مستوى مهارات ادارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين

د. رشا صقر*

(الإيداع: 8 آيار 2023، القبول: 24 تموز 2023)

الملخص:

هدف البحث الى التعرف على مستوى مهارات ادارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة تشرين . استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي ، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين . تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات من تصميم المومني(2017) والمكونة من (35) عبارة موزعة على أربعة مهارات وهي (التخطيط- التنظيم- التوجيه- الرقابة) . توصلت نتائج البحث الى أن مستوى مهارات ادارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة تشرين كان متوسط ، اضافة الى عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى مهارات ادارة الوقت

الكلمات المفتاحية : ادارة الوقت . طلبة كلية التربية الرياضية

The level of time management skills among students of the Faculty of Physical Education, Tishreen University

Dr.. Rasha Saqr

(Received: 8 May 2023, Accepted: 24 July 2023)

ABSTRACT:

The aim of the research is to identify the level of time management skills among students of the Faculty of Physical Education at Tishreen University. The researcher used the descriptive survey method, and the study sample consisted of (200) male and female students from the Faculty of Physical Education at Tishreen University. The questionnaire was used as a data collection tool, designed by Al-Momani (2017), consisting of (35) items distributed over four skills (planning-to organiz-direction-control). The results of the research concluded that the level of time management skills among students of the Faculty of Physical Education at Tishreen University was acceptable, in addition to the absence of gender differences in the level of time management skills.

Keywords: time management. Students of the College of Physical Education

المقدمة

يمثل الوقت أحد الموارد الهامة والنادرة والثمينة لأي إنسان في هذا العالم الكبير .وقد ارتبط مفهوم ندرة الوقت بالقاعدة الاقتصادية المعروفة بندرة الموارد المتاحة في المجتمع والتي يصر الاقتصاديون على استغلالها بشكل فعال لتحقيق الأهداف التي يسعى إليها المجتمع بشكل عام والوقت كأحد هذه الموارد المتاحة لأي شخص دون استثناء وبشكل متساو، يفترض أن يستغل بطريقة فعالة، من خلال توظيف كافة الإمكانيات والمواهب والقدرات الشخصية المتاحة للوصول إلى الأهداف الشخصية والعملية المنشودة.(هلال،2004)

إن جميع الوظائف والعمليات الإدارية تنفذ ضمن فترة زمنية معينة قد تطول أو تقصر وهذا الزمن أوما يطلق عليه الوقت هو مورد ثمين لا يتجدد، ومورد فريد من نوعه لا يمكن إصلاحه، كما انه موزع بالتساوي بين جميع فئات الناس والتفاوت في كيفية استغلاله و أدارته ليؤدي أقصى تحسين في الإنجاز. والوقت الذي يمر دون أن تحقق فيه نتائج ملموسة وقت ضائع إلى الأبد (معايعة،1991)

وبالتالي الإدارة والوقت كلمتان متلازمتان ، لأن الإدارة عمليات تنجز من خلالها أعمال على نحو منسق ومنظم وفعال لتحقيق أهداف محددة بأفضل الوسائل واقل التكاليف، والوقت هو وسيلة الإدارة ومدخلها الرئيس في تحقيق ذلك .وواحد من الإمكانيات المتاحة للمنظمة كالموارد الأخرى التي يفترض أن تستثمر الاستثمار الأمثل والفعال .لا بل أن في عدم استثماره تكلفة اقتصادية تفوق أي توقع(الخلايلة ، 2004)

ويعرف العجمي (2000) إدارة الوقت على أنها " إدارة الأنشطة والأعمال التي تؤدى في الوقت ، وتعنى الاستخدام الأمثل للوقت وللإمكانيات المتوفرة وبطريقة تؤدي إلى تحقيق أهداف هامة، وتتضمن إدارة الوقت معرفة كيفية قضاء الوقت في الزمن الحاضر وتحليلها والتخطيط للاستفادة منه

وقد ذكر الصيرفي (2006) بان إدارة الوقت هي عملية تخطيط ,وتنظيم ,وتوجيه ,ورقابة الوقت,بما يمكن من اختيار الشيء الصحيح المراد عمله , والقيام بأعمال كثيرة ,في وقت قصير.

تناولت دراسات عربية عديدة موضوع ادارة الوقت من أهمها دراسة العازمي (2007)

بعنوان مستوى إدارة الوقت لدى رؤساء الأقسام في وزارة التربية في دولة الكويت هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على : الفروق في مستوى ادارة الوقت لدى رؤساء الأقسام في وزارة التربية في دولة الكويت من وجهة نظر الموظفين تبعا لمتغيرات الجنس ,والمؤهل العلمي ,والخبرة. تكونت عينة الدراسة من 195 موظفاً وموظفة من العاملين في وزارة التربية في دولة الكويت و مديرياتها في ست محافظاتتم اختيار العينة بالطريقة العنقودية العشوائية. وكانت أهم النتائج أن المتوسط الحسابي لمستوى إدارة الوقت لدى رؤساء الأقسام ,في وزارة التربية في دولة الكويت من وجهة نظر الموظفين بلغ (3.38) وبانحراف معياري (0.48). ودراسة الخلايلة (2004) بعنوان إدارة الوقت وعلاقتها بكفاءة أداء مديري ومديرات المدارس الثانوية العامة في محافظة الزرقاء من وجهة نظرهم هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على إدارة الوقت وعلاقتها بكفاءة أداء مديري ومديرات المدارس الثانوية ،تكون مجتمع الدراسة والذي مثل عينتها من جميع مديري ومديرات المدارس الثانوية العامة في محافظة الزرقاء والبالغ عددهم 84 مديرا ومديرة ولجمع بيانات الدراسة قام الباحث بتطوير استبانتين:الاستبانة الأولى ، خاصة بإدارة الوقت، والثانية خاصة بكفاءة أداء مديري ومديرات المدارس الثانوية العامة في محافظة الزرقاء .

