

## تأثير استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية

### لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا في الأردن

الدكتور صادق خالد الحايك

الدكتور نزار "محمد خير" الويسي

#### ملخص

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى تأثير استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، التواصل، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وقد تكونت عينة الدراسة من (40) طالباً من مدرسة كفر الماء الأساسية للبنين في مديرية تربية لواء الكورة، قسمت العينة إلى مجموعتين إحداهما ضابطة و الأخرى تجريبية. وقد خضعت المجموعة التجريبية للبرنامج التعليمي المقترح، أما المجموعة الضابطة فكانت تخضع للبرنامج الاعتيادي.

استغرق تطبيق البرنامج التعليمي المقترح ثمانية أسابيع، وحدتتين تعليميتين في الأسبوع، وكل وحدة استغرقت (45) دقيقة. واستخدم الباحث المنهج التجريبي بإجراء اختبارات قبلية وبعديّة والمعالجات الإحصائية المناسبة.

بينت نتائج الدراسة فعالية استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، التواصل، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا. وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية. ويوصي الباحثان باستخدام البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية لتنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وضرورة وضع مناهج وبرامج رياضية وحركية لطلاب هذه المرحلة تعمل على تنمية المهارات الحياتية والمهارات الحركية بأنواعها المختلف

\* استاذ مشارك، كلية التربية الرياضية- الجامعة الأردنية.

\*\* مدرس في وزارة التربية والتعليم، اربد - الأردن.

## **The Effect of Using Movement and Educational Games on Elementary Stage Students' Life Skills Development in Jordan**

**\*Dr Sadiq Kh. Alhayek**

**\*\*Dr. Nizar Moh. Alwesi**

### **Abstract**

The purpose of this study was to identify the effect of using movement and educational games on life skills develop (cooperation, team work, communication, self- depend, and carry responsibility) for elementary stage students in Khufer Alma'a for boys school in Jordan. The sample consisted of (40) male students who divided into tow experimental and control groups. The suggested program includes (16) lessons, tow lessons a week for eight week, and (45) minuets each one. The findings indicated that using movement and educational games developed students' like skills, students in experimental group scored significantly higher than students in control group. The researchers recommended using the suggested program that based on movement and educational games for developing students life skills.

---

\* Associate Professor, faculty of Physical Education, The University of Jordan.

\*\* Ministry of Education, Irbid - Jordan

مقدمة الدراسة:

تُعد التربية من أهم عوامل التقدم لأي مجتمع من المجتمعات، وعليها تقوم المواطنة الصالحة وبها تنهض الأجيال، كما أنها تؤدي دوراً هاماً في حياة المجتمعات المتقدمة، حيث أصبح ينظر إليها في عالمنا المعاصر على أنها استثمار بشري، وذلك لكونها من أفضل السبل لتحقيق نمو الفرد والمجتمع. والتربية في جوهرها عملية تشكيل اجتماعي للفرد ومساعدته على استثمار قدراته وإمكاناته، كما أنها عملية تعديل للسلوك الإنساني بقصد التنمية الشاملة المتكاملة للفرد إلى أقصى حد ممكن من النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.

ويقع على عاتق المدرسة مسؤولية إعداد الأجيال والكوادر المؤهلة القادرة على تضيق الفجوة والتعامل مع مفردات ومعطيات النظام التربوي الجديد، لذلك تبنت وزارة التربية والتعليم الأردنية مشروع التعليم المبني على المهارات الحياتية، وذلك بالتعاون مع منظمة الأمم المتحدة للطفولة/ مكتب اليونيسيف بالأردن، للمساهمة في منح الطلبة المزيد من الفرص لتطوير مهاراتهم الحياتية باستخدام نهج تثقيف الأقران من خلال تنفيذ أنشطة لا منهجية ( وزارة التربية والتعليم، 2005).

واستجابة لخطة التطوير التربوي، فقد شهدت المناهج التربوية لكافة المواد الدراسية ولجميع المراحل التعليمية عملية تغيير وتعديل جوهري، حيث انطلق الإطار العام للمناهج من عدة مبادئ ومرتكزات، كانت استراتيجيات التدريس والتقييم من أهمها، وتضمنت النتائج العامة للنظام المدرسي كفايات وخصائص ومعارف ومهارات ينبغي للطلبة امتلاكها عند إنهاءهم المرحلة الدراسية، وتطلبت عملية التطوير من المعلمين الذين يقومون بتطبيق المناهج الجديدة القيام بأدوار جديدة، فيكون المعلم ممارساً متمعناً، متعاوناً مع زملائه، يستخدم الأساليب والوسائل

المتعددة والمناسبة، ولتحقيق عملية التعلم بفاعلية، يجب أن نرتقي بالطالب من دور المستمع أو المشاهد للمعلومات إلى دور المشارك في التخطيط والتنفيذ لتلك المعلومات، حيث يكون الطلبة هم محور العملية برمتها، وثمة إستراتيجيات تدريس ينبغي للمعلمين تمثلها واستخدامها وتطبيقها، حيث تجعلهم قادرين على تحقيق أهداف تعليمية تتجاوز حفظ المعلومة، وتركز على القدرات والمهارات، فالتطور المذهل في وسائل التكنولوجيا فرض الاتجاه نحو استخدام استراتيجيات وأساليب تدريس حديثة (السوطري، 2007).

وتبرز أهمية التعلم المبني على المهارات الحياتية في كونه يسعى إلى تنمية قدرات الطلاب وتطويرها للتكيف مع أوضاع الحياة الواقعية، وتنمية مهارات التفكير لديهم قبل أي عمل أو أداء مهمة لضمان حياة نافعة، وتحقيق نتائج سليمة وإيجابية. ويتكون التعلم المبني على المهارات الحياتية من مجموعة من الأدوات وأساليب التدريس التفاعلية التي يتم تصميمها بهدف بناء شخصيات تتصف بالابتكار والتجديد والثقة بالنفس والاعتماد على الذات. وهو يعزز السلوكيات الإيجابية الطويلة المدى والمحسنة للحياة؛ عن طريق موازنة نقل المعلومات وبثها مع الأدوات الشخصية لتحسين الاتجاهات وبناء المهارات النفسية والاجتماعية. (وزارة التربية والتعليم، 2007). وهذا ما أكده عبد المعطي ومصطفى (2007) على أن إكساب الطالب المهارات الحياتية أصبحت ضرورة ملحة لتفعيل دوره في العملية التعليمية، حيث لم يعد الفرد مجرد مستقبل للمعلومات بل عنصراً إيجابياً نشطاً في العملية التعليمية.

ودراسة مرحلة الطفولة والاهتمام بها، من أبرز المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمعات وتطورها؛ لأن الاهتمام بالطفولة في واقع الأمر اهتمام بمستقبل الأمة، كما أن تربية الأطفال ورعايتهم هي إعداد لمواجهة التحديات الحضارية التي تفرضها حتمية التطور حيث أصبح ينظر إلى التربية في العالم المعاصر على أنها استثمار في الموارد البشرية، وهي السبيل لتحقيق النمو والتقدم للفرد والمجتمع، ومما لا شك فيه أن مرحلة الطفولة من أبرز المراحل العمرية في حياة الإنسان وأهمها، بحيث يمكن القول أن الفرد رهين طفولته (الشلول، 2003). فقد أشار الأجنف (2005) إلى أن مرحلة الطفولة فترة حرجة، حيث تمثل أخصب فترات النمو المهاري الحركي، فضلاً عن كونها فترة انتقالية من أداء المهارات الحركية الأساسية إلى مرحلة أداء المهارات المرتبطة بالأنشطة الرياضية، وإن أي تقصير في تطور نمو المهارات الحركية الأساسية بهذه الفترة العمرية يؤثر سلباً على مراحل النمو الحركي اللاحقة.

