

## أثر برنامج مقترح للتنمية الإيجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف

### الدراسي لطلاب ثانوية نينوى للمتفوقين

ليث قيس فاضل كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

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

ناظم شاكر الوتار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

nadimyousif@yahoo.com

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٢/٨/١٥)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٢/٧/٢٦)

### الملخص

هدفت الدراسة الى: بناء برنامج للتنمية الايجابية القائم على نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين. وهدفت ايضاً الى الكشف عن اثر التنمية الايجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين. واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة الدراسة اما عينة البحث (التطبيق) فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية تمثلت بطلاب المرحلة الثانية من مجتمع البحث والبالغ عددهم (٧٥) طالباً تم تقسيمهم الى مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة بواقع (٢٥) طالباً لكل مجموعة. كما تبني الباحثان مقياس المهارات الحياتية الرياضية الذي اعده (Cronin,Allen, 2016) وتم تطبيق برنامج التنمية الإيجابية على المجموعة التجريبية الأولى اما المجموعة التجريبية الثانية فقد تعرضت للبرنامج المذكور بالإضافة الى المهارات الأساسية بكرة القدم. في حين لم تخضع المجموعة الضابطة لأي برنامج يُذكر سوى تعليم المهارات الأساسية بكرة القدم (منهج المدرس الاعتيادي). وجرى تنفيذ البرنامج لمدة (٤) أسابيع بواقع جلستين اسبوعياً. كما تم التحقق من تكافؤ المجموعات بمتغير البحث الرئيس (المهارات الحياتية) للبدء من خط شروع واحد بين تلك المجموعات. واستنتج الباحثان: صلاحية برنامج التنمية الإيجابية القائم على المهارات الحياتية الرياضية لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين في تحقيق أهدافه. اضافة الى تفوق المجموعة التجريبية الثانية باستخدام برنامج التنمية الإيجابية والفعاليات الرياضية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي مقارنة مع المجموعة التجريبية الأولى والضابطة.

الكلمات المفتاحية: التنمية الإيجابية- المهارات الحياتية الرياضية- النقل.

## The effect of a proposed program for positive development in transferring sports life skills to the classroom for outstanding students of Nineveh Secondary School

Laith Qays Fadhil

College of Physical Education & Sports Sciences /  
University of Mosul

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

Nadhim Shaker Al-Wattar

College of Physical Education & Sports Sciences /  
University of Mosul

nadimyousif@yahoo.com

Received Date (26/07/2022)

Accepted Date (15/08/2022)

### ABSTRACT

The study aimed to: Build a positive development program based on transferring sports life skills to the classroom for the outstanding students of Nineveh Secondary School. It also aimed to reveal the impact of development

Positive transfer of sports life skills to the classroom among Nineveh high school students for outstanding students. The researcher used the experimental method for its suitability to the nature of the study. The research sample (application) was chosen in a deliberate way, represented by the students of the second stage of the research community, which numbered (75) students, who were divided into two experimental groups and a control group with (25) students per group. The researcher also adopted the sports life skills scale prepared by (Cronin, Allen, 2016) and the positive development program was applied to the first experimental group, while the second experimental group was exposed to the aforementioned program in addition to basic football skills. While the control group did not undergo any program mentioned. The program was implemented for a period of (4) weeks, with two sessions per week. The equivalence of groups was also verified with the main research variable (life skills) to start with one starting line between those groups. The researcher concluded: The validity of the positive development program based on sports life skills among Nineveh High School students for outstanding students in achieving its goals. In addition to superiority The second experimental group using the positive development program and sports activities in transferring sports life skills to the classroom compared with the first experimental and control group.

**Keywords :** Positive Development, Sport Life Skills, Transforming.

١ - التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

يعد علم النفس الرياضي علماً اجرائياً يبحث في تنظيم النشاط النفسي وصفات الانسان التي تعد كمؤهلات نفسية لمعالجة الفرد وبيئته والعلاقة بين الجسم والنفس هي علاقة وثيقة تؤدي الى عدم الفصل بين الجسم والنفس لانهما الأساس التي تعتمد عليه الشخصية الرياضية. (سلطان، ٢٠٠٥، ٤٥). كما يعد التفكير من اهم المواضيع التي ركز عليها علم النفس (احمد، ٢٠١٣). وتعد التنمية الإيجابية هي أحد مفاهيم ومهام علم النفس الرياضي وهي ذات مفهوم واسع يستخدم لتعزيز الكفاءات المرغوبة التي تؤدي الى نتائج تنموية إيجابية (Could,45,2008). وتسهم في الحد من السلوكيات غير المرغوب فيها او القضاء عليها، اذ اكد المدرسون الذين يستخدمون نهج التنمية الإيجابية في تدريس طلبتهم على انه يجب زيادة التعزيز من الكفاءات المختلفة (Larson,22,2000) ، حيث تشمل هذه الكفاءات الكثير ممن المهارات الحياتية التي من الممكن ان تكون سلوكية ومعرفية وشخصية، اذ تمكن هذه المهارات الشباب من النجاح في البيئات المختلفة التي يعيشون فيها. ومنها التواصل الفعال، واتخاذ القرارات الجيدة، وحل المشكلات، وتحديد الأهداف، والقيادة، وإدارة الوقت. (Danish,105,1993). وانطلاقاً من التعليم الذي يركز على المهارات الحياتية الرياضية من خلال حصة درس التربية الرياضية التي لها أهمية كبيرة في توفير كل عوامل التنمية الإيجابية وهي من اهم عوامل التفوق والنجاح في حياتهم ولذلك وجد الباحثان ان تسليط الضوء على نقل 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، منها تعليم المهارات الأساسية بكرة القدم، واعتبار هذا المتغير على درجة عالية من الأهمية من اجل زيادة التحصيل العلمي والمعرفي لطلاب المدارس ليصبحوا افراد قادرين على مواجهة ظروف الحياة المختلفة، ويكونوا افراداً ايجابيين في مجتمعاتهم بالتعاون مع الإدارات المدرسية وزيادة الوعي لدى التربويين والقادة الرياضيون في المجال التربوي.

