



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -



معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الساناس تخصص تربية بدنية ورياضية

تحت عنوان

دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية  
لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

دراسة مسحية أجريت على تلاميذ بعض الثانويات بولاية مستغانم

إشراف:

د/ بوعزيز محمد

إعداد الطلاب:

✓ بوخاري هواري

✓ غيلاس قادة

✓ جلالي عبد القادر

السنة الجامعية: 2019/2018

## إهداء

أهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع إلى الذي رباني وشجعني على مواصلة دراستي ولم يبخل علي بماله ونصائحه وإرشاداته والذي العزيز، إلى جانبه أمي الحنونة التي سهرت على تربيته بحنانها وعطفها ودعواتها لي بالنجاح والتوفيق في كل صباح ومساء.

كما أهدي ثمرة عملي هذا إلى إخواني وأخواتي.

إلى أخي الذي لم تلده أمي وأفضل من صادقت يوما والذي كان بجانبني دوما " سليمان جمال " .

إلى كل الأصدقاء والأحباب: توفيق، فؤاد، جلول، أمين، هوارى، كريم، صدام، منور، عادل،

الحاج، فيصل، مصطفى، رشيد، فتحي، إسلام، فؤاد.

إلى كل من علمني حرفا ابتغى به وجه الله فأتى أكله..

كما أهديه إلى الدكتور المشرف الدكتور بوعزيز محمد الذي مد يد العون لنا من أجل إتمام هذا

البحث المتواضع.

إلى كل من يعرف "بوخاري هوارى"

بوخاري هوارى

## إهداء

- الحمد لله ومهما حمدناه فلن نستوفي أجره -

أهدي ثمرة جهدي إلى أعز ما أملك في هذه الدنيا، إلى من منحني العطف والحنان، وإلى النور الذي أمشي به. إلى من ضحى بالنفس والنفيس ، إلى من تحمل العبء من أجلي.

- الوالدين الكريمين -

- إلى كل العائلة التي ساندتني خلال مشواري الدراسي -

إلى كل الأصدقاء الذين يعرفونني.

وإلى المشرف على المذكرة الدكتور " بوعزيز محمد "

وكل من هو في الذاكرة ولم تحمله المذكرة وكل من عمر الصدور وغيبته السطور.

غيلاس قادة

## إهداء

أهدي ثمرة عملي هذا إلى الأم العزيزة والأب العزيز  
أطال الله في عمرهم وأهديه أيضا إلى الأخوة والأخوات، وإلى كل عائلتي من الصغير إلى  
الكبير.

كما أهديه إلى الدكتور المشرف بوعزيز محمد  
وأهديه إلى كل الأصدقاء والأحبة.  
وإلى أصدقائي الذين شاركتم هذا العمل المتواضع بوخاري هواري، غيلاس قادة.  
وإلى كل من ساهم في هذه الدراسة

جلالي عبد القادر

## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ثم أما بعد:

أشكر الله العلي القدير أهل الحمد والثناء على توفيقه وامتنانه وتيسيره لنا إتمام هذه الدراسة.

وانطلاقاً من حديث رسولنا الكريم عليه الصلاة والسلام "من لا يشكر الناس لا يشكر الله" كان لزاماً علينا أن نتقدم بخالص الشكر والعرفان لكل من ساهم في إتمام هذه الدراسة وأخص بالشكر:

أستاذنا ومشرفنا وموجهنا الدكتور الفاضل "بوعزيز محمد" على ما بذله من جهد وإشراف وتوجيه حتى تم الانتهاء من هذه الدراسة وإخراجها.

والشكر موصولاً للأساتذة المحكمين، "كطلي كمال، جبوري بن عمر، عامر عامر حسين، بيطار هشام، مناد فضيل"، على قبول تحكيم هذه الدراسة.

ولا ننسى أن نتقدم بتحياتنا الخالصة إلى أسرة معهد التربية البدنية والرياضية من أساتذة وإداريين وعمال وطلبة، كما نشكر مدراء وأساتذة الثانويات التي اختيرت في هذا البحث ومديرية التربية لولاية مستغانم على حسن استقبالهم.

وبالمناسبة أتقدم بجزيل الشكر إلى كل من أبدوا تعاونهم ومساعدتهم لنا:

إلى كل من ساهم ولو بكلمة طيبة.

الباحثون

## ملخص البحث

هدفت الدراسة إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. وكان فرض الدراسة أن للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مستعينا بعينة قدرت ب (45) تلميذا من بعض الثانويات بولاية مستغانم، وتم اختيار العينة عشوائيا، حيث استخدم الباحثون : استبيان المهارات الحياتية، كما استخدم المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة موضوع الدراسة، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية المهارات الدراسية (الأكاديمية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

وفي الأخير خرجنا ببعض الاقتراحات كان أهمها:

- ضرورة الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية عن طريق حملات التحسيس لأهميتها من طرف المسؤولين.
- توفير جو اجتماعي داخل الحصص الرياضية والذي يساعد التلاميذ على التوافق الجيد مع أنفسهم ومع من يحيطون بهم، وذلك بتوفير جملة من العوامل تتعلق بالمعاملات داخل حصة التربية البدنية والرياضية والعلاقات مع الأساتذة والإدارة وطريقة العمل داخل هذه الحصص.
- ضرورة أن يركز الأساتذة على دمج أكبر عدد من المهارات الحياتية في مادة التربية البدنية والرياضية التي يدرسونها.

**الكلمات المفتاحية:** النشاط البدني الرياضي، المهارات الحياتية، المرحلة الثانوية.

## **Résumé de la recherche**

L'étude visait à connaître le rôle de l'activité physique dans le sport dans le développement de certaines compétences psychosociales chez les élèves du secondaire. L'étude reposait sur le fait que l'activité physique a joué un rôle dans le développement de compétences psychosociales chez les élèves du secondaire, en utilisant un échantillon de 45 élèves de certaines écoles secondaires de Mostaganem. L'échantillon a été sélectionné au hasard. En fonction de la nature du sujet de l'étude, nous obtenons les résultats suivants:

L'activité physique joue un rôle dans le développement des compétences en communication et en communication chez les élèves du secondaire.

L'activité physique joue un rôle dans le développement des compétences de prise de décision et de résolution de problèmes chez les élèves du secondaire.

- L'activité physique sportive joue un rôle dans le développement des compétences scolaires des lycéens.

Enfin, nous avons présenté quelques suggestions, dont les plus importantes sont:

- La nécessité d'accorder plus d'attention à l'éducation physique et au sport dans les établissements d'enseignement par le biais de campagnes de sensibilisation à l'importance de leurs responsables.

- Créer une atmosphère sociale au sein des classes sportives, qui aide les étudiants à se mettre d'accord avec eux-mêmes et avec leur entourage, en fournissant un certain nombre de facteurs liés aux transactions entre la part de l'éducation physique et du sport et les relations avec les enseignants et la direction et la manière de travailler dans ces limites.

- Les enseignants doivent se concentrer sur l'intégration du plus grand nombre de compétences de la vie courante dans l'éducation physique et les sports qu'ils étudient.

Mots-clés: activité physique sportive, compétences de la vie courante, école secondaire.

## قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح مجتمع وعينة الدراسة	37
02	يبين فقرات استبيان المهارات الحياتية	39
03	يمثل معامل صدق وثبات الاستبيان	40
04	يبين ردود فعل التلاميذ اتجاه التحدث مع غرباء .	44
05	يبين مدى حب التلاميذ للدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين	45
06	يبين مدى استخدام التلاميذ لحركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.	46
07	يبين إمكانية تنازل التلاميذ عن آرائهم المقتنعين بها من أجل الآخرين	47
08	يمثل مقابلة الآخرين بابتسامة .	48
09	يبين مدى اعتذار التلاميذ فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره .	49
10	يبين مدى فهم التلاميذ لمشاعر الآخرين والتعاطف معهم .	50
11	يبين مدى تركيز التلاميذ انتباههم واهتمامهم على كل ما يقوله المتحدث	51
12	يبين مدى أيجاد التلاميذ للصعوبة في مجاملة ومدح الآخرين .	52
13	يبين مدى تحاشي التلاميذ مقاطعة المتحدث .	53
14	يبين مدى استطاعة التلاميذ بناء علاقات طيبة مع زملائهم في الصف	54
15	يبين مدى معالجة التلاميذ للأسباب عند وقوعهم في مشكلة .	55



57	يبين مدى معاناة التلاميذ من مشاكل كثيرة والوقوف حائرين أمامها .	16
58	يبين مدى مساعدة التلاميذ للآخرين في حل مشاكلهم وكون حلولهم صحيحة .	17
59	يبين مدى اعتبار التلاميذ تجاهل بعض المشكلات قد يكون حلا للمشكلة .	18
60	يبين مدى وضع التلاميذ لعدة حلول قبل اختيار الحل المناسب .	19
61	يبين مدى اتخاذ التلاميذ للقرارات الصائبة عند الغضب.	20
62	يبين مدى اختبار التلاميذ للأسباب وترتيبها حتى الوصول إلى السبب الأساسي للمشكلة .	21
63	يبين مدى اقتراب التلاميذ من الحلول كلما أوجدوا أسبابا أكثر للمشكلة.	22
64	يبين مدى رضا التلاميذ عن طريقتهم في تسوية خلافاتهم مع الآخرين.	23
65	يبين مدى تطلب التلاميذ لمعرفة الأسباب الجذرية أو الأكثر احتمالية للمشكلة لحلها.	24
66	يبين مدى صحة ونجاح قرارات التلاميذ لو أصبحوا قادة للمجموعات.	25
67	يبين مدى امتلاك التلاميذ لجدول دراسي يواظبون عليه.	26
68	يبين مدى استخدام التلاميذ القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتهم.	27
69	يبين مدى قراءة التلاميذ للفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب.	28
70	يبين مدى استطاعة التلاميذ على الجلوس للمذاكرة لفترة طويلة.	29
71	يبين مدى تلخيص التلاميذ للدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح.	30
72	يبين مدى مراجعة التلاميذ لدروسهم التي يستذكروها من حين لآخر.	31
73	يبين مدى استخدام التلاميذ للمخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم.	32

74	يبين مدى مواجهة التلاميذ للمواد الصعبة وتقسيمها إلى أجزاء للتمكن من فهمها.	33
75	يبين مدى قراءة التلاميذ لأسئلة الامتحان كاملة قبل بداية الإجابة.	34
76	يبين مدى توزيع التلاميذ لمذاكرتهم من أول السنة الدراسية.	35
77	يبين مدى مراجعة التلاميذ للإجابة قبل تسليم ورقة الامتحان.	36

## قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح ردود فعل التلاميذ اتجاه التحدث مع غرباء .	45
02	يوضح مدى حب التلاميذ للدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين.	46
03	يوضح مدى استخدام التلاميذ لحركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.	47
04	يوضح إمكانية تنازل التلاميذ عن آرائهم المقتنعين بها من أجل الآخرين	48
05	يمثل مقابلة الآخرين بابتسامة .	49
06	يوضح مدى اعتذار التلاميذ فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره .	50
07	يوضح مدى فهم التلاميذ لمشاعر الآخرين والتعاطف معهم .	51
08	يوضح مدى تركيز التلاميذ انتباههم واهتمامهم على كل ما يقوله المتحدث.	52
09	يوضح مدى أيجاد التلاميذ للصعوبة في مجاملة ومدح الآخرين .	53
10	يوضح مدى تحاشي التلاميذ مقاطعة المتحدث .	54
11	يوضح مدى استطاعة التلاميذ بناء علاقات طيبة مع زملائهم في الصف.	55
12	يوضح مدى معالجة التلاميذ للأسباب عند وقوعهم في مشكلة .	56
13	يوضح مدى معاناة التلاميذ من مشاكل كثيرة والوقوف حائرين أمامها.	57
14	يوضح مدى مساعدة التلاميذ للآخرين في حل مشاكلهم وكون حلولهم صحيحة .	58

59	يوضح مدى اعتبار التلاميذ تجاهل بعض المشكلات قد يكون حلا للمشكلة .	15
60	يوضح مدى وضع التلاميذ لعدة حلول قبل اختيار الحل المناسب .	16
61	يوضح مدى اتخاذ التلاميذ للقرارات الصائبة عند الغضب.	17
62	يوضح مدى اختبار التلاميذ للأسباب وترتيبها حتى الوصول إلى السبب الأساسي للمشكلة .	18
63	يوضح مدى اقتراب التلاميذ من الحلول كلما أوجدوا أسبابا أكثر للمشكلة.	19
64	يوضح مدى رضا التلاميذ عن طريقتهم في تسوية خلافاتهم مع الآخرين.	20
65	يوضح مدى تطلب التلاميذ لمعرفة الأسباب الجذرية أو الأكثر احتمالية للمشكلة لحلها.	21
66	يوضح مدى صحة ونجاح قرارات التلاميذ لو أصبحوا قادة للمجموعات.	22
68	يوضح مدى امتلاك التلاميذ لجدول دراسي يواظبون عليه.	23
69	يوضح مدى استخدام التلاميذ القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتهم.	24
70	يوضح مدى قراءة التلاميذ للفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب.	25
71	يوضح مدى استطاعة التلاميذ على الجلوس للمذاكرة لفترة طويلة.	26
72	يوضح مدى تلخيص التلاميذ للدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح.	27
73	يوضح مدى مراجعة التلاميذ لدروسهم التي يستذكروها من حين لآخر.	28
74	يوضح مدى استخدام التلاميذ للمخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم.	29
75	يوضح مدى مواجهة التلاميذ للمواد الصعبة وتقسيمها إلى أجزاء للتمكن من فهمها.	30
76	يوضح مدى قراءة التلاميذ لأسئلة الامتحان كاملة قبل بداية الإجابة.	31

77	يوضح مدى توزيع التلاميذ لمذاكرتهم من أول السنة الدراسية.	32
78	يوضح مدى مراجعة التلاميذ للإجابة قبل تسليم ورقة الامتحان.	33

## قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
إهداء .....	أ.....
شكر وتقدير .....	د.....
ملخص البحث .....	ه.....
قائمة الجداول .....	ه.....
قائمة الأشكال .....	ط.....

## التعريف بالبحث

1- مقدمة .....	1.....
2- مشكلة البحث .....	2.....
3- أهداف البحث .....	3.....
4- فرضيات البحث .....	4.....
5- أهمية البحث .....	4.....
6- مصطلحات البحث .....	4.....
7- الدراسات السابقة والمثابفة .....	5.....
- خلاصة .....	9.....

## الباب الأول: الجانب النظري

### الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي

13	تمهيد .....
13	1- تعريف النشاط البدني الرياضي .....
13	1-1- تعريف النشاط .....
13	1-2- تعريف النشاط البدني .....
14	1-3- تعريف النشاط البدني الرياضي .....
14	2- أنواع النشاط البدني الرياضي .....
15	2-1- ألعاب هادئة .....
15	2-2- ألعاب بسيطة .....
15	2-3- ألعاب المنافسة .....
15	3- أهداف النشاط البدني الرياضي .....
16	4- خصائص النشاط البدني الرياضي .....
17	5- أهمية النشاط الرياضي .....
18	6- حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية .....
18	6-1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية .....
18	6-2- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية .....
19	7- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي .....
19	7-1- الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي .....
19	7-2- الدوافع غير المباشرة للنشاط البدني الرياضي .....
19	8- العوامل التي تساعد في الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي .....
20	الخلاصة .....

## الفصل الثاني: المهارات الحياتية

23	تمهيد .....
23	1-تعريف المهارات الحياتية .....
23	1-1- المهارة .....
23	1-2-تعريف المهارات الحياتية .....
24	2-أهمية اكتساب المهارات الحياتية .....
25	3-خصائص المهارات الحياتية .....
26	4-تصنيف المهارات الحياتية .....
27	5-المهارات الحياتية في منهاج التربية الرياضية .....
27	6- أنواع المهارات الحياتية .....
27	6-1- مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين .....
27	6-1-1- الاتصال والتواصل .....
28	6-1-2- تعريف الاتصال والتواصل مع الآخرين .....
28	6-2- مهارات اتخاذ القرارات وحل المشكلات .....
29	6-3-المهارات الدراسية (الأكاديمية) .....
30	7-المرحلة الثانوية .....
30	7-1-تعريف المرحلة الثانوية .....
30	7-2-تعريف المراهقة .....
30	8-أهداف تنمية المهارات الحياتية لمرحلة المراهقة .....
31	9-أهمية النشاط البدني الرياضي بالنسبة للمراهق .....
32	الخلاصة .....

## الباب الثاني: الجانب التطبيقي



## الفصل الأول: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد .....	36
1- الدراسة الاستطلاعية .....	36
2-منهج البحث .....	36
3- مجتمع وعينة البحث .....	37
4- مجالات البحث .....	37
5- متغيرات البحث .....	38
6- أدوات البحث .....	39
7- وصف المقياس .....	39
8- الأسس العلمية المستخدمة .....	39
9- الأدوات الإحصائية .....	40
خلاصة .....	41

## الفصل الثاني: عرض مناقشة وتحليل النتائج

تمهيد .....	44
1- عرض ومناقشة نتائج المحور الأول (مهارة الاتصال والتواصل) .....	44
2- عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني ( مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات) .....	55
3- عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث ( المهارات الدراسية (الأكاديمية) ) .....	67
4- الاستنتاجات .....	78
5- مناقشة النتائج بالفرضيات .....	79
6- الاقتراحات والتوصيات .....	81

82 .....-7 الخلاصة العامة.

المصادر والمراجع

الملاحق

# التعريف بالبحث

- 1- مقدمة.
- 2- إشكالية البحث.
- 3- أهداف البحث.
- 4- فرضيات البحث.
- 5- أهمية البحث.
- 6- مصطلحات البحث.
- 7- الدراسات السابقة والمثابفة.
- خلاصة.

## 1- مقدمة:

تختلف المهارات الحياتية التي يحتاجها الأفراد، باختلاف المجتمعات والأزمنة، كما تختلف من حيث الأهمية باختلاف التطورات والتغييرات الحاصلة في العالم. فالتقدم العلم والتكنولوجي المتسارع يتطلب تطورا وتغييرا في المهارات الحياتية لمواكبة هذا التقدم والتطور، وبما يشبع حاجات الأفراد ورغباتهم. فالتحديات التي يواجهها الأفراد من الطفولة إلى الشيخوخة تتطلب منهم اكتساب مهارات حياتية مختلفة لمنحهم القدرة على التكيف مع المحيط و العيش بسعادة (محمد، 2005، ص 132).

لذا فإن المهارات الحياتية تعد من المهارات التي تساعد الطلبة على التكيف مع المجتمع بكافة مجالاته كالقدرة على تحمل المسؤولية، وقدرته على التوجيه الذاتي، والأنشطة الاقتصادية والتفاعل الاجتماعي كما تشمل الجوانب الشخصية مثل الاعتماد على الذات وزيادة الثقة بالنفس كما تمكنهم من اكتساب جميع المهارات مثل المهارات الاجتماعية والمهنية والأكاديمية (رقبان ، مصطفى، 2006).

وبما أن النشاط البدني الرياضي يعد وسيلة لتحقيق واكتساب الفرد للمهارات، ويمكن تحقيق هذه الاحتياجات والسلوكيات عن طريق مختلف الأنشطة الرياضية واللعب والترويح، لهذا فإن هدف النشاط البدني الرياضي هو خدمة حالة الفرد النفسية والاجتماعية بدرجة كبيرة، وفي هذا الصدد يشير "جوداس وآخرون" أن النشاط البدني الرياضي بيئة مناسبة لتعلم المهارات الحياتية، والتي هي منقولة لمجالات الحياة الأخرى، حيث حيث تشمل هذه المهارات القدرة على إنجاز العمل تحت الضغط وحل المشكلات وإدارة الوقت، ووضع الأهداف والتواصل والتعامل مع النجاح والفشل، والعمل مع أعضاء الفريق ضمن (العمل الجماعي) وتقبل النتائج" (السوطري، 2007، صفحة 59).

كما يرى "جوداس" أيضا " أن النشاط البدني الرياضي له إمكانية امتلاك تأثير مهم في الصحة العامة، وأنه الميدان الذي يظهر فيه النشاط لمعظم الأطفال والشباب، وأن التدريب على المهارات الحياتية يمكن أن ينجز بشكل فعال من خلال النشاط البدني الرياضي، حيث يعتبر من أكثر التخصصات خصوبة وسهولة في اكتساب الأفراد المهارات الحياتية المتنوعة بشقيها العملي

والذهني". فالمهارات الرياضية وأجواء المنافسة في درس النشاط البدني الرياضي، تساعد في بناء وتطوير شخصية الفرد المتكاملة من جميع جوانبها البدنية، النفسية والاجتماعية، أيضا المهارات التي يحتاجها للتميز والتفاعل مع المجتمع والمحيط" (السوطري ، 2007، ص18).

ويتفق "دانش ودونوهيو، ودانش ونيلين" أن المهارات الحياتية يمكن أن تكون جسدية ، مثل أخذ الأوضاع الصحيحة، أو إدراكية مثل اتخاذ القرار، أو سلوكية مثل الاتصال الفعال، "ووفقا لمنظمة الصحة العالمية (1999) يعتبر تعلم المهارات الحياتية أساسية لتنشئة طفل سليم البنية وتطوير المراهق، وأيضا مهمة في إعداد الشباب للتغيير في وضعهم الاجتماعي، لذا يجب الاهتمام بالنشء وإعداده للتكيف مع الحياة في أي بيئة أو مجتمع، واكتسابه المهارات الحياتية التي تمكنه من التفاعل الجيد، والتعامل بكفاءة وثقة وقدرة مع الواقع ليكون إنسانا مبدعا ومنتجا وفاعلا، قادر على التنمية وإحداث التغيير. (صغير، 2012، ص 185).

## 2- مشكلة البحث:

إن الإنسان لا يستطيع أن يعيش في عزلة عن الآخرين، عن أهله وأصدقائه وزملائه، وهو لا يستطيع أيضا أن يعيش دون تعامله مع كافة الجهات، وهذا يؤكد أن حياة الفرد باعتباره عضوا في جماعة أكبر في حاجة إلى التكيف مع تطور المجتمع، وهذا لا يتوافر له إلا من خلال امتلاكه لمهارات حياتية تجعله يتواصل مع الآخرين ويتفاعل معهم.

وهذا ما يؤكد صبري وماهر على انه تجتاح عالمنا اليوم ثورة جديدة يطلق عليها بالموجة الثالثة، فهي مزيج من التطور التكنولوجي المذهل والثورة المعلوماتية الفائقة حيث أحدثت هذه الأخيرة تغيرات كبيرة في العالم وفي جميع الميادين مما جعل التحدي والتجديد واكتساب مهارات حياتية مطلبا ملحا ومستعجلا لمواجهة الركب الحضاري. (صبري، ماهر، 2004، ص287) ولهذا يجب على التربية مسايرة التقدم العلمي والتكنولوجي والتوجه إلى اكتساب المهارات الحياتية اللازمة للمواطن. (مازن، 2002 صفحة 27).

