

" دور التربية البدنية والرياضية في تنمية المهارات الحياتية "

عند طلبة الجامعة "

أ. محاضر ٥٠ / عطا الله احمد

مقدمة:

لقد انقلبت الموازين في العالم اليوم و تغيرت المعطيات بسبب التغير الحادث في المصطلحات المستعملة والتقنيات الموظفة في تفسير الظواهر التي تتحكم في التطور، و البروز، و السيطرة على مجريات الأمور. فما يحدث اليوم من توجهات جديدة و رؤى لمفهوم التطور تغير عما كان عليه في العقود السابقة، فكان ينظر إلى الاقتصاد على أنه يرتكز على عاملين أساسيين هما: رأس المال، و العمالة الرخيصة، وكل شيء آخر هو ثانوي كالمعرفة و التعليم و الفكر... الخ.

لكن مع بداية القرن الحالي و بوجود التطور التكنولوجي الحالي اختلف الأمر و انقلبت الموازين، وأصبح ينظر إلى الثورة المعلوماتية و التكنولوجية بأنها وليدة فكر . وبالتالي أعيد التفكير مليا في التربية و التعليم، وفي النواتج التي يعطيها، وما يطبق لأجلها من خلال مساره التواصلية. وفي ظل هذا ظهرت فكرة الاقتصاد المعرفي الذي أصبح العالم اليوم منشغلا به، فهي قائمة على البحث عن المعرفة و تحليلها، ومن ثم إنتاجها من أجل تحسين البشرية من جهة و زيادة المر دودية المادية للفرد و للدولة من جهة أخرى. وهذا يعني بطبيعة الحال أن كل شيء يدور حول محور أساسي و واحد و هو الشخص أو الفرد في الكيفية التي ينظر له عليها من عدة جوانب سواء من ناحية سلوكياته، ومهاراته الشخصية والاجتماعية... الخ، والتي يجب أن توفرها له التربية و التعليم حتى يستطيع مواجهة صعوبات الحياة والتكيف معها بسرعة، بالرغم من تناقضاتها والتحولات التي تشهدها في كل مرة.

و لهذا تتبنى الأنظمة التربوية في كثير من دول العالم اليوم التعليم المعتمد على ما أطلق على تسميته المهارات الحياتية أو تربية المهارات الحياتية للأفراد و بالتالي عند المجتمع و التي تعتمد على ركائز أساسية و الاكتساب، طامحين في أن يكتسب الشخص السلوكيات و المهارات البدنية والمهارية ومهارات التفكير بنية و اقتدار مع المواقف الجديدة والمتجددة سواء مع أنفسهم أو مع الآخرين و المجتمع، و هذا بإيجاد القرارات المناسبة و الصحيحة.

إن ما يعرفه قطاع التربية و التعليم في الجزائر من تحولات مهمة في إصلاح مختلف أطوار التعليم و التعلم، والاعتماد على ديناميكية جديدة وعلى نظرة مستقبلية مختلفة تماما عما كان سائدا من قبل، يدفعنا إلى التفكير مليا في هذا الاتجاه الجديد و النظرة المتجددة لأهداف التربية و التعليم، و التي تبنى على مجموعة من القواعد والأسس و الركائز المهمة و التي هدفها تكوين شخص قادر على حمل مشعل الاستمرارية و البقاء. وهذا يوضح سياسة مترنة مركزة على مختلف الجوانب و المقررات المطروحة على أرض الواقع. و التربية البدنية و الرياضية من بين هذه المقررات التي تستمد أفكارها من التوجهات العامة، و التي تلعب دورا مهما في تكوين الأفراد حيث يتوقع أن تعمل المناهج عملية تنظيم للخبرات وتكاملها، مما يكسب المتعلم مهارة الأسلوب العلمي في التفكير، و التخطيط و التصميم، و مهارة العمل الجماعي التعاوني، وتغرس فيه الاتجاهات الإيجابية نحو ما هو مفيد للفرد و المجتمع مثل احترام العمل واحترام الآخرين، وحب المعرفة والإطلاع على مصادرها من خلال التعلم الذاتي، و سبل حل المشكلات و أساليب عرض النتائج والخطول بأسلوب علمي، و بهذا يصبح التعليم وظيفيا أي مرتبط بحياة المتعلم و يدفعه للاستفادة مما يتعلمه في المدرسة ليطبقه في حياته اليومية ولا يتقبل أي فكرة إلا إذا قام بتحليلها بشكل يسمح له باستخلاص العبر والدروس منها.

مشكلة البحث:

إن التطور الحاصل في الميدان التكنولوجي، و الثورة المعلوماتية في العالم، جعلت المنظرين والتربويين ينظرون نظرة أخرى إلى ميادين التكوين و التربية و التعليم، و ينظرون إلى العملية التعليمية من زاوية أخرى، يستطيعون من خلالها خلق شخص جديد يستطيع أن يواكب التطور الحاصل في الميدان، يستطيع أن يتكيف بكل جد مع هذا العمل التكنولوجي. فأصبح من اللازم علينا أن نعيد النظر في المنظم التربوية التعليمية بما يتناسب و التطور الحاصل، و عليه عمل المسؤولون على مستوى التربية و التعليم على إعادة إصلاح التربية و التعليم حتى تتكيف و هذا التطور الحاصل، هذا يعني أنه يجب أن تتماشى كل المناهج و البرامج المدرسة مع هذا الإصلاح الذي يرمي إلى هذه النظرة الجديدة للمجتمع، و عليه أصبح لزاما علينا كباحثين في ميدان التربية البدنية و الرياضية أن نضع هذا التخصص في إطاره الصحيح حتى يستطيع هو الآخر مواكبة هذه التحولات، و لأجل هذا لابد من دراسة تقييمية لما هو موجود في الميدان حتى نستطيع أن نجد الضعف لمعالجته و القوة لتدعيمها، و عليه جاءت هذه الدراسة محاولة منا في كشف الواقع و الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات الحياتية عند الأفراد و خاصة على المستوى الجامعي و عليه طرحنا السؤال الرئيسي التالي:

* ما هو الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات الحياتية عند طلبة الجامعة ؟
و من خلال هذا التساؤل نطرح الأسئلة الفرعية التالية:

* هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية المهارات بدنية و مهارية عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور؟

* هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية مهارات الاتصال و التواصل عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور؟

* هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية المهارات الاجتماعية و العمل الجماعي عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور؟

* هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية المهارات النفسية و الأخلاقية عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور؟

* هل للتربية البدنية و الرياضية دور في تنمية مهارات التفكير و الاكتشاف عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور؟

الأهداف:

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي:

الهدف الرئيسي:

- معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات الحياتية عند طلبة الجامعة.

