

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



الرقم التسلسلي:/2023

مهارة إدارة وعلاقتها بمهارات الاستذكار لدى التلاميذ
المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
دراسة ميدانية بثانوية الرائد حمدي بن يحي بسيدي عيسى

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علوم التربية. تخصص: توجيه وإرشاد

إشراف:

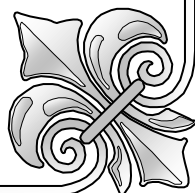
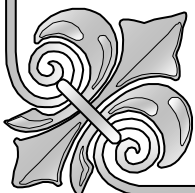
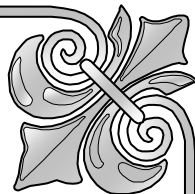
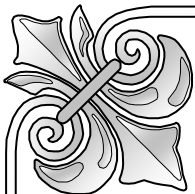
*د/ مرزوقي سمير

إعداد الطلبة:

* أسماء سنينة

* نجاة شينون

السنة الدراسية 2023/2022



شكر و عرفان



الحمد لله حمدا كثيرا مباركا فيه كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه المد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا ان هدانا الله الف حمد والف شكر لله اولا واخرا ان وفقنا لإتمام هذا العمل

نتقدم بخالص شكرنا للأستاذ المشرف "دمرزوقي سمير"، الذي رافقنا في هذا العمل، راجين من المولى عز وجل ان يوفقه لما يحب ويرضى.

شكرا لكل الاساتذة الذين ساهمو في نجاح مذكرتنا، لكل من دعا لنا في ظهر الغيب، شكرا لكل من سعى في تعليمنا حرف ينفعنا.

شكرا للوالدين العزيزين، شكرا لكل الوجوه والاسماء التي عرفناها من اصدقاء وزملاء وزميلات.

الى جميع من ساهم القلم ولم ينساهم القلب.



ملخص:

تهدف هذه الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اعتماد المنهج الوصفي، كما قمنا بتطبيق أدوات الدراسة على عينة مكونة من (66) تلميذا وتلميذة يدرسون بثانوية الرائد حمدي بن يحيى، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات أسفرت النتائج عما يلي:

- ✓ وجود علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الاتقان في المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة تنظيم جلسات المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة إعداد الملخصات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة استرجاع المعلومات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ عدم وجود علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الربط بين المحتويات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ توجد علاقة ارتباطية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة المثابرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.
- ✓ عدم وجود فروق في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس.
- ✓ عدم وجود فروق في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير إعادة السنة.

الكلمات المفتاحية: إدارة الوقت، مهارات الاستذكار، المرحلة الثانوية

Abstarct :

summary: This study aims to reveal the relationship between time management skill and study skills among students who are about to pass the baccalaureate exam, and to achieve the objectives of the study, the descriptive approach was adopted, and we applied the study tools on a sample consisting of (66) students studying at the secondary school of El Raed Hamdi bin Yahya, and after The statistical treatment of the data resulted in the following results: }
There is a relationship between the skill of time management and the study skills of students in the final stage of secondary education.

There is a relationship between the skill of time management and the skill of proficiency in studying for students of the final stage of secondary education.

There is a relationship between the skill of time management and the skill of organizing study sessions for students in the final stage of secondary education.

There is a relationship between the skill of time management and the skill of preparing summaries for students of the final stage of secondary education.

There is a relationship between the skill of time management and the mastery skill in studying among the students of the final stage of secondary education.

There is a relationship between the skill of time management and the skill of linking the contents of the students of the final stage of secondary education.

There is a relationship between the skill of time management and the skill of perseverance among the students of the final stage of secondary education.

There are no differences in each of the time management skills and the study skills of the students of the final stage of secondary education, according to the gender variable.

There are no differences in each of the time management skill and the study skills of the students of the final stage of secondary education, according to the repetition variable.

Keywords: time management, study skills, secondary school.

رقم الصفحة	فهرس الموضوعات
	شكر وتقدير
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
أ-ب	مقدمة
	الفصل الأول : الإطار العام للدراسة
4	1- إشكالية الدراسة
7	2- فرضيات الدراسة
8	3- أهمية الدراسة
9	4- أهداف الدراسة
9	5- تحديد المفاهيم والمصطلحات
11	6- الدراسات السابقة
17	7- الخلفية النظرية
	الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية
34	تمهيد
35	أولاً/ الدراسة الاستطلاعية
35	ثانياً/ الدراسة الأساسية
35	1- منهج الدراسة
36	2- حدود ومجالات الدراسة
36	3- عينة الدراسة
37	4- أدوات الدراسة
39	5- الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة:
41	6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
42	خلاصة

الفصل الثالث: عرض وتفسير ومناقشة النتائج	
44	أولاً/ التحقق من شرط اعتدالية التوزيع
45	ثانياً/ عرض نتائج الدراسة
55	ثالثاً/ تفسير ومناقشة النتائج
57	رابعاً/ الاستنتاج العام
	قائمة المراجع
	الملاحق

الصفحة	فهرس الجداول
38	جدول رقم (1) يوضح عدد وأرقام فقرات مقياس مهارات التعلم والاستذكار حسب المهارات
39	الجدول رقم (2) يوضح ثبات مقياس إدارة الوقت عن طريق ألفا كرونباخ
39	الجدول رقم (3) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس إدارة الوقت
40	الجدول رقم (4) يوضح ثبات مقياس مهارات الاستذكار عن طريق ألفا كرونباخ
41	الجدول رقم (5) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاو مقياس مهارات الاستذكار مع درجته الكلية
44	جدول رقم (6) يوضح التحقق من شرط إعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة
45	الجدول رقم (7) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى عينة الدراسة
46	الجدول رقم (8) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت والإتقان في المذاكرة لدى عينة الدراسة
47	الجدول رقم (9) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت و تنظيم جلسات المذاكرة لدى عينة الدراسة
48	الجدول رقم (10) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت وإعداد الملخصات لدى عينة الدراسة
49	الجدول رقم (11) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت واسترجاع المعلومات لدى عينة الدراسة
50	الجدول رقم (12) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت والربط بين المحتويات لدى عينة الدراسة
51	الجدول رقم (13) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت و المثابرة لدى عينة الدراسة
52	الجدول رقم (14) يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعاً لمتغير الجنس
53	الجدول رقم (15) يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعاً لمتغير إعادة السنة

مقدمة



مقدمة:

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي إحدى أهم المراحل التعليمية في البنية الحالية للمنظومة التربوية، وذلك باعتبارها مرحلة تتوسط مرحلة التعليم الأساسي، التي تعتبر القاعدة الأساسية التي يتزود منها التلاميذ في مواصلة تعليمهم الثانوي ، والتعليم الجامعي الذي ينهل منه الطلاب للاتحاق بالدراسات و التخصصات التي تتناسب مع رغباتهم وطموحهم.

بالإضافة إلى ذلك فإن أهمية التعليم الثانوي تكمن في كونه يعتبر الوسيلة الأساسية لتكوين الإطارات الفنية القادرة على تكوين القاعدة الاقتصادية والمادية للمجتمع وهو بجميع مبادئه وأهدافه ومناهجه يسعى إلى تنمية المهارات اللازمة لتكوين الفرد من جميع جوانب شخصيته ، حتى يصبح قادرا على التكيف مع التطورات الحاصلة في المجتمع ، ولأشك أن التعليم الثانوي كلما حقق أهدافه وغاياته كلما أدى ذلك إلى التنمية الشاملة المتكاملة في كافة القطاعات الإنتاجية.

ولاجتياز هذه المرحلة يمر التلاميذ عبر أهم امتحان في مسارهم الدراسي، ألا وهو امتحان شهادة البكالوريا الذي يحتاج إلى التحضير الجيد له من خلال مراجعة الدروس المقررة وحفظها والتزود بسلاح العلم والمعرفة، ولتحقيق ذلك لا بد للتلميذ من اتباع أساليب واكتساب مهارات معينة، على غرار مهارات الاستذكار وهي من أهم مهارات التعليم والتعلم التي تعتمد على مدى استعداد التلميذ ودافعيته للتعلم وقدراته الذهنية في فهم المادة العلمية بدقة وسرعة جيدة ثم معالجتها وتحليلها وحفظها وإسترجاعها عند الحاجة إليها.

ومن العوامل المهمة في حياتنا بصفة عامة وفي العملية التعليمية بصفة خاصة هناك أيضا عامل الوقت، فهو مورد فريد من نوعه لا يمكن أن يشتري وهو سلعة أساسية لكل إنتاج، حيث أنه بمقدار حسن استغلال الفرد للوقت والاستفادة منه يمكنه تحقيق مايرسمه لحاضره ومستقبله من أهداف محددة، وما ينبغي أن ن فكر به ليس كمية الوقت الذي نملكه، وإنما كيفية استثماره بالشكل الصحيح، وبالتالي فالمشكلة تكمن في الفرد وكيفية إدارته

للوقت. (السكاف والفرانس، 2020، ص 21)



ومن خلال ما سبق تظهر أهمية إدارة الوقت من طرف التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة الباكلوريا، وأيضاً أهمية اكتسابهم لمهارات الاستذكار التي يمكن أن تساعدهم على الإلمام بالحقائق العلمية واستيعاب المواد الدراسية وحل المشكلات التي تصادفهم وتعزز إيمانهم بقدراتهم وافكارهم وتساعدهم على تحقيق اهدافهم ونجاحهم في الامتحان.

لذلك ارتأينا أن نسلط الضوء على العلاقة بين هذين المتغيرين (إدارة الوقت ومهارة الاستذكار) لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، ومن أجل ذلك قمنا بتقسيم دراستنا على النحو التالي:

الجزء الأول: وهو الجزء الخاص بفصل الإطار النظري للدراسة من خلال طرحنا لإشكالية الدراسة وفرضياتها، أهدافها وأهميتها، تحديد المصطلحات والمفاهيم، الدراسات السابقة والتعقيب عليها، وكذا الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة.

الجزء الثاني: والذي خصصناه للجانب التطبيقي لهذه الدراسة، حيث قسمناه إلى فصلين:

الفصل الثالث: تناولنا من خلاله الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

الفصل الرابع: قمنا فيه بعرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة.

الفصل الأول: الاطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. تحديد المفاهيم والمصطلحات
6. الدراسات السابقة
7. الخلفية النظرية



1- إشكالية الدراسة

يحتاج التلاميذ في جميع مراحلهم التعليمية إلى معرفة مهارات الاستذكار و إتقانها خاصة تلك التي اكتسبوها وتعلموها خلال مراحلهم الدراسية بالمحاولة والخطأ تارة أو تقليد الآخرين والاسترشاد بالمعلمين تارة أخرى، والدراسة المنظمة انطلاقاً من مهارات سليمة للاستذكار توفر إحدى متع الحياة وهي التراكم المستمر للمعلومات، مما يبعث في المتعلم معرفة المزيد عن الأشياء والموضوعات التي يهتم بها، وهذه المعلومات بدورها ستتمى ثقته بنفسه وتساعده على الشعور بالفخر من إنجازهِ لمهام التحصيل المختلفة، وتعد عملية التعلم من العمليات المعقدة التي تتطلب إدراك المتعلم لتحقيق المهارات الدراسية وعادات الاستذكار لاسيما لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لكونهم أكثر حاجة لامتلاك هذه المجالات في ضوء تفعيل المتعلم في عملية التعلم من جهة، وازدياد تعقد المهام التعليمية مع المراحل التعليمية من جهة أخرى.

(محمد المصري 2005، ص 342)

لقد تزايد الاهتمام منذ ثمانينات القرن العشرين بمهارات الاستذكار (studyskills) مع ظهور العديد من المفاهيم والدراسات والأطر النظرية، حيث أنها تساعد على فهم المحتويات الدراسية واستيعاب ما تتضمنه من معلومات وعلى سهولة تذكرها وتوظيفها عند الحاجة، فمهارات الاستذكار تعتبر مفتاح النجاح الدراسي وطريقة لإعادة الثقة بالنفس، وفي هذا الصدد أوضحت الكثير من الدراسات والبحوث التي شملت هذا الموضوع وجود ارتباط إيجابي بين مهارات التعلم والاستذكار والتحصيل الدراسي، وهذا ما أكدته دراسة (الشحات، 2011) والتي هدفت إلى بحث اثر التدريب على عادات الدراسة الجيدة على كل من قلق الاختبار المعرفي والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة الملك فيصل، حيث توصلت إلى أن التلاميذ أصبحوا يتصرفون بطرق إستراتيجية في بيئات التعلم ويختارون الاستراتيجيات المعرفية ويطبونها



لمساعدتهم على فهم المعلومات وتجهيزها وتذكرها، أين أصبحوا قادرين على أن يفهموا أي الاستراتيجيات تنجح أكثر في مواقف معينة وأيها أكثر نجاحاً بالنسبة لهم كأفراد، كما أصبحوا أكثر تبصراً وفتنة في اختيارهم لاستراتيجيات التعلم وفي التحكم في بيئتهم الدراسية، ومن ثم أصبحوا متعلمين مستقلين لا يعتمدون تماماً على المعلم؛ لأن لديهم القدرة على أن يصبحوا متعلمين باستمرار مدى الحياة. (الشحات، 2011، ص 63-65)

من جانب آخر هناك مهارة إدارة الوقت التي تعد من المهارات الحاسمة في حياة الفرد والتي يتوقف عليها نجاح الفرد وإنجازه، وربما تكون المعيار الفارق بين شخصين متكافئين في القدرات والسمات، حيث تتجلى أهمية هذه المهارة من خلال أهمية الوقت في حد ذاته كما جاء في السنة النبوية الشريفة، وذلك لقوله صلى الله عليه وسلم لرجلٍ وهو يَعِظُهُ : اغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ : شَبَابِكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغِنَاكَ قَبْلَ فُقْرِكَ، وَفَرَاغِكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ" ، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أهمية الوقت في حياة الإنسان.

