

اثر برنامج تدريبي لتنمية مهارة تنظيم الوقت لدى طالبات قسم رياض الاطفال

م. سمر عدنان عبد الامير / جامعة بغداد / كلية التربية للبنات
قسم رياض الاطفال

استلام البحث: ٢٠٢٠/١٠/١٨ قبول النشر: ٢٠٢٠/١١/٢٤ تاريخ النشر: ٢٠٢١/٤/١

ملخص البحث: ان ادارة الوقت وتنظيمه هدفاً اساسياً لتقدم المجتمع وسبل الارتقاء به، وان طلبة الجامعة من

اهم فئات المجتمع المعاصر ، فالنقد اليوم لم يعد يتعلق بالقدرة على الانتاج واستثمار الموارد بقدر ما يتعلق

بالسرعة والمهارة في القيام بذلك ، وذلك للأنشطة التي قد تعوق ادارة الوقت بكفاءة . وهدف البحث الحالي الى

التعرف على

١ . مهارة تنظيم الوقت وفق درجات القياس البعدي لدى افراد المجموعة التجريبية .

٢ . اثر البرنامج التدريبي لتنمية مهارة الوقت لدى افراد العينة .

ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس لمهارة تنظيم الوقت المكون من (٣٠) فقرة وقد تحققت الباحثة

من الخصائص السيكومترية لل فقرات (القوة التمييزية ، الاتساق الداخلي) وكانت مقبولة في ضوء المحكات

الاحصائية ، وتم حساب الصدق والثبات وتم حساب الثبات وبلغ (٠,٨٦) ، وتوصل البحث الى النتائج الاتية :

١ . ان البرنامج التدريبي كان اكثر فعالية في ادارة الوقت وتنظيمه.

٢ . وجود فروق في معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل التجربة وبعدها.

الكلمات المفتاحية (برنامج ، مهارة ، تنظيم الوقت ، طالبات قسم رياض الاطفال)

**The Effect of a Training Program to Develop the Skill of
Organizing Time for the Kindergarten Department Students**

Samar Adnan Abdulameer

University of Baghdad / College of Education for Women

sammar.adnan@coeduw.uobaghdad.edu.iq

Abstract

The current research aims to identify the time-management skills based on the post-test of the experimental group as well as to examine the effect of a training program on developing the skills of managing time among the study sample. To achieve the research objectives, the researcher designed a scale of time management skill included (30) paragraphs. The research reached that the training program is significantly effective in managing and organizing time. There are statistically significant differences in pre-posttest between the experimental and control groups.

Keywords: program, skill, time management, kindergarten students

الفصل الاول / التعرف بالبحث

مشكلة البحث :

رغم مشاكل الحياة وسرعة التطور وتنوع العصور الا ان هناك العديد من الامور الثابتة في مجتمعنا ، فالوقت من المتغيرات البيئية الخارجية التي ليس لأية سلطة قدرة على التحكم فيها ، فليس هناك من يستطيع تقديم او تأخير الوقت او حتى زيادته ، ويأتي الوقت على قمة عناصر او مؤشرات التقييم حيث يربط النجاح او الفشل في تحقيق الاهداف بالمدى الزمني المحدد فهنا يأتي دور الطالبات في كيفية ادارة وقتهن وتنظيمه والتحكم حيث لا حظت الباحثة على الطالبات ضياع في وقتهن وعدم قدرتهن على الاستغراق في الامور الشخصية اصبحت مشكلة ادارة الوقت هاجسا واساسا لاي تنمية او تقدم الشعوب في جميع انحاء العالم ويعد طلبة الجامعة من اهم فئات المجتمع المعاصر ، فان اعدادهن بتوقيت على توزيع لوقت بصورة اكثر حكمة (جودة : ٢٠١٤، ١١).

اهمية البحث:

ان ادارة الوقت هو فن وعلم الاستخدام الرشيد للوقت وهو علم استثمار الزمن بشكل فعال وهي علم استثمار الزمن بشكل فعال وهي عملية قائمة على التخطيط والتنظيم والتنسيق والتحضير والتوجيه والمتابعة اذ هي عملية كمية ونوعية معا في ذات الشخصية ، وقد اغرقت الدراسات على تنوعها في معرفة ماهية الزمن او الوقت الا اننا هنا لنا نتطرق الى ماهي الوقت ذكرنا نشاطات الطالبات لوجدنا الوقت عاملا اساسيا في نجاحهن او فشلهن ، وصدق من قال ان الوقت هو الحياة فحقا حينما نقول (تنظيم الوقت) فاننا نعني ببساطة تنظيم الحياة ، حياة الفرد وحياة الامة (الشيخلي ، ٢٠٠٣ : ٤٥).

فكثير ما تمر علينا كلمات مثل تنظيم وقتك حتى تتجح لابد من تنظيم وقتنا لننجز هذا العمل انه يجيد فن ادارة الوقت وكأنما الوقت شيء بين ايدينا نستطيع ان نتحكم به وفي الحقيقة هذا الاصطلاح تنظيم الوقت هو اصلاح تعارف عليه الناس ولا يعني حقيقة اننا بمقدرتنا تنظيم او ادارة الوقت فلا يوجد انسان يستطيع التحكم بالوقت كان يوقف الدقائق عن الغد او يرجع ثوان مضت من عمره، وعلى كل من يسعى لتطوير نفسه ومستقبله متابعة تنظيم وقته جيدا والوقت اية من آيات الله التي تعجب بها الانسان لذلك ان الوقت دالة على حكمة الله وبيد صفاته بالوقت ، فالوقت قيمة مطلوبة في هذا الزمن فهو من مظاهر الحياة العصرية التي نعيشها الان (المسيليم ، ١٩٩٨ : ١٢٣) .

حيث يرى سايفرت (٢٠٠٧) ان مصطلح ادارة الوقت وتنظيمه لا يخلو في الواقع من التناقض حيث اننا لا نملك ان ندير الوقت وانما ندير انفسنا ويؤكد ستوليوف (Stolov,2012) اننا عندما نتحدث عن الوقت انما نقصد بذلك ادارة الذات لان الوقت يتابع جريانه المستمر وليس لأي انسان ان يؤثر في جريانه من بعيد او قريب (Sotolv,2012;458) .

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. مهارة تنظيم الوقت وفق درجات القياس البعدي الحقيقية لدى افراد المجموعة التجريبية.
٢. اثر البرنامج التدريبي لتنمية مهارة الوقت لدى افراد العينة .
لذا اشقت الباحثة الفرضيات الصفرية
١. لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات للمجموعة التجريبية التي تعرضن على البرنامج التدريبي ومتوسطات درجات الطالبات المجموعة الضابطة التي لم يتعرضن للبرنامج التدريبي في مقياس تنظيم الوقت (القبلي) .
٢. لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات المجموعة التجريبية التي تعرضن على البرنامج التدريبي ومتوسطات درجات الطالبات المجموعة الضابطة التي لم يتعرضن للبرنامج التدريبي في مقياس تنظيم مهارة الوقت (البعدي) .
٣. لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات للمجموعة التجريبية التي تعرضن على البرنامج التدريبي ومتوسطات درجات الطالبات المجموعة الضابطة التي لم يتعرضن للبرنامج التدريبي في مقياس مهارة تنظيم الوقت (القبلي - البعدي) .

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطالبات قسم رياض الاطفال (المراحل الاربعة) كلية التربية للبنات/ جامعة بغداد للعام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠١٩.