وبالنسبة للأطفال في هذه المرحلة فإن المهارات الحياتية توفر لهم الأدوات التي يحتاجونها لإدراك المواقف الحياتية المتباينة أو الاستجابة لها، كما توفر لهم فرصة تحقيق أهدافهم الشخصية، وقد وجد أن التفاعل المتكرر مع الراشدين الأكفاء يسهم بشكل في تحقيق النجاح الأكاديمي والنمو الاجتماعي للأمتل للطفل (عبد المعطي ومصطفى، 2007). ويشير كاسترو (Castro, 1999) إلى أن أنماط السلوك والاتجاهات التي تتكون في فترة مبكرة من عمر الطفل تميل إلى الاستمرار فيما بعد. فالأطفال الذين يحققون تكيفاً اجتماعياً جيداً في المرحلة الأساسية الدنيا من حياتهم، يميلون إلى أن يكونوا أكثر تكيفاً في المدارس الثانوية والجامعة، مقارنة مع الأطفال الأقل تكيفاً من الناحية الاجتماعية خلال السنوات الأولى من المدرسة.

ويعتبر اللعب نشاطاً عقلياً يحقق المتعة والسرور لدى الطفل، وهو نشاط تنفيسي يعمل على تفريغ طاقة الطفل، ويعتبر مظهراً من مظاهر النمو. وقد أصبح اللعب أحد العناصر الأساسية في ثقافة الطفل، وفي تنمية مهاراته الحركية والمعرفية والعلمية، حيث يكتسب الطفل خبرات ومفاهيم واتجاهات جديدة، تعمل على تنشئته بشكل سليم خلال مراحل حياته (مصطفى، 2005). واللعب يشبع حاجات الطفل النفسية، ويساعده على اكتساب الخبرات الاجتماعية والحركية والتربوية.

ينظر إلى الألعاب الحركية والتربوية كإحدى الوسائل الهامة التي تصبغ درس التربية الرياضية بطابع السرور والمرح والاسترخاء، كما ينظر إليها كإحدى الوسائل ذات الأهداف التربوية والتعليمية العامة، بالإضافة إلى إسهامها بقدر وافر في الارتقاء بالقدرة الوظيفية لمختلف أجزاء الجسم. كما تعتبر إحدى مظاهر التربية الرياضية حيث تحتل مكانة كبيرة بين الأنشطة الرياضية المتعددة، لذا أصبحت أساس من الأسس التي لا غنى عنها في أي برنامج من برامج التربية الرياضية سواء كانت برامج تعليمية أو ترويحية أو علاجية، كما أصبحت الألعاب الصغيرة من الوسائل الهامة التي تساعد في تنمية القيم الخلقية وتطوير العلاقات الاجتماعية، بالإضافة إلى مساعدة الطلاب في نموهم البدني والحركي والنفسي والاجتماعي والعقلي (السايح، 2007).

لذلك فإن هذه الدراسة تسعى إلى وضع برنامج تعليمي مقترح قائم على الألعاب الحركية والتربوية لإكساب المهارات الحياتية والحركية الأساسية لطلاب في المرحلة الأساسية الدنيا، خلال حصة التربية الرياضية قائم على أسس علمية لمساعدة الطلاب والمعلمين على توظيف وتوجيه طاقات الطلاب والارتقاء بمستواه الحركي والعقلي والاجتماعي والنفسي في ضوء وجود نقص في برامج ومناهج تربية رياضية متخصصة لهذه المرحلة العمرية.

### مشكلة الدراسة:

إن العملية التربوية يجب ألا تقتصر على تزويد المتعلمين ببعض المعارف والمهارات التي تخاطب عقولهم فقط، بل لا بد من تزويد المتعلمين بالمهارات التي تضمن لهم تكيفاً نفسياً واجتماعياً وأكاديمياً مثمراً، حيث تساهم العملية التعليمية في بناء الشخصية المتوافقة، التي توفر لصاحبها الشعور بالكفاية والثقة وتزوده بالقدرة على الإنجاز والتغلب على مشكلات الحياة.

ويعد الاهتمام بالمهارات الحياتية بأنواعها المختلفة هدفاً أساسياً تسعى المؤسسات التربوية الأردنية إلى إنجازه لدى الطلاب، والتي أشارت نتائج الدراسات السابقة التي أجريت في هذا المجال إلى دورها الفعال في تنمية قدرة المتعلمين على فهم العالم من حولهم، ومعالجة المشكلات التي تواجههم، ومع ذلك فقد لاحظ الباحث من خلال مراجعته الأدب التربوي ندرة الدراسات، التي تناولت المهارات الحياتية، وخاصة المهارات الحياتية المتعلقة بطلبة المرحلة الأساسية الدنيا.

ومن خلال خبرة الباحث الميدانية، كمعلم للتربية الرياضية في وزارة التربية والتعليم، ومديرية التربية والتعليم الخاصة، وحضوره العديد من الدورات المتخصصة في المهارات الحياتية، وإطلاعهم على العديد من المراجع العلمية المتخصصة في المهارات الحياتية، ومناهج التربية الرياضية وأساليب تدريس التربية الرياضية، والدراسات التي أجريت في هذا الموضوع، وعلى حصص التربية الرياضية للمرحلة الأساسية الدنيا، فقد تبين للباحث أنه لا توجد برامج متخصصة

لهذه المرحلة العمرية تعمل على تنمية المهارات الحياتية والحركية الأساسية، وأن هناك ضعفاً في امتلاك الطلاب للمهارات الحياتية ، فجاءت الحاجة ماسة لتصميم ووضع برامج قائمة على أسس علمية يتناسب وطبيعة المرحلة وخصائصها؛ حيث انه من الممكن أن يعتمد هذا البرنامج كأحد الخبرات التربوية التي تقدم للطلبة ضمن المنهاج المدرسي، ليكون ذا فائدة وعون ليس فقط للمدرسين وإنما للعاملين في مجال وضع الخطط، والبرامج، والمناهج الخاصة بهذه المرحلة في وزارة التربية والتعليم. وحيث أن وزارة التربية والتعليم شكلت لجان لإعداد مناهج خاصة بهذه المرحلة تركز على المهارات الحياتية وعلى رأسها العمل الجماعي والتعاوني، فقد تبلورت مشكلة الدراسة لدى الباحث في محاولة لبناء برنامج تعليمي مقترح قائم على الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية والحركية الأساسية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا.

### أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة من خلال:

1. الاستجابة إلى ما نادى به الخبراء والمتخصصون في مجال الأساليب والمناهج على ضرورة إكساب المهارات الحياتية للطلاب.
2. مساعدة العاملين في الميدان من معلمي ومشرفي التربية الرياضية على استخدام الألعاب كوسيلة لتنمية بعض المهارات الحياتية بأنواعها المختلفة.
3. الانسجام مع خطة التطوير التربوي الهادفة إلى ضرورة تعلم المهارات الحياتية من خلال درس التربية الرياضية.
4. إبراز فاعلية الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية؛ لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا.

5. تصميم برنامج بالألعاب الحركية والتربوية يتكون من (16) وحدة تعليمية لتنمية المهارات الحياتية، لطلاب المرحلة الأساسية الدنيا.

### أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

1. تصميم برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب الحركية والتربوية يعمل على تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا.
2. التعرف إلى تأثير استخدام الألعاب الحركية والتربوية يعمل على تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا.
3. التعرف إلى الفروق في تأثير استخدام الألعاب الحركية والتربوية تنمية بعض المهارات الحياتية، لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة.

