

فاعلية التربية البدنية والرياضة في إكساب الطالبات المهارات الحياتية لتدعيم قيم المواطنة بكلية التربية الرياضية للبنات "جامعة الإسكندرية"

* د/ عبير أبو النجاه عبد الحليم شكر

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية التربية البدنية والرياضة في إكساب الطالبات المهارات الحياتية لتدعيم قيم المواطنة بكلية التربية الرياضية من خلال: تحديد دور التربيته البدنيه والرياضه في إكساب الطالبات المهارات الحياتية- تحديد دور التربيته البدنيه والرياضه في تدعيم قيم المواطنة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات- الكشف عن علاقه الارتباطيه بين المهارات الحياتية وقيم المواطنة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقامت بإختيار عينه عشوائية قدرها (٢٦٥) طالبه من كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية، وإستخدمت إستبيان لقيم المواطنة وإستبيان للمهارات الحياتية كأداة أساسية لجمع البيانات وتوصلت الباحثة الى تحديد محاور قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية وتمثلت في مهارات المواطنة النشطة: (الإلتزام- المشاركة- الحرية- إحترام القانون) وتحديد محاور المهارات الحياتية لدى طالبات كلية التربية الرياضية وتمثلت في (مهارات تمكين الذات- مهارات التعلم- مهارات المقدره على التوظيف) وأهم التوصيات وضع رؤية تجديدية شاملة ومستمره لتعليم وتعلم المهارات الحياتية والمواطنة، ضرورة توظيف ودمج تعليم المهارات الحياتية والمواطنة ضمن برامج (التعليم- التدريب- الترويج- الإدارة) من خلال الربط بين المواقف التدريبية والعمليات العقلية والإجتماعية لتجهيز الطالبة لمواجهة التحولات من مرحلة التعليم للعمل. وأسفرت النتائج "أن هناك علاقة إرتباطية بين المهارات الحياتية وقيم المواطنة تتمثل فيما يلي: علاقة طردية بين مهارات التعلم ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٤٧١). علاقة طردية بين مهارات تمكين الذات ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٣٦٥). علاقة طردية موجبة بين مهارات المقدره على التوظيف ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,١٩٧).

* مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والإجتماعية- كلية التربية الرياضية للبنات -جامعة الإسكندرية

abstract

Research title: “The effectiveness of physical education and sports in gaining female students with life skills to support citizenship values at the faculty of physical Education for Girls.” Alexandria university” **Researcher name: Abeer Abo Alnaga Abd Elhalim Shoukr** The research aims to identify the effectiveness of physical education and Sports in giving female students life skills to support citizenship values at the college of physical education. **Through:** Identifying the role of physical education and sports in giving female students life skills. Identifying the role of physical education and sports in strengthening citizenship values for female students at the college of physical education for Girls. revealing the correlation between life skills and citizenship values for female students at the college of physical education for Girls **The researcher used** the descriptive method and selected arandom sample (265) of a student from the faculty of physical education for Girls, Alexandria university. she used Aquestionnaire for Themes of citizenship values among female students of the college of physical education , which were represented in: Active citizenship skills(**Belonging – Participation- Freedom- Respect the law**) and the identifying the axes of life skills among female students of the college of physical education , which were self-empowerment skills, learning skills , employability skills , and the most important recommendations.are and sets acomprehensive and continuous renewal vision for education and learning life skills and citizenship, the necessity of employing and integrating life skills and citizenship education within education programs.traning recreation and management) through linking training situations and student and social processes to prepare the studet to face. transitions fromeducation to work. The results revealed that “ there is acorrelation between life skills and citizenship values, which is represented in the following : Adirect relationship between learning skills and the skills of citizenship values among students of the college of physical education for Girls “. The correlation coefficient reached (0.471). Adirect relationship between self- empowerment skills and the citizenship values among students of the college of physical education for Girls “. The correlation coefficient reached (0.365).Apositive, direct relationship between employability skills and citizenship values skills among students of the college of physical education for Girls “.where The correlation coefficient reached(0.197).

المقدمة ومشكلة البحث :

يعد موضوع المهارات الحياتية (Life Skills) من الموضوعات المهمة والتي تهدف إلى تحقيق إستراتيجية الدولة في العمل على تمكين الشباب وتشجيعهم على الإبداع والإبتكار وصقل الدافعية، والريادة لديهم وتمثل ضرورة حتمية لجميع الأفراد في أي مجتمع فهي من المتطلبات الأساسية التي يحتاجها الفرد لكي يتوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه حيث أنها تمكنه من التعامل الذكي مع المجتمع وتساعد على مواجهة المشكلات اليومية والتفاعل مع مواقف الحياة. (٢ : ١٠-١٣)

ومن هنا سعت الدولة إلى إحتضان مشروع تنمية المهارات الحياتية للشباب، وتطوير قدراتهم وتعزيز مفاهيم المواطنة وقيم الهوية لديهم. وأيضاً التطوير النوعي، وإستثمار طاقات الشباب عبر منظومة متجانسة من البرامج التدريبية لإعداد جيل متمكن يمتلك قدرات ومهارات تؤهله للمساهمة في تقدم المجتمع والإستجابة لمقتضيات تحقيق رؤية الدولة ٢٠٣٠. (٤٤ : ٢)

وفى ظل التحديات اليومية يجب أن تقابل طبيعة هذا العصر برؤية تجديدية وشاملة ومستمرة للتعليم تزيد من الإمكانيات البشرية للطلاب وتعمل على تزويدهم بالمهارات الحياتية فهي مهارات معرفية وغير معرفية وذات أهمية للتعلم، والمقدرة على التوظيف والتمكين الذاتي، والمواطنة النشطة ويعد تعليم المواطنة جزءاً لا يتجزأ من تعليم المهارات الحياتية ويشير إلى القدرات التي يمكن لها أن تعمل على تعزيز المجتمعات وتسخير الحماسية لدى الأجيال الشابة وتوفير الأدوات لبناء مستقبل أفضل لمجتمعاتهم. (٤٧ : ١٠)

لذلك فإن تعليم المهارات الحياتية وتعلمها وتسمى أيضاً مهارات القرن الحادى والعشرين مهمة للغاية لتمكين الشباب من تحقيق النجاح في التعليم والتوظيف والأهداف الشخصية، ورغم ذلك فإن القليل من الأنظمة التعليمية قد دمجت المهارات الحياتية في مناهجها التعليمية، وبناءً على إطار العمل الإقليمي لتعليم المهارات الحياتية والمواطنة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا (٤٨ : ١)

ولقد تم إطلاق مبادرة تعليم المهارات الحياتية والمواطنة عام ٢٠١٥ ويتولى صندوق الأمم المتحدة للطفولة باليونيسيف قيادة هذه المبادرة مع شركاء على مستوى العالم. وأوصت بضرورة دمج تعليم المهارات الحياتية والمواطنة ضمن أنظمة التعليم الوطنية وتقديم المبادرة محاولةً ومسعى تعاونياً على مستوى الدول من أجل تحقيق هدف التنمية المستدامة الرابع (SDG4) أي ضمان تعليم جيد وعادل وشامل للجميع وتعزيز فرص التعلم مدى الحياة للجميع

ويعد التعليم والتدريب من أهم المسارات لصقل مهارات الشباب لذا ينبغي دعم الشباب بهدف تطوير المهارات الحياتية الأساسية (٤٦: ١٢)

وقامت منظمة اليونيسيف والبنك الدولي بتطوير أداة قياس المهارات الحياتية والمواطنة وتم إطلاق الأداة عام ٢٠١٧ من أجل تجهيز الشباب ولمواجهة التحولات من مرحلة التعليم للعمل، ومن التنمية غير المدروسة للمواطنة المسؤولة والفعالة. وهذا ما أكدته منظمه اليونيسيف واعتبرت التعليم أداة لتعليم المهارات الحياتية والمواطنة فهي نقطة بداية صوب مراجعة السياسات التعليمية وتغيير المناهج الدراسية ومضامينها هذا الأمر سيتمكن طلابنا من تعزيز تفكيرهم النقدي وإبداعهم ومواجهة مشكلاتهم". (٤٨ : ٢-٣)

وتسعى المواطنة إلى تحقيق إنتماء المواطن وولائه لوطنه وتفاعله إيجابياً من خلال المشاركة المجتمعية وشعوره بالإنصاف ودفاعه عن وطنه وقيمة وترتكز المواطنة على عدة قيم أساسية وهي "قيمة الإنتماء والولاء - قيمة المساواة، قيمة الحرية، قيمة المشاركة، المسؤولية الاجتماعية، قيمة إحترام القانون". (٣١ : ١)

إن التربية على المواطنة من خلال الأنشطة البدنية والرياضة هو سعى إلى تنمية المعارف والكفاءات التي تمكن الشباب من تطوير مهاراتهم الاجتماعية مثل العمل ضمن الفريق والتضامن والتسامح والروح الرياضية في إطار متعدد الثقافات، وكذلك خلق توازن بين الأنشطة الفكرية والبدنية خلال المسيرة التعليمية مع دعم الرياضة داخل الأنشطة المدرسية. (٥٦ : ٣١)

وهناك ثلاثة أسباب تدعو إلى ربط الرياضة بالمواطنة وهي:

- ضرورة وطنية لتنمية الإحساس بالإنتماء والهوية.
- ضرورة إجتماعية لتنمية المعارف والمهارات والقيم والإتجاهات والمشاركة في خدمة المجتمع.

- ضرورة دولية لإعداد المواطن وفقاً للظروف والمتغيرات الدولية. (٥٦ : ٣١)
وهذا ما أكدته منظمة الصحة العالمية أن المواطنة وتعلم المهارات الحياتية هي أساس في إعداد الشباب للتغيير من وضعهم الإجتماعي الأمر الذي أدى بالمؤسسات التعليمية إلى أخذ هذا بعين الإعتبار وجعل حصص النشاط الرياضي تعمل بتكامل مع المواد الأخرى في خدمة الطالب والتطور إلى ما هو أحسن. (٤٩ : ٤٢٩)

وبالنظر إلى دور المؤسسات التربوية التعليمية نجد أنها من أهم المؤسسات المسؤولة عن إكتساب وتدعيم قيم المواطنة لدى الطلاب وتستمد هذه المؤسسات برنامجها وطرق عملها من المنهاج المبني على أسس وهذه الأسس مبنية على قيم وعقائد المجتمع وأهدافه ومن بين هذه

الأهداف تكوين المواطن الصالح مع مواكبة الحضارة بالإضافة إلى الأبعاد الإجتماعية التي تساهم في قيم المواطنة الصالحة. (١٣: ٦١-٦٢)

وهنا تأتي أهمية الدور الكبير والحاسم الذي تلعبه المؤسسات التعليمية في ضمان تحقيق تعليم المهارات الحياتية والمواطنة حيث تلعب الجامعات دوراً كبيراً في إنماء الطالب الذي ينمى بدوره المجتمع حيث يعتبر الطالب أساساً للعملية التربوية ككل وهذا دعا بالضرورة إلى إعدادهم بما يلئم متطلبات العصر الحالي بغاية تضافر جميع الجهود لتحقيقها. (٤: ٧٧) ولاشك أن التنافس بين الجامعات في مخرجاتها ومناسبتها لسوق العمل يحتاج أن تتسلح هذه الكوادر بمجموعة من القدرات، والمهارات المتنوعة حتى يتجسد في داخل كل طالب مفهوم المواطن الصالح والذي لا يتحقق التقدم والنماء الوطني إلا به، هذا يحتاج إلى إعادة النظر في المقررات الدراسية ونظم التعليم والمهارات التي تسهم في تشكيل شخصيتهم وتؤهلهم لمواجهة التحديات المختلفة. (٢٦ : ١٨٠)

ويظل الإهتمام بالرياضة جوهرأ أساسياً في تحريك المجتمع للأمام، القادر على تغيير نسيج المجتمع لذا باتت الحاجة ملحة إلى بناء مناهج قائمة على التعليم الموجه لإكساب الطلاب مهارات حياتية متنوعة وشاملة واتجه القائمون على تطوير المناهج التربوية في العالم وإدماج المهارات الحياتية المعاصرة في المناهج للمراحل التعليمية المختلفة لما لها من أهمية في صقل شخصية وإعداده لمواجهة تحديات العصر ومشكلاته الحياتية اليومية ليكون إنساناً مبدعاً ومنتجاً وفاعلاً محلياً وعالمياً قادراً على التنمية والتطوير وإحداث التغيير. (٢٨: ٣)

وتستخلص الباحثة من العرض السابق أن تعليم المهارات الحياتية والمواطنة يحقق العديد من الأهداف أهمها :

- تحسين النتائج الحياتية من خلال السياسات التعليمية والتدخلات المحددة الأهداف والتي تحتاج إلى فهم نتائج المهارات الحياتية.
- دمج المهارات الحياتية في أنظمة التعليم من خلال محتوى التدريس وعملية التعليم والتعلم يتطلب الإتساق مع نتائج المهارات الحياتية.
- مراقبة إكتساب المهارات الحياتية ومن ثم فعالية سياسات التعلم والتي تتطلب التقييم لنتائج المهارات الحياتية.
- إدراج المهارات الحياتية والمواطنة في المناهج الدراسية إذا أردنا تربية جيل قادر على الخلق والإبداع ومواجهة تحديات العصر. (٤٨: ٥)

كما أصدرت مبادرة تعليم المهارات الحياتية والمواطنة في الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. دليلاً للمهارات الحياتية بهدف الترويج لها وأهميتها للشباب يضم أربعة مجموعات من المهارات ويضم كل جزء مهارات فرعية. وقد إعتد في تحديد المهارات وإختيارها إن تستمر

مدى الحياة وبطريقة تؤدي دورها في تعزيز التلاحم الإجماعي كونها تتماشى مع أطر المواطنة المصممة للإهتمام بالأخر وإحترمه وهي :

- مهارات التعلم: (الإبداع- التفكير النقدي- حل المشكلات).
- مهارات المقدرة على التوظيف: (صنع القرار- التعاون- التفاوض).
- مهارات تمكين الذات: (الإدارة الذاتية- الصمود- الإتصال والتواصل).
- مهارات المواطنة النشطة: (المشاركة- التعاطف- إحترام القانون). (٤٧: ٨)

كما تصنف الشبكة العالمية للمعلومات للمهارات الحياتية إلى: (مهارات الإتصال والتواصل مع الآخرين- إدارة الإنفعالات ومواجهة الضغط- التفكير الإبداعي- التفكير النقدي- حل المشكلات- مهارات إدارة الذات- إتخاذ وصنع القرار- المهارات الأكاديمية الدراسية- التقمص العاطفي- مهارات التفاوض). (٤٥: ٣)

وتستخلص الباحثة مما سبق أن تعزيز المهارات الحياتية يساعد على تعليم المواطنة الذي يساهم في النهوض ببيئة ديمقراطية في الجامعة بين الطلاب والإداريين، يوظف تعليم المواطنة الفعال طرائق التعلم النشط والفرص لممارسة وتطبيق مهارات مثل حل المشكلات والتواصل والتعاون، كما يساهم في جعل التعليم أكثر صلة بالحياة اليومية، وهذا ما أكدت تجربة الأنروا في تحسين تصميم وتنفيذ برنامجها وتسوية الصراعات والتسامح. (٤٦: ١٣)

فقيم المواطنة: هي مجموعة من المعايير للسلوك الإجماعي والإنساني تمكن الفرد من الإنخراط في مجتمعه والمساهمة في رقى وطنه واحترام مبادئه. (١٢: ٤)

وهي أيضاً التربية الهادفة التي تعزز شعور الطالب بالإنتماء إلى مجتمعه وقيمة ونظامه وبيئة ليرتقى هذا الشعور إلى حد تشبع الطالب بثقافة الإنتماء والتي تظهر في سلوكه وتفاعله عن قيم وطنه ومكتسباته. (٣٥: ١٢٧)

وهناك علاقة بين الرياضة والمواطنة فمفاهيم المواطنة تتقاطع مع الكثير من مفاهيم الرياضة كونها يشتركان في إظهار قيم إنسانية محددة مثل (الولاء والإنتماء والقيادة والتواصل والإنصهار في الجماعة والعمل من أجلها فإذا أردنا ثقافة وطنية فعلياً تعزيز قيم المواطنة في واقعنا الرياضي والشبابي كون الرياضة أحد الوسائل الناجحة والرئيسية التي تعتمد عليها المجتمعات المتحضرة لمساعدة الشباب على تنمية وتأصيل المواطنة. (٣١: ١)

فالمهارات الحياتية (Life Skills) هي مجموعة من الأداءات المرتبطة بالقدرات العقلية والبدنية والإجتماعية والإنفعالية التي من خلالها يستطيع الفرد حل مشكلاته الحياتية اليومية، والمشاركة بفاعلية مع المحيط بما يواكب متطلبات العصر وحاجات سوق العمل. (٢٣: ١١١).

