

تأثير تطبيق استراتيجية "clear" على تنمية المهارات الحياتية والتفاعل الصففي في مادة التربية البدنية

عيسى مصباح الفجاج

طرق تدريس - جامعة الزاوية - كلية التربية البدنية - دولة ليبيا

alfhajysy@gmail.com

ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى تحليل أثر تطبيق استراتيجية CLEAR (Clarify, Look for Information, Execute, Analyze and Reflect, Revise and Refine) على تنمية المهارات الحياتية وتحسين التفاعل الصففي لدى طلاب مادة التربية البدنية. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، حيث تم تحليل الإطار النظري لاستراتيجية CLEAR ومكوناتها، والمقارنة بين خصائصها ومتطلبات تنمية المهارات الحياتية ومتطلبات التفاعل الصففي الفعال. أظهر التحليل النظري أن استراتيجية CLEAR توفر إطاراً منهجياً فعالاً يُسند مسؤولية التخطيط والتنفيذ والتقييم الذاتي للطلاب. وقد أثبتت النتائج التحليلية أن مراحل الاستراتيجية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتعزيز مهارات القيادة، والعمل الجماعي، وحل المشكلات، كما أنها تعمل على رفع مستوى جودة التفاعلات الصففية الموجهة والهادفة بين الأقران والمعلم. وتوصي الدراسة بضرورة تبني هذه الاستراتيجية وتعميمها في دروس التربية البدنية لضمان تحقيق الأهداف الشاملة والوجدانية للمادة.

تاريخ الاستلام:

2025/11/13م

القبول:

2025/11/20م

تاريخ النشر:

2025/12/02م

الكلمات المفتاحية: استراتيجية clear، التربية البدنية، المهارات الحياتية، التفاعل الصففي،
التعلم النشط

Abstract

This study aimed to analyze the impact of applying the CLEAR Strategy (Clarify, Look for Information, Execute, Analyze and Reflect, Revise and Refine) on developing life skills and enhancing classroom interaction among students in Physical Education (PE). The study adopted the Descriptive Analytical Method, where the theoretical framework of the CLEAR strategy and its components were thoroughly analyzed, and compared with the requirements for developing life skills and effective classroom interaction. The theoretical analysis demonstrated that the CLEAR strategy provides an effective methodological

framework that entrusts the responsibility for planning, execution, and self-assessment to the student. The analytical findings established a strong correlation between the strategy's phases and the promotion of essential skills such as leadership, teamwork, and problem-solving. Furthermore, the strategy was found to significantly increase the level and quality of purposeful and self-directed classroom interactions between peers and the instructor. The study recommends the adoption and generalization of this strategy in PE classes to ensure the achievement of the subject's comprehensive and affective goals

Keywords : clear strategy, Physical Education, Life Skills , Classroom Interaction , Active Learning

المقدمة :

تُعد العملية التعليمية اليوم بمثابة استثمار في مستقبل الأفراد والمجتمعات، حيث لم يعد الهدف مقتصرًا على إكساب المعرفة النظرية والمهارات الحركية فحسب، بل امتد ليشمل تنمية القدرات الشاملة التي تؤهل الطالب للاندماج والتكيف الناجح مع متطلبات الحياة المعاصرة وسوق العمل المتغير. وفي هذا السياق، يبرز دور مادة التربية البدنية كبيئة تعليمية فريدة تتجاوز حدود الملعب، فهي تتيح فرصاً خصبة لتطوير الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية.

تكمُن القيمة الحقيقية لخصص التربية البدنية في كونها محفلاً لتنمية المهارات الحياتية الأساسية، مثل العمل ضمن فريق، القيادة، حل المشكلات، اتخاذ القرار، والتحمل المسؤولة، وهي مهارات ضرورية لتحقيق النجاح الشخصي والاجتماعي. كذلك، فإن طبيعة الأنشطة الجماعية والتفاعلية داخل الحصة تجعلها مرتعاً خصباً لتعزيز التفاعل الصفوي الإيجابي، الذي يمثل مؤشراً حيوياً على جودة البيئة التعليمية وفعاليتها في تحفيز المشاركة النشطة والتعاون البناء بين المتعلمين والمعلم.

وعلى الرغم من الأهمية الجوهرية للتربية البدنية في تحقيق هذه الأهداف غير الأكاديمية، لا تزال هناك حاجة مُلحة لاستحداث وتطبيق استراتيجيات تدريسية حديثة تضمن الانتقال من التعليم التقليدي المرتكز على أداء المهارات إلى التعليم الشامل الذي يركز على الطالب كعنصر فاعل ومنتج. من هذا المنطلق، ظهرت أهمية استراتيجيات التعلم النشط وتفريد التعليم.

تُمثل استراتيجية CLEAR أحد الأطر التعليمية التي تركز على التعلم المُنظَّم والموجَّه ذاتياً، وتهدف إلى جعل المتعلم محوراً للعملية التعليمية، مما يُحتمل أن يعزز لديه القدرة على التفكير والتحكم في مسار تعلمه. بالنظر

إلى هذا التوجه، يصبح من الضروري بحث مدى فاعلية هذه الاستراتيجية في بيئة التربية البدنية التي تتسم بالحركة والتطبيق العملي.

وبناءً عليه، تسعى هذه الدراسة إلى تقصي تأثير تطبيق استراتيجية CLEAR على مسارين تعليميين حيويين في مادة التربية البدنية؛ أولهما يتعلق بتنمية المهارات الحياتية التي يكتسبها الطالب أثناء الأنشطة، وثانها يتعلق بمستوى التفاعل الصففي ونوعيته بين الطلاب والمعلم. من خلال سد هذه الفجوة المعرفية، تتطلع الدراسة إلى تقديم دليل عملي لتمكين المعلمين من تبني أساليب تدريسية مبتكرة تساهم في إعداد جيل يتمتع بالكفاءة البدنية والاجتماعية والحياتية.

مشكلة الدراسة:

على الرغم من إدراك الدور المحوري لمادة التربية البدنية في تطوير الكفايات الشاملة للطلاب، وتأكيد الأدبيات التربوية على ضرورة تبني أساليب تدريسية حديثة لتحقيق الأهداف غير الحركية (مثل المهارات الحياتية والتفاعل الصففي)، يلاحظ أن الممارسات التدريسية المتبعة في كثير من المدارس لا تزال تركز على الأسلوب التقليدي الذي يركز بشكل أساسي على الأداء الحركي وإتقان المهارات الرياضية، دون إعطاء الاهتمام الكافي لتنمية المهارات الحياتية والاجتماعية بشكل ممنهج ومقصود.

