

فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية

لدى طالبات الصف السادس الابتدائي بمدينة الرياض

ماجدة عودة مبارك البلادي

كلية العلوم الاجتماعية || جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية || الرياض || المملكة العربية السعودية

المخلص: هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج للأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي. ولتحقيق هذا الهدف استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الباحثة أيضاً مجموعة من أدوات الدراسة تضمنت قائمة ومقياس للمهارات الحياتية، كذلك برنامج للأنشطة المدرسية التي تنمي هذه المهارات، ودليل للمعلمة لتنفيذ الأنشطة المدروسة

حيث تكونت عينة الدراسة من (70) طالبة بمدرسة الابتدائية (229) في مدينة الرياض، تم تقسيمهن إلى مجموعتين؛ الأولى تجريبية عددها (36) طالبة، درست البرنامج المقترح، والثانية ضابطة عددها (34) طالبة درست بالطريقة المعتادة، وطبقت التجربة في الفصل الأول من العام الدراسي 1436-1437هـ وأظهرت نتائج الدراسة الآتي:

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسط المجموعة التجريبية 5.92، ومتوسط المجموعة الضابطة 4.5، وذلك في اختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية، لصالح المجموعة التجريبية.
 - 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسط المجموعة التجريبية 6.64، ومتوسط المجموعة الضابطة 6.03، وذلك في اختبار المهارات الحياتية الصحية الوقائية.
 - 3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسط المجموعة التجريبية 7.75، ومتوسط المجموعة الضابطة 6.82، وذلك في اختبار المهارات الحياتية الصحية الشخصية، لصالح المجموعة التجريبية.
 - 4- فاعلية البرنامج المقترح في تنمية المهارات الحياتية الصحية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي.
- وقد أوصت الدراسة الاهتمام بتفعيل الأنشطة المدرسية في المرحلة الابتدائية، بنوعها الصفية واللاصفية، وضرورة توفير الأدلة اللازمة للأنشطة المدرسية اللاصفية، مما يساعد المعلمين والمعلمات على تطبيقها، وتجنب الأخطاء عند تنفيذها.
- الكلمات المفتاحية: برنامج نشاط، المهارات الحياتية، مادة العلوم، طالبات الصف السادس الابتدائي.

1- المقدمة

تعد المرحلة الابتدائية من أهم المراحل التعليمية لاسيما وأنها الأساس الذي ترتكز عليه بقية مراحل التعليم، ويتمتع تلاميذ هذه المرحلة بعدد من الخصائص الجسمية والنفسية كالنشاط، كثرة الحركة، وحب اللعب، والإقبال على التعلم والتعليم.

والمناهج بمفهومه الحديث لم يعد قاصراً على ما يتعلمه التلاميذ من معارف وخبرات داخل حجرات الدراسة، بل يهتم بجميع الخبرات التي يتعلمها التلاميذ داخل المدرسة وخارجها، والتي تساعدهم على النمو الشامل في جميع الجوانب النفسية والجسمية والاجتماعية والمعرفية.

وبناءً عليه بدأ الاهتمام بالأنشطة المدرسية، سواءً التي تنفذ داخل الصف أو خارجه، وأصبحت جزءاً لا يتجزأ من العملية التعليمية، ويتمثل النشاط المدرسي في البرامج التي تُنفذ بإشراف وتوجيه المدرسة، والتي تتناول كل ما يتصل بالحياة المدرسية، ونشاطاتها المختلفة ذات الارتباط بالمواد الدراسية، أو الجوانب الاجتماعية والبيئية، أو

الأندية ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العلمية، أو العملية، أو المسرحية، أو المطبوعات المدرسية، ويعد وسيلة وحافز لإثراء المنهج وإضفاء الحيوية عليه، وذلك عن طريق تعامل المتعلمين مع البيئة، وإدراكهم لمكوناتها المختلفة، بهدف اكتسابهم للخبرات الأولية التي تنمي معارفهم وقيمهم واتجاهاتهم بطريقة مباشرة (شحاتة، 2004: 97).

مفهوم النشاط:

يجد المتتبع للأدبيات التربوية أنواعا وتقسيمات عديدة للنشاط فيقسمه عبد الوهاب (1401هـ) إلى نشاط مدرسي تعليمي مصاحب، ونشاط مدرسي عام مكمل للمقررات الدراسية يسمى النشاط الحر، ويقسم (الرفاعي، 2008) النشاط إلى نشاط صفّي، ونشاط غير صفّي.

ولذلك تعددت تعريفات النشاط عند التربويين، فتارة يعرف على انه نشاط مدرسي، وأخرى على انه نشاط تعليمي، فيعرف دليل (وزارة المعارف، 1406هـ: 5) النشاط بأنه " مجموعة من الممارسات العلمية التي يمارسها الطلاب خارج الفصل، ويرمي إلى تحقيق بعض الأهداف التربوية ويكمل الخبرات التي يحصل عليها الطالب داخل الفصل الدراسي"، وعرفه (اللقاني، 1996: 41) " بأنه ذلك الجهد العقلي أو البدني الذي يبذله المتعلم في سبيل إنجاز هدف ما".

ونقل (الدخيل، 1423هـ: 9) عن دائرة المعارف الأمريكية تعريف النشاط بأنه " تلك البرامج التي تنفذ بإشراف من المدرسة وتوجيهها، والتي تتناول كل ما يتصل بالحياة المدرسية، وانشطتها المختلفة، ذات الارتباط بالمواد الدراسية، أو الجوانب الاجتماعية والبيئية، أو الأندية ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العلمية والعملية، أو الرياضية، أو الموسيقية، أو المسرحية، أو المطبوعات المدرسية".

وعرفه (الداود، 1430هـ: 12) بأنه " عبارة عن مجموعة من الخبرات والممارسات التي يمارسها المتعلم ويكتسبها، وهي عملية مصاحبة للدراسة، ومكملة لها، ولها اهداف تربوية متميزة، ويمكن أن تتم داخل الفصل أو خارجه"

ومما تقدم يمكن تعريف النشاط التعليمي بأنه عبارة من مجموعة من العمليات، والممارسات المنظمة، التي تتم بإشراف المعلم وترتبط ارتباطا وثيقا، بالمقرر وترتكز على المتعلم، وتهدف لتكامل العملية التعليمية، وتنمية المعلومات، والمهارات للطلاب وتتم داخل أو خارج الحجرة التعليمية.

وظائف الأنشطة التعليمية، وأهميتها:

من منظور الأهمية الحقيقية للأنشطة التعليمية كعنصر أساسي في العملية التعليمية، ومن منطلق التسليم بدورها دأبت وزارة التربية والتعليم (1424هـ) إلى جعل اهم اهداف النشاط في جميع مراحل التعليم العام هو " خدمة المادة العلمية والعمل على تسهيلها وفهمها واستيعابها من خلال الممارسة الفعلية لها".

ومما يزيد من أهمية الأنشطة التعليمية ما تؤديه من الوظائف التي تصب في مصلحة المتعلمين ومن تلك الوظائف ما ذكره (اللقاني، 1996) من تنمية المهارات المعرفية لدى المتعلم حينما يشترك مع زملائه ومعلمه في المواقف التعليمية التي تحتاج إلى إعمال العقل والتفكير، وتنمية الميول والاتجاهات والقيم مما ينعكس إيجابا على سلوكه، والربط بين النظرية والتطبيق داخل وخارج الفصل الدراسي، وتنمية مهارات الاتصال والتدريب عليها بما يتيح للمتعلم من التفاعل والاشتراك مع المتعلمين، تعليم التخطيط للعمل في فريق من خلال المشاريع الجماعية التي يشترك لتنفيذها مجموعة من المتعلمين وتشجع المتعلمين على التفكير في الأنشطة المناسبة المساعدة على اشباع حاجاتهم وتناسب مع اهتماماتهم.

معايير تصنيف الأنشطة التعليمية:

تعددت تصنيفات الأنشطة التعليمية ويعود ذلك إلى اختلاف المفكرين، والخبراء التربويين في مجالات الأنشطة المتصلة بالمنهج، وأهدافها، والخبرة المكتسبة من خلالها، وطبيعة المادة التي تدريس، والحاسة المستخدمة في أدائها، وعدد القائمين بها، والمكان الذي تؤدي فيه، ولذا فإن للأنشطة التعليمية عدد من التصنيفات منها ما ذكره (صلاح وآخرون، 2007)، و(الفراجي وزميله، 2007) انه يمكن تقسيم الأنشطة التعليمية على أساس نوع النشاط الذي سيقوم به المتعلم فمنها أنشطة مباشرة، وأنشطة غير مباشرة، ومنهم من قسم الأنشطة التعليمية على أساس مكان النشاط فجعل منها أنشطة تعليمية داخل الحنجرة التعليمية وخارجها، كما قسمها آخرون باعتبار حجم المشاركين فيها، وأوعز بعضهم تقسيم الأنشطة التعليمية إلى الحواس المستخدمة في النشاط فجعل منها أنشطة سمعية، وبصرية، واعتمد البعض في تقسيم الأنشطة التعليمية على نوع الهدف المواد تحقيقه فقسموها إلى أنشطة مهارية، وأخرى معرفية، ووجدانية.

وللوصول إلى الغاية المرجوة من الأنشطة التعليمية، ولكي تحقق الأهداف المرجوة منها يجتهد القائمون على المجال التربوي في اقتراح المعايير، التي من خلالها يمكن إيجاد النشاط الفاعل في العملية التعليمية، فذكر (اللفاني، 1996) من المعايير التي يجب مراعاتها عند اختيار الأنشطة التعليمية، وتصميمها:

- مدى الارتباط بينها وبين عناصر المنهج الأخرى.
- مدى الارتباط بينها وبين المتعلم: حاجاته واهتماماته.
- إتاحة الفرصة لمشاركة جميع المتعلمين.
- إثارها مشكلات تكون موضع دراسة وتحليل.
- مدى استخدام مصادر متنوعة غير الكتب الدراسية.
- اعتمادها على الجهود الفردية والجماعية.
- مراعاة الظروف الخاصة بالبيئة.

دور المعلم في تنفيذ الأنشطة التعليمية:

يختلف دور المعلم في التعلم المرتكز على النشاط عن دوره في التعليم التقليدي، فلم يعد دور المعلم تلقين المتعلم للمعرفة وتشجيعه على التذكر، بل أصبح دوره أكثر إيجابية وفاعلية، فهو يعمل على خلق جو تعليمي فعال داخل الفصل، وفي التعلم النشط يجب على المعلم أن يمتلك مهارات الفاعلية كمهارات التحليل والابداع والاقناع، والالمام بقواعد الأنشطة وأساليب التعلم النشط، كما أن دوره الرئيس يكمن في التخطيط والتنفيذ للأنشطة داخل الصف. (رشوان وزميله، 2009).