عرفت منظمة الصحة العالمية بأنها "القدرة على التكيف والسلوك الإيجابي الذي يمكن الأفراد من التعامل بفعالية مع متطلبات الحياة اليومية وتحدياتها، ومواجهة المواقف المختلفة بشكل إيجابي وتعزيز السلوكيات الشخصية الإيجابية والتكيف الإجتماعي والمواطنة والموقف الإيجابي في العمل". (٤٥ : ٢)

تعريف أجرائي: "هي مجموعة من السلوكيات والمهارات الشخصية والإجتماعية يمتلكها الشباب من أجل ممارستها فكرياً وسلوكياً وتساعدهم على تحمل المسؤولية وإتخاذ القرارات والتواصل بفعالية مع الآخرين والقدرة على التفكير الإبتكاري وتعد الفرد بشكل مستقل ومنتج داخل المجتمع وتساعد على تعزيز الصحة العقلية والكفاءة العملية في مواجهة واقع الحياة". وإن التدريب على المهارات الحياتية يمكن تنفيذه بفعالية ضمن سياق التربية الرياضية إذ يتم تعلم المهارات الحياتية والمهارات البدنية من خلال الممارسة ويمكن نقل العديد من المهارات المكتسبة في مجال الرياضة إلى مجالات الحياة الأخرى وتتضمن هذه المهارات القدرة على الأداء تحت الضغط وحل المشكلات وتحديد الأهداف والتواصل والتعامل مع مواقف النجاح والفشل والعمل مع فريق. (٤٩ : ٤٢٩-٤٣٨)

ولقد أثبتت الرياضة أنها أداة فعالة ومرنة لتعزيز قيم المواطنة بالنظر إلى دورها في تشجيع التسامح والإحترام ومساهمتها في تمكين الشباب والإندماج الإجتماعي. وتوفر الرياضة مجالات خصبة لتعلم الأفراد القيم الرئيسية للمواطنة ومن بينها روح العمل كفريق، اللعب النظيف والتفكير بالقواعد واحترام قيم العدل والمساواة واحترام الآخرين والتعاون والإنضباط والتسامح وتحفيز التماسك الإجتماعي. وتعد الرياضة بمثابة منبر قوى يمكن استخدامه لتشجيع ثقافة المواطنة فالرياضة ستظل إحدى أكثر الأدوات فعالية لتحقيق قيم المواطنة مفهوما وسلوكا وممارسة عملية فهي منظومة متكاملة في بناء الدولة وترسيخ الثوابت الوطنية لدى الشباب. (٣١ : ٢-٤)

وهذا يؤكد العلاقة بين الرياضة والمواطنة فالتعليم مبني على توطيد العلاقة بين المهارات الحياتية والمواطنة في تحقيق أهداف المناهج التعليمية المتمثلة في تحقيق التعلم النوعي المتميز وبناء القدرات على تعزيز تبني السلوكيات الشخصية الإيجابية والتكيف الإجتماعي، تكوين التعلم المبني علي مجموعة من الأدوات وأساليب التدريس التفاعيلة التي يتم تصميمها بهدف بناء شخصيات تتصف بالإبتكار والتجديد والثقة بالنفس والإعتماد على الذات. (٨ : ٣)

وتستخلص الباحثة من العرض السابق أن التربية الرياضية تعتبر ميداناً ثرياً في العملية التربوية لأن من خلاله تترجم الأهداف إلى خبرات ومعارف تساعد الطالب في بناء شخصيته

وتطوير عملياته العقلية العليا، وتحقق له التعامل والتفاعل الإيجابي مع متطلبات حياته مثل مهارات التفكير الإبداعي والناقد والإتصال والتواصل الإجتماعي وحل المشكلات وتقدير الذات. إلخ وإعداده ليكون مواطن عامل منتج، ممارس لمهارت التعلم الذاتي والتعاوني، مستخدم وسائل تعليمية وتكنولوجية حديثة تزوده بالخبرات والمهارات الواسعة لتمكينه من التكيف مع مجتمعه وتنمية الجانب البدني والمهاري والفكري، وهذا ما أكده الخبراء في أن مقدار النجاح في الحياة يتناسب طردياً مع القدرة على استخدام أنواع التفكير في حل المشكلات. (١٥:٢٠)، (١٧:١٠)

فإعداد الطالب ليكون عنصراً إيجابياً فاعلاً ومؤهلاً لبناء مجتمعة وتطويره هذا لن يكون إلا عن طريق إكتسابه قيم المواطنه والمهارات الحياتية الأساسية اللازمة للتفاعل الناجح في الحياة وهي مهارات تميز ما بين المهارات الذهنية والمهارات العملية. (٣:٢) **مشكلة البحث:**

إن التطورات العلمية والتكنولوجية المتسارعة والأوضاع السياسية والإجتماعية التي يشهدها العالم فرضت تغييراً في أهداف التعلم ومناهجه من خلال الكشف عن إتجاهات جديدة تتصل بطبيعة الفرد وعملية نموه في مختلف المجالات لذا وجب دراستها لتحديد واقع ومستقبل المجتمع، فوظيفة المناهج التربوية هي تهيئة الطلاب وتعديل سلوكهم تبعاً للأهداف التربوية مجسدة في صورة مواد دراسية تترجم إلى عادات ومهارات حياتية لديهم ويتطلب مواكبة هذا التطور المستمر غرس قيم المواطنه وتنمية المهارات الحياتية التي تمكنهم من مواجهة متطلبات الحياة اليومية. (٣:٣٦)

فنقص المهارات الحياتية لدى الأجيال الحالية يعتبر من أهم مشكلات المواطنه في تحقيق أهدافها وبالتالي يفشل الكثيرون في حياتهم الوظيفية والشخصية بسبب غياب هذه المهارات لديهم فهي تعد جزءاً أساسياً في ظل بيئة دائمة التغير للحياة الحديثة، ويحتاج الطلبة إلى مهارات مثل القدرة على التعامل مع المشاكل التي تواجههم، والتكيف مع ضغوط الحياة، وتعد المرحلة الجامعية مرحلة هامة في إطار التطور العمري للطالب، الأمر الذي تطلب تنمية المهارات الحياتية وتطبيقها في الواقع لرفع كفاءتهم على مواجهة التحديات وأيضاً تطويرها بما يتناسب مع خطط التطوير التربوي ويعد الاهتمام بالمهارات الحياتية هدف أساسى تسعى المؤسسات التربوية إلى إنجازه. (٩:١٧)

كما تظهر أهمية قيم المواطنه في تكوين الطالب القادر على تحمل المسئولية والتمسك بهويته التي تجعله فخوراً بإنتمائه لوطنه لذا لا بد من غرس أسس وسلوكيات المواطنه الصحيحة للطلاب وذلك لأننا نتعرض لمهب رياح قيمية متعارضة في إتجاهات ومتناقضة في

تأثيراتها وبالتالي فإن النسق القيمي للمواطنه شرط لتنمية الطالب الجامعي لجعله قادراً على التواصل الديمقراطي والتجديد والإبداع وتعتبر المؤسسات التربوية التعليمية من اهم المؤسسات المسؤولة عن إكتساب وتدعيم قيم المواطنة والمهارات الحياتية. (١٣: ٦١-٦٢)

وهذا ما دعا الباحثه إلى الإطلاع على الدراسات السابقة التى تناولت المهارات الحياتيه وبعض الدراسات تناولت قيم المواطنه وكان من اهم نتائجها أن أساليب التدريس الحديثه فى التربية البدنيه والرياضه تساهم فى تنمية بعض المهارات الحياتية (مهارات الإتصال والتواصل والمهارات الإجتماعية والعمل الجماعى، المهارات النفسية والأخلاقية ومهارات التفكير والإكتشاف)، كما أكدت النتائج أن الرياضه تجد ذاتها لا تعمل على إكساب المهارات الحياتية إنما يتم إكسابها من خلال المشاركة فى ممارسة الأنشطة الرياضيه من خلال العمل التعاونى مع الزملاء والأقران كما تساهم فى تنمية أخلاقيات العمل، كما يمكن توظيفها بفاعليه من خلال حصص التربية الرياضيه، كما أهتمت بعض الدراسات بأهميه دور الرياضه فى تدعيم مفهوم المواطنة لدى الشباب حيث أكدت نتائجها أن ممارسى الرياضه تميز بالإنتماء والإلتزام بأداء واجباته تجاه الدوله والمشاركه المجتمعيه وهى أحد عناصر مفهوم المواطنه، والإهتمام بالعمل التطوعى. ولقد تم التطرق لهذه الدراسه بناء على أول دليل وطنى للمهارات الحياتية والتربيه على المواطنة والذى تم إطلاقه مؤخراً من قبل مركز إنماء بالتعاون مع صندوق الأمم المتحدده بهدف معالجة التحديات التي تواجه الشباب وإستجابة لمتطلبات تحقيق رؤيه الدوله ٢٠٣٠ بالتعاون مع وزاره الثقافه والرياضه وأيضاً بهدف التعرف على تأثير الرياضه على الطلاب من ناحيه إكسابهم المهارات الحياتية وقيم المواطنه وذلك في ضوء الإتجاهات المعاصره للرياضه بهدف وضع تصور للتطوير على أساس علمى مقنن. (٣: ٤٤)

ومن هنا ترى الباحثه أن هناك علاقته إرتباطيه بين المهارات الحياتيه ودورها فى تعزيز قيم المواطنه وفى حدود علم الباحثه لم يتطرق أحد إلى إيجاد هذه العلاقه وهذا ما دعا إلى القيام بهذه الدراسه "فعاليه التربيه الرياضيه فى إكساب الطالبات المهارات الحياتية لتدعيم قيم المواطنة بكلية التربيه الرياضيه للبنات جامعه الأسكندريه"

وبعد إطلاع الباحثه على الدراسات السابقة التى تناولت موضوع المهارات الحياتية كدراسة عمر عيسى عمور (٢٠٠٩) (٢٩) بعنوان "إسهامات بعض أساليب التدريس الحديثه فى التربيه البدنيه والرياضيه على تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحله الجامعيه" حيث أكدت نتائجها أن أساليب التدريس الحديثه فى التربيه البدنيه والرياضه أكدت على إسهامها فى تنمية المهارات الحياتية (المهارات البدنيه والمهاريه، مهارات الإتصال والتواصل، المهارات الاجتماعيه والعمل الجماعى، المهارات النفسيه والأخلاقية، مهارات التفكير والإكتشاف) كما أجرى هولت وتامن وتك وبلاك Holt, Tamminen, Tink & Black, 2009) (٥٧) دراسه توصلت إلى ان الرياضه بحد ذاتها لاتعمل على إكساب

لمهارات الحياتية إنما يتم إكساب المهارات الحياتية من خلال المشاركة في ممارسة الأنشطة الرياضية من خلال العمل التعاوني مع الزملاء والإقران وما يتضمنه المحتوى وأن الأهل يستخدموا ممارسة التربية الرياضية وسيلة تساعد في تعزيز وتقوية العلاقات الاجتماعية كالتعاون وتنمي أخلاقيات العمل. وقد أسفرت نتائج دراسة "جوداس وأخرون" (٢٠٠٦). **Goudas, et, al (٤٩)** بعنوان فاعلية برنامج التدريب على المهارات الحياتية التي تدرس كجزء من دروس التربية الرياضية وتلقوا نسخة مختصرة من برنامج (Goal) مصمم خصيصا لتدريس المهارات الحياتية من خلال التربية الرياضية، توصلت إلى تحسن في مستوى اللياقة البدنية والمهارات الحياتية وكذلك أن التدريب على المهارات الحياتية يمكن توظيفه بفعالية من خلال حصص التربية الرياضية. كما أكدت نتائج دراسة **رشا عبد النعيم محمد (٢٠١٢) (١١)** بعنوان "دور الرياضة في تدعيم مفهوم المواطنة لدى الشباب المصري" دراسة تحليلية "تفوق الإناث الممارس للرياضة في الشعور بالانتماء والالتزام بأداء واجباتهم تجاه الدولة من خلال الرياضة، وتفوق الذكور الممارس للرياضة في رغبتهم عن عنصر المشاركة المجتمعية كأحد عناصر مفهوم المواطنة، وإتفاق الشباب في شعورهم بعدم مقدرة الدولة على الإيفاء بكافة حقوقهم المدنية. كما أثبتت دراسة **Eley D.,kirk D.(2022)** (٥٥) بعنوان "أثر برنامج تدريبي لتدعيم المواطنة لدى قادة الشباب الرياضي" إزدياد نسبة جاذبية وأهمية العمل التطوعي لدى قادة الشباب الرياضي، بما قد يكون مفيدا للمنظمات الرياضية والمسؤولين في المجتمع المحلي، بما يسهم في تكوين المواطن الصالح.

هدف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية التربية البدنية والرياضة في إكساب الطالبات المهارات الحياتية لتدعيم قيم المواطنة بكماله التربيه الرياضي وهذا يتم من خلال :
- تحديد دور التربيه البدنيه والرياضه فى تدعيم قيم المواطنه لطالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات.
 - تحديد دور التربيه البدنيه والرياضه فى إكساب الطالبات المهارات الحياتية.
 - الكشف عن العلاقه الإرتباطيه بين المهارات الحياتية وقيم المواطنة لطالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات.

تساؤلات البحث:

- ما مدى إرتباط التربيه البدنيه والرياضه بقيم المواطنه لدى طالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات ؟
- ما مدى إرتباط التربيه البدنيه والرياضه بالمهارات الحياتية لدى طالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات ؟
- ما مدى العلاقه بين المهارات الحياتية وقيم المواطنه لدى طالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات ؟

إجراءات البحث :**منهج البحث:**

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي التحليلي وذلك لمناسبة لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع البحث:

يشتمل على طالبات كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية فى العام الجامعى ٢٠٢٢.