فإدارة الوقت مزيج بين مصطلحين متلازمين (إدارة + وقت)، فالإدارة عامل أساسي لنجاح أو فشل المنظمات على اختلافها، سواء كانت منظمات اقتصادية، أو تعليمية، أو غيرها، والوقت مقدار محدود من الزمن يستغله الإنسان في التواصل مع الآخرين وتنقيف النفس وتنمية الذات وتطوير المهارات وغير ذلك، لذا يجب على كل إنسان أن يستفيد منه قدر المستطاع، ولقد أشار ال سيف في كتابه (فن إدارة الوقت) إلى وجود خمس قواعد كبرى في إدارة الوقت وتتمثل القاعدة الأولى في تحديد الأهداف والأولويات إذ لا بد من تحديد الأهداف للحصول على مستوى عال من إدارة الوقت، والقاعدة الثانية هي تسجيل الوقت وتحليله إذ أن إمتالك الفرد للمعلومات الدقيقة في تحليل الوقت وتسجيله تقود إلى تعريف دقيق لمشكالت ومضيعات الوقت، ومن ثم تساعد على التخطيط السليم لقضاء الوقت، أما القاعدة الثالثة في

إدارة الوقت فهي التخطيط للوقت وأن العمل من دون تخطيط يأخذ وقتاً أطول مما يستحق بخلاف العمل المخطط له، بينما القاعدة الرابعة هي التفويض والتوكيل وهي من الأساليب الناجحة لحفظ الوقت، فبدلاً من قيامك أنت بالعمل تفوض غيرك للقيام به، وبهذا توفر وقتاً لتأدية أعمال لا يمكن لغيرك القيام بها مكانك، في حين القاعدة الخامسة والأخيرة هي طرق السيطرة على مضيعات الوقت، فمضيعات الوقت داء يشكو منه كل فرد حريص على وقته وهذه المضيعات تنقسم إلى قسمين الأول داخلي من الإنسان نفسه، وينبع هذا غالباً من عدم التخطيط السليم والثاني خارجي من الآخرين والأسرة أو المجتمع. (ال سيف، ب ت، ص 21-29)

لذا ونظراً لأهمية موضوع دراستنا والمتمثل في إدارة الوقت وعلاقتها بمهارات الاستذكار لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، سنحاول التعمق أكثر في دراسته وذلك من خلال محاولتنا الإجابة على التساؤل العام التالي:

✓ هل توجد علاقة بين مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا؟

والذي تندرج تحته التساؤلات الفرعية التالية:

✓ هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الاتقان في المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا؟

✓ هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة تنظيم جلسات المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا ؟

✓ هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة إعداد الملخصات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا ؟



- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة استرجاع المعلومات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا ؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الربط بين المحتويات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا ؟
- ✓ هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة المثابرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا ؟
- ✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس؟
- ✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير إعادة السنة ؟

2-فرضيات الدراسة:

1-2 الفرضية العامة:

- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا

2-2 الفرضيات الجزئية:

- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الاتقان في المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا
- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة تنظيم جلسات المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.

- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة إعداد الملخصات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا
- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة استرجاع المعلومات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا
- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الربط بين المحتويات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا
- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة المثابرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير إعادة السنة.

3- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في الكشف عن أهمية المتغيرات المدروسة في حد ذاتها وعن الربط بينهما وعليه فهي تحاول دراسة مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بمهارات الاستذكار لما لهما من أهمية كبيرة لدى التلاميذ وانعكاساتها الواضحة على دراستهم وما اكتسبوه خلال مراحل تعلمهم، وتزويد تلاميذ البكالوريا ببعض مهارات إدارة الوقت والاستذكار الفعالة وإضافة إلى إلقاء الضوء على مستوى ومدى امتلاكهم لهذه المهارات.

كما يمكن ان تكون هذه الدراسة إثراء للمكتبة لاستغلالها والاستفادة منها من قبل التلاميذ في دراسات أخرى في المستقبل.



4- أهداف الدراسة:

مع الانفجار العلمي وثورة المعلومات التي اجتاحت العالم مع مطلع القرن 21م لم يصح للتخمين نصيب كبير للنجاح والتقدم كي يستطيع خوض معركة ثورة المعرفة وتزويدهم ببناءات معرفية قوية ومتميزة واضحة منظمة حيث أصبح الطريق للنجاح السليم في بناء عقولهم على النحو السليم وتمهيد الطريق لهم باستراتيجيات جديدة لكيفية تنظيم وقتهم وإدارته ومن ذلك هدفت الدراسة الحالية إلى:

- ✓ الكشف عن العلاقة بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الاستذكار بأبعاها التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا
- ✓ التعرف على الاختلافات في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس.
- ✓ التعرف على الاختلافات في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا تبعا لمتغير الإعادة.

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لتحديد مفاهيم البحث يجب التعرض للمفاهيم التي قد تتداخل معها في المعنى لإبراز المعنى الحقيقي لمفاهيم الدراسة:

إدارة الوقت:

مصطلح تم إنشاؤه من كلمتي الإدارة والوقت وهما كلمتان متلازمتان تم دمجهما لتشكلا تركيبيا وحدا يشير إلى إنجاز الأعمال بشكل منسق وفعال ومنظم لتحقيق أهداف الأفراد



والمنظمات على حد سواء بأفضل الوسائل وأقل التكاليف. (السكاف والفارس، 2020، ص

(23)

إجرائيا:

في دراستنا هذه إدارة الوقت هي مجموع درجات استجابات أفراد عينة الدراسة (تلاميذ السنة الثالثة ثانوي) على مقياس إدارة الوقت.

المهارة:

تدل على السلوك المتعلم أو المكتسب الذي يتوافر فيه شرطان جوهريان ، أولهما: أن يكون موجها نحو إحراز هدف أو غرض معين، و ثانيهما: أن يكون منظما بحيث يؤدي إلى إحراز الهدف في أقصر وقت ممكن، و هذا السلوك المتعلم يجب أن يتوافر فيه السلوك الماهر. (أمل صادق و فؤاد أبو حطب، 1994، ص330)

الاستنكار:

"الاستنكار نوع من التعلم المقصود هدفه إدراك وفهم المادة الدراسية، ثم حفظها على وجه من السرعة والدقة ثم استرجاعها بكفاءة عالية" (محمد أحمد سعفان، 2005، ص 60)

مهارة الاستنكار:

إجرائيا: هي مجموع درجات استجابات أفراد عينة الدراسة (تلاميذ السنة الثالثة ثانوي) على مقياس مهارات الاستنكار.



6- الدراسات السابقة

6-1 دراسات خاصة بمهارة إدارة الوقت:

دراسة بورزق وحماني (2022/2021)

هدفت الدراسة إلى فحص طبيعة العلاقة بين إدارة الوقت وقلق الرياضيات لدى تلاميذ الثالثة ثانوي، وكذا دلالة الفروق بين التخصص العلمي والتخصص الأدبي في إدارة الوقت وقلق الرياضيات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي . تكونت عينة الدراسة من 90 تلميذ وتلميذة من بعض ثانويات مدينة المسيلة للسنة الدراسية 2022/2021 ، تم تطبيق استبيان إدارة الوقت وقلق الرياضيات MARS في نسخته الأصلية (المترجمة)، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى النتائج التالية:

✓ وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين إدارة الوقت وقلق الرياضيات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والتخصص الأدبي في إدارة الوقت لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

✓ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والتخصص الأدبي في قلق الرياضيات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

دراسة نعمة حسان (2020/2019)

هدفت الدراسة إلى قياس مهارات إدارة الوقت والتعرف على مستوى جودة الحياة لدى طالبات كلية التربية جامعة الدمام، وكذا تحديد طبيعة العلاقة بين مهارات إدارة الوقت وجودة الحياة والتحصيل الدراسي للطالبات، مع تحديد هل يمكن التنبؤ بجودة حياة الطالبات بمعرفة



مهارات إدارة الوقت لديهن، كما هدفت الدراسة تحديد مدى تمايز مهارات إدارة الوقت لدى طالبات كلية التربية جامعة الدمام في ضوء متغيرات (التخصص الأكاديمي - المستوى التعليمي - التحصيل الدراسي). وقد تم تطبيق مقياس مهارات إدارة الوقت لدى طالبات المرحلة الجامعية (إعداد الباحثة)، كما تم تطبيق مقياس جودة الحياة (الأكاديمية والاجتماعية والأسرية) (إعداد الباحثة) ومقياس جودة الحياة النفسية إعداد رايف ترجمة أحمد جنيدي (2009) وقد تكونت عينة الدراسة من (250) طالبة من طالبات المستوى الأول والسابع بكلية التربية بالدمام، وتم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام معامل ارتباط بيرسون واختبار تاء الإحصائي، أسلوب التحليل العاملي وأسلوب تحليل الانحدار ومعادلة ايتا لحساب حجم التأثير، وقد أسفرت نتائج الدراسة ما يلي:

- ✓ تمتع طالبات كلية التربية بمستوى متوسط من مهارات إدارة الوقت .
- ✓ تمتع طالبات كلية التربية بمستوى متوسط لجودة الحياة الأكاديمية والاجتماعية والأسرية والنفسية
- ✓ اشتركت مهارات إدارة الوقت وأبعاد جودة الحياة في بناء عاملي.
- ✓ وجدت فروق دالة إحصائية في مهارات إدارة الوقت ترجع إلى متغير المستوى التعليمي والتحصيل الدراسي في حين لم تسفر النتائج عن فروق تعزى إلى متغير التخصص الأكاديمي .
- ✓ وجدت علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارات إدارة الوقت وجودة الحياة وبين مهارات إدارة الوقت والتحصيل الدراسي
- ✓. مهارات إدارة الوقت منبئ جيد بجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية جامعة الدمام



دراسة السكاف وعلي (2020)

اهتمت الدراسة بإدارة الوقت لدى طلبة الجامعة، واستهدفت معرفة العلاقة بين إدارة الوقت ومستوى التحصيل الدراسي، اعتمدت المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت العينة من (409) طالبا وطالبة من جامعتي زايد فرع ابوظبي وجامعة الخليج في الكويت. وقام الباحثان بتصميم استبانة قسمت إلى ثلاثة محاور تناولت مدى تطبيق الطلبة لمهارات إدارة الوقت، وأهم أسباب هدر الوقت، مدى وعيهم بأهمية إدارة الوقت، وتوصلت نتائج الدراسة إلى :

✓ وجود علاقة إيجابية بين إدارة الوقت ومستوى التحصيل الدراسي.

✓ وبيننا أن تطبيق الطلبة لمهارات الوقت ضمن مستوى متوسط مع وجود وعي جيد بأهميته

دراسة مريم عويني (2018/2017)

هدفت هذه الدراسة إلى دراسة مهارات إدارة الوقت لعينة من طالب جامعة قاصدي مرباح ورقلة والتعرف على أهمية الوقت وكيفية الاستفادة منه و كيف تقيم إستخدامك الحالي للوقت مع التعرف على القواعد العامة لإدارة الوقت وكيفية التعرف والتعامل على مضيعات الوقت بأنواعها، ومعرفة الفروق بينهم في متغيرات الجنس والعمر والتخصص.

واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الاستكشافي لعينة قوامها (150) طالب من جامعة قاصدي مرباح ورقلة، وقد تم إختيارها بطريقة طبقية . طبقت عليهم إستبيان من إنجاز الطالبة، إحتوى على 15 بندا بثلاث أبعاد.

