

مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية

The level of life skills in practical courses for students of the faculty of sports sciences at the Arab American University

سميرة عرابي\*، ومحمد قواريق\*\*

Samira Orabi\* & Mohammed Qawariq\*\*

\*قسم الصحة والترويح، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، الأردن. \*\*الجامعة العربية الأمريكية، جنين، فلسطين.

\*Department of Health and Recreation, Faculty of Physical Education, University of Jordan, Jordan. \*\*Arab American University, Jenin, Palestine.

الباحث المراسل: mohammad.qawariq@aaup.edu

تاريخ التسليم: (16/10/2018)، تاريخ القبول: (16/10/2019)

### ملخص

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى "مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية"، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى المهارات الحياتية لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات الجنس، نوع اللعبة، والمستوى الدراسي، ومكان السكن، واستخدم الباحثان المنهجي الوصفي بأسلوبية المسحى، وذلك لملائمتها واهداف الدراسة، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثان استبانة (ابو طامع 2007، وعرابي 2010) كأداة لجمع البيانات والمعلومات، وكانت الأداة تحتوي على (28) سؤال، حيث تكونت عينة الدراسة من الطلبة في كلية علوم الرياضة وبلغ عددهم (200) طالب وطالبة، والمسجلين للمساقات العملية (الجماعية والفردية)، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية. وتمثل العينة ما نسبته (32.5%) من مجتمع الدراسة الكلي البالغ عدده (650) طالب وطالبة. بعد جمع البيانات تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية (SPSS) لتحليل النتائج. أظهرت نتائج الدراسة الحالية إلى أن مستوى مساهمة المساقات العملية (الجماعية والفردية) في اكتساب المهارات الحياتية كانت بمستوى كبير للدرجة الكلية، حيث بلغ المتوسط الحسابي ( $3.4 \pm 0.33$ )، كما أشارت النتائج أيضاً إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بمستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية المختلفة في اكتساب المهارات الحياتية المختلفة تبعاً لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، ونوع المساق (أنشطة جماعية،

أنشطة فردية)، وكان هنالك فروق في المستوى الدراسي (سنة أولى- ثانية- ثلاثة-رابعة) ولصالح السنة الرابعة على حساب السنوات الثلاث السابقة، كما أنه لا توجد فروق بالنسبة لمتغير مكان السكن (الضفة الغربية- فلسطينيو الداخل) بين الطلاب. ويوصي الباحثان بضرورة الاهتمام بربط المهارات المكتسبة من المساقات العملية المختلفة بالمهارات الحياتية اليومية وهي (حل المشكلات - التفكير الابداعي - اتخاذ القرار- التواصل والقيادة)، وخصوصاً السنوات الاولى، وضرورة تشجيع الطلبة على الالتزام بالمساقات العملية لأهميتها في تنمية وتطوير المهارات الحياتية المختلفة.

**الكلمات المفتاحية:** المهارات الحياتية، المساقات العملية.

### **Abstract**

This study aimed at identifying the role of team and individual sports courses in improving life skills for students of Physical Education at the Arab American University- Palestine. The study identified the different levels of life skills amongst students according to their gender, course type, educational level and place of residence. The researcher used a descriptive approach of survey methods to achieve the goals of the study. A questionnaire was used to collect data from 200 male and female students who study team and individual sports courses. The randomly chosen sample makes 32.5% of the whole population. The researcher then used the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for data analysis. The study showed that team and individual sports courses play an important role in students' acquisition of life skills, with a mean of  $(3.4 \pm 0.33)$ . The study also showed that variables of gender, course type (team vs. individual sports), and place of residence (students from the West Bank vs. students from the Palestinian lands occupied in 1948) had no statistically significant role in the correlation between life skills and teams and individual sports courses. It also showed that the year of study has no significance for 1st, 2nd, and 3rd year students, whereas the relationship between sports courses and life skills is maximized in the case of 4th year students. The researcher, as such, recommends giving more attention to the relationship between team and individual sports courses and life skills such as problem-solving, creative thinking, decision-making, and communication and leadership, especially for

junior students. Students are encouraged to take these courses more seriously as these courses are important in improving their life skills .

**Keywords:** life skills. practical courses.

### المقدمة

إن العصر الحالي يتميز بسرعة الوصول إلى المعلومة بشتى الطرق والوسائل، ومن أهم هذه الوسائل الاعتماد على الوسائل التكنولوجية الحديثة في كسب هذه المعلومات، مما جعل العالم فريدة صغيرة، وكل شخص يبحث عن ما يريد دون الرجوع إلى من هم متخصصون في المجال، مما عمل على تقليل المهارات الحياتية، وقلة الحركة والتواصل والنشاط بين الشعوب، وأهم الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة في عصرنا هذا، هو التقدير للرياضة والعمل على دعمها، وإيجاد السبل من أجل النهوض بها وتطويرها، لما لها من أهمية ومردود ذات فائدة كبيرة على الفرد والمجتمع في كافة المجالات.

وبما أن التربية تمثل القطاع الأوسع في المجتمع الذي نعيش فيه، فقد تأثرت تأثيراً واضحاً جراء هذه التطورات العلمية والتكنولوجية، فقد أصبحت عملية البحث عن المعرفة اليوم أسهل وأسرع بكثير مما كانت عليه مسبقاً، لذلك لا بد من العمل على اعداد الاجيال القادمة للتكييف مع كل المتغيرات، ولإعداد هذه الاجيال لا بد من اعداد المعلمين؛ لأن ذلك يساعدهم على تزويد طلابهم بالمهارات اليومية الازمة، فقد لا يستطيع جميع هؤلاء الطلاب من اكمال مسيرتهم التعليمية لذلك لا بد من اعدادهم لمواجهة لمتطلبات الحياة (AL-hayek, 2011).

وبناءً على ذلك فإن المتطلبات التي يجب أن تكتسب من الطلبة بحاجة إلى اوقات خاصة ومواعيد تناسب معهم، وأماكن خاصة لذلك، حيث أن المؤسسات الرياضة تعتبر الحاضنة الأولى للمارسة الانشطة الرياضية المختلفة، وهي تتكون من مجموعة من الألعاب الفردية والجماعية، وحظي كل منها بقسط من الاهتمام من قبل الشعوب، وجذب ولا زالت تجذب اهتمام العديد من الشعوب (Orabi, 2010). وذلك لأن هناك ضرورة للإهتمام بالمهارات الحياتية، وتزويد المتعلمين بها لمواجهة التغيرات والتحديات العصرية، فهذه المهارات تعطي للمتعلم التعايش الناجح والتكيف والمرورنة والنجاح في حياته العملية والشخصية (weiss, 2013).

ومن هنا يمكن القول أنه ومن قلة الحركة والنشاط البدني وقلة التواصل الذي يعاني منه الشباب بشكل عام، يكون سبب لفقدانهم الكثير من المهارات الحياتية، فالرياضة لها أهمية كبيرة في جوانب شتى منها النفسية، الحركية، البدنية، العقلية والصحية؛ التي تقوى النسق الاجتماعي، كما ويعتبر النشاط البدني الرياضي بألوانه المتعددة وأوسسه المنظمة ميدان من ميدانين التربية عموماً وعانياً قوياً في تكوين الفرد اللائق والصالح، وكذلك اعداده اعداداً متكاماً بدنياً واجتماعياً وعقلياً ونفسياً، وذلك من خلال تزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من تحقيق الاندماج والتكيف والتعاون مع مجتمعه، ومنها المهارات الحياتية اليومية، وفي هذا الصدد يشير (Gudas, et al. 2006, p. 79)

لتعلم المهارات الحياتية، حيث تشمل هذه المهارات، القدرة على انجاز العمل تحت الضغوط، وحل المشكلات، وادارة الوقت، ووضع الاهداف، والتواصل، والتعامل مع النجاح والفشل، والعمل. (Abo-akrab, 1993).