عينة البحث:

تم إختيار عينه عمدية قدرها (٣٠٠) طالبه من طالبات الفرقة الرابعة كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية. وقد قامت الباحثة بتقسيم عينة البحث كالتالى:

عينة الدراسة الإستطلاعية:

قوامها (٣٥) طالبة بغرض تقنين الإستبيان من مجتمع البحث الأسمى ومن خارج عينة الدراسة الأساسية.

عينة الدراسة الأساسية:

قوامها (٢٦٥) طالبة بغرض تطبيق الإستبيان وهذا ما يوضحه جدول (١)

أدوات البحث وتشمل:

فى ضوء أهداف البحث التى ينبغى تحقيقها قامت الباحثة بإعداد الإستبيان على النحو التالى: إستمارة لإستطلاع رأى الطالبات فى مدى إرتباط التربيه البدنيه والرياضه بقميم المواطنه. (مرفق ٥)

إستمارة لإستطلاع رأى الطالبات فى مدى إرتباط التربيه البدنيه والرياضه بالمهارات الحياتية. (مرفق ٦)

خطوات إعداد وتقنين الإستبيان قيد البحث:

١- تم الإطلاع على الدراسات السابقة والمراجع والتقارير العلمية المرتبطة بموضوع البحث.

٢- (قامت الباحثة بعمل مقابلات شخصية مع الخبراء فى تخصص أصول التربية البدنية والرياضة - علم النفس الرياضى - المناهج وطرق التدريس - التدريب الرياضى - الترويج - الإدارة الرياضية للإستفادة بأرائهم فى تحديد محاور الإستبيان. (مرفق ٧)

بناء على الدراسات السابقة والمقابلات الشخصية قامت الباحثة بوضع محاور الإستبيان : الخاصة بقميم المواطنه: مهارات المواطنه النشطة: (الإنتماء - المشاركة - الحرية - إحترام القانون).

محاور الإستبيان الخاصة بالمهارات الحياتية : مهارات تمكين الذات: (الإدارة الذاتية - الصمود - الإتصال والتواصل). مهارات التعلم: (الإبداع والتفكير النقدى - حل المشكلات) مهارات المقدره على التوظف: (صنع القرار - التعاون - التفاوض).

المعاملات العلمية للإستبيان:**الصدق:**

لكي تتوصل الباحث إلى صدق الإستبيان قامت بالإعتماد على:

صدق المحتوى (صدق المحكمين): ولقد تم عرض الإستبيان على عدد (١٠) خبيراً من المتخصصين في (أصول التربية البدنية والرياضة- علم النفس الرياضي- المناهج وطرق التدريس- التدريب الرياضي- الترويح- الإدارة الرياضية) ولا تقل سنوات الخبرة في التخصص عن (٥- ١٠) سنوات بكلية التربية الرياضية (جامعة الإسكندرية) لاستطلاع آراءهم حول مناسبة المحاور المقترحة لإبداء الرأي في مدى ملائمتها لتحقيق أهداف البحث. (مرفق ٢٠١)

وتم عرض الإستبيان على الخبراء مرة أخرى للتأكد من صلاحيته للتطبيق بصورته النهائية، وكذا طريقة التصحيح (يتحقق- إلى حد ما- لا يتحقق) وذلك للحكم على المحاور والعبارات وقد تراوحت نسب الاتفاق على محاور الاستمارة (١٠٠%) وعلى العبارات ما بين (٨٠%- ١٠٠%) وأنها تمثل الهدف التي وضعت من أجله. مرفق رقم (٥،٦) بناء على ما سبق تضمن الإستبيان المحاور والعبارات في الشكل النهائي على النحو التالي: قيم المواطنة: محور مهارات المواطنة النشطة: (المشاركة- الإنتماء- الحرية-إحترام القانون). تضمن (٢٣) عبارة. **المهارات الحياتية:** محور مهارات تمكين الذات: (الإدارة الذاتية- الصمود- الإتصال والتواصل). تضمن (١٧) عبارة محور (مهارات التعلم: (الإبداع والتفكير النقدي- حل المشكلات). تضمن (١١) عبارة محور (مهارات المقدره على التوظف: (صنع القرار- التعاون- التفاوض). تتضمن (١٤) عبارة.

صدق الاتساق الداخلي:

تم التأكد من صدق عبارات الاستبيان بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وبين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستبيان وهذا ما يوضحة جدول (٨٠٩).

الدراسة الأساسية:

تم تطبيق الإستبيان بعد إعداده في صورته النهائية (استبيان قيم المواطنة والذي اشتمل على (٢٣) عبارة واستبيان المهارات الحياتية واشتمل على (٤٢) عبارة وتم التطبيق على طالبات كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية وبلغ عددهم (٢٦٥) في الفترة الزمنية من (٢٠٢٣/٢/١٥ إلى ٢٠٢٣/٣/١٠) حيث قامت الباحثة بالمقابلة الشخصية لهم لتوضيح أهداف الدراسة ثم وزعت الإستمارة على أفراد العينة بعد أن تم تقديم شرح وافياً عن الإستمارة وكيفية الإجابة عليها والهدف من الدراسة وإستخدامها لأغراض البحث العلمي.

المعالجات الإحصائية:

تم ايجاد المعالجات الاحصائية باستخدام برنامج SPSS version 2020 فيما يلي:

- معامل ثبات ألفا كرونباخ.
- النسبة المئوية %.
- مربع كا ٢ لحساب الفروق بين استجابات اراء عينة البحث.
أولاً: عرض النتائج ومناقشتها:

تحقيقاً لأهداف البحث ورداً على التساؤل التالي : ما مدى إرتباط التربية البدنيه والرياضه بقيم المواطنه لدى طالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات ؟
- بإستقراء نتائج استبيان قيم المواطنه: الذي يشتمل على محور أساسى وهو مهارات المواطنه النشطه والمحاور الفرعيه (الإلتماء- المشاركه- الحريه- إحترام القانون) ودلالاته الإحصائية تستعرض الباحثة نتائجها على النحو التالي :

جدول (١٤)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق المحور الفرعى الأول "الإلتماء" (ن = ٢٦٥)

م	الدلالات الإحصائية العبارة	يتحقق		إلى حد ما		لا يتحقق		مربع كاي	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابى	الاستجابة المجملة (ليكاترت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %						
١	دور التربية البدنية والرياضة في تعزيز الإلتفاء لدى الطالبات:												
١/١	الرياضة مجال خصب لإشباع الحاجات النفسية كالحاجة للإلتفاء وتحقيق الذات فالأسلوب التريبي يوفر فرصاً حيوية حقيقية للتعلم وتنمية وتأصيل المولفة.	176	66.42%	63	23.77%	26	9.81%	138.257	.000	2.57	نعم	78.30%	4
١/٢	يساهم النشاط الرياضى في إكتساب المهارات التي تعزز السلوكيات الإيجابية وتنمية الولاء وإدراك الفرد لذاته النفسية والإجتماعية.	188	70.94%	48	18.11%	29	10.94%	170.725	.000	2.60	نعم	80.00%	3
٣/١	تساعد المناقشات الرياضية فى تنمية المهارات التي تحدث على نوح ثقافة السلام والتسامح.	220	83.02%	33	12.45%	12	4.53%	296.883	.000	2.78	نعم	89.25%	2
١/٤	تساهم الجولات الرياضية فى تعزيز مفاهيم المواطنة وقيم الهوية لدى الطالبات وتولد بشاعر الإحزاز بزمز-الوسطن والسفوك القويم الرياضيين.	184	69.43%	44	16.60%	37	13.96%	155.691	.000	2.55	نعم	77.74%	5
٥/١	إثراء الطالب فى تنظيم العروض الرياضية يزيد من دافعية الطالبات على المشاركة فى التناسبات الوطنية والقومية.	170	64.15%	64	24.15%	31	11.70%	119.419	.000	2.52	نعم	76.23%	6

تابع جدول (١٤)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى الأول "الإنتماء" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجبة (ليكرت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		يتحقق		الدلالات الإحصائية العبارات
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	
١	89.62%	نعم	2.79	.000	278.634	1.51%	4	17.74%	47	80.75%	214	٦/١ المشاركة فى تنظيم اللقاءات بحث على تعميق الإنتماء الوطنى ويظهر فى سلوكه وتفاعله مع كيم وطنه ومكتسباته ورفع علم مصر فى الأحداث الرياضية.
٧	48.87%	إلى حد ما	1.98	.019	7.932	38.49%	102	25.28%	67	36.23%	96	٧ تنمية الوعى الرياضى من خلال الإشتراك فى إعداد مجالات الحائط - اكتساب معلومات والتنمية المستمرة بالقضايا الرياضية القومية والمحلية والعالمية.
تحقق قيم الإنتماء												
المحور ككل												
٧٤.34% إلى حد ما 2.49 .000 228.494 14.67% 311 21.98% 466 63.35% 1343												

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢
 $= ٣,٨٤ = ٥,٩٩$ درجة الحرية = ١
 مقياس ليكرت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠ - ١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧ - ٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤ - ٣,٠٠ (موافق).

يتضح من جدول (١٤) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق المحور الفرعى "الإنتماء" وجود فروق معنوية بين الإستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات. ونسبة موافقة تراوحت ما بين (٤٨,٨٧% إلى ٨٩,٦٢%) ما عدا العبارة رقم (٧/١) تحققت بنسبة ٤٨,٨٧%.

وقد أثبتت النتائج أن للممارسة الرياضية دور إيجابى فى تنمية "الإنتماء" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٧٤,٣٤%) وهى نسبة مرتفعة وقد يرجع إرتفاع نسبة التحقق إلى:

ما أكده أمين أنور الخولى (١٩٩٦) أن الرياضة تولد شعوراً بالإنتماء الشديد للوطن حيث تتدرج عملية الإنتماء بداية من الإنتماء للفريق الرياضى بالمدرسة ثم النادى، فالقرية أو المدينة فالمحافظة أو المنطقة التي يتبعها إلى أن تصل به إلى الولاء لوطنه والإنتماء له. (٢٢٧-٢٢٨:٥)

فالتربية الرياضية تخلق نوعاً من التوحيد بين أفراد الشعوب كما أن الفوارق الإجتماعية والطبقية والثقافية تذوب خلال ممارسة النشاط الرياضى، مما يخلق فرصاً طيبة للتفاهم والتماسك بين عناصر الوطن وفئاته وطوائفه بل وطبقاته المختلفة ويتجلى ذلك بوضوح عندما تلعب المنتخبات الوطنية أمام الفرق الدولية (الأجنبية- العربية) حيث تلتف جماهير الشعب حول فريقها القومى. (٣٩: ٣٤١) ويعد الظهور الرائع للعلم المصرى كمتصدر رئيسى لمشهد التشجيع في بطولات الأمم الأفريقية لكرة القدم (٢٠٠٦- ٢٠٠٨- ٢٠١٠) وحرص جميع فئات المجتمع على إعلاء العلم المصرى كرمز للفخر والإنتماء للوطن.

وأن من أهم الوسائل لدعم الشعور بالإنتماء عند الشباب هو إعطائهم فرصاً للتعبير عن رغباتهم من خلال ممارسة النشاط الرياضى فالإشتراك في الإحتفالات والمباريات الرياضية تزيد من قوة هذا الشعور وتزكية.

مما سبق يتضح لنا قدرة التربية الرياضية على تنمية الشعور بالإنتماء كعنصر من عناصر المواطنة للشباب حيث ينظر علماء الإجتماع إلى النادى الرياضى على إعتباره تنظيمًا إجتماعياً أولاً للإنخراط في المجتمع فبجانب تقديمه فرص الولاء والإنتماء والحب وغيرها من المشاعر النفس إجتماعية يقدم كذلك نموذجاً مصغراً ومبسطاً للمجتمع حيث يتدرب الفرد على لعب الأدوار المختلفة في المجتمع كقائد وكعضو في المجتمع والإنتماء بإعتباره أساس المواطنة يجد أكثر من نشاط يحتضنه وينميه ولكن أكثر المناشط التربوية إتصافاً بالإنتماء هي الرياضة. (٤٢: ٧١).

ونستنتج مما سبق أن الرياضة عامه والرياضة المدرسية خاصة تساهم بدور كبير في تنمية قيم المواطنة لدى الطلاب وما توفره من أرضية لتعلم الإنضباط والإلتزام وتنقلان مبادئ أساسية كالحرية والتعاون والمشاركة والتنشئة السليمة للطالب بحيث يمتلكون مقومات المواطنة.

فالمواطنة من أهم القيم التي يكتسبها الفرد حتى يبرهن عن مدى شعوره بالإنتماء لوطنه ومن أهم الشرائح التي يجب الإهتمام بها هي الشباب لأنها مرحلة حساسة ومرآة عاكسة لمجتمعنا وعلينا أن نغرس في نفوسهم قيم المواطنة وتحريك شعورهم بإنتماء للوطن.

ويتفق ذلك مع دراسة همفريس (Humphreys ٢٠١١) (٥٢) والتي تؤكد على أن للجامعة دوراً حاسماً في تنمية القيم والإتجاهات التي تقود إلى مواطنة فعالة لدى الطلاب، كما

أظهرت نتائج الدراسة بأن طلبة الجامعة لديهم قيم واتجاهات تقود إلى مواطنة فعالة وأن الطلبة الذين لديهم قيم الإنتماء والتكافل هم الأكثر مشاركة في إيجاد تغييرات إيجابية تجاه الآخرين.

جدول (١٥)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق المحور الفرعي الثاني "المشاركة" (ن = ٢٦٥)

م	الدلالة الإحصائية العبارات	يتمقق		إلى حد ما		لا يتمقق		مربع كاي	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابي	الاستجابة المجمل (البيكارت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار						
٢	دور التربية البدنية والرياضة في تعزيز المشاركة لدى الطالبات:												
١/٢	يتيح الإشتراك في الأنشطة فرصة إشباع حاجاتهم المعرفية -المهارية -الوجدانية وتنمية مهارة المشاركة المجتمعية-قبول الآخر.	74	27.92%	88	33.21%	103	38.87%	4.762	.092	1.89	إلى حد ما	44.53%	3
٢/٢	تساهم الممارسة الرياضية في تحقيق مبدأ العدل والمساواة وتكافؤ الفرص بين الطلاب أثناء المشاركة الرياضية دون تمييز.	90	33.96%	104	39.25%	71	26.79%	6.211	.045	2.07	إلى حد ما	53.58%	5
٣/٢	التنوع في أساليب التدريس ينمى مهارات القيادة والعمل التطوعي وإثارة دافعيتهم للمشاركة في اللقاءات الرياضية وتنظيم المهرجانات	93	35.09%	137	51.70%	35	13.21%	59.260	.000	2.22	إلى حد ما	60.94%	4
٤/٢	الرياضة تعتمد على المشاركة التفاعلية والفعالة في ظل احترام الآخرين مع المحافظة على كونه حازماً ومتعاوناً ويستخدم مهارات التواصل ويظهر مهارات القيادة.	180	67.92%	73	27.55%	12	4.53%	163.751	.000	2.63	نعم	81.70%	1

تابع جدول (١٥)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى الثانى "المشاركة" (ن = ٢٦٥)

م.م	الدلالات الإحصائية العبارات	يتمحقق		إلى حد ما		لا يتمحقق		مربع كاي	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابى	الاستجابة المجولة (ليكاترت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		التكرار	% النسبة	التكرار	% النسبة	التكرار	% النسبة						
٥/٢	توعية الطلاب خلال اللقاءات الرياضية للإلتزام بأداب التنافس الرياضى و السلوكيات السليمة.	167	63.02%	84	31.70%	14	5.28%	132.823	.000	2.58	نعم	78.87%	2
٦/٢	تساهم فى نشر الوعي الرياضى أثناء الممارسة لخلق نوع من التماسك والترابط بين أفراد المجتمع.	147	55.47%	76	28.68%	42	15.85%	64.989	.000	2.40	نعم	69.81%	3
تحقق المحور ككل	قيم المشاركة	751	47.23%	562	35.35%	277	17.42%	326.589	.000	2.30	إلى حد ما	64.91%	

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢
= ٥,٩٩، درجة الحرية = ١، ٣,٨٤ مقياس ليكاترت: المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :-
١,٠٠ - ١,٦٦ (لاوافق)، ٢,٣٣ - ١,٦٧ (إلى حد ما)، ٢,٣٤ - ٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (١٥) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية
الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق المحور الثانى الفرعى "المشاركة" وجود فروق
معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات،
ما عدا العبارة رقم (١/٢)، ونسبة موافقة تراوحت ما بين (٤٤,٥٣% إلى ٨١,٧٠%).

