



العدد السابع والعشرون - الجزء الاول - يوليو - 2026 - السنة الخامسة مجلة علمية فصلية محكمة

المجلة الأمريكية الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية

American International Journal of Humanities and Social Sciences

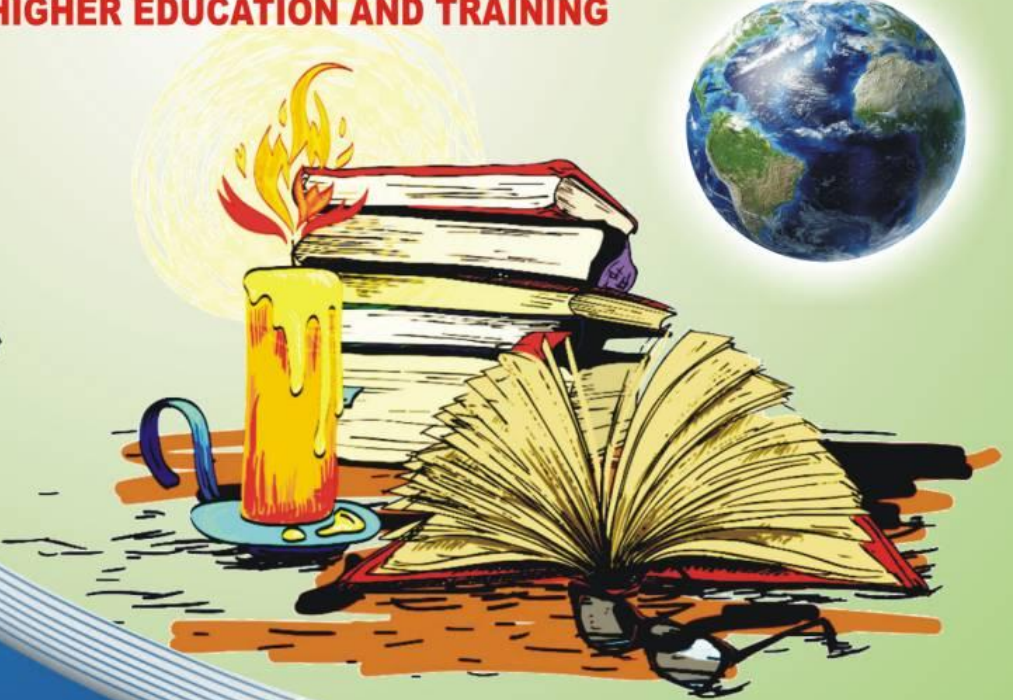
الالكتروني (ISSN) (3085 - 4806) / الورقي (ISSN) (3085 - 4830)

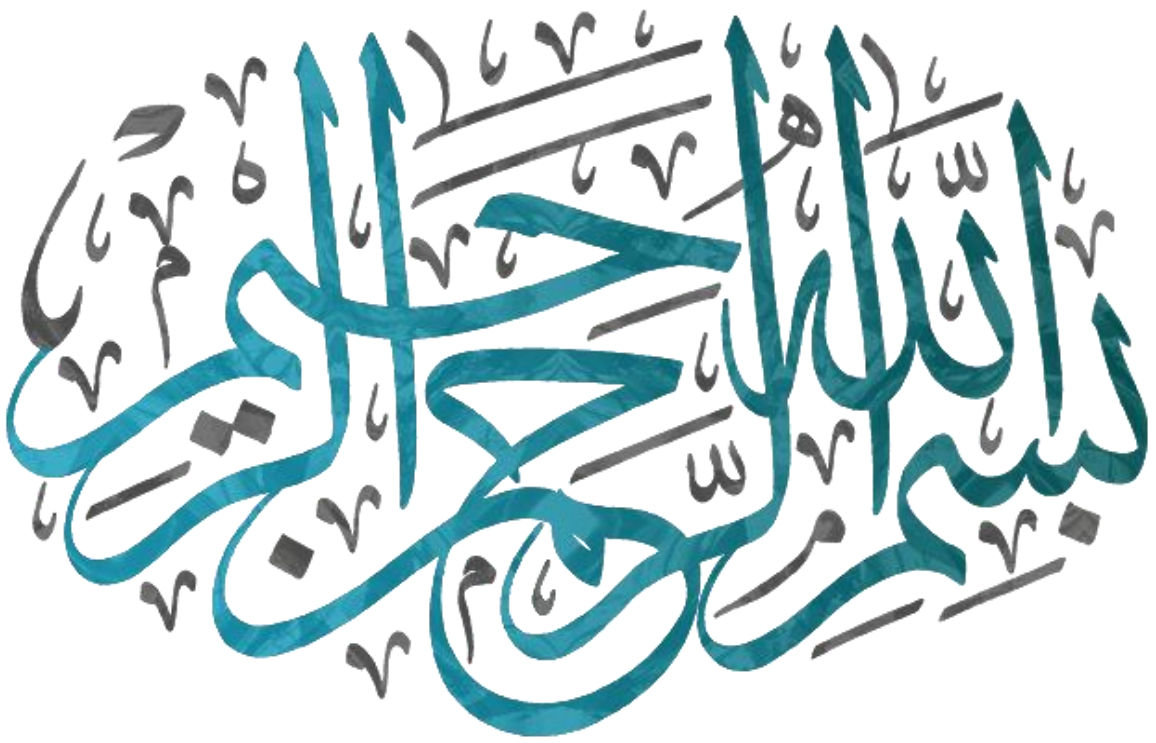
رقم الايداع القانوني في المكتبة الوطنية المغربية (2025 Pe00006)

رقم الايداع القانوني في دار الكتب والوثائق العراقية (2735)

تصدر عن الأكاديمية الأمريكية الدولية
للتعليم العالي والتدريب

ISSUED BY AMERICAN INTERNATIONAL ACADEMY
OF HIGHER EDUCATION AND TRAINING







تتألف هيئة تحرير المجلة الأمريكية الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية من نخبة من العلماء والخبراء المتميزين من مختلف المؤسسات الأكاديمية الدولية. وتتولى الهيئة مسؤولية الحفاظ على جودة البحوث المنشورة وتقديم التوجيه الاستراتيجي لتطوير المجلة.

رئيس التحرير-أ.د.نزهة إبراهيم الصبري – نائب رئيس الأكاديمية الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب- المملكة المغربية

نائب رئيس التحرير: أ.د. حاتم جاسم الحسون، رئيس الأكاديمية الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب.

مدير التحرير- أ.د. هند عباس على الحمادي-أستاذ بقسم اللغة العربية وعلومها-كلية التربية للبنات-جامعة بغداد، جمهورية العراق (مدقق اللغة العربية).

<https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0003-0515-501X>

سكرتارية التحرير

1. أ.م.د. محمد حسن أبو رحمة . وزارة التربية – فلسطين .
2. أ.سكينة إبراهيم الصبري. الشؤون الإدارية. الأكاديمية الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب.

أعضاء هيئة التحرير

1. أ.د. حسن يوسف – استاذ اللغة العربية آدابها – جامعة قناة السويس – مصر- المدقق العام.
2. أ.د. خالد ستار القيسي ، عميد كلية الإعلام ، الأكاديمية الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب.
3. أ. مجدي عبد الله الجايح، كلية اللغات والعلوم الإنسانية، الأكاديمية الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب. (مدقق اللغة الإنكليزية)
4. المهندس اسماعيل المساق ، كلية علومالتقنية ، جامعة محمد الخامس ، الرباط، المملكة المغربية.

(التصميم)

5. أ.محمد تايه محمد - بك إدارة أعمال - كلية الإدارة والاقتصاد - جامعة الكوفة. (التنضيد) .

<https://orcid.org/0009-0003-6945-2806>

أعضاء الهيئة العلمية

1. Prof. Dr Hanik Mahliatussikah - State University of Malang, Indonesia, Chairman of the Association of Arabic Language Teaching Departments in Indonesia.
2. Prof. Dr. Shamnad N - University College, Thiruvananthapuram, Kerala, India.
3. Prof.Dr.Ali H. ABDUL RASOL - KDG College - Leerexpert -England.
4. Dr.MUSTAPHA ABDUL AZIZ AKANJI - Président-Fondateur des groupes scolaires et Universitaires AKANJI En Côte d'ivoire et Nigeria.
5. Dr.Nada Al-Abidi - Educational Sciences Teaching Curricula, Methods, and E-Learning - Sweden
6. أ.د. أبكر عبد البنات آدم . مدير جامعة القرآن الكريم وتأسيس العلوم . جمهورية السودان
<https://orcid.org/0009-0009-8298-4464>
7. أ.د. رانيا الصاوي عبده عبد القوي – قسم علم نفس تربوي – كلية التربية – جامعة 6 أكتوبر – مصر
<https://orcid.org/0000-0001-7436-2774>
8. أ.د. آمال العرباوي مهدي - رئيس قسم التربية المقارنة بكلية التربية مصر
<https://orcid.org/0009-0005-3260-820X>
9. أ.د. أمل مهدي جبر- رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية .كلية التربية للبنات . جامعة البصرة، جمهورية العراق
<https://orcid.org/0000-0001-7463-9876>
10. أ.د. ناهض فالح سليمان- كلية التربية للعلوم الإنسانية . قسم اللغة الإنجليزية . جامعة ديالى . جمهورية العراق
<https://orcid.org/0009-0009-7896-820X>
11. أ.د. نور الدين زين العابدين متولي أحمد - رئيس قسم اللغة العربية وآدابها بكلية العلوم الإنسانية بجامعة بيروت العربية - لبنان
<https://orcid.org/0009-0006-7020-7244>
12. أ.د. نصيف جاسم أسود سالم الأحبابي . كلية التربية للعلوم الإنسانية . قسم الجغرافية . جامعة تكريت . جمهورية العراق
<https://orcid.org/0009-0002-6669-4706>
13. أ.د. نورة محمد مستغفر . أستاذ التعليم العالي مؤهل، المركز الجهوي لمهن التربية والتكوين، المملكة المغربية
<https://orcid.org/0009-0001-4682-2005>
14. أ.د. هاله خالد نجم- رئيس قسم الترجمة . كلية الآداب- جامعة الموصل – جمهورية العراق).
<https://orcid.org/0009-0004-3687-1788>

