

2020

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

Samira Orabi
University of Jordan

Mohammed Qawariq
Arab American University, Jenin, mohammad.qawariq@aaup.edu

Follow this and additional works at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/anujr_b

Recommended Citation

Orabi, Samira and Qawariq, Mohammed (2020) "The level of life skills in practical courses for students of the faculty of sports sciences at the Arab American University," *An-Najah University Journal for Research - B (Humanities)*: Vol. 34 : Iss. 8 , Article 5.

Available at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/anujr_b/vol34/iss8/5

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in An-Najah University Journal for Research - B (Humanities) by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact rakan@aarj.edu.jo, marah@aarj.edu.jo, u.murad@aarj.edu.jo.

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

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

سميرة عرابي*، ومحمد قواريق**

Samira Orabi* & Mohammed Qawariq**

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

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

**الباحث المراسل: mohammad.qawariq@aaup.edu

تاريخ التسليم: (2018/10/15)، تاريخ القبول: (2019/1/16)

ملخص

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

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

الكلمات المفتاحية: المهارات الحياتية، المسابقات العملية.

Abstract

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

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

Keywords: life skills. practical courses.

المقدمة

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

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

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

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

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

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

مشكلة الدراسة

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

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

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

أهمية الدراسة

تكتسب هذه الدراسة أهميتها وتميزها من خلال ابرازها للنقاط التالية:

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

اهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى:

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

تساؤلات الدراسة

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

مجالات الدراسة

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

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

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

المصطلحات

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

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

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

المسابقات العملية: هي المسابقات التي يأخذها الطالب ضمن خطته الدراسية لتعلم جميع قوانين ومهارات الألعاب الجماعية والفردية بشقيها (النظري والعملية) لأي مهارة في أي لعبة (تعريف اجرائي).

الدراسات السابقة

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

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

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

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

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

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

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

الطريقة والإجراءات

يتضمن هذا البند وصفاً وعرضاً للطريقة والإجراءات التي اتبعها الباحثان في تحديد مجتمع الدراسة وعينتها، وخطوات التحقق من صدق الأداة وثباتها، وتحديد متغيرات وإجراءات الدراسة، إضافة إلى وصف تصميم الدراسة والمعالجات الإحصائية المتبعة في تحليل البيانات وفيما يلي بيان ذلك:

منهج الدراسة

لأغراض هذه الدراسة استخدم الباحثان المنهج الوصفي في إجراءاته لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة وأغراضها.

مجتمع الدراسة

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

عينة الدراسة

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

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

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

أداة الدراسة

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

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

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

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

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

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

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

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

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

صدق الأداة

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

ثبات الأداة

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

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

معامل الثبات	المجال	رقم المجال
0.84	التواصل والقيادة	1
0.88	حل المشكلات	2
0.76	حل اتخاذ القرار	3
0.81	التفكير الإبداعي	4
0.91	الدرجة الكلية للمحاور	

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

إجراءات الدراسة

لقد تم إجراء الدراسة وفق الخطوات الآتية:

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

1494 "مستوى المهارات الحياتية في المسابقات العملية لدى"

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

متغيرات الدراسة

تضمنت الدراسة المتغيرات الآتية :

المتغيرات المستقلة

- الجنس: وله مستويان: (ذكر، أنثى)
- المستوى الدراسي: وله اربع مستويات (اولى، ثانيه، ثالثه، رابعه)
- نوع المساق: ولها مستويان (فردى، جماعى)
- مكان السكن: وله مستويان: (الضفة الغربية، فلسطينى الداخل)
- المتغيرات التابعة: وتشتمل على المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة عن أسئلة الاستبانة.

نتائج أسئلة الدراسة

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

النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة ومناقشتها

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

من اجل استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة الخاصة بمستوى المهارات الحياتية في المسابقات العملية من وجهة نظرهم مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية.