ولقد أشارت نتائج الدراسة أن للممارسة الرياضية دور إيجابى فى تنمية "المشاركة"
حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٦٤,٩١%) وهى نسبة مرتفعة وقد يرجع إرتفاع نسبة
التحقق إلى أن قيم المشاركة المجتمعية تعد من أهم قيم المواطنة حيث تعتمد على إكتساب
بعض الصفات كمساعدة الآخرين والإشتراك فى المناسبات الإجتماعية لدى الطلاب ومن
خلال النتائج يتبين لنا أن الرياضة تساهم فى تحقيق هذه القيمة. (٣٠)

كما تعزو الباحثة أن المشاركة فى الأنشطة الرياضية هي إحدى الوسائل الهامة فى
إكتساب قيم المواطنة وخاصة مهارة المشاركة وتسهم فى تكوين شخصية الشباب وتسهل فى
تنمية المهارات الأساسية لديهم فعن طريق الأنشطة الرياضية يتدرب الشباب على مهارات

عديدة وأيضاً تكوين علاقات إجتماعية مع أعضاء الجماعات الأخرى أثناء التعاون في إنجاز بعض الأعمال أو الإشتراك في المسابقات.

وهذا ما أكدته نتائج دراسة لوسيتو برونو Losito، (Bruno 2003) (٥٣) أن ممارسة النشاطات والفعاليات الوطنية تسهم في تنمية روح المشاركة الديمقراطية والعمل التطوعي والمشاركة.

كما أثبتت نتائج دراسة (Eley D.,kirk D.(2022) (٥٥) إزدياد نسبة جاذبية وأهمية العمل التطوعي لدى قادة الشباب الرياضي، بما قد يكون مفيداً للمنظمات الرياضية والمربين والمسؤولين في المجتمع المحلي، بما يسهم في تكوين المواطن الصالح.

جدول (١٦)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق المحور الفرعي الثالث "الحرية" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة المجدلة (ليكرت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلحاحاً ما		يتحقق		الدلالة الإحصائية العبارات	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
												دور التربية البدنية والرياضة في تعزيز الحرية لدى الطالبات:	٣
4	26.79%	لا	1.54	.000	87.223	54.72%	145	36.98%	98	8.30%	22	يساهم منهج التربية الرياضية في إكساب القيم الشخصية (الحرية-المبادرة) وتنمية مبدأ حرية التعبير وثقافة الحوار واحترام آراء الآخرين وميولهم.	١/٣
2	32.08%	لا	1.64	.000	71.102	57.74%	153	20.38%	54	21.89%	58	تتيح الممارسة الرياضية الفرصة لاختيار القادة من بينهم والألعاب المفضلة لديهم لإبراز مهاراتهم ومواهبهم.	٢/٣
5	25.85%	لا	1.52	.000	184.060	71.32%	189	5.66%	15	23.02%	61	تمكن البرامج التدريبية من تنمية القدرات الإبداعية وحرية التفكير وإستثمار طاقاتهم لإعداد جيل يمتلك قدرات ومعارف فكرية للمساهمة في تنمية المجتمع.	٣/٣

تابع جدول (١٦)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى الثالث "الحرية" (ن = ٢٦٥)

٥	الدلالة الإحصائية العبارات	يتحقق		إلى حد ما		لا يتحقق		مربع كاي	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابى	الاستجابة المجملة (ليكاترت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار						
٤/٣	تعد الرياضة وسيلة لتنمية ميول الشباب ومواهبهم وتساعد على توجيههم التوجيه التعليمى والمهنى وتساعد فى بناء شخصياتهم المسؤولة والتميزة.	22.26%	59	39.62%	105	38.11%	101	14.702	.001	1.84	إلى حد ما	42.08%	1
٥/٣	تساعد الممارسة فى تعلم الإضباط والإلتزام وتقلل مبادئ أساسية كالحرية والتعاون والمشاركة والتنشئة السليمة للطالبات بحيث يمتلكون مقومات المواطنة.	12.08%	32	29.81%	79	58.11%	154	85.728	.000	1.54	لا	26.98%	3
تحقق المحور ككل	قيم الحرية	17.51%	232	26.49%	351	56.00%	742	134.974	.000	1.62	لا	30.75%	

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢
= ٥,٩٩، درجة الحرية = ١، ٣,٨٤ =

مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (١٦) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق "الحرية" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٢٥,٨٥% إلى ٤٢,٠٨%).

وتشير النتائج "أن للممارسة الرياضية دور فى تنمية "الحرية" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٣٠,٧٥%) وهى نسبة تحقق منخفضة على الرغم من أنه يمكن للتربية الرياضية أن تكون مجالاً للمساواة والحرية والتمكين من السيطرة على الجسد أثناء ممارسة الرياضة.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى نقص الإهتمام بتدريس قيم المواطنة وقلة تضمينها في خطة مقررات التربية الرياضية وهذا في الحقيقة عكس ما تدعو إليه آراء خبراء التربية والدراسات العالمية نحو تمكين الطلاب من إمتلاك مثل هذه المهارات التي أصبحت من الضروريات الملحة التي لا يمكن الإستغناء عنها في وقتنا الحاضر، فتنمية مهارة الحرية تعد مطلباً أساسياً في حياة الطالب وتعد مجالاً مميزاً في منح الشباب الجرأة في التعبير عن ميولهم وإشباع حاجاتهم وتمدهم بصحة نفسية وعقلية وجسدية وتكسب الشباب المهارات والخبرات الإجتماعية والحياتية والعملية والعلمية، كما أنها وسيلة لتنمية ميول الشباب ومواهبهم وتساعد على توجيههم التوجيه التعليمي والمهني الصحيح وتساعد على بناء شخصيتهم المتميزة. (٣٢: ٦٣-٦٤)

وتحرص المؤسسات الرياضية على تطبيق الأنشطة الرياضية لتحقيق مجموعة من الأهداف منها ربط الشباب بالبيئة المحيطة بهم عن طريق مزاوله النشاطات التي تؤدي إلى التعاون والمشاركة بفاعلية لتطوير مهارات قيم المواطنة النشطة.

جدول (١٧)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق المحور الفرعي الرابع "إحترام القانون" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجهة (ليكارت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		يتحقق		العبارات الإحصائية
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	
												دور التربية البدنية والرياضة في تعزيز قيم إحترام القانون لدى الطالبات
5	64.15%	إلى حد ما	2.28	.000	134.272	4.53%	12	62.64%	166	32.83%	87	١/٤ تمكن الممارسة الرياضية الطلاب من الإخراط في المجتمع للمساهمة في رقي وطنه وإحترام مبادئه وتحقيق أهدافه.
3	90.19%	نعم	2.80	.000	284.430	0.75%	2	18.11%	48	81.13%	215	٢/٤ تساعد الممارسة على تعزيز ثقافة الإحترام (إحترام النظام السائد في الملعب) والتلاحم الإجتماعي وتكسيه القدرة على حماية نفسه من الإستهلال

تابع جدول (١٧)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى الرابع "إحترام القانون" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة المجملة (ليكاترت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		يتحقق		العبارات الإحصائية	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
1	94.15%	نعم	2.88	.000	155.506	0.00%	0	11.70%	31	88.30%	234	تمكن الطالبات من التعرف على قوانين الألعاب الرياضية وأهمية إحترام التعليمات والقوانين والإلتزام باللوائح الرياضية.	٣/٤
4	83.02%	نعم	2.66	.000	177.879	3.40%	9	27.17%	72	69.43%	184	يساهم النشاط الرياضى فى تنمية المهارات الإيجابية التى تساعد على أداء واجباته الفردية والإجتماعية فى حياته اليومية ومراحل العمر المختلفة.	٤/٤
2	92.45%	نعم	2.85	.000	365.849	3.77%	10	7.55%	20	88.68%	235	المشاركة فى الأنشطة تمكن الطالبات من التعرف على واجباتهم والتمسك بحقوقهم ونبذ العنف والإلتزام بقوانين الألعاب وتنفيذ قرارات الحكام وتقبلها.	٥/٤
1	84.79%	نعم	2.70	.000	135.958	2.49%	33	25.43%	337	72.08%	955	قيم إحترام القانون	تحقق المحور ككل

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢
 $٣,٨٤=١$ درجة الحرية
مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-
٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)
يتضح من جدول (١٧) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى درجة التحقق " لقيم إحترام القانون " وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٦٤,١٥% : ٩٤,١٥%)

حيث أثبتت النتائج أن للممارسة الرياضية دور إيجابي في تنمية مهارة "الإحترام" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٨٤,٧٩%) وهي نسبة مرتفعة: وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن إحترام القانون من الدعائم الأساسية التي يقوم عليها المجتمع، وعلى كل طالب أن يعي ذلك، ويساهم في توعية الآخرين بضرورة إحترام القانون من خلال الإلتزام به لأن ذلك من صميم مسؤوليات وواجبات الطالب تجاه المجتمع الذي يعيش فيه والغاية هي أن يكون إحترام القانون نابعاً من الذات وليس لأن القانون ملزم أو يفرض عقوبة على من يخالف أحكامه وهنا يتأكد أن الرياضة منتدى لتعلم مهارات الثقة والقيادة وتحمل المسؤولية، كما تلقنه مبادئ أساسية كالتسامح والتعاون وتقديم المصلحة العامة على المصلحة الخاصة. وهذا ما أكدته نتائج دراسة سهى محمد المتولى (٢٠١٨) (٢١) "أن ممارسة الأنشطة الرياضية تسهم في زيادة الشعور بالمواطنة وإحترام القانون والنظام وإحترام الآخرين".

كما اكدت نتائج دراسة رشا عبد النعيم محمد (٢٠١٢) (١١) أن الطلاب الممارسين للرياضة تميزوا بالإنتماء والإلتزام بأداء واجباتهم تجاه الدولة من خلال الرياضة ورغبتهم في المشاركة المجتمعية كأحد عناصر مفهوم المواطنة. كما أثبتته نتائج دراسة ماجيك هنري (Magic Hanray 2007) (٥١) "أن ممارسة الطلاب للأنشطة الرياضية داخل الجامعة قد تساهم في غرس وتدعيم قيم المواطنة لديهم".

وتشير النتائج إلى أن نسبة تحقق محور "مهارة المواطنه النشطه" ككل بلغت (٦٥,٠٨%) وهي نسبة تحقق مرتفعه. وهذا ما أكدته نتائج دراسة بهجت أحمد أبو طامع (٢٠١٨) (٨) والتي توصلت إلى أن للأنشطة الرياضية الجامعية دور كبير في تعزيز وتنمية قيم المواطنة لطلاب الجامعات الفلسطينية وأن دور الأنشطة الرياضية جاء بدرجة كبيرة على جميع مجالات الدراسة حيث جاء مجال المشاركة في الترتيب الأول، ويلية إحترام القانون، وجاء محور الإنتماء والولاء بالمرتبة الثالثة والأخيرة.

كما أكدت نتائج الدراسة الحالية أن "الإنتماء" و "إحترام التنوع" احتل الترتيب الأول، ويليهما "المشاركة" وجاءت "الحرية" بالمرتبة الأخيرة.

وتستخلص الباحثة من العرض السابق أن كلية التربية الرياضية تهتم بتدريب الشباب على تدعيم المواطنه مما يؤدي إلى جودة وكفاية الإعداد المهني والأكاديمي لخريج البرامج المختلفة (تعليم- تدريب- إدارة رياضية- ترويح) مما يساعد الطلاب على التكيف الإيجابي في المجتمع مما يجعله مواطناً صالحاً يساعد في بناء وتطوير مجتمعه وكذا أداء المهام الموكلة إليه على النحو المطلوب وتنمية الجوانب المختلفة لدى الطالب مما يجعله يتمتع بشخصية متكاملة من جميع جوانبها البدنية والنفسية والإجتماعية.

ثانياً: عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالمهارات الحياتية : تحقيقاً لأهداف البحث ورداً على التساؤل التالي : ما مدى إرتباط التربيه البدنيه والرياضه بالمهارات الحياتية لدى طالبات كليه التربيه الرياضيه للبنات ؟

باستقراء نتائج استبيان المهارات الحياتية: الذي يشتمل على محور أساسى وهو "مهارات تمكين الذات" والمحاور الفرعية (الإدارة الذاتية- الصمود- الإتصال والتواصل) ودلالاته الإحصائية تستعرض الباحثة نتائجها على النحو التالي:

جدول (١٨)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق المحور الفرعى "مهارة الإدارة الذاتية" ن = (٢٦٥)

م	البيانات الإحصائية المبارات	يتمقق		إلى حد ما		لا يتمقق		مربح كاه	مستوى الدالة	المتوسط الحسابى	الاستجابة المجملة (البيكارت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار						
١	دور التربية البدنية والرياضة في تنمية مهارة (الإدارة الذاتية)												
١/١	تحقق رياضة ككامل من خلال الربط بين الدراسة النظرية والممارسة مما يساعد في إدارة حياتهم والإعتماد على النفس في إنجاز المهام	68.30%	181	21.51%	57	10.19%	27	150.913	.000	2.58	نعم	79.06%	3
٢/١	تساعد المناقشات الرياضية الطالبات على التكيف الإيجابي مع البيئة ومواجهة التغييرات ومواجهة الضغوط والقدرة على التحكم بالذات.	81.89%	217	13.21%	35	4.91%	13	283.864	.000	2.77	نعم	88.49%	2
٣/١	تنمية مهارات إدارة الذات وتحمل المسؤولية والقدرة على التفكير الإبتكارى من خلال الإشتراك في المناقشات وتصميم عروض رياضية.	43.77%	116	33.96%	90	22.26%	59	18.438	.000	2.22	إلى حد ما	60.75%	4
٤/١	تنمية القدرة على التحكم في إفعالهم ونقل النتيجة بكل روح رياضية وتحمل ضغوط المباريات وترسيخ التسامح (فكرًا وسلوكًا).	89.81%	238	7.55%	20	2.64%	7	381.336	.000	2.87	نعم	93.58%	1

تابع جدول (١٨)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى "مهارة الإدارة الذاتية" ن = (٢٦٥)

م	العبارات الإحصائية	يتحقق		إلى حد ما		لا يتحقق		مربع كاي	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابى	الاستجابة الموجبة (ليكاترت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار						
٥/١	تسهم ممارسة الأنشطة الرياضية فى إدراك الطالبات العلاقة بين الكفاءة الجسدية وأدائهم المهني في زيادة الإنتاج.	66	24.91%	105	39.62%	94	35.47%	9.155	.010	1.89	إلى حد ما	44.72%	6
٦/١	مرور الطالبات بخبرات النجاح والفشل في تعلم المهارات يوسع مداركه وربط مفاهيمه وتطلعاته بواقعه وزيادة إدراكه لقدراته.	54	20.38%	139	52.45%	72	27.17%	45.426	.000	1.93	إلى حد ما	46.60%	5
تحقق ككل	مهارة الإدارة الذاتية	872	54.84%	446	28.05%	272	17.11%	334.034	.000	2.38	نعم	68.87%	5

* مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢ = ٥,٩٩، درجة الحرية = ٣,٨٤

مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (١٨) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى درجة تحقيق المحور الفرعى "مهارة الإدارة الذاتية" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٤٤,٧٢% إلى ٩٣,٥٨%).