وقد توصلت الدراسة الى أهم النتائج وهي :كان واقع إدارة الوقت لمديري ومديرات المدارس الثانوية في محافظة الزرقاء وواقع كفاءة الأداء الإداري لمديري ومديرات المدارس الثانوية في محافظة الزرقاء مرتفعا.ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند دلالة 0.01 بين واقع إدارة الوقت وواقع كفاءة الأداء الإداري بشكل عام ومع كل مجال من مجالات كفاءة الأداء الإداري.

وأجرى الرحاحلة (2002) دراسة بعنوان إدارة الوقت وعلاقتها بالقيادة الإبداعية من وجهة نظر المديرين والمديرات.هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين ادارة الوقت والقيادة الابداعية من وجهة نظر المديرين والمديرات .تكون مجتمع الدراسة من مديرين و مديرات المدارس الثانوية الحكومية في محافظة عمان في الأردن ,والبالغ عددهم 746 مديرا ,مديرة. ولقد توصلت نتائج الدراسة ,وجود علاقة إيجابية بين إدارة الوقت ,و القيادة الإبداعية ,من خلال إجابات المديرين,والمديرات.وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ,في متغير إدارة الوقت والقيادة الإبداعية ,تعزى إلى جنس المدير ,أو اختلاف المؤهل العلمي ,أو الخبرة ,في إجابات المديرين ,والمديرات.ودراسة المومني (2017) بعنوان فاعلية إدارة الوقت لدى طلبة كلية العلوم في الجامعة الهاشمية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي هدفت الى التعرف على درجة فاعلية إدارة الوقت وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم في الجامعة الهاشمية. والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة تعزى لمتغيرات الدراسة (الجنس، المرحلة الدراسية).استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة الدراسة، حيث تم استخدام مقياس من إعداد الباحث، طُبقت على عينة عشوائية تكونت من (386) طالباً وطالبة من طلبة كلية العلوم بالجامعة الهاشمية في الأردن.**أهم** النتائج التي تم التوصل اليها: فاعلية إدارة الوقت لدى طلبة كلية العلوم في الجامعة الهاشمية متوسطة. وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين إدارة الوقت والتحصيل الأكاديمي.وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات عينة الدراسة على فاعلية إدارة الوقت بسبب اختلاف المرحلة الدراسية (بكالوريوس، دراسات عليا) في جميع المجالات عدا مجال معوقات إدارة الوقت، وجاءت الفروق لصالح طلبة الدراسات العليا. ودراسة الهور (2006) بعنوان تقييم ادارة الوقت لدى العاملين في الادارة العليا في الجامعات الفلسطينية هدفت هذه الدراسة إلى تقييم واقع إدارة الوقت لدى العاملين في الإدارة العليا في الجامعات الفلسطينية، والتعرف على واقع إدارة الوقت لديهم بالإعتماد على المتغيرات التالية) مضيعات الوقت المتعلقة بالتخطيط، التنظيم، التوظيف، الإشراف و التوجيه، الإتصالات، صنع القرارات، الرقابة وذلك طبقاً للعوامل الشخصية كالجنس والعمر، ونوع الوظيفة و المؤهل العلمي و سنوات الخبرة في العمل الإداري و المشاركة في دورات تدريبية في مجال إدارة الوقت. وقد تكون مجتمع الدراسة من العاملين في الإدارة العليا في الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة وهي(الجامعة الإسلامية، جامعة الأزهر، جامعة الأقصى) .واشتمل على العاملين من الأكاديميين الإداريين والإداريين، وقد بلغ مجتمع الدراسة حوالي 306 موظفاً وموظفة، حيث تم اختيار عينة طبقية عشوائية بلغت126 فردا ، وقد بينت نتائج الدراسة أن مستوى واقع إدارة الوقت كان عالي .كما أشارت النتائج أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)بين الجامعات الفلسطينية حول واقع إدارة الوقت تعزى إلى الجنس، عمر الموظف، نوع الوظيفة، المؤهل العلمي . ودراسة السكاف وعلي (2020) هدفت الى التعرف على فاعلية ادارة الوقت لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، تم الاعتماد على المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من 409 طالب وطالبة من جامعتي زايد فرع أبو ظبي وجامعة الخليج في الكويت وقام الباحثان بتصميم استبانه مكونة من ثلاثة محاور تناولت مدى تطبيق ادارة الوقت و مدى وعيهم بأهمية ادارة الوقت ، وأسباب هدر الوقت . وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية بين ادارة الوقت والتحصيل الدراسي ، بالاضافة الى أن تطبيق الطلبة لمهارات ادارة الوقت جاءت في المستوى المتوسط مع وجود وعي جيد بأهميته ودراسة الرحيمي والماريني (2014) بعنوان أثر ادارة الوقت في التحصيل الاكاديمي للطلبة بجامعة اربد الأهلية (دراسة ميدانية على طلبة جامعة اربد الأهلية) حيث هدفت الى التعرف على وجهة نظر الطلبة نحو كيفية ادارتهم للوقت من حيث التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة وتحديد المعوقات التي تحول دون ذلك ، استخدم الباحثان المنهج الوصفي وشملت عينة الدراسة على 300 طالب وبينت النتائج ان مجال التخطيط كان له التأثير الأكبر في التحصيل الاكاديمي بمعامل ارتباط (539) ، بالاضافة الى وجود علاقة ارتباط ايجابية بين ادارة الوقت والتحصيل

