

المهارات الحياتية الرياضية لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

Laith.20ssp1@student.uomosul.edu.iq

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

Nadimyousif@yahoo.com

ليث قيس فاضل

ناظم شاكر الوتار

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٢/٨/١٥)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٢/٧/٢٦)

الملخص

هدفت الدراسة الى: التعرف على المهارات الحياتية الرياضية لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين. ولأجل التحقق من هذه الأهداف افترض الباحثان ما ياتي: يمتلك طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين المهارات الحياتية الرياضية بدرجة عالية. واستخدم الباحثان المنهاج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة الدراسة اما عينة البحث (التطبيق) فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية تمثلت بطلاب السنة الدراسية الثانية من مجتمع البحث والبالغ عددهم (٧٥) طالباً، كما ان عينة التحليل الاحصائي بلغت (١١٠) طلاب كما تبني الباحثان مقياس المهارات الحياتية الرياضية الذي اعدده (Cronin, Allen, 2016). واستخدم الباحثان البرنامج الاحصائي الجاهز (SPSS) للحصول على النتائج الإحصائية واستنتج الباحثان: فاعلية مقياس المهارات الحياتية الرياضية الذي قام الباحثان بترجمته وتقنيه على البيئة العراقية وعلى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين لقياس الغرض الذي وضع من اجله. يتميز طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين بتفوقهم بمهارتي حل المشكلات والتواصل مقارنة بالمهارات الأخرى المتناولة في الدراسة الحالية.

الكلمات المفتاحية : المهارات الحياتية الرياضية - طلاب - المتفوقين



The sports life skills of the students of Nineveh Secondary School for outstanding students

The two researchers:

Laith Qais Fadhil

Laith.2ssp1@student.uomosul.edu.iq

An M.A student/ The College of Physical Education and Sport Science/ University of Mosul

Nadhim Shakir Al-Wattar

Nadhimyousif@yahoo.com

A professor in the College of Physical Education and Sport Science/ University of Mosul

Article information

Article history:

Received:26/07/2022

Accepted:15/08/2022

Published online: 15/10/2024

Keywords:

Sports life skills. Students.

Outstanding

Correspondence:

Laith Qais Fadhil

Laith.2ssp1@student.uomosul.edu.iq

.iq

Abstract

The current study aimed to identify the sports life skills of the Nineveh Secondary School for Outstanding Students. The researchers hypothesized that the students of Nineveh Secondary School have high sports life skills. The study used a descriptive method with a survey style. The study sample consisted of 75 second-year students who were selected randomly. However, the sample for statistical analysis consisted of 110 students. The researchers used a scale for measuring sports life skills, edited by Coronin and Allen in 2016. A statistical program (SPSS) was used to obtain the statistical results. The researchers concluded that the sports life skills scale was practical, translated, and coded to fit the Iraqi environment and the students of Nineveh Secondary School for Outstanding Students. Nineveh Secondary School for Outstanding Students showed high problem-solving and communication skills compared to other skills under study.

١ - التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث

يعد النشاط البدني الرياضي التربوي في صورته التربوية ونظامه وقواعده الأساسية وأنواعه المتعددة ميداناً ثرياً من ميادين التربية البدنية الحديثة. (بشير، حملاوي، ٢٠١٥، ٣١٧). وأن التربية الرياضية هي وسيلة من وسائل التربية الحديثة عن طريق النشاط البدني الذي يختار ويمارس بالنسبة لقيمتها البدنية والصحية والعضلية وإن مهمة تدريسها ليست سهلة فأنها علم وفن في تطبيق النظريات في مجالات التربية والتعليم، ودرس التربية الرياضية هو جزء من التربية والتدريس في المدارس وهو عمل جاد وشاق والفرد يحتاج الى سنوات لكي يتعلم كيف يجد السبيل لأجل ان يكون مؤهلاً للتدريس (عبدالله، ٢٠٠٩ ، ٥٥) فعملية عملية اكساب وتنمية المهارات الحياتية للطلاب من خلال حصة درس التربية الرياضية اهم النواتج المهمة لأي مرحلة دراسية والغاية الجوهرية من ذلك وهي السعي الى اكساب المهارات الحياتية للطلاب، لأنها تؤهلهم لمعيشة الانفتاح على المجتمع والتعامل الإيجابي معهم، وتمكنهم من العمل والمشاركة في العملية التنموية وتزويدهم بالخبرات والمهارات الواسعة وتمكنهم من التكيف مع بيئتهم وتجعلهم افراداً قادرين على بناء حياتهم وتطوير أفكارهم بالإضافة الى تنمية الجانب البدني والحركي والمهاري والفكري وكذلك الجانب العاطفي والوجداني لديهم (بن جعفر، ٢٠١٦، ١٠). ولأن مدرس التربية الرياضية يعد عنصراً أساسياً في المؤسسة التعليمية إذ لا يمكن الاستغناء عنه لما يحمله من معارف معلومات وإمكانات في إيصال المعلومات وطريقة التعايش مع الدور الذي يمثلته والتفاعل مع الطلبة للوصول الى طريقة تدريس مثالية من اجل تحقيق الأهداف المطلوبة (علي ، ٢٠٢٠ ، ١٢١) ، ونظراً لظهور مفاهيم جديدة في عملية التعليم نتيجة التسارع المعرفي والمعلوماتي في عصر الثورة التقنية، أصبح من الضروري مواكبة هذا التطور المستمر بتنمية ونقل المهارات الحياتية اللازمة التي تمكن الطالب من التصرف والتعامل مع مواقف الحياة اليومية سواء كانت متكررة أم مختلفة حتى يستطيع حل مشكلاته اليومية لذلك من الأهمية معرفة المهارات الحياتية الضرورية التي تساعد الطالب على مواجهة متطلبات الحياة اليومية وتنميتها. وهي (مهارة التواصل بين الأشخاص والعلاقات الشخصية، ومهارة حل المشكلات واتخاذ القرار، ومهارات اللياقة البدنية والحفاظ على الصحة وتطويرها، ومهارة الغاية من الحياة) (Brooks,1994) ولذلك فقد وجد الباحثان ان تسليط الضوء على المهارات الحياتية الرياضية من خلال درس التربية الرياضية الى الصف الدراسي لطلاب ثانوية نينوى للمتفوقين يمثل انموذجاً للبحث العلمي والاتجاه الحديث في مجال علم النفس الرياضي بما يتضمنه الدرس من تعليم فعاليات رياضية مختلفة

١-٢ مشكلة البحث:

يعتبر النقص في هذه المهارات وعدم تعزيزها وتطويرها من اهم المعوقات التي قد يواجهها الطلاب عند تخرجهم. اذ ان مواكبة تحديات عصرنا والثورة العلمية بهذا المجال وتلبية احتياجاته وتحقيق تناغم إيجابي معه يستدعي المزيد من الجهود المنظمة والمركزة للقيام بذلك وهذا ما تحتاجه مؤسساتنا التعليمية والتربوية التي تتطلع الى مواكبة التغير لتزويد طلابها وتمكينهم من المهارات الحياتية التي ترقى بهم ليعيشوا اصحاء ايجابيين في مجتمعاتهم وبيئاتهم المختلفة. هذا وقد اشارت العديد من الدراسات منها: (الهدود والسعيدة، ٢٠١٣) (الحايك والشريفي، ٢٠٠٨) (المشرفي وعبداللطيف، ٢٠١٠) (محمد، ٢٠١٣) الى تعدد المشكلات الناجمة من استخدام مهارات التدريس التقليدية في التعليم والتي تركز على استراتيجية الالقاء وانماط المحاضرة والتي يكون فيها المدرس محور العملية التعليمية حيث يكون الطالب بلا دور يذكر غير دور المستمع وعدم خلق جو إيجابي داخل الدرس وبذلك يعجز الطالب عن نقل الخبرات والمهارات التي تعلمها الى المواقف الحياتية، مما يجعل هذه الأساليب قاصرة على مساعدة الطالب في حل ما يتعرض له من مشاكل في حياته اليومية وهذا ينعكس بالتأكيد على مستوى الطالب بشقيه النظري والعملي مما يؤدي الى انتاج طلاب ذو إمكانيات محدودة وغير قادرين على التكيف والتوافق مع احتياجات مجتمعاتهم وبيئاتهم بسبب افتقارهم لتنمية مهاراتهم الحياتية تنمية إيجابية ويحد ذلك من قدرتهم على البحث والاستكشاف والابتكار، اذ ان إيجاد حلول لمثل هكذا نوع من المشكلات والتعرف على المهارات الحياتية الرياضية لدى الطلاب قد تسهم في توفير الفرص المناسبة للتطور في مجال البحث العلمي والأكاديمي وخاصة فيما يتعلق بأساليب التدريس الحديثة التي تواكب التقدم العلمي في هذا الاتجاه.

١-٣ اهداف البحث:

(١) التعرف على المهارات الحياتية الرياضية لدى طلاب ثانوية نينوى المتفوقين.

(٢) ترجمة وتعريب مقياس المهارات الحياتية الرياضية.

١-٤ فروض البحث: يفترض الباحثان امتلاك طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين المهارات

الحياتية الرياضية بدرجة عالية.

١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين.

١-٥-٢ المجال المكاني: صفوف وساحة ثانوية نينوى للمتفوقين.

١-٥-٣ المجال الزمني: ابتداءً من ٢٠٢١/١١/١ - ٢٠٢٢/٤/١ م .

١-٦ تحديد المصطلحات:

١-المهارات الحياتية : عرفها ايضاً (عبد العزيز،٢٠٠٩): إنها سلسلة من الخبرات المعرفية ، والمهارية والعاطفية التي يكتسبها المتعلم من خلال أنشطة مختلفة من خلال ممارسة أدواره ، الحالية والمستقبلية بنجاح وفقاً لمتغيرات وتطورات العصر . (عبد العزيز،٢٠٠٩)

اما التعريف الاجرائي للمهارات الحياتية الرياضية: فهو سلوك الطالب الهادف مع معوقات وتحديات الحياة، ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته عن فقرات المقياس المتبنى لهذا الغرض، حيث تقترب الدرجة ما بين (٤٣) كحد ادنى الى (٢١٥) كحد أعلى. وكلما ارتفعت درجة الطالب دل ذلك على امتلاكه للمهارات الحياتية وإمكانية نقلها، والعكس صحيح.

٢-الدراسات السابقة :

دراسة سكيנה (Sakineh ,2013) الموسومة بـ

«معرفة مدى فهم طلبة الجامعة للمهارات الحياتية»

تهدف الدراسة إلى معرفة فهم الطلاب للمهارات الحياتية، اذ تكونت عينة البحث من (٥٠٠) طالب وطالبة موزعين على (٥) جامعات، واستخدمت الباحثة مقياس المهارات الحياتية التي يتكون من (٨٨) فقرة، موزعة على (٥) مهارات وهي (مهارات اللياقة البدنية والحفاظ على المهارات الصحية، ومهارات الاتصال بين الأشخاص ، ومهارات العلاقات الإنسانية ، وتطوير الهوية وتعزيز الانتماء ، ومهارة حل المشكلات واتخاذ القرار) ، وأظهرت النتائج أن مستوى فهم الطلبة والطالبات للمهارات الحياتية مرتفع. ويتمتع بمستوى عالٍ من الفهم، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لمصلحة الذكور، لم تكن معظم المهارات تختلف بشكل كبير إحصائياً بين الطلاب الجدد باستثناء مهارات اللياقة البدنية والحفاظ على المهارات الصحية. ووصت الباحثة بضرورة فهم تنمية المهارات الحياتية للطلاب الماليزيين، لتحديد استراتيجيات الوقاية والتدخل المناسبة للأغراض التعليمية والسريية مثل تدخلات الإرشاد وأنشطة بناء المهارات.

٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث

٣-٢ مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) وتكونت عينة التحليل الاحصائي للمقياس على (١١٠) طلاب يمثلون نسبة (٢٤،٤٤%) من مجتمع البحث تم اختيارهم بطريقة عشوائية، من كما اشتملت عينة التجربة الاستطلاعية على (٢٥) طالباً تم اختيارهم من

مجتمع البحث وقد تم استبعادهم من عينة التطبيق كم ان عينة التطبيق اشتملت على (٧٥) طالباً من طلبة ثانوية نينوى للمتفوقين. والجدول (١) يبين تفاصيل ذلك.

الجدول (١)

يبين معلومات عن العدد الكلي لمجتمع البحث وعينته والنسبة المئوية

المتغيرات	العدد/النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية
عينة البحث	المجموعة الضابطة	٢٥	%١٦.٦٦
	المجموعة التجريبية ١	٢٥	
	المجموعة التجريبية ٢	٢٥	
الطلاب المستبعدين		٥	%١.١١
عينة التحليل الاحصائي		١١٠	%٢٤.٤٤
عينة التجربة الاستطلاعية		٥٢	%٤.٤٤
المستبعدين		٢٣٥	%٥٣
مجتمع البحث		٤٥٠	%١٠٠

٣-٣ مقياس المهارات الحياتية الرياضية:

تبنى الباحثان في دراسته مقياس المهارات الحياتية الرياضية ل (Cronin,Allen,2016)، اذ تم اجراء بعض التعديلات اللغوية الطفيفة وتعديلات في الأسلوب من قبل السادة الخبراء بعدد من الفقرات وتجنب المساس بالمعنى الجوهرى للفقرات حتى تكون مناسبة لأفراد عينة البحث ، اذ ان المقياس يتكون من (٤٣) فقرة تُقيس ثمانية مهارات حياتية رياضية وكما يلي: (مهاراة تحديد الأهداف، ٧ فقرات) و(مهارة العمل الجماعي، ٧ فقرات) (مهارة حل المشكلات، ٤ فقرات) و(المهارات العاطفية، ٤ فقرات) و (مهارة القيادة، ٨ فقرات) و(مهارة إدارة الوقت، ٤ فقرات) و(المهارات الاجتماعية، ٥ فقرات) و(مهارة التواصل، ٤ فقرات). وتتم الإجابة عليها من خلال خمسة بدائل (لا على الاطلاق، قليلا، بعض الشي، كثيرا، كثيرا جدا) وعلى ضوء البدائل تقترب درجات الطلاب من (١ - ٥) لكل فقرة وبعبدا يتم جمع هذه الدرجات حتى يتم إيجاد الدرجة الكلية للمقياس حيث تبلغ اعلى درجة يمكن الحصول عليها (٢١٥) وان اقل درجة يمكن

للطلاب الحصول عليها (٤٣)، وبالإضافة الى ذلك تواصل الباحثان مع كلاً من الدكتور

(Gabriel)^(١) والدكتور (Lorcan)^(٢)

١-٣-٣ المعاملات العلمية للمقياس:

١-١-٣-٣ صدق المقياس:

١-١-١-٣-٣ صدق المحكمين:

يوصف الصدق على انه شرط من شروط الاختبار الجيد، وان الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يكون قادراً على قياس الظاهرة او السمة التي وضعت من اجلها، كما ويمكننا ان نقيم درجة الصدق المحكمين من خلال توافق تقديرات الخبراء، وبغية الحصول على صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من الخبراء ليبيدي كل منهم رأيه حول مدى صدق المقياس للأغراض التي وضع من اجلها، اذ تم الاعتماد على نسبة اتفاق لكل فقرة (٧٥-١٠٠%) لغرض ابقائها في المقياس، اذ يشير بلوم الى انه " يمكن الاعتماد على موافقة اراء الخبراء بنسبة ٧٥% فاكثر في مثل هذا النوع من الصدق(بلوم وآخرون ١٩٨٣، ١٢٦) وبموجب هذا الاجراء الاحصائي تم قبول الفقرات التي حصلت على نسبة (٧٥%) ولم يتم اسقاط أي فقرة ليستقر المقياس على (٤٣) فقرة وكما هو مبين في جدول (٢) مع الاخذ بعين الاعتبار ومراعاة تعديلاتهم وأسلوب كل فقرة لتكون واضحة وسهلة الفهم وأكثر ملائمة للطلاب.

الجدول (٢) يبين اراء الخبراء في صلاحي فقرات المقياس ونسبهم المئوية

نسبة الاتفاق	الغير موافقون	الموافقون	عدد الخبراء	ارقام الفقرات
١٠٠%	/	٩	٩	٨،٩،١٠،١١،١٢،١٣،١٥ ١٦،١٧،١٩،٢٠،٢٣،٢٤،٢٥ ٢٦،٢٧،٢٨،٢٩،٣٠،٣١،٣٢ ٣٣،٣٤،٣٥،٣٨،٣٩،٤٠،٤٣
٨٨%	١	٨	٩	٤٢،٤١،٣٧،٣٦،٢٢،٢١ ١٨،١٤،١،٢،٣،٤،٥،٦،٧

(١) Gabriel Lucas : دكتور وتدرسي في جامعة بارايا الفيدرالية بمدينة جواو بيسوا في البرازيل.

(٢) Lorcan Donal :دكتور وتدرسي في جامعة ايدج هيل البريطانية ومصمم المقياس بنسخته الإنكليزية.

٣-١-١-٣-٢ صدق الترجمة: أجري الباحثان صدق الترجمة للتأكد من مدى صلاحية ترجمة المقياس عن طريق عرضه على السادة الخبراء^(٢) في اللغة الإنكليزية لترجمته الى اللغة العربية وبعدها قام الباحثان بإعادة المقياس المترجم الى اللغة العربية لخبراء آخرين في اللغة الإنكليزية لإعادة كتابته باللغة الإنكليزية حتى يتأكد الباحثان من صدق ترجمة المقياس وبناءً إلى ملاحظات وتحليل ترجمة السادة الخبراء اجري الباحثان بعض التعديلات على أسلوب الفقرات وبهذا يكون الباحثان قد تأكد من صدق ترجمة المقياس.

٣-١-١-٣-٣ اجراء التحليل لفقرات المقياس :

٣-١-١-٣-٣-١ القوة التمييزية :

أسلوب المجموعتين المتطرفتين: يعتبر الهدف من هذا الاجراء هو للتأكد من كفاءة فقرات المقياس في تحقيقها لمبدأ الفروق الفردية حيث يقوم على أساسه المقياس فيتم تقدير القوة التمييزية لفقرات المقياس من اجل إبقاء الفقرات المميزة واستبعاد الفقرات الغير مميزة حيث بلغ حجم عينة التمييز (٨٠) طالباً ، وبعد اكمال اعداد التعليمات المقياس تم تطبيقه على عينة التمييز وبعد جمع الاستمارات من العينة اذ تم الحصول على الدرجات الخاصة بكل فقرة ليتم على ضوءها حساب الدرجة الكلية لكل استمارة. وقد اتبع الباحثان الخطوات الاتية في استخراج القوة التمييزية:

١-ترتيب الاستمارات تصاعدياً على وفق المجموع الكلي لكل استمارة.

٢-تم تحديد حجم المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا وبواقع (٥٠%) لكل منهما وبذلك بلغت استمارات المجموعة العليا (٤٠) استمارة والمجموعة الدنيا (٤٠) استمارة. حيث يمكن تقسيم العينة بعد ترتيب الدرجات تنازلياً الى نصفين النصف الأول يمثل المجموعة العليا والنصف الأخير يمثل المجموعة الدنيا انا اذا كانت العينات كبيرة فانه بالإمكان اخذ نسبة (٢٧%) من المجموعتين العليا والدنيا. هذا "وان نتائج القوة التمييزية على الفقرات المحسوبة بنسبة مئوية (٥٠%) لا تختلف عن تلك المحسوبة بنسبة (٢٧%) او (٣٣%) عندما يكون المفحوصين بواقع (١٠٠) مفحوص او أكثر". (العبيسي، ٢٠١٠، ٢٠٦).

٣-إيجاد الفروق بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس على حدا. وكما هو مبين في الجدول (٣).

^(٢) الدكتور معن ممدوح / أستاذ في كلية الآداب قسم اللغة الإنكليزية / جامعة الموصل.
الدكتور سلطان جرجيس / أستاذ في كلية الآداب قسم اللغة الإنكليزية / جامعة الموصل.
الأستاذ إبراهيم محمود احمد / خبير مترجم محلف قضائي وقانوني.