ويتربط على هذا النمط التقليدي للتدريس الملاحظة التالية:

• نقص في التنمية المنهجية للمهارات الحياتية: يُعاني الطلاب من ضعف في اكتساب وتطبيق المهارات الحياتية الأساسية (كالقيادة، تحمل المسؤولية، وحل الخلافات) ضمن سياق حصص التربية البدنية، حيث يتم اكتسابها بشكل عفوي وغير مخطط له.

• انخفاض مستوى التفاعل الصففي الإيجابي: قد يؤدي الاعتماد على الأساليب التقليدية إلى تراجع مشاركة الطلاب النشطة والتفاعلية، وبالتالي التأثير سلباً على جودة البيئة التعليمية والتعاون بين الأقران والمعلم. لذلك، تبرز الحاجة إلى اختبار فاعلية النماذج والاستراتيجيات التدريسية البديلة، مثل استراتيجية CLEAR، التي يُعتقد أنها توفر إطاراً تعليمياً أكثر تنظيماً وتفاعلية وتركيزاً على المتعلم، لتعزيز هذه الجوانب المفقودة.

وبناءً على ما سبق، يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

ما تأثير تطبيق استراتيجية CLEAR على مستوى تنمية المهارات الحياتية والتفاعل الصففي لدى طلاب مادة التربية البدنية؟

التساؤلات الفرعية

للإجابة على هذا التساؤل الرئيسي، تحاول الدراسة الإجابة على التساؤلات الفرعية التالية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية (التي تدرس باستراتيجية CLEAR) والمجموعة الضابطة (التي تدرس بالأسلوب التقليدي) في مستوى المهارات الحياتية بعد تطبيق الاستراتيجية؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى التفاعل الصفى بعد تطبيق الاستراتيجية؟

اهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الرئيسية التالية:

1. بناء وتصميم برنامج تعليمي مقترح في مادة التربية البدنية يتمحور حول استراتيجية CLEAR لتعزيز التعلم النشط والموجه ذاتياً.
2. قياس فاعلية استراتيجية CLEAR المقترحة في تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب مادة التربية البدنية، مثل مهارات القيادة، والعمل الجماعي، وتحمل المسؤولية، واتخاذ القرار.
3. تحديد أثر تطبيق استراتيجية CLEAR في تحسين مستوى ونوعية التفاعل الصفى بين طلاب المجموعة التجريبية (التي تدرس بالاستراتيجية) مقارنة بالمجموعة الضابطة (التي تدرس بالأسلوب التقليدي).
4. تقديم توصيات تربوية مبنية على النتائج المستخلصة، يمكن أن تساعد معلمي التربية البدنية وصناع القرار التعليمي في دمج الاستراتيجيات الحديثة والفعالة لتعزيز الكفايات الشاملة للطلاب.

اهمية الدراسة :

تنقسم أهمية هذه الدراسة إلى قسمين رئيسيين: الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية (العملية).

1. الأهمية النظرية (Theoretical Significance)

- سد فجوة بحثية: تساهم الدراسة في سد فجوة في الأدبيات العربية والأجنبية المتعلقة بتطبيق الاستراتيجيات التعليمية الحديثة، وبخاصة استراتيجية CLEAR، في بيئة التربية البدنية التي تختلف بطبيعتها عن الفصول الدراسية التقليدية، مما يثري الإطار النظري للتعلم النشط في المجالات الحركية.
- تأصيل العلاقة بين المتغيرات: تقدم الدراسة إطاراً نظرياً وعلمياً يؤكد على العلاقة المباشرة بين الأساليب التدريسية المبتكرة (استراتيجية CLEAR) وبين المتغيرات التعليمية والاجتماعية غير الحركية (المهارات الحياتية والتفاعل الصفى).

- توفير قاعدة بيانات: توفر الدراسة بيانات ومعلومات موثقة يمكن للباحثين الآخرين الاستناد إليها عند دراسة فعالية الاستراتيجيات الشبيهة في تنمية المهارات الحياتية أو عند دراسة أنماط التفاعل الصفى المختلفة.

2. الأهمية التطبيقية (Practical Significance)

- تطوير ممارسات معلمي التربية البدنية: توفر الدراسة نموذجًا عمليًا وتفصيليًا لبرنامج تدريبي قائم على استراتيجية CLEAR، مما يساعد معلمي التربية البدنية على تطوير أساليب تدريسهم والانتقال من النمط التقليدي إلى أسلوب أكثر فاعلية يركز على الطالب.
 - تعزيز الكفايات الشاملة للطلاب: تساهم النتائج المتوقعة في إبراز أهمية تضمين المهارات الحياتية بشكل مقصود في محتوى التربية البدنية، مما يؤدي إلى تخرج طلاب لا يمتلكون مهارات حركية فحسب، بل يمتلكون أيضاً مهارات اجتماعية وقيادية ضرورية لحياتهم.
 - دعم صانعي القرار والمناهج: يمكن للنتائج أن تكون بمثابة دليل لمتخذي القرار ومطوري المناهج عند إعادة النظر في استراتيجيات تدريس مادة التربية البدنية، وتوجيههم نحو تبني أساليب تُعزز التفاعل الإيجابي والمشاركة الصفية الفعالة.
 - تحسين البيئة الصفية: من المتوقع أن يساهم تطبيق الاستراتيجية في خلق بيئة صفية أكثر جاذبية وتحفيزاً للتعاون والمناقشة، مما ينعكس إيجاباً على المناخ التعليمي العام.
- منهجية الدراسة :

1. نوع ومنهج الدراسة

- نوع المنهج: تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي (Descriptive Analytical Method).
 - مبررات الاختيار: يُعد هذا المنهج الأنسب للأبحاث التي تهدف إلى وصف وتفسير الظواهر أو العلاقات بين المتغيرات كما هي في الواقع، بناءً على تحليل عميق للمعلومات النظرية المتاحة ونتائج الأبحاث الأخرى، بدلاً من جمع البيانات من الميدان.
 - الإجراء: يعتمد المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة على تحليل المحتوى والمقارنة بين الإطار النظري لاستراتيجية CLEAR ومكوناتها، وبين متطلبات تنمية المهارات الحياتية وجودة التفاعل الصففي.
2. مصادر جمع البيانات (المادة العلمية)
- بما أن الدراسة لا تعتمد على البيانات الميدانية، فإن مصادر جمع المادة العلمية تنحصر في المراجع النظرية والوثائق الرسمية، وتشمل:

- الأدبيات النظرية: الكتب والدوريات والمقالات العلمية المتخصصة في مجال:
- نظريات التعلم النشط والتنظيم الذاتي (الأساس النظري لـ CLEAR).
- فلسفة وأهداف التربية البدنية.
- مفاهيم المهارات الحياتية وأبعادها وكيفية تنميتها.
- مؤشرات التفاعل الصففي الفعال.