فالنشاط البدني الرياضي يلعب دورا هاما ومحوريا في بناء شخصية الفرد من جميع النواحي البدنية، والخلقية، والنفسية، والاجتماعية، ويعد واحد من أوجه الممارسات التي تؤدي إلى توجيه النمو البدني للفرد باستخدام التمرينات الحركية والتدابير الصحية وبعض الأساليب النفسية والخلقية وبالتالي اكتسابه خبرات ومهارات حياتية مختلفة، فأصبح من الصعب تجاهل المغزى الاجتماعي

لهذا النشاط الإنساني البار. ومن هنا تبرز أهمية هذه الدراسة من خلال عينة الدراسة التي تعتبر مستقبل الأجيال، والاهتمام بتنمية مهاراتهم الحياتية أصبح ضرورة حتمية، وأمرًا ملحا خاصة لهذه المرحلة العمرية الحساسة من أجل توظيفه توظيفًا سليماً. لذا جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على دور النشاط البدني الرياضي في تنمية هذه المهارات الحياتية لتلاميذ الثانوي خاصة والتي هم في حاجة إليها نظراً لخصوصية هذه المرحلة العمرية والدراسية كمهارة الاتصال والتواصل، ومهارة اتخاذ القرار، وحل المشكلات وذلك لتكوين شخصية التلميذ خاصة وهو في بداية مرحلة الاستقلالية عن الأولياء، بالإضافة إلى المهارات الدراسية (الأكاديمية) والتي هي بدورها مهارات أساسية يجب على التلميذ إتقانها وتوظيفها ببراعة.

وعليه نطرح التساؤل العام التالي:

## 1-2- التساؤل الرئيسي:

- ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

## 2-2- التساؤلات الفرعية:

1- ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

2- ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

3- ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الأكاديمية (الدراسية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

## 3- أهداف البحث:

### الهدف العام:

- معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

### الأهداف الفرعية:

- معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الأكاديمية (الدراسية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

#### 4- الفرضيات:

#### 4-1- الفرضية العامة:

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

#### 4-2- الفرضيات الجزئية:

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الأكاديمية (الدراسية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

#### 5- أهمية البحث:

- كشف الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- تبيان أن النشاط البدني الرياضي ينمي بعض المهارات الحياتية (مهارة الاتصال والتواصل، مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات، المهارات الأكاديمية (الدراسية)).

#### 6- مصطلحات البحث:

#### النشاط البدني الرياضي :

نظريا: هو مظاهر مختلفة وأشكال عديدة من النشاط الرياضي في المؤسسات التربوية والتعليم ، وهو ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط الذي يستخدم الجهاز الحركي لجسم الإنسان والنشاط البدني الرياضي التربوي على ثلاثة أشكال: درس التربية البدنية والرياضية، النشاط الداخلي، النشاط الخارجي (بسيوني و الشاطني، 1992، صفحة 94).

إجرائيا: هو مجموع الأنشطة البدنية والرياضية الفردية والجماعية التي يمارسها الطالب داخل المؤسسة التعليمية التربوية الثانوية والتي يلقتها أستاذ التعليم الثانوي ، مستخدمة في شكل ألعاب ورياضات، توقيتها ساعتين أسبوعيتين مبرمجتين في حصة مادة التربية البدنية والرياضية.

**المهارات الحياتية:**

عرف حسين المهارات الحياتية بأنها مجموعة العمليات والإجراءات التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلة أو مواجهة تحدٍ أو إدخال تعديلات في مجالات حياته (حسين، 2005).

إجرائيا: هي عبارة عن مجموعة من المهارات تتمثل في السلوكيات الايجابية التي يكتسبها التلميذ عن طريق الأنشطة البدنية والرياضية للمرحلة الثانوية، وتشمل هذه المهارات مايلي:

1. مهارة الاتصال والتواصل.

2. مهارة اتخاذ القرار وحل المشكلات.

3. المهارات الدراسية ( الأكاديمية ).

**المرحلة الثانوية:**

وهي فترة التعليم النظامي الذي يتبع الطور الثالث من التعليم الأساسي، وهي المرحلة الثالثة من التعليم العام، وتكون مدتها ثلاث سنوات رسميا، يقبل عليها التلاميذ الذين يتراوح أعمارهم ما بين 15 إلى 18 سنة وتعتبر هذه الفترة ضمن المراهقة الوسطى (حبيب، 2010، صفحة 12).

7- الدراسات السابقة والبحوث المشابهة:

6-1- عرض الدراسات السابقة:

6-1-1- دراسة (تبانى سامي، 2006):

**العنوان:** دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تدعيم بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

هدفت الدراسة إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تدعيم بعض المهارات

الحياتية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

**منهج البحث:** اعتمد الباحث المنهج الوصفي.

**عينة البحث:** وكانت العينة عشوائية متكونة من 45 تلميذ.



**أدوات البحث:** وتمثلت الأدوات المستخدمة في البحث: مقياس المهارات الحياتية.

**أهم النتائج:**

- للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تدعيم بعض مهارات الاتصال والتواصل لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- النشاط البدني الرياضي التربوي له دور في تدعيم المهارات الأخلاقية والعاطفية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.
- للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تدعيم المهارات البدنية والمهارية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي.

**6-1-2- دراسة (عبد السلام بن عمر الناجي 1432هـ/1433هـ):**

**العنوان:** برنامج مقترح لتنمية المهارات الحياتية وفق نموذج مكارثي لطلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية.

هدفت الدراسة إلى تحقيق هدف رئيسي وهو تنمية المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الثانوية.

**منهج البحث:** اعتمد الباحث أسلوب دلفاي، المنهج الوصفي، المنهج التجريبي.

**عينة البحث:** شملت العينة طلاب المرحلة الثانوية - نظام المقررات - مدينة الرياض.

**أدوات البحث:** تم استخدام برنامج إرشادي مقترح.

**أهم النتائج:**

- تحديد المهارات الحياتية اللازم تعليمها لطلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية، وبلغ عددها 52 مهارة حياتية موزعة على ثمانية مجالات.
- تدني مستوى تمكن طلاب المرحلة الثانوية - نظام المقررات - من المهارات الحياتية اللازم تعلمها وذلك بمستوى متوسط منخفض.
- التعريف بأهم البرامج العالمية في تنمية المهارات الحياتية، في أمريكا وبريطانيا وأستراليا وكندا وسنغافورة والهند.

**6-1-3- دراسة (صادق الحايك، أحمد البطانية، 2007):**

**العنوان:** مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج كلية التربية البدنية والرياضية بالجامعة الأردنية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى توظيف المهارات الحياتية في منهاج كلية التربية البدنية والرياضية بالجامعة الأردنية لمتغير الجنس والمستوى الأكاديمي.

**منهج البحث:** اعتمد الباحث المنهج الوصفي.

**عينة البحث:** شملت العينة جميع طلاب البكالوريوس وعددهم (732) طالبا وطالبة.

**أدوات البحث:** تم استخدام مقياس المهارات الحياتية.

**أهم النتائج:**

- عدم توفر القدر الكافي من المهارات الحياتية اللازمة والضرورية لهم.
- قصور في المناهج وعدم استنادها على معايير جودة التعليم الشاملة.
- فجوة كبيرة بين ما يتلقاه الطالب نظريا وما يمارسه في الميدان في مجال تخصصهم.

**6-1-4- دراسة (صغير نور الدين، 2011):**

**العنوان:** دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين.

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية (المهارات الحياتية والعمل الجماعي، مهارة الاتصال والتواصل، المهارات النفسية والأخلاقية، مهارة الوعي الذاتي والاعتماد على النفس) عند الناشئين وذلك حسب متغير نوع الرياضة (رياضات جماعية ورياضات فردية)، وحسب متغير العمر التدريبي (عدد سنوات الممارسة الرياضية).

**منهج البحث:** حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي المقارن.

**عينة البحث:** شملت العينة على (301) رياضي لبعض ولايات الغرب الجزائري.

**أدوات البحث:** تم استخدام مقياس المهارات الحياتية.

**أهم النتائج:**

- للرياضات الجماعية والرياضية الفردية دور إيجابي في تنمية المهارات الحياتية لدى الناشئين ويساهم في ذلك عامل الخبرة الرياضية والالتزام الرياضي.

**6-1-5- دراسة (عيساوة شريف، 2015):**

**العنوان:** دور التربية البدنية والرياضية في تدعيم بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي).

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والمهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي ومعرفة دور التربية البدنية والرياضية في تدعيم بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

**منهج البحث:** اعتمد الباحث المنهج الوصفي.

**عينة البحث:** كانت العينة عشوائية شملت (100) تلميذ من الطور الثانوي.

**أدوات البحث:** تم استخدام مقياس المهارات الحياتية .

**أهم النتائج:**

- للتربية البدنية والرياضية دور في تحسين مهارات الاتصال الشخصية لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- للتربية البدنية والرياضية دور في تنمية مهارات الاكتشاف لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- للتربية البدنية والرياضية دور في تدعيم المهارات الأخلاقية والعاطفية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

## 6-2- التعليق على الدراسات:

من خلال مراجعة الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع النشاط البدني الرياضي ودوره في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، فقد تأكد الباحثون وتعززت لديهم أهمية هذا البحث، حيث خلص من مجمل الدراسات إلى: اعتمادها في معظم على المنهج الوصفي باستثناء دراسة (عبد السلام بن عمر الناجي)، حيث استعمل الباحث أسلوب دلفاي - المنهج الوصفي - المنهج التجريبي، وهناك دراسة اتبعت المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي المقارن كطريقة متبعة للوصول إلى الهدف والغاية المنشودة لصغير نور الدين ، وهذا تبعاً لطبيعة المشكلات المعالجة في هذه البحوث والدراسات، أما من ناحية العينة أغلبها كانت تلاميذ المرحلة الثانوية ما عدا دراسة (صادق الحايك، وأحمد البطانية، 2007) كانت عينتها طلبة الجامعة ، ودراسة (صغير نور الدين، 2011) التي كانت عينتها الناشئين .

فيما يتعلق بأدوات الدراسة فمعظم الدراسات استخدمت مقياس المهارات الحياتية، والبرامج

التعليمية والتدريبية. أما من ناحية النتائج فإن كل الدراسات توصلت إلى نتائج إيجابية.

### 6-3- نقد الدراسات:

في ضوء ما تم عرضه من دراسات سابقة ومشابهة يمكن القول أن هناك تشابه كبير ما بين الدراسات ودراستي قيد الإنجاز، والتي حاولت فيها تحديد نوع المهارات الحياتية التي تمثلت في مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين ، مهارات اتخاذ القرارات وحل المشكلات، المهارات الأكاديمية (الدراسية)، على عكس بعض الدراسات السابقة التي تناولت في دراستها المهارات الحياتية بصفة عامة، ودراسات أخرى تطرقت لعنصر الاتصال والتواصل في دراستها.

#### خلاصة:

من خلال التعرض إلى الخطوات السابقة الذكر في هذا الجزء الخاص بالتعريف بالبحث، والمتمثلة في تحديد المفاهيم والمصطلحات وكذلك طرح الإشكالية وصياغة الفروض، كما تعرضنا إلى أهداف وأهمية البحث من خلال متغيرات البحث، إلى جانب مساعدة الباحثون على الإحاطة بموضوع بحثهم وفهم أبعاده من جهة ويساعد القارئ على فهم الموضوع المتناول والاستفادة منه من جهة أخرى.

الباب الأول

الجانب النظري

# الفصل الأول

## النشاط البدني والرياضي

تمهيد.

- 1- تعريف النشاط البدني الرياضي.
  - 2- أنواع النشاط البدني الرياضي.
  - 3- أهداف النشاط البدني الرياضي.
  - 4- خصائص النشاط البدني الرياضي.
  - 5- أهمية النشاط الرياضي.
  - 6- حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية.
  - 7- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي.
  - 8- العوامل التي تساعد في الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي.
- خلاصة.

## تمهيد:

إن النشاط البدني والرياضي يعتبر أحد ألوان النشاطات المدرسية والذي له دور كبير في تكوين الأطفال، فمن الناحية البدنية يعمل على رفع كفاءة الأجهزة الحيوية وتحسين الصحة العامة للجسم والتمتع بها، كذلك اكتساب اللياقة البدنية والقوام الجيد.

أما من الناحية النفسية والاجتماعية فهو يحقق التكيف النفسي والاجتماعي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه، كذلك يتشبع بالقيم الاجتماعية والاتجاهات المرغوب فيها، ولكي يتحقق كل هذا يتطلب توجيههم للتوجه التعليمي والمهني الصحيح، ويرجع ذلك بالدرجة الأولى إلى أستاذ النشاط البدني والرياضي الذي يجب عليه أن يعي هذا جيدا ويقوم بعمله على أكمل وجه، إزاء هذا النشاط ويكون بمراعاة دوافع التلاميذ ورغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها وتوجيهها ليستطيع النجاح في عمله.

### 1- تعريف النشاط البدني الرياضي:

1-1- تعريف النشاط: هو كل عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقعة على طاقة الكائن

الحي وتتميز بالتلقائية أكثر منها بالاستجابة (بدوي، 1997، صفحة 08).

1-2- تعريف النشاط البدني: تستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به الجمال الكلي لحركة

الإنسان وكذلك التدريب والتنشيط والتريص في مقابل الكسل والوهن والخمول، والواقع أن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل أنواع النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام .

ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتباره أنه المجال الرئيسي المشتمل

على ألوان وأشكال وأثر الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء يبرز "لارسون"، الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نشاط رئيسي تدرج ضمنه كل الأنشطة الفرعية الأخرى (الخولي، 1996، صفحة 32).

### 1-3- تعريف النشاط البدني الرياضي:

يرجع ظهور الأنشطة البدنية والرياضية إلى العصر الحديث بالمدرسة وكان مفهومها الأول يعرف بالتدريب الرياضي حيث كان التركيز في الأول على الصحة والصيانة، والمقاييس الجسمية واللياقة البدنية والنمو البدني وكانت الأنشطة السائدة : الجمباز، التدريبات البدنية، والتدريب على رفع الأثقال، والمصارعة. ويعرف "فيري" بأن النشاط البدني الرياضي هو جزء من التربية العامة حيث يشمل الدوافع والنشاطات الطبيعية الموجودة في كل تخصص للتنمية من الناحية العضوية والتوافقية الانفعالية. أما "مات فيف" يرى النشاط البدني بأنه التدريب البدني الذي يهدف إلى تحقيق أفضل نتيجة ممكنة للمنافسة، ويضيف "سكول" المنافسة سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طابعا اجتماعيا ضرورياً وذلك لأن النشاط الرياضي نتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي (الخولي، 1996، صفحة 32).

كما أنه مؤسس أيضا على قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت

على مدى التاريخ سواء قديما أو حديثا والنشاط الرياضي يعتمد بشكل أساسي على الطاقة البدنية للممارس وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب .

ويشير "لوشن وسج" إلى أن النشاط البدني الرياضي يمكن أن يعرف بأنه النشاط باللعب

التنافسي الخارجي المرود أو العائد، ويتضمن أفرادا وفرقا تشترك في مسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط (عبد الخالق، 1982، صفحة 14).

### 2- أنواع النشاط البدني الرياضي:

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط ، كان من الواجب معرفة أن هناك نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط : الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح، رمي القرص، تمرينات الجمباز . وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن امثلته كرة السلة، كرة اليد، كرة الطائرة، فرق التتابع في السباحة والجري، ورياضة الهوكي.



هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكننا تقسيمه حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يؤدي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات أو أدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

## 2-1- ألعاب هادئة :

لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو إحدى الغرف وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم .

## 2-2- ألعاب بسيطة :

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تتاسب الأطفال (خطاب و زكي، 1965، صفحة 39) .

## 2-3- ألعاب المنافسة :

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب ، يتنافس فيها الأفراد فردياً وجماعياً .

إذن بما أن المنافسة تشترط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز (خطاب و زكي، 1965، صفحة 40).

## 3- أهداف النشاط البدني الرياضي :

النشاط البدني الرياضي يساعد الفرد على إرضاء حاجته إلى الحركة وغيرها من مستلزمات الحياة والتي يمكن تلخيصها فيما يلي :

- يساهم النشاط البدني بقدر وفير في تنمية الوظائف الكبرى وتناسقها وتحفيز النمو، وجعل الفرد ميالاً للعمل وبالتالي التكيف مع الوسط الطبيعي .

- يساهم في تنمية وتطوير مختلف الحركات المعقدة التي يقوم بها جسم الإنسان و التحكم في قواه الفكرية و العصبية والبدنية، حيث يساعد الفرد على تنمية الوعي بجسمه وبالعلاقة بين الزمان والمكان والإيقاع.

- يساهم النشاط البدني الرياضي في التربية الاجتماعية للفرد من خلال تحسين معرفته لنفسه والتحكم في سلوكه الذاتي، وتفهم القواعد الاجتماعية والخضوع لها وروح المسؤولية والوعي بالمجموعة وتحسين العلاقات مع الغير .

- يساهم في معالجة النفسيات لأن الكثير من الانفعالات تظهر بصفة واضحة في الألعاب والمباريات وبالتالي يظهر مع بعض المكونات وهو ما لا يظهر في مختلف الشخصيات المقننة (الخولي، 1996، صفحة 391)

- يعمل النشاط البدني الرياضي على تخفيف الاضطرابات والقلق ورفع المعنويات للطفل وقوة إدراك قدراته البدنية .

- كما أن إكثار النشاط البدني الرياضي يقوم برفع المردود والفعالية، حيث نلاحظ أن الساعتين التي تلي حصة التمرينات أن للأطفال قدرة كبيرة على التركيز والتعلم والاستطاعة في حل المشاكل (علاوي، 1992، الصفحات 19-21).

#### 4- خصائص النشاط البدني الرياضي :

- النشاط الرياضي عبارة عن نشاط جماعي وهو تعبير عن تلاقي متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.

- من خلال النشاط الرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي .

- أوضح الصور التي يتسم بها النشاط الرياضي هي التدريب ثم المنافسة.

- يحتاج التدريب للمنافسة الرياضية ويؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية للفرد لأنه يتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز .

- لا يسود في أي نوع من أنواع النشاط الإنساني كأثر واضح للفوز والهزيمة أو للنجاح والفشل ولما يرتبط بكل منهم من نواحي سلوكية معينة وصورة واضحة مباشرة مثل ما يظهره النشاط الرياضي.

- يتميز النشاط الرياضي بجودته في جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة (عبد الخالق، 1982، الصفحات 14-15).

### 5- أهمية النشاط الرياضي :

من واجبات النشاط الرياضي ما يلي:

- تنمية الكفاءة الرياضية.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- تنمية الكفاءة الذهنية والعقلية.
- ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- النمو الاجتماعي، التمتع بالنشاط البدني الترويحي واستثمار أوقات الفراغ بممارسة الأنشطة المختلفة.
- تنمية صفات القيادة الصالحة والتبعية السليمة بين المواطنين.
- إقامة وإتاحة الفرصة للناخبين للوصول إلى مرتبة البطولة.
- تحسين الحالة الصحية للمواطنين.
- النمو الكامل للحالة البدنية كأساس من أجل زيادة الإنتاج.
- النمو الكامل للناحية البدنية كأساس عن الوطن.
- التقدم بالمستويات العالية.

## 6- حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية :

### 6-1- تعريف حصة التربية البدنية والرياضية :

"تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية وسيلة من الوسائل التربوية لتحقيق الأهداف المسطرة لتكوين الفرد، بحيث أن الحركات البدنية التي يقوم بها الفرد في حياته على مستوى تعليم بسيط في إطار منظم ومهيكل تعمل على تنمية وتحسين وتطوير البدن ومكوناته ومن جميع الجوانب العقلية، النفسية، الاجتماعية، الخلقية والصحية وهذا ضمان تكوين الفرد وتطويره وانسجامه في مجتمعه ووطنه.

فحصة التربية البدنية والرياضية جزء متكامل من التربية العامة، بحيث تعتمد على الميدان التجريبي لتكوين الأفراد عن طريق ألوان وأنواع النشاطات البدنية المختلفة التي اختبرت بغرض تزويد الفرد بالمعارف والخبرات والمهارة لتلبية حاجاته ويتعامل مع الوسط الذي يعيش فيه وتساعده على الاندماج داخل المجتمع والجماعات وبذلك فإن حصة التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات، تحقق أيضا هذه الأهداف على مستوى المؤسسات التعليمية، فهي تضمن النمو الشامل والملتزم للتلاميذ وتحقق حاجياتهم البدنية، طبقا للمراحل ومنهم إدراج قدراتهم الحركية (...)" (عبد الكريم و آخرون، 2001-2002، صفحة 12).

### 6-2- أهداف حصة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية :

إن الهدف الأسمى للعمل التربوي في أي مجال من المجالات هو تكوين الشخصية المتكاملة بالنسبة للمجتمعات النامية بصفة خاصة، فتعد التربية الشاملة للفرد مسألة حيوية ويتأسس عليها ارتقاء المجتمع ككل.

وكأمثلة على الأهداف التربوية التي يساهم في تحقيقها درس التربية البدنية والرياضية :

- اكتساب الأطفال والشباب الميول الرياضي والاتجاهات الايجابية نحو التربية البدنية والرياضية عن طريق اكتساب العديد من المعارف والقدرات الرياضية.

- اكتساب العديد من السمات النفسية والايجابية كالنظم، الطاعة، المبادرة، الشجاعة، الاستقلال والاعتماد على النفس.

- اكتساب القدرات الجمالية عن طريق الأداء والابتكار أو التسيير الحركي والرقص (عنايات محمد، 1998، الصفحات 14-15).

#### 7- الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي :

تتميز الدوافع المرتبطة بالنشاط البدني والرياضي بتعدد نظرا لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق الممارسة للنشاط الرياضي بصورة مباشرة وغير مباشرة وتتمثل هذه الدوافع فيما يلي :

#### 7-1- الدوافع المباشرة للنشاط البدني الرياضي :

تتلخص فيما يلي :

- الإحساس بالرضا، والإشباع كنتيجة للنشاط البدني والرياضي .
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال مهارة الحركات الذاتية .
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها والتي تطلب المزيد من الشجاعة الرياضية وما يرتبط بخبرات الفعالية المتعددة . نستخلص مما سبق أن الدوافع المباشرة توفر الراحة النفسية للفرد عند قيامه بنشاط رياضي ما.

#### 7-2- الدوافع غير المباشرة للنشاط البدني الرياضي :

ومن أهم الدوافع غير المباشرة للنشاط البدني الرياضي ما يلي :

- محاولة اكتساب اللياقة البدنية والصحة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي .
- ممارسة النشاط البدني يساهم في رفع مستوى قدراته في عمله ويرفع من مستوى إنتاجه في العمل والإحساس بضرورة النشاط البدني والرياضي .

#### 8-العوامل التي تساعد في الإقبال على ممارسة النشاط البدني الرياضي :

- المتطلبات الأساسية لحياة الفرد وأثر البيئة التي يعيش فيها.
- الحياة العائلية للمراهق واتجاه الوالدين نحو النشاط الرياضي.

- التربية الرياضية في المرحلة الدراسية وما يشتمل عليه من مثيرات ومنبهات.
- التربية البدنية في الساحات والمؤسسات والأندية الرياضية.
- المهرجانات والمنافسات الخارجية.
- الوسائل الإعلامية للتربية البدنية والرياضية سواء عن طريق الصحف أو المجلات أو التلفزيون أو غيرها.
- التشريعات الرياضية والإمكانيات التي تتيحها الدولة للتربية البدنية والرياضية (زحاف، 2001).

#### الخلاصة:

يعد النشاط البدني الرياضي أمرا ضروريا وهاما للاتزان السليم للفرد، فالعلاقات مع الآخرين والحياة المدرسية قد تؤدي إلى خلافات، لذا لابد من التقليل من حجم المسؤوليات، وما يترتب عنها من اضطرابات في الجهاز التنفسي، فالتلميذ الذي يبذل جهدا كبيرا في الدراسة على حسب صحته معرض للاضطرابات النفسية أو ما يسمى بالانهيار العصبي.

لهذا يجب تخصيص وقت فراغ لممارسة الأنشطة الرياضية التي تقلل من حدة التوتر الذي يعانيه المراهق، وقد تكون الممارسة الرياضية وسيلة لتحقيق الصحة النفسية للمراهق.

