

مهارة إدارة الوقت عند طلاب الجامعة كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي

دراسة ميدانية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة الاغواط وطلبة المدرسة العليا
للأساتذة طالب عبد الرحمن بالاغواط

Research Title: The skill of time management for university students as a strategy to

A field study for students of the Institute of Science and .achieve academic success

Techniques of Physical Activity at the University of Laghouat and students of the Higher

Training Teacher's School of Talib Abdel Rahman Laghouat

قطاف محمد 1 ، حمادي جمال 2 ، بعيط عيسى3

1 جامعة عمارثليجي الاغواط m.gattaf@lagh-univ.dz

2 جامعة عمارثليجي الاغواط d.hamadi@lagh-univ.dz

3 جامعة عمارثليجي الاغواط aissabait@gmail.com

تاريخ النشر: 2019/12/11

تاريخ القبول: 2019/11/17

تاريخ الاستلام: 2019/09/01

الملخص

هدفت الدراسة للتعرف على مدى إكتساب أفراد عينة الدراسة لمهارة إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي ، شملت عينة الدراسة 750 طالب يزاولون دراستهم الجامعية بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية بجامعة الاغواط المدرسة العليا للأساتذة طالب عبد الرحمن بالاغواط ، ولتأكد من فرضيات الدراسة تم بناء إستمارة تقيس درجة إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت وتم إخضاعها للشروط العلمية الصدق (صدق المحكمين ، صدق المحتوى والمضمون، والحساب معاملات الثبات) قمنا بتفريغ الإستمارات البحثية لإدخال البيانات الخام والقيام بالمعالجة الإحصائية بواسطة برنامج SPSS وخلصت الدراسة إلى يمتلك أفراد عينة الدراسة مستوى مرتفع لمهارة إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

Abstract

The study aims at identifying the degree of the study sample acquisition of time management skill as a strategy to achieve academic success. The sample includes 750 students who are studying at the Institute of Science and Techniques of Physical Activity at the University of Laghouat and the Higher training teacher's School Talib Abdulrahman Laghouat. To check the hypotheses of the study, a questionnaire has been constructed to test students gaining of the skill of time management and it has been subjected to the scientific conditions (sincerity of the arbitrators, the validity of the content, and the calculation of the stability coefficients). After the distribution and retrieval of the research questionnaire, we have uploaded the raw data in the SPSS software and made the statistical treatment that are in line with the hypotheses of the study. The study concludes that the study sample has a high level of time management skill as a strategy to achieve academic success.

الجانِب النظري

مقدمة وإشكالية الدراسة :

تأثرت الحياة الجامعية بمختلف مكوناتها ومبادئها وإتجاهاتها بعصر المعلومات والتكنولوجيا والذي فرض حتمية سرعة النمو والتطور، يعتبر الإستغلال الفعال الوقت من أهم متطلبات مساندة التغييرات المستمرة والمتلاحقة التي تشهدها مؤسسات التعليم العالي ، ولهذا ينبغي أن يكون الوقت متاح للفرد مجزأً بين إنجاز أعمال اليوم والتفكير في أنشطة الغد وأعماله ومتطلباته، وتهدف جميع الجهود لتحسين مخرجات التعليم الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، ويشير Hensley وآخرون أن الإدارة الفعالة للوقت بناءً كلياً ، لكنها تشمل مجموعة من السلوكيات والمواقف الفريدة التي تعكس مهارات التنظيم الذاتي القوية

(2018, ص 06, Hensley, Wolters, Won, Brady) ،لذى يجب على كل طالب في الجامعة أن يحسن إستغلال وقته ويجنب تضييعه في الأنشطة التي لا قيمة لها ولا معنى، ومن صور الاهتمام بالوقت أن يكسب الطالب مهارة استثمار الوقت في في جميع مناحي حياته؛ حتى يصبح ذلك سلوكا يوميا و ثقافة تنشر بين الأجيال ، فالوقت مكسب ثمين إذا أحسن تنظيمه، ومورد فريد من نوعه إذا أجدنا إدارته وكل عمل صغيرا كان أم كبير يحتاج الى وقت، وقد أكد أحمد عبد الكاظم اننا كلنا بأمس الحاجة إلى أن ننظم أفكارنا وأوقاتنا ونحاول الإستفادة من كل دقيقة في حياتنا، فإذا لم نحسن تنظيم وإدارة الوقت فإننا لن نحسن إدارة أي شئ.(أحمد عبد الكاظم، ص 03، 2016). كما أشار Zafarullah أن إدارة الوقت تعني أقصى استخدام للوقت لتحقيق الإنتاجية والإنجاز بالتخطيط والتنظيم والتنفيذ المتقدمين من أجل تحقيق الأهداف. (2016 ص 43 Zafarullah, Mumtaz, Murad, Abida, Humera,

وفي السنة النبوية وصايا شريفة من سيد المرسلين عن قيمة الوقت والأعمال المنجزة فيه، فعن معاذ بن جبل رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " لن تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع: عن عمره فيما أفناه وعن شبابه فيما أبلاه وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه وعن علمه ماذا عمل به ؟ " وهو في سلسلة الأحاديث الصحيحة للألباني برقم 946 أخرجه الترمذي (67/2)، ولقد زاد الاهتمام بإدارة الوقت وطرائق تنظيمه فأجريت العديد من البحوث على مختلف شرائح المجتمع، فمع بداية القرن العشرين أجرى فريدير تايلور 1881 دراسة على حركة الزمن وتكونت عنده دراسة الزمن من جزئين العمل التحليلي وعمل إنشائي وتتطلب دراسة الوقت الكامل للعمل مع تحديد اوقات العمل والراحة والاقوات الضائعة (زيد منير عبوي، ص 17، 2006)، أما Block, 1991 قام بدراسة ذكر فيها خمسة عوامل لها علاقة مباشرة بموضوع إدارة الوقت ووقت التعلم هي القدرة: حيث ان المتعلمين الذين يحتاجون الى وقت قصير هم أولئك الذين يمتلكون قدرات عقلية عالية الفهم: يعتقد " كارول" ان الوقت اللازم لا حراز النجاح يزداد عندما يمتلك المتعلم مقدرة منخفضة لفهم الموضوع الدراسي. نوعية التعليم: ينبغي وضع المتعلم في موضع اتصال حسي ملائم مع المادة التعليمية. الوقت المتاح والفرصة للتعلم: عادة ما يقضي التلاميذ ذوي القدرات الدنيا وقتا أطول مما يتاح لهم فعلا للدراسة. المواظبة والمثابرة: يعني

ذلك الوقت الذي يرغب المتعلم في قضائه وهو يتعلم.(زياد بركات ، ص02 ، 2007). وأشار قاسم فيصل للوصول إلى أعلى كفاءة في أداء المهام لتحقيق الأهداف المسطرة يستلزم ذلك دراسة جيدة وعناية كبيرة بعنصر الوقت (فيصل قاسمي وآخرون ، 293 ، 2012)، كما أكد حمرون، ضيف الله أن التحدي الذي يواجه طلاب الجامعات العربية هو كيفية استثمارهم وإدارتهم لأوقاتهم والحصول على المعارف والخبرات والمهارات والكفايات بنفس السرعة التي يتم بها ظهور هذه المعارف والعلوم(حمرون، ضيف الله، ص02، 2014). وأشارت دراسة أبو دنيا (2003) تنظيم وجود علاقة دالة إحصائيا بين تنظيم الوقت والأداء التدريسي (أحمد علي السوييف، ص962، 2014).

