

## فعالية استخدام استراتيجيات التدريس التبادلية في مساق التمرينات البدنية على اكتساب مهارات حياتية مختارة لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك

محمد خلف نزيات \*

### ملخص

هدفت هذه الدراسة التعرف على فعالية استخدام استراتيجيات التدريس التبادلية في مساق التمرينات البدنية على اكتساب بعض مهارات حياتية مختارة لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك. وتكونت عينة الدراسة من (51) طالباً وطالبة، بحيث قسمت العينة إلى مجموعتين متكافئتين (أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة) وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2015/ 2016). توزعوا على استراتيجيات التدريس، المجموعة التجريبية وتم تدريسها بالاستراتيجية التبادلية، أما المجموعة الأخرى وهي الضابطة فتم تدريسها بالاستراتيجية التقليدية، ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدام الباحث المنهج شبه التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها وتم استخدام المعالجات الإحصائية (SPSS)، أظهرت نتائج الدراسة إن استخدام استراتيجية التدريس التبادلية كان لهما الأثر الإيجابي في اكتساب الطلبة لبعض المهارات الحياتية (الاتصال والتواصل، والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، والمهارات النفسية والأخلاقية، ومهارات القيادة) وجاءت جميعها مهمة بالنسبة للطلبة، وفي ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بدمج المهارات الحياتية التي تم تناولها في مناهج التربية الرياضية وخاصة في مساق التمرينات البدنية لما له من أهمية في بناء شخصية الطالب المتكامل مع ضرورة التنوع في الاستراتيجيات التدريسية في حصص التربية الرياضية بما يتناسب مع الموقف التدريسي.

الكلمات الدالة: استراتيجيات التدريس، المهارات الحياتية.

### المقدمة

يشهد العصر الحالي العديد من التطورات المتسارعة نتيجة الانفجار المعرفي وتطور وسائل التعليم المختلفة، مما فرض علينا البحث عن استراتيجيات تدريسية حديثة ونبد الطرق والإجراءات التقليدية في العملية التدريسية، لذلك تُعد العملية التدريسية الحديثة إحدى المتطلبات الرئيسة في العملية التربوية التي تساهم في بناء شخصية الطالب بأبعادها المختلفة مما تُكسب الطالب النشاط والتفاعل والتعاون مع زملائه .

ويعدّ التعليم والتدريس من الأنشطة التي تهدف الى التفاعل بين المعلم والطالب لتحسين النتائج اليومية للعاملين في مجال تدريس التربية الرياضية مما يساعد على نمو جميع الجوانب المهارية والانفعالية والمعرفية عند الطلبة، وهذا يؤدي الى ان يخضع هذا النشاط الى عملية التطوير والمراقبة والتقييم .

ولقد اثبتت الدراسات ان الاستراتيجيات التدريسية الحديثة تعمل على تنمية الاتجاهات الإيجابية عند الطلبة وتحسين مخرجات العملية التعليمية مما يساعد على زيادة دافعية المتعلم نحو التعلم واكتساب المهارات المختلفة وبناء علاقات جديدة وزيادة التفاعل الاجتماعي وتعلم القيادة والتعبية وتحمل المسؤوليه للوصول الى الإبداع والشعور بالنجاح . يُعدّ التدريس المبني على المهارات الحياتية ضرورة ملحة تهدف إلى إصلاح أنظمة التعليم التقليدية، التي لا تتوافق مع واقع الحياة الاقتصادية والاجتماعية الحديثة، فهناك العديد من المشكلات التي تعيق قدرة أنظمة التعليم على تحقيق أهدافها الأكاديمية والتربوية والثقافية المناطة بها (الحايك والسطري، 2011).

حيث يعد تخصص التربية الرياضية من أكثر التخصصات خصوبة وسهولة في إكساب الأفراد المهارات الحياتية اللازمة، وذلك من خلال استثمار غريزة حب اللعب لدى الإنسان وبطريقة علمية مخطط لها مما يساعده على بناء شخصيته وتطوير مهاراته التي يحتاجها للتميز والتفاعل مع المجتمع المحيط به وبطريقة متطورة (الحايك ويطاينة، 2007) ونظراً لأهمية برامج المهارات الحياتية للطلبة على مختلف مستوياتهم الأكاديمية، طرحت بعض الجامعات مساقات بإسم المهارات الحياتية على

\* كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، الأردن. تاريخ استلام البحث 2016/09/08، وتاريخ قبوله 2017/1/15.

مستوى العالم، ومن هذه الجامعات: جامعة اليرموك والجامعة الأردنية وهذا بطبيعة الحال يعطي مؤشراً واضحاً على الاهتمام المتزايد في تعليم المهارات الحياتية بهدف إكساب الطلبة المهارات الحياتية التي تساعد على مواجهة التحديات والتغيرات المعاصرة ليكونوا عناصر فاعلة ومنتجة في مجتمعهم .

فالمهارات الحياتية التي يحتاجها الأفراد قد تختلف من فرد إلى آخر ومن مجتمع إلى آخر إلا أنها في المجمل تساعد في إعداد الأفراد لمواكبة التطور والتقدم وتشبع حاجاتهم ورغباتهم وتساعد على التكيف والتفاعل مع البيئة المحيطة بهم. ويتم بالوقت الحاضر في جميع أنحاء العالم تبني "التعلم المبني على المهارات الحياتية" كوسيلة لتمكين المتعلمين من مواجهة ما يتعرضون له من مواقف. (السوطري، 2009) وتبرز أهمية المهارات الحياتية في تنمية الكفايات الاجتماعية والنفسية والمهارات الشخصية التي تساعد على التفاعل مع الآخرين واتخاذ القرارات المناسبة، والاتصال الفعال وبناء علاقات صحية للتفاعل مع الآخرين لما يحتاجه في حياته العملية ليكتسب فن التعامل مع المجتمع المحيط به وحسب متطلبات الحياة.

### مشكلة الدراسة

يسعى الكثير من العاملين في مجال التدريس واستراتيجياته المختلفة الى تطوير وبناء شخصية الطالب ليكون فاعلا في مجتمعه وصاحب شخصية متميزة ويمتلك مهارات التعامل مع الآخرين، حيث تُظهر غالبية الدراسات الحديثة في مجال استراتيجيات التدريس الى وجود خلل واضح ومشاكل عدة ناتجة عن استخدام الاستراتيجيات التقليدية لغاية يومنا هذا في العملية التدريسية رغم تطور العلوم والمعرفة والتجارب، حيث تركز هذه الاستراتيجيات على الالقاء والحفظ والتلقين التي يكون فيها الطالب عاجزاً عن اكتساب التعلم ونقل الخبرات للآخرين، مما ينعكس بشكل سلبي على أداء الطالب وبناء شخصيته. وكون الطلبة يعانون من نقص وافر في مهارات الاتصال والتواصل والعمل الجماعي وهذا ما بدا للباحث من خلال عملة التدريسي والتعامل مع الطلبة، وهذا ما قاد الباحث للبحث عن اجابة السؤال التالي، هل تقوم استراتيجيات التدريس التبادلية باكساب المهارات الحياتية اللازمة للطلبة؟

وإذا دققنا النظر بما تقدمه الإستراتيجيات الحديثة والمدمجة بالمهارات الحياتية فهي تعمل على تطوير قدرات الطلبة من جميع الجوانب المختلفة وتكسبهم الخبرة والمهارة لتوظيف ما تعلموه في حياتهم اليومية، حيث تقوم استراتيجيات التدريس المختارة في هذه الدراسة بإكساب الطلبة هذه المهارات، كون الطلبة يعانون من نقص وافر في مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين وتقبل الرأي الآخر ومهارات القيادة. وهذا ما بدأ واضحاً للباحث من خلال تدريسه لمساق طرق وأساليب التدريس ومتابعته لطلبة التربية العملية وتدريبه لمساق التمرينات البدنية.

حيث تشير دراسة محسن (2006) إلى ضرورة استخدام استراتيجيات تدريس حديثة لتدريس المهارات الحركية والحياتية فالأساليب التقليدية المتبعة في المدارس يكون المعلم هو صاحب القرار في جميع مراحل الدرس وبذلك يعدّ هذا الأسلوب نظام اتصال من طرف واحد، لذلك لابد من التنوع في الأساليب المستخدمة المناسبة لتنمية مهارات معينة لتحقيق تعلم أفضل وعدم الالتزام بأسلوب تدريس واحد.

ومن جهة أخرى توصل الباحث أن هناك أهمية بالغة للبحث في الدراسات المتعلقة بالمهارات الحياتية جراء استخدام استراتيجيات التدريس التقليدية، مما دفع الباحث للخوض في المزيد من الدراسات في فعالية استراتيجيات تدريس جديدة.

### أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي:

- التعرف إلى تأثير استخدام استراتيجيات التدريس التقليدية والتبادلية على اكتساب بعض المهارات الحياتية في مساق التمرينات البدنية.
- التعرف الى أي من الأسراتيجيتين الأفضل في اكساب الطلبة لبعض المهارات الحياتية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية.