الأهداف الفرعية:

- معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات بدنية و مهارية عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور.

- معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية مهارات الاتصال و التواصل عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور.

- معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية و العمل الجماعي عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور.

- معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات النفسية و الأخلاقية عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور.

- معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و في تنمية مهارات التفكير و الاكتشاف عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور.

الفرضيات:

- من خلال هذه الدراسة نطرح الفروض التالية:
- 1- تلعب التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في تنمية المهارات بدنية و مهارية عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور. لصالح الممارسين عكس غير الممارسين.
 - 2- تلعب التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في تنمية مهارات الانصال و التواصل عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور لصالح الممارسين عكس غير الممارسين.
 - 3- تلعب التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في تنمية المهارات الاجتماعية و العمل الجماعي عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور. لصالح الممارسين عكس غير الممارسين.
 - 4- تلعب التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في تنمية المهارات النفسية و الأخلاقية عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور. لصالح الممارسين عكس غير الممارسين.
 - 5- تلعب التربية البدنية و الرياضية دور ايجابي في تنمية مهارات التذكير و الاكتشاف عند طلبة الجامعة حسب متغير الممارسة (ممارس، غير ممارس) ذكور. . لصالح الممارسين عكس غير الممارسين .

أهمية الدراسة :

إن المجتمعات في أنحاء العالم في حالة تغير مستمر، ففي كل الدول تلعب المعلومات دورا مهما ومتزايدا في الحياة الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والثقافية، وهي تسهم بشكل فعال في صناعة القرار التربوي وتنمية الموارد البشرية المؤهلة لمجتمع الاقتصاد المعرفي. وهي تركز على البحوث والدراسات المنطلقة من الحاجات التربوية، وتوظف نتائج هذه البحوث في تفعيل العملية التربوية، والإفادة منها بما ينسجم مع مقومات النظام التربوي، بحيث يعتبر هذا الأخير المسؤول على إعداد النشء ليكونوا أعضاء فاعلين في المجتمع لخدمته، وهذا من خلال الإسهام في الاقتصاد.

فالتكنولوجيا دخلت بشكل كبير جدا في النشاط البشري وأصبحت اليوم من الضروريات الملحة من أجل التطور والإتقان وربح الوقت والجهد.

أهمية هذه الدراسة تكمن في كونها تبحث في معرفة الدور الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في تنمية المهارات الحياتية عند طلبة الجامعة، والتي تعتبر من الموضوعات الحيوية و الأساسية في خطة التطوير نحو الاقتصاد المعرفي إذ يسهم في تنمية قدرات الطلبة وتطويرها وتكيفها مع أوضاع الحياة الواقعية وينمي مهارات التفكير لديهم قبل البدء بأي عمل أو أداء مهمة لضمان حياة نافعة ويحقق نتائج سليمة و ايجابية تعزز السلوكيات الايجابية طويلة المدى عن طريق التوازن في نقل المعلومات وتوظيفها في بناء اتجاهات بناءة تثري مكونات الفرد النفسية والاجتماعية، وهي تعتبر دراسة الأولى التي نريد من خلالها قياس بعض المتغيرات عند طالب الجامعي والمرتبطة بالمهارات الحياتية والتي هي عبارة عن مهارة الاتصال والتواصل والمهارات البدنية والمهارية والنفسية والاجتماعية... الخ، وهذا حتى نقف على ماهو موجود فعلا في الواقع بحيث نعتبر أن الطالب الجامعي هو في آخر مراحل التكوين وعلى أهبة التخرج حتى يكون جاهزا إلى الدخول في الحياة العملية.

وستستمد هذه الدراسة أهميتها كذلك من خلال:

- تزويد صانعي القرار التربوي ومؤلفي مناهج التربية الرياضية بالمهارات الحياتية.
 - فتح المجال أمام المهتمين بميدان مناهج التربية الرياضية في الجزائر لإجراء المزيد من الدراسات والأبحاث التي يمكن أن تدعم الدراسة الحالية.
- الانسجام مع خطة التطوير التربوي الهادفة إلى تحسين وتطوير المناهج ودعم جهود الخاصة بالإصلاح الذي تشهده مختلف الأطوار من التربية إلى التعليم العالي.

مصطلحات البحث:

المهارات الحياتية: مجموعة من القدرات والسلوكيات الايجابية يكتسبها الفرد ويكيفها بحيث تمكنه من التعامل بفاعلية مع متطلبات وتحديات الحياة الحقيقية (تعريف إجرائي).

المهارات الحياتية:

تركز على المتعلم كمحور للعملية التعليمية ووجود فجوة بين النظرية والتطبيق وعدم تطوير المدة التعليمية من قبل المدرسين.

وقام جولد وآخرون ٢٠٠٧ بدراسة بعنوان تدريب المهارات الحياتية من خلال كرة القدم اختبرت هذه الدراسة كيف تطور مدربي كرة القدم في المدارس الثانوية المهارات الحياتية لدى اللاعبين حيث تم إجراء هذه الدراسة في جامعة نورث كالورينا جرين سبورو، تكونت العينة من (١٠) مدربين معدل أعمارهم (٥٤) سنة تم اختيارهم بالطريقة القصدية من بين المدربين الأكثر نجاحا، حيث تم استخدام المقابلات للحصول على المعلومات وكان التركيز على مقاييس عامة تظهر استراتيجيات التدريب العام ومقاييس توضح استراتيجيات تطوير المهارات الحياتية، أظهرت النتائج أن المدربين لم يركزوا في استراتيجياتهم التدريبية على الأداء فقط وإنما يتم التدريب على المهارات الحياتية وأن الحافز الأكبر لتحقيق النجاح هو التطور الشخصي للاعبين وتصف هذه الدراسة مهارات حياتية عقلية وعاطفية واجتماعية وأشارت النتائج أن المدربين يركزوا على المهارات الحياتية مثل (وضع الأهداف، الاتصال، إدارة الوقت، التحكم في العواطف، القيادة، الذكاء الاجتماعي، تحمل المسؤولية، بذل الجهد والعمل الجماعي والاتجاه الذاتي).

إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي دراسة مسحية وهذا لملامته لطبيعة الدراسة.
عينة البحث: تكون مجتمع البحث من طلبة معهد التربية البدنية والرياضية بولاية مستغانم والبالغ عددهم (٢٥٠) طالب ذكر وكذلك من طلبة علم الاجتماع وعددهم (٣٠٥) طالب ذكر.

مجالات البحث:

المجال المكاني:

قام الباحث بإجراء الدراسة بجامعة عبد الحميد بن باديس. مستغانم الجزائر.

المجال الزمني:

قم الباحث بإجراء البحث في شهر مارس ٢٠٠٨.

المجال البشري:

قم الباحث بإجراء الدراسة على عينة تتكون من (٣٨) طالبا (طالبة) التابعين لمعهد التربية البدنية والرياضية، و(٣٨) طالب تابعين لقسم علم الاجتماع لا يمارسون الرياضة بجامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم.

أدوات البحث:

- المصادر و المراجع: اعتمدنا على مجموعة من المصادر و المراجع التي لها علاقة بالموضوع.

- الاختبار لقياس المهارات الحياتية (طالع المرفق رقم ١) يشمل عدد من الفقرات عددها ١٥

عبارة تشمل كل من:

- مهارات بدنية و مهارية
- مهارات الاتصال والتواصل
- المهارات الاجتماعية و العمل الجماعي
- المهارات النفسية و الأخلاقية
- مهارات التفكير و الاكتشاف

متغيرات الدراسة:

المتغيرات المستقلة: التربية البدنية والرياضية.

المتغيرات التابعة: المهارات الحياتية وهي:

- ١- مهارات بدنية و مهارية.
- ٢- مهارات الاتصال و التواصل.
- ٣- المهارات الاجتماعية و العمل الجماعي.
- ٤- المهارات النفسية و الأخلاقية.

٥ - مهارات التفكير و الاكتشاف

المتغيرات المشوشة: حرصنا على أن يكون الطلبة من مستوي اجتماعي متقارب ، ويكون التكوين متشابه بالنسبة إلى كل الطلبة بالإضافة إلى أن كل الطلبة يقيمون في الحي الجامعي التابع للإقامة الجامعية. المعالجة الإحصائية

تم تغريغ البيانات و تصنيفها على نماذج خاصة ثم أدخلت البيانات إلى الحاسوب لمعالجتها إحصائيا وقمنا باستخدام نظام الحاسب الألي لمعالجة البيانات إحصائيا حيث استخدمت في هذه الدراسة مجموعة من العمليات الإحصائية هي:

١- النسب المئوية.

٢- اختبار الترتيب كأ للدلالة الإحصائية.

جدول رقم ١١ يبين ترتيب الفترات للمهارات البدنية والمهارية بين الممارسين وغير الممارسين ذكور.

غير الممارسين		الممارسين							الرقم				
الترتيب	نادرا	قليل	احيانا	غالبا	دائما	الترتيب	نادرا	قليل	احيانا	غالبا	دائما	الفترات	امتلاك
١	١٠٠٠٠	١٥٠٧٨	٣٦٠٨٤	٤٢٠١٠	٥٢٦	٤	١٠٠٠٠	١٥٠٧٨	٣٦٠٨٤	٤٢٠١٠	٥٢٦	المهارات الأساسية للألعاب الرياضية المختلفة	٠١
٤	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	٥٧٠٨٩	٢١٠٠٥	١٠٠٥٢	٣	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	٥٧٠٨٩	٢١٠٠٥	١٠٠٥٢	اكتساب عناصر اللياقة البدنية	٠٢
٧	١٠٠٠٠	٢٦٠٣١	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	١٥٠٧٨	٥	١٠٠٠٠	١٥٠٧٨	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	اكتساب التوام المعتدل	١٣
٤	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٤٢٠١٠	١٥٢٢٨	٥	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	ممارسة عادات صحية سليمة	١٤
٢	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	١٥٠٧٨	٥٧٠٨٩	١٥٠٧٨	١	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	١٥٠٧٨	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	ممارسة التمارين الرياضية المختلفة	٠٥
٣	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٥٧٠٨٩	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٤	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٥٧٠٨٩	١٥٠٧٨	١٥٠٧٨	اختيار الملابس الرياضية المناسبة لظروف التمرين	٠٦
٦	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٣٦٠٨٤	٢١٠٠٥	٤	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٢٦٠٣١	٢٦٠٣١	المحافظة على الوزن المناسب	٠٧
٥	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	١٥٠٧٨	٤٢٠١٠	٢١٠٠٥	١	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	١٥٠٧٨	١٥٠٧٨	١٥٠٧٨	امتلاك جسما خاليا من الأمراض	٠٨
٣	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٥٧٠٨٩	١٥٠٧٨	٢	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٥٧٠٨٩	١٠٠٥٢	القدرة على المنافسة أثناء ممارسة الألعاب المختلفة بمستوى جيد	٠٩
٥	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٤٢٠١٠	٢٦٠٣١	١٠٠٥٢	٦	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٤٢٠١٠	٣٦٠٨٤	٢٦٠٣١	امتلاك جسم عضلي	١٠
١	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	١٠٠٧٨	٧٣٠٦٨	١٠٠٥٢	٢	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	١٥٠٧٨	٥٧٠٨٩	٢١٠٠٥	امتلاك الكفاءة البدنية والمهارية للممارسة النشاط الرياضي	١١
٢	١٠٠٠٠	١٥٠٧٨	٢٦٠٣١	٥٧٠٨٩	١٠٠٥٢	٣	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	٣٦٠٨٤	٤٧٠٣٦	١٠٠٥٢	القدرة على اختيار الاختبارات البدنية والمهارية المختلفة بسهولة	١٢
٦	١٠٠٠٠	٢١٠٠٥	٢٦٠٣١	٣٦٠٨٤	١٥٠٧٨	٣	١٠٠٠٠	١٠٠٥٢	٢١٠٠٥	٤٧٠٣٦	٢٦٠٣١	القدرة على تعلم المهارات الرياضية بسهولة	١٣
٦	١٠٠٥٢	٢١٠٠٥	٣٦٠٨٤	٢٦٠٣١	١٠٠٥٢	٧	١٠٠٥٢	٢١٠٠٥	٢٦٠٣١	٢٦٠٣١	١٥٠٧٨	اكتساب عادة ممارسة النشاط الرياضي في أوقات الفراغ بانتظام	١٤
٧	١٠٠٠٠	١٥٠٧٨	٣٦٠٨٤	٢٦٠٣١	٢٦٠٣١	٥	١٠٠٥٢	١٠٠٥٢	٢٦٠٣١	٣٦٠٨٤	٢٦٠٣١	القدرة على التميز في ممارسة لعبة معينة	١٥