الأكاديمي.. ودراســـة بيدس(1995) والتي هدفت الى التعرف على ادارة الوقت لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية ومديراتها في محافظة عمان ، والكشف عن طبيعة المهام والنشاطات التي يقومون بها . تكونت عينة الدراسة من 94 مديرا ومديرة ولتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام الاستبيان الذي تكون من ثلاثة محاور وهي الفنية ، الادارية ، الانسانية وكانت من أهم النتائج التي توصــل اليها الباحث هي أن الاســتجابة على معظم فقرات الاســتبيان جاءت مرتفعة باســتثناء البعد المتعلق بالمجال الانساني والبعد المتعلق بتفويض السلطة وتخطيط الوقت جاء بدرجة متوسطة بالاضافة الى وجود فروق تبعا لمتغير الجنس ولصـــالح المديرات . بينما من الدراســـات الأجنبية التي تناولت موضـــوع الوقت وادارته كدراســـة (Ruocco,1990) هدفت الى معرفة العلاقة بين ادارة الوقت والسـمات الشـخصـية لدى الاداريات في مدارس الاناث في كنكتوكت . تكونت عينة الدراســـة من 40 فردا ،كانت أداة الدراســـة عبارة عن اســـتبيان بالاضـــافة الى المقابلات ومن المعاملات العلمية المسـتخدمة كانت معامل الارتباط بيرسـون واختبار t>testواختبار تحليل التباين الاحادي ، وتوصـلت الدراسة الى النتائج التالية أهمها وجود علاقة ارتباطية بين ادارة الوقت والسمات الشخصية بالاضافة الى عدم وجود علاقة بين العمر وســـنوات الخبر وادارة الوقت ووجود علاقة معنوية بين مســـتوى الوظيفة والشـــخصـــية.ودراســـة اجراها (Keirkagard& Davial , 2007) والتي هدفت الى الامور التي تضـــيع وقت مديري المدارس في الولايات المتحدة الاميريكية ، حيث طبقت الدراسـة على عينة قوامها 20 مدير ومديرة وتوصـل الى أن هناك اربعة أمور تؤدي الى اضـاعة الوقت الا وهي : الزيارات المكتبة – المكالمات الهاتفية – التنظيم – الرقابة وتبين سـبب ذلك يرجع الى أن مديري المدارس الصغيرة ليس لديهم خطط يومية ولا يقومون بتفويض الصلاحيات لباقي الموظفين.

أهمية البحث

1- إظهار نقاط القوة والضعف في مدى امتلاك الطلبة لمهارات إدارة الوقت من خلال الأداة المستخدمة في البحث .

2- تفيد المؤسسات التربوية في مجال التخطيط واستثمار الوقت بالشكل الأمثل.

3- وضع الحلول المناسبة من أجل إدارة الوقت وتنظيمه بكفاءة وفاعليته للوصول إلى الأهداف المراد تحقيقها.

مشكلة البحث:

تعتبر المرحلة الجامعية مرحلة ذات أهمية خاصة في حياة الطلبة، كما أنها مرحلة ذات التزامات وأعباء تعليمية أكثر من المراحل التعليمية السابقة، وهو ما يستوجب من الطلبة اتباع أسلوب صحيح في ادارتهم لأوقاتهم للتمكن من أداء التزاماتهم وتحقيق مستوى انجاز مناسب ينعكس على مستواهم الأكاديمي، بالشكل الذي يحقق طموحاتهم في المستقبل.

والمشكلة هي ليست كم لدينا من الوقت ، بل كيف نستثمره استثماراً صحيحا، فالمشكلة إذن تكمن في الطلبة وبالتحديد في ادارتهم للوقت ، لأن الاستفادة من الوقت يميز الطالب المتفوق من الآخر المتعثر ، فالصفة المشتركة بين الناجحين هي القدرة على إدارة وقتهم وتوزيعه بما يتناسب مع متطلبات المواد الدراسية والحياة اليومية ، بحيث يتم استثماره والاستفادة منه بأفضل صورة ، وإحداث توازن بين مايسعى الطالب لتحقيقه وبين الخطط الزمنية اللازمة لتحقيق ذلك.بناءاً على كل ما سبق بالإضافة إلى ندرة الدراسات التي تطرقت الى موضوع مهارات ادارة الوقت، فقد جاءت هذه الدراسة حيث تتبلور مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

ما هو مستوى مهارات إدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على:

1. مستوى تطبيق مهارات إدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين.
2. الفروق في مستوى تطبيق مهارات إدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين تبعا لمتغير/الجنس/.

فرضيات البحث:

1. مستوى تطبيق مهارات إدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين ضعيف.
2. الاناث أكثر تطبيقًا لمهارات ادارة الوقت من الذكور.

الاطار النظري:

يعتبر الوقت من أبرز عناصر عملية التخطيط ,حيث ترتبط هذه العملية بطريقة استخدام الوقت والسيطرة عليه ,حتى صارت النظرة إلى الوقت تحدد فلسفة معينة ,كأنها تحدد فلسفة الأفراد في سلوكهم وتصرفاتهم ,وتحدد فلسفة المؤسسات في أهدافها وبرامجها ونشاطاتها ,وتحدد فلسفة المجتمع في نموه وتطوره(كيلاني،2005)

أهمية استثمار الوقت للطالب الجامعي:

تتعاظم أهمية الوقت وتزداد في ضوء التطور التكنولوجي، ولقد تطورت آليات ونظم العمل بحيث أصبحت تعتمد على الحاسب الآلي ونظم المعلومات، ومن ثم فإن التخطيط الجيد للاستثمار الأمثل للوقت هو سبيلنا؛ لضمان التنفيذ الدقيق لما تم التخطيط له مسبقاً، وذلك لضمان تنفيذ جميع المهام الرئيسة والإضافية بكفاءة واقتدار