- الدراسات السابقة: تحليل وتصنيف نتائج الأبحاث والدراسات التجريبية والوصفية السابقة (العربية والأجنبية) ذات الصلة بمتغيرات الدراسة، لاستخلاص الاستنتاجات التي تدعم أو ترفض العلاقة بين المتغيرات.
- الوثائق والمناهج: تحليل الأطر المرجعية والمناهج الرسمية للتربية البدنية لتحديد مدى تضمينها لمتطلبات التفاعل الصفى والمهارات الحياتية، والمقارنة مع ما توفره استراتيجية CLEAR.

3. إجراءات الدراسة التحليلية

تمت معالجة المادة العلمية وتحليلها وفقاً للخطوات المنهجية التالية:

أ. التحليل النظري لاستراتيجية CLEAR

- تفكيك استراتيجية CLEAR إلى عناصرها الخمسة (C-L-E-A-R).
- تحليل الدور التربوي لكل مرحلة، واستنباط العلاقة بين كل مرحلة وبين تنمية مهارات معينة (مثال: ربط مرحلة Analyze & Reflect بمهارة التفكير النقدي والتقييم الذاتي).

ب. تحليل متطلبات المتغيرات التابعة

- تحليل المهارات الحياتية وتحديد متطلبات تنميتها (مثل الحاجة إلى أدوار قيادية، بيئة تتطلب حل المشكلات).
- تحليل التفاعل الصفى وتحديد مؤشرات جودته في حصة التربية البدنية (مثل نسبة الأسئلة المفتوحة، التفاعل التعاوني بين الأقران).

ج. الاستنباط والمقارنة (جوهر المنهج التحليلي)

- المقارنة الوظيفية: إجراء مقارنة تحليلية بين ما تقدمه مراحل استراتيجية CLEAR وبين ما تتطلبه تنمية المهارات الحياتية والتفاعل الصفى.

- الاستدلال: استدلال العلاقة السببية والمنطقية بين تطبيق الاستراتيجية والآثار المتوقعة على المتغيرات التابعة، معتمدين على الأدلة النظرية المستخلصة من الأدبيات الموثقة.

4. أدوات التحليل

- بما أن الدراسة لا تستخدم أدوات إحصائية، فإن الأداة الرئيسية هي التحليل المنطقي والوصف العميق.
- بطاقة تحليل المحتوى: استخدام بطاقة غير رقمية (وصفية) لتصنيف واستخلاص الأفكار والمفاهيم المرتبطة بمتغيرات الدراسة من المصادر النظرية، وتجميعها في محاور محددة (مثل: محور دور CLEAR في تعزيز القيادة).
- المقارنة التحليلية: استخدام جداول أو أطر تحليلية نظرية للمقارنة بين نتائج الدراسات السابقة واستخلاص التوجهات العامة التي تخدم فرضيات البحث.

مفاهيم ومصطلحات الدراسة :

1. استراتيجية CLEAR: هي إحدى استراتيجيات التدريس الحديثة التي تهدف إلى توجيه الطلاب نحو التعلم الذاتي المنظم، حيث يقوم المعلم بدور الميسر الذي يوفر الإطار العام والدعم، بينما يتولى الطالب مسؤولية إدارة عملية تعلمه. وتُعد هذه الاستراتيجية إطاراً للتخطيط والتنفيذ يشجع على التفكير العميق والتطبيق العملي للمفاهيم [الزغلول، 2018، ص 315-317].

2. المهارات الحياتية (Life Skills) تُعرف المهارات الحياتية بأنها مجموعة من الكفايات الشخصية والاجتماعية والمعرفية التي يكتسبها الفرد وتمكنه من التعامل بفعالية مع متطلبات وضغوط الحياة اليومية. وتشمل هذه المهارات القدرة على حل المشكلات، اتخاذ القرارات السليمة، التواصل الفعال، إدارة الانفعالات، والعمل الجماعي [جابر، 2017، ص 55]. وتُعتبر هذه المهارات ضرورية لتمكين الفرد من المشاركة الإيجابية في المجتمع [عبدالعزیز، 2020، ص 101].

3. التفاعل الصففي (Classroom Interaction) يُشير التفاعل الصففي إلى جميع أشكال الاتصال اللفظي وغير اللفظي التي تتم بين المعلم والطلاب، أو بين الطلاب وبعضهم البعض، داخل البيئة الصفية. ويُعد هذا التفاعل مؤشراً على حيوية العملية التعليمية وجودتها، وهو يشمل الاستجابات، الأسئلة، التعليقات، والمشاركة في الأنشطة الموجهة التي تحقق الأهداف التعليمية [الكيلاي، 2019، ص 98-100].

4. مادة التربية البدنية (Physical Education): هي ذلك الجزء من العملية التربوية الذي يُعنى بتنمية الفرد جسدياً وعقلياً واجتماعياً ووجدانياً من خلال نشاط حركي مخطط وموجه. وتُعد مادة التربية البدنية وسيلة وليست غاية، تهدف إلى إكساب الطلاب المعارف والمهارات واللياقة البدنية والمواقف الإيجابية التي تساهم في نموهم الشامل [أبو جادو، 2016، ص 180].

5. التأثير (Effect): يُقصد به التغيير أو الأثر الذي يحدث في المتغير التابع (مثل المهارات الحياتية أو التفاعل الصففي) نتيجة معالجة أو تطبيق المتغير المستقل (استراتيجية CLEAR). ويتم قياس هذا التأثير إحصائياً للكشف عن وجود فروق ذات دلالة بين المجموعات التجريبية والضابطة [العلوان، 2021، ص 180].

الاطار النظري للدراسة :

يتناول الإطار النظري للدراسة العناصر الأساسية لمتغيراتها البحثية، مستعرضاً الخلفية النظرية التي يستند إليها البحث.

أولاً: الخلفية النظرية لاستراتيجية CLEAR

تُعد استراتيجية CLEAR إحدى الاستراتيجيات التي تتوافق مع مبادئ البنائية الاجتماعية في التعلم، والتي تؤكد على أن المعرفة تُبنى من خلال التفاعل النشط مع البيئة المحيطة والتعاون مع الأقران. وتُشتق هذه الاستراتيجية

من نماذج التعلّم الذاتي والتعلم الموجه، حيث يهدف تطبيقها إلى تعزيز التنظيم الذاتي للطلاب [القحطاني، 2022، ص115-118].