# الفصل الثاني

## المهارات الحياتية

تمهيد.

- 1- تعريف المهارات الحياتية.
  - 2- أهمية اكتساب المهارات الحياتية.
  - 3- خصائص المهارات الحياتية.
  - 4- تصنيف المهارات الحياتية.
  - 5- المهارات الحياتية في منهاج التربية الرياضية.
  - 6- أنواع المهارات الحياتية.
  - 7- المرحلة الثانوية.
  - 8- أهداف تنمية المهارات الحياتية لمرحلة المراهقة.
  - 9- أهمية النشاط البدني الرياضي بالنسبة للمراهق.
- خلاصة.

## تمهيد:

المهارات الحياتية عبارة عن قدرات وسلوكيات إيجابية يكتسبها الفرد من خلال مروره بمسابقات تربوية تمكنه من التعامل بحكمة مع متطلبات الحياة اليومية ومقتضيات العصر، كما أنها تتحدد بناء على طبيعة العلاقات التبادلية بينه وبين المجتمع الذي يعيش فيه من هنا لا يمكننا بأي حال من الأحوال رصد جميع المهارات الحياتية الضرورية اليوم لفئة المرحلة الثانوية، وسنحاول إعطاء نظرة عن بعض المهارات الحياتية ( مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين، مهارات اتخاذ القرارات وحل المشكلات، المهارات الأكاديمية ) والتي سنسعى لدراستها في بحثنا هذا.

### 1-تعريف المهارات الحياتية:

#### 1-1- المهارة:

وتعرف المهارة على "أنها عمل يؤديه الفرد بدقة وسرعة، وتقاس عن طريق معايير أم أحكام يحددها المختصون في كل مجال" (اللقاني و فارعة، 2001، صفحة 111)، كما عرفت بأنها: "عمل أو فعل يمتاز بالتفرد والخصوصية يكون له وجهة محددة تكتسب بالتعلم، وليس معنى ذلك أن كل أشكال التعلم يمكن أن تؤدي إلى اكتساب المهارات فمن الممكن أن يتعلم الفرد مهارة ما ويفشل فيها" (طلبة، 2009، صفحة 111).

وتم تعريفها على أنها دقة العمل وسرعته مع الجماعات لتحقيق هدف واضح، والبراعة والتفوق من ناحية معينة مثل رياضة معينة وغيرها" (شحاتة، 2011، صفحة 153).

#### 1-2-تعريف المهارات الحياتية:

المهارات الحياتية بمفهومها الشامل هي مجموعة من المهارات المرتبطة بالحياة التي يعيش فيها المتعلم بالعديد من الطرق وهذا يهدف إلى خلق وبناء الشخصية المتكاملة كي تساعده على تحمل المسؤولية (عبد المعطي، 2007، الصفحات 22-24).



كما تم تعريف المهارات الحياتية بأنها الرغبة والمعرفة والقدرة على حل مشكلات يومية حياتية شخصية واجتماعية أو مواجهة تحديات يومية، أو إجراءات تعديلات وتحسينات في أسلوب ونوعية حياة الفرد والمجتمع (خليل و الباز، 1999).

ويعرفها السيد بأنها قدرة الفرد على التعامل بإيجابية مع مشكلاته الحياتية شخصية واجتماعية وتشمل: إدارة الوقت، الاتصال الاجتماعي، حسن استخدام الموارد، التفاعل مع الآخرين، احترام العمل (السيد ، 200 ، صفحة 21).

يعرفها حجازي بأنها مجموعة من المهارات التي يحتاجها التلميذ لإدارة حياته، وتكسبه الاعتماد على النفس وقبول آراء الآخرين، وتحقيق الرضا النفسي له، وتساعد في التكيف مع متغيرات العصر الذي يعيش فيه، مثل مهارة التواصل، القيادة، العمل الجماعي، حل المشكلات واتخاذ القرار (حجازي، 2006، صفحة 360).

## 2- أهمية اكتساب المهارات الحياتية:

تلعب المهارات الحياتية دورا مهما في حياة الفرد وفي تفاعله مع الآخرين وذلك من أن تكون لديه مهارة الاتصال اللغوي، وهذا الأمر يساعده على عرض أفكاره بوضوح، فممارسته للمهارات الحياتية في حد ذاته يشعره بالفخر والاعتزاز بالنفس، فعندما يطلب منه أن يؤدي عملا فيثقتة، حتما سيشعر الآخرين بالثقة فيه ويزيد من ثقته بنفسه ويرفع من تقديره لذاته (إسكاوس و عبد الموجود، 2005، الصفحات 4-19).

ويمكن تحديد أهمية المهارات الحياتية كما أوردها أحمد حسني عبد المعطي (2007) في

النقاط التالية:

- تولد لدى الأفراد الإحساس بالمشكلات التي تواجه مجتمعهم ومن ثم السعي للوصول إلى إيجاد الحلول لها.

-تسعى إلى التقريب بين المدرسة والمجتمع وذلك من خلال ربط حاجات المتعلمين ومواقف الحياة بالاحتياجات اليومية للمجتمع الذي يعيشون فيه.

- تمنح الفرد العيش براحة وأفضلية فيفضل العالم يشهد تغيرات من الصعب رصدها مما يتطلب إعداد أفراد بإمكانهم التكيف والتفاعل بإيجابية مع هذه المتغيرات.

- يتحصل المدرس من خلالها على خبرة مباشرة نظيرا احتكاكه بالأشخاص من جهة والظواهر الحياتية من جهة ثانية، فما يفسر على التسويق والإشارة في العملية التعليمية، وإعطاء معنى التعلم.

- تمنح للمتعلمين الفرصة للحصول على المعلومات من مصادرها الأولية من خلال ما تطرحه للمتعلمين من طرائق حديثة (عبد المعطي و دعاء، 2007، الصفحات 22-24).

### 3- خصائص المهارات الحياتية:

تحدد "عمران" وزميلاتها خصائص المهارات الحياتية في هذه النقاط التالية:

- تتشابه المهارات الحياتية اللازمة للأفراد في المجتمعات الإنسانية، كما قد تتمايز وتختلف بين هذه المجتمعات، وكما قد تتباين حتى في المجتمع الواحد، استجابة لمقتضيات العصر (فالمهارات المطلوبة اليوم قد لا تكون على نفس درجة الأهمية بعد فترة قد لا تكون طويلة من الزمن).

- تتحدد المهارات الحياتية اللازمة لمعايشة الإنسان للحياة في مجتمع ما في ضوء طبيعة العلاقة التآثرية التبادلية بين الفرد والمجتمع.

- لا تقتصر على الجوانب المادية فحسب بل تمس مع ذلك أيضا النواحي الإنسانية والاجتماعية لا سيما ذات الصلة بأساليب إشباع الفرد لحاجاته من جهة، ولمتطلبات تفاعله مع الحياة وتطويرها لها من جهة ثانية.

- تتأثر المهارات الحياتية بكل من المكان والزمان.

- تعمل على مساعدة الفرد في التفاعل الناجح، وتطوير أساليب معايشة الحياة (تغريد، الشاوي، و صبحي، 2001، صفحة 14).

#### 4-تصنيف المهارات الحياتية:

تعددت التصنيفات التي تناولت المهارات الحياتية ولعلها أبرزها وأشملها هو تصنيف حسين (2006) على النحو الآتي:

-الخصائص الشخصية مثل الاتصال والتعاون مع الآخرين.

- توجيه المتعلمين إلى ترشيد الاستهلاك.

- إكساب المتعلمين مجموعة من المهارات العلمية في استثمار الوقت.

- إطلاع المتعلمين على التقنيات الحديثة.

- إكساب المتعلمين القدرة على التواصل.

-توعية المتعلمين بمتطلبات الأمن والسلامة (حسين، 2005).

كما قدمت سعيد (2003) في دراستها التي تناولت تقويم منهج الدراسات الاجتماعية للصف الأول الإعدادي في ضوء المهارات الحياتية، تصنيفا للمهارات الحياتية كما يأتي:

1. مهارات التواصل الاجتماعي: إذ تقيس تلك المهارات قدرة الطالب على إظهار الاهتمام بالآخرين، والعمل بفاعلية معهم كفرد وعضو في جماعة، ويضع وجهات نظر الآخرين في الاعتبار، ويشارك في التخطيط الجماعي، ويكوّن علاقات مع الزملاء، ويتعاطف مع الآخرين في أوقات الأزمات، ويتخيل الرأي الآخر، ويحسن آداب التحدث والاستماع، ويعبر عن الأفكار والآراء الخاصة بوضوح، ويتمكن من الرؤية النقدية لما تبثه الوسائل الإعلامية من أفكار ومفاهيم.

2. مهارة الكتابة التعبيرية: يجب أن يكون الطالب ملما بهذه المهارات وقادرا على التعبير عن الأفكار بوضوح، والتعبير عن وجهة النظر الخاصة بالموضوع، وتنظيم الأفكار الأساسية للموضوع، ومراعاة البساطة في عرض الموضوع، وجمع البيانات اللازمة المرتبطة بالموضوع، واستخدام مصادر التعلم اللازمة (هبة الله، 2003).

## 5-المهارات الحياتية في منهاج التربية الرياضية:

ويعد النشاط الرياضي وسيلة لاكتساب المهارات، فيمكن تحقيق هذه السلوكيات باختلاف الأنشطة الرياضية والترويج، وأن منهج التربية الرياضية يعد بيئة مناسبة لتعلم المهارات الحياتية وتشمل القدرة على إنجاز العمل تحت الضغوط وإدارة الوقت، بالإضافة لوضع الأهداف والتواصل والتعامل مع النجاح والفشل، والعمل ضمن فريق والقدرة على تقبل النتائج (نور الدين، 2012، الصفحات 184-204).

زيادة على ذلك إن التدريب على المهارات الحياتية يمكن أن يتم انجازه بشكل فعال من خلال النشاط الرياضي، ويعتبر من أكثر الأمور سهولة في اكتساب الأفراد للمهارات الحياتية المتنوعة (السوطري ح.، 2007).

## 6- أنواع المهارات الحياتية:

المهارات الحياتية كثيرة ومتنوعة ( مهارات الاتصال والتواصل، مهارات اتخاذ القرارات وحل المشكلات، المهارات الدراسية ( الأكاديمية )، المهارات البدنية والمهارية، المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، المهارات العاطفية والأخلاقية، المهارات النفسية والأخلاقية )، فإننا هنا لا يمكننا التعرض لجميع هذه المهارات بل حتى التي نطرقها لا يعني أنها أكثر أهمية من غيرها، زيادة على ذلك المهارات التي سنتعرض لها هي التي حاولنا قياسها في دراستنا هذه:

## 6-1- مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين:

### 6-1-1- الاتصال والتواصل:

الاتصال في جوهره هو عملية تفاعلية ايجابية ومستمرة بين طرفين من خصائصهما التنظيم والتخطيط بقصد تحقيق أهداف محددة قد تكون : معرفية، أو مهارية بوسائل مساعدة على ذلك بشرط أن يختزل أطراف اتصال الوقت ويقتصدون في (علي عطية، 2008، صفحة 53).

## 6-1-2- تعريف الاتصال والتواصل مع الآخرين:

عرف نصر الله الاتصال بأنه نشاط إنساني يؤدي إلى التواصل بين البشر، الغرض منه تبادل المعلومات، وهو نشاط ذو طبيعة خاصة، لأنه متواصل غير منقطع، لا يمكن إعادته، كما لا يمكن محوه أو عكسه (نصر الله، 2001، صفحة 55). وعرفه كل من اللقاني والجمال : أنها تعني القدرة على نقل الأفكار إلى الآخرين والتفاعل معهم بالوسائل المتعددة، كالكلمات المنطوقة والمكتوبة، والرسوم والصور والخرائط والهاتف وغيرها من الوسائل الأخرى (اللقاني و الجمال، 2007، صفحة 310).

## 6-2- مهارات اتخاذ القرارات وحل المشكلات:

### 6-2-1- مفهوم اتخاذ القرار:

#### أ-القرار لغة:

مشتق من القر وأصل معناه على ما نريد هو "التمكن" فيقال قرّ في المكان، أي قربه وتمكن فيه. (معجم اللغة العربية، 1960، صفحة 584)

#### ب- القرار اصطلاحاً:

هو عبارة عن اختيار من بين بدائل معينة قد يكون دائماً بين الخطأ والصواب أو بين الأبيض والأسود، وإذا لزم الترجيح وتغليب الأصوب والأفضل والأقل ضرراً (سويد، 2007، صفحة 214).

#### ج-اتخاذ القرار:

إن عملية اتخاذ القرار ليست بالسهولة بل بحاجة لتمر بمراحل مختلفة، كالحصول على معلومات، وتوليد الأفكار، وتقييم المكاسب والمخاسر، واختيار أحد البدائل (رافع النصير و الزغول، 2003، صفحة 313).

## 6-2-2-2- مفهوم حل المشكلات:

يعرف البنا حل المشكلات: ويعني التقييم الشامل لمهارات الفرد الخاصة في حل المشكلات التي يتعرض لها في حياته اليومية، وتتمثل تلك المهارات في الثقة في حل المشكلات (البنا، 2005، صفحة 5).

## 6-2-3- العلاقة بين حل المشكلات واتخاذ القرار:

متمثلة في أوجه الشبه العديدة بينهما، فكلاهما تتضمن سلسلة من الخطوات تبدأ بمشكلة ما وتنتهي بحل، وكلاهما يتضمن إجراء تقييم للبدائل أو الحلول المتنوعة في ضوء معايير مختارة بهدف الوصول إلى قرار نهائي، والفرق بينهما هو إدراك الحل، ففي عملية حل المشكلات يبقى الفرد دون إجابة شافية، ويحاول أن يصل إلى حل عملي معقول للمشكلة، أما في حالة اتخاذ القرار قد يبدأ الفرد بحلول ممكنة وتكون مهمته الوصول إلى أفضل هذه الحلول المحققة لهدفه (جروان، 1999، صفحة 124).

## 6-3-المهارات الدراسية (الأكاديمية):

### 6-3-2- تعريف مهارات الاستذكار:

#### أ- المعنى اللغوي للاستذكار:

استذكر فلانا: ربط في إصبعه خيطا ليذكر صاحبه. واستذكر الشيء: ذكره. واستذكر الكتاب: درسه للحفظ (معجم اللغة العربية، 1960، صفحة 325).

#### ب- المعنى التربوي لمهارات الاستذكار:

تعددت التعريفات التي وردت لمهارات الاستذكار، فيعرف السيد (2007) عادات الاستذكار بأنها "نمط سلوكي يكتسبه الطالب خلال ممارسته المتكررة لتحصيل المعارف والمعلومات، إتقان الخبرات والمهارات ، وهذا النمط السلوكي يختلف باختلاف الأفراد، ويتباين بتباين التخصصات (السيد م.، 2007، صفحة 54).

## 7- المرحلة الثانوية:

### 7-1- تعريف المرحلة الثانوية:

هي المرحلة المتوسطة من مراحل المراهقة والمحصورة بين (15-18) سنة يزداد المراهق في هذه المرحلة قوة وقدرة على ضبط الحركات الجسمية كما أن الذكاء يصل أقصاه في حوالي 16 سنة، وتزداد عملية الفهم والإدراك، تظهر كذلك في هذه المرحلة الميول، القدرات، الاستعدادات والبدء في تكوين مبادئ اتجاهات عن الحياة والمجتمع .

كما تمتاز هذه المرحلة ببطء النمو والزيادة في القوة والتحمل والحب والمغامرة ويظهر لدى الفرد ولأئه للجماعة التي ينتمي إليها ويدرك ما عليه (الخولي، عبد الفتاح، و درويش، 1998، صفحة 27).

### 7-2- تعريف المراهقة:

7-2-1- لغة: كلمة المراهقة مشتقة من الفعل "رهب بمعنى غشى أو لحق أو دنى، فهي تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم. فالمرهقة بهذا المعنى هو الفرد الذي يدنو من الحلم واكتمال النضج (البيهي، 1997، صفحة 272).

### 7-2-2- اصطلاحاً:

إن كلمة المراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني ومعناه التدرج نحو النضج الجنسي والانفعالي والعقلي، هنا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة وكلمة بلوغ، فالبلوغ يقتصر معناه على نضج الغدة التناسلية، واكتساب معالم جنسية جديدة (بهاور، 1980، صفحة 2).

كما يرى دارتي روجرز المراهقة بعدة أشكال "فهي فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية ومرحلة زمنية. كما أنها فترة تحولات نفسية عميقة (ميكائيل، 1986، صفحة 84).

### 8- أهداف تنمية المهارات الحياتية لمرحلة المراهقة:

تعد مرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الطالب لما لها من الخصائص المختلفة عن بقية المراحل ولذلك كان للتنمية المبنية على المهارات الحياتية في هذه المرحلة أهداف، ذكر

مازن (2002) منها تحسين الحياة النفسية والاجتماعية بالنسبة لطلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية (مازن، 2002، الصفحات 341-364)، وأضاف حسين (1426هـ) تنمية بعض الخصائص الشخصية للمتعلم مثل الاتصال، والتعاون مع الآخرين وتزويده بالمعلومات والخبرات المتعلقة بإدارة المواقف الحياتية اليومية، وإطلاعه على التقنيات الحديثة والمراجع العلمية في البحث والتجريب لتنمية مهارات التعليم الذاتي، واكتساب اتجاهات ومهارات عملية ايجابية، عن طريق إقامة علاقات أسرية واجتماعية طيبة تنعكس إيجاباً على التلاحم بين فئات المجتمع المختلفة، وتنمية الملاحظة الواعية وتوجيهها كمنطلق لتكوين التفكير العلمي، وتنمية الاتجاهات الايجابية نحو ترشيد الاستهلاك في مجالات الحياة المختلفة، وتشجعه على ممارسة بعض النشاطات الضرورية لتوفير الأمن والسلامة في بيئته (حسين، 2005)، ولخص الجديبي (1431هـ) محاور أهداف تنمية المهارات الحياتية في أربعة محاور:

- 1- تنمية ثقافة المتعلم على التعامل بنجاح مع متغيرات الحياة.
- 2- تنمية قدرة المتعلم على حل المشكلات الحياتية البيئية المحلية والعالمية.
- 3- تنمية قدرة المتعلم على التفاعل الاجتماعي والتواصل مع الآخر.
- 4- تنمية قدرة المتعلم على الاستدلال المنطقي والتفكير العلمي (الجديبي، 2010).

#### 9- أهمية النشاط البدني الرياضي بالنسبة للمراهق:

بما أن النشاط الرياضي جزء من التربية العامة، هدفه تكوين المواطن من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق أنواع مختلفة من النشاط البدني لتحقيق هذه الأغراض، وذلك يعني أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية، وله دور كبير وأهمية بالغة في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب، وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به المراهق من حركات، أما من الناحية الاجتماعية فيوجد التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الممارسة الرياضية يزيد من اكتسابهم الكثير من الصفات التربوية.



إذ يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلفية كالطاقة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والزمالة واقتسام الصعوبات مع الزملاء، إذ أن الطفل في المرحلة الأولى من المراهقة ينفرد بصفة المسايرة للمجموعة التي ينتمي إليها، ويحاول أن يظهر بمظهرهم ويتصرف كما يتصرفون ولهذا فإن أهمية ممارسة النشاط الرياضي في هذه المرحلة هي العمل على اكتساب الطفل للمواصفات الحسنة حيث كل الصفات السابقة الذكر تعتبر من المقومات الأساسية لبناء الشخصية الإنسانية، أما من الناحية الاجتماعية فإن للنشاط الرياضي دورا كبيرا حيث نشأة الاجتماعية للمراهق، إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أواصر الأخوة والصدقة بين التلاميذ.

وكذا الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الاجتماعية، وبذلك مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة ويستطيع النشاط الرياضي أن يخفف من وطأة المشكلة العقلية عند ممارسة المراهق للنشاط الرياضي المتعدد، ومشاركته في اللعب النظيف واحترام حقوق الآخرين، فيستطيع المربي أن يحول بين الطفل والاتجاهات المرغوبة التي تكون سلبية كالغيرة مثلا، وهكذا نرى أنه باستطاعة النشاط الرياضي أن يساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ صحي للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية. (بوفلجة، 1983، صفحة 37).

### الخلاصة:

من خلال ما ذكر سابقا، يمكن القول أن المهارات الحياتية التي يستطيع الفرد توظيفها بالصورة الصحيحة في حياته تعد أحد المؤشرات المهمة للصحة النفسية، ويعد انتقال الفرد لمثل هذه المهارات عائقا قويا يعرقل إظهار الكفايات الكامنة لديه، لأن هذه المهارات هي التي تؤهله للاندماج مع الآخرين والتفاعل معهم بصورة إيجابية، فيستطيع الطالب من خلالها إنجاز الأمور المكلف بها، وتكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، والتفاعل والتواصل معهم، ومساعدتهم، والقدرة على إدارة الصراع والعمل ضمن فريق، والجدير بالذكر أن تحقيق الطلاب ولو جزء مما سبق ذكره سيساعدهم على النجاح في حياتهم، وعلى الشعور بالرضا والسعادة، والسلامة من بعض الأمراض النفسية التي يسببها نقص المهارات الاجتماعية، فهي إذا جد مهمة في حياة الطالب إذ تقوم بضبط سلوكه عند التفاعل الاجتماعي.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

# الفصل الأول

## منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2- منهج البحث

3- عينة البحث

4- مجالات البحث

5- متغيرات البحث

6- أدوات البحث

7- وصف المقياس

8- الأسس العلمية المستخدمة

9- الأدوات الاحصائية

خلاصة

## تمهيد:

لقد قمنا في هذا الفصل بتقديم الإطار المنهجي للدراسة، من خلال وصف الخطوات الإجرائية التي سارت عليها الدراسة الحالية، لهذا فالباحث مطالب بالاختيار الدقيق للمنهج العلمي الملائم والأدوات المناسبة لجمع المعلومات، وكذلك الاستخدام السليم والصحيح للوسائل الإحصائية من أجل الوصول إلى النتائج ذات دلالة ودقة وذلك بغرض دفع البحث العلمي إلى التقدم. لذا ينبغي علينا تحديد وتوضيح منهج الدراسة وإجراءاتها الميدانية.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها (محي الدين، 1995، صفحة 47).

لذا ومن أجل ضمان الدقة وضبط متغيرات البحث، حرص الباحثون على التأكد من صلاحية أداة البحث (مقياس المهارات الحياتية)، من خلال التعرض للجوانب التالية:  
أ- وضوح البنود وملاءمتها لمستوى العينة وخصائصها.

ب- التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس المستخدم (الصدق والثبات).

ج- التأكد من وضوح التعليمات.

- المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، وبالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهنا.

### 2- منهج البحث:

نظرا لطبيعة الموضوع الذي نحن بصدد دراسته والمتمثل في معرفة دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدة تلاميذ المرحلة الثانوية، اعتمدنا على المنهج الوصفي المسحي حيث يقوم على دراسة الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع

المعلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (شفيق، 1985، صفحة 80).

### 3- مجتمع وعينة البحث:

بلغ مجتمع البحث تلميذ بالثانويات الثلاث، أما عينة الدراسة فقدرت بـ45 تلميذ موزعين بالتساوي على ثلاث ثانويات بولاية مستغانم، وقد تم اختيار العينة عشوائيا كما عرفها مصطفى شفيق العينة العشوائية "هي العينة التي تختار من مجتمع البحث بعد تقسيمه إلى فئات أو مجاميع معينة تبعا لمقاييس معينة" (شفيق، 1985، صفحة 117).