ولكي تحقق الأنشطة التعليمية الأهداف المرجوة منها وفقا للمعايير الحديثة لابد من أن تمر بعدد من الخطوات البنائية عند التخطيط لها من قبل المعلم، ومنها ما ذكرته (الهاشمية، 2009) فقد ذكرت بات التخطيط للأنشطة يقوم على عدد من الأسس، منها: ربط النشاط بالهدف السلوكي، وبطه بالمحتوى العلمي، وربطه بطريقة التدريس، مراعيًا للحاجات والخصائص لطلاب المرحلة واعداد خطة مكتوبة للنشاط الصفّي.

دور الأنشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية:

يعد التعلم المرتكز على النشاط احد الأساليب التي تنمي المهارات المختلفة لدى المتعلمين، ونظرا للمهارات الحياتية من خصائص ذكر (الجديدي، 2010) منها أنها نمائية يتم تعلمها عبر الزمن بالممارسة وتعكس بكافة أنواعها مجموعة من الأنشطة المنظمة المرتبطة بمواقف معينة، وتحتاج إلى التكرار والمتابعة والربط بالبيئة خارج المدرسة، ما

أن منها ما هو ثابت مثل القراءة والكتابة، ومنها ما هو متغير مثل النمو الذاتي، وكذلك تختلف أنشطة المهارات الحياتية باختلاف عمر التلميذ، كما لا يرتبط اكتسابها بالدرجات العلمية والشهادات، بل بمستوى الافراد والتكيف الاجتماعي ونوعية الحياة، يمكن أن يكون للأنشطة التعليمية دوراً بارزاً في تنميتها ولخصه (رشوان وآخرون، 2009) في النقاط التالية:

- تفعيل دور المنهج، وتثبيت المفاهيم، والحقائق والمهارات أثناء عملية التعليم.
- يحقق التعلم الذاتي والثقة بالنفس.
- الارتباط بالمشكلات الحياتية خارج المدرسة.
- إشباع الميول والاهتمامات والحاجات ومراعاة القدرات والإمكانات.
- مساعدة المتعلم على تعلم المهارات الاكاديمية، والجرأة، وتحمل المسؤولية فكلما كان المتعلم أكثر اطمئنانا كانت اتجاهاته أكثر مرونة وقابلية للتعديل.
- تعزيز مفهوم الذات لدى التلاميذ.
- تنمية التفكير والحلول الإبداعية للمشكلات الحالية والمؤقتة.

وأشار (المرزوقي، 2006) إلى أنه من خلال الأنشطة التعليمية يمكن ترجمة الأهداف السلوكية إلى مواقف تعليمية تحقق للمتعلم نمواً في معارفه ووجدانه ومختلف المهارات الأساسية لديه، وذلك من خلال ممارسته لتلك المواقف، وقد تكون هذه الأنشطة فردية أو جماعية، وهنا تتعدد المعينات التربوية، وتستخدم ورقة العمل من نماذج الأنشطة التعليمية التنموية: تحليل فقرة، أو نص، أو خريطة مصورة، أو رسم بياني، أو تحليل مفهوم، أو جدول إحصائي، أو تلخيص الحقائق، أو التصنيف، والترتيب، والمقارنة والموازنة، أو تحليل وتفسير الظواهر والاحداث، أو قراءة فقرة من مصدر خارجي لإثراء بعض الحقائق، أو تحديدها أو شرح فقرة أو مفهوم أو مقولة، أو مناقشة مشكلة أو ظاهرة معينة.

ومن هنا يرى الباحث أن للأنشطة التعليمية دوراً بارزاً في تنمية المهارات الحياتية لدى المتعلمين، بل قد يكون التعلم المبني على تفعيل عنصر النشاط من أنجع أساليب التعلم الحديثة التي تسهم في تنمية المهارات بما يخدم المهارة المقصودة لأن هذه الأنشطة سوف تترجم المعرفة وتحدد الاتجاهات وبالتالي تتكون المهارة مما سيجعلها تنعكس على سلوك المتعلم في مختلف مواقف الحياة.

وتلعب الأنشطة المدرسية دوراً مهماً في تكوين خبرات التلاميذ وتنمية مهاراتهم وصقل شخصياتهم. حيث أشارت دراسة (البرزم، 2010) إلى أن الأنشطة المدرسية لها دور فعال في تنمية القيم والاتجاهات لطلاب المرحلة الأساسية، وبالتالي لا بد من إعادة النظر في الجدول المدرسي بحيث يسمح بممارسة الأنشطة المدرسية بدرجة أكبر. وأكدت نتائج بعض الدراسات، كدراسة كل من (المرزوقي، 2006)، (الخيبري، 2008)، (الغامدي، 2011)، و(آل عارم، 1432هـ) على فاعلية استخدام الأنشطة المدرسية الصفية أو اللاصفية في العملية التعليمية، وعدم الاعتماد على الموجود بالمقرر الدراسي فقط.

وبعد الاهتمام بتعليم المهارات الحياتية من الاتجاهات التربوية الحديثة- والتي لا بد من إكسابها لتلاميذ المرحلة الابتدائية، حيث أن تنمية المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ضرورة لما يتميزون به من خصائص اجتماعية تربي عملية اكتسابها، حيث تظهر الغريزة الاجتماعية بقوة ووضوح لديهم، ويكون الطفل أكثر قدرة على أخذ وجهات نظر الآخرين في الاعتبار- ويبدى تقبلاً كبيراً للآراء الاجتماعية (العوض، 2008).

وهذا ما أشارت إليه دراسة (Loubser, 2012) بأن تعليم المهارات الحياتية في المرحلة التأسيسية أمر ضروري للتطوير المادي والاجتماعي وكذلك العاطفي للمتعلمين، والتي من شأنها أن تمكن المتعلم من إدارة المواقف الحياتية الضرورية والتحكم فيها، فإلى جانب المهارات الفكرية التي يتعلمها الطلاب من خلال المواد الدراسية يحتاج المتعلمون إلى المهارات الاجتماعية والعاطفية لتحقيق التطور والنمو إلى سن البلوغ، ولهذا السبب ينبغي أن تدرس المهارات الحياتية وألا تترك لتتطور عشوائياً.

وفيما يخص المرحلة الابتدائية، فإن هناك عدد من الدراسات التي هدفت إلى تنمية واكتساب المهارات الحياتية لتلاميذ هذه المرحلة، كدراسة (العوض، 2008) الذي أكد على وجود أثر فاعل لبرنامج تدريبي مقترح في تنمية بعض المهارات الحياتية لطلاب الصف السادس، وأوصى الباحث بإعداد مقرر خاص بالمهارات الحياتية للمرحلة الابتدائية.

وكذلك دراسة (ياغي، 2008) حيث دلت النتائج على فاعلية برنامج مقترح لتطوير المهارات الحياتية للمرحلة الابتدائية، وارتفاع مستواها لدى أفراد العينة من طلبة الصف الثاني الأساسي، وأوصت الباحثة بوضع المهارات الحياتية على شكل مصفوفة تتابعية في الصفوف الدراسية المختلفة.

وتعد مناهج العلوم من المناهج الدراسية المناسبة لتضمين المهارات الحياتية، بطريقة تساعد على تحقيق أهداف التربية الحياتية، حيث يؤكد تدريس العلوم على الجوانب الثلاثة الآتية:

- 1- تزويد التلاميذ بالمعارف والمهارات التي تمكنهم من التكيف مع البيئة.
- 2- مساعدة التلاميذ على اكتساب مهارات ترتبط بحياتهم اليومية في مجتمعهم.
- 3- إعداد التلاميذ بشكل يجعلهم قادرين على تعلم مهارات جديدة؛ حتى يتمكنوا من التوافق مع المتغيرات التي تواجههم (أبو الحمائل، 1433: 113).

وهذا ما أوضحته دراسة (الجددي، 2012) بأهمية تعزيز المهارات الحياتية في مناهج العلوم، ودراسة (أبو الحمائل، 1433هـ) بضرورة إعادة صياغة محتوى كتب العلوم بحيث تراعي الربط بين ما يدرسه التلميذ وما يواجهه من مواقف حياتية.

ويقع على عاتق مناهج العلوم مسؤولية تعليم كيفية التعامل مع المهارات والمشكلات الصحية بأنواعها المتعددة، إلى جانب دورها في تنمية المعارف والمعلومات والاتجاهات والميول، تحقيقاً لمفهوم الحماية والوقاية، ومن هنا يظهر الدور الوقائي للتربية عامة، ومناهج العلوم بصفة خاصة، لتزويد المتعلم بالمعلومات اللازمة، ومساعدته على اكتساب الخبرات الوظيفية المرتبطة بحياته وسلوكياته اليومية في المنزل والمدرسة والبيئة (النجدي، 2003)، و(راشد وعبد الهادي، 2003: 584). وهذا ما أوصت به دراسة (اللؤلؤ، 2004) بضرورة التوازن في المهارات الحياتية في محتوى منهج العلوم للمرحلة الابتدائية، والتركيز على المهارات الغذائية والوقائية حتى تكون المناهج أكثر ملاءمة للحاجات النمائية للطلاب في هذه المرحلة.

ومقرر العلوم مجال خصب لممارسة الأنشطة المدرسية، سواءً الصفية أو اللاصفية، وفي أماكن مختلفة من المدرسة (المختبر- فناء المدرسة - غرفة المصادر والوسائل التعليمية...). وذكر (الحدادي، 2010)، و(غليون وعقلان، 2010) أن النشاطات التعليمية التعليمية في العلوم تمتاز بالطابع العلمي، وهي جوهر تعليم العلوم وتعلمه، حيث تقدم بشكل يثير عقل الطالب ويتحدها وتهيئه لغرض البحث والتقصي والاكتشاف.

ومن المهارات الحياتية الأساسية ما يعرف بالمهارات الحياتية الصحية وتنمية هذه المهارات لدى المتعلمين كما بين (الغامدي، 1433هـ) يحتاج إلى تكوين برامج متكاملة؛ لأنها تنمو من خلال تغيير أنماط الحياة المخالفة للتنمية

الصحية السليمة، والقضاء على العادات الصحية السيئة، وتتيح لهم- أيضاً- تجنب المخاطر الصحية، وتعزيز السلوكيات الوقائية المرغوبة.

وأشارت المؤسسة الأمريكية للصحة المدرسية (American School Health Association, 1994)، إلى عشرة مجالات ضرورية لبرامج التربية الصحية الفعالة التي تقدمها المدرسة، وهي: صحة المجتمع، وصحة المستهلك، والصحة البيئية، والصحة الشخصية، والتوافق الجسدي والعقلي، والتربية للإعداد للحياة الأسرية، والتغذية والغذاء الصحي، والوقاية من الإصابة بالأمراض، والأمان ومنع التعرض للأذى والضرر، والوقاية من سوء استخدام المواد مثل الكحول والتدخين، والنمو والتطور (النجدي وآخرون، 2003: 584).