15. أ.د. محمد خضير عباس الجيلاوي - كلية الطوسي الجامعة - النجف الاشرف - العراق .
<https://orcid.org/0009-0001-9668-9329>
16. أ.د. محمد نهمان ابراهيم رحيم الهيتي - علوم اسلامية - جامعة الانبار - العراق . 0003-0000-6193-4092
17. أ.د. سميرة شمعواوي - استاذة باحثة بمركز التوجيه والتخطيط التربوي بالرباط - المغرب .
<https://orcid.org/0009-0008-2452-6011>
18. أ.د. برزان ميسر حامد أحمد الحميد . كلية التربية للعلوم الإنسانية. جامعة الموصل . جمهورية العراق .
(<https://orcid.org/0009-0003-7795-3934>)
19. أ.د. محمد ازهري - جامعة السلطان مولاي سليمان - كلية الآداب والعلوم الإنسانية. بني ملال. المغرب .
20. أ.د. تارا عمر أحمد- كلية العلوم السياسية . جامعة السليمانية . جمهورية العراق
<https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0003-9424-6211> .
21. أ.د. تحرير علي حسين علوان - كلية الفنون الجميلة - جامعة البصرة - جمهورية العراق .
<https://orcid.org/0009-0002-0076-0491>
22. محمد لؤي محمد سليم البني معهد الحضارة للتأهيل والتدريب السياحي والفندقي | دمشق، سوريا .
7088-2826-0008-0009
23. أ.د. الشرقي عبد الحليم - كلية الآداب والعلوم الإنسانية - سايس - جامعة - سيدي محمد بن عبد الله - فاس - المملكة المغربية 0000-0002-6947-5712
<https://orcid.org/0000-0002-6947-5712> .
24. أ.د. داود مراد حسين الداودي . دكتوراه العلوم السياسية . مدير وحدة البحوث والدراسات . جامعة القادسية . كلية القانون . جمهورية العراق 0009-0000-3272-5899
<https://orcid.org/0009-0000-3272-5899> .
25. أ.م.د. عزيز عبدالرحمن محمد الادبي - جامعة تعز - مدير عام بحوث التنمية الادارية والتدريب - ديوان عام محافظة تعز - اليمن 0009-0005-2702-0495
<https://orcid.org/0009-0005-2702-0495> .
26. أ.م.د. علاء الدين محمد حسين عياش - رئيس قسم تكنولوجيا الاعلام - جامعة فلسطين التقنية - فلسطين 0000-0001-8152-9261
<https://orcid.org/0000-0001-8152-9261> .
27. أ.د. سندس عزيز فارس الفارس - خبير تربوي - عميد كلية الدراسات العليا والبحث العلمي في الاكاديمية الأمريكية . جمهورية العراق 0009-0002-7185-1059
<https://orcid.org/0009-0002-7185-1059> .

28. أ.د. عدنان فرحان الجوراني . أستاذ الاقتصاد . جامعة البصرة . جمهورية العراق) .
(<https://orcid.org/0009-0006-6673-5714>)
29. د. حلا عدنان نيري - كلية الاقتصاد - قسم المحاسبة - جامعة حلب - سوريا
(<https://orcid.org/0009-0006-5511-3266>)
30. أ.د. ماجدولين محمد النهيبي- كلية علوم التربية . جامعة محمد الخامس . الرباط، المملكة المغربية
(Orcid id: 0009-0000-1125-8689)
31. د. ياسر حسن ناجي الصلوي - جامعة تعز - اليمن- (<https://orcid.org/0009-0006-7335-3570>)
32. أ.د. ماهر مبدر عبد الكريم العباسي . نائب عميد كلية التربية للعلوم الإنسانية . جامعة ديالى .
جمهورية العراق. 0009-0006-0681-1033
33. أ.د. حاكم موسى عبد الحسناوي - استاذ طرائق تدريس التأريخ - وزارة التربية - الكلية التربوية
المفتوحة - جمهورية العراق (<https://orcid.org/0000-0002-3992-672X?lang=ar>)
34. د. ليلى الادريسي - دكتوراه في القانون والعلوم السياسية - كلية العلوم القانونية والاقتصادية
والاجتماعية - جامعة محمد الخامس - الرباط - المغرب.
0009-0005-8175-7113
35. أ.م.د. آوان عبد الله محمود الفيضي . دكتوراه قانون خاص . كلية الحقوق . جامعة الموصل . جمهورية
العراق (<https://orcid.org/0000-0001-8777-978x>)

أعضاء الهيئة الاستشارية

1. أ.د. هالة مختار الوحش - استاذ اصول التربية الانسانية جامعة الازهر - مصر .
(<https://orcid.org/0009-0008-8680-0194>)
2. أ.د. محمد علي عباس - علوم تربوية نفسية - الاكاديمية الامريكية الدولية للتعليم العالي
والتدريب- أمريكا (<https://orcid.org/0009-0004-2576-8136>)
3. أ.د. حسن يوسف - استاذ اللغة العربية آدابها - جامعة قناة السويس - مصر .
4. د. عائشة الهوس - تخصص القانون العام والعلوم السياسية - المعهد المغربي للدراسات
الاستراتيجية وإدارة الأزمات - المملكة المغربية (<https://orcid.org/0009-0000-4666-3086>)

5. أ.د. ناهض فالح سلمان - كلية التربية - جامعة ديالى - العراق-0009-0009 <https://orcid.org/0009-0009-0009-0009> .
7896-820X
6. أ.د. رائد بني ياسين- عميد كلية الأعمال . قسم نظم المعلومات . الجامعة الأردنية- فرع العقبة . المملكة الأردنية الهاشمية(1788-3687-0004-0009) <https://orcid.org/0009-0004-3687-1788> .
7. د. نادية فضيل – المركز الجهوي لمهن التربية والتكوين – بني ملال – المغرب.
8. د. هشام الميموني، دكتور في القانون العام، جامعة الحسن الثاني - الدار البيضاء ، كلية الحقوق - المحمدية(المغرب)
0000-0002-9569-3369
9. أ.م. د. سماح هادي محمد – كلية الحقوق – جامعة النهرين – جمهورية العراق
<https://orcid.org/0009-0006-9104-6347> .
10. أ.م.د.ايمن محمد مصطفى – كلية الدراسات العليا لتكنولوجيا النانو – مدير معمل الطاقة الشمسية – جامعة القاهرة – مصر.
X575-6465-0001-0000
11. م. د. حامد شمال مصحب - كلية الحكمة الجامعة تكنولوجيا المعلومات والاتصالات والذكاء الاصطناعي – العراق
<https://orcid.org/0000-0002-4382-0872> .
12. أ.د. ماهر جاسب حاتم الفهد – تخصص التاريخ الحديث والمعاصر - كلية الإمام الكاظم "ع" قسم التاريخ – العراق
<https://orcid.org/0000-0001-5708-2527> .
13. د. نجلاء حمدان رحمة الله جادين - جامعة جازان / كلية الفنون والعلوم الإنسانية المملكة العربية السعودية
<https://orcid.org/0009-0008-5146-475X> .
14. أ.د.علي سموم الفرطوسي - الجامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - أستاذ القياس والتقويم - الإحصاء - كرة السلة - حكم ومراقب في دولي بكرة السلة - العراق.
ORCID : <https://orcid.org/0000-0002-8598-5149>
15. أ.د. مازن خلف ناصر. كلية القانون . جامعة المستنصرية . جمهورية العراق.
<https://orcid.org/0000-0003-3754-4266>
16. أ.م.د. محمد عبدالفتاح زهرى- رئيس قسم الدراسات الفندقية- كلية السياحة والفنادق – جامعة المنصورة- جمهورية مصر العربية(6552-8533-0002-0000) <https://orcid.org/0000-0002-8533-6552> .
17. م.د. محمد مولود امنكور . كلية العلوم الإدارية والمالية والاقتصادية . الأكاديمية الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب
<https://orcid.org/0009-0000-8373-5528> .

18. أ.م.د. موسى إسماعيل صالح حسين - أستاذ مساعد الأدب والنقد العربي قسم اللغة العربية -

جامعة جرش / الأردن <https://orcid.org/0009-0007-7197-1954>

19. أ.د. جاسم حسن سالم العطوي - طبيب عام - البصرة – العراق. 1975-2819-0001-0009



كلمة العرو



بسم الله الرحمن الرحيم

يُشرفنا في هيئة تحرير "المجلة الأمريكية الدولية للتعليم العالي والتدريب" أن نضع بين أيديكم العدد السابع والعشرين (الجزء الثاني)، الصادر في سياق متجدد من مساعيها الرامية إلى تعزيز جسور المعرفة الأكاديمية ونشر الرؤى العلمية المبتكرة.

إن هذا الإصدار يأتي ليؤكد على التزام المجلة الراسخ بأن تكون منصة عالمية تجمع النخب الأكاديمية والباحثين من مختلف أقطار العالم، حيث يضم هذا الجزء مجموعة من البحوث الرصينة التي خضعت لمعايير تحكيم دقيقة، تعكس عمق التفكير وتعدد المقاربات في مجالات التعليم العالي والتدريب المهني.