### أسئلة الدراسة:

هذه الدراسة تسعى للإجابة على الأسئلة التالية:

1. هل يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) لاستخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الأساسية الدنيا؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين أفراد مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة) في تنمية المهارات الحياتية، تعزى لاستخدام الألعاب الحركية والتربوية؟

الدراسات السابقة:

- قام باباجاريسيس وآخرون (Papacharisis et al, 2005) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر برنامج في المهارات الحياتية من خلال رياضة الكرة الطائرة وكرة القدم في اليونان، اشتملت العينة على (40) طالبة (كرة طائرة) و(32) طالبا (كرة القدم) تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة تم اختيارهم بشكل عشوائي، حيث تم تطبيق برنامج مختصر من سوبر (Super)، والذي تم فيه دمج المهارات الحياتية مع مهارات كرة الطائرة وكرة القدم على المجموعة التجريبية، وتلقت المجموعة الضابطة برنامج يحتوي على مهارات كرة الطائرة وكرة القدم، طبق البرنامج لمدة أربعة أسابيع، أظهرت النتائج أن هناك تقدماً لصالح المجموعة التجريبية في مهارات الكرة الطائرة (التمرير من أعلى، والتمرير من أسفل، ومهارة الإرسال) ومهارات كرة القدم، وكذلك أظهرت النتائج فروقاً دالة احصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة على المهارات الحياتية: (حل المشكلات، التفكير الإيجابي، وضع الأهداف الشخصية، المسؤولية الشخصية والاجتماعية).

- دراسة جوداس وآخرون (Goudas et al, 2006) هدفت إلى اختبار تأثير برنامج التدريب على المهارات الحياتية التي تدرس كجزء من دروس التربية الرياضية على عينة مكونة من (73) طالبا من طلبة الصف السابع الأساسي، تلقوا نسخة مختصرة من برنامج (Gool)، مصمم خصيصاً لتدريس المهارات الحياتية من خلال التربية الرياضية، اشتمل البرنامج البدني على تمارين للقوة والمرونة والتحمل، وخلال الحصة تم تطبيق البرنامج البدني بالإضافة للمهارات الحياتية على المجموعة التجريبية، وتلقت المجموعة الضابطة البرنامج البدني بالإضافة لمحاضرة قصيرة بخصوص الألعاب الأولمبية، حيث تم تطبيق البرنامج لمدة شهر (4) أسابيع بواقع حصتين

كل أسبوع، وأظهرت نتائج الدراسة تحسن في اللياقة البدنية والمهارات الحياتية، وكذلك أظهرت النتائج أن التدريب على المهارات الحياتية يمكن توظيفه بفعالية من خلال حصص التربية الرياضية.

- دراسة الحايك والبطاينة (2007) هدفت إلى التعرف إلى 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، تم تطبيق مقياس من إعداد الباحثان يتكون من (60) فقرة، ويتكون المقياس من أربعة محاور (محور المهارات البدنية والمهارية، محور مهارات الاتصال والتواصل، محور المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، محور المهارات النفسية والأخلاقية)، أظهرت النتائج أن هناك إجماع من طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، باختلاف مستواهم الأكاديمي وجنسهم، أن مناهج كلية التربية الرياضية لا يتوافر فيها العدد الكافي من المهارات الحياتية اللازمة والضرورية لهم، ويعزوا الباحثان 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. ويوصي الباحثان بضرورة دمج المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية، وضرورة تفعيل استخدام الطلاب للتكنولوجيا الحديثة ممثلة بشبكة الانترنت، ووسائل الاتصال في العملية التعليمية.

- قام ويس وآخرون (Weiss et al:2007) بدراسة بعنوان تطوير الشباب من خلال الرياضة حيث هدفت إلى تقييم فعالية برنامج المهارات الحياتية (First Tee) والذي يحتوى على مهارات حياتية تم دمجها في ألعاب رياضية مقارنة مع الشباب المشاركين في نشاطات رياضية أخرى منظمة، اشتملت العينة على (405) طالبا في برنامج (First Tee) و(159) طالبا في أنشطة رياضية أخرى تتراوح أعمارهم بين (10-17) سنة، في هذه الدراسة تم دمج المهارات

الحياتية مع مهارات لعبة الجولف أظهرت النتائج أن هناك تأثيرات مهمة وإيجابية للمجموعة التي شاركت في برنامج (First Tee) حيث أظهرت تحسناً في مهارات لعبة الجولف وانتقال أثر المهارات الحياتية للمشاركين في البرنامج حيث ظهر تحسناً في المهارات الحياتية ( العمل الجماعي، ضبط الانفعالات، حل النزاعات، المبادرة، سلوكيات اجتماعية إيجابية، تصرفات سلوكية واعية، وفعالية شخصية، ومقاومة لضغط الأقران، وتعلم فردي منظم).

- دراسة الحايك (Alhayek, 2008) هدفت الدراسة للتعرف إلى أثر استخدام أسلوب التقييم الذاتي في تدريس مهارات كرة السلة على تطوير قدرة الطالبات على التفكير الإبتكاري ومستوى أداء مهارات كرة السلة، تكونت عينة الدراسة من (18) طالبة من المسجلات في مساق كرة سلة (1) في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية على الفصل الدراسي الثاني 2007/2008 م. لاختبار فرضيات الدراسة استخدم الباحث المتوسطات والانحرافات المعيارية واختبار (ت). t-Test أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية في تنمية قدرة الطالبات على التفكير الإبتكاري على أربعة من المحاور الخمسة للمقياس ولصالح البعدية، كما أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على المحور الاجتماعي للمقياس. وتوصلت الدراسة أيضاً إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعدية في مستوى الأداء المهاري على مهارتي التصويب والتنطيط، فيما لم تظهر فروق إحصائية على مهارة التمرير. ويوصي الباحث باستخدام أسلوب التقييم الذاتي في تدريس مهارات كرة السلة لتطوير التفكير الإبتكاري ومستوى أداء المهارات في لعبة كرة السلة.

### محددات الدراسة:

اقتصرت هذه الدراسة على:

1. طلاب الصف الثالث الأساسي في مدرسة كفر الماء الأساسية للبنين.

2. مجموعة من المهارات الحياتية وهي: التعاون والعمل الجماعي، مهارات التواصل،

مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية.

### إجراءات الدراسة:

### منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج التجريبي بوصفه المنهج المناسب لطبيعة هذه الدراسة، وذلك

باستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإتباع القياس القبلي

والبعدي لكلا المجموعتين.

### مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلاب الصف الثالث الأساسي في مدرسة كفر الماء الأساسية للبنين والتابعة لمديرية التربية والتعليم في لواء الكورة، والبالغ عددهم (89) طالبا للعام الدراسي 2009/2008.

### عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (40) طالبا من طلاب الصف الثالث الأساسي تم اختيارهم بالطريقة العمدية، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين الأولى تجريبية والثانية ضابطة. ويمثلون نسبة (45%) من مجتمع الدراسة.

### تكافؤ العينة:

لما كان هدف الدراسة مقارنة أفراد المجموعة التجريبية بالمجموعة الضابطة للتعرف في تأثير البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية على تنمية المهارات الحياتية، فقد قام الباحث بعملية ضبط للمتغيرات التي قد تؤثر على نتائج الدراسة واختباراتها.

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لأفراد مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة) على كل مهارة من المهارات الحياتية في الاختبارات القبلية، كما يبين ذلك الجدول (1):

### الجدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لأفراد مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة) على

كل مهارة من المهارات الحياتية في الاختبارات القبلية

المهارة	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
التعاون والعمل الجماعي*	التجريبية	20	2.87	0.25	0.098	38	0.923
	الضابطة	20	2.86	0.24			

المهارة	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
التواصل*	التجريبية	20	2.78	0.25	0.845	38	0.403
	الضابطة	20	2.70	0.37			
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية*	التجريبية	20	2.82	0.20	0.235-	38	0.816
	الضابطة	20	2.83	0.26			

تبين من الجدول (1) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية  $(\alpha \geq 0.05)$ ، بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على كل مهارة من المهارات الحياتية في الاختبارات القبليّة، مما يدل على تكافؤ مجموعتي الدراسة في المهارات الحياتية قبل تطبيق البرنامج التعليمي المقترح.

