

أنشطة التوكاتسو وتنمية مهارات فعالية الحياة لتلاميذ المدارس المصرية اليابانية

أ/ فريدة فؤاد محمد

باحثة ماجستير

أ.م.د. شيماء سمير محمد

أستاذ مساعد تكنولوجيا التعليم-كلية التربية النوعية- جامعة المنيا



مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية

معرف البحث الرقمي DOI: 10.21608/jedu.2022.117828.1585

المجلد التاسع العدد 44 . يناير 2023

التقييم الدولي

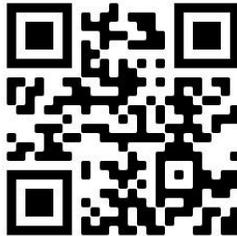
P-ISSN: 1687-3424

E- ISSN: 2735-3346

موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري <https://jedu.journals.ekb.eg/>

موقع المجلة <http://jrfse.minia.edu.eg/Hom>

العنوان: كلية التربية النوعية . جامعة المنيا . جمهورية مصر العربية



أنشطة التوكاتسو وتنمية مهارات فعالية الحياة لتلاميذ المدارس المصرية اليابانية المستخلص:

هدف البحث إلى تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدارس اليابانية المصرية من خلال أنشطة التوكاتسو، حيث تم تحديد مهارات فعالية الحياة المراد تنميتها لدى عينة البحث، وتم اتباع المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي، والتصميم شبه التجريبي ذو المجموعتين (المجموعة التجريبية الأولى التي درست أنشطة التوكاتسو من بعد، والمجموعة التجريبية الثانية التي درست الأنشطة بالفصل) حيث تكونت مجموعة البحث من (15) تلميذ من الصف الثالث الابتدائي، وتمثلت أدوات البحث في بطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة .

تم تطبيق أساليب المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج "SPSS.V 21" وجاءت النتائج البحث موضحة فاعلية أنشطة التوكاتسو من بعد في تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدرسة المصرية اليابانية، وأوصى البحث الحالي بتطوير أهداف ومحتوى التعلم في ضوء توظيف أنشطة التوكاتسو من بعد، واستخدام هذه الأنشطة في تحسين وتطوير مهارات ومستويات التعلم في المقررات المختلفة.

الكلمات المفتاحية: أنشطة التوكاتسو، مهارات فعالية الحياة .

Tokkatsu Activities and Life Effectiveness Skills for Japanese School Students

Abstract

The research aimed to develop life effectiveness skills among Japanese-Egyptian schoolchildren through tokatsu activities, where the life effectiveness skills to be developed in the research sample were identified, and the descriptive analytical approach and the experimental method were followed, and the quasi-experimental design with two groups (the first experimental group that studied the activities of the tokatsu From a distance, and the second experimental group that studied the activities in the classroom), where the research group consisted of (15) students from the third grade of primary school, and the research tools were represented in the assessment card for the performance of life skills skills.

Statistical processing methods were applied using the program "SPSS.V 21", and the research results showed the effectiveness of remote tokatsu activities in developing life effectiveness skills for Egyptian-Japanese school students. The current research recommended developing learning objectives and content in light of employing remote tokatsu activities, and using these Activities in improving and developing the skills and levels of learning in the various courses.

Keywords:. Tokkatsu Activities , Life Effectiveness Skills

ركزت رؤية مصر 2030 على العديد من الأهداف الاستراتيجية، والتي ترتقي بشأن محور التعليم وبذل الجهود لضمان إتاحة التعلم للجميع دون التمييز وتوفير مناخ إيجابي يحقق متعة التعلم، مرتكزاً على التلميذ القادر على التفكير والتمكن علمياً وتقنياً وتكنولوجياً وأن يتم تحفيز التلميذ من خلال الأنشطة التعليمية لذلك أصبح من الضروري تطوير الأنشطة والاستراتيجيات التعليمية لمواكبة التطور والتقدم العلمي والانفجار المعرفي.

لذا فإن المدرسة اليابانية تعتبر من أفضل التجارب على مستوى العالم حيث اتجهت الأنظار إلى تطبيق النموذج الياباني في التعليم المصري لأنه يهتم ببناء، وتنمية شخصية التلميذ، وقدراته الذاتية من خلال أنشطة التوكاتسو (الأنشطة الخاصة) وهي نوع من الأنشطة التربوية التي تقوم على تنمية الشعور بالمسؤولية اتجاه المجتمع والبيئة المدرسية المحيطة وتحقيق التنمية الشاملة المتوازنة بين الجوانب الاجتماعية والعاطفية والجوانب الأكاديمية للطفل، واكسابهم قيم وسلوكيات وعادات إيجابية أبرزها التعاون، ومهارات التعامل مع الآخرين والنظافة والنظام والالتزام والاستقلالية وحل المشكلات وغيرها من الصفات الحميدة التي تكون شخصية التلميذ. (فريال بشرى ، 2018)

وطبقا لنتائج التقرير الدولي The Program for International student Assessment (PISA) وهو برنامج عالمي يهدف إلى تقييم المنظومة التعليمية وفعاليتها من خلال إطلاق مسابقات اختبارات لقياس القدرات المعرفية للطلبة في سن 15 من مختلف دول العالم ، فقد حصل طلاب اليابان في سنة 2015 على المركز الثاني في العلوم الطبيعية والخامس في الرياضيات ضمن 72 مشارك من مختلف دول العالم (الامام محمد محمود ،2018) .

وقد أصدر وزير التربية والتعليم المصري بداية العام الدراسي 2019/2020م قراراً وزارياً ينص على تطبيق أنشطة التوكاتسو اليابانية على جميع طلاب المدارس الحكومية بالنظام الجديد (وفاء يحيى ، 2019) مما يدل على أهمية الأنشطة الخاصة التي تعتبر الصفوف والمدارس مجتمع مصغر وتجربة واقعية لجعل التلاميذ قادرين على مواجهه الحياة في المجتمع الأكبر ، واكساب التلاميذ مهارات فعالية الحياة التي تؤهلهم للتفاعل مع الحياة اليومية والمجتمع . (هيروشى سيوغتا ، 2019،

وهناك بعض الدراسات التي أكدت على أهمية أنشطة التوكاتسو منها دراسة (فاطمة عبدالسلام أبو الحديد، 2020) التي أثبتت فاعلية أنشطة التوكاتسو في تنمية مهارات حل المشكلات ومجموعة من المهارات الأخرى، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أن استخدم الوحدة المقترحة القائمة على أنشطة التوكاتسو اليابانية تحقق فاعلية كبيرة في تنمية المهارات الحياتية (حل المشكلات - التفكير الناقد - التخطيط - الثقة بالنفس) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، ودراسة (رندا أحمد شاهين، 2018) التي هدفت إلى تحديد أثر تطبيق تجربة التعليم الياباني على التعليم المصري في صناعة طفل المستقبل، واستخدمت المنهج الوصفي وتوصلت إلى أن النجاح يأتي بسبب مجموعة من العوامل هي (منهج متوازن - ثقافة المدرسة القومية - التركيز على الأدب والانضباط - العلاقات المتبادلة الوثيقة مع الأسر - التنوع في التعليم - العلاقة القوية بالمجتمع المحلي المحيط) أيضاً استهدفت دراسة (Kanako Kusanagi & Fumiko Ryoko Takahashi) تحديد أنشطة التوكاتسو منها التنظيف على الطريقة اليابانية، وتوصلت في نتائجها إلى أن نشاط التنظيف المدرسي غير معرفي، ولكنه ضمن المنهج الدراسي الرسمي؛ كنشاط تعليمي يتضمن تطوير العلاقات الشخصية، واحترام العمل المهني، ودراسة (زيزي حسن عمر، 2018) التي هدفت إلى إعداد وحدة إثرائيه في الاقتصاد المنزلي قائمة على أنشطة التوكاتسو لتنمية مهارات التفكير المنتج والاتجاه نحو العمل الجماعي لتلميذات المرحلة الابتدائية

وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية أنشطة التوكاتسو في تنمية مهارات التفكير المنتج وميل التلميذات إلى العمل الجماعي.

كما أشار (حلمي الفيل ، 2018) إلى مهارات فعالية الحياة على أنها منظومة من المهارات التي تمكن الفرد ليكون إيجابياً ومنتجاً وفعالاً في حياته المهنية والشخصية والاجتماعية مُحققاً لأهدافه التي يسعى الى تحقيقها، وأوضح (Neill, 2008), إلى أن مهارات فعالية الحياة ترتبط ببعض المصطلحات منها الذكاء العملي ويتمثل في القدرة على حل المشكلات الشخصية أو العملية في الحياة اليومية من خلال الاعتماد على المعارف والمهارات الموجودة لدى الفرد ، وأن يكون لديه القدرة على التعامل مع المواقف الجديدة في الحياة اليومية، كما ترتبط فعالية الحياة بمصطلح الفعالية الذاتية حيث أن التقدير المرتفع للفاعلية الذاتية يؤثر على خلق الفرد لاتجاهات إيجابية، فالأفراد الذين يفترضون أنهم قادرون على السيطرة على الأحداث هم قادرون على التعامل بشكل أفضل مع حالتهم الوجدانية الخاصة، وأيضاً قادرون على التعامل بشكل أفضل مع مواقف الحياة السلبية، كما أنهم يطمحون دائماً إلى المزيد ويقاومون الفشل.

حيث أشارت دراسة (Betty , P ,2015) عن وجود اختلاف في مهارات فعالية الحياة وفقاً لبعض المتغيرات الديموجرافية والمنطقة السكنية ونوع المؤسسة التعليمية وعدم وجود اختلافات في مهارات فعالية الحياة لدى التلاميذ المعلمين تبعاً للنوع، كذلك أكدت دراسة (Dougherty,M 2005) على فعالية التعلم خارج الصف في تنمية مهارات فعالية الحياة، وأكدت دراسة (Chiang ,2015) على فعالية ألعاب الفيديو في تعزيز مهارات فعالية الحياة لدى الأطفال في المدارس الابتدائية، وتناولت دراسة (Engeman,T. 2013) أهمية مهارات فعالية الحياة التي تتلخص في أن إدراك الفرد الذاتي لمهارات فعالية الحياة يؤثر على التغيير الاجتماعي للفرد والعيش بشكل أكثر استقلالية وتنمية روح العمل الجماعي لديهم، والتعاون والمخاطرة والقيادة، ومهارات حل المشكلات.

وصنف (حلمي الفيل، 2018) مهارات فعالية الحياة إلى مجموعة من المهارات الشخصية التي تختص بعلاقة التلميذ بذاته، وتتمثل في إدارة الوقت ودافعية الإنجاز والتحكم في الوجدانيات والثقة بالنفس والمرونة العقلية، ومجموعة من المهارات الاجتماعية تختص بعلاقته بعالمه الاجتماعي وتتمثل في قيادة المهمة والكفاءة الاجتماعية والمبادرة النشطة، وهذه المهارات تعمل معاً بطريقة متناغمة فقد يستخدم التلميذ أكثر من مهارة شخصية واجتماعية معا في نفس الموقف.

الاحساس بالمشكلة :

أولاً: توجهات الدولة المصرية :

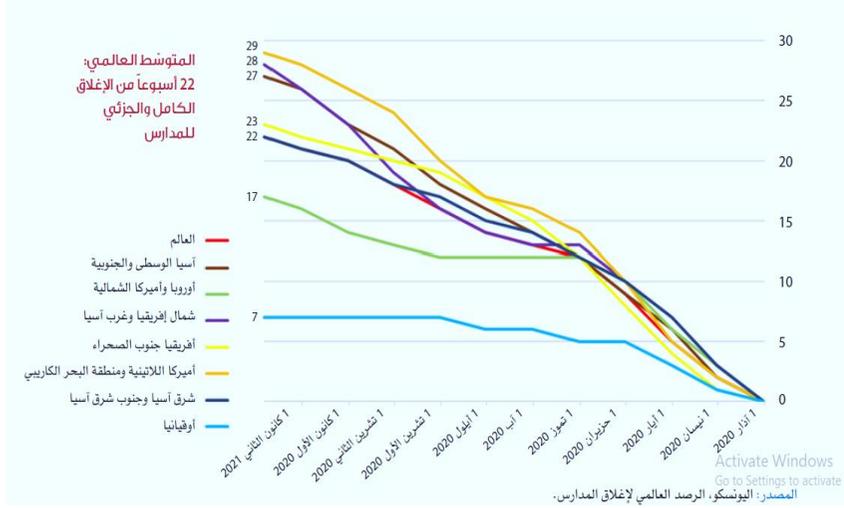
اتجهت الدولة المصرية بالفعل في بذل جهوداً كبيرة لإعداد نظام تعليمي جديد بدأ إطلاقه عام 2018 في جميع مدارس الجمهورية، كما استثمرت الدولة في استخدامات التقنيات الرقمية في التعليم منذ عام 2018 أيضاً وجهزت العديد من المصادر التعليمية الرقمية لمواكبة العصر، وتعمل على إيجاد حلول للعديد من المشكلات المتراكمة مثل الكثافات، والأبنية التعليمية، وأحوال المعلمين، والانتقال من ثقافة التعليم من أجل الامتحان إلى ثقافة التعلم واكتساب المهارات الحياتية وبناء الشخصية.