حيث أشارت النتائج أن للممارسة الرياضية دور إيجابى في تنمية مهارة "الإدارة الذاتية" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٦٨,٨٧%) وهى نسبة تحقق مرتفعة وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن المشاركة في الأنشطة الرياضية هي إحدى الوسائل الهامة في إكتساب المهارات الحياتية وخاصة إدارة الذات وفى ثقل وتكوين شخصية الشباب وتعوده بالإعتماد على الذات وتسهل في تنمية المهارات الأساسية لدى الشباب فعن طريق الأنشطة الرياضية يتدرب الشباب على مهارات عديدة وأيضاً تكوين علاقات إجتماعية مع أعضاء

الجماعات الأخرى أثناء التعاون في أنجاز بعض الأعمال مثل خدمة البيئة (الخدمة العامة) أو الإشتراك في المسابقات ومن هذا تساعد على زيادة وعي وإدراك الشباب لذاته. (١٥ : ٣٠) وهذا ما أقرته "عفاف درويش" (١٩٩٦) أن ممارسة أنشطة التربية الرياضية تنمى الوعي المجتمعي من خلال مرور الطالب الممارس للنشاط الرياضى بخبرات النجاح والفشل في تعلم المهارات الرياضية خلال ممارسة فتعمل هذه الخبرات على توسيع مداركه وربط مفاهيمه وتطلعاته بواقعه وتعمل على زيادة إدراكه لقدراته، وكذلك ما يجب أن يتوافر له من أدوات للعب ومهارات قدرات في معلم التربية الرياضية. (٢٧ : ٣٤ - ٨٧)

كما أثبتته نتائج دراسة "محمد حامد، طه أحمد أبو سريع" (٢٠٢١) أن المدارس الرياضية ساهمت بشكل إيجابي في تنمية مهارات الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية من خلال إستطاعة الطلاب تحديد إحتياجاتهم وإعتراف الطلاب بأخطائهم بأمانه ويصدر الطلاب أحكام صادقة على أدائهم ويظهر الطلاب الثقة بالنفس عند اللعب. (٣٣ : ١٩)

كما أنفقت هذه النتائج مع دراسة محمود البطاينة وآخرون (٢٠٠٩) (٣٤) "من حيث أن هناك دور إيجابي لممارسة الأنشطة الرياضية في صقل شخصية الطالب الجامعي".

جدول (١٩)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق المحور الفرعى "مهارة الصمود" (ن = ٢٦٥)

م	الدلائل الإحصائية المبارات	يتحقق		إلى حد ما		لا يتحقق		مريم كاي	مستوى الدلالة	المتوسط المسابى	الاستجابة المجملة (البكارنت)	نسبة الموافقة %	الترتيب
		النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار						
٢	دور التربية البدنية والرياضة في تنمية مهارة (الصمود) لدى الطالبات.												
١/٢	الرياضة تبني القدرة الحيوية على الصمود وتنمية مهارات الثبات والمثابرة والإصرار على تجاوز الظروف المتغيرة بنجاح والإستمرارية لتحقيق الأهداف.	22.64%	60	32.83%	87	44.53%	118	19.072	.000	1.78	إلى حد ما	39.06%	3
٢/٢	تساهم المناقشات في تنمية مهارة تركيز الانتباه والتحليل وإبراهيم لتدريبهم من خلال الأدوات العملية والتعليق لمواجهتهم نظريات الحياة.	15.85%	42	54.34%	144	29.81%	79	60.370	.000	1.86	إلى حد ما	43.02%	2

تابع جدول (١٩)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى "مهارة الصمود" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجبة (ليكرت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لايتمقق		إلى حد ما		يتمقق		الدلائل الإحصائية العبارات	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
4	27.36%	لا	1.55	.000	92.408	60.75%	161	23.77%	63	15.47%	41	تساعد الممارسة على تدريب الطالبات على التغلب على صعوبات الأداء وخلق بيئة تنمى فيها القدرات الكامنه ليحيا حياة مبدعة منتجة.	٣/٢
5	26.79%	لا	1.54	.000	104.883	50.19%	133	46.04%	122	3.77%	10	تسهم فى فهم وإدراك الطالبات لأنفسهم ولقدراتهم من خلال الأداء العملية والعقلية التي يمارسونها لمواجهة متطلبات الحياة.	٤/٢
6	26.04%	لا	1.52	.000	91.615	58.11%	154	31.70%	84	10.19%	27	تزيد من دافعية الطلاب وتحفيزهم للتعلم والتعرف على قدراتهم البدنية وصل الدافعية والريادة لديهم والصمود لتحقيق أهدافهم.	٥/٢
1	47.17%	إلى حد ما	1.94	.000	79.026	23.40%	62	58.87%	156	17.74%	47	تكوين إتجاه إيجابى نحو تحسين نوعية الحياة من خلال المواقف الرياضية لتحقيق التكامل والإندماج الإجتماعى والتلاحم وبناء إحترام الذات	٦/٢
	34.91%	إلى حد ما	1.70	.000	176.102	44.47%	707	41.26%	656	14.28%	227	مهارة (الصمود)	تحقق ككل

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq 0,05$ عند درجة الحرية ٢
 $3,84=1$ درجة الحرية
مقياس ليكرت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (١٩) والخاص التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق المحور الفرعى "مهارة الصمود" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ في جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٢٦,٠٤% إلى ٤٧,١٧%).

حيث أكدت النتائج أن للممارسة الرياضية دور في تنمية مهارة "الصمود" وبلغت نسبة تحقق المحور ككل (٣٧,٩١%) وهى نسبة تحقق منخفضة وتعزو الباحثة هذه النتائج أن البرامج بأنماطها (تعليم- تدريب- ترويح- إدارة رياضية) يوجد بها قصور واضح فى الإهتمام بتنمية مهارة الصمود بالرغم من أنها تعد مطلباً أساسياً في حياة الطالب فالرياضة تبنى القدرة الحيوية على الصمود اللازم لإقتحام الظروف الصعبة التي تحيط بالطلاب كما أنها أداة لتحقيق الإندماج الإجتماعي والتلاحم وهناك فوائد للرياضة فيما يتعلق بتحقيق المساواة والتكامل الإجتماعى وبناء إحترام الذات والصمود ويشمل الصمود مهارات التكيف والثبات والمثابرة والإصرار فهو القدرة الشخصية البناءة على تجاوز الظروف المتغيرة بنجاح وهو بمثابة مهارة حياتية أساسية ويعتبر عنصراً نشطاً وواعياً وبناءً يظهره الفرد حيث أنه يمثل مهارة حياتية مهمة ووسيلة لضمان الإستمرارية والكفاح لتحقيق الأهداف. (٤٦: ٢٩-٣١)

وهذا ما أثبتته نتائج دراسة "ذاكر محمود سليم، ثامر محمود الحمدانى" (٢٠٢٢) والتي توصلت إلى وجود علاقة إرتباطية عكسية بين القمع الإنفعالي والصمود النفسى حيث كلما زاد القمع الإنفعالى للمدربين قل الصمود النفسى عند اللاعبين والعكس صحيح ومن خلال هذه النتائج نوصى بعمل برنامج إرشادى ووقائى حول كيفية التخفيف من القمع الإنفعالى عند المدربين من خلال تفعيل دور الأخصائى النفسى الرياضى في هذا الجانب. (٣٠: ١٦)

وبناء عليه لابد من تمكين الطلاب من إمتلاك المهارات الحياتية التي أصبحت من الضروريات الملحة التي لايمكن الإستغناء عنها في وقتنا الحاضر.

جدول (٢٠)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق المحور الفرعى "مهارة الإتصال والتواصل" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجهة (ليكرت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لايحقق		إلى حد ما		يحقق		الدلالات الإحصائية العبارات
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	
٣												دور التربية البدنية والرياضة فى تنمية مهارة الإتصال والتواصل مع الآخرين

تابع جدول (٢٠)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة باستجابات الطالبات في مدى تحقيق
المحور الفرعي "مهارة الإتصال والتواصل" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجهة (ليكارت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		يتحقق		الدلالات الإحصائية العبارات
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	
2	82.08%	نعم	2.64	.000	168.687	4.53%	12	26.79%	71	68.68%	182	تعد الممارسة حقلًا اجتماعيًا تروياً يوفر عمليات التواصل الإحصائي لمتدربين أي مجال حيث تعتمد كل أشكال التفاعل الإحصائي في تلك المناقشات بين الطالبات.
3	79.81%	نعم	2.60	.000	167.577	10.94%	29	18.49%	49	70.57%	187	الرياضة تساهم في اكتساب الطالبات مهارات المنطقة التي تساعده على التكيف الإيجابي في المجتمع وتوفر فرص كثيرة للتواصل المباشر.
5	70.38%	نعم	2.41	.000	134.136	24.91%	66	9.43%	25	65.66%	174	تساعد على تطوير العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين وفن التعامل من خلال الإتصال واستخدام التواصل اللفظي وغير اللفظي لاكتساب المهارة.
4	76.04%	نعم	2.52	.000	118.694	12.08%	32	23.77%	63	64.15%	170	يساهم النشاط الرياضي في اكتسابهم المهارات التي تعزز قدرتهم على اتخاذ القرارات والتواصل بفعالية مع أعضاء الفريق والتعبير عن الآراء.
6	50.19%	إلى حد ما	2.00	.000	73.230	20.75%	55	58.11%	154	21.13%	56	تمكن الممارسة الرياضية الطالبات من اكتساب مهارات مثل الاندماج وتكوين صداقات جديدة وتعامل بطريقة لائقة.
1	87.17%	نعم	2.74	.000	285.653	7.92%	21	9.81%	26	82.26%	218	تساعد المناقشات في اكتساب المهارات الإيجابية (إنكار الذات) والمشاركة وإعلاء الصالح العام وتعزيز روح الفريق للقضاء على العنف.
	74.28%	نعم	2.49	.000	66.709	44.47%	215	24.40%	388	14.28%	987	تحقق مهارة الإتصال والتواصل مع الآخرين

*مربع كاي معنوي عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢

= ٣,٨٤ = ١ درجة الحرية

مقياس ليكارت : المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان : - ١,٠٠ - ١,٦٦ (لاوافق)، - ١,٦٧ -

٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤ - ٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (٢٠) والخاص التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق المحور الفرعى "مهارة الإتصال والتواصل مع الآخرين" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ في جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٥٠,١٩% إلى ٨٧,١٧%).

حيث أشارت النتائج أن للممارسة الرياضية دور إيجابى في تنمية مهارة "الإتصال والتواصل" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٧٤,٢٨%) وهى نسبة تحقق مرتفعة. وقد يرجع ارتفاع نسبة التحقق إلى أن معظم الأنشطة الرياضية تمارس بشكل جماعى الأمر الذى يجعلها حقلاً إجتماعياً تربوياً يوفر للطالب عمليات التواصل والتفاعل الإجتماعى أكثر من أى مجال آخر حيث تظهر فيه سمات الطلبة وشخصياتهم وتوجهاتهم وطموحاتهم على إختلافها فتحتدم كل أشكال التفاعل الإجتماعى في تلك المنافسات الرياضية بين الطلبة. (٣٨: ١٤)

فالأنشطة الرياضية وسيلة تربوية من وسائل التربية الحديثة والتي تعمل على النهوض بالفرد وأسلوباً فعالاً في تدريب الشباب من خلال القدرة على الإتصال الجيد بإمتلاك مهارات الإتصال اللازمة للإتصال الفعال مهارة حيوية للنجاح له من أهمية كبيرة بعد التخرج لأن غالبية المشكلات الموجودة في العمل تتطلب زيادة في المهارات وخصوصاً مهارات الإتصال كما أن مهارات الإتصال ليست فطرية ولكنها يجب أن تكتسب من خلال التدريب حيث يحقق هذا الإتصال الكفاء والفعال مما يؤكد على دور ممارسة الأنشطة الرياضية في إكساب مهارات الإتصال للطلاب.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة سامح الجداوى (٢٠٠٨) (١٨) أن للأنشطة الرياضية دور إيجابى في إكتساب مهارات التواصل اللفظى المتمثلة في مهارتى التحدث والإقناع وتوجيه الأسئلة، ولها دور إيجابى في إكتساب مهارات التواصل غير اللفظى المتمثلة في مهارتى إستخدام لغة الجسد والإنصات الفعال، كما لها دور إيجابى في إكتساب المهارات الوجدانية الاجتماعية المتمثلة في مهارة فن التعامل مع الآخرين والأنشطة الرياضية لها دور إيجابى في إكساب مهارات الإتصال.

وأيضاً ما أكدته نتائج محمد حامد وطه أحمد أبو سريع أن المدارس الرياضية ساهمت بشكل إيجابى في تنمية مهارات الإتصال والتواصل حيث تكتسب المدارس الطلاب التعامل مع الآخرين بطريقة لائقة ويطلب الطلاب الإذن قبل المشاركة في النقاش ويكتسب الطلاب عدة وسائل للإتصال مع الآخرين. (٣٣: ١٨)

وتشير النتائج إلى أن نسبة تحقيق محور "مهارات تمكين الذات" ككل بلغت (٥٩,٣٥%) وهي نسبة تحقق متوسطة وتعزو الباحثه هذه النتيجة إلى أن برامج التربية الرياضية (تعليم- تدريب- ترويح- إدارة) تساهم في إكساب الطلاب المهارات المختلفة التي تساعده على التكيف الإيجابي في المجتمع وتوفر فرص كثيرة للتواصل المباشر وتحسين العلاقات الإجتماعية بين الطلاب وأن للأنشطة الرياضية الجامعية دور كبير في تعزيز وتنمية المهارات الحياتية وهذا ما أثبتته نتائج البحث حيث إحتلت "مهاره الإدارة الذاتية" الترتيب الأول، ويليهها مهارة "الإتصال والتواصل مع الآخرين"، وجاءت مهارة "الصمود" بالمرتبة الثالثة والأخيرة.