تحديد المصطلحات:

اولاً: البرنامج : عرفه كل من

١. (Degernso,1996) مجموعة من النشاطات المنظمة والمخطط لها، والهادفة الى تزويد العاملين في المؤسسة بمعارف معينة، وتطوير مهاراتهم وقدراتهم وتغيير سلوكياتهم واتجاهاتهم بشكل ايجابي ببناء (Degernso,1996:213).
٢. (ياغي،٢٠٠٣) عملية مخططة هدفها اكتساب المعارف والخبرات التي يحتاج اليها ال، وتحصيل المعلومات التي تنقصه والاتجاهات الصالحة للعمل والانماط السلوكية والمهارات الملائمة، من اجل رفع مستوى الكفاءة في الأداء (ياغي،٢٠٠٣: ٤).
٣. (جودة،٢٠١٤) جهود يتم تخطيطها بشكل مسبق، تهدف الى رفع كفاءة الفرد، عن طريق زيادة معارفه وتنمية مهاراته وتغيير اتجاهاته وتطوير جوانب سلوكياته، حتى يتمكن من أداء عمله بالمستوى المطلوب من الكفاءة (جودة،٢٠١٤: ١٧٢).

ثانياً: (التتمية) عرّفها كل من:

١. (بكار، ١٩٩٩) التحريك العملي المخطط لمجموعة من العمليات الاجتماعية والتربوية التي تعمل على استثمار كافة الامكانيات وكامل الطاقات، والعمل على إعادة تفعيلها وتوظيفها لتعود بأفضل النتائج على الفرد والمجتمع (بكار، ١٩٩٩: ٨).

٢. (Alkire,2005) عملية تشاركية دينامية، الهدف الحقيقي منها هو زيادة الخبرات المتاحة للناس في المجالات الانسانية المختلفة، وبناء وتعزيز قدراتهم الى اقصى حد ممكن (Alkire,2005:116).

٣. (رشوان، ٢٠٠٩): التخطيط المقصود، الذي يراد به إدخال أفكار جديدة على النسق الاجتماعي والتربوي لأحداث تغييرات اساسية في تركيبه، بهدف تحسين وتطوير المجتمع (رشوان، ٢٠٠٩: ٧)

ثالثاً: (المهارة) عرفها كل من

- (ابراهيم، ٢٠٠٧) المهارة على أنّها مجموعة من المعارف والخبرات والقدرات الشخصية التي يجب توفرها عند شخص ما لكي يتمكن من إنجاز عمل معين بأقل جهد ووقت . (ابراهيم، ٢٠٠٧: ٢٣)

- (عبد الباسط ٢٠١٠): التمكن من إنجاز مهمة معينة بكيفية محددة، وبدقة متناهية وسرعة في التنفيذ.

رابعاً: **التنظيم** : عرفة كل من

(محمد، ٢٠٠٢) هي عملية التي توزع الوقت بعناية بين المهام المختلفة لإنجازها في الوقت المناسب . (الدوري، 2002، 13)

امكانية استخدام وتنظيم الوقت بكفاية عالية فيستطيع الطالب انجاز مهمات دراسية أكثر بوقت اقل وبدقة على وفق معيار محدد.

-الحياوي، 2013 عبارة عن اطار يعمل على رسم العلاقات وتحديدتها بين الوظائف والواجبات سعياً لتحقيق الاهداف المنشودة.

خامساً: الوقت : عرفة كل من (ز يدان، 2011)

- هو الشيء المشترك بين الجميع فالوقت للجميع بيد أن هنالك اختلافاً في استثمار الوقت من شخص الى آخر وهو المقياس الذي تعتمد عليه في سرعة الانجاز والمنافسة. (ز يدان، 2011: 211).

- مهارة تنظيم الوقت :

- عرفها (Boon1990)

هي مهارة التي توزع الوقت بين المهام المختلفة لانجازها في الوقت المناسب

(الدوري (٢٠٠٢)

امكانية استخدام وتنظيم الوقت بكفاية عالية فيستطيع الطالب انجاز مهمات دراسية اكثر بوقت اقل وبدرجة على وفق معايير محددة

التعريف الاجرائي : هي الدرجة التي تحصل عليها الطالبات من خلال اجابتها على مقياس مهارة تنظيم الوقت .

الفصل الثاني / الاطار النظري والدراسات السابقة

اولا : الاطار النظري:

في مجال التنظيم اصبح واضحا ان التنظيم الجيد يقلص الزمن المطلوب للانتاج ، والتنظيم الجيد يتضمن مجموعة من السمات تظهر كل وحدة منها اهمية الوقت في التنظيم مثل التفاهم والثقة المتبادلة بين القائد والمرؤوس والتعاون الكبير بين افراد الجماعة والشعور بالمسؤولية الاجتماعية .

انواع الوقت:

يمكن تقسيم الوقت من حيث امكانية التحكم فيه الى:

- وقت يمكن التحكم فيه : يقصد به الوقت الذي يقضيه الموظف في العمل خاضعاً لأشراف وتوجيه المشرف المباشر وانظمة وتعليمات العمل التي تفرض عليه انماطاً معينة من السلوك ويقسم هذا النوع من الوقت الى التقسيمات التالية:

أ - الوقت الابداعي : هو ذلك الوقت المخصص لعملية التفكير والتحليل والتخطيط المستقبلي .

ب - الوقت التحضيري : وهو ذلك الوقت الذي يسبق البدء في العمل ، حيث يتم جمع المعلومات أو تجهيزات القاعات والآلات أو أي أمر طلب يجب تجهيزه قبل البدء في تنفيذ العمل .

ت - الوقت الانتاجي : ويقصد به الوقت الذي يقضى في تنفيذ العمل الذي يتم التخطيط له والتحضير في النوعين السابقين، ويجب على الاداري أنيوازن بين الوقت الابداعي والوقت التحضيري والوقت الانتاجي لضمان حسن استثمار الوقت في استغلال الموارد المتاحة . ويقسم الوقت الانتاجي على قسمين هما:

- وقت الانتاج العادي أو غير الطارئ.

- وقت الانتاج غير العادي أو الطارئ.

ث- الوقت غير المباشر أو العام : يمثل هذا النوع المدة الزمنية المخصصة للقيام بالنشاطات الفرعية العامة والتي لها تأثير واضح على مستقبل المنظمة وعلاقتها بالآخرين كمسؤولية المنظمة الاجتماعية وحضور الاداري والحفلات والندوات واللقاءات وتلبية دعوات العمل وعلى الاداري الناجح أن يحدد كم الوقت الذي سيخصصه لهذه النشاطات.

- الوقت الذي لا يمكن التحكم فيه : ويقصد به الوقت الخاص الذي يتبقى للفرد بعد انتهاء الوقت المخصص للعمل، حيث يدخل في فترة زمنية يستطيع خلالها ممارسة نشاطات مختلفة دون مراقبة ، وانما يوجه سلوكيات خلال هذه الفترة مثل (الضوابط والقيم والعادات الاجتماعية والانسانية).

- قيمة الوقت :

الإدارة الناجحة للوقت تجعلنا نشعر بالتوازن في حياتنا ونتعرف على مواطن القصور والضعف وتجعلنا نشعر ونحدد أي من الأنشطة هي الأهم والتي تشغلنا بصورة أكبر في حياتنا و تجعلنا نشعر إذا كانت بعض الأنشطة مثل الأنشطة الاجتماعية أو دور العائلة ومن هم قرييون منا هل لهم دور في حياتنا أم أنهم ليس لدينا وقت لكي نضعهم ضمن ما يشغلنا أن إنهم مستبعدون.

