

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى طالبات المرحلة الثانوية في الأردن

د. نهله عبد الرؤوف الهدهود
وزارة التربية والتعليم الأردنية

د. منعم عبد الكريم السعايدة
كلية العلوم التربوية- قسم المناهج والتدريس
الجامعة الأردنية

ملخص: هدفت هذه الدراسة استقصاء أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى طالبات المرحلة الثانوية في الأردن. ولتحقيق هدفها أجريت دراسة شبه تجريبية على (48) طالبة من طالبات الصف الأول الثانوي تم توزيعهن في مجموعتين، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة. وقد تم استخدام التدريس المبني على المهارات الحياتية مع المجموعة التجريبية، أما المجموعة الضابطة فقد درست بالأسلوب الاعتيادي في تدريس الوجدتين المعنيتين. ولجمع البيانات تم اعتماد مقياس لمهارة اتخاذ القرار وآخر لحل المشكلات. تم تطبيق أداتي الدراسة على عينة الدراسة قبل تطبيق البرنامج التعليمي، وبعد انتهاء تطبيق البرنامج التعليمي لكل مجموعة طبقت الأدوات التطبيق البعدي، واستخدم تحليل التباين المشترك الأحادي (One Way ANCOVA) بحساب (مربع أيتا) لقياس حجم الأثر للمتغيرات عند ظهور الفروق. دلت النتائج على وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لكل من مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات ولصالح المجموعة التجريبية، مما يبين فاعلية التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى الطلبة.

الكلمات المفتاحية: المهارات الحياتية، تدريس التربية الرياضية.

The Effect of Teaching Physical Education using Life- Skills Based Strategies on Developing the Skills of decision Taking and Problem solving for Secondary Stage Students in Jordan

Abstract: The aim of this study was to investigate the effect of teaching physical education using life-skills based strategies on developing the skills of decision taking and problem solving for secondary stage students in Jordan. A quasi-experimental study was conducted on (48) female students in the first secondary grade. Who represented two groups: an experimental and a control group. The experimental group studied the subjects using life-skills based teaching where as the control group studied the subjects using the traditional method. The instruments of the study consisted of two scales: one for the skill of decision taking and the other for problem solving.

Pre-tests were conducted before teaching, in addition to post-tests. One way ANCOVA was used to analyze data, and results revealed that there were statistically significant differences in decision taking and problem solving skills between students to the preference of the experimental group who studied by life-skills based strategies, a result that reveals the effectiveness of the life-skills based instruction in developing students' skills of decision taking and problem solving
Keywords: Life Skills, Teaching Physical Education

المقدمة:

باتت الحاجة ملحة أكثر من قبل إلى إستراتيجيات تعليم وتعلم تمد طلبتنا بأفاق تعليمية واسعة ومتنوعة ومتقدمة؛ لتساعد طلابنا على إثراء معلوماتهم وتنمية مهاراتهم العقلية المختلفة، وتدريبهم على الإبداع وإنتاج الجديد، فمهارات التفكير تتحسن وتتطور بالتدريس والممارسة والتعلم. إن من أهم أسباب النجاح في الحياة إجادة صنع القرارات واتخاذها في الوقت المناسب في أي جانب من جوانب الحياة المختلفة، سواء في تعامل الإنسان مع نفسه أو في تعامله مع غيره. وكثير من الناس يعملون، ويجتهدون ثم في لحظة حاسمة من مراحل عملهم يحتاجون لقرار صائب حاسم لكنهم بترددهم وعدم إقدامهم على اتخاذ ذلك القرار أو بسبب عدم معرفتهم وتأهلهم لاتخاذ القرار يضيعون عملهم السابق كله، وربما ضاعت منهم فرص لن تتكرر لهم مرة أخرى (القرعان، 2003، أبو لطيفة، 2005).

كما تعيق المشكلات قدرات الشخص الطبيعية، وتحوّل بيئته وبين تحقيق النتائج المرجوة من مهماته؛ ولذا فإنّ جميع الأفراد يرغبون في حلّ المشكلات وتجاوزها، ولكنّ الأشخاص الذين ينجحون في تجاوز مشكلاتهم بصورة فائقة قلّة؛ نظراً لتعدّد الكثير من المشكلات، وعدم سلوك الشخص الخطوات المناسبة لحلّها. ويقصد بحل المشكلات عملية تفكيرية يستخدم الفرد فيها ما لديه من معارف مكتسبة سابقة ومهارات من أجل الاستجابة لمتطلبات موقف غير مألوف. وتكون الاستجابة مباشرة عمل ما يستهدف حل الغموض أو اللبس الذي يتضمنه الموقف. وبغض النظر عن الخطوات المعروفة لحل المشكلات، إلا أن الكثير من الدراسات تشير إلى أن ضعف الأشخاص في ممارسة حل المشكلات من أهم العوامل المؤدية إلى القرارات الخاطئة أو الأخطاء الخاطئة في شتى مجالات الحياة (مقدادي وأبو زيتون، 2010، أبو رياش، 2005، أبو رياش وقطيبي، 2008)

لذا أطلقت وزارة التربية والتعليم في الأردن رؤية تعليمية تسعى لإيجاد نظام تعليمي يجسد الامتياز، ويزود كل الطلاب بتجارب تسمح لهم بالتفوق ويعتمد على الإمكانيات الكامنة لدى الطلبة وقدراتهم على التعلم والنمو، ورغبتهم بالمساهمة في المجتمع الأوسع بشكل هادف؛ ولتحقيق هذه

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

الرؤية جرى تطوير مشروع متكامل وشامل من مرحلتين للتطوير التربوي نحو الاقتصاد المعرفي، ويحتوي إطار العمل العام - الذي طورته وزارة التربية والتعليم وفريق مشروع التطوير التربوي نحو الاقتصاد المعرفي - على بعض العناصر الأساسية للتعليم الموجه لإكساب المهارات الحياتية، ويساهم دمج المهارات الحياتية في المناهج بتحقيق نهج متوازن نحو المعرفة والمهارات والاتجاهات التي يحتاجها الطلبة لتقييم مصالحتهم ومصالح مجتمعهم (وزارة التربية والتعليم، 2007).

وانطلق الإطار العام للمناهج الأردنية من عدة مبادئ ومرتكزات، كانت إستراتيجيات التدريس والتقويم من أهمها، وتضمنت النتاجات العامة للنظام المدرسي كفايات وخصائص ومعارف ومهارات ينبغي للطلبة امتلاكها عند إنتهائهم المرحلة الدراسية، وتطلبت عملية التطوير من المعلمين الذين يقومون بتطبيق المناهج الجديدة القيام بأدوار جديدة، فيكون المعلم ممارساً متمعناً، متعاوناً مع زملائه، يستخدم الإستراتيجيات والوسائل المتعددة والمناسبة؛ وذلك لتحقيق عملية التعلم بفاعلية والارتقاء بالطلبة من دور المستمع أو المشاهد للمعلومات إلى دور المشارك في التخطيط والتنفيذ لتلك المعلومات، إذ يكون الطلبة هم محور العملية برمتها. وثمة إستراتيجيات تدريس ينبغي للمعلمين تمثيلها واستخدامها وتطبيقها، لتجعلهم قادرين على تحقيق أهداف تعليمية تتجاوز حفظ المعلومة، وتركز على القدرات والمهارات؛ فالتطور المذهل في وسائل التكنولوجيا فرض الاتجاه نحو استخدام إستراتيجيات تدريس حديثة (الحايك والسوطري، 2008).

وتلعب مناهج التربية الرياضية دوراً متميزاً في إعداد الأفراد من خلال الممارسة العملية المحببة، فهي تربية وتنمية لجوانب الشخصية المختلفة، الجسمية والعقلية والمعرفية والاجتماعية والنفسية والمهارية والصحية، وتلعب أيضاً دوراً هاماً في التنمية البشرية وإعداد الأفراد ليكونوا مواطنين صالحين عاملين ومنتجين، ممارسين لمهارات التفكير العليا، ومهارات التعلم الذاتي والتعاوني الجماعي؛ مستخدمين وسائل تعليمية وتكنولوجية حديثة (الحايك والمنسي، 2007).

ولذا فإن دمج المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية بطريقة علمية مخطط لها تسهم في تطوير العمليات العقلية العليا، وصقل وبناء الشخصية المترنة من جميع جوانبها، كما تساعد في إمداد الفرد بما يحتاجه من مهارات حياتية عملية، تحقق له التعامل والتفاعل الإيجابي مع متطلبات حياته في البيت والشارع والمدرسة، فغريزة حب اللعب لدى الإنسان يمكن استثمارها في مساعدة الأفراد على اكتساب الكثير من المهارات الحياتية الضرورية والمرتبطة بالحياة الواقعية من خلال اللعب والنشاط البدني، حيث يرى الخبراء أن مقدار النجاح في الحياة يتناسب

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

طردياً مع القدرة على استخدام أنواع التفكير في حل المشكلات (بونيسيف، 2007 أ+ب)،
و(World Health Organization,1999).