### تساؤلات الدراسة

- ما أهم المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجيات التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات

البدينية ؟

- ما أهم المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات

البدينية ؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين إستجابات الطلبة على المهارات الحياتية في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس؟

## الدراسات السابقة

### أولاً: الدراسات العربية:

- في دراسة البطاينة (2014) التي هدفت للتعرف إلى مدى قدرة تطبيق الحكام المحترفين في الإتحاد الاردني لكرة القدم للمهارات الحياتية والتعرف على الفروق في وجهات النظر بما يخص تطبيق الحكام للمهارات الحياتية تبعاً لمتغير (العمر، المؤهل العلمي، المسمى التحكيمي وعدد الدورات) وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة الدراسة المكونة من (35) من الحكام المحترفين المسجلين خلال الموسم الكروي (2013/2014) حيث تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وقاموا بالإجابة على استبانة الدراسة التي تكونت من (35) فقره توزعت على خمس مجالات (اتخاذ القرار، حل المشكلات، الاتصال والتواصل، الروح القيادية، وتقدير الذات) وقد أظهرت نتائج الدراسة ارتفاع في مستوى تطبيق الحكام في معظم مجالات الدراسة كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى إلى متغيرات العمر أو المؤهل العلمي. من خلال نتائج الدراسة يوصي الباحث بتدريب الحكام على تطبيق المهارات الحياتية وإيجاد الحلول المناسبة للمشاكل التي تواجه أثناء تطبيق المهارات الحياتية.

- أجرت الهدود والسعايده، (2013) دراسة هدفت لاستقصاء أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام استراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية التحصيل واللياقة البدنية لطالبات المرحلة الثانوية في الأردن. أجريت دراسة شبه تجريبية على (48) طالبة من طالبات الصف الأول الثانوي، تم توزيعهن في مجموعتين، (تجريبية وضابطة)، وقد تم استخدام التدريس المبني على المهارات الحياتية مع المجموعة التجريبية، حيث درست باستراتيجيات التدريس المباشر، وحل المشكلات، ولعب الأدوار، ودراسة القضايا الحياتية، والحوار والمناقشة، أما المجموعة الضابطة فقد درست بالأسلوب الاعتيادي في تدريس الوندتين المعنيتين. ولجمع البيانات تم إعداد اختبار تحصيلي واستخدام اختبار جائزة الملك عبد الله الثاني لقياس اللياقة البدنية. تم تطبيق أداتي الدراسة على عينة الدراسة قبل تطبيق البرنامج التعليمي، وبعد انتهاء تطبيق البرنامج التعليمي لكل مجموعة طبقت الأدوات في التطبيق البعد، واستخدم تحليل التباين المشترك الأحادي (One Way ANCOVA) للإجابة على أسئلة الدراسة كما تم إجراء اختبار أيتا لقياس حجم الأثر للمتغيرات عند ظهور الفروق. دلت النتائج على وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتحصيل النظري وفي مستوى اللياقة البدنية ولصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة ذيابات التي أجراها (2013) بعنوان أثر استخدام اسلوبي التدريس على اكتساب بعض المهارات الحياتية لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك وتكونت عينة الدراسة من (40) طالبا وطالبة قسموا الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2012/2013) ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي لملاءمته لطبيعة واهداف الدراسة وتم استخدام المعالجات الإحصائية (SPSS) لإجراء المعالجات الإحصائية، وظهرت نتائج الدراسة إن استخدام اسلوبي التدريس (التعاوني والتبادلي) كان لهما الأثر الإيجابي في إكساب الطلبة بعض المهارات الحياتية (الاتصال والتواصل والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، المهارات النفسية والأخلاقية) وجاءت جميع هذه المهارات هامه بالنسبة للطلبة وفي ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بدمج المهارات الحياتية التي تم تناولها في مناهج التربية الرياضية مع ضرورة التنوع في استراتيجيات التدريس المستخدمة.

- وقام كل من (الحايك وآخرون، 2011) بدراسة هدفت لمعرفة تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية على تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي التواصل، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وتكونت عينة الدراسة من (40) طالباً من مدرسة كفر الماء الأساسية للبنين في مديرية تربية لواء الكورة، قسمت العينة بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية. وقد خضعت المجموعة التجريبية للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب الحركية والتربوية، أما المجموعة الضابطة فكانت تخضع للبرنامج الاعتيادي. استغرق تطبيق البرنامج التعليمي المقترح ثمانية أسابيع، بواقع وحدتين تعليميتين في الأسبوع، وكل وحدة استغرقت (45) دقيقة. واستخدم الباحثين المنهج التجريبي

بإجراء اختبارات قبلية وبعديّة والمعالجات الإحصائية المناسبة. بينت نتائج الدراسة فعالية البرنامج التعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، التواصل، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا وأن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية. ويوصي الباحثون باستخدام البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية لتنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وضرورة وضع مناهج وبرامج رياضية وحركية لطلاب هذه المرحلة تعمل على تنمية المهارات الحياتية والمهارات الحركية بأنواعها المختلفة.

- دراسة مخلوف (2011) التي هدفت للتعرف إلى ترتيب بعض المهارات الحياتية من حيث الأهمية من وجهة نظر مشرفي ومعلمي التربية الرياضية، كما هدفت للتعرف إلى أثر استخدام أسلوب التدريس (التقييم الذاتي ومتعدد المستويات) على تعلم بعض المهارات الحياتية وبعض المهارات الأساسية في كرة السلة لدى طلبة الصف السابع الأساسي.

تكونت عينة الدراسة من (80) طالباً وطالبة من مدرسة ذكور مخيم عمان الإعدادية الرابعة، ومدرسة إناث مخيم عمان الإعدادية الأولى التابعتين لوكالة الغوث الدولية (منطقة جنوب عمان)، و(87) معلماً/معلمة ومشرفاً/مشرفة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2010/2011)، قسمت العينة إلى مجموعتين متكافئتين من الطلاب، ومجموعتين متكافئتين من الطالبات، توزعوا على أسلوب التدريس بواقع: مجموعة واحدة للطلاب، ومجموعة للطالبات لكل أسلوب. ولغرض تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة، وتم استخدام الأساليب الإحصائية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية، اختبار بيرسون، واختبار (t)، طريقة كرونباخ ألفا (Cronbach- Alpha)، تحليل التباين الأحادي المصاحب (one way ANCOVA).

أظهرت نتائج الدراسة إن المهارات الحياتية وإن أسلوب التدريس التقييم الذاتي ومتعدد المستويات أثراً إيجابياً في تحسين مستوى الأداء المهاري لأفراد عينة الدراسة على بعض مهارات كرة السلة (التصويب بيد واحدة من الثبات، التمريزة الصدرية، التصويب السلمي، تنطيط الكرة). وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحث بدمج المهارات الحياتية التي تم التعرض لها في هذه الدراسة في مناهج التربية الرياضية ومنهاج كرة السلة خاصة، وضرورة التوسع في استخدام أساليب التدريس في حصص التربية الرياضية.

- وقامت البيات (2009) بدراستها التي هدفت للتعرف إلى أثر توظيف المنحى التكاملية بربط مبحثي التربية الرياضية والعلوم، وذلك من خلال تطبيق أنشطة حركية مبنية على المهارات الحياتية في الجزء التطبيقي في حصص التربية الرياضية، بهدف إكساب المعارف والمهارات والقيم الخاصة ببعض الوحدات الدراسية في مبحث العلوم في الصفوف الثلاثة الأولى، وتكونت عين الدراسة من (244) طالباً وطالبة من الصفوف الثلاثة الأولى في مديرتي التربية والتعليم لعمان الأولى ولرابعة، واستخدام المنهج التجريبي، وقد أظهرت نتائج الدراسة فروق دالة إحصائية في التحصيل الأكاديمي لصالح المجموعة التجريبية في الصفوف الثلاثة الأولى، ووجود فروق دالة إحصائية في متغير المهارات لصالح المجموعة الضابطة في الصفين الأول والثالث الأساسيين، وأخيراً أظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائية في متغير القيم لصالح المجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج المقترح في الصفوف الثلاثة الأولى.

- وأشار السوطري وآخرون (2009) بدراساتهم التي هدفت للتعرف إلى مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود، وتكونت عينة الدراسة من (66) طالباً، مسجلين في الفصل الدراسي الأول من العام 2009/2010 م، تم جمع البيانات باستخدام استبانة خاصة تبين مدى توظيف بعض المهارات الحياتية (التواصل، العمل الجماعي، حل المشكلات، والتفكير، وتحمل المسؤولية) في مناهج السنة التحضيرية، تم استخدام المتوسطات والنسب المئوية، وأظهرت النتائج إن مهارات تحمل المسؤولية قد احتلت الترتيب الأول من حيث توظيفها في المناهج، بينما احتلت مهارات العمل الجماعي الترتيب الثاني، وجاءت مهارات حل المشكلات والتواصل في الترتيب الأخير، هذا من وجهة نظر طلاب السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود.

- وانجز عمور (2009) دراسة هدفت للتعرف على إسهامات بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية والرياضية (التدريبي، التبادلي) على تنمية المهارات الحياتية، وذلك في لعبتين جماعيتين (كرة القدم، الكرة الطائرة)، ودلت النتائج على وجود فروق بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: المهارات البدنية والمهارية بعدياً في رياضة كرة القدم لصالح الأسلوب التدريبي، وكذلك الأمر في رياضة الكرة الطائرة. ووجود فروق بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: مهارات

الاتصال والتواصل، والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي بعديا في رياضة كرة القدم لصالح الأسلوب الزوجي، وكذلك الأمر في رياضة الكرة الطائرة. ولا فروق بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية: المهارات النفسية والأخلاقية، ومهارات التفكير والاستكشاف بعديا في رياضة كرة القدم، وكذلك الأمر في رياضة الكرة الطائرة.