- بلغ معدل أعمار أفراد عينة الدراسة (9) سنوات عند إجراء الدراسة.

### الاختبارات المستخدمة في الدراسة:

بعد إطلاع الباحث على العديد من المصادر والدراسات ذات الصلة بالمهارات الحياتية (الحايك 2008، وزارة التربية والتعليم 2007، السوطري 2007، الحايك والبطاينة 2007، وزارة التربية والتعليم 2005، محمد 2005، مصطفى 2005، سوبيرسون 2005، آل مراد 2004، المفتي 2004، حسين 2003، علاوي 2003، الديري 1999، Marsh 1999). قام الباحث بتصميم المقياس بعد تحديد أهم المهارات الحياتية التي يجب أن يكتسبها طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وذلك وما يتوافق ومنهاج التربية الرياضية المدمج فيه المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وبعد الرجوع إلى المراجع السابقة. تم صياغة المقياس على شكل فقرات متنوعة تتناسب وأهداف الدراسة. مع العلم أن المقياس تم صياغته على شكل أدوات الملاحظة حيث قام بالإجابة على فقرات المقياس معلم الصف المختص بتدريس الطلاب لمحاور المقياس

الخاصة للمهارات الحياتية التالية: التعاون والعمل الجماعي، مهارات التواصل، مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية. و توزعت درجات سلم الاستجابة الخماسي من (1-5) على النحو الآتي:

4 درجات للإجابة غالبا	5 درجات للإجابة دائما
درجتان للإجابة قليلا	3 درجات للإجابة أحيانا
درجة واحدة للإجابة نادرا	

### المعاملات العلمية لأداة الدراسة:

#### الصدق:

قام الباحث بالتأكد من صدق البرنامج والاختبارات المعدة لغايات الدراسة، استخدم طريقة صدق المحتوى، وذلك بعرض المقياس على عدد من الخبراء من حملة درجة الدكتوراه في التربية الرياضية والبالغ عددهم (10)، لمعرفة آرائهم حول البرنامج والاختبارات، ومدى ملاءمتها للبيانات والمعلومات المراد قياسها، وقام الباحث بأخذ ملاحظات الخبراء وإجراء التعديلات المقترحة، حيث أنهم أقرروا صدق المحتوى لهذين الاختبارين بمعنى أن المقاييس يقيسان ما وضعا من أجله.

وكذلك تم استخراج الصدق التمييزي (معامل ارتباط الفقرة بالمقياس ككل)

للمهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، مهارات التواصل، مهارة الاعتماد

على النفس وتحمل المسؤولية) والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

جدول 2. معامل ارتباط الفقرة بالمقياس ككل (الصدق التمييزي)

مقياس الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية		مقياس التواصل		مقياس التعاون والعمل الجماعي	
معامل ارتباط الفقرة بالمقياس ككل	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالمقياس ككل	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالمقياس ككل	رقم الفقرة
0.45	1	0.33	1	0.35	1
0.51	2	0.45	2	0.48	2
0.34	3	0.51	3	0.38	3
0.36	4	0.61	4	0.45	4
0.38	5	0.35	5	0.51	5
0.49	6	0.33	6	0.50	6
0.57	7	0.45	7	0.37	7
0.64	8	0.47	8	0.39	8
0.71	9	0.49	9	0.41	9
0.36	10	0.51	10	0.34	10
0.35	11	0.56	11	0.46	11
0.39	12	0.61	12	0.52	12
0.42	13	0.34	13	0.61	13
0.37	14	0.33	14	0.51	14
0.31	15	0.45	15	0.34	15

حتى يتم قبول الفقرة يجب أن يكون معامل الارتباط (أكبر من 0.30)

#### النتائج:

تم التحقق من ثبات أداة الدراسة من خلال تطبيقها على عينة تكونت من (10) طلاب أخذت من مجتمع الدراسة، وتم استبعادها من الدخول ضمن عينة الدراسة، وذلك بطريقة الاختبار وإعادة، وإعادته، (Test – Re – test) وبفارق أسبوع بين التطبيقين الأول والثاني، وقد تم حساب

معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين وعلى كل مهارة من المهارات الحركية والحياتية، وكذلك تم استخراج معامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) للمهارات الحياتية والجدول رقم (3) يوضح ذلك.

### جدول (3)

معامل ثبات الإعادة ومعامل الاتساق الداخلي لكل مهارة من المهارات الحياتية

المهارة	معامل ارتباط بيرسون (ثبات الإعادة)	معامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا)
التعاون والعمل الجماعي/درجة	0.85	0.91
التواصل/درجة	0.91	0.96
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية/درجة	0.90	0.95

### البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية:

إن تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا يحتاج إلى الكثير من الاجتهاد والتفكير في إيجاد برامج تعليمية تعتمد على أسس علمية مختلفة للوصول إلى تعلم أفضل يتحقق فيه الهدف المنشود. وقد رأى الباحث ضرورة وضع برنامج تعليمي مقترح باستخدام الألعاب الحركية والتربوية لتنمية المهارات الحياتية حيث قام الباحث بإعداد البرنامج التعليمي المقترح لتطبيقه على طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، من خلال الإطلاع على الدراسات والأبحاث المشابهة والمراجع العلمية المتخصصة بالألعاب الأطفال، للاستفادة من برامجها التعليمية ومنها: السايح (2007)، وحمودة (2007)، والإطار العام المرجعي للتعلم المبني على المهارات الحياتية لمرحلتى التعلم الأساسي والثانوي (2007)، ودليل تدريب مديري المدارس على المهارات الحياتية (2007)، وعض (2006)، وشلتوت وآخرون (2006)، والسايح ونجله (2003)، وحسين (2003)، ايلين (2002)، ومناهج التربية الرياضية للمرحلة الأساسية الدنيا، واستعان الباحث ببعض المدرسين والخبراء المتخصصين في تدريس هذه المرحلة العمرية (6-9)، إضافةً إلى ابتكار بعض الألعاب

التي تدعم هذه الدراسة، وقد طبق الباحث البرنامج التعليمي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية، بعد عرضه على عدد من المختصين وأصحاب الخبرة العملية والعلمية وذلك بهدف التحقق من:

1. مدى مناسبة وشمولية المحتوى مع أهداف البرنامج التعليمي المقترح.
2. مدى ملائمة البرنامج التعليمي للمرحلة السنوية لأفراد عينة الدراسة.
3. مدى مناسبة توزيع وحدات البرنامج التعليمي من حيث: الزمن، الأهداف الخاصة لكل وحدة تعليمية ومناسبتها مع محتوى الوحدة.

وقد راعى الباحث في تخطيط وبناء الإطار العام للبرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية ما يلي:

-المدة الزمنية للبرنامج التعليمي ثمانية أسابيع بمعدل ثلاث وحدات تعليمية أسبوعياً. كما في الجدول رقم (4) ذلك.