فكيف تتعامل مع وقتك وتديره هي مهارة يمكنك تعلمها وتتميتها مع الوقت فهي تجعلك تنظم وقتك بين جميع الأنشطة التي في حياتك فنجعل وقتاً لعملك وفقاً للأنشطة الاجتماعية ووقت للعائلة.

إدارة وقتك بطريقة سهلة صحيحة سوف تجعلك تشعر أنك في الطريق الصحيح والاتجاه الصحيح فهي تجعلك لا تعتمد على المماثلة والتسويق واختلاق الأعداء فابدأ الآن وخذ على نفسك عهداً وقل لنفسك لن اختلق الأعداء لتأجيل الأعمال تعاهد مع نفسك بأنك لن تقوم من مكانك حتى تنتهي لهذا اليوم . اجعل نفسك حافز يدفعك لإنجاز هدفك وأعد نفسك مكافأة عند الانتهاء من العمل والمهارة في تحقيق الأهداف في مدة زمنية محددة والذكاء في هذه الحالة أن تعمل بطريقة أفضل لا بمشقة أكبر وذلك للتمييز بين الشغل والانشغال أو بين الكفاءة والفاعلية.

ويتطلب تحضير وتخطيط وتنظيم ومتابعة لطريقة استثمارنا للوقت المتاح إلا إن أهمية ادارة تنظيم الوقت تبرز عن طريق ادرتنا للوقت وتؤثر بشكل مباشر في ادارتنا لبقية الانتاج أن الادارة كنشاط يسبق ويرافق أي نشاط انساني كان منذ بداية الانسان ملازماً له على درجات متفاوتة تفاوتت الفروقات الشخصية بين البشر . و يمكنك أن تكون ناجح بشكل كلي إذا اعتمدت على فكرة تقدير الوقت أو الاهتمام به. فيجب عليك أن تبذل أقصى جهودك لاستخدام الوقت المتاح لديك لتحقيق أهدافك.

تعتمد كفاءة ادارة تنظيم الوقت على عدة عناصر اهمها:

أ - أدراك الطالب لقيمة الوقت واهميته وتحديد الوقت الضائع فيه.

ب - معرفة الطالب بالوسائل والمهارات اللازمة لإدارة الوقت.

ت - استخدام الطالب لهذه الوسائل والمهارات في ادارة الوقت (William&Terry,1989.p:4)

مضيعات الوقت:

أن مفهوم مضيعات الوقت مفهوم ديناميكي يتغير بتغير الظروف والازمان والامكنة والاشخاص ،وهو نشاط يأخذ وقتاً غير ضروري أو يستخدم وقتاً بطريقة ملائمة أو انه نشاط لا يعطي عائداً يتناسب والوقت المبذول من اجله.

أن النظرة الشاملة لمضيعات الوقت تقتضي الالتفات الى ما يلي:

أ - يعدّ أي نشاط مضيعاً للوقت اذا ما اعتبرته وادركته انت كذلك.

ب - كل مضيع للوقت هو توظيف غير ملائم لوقتك.

ت - إن سبب جميع مضيعات الوقت هو انت أو الاخرون ، فالوقت لا يضيع لوحده بل يحتاج الى من يضيعه.

ث - بالرغم من أن جميع مضيعات الوقت من الممكن تبريرها فإن مما لاشك فيه أن جميع مضيعات الوقت يمكن ترشيدها واحلالها بأنشطة منتجة.

مضيعات الوقت الداخلية والخارجية:

- مضيعات الوقت الداخلية :وهي مرتبطة بالفرد نفسه من اسبابها

(ضعف التخطيط، عدم معرفة ما يريده بالتحديد، العادات السلبية المضيعة للوقت).

- مضيعات الوقت الخارجية :وهي مرتبطة بتعامل الفرد مع الاخرين مثل العائلة ، اصدقاء.

كيفية تفادي مضيعات الوقت:

- يجب أن تسأل نفسك هل العمل الذي تقوم به مهم أم أنه عادي ؟

- يجب أن تدرك أهمية تفادي مضيعات الوقت.

- اسأل نفسك اين تنفق طاقتك وجهدك هل هو باتجاه الهدف المنشود أم لا .

- يجب ان لا تخجل من طلب المساعدة ، لأنه يساعدك على اختصار الوقت

بمحاولات قد تكون غير ناجحة. (جودة :٢٠١٤ ، ٣٢).

الدراسات السابقة

أولاً : الدراسات العربية:

- دراسة فخرو ٢٠٠٥

مستويات ادارة الوقت لدى طالبات جامعة قطر وتخصصهن الجامعي في علاقتها بالتحصيل الاكاديمي

والرضا عن الحياة .

هدفت الدراسة الى معرفة مستويات الوقت وعلاقتها بالتحصيل الاكاديمي والرضا عن الحياة لطالبات جامعة

قطر ، تكونت عينة الدراسة (٧٥٩) طالبة من كليات (التربية ، الانسانيات ، العلوم ، الشريعة ، الاقتصاد) وقد

بينت الدراسة عدم وجود فروق دالة احصائيا بين التخصص الاكاديمي ومستويات ادارة الوقت كما بين وجود فروق دالة احصائيا بين التحصيل الاكاديمي ومستويات ادارة الوقت فيما لم تجد الباحثة فروق دالة احصائيا بين التحصيل والرضا عن الحياة وعلاقتها بمستويات ادارة الوقت .

- دراسة الشاوي وابو سلطنة ٢٠٠٣

مهارة تنظيم الوقت والتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة اليرموك .
هدفت الدراسة الى التعرف على مدى توافر القدرة على تنظيم الوقت والدراسة لدى طلبة الجامعة من مختلف التخصصات والكليات ، فضلا عن معرفة العلاقة بين هذه المهارة والتحصيل الدراسي في ضوء متغير الجنس والمستوى الدراسي ومدى تأثير كل من هذه المتغيرات في مهارة تنظيم الوقت وكشفت الدراسة عن النتائج الاتية:

١. هناك درجة متوسطة من مهارة تنظيم الوقت لدى الطلبة في جامعة اليرموك
٢. هناك دلالة احصائية بين مهارة تنظيم الوقت والتحصيل الدراسي
٣. هناك ارتباط ايجابي دال احصائيا بين مهارة تنظيم الوقت والتحصيل الدراسي بالنسبة الى متغير الكلية عند كل من طلبة كلية الاقتصاد والعلوم الادارية وكلية العلوم فقط .

ثانيا :الدراسات الاجنبية:

- دراسة (Bonder& Featnel, 1983)

استهدفت هذه الدراسة مقارنة بين مجموعة من العاملين في تنظيم الوقت من خريجي الجامعات ، وكانت فرضيات الدراسة ، أن الافراد الذين تخرجوا من الجامعة وحصلوا على وظيفة لديهم القدرة الاكبر على تنظيم الوقت بأقصر فعالية بنسبة اكثر فعالية من الذين لم يحصلوا على وظيفة، تكونت عينة الدراسة من (212) فرداً من الخريجين الذين يعملون و (212) فرداً من الخريجين الذين لا يعملون، وكانت النتيجة ان الخريجين الذين لم يحصلوا على عمل يكونون اقل تنظيماً لوقتهم من الخريجين الذين حصلوا على عمل.