اتخذت الحكومة المصرية في هذا الصدد عدد من الإجراءات والخطوات الرامية إلى تحقيق تطوير جذري بالمنظومة التعليمية ككل، ووضع مصر في أفضل التصنيفات التعليمية عالمياً، بدعم ورعاية مباشرة من القيادة السياسية، لتتحول من التعليم والتلقين، إلى التعلم والابتكار، وتحقيق أقصى استفادة من النظام المتكامل الذي يقدم لهم المعلومات ويكسبهم المهارات المختلفة لتشكيل بنيانهم الفكري وتحقيق رؤية واستراتيجية مصر 2030، وتنفيذ محاور خطة الدولة لبناء نظام تعليم عصري على أحدث النظم والمعايير العالمية بما يحقق بناء أفضل للإنسان، مع تطوير طرق ونظم التقييم بالمراحل والصفوف المختلفة للتأكد من الحصول على نواتج تعلم حقيقية، وليست نتائج

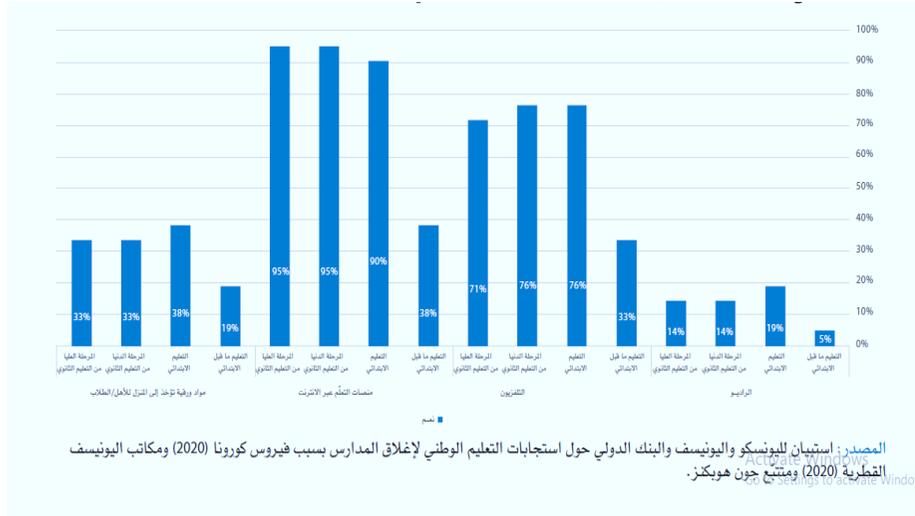
وشهادات تهتم بالأرقام والدرجات بعيدا عن تشكيل الوعي المصري، وكذلك إعادة تشكيل نظرة المجتمع للتعليم من خلال تحسين أداء التلميذ ، والعمل على تنمية مهارات فعالية الحياة والقيم والاتجاهات والمواطنة، وغيرها من المهارات التي تُعد التلميذ لمواجهة الحياة، وتدفعه لمواصلة التعلم مدى الحياة بشكل قائم على المتعة والسعادة؛ مما يساعد في تقليل نسب الغياب والتسرب من التعليم، وحيوية موضوع المهارات الحياتية وما يمثل من أهمية في بناء القدرات البشرية وتهيئتها لقيادة رؤية مصر 2030 وتفعيلها للتعرف على المهارات وكيفية تنميتها وغرسها في النظام التعليمي لمواكبة المستجدات والمتطلبات.

ثانيا: احصائيات منظمة اليونسكو والبنك الدولي:

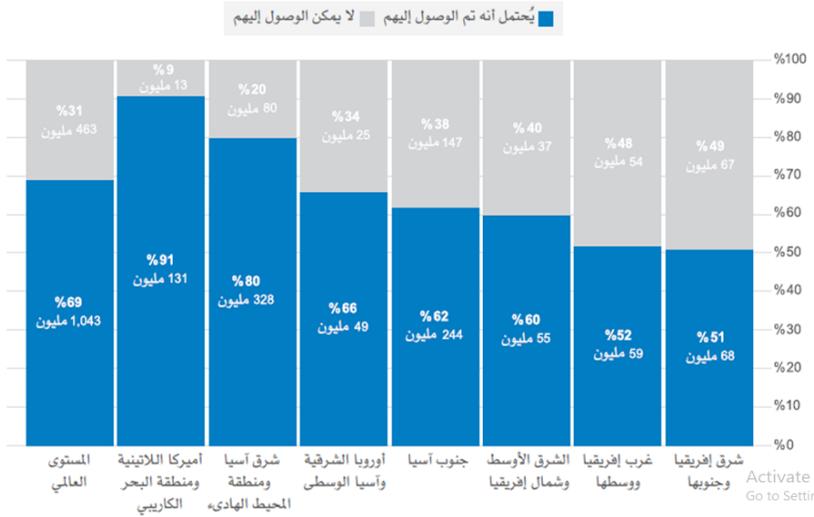
نشرت اليونسكو واليونسيف والبنك الدولي التقرير العالمي لرصد التعليم (2021/2020) ويلخص التقرير استجابات الدول لأزمة التعليم الناتجة عن الجائحة ويُقدّر الخسائر التي يُحتمل أن تكون قد طالت التعلّم في جميع المراحل التعليمية، ويقدم التوصيات التي تشمل تحسين إمكانية حصول التلاميذ على التعلّم وإشراك التلاميذ وإيجاد بيئة للأطفال من أجل التعلم والازدهار والتأكيد على ضرورة التحول للتعلم عن بعد في ظل الجائحة، والتي تهدف إلى تحقيقها البحث الحالي من خلال تضمين أنشطة التوكاتسو عبر نظام التعلم من بعد لتنمية مهارات فعالية الحياة لتلاميذ المدارس المصرية اليابانية، وهناك بعض الاحصائيات التي توضح موقف التعليم لجميع المراحل التعليمية في ظل جائحة كورونا والتي يوضحها الأشكال الآتية:



شكل (1) مدة إغلاق المدارس في ظل جائحة كورونا



شكل (2) أنواع أنظمة توفير التعليم أثناء إغلاق المدارس في ظل جائحة كورونا ومدى فعالية منصات التعلم عبر الأنترنت

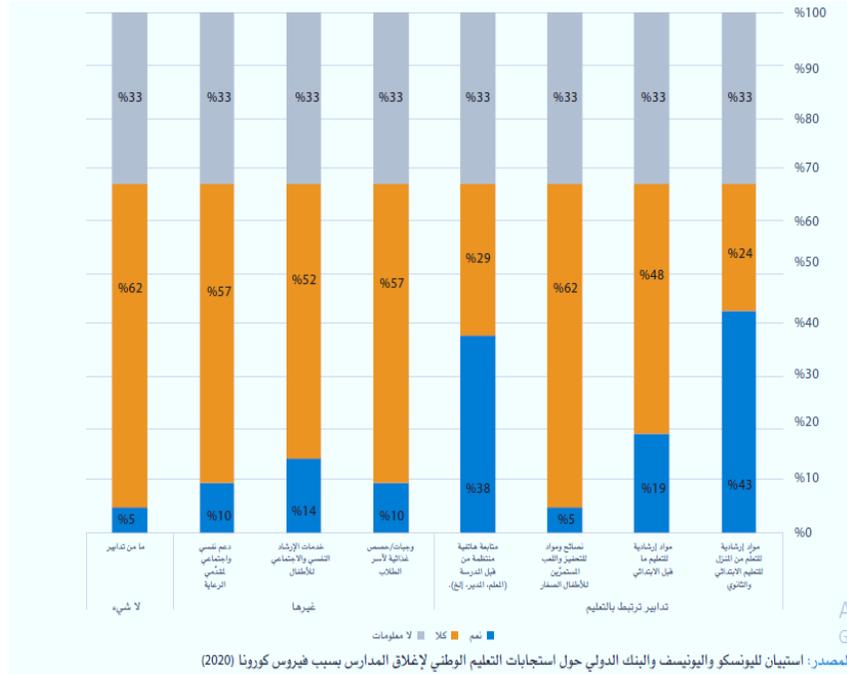


المصدر: UNICEF (2020): COVID-19 – Are Children able to Continue Learning during School Closure? Activate Go to Setfir

شكل (3) نسبة في المراحل التعليمية (ما قبل الابتدائي إلى الثانوي) الذين يحتمل الوصول إليهم عبر منصات التعلم.



شكل (4) فعالية التعلم عن بعد في ظل جائحة كورونا



شكل (5) تدابير مواصلة التعلم من المنزل في ظل جائحة كورونا

ثالثاً: الملاحظة الميدانية للباحثة

من خلال عمل الباحثة كمصمم للمصادر التعليمية بالمدرسة اليابانية بالمنيا، تم التوجه لإنتاج هذه المصادر في صورة فيديوهات تعليمية لتلاميذ المدرسة المصرية اليابانية في ظل أزمة كورونا، حيث أن التلاميذ يتلقون الدروس العملية عبر الأنترنت بسبب قلة اللقاءات المباشرة بالمدرسة بالتزامن مع الأزمات؛ ولاحظت الباحثة مناسبة هذه الطريقة للطلاب والمعلمين وأولياء الأمور، وتبلورت لدى الباحثة فكرة أنه لا بد من أن يتم تصميم أنشطة التوكاتسو وفق معايير للتأكد من تحقيق الأهداف التعليمية.

رابعاً: نتائج وتوصيات الأبحاث والدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت مهارات فعالية الحياة :

- دراسة (حلمي الفيل، 2018) التي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة ، وتوصلت إلى تطبيق البرامج المختلفة للتعلم خارج الصف بما يتوافق مع طبيعة المرحلة العمرية للمتعلمين وطبيعة المادة الدراسية .
- دراسة (Betty , P, 2015) التي هدفت الى معرفة وجود اختلاف في مهارات فعالية الحياة وفقا لبعض المتغيرات الديموغرافية والمنطقة السكنية ونوع المؤسسة التعليمية وعدم وجود اختلافات في مهارات فعالية الحياة لدى التلاميذ المعلمين تبعاً للنوع.
- دراسة (McCleod , B & craig, S, 2004) استخدام أكثر من برنامج للتعلم خارج الصف يحدث فروقا دالة إحصائيا في مهارات فعالية الحياة لدى التلاميذ بالمقارنة مع التلاميذ الذين شاركوا في برنامج واحد فقط.
- دراسة (Chiang , 2015) عن فعالية العاب الفيديو في تعزيز مهارات فعالية الحياة لدى الأطفال في المدارس الابتدائية.
- دراسة (Engeman,T. 2013) أهمية مهارات فعالية الحياة وتتلخص في إدراك الفرد الذاتي لمهارات فعالية الحياة يؤثر على التغيير الاجتماعي، للفرد والعيش بشكل أكثر استقلالية وتنمي لديهم روح العمل الجماعي، والتعاون والمخاطرة والقيادة ، ومهارات حل المشكلات.

الدراسات التي تناولت أنشطة التوكاتسو :

- دراسة (فاطمة عبدالسلام أبو الحديد، 2020) التي أثبتت فاعلية أنشطة التوكاتسو في تنمية مهارات حل المشكلات ومجموعة من المهارات الأخرى، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أن استخدم الوحدة المقترحة القائمة على

أنشطة التوكاتسو اليابانية تحقق فاعلية كبيرة في تنمية المهارات الحياتية (حل المشكلات - التفكير الناقد - التخطيط - الثقة بالنفس) لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

- دراسة (رندا أحمد شاهين، 2018) التي هدفت إلى تحديد أثر تطبيق تجربة التعليم الياباني على التعليم المصري في صناعة طفل المستقبل، واستخدمت المنهج الوصفي وتوصلت إلى أن النجاح يأتي بسبب مجموعة من العوامل هي (منهج متوازن - ثقافة المدرسة القومية - التركيز على الأدب والانضباط - العلاقات المتبادلة الوثيقة مع الأسر - التنوع في التعليم - العلاقة القوية بالمجتمع المحلي المحيط)
- استهدفت دراسة (Kanako Kusanagi & Fumiko Ryoko ,2016 Takahashi) تحديد أنشطة التوكاتسو منها التنظيف على الطريقة اليابانية، وتوصلت في نتائجها إلى أن نشاط التنظيف المدرسي غير معرفي، ولكنه ضمن المنهج الدراسي الرسمي؛ كمنشآت تعليمي يتضمن تطوير العلاقات الشخصية، واحترام العمل المهني.
- دراسة (زيزي حسن عمر، 2018) التي هدفت إلى إعداد وحدة إثرائيه في الاقتصاد المنزلي قائمة على أنشطة التوكاتسو لتنمية مهارات التفكير المنتج والاتجاه نحو العمل الجماعي لتلميذات المرحلة الابتدائية وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية أنشطة التوكاتسو في تنمية مهارات التفكير المنتج وميل التلميذات إلى العمل الجماعي.

من خلال استعراض الدراسات السابقة والمرتبطة بمحاور البحث تبين على حد علم الباحثان أنه لا توجد دراسة تناولت متغيرات البحث الحالي معاً وندرة الدراسات التي تناولت أنشطة التوكاتسو ومهارات فعالية الحياة.

خامساً: الدراسة الاستكشافية :

تم اجراء دراسة استكشافية للتأكد من وجود مشكلة والوقوف على موثوقيتها وجوانبها المختلفة، تمثلت في إجراء استطلاع رأي لعدد من التلاميذ بالمدرسة اليابانية بالمنيا

15 طالباً وطالبة، لتحديد مهارات فعالية الحياة وطرق تقديمها على عملية تعلمهم، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (1) نتائج الدراسة الاستكشافية

لا أعرف	أبداً	أحياناً	دائماً	العبرة
			100%	أحب الدراسة من خلال أنشطة التوكاتسو
		6%	93%	أفضل الدراسة بالأنشطة التعليمية
100%				تساعدني أنشطة التوكاتسو في زيادة الثقة بنفسى
90%				أنشطة التوكاتسو تهدر وقتى
6%	13%	66%	13%	تساعدني أنشطة التوكاتسو في التعاون مع زملاي
20%		60%	40%	أحقق درجات مرتفعة في المواد التي أدرسها بأنشطة التوكاتسو
40%	20%	20%	40%	تزيد أنشطة التوكاتسو من دافعتي للتعلم

باستقراء نتائج الدراسة الاستكشافية يتضح التالي:

- استحسان التلاميذ للدراسة من خلال أنشطة التوكاتسو من بعد.
- وجود شعف كبير للطلاب إلى الدراسة بأنشطة التوكاتسو من بعد.
- ضعف في مهارات فعالية الحياة كإدارة الوقت، المشاركة، دافعية التعلم. مما سبق يتضح أهمية أنشطة التوكاتسو من بعد، وتكوين المحتوى الخاص بكل طالب بما يُنمى المهارات العملية لديهم، وبناءً على ذلك قد يفيد البحث الحالي لتقديم أنشطة التوكاتسو المختلفة حلاً لعلاج مشكلة ضعف في مهارات فعالية الحياة.

سادساً: توصيات المؤتمرات:

- أوصى مؤتمر " التعليم في مصر بدورته الثانية بعنوان (تطوير التعليم - التحديات وآفاق النجاح) المنعقد في الاثني 4 مارس 2019 بأهمية تحقيق تطوير شامل في التعليم في ضوء رؤيتها التي تتضمن إتاحة التعليم والتدريب للجميع دون تمييز في إطار مؤسسي كفاء وعادل للجميع وأن

يُساهم أيضا في بناء الشخصية المتكاملة وإطلاق إمكانياتها لأقصى مدى
لمواطن معتز بذاته يحترم قواعد الاختلاف وفخور بتاريخ بلاده وقادرا على
التعامل التنافسي مع كل الكيانات الدولية والإقليمية.