بإستقراء نتائج استبيان المهارات الحياتية: الذي يشتمل على محور أساسى وهو مهارات التعلم والمحاور الفرعية (الإبداع والتفكير النقدى- حل المشكلات) ودلالاته الإحصائية تستعرض الباحثة نتائجها على النحو التالي:

جدول (٢١)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق المحور الفرعى "مهارة الإبداع والتفكير النقدى" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة المجدلة (ليكاتر)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	ليتحقق		إلى حد ما		يحققق		الدلالات الإحصائية العبارات	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
												دور التربية البدنية والرياضة فى تنمية مهارة الإبداع والتفكير النقدى	١
5	25.09%	لا	1.50	.000	99.109	59.25%	157	31.32%	83	9.43%	25	يسخدم إستراتيجيات حديثة فى تدريس التربية الرياضية لتمكينهم من الإبتكار والتجديد وتعزيز تفكيرهم الإبداعى عند أداء المهارات الصعبة.	١/١
6	23.58%	لا	1.47	.000	113.962	62.26%	165	28.30%	75	9.43%	25	تساعد المناقشات الرياضية على تطوير وتنمية القدرات العقلية المرتبطة بالإكتشاف والتحليل والتركيب وحل المشكلات الحياتية.	٢/١

تابع جدول (٢١)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة باستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
المحور الفرعى " مهارة الإبداع والتفكير النقدي " (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجهة (ليكاترت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	ليتحقق		إلى حد ما		يتمحقق		الدلالات الإحصائية العبارات	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
1	46.04%	إلى حد ما	1.92	.000	121.366	21.51%	57	64.91%	172	13.58%	36	تعد الرياضيات الطالبات بشكل مستقل ومنهج داخل المجتمع وتساعدهم على تعزيز الصحة العقلية والكفاءة العملية فى مواجهة واقع الحياة.	٣/١
4	26.60%	لا	1.53	.000	99.109	51.70%	137	43.40%	115	4.91%	13	تساعد الطالبات على توظيف المعرفة المكتسبة فى المواقف المختلفة وينظم الأفكار بطريقة منطقية عند أداء المهارات الصعبة.	٤/١
2	39.62%	إلى حد ما	1.79	.000	90.347	31.32%	83	58.11%	154	10.57%	28	تتيح الفرص لإكساب الطالبات معلومات عن الأنشطة والمهارات لتنمية مهاراته الفكرية ليحيا حياة مبدعة منتجة.	٥/١
3	30.19%	لا	1.60	.000	63.087	54.34%	144	30.94%	82	14.72%	39	تتمى الرياضة مهارة الإبداع من خلال تعلم المهارات وإتقانها وإقتران الأداء بالتفكير وإستدعاء المهارات لإظهار إستجابة حركية إبداعية.	٦/١
	31.86%	لا	1.64	.000	186.245	46.73%	743	42.83%	681	10.44%	166	مهارة الإبداع والتفكير النقدي	تحقق ككل

مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢
 $٣,٨٤ = ١$ درجة الحرية $٥,٩٩ =$
 مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠ - ١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧ -
 ٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤ - ٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (٢١) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق "مهارة الإبداع والتفكير النقدي" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ في جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٢٣,٥٨% إلى ٤٦,٠٤%).

حيث أثبتت النتائج أن للممارسة الرياضية دور في تنمية مهارة " الإبداع " وبلغت نسبة تحقق المحور ككل (٣١,٨٦%) وهى نسبة تحقق منخفضة وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن هناك قصور واضح فى إتباع طريقة التدريس الحديثة التى تنمى الفكر العلمى لدى الطلبة والعمل الجماعى والمقدرة على الإبتكار والإبداع بالإضافة إلى عدم الفروق الفردية بينهم وتشجيع الطلبة على التعلم الذاتى وتأهيلهم للإعتماد على أنفسهم فى التعلم، وأيضاً عدم وجود البيئة التى تسمح بإكتشاف عناصر الإبداع وعدم مراعاة حاجات وميول الطلاب ومواهبهم، عدم توفير البيئة المليئة بالمتغيرات وذلك عن طريق عرض الأنشطة والمهارات بطريقة تثير إهتمام الطلاب، لا يتم تشجيع فرص التعلم الذاتى والمناقشات الحرة البناءة وإستثمار دوافع المتعلمين للإبداع.

مما أثر سلبيا على تنمية مهارة الإبداع لدى الطلاب على الرغم من أن يعتبر الإبداع إحدى المهارات الحياتية الأساسية ومكوناً جوهرياً في عملية التعلم لكافة الطلاب من كافة الأعمار وكافة المناهج ويعنى أن تمتلك القدرة على توليد أفكار أو رؤى مبتكرة وتطبيقها ويرتبط الإبداع مع فعالية المهارات الحياتية الأخرى وخصوصاً التفكير النقدي وتحديد المشكلات وحلها وإدارة الذات ويمكن تعزيز الإبداع من خلال التعليم عموماً وليس الإقتصار على مجال تخصص بعينه كما ويمكن إعتبره جزء لايتجزأ من التعليم الجيد وإكتسابه من خلال التدريب وإيجاد بيئة مناسبة من ناحية أخرى فإن مقاربات التعليم التى تركز على معرفة الحقائق على حساب تنمية مهارات التفكير ترتبط بقمع التعبير الإبداعى. (٤٦: ١-٢)

فتتمية مهارة الإبداع وإتخاذ القرار تعد مطلباً أساسياً في حياة الطالب الذى يتعرض يومياً إلى الكثير من المواقف التى تستلزم منه وقفة تأمل وتفكير من أجل مواجهة متطلبات حياته. بالإضافة إلى ضرورة توظيف الأستاذ الجامعى لأساليب وطرق تدريس مناسبة كالعصف الذهنى ودراسة الحالة والمناقشة. كما أن الإبداع الحركى كقدرة عقلية في مجال الحركة يعد مطلباً رئيسياً في الأنشطة الرياضية المختلفة ويظهر من خلال تعلم المهارات الرياضية الخاصة باللعبة وإتقانها وإقتران الأداء بالتفكير أي القدرة على إستدعاء المهارات والمعلومات التى تساعد على إظهار إستجابة حركية إبداعية. (٦: ٢٣)

وأشارت النتائج أن مهارة "التفكير النقدي" حصلت على نسبة تحقق منخفضة على الرغم من أن النشاط الرياضي التربوي يعد ميداناً ثرياً من ميادين التربية البدنية الحديثة وعنصراً قوياً في إعداد المواطن الصالح وتزويده بالخبرات والمهارات وتمكينه من التكيف مع مجتمعه وتجعله فرداً قادراً على بناء حياته وتطوير فكره وتنمية الجانب البدني والحركي والمهاري والفكري وكذا الجانب الوجداني. (١٧: ١٠)

وهذا ما أكدتة اليونسيف (٢٠٠٧) (٤٠) "أن دمج المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية بطريقة علمية مخطط لها تسهم في تطوير العمليات العقلية العليا وصقل وبناء الشخصية المتزنة من جميع جوانبها، كما تساعد في إمداد الفرد بما يحتاجه من مهارات حياتية عملية لمواجهة الأعباء اليومية والمواقف الطارئة بنجاح كبير، حيث تمكن اللياقة البدنية الفرد من بناء جسم صحي وتفكير إيجابي".

فغريزة حب اللعب لدى الإنسان يمكن إستثمارها في مساعدة الأفراد على إكتساب الكثير من المهارات الحياتية الضرورية والمرتبطة بالحياة الواقعية من خلال اللعب والنشاط البدني، حيث يرى الخبراء أن مقدار النجاح في الحياة يتناسب طردياً مع القدرة على إستخدام أنواع التفكير في حل المشكلات. (يونسيف) (٢٠٠٧) (٤٠)

جدول (٢٢)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق "مهارة حل المشكلات" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجهة (ليكاترت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	مربع كاي	لاوافق		إلى حد ما		موافق		البيانات الإحصائية العبارات
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	
٢												دور التربية البدنية والرياضة في تنمية مهارة حل المشكلات.
2	81.51%	نعم	2.63	.000	166.332	6.04%	16	24.91%	66	69.06%	183	يستخدم إستراتيجيات حديثة في تدريس التربية الرياضية لتنمية قدرتهم على إستحداث أنماط حركية وإستدعاء الأفكار الجديدة.
5	42.08%	إلى حد ما	1.84	.000	18.709	36.98%	98	41.89%	111	21.13%	56	تمكن الطالبات من التعرف على القضايا العالمية واكتساب معلومات والتعرف على المشكلات الرياضية المجتمعية.

تابع جدول (٢٢)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
"مهارة حل المشكلات" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجبة (ليكاترت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لاوافق		إلى حد ما		موافق		العبارات الإحصائية	م
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
4	53.77%	إلى حد ما	2.08	.000	56.792	18.87%	50	54.72%	145	26.42%	70	تساعد الرياضة فى تشكيل وصقل شخصية الطالب وإعداده لمواجهة قضايا العصر ومشكلات الحياة اليومية.	٣/٢
1	85.85%	نعم	2.72	.000	212.068	1.51%	4	25.28%	67	73.21%	194	تساهم فى تنمية مهارة الإعتدال على النفس واكتشاف ما يمكن أن تتضمنه المنافسات من أخطاء وكيفية تصحيحها بطريقة منهجية.	٤/٢
3	70.94%	نعم	2.42	.000	88.989	6.04%	16	46.04%	122	47.92%	127	الإشتراك فى تنفيذ المهارات والأنشطة يتيح الفرص لممارسة وتطبيق مهارات مثل حل المشكلات والتواصل.	٥/٢
	66.83%	نعم	2.34	.000	328.015	13.89%	184	38.57%	511	47.55%	630	مهارة حل المشكلات	تحقق ككل

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq 0,05$ عند درجة الحرية ٢

$$= 3,84 = 1 \text{ درجة الحرية}$$

مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (٢٢) والخاص التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق "مهارة حل المشكلات" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٤٢,٠٨% إلى ٥٨,٨٥%).

ولقد اثبتت النتائج أن للممارسة الرياضية دور إيجابى فى تنمية مهارة "حل المشكلات" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٦٦,٨٣%) وهى نسبة تحقق مرتفعة وتعزو الباحثة هذه

النتائج إلى إهتمام البرامج بأنماطها المختلفة إلى وضع إستراتيجيات حديثة فى التدريس والإهتمام بالقضايا المعاصرة لتنمية قدرتهم على تنظيم أنفسهم والإندماج مع الجماعة فيكتسب أنماطاً سلوكية جديدة يتعلمها من خلال المشاركة والتي تسهم في تنمية مهاراته الحياتية (حل المشكلات). (٢٨ : ١٥)

وهذا يتفق مع دراسة ويس وبولتر وبهالا وبريس (Weiss. Bolter.Bhalla and price. 2007) (٥٤) والتي أكدت على أهمية دمج المهارات الحياتية في سياق رياضى مما يعمل على تحسين مهارات الطلبة العملية والحياتية من ضبط إنفعالات وحل نزاعات ومقاومة ضغط الأقران والتصرفات السلوكية الواعية. كما أثبتته نتائج دراسة محمد حامد وطه أحمد أبو سريع (٢٠٢١) أن المدارس الرياضية ساهمت بشكل إيجابى فى تنمية المهارات النفسية والأخلاقية حيث يكتسب الطلاب مهارات حل المشكلات ومهارة الإنتباه والتركيز ومهارات إدارة الضغوط النفسية، وساهمت في تنمية مهارات التفكير والإكتشاف حيث يوظف الطلاب المعرفة المكتسبة في المواقف المختلفة ويكتسب الطلاب القدرة على التحليل والتركيب ويكتسب الطلاب القدرة على التخطيط السليم ويفسر الطلاب النتائج بالطريقة الصحيحة. (١٩ : ٣٣)

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن التدريس المبني على المهارات الحياتية يلعب دوراً فاعلاً في إعداد الطلبة من خلال الممارسة العملية المحببة لتنمية جوانب الشخصية المختلفة الجسمية والعقلية والمعرفية، ليكونوا مواطنين صالحين عاملين ومنتجين، إذ تعمل إستراتيجية حل المشكلات على تنمية قدرة الطلبة على إكتشاف مصادر المعرفة المختلفة وإستخدام الوسائل التقنية الحديثة، للإطلاع على كل ما هو جديد، مما ينمى قدرتهم على التعلم مدى الحياة، وإدراك القيمة الوظيفية للعلم، وأهمية المعرفة للحياة مما ينعكس إيجابياً على ثقافة الطلبة وادائهم المهارى. (٢٢ : ٢٣)

وتشير النتائج إلى أن نسبة تحقق محور "مهارات التعلم" ككل بلغت (٤٧,٧٥%) وهى نسبة تحقق منخفضة وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن هناك قصور فى إهتمام البرامج بمختلف انماطها فى إكساب الطلاب بعض المهارات الحياتية اللازمة والضرورية للطلبة والتي يمكن توظيفها بفعالية فى رفع مستوى كفاءتهم الأكاديمية والمهنية. وهذا ما أكدتته نتائج دراسة أميرة عباس (٢٠١٥) (٧) ودراسة الحايك والبطانية (٢٠٠٧) (٢٢) على الرغم من ضرورة إهتمام برامج التربية الرياضية بإكساب الطلاب المهارات الحياتية حتى تخرج جيل قادر على مواجهة متطلبات الحياة قادر على حل مشكلاتهم بإستخدام مهارات التفكير العليا ومواكبة التطور العلمي والتكنولوجي الحاصل وهذا ما أكدتته نتائج دراسة صادق الحايك وحسن السوطري (٢٠٠٨) (٢٤)

باستقراء نتائج استبيان المهارات الحياتية: الذى يشتمل على محور أساسى وهو "مهارات المقدره على التوظيف" والمحاور الفرعية (صنع القرار- التعاون- التفاوض) ودلالاته الإحصائية تستعرض الباحثة نتائجها على النحو التالي :

جدول (٢٣)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق "مهارة صنع القرار" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجهة (ليكاترت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		يتحقق		العبارات الإحصائية	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
												دور التربية البدنية والرياضة في تنمية مهارة صنع القرار	١
2	50.57%	إلى حد ما	2.01	.000	26.770	25.28%	67	48.30%	128	26.42%	70	تشجع المسابقات الرياضية على تنمية مهارة تحمل المسؤولية النهائية في اتخاذ القرارات من خلال إشراكهم في التخطيط للمسابقات.	١/١
4	34.15%	إلى حد ما	1.68	.000	58.060	43.02%	114	45.66%	121	11.32%	30	تساهم في إبرك الطالبات لمسؤولياتهم تجاه الفريق وإثراءهم بإنجازها أثناء تنفيذ المسابقات الرياضية.	٢/١
3	41.89%	إلى حد ما	1.84	.000	140.974	24.91%	66	66.42%	176	8.68%	23	تمكن الممارسة الطالبات من القدرة على اتخاذ القرار في الموقف الصعبة واختار أفكار الآخرين وتقبلها وترسيخ تفكيرهم بأرائهم.	٣/١
1	59.43%	إلى حد ما	2.19	.000	89.623	11.32%	30	58.49%	155	30.19%	80	تعد الرياضة منتدى لتعلم مهارات الثقة والقيادة وتحمل المسؤولية ونقله مبادئ أساسية كالشماع والتعاون.	٤/١
	46.51%	إلى حد ما	1.93	.000	188.826	26.13%	277	54.72%	580	19.15%	203	مهارة صنع القرار	تحقق ككل

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢ = ٥,٩٩، درجة الحرية = ٣,٨٤
 مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-١,٦٧-٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)
 يتضح من جدول (٢٣) والخاص التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق "مهارة صنع القرار" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ فى جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٣٤,١٥% إلى ٥٩,٤٣%).

حيث أكدت النتائج أن للممارسة الرياضية دور في تنمية مهارة "صنع القرار" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٤٦,٥١%) وهي نسبة تحقق منخفضة وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن قصور في قدرة الطالبة على إتخاذ القرار لعدم إهتمام البرامج بتنمية هذه المهارة على الرغم من أن تنمية مهارة إتخاذ القرار تعد مطلباً أساسياً في حياة الطالب اليومية حيث يتعرض يومياً إلى الكثير من المواقف التي تستلزم منه وقفة تأمل وتفكير من أجل مواجهة متطلبات حياته.