مشكلة الدراسة:

تحرص وزارة التعليم في المملكة العربية السعودية كما جاء في تعميم الوزارة رقم (280) بتاريخ 1436/4/30هـ، على الأنشطة الموجبة للطلاب والطالبات، حيث خصصت جزءاً من الميزانية المخصصة للبرامج والمشروعات وبرامج التدريب لممارسة الأنشطة بمختلف أنواعها، وتحرص كذلك على استقطاب الكوادر التعليمية القادرة على تصميم وبناء المناهج والبرامج. (الدخيل، 2015).

وعلى الرغم من وجود مقرر بمسمى (المهارات الحياتية والتربية الأسرية) في المرحلة الثانوية، إلا أن التلاميذ يحتاجون إلى التعرف على هذه المهارات من المراحل الدراسية المبكرة، وهذا ما أشارت إليه دراسة (Hanley & Heal, 2007) أنه عند إكساب أطفال ما قبل المدرسة المهارات الحياتية يمكنهم ذلك من مواجهة التغيرات الاجتماعية التي سيشهدونها أثناء انتقالهم إلى فصول رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية.

وأشارت دراسة (أبو الحمائل، 1433هـ) إلى وجود احتياجات أساسية من المهارات الحياتية المرتبطة بالعلوم لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي، وتدني مستوى المهارات الحياتية لديهم.

وتتنوع الأنشطة المدرسية سواء التي تنفذ داخل الصف أو خارجه مثل: التجارب، وأنشطة الإذاعة، وكتابة التقارير، وصحيفة الحائط، والمسابقات وغيرها، حيث استشعرت الباحثة أنه يمكن الاستفادة من التنوع والثراء في الأنشطة المدرسية في إعداد برنامج نشاط يساعد في تنمية وتعليم بعض المهارات الحياتية الصحية لطالبات الصف السادس الابتدائي في مادة العلوم.

وكون الباحثة معلمة علوم بالمرحلة الابتدائية؛ لاحظت ضعف الإقبال على ممارسة الأنشطة المدرسية من قبل الطالبات وعزوف عدد كبير منهن عن المشاركة الفعالة في الأنشطة المدرسية، بالإضافة إلى أن عديد من الطالبات لا يمارسن المهارات الحياتية الصحية بالشكل المأمول، وانتشار عدد من السلوكيات الصحية الخاطئة بينهن؛ كتناول الطعام غير الصحي، وقلة الاهتمام بالنظافة الشخصية- وأيضاً- من خلال تنفيذها لعدد من برامج النشاط المدرسي كان الغالب عليها قلة التركيز على تنمية المهارات الحياتية المختلفة، وبخاصة المهارات الحياتية الصحية. ومما أوصت به دراسة (مزعل، 2015) ضرورة تشجيع المعلمات على استخدام الأنشطة التي تعمل على تنمية المهارات الحياتية لدى الطالبات.

وبالتالي كان اهتمام الدراسة الحالية هو إعداد برنامج مقترح للأنشطة المدرسية لتنمية المهارات الحياتية الصحية وذلك ضمن ثلاثة محاور هي: المهارات الصحية الوقائية، المهارات الصحية الغذائية، والمهارات الصحية الشخصية.

أسئلة الدراسة:

يمكن تحديد مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

ما فاعلية برنامج للأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي في مدارس مدينة الرياض.

ويتفرع منه الأسئلة التالية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الغذائية؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الوقائية؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الشخصية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

1. التعرف على فاعلية الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي.
2. التعرف على فاعلية الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الوقائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي.
3. التعرف على فاعلية الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي.

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة في الجوانب التالية:

الأهمية النظرية:

- ✓ قد تسهم الدراسة في تطوير برامج النشاط المدرسي للمرحلة الابتدائية من خلال تقديم برنامج نشاط مدرسي يساعد في تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية.
- ✓ قد تسهم الدراسة في تطوير مقرر العلوم للصف السادس الابتدائي من خلال تقديم قائمة بالمهارات الحياتية الصحية.

الأهمية التطبيقية:

- ✓ قد تفيد هذه الدراسة القائمين على الأنشطة المدرسية في وزارة التعليم وذلك بتضمين البرنامج المقترح في برامج الأنشطة المدرسية.
- ✓ في حال إقرار تدريس المهارات الحياتية في المرحلة الابتدائية يمكن الاستفادة من المهارات التي تناولتها الدراسة في التخطيط للمادة وإعدادها.

حدود الدراسة:

1. الحدود الموضوعية: برنامج للأنشطة المدرسية لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية المتضمنة في "وحدة عمليات الحياة" من كتاب العلوم للصف السادس الابتدائي للفصل الدراسي الأول.
2. الحدود المكانية: المدارس الابتدائية بمدينة الرياض.
3. الحدود البشرية: طالبات الصف السادس الابتدائي.
4. الحدود الزمنية: تم تطبيق تجربة الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي (1436-1437هـ).

مصطلحات الدراسة:

برنامج الأنشطة المدرسية:

عرفه (الدخيل، 1423: 11) بأنه: "مجموعة من الخبرات والممارسات التي يمارسها التلميذ ويكتسبها، وهي عملية مصاحبة للدراسة ومكملة لها، ولها أهداف تربوية متميزة، ومن الممكن أن تتم داخل الفصل أو خارجه". وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: مجموعة من الأنشطة الصفية واللاصفية، ذات أهداف محددة، وموجهة لطالبات الصف السادس الابتدائي، والتي تتناسب مع خصائص نموهن، بهدف إكسابهن بعض المهارات الحياتية الصحية المرتبطة بمادة العلوم.

المهارات الحياتية:

يعرفها مكتب التربية العربي لدول الخليج (1431: 12) بأنها: "مهارات تُعنى ببناء شخصية الفرد القادر على تحمل المسؤولية، والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية على مختلف الأصعدة الشخصية والاجتماعية والوظيفية، على قدر ممكن من التفاعل المبدع مع مجتمعه ومشكلاته". وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: مجموعة من السلوكيات والقدرات التي تتدرب عليها طالبات الصف السادس من خلال برنامج قائم على الأنشطة المدرسية، ويتضمن هذا البرنامج عدداً من المهارات الصحية المرتبطة بمقرر العلوم؛ حتى يستطعن التعامل بشكل أفضل مع متطلبات الحياة، وتُقاس بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس المهارات الحياتية.

المهارات الحياتية الصحية:

عرفها (الغامدي، 1433: 128) بأنها: "ممارسة المتعلم للمهارات التي تعينه على المحافظة على حياته، ومعافاته في جسمه بخلوه من الأمراض، والوقاية منها عن طريق اهتماماته بغذائه وأدواته الشخصية وممارسة الرياضة وصولاً إلى العناية بمظهره وملبسه الخارجي". وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: مجموعة من السلوكيات والممارسات الإيجابية نحو الصحة؛ والتي تساعد طالبات الصف السادس في اكتساب نمط معيشي (صحي- وقائي- غذائي)، وتُقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالبة في مقياس المهارات الحياتية الصحية.

2- الدراسات السابقة:

دراسة (مزعل، 2014) هدفت إلى معرفة مدى توافر المهارات الحياتية في مقرر التربية الأسرية للصف الأول المتوسط، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وأعدت قائمة بالمهارات الحياتية تكونت من أربعة مجالات رئيسية للمهارات يندرج تحتها عدد من المهارات الفرعية، وبعد التحليل تم التوصل إلى أن نسبة توافر المهارات الحياتية في مقرر التربية الأسرية للصف الأول المتوسط بلغت (44,2%) وهي نسبة ضعيفة، ومن أهم توصيات الدراسة: تشجيع المعلمات على استخدام الأنشطة التي تنمي المهارات الحياتية، وإثراء البيئة التعليمية بمراجع عن المهارات الحياتية وتطبيقها.

دراسة (الفالح، 2014)، هدفت إلى تحديد مدى تضمين كتب علوم المرحلة المتوسطة للمهارات الحياتية من وجهة نظر معلمات العلوم في مدينة الرياض، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وأعدت قائمة بالمهارات الحياتية مكونة من (64) عبارة موزعة على (5) محاور وهي: المهارات الاجتماعية، والمهارات العقلية، والمهارات الصحية، والمهارات الانفعالية، ومهارة إدارة الذات. تكونت عينة الدراسة من (153) معلمة علوم في المرحلة المتوسطة. حيث أظهرت النتائج أن كتب العلوم تتضمن المهارات الحياتية ككل بدرجة متوسطة، وتتضمن المهارات الاجتماعية والمهارات الصحية بدرجة متوسطة، والمهارات العقلية بدرجة كبيرة، بينما لم تتضمن كتب العلوم كل من المهارات الانفعالية ومهارات إدارة الذات. ومن أهم توصيات الدراسة إعادة النظر في كتب العلوم بغرض تضمين المهارات الحياتية في مواضيعها.

دراسة (الجعيد، 2013)، هدفت إلى معرفة واقع توظيف المعلمات للأنشطة التعليمية بمقرر العلوم المطور لدى تلميذات الصف الأول المتوسط بمحافظة الطائف، ومعرفة المشكلات التي تحول دون توظيف المعلمات للأنشطة، ومعرفة المتطلبات اللازمة لتوظيف الأنشطة التعليمية. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وكانت الأداة المستخدمة الاستبانة، على عينة بلغت (64) معلمة، و(11) مشرفة تربوية. وتوصلت الدراسة إلى أن واقع توظيف المعلمات للأنشطة التعليمية بمقرر العلوم جاء بدرجة كبيرة، ومن أهم المشكلات التي تواجه المعلمات: نقص الإمكانيات المادية، تدني توافر الكفاءات الفنية، قصور دور التلميذة في البحث عن مصادر المعرفة، ومن أهم المتطلبات اللازمة لتوظيف الأنشطة: التخطيط اللازم للنشاط التعليمي، ارتباط النشاط مع أهداف الدرس.

ودراسة (Mofrad, Koh, Chee, 2013)، هدفت إلى التعرف على تصور الطلاب الجامعيين المستجدين للمهارات الحياتية. حيث تكونت عينة الدراسة من (500) شاباً وشابة، من الشباب البالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 18- 25 عاماً، في جامعات معينة بمدينة سوبانج جايا في ماليزيا. وتم استخدام نموذج تنمية المهارات الحياتية التابع للكلية لقياس المهارات الحياتية في أربعة مجالات هي: الاتصال بين الأشخاص، وصنع القرار، والمحافظة على الصحة، والتطوير الشخصي. وكشفت نتائج الدراسة أن معظم الطلاب قد طوروا من مهارة الاتصال بين الأشخاص ومهارات العلاقات البشرية، والاتصال مع الآخرين، مع وجود فرق كبير بين الجنسين في المحافظة على الصحة. حيث تفوق الذكور على الإناث في مهارات المحافظة على الصحة واللياقة البدنية؛ وذلك لأن الذكور هم أكثر نشاطاً في ممارسة الأنشطة البدنية. وأكدت توصيات الدراسة على الاستفادة من نتائج الدراسة في إعداد وتخطيط أنشطة المهارات الحياتية.