الجدول 4. التوزيع الزمني للبرنامج التعليمي المقترح

عدد الوحدات التعليمية	عدد الأسابيع	زمن الوحدة التعليمية بالدقائق	الزمن بالدقائق	الزمن الكلي بالدقائق
16	8	45	خلال الأسبوع	خلال ثمانية أسابيع
			90	720

### محتوى البرنامج:

بعد الإطلاع على المراجع العلمية والدراسات التي تناولت الألعاب الحركية والتربوية، والدراسات التي تناولت تنمية المهارات الحياتية. تم تحديد محتوى البرنامج المقترح. ولتحقيق الهدف من البرنامج تم وضع محتوى البرنامج في مجموعة وحدات تعليمية على شكل ألعاب حركية وتربوية، ودروس نظرية. وقد تم تقسيم الوحدة التعليمية على النحو التالي:

(1) الجزء التمهيدي: يهدف إلى تسجيل الغياب، وتهيئة وإعداد جسم الطالب إلى النشاط، وتنشيط الدورة الدموية، وفي بعض الوحدات التعليمية احتوى الجزء التمهيدي على بعض المعلومات المعرفية. ويحتوي الجزء التمهيدي على بعض التدريبات التي تخدم الجزء الرئيسي. ومدته (10) دقائق.

(2) الجزء الرئيسي: يحتوي على مجموعة من الألعاب الحركية والتربوية وبعض الأنشطة المعرفية المقررة في دليل تدريب مدرء المدارس على المهارات الحياتية، ويهدف هذا الجزء إلى تنمية المهارات الحياتية عن طريق الألعاب الحركية والتربوية، ومدة الجزء الرئيسي (30) دقيقة.

(3) الجزء الختامي: يهدف إلى تهدئة الجسم والعودة التدريجية إلى الحالة الطبيعية، وإعادة الأدوات إلى أماكنها المخصصة، ومدة هذا الجزء (5) دقائق.

وقد راعى الباحث عند تنفيذ البرنامج التعليمي المقترح:

1. اخذ الموافقات الإدارية من مدير التربية والتعليم للمساعدة في تنفيذ البرنامج.
2. اخذ موافقات أولياء الأمور لاشتراك أبنائهم في تطبيق الدراسة.
3. توفر مكان مناسب لتنفيذ البرنامج.
4. توفر عوامل الأمان والسلامة والنظام طوال وقت تنفيذ البرنامج.
5. الكشف الطبي على الطلاب قبل تطبيق البرنامج وقد قام بإجرائه طبيب مركز صحي كفر الماء .

مراعاة عدم تواجد طلاب المجموعة الضابطة أثناء تنفيذ البرنامج على طلاب المجموعة

التجريبية.

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على (20) طالباً من خارج عينة الدراسة ومن نفس مجتمع الدراسة، تم تطبيق البرنامج التعليمي المقترح لمدة أسبوع كان الهدف من الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- للتعرف على الصعوبات والأخطاء التي من الممكن أن تواجه الباحث أثناء التطبيق.
- التعرف على مناسبة الألعاب للوقت المحدد لها، وتوزيع أجزاء الوحدة التعليمية.
- التعرف على الوقت والمكان الملائم لتطبيق البرنامج.
- التأكد من صلاحية الأدوات الرياضية المستخدمة في الدراسة ومدى توفرها.
- تحديد الأسلوب التنظيمي للعمل.
- تحديد عدد الفريق المساعد والوجبات التي استندت إليه.
- إيجاد المعاملات العملية للاختبارات.

#### الاختبارات القبليّة:

قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة بعد التأكد من ثبات وصدق وموضوعية هذه الاختبارات، والتي جاءت بدرجة عالية لعينة الدراسة للمجموعتين التجريبية وفي نفس الظروف لكلا المجموعتين.

#### متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية.

المتغير التابع: المهارات الحياتية.

#### مكان تطبيق البرنامج:

استخدم الباحث ملاعب مدرسة كفر الماء الأساسية لتطبيق البرنامج التعليمي المقترح.

#### زمن تطبيق البرنامج:

تم تطبيق البرنامج في الفترة الواقعة ما بين 7 / 9 / 2008 - 6 / 11 / 2008.

#### الاختبارات البعدية:

بعد أن طبقت مجموعتنا الدراسة البرنامج المقرر لهما قام الباحث بالاستعانة بنفس الأفراد المساعدين في القياس القبلي، للحصول على أدق النتائج، وتم التأكيد على أن يقوم كل فرد مساعد بقياس نفس الاختبار الذي قام بتطبيقه في القياس القبلي، وذلك في يوم الأحد والاثنين الموافقين 9-10 / 11 / 2008.

### المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المعالجات الإحصائية الآتية :

- الرزمة الإحصائية SPSS.
- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري.
- النسب المئوية.
- اختبار (ت) (t-Test) للفروق.
- اختبار (Z) للفروق بين النسب المئوية.

### عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

السؤال الأول على: "هل يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $\alpha \geq$

0.05) لاستخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لطلاب المرحلة

الأساسية الدنيا؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت)، لتقديرات طلبة المجموعة التجريبية على مقياس المهارات الحياتية، والحركية القبلية والبعديّة، وفيما يلي عرضاً لذلك:

### جدول 5. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار(ت) بين الاختبارين القبلي

#### والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية للمهارات الحياتية

المهارة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	الدلالة العملية
التعاون والعمل الجماعي/درجة	قبلي	20	2.87	0.25	15.364	19	0.000*	%81.1
	بعدي	20	3.82	0.31				
التواصل/درجة	قبلي	20	2.78	0.25	13.644	19	0.000*	%73.2
	بعدي	20	3.90	0.40				
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية/درجة	قبلي	20	2.82	0.20	13.988	19	0.000*	%83.1
	بعدي	20	3.88	0.29				

\* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ )

يتبين من الجدول رقم (5) وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha$ )  $0.05 \geq$  بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية ولصالح البعدي على جميع المهارات الحياتية .

### جدول 6. المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي ونسب التحسن بالنسبة للقياس

#### القبلي لأفراد المجموعة التجريبية للمهارات الحياتية.

المهارة	القياس القبلي	القياس البعدي	نسبة التحسن
التعاون والعمل الجماعي/درجة	2.87	3.82	%33.10

التواصل/درجة	2.78	3.90	40.2%
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية/درجة	2.82	3.88	37.58%

يبين الجدول رقم (6) قيم المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي، ونسب التحسن بالنسبة للقياس القبلي لأفراد المجموعة التجريبية، وباستعراض نسب التحسن نجد أن أفضل التواصل بنسبة (40.2%)، ثم الاعتماد على النفس تحمل المسؤولية بنسبة (37.58%)، ثم التعاون والعمل الجماعي بنسبة (33.10%).

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى أن البرنامج التعليمي المقترح قد أثر بصورة إيجابية على مستوى أداء أفراد المجموعة التجريبية في المهارات الحياتية، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى أن البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية وفر فرصاً إيجابية ومناسبة لتفاعل طلاب أفراد المجموعة التجريبية مع الخبرة التعليمية، حيث إنهم كانوا مشاركين فعالين في عملية التعلم، وليس مستقبلين للمعلومات، وقد أتاح البرنامج التعليمي المقترح للطلاب فرصة ممارسة خبرات المهارات الحياتية ممارسة فعلية، وأن يتفاعلوا معها تفاعلاً مباشراً من خلال الأداء العملي للمهارات الحياتية. وقد بين فرج (2008) على أن الألعاب تساعد على النمو الاجتماعي، فالفرد أثناء اللعب يكتشف مسؤوليته نحو الجماعة، والحاجة إلى التبعية والقيادة، وإلى ممارسة النجاح والشعور بالانتماء، ويتحقق في أثناء اللعب: التعاون، والحب بين الطلاب، واحترام حقوق الآخرين.