#### ١-٢ مشكلة البحث:

يواجه الكوادر التدريسية عادةً بعض المشكلات والمعوقات لدى ممارستهم للعملية التدريسية بغض النظر عن خبرتهم وعدد سنوات خدمتهم ونوع المادة التي يدرسونها والمرحلة التعليمية التي يؤدون مهامهم فيها وتشكل هذه الصعوبات مشكلات عامة واجهها المعلمون كافة في المراحل التعليمية المختلفة من وقت الى آخر، وتأخذ اشكالاً مختلفة (نشواتي، ٢٠٠٣، ٤٥). هذا وقد اشارت العديد من الدراسات منها: (الهدود والسعيدة، ٢٠١٣) (الحايك والشريفي، ٢٠٠٨) (المشرفي وعبداللطيف، ٢٠١٠) 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 سوى دور المستمع وبذلك يعجز 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 والعملية مما يؤدي الى انتاج طلاب ذو إمكانات محدودة وغير قادرين على التكيف والتوافق مع احتياجات مجتمعاتهم وبيئتهم بسبب افتقارهم لتنمية مهاراتهم الحياتية تنميةً إيجابية ويحد ذلك من قدرتهم على البحث والاستكشاف والابتكار، اذ يعتبر النقص في هذه المهارات وعدم تعزيزها وتطويرها من اهم المعوقات التي قد يواجهها الطلاب عند تخرجهم والتقليل من الضغوط النفسية من خلال اكساب الطلاب الكثير من المهارات الحياتية الرياضية، اذ تعتبر الضغوط النفسية حالة من الخلل النفسي لدى الطلبة (الياس، ٢٠١١). ومن هنا تكمن مشكلة البحث الحالي من خلال سعي الدراسة الحالية في محاولة معرفة: ما هو أثر برنامج مقترح للتنمية الإيجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب نينوى للمتفوقين؟ اذ ان الإجابة عن مثل هذه التساؤلات 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:

١-٣-١ بناء برنامج للتنمية الايجابية القائم على نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين.

١-٣-٢ الكشف عن اثر برنامج للتنمية الايجابية القائم على نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين.

#### ٤-١ الفروض البحث

١-٤-١ يؤثر برنامج التنمية الايجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين.

#### ٥-١ مجالات البحث:

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

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

٣-٥-١ المجال الزمني: ابتداءً من ٢٠٢٢/٣/٩ - ٢٠٢٢/٣/٣١.

#### ٦-١ تحديد المصطلحات:

١-التنمية الإيجابية : عرفها (فرناجي، ١٩٩٤) هي توسيع الخيارات امام البشر من خلال بناء وتنظيم قدراتهم ومشاركتهم الذاتية في هذا البناء، فهي عملية شاملة لبناء القدرات تتضمن الصحة والتعليم والتدريب وتركز على اهمية التطوير الذاتي للأفراد وزيادة وعيهم بجهودهم الذاتية، فضلاً عن بناء وتنظيم قدراتهم وهذه التنمية لا يمكن ان تتحقق للإنسان الا اذا توفرت له مجموعة من الحقوق.

(فرناجي، ١٩٩٤: ١٣)

#### ٣- إجراءات البحث:

#### ١-٣ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة البحث

#### ٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) والبالغ عددهم (٤٥٠) طالباً ، وقد تم اختيار عينة البحث (التطبيق) من طلاب السنة الدراسية الثانية بالطريقة العمدية، اذ بلغ عددهم (٨٠) طالباً. وقد قسمت عينة البحث (التطبيق) الى ثلاث مجاميع وبواقع (٢٥) طالباً لكل مجموعة بعد استبعاد (٥) طلاب من تجربة البحث بسبب الغيابات والاجازات المرضية وعدم المشاركة في التجربة.

#### ٣-٣ التكافؤ

وقد تم اجراء عملية التكافؤ بين مجاميع البحث الثلاثة وذلك باستخدام تحليل التباين (ANOVA) فيما يخص المهارات الحياتية الرياضية والتي تم الاعتماد عليها في البحث والتي ذكرت آنفاً وكما هو مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

يبين مصدر التباين ودرجة الحرية ومتوسط المربعات ومجموع المربعات وقيمة (ف) المحسوبة وقيمة (ف) الجدولية للمجموعات الثلاث قبل اجراء التجربة (الاختبارات القبلي)

(Sig.)	(ف) الجدولية	(ف) المحسوبة	مجموع المربعات	متوسط المربعات (التباين)	درجة الحرية	مصدر التباين	الصفة
٠.٥٣	٣,٠٧	٠.٦٢٣	١٣٧.١٤	٦٨.٥٧٣	٢	بين المجموعات	المهارات الحياتية الرياضية
			٧٩١٨.٦٣	١٠٩.٩٨	٧٢	داخل المجموعات	
			٨٠٥٥.٧٨		٧٤	المجموع الكلي	