دراسة (الشلهوب، 2012)، هدفت إلى معرفة فاعلية برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية لتنمية مهارات حل المشكلات لدى أطفال الروضة، حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة من (60) طفلاً وطفلة في مدينة الرياض، قسمت لمجموعتين متساويتين، تجريبية درست البرنامج المقترح وضابطة درست البرنامج المعتاد، وتمثلت أدوات الدراسة في: قائمة بمهارات حل المشكلات اللازم توافرها لدى أطفال الروضة، البرنامج المقترح في الأنشطة

المدرسية، اختبار مهارات حل المشكلات لدى أطفال الروضة. وأوضحت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج المقترح في تنمية مهارات حل المشكلات المختلفة لدى أطفال الروضة، ومن أبرز التوصيات تدريب معلمات الروضة على كيفية إعداد واستخدام الأنشطة التعليمية المختلفة وتنفيذها في رياض الأطفال.

دراسة (حمادة، 2012)، هدفت إلى قياس فاعلية برنامج قائم على أنشطة الأركان في تنمية بعض المهارات الحياتية ومهارات الاستعداد اللغوي للصف الأول الابتدائي. تكونت مجموعة الدراسة من خمسة وأربعين طفلاً وطفلة، تراوحت أعمارهم بين (6 - 7) سنوات، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، والأدوات التالية: اختبار المواقف الشفوية لقياس المهارات الحياتية، وبطاقة ملاحظة السلوك للمهارات الحياتية، ومقياس مهارات الاستعداد اللغوي، حيث تم تطبيقهم قبلياً وبعدياً، وبرنامج لتنمية بعض المهارات الحياتية ومهارات الاستعداد اللغوي من إعداد الباحثة، وتم تدريبها لمجموعة البحث. وأوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأطفال في مقياس المهارات الحياتية، قبلياً وبعدياً لصالح القياس البعدي، ومقياس (مهارات الاستعداد اللغوي)، لصالح القياس البعدي، وأوضحت النتائج فاعلية البرنامج في تنمية بعض المهارات الحياتية ومهارات الاستعداد اللغوي في الصف الأول الابتدائي.

دراسة (البقي، 2012)، هدفت إلى معرفة فاعلية مسرح العرائس في تنمية المهارات الحياتية المتعلقة بوحدة صحي وسلامي لطفل الروضة، اتبعت الباحثة المنهج التجريبي ذو التصميم شبه التجريبي القائم على المجموعة الواحدة حيث تكونت من الذكور والإناث، أعدت الباحثة أداتي الدراسة: العروض المسرحية، وبطاقة ملاحظة المهارات الحياتية. وأوضحت نتائج الدراسة فاعلية استخدام مسرح العرائس في تنمية المهارات الحياتية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لبطاقة الملاحظة القائمة على استخدام مسرح العرائس في تنمية المهارات الحياتية ككل المتعلقة بالوعي الصحي. وأوصت الباحثة بإبراز دور مسرح العرائس في مرحلة الروضة كأحد أنشطة الطفل التربوية نحو تعريف الأطفال بالمهارات الحياتية المتعلقة بالوعي الصحي عن طريق العروض والقصائد الإنشادية المسرحية التي تترك في نفوسهم الأثر المرغوب.

دراسة (Lau, Lee, Shea, Yuen, Chan, Gysbers, Fong, Chung, 2010)، هدفت الدراسة إلى التعرف على وعي الطلبة الصينيين لمستوى مهاراتهم الحياتية، والأهمية التي يولونها لها، وكذلك التأثيرات الواقعة في محيط المدرسة وخارج المدرسة، والتي تساعد على تطوير وتحسين مستوى المهارات الحياتية. وتكونت عينة الدراسة من (6) مجموعات مختلفة تشتمل على (52) طالباً في المرحلة الثانوية، واستخدم المنهج الوصفي في الدراسة، وكانت أداة البحث هي المقابلة الشخصية. وأشارت النتائج إلى وجود وعي حول الكثير من المهارات الحياتية البارزة كالمهارات الأكاديمية، والتعلم الذاتي، والمهارات الشخصية وكذلك المهارات الاجتماعية، بالإضافة لمهارة التخطيط للوظيفة المستقبلية. واقترح بعض الطلاب عدداً من الاستراتيجيات العملية والتي يمكن تطبيقها في المدارس لتحسين مستوى المهارات الحياتية للطلبة وتطويرها

دراسة (Papageorgiou, Kogianni, Makris, 2007)، هدفت إلى التعرف على آراء معلمي المرحلة الابتدائية تجاه بعض النشاطات العملية المتعلقة بمادة الكيمياء. طبقت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (228) معلماً ومعلمة للمرحلة الابتدائية من شرق دولة مقدونيا، وتم استخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات حول النشاطات العملية المتعلقة بالعلوم في المدرسة، وذلك عن طريق التعرف على مميزات وسلبات هذه النشاطات من وجهة نظر المعلمين، بالإضافة إلى التعرف على الوقت والمدة التي يطبق فيها المعلمون هذه النشاطات. وأظهرت النتائج أن المعلمين الذكور يستخدمون النشاطات العملية المتعلقة بالعلوم أكثر من المعلمات، كما أن

المعلمين يمتلكون معرفة جيدة بالنشاطات المتعلقة بالعلوم، بالإضافة إلى كيفية التعامل مع المختبر وأدواته والتجارب العلمية. وأوصت الدراسة بضرورة إجراء برامج تدريب علمية تهدف إلى تنمية وتطوير قدرات معلمي مادة العلوم في التعامل مع النشاطات العلمية والمخبرية.

أما دراسة (الداوود، 2009) فهدف إلى التعرف على مدى تحقق الكفايات النوعية للنشاطات التعليمية في النشاطات الصفية في مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط، والتعرف على مستوى تنفيذ المعلمين للنشاطات الصفية في مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط في ممارساتهم التدريسية، ومساعدة مخططي المناهج لتطوير النشاطات التعليمية في مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وكان من أبرز النتائج ما يلي: التفاوت في توفر المعايير النوعية للنشاطات التعليمية المتعلقة بمكونات المنهج في النشاطات التعليمية المضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط ما بين توافر بعض هذه المعايير بدرجة عالية ودرجة ضعيف جداً في معايير أخرى، والتفاوت في درجة توفر المعايير المتعلقة بخصائص المتعلم في النشاطات التعليمية المضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط والتي تراوحت بين توافر بعض المعايير بدرجة متوسطة ودرجة ضعيف جداً في معايير أخرى، كما أبرزت التفاوت في درجة توفر المعايير المتعلقة بذات النشاط في النشاطات التعليمية المضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط، حيث تتراوح ما بين توافر بعض المعايير بدرجة عالية جداً ودرجة ضعيف جداً في معايير أخرى، وبينت أن نسبة (80%) من المعلمين تنفذ بعد النشاطات التعليمية المضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط، ونسبة (20%) من المعلمين تنفذ بعض النشاطات التعليمية، وأن المعلمين الذين نفذوا بعض النشاطات التعليمية اختاروا النشاطات التي تتناسب مع ما تفضيه ظروف الدرس وقدرات المعلم.

وفي دراسة (الضبع وامين، 2008) والتي بعنوان فاعلية برنامج أنشطة تربوية مقترح في تحسين مهارات التواصل اللفظي لدى أطفال الروضة ذوي مشكلات الخجل والانطواء، وهدفت هذه الدراسة إلى إعداد وتجريب برنامج إثرائي يقوم على اللعب والمرح والطرائف لتنمية مهارات التواصل، وتخفيف ودة الخجل لطفل ما قبل الدراسة، واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي، وجاء من أبرز نتائجها:

تحسن المجموعة التجريبية التي تعرضت لجلسات البرنامج التجريبي المقترح مقارنة بالمجموعة الأخرى، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين بعد تطبيق البرنامج على ابعاد مقياس التواصل اللفظي لطفل الروضة والدرجة الكلية للمقياس مما يدل على استمرار التحسن لدى أطفال المجموعة التجريبية، وأهم النتائج انخفاض مستوى الخجل لدى طلاب المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج المقترح.

لطفل ما قبل الدراسة، واستخدمت الباحثتان المنهج التجريبي، وكان أبرز نتائجها: تحسن المجموعة التجريبية التي تعرضت لجلسات البرنامج التجريبي المقترح مقارنة بالمجموعة الأخرى، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين بعد تطبيق البرنامج على ابعاد مقياس التواصل اللفظي لطفل الروضة والدرجة الكلية للمقياس مما يدل على استمرار التحسن لدى أطفال المجموعة التجريبية، وأهم النتائج انخفاض مستوى الخجل لدى طلاب المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج المقترح.

ودراسة (العوض، 2008) وهدفت إلى معرفة أثر البرنامج التدريبي المقترح في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب الصف السادس في مهارة المبادرة والتسامح والمسؤولية انبثق منه عدد من الأهداف الفرعية منها: تنمية وعي الطلاب ومعرفتهم بالمهارات الحياتية المختارة التي يحتاجونها في حياتهم، وتصميم برنامج تدريبي في المهارات الحياتية المختارة في هذه الدراسة، وتحديد اثر هذا البرنامج التدريبي في تنمية المهارات الحياتية لطلاب الصف السادس الابتدائي، واستخدام الباحث المنهج شبه التجريبي، ومن أبرز نتائج هذه الدراسة: إثبات فعالية البرنامج المقترح في تنمية المهارات الحياتية اتفاقاً مع العديد من الدراسات السابقة، وأثبتت الدراسة تفوق الطلاب الذين كانوا في

المجموعة التجريبية على الآخرين من حيث اكتساب المهارات الثلاث مناط الدراسة، وأثبت البرنامج فعاليتها في حل العديد من مشكلات الطلاب مثل مشكلة الانطواء والصمت وضعف الدافعية.

3- منهجية الدراسة وإجراءاتها

يتضمن هذا الفصل وصفاً لإجراءات الدراسة وتتمثل في منهج الدراسة وتصميمها التجريبي، ومجتمع الدراسة وعينتها، إعداد وضبط أدواتها، والأساليب الإحصائية المستخدمة لاختبار صحة الفروض.

3-1 منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، ويعرفه (الخوالدة وآخرون، 2014: 131) بأنه: "تحليل المحتوى بأنه: عملية علمية منظمة تتمثل في إعادة تنظيم مادة الاتصال الانساني المستهدفة بالتحليل، في منظومات خاصة تتسق مع الرموز المفتاحية التي وضعها المحلل أساساً لعمله ويراها تناسب تحقيق أهدافه أو أهداف المستخدم لنتائج التحليل".