الفصل الثالث / منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل وصفا للإجراءات التي اتبعت للتحقق من أهداف البحث ويشمل

- منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي الذي يقوم على دراسة احداث وظاهر وممارسات مع ادخال بعض التغيير كان يقوم الباحث في العامل المستقل او اكثر عن قصد يرى نتيجة ذلك . (الاغا ، ١٩٩٧ : ٤١) . تعد البحوث التجريبية من ادق البحوث العلمية ، اذ يمكن ان نستعمل الفرضيات الخاصة بالسبب والنتيجة ويكون هذا النوع من اكثر الاساليب صدقا في حل المشكلات التربوية والنفسية (عدس ، ١٩٨٩ : ١٨٤) . اذ يعتمد المنهج التجريبي على الملاحظة الموضوعية الدقيقة ، لكنه يتميز عنها باتخاذ التجريب اداة لاختيار صحة الفروض وبقدرته على التحكم في مختلف العوامل التي يمكن ان تؤثر في السلوك المدروس (دوران ، ١٩٨٥ : ٥٦) .

- مجتمع البحث :

هو مجموعة منتهية او غير منتهية من الاشياء والاجراءات التي تكون ضمن حدود الظاهرة المدروسة (سلامة ، ٢٠١٠ : ١٠) .

وقد تحدد مجتمع البحث الحالي بطالبات قسم رياض الاطفال جامعة بغداد / كلية التربية للبنات وطالبات قسم رياض الاطفال في الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) للدراسة الصباحية وبالغلة عددهم (٦٥٠) طالبة من كلية التربية للبنات بواقع (١٠٠) طالبة، و(٢٠٠) طالبة من كلية التربية الاساسية بواقع (١٠٠) طالبة موزعات حسب المراحل وجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

مجتمع البحث موزع حسب المرحلة والكلية

اسم الكلية	المرحلة الاولى	النسبة	المرحلة الثانية	النسبة	المرحلة الثالثة	النسبة	المرحلة الرابعة	النسبة	المجموع
كلية التربية للبنات	٨٠	%٢٨	٨٠	%٢٨	١٠٠	%٤٠	٦٥	%٢٢	٣٢٥
كلية التربية الاساسية	٦٥	%٢٢	١٠٠	%٤٠	٨٠	%٢٨	٨٠	%٢٨	٣٢٥

- عينة البحث : اختيار العينة جزء من مجتمع البحث بحيث يمثل هذا الجزء تمثيلا كاملا في جميع الخصائص (الخطيب ، ١٩٨٥ : ٩٣) . سيتم تحديد حجمها في ضوء تشخيص التجربة .

- التصميم التجريبي :

تعد عملية اختيار التصميم التجريبي المناسب للبحث عملية اساسية في كل بحث تجريبي لتتوافر للباحث السبل الكفيلة للوصول الى نتائج المبتغاة والاجابة المناسبة لأسئلة بحثه واختيار فرضياته ، ان التصميم التجريبي يمثل الهيكل او البناء العام للتجربة من اجل فحص فرضيات البحث (مايرز ، ١٩٩٠ : ١٤٦) .ولهذا اختارت الباحثة التصميم التجريبي ذا المجموعتين التجريبية والضابطة عشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي .

- أداة البحث :

لغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس (مهارة تنظيم الوقت) يتكون من (٣٠) فقرة ووضعت له بدائل (تنطبق عليها دائماً، تنطبق عليها احيانا، لا تنطبق عليها ابدا) وبدرجات (١، ٢، ٣)، حيث اعتمدت الباحثة على الادبيات فيبناء الفقرات وهي (كتاب ادارة الوقت من د. ابراهيم الفقي وكتاب فن ادارة الوقت للدكتور طارق السويدان والدكتور محمد اكرم العدلوني ، ملحق (١) .

- تحليل الفقرات Items Analysis وتقسيم الى عمليتين هما

أ- التحليل المنطقي Logical Analysis

يؤشر التحليل المنطقي مدة تمثيل الفقرة ظاهريا للسمة لان الفقرة الجيدة في صياغتها والتي ترتبط بالسمة تسهم في قوتها التمييزية وصدقها (الكبيسي ، ١٩٨٧ : ١٧١). فمن الضروري فحص الفقرات فحصا منطقياً من المحكمين للتثبيت من مدى مطابقة شكلها الظاهري للسمة التي اعدت لقياسها قبل تحليلها تجريبياً لان هناك علاقة بين التحليل المنطقي للفقرات وتحليلها احصائياً اما الفقرة التي تكون مطابقة في شكلها الظاهري للسمة المراد قياسها فتزداد قدرتها على التمييز وتزداد معاملات صدقها (الكبيسي ، ٢٠٠١ : ١٧٠) . عرض المقياس بصورته الاولية للخبراء والمختصين عددهم (١٠) وطلب منهم تحديد صلاحية الفقرات ، وتم اخضاع الفقرات الى المعالجة الاحصائية باستخدام اختبار حسن المطابقة على افتراض نسبة توقع (٥٠%) من الخبراء موافقين على صلاحيتها مقابل (٥٠%) من الخبراء غير موافقين على صلاحيتها وجدول (٢) بين نتائج التحليل المنطقي .

جدول (٢)

نتائج التحليل المنطقي لفقرات مقياس الوقت

الفقرات	عدد الموافقين	غير الموافقين	مربع كاي	الدلالة
١٠.٩.٨.٧.٦.٥.٤.٣.٢.١	١٠	٠	٤٥	د
.١٩.١٨.١٧.١٦.١٥.١٤.١٣.١٢.١١				دالة
.٢٩.٢٨.٢٧.٢٦.٢٥.٢٤.٢٣.٢٢.٢١				

يبين من جدول (٢) ان الفرق معنوي لصالح الموافقين اذ بلغت قيمة مربع كاي (٤٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية (٦,٦٣) عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (١,١٠) ولم تستبعد اية فقرة من المقياس

ب- التحليل الاحصائي Statical Analsis

بعد عرض المقياس للخبراء تم تطبيقه على عينة التحليل الاحصائي الذي يمثل التجريب المبدئي للمقياس اذ عده (علام ، ٢٠٠٠) مهما جدا لا يمكن الاستغناء عنها مهما بلغت دقة التحليل المنطقي (علام ، ٢٠٠٠ : ٢٦٧) . اذ قد لا يكشف التحليل المنطقي لل فقرات احيانا صدق الفقرات بشكل دقيق ، هذا ماذهب اليه (Ebel,1972) ان التحليل التجريبي يكشف عن دقة دلالة الفقرات ودقة صدق الفقرات (Ebel,1972;406).وتهدف عملية التحليل الاحصائي الى الكشف عن الخصائص السيكو مترية للفقرات وهي

١. القوة التمييزية

٢. الاتساق الداخلي

٣. التشعب العاملي

تحديد عينة التحليل الاحصائي :

ولتحقيق ذلك اختارت الباحثة عينة عشوائية بسيطة بلغ حجمها (٢٠٠) طالبة من قسم رياض الاطفال جامعة بغداد ، كلية التربية الاساسية ، الجامعة العراقية ، وهذا الحجم ما نصح به علماء القياس جدول (٣) يبين ذلك جدول (٣)

حجم عينة البحث موزع بحسب المرحلة والكلية

المجموع	المرحلة الرابعة	المرحلة الثالثة	المرحلة الثانية	المرحلة الاولى	الكلية
١٠٠	٢٥	٢٥	٢٥	٢٥	كلية التربية بنات
١٠٠	٢٥	٢٥	٢٥	٢٥	كلية التربية الاساسية

- القوة التمييزية للفقرات :