الجدول (٣)

يبين قيم (ت) المحتسبة بين الفئتين العليا والدنيا لفقرات مقياس المهارات الحياتية الرياضية

القدرة التمييزية للفقرة	مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		رقم الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	٠,٠٠٠٢	٣,١٥٣	١,٠	٣,٣	١,٢	٢,٥	١
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,٤٩٠	١,١	٣,٣	١,١	٢,٢	٢
مميزة	٠,٠٠٢٠	٢,٣٧٤	١,١	٣,٣	٠,٩	٢,٧	٣
مميزة	٠,٠٠٠٢	٣,٢٤٦	٠,٩	٣,٥	1,2	2,7	٤
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٢٢٣	٠,٨	٤,٢	١,٠	٣,١	٥
مميزة	٠,٠٠٠١	٣,٣١١	١,١	٣,٦	١,٠	٢,٨	٦
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٩٦٣	٠,٩	٣,٤	١,٠	٢,١	٧
مميزة	٠,٠٠٠١	٣,٦١٥	١,٢	٣,٥	١,١	٢,٥	٨
مميزة	٠,٠٠٠٠	٣,٩٣٧	١,٠	٣,٧	٠,٨	٢,٨	٩
مميزة	٠,٠٠٠٦	٢,٨٢٨	١,٣	٣,٧	١,٠	٢,٩	١٠
مميزة	٠,٠٠٠١	٣,٤٢٨	١,١	٣,٣	١,٠	٢,٤	١١
مميزة	٠,٠٠٠٠	٣,٨٢٦	٠,٨	٣,٢	٠,٨	٢,٥	١٢
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٤٤١	٠,٨	٤,٠	٠,٩	٢,٩	١٣
مميزة	٠,٠٠١٠	٢,٦٢٩	١,٠	٣,٢	١,١	٢,٦	١٤
مميزة	٠,٠٠٠١	٣,٥٠٩	١,٠	٣,٤	١,١	٢,٥	١٥
مميزة	٠,٠٠٢٢	٢,٣٤٥	٠,٩	٤,٠	١,٢	٣,٤	١٦
مميزة	٠,٠٠٠٥	٢,٨٩٤	١,٠	٣,٤	١,١	٢,٧	١٧
مميزة	٠,٠٠٠٦	٢,٨٤٩	١,٠	٣,٣	٠,٨	٢,٧	١٨
مميزة	٠,٠٠٠٢	٣,٢٦٩	١,١	٣,٨	١,٠	٣,٠	١٩

مميزة	٠,٠٠٠٢	٣,١٧٦	١,٢	٣,٠	١,١	٢,٢	٢٠
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,٠٠٠٥	٠,٨	٣,٣	٠,٨	٢,٦	٢١
مميزة	٠,٠٠٣٦	٢,١٣٩	١,١	٣,١	١,٠	٢,٦	٢٢
مميزة	٠,٠٠٠٢	٣,١٥٣	١,٠	٣,٣	١,٢	٢,٥	٢٣
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,٨٦٥	٠,٩	٣,٨	١,٠	٢,٧	٢٤
مميزة	٠,٠٠٠٠	٣,٨٩٥	٠,٨	٣,٣	١,٠	٢,٤	٢٥
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٦١٢	٠,٨	٣,٣	٠,٩	٢,٢	٢٦
مميزة	٠,٠٠٠١	٣,٥٦١	١,٠	٣,٢	٠,٩	٢,٤	٢٧
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,٠٥٢	١,١	٣,٠	٠,٩	٢,٠	٢٨
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,٦٨٧	٠,٨	٣,٨	١,٢	٢,٧	٢٩
مميزة	٠,٠٠٠٢	٣,١٦٩	٠,٨	٤,١	١,١	٣,٤	٣٠
مميزة	٠,٠٠١٥	٢,٤٩٠	١,٠	٣,٣	٠,٨	٢,٧	٣١
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٣٦٨	١,٠	٣,٩	٠,٩	٢,٧	٣٢
مميزة	٠,٠٠٠٠	٣,٧١٣	٠,٩	٣,٨	٠,٩	٣,٠	٣٣
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٠٤٣	٠,٨	٤,٠	١,٠	٢,٩	٣٤
مميزة	٠,٠٠٠٦	٢,٨٣٥	٠,٨	٣,١	٠,٨	٢,٦	٣٥
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,١٢٨	١,٠	٣,٥	١,١	٢,٥	٣٦
مميزة	٠,٠٠١٣	٢,٤٩٦	١,٠	٣,٣	٠,٨	٢,٧	٣٧
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٦٠٧	٠,٩	٣,٣	٠,٩	٢,١	٣٨
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,٣٦٨	١,٠	٣,٩	٠,٩	٢,٧	٣٩
مميزة	٠,٠٠٠٠	٣,٧٩١	١,٠	٣,٦	٠,٨	٢,٨	٤٠
مميزة	٠,٠٠٠١	٣,٦١٢	١,٠	٣,٤	١,٠	٢,٥	٤١
مميزة	٠,٠٠٠٠	٤,٨٧٦	٠,٧	٣,٩	١,٠	٢,٩	٤٢
مميزة	٠,٠٠٠٠	٥,١٧٣	٠,٨	٤,١	١,٠	٣,١	٤٣

معنوي عند مستوى دلالة $0.05 \geq$

يتبين لنا من الجدول (٣) ان قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٢،١٣٩-٥،٩٦٣) وبلغت قيم مستوى الدلالة (٠،٠٠٠-٠،٠٣٦) وهي جميعها اصغر من مستوى الدلالة المعتمدة (٠،٠٥) ، وهذا ما يدل على ان جميع الفقرات مميزة.

٣-٣-١-١-٢ معامل الاتساق الداخلي :

يقدم لنا هذا الأسلوب مقياساً متجانساً في فقراته اذ تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس مجتمعاً، إضافة الى قدرته على ابراز ترابط فقرات المقياس ويسمى هذا الأسلوب بصدق الاتساق الداخلي اذ يتم قياسه من خلال استخراج معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس (فرحات، ٢٠٠١، ٨٦). إضافة الى ذلك يؤدي فحص الاتساق الداخلي للاختبار او معامل تجانسه الى إمكانية الحصول على تقدير صدقه التكويني (باهي، ١٩٩٩، ٣٥) حيث يمكن ايجاده عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للفرد التي تعد معياراً لصدق الاختبار (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١، ٤٣).

حيث كلما وجد معامل الارتباط لدرجات الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس عالياً، دل ذلك على توافر التناسق الداخلي للمقياس ككل. (علاوي ورضوان، ٢٠٠٨، ٣٧١). ومن اجل استخراج معامل الاتساق استخدم الباحثان معامل الارتباط البسيط لبيرسون لقياس درجة ارتباط كل فقرة مع درجة الفقرات الكلية للمقياس على عينة قوامها (٨٠) طالباً من مجتمع البحث (Henrysoon, 1971)، باستخدام برنامج (SPSS) على الحاسوب الالي وكما مبين في الجدول (٤) .