كما أن الألعاب الحركية والتربوية التي احتواها البرنامج التعليمي المقترح عملت على تنمية الاحتياجات الأساسية للطلاب مثل: الشعور بالانتماء، واحترام الذات، والتعاون، والتواصل. وهذا ما أشارت إليه السكري وآخرون (2006) أن الألعاب الحركية والتربوية من الوسائل التربوية والتعليمية الهامة والناجحة في مساعدة الأطفال على أن ينمو نمواً شاملاً متزناً عقلياً وبدنياً

ونفسياً واجتماعياً، فضلاً عن إسهامها بقدر كبير في تنمية القدرة الوظيفية لأجهزة الجسم. وأن البرنامج التعليمي بما احتواه من ألعاب حركية وتربوية ساعدت على انتماء الطالب إلى الجماعة، مما ولد لديه الشعور بالأمن والاطمئنان ضمن البيئة الاجتماعية، وأن طلاب المجموعة التجريبية من خلال ممارستهم الألعاب المختلفة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، نمت لديهم القابلية البدنية والخلقية والعقلية، التي أدت إلى شعورهم بالسعادة والسرور والنجاح، وتحقيق الكثير من الصفات: كالتعاون، و ضبط النفس، ومراعاة القوانين، وتحمل المسؤولية والاحترام المتبادل بين أفراد المجموعة.

بالإضافة إلى أن اللعب - على اعتباره جزءاً من العملية التربوية- ساهم في تربية الطلاب وإكسابهم الكثير من الصفات والسمات السلوكية الحميدة، التي تتأسس على الصدق والتعاون والنظام وتحمل المسؤولية والعمل لصالح الجماعة. كما أن الألعاب والقصص الحركية بما شملته من عمل جماعي، عملت على تشجيع اندماج الطالب بين زملائه، وتشجيع زملائه له مما أدى إلى نمو الصلات الاجتماعية وزيادة التفاعل والترابط بينهم إلى جانب النشاط التربوي، وما نتج عنه من استثارة حماس الطلاب، وأيضاً ما شمله البرنامج التعليمي المقترح من تعلم للمعايير الاجتماعية والانضباط وحب العمل والتعاون والتواصل وتنمية السلوك المرغوب فيه من خلال المواقف العملية. وهذا ما أكدته الحيلة (2007) أن اللعب إذا أحسن استغلاله فإنه يلعب دوراً إيجابياً وفاعلاً في بناء الشخصية المتوازنة المتكاملة للطفل. فهو يساهم في بناء الجانب الجسمي والفسولوجي عن طريق الألعاب الحركية بأنواعها المختلفة، ويساهم في بناء الجانب العقلي والمعرفي من خلال التفاعل النشط مع مؤثرات البيئة، وعناصرها المادية والبشرية وما ينتج عن ذلك من معارف واكتشافات ومهارات، كما يساهم في بناء الناحية الاجتماعية الوجدانية للشخصية، وذلك من خلال اللعب التعاوني، الذي يمارس ضمن مجموعات اللعب، ومن خلال

ما يتطلبه من تعاون وتنافس ونظام تحمل المسؤولية وضبط للانفعالات وتواصل بين أفراد المجموعة الواحدة ومعرفة بالقواعد والقوانين والالتزام بها.

وبناء على ما سبق، فقد أظهرت نتائج الدراسة وجود اثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) لاستخدام البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة كل من: ويس وآخرون (Weiss et al, 2007)، وجوداس وآخرون (Goudas et al, 2006)، وباباجاريسيس وآخرون (Papacharisis et al, 2005)، والتي أظهرت فعالية استخدام البرامج التعليمية المبنية على أسس علمية والمناسبة لطبيعة المرحلة السنية في تنمية، وتطوير المهارات الحياتية.

### ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

نص السؤال الثاني على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين أفراد مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة) في تنمية المهارات الحياتية لاستخدام الألعاب الحركية والتربوية؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) لتقديرات طلبة المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس المهارات الحياتية البعدية، وفيما يلي عرضاً لذلك:

جدول 7. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لأداء المجموعة التجريبية

والضابطة على كل مهارة من المهارات الحياتية في الاختبارات البعدية

المهارة	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	الدلالة العملية
التعاون والعمل الجماعي/درجة	التجريبية	20	3.82	0.31	12.753	38	0.000*	%81.1
	الضابطة	20	2.71	0.24				
التواصل/درجة	التجريبية	20	3.90	0.40	10.189	38	0.000*	%73.2
	الضابطة	20	2.84	0.24				
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية/درجة	التجريبية	20	3.88	0.29	13.662	38	0.000*	%83.1
	الضابطة	20	2.75	0.24				

• ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ )

يتبين من الجدول رقم (7) وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha \geq 0.05$ ) في الاختبار البعدي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية على جميع المهارات الحياتية.

جدول 8. المتوسطات الحسابية ونسب التحسن بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في

#### القياس البعدي للمهارات الحياتية

المهارة	القياس البعدي/ ضابطة	القياس البعدي/ تجريبية	نسبة التحسن
التعاون والعمل الجماعي/درجة	2.71	3.82	%40.97
التواصل/درجة	2.84	3.90	%37.32
الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية/درجة	2.75	3.88	%41.09

يبين الجدول رقم (8) قيم المتوسطات الحسابية للقياسين القبلي والبعدي، ونسب التحسن

بالنسبة للقياس القبلي لأفراد المجموعة التجريبية، وباستعراض نسب التحسن، نجد أن أفضل

تحسن الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية بنسبة (41.09%)، ثم التعاون والعمل الجماعي بنسبة (40.97%). وكان في التواصل حيث بلغت النسبة (37.32%).

ويعزو الباحث تقدم أداء أفراد المجموعة التجريبية على أداء أفراد المجموعة الضابطة في اختبارات البعدية للمهارات الحياتية، إلى فعالية البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية، حيث أن البرنامج التعليمي المقترح بما احتواه من ألعاب ركزت على التعاون والعمل الجماعي تركت أثراً كبيراً في تنمية مفهوم الجماعة والعمل الجماعي. إذ أن اللعب هو الرافد الأساسي، والدافع المحرك للطفل في التفاعل الجماعي مع مواقف اللعب الموجهة أصلاً لتنمية التعاون والعمل الجماعي؛ لأن الطفل يتعلم من خلال اللعب ما لا يمكن تعلمه من غيره، فهو ليس مجرد لعب، وإنما هو عملية تعليم وتعلم فاعل إذا أحسن توجيهه، لأنه يوفر فرصاً عديدة لتنمية مفهوم العمل الجماعي، من خلال ممارسة الإحساس بالنجاح، وتقبل الخسارة في الوقت نفسه، فضلاً عن أن اللعب خبرة سارة للطفل، وعمل يندفع إليه تلقائياً، مما يسهل اكتساب الخبرات السارة والداعمة، التي تساعده في ضبط الانفعالات والشعور بالسعادة، والمثابرة وتقريع الانفعالات، وهذا ما أشارت إليه عويس وأبو النوار (2005) إلى أنه من خلال الألعاب الحركية والتربوية، التي تتم في نطاق جماعة الأقران، فإن الطفل يتعلم الكثير من الأشياء، وتعود بالنفع على تكوينه الجسمي والعقلي والوجداني، فيتعلم التعاون مع الجماعة، وتقدير حقوقهم، ويكتسب قواعد اللعب وأحكامه، ومعنى الالتزام بالنظام، وأهمية الانضمام إلى الجماعة، والانتماء إليها، لتحقيق ذاته.