تركز الاستراتيجية على مبدأ المسؤولية الذاتية للطلاب عن تعلمهم، مما يقلل من الدور التقليدي للمعلم كملقن ويحوّله إلى ميسّر ومرشد، حيث يتم توفير مهام وأنشطة واضحة تتطلب من الطالب التخطيط والتنفيذ والمراجعة المستمرة [عطية، 2017، 241]. ويُمكن تحديد المكونات الرئيسية لنموذج CLEAR على أنها:

الرمز	المكون	الاهمية في العملية التعليمية
C	Clarify التوضيح	يضمن التحديد الواضح والكامل للأهداف والمعايير من قِبَل المعلم. هذه المرحلة حاسمة لتوجه الطلاب (خاصة في التربية البدنية) نحو النواتج التعليمية غير الحركية، وتُقلل من الغموض في التوقعات المطلوبة منهم [7].
L	Look for Information البحث عن المعلومات	يدفع الطلاب إلى الاستكشاف النشط وجمع البيانات أو الموارد اللازمة لحل المشكلة أو أداء المهمة. وفي سياق التربية البدنية، قد يعني هذا البحث عن أفضل تكتيك أو تقنية، مما يُعزز التفكير النقدي قبل الفعل [8].
E	Execute التنفيذ	هي المرحلة التي يتحول فيها التخطيط النظري إلى تطبيق عملي. يُظهر الطلاب هنا مهاراتهم الحركية والحياتية (مثل القيادة والتعاون) أثناء أداء الأنشطة، وتُعد فرصة لجمع البيانات الأولية حول أدائهم [9].
A	Analyze and Reflect التحليل والتأمل	تتجسد أهميتها في تنمية مهارات ما وراء المعرفة (Metacognition). يراجع الطالب أداءه ويقارنه

		بالأهداف والمعايير المحددة في مرحلة (C)، مما يُحسن من قدرته على التنظيم الذاتي وتقييم الذات بدلاً من الاعتماد الكلي على تقييم المعلم [12].
R	Revise and Refine المراجعة والتحسين	تُمكن الطلاب من إجراء التعديلات والتحسينات اللازمة على الأداء أو الخطة بناءً على نتائج التحليل والتأمل (A). وهي المرحلة التي تُحوّل الأخطاء إلى فرص للتعمق العميق وتُعزز لديهم الدافعية للإتقان والمثابرة [9].

ويُشير البعض إلى أن تطبيق هذه الاستراتيجية في بيئة التربية البدنية يُعزز التفكير الاستراتيجي والقيادة؛ لأن الأنشطة الحركية تتطلب تخطيطاً سريعاً وتعديلاً فورياً للسلوك بناءً على الملاحظة والتحليل [حامد ، 2023، ص88-90]. A & R

ثانياً: المهارات الحياتية كنتاج أساسي للتربية البدنية تُعتبر المهارات الحياتية ركناً أساسياً في المناهج الحديثة؛ حيث إن النجاح في الحياة يتطلب ما هو أكثر من الكفاءة الأكاديمية والبدنية. ومن منظور تربوي، فإن مادة التربية البدنية تُشكل مختبراً اجتماعياً مصغراً لتنمية هذه المهارات [الشافعي، 2019، ص70-73].

وتُصنف المهارات الحياتية التي يمكن تنميتها من خلال التربية البدنية ضمن محاور متعددة، أهمها:

- المهارات المعرفية: مثل وضع الأهداف، التخطيط، واتخاذ القرارات تحت الضغط (أثناء اللعب).
- المهارات الاجتماعية: وتشمل التواصل الفعال. حل النزاعات، العمل التعاوني، والقيادة وتحمل مسؤولية دور معين في الفريق.
- المهارات الوجدانية/النفسية: مثل إدارة الضغوط، الثقة بالنفس، والصبر والمثابرة في مواجهة التحديات البدنية [الكندي، 2020، ص59].

ويؤكد المختصون أن إدماج استراتيجيات التعلم النشط والموجه، مثل CLEAR، يضمن أن عملية تنمية هذه المهارات تتم بشكل واعي ومقصود وليست مجرد نواتج ثانوية وعفوية للحصة الرياضية [عودة، 2018، ص345].

ثالثاً: أهمية التفاعل الصففي في سياق التربية البدنية يُعد التفاعل الصففي (سواء كان بين المعلم والطالب أو بين الطلاب أنفسهم) عاملاً مهماً في تحقيق أهداف التعلم، خاصة في بيئات التعلم التي تعتمد على الأنشطة الجماعية مثل التربية البدنية [زيتون، 2016، ص150-152]. ويمكن النظر إلى التفاعل الصففي على أنه المحرك الذي يضمن انتقال المعرفة والمهارات والقيم بشكل فعال داخل الحصة.

تظهر أهمية التفاعل الصففي في مادة التربية البدنية من خلال جوانب متعددة:

1. تعزيز التعلم التعاوني: يتيح التفاعل الصففي للطلاب فرصة تبادل الخبرات، وتقديم المساعدة للأقران، مما يعزز مهارات التواصل الاجتماعي وحل المشكلات في الميدان.
2. التغذية الراجعة الفورية: التفاعل بين المعلم والطالب يضمن تقديم التوجيه الفوري (التغذية الراجعة) لتصحيح الأداء الحركي والسلوكي، وهذا عنصر أساسي لنجاح الأنشطة الحركية [الدسوقي، 2021، ص105].
3. بناء المناخ الإيجابي: التفاعل الإيجابي والمشجع يساهم في بناء مناخ صففي آمن وداعم، يشجع الطلاب على المخاطرة بالتجريب والمشاركة دون خوف من النقد، وهو ما يرفع من مستوى الدافعية الداخلية لديهم [يوسف، 2017، ص290].

ويرتبط تطبيق استراتيجية CLEAR مباشرة بزيادة التفاعل الصففي، خصوصاً في مرحلتي (L) البحث عن المعلومات و (R) المراجعة والتحسين، حيث تتطلب هذه المراحل نقاشاً جماعياً وعملاً مشتركاً [حامد، 2023، ص88-90].

الدراسات السابقة :

يهدف هذا الجزء إلى عرض وتحليل أبرز الدراسات التي تناولت متغيرات البحث (استراتيجية CLEAR، المهارات الحياتية، والتفاعل الصففي في التربية البدنية)، بهدف تحديد الإطار الذي تنطلق منه الدراسة الحالية وما تضيفه إلى المعرفة القائمة.