- أوصى المؤتمر التعريفي الأول بالمدارس المصرية اليابانية في أسوان بأهم
الإنجازات والأنشطة التي تنفذ بالمدرستين اليابانيتين بالعقاد ومنها أنشطة
التوكاتسو والتي تهدف إلى إكساب الأطفال الثقة بالنفس وتنمي قدرات
ومهارات الإبداع والابتكار لديهم نظراً لأنها قائمة على الحوار والمناقشة والعمل
بروح الفريق وتقبل الآخر بدون تمييز أو تخصيص لطفل دون غيره .
- كما أكد منتدى شباب العالم 2018 بمصر على أهمية نقل التجربة اليابانية
بدءاً من الروضة والتي تعتمد على تنمية مهارات الطفل وتحبيبه في التعليم
وخلق التنافس الإيجابي بين التلاميذ وابتكار وسائل حديثة للتعليم التي سردها
لنا الدكتور حسين زناتي وإضافتها في المناهج وتعميمها على كل المدارس.
- أوصى المؤتمر الدولي لتقويم التعليم المنعقد في 4 من شهر ديسمبر من عام
2018م بمعرفة آخر المستجدات في مجال مهارات المستقبل وتنميتها وتقويمها
لشأهم في بناء المعرفة المتخصصة والممارسة الصحيحة في مجال التعليم
وتقويمه.

مما سبق اتضحت أهمية تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدرسة المصرية
اليابانية لذا يطرح البحث الحالي السؤال الآتي:

ما فاعلية أنشطة التوكاتسو في تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدرسة
المصرية اليابانية ؟

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

- 1- كيف يمكن لأنشطة التوكاتسو من بعد أن تنمي مهارات فعالية الحياة لتلاميذ
المدارس المصرية اليابانية ؟

- 2- ما مهارات فعالية الحياة اللازم تنميتها لتلاميذ المدارس المصرية اليابانية؟
- 3- ما التصميم التعليمي المناسب لتطوير أنشطة التوكاتسو من بعد وفقاً لمهارات فعالية الحياة؟
- 4- ما أثر تصميم أنشطة التوكاتسو من بعد على تنمية مهارات فعالية الحياة؟

هدف البحث

هدف البحث إلى تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدارس المصرية اليابانية من خلال أنشطة التوكاتسو وذلك من خلال:

- 1- تحديد مهارات فعالية الحياة.
- 2- تحديد التصميم التعليمي المناسب لأنشطة التوكاتسو من بعد.
- 3- الكشف عن أثر أنشطة التوكاتسو من بعد على تنمية مهارات فعالية الحياة.

أهمية البحث :

- توافق موضوعات البحث مع الاتجاهات الحديثة، وتنفيذا للخطة الاستراتيجية لرؤية مصر 2030 بضرورة توظيف بيئات التعلم من بعد في المؤسسات التعليمية لضمان مناخ يحقق حرية و متعة التعلم.
- تنفيذاً للخطة الاستراتيجية لمصر 2030 بتطبيق الاتجاهات الحديثة لبعض الدول المتقدمة في التعليم والتي تستهدف بناء مناهج قائمة على مهارات فعالية الحياة ودمج الأنشطة الخاصة بالمنهج الجديد Education 2.0.
- إلقاء الضوء على أهمية توظيف أنشطة التوكاتسو من بعد لدعم العملية التعليمية وتحسين أدائها.
- تحديد المعايير المناسبة لتصميم الأنشطة من بعد لتنمية مهارات فعالية الحياة.
- إلقاء النظر على أهمية مهارات فعالية الحياة التي أصبحت موضوعاً مركزياً للفكر التربوي، ومادة ثرية للعديد من البحوث والدراسات في مجال تطوير التعليم عامة .

- تبني المؤسسات التعليمية استراتيجيات جديدة لتصميم أنشطة التوكاتسو من بعد.
- تحديد قائمة بمهارات فعالية الحياة والتي وجد بها قصور لدى عينة البحث.
- قدم البحث بطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة، قد يستفيد منها المعلمون.
- الاستفادة من العلاقة بين مهارات إدارة الوقت والدافعية للإنجاز والثقة بالنفس في اكتساب وتنمية هذه المهارات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بالمدارس المصرية اليابانية.
- تضمين أبعاد مهارات فعالية الحياة في المناهج في المراحل التعليمية المختلفة.

أدوات البحث

أولاً . أداة جمع البيانات:

- قائمة مهارات فعالية الحياة اللازم تنميتها لعينة البحث.

ثانياً . مادة المعالجة التجريبية:

تم تصميم وتطوير بيئة تعلم الكترونية لأنشطة التوكاتسو من بعد من خلال استخدام المنصة التعليمية Edmodo التي تضمنت عدة تطبيقات تسهل عملية تصميم واختبار ونشر وإدارة عملية التعلم والمهام والتكليفات والمحتوى الإلكتروني لمهارات فعالية الحياة.

ثالثاً . أداة القياس:

- بطاقة تقدير أداء لقياس الجانب الأدائي لمهارات فعالية الحياة.

حدود البحث:

1- حدود بشرية: تم التطبيق على طلاب المدارس المصرية اليابانية بالمنيا-

الصف الثالث الابتدائي

2- حدود مكانية: المدرسة المصرية اليابانية - محافظة المنيا.

3- حدود زمنية: خلال العام الدراسي 2021/ 2020.

4-حدود محتوى: مهارات فعالية الحياة (إدارة الوقت، والدافعية للإنجاز، والمبادرة النشطة، والثقة بالنفس) .

مصطلحات البحث:

- **أنشطة التوكاتسو** : وهي نوع من الأنشطة التربوية التعليمية التي تركز على تنمية روح التعاون ، ومهارات التعامل مع الآخرين ، وتحقيق التنمية المتوازنة والنمو الشامل للجوانب الاجتماعية والعاطفية والأكاديمية للمتعلم ، من خلال اكسابهم مهارات وعادات إيجابية مثل التعاطف وتحمل المسؤولية والنظافة والنظام والالتزام والاستقلالية
- **مهارات فعالية الحياة** : وهي قدرة الفرد على مواجهة متطلبات الحياة من خلال المهارات الشخصية والاجتماعية التي تجعله إيجابياً ومنتجاً وفعالاً في جميع جوانب الحياة.

الإطار النظري :

أولا أنشطة التوكاتسو

التوكاتسو هي اختصار للكلمات اليابانية Tokubetsu katsudo (توكوبيتسو كاتسودو) وتعني الأنشطة الخاصة، وقد تعددت التعريفات لأنشطة التوكاتسو منها (فاطمة عبد السلام 2020 ، هيروشي سوغيتا 2019 ، فريال منقربوس ، 2018 ، هبة هاشم 2017) وأجمعت على أنها:

- الأنشطة الخاصة وهي نوع من الأنشطة التربوية التعليمية التي تركز على تنمية روح التعاون، ومهارات التعامل مع الآخرين
- أنشطة تحقق التنمية المتوازنة والنمو الشامل للجوانب الاجتماعية والعاطفية والأكاديمية للمتعلم، من خلال اكسابهم مهارات وعادات إيجابية مثل التعاطف وتحمل المسؤولية والنظافة والنظام والالتزام والاستقلالية

أهداف أنشطة التوكاتسو :

أشار كل من (فاطمة عبد السلام، 2020)، (سيد صالح،2017)، (هبة هاشم، 2017)، (komoto,A2015) إلى أهداف أنشطة التوكاتسو في العناصر التالية :

- تحقيق التنمية الشاملة للمتعلمين من خلال تنمية مهارات التلميذ من جميع الجوانب .
- إعداد مدرسة تحقق متعة التعلم .
- بناء علاقة تعاونية بين التلاميذ.
- خلق علاقة أفضل بين التلاميذ والمعلمين.
- تلبية الاحتياجات النفسية للمتعلم.
- تأصيل القيم والاخلاق والعادات الإيجابية ونشرها داخل المدرسة وخارجها.
- استثمار الوقت لإكساب المهارات المعرفية .
- اكساب روح المسؤولية اتجاه المدرسة والحفاظ على ممتلكاتها وممتلكاتهم.
- تحسين المظهر الخارجي والعناية بالنظافة والنظام.
- الالتزام بالصدق والأمانة ومحاسبة النفس على التقصير
- اتقان التعلم.
- بناء ذكريات سعيدة لدى التلاميذ وتظهر أهداف أنشطة التوكاتسو في التحولات التي طرأت على نظام التعليم والشكل التالي يوضح تلك التحولات :



شكل (6) التحولات التي طرأت على نظام التعليم

الأسس التي تقوم عليها أنشطة التوكاتسو:

اتفقت دراسات كلا من (فاطمة عبد السلام ، 2020 ؛ كونيكو تاكاماتسو ،2018

؛ وزارة التربية والتعليم الفني ،2018 ؛ هبة هاشم 2017)

على الأسس التي تقوم عليها أنشطة التوكاتسو منها :

- تنمية الاستقلال والقيادة: حيث يتولى الأطفال دور القيادة بتناوب ويتم عقد الاجتماعات يومية واسبوعية بقيادة التلاميذ لتعطى لهم الفرصة لحل المشكلات
- تنمية الشعور بالمسئولية وروح الانتماء: اتجاه المجتمع والمدرسة وأنفسهم ، والمحافظة على المباني والأدوات والاثاث والممتلكات وتعزيز العلاقات بطرق متعددة وتنشئة مجموعات صغيرة كالعائلات يشعر فيها الأطفال بالراحة والسعادة واعتبار الفصل والمدرسة مجتمع صغير .
- بذل الجهد والشعور بالإنجاز: تساعد أنشطة التوكاتسو التلاميذ على الجد والاجتهاد لتحقيق النجاح والشعور بالإنجاز حيث يقوم التلاميذ باكتشاف العالم الخارجي بأنفسهم، ومشاركتهم في المهام بدلا من المنافسة.

- تنمية الثقة بالنفس لدى التلاميذ: حيث يقوم بحل المشكلات بنفسه، واختيار الحل المناسب، والمناقشة واتخاذ القرارات.
- تحول دور المعلم: فأصبح دوره ليس فقط في تلقين التلميذ بالمعارف، بل تسهيل التعلم الاجتماعي من خلال التجربة والخطأ في بيئة الفرد أو المجموعة أو الفصل بالكامل .
- التقييم الذاتي: حيث تقوم أنشطة التوكاتسو على تقييم التلميذ ذاتيا من خلال تقييم سلوكياتهم، ومشاركتهم في الأنشطة ، مما يسهم في تحسين أدائهم .

أنواع أنشطة التوكاتسو وتقسيمها :

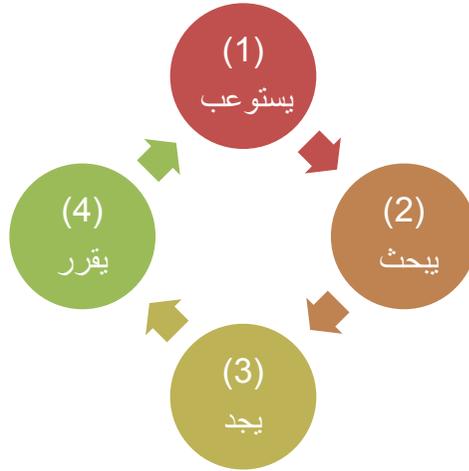
ذكرت كلا من (فاطمة عبد السلام ، 2020؛ فريال منقريوس ،2018 ؛ محمود طه حسين ، 2018 ؛ كونيكو تاكاماتسو ،2018) أنواع أنشطة التوكاتسو وتقسيمها وتم استخلاصها فيما يلي:

- **أنشطة الفصل:** ويشارك فيها التلاميذ للتفاعل مع الحياة اليومية والبحث، والتنمية الذاتية ، وأنشطة الصحة والسلامة ، وأنشطة الريادة للفصل، وحل المشكلات .
- **أنشطة مجلس التلاميذ:** وهي أنشطة للتبادل الثقافي تقوم بها مجموعات مختلفة الفئة العمرية داخل المدرسة ، تحفيزهم على مواجهة التحديات المختلفة معا وتنفيذ افكارهم .
- **المناسبات المدرسية:** وهي أنشطة تنمى الشعور بالتكافل والانتماء والعمل من أجل مصلحة العامة .
- **أنشطة النوادي:** تهدف إلى تشكيل علاقات إيجابية للمساهمة في تحسين النادي الذين ينتمون اليه .

ومن أنشطة التوكاتسو في المدارس المصرية اليابانية : (وزارة التربية والتعليم الفني
2018،

- **الريادة اليومية:** ويكون التلميذ فيها مسئول بالتناوب عن العمل الدراسي الذي يضعه المعلم بمشاركة التلاميذ، ويقوم بتشجيع ومساعدة زملائه أثناء القيام بالأنشطة والمهام .
- **اجتماع الصباح والمساء:** يقوم التلاميذ باجتماع في بداية اليوم الدراسي من أجل التحضير لليوم ، واجتماع اخر في نهاية اليوم الدراسي .
- **المناقشات التوجيهية:** هي أحد أنشطة التوكاتسو يقوم به التلاميذ حيث يقوم بمناقشة الموضوعات أو المشكلات التي يسعون لحلها ، والتي تستهدف جعل حياتهم أفضل بالفصل حيث تُعد المدرسة لهذا
- **النشاط خطة سنوية؛** لتعليم التلاميذ التكيف مع الحياة اليومية .
- **التنظيف:** حيث يقوم جميع التلاميذ بالمشاركة في تنظيف مدرستهم بأنفسهم ، ويتم توزيع المهام لتنظيف جميع المرافق ويتم ذلك بالتناوب بينهم في وقت مخصص لهذا العمل .
- **القراءة الهادئة:** يتم تحديد 10 دقائق في بداية اليوم الدراسي للقراءة وتعلم موضوعات جديدة .

المراحل التي تمر بها أنشطة التوكاتسو : (akaoka ,Y, (2020) ، وزارة التعليم والتعليم الفني 2019



شكل (7) مراحل أنشطة التوكاتسو

• المرحلة الأولى : يستوعب (يفهم التلاميذ المشكلة جيدا)

يقوم المعلم بشرح المهمة عن طريق الاستعانة بالمواد البصرية مثل الجداول ، الرسم البياني ، صور، مقاطع فيديو ، وذلك ليكون لدى التلميذ وعى للمشكلات التي يريد تحسينها .