ولهذا يرى الباحثان أن المهارات الحياتية تعتبر هامة جداً لكافة شرائح المجتمع، وخصوصا طلاب الجامعات، لما لها من أهمية في الاندماج في الحياة العملية والبيئة المحيطة، وتحقيق الفاعلية فيما بينهم. كما تمكن الرياضيين من التعامل مع المواقف الرياضية المختلفة التي تحتاج إلى حل للمشكلات واتخاذ القرارات والتواصل والتفكير الإبداعي في المساقات الرياضية المختلفة، كما يرى الباحثان أن امتلاك الطالب الجامعيين إلى المهارات الحياتية قد يكون له الأثر الأكبر في احداث التغيرات في المجتمع على عدة جوانب، فقد يسهم في زيادة تحصيل الطلبة، وخلق البيئة التعليمية المناسبة داخل الجامعة؛ وذلك من خلال التواصل في الانشطة المنهجية واللامنهجية، وهذا يمكن الصورة الايجابية للجامعة في الجوانب العلمية، وسوف يؤدي ذلك إلى الإقبال على التخصصات التي تتبع مثل هذه الأساليب في التدريس بين الطلاب، وعدم امتلاك مثل هذه المهارات قد يعكس الصورة السلبية للتعليم داخل الجامعات بشكل عام، وعلى ذلك يجب على الطالب أن يكون ملماً بصورة عامة عن المهارات الحياتية التي تساعده في الاندماج في المجتمع والحياة العامة.

#### مشكله الدراسة

من خلال عمل الباحثان محاضرين في كليات علوم الرياضة في الجامعات العربية الأمريكية والجامعة الاردنية، لاحظاً أن هنالك عدم مقدرة لدى الطلاب في تطبيق الكثير من المهارات الحياتية في المساقات العملية (الفردية والجماعية)، من حيث أنه لا يوجد مقدرة في اتخاذ القرارات، وعدم التفكير الإبداعي، وعدم القدرة على حل المشكلات، وعدم التعامل مع الزملاء بكل فاعلية، وعدم وجود شخصية قادرة على اتخاذ القرار المناسب، وقلة التركيز على الأساليب الغير مباشرة، وعدم الإهتمام بالمتعلم وقلة دوره في العملية التعليمية، وعدم اتاحة الفرصة للطلبه بالإعتماد على انفسهم في هذه المواد (التعلم الذاتي) مع أنهم هم الركن الاساسي في العملية التعليمية التعليمية.

ومن أجل مواكبه التغيير في كافة المجالات وخاصة في مناهج واساليب تدريس المساقات العملية في التربية الرياضية، لا بد من التركيز على المتعلم كمحور اساسي وفعال في العملية التعليمية، الذي ينعكس ايجاباً على مستوى مشاركة الطلبة في تنفيذ الانشطة بداعية في اشباع رغباتهم، وبالتالي يؤدي إلى توظيف المهارات الحياتية، وزيادة مستوى اكتسابهم للمهارات الحياتية (Al-soutari, 2007). حيث تعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يمر بها الطلبة في اكتساب المهارات المختلفة في التربية الرياضية ، فيجب التركيز على هذه المرحلة ومحاولة تربية شخصية الرياضي من كافة الجوانب من حيث اكتساب المهارات الحياتية وعلوم الرياضة نظرياً وعملياً (AL-hayek, 2014).

مما حدا الباحثان إلى عمل دراسة بعنوان "مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية. فلسطين"

### **أهمية الدراسة**

تكتسب هذه الدراسة أهميتها وتميزها من خلال ابرازها للنقاط التالية:

1. انها من الدراسات الاولى التي سوف تطبق في كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية- فلسطين.
2. تفسح المجال ليتم الافادة من نتائج هذه الدراسة وتوصياتها، والتي تعتبر ضرورية للكليات علوم الرياضة في كيفية التعامل مع الطلاب في المساقات العملية والنظرية، ودور المهارات الحياتية فيها.
3. تفتح المجال امام الباحثين الاخرين لإجراء دراسات مشابهة في ضوء متغيرات بحثية منقة ومتعددة سواءً على مستوى المجتمع المحلي أو المحيط الخارجي وفي البيئات المختلفة.
4. تلقي الضوء على أهمية المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى الطلاب، ودورها الفاعل في تطوير هذه المساقات العملية المختلفة(الفردية والجماعية).

### **اهداف الدراسة**

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى:

1. مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية. فلسطين.
2. الفروق في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة تبعاً لمتغيرات (الجنس، نوع المساق، المستوى الدراسي، مكان السكن).

### **تساؤلات الدراسة**

1. ما مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $a < 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية تعزى لمتغير (الجنس، نوع اللعبة، المستوى الدراسي، مكان السكن).

### **مجالات الدراسة**

1. المجال البشري: طلاب كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية.

2. المجال المكاني: تم إجراء هذه الدراسة في كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية – فلسطين.

3. المجال الزماني: تم إجراء هذه الدراسة في الفترة الواقعة ما بين (2018/9/12) ولغاية (2018/10/10).

### المصطلحات

**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 (AL-hayek, 2010).

**المهارات الحياتية:** هي عبارة عن مجموعة من المهارات المفضلة، والتي يجب على طلاب المرحلة الجامعية امتلاكها لينتسيعوا التكيف والتعايش والتفاعل مع من حولهم في البيئة الجامعية والمجتمع المحيط، لتصبح بالنسبة لهم أساسيات ومهارات تساعدهم في تحقيق الأهداف التي يتم العمل على تحقيقها. وخصوصاً في المساقات العملية المختلفة (تعريف اجرائي).

**المهارات الحياتية** هي (التواصل والقيادة – حل المشكلات – اتخاذ القرارات – التفكير الابداعي).

**المساقات العملية:** هي المساقات التي يأخذها الطالب ضمن خطته الدراسية لتعلم جميع قوانين ومهارات الالعب الجماعية والفردية بشقيها (النظري والعملي) لأي مهارة في أي لعبة (تعريف اجرائي).

### الدراسات السابقة

ومن خلال اطلاع الباحثان على الأدب التربوي وانسجاماً مع أهدف الدراسة يتم عرض بعض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع المهارات الحياتية في مجال التربية البدنية:

اجرى (Abo-tame, 2009) دراسة هدفت للتعرف على مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر الطلبة، اضافة الى تحديد دور متغير الجنس، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث اداة لجمع البيانات والمعلومات من عينة عشوائية عددها (183) طالباً وطالبة من طلبة اقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية. واظهرت النتائج ان مناهج التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية توظف المهارات الحياتية. واظهرت نتائج الدراسة أن مهارات العمل الجماعي قد جاءت في الترتيب الاول من حيث توظيفها في المناهج، بينما جاءت المهارات النفسية والاخلاقية في الترتيب الثاني، وجاءت مهارات الاتصال والتواصل في الترتيب الثالث تلتها المهارات البدنية في الترتيب الرابع، وجاءت مهارات التفكير والاكتشاف في الترتيب الخامس والأخير، ودللت النتائج على عدم وجود فروق بين وجهة نظر الطلاب والطالبات في مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية.