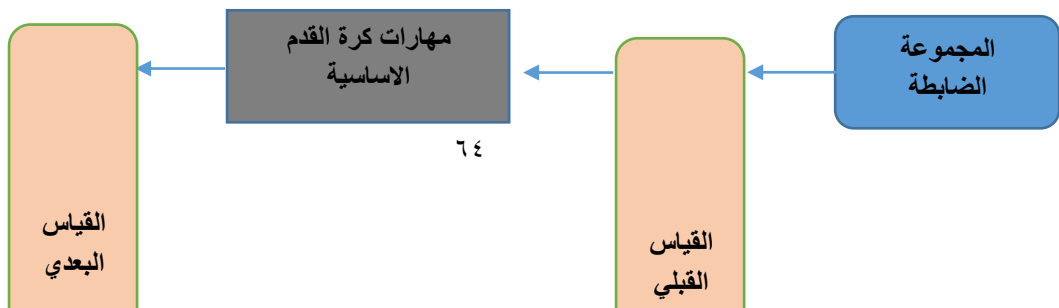
غير معنوي عند مستوى دلالة  $0.05 \geq$

يتضح من الجدول (١) أن قيم (ف) المحسوبة في المهارات الحياتية الرياضية بين مجاميع البحث قد ظهرت ما (٠,٦٢٣) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٣.١٤) عند درجة حرية (٢,٧٢) وأمام مستوى معنوية (٠,٠٥) ، وكذلك قيمة مستوى المعنوية ظهرت (٠,٥٣) أكبر من مستوى المعنوية المعتمدة (٠,٠٥)، وهذا ان دل على شيء فيدل على عدم وجود فروق بين مجاميع الثلاث للبحث في المهارات الحياتية، والذي يدل على تكافؤ هذه المجاميع في هذه الصفات.

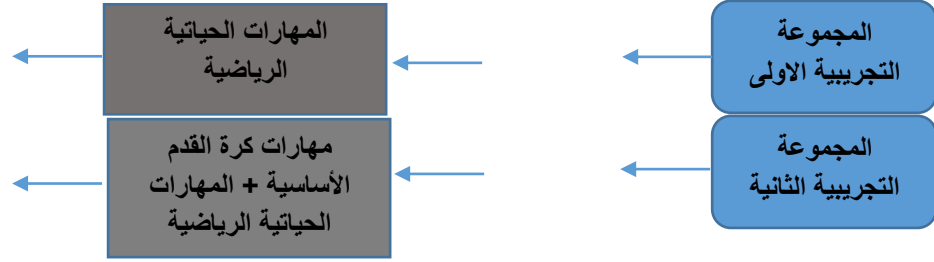
٣-٤ التصميم التجريبي

وبهذا استخدم الباحثان تصميم الثلاث مجموعات المتكافئة وهو أحد التصاميم الموسعة لتصميم المجموعات المتكافئة بحيث يسمح بدراسة إثر متغيرين مستقلين أو أكثر أو حالات مختلفة للمتغير المستقل نفسه على المتغير التابع. (فاندالين ، ١٩٩٧ ، ٣٦٦)

اذ عمد الباحثان الى اعتماد منهج المدرس في درس التربية الرياضية والمتضمن تعليم المهارات الاساسية في كرة القدم لطلاب الصف الثاني متوسط في المدرسة وخلال فترة تطبيق البرنامج حيث تعرضت المجموعة التجريبية الأولى لبرنامج التنمية الإيجابية للمهارات الحياتية الرياضية بينما تعرضت المجموعة التجريبية الثانية لبرنامج التنمية الإيجابية مع تعلم المهارات الأساسية بكرة القدم وبقيت المجموعة الضابطة على تعلم مهارات الاساسية بكرة القدم فقط والشكل (٥) الآتي يوضح التصميم التجريبي المتبع:



مقارنة



### الشكل (١) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في البحث

#### ٣-٥ تحديد وضبط متغيرات البحث:

ان اهم ما يميز البحوث التجريبية هو وجود المتغيرات (المستقلة، والتابعة، والدخيلة). وعلى هذا الأساس يجب على الباحثان ضبط هذه المتغيرات والعوامل ووضع المتغيرات المستقلة موضع تأثير في المتغيرات التابعة حصراً وادناه توضيح لهذه المتغيرات:

**المتغير المستقل:** يمثل المتغير المستقل في هذه الدراسة ب (برنامج التنمية الإيجابية القائم على أساس المهارات الحياتية) الذي يسعى الباحثان الى قياس مدى تأثيره في المتغير التابع.  
**المتغير التابع:** ويتمثل بهذه الدراسة بالمهارات الحياتية الرياضية.

**المتغيرات الدخيلة (غير التجريبية):** ان هذه المتغيرات تؤثر في سلامة التجربة ويتم ضبطها والسيطرة عليها من خلال اجراء السلامة الداخلية والسلامة الخارجية للتجربة، حيث تم التحقق من السلامة الداخلية والخارجية.

#### ٣-٦ برنامج التنمية الإيجابية:

من اجل بناء وتصميم البرنامج الخاص بالتنمية الايجابية قام الباحثان بالإجراءات الآتية:

- اطلع الباحثان على العديد من الدراسات السابقة والمصادر العلمية التي تناولت كيفية تصميم برنامج نفسية وارشادية. والتي تناولت مواضيع التنمية الإيجابية من خلال الرياضة والمهارات الحياتية في المجال الرياضي ايضاً أهمها : (الوتار، ٢٠١٣) ، (Hinson,2019) و (Holt,2008) و (Martin Camire ,Et.al. 2011) و (Allen,2013) و (Larson,2011) و (هاسكنز ، ٢٠١٩) و (عثمان، ٢٠١٩) و (الحطامي ، ٢٠١٧) و (سالم ، ٢٠١٤) و (هباش، ٢٠١٩) و (احمد ، ٢٠٢١) و (تعزيز المهارات الحياتية لدى الشباب دليل علمي لتصميم برامج نوعية ) و ( دليل المهارات الحياتية الأساسية للشباب المعد من قبل الجامعة الامريكية بالتعاون مع وزارة التربية العراقية) . هذا بالإضافة الى:
- الدراسات السابقة لبرامج ارشادية ونفسية متشابهة مع البحث الحالي.
- الأطر النظرية للدراسات.