وقد توصلت الى النتائج التالية :



- مستوى مهارة إدارة الوقت لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة مرتفع
- عدم وجود إختلاف في مهارة إدارة الوقت بإختلاف الجنسين لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- عدم وجود إختلاف في مهارة إدارة الوقت بإختلاف السن لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- عدم وجود إختلاف في مهارة إدارة الوقت بإختلاف التخصص لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

2-6 دراسات خاصة بمهارات الاستنكار:

دراسة بوراس خولة (2020/2019)

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين مهارات الاستنكار وفاعلية الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، تكونت عينة الدراسة من (70) تلميذ وتلميذة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية جربوع الحاج بالشلال خلال الموسم الدراسي 2020/2019 واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، ولقد تم تطبيق مقياس مهارات الاستنكار من إعداد " عصام علي الطيب" (2004) ومقياس فاعلية الذات من إعداد "عبد القادر منة" (2018)، وبعد المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة أسفرت النتائج عما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارات الاستنكار وفاعلية الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.



- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارات الاستنكار والمبادرة لدى تلميذ المرحلة الثانوية.
- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارات الاستنكار والمجهود لدى تلميذ المرحلة الثانوية.
- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارات الاستنكار والمثابرة لدى تلميذ المرحلة الثانوية.
- دراسة عصام علي الطيب، 2004.:
- هدفت الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين أساليب التفكير وكل من مهارات التعليم والاستنكار ودافعية الإنجاز لدى طلاب الجامعة ، تكونت العينة من (350) طالب وطالبة، ومنهم 174 طالبا و 176 طالبة من طلاب الشعب العلمية والأدبية، وبالفرقة الثالثة بجامعة "جنوب الوادي" بمحصل بكليات التربية والعلوم والأدب والطب البيطري، واستخدمت عدة أدوات منها قائمة أساليب التفكير "سترنبيرج" 1992، ومقياس مهارات التعلم والاستنكار من إعداد الباحث ، ومقياس دافعية الإنجاز لـ "نظام السبع النابلسي 1993" بالإضافة إلى مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي من إعداد "محمد بيومي خليل 2000" وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين بعض أساليب التفكير موضوع البحث، ومهارات التعلم والاستنكار وعدم وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين أساليب التفكير موضوع البحث ودافعية الإنجاز. (عبد المنعم الدريير وجابر عبد الله، 2005، ص 114)



دراسة مها بنت محمد العجمي (2003):

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة عادات الاستنكار والاتجاه نحو الدراسة بالتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية للبنات بالأحساء بالمملكة العربية السعودية وكذلك التعرف على الفروق بين الأقسام الأدبية والأقسام العلمية في كل من عادات الاستنكار والاتجاهات نحو الدراسة، والتحصيل الدراسي وتكونت العينة من (500) طالبة بالفرقة الرابعة، من الأقسام الأدبية (350) طالبة ومن الأقسام العلمية (150) طالبة واستخدم لهذا الغرض مقياس عادات الاستنكار والاتجاهات نحو الدراسة من إعداد "جابر عبد الحميد وسليمان الخضري الشيخ (1988) والتحصيل الدراسي تم حساب الاعتماد على متوسط الدرجات التي حصلت عليها الطالبات في الاختبار النهائي للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2003) في مفردات المواد التربوية وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عادات الاستنكار لطالبات الكلية نحو الدراسة وتحصيلهن الدراسي، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الأقسام الأدبية وطالبات الأقسام العلمية في عادات الاستنكار والاتجاهات نحو الدراسة والتحصيل الدراسي (مها بنت محمد العجمي، 2003)

دراسة سبيكة يوسف الخليفي (2000):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مهارات التعلم والاستنكار والدافع المعرفي بالتحصيل الدراسي لدى طالبات كلية التربية بجامعة قطر وتكونت عينة والدراسة من (303) طالبة من طالبات التخصصات العلمية والأدبية، حيث كانت عينة التخصصات العلمية (140) طالبة و عينة التخصصات الأدبية (162) طالبة، واستخدمت في هذه الدراسة قائمة مهارات التعلم للاستنكار من إعداد "سليمان الخضري" الشيخ وأنور رياض عبد الرحيم (1993) واختبار الدافع المعرفي من إعداد "حمدي الفرماوي" (1985) وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة

موجبة بين التحصيل الدراسي وبين مهارتين فقط من مهارات التعلم و الاستنكار هما (مهارة انتقاء الأفكار الأساسية ومهارة طرق العمل) بالنسبة للتخصصات العلمية، ووجود علاقة دالة وموجبة بين الدافع المعرفي وبين التحصيل الدراسي لدى العينة الكلية، (عصام علي الطيب وربيع عبده رشوان، 2006، ص 191).

7- الخلفية النظرية:

أولاً/ ادارة الوقت

1- مفهوم الوقت:

أ- لغة: هو مقدار من الزمان، وكل شيء قدرت له حيناً، واقدرت غايته فهو مؤقت، والوقت مقدار من الدهر المعروف. (الانصاري، 2003، 138)

ويتضح مما سبق أن كلمة الوقت المرادف لكلمة الزمن، وان الوقت جزء معرف من الزمن.

ب- الوقت اصطلاحاً:

تعددت التعاريف الخاصة بمفهوم الوقت واجمع الباحثون والكتاب على انه يصعب وضع تعريف محدد ودقيق للوقت، نظراً لطبيعة الوقت ونظرة الأفراد الله. ومن التعريفات تذكر ما يلي:

- عرفه سلامة (1988) الوقت بأنه وحدة قياس الدوران الأرض حول محورها وحول الأرض، بحيث يمثل اليوم الواحد 24 ساعة والشهر الواحد 30 يوماً والسنة 12 شهراً (سلامة، 1988، 16)

- ويذكر الصيرفي (2003) أن مفهوم الوقت يطلق على عملية تخطيط وتنظيم ورقابة الوقت بما يمكننا من اختيار الشيء المناسب الصحيح المراد عمله، وبالتالي القيام بأعمال كثيرة في وقت قصير. (الصيرفي، 2003، ص 12)

- ويعرفه كذلك ابو شهجة (1991) انه: المادة التي صفعت منها الحياة، وهو مورد متاح

✓ للجميع بالتساوي بغض النظر عن أي صفحات أخرى، (أبو شيحة، 1991، ص36).
ومما سبق يمكن ان يتضح أن مفهوم الوقت مرتبط بالزمن وأي عمل يمكن القيام به خلال هذا الزمن، وان الوقت أثن شيء يمتلكه الانسان، بل هو حياته التي يحيهاها.

2- أهمية الوقت:

تكمن أهمية الوقت في أنه لا يعوض فهو سريع الانقضاء، والذي يمضي لا يعود لذلك لا بد من البحث عن الطرق المفيدة لاستغلال الوقت، ويتحقق هذا الأمر بالتخطيط الدقيق والمقرون بالهدوء، إذ إن الشخص المتوتر يحتاج إلى ضعف الوقت الذي يحتاجه الشخص الهادئ والمنظم في إنجاز العمل الموكل إليه. والاستغلال الصحيح للوقت له أهمية على حياة الفرد والمجتمع.

كما تعتبر أهمية الوقت بالنسبة للطالب الجامعي خاصة في كيفية تنظيمه وتقسيمه بحيث يتناسب مع مهامه وأعماله الأخرى بحيث لا يؤثر في الدراسة وهي مهارة تتطلب الكثير من المتابعة والإصرار وتختلف كيفية تعاطيها من شخص إلى آخر، وتعتبر مسألة تنظيم الوقت من المشاكل التي يتعرض لها الكثير من الطلاب والأكاديميين وتؤدي إلى مشاكل أكبر مثل المشاكل الجسدية مثل التعب والإرهاق. (زهير الكايد، 1991، ص42).

3- تعريف إدارة الوقت:

كما يعرفها حمادي (2014) بأنها العملية المستمرة من التحليل وتقييم المهام التي يقوم بها الفرد خلال فترة زمنية معينة، بهدف تنظيم الوقت المتاح للوصول الى الأهداف المحددة (حمادي، 2014، ص 57).

نستنتج أن كل التعاريف السابقة تصب في المضمون نفسه، وهو القدرة على إنجاز الأعمال بشكل منسق ومنظم وفعال، وتحقيق الأهداف بأقل التكاليف، أي الاستغلال الأمثل لكل الإمكانيات المتاحة للإدارة.

4- استراتيجيات إدارة الوقت:

لإدارة الوقت عدة إستراتيجيات إذا ارتكز عليهم الفرد حقق أهدافه ونجاحه في



حياته اليومية وخاصة الدراسية وتتمثل هذه الإستراتيجيات فيما يلي:

■ التخطيط:

يعد التخطيط الوظيفة الأولى من وظائف إدارة الوقت، 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. طبيعة 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.

لا بد 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، لأنه بالتأكيد لديه الرغبة الأكيدة في النجاح.

إن 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. (المومني، 2017، 437)

في ضوء ما سبق ذكره نستخلص أن التخطيط هو تصور واستشراف في المستقبل ورسم ملامحه، أو هو تحرك بالعقل بما سيكون عليه المستقبل.

■ التنظيم:

يمثل التنظيم الوسيلة التي عن طريقها يتم انجاز الأهداف، فالتنظيم ضرورة لا بد منها لترتيب الجهود البشرية وتصنيفها من أجل الوصول إلى الغايات إن تنظيم الوقت من أهم مقومات النجاح، فتنظيمه يساعد الفرد على إتمام أعماله بشكل أسرع وبمجهود أقل (المومني، 2017، 437).

يتم ذلك من خلال استخدام عدد من الوسائل التي تسهم في تنظيم الوقت بالشكل المطلوب، مثل: المفكرة التقليدية، المنظم الالكتروني أو الشخصي، والتي يتوقف فاعليتها في وجود خطة زمنية على ضوئها يتم التنفيذ (الرويس، 2016، 62).

خلاصة القول أن التنظيم لا يعني جد بلا راحة وإنما يعني المزيد من النجاح والسيطرة على الظروف المحيطة.

■ التنفيذ:

مرحلة التنفيذ هي المحك الفعلي للخطوات السابقة، وهي الخطوة التي يتم من خلالها تنفيذ خطة العمل، إضافة إلى أنها الخطوة التي تبين مدى النجاح الذي تحقق من خلال القدرة والمهارة في تطبيق الخطوات السابقة، وتوظيف جميع الجهود والإمكانات كما قال عبد المعطي السفيني (2001) لتتمكن من التنفيذ الجيد عليك بإلقاء نظرة في بداية كل يوم إلى قائمتك اليومية، وإلغاء كل نشاط غير ضروري، و فوض ما يحتاج التفويض، و حدد أولوياتك التي يجب انجازها مع ترك وقت للطوارئ، ابدأ في انجاز مهامك مبتدئاً بالأصعب فيها، وثابر على تنظيم وقتك، واحذر التسويف، وتعامل جيداً مع مضيعات الوقت (حسين الصفار، 2018، 379).

يمكن القول أن الارتقاء في التنفيذ هو القدرة على التطوير والاحتراف بتنفيذ الأعمال الدراسية المطلوبة وتعود وتمرس على الالتزام بالخطط الموضوع مسبقاً. إن الفرد مطالب بالبداية في التفكير الجدي حول حياته وكيف يديرها ويقودها نحو ما يهدف إليه وحتى ينظم وقته من الفوضى واللهاو سوء الإدارة والنظام، ويجب عليه أن يكون صاحب الأهداف والتخطيط وإن لم يكن لديه الأهداف فلا فائدة من التنظيم وبالتالي فإن جهداً كبيراً في حياته يهدر.

5- مبادئ إدارة الوقت:

هناك عدة مبادئ متعلقة بإستراتيجيات إدارة الوقت وتتمثل في:

✓ مبادئ متعلقة بالتخطيط لإدارة الوقت:

معظم الأفراد يضيعون الوقت في أمور كثيرة غير مهمة مما يسألون عن عدم كفاية الوقت لإنجاز المهام، ولعل الاحتفاظ بمذكرة لتدوين الأعمال اليومية والأنشطة أو المهام المطلوبة تعتبر من الأولويات الهامة في إدارة الوقت، وفيما يلي بعض الأدوات التي تساعد على تحقيق ذلك:



■ مبدأ تحليل الوقت:

تحليل الوقت يتخذ شكل جدول يكتب فيه الفرد نشاطاته اليومية مع أوقاتها وينبغي تقسيم الأوقات ضمن اليوم الواحد إلى فترات، كل فترة يمكن أن تكون ساعة، وقد تكون أقل أو أكثر حسب المهام. لا بد من وجود جدول أساسي توزع عليه ساعات اليوم، وفيما بينها نقاط وفواصل لكل (15د) وعند القيام بالتحليل نجد أن وقتاً كبيراً قد ضاع أو لم يحسب حسبانه بسبب التأجيل أو المقاطعات أو عدم وجود خطة بديلة.