لقد سعينا من خلال هذه البحوث إلى تسليط الضوء على قضايا معاصرة، تدمج بين النظرية والتطبيق، وتستجيب للتحديات الراهنة التي تواجه المؤسسات التعليمية في ظل التحولات العالمية المتسارعة. إن مشاركة باحثين من جنسيات وخلفيات علمية متنوعة في هذا العدد هي شهادة حية على المكانة الدولية التي بلغتها المجلة، وعلى قدرتها على احتضان التنوع الفكري الذي يثري الحقل المعرفي.

ختاماً، نتوجه بخالص الشكر والتقدير لجميع الباحثين الذين ساهموا بنتائجهم الفكري في هذا العدد، ولأعضاء الهيئة العلمية والاستشارية الذين واصلوا جهودهم في مراجعة وتقييم الأعمال بكل تفان. نتمنى أن تجدوا في صفحات هذا الجزء ما يغني معارفكم ويحفز نقاشاتكم الأكاديمية.

مع خالص التحيات،

هيئة تحرير المجلة

2026/07/17 ديلاوير- الولايات المتحدة الأمريكية

الملاحظة القانونية

البحوث المنشورة في المجلة لا تعبر عن وجهة نظر المجلة ، بل عن رأي كاتبها.

فهرس الموضوعات	
المصاحبة المعجمية وأثرها في الاتساق النصي لشعر العباس بن مرداس السلي أنموذجاً	
أ.د. ميعاد يوسف نصر الله / أ.د. شفاء خضير عباس	12.....
الاستراتيجيات التعليمية المنبثقة من فكر سترنبرغ	
أ.د. رغد زكي غياض / م. د. احمد عبد القادر منصور / م.م حيدر علي جارالله	25.....
درجة ممارسة القيادة الرقمية لدى مديري المدارس وعلاقتها بالرشاقة التنظيمية والحصانة المؤسسية من وجهة نظر المعلمين في مدارس الجليل.	
مننب طربية / مجدي عطية محمد مصري	44.....
مدى توظيف المواقف التاريخية القصيرة (MICRO-NARRATIVES) في تدريس الرياضيات وعلاقته بتعزيز الدافعية لدى طلبة الصف العاشر في المدارس الثانوية في الجولان	
رجا معين سليم أبو شاهين / ربيع نور الدين فضل الله أبو شاهين	68.....
فاعلية استخدام التعلم التفاعلي في رفع مستوى التحصيل الدراسي لطلبة الصف الخامس في مادة العلوم	
جهان سعيد علي صنع الله	93.....
مستوى توظيف الذكاء الاصطناعي لدى معلمي العلوم والعوامل المؤثرة فيه لدى طلبة الصف التاسع في المرحلة الإعدادية في الجولان	
ربيع نور الدين أبو شاهين / رجا معين سليم أبو شاهين	117.....
مستوى فاعلية التعليم عبر المنصات الرقمية في فترة الحرب لدى طلاب الريادة العلمية بالجليل شمال فلسطين	
رنين عيد رشيد سعده / مالكة احمد كامل بدران	142.....
درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات.	
مالكة احمد كامل بدران / رنين عيد رشيد سعده	181.....
THE ROLE OF USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN BUILDING COMPUTERIZED-ADAPTIVE TESTS TO MEASURE THE ENGLISH LANGUAGE SKILLS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN PALESTINIAN SCHOOLS FROM THE TEACHERS' PERSPECTIVE	
ABED ALRAHMAN MAHMOOD KHALIL	202.....

The Effect of Dialogical Storytelling on Enhancing Speaking Fluency in English as a Fourth Language among Grade 11 High School Students in Buqata, Golan Heights	
Rose Suliman Abu Saleh Farhat.....	221
The Relationship between Digital Tool Use and English Language Study Skills among Secondary School Students in the Villages of Nazareth District: A Descriptive Quantitative Study	
Ahlam abed alsalam azaiza.....	272

درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية
في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات.



رنين عيد رشيد سعده

مالكه احمد كامل بدران

جامعة النجاح الوطنية - نابلس - فلسطين

جامعة النجاح الوطنية - نابلس - فلسطين

00972-504706852

00972_505603578

1002198503@tzfonet.org.il

1002178946@tzfonet.org.il

الملخص

يأتي هذا البحث في سياق الاهتمام التربوي المعاصر ببناء شخصية المتعلم بشكل متكامل، حيث لم يعد التعليم مقتصرًا على تلقي المعارف الأكاديمية بل امتد ليشمل تطوير الجوانب البدنية والاجتماعية والانفعالية. وتبرز التربية الرياضية كأحد الميادين الحيوية المؤثرة في تعزيز جودة حياة الطلبة عبر تحسين عناصر اللياقة البدنية وتوفير بيئة تفاعلية خصبة تتيح بناء العلاقات وتنمية كفايات التواصل والعمل الجماعي .

2. مشكلة البحث

على الرغم من الأهمية الاستراتيجية للأنشطة الحركية، إلا أن الواقع الميداني يشير إلى وجود تباين في مستويات اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى الطالبات، وهو ما قد يعزى إلى طبيعة البرامج المطبقة أو التحديات التي تواجه الممارسين في البيئة التعليمية. وتنبؤ المشكلة في محاولة الكشف عن الفاعلية الحقيقية لبرامج التربية الرياضية من خلال الإجابة عن السؤال الرئيس : "ما درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات؟"

3. أهمية البحث

- الأهمية النظرية: يسهم البحث في إثراء الأدب التربوي المحلي والعربي عبر تقديم إطار نظري مؤصل يبحث في الأثر المزدوج (البدني والاجتماعي) للتربية الرياضية وسد الفجوة البحثية في البيئة الفلسطينية .
- الأهمية التطبيقية: تزويد صانعي القرار ومخططي المناهج بمؤشرات عملية تساهم في تحسين وتطوير برامج التربية الرياضية، فضلاً عن إفادة المعلمات بآليات تعزيز مهارات الحياة والتفاعل الإيجابي من خلال الأنشطة الرياضية .

4. أهداف البحث

استهدف البحث تحقيق الغايات الآتية:

1. التعرف إلى درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات .
2. التعرف إلى درجة إسهام هذه البرامج في تنمية المهارات الاجتماعية لديهن من وجهة نظر المعلمات .
3. الكشف عن الفروق الإحصائية في تقديرات أفراد العينة والتي قد تعزى لمتغيرات: (سنوات الخبرة، والمؤهل العلمي) .

5. منهجية البحث

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمد البحث على **المنهج الوصفي التحليلي**. واقتصرت الحدود البشرية والمكانية للدراسة على معلمات التربية الرياضية العاملات في مدارس المرحلة الثانوية في شمال فلسطين خلال العام الدراسي (2025/2026م). وتمثلت أداة الدراسة الأساسية في (الاستبانة) الموجهة لرصد استجابات المعلمات حول محوري اللياقة البدنية (كالتحمل، والقوة، والمرونة) والمهارات الاجتماعية (كالتعاون، والتواصل، والعمل الجماعي) .

الكلمات المفتاحية: برنامج التربية الرياضية ، اللياقة البدنية ، المهارات الاجتماعية ، المرحلة الثانوية ، شمال فلسطين .

The extent to which physical education programs contribute to the development of physical fitness and social skills among female secondary school students in northern Palestine, from teachers' perspectives

Malka Ahmad Kamel Badran

Raneen Ead Rashed Saada

An-Najah National University – Nablus – Palestine

Abstract

This research comes within the context of contemporary educational interest in building the learner's personality holistically. Education is no longer limited to imparting academic knowledge but has expanded to include the development of physical, social, and emotional aspects. Physical education stands out as a vital field that influences the enhancement of students' quality of life by improving physical fitness and providing a rich, interactive environment that fosters relationship building and develops communication and teamwork skills.

2. Research Problem

Despite the strategic importance of physical activities, the reality on the ground indicates a disparity in the levels of physical fitness and social skills among female students. This may be attributed to the nature of the implemented programs or the challenges faced by practitioners in the educational environment. The problem is formulated in an attempt to uncover the true effectiveness of physical education programs by answering the main question: "To what extent do physical education programs contribute to developing physical fitness and social skills among female secondary school students in northern Palestine from the teachers' perspective?"

3. Research Significance

- **Theoretical Significance:** This research contributes to enriching local and Arab educational literature by providing a well-founded theoretical framework that examines the dual (physical and social) impact of physical education and fills a research gap in the Palestinian context.
- **Practical Significance:** This research provides decision-makers and curriculum planners with practical indicators that contribute to improving and developing physical education programs, as well as benefiting teachers with mechanisms to enhance life skills and positive interaction through sports activities.

4. Research Objectives

This research aimed to achieve the following objectives:

1. To identify the extent to which physical education programs contribute to developing physical fitness among secondary school students in northern Palestine from the teachers' perspective.
2. To identify the extent to which these programs contribute to developing their social skills from the teachers' perspective.
3. To reveal statistical differences in the sample members' assessments that may be attributed to the variables of years of experience and academic qualifications.

5. Research Methodology

To achieve the study's objectives, the research adopted the descriptive-analytical method. The study's scope, both in terms of personnel and location, was limited to female physical education teachers working in secondary schools in northern Palestine during the 2025/2026 academic year. The primary research instrument was a questionnaire designed to gather teachers' responses regarding two main areas: physical fitness (such as endurance, strength, and flexibility) and social skills (such as cooperation, communication, and teamwork).

Keywords: Physical education, physical fitness, social skills, secondary school, northern Palestine.