والجدول التالي يوضح مجتمع وعينة البحث:

جدول رقم (01): يوضح مجتمع وعينة الدراسة

اسم الثانوية	عدد التلاميذ حسب كل ثانوية	عينة البحث
ثانوية بن قلة التواتي	592	15
ثانوية إدريس السنوسي	510	15
ثانوية لطروش الجيلالي	546	15
المجموع	1648 تلميذ	45 تلميذ

### 4- مجالات البحث:

4-1- المجال البشري: أجريت الدراسة على تلاميذ ثلاث ثانويات وبأخذ عينة عشوائية منهم تشتمل على 45 تلميذ كلهم يمارسون الأنشطة البدنية والرياضية.

4-2- المجال المكاني: لقد تمت دراسة بحثنا من ناحية الجانب النظري بمكتبة معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة عبد الحميد بن باديس، بالإضافة إلى المكتبة المركزية بمستغانم، أما من ناحية الجانب التطبيقي قمنا بتوزيع استبيان البحث في بعض ثانويات مستغانم وهي كالتالي:

\_ ثانوية بن قلة تواتي

\_ ثانوية إدريس السنوسي

\_ ثانوية لطروش الجبالي

**4-3- المجال الزمني:** هو المخصص لإجراء الدراسة الأساسية وذلك في موسم 2018-2019 وكانت بتاريخ 2018-12-01 / 2019-05-30

**5- متغيرات البحث:**

**5-1- المتغير المستقل:** النشاط البدني الرياضي.

**5-2- المتغير التابع:** المهارات الحياتية (مهارة الاتصال والتواصل، مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات، المهارات الدراسية ( الأكاديمية ) ).

**5\_3\_ تعريف المتغيرات المشوشة:**

مما لا شك فيه أن البحث العلمي في أي مجال وجب ضبط متغيرات بحثه، حتى تكون النتائج العلمية المتوصل إليها موثوق فيها، وكذلك عزل المتغيرات الأخرى التي تعرقل مسار البحث حيث يقول محمد حسان علاوي وأسامة كمال راتب "يصعب على الباحث أن يتعرف على المسببات الحقيقية للنتائج بدون ممارسة الباحث إجراءات البحث الصحيحة " (علاوي و أسامة، 1987، صفحة 243).

ويضيف ديوبلد داليب "أن المتغيرات التي تؤثر في المتغير التابع من الواجب ضبطها وهي المؤثرات الخارجية التي ترجع إلى مجتمع العينة".

وتماشيا مع هذه الاعتبارات قمنا بضبط متغيرات البحث والتي تمثلت فيما يلي:

- التحكم في عامل الوقت بالنسبة لجمع الاستبيان رغم عدم اهتمام بعض أفراد العينة بالموضوع.

- إشراف الطلبة على توزيع استمارات الاستبيان على العينة وشرحها ثم جمعها ليتم تفريغها.

## 6- أدوات البحث:

### 6-1- وصف المقياس:

لقد اعتمدنا في انجاز بحثنا على مقياس المهارات الحياتية كوسيلة وأداة للبحث باعتباره الطريقة الأنسب لما له من تسهيل في جمع المعلومات المراد الحصول عليها . من إعداد الباحث (عبد الرحمن جمعه وافي، 2010) رسالة ماجستير "المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة" .

نادرا	أحيانا	دائما
1	2	3

ويتكون المقياس من ثلاث محاور تحتوي على 33 سؤال.

### جدول رقم ( 02 ) يبين فقرات استبيان المهارات الحياتية

الرقم	المحور	الفقرات
01	مهارة الاتصال والتواصل	11-1
02	مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات	22-12
03	المهارات الدراسية ( الأكاديمية )	33-23

### 7- الأسس العلمية المستخدمة:

أ- صدق المحكمين: من أجل معرفة مدى صلاحية المقياس قمنا بعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين من معهد التربية البدنية والرياضية لجامعة مستغانم.

ولقد عرضنا هذا المقياس على مجموعة تتكون من خمسة (05) دكاترة هم:

د / عامر عامر حسين

د / كحلي كمال

د / بيطام هشام

د / جبوري بن عمر

## - معامل الصدق والثبات :

## جدول رقم (03): يمثل معامل صدق وثبات المقياس

الرقم	المحاور	معامل الثبات	معامل الصدق
01	مهارة الاتصال والتواصل	0.93	0.964
02	مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات	0.94	0.969
03	المهارات الأكاديمية (الدراسية)	0.84	0.916
04	المقياس ككل	0.87	0.932

تم حساب الصدق والثبات الكلي بحساب معامل الارتباط هذا ما يوضحه الجدول رقم (02) حيث بلغت قيمة الصدق في المهارة الأولى (الاتصال والتواصل) بـ 0.964 أما الثبات فبلغت قيمته 0.93 في حين بلغت قيمة الصدق في المهارة الثانية (اتخاذ القرار وحل المشكلات) بـ 0.969 أما الثبات فبلغت قيمته 0.94 وفي المهارة الثالثة (الأكاديمية (الدراسية)) بلغت قيمة الصدق 0.916 أما الثبات فبلغت قيمته 0.84، بينما المقياس ككل بلغت قيمة الصدق 0.932 أما الثبات فبلغت قيمته 0.87، وهذا ما يدل على أن معامل الصدق والثبات مرتفعان مما يطمئن الطلبة على تطبيقه على العينة.

9- الأدوات الإحصائية: استخدم الباحثان في هذه الدراسة اختبار حسن المطابقة كاي تربيع والنسبة المئوية كأداة للتعرف على الفروق والاختلافات ما بين الأرقام المسجلة، وسنرمز له بـ (كا2).

قانون كا2:

$$\text{كا}2 = \text{مجموع} ((\text{التكرار المتوقع} - \text{التكرار الواقعي})^2 / \text{التكرار المتوقع})$$

النسبة المئوية:

$$\text{س} = \text{عدد التكرارات} \times 100 / \text{المجموع العام للعينة}$$



- معامل الارتباط.

### خلاصة:

بعدها تطرقنا إلى منهجية البحث والإجراءات الميدانية واستخلصنا أن كل دراسة علمية ناجحة ومفيدة لا بد لها وأن تتوفر لدى الباحثون الذين يقومون بها منهجية علمية معينة ومناسبة تتماشى مع موضوع ومتطلبات البحث، ولا بد له أن تتوفر لديه أدوات تتلاءم مع طبيعة البحث من منهج وعينة البحث وكيفية اختيارها، مجالات البحث، متغيرات البحث ومختلف أدوات البحث ، كما تطرقنا كذلك إلى سرد مختلف الصعوبات والعوائق التي واجهتنا في إنجاز هذا البحث.

ومنه فإن العمل بالمنهجية يعد أمراً ضرورياً في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت وتخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى النتائج والأهداف المرجوة، ويعتبر هذا الفصل الطريق المنير والمرشد لإتمام هذا البحث.

# الفصل الثاني

## عرض تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض ومناقشة نتائج المحور الأول

2- عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني

3- عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث

4- الاستنتاجات

5- مناقشة النتائج بالفرضيات

5-1- مناقشة الفرضية الأولى

5-2- مناقشة الفرضية الثانية

5-3- مناقشة الفرضية الثالثة

5-4- مناقشة الفرضية العامة

6- الاقتراحات والتوصيات

7- خلاصة عامة

المصادر والمراجع

الملاحق

## تمهيد:

في هذا الفصل سنتطرق إلى عرض أهم النتائج التي أفرزتها المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها بعد تطبيق المقياس، وسنتطرق من خلال هذا الفصل إلى تحليل النتائج تفسيرها ومناقشتها على ضوء الإشكالية المطروحة والعروض التي وضعت، والتأكد من مدى تحقيقها و مطابقتها في الواقع، وفي الأخير نقدم بعض التوصيات والاقتراحات التي نرى أنها نافعة ومفيدة في هذا المجال.

### 1- عرض ومناقشة نتائج المحور الأول (مهارة الاتصال والتواصل):

والذي ينص " ما هو دور النشاط البدني الرياضي في تنمية مهارة الاتصال والتواصل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ".

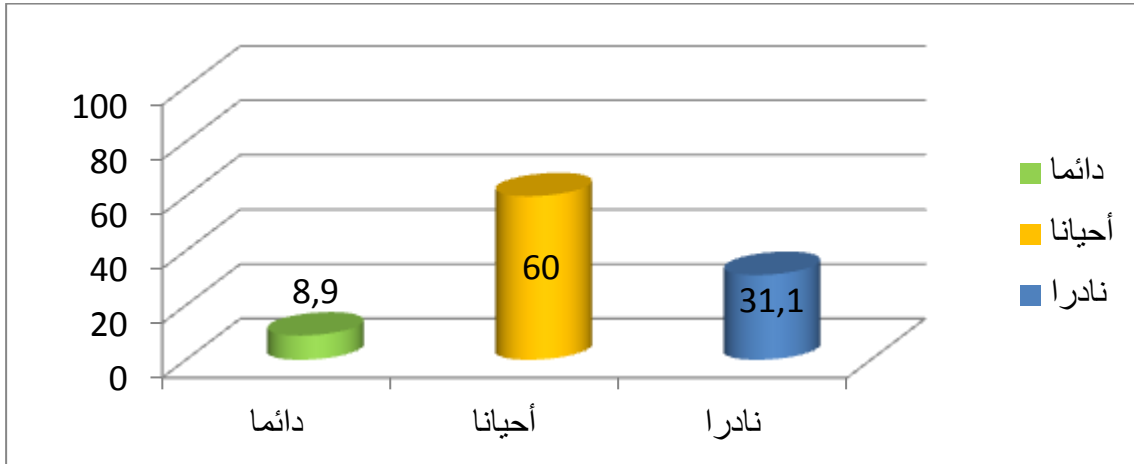
- السؤال الأول: أحب التحدث مع الآخرين ولو كانوا غرباء.

الجدول رقم (04): يوضح ردود فعل التلاميذ اتجاه التحدث مع الغرباء

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
01	دائما	أحيانا	نادرا	45	17,74	5,99	2	0,05
التكرارات	4	27	14					
النسبة %	8,9	60	31,1	100				

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (17.74) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما (04) بنسبة 8.9%، وأحيانا بتكرار (27) بنسبة 60%، أما نادرا بتكرار (14) بنسبة 31.1% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يتحدثون مع الآخرين ولو كانوا غرباء.

### المدرج التكراري (01): يوضح رد فعل التلاميذ من التحدث مع الغرباء



من خلال المدرج التكراري رقم (01) نلاحظ أن نسبة كبيرة من التلاميذ كانت رد فعلهم التحدث مع الغرباء أحيانا، وتليها نادرا، ثم تليها دائما.

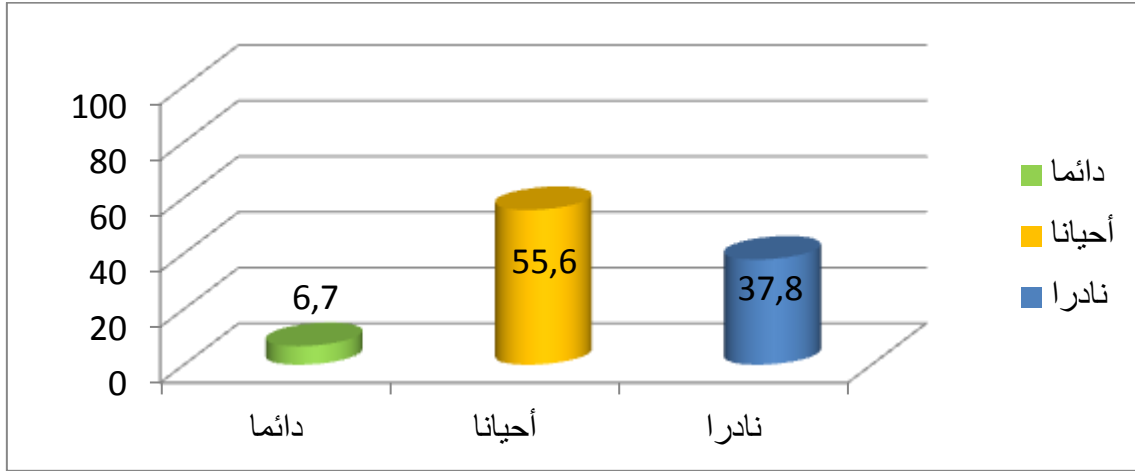
- السؤال الثاني: أحب الدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين.

### الجدول رقم (02): يبين مدى حب التلاميذ للدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
02	3	25	17	45	10.23	5,99	2	0,05
التكرارات								
النسبة %	6.7	55.6	37.8	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (10.23) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (03) بنسبة 3.26%، وأحيانا بتكرار (25) بنسبة 55.6%، أما نادرا بتكرار (17) بنسبة 37.8%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم التلاميذ يهتمون بالدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين.

المدرج التكراري رقم(02): يوضح مدى اهتمام التلاميذ بالدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين.



من خلال المدرج التكراري (02) نلاحظ أن أعلى نسبة للإجابات عند التلاميذ كانت الإلمام بالدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين أحيانا، ثم تليها نادرا فدائما.

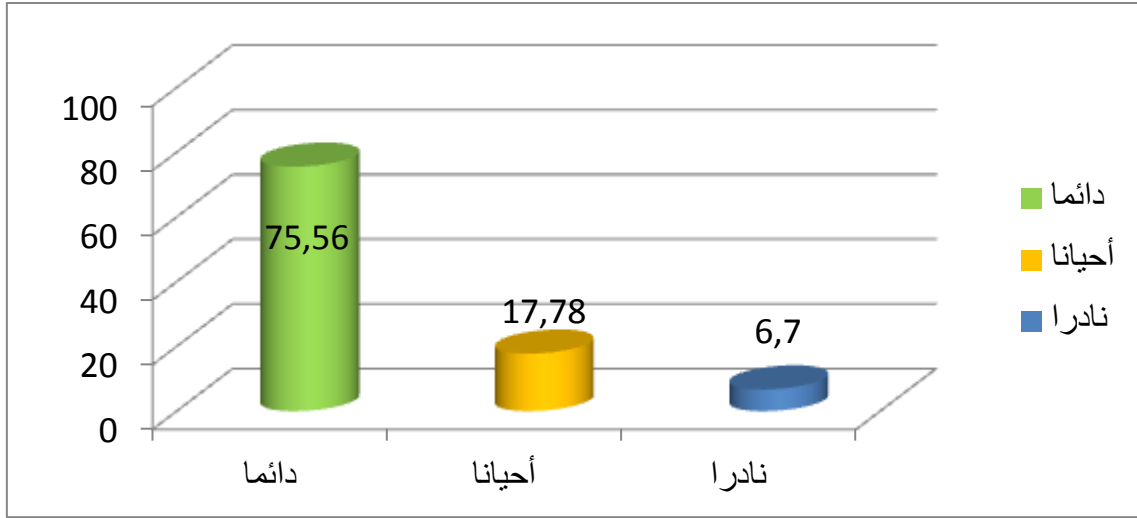
- السؤال الثالث: أستخدم حركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.

الجدول رقم(03): يبين مدى استخدام حركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
03	دائما	أحيانا	نادرا	45	36.93	5,99	2	0,05
التكرارات	34	8	3					
النسبة %	75.56	17.78	6.77					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (36.93) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (34) بنسبة 75.56%، وأحيانا بتكرار (08) بنسبة 17.78%، أما نادرا بتكرار (03) بنسبة 6.77% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يستخدمون حركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.

المدرج التكراري رقم(03): يوضح مدى استخدام التلاميذ لحركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.



من خلال المدرج التكراري(03) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائما استخدام حركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين.

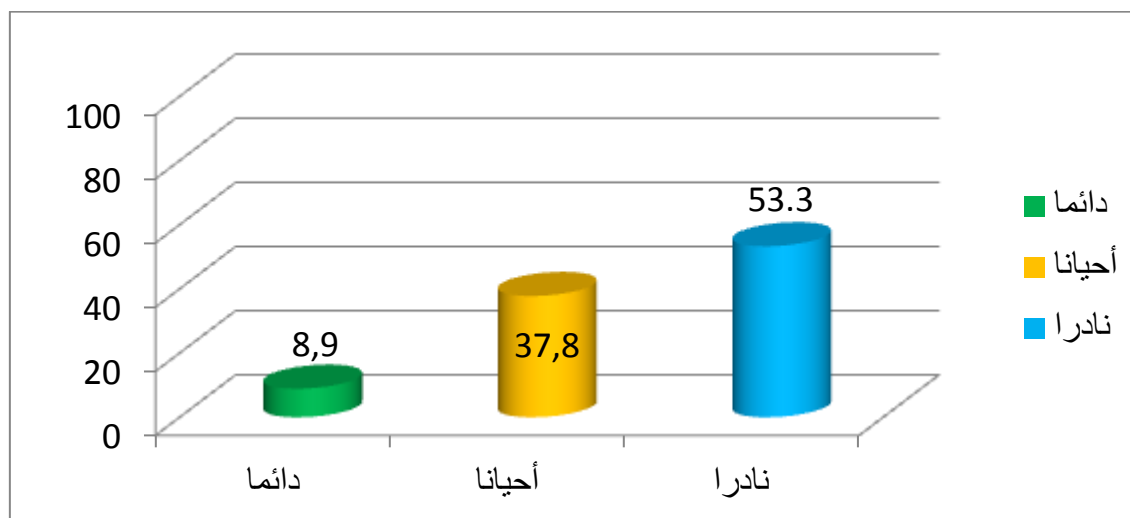
- السؤال الرابع: يمكن أن أتنازل عن رأي مقتنع به من أجل الآخرين.

الجدول رقم(04): يبين إمكانية تنازل التلاميذ عن آرائهم المقتنعين بها من أجل الآخرين

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
04	دائما	أحيانا	نادرا	45	13,74	5,99	2	0,05
التكرارات	4	17	24					
النسبة %	8,9	37.8	53.33					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (13.74) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (4) بنسبة 8.9%، وأحيانا بتكرار (17) بنسبة 37.8%، أما نادرا بتكرار (24) بنسبة 53.33% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة لا يتنازلون عن رأي مقتنعين به من أجل الآخرين.

المدرج التكراري رقم(04): يوضح مدى إمكانية تنازل التلاميذ عن آرائهم المقتنعين بها من أجل الآخرين.



من خلال المدرج التكراري(04) نلاحظ أن معظم أفراد العينة لا يتنازلون عن رأيهم المقتنعين به من أجل الآخرين ، ويلبها البعض بأحيانا، ثم دائما.

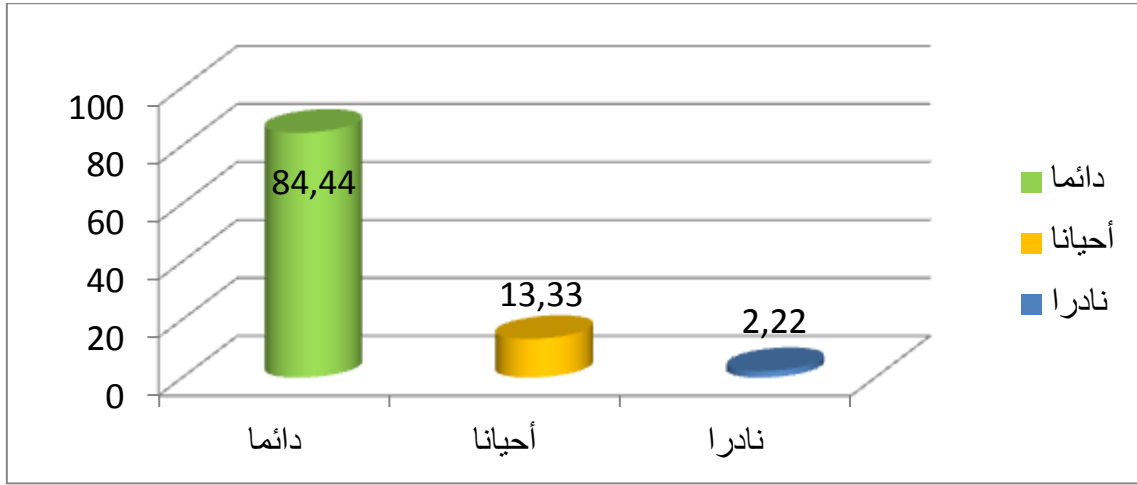
- السؤال الخامس: أقابل الآخرين بابتسامة.

الجدول رقم(05): يمثل مقابلة الآخرين بابتسامة

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا				
05	38	6	1	45	5,99	2	0,05
التكرارات	38	6	1	45	5,99	2	0,05
النسبة %	84.44	13.33	2.22	100	5,99	2	0,05

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (53.74) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (38) بنسبة 8.9%، وأحيانا بتكرار (06) بنسبة 13.33%، أما نادرا بتكرار (01) بنسبة 2.22% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يقابلون الآخرين بابتسامة.

المدرج التكراري رقم(05): يوضح مدى مقابلة التلاميذ للآخرين بابتسامة.



من خلال المدرج (05) نلاحظ أن نسبة كبيرة من أفراد العينة يقابلون الآخرين بابتسامة مع وجود نسبة قليلة تفعل ذلك أحيانا ونسبة أقل تفعل ذلك نادرا.

- السؤال السادس: أعتذر فيما بعد لمن قد أكون آذيت شعوره.

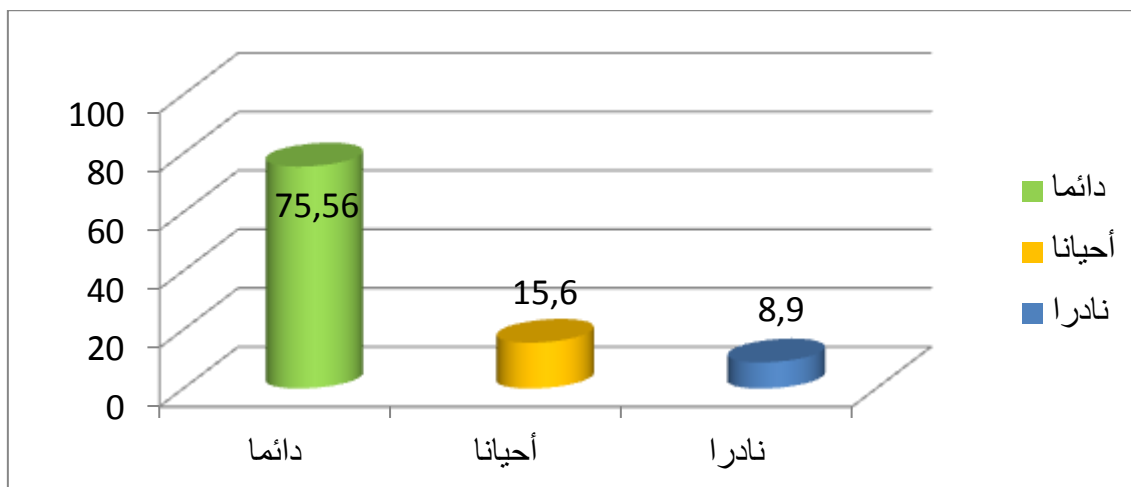
الجدول رقم(06): يبين مدى اعتذار التلاميذ فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا				
06	34	7	4	45	5,99	2	0,05
التكرارات	34	7	4	45	5,99	2	0,05
النسبة %	75.56	15.6	8.9	100	5,99	2	0,05

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (36.41) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (34) بنسبة 75.56%، وأحيانا بتكرار (07) بنسبة 15.6%، أما نادرا بتكرار (04) بنسبة 8.9% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يعتذرون فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره.



المدرج التكراري رقم(06): يوضح مدى اعتذار التلاميذ فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره.



من خلال المدرج التكراري(06) نلاحظ أن نسبة كبيرة من التلاميذ يعتذرون فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره، ثم تليها نسبة الذين أحيانا ما يعتذرون فنسبة الذين نادرا ما يعتذرون.