فإدارة الوقت توجه نحو توزيع الوقت وإستغلاله بالصورة التي تمكن من تحقيق نتائج ذات معنى في ضوء نفاذ الوقت في أشغال ليس لها قيمة و ندرة الموارد المتمثلة في الزمن المتاح ، وتؤكد نظرية تحليل النظم أن الأفراد داخل أي تنظيم يشكل وحدة إجتماعية هادفة فإذا أحسنو إستغلال الوقت المتاح حقق النظام الأهداف التي يريد الوصول إليها (محمد أمين شيباب .لطفي دنبري ، ص 188 ، 2017) ، قدرة إنتاجية الأفراد والمنظمات وتنمية عمليات الإبداع والإبتكار، تعتمد إلى حد كبير على القدرة في تحقيق الكفاية في استثمار الوقت المتاح للعمل، وزيادة توظيف الإمكانيات المادية والبشرية الأخرى بكفاية عالية.) لونيس علي ، جغبوب دلال ، ص2013، 14، ،فإدارة الوقت هي تلك " العملية التي توزع الوقت بفعالية بين الأعمال المختلفة، بهدف انجازها في الوقت الملائم والمحدد"(بوسلم أبو بكر ، ص120 ، 2018) ، وقسم فرج ياسر أحمد 2008 الوقت إلى الوقت الإبداعي Creation time وهو الوقت المخصص للتفكير والتحليل والتخطيط للمستقبل ، الوقت التحضيري (الإعداد) Preparatory Time وتشمل الفترة الزمنية التي تسبق البدء في العمل ،، الوقت الإنتاجي Productive Time ويمثل الفترة التي تستغرق في تنفيذ العمل ، الوقت العام أو الغير مباشر In-direct Time وهو الوقت المخصص لنشاطات فرعية هادفة. (ضيف الله غضيان ، إبراهيم بن عبد الرحمن ، ص33 ، 2013) ، وأشار بومنقار وبعاكاز إلى أنه يجب إتباع مجموعة من الخطوات لكي تكون إدارة الوقت فعالة التفكير في الأهداف ويقصد به وضع خطة عمل، مراجعة الأدوار إطلاق العنان للخيال التخيل هو بداية الابتكار، تنقية خرائط الدهن إن التصور الذهني لما يحيط بالشخص هو خريطته عما يراه في الواقع، الاستفادة من

التجارب الماضية الاستفادة من تجارب قد لا تكون ناجحة ولكنها مفيدة أن لا يوجد فشل بل خبرات ودروس، تحمل المسؤولية: يعني أن الشخص يستخدم إمكانياته قدراته كاملة، (بومنقار مراد . بوعكاز خليصة، ص181، 2017).

وللوقت أهمية كبيرة في مجال التعليم العالي وخصوصا في عمليات الدراسة الأكاديمية لأنه يساعد على تحضير الدروس وحل الواجبات وتنظيم الأولويات وترتيبها وبشكل يؤدي إلى الإستغلال الجيد لكافة الموارد المتاحة لإنجاز المهام والأنشطة، ورفع مستوى الإنجاز إلى أعلى درجاته، والارتقاء بقدرات ومهارات الطلاب في هذا المجال وفي هذا السياق أكد سليمان حسين ومن صور الاهتمام بالوقت أن يكسب الطالب مهارة استثمار الوقت في باكورة حياته؛ ليصبح ذلك ثقافة للجيل، ولا أدل على ذلك من زيادة فاعلية استثمار الوقت لدى طلبة الجامعة؛ كي يحققوا أهدافهم، سواء أكانت على صعيد العمل الأكاديمي والتحصيل الدراسي (سليمان حسين، ص 371، 2002)، وأكدت بتول غالب أن تنظيم الوقت يحسن القدرة على التحصيل ويشعر الفرد بالصحة والراحة النفسية.(بتول غالب، نوال محمد عساف ،ص370، 2016)، ومن هنا فإن إدارة الوقت تعد مهارة سلوكية، وتعني قدرة الفرد على تعديل سلوكه وتغيير بعض العادات السلبية التي يمارسها في حياته بهدف تدبير وقته وإستثماره الإستثمار الأمثل (فيصل بن عبد الله الرويس ،ص2016، 03)، وفي دراسة أجرتها سندس موسى جواد، دراسة مقارنة لفعالية إدارة الوقت وعلاقتها بالتحصيل الدراسي بين طلاب وطالبات المرحلة الأولى والرابعة لكلية التربية الرياضية توصلت أنه توجد علاقة دالة إحصائيا بين مهارة إدارة الوقت والتحصيل الدراسي لأفراد عينة الدراسة من طلبة كلية التربية الرياضية.(سندس موسى جواد ، ، 2015)

ومن المشاكل التي يواجهها أغلب الافراد والتي تؤدي الى ضياع وقتهم وعدم استثماره هي عدم وجود اهداف أو خطط التكاسل والتأجيل وهذا يعتبر من اشد معوقات تنظيم الوقت وايضاً النسيان ومقاطعات الآخرين وانشغالهم وايضاً عدم اكتمال الأعمال وعدم الاستمرار في تنظيم نتيجة الكسل أو التفكير السيء وسوء الفهم والزيارات المفاجئة وتعتبر الاتصالات الهاتفية الغير مجدية ايضاً مضيعة لكثير من الوقت للطلاب وعدم تحديد الاولويات وعدم التخطيط للوقت وكذلك الانتظار والسفر وشرب القهوة وغيرها وتفسير مشكلة نقص في المعلومات ايضاً تؤدي الى هدر الوقت والازمات الطارئة ونقص في التوجيه

والقراءة والكتابة البطيئة وحب الكمال والثروة وقلة الاهتمام ويجب أن تبني تصورات معرفية للإستغلال الأفضل لمقدرات الوقت من طرف أقطاب العملية التعليمية في الجامعات (الطالب والأستاذ).