دراسة (Al-soutari, et al.2009) والتي هدفت التعرف إلى مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود، تكونت عينة الدراسة من الطلاب المسجلين في مادة نهج (مهارات التعلم والتفكير والبحث)، ومادة (الصحة واللياقة البدنية) في الفصل الأول من العام ال دراسي 1429/1430هـ وعدهم (66) طالباً، تم جمع البيانات باستخدام استبانة خاصة تبين مدى توظيف بعض المهارات الحياتية (التواصل، العمل الجماعي، حل المشكلات والتفكير، تحمل المسؤولية) في مناهج السنة التحضيرية. أظهرت نتائج الدراسة أن مهارات تحمل المسؤولية قد احتلت الترتيب الأول من حيث توظيفها في المناهج، بينما جاءت مهارات العمل الجماعي في الترتيب الثاني، وجاءت مهارات حل المشكلات والتواصل في الترتيب الأخير.

كما قام كلا من (shauih & ahmad, 2013) بدراسة هدفت إلى قياس المهارات الحياتية لدى طلبة المرحلة الثانوية، ومدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية البدنية والرياضة في المرحلة الثانوية حسب رأي الطلبة. وتكون مجتمع الدراسة من طلبة ثانية المسيلة (5 فروع) للعام الدراسي 2012/2013 وبلغ مجموع الطلبة "السنة الثانية والثالثة" (2040) طالباً وطالبة منهم (1330) طالب و(710) طالبة. اجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (204) طالباً وطالبة. واستخدم الباحث الأداة التي اعدها وصممها (الحايك والبطانية، 2007) وهي عبارة عن مقاييس المهارات الحياتية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن منهاج التربية البدنية والرياضية في ثنيات المسيلة توظف المهارات الحياتية الأساسية من وجهة نظر الطلبة. وتسهم التربية البدنية والرياضية في ثنيات المسيلة في اكساب الطلبة المهارات الحياتية التي تعزز مظاهر السلوك الايجابية والمحسنة للحياة. وإن المهارات النفسية والأخلاقية جاءت في الترتيب الاول من حيث توظيفها في مناهج التربية البدنية والرياضية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين وجهة نظر كل من الطالب والطالبات في مدى توظيف المهارات الحياتية في منهاج التربية البدنية والرياضية.

دراسة (Weiss, et al. 2013) هدفت إلى تقييم فعالية برنامج برمج المهارات الحياتية (First Tee) والذي يحتوي على مهارات حياتية تم دمجها في العاب رياضية مقارنة مع الشباب المشاركون في نشاطات رياضية أخرى، تكونت عينة الدراسة من (405) طالباً في برنامج First Tee وكانت معدل أعمارهم (10-17) سنة. واظهرت النتائج أن هناك تأثيرات مهمة وايجابية للمجموعة التي شاركت في برنامج First Tee حيث أظهرت تحسناً في مهارات لعبه الجولف، كما اظهرت انتقال اثر المهارات الحياتية للمشاركون في البرنامج.

وتم عمل دراسة من قبل (al-haik & al-shamilh, 2014) هدفت التعرف على مدى مواكبة مناهج التربية الرياضية في الجامعات الاردنية لمهارات التفكير الإبداعي، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، على طلبة مساق الجمباز وعدهم (123) طالب وطالبة، وجاءت اهم النتائج لمدى مواكبة مناهج الجامعات الاردنية لمهارات التفكير الإبداعي بدرجة مرتفعة (الطاقة، المرونة، الحساسة للمشكلات)، وعدم مواكبة مناهج الجامعات الاردنية لمهارات التفكير الإبداعي يعزى لمتغير (الجامعة، الجنس).

في ضوء عرض الدراسات السابقة تبين للباحثان أهمية دراسة المهارات الحياتية في المجال الرياضي كموضوع ذات أهمية في العصر الحالي، وبالرغم من وجود دراسات في هذا الموضوع عربياً وعالمياً، إلا أن البحث العلمي في هذا المجال محلياً، وفيما يتعلق بالتحديد بالمساقات العملية (فردي\_ جماعي) في التربية البدنية والرياضة ودورها في اكساب الطالبة المهارات الحياتية اللازمة ما زال محدوداً وغير واضح ، وهذا ما يؤكّد على أهمية إجراء مثل هذه الدراسة في الجامعة العربية الأمريكية.

#### **الطريقة والإجراءات**

يتضمن هذا البد وصفاً وعرضأً للطريقة والإجراءات التي اتبّعها الباحثان في تحديد مجتمع الدراسة وعيتها، وخطوات التحقق من صدق الأداة وثباتها، وتحديد متغيرات وإجراءات الدراسة، إضافة إلى وصف تصميم الدراسة والمعالجات الإحصائية المتّبعة في تحليل البيانات وفيما يلي بيان ذلك:

#### **منهج الدراسة**

لأغراض هذه الدراسة استخدم الباحثان المنهج الوصفي في اجراءاته لملاءمتها لطبيعة هذه الدراسة وأغراضها.

#### **مجتمع الدراسة**

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة تخصص التربية الرياضية في الجامعة العربية الأمريكية للعام الدراسي 2018/2019م والبالغ عددهم (650) طالباً وطالبة. حسب آخر احصائية لكلية علوم الرياضة في الجامعة.

#### **عينة الدراسة**

قام الباحثان باختيار عينة عشوائية طبقية ممثلة لعدد الطلبة في الجامعة العربية الأمريكية، وقد بلغ حجم العينة (210)، أي بنسبة (31%) من مجتمع الدراسة الأصلي، وتم اجراء هذه الدراسة في الفترة الواقعة ما بين 12/9/2018 لغاية 10/10/2019م، وقد تم توزيع الاستبيانات باليد من قبل الباحث، وكان عدد الاستبيانات المسترجعة التي جرى عليها التحليل الإحصائي (200) استبيان. والجدول (1) يبيّن توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة.

**جدول (1): توزيع افراد عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة.**

النسبة المئوية	العدد	فئات المتغير	المتغير
60.0	120	ذكر	الجنس
40.0	80	أنثى	
100.0	200	<b>المجموع</b>	
28.0	56	أولى	المستوى الدراسي
36.0	72	ثانية	
20.0	40	ثالثة	
16.0	32	رابعة	
100.0	200	<b>المجموع</b>	
56.0	112	فردي	نوع اللعبة
44.0	88	جماعي	
100.0	200	<b>المجموع</b>	
62.0	124	الداخل الفلسطيني	مكان السكن
38.0	76	الضفة الغربية	
100	200	<b>المجموع</b>	

**أداة الدراسة**

استخدم الباحثان استبياناً كلاً من (Abo-Tame, 2007) (orabi, 2010) بعد اجراء بعض التعديلات عليها بما يتناسب مع بيئة الجامعة العربية الامريكية، حيث تهدف إلى استطلاع وجهات طلبة كلية التربية الرياضية حول مستوى المهارات الحياتية عند طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الامريكية وذلك بعد الإطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة، وقد تكونت الاستبيانة من ثلاثة أقسام:

**القسم الأول:** يشمل مقدمة الاستبيان وتحتوي على مجموعة من العناصر التي تحدد هدف الدراسة ونوع البيانات والمعلومات التي يود الباحثان جمعها من افراد عينة الدراسة، إضافة إلى فقرة تشجع المبحوثين إلى تقديم المساعدة وتحري الدقة في تعبئة الاستبيانة.