- في حين أجرى السوطري (2007) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر استخدام بعض أساليب التدريس (الامري، التدريبي، التبادلي، الاكتشاف الموجه) على توظيف بعض المهارات الحياتية (التواصل، اتخاذ القرارات، حل المشكلة، الروح القيادية، العمل الجماعي، تحمل المسؤولية، الثقة بالنفس، حل النزاعات، تقبل الاختلاف، وأثر هذه الأساليب على تطوير مستوى الأداء المهاري لبعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة (التمرير من أعلى، التمرير من أسفل، الإرسال من أعلى، الضربة الساحقة) في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي، وقد اشتملت عينه الدراسة على (112) معلماً ومعلمة و(11) مشرفاً ومشرفة و(159) طالباً وطالبة من طلبة الصف السابع الأساسي في مديريات محافظة العاصمة عمان واستخدم الباحث المنهج الوصفي والمنهج التجريبي، وتم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبارات (ت) وتحليل التباين الأحادي وتحليل التباين الأحادي واختبار توكي (Tukey)، وقد أظهرت نتائج الدراسة إن مهارة الروح القيادية قد احتلت المرتبة الأولى بينما احتلت مهارة حل المشكلات المرتبة الأخيرة من حيث الأهمية، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي، ويوصي الباحث بدمج المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية وتوظيف المهارات الحياتية في حصص التربية الرياضية.

- أما دراسة الحايك والبطاينة (2007) التي هدفت إلى التعرف إلى مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية من وجهة نظر طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، اشتملت على (246) طالباً وطالبة موزعين على السنوات الأربعة، ثم تطبيق مقياس من إعداد الباحثين مكون من (160) فقرة ومن أربع محاور (محور المهارات البدنية والمهارية، محور مهارات الاتصال والتواصل، محور المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، محور المهارات النفسية والأخلاقية، استخدم الباحثان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي (ANOVA) أظهرت نتائج الدراسة إن هناك إجماعاً من كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية على اختلاف مستوياتهم الأكاديمية وجنسهم وإن مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية لا يتوافر فيها العدد الكافي من المهارات الحياتية الضرورية واللازمة لهم ويعزو الباحثان السبب في ذلك إلى عدم استناد المناهج إلى برامج الجودة الشاملة وعدم التنوع في أساليب التدريس المستخدمة التي تركز على المتعلم كمحور أساسي في العملية التعليمية.

#### ثانياً: الدراسات الأجنبية:

- أجرى شناعة وأمين (2016) Shan.a,M & Asi.A دراسة هدفت إلى التعرف على مهارات إدارة الحياة التي اكتسبها الطلاب المسجلين في وزارة التربية الرياضية في جامعة القدس. وشمل مجتمع الدراسة جميع طلاب السنة الثالثة والرابعة من قسم التربية الرياضية للعام الدراسي (2015/2014). وتكونت عينة الدراسة من (67) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية. لتحقيق أهداف الدراسة، تم تصميم استبانة كأداة لجمع البيانات. استبيان يتكون من (45) فقرة موزعة على خمسة مجالات، وهي المهارات البدنية والكفاءة، والتفكير ومهارات الاكتشاف، المهارات العقلية والمهارات الاجتماعية ومهارات التواصل. استخدم الباحثون المنهج صلاحية المحتوى لحساب صحة الدراسة. الباحثون، وكذلك، تطبق على نطاق ألفا كرونباخ لحساب معامل الاتساق الداخلي للأداة الدراسة ككل. وأظهرت نتائج الدراسة أن المهارات الحياتية التي حصل عليها طلاب قسم التربية البدنية هي أعلى في مستوى من جميع التخصصات دراسية أخرى، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الحياتية المكتسبة للأفراد العينة الخاصة لمتغيرات الجنس، المستوى الأكاديمي ومكان الإقامة. الباحثون، وبالتالي، بأن المهارات الحياتية المختلفة يجب أن تكون متكاملة في العملية الأكاديمية التي يجب أن تكون متصلة الخبرات التعليمية لتجارب الحياة المختلفة. الباحثون، أبعد من ذلك، وأوصى أن بعض الدورات وورش العمل وينبغي تنظيم لشرح لأساتذة الجامعات والطلاب على مفهوم المهارات الحياتية، وكيف يمكن أن تكون متكاملة في المناهج الدراسية.

- أجرى جوداس (2008) Goudas, M دراسة هدفها الاساسي دراسة فعالية الفرق الرياضية المستندة على التعليم المبني على برنامج المهارات الحياتية كجزء من دروس التربية البدنية. تكونت عينة الدراسة من (165) من طلاب الصف الاول الاعدادي، والثالث الاعدادي واستخدم الباحث المنهج التجريبي بالمجموعتين إما في التجريبية أو في مجموعة ضابطة واستخدم الباحث، برنامج الفريق القائم على الفرق الرياضية. ركز البرنامج على تحديد الأهداف، على التفكير الإيجابي، وعلى حل المشكلة. طبقت

على الطلاب الاختبارات الأربعة وهي اختبارات المهارات الرياضية، والمعرفة حول المهارات الحياتية، والمعتقدات حول الاستخدام الفعال لمهارات الحياة. وأظهرت نتائج الدراسة افضلية في المجموعة التجريبية على اثنين من اختبارات المهارات الرياضية والمعرفة والمعتقدات الذاتية. يوصي الباحث بضرورة الاهتمام بالمهارات الحياتية من خلال الفرق في دروس التربية الرياضية.

- وظهرت دراسة جوداس وآخرون (Goudas et.al, 2006) التي هدفت للتعرف إلى اختيار تأثير برنامج التدريب على المهارات الحياتية التي تدرس كجزء من دروس التربية الرياضية على عينة مكونة من (37) طالباً من طلبة الصف السابع الأساسي، تلقوا نسخة مختصرة من برنامج (GooI) المصمم خصيصاً لتدريس المهارات الحياتية من خلال التربية الرياضية، اشتمل البرنامج البدني على تمارين القوة والمرونة والتحمل وخلال الحصة ثم تطبيق البرنامج البدني بالإضافة إلى المهارات الحياتية المختارة على المجموعة التجريبية وتلقت المجموعة الضابطة البرنامج التدريبي بالإضافة إلى محاضرة حول الألعاب الأولمبية، ثم تطبيق البرنامج لمدة (4) أسابيع بواقع حصتين في كل أسبوع، ثم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي (ANOVA) وتحليل التباين المتنوع وتم تقييم المشاركين في اختبارات اللياقة البدنية والمهارات الحياتية، أظهرت النتائج في مستوى اللياقة البدنية والمهارات الحياتية المكتسبة وأظهرت كذلك إن التدريب على المهارات الحياتية يمكن توظيفه بفعالية من خلال حصص التربية الرياضية.

- كما أجرى (Papacharisis, et.al, 2005) دراسة هدفت للتعرف إلى أثر برنامج المهارات الحياتية من خلال رياضة الكرة الطائرة وكرة القدم في اليونان، اشتملت العينة على (40) طالب كرة طائرة و(32) طالباً كرة قدم تراوحت أعمارهم من (10-12) سنة تم اختيارهم بشكل عشوائي حيث تم تطبيق برنامج مختصر من سوبر (Super) الذي تم فيه دمج المهارات الحياتية مع مهارات الكرة الطائرة ومهارات كرة القدم، طبق البرنامج لمدة أربع أسابيع، وتم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي (ANOVA) وتحليل التباين المتعدد (MANOVA) أظهرت النتائج أن هناك تقدماً لصالح المجموعة التجريبية في مهارات الكرة الطائرة (التمرير من أعلى، والتمرير من أسفل، ومهارة الإرسال) ومهارات كرة القدم وكذلك أظهرت النتائج فروقاً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة على المهارات الحياتية (المسؤولية الشخصية والاجتماعية، حل المشكلات، التفكير الإيجابي، وضع الأهداف الشخصية).

### محددات الدراسة

- المحددات المكانية: أجريت هذه الدراسة في كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك.
- المحددات الزمانية: قام الباحث بتطبيق هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2015/2016).
- المحددات البشرية: طلبة كلية التربية الرياضية المسجلين بمساقات التمرينات البدنية (ت. ر 106أ) والبالغ عددهم (64) طالباً وطالبة.

### إجراءات الدراسة

#### منهج الدراسة:

ثم استخدام المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة وأهداف الدراسة وتساؤلاتها.

#### مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية الرياضية الذين يدرسون مساق التمرينات البدنية (ت. ر 106أ) وهو مساق متطلب اجباري لطلبة كلية التربية الرياضية، وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2015/2016) في جامعة اليرموك وعددهم (64) طالباً وطالبة.

#### عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من الطلبة المسجلين في مساق التمرينات البدنية شعبه (1) من اصل ثلاثة شعب مطروحة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2015/2016) والبالغ عددهم (51).