من خلال الجدول يمكن أن نلاحظ اختلاف في نتائج الإجابة بين الممارسين وغير الممارسين في الترتيب للنتائج الإجابات.

تجدول رقم ٣، يبين ترتيب المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي بين الممارسين وغير الممارسين) نكور .

غير ممارسين		ممارسين											
الترتيب	نادرا	قليلا	أحيانا	غالباً	دائماً	الترتيب	نادرا	قليلا	أحيانا	غالباً	دائماً	الفرقات	الرقم
١	١٠٠٠	١٠٠٠	١٠٥٢	٤٢١٠	٤٧٣٦	١	١٠٠٠	٥٤٢٦	١٥٤٧٨	١٠٥٥٢	٦٨٤١٥	تقبل وجبة نظر الآخر واحترامها	٠١
٢	١٠٠٠	١٠٠٠	١١٤٠٥	١١٤٠٢	٤١١٣١	٢	١٠٠٠	١٠٠٠	١٠٥٥٢	٦٣١١٨	الموازاة بين الزوج والزوج الزائر	٠٢	
٣	١٠٠٠	١٠٠٠	٣٦٨٤	٣١٤٥٧	٢١٤٥٧	٣	١٠٠٠	١٠٠٠	١٠٥٥٢	٣١٤٥٧	أكلية عادات اجتماعية سليمة	٠٣	
٤	١٠٠٠	١٠٠٠	١٥٤٧٨	٤٢١٠	٤٢١٠	٤	١٠٠٠	١٠٠٠	١٥٤٧٨	٣٦٨٤	تقديم مصلحة الجماعة على الفرد	٠٤	
٥	١٠٠٠	١٠٠٠	٤٧٣٦	٣٦٨٤	٥٤٢٦	٥	١٠٠٠	١٠٠٠	٤٧٣٦	٤٢١٠	التكيف مع المواقف الاجتماعية المختلفة	٠٥	
٦	١٠٠٠	١٠٠٠	١٠٥٥٢	٦٣١١٥	١٥٤٧٨	٦	١٠٠٠	١٠٠٠	١٠٥٥٢	٣٦٨٤	التصرفات التي تمنح ريادة اجتماعية	٠٦	
٧	١٠٠٠	١٠٠٠	٣٦٨٤	٣٦٨٤	٢١٤٥٥	٧	١٠٠٠	١٠٠٠	٢١٤٥٥	٤٧٣٦	التصرف بحكمة في المواقف والمناسبات الاجتماعية المختلفة	٠٧	
٨	١٠٠٠	١٠٠٠	٣٦٨٤	٤٧٣٦	٥٤٢٦	٨	١٠٠٠	١٠٠٠	٢١٤٥٥	٣١٤٥٧	اكتساب روح المبادرة	٠٨	
٩	١٠٠٠	١٠٠٠	٣٦٨٤	٣٦٨٤	٢١٤٥٥	٩	١٠٠٠	١٠٠٠	١٥٤٧٨	٢٦٣١	تفهم مشاكل واحتياجات الآخرين	٠٩	
١٠	١٠٠٠	١٠٠٠	٢٦٣١	٤٢١٠	٢٦٣١	١٠	١٠٠٠	١٠٠٠	٢١٤٥٥	٢٦٣١	بناء أواصر الثقة مع الآخرين	١٠	
١١	١٠٠٠	١٠٠٠	٢١٤٥٧	٣٦٨٤	٢١٤٥٥	١١	١٠٠٠	١٠٠٠	٣١٤٥٧	١٠٥٥٢	تحمل الضغوط مع أفراد المجموعة	١١	
١٢	١٠٠٠	١٠٠٠	٣٦٨٤	٣١٤٥٧	٢١٤٥٥	١٢	١٠٠٠	١٠٠٠	٢١٤٥٥	٢١٤٥٥	التفاوض مع الآخرين حول الحلول	١٢	
١٣	١٠٠٠	١٠٠٠	٥٤٢٦	٣٦٨٤	٥٧٨٩	١٣	١٠٠٠	١٠٠٠	٥٤٢٦	٣٦٨٤	معاملة الآخرين بطريقة لائقة ومؤدية	١٣	
١٤	١٠٠٠	١٠٠٠	٢٦٣١	٢٦٣١	٤٧٣٦	١٤	١٠٠٠	١٠٠٠	٥٤٢٦	٤٢١٠	إقامة علاقات صداقة قائمة على الاحترام مع الآخرين	١٤	
١٥	١٥٤٧٨	١٠٠٠	٢١٤٥٥	٤٢١٠	٢١٤٥٥	١٥	١٠٠٠	١٠٠٠	١٠٥٥٢	٤٢١٠	تجنب إلقاء اللوم على أحد	١٥	

من خلال الجداول يمكن أن نلاحظ اختلاف في نتائج الاجابة بين الممارسين وغير الممارسين في الاجابات كما يمكن أن تظهر اختلاف في الترتيب للنتائج الاجابات.

جدول رقم ٠٤ يبين ترتيب الفقرات للمهارات النفسية والأخلاقية بين الممارسين وغير الممارسين ذكور.