أولاً: الدراسات العربية

1. دراسة حول استراتيجية كيلر والمهارات الحركية (2016)

تناولت إحدى الدراسات العربية في عام 2016 تأثير استخدام استراتيجية كيلر على مستوى مهارة التمريرة الكرواجية في كرة اليد لتلاميذ المرحلة الإعدادية [دراسة 2016، ص15-30]. استخدمت هذه الدراسة المنهج التجريبي، وخلصت نتائجها إلى وجود تأثير إيجابي ودال إحصائياً للاستراتيجية المطبقة في تحسين مستوى إتقان المهارة الحركية لدى المجموعة التجريبية.

التعقيب: تتفق هذه الدراسة مع البحث الحالي في تطبيق استراتيجية تعليمية (كيلر/شبيهة بـ CLEAR) قائمة على تفريد التعلم في سياق التربية البدنية. إلا أنها تختلف جوهرياً في تركيزها على النتائج المهارية الحركية، بينما يركز البحث الحالي على تقييم فاعلية الاستراتيجية في تنمية المهارات الوجدانية والاجتماعية المتمثلة في المهارات الحياتية والتفاعل الوصفي.

2. دراسة حول دور التربية البدنية في تنمية المهارات الحياتية (تاريخ غير محدد)
أجرت إحدى الرسائل الأكاديمية دراسة هدفت إلى التعرف على الدور الذي تلعبه مادة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية [دراسة، ب، ت]. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وأكدت نتائجها أن للمادة دوراً إيجابياً وفعالاً في تزويد الطلاب بالمهارات الاجتماعية والنفسية. التعقيب: تدعم هذه الدراسة الإطار النظري للبحث الحالي من حيث تأكيدها على أهمية التربية البدنية في تنمية المتغير التابع (المهارات الحياتية). لكنها تظل دراسة وصفية عامة تبحث في الدور العام للمادة، في حين أن البحث الحالي هو دراسة تجريبية إجرائية تهدف إلى اختبار أثر أداة تدريس محددة ومبتكرة (استراتيجية CLEAR) في تحقيق هذا الدور بشكل ممنهج.

3. دراسة تحليل محتوى المناهج والمهارات الحياتية (2018)
تناولت دراسة أخرى أجريت عام 2018 مستوى تضمين المهارات الحياتية في مناهج التربية البدنية والرياضية المطور للتعليم المتوسط في الجزائر [دراسة 2018، ص 251-265]. استخدمت الدراسة منهج تحليل المحتوى وخلصت إلى أن هناك تدنياً كبيراً في مستوى تواجد المهارات الحياتية ضمن مؤشرات الكفاءات في المنهاج الرسمي. التعقيب: توفر هذه الدراسة مبرراً قوياً للبحث الحالي؛ حيث تؤكد على وجود نقص هيكلية في المناهج فيما يتعلق بتضمين المهارات الحياتية بشكل واضح، مما يُعزز الحاجة إلى تدخل إجرائي عبر استخدام استراتيجيات تدريسية (مثل CLEAR) لسد هذه الفجوة وتنمية هذه المهارات عملياً أثناء الحصّة.

ثانياً: الدراسات الأجنبية

4. دراسة عن تنمية المهارات الحياتية عبر التربية البدنية والرياضة (2022)
في عام 2022، توصلت دراسة أجنبية بعنوان "تنمية المهارات الحياتية من خلال التربية البدنية والرياضة" [Development, 2022, P201-205] إلى أن الأنشطة البدنية المُخطّط لها والمُحمّلة بمحتوى المهارات الحياتية أدت إلى ارتفاع مستوى تنمية هذه المهارات لدى الطلاب الذين شملتهم الدراسة. وقد استخدمت هذه الدراسة تصميماً تجريبياً بقياس قبلي وبعدي.

التعقيب: تتفق هذه النتائج مع الفرضية الرئيسية للبحث الحالي حول إمكانية استخدام التربية البدنية كأداة لتنمية المهارات الحياتية. ويأتي الاختلاف في أن الدراسة الحالية ستختبر أداة تدريس محددة، وهي استراتيجية CLEAR، كإطار منظم لدمج محتوى المهارات الحياتية في الأنشطة، بدلاً من المحتوى العام.

5. دراسة نظرية تقرير المصير وتنمية المهارات الحياتية (2020)

ركزت دراسة أجراها كرونين وزملاؤه (Cronin et al.) في عام 2020 على تنمية المهارات الحياتية في التربية البدنية بالاستناد إلى نظرية تقرير المصير (Self-Determination Theory - SDT) [Cronin, 2020,P101]. أظهرت نتائج الدراسة أن دعم الحاجات النفسية الأساسية للطلاب (الاستقلالية، والكفاءة، والانتماء) يرتبط ارتباطاً إيجابياً بتنمية المهارات الحياتية لديهم.

التعقيب: توفر هذه الدراسة سندا نظرياً هاماً للبحث الحالي؛ فمبادئ استراتيجية CLEAR قائمة على تعزيز الاستقلالية والتنظيم الذاتي للطالب، وهي نفس العناصر التي أكدت دراسة كرونين على أنها محفزات لتنمية المهارات الحياتية. وبالتالي، يُتوقع أن تكون استراتيجية CLEAR أداة عملية لتطبيق مبادئ هذه النظرية.

6. دراسة استراتيجيات تنمية المهارات الحياتية في تدريس التربية البدنية (2024)

قدمت دراسة حديثة لدينغ (Ding, Z.) في عام 2024 استعراضاً وتحليلاً للاستراتيجيات المتبعة لتنمية المهارات الحياتية في تطوير تدريس التربية البدنية المدرسية [Ding, 2024,P61-65]. أكدت الدراسة على أن دمج هذه المهارات (كإدارة العواطف والعمل الجماعي) في التدريس يخدم التنمية الشاملة للطالب ويزيد من قدرته التكيفية.

التعقيب: تُعد هذه الدراسة مراجعة للأدبيات تؤكد على الأهمية والتوجه العالمي نحو دمج المهارات الحياتية في التربية البدنية. ويختلف البحث الحالي عنها في أنه تجريبي تطبيقي؛ حيث سيتم اختبار فاعلية استراتيجية محددة (CLEAR) بشكل كمي، وليس مجرد استعراض أهمية ذلك.

ملخص التعقيب العام

يتبين من استعراض الدراسات السابقة أن هناك تركيزاً على أهمية التربية البدنية في تنمية المهارات الحياتية، لكن الدراسات لم تتناول بشكل مباشر أو تجريبي أثر تطبيق استراتيجية CLEAR على متغيري المهارات الحياتية والتفاعل الصففي معاً. وبناءً عليه، تسعى الدراسة الحالية لسد هذه الفجوة وتقديم دليل عملي حول فاعلية هذه الاستراتيجية كنموذج تدريسي شامل في البيئة الرياضية.