• المرحلة الثانية : يبحث (عن سبب حدوث المشكلة بالمناقشة)

يقوم المعلم بطرح الأسئلة على التلاميذ مثل (لماذا يحدث ذلك ؟) ، وذلك بعد استيعاب المشكلة ، فيقوم التلاميذ بالمناقشة والتعبير عن آرائهم في سبب حدوث المشكلة والتوصل الى سبب ،

• المرحلة الثالثة : يجد (يفكر التلاميذ في الحل بالمناقشة)

يناقش التلاميذ الحلول الممكنة التي توصلون اليها ، وكيفية التعامل مع هذه المشكلة فيستطيع التلاميذ حل المشكلات في المرحلة القادمة .

• المرحلة الرابعة : يقرر (الهدف من سلوكهم الخاص بهم)

بعد المناقشة وإيجاد الحلول في المراحل السابقة ، يقرر التلميذ هدفه الخاص لحل المشكلة لأن لكل تلميذ هدف مختلف .

دور المعلم والمتعلم وأولياء الأمور في أنشطة التوكاتسو:

وقد أوضح كل من (شيماء بخيت، 2019) ؛ (هبة هاشم، 2017) إلى الدور الذى يقوم به المعلم في أنشطة التوكاتسو في :

- تنظيم مجموعات الصف ومشاركة المسئوليات .
- تنظيم نشاطات الصف والمدرسة .
- تنظيم المشاركات التطوعية .
- أن يكون ملم بخصائص التلميذ من حيث النضج البيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي
- تعزيز التلميذ على العادات والسلوكيات الصحية السلمية والنظام .
- توجيه التلميذ أثناء نموه العقلي و المعرفي.
- التشجيع على التعاون والعمل الجماعي وبناء علاقات إنسانية إيجابية
- التشجيع على التفكير المستقل والتخطيط للمستقبل .
- مراعاة الفروق الفردية لكل متعلم .
- التواصل مع المنزل وأولياء الأمور وتقديم النصيحة والقيام بزيارات دورية لمنازل التلاميذ

وقد أشارت (هبة هاشم، 2017) إلى دور المتعلم في أنشطة التوكاتسو:

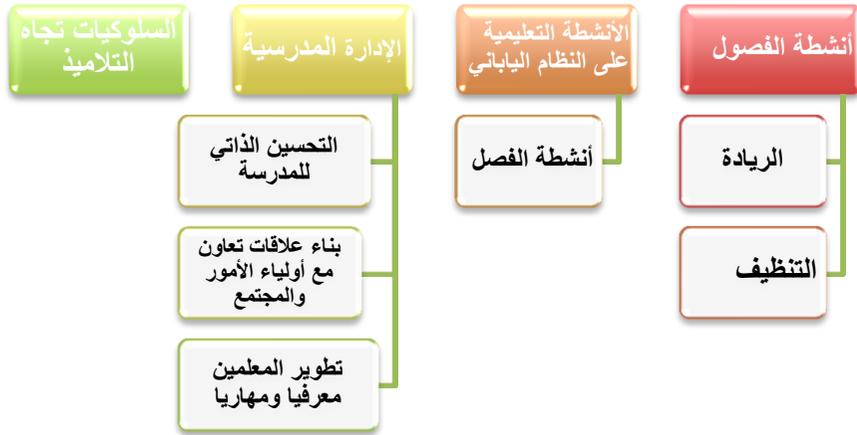
- المشاركة في اجتماع الصباح والمساء الذى يعقد داخل الفصول الدراسية
- قيادة المناقشات
- التعبير عن آرائهم بحرية
- الريادة بالتبادل الدوري لوظيفة مراقب الفصل

- وضع قواعد وخطة العمل
- الإدارة الذاتية وحل المشكلات لأنفسهم
- التقييم الذاتي لأنفسهم بدلا من تقييم المعلم
- وقد أشارت فريال منقريوس (2018) دور أولياء الأمور في أنشطة التوكاتسو :

1- الأنشطة التطوعية: يشارك أولياء الأمور بأنشطة تطوعية خلال العام الدراسي مثل المشاركة في التحدث عن مهنتهم أو القيام بأنشطة قراءة الكتب .

2- مشاركة أولياء الأمور فالحصص الدراسية : من خلال تخصيص يوم يشارك فيه ولي الأمر في الحصص الدراسية على فترات منتظمة ليكونو على دراية بعملية التعليم ودعم أبنائهم والمعلمين .

أداة تقييم التوكاتسو: وزارة التعليم والتعليم الفني (2018)



شكل (8) أداة تقييم التوكاتسو

علاقة أنشطة التوكاتسو بمهارات فعالية الحياة :

تبنّت وزارة التربية والتعليم بمصر نظاماً جديداً لتحسين التعليم من خلال تحسين أداء المعلم، وتنمية مهارات فعالية الحياة للمتعلم ، والقيم ، والاتجاهات والمواطنة وغيرها من المهارات التي تعد التلميذ لمواجهة الحياة بشكل قائم على المتعة ، لذلك تم دمج أنشطة التوكاتسو اليابانية في المدارس المصرية لبناء بيئة تعليمية تتماشى مع النظام التعليمي الجديد ، وتساعد في تنمية التلميذ في جميع النواحي ، وذلك من خلال التحولات في النظام التعليمي يوضحها الجدول التالي : (وزارة التربية والتعليم الفني ، 2018 ، 10-11 ، زيزي حسن عمر 2018).

جدول (2) التحولات في النظام التعليمي

النظام التعليمي القديم	النظام التعليمي الجديد
التأكيد على المعرفة	التأكيد على المهارات
المنهج السطحي الواسع	الفهم العميق
التعليم التقليدي	التعليم القائم على نشاط التلميذ
المواد الدراسية المنفصلة	متعددة التخصصات
التعليم النظري	التعلم الممتع المرتبط بحياة التلميذ
المواد التعليمية الورقية فقط	المواد التعليمية الورقية والرقمية
الامتحانات	التقييم الذاتي

يتضح مما سبق أهمية أنشطة التوكاتسو (الأنشطة الخاصة) وأنها تسعى إلى اكساب التلاميذ مهارات حياتية تفيدهم في مستقبلهم والتعامل مع المجتمع ، وإكسابهم مهارات القيادة والريادة ، وتنمية ثقافة التعاون والجماعة والنظافة والالتزام وترسيخ القيم والاخلاق لإخراج أفراد قادرين على العيش السليم في المجتمع .

ثانياً: مهارات فعالية الحياة:

فعالية الحياة تشير إلى المهارات الحياتية العامة التي تسهل المهارات اللازمة للبقاء على قيد الحياة والتعايش مع الآخرين والنجاح في مجتمع معقد أي الطريقة التي يفكر ويعمل ويستجيب بها الفرد عبر مجموعة متنوعة من المواقف .

تُستخدم الفعالية هنا للإشارة بشكل عام إلى السلوك والإدراك والعواطف التي تكتسب عبر المواقف من أجل "البقاء على قيد الحياة وهذه المهارات قابلة للتحسين والتعلم والتنمية؛ لأنها تختلف عن سمات الشخصية التي يكون من الصعب التعامل معها تجريبياً.

وهي قدرة الشخص على التكيف ، والبقاء ، والازدهار أي أنه يشير إلى مدى استعداد الفرد للتعامل مع متطلبات الحياة حيث تجعل الفرد سعيد مطلع ماهر حسن التصرف ومنتج ، وترتبط مهارات فعالية الحياة ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في الحياة (Nile,2008) كما عرف (حلمي الفيل، 2018) مهارات فعالية الحياة على أنها المهارات التي تتيح للفرد أن يكون ماهراً ومنتجاً لأنها تساعده على حسن التصرف في المواقف المختلفة التي يواجهها؛ كما أنها تساعده في حل المشاكل التي تواجه جوانب مختلفة من حياته الشخصية والأكاديمية، وتعرفها (جوهرة المرشود، 2020) بأنها مجموعة من المهارات التي تساعد التلاميذ على النجاح في حياتهم الأكاديمية والاجتماعية وتشمل (مهارة إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، والدافعية للإنجاز، والمرونة العقلية، وقيادة المهمة، والتحكم في الوجدانيات، والثقة بالنفس، والمبادرة النشطة)، وذكر(2013) Veresova,M,Ceresnik,M&Mala,) مهارات فعالية الحياة قدرات الفرد كي يعيش حياته بفعالية وهدف، لأن الخصائص والسمات الشخصية تعمل كعوامل فعالة لتحقيق الأهداف والرغبات في الحياة، كما تُشير فعالية الحياة إلى امتلاك الفرد الكفاءات النفسية والسلوكية التي تمكنه من أن يكون فعالاً في المواقف المختلفة .

(Bloemhoff, H 2016)

أهمية مهارات فعالية الحياة :

أشار (حلمي الفيل، 2018) إلى أهمية مهارات فعالية الحياة التي ترتبط بمصطلح الذكاء العملي والقدرة على حل المشكلات في الحياة اليومية من خلال المعارف والمهارات ،وتظهر أهميتها في قدرة الفرد على تطبيق المعرفة الشخصية في مواقف يتعرض لها في العالم الحقيقي، وقد صنفتها إلى مجموعة من المهارات الشخصية التي تختص بعلاقة التلميذ بذاته، وتمثل في إدارة الوقت ودافعية الإنجاز والتحكم في الوجدانيات والثقة بالنفس والمرونة العقلية، ومجموعة من المهارات الاجتماعية تختص بعلاقته بعالمه الاجتماعي وتمثل في قيادة المهمة والكفاءة الاجتماعية والمبادرة النشطة، وهذه المهارات تعمل معاً بطريقة متناغمة فقد يستخدم التلميذ أكثر من مهارة شخصية واجتماعية معاً في نفس الموقف.

الدراسات التي تناولت مهارات فعالية الحياة

- دراسة حلمي الفيل (2018) التي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة ، وتوصلت إلى تطبيق البرامج المختلفة للتعلم خارج الصف بما يتوافق مع طبيعة المرحلة العمرية للمتعلمين وطبيعة المادة الدراسية .
- دراسة Betty , P (2015) التي هدفت الى معرفة وجود اختلاف في مهارات فعالية الحياة وفقا لبعض المتغيرات الديموغرافية والمنطقة السكنية ونوع المؤسسة التعليمية وعدم وجود اختلافات في مهارات فعالية الحياة لدى التلاميذ المعلمين تبعا للنوع.
- دراسة (McCleod , B & craig, S (2004) استخدام أكثر من برنامج للتعلم خارج الصف يحدث فروقا دالة إحصائيا في مهارات فعالية الحياة لدى التلاميذ بالمقارنة مع التلاميذ الذين شاركوا في برنامج واحد فقط.

- دراسة (Powers,D 2004) عن وجود أثر دال موجب إحصائياً لبرنامج التعلم خارج الصف على تنمية مهارات فعالية الحياة وهذا الأثر كان كبيراً في مهارة قيادة المهام، ومهارة الثقة بالنفس، ومهارة إدارة الوقت.
- دراسة (Dougherty,M 2005) عن فعالية التعلم خارج الصف في تنمية مهارات فعالية الحياة.
- دراسة (Chiang , 2015) عن فعالية ألعاب الفيديو في تعزيز مهارات فعالية الحياة لدى الأطفال في المدارس الابتدائية.
- دراسة (Engeman,T. 2013) أهمية مهارات فعالية الحياة وتتلخص في إدراك الفرد الذاتي لمهارات فعالية الحياة يؤثر على التغيير الاجتماعي للفرد والعيش بشكل أكثر استقلالية وتنمي لديهم روح العمل الجماعي، والتعاون والمخاطرة والقيادة، ومهارات حل المشكلات.

أولاً : مهارة إدارة الوقت Time management

يعتبر مفهوم إدارة الوقت من المفاهيم المتكاملة والشاملة، فإدارة الوقت لا تقتصر على فرد دون آخر ولا يقتصر تطبيقها على مكان أو زمان أو على مجال دون آخر علماً بأن هذا المفهوم ارتبط أكثر بالمجال الإداري عن المجالات الأخرى. تعرف إدارة الوقت أنها كيفية استثمار الوقت بشكل فعال مع محاولة تقليل الوقت الضائع هدرًا دون فائدة فالوقت لا يمكن إنخاره أو تعويضه أو تأجيله لذا فإن الاستخدام الرشيد للوقت يقوم على التخطيط والتنظيم والمتابعة (إيمان حمدي، 2017) أهمية إدارة الوقت :

- كما يشير (سليمان حسين موسى المزين ، 2012) لمدى أهمية إدارة الوقت فيمكن عرضها في بعض النقاط كما يلي :
- ترشيد الوقت وقضائه فيما يفيد التلميذ حالياً وأسرته ومجتمعه فيما بعد.

- تقليل الوقت المهدر في فناء المدرسة أو استخدام التكنولوجيا من الهاتف المحمول والأنترنترنت دون فائدة.
- تجعل التلاميذ قادرين على تحمل المسؤولية ومدركين لقيمة الوقت الذي يمثل حياتهم ومستقبلهم.
- تساعد التلاميذ على تخصيص وقت لكل مهمة يقوموا بها .
- عدم تأجيل المهام وبالتالي لا يلجئوا إلى تأجيل الامتحانات أو تقسيم السنة الدراسية على سنتين أو الرسوب والذي يترتب عليه إهدار في الوقت والجهد والمال.
- الوصول للأهداف التي يرسمها التلاميذ لأنفسهم وتحقيق آمالهم التي يتطلعون إليها في المستقبل.

فهذه هي المهارة التي يجب على التلاميذ تعلمها وممارستها، ويجب على التلاميذ تغيير عاداتهم من أجل امتلاك مهارات إدارة الوقت الجيد.

كما أشار (cyriilm,2015) لأهمية إدارة الوقت أن التلاميذ يعيشون حياة مزدحمة ومجهددة، فيحضرون الدروس ، ويستكملون المهام الدراسية ويدرسون للامتحانات بالإضافة إلى روتين حياتهم اليومية ، ويعد ذلك هو الوقت المناسب لتطبيق مهارات إدارة الوقت وهي مهارة يجب أن يتعلمها التلاميذ .