■ مبدأ التخطيط اليومي:

من الضروري القيام بالتخطيط اليومي بعد انتهاء كل اليوم، أو قبل ابتداء اليوم التالي بحيث تتلاءم التخطيط مع الأهداف قصيرة المدى، ومع المهمات المراد تنفيذها. عند تحديد الخطة اليومية يجب ترتيب الأولويات ودرجة الأهمية لكل مهمة أو عمل ما يريد انجازه.

✓ مبدأ تخصيص الوقت حسب الأولوية:

بعد كتابة الأعمال المطلوب القيام بها في الخطة اليومية لا بد من ترتيبها حسب: تصنيف الأعمال حسب ضرورتها باستخدام مقياس بتدرج من " مستعجل جدا " إلى " غير مستعجل " ثم يعاد تصنيفها حسب أهميتها على مقياس يتدرج من " مهم جدا " إلى " مهم " .

- تحديد الأعمال التي يمكن أن يساعد الآخرون في تنفيذها، وكذلك الأعمال التي لا يمكن أن يساعدك أحد.

- أكثر الأعمال أولوية هي تلك التي لا يمكن أن يقوم بها الآخرون نيابة عن الفرد وهي مستعجلة وضرورية وفي نفس الوقت على درجة عالية من الأهمية.

■ مبدأ المرونة:

إدارة الوقت يجب أن تكون المرونة من الأمور الرئيسية التي تؤخذ بعين الاعتبار عند التخطيط للوقت، فالفرد الذي يخطط لملئ كل دقيقة من يومه سيجد أن عدم المرونة تجعله غير قادر على الالتزام بالجدول.

إن أي شخص يقوم بتنفيذ جدول يشكل نصف يومه (أكثر من 12 ساعة يومياً) قد يكون مبالغاً في تخطيطه ، وعلى الأقل يمكن أن نتوقع أن نصف وقت الفرد يقضيه في الأمور الطارئة ، أو تنفيذ مهام و متطلبات غير المتوقعة ، أو أعمال روتينية التعامل ليس لها علاقة بالأعمال المطلوبة.

خلاصة القول أن إتباع هذه المبادئ بشكل جيد يحقق لنا هذه الإستراتيجية ألا وهي التخطيط لإدارة الوقت (خرموش 2015، 309)

✓ **مبادئ متعلقة بالتنظيم:** تنقسم المبادئ المتعلقة بتنظيم الوقت إلى عدة بها مبادئ هي:

▪ **مبدأ التفويض أو المساعدة:**

يحتفظ الفرد بالمهام التي يعتقد عدم إمكانية تفويضها، لأن لا أحد غيره يستطيع القيام تبدأ عملية تحديد الأولويات وترتيبها في الخطة اليومية بأن يتم أولاً تحديد أي هذه الأعمال يمكن أن يساعد فيها الآخرون، بالتالي سيتوفر وقت حر يمكن من خلاله القيام بأعمال أخرى لا يمكن للغير القيام بها.

▪ **مبدأ التحكم في المعوقات:**

من الضروري لإدارة الوقت أن يكون هناك نوع من التحكم في النشاطات وترتيبها بحيث تقلل عدد المقاطعات غير الضرورية ومدتها، بحيث تتحسن فعالية استخدام الوقت كلما انخفضت هذه المقاطعات.

▪ **مبدأ تقليص الأعمال الروتينية:**

إدارة الوقت لن يستطيع أي فرد أن يخلص نفسه من الأعمال الروتينية تماماً، لكن ينبغي الحد منها أو تخصيص وقت قصير لها، إلا أن هناك أعمال روتينية يومية ثابتة ومحددة وتحتاج الوقت اللازم لأنها مهمة وضرورية.

مجمّل القول أن مبدأ التفويض والتحكم في المعوقات ومبدأ تقليص الأعمال

الروتينية بالضرورة تحول إلى تحقيق إستراتيجية التنظيم بشكل جيد.

✓ **مبادئ متعلقة بالتنفيذ:**

▪ **مبدأ مراجعة تنفيذ الخطة ومتابعة استمرارية تنفيذها:**

إن تنفيذ الخطة أمر ضروري، إذ لا يمكن انجاز الأعمال أو المهام إلا إذا كان هناك خطة تحدد النتائج المتوقعة، ومقارنتها بما يتم انجازه بعد التنفيذ، ولا بد من متابعة تنفيذ جدول الخطة إذا لزم الأمر بما يتلاءم مع الأهداف والظروف المحيطة وينبغي إعادة تحليل وتوزيع للأوقات الزمنية في الخطة وكيفية استخدامها وتوظيفها على الأقل مرة في كل شهر ثم مرة كل عدة أشهر (خرموش، 2015، 308).

ذلك لتفادي العودة للعادات السيئة في إدارة الوقت ويجب إعادة تعديل مضمون الخطة أيضا كل شهر أو عدة أشهر بحسب ما يطرأ من متطلبات مستجدة في حياة الفرد (خرموش 2015، 308).

في ضوء ما سبق من مبادئ يمكن القول أنه لا يتم أي تنفيذ للمهام والأعمال المطلوبة انجازها إلا بوجود تخطيط مسبق وتنظيم فعال.

ثانيا/ مهارات الاستنكار

1- مفهوم الاستنكار:

تلعب عملية الاستنكار دورا هاما في العملية التعليمية، إذا يعتمد التحصيل الأكاديمي عليها في أي مجال من مجالات العلوم المختلفة، ويقدم لنا: محمد بني يونس "تفسيرا فسيولوجيا لهذه العملية فيقول: {أنها عملية تشكيل وتثبيت لأثار عملية الاستنكار في قشرة المخ} ثم يعرفها بأنها "أول حلقة في سلسلة عملية الذاكرة إذ تبدأ عملية الذاكرة من الاستنكار، أي من لحظة تثبيت الأشكال و الانطباعات الناشئة في الوعي تحت تأثير مواد وظواهر الواقع الموضوعي بفعل عمليات الإحساس والإدراك" (محمد بني يونس، 2004، ص183)

- كما عرف "محمد أحمد سعفان" الاستنكار بأنه "نوع من التعلم المقصود هدفه إدراك وفهم المادة الدراسية ثم حفظها على وجه من السرعة والدقة، ثم استرجاعها بكفاءة عالية" (محمد أحمد سعفان، 2003، ص60)



نستنتج من خلال التعاريف السابقة أن عملية الاستذكار لا تعتمد على حفظ المعلومات فقط، بل هي أيضا عملية تعلم واستيعاب وحفظ واسترجاع للمواد الدراسية بدقة وسرعة وكفاءة، بحيث هي نشاط عقلي منظم يهدف إلى تعلم الاسترجاع بشكل أفضل.

2- مراحل الاستذكار:

هذه العملية تمر بخمسة مراحل متتالية و مترابطة لا تتكامل إلى بتكامل وتحقيق متطلبات كل مرحلة على حده وهذه المراحل الخمس هي :

2-1: مرحلة التخطيط للمذاكرة:

وتتضمن هذه المرحلة وضع خطة للمذكرة والمقررات الدراسية والفترة الزمنية اليومية والأسبوعية التي تخصصها للدراسة والمذاكرة ودرجة صعوبة لمواد الدراسية ،وعدد ومواعيد الامتحانات الدورية والشهرية.

ويمكن أن ينبثق عن هذه الخطة جدول أسبوعي لمذاكرة جميع المواد والمقررات الدراسية ويتم إتباعه والالتزام به حتى نهاية السنة الدراسية . (الطيب ورشوان، 2006، ص166)

عصام عمي الطيب وربيع رشوان (2006): عالم الكتب، القاهرة، مصر، ط.

2-2- مرحلة الاستقبال وكلفتي المعلومات:

في هذه المرحلة يتم تزويد النظام المعرفي بالمدخلات (المعلومات) التي تتشكل لهذا النظام فبدون المدخلات لن يكون هناك سلوك لأن عمليات المعالجة اللاحقة تعتمد على طبيعة المدخلات الحسية التي يتم استقبالها (الزغول، 2008، ص68)



2-3: مرحلة المذاكرة والاستيعاب المعلومات :

وفيها تتم مذاكرة المعلومات ولدروس التي تتم استقبالها في المرحلة السابقة وذلك من خلال المذاكرة التي دونت فيها هذه المعلومات ،ومن خلال الكتب المنجية المناسبة حيث تتم في هذه المعلومات، ومن خلال الكتب المنهجية المناسبة حيث تتم في هذه المرحلة تصفية وتنظيم وتوطيد المعلومات في الذاكرة بطريقة يسهل استرجاعها (الطيب ورشوان، 2006، ص167)

2-4-4: مرحلة المراجعة والاستذكار :

إن مراجعة المادة أو المواد المتعلمة التي نستذكر بها مراجعة منتظمة وعلى فترات يساعد على الحفظ ويقلل من نسبة النسيان وترجع أهمية المراجعة إلى أنها تساعد على تثبيت المادة المتعلمة ،ذلك أن عوامل الكف وأسباب النسيان الأخرى تفعل فعلها فيما نتقن من مفاهيم ومهارات ما لم نراجعها(رجاء أبو علام، 2004، ص136)

2-5: مرحلة استخراج واستخدام المعلومات :

يتم في هذه المرحلة استخراج المعلومات التي تم إدخالها واستيعابها في الذاكرة وفيها تتم عملية تقييم نسبة الإنجاز والتحصيل ،وذلك من خلال الاختبارات والامتحانات الدورية النهائية وباجتياز هذه المرحلة يكون المستهدف قد تحقق وبدرجات تتناسب مع الجهد المبذول والشروط التي تم تحقيقها. (الطيب ورشوان، 2006، ص167)

3- فن الاستذكار الجيد:

عملية الاستذكار ليست عملية آلية ميكانيكية بحتة وإنما هي فن من الفنون الذهنية له أصوله وقواعده ومناهجه والذي يقوم على التفكير الناقد والنظرة الفاحصة المدققة والوعي



والإدراك والاستيعاب والتحليل والتركيب والمقارنة والتطبيق والتعميم والتمييز والربط بين المواد بعضها البعض وبينها جميعا وبين مظاهر الحياة وللاستذكار الجيد شروط معينة منها: (العيسوي، 1993، ص110)

- توافر الدافع أو الحماس لدى الطالب لبذل الجهد والطاقة والعمل الجاد والموصول وعلى الطالب ان يخلق في نفسه هذا الدافع بحيث يلفق التشجيع والتعزير تابعا من ذاته .

- التكرار الواعي المستنير القائم على فهم المادة واستيعابها وليس التكرار الآلي الأمم الأعمى

- توزيع الجهد المطلوب في الدراسة على عدة جلسات بدلا من الجهد المركز في جلسة واحدة ولا بد أن تتخلل عملية الاستذكار فترات من الراحة والانسجام التي تؤدي بدورها إلى نسيان المادة المتعلمة

- يلعب الجهد ذاتي الذي يبذله الطالب دورا أساسيا في نجاح عملية التعلم فالمعلومات والحقائق التي يجمعها الطالب بنفسه وبطريق جهده الذاتي لا تخضع للزوال والنسيان ولذلك يفضل أن يعتمد الطالب على نفسه وأن يجد في اكتساب المعارف بالقراءة والإصلاح والبحث وإجراء التجارب والملاحظات والمشاهدات ومراجعة الكتب والمراجع

- فهم معنى المادة المتعلمة فهما جيدا فحفظ المواد عديمة المعنى يكون أكثر صعوبة ويستغرق وقتا وجهدا أطول من حفظ المادة ذات المعنى الواضح ولذلك لا بد لأن يعرف الطالب معاني الكلمات والعبارات والنظريات والمصطلحات التي يحفظها

- إتباع الطريقة الكلية في الاستذكار وهدفها أن يلم الطالب بالمادة المراد تعلمها كلها كوحدة متماسكة وبعد أن يأخذ فكرة وإجمالية ويكون لنفسه صورة شاملة في محتواها . يبدأ في دراستها



جزءا جزءا ويتقنها ويحكم وفهمها وبعد ذلك يعود إلى المادة ككل مرة أخرى ليكمل بين أجزائها ويربط بينها في كل موحد

- تسميع الطالب لنفسه ما استذكره حتى يستوثق من أنه هضم المادة المراد تعلمها وحتى يزداد ثقة في نفسه وتساعد هذه الطريقة على معرفة نتائج تحصليه أولا بأول وعلى ذلك يستطيع أن ينمي مواطن القوة في تحصيله فيزداد نبوغا وتفوقا ويدرك مواطن الضعف فيعالجها أولا بأول قبل استفحال أمرها.