وفيما يلي **عرض لفوائد استثمار الوقت للطالب الجامعي:**

1. ترشيد الوقت وإنفاذه فيما يفيد.
2. انقاذ الطالب من التردد والحيرة بشأن ما يقوم به من عمل دراسي.
3. تمكين الطالب من ممارسة أي نشاط في الوقت المناسب.
4. توفير الوقت ومن ثم إمكانية استخدامه في نشاط آخر مفيد
5. توزيع المساق على جلسات متباعدة؛ مما يزيد من التحصيل الدراسي.
6. تحديد أوقات أكثر مناسبة لبعض الموضوعات الدراسية. البابطين (2008)

مهارات ادارة الوقت:

تتكون العملية الإدارية من أربع وظائف، هي: التخطيط، والتنظيم، والتوجيه، والرقابة. وفيما يلي توضيح لكل منها:

1. تخطيط الوقت:

يعد التخطيط الوظيفة الأولى من وظائف الإدارة، فهي الوظيفة التي يتم من خلالها وضع الأهداف، وصنع القرارات، والتفكير في المستقبل، فالتخطيط الجيد يختصر الوقت اللازم لتحقيق الأهداف، من خلال تحديد الزمن اللازم لإنجاز كل جزء منها.

وطبيعة عملية التخطيط في جوهرها عملية مستمرة تقوم على اتخاذ القرارات، تهتم بالمستقبل تأخذ بنظر الاعتبار الماضي والحاضر، وتبدأ حيث الانتهاء من تحديد الهدف بدقة ووضوح .

ولا بدّ أن يكون لكل طالب خطة، أو جدول محدد يبين مواعيد المذاكرة اليومية، فمهمة الطالب الرئيسية مهما كان مستواه التعليمي هي أن يقوم بواجباته الدراسية دون تأخير؛ لأنهم بالتأكيد لديهم الرغبة الأكيدة بالنجاح. أن معظم الطلاب لا

يحصلون على النتائج التي يرجونها من دراستهم، ليس لأنهم لا يبذلون الجهد؛ بل لأنهم لا يحسنون تنظيم وقتهم أو يدرسون بطريقة خاطئة (الخولي، 2000).

2. تنظيم الوقت:

يمثل التنظيم الوسيلة التي عن طريقها يتم إنجاز الأهداف، فالتنظيم ضرورة لا بدّ منها لترتيب الجهود البشرية، وتصنيفها من أجل الوصول إلى الغايات، وان تنظيم الوقت من أهم مقومات النجاح، فتنظيمه يساعد الفرد على إتمام أعماله بشكل أسرع وبمجهود أقل (فرح، 2008).

3. توجيه الوقت:

تحتل وظيفة التوجيه مكانة خاصة كعنصر من عناصر العملية الإدارية، بوصفها تتعلق بالكيفية التي يمكن من خلالها تحقيق الطالب لأهدافه. وتظهر أهمية الوقت في التوجيه خلال مراحل تنفيذ المهام لضمان تحقيق الأهداف بالشكل المخطط له وفي الوقت المتاح، إذ إن دور التوجيه يتعدى نطاق استخدام الوقت إلى آفاق التفعيل الاستثماري للوقت، وهذا يتطلب تحديداً للالتزامات الاجتماعية والعائلية ضمن الوقت المتاح الذي يعد من الموارد المهمة الواجب أخذها بالحسبان (الرحيمي والمارديني، 2014).

4. الرقابة على الوقت:

فالرقابة على الوقت تعني مدى الالتزام بالخطة التي وضعت من قبل، وكذلك تعني مدى الالتزام بالمبادئ العامة للتعامل مع الوقت، وتعني أيضاً المراجعة المستمرة، وتتضمن عملية الرقابة مقارنة السلوك الحالي بالسلوك المخطط، واكتشاف حجم الانحراف، وتقييم واتخاذ إجراءات التصحيح اللازمة وتظهر أهمية الرقابة باعتبارها عملية منتظمة للتأكد من أن التنفيذ يتم وفقاً للتوجه المحدد مسبقاً في خطة العمل، وذلك للوقوف على جوانب الخطأ والضعف والانحراف، وإيجاد الحلول المناسبة لها لتلافي تكرار وقوعها في المستقبل. (حمودة، 2009)

مبادئ وأسس تنظيم الوقت للطلبة في الجامعة:

1- تحديد مهمات كل من المعلم والطالب ومسؤولياتهما في إدارة عملية التعلم الجامعي يسهم في إدارة الوقت بدرجة عالية.

2- كل دقيقة تنفق في التخطيط توفر ثلاث أو أربع دقائق في التنفيذ، وأن قضاء سبع ساعات في التخطيط بأفكار وأهداف واضحة أفضل من قضاء سبعة أيام عمل بدون أهداف.

3- فشل استثمار الموارد الأساسية في الجامعات وعلى الأخص الوقت يقضى على كل

الابتكارات والتوقعات المستقبلية المرجوة.

4- دراسة التغيرات التعليمية الجامعية للطالب وفهم مؤثراتها تؤثر بدرجة كبيرة على أسلوب إدارة الوقت واستغلاله.

5- تحديد مهمات كل من المعلم والطالب ومسؤولياتهما في إدارة عملية التعلم الجامعي يسهم في إدارة الوقت بدرجة عالية.

6- إن معرفة اتجاهات أعضاء هيئة التدريس عن استثمار الوقت يسهم في تحديد طرق استغلاله

7- معرفة الطلبة بالأشياء التي يتوقع منهم تأديتها وتنفيذها مع التحديد لها يساعد على إزالة المعوقات، مما يترتب عليه تحقيق الأهداف المرجوة ,Adelman(1996) .