ومن هنا جاءت فكرة هذه الدراسة لمعرفة أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات
التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى
طالبات المرحلة الثانوية في الأردن.

مشكلة الدراسة

انطلاقاً من أهمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات للأفراد، ومن أهمية تدريس التربية
الرياضية في تحسين المهارات الحياتية لدى الطلبة (الحايك والشريقي، 2008؛ الحايك والويسبي،
2010؛ والحايك والمنسي، 2007)، وانطلاقاً من إشارة الدراسات إلى ضعف الطلبة في الأردن
في هذه المهارات، فقد كانت الحاجة ماسة لتطوير إستراتيجيات التدريس المبنية على المهارات
الحياتية، لإيجاد علاج منهجي لهذه المشكلات؛ ذلك لتزويد الطلبة بالمهارات اللازمة التي تؤهلهم
لمواجهة هذه المشكلات وإيجاد الحلول الناجعة لها ومنع تعرضهم لمشكلات جديدة.

وتشير العديد من الدراسات أهمها مقداي وأبو زيتون (2010)، ووافي (2010)، والمشرفي
وعبد اللطيف والصاوي (2010)، وأبو رياش وقطيبي (2008)، والحايك والشريقي (2008)،
والحايك والسوطري (2007)، وأبو سريع وشوقي وأنور ومرسي (2006)، وأبو رياش
(2005)، إلى أن الطالب ينهي تعليمه وهو يفتقر إلى العديد من المهارات الحياتية التي تمكنه من
استخدام أساليب علمية في حل ما يواجهه من مشكلات، وعاجزاً عن اتخاذ القرار في مواقف
حياته اليومية، مما يضطره إلى اللجوء للأخزين معتمداً عليهم أكثر من اعتماده على نفسه
لاتخاذها، مما يدل على ضعف امتلاكه للعديد من المهارات اللازمة من حل المشكلات واتخاذ
القرار، وذلك لمواجهة العديد من القضايا والمشكلات التي تحدثها التطورات والتغيرات
المتسارعة للتجديد والعولمة.

إن انشغال المعلمين والأهل والطلبة في تركيز الجهود على دراسة الطالب ونتائج تحصيله،
بالإضافة إلى اعتياد المعلمين على تقديم الدروس لطلابهم انطلاقاً من الكتب المدرسية التي
تقررها الجهات الرسمية بأسلوب الإلقاء والمحاضرة دون ربطها بالحياة، يجعل الطالب سلبياً، لا
يكتسب المهارات سوى مهارة الحفظ والاستماع، والتي تتضاءل فاعليتها كلما كانت طريقة
عرض المادة للطالب بعيدة عن حياته الواقعية، أو لا تشبع حاجاته الشخصية مثل مهارتي اتخاذ
القرار وحل المشكلات، والتي هي عتاده الحقيقي في مواجهة حياته المستقبلية.

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

لذا جاءت فكرة هذه الدراسة في تعرف أثر التدريس المبني على المهارات الحياتية لوحدي "الثقافة الرياضية" و"التمرينات واللياقة البدنية" في تنمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى طالبات المرحلة الثانوية في الأردن.

أسئلة الدراسة: أجابت الدراسة عن السؤالين الآتيين:

1. ما أثر التدريس المبني على المهارات الحياتية لوحدي "الثقافة الرياضية" و"التمرينات واللياقة البدنية" في تنمية مهارة اتخاذ القرار لدى طالبات الصف الأول الثانوي؟
2. ما أثر التدريس المبني على المهارات الحياتية لوحدي "الثقافة الرياضية" و"التمرينات واللياقة البدنية" في تنمية مهارة حل المشكلات لدى طالبات الصف الأول الثانوي؟

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى:

- تجريب استراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية للتأكد من أثرها في تنمية مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن.
- التوصية باستخدام استراتيجيات تدريسية تنمي مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات لدى الطلبة

أهمية الدراسة

تبرز أهمية هذه الدراسة في أنها تبحث في المهارات الحياتية، التي قد تسهم في زيادة قدرة الطلبة على مواجهة التحديات اليومية، وتمكنهم من التكيف بشكل فاعل من خلال توظيف المعرفة في حل المواقف الشخصية والاجتماعية التي تعترضهم يومياً، وتركز على تنمية مهارة اتخاذ القرار، والتي تعد من العمليات الجوهرية في نشاطات الفرد اليومية، إذ تعتبر حاجة طالب المرحلة الثانوية لاتخاذ القرار حاجة ضرورية؛ لأنه مقبل على اتخاذ قرارات مصيرية في حياته، كما تركز على تنمية مهارة حل المشكلات، لأنها من المهارات الضرورية للطلاب في جميع مجالات حياته؛ لبتسنى له مواجهة الحياة بخطى واثقة، وحل ما يعترضه من مشكلات وعقبات سواء أثناء دراسته أو بعد تخرجه، بالإضافة إلى تحقيقها هدفاً من الأهداف المرغوبة لأي نظام تربوي، والذي يكمن في إعداد أفراد قادرين على اختيار أفضل بديل من جملة بدائل مقترحة للسلوك باستقلال نسبي عن الآخرين ضمن حدود معينة، وعلى مستويات تناسب المواقع التي يحتلونها في العمل والحياة.

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

وسيستفيد من نتائج هذه الدراسة جهات عدة هي:

1. وزارة التربية والتعليم من خلال تقديم مؤشرات كمية عن مستوى بعض المهارات العقلية العليا التي تنتج من خلال توظيف التدريس المبني على المهارات الحياتية؛ للإفادة منها في إثراء تنفيذ المنهاج وبرامج تدريب المعلمين.
2. المعلمون من خلال استخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية وتوظيفها؛ لتنمية مهارات عقلية عليا في حال ثبوت أثر إيجابي لها في ذلك.
3. الطلبة وبشكل رئيس، من خلال تدريبهم على مهارات عقلية عليا، مما ينعكس إيجاباً على نوعية حياتهم وإنتاجيتهم في المجتمع وتكيفهم مع محيطهم.

مصطلحات الدراسة

- 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 (الحايك، 2010، ص111).
- التدريس المبني على المهارات الحياتية: هو مجموعة من أدوات وإستراتيجيات التدريس التفاعلية التي يتم تصميمها؛ لبناء شخصيات تتصف بالابتكار والتجديد، والثقة بالنفس وحل المشكلات، والاعتماد على الذات، كما يعزز الإيجابية الطويلة المدى والمحسنة للحياة؛ لتحسين الاتجاهات وبناء المهارة النفسية الاجتماعية (يونيسف، 2008، ص6). ويتم ذلك باستخدام إستراتيجيات التدريس المباشر(الأسلوب الأمري والتدريبي)، ودراسة القضايا الحياتية، وإستراتيجية حل المشكلات، وإستراتيجية استغلال المواقف الحياتية لتعليم المهارات الحياتية، وإستراتيجية العمل في مجموعات في تنفيذ دروس وحدتي "الثقافة الرياضية" و"التمرينات واللياقة البدنية".
- التدريس بالطريقة الاعتيادية (التقليدية): هي الإستراتيجية التي تعطي للمعلم صلاحية اتخاذ جميع القرارات المتعلقة بعملية التدريس بمراحلها الثلاث (التحضير والتطبيقي والختامي) من خلال تحديد الأهداف والتدريبات والتكرارات والنواحي التنظيمية للأداء وتزويد الطلبة بالتغذية الراجعة والتقييم ويهدف هذا الأسلوب إلى أداء المهارة بدقة وإتقان (أورليخ وكالاهاان وهاردر وجبسون، 2003). ويسيطر على التدريس التقليدي استخدام إستراتيجية التدريس المباشر.
- حل المشكلات: يعرف مقدادي وأبو زيتون (2010، ص528) مهارة حل المشكلات بأنها مجموعة العمليات التي يقوم بها الفرد مستخدماً المعلومات التي سبق له تعلمها والمهارات

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية التي اكتشفها في التغلب على الموقف بشكل جديد وغير مألوف له في السيطرة عليه والوصول إلى حل له، وقد قيست القدرة على حل المشكلات بالعلامة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس حل المشكلات الذي طور لأغراض هذه الدراسة.