ونظراً لأهمية التكوين والإعداد الأكاديمي للطلبة الجامعيين تزداد الحاجة لإكسابهم مهارات إدارة الوقت وإستغلاله وإستثماره، وفي ضوء تداعيات عوالة الجامعة أضحى نظام المعلومات والتكنولوجيات الحديثة هو اللغة التي تحدد مصير الطالب ليكي يثبت ويثبت وجوده كان لزاما عليه يقوم بالتخطيط الجيد لاستثمار الوقت وتنفيذ ماتم التخطيط له مسبقا، وفي هذا السياق يرى KIFAYAT KHAN كل حدث واحد يعتمد على الوقت ويتم قياس كل حدث تم إنجازه بشكل فعال من إجمالي الوقت المستخدم . (KIFAYAT KHAN, 2017, p73)، وأكد Nasrullah وآخرون يجب أن يكون لدى كل طالب القدرة على إدارة الوقت والتي تتضمن تحديد الأهداف والأولويات ، واستخدام آلية إدارة الوقت والتنظيم في استخدام الوقت. (Nasrullah, S., & Khan, M. S., 2015, ص66)، كما أشارت Hensley إدارة الوقت ، والتي تنطوي على استخدام هادف وفعال للوقت في السلوكيات الموجهة نحو الأهداف (Hensley, Wolters, Won, Brady, 2018, ص06) ، في دراسة أجراها عبد العال توصل إنه كلما أرتفعت فعالية إدارة الوقت عند الطلبة إرتفع معها تحصيلهم الدراسي (ضيف الله غضيان ، إبراهيم بن عبد الرحمن ، ص40 ، 2013) ، و أشارت لنتائج دراسة (Swart, A. J., Lombard, K., & de Jager, H. (2010): إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات إدارة الوقت والإنجاز الأكاديمي المتدني لطلاب الهندسة الأفارقة ، فقد جاءت هذه الدراسة؛ استجابة لحاجة الطالب الجامعي، في تنظيمه للوقت المتاح بما يتناسب مع المواد الدراسية والأنشطة الإدارية والفنية المختلفة، أن المشكلة في إدارة الوقت لاتكمن في الوقت نفسه ، وإنما في كيفية استعمال الأفراد لوقتهم ، وفيما أنجز من عمل ، فالوقت شأنه شأن بقية المصادر الإدارية الأخرى يمكن الإفادة منها ، إلا أنه يختلف كونه عنصرا غير قابل للشراء أو البيع أو الخزن ، ومهدر إذا لم يتم استثماره بالطريقة المثلى، وفي سياق التحولات التي تشهدها الجامعة الجزائرية بزيادة الدوام الدراسي والمقاييس المدرجة وكثرة الأنشطة العلمية منى محاضرات وأعمال تطبيقية وأعمال موجهة

تظهر الحاجة إلى القيام بدراسة حول درجة إكتساب الطلبة الجامعيين لمهارات إدارة الوقت خلال مسارهم الأكاديمي وجاءت تساؤلات البحث كالتالي:

- ما مستوى إكتساب الطلبة مهارات إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي ؟

- ما مستوى إكتساب الطلبة لمهارة التخطيط ووضع الأهداف كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي ؟

- ما مستوى إكتساب الطلبة لمهارة تحديد الأولويات في إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي ؟

- ما مستوى إكتساب الطلبة لمهارة الواجبات المدرسية كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي ؟

- ما مستوى إكتساب الطلبة لمهارة إستغلال الوقت الإمكانيات المتاحة كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي ؟

فرضيات البحث:

- يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارات إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

- يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة التخطيط ووضع الأهداف كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

- يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة تحديد الأولويات في إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

- يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة الواجبات المدرسية كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

- يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة إستغلال الوقت الإمكانيات المتاحة كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

أهداف الدراسة :

- التعرف على مستوى إكتساب الطلبة مهارات إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

- الكشف على درجة إمتلاك أفراد عينة الدراسة مهارة التخطيط ووضع الأهداف ، مهارة تحديد الأولويات في إدارة الوقت ، مهارة الواجبات المدرسية ، إستغلال الوقت الإمكانيات المتاحة وإستغلالها من أجل تحقيق النجاح الأكاديمي.
- التعرف على أهم الأساليب والطرائق التي يعتمدها الطلبة في لإدارتهم للوقت لتحقيق النجاح الأكاديمي

أهمية البحث:

تكمن أهمية هذا البحث أن أهمية الوقت تتعاظم وتزداد في ضوء التطورات السريعة والمتلاحقة التي تشهدها الجامعة والتعليم العالي في الجزائر ، ومن ثم فإن التخطيط الجيد للاستثمار الأمثل للوقت هو سبيلنا؛ لضمان التنفيذ الدقيق لما تم التخطيط له مسبقاً، وذلك لضمان تنفيذ جميع المهام الرئيسة والإضافية بكفاءة واقتدار وتكمل أهمية البحث كونها تدرس إكتساب الطلبة مهارات إدارة الوقت في الوسط الأكاديمي

الكلمات الدالة في الدراسة :

- الوقت :هو مجموعة أحداث متتابعة من الماضي للحاضر فالمستقبل (نيان نامق صابر ،ص21، 2015).

- إدارة الوقت **Time Management**: يعرفها كل من الباحثين (Lebeuf، Stewart) بأنها "عبارة عن توجيه القدرات الشخصية للأفراد وإعادة صياغتها لإنجاز العمل المطلوب في ضوء القواعد والنظم المعمول بها، ووفقا للزمن والوقت المحدد. (بومنقار مراد . بوعكاز خليصة،ص181، 2017).

- مهارة إدارة الوقت :تعني إستخدام الطلبة للوقت بشكل فعال وتحقيق الأهداف والوصول إلى نتائج مرضية للعمل الذي يقومون به ضمن الوقت المحدد والمتاح لهم وذلك من خلال تحديد الأهداف ،التخطيط ،التنظيم ،التنفيذ ،التقييم(نعمة مصطفى وآخرون ،ص2013،45). ، وعرفتها بتول غالب ،نوال محمد عساف قدرة الطالب على التخطيط ووضع الأهداف وتحديد الأولويات والتعامل مع المضيعات الشائعة

للوقت بكفاءة أعلى بحيث يتمكن الطالب من تفعيل واجباته البيتية في وقت اقل وبدرجة مناسبة من الاتقان. (بتول غالب ،نوال محمد عساف ،ص374، 2016)

- مهارة تنظيم الوقت " هو القدرة على إستغلال الوقت بكفاءة أعلى بحيث ينتج الفرد أكثر في وقت أقل وبدرجة متنسبة من الإتقان (فوزية بنت خلفان بن حميد الغافري، ص20، 2011).