- الكتب والمراجع المتعلقة بالبرامج الإرشادية.
- دورات التنمية البشرية والايجابية.
- خبرة الباحثان الميدانية في مجال التوجيه والإرشاد والعملية التعليمية في المدارس.
- قام الباحثان بتصميم البرنامج بصيغته الأولى، وبعدها تم عرضه على عدد من السادة الخبراء والمتخصصين بمجال علم النفس الرياضي ملحق (٢)، وذلك للتأكد من مدى مناسبه للهدف وعدد الجلسات والأنشطة التي استخدمها الباحثان اضافةً الى مدى مناسبه وملاءمته لأفراد العينة اضافةً الى الفترة الزمنية للجلسات.
- اعتماد الباحثان في تخطيطهما لتصميم برنامج التنمية الإيجابية على ما يأتي:
  - ❖ تحديد الاحتياجات.
  - ❖ اختيار الأولويات.
  - ❖ تحديد الأهداف.
  - ❖ إيجاد نشاطات وبرامج لتحقيق الهدف.
  - ❖ تقويم برنامج التنمية الإيجابية.
- تحديد الاحتياجات: بعد ان اطع الباحثان على الكثير من المصادر العلمية والكتب والدراسات السابقة والمراجع والأدلة العربية منها والأجنبية التي اهتمت وتناولت بموضوع التنمية الإيجابية والمهارات الحياتية الرياضية، وبالاعتماد على نظرية التكيف المعرفي استطاع الباحثان من تحديد احتياجات والمهارات للطلبة وهي:
  - مهارة تحديد الأهداف.
  - مهارة العمل الجماعي.
  - مهارة حل المشكلات.
  - المهارات العاطفية.
  - مهارة القيادة.
  - مهارة إدارة الوقت.
  - المهارات الاجتماعية.
  - مهارة التواصل.
- اختيار الأولويات: تم ترتيب الاحتياجات المذكورة آنفاً بناءً على ما جاء من اراء السادة الخبراء حسب الأولوية والاهمية.
- تحديد الأهداف: استطاع الباحثان من تحديد الأهداف (العامة، والخاصة) لبرنامج التنمية الإيجابية بما يتلاءم ويتناسب مع الاحتياجات او المهارات التي شخصها الباحثان وعلى النحو الآتي:
  - ✓ الأهداف العامة: تم تزويد افراد المجموعتين التجريبتين ببعض الخصائص النفسية التي يمكن ان تساعده ليصبح أكثر تكيفاً ويحقق توافقه مع البيئة التي يعيش فيها وايضاً توافقه مع نفسه، ولعمل على

تنمية هذه الخصائص حتى يصل الى حالة نفسية مستقرة حيثُ حدد الباحثان ذلك في ضوء المهارات والاحتياجات المذكورة أعلاه.

✓ الأهداف الخاصة: تعد الأهداف الخاصة مشتقة من الأهداف العامة لبرنامج التنمية الإيجابية والتي شملت عديد من الإجراءات النظرية والعملية التي قام الباحثان بتطبيقها مع الطلاب حتى يتم تحقيق الهدف من البرنامج الا وهو الكشف عن أثر التنمية الإيجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي.

- **النشاطات والبرامج لتحقيق الأهداف:** هناك العديد من النشاطات والبرامج التي استخدمها الباحثان في برنامجهم بغية الوصول تحقيق هدف البرنامج ومنها:

- التقييم الموضوعي.
- لعب الأدوار.
- الألعاب الصغيرة والألعاب الترويحية.
- المحاضرة.
- المناقشة.
- العصف الذهني.
- الاسترخاء.
- النمذجة.
- التعزيز.
- التساؤل.
- التغذية الراجعة.
- الواجبات المنزلية.

- **تقويم البرنامج:** تضمن تقويم البرنامج ما يأتي:

- **تقويم مستمر:** يشمل التقويم المستمر المناقشات التي تكون خلال النشاط بغية الكشف عن مدى تحقيق هدف كل نشاط.
- **تقويم مرحلي:** ويكون هذا التقويم نهاية كل نشاط وبنهاية كل جلسة عن طريق توزيع استمارة تقويم للطلاب الخاصة بكل جلسة من جلسات المهارات الحياتية الرياضية.
- **تقويم نهائي:** ان التقويم النهائي للبرنامج يتضمن الحكم على نتائج البرنامج، اذ يتم الحصول عليه من خلال إيجاد الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعات الثلاث.

٣-٧ **صلاحية البرنامج للتطبيق:** قام الباحثان بعرض البرنامج على عدد من السادة الخبراء والمتخصصين بعلم النفس الرياضي ملحق (١) إذا بلغ عددهم (٩) لأبداء آرائهم عن مدى ملائمة البرنامج للهدف المقاس، اضافةً الى مدى مناسبة محتوى البرنامج للعينة التي ستجري الدراسة عليها.



وكذلك آرائهم حول ما يرونه مناسباً للحذف او الإضافة، وعلى هذا الأساس قام الباحثان بأجراء التعديلات الخاصة بأراء الخبراء حتى نطمئن على سلامة البرنامج من الناحيتين الموضوعية والعلمية.