- اتخاذ القرار: يعرف سويدان والمحتسب (2010، ص 2318) عملية اتخاذ القرار بأنها عملية عقلية تعتمد على الاختيار أو المفاضلة بين الحلول البديلة أو المتوافرة للفرد، واختيار أنسب هذه الحلول لتحقيق الهدف الذي وضعه الفرد لنفسه، وتعتمد على مهارة الفرد متخذ القرار. وقد قيست مهارة اتخاذ القرار إجرائياً بالعلامة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس اتخاذ القرار الذي طور لأغراض هذه الدراسة.

حدود الدراسة

1. الحدود المكانية: اقتصر تطبيق الدراسة على عينة من طالبات الصف الأول الثانوي في المدارس التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة عمان الخامسة، وبالتحديد طالبات الصف الأول الثانوي في مدرسة عراق الأمير الثانوية المختلطة.

2. الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من طالبات الصف الأول الثانوي، والبالغ عددهن (48) طالبة في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2010/2011م.

الدراسات السابقة

بعد الرجوع للدراسات والأبحاث التربوية، فقد وجدت مجموعة من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية، ذات العلاقة بالمهارات الحياتية ومدى مساهمتها في تنمية سلوك الأفراد، وقد تم الاطلاع عليها في محاولة للوقوف على الجهود المبذولة في دراسة هذا المجال، والنتائج التي أسفرت عنها، ومن أهمها:

دراسة باباكاريسس وجوداس ودانيس وثيرودوراكس Papacharisis, Goudas, Danish and Theodorakis (2005) بعنوان أثر برنامج تدريبي للكرة الطائرة وكرة القدم في تنمية مهارات حياتية، والتي هدفت إلى التعرف على أثر برنامج في المهارات الحياتية من خلال رياضة الكرة الطائرة وكرة القدم في اليونان، اشتملت العينة على (40) طالبة (كرة طائرة) و(32) طالباً (كرة القدم) تتراوح أعمارهم بين (10-12) سنة تم اختيارهم بشكل عشوائي، حيث تم تطبيق برنامج مختصر من سوبر (Super)، والذي تم فيه دمج المهارات الحياتية مع مهارات كرة الطائرة وكرة القدم على المجموعة التجريبية، وأظهرت النتائج أن هناك تقدماً لصالح المجموعة التجريبية في مهارات الكرة الطائرة (التمرير من أعلى، والتمرير من أسفل، ومهارة الإرسال) ومهارات كرة القدم، وكذلك أظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية مقارنة

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

بالمجموعة الضابطة على المهارات الحياتية: (حل المشكلات، التفكير الإيجابي، وضع الأهداف الشخصية، المسؤولية الشخصية والاجتماعية).

وفيما يتعلق بتجويد الحياة فقد أجرى أبو سريع وشوقي وأنور ومرسي (2006) دراسة بعنوان أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة، هدفت الدراسة إلى إبراز أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تنمية مهارات التلاميذ، بما يمكنهم من التوافق الإيجابي مع واقعهم الحياتي في سياق الصف المدرسي وفي حدود التفاعل الأسري والاجتماعي بشكل عام، بالإضافة إلى تقييم مدى إسهام البرنامج في تجويد الحياة في السياق المدرسي بشكل خاص، حيث تم تدريب (27) مرشداً تربوياً لتطبيق البرنامج على طلبة (22) مدرسة في مراحل التعليم الابتدائي والإعدادي والثانوي، وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج في تحقيق أهدافه.

وفي تطوير الشباب من خلال الرياضة، فقد أجرى ويس وبولتر وبهالا وبريس (Weiss, Bolter, Bhalla and Price, 2007) دراسة هدفت إلى تقييم فعالية برنامج المهارات الحياتية (First Tee) الذي يحتوى على مهارات حياتية تم دمجها في ألعاب رياضية مقارنة مع الشباب المشاركين في نشاطات رياضية أخرى منظمة، اشتملت العينة على (405) طالباً في برنامج (First Tee) و(159) طالباً في أنشطة رياضية أخرى تتراوح أعمارهم بين (10-17) سنة، وقد تم دمج المهارات الحياتية مع مهارات لعبة الجولف، وأظهرت النتائج أن هناك تأثيرات مهمة وإيجابية للمجموعة التي شاركت في برنامج (First Tee) حيث أظهرت تحسناً في مهارات لعبة الجولف وانتقال أثر المهارات الحياتية للمشاركين في البرنامج حيث ظهر تحسن في المهارات الحياتية (العمل الجماعي، ضبط الانفعالات، حل النزاعات، المبادرة، سلوكيات اجتماعية إيجابية، تصرفات سلوكية واعية، وفعالية شخصية، ومقاومة لضغط الأقران، وتعلم فردي منظم).

كما أجرى بوهلر وسكوردن وسلبرسون (Buhler, Schroder and Silbereisen, 2008) دراسة بعنوان دور المهارات الحياتية في تعزيز الوقاية من التعاطي، هدفت هذه الدراسة التعرف على أثر برامج الحماية التي تستهدف كفاية عامة في تفعيل نمو المعرفة عن المهارات الحياتية وتعزيز السلوكيات ذات العلاقة، اشتملت عينة الدراسة من 442 طالباً في الصف الخامس في دراسة شبه تجريبية، وأظهرت النتائج أن هناك زيادة معرفية في المهارات الحياتية متزامنة ومتوازنة مع اتجاهات الطلبة نحو استخدام الكحول والنيكوتين، وبالعكس المتوقع فإن السلوكيات التي تظهر تعزيز المهارات الحياتية وجدت في المجموعتين التجريبية والضابطة، واقترحت النتائج أن المخرجات الوقائية المفضلة يمكن أن تتأثر ببناء معرفي حول المهارات الحياتية العامة، وقد نوقشت إجراءات رسمية لفعالية برامج وقائية.

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

وكذلك أجرى (الحايك والشريقي، 2008) دراسة بعنوان مدى تأهيل الطالب المعلم في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية في توظيف المهارات الحياتية في التدريس أثناء التدريب الميداني، هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مدى تأهيل الطالب المعلم في كلية التربية بالجامعة الأردنية في توظيف المهارات الحياتية في التدريس أثناء التدريب الميداني في المدارس، تكونت عينة الدراسة من (76) طالباً وطالبة في كلية التربية الرياضية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود ضعف عام لدى الطلبة في إدراك أهمية توظيف هذه المهارات الحياتية أثناء التطبيق الميداني، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الذكور والإناث، في وجهة نظرهم في أهمية توظيف المهارات الحياتية أثناء التدريب الميداني لصالح الإناث، وأوصى الباحثان بضرورة إدخال وحدات تعليمية للمواد المختلفة تتضمن مجموعة من المهارات الحياتية التي تتناسب وطبيعة كل مادة، والتنوع باستخدام أساليب التدريس الحديثة التي تركز على شخصية المتعلم وتكسبه المهارات اللازمة له في حياته اليومية.

بالإضافة إلى ذلك أجرى أبو طامع (2010) دراسة بعنوان درجة مساهمة مناهج التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية في إكساب الطلبة المهارات الحياتية "وجهة نظر تقييمية للطلبة، هدفت الدراسة التعرف على درجة مساهمة مناهج التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية في إكساب الطلبة المهارات الحياتية، إضافة إلى معرفة دور كل من متغير الجنس والجامعة، اشتملت عينة الدراسة على (183) طالباً وطالبة من طلبة أقسام التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية. وأظهرت نتائج الدراسة أن درجة مساهمة المناهج في إكساب الطلبة المهارات الحياتية كانت كبيرة جداً وبمتوسط حسابي بلغ (4,06)، كما أظهرت النتائج أن ترتيب محاور الدراسة كان وعلى التوالي (المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، المهارات النفسية والأخلاقية، مهارات الاتصال والتواصل، المهارات البدنية والمهارية، مهارات التفكير والاكتشاف)، ودلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة مساهمة المناهج في إكساب الطلبة المهارات الحياتية تعزى لمتغير الجنس، بينما أشارت النتائج إلى وجود فروق تعزى لمتغير الجامعة، لصالح جامعة القدس، وجامعة خضوري. وقد أوصى الباحث بضرورة توظيف المهارات الحياتية في المناهج التدريسية وفي كل المراحل التعليمية.

وقد أجرى وافي (2010) دراسة بعنوان المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة، هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة، اعتمد فيها الباحث طريقة العينة العنقودية العشوائية، وشملت عينة الدراسة (262) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

في مدارس خان يونس، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين مستوى المهارات الحياتية بأبعاده، والذكاءات المتعددة بأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما أنهم يمتلكون مهارات حياتية بشكل جيد.