- السيطرة على الوقت : ويتم من خلال دراسة الوقت المتاح وتنظيمه وجدولته بهدف على تحديد الوقت اللازم لأداء كل مهمة مطلوبة بشكل فعال ومتقن وذلك تجنباً لعملية هدر الوقت واستغلاله على احسن وجه.، عرفته عمارة سلمي انه إدارية قائمة على الاستخدام الرشيد للوقت عن طريق وضع أولويات المهام والأعمال، مما يستدعي ذلك قد ار عالياً من التخطيط المسبق والتنظيم والمتابعة وتوجيه الأداء والرقابة الفعالة للوقت بهدف تحقيق الكفاءة والفعالية في استخدامه من قبل الفرد أو المنظمة. (عمارة سلمي، ص304، 2016)

- استراتيجيات إدارة الوقت :مجموعة القرارات الذاتية والفردية (على المستوى النوعي) التي يتخذها الفرد (الطالب) في كيفية تحقيقه لأهدافه بشكل أمثل، والتي تميز طالب عن آخر من حيث فعاليته وكفاءته التحصيلية. (أحمد علي السوييف، ص964، 2014)

- الوقت الدراسي :هو المدى الزمني الذي يصرفه الطالب في أخذ المادة العلمية المقدمة من قبل المدرسين ومراجعتها وكتابة بعض التقارير ،البحوث المكلف بإنجازها . (أحمد عبد الكاظم كريم العبيدي ،ص22، 2016).

- التحصيل الدراسي :يقاس بالإختبارات التحصيلية التي تقدمها الكلية في نهاية كل فصل دراسي عن المعلومات التي يتحصل عليها الطالب من خلال عملية التعليم والتعلم. (فوزية بنت خلفان بن حميد الغافري، ص20، 2011)

من خلال التعاريف

السابقة يمكن أن نعرف مهارة إدارة الوقت قدرة الطالب الجامعي على تنظيم وقت دراسته، والتخطيط المسبق لوقته المتاح في يومه المعتاد بما يتناسب مع ظروفه الخاصة ، واحترامه لهذا الوقت واستغلاله بأقصى ما يمكن له من جهد، مما يجعله مسيطراً عليه لتحقيق الاهداف التربوية والحياتية بشكل فعّال". إدارة الوقت الأساليب والطرائق التي يتبعها الطالب الجامعي من أجل أستغلال وقته في قضاء كل ما هو مفيد لتحقيق الأهداف الأكاديمية والحياتية .

الدراسات السابقة :

1- دراسة فريجات عمار أحمد، الرابعة عمر عبد الرحيم، دعوم حامد محمد، درجة فاعلية إدارة الوقت لدى طالبات كلية عجلون الجامعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، 2010. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة فاعلية إدارة الوقت لدى طالبات كلية عجلون الجامعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في ضوء متغير مستوى الطالبة دبلوم متوسط أو بكالوريوس. وقد تكونت عينة الدراسة من 460 طالبة منهن 260 طالبة لمستوى البكالوريوس و200 طالبة لمستوى الدبلوم. استخدم الباحثون استبانة مكونة من 31 فقرة موزعة على خمسة أبعاد هي: التخطيط طويل الأمد، الاتجاه نحو الوقت، التخطيط قصير الأمد، التحكم بالوقت، الأكاديمية. وقد توصلت الدراسة: إلى أن درجة فاعلية إدارة الوقت لدى عينة الدراسة كانت متوسطة على جميع محاور الدراسة، وأن هناك وجود ارتباط بين مجال الاتجاه نحو الوقت والتحصيل، أما باقي المجالات فلم يكن هناك ارتباط.

2- دراسة **Cemaloglu, N., & Filiz, S (2010)**: تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين مهارة إدارة الوقت والإنجازات الأكاديمية للطلاب التريص والدراسة في كليات التربية. تم إجراء البحث في الفصل الدراسي 2007-2008 بين 849 طالب دراسات عليا يدرسون في كلية التربية بجامعة غازي. تم استخدام "استبيان إدارة الوقت" في البحث. تم تحليل نتائج البحث باستخدام الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وتحليل الارتباط والانحدار البسيط. كنتيجة للبحث هناك علاقة ذات مغزى وإيجابية بين تخطيط الوقت والإنجاز الأكاديمي للطلاب؛ هناك علاقة منخفضة وإيجابية بين حفظ الوقت والإنجاز الأكاديمي للطلاب؛ هناك علاقة هادفة ومتوسطة بين إدارة الوقت للطلاب والإنجاز الأكاديمي للطلاب.

3- دراسة **Swart, A. J., Lombard, K., & de Jager, H. (2010)**: هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة بين مهارات إدارة الوقت والإنجاز الأكاديمي لطلاب الهندسة الإفريقية - دراسة حالة - النجاح الأكاديمي الضعيف من قبل طلاب الهندسة الأفارقة حاليًا في العديد من مؤسسات التعليم العالي، مما يساهم في خفض الدعم المالي من قبل الحكومات المحلية أحد العوامل المساهمة في هذا النجاح الأكاديمي المتدني قد يكون ضعف مهارات إدارة الوقت لهؤلاء الطلاب و أشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات إدارة الوقت والإنجاز الأكاديمي المتدني لطلاب الهندسة الأفارقة.

4- دراسة فيصل عبد الله الرويس 2016:هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي بأهمية الوقت ومضيعاته لدى طلبة التربية الميدانية بكلية التربية بمحافظة عفيف، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، أجريت الدراسة على عينة قوامها (179) طالب وطالبة، تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة، ومن النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الطلبة لديهم وعياً بأهمية الوقت بدرجة مرتفعة، كما كشفت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى العينة حول محور مستوى وعي الطلبة بأهمية إدارة الوقت تعزى لمتغير الجنس، والتخصص العام، والتقدير الأكاديمي.

الجانب التطبيقي:

إجراءات البحث الميداني:

1- الدراسة الأولية (الاستطلاعية) : تمت الدراسة الاستطلاعية وفق الخطوات والتاليين:

أ- الخطوة الأولى : الدراسة الاستطلاعية للخلفية النظرية: قمنا بحصر أكبر عدد ممكن من الأدبيات من كتب ومصادر ودراسات سابقة التي لها إدارة الوقت
ب-الخطوة الثانية: الدراسة الإستطلاعية لإجراءات الميدانية: قام الباحث بإجراء دراسة إستطلاعية مكونة من 20 طالب وبعد توزيع الإستمارات البحثية عليه وإسترجاعها تحصل الباحث على نتائج تتماشى مع فرضيات الدراسة.