الجدول (٤)

يبين قيم معاملات ارتباط عبارات المقياس المهارات الحياتية الرياضية مع الدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.
١	٠,٤٨٢	٠,٠٠٠	١٥	٠,٣٩٧	٠,٠٠٠	٢٩	٠,٤٨٣	٠,٠٠٠
٢	٠,٤٦٤	٠,٠٠٠	١٦	٠,٣٥٩	٠,٠٠١	٣٠	٠,٥٢٤	٠,٠٠٠
٣	٠,٤٨٣	٠,٠٠٠	١٧	٠,٢٩٩	٠,٠٠٧	٣١	٠,٤٦١	٠,٠٠٠
٤	٠,٣٦٣	٠,٠٠١	١٨	٠,٤١٤	٠,٠٠٠	٣٢	٠,٥٦٢	٠,٠٠٠
٥	٠,٦٤٣	٠,٠٠٠	١٩	٠,٥١٦	٠,٠٠٠	٣٣	٠,٥٠٠	٠,٠٠٠
٦	٠,٤٨٧	٠,٠٠٠	٢٠	٠,٤١١	٠,٠٠٠	٣٤	٠,٦١٠	٠,٠٠٠
٧	٠,٥٤٦	٠,٠٠٠	٢١	٠,٣٩٦	٠,٠٠٠	٣٥	٠,٣٦٦	٠,٠٠١
٨	٠,٤٠٧	٠,٠٠٠	٢٢	٠,٣٢٠	٠,٠٠٤	٣٦	٠,٤٥٨	٠,٠٠٠
٩	٠,٤٩٤	٠,٠٠٠	٢٣	٠,٤٨٢	٠,٠٠٠	٣٧	٠,٤٦١	٠,٠٠٠
١٠	٠,٤٠٠	٠,٠٠٠	٢٤	٠,٤٩٤	٠,٠٠٠	٣٨	٠,٥٤٠	٠,٠٠٠
١١	٠,٤٢٢	٠,٠٠٠	٢٥	٠,٥٤٠	٠,٠٠٠	٣٩	٠,٥٦٢	٠,٠٠٠
١٢	٠,٤٣٤	٠,٠٠٠	٢٦	٠,٥٤٢	٠,٠٠٠	٤٠	٠,٥٣٠	٠,٠٠٠
١٣	٠,٦٨٦	٠,٠٠٠	٢٧	٠,٥١٤	٠,٠٠٠	٤١	٠,٥٣٢	٠,٠٠٠
١٤	٠,٤٠٤	٠,٠٠٠	٢٨	٠,٤٧٨	٠,٠٠٠	٤٢	٠,٤٦١	٠,٠٠٠
						٤٣	٠,٦٥٤	٠,٠٠٠

معنوي عند مستوى دلالة $\geq ٠,٠٠٥$

يتبين من الجدول (٤) ان قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس قد اقتربت بين (٠,٢٩٩ - ٠,٦٨٦) وامام مستوى دلالة (٠,٠٠٥) و اقتربت قيمة مستوى الدلالة لمعاملات ارتباط

الفقرات (٠.٠٠٠٠ - ٠.٠٠٠٧) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة (٠.٠٠٥) وهذا يدل على قدرة المقياس على ابراز الترابط بين فقراته بالإضافة الى تجانس المقياس

جدول (٥)

يبين لنا قيم معامل ارتباط المهارات الحياتية الرياضية بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	المهارة	معامل الارتباط المهارة بالدرجة الكلية للمقياس	Sig.
١	تحديد الاهداف	٠.٤٨٢	٠.٠٣٦
٢	العمل الجماعي	٠.٤٦٤	٠.٠٤١
٣	حل المشكلات	٠.٤٨٣	٠.٠٣٣
٤	المهارات العاطفية	٠.٦٤٣	٠.٠٠٠
٥	مهارة القيادة	٠.٤٨٧	٠.٠١٠
٦	مهارة إدارة الوقت	٠.٥٤٦	٠.٠٠٠
٧	المهارات الاجتماعية	٠.٤٠٧	٠.٠١١
٨	مهارة التواصل	٠.٤٩٤	٠.٠١٩

يتضح من الجدول (٥) ان قيم معامل الارتباط بين كل مهارة والدرجة الكلية للمقياس قد اقتربت بين (٠.٤٧-٠.٦٤) وامام مستوى دلالة (٠.٠٠٥) و اقتربت قيمة مستوى الدلالة لمعاملات ارتباط الفقرات (٠.٠٠٠-٠.٠٤١) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة (٠.٠٠٥) وهذا يدل على قدرة المقياس على ابراز الترابط بين المهارات جميعها بالإضافة الى تجانس درجة المقياس مع درجة كل مهارة.

٣-١-٢ ثبات المقياس:

بهدف الحصول على معامل الثبات والتأكد من ثبات مقياس المهارات الحياتية الرياضية أجري الباحثان العمليات الإحصائية، اذ اعتمد على طريقة الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، حيث طُبق المقياس على عينة متكونة من (٣٠) طالب تم اختيارهم عشوائيا من مجتمع البحث. اذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين درجات نصفي المقياس (٠.٦٣) ولكي نحصل على قيمة معامل الثبات الكلي استخدم الباحثان معادلة جيتمان اذ بلغ معامل الثبات (٠.٧٧). اما فيما يخص الثبات بطريقة الفا كرونباخ فقد وجدت قيمة معامل الثبات (٠.٨٤)، ويتضح من خلال تلك القيم بأن المقياس يتمتع بقيم ثبات عالية وهذا يدعونا الى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل اليها لاستخدام المقياس.

٣-٢ التجربة الاستطلاعية للمقياس:

أجرى الباحثان تجربة أولية استطلاعية وقام الباحثان بتوزيع المقياس بصورته النهائية بعد الانتهاء من إجراءات الصدق والثبات يوم الأربعاء الموافق (٢٠٢٢/٣/٢) على عينة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية مكونة من (٢٥) طالباً من طلاب الصف الأول متوسط، طلاب الصف الثالث متوسط. على التوالي (١٢ طالب، ١٣ طالب) حيث يمثلون جزء من مجتمع الدراسة وهم مستبعدين أساساً من العينة الرئيسية حيث كانت الأهداف المرجوة من التجربة الاستطلاعية هي:

- مدى وضوح فقرات المقياس وملائمتها للطلبة.
- إجابة الطلبة عن تساؤلاتهم لكل ما هو مبهم.
- مدة الفترة الزمنية التي يستغرقها الطالب في الإجابة على فقرات المقياس.
- وقد تم اختيار هذا العدد كونه ملائم لعدد الشعبة الواحدة في ثانوية نينوى للمتفوقين.

وقد ظهرت نتائج تطبيق التجربة الاستطلاعية للمقياس على النحو الآتي:

- ١- كانت فقرات المقياس واضحة وملائمة بالنسبة للطلاب مع توضيح بعض استفسارات الطلبة.
- ٢- ان الوقت الذي يستغرقه الطالب خلال اجابته عن المقياس كان ما بين (١٢-١٥) دقيقة.