كما أجرى كولينز و كارل و ريجس و جالوي و هاجر Collins, Karl, Riggs, Galloway and Hager (2010) دراسة بعنوان أثر تدريس أهداف المحتوى من خلال تطبيقات حياتية، هدفت الدراسة إلى الحديث عن تدريس المحتوى الأساسي مع تطبيقات الحياة الحقيقية لطلاب الثانوية الذين يعانون من اضطرابات متطورة وحادة، وذلك باستخدام منهجين، يتضمن المنهج الأول مفهوم المعلم للمضمون الأساسي والذي يمكن دمج في الأداة خلال تدريس المهارات الحياتية، بينما يتضمن المنهج الثاني تعريف المعلم للتطبيقات التي يمكن إضافتها خلال تدريس المضمون الأساسي المطلوب. وأظهرت نتائج الدراسة أهمية كل من هذين المنهجين في العملية التعليمية، كما بينت أنه وبغض النظر عن المنهج المستخدم فإنه من المهم أن يقوم المعلم بجمع البيانات وتحليلها للتأكد من أن الطلاب يحافظون على المهارات التي يتلقونها.

وأخيراً أجرى الحايك والويسبي (2010) دراسة بعنوان أثر برنامج تعليمي مقترح في تنمية المهارات الحياتية والحركية الأساسية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا في الأردن، هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، التواصل، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وقد تكونت عينة الدراسة من (40) طالباً، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأظهرت النتائج فعالية استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية (التعاون والعمل الجماعي، التواصل، الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية) لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وأوصي الباحثان باستخدام البرنامج التعليمي المقترح القائم على الألعاب الحركية والتربوية لتنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا، وضرورة وضع مناهج وبرامج رياضية وحركية لطلاب هذه المرحلة تعمل على تنمية المهارات الحياتية والمهارات الحركية بأنواعها المختلفة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في فحصها لأثر مهارات الحياة في مجالات مختلفة، فقد أشارت دراسة وافي (2010) إلى علاقة مهارات الحياة بالذكاءات المتعددة، في حين فاس أبو طامع (2010) درجة مساهمة مناهج التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية في إكساب الطلبة المهارات الحياتية "وجهة نظر تقييمية للطلبة"، وفحص Buhler, Schroder and

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية
Weiss, (2008) دور مهارات الحياة في الوقاية من التعاطي، كما درس (Weiss,)
Bolter, Bhalla and Price (2007) أثر تنمية المهارات الحياتية في سياق رياضي، وفاس أبو
سريع وشوقي وأنور ومرسي (2006) أثر مهارات الحياة في تجويد الحياة، وكذلك فقد درس
Papacharisis, Goudas, Danish and Theodorakis, (2005) أثر برنامج تدريبي للكرة
الطائرة وكرة القدم في تنمية المهارات الحياتية، وفحص Collins, Karl, Riggs, Galloway
and Hager (2010) أثر تدريس أهداف المحتوى في تطبيقات حياتية.

وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في أنها تجمع بين التدريس الذي ينمي
المهارات الحياتية ومهارة حل المشكلات ومهارة اتخاذ القرار، وذلك من خلال قياس أثر التدريس
المبني على المهارات الحياتية في مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات، حيث لم يسبق لأي
دراسة أن بحثت تلك العلاقة مسبقاً. وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في أكثر
من وجه، منها في فهم عمق مشكلة الدراسة، واختيار وسائل جمع البيانات، واختيار عينة
الدراسة، بالإضافة إلى تحديد المنهج المستخدم وانتقاء أفضل الأساليب للمعالجة الإحصائية. وقد
استفادت الدراسة الحالية من دراسة مقدادي وأبو زيتون (2010) ودراسة حمدي (1998) في
مقاييس حل المشكلات المستخدمة في هذه الدراسات. كما استفادت كذلك من دراسة كل من
السمارات (2009) وسويدان (2010) والقرعان (2003) في تطوير مقياس اتخاذ القرار.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

استخدم في هذه الدراسة التصميم شبه التجريبي ذو الاختبار القبلي والبعدي لمجموعتين تجريبية
وضابطة كما يأتي:

EG: O1 O2 X O1 O2

CG: O1 O2 O1 O2

حيث إن: EG المجموعة التجريبية، CG المجموعة الضابطة، (O1): مقياس حل المشكلات.
(O2): مقياس اتخاذ القرار. و(X): المعالجة التجريبية (تدريس التربية الرياضية وفق التدريس
المبني على المهارات الحياتية).

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من طالبات الصف الأول الثانوي المنتظمات في الدراسة في مدارس تربية
عمان الخامسة للعام الدراسي 2010 / 2011 والبالغ عددهن (1200) طالبة.

عينة الدراسة

تم اختيار إحدى مدارس الإناث التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة عمان الخامسة قصدياً، حيث اختيرت مدرسة عراق الأمير الثانوية المختلطة. وقد قسم أفراد الدراسة إلى مجموعتين هما: المجموعة التجريبية التي طبق عليها التدريس المبني على المهارات الحياتية، وتكونت من شعبة واحدة عدد أفرادها (22) طالبة، والمجموعة الضابطة التي طبق عليها التدريس بالطريقة الاعتيادية، وتكونت من شعبة واحدة عدد أفرادها (26) طالبة.

أداتا الدراسة

لجمع البيانات في الدراسة استخدمت أداتان هما:

أولاً: مقياس حل المشكلات

تم اعتماد مقياس حل المشكلات المستخدم في دراسة مقداي وأبو زيتون، (2010) الذي استخدم نموذج هبner (Heppner) في حل المشكلات، الذي طوره حمدي (1998)، حيث يقترح هبner وبيرنستن (Heppner & Peterson 1982) أن مهارة حل المشكلات تستخدم في خمس مراحل هي: التوجه العام، تعريف المشكلة، توليد البدائل، اتخاذ القرار، والتحقق من النتائج. حيث تكون المقياس من (40) فقرة تتم الاستجابة عنها على سلم من خمس درجات حسب مقياس ليكرت الخماسي هي: (تنطبق بدرجة كبيرة جداً - تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق بدرجة متوسطة - لا تنطبق أبداً) - (1)، تنطبق بدرجة بسيطة (2)، تنطبق بدرجة متوسطة (3)، تنطبق بدرجة كبيرة (4)، وتنطبق بدرجة كبيرة جداً (5). أما في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب فقد تم عكس هذه الأوزان.

وقد تأكد مقداي وأبو زيتون، (2010) من صدق مقياس القدرة على حل المشكلات عن طريق عرضه على مجموعة من المحكمين من أساتذة الجامعات والمشرفين التربويين والمتخصصين في مجال تدريس المناهج والقياس والتقويم. كما تأكد مقداي وأبو زيتون (2010) من ثبات مقياس القدرة على حل المشكلات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (المقياس)، وكانت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0,86) للدرجة الكلية، كما حسب معامل الاتساق الداخلي فكانت قيمة كرونباخ α للمقياس الكلي (0,91)

ثانياً: مقياس اتخاذ القرار

تم قياس القدرة على اتخاذ القرار لأغراض هذه الدراسة، بالاعتماد على المقياس الذي طوره القرعان (2003)، حيث تكون المقياس في صورته النهائية من (25) فقرة، من نوع الاختيار من

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

متعدد، حيث تتضمن كل فقرة موقفاً متبوعاً بأربعة بدائل، وتقوم المستجيبة باختيار بديل واحد فقط. وقد صنفت هذه البدائل بناءً على أربعة مستويات لاتخاذ القرار وهي: القرار المعتمد على الفرد نفسه، وقد أعطي الدرجة (4)، والقرار المعتمد على الفرد نفسه بعد استشارة غيره من الأهل والمعلمين، وقد أعطي الدرجة (3)، والقرار المعتمد على غيره من الأصدقاء، وقد أعطي الدرجة (2)، وعدم وجود القرار لديه والتردد، وقد أعطي الدرجة (1).

وقد تأكد القرعان (2003) من صدق المقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين والخبراء في المناهج وطرائق التدريس. كما تأكد من ثبات مقياس اتخاذ القرار بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار. وقد وجد أن معامل الثبات يساوي (0,79)، وتعد قيمة معامل الثبات هذه مناسبة لأغراض الدراسة، وبشكل عام تعتبر دلالات الصدق والثبات مناسبة لأغراض الدراسة.

