خارجية والتي تمارس في صورة منافسات بين الفرق المدرسية.

## 4-2- المهارات الحياتية:

تعرفها سلامة (2015، ص117) بأنها السلوكيات والمهارات الشخصية والاجتماعية اللازمة للفرد للتعامل بثقة أكبر واقتدار مع نفسه ومع الآخرين ومع المجتمع، وذلك عن طريق اتخاذ القرارات الأنسب على المستويات

المختلفة، الشخصية، الاجتماعية، والنفسية، وتطوير آليات لتحمل المسؤولية عن الأفعال الشخصية، وفهم النفس والغير وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين وتفاذي حدوث الأزمات وخلق آليات للتعامل مع الأزمات عند حدوثها.

وعرفها أبو حماد (2017، ص22) المهارات الحياتية بأنها الرغبة والقدرة على حل المشكلات الحياتية شخصية أو اجتماعية، أو مواجهة تحديات يومية، أو إجراء تعديلات وتحسينات في أسلوب ونوعية حياة الفرد والمجتمع، وتقاس قوة وضعف المهارات الحياتية لدى الفرد من خلال تقدير قوة وضعف اختياراته، فكلما كانت الاختيارات جيدة وصائبة كانت مهاراته الحياتية قوية.

#### 5- الدراسات السابقة والمشابهة:

أجرى عبد الرحمان جمعة وافي (2010) دراسة بعنوان "المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة"، بهدف معرفة مستوى المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية، وقد انتهج الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة (262) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية، (116) طالبا و(146) طالبة، حيث استخدم الباحث قائمة (تيلي) للذكاءات المتعددة ومقياس المهارات الحياتية، وباستخدام الأساليب الاحصائية اختبار "ت" واختبار تحليل التباين الأحادي (way anova one) واختبار شيفيه البعدي (scheffe) كانت أهم النتائج التي استطاع الباحث التوصل إليها: لا يوجد ارتباطا دالا إحصائيا بين مستوى المهارات الحياتية بأبعاده والذكاءات المتعددة بأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية، وأن طلبة المرحلة الثانوية يمتلكون مهارات حياتية بشكل جيد ونسبة فوق المتوسطة، إضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغيرات الجنس ومستوى تعليم الوالد، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمكان السكن، وعليه أوصى الباحث بتنفيذ دراسات وبرامج عملية لتنمية المهارات الحياتية والذكاءات المتعددة، وإمداد المعلمين بدورات تدريبية متقدمة وإعدادهم على استخدام استراتيجيات تدريسية وتعليمية مطورة بحيث تواكب ذكاءات الطلبة وقدرتهم على صقل المهارات الحياتية للطلبة.

أجرى صغير نور الدين (2012) بحثا بعنوان "دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين"، بهدف التعرف على دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية (المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، مهارة الاتصال والتواصل، المهارات النفسية والأخلاقية، مهارة الوعي الذاتي، ومهارة الاعتماد على النفس) عند الناشئين حسب متغير نوع الرياضة (رياضات فردية ورياضات جماعية) وكذا معرفة علاقة الالتزام الرياضي بالمهارات الحياتية، وقد انتهج الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسحي المقارن على عينة (301) رياضي، حيث استخدم الباحث مقياس المهارات الحياتية الذي قام بتصميمه

الحايك والبطاينة ومقياس الالتزام الرياضي الذي صممه صدقي نور الدين، وباستخدام الأساليب الاحصائية المناسبة توصل الباحث الى النتائج التالية: أن الناشئين الممارسين للرياضات الجماعية يتميزون بدرجة عالية في كل من المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، مهارة الاتصال والتواصل، في حين تميز الناشئون الممارسون للرياضات الفردية في المهارات النفسية والأخلاقية ومهارة الاعتماد على النفس، وأن خبرة الممارسة تلعب دورا إيجابيا في اكتساب الناشئين للمهارات الحياتية، إضافة إلى أنه كلما ارتفعت درجة الناشئ الرياضي في أبعاد الالتزام الرياضي كان اكتسابه أكثر للمهارات الحياتية، وعليه أوصى الباحث بضرورة توظيف المهارات الحياتية في برامج النشاط البدني الرياضي، وذلك من خلال الربط بين المواقف التدريبية والتنافسية، والعمليات العقلية والنفسية أيضا الاجتماعية التي تميز هذه المرحلة العمرية للناشئ، مع ضرورة الاهتمام بوضع برامج خاصة للنشاط البدني الرياضي لتنمية المهارات الحياتية والتي تراعي حاجات اللاعبين الناشئين من جهة وواقع المجتمع المحلي وتحديات العصر من جهة أخرى.