٣-٨ التجربة الاستطلاعية للبرنامج: بعد ان قام الباحثان بتصميم برنامج التنمية الإيجابية وعرضه على السادة الخبراء واجراء التعديلات التي اقترحوها حول آرائهم، أجري الباحثان تجربته الاستطلاعية في يوم الأحد الموافق ٢٠٢٢/٣/٦ على عينة مكونة من (٢٥) طالباً كون ان عدد كل مجموعة من مجموعات البحث تتكون من (٢٥) طالباً حيث كان الهدف من هذا الاجراء هو الآتي:

- يحدد الباحثان وقت ومكان تنفيذ برنامج التنمية الإيجابية.
- تهيئة احتياجات الجلسات الضرورية مثل (حبال) قصاصات ورقية ملونة.
- تحديد المعرفلات والسلبيات التي من الممكن ان تصادف أعضاء العينة والتي يمكن ان تكون عائق لوصولهم الى مكان الجلسة ومحاولاته معالجتها.
- الفترة المناسب الخاص بكل جلسة حيث وجد بان (٤٥) دقيقة كافية لأجراء الجلسة وهو وقت حصة التربية الرياضية.

واستنادا إلى النقاط التي لاحظها الباحثان في اثناء التجربة الاستطلاعية، حيث تم تهيئة وتحديد زمان ومكان الجلسات بما يتلاءم مع افراد العينة اضافة الى استعداد الباحثان لتهيئة كل مستلزمات ومتطلبات الجلسات، وكذلك الوقوف على السلبيات والايجابيات التي من الممكن ان تواجه الباحثان في اثناء تنفيذ البرنامج.

### ٣-٩ التجربة النهائية للبحث:

قام الباحثان بتنفيذ البرنامج بصيغته النهائية (ملحق ٢) وبعد تعديلات وملاحظات السادة الخبراء على افراد عينة المجموعتين التجريبيتين كما في الإجراءات التالية حتى يتم تحقيق هدف البحث:

- ١- عدد جلسات البرنامج تم تحديدها حسب استيفاء الوقت لكل مهارة، وهي (٨) جلسات بواقع جلستين لكل أسبوع. اذ يشير (احمد، ٢٠٢٠) الى ان العدد المناسب للجلسات تحدده طبيعة المجموعة ولكن بشكل تقريبي تكون من (٨) - (١٠) جلسات.
- ٢- قام الباحثان بتنفيذ كل جلسات البرنامج في (ملعب مدرسة ثانوية نينوى للمتفوقين) في تمام الساعة (٩،١٥) صباحاً و (١٠،١٠) صباحاً من أيام الأربعاء والخميس.
- ٣- قام الباحثان بتعريف افراد العينة (المجموعتين التجريبيتين) على طبيعة الحصة، مع المحافظة على سرية ما يدور في اثناء الجلسات.
- ٤- قام الباحثان بتوزيع المقياس على المجموعات الثلاث (الضابطة والتجريبيتين) من اجل اجراء الاختيارات القبلية لهم، وذلك في يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/٣/٨.
- ٥- موعد الجلسة الأولى للبرنامج تم تحديد حيث كانت يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٢/٣/٩ م.
- ٦- موعد الجلسة الختامية للبرنامج تم تحديده حيث كان يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/٣/٣١ م.

والتي تم اجراء الاختبارات البعدية لمقياس المهارات الحياتية الرياضية، وبهذا انتهى الباحثان من إجراءات البرنامج.

### ٣-١٠ الوسائل الإحصائية:

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

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار (Kolmogorov-Smirnov Z)
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون.
- معادلة جيتمان.
- اختبار levene's.
- معامل ثبات الفا كرونباخ.
- تحليل تباين ANOVA.
- ٤- عرض النتائج ومناقشتها :
- ٤- عرض النتائج ومناقشتها:
- ٤-١ عرض النتائج:

**الهدف الأول:** بناء برنامج للتنمية الايجابية القائم على نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين، وقد تحقق الباحثان من الهدف الأول بوصفه هدفاً اجرائياً وذلك من خلال مجموعة من الخطوات التي تم اتباعها في اعداد البرنامج على وفق الأسس العلمية والتي تم توضيحها آنفاً.

**الهدف الثاني:** الكشف عن برنامج التنمية الايجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين وقد افترض الباحثان بان التنمية الإيجابية يؤثر في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين ومن اجل التحقق من الفرض أعلاه فقد أجرى الباحثان تحليل التباين بين الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث وكما هو موضح في الجدول (٢)

### جدول (٢)

يبين مصدر التباين ودرجة الحرية ومتوسط المربعات ومجموع المربعات وقيمة (ف) المحسوبة وقيمة (ف) الجدولية للمجموعات الثلاثة بعد اجراء التجربة (أي للاختبارات البعدية)

Sig.	(ف) المحسوبة	مجموع المربعات	متوسط المربعات (التباين)	درجة الحرية	مصدر التباين	الصفة
٠,٠٠١	١٢٧.٦	٤٥٧٥٦	٢٢٨٧٨	٢	بين المجموعات	المهارات الحياتية الرياضية
		١٢٩٠.٥	١٧٩	٧٢	داخل المجموعات	
		٥٨٦٦١		٧٤	المجموع الكلي	

معنوي عند مستوى دلالة  $\geq ٠,٠٥$

استخدام الباحثان اختبار تحليل التباين (ANOVA) لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارات والبعدي لمجاميع البحث الثلاث في الدرجة الكلية لمقياس المهارات الحياتية الرياضية، وقد اظهرت نتيجة الاختبار بان قيمة (ف) المحسوبة بلغت (١٢٧,٦) وبمستوى دلالة (٠,٠٠٠٠) وعند الرجوع الى مستوى الدلالة المعتمدة والبالغة (٠,٠٥) يتضح انه هناك فروق ذات دلالة معنوية في الدرجة الكلية للمقياس بين الاختبارات البعدية لمجاميع البحث الثلاث وكما هو موضح في الجدول (٣).