٣-٤ الوسائل الإحصائية:

من أجل تحليل البيانات والتحقق من أهداف البحث استعان الباحثان بالوسائل الإحصائية الآتية: اذ تم احتسابها بمساعدة (الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية) البرنامج الإحصائي (SPSS Version 24.0). بالإضافة الى استخدام برنامج (Excel) وهي:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون.
- معادلة جيتمان.
- اختبار levene's.
- معامل ثبات الفا كرونباخ.
- اختبار (ت) للعينات المستقلة
- اختبار (ت) لعينة واحدة

$$\text{المتوسط الفرضي} = \frac{\text{مجموع أوزان البدائل} \times \text{عدد الفقرات}}{\text{عدد البدائل}}$$

٤- عرض ومناقشة النتائج:

٤-١ عرض النتائج:

سيتم عرض النتائج في ضوء البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها وكما يأتي:
التعرف على المهارات الحياتية الرياضية لدى طلاب ثانوية نينوى المتفوقين. وقد افترض الباحثان بأن طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين يمتلكون المهارات الحياتية في درس التربية الرياضية.
ومن أجل التحقق من هذا الفرض والتعرف على المهارات الحياتية الرياضية للطلاب طبق المقياس على أفراد عينة البحث من أجل التحقق من هذا الفرض. والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦)

يبين القيم الإحصائية للمهارات الحياتية الرياضية لأفراد عينة البحث في الاختبار القبلي وقيمة (ت) ومستوى الدلالة

العينة	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة (ت)	Sig.
٧٥	مهارة تحديد الاهداف	١٨.٠١	٣.١٥	٢١	٨.١٩	٠.٠٠٠
	مهارة العمل الجماعي	١٨.٥٦	٤.٠٢	٢١	٥.٢٤	٠.٠٠٠
	مهارة حل المشكلات	١٣.١٣	٣.٣٢	١٢	٢.٩٥	٠.٠٠٤
	المهارات العاطفية	١٠.٤٨	٢.٥٠	١٢	٥.٢٥	٠.٠٠٠
	مهارة القيادة	١٩.٦٠	٤.٠١	٢٥	١١.١٩	٠.٠٠٠
	مهارة إدارة الوقت	١٠.٠٤	٢.٥٠	١٢	٦.٧٧	٠.٠٠٠
	المهارات الاجتماعية	١٣.٦٠	٣.٤٤	١٥	٣.٥٢	٠.٠٠١
	مهارة التواصل	١٢.٩٢	٢.٨٥	١٢	٢.٧٩	٠.٠٠٧
	الدرجة الكلية للمقياس	١٠٣.٦	١٠.٤	١٢٩	٢١.٠٧	٠.٠٠٠

معنوي عند مستوى دلالة ≥ ٠.٠٥

يتضح من الجدول (٦) ان المتوسط الحسابي للمقياس لأفراد عينة البحث قد بلغ (١٠٣.٦) بانحراف معياري قدره (١٠.٤) وعند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ (١٢٩.٠٠) اتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطين ولمصلحة المتوسط الفرضي

وبمستوى دلالة (٠,٠٠٠,٠) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمدة في البحث البالغة (٠,٠٠٥)، وذلك يدل على انخفاض في المهارات الحياتية الرياضية لدى افراد عينة الدراسة، وكما يتضح من الجدول (4) بأن المتوسطات الحسابية لمهارات (تحديد الأهداف، والعمل الجماعي، والمهارات العاطفية، والقيادة، وإدارة الوقت، والمهارات الاجتماعية) قد بلغت (١٨,٥٦ - ١٨,٠١ - ١٨,٤٨ - ١٩,٦٠ - ١٠,٠٤ - ١٣,٦٠) على التوالي وعند مقارنتها بالأوساط الفرضية لكل مهارة والبالغة على التوالي (٢١,٠٠ - ٢١,٠٠ - ١٢,٠٠ - ٢٥,٠٠ - ١٢,٠٠ - ١٥,٠٠) يتضح بان المتوسطات الفرضية كانت اعلى من المتوسطات الحسابية وبمستوى معنوية (٠,٠٠٠) مما يدل على انخفاض هذه المهارات بشكل عام لدى الطلاب فيما عدا مهارتي حل المشكلات والتواصل اذ بلغ المتوسط الحسابي لهاتين المهارتين (١٣,١٣ - ١٢,٩٢) على التوالي وهي اعلى من المتوسط الفرضي لهما البالغ (١٢,٠٠) وبمستوى دلالة (٠,٠٠٠٤ - ٠,٠٠٠٧) مما يدل على ارتفاع درجة المهارات الحياتية مقارنة بالمهارات الأخرى.

٤-٢ مناقشة النتائج :

يعزو الباحثان النتائج الواردة في الجدول (٦) والتي تشير الى انخفاض بعض المهارات الحياتية لدى الطلبة والتي من بينها (مهارة تحديد الأهداف ومهارة العمل الجماعي والمهارات العاطفية ومهارة القيادة ومهارة إدارة الوقت والمهارات الاجتماعية) مقارنة بمهارتي حل المشكلات والتواصل الى ان درس التربية الرياضية في الوقت الحالي لا يأخذ بنظر الاعتبار تطوير تلك المهارات والتي تعتبر في مضمونها من المهارات الأساسية التي يحتاجها الطلاب لتنمية القدرات النفسية والاجتماعية والشخصية، اذ يتم التركيز في مجمل الدروس على استراتيجيات التواصل مع الطلبة وحل المشكلات في داخل الدرس بالاعتماد على المهارات التي يتمتع بها المدرسين والتي هي بالأساس تختلف من حيث الفروق الفردية فيما بينهم اذ ان التركيز الحالي للمدرسة يركز على الجانب المعرفي بشكل كبير مع درجة محدودة من التواصل الاجتماعي مع الاسرة والمجتمع، وان عدم استغلالها من خلال درس التربية الرياضية قد يؤثر على أهمية تنمية المهارات الاجتماعية ودمجها في مناهج التدريس في المدارس العراقية وذلك من اجل تطوير القدرات العقلية والمعرفية وما يتبعها من قيم واتجاهات اجتماعية تجعل من درس التربية الرياضية مصدراً هاماً لتنمية ادراك الذات والثقة بالنفس والقدرة على الإنجاز والمبادرة من قبل الطلبة بالاعتماد على المهارات الاجتماعية والحركية في الدروس وتحقيق التعاون الوثيق بين الاسرة والمدرسة بهذا الخصوص. وتتفق هذه النتائج مع دراسة (David,Danial 2021) في ان التنمية الإيجابية لها دور كبير في نمو المجتمع والصحة النفسية للطلبة وذلك من خلال زيادة وعيهم

ودرجة تفهمهم لدور تلك المهارات الحياتية في حياتهم الشخصية وتقليل مخاطر السلوك الغير معتدل لدى الطلبة بما في ذلك بعض الاضطرابات النفسية التي يمكن ان تظهر عند المراهقين في هذه المرحلة العمرية مع إعطاء المزيد من الاهتمام من قبل إدارة المدرسة والاباء لهذه الشريحة في المجتمع ولاسيما لدى الطلاب الذين لديهم مستويات مختلفة من التعامل الاجتماعي والذي يمكن وصفه بانه سلوك غير معتدل. (David,Danial:2021,75)

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:

- ١- فاعلية مقياس المهارات الحياتية الرياضية الذي قام الباحثان بترجمته وتقنيته على البيئة العراقية على طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين لقياس الغرض الذي وضع من اجله.
- ٢- يتميز طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين بتفوقهم بمهارتي حل المشكلات والتواصل مقارنة بالمهارات الأخرى المتناولة في الدراسة الحالية.