أجرى طراد توفيق (2017) بحثا بعنوان "تأثير الجوانب النفسي الاجتماعي والاخلاقي والتربوي لأستاذ التربية البدنية والرياضية في اقبال التلاميذ على الأنشطة اللاصفية"، بهدف معرفة هل لمستوى التكوين والجانب النفسي الاجتماعي والجانب الاخلاقي تأثير في اقبال التلاميذ على الأنشطة اللاصفية، وقد انتهج الباحث المنهج الوصفي على عينة قوامها (300) تلميذ وتلميذة و(20) أستاذ تم اختيارهم عشوائيا من ثانويات الجزائر العاصمة، حيث استخدم الباحث استبيانين قام بإعدادهما، وباستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة توصل الباحث الى النتائج التالية: حرص الاستاذ على المحافظة على هذه الجوانب مع التلاميذ يحفزهم نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية، واحساس الاستاذ بالدور الكبير الذي يلعبه في التأثير على التلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية يتعكس على اقبالهم على ممارسة الأنشطة اللاصفية، إضافة الى الانعكاسات الايجابية لإعداد وتكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية من الناحية التربوية على مكانته بين التلاميذ.

#### 6- الدراسة الأساسية:

#### 6-1- المنهج العلمي المتبع:

نظرا لطبيعة موضوع الدراسة ومن أجل الإحاطة الشاملة والدقيقة بالمشكلة وتشخيصها بات من الضروري استخدام المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة وكذلك يساهم بشكل كبير في دراسة العلاقة بين المتغيرات بصفة دقيقة، فهو تشخيص علمي لظاهرة قائمة بقدر ما يتوافر من أدوات موضوعية، ثم يعبر عن هذا التشخيص برموز لغوية ورياضية مضبوطة وفق تنظيم محكوم (التميمي، 2013، ص 21).

**6-2- متغيرات البحث:**

- **المتغير المستقل:** هو المتغير الذي يؤثر على المتغير التابع سواء بشكل إيجابي أو سلبي بحيث أنه يظهر المتغير المستقل والتغير فيه يحدث تغير في المتغير التابع (راضي، 2015، ص103)، وتمثل في هذا البحث في: الأنشطة الرياضية اللاصفية.

- **المتغير التابع:** ويسمى هذا النوع من المتغيرات بمتغير الاستجابة وهو ينتج من أثر المتغير المستقل، أي أن قيمة هذا المتغير تتأثر بتغير قيمة المتغير المستقل (منسى، الشريف، 2014، ص14)، وتمثل في هذا البحث في: المهارات الحياتية.

**6-3- المجتمع:**

يعني جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث (عطوي، 2015، ص111)، يقصد به جميع مفردات أو وحدات الظاهرة تحت البحث (النعمي، البياتي، خليفة، 2015، ص77)، ويمكن تحديد مجتمع الدراسة الحالية في جميع تلاميذ الطور الثانوي بولاية المدية.

**6-4- عينة الدراسة:**

هي النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليها أو هي جزء من مجتمع البحث الذي يتناوله الباحث بالبحث والتحليل بهدف تعميم النتائج التي يتحصل عليها على المجتمع الذي سحبت منه العينة (السعدوي، الجنابي، 2013، ص33)، حيث قدر حجم العينة ب (190) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

**6-5- أدوات الدراسة:**

قام الباحثان بتصميم استبانة خاصة بالمهارات الحياتية، وهذا بعد الاطلاع على عدة مقاييس واستبانات تناولت موضوع المهارات الحياتية، بعدها تم عرض هذه الاستبانة على مجموعة من الاساتذة ذوي الخبرة، وبعد عملية التحكيم تم أخذ الملاحظات بعين الاعتبار واجراء التعديلات اللازمة التي أوصى بها المحكمون، وكذا إعادة صياغة بعض العبارات، حيث تكونت الاستبانة في صيغتها النهائية على 35 عبارة، موزعة على 5 أبعاد وفق سلم خماسي التدرج (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا).