ويرى الباحث أن الألعاب، تعتبر وسيلة ناجحة لتعلم الطفل روح الجماعة، وكيف ينافس بطرق غير عدوانية، فيتعرف على قدراته، وطاقاته بالمقارنة مع قدرات وطاقات الآخرين، ويفرح إذا حقق الفوز، ولا ييغضب إذا تغلب غيره عليه في اللعب، وبذلك يتعلم كيف يتصرف الطفل بلباقة في إطار الجماعة، فيكون مقبولاً ومألوفاً من قبل الوسط الذي يعايشه ويلعب معه. وهذا ما أكدته حمودة (2007) فغرس مفهوم التعاون من خلال اللعب يسهم في توعية الأطفال لأهمية العمل الجماعي لتحقيق هدف مشترك، بدلاً من المنافسة، كما يتعلمون أهمية مساعدة بعضهم البعض بأسلوب منهجي منظم، من خلال درس التربية الرياضية، فينعكس هذا الشيء أيضاً في تعاملهم أثناء الحصص المدرسية، وخلال لعبهم مع بعضهم البعض. والتعاون مرتبط بمهارات الاتصال، والترابط، والثقة، وتطوير مهارات التفاعل الاجتماعي الإيجابي. ومن خلال المشاريع التعاونية يتعلم الأطفال المشاركة، والتعاطف، والاهتمام بمشاعر الآخرين وهذا يساعدهم على التواصل بشكل أكبر.

كذلك فإن الألعاب التي تضمنها البرنامج التعليمي، عادت بالفائدة على أفراد المجموعة التجريبية، حيث عملت على توسيع وتعميق مدركاتهم، فأتاح لهم فرصة التكيف مع الآخرين وبالتالي مع البيئة والمجتمع، وعملت على تنمية روح المسؤولية الاجتماعية، وغرست بهم الاعتماد على النفس وضبط الانفعالات، بالإضافة إلى أنها بعثت الاطمئنان في نفوسهم، ودعمت ثقتهم بذاتهم. وهذا ما أشار إليه عوض (2006) بأن على المعلمين أن يجعلوا الأنشطة الحركية ركناً أساسياً في حياة الطفل اليومية، لأن الطفل يتعلم بالحركة. ويجب أن يُعطى الوقت الكافي للتحرك خلال درس التربية الرياضية، حيث تظهر الحاجة ملحة للعب عندما يجتمع عدد من الأطفال مع بعضهم البعض. فالطريقة التي يقضي فيها الطفل أوقاته، تسهم في خلق رَجُل المستقبل، فإذا أُعطي الطفل الفرصة لاستثمار وقته بطريقة بناءة، ينمو لديه الشعور بالمسؤولية، والاعتماد على النفس، وبالنتيجة سيكون لذلك الأثر الفعّال في تحقيق النضج العاطفي، والفكري، والاجتماعي.

وبناء على ما سبق فقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) لاستخدام البرنامج التعليمي المقترح، القائم على الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الأساسية الدنيا، بين أفراد المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج التعليمي المقترح وأفراد المجموعة الضابطة التي استخدمت البرنامج الاعتيادي ولصالح المجموعة التجريبية وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة كل من: ويس وآخرون (Weiss et al, 2007)، وجوادس وآخرون (Goudas, 2006)، وباباجاريسيس وآخرون (Papacharisis et al, 2005)، والتي أظهرت فعالية استخدام البرامج التعليمية في تنمية وتطوير المهارات الحياتية.

### الاستنتاجات:

في ضوء أهداف الدراسة وأسئلتها واستناداً إلى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج توصل

الباحث إلى الاستنتاجات التالي:

(1) البرنامج التعليمي المقترح ساهم بشكل فعال في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل

الجماعي، مهارات التواصل، مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى أفراد

المجموعة التجريبية.

(2) وجود تأثير إيجابي للبرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية في

تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا.

(3) وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في تنمية المهارات

الحياتية في الاختبار البعدي ولصالح أفراد المجموعة التجريبية.

### التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة فإن الباحث يوصي بما يلي:

(1) استخدام البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية في تنمية

المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا.

(2) ضرورة وضع مناهج رياضية حركية متنوعة لطلاب المرحلة الأساسية الدنيا تعمل

على تنمية المهارات الحياتية بأنواعها المختلفة.

- (3) ضرورة أن يقوم معلمو المرحلة الأساسية الدنيا في تنمية المهارات الحياتية باعتبارها متكاملة تعزز بعضها البعض، وعدم اقتصارها على مجال دون آخر.
- (4) الاستمرار في عمل الدورات التدريبية والورش التعليمية بشكل مكثف لمعلمي التربية الرياضية، وتأهيلهم بشكل فعال، للتعرف على المهارات الحياتية الخاصة بكل مرحلة من المراحل الدراسية، وأهميتها، وكيفية تنميتها.
- (5) تزويد المدارس بالأدوات والمواد والأجهزة التعليمية التي تساعد في تنفيذ الأنشطة الصفية، واللاصفية للطلاب بعدة طرق وأساليب مختلفة، وعرض تلك الأنشطة باستراتيجيات مختلفة، من أجل تحقيق الأهداف المرجوة بأسهل وأيسر الطرق.
- (6) إجراء دراسات مماثلة على المهارات الحياتية بأنواعها المختلفة، على بقية المواد الدراسية، ولجميع المراحل التعليمية.

## المراجع

### المراجع العربية:

- الأجنف، مصباح رمضان، (2005). ديناميكية تطور بعض المهارات الحركية الأساسية بين تلاميذ المرحلة السنية (10-12) سنة بمنطقة الأخضر. التربية البدنية والرياضية الجماهيرية، (العدد الخامس)، ص 48-68.

آل مراد، نبراس يونس (2004). استخدام برنامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.

الحايك. صادق و الصغير، علي، (2006). تدريس التربية الرياضية وفق المناهج القائمة على الاقتصاد المعرفي - السلط. تطوير التعليم العام نحو الاقتصاد المعرفي - جامعة البلقاء - السلط.

الحايك، صادق و البطينة، أحمد، (2007)، مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، مؤتمر كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.

الحايك، صادق و الشريف، وليد (2008). مدى تأهيل الطالب المعلم في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية في توظيف المهارات الحياتية في التدريس أثناء التدريب الميداني، مؤتمر جامعة الزرقاء. الأردن.

الحايك، صادق و السوطري، حسن و البيات، منال، (2008). الأهمية النسبية للمهارات الحياتية الواجب توافرها في مناهج كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية من وجهة نظر الطلبة. المؤتمر العلمي الدولي الرياضي الأول "تحو مجتمع نشط لتطوير الصحة والأداء"، الجزء الأول، الجامعة الهاشمية، الأردن.

حسين، فاطمة ناصر و المفتي، بيريفان عبد الله، (2005). دراسة مقارنة في بعض الحركات الأساسية بين أطفال الرياض بعمر (4-6) سنوات. مجلة التربية الرياضية، المجلد الرابع عشر ( العدد الأول)، ص 91-103.

حسين، فاطمة ناصر، (2003). أثر برنامج مقترح بالألعاب الصغيرة في القسم الإعدادي من الدرس في تنمية السلوك الاستكشافي لدى طالبات الصف الأول المتوسط. مجلة التربية الرياضية، المجلد الثاني عشر ( العدد الأول)، ص 119-138.

حمودة، بيان محمود (2007). تأثير برنامج للألعاب التعاونية على تحسين أداء الحركات الأساسية للمرحلة السنية بين (5-6) سنوات في إحدى مدارس رياض الأطفال في عمان. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

الحيلة، محمد محمود، (2007). الألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها، الطبعة الرابعة، عمان: دار الميسرة.

الديري، علي محمود، (1999)، طرق التدريس التربوية الرياضية في المرحلة الأساسية "التربية الحركية". الطبعة الأولى، اربد: دار الكندي.

الديري، علي، (2003). المناهج المعاصرة في التربية الرياضية وتطبيقاتها العملية. اربد: جامعة اليرموك.

السايح، مصطفى و نجله، مراد (2003). الألعاب الصغيرة بين النظرية والتطبيق. الطبعة الأولى، الإسكندرية: مطبعة ومكتبة الإشعاع.

السايح، مصطفى، (2007). موسوعة الألعاب الصغيرة. الطبعة الأولى، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر: الإسكندرية.