معوقات تنظيم الوقت:

ومن أهم أشكال هدر وقت الطالب ما يلي:(ابو عليا; وابو قديس 2004)

1. عدم توزيع الوقت المخصص للتدريس على الأهداف التعليمية بشكل مناسب.
2. الوقت الضائع؛ نتيجة لكثافة الطلبة في تصحيح الكراسات وغيرها.
3. **الوقت** الضائع؛ نتيجة حوادث مقاطعات التدريس :كالإخلال بالنظام والروتين الجامعي أو الوقت الضائع؛ نتيجة عدم انتباه الطلبة وعدم تنفيذهم لما يطلب منهم.
4. غياب المعلم أو الطلبة أو مغادرة أي منهما غرفة الدراسة.
5. قلة الإمكانيات والأدوات التعليمية .،
6. الوقت الضائع بسبب عدم التجهيز المسبق للمادة العملية ولدروسه.
7. عدم وجود أهداف أو خطط.
8. النسيان.
9. سوء الفهم .

مواد البحث وطرائقه

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من (700) طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية، بينما بلغت عينة البحث من (200) طالب وطالبة من كلية التربية الرياضية في جامعة تشرين. تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. حيث بلغت النسبة (28) %

أداة البحث:

تم استخدام استبيان مقنن من دراسة المومني (2017) حيث تحقق من صدق الاستبيان من خلال الصدق الظاهري اذ أنه عرضها على 13 محكما من اعضاء الهيئة التدريسية في جامعتي اليرموك والاردنية بينما استخدام (الفا كرونباخ) لحساب معامل الثبات اذ بلغ (0.81).

، وهو موضح في الملحق (1) ويتكون هذا الاستبيان من (35) عبارة موزعة على 4 مجالات وهي:

1- التخطيط ويتكون من (9) عبارات.
2- التنظيم ويتكون من(9) عبارات.
3- التوجيه ويتكون من (7) عبارات.
4- الرقابة ويتكون من (10) عبارات.

النتائج والمناقشة:

أولاً: نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها : مستوى تطبيق مهارات إدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة تشرين ضعيف.

- **عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الاولى والمحاور التي تأتي ضمنها**
- **نتائج المحور الأول: محور التخطيط**

الجدول رقم (1)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستوى لاستجابات عينة البحث لمحور التخطيط

ت	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	أخصص وقتاً لتخطيط نشاطي اليومي.	2,30	0.31	منخفض
2	أحدد أهدافي بصورة واضحة.	3,25	0,33	متوسط
3	اعتمد خطة يومية لتيسير واجباتي الدراسية.	3,02	0,36	متوسط
4	اعدّ جدولاً للأنشطة التي يجب أن اؤديها في يومك الدراسي.	3,35	0,60	متوسط
5	لدي فكرة واضحة حول ما يجب انجازه خلال الاسبوع المقبل.	2,95	0,71	متوسط
6	احاول ان احقق الاستقلالية الشخصية في تخطيط وقتي وتنفيذه قدر الإمكان.	2,80	0,68	متوسط
7	احدد اولوياتي وارتبها حسب أهميتها.	2,97	0,58	متوسط
8	اسعى لتوفير الانسجام بين اهدافي ونشاطاتي	3,04	0,56	متوسط
9	احتفظ بجدول زمني يسمح بمواجهة أي ازمات طارئة.	3,40	0,76	متوسط
محور التخطيط		3.00	0.54	متوسط

يبين الجدول (1) أن المتوسط الحسابي لمجال التخطيط ككل (3,00)، وبانحراف معياري بلغ (0,54)، وبمستوى متوسط ،حيث جاءت العبارة (9) والتي تنص على" **احتفظ بجدول زمني يسمح بمواجهة أي ازمات طارئة** " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (3,40)، وبانحراف معياري بلغ (0,76) ، بينما جاءت العبارة (1) " **أخصص وقتاً لتخطيط نشاطي اليومي**" بالمرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي بلغ (2,30)، وبانحراف معياري بلغ (0,31).

ويعزى سبب ذلك الى أن طلبة كلية التربية الرياضية يمتلكون مهارات وضع جداول للأنشطة التي يجب أن يؤدوها في يومهم الدراسي. واعتماد خطة يومية لتيسير واجباتهم الدراسية ولديهم فكر واضحة حول ما يجب انجازه خلال الاسبوع المقبل. ويحتفظون بجدول زمني يسمح بمواجهة أي ازمات طارئة. الا أن هذه المهارات لم ترقى الى المستوى المرتفع وبحاجة الى تطوير أكثر. ويؤكد الخولي (2000) أنه لا بدّ أن يكون لكل طالب خطة، أو جدول محدد يبين مواعيد المذاكرة اليومية،

فمهمة الطالب الرئيسية مهما كان مستواه التعليمي هي أن يقوم بواجباته الدراسية دون تأخير وتتشابه النتائج مع كل من المومني (2017) ودراسة الرحيمي والمارديني (2014) والخلايلة (2004) .