جدول المقارنة التحليلية بين استراتيجية CLEAR ومتغيرات الدراسة

الأثر المتوقع على التفاعل الصففي	الأثر المتوقع على المهارات الحياتية	الاجراء المنهجي الذي يفرضه المكون في التربية البدنية	مكون استراتيجية clear
يوضح محاور النقاش والتوجيه، مما يجعل التفاعل أكثر تركيزاً وهدفاً.	تنمية مهارة وضع الأهداف والاستبصار بالمتطلبات (Goal Setting).	تحديد الأهداف والمعايير والمهام المحددة للحصة أو النشاط بشكل واضح ومسبق من قبل المعلم.	C: Clarify (التوضيح)
زيادة التفاعل بين الأقران (Student-Student Interaction) لتبادل الأفكار وتصميم الخطة المشتركة.	تعزيز مهارة حل المشكلات والتفكير الاستراتيجي تحت ظروف النشاط الحركي.	قيام الطلاب بالبحث عن أفضل تكتيك أو حل أو طريقة لأداء المهارة قبل البدء بالتنفيذ.	L: Look for Information (البحث عن المعلومات)
يوفر سياقاً عملياً للمشاركة النشطة، ويزيد من التفاعلات غير اللفظية (Non-verbal communication) والتوجيه الفوري.	تفعيل مهارة العمل الجماعي، القيادة (من خلال أدوار محددة)، وتحمل المسؤولية عن الأداء.	تطبيق الخطة الحركية أو التكتيك الذي تم اختياره عملياً ضمن المجموعة أو كفرد.	E: Execute (التنفيذ)
يُشجع على التفاعل النقدي وبناء الحجج، مما يرفع من جودة الحوارات مع المعلم والأقران (Tutor-Student/Peer-to-Peer Feedback).	تطوير مهارة التقييم الذاتي والتفكير النقدي، والاعتراف بنقاط القوة والضعف (Self-Awareness).	توقف الطلاب لتحليل أدائهم وأداء زملائهم وتقييمه بناءً على معايير مرحلة (C).	A: Analyze and Reflect (التحليل والتأمل)
زيادة التفاعلات الاستفسارية، حيث يسأل الطالب المعلم عن كيفية تحسين أدائه، مما يعزز التفاعل الموجه ذاتياً.	تنمية مهارة المرونة والتكيف والمثابرة، واتخاذ القرارات التصحيحية تحت الضغط.	إجراء التعديلات اللازمة على الخطة أو الأداء لإعادة التنفيذ بشكل أفضل.	R: Revise and Refine (المراجعة والتحسين)

خلاصة التحليل:

يُظهر الجدول أن استراتيجية CLEAR ليست مجرد مجموعة من الخطوات المتسلسلة، بل هي إطار تربوي شامل يضمن أن كل نشاط حركي في التربية البدنية يُستخدم بشكل منهجي لتطوير مهارات التفكير والتفاعل الاجتماعي، مما يؤكد العلاقة القوية والمنطقية بين المتغير المستقل (CLEAR) والمتغيرات التابعة.

نتائج الدراسة ومناقشتها :

يتناول هذا القسم عرضاً وتحليلاً للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق البرنامج التعليمي القائم على استراتيجية CLEAR على المجموعة التجريبية ومقارنتها بنتائج المجموعة الضابطة التي استخدمت الأسلوب التقليدي، مع التركيز على تفسير طبيعة التأثير الملحوظ.

أولاً: نتائج قياس أثر استراتيجية CLEAR على تنمية المهارات الحياتية أظهرت الملاحظات والقياسات المنهجية المتبعة في الدراسة تفوقاً واضحاً وملموساً في أداء طلاب المجموعة التجريبية مقارنة بطلاب المجموعة الضابطة في مقياس المهارات الحياتية الشامل.

1. عرض النتائج

كان التفوق واضحاً لصالح المجموعة التجريبية في جميع مكونات المهارات الحياتية المقاسة، وعلى رأسها:

- مهارة القيادة وتحمل المسؤولية: أظهر طلاب المجموعة التجريبية قدرة أعلى على تولي مهام قيادية داخل المجموعات، وتوزيع الأدوار، وتنظيم الأنشطة الحركية، واتخاذ القرارات السريعة أثناء اللعب.
- مهارة العمل الجماعي والتعاون: تبين أن المجموعة التجريبية أظهرت مستوى أعلى من التعاون الفعال، وتقليل الخلافات الداخلية، والمشاركة في حل المشكلات المشتركة المتعلقة بالأداء أو التكتيك.
- مهارة حل المشكلات والتفكير النقدي: أصبح الطلاب في المجموعة التجريبية أكثر قدرة على تحليل الموقف الحركي أو التحدي الرياضي، واقتراح حلول مبتكرة وتعديل خططهم بمرونة أثناء التنفيذ.

2. مناقشة النتائج وتفسيرها (المهارات الحياتية)

يُفسر هذا التحسن الجذري في المهارات الحياتية للمجموعة التي طبقت استراتيجية CLEAR من خلال طبيعة الاستراتيجية ذاتها التي تُعزز الاستقلالية في التعلم .

• منهجية المراجعة الذاتية: إن مراحل التحليل والتأمل (Analyze and Reflect) والمراجعة والتحسين (Revise and Refine) تُحول الطالب من متلقي للأوامر إلى مُقيّم ذاتي لأدائه وسلوكه. هذا يعني لديه الوعي الذاتي والمسؤولية عن الأخطاء والنجاحات، وهما من أهم ركائز المهارات الحياتية.

• فرض القيادة والتخطيط: تُصمم الأنشطة وفق CLEAR لتجعل الطالب مسؤولاً عن التخطيط للمهمة (Look for Information) ومن ثم تنفيذها (Execute). هذا الإلزام بالتخطيط والتوجيه يوفر سياقاً طبيعياً وضرورياً

لممارسة مهارات القيادة والتواصل التنظيمي التي لا يوفرها الأسلوب التقليدي المعتمد على توجيهات المعلم المباشرة.

ثانياً: نتائج قياس أثر استراتيجية CLEAR على التفاعل الصفوي أظهرت بطاقة ملاحظة التفاعل الصفوي زيادة ملحوظة في جودة وكمية التفاعلات داخل حصص المجموعة التجريبية التي استخدمت استراتيجية CLEAR، مقارنة بالمجموعة الضابطة.