٥-٢ التوصيات:

- ١- اعتماد مقياس المهارات الحياتية الرياضية الذي قام الباحثان بترجمته وتكييفه على البيئة العراقية ومحاولة تطبيقه على عينات مختلفة من الطلاب للتعرف على المهارات الحياتية لهم.
- ٢- ضرورة ربط المهارات الحياتية الرياضية بالمواقف الحياتية اليومية التي تحيط بالطلاب سواء داخل الصف ام خارجه.

المصادر :

- (١) بشير، حسام حملاوي . (٢٠١٥) . دور التكوين في اكساب طلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بعض المهارات الحياتية ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، (٢٠)، ٣١٧.
- (٢) بن جعفر، رمضان.(٢٠١٦). دور الانشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية فئة العمر (١٨-٢٠) سنة . مجلة الابداع الرياضي . (١٩) ، ١٠ .
- (٣) الحطامي ، عبدالغني ، الهدود ، نهلة . (٢٠١٧) . واقع تنفيذ التدريس المبني على المهارات الحياتية ومعوقات تنفيذه من وجهة نظر المعلمين والمشرفين . المجلة الدولية للباحثين في التعليم ، ١ (٥) ، ١٣ - ٢٩ .
- (٤) الحايك، صادق والشريفي، وليد. (٢٠٠٨). مدى تأهيل الطالب المعلم في كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية في توظيف المهارات الحياتية في التدريس أثناء التدريب الميداني. مؤتمر التربية العملية رؤى مستقبلية، جامعة الزرقاء الخاصة، مجلد الأول

- (٥) عبدالعزيز ، عادل . (٢٠٠٩) . فاعلية التعزيز والنمذجة في تنمية مهارات التطبيع الاجتماعي لدى الاطفال المتخلفين عقلياً القابلين للتعلم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بققا ، جامعة جنوب الوادي .
- (٦) بلوم، بنيامين واخرون . (١٩٨٣) . تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني (محمد امين، مترجم) القاهرة، دار ماكروهيل.
- (٧) العبسي ، محمد مصطفى . (٢٠١٠) . التقويم الواقعي في العملية التدريسية، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن.
- (٨) فرحات ، ليلي السيد . (٢٠٠١) . القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط١ ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، مصر
- (٩) محمد، زحاف . (٢٠١٣). السمات النفسية وعلاقتها بمستوى الإنجاز في بعض الاختبارات البدنية والمهارية لطلاب مرحلة التعليم الثانوي، مجلة الراافدين، ٢٠(٦٤) ١٦٩-١٤٠.
- (١٠) علي ، رحيم . (٢٠٢٠) . دراسة مقارنة في التفاعل الصفّي بين مدرسي ومدرسات التربية الرياضية المركز والاقضية للمرحلة الإعدادية في محافظة ميسان (بحث وصفي). مجلة الراافدين، ٢٤(٧٣) ١٣١-١٢٠.
- (١١) باهي ، مصطفى . (٢٠٠٢) . المرجع في علم النفس التربوي في المجال الرياضي. مكتبة انجلو المصرية ، القاهرة : مصر.
- (١٢) الزوبعي، عبدالجليل واخرون . (١٩٨١) . الاختبارات والمقاييس النفسية ، دار الكتاب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، العراق.
- (١٣) عبدالله، طلال ، عبدالمحسن ، سعود . (٢٠٠٩) . مدى مساهمة درس التربية الرياضية والتدريب الفرقي في تطوير القابليات البدنية والمهارية من وجهة نظر مدرسي ومدرسات التربية الرياضية ف محافظة نينوى، مجلة الراافدين، ١٥(٥٢) ٧٠-٥٣.
- (١٤) علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين . (٢٠٠٨) . القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

References:

1. Basheer, Husam Hamlawi. (2015): The role of the approach in life skills acquisition by students of institutions of sports science, technologies, and life skills, Journal of Humanitarian and Social Science, (20), 317.
2. Bin Ja'afar, Ramadhan. (2016): The role of physical education activities in developing the social reaction of students in secondary school for ages (18-20). Journal of Athletic Creativity. (19), 10.

3. Alhutami, Abdulghani, Alhadhood, Nahlah. (2017): The reality and hindrances of teaching implementation based on life skills, from the point of view of teachers and supervisors. The international journal for education researchers, 1 (5), 13-29.
4. Alhayik, Sadiq and Alshareefi, Waleed, (2008): Habilitation extent of a student teacher in the college of physical education in the Jordanian University, in employing the life skills in teaching and during field training. The conference of the practical education, futuristic visions, Azzarqa'a Private University, 1st Vol.
5. Abdulaziz, Adel. (2009): The effectiveness of enhancement and prototyping in developing the skills of social normalization in retard children who can learn. An unpublished M.A study, College of Education in Qana, University of Janoob Alwadi.
6. Bloom, Benjamin, and others. (1983): Assessment of students' formational and accumulative learning (Mohammed Ameen, translated) Cairo, Macrohel House.
7. Alabsi, Mohammed Mustafa. (2010): The realistic assessment in teaching process, 1st edition, Almaseerah house for publication, distribution and printing, Amman, Jordan.
8. Farahat, Layla Alsayed. (2001): Measurement and testing in physical education, 1st edition, Alkitab Center for publication, Cairo, Egypt.
9. Mohammedd, Zahhaf. (2013): The psychological characteristics and its relation with some physical and skill tests for secondary school students, Alrafidain Journal, 20 (64) 140-169.
10. Ali, Raheem, (2020): A comparative study in class reaction among physical education male and female teachers in secondary schools of the center of the city and the districts of Maisan Governorate (a descriptive study). Alrafidain Journal, 24 (73), 120-131.
11. Bahi, Mustafa. (2002): The reference in educational psychology in the sports field. Egyptian Anglo Library. Cairo; Egypt.