- **عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثاني: التنظيم**

الجدول رقم (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستوى لاستجابات عينة البحث لمحور التنظيم

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	استثمر وقت المحاضرة في تنظيم وتخزين المعرفة الخاصة بالمادة الدراسية.	3,60	0,18	متوسط
2	احافظ على ساعات نوم كافية ومحددة يومياً.	3,55	0.33	متوسط
3	استثمر ساعات الفراغ في الترويح عن النفس.	3,19	0,22	متوسط
4	أنظم وقتي للذهاب الى الجامعة بما يتناسب ومواعيد محاضراتي.	3,48	0,31	متوسط
5	اهتم بتوزيع وقتي على المساقات الدراسية.	3,61	0,15	متوسط
6	استثمر ساعات وجودي في الجامعة للارتقاء بالمستوى الدراسي.	3,14	0,84	متوسط
7	استخدم المفكرة الورقية او مفكرة الجوال كمساعدة على التذكر.	3,57	0,70	متوسط
8	اقوم بإنجاز نشاطاتي في الجامعة حسب أهميتها.	3,63	0,74	متوسط
9	اخصص وقتاً لتحضير محاضرات اليوم التالي.	3,44	0,67	متوسط
محور التنظيم		3.46	0,37	متوسط

يبين الجدول (2) أن المتوسط الحسابي لمجال التنظيم ككل (3,46)، وبانحراف معياري بلغ (0,37)، وبمستوى متوسط، حيث جاءت العبارة التي تنص على " **اقوم بإنجاز نشاطاتي في الجامعة حسب أهميتها.**" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (3,63)، وبانحراف معياري بلغ (0,74)، بينما جاءت العبارة التي تنص" **استثمر ساعات وجودي في الجامعة للارتقاء بالمستوى الدراسي.**" بالمرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (3,14)، وبانحراف معياري (0,84). ويرجع سبب هذه النتيجة الى أن الطلبة يمتلكون مهارات تنظيمية في ادارة الوقت تتمثل في استثمار وقت المحاضرة في تنظيم وتخزين المعرفة الخاصة بالمادة الدراسية واستثمار ساعات الفراغ في الترويح عن النفس. وتخصيص وقتاً لتحضير محاضرات اليوم التالي. والاهتمام بتوزيع الوقت على المواد الدراسية. وتنظيم وقت الذهاب الى الجامعة بما يتناسب ومواعيد محاضراتهم وادراكهم أن تنظيم وقتهم يساعدهم في اتمام اعمالهم بشكل اسرع وبمجهود اقل. وهذا ما أكده فرح (2008) حيث يمثل التنظيم الوسيلة التي عن طريقها يتم إنجاز الأهداف، فهو ضرورة لا بدّ منها لترتيب الجهود البشرية، وتصنيفها من أجل الوصول إلى الغايات، وان تنظيم الوقت من أهم مقومات النجاح، فتنظيمه يساعد الفرد على إتمام أعماله بشكل أسرع وبمجهود أقل . تتفق نتائج البحث مع كل من المهيرات والبياتي (2018) والمومني (2017) والعازمي (2007) والتي أظهرت أن مهارة تنظيم الوقت جاءت بدرجة متوسطة

- **عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الثالث: التوجيـه**

الجدول رقم (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستوى لاستجابات عينة البحث لمحور التوجيه

ت	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	اواجه مشكلة هدر الوقت بمزيد من التخطيط والتنظيم.	3,42	0,54	متوسط
2	لدي جدول اسبوعي للاستذكار والمراجعة.	2,90	0,62	متوسط
3	أخصص فترة زمنية متواصلة بهدف التفرغ للدراسة.	3,01	0,74	متوسط
4	أحاول استغلال نهاية الأسبوع في أنشطة منوعة ومفيدة اجتماعياً.	2,95	0,78	متوسط
5	أوزع وقتي جيداً بين حاجات الأهل ومتطلبات الدراسة.	3,32	0,83	متوسط
6	اتعاون مع زملائي لإنجاز الواجبات في الوقت المحدد لها.	3,48	0,75	متوسط
7	استخدم الوسائل التكنولوجية الحديثة للحصول على المعلومة في أقصر وقت ممكن.	3,23	0,60	متوسط
	محور التوجيه	3,18	0,69	متوسط

يبين الجدول (3) أن المتوسط الحسابي لمحور التوجيه ككل (3,18)، وبانحراف معياري بلغ (0,69)، وبمستوى متوسط. حيث جاءت العبارة والتي تنص على **اتعاون مع زملائي لإنجاز الواجبات في الوقت المحدد لها.**" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3,48)، وبانحراف معياري بلغ (0,75)،بينما جاءت العبارة والتي تنص" **لدي جدول اسبوعي للاستذكار والمراجعة.** " بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2,90)، وبانحراف معياري بلغ (0,62).

وتعزى هذه النتيجة إلى امتلاك الطلبة مهارات توجيه الوقت من خلال استخدامهم للوسائل التكنولوجية الحديثة للحصول على المعلومة في أقصر وقت ممكن. ومواجهة مشكلة هدر الوقت بمزيد من التخطيط والتنظيم. والتعاون مع الاخرين لإنجاز الواجبات في الوقت المحدد لها. واستخدام جداول اسبوعية للاستذكار والمراجعة. ومحاولة استغلال الوقت في أنشطة منوعة ومفيدة اجتماعياً. وتوزيعه بين حاجات الأهل ومتطلبات الدراسة. وهذا ما أكده الرحيم والمارديني (2014) إن دور التوجيه يتعدى نطاق استخدام الوقت إلى آفاق التفعيل الاستثماري للوقت، وهذا يتطلب تحديداً للالتزامات الاجتماعية والعائلية ضمن الوقت المتاح الذي يعد من الموارد المهمة الواجب أخذها بالحسبان . واختلفت نتائجها مع كل من (الرحيمي والمارديني، 2014; الخلايلة 2004; والكيلاني 1995) بينما اتفقت مع دراسة العازمي(2007) والرحاحلة (2002)

- **عرض وتحليل ومناقشة نتائج المحور الرابع: الرقابة**

الجدول رقم (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستوى لاستجابات عينة البحث لمحور الرقابة