يقصد بها قدرة الفقرة على التميز بين مستويات الدنيا والعليا من الافراد بالنسبة للسمة المقاسة (Shaw,1967;45). الهدف منها هو الابقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة من خلال حسب القوة التمييزية لكل فقرة بهدف استبعاد الفقرات التي لا تتميز بينهم فاذا كانت الفقرة تمتلك قوة تمييزية فهذا يعني ان تلك الفقرة لها قدرة على التميز بين المستجيبين من ذوي الدرجات العليا والمستجيبين من الدرجات الواطئة في السمة التي تقيسها الفقرة ولتحديد عدد افراد المجموعتين المتطرفتين (العليا والدنيا) اعتمدت نسبة (٣٣%) كمحك تحديد افراد المجموعتين جدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤) القوة التمييزية

الفقرة	الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المحسوبة	الجدولية	الدلالة الإحصائية
1	العليا	27	2.78	0.42	52	3.260	2	دالة
	الدنيا	27	2.37	0.49				
2	العليا	27	2.78	0.42	52	2.034	2	دالة
	الدنيا	27	2.52	0.51				
3	العليا	27	2.78	0.42	52	4.818	2	دالة
	الدنيا	27	2.22	0.42				
4	العليا	27	2.81	0.40	52	3.657	2	دالة
	الدنيا	27	2.37	0.49				
5	العليا	27	2.56	0.51	52	3.968	2	دالة
	الدنيا	27	1.85	0.77				
6	العليا	27	2.59	0.50	52	8.378	2	دالة
	الدنيا	27	1.44	0.51				
7	العليا	27	2.78	0.42	52	3.267	2	دالة
	الدنيا	27	2.15	0.91				
8	العليا	27	2.89	0.32	52	4.209	2	دالة
	الدنيا	27	2.41	0.50				
9	العليا	27	2.59	0.50	52	3.176	2	دالة
	الدنيا	27	2.04	0.76				
10	العليا	27	2.67	0.48	52	2.239	2	دالة
	الدنيا	27	2.37	0.49				
11	العليا	27	2.89	0.32	52	10.156	2	دالة
	الدنيا	27	2.07	0.27				
12	العليا	27	2.74	0.45	52	4.881	2	دالة
	الدنيا	27	1.81	0.88				
13	العليا	27	2.56	0.51	52	4.094	2	دالة

				0.85	1.78	27	الدنيا	
دالة	2	4.837	52	0.45	2.74	27	العليا	14
				0.40	2.19	27	الدنيا	
دالة	2	4.589	52	0.49	2.63	27	العليا	15
				0.32	2.11	27	الدنيا	
دالة	2	2.896	52	0.45	2.74	27	العليا	16
				0.49	2.37	27	الدنيا	
دالة	2	2.582	52	0.50	2.59	27	العليا	17
				0.45	2.26	27	الدنيا	
دالة	2	5.827	52	0.49	2.63	27	العليا	18
				0.19	2.04	27	الدنيا	
دالة	2	4.679	52	0.42	2.78	27	العليا	19
				0.89	1.89	27	الدنيا	
دالة	2	4.888	52	0.48	2.67	27	العليا	20
				0.86	1.74	27	الدنيا	
دالة	2	2.590	52	0.32	2.89	27	العليا	21
				0.50	2.59	27	الدنيا	
دالة	2	4.589	52	0.32	2.89	27	العليا	22
				0.49	2.37	27	الدنيا	
دالة	2	4.410	52	0.47	2.70	27	العليا	23
				0.40	2.19	27	الدنيا	
دالة	2	14.038	52	0.19	2.96	27	العليا	24
				0.27	2.07	27	الدنيا	
دالة	2	6.574	52	0.19	2.96	27	العليا	25
				0.71	2.04	27	الدنيا	
دالة	2	5.078	52	0.40	2.81	27	العليا	26
				0.73	2.00	27	الدنيا	
دالة	2	8.058	52	0.42	2.78	27	العليا	27

				0.64	1.59	27	الدنيا	
دالة	2	6.910	52	0.49	2.63	27	العليا	28
				0.64	1.56	27	الدنيا	
دالة	2	8.172	52	0.36	2.85	27	العليا	29
				0.69	1.63	27	الدنيا	
دالة	2	5.526	52	0.62	2.67	27	العليا	30
				0.80	1.59	27	الدنيا	

- الاتساق الداخلي :

يقوم مؤشر الاتساق الداخلي للفقرة على الاتساق مع بقية الفقرات في اداء وظيفتها بقياس جزء من النطاق السلوكي الكلي للسمة المقاسة ، يستخرج من خلال الكشف عن قوة واتجاه العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال كمحك داخلي اذ لم يتوافر محكا خارجيا(Anstasi , 1976;26). ويكشف عنه من خلال العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية فضلا عن ذلك يبين درجة المجال والدرجة الكلية ، ولتحقيق ذلك اختيرت (٨٠) ورقة اجابة للمعالجة الاحصائية واعتمد معامل ارتباط بيرسون وجدول (٥) يوضح ذلك .

جدول (٥)

معامل الارتباط

الفقرة	المحسوبة	الجدولية	الدلالة الإحصائية
1	0.412	0.196	دالة
2	0.271	0.196	دالة
3	0.556	0.196	دالة
4	0.452	0.196	دالة
5	0.482	0.196	دالة
6	0.758	0.196	دالة
7	0.413	0.196	دالة
8	0.504	0.196	دالة
9	0.403	0.196	دالة
10	0.296	0.196	دالة
11	0.815	0.196	دالة

دالة	0.196	0.561	12
دالة	0.196	0.494	13
دالة	0.196	0.557	14
دالة	0.196	0.537	15
دالة	0.196	0.373	16
دالة	0.196	0.337	17
دالة	0.196	0.629	18
دالة	0.196	0.544	19
دالة	0.196	0.561	20
دالة	0.196	0.338	21
دالة	0.196	0.537	22
دالة	0.196	0.522	23
دالة	0.196	0.889	24
دالة	0.196	0.674	25
دالة	0.196	0.576	26
دالة	0.196	0.745	27
دالة	0.196	0.692	28
دالة	0.196	0.750	29
دالة	0.196	0.608	30

- الصدق Validity :

يعد الصدق من اهم خصائص القياسية التي يجب توافرها في المقياس النفسي قبل تطبيقه ويعرف الصدق هو قدرة الاداة على قياس ما وضعت من اجله (Ebel,1972;43) . وان الصدق مفهوم واحد وان ما اصطلح عليه بأنواع الصدق ما هي الا مؤشرات للصدق وطرائق لجمع الادلة عنه وتتعدد اساليب وطرائق حساب وتقدير الصدق فتحصل في بعض الحالات على معامل كمي للصدق وفي حالات اخرى نحصل عليه تقدير نوعي له (فرج ، ١٩٨٠ : ٣٦٠). وقد تحققت الباحثة من الصدق الظاهري وصدق البنائي .

- الثبات Reliability :

يقصد بالثبات دقة المقياس في القياس او الملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه واطراد فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك الفرد (ابو حطب ، ١٩٨٧ : ١٠٦).

ويعد من الخصائص القياسية الاساسية للمقياس والاختبارات النفسية والتربوية (Brown,1983;27) إذ استخدمت الباحثة طريقة الفا كرومباخ وطريقة التجزئة النصفية حيث بلغ الثبات بطريقة الفا كرومباخ (٠,٨٦٢) اما الثبات بطريقة التجزئة النصفية فقد بلغ (٠,٨٣٦).

الصورة النهائية للمقياس :

بعد هذه الاجراءات تألفت الصورة النهائية للمقياس من (٣٠) فقرة وبسلم بدائل (تنطبق عليها دائما ، تنطبق عليها احيانا، لا تنطبق عليها ابدا) وبيدائل اجابة (١,٢,٣) يستغرق وقت التطبيق (٦) دقائق بعد التحقق من توافر الخصائص السيكو مترية لفقرات المقياس من خلال التحليل المنطقي والاحصائي اصبح المقياس جاهز للتطبيق على العينة الرئيسية .