#### توصيف عينة الدراسة:

وفيما يلي وصفاً لأفراد عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات: الجنس، المستوى الدراسي، العمر، الاستراتيجية، كما في الجدول (1).

### الجدول (1)

توزيع عينة الدراسة وفقاً للمتغيرات الشخصية

المتغير	الفئة	العدد	النسبة المئوية
الاستراتيجية	التقليدية	22	43.1
	التبادلية	29	56.9
	المجموع	51	100.0
الجنس	ذكر	27	52.9
	أنثى	24	47.1
	المجموع	51	100.0
	المجموع	51	100.0

يظهر من الجدول (1) أن عدد الذكور بلغ (27) بنسبة مئوية (52.9)، بينما بلغ عدد الإناث (24) بنسبة مئوية (47.1). ويظهر من الجدول (1) أن عدد الطلبة الذين تطبقت عليهم استراتيجية التدريس التبادلية بلغ (29) بنسبة مئوية بلغت (56.9)، بينما بلغ عدد الطلبة الذين تطبقت عليهم استراتيجية التدريس التقليدية (22) بنسبة مئوية بلغت (43.1).

### أدوات الدراسة

بعد الاطلاع على العديد من المراجع والدراسات ذات الصلة بالموضوع مثل (عمران 2006) و(السوطري 2007) و(الحايك والبطاينة، 2007) و(Marsh, 1999) و(Patroris at .al,1999) صممت استبانة تتناسب وطبيعة أهداف الدراسة وتكونت بصورتها بعد عرضها على مجموعة من المحكمين بحيث تكونت من أربعة محاور.

مهارات الاتصال والتواصل (15 فقرة)، المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي (15 فقرة)، المهارات النفسية والاخلاقية (15 فقرة)، والمهارة القيادة (10 فقرات).

وتكون كل محور من خمس عشرة مهارة حياتية باستثناء المحور الرابع فتكون من عشرة فقرات.

### تطبيق أدوات الدراسة:

سارت الدراسة وفق الخطوات التالية:

- تم تحديد مجتمع الدراسة وعينة الدراسة.
- إعداد البرنامج التدريسي المقترح، علماً بأن الباحث قام بتطبيق البرنامج التدريسي المقترح على أفراد عينة الدراسة (المجموعة التجريبية - والتبادلية). أما البرنامج التدريسي (للمجموعة الضابطة - والتقليدية) فتم تطبيقه من قبل إحدى الزميلات من مدرسات مساق التمرينات البدنية في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.

### تطبيق استبانة الطلبة:

- قام الباحث بالإشراف المباشر على توزيع أداة الدراسة (الاستبانة) على أفراد العينة من الطلبة، حيث تم توزيع (51) استبانة لمعرفة مدى اكتساب الطلبة للمهارات الحياتية.

- تم جمع أداة الدراسة (الاستبانة) من أفراد عينة الدراسة من الطلبة.

واستخدم الباحث مقياس ليكرت الخماسي للإجابة على مقياس المهارات الحياتية الخاص بالطلبة.

### تصميم الدراسة:

- اشتملت الدراسة على المتغيرات التالية:

### أولاً: المتغيرات المستقلة:

- البرنامج التعليمي المقترح باستخدام استراتيجيتي التدريس وهما:
- استراتيجية التدريس التبادلية، استراتيجية التدريس التقليدية.

### ثانياً: المتغيرات التابعة:

- استجابات الطلبة على مقياس المهارات الحياتية.

**البرنامج التعليمي المقترح:**

قام الباحث ببناء البرنامج التدريسي المقترح بعد الرجوع إلى العديد من المصادر والمراجع العلمية المرتبطة بموضوع أساليب التدريس في التربية الرياضية وموضوع المهارات الحياتية ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من الدراسات التي أعدها كل من (عبد الله، وبدوي، 2006) و (salvara et. al, 2006) و (Goudar et al 2006) (والحاك والبطاينة 2007)، بحيث تم بناء البرنامج التدريسي المقترح بصورته الأولى حيث اشتملت على محاضرات في الأوضاع الاصلية والمشتقة للتمرينات البدنية والنداء عليها والتشكيلات المستخدمة في دروس التربية الرياضية بحيث تم تدريس المجموعة التجريبية بالاستراتيجية التبادلية ام المجموعة الأخرى فتم تدريسها بالاستراتيجية التقليدية من سلسلة أساليب موستن واشورت (Mosston, 2002). حيث تم بناء (18) وحدة تعليمية لكل استراتيجية تدريسيه وبما يتفق مع بنية كل استراتيجية. بعد أن تم دمج المهارات الحياتية باستراتيجيات التدريس حيث تم دمج اربعة مهارات حياتية هي (الاتصال والتواصل، العمل الجماعي، المهارات النفسية والأخلاقية، ومهارات القيادة).

**صدق الاستبانة:**

تم عرض الاستبانة في صورتها الأولى على مجموعة من المحكمين من حملة شهادة الدكتوراه في جامعتي اليرموك في تخصصات التربية الرياضية لإبداء آرائهم حول مدى وشمولية فقرات المقياس في قياس ما وضعت من أجله، وكذلك اقتراح ما يروونه مناسباً من فقرات وأفكار جديدة، وفي ضوء ردود المحكمين تم الإبقاء على الفقرات وأجريت التعديلات المطلوبة التي اجمع عليها المحكمون وتكونت الاستبانة بصورتها النهائية من (55) فقرة موزعة على المحاور الأربعة.

**ثبات أداة الدراسة:**

بهدف استخراج أداة الدراسة تم توزيعها على عينة استطلاعية مرتين بفارق زمني أسبوعين مكونه من (10) من طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك من خارج العينة الأصلية، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين لكل مجال والأداة ككل، لاستخراج ثبات الإعادة (Test.Retest)، واستخدم الباحث مقياس ليكرت الخماسي وذلك للإجابة عن فقرات الاستبانة (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) ثم إعطائهم قيم من (1- 5). كما تم استخراج معامل ثبات التجانس بطريقة (كرونباخ ألفا)، الجدول (2) يوضح ذلك:

**الجدول (2)**

معاملات ثبات مجالات الاستبانة

الرقم	المجال	معامل كرونباخ ألفا	معامل ثبات الإعادة Test. Retest
1	مهارات الاتصال والتواصل	0.89	0.87
2	المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي	0.85	0.86
3	المهارات النفسية والأخلاقية	0.87	0.77
4	مهارة القيادة	0.78	0.75
	<b>الأداة ككل</b>	<b>0.90</b>	<b>0.88</b>

يظهر من الجدول (2) أن جميع معاملات الثبات كرونباخ ألفا لجميع مجالات المقياس "فعالية استخدام استراتيجيات التدريس التبادلية في مسابقات التمرينات على اكتساب المهارات الحياتية لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك" كانت مرتفعة، حيث تراوحت بين (0.78 - 0.89)، وبلغ معامل الثبات كرونباخ ألفا لمقياس فعالية استخدام استراتيجيات التدريس التبادلية في مسابقات التمرينات على

اكتساب المهارات الحياتية لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك ككل (0.90)، ومعاملات ثبات الإعادة للمجالات تراوحت بين (0.75-0.87) وبلغ معامل ثبات الإعادة ككل بلغ (0.88) وهي قيم مرتفعة ومقبولة لأغراض تطبيق الدراسة.

**المعالجة الإحصائية:**

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية من خلال برنامج الرزم الإحصائية (SPSS):

- التكرارات والنسب المئوية للمتغيرات الشخصية والوظيفية لأفراد عينة الدراسة.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن جميع مجالات أداة الدراسة.



- تطبيق تحليل (Independent Samples Test) للعينات المستقلة للكشف عن الفروق في درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية في تبعاً لمتغيري الاستراتيجية، الجنس.

**الإجابة عن أسئلة الدراسة:**

- **السؤال الأول:** ما أهم المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية، وفيما يلي عرض النتائج:

وقد تم اعتماد التدرج التالي للحكم على درجة تقدير المتوسط الحسابي:

- متوسط حسابي (أقل من 2.33) درجة تقدير منخفضة.
- متوسط حسابي (2.34 - 3.66) درجة تقدير متوسطة.
- متوسط حسابي (3.67 فما فوق) درجة تقدير مرتفعة.

### الجدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	مهارات الاتصال والتواصل	4.56	0.26	1	مرتفعة
2	المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي	4.49	0.28	4	مرتفعة
3	المهارات النفسية والاخلاقية	4.51	0.32	2	مرتفعة
4	مهارة القيادة	4.50	0.23	3	مرتفعة
	الأداة ككل	4.52	0.18		مرتفعة

يتبين من الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية تراوحت بين (4.49 - 4.56) فكان أبرزها لمجال "مهارات الاتصال والتواصل" بمتوسط حسابي بلغ (4.56) وبدرجة مرتفعة، وجاء بعده مجال "المهارات النفسية والاخلاقية" بمتوسط حسابي بلغ (4.51) وبدرجة مرتفعة، بينما جاء مجال "مهارة القيادة" في المربية الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (4.49) وبدرجة مرتفعة، كما بلغ المتوسط الحسابي لمقياس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية ككل (4.52) وبدرجة مرتفعة.

من خلال النتائج السابق يتضح أن مهارة الاتصال والتواصل من أكثر المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية.