4- العوامل المساعدة على الاستذكار:

هناك مجموعة من العوامل إذا توافرت فإنها تساعد على إحداث عملية الاستذكار الفعال، ويمكن تفصيلها بالشكل التالي:

أ- استعدادات الطلاب وقدراتهم العقلية:

حيث تختلف الطلاب فيما بينهم في إتقان التعلم والسرعة فيه، وبالتالي في تذكر ما تم تعلمه في ضوء ما لديه من استعدادات وقدرات عقلية، وأثبتت معظم البحوث في هذا المجال أن هناك علاقة موجبة بين القدرات العقلية وخاصة على التذكر تعتبر من أهم قدرات الفرد العقلية

ب- ميول الطلاب ودوافعهم:

إن توافر عناصر النضج والاستعدادات والقدرات ليس كافيا لتقدم الفرد في التعلم وتذكر ما تعلمه، بل لابد أن يكون لدى الطلاب والدوافع نحو الموضوعات التي يتعلمونها فكلما توافر ذلك سها تذكر موضوعات التعلم بما تحتويه من مفاهيم ومعلومات.

ج- خبرة الطالب السابقة:



فكلما كان لدى الطالب خبرة سابقة في محتوى موضوع التعلم سهل تعلمه وبالتالي سهل تذكره فالطالب الذي يدرس قوانين الحركة في مادة الفيزياء ،ولديه خبرة كافية عنها في مادة الرياضيات ،يسهل عليه إلى حد كبير استيعابها في الفيزياء ،وبالتالي تذكر بصورة جيدة بالإضافة إلى توافر عناصر النضج والقدرات العقلية والميول والخبرة فإن الطالب يحتاج إلى توفر مجموعة من السمات النفسية أهمها :المثابرة،الدقة ،سهولة التعبير عملية التعلم وفي القدرة التذكيرية لدى الطالب (أحمد عباده، 2001، ص39-40)

د- التهيئة للاستذكار:

إن عملية التهيئة للاستذكار تتطلب تهيئة نفسية لهذه العملية ،فلا يكون متعبا فيغلب عليه النوم بعد قليل ولا يكون مهموما فيصعب عليه فهم ما يقول وعليه أن يقوم بحل مشكلاته بقدر المستطاع قبل البدء في الاستذكار لأن ذلك يساعده على تركيز الانتباه كما يتطلب منه ذلك تهيئة البيئة المناسبة وذلك بالحرص على تهيئة جو الغرفة الهادئ والإضاءة الجيدة وتنظيم وترتيب ما يحيط بمكان الاستذكار والتهوية الجيدة (عصام علي الطيب وربيع عبده رشوان .2006.ص172)

5- المبادئ الضرورية للتعلم والاستذكار:

توجد مجموعة من المبادئ التي لا غنى عنها في عملية التعلم والاستذكار، والتي تساعد في استيعاب المواد المراد استذكارها، وعدم مسارعة النسيان إليها وأهم هذه المبادئ هي:

5-1 مبدأ النشاط الذاتي:

يلعب الجهد الذاتي الذي يبذله المتعلم دورا أساسيا في عملية التعلم، فقد لوحظ أن المعلومات والحقائق التي يجمعها الطالب بنفسه وبطريق جهده الذاتي لا تخضع للزوال والنسيان، ولذلك يفضل ان يعتمد الطالب على نفسه، وأن يجد في اكتساب المعارف بالقراءة والإطلاع والبحث، وإجراء التجارب والملاحظات والمشاهدات، ومراجعة الكتب والمراجع. (العيسوي، 2000، ص 219).

وكلما زاد اعتماد المتعلم على نفسه في البحث والتفكير وتصحيح ما يرتكبه من أخطاء، وعدم الاكتفاء بما يبذله المعلم من جهد في الشرح و الإيضاح ، زادة قدرة المتعلم على حفظ وتفكر ما يتعلمه . (توق و قطامي، 2007، ص 336)

5-2 مبدأ الفهم و التنظيم:

أن وضوح المادة العلمية وحسن تنظيمها وترابط معانيها ييسر للفرد سرعة تحصيلها، وقلة تعرضها للنسيان ، و هذا يتيح حسن استخدامها في مواقف جديدة، فالطلاب الذين لا يفهمون الدرس فهما جديدا ، ويحفظونه حفظا اليا على ظهر قلب ، فإن هذا الدرس لا يثبت في الأذهان و لا يسهل الإفادة منه (معوف ، 2005 ، ص 155)

وقد بدأت دراسات الباحث "جوردين بوار" (G. Bower) هذا الفرق عندما قدم مجموعة كلمات لعدد من المبحوثين بترتيب عشوائي ، وقدم نفس الكلمات لمجموعة أخرى على هيئة شجرة متسلسلة وقضى كل المبحوثين نفس الفترة الزمنية قبل اختبار تذكرهم لها ، حيث تذكر الذين قدمت افراد المجموعة الأخرى 19% فقط . (محمود السيد وآخرون، 1990، ص

(118)



3-5 مبدأ التكرار :

إن التكرار عبارة عن إعادة المعلومات أو استظهارها بصوت مسموع بين الفرد ونفسه عدة مرات ، إلى أن يحفظها، ويرى " لتدري ونورمان" (1977) « lindzy & norman » أن هناك نوعان من التكرار :

- التكرار الذي يهدف إلى الإبقاء على المعلومات التي دخلت إلى الذاكرة قصيرة الأمد ، نتيجة للانتباه عدة مرات بين الفرد ونفسه، وذلك للإبقاء عليها حية في الذاكرة.

- التكرار الذي يهدف إلى تفسير المعلومات وربطها بغيرها ، وهو التكرار الذي يضيف معنى للمعلومات التي دخلت إلى الذاكرة قصيرة الأمد، ويعدها للدخول أعلى مخزن الذاكرة طويلة الأمد. (دوزة، 2004، ص 68).

ومن مبادئ التعلم أن الشخص يميل إلى تكرار السلوك الذي أدى إلى حالة الإشباع والارتياح، وفي ضوء ذلك إذا اكتسب الشخص طريقة استنكار جيدة، فإنه يميل إلى تكرارها ، أي أنه يقوم بإعادة المادة عددا من المرات يكفي لاسترجاعها ، (سعفان، 2003، ص 80)

4-5 مبدأ معرفة الغرض من استنكار المادة:

قبل أن يشرع الطالب في استنكار مادة من دراستها واستنكارها ، فالفارق كبير بين القراءة لمجرد القراءة وجمع المعلومات العامة ، وقتل الوقت، والقراءة بقصد الفهم والتحصيل واجتياز الامتحان ، والإفادة العلمية والعملية من هذه المادة أو تلك . (حمدي، 2000، ص 20)



5-5 مبدأ المعرفة بمدى التقدم في التحصيل:

إن معرفة التلميذ بنتائج استذكاره وتحصيله يجعله يعمل على منافسة نفسه ومنافسة زملائه، ويسعى دائماً لتحسين أسلوبه في الاستذكار ، ويحثه على التفوق.

كما أن معرفة النتائج هو عامل معزز يدفع التلميذ دائماً إلى بذل جهد أكبر بغرض الحصول على نتائج أحسن تبين له الطريق الصحيحة، ويمكن تلخيص مبدأ المعرفة بمدى النتائج في النقاط التالية:

- تصحيح تحصيله الخاطيء وتكرار تحصيله الصائب

- جعل عملية الاستذكار أكثر تشويقاً ، لأن الميل إلى أداء عمل يأخذ الفطور بمرور الزمن عادة ، ولكن معرفة مدى التقدم ينشط الميل إلى الاستذكار.

- معرفة الطالب بمدى تقدمه في النتائج تحمله على منافسة نفسه وغيره، وتدفعه إلى أن يبذل أقصى جهده. (عبد الصمد، 1985، ص 278-279)

5-6 البدء باستذكار العلوم المعقدة في فترة التفتح الذهني:

لكل مادة دراسية مفاتيح خاصة تساعد على سهولة استذكارها وتناولها بالفهم والتحصيل الجيد، وهناك من العلوم والمواد ما يحتاج إلى عمليات ذهنية عالية حتى يتم استيعابها والذهن



المراهق لا يستطيع أن يبذل من الجهد المطلوب للاستيعاب السليم . (الطيب ورشوان ، 2006، ص 181)

كما أن تناول أصعب مهمة أولاً سيثعرك بالراحة عندما تنتهي منها ، حيث ن هذا الارتياح سيمدك بمزيد من الطاقة لكي تنهي عملك، ويجعله أكثر إمتاعا ، لأنه لم يتعد هالك شيئاً تخشاه. (بغرلي أن شين، 1992، ص 64).

5-7 الثقة بالنفس:

إن الفرد لا يستطيع تعلم مهارات جديدة إلا إذا كانت لديه الثقة بالنفس بأنه قادر على أن يتعلم تلك المهارة، لذلك من طرق إعادة الثقة بالنفس لدى من يشعرون بعجزهم عن مواصلة دراستهم تذكيرهم بنجاحات سابقة حققوها ولو كانت بسيطة، حتى تكون لهم نبراسا يضيء لهم الطريق، وإذا أدرك الفرد أنه حقق نجاحات سابقة، بذكره ذلك بقدرته على تحقيق نجاحات جديدة، فالنجاح يقود دوماً إلى النجاح. (عمرو، 2009، ص 13)

من استعراض المبادئ السابقة يلاحظ أنها ركائز أساسية في عملة التعلم والاستنكار ، فهي تساعد المتعلم على التعلم بأيسر الطرق ، وبأقل جهد، وأقصر وقت ممكن، كما أنها تتيح تثبيت المعلومات والمعارف التي يتعلمها ، وعدم تعرضها للنسيان السريع والإفادة منها في المواقف المختلفة.

الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد:

أولاً/ الدراسة الاستطلاعية:

ثانياً/ الدراسة الأساسية:

1- منهج الدراسة:

2- حدود ومجالات الدراسة:

3- عينة الدراسة:

4- أدوات الدراسة:

5- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

خلاصة

**تمهيد:**

ترتكز دقة النتائج التي يتوصل لها الباحث على صحة الإجراءات التي يتبعها والأدوات والأساليب التي يستخدمها أثناء إجراءه لبحثه.

وفي هذا الفصل تم التطرق لأهم الإجراءات المتبعة في هذه الدراسة، حيث يعمل الجانب التطبيقي من البحث على تكملة وتأكيد ما جاء في الجانب النظري ويعتبر هذا الفصل الأساس وسيلة لنقل مشكلة الدراسة إلى الميدان لمعالجتها وجمع البيانات الكافية عنها، وفي هذا الفصل استعراض أهم الإجراءات المنهجية للبحث وذلك بالتطرق أولاً إلى الدراسة الاستطلاعية، ثم إلى الدراسة الأساسية المتمثلة في المنهج المستخدم مكان إجراء الدراسة عينة ومجتمع الدراسة، أدوات الدراسة وإجراءات التطبيق الميداني، وفي الأخير الوصول إلى التقنيات الإحصائية المستخدمة.



أولا/ الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا لارتباطها بالميدان، من خلالها نتأكد من وجود عينة الدراسة وحسب عبد الرحمان العيسوي الدراسة الاستطلاعية هي دراسة استكشافية تسمح للباحث بالحصول على معلومات أولية حول موضوع بحثه كما تسمح لنا كذلك بالتعرف على الظروف والإمكانات المتوفرة في الميدان، ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث (العيسوي، 1989: 118).

ومن أهداف الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- التعرف على عينة الدراسة الممثلة.
- معرفة مدى ملائمة وفهم أداة الدراسة والمتمثلة في الاستبيان
- دراسة الخصائص السيكومترية للاستبيان .

ولتحديد العينة المتمثلة في التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان الباكلوريا للتعرف على خصائص هاته العينة، لذلك قمنا بزيارة ميدانية استطلاعية إلى ثانوية الرائد حمدي بن يحي بسيدي حيث قمنا بتوضيح طبيعة الدراسة لهم والغرض منها .

وقد تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (30) تلميذا وتلميذة تم من خلالهم الوقوف على مدى صلاحية الأداة للدراسة وهذا ما سيتم عرضه لاحقا في أدوات الدراسة.

ثانيا/ الدراسة الأساسية:

1- منهج الدراسة:

إن طبيعة أي بحث علمي يفرض على الباحث إتباع منهج معين للوصول إلى المعرفة العلمية الدقيقة كما يتطلب منه استخدام أدوات مناسبة حيث يعرف المنهج بأنه الطريقة التي



يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة والإجابة عن الأسئلة والاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث وهو البرنامج الذي يحدد لنا السبيل للوصول إلى تلك الحقائق وطرق اكتشافها (شفيق، 2001: 86).

وعليه فإن موضوع الدراسة هو الذي يفرض على الباحث استخدام منهج معين دون غيره لذلك تختلف المناهج باختلاف المواضيع وحتى يتمكن الباحث من دراسة موضوعه دراسة علمية فإن تحديد المنهج المتبع يعد خطوة هامة وضرورية (الأغا، 1997: 14).