وهذا ما أكده كلاً من أحمد حسين عبد العاطي ودعاء محمد مصطفى (٢٠٠٨) أهمية تنمية المهارات الحياتية للشباب وذلك لإسهامها في تنمية الأسلوب العلمي في التفكير والمساهمة في إتخاذ القرار وحل المشكلات وفهم الذات وترشيد الإستهلاك وذلك من خلال ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية (١: ٦٣)

بالإضافة إلى أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية والتي تعطي أفضل رؤية لكل الطلاب لتنمية مهاراتهم الحياتية (مهارة إتخاذ القرار) وكذلك أن يتم العناية بهم لتطوير أدائهم وإثارة دافعيتهم نحو النمو المهاري وفقاً لأهداف محددة وواضحة وتصميم موضوعاتها وفق إحتياجات الطلاب وأن يكون للمشرف دور فاعل فيها بالمساهمة في تخطيط برامجها والمشاركة في تنفيذ موضوعاتها. (١٥ : ٢٩)

ويرجع إنخفاض نسبة التحقق إلى عدم إجابة إتخاذ القرار في الوقت المناسب في جميع جوانب الحياه سواء كانت داخل بيئة العمل أو خارجها ولكي نكون قادرين على تحسين عملية إتخاذ القرار لابد من التركيز على كافة الأحداث والخطوات التي تسبق الإختيار والعزم على إتخاذ القرار ولو ترتب على ذلك بعض الأخطاء فعدم إتخاذ القرار هو أسوأ الأخطاء كلها، لذلك لابد من تنمية المهارات الحياتية لدى الطلاب والإهتمام بها. وهذا ما أكدت نتائج دراسة الحايك والبطانية (٢٠٠٧) (٢٢)

جدول (٢٤)

التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق "مهارة التعاون" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجبة (ليكرت)	المتوسط المسابي	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		بمتحقق		الدلالات الإحصائية المعيارية	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
												٢	دور التربية الفنية والرياضة في تنمية مهارة تنمية المهارات الإحصائية (التعاون)
5	79.25%	نعم	2.58	.000	139.479	6.79%	18	27.92%	74	65.28%	173	١/٢	تد الممارسة الفعاليات بالخرات والمهارات الإحصائية والعملية والعلمية وتكثيهم مسحة نفسية وعقلية وجدنية لتطوير مهاراتهم الحياتية.

تابع جدول (٢٤)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
"مهارة التعاون" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة المجدلة (ليكارنت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلحد ما		بتمقق		العبارات الإحصائية	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
2	94.53%	نعم	2.89	.000	387.743	1.13%	3	8.68%	23	90.19%	239	تسهم الممارسة فى تحقيق التعاون والتضامن بين الطالبات فى المشاركة فى العمل الجماعى والتمرن على اكتساب بصيرة ورؤية إجتماعية صائبة.	٢/٢
3	84.53%	نعم	2.69	.000	201.336	3.77%	10	23.40%	62	72.83%	193	يساعد النشاط الرياضى على تطوير المهارات الإجتماعية (التعلم التعاونى وإيثار الذات والروح الرياضية) وتدريبهم على ممارسة التفرغ الموضوعى.	٣/٢
6	65.47%	إلى حد ما	2.31	.000	71.940	9.43%	25	50.19%	133	40.38%	107	الإشتراك فى تنظيم العروض الرياضية ينمى روح المبادرة فى تقديم العون للآخرين والقدرة على بناء الثقة مع الآخرين.	٤/٢
4	81.70%	نعم	2.63	.000	169.004	6.04%	16	24.53%	65	69.43%	184	يعتبر الملعب مجتمع مصغرمهد للمجتمع الكبير ويساعد على التوافق معه وتقبل البنية الإجتماعية الساندة والإستجابة للتغيرات الإجتماعية.	٥/٢
1	95.28%	نعم	2.91	.000	398.521	0.38%	1	8.68%	23	90.94%	241	تنمى الممارسة الرياضية المهارات الإيجابية وتكرس مفهوم المسؤولية الجماعية وتقديم مصلحة الفريق على المصلحة الخاصة.	٦/٢
	83.46%	نعم	2.67	.000	187.200	4.59%	73	23.90%	380	71.51%	1137	المهارات الإجتماعية(التعاون)	تحقق ككل

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢
 $٥,٩٩ =$ درجة الحرية $١ = ٣,٨٤$
 مقياس ليكارت: المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠-١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧-١,٦٧
 ٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤-٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (٢٤) والخاص التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق مهارة "التعاون" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ في جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (٦٥,٤٧% إلى ٩٥,٢٨%).

حيث أظهرت النتائج أن للممارسة الرياضية دور إيجابي في تنمية مهارة "التعاون" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٨٣,٤٦%) وهي نسبة تحقق مرتفعة وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أهمية التعاون كمهارة حياتية منقولة من الواقع الإجتماعي الذي نعيشه وأن الإنسان بطبعه إجتماعي. هذا بالإضافة إلى دور الأنشطة الرياضية في إكتسابهم الإتجاه نحو تنمية المهارات الحياتية وإزدياد مقدرة الشباب على تنظيم أنفسهم، والقدرة على تحقيق التعاون الإيجابي بينهم والتضامن بين الشباب في المثابرة في العمل الجماعي المشترك لصالح مجتمعهم والتمرن على إكتساب بصيرة ورؤية إجتماعية صائبة، تعود الشباب على تحمل أعباء المسؤولية الإجتماعية وقيام الشباب بالعودة على الإستجابة للتغيرات الإجتماعية وتدريبهم على ممارسة التقويم الموضوعي من واقع تجارب العمل الميداني الإجتماعي. (١٥ : ٢٨)

وهذا ما أقره كلاً من سعد عبد الله سعد (١٩٩٩) أن التعلم التعاوني يلعب دوراً غاية في الأهمية للطالب وهو عدم التمرکز حول الذات والتفكير في صالح الجماعة ككل وليس شخصه فقط وبهذا يتعلم أن يكون عضو فعال وإيجابي في المجتمع، وينمى روح الفريق وإعتزازهم بالإنتماء للجماعة والوطن، فالإنتماء لا يولد ولا يأتي من فراغ، وإنما يكتسبه الإنسان نتيجة تواجده وإخراطه بالمجتمع. (١٩ : ٨٩)

وهذا ما اثبتته نتائج دراسة "محمد حامد، طه أحمد أبو سريع" أن المدارس الرياضية ساهمت بشكل إيجابي في تنمية المهارات الإجتماعية والعمل الجماعي حيث يعمل الطلاب بروح الفريق ويحترم الطلاب أفكار الآخرين ويقبلونها ويكتسب الطلاب روح المبادرة". (٣٣ : ١٩)

بالإضافة إلى دراسة "صغير نور الدين" (٢٠١٢) (٢٥) والتي أكدت نتائجها أن الممارسين للرياضات الجماعية والفردية يمتلكون بدرجة عالية المهارات الحياتية التالية المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي ومهارات الإتصال والتواصل. وأخيراً أوصت به دراسة "عمر عمور" (٢٠٠٩) (٢٩) بضرورة التنوع في إستخدام أساليب التدريس ودمج المهارات الحياتية في منهاج التربية الرياضية. وأيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسلوب التدريبي والأسلوب الزوجي في تنمية مهارات الإتصال والتواصل والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي بعدياً لصالح الأسلوب الزوجي".

جدول (٢٥)
التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات فى مدى تحقيق
"مهارة التفاوض" (ن = ٢٦٥)

الترتيب	نسبة الموافقة %	الاستجابة الموجبة (ليكاترت)	المتوسط الحسابى	مستوى الدلالة	مربع كاي	لا يتحقق		إلى حد ما		يتحقق		الدلالات الإحصائية العبارات	٥
						النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار	النسبة %	التكرار		
												دور التربية البدنية والرياضة فى تنمية مهارة التفاوض	٣
2	34.15%	إلى حد ما	1.68	.000	49.185	53.58%	142	24.53%	65	21.89%	58	تساهم المسابقات فى تنمية مهارة التفاوض وتقبل الإحتلاف (إحترام الرأي الأخر) ودراسة وجهات النظر المتناقضة واتاحه الفرصة للتعبير عن آرائهم فى المواقف الرياضية.	١/٣
3	24.72%	لا	1.49	.000	101.645	58.49%	155	33.58%	89	7.92%	21	إشراك الطلاب فى التخطيط للمسابقات يتيح الفرصة للمناقشات الحرة بينه وبين الطلاب حول خطط وطرق اللعب المختلفة.	٢/٣
4	19.43%	لا	1.39	.000	161.238	69.06%	183	23.02%	61	7.92%	21	تساهم الممارسة الرياضية فى تنمية مهارة الإصغاء للأخرين وإحترام أفكارهم وتقبلها والقدرة على التعبير عن الرأي.	٣/٣
1	40.94%	إلى حد ما	1.82	.000	75.540	30.94%	82	56.23%	149	12.83%	34	الإشتراك فى المسكرات ينمى مهارات القيادة والتبعية وتبادل أدوار القائد والتابع بينهم وتكديهم روح المبادرة والتفاوض لإيجاد الحلول المناسبة.	٣/٤
	29.81%	لا	1.60	.000	114.200	53.02%	562	34.34%	364	12.64%	134	مهارة التفاوض	تحقق ككل

*مربع كاي معنوى عند مستوى ٠,٠٥ حيث مستوى الدلالة $\geq ٠,٠٥$ عند درجة الحرية ٢

= ٥,٩٩، درجة الحرية = ٣,٨٤

مقياس ليكاترت : المتوسط الحسابى المرجح بالأوزان :- ١,٠٠ - ١,٦٦ (لاوافق)، ١,٦٧ -

٢,٣٣ (إلى حد ما)، ٢,٣٤ - ٣,٠٠ (موافق)

يتضح من جدول (٢٥) والخاص التكرار والنسبة المئوية والدلالات الإحصائية الخاصة بإستجابات الطالبات في مدى تحقيق "مهارة التفاوض" وجود فروق معنوية بين الاستجابات وهذه القيم لمربع كاي معنوية عند مستوى ٠,٠٥ في جميع العبارات، وبنسبة موافقة تراوحت ما بين (١٩,٤٣% إلى ٤٠,٩٤%)

حيث أشارت النتائج أن للممارسة الرياضية دور في تنمية مهارة "التفاوض" حيث بلغت نسبة تحقق المحور ككل (٢٩,٨١%) وهي نسبة تحقق منخفضة وتعزو الباحثة إنخفاض نسبة التحقق إلى نقص الإهتمام بتدريس المهارات الحياتية وقلة تضمينها في منهاج التربية الرياضية للجامعة وهذا في الحقيقة عكس ما تدعوا إليه آراء خبراء التربية والدراسات العالمية نحو تمكين الطلاب من إمتلاك مثل هذه المهارات التي أصبحت من الضروريات الملحة التي لايمكن الإستغناء عنها في وقتنا الحاضر، وهذا يحتاج إلى ضرورة توجيه وتطوير البرامج نحو التوسع في تطبيق المهارات الحياتية بأنواعها المختلفة لإثارة دافعية الطلاب للمشاركة في الدروس بفعالية. فتتمية مهارة التفاوض تعد مطلباً أساسياً في حياة الطالب فهي عملية تواصل بين طرفين على الأقل تهدف للوصول إلى اتفاقيات حول المصالح المفترض أنها متباينة وتعتمد على المشاركة التفاعلية والفعالة في ظل إحترام الآخرين مع المحافظة على كونه حازماً ومتعاوناً كما تستخدم مهارات التواصل ويظهر مهارات القيادة مع كونه لبقاً وتشكل عنصراً أساسياً في نجاح ريادة الأعمال بالإضافة إلى مساعدة الطالب على حماية نفسه من الإستغلال والإساءة فضلاً على أنها تساهم في تحقيق نتائج تكون مقبولة لكافة الأطراف وبالتالي تعزيز ثقافة الإحترام والتلاحم الإجتماعي. (٤٦: ١٧)

فالممارسة الإيجابية تمثل بشكل غير رسمي منهج خفي لتعليم قيم المواطنة وتقبل تقييم الآخرين وتنمية مهارة التفاوض.

وتشير النتائج إلى أن نسبة تحقق محور "مهارات المقدره على التوظيف" ككل بلغ (٥٧,٥٧%) وهي نسبة متوسطة. وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أهمية تنمية المهارات الحياتية فهي تلعب دوراً هاماً في جميع المجتمعات فهي بمثابة منبر إتصالات قوى يمكن إستخدامه لتدعيم قيم المواطنة.

وأنفقت نتائج البحث مع نتائج دراسة كلاً من حسين شاكر على وحسن على محيسن ومحمد هانى حسين (٢٠١٩) (١٤) بارتفاع مستوى المهارات الحياتية لدى الطلاب المشاركين في الأنشطة الرياضية.

فالرياضة كانت وستظل إحدى أكثر الأدوات فعالية وأكثرها تنوعاً ومرونة لتحقيق قيم المواطنة بالنظر إلى دورها في تشجيع التسامح والإحترام ومساهمتها في تمكين المرأة

والشباب فهي مجال خصب لإكتساب وتنمية المهارات الحياتية والقيم الرئيسية للمواطنة ومن أهمها تدعيم الشعور بالإنتماء، وتحقيق الذات وتشكيل العلاقات الإجتماعية السوية من خلال تحقيق فرص اندماج وتوحيد مشاعرهم نحو هدف قومي واحد مشترك "الفوز" وكذا تنمية علاقات الصداقة بين الممارسين وتوفير فرص الفهم المشترك بين الفئات المختلفة داخل المجتمع، فالأسلوب التدريبي يوفر فرصاً حياتية حقيقية للطلبة للتعلم الذاتي من خلال مروره بفعاليات ذاتية ينفذ فيها مهمات مثل حل المشكلات والتفكير الناقد وإتخاذ القرار والتعاون مع الآخرين، والصمود، مما يثير الدافعية لديه نحو مزيد من التعلم ويسهم على المدى البعيد في تحسين مفهوم الذات، ويشجعهم على تحمل مسؤولية تعلمهم حيث يستفيدون من هذه المواقف التعليمية في حياتهم المستقبلية. وأهم ما يميز الرياضة عن الطرق التربوية التقليدية تربية أبنائها ليكونوا صالحين ومنتمين لأوطانهم، كما أنها المفضلة والمحبيه لدى الجميع بصفه عامة وللشباب بصفة خاصة.