البرنامج التعليمي المقترح

أولاً: البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية

تم إعداد البرنامج التعليمي المقترح لتطبيقه على طالبات المرحلة الثانوية، وذلك بعد الاطلاع على الدراسات والأبحاث المشابهة والمراجع العلمية المتخصصة، للاستفادة من برامجها التعليمية ومنها: الحايك والويسبي (2009)، والحايك والسوطري (2007)، والمشرقي (2010)، وأبو رياش (2005)، وأسكاوس وعبد الموجود (2005)، والإطار العام المرجعي للتعليم المبني على المهارات الحياتية لمرحلتي التعلم الأساسي والثانوي (يونيسف، 2007)، ودليل تدريب مديري المدارس على المهارات الحياتية (يونيسف، 2007)، ومناهج التربية الرياضية للمرحلة الثانوية (وزارة التربية والتعليم، 2007)، واستعين ببعض المدرسين والخبراء المتخصصين في تدريس هذه المرحلة العمرية، وقد طبق البرنامج التعليمي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية، بعد عرضه على عدد من المختصين وأصحاب الخبرة العملية والعلمية وذلك بهدف التحقق من:

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

وقد روعي في تخطيط وبناء الإطار العام للبرنامج التعليمي المبني على مهارات الحياة ما يلي:
- المدة الزمنية للبرنامج التعليمي: وهي تسعة أسابيع بمعدل ثلاث حصص أسبوعياً، وبواقع (50) دقيقة للحصة الواحدة، وبزمن كلي مقداره (1350) دقيقة. وقد خصص في كل وحدة (15) دقيقة للتمهيد.

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

- التنوع في استخدام الأدوات الملائمة للمرحلة العمرية المختارة مثل الكرات متنوعة الأحجام والألوان، حبال، عصي التتابع؛ وذلك تبعاً لطبيعة التمرينات.
- إشراك الطالبات في إعداد مطويات في الوجدتين المعنيتين؛ لمناقشتها وتوزيعها على طالبات المجموعة التدريبية، حيث تعمل هذه المطويات على تثقيف الطالبات بالنواحي الصحية والغذائية، وضغط الدم، والرياضة والإسلام، بالإضافة إلى تعريفهن بعناصر اللياقة البدنية.
- عرض فيلم (CD) عن القواعد الصحية للمحافظة على الوزن، بالتعاون مع مؤسسة الغذاء والدواء وجمعية سيدات عراق الأمير.
- توفير عوامل الأمان والسلامة والنظام طوال وقت تنفيذ البرنامج، وذلك من خلال الكشف الطبي على الطالبات قبل تطبيق البرنامج. وقد قام بإجرائه طبيب المركز الصحي.
- عدم تواجد طلاب المجموعة الضابطة أثناء تنفيذ البرنامج على طلاب المجموعة التجريبية.

الأهداف العامة للبرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية:

1. تنمية التحصيل لدى طالبات المرحلة الثانوية في وحدة الثقافة الرياضية.
2. رفع مستوى اللياقة البدنية لدى طالبات الصف الأول الثانوي.
3. تنمية مهارتي حل المشكلات واتخاذ القرار لدى طالبات الصف الأول الثانوي.

محتوى البرنامج:

تحديد محتوى البرنامج التعليمي المقترح. ولتحقيق الهدف من البرنامج تم استخدام إستراتيجيات التدريس المبنية على مهارات الحياة في تنفيذ دروس الوجدتين الدراسيتين، وقد تألفت الدروس التعليمية من أربعة أجزاء، اشتملت على المقدمة، ومرحلة تطوير النشاط الرئيس، مرحلة التأمل، الخاتمة مع التقيد بالوقت المتاح.

كما روعي تهيئة الظروف المناسبة لتنفيذ الدروس، بحيث يراعى تشجيع احترام آراء الطلبة ومشاعرهم، وتمكين الطلبة جميعهم من المشاركة من خلال مجموعات العمل، وإتاحة بعض الوقت للطلبة للتأمل والنظر فيما تم تعلمه، وتمكين الطلبة من التوصل إلى نتيجة مرضية في الوقت المتاح. وقد تم مراعاة آلية تطبيق أساليب التدريس التالية في تنفيذ وحدة (التمرينات الرياضية واللياقة البدنية):

1) الأسلوب الأمري الذي يهدف لأداء الطالب المهارة بدقة وإتقان من خلال الإشراف المباشر

للمدرس، ويشتمل على الإجراءات التالية:

- في بداية الحصة يتم تذكير الطلبة بالنتائج التعليمية.

- أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية
- إعطاء الإحماء العام بحيث يكون من خلال الإيعاز المباشر من المعلم، وأداء الطلبة يكون حسب الإيعاز الصادر من المعلم وتحت إشرافه.
 - شرح المهارة مع إعطاء نموذج تطبيقي لها.
 - إعطاء فكرة للطلبة عن طريقة التطبيق والتي تشمل:
 - تحديد مكان تطبيق التمرينات وكيفية التطبيق.
 - توزيع الطلبة التشكيل الذي يخدم تطبيق التمرينات.
 - تطبيق التمرين بالاعتماد على إشارة البدء من المعلم.
 - تقديم التغذية الراجعة للطلبة عن الأخطاء المرتكبة وتصحيحها بذكر الأداء الصحيح.
 - متابعة أداء الطلبة للتمرينات.
 - المعلم في الأسلوب الأمري هو المسؤول عن اتخاذ جميع القرارات داخل الحصة.
- (2) الأسلوب التدريبي الذي يهدف أن يتعلم الطالب أداء المهارة بطريقة مستقلة بغض النظر عن الوقت المخصص كما يتم تزويد الطالب بتغذية راجعة بشكل فردي، ويشتمل على الإجراءات التالية:**
- في بداية الحصة يتم تذكير الطلبة بالنتائج التعليمية.
 - إعطاء الإحماء العام.
 - يشرح المعلم دور الطلبة باتخاذ القرارات التسعة المتعلقة بكل من الاستعداد وتحديد مكان الأداء، وتحديد ترتيب التمرينات بالإضافة إلى تحديد وقت بداية التمرين وتحديد شدة وإيقاع التمرين ووقت نهايته، كما يحدد الطالب وقت الراحة واللباس الرياضي الخاص به وي طرح الأسئلة حول ما يرغب في الاستفسار عنه، ودوره بإعطاء التغذية الراجعة والرد على تساؤلات الطلبة.
 - تزويد الطلبة بنموذج المهمات الذي يحتوي على الواجبات وعلى النواحي الفنية للمهارة، يعرض المعلم أو يشرح الواجب من خلال وسائل الإيضاح المختلفة.
 - يستفسر المعلم ويجيب عن الأسئلة لغرض التوضيح قبل أن يأمر ببدء العمل.
 - يبدأ الطلبة في اتخاذ قرارات التنفيذ التسعة التي أسندت إليهم وهي (الأوضاع، المكان، نظام الأعمال، وقت بداية العمل، التوقيت والإيقاع الحركي، الانتهاء من العمل، الراحة، المظهر، وإلقاء أسئلة التوضيح).
 - يتحرك المعلم من متعلم لآخر ليلاحظ كلاً من الأداء وعملية اتخاذ القرار ثم يعطي التغذية الراجعة.

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

- يسمح المدرس للطلبة بالعمل بشكل مستقل عن المعلم وعن بقية الطلبة.
- يعطي المعلم للطلبة الوقت الكافي لتكملة التمرينات.
- يوقف المعلم الطلبة استعداداً لختام الدرس.

ثانياً : التدريس بالطريقة الاعتيادية

اقتصر تنفيذ وحدتي الثقافة الرياضية والتمرينات واللياقة البدنية للمجموعة الضابطة على استخدام الطريقة التقليدية في التدريس.

متغيرات الدراسة

أولاً: المتغير المستقل: طريقة التدريس، ولها مستويان: التدريس المبني على المهارات الحياتية، والتدريس بالطريقة الاعتيادية.

ثانياً: المتغيرات التابعة: وتشمل متغيرين هما: علامة الطالب على مقياس حل المشكلات، وعلامة الطالب على مقياس اتخاذ القرار.

المعالجات الإحصائية

تم استخراج المتوسطات الحسابية المعدلة لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة، على أداتي الدراسة (حل المشكلات واتخاذ القرار)، كما تم احتساب الانحرافات المعيارية لمعرفة انحرافات الدرجات عن متوسطها، واستخدم تحليل التباين المصاحب الأحادي (ANCOVA)، لضبط الفروق القبلية بين المتوسطات للمجموعتين في التطبيق القبلي لأداتي الدراسة، والكشف عن دلالة الفروق في متوسطات درجات طالبات المجموعتين على التطبيق البعدي للأدوات، ولقياس حجم أثر المتغيرين المستقلين (القدرة على حل المشكلات والقدرة على اتخاذ القرار) تم استخدام مربع أيتا.

نتائج الدراسة

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول الذي ينص على "ما أثر التدريس المبني على المهارات الحياتية لوحدي" الثقافة الرياضية " و "التمرينات واللياقة البدنية" في تنمية مهارة اتخاذ القرار لدى طلبة الصف الأول الثانوي؟"

يبين الجدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اتخاذ القرار (القبلي والبعدي).