عند تصحيح عبارات المقياس يتم منح العبارات الموجبة الدرجات التالية: (دائما=5، غالبا=4، أحيانا=3، نادرا=2، أبدا=1)، كما يتم منح العبارات السالبة الدرجات التالية: (دائما=1، غالبا=2، أحيانا=3، نادرا=4، أبدا=5)، يتم جمع درجات كل العبارات حيث أن الدرجة العظمى للمقياس هي 175، أما الدرجة الدنيا فهي مقدره ب35.



الجدول (01): يبين درجات الأبعاد ودرجات المقياس

مرتفع جدا	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جدا	
35-31	30-25	24-19	18-13	12-7	درجة البعد
175-149	148-121	120-92	91-64	63-35	درجة المقياس ككل

حيث تم التأكد من صدق الاستبانة من خلال:

\* **الصدق الظاهري:** من خلال عرض الاستبانة على مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة كما تم ذكره سابقا، كما قمنا أيضا بالتحقق من الصدق الذاتي أو ما يطلق عليه مؤشر الثبات والذي يساوي جذر الثبات والذي بلغت قيمته (0.95).

\* **صدق الاتساق الداخلي:** الذي يتم فيه إيجاد قوة الارتباط بين درجات فقرات الأداة ودرجات أبعادها التي تنتمي لها، وبين درجات فقرات الأداة كل على حدة ودرجة الاختبار الكلي، وبين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، حيث تم حذف (5) عبارات التي لم تظهر الدلالة الاحصائية من خلال المقارنة مع القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون.

كما التأكد من ثبات الاستبانة من خلال:

\* **الاختبار وإعادة الاختبار Test-Retest:** تعتمد هذه الطريقة على تطبيق الاستبانة على مرحلتين من خلال تطبيقها وإعادة تطبيقها على نفس العينة بفارق زمني قدر ب (10) أيام، ومن هذا المنطلق قمنا بتطبيق الاستبانة وإعادة تطبيقها، وبعدها تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نتائج القياس الأول والقياس الثاني، حيث بلغت قيمة معامل الثبات (0.93) عند مستوى الدلالة 0.05.

\* **التجزئة النصفية:** يتم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية بتطبيق الاستبانة مرة واحدة فقط، وبعدها تقسم أو تجزئ فقراتها إلى نصفين (الفقرات الفردية معا والزوجية معا)، وبعدها حساب معامل الثبات لنصف الاستبانة، ولكن هذه القيمة تمثل قيمة الثبات لنصف الاستبانة، ولكي نحصل على قيمة ثبات الاستبانة الكلي يجب القيام بالتصحيح بمعادلة سبيرمان- براون، حيث بلغت القيمة الكلية بعد التصحيح 0.90، وهذا ما يمثل ثبات عالي للاستبانة.

. **طريقة ألفا غرونباخ:** حيث بلغت قيمتها 0.91 وهذا يعني تمتع الاستبانة بدرجة عالية من الثبات، أي قابليتها للتطبيق.



6-6- الأساليب الإحصائية:

\* المتوسط الحسابي.

\* الانحراف المعياري.

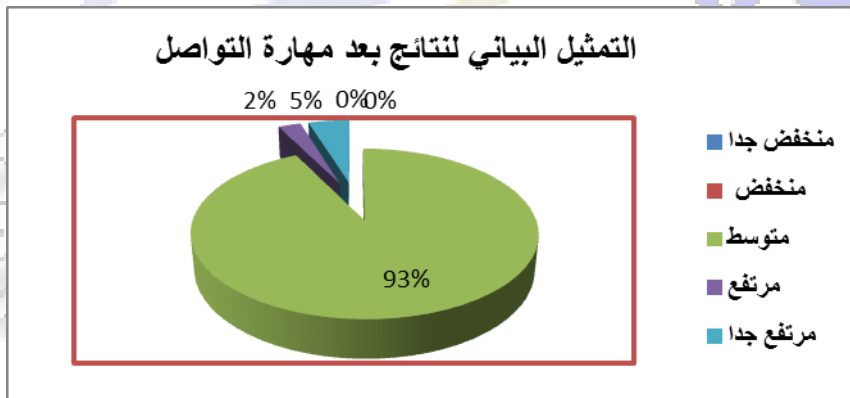
\* النسب المئوية.