2- المنهج المستخدم :

تم اختيار المنهج الوصفي لأنه يتماشى مع طبيعة موضوع بحثنا هذا، قصد وصف العوامل وتحليل الظروف وفي جميع المواقف والمراحل خطوة خطوة وجمع الحقائق والبيانات والمعلومات المتعلقة بالظاهرة قيد الدراسة.

3- المجتمع وعينة الدراسة :

في دراستنا مجتمع البحث هو جميع المدرسة العليا للأساتذة بالأغواط وجميع طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الأغواط

3-1- العينة وكيفية اختيارها:

بما ان عنوان الدراسة " دراسة تحليلية لدرجة إكتساب الطلبة في الجامعة لمهارة إدارة الوقت " فالمجال الاجتماعي للبحث الاساسي هو جميع طلبة المدرسة العليا للأساتذة بالأغواط وجميع طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة الأغواط ، وبما أن مجتمع البحث محدد وواضح متجانس ، قمنا بتوزيع 750 إستمارة بحثية تقيس درجة إمتلاك الطلبة لمهارة إدارة الوقت والجدول أدناه يصف إجراءات توزيع وإسترجاع إستمارات البحث على أفراد عينة الدراسة.

الجدول رقم (01) وصف إجراءات توزيع وإسترجاع إستمارات البحث على أفراد عينة الدراسة

الإستمارات الفعلية في البحث	الإستمارات الملغاة	الإستمارات التي إسترجعت	ال'ستمارات الموزعة	
263	22	285	420	طلبة المدرسة العليا للأساتذة
270	23	293	330	طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
533	45	578	750	عينة الدراسة

4- مجالات الدراسة :

1-4- الحدود الزمانية : قنا بإجراء الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة شهر مارس 2018 وشهر ماي 2018 حيث قمنا بتوزيع الإستمارات التي تقيس درجة إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت على جميع أفراد عينة الدراسة.

2-4- الحدود المكانية : قام الباحث بتوزيع وإسترجاع إستمارات البحث على جميع طلبة المدرسة العليا للأساتذة بجامعة الأغواط وجميع طلبة معهد الرياضة بجامعة الأغواط بولاية الأغواط

3-4- الحدود البشرية : في بحثنا تم وإختارنا 750 فرد كعينة أساسية وتم تسليم الإستمارات البحثية إليهم ،تم إسترجاع 533 إستمارة بحثية من 750 إستمارة تم توزيعها

5. الوسائل وأدوات جمع البيانات:

إستخدمنا إستمارة تقيس درجة إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت في الوسط الأكاديمي من وجهة نظر الطلبة

1-5 خطوات بناء الاستبيان:

تم في البداية الإطلاع على بعض الدراسات السابقة وبعض المراجع التي لها علاقة بالبحث إستمارات، إستبيانات وشبكات الملاحظة التي تقيس مهارة إدارة الوقت في المجال التعليمي حيث تم بناء إستمارة تقيس درجة إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت في الوسط الجامعي من وجهة نظر الطلبة .

2-5- الخطوة الثانية عملية التحكيم:

في الخطوة السابقة ذكرنا أنه تم بناء أداة جمع البيانات في ضوء فرضيات الدراسة (المتغيرات الرئيسة في البحث) ، ولتحقق من مدى صدق عبارات ومؤشرات أداة البحث (صدق مفهوم التكوين الفرضي أو صدق البناء) تم عرض الأداة على الخبراء والمحكمين قصد عملية التحكيم وذلك لقياس صدق المحتوى والمضمون بعرضه على مجموعة من الأساتذة المختصين بجامعة الأغواط. حيث تم إخراج الأداة الأساسية في البحث إستمارة تقيس درجة إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت في الوسط الجامعي مكونة من 26 عبارة . واخترنا طريقة ليكيرت خماسية الاوزان في بناء أداة البحث .

الجدول رقم : (02) بين توزيع أوزان إستمارة مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة

الأوزان	غالباً	دائماً	أحياناً	نادراً	أبداً
الدرجات	5	4	3	2	1

3-5-الصدق الإحصائي:الصدق الذاتي : يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات

$$\text{معامل الصدق الذاتي لإستمارة لمهارة إدارة الوقت : } \sqrt{0,87} = 0,93$$

• الصدق التمييزي:

الجدول رقم(03) دلالة الفروق يبين معامل التمييز لإستمارة مهارة إدارة الوقت لدى

طلاب الجامعة

المتغيرات والمؤشرات	الأطراف	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفرق بين المتوسطات	قيمة T	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
إدارة الوقت	الطرف العلوي	143	110,66	6,05	34,87	40,92	284	0,00
	الطرف السفلي	143	75,79	8,20				

من خلال النتائج الموجودة في الجدول (10) نلاحظ ان قيمة T.test بين متوسط الدرجات اطرف العلوي والطرف السفلي لإجابات أفراد عينة الدراسة على متغير إدارة الوقت التي كانت تساوي (40,92) عند القيمة الاحتمالية (0,00) وهذا يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين الدرجات العلوية والدرجات مهارة إدارة الوقت .

الجدول رقم (04) مصفوفة معاملات الارتباط بين مجموع درجات مؤشرات

إستمارة البحث درجاها الكلية

إدارة الوقت	إستغلال الوقت الإمكانيات المتاحة	الواجبات المدرسية	الإولويات في إدارة الوقت	التخطيط ووضع الأهداف	
0,866**	0,505**	0,683**	0,691**	1	التخطيط ووضع الأهداف
0,874**	0,542**	0,676**	1	0,691**	الإولويات في إدارة الوقت
0,861**	0,504**	1	0,676**	0,683**	الواجبات المدرسية
0,744**	1	0,504**	0,542**	0,505**	إستغلال الوقت الإمكانيات المتاحة
1	0,744**	0,861**	0,874**	0,866**	إدارة الوقت

من خلال النتائج الموجودة في الجدول أعلاه نلاحظ أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الدرجات الكلية لإستمارة مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة والدرجات الكلية لمؤشرتها (التخطيط ووضع الأهداف ، الإولويات في إدارة الوقت ، الواجبات المدرسية ، إستغلال الوقت الإمكانيات المتاحة ،) كانت مقبولة ودالة إحصائيا أدنى قيمة إرتباط (0,50) وأعلى قيمة إرتباط (0,86)