الرقم	الفقرات	الممارسين										
		نادرا	قليلًا	أحيانًا	غالبًا	دائمًا	الترتيب	نادرا	قليلًا	أحيانًا	غالبًا	دائمًا
٠١	ضبط الانفعالات والمساخر	٠٤٠٠	٠٤٢٦	٤٢٤١٠	٥٧٤٨٩	٠٠٠٠	٣	٥٤٢٦	١٠٥٢	٣١٠٥٧	٤٢٤٣١	٥٤١٦
٠٢	إظهار الاحترام والتقدير للآخرين	٠٤٠٠	٠٤٠٠	١٠٥٢	٢٦٤٣١	٦٣١١٥	١	٠٤٠٠	٠٤٠٠	١٠٥٢	٢٦٤٣١	٦٣١١٥
٠٣	إظهار الروح الرياضية في مواقف اللعب	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٣٦٤٨٤	٢٦٤٣١	٣٦٤٨٤	٢	٠٤٠٠	٠٤٢٦	١٠٥٢	٥٢٤٦٣	٣٦٤٨٤
٠٤	إظهار روح المسؤولية	٠٤٠٠	٠٤٢٦	٣١٠٥٧	٣٦٤٨٤	٢٦٤٣١	٥	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٣١٠٥٧	٣٦٤٨٤	٢٦٤٣١
٠٥	اكتساب فضائل الأخلاق	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٢١٠٥٠	٢٦٤٣١	٥٢٤٦٣	١	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٢١٠٥٠	١٥٤٧٨	٦٣١١٥
٠٦	التغلب على ضغوط الحياة المختلفة	٠٤٠٠	٠٤٢٦	٤٧٤٣٦	٤٢٤١٠	١٠٥٢	٦	٠٤٠٠	٢١٠٥٠	٣١٠٥٧	٢٦٤٣١	٢١٠٥٠
٠٧	اختيار الأنشطة التي تؤدي إلى المتعة	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٢٦٤٣١	٥٢٤٦٣	٢١٠٥٠	٢	٠٤٠٠	٠٤٠٠	١٥٤٧٨	٣١٠٥٧	٥٢٤٦٣
٠٨	نحري قول ما هو ليحائي عن الآخرين	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٢١٠٥٠	٤٢٤١٠	٥٢٦	٥	١٠٥٢	٥٤٢٦	٢٦٤٣١	٣٦٤٨٤	٢١٠٥٠
٠٩	تنمية قوة الإرادة	٠٤٠٠	٠٤٢٦	٢١٠٥٠	٧٣٤٦٨	٠٠٠٠	٤	٠٤٠٠	١٠٥٢	٢٦٤٣١	٢١٠٥٠	٤٢٤١٠
١٠	الوصول إلى مستوى مرتفع من الرضا المهاري	٠٤٠٠	١٠٥٢	٣٦٤٨٤	٣٦٤٨٤	١٥٤٧٨	٦	٠٤٠٠	١٥٤٧٨	٣١٠٥٧	٣١٠٥٧	٢١٠٥٠
١١	الوصول إلى مستوى مرتفع من الثقة بالنفس	٠٤٢٦	١٥٤٧٨	١٥٤٧٨	٤٢٤١٠	٢١٠٥٠	٢	٠٤٠٠	٠٤٠٠	١٥٤٧٨	٥٢٤٦٣	٣١٠٥٧
١٢	مساعدة الآخرين في شتى المجالات	١٠٥٢	٥٤٢٦	٤٢٤١٠	٣١٠٥٧	١٠٥٢	٥	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٣١٠٥٧	٣٦٤٨٤	٣١٠٥٧
١٣	تمييز السلوكيات الخاطئة	١٠٥٢	١٥٤٧٨	١٥٤٧٨	٤٢٤١٠	١٥٤٧٨	٥	٥٤٢٦	٥٤٢٦	٣٦٤٨٤	٣٦٤٨٤	٢١٠٥٠
١٤	القدرة على توجيه النقد البناء للآخرين	٢٦٤٣١	٥٤٢٦	٢١٠٥٠	٣٦٤٨٤	١٠٥٢	٦	٠٤٠٠	١٥٤٧٨	٢٦٤٣١	٢١٠٥٧	٢٦٤٣١
١٥	التعامل مع الآخرين على أساس التسامح	٠٤٠٠	٠٤٠٠	٢٦٤٣١	٢١٠٥٣	٥٢٤٦٣	٣	٠٤٠٠	٥٤٢٦	٥٤٢٦	٤٢٤١٠	٤٢٤٦٣

من خلال الجداول يمكن أن نلاحظ اختلاف في نتائج الإجابة بين الممارسين وغير الممارسين في الإجابات كما يمكن أن تظهر اختلاف في الترتيب للنتائج الإجابات.

جدول رقم ٥٥: يبين ترتيب التفرعات للمهارات الشخصية والأكاديمية.