خطوات إدارة الوقت

إدارة الوقت هي أن ندير ذواتنا بشكل صحيح للاستفادة من الوقت بطريقة فعّالة، لذا فإن خطوات إدارة الوقت أساسية في أي عملية تعليمية أو إدارية، وأشار كلاً من (هشام النرش، 2022)، (إيمان حمدي، 2017)، (علوان إحميد، 2009) إلى مجموعة من الخطوات واستخلصت الباحثة هذه الخطوات في الشكل التالي :



شكل (9) خطوات إدارة الوقت

التخطيط : planning

مهارة تسجيل الوقت Time Record Skill

تساعد عملية التسجيل على توضيح كيفية استخدام الوقت بهدف إعادة تخطيطه لإمكانية الاستفادة منه، ويقصد بتسجيل معرفة الوقت الذي يستغرقه التلميذ في كل نشاط الوقت، ورصد الأنشطة والأعمال التي يقوم بها التلميذ في فترة زمنية محددة بهدف معرفه الأنشطة التي تستغرق وقتاً طويلاً وكذلك الأنشطة التي تستغرق وقتاً قصيراً لمعرفة كيفية التعامل مع كلا منهما .

مهارة تحليل الوقت Time Analysis Skill

بعد تسجيل الوقت يجب تحليل الوقت ، ويعتبر تحليل الوقت من الخطوات الضرورية لإدارة الوقت لأنه يوضح الأنشطة الغير مفيدة التي تستنفذ الوقت والأنشطة التي تسبب ضياعاً وهداراً للوقت ولا تحقق الأهداف المطلوبة .

التنظيم Organizing

من خلال عملية التنظيم يتم استخدام الوقت لتحقيق الأهداف من خلال تنظيم بيئة العمل والوسائل والأساليب التي تستخدم للاستفادة المثلى من الوقت، وتبسيط

إجراءات وأساليب العمل ، وتحديد المهام والاختصاصات، وتقسيم النشاطات المتشابهة وتجزئة العمل في شكل أعمال مفردة .

التنفيذ والمراقبة Implementation And Monitoring

تعتبر عمليتي التخطيط والتنظيم إهداراً للوقت إذا لم يتم تنفيذ ما تم التخطيط له ثم تقييم ما تم تنفيذه، وتصبح كل الخطط التي تم إعدادها أحلام إذا لم يتم تنفيذها، وذلك من خلال البدء في تنفيذ هذه الأنشطة والأعمال بشكل يومي، ولا يُكتفي فقط بالتخطيط، دون استخدام هذه المبادئ، ويجب تنفيذ كل ما هو مدون في الخطط والقوائم اليومية أولاً بأول، وعدم تأجيل أي من هذه المهام أو الأنشطة إلا في حالات الضرورة القصوى، كما يجب مراقبة ما يتم أنجازه من المهام وما لم ينجز يُتابع حتى يتم أنجازه.

التقويم والمتابعة Calendar and follow up

يتم من خلالها معرفه مدى التقدم لتحديد مدى الابتعاد عن الاهداف المحددة بحيث يمكن تعديل الخطة إذا لزم الأمر، ويحتاج هذا إلى الاستمرارية، ومتابعته، والتعرف على الأعمال التي يتم أنجازها وتحقيقها، والتي لم يتم أنجازها، مع تحديد القوائم اليومية للتعرف على نقاط القوة والضعف في إدارة الوقت، ومراقبة منحنى التطور والتقدم في الأعمال والخطة العامة وذلك من خلال الفحص والتحليل النقدي للنتائج.

ثانياً: مهارة دافعية الإنجاز Achievement Motivation

يشير (طارق المصري، 2020) إلى دافعية الإنجاز أنها مفهوم افتراضي يرتبط بشعور الفرد بالأداء التقييمي، حيث المنافسة لبلوغ معايير الامتياز وهذا الشعور يظهر شقين أساسيين عند الفرد هما الرغبة في النجاح؛ والخوف من الفشل، خلال قيام الفرد ببذل أقصى جهده من أجل النجاح وبلوغ الأفضل والتفوق على الآخرين . كما أشار (حلمي الفيل، 2018) إلى دافعية الإنجاز أنها تمثل في تحفيز الفرد لنفسه لتحقيق التميز وبذل الجهد المطلوب في العمل.

ومن النظريات التي ظهرت في تفسير دافعية الإنجاز نظرية تكنسون وهي تربط بين توقع الفرد لأدائه وإدراكه الذاتي لقدرته والنتائج المترتبة عليها، وتعتبرها علاقات معرفية متبادلة تقف خلف سلوك الإنجاز وأن الأفراد ذوي الدافعية العالية للإنجاز يبذلون جهداً كبيراً في محاولات الوصول إلى حل المشكلات Atkinson, 1960 وقد أشار عبد الباسط القنى (2020، 197) إلى مميزات التلميذ ذوي الإنجاز العالي:

- الاستقلالية في الأعمال الدراسية.
- يناقش المعلومات التي يقدمها المعلم .
- يفهم المعلومات و يحاول تطبيقها في حياته اليومية.
- يفضل الأستاذ الذي يكلفه بعمل و يترك له حرية الاجتهاد.
- يسعى للتفوق و النجاح بغض النظر عن موقف المعلم منه .
- يتعلم من أجل العلم و تنمية شخصيته ويشعر بمتعة في ذلك.

مصادر الدافعية للإنجاز

أشار كلاً من (عبد الباسط القنى، 2020؛ طارق المصرى، 2020) إلى مصادر الدافعية للإنجاز ويمكن تلخيصها فيما يلي :



شكل (10) يوضح مصادر الدافعية للإنجاز

- **المصادر السلوكية:** وهي استجابة التلميذ للمسببات الفطرية، فيقوم بالعمل الذي يحقق له التعزيز، ويتجنب السلوك الذي لا يحقق له الشعور بالراحة والهروب من مطالب غير مرغوب فيها.
- **المصادر الاجتماعية:** يقوم التلميذ بتقليد نماذج إيجابية تستدعي تقليدها وتقليد السلوكيات الايجابية، ليكون فرداً ذا قيمة في المجتمع .
- **المصادر المعرفية:** حيث يحاول التلميذ الوصول إلى الفهم والانتباه إلى الاشياء، وحل المشكلات، واتخاذ وصنع القرارات المناسبة، والحصول على التوازن المعرفي، ومعرفة المعلومات الغامضة .
- **المصادر الوجدانية:** وهي تختص بشعور التلميذ نحو الأشياء مثل زيادة الشعور بالأفضل أو الاحسن وقلة الشعور بالأشياء الغير مرغوب فيها ، وزيادة الشعور بتأكيد الذات .

ثالثاً : مهارة المرونة العقلية *Intellectual Flexibility -Mental flexibility*

تعددت تعريفات المرونة العقلية حيث تعرف عرفها (Neill, 2008, p58) بأنها قدرة الفرد على استيعاب أفكار الآخرين والتحكم في آرائه لاستيعاب الأفكار الأفضل كما يطلق عليها التفكير المفتوح .

كما تعرفها زينب محمد أمين (2016،147). بأنها "قدرة الفرد في التكيف مع الواقع، وتغيير موقفه تجاه المثيرات الجديدة والطارئة، وعدم الجمود الفكري في المواقف الدراسية.

كما عرفها حلمي الفيل (2018) أنها مدى إدراك الفرد بقدرته على التكيف مع تفكيره واستيعاب المعلومات الجديدة من الظروف المتغيرة والمناظير العقلية المختلفة .

والمرونة العقلية تفرض على الشخص القابلية للتغير لأنها تتطلب تغيرات في سلوك الشخص واتجاهاته وتفكيره .

كما أشارت (أرزاق محمد عطية ، 2018) إلى أهمية تنمية المرونة العقلية :

1- تنمية الثقة بالنفس، والرضا عن الحياة، وتقلل من الضغوط النفسية والعدوانية لدى الأفراد.

2- تساعد التلميذ على الاستفادة مما تعلمه في حل المشكلات الحياتية اليومية.

3- تنمي القدرة علي حل المشكلات، والتعامل معها بشكل اذكي .

4- تنمية الشعور بالاستقلال في اتخاذ القرارات المختلفة دون تقييد بفكر محدد

5-التكيف مع المواقف المختلفة التي يمر بها.

6- زيادة قدرة الفرد علي التفاعل بإيجابية مع الآخرين، والتحرر من الاندفاع.

واتفق كل من (صلاح شريف عبد الوهاب 2011)، (زينب امين 2016) بتقسيم المرونة العقلية إلي:

(1) المرونة العقلية التكيفية Adaptive Flexibility: قدرة الفرد علي التعامل

بنجاح مع المشكلات التي تواجهه والتكيف معها متحرراً من الجمود الذهني الذي يُعيق تفكيره.

(2) المرونة العقلية التلقائية Spontaneous Flexibility: قدرة الفرد علي أنتاج

أكبر عدد من الأفكار مستخدماً إمكاناته العقلية والانفعالية تجاه موقف معين بحرية وتلقائية.

رابعا: مهارة المبادرة النشطة Active Initiative

أشار كل من (أيمن حماد ، 2019) ، (Neil et al ،2008) إلى المبادرة النشطة أنها تطوع الفرد للقيام ببعض الأعمال والمشاركة في المواقف المختلفة وتعزز المبادرة النشطة من أداء الفرد في المواقف المختلفة، كما أنها تمكنه من السيطرة على حياته الشخصية وتوجيهها

كما أوضح Neill (2002) المبادرة النشطة بأنها قدرة ديناميكية تظهر لدى الفرد عندما يكون نشطا ومبادرا عند مواجهه المواقف الجديدة ، وهى كل ما يستطيع أن يقوم به الفرد من أجل تحقيق الاشياء وإنجازها .

وعرفها جوهانسن (2014) بأنها رسم صورة محتملة للمستقبل قبل الاخرين، وتجاوز المشكلات بهدف تحقيق مكسب معين .

وأشار عبدالعزيز بن رشيد، هشام يوسف مصطفى (2017) إلى أهمية المبادرة بأن:

- المبادرة تطبيق أوامر الله تعالى وسنة رسوله الكريم؛ صلى الله عليه وسلم؛ فالله يأمرنا بالمسارعة والمسابقة 'وسارعوا'، 'سابقوا'؛ وكلها تدل على المبادرة.
- المبادرات المفيدة تساعد في نهضة المجتمع ؛ لأن المبادرات تساهم بالتقدم في المجالات المختلفة، وبالتالي وتساهم في التنافس مع الدول الأخرى.
- تسهم المبادرات في تسليط الضوء على أصحابها كمثال يحتذى به في مختلف المجالات والعلم.
- تساعد المبادرات النشطة في القضاء على أوقات الفراغ وزيادة إنتاجية المجتمع.
- تزيد من مستوى التفكير الإبداعي لحل المشكلات.

وهناك مجموعة من المهارات التي يجب أن يمتلكها المبادر مثل مهارة جمع البيانات ، مهارة المقارنة، مهارة التنبؤ والتوقع ، مهارة صياغة الافكار، مهارة حل المشكلات .

كما أن هناك عوامل تخلق روح المبادرة النشطة تتمثل في الوعي والمعرفة، والثقة بالذات، والاستعداد للتضحية والعطاء، والفاعلية، والنشاط (عبد العزيز ابن رشيد

(2017

معوقات المبادرة النشطة :

- عدم تحديد هدف واضح

- الميل إلى الاتكالية والراحة والتهرب من المسؤولية وهذا قد يكون نتيجة مجتمع سلبي يزرع في ابنائه صفات السلبية ويحطم فيهم نوازع المبادرة لذا نرى عدد قليل من المبادرين في هذه المجتمع .
- الاستهانة بقدرات وإمكانيات الافراد وهذا يفقده الثقة بنفسه .
- التردد والخوف من الفشل.

خامساً: مهارة الثقة بالنفس Self-Confidence

يعرفها (SUNDERLAND, 2004) بأنها قدرة الفرد على إدراك مهاراته وقدراته والتخلص من أي قصور في المهارات اللازمة للقيام بالمهام المختلفة، أن الثقة بالنفس ليست عملية يجب ممارستها لكنها الثمرة التي يحصل عليها الفرد نتيجة التعلم والتدريب في حاته التعليمية والمهنية، والتي تدعم مكانته العلمية والاجتماعية وتساعده على أن يكون إيجابياً (Sanders,et al., 2013) كما عرفها (cherry, 2016) بأنها سمة شخصية تتمثل باتجاه الفرد الإيجابي نحو الذات وإيمانه بإمكاناته المهنية لدعم مكانته وشعوره بالسعادة والطمأنينة، وتتسم الثقة بالنفس أنها تثير الانفعالات الإيجابية والشعور بالحماس والبهجة، وتزيد من التركيز والمثابرة والجهد لتحقيق الاهداف والنجاح مما ساهم في بناء مفهوم ذات إيجابي، فتجعل الفرد مرتاحاً خالياً من المخاوف قادر على تنظيم البيئة وافكاره بسرعة ودقة وبأقل معونة من الآخرين، مما يمكنه تخطي الصعاب والوصول إلى مستوى عال من الإنجاز ويؤدي ذلك إلى مناقشة الآخرين واحترام الذات. (Shaukat & Bashir, 2016,120-122)

فالثقة بالنفس هي مظهر من مظاهر مواجهة الظروف الطارئة واتخاذ القرارات والاعتماد على الذات، فالتلميذ الذي لديه ثقة بنفسه يكون أكثر اهتماماً ورغبة للانطلاق والأخذ بيد غيره، وشديد الرغبة في أن يدع الآخرين يعرضون عليه مشكلاتهم

- وأكدت العديد من النظريات أن الثقة بالنفس من سمات الشخصية السوية نفسيا واجتماعيا ومن النظريات التي أوصت بالثقة بالنفس (عبد الله شراب، 2015) .
- نظرية فرويد فالنمو النفسي حيث أكد أن السمات الشخصية تتكون في الطفولة المبكرة ، ثم تتطور هذه السمات في المراحل التالية ، لذلك نوهه عن الاهتمام بالسنوات الخمس الاولى من العمر .
 - نظرية أريكسون النفسية الاجتماعية : حيث تعتمد هذه النظرية على تفاعل الفرد مع المجتمع والبيئة التي يعيش فيها والتي تفرض على الفرد القدرة على إدراك الذات والثقة بالنفس ، والسيطرة الفعالة على البيئة ، والاعتماد على الذات .

أهمية الثقة بالنفس :

- اتفق كل من (الناطور 2011 ، 2021) على أهمية الثقة بالنفس في :
- مواجهه المشكلات وحلها .
 - اكتساب الخبرة وحب الآخرين .
 - خلق متعلم ذو شخصية متكاملة من الناحية النفسية والإجتماعية .
 - القدرة على اتخاذ القرارات .
 - تجعل التلميذ قادرا على تحقيق النجاح .