وكذلك تم استخدام المنهج التجريبي ذو التصميم شبه التجريبي القائم على تصميم قبلي- بعدي Pre- Post Test في الدراسة الحالية، وذكر (العساف، 2012: 277) أن المنهج التجريبي هو: المنهج الذي يستطيع الباحث بواسطته أن يعرف أثر السبب (المتغير المستقل) على النتيجة (المتغير التابع).

وتم التصميم الإجرائي لهذا المنهج بتقسيم الطالبات إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتطبيق مقياس المهارات الحياتية القبلي والبعدي على المجموعتين، فيما يطبق برنامج الأنشطة المدرسية على المجموعة التجريبية فقط.

3-2 مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات الصف السادس بمدارس المرحلة الابتدائية في مدينة الرياض، والبالغ عددهن (28400) طالبة، بحسب إحصائية الإدارة العامة للتعليم بمنطقة الرياض للعام الدراسي 1436-1437هـ.

وتكونت عينة الدراسة من (70) طالبة من طالبات الصف السادس بالمدرسة الابتدائية (229)، وتم اختيار هذه المدرسة بطريقة مقصودة نظراً لتوافر متطلبات التجربة الأساسية للدراسة، إضافة إلى تكافؤ طالبات المدرسة من حيث المستوى التعليمي والاجتماعي، حيث لا يوجد بينهن تفاوتاً ملحوظاً، ويتكون الصف السادس في المدرسة من ثلاثة فصول، تم اختيار فصلين منهما بطريقة عشوائية، ووقع الاختيار على فصل 6/أ ليمثل المجموعة الضابطة وفصل 6/ب ويمثل المجموعة التجريبية. ويمكن توضيح عينة الدراسة في الجدول التالي:

جدول (3-1) توزيع عينة الدراسة

العدد الكلي	المجموعة	الفصل
34	الضابطة	6/أ
36	التجريبية	6/ب
70	المجموع	

3-3 متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: يتمثل المتغير المستقل في هذه الدراسة في برنامج مقترح للأنشطة المدرسية في مادة العلوم.

المتغير التابع: يتمثل المتغير التابع في هذه الدراسة في بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي وهي: المهارات الحياتية الصحية الغذائية، والمهارات الحياتية الصحية الوقائية، والمهارات الحياتية الصحية الشخصية.

3-4 أدوات الدراسة:

تم تصميم مجموعة من الأدوات لهذه الدراسة وهي على النحو الآتي:

- 1- قائمة بالمهارات الحياتية الصحية المتضمنة في وحدة عمليات الحياة من مقرر العلوم للصف السادس.
- 2- برنامج الأنشطة المدرسية الذي يستهدف تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية.
- 3- مقياس للمهارات الحياتية لقياس مدى فاعلية برنامج النشاط المدرسي.
- 4- دليل للمعلمة لتنفيذ الأنشطة المدرسية المقترحة.

3-5 إجراءات الدراسة:

لتحقيق هدف الدراسة، تم تحليل محتوى الوحدة الثانية من مقرر العلوم للصف السادس الابتدائي "وحدة عمليات الحياة" لتحديد المهارات المتضمنة في هذه الوحدة وذلك من أجل إعداد برنامج الأنشطة المدرسية، ومقياس للمهارات الحياتية الصحية.

3-5-1 تحليل محتوى الوحدة:

من خلال الاطلاع على المراجع والدراسات التي صنفت المهارات الحياتية، ومنها دراسة كل من (اللولو، 2005؛ قشقة، 2008؛ عياد وسعد الدين، 2010؛ أبو الحمائل، 1432هـ؛ الجدي، 2012)، تم تحليل محتوى الوحدة الثانية من منهج العلوم للصف السادس الابتدائي "عمليات الحياة"، وبناء قائمة بالمهارات المتضمنة في الوحدة،

3-5-2 تصنيف المهارات الحياتية:

صُنفت قائمة المهارات الحياتية مبدئياً ضمن ثلاثة مجالات، وهي على النحو التالي:

جدول (3-2) التصنيف المبدئي لمجالات المهارات الحياتية لوحدة عمليات الحياة

م	المجال	عدد المهارات الفرعية
1	المهارات الحياتية الغذائية	21 مهارة
2	المهارات الحياتية الوقائية	19 مهارة
3	المهارات الحياتية الشخصية	25 مهارة

3-5-2 حساب صدق وثبات المقياس:

أولاً: الصدق (Validity): الاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس ما وضع لقياسه (عدس، وعبيدات، وعبد الحق، 2005: 219). وقامت الباحثة بالتأكد من صدق المقياس من خلال:

أ- الصدق الظاهري للأداة: اشتمل المقياس في صورته الأولية على (30) سؤالاً موزعة على الأبعاد الثلاثة للمهارات الحياتية: (الغذائية، الوقائية، الشخصية)، للتعرف على صدق أداة الدراسة في قياس ما وضعت لقياسه، وتم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في المناهج وطرق التدريس والبالغ

عدددهم (11)، وذلك للتأكد من صلاحيته من حيث مناسبتها مع الهدف الذي يقيسه، ومستوى الطالبات، والصحة العلمية والسلامة اللغوية، وإمكانية الحذف والإضافة أو التعديل على بعض فقراته. وأبدى بعض المحكمين ملاحظاتهم بتعديل بعض الفقرات، وبعض خيارات الإجابة، وكذلك في صياغة بعض الأسئلة، تم إجراء التعديلات المطلوبة وأصبح المقياس صالحاً للتطبيق بصورته الأولية. وبعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية أسفرت نتائج التحليل عن وجود أربعة أسئلة؛ كان معامل السهولة لها مرتفعاً وهي الأسئلة (2، 8، 18، 19)، وبناءً عليه تم استبعادها، وأصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (26) سؤالاً، والجدول التالي يوضح موضوعات مقياس المهارات الحياتية بعد استبعاد الأسئلة الأربعة.

جدول (3-3) جدول مواصفات مقياس المهارات الحياتية

المحور	أرقام الأسئلة لكل محور	المجموع الكلي	الوزن النسبي
المهارات الغذائية	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8	8	30,77%
المهارات الوقائية	9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 21	8	30,77%
المهارات الشخصية	16، 17، 18، 19، 20، 22، 23، 24، 25، 26	10	38,46%

ب- الاتساق الداخلي للأداة: بعد التأكد من الصدق الظاهري لأداة الدراسة، وبعد تجميع درجات الاختبارات تم ترميز وإدخال البيانات، من خلال جهاز الحاسوب، باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، ومن ثم حساب معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation لمعرفة الاتساق الداخلي للاختبار وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل سؤال من أسئلة الاختبار بالدرجة الكلية للمحور الذي ينتهي إليه السؤال، وجاءت النتائج كما توضحها الجداول التالية:

جدول (3-4) درجات الارتباط للعبارات

رقم العبارة	معامل الارتباط
المهارات الغذائية	*0.582
المهارات الوقائية	*0.569
المهارات الشخصية	*0.601

ثانياً: ثبات المقياس (Reliability): الاختبار الثابت هو الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة (عدس وآخرون، 2005: 219). تم حساب الثبات بطريقتين هما: (معادلة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha)، والتجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس، والجدول التالي يوضح معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للمقياس.

جدول (3-5) قياس ثبات أداة الدراسة "المقياس"

المحاور	قيمة ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
المهارات الحياتية الصحية الغذائية	0.739	0.733
المهارات الحياتية الصحية الوقائية	0.883	0.875
المهارات الحياتية الصحية الشخصية	0.873	0.869
الثبات العام	0.823	0.843

يتضح من جدول (3- 5) أن معاملات الثبات لأداة الدراسة مقبولة إحصائياً، حيث تراوحت قيم معامل ألفا كرونباخ ما بين (0.739- 0.883)، بينما تراوحت قيم الثبات بطريقة التجزئة النصفية ما بين (0.733- 0.875) وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائياً مما يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

3- 5- 3 الإجراءات الفعلية لتطبيق الدراسة:

بعد التأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة الحالية، تم تطبيق التجربة على عينة الدراسة، وفيما يلي توضيح ذلك:

- تطبيق مقياس المهارات الحياتية قبلياً على عينة الدراسة:
- تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة يوم الخميس الموافق 1437/1/2 هـ.
- تطبيق البرنامج المقترح للأنشطة المدرسية:
- تم تطبيق البرنامج المقترح على عينة الدراسة ابتداءً من يوم الأحد الموافق 1437/1/5 هـ إلى يوم الأحد الموافق 1437/2/3 هـ، على المجموعة التجريبية حيث كانت تدرس موضوعات وحدة "عمليات الحياة" مع البرنامج المقترح، بواقع ثلاث حصص للعلوم كما هو في الجدول المدرسي، وتطبق خلالها الأنشطة الصفية، وحصتان للأنشطة اللاصفية، بينما المجموعة الضابطة درست وحدة "عمليات الحياة" بدون البرنامج المقترح.
- تطبيق مقياس المهارات الحياتية بعدياً على عينة الدراسة:
- بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج المقترح، تم تطبيق الاختبار بعدياً على عينة الدراسة في يوم الاثنين الموافق 1437/2/4 هـ.

3- 6 الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- للتحقق من صحة الفروض وتحقيق أهداف البحث وتحليل البيانات التي تم جمعها؛ تم استخدام عدد من الأساليب الإحصائية المناسبة من خلال برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).
- للإجابة على فرضيات البحث تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) (T- test) لمعرفة الفروق الإحصائية بين متوسطي الدرجات في التطبيقين القبلي والبعدي.
 - معامل ارتباط بيرسون (Pearson): للتحقق من الاتساق الداخلي لأداة الدراسة.
 - معامل ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach): لقياس مدى ثبات أداة الدراسة، وصلاحيتها للتطبيق الميداني.
 - حساب حجم الأثر لمعرفة مقدار الفروق أو العلاقة في العبارات عن طريق حساب مربع إيتا Eta square (η^2) باستخدام المعادلة التالية:

$$\text{مربع إيتا } (\eta^2) = \frac{\text{ت}^2}{\text{ت}^2 + \text{درجات الحرية}}$$

ت: 2: هي مربع قيمة (ت) للفرق بين متوسطين. وقد أورد (مطاوع وخليفة، 2014) الجدول المرجعي لدلالة حجم الأثر لمربع إيتا كما يلي:

جدول (3-6) دلالة حجم الأثر

حجم الأثر			قيمة مربع إيتا
صغير	متوسط	كبير	
أقل من 0.06	0.06 - 0.13	0.14 فأكثر	

4- نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

4-1 نتائج الدراسة:

يتناول هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة التي تم التوصل إليها، بعد معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المشار إليها في الفصل السابق، حيث تم التحقق من صحة فروض الدراسة، وتقدير فاعلية برنامج للأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الغذائية والوقائية والشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي، ومن ثم تفسير هذه النتائج، ومناقشتها في ضوء الأدبيات التربوية ذات العلاقة بموضوع الدراسة. وقد تم تصنيف نتائج البحث حسب التحقق من صحة فروضها، وفيما يلي عرض تفصيلي لذلك.