وفيما يلي عرض كل مجال على حدة:

- **مجال مهارة الاتصال والتواصل:**

### الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال مهارة الاتصال والتواصل

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	البداية بالحديث مع الآخرين	4.97	0.19	1	مرتفعة
2	استخدام عدة وسائل للاتصال مع الآخرين.	4.31	0.47	16	مرتفعة

مرتفعة	2	0.31	4.90	القدرة على الانتقال من موضوع الى آخر بسهولة.	3
مرتفعة	10	0.57	4.41	الابقاء على صلة الوصل مع الآخرين.	4
مرتفعة	2	0.41	4.90	القدرة على تغيير تعبيرات الوجهة بما يتناسب وطبيعة الموقف.	5
مرتفعة	10	0.63	4.41	القدرة على الحديث لفترة طويلة.	6
مرتفعة	4	0.54	4.69	الإصغاء باهتمام الآخرين.	7
مرتفعة	8	0.57	4.45	التعبير عن الافكار والمشاعر بوضوح.	8
مرتفعة	6	0.57	4.59	القدرة على اقناع الآخرين بوجهة نظري.	9
مرتفعة	14	0.56	4.38	إظهار تقبل الوجه الآخر.	10
مرتفعة	8	0.63	4.45	القدرة على ابراز شخصيتي أمام الآخرين.	11
مرتفعة	7	0.57	4.52	التعامل مع الآخرين بطريقة لائقة.	12
مرتفعة	15	0.67	4.34	التكيف مع المواقف المتغيرة.	13
مرتفعة	10	0.63	4.41	إبداء الرأي والملاحظات.	14
مرتفعة	5	0.62	4.62	القدرة على تحمل المسؤولية.	15
مرتفعة		0.26	4.56	المتوسط العام	

يظهر من الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال مهارة الاتصال والتواصل تراوحت بين (4.34-4.97)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "البدء بالحديث مع الآخرين" وبدرجة مرتفعة، ثم جاءت الفقرة رقم (3) بمتوسط حسابي (4.90) وبدرجة مرتفعة، التي تنص على: "القدرة على الانتقال من موضوع الى آخر بسهولة"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (13) التي تنص على "التكيف مع المواقف المتغيرة" بمتوسط حسابي بلغ (4.34) بدرجة مرتفعة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال مهارة الاتصال والتواصل (4.56) وبدرجة مرتفعة.

#### - مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي:

##### الجدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	تقبل وجهة نظر الآخر واحترامها.	4.76	0.44	1	مرتفعة
2	العمل بروح الفريق الواحد.	4.31	0.47	13	مرتفعة
3	اكتساب عادات اجتماعية سليمة.	4.69	0.47	2	مرتفعة
4	تقديم مصلحة الجماعة على الفرد.	4.59	0.63	6	مرتفعة
5	التكيف مع المواقف الاجتماعية المختلفة.	4.62	0.73	5	مرتفعة
6	الاشتراك في ألعاب رياضية اجتماعية.	4.38	0.68	9	مرتفعة
7	التصرف بحكمة في المواقف والمناسبات الاجتماعية المختلفة.	4.55	0.57	7	مرتفعة
8	اكتساب روح المبادرة.	4.17	0.60	15	مرتفعة
9	تفهم مشاكل واحتياجات الآخرين.	4.38	0.68	9	مرتفعة
10	بناء اواصر الثقة مع الآخرين.	4.28	0.59	14	مرتفعة
11	تحمل الضغط مع افراد المجموعة.	4.69	0.54	2	مرتفعة
12	التفاوض مع الآخرين حول الحلول.	4.34	0.55	11	مرتفعة
13	معاملة الآخرين بطريقة لائقة ومؤدبة.	4.55	0.57	7	مرتفعة
14	اقامة علاقات صداقة قائمة على الاحترام مع الآخرين.	4.34	0.55	11	مرتفعة
15	تجنب إلقاء اللوم على احد.	4.66	0.48	4	مرتفعة
	المتوسط العام	4.49	0.28		مرتفعة

يظهر من الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي تراوحت بين (4.17-4.76)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "تقبل وجهة نظر الآخر واحترامها" وبدرجة مرتفعة، ثم جاءت الفقرة رقم (11) بمتوسط حسابي (4.69) وبدرجة مرتفعة، التي تنص على: "تحمل الضغط مع افراد المجموعة"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (8) التي تنص على "اكتساب روح المبادرة" بمتوسط حسابي بلغ (4.17) بدرجة مرتفعة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي (4.49) وبدرجة مرتفعة.

#### - مجال المهارات النفسية والأخلاقية

##### الجدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال المهارات النفسية والأخلاقية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	ضبط الانفعالات والمشاعر	4.83	0.38	1	مرتفعة
2	اظهار الاحترام والتقدير للآخرين.	4.28	0.45	14	مرتفعة
3	إظهار الروح الرياضية في مواقف اللعب.	4.62	0.62	5	مرتفعة
4	اظهار روح المسؤولية.	4.45	0.69	9	مرتفعة
5	اكتساب فضائل الاخلاق.	4.59	0.73	6	مرتفعة
6	التغلب على ضغوطات الحياة.	4.34	0.72	13	مرتفعة
7	اختيار الانشطة التي تؤدي الى المتعة.	4.55	0.63	7	مرتفعة
8	تحري قول ما هو ايجابي عن الآخرين.	4.41	0.57	12	مرتفعة
9	تنمية قوة الارادة.	4.48	0.51	8	مرتفعة
10	الوصول الى مستوى مرتفع من الرضا المماري	4.45	0.51	9	مرتفعة
11	الوصول الى مستوى من الثقة بالنفس	4.69	0.47	2	مرتفعة
12	مساعدة الآخرين في شتى المجالات.	4.24	0.64	15	مرتفعة
13	تمييز السلوكيات الخاطئة	4.66	0.55	4	مرتفعة
14	القدرة على توجيه النقد البناء للآخرين.	4.45	0.57	9	مرتفعة
15	التعامل مع الآخرين على اساس التسامح.	4.69	0.54	2	مرتفعة
	المتوسط العام	4.51	0.32		مرتفعة

يظهر من الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال المهارات النفسية والأخلاقية تراوحت بين (4.24-4.83)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "ضبط الانفعالات والمشاعر" وبدرجة مرتفعة، ثم جاءت الفقرة رقم (11، 15) بمتوسط حسابي (4.69) وبدرجة مرتفعة، التي تنص على: "الوصول الى مستوى من الثقة بالنفس" التعامل مع الآخرين على اساس التسامح"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (12) التي تنص على "مساعدة الآخرين في شتى المجالات" بمتوسط حسابي بلغ (4.24) بدرجة مرتفعة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال المهارات النفسية والأخلاقية (4.50) وبدرجة مرتفعة.

#### - مجال مهارة القيادة:

**الجدول (7)**

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال مهارة القيادة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	إظهار القدرة على تسيير وتوجيه الأمور نحو الهدف.	4.79	0.41	1	مرتفعة
2	الثقة بقدراتي الذاتية.	4.38	0.49	10	مرتفعة
3	الثقة بخبراتي الذاتية.	4.45	0.63	5	مرتفعة
4	السعي الى التفوق على الذات والنجاح.	4.45	0.69	5	مرتفعة
5	التميز بين خبرات النجاح والفشل.	4.41	0.68	8	مرتفعة
6	إظهار القدرة على التصرف بحكمة.	4.45	0.57	5	مرتفعة
7	إظهار القدرة على التصرف بحكمة.	4.52	0.51	4	مرتفعة
8	التفكير القيادي	4.41	0.50	8	مرتفعة
9	إظهار القدرة على التخطيط السليم.	4.59	0.50	2	مرتفعة
10	إظهار ردود افعال مناسبة.	4.59	0.50	2	مرتفعة
	<b>المتوسط العام</b>	4.50	0.23		مرتفعة

يظهر من الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال مهارة القيادة تراوحت بين (4.38-4.79)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "إظهار القدرة على تسيير وتوجيه الأمور نحو الهدف" وبدرجة مرتفعة، ثم جاءت الفقرة رقم (9، 10) بمتوسط حسابي (4.59) وبدرجة مرتفعة، التي تنص على: "إظهار القدرة على التخطيط السليم" "إظهار ردود أفعال مناسبة"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (2) التي تنص على "الثقة بقدراتي الذاتية" بمتوسط حسابي بلغ (4.38) بدرجة مرتفعة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال مهارة القيادة (4.50) وبدرجة مرتفعة.

**السؤال الثاني:** ما أهم المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية، وفيما يلي عرض النتائج:

**الجدول (8)**

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات التي تقيس المهارات الحياتية

الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	مهارات الاتصال والتواصل	3.09	0.36	1	متوسطة
2	المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي	2.82	0.32	2	متوسطة
3	المهارات النفسية والاخلاقية	2.77	0.47	3	متوسطة
4	مهارة القيادة	2.62	0.51	4	متوسطة
	<b>الأداة ككل</b>	2.84	0.19		متوسطة

يتبين من الجدول (8) أن المتوسطات الحسابية المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية تراوحت بين (2.62- 3.09) فكان أبرزها لمجال "مهارات الاتصال والتواصل" بمتوسط حسابي بلغ (3.09) وبدرجة متوسطة، وجاء بعده مجال "المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي" بمتوسط حسابي بلغ (2.82) وبدرجة متوسطة، بينما جاء مجال "مهارة القيادة" في المربية الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (2.62) وبدرجة متوسطة، كما بلغ المتوسط الحسابي لمقياس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس

التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية ككل (2.84) وبدرجة مرتفعة. من خلال النتائج السابق يتضح أن مهارة الاتصال والتواصل من أكثر المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية.