جوانب الثقة بالنفس :

- أكد (Baggerly&Max,2005) أن الثقة بالنفس لها خمس جوانب :
- انتماء التلميذ لذاته ، وللآخرين وأنه جزء متكامل معهم .
 - أيمان التلميذ بقدراته .
 - النظرة المتفائلة للمستقبل والحياة .
 - التعلم من خبرات الفشل التي مر بها .

- امتلاك مصادر مناسبة من التعزيز .

عوامل الثقة بالنفس :

أشار (محمد الدراكية ، 2021) أن هناك 5 عوامل تؤثر في تعزيز الثقة بالنفس وتساعد على التكيف نفسيا واجتماعيا :

- **عوامل جسمية :** فهناك ارتباط بين صحة وسلامة الفرد وبين ثقته بنفسه ، فكلما زادت صحته ولياقته زادت ثقته بنفسه ، وقدرته على القيام بالمهام وبذل الجهد وإنجازها .
- **عوامل عقلية :** المهارات العقلية تساعد الفرد على بناء ثقته بنفسه ، فالذكاء ، وسرعة البديهة وقوة الذاكرة ، يؤثران بشكل واضح في ثقة الفرد بنفسه لأنها هذه المواصفات تمكنه من حل المشكلات واكتساب الخبرات الجديدة .
- **عوامل نفسية :** تزيد ثقة الفرد بنفسه عندما يكون صورة ايجابيه عن نفسه عند الاخرين فاحترام الاخرين للفرد واحترامه لنفسه عامل نفسى أساسى لتكوين الثقة بالنفس لدى الافراد.
- **عوامل اجتماعية :** يؤثر المجتمع بشكل كبير على ثقة الفرد بنفسه لأنه جزء لا يتجزأ عنه فيؤثر فيه ويتأثر به ، لتجعل منه أنساناً واثقاً من نفسه
- **عوامل مادية :** يرتبط المستوى الاقتصادي ارتباطاً وثيقاً بثقه الشخص بنفسه ، حيث يشعر أنه قادراً على مواجهه الحياه بكل ثقته ويشعر بإنسانيته وأنه ذو مكانة .

التصميم التجريبي للبحث:

– **منهج البحث:** تم استخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبيتين، حيث تم تطبيق أدوات البحث قبلها على مجموعتي البحث بالطرق التقليدية ، ثم تطبيق تجربة البحث بتطبيق أنشطة التوكاتسو ثم تطبيق أدوات البحث بعديا.

- ومرت **المعالجة التجريبية** للبحث بعدة مراحل موضحة على النحو الآتي:

1. اختيار مجموعة البحث: تم اختيار مجموعة البحث تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بمدرسة المصرية اليابانية بمحافظة المنيا، المراد تنمية مهارات فعالية الحياة لديهم مما يخدم هدف البحث، وبلغ عدد أفراد المجموعة (15) طالبًا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

2. إجراءات تنفيذ تجربة البحث

مر تطبيق البحث بعدة خطوات هي:

- الموافقات الإدارية: تم الحصول على الموافقة الإدارية الخاصة بتطبيق البحث على هذه الفئة.

- مكان التطبيق: المدرسة اليابانية المصرية بمحافظة المنيا.

- تطبيق أدوات البحث قبلًا وبعديًا

✓ **تطبيق بطاقة تقدير الأداء**: تم تطبيق البطاقة قبلًا وبعديًا على أفراد

المجموعة.

فرض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب مجموعتي البحث في التطبيق البعدي لبطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة لصالح المجموعة التجريبية الأولى.

إجراءات البحث:

فيما يلي عرض للإجراءات التي اتبعت في تحديد عينة البحث وخطوات تعلم مهارات فعالية الحياة، وما يتضمنه ذلك من إعداد أدوات البحث وتنفيذ تجربة البحث وفق نموذج الجودة للتصميم التعليمي

نموذج الجودة للتصميم التعليمي



شكل (11) نموذج التصميم التعليمي ADDIE.

المرحلة الأولى: التحليل Analysis

تضمنت هذه المرحلة خمس مراحل فرعية:

1- تحليل خصائص التلاميذ :

تم تحديد خصائص الفئة المستهدفة وهم تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بالمدرسة المصرية اليابانية بمحافظة المنيا وتتراوح أعمارهم من (8-9) عاماً وتم تحديد الخصائص النفسية لديهم كالتالي :

- الاعتماد على النفس والقيام بالأعمال المختلفة .

- لديهم مهارات مُتعددة لإدارة الذات مثل نشاط التنظيف .
- لديهم القدرة على التعبير عن رأيهم والتفكير في إيجاد حلول للمشاكل .
- لديهم القدرة على اتخاذ القرارات وإجماع الآراء .
- لديهم علاقات اجتماعية جيدة بين بعضهم البعض .
- لديهم مهارات المُشاركة والتعاون والعمل في جماعة .

وتم تحديد الخصائص التقنية لديهم كالتالي:

- لديهم الحد الأدنى من مهارات التعامل مع الكمبيوتر والأنترنترنت واستخدام البريد الإلكتروني .
- لديهم الشغف للتعامل مع الأنترنترنت وتطبيق الأنشطة المُختلفة .

2- صياغة المشكلات وتحليل الاحتياجات :

تحددت مشكلة البحث الحالي في الحاجة إلى تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدارس المصرية اليابانية من خلال أنشطة التوكاتسو وذلك من خلال:

- 1- تحديد مهارات فعالية الحياة.
- 2- تحديد التصميم التعليمي المناسب لأنشطة التوكاتسو .
- 3- الكشف عن أثر أنشطة التوكاتسو من بعد على تنمية مهارات فعالية الحياة.

3- تحليل المهام التعليمية وعناصر محتوى التعلم:

تم تحليل عناصر محتوى بيئة التعلم بناء على احتياجات وخصائص التلاميذ وذلك من خلال:

- تحديد جوانب التعلم المعرفية مثل (الحقائق، المفاهيم، المبادئ)
- تحديد جوانب التعلم المهارية مثل (العقلية، الحركية)
- تحديد جوانب التعلم الوجدانية مثل (الاتجاهات، القيم، الميول)
- تحديد الصعوبات التعليمية بالمحتوى سواء كأن لغموض المفاهيم والمعلومات التي يشتمل عليها أو لكونها عالية التجريد، أو لعدم المعرفة بها مسبقاً

تم أعداد استبانة لتحديد قائمة بمهارات فعالية الحياة اللازم تنميتها لعينة البحث، وذلك من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة والأدبيات ذات الصلة بمهارات فعالية الحياة، وتم تحديد المهارات التي تضمنتها القائمة في صورتها المبدئية والتي تكونت من مجموعة من المهارات الأساسية يندرج منها مجموعة من المهارات الفرعية، وبذلك أصبحت قائمة المهارات تتكون من (4) مهارات أساسية، (12) مهارة فرعية، و(24) موقف دالاً على تحقيق هذه المهارات .

وللتحقق من صدق قائمة المهارات تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمحكمين في مجال تكنولوجيا التعليم لإبداء الرأي فيها من حيث :

- مدى أهمية كل مهارة .
- مدى ارتباط المهمة الأساسية بالمهمة الفرعية .
- مدى ارتباط الموقف بالمهارة الفرعية .
- تعديل أو حذف المهارات أو المواقف غير المناسبة .
- وتم التوصل إلى الصورة النهائية لقائمة مهارات فعالية الحياة

وجاءت آرائهم على النحو الآتي:

- وافق (100%) من المحكمين على أهمية المهارات المتضمنة بالقائمة.
- وافق (100%) من المحكمين على ارتباط المهمة الأساسية بالمهمة الفرعية.
- وافق (100%) من المحكمين على ارتباط الموقف بالمهارة الفرعية .
- وافق (95%) من المحكمين على ملائمة صياغة العبارات صياغة سليمة وواضحة.
- وتم اجراء التعديلات المقترحة وأصبحت القائمة في صورتها النهائية والشكل التالي يوضح نموذج استمارة قائمة مهارات فعالية الحياة.

ارتباط الموقف بالمهارة الفرعية		ارتباط المهارة الفرعية بالمهارة بالأساسية		الموقف	المهارة الفرعية	المهارة الأساسية
غير مرتبطة	مرتبطة	غير مرتبطة	مرتبطة			

شكل (12) نموذج قائمة مهارات فعالية الحياة

4- تبصر الحلول الممكنة وتحليل الموارد الرقمية المتاحة :

تم استخدام المنصة التعليمية (Edmodo)، لإمكانية استخدامها على مختلف الأجهزة، وإجراء المناقشات وأنشاء مجتمعات التعلم عليها حيث تسهل عملية تصميم واختبار ونشر إدارة المحتوى الإلكتروني، مما يتيح تحكم المعلم بشكل كامل في نظام إدارة التعلم وإمكانية التواصل مع المعلم والأقران، وسهولة تقييم الأنشطة والمهام التعليمية وتوزيعها وإعادة استخدامها بما يتناسب مع عناصر العملية التعليمية، وتعتبر المنصة بيئة مناسبة للأطفال لمشاركة المحتوى التعليمي والاجتماعي وقامت الباحثة بأنشاء حساب إلكتروني على المنصة لجميع أفراد العينة، وبالنسبة لعدم قدرة بعض التلاميذ على استخدام المنصة فقد قامت الباحثة بعمل مقابلة مع التلاميذ لتوضيح خطوات استخدام المنصة وخطوات التسجيل عليها.

5- تحديد الأهداف العامة:

يعتبر تحديد الأهداف العامة من أهم الخطوات، فمن خلالها يتم تحديد محتوى التعلم، والأنشطة والمهام التعليمية، والاستراتيجية المستخدمة، وأدوات القياس والتقييم، وهدف البحث الحالي إلى تنمية مهارات فعالية الحياة لدى تلاميذ المدارس المصرية اليابانية من خلال أنشطة التوكاتسو.

المرحلة الثانية: التصميم Design

تهدف عملية التصميم إلى وضع الشروط والمواصفات الخاصة بمصادر التعلم وعملياته وتشتمل تلك المرحلة على التالي:

1- تحديد الأهداف التعليمية:

تم صياغة الأهداف التعليمية صياغة إجرائية تصف الأداء المتوقع من التلميذ بعد تعلم مهارات فعالية الحياة ولتقدير صدق هذا التحديد وإجازته، أعدت الباحثة استبانة تشمل على الأهداف العامة والتعليمية، وتم عرض الاستبانة على المحكمين من أعضاء هيئة التدريس في مجال تكنولوجيا التعليم لأبداء الرأي في مدى مناسبة الأهداف التعليمية للأهداف العامة الخاصة بمهارات فعالية الحياة، التعديلات التي يرونها سواء بالإضافة أو الحذف أو إعادة الصياغة، وتم التعديل وفق ملاحظات المحكمين.

2- تحديد المحتوى التعليمي :

تم تحديد العناصر المقدمة وفقاً لاحتياجات التلاميذ، وتم ترتيبها بطريقة التسلسل المنطقي، وتكون المحتوى من أربع موضوعات أساسية هي: (إدارة الوقت، مهارة الدافعية للإنجاز، مهارة المبادرة النشطة، ومهارة الثقة بالنفس) والأشكال التالية توضح نماذج من المحتوى التعليمي.



شكل (13) نموذج من المحتوى التعليمي



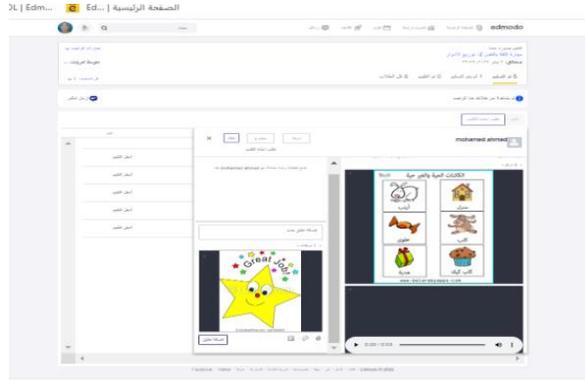
شكل (14) نموذج من المحتوى التعليمي



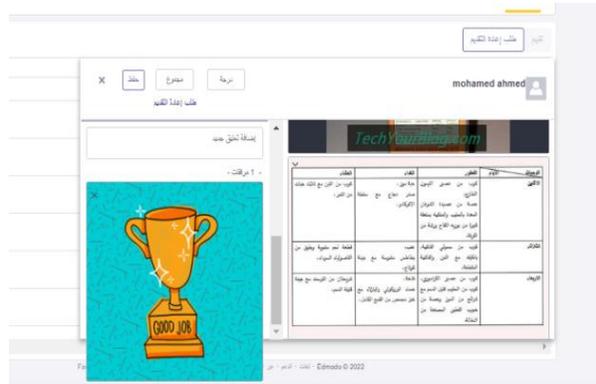
شكل (15) نموذج من المحتوى التعليمي

3- تحديد أنشطة التعلم، المهام :

تم تحديد مجموعة من الأنشطة التي تسهم في تحقيق أهداف كل درس وتنمي مهارات فعالية الحياة ، وتمثلت في تطبيق التلميذ لما يطلب منه عقب كل درس وممارسته للمهارات التي تعرض عليه وتقويمه من خلال المنصة، وتحديد نقاط القوة والضعف بعد انتهاء كل مهمة أو نشاط وإعلام التلميذ بتوقيت النشاط أو المهمة للعمل على إنجازها ويقوم المعلم بتوفير التغذية الراجعة للمتعلمين التي تكون في صورة تعليقات نصوص أو صور.



شكل (16) أنشطة التعلم والمهام



شكل (17) أنشطة التعلم والمهام

المرحلة الثالثة: التطوير Development

1- انتاج مصادر التعلم والأنشطة التعليمية

تم ضبط المواد والبرامج ليتم استخدامها بشكل فعلي داخل المنصة التعليمية لكي تكون المنصة التعليمية في صورتها النهائية قابلة للتطبيق على عينة البحث من خلال

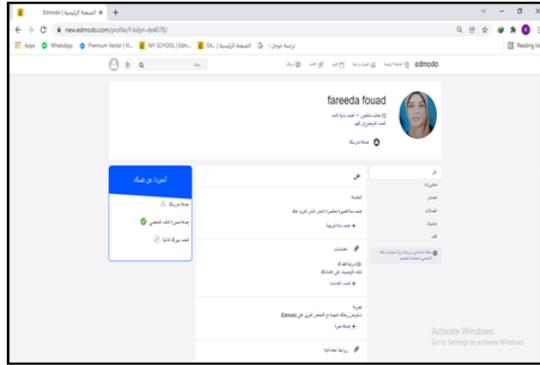
الرابط <https://www.edmodo.com>

فقد استخدمت الباحثة مجموعة من البرامج والمواد لأننتاج مادة المعالجة وهي:

- برنامج Adobe Photoshop cc2014 لمعالجة الصور النقطية.