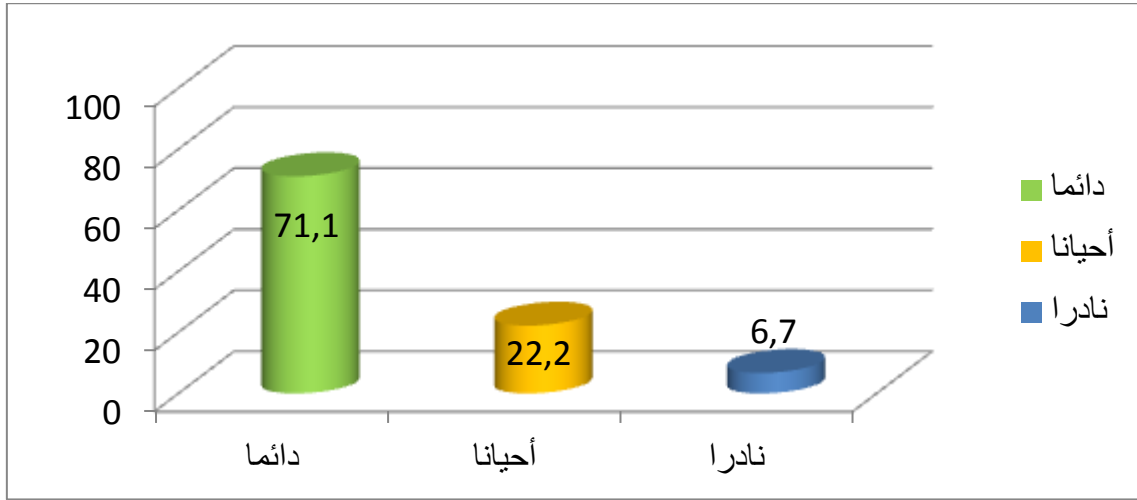
- السؤال السابع: أفهم مشاعر الآخرين وأتعاطف معهم.

الجدول رقم(07): يبين مدى فهم التلاميذ لمشاعر الآخرين والتعاطف معهم.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا				
07	32	10	3	45	5,99	2	0,05
التكرارات	32	10	3	45	11.38		
النسبة %	71.1	22.2	6.7	100			

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (36.41) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (32) بنسبة 71.1%، وأحيانا بتكرار (10) بنسبة 22.2%، أما نادرا بتكرار (03) بنسبة 6.7% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يفهمون مشاعر الآخرين ويتعاطفون معهم.

المدرج التكراري رقم(07) : يوضح مدى فهم التلاميذ لمشاعر الآخرين والتعاطف معهم.



من خلال المدرج التكراري(07) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائما فهم التلاميذ لمشاعر الآخرين والتعاطف معهم.

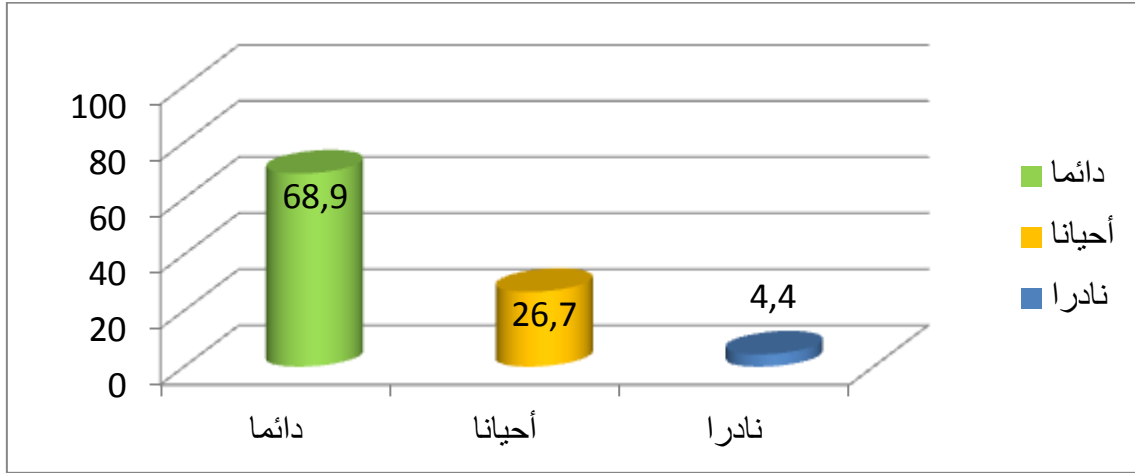
- السؤال الثامن: أركز انتباهي واهتمامي على كل ما يقوله المتحدث.

الجدول رقم(08): يبين مدى تركيز التلاميذ انتباههم واهتمامهم على كل ما يقوله المتحدث.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	نادرا	أحيانا	دائما					
08	نادرا	أحيانا	دائما	45	10.05	5,99	2	0,05
التكرارات	02	12	31					
النسبة %	4.44	26.7	68.9	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (10.05) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (31) بنسبة 68.9%، وأحيانا بتكرار (12) بنسبة 26.7%، أما نادرا بتكرار (02) بنسبة 4.44% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يركزون انتباههم واهتمامهم على كل ما يقوله المتحدث.

المدرج التكراري رقم (08) : يوضح مدى تركيز التلاميذ انتباههم واهتمامهم على كل ما يقوله المتحدث.



من خلال المدرج التكراري (08) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائما تركيز انتباههم واهتمامهم على كل ما يقوله المتحدث.

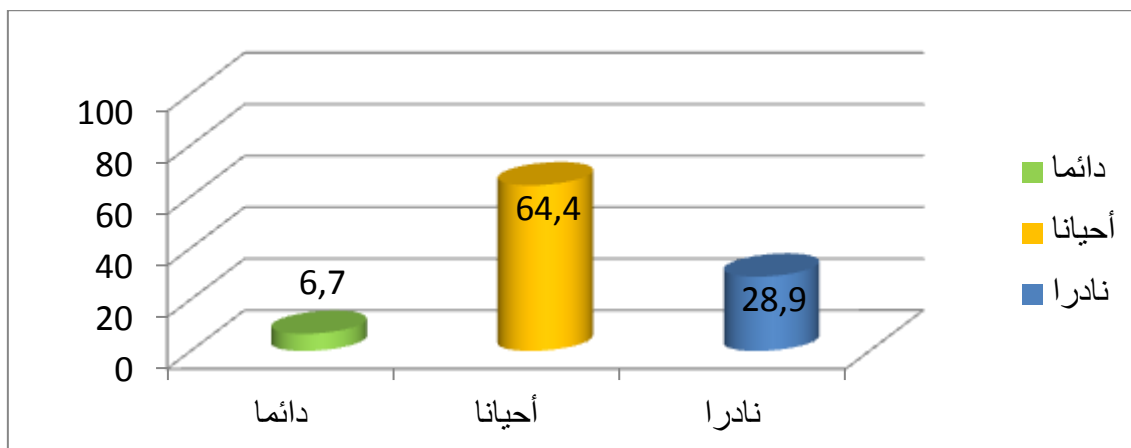
- السؤال التاسع: أجد صعوبة في مجاملة ومدح الآخرين.

الجدول رقم (09): يبين مدى إيجاد التلاميذ صعوبة في مجاملة ومدح الآخرين.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
09	دائما	أحيانا	نادرا	45	16.6	5,99	2	0,05
التكرارات	3	29	13					
النسبة %	6.7	64.4	28.9					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (16.6) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (3) بنسبة 6.7%، وأحيانا بتكرار (29) بنسبة 64.4%، أما نادرا بتكرار (13) بنسبة 28.9%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة أحيانا يجدون صعوبة في مجاملة ومدح الآخرين، تليها نادرا ثم نسبة أقل دائما.

المدرج التكراري رقم(09) : يوضح مدى إيجاد التلاميذ في مجاملة ومدح الآخرين.



من خلال المدرج التكراري(09) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت أحيانا ثم تليها نادرا، فدائما بنسبة أقل.

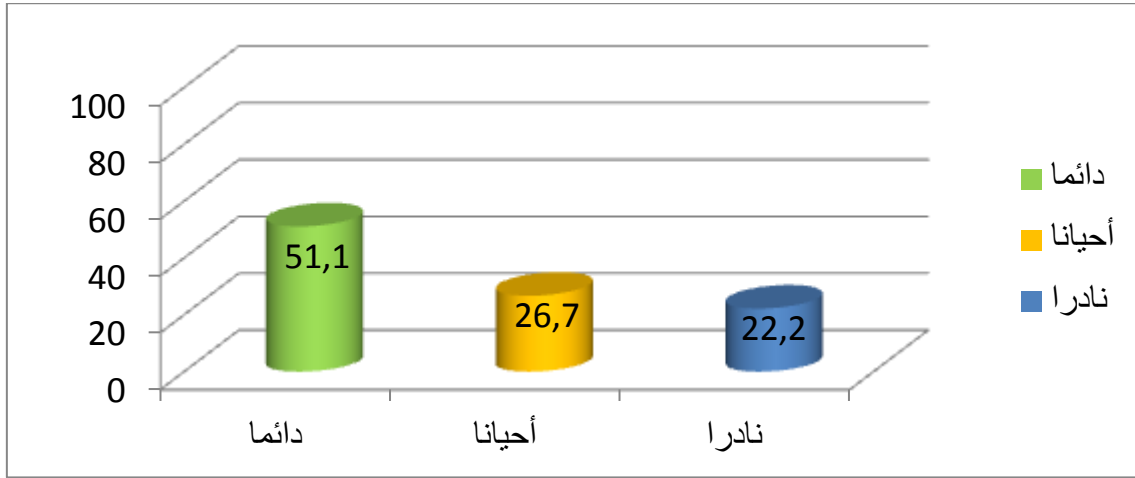
- السؤال العاشر: أتحاشى مقاطعة المتحدث.

الجدول رقم(10): يبين مدى تحاشي التلاميذ مقاطعة المتحدث.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
10	دائما	أحيانا	نادرا	45	6.57	5,99	2	0,05
التكرارات	23	12	10					
النسبة %	51.1	26.7	22.22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (6.57) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (23) بنسبة 51.1%، وأحيانا بتكرار (12) بنسبة 26.7%، أما نادرا بتكرار (10) بنسبة 22.22% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يتحاشون مقاطعة المتحدث.

المدرج التكراري رقم(10) : يوضح مدى تحاشي التلاميذ مقاطعة المتحدث.



من خلال المدرج التكراري(10) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائما تحاشي مقاطعة المتحدث.

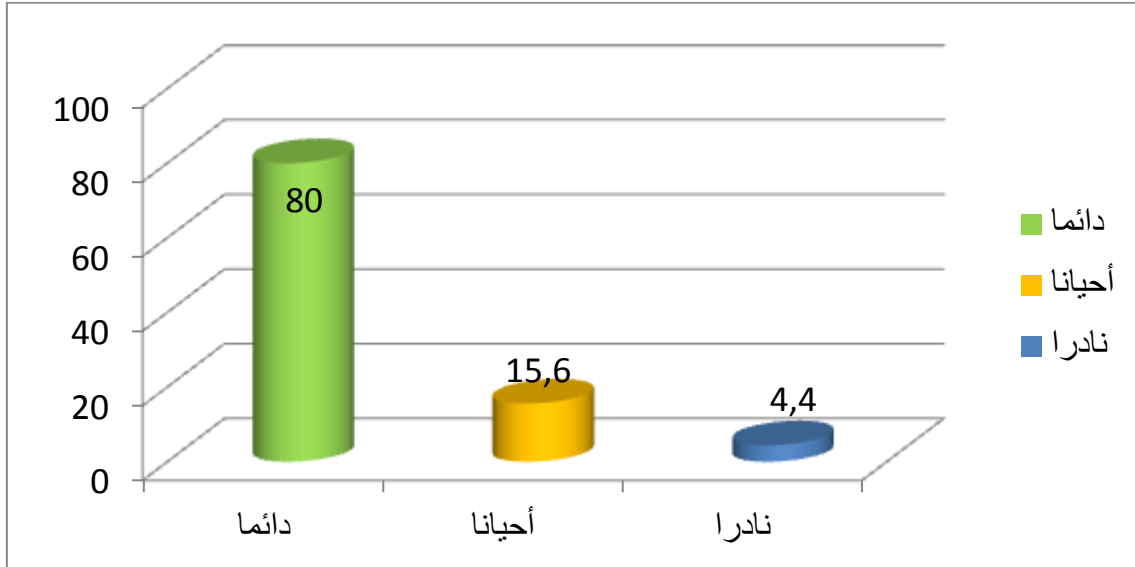
- السؤال الحادي عشر: أستطيع بناء علاقات طيبة مع زملائي في الصف.

الجدول رقم(11): يبين مدى استطاعة التلاميذ لبناء علاقات طيبة مع زملائهم في الصف.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
11	دائما	أحيانا	نادرا	45	37.43	5,99	2	0,05
التكرارات	36	07	02					
النسبة %	80	15.66	4.44					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (37.43) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (36) بنسبة 80%، وأحيانا بتكرار (07) بنسبة 15.66%، أما نادرا بتكرار (02) بنسبة 4.44% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يستطيعون بناء علاقات طيبة مع زملائي في الصف.

المدرج التكراري رقم(11) : يوضح مدى استطاعة التلاميذ لبناء علاقات طيبة مع زملائهم في الصف.



من خلال المدرج التكراري(11) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائماً أستطيع بناء علاقات طيبة مع زملائي في الصف، ثم تليها أحياناً، فنادراً بنسبة أقل.

#### - استنتاج المحور الأول:

نستنتج من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات وما أفرزته نتائج هذا المحور أن النشاط البدني والرياضي له دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما توصلت له دراسة (صغير نور الدين، 2011) ودراسة (تباني سامي، 2006) بأن للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل.

#### 2- عرض ومناقشة نتائج المحور الثاني ( مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات):

والذي ينص: " للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات ".

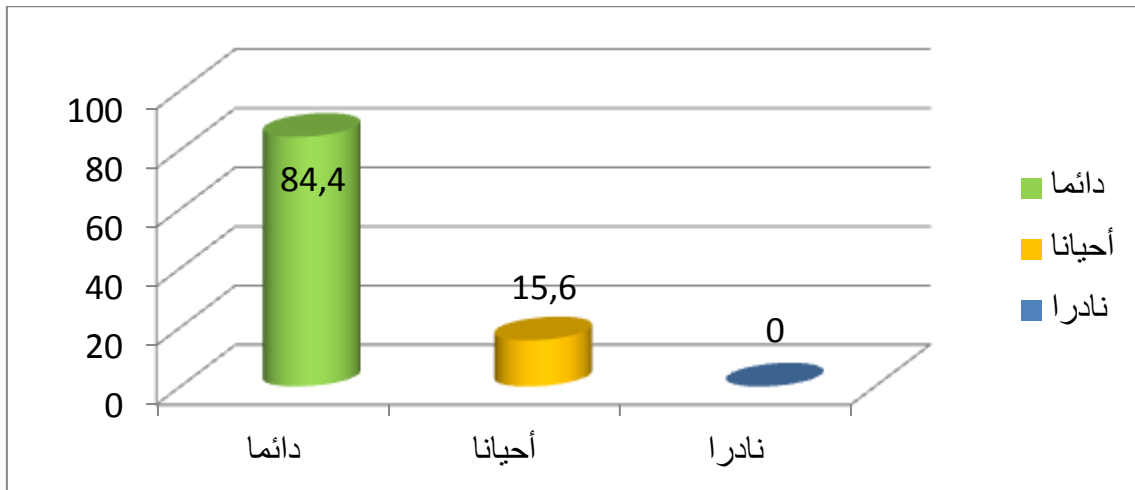
- السؤال الثاني عشر: أعالج الأسباب عند وقوعي في مشكلة.

الجدول رقم(12): يبين مدى معالجة التلاميذ للأسباب عند وقوعهم في مشكلة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
12	دائما	أحيانا	نادرا	45	39.54	5,99	2	0,05
التكرارات	38	07	00					
النسبة %	84.44	15.6	00					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (39.54) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (38) بنسبة 84.4%، وأحيانا بتكرار (07) بنسبة 15.6%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يعالجون الأسباب عند وقوعهم في مشكلة.

المدرج التكراري رقم(12) : يوضح مدى معالجة التلاميذ للأسباب عند وقوعهم في مشكلة.



من خلال المدرج التكراري(12) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائما أعالج الأسباب عند وقوعي في مشكلة.

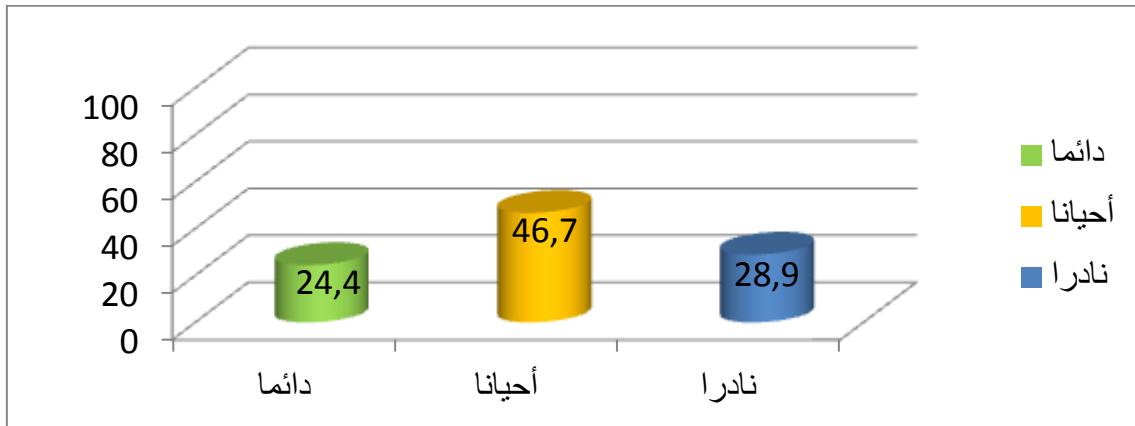
-السؤال الثالث عشر: أعاني من مشاكل كثيرة وأف أف حائرا أمامها.

الجدول رقم(13): يبين مدى معاناة التلاميذ من مشاكل كثيرة والوقوف أمامها حائرين.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
13	11	21	13	45	3,74	5,99	2	0,05
التكرارات	11	21	13					
النسبة %	24.44	46.7	28.9	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (3.74) وهي أصغر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار (11) بنسبة 24.44%، وأحيانا بتكرار (21) بنسبة 46.7%، أما نادرا بتكرار (13) بنسبة 28.9% . مما يدل على عدم وجود فرق بين التلاميذ الذين يعتذرون فيما بعد لمن قد يكونوا آذوا شعوره، والذين لا يفعلون ذلك.

المدرج التكراري رقم(13) : يوضح مدى معاناة التلاميذ من مشاكل كثيرة والوقوف أمامها حائرين.



من خلال المدرج التكراري (13) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت أحيانا ، ثم تليها نادرا، فدائما.

- السؤال الرابع عشر: كثيرا ما أساعد الآخرين في حل مشاكلهم وتكون حلولي صحيحة.

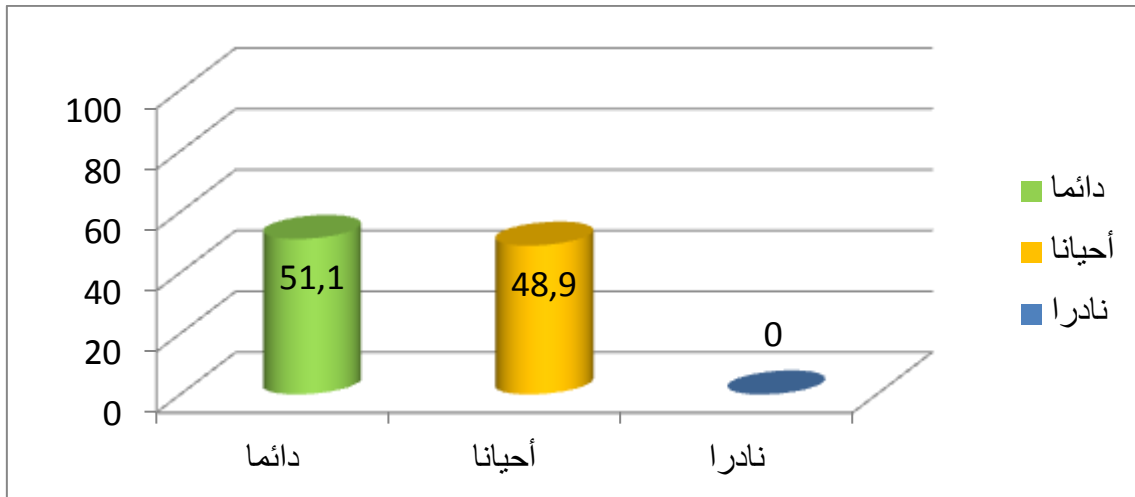


الجدول رقم(14): يبين مدى مساعدة التلاميذ للآخرين كثيرا في حل مشاكلهم وكون حلولهم صحيحة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
14	23	22	00	45	8.54	5,99	2	0,05
التكرارات	23	22	00					
النسبة %	51.1	48.9	00	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (8.54) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (23) بنسبة 51.1%، وأحيانا بتكرار (22) بنسبة 48.9% ، وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يغلب عليهم طابع مساعدة الآخرين في حل مشاكلهم وتكون حلولهم صحيحة.

المدرج التكراري رقم(14) : يوضح مدى مساعدة التلاميذ للآخرين كثيرا في حل مشاكلهم وكون حلولهم صحيحة.



من خلال المدرج التكراري (14) نلاحظ أن أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت دائما، ثم تليها أحيانا.

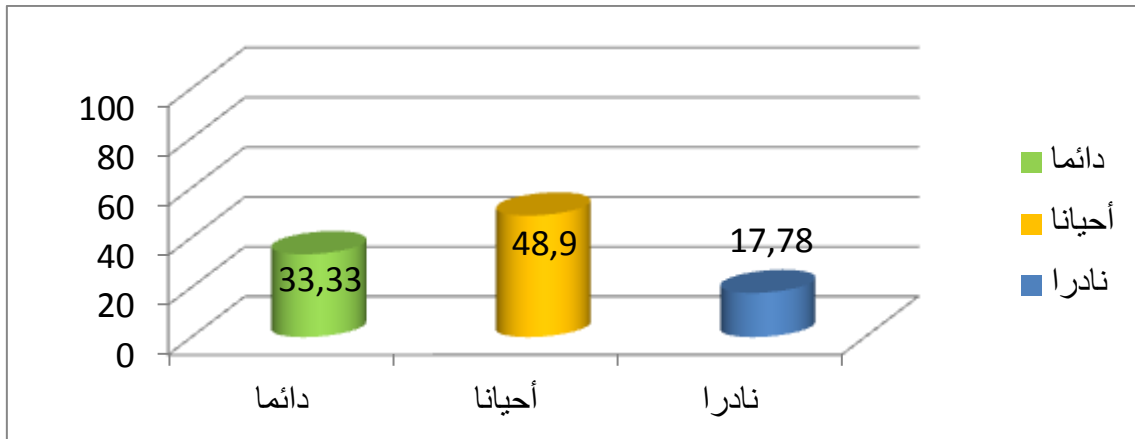
- السؤال الخامس عشر: تجاهل بعض المشكلات قد يعتبر حلا للمشكلة.

الجدول رقم (15): يبين مدى اعتبار التلاميذ تجاهل بعض المشكلات قد يكون حلا للمشكلة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
15	15	22	08	45	7.53	5,99	2	0,05
التكرارات	15	22	08					
النسبة %	33.33	48.9	17.78	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (7.53) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (15) بنسبة 33.3%، وأحيانا بتكرار (22) بنسبة 48.9%، أما نادرا بتكرار (08) بنسبة 17.78%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يعتبر تجاهل بعض المشكلات حلا للمشكلات.