السكري، خيرية و مهران، وسيلة وعبد الرحمن، فاطمة، (2006). المهارات الحركية الأساسية في التربية البدنية لرياض الأطفال الأسوياء وذوي الاحتياجات الخاصة. الإسكندرية: دار الوفاء.

سويبرسون، (ترجمة مدارس الظهران الأهلية)، (2005). أدوات للمواطنة والحياة. الطبعة الأولى، الدمام: دار الكتاب التربوي.

السوطري، حسن سعيد، (2007). أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

شلتوت، نوال إبراهيم، (2006). مناهج التربية البدنية والرياضية "المنهج نظرياته - تنظيماته - تطويره - تقويمه". الطبعة الأولى، الإسكندرية: دار الوفاء.

الشلول، إبراهيم احمد، (2003). اثر برنامج إرشادي باللعب في تخفيض مستوى المشكلات السلوكية لدى طلبة المرحلة الأساسية الدنيا. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

- عبد المعطي، أحمد ومصطفى، دعاء، (2007). **المهارات الحياتية**. الطبعة الأولى، جامعة أسيوط، مصر.
- علاوي، محمد ورضوان، محمد، (1994). **الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي**. الطبعة الثالثة، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عمران. تغريد والشناوي، رجاء وصبحي، عفاف، (2004). **المهارات الحياتية**. مصر، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق. عوض، فاطمة، (2008). **التربية الحركية وتطبيقاتها**، الطبعة الثانية، دار الوفاء.
- عويس، رزان و أبو النور، حسناء، (2005). **فاعلية اللعب في إكساب أطفال الروضة مجموعة من المهارات الرياضية**. مجلة جامعة دمشق، المجلد الحادي والعشرون (العدد الأول)، ص 369-398.
- فرج، أيلين، (2002)، **خبرات في الألعاب للصغار والكبار**. الطبعة الثانية، الإسكندرية: منشأة المعارف بالإسكندرية
- فرج، عبد اللطيف حسين، (2008). **منهج المرحلة الابتدائية**. الطبعة الأولى، عمان: دار الحامد.
- محمد، مصطفى فهيم، (2005). **المهارات الحياتية في المدرسة الثانوية والطريق إلى صناعة الشخصية**. مجلة التربية، العدد الخامس، ص 120-153.
- محمد، مصطفى فهيم. (2005). **الطفل العربي والمهارات الحياتية في رياض الأطفال المدرسة الأساسية**. الطبعة الأولى، القاهرة: دار الفكر العربي.
- المفتي، بيرفان عبد الله، (2004). **استخدام برنامجين بالألعاب الحركية والألعاب استكشافية في تطوير بعض المهارات الحركية الأساسية والسلوك الاستكشافي الرياضي لدى تلاميذ الصف الثاني الابتدائي**. أطروحة دكتوراه، جامعة الموصل، العراق.
- وزارة التربية والتعليم، (2005). **الإطار العام المرجعي للتعلم المبني على المهارات الحياتية**. بالتعاون مع منظمة اليونسف، عمان، الأردن.

وزارة التربية والتعليم، (2007). دليل تدريب مديري المدارس على المهارات الحياتية. بالتعاون مع منظمة اليونسف، عمان، الأردن.

### المراجع الأجنبية:

Alan, R., Stephen, J. (1998). Improving Adolescent Social Competence in Peer Interaction, **Journal of Education and Treatment**, 21 (2), 10-17.

Alhayek, K, Sadiq (2008). The Effects of Using Self-Check Basketball Teaching Style on Physical Education Female Students' Thinking and Skills Performance. World Congress of Performance Analysis of Sport, Magdeburg, Germany, 3 (1).

Castro. Raouel (1999). From Theory to Practice: A first Look at Success for Life a Brain Research – Based Early Childhood Program. Dissertation Abstracts International A, 59 (11). 40-49.

Goudas, M., Dermitzaki, I., Leondari, A., and Danish, S. (2006). The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Physical Education Context. **European Journal of Physical of Education**, XXI (4) 429-438.

Marsh, David (1999). **Preparing our School for the 21<sup>st</sup> Century**, Alexandria VA: ASCD.

Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S., and Theodorakis, Y. (2005). The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context. **Journal of Applied Sport Psychology**, 17 (3), 247-254.

Weiss, M., Bolter, N., Bhalla, J., and Price, M. (2007). Positive Youth Development through Sport: Comparison of Participants in the First Life Skills Programs.

**Journal of sport & Exercise Psychology**, 29, 212-228.

### اختبارات المهارات الحياتية

(1) مقياس مهارة التعاون والعمل الجماعي:

الرقم	الفقرة	دائما	غالبا	أحيانا	قليلًا	نادرا
1	يحترم أفكار الآخرين ويتقبلها					
2	يتحلى بروح الانتماء إلى الجماعة					
3	يلتزم بتوجيهات المعلم					
4	يقدم مصلحة الجماعة على المصلحة الفردية					

					5	يقوم بالمبادرة في تقديم العون للآخرين
					6	يثق بأفراد فريقه
					7	يتحمل ضغط العمل مع أعضاء المجموعة
					8	يتفاوض مع الآخرين حول مواقف اللعب
					9	يتفاعل مع زملاءه أثناء العمل
					10	لا يقوم بإلقاء اللوم على الآخرين
					11	يشارك في الألعاب الرياضية الجماعية
					12	يبادر إلى إقامة علاقات جديدة مع الآخرين
					13	يشارك الآخرين في مشاعرهم ويتعاطف معهم
					14	يتعاقب على دور القائد والتابع
					15	يعمل مع الجميع دون تمييز

## (2) مقياس مهارة التواصل:

الرقم	الفقرة	دائما	غالبا	أحيانا	قليلا	نادرا
1	يظهر اهتمام وإصغاء جيد عند الاستماع للآخرين					
2	يحافظ على تركيزه طوال فترة الإصغاء لتعليمات المعلم					
3	يفهم الإشارات غير اللفظية الصادرة من الآخرين					
4	يظهر ردود أفعال مناسبة أثناء ممارسة الأنشطة الجماعية					
5	يقوم بالمبادرة في التحدث مع الآخرين					

					6	يستخدم التواصل اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات
					7	يشارك في الألعاب مع زملاءه
					8	يتواصل مع الآخرين بشكل واثق
					9	يفاوض الآخرين الاقناعهم بوجهة نظره
					10	يطلب الإذن قبل المشاركة في النقاش
					11	يتعامل مع الآخرين ومشاعرهم بطريقة مقبولة
					12	يبيدي اهتمام في بناء صداقات جديدة
					13	يشكر الشخص الذي يقدم له مساعدة
					14	يشارك الآخرين الضحك في بعض المواقف
					15	يتعامل مع الآخرين بطريقة لائقة

### 3) مقياس مهارة الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية:

الرقم	الفقرة	دائما	غالبا	أحيانا	قليلا	نادرا
1	يستطيع تحديد احتياجاته					
2	يعترف بأخطائه بأمانة					
3	يقدم مصلحة الجماعة على المصلحة الفردية					
4	يدرك أهمية الوفاء بالالتزامات المطلوبة منه					
5	يتحمل ضغط العمل مع أعضاء المجموعة					
6	يصدر أحكام صادقه على أدائه					
7	يستطيع إصدار حكم صادق على أداء الآخرين					
8	يميز بين الخطأ والصواب					
9	يتحلى بروح المسؤولية					
10	يبيدي اقتراحات بناءه					
11	يقدر نفسه حق قدرها					
12	يظهر الثقة بالنفس عند اللعب					
13	يبيدي روح المبادرة					
14	يتفاوض مع الآخرين للوصول إلى أفضل الحلول					
15	يمتلك قوة إرادة					