المقدمة

يشهد المجال التربوي في العصر الحديث اهتماماً متزايداً بتطوير العملية التعليمية في ضوء التغيرات المتسارعة التي يشهدها العالم، خاصة في ظل التقدم العلمي والتكنولوجي الذي أسهم في إعادة تشكيل أهداف التعليم ووظائفه. ولم يعد التركيز مقتصرًا على نقل المعرفة، بل أصبح موجّهًا نحو بناء شخصية متكاملة للمتعلم قادرة على التفاعل مع متطلبات الحياة المعاصرة. وفي هذا السياق، برزت التربية الرياضية كأحد الميادين التربوية المهمة التي تسهم في تحقيق هذا التكامل، من خلال تنمية الجوانب البدنية والاجتماعية والانفعالية لدى الطلبة.

ومع تزايد الاهتمام بالصحة البدنية وجودة الحياة، أصبحت اللياقة البدنية أحد المؤشرات الأساسية على فاعلية الأنظمة التعليمية، حيث تشير الدراسات إلى أن البرامج المدرسية المنظمة للنشاط البدني تسهم في تحسين عناصر اللياقة البدنية لدى الطلبة، مثل القوة العضلية والتحمل والمرونة، بالإضافة إلى دورها في تعزيز النشاط الحركي اليومي كما أكد على ذلك نيل سيزترامكو وآخرون (Neil-Sztramko et al., 2021). كما أن هذه البرامج لا تقتصر على الجانب البدني، بل توفر بيئة تعليمية تفاعلية تسهم في بناء العلاقات الاجتماعية وتنمية مهارات التواصل والعمل الجماعي.

وفي هذا الإطار، تؤكد الأدبيات الحديثة أن التربية الرياضية تمثل مجالاً خصباً لتنمية المهارات الاجتماعية، حيث تتيح مواقف تعليمية قائمة على التفاعل والتعاون بين الطلبة. فقد أظهرت دراسة كوسكال سيلسكا (Koszałka-Silka et al., 2021) أن البرامج القائمة على الأنشطة التفاعلية تسهم في تنمية الكفايات الاجتماعية، مثل التعاون والتواصل واتخاذ القرار الجماعي. كما بينت مراجعة منهجية حديثة أن التربية الرياضية تعزز القيم الاجتماعية والأخلاقية، بما في ذلك المسؤولية والعمل الجماعي واحترام الآخرين كما ذكر ألفيس وآخرون (Alves et al., 2025). وتدعم هذه النتائج ما توصلت إليه دراسة زينج وآخرون (Zeng et al., 2025) من وجود علاقة إيجابية بين ممارسة النشاط البدني وتنمية الكفاءة الاجتماعية والانفعالية لدى الطلبة.

وعلى المستوى العربي، يشير حسن زيتون (2003) إلى أن التربية الحديثة تهدف إلى تحقيق النمو الشامل للمتعلم، وأن الأنشطة المدرسية، وعلى رأسها التربية الرياضية، تمثل أداة فعالة لتنمية الجوانب الاجتماعية إلى جانب البدنية. كما يؤكد الحيلة (2015) أن تصميم البرامج التعليمية الفعالة ينبغي أن يركز على التفاعل الاجتماعي وتنمية مهارات الحياة، وهو ما يتحقق بوضوح من خلال الأنشطة الرياضية الجماعية.

أما في السياق الفلسطيني، فتواجه التربية الرياضية مجموعة من التحديات التي قد تحدّ من فاعليتها، مثل محدودية الإمكانيات، وقلة الوقت المخصص للخصص، والتركيز على التحصيل الأكاديمي في المواد الأساسية على حساب الأنشطة، إضافة إلى تفاوت مستوى تفعيل البرامج بين المدارس. وقد ينعكس ذلك على مستوى اللياقة البدنية لدى الطالبات، وكذلك على مهاراتهم الاجتماعية، خاصة في المرحلة الثانوية التي تتسم بحساسية عالية من حيث النمو النفسي والاجتماعي (نصار ونحلة، 2026).

وعلى الرغم من الأهمية المتزايدة للتربية الرياضية، إلا أن الدراسات التي تناولت دور برامجها في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية في البيئة الفلسطينية، وخاصة من وجهة نظر المعلمات، ما تزال محدودة. ومن هنا تبرز الحاجة إلى إجراء هذه الدراسة للكشف عن درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تحقيق أهدافها التربوية الشمولية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين.

مشكلة الدراسة

من خلال الملاحظة الميدانية، والتفاعل مع البيئة المدرسية، يُلاحظ وجود تباين في مستويات اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية، وهو ما قد يشير إلى تفاوت في درجة فاعلية برامج التربية الرياضية المطبقة في المدارس. يوجد الآن دافع أكاديمي ومهني واضح لتحديد ما إذا كانت برامج التربية البدنية تزود الطالبات بالنتائج التعليمية المتوقعة. وتؤكد الباحثة أيضاً أن التربية البدنية يجب أن تكون أكثر من مجرد حركة روتينية؛ يجب أن تكون مورداً تعليمياً مهماً لنمو وتطور الطالبات في مجالاتهم البدنية والاجتماعية والنفسية.

أظهرت الملاحظات الميدانية للباحثة أنه على الرغم من أن بعض الطالبات يتمتعن بمستويات متفوقة من اللياقة والثقة والتعاون والتواصل الفعال، إلا أن الإناث الأخريات لا يظهرون هذه السمات أو المواهب على قدم المساواة. قد يكون هذا بسبب أنواع برامج التربية البدنية التي يتم تقديمها في جميع أنحاء النظام المدرسي. ويبدو أيضاً أن هناك نقصاً في الدراسات حول الكيفية التي يمكن بها للمعلمات تقديم نظرة ثابتة حول تأثير التربية البدنية على الطالبات، وخاصة الطالبات. تتمتع المعلمات بمكانة فريدة يمكن من خلالها ملاحظة التغيرات الجسدية والسلوكية التي تحدث أثناء الأنشطة الصفية. ويأتي هذا في

ظل ما تؤكد الدراسات من أهمية هذه البرامج في تنمية الجوانب البدنية والاجتماعية كما ذكر نيل سزترامكو وآخرون (Neil-Sztramko et al., 2021).

كما أن الاعتماد على أساليب تقليدية في بعض الحصص، أو ضعف توظيف الأنشطة التفاعلية، قد يحد من تحقيق الأهداف الحقيقية للتربية الرياضية، ويقلل من دورها في تنمية مهارات مثل التعاون والتواصل والعمل الجماعي، رغم ما أثبتته الدراسات من ارتباط وثيق بين النشاط البدني والكفاءة الاجتماعية كما توصل إليه زينج وآخرون (Zeng et al., 2025).

وبناءً على ذلك، تتمثل مشكلة الدراسة في محاولة الكشف عن درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين، مما يؤدي ذلك إلى السؤال الرئيسي الآتي: ما درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شم فلسطين من وجهة نظر المعلمات؟

وينبثق عنه الأسئلة الفرعية الآتية:

السؤال الأول: ما درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات؟

السؤال الثاني: ما درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات المعلمات درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات تعزى لمتغيرات (سنوات الخبرة، المؤهل العلمي)؟

فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في تقديرات المعلمات لدرجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى الطالبات تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في تقديرات المعلمات لدرجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى الطالبات تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

الفرضية الثالثة: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين تنمية اللياقة البدنية وتنمية المهارات الاجتماعية لدى الطالبات.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى:

1- التعرف إلى درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات.

2- التعرف إلى درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمات.

3- الكشف عن الفروق في تقديرات المعلمات لدرجة إسهام برامج التربية الرياضية تبعاً لمتغيرات (سنوات الخبرة، المؤهل العلمي).

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

تتمثل الأهمية النظرية لهذه الدراسة في كونها تسهم في إثراء الأدب التربوي المتعلق بدور التربية الرياضية بوصفها مجالاً تربوياً متكاملًا، لا يقتصر على تنمية الجوانب البدنية، بل يمتد ليشمل الجوانب الاجتماعية والانفعالية. كما تقدم هذه الدراسة إطاراً علمياً يربط بين نتائج الدراسات العالمية والسياس الفلسطينية،

مما يعزز من فهم طبيعة هذا الدور في البيئات التعليمية المحلية، ويسهم في سد فجوة بحثية تتعلق بدراسة الأثر المزدوج (البدني والاجتماعي) لبرامج التربية الرياضية.

الأهمية التطبيقية

تنبع الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة من إمكانية توظيف نتائجها في تطوير برامج التربية الرياضية في المدارس، بما يسهم في تحقيق أهدافها التربوية بصورة أكثر فاعلية. كما تفيد المعلمات من خلال تزويدهن بمؤشرات عملية حول كيفية تعزيز المهارات الاجتماعية لدى الطالبات من خلال الأنشطة الرياضية، إضافة إلى دعم صانعي القرار التربوي في تحسين المناهج وتطوير البيئة التعليمية بما يتلاءم مع متطلبات التنمية الشاملة للطلبة.

مصطلحات الدراسة

برامج التربية الرياضية

تُعرف برامج التربية الرياضية بأنها مجموعة من الأنشطة الحركية المنظمة التي تُنفذ داخل البيئة المدرسية بهدف تنمية الجوانب البدنية والصحية والاجتماعية لدى الطلبة، من خلال تحسين مستوى النشاط البدني واللياقة البدنية كما عرفها نيل سزترامكو وآخرون (Neil-Sztramko et al., 2021).

ترى الباحثة أن برامج التربية الرياضية هي مجموعة الأنشطة الرياضية التي يتم تنفيذها داخل حصص التربية الرياضية في المدارس الثانوية في شمال فلسطين، كما تدركها المعلمات وتقاس من خلال استجاباتهن على أداة الدراسة.