**القسم الثاني:** معلومات عامة عن طلبة كلية علوم الرياضة (البيانات الشخصية) التي أدخلت كمتغيرات في البحث وهذه المتغيرات هي (الجنس، المستوى الدراسي، نوع اللعبة، مكان السكن).

**القسم الثالث:** تكونت الاستبيانة من (28) فقرة موزعة في اربعة مجالات تتعلق بمستوى المهارات الحياتية عند طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الامريكية، حيث احتوى كل مجال

على سبع فقرات، وقد تم تصميم الفقرات على أساس مقياس ليكرت خماسي الأبعاد، وقد بنيت الفقرات وأعطيت الأوزان كما هو آت:

- كبيرة جداً: خمس درجات
- كبيرة: أربع درجات
- متوسطة: ثلاثة درجات
- صغيرة: درجتين
- صغيرة جداً: درجة واحدة

وبذلك تكون أعلى درجة في المقياس =  $28 \times 5 = 140$  وأقل درجة =  $28 = 28 \times 1$

**تفسير النتائج (معيار):** تم حساب الارقام المشيرة إلى درجة الانطباق وتحويلها إلى متواسطات حسابية على هذا الأساس وفق المعيار التالي :

- (4.21 فما فوق) كبيرة جدا.
- (من 3.4-4.2) كبيرة.
- (أقل من 3.39-2.6) متوسطة.
- (أقل من 2.59-1.81) قليلة.
- (أقل من 1.8) قليلة جدا.

#### صدق الأداة

بعد إعداد أداة الدراسة بصورةها الأولية، وللحذر من صدقها قام الباحثان بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في التربية الرياضية والبدنية في الجامعات الفلسطينية والاردنية، وقد طلب من المحكمين إبداء الرأي في فقرات أداة الدراسة، بهدف التأكد من صدق محتوى الفقرات، ومدى ملاءمتها لأهداف الدراسة ومتغيراتها، حيث طلب منهم بيان صلاحية الأداة لقياس ما وضعت لقياسه، وقد حصلت على موافقهم بدرجة كبيرة مع إجراء بعض التعديلات على فقراتها في ضوء الملاحظات التي تقدم بها الخبراء المحكمون، من حيث صياغة الفقرات، ومدى مناسبتها للمجال الذي وضعت فيه، إما بالموافقة عليها أو تعديل صياغتها أو حذفها لعدم أهميتها، وقد تم الأخذ برأي الأغلبية (أي 75% من الأعضاء المحكمين) في عملية التحكيم، وبذلك يكون قد تحقق الصدق الظاهري للإس膳نة.

### ثبات الأداة

لقد تم استخدام معامل ثبات أداة الدراسة باستخدام معادلة كرونباخ الفا ( Chronback Alpha ) وقد بلغت قيمة الثبات الكلية (0.91)، وهو معامل ثبات عالي يفي بأغراض الدراسة الحالية. والجدول التالي يبيّن معاملات الثبات لأداة الدراسة ومجالاتها.

**جدول (2):** معاملات الثبات لمجالات الاستبانة والدرجة الكلية.

رقم المجال	المجال	معامل الثبات
1	التواصل والقيادة	0.84
2	حل المشكلات	0.88
3	حل اتخاذ القرار	0.76
4	الفكير الإبداعي	0.81
	<b>الدرجة الكلية للمحاور</b>	<b>0.91</b>

يتضح من الجدول رقم (2) أن معاملات الثبات لمجالات الاستبانة تراوحت بين (0.76-0.88)، بينما بلغ معامل الثبات للمحاور جميعها (0.91) وهي معاملات ثبات عالية، وتفيد بإغراض البحث العلمي. حيث تعتبر الدراسة ذات فائدة وقيمة علمية بسبب المعدل المرتفع لمجالات الدراسة، حسب ما هو وارد في التحليل الإحصائي للدراسة الحالية، وبما أن الطلبة يعيشون مرحلة دراسية متقدمة في الجامعة، يجب أن يتمتعوا بروح المهارات الحياتية المختلفة، التي تساعدهم في حياتهم العملية، وفي التعامل مع المجتمع المحلي المحيط بهم. كما وتتساعد المهارات الحياتية الطلاب في الاندماج بالمجتمع المحلي بكل سهولة ويسر.

### إجراءات الدراسة

لقد تم إجراء الدراسة وفق الخطوات الآتية:

- إعداد أداة الدراسة بصورةتها النهائية.
- تحديد مجتمع الدراسة.
- تحديد أفراد عينة الدراسة.
- الحصول على موافقة الجهات ذات الاختصاص.
- تم توزيع الأداة على عينة الدراسة من طلبة الجامعة العربية الأمريكية.
- استرجاع الاستبيانات المعبأة ومراجعتها من قبل الباحث وترميزها.
- إدخال البيانات إلى الحاسوب ومعالجتها إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وتقرير إجابات أفراد العينة.

- استخراج النتائج وتحليلها ومناقشتها، ومقارنتها مع الدراسات السابقة، واقتراح التوصيات المناسبة.

#### **متغيرات الدراسة**

تضمنت الدراسة المتغيرات الآتية :

#### **المتغيرات المستقلة**

- الجنس: وله مستويان: (ذكر، أنثى)
- المستوى الدراسي: وله اربع مستويات (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة)
- نوع المساق: ولها مستويان (فردي، جماعي)
- مكان السكن: وله مستويان: (الضفة الغربية، فلسطينيو الداخل)

**المتغيرات التابعية:** وتشتمل على المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة عن أسئلة الاستبانة.

#### **نتائج أسئلة الدراسة**

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية. فلسطين.

#### **النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة ومناقشتها**

**ما مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية. فلسطين؟**

من أجل استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة الخاصة بمستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية من وجهة نظر هم مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية.

ونتائج الجدول (3) تبين ذلك:

**جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم.**

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
.1	التواصل والقيادة	3.8057	.423890	كبيرة
.2	حل المشكلات	3.7571	.452430	كبيرة
.3	اتخاذ القرارات	2.3193	.230480	قليلة
.4	التفكير الإبداعي	3.8279	.595560	كبيرة
	<b>الدرجة الكلية</b>	<b>3. 4225</b>	<b>.335050</b>	<b>كبيرة</b>

يتضح من الجدول (3) أن مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم، قد أتت بمتوسط حسابي (3.42) وانحراف معياري (0.33) على الدرجة الكلية للمجالات، حيث حصل التفكير الإبداعي لدى الطلاب على أعلى متوسط حسابي وبلغ (3.82)، وتلاه مهارة التواصل والقيادة بمتوسط حسابي (3.80) ومن ثم مهارة حل المشكلات بمتوسط حسابي (3.75)، وهذا يدل على أن مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم كانت كبيرة، وتراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد الدراسة على المجالات بين (2.31-3.82)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمجالات (3.42)، وللحقيقة فيما إذا كانت الفروق في المتوسطات الحسابية قد وصلت إلى مستوى الدلالة الإحصائية استخدم الباحثان اختبار (ت) لعينة واحدة One simple T-test، حيث اعتمد الباحثان المعيار (3.4) كمعيار رئيسي للتعرف على مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم، وهذا يدل على أن مثل هذه المسافات لها دور كبير في تربية المهارات الحياتية، من حيث (حل المشكلات، واتخاذ القرار، التواصل والقيادة، والتفكير الإبداعي) وكون الجامعة العربية الأمريكية تتبع الخطط الحديثة في تطبيق كل ما هو جيد بالجانب الرياضي في كلية علوم الرياضة في الجامعة. كما أن المساقات العملية تساعد الطلاب على التفاعل ضمن منظومة متكاملة من القيم والتصورات التي من شأنها أن تعود بالفائدة على الطلاب انفسهم وعلى الكلية الرياضية والنشاط الرياضي داخل الجامعة. ويشير في هذا الصدد (Goudas, 2007) إلى أن النشاط البنمي الرياضي يعتبر بيئة مناسبة لتعلم المهارات الحياتية المختلفة، والتي تشمل القدرة على إنجاز العمل تحت الضغط وحل المشكلات وإدارة الوقت ووضع الأهداف والتواصل والتعامل مع النجاح والفشل، والعمل مع أعضاء الفريق ضمن نظام العمل الجماعي، وتقدير النتائج. وبالنسبة لمهارة اتخاذ القرار كانت قليلة، ويعزو الباحثان ذلك إلى أن الطلاب يعملوا على الحصول على المعلومات من مصادرها دون التطرق إلى الجوانب المناسبة بهذه المهارات ويتركوا ذلك إلى المدرسين لكي يكتسبوا معلومات أكثر عن نوع المساقات المختلفة، كما ويعزو الباحثان ذلك إلى أن مهارة اتخاذ القرار تحتاج إلى خبرة في نوع المهارة المؤداة، وبما أن الطلاب أصحاب خبرة قليلة، فإنهم غير قادرين على اتخاذ القرارات