4-1-1 اختبار صحة الفرض الأول: ونصه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) فأقل؛ بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الغذائية لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية، يتضح من الجدول التالي:

جدول (4-1) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس المهارات الحياتية الصحية الغذائية

المهارة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
المهارات الحياتية الصحية الغذائية	الضابطة	34	4.50	1.42	-4.40	68	0.001 دالة
	التجريبية	36	5.92	1.27			

يتضح من جدول (4-1) أن قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.05$)، مما يشير إلى وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي، وذلك لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية (5.92)، في حين كان متوسط درجات طالبات المجموعة الضابطة (4.50).

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha=0.05$) بين متوسطي درجات الطالبات عينة البحث في اختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي في المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للمقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في اختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي (-4.40) وهي أكبر بكثير من قيمتها الجدولية

ومستوى دلالتها (0.001) أقل من (0.05). الأمر الذي يشير إلى أن هذه الفروق ترجع إلى فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي. وعليه يتم قبول الفرض الأول: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الغذائية لصالح المجموعة التجريبية".

وتأكيداً لتلك النتيجة تم حساب الدلالة العملية للنتائج من خلال حساب مربع إيتا (η^2) الذي يستخدم لتحديد درجة أهمية النتيجة التي ثبت وجودها إحصائياً:

ولتقدير فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي تم حساب مربع إيتا (η^2) لبيان قوة تأثير المعالجة التجريبية (فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم كمتغير مستقل) على اكتساب عينة البحث تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي كمتغير تابع، كما هو موضح في جدول (4-2):

جدول (4-2) حجم أثر برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم في تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية

الغذائية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي

المستوى	(ت)	(ت) ²	مربع إيتا	قوة التأثير
المهارات الحياتية الصحية الغذائية	- 4.400	19.4	0.22	كبيرة

من الجدول (4-2) يتضح أن قوة تأثير فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم في تحسين المهارات الحياتية الصحية الغذائية لدى الطالبات (المجموعة التجريبية) كبيرة، حيث كانت قيمة مربع إيتا (η^2) (0.22) حسب المعادلة:

$$\text{مربع إيتا } (\eta^2) = \frac{\text{ت}^2}{\text{ت}^2 + \text{درجات الحرية}}$$

وهي قيمة مرتفعة أكبر من (0.14)، حيث إنه (عندما يكون قيمة مربع إيتا أكبر من 0.14 يكون حجم الأثر كبيراً)، وهذا يشير إلى تأثير المعالجة التجريبية كمتغير مستقل على المتغير التابع وهذا يعني أن (22%) من التباين الكلي في التطبيق البعدي للمهارات الحياتية الصحية الغذائية يعود للتأثير الكبير لبرنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم.

4-1-2 اختبار صحة الفرض الثاني: ونصه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) فأقل؛ بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الوقائية لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية الوقائية، ويتضح ذلك من الجدول التالي:

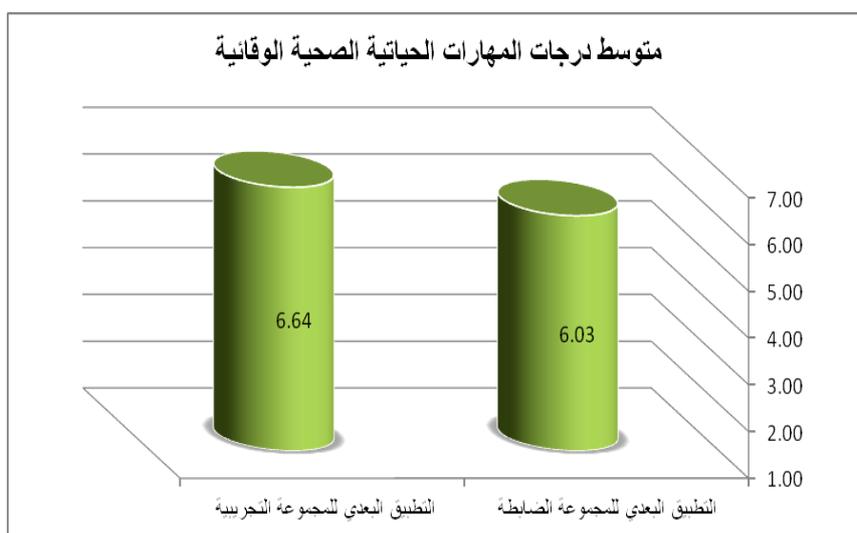
جدول (4-3) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في

التطبيق البعدي لمقياس المهارات الحياتية الصحية الوقائية

المهارة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
المهارات الحياتية	الضابطة	34	6.03	1.00	- 1.924	68	0.059
الصحية الوقائية	التجريبية	36	6.64	1.57			غير دالة

يتضح من جدول (4-3) وجود فروق بسيطة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية الوقائية، ولكن قيمة (ت) بلغت (-1.92)، وبلغ مستوى الدلالة (0.059) أي أنها أكبر من 0.05 وهي قيمة غير دالة عند مستوى (0.05)، مما يشير إلى عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية الوقائية، حيث بلغ متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية (6.64)، في حين كان متوسط درجات طالبات المجموعة الضابطة (6.03).

وبناءً على ما سبق يتم رفض الفرض الثاني وهو: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الوقائية لصالح المجموعة التجريبية". ويوضح شكل (4-1) متوسط درجات المهارات الحياتية الصحية الوقائية:



4-1-3 اختبار صحة الفرض الثالث: ونصه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) فأقل؛ بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الشخصية لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية الشخصية، ويتضح من الجدول التالي:

جدول (4-4) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس المهارات الحياتية الصحية الشخصية

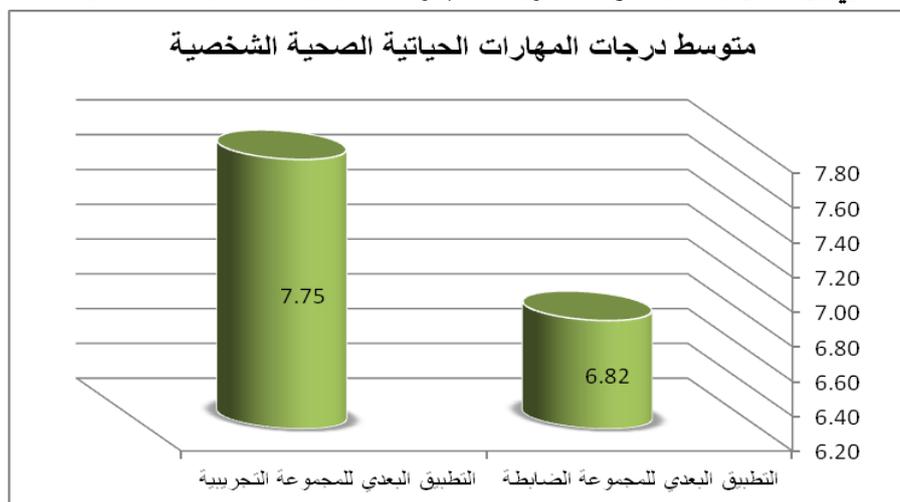
المهارة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
المهارات الحياتية الصحية الشخصية	الضابطة	34	6.82	1.34	- 2.136	68	0.036 دالة
	التجريبية	36	7.75	2.17			

يتضح من جدول (4-4) أن قيمة (ت) دالة عند مستوى (0.05)، مما يشير إلى وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات

الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي، وذلك لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية (7.75)، في حين كان متوسط درجات طالبات المجموعة الضابطة (6.82).

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطي درجات الطالبات عينة البحث في اختبار المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي في المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في اختبار المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي (-2.13) وهي أكبر من قيمتها الجدولية، وبلغ مستوى دلالتها (0.036) أي أقل من (0.05)، الأمر الذي يشير إلى أن هذه الفروق ترجع إلى فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي. وعليه يتم قبول الفرض الثالث: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05=α) فأقل؛ بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية الشخصية لصالح المجموعة التجريبية".

ويبين شكل (4-2) متوسط درجات المهارات الحياتية الصحية الشخصية:



وتأكيداً لتلك النتيجة تم حساب الدلالة العملية للنتائج من خلال حساب مربع إيتا (η^2) الذي يستخدم لتحديد درجة أهمية النتيجة التي ثبت وجودها إحصائياً:

ولتقدير فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي تم حساب مربع إيتا (η^2) لبيان قوة تأثير المعالجة التجريبية (فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم كمتغير مستقل) على اكتساب عينة البحث تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي كمتغير تابع، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (4-5) حجم أثر برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم في تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية

الشخصية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي

المستوى	(ت)	(ت) ²	مربع إيتا	قوة التأثير
المهارات الحياتية الصحية الشخصية	- 2.136	4.56	0.06	متوسطة

يتضح من الجدول (4- 5) أن قوة تأثير فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم في تحسين المهارات الحياتية الصحية الشخصية لدى الطالبات (المجموعة التجريبية) متوسطة، حيث كانت قوة مربع إيتا (0.06) (0.06) حسب المعادلة:

$$\frac{ت^2}{ت^2 + درجات الحرية} = (١٢^2) = \text{مربع إيتا}$$

وهي قيمة متوسطة وذلك لأنه عندما تكون قيمة مربع إيتا تتراوح ما بين (0.06- 0.13) يكون حجم الأثر متوسطاً، وهذا يشير إلى تأثير المعالجة التجريبية كمتغير مستقل على المتغير التابع، ما يعني أن (6%) من التباين الكلي في التطبيق البعدي للمهارات الحياتية الصحية الشخصية يعود لتأثير برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم.