جدول (٣) يبين المجموعات الثلاث مع متوسطات حساباتهم و فرق الأوساط الحسابية

المجموعة التجريبية الأولى (١٢٩.٦٨)	المجموعة الضابطة (١٠٢.٥٢)	فرق الأوساط
*٢٧.١٦	-----	المجموعة الضابطة
*٣٣.٢٣	*٦٠.٣٩	المجموعة التجريبية الثانية (١٦٢.٩٢)

مستوى اقل فرق معنوي (٧,٥٣) عند نسبة خطأ (٠,٠٥) \*تعني وجود فرق معنوي بين المجموعتين

يتضح من الجدول (٣) ما يأتي :

(١) بلغت قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) المحسوبة (٧,٥٣) وهي أصغر من قيمة الفرق بين متوسطي المجموعتين الضابطة والتجريبية الأولى في الاختبار البعدي والبالغة (٢٧,١٦)، وذلك يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية الأولى.

(٢) بلغت قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) المحسوبة (٧,٥٣) وهي أصغر من قيمة الفرق بين متوسطي المجموعتين الضابطة والتجريبية الثانية في الاختبار البعدي والبالغة (٦٠,٣٩)،

وذلك يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية الثانية.

(٣) بلغت قيمة اقل فرق معنوي (L.S.D) المحسوبة (٧,٥٣) وهي أصغر من قيمة الفرق بين متوسطي المجموعتين التجريبية الاولى والتجريبية الثانية في الاختبار البعدي وبالغة (٣٣.٢٣)، وذلك يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين ولمصلحة المجموعة التجريبية الثانية.

٢-٤ مناقشة النتائج : وفيما يخص مناقشة نتائج الفرضية والمتمضمّن بيان تأثير برنامج التنمية الإيجابية في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي لدى طلاب ثانوية نينوى للمتفوقين، اذ يشير الجدول (٢) الى وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجاميع الثلاث الذي اعتمدها الباحثان والذي يشير الى اختلاف المجموعات في أهمية تأثير برنامج التنمية الإيجابية وبعد الرجوع الى الجدول (٣) والمتمضمّن الفروق بين المتوسطات لتلك المجاميع ومقارنتها مع قيمة اقل فرق معنوي، اذ اثبت تفوق المجموعة التجريبية الثانية على كل من المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة، يعزو الباحثان النتائج الحالية الى ان برنامج التنمية الإيجابية والمتمضمّن نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي من خلال درس التربية الرياضية باستخدام احدى الفعاليات الرياضية في المنهج عند التطبيق وهي كرة القدم له تأثير إيجابي على الطلاب، والتي يمكن ان تفسر على أنها احدى الوسائل التعليمية المهمة لتنمية الجوانب الاجتماعية والصحية للطلاب في مرحلة المراهقة ومواجهة الضغوط النفسية التي قد تؤثر الى حالة من التراجع في الأداء، ونقل المهارات اليومية وتمكين الطلاب من أداء مهامهم الدراسية من خلال العلاقة بين الرياضة ومناهج التدريس وتتفق النتائج الحالية مع (Ricardo,T.et.al.2022) في ان للمهارات الحياتية دوراً واضحاً في تعزيز نقل المهارات الحياتية، اذ ما تم وضعها في برنامج تدريبي ضمن المنهج التعليمي في المدرسة ليحقق افضل مستوى من التطور لدى الطلاب من الناحية البدنية والعاطفية والنفسية والاجتماعية والتي يمكن نقلها الى مناحي عدة من الحياة مثل العمل والمدرسة والأسرة، كما ان هكذا نوع من البرامج يمكن ان تعطي فرصة لتحسين الأداء في الفعاليات الرياضية التي يشترك فيها الطلاب وتطور من الخصائص الشخصية التي يمكن ان تنتقل الى الصف الدراسي من خلال الرياضة.

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات:

#### ١-٥ الاستنتاجات :

١- صلاحية برنامج التنمية الإيجابية القائم على المهارات الحياتية الرياضي لدى طلاب ثانوية

نينوى للمتفوقين في تحقيق أهدافه.

٢- تفوق المجموعة التجريبية الثانية باستخدام برنامج التنمية الإيجابية والفعاليات الرياضية في نقل

المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي مقارنة مع المجموعة التجريبية الأولى

والضابطة.

٥-٢ التوصيات :

- ١- الاستفادة من برنامج التنمية الإيجابية القائم على المهارات الحياتية الرياضية الذي أعده الباحثان في نقل المهارات الحياتية الرياضية الى الصف الدراسي او نواحي أخرى من الحياة.
- ٢- ضرورة الاهتمام بتنمية وقياس المهارات الحياتية الرياضية لدى الطلبة وان تكون هذه التنمية قائمة على استراتيجيات التنمية الإيجابية وخاصة في مرحلة المراهقة المبكرة للطلاب لأهميتها في حل المشكلات اليومية وتحقيق الأهداف المنشودة لهم.

ملحق (١)

السادة الخبراء والمتخصصين بمجال علم النفس الرياضي الذين تم عرض المقياس والبرنامج عليهم

الاختصاص	مكان العمل	اللقب العلمي	الأسماء الخبراء
علم النفس	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية/قسم	استاذ	د. عكلة سليمان الحوري

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

### الملحق (٢) انموذج لجلسة من جلسات البرنامج

"برنامج التنمية الإيجابية القائم على أساس المهارات الحياتية الرياضية"

#### محتوى البرنامج

الجلسة الأولى : التعارف ومهارة تحديد الاهداف

زمن الجلسة: (٤٥ دقيقة).