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة :

يهدف التكافؤ افراد المجموعتين التجريبية والضابطة الى التحقق من عدم وجود متغيرات اخرى غير المتغير المستغل تؤثر في نتائج التجربة ، اذ ان عدم ضبط المتغيرات سيقبل من قدرة الباحثة على معرفة تأثير المتغير المستغل (قنديلجي، ١٩٩٢: ٩٧) .

وقد قامت الباحثة بضبط المتغيرات بين المجموعتين لتفادي تأثيرها وضمان سلامة الضبط بين المجموعتين للوصول الى اصدق النتائج وقد حددت المتغيرات المراد ضبطها عن طريق مكافئة ما يلي لكل من المجموعة التجريبية والضابطة :

١. التحصيل الدراسي للوالدين.

١. متغير التحصيل الدراسي للاب :

لتحقيق التكافؤ في التحصيل الدراسي للاباء بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة استخدمت الباحثة مربع كاي وفي ضوء مقارنة القيمة المحسوبة للعينتين مع القيمة الجدولية عند درجة حرية (٤) وتحت مستوى دلالة (٠.٠٥) كانت القيمة الجدولية اكبر من المحسوبة ويعني ان المجموعتين متكافئتين لمتغير تحصيل العلمي للاب وجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦)

نتائج التكافؤ لمتغير تحصيل الاب

الدلالة	قيمة مربع كاي		المجموع	مستوى التحصيل الدراسي للاب					المجموعة
	الجدولية	المحسوبة		كلية	معهد	اعدادية	متوسط	ابتدائي	
غير	٩,٤٩	٤,١٥٥	٢٠	٣	١	٢	١١	٣	التجريبية
دال			٢٠	٤	٢	٥	٥	٤	الضابطة

			٤٠	٧	٣	٧	١٦	٧	المجموع
--	--	--	----	---	---	---	----	---	---------

أ- متغير التحصيل الدراسي للام :

لتحقيق التكافؤ في التحصيل الدراسي للام بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة استخدمت الباحثة مربع كاي وفي ضوء مقارنة القيم المحسوبة للعينتين مع القيمة الجدولية عند درجة حرية (٤) وتحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ، نجد ان الجدولية (٩,٤٩) اكبر من المحسوبة (٥,٣٥٥) ويعني ان المجموعتين متكافئتان بالنسبة لمتغير تحصيل العلمي للام وجدل (٧) يوضح ذلك .

جدول (٧)

نتائج تكافؤ التحصيل الدراسي للام

الدلالة	قيمة مربع كاي		المجموع	مستوى التحصيل الدراسي للام					المجموعة
	جدولية	محسوبة		كلية	معهد	اعدادية	متوسط	ابتدائي	
غير			٢٠	٠	٢	٢	١٢	٤	التجريبية
دال	٩,٤٩	٥,٣٥٥	٢٠	٣	٠	٤	١١	٢	الضابطة
			٤٠	٣	٢	٦	٢٣	٦	المجموع

- ضبط المتغيرات (الدخيلة) الغير تجريبية التي قد تؤثر على التصميم التجريبي :

على الرغم من تطور العلوم التربوية والنفسية ومحاولتها للحاق بالعلوم الطبيعية في دقة الاجراءات وشيوع استعمال المنهج التجريبي في هذا المجال فان المختصين بتلك العلوم يدركون تماما الصعاب التي تواجههم في عزل متغيرات الظاهر التي يدرسونها وضبطها لأنها من الظواهر السلوكية غير المادية التي يصعب الفصل بينها او عزلها تجريبيا (همام ، ١٩٨٤ : ٢٠٤) . وفي ضوء ذلك تعرضت المتغيرات (الادوات واختيار العينة وظروف التجربة والحوادث المصاحبة ومدة التجربة) حيث قامت الباحثة بضبط هذه المتغيرات .

- خطوات اعداد البرنامج :

اتبعت الباحثة خطوات برنامج (كمب) وكما يأتي

١. تحديد الهدف من البرنامج :

يقصد بها تحديد الاهداف المراد تحقيقها في البرنامج ، وصياغتها تعد مهمة جدا في اعداد وبناء البرنامج وعلى الباحثة ان تكون لديها القدرة على صياغة الاهداف بناء على حاجات افراد العينة للمشاركين في البرنامج ويهدف البرنامج الى تزويد الطالبات ما يأتي :

أ- الاهداف العامة للبرنامج

احترام الوقت والتعلم على النظام وكيفية تقسيم الوقت اثناء العمل

ب- الهدف الرئيس

١. كيفية تقسيم اليوم
 ٢. كيف ننظم الوقت
 ٣. كيف نضع اهم الامور من خلال تقسيم ساعات العمل
١. محتوى البرنامج :روعي عند اختيار محتوى البرنامج الاسس التالية
- مراعاة حاجات الطالبات وميولهم .
 - مناسبة محتوى البرنامج مع امكانيات الطالبات حيث تكون البرنامج من (١٠) جلسات
- أذ استخدمت الباحثة اثناء البرنامج بعض الامثلة الهادفة وبعض الانشطة مع صور توضيحية ومخططات تربوية .

١. اساليب التقويم والتغذية الراجعة :

- طرح عدد من الاسئلة في نهاية كل جلسة .
- استخدام اساليب للتعزيز التي تقوي من نشاط الطالبات سواء كانت معنوية ام مادية
- التقويم النهائي : ممتثلا بالاختبار البعدي (لمقياس الوقت) واعتمدت الباحثة على درجة الاختبار البعدي لمقياس الوقت .

٢. مدة البرنامج

تم تطبيق البرنامج بتاريخ (١/٣/٢٠٢٠) وانتهى بتاريخ (٣/٣/٢٠٢٠) اي خلال مدة (شهرين) بواقع (١٠) جلسات ، وكانت الجلسات تطبق في الساعة التاسعة من كل يوم ونفذت في الايام (الاحد - الاثنين - الثلاثاء - الاربعاء - الخميس) من كل اسبوع ، زمن كل جلسة (٣٥) دقيقة منها استقبال الطالبات وازالة كل الحواجز وتوفير الشعور بالأمان والمحبة.

٣. مكان تطبيق البرنامج : في قسم رياض الاطفال، حيث تم طرح مجموعة من الاسئلة من قبل الباحثة وهي (هل تتمين اعملك في وقتها، هل تحسنين ادارة الوقت ، هل لديك جدول لاعمالك المنزلية والواجبات الدراسية ، هل لديك وقت للجلوس مع العائلة ... والخ ، وتم التنسيق مع قسم رياض الاطفال لتهيئة مكان خاص للجلسات.

الاهداف العامة للبرنامج :

١. تقسيم الوقت بالصورة الصحيحة.
٢. معرف وضع خطط صارمة .
٣. احترام الزمن.

الفصل الرابع / عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرض ما توصلت اليه الباحثة في تحقيق اهداف البحث الحالي وسيتم عرض النتائج ، فضلا عن ذلك ان منهج البحث المنهج التجريبي الذي يعد من ادق مناهج البحوث في أي مجال تطبيقي الذي يحتاج الى الدقة في القياس والحصول على مؤشرات كمية عن الفروق الناتجة من اجراءات التجربة . الهدف الاول : التعرف على مهارة تنظيم الوقت وفق درجات القياس البعدي الحقيقية لدى افراد المجموعة التجريبية .