ممارس		ممارس										تفرات	الترتيب	
الترتيب	نادر	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	الترتيب	نادر	قليل	أحياناً	غالباً	دائماً	عالياً	دائماً	الترتيب
١	٠,٠٠٠	١,٠٥٢	١٥,٧٨	٦٨,٤٢	٠,٠٠٠	١	٠,٠٠٠	٢١,٠٥٥	١٥,٧٨	٥٧,٨٧	٥٢,٦	٥٧,٨٧	٥٢,٦	١
٢	٠,٠٠٠	١,٠٥٢	٣١,٥٧	٥٧,٨٩	١,٠٥٢	٢	١,٠٥٢	١٥,٧٨	١٠,٤١	٢٧,٤١	١٠,٤١	٢٧,٤١	١٠,٤١	٢
٣	٠,٠٠٠	١,٠٥٢	٣٦,٨٤	٤٧,٣٦	٥,٤٦	٣	٠,٠٠٠	١,٠٥٢	٣٦,٨٤	٤٢,١٠	١,٠٥٢	٤٢,١٠	١,٠٥٢	٣
٤	٠,٠٢٦	١,٠٥٢	٤٢,١٠	٤٧,٣٦	٠,٠٠٠	٤	٠,٠٢٦	١٥,٧٨	٢٦,٣١	٤٧,٣٦	١,٠٥٢	٤٧,٣٦	١,٠٥٢	٤
٥	٠,٠٠٠	١,٠٥٢	٤٢,١٠	٤٧,٣٦	٠,٠٠٠	٥	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٤٧,٣٦	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٤٧,٣٦	٠,٠٠٠	٥
٦	٢١,٠٥٥	١,٠٥٢	١٥,٧٨	٣٦,٨٤	٣١,٥٧	٤	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٢٦,٣١	٤٢,١٠	٢٦,٣١	٤٢,١٠	٢٦,٣١	٦
٧	١,٠٥٢	١٥,٧٨	٢٦,٣١	٤٧,٣٦	٠,٠٠٠	٤	٥,٤٦	١٥,٧٨	٢١,٠٥٥	٤٢,١٠	١٠,٥٢	٤٢,١٠	١٠,٥٢	٧
٨	٥,٤٦	٢١,٠٥٥	٣١,٥٧	٣٦,٨٤	٥,٤٦	٥	٠,٠٠٠	١٥,٧٨	٢٦,٣١	٣٦,٨٤	٣١,٥٧	٣٦,٨٤	٢٦,٣١	٨
٩	٥,٤٦	٢١,٠٥٥	٤٢,١٠	٣٦,٨٤	٠,٠٠٠	٥	٥,٤٦	١٥,٧٨	٢٦,٣١	٣٦,٨٤	٣١,٥٧	٣٦,٨٤	٢٦,٣١	٩
١٠	١,٠٥٢	٤٢,١٠	٣٦,٨٤	١٥,٧٨	٠,٠٠٠	٦	١,٠٥٢	١٠,٥٢	١٥,٧٨	٥٢,٦٣	١٠,٥٢	٥٢,٦٣	١٠,٥٢	١٠
١١	٠,٠٠٠	١,٠٥٢	٤٢,١٠	٤٢,١٠	٥,٤٦	٥	٠,٠٠٠	٥,٤٦	٣١,٥٧	٤٢,١٠	٣٦,٨٤	٤٢,١٠	٣٦,٨٤	١١
١٢	٠,٠٠٠	٢٦,٣١	٥٢,٦٣	٥,٤٦	١٥,٧٨	٤	٥,٤٦	١٥,٧٨	٣٦,٨٤	٤٢,١٠	١٠,٥٢	٤٢,١٠	١٠,٥٢	١٢
١٣	١,٠٥٢	١٠,٥٢	٣١,٥٧	٤٢,١٠	٥,٤٦	٥	١,٠٥٢	١٥,٧٨	٢٦,٣١	٤٢,١٠	٣٦,٨٤	٤٢,١٠	٣٦,٨٤	١٣
١٤	٥,٤٦	٥,٤٦	٥٧,٨٩	٣١,٥٧	٠,٠٠٠	٦	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	١٠,٥٢	٣٦,٨٤	٥٢,٦٣	٣٦,٨٤	٥٢,٦٣	١٤
١٥	١٥,٧٨	١٥,٧٨	٣٦,٨٤	٣١,٥٧	٠,٠٠٠	٥	٥,٤٦	١٥,٧٨	٢١,٠٥٥	٤٢,١٠	٢٦,٣١	٤٢,١٠	٢٦,٣١	١٥

من خلال الجدول يمكن أن نلاحظ اختلاف في نتائج الإجابة بين الممارسين وغير الممارسين في الترتيب للنتائج الإيجابية.

الجدول رقم ٠٦ يبين مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين ذكور في المهارات البدنية والمهارية

نوع الفرق	درجة الحرية	كا' الجدولية	كا' المحسوبة	المعالجة الإحصائية المهارات
دال لصالح الممارسين	٢	٥,٩٩	٢٣,٠٤	مهارات بدنية ومهارية

وجود فروق دالة إحصائية. بين الممارسين وغير الممارسين الذكور وهي لصالح الممارسين.

الجدول رقم ٠٧ يبين مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين ذكور في مهارة الاتصال والتواصل

نوع الفرق	درجة الحرية	كا' الجدولية	كا' المحسوبة	المعالجة الإحصائية المهارات
دال لصالح الممارسين	٢	٥,٩٩	٥٤,٧٨	مهارة الاتصال والتواصل

وجود فروق دالة إحصائية. بين الممارسين وغير الممارسين الذكور وهي لصالح الممارسين. مهارة الاتصال والتواصل لدى طلبة.

الجدول رقم ٠٨ يبين مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين ذكور في المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي

نوع الفرق	درجة الحرية	كا' الجدولية	كا' المحسوبة	المعالجة الإحصائية المهارات
دال	٢	٥,٩٩	٢١,٦١	المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي

وجود فروق دالة إحصائية. بين الممارسين وغير الممارسين الذكور وهي لصالح الممارسين في المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي لدى طلبة.

الجدول رقم ٠٩ يبين مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين ذكور في المهارات النفسية والأخلاقية

نوع الفرق	درجة الحرية	كا' الجدولية	كا' المحسوبة	المعالجة الإحصائية المهارات
دال إحصائيا لصالح الممارسين	٢	٥,٩٩	١١,٧٥	المهارات النفسية والأخلاقية

وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور وهي لصالح الممارسين في المهارات النفسية والأخلاقية.

الجدول رقم ١٠ يبين مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين ذكور في قسم التفكير والاكتشاف

نوع الفرق	نوع الدراسة	٢٠ الجدولية	٢١ المحسوبة	المعالجة الإحصائية للمهارات
غير ذال إحصائيا لصالح الممارسين		٥,٩٦	٠,٠٩	مهارات التفكير والاكتشاف

وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور في إصلاح الممارسين في مهارات التفكير والاكتشاف.

- الاستنتاجات

من خلال التجربة التي قمنا بها وفي ضوء النتائج التي تم معالجتها إحصائيا توصلنا إلى ما يلي:

- وجود اختلاف في ترتيب المهارات الحياتية في الممارسين وغير الممارسين في مهارات التفكير والاكتشاف بين الممارسين وغير الممارسين.