وفيما يلي عرض كل مجال على حدة:

- مجال مهارة الاتصال والتواصل:

### الجدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال مهارة الاتصال والتواصل

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	البدء بالحديث مع الآخرين	3.55	0.60	1	متوسطة
2	استخدام عدة وسائل للاتصال مع الآخرين.	3.32	0.48	2	متوسطة
3	القدرة على الانتقال من موضوع الى آخر بسهولة.	3.18	0.50	3	متوسطة
4	الابقاء على صلة الوصل مع الآخرين.	3.14	0.71	5	متوسطة
5	القدرة على تغيير تعبيرات الوجهة بما يتناسب وطبيعة الموقف.	3.18	0.50	3	متوسطة
6	القدرة على الحديث لفترة طويلة.	3.09	0.68	6	متوسطة
7	الإصغاء باهتمام الآخرين.	3.09	0.53	6	متوسطة
8	التعبير عن الأفكار والمشاعر بوضوح.	3.05	0.58	9	متوسطة
9	القدرة على إقناع الآخرين بوجهة نظري.	2.86	0.64	14	متوسطة
10	إظهار تقبل الوجه الآخر.	2.91	0.61	12	متوسطة
11	القدرة على إبراز شخصيتي أمام الآخرين.	2.86	0.64	14	متوسطة
12	التعامل مع الآخرين بطريقة لائقة.	2.91	0.68	12	متوسطة
13	التكيف مع المواقف المتغيرة.	3.05	0.58	9	متوسطة
14	إبداء الرأي والملاحظات.	3.09	0.68	6	متوسطة
15	القدرة على تحمل المسؤولية.	3.05	0.65	9	متوسطة
	المتوسط العام	3.09	0.36		متوسطة

يظهر من الجدول (9) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال مهارة الاتصال والتواصل تراوحت بين (2.86-3.55)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "البدء بالحديث مع الآخرين" وبدرجة متوسطة، ثم جاءت الفقرة رقم (2) بمتوسط حسابي (3.32) وبدرجة متوسطة، التي تنص على: "استخدام عدة وسائل للاتصال مع الآخرين"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (9)، (11) التي تنص على "القدرة على اقناع الآخرين بوجهة نظري" "التعامل مع الآخرين بطريقة لائقة" بمتوسط حسابي بلغ (2.86) بدرجة متوسطة.

كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال مهارة الاتصال والتواصل (3.09) وبدرجة متوسطة.

- مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي

## الجدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	تقبل وجهة نظر الآخر واحترامها.	3.41	0.59	1	متوسطة
2	العمل بروح الفريق الواحد.	3.00	0.44	2	متوسطة
3	اكتساب عادات اجتماعية سليمة.	2.91	0.29	4	متوسطة
4	تقديم مصلحة الجماعة على الفرد.	2.77	0.43	6	متوسطة
5	التكيف مع المواقف الاجتماعية المختلفة.	2.77	0.43	6	متوسطة
6	الاشتراك في ألعاب رياضية اجتماعية.	2.68	0.65	11	متوسطة
7	التصرف بحكمة في المواقف والمناسبات الاجتماعية المختلفة.	2.77	0.61	6	متوسطة
8	اكتساب روح المبادرة.	2.68	0.57	11	متوسطة
9	تفهم مشاكل واحتياجات الآخرين.	2.68	0.57	11	متوسطة
10	بناء أواصر الثقة مع الآخرين.	2.77	0.61	6	متوسطة
11	تحمل الضغط مع أفراد المجموعة.	2.95	0.65	3	متوسطة
12	التفاوض مع الآخرين حول الحلول.	2.82	0.73	5	متوسطة
13	معاملة الآخرين بطريقة لائقة ومؤدبة.	2.68	0.72	11	متوسطة
14	اقامة علاقات صداقة قائمة على الاحترام مع الآخرين.	2.59	0.67	15	متوسطة
15	تجنب إلقاء اللوم على أحد.	2.73	0.55	10	متوسطة
	المتوسط العام	2.82	0.32		متوسطة

يظهر من الجدول (10) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي تراوحت بين (2.59-3.41)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "تقبل وجهة نظر الآخر واحترامها" وبدرجة متوسطة، ثم جاءت الفقرة رقم (2) بمتوسط حسابي (3.00) وبدرجة متوسطة، التي تنص على: "العمل بروح الفريق الواحد"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (14) التي تنص على "اقامة علاقات صداقة قائمة على الاحترام مع الآخرين" بمتوسط حسابي بلغ (2.59) بدرجة متوسطة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي (2.82) وبدرجة متوسطة.

## - مجال المهارات النفسية والأخلاقية

## الجدول (11)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال المهارات النفسية والأخلاقية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	ضبط الانفعالات والمشاعر	3.55	0.51	1	متوسطة
2	إظهار الاحترام والتقدير للآخرين.	2.86	0.47	4	متوسطة
3	إظهار الروح الرياضية في مواقف اللعب.	2.95	0.58	3	متوسطة
4	إظهار روح المسؤولية.	2.77	0.61	5	متوسطة
5	اكتساب فضائل الاخلاق.	2.77	0.69	5	متوسطة
6	التغلب على ضغوطات الحياة.	2.64	0.73	10	متوسطة
7	اختيار الأنشطة التي تؤدي إلى المتعة.	2.55	0.80	14	متوسطة
8	تحرر قول ما هو إيجابي عن الآخرين.	2.68	0.95	8	متوسطة
9	تنمية قوة الإرادة.	2.64	0.85	10	متوسطة
10	الوصول إلى مستوى مرتفع من الرضا المماري	2.64	0.58	10	متوسطة

متوسطة	7	0.77	2.73	الوصول الى مستوى من الثقة بالنفس	11
متوسطة	10	0.73	2.64	مساعدة الآخرين في شتى المجالات.	12
متوسطة	15	0.80	2.45	تمييز السلوكيات الخاطئة	13
متوسطة	8	0.72	2.68	القدرة على توجيه النقد البناء للآخرين.	14
متوسطة	2	0.62	3.00	التعامل مع الآخرين على اساس التسامح.	15
متوسطة		0.47	2.77	المتوسط العام	

يظهر من الجدول (11) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال المهارات النفسية والأخلاقية تراوحت بين (2.45-3.55)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "ضبط الانفعالات والمشاعر" وبدرجة متوسطة، ثم جاءت الفقرة رقم (15) بمتوسط حسابي (3.00) وبدرجة متوسطة، التي تنص على: "التعامل مع الآخرين على اساس التسامح"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (13) التي تنص على "تمييز السلوكيات الخاطئة" بمتوسط حسابي بلغ (2.45) بدرجة متوسطة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال المهارات النفسية والأخلاقية (2.77) وبدرجة متوسطة.

#### - مجال مهارة القيادة

#### الجدول (12)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال مهارة القيادة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	إظهار القدرة على تسيير وتوجيه الأمور نحو الهدف.	3.14	0.71	1	متوسطة
2	الثقة بقدراتي الذاتية.	2.68	0.72	3	متوسطة
3	الثقة بخبراتي الذاتية.	2.68	0.72	3	متوسطة
4	السعي إلى التفوق على الذات والنجاح.	2.50	0.86	7	متوسطة
5	التمييز بين خبرات النجاح والفشل.	2.41	0.73	10	متوسطة
6	إظهار القدرة على التصرف بحكمة.	2.50	0.74	7	متوسطة
7	إظهار القدرة على التصرف بحكمة.	2.55	0.60	5	متوسطة
8	التفكير القيادي	2.55	0.74	5	متوسطة
9	إظهار القدرة على التخطيط السليم.	2.50	0.60	7	متوسطة
10	إظهار ردود افعال مناسبة.	2.73	0.63	2	متوسطة
	المتوسط العام	2.62	0.51		متوسطة

يظهر من الجدول (12) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال مهارة القيادة تراوحت بين (2.41-3.14)، وكان أبرزها للفقرة رقم (1) التي تنص "إظهار القدرة على تسيير وتوجيه الأمور نحو الهدف" وبدرجة متوسطة، ثم جاءت الفقرة رقم (10) بمتوسط حسابي (2.73) وبدرجة متوسطة، التي تنص على: "إظهار ردود افعال مناسبة"، وجاء أقل المتوسطات الحسابية للفقرة رقم (5) التي تنص على "التمييز بين خبرات النجاح والفشل" بمتوسط حسابي بلغ (2.41) بدرجة مرتفعة. كما بلغ المتوسط العام لفقرات مجال مهارة القيادة (2.62) وبدرجة متوسطة.