لغرض التعرف على مهارة تنظيم الوقت اعتمدت الباحثة محك يقوم على مفهوم التوزيع الاعتدالي (متوسط حسابي وانحراف معياري) الذي يحدد المهارة والذي يحدد المهارة ويستند على المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجة الحقيقية للقياس القبلي للمجموعة التجريبية التي تعرضت لأنشطة البرنامج ويقارن المتوسط الحسابي للقياس البعدي لنفس المجموعة جدول (٨) يوضح ذلك .

جدول (٨)

المجموعة	الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
تجريبية	قبلي	40	75.80	5.38
	بعدي	40	80.73	3.74

يتضح من الجدول ان المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية على الاختبار القبلي بلغ (٧٥,٨٠) للاختبار القبلي وبانحراف معياري (٥,٣٨) اما المتوسط الحسابي للاختبار البعدي فقد بلغ (٧٣,٨٠) بانحراف معياري (٣,٧٤). وكانت النتيجة لصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على ان هناك تاثير واضح على البرنامج ويأتي تفسيره ايضا حسب الاطار النظري من خلال التفاهم بين الافراد والتعاون الكبير بينهم يؤدي الى الشعور بالمسؤولية وتنظيم العمل.

الهدف الثاني: التعرف على اثر البرنامج التدريبي لتنمية مهارة الوقت لدى افراد لعينة الفرضية الصفرية الاولى، لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات المجموعة التجريبية التي تعرضن على البرنامج التدريبي ومتوسطات درجات الطالبات المجموعة الضابطة التي لم يتعرضن للبرنامج التدريبي في مقياس تنظيم الوقت (القبلي).

جدول (٩)

القياس القبلي للمجموعة التجريبية والضابطة

الاختبار	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الاختبار التائي		الدلالة الإحصائية
						المحسوبة	الجدولية	
قبلي	تجريبية	40	75.80	5.38	78	0.045	2	غير دالة
	ضابطة	40	75.75	4.34				

حيث بلغ المتوسط الحسابي للاختبار القبلي للمجموعة التجريبية (٧٥,٨٠) بانحراف معياري (٥,٣٨) ودرجة حرية (٧٨) وكانت القيمة الجدولية اعلى من المحسوبة حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٠٤٥) وعند مقارنتها بالجدولية التي بلغت (٢) كانت النتيجة غير دالة الفرق معنوي ويبين ان هناك تأثير للبرنامج التدريبي كمتغير مستقل على مهارة تنظيم الوقت كمتغير تابع لذا ترفض الفرضية الصفرية .

الفرضية الصفرية الثانية : لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات المجموعة التجريبية التي تعرضن على البرنامج التدريبي ومتوسطات درجات الطالبات المجموعة الضابطة التي لم يتعرضن للبرنامج التدريبي في مقياس تنظيم مهارة الوقت (البعدي) ، جدول (١٠) يوضح ذلك .

جدول (١٠)

يوضح الفروق بين المجموعتين الاختبار البعدي

الاختبار	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الاختبار التائي		الدلالة الإحصائية
						المحسوبة	الجدولية	
بعدي	تجريبية	40	80.73	3.74	78	9.509	2	دالة لصالح التجريبية
	ضابطة	40	75.08	0.34				

حيث اتضح من الجدول بعد المقارنة مع القيمة التائية المحسوبة (٩,٥٠٩) بالقيمة الجدولية (٢) عند درجة حرية (٧٨) ومستوى دلالة (٠,٠١) يدل ان الفرق لصالح المجموعة التجريبية أي ان هناك تأثير واضح للبرنج التدريبي كمتغير مستقل على مستوى مهارة الوقت لذا ترفض الفرضية الصفرية .

الفرضية الصفرية الثالثة : لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات للمجموعة التجريبية التي تعرضن على البرنامج التدريبي ومتوسطات درجات الطالبات المجموعة الضابطة التي لم يتعرضن للبرنامج التدريبي في مقياس مهارة تنظيم الوقت (القبلي - البعدي) وجدول (١١) يوضح ذلك .

جدول (١١)

الفرق بين درجات المجموعة التجريبية (قبلي - بعدي)

المجموعة	الاختبار	المتوسط الحسابي للفرق	الانحراف المعياري للفرق	درجة الحرية	الاختبار التائي		الدلالة الإحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
تجريبية	قبلي - بعدي	5.79	3.71	39	9.742	2.021	دالة لصالح الاختبار البعدي

يتضح من الجدول ان المتوسط الحسابي بلغ (٥,٧٩) والانحراف المعياري (٣,٧١) بدرجة حرية (٣٩) حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٩,٧٤٢) عند مقارنتها مع الجدولية البالغة (٢,٠٢١) ظهر ان المحسوبة اكبر من الجدولية لذا ترفض الفرضية الصفرية لأنها دالة لصالح لاختبار البعدي ، وتفسر النتيجة بان هناك اثراً واضحاً للبرنامج التدريبي ، جاءت متفقة مع دراسة الشاوي .

الاستنتاجات : في ضوء نتائج البحث التي حصلت عليها الباحثة تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية:-

١. ان البرنامج التدريبي كان اكثر فعالية في ادارة الوقت وتنظيمه.
 ٢. ان هناك وجود فروق في معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل التجربة وبعدها.
- التوصيات :** بناء على نتائج السابقة توصي الباحثة بما يأتي :
١. عقد ندوات وورش عمل حول اهمية الوقت في حياة الطالب الجامعي .
 ٢. تخصيص مساق على مستوى الجامعة او اضافة وحدة متكاملة حول ادارة الوقت الى احد المتطلبات الجامعية لتعريف الطلاب بأهمية الوقت .
 ٣. توزيع نشرات مصورة حول اهمية الوقت واستراتيجيات استثماره جيدا على اعتبار ان ادارة الوقت من مفردات التنمية البشرية لأفراد المجتمع .
 ٤. تشجيع الطلاب على اعتماد المفكرات اليومية ومساعدات التذكير لإنجاز واجباتهم.
 ٥. الاستفادة من البرنامج التدريبي للعمل به في ورش عمل .

المقترحات : تقترح الباحثة ما يأتي :

١. اجراء دراسة ارتباطية حول تنظيم الوقت وعلاقتها بمتغيرات اخرى
٢. اجراء دراسة مشابهة على اساتذة الجامعة.

Conclusions: In light of the research results obtained by the researcher, the following conclusions were reached: –

1. The training program was more effective in time management and organization.
2. There are significant differences in the significance between the experimental and control groups before and after the experiment.

Recommendations: Based on the previous results, the researcher recommends the following:

1. Holding seminars and workshops on the importance of time in the life of a university student.
2. Dedicating a course at the university level or adding an integrated unit on time management to one of the university requirements to introduce students to the importance of time.
3. Distributing pictorial brochures about the importance of time and its good investment strategies, considering that time management is one of the vocabulary of human development for members of society.
4. 4–Encouraging students to adopt daily diaries and reminder aids to accomplish their duties.
5. Take advantage of the training program to work with it in workshops

Suggestions: The researcher suggests the following:

1. Conducting a correlational study on time management and its relationship to other variables
2. Conducting a similar study on university professors.