7- عرض وتحليل النتائج:

البعد الأول "مهارة التواصل مع الآخرين":

الجدول (02): يبين مستوى المهارات الحياتية لدى التلاميذ في بعد التواصل مع الآخرين.

التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
متوسط	2.63	22.47	00%	00	منخفض جدا
			00%	00	منخفض
			93%	176	متوسط
			02%	05	مرتفع
			05%	09	مرتفع جدا
			100%	190	المجموع

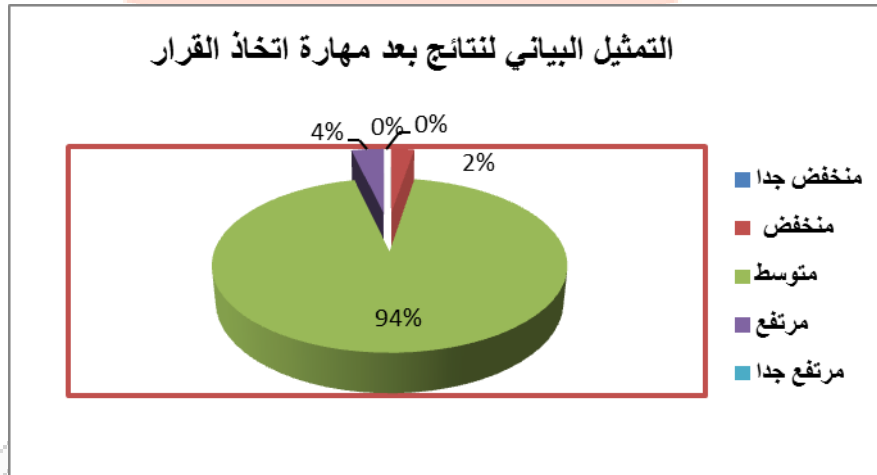


من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (02) الذي يمثل نتائج البعد الأول "بعد مهارة التواصل مع الآخرين"، نلاحظ أن مستوى المهارات الحياتية منخفض جدا في بعد مهارة التواصل مع الآخرين بنسبة 00%، ومنخفض بنسبة 00%، ومتوسط بنسبة 93%، ومرتفع بنسبة 02%، ومرتفع جدا بنسبة 05% لدى عينة الدراسة (التلاميذ)، حيث بلغ المتوسط الحسابي (22.47) والانحراف المعياري (2.63).

. البعد الثاني "مهارة اتخاذ القرار":

الجدول (03): يبين مستوى المهارات الحياتية لدى التلاميذ في بعد مهارة اتخاذ القرار.

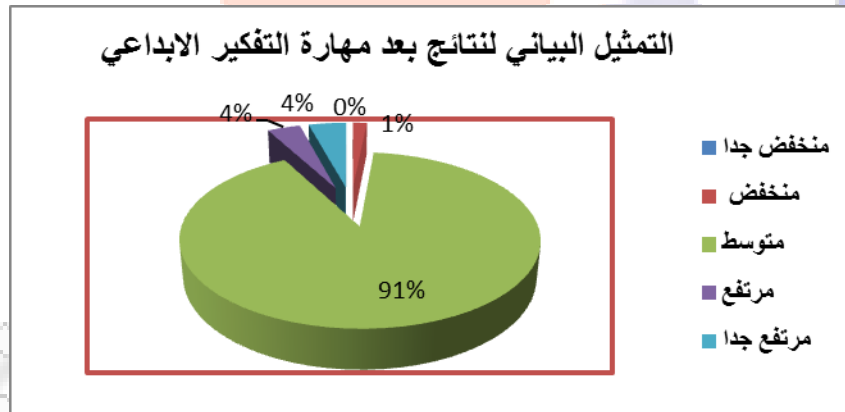
التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
متوسط	1.44	22.50	00%	00	منخفض جدا
			02%	05	منخفض
			94%	178	متوسط
			04%	07	مرتفع
			00%	00	مرتفع جدا
			100	190	المجموع



من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (03) الذي يمثل نتائج البعد الثاني "بعد مهارة اتخاذ القرار"، نلاحظ أن مستوى المهارات الحياتية منخفض جدا بنسبة 00%، ومنخفض بنسبة 02% ومتوسط بنسبة 94%، ومرتفع بنسبة 04% ومرتفع جدا بنسبة 00% لدى عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (22.50) بانحراف معياري قدره (1.44).