**السؤال الثالث:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين إستجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس؟  
للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقياس درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية تبعاً في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس، وتم تطبيق تحليل (Independent Samples Test) للعينات المستقلة للأداة ككل للكشف عن الفروق في درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس، وفيما يلي عرض النتائج:

## الجدول (13)

نتائج تحليل (Independent Samples Test) للعينات المستقلة للكشف عن الفروق في درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس

المجال	الفئة	العدد	المتوسطات الحسابية	انحرافات المعيارية	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
مهارة الاتصال والتواصل	ذكر	27	3.82	0.78	1.00-	0.31
	أنثى	24	4.04	0.81		
المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي	ذكر	27	3.60	0.93	1.45-	0.15
	أنثى	24	3.96	0.81		
المهارات النفسية والأخلاقية	ذكر	27	3.58	0.95	1.43-	0.15
	أنثى	24	3.96	0.94		
مهارة القيادة	ذكر	27	3.52	1.04	1.28-	1.20
	أنثى	24	3.88	0.97		
الأداة ككل	ذكر	27	3.64	0.88	1.37-	0.17
	أنثى	24	3.97	0.82		

- يظهر من الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) في مجالات الدراسة: (درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية والأداة ككل تُعزى لمتغير (الجنس)، حيث لم تصل قيمة (t) إلى مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha \geq 0.05$ )).

## ملخص النتائج

- من خلال عرض نتائج التحليل الإحصائي، والإجابة عن أسئلة الدراسة، يمكن تلخيص النتائج على النحو التالي:
- أظهرت النتائج أن مهارة الاتصال والتواصل من أكثر المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية والتقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية.
- كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) في مجالات الدراسة: (درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية والأداة ككل).
- أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) في مجالات الدراسة: (درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية والأداة ككل) تُعزى لمتغير (الجنس) حيث لم تصل قيمة (t) إلى مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha \geq 0.05$ )).

## مناقشة النتائج

أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول الذي ينص على:

ما أهم المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية؟ للإجابة على هذا التساؤل تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد عينة الدراسة في الاستبانة وبكل فقرة من المجالات الأربعة. حيث يتبين من الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية للمجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية تراوحت بين (4.49 - 4.56) فكان أبرزها لمجال "مهارات الاتصال والتواصل" بمتوسط حسابي بلغ (4.56) وبدرجة مرتفعة، ومن خلال النتائج السابقة يتضح أن مهارة الاتصال والتواصل من أكثر المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التبادلية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية.

ويعمل الباحث سبب ذلك إلى أن مهارات الاتصال والتواصل تعتبر في عصرنا الحالي من المهارات الأساسية للتواصل



والاتصال مع الآخرين، ولا غنى عنها اثناء تعامل الطلبة مع بعضهم البعض في المواقف الحياتية المختلفة، ومن خلالها يتم بناء شخصية الطالب بالقدر الذي يكتسبه من مهارات الاتصال والتواصل من اجل بناء شخصية لمواجهة متطلبات العصر، وتهتم هذه المهارة تحديداً بالعلاقات الاجتماعية بين الطلبة اثناء درس التربية الرياضية وان خطوط الاتصال والتواصل مفتوحة اثناء تطبيق درس التربية الرياضي بالاستراتيجية التبادلية وهذه مهارة مكتسبة اثناء تقسيم الطلاب إلى أزواج مع بعضهم البعض كطالب مشرف وطالب مطبق واثناء تطبيق المهمات تتطور مهارات الاتصال والتواصل من خلال تصحيح الاخطاء لبعضهم البعض، ونتفق هذه الدراسة مع دراسة ( بطاينة، 2014) التي أشارت الى مهارات الاتصال والتواصل تختص بالاتصال بين الحكام سواء كانوا مساعدين او حكام ساحه بغض النظر عن نوع الاتصال كان لفظيا او غير لفظي . في حين اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (الحايك والبطاينة، 2007) التي اشارت الى ان مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية لا توظف المهارات الحياتية بدرجة كافية.

**ثانياً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني الذي ينص على:**

- ما أهم المهارات الحياتية التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية يتبين من الجدول (8) أن المتوسطات الحسابية المجالات التي تقيس المهارات الحياتية الأكثر التي يكتسبها الطلبة باستخدام استراتيجية التدريس التقليدية خلال تدريس مساق التمرينات البدنية تراوحت بين (2.62- 3.09) فكان أبرزها لمجال "مهارات الاتصال والتواصل" بمتوسط حسابي بلغ (3.09) وبدرجة متوسطة، ويعزو الباحث السبب ان مسؤولية اتخاذ القرارات في الاستراتيجية التقليدية تقع بكاملها على عاتق المدرس وبالتالي فإن الفرد المتعلم ضمن هذا الأسلوب يكون متلقي للمعلومة وليس مشاركا فيها ومن هنا يظهر اثر هذه الاستراتيجية في عدم مراعاة للفروق الفردية بين المتعلمين وبذلك فان استخدام الاستراتيجية التقليدية والمتبعة في معظم المدارس الاردنية وبطريقة علمية ومخطط لها تعمل على تطوير المجالات العقلية والبدنية والنفسية والاجتماعية وبدرجات مختلفة، وهذه الاستراتيجية تنمي المعارف، والصفات البدنية والمهارية، والتعود على ممارسة الرياضة بانتظام، والمنافسة الشريفة في أثناء اللعب، وان التعليمات والامور الصادرة من المدرس اثناء تطبيق هذه الاستراتيجية فانها تعمل على الحد من اكتساب مهارات الاتصال والتواصل والعمل الجماعي ومهارات القيادة وبدرجة معينة، لانه على جميع الطلبة اتباع وتطبيق تعليمات المدرس، وهذا ما اكده جوداس (2006) إلى أن مناهج التربية الرياضية تعد الأكثر مناسبة لتوظيف المهارات الحياتية وبدرجات متفاوتة، وهذا ما أكدته أيضا وزارة التربية والتعليم (2008) بأن حصص التربية الرياضية المتبعة في المدارس تهنيء بيئة مناسبة لتعلم المهارات الحياتية.

**ثالثاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث الذي ينص على:**

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين استجابات الطلبة على المهارات الحياتية في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لقياس درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية تبعاً في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس، وتم تطبيق تحليل (Independent Samples Test) للعينات المستقلة للأداة ككل للكشف عن الفروق في درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية في الاستراتيجيتين تبعاً لمتغير الجنس

يظهر من الجدول (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) في مجالات الدراسة: (درجة استجابات الطلبة بعد دراسة مساق التمرينات البدنية على مقياس المهارات الحياتية والأداة ككل تعزى لمتغير (الجنس)، حيث لم تصل قيمة (t) إلى مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha \geq 0.05$ ). ويعلل الباحث السبب بذلك أن إعطاء فرص تحمل المسؤولية للطلبة الذكور والإناث والمشاركة في الدرس وفهم ادوارهما كانا سببا في ذلك، وان العلاقات الاجتماعية التي تنشأ بين الذكور والإناث أنفسهم، التي تفرضها عليهم طبيعة المحاضرات تساهم في إكساب الذكور والإناث الدور القيادي في الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية داخل المحاضرات وهذا أدى اكتساب المهارات الحياتية المختلفة لدى الذكور والإناث في كلا الاستراتيجيتين كما وان تشابه الظروف والخبرات الأكاديمية العلمية والعملية التي يتعرض لها الطلاب والطالبات أثناء تطبيق البرنامج التعليمي المقترح باستخدام الاستراتيجية التبادلية او التقليدية وربما يعزو الباحث سبب ذلك إلى ان الطلبة الذكور والإناث على السواء لديهم القدرة

على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية وكذلك فإن طبيعة تدريس المساق ووسائل التواصل وتعامل الطلبة مع بعضهم البعض قلل من حالة الخجل وثقافة العيب التي أدت بالتالي إلى اكتساب هذه المهارات الحياتية لأنها تعد عاملاً هاماً في بناء شخصية الطلبة لذلك فإن استخدام هذه الاستراتيجيات تتيح الفرصة للطلبة لتحمل المسؤولية والاعتماد على النفس واكتساب مهارات حياتية مختلفة.

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة أبو طامع (2006) في ضرورة خلق مناخ من التفاهم والود والتعاون بين أفراد عينة الدراسة الذي من شأنه أن يؤدي إلى اكتساب مهارات الاتصال والتواصل والعمل الجماعي لاكتساب المهارات الحياتية لدى أفراد العينة بشكل متساوي. وهذا يتفق مع دراسة (الحايك وآخرون، 2008) على أن المهارات النفسية والأخلاقية أهمية خاصة في مجالات الحياة اليومية للأفراد لمواجهة متطلبات الحياة ومواجهة متطلبات الخاصة في المجتمع، وهذا من شأنه أن يؤدي بالطلبة إلى البناء المتكامل لشخصية الفرد لمواجهة متطلبات الحياة اليومية من خلال اكتساب المهارات المختلفة.