4- 1- 4 اختبار صحة الفرض الرابع: ونصه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05=α) فأقل؛ بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية ككل لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) لدرجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية ككل، يتضح من الجدول التالي:

جدول (4- 6) اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس المهارات الحياتية الصحية ككل

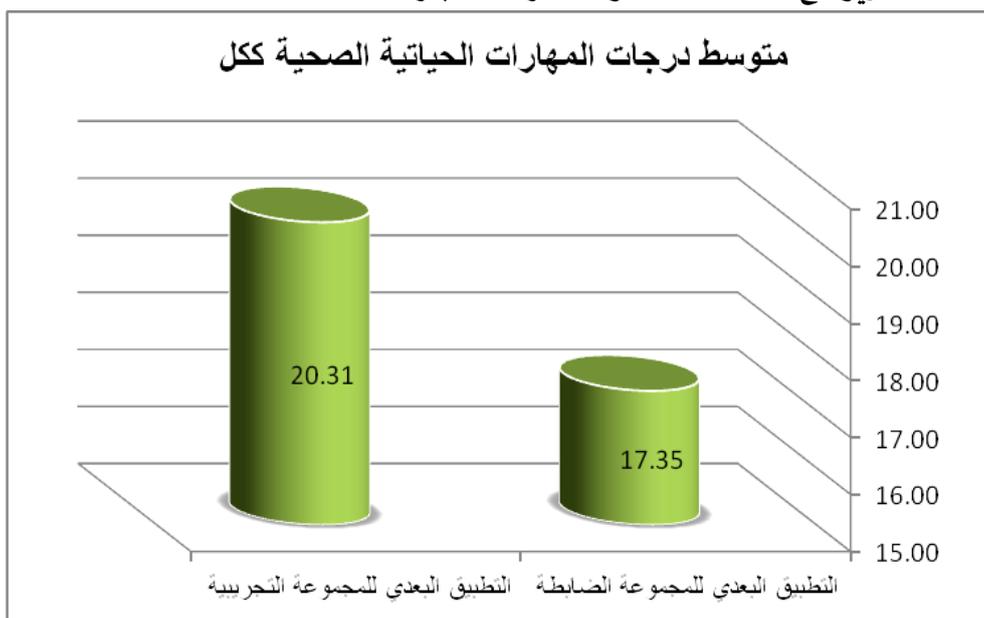
المهارة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
المهارات الحياتية الصحية ككل	الضابطة	34	17.35	2.39	- 3.552	68	0.001 دالة
	التجريبية	36	20.31	4.25			

يتضح من جدول (4- 6) أن قيمة (ت) دالة عند مستوى (0.05)، مما يشير إلى وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات في المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لاختبار المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي، وذلك لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية (20.31 من 26)، في حين كان متوسط درجات طالبات الضابطة (17.35 من 26).

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05=α) فأقل؛ بين متوسطي درجات الطالبات عينة البحث في اختبار المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي في المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للمقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في اختبار المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي (- 3.55) وهي أكبر من قيمتها الجدولية، وبلغ مستوى دلالتها (0.001) الأمر الذي يشير إلى أن هذه الفروق ترجع إلى فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي.

وعليه يتم قبول الفرض الرابع: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05=α) فأقل؛ بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في المهارات الحياتية الصحية ككل لصالح المجموعة التجريبية".

ويوضح شكل (4-3) متوسط درجات المهارات الحياتية الصحية ككل:



وتأكيداً لتلك النتيجة تم حساب الدلالة العملية للنتائج من خلال حساب مربع إيتا (η^2) الذي يستخدم لتحديد درجة أهمية النتيجة التي ثبت وجودها إحصائياً.

ولتقدير فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي تم حساب مربع إيتا (η^2) لبيان قوة تأثير المعالجة التجريبية (فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم كمتغير مستقل) على اكتساب بعض المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي كمتغير تابع، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (4-7) حجم أثر برنامج للأنشطة المدرسية في مادة العلوم في تنمية بعض المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات الصف السادس الابتدائي

المستوى	(ت)	(ت) ²	مربع إيتا	قوة التأثير
المهارات الحياتية الصحية ككل	- 3.552	12.62	0.16	كبيرة

يتضح من جدول (4-7) أن قوة تأثير فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم ساهم في تنمية وتحسين المهارات الحياتية الصحية ككل لدى طالبات (المجموعة التجريبية)، حيث كانت قوة مربع إيتا (η^2) (0.16) حسب المعادلة:

$$\text{مربع إيتا } (\eta^2) = \frac{ت^2}{ت^2 + \text{درجات الحرية}}$$

وهي قيمة مرتفعة حيث إنه (عندما يكون قيمة مربع إيتا أكبر من 0.14 يكون حجم الأثر كبيراً) وهذا يشير إلى تأثير المعالجة التجريبية كمتغير مستقل على المتغير التابع وهذا يعني أن (16%) من التباين الكلي في التطبيق البعدي للمهارات الحياتية الصحية ككل يعود للتأثير الكبير لبرنامج للأنشطة المدرسية في مادة العلوم.

4-2 تفسير نتائج الدراسة:

- دلت نتائج هذه الدراسة على فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية المهارات الحياتية الصحية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي، حيث أثبتت النتائج وجود فروق إحصائية لصالح طالبات المجموعة التجريبية اللاتي درسن البرنامج المقترح على طالبات المجموعة الضابطة اللاتي درسن وحدة عمليات الحياة بالطريقة المعتادة، وهي تتفق مع الدراسات التي استخدمت الأنشطة المدرسية في تنمية المهارات الحياتية المختلفة كدراسة كل من (الجندي، 2009م؛ الرباط، 2010؛ الغامدي، 2011؛ حمادة، 2012؛ آل عارم، 1432هـ؛ البقي، 2012)، إلا أن هذه الدراسة تميزت بتطبيق الأنشطة الصفية واللاصفية لتنمية المهارات الحياتية الصحية بمحاورها الثلاثة: الغذائية، الوقائية، الشخصية.
 - تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات التي أكدت على أهمية الأنشطة المدرسية في العملية التعليمية كمتغير مستقل: كدراسة (الشلهوب، 2012) والتي أثبتت فاعلية الأنشطة المدرسية في تنمية مهارات حل المشكلات لأطفال الروضة، ودراسة (الحملي، 2009) التي أكدت فاعلية الأنشطة الصفية لمادة العلوم في تنمية التفكير الناقد لدى طلبة الصف الثامن الأساسي، ودراسة (المرزوقي، 2006) فاعلية برنامج أنشطة صفية ولاصفية في تنمية المهارات والقيم البيئية لتلاميذ الصف التاسع وضرورة إدماج الأنشطة الصفية واللاصفية بصورة غير تقليدية ضمن المناهج الدراسية، ودراسة (Klemmer , et al., 2005) والتي أثبتت فاعلية المشاركة في الأنشطة اللاصفية في زيادة التحصيل الدراسي في مادة العلوم.
 - تتفق نتائج الدراسة الحالية مع الدراسات التي استخدمت برامج إثرائية أو استراتيجيات تدريسية تسهم في تنمية المهارات الصحية كمتغير تابع كدراسة أبو (الحمائل، 2011) التي توصلت لفاعلية البرنامج المقترح في العلوم في تنمية المهارات الصحية لدى طلاب الصف السادس، ودراسة (الجندي، 2012) التي أثبتت فاعلية استراتيجيات التعلم النشط في تدريس العلوم في تنمية المهارات الحياتية الصحية الغذائية.
- وقد تعود فاعلية البرنامج المقترح ووجود فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار المهارات الحياتية ككل إلى:
1. فاعلية الأنشطة المدرسية ودورها البارز في العملية التعليمية وربطها بمقرر العلوم حيث ساعد على إيجاد ترابط وتكامل بين المعلومات والمعارف النظرية الموجودة في الكتاب المدرسي والمهارات الحياتية التي يمكن تنميتها بالاستفادة من هذه المعارف، وهذا يتفق مع ما ذكره (الفهيد، 2009: 37) أن النشاط المدرسي يعمل على ربط المواد الدراسية التي يتعلمها الطلبة داخل الصفوف الدراسية بواقع الحياة وتجسيدها، من خلال التطبيقات العملية والممارسات الميدانية حتى يمثلونها في حياتهم فيسهل عليهم استيعابها ويتمكنون من الاستفادة منها.
 2. تنوع الأنشطة المقدمة في البرنامج المقترح، حيث ضم البرنامج الأنشطة الصفية التي يمكن تنفيذها في حصص العلوم، والأنشطة اللاصفية والتي تنفذ في حصص النشاط المدرسي وحصص الاحتياط، أيضاً طبيعة تنفيذ الأنشطة والتي تنوعت بين أنشطة فردية، وأنشطة ثنائية، وأنشطة جماعية، مما يعزز التعلم التعاوني بين الطالبات، وينمي كذلك التعلم الذاتي لديهن.
 3. استخدام أساليب متنوعة في البرنامج للأنشطة كإعداد الأوراق العلمية، والمطويات، النشاط الرياضي كرياضة المشي، وتنفيذ الأعمال الفنية، والمسابقات العلمية، إعداد الأطباق الصحية، والوجبات الغذائية المتوازنة، وغيرها من الأنشطة المنفذة في البرنامج، ويساعد هذا التنوع في مواجهة الفروق الفردية بين الطالبات وزيادة إقبالهن على تنفيذها.

4. استخدام المعلمة لأساليب تعزيز متنوعة عن طريق عرض المشاركات المميزة في صحيفة الحائط وفي حساب البرنامج على الانستغرام، وتوزيع الجوائز المعنوية والمادية لكل نشاط من الأنشطة. ويمكن تفسير نتيجة كل محور من محاور الدراسة كما يلي:

5- ملخص نتائج الدراسة وتوصياتها

5-1 نتائج الدراسة:

تم التوصل إلى النتائج التالية

حيث لوحظ وجود فروقات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية، وفي اختبار المهارات الحياتية الصحية الشخصية لصالح المجموعة التجريبية، كذلك تبين أثر البرنامج وفاعليته في تنمية المهارات الصحية لطالبات الصف السادس الابتدائي.

5-2 توصيات الدراسة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، توصي الباحثة بما يلي:

- 1- الاهتمام بتفعيل الأنشطة المدرسية في المرحلة الابتدائية، بنوعها الصفية واللاصفية.
- 2- ضرورة توفير الأدلة اللازمة للأنشطة المدرسية اللاصفية، مما يساعد المعلمين والمعلمات على تطبيقها، وتجنب الأخطاء عند تنفيذها.
- 3- التنوع في الأنشطة المقدمة للطالبات، مراعاة للفروق الفردية بينهن من ناحية، ولجذبهن لممارستها من ناحية أخرى.
- 4- تدريب المعلمات على كيفية إعداد واستخدام الأنشطة المدرسية للمرحلة الابتدائية.
- 5- عقد دورات تدريبية للمعلمات عن المهارات الحياتية، وكيفية تنميتها لدى الطالبات والطرق والأساليب المساعدة على ذلك.
- 6- زيادة عدد حصص النشاط اللاصفي لطالبات المرحلة الابتدائية تماشياً مع خصائص نمو هذه المرحلة، وميلهن للحركة واللعب.
- 7- تضمين مقررات العلوم الأنشطة التي تنمي المهارات الحياتية المختلفة للطالبات.