الفنيات المستخدمة: اسلوب المحاضرة، المناقشة الجماعية والالتزام، الألعاب الصغيرة، النمذجة، التغذية الراجعة.

**اهداف الجلسة:** تهدف الجلسة الى التعرف المتبادل بين الباحث والطلاب مع اعطائهم بعض التوجيهات والارشادات حول الالتزام بالبرنامج وتعليمهم وتدريبهم على مهارة تحديد الأهداف.

**محتوى الجلسة:**

- يتعرف الباحث على الطلاب ويشجعهم على استخدام الأسلوب التفاعلي والتشاركي وكسر حاجز الخجل وإقامة علاقات ودية مع الطلاب من اجل خلق جو تفاعلي مرح تمهيداً للجلسات اللاحقة مما يؤدي الى حسن استقبال المعلومات وتقبلها بشكل أفضل بالنسبة للطلاب.

- يسمح الباحث للطلاب بالتعريف عن أسمائهم وهواياتهم والألعاب الرياضية المفضلة لديهم ويتم تشجيع الطالب في نهاية حديثه.

- وبعدها يعطي الباحث للطلاب القواعد والارشادات التي يجب على الطلبة الالتزام بها ومنها: الالتزام بالحضور وبمواعيد الجلسات والاصغاء الجيد واحترام الغير وحق التعبير عن اراء كل طالب وما يجول بخاطره واحترام اراء الاخرين والالتزام بالهدوء وأيضا المحافظة على نظافة الساحة.

- يشرح الباحث مهارة تحديد الأهداف للطلاب نظرياً ويشير الى أهمية تحديد الأهداف في حياتهم العامة وحياتهم المدرسية والرياضية وأيضا يعطي للطلاب شروط اكتساب مهارة تحديد الأهداف وهي يجب التركيز على الهدف الذي يضعه الطالب ومن ثم يتصور ويتخيل شكل النتيجة وبعدها يضع الخطة والتخطيط لتحقيق هذا الهدف. حيث ان لاعب كرة القدم يجب عليه التركيز على المرمى لكي يحقق الهدف ويعمل من اجل هذا الهدف.

- كما ان من المهم ان يوضح الباحث لطلاب ضرورة الإصرار على الحلم او الهدف وان لا يتخلى الطلاب عن الهدف الذي يضعوه. مشيراً ان الهدف يجب ان يكون واضح وقابل للقياس ويتعدون على الاحلام الوردية والأفكار الخيالية.

- يعطي الباحث امثلة على تحديد هدف قريب الأمد وأيضا مثال على تحديد هدف بعيد الأمد.

**مثال على تحديد هدف قريب المدى:** قد يكون الهدف في مجال العمل أن يكون لك مشروعك الخاص. قد يكون هدف للرشاقة أن تصبح رشيقاً .

**مثال على تحديد الهدف بعيد المدى:** قد يكون هدفاً شخصياً أن تكون لديك عائلة يوماً ما. قد تكون هذه الأهداف كبيرة جداً.

- يوضح الباحث شرح خطوات تحقيق الأهداف وهي:

- تحديد الأهداف.
- إعادة ترتيب الأهداف الجزئية حسب أولوياتها.
- الوسائل والإجراءات التي تساعد على تحقيق الأهداف.
- التحقق والمتابعة مما وصل اليه.

- التوضيح من قبل الباحث بان يكون التخطيط بدون عشوائية فمن المهم ان يضع الفرد أهدافا له بفترة مبكرة من عمره لأنه المسار الحقيقي للعيش حياة هادفه.
- لإضفاء جوا من المرح داخل الجلسة قام الباحث بعمل سباق بريد بين المجموعات لنهاية الساحة ومن ثم العودة.
- يتم إعطاء نشاط للطلاب وهو: كتابه أهدافهم التي يرغبون بالوصول اليها بالإضافة الى الاحلام الذي يتمنونها تكتب على ورقة صغيرة وبعدها يتم النقاش فيما بينهم والمداولة عن الأفكار وعن الأهداف فمن الضروري على الطلبة معرفة أفكار واهداف الاخرين لكي يتزودوا من بعضهم البعض ويكونوا فكر عام من اجل تحقيق الهدف العام التي تخدم المجموعة.
- وبعد ذلك يطلب من الطلاب تجزيته الأهداف الرئيسية الى اهداف فرعية من اجل تقليل حجم المهام والضغوط على واضعها ولان تحقيق الأهداف الفرعية يؤدي الى تحقيق الهدف الرئيسي.
- ومن الضروري ايضا ان يعطي الباحث الأخطاء التي من الممكن ان يقع فيها الطلاب عند تحديد أهدافهم كان تكون: هناك من يسعى الى تحقيق اهداف أكبر من قدراته وامكانياته لذا يفشل ويصاب بالإحباط، لذا من المهم ان تكون الأهداف واقعية ومن الممكن تحقيقها وفقا لقدراتهم ومهاراتهم.
- إعطاء الباحث للطلاب نشاط من اجل كتابة المهارات التي تساعدهم على تحديد وتحقيق أهدافهم وبعد ذلك يلخصها لهم عندما ينتهون من التعبير عن آرائهم: ١- الايمان بقدراتهم. ٢- تقييم التقدم بشكل مستمر. ٣- كتابة الأهداف الجزئية. ٤- امتلاك الرغبة في تحقيقها. ٥- الاستعداد النفسي والجسدي لها. وبعد ذلك يقوم الباحث بإعطائهم استمارة تقييم الجلسة.
- يكلف الباحث الطلاب بنشاط وواجب منزلي وهو: كتابة هدف معين يطمح الطالب الوصول اليه مع مراعاة شروط كتابة الهدف من حيث تجزئته وإمكانية قياسه. ليتم مناقشتها في بداية الجلسة القادمة.