4-5- حساب معامل الثبات:

أ- بطريقة ألفا كرونباخ

الجدول رقم (05) قيم معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لإستمارة مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة

Nombre d'éléments	Alpha de Cronbach basé sur des éléments standardizes	Alpha de Cronbach
27	,8970	,7380

معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لإستمارة درجة إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة (طلبة المدرسة العليا للأساتذة وطلبة معهد الرياضة بجامعة الأغواط) $R_{\alpha} = 0,73$

ب- حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية أسلوب جوتمان:

الجدول رقم (06) المتوسطات الحسابية وتباين والانحراف المعياري لنصفي إستمارة مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة

عدد العبارات	الانحراف المعياري	التباين	المتوسط الحسابي	
13 ^a	7,065	49,91	48,65	عبارات النصف الأول
13 ^b	8,172	66,78	45,32	عبارات النصف الثاني
26	14,18	201,21	93,98	عبارات الإستمارة
عبارات النصف 01: عبارة 1, عبارة 2, عبارة 3, عبارة 4, عبارة 5, عبارة 6, عبارة 7, عبارة 8, عبارة 9, عبارة 10, عبارة 11, عبارة 12, عبارة 13.				
عبارات النصف 02: عبارة 14, عبارة 15, عبارة 16, عبارة 17, عبارة 18, عبارة 19, عبارة 20, عبارة 21, عبارة 22, عبارة 23, عبارة 24, عبارة 25, عبارة 26.				

لدينا صيغة العلاقة الرياضية لأسلوب جوتمان هي: $R = 2 \left(1 - \frac{S_1^2 + S_2^2}{S^2} \right)$

حيث: S_1^2 : تباين النصف الأول، S_2^2 : تباين النصف الثاني، S^2 : التباين الكلي

بتعويض القيم الموجودة في الجدول أعلاه:

$$R = 2 \left(1 - \frac{S_1^2 + S_2^2}{S^2} \right) = 2 \left(1 - \frac{49,91 + 66,78}{201,21} \right) = 0,51$$

لإستمارة مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة (طلبة

المدرسة العليا للأساتذة وطلبة معهد الرياضة بجامعة الأغواط) بطريقة التجزئة النصفية أسلوب جوتمان تساوي 0,51 وهو متوسط ودال إحصائيا

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة : المتوسط الحسابي. الإنحراف المعياري. تحليل التباين ANOVA في اتجاه واحد، كما إستخدم البرنامج الإحصائي SPSS لحساب العلاقات و القوانين الإحصائية المستخدمة في الدراسة

تحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة :

تحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية القائلة يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة التخطيط ووضع الأهداف كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

الجدول رقم (07) التكرارات والنسب المئوية ومجموع الدرجات لعبارات محور التخطيط ووضع الأهداف لإدارة الوقت

المجموع	غالبا	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا	
3696	1128	1227	813	398	130	التكرار
100	31	33	22	11	4	النسبة
13913	5640	4908	2439	796	130	مجموع الدرجات

القراءة الإحصائية:

نلاحظ في الجدول أعلاه أن الوزن أبدا حضي بـ (130) تكرار بنسبة (04%) ومجموع درجات (130)، أما الوزن نادرا فقد حضي بـ (398) تكرار بنسبة (11%) ومجموع درجات (796)، أما الوزن أحيانا فقد حضي بـ (813) تكرار بنسبة (22%) ومجموع درجات (2439)، أما الوزن دائما فقد حضي بـ (1227) تكرار بنسبة (33%) ومجموع درجات (4908)، أما الوزن غالبا فقد حضي بـ (1128) تكرار بنسبة (31%) ومجموع درجات (5640)، كما نلاحظ أن المجموع الكلي لدرجات محور محور التخطيط ووضع الأهداف لإدارة الوقت كان يساوي (13913) من المجموع العام للدرجات الخام للمحور (18480) بنسبة (75%) وهي مرتفعة وتبرر الفرضية الجزئية الأولى.

المناقشة والتفسير:

بعد مراجعة مراجعة أدبيات البحث والدراسات السابقة خلصنا التخطيط المنظم والحكم يرسم منهجيات وضع الأهداف العامة والجزئية لتحقيق الغاية من إدارة الوقت وفق فترة زمنية معروفة ويتضمن التخطيط ووضع الأهداف كذلك إعداد خطة تحقيق الأهداف المشتتة على تحديد الوقت اللازم لكل مهمة مع تحديد البداية والنهاية لها، وتحديد الوسيلة أو الأسلوب المناسب لتحقيق المهمة، ومستوى الإنجاز المطلوب، وفي هذا السياق أشار Alsalem وآخرون أنه في جميع أنحاء العالم ، وجد الطلاب الذين مارسوا كل من التخطيط والمواقف الإيجابية في الوقت أن لديهم الكثير من الوقت لإكمال مهامهم لأنهم يتحكمون في وقتهم. (2017, p3042, Alsaleem, Alamodi, Shibah Albosruor, ويرى KHAN, Hafiz Muhammad أن سلوك التخطيط للوقت على أنه عملية صنع القرار حول المهام التي يتم اختيارها وإكمالها فيما يتعلق بتحديد أولوياتها وإزالة كل أنواع الانحرافات (الإضطرابات) التي يواجهها الأفراد (Khan, Hafiz Muhammad, p252; 2016)، كما أكد زياد بركات أن التخطيط إدارة الوقت وإستثماره دون إهداره أساسا للتفوق في الدراسة الجامعية ،. (زياد بركات، ص162، 2007)، وأشار Karakose ومع ذلك ، تتطلب إدارة الوقت تخطيطًا وظيفيًا حتى يصبح الأفراد ناجحين ومنتجين في كل من الحياة (2015، ص22، Karakose)، و يتوافق هذا الاستنتاج مع نتائج البحوث التي أجراها (Basak باسك وآخرون. 2008). وخلصوا إلى أن هناك علاقة كبيرة بين تخطيط وقت الطلاب وتحقيقهم الأكاديمي ، وأن الطلاب الذين يستخدمون الوقت بشكل جيد أكثر نجاحًا (2015، ص22، Karakose) ، وأشار Háfner, Oberst, Stock أن تقييم الوقت والتخطيط ومراقبة العمل اليومي يعد من العناصر الأساسية لسلوك إدارة الوقت (2014، ص353، Háfner, Oberst, Stock). كما تتماشى هذه النتائج مع دراسة سيما أوغلو وفيلز (Cemaloglu, N., & Filiz, S التي خلصت أنه هناك علاقة طردية بين التخطيط لإدارة الوقت والتحصيل الأكاديمي (2010, Cemaloglu, N., & Filiz, S

تحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية القائلة يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة تحديد الأولويات في إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

الجدول رقم (08) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية ومجموع الدرجات لعبارات محور إستغلال الوقت والإمكانيات المتاحة

المجموع	غالبا	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا	
3168	959	840	748	393	228	التكرار
100	30,27	26,52	23,61	12,41	7,20	النسبة
11413	4795	3360	2244	786	228	مجموع الدرجات

نلاحظ في الجدول أعلاه أن الوزن أبدا حضي بـ (228) تكرار بنسبة (7,20%) ومجموع درجات (228)، أما الوزن نادرا فقد تحصل على (393) تكرار بنسبة (12,41%) ومجموع درجات (786)، أما الوزن أحيانا فقد حضي بـ (748) تكرار بنسبة (23,61%) ومجموع درجات (2244)، أما الوزن دائما فقد حضي بـ (840) تكرار بنسبة (26,52%) ومجموع درجات (3360)، أما الوزن غالبا فقد حضي بـ (959) تكرار بنسبة (30,27%) ومجموع درجات (4795)، كما نلاحظ أن المجموع الكلي لدرجات محور إستغلال الوقت والإمكانيات المتاحة كان يساوي (11413) من المجموع العام للدرجات الخام للمحور (15840) بنسبة (72,05%) وهي مرتفعة وتبرر الفرضية الجزئية الثانية.

المناقشة والتفسير:

يعتبر الوقت أحد الموارد الهامة والتمينة لا يمكن تعويضها أو استبدالها أو ادخارها لذا يجب على طلاب الجامعة استغلال الوقت واستثماره في ضوء الإمكانيات والموارد المتاحة والمتوفرة وبطريقة تؤدي إلى تحقيق أهداف ولهذا فإن إدارته تتطلب جهدا شخصيا ومسئولية ذاتية ومهارات وقدرات خاصة وهي ليست بالصعبة باستطاعة كل فرد أن يتعلمها ، زياد بركات إن أبرز مورد متاح للفرد وهو يمارس نشاطاته التعليمية والحياتية المختلفة هو الوقت ، فإذا أحسن استغلاله واستثماره بصورة فعالة ، فإنه سوف يصل إلى مستوى النجاح المطلوب في أداء مهمته. كما يحتاج من الفرد المزيد من الاهتمام للتخطيط والإعداد لإدارة الوقت والسيطرة عليه، من أجل استغلاله أفضل استغلال لإنجاز الأهداف المتوقعة منه بالمستوى المطلوب ،.(زياد بركات ، ص2007، 160)، لذا يجب على الطالب الجامعي أن

تستغل جميع الموارد والإمكانات المتوفرة بشكل فعال لتحقيق الأهداف النجاة الأكاديمي ، من خلال استغلال الإمكانيات والمواهب والقدرات الشخصية المتاحة للوصول إلى الأهداف الشخصية. وأكد سالم الرحيمي أن إدارة الوقت ترتبط باستغلال الفرد لمهاراته وإمكانياته وأفكاره ومشاعره، وتوظيفها بشكل فعال لتحقيق أهدافه. (سالم الرحيمي، توفيق المرادي، ص226، 2014). UGWULASHI. وآخرون ممارسة إدارة الوقت هي أفضل طريقة لإدارة الموارد بشكل مناسب خاصة الآن أن جودة التعليم وتكلفته يعتمدان على الوقت. (2013، UGWULASHI, Chima Sebastine,p63)، علاوة على ذلك، اقترح فورسيث (2010) أن الحفاظ على التوازن بين العمل والحياة هو واحد من الضروريات لإدارة الموارد المحدودة والوقت المتاح بكفاءة وفعالية. (Genalyn P. Lualhati, P 223,2003)، وأشار علي آل مريع، عبد اللطيف كداي أن لا بد للطلاب وضع خطة تتضمن تنظيم الوقت وإستغلاله بشكل جيد. (علي آل مريع، عبد اللطيف كداي، ص155، 2016)، كما أكد UGWULASHI ان إدارة الوقت تعمل على توفير الموارد والمساحة وحل النزاعات باستخدام الموارد النادرة، مما يتيح للمسؤولين حل احتياجات المدارس الملحة. جدول الجدول الزمني هو الفكرة الأساسية في تحقيق التنفيذ الكامل للأنشطة المدرسية دون تعارض بين الموظفين والطلاب من قبل المسؤول. (2013، UGWULASHI, Chima Sebastine,p62) ولكن الأمر يتطلب استغلاله على نحو أفضل وفق برنامج مسطر يأخذ في حسبانته كل الاعتبارات، لأن أي هدر للوقت يترتب عنه تراكم الكثير من الأعمال التي يتم تأجيلها مما يؤثر سلبا تحقيق الاهداف. (عجيلات عبد الباقي، ص62، 2017).

تحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية القائلة يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة الواجبات المدرسية كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

الجدول رقم (09) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية ومجموع الدرجات لعبارات محور تنظيم وقت الواجبات المدرسية

المجموع	غالباً	دائماً	أحياناً	نادراً	أبداً	
3168	935	868	688	376	301	التكرار
100	29,51	27,40	21,72	11,87	9,50	النسبة
11264	4675	3472	2064	752	301	مجموع الدرجات

نلاحظ في الجدول أعلاه أن الوزن أبدا حضي بـ (301) تكرر بنسبة (9,5%) ومجموع درجات (301)، أما الوزن نادرا فقد حضي بـ (376) تكرر بنسبة (11,87%) ومجموع درجات (752)، أما الوزن أحيانا فقد حضي بـ (688) تكرر بنسبة (21,72%) ومجموع درجات (2064)، أما الوزن دائما فقد حضي بـ (868) تكرر بنسبة (27,40%) ومجموع درجات (3472)، أما الوزن غالبا فقد حضي بـ (935) تكرر بنسبة (29,51%) ومجموع درجات (4675)، كما نلاحظ أن المجموع الكلي لدرجات محور تنظيم وقت الواجبات المدرسية كان يساوي (11264) من المجموع العام للدرجات الخام للمحور (15840) بنسبة (71,11%) وهي مرتفعة وتبرر الفرضية الجزئية الثالثة.