المناسبة، وعلى ذلك فإنهم وبلا شك يحتاجون إلى التمرس والاستقصاء المستمر عن كل ما هو جديد في نوع المهارات التي يعملوا بها، وتنقق هذه النتيجة مع دراسة (Orabi, 2014).

#### السؤال الثاني: متغير الجنس

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية تعزى لمتغير الجنس؟

ومن أجل فحص إذا كان يوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلاب كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية، تعزى لمتغير الجنس، فقد استخدم الباحثان اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent simple T-test) ونتائج الجدول (4) تبين ذلك:-

**جدول (4):** اختبار T-test لمتغير الجنس في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس.

المجال	النوع	العدد	المتوسط	الاتحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التواصل والقيادة	ذكر	120	3.8048	.424320	.0390-	0.96
	انثى	80	3.8071	.425910		
حل المشكلات	ذكر	120	3.7619	.473380	0.182	0.85
	انثى	80	3.7500	.421890		
اتخاذ القرار	ذكر	120	2.2190	.208660	3.050	0.003
	انثى	80	2.1196	.249460		
التفكير الإبداعي	ذكر	120	3.8571	.639410	.8510	0.39
	انثى	80	3.7839	.523780		
الدرجة الكلية	ذكر	120	3.4107	.329640	.9410	0.34
	انثى	80	3.3652	.343260		

دال إحصائيا عند مستوى ( $\alpha = 0.05$ )

يتضح من الجدول رقم (4) السابق، أن مستوى الدلالة الكلية (0.36) وهذه القيمة أكبر من القيمة المحددة في السؤال وهي (0.05)، حيث تبين أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس. ويعزو الباحثان ذلك إلى أن المهارات الحياتية التي يتم تعلمها واكتسابها من خلال المساقات العملية سواء عند الذكور أو الإناث هي غير مرتبطة بالجنس، وإنما مرتبطة بدرجة التفاعل والانسجام للطلبة في هذا

المساقات المختلفة سواءً كانت هذه المساقات فردية مثل (الألعاب القوى والتمرينات والجمباز والكاراتيه والريشة) أو جماعية (كرة قدم وسلة وطائرة ويد)، وهذه النتائج جاءت متفقة مع دراسة (Abo-Tame, 2009) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية تبعاً لمتغير الجنس. وأيضاً جاءت متفقة مع دراسة كل من (AL-haik & AL-batinh, 2007) من حيث عدم وجود فروق من وجهة نظر الطلاب والطالبات في مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، ومن هنا يعزز الباحثان أن المهارات الحياتية تكمن أهميتها في حياة الفرد في مدى قدرته على التكيف مع المساقات العملية، ومدى انسجامه سواءً كان ذكرأً أم أنثى. وأيضاً أشار (Abo-Tame, 2009) في هذا الصدد إلى أن المهارات الحياتية التي يتعلمها الشخص من خلال التربية الرياضية سواءً عند الطلاب أو الطالبات هي مهارات متقدمة لمجالات الحياة المختلفة، وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (shauih & ahmad, 2013) وهي عادات وتصيرفات مقبولة ومتفق عليها في المجتمع الذي نعيش به ونتفاعل معه، وخصوصاً شريحة الطلاب.

#### متغير المستوى الدراسي

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المستوى الدراسي، ومن أجل فحص صحة السؤال المتعلقة بمتغير المستوى الدراسي استخدم الباحثان المتosteطات الحسابية واختبار التباين الأحادي (one way ANOVA) للعينات المستقلة، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدولين رقم (6,5) التاليين:

**جدول (5):** المتوسطات الحسابية لمستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم تعرى لمتغير المستوى الدراسي.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغير	المجالات
.25803	3.9694	56	أولى	التواصل والقيادة
.43817	3.9246	72	ثانية	
.28514	3.5179	40	ثالثة	
.51602	3.6116	32	رابعه	
.42389	3.8057	200	<b>المجموع الكلي</b>	
.30696	3.7092	56	أولى	حل المشكلات
.48980	3.8056	72	ثانية	
.49275	3.7143	40	ثالثة	
.52833	3.7857	32	رابعه	
.45243	3.7571	200	<b>المجموع الكلي</b>	
.20925	2.3129	56	أولى	اتخاذ القرار
.25197	2.2988	72	ثانية	
.10827	2.3214	40	ثالثة	
.27872	2.3214	32	رابعه	
.23048	2.3193	200	<b>المجموع الكلي</b>	
.47363	3.7270	56	أولى	التفكير الإبداعي
.70554	3.8492	72	ثانية	
.59647	3.7071	40	ثالثة	
.41531	4.1071	32	رابعه	
.59556	3.8279	200	<b>المجموع الكلي</b>	
.213610	3.3871	56	أولى	الكلي
.412730	3.4320	72	ثانية	
.328070	3.2777	40	ثالثة	
.298630	3.4565	32	رابعه	
.335050	3.4225	200	<b>المجموع الكلي</b>	

يتضح من خلال الجدول (5) وجود فروق في المتوسطات الحسابية لفئة متغير المستوى الدراسي، حيث كان أعلى متوسط حسابي لصالح السنة الرابعة، وأقلها لفئة السنة الثالثة، وللحدق

فيما إذا كانت الفروق في المتوسطات الحسابية قد وصلت إلى مستوى الدلالة الإحصائية، استخدم الباحث اختبار تحليل التباين الأحادي والجدول(6) يوضح ذلك:

**جدول (6):** نتائج اختبار التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهاً نظرهم تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

المجال	مصدر التباين	المجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
التواصل والقيادة	الربعات بين الفئات	7.038	3	2.346	16.011	.0000
	الربعات الداخلية	28.719	196	.1470		
	المجموع الكلي	35.757	199			
حل المشكلات	الربعات بين الفئات	.3970	3	.1320	.6430	.5880
	الربعات الداخلية	40.338	196	.2060		
	المجموع الكلي	40.735	199			
اتخاذ القرار	الربعات بين الفئات	.7730	3	.2580	2.340	.0750
	الربعات الداخلية	21.567	196	.1100		
	المجموع الكلي	22.339	199			
التكثير الإبداعي	الربعات بين الفئات	3.681	3	1.227	3.595	.0150
	الربعات الداخلية	66.903	196	.3410		
	المجموع الكلي	70.584	199			
الدرجة الكلية	الربعات بين الفئات	.7900	3	.2600	5.270	.0020
	الربعات الداخلية	9.871	196	.0500		
	المجموع الكلي	10.571	199			

\* دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ).