اللياقة البدنية

تشير اللياقة البدنية إلى قدرة الفرد على أداء الأنشطة اليومية بكفاءة، وترتبط بتحسين الصحة العامة ومؤشرات مثل التحمل القلبي التنفسي والقوة العضلية (Neil-Sztramko et al., 2021).

ترى الباحثة أن اللياقة البدنية هي مستوى قدرة الطالبة على أداء الأنشطة البدنية (كالتحمل، القوة، المرونة) كما تقدره المعلمات من خلال استجاباتهن في أداة الدراسة.

المهارات الاجتماعية

تُعرف المهارات الاجتماعية بأنها مجموعة من الكفايات التي تمكن الفرد من التفاعل الفعّال مع الآخرين، مثل التعاون والتواصل واتخاذ القرار، والتي يمكن تنميتها من خلال الأنشطة التفاعلية في التربية الرياضية كما عرفها كوزكالكا وآخرون (Koszalka- et al., 2021).

تعرف الباحثة المهارات الاجتماعية بأنها قدرة الطالبة على التفاعل الإيجابي مع زميلاتها داخل الحصص، مثل التعاون والعمل الجماعي والتواصل، كما تلاحظها المعلمات وتقاس من خلال الاستبانة.

تتمثل حدود الدراسة فيما يأتي:

الحدود الموضوعية:

اقتصرت الدراسة على التعرف إلى درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية، من وجهة نظر المعلمات.

الحدود البشرية:

اقتصرت الدراسة على معلمات التربية الرياضية العاملات في المدارس الثانوية.

الحدود المكانية:

اقتصرت الدراسة على مدارس المرحلة الثانوية في شمال فلسطين.

الحدود الزمانية:

طُبقت الدراسة خلال العام الدراسي (2025/2026).

الإطار النظري والدراسات السابقة

مفهوم التربية الرياضية وأهميتها

تُعتبر التربية الرياضية نظام أكاديمي شامل يوجه التعليم والتدريس في طائفة واسعة من الرياضة، والنشاط البدني، وسباقات التدريب. يتمثل الغرض الأساسي من التربية الرياضية هو دعم احتياجات الطلبة في الرياضة، وغيره من أشكال النشاط البدني (دراذكة، 2025).

وأشار دراذكة (2025) أن أهمية التربية الرياضية في عدة جوانب مختلفة:

- 1- تعزيز الصحة النفسية والجسدية، وذلك لأن التمارين المنتظمة تساعد في تقوية عضلة القلب، وتحسين الدورة الدموية، بالإضافة إلى تحسين كفاءة الجهاز التنفسي. ومن الناحية النفسية لها دور إيجابي في تقليل مستويات القلق والاكتئاب، وزيادة إفراز هرمون الإندورفين.
- 2- تطوير المهارات الحركية والاجتماعية: تساهم التربية الرياضية في تحسين المهارات الحركية للأطفال والبالغين، ومنها تحسين قدرتهم على التحكم بالجسم، وزيادة التوازن، والتناسق الحركي. إلى جانب تعزيز المهارات الاجتماعية مثل التعاون، العمل ضمن فريق، احترام الآخرين، وتطوير التفاعل الإنساني.
- 3- غرس القيم الأخلاقية والانضباط: تلعب الرياضة دور أساسي في تحسين القيم الأخلاقية لدى الطلبة، مثل التزامهم بالقواعد، احترام الآخرين، تشجيعهم على العمل ضمن فريق، بالإضافة إلى تنمية الانضباط الذاتي.

اللياقة البدنية وأهميتها

يُعد مصطلح اللياقة البدنية من المصطلحات الشائعة المتداولة في الساحة الرياضية، وتعتبر امتداد إلى نقاش لعامة المجتمع وليس فقط بين المتخصصين بمجال التربية الرياضية والبدنية. يتميز العصر الحالي أن اللياقة البدنية تُعد مطلب أساسي للأفراد بهدف مواجهة الخطورة الناتجة عن قلة حركة الإنسان، وبشكل خاص مع انتشار العديد من الأمراض المختلفة مثل أمراض القلب والشرابيين، وزيادة الوزن (صالح، 2025).

بالإضافة إلى ذلك، تعد اللياقة البدنية المفتاح الأساسي للنجاح في مختلف أنواع الأنشطة الرياضية، بغض النظر عن اختلاف نوع النشاط والمجهود. أكدت الدراسات السابقة أنه مهما بذل المعلم والمدرّب جهدهم بهدف النجاح، إلا أنه غير كافٍ دون الاهتمام باللياقة البدنية لتحسين الجوانب المختلفة التي تسهم في النجاح في أداء النشاط بالطريقة الصحيحة (الدرسي ووريت، 2021).

تتمثل أهمية اللياقة البدنية في دورها الإيجابي في بناء جسم قوي قادر على مواجهة تحديات الحياة، بالإضافة إلى دورها الإيجابي في الوقاية من الإصابة بالعديد من الأمراض التي لها علاقة بقلّة الحركة مثل السكري، والقلب، والسمنة، لذلك تعد عامل مهم للحياة الصحية. حيث أن ارتفاع مستوى اللياقة البدنية للطلبة يساهم في زيادة التكيف الاجتماعي، وتحسين التحصيل الدراسي (فتح الله وبوخراز، 2018).

دور برامج التربية الرياضية في تنمية اللياقة البدنية

برامج التربية الرياضية والبدنية لها دور أساسي في تحسين مستوى اللياقة البدنية لدى الأفراد، وذلك لأن البرامج الرياضية تتضمن أنشطة وتمارين مختلفة تم اختيارها بشكل دقيق بما يتناسب مع الأهداف المرجو تحقيقها وتنمية اللياقة البدنية. لذلك يجب أن يتم تطبيق البرامج الرياضية المختلفة تحت إشراف مختصين ومدرّبين يتمتعون بالخبرة والكفاءة بهدف تطوير مستويات مختلفة من اللياقة البدنية للأفراد والطلبة. حيث أن المهارات المتعلقة بالأنشطة الرياضية لا يمكن تطبيقها بالطريقة الصحيحة إذا كان المعلم أو المدرّب لا يمتلك المهارات الأساسية ومستوى جيد من اللياقة البدنية (الدرسي ووريت، 2021).

مفهوم مهارات التفاعل الاجتماعي

تُعرف مهارات التفاعل الاجتماعي بأنها العمليات التي يتم تبادلها بين طرفين اجتماعيين أو مجموعة أطراف ضمن موقف محدد، ويكون سلوك أحد الأفراد مثير لسلوك الفرد الآخر (بن سعيد، 2021).

وأشار حرشاي (2021) أنه العملية التي يتم من خلالها ربط مجموعة من الأفراد مع بعضهم على المستوى العقلي والدافعية، وذلك بهدف التعبير عن الحاجات، والرغبات، وتبادل الأفكار والنقاشات.

أما زغلول (2022) أكد أن مهارات التفاعل الاجتماعي عبارة عن إنشاء علاقات تفاعلية بين الأفراد، حيث يتشاركون في الجوانب الاجتماعية والعقلية والانفعالية.

المهارات الاجتماعية لدى الطالبات

تُعتبر المهارات الاجتماعية من أهم الجوانب الأساسية التي تركز على التفاعل الإنساني، حيث أنها تمكن الفرد من التواصل مع الآخرين بطريقة فعالة، وتساعد في بناء علاقات إيجابية مع الآخرين. بالإضافة إلى أنها تساهم في اكتساب الخبرات وتساعد الطلبة في الانخراط بالأنشطة التعليمية والتربوية، وتحسين التكيف السلوكي (حسيني وعبد الرحمن، 2025).

تُعرف المهارات الاجتماعية: قدرة الطلبة على التفاعل مع زملائهم ومعلميهم بطريقة اجتماعية مقبولة، وهي ذات فائدة للفرد والآخرين (شراذقة، 2018). بالإضافة إلى أنها القدرة على اكتساب الأساسيات في التفاعل الاجتماعي، مثل تكوين صداقات، وتقبل الآخرين في البيئة المحيطة، والصبر (القشاشين، 2022).

بالإضافة إلى ذلك، يُعد التواصل الاجتماعي من المهارات الأساسية لدى الأطفال، وذلك لمساهمة في تبادل العلاقات بين الأفراد، وتطوير الجوانب الصحية والعاطفية والعقلية والاجتماعية (الخطيب والحديدي، 2020).

دور برامج التربية الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية

ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية لها دور إيجابي في تنمية المهارات الاجتماعية، حيث أنها تساهم في تنمية التواصل الفعال بين الطلبة والحوار والنقاش، بالإضافة إلى دورها في التخفيف من الخجل الاجتماعي الذي يعاني منه العديد من الطلبة (الطاهر والنظاري، 2025)،

وأشار ماجد (2023) أن دورات وحصص التربية الرياضية لها دور إيجابي في تنمية مهارة الإنتماء، وتعد هذه المهارة من المهارات الاجتماعية الأساسية التي يجب أن يتمتع بها الطلبة. وأضاف بن ستيقي (2017) أن برامج التربية الرياضية والبدنية تساهم في تحسين مبدأ التعاون بين الطلبة، مما يؤدي إلى تقوية العلاقات الاجتماعية بينهم وتبادل الأفكار والآراء، وتنمية التعاون والمشاركة.