وتماشيا مع طبيعة الدراسة الأساسية التي تحاول التعرف على العلاقة بين إدارة الوقت ومهارات الاستذكار فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي وذلك لملائمته مع طبيعة الدراسة الأساسية التي تتناول دراسة أحداث وظواهر وممارسات قائمة ومتاحة للدراسة دون أن يتدخل الباحث في مجرياتها وعلى الباحث أن يتفاعل معها بالوصف والتحليل.

2- حدود ومجالات الدراسة:

1.2- الحدود الزمنية: أجريت الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة من 01 /03 /2023 وإلى غاية 20 /03 /2023

2.2- الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الميدانية بثانوية الرائد حمدي بن يحي بسيدي عيسى ولاية المسيلة حيث تم تطبيق أداة الدراسة في الفترة الزمنية المحددة سابقا.

3- عينة الدراسة:

تعرف العينة بأنها مجموعة جزئية مميزة ومنقاة من مجتمع الدراسة فهي مميزة من حيث أن لها نفس خصائص المجتمع ومنقاة من مجتمع الدراسة، وفق إجراءات وأساليب محددة،



فحتى يتم اختيار عينة ما يجب أولاً أن نعرف مجتمع الدراسة الذي هو موضوع اهتمام الباحث وعندما نتحدث عن المجتمع نتحدث عن عدة أنماط من المجتمعات. (تل، 2007: 96)

ويتم اختيار العينة بعدة طرق منها الطريقة القصدية التي تم الاعتماد عليها في الدراسة الأساسية، ويعرفها موريس بأنها أخذ عينة عن طريق السحب بالصدفة من بين مجموع عناصر مجتمع البحث (أنجرس، 2006: 304) حيث تم الحصول على (66) تلميذا وتلميذة يدرسون في السنة الثالثة ثانوي بثانوية الرائد حمدي بن يحي بسيدي عيسى.

4-أدوات الدراسة:

4-1 مقياس مهارة تنظيم الوقت (مسمار، 1993):

قام بإعداد هذا المقياس (مسمار أيناى بشير، 1993) حيث يتكون من (30) فقرة ، الدرجة الكلية على المقياس تتراوح بين (30-120) يدل اقتراب الدرجة من الحد الأدنى (30) على نقص في مهارة تنظيم الوقت، واقتراب الدرجة من الأحد الأعلى (120) يدل على امتلاك الفرد لمهارة تنظيم الوقت.

4-2 مقياس مهارات التعلم والاستذكار :

قام بإعداد المقياس الدكتور " عصام علي الطيب" (2004) بعد تطبيق مفتوح للطلبة حول بعض مهارات التعلم والاستذكار التي يمارسونها داخل الجامعة أو في المنزل ؛ وبعد مراجعة بعض المقاييس العربية والأجنبية التي وضعت مقياس مهارات التعلم والاستذكار بين الطلاب والاطلاع الاصل النظري والبحوث والدراسات المرتبطة بمهارات التعلم والاستذكار.



يتكون المقياس من (40) فقرة موزعة على (06) مهارات هي : الإتيقان في وقت المذاكرة ، تنظيم جلسات ووقت المذاكرة ، إعداد الملخصات وتدوين الملاحظات ، استرجاع المعلومات والتدريب على الامتحانات، الربط بين المحتويات الدراسية ، المثابرة للحصول على المعرفة.

وقد خصص لكل فقرة سلم خماسي طبقاً لطريقة " ليكرت" بحيث يختار طالب بديل من البدائل الخمسة للعبارات وهي على الترتيب دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً ، بحيث يكون التصحيح مقابلاً للدرجات التنازلية (1-2-3-4-5-)

في حالة العبارات الايجابية ، اما في حالة العبارات السلبية فيأخذ التصحيح الأرقام التصاعديّة(1-2-3-4-5)

لتقابل على الترتيب الاختبارات السابقة ، والجدول التالي يوضح توزيع الفقرات على المقياس :

جدول رقم (1) يوضح عدد وأرقام فقرات مقياس مهارات التعلم والاستذكار حسب المهارات

المهارات	عدد الفقرات	ارقام الفقرات
الاتقان في المذاكرة	11	1-4-8-11-15-18-22-25- 29-32-38
تنظيم جلسات واوراق المذاكرة	07	2-9-16-23-30-33-39
اعداد الملخصات وتدوين الملاحظات	07	3-10-17-24-31-34-40



35-26-19-12-5	05	استرجاع المعلومات والتدريب على الامتحان
36-27-20-13-6	05	الربط بين المحتويات الدراسية
37-28-21-14-7	05	المثابرة للحصول على المعرفة

5- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

أولاً/ ثبات وصدق مقياس إدارة الوقت

أ/ الثبات: التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها و للمقياس ككل (0.67) وهي قيم تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (2) يوضح ثبات مقياس إدارة الوقت عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المحاور
30	0.676	المقياس ككل

ب/ الصدق: صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس كذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية، كما هو موضح في الجدول

التالي:

الجدول رقم (3) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس إدارة الوقت										
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	إختبار التجانس ليفين F	الطرفين	
دال عند 0.01	0.000	8.691	14	5.629	91.37	8	0.554	0.368	الأعلى	إدارة الوقت
				5.055	68.12	8			الأدنى	



من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك فرق واضح بين الطرفين حيث قدر المتوسط الحسابي للطرف الأعلى (91.37) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف الأدنى (68.12)، وهذا ما أكدته قيمة إختبار الدلالة الاحصائية (T_{test}) التي بلغت (8.69) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، أي أن الفرق لصالح الطرف الأعلى وبالتالي يمكن القول بأن مقياس إدارة الوقت صادق لأنه إستطاع أن يميز بين الطرفين.

ثانيا/ ثبات وصدق مقياس مهارات الاستذكار

أ/ الثبات: التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها و للمقياس ككل (0.71) وهي قيم تدل على أن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (4) يوضح ثبات مقياس مهارات الاستذكار عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المحاور
40	0.711	المقياس ككل

ب/ الصدق: صدق الاتساق الداخلي:

• الارتباط بين الدرجات الكلية للمحاور والدرجة الكلية لمقياس مهارات الاستذكار ككل:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات كلها دالة إحصائياً فقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الاول والدرجة الكلية للمقياس ككل (0.67)، وبالنسبة لارتباط المحور الثاني بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.61)، وبالنسبة لارتباط المحور الثالث بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.75)، وبالنسبة لارتباط المحور الرابع بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.64)، وبالنسبة لارتباط المحور الخامس بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.63)، وبالنسبة لارتباط المحور السادس بالدرجة الكلية للمقياس ككل (0.74)، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:



الجدول رقم (5) يوضح مصفوفة ارتباطات الدرجات الكلية لمحاوَر مقياس مهارات الاستذكار مع درجته الكلية			
المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس
المحور الأول	0.674**	المحور الرابع	0.646**
المحور الثاني	0.618**	المحور الخامس	0.633**
المحور الثالث	0.753**	المحور السادس	0.633**
**الإرتباط دال عند (0.01)			

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSSv21)، وبرنامج الإكسل (Excel) في تحليل البيانات التي تم جمعها في هذه الدراسة، وقد تم الاعتماد فقط على الأساليب المناسبة في التحليل والتي تعتمد أساساً على نوع البيانات المراد تحليلها وعلى أهداف وفرضيات الدراسة، وفيما يلي الأساليب التي تم استخدامها كما يلي:

أولاً/ فيما يخص الثبات والصدق:

- تم استخدام معامل ألفا كرونباخ لتقدير ثبات الاستبيان بطريقة التناسق الداخلي.
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لحساب صدق المقارنة الطرفية.
- تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لتقدير صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي.

ثانياً/ فيما يخص نتائج الدراسة:

- تم استخدام اختبار كولموغروف سميرونوف وكذا اختبار شبيرو ويلك للتحقق من شرط اعتدالية التوزيع.
- معامل الارتباط بيرسون لحساب نتائج الفرضيات العلائقية.
- اختبار ت تاست (t test) لعينتين مستقلتين لحساب نتائج الفرضيات الفارقية.

**خلاصة:**

لا يمكن لنتائج أي دراسة أن تستقيم ما لم يكن هناك تكامل وتناغم بين جميع أجزائها، وعليه جاء هذا الفصل والذي تناولنا فيه وبالضبط منهجية الدراسة، والإجراءات الميدانية، بداية من الدراسة الاستطلاعية وإجراءاتها مروراً بالتأكيد على صلاحية أداة الدراسة المستعملة، وذلك لكي تصبح أكثر موضوعية وعلمية ويمكن الوثوق مما ستجمعه من معلومات، ثم تحديد المنهج المتبع ونوع الدراسة، هذا وعرجنا على مجتمع وعينة الدراسة من خلال مخططات توضيحية للعينة المختارة دون أن نغفل عن إجراءات التطبيق الميداني، وأخيراً الأدوات الإحصائية التي تتناسب مع هذه الدراسة، وهذا لكي نترجم النتائج الرقمية إلى دلالات لفظية ذات معنى.

الفصل الثالث: عرض وتفسير ومناقشة النتائج.

أولا/ التحقق من شرط اعتدالية التوزيع

ثانيا/ عرض نتائج الدراسة

ثالثا/ تفسير ومناقشة النتائج

رابعا/ الاستنتاج العام



أولاً/ التحقق من شرط اعتدالية التوزيع

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الاحصائية المختلفة والملائمة يجب أولاً التحقق من شرط إعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (6) يوضح التحقق من شرط إعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة

القرار	Shapiro–Wilk			Kolmogorov–Smirnov ^a			المتغيرات
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	
غير دال	0,398	66	0,981	0,176	66	0,099	إدارة الوقت
غير دال	0,070	66	0,966	0,200*	66	0,086	مهارات الاستذكار

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم إختبار كولموغوروف سميرنوف وكذا إختبار شبيرو ويلك في درجات أفراد عينة الدراسة على كل من مقياس إدارة الوقت ومهارات الاستذكار جاءت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.05) ، وهذا يعني أن التوزيع البيانات إعتدالي وبالتالي فإن كل الأساليب الاحصائية التي ستستخدم في المعالجة هي أساليب بارامترية.



ثانيا/ عرض نتائج الدراسة:

1- عرض النتائج على ضوء الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (7) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى عينة الدراسة

القرار	مهارات الاستذكار	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.541**	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.000	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (مهارات الاستذكار) بلغ (0.54) وهي قيمة متوسطة وموجبة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (مهارات الاستذكار) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة العامة القائلة بـ وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.



2- عرض النتائج على ضوء الفرضية الفرعية الأولى:

نصت الفرضية الفرعية الأولى لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت والالتقان في المذاكرة لدى لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (8) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت والإلتقان في المذاكرة لدى عينة الدراسة

القرار	الإلتقان في المذاكرة	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.458**	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.000	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (الإلتقان في المذاكرة) بلغ (0.45) وهي قيمة متوسطة وموجبة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (الإلتقان في المذاكرة) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة الفرعية الأولى القائلة بـ وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت والإلتقان في المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.



3- عرض النتائج على ضوء الفرضية الفرعية الثانية:

نصت الفرضية الفرعية الثانية لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت و تنظيم جلسات المذاكرة لدى لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (9) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت و تنظيم جلسات المذاكرة لدى عينة الدراسة

القرار	تنظيم جلسات المذاكرة	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.388**	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.001	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (تنظيم جلسات المذاكرة) بلغ (0.38) وهي قيمة متوسطة وموجبة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (تنظيم جلسات المذاكرة) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة الفرعية الثانية القائلة بـ توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت و تنظيم جلسات المذاكرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.



4- عرض على ضوء الفرضية الفرعية الثالثة:

نصت الفرضية الفرعية الثالثة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت و إعداد الملخصات لدى لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (10) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت وإعداد الملخصات لدى عينة الدراسة

القرار	إعداد الملخصات	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.451**	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.000	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (إعداد الملخصات) بلغ (0.45) وهي قيمة قوية وموجبة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (إعداد الملخصات) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة الفرعية الثالثة القائلة بـ وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت و إعداد الملخصات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.



5- عرض النتائج على ضوء الفرضية الفرعية الرابعة:

نصت الفرضية الفرعية الرابعة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت واسترجاع المعلومات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (11) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت واسترجاع المعلومات لدى عينة الدراسة

القرار	استرجاع المعلومات	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.343**	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.005	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (استرجاع المعلومات) بلغ (0.34) وهي قيمة متوسطة وموجبة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (استرجاع المعلومات) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة الفرعية الرابعة القائلة بـ وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت واسترجاع المعلومات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.