5-3 مقترحات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة، تقترح الباحثة إجراء الدراسات المستقبلية التالية:

- برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية لتنمية بعض المهارات الحياتية البيئية في مادة العلوم للصف السادس الابتدائي.
- بناء برنامج نشاط مماثل لتنمية المهارات الحياتية الصحية في مادة العلوم لدى طالبات الصفوف الأولية من المرحلة الابتدائية.
- تحليل محتوى مقرر العلوم للصفوف الأولية للمرحلة الابتدائية في ضوء المهارات الحياتية.
- تحليل محتوى مقرر العلوم للصفوف العليا للمرحلة الابتدائية في ضوء المهارات الحياتية.
- برنامج مقترح لمعلمات العلوم للتدريب على مهارات الحياة، وكيفية تنميتها لدى الطالبات.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أبو الحمائل، أحمد عبدالمجيد (1433هـ). فاعلية برنامج إثرائي في العلوم لتنمية المهارات الحياتية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي. مجلة كلية التربية ببنها، ع93، ص111-183، بنها، مصر.
- آل عارم: جابر (1432هـ). فاعلية برنامج قائم على الأنشطة الصفية المرتبطة بمنهج الدراسات الاجتماعية في تنمية بعض المهارات الحياتية البيئية. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- البزم، ماهر أحمد (2010). دور الأنشطة اللاصفية في تنمية قيم طلبة المرحلة الأساسية من وجهة نظر معلمهم بمحافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة الأزهر، فلسطين.
- البقبي، هند ماجد (2012). فاعلية مسرح العرائس في تنمية المهارات الحياتية المتعلقة بوحدة صحي وسلامي لدى طفل الروضة بالعاصمة المقدسة. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- الجدي، مروة عدنان (2012). أثر توظيف بعض استراتيجيات التعلم النشط في تدريس العلوم في تنمية المهارات الحياتية لدى طلبة الصف الرابع الأساسي. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- الجعيد، هند سفر (2013). واقع توظيف المعلمات للأنشطة التعليمية بمقرر العلوم المطور لدى تلميذات الصف الأول المتوسط بمحافظة الطائف. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- الجندي، رشا (2009). فاعلية برنامج لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طفل الروضة باستخدام مسرح العرائس. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم العلوم النفسية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية.
- الحدادي، داوود عبدالملك؛ وغيلون، أزهار محمد؛ عقلان؛ عبد الحبيب حزام، (2013). أثر تنفيذ أنشطة إثرائية علمية في مستوى التحصيل والتفكير الإبداعي لدى الموهوبين من تلاميذ الصف التاسع الأساسي. المجلة العربية لتطوير التفوق، مج4، ع6، ص1-28.
- حمادة، سلوى علي (2012). فاعلية برنامج قائم على أنشطة الأركان لتنمية المهارات الحياتية والاستعداد اللغوي في الصف الأول الابتدائي. رسالة دكتوراه غير منشورة. قسم المناهج، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- الحملي، نوال علي (2009). فاعلية الأنشطة الصفية لمادة العلوم في تنمية التفكير الناقد لدى طلبة الصف الثامن الأساسي بمدارس أمانة العاصمة. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم مناهج العلوم وطرائق تدريسها، كلية التربية، جامعة صنعاء.
- الخوالدة، ناصر أحمد؛ وعيد، يحيى إسماعيل، (2014). تحليل المحتوى في المناهج والكتب الدراسية، الأردن: زمزم ناشرون وموزعون.
- الخيبري، محمد علي، (2008). فاعلية وحدة مطورة قائمة على الأنشطة التعليمية في تدريس الدراسات الاجتماعية لتنمية بعض أبعاد الثقافة السياحية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

- الداور، عمر عبد العزيز (2009). مدى تفعيل النشاطات التعليمية المتضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط، دراسة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض
- الدخيل، محمد عبد الرحمن (2016). النشاط المدرسي وعلاقة المدرسة بالمجتمع. دارالخريجي، الرياض
- الرباط، بهيرة شفيق (2010). فاعلية برنامج مقترح قائم على أنشطة الرياضيات الحياتية في تنمية عمليات العلم الأساسية لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي. مجلة التربية العلمية. ع1، مج16.
- رشوان، أحمد محمد، وعادل النجدي، (2009). فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم النشط في تنمية المهارات الحياتية لدى الدارسات بمدارس الفصل الواحد. المؤتمر العلمي العربي الرابع- التعليم وتحديات المستقبل. مصر
- الرفاعي، سعد سعيد (2008). إجراءات النشاط الطلابي. خوارزم العلمية، جدة، السعودية.
- شحاتة، حسن (2004). النشاط المدرسي مفهومه ووظائفه ومجالات تطبيقه. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.
- الشلهوب، أميرة عبدالعزيز (2012). برنامج مقترح في الأنشطة المدرسية لتنمية مهارات حل المشكلات لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- صلاح، سمير يونس، وسعد الرشيد، ويوسف العنيزي، وعبد الرحيم سلامة (2007). المناهج الدراسية. مكتبة الفلاح، الكويت.
- العوض، خالد عبد الرحمن، (2007). أثر برنامج تدريبي مقترح في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب الصف السادس الابتدائي. رسالة ماجستير. جامعة الملك سعود. الرياض
- العوض، خالد عبدالرحمن (2008). أثر برنامج تدريبي مقترح في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى طلاب الصف السادس الابتدائي. رسالة دكتوراه غير منشورة. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة الملك سعود.
- عياد، فؤاد؛ وسعد الدين، هدى (2008). فاعلية تصور مقترح لتضمين بعض المهارات الحياتية في مقرر التكنولوجيا للصف العاشر الأساسي بفلسطين. مجلة جامعة الأقصى، سلسلة العلوم الإنسانية، مج14، ع1، ص174-218.
- الغامدي، ماجد سالم (1433هـ). المهارات الحياتية رؤية إسلامية تربوية تطبيقية. الرياض: المؤلف.
- الغامدي، ماجد سالم (2011). فاعلية الأنشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية في مقرر الحديث لطلاب الصف الثالث المتوسط، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم مناهج وطرق تدريس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- الفالح، سلطانة قاسم (1435هـ). مدى تضمين كتب علوم المرحلة المتوسطة للمهارات الحياتية من وجهة نظر معلمات العلوم بمدينة الرياض، المجلة التربوية المتخصصة، مج4، ع8، ص40-64.
- الفراحي، هادي أحمد وموسى عبد الكريم أبو سيل (2007). الأنشطة والمهارات التعليمية. دار كنوز المعرفة للنشر.
- الفهيد، رشيد راشد (2009). دليل الأنشطة الطلابية. الكويت: دار وائل.
- قشطة، أحمد عودة (2008). أثر توظيف استراتيجيات ما وراء المعرفة في تنمية المفاهيم العلمية والمهارات الحياتية بالعلوم لدى طلبة الصف الخامس الأساسي بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة. قسم المناهج وتكنولوجيا التعليم، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

- اللقاني، أحمد حسين (1996). المنهج (الأسس- المكونات- التنظيمات). دارعالم الكتب، القاهرة
- اللولو، فتحية صبحي (2005).المهارات الحياتية المتضمنة في محتوى مناهج العوم الفلسطينية للصفين الأول والثاني الأساسيين، بحث مقدم لمؤتمر الطفل الفلسطيني وتحديات المستقبل، كلية التربية، جامعة الإسلامية، غزة.
- المرزوقي، عبدالمعتم محمد (2006). فاعلية برنامج أنشطة بيئية صفية ولاصفية على تنمية المهارات والقيم البيئية لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بدولة الإمارات العربية المتحدة، رسالة دكتوراه غير منشورة. قسم التربية والثقافة البيئية، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس.
- مزعل، العنود فهد (2015). مدى توافر المهارات الحياتية في مقرر التربية الأسرية للصف الأول المتوسط وتصور مقترح لتضمينها، رسالة ماجستير غير منشورة. قسم المناهج وطرق التدريس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- مكتب التربية العربي لدول الخليج (1431هـ). برنامج المهارات الحياتية: حقيبة الصحة والسلامة، الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
- النجدي، أحمد؛ وراشد، علي؛ وعبدالهادي، منى (2003). طرق وأساليب واستراتيجيات حديثة في تدريس العلوم. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ياغي، إيمان (2008). أثر برنامج مقترح في تطوير المهارات الاجتماعية الحياتية لدى طلبة الصف الثاني الأساسي في الأردن. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Hanley, G., Heal, N., Tiger, J. & Ingvarsson, E. (2007). Evaluation of A Classwide Teaching Program for Developing Preschool Life Skills. Journal of Applied Behavior Analysis, No: 2007, Vol. 40, pp.277–300
- Klemmer, C., Waliczek, T. & Zajicek, J. (2005). Growing Mind: The Effect of a School Gardening Program on the Science Achievement of Elementary Students. Hort Technology, September, 15(3), 488- 452.
- Loubser, A. (2012). Research into Life Skills Education in the Foundation Phase: Is the Inclusion of Life Skills Really Necessary in Teaching Third World Foundation Phase Learners. The International Journal of Learning. 11, pp. 111- 130.
- Mofrad, M., Chee, K. & Koh, A. (2013). Investigating Life Skills among Young Students in Malaysia. International Journal of Social Science and Humanity, Vol. 3, No. 3, May. pp.210- 213.
- Papageorgiou, G., Kogianni, E. & Makris, N. (2007). Primary teachers' views and descriptions regarding some science activities, Chemistry Education Research and Practice, 8 (1), 52- 60.
- Yuen, M., Chan, R., Gysbers, N., Lau, P., Lee, Q., Shea, P., Fong, R. & Chung, Y. (2010). Enhancing life skills development: Chinese adolescents' perceptions. Pastoral Care in Education, Vol. 28, No. 4, December, pp. 295–310.

The Effectiveness of a program for school activities in science to develop some life skills for female students of sixth grade in Riyadh.

Abstract: This study aimed to find out the effectiveness of a program for school activities in science to develop some life skills for female students of sixth grade in Riyadh.

To achieve the objectives of the study, the content of the "Life operations" unit has been analysed to determine the health life skills contained therein, then a program of school activities was setup, in addition to a teacher guide to implement these activities, after that a life- skills test was built.

The study sample consisted of (70) female students in one of the elementary schools in Riyadh, it has been divided into two groups; the experimental group of (36) student studied the proposed program, and the control group of (34) students studied in the traditional manner, the experiment done during the first quarter of the school year 1436- 1437h.

Findings of the study were as follows:

- 1- There are statistically significant differences at level (.05) between the degrees average in the experimental and control groups in the health life- skills test as a total, favoring the experimental group.
- 2- The proposed program of health life- skills is effective for the sixth- grade female students.

The study recommended that school management should apply curricular and extracurricular activities in primary education, moreover, school should support extracurricular activities in order to help teacher to apply it without any problems.

Key words: Activity program, Life- skills, Science, Sixth grade female students.