يتضح من الجدول رقم (6) إن قيمة مستوى الدلالة هي (0.002)، وهذه القيمة أقل من القيمة المحددة في السؤال وهي(0.05)، ولذلك هناك توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهاً نظرهم، تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وللكشف عن مصدر الفروق بين فئات متغير المستوى الدراسي، على المجال الكلي فقد استخدم الباحثان اختبار LSD للمقارنة البعدية وتوضيح الجداول (7) نتائج المقارنة البعدية.

**جدول (7): نتائج اختبار LSD للمقارنة البعدية بين متوسطات متغير المستوى الدراسي**

ال المستوى الدراسي	اولى	ثانية	ثالثة	رابعة
اولى	0.04493-	*-0.109	0.06936-	
ثانية		-*0.154	0.0243*-	
ثالثة			-*0.178	

تشير نتائج جدول (7) ان الفروقات كما يلي:

- هناك فروق بين المستوى الدراسي (اولى وثالثة) ولصالح الثالثة
- هناك فروق بين المستوى الدراسي (اولى ورابعه) ولصالح الرابعة
- هناك فروق بين المستوى الدراسي (ثانية ورابعه) ولصالح الرابعة.
- هناك فروق بين المستوى الدراسي (ثالثة ورابعه) ولصالح الرابعة.

ويعزز الباحثان ذلك إلى أن طلاب السنة الرابعة، قد أتموا كافة المساقات والمواد المطلوبة منهم، وهذا يدل على أن مثل هذه المساقات سواءً كانت (فردية وجماعية) لها أثر كبير وواضح على تطوير مستوى المهارات الحياتية داخل كلية علوم الرياضة، كما يعزز ذلك إلى أن طلاب السنة الرابعة أصبحوا جاهزين للانطلاق لسوق العمل بعد الانتهاء من كافة المساقات التي انخرطوا بها وأتموها، كما أن الطلاب في هذه المرحلة قد خضعوا لمساقات التدريب الميداني، وهذا من شأنه أن يزيد من مستوى المهارات الحياتية التي مروا بها الطلاب وتفاعلوا معها أثناء الفصول الدراسية المختلفة، وهم بذلك أصبحوا جاهزين للانتقال من جانب الحياة الدراسية إلى الحياة التعليمية للمراحل الصفية المختلفة. كما أن الطريقة التي يتعامل بها الكادر التدريسي داخل الكلية تساعد على امتلاك مثل هذه المهارات أثناء الالتحام بهذه المساقات. وعلى العكس من ذلك فإن الطلاب الجدد لم يصلوا إلى المستوى العالمي في اكتساب هذه المهارات الحياتية، بسبب أنهم لم يأخذوا الوقت الكافي للاندماج في كافة المساقات داخل الكلية، كما يعزز ذلك إلى أن الطلاب الجدد قد انتقلوا منذ فترة قليلة من بيئه لا تشجع على التعامل في المهارات الحياتية بسبب الضغط الدراسي الذي يسبق المرحلة الجامعية، والتركيز على الجوانب النظرية في الدراسة، كما أن الطلاب الجدد يكونوا على علاقات ليست بالواسعة داخل الكلية بسبب قلة الفترة الزمنية اللازمة لتكوين الصداقات والتفاعل مع البيئة المحيطة من الطلاب، واتفقت هذه الدراسة مع دراسة AL-Haik, 2011). أما بالنسبة لطلاب السنة الثالثة، فيعززوا الباحثان ذلك إلى أن الطلاب في هذه المرحلة يكونوا على اهتمام أكثر بالمساقات النظرية والتي تحتاج إلى جهد اضافي في الدراسة والتفرغ لذلك، كما يعزز ذلك إلى أن طلاب السنة الثالثة، يكونوا مشغلين بأمور خارج الكلية من حيث اكمال باقي المساقات بالكليات الأخرى، ومهتمين بترتيب البرنامج الدراسي بما يتاسب مع الوقت الذي يدرسوه من خالله، وتختلف هذه الدراسة مع دراسة AL-deari, 2016) كما يعزز الباحثان ذلك إلى أن طلاب كلية علوم الرياضة في هذه المرحلة

يبدأ بالبحث عن اعمال خاصة تعليهم في الجانب المادي. حيث أشار علاوي (Allawi, 1994) في هذا الصدد إلى أن هناك عدة عوامل تساعد في تغيير الاتجاهات منها الحاجات الجديدة وعملية التعلم.

#### متغير نوع المساك

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهاً نظرهم تعزى لمتغير نوع اللعبة، ومن أجل فحص السؤال، فقد استخدمت الباحثان اختبار(t) لمجموعتين مستقلتين (Independent simple T-test) وتنتائج الجدول (8) تبين ذلك:-

**جدول (8):** اختبار T-test لمتغير نوع اللعبة في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهاً نظرهم تعزى لمتغير نوع اللعبة.

المجال	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (t)	مستوى الدلالة
التواصل والقيادة	فردي	112	3.8495	.408060	1.655	0.100
	جماعي	88	3.7500	.439250		
حل المشكلات	فردي	112	3.7372	.510080	-	0.48
	جماعي	88	3.7825	.367570	.7010	
اتخاذ القرار	فردي	112	2.1429	.247810	-	0.01
	جماعي	88	2.2256	.198190	2.556	
التفكير الإبداعي	فردي	112	3.7832	.672520	-	0.23
	جماعي	88	3.8847	.477920	1.199	
الدرجة الكلية	فردي	112	3.3782	.394030	-	0.49
	جماعي	88	3.4107	.241010	0.681	

دل إحصائيا عند مستوى ( $\alpha = 0.05$ ).

يتضح من الجدول رقم (8) السابق، أن مستوى الدلالة الكلي( $0.49$ ) وهذه القيمة أكبر من القيمة المحددة في السؤال وهي ( $0.05$ )، ولذلك تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهاً نظرهم تعزى لمتغير نوع المساك، ويعزو الباحثان ذلك إلى أن اللاعب الرياضة سواءً الجماعية أو الفردية تعتمد على جملة من القوانين والمبادئ، التي لا يمكن ممارسة النشاط الرياضي بدونها، ويشير أيضاً (Fawzi, 2008) أنه من البديهي أن التدريب لممارسة أي نشاط رياضي يتطلب احترام جملة من القوانين، فبعضها خاص بقواعد اللعبة، وأخرى بالالتزام بالتدريب، وغيرها خاص بالسلوك الرياضي، والروح الرياضية