12. Alzoba'ee, Abduljaleel, and others. (1981): Psychological tests and measurements, Alkitab House for Printing and Publication, University of Mosul, Iraq.
13. Abdullah Talal, Abdulmuhsin, S'ood. (2009): The extent of physical education and team training participation subject in developing the physical and skill capabilities, from the point of view of physical education teachers in Nineveh Governorate, Alrafidain Journal, 15 (52) 53-70.
14. Allawi, Mohammed Hasan and Radhwan, Moghammed Nasruldeen. (2008): Measurement and test in physical education, 1st edition, Alkitab center for Publication, Cairo.
15. Brooks, G. A., & Mercier, J. (1994). Balance of carbohydrate and lipid utilization during exercise: The "crossover" concept. Journal of Applied Physiology, 76, s2253-2261.
16. Cronin, L. , Allen, J. (2016) . Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. Psychology of Sport and Exercise, 28(2017)105-199. Department of Sport & Physical Activity, Edge Hill University, Ormskirk, United Kingdom.
17. Romer, D., Hansen, D. (2021). 4 positive youth development, , The Palgrave Handbook of Positive Education. (5)75-108.
18. Akineh, M. (2013) . Life Development among Freshmen Students in Sunway University Malaysia . international review of social sciences and humanities, s5(1)232-238.

الملحق (١)

أسماء السادة الخبراء ذوي الخبرة والاختصاص

الأسماء الخبراء	اللقب العلمي	مكان العمل	الاختصاص
د. عكلة سليمان الحوري	استاذ	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية/قسم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. نبراس يونس محمد	استاذ	جامعة الموصل / كلية التربية للبنات / قسم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. عصام محمد رضا	استاذ	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. مؤيد عبدالرزاق الحسو	استاذ	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. نغم محمود العبيدي	استاذ	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. ثامر محمود ذنون	استاذ	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية/قسم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. وليد ذنون يونس	أستاذ مساعد	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. رافع ادريس عبدالغفور	أستاذ مساعد	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
د. محمد خيرالدين صالح	أستاذ مساعد	جامعة الموصل / مديرية النشاطات الطلابية	علم النفس الرياضي

ملحق (٢)

المقياس بصيغته النهائية

عزيزي الطالب

تحية طيبة: -

بين يديك مجموعة من الفقرات يرجى الإجابة عن هذه الفقرات بكل صدق وصراحة. وذلك بوضع علامة صح تحت البديل الذي ينطبق عليك من البدائل الخمسة كما موضح في المثال المذكور ادناه ، وعدم الخوف من الإجابات لان البيانات ستستعمل لأغراض البحث العلمي فقط

- اقرا كل عبارة بدقة وبعد ان تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصياً. علماً انه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.
- وضع الباحث خمسة إجابات عليك ان تختار واحد فقط لكل عبارة وتضع عليها علامة (√) إذا كانت تنطبق عليك او تمثل رأيك .

ت	الفقرات	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشيء	كثيراً	كثيراً جداً
١-	العمل بشكل جيد مع زملائي في المدرسة .		√			

- تأكد بان اجابتك ستكون سرية ولأغراض البحث العلمي فقط. لذا يرجى الإجابة بدقة وصدق عن جميع العبارات وعدم ترك أي عبارة دون إجابة.

ت	مهارة تحديد الأهداف	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشيء	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					
١	اضع اهدافاً لكي أتمكن من التركيز على التطوير .				
٢	أضع اهدافاً مليئة بالتحديات .				
٣	قياس التقدم الحاصل في الوصول الى الأهداف .				
٤	اضع اهدافاً قصيرة المدى لكي احقق اهدافاً بعيدة المدى .				
٥	ابقى ملتزماً وملتزماً بأهدافي .				
٦	أحدد الهدف من الممارسة .				
٧	اضع اهدافاً محددة بدقة .				
ت	مهارة العمل الجماعي	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشيء	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					
٨	اعمل بشكل جيد مع زملائي في الصف .				
٩	اساعد زملائي في الصف على أداء عمل مهمة معينة .				
١٠	اتقبل الاقتراحات من الآخرين من اجل التطوير .				
١١	اعمل مع زملائي من اجل مصلحة الجميع .				
١٢	اساعد زملائي في بناء روح الفريق .				
١٣	أقدم الاقتراحات على زملائي في المدرسة من اجل تطوير أدائهم .				
١٤	أقوم بتغيير طريقة اللعب التي لعب بها من اجل مصلحة الفريق .				
ت	مهارة حل المشكلات	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشيء	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					
١٥	افكر جيداً وبغناية في المشكلات .				
١٦	اقارن بين الحلول التي توصلت لها من اجل اختيار افضل حل .				
١٧	أقوم بإيجاد اكبر عدد من الحلول الممكنة للمشكلة التي تواجهني .				
١٨	أقوم بتقويم حل المشكلات .				
ت	المهارات العاطفية	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشيء	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					

المهارات الحياتية الرياضية لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين

١٩	لدي القدرة في السيطرة على انفعالاتي ومشاعري .				
٢٠	استخدم مشاعري للبقاء في حالة تركيز .				
٢١	افهم انني اتصرف بشكل مختلف حينما أكون عاطفياً.				
٢٢	انا على ادراك ودراية بما اشعر به .				
ت	مهارة القيادة	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشي	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					
٢٣	اعرف جيداً كيف أقوم بالتأثير الإيجابي على مجموعة من زملائي .				
٢٤	أقوم بتنظيم زملائي في الفريق للعمل سوياً.				
٢٥	اعرف كيف أقوم بتحفيز زملائي .				
٢٦	اساعد الآخرين في حل المشاكل التي يواجهونها في أدائهم				
٢٧	أضع في اعتباراتي اراء زملائي الفردية لكل عضو من أعضاء المجموعة .				
٢٨	احب ان أكون قدوة جيدة للآخرين.				
٢٩	أقوم بوضع معايير عالية للزملاء في الفريق .				
٣٠	أميز دائماً إنجازات الآخرين .				
ت	مهارة إدارة الوقت	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشي	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					
٣١	أقوم بتنظيم وقتي بشكل جيد .				
٣٢	أقوم بادراك (تخمين) الوقت الذي استغرقه في كل نشاط .				
٣٣	اتحكم (السيطرة) بكيفية استخدام الوقت .				
٣٤	اختيار اهدافاً التي استطيع من خلالها باستثمار وقتي بفعالية .				
ت	المهارات الاجتماعية	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشي	كثيراً جداً
علمتني هذه الرياضة					
٣٥	أقوم ببدا المحادثة مع الآخرين				
٣٦	اتفاعل مع مختلف البيئات في المجتمع .				
٣٧	أقوم بمساعدة الآخرين دون ان يطلبوا مني المساعدة.				
٣٨	أقوم بالانخراط في الأنشطة والألعاب التي يقومون بها زملائي.				
٣٩	احافظ على الصداقات الوثيقة مع زملائي .				

ت	مهارة التواصل	لا على الإطلاق	قليلاً	بعض الشيء	كثيراً	كثيراً جداً
٤٠	أقوم بالتحدث بشكل واضح مع زملائي .					
٤١	الاصغاء جيداً لما يقوله الاخرين .					
٤٢	انتبه الى لغة الجسد التي يقوم بها الاخرين .					
٤٣	لدى تواصل بشكل جيد مع الاخرين .					

الباحثان