ت	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	ادرك علاقة الوقت بالإنجاز في الحياة الجامعية.	3,65	0,72	متوسط
2	أتابع نتائج تخطيطي وتنظيمي لوقتي وأدرس المشكلات الموجودة فيه.	3,67	0,87	متوسط
3	ارى ان الوقت سجل للتقويم الذاتي وتحسين الاداء الدراسي.	3,63	0,96	متوسط
4	اعزز نفسي عندما اشعر انني ناجح في إدارة وقتي.	3,62	0,91	متوسط
5	احاول ان انجز واجباتي اليومية والاسبوعية بدون تأجيل.	3,58	0,75	متوسط
6	التزم بالخطة الدراسية في الجامعة.	3,55	0,84	متوسط
7	اقيم ادائي اليومي والاسبوعي كوحدات للزمن.	3,50	0,83	متوسط
8	احدد اسباب ضياع الوقت.	3,54	0,90	متوسط
9	اخصص وقتا كافيا للمراجعة.	3,51	0,85	متوسط
10	استخدم المفكرة اليومية لمتابعة الواجبات المطلوب إنجازها.	3,64	0,74	متوسط
	محور الرقابة	3.58	0.83	متوسط

يبين الجدول (4) أن المتوسط الحسابي لمجال الرقابة ككل (3,58)، وبانحراف معياري بلغ (0,83)، وبمستوى متوسط، حيث جاءت العبارة والتي تنص على" **أتابع نتائج تخطيطي وتنظيمي لوقتي وأدرس المشكلات الموجودة فيه**" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ **(3,67)**، وبانحراف معياري بلغ (0,78)،وعبارة ""**اقيم ادائي اليومي والاسبوعي كوحدات للزمن.**" جاءت بالمرتبة الأخيرة بمتوسط بلغ (3,50)، وانحراف (0,83).

وتعزى هذه النتيجة إلى مدى ادراك الطلبة لعلاقة الوقت بالإنجاز في الحياة الجامعية. ومتابعتهم لنتائج تخطيطهم وتنظيميهم لوقتهم ودراسة المشكلات الموجودة فيه. التزامهم بالخطة الدراسية في الجامعة. وتخصيص وقتا كافيا للمراجعة. بالاضافة الى تحديد اسباب ضياع الوقت. واستخدامهم المفكرة اليومية لمتابعة الواجبات المطلوب إنجازها. وهذا ماأكده حمودة (2009) على أن الرقابة على الوقت هي مدى تنفيذهم للخطة التي وضعت من قبل، وبقدر الالتزام بالمبادئ العامة للتعامل مع الوقت، و المراجعة المستمرة له، وتتضمن عملية الرقابة مقارنة السلوك الحالي بالسلوك المخطط، واكتشاف حجم الانحراف، وتقييم واتخاذ إجراءات التصحيح اللازمة . واتفقت هذه النتيجة مع كل من العازمي(2007) والرحاحلة (2002) والمهيرات والبياتي (2018) والمومني(2007) واختلفت مع الخلايلة (2004) والمزين(2012)

الجدول رقم (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمستوى لكل محور من محاور الاستبيان والدرجة الكلية له

محاور الاداة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
تخطيط	3.00	0.54	متوسط
تنظيم	3.46	0,37	متوسط
توجيه	3,18	0,69	متوسط
رقابة	3.58	0.83	متوسط
المتوسط الحسابي الكلي للأداة	3.30	0.52	متوسط

تبين من الجدول (5) بأن المتوسط الحسابي للأداة ككل بلغ (3.30) وبانحراف معياري (0.52) ، حيث احتل المرتبة الاولى محور الرقابة بمتوسط حسابي (3.58) وبانحراف0.83، بينما محور التنظيم حصل على المرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (3.46) وانحراف معياري (0.37) وبالمرتبة الثالثة جاء محور التوجيه بمتوسط (3.18) وانحراف (0.69) ، واخيرا جاء محور التخطيط بمتوسط(3.00) وانحراف (0.54)

ثانيا : نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها : الاناث أكثر تطبيقًا لمهارات ادارة الوقت من الذكور.

تم حساب المتوسطات الحسابية ,والانحرافات المعيارية لاجابات طلبة كلية التربية الرياضية تبعا لمتغير الجنس(ذكور ، اناث) كما هو موضح في الجدول الآتي:

الجدول رقم (6): الفروق بين إجابات طلبة كلية التربية الرياضية لمهارات إدارة الوقت حسب متغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ذكور	120	3.30	0.51	0.91	0.35
اناث	80	3.37	0.45		

تشير النتائج الواردة في الجدول(6). إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha \leq 0.05$ لمهارات إدارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية تبعا لمتغير الجنس استناداً إلى قيمة(ت)المحسوبة إذ بلغت 0.91 عند مستوى دلالة 0.35

ويرجع سبب هذه النتيجة الى تشابه الواجبات والمهام المحددة اليهم وقضائهم لأوقات فراغهم بالاضافة الى تشابه اهتماماتهم اليومية والتقارب نوعا ما في الانشطة اليومية الرياضية والاجتماعية والثقافية ويخضعون لنفس النظام والمنهاج والخطة الدراسية في الكلية . واتفقت نتائج الدراسة مع كل من الخلايلة (2004) ، الهور(2006)، السكاف وعلي (2020) واختلفت مع Dali(2014) ، Den linger (2012) ، بيدس(1995)

استنتاجات البحث:

بناء على نتائج البحث نستنتج مايلي:

1- مستوى مهارات ادارة الوقت لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة تشرين متوسط.

2- لا يوجد اختلاف بين الذكور والاناث في مستوى مهارات ادارتهم للوقت .

توصيات البحث:

بناء على نتائج البحث نوصي بمايلي:

1- زيادة وعي الطلبة بأهمية الوقت واستثماره بشكل فاعل لما له من أثر في زيادة التحصيل الدراسي .