الجدول (04): يبين مستوى المهارات التلاميذ في بعد مهارة التفكير الابداعي.

التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
متوسط	2.42	23.10	%00	00	منخفض جدا
			%01	03	منخفض
			%91	173	متوسط
			%04	07	مرتفع
			%04	08	مرتفع جدا
			%100	190	المجموع



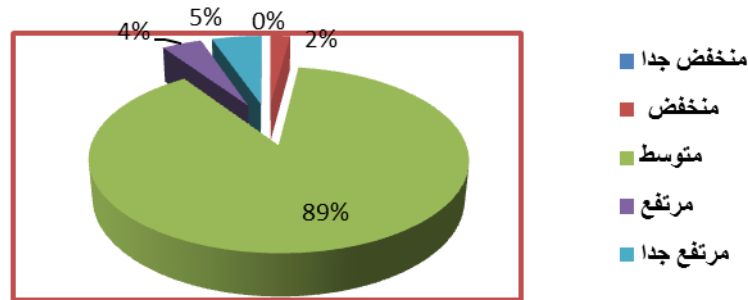
من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (04) الذي يمثل نتائج البعد الثالث "بعد مهارة التفكير الابداعي"، نلاحظ أن مستوى المهارات الحياتية منخفض جدا بنسبة %00، ومنخفض بنسبة %01 ومتوسط بنسبة %91، ومرتفع بنسبة %04، ومرتفع جدا بنسبة %04 لدى عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (23.10) بانحراف معياري قدره (2.42).

\* البعد الرابع "مهارة الاعتماد على النفس":

الجدول 05: يبين مستوى المهارات الحياتية لدى التلاميذ في بعد مهارة الاعتماد على النفس.

التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
متوسط	2.79	23.05	00%	00	منخفض جدا
			02%	04	منخفض
			89%	168	متوسط
			04%	08	مرتفع
			05%	10	مرتفع جدا
			100%	190	المجموع

التمثيل البياني لنتائج بعد مهارة الاعتماد على النفس

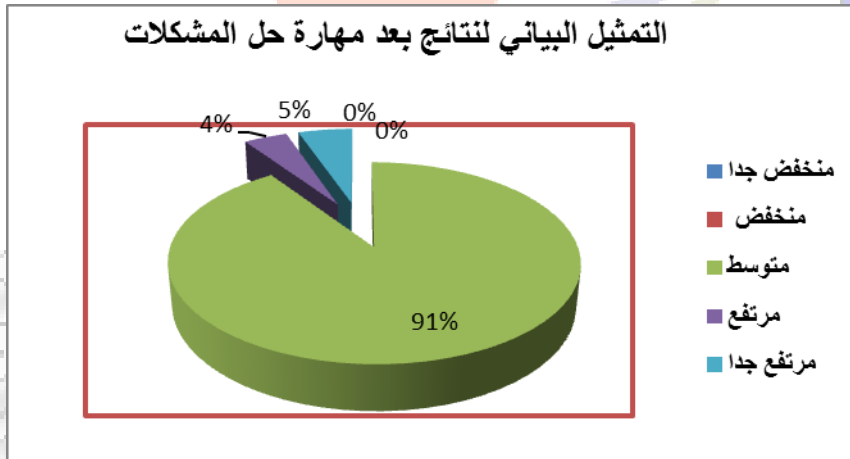


من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (05) الذي يمثل نتائج البعد الرابع "بعد مهارة الاعتماد على النفس"، نلاحظ أن مستوى المهارات الحياتية منخفض جدا بنسبة 00%، ومنخفض بنسبة 02%، ومتوسط بنسبة 89%، ومرتفع بنسبة 04%، ومرتفع جدا بنسبة 05%، لدى عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (23.05) بانحراف معياري قدره (2.79).

البعد الخامس "مهارة حل المشكلات":

الجدول (06): يبين مستوى المهارات الحياتية لدى التلاميذ في بعد مهارة حل المشكلات.