المدرج التكراري رقم (15) : يوضح مدى اعتبار التلاميذ تجاهل بعض المشكلات حلا للمشكلة.



من خلال المدرج التكراري (15) نلاحظ أن نسبة كبيرة من التلاميذ تعتبر تجاهل بعض المشكلات حلا للمشكلة، بينما نسبة أقل لا تعتبر ذلك.

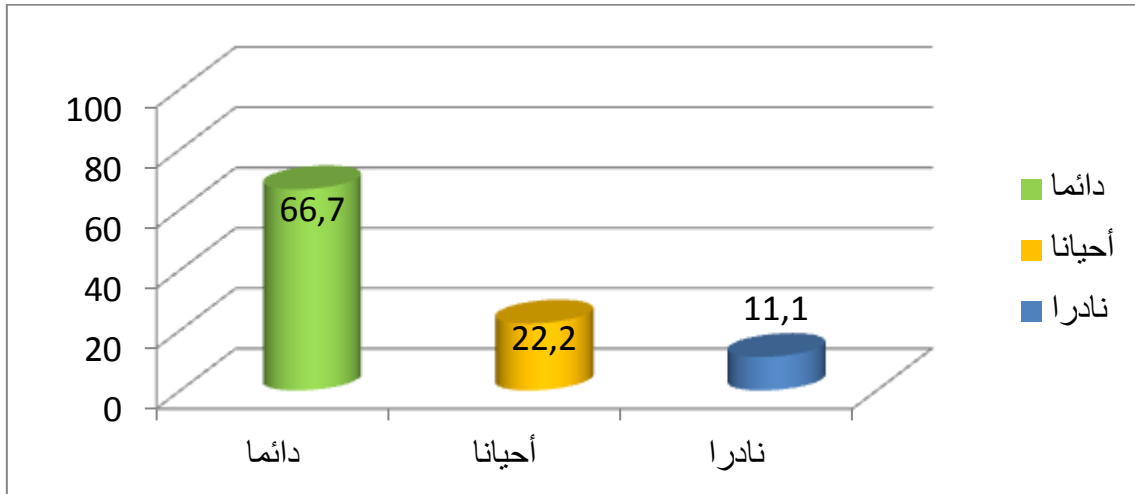
- السؤال السادس عشر: أضع عدة حلول قبل اختيار الحل المناسب.

الجدول رقم(16): يبين مدى وضع التلاميذ لعدة حلول قبل اختيارهم للحل المناسب.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
16	30	10	05	45	23.4	5,99	2	0,05
التكرارات	30	10	05					
النسبة %	66.7	22.22	11.11	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (23.4) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (30) بنسبة 66.7%، وأحيانا بتكرار (10) بنسبة 22.2%، أما نادرا بتكرار (05) بنسبة 11.1%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يضعون عدة حلول قبل اختيار الحل المناسب.

المدرج التكراري رقم (16) : يوضح مدى وضع التلاميذ لعدة حلول قبل اختيار الحل المناسب.



من خلال المدرج التكراري (16) نلاحظ أن نسبة كبيرة من التلاميذ دائما ما تضع عدة حلول قبل اختيار الحل المناسب، تليها أحيانا، ثم نادرا.

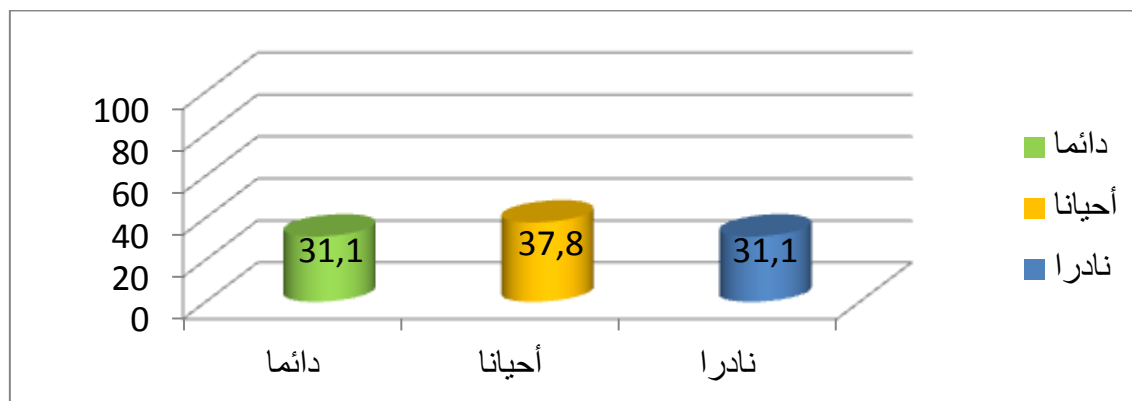
- السؤال السابع عشر: عندما أغضب أخذ قرارات صائبة.

الجدول رقم(17): يبين مدى اتخاذ التلاميذ للقرارات الصائبة عند الغضب.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
17	دائما	أحيانا	نادرا	45	0.41	5,99	2	0,05
التكرارات	14	17	14					
النسبة %	31.11	37.8	31,11					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (0.41) وهي أصغر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار (14) بنسبة 31.1%، وأحيانا بتكرار (17) بنسبة 37.8%، أما نادرا بتكرار (14) بنسبة 31.1% . مما يدل على عدم وجود فرق بين التلاميذ الذين يتخذون قرارات صائبة عندما يغضبون، والذين يفعلون عكس ذلك.

المدرج التكراري رقم(17) : يوضح مدى اتخاذ التلاميذ للقرارات الصائبة عند الغضب.



نلاحظ من خلال المدرج التكراري(17) أعلى نسبة لإجابة التلاميذ كانت أحيانا ثم تليها دائما ونادرا بنسب متساوية.

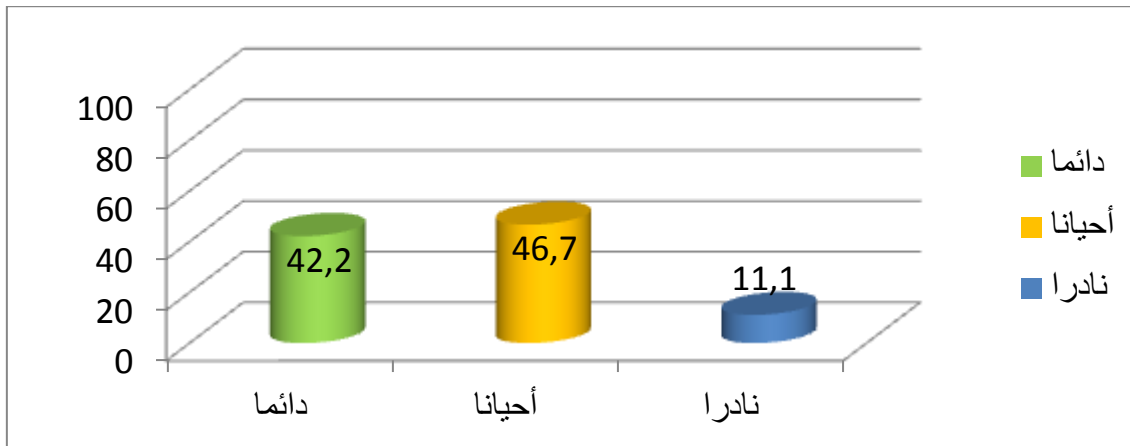
- السؤال الثامن عشر: أختبر الأسباب وأرتبها حتى أصل إلى السبب الأساسي للمشكلة.

الجدول رقم(18): يبين مدى اختبار التلاميذ للأسباب وترتيبها حتى الوصول إلى السبب الأساسي للمشكلة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
18	19	21	05	45	10.17	5,99	2	0,05
التكرارات	19	21	05					
النسبة %	42.2	46.7	11.1	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (10.17) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (19) بنسبة 42.2%، وأحيانا بتكرار (21) بنسبة 46.7%، أما نادرا بتكرار (05) بنسبة 11.1%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يختبرون الأسباب ويرتبونها حتى يصلون إلى السبب الأساسي للمشكلة.

المدرج التكراري رقم (18) : يوضح مدى اختبار التلاميذ للأسباب وترتيبها حتى يصلون إلى السبب الأساسي للمشكلة.



نلاحظ من خلال المدرج التكراري (18) أعلى نسبة لإجابة التلاميذ كانت أحيانا ثم تليها أحيانا ، و ثم دائما بنسبة أقل.

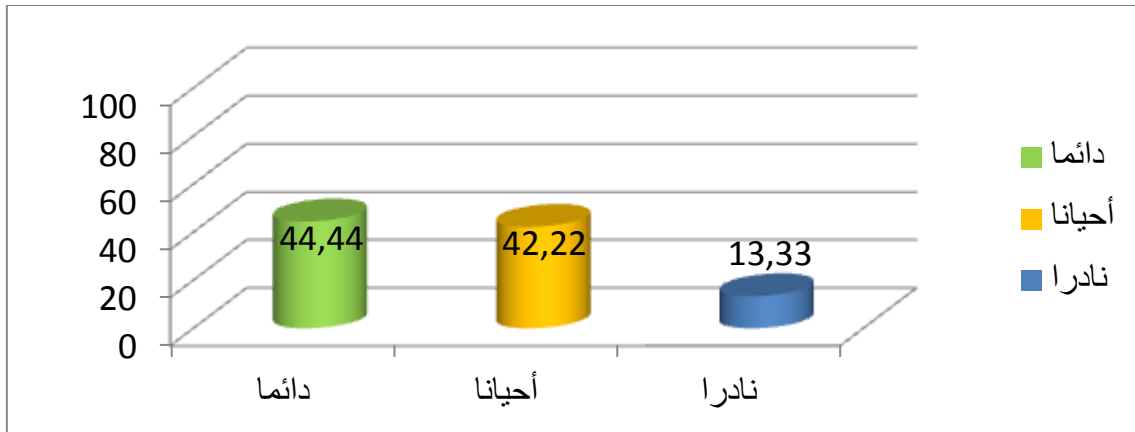
- السؤال التاسع عشر: كلما أوجدت أسبابا أكثر للمشكلة كلما اقتربت من الحل.

الجدول رقم(19): يبين مدى اقتراب التلاميذ من الحلول كلما أوجدوا أسبابا أكثر للمشكلة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
19	20	19	06	45	8.17	5,99	2	0,05
التكرارات	20	19	06					
النسبة %	44.44	42.22	13.33	100				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (8.17) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (20) بنسبة 44.44%، وأحيانا بتكرار (19) بنسبة 42.22%، أما نادرا بتكرار (06) بنسبة 13.33% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يقتربون من الحلول كلما أوجدوا أسبابا أكثر للمشكلة.

المرجع التكراري رقم(19) : يوضح مدى اقتراب التلاميذ من الحلول كلما أوجدوا أسبابا أكثر للمشكلة.



من خلال المرجع التكراري(19) نلاحظ أن أعلى نسبة إجابة للتلاميذ كانت دائما، ثم تليها أحيانا، ثم نادرا.

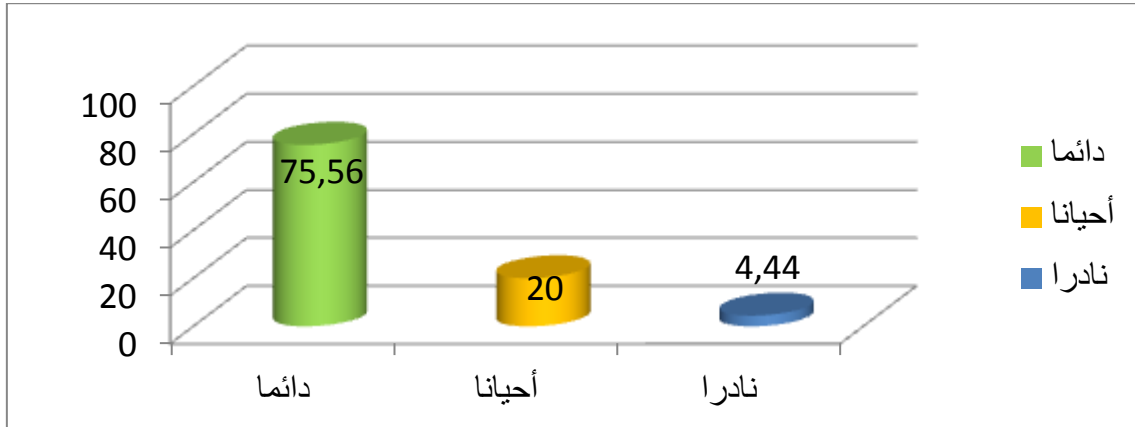
- السؤال العشرون: أنا راضي عن طريقتي في تسوية خلافتي مع الآخرين.

الجدول رقم(20): يبين مدى رضا التلاميذ عن طريقتهم في تسوية خلافاتهم مع الآخرين.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
20	دائما	أحيانا	نادرا	45	30.23	5,99	2	0,05
التكرارات	34	09	02					
النسبة %	75.56	20	4.44					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (30.23) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (34) بنسبة 75.56%، وأحيانا بتكرار (09) بنسبة 20%، أما نادرا بتكرار (02) بنسبة 4.44% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة راضون عن طريقتهم في تسوية خلافاتهم مع الآخرين.

المدرج التكراري رقم(20) : يوضح مدى رضا التلاميذ عن طريقتهم في تسوية خلافاتهم مع الآخرين.



من خلال المدرج التكراري(20) نلاحظ أن النسبة الكبيرة من التلاميذ راضون عن طريقتهم في تسوية خلافاتهم مع الآخرين.

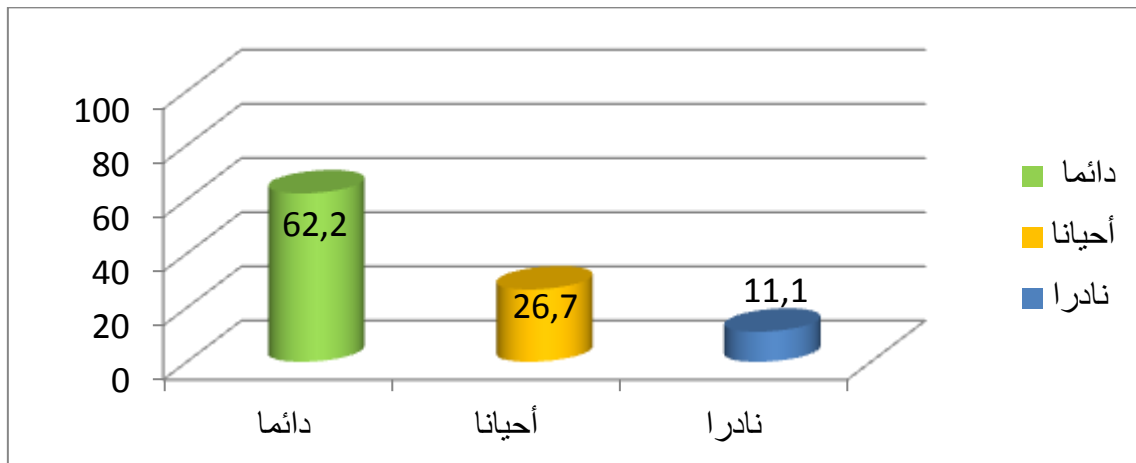
- السؤال الواحد والعشرون: لحل المشكلة يتطلب معرفة أسبابها الجذرية أو الأكثر احتمالية.

الجدول رقم(21): يبين مدى تطلب التلاميذ لمعرفة الأسباب الجذرية أو الأكثر احتمالية للمشكلة لحلها.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
21	دائما	أحيانا	نادرا	45	18.57	5,99	2	0,05
التكرارات	28	12	05					
النسبة %	62.2	26.7	11.1					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (18.57) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (28) بنسبة 62.2%، وأحيانا بتكرار (12) بنسبة 26.7%، أما نادرا بتكرار (05) بنسبة 11.1%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يعتبرون حل المشكلة يتطلب معرفة أسبابها الجذرية أو الأكثر احتمالية.

المدرج التكراري رقم(21) : يوضح مدى تطلب التلاميذ لمعرفة الأسباب الجذرية أو الأكثر احتمالية للمشكلة لحلها.



من خلال المدرج التكراري (21) نلاحظ أعلى نسبة إجابة للتلاميذ كانت دائما، ثم تليها أحيانا، ثم نسبة أقل نادرا.



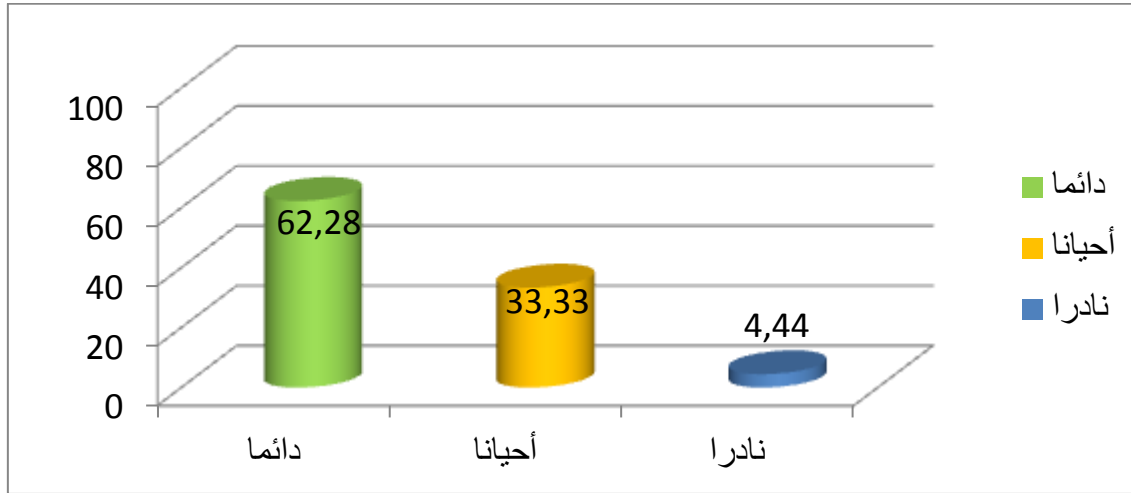
– السؤال الثاني والعشرون: لو أصبحت قائدا لمجموعة ستكون قراراتي صحيحة وناجحة.

الجدول رقم(22): يبين مدى صحة ونجاح قرارات التلاميذ لو أصبحوا قادة للمجموعات.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا 2 ح	كا 2 ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
22	دائما	أحيانا	نادرا	45	15.03	5,99	2	0,05
التكرارات	28	15	02					
النسبة %	62.22	33.33	4.44					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (15.03) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (28) بنسبة 62.22%، وأحيانا بتكرار (15) بنسبة 33.33%، أما نادرا بتكرار (02) بنسبة 4.44%. وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة ستكون قراراتهم صحيحة وناجحة لو أصبحوا قادة لمجموعة .

المدرج التكراري رقم(22) : يوضح مدى صحة ونجاح قرارات التلاميذ لو أصبحوا قادة لمجموعة.



من خلال المدرج التكراري(22) نلاحظ أن نسبة كبيرة من التلاميذ لو أصبحوا قادة لمجموعة ستكون قراراتهم صحيحة وناجحة.

## - استنتاج المحور الثاني:

نستنتج من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات وما أفرزته نتائج المحور الثاني أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات ، وهذا ما ذكره (السوطي، 2007) أن المهارات الحياتية (مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات) جاءت على درجة كبيرة من الأهمية، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية.

### 3- عرض ومناقشة نتائج المحور الثالث ( المهارات الدراسية (الأكاديمية) ):

الذي ينص: " للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية المهارات الدراسية (الأكاديمية)."

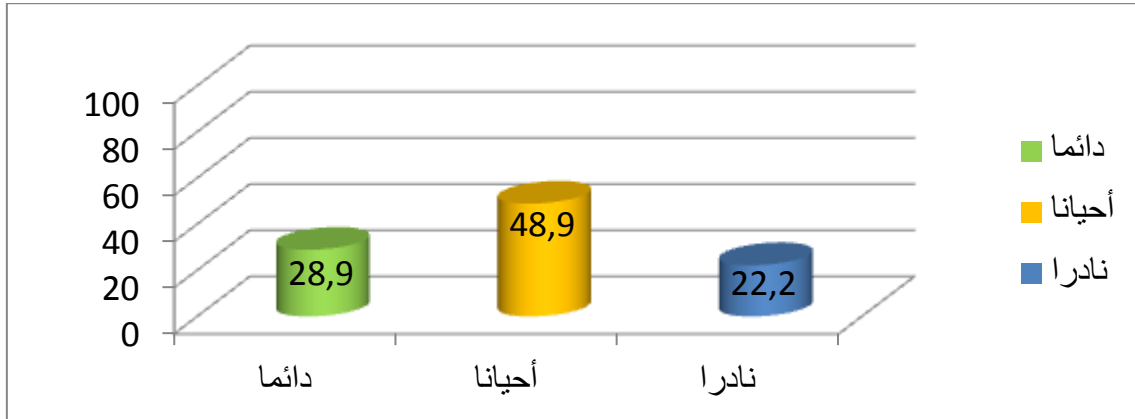
- السؤال الثالث والعشرون: لدي جدول دراسي مواظب عليه.

الجدول رقم(23): يبين مدى امتلاك التلاميذ لجدول دراسي يواظبون عليه.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
23				45	6.24	5,99	2	0,05
التكرارات	13	22	10					
النسبة %	28.9	48.9	22.22					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (6.24) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (13) بنسبة 28.9%، وأحيانا بتكرار (22) بنسبة 48.9%، أما نادرا بتكرار (10) بنسبة 22.2% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة لديهم جدول دراسي مواظبون عليه.

المدرج التكراري رقم(23): يوضح مدى امتلاك التلاميذ لجدول دراسي مواظبون عليه.



من خلال المدرج التكراري(23) نلاحظ أعلى نسبة إجابة للتلاميذ كانت أحيانا، ثم تليها دائما، ثم نسبة أقل نادرا.

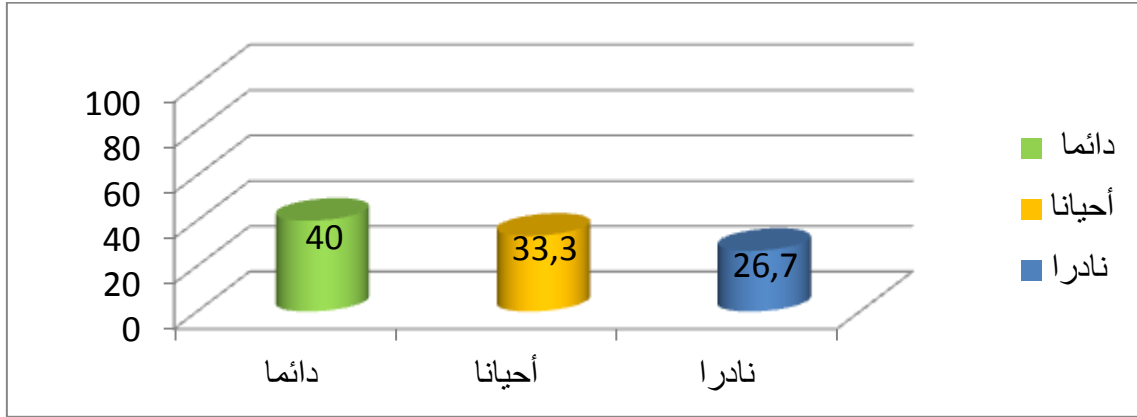
- السؤال الرابع والعشرون: أستخدم القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتي.