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

الجدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اتخاذ القرار (القبلي والبعدي)

مقياس اتخاذ القرار البعدي		مقياس اتخاذ القرار القبلي		المجموعة
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
3,08	92,45	8,56	78,36	التجريبية البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية
3,95	81,58	6,02	76,00	الضابطة الطريقة الاعتيادية

يشير الجدول (1) إلى أن هناك فروقاً ظاهرة بين متوسطات الدرجات الخام للطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اتخاذ القرار البعدي، حيث تشير النتائج إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات طالبات المجموعة التجريبية يبلغ (92,45) درجة وانحراف معياري (3,08)؛ أما المتوسط الحسابي لدرجات طالبات المجموعة الضابطة كان (81,58) درجة، وانحراف معياري (3,95)، إذ بلغ فرق المتوسطات بين المجموعتين (10,78) درجة. ولمعرفة ما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0,05=\alpha$) تم استخدام تحليل التباين المشترك الأحادي (ANCOVA)، ويبين الجدول (2) نتائج التحليل.

الجدول (2) نتائج تحليل التباين المشترك الأحادي لدرجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اتخاذ القرار البعدي ومربع أيتا

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	مستوى الدلالة	حجم الأثر مربع أيتا
المشترك	228,186	1	228,186	20,262	*0,000	0,310
طريقة التدريس	1264,847	1	1264,847	112,313	*0,000	0,714
الخطأ	506,780	45	11,262			
الكلي	1999,813	47				

تظهر النتائج في الجدول (2) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ($0,05=\alpha$) في درجات الطالبات في المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس اتخاذ القرار تعزى لطريقة التدريس، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (112,313)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0,05=\alpha$)،

د. نهله الهدهود و د. منعم السعايد

وهذا معزز بارتفاع قيمة مربع أيتا والبالغة (0,714)، وهذا يشير إلى أن (71,4%) من التباين المفسر في المتغير التابع (مهارة اتخاذ القرار لدى الطالبات) يعزى للبرنامج التعليمي، وهو أثر كبير. ولتحديد اتجاه هذه الفروق استخرجت المتوسطات الحسابية المعدلة والخطأ المعياري لدرجات الطالبات على مقياس اتخاذ القرار البعدي، ويبين الجدول (3) ذلك.

الجدول (3) المتوسطات الحسابية المعدلة والخطأ المعياري لدرجات الطالبات في المجموعتين

التجريبية والضابطة على مقياس اتخاذ القرار البعدي

المجموعة	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التجريبية	92,22	0,72
الضابطة	81,78	0,66

يبين الجدول (3) وجود فروق في المتوسطات الحسابية المعدلة لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اتخاذ القرار البعدي، حيث كانت هذه الفروق لصالح طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعة التجريبية (التي خضعت للبرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية) حيث حصلت على متوسط حسابي معدل (92,22) درجة، في حين بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة (الطريقة الاعتيادية) (81,78)، وقد بلغ فرق المتوسطات المعدلة (10,44). وبناءً على ذلك يستنتج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha=0,05$) في مهارة اتخاذ القرار لدى طالبات الصف الأول الثانوي تعزى لطريقة التدريس (البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية، التدريس بالطريقة الاعتيادية)، ولصالح البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن التدريس المبني على المهارات الحياتية يساعد الطلبة على توليد أفكار جديدة كحلول لمشكلات معينة، كما يساعدهم في توليد الأفكار التي أدت إلى تنمية مهارة اتخاذ القرار، وهذا يتفق مع ما أشار إليه جروان (2002)، من أن التدريس المبني على المهارات الحياتية أسهم في توليد وإطلاق عنان الأفكار لدى طلبة المجموعة التجريبية الذين درسوا وفقاً للتدريس المبني على المهارات الحياتية أكثر من نظرائهم في المجموعة الضابطة الذين درسوا بالطريقة الاعتيادية، وبالتالي فإن استخدامه بشكل منظم وواضح ساعد في إدراك الطلبة للمشكلات المطروحة والتبصر فيها، وبالتالي اتخاذ قرار مناسب ومنطقي وعقلاني حولها، حيث يقوم الطلبة عند توظيف إستراتيجية حل المشكلات بتنظيم الخبرة وتحديد وصياغتها، ويجمعون معلومات ويعالجون وينظمون ويختبرون، وينشطون خبراتهم السابقة ويربطونها بالخبرات

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية والمواقف الجديدة، ويتفاعلون ويحرصون على استمرار التفاعل الجماعي على أن لا يفقدوا فديتهم، ويسهمون بوجهات نظر متباينة تنشط الموقف الخبيري، مما يتيح الفرص للطلبة لتنمية مهارة اتخاذ القرار (الديري والحايك، 2011).

كما يتعرف الطلبة من خلال إستراتيجية لعب الأدوار بعضاً من المشكلات التي يمكن أن تواجههم في المستقبل وتساعدهم على اقتراح حلول لتلك المشكلات، واتخاذ القرار المناسب إزاءها، وذلك من خلال تقسيم الطلبة إلى مجموعات تكون مصالحها متعددة ومقاطعة حيال القضية المطروحة، وتوزيع الأدوار بينهم؛ ليقوموا بتمثيلها وتقويم الأداء وتحديد الآثار المترتبة على النتائج، مما يعمل على تفحص البدائل المقترحة واتخاذ القرار، وتساعد إستراتيجية دراسة القضايا الحياتية للطلبة في تحديد التشابهات والاختلافات بين موقفين أو فكرتين حول قضية ما، والتعرف على أوجه التناقض أو عدم الاتساق في مسار عملية الاستدلال وتحديد درجة القوة في البرهان أو الادعاء، وتحديد مواطن التحيز أو التحامل، مما يساهم في تنمية التفكير العلمي للطلبة (الملاحظة الدقيقة والقياس وجمع البيانات، وتبويبها وتنظيمها، وتحليلها) مما يساعد على تنمية مهارة اتخاذ القرار لدى الطلبة (أورليخ وكالهان وهاردر وجيسون، 2003).

وتتيح إستراتيجية التدريس المباشر (الأسلوب التدريبي) للطلبة ممارسة الإصغاء الفعال، وطرح الأسئلة للتأكد من الاستيعاب، والمساهمة في الدرس بإعطاء ملاحظات تضيف معلومات وأفكاراً وآراءً جديدة للدرس، وممارسة المهارات المكتسبة تحت إشراف المعلم ومن ثم باستقلالية، بالإضافة إلى استخدامهم مهارات التقويم الذاتي لمراقبة تعلمهم، حيث إن طرح الأسئلة متعددة الإجابات، مع وضع شرط عدم تكرار الإجابات من قبل الطلبة يتيح عمقاً أكبر في التفكير، كما يتيح الأسلوب التدريبي للطلبة اتخاذ تسعة قرارات تتعلق بكل من الاستعداد وتحديد مكان الأداء، وتحديد ترتيب التمرينات بالإضافة إلى تحديد وقت بداية التمرين وتحديد شدة وإيقاع التمرين ووقت نهايته، بالإضافة إلى تحديد الطلبة وقت الراحة واللباس الرياضي الخاص به وبطرح الأسئلة حول ما يرغب في الاستفسار عنه، فيتمتع الطلبة بحرية في مرحلة التطبيق، مما يساهم في تنمية مهارة اتخاذ القرار لدى الطلبة (الديري والحايك، 2011).

وهذا يتفق مع تفسير الحايك والويسى (2009) حيث إن التدريس المبني على المهارات الحياتية يعمل على التقريب بين المواقف الحياتية اليومية، ومحتوى المادة التعليمية في ضوء قدرات المتعلمين وخبراتهم والفروق الفردية بينهم، مما يثير الدافعية وصولاً للحل المرغوب فيه، كما تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة جوداس وليونداري ودانيش وديرميتزك and Danish (2006) Goudas, Dermitzak, Leondari ، ودراسة كولينز وآخرين Collins, Karl,

Riggs, Galloway & Hager (2010) والذين أكدوا على أن التدريس المبني على المهارات الحياتية يمكن توظيفه بفعالية من خلال حصص التربية الرياضية، وأشادوا بأهمية تدريس المحتوى من خلال تطبيقات حياتية في تنمية وصقل شخصية الفرد.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني الذي ينص على "ما أثر التدريس المبني على المهارات الحياتية لوحدها في الثقافة الرياضية" و "التمرينات واللياقة البدنية" في تنمية مهارة حل المشكلات لدى طلبة الصف الأول الثانوي؟"

يبين الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي في كل من المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة على مقياس حل المشكلات القبلي والبعدي.

الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي

في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس حل المشكلات (القبلي والبعدي)

مقياس حل المشكلات القبلي		مقياس حل المشكلات البعدي		المجموعة
المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
113,18	12,59	159,18	18,06	التجريبية البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية
123,42	18,30	124	15,70	الضابطة الطريقة الاعتيادية

يشير الجدول (4) إلى أن هناك فروق ظاهرية بين متوسطات الدرجات الخام لطالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس حل المشكلات البعدي، حيث تشير النتائج إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات طالبات المجموعة التجريبية بلغ (159,18) درجة وانحراف معياري (18,06)، أما المتوسط الحسابي لدرجات طالبات المجموعة الضابطة كان (123,42) درجة، وانحراف معياري (15,70)، حيث بلغ فرق المتوسطات بين المجموعتين (35,76) درجة. ولمعرفة ما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) تم استخدام تحليل التباين المشترك الأحادي (ANCOVA)، ويبين الجدول (5) نتائج التحليل.

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

الجدول (5) نتائج تحليل التباين المشترك الأحادي لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس حل المشكلات البعدي ومربع أيتا

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	مستوى الدلالة	حجم الأثر مربع أيتا
المشترك	995,638	1	995,638	6,195	*0,017	0,121
طريقة التدريس	20018,862	1	20018,862	124,550	*0,000	0,735
الخطأ	7232,812	45	160,729			
الكلية	28247.312	47				

تظهر النتائج في الجدول (5) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى $(\alpha=0,05)$ في درجات طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس حل المشكلات تعزى لطريقة التدريس، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة (124,55)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $(\alpha=0,05)$. ويعزز هذه النتيجة بارنفاع قيمة مربع أيتا البالغة (0,735)، مما يعني أن (73,5%) من التباين المفسر في المتغير التابع (مهارة حل المشكلات لدى الطالبات) يعزى للبرنامج التعليمي، وهو أثر كبير. ولتحديد اتجاه هذه الفروق استخرجت المتوسطات الحسابية المعدلة والخطأ المعياري لدرجات الطالبات على مقياس حل المشكلات البعدي، ويبين الجدول (6) ذلك.

الجدول (6) المتوسطات الحسابية المعدلة والخطأ المعياري لدرجات طالبات الصف الأول

الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس حل المشكلات البعدي

المجموعة	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التجريبية	163,30	2,79
الضابطة	119,94	2,55

يبين الجدول (6) وجود فروق في المتوسطات الحسابية المعدلة لدرجات طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس حل المشكلات البعدي، وكانت هذه الفروق لصالح طالبات الصف الأول الثانوي في المجموعة التجريبية (التي خضعت للبرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية)، إذ حصلت على متوسط حسابي معدل (163,30) درجة، في حين بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة (الطريقة الاعتيادية)

(119,94)، وقد بلغ فرق المتوسطات المعدلة (43,36)، وبناءً على هذه النتائج " توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لطريقة التدريس (البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية، التدريس بالطريقة الاعتيادية)، ولصالح البرنامج التعليمي المبني على المهارات الحياتية". وهذا يدل على أنه يوجد أثر للتدريس المبني على المهارات الحياتية في تحسين مهارة حل المشكلات لدى طالبات الصف الأول الثانوي، وربما يرجع ذلك إلى الفاعلية والإيجابية في دور المتعلم ضمن التدريس المبني على المهارات الحياتية، والذي يركز على تنمية قدرات الطلبة وتطويرها للتكيف مع أوضاع الحياة الواقعية، وتنمية مهارات التفكير لديهم، حيث يهدف التدريس المبني على المهارات الحياتية إلى أن يتعلم الطلبة من خلال مناقشة القضايا الحياتية المعاصرة، مما يمكن الطلبة من تعلم خطة التعامل مع المشكلات، وكيفية تحديد المشكلة، وتقبل مواجهة المشكلة، وتحديد البدائل، وموازنتها من خلال مناقشة القضايا الحياتية، والتدريب على جدول موازنة البدائل من أجل اختيار أفضل الحلول، بالإضافة إلى التركيز على بعد تحليل المشكلة، ومحاولة الوصول للحلول المناسبة من خلال المناقشة الجماعية، كما توفر هذه الإستراتيجيات مواقف افتراضية تحوي شروط المشكلة من أجل أن يتدرب المشاركون على توليد أكبر عدد ممكن من البدائل، حيث يظهر الطلبة في إستراتيجية حل المشكلات اهتماماً فعالاً بالتعليم، وحب استطلاع حول اكتساب معرفة جديدة عن القضايا والمشكلات المطروحة، ويمارسون مهارة حل المشكلات، فيقومون بدور إيجابي في تحديد المشكلة، ثم جمع المعلومات المتعلقة بها، ووضع خطة عملية لحلها، ثم تقويم النتائج التي تم التوصل إليها، واختيار أفضل الحلول، كما تثير دافعيتهم وتولد لديهم الرغبة في التفكير؛ للتوصل إلى الحل السليم، مما يفيد الطلبة في التغلب على المشكلات التي تواجههم في حياتهم العملية (الديري والحايك، 2011).

ويساعد توظيف إستراتيجية لعب الأدوار على تقليل الفجوة بين ما يدور في غرفة الصف، وما يجري في مواقف الحياة اليومية، وتزيد من دافعية الطلبة ليقوموا بأدوار حقيقية وتنمية قدرتهم على معالجة مشكلات فعلية قد تحدث لهم في المستقبل، كما أن توظيف إستراتيجية دراسة القضايا الحياتية ينمي قدرة الطلبة على الملاحظة الدقيقة والقياس وجمع البيانات وتبويبها وتنظيمها وتحليلها مما ينعكس إيجابياً على مهارتهم في اتخاذ القرارات وبالتالي حل المشكلات، وتتيح إستراتيجية التدريس المباشر (الأسلوب التدريبي) الفرصة للطلبة لتوضيح قيمهم واتجاهاتهم، والتعبير عن مشاعرهم بطريقة بناءة وتطوير مهارة التواصل لديهم، وتقييم أنفسهم الأمر الذي يطور لديهم القدرة على اتخاذ القرار وحل المشكلات، وإثارة دافعيتهم للتعلم من خلال مراعاته

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية للفروق الفردية، مما يساهم في تنمية مهارة الطلبة في حل المشكلات (أورليخ وكالهان وهاردر وجبسون، 2003).

وتتسق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الحايك والبطاينة (2007) ودراسة السوطري (2007) التي دلت على ضرورة دمج المهارات الحياتية في المناهج والتدريس؛ للتركيز على شخصية الفرد وإكسابه المهارات اللازمة له في حياته اليومية. ويتفق هذا مع نتائج دراسة الحايك والشريفي (2008) ودراسة أبو سريع وشوقي وأنور ومرسي (2006) الذين أشادوا بفعالية برامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة، كما يتفق معهم موتش وشاي (Mauch and Shi 2004) اللذان أكدا على تركيز التدريس المبني على المهارات الحياتية في تنمية العديد من المهارات الأساسية في حياة الفرد اليومية، التي من أهمها تنمية تفكير الطالب ليصبح أكثر قدرة على حل مشكلاته، وتكوين الفرد ذي الشخصية المتكاملة الجوانب المتفاعل بإيجابيه مع من حوله. كما يتفق معهم في ذلك Papacharisis, Goudas, Danish, and Theodorakis بباكاريسس وجوداس ودانيس ونيوداركيس (2005) الذين أشادوا بفعالية البرامج التدريبية الرياضية في (الكرة الطائرة) و(كرة القدم) في تنمية مهارات حياتية مثل حل المشكلات، والتفكير الإيجابي، والمسؤولية الشخصية والاجتماعية، وحل المشكلات، والتحصيل.

الاستنتاجات

في ضوء أهداف الدراسة وأسئلتها واستنادا إلى المعالجات الإحصائية وتحليل النتائج توصلت الدراسة إلى الاستنتاجات الآتية:

- للتدريس المبني على المهارات الحياتية أثر فعال في تنمية مهارة اتخاذ القرار؛ إذ تبين أن واحداً وسبعين بالمئة من الفرق في مستوى المهارة بين المجموعة الضابطة والتجريبية كان يعود إلى التدريس المبني على المهارات الحياتية.
- للتدريس المبني على المهارات الحياتية أثر فعال في تنمية مهارة حل المشكلات؛ إذ تبين أن ثلاثة وسبعين بالمئة من الفرق في مستوى المهارة بين المجموعة الضابطة والتجريبية كان يعود إلى التدريس المبني على المهارات الحياتية.

التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة فإن أهم التوصيات هي:

- 1) ضرورة توجيه التدريس نحو المهارات الحياتية لتحسينها لدى الطلبة خصوصاً مهارتي اتخاذ القرار وحل المشكلات.
- 2) ضرورة التنوع في تدريس مناهج التربية الرياضية لطلاب المرحلة الثانوية، لتنمية المهارات الحياتية بأنواعها المختلفة، ولإثارة دافعيتهم للمشاركة في الدروس بفعالية.
- 3) ضرورة توجيه تطوير المناهج نحو التوسع في تطبيق المهارات الحياتية أثناء التدريس لجميع المباحث الدراسية.
- 4) ضرورة التوسع في تدريب المعلمين على التدريس الموجه نحو المهارات الحياتية.

المراجع

1. أبو رياش، حسين (2005) أثر برنامج تدريبي مبني على إستراتيجية التعلم المستند الى مشكلات في تنمية المهارات ما وراء المعرفية لدى طلبة المرحلة الأساسية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان.
2. أبو رياش، حسين وقطيظ، غسان (2008) حل المشكلات، ط1 ، عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
3. أبو سريع، أسامة وشوقي، مرفت وأنور، عبير ومرسي، صفاء (2006) أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة، ندوة علم النفس وجودة الحياة، مسقط: جامعة السلطان قابوس (17- 19 كانون أول).
4. أبو طامع، بهجت (2010) درجة مساهمة مناهج التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية في إكساب الطلبة المهارات الحياتية، تمت مراجعة الموقع بتاريخ 1/ 10 / 2010
5. http://www.iusst.org/index.php?option=com_content&view=article&id=1167:2010-09-25-16-27-57&catid=54:2010-06-10-21-23-20&Itemid=102
6. أبو لطيفة، لؤي (2005) أثر برنامج مقترح لتنمية مهارات تفكير الأولويات لدى طلبة الصف السابع على تطوير مهارة تفكير اتخاذ القرار، أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية.
7. أورليخ، دونالد وكالاهان، ريتشارد وهاردر، روبرت وجيسون، هاري، ترجمة أبو نبعة، عبد الله (2003) إستراتيجيات التعليم، دليل نحو تدريس أفضل، عمان: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

- أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية
8. أسكاوس، فيليب وعبد الموجود، محمد (2005) تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب التعليم الثانوي في إطار مناهج المستقبل، القاهرة، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية.
9. الحايك، صادق (2006) فاعلية مناهج التربية الرياضية في الجامعات الأردنية في إعداد الأفراد لمواجهة تحديات العصر، المجلد الثالث لمؤتمر مناهج التعليم وبناء الإنسان العربي، جمعية المناهج وطرق التدريس المصرية، في 26 تموز 2006م.
10. الحايك، صادق (2010) المهارات الحياتية المعاصرة المواكبة للتطورات التربوية المدمجة في مناهج كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية الرسمية، مؤته للبحوث والدراسات، 25(4).
11. الحايك، صادق والبطاينة، أحمد، (2007) مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، المجلد الأول، مؤتمر كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
12. الحايك، صادق والسوطري، حسن (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.
13. الحايك، صادق والشريقي، وليد (2008) مدى تأهيل الطالب المعلم في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية في توظيف المهارات الحياتية في التدريس أثناء التدريب الميداني، مؤتمر رؤى تحديثية لبرامج التربية العملية بكليات التربية في الوطن العربي خلال الألفية الثالثة، الأردن: جامعة الزرقاء الخاصة.
14. الحايك، صادق والمنسي، تيسير (2007) دور مناهج كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية في إعداد المواطن المواكب لمتطلبات القرن الجديد، بحث منشور، مجلد المؤتمر الأول لجمعية كليات التربية الرياضية العربية، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية.
15. الحايك، صادق والويسى، نزار (2010) تأثير استخدام الألعاب الحركية والتربوية في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الأساسية الدنيا في الأردن، مجلة جامعة الأنبار للعلوم البدنية والرياضية، (2).
16. حمدي، نزيه، (1998) علاقة مهارة حل المشكلات بالاكتماب لدى طلبة الجامعة الأردنية، دراسات، 25(1).
17. الداھري، صالح حسن (2005) سيكولوجية التوجيه المهني ونظرياته، عمان: دار وائل.

18. الديري، علي والحايك، صادق (2011م)، استراتيجيات تدريس التربية الرياضية المبنية على المهارات الحياتية في عصر الاقتصاد المعرفي وتطبيقاتها العملية، عمان: المعدان
19. زيتون، عايش (2007) النظرية البنائية، عمان: دار الشروق.
20. السوطري، حسن والعتوم، أمجد والبيات، منال (2008) دليل معلم التربية الرياضية للمرحلة الثانوية، عمان: إدارة المناهج والكتب المدرسية.
21. سويدان، رجاء والمحتسب، سمية (2010) أثر دمج ثلاثة أجزاء من برنامج كورت لتعليم التفكير في محتوى كتب العلوم وتنمية المهارات العلمية والقدرة على اتخاذ القرار لدى طالبات الصف السابع الأساسي في فلسطين، مجلة جامعة النجاح للأبحاث.
22. القرعان، عبد الجليل (2003) أثر برنامج تعليمي مستند لنظرية ستيرنبرغ الثلاثية لتحسين مستوى اتخاذ القرار لدى طلبة الصف الأول الثانوي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، عمان: جامعة عمان العربية للدراسات العليا.
23. المشرفي، انشراح وعبد اللطيف، فاتن والصاوي، ابراهيم (2010) برنامج مقترح لتعليم بعض المهارات الحياتية وتأثيره في تحسين مفهوم الطفل لذاته، السعودية: جامعة أم القرى.
24. مقدادي، يوسف وأبو زينون جمال (2010) أثر برنامج تدريبي مستند إلى التربية العقلانية الانفعالية في تحسين الكفاءة الاجتماعية ومهارة حل المشكلات لدى طلبة الصفين السابع والثامن الأساسيين، مجلة الجامعة الإسلامية، الأردن: جامعة آل البيت.
25. وافي، عبد الرحمن (2010)، المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة: الجامعة الإسلامية.
26. وزارة التربية والتعليم (2007) الإطار العام لمنهاج التربية الرياضية، عمان: إدارة المناهج والكتب المدرسية.
27. يونيسف (2007 أ) الإطار العام المرجعي للتعلم المبني على المهارات الحياتية لمرحلتى التعليم الأساسي والثانوي، عمان: إدارة المناهج والكتب المدرسية.
28. يونيسف (2007 ب) دليل تدريب مديري المدارس على المهارات الحياتية، عمان: إدارة المناهج والكتب المدرسية.
29. يونيسف (2008) دليل التدريب على نهج التعلم المبني على مهارات الحياة، عمان: ادارة المناهج.
30. Beyer, B. (2003) **Teaching Thinking Skills: A Handbook for Secondary School Teachers**, Boston: Allyn and Bacon.

أثر تدريس التربية الرياضية باستخدام إستراتيجيات التدريس المبني على المهارات الحياتية

31. Buhler, A. Schroder, E. & Silbereisen, R. (2008) The role of life skills promotion in substances abuse prevention: a mediation analysis. **Health Education Research**, 23(4): 621-632.
32. Collins, B. Karl, J. Riggs, L. Galloway, C.& Hager, K. (2010) Teaching Core Content with Real-Life Applications to Secondary Students with Moderate and Severe Disabilities, **Teaching Exceptional Children**, 43 (1), 52-59.
33. 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), 429-438.
34. Heppner, P & Peterson, C. ,(1982), The Development and Implications of A Personal Problem-Solving Inventory. **Journal of Counseling Psychology**, (29), 66-75.
35. Mauch, E. & Shi, X. (2004) one Approach to Explore Arrange of Problem Solving Strategies in the Classroom. **International Journal of Mathematical Education in Science & Technology**, Nov-Dec 35(6), 912-917.
36. Papacharisis, V. Goudas, M. Danish, S. & Theodorakis, Y. (2005) The Effectiveness of Teaching a Life Skills Program in a Sport Context. **Journal of Applied Sport Psychology**, 17 (3), 247-254.
37. Weiss, M. Bolter, N. Bhalla, J. & Price, M. (2007) Positive youth development through sport: comparison of participants in the first tree life skills programs. **Journal of sport & Exercise Psychology**, (29), S212-S212.
38. World Health Organization (1999) **Partners in life skills education**. Geneva, Switzerland: World Health Organization, Department of Mental Health.
39. Zins, J. & Walberg, H. (2004). **Building Academic Success on Social and Emotional Learning**. What Does the Research Say? New York and London: Teacher College Press.