وغيرها، وبصيغة أيضاً أن احترام الرياضيين للقوانين من شأنه أن يعكس احترامهم للقوانين في المجتمع خارج نطاق الرياضة وخصوصاً أن احترام القوانين من أهم الجوانب التربوية العديدة للتدريب الرياضي. وعليه نستنتج أن الرياضة سواءً الفردية منها أو الجماعية، ليس لها أثر من حيث التفكير والاكتشاف، ويستنتج الباحثان سبب عدم وجود أي دلالة إحصائية هي أن الرياضة الفردية والجماعية تحتاج إلى التفكير والتجاويب السريع مع ظروف المباراة فضلاً عن أنها تكون على عاتق اللاعب نفسه، وبالتالي يحتاج إلى التصرف السريع في مواقف اللعب المتغير مثل لعبة الريشة وتنس الطاولة أو التنس الأرضي أو الجمباز والألعاب القتالية؛ وكما هو الحال في الألعاب الجماعية، كما أن النشاط البدني والرياضي لكافة الألعاب الرياضية بحاجة إلى جملة من المهارات الحياتية مثل حل المشكلات، وحسب علم الباحثان فلا فرق بين نوع اللعبة في طريقة التعامل مع المهارات العملية، فطريقة حل المشكلات في الألعاب يعتمد على اللاعب نفسه في تطبيقها، كما أن اتخاذ القرارات أثناء اللعب يعتمد على الخبرة السابقة بنوع اللعبة التي يمارسها الشخص، وبغض النظر عن نوعها، فمهارة اتخاذ القرار غير مرتبطة بنوع اللعبة سواءً كانت جماعية أو فردية، كما إن الألعاب الرياضية قائمة على طريقة التفكير الإبداعي في تطبيقها، فكلما كان التفكير ابداعياً كانت النتائج أفضل وصولاً إلى مستوى عالٍ من الطلقافة والاصالة في الأداء، وهذا الكلام ينطبق على كافة الألعاب سواءً كانت جماعية أو فردية، كما أن التواصل والقيادة؛ هي من المهارات التي تحتاجها الألعاب بحد سواء (A Tame, 2011)، فمثلاً على اللاعبين تقوم مسؤولية القيادة لأنفسهم لكتير من الأنشطة الرياضية، وحسب علم الباحثان فلا يمكن أن تتطور أي لعبة رياضية بدون التواصل بين أعضاءها، وبغض النظر عن نوعها. وعلى ذلك فإنه لا يوجد فروق ذات دلالة بين مستوى المهارات الرياضية في نوع اللعبة، حيث أن المهارات الحياتية تطبق على كافة المهارات الحركية والأنشطة الرياضة بحد سواء، وما نشاهده في كثير من الفعاليات الرياضية وصولاً لتطبيق الروح الرياضية في اللعب ما هو إلا دليل على تطبيق لهذه المهارات، كما أن النطور في أي أداء رياضي مرهون بالكثير من النقاط الهامة، ومنها هو الأخذ بالمهارات الحياتية جملة واحدة ولكلعبة الألعاب الرياضية (الجماعية والفردية). وهذا ما يؤكده عليه الباحثان، وأن كل من الأنشطة الفردية والجماعية تعمل على تنمية المهارات الحياتية لدى الطلبة (الذكور، الإناث)، وأيضاً تكسبهم حسن التصرف في المواقف المختلفة أثناء اللعب، وهذا يعزز المهارات الحياتية المختلفة؛ والتي تمكنهم من التكيف مع متطلبات الحياة اليومية. واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة (shauih, 2013) ودراسة (Al-Sayeh, 2008) حيث يروا أن الألعاب الجماعية لها دور أكثر فاعلية من الألعاب الفردية في مستوى المهارات الحياتية على الطلبة.

وهذا ما يؤكده كل من (Anderson, 2007) و(Laker, 2011) إلى أن اكتساب المهارات الحياتية التي تؤدي إلى اتخاذ القرارات المناسبة، وتفاعل الجسم مع العقل، يتم من خلال الأنشطة الرياضية. وهذا ما تبين من خلال نتائج الدراسة الحالية في مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية المختلفة لدى الطلبة في الجامعة العربية الأمريكية.

### متغير مكان السكن

هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير مكان السكن، ومن أجل الإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحثان اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent samples T-test) ونتائج الجدول (9) تبين ذلك:-

**جدول (9):** اختبار T-test لمتغير طلاب الكلية في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم تعزى لمتغير مكان السكن.

المجال	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التواصل والقيادة	الداخل	124	3.8180	.444850	.5210	.6030
	الضفة	76	3.7857	.389310		
حل المشكلات	الداخل	124	3.7730	.462650	.6340	.5270
	الضفة	76	3.7312	.437040		
اتخاذ القرار	الداخل	124	2.1935	.234840	1.119	.2650
	الضفة	76	2.1560	.222760		
التفكير الإبداعي	الداخل	124	3.8468	.594250	.5730	.5670
	الضفة	76	3.7970	.600350		
الدرجة الكلية	الداخل	124	3.4078	.339060	.8260	.4100
	الضفة	76	3.3675	.329080		

دل إحصائي عند مستوى ( $\alpha = 0.05$ )

يتضح من الجدول رقم (9) السابق، أن مستوى الدلالة الكلي ( $0.41$ ) وهذه القيمة أكبر من القيمة المحددة في السؤال وهي ( $0.05$ )، ولذلك تبين أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في مستوى المهارات الحياتية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية من وجهة نظرهم، تعزى لمتغير مكان السكن، ويعزو الباحثان ذلك إلى أن الجامعة وطاقمها التدريسي يقومون بنقل المهارات الحياتية لدى الطلاب اثناء المساقات المختلفة، وهذا يدل على أن التدريس داخل الكلية قائم على التفاعل بين الطلاب عن طريق المهارات الحياتية المختلفة اثناء الإلتزام بالمحاضرات، وأن هنالك التزام من الطلاب بالمساقات والتركيز على ذلك من قبل المدرسين بالحضور والغياب بما نسبته 87.5% من المحمل الكلي للمحاضرات العملية، وهذا هو ما جعل الفروق غير موجودة بين طلاب الضفة الغربية وفلسطينيو الداخل في مستوى المهارات الحياتية، وأن المهارات الحياتية تمثل عنصراً أساسياً ودوراً فاعلاً في حياة الشعوب في كافة المناطق، وتتفق هذه الدراسة مع دراسة

(AL-Hayek, 2011) فإنه تبين عدم وجود فروق في مستوى المهارات الحياتية بين الطلاب داخل الكلية، سواءً من طلاب الضفة الغربية أو من طلاب فلسطينيو الداخل.

### الاستنتاجات

- في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحث الآتي:
- المساقات العملية (الفردية والجماعية) لها دور كبير في اكتساب الطلبة المهارات الحياتية المختلفة.
  - ظهر أنه لا يوجد اختلاف في وجهة نظر كل من الطلاب والطالبات في مدى مساهمة المساقات العملية المختلفة على المهارات الحياتية.
  - اكتساب المهارات الحياتية غير مرتبط بطبيعة النشاط الرياضي سواءً كان فردياً أو جماعياً.
  - اكتساب المهارات الحياتية غير مرتبط بمكان الاقامة سواءً كان في الداخل الفلسطيني أو الضفة الغربية، من وجهة نظر الطلاب.
  - ظهر أن طلاب السنة الرابعة يمتلكون مهارات حياتية ولديهم القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات ولديهم قدرة على الابداع والتفكير، بمستوى أعلى من طلبة سنة أولى وثانية وثالثة.

### التصصيات

- في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحثان بالتصصيات الآتية:
- ضرورة توظيف المهارات الحياتية في المساقات العملية التي يتم من خلالها تعلم الالعاب المختلفة من خلال الربط بين ما يتعلمه الطلبة وما يواجهه في مواقف الحياة اليومية.
  - ضرورة وضع برامج خاصة من أجل تنمية المهارات الحياتية المختلفة التي تراعي احتياجات الطلبة من جهة، وواقع المجتمع من جهة أخرى، وبما يخدم المهارات الحياتية المختلفة داخل الجامعة.
  - ضرورة التركيز على الطالب الجدد في تطبيق المهارات الحياتية المختلفة، وبما يتتوافق مع سياسة الجامعة الرامية إلى إقامة مجتمع متناسق وقري داخلي أسوار الجامعة.
  - إجراء دراسات مشابهة على فئات مجتمعية مختلفة وفئات طلابية في المدارس وكليات جامعية أخرى .