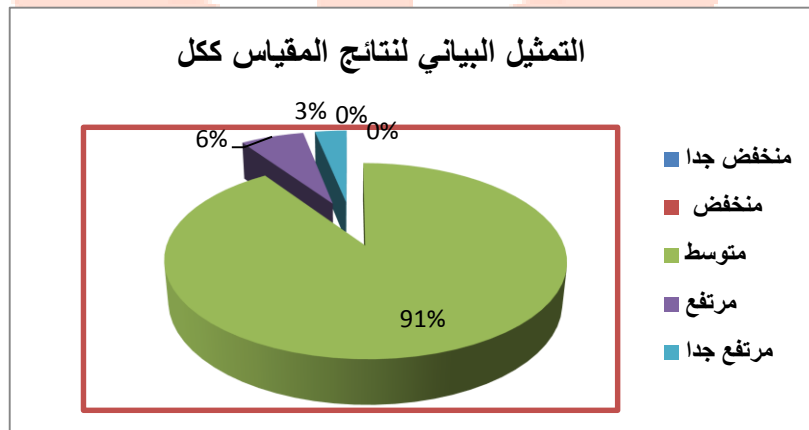
التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
متوسط	2.71	22.47	00%	00	منخفض جدا
			00%	00	منخفض
			91%	172	متوسط
			04%	08	مرتفع
			05%	10	مرتفع جدا
			100%	190	المجموع



من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (06) الذي يمثل نتائج البعد الخامس "بعد مهارة حل المشكلات"، نلاحظ أن مستوى المهارات الحياتية منخفض جدا بنسبة 00%، ومنخفض بنسبة 00%، ومتوسط بنسبة 91%، ومرتفع بنسبة 04%، ومرتفع جدا بنسبة 05% لدى عينة الدراسة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (22.47) بانحراف معياري قدره (2.71).

الجدول 07: يبين مستوى المهارات الحياتية لدى التلاميذ على مقياس المهارات الحياتية ككل.

التقييم	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التكرار	المستوى
متوسط	9.20	113.60	00%	00	منخفض جدا
			00%	00	منخفض
			91%	172	متوسط
			06%	12	مرتفع
			03%	06	مرتفع جدا
			100%	190	المجموع



من خلال نتائج التحليل الإحصائي الموضحة في الجدول رقم (07) الذي يمثل نتائج مقياس المهارات الحياتية ككل، نلاحظ أن مستوى المهارات الحياتية منخفض جدا بنسبة 00%، ومنخفض بنسبة 00% ومتوسط بنسبة 91% ومرتفع بنسبة 06% ومرتفع جدا بنسبة 03% لدى عينة الدراسة من التلاميذ، حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي (113.60) بانحراف معياري قدره (9.20).

الاستنتاج العام:

مساهمة الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى التلاميذ كان مقبولا (بدرجة متوسطة) حسب أداة الدراسة، حيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج صاصيلا (2011) التي أظهرت أن تحقق المهارات الحياتية حصل تقدير متوسط لدى طلبة كلية التربية، إضافة إلى دراسة بشير وحملوي (2015) التي خلصت إلى أن التكوين في معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية مقبول إلى حد ما حسب محاور

الاستبانة المتمثلة في المهارات البدنية والمهارية، مهارات الاتصال والتواصل، المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، المهارات النفسية والأخلاقية، وكذا مع نتائج دراسة وافي (2010) التي أظهرت بأن الطلبة يمتلكون المهارات الحياتية بشكل جيد، واختلفت مع نتائج دراسة شريف (2018) التي أظهرت أن درجة امتلاك طلبة قسم علم النفس لبعض المهارات الحياتية مرتفعة.

كما أظهرت دراسة صغير (2012) أن الناشئين الممارسين للرياضات الجماعية يتميزون بدرجة عالية في كل من المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، مهارة الاتصال والتواصل، في حين تميز الناشئون الممارسون للرياضات الفردية في المهارات النفسية والأخلاقية ومهارة الاعتماد على النفس.