- برنامج Illustrator CC2014 لمعالجة وتنفيذ الرسوم المتجهة.
- برنامج After effect لتنفيذ مقاطع فيديو مصغرة موشن جرافيك .
- برنامج power point 2021
- برنامج Adobe Audition لعمل مونتاج المقاطع الصوتية .

وتتضمن هذه المرحلة التطبيق الإلكتروني، ومعلومات عن مكونات كل نشاط، و الملف الشخصي لكل مستخدم سواء معلم أو تلميذ أو مدير المنصة التعليمية، حيث يقوم كل تلميذ بالدخول بحسابه الشخصي على المنصة والاطلاع على الأنشطة والمهام المطلوب تنفيذها وذلك بعد الدخول إلى العنوان الخاص بالمنصة التعليمية "Edmodo" لأنشاء حساب <https://www.edmodo.com>



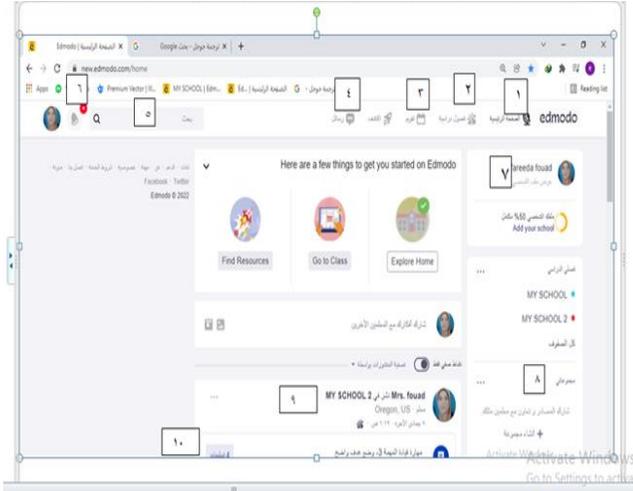
شكل (19) المنصة التعليمية "Edmodo"

2- وضع التدريبات والتفاعلات :

تم تقديم محتوى ومراحل الأنشطة المختلفة كي يتم تحقيق الأهداف التعليمية في المنصة التعليمية، وتقديم الدعم والتحفيز التلميذ دائما في كل مرحلة، وتسمح منصة Edmodo للتلاميذ التفاعل بعدة أشكال: التفاعل بين التلميذ والمحتوى، التفاعل بين التلاميذ بعضهم البعض، التفاعل بين التلميذ والمعلم، حيث تم إعداد موضوعات المحتوى في شكل مقاطع فيديو مصغرة ترفع على المنصة التعليمية، وبعد رفع الفيديو يسمح للطلاب بالنقاش وطرح أسئلة في التعليقات والإجابة عليها من قبل المعلم أو الاقران، كذلك يمكن للمعلم وضع روابط لصفحات ويب أو كتب إلكترونية ترتبط بموضوع الدرس.

3- بناء بيئة التعلم وأنتاجها :

تم بناء بيئة التعلم المصغر وفق توقيت تقديم الأنشطة التعليمية وأنشائها وادخال بيانات التلاميذ وبيانات البيئة والمقرر ومجموعات البحث، ثم بدأت عملية الرفع الفعلي لمقاطع الفيديو، وتسجيل تلاميذ عينة البحث، وتحديد أدوات التفاعل التي يتم تواصل التلاميذ من خلالها، ثم رفع الأنشطة والمهام التعليمية الخاصة بكل مجموعة.



شكل (20) الصفحة الرئيسية في منصة "Edmodo"

ومن الصفحة التي تظهر بعد تسجيل دخول التلميذ ببياناته الشخصية ، ويمكن من خلالها الانتقال إلى جميع الصفحات الفرعية وتشتمل على :

- | | | |
|--------------------|--------------------|--------------|
| 1- الصفحة الرئيسية | 2- الفصول الدراسية | 3- التقويم |
| 4- الرسائل | 5- البحث | 6- الاشعارات |
| 7- إعدادات الحساب | 8- المجموعات | 9- المنشورات |
| 10- المهمات | | |

مرحلة التطبيق:

1- تجريب المواد والبرمجيات

التطبيق الاستطلاعي:

- هدف التطبيق الاستطلاعي إلى تجريب أدوات البحث للتأكد من صلاحيتها وسلامتها للتجربة الأساسية، ومعرفة مدى مناسبة البيئة والأنشطة التعليمية المقدمة من وجهة نظر التلاميذ من حيث ترتيب المراحل ومقاطع الفيديو ومراحل التنفيذ ومدى سهولة التجول، والتعامل والاستخدام مع بيئة التعلم.
- **عينة التطبيق الاستطلاعي** تم تطبيق النموذج والتطبيق الإلكتروني على عينة استطلاعية ممثلة لعينة البحث الأصلية التي أعد من أجلها التطبيق الإلكتروني، ومتفقة معها في جميع الخصائص، حيث تم اختيار (5) من تلاميذ الصف الثاني الابتدائي بالمدرسة اليابانية المصرية.
- **إجراءات التطبيق الاستطلاعي** تم عرض أدوات البحث على السادة المحكمين، وإجراء التعديلات المختلفة التي أوصوا بها وكذلك المعالجات الاحصائية، ثم تم الإقرار بصلاحية أدوات البحث للاستخدام في تجربة البحث الأساسية.
- وعلى ضوء هذا تم تجهيز النسخة النهائية للأنشطة ببيئة التعلم و التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تظهر أثناء مراحل التطبيق، أو أي مشكلات أخرى قبل البدء في تجربة البحث الأساسية، والتحقق من صدق وثبات أدوات البحث .

2- تدريب المستخدمين والمستهدفين :

- تم إجراء جلسة تمهيدية مع التلاميذ قبل تطبيق التجربة لشرح كيفية التعامل مع المنصة التعليمية والهدف منها، و إعطائهم بعض التوجيهات والارشادات حول كيفية الاستخدام، كيفية وتنفيذ المهمات المطلوبة ورافقها على المنصة، والتعلم والمشاركة في عملية التعلم، وأثناء ذلك تابعت الباحثة تفاعل التلاميذ للتأكد من

تسجيل دخولهم للمنصة وتفاعلهم المناسب داخل المنصة والاجابة عن استفساراتهم وتوجيههم بالطريقة المناسبة لهم.

3- تحكيم الخبراء والمتخصصين :

تم وضع المحتوى التعليمي والأنشطة والمهام الخاصة بكل نشاط داخل المنصة التعليمية وبعد الانتهاء تم ضبطه والتحقق من صلاحيته للتطبيق، من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة تدريس تكنولوجيا تعليم لإبداء الرأي في الأهداف والمحتوى والوسائل ومقاطع الفيديو المُصغرة والأنشطة والمهام المختلفة، وأساليب التفاعل لكل نشاط من الأنشطة بما يلائم لتلاميذ المرحلة الابتدائية

مرحلة التقويم:

1- ضبط المواد والبرامج المنقحة

• المعالجات الاحصائية والتقويم النهائي: في ضوء التصميم التجريبي للبحث وتطبيق أدواته تمت المعالجة الاحصائية باستخدام برنامج (SPSS) حيث اعتمد البحث على مجموعتين تجريبيتين، وتم استخدام تحليل التباين للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين ومدى تأثير المتغيرات المستقلة على المتغيرات التابعة.

• الرصد المستمر والدعم: تم تحديد طرق متعددة للتواصل مع الباحثين من خلال البريد الالكتروني، للرد على استفسارات التلاميذ والاجابة عن تساؤلاتهم وتقديم الدعم الفني لهم حتى بعد انتهاء تجربة البحث.

2- بناء أدوات البحث والتأكد من الخطوات التنفيذية :

هدفت بطاقة تقدير الأداء إلى التعرف على المهارات المتوفرة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في المدارس المصرية اليابانية في مهارات (إدارة الوقت - الدافعية للإنجاز- المبادرة النشطة - الثقة بالنفس) التي هم بحاجة إلى اكتسابها وتمت التجربة على عدد أفراد المجموعة (15) من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بالمدرسة اليابانية المصرية بمحافظة المنيا .

• بطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة .

هدفت إلى تقييم مهارات فعالية الحياة التي يجب إكسابها لطلاب المرحلة الابتدائية بالمدرسة اليابانية المصرية، تم التوصل للصورة الأولية لبطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة وعددها (4) مهارات ويتبع كل مهاره رئيسية مجموعة من المهارات الفرعية المتعلقة بها وعددها (12) مهارة فرعية، وكل مهارة فرعية يتبعها (2) موقف، وتم التحقق من صلاحية البطاقة وذلك بعرضها في صورتها الأولية على (9) محكماً لإبداء آرائهم فيها وملاحظاتهم حولها وتم إجراء التعديلات المقترحة وأصبحت القائمة في صورتها النهائية، الشكل التالي يوضح نموذج استمارة لبطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة.

المهارة الأساسية	المهارة الفرعية	الموقف	حققه بشكل كامل	حققه بشكل جزئى	لم يحققه	رأى المحكم
			كامل	١	٠	

شكل (21) استمارة لبطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة.

• المعاملات العلمية لبطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة

أ- صدق البطاقة

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لبطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة لدي تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بالمدرسة المصرية اليابانية، وذلك عن طريق تطبيقه على عينه قوامها (5) متعلما من مجتمع البحث ومن خارج المجموعة الأساسية، وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ، كذلك معامل الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية له ، كما تم حساب معامل الارتباط بين مجموع درجات كل محور ومجموع درجات المقياس ككل.

جدول (3) صدق الاتساق الداخلي لبطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة (ن = 5)

				العبارات						الاتساق الداخلي	المحاور
				6	5	4	3	2	1	رقم المفردة	مهارة إدارة الوقت
				**0.91	**0.83	**0.79	**0.40	**0.80	**0.69	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمحور	
				**0.81	*0.38	**0.86	**0.73	**0.89	**0.95	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمقياس	
				**0.91						معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية للمقياس	
				12	11	10	9	8	7	رقم المفردة	مهارة الدافعية للإنجاز
				**0.89	**0.72	**0.59	**0.83	**0.67	**0.78	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمحور	
				**0.61	**0.50	**0.60	**0.72	**0.55	**0.86	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمقياس	
				**0.82						معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية للمقياس	
				18	17	16	15	14	13	رقم المفردة	مهارة المبادرة النشطة
				0.77 **	**0.86	**0.89	*0.31	*0.48	**0.86	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمحور	
				0.74 **	**0.87	*0.42	**0.81	**0.84	*0.51	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمقياس	
				**0.78						معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية للمقياس	
				24	23	22	21	20	19	رقم المفردة	مهارة الثقة بالنفس
				0.78 **	0.74 **	0.79 **	0.70 **	0.75 **	0.79 **	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمحور	
				0.75 **	0.69 **	0.89 **	0.92 **	0.85 **	0.87 **	معامل الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية للمقياس	

المحاور	الاتساق الداخلي	العيارات
	معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور والدرجة الكلية للمقياس	**0.85

(*) دال عند مستوى 0.05

(**) دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجداول (3) ما يلي :

- امتدت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس تقدير مهارات فعالية الحياة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ما بين (0.31) : (0.89) وجميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) مما يشير إلى الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.
- امتدت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات والدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.39 : 0.92) وجميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس .
- امتدت معاملات الارتباط بين مجموع درجات محاور مقياس تقدير مهارات فعالية الحياة والدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.78، 0.91) وجميعها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبطاقة .

ثبات البطاقة

لحساب ثبات مقياس تقدير مهارات فعالية الحياة استخدمت الباحثة معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (5) متعلم من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية والجدول (2) يوضح النتيجة.

جدول (4) معاملات الثبات لبطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة (ن = 5)

معامل الفا لكرونباخ	بطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة
**0.82	مهارة ادارة الوقت
**0.79	مهارة الدافعية للإنجاز
**0.86	مهارة المبادرة النشطة
**0.75	مهارة الثقة بالنفس
**0.79	الدرجة الكلية

(*) دال عند مستوى 0.05

(**) دال عند مستوى 0.01

يتضح من جدول (4) امتدت معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ ما بين (0.75 : 0.82) وبلغ للدرجة الكلية (0.79) وكلاهما معاملات دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يشير إلى ثبات البطاقة.

3- التجربة الأساسية للبحث :

• اختيار عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث وقد تكونت من (15) تلميذاً مقسمة إلى مجموعتين من تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بالمدرسة اليابانية المصرية بالمنيا، حيث استخدم في المجموعة الأولى أنشطة التوكاتسو من بعد المدمجة وفقاً لمهارات فعالية الحياة ، والمجموعة الثانية تكون الطريقة السائدة في الفصل وجهاً لوجه .

• **بعد الانتهاء من التطبيق القبلي لأدوات البحث**، تم تنفيذ التجربة الأساسية، وتم تحديد موعد البدء والانتهاء وذلك في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2021 - 2022 على تلاميذ الصف الثالث الابتدائي بالمدرسة المصرية اليابانية بمحافظة المنيا.