2- اقامة دورات تدريبية من قبل ادارة الكلية حول اهمية ادارة الوقت واستثماره وكيفية التعامل مع مضيعاته.

3- وضع ادارة الكلية العديد من الخطط والاهداف للتقليل من معوقات ادارة الوقت التي تواجه الطلبة.

4- اجراء المزيد من الدراسات حول ادارة الوقت على عينات اخرى وعلاقتها بمتغيرات عديدة كالابداع ، والتحصيل العلمي، والاداء .....الخ

قائمة المراجع:

- أبو عليا، محمد وأبو قديس، محمود .(2004) .أنماط المهارات الدراسية لدى الطلبة المتفوقين في امتحان شهادة الدراسة الثانوية الأردنية العامة وعلاقتها بمستوى تحصيلهم فيه ومستوى تحصيلهم في السنة الجامعية الأولى .دراسات العلوم التربوية،31 (10). عمادة البحث العلمي بالجامعة الأردنية.230 208
- البابطين، عبد الوهاب .(2008). معوقات استثمار الوقت المدرسي كما يراها مديرو مدارس التعليم العام، مجلة كليات المعلمين،7(2)، 58 -36.
- بني سلامة ، محمد نور .(2015). ادارة الوقت لدى طلبة الدراسات العليا في كليات التربية الرياضية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي . رسالة ماجستير. جامعة اليرموك . الاردن
- بيدس، هالة.(1995). ادارة الوقت لدى مديرات ومديري المدارس الحكومية في محافظة عمان. رسالة ماجستير. جامعة اليرموك اربد. الاردن
- حمودة، عبد الناصر. (2009). **دليل العربي لإدارة الوقت.** جامعة الدول العربية، المنظمة العربية للتنمية الإدارية، القاهرة.
- الحميري ، عبد الغني عبد الله.(2009). وقت الفراغ لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة خليص : دراسة تطبيقية . مجلة الاجتماعية . 10(3). جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية .
- الخلايلة ، محمود محمد.(2004) ادارة الوقت وعلاقتها بكفاءة أداء مديرات ومديري المدارس الثانوية العامة في محافظة الزرقاء، رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا ، عمان، الاردن.
- الرحاحلة ، سامي عبد الكريم .(2002) . ادارة الوقت وعلاقتها بالقيادة الابداعية لدى مديري ومديرات المدارس الثانونية الحكومية في محافظة عمان ، رسالة ماجستير ، الجامعة االلاردنية، عمان الاردن
- الرحيمي ، سالم ، والمارديني ،توفيق .(2014) . بعنوان أثر ادارة الوقت في التحصيل الاكاديمي للطلبة بجامعة اربد الأهلية (دراسة ميدانية على طلبة جامعة اربد الأهلية)، مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية ،30(1)، 255-225

- السكاف ، سوسن ،والفارس ، علي.(2020). فاعلية ادارة الوقت لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي . مجلة الخلدونية . 12(2) . 37-20
- الصيرفي، محمد.(2006) . ادارة الوقت. الاسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع.

العجمي، محمد حسنين. (2000). الإدارة المدرسية، القاهرة: دار الفكر العربي.

-العازمي، مها طلال.(2007). إدارة الوقت لدى رؤساء الأقسام في وزارة التربية في دولة الكويت من وجهة نظر الموظفين. رسالة ماجستير ، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا، عمان ، الاردن.

- فرح، ياسر. (2008). **إدارة الوقت ومواجهة ضغوط العمل**. الأردن: دار الحامد للنشر والتوزيع.
- كيلاني، هشام.(2005). ادارة وقت العمل. القاهرة: المؤسسة العربية للعلوم والثقافة.
- الخولي، محمد. (2000). **المهارات الدراسية**. عمان: دار الفلاح للنشر والتوزيع.
- المزين، سليمان حسين.(2012). فاعلية ادارة الوقت لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات . مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية .20(1). 404-369
- معايعه، عماد صليبا .(1991) إدارة الوقت ، عمان : المكتبة الوطنية.
- المهيرات، نورا توفيق، والبياتي، عبد الجبار توفيق.(2018). مستوى ادارة الوقت لدى مديري المدارس في محافظة عمان من وجهة نظر المعلمين. مجلة دراسات للعوم التربوية .45(4). 35-20
- المومني، خالد.(2017). فاعلية إدارة الوقت لدى طلبة كلية العلوم في الجامعة الهاشمية وعلاقتها بالتحصيل الإكاديمي. مجلة المنارة. (23) 2، الاردن
- هلال، محمد عبد الغني حسن .(2004). مهارات ادارة الوقت . كيف تدير وقتك بكفاءة . القاهرة : مركز تطوير الاداء.
- الهور، رأفت حسين شاكر.(2006). تقييم ادارة الوقت لدى العاملين في الادارة العليا في الجامعات الفلسطينية . رسالة ماجستير. الجامعة الاسلامية. كلية التجارة. غزة.

-Adelman, N. E and Others, (1996)The Uses of Time for Teaching and Learning, Washington DC: Office of Educational Research and Improvement, 199

-Dali, M ,(2014). The University students time management skills in terms of their academic satisfaction and academic achievement Levels. Educational Review Journal ,(9),(20), 1090-1096 .

-Den linger, J. (2012).The Effects of management on college students academic Performance. PHD Dissertation, Ball University, USA.

-Keirkagard & David. (1997) "Time Management, Handling it all NASS", Bulletin V.75. N. 533. ERIC Document Reproduction, Service, No. EJ.424-244.

-Ruocco. E, (1990) "Time Management, Personality Hardness And Personal Characteristic In Connecticut". Dissertation Abstracts International, Vol. 52. No.1