فالأنشطة الرياضية المختلفة تساهم في إكساب التلاميذ العديد من المهارات سواء من خلال الأنشطة الجماعية أو الفردية، إلا أنه يجب الاهتمام أكثر بموضوع المهارات الحياتية لما له من أهمية بالغة في مساعدة الفرد (التلميذ) على التعامل والتكيف الإيجابي مع مختلف المواقف الحياتية التي تصادفه، ومسيرة ومواكبة التغيرات التي يشهدها المجتمع بما يفرضه التطور العلمي والتكنولوجي في هذا العصر، لذا يجب التأكيد على المهارات الحياتية بتصنيفاتها وأنواعها المختلفة والعمل على تضمينها أكثر في مناهج مختلف المواد التي يدرسها التلميذ خلال مساره التعليمي وفي مختلف الأطوار الدراسية.

#### توصيات الدراسة:

- إعداد قائمة بأهم المهارات التي يحتاجها التلاميذ والعمل على تضمينها في مناهج التربية البدنية والرياضية.
- تصميم مناهج التربية البدنية بحيث يتضمن المهارات الحياتية المختلفة التي تساعد التلميذ على التعامل الإيجابي مع مختلف المواقف التي تصادفه.
- إجراء دراسات وبحوث حول المهارات الحياتية للمراحل التعليمية الأخرى (المتوسطة، والابتدائي)، للوقوف على مستواها لدى التلاميذ ومدى تضمينها في المناهج الدراسية المعتمدة.
- اعتماد موضوع المهارات الحياتية كمادة مستقلة تدرس للتلاميذ في الأطوار الدراسية المختلفة.



## المراجع:

- 1- عرفة، خضر حسني، دور مديري المدارس الإعدادية بوكالة الغوث الدولية في التغلب على معوقات تنفيذ الأنشطة المدرسية اللاصفية، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية- غزة، 2010.
- 2- طراد، توفيق، تأثير الجوانب ( النفسية الاجتماعي والاخلاقي والتربوي) لأستاذ التربية البدنية والرياضية في اقبال التلاميذ على الأنشطة اللاصفية، مجلة معارف، (23)، 2017، 02.
- 3- مباركي، سيلة عثمان حمد، أساليب توظيف النشاط اللاصفي لتنمية القيم الاخلاقية لدى الطلاب، أوراق علمية، (8)، 2018، 178.
- 4- فرحان، حمد خلف والحديدي، محمود عبد الرحمان، درجة توافر المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية للمرحلة الثانوية في العراق من وجهة نظر المدرسين، مؤتمر كلية التربية الرياضية الحادي عشر، الجامعة الأردنية، 2016، 321.
- 5- بوعجناق، كمال وناصر، جمال وحملوي، محمد، دور الأنشطة الرياضية التربوية في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة 14-15 سنة، مجلة التحدي، (09)، 2016، 14.
- 6- مكي، مصطفى، البحث العلمي آدابه وقواعده ومناهجه، الجزائر: دار هومة للطباعة والنشر والتوزيع، 2013.
- 7- قادوس، صلاح السيد، الأسس العلمية لمناهج البحث في العلوم التربوية والتربية البدنية، القاهرة: دار المعارف، 1995.
- 8- العزاوي، رديم يونس كرو، مقدمة في منهج البحث العلمي (ط.1)، عمان: دار دجلة، 2008.
- 9- سلامة، سهير محمد، تنمية المهارات الحياتية والاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة (ط.1)، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق، 2015.
- 10- أبو حماد، ناصر الدين إبراهيم، المهارات الحياتية الشخصية-الاجتماعية-المعرفية (ط.1)، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2017.
- 11- التميمي، محمود كاظم، منهجية كتابة البحوث والرسائل في العلوم التربوية والنفسية (ط.1)، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، 2013.
- 12- راضي، محمد سامي، منهج البحث العلمي في المجال الاداري، الإسكندرية: دار التعليم الجامعي للطباعة والنشر والتوزيع، 2015.
- 13- منسى، محمود والشريف، خالد حسن، التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام برنامج (spss)، الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة، 2014.
- 14- عطوي، جودت عزت، أساليب البحث العلمي، عمان: دار الثقافة للمشر والتوزيع، 2015.



2020

مجلة التحدي مجلد رقم 12 عدد رقم 01

- 15- النعيمي، محمد عبد العال والبياتي، عبد الجبار وخليفة، غازي جمال، طرق ومناهج البحث العلمي، عمان: الوراق للنشر والتوزيع، 2015.
- 16- السعداوي، محسن علي والجنابي، سلمان الحاج، أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية (ط1)، عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، 2013.