- اختلاف في ترتيب اجابة العينة بين الممارسين وغير الممارسين في مهارات الاتصال والتواصل.
- اختلفت اجابات العينة وهذا من خلال اختلاف ترتيب مهارة المهارة الاجتماعية والعمل الجماعي مما يوحي باختلاف بين نظرة الممارسين وغير الممارسين في هذه المهارة.
- كان ترتيب اجابة العينة مختلفا في مهارة المهارات النفسية والأداء الفيزيائية بين الممارسين وغير الممارسين مما يوحي بوجود نظرة مغايرة بين العينة في هذه المهارة.
- من خلال الجدول الذي يوضح ترتيب المهارات الحياتية الخاص بمهارات التفكير والاكتشاف لا يوجد وجود اختلاف في الترتيب بين العينة الممارسة وغير الممارسة.

- استنتجنا وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور في إصلاح الممارسين مما يعني أن ممارسة الرياضة تؤثر إيجابيا في اكتساب المهارات البدنية والفيزيائية عند الأشخاص الذين يمارسون الرياضة.

- وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور في إصلاح الممارسين في مهارات الاتصال والتواصل لدى الطلبة. هذا يعني أن ممارسة الرياضة تؤثر إيجابيا على اكتساب هذه المهارة عند الطلبة عينة الدراسة.

- استنتجنا وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور في إصلاح الممارسين في مهارات المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي لدى الطلبة. مما يعني أن ممارسة الرياضة تؤثر بشكل إيجابي على مهارة المهارات الاجتماعية والعمل الجماعي.

- وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور في إصلاح الممارسين في المهارات النفسية والأخلاقية. هذا يعني وجود اختلاف يعزى إلى ممارسة الرياضة في اكتساب هذه المهارة عند عينة البحث.

- وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين الذكور في إصلاح الممارسين في مهارات التفكير والاكتشاف. مما يعني وجود تأثير إيجابي في اكتساب هذه المهارة عند ممارسة الرياضة عند الطلبة.

- استنتجنا وجود اختلاف كلي في الإجابات بين العينة لممارسة وغير الممارسة وهذا ما أضحت إليه ترتيب المهارات الحياتية ، هذا يعني اختلاف في الرؤية بين الممارسين وغير الممارسين.

- استنتجنا اختلاف في المهارات الحياتية بين الممارسين وغير الممارسين في مهارات المهارات الحياتية أحسن عند الممارسين عكس غير الممارسين.

- مناقشة الفرضيات:

- التربية البدنية و الرياضية دور إيجابي في تنمية المهارات الحياتية عند طلبة الجامعة حسب ممارسة الممارسة لصالح الممارسين عكس غير الممارسين. ومن خلال استنتاجنا لمصروضة أعلاه والذي

تبين ترتيب المهارات الحياتية واختلاف الموجود بين الممارسين وغير الممارسين ، وكذلك الجداول
الموضحة التي تبين الدلالة الإحصائية والتي تشير إلى وجود فروق في المهارات الحياتية بين
الممارسين وغير الممارسين وهي لصالح الممارسين للرياضة ، نضف إلى ذلك الدراسات المرتبطة
والتي أكدت وجود تأثير للرياضة على اكتساب المهارات الحياتية بين العينات المختلفة وهذا يجعل
الاعتماد على الرياضة من بين الركائز الأساسية التي تدعم اكتساب الفرد لمهارات البدنية
والمهارية، ومهارات الاتصال والتواصل ، ومهارات الجماعية والعمل الجماعي، والمهارات النفسية
والأخلاقية ، ومهارات التفكير والاكتشاف والتي تعتبر من بين مكونات المهارات الحياتية التي
يطمح المجتمع إلى تحقيقها والانسجام معها حتى يكون فردا قادرا على تحمل الصعاب ومواجهة
التحديات المعاصرة، وهذا ما تطرقت له معظم الكتابات في هذا الباب والخاصة بموضوع المهارات
الحياتية والتي قمنا بتصفحها.

إذن من خلال كل ما تقدم فإن فرضية البحث قد تحققت وهذا ما دفعنا إلى الحكم بان الفرضيات الجزئية
كذلك هي الأخرى قد تحققت.

- التوصيات:

بغية الاستفادة والتغيير الضروري من الواقع التربوي و التدريس و تدسيته، نود إعطاء التوصيات التالية:
- نوصي بالاعتماد على التربية الرياضية في علاج المشاكل الاجتماعية والمرتبطة بكل من اكتساب
مهارات البدنية والمهارية ومهارات الاتصال والتواصل، والمهارات الاجتماعية والعمل الجماعي، ومهارات
النفسية والأخلاقية، ومهارات التفكير والاكتشاف وهذه تعتبر من بين مكونات المهارات الحياتية عند
الأشخاص. وبالتالي نستطيع أن نوفر عامل الوقت والجهد والمال من أجل الوصول إلى تحقيق نتائج طيبة
تخدم الفرد والمجتمع.

- توفير الجو المناسب للممارسة الرياضية وتشجيعها خدمتا لاكتساب المهارات الحياتية عند الأفراد.
- الاعتماد على إجراء دراسات أخرى معمقة في هذا المجال تسمح بتحديد أبعاد أخرى تنس الظاهرة من
مختلف الجوانب.

- توفير المراجع العلمية التي تفسر المهارات الحياتية وتشرحها حتى يتسنى للقارئ فهمها والتمعن في
مختلف أبعادها.

الخلاصة العامة:

ما يعرفه قطاع التربية و التعليم في الجزائر من تحولات مهمة في إصلاح مختلف أطوار التعليم و التعلم،
والاعتماد على ديناميكية جديدة وعلى نظرة مستقبلية مختلفة تماما عما كان سائدا من قبل، يدفعنا إلى التفكير
مليا في هذا الاتجاه الجديد و النظرة المتجددة لأهداف التربية و التعليم، و التي تبني على مجموعة من القواعد
والأسس والركائز المهمة و التي هدفها تكوين شخص قادر على حمل مشعل الاستمرارية و البقاء. وهذا
يوضح سياسة مترنة مرتكزة على مختلف الجوانب و المقررات المطروحة على أرض الواقع.
فأصبح من اللازم علينا أن نعيد النظر في المنظمة التربوية التعليمية بما يتناسب و يتطور الحاصل، و عليه
عمل المسؤولون على مستوى التربية و التعليم على إعادة إصلاح التربية و التعليم حتى تتكيف و هذا التطور
الحاصل، هذا يعني أنه يجب أن تتماشى كل المناهج و البرامج المدرسة مع هذا الإصلاح الذي يرمي إلى
هذه النظرة الجديدة للمجتمع، و التربية البدنية و الرياضية من بين هذه المقررات التي تستمد أفكارها من
التوجهات العامة، والتي تلعب دورا مهما في تكوين الأفراد حيث يتوقع أن تضمن المنادج عملية تنظيم
للخبرات وتكاملها، مما يكسب المتعلم مهارة الأسلوب العلمي في التفكير، و التخطيط و التصميم، ومهارة
العمل الجماعي التعاوني والتي تعرف بالمهارات الحياتية أو تربية المهارات الحياتية للأفراد وبالتالي عند
المجتمع والتي تعتمد على ركائز أساسية يجب أن تربي في الشخص. وعليه أصبح لزاما علينا كباحثين في
ميدان التربية البدنية و الرياضية أن نضع هذا التخصص في إطاره المستوي حتى يستطيع هو الآخر مواكبة
هذه التحولات.

والدراسة التي قمنا بها توضح الأهمية الكبيرة التي تلعبها التربية البدنية والرياضية في تنمية هذه المهارات
الحياتية عند الفرد.

قائمة المصادر والمراجع:

- 1- أحمد أبو هلال : تحليل عملية التدريس ، مكتبة النهضة الإسلامية ، الأردن ، سنة ١٩٧٩ .
 - 2- إبراهيم بسيوني ، عمير فزحي الديب : تدريس العلم والتربية البدنية ، القاهرة ، سنة ١٩٩١ .
 - 3- تغريد عمران : المهارات الحياتية ، مكتبة زهراء المشرق .
 - 4- حسن عمر سعيد السوطي : أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تطوير بعض أمهارات الحياتية في ٥-منهاج التربية البدنية القائم على الاقتصاد المعرفي رسالة دكتوراه غير منشورة ، الأردن سنة ٢٠٠٧ .
 - 6- سيد أحمد عدة: أثر التدريس بأسلوب التطبيق بتوجيه المدرس والأركان على تنمية بعض عناصر الأداء البدني والانجاز في القفزة الثلاثية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بعلبقة ، سنة ١٩٩٨ .
 - 7- صادق الحايك ، أحمد البياضية: مدي تطوير المهارات الحياتية من مناهج التربية الرياضية في جامعات الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة ، سنة ٢٠٠٧ .
 - 8- صالح عبد العزيز ، عبد العزيز عبد المجيد : التربية وطرق التدريس ، سنة ١٩٩٣ .
 - 9- عفاف عبد الكريم : التدريس للتعليم في التربية البدنية والرياضة ، مادة معارف الإسكندرية ، سنة ١٩٨٨ .
 - 10- عطا الله أحمد : أساليب وطرائق التدريس في التربية البدنية والرياضة ، ديوان المطبوعات الجامعية سنة ٢٠٠٦ .
 - 11- فكري حسن الريان: التدريس ، علم الكتاب ، القاهرة ، سنة ١٩٧٥ .
 - 12- محمود عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية ، نيوار المطبوعات الجامعية، الجزائر ، ١٩٩٢ .
 - 13- مصطفى السايح محمد: اتجاهات حديثة في تدريس التربية البدنية والرياضة ، مكتبة الإشعاع العلمي ، طبعة ١ ، سنة ٢٠٠١ .
 - 14- محمود عبد الحكيم عبد الكريم: ديناميكية تدريس التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، طبعة ١ ، سنة ٢٠٠٦ .
 - 15- مصطفى السايح محمد: أساليب التدريس في التربية الرياضية ، مكتبة الإبداع ، سنة ٢٠٠٣ .
 - 16- محسن محمد حمص : المرشد في تدريس التربية الرياضية ، مادة معارف الإسكندرية ، سنة ١٩٩٧ .
 - 17- نايف القيسي : معجم التربية وعلم النفس ، دار أسامة المشرق ، نايف ، الطبعة ١ ، سنة ٢٠٠٦ .
- 8- Borgo, Arini(2002).Hercules (Jones Economist. Vol. 364 Issue 8287.-
- 9- James Richard. (2002).Education in a Knowledge Economy. Higher Education Research & Development Vol 21 page 2.
- 10- Jones-Quest International (1997). The Development and Dissemination of Life Skills Education Health Promotion Unit. Unicef- New York.
- 11-United Kingdom. Department of Trade and Industry. 1998
- 12-www.j.f.org
- 13-www.f.um.com

ما يعرفه قطاع التربية و التعليم في الجزائر من تحولات مهمة في إصلاح مختلف طوار التعليم والتعلم، والاعتماد على ديناميكية جديدة وعلى نظرة مستقبلية مختلفة تماما عما كان سائدا من قبل، يدفعنا إلى التفكير مليا في هذا الاتجاه الجديد و النظرة المتجددة لأهداف التربية والتعليم، و التي تبني على مجموعة من القواعد والأسس والركائز المهمة و التي هدفها تكوين شخص قادر على حمل مشعل الاستمرارية والبقاء. وهذا يوضح سياسة متزنة مرتكزة على مختلف الجوانب و المقررات المطروحة على أرض الواقع. فأصبح من اللازم علينا أن نعيد النظر في المنظمة التربوية التعليمية بما يتناسب و التطور الحاصل، و عليه عمل المسؤولون على مستوى التربية و التعليم على إعادة إصلاح التربية و التعليم حتى تتكيف و هذا التطور الحاصل، هذا يعني أنه يجب أن تتماشى كل المناهج و البرامج المدرسة مع هذا الإصلاح الذي يرمي إلى هذه النظرة الجديدة للمجتمع، و التربية البدنية و الرياضية من بين هذه المقررات التي تستمد أفكارها من التوجهات العامة، والتي تلعب دورا مهما في تكوين الأفراد حيث يتوقع أن تعمل المناهج عملية تنظيم للخبرات وتكاملها، مما يكسب المتعلم مهارة الأسلوب العلمي في التفكير، والتخطيط والتصميم، ومهارة العمل الجماعي التعاوني والتي تعرف بالمهارات الحياتية