الجدول رقم(24): يبين مدى استخدام التلاميذ القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتهم.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
24	18	15	12	45	1.2	5,99	2	0,05
التكرارات	18	15	12	45	1.2	5,99	2	0,05
النسبة %	40	33.33	26.7	100	1.2	5,99	2	0,05

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (1.2) وهي أصغر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابة التلاميذ لصالح دائما بتكرار (18) بنسبة 40%، وأحيانا بتكرار (15) بنسبة 33.3%، أما نادرا بتكرار (12) بنسبة 26.7%. مما يدل على عدم وجود فرق بين التلاميذ الذين يستخدمون القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتهم، والذين لا يقومون بذلك.

المدرج التكراري رقم(24) : يوضح مدى استخدام التلاميذ القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتهم.



من خلال المدرج التكراري(24) أعلاه نلاحظ أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت "دائما" ثم تليها "أحيانا"، ثم تليها "نادرا".

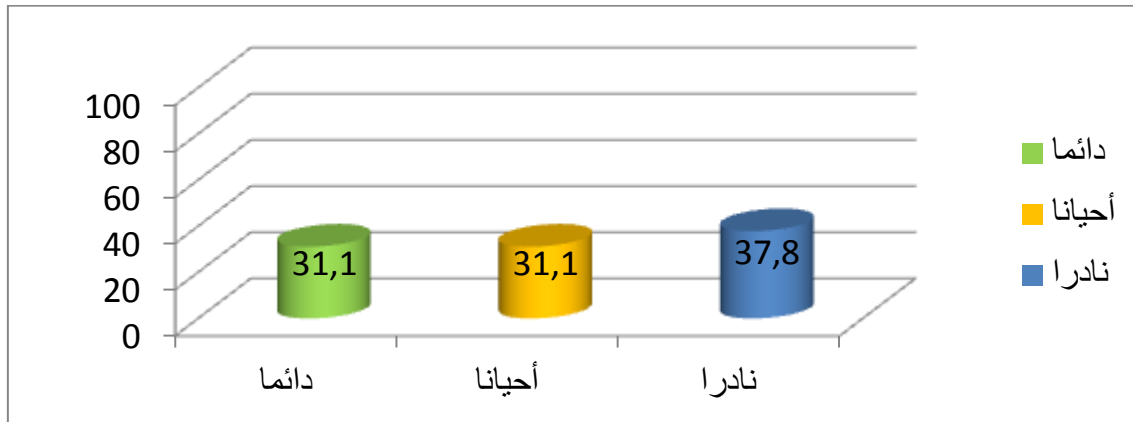
- السؤال الخامس والعشرون: أقرأ الفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب.

الجدول رقم(25): يبين مدى قراءة التلاميذ للفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
25	دائما	أحيانا	نادرا	45	9.74	5,99	2	0,05
التكرارات	24	14	07					
النسبة %	53.3	31.1	15.6					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (9.74) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار(24) بنسبة 53.3%، وأحيانا بتكرار(14) بنسبة 31.1%، أما نادرا بتكرار(07) بنسبة 15.6% . وتفسر هذه النتائج أن معظم أفراد العينة يقرؤون الفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب.

المدرج التكراري رقم(25): يوضح مدى قراءة التلاميذ للفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب.



من خلال المدرج التكراري(25) أعلاه نلاحظ أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت "دائما" ثم تليها "أحيانا" ثم "نادرا".

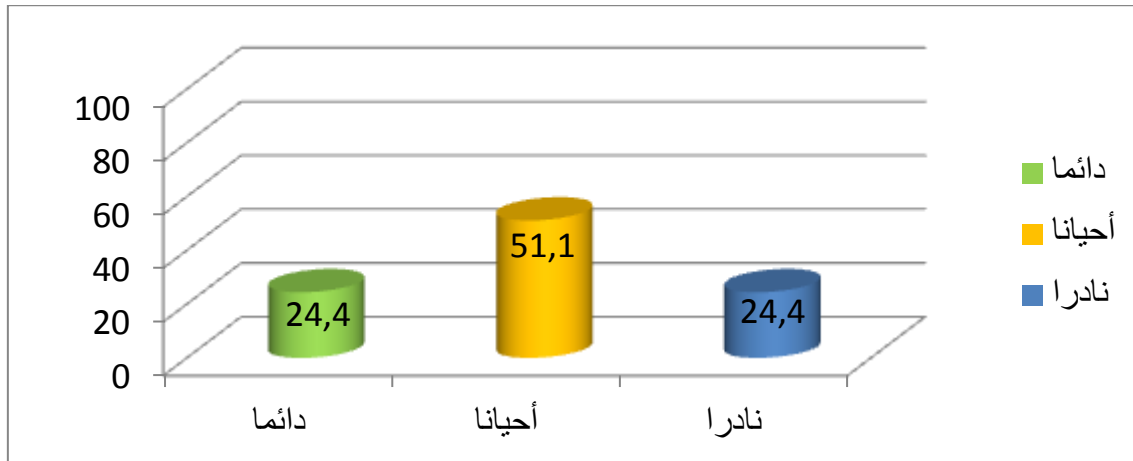
- السؤال السادس والعشرون: أستطيع أن أجلس للمذاكرة لفترة طويلة.

الجدول رقم(26): يبين مدى استطاعة التلاميذ على الجلوس للمذاكرة لفترة طويلة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
26	11	23	11	45	6.41	5,99	2	0,05
التكرارات	11	23	11	45	6.41	5,99	2	0,05
النسبة %	24.44	51.1	24.44	100	6.41	5,99	2	0,05

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (6.41) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار(11) بنسبة 24.44%، وأحيانا بتكرار(23) بنسبة 51.1%، أما نادرا بتكرار(11) بنسبة 24.44% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يستطيعون الجلوس للمذاكرة لفترة طويلة.

المدرج التكراري رقم(26): يوضح مدى استطاعة التلاميذ أن يجلسوا للمذاكرة لفترة طويلة.



من خلال المدرج التكراري(26) أعلاه نلاحظ أن نسبة كبيرة من التلاميذ أجابت أحيانا ما يستطيعون الجلوس للمذاكرة لفترة طويلة بينما تليها "دائما" و"نادرا" بنسب متساوية.

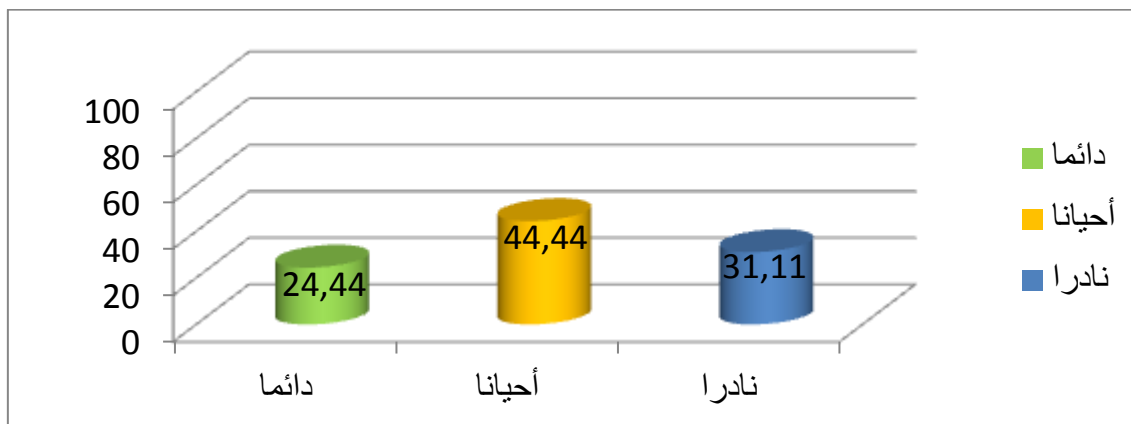
- السؤال السابع والعشرون: أخص الدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح.

الجدول رقم(27): يبين مدى تلخيص التلاميذ للدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
27	11	20	14	45	2.84	5,99	2	0,05
التكرارات	11	20	14	45	2.84	5,99	2	0,05
النسبة %	24.44	44.44	31.1	100	2.84	5,99	2	0,05

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (2.84) وهي أصغر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار (11) بنسبة 24.44%، وأحيانا بتكرار (20) بنسبة 44.44%، أما نادرا بتكرار (14) بنسبة 31.1% . مما يدل على عدم وجود فرق بين التلاميذ الذين يلخصون الدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح، والذين لا يفعلون ذلك.

المدرج التكراري رقم(27): يوضح مدى تلخيص التلاميذ للدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح.



من خلال المدرج التكراري(27) أعلاه نلاحظ أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت "أحيانا" ثم تليها "نادرا" ثم تليها "دائما".

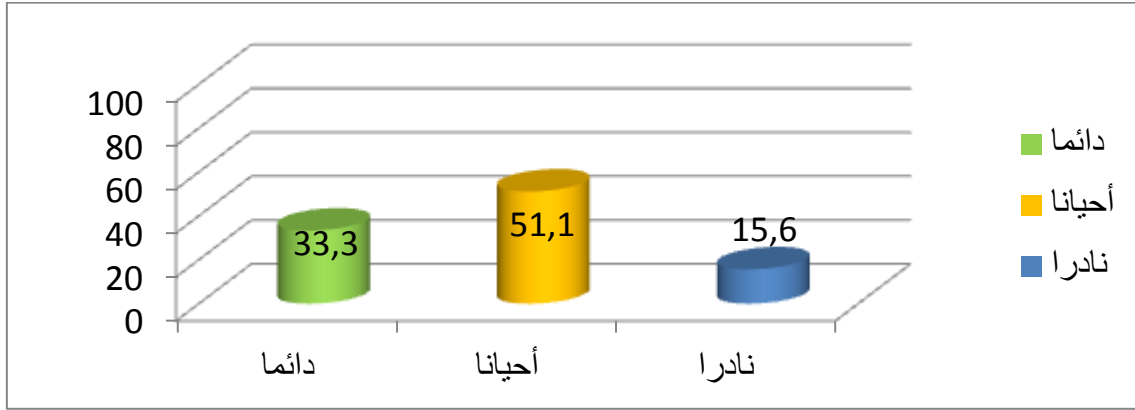
- السؤال الثامن والعشرون: أراجع دروسي التي أستذكرها من حين إلى آخر.

الجدول رقم(28): يبين مدى مراجعة التلاميذ لدروسهم التي يستذكروها من حين لآخر.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
28	15	23	07	45	17,74	8.54	2	0,05
التكرارات	15	23	07	45	17,74	8.54	2	0,05
النسبة %	33.3	51.1	15.6	100	17,74	8.54	2	0,05

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (8.54) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (15) بنسبة 33.3%، وأحيانا بتكرار (23) بنسبة 51.1%، أما نادرا بتكرار (07) بنسبة 15.6% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يراجعون دروسهم التي يستذكرونها من حين لآخر.

المرج التكراري رقم(28): يوضح مدى مراجعة التلاميذ لدروسهم التي يستذكرونها من حين لآخر



من خلال المرج التكراري(28) أعلاه نلاحظ أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت "أحيانا" ثم تليها "دائما" ثم تليها " نادرا " .

- السؤال التاسع والعشرون: أستخدم المخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم.

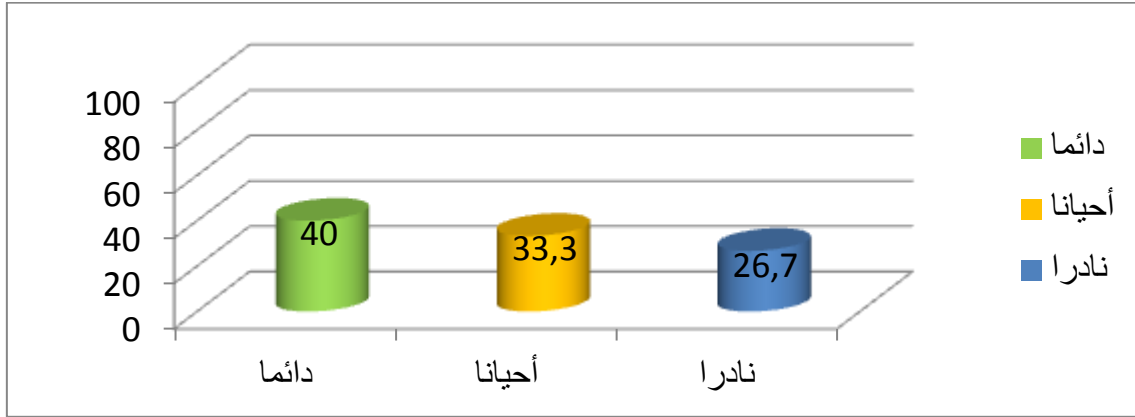
الجدول رقم(29): يبين مدى استخدام التلاميذ للمخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
29	دائما	أحيانا	نادرا	45	1.2	5,99	2	0,05
التكرارات	18	15	12					
النسبة %	40	33.3	26.7					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (1.2) وهي أصغر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار (18) بنسبة 40%، وأحيانا بتكرار (15) بنسبة 33.3%، أما نادرا بتكرار (12) بنسبة 26.7% . مما يدل على عدم وجود فرق بين التلاميذ الذين يستخدمون المخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم، والذين يفعلون عكس ذلك.



المدرج التكراري رقم(29): يوضح مدى استخدام التلاميذ للمخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم.



من خلال المدرج التكراري(29) نلاحظ أن معظم التلاميذ يستخدمون المخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم.

- السؤال الثلاثون: أواجه المواد الصعبة وأقسمها إلى أجزاء حتى أتمكن من فهمها.

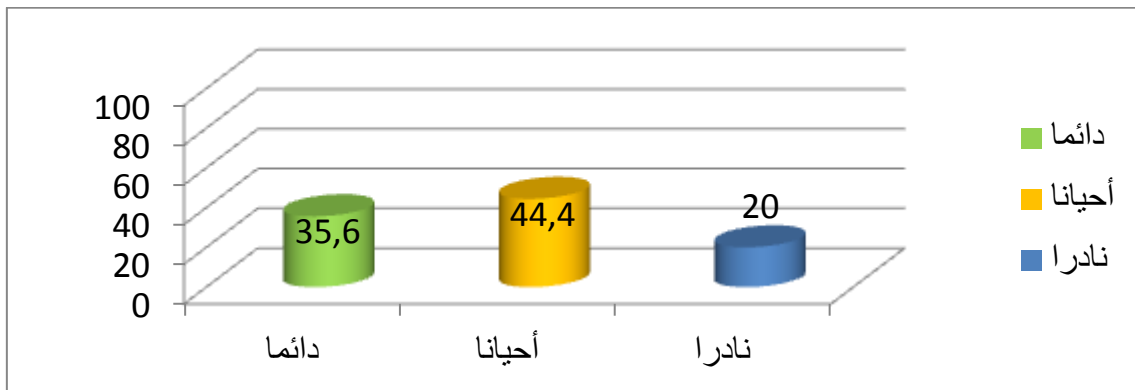
الجدول رقم(30): يبين مدى مواجهة التلاميذ للمواد الصعبة وتقسيمها إلى أجزاء للتمكن من فهمها.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
30	دائما	أحيانا	نادرا	45	12.17	5,99	2	0,05
التكرارات	26	10	09					
النسبة %	57.8	22.2	20					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا2) المحسوبة والتي بلغت (12.17) وهي أكبر من (كا2) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار (26) بنسبة 57.8%، وأحيانا بتكرار (10) بنسبة 22.2%، أما نادرا بتكرار (09) بنسبة

20% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يواجهون المواد الصعبة ويقسمونها إلى أجزاء حتى يتمكنون من فهمها.

المدرج التكراري رقم(30): يوضح مدى مواجهة التلاميذ للمواد الصعبة وتقسيمها إلى أجزاء حتى يتمكنوا من فهمها.



من خلال المدرج التكراري(30) أعلاه نلاحظ أن معظم التلاميذ كانت إجابتهم "أحيانا" ثم تليها "دائما" ثم تليها " نادرا " .

- السؤال الواحد وثلاثون: أقرأ أسئلة الامتحان كاملة قبل أن أبدأ الإجابة.

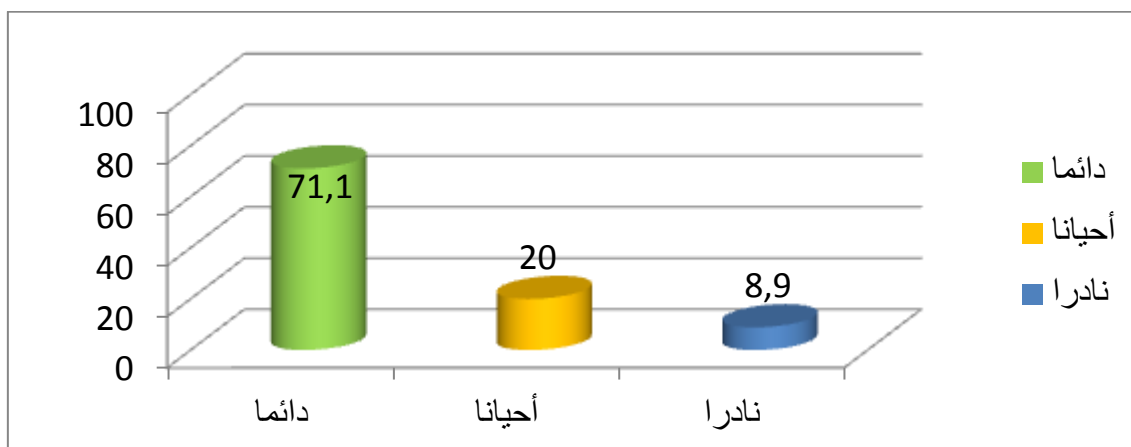
الجدول رقم(31): يبين مدى قراءة التلاميذ لأسئلة الامتحان كاملة قبل بداية الإجابة.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
31	دائما	أحيانا	نادرا	45	16.89	5,99	2	0,05
التكرارات	32	09	04					
النسبة %	71.1	20	8.9					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (16.89) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار(32) بنسبة

71.1%، وأحيانا بتكرار (09) بنسبة 20%، أما نادرا بتكرار (04) بنسبة 8.9% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يقرؤون أسئلة الامتحان كاملة قبل أن يبدأ الإجابة .

المدرج التكراري رقم(31): يوضح مدى قراءة التلاميذ لأسئلة الامتحان كاملة قبل أن يبدؤوا الإجابة.



من خلال المدرج التكراري(31) أعلاه نلاحظ نسبة كبيرة من التلاميذ يقرؤون أسئلة الامتحان كاملة قبل أن يبدؤوا الإجابة، تليها بنسبة قليلة "أحيانا" ثم بنسبة أقل "نادرا".

– السؤال الثاني والثلاثون: أوزع مذاكرتي من أول السنة الدراسية.

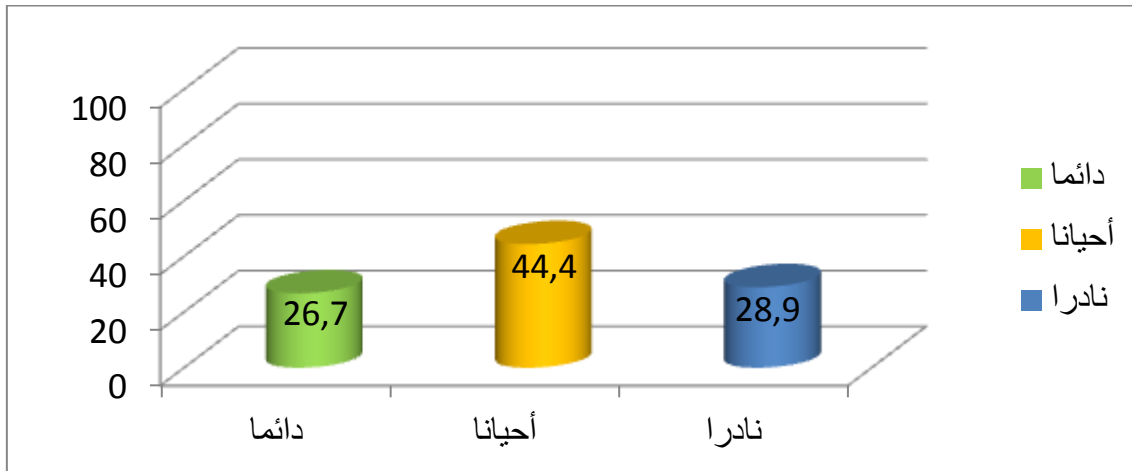
الجدول رقم(32): يبين مدى توزيع التلاميذ لمذاكرتهم من أول السنة الدراسية.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
32	دائما	أحيانا	نادرا	45	2.57	5,99	2	0,05
التكرارات	12	20	13					
النسبة %	26.7	44.4	28.9					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (2.57) وهي أصغر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث كانت إجابات التلاميذ لصالح دائما بتكرار (12) بنسبة

26.7%، وأحيانا بتكرار (20) بنسبة 44.4%، أما نادرا بتكرار (13) بنسبة 28.9%. مما يدل على عدم وجود فرق بين التلاميذ الذين يوزعون مذكرتهم من أول السنة الدراسية والذين لا يوزعون مذكرتهم من أول السنة الدراسية.

المدرج التكراري رقم(32): يوضح مدى توزيع التلاميذ لمذكرتهم من أول السنة الدراسية.



من خلال المدرج التكراري(32) أعلاه نلاحظ أعلى نسبة لإجابات التلاميذ كانت "أحيانا" ثم تليها "نادرا" ثم تليها "دائما".

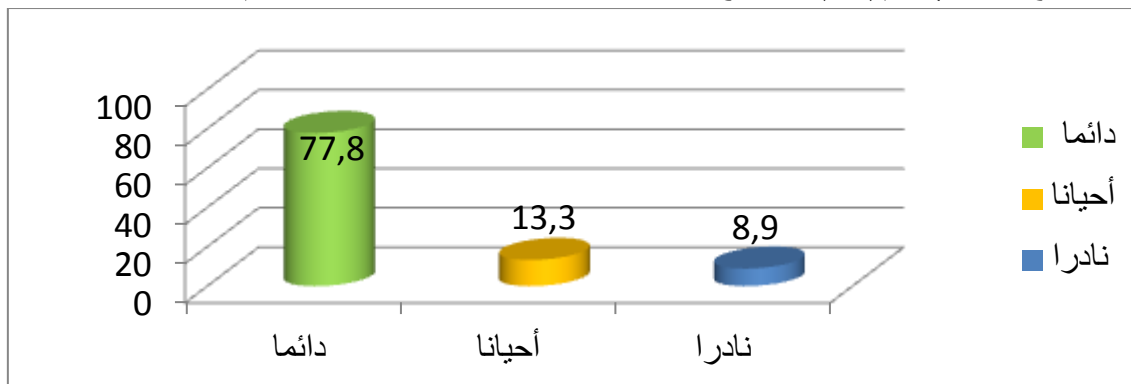
- السؤال الثالث والثلاثون: أراجع الأجوبة قبل تسليم ورقة الامتحان.

الجدول رقم(33): يبين مدى مراجعة التلاميذ للإجابة قبل تسليم ورقة الإمتحان.

السؤال	الإجابات			المجموع	كا ح	كا ج	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	دائما	أحيانا	نادرا					
33	دائما	أحيانا	نادرا	45	40.17	5,99	2	0,05
التكرارات	35	06	04					
النسبة %	77.8	13.3	8.9					

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن (كا) المحسوبة والتي بلغت (40.17) وهي أكبر من (كا) الجدولية (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (2)، مما يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات التلاميذ، حيث دالة لصالح دائما بتكرار (35) بنسبة

77.8%، وأحيانا بتكرار (06) بنسبة 13.3%، أما نادرا بتكرار (04) بنسبة 8.9% . وتفسر هذه النتائج على أن معظم أفراد العينة يراجعون الإجابة قبل تسليم ورقة الامتحان. **المدرج التكراري رقم(33): يوضح مدى مراجعة التلاميذ للإجابة قبل تسليم ورقة الامتحان.**



من خلال المدرج التكراري(33) أعلاه نلاحظ نسبة كبيرة من التلاميذ يراجعون الإجابة قبل تسليم ورقة الامتحان، تليها بنسبة قليلة "أحيانا" ثم بنسبة أقل "نادرا".