6- عرض النتائج على ضوء الفرضية الفرعية الخامسة:

نصت الفرضية الفرعية الخامسة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت والربط بين المحتويات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (12) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت والربط بين المحتويات لدى عينة الدراسة

القرار	الربط بين المحتويات	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.226	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.068	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (الربط بين المحتويات) بلغ (0.22) وهي قيمة ضعيفة جداً، ويعني هذا أنه لا يوجد ارتباط بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (الربط بين المحتويات) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,05$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تعارض فرضية الدراسة الفرعية الرابعة الخامسة بـ وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت والربط بين المحتويات لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا أي لا توجد، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.



7- عرض على ضوء الفرضية الفرعية السادسة:

نصت الفرضية الفرعية السادسة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت والمثابرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (13) يوضح العلاقة بين إدارة الوقت و المثابرة لدى عينة الدراسة

القرار	المثابرة	Rho de Pearson	
دال عند 0.01	0.356**	معامل الارتباط	إدارة الوقت
	0.003	مستوى الدلالة	
	66	حجم العينة	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (إدارة الوقت) ودرجاتهم في (المثابرة) بلغ (0.35) وهي قيمة متوسطة وموجبة، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (إدارة الوقت) ودرجات (المثابرة) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة الفرعية السادسة القائلة بـ **توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الوقت والمثابرة لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا**، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.



8- عرض النتائج على ضوء الفرضية السابعة:

نصت الفرضية السابعة لهاته الدراسة على: "توجد فروق دالة إحصائية لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعا لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (14) يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعا لمتغير الجنس										
القرار	مستوى الدلالة	قيمة "T"	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	التجانس (F) ليفين	المستوى الدراسي	
دال	0.750	0.321	64	11,593	82,05	18	0.348	0.859	ذكر	إدارة الوقت
				10,075	81,12	48			أنثى	
دال	0.788	-0.270	64	10,961	135,50	18	0.088	2.994	ذكر	مهارات الاستذكار
				16,639	136,64	48			أنثى	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن اختبار التجانس ليفين (ف) والذي بلغت قيمه (0.89) في مقياس إدارة الوقت و(2.99) في مقياس مهارات الاستذكار، وهي قيم غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، وبالتالي نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في مقياس إدارة الوقت والتي بلغت بالنسبة للذكور (82.05) وبالنسبة للإناث (81.12)، أما في مقياس مهارات الاستذكار فقد بلغ المتوسط الحسابي بلغت بالنسبة للذكور (135.50) وبالنسبة للإناث (136.64)، نلاحظ أن هناك فروقا بينهما في كلا المقياسين، كما أن قيمة



اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (0.32) بالنسبة لمقياس إدارة الوقت و(-0.27) بالنسبة لمقياس مهارات الاستذكار، نلاحظ أنهما قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة لفرضية الدراسة السابعة القائلة " توجد فروق دالة إحصائياً في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعا لمتغير الجنس أي لا توجد فروق، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

9- عرض النتائج على ضوء الفرضية الثامنة:

نصت الفرضية الثامنة لهاته الدراسة على: " توجد فروق دالة إحصائياً لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعا لمتغير إعادة السنة "، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (15) يوضح الفرق بين أفراد عينة الدراسة في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستذكار تبعا لمتغير إعادة السنة										
القرار	مستوى الدلالة	قيمة "T"	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	التجانس (F) ليفين	المستوى الدراسي	
دال	0.271	1.110	64	9,643	84,00	15	0.508	0.444	معيد	إدارة الوقت
				10,613	80,60	51			غير معيد	
دال	0.097	1.682	64	11,410	142,06	15	0.088	3.613	معيد	مهارات الاستذكار
				15,881	134,64	51			غير معيد	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن اختبار التجانس ليفين (F) والذي بلغت قيمه (0.44) في مقياس إدارة الوقت و(3.61) في مقياس مهارات الاستذكار، وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة



(0.05)، وبالتالي نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في مقياس إدارة الوقت والتي بلغت بالنسبة للمعيدين (84.00) وبالنسبة لغير المعيدين (80.60)، أما في مقياس مهارات الاستدكار فقد بلغ المتوسط الحسابي بلغت بالنسبة للمعيدين (142.06) وبالنسبة لغير المعيدين (134.64)، نلاحظ أن هناك فروقا بينهما في كلا المقياسين، كما أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (1.11) بالنسبة لمقياس إدارة الوقت و(1.68) بالنسبة لمقياس مهارات الاستدكار، نلاحظ أنهما قيم غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة لفرضية الدراسة الثامنة القائلة " توجد فروق دالة إحصائية في كل من إدارة لوقت ومهارات الاستدكار تبعا لمتغير إعادة السنة أي لا توجد فروق، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%)."



ثالثا/ تفسير ومناقشة النتائج:

بالنسبة للفرضية العامة والقائلة " توجد علاقة ارتباطية بين إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا"، حيث أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية طردية بين المتغيرين، أي كلما زادت مهارة إدارة الوقت والتحكم فيه، زاد مستوى إتقان التلاميذ لمهارات الاستذكار.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال التعريف الذي جاء في دراسة السكاف والفارس (2020)، والذي عرف إدارة الوقت بأنها مصطلح مركب من كلمتين متلازمتين تم دمجهما لتشكلا تركيبيا واحدا يشير إلى إنجاز الأعمال بشكل منسق وفعال ومنظم لتحقيق أهداف الأفراد والمنظمات على حد سواء بأفضل الوسائل وأقل التكاليف. وهو ما يؤكد العلاقة بين مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى التلاميذ، باعتبار هذه الأخيرة (مهارات الاستذكار) استراتيجيات إنجاز عمل وهو عملية استذكار المعلومات المتعلقة بالمواد الدراسية من أجل توظيفها خلال اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة السكاف وعلي (2020) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين إدارة الوقت ومستوى التحصيل الدراسي، حيث أسفرت أيضا عن وجود علاقة إيجابية بين إدارة الوقت ومستوى التحصيل الدراسي، كما أظهرت امتلاك الطلبة لمهارة إدارة الوقت بدرجة متوسطة مع وجود وعي جيد بأهمته.



كما اتفقت أيضا مع ما توصل إليه كوين (2000) في دراسته التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين مهارات الاستذكار وقلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الجامعية بأمريكا، والتي توصلت هي الأخرى عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المتغيرين لدى عينة الدراسة. وهو نفس تفسير ما توصلت إليه نتائج الفرضيات الفرعية المتعلقة بالعلاقة بين مهارة إدارة الوقت وكل بعد من أبعاد مهارات الاستذكار، حيث أسفرت كلها عن وجود علاقة ارتباطية بينها باستثناء الفرضية التي نصت على " توجد علاقة ارتباطية بين إدارة الوقت ومهارة الربط بين المحتويات" والتي توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بينهما.

أما بالنسبة للفرضيتين السابعة والثامنة واللتان حاولنا من خلالهما الكشف عن الاختلاف والفروق في مستوى كل إدارة الوقت ومهارات الاستذكار تبعا لمتغيري الجنس (ذكر/أنثى) ومتغير إعادة السنة (معيد/ غير معيد)، حيث أسفرت نتائج كل منهما على عدم وجود فروق في مستوى كل من إدارة الوقت ومهارات الاستذكار تبعا للمتغيرين (الجنس والإعادة)، وهو ما يمكن تفسيره بأن المتغيرين (مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار) لا يتأثران بمتغيري (الجنس) و(الإعادة).

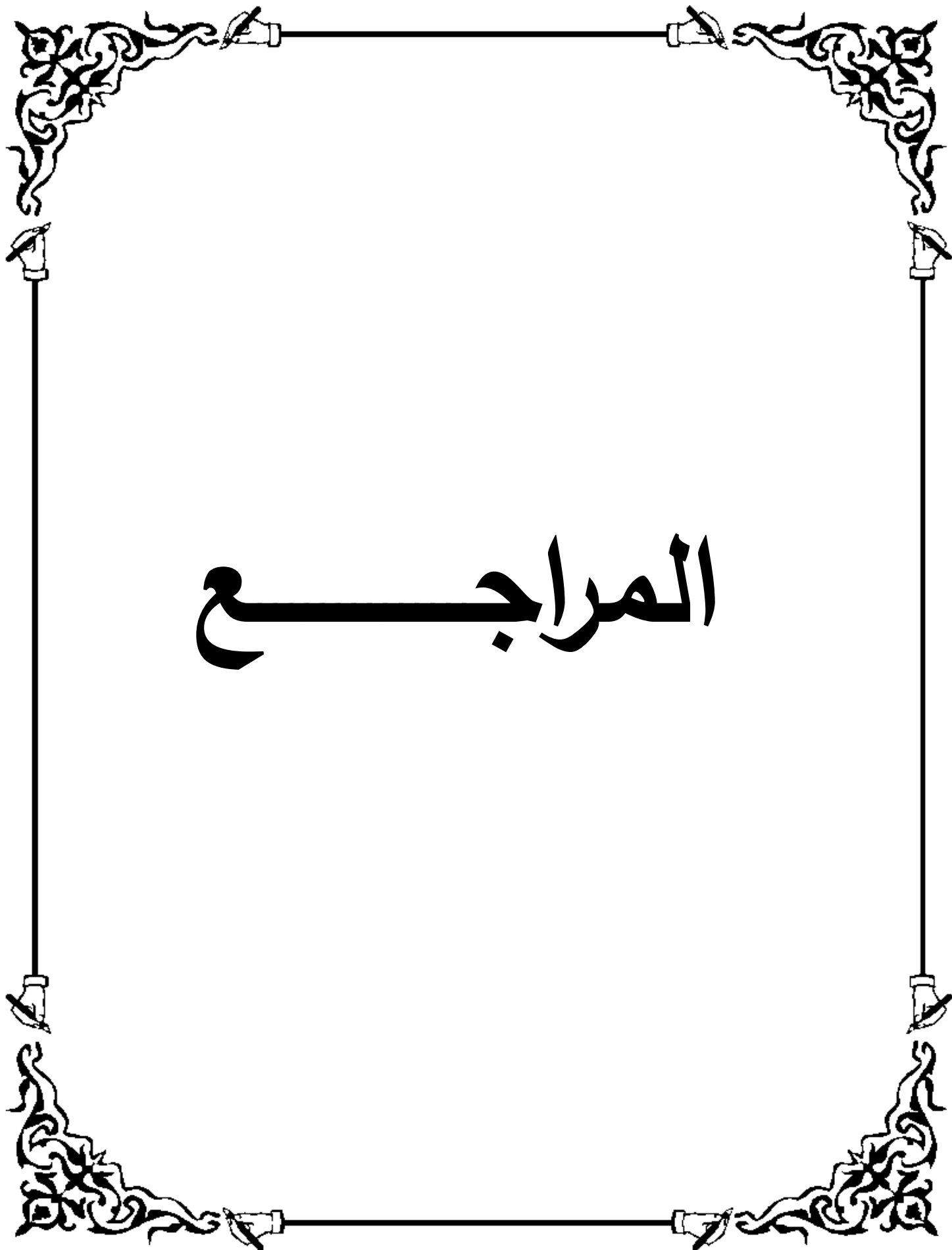


رابعاً/ الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة الميدانية لموضوع الدراسة وتحليل البيانات إحصائياً توصلنا إلى مجموعة من النتائج والتي سنعرضها فيما يلي:

- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الاتقان في المذاكرة لدى المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة تنظيم جلسات المذاكرة المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة إعداد الملخصات لدى المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا..
- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة استرجاع المعلومات لدى المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا..
- ✓ وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة الربط بين المحتويات لدى المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا..
- ✓ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مهارة إدارة الوقت ومهارة المثابرة لدى تلاميذ المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا.
- ✓ عدم وجود فروق في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا. تبعاً لمتغير الجنس.
- ✓ عدم وجود فروق في كل من مهارة إدارة الوقت ومهارات الاستذكار لدى المقبلين على اجتياز امتحان البكالوريا. تبعاً لمتغير الإعادة.