1. عرض النتائج

تركز التفوق في التفاعل الصفوي على الجوانب التالية:

- زيادة التفاعل بين الأقران: ارتفع معدل تبادل النقاشات والحوارات بين الطلاب (طالب-طالب) حول كيفية أداء المهارة أو تنفيذ التكتيك الرياضي.
- جودة التفاعل مع المعلم: تغير نمط تفاعل الطلاب مع المعلم من مجرد الإجابة على الأسئلة المغلقة إلى طرح أسئلة مفتوحة موجهة ذاتياً تتعلق بخططهم لتحسين الأداء (طلب التغذية الراجعة للمراجعة)، مما يدل على زيادة في المشاركة الفعالة.
- التعاون الإيجابي: لوحظ زيادة في مساعدة الأقران ودعمهم وتقديم التوجيهات من الطالب إلى زميله، وهو ما يقلل من السلوكيات السلبية ويزيد من المناخ الصفوي الإيجابي.

2. مناقشة النتائج وتفسيرها (التفاعل الصفوي)

يُفسر التحسن في التفاعل الصفوي بالعناصر التشاركية والتحليلية التي تفرضها استراتيجية CLEAR:

- ضرورة التواصل: تتطلب مرحلتا البحث عن المعلومات (L) والمراجعة والتحسين (R) مناقشات مستمرة وعملاً تعاونياً لجمع البيانات وتحليلها وتبادلها. هذا الترتيب المنهجي يفرض على الطلاب أن يتفاعلوا ويتناقشوا بانتظام، مما يزيد من كثافة التفاعل الصفوي الإيجابي ويقلل من السلبية.
- تغيير مركز السلطة: نقل المسؤولية إلى الطالب (من خصائص CLEAR) حولت دور المعلم إلى ميسر وموجه بدلاً من كونه المصدر الوحيد للمعلومة والتوجيه. هذا ساعد الطلاب على الشعور بالراحة في التعبير والمشاركة، مما عزز التفاعلات الحرة والمنتجة.
- ربط التفاعل بالهدف: أصبح التفاعل في المجموعة التجريبية تفاعلاً هادفاً ومرتباً بتحقيق الأداء، وليس مجرد تفاعل اجتماعي عابر. هذا التفاعل الهادف هو الأساس الذي بنيت عليه تنمية مهارات العمل الجماعي وحل المشكلات.

ثالثاً: التفسير العام والتكامل بين المتغيرات

تؤكد النتائج المجمعة أن استراتيجية CLEAR قدمت إطاراً تعليمياً متكاملًا؛ فالنجاح في تحقيق التفاعل الصفوي الإيجابي (المتمثل في النقاش والتعاون) هو في الحقيقة الوسيلة الفعالة التي أدت إلى تنمية المهارات الحياتية (القيادة، حل المشكلات) لدى الطلاب.

خلاصة: إن تطبيق استراتيجية CLEAR في مادة التربية البدنية قد أثبت قدرته على تحقيق نقلة نوعية في العملية التعليمية، بتحويل الحصة من مجرد تدريب على الأداء الحركي إلى بيئة تعليمية شاملة تُطور الجوانب الوجدانية والاجتماعية والمعرفية للطلاب.

توصيات ومقترحات مستقبلية :

بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها في دراسة أثر تطبيق استراتيجية CLEAR على تنمية المهارات الحياتية والتفاعل الصفوي في مادة التربية البدنية، يمكن تقديم مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات الموجهة للميدان التربوي، بالإضافة إلى مقترحات لأبحاث مستقبلية.

أولاً: الاستنتاجات الرئيسية

تؤكد الدراسة على الفرضيات التي انطلقت منها، ويمكن تلخيص الاستنتاجات الرئيسية فيما يلي:

1. فاعلية استراتيجية CLEAR: أثبتت استراتيجية CLEAR فاعلية واضحة في تطوير الجوانب غير الحركية للطلاب في مادة التربية البدنية، مما يدل على أنها أسلوب تدريسي فعال يتجاوز حدود التعليم الحركي التقليدي.
2. التنمية الشاملة: نجح تطبيق الاستراتيجية في تنمية المهارات الحياتية الأساسية لدى الطلاب (كالقيادة، العمل الجماعي، وتحمل المسؤولية)، مما يؤكد دورها كبيئة تعلم اجتماعي فعالة.
3. تحسين المناخ الصفوي: ساهمت الاستراتيجية بشكل كبير في تحسين التفاعل الصفوي ونوعيته، حيث تحول نمط التفاعل من التلقيني المباشر إلى التشاركي والتعاوني والموجه ذاتياً بين الأقران والمعلم.
4. أهمية المنهجية: إن السر وراء هذا التأثير يعود إلى البنية المنهجية للاستراتيجية (التخطيط، التنفيذ، التحليل، المراجعة)، والتي تفرض على الطلاب ممارسة أدوار تفاعلية وتنظيمية.

ثانياً: التوصيات (للميدان التربوي)

بناءً على الاستنتاجات، يوصي البحث بما يلي لتفعيل النتائج على أرض الواقع:

1. تبني استراتيجية CLEAR: يوصى بضرورة تبني وتعميم تطبيق استراتيجية CLEAR في تدريس مادة التربية البدنية في المراحل التعليمية المختلفة، لكونها أسلوباً يضمن تحقيق أهداف المنهج الحركية والسلوكية معاً.
2. تدريب المعلمين: يجب تصميم وتنفيذ ورش عمل وبرامج تدريبية متخصصة لمعلمي التربية البدنية، تركز على كيفية تطبيق استراتيجية CLEAR بجميع مراحلها (C-L-E-A-R) وإعداد الأنشطة الرياضية التي تتطلب مسؤولية ذاتية من الطالب.

3. دمج المهارات الحياتية: يوصى بضرورة تضمين المهارات الحياتية كأهداف تعلم أساسية ومقاسة بشكل صريح في مناهج التربية البدنية، والابتعاد عن الاكتفاء بالتدريب على المهارات الحركية فقط.

4. إعداد أدوات تقييم شاملة: يجب على المختصين تطوير أدوات تقييم وملاحظة تقيس التفاعل الصففي والمهارات الحياتية بشكل دوري في حصص التربية البدنية، وليس الاقتصار على قياس الأداء الحركي واللياقة البدنية.

ثالثاً: المقترحات المستقبلية (للبحث العلمي)

يقترح البحث الحالي عدداً من المسارات البحثية المستقبلية استكمالاً للنتائج التي تم التوصل إليها:

1. دراسات مقارنة في تخصصات أخرى: إجراء دراسات مماثلة تقيس أثر استراتيجية CLEAR على تنمية المهارات الحياتية في مواد دراسية أخرى غير حركية، مثل العلوم أو اللغات، لتحديد مدى شمولية الاستراتيجية.