#### - استنتاج المحور الثالث:

نستنتج من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات وما أفرزته نتائج المحور الثالث أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية المهارات الدراسية (الأكاديمية)، كما أوردها (أحمد حسني عبد المعطي، 2007) أنها تسعى إلى التقريب بين المدرسة والمجتمع وذلك من خلال ربط حاجات المتعلمين ومواقف الحياة بالاحتياجات اليومية للمجتمع الذي يعيشون فيه.

#### 4- الاستنتاجات:

من خلال الدراسة التي قام بها الباحثون للموضوع من الجانبين النظري والتطبيقي، وفي ضوء النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة أمكن لنا التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

-وجود فروق ذات دلالة معنوية لدى إجابات التلاميذ فيما يخص التعامل مع مهارة الاتصال والتواصل.

-للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- وجود فروق ذات دلالة معنوية لدى إجابات التلاميذ فيما يخص التعامل مع مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات.

-للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارة اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- وجود فروق ذات دلالة معنوية لدى إجابات التلاميذ فيما يخص التعامل مع المهارات الدراسية (الأكاديمية).

- للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية المهارات الدراسية (الأكاديمية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

#### 5- مناقشة النتائج بالفرضيات:

#### 5-1- مناقشة الفرضية الأولى:

تشير الفرضية الأولى على أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

(من الجدول رقم 3 الى الجدول رقم 13) والتي توضح نتائجها أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للإجابات لصالح القيمة الكبرى وهذا دائما عند مستوى الدلالة 0.05، من خلال هذه النتائج المتحصل عليها وما تحمله من دلالات، والتي تشير إلى أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارة الاتصال والتواصل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما يدل على أن أفراد العينة موافقون بدرجة مرتفعة في إجاباتهم على عبارات المحور وهذا ما تطرقنا له في الخلفية النظرية من خلال تعريف نصر الله أن الاتصال نشاط إنساني يؤدي إلى التواصل بين البشر، الغرض منه تبادل المعلومات، واتفقت دراستنا مع دراسة (صغير نور الدين) ودراسة (تباني سامي، 2006) حيث توصلوا إلى أن للنشاط البدني الرياضي دور في تدعيم مهارات الاتصال والتواصل، ومن خلال هذا نقول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

#### 5-2- مناقشة الفرضية الثانية:

تشير الفرضية الأولى على أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

حيث تم التحقق من هذا الفرض من خلال تحليل نتائج المقياس في المحور الثاني والتي توضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للإجابات لصالح القيمة الكبرى وهذا دائما عند مستوى الدلالة 0.05، من خلال هذه النتائج المتحصل عليها وما تحمله من دلالات، والتي تشير إلى أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما يدل على أن أفراد العينة موافقون بدرجة مرتفعة في إجاباتهم على عبارات المحور وهذا ما تطرقنا له في الخلفية النظرية من خلال تعريف الزغلول بأن عملية اتخاذ القرار ليست بالسهولة بل بحاجة لتمر بمراحل مختلفة، كالحصول على معلومات، وتوليد الأفكار، وتقييم

المكاسب والمخاسر، واختيار أحد البدائل، ومن خلال تعريف البنا بأن مهارة حل المشكلات تعني التقييم الشامل لمهارات الفرد الخاصة في حل المشكلات التي يتعرض لها في حياته اليومية، وتمثل تلك المهارات في الثقة في حل المشكلات، وقد اتفقت دراستنا مع دراسة (صغير نور الدين، 2006)، بأن للرياضات الجماعية والرياضات الفردية دور إيجابي في تنمية المهارات الحياتية لدى الناشئين، وهذا ما ذكره (السوطري، 2007) أن المهارات الحياتية (مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات) جاءت على درجة كبيرة من الأهمية، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس المهارات الحياتية (اتخاذ القرار وحل المشكلات) ومقياس المهارات الأساسية لصالح مقياس المهارات الحياتية.

وبضيف بوفلجة أن أهمية ممارسة النشاط الرياضي في هذه المرحلة هو الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الاجتماعية، وبذلك مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة (بوفلجة، 1983، صفحة 37)، وعليه نقول أن الفرضية الثانية تحققت.

### 3-5- مناقشة الفرضية الثالثة:

تشير الفرضية الأولى على أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية المهارات الدراسية (الأكاديمية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

حيث تم التحقق من هذا الفرض من خلال تحليل نتائج المقياس في المحور الثالث والتي توضح نتائجها أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للإجابات لصالح القيمة الكبرى وهذا دائما عند مستوى الدلالة 0.05، من خلال هذه النتائج المتحصل عليها وما تحمله من دلالات، والتي تشير إلى أن للنشاط البدني والرياضي دور في تنمية المهارات الدراسية (الأكاديمية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما يدل على أن أفراد العينة موافقون بدرجة مرتفعة في إجاباتهم على عبارات المحور وهذا ما تطرقنا له في الخلفية النظرية من خلال تعريف السيد (2007)، حيث عرف عادات الاستذكار بأنها "نمط سلوكي يكتسبه الطالب خلال ممارسته المتكررة لتحصيل المعارف والمعلومات، إتقان الخبرات والمهارات، وهذا النمط السلوكي يختلف باختلاف الأفراد، ويتباين بتباين التخصصات، وقد اتفقت الدراسة مع دراسة (عيساوة شريف، 2015) التي توصلت إلى أن للتربية البدنية والرياضية دور في تدعيم بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الطور الثانوي، ومنه نقول أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

### 4-5- مناقشة الفرضية العامة:

تشير الفرضية العامة على أن للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

حيث تم التحقق من هذا الفرض من خلال تحليل نتائج والتي توضح نتائجها أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للإجابات لصالح القيمة الكبرى وهذا دائماً عند مستوى دلالة 0.05 من خلال هذه النتائج المتحصل عليها وما تحمله من دلالات ، والتي تشير إلى أن للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، كما اتفقت هذه الدراسة مع دراسة كل من (تبانى سامي، 2006) و(صغير نور الدين، 2011) و(عيساوة شريف، 2015)، الذين توصلوا إلى أن للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية.

و هذا ما يؤكد بوفلجة أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية، وله دور كبير وأهمية بالغة في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب، وزيادة الانسجام في كل ما يقوم به المراهق من حركات، أما من الناحية الاجتماعية فيوجد التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الممارسة الرياضية يزيد من اكتسابهم الكثير من الصفات التربوية. (بوفلجة، 1983، صفحة 37)

وبضيف الجديبي ان أهداف تنمية المهارات الحياتية تعمل على تنمية ثقافة المتعلم على التعامل بنجاح مع متغيرات الحياة، وكذا تنمية قدرة المتعلم على حل المشكلات الحياتية البيئية المحلية والعالمية. بالإضافة إلى تنمية قدرة المتعلم على التفاعل الاجتماعي والتواصل مع الآخر. (الجديبي، 2010)، ومنه نقول أن الفرضية العامة للدراسة تحققت.

#### **6- الاقتراحات والتوصيات:**

على ضوء النتائج المتحصل عليها نوصي:  
-إجراء المزيد من الدراسات في هذا المجال ومحاولة التطرق إلى مهارات أخرى لم نتناولها في الدراسة الحالية.

-توفير المنشآت والتجهيزات والوسائل والإمكانات لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية داخل الثانويات مما يساعد التلاميذ على القيام بنشاطاتهم على أكمل وجه.

-ضرورة الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية عن طريق حملات التحسيس بأهميتها من طرف المسؤولين.

- توفير جو اجتماعي داخل الحصص الرياضية والذي يساعد التلاميذ على التوافق الجيد مع أنفسهم ومع من يحيطون بهم، وذلك بتوفير جملة من العوامل تتعلق بالمعاملات داخل حصة التربية البدنية والرياضية والعلاقات مع الأساتذة والإدارة وطريقة العمل داخل هذه الحصص.



-أن يكون هناك تنسيق بين الأولياء، والمجتمع، والثانوية من أجل مساعدة التلاميذ على اكتساب مثل هذه المهارات.

-ضرورة أن يركز الأساتذة على دمج أكبر عدد من المهارات الحياتية في مادة التربية البدنية والرياضية التي يدرسونها.

#### 7- الخلاصة العامة:

من خلال بحثنا الذي أجريناه، نستطيع الخروج بخلاصة عامة حول موضوع البحث المتمثل في دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، كون هذه المرحلة جد هامة في حياة الفرد نتيجة لتعدد المشاكل التي يعاني منها، ولذلك فمعرفة المهارات الحياتية التي تنشأ من خلال التدريبات الرياضية كمصدر هام يكتسبها الرياضي أمر ضروري في سبيل إعدادة للمستقبل بشكل سليم وموجه، وعلى هذا يمكن استخلاص مايلي:

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

- للنشاط البدني الرياضي دور في تنمية المهارات الأكاديمية (الدراسية) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية .

وبالتالي تتحقق الفرضية الأساسية التي مفادها "النشاط البدني الرياضي دور في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، وبهذا يمكن الإجابة على إشكالية الدراسة حيث أن النشاط البدني الرياضي يلعب دورا مهما في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى التلاميذ، مما يساعد التلميذ على اكتساب المهارات الحياتية المهمة التي تساعد في إنجاز أنشطته اليومية الحركية والعقلية.

# المصادر والمراجع

- قائمة المصادر والمراجع:

- 1- ابتهاج محمود طلبية. (2009). *المهارات الحركية لطفل الروضة*. عمان: دار المسيرة.
- 2- إبراهيم أسعد ميكائيل. (1986). *مشكلات الطفولة والمراهقة*. بيروت: دار الآفاق الجديدة.
- 3- أحمد جابر أحمد السيد. (2001). *استخدام برنامج قائم على نموذج التعلم البنائي الاجتماعي*
- 4- وأثره في التحصيل الدراسي وتنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي. الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس.
- 5- أحمد حسين اللقاني، و حسن محمد فارعة. (2001). *مناهج التعليم بين الواقع والمستقبل*. القاهرة: عالم الكتاب.
- 6- أحمد حسين اللقاني، و علي أحمد الجمل. (2007). *معجم المصطلحات التربوية المعرفة في المناهج وطرق التدريس*. القاهرة: عالم الكتب.
- 7- أحمد حسين اللقاني، و علي أحمد الجمل. (2003). *معجم مصطلحات التربية المعرفة في المناهج وطرق التدريس*. القاهرة: عالم الكتب.
- 8- أحمد حسين عبد المعطي. (2007). *المهارات الحياتية*. القاهرة: دار السحاب.
- 9- أحمد حسين عبد المعطي، و محمد مصطفى دعاء. (2007). *المهارات الحياتية*. القاهرة: جامعة أسيوط.
- 10- أحمد زكي بدوي. (1997). *معجم العلوم الاجتماعية*. بيروت: دار النهضة العربية.
- 11- أحمد علي حبيب. (2010). *المراهقة*. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- 12- أحمد فرج عنايات محمد. (1998). *مناهج وطرق تدريس التربية البدنية*. مصر: ملتزم الطبع والنشر دار الفكر العربي.

- 13- أسامة ماهر حسين. (2005). توصيف مادة المهارات الحياتية والتربية الأسرية في الحصة الدراسية للتعليم الثانوي. المملكة العربية السعودية: إدارة التعليم الثانوي، وزارة التربية والتعليم بالمملكة العربية السعودية.
- 14- الزغلول رافع النصير، و عماد عبد الرحيم الزغلول. (2003). علم النفس المعرفي. رام الله: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- 15- أمين أنور الخولي. (1996). الرياضة والمجتمع. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدب.
- 16- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، و عدنان درويش. (1998). التربية الرياضية المدرسية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 17- أنور حمودة البنا. (2005). تقدير حل المشكلات السلوكية لدى أطفال المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة من منظور إسلامي. غزة: المؤتمر التربوي الثاني "الطفل الفلسطيني بين تحديات الواقع وطموحات المستقبل كلية التربية في الجامعة الإسلامية.
- 18- حسام محمد مازن. (2002). التربية العلمية وإبعاد التنمية التكنولوجية والمهارات الحياتية والثقافة العلمية اللازمة للمواطن العربي. المؤتمر السادس "التربية العلمية وثقافة المجتمع" الجمعية المصرية للتربية العلمية، جامعة عين شمس.
- 19- حسن سعيد السوطري. (2007). أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. عمان، الأردن: أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية.
- 20- حسن شحاتة. (2011). المرجع في رياض الأطفال، القاهرة. القاهرة: دار العالم العربي.
- 21- حسن عمر سعيد السوطري. (2007). أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. الأردن: كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية.

- 22- حلمي عبد الفتاح سعيد هبة الله. (2003). *تقويم مناهج الدراسات الاجتماعية للصف الأول الإعدادي في ضوء المهارات الحياتية*. القاهرة: رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس.
- 23- رأفت محمد علي عبد الله الجديبي. (2010). *تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء التحديات والاتجاهات المعاصرة، رؤية تربوية معاصرة*. مكة المكرمة: دراسة دكتوراه غير منشورة كلية التربية جامعة القرى.
- 24- رجاء محمود أبو علام. (1999). *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية*. دار النشر للجامعات، مصر.
- 25- رضا حجازي. (2006). *فعالية التنظيم الحزوني لمحتوى وحدات المادة في التحصيل وتنمية المهارات الحياتية لدى تلاميذ الفصل متعدد الصفوف*. الاسماعيلية: المؤتمر العلمي العاشر-التربية العلمية-تحديات الحاضر ورؤى المستقبل، مصر.
- 26- سعدية محمد علي بهاور. (1980). *سيكولوجية المراهقة*. دار البحوث العلمية، الطبعة 1.
- 27- صالح بن حمد العساف. (1995). *المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية*. فريق مكتبة نور.
- 28- صونيا عبد الكريم، و آخرون. (2001-2002). *دراسة علاقة المربي بالمتربي في حصة ت.ب.ر لتلاميذ الطور الأول (6-9 سنوات)*. الجزائر: جامعة دالي ابراهيم.
- 29- عبد المعطي سويد. (2007). *مهارات التفكير ومواجهة الحياة*. دار الكتاب الجامعي الإمارات.
- 30- عصام عبد الخالق. (1982). *التدريب الرياضي نظريات والتطبيقات*. مصر: دار الكتب الجامعية.
- 31- عمر عبد الرحيم نصر الله. (2001). *مبادئ الاتصال التربوي والانساني*. عمان، الأردن: دار وائل للطباعة والنشر.

- 32- عمران تغريد، رجاء الشاوي، و عفاف صبحي. (2001). *المهارات الحياتية*. القاهرة: مكتبة الزهراء الشرق.
- 33- غياث بوفلجة. (1983). *أهداف التربية وطرق تحقيقها*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 34- فتحي عبد الرحمن جروان. (1999). *تعليم الفكر- مفاهيم وتطبيقات*. عمان، الأردن: دار الكتاب الجامعي.
- 35- فليب إسكوس، و محمد عبد الموجود. (2005). *تنمية المهارات الحياتية لدى طالب التعليم الثانوي في إطار مناهج المستقبل*. القاهرة: المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية.
- 36- فؤاد السيد البهي. (1997). *الأسس النفسية من الطفولة إلى الشيخوخة*. القاهرة: دار العربي.
- 37- مجمع اللغة العربية. (1960). *مجمع اللغة العربية*.
- 38- محسن علي عطية. (2008). *تكنولوجيا الاتصال في التعليم الفعال*. الأردن: دار المناهج.
- 39- محمد حسن علاوي. (1992). *سيكولوجية التدريب والمنافسات*. القاهرة: دار المعارف.
- 40- محمد حسن علاوي، و كمال راتب أسامة. (1987). *البحث العلمي في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 41- محمد خليل، و خالد الباز. (1999). *دور مناهج العلوم في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، المؤتمر العلمي الثالث مناهج العلوم للقرن الحادي والعشرين*. الجمعية المصرية للتربية العلمية.
- 42- محمد زحاف. (2001). *العلاقات الاجتماعية للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية وانعكاساتها على السمات الانفعالية*. جامعة الجزائر.

- 43- محمد شفيق. (1985). *البحث العلمي والخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية*. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- 44- محمد عادل خطاب، و كمال الدين زكي. (1965). *التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية*. دار النشر القاهرة.
- 45- محمد عوض بسيوني، و فيصل ياسين الشاطني. (1992). *نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية.
- 46- محمد. (2005). *المهارات الحياتية في المدرسة الثانوية و الطريق الى صناعة الشخصية*. العدد (152). مجلة التربية.
- 46- صغير نور الدين. (2012). *دور النشاط البدني الرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين*. وهران: المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، جامعة العلوم والتكنولوجيا.
- 47- مختار محي الدين. (1995). *بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 48- مريم السيد. (2007). *حاجات طلبة جامعة الإسراء إلى المهارات الحياتية*. عمان، الأردن: مجلة إتحاد الجامعات العربية-العدد التاسع والأربعون.
- 49- مصطفى عبد الرحمن مصطفى مخلوف. (2011). *تأثير برنامج تعليمي بتوظيف أساليب تدريسية رياضية حديثة على تعلم مهارات حياتية منتقاة ومهارات منهجية في كرة السلة لتلاميذ الصف السابع الأساسي*. الأردن: كلية الدراسات العليا الجامعة العليا.

الملاحق





جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي



## استمارة استبيان

استمارة موجهة إلى تلاميذ المرحلة الثانوية، في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الليسانس في التربية البدنية والرياضية فرع تربية بدنية ورياضية تحت عنوان " دور النشاط البدني والرياضي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "

علما بأن هذا المقياس صمم خصيصا لأغراض البحث العلمي، وليس له أي علاقة مباشرة بالطالب المستجيب، لذا نرجو منك عزيزي الطالب أن تقرأ العبارة جيدا وأن تجيب بكل صداقية ودقة، مع تمنياتنا لك بالنجاح والتوفيق إن شاء الله.

ملاحظة: ضع علامة (X) في الخانة المناسبة

الجنس:  طالب  طالبة

السن:

الرقم	العبارة	دائماً	أحياناً	نادراً
مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين				
1	أحب التحدث مع الآخرين ولو كانوا غرباء .			
2	أحب الدورات والندوات التي تتحدث عن الاتصال مع الآخرين .			
3	أستخدم حركات اليدين وتعابير الوجه لتوضيح فكرة ما للآخرين .			
4	يمكن أن أتنازل عن رأي مقتنع به من أجل الآخرين .			
5	أقابل الآخرين بابتسامة .			
6	اعتذر فيما بعد لمن قد أكون آذيت شعوره .			
7	أفهم مشاعر الآخرين وأتعاطف معهم .			
8	أركز انتباهي واهتمامي على كل ما يقوله المتحدث .			
9	أجد صعوبة في مجاملة ومدح الآخرين .			
10	أتحاشى مقاطعة المتحدث .			
11	أستطيع بناء علاقات طيبة مع زملائي في الصف .			

مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات

			12	أعالج الأسباب عند وقوعي في مشكلة .
			13	أعاني من مشاكل كثيرة وأقف حائرا أمامها .
			14	كثيرا ما أساعد الآخرين في حل مشاكلهم وتكون حلولي صحيحة .
			15	تجاهل بعض المشكلات قد يعتبر حلا للمشكلة .
			16	أضع عدة حلول قبل اختيار الحل المناسب .
			17	عندما أغضب أتخذ قرارات صائبة .
			18	أختبر الأسباب وأرتبها حتى أصل إلى السبب الأساسي للمشكلة .
			19	كلما أوجدت أسبابا أكثر للمشكلة كلما اقتربت من الحل .
			20	أنا راضي عن طريقتي في تسوية خلافاتي مع الآخرين .
			21	لحل المشكلة يتطلب معرفة أسبابها الجذرية أو الأكثر احتمالية .
			22	لو أصبحت قائدا لمجموعة ستكون قراراتي صحيحة وناجحة .

المهارات الأكاديمية ( الدراسية )

			23	لدي جدول دراسي مواظب عليه .
			24	أستخدم القلم للتخطيط على المهم عند مذاكرتي .
			25	أقرأ الفهرس والمقدمة عند بداية قراءة أي كتاب .
			26	أستطيع أن أجلس للمذاكرة لفترة طويلة .
			27	أأخص الدرس في الحصة مع المعلم أثناء الشرح .
			28	أراجع دروسي التي أستذكرها من حين لآخر .
			29	أستخدم المخططات التوضيحية لعناصر الدرس لتسهيل الفهم .
			30	أواجه المواد الصعبة وأقسمها إلى أجزاء حتى أتمكن من فهمها .
			31	أقرأ أسئلة الامتحان كاملة قبل أن أبدأ الإجابة .
			32	أوزع مذاكرتي من أول السنة الدراسية .
			33	أراجع الإجابة قبل تسليم ورقة الامتحان .



مستغانم: .....

قسم : التربية البدنية و الرياضية

الرقم: 33 / 04 / 2019

إلى السيد (ة): مدير التربية لولاية مستغانم

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

في إطار تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة الليسانس نرجو من سيادتكم المحترمة

تسهيل مهمة الطلبة :

- غيلاس قادة

- بوخاري هواري

- جلالى عبد القادر

- المسجلون في السنة الثالثة ليسانس تربية و علم الحركة للسنة الجامعية 2018-2019

- لزيارة الثانويات التالية: بن قلة تواتي - ادريس سنوسي - لطروش جيلالى .

تقبلوا منا سيدي فائق التقدير والاحترام.



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم

ع ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 045 10 33/36/35 +213 الفاكس: 28 10 30 45 +213

البريد الإلكتروني: iep@univ-mosta.dz ou istaps@univ-mosta.dz

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التربية الوطنية

مستغانم في

مدير التربية

إلى

السيد .....  
.....

.....  
.....

.....  
.....

ولاية مستغانم  
مديرية التربية  
مصلحة التكوين والتفتيش  
رقم: 2019/20.20/328

الموضوع: ترخيص لإجراء تريض ميداني.

يشرفني أن اطلب منكم السماح للطالبة (ة)

1- غيلية قادة

2- بوخاري هواري

3- هلال عبد القادر

بتوزيع استبيان على التلاميذ بالمؤسسات التي تشرفون عليها تخصص

التربية البدنية والرياضة.....

مدير التربية

عن مدير التربية وبتصويص مدير  
مصلحة التكوين والتفتيش

م. بري...



### قائمة الأساتذة المحكمين

الإمضاء	الدرجة العلمية	التخصص	الإسم	اللقب
	دكتوراه	علم التنميط الرياضي	مكارم	مكارم
	دكتوراه	علم التنميط الرياضي	جورجينا بن عمار	جورجينا بن عمار
	دكتوراه	FPS	بيثيا عمام	بيثيا عمام
	دكتوراه	ES	خامد عامر حسيبي	خامد عامر حسيبي
	دكتوراه	إدارة و تسيير رياضي	فجيل	منار

الأستاذ المشرف : د/بوعزيز محمد

إعداد الطلاب : - بوخاري هواري

- غيلاس قادة

- جلالى عبد القادر

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قائمة المؤسسات الثانوية التي أجري فيها توزيع الاستبيان

اسم المؤسسة الثانوية	إمضاء وختم مدير المؤسسة الثانوية
ثانوية بن قلة تواتي	
ثانوية إدريس السنوسي	17/04/2019    
ثانوية لطروش الجيلالي	 