وتستخلص الباحثة من العرض السابق اهمية تحسين المهارات الحياتية للطلاب وأن التدريب عليها يمكن توظيفه بفعالية من خلال برامج التربية الرياضية. هذا ما أثبتته نتائج دراسة جوادس وآخرون (٢٠٠٦ Goudas and al) (٤٩)

باستقراء نتائج الإستبيان "المهارات الحياتية وقيم المواطنة" ودلالاته الإحصائية التي تجيب على التساؤل المتعلق: ما مدى العلاقة بين المهارات الحياتية وقيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات؟ تستعرض الباحثة نتائجها على النحو التالي :

يتضح من جدول (٢٨) والخاص بمعاملات الارتباط بين المهارات الحياتية وقيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات أن هناك: علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مهارات التعلم ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٤٧١) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥). -علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مهارات تمكين الذات ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٣٦٥) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥). علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مهارات المقدره على التوظيف ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,١٩٧) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥). وهذا ما أقرته نتائج دراسة أميرة عباس (٢٠١٥) (٧) " أن البرامج الرياضية لها دور إيجابي في تنمية المهارات الإجتماعية وفي إتخاذ القرارات السليمة وتحمل المسؤولية

والتفكير الناقد وتنمية المهارات الحياتية لدى الناشئين". وتستخلص الباحثة من العرض السابق أن الرياضة مجال خصب لإشباع الحاجات النفسية كالحاجة إلى الإنتماء وتحقيق الذات فالأسلوب التدريبي يوفر فرصاً حياتية حقيقية للطلاب للتعلم الذاتي من خلال مروره بفعاليات ذاتية ينفذ فيها مهمات مثل حل المشكلات حل المشكلات وإتخاذ القرار وتحمل المسؤولية ومواجهه التوترات الناجمة عن الحياه اليومية.

الإستنتاجات: من نتائج البحث توصلت الباحثة إلى مايلي :

- إكتساب الطالبات بكلية التربية الرياضية مهارات المواطنة النشطة "الإنتماء- المشاركة - الحرية- إحترام القانون" وتحققت بنسبة عالية بلغت (٦٥,٠٨%).
- إكتساب الطالبات بكلية التربية الرياضية المهارات الحياتية وتحققت بنسبة متوسطة " مهارات تمكين الذات" (الإدارة الذاتية- الصمود- الإتصال والتواصل) ككل بلغت (٥٩,٣٥%) ومهارات المقدره على التوظف "صنع القرار- التعاون- التفاوض" ككل بلغت (٥٧,٥٧%).
- وجاءت مهارات التعلم (الإبداع- التفكير النقدي- حل المشكلات) في الترتيب الأخير، حيث بلغت الدرجة الكلية لمحوره (٤٧,٧٥%).
- أن هناك علاقة إرتباطية بين المهارات الحياتية وقيم المواطنة تتمثل فيما يلي :
 - علاقة طردية بين مهارات التعلم ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٤٧١). علاقة طردية بين مهارات تمكين الذات ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٣٦٥).
 - علاقة طردية موجبة بين مهارات المقدره على التوظيف ومهارات قيم المواطنة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات حيث بلغ معامل الارتباط (٠,١٩٧).

التوصيات : فى ضوء نتائج البحث توصى الباحثة بما يلي:

- أن تكون التربية على المواطنة مشروعاً أفقياً متكاملماً لترسيخ القيم مثل الإنتماء وتأسيس المواطنة فهى منظومة متكاملة فى بناء الدولة.
- وضع رؤية تجديدية شاملة ومستمرة لتعليم وتعلم المهارات الحياتية والمواطنة.
- إعتداد إستراتيجيات التدريس القائمة على المهارات الحياتية
- تصميم برامج تتضمن مختلف المهارات الحياتية لتدعيم المواطنه لمساعدته الطالبة على المشاركة فى المجتمع ومواجهة تحديات العصر.

- ضرورة توظيف ودمج تعليم المهارات الحياتية والمواطنة ضمن برامج (التعليم- التدريب- الترويج- الإدارة) من خلال الربط بين المواقف التدريبية والعمليات العقلية والاجتماعية لتجهيز الطالبة لمواجهة التحولات من مرحلة التعليم للعمل.
- عقد دورات تدريبية حول المهارات الحياتية وعلاقتها بالمواطنة لأعضاء هيئة التدريس لتوظيفها لإكساب الطلاب المواطنة الفعالة.

((المراجعــــــــــــــــــــم))

أولاً: المراجع العربية

- ١- أحمد حسين عبد المعطى- دعاء محمد مصطفى (٢٠٠٨): المهارات الحياتية، كلية التربية، جامعة أسيوط، دار الحساب للنشر، ط١، القاهرة.
- ٢- أحمد محمود عكاشة (٢٠٠٥): علم النفس الفسيولوجي، ط١٠، مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٣- أحمد يحيوي (٢٠٢١): النشاط البدني الرياضى ودوره في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى المراهقين في الطور الثانوى، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- ٤- أسامة محمد عبيدات وسائدة تيسير سعادة (٢٠١٠): المهارات المتوفرة في مخرجات التعليم العالى الأردني بما يتطلبه سوق العمل المحلى، الجامعة الهاشمية- كلية العلوم التربوية- المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعى (العدد ٥) ٧٧ص.
- ٥- أمين أنور الخولى (١٩٩٦): الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، المجلس الوطنى للثقافة والأداب، العدد ٢١٦، الكويت.
- ٦- أميرة عبد الواحد منير(٢٠١٢): الإبداع والتفكير الإبداعى في المجال الرياضى، جامعة بغداد- كلية التربية الرياضية.
- ٧- أميرة عباس (٢٠١٥): دور الممارسة الرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الناشئين (١٥-١٣ سنة)- المجلة الدولية للبحوث الرياضية المتقدمة.
- ٨- بهجت أحمد أبو طامع (٢٠١٨): "الأنشطة الرياضية الجامعية ودورها في تنمية قيم المواطنة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، مجلة المجمع العربى لعلوم الرياضة العدد (٤).
- ٩- تيسير محمد الخوالدة، ماجد محمد الزيودي (٢٠١٢): النظام التربوي الأردني في الأفق الثالثة، عمان : دار الحامد للنشر والتوزيع، المجلد الثانى.

- ١٠- رافع أحمد، علوان رفيق (٢٠١٩): دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، مجلة الإبداع الرياضي، مجلد ١٠، عدد ٢، جامعة البويرة.
- ١١- رشا عبد النعيم محمد (٢٠١٢): دور الرياضة في تدعيم مفهوم المواطنة لدى الشباب المصري "دراسة تحليلية"، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- ١٢- جبايلي لياس، بزيو سليم (٢٠١٨): دور منهاج الجيل الثاني لمادة التربية البدنية والرياضية في تعزيز قيم المواطنة في بعديها الاجتماعي والقيمي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة "مجلة الإبداع الرياضي، مجلد ٩، العدد ١.
- ١٣- جودت أحمد سعاده (٢٠٠٧): منهج الدراسات الاجتماعية، دار النشر، القاهرة.
- ١٤- حسين شاكرا على، حسن على محيسن، محمد هاني حسين (٢٠١٩): الأنشطة الرياضية ودورها في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب الجامعة المستنصرية، بحث منشور، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث - مجلة علوم التربية والنفسية - المجلد (٣) - العدد (٢٩) الجامعة المستنصرية بالعراق.
- ١٥- خالد بن حميد بن سيف المحذوري (٢٠٢٠): دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الشباب العماني، المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية، المجلد ٦ العدد ٣
- ١٦- ذاکر محمود سليم يوسف، ثامر محمود الحمداي (٢٠٢٢): دراسة العلاقة بين القمع الإنفعالي للمدربين والصمود النفسي للاعبين من وجهة نظر لاعبي أندية المنطقة الشمالية بكرة القدم في العراق، مجلد ٣٢ عدد ٢، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل.
- ١٧- رمضان بن جعفر (٢٠١٦): دور الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية فئة العمر (١٨-٢٠ سنة)، دراسة ميدانية بثنائية أحمد زبانة بالخروبة الجزائر العاصمة، مجلة الإبداع الرياضي العدد (١٩).
- ١٨- سامح الجداوي (٢٠٠٨): دور المعسكرات الترويحية في إكساب مهارات الإتصال لطلاب الجماعات المصرية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

- ١٩- سعد عبد الله سعد أبو معطى (١٩٩٩): الإنتماء وعلاقته بكل من الدافعية والتوجه العلمى في الحياه وإستيعاب قيم الجماعة، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية.
- ٢٠- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٥): المهارات الحياتية، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة
- ٢١- سهى محمد المتولى (٢٠١٨): دور الأنشطة الترويحية في تحقيق قيم المواطنة لطلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة الإسكندرية رسالة ماجستير، جامعة الإسكندرية.
- ٢٢- صادق الحايك وأحمد البطانية (٢٠٠٧): مدى توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، مؤتمر كلية التربية الرياضية جامعة اليرموك جامعة الأردن المجلد (١) العدد (١)
- ٢٣- صادق الحايك، الديرى على محمود (٢٠١١): إستراتيجيات تدريس التربية الرياضية المبنية على المهارات الحياتية في عصر الاقتصاد المعرفى وتطبيقاتها العملية، عمان.
- ٢٤- صادق الحايك وحسن السوطري (٢٠٠٨): أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفى، مؤتمر كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.
- ٢٥- صغير نور الدين (٢٠١٢): دور النشاط البدنى الرياضى في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الناشئين، مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، عدد ٩، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم -معهد التربية البدنية.
- ٢٦- طرفة إبراهيم الحلوة (٢٠١٤): المهارات الحياتية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في ضوء التحديات المعاصرة، مجلة العلوم التربوية ٢٢مجلد، عدد ٣.
- ٢٧- عفاف درويش (١٩٩٦): الإمكانيات في التربية الرياضية " أهميتها - أنواعها - أقسامها - مجالاتها - منشأة المعارف - الإسكندرية.
- ٢٨- على أحمد بركات الزبيدى (٢٠١٩): بحث قياس المهارات الحياتية لدى طلاب قسم التربية البدنية بالكلية الجامعية بالقنفذة، مجلة النشاط البدنى والرياضى المجتمع والتربية والصحة مجلد ٢، عدد ٢.

- ٢٩- عمر عيسى عمور (٢٠٠٩): "إسهامات بعض أساليب تدريس التربية البدنية والرياضية الحديثة في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب المرحلة الجامعية" رسالة دكتوراة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة بن يوسف بن خدة - الجزائر.
- ٣٠- عمرو محمد رضا هلالى (٢٠١٨): دور الرياضات الشاطئية في تنمية قيم المواطنة لدى طلاب الجامعات المصرية، كلية التربية الرياضية، جامعة دمياط.
- ٣١- فيصل الملا (٢٠١٨): الرياضة والمواطنة، العدد ١٠٧٧٣، مؤسسة الأيام للنشر.
- ٣٢- محمد الحماحمى وعائدة رياض (٢٠٠٦): الترويج بين النظرية والتطبيق، ط٤، القاهرة، مركز الكتاب للنشر.
- ٣٣- محمد حامد وطه أحمد أبو سريع (٢٠٢١): تأثير المدارس الرياضية في تنمية المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الإعدادية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلد ٩١.
- ٣٤- محمود بطانية، الزعبي عمر، حتامله زهير (٢٠٠٩): دور ممارسة الأنشطة الرياضية في صقل شخصية الطالب الجامعي الاردني من وجهة نظر الطلبة أنفسهم، المؤتمر العلمى الرياضى السادس الرياضة والتنمية، مجلد (١)، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية
- ٣٥- محمود خليل أبو دف (١٩٩٩): المواطنة الصالحة - السمات والواجبات، ورقة عمل مقدمة لليوم الدراسى حول التربية المدنية والمجتمع المدنى في فلسطين، فلسطين.
- ٣٦- محمود داود الربيعي (٢٠١١): مناهج التربية الرياضية، بيروت، دار الكتب العلمية.
- ٣٧- محمود عبد الرازق (٢٠٠٦): أهمية المهارات الحياتية لطفل الروضة، منتدى المهارات الحياتية والتدريس، (www. Form. moe, gov.com)
- ٣٨- كمال بوعجناق، جمال ناصري، محمد حملاوى (٢٠١٦): دور الأنشطة الرياضية التربوية في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة ١٤-١٥ سنة، مجلة التحدى، جامعة الجزائر، عدد ٩، ١٤ص.
- ٣٩- لطيفة إبراهيم خضر (٢٠٠٦): دور التعليم في تعزيز الإنتماء، ط٣، عالم الكتب، القاهرة.
- ٤٠- يونسيف (٢٠٠٧): الإطار العام المرجعي للتعلم المبني على المهارات الحياتية لمراحلتي التعليم الأساسى والثانوى، عمان، إدارة المناهج والكتب المدرسية.

٤١- **يونسف (٢٠٠٨):** دليل التدريب على نهج التعلم المبني على مهارات الحياة، عمان، إدارة المناهج، ١١-١٣.

٤٢- **يوسف ميخائيل أسعد (بدون):** الإنتماء وتكامل الشخصية، مكتبة غريب، القاهرة.

٤٣- **يوسف محمد الجراح (٢٠٢٠):** تنمية المهارات الحياتية بإستخدام إستراتيجيات التدريس الحديثة لمادة التربية الرياضية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظة إربد من وجهة نظر المعلمين، مجلد ١١، عدد ٣٠، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 44- **Goudas ,M., Dermitzaki, I., Leon Dari, A&Danish, S.(2006):**" The Effectiveness of Teaching a life Skills Program in A physical Education Context". European Journal of physical Education.Vol.xx1,4.p.429-428
- 45- **BIBliography for, AludIGER 2000:** Francois ,Basic concepts and core competencies for education ,democratic citizenship/ council of Europe, Strasbourg,p31.
- 46- **Magic Hanray:** post 16 Citizen ship in Colleges an in Colleges an introduction ,2007
- 47- **Humphreys,M. A New Generation of Leaders for Eastern Europe:** Values and Attiudesfor Active Citizenship, Chstain Higher Education , publishing models and article dates explained published on line,2011.
- 48- **Losito, Bruno Civic:** Education in Italy Intended Curriculum and student , Opportunity to Learn , 2003.
- 49- **Weiss,M. Bolter,N.Bhalla.J. and price,M 2007:** positive youth development through sport ; comparison of participants in the first tree life skills programs , journal of sport and Exercise psychology , (29) :s212 –s212.
- 50- **Eley D.,kirk D.(2022):** Developing Citizenship through sport the impact of asport – Based Voluteer program on Young

sport Leaders, sport, Education and society, Number 2, 1 October.

51- audigier. Fracois, 2000: basic concepts and corecompetencies for education democratic citizenship, France- Concil of Europe , Strasbourg.

52- Holt , Tamminen , Tink& Black , 2009: An interpretive analysis of life skills associated with sport participation. Qualitative research in sport and exercise, 1:160-175.

ثالثاً: شبكة المعلومات الدولية

٥٣- وزارة الثقافة والرياضة تطلق مشروع المهارات الحياتية والتربية على المواطنة (٢٠٢٠). ([https:// m. al -sharq. Com / article / 13/09/2020.](https://m.al-sharq.com/article/13/09/2020))

٥٤- مهارات حياتية من ويكيبيديا، الموسوعة الحرة. [https:// wikipedia /org wiki](https://wikipedia.org/wiki) .
www

٥٥- (مبادرة تعليم المهارات الحياتية والمواطنة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا) الدراسة التحليلية لتعليم المهارات الحياتية والمواطنة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، مكتب اليونسيف الإقليمي للشرق الأوسط وشمال أفريقيا ٢٠١٧ جامعة بيرزيت

<https://www.unicef.org>. Twelve Core Life Skills for Mena- Ar.

٥٦- إعادة النظر في تعليم المهارات الحياتية والمواطنة في الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. [https:// www. Unicef. Org./ mena/media / 6161/ file /](https://www.unicef.org/mena/media/6161/file)

٥٧- تعليم المهارات الحياتية : نحو رؤية تجديدية للتعليم [www. Unicef.org](http://www.unicef.org) .