دور المعلمات في تنفيذ برامج التربية الرياضية

المعلم هو الدعم الأساسي للعملية التعليمية والتربوية لما له من دور إيجابي في تحسين المجتمع، لذلك يجب أن يكون المعلم جيداً. يعمل المعلم كعضو أساسي في المجموعة أو المجموعات التي ستوفر القيادة والتوجيه للأجيال القادمة. بدون المعلم، لا تصبح المواد التعليمية - بما في ذلك الكتب المدرسية والمناهج

الدراسية - فعالة لأنها تفتقر إلى وجود معلم لجعلها قابلة للاستخدام. مؤهلات وشروط المعلم ضرورية للغاية لإصلاح المعلم في أي نظام تعليمي. وفقاً لشاربي (2016) المعلم هو الرابط الذي ينقل المعرفة والمهارة والتربية للطالب. عندما يتم تدريب المعلم بشكل صحيح، يمكن أن يؤثر بشكل إيجابي على كيفية تفكير الطالب وتصرفه وتصرفه (ضو، 2024).

تُعد واجبات معلم التربية الرياضية جزءاً أساسياً من مسؤولياته المهنية. حيث أنه يجب على المعلم أن يتمتع بشخصية رياضية وقوية، مثل التوازن الانفعالي، والمهارات الانفعالية، والأخلاق الحميدة. بالإضافة إلى أهمية امتلاكه معلومات ترتبط في التربية الرياضية والفهم العميق للمعارف المختلفة، وقدرته على تطوير مستواه المهني والاجتماعي بشكل مستمر (ضو، 2024).

الدراسات السابقة

أشارت دراسة نصار ونحله (2026) بعنوان "واقع استخدام الألعاب الرياضية التعاونية وأثرها المدرك على مهارات التواصل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي طيف التوحد من وجهة نظر المعلمين". تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من 75 معلمة تم اختبارهم بطريقة عشوائية. بينت نتائج الدراسة أن استخدام الأنشطة الرياضية له دور إيجابي في تطوير المهارات الاجتماعية لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في تصورات المعلمين تبعاً لتغير سنوات الخبرة، وعدم ظهور فروق تبعاً لتغير المؤهل العلمي.

أشارت دراسة دا سيلفا وآخرون (da Silva et al., 2025) بعنوان "آثار تدخل النشاط البدني المدرسي على مؤشرات الصحة العقلية لدى المراهقين"، تم استخدام المراجعة الأدبية، شملت الدراسة 3114 مقال بحثي. أظهرت النتائج أن دمج الطلبة في البرامج الرياضية والتربوية يُسهم في تنمية المهارات الأخلاقية والاجتماعية لدى الطلبة.

هدفت دراسة فو وآخرون (Fu et al., 2025) بعنوان "آثار النشاط البدني على الكفاءة الاجتماعية والعاطفية لدى طلاب المدارس الابتدائية: التحليل التلوي"، تم إجراء مراجعة منهجية، شملت المراجعة التجارب المعشاة ذات الشواهد (RCTs) والتجارب المعشاة ذات الشواهد العنقودية (cRCTs) التي تناولت تدخلات النشاط البدني التي تستهدف الوضع الاجتماعي والاقتصادي لطلاب المرحلة الابتدائية. واعتمدنا معامل Cohen's d كمقياس رئيسي لحجم التأثير، وتكونت المراجعة من 12 دراسة. أظهرت النتائج أن الأنشطة الرياضية ساهمت في تحسين الوضع الاجتماعي والاقتصادي للطلبة، مما يدل على الدور الإيجابي للأنشطة الرياضية والبدنية.

سعت دراسة ماجد (2023) بعنوان "دور حصة التربية الرياضية في تنمية بعض المهارات لدى طلبة المرحلة الثانوية في مملكة البحرين"، تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وتكونت عينة الدراسة من 66 معلم ومعلمة التربية الرياضية في المدارس الثانوية بمملكة البحرين، وتم اختبارهم بطريقة عمدية. أظهرت نتائج الدراسة أن حصص التربية الرياضية والبدنية لها دور إيجابي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلبة، بالإضافة إلى المهارات الأخرى، مثل المهارات

المعرفية والأخلاقية والنفسية. إلى جانب ذلك، حصص التربية الرياضية تُسهم في تحسين اللياقة البدنية للطلبة، وذلك من خلال المحافظة على رشاقة الجسم، والتقليل من الإصابة بالأمراض المختلفة مثل السمنة.

هدفت دراسة حسونة (2022) بعنوان "حصّة التربية البدنية والرياضية وأثرها في تنمية بعض المهارات الاجتماعية مهارة الاستقلالية و مهارة التقليد و مهارة الانتماء الاجتماعي دراسة ميدانية في بعض ثانويات بلدية بسكرة"، تكونت عينة الدراسة من 15 معلم تربية رياضية وبدنية على مستوى ثانويات بلدية بسكرة، وتم اختيارهم بطريقة قصدية، وتم استخدام المنهج الكمي. بينت نتائج الدراسة أن حصص التربية الرياضية لها تأثير إيجابي في تحسين المهارات الاجتماعية لدى الطلبة، وذلك من خلال زيادة التواصل الفعال، والانتماء بين الطلبة .

أشارت دراسة حملاوي (2021) بعنوان "دور الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية المهارات الاجتماعية والحد من السلوك العدواني عند تلاميذ مرحلة الثانوي(15-18 سنة)"، تم استخدام الاستبيان كأداة للدراسة، وتكونت عينة الدراسة من 198 طالب وطالبة في الطور الثاني، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية في المهارات الاجتماعية بين الطلبة الذين يمارسون الأنشطة الرياضية الصفية واللاصفية، وعدم وجود فروق في السلوك العدواني بين الطلبة.

أوضحت دراسة دردون ولتبيوي (2021) بعنوان "تأثير الأنشطة الرياضية الجماعية في تطوير العلاقات الاجتماعية بين التلاميذ في الطور المتوسط"، تم استخدام المنهج الوصفي، وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وتكونت عينة الدراسة من 140 طالب وطالبة. بينت نتائج الدراسة أن الأنشطة الرياضية لها دور إيجابي في تحسين المهارات الاجتماعية، حيث أنها تسهم في تقوية العلاقات وتحسين التواصل الفعال.

بينت دراسة المخدوري (2020) بعنوان "دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الشباب العماني"، تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 264 شاب وشابة. أظهرت نتائج الدراسة أن الشباب يدركون أهمية الأنشطة الرياضية ومدى تأثيرها على تنمية المهارات الاجتماعية، والفئة المشاركون بالأنشطة الرياضية يتمتعون بمستوى أعلى من المهارات الاجتماعية.

هدفت دراسة أيمن (2020) بعنوان "دور حصّة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثاني"، تم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 25 طالب. بينت النتائج أن حصص التربية الرياضية والبدنية لها دور إيجابي في تحسين المهارات الاجتماعية لدى الطلبة، مثل تعزيز روح التعاون، والانتماء الاجتماعي، وتنمية التعاون بين الطلبة، بالإضافة إلى تطوير التواصل الفعال.

سعت دراسة بن ستيقي (2017) بعنوان "دور حصّة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية : دراسة ميدانية على مستوى متوسطات دائري عين كبير - بني عزيز، سطيف"، تم استخدام المنهج الوصفي، واعتمد الاستبيان كأداة أساسية في جمع البيانات، تكونت عينة الدراسة من 30 أستاذ تربية بدنية ورياضية على مستوى متوسطات دائري عين الكبيرة وبني عزيز.

أظهرت النتائج أن حصص التربية البدنية والرياضية لها دور إيجابي في تحسين المهارات الاجتماعية، وتحقيق التعاون بين الطلبة، وتعزيز روح التعاون بين الطلبة، بالإضافة إلى تحسين الانتماء الاجتماعي بينهم.

أوضحت دراسة **ناصرى (2017)** بعنوان "دور الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة 14-15 سنة"، وقد تم تطبيق اختبار لقياس المهارات الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من 60 طالب ممارس، و60 طالب غير ممارس من طلبة مرحلة المتوسط. وأظهرت النتائج أن مستوى المهارات الاجتماعية لدى الطلبة الذين يمارسون الأنشطة البدنية الرياضية كان مرتفع، والطلبة الغير ممارسين لديهم مستوى منخفض من المهارات الاجتماعية. بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المهارات الاجتماعية بين الطلبة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية.

التعقيب على الدراسات السابقة

بعد فحص الأدبيات المتعلقة بتأثير التربية البدنية والرياضة على النمو البدني والاجتماعي للأفراد، أشارت الباحثة إلى أن العديد من الدراسات لها نهج منهجي مماثل للدراسة الحالية. ومن بين هؤلاء نصار ونحلة (2026)، ودراسة دا سيلفا وآخرون (da Silva et al., 2025)، ودراسة فو وآخرون (Fu et al., 2025)، وماجد (2023)، وحسونة (2022)، وحملاوي (2021)، ودرودن واللمتوي (2021)، والمحدوري (2020)، وبن ستيي (2017)، والناصرى (2017).

كل هذه الدراسات تدعم نتائج الدراسة الحالية فيما يتعلق بالأثر الإيجابي لفصول التربية البدنية والرياضة على تطوير المهارات الاجتماعية، بما في ذلك التواصل والتعاون والعمل الجماعي والانتماء الاجتماعي، لدى الطلاب. ويتجلى ذلك في الأبحاث التي أجراها نصار ونحلة (2026) وماجد (2023) وحسونة (2022) ودراسة دا سيلفا وآخرون (da Silva et al., 2025) ودراسة فو وآخرون (Fu et al., 2025). تدعم دراسات أخرى، مثل ماجد (2023) والمحدوري (2020)، اللياقة البدنية والفوائد الصحية للنشاط البدني؛ تتوافق هذه النتائج مع الغرض من الدراسة الحالية.

ومع ذلك، هناك مجالات تختلف فيها الدراسة الحالية والدراسات السابقة فيما يتعلق بحجم العينة. قد يكون هذا أحد أهم الاختلافات، حيث يختلف حجم عينة الدراسة المستخدمة عن أحجام العينات المستخدمة في الدراسات السابقة، حيث تتراوح أحجام العينات من الصغيرة إلى الكبيرة.