### الاستنتاجات والتوصيات

#### الاستنتاجات:

1. في حدود عينة البحث والإجراءات المستخدمة ومن خلال ما تم التوصل اليه يمكن استخلاص الاستنتاجات التالية:
1. فعالية استخدام استراتيجيتي التدريس (التبادلية والتقليدية) أثناء تدريس مساق التمرينات البدنية في اكتساب المهارات الحياتية من وجهة نظر الطلبة لتمكنهم من اخذ دورهم في المجتمع وبشكل فاعل.
2. إن استخدام استراتيجية التدريس التبادلية له فائدة مرجوة أفضل وأكثر من الاستراتيجية التقليدية في اكتساب بعض المهارات الحياتية.
3. هناك أثر ايجابي لاستخدام استراتيجيتي التدريس (التبادلية والتقليدية) أثناء تدريس مساق التمرينات البدنية في اكتساب المهارات الحياتية عند كلا الجنسين.
4. لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) في مجالات الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

#### التوصيات:

- نظراً لما يتميز به هذا البحث من طبيعته وفي ظل ما يمكن التوصل اليه، يوصي الباحث بالتوصيات التالية:-
1. ينصح بدمج المهارات الحياتية في مساقات التمرينات البدنية وفي مساقات الألعاب الرياضية.
2. ضرورة التوسع في استخدام استراتيجيات التدريس في حصص التربية الرياضية نظراً لأهمية كل أسلوب على حدة وخاصة الاستراتيجيات التفاعلية.
3. ضرورة إجراء دراسات مشابهة وتنظيم ورشات عمل حول المهارات الحياتية للمعلمين والمشرفين التربويين في وزارة التربية ولطلبة التربية العلمية في كليات التربية الرياضية.

### المراجع

#### أولاً: المراجع العربية:

- أبو طامع، ب. (2006، ب)، الأخطاء الشائعة في تدريس حصص التربية الرياضية في المدارس الفلسطينية، مجلة اتحاد الجامعات العربية، 474 (277-314)، عمان.
- أبو طامع، ب. (2007)، تنفيذ برامج الأنشطة الرياضية للاتحاد الرياضي في مؤسسات التعليم العالمي الفلسطيني، مجلة جامعة الخليل للبحوث م (3) 19-42.
- أبو طامع، ب. وعبد الرزق، ب. (2005) المعوقات التي تواجه طلبة تخصص التربية الرياضية أثناء فترة التطبيق الميداني، مجلة جامعة الأقصى بغزة - سلسلة العلوم الإنسانية م.9.
- أبو طامع، ب. (2006، أ)، "دوافع التحاق الطلبة في أقسام التربية الرياضية في كليات فلسطين إعلامية" مجلة الجامعة الإسلامية، غزة، سلسلة الدراسات الإنسانية، م14، ع2، 433-462.
- البطاينة، أ (2014)، مدى قدرة تطبيق الحكام المحترفين في الاتحاد الاردني لكرة القدم للمهارات الحياتية في المباريات الرسمي من وجهة نظر الحكام المحترفين، المؤتمر العلمي السادس "معايير الجودة ومدى مساهمتها في تطوير الرياضه العربي"، جامعة اليرموك/ اربد 2014.

- البيات، م. (2009)، اثر المنحنى التكاملي في حصص التربية الرياضية المبني على المهارات الحياتية في اكتساب الصفوف الثلاثة الأولى المعارف والمهارات والقيم الخاصة لمبحث العلوم، اطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الحايك، ص والسوطني، ح. (2008)، "درجة الأهمية للمهارات الحياتية الواجب توافرها في الجامعات الأردنية من وجهة نظر الطلبة" وقائع المؤتمر العلمي الدولي الرياضي الأول "نحو المجتمع التطوير الصحة والآراء" الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن.
- الحايك، ص والويس، ن والهاجنه، أ (2011)، تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب الحركية والتربوية على تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، إبحاث اليرموك "سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة اليرموك، 2011 المجلد 27، العدد (3).
- الحايك، ص. والبطاينة أ. (2007)، مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية. المؤتمر العلمي الدولي الثاني، كلية التربية الرياضية. المجلد الأول.
- الحايك، ص. والخصاونة، غ. وسعد، ز. (2008)، المهارات الحياتية القائمة على الاقتصاد المعرفي المكتسبة من تعلم مناهج الجمناز في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية، المؤتمر العلمي الدولي الرياضي الأول، نحو مجتمع نشط لتطوير الصحة والأداء. الجامعة الهاشمية، الأردن.
- الحايك، ص. والسوطني ح. (2008)، أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي، مؤتمر كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
- الربيعي، م. (2005)، طرائق وأساليب التدريس المعاصرة، جدارا للكتاب الجامعي وعالم الكتب الحديث.
- سعيد، س. (2008)، سيكولوجية التفكير والوعي بالذات، عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، اربد، الأردن.
- سليمان، ع. (2012)، المهارات الحياتية: ضرورة حتمية في عصر المعلومات (رؤية سيكو تربوية)، أترك للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة-مصر.
- السوطني، ح. (2007)، أثر استخدام أساليب تدريس حديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي. رسالة دكتوراة الجامعة الأردنية الأردن.
- السوطني، ح. والواصل أ. (2009)، المؤتمر العلمي الرياضي السادس، الرياضة والتنمية، نظرة استشرافية نحو الألفية الثالثة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، الأردن.
- الظاهر، ق. (2010)، مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار الأمل للنشر والتوزيع، دار الفكر/عمان.
- عبد الله، ع. وبديوي، ع. (2006)، طرق تدريس التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية، مصر.
- عمران، ت. (2001)، المهارات الحياتية، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- عمران، ت. (2006)، برنامج مقترح لتنمية بعض المفاهيم الأخلاقية ومهارات اتخاذ القرار الأخلاقي في مواقف الحياة اليومية وقياس أثره لدى تلميذات الإعدادية العامة والمهنية. المؤتمر العلمي الثامن عشر مناهج التعليم وبناء الإنسان العربي، جمعية المناهج وطرق التدريس، القاهرة، المجلد.
- عمور، ع. (2009)، إسهامات بعض أساليب التدريس الحديثة في التربية البدنية الرياضية على تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الجامعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بن يوسف بن خده، الجزائر.
- قطاني، م. (2010)، تطور المهارات الحياتية: دورات تدريبية، ط1 دار جرير للنشر والتوزيع-عمان، الأردن.
- محسن، ع. (2006)، تأثير التدريس بأسلوب التدرسي والتبادلي في درس التربية الرياضية لمهارات كرة السلة للطلاب، المؤتمر العلمي الدولي الخامس، "علوم الرياضة في عالم متغير"، المجلد الثاني، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- مخلوف، م. (2011)، تأثير برنامج تعليمي بتوظيف أساليب تدريس رياضة حديثة على تعليم مهارات حياتية منتقاه في كرة السلة لتلاميذ الصف السابع الأساسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية.
- الهدود، ن والسعايدة، م. (2013)، اثر تدريس التربية الرياضية باستخدام استراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية التحصيل واللياقة البدنية لطالبات المرحلة الثانوية في الاردن. مجلة دراسات، العلوم التربوية، المجلد 40، ملحق (1) الجامعة الأردنية. الأردن.
- وزارة التربية والتعليم، (2008)، دليل التعلم المبني على المهارات الحياتية للمعلمين، بالتعاون مع منظمة اليونسف، عمان، الأردن.
- ثانياً: المراجع الأجنبية:**

- Goudas, M. (2008). A team-sports-based life-skills program in a physical education context. [www.elsevier.com/locate/learninstru](http://www.elsevier.com/locate/learninstru).
- Goudas, M., Dermizak, I., Ieoudavi, A. and Danish, S. (2006). The Effectiveness of teaching a life skills program in a physical education context, European Journal of physical of Education. XXI (U) 429-437.
- Moaiyad .S and Amani .A (2016)) Life Skills Acquired By Students Enrolled In The Physical Education Department Of Al-Quds University, European Journal of Physical Education and Sport Science, 2, (4), 2016.
- Mosston, M, and Ashworth, S. (2002). Teaching Physical Education. 5 Th edition. New York, Benjamin Cummings.
- Papacharisis, V., Goudas, M. Danish, S., and Theodorakis, Y., (2005). The effectiveness of teaching a life skills program in a Sport Context. Journal of Applied sport psychology, 17.3, 247-254.
- Patronis, T, et al (1999). Students Argumentation in Decision Making on Sociocientific Issue: Implication for Teaching,

## **Effectiveness of using Reciprocal Teaching Strategy in Physical Exercise Class on Gaining Some Selected Life Skills among the Students of Physical Education at Yarmouk University**

*Mohammed K. Thiyabat \**

### **ABSTRACT**

This study aimed to identify the effectiveness of the use reciprocal teaching strategy in physical exercise class on gaining some life skills among the students at the faculty of physical education in Yarmouk University. (51) Students in the second semester of academic year 2015/2016 were selected as a sample of the study and divided into two groups. The sample was divided in the two groups of teaching strategies, the experimental group was taught by reciprocal teaching strategy, and the second as control group was taught by traditional teaching strategy. To achieve the purpose of the study, the researcher used a quasi-experimental suitability for the nature and objectives of the study, the data were analyzed by using (SPSS) and conduct the statistical treatment for this study. The results of the study showed that the use of reciprocal teaching strategy had a positive effect in giving students some life skills (communication and social skills, teamwork skills, psychological and moral skills, leader skills) and all skills were important from the perspective of students. Finally, the researcher recommended incorporating life skills that have been addressed in the curricula of teaching physical education, especially in physical exercise classes for its importance in the construction of the student's personality, and the importance of diversification in teaching strategy used in physical education classes, according to the teaching situation.

**Keywords:** Teaching strategy, Life skills.

\* Faculty of Physical Education, Yarmouk University, Jordan. Received on 08/09/2016 and Accepted for Publication on 24/12/2016.