#### المصادر:

- (١) سلطان عبدالرضا، محمد. (٢٠٠٥). محاضرات علم النفس الرياضي، جامعة كربلاء.
- (٢) نشواتي ، عبدالمجيد . (٢٠٠٣) . علم النفس التربوي ، ط٤ . دار الفرقان للنشر : عمان.
- (٣) فرناجي ، نادر . (١٩٩٤). التنمية البشرية في مصر رؤية بديلة ، ص١ ، دار المستقبل ، القاهرة .
- (٤) فان دالين ، ديوبولدب . (١٩٩٤) . مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط١ ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر
- (٥) هاسكينز ، براوني ، وليو ، ليوان . (٢٠١٩) . قياس المهارات الحياتية والمواطنة في منطقة الشرق الأوسط وشمال افريقيا : صندوق الأمم المتحدة للطفولة "اليونسيف " والبنك الدولي ، جامعة روهامبتون، لندن، المملكة المتحدة.



- (٦) عثمان ، عفاف . ( ٢٠١٩ ) . اثر برنامج تدريبي قائم على مبادئ علم النفس الإيجابي في تنمية بعض المهارات الحياتية والكفاءة الذاتية لدى أطفال الروضة في جامعة نجران . مجلة دراسات في الطفولة والتربية ، (١٠) ، ٣٩-٨٣.
- (٧) الحطامي ، عبدالغني ، الهدهود ، 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.
- (٨) سالم ، حنان . ( ٢٠١٤ ) . فعالية برنامج مقترح في ضوء نموذج (H-4) في تنمية المهارات الحياتية وعمليات العلم بمادة العلوم لدى طالبات الصف الثامن الأساسي بمدينة غزة . أطروحة دكتوراه ، الجامعة الإسلامية بغزة : فلسطين .
- (٩) احمد ، فائزة ، أبو النصر ، شروق . ( ٢٠٢١ ) . فاعلية مدخل تحليل المهام في تنمية المهارات الحياتية وبعض المهارات الأساسية لتلاميذ لمرحلة الابتدائية بدرس التربية الرياضية ، مجلة نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ٣٥ (١) ، ١١٠-١٤٦.
- (١٠) احمد ، عطالله ، عبدالقادر ، زيتوني ، السيد بن خالد ، حياة ، توتي . (٢٠١٣). فاعلية استخدام برنامج للألعاب مبني على حل المشكلات في التعليم التعاوني المصغر وللأزواج لتنمية التفكير الإبداعي وتطوير بعض المهارات الأساسية (الجري ، الرمي ، القفز) لاطفال القسم التحضيري . مجلة الرافدين، ٢٠(٦٤) ١٨١-٢٠٨.
- (١١) الوتار ، ناظم ، البدراني ، محمود. (٢٠١٣) . اثر برنامج تدريبي نفسي باستخدام استراتيجيات التنظيم الذاتي للمزاج في تعديل المزاج لدى لاعبي كرة اليد الشباب . مجلة الرافدين، ٢٠(٦٤) ٣٩٦-٤٤٤.
- (١٢) اليباس ، انتظار. (٢٠١١). دراسة تحليلية للضغوط النفسية لدى لاعبات اندية العراق بالكرة الطائرة. مجلة الرافدين، ١٨(٥٩) ٦٩-٩٢.
- (١٣) هباش ، علي . ( ٢٠١٩ ) . فاعلية مهارات التفكير في تنمية المهارات الحياتية لدى طلبة السنة الجامعية الأولى بجامعة بشة . مجلة البحوث التربوية والنفسية ، ٦٢(١٦) ، ٣٥-١.
- (١٤) المنظمة الدولية للشباب . (٢٠١٤) . تعزيز المهارات الحياتية لدى الشباب (دليل علمي لتصميم برامج نوعية) ، استرجعت في تاريخ ٢٢ يناير ٢٠٢٢، من <https://docplayer.net/zyz-lmhr-tlhyty@-ld~-٦٠%-T٤٨٠٣١٣٨٣https://docplayer.net/lshbb.html>
- 15)Goudas, M. & Giannoudis, G. (2008). A team-sport-based life skills program in physical education context . learning and instruction 18 ,538-546.

- 16) Larson, R. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55, 170–183.
- 17) Danish, S. J., Petitpas, A. J., & Hale, B. D. (1993). Life development intervention for athletes: Life skills through sports. *The Counseling Psychologist*, 21, 352–385.
- 18) Hinson, L., Kapungu, C., Jessee, C., Skinner, M., Bardini, M., & Evans-Whipp, T. (2016). *Measuring Positive Youth Development Toolkit: A Guide for Implementers of youth program*. Washington, DC: YouthPower Learning, Making Cents International.
- 19) Holt, N. (2008). *Positive youth development through sport*. 270 Madison Ave, New York, NY 10016.
- 20) Allen, Georgia. (2013). *FROM THE SPORTS HALL INTO THE CLASSROOM: Learning Life Skills through Sport*, Ph D. Dissertation, Brunel University, London: UK.
- 21) Martin Camiré, Tanya Forneris, Pierre Trudel & Dany Bernard (2011): Strategies for Helping Coaches Facilitate Positive Youth Development Through Sport, *Journal of Sport Psychology in Action*, 2:2, 92- 99.
- 22) Larson, R. W., and R. M. Angus. (2011). Adolescents' development of skills for agency in youth programs: Learning to think strategically. *Child Development* 82:277–294.