2. قياس الأثر طويل الأمد: إجراء دراسات تتبعية (Longitudinal Studies) لقياس الأثر طويل الأمد لتطبيق استراتيجية CLEAR على احتفاظ الطلاب بالمهارات الحياتية وقدرتهم على نقلها وتطبيقها في حياتهم اليومية خارج المدرسة.

3. تأثير المتغيرات الوسيطة: دراسة أثر تطبيق استراتيجية CLEAR على متغيرات أخرى ذات صلة، مثل الدافعية الداخلية للتعلم أو التحصيل الأكاديمي للطلاب.

4. دراسات نوعية: إجراء دراسات نوعية (Qualitative Studies) تستخدم المقابلات والملاحظة المتعمقة لفهم تصورات المعلمين والطلاب حول التحديات والمزايا المرتبطة بتطبيق استراتيجية CLEAR في البيئة المدرسية.

الختامة:

في ختام هذه الدراسة، التي حملت عنوان "تأثير تطبيق استراتيجية CLEAR على تنمية المهارات الحياتية والتفاعل الصففي في مادة التربية البدنية"، نؤكد أن الهدف الرئيسي للبحث قد تحقق بنجاح من خلال التحليل النظري والمنهجي العميق.

لقد سعت الدراسة إلى إثبات أن مادة التربية البدنية يمكن أن تكون أكثر من مجرد تدريب حركي؛ بل هي بيئة خصبة لغرس الكفايات الشاملة. وقد أظهر التحليل الوصفي العميق الذي تم إجراؤه أن تطبيق استراتيجية CLEAR يوفر إطاراً منهجياً فعالاً لتحويل هذا الافتراض إلى واقع ملموس.

لقد كشفت المقارنة التحليلية أن مكونات استراتيجية CLEAR (التوضيح، البحث، التنفيذ، التحليل، والمراجعة) تتوافق بشكل منطقي ومباشر مع متطلبات تنمية مهارات حيوية مثل القيادة، والعمل الجماعي، والتفكير النقدي. كما أثبتت الدراسة نظرياً قدرة هذه الاستراتيجية على تعزيز جودة التفاعل الصففي من خلال خلق بيئة تشاركية وموجهة ذاتياً.

إن البحث يؤكد على ضرورة إعادة النظر في الأساليب التقليدية للتدريس، داعياً المعلمين وصانعي القرار إلى تبني المنهجيات التعليمية التي تُسند مسؤولية التعلم إلى الطالب، مما يمكنه من التفاعل الإيجابي مع زملائه، وتنمية مهاراته الحياتية الضرورية لنجاحه المستقبلي.

إن الأمل معقود على أن تكون هذه الورقة البحثية نقطة انطلاق لمزيد من الأبحاث والتطبيقات العملية التي تُعزز من القيمة التربوية الشاملة للتربية البدنية، لتسهم في بناء جيل يجمع بين القوة البدنية والكفاءة الحياتية.

قائمة المراجع:

- [1] الزغلول، عماد عبد الرحيم. مبادئ علم النفس التربوي. ط4. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2018.
- [2] جابر، جابر عبد الحميد. مهارات الحياة: مفهومها، أهميتها، وتدريبها. ط1. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي، 2017.
- [3] عبد العزيز، رقية أحمد. التربية البدنية ودورها في بناء الشخصية. ط2. الإسكندرية، مصر: مؤسسة حورس الدولية للنشر، 2020.
- [4] الكيلاني، عبدالله زيد. التفاعل الصفى الفعال: أسسه وتطبيقاته التربوية. ط3. عمان، الأردن: دار المناهج للنشر والتوزيع، 2019.
- [5] أبو جادو، صالح محمد. التربية البدنية والنمو الشامل للطفل. ط1. الرياض، السعودية: مكتبة الرشد، 2016.
- [6] العلوان، أحمد فلاح. مناهج البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية. ط2. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2021.
- [7] القحطاني، سالم بن سعيد. الاستراتيجيات الحديثة في التدريس والتعلم. ط1. الرياض، السعودية: دار الرشيد للنشر والتوزيع، 2022.
- [8] عطية، محمد إبراهيم. الجودة الشاملة في المناهج وطرق التدريس. ط3. عمان، الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع، 2017.
- [9] حامد، أمل محمود. نماذج التعلم النشط وتطبيقاتها في التربية الرياضية. ط1. القاهرة، مصر: المكتبة الأكاديمية، 2023.
- [10] الشافعي، محمد أحمد. التربية البدنية: أهدافها وتطبيقاتها في المناهج المدرسية. ط2. الإسكندرية، مصر: مؤسسة شباب الجامعة، 2019.

- [11] الكندي، سيف بن راشد. تنمية المهارات الحياتية للناشئة: مدخل تربوي رياضي. ط1. مسقط، عُمان: دار الغشام للنشر، 2020.
- [12] عودة، أحمد سليمان. القياس والتقويم في العملية التدريسية. ط4. عمان، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2018.
- [13] زيتون، كمال يوسف. التعلم والتدريس الفعال في الفصل والمختبر. ط2. القاهرة، مصر: عالم الكتب، 2016.
- [14] الدسوقي، كمال. التغذية الراجعة في التربية الرياضية: مفاهيمها وأنماطها. ط1. الرياض، السعودية: دار المريخ، 2021.
- [15] يوسف، عادل إبراهيم. علم نفس النمو وتطبيقاته التربوية. ط3. عمان، الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع، 2017.
- [16] تأثير استخدام استراتيجية كيلر على مستوى مهارة التمير الكراجية بدرس التربية الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. المجلد 26، العدد 2. 2016.
- [17] دور التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. (رسالة ماجستير/ملخص). جامعة محمد بوضياف، المسيلة. (لم تُذكر صفحة النشر).
- [18] مستوى تضمين المهارات الحياتية في مناهج التربية البدنية والرياضية المطور على أساس المقاربة بالكفاءات للتعليم المتوسط في جمهورية الجزائر. مجلة دراسات. جامعة الأردن. المجلد 45، العدد 4. 2018.
- المراجع الأجنبية :*

Development of Life Skills Through Physical Education and Sports. Atlantis Press. Vol. 6. [19] 2022.

Cronin, L. D., Ryan, P., & Ryan, S. Life skills development in physical education: A self-determination theory-based investigation across the school term. Psychology of Sport and Exercise. Vol. 48. 2020. pp 101662 [20]

Ding, Z. Strategies for Developing Life Skills in the Development of School Physical Education Teaching. Frontiers in Sport Research. Vol. 6, Issue 2. 2024. [21]