تختلف الدراسات أيضاً حسب السكان المستهدفين. استخدمت معظم الأبحاث السابقة كمعلومات مستهدفة للمدرسة الإعدادية أو مجموعات الشباب، كما هو الحال في الناصري (2017) وبن ستيي (2017). من ناحية أخرى، تركز هذه الدراسة على الفتيات في المدارس الثانوية، مما يجعلها أكثر تخصصاً.

بالإضافة إلى ذلك، يختلف تركيز البحث. استخدم جزء كبير من الدراسات السابقة التركيز على المهارات الاجتماعية والحياتية، مثل المحذوري (2020) ودرودون وملتوي (2021). تتميز الدراسة الحالية نفسها من خلال تضمين اللياقة البدنية والمهارات الاجتماعية كواحد من متغيراتها الأساسية، مما يوفر درجة أكبر من الاتساع في البحث مما تم اختباره في الأبحاث السابقة.

ترتبط الاختلافات التي تساعد على التمييز بين هذه الدراسة بالسياق التعليمي والموقع الجغرافي. ركزت هذه الدراسة البحثية على منطقة شمال فلسطين وبيئتها التعليمية وخصائصها الثقافية والمؤسسية. لذلك، قد تختلف النتائج عند مقارنتها بأبحاث أخرى أجريت في دول مثل الجزائر وعمان والبحرين.

كما هو موضح أعلاه، فإن هذه الدراسة البحثية فريدة أيضاً في تقديم آراء معلمات التربية البدنية فيما يتعلق ببرامج التربية البدنية، بالإضافة إلى ذلك، يجمع هذا البحث بين إطار مفاهيمي محدد بوضوح مع استخدام أساليب جمع البيانات الميدانية؛ في النهاية، الهدف من هذه الدراسة هو إنتاج نتائج صحيحة وقابلة للتعميم والتي ستكون مفيدة لتحسين برامج التربية البدنية في سياقات مماثلة.

الدراسة الفنية :

أولاً: مجتمع الدراسة وتوزيع العينة

تم اختيار عينة قصدية ممثلة من معلمات التربية الرياضية في المدارس الثانوية الحكومية والخاصة التابعة لمديريات التربية والتعليم في شمال فلسطين (نابلس، جنين، طولكرم، قلقيلية، طوباس) .

1. حجم العينة الكلي:

حجم العينة المستجيبة كلياً والمكتملة أداة الدراسة بلغ (120 معلمة) من معلمات التربية الرياضية للمرحلة الثانوية . من خلال توزيع الاستبيان الكترونياً.

2. التوزيع الجندري (الجنس):

- **مجتمع الإناث بنسبة 100 %:** نظراً لأن الدراسة تستهدف حصرياً قياس درجة الإسهام لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين ، وحيث إن النظام التعليمي في فلسطين يعتمد نظام الفصل الجندري في مدارس الإناث الثانوية وتقتصر الهيئة التدريسية فيها على المعلمات الإناث فقط، فإن عينة الدراسة تتكون من (120 معلمة) بنسبة 100% إناث، ولا وجود للمعلمين الذكور في هذه العينة نظراً لطبيعة الخصوصية الثقافية والمؤسسية للميدان المدرسي المستهدف .

3. توزيع أفراد العينة وفق المتغيرات الديموغرافية

(جدول رقم 1)

المتغير الديموغرافي	الفئة	التكرار (N)	النسبة المئوية (%)
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	35	29.2%
	من 5 إلى 10 سنوات	50	41.6%
	أكثر من 10 سنوات	35	29.2%
المؤهل العلمي	بكالوريوس	95	79.2%
	دراسات عليا (دبلوم)	25	20.8%
	عالي/ماجستير	120	100%
الإجمالي	120 معلمة	التكرار (N)	النسبة المئوية (%)

ثانياً: التحليلات الإحصائية واختبار الفرضيات

لاستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار الفرضيات الصفرية، اعتمد المحك الإحصائي الآتي لتفسير الدرجات (منخفضة: 1 - 2.33، متوسطة: 2.34 - 3.66، كبيرة: 3.67 - 5).

1. الإجابة عن السؤال الأول: درجة الإسهام في تنمية اللياقة البدنية

(جدول رقم 2)

المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الإسهام	الرتبة
تنمية اللياقة البدنية (ككل)	4.12	0.54	كبيرة	2
1. تحسين عنصر التحمل القلبي التنفسي	4.25	0.61	كبيرة	1
2. زيادة القوة العضلية والقدرة الحركية	4.08	0.58	كبيرة	2

3. تعزيز المرونة والمطاطية العضلية	4.03	0.65	كبيرة	3
------------------------------------	------	------	-------	---

- **التفسير الفني:** يُعزى الإسهام الكبير (4.12) إلى تركيز المناهج الفلسطينية على التمارين السويدية البدنية كجزء أساسي وثابت من الطابور الصباحي والإحماء الأولي لحصة التربية الرياضية .

2. الإجابة عن السؤال الثاني: درجة الإسهام في تنمية المهارات الاجتماعية
(جدول رقم 3)

المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الإسهام	الرتبة
المهارات الاجتماعية (ككل)	4.31	0.48	كبيرة	1
1. تعزيز روح التعاون والعمل الجماعي	4.45	0.51	كبيرة جداً	1
2. تطوير كفايات التواصل الفعال بين الطالبات	4.28	0.53	كبيرة	2
3. القدرة على اتخاذ القرار وتحمل المسؤولية	4.20	0.59	كبيرة	3

- **التفسير الفني:** احتلت المهارات الاجتماعية المرتبة الأولى بمتوسط (4.31)، وهو مؤشر قوي جداً على أن حصة الرياضة تمثل المتنفس التفاعلي الوحيد للطالبات داخل المدرسة الثانوية لكسر جمود المواد الأكاديمية وممارسة الاتصال الإنساني .

ثالثاً: نتائج اختبار الفرضيات الإحصائية

1. اختبار الفرضية الأولى (متغير سنوات الخبرة):

- **الإجراء:** تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للكشف عن الفروق .
- **النتيجة الرقمية:** تبين أن قيمة دلالة الاختبار (Sig) بلغت (0.021) وهي أقل من مستوى الدلالة المعياري a

(≤ 0.05).

- القرار المنهجي: رفض الفرضية الصفرية، مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات المعلمات تعزى لسنوات الخبرة، وجاءت الفروق لصالح الفئة (أكثر من 10 سنوات) عبر اختبار "شيفيه" للمقارنات البعدية .

2. اختبار الفرضية الثانية (متغير المؤهل العلمي):

- الإجراء: تم استخدام اختبار (T-Test) للعينات المستقلة المقارنة بين البكالوريوس والدراسات العليا .
- النتيجة الرقمية: بلغت قيمة الدلالة الإحصائية المحسوبة (Sig) (0.342) وهي أكبر من مستوى الدلالة (a ≤ 0.05).
- القرار المنهجي: قبول الفرضية الصفرية، أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمؤهل العلمي، فالخبرة والممارسة الميدانية والبيئة المدرسية المتشابهة هي الحكم الأساسي في توظيف المنهاج .

3. اختبار الفرضية الثالثة (العلاقة الارتباطية بين البدني والاجتماعي):

- الإجراء: تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation).
- النتيجة الرقمية: أظهرت الحسابات أن معامل الارتباط (r) بين المحورين بلغ (0.68[^]) عند مستوى دلالة (0.000)، وهي علاقة ارتباطية إيجابية (طردية) قوية ودالة إحصائياً .
- القرار المنهجي: رفض الفرضية الصفرية ، مما يثبت فنيًا وتطبيقاتاً أن التحسن في الكفاءة البدنية للطلبة يدعم بشكل مباشر نضجها السلوكي والاجتماعي ويقلل الاغتراب النفسي .

أولاً: نتائج الدراسة

بناءً على المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة واستجابات أفراد العينة المكونة من (120 معلمة) في شمال فلسطين، تم التوصل إلى النتائج الآتية:

1. أظهرت النتائج أن درجة إسهام برامج التربية الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الثانوية في شمال فلسطين من وجهة نظر المعلمات جاءت بدرجة (كبيرة) وبمتوسط حسابي بلغ (4.31) واحتل محور "تعزيز روح التعاون والعمل الجماعي" المرتبة الأولى، مما يؤكد أن حصة الرياضة تمثل بيئة تفاعلية خصبة تتيح للطلبات ممارسة الاتصال الإنساني وكسر العزلة الاجتماعية.
2. تبين أن درجة إسهام البرامج في تنمية اللياقة البدنية جاءت أيضاً بدرجة (كبيرة) وبمتوسط حسابي بلغ (4.12) واحتل عنصر "التحمل القلبي التنفسي" المرتبة الأولى يليه عنصر "القوة العضلية"، مما يشير إلى فاعلية الأنشطة والتمارين البدنية الحركية المتضمنة في المنهاج.
3. أثبتت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a ≤ 0.05) في تقديرات أفراد العينة حول درجة الإسهام تعزى لمتغير سنوات الخبرة، وجاءت الفروق لصالح المعلمات الأكثر خبرة (أكثر من 10 سنوات)، مما يدل على أن الخبرة المتراكمة تمنح المعلمة قدرة أعلى على توظيف أدوات التربية الرياضية لتحقيق الأهداف البدنية والاجتماعية معاً.

4. أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \leq 0.05$) تعزى لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، دراسات عليا)، وهو ما يُفسر فنياً بأن طبيعة المناهج المطبقة والبيئة المدرسية المتاحة تفرض واقعاً تطبيقياً متماثلاً ينعكس على رؤية المعلمات بغض النظر عن مؤهلاتهن العليا.
5. كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة وطردية دالة إحصائياً بين نمو اللياقة البدنية وتنمية المهارات الاجتماعية لدى الطالبات، مما يثبت أن الارتفاع في الكفاءة الحركية والثقة البدنية يؤدي مباشرة إلى زيادة فاعلية الاندماج الاجتماعي لدى طالبات هذه المرحلة.

ثانياً: توصيات

في ضوء النتائج المستخلصة، توصي الباحثة بمجموعة من الإجراءات التنفيذية والتربوية الموجهة لجهات الاختصاص:

1. إلى وزارة التربية والتعليم ومخططي المناهج:

- العمل على تطوير مناهج التربية الرياضية للمرحلة الثانوية من خلال تضمينها استراتيجيات وألعاباً تعاونية مقننة تستهدف صراحة مهارات الذكاء الاجتماعي، والقيادة، والعمل الجماعي، وعدم الاقتصار على المهارات الحركية الصرفة.
- إعادة النظر في الخطط الدراسية لزيادة الوقت المخصص لحصص التربية الرياضية أو تفعيل حصص لاصفية منظمة لمواجهة قصر زمن الحصة الحالي.

2. إلى إدارات المدارس والمشرفين التربويين في شمال فلسطين:

- توفير الدعم اللوجستي وتجهيز الملاعب والصالات الرياضية المغلقة والمستورة المخصصة لمدارس الإناث، بما يضمن لهن بيئة آمنة ومريحة تمنحهن الحرية الكاملة للممارسة الحركية المستدامة وتنمية اللياقة.
- تنظيم منافسات وملتيقيات رياضية دورية بين مدارس الإناث على مستوى المديرية في شمال فلسطين لتعزيز روابط التواصل الاجتماعي وتنمية الروح الرياضية لديهن.

3. إلى معلمات التربية الرياضية:

- ضرورة وعي المعلمة (خاصة حديثات التخرج) بالأثر النفسي والاجتماعي للرياضة، وتصميم مواقف تعليمية داخل الحصة تحث على الحوار الفعال، وتقبل الخسارة، والمسؤولية الاجتماعية.
- تصميم أنشطة مرنة تراعي تباين القدرات البدنية للطالبات لضمان إشراك الجميع وتجنب انطواء أو إحباط الطالبات الأقل لياقة.

4. التوصية بالدراسات المستقبلية (للباحثين):

- إجراء دراسة تجريبية تتضمن "برنامجاً رياضياً مقترحاً" وقياس أثره المباشر على خفض حدة الخجل الاجتماعي أو الاغتراب النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

➤ إجراء دراسة مقارنة لدرجة إسهام برامج التربية الرياضية بين مدارس الإناث ومدارس الذكور في فلسطين للوقوف على تباين التحديات والمخرجات.

المراجع:

المراجع عربية:

1. أيمن، عربي. (2020). دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور الثاني (أطروحة دكتوراه غير منشورة). جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
2. بن ستيقي، عمر. (2017). دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية والرياضية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر.
3. بن سعيد، محمود. (2021). أثر ألعاب شبه رياضية مقترحة في تحقيق التفاعل الاجتماعي لدى أطفال اضطراب طيف التوحد. المجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، 13(3)، 280-289.
4. حرشاي، ملحة شيماء. (2021). دور النشاط البدني الرياضي في تحسين التفاعل الاجتماعي عند الطفل التوحدي (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم، الجزائر.
5. حسونة، أيمن. (2022). حصة التربية البدنية والرياضية وأثرها في تنمية بعض المهارات الاجتماعية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.
6. حسيني، محمد عبده، وعبد الرحمن، نورة عبد الوهاب. (2025). دور الأنشطة الرياضية في تحسين المهارات الاجتماعية لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من وجهة نظر معلمهم. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، 156(1)، 371-398.
7. الحيلة، محمد محمود. (2015). تصميم التعليم: نظرية وتطبيق. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
8. حملاوي، محمد. (2021). دور الأنشطة الرياضية اللاصفية في تنمية المهارات الاجتماعية والحد من السلوك العدواني عند تلاميذ المرحلة الثانوية (15-18 سنة). مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، 22(2)، 387-410.

9. درادكة، أسامة إبراهيم علي. (2025). تحليل علمي لدور التربية الرياضية في المنظومة التعليمية والصحية. مجلة روافد

للدراستات والأبحاث في علوم الرياضة، 5(2)، 33-19.

10. الدرسي، أحمد عبد الله يونس، ووريث، محمد علي طيوش. (2021). الدروس التطبيقية ودورها في تطوير عناصر

اللياقة البدنية لطلاب كلية التربية البدنية وأثرها على كفاءتهم في تدريس الأنشطة المدرسية بعد التخرج (دراسة تتبعية).

مجلة القرطاس، (الجزء الأول).

11. زغلول، عاطف حامد. (2022). فعالية برنامج قائم على استراتيجية التعلم باللعب في تنمية بعض مهارات التفاعل

الاجتماعي لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد المدمجين. المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ببورسعيد،

1(24)، 169-128.

12. زيتون، حسن حسين. (2003). التعلم والتدريس من منظور النظرية البنائية. القاهرة: عالم الكتب.

13. شاري، بلقاسم. (2016). واقع الرياضة المدرسية من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية بالجزائر. مجلة المنظومة الرياضية،

2(3)، 92-81.

14. شرادقة، أحمد طلال أحمد. (2018). فاعلية برنامج تدريبي قائم على النظرية السلوكية لتحسين المهارات الاجتماعية

لدى عينة سعودية من ذوي اضطراب طيف التوحد (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة العلوم الإسلامية العالمية، عمان،

الأردن.

15. صالح، أسامة عوض عبد الغني إبراهيم. (2025). اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لطلاب علوم الرياضة جامعة بنها:

دراسة مقارنة. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، 298-322.

16. الطاهر، لعور، والنظاري، محمد حسين. (2025). الرياضة المدرسية ودورها في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي

وعلاقتها بالحنجل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (إناث). مجلة جامعة البيضاء، 7(1).

17. ضو، علي إبراهيم علي. (2024). صعوبات الرياضة المدرسية التي تواجه معلمي التربية الرياضية في مدارس مرحلة

التعليم الأساسي بمدينة سبها. المجلة الأفروآسيوية للبحث العلمي، 2(3)، 384-372.

18. فتح الله، عزوز، وبوخراز، رضوان. (2018). دراسة تحليلية لتقويم بعض عناصر اللياقة البدنية وعلاقتها بالتحصيل

الدراسي. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، 17(1)، 261-149.

19. القشاني، هيلة بنت سعيد بن محمد. (2022). المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك النمطي لدى أطفال التوحد

في مدينة نجران. *المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة*، 6(24)، 111-128.

20. لمتيوي، فاطمة الزهرة إيمان، ودرود، كنزة. (2021). تأثير الأنشطة الرياضية الجماعية في تطوير العلاقات الاجتماعية

بين التلاميذ في الطور المتوسط. *المجلة الدولية للدراسات والأبحاث في علوم الرياضة والتدريب*، 2(2)، 41-51.

21. ماجد، السيد محمد مختار ماجد شبر. (2023). دور حصة التربية الرياضية في تنمية بعض المهارات لدى طلبة المرحلة

الثانوية في مملكة البحرين. *مجلة الجمعية العربية للبحوث في التربية وعلم النفس*، 9(116)، 147-176.

<https://doi.org/10.21608/JAAR.2023.208613.1426>

22. المخدوري، خالد بن حميد بن سيف. (2020). دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى

الشباب العماني. *المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية*، 6(3)، 15-33.

23. ناصري، جمال. (2017). دور الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة

المتوسطة (14-15 سنة). *مجلة علوم الرياضة والتدريب*، 3(3)، 147-163.

24. نصار، رجاء إبراهيم، ونحلة، إخلاص إبراهيم. (2026). واقع استخدام الألعاب الرياضية التعاونية وأثرها المدرك على

مهارات التواصل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي طيف التوحد من وجهة نظر المعلمين. *المجلة الدولية للدراسات الإنسانية*

والاجتماعية، 7(2)، 13-43. <https://doi.org/10.53796/hnsj72/24413>.

References

المراجع أجنبية

1. **Alves, J., et al.** (2025). More than movement: A systematic review of moral and social development in adolescents' physical education. *BMC Public Health*, 25(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23169-2>
2. **da Silva, J. M., et al.** (2025). Effects of a school-based physical activity intervention on mental health indicators in adolescents. *BMC Public Health*, 25(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21620-y>

3. **Fu, S., Wen, P., Wu, J., & Li, Z.** (2025). The effects of physical activity on social-emotional competence in primary school students: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1657165. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1657165>
4. **Koszalka-Silska, A., Korcz, A., & Wiza, A.** (2021). The impact of physical education based on the adventure education programme on social competences of adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), Article 3021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063021>
5. **Neil-Sztramko, S., Caldwell, H., & Dobbins, M.** (2021). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2021(9), Article CD007651. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD007651.pub3>



Issue - 27 - Part 1- July - 2026 - Year 5

Refereed Quarterly Scientific Journal

American International Journal of Humanities and Social Sciences

**ISSUED BY AMERICAN INTERNATIONAL ACADEMY
FOR HIGHER EDUCATION AND TRAINING**

**QUARTERLY JOURNAL ON HUMANITARIAN
AND SOCIAL AFFAIRS**

(ISSN) Electronic (4806 - 3085) / (ISSN) Paper (4830 - 3085)

Legal deposit number in the Moroccan National Library (2025PE00006)

Legal deposit number in the Iraq National Library and Archives (2735)



Journal Website : <https://iajphss.us/>