**References (Arabic & English)**

- Abo-akrab, Ibrahim. (1993). *Human communication and session in effective communication.* (1). Amman, Jordan: Majdlawi for Publishing and Distribution.
- Abo-Tame, B. (2009). *The extent of employment of life skills in the curricula of physical education in Palestinian universities. according to the students' opinion,* 21st Century Educational Conference Reality and Challenges, Saturday 21 October, An-Najah National University Journal.
- AL-Hayek, S. (2009). *Teaching physical education based on the knowledge economy based on the students' perspective.* Conference on the Development of Higher Education Towards the Knowledge Economy, Balqa Applied University, Amman, Jordan.
- Allawi, M. (1992). *Sports Psychology, 6th Floor, Dar Al Ma'aref.* 1119, Cairo, Egypt.
- Allawi, M. (1994). *Sports Psychology, 9th Floor, Dar Al Ma'aref,* Cairo, Egypt.
- Al-Sayeh, M. Mohamed. (2008). *Physical education and social education.* (1). Alexandria, Egypt: Dar Al Wafaa Printing & Publishing.
- Al-Soutari, Hassan., Patis, A., Al-Anzi, Hammoud & Al-Dosari, Nawaf. (2007) *Teaching self-development goals from the perspective of the students of the preparatory year at King Saud University.* Sixth Scientific Conference, Sport and Development, 444(2),436 .
- Al-Suwatri, H. Al-Wasil, A. Abdul Aziz & Al-Ghamdi, F. (2009). *The Extent of Employment of Life Skills in the Preparatory Year Curricula at King Saud University.* The sixth scientific conference, University of Jordan, 283-273.
- Esping-Andersen, G. (2007). *Investing in Children and their Life Chances.*

- Fawzi, A. (2008). *Principles on the psychology of sports - concepts – applications*. Cairo: Dar al-Fikr al-Arabi.
- Goudas, M. Dermitzaki, I. Leondari, A. & Danish, S. (2006). The effectiveness of teaching a life skills program in a physical education context. *European journal of psychology of education*, 21(4), 429.
- Gould, D. Collins, K. Lauer, L. & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: A study of award winning high school coaches. *Journal of applied sport psychology*, 19(1), 16-37.
- Hayek, S. & Bataina, A. (2007). *The extent to which life skills are used in the curricula of the Faculty of Physical Education at the University of Jordan*. Yarmouk University, the Second International Scientific Conference, Scientific Developments in Physical Education and Sport, 51(1),64 .
- Ibrahim, A. (1993). *Human Communication and a Course in Social Interaction*. (1). Amman, Jordan: Dar Majdalawi Publishing and Distribution.
- Laker, D. R. & Powell, J. L. (2011). *The differences between hard and soft skills and their relative impact on training transfer*. Human Resource Development Quarterly, 22(1), 111-122.
- Orabi, S. (2010). *Teaching- Training- planning*, (Dar Amjad Publish, 1th Floor, Faculty of Physical Education, the University of Jordan).
- Orabi, Samira, Bassam Mesmar. (2014). *A proposed program to teach basic swimming skills14 years*, "Second Scientific Sports Conference, Journal of Studies, Part - for Beginners (from the age of 7Second, the University of Jordan.
- Weiss, M. R. Stuntz, C. P. Bhalla, J. A. Bolter, N. D. & Price, M. S. (2013). *More than a game': Impact of The First Tee life skills programme on positive youth development*: Project introduction and Year 1 findings. Qualitative research in sport, exercise and health, 5(2), 214-244.

**الملحق****عزيزي الطالب / الطالبة****تحية طيبة وبعد،،،**

يقوم الباحثان بإجراء بحث علمي بعنوان: "مستوى المهارات الحياتية في المساقات العملية لدى طلبة كلية علوم الرياضة في الجامعة العربية الأمريكية"، أعد الباحث استبانة تكونت من قسمين: القسم الأول: يشتمل على البيانات الشخصية المتعلقة بالطلبة والقسم الثاني: يشتمل على فقرات الاستبانة. أرجو من حضرتكم التكرم بالإجابة على فقراتها بصدق و موضوعية، علماً بأن هذه المعلومات سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط

**شاكرأ لكم حسن تعاؤنكم****الباحثان****القسم الأول: البيانات الشخصية المتعلقة بالمستجيب :**

يرجى وضع شارة (x) في المربع المناسب لوضعك :

- 1- الجنس: ذكر  أنثى
- 2- المستوى الدراسي: سنة اولى  سنة ثانية  سنةثالثة  سنة رابعة
- 3- المنطقة السكنية: الضفة الغربية  فلسطينيو الداخل
- 4- نوع المساق : العاب فردية  العاب جماعية

**القسم الثاني : فقرات الاستبانة:**

يشتمل المقياس على (28) موزعة على أربعة مجالات، يرجى وضع إشارة (x) في المكان المناسب لكل فقرة من فقرات المقياس.

الرقم	المجال الأول: (التواصل والقيادة)	أبدا	نادرًا	أحيانا	غالبا	دائما
1	أصغي باهتمام لتعليمات المدرس					
2	استخدم الاتصال اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات					
3	أتواء مع الزملاء من خلال منظومة الموديل					
4	القدرة على الانتقال من موضوع الى آخر بسهولة					
5	الاصغاء باهتمام لآخرين					
6	التعبير عن الأفكار والمشاعر بوضوح					
7	القدرة على اقناع الآخرين بوجهة نظرى					
الرقم	المجال الثاني: ( حل المشكلات)	أبدا	نادرًا	أحيانا	غالبا	دائما
1	اتحقق من مصداقية مصادر المعلومات					
2	أقدم نقداً بناءً ازاء المشكلات التي تعرض على					
3	أقف على نقاط القوة والضعف في الموضوع المطروح					
4	لدي القراءة على التفكير بطريقة كبيرة					

الرقم	المجال الأول: (التواصل والقيادة)	دانما	غالباً	أحياناً	نادرًا	أبداً
5	لدي القدرة على تقديم حلول بديلة للمشكلات					
6	استطيع تقديم حلول كثيرة لمشكلة واحدة					
7	لا يوجد هناك مشاكل تقف في طريقى					
الرقم	المجال الثالث: (اتخاذ القرار)	دانما	غالباً	أحياناً	نادرًا	أبداً
1	أعمل دون اشراف					
2	استثمر الوقت المتاح لي بأفضل طريقة					
3	أعمل بأقصى طاقة ممكنة					
4	اساعد المجموعة على اتخاذ القرارات الصحيحة					
5	استطيع اصدار حكم دقيق على ادائى					
6	استطيع الحكم على اداء الآخرين بموضوعية					
7	لا اتردد في اتخاذ القرار					
الرقم	المجال الرابع: (مجال التفكير الإبداعي)	دانما	غالباً	أحياناً	نادرًا	أبداً
1	اكتشاف الحلول المثلث في المواقف المختلفة					
2	أمتلك القدرة على التفكير الجماعي					
3	أمتلك القدرة على مساعدة الآخرين في التفكير التعاوني					
4	القدرة على تفسير النتائج بطريقة صحيحة					
5	القدرة على تنظيم الافكار بطريقة منطقية					
6	القدرة على التفكير الابتكاري					
7	القدرة على التنبيه بالأداء المطلوب					

شاكرأ لكم تعاونكم

الباحثان