المصادر العربية :

١. ابو حطب ، فؤاد عبد اللطيف ، عثمان سيد ، ١٩٨٧ ، القدرات العقلية ، ط٢ ، دار الكتب ، بيروت .
٢. الاغا ، احسان ، ١٩٩٧ ، البحث التربوي - عناصره ، مناهجه ، ادواته ، مطبعة المقدم ، غزة .
٣. جودة محسن احمد ، ٢٠١٤ ، الادارة التنافسية للوقت ، ط١ ، ايتراك للنشر والتوزيع ، القاهرة ،
٤. الحياوي ، علوان قاسم ، ٢٠١٣ ، ادارة الوقت مفاهيم - عمليات - تطبيقات ، دار الثقافة للنشر ، عمان ، الاردن .
٥. الخطيب ، احمد ، واخرون ، ١٩٨٥ ، دليل البحث والتقويم التربوي والاجتماعي ، دار المستقبل للنشر ، عمان ، الاردن .
٦. دوران ، رودني ، ١٩٨٥ ، اساسيات في القياس والتقويم في تدريس العلوم ، ترجمة محمد سعيد صباريني وخليل يوسف الخليلي ، جامعة اليرموك ، اربد ، الاردن .
٧. رشوان ، ناصر ، ٢٠٠٩ ، ادارة الوقت دليل للنجاح ، المملكة العربية السعودية ، وزارة الاعلام .
٨. زيدان ، نصر الله ، ٢٠١١ ، مبادئ ادارة الوقت ، مكتبة التقدم العلمي ، عمان الاردن .
٩. سايفرت لوثر ، ٢٠٠٧ ، اذا كنت على عجلة من امرك فتمهل ، ط١ ، ترجمة محمد اسكيف ، الرياض ، مكتبة العبدات .
١٠. سلامة ، عبد الله السيد ، ٢٠١٠ ، تحديد حجم العينة في البحوث التربوية والاجتماعية مجلة الربويات الرياضيات ، مجلد ١٣ ، تموز ، (٢٠١٠) الجمعية المصرية للتربويات .
١١. الشاوي ، رعد لفته ، وابو سلطانة ، نجلاء سعيد ، مهارة تنظيم الوقت الدراسي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة اليرموك ، اربد ، الاردن ، ٢٠٠٣ .
١٢. الشخيلي ، عبد القادر ، ٢٠٠٣ ، فكرة لتنظيم وقتك والنجاح في عملك ، عمان ، دار الحليم .
١٣. عبد الباسط ، بشير ، ٢٠١٠ ، الادارة الحديثة نظريات ومفاهيم ، البازوري للنشر ، عمان .

١٤. عدس ، محمد عبد الرحيم ، ١٩٨٩، ياض الاطفال ، دار الفكر ، الاردن.
١٥. علام ، صلاح الدين محمود، ٢٠٠٠، القياس التربوي والنفسي اساسياته وتطبيقاته المعاصرة ، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، القاهرة .
١٦. الكبيسي ، وهيب مجيد ، ١٩٨٧، بناء وتقنين مقياس سمات الشخصية ذات الاولوية للقبول في الكليات العسكرية في العراق .
١٧. المسيلم ، محمد ، ١٩٩٨، التدريب على اساليب الحرية في ادارة الوقت ، لجنة التأليف والتعريف للنشر ، الكويت ، مطبوعات جامعة الكويت .
١٨. فخرو ، حصة ، ٢٠٠٥، مستويات ادارة الوقت لدى طالبات جامعة قطر وتخصصهن الجامعي والرضا عن الحياة ، مجلة جامعة قطر ، عدد ٢٧، مجلد ١٤ .
١٩. فرج ، صفوت ، ١٩٨٠، القياس النفسي ، ط ١١، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، القاهرة .
٢٠. قندلجي ، عامر ابراهيم ، ١٩٩٢، البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات ، دار الشؤون الثقافية ، بغداد.
٢١. محمد ، عباس علي ، ٢٠٠٢، الرقابة الادارية في منظمات الاعمال ، مكتبة الجامعة الشارقة ، اثناء للنشر والتوزيع ، ط ٢، ٢٠١٢.
٢٢. ياغي ، نادر احمد ، ٢٠٠٣، ادارة الوقت ، عمان ، دار مجدلاوي .

Resources:

1. Abu Hatab, Fouad Abdel-Latif, Othman Sayed, 1987, Mental Abilities, 2nd floor, Dar Al Kutub, Beirut.
2. Al-Agha, Ihsan, 1997, Educational Research – Its Elements, Methods, and Tools, Al-Muqaddam Press, Gaza.
3. Gouda Mohsen Ahmed, 2014, Competitive Time Management, 1st floor, ATRAC Publishing and Distribution, Cairo,
Al-Hayawi, Alwan Qasim, 2013, Time Management Concepts – Operations – Applications, House of Culture for Publishing, Amman, Jordan.
Al-Khatib, Ahmad, and others, 1985, Handbook of Educational and Social Research and Evaluation, Future House for Publishing, Amman, Jordan.
4. Doran, Rodney, 1985, Fundamentals of Measurement and Evaluation in Science Teaching, translated by Muhammad Saeed Sabarini and Khalil Yusef al-Khalili, Yarmouk University, Irbid, Jordan.
5. Rashwan, Nasser, 2009, Time management, a guide to success, Kingdom of Saudi Arabia, Ministry of Information.
6. Zidan, Nasrallah, 2011, Principles of Time Management, Library of Scientific Progress, Amman, Jordan.
7. The Wheel of Muhammad Asvirt Luther, 2007, translated by Muhammad Iskif, Riyadh, Al-Abdat Library.
8. Salama, Abdullah Al-Sayed, 2010, The Large Number of Arab Educational Researches, The Journal of Usism and Mathematics, July, (2010) The Egyptian Educational Society.
9. Al-Shawi, Raad Lafta, Abu Sultana, Najla Saeed, the skill of organizing school time in some variables in the light of Yarmouk University, Irbid, Jordan, 2003.
10. Al-Sheikhly, Abdul-Qader, 2003, an idea to organize your time and succeed in your work, Amman, Dar Al-Halim.
11. Abdul Basit, Bashir, 2010, Modern Management Theories and Concepts, Al-Bazouri Publishing, Amman.

12. Adas, Muhammad Abd Al-Rahim, 1989, Kindergarten, House of Fikr, Jordan.
 13. Allam, Salah El-Din Mahmoud, 2000, Educational and psychological measurement, its fundamentals and contemporary applications, Arab Thought House for Publishing and Distribution, Cairo.
 14. Al-Kubaisi, Waheeb Majeed, 1987, Building and codifying a scale of priority personality traits for admission to military colleges in Iraq.
 15. Al-Musailam, Muhammad, 1998, Training in Freedom in Time Management Methods, Writing and Definition Committee for Publishing, Kuwait, Kuwait University Press.
 16. Fakhro, Hessa, 2005, Levels of Time Management for Qatar University Students, Their Academic Specialization and Life Satisfaction, Qatar University Magazine, Issue 27, Volume 14.
 17. Farag, Safwat, 1980, Psychometrics, 11th floor, Arab Thought House for Publishing and Distribution, Cairo.
 18. Qandalji, Amer Ibrahim, 1992, Scientific Research and Use of Information Resources, House of Cultural Affairs, Baghdad.
 19. Muhammad, Abbas Ali, 2002, Administrative Control in Business Organizations, University of Sharjah Library, Athraa for Publishing and Distribution, 2nd Edition, 2012.
 20. Yaghi, Nader Ahmad, 2003, Time Management, Amman, Majdalawi House.
- Foreign Resources:
- Shaw , M.E(1967) ; Scales for the Measurement of Attitude New York ,Mc Graw-Hill
- Anastasia,A,(1976); Psychological Testing ,New York Macmillan –
- Brawn, Dorathy.(1983) ; principles of Education and psychological Tasting , 4th ed . New York Holt Rinehgowinton.