المراجع





قائمة المصادر والمراجع:

- 1- أبوشيحة نادر، (1991): إدارة الوقت، دار المجدلاوي للنشر والتوزيع، الأردن.
- 2- أحمد عباده (2001): قدرات التفكير الابتكاري في مراحل التعليم العام القاهرة : مركز الكتاب للنشر
- 3- الاغا حسان (1997): البحث التربوي عناصره مناهجه ادواته ، مطبعة مقداد ، ط2 ، غزة .
- 4- أنجريس موريس (2006): منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، د ط، الجزائر: دار القصبية.
- 5- الأنصاري جمال الدين، (2003)، لسان العرب، المجلد (12) دار الكتب العلمية، لبنان.
- 6- بفرلي أنشين (1992): كيف تدرس لتتجح، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 1.
- 7- تل سعيد (2007): مناهج البحث العلمي ،تصميم البحث والتحليل الاحصائي ،دار المسيرة ، ط1، الاردن.
- 8- حسين حمدي (2004): مهارات المذاكرة وعمل الواجب المنزلي، دار اللطائف ، القاهرة، مصر.
- 9- حمادي عدي عطا، (2014)، مهارات إدارة وتنظيم الوقت، ط1، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة.
- 10- خالد المومني (2017): فعالية إدارة الوقت لدى طلبة كلية العلوم في الجامعة الهاشمية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي، مجلة المنارة، الأردن، ع2، م23.
- 11- خميل ميخائيل معوف (2001): علم النفس العام، الأزاريطة، مركز الاسكندرية للكتاب، مصر.



- 12- رافع النصر الزغول وعماد عبد الرحيم الزغول (2008): علم النفس المعرفي، دار الشروق،
- 13- رجاء محمود أبو علام (2004): التعلم أسسه وتطبيقاته، ط1، دار الميسرة للطباعة والنشر، عمان.
- 14- زهير الكايد، (1991): إدارة الوقت، الدار العربية للموضوعات، الأردن.
- 15- سلامة سهيل فهد، (1988): إدارة الوقت (منهج متطور للنجاح)، المنظمة العربية للعلوم الإدارية، عمان.
- 16- الصرفي محمد، (2003): الإدارة الرائدة، دار الصفاء للنشر والتوزيع، الأردن.
- 17- عبد الحميد محمود السيد وآخرون (1990): علم النفس العام، مكتبة غريب، ط.2
- 18- عصام علي الطيب وربيع عبده رشوان (2006): علم النفس المعرفي - الذاكرة وتشفير المعلومات-، عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة، القاهرة، مصر.
- 19- العيسوي عبد الرحمن (1989): الإحصاء السيكولوجي التطبيقي، د ط، دارالنهضة العربية، القاهرة.
- 20- العيسوي عبد الرحمن (1993): مشكلة الطفولة والمراهقة، بيروت، دار العلوم العربية.
- 21- محمد الدين توك ويوسف قطامي وعبد الرحمان عدس (2007): أسس علم النفس التربوي، عمان، الأردن، دار الفكر.
- 22- محمد بني يونس (2004): مبادئ علم النفس، ط1، عمان، الأردن، دار الشروق.
- 23- محمد كمال عبد الصمد (1985): سيكولوجية المذاكرة، القاهرة، مصر، دار الدعوة.



- 24- منى خرموش (2015): إدارة الوقت بين مهارات وأهم الاستراتيجيات المتبعة من طرف مدراء التعليم العالي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حملة لخضر الوادي، ع13.

الملاحق



ملحق رقم (01)

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص: توجيه وإرشاد

استمارة بحث بعنوان :

مهارة إدارة الوقت وعلاقتها بمهارات التعلم
والاستذكار لدى تلاميذ الباكلوريا

تعليمية :

في اطار الاعداد لمذكرة ماستر تخصص علم النفس توجيه وإرشاد نلتمس منكم التعاون لإتمام هذه الدراسة ميدانيا وهذا من خلال حرصكم على ملاءمة هذه الاستمارة بكل موضوعية مع العلم أنها لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي فقط .

المطلوب منك وضع علامة (X) في المكان المناسب

أنثى

الجنس: ذكر

غير مع

الإعادة: مع



أولاً: مهارة إدارة الوقت

لا تنطبق أبداً	تنطبق بدرجة بسيطة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	العبرة
				1. لدي وقت كافي للترويح عن نفسي
				2. كثيراً ما أكون في عجلة أمري
				3. أعمل طوال الوقت ولا أستريح
				4. أهتم بتوفير الوقت للنشاطات الاجتماعية
				5. أخصص وقتاً محدداً لدراسة كل مادة دراسية
				6. أخصص أوقات محددة لمراجعة دروسي
				7. أستخدم أوقات الفراغ خلال اليوم الدراسي
				8. فترات الدراسة لدي كافية لإنجاز الواجبات الدراسية
				9. يطغى وقت النشاطات الاجتماعية لدي على وقت الواجبات والأعمال الأخرى
				10. لدي برنامج منتظم من الواجبات الغذائية
				11. يلاحظ الآخرون عادة بأنني في عجلة من أمري
				12. أحافظ على مواعيدي بدقة
				13. لدي وقت فراغ طويل نسبياً
				14. أتناول وجبات الطعام بسرعة كبيرة
				15. ألبس ملابس عجل
				16. هناك علاقة إيجابية بين الوقت الذي أقضيه في العمل والإنجاز الذي أحققه
				17. أقوم بعمل واحد في وقت واحد فقط
				18. أنام الساعات التي أحتاجها
				19. أجد صعوبة في تقرير الذي سأفعله بعد انتهاء المهمة التي تشغلني
				20. أقضي في الدراسة عدد ساعات كالتي يمكن أن أقضيها في ممارسة أي عمل آخر أحبه
				21. دراستي منضمة في فترات يتخللها فترات للراحة
				22. أجد صعوبة في إجبار نفسي على إكمال عمل معين في فترة معينة
				23. أقضي كثيراً من الوقت في قراءة موضوعات أخرى غير دراسية بحيث لا يبقى لدي وقت لإكمال دروسي
				24. عندما أكون تحت ضغط زمني لإعداد واجب مدرسي بتاريخ محدد فإنني أقبل دعوة أحد الأصدقاء أو الأقارب لأحد الأنشطة الترويحية
				25. عمل برنامج دراسي منظم يفيدني
				26. أتبع برنامجاً زمنياً محدداً في نشاطاتي الروتينية
				27. أقضي وقت أطول في دراسة المواد الأصعب من الوقت الذي أقضيه في دراسة المواد الأسهل
				28. كثيراً ما أذهب إلى المدرسة دون إكمال واجباتي المدرسية
				29. أعمل على زيادة فترات الدراسة في أيام الامتحانات وأتنازل عن بعض النشاطات الاجتماعية والترويحية
				30. كثيراً ما أقوم بتأجيل واجباتي المدرسية



ثانياً: مهارات التعلم والاستذكار

أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	العبارة
					1- عند الاستذكار أحاول دائماً الابتعاد عن الأشياء المشتتة لانتباهي (التلفزيون، راديو...)
					2- أعمل على أن تكون واجباتي جاهزة في وقتها بان أؤدي عملي بانتظام كل يوم.
					3- عند الاستذكار أضع خطوطاً تحت الأجزاء التي أعتقد أنها مهمة
					4- أحاول التركيز على النقاط الأساسية أثناء استماعي إلى شرح المحاضر
					5- أثناء استذكري لمادة الإحصاء أقوم دائماً بوضع مجموعة من الأسئلة وأحاول الإجابة عليها.
					6- عند الاستذكار أفضل دائماً الربط بين ما أقوم بدراسته وما درسته في الأعوام السابقة.
					7- أستعين بالمراجع والقواميس العلمية في استيعابي للمواد الدراسية.
					8- عندما أستذكر محاضرة جديدة فإنني أتصفحها بصورة عامة أولاً ثم أركز على التفاصيل.
					9- أقوم بوضع جدول زمني في المذاكرة وأسهر عليه في دقة ونظام.
					10- أقوم بتدوين بعض الملاحظات المهمة أثناء استماعي لشرح المحاضر
					11- عندما أبدأ في عملية الاستذكار أشعر بالملل وتقلب المزاج والميل للنعاس.
					12- أحرص على القيام بمراجعة ما قمت بمذاكرته بصورة متكررة.
					13- أثناء الاستذكار أحاول دائماً الربط بين الموضوعات حتى يسهل علي فهمها وتذكرها.
					14- أحاول البحث عن إجابة الأسئلة الصعبة.
					15- عندما أقوم بالاستذكار أفكر كثيراً في مشاكلي وهمومي الشخصية.
					16- عند بداية فترة الاستذكار أنظم عملي بحيث أستفيد من الوقت بأكبر قدر من الفعالية.
					17- أقوم بإضافة بعض الجمل القصيرة للمواد التي أستذكرها كي تساعدني على فهم معناها.
					18- بعد انتهائي من مذاكرتي اليومية أجد صعوبة في تذكر المعلومات التي درستها.
					19- أحب أن أراجع مادة الإحصاء قبل الامتحان مباشرة وفي ضوء أسئلة الأعوام السابقة.
					20- عند دراستي لموضوع ما، فإنني أحاول الاستفادة منه في حياتي العلمية.
					21- أراجع المحاضرين في مكاتبهم لاستفسار عن بعض النقاط الصعبة والغامضة التي لا أستطيع فهمها.
					22- أضاعف من جهدي، وأستذكر لفترات طويلة قبل الاستثمار.

الملاحق

				23- أحرص على أن يكون هناك تناسب بين طبيعة المواضيع الإحصائية التي أدرسها والوقت المخصص لاستذكارها.
				24- أجد من الصعب على أن استخلص النقاط الأساسية والمهمة للموضوع الذي أقوم باستذكاره.
				25- أميل إلى الحصول على فترات راحة أو ترفيهية بين كل مادة وأخرى أثناء عملية الاستذكار.
				26- عند استذكري لموضوع ما، أتوقف من وقت لآخر لمحاولة تذكر ما قرأته.
				27- عند استذكري لمادة معينة، فإنني أحاول ربطها بشيء آخر له علاقة بها وذلك حتى يسهل علي تذكرها.
				28- أفضل أن تتم مذاكرتي من خلال المذاكرة والحوار بيني وبين زملائي.
				29- أفضل عند استذكري أن أبدأ بالمواد المهمة ثم المواد الأقل أهمية.
				30- أفضل مذاكرة بعض المواضيع الإحصائية قرب الامتحان.
				31- أميل في استذكري إلى الاعتماد على الملخصات التي يعدها المحاضرون أو زملائي في نهاية العام الجامعي.
				32- أتناول الكثير من المشروبات المنبهة (الشاي، القهوة) قبل الامتحان مباشرة لتساعدني على تركيز الانتباه والجهد أثناء الاستذكار.
				33- أحب أن أقضي وقتاً طويلاً في مشاهدة التلفزيون على حساب استذكار مادة الاحصاء.
				34- أحرص على عمل ملخصات مركزة ومختصرة للمحاضرات التي أقوم باستذكارها.
				35- أعتقد أن مراجعة الدروس بطريقة متكررة تسبب الملل والضيق لي .
				36- عند الاستذكار أعمل على ترتيب ما تعلمته من معلومات في ذهني على حسب تسلسله وطريقة عرضه في الكتاب في الكتاب الجامعي.
				37- عندما تواجهني صعوبة في فهم بعض الموضوعات أثناء المحاضرة أتردد في توجيه أية أسئلة للمحاضر.
				38- أركز أثناء المذاكرة على أجزاء معينة من المنهج أتوقع أنها موضع أسئلة في الامتحان.
				39- أفضل استذكار المواد المقررة علي في أي وقت بدون تخطيط مسبق.
				40- عندما أنتهي من استذكار موضوع ما أكتب مختصراً لهذا الموضوع بغرض المساعدة على الاستيعاب والفهم.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

جامعة محمد بوضياف المسيلة
Université Mohamed Bouafia - Mascara

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

مسيلة في 08 / 02 / 2023
إلى السيد: رياحي سمير / مديرتناوية الرائد حمدي بن يحي

الموضوع: تسهيل مهمة لإجراء الدراسة الميدانية

تحية طيبة وبعد
في إطار انجاز دراسة ميدانية (مذكرة تخرج) لطلبة السنة الثانية مساتر
الشعبة: علوم التربية
التخصص: إرشاد وتوجيه
نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطلبة المذكورين أدناه وتقديم المساعدة الممكنة واللازمة في حدود
أغراض البحث العلمي، وما يسمح به القانون، وهذا على مستوى المصالح التي تشرفون عليها.
عنوان الدراسة: مهارة إدارة الوقت وعلاقتها بمهارات الاستذكار لدى عينة من تلاميذ البكالوريا
المشرف: مرزوقي سمير

1. اسم ولقب الطالب: شينون نجاة
رقم التسجيل: 181835078301

2. اسم ولقب الطالب: سنيينة أسماء
رقم التسجيل: 181835077747

في الفترة من 08 / 02 / 2023 إلى 08 / 03 / 2023
في الأخير، تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

نائب رئيس القسم للبحث العلمي
نائب العميد المكلف بالبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة
قسم علم النفس
رئيس قسم علم النفس
سمير مرزوقي

جامعة محمد بوضياف المسيلة
قسم علم النفس
رئيس قسم علم النفس
سمير مرزوقي

الدكتور: مرزوقي إبراهيم

بِحَمْدِ اللَّهِ