ونائج الجدول (3) تبين ذلك:

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

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

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

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

السؤال الثاني: متغير الجنس

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

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

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

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

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

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

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

متغير المستوى الدراسي

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

تشير نتائج جدول (7) ان الفروقات كما يلي:

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

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

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

متغير نوع المساق

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

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

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

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

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

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

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

متغير مكان السكن

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

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

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

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

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

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

الاستنتاجات

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

التوصيات

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

References (Arabic & English)

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

- Fawzi, A. (2008). *Principles on the psychology of sports - concepts – applications*. Cairo: Dar al-Fikr al-Arabi.
- Goudas, M. Dermitzaki, I. Leondari, A. & Danish, S. (2006). The effectiveness of teaching a life skills program in a physical education context. *European journal of psychology of education*, 21(4), 429.
- Gould, D. Collins, K. Lauer, L. & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: A study of award winning high school coaches. *Journal of applied sport psychology*, 19(1), 16-37.
- Hayek, S. & Bataina, A. (2007). *The extent to which life skills are used in the curricula of the Faculty of Physical Education at the University of Jordan*. Yarmouk University, the Second International Scientific Conference, Scientific Developments in Physical Education and Sport, 51(1), 64 .
- Ibrahim, A. (1993). *Human Communication and a Course in Social Interaction. (1)*. Amman, Jordan: Dar Majdalawi Publishing and Distribution.
- Laker, D. R. & Powell, J. L. (2011). *The differences between hard and soft skills and their relative impact on training transfer*. Human Resource Development Quarterly, 22(1), 111-122.
- Orabi, S. (2010). *Teaching- Training- planning*, (Dar Amjad Publish, 1th Floor, Faculty of Physical Education, the University of Jordan.
- Orabi, Samira, Bassam Mesmar. (2014). *A proposed program to teach basic swimming skills 14 years*, "Second Scientific Sports Conference, Journal of Studies, Part - for Beginners (from the age of 7Second, the University of Jordan.
- Weiss, M. R. Stuntz, C. P. Bhalla, J. A. Bolter, N. D. & Price, M. S. (2013). *More than a game': Impact of The First Tee life skills programme on positive youth development: Project introduction and Year 1 findings*. Qualitative research in sport, exercise and health, 5(2), 214-244.

الملاحق

عزيزي الطالب / الطالبة

تحية طيبة وبعد،،،

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

شاكراً لكم حسن تعاونكم

الباحثان

القسم الأول: البيانات الشخصية المتعلقة بالمستجيب :

يرجى وضع علامة (×) في المربع المناسب لوضعك :

- 1- الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐
 2- المستوى الدراسي: سنة أولى ☐ سنة ثانية ☐ سنة ثالثة ☐ سنة رابعة ☐
 3- المنطقة السكنية: الضفة الغربية ☐ فلسطينيو الداخل ☐
 4- نوع المساق : ألعاب فردية ☐ ألعاب جماعية ☐

القسم الثاني : فقرات الاستبانة:

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

الرقم	المجال الأول:	(التواصل والقيادة)	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أصغي باهتمام لتعليمات المدرس						
2	أستخدم الاتصال اللفظي وغير اللفظي لإيصال المعلومات						
3	أتواصل مع الزملاء من خلال منظومة الموديل						
4	القدرة على الانتقال من موضوع الى آخر بسهولة						
5	الاصغاء باهتمام للآخرين						
6	التعبير عن الافكار والمشاعر بوضوح						
7	القدرة على اقناع الآخرين بوجهة نظري						
الرقم	المجال الثاني:	(حل المشكلات)	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	اتحقق من مصداقية مصادر المعلومات						
2	أقدم نقداً بناءاً اراء المشكلات التي تعرض علي						
3	أقف على نقاط القوة والضعف في الموضوع المطروح						
4	لدي القدرة على التفكير بطريقة كبيرة						

1508 "مستوى المهارات الحياتية في المسابقات العملية لدى"

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

شاكرأ لكم تعاونكم

الباحثان