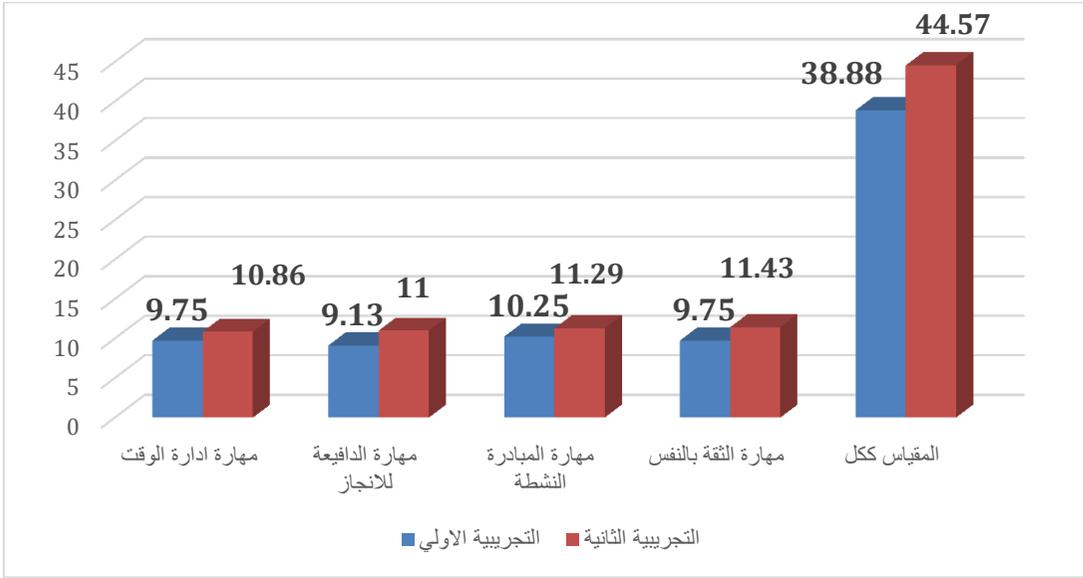
• **بعد الانتهاء من تجربة البحث الأساسية**، تم تطبيق أدوات البحث تطبيقاً بعدياً على مجموعتي البحث، وتم تسجيل نتائج بطاقة تقدير أداء مهارات فعالية الحياة وأنشطة التوكاتسو وذلك باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss بهدف إجراء المعالجات الخاصة بالبحث الحالي.

جدول (5): دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياس البعدي لمجموعتي البحث في بطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة (ن = 15 متعلم ، الدرجة العظمى = 48 درجة)

مستوي الدلالة	قيمة Z	W	U	المجموعة التجريبية الثانية (ن = 7)				المجموعة التجريبية الأولى (ن = 8)				المتغيرات
				متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
0.02	2.31	45	9	75.00	10.71	0.9	10.86	45.00	5.63	0.71	9.75	مهارة ادارة الوقت
0.003	2.97	39	3	81.00	11.57	0.82	11	39.00	4.88	0.83	9.13	مهارة الدافعية للأنجاز
0.05	2.133	46	10.50	73.50	10.50	0.76	11.29	46.50	5.81	0.89	10.25	مهارة المبادرة النشطة
0.005	2.87	40	4	80.00	11.43	0.79	11.43	40.00	5.00	0.71	9.75	مهارة الثقة بالنفس
0.001	3.17	37	1	83.00	11.86	2.07	44.57	37.00	4.63	1.81	38.88	المقياس ككل

(*) دلالة عند مستوى دلالة 0.05

أظهرت نتائج جدول (5) ارتفاع المتوسط الحسابي في القياس البعدي لمتعلمي المجموعة التجريبية الثانية (أنشطة التوكاتسو المدمجة وفقاً لمهارات فعالية الحياة) عن القياس البعدي لمتعلمي المجموعة التجريبية الأولى (الطريقة السائدة في الفصل وجهاً لوجه) في محاور مقياس تقدير فعالية الحياة والدرجة الكلية للمقياس، وبحساب قيمة (Z) لدلالة الفروق بين المتوسطات وجد أنها دالة إحصائياً وفي اتجاه القياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية عند مستوى الدلالة (0.01) .



شكل (22) رسم بياني يوضح دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي القياس البعدي لمجموعتي البحث في بطاقة تقدير مهارات فعالية الحياة

ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لما يلي:

- جودة تصميم بيئة التعلم والتي أدت إلى اكتساب التلاميذ المهارات الأدائية.
- سهولة الاستخدام والتفاعل مع بيئة التعلم الإلكترونية .
- الحرص على المتابعة من المعلم ساعد في التحفيز وإثارة دافعية التلاميذ لتنمية مهارات فعالية الحياة.
- حرص الطلاب على الاطلاع على مقاطع الفيديو وتسليم الأنشطة في الموعد للحصول على الدرجة.
- تماشياً مع مبادئ النظرية البنائية، حيث أن التعلم تمحور حول المتعلم ووفر له التعليم بشكل مركز في أقل وقت، وفي أي مكان مما أتاح فرصة التعلم بمرونة.
- ساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد على ربط خبرات المتعلمين السابقة مما يعني استمرارية التعلم وتكوين خبرات جديدة مما كان له الأثر في تنمية مهارات فعالية الحياة.

- ساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد على التنسيق بين المواقف التعليمية ومواقف الحياة العملية في هذه النشاطات واستثارة قدرات التلاميذ على التعلم.
- ساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد في محاوله إثارة شوق الطلاب واهتمامهم ببيئة التعلم .
- مساعده الطلاب في التغلب علي بعض الصعوبات النفسية مثل عدم الثقة في النفس أو التشتت وعدم القدرة علي التركيز .
- ساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد على إثراء المعلومات لدى التلاميذ .
- ساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد على تشجيع الطلاب على الأنشطة وتحفيزهم على التعلم .
- ساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد التلاميذ على الانتباه إلي التوقيت الزمني وأداء المهمات في الوقت المطلوب مما كان له الأثر في تنمية مهارات فعالية الحياة .
- يساعد تقديم الأنشطة التعليمية من بعد في توجيه الطلاب ومساعدتهم على اكتشاف قدراتهم وميولهم والعمل على تنميتها وتحسينها.
- واتفقت النتائج مع دراسة محمد ابو اليزيد(2019) التي هدفت إلى قياس أثر توقيت تقديم الأنشطة الالكترونية في بيئة التعلم المقلوب وتوصلت الدراسة إلى ضرورة تقديم الأنشطة الالكترونية بعد دراستهم للمحتوى التعليمي ذاتياً في موعد غايته اسبوع وذلك لإثراء المعلومات ، والتطبيق العملي للمهارات التطبيقية من خلال الطلاب وإشراف عضو هيئة التدريس.
- ودراسة إبراهيم حسن (2016) حيث أظهرت وجود فروق بين المجموعتين التجريبيتين في بطاقة ملاحظة الطلاب في التطبيق البعدي لصالح المجموعة الأولى(توقيت تقديم الأنشطة مع المهمات التعليمية).

- ودراسة أسامة هنداوي (2014) التي أشارت إلى فاعلية البرنامج بتوقيتين (بنائية-ختامية) في تنمية مهارات إنتاج الرسوم البيانية الكمبيوترية دون أي فروق بين المجموعتين والتي هدفت إلى التعرف على أثر اختلاف نمط ممارسة الأنشطة ، وتوقيت ممارسة الأنشطة وتوصلت الدراسة إلى تفوق الطلاب الذين قُدمت لهم الأنشطة قبلياً حيث إن الأنشطة التعليمية القبالية قامت بوظائف المنظمات التمهيديّة من حيث توجيه انتباه الطلاب إلى ما سوف يُعرض عليهم أثناء دراسة المحتوى العلمي وتضييق الفجوة بين ما يعرفه الطلاب وما يحتاج إلى معرفته قبل أن يتعلم المادة الجديدة.

توصيات البحث :

في ضوء نتائج البحث ، فإنه يمكن استخلاص التوصيات التالية:

- فاعلية أنشطة التوكاتسو في تنمية مهارات فعالية الحياة .
- إجراء بحوث تتناول أنشطة توكاتسو اخرى مثل الزيارات المنزلية وأثرها في تنمية مهارات فعالية الحياة .
- اهتمام مطوري المناهج بتركيز المحتوى على تنمية مهارات فعالية الحياة لتمكين التلاميذ من مواجهه تحديات الحياة .
- توعية المعلمين بأهمية تنمية مهارات فعالية الحياة ودمجها بالخطة الدراسية .
- إدراج أنشطة التوكاتسو اليابانية ضمن مقررات المرحلة الاعدادية .

المراجع:

- أرزاق محمد عطية اللوزي 2019. أثر توظيف نظرية الذكاء الناجح في تدريس الاقتصاد المنزلي على تنمية التفكير الإيجابي والمرونة العقلية لدى تلميذات المرحلة الإعدادية المهنية ، العلوم التربوية، جامعة القاهرة - كلية الدراسات العليا للتربية ، مج26، ع 3 .
- الامام محمد محمود (2018) . استراتيجيات التعليم في اليابان " متاح على <http://islamonline.net> بتاريخ 2019/ 9/7 .
- أيمن عبدالعزيز سلامة حماد (2019) . فاعلية الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية :دراسة مقارنة ، جامعة عين شمس -مركز الإرشاد النفسي .
- القني عبد الباسط(2020). دافعية التعلم ودافعية الإنجاز مفهوم وأساسيات ، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية ، المجلد 2020 / (02) 12 ، الجزائر : جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ص. (204 - 193 .
- إيمان حمدي زهران (2017). دور الإدارة المدرسية في تطوير أداء معلمي مدارس التعليم الثانوي العام على ضوء مدخل إدارة الوقت ، جامعة القاهرة كلية الدراسات العليا للتربية بالمملكة العربية السعودية ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مج 28، ع3.
- بوب جوهانسون (2014). فن المبادرة ، دار الفاروق للاستثمارات الثقافية، مصر.
- جوهرة صالح مرشود (2020) . الإسهام النسبي لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة لدي طالبات جامعة القصيم ، مجلة جامعة الملك عبدالعزيز - الآداب والعلوم الإنسانية ، مج28 ، ع 9 .

- حلمي محمد حلمي الفيل (2018). تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فاعلية الحياة لدى طلاب التربية الفنية بكلية التربية النوعية -جامعة الإسكندرية ، ج1 ، ع 177.
- زيزي حسن عمر (2018) فاعلية وحدة إثرائيه في الاقتصاد المنزلي قائمة على أنشطة التوكاتسو لتنمية مهارت التفكير المنتج والاتجاه نحو العمل الجماعي لتلميذات المرحلة الابتدائية، الجيزة ، جمعية إمسيا التربية طريق الفن.
- زينب محمد أمين (2016). تقنين مقياس المرونة العقلية لدى طلاب الجامعة ، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية بقنا، العدد (27) أبريل .
- سليمان حسين موسى المزين (2012) ،فاعلية إدارة الوقت لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، م20 ، ع 1 .
- صلاح شريف عبد الوهاب(2011). المرونة العقلية وعلاقتها بكل من منظور المستقبل وأهداف الإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة ، مجلة بحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة، ع20، فبراير .
- عبدالعزيز بن رشيد، هشام يوسف مصطفى(2017) .برنامج قائم على أساليب استشراف المستقبل وأثره في تنمية سلوكيات المبادرة لدى طلاب جامعة حائل. جمعية الثقافة من أجل التنمية ،س17، ع113 .5.
- عبد الله شراب (2013) . فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية (رسالة دكتوراه) جامعة عين شمس ، القاهرة .
- فاطمة عبد السلام أبو حديد (2020) . وحدة مقترحة في القياس قائمة على أنشطة التوكاتسو

- اليابانية لتنمية بعض المهارات الحياتية الرياضية لدى تلاميذ لمرحلة الابتدائية، مجلة تربويات الرياضيات، مج , 23 ع .
- فريال بشرى منقريوس (2018) . أنشطة التوكاتسو في المدارس اليابانية "ورقة عمل في المؤتمر الدولي لكلية رياض الأطفال ، جامعة اسيوط " بناء طفل لمجتمع أفضل في ظل المتغيرات المعاصرة .
 - محمد مفضى الدرابكة (2021). الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى الطلبة الموهوبين وغير الموهوبين في منطقة حائل ، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية.
 - محمود طه حسين (2018) . تفاصيل وأنواع أنشطة التوكاتسو اليابانية متاح على <https://www.youm.com/story/7/2/7/2018.com>
 - كونيكو تاكاماتسو (2018). التعليم على الاسلوب الياباني، نشرة اليابان الاعلامية، ترجمة حسن الحريري.
 - طارق توفيق المصري . (2020) . دافعية الإنجاز وعلاقتها بالذكاء الاستراتيجي لدى طلبة جامعة الملك فيصل
 - هبة هاشم (2017) . تصور مقترح لمنهج الدراسات الاجتماعية لتلاميذ الصفوف الثلاثة الأولى من المرحلة الابتدائية قائم على أنشطة التوكاتسو اليابانية وتأثيره على تنمية بعض المفاهيم الاخلاقية لديهم ، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية ، ع (92) 1-47.
 - هيروشي سوغيتا (2019). النشاطات الخاصة ، توكاتسو ، مركز بحوث المنهاج في المعهد الوطني لأبحاث السياسة التربوية .
 - وزارة التعليم والتعليم الفني (2018). أنشطة التوكاتسو. دليل المعلم الصف الاول الابتدائي .

- وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني (2020). أنشطة التوكاتسو دليل المعلم للأنشطة الخاصة توكاتسو (المدارس المصرية اليابانية).
- وفاء يحيى (2019). تطبيق أنشطة التوكاتسو على طلاب جميع المدارس بالنظام الجديد .

المراجع الأنجليزية :

- akaoka ،Y. (2020.) "Study of Introduction and Acceptance of Japanese Model of Education: Tokkatsu Plus to Egypt" ،Doctoral Dissertation ،Department of International Studies ،Graduate School of Frontier Sciences ،The University of Tokyo .
- Baggerly, J8 Max,p,(2005). *Child- centered Group play with African American Boy at the Elementary school level, Journal of counseling-Development, Vol 83,n04,pp 387-396.*
- O Cyril, V. (2015). Time Management and Academic Achievement Of Higher Secondary Students. *I-Manager's Journal On School educational Technology, Vol. 10 L No. 3* ,PP38-43.
- Blemhoff, H. (2016) . impact of one –day ad venture – based experiential learning (ael) program on life effectiveness skills of adult learners . south african journal for researching sport ,physical education and recreation ,38(2), pp27-35.
- komoto ,A.(2015) . collaborative efforts to build interpersonal skills and emotional maturity across school levels through tokkatsu,doctoral dissertation , the university of tokyo .
- Neill, J. (2008). Resilience and outdoor education. Keynote presentation to the 1st Singapore Outdoor Education Conference, Dairy Fair Adventure Centre, Singapore, November 5-6. Singapore. Neill, J. (2008B). Enhancing Life Effectiveness: The Impacts of Outdoor Education Programs. PhD Dissertation, University of Western Sydney .