المناقشة والتفسير:

من الضرورة بما كان أن يحرص الطالب الجامعي خلال مسار الدراسة الأكاديمية على تنظيم وقت الواجبات الدراسية كونها من المتطلبات الأساسية لإدارة وتنظيم الوقت لبلوغ التفوق الدراسي ويجب على الطالب أن يقوم الطالب بترتيب الوثائق الكتب والمراجع الدراسية لتسهيل الرجوع إليها عند الحاجة. كما يقوم بإنجاز نشاطاتي الدراسية بحسب أهميتها. ويحتفظ بمفكرة (كناشة) يومية لمتابعة الواجبات المطلوب إنجازها ويتجنب تأجيل الأعمال والواجبات الدراسية الموكلة لي وأنجزها في وقتها. وكل هذا لا يأتي إلا إذا تحكّم الطالب في إدارة وتنظيم وقته وفي هذا السياق أكد أدامس وبلير ADAMS, BLAIR على أن إدارة الوقت توفر للأفراد الوسائل اللازمة لتنظيم أنشطتهم والتحكم فيها (2019، ص01، ADAMS, BLAIR, Erik)، كما أشار Swart J., Lombard أن العوامل التي تؤدي إلى إدارة فعالة للوقت تشمل التنظيم الجيد والحفاظ على الجداول الزمنية والملفات وإنشاء روتين للدراسة (2010، ص03، Swart J., Lombard) على وجه التحديد، تم النظر إلى إدارة الوقت كميزة تقليدية للسلوك يتم تنظيمها ذاتيًا (2017، ص02، Xu, Jianzhong, Jianxia)، وعلاوة على ذلك أكد Tracy أنه كلما كان بإمكانك تنظيم الأحداث الحرجة والصعبة في حياتك والتحكم فيها بشكل أفضل، كلما كان شعورك أفضل (2014، ص02، Tracy, B)، كما أشار كذلك إلى أحد أدوات إدارة الوقت الرائعة العمل في مساحة عمل منظمة ويجب عليك تنظيم مساحة عملك تمامًا قبل بدء عملك. (2014، ص96، Tracy, B) وأشار ISHIMURA, KODAMA إلى أن إدارة الوقت هي مهارة

التنظيم الذاتي التي تنطوي على التمييز بين أكثر الطرق فعالية لاستخدام الوقت (ISHIMURA, KODAMA, p48, 2009)، ركز ALMOMANI أن إدارة الوقت مهمة للغاية ، خاصةً عندما يتعلق الأمر بطلاب الجامعة لأنها ستعزز درجاتهم وتعزز إنتاجيتهم. (MIQDADI, ALMOMANI, MASHARQA, P 01, 2014) كما يرى كذلك أن إدارة الوقت تعد ضرورية لأي طالب جامعي ، وهي واحدة من مفاتيح الحصول على معدل تعليمي أعلى. (MIQDADI, ALMOMANI, MASHARQA, P 01, 2014)

تحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية القائلة يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارة إستغلال الوقت الإمكانات المتاحة كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي. الجدول رقم (10) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية ومجموع الدرجات لعبارات محور تحديد الأولويات في إدارة الوقت

المجموع	غالباً	دائماً	أحياناً	نادراً	أبداً	
3696	920	1107	917	501	251	التكرار
100	24,89	29,95	24,81	13,56	6,79	النسبة
13032	4600	4428	2751	1002	251	مجموع الدرجات

نلاحظ في الجدول أعلاه أن الوزن أبداً حضي بـ (251) تكرار بنسبة (6,79%) ومجموع درجات (251)، أما الوزن نادراً فقد حضي بـ (501) تكرار بنسبة (13,56%) ومجموع درجات (1002)، أما الوزن أحياناً فقد حضي بـ (917) تكرار بنسبة (24,81%) ومجموع درجات (2751)، أما الوزن دائماً فقد حضي بـ (1107) تكرار بنسبة (29,51%) ومجموع درجات (4428)، أما الوزن غالباً فقد حضي بـ (920) تكرار بنسبة (24,89%) ومجموع درجات (4600)، كما نلاحظ أن المجموع الكلي لدرجات محور تحديد الأولويات في إدارة الوقت كان يساوي (13032) من المجموع العام للدرجات الخام للمحور (18480) بنسبة (70,51%) وهي مرتفعة وتبرر الفرضية الجزئية الرابعة.

المناقشة والتفسير:

يعتبر حرص طلاب الجامعة على تنظيم وإدارة وقتهم ضرورة مهمة كون الوقت مورد هام وحاسم في تحقيق الفعالية للحصول على نتائج مرضية والوصول للنجاح الأكاديمي ،

فالتألب یرهق كاهله العدید من الإنشغلات ویؤدی مهاماً مختلفة، ومتعددة، ولكي يكون الطالب فعالاً في إدارة وقته وجب علیه ان يعرف كيف يقضي وقته وماهي الأولويات التي تفرضها علیه متطلبات الدراسة الأكاديمية وإنشغلات الحياة ؟ كيف يرتب هذه الأولويات ؟ وكيف يتعامل معها لكي يتكيف وينسجم مع المهام المنوطة به ،وفي هذا السياق إشارة محمد بن علي مسفر الخريزي يجب على الفرد الإهتمام بإدارة وقته، بحيث يستطيع أن يقرر أولوياته، ويعطي كل أولوية حقها من الوقت، ويستطيع أن يقرر الموضوعات التي يجب أن تنال عنايته ويعطها الوقت، وأن يقرر مقابلة الأفراد المهمين والأولى بالعناية، فإدارة الوقت ليست مسألة وقت، لكنها مسألة تفكير، وسلوك، وأولويات ؛ ولذلك فإن إدارة الوقت تشمل في الواقع جميع سلوكيات القائد الإداري ،(محمد بن علي مسفر الخريزي ،ص 46 ،2009) ، كما أكد KIFAYAT KHAN إن استراتيجيات إدارة الوقت التي تتضمن: تحليل الوقت ، والتخطيط ، وتحديد الأهداف ، وتحديد الأولويات ، يُعتقد أنها لا غنى عنها في إدارة الوقت(KIFAYAT KHAN ,p73,2017)، وبين Nasrullah, Khan إدارة الوقت أن تلعب دوراً حيوياً في تحسين الأداء والإنجازات الأكاديمية للطلاب . (Nasrullah_PhD, 66,2015) . أما Khan, Hafiz Muhammad فقد أوضح أن الوقت ظاهرة عالمية .إنها عملية تنطوي على تحديد الاحتياجات وتحديد أولويات المهام .من الصعب جداً التحكم في هذه العمليات وإدارتها . يعتقد معظم الناس أن الوقت لا يمكن التحكم فيه بنفسه. (Khan_PhD 2016; p250) ، وأشار (Khan, Hafiz Muhammad ,p250 ;2016) ، وأشار MERCANLIOGLU الإدارة الفعالة للوقت تتطلب العديد من المكونات: سرد الأهداف وتحديد الأولويات ، والتخطيط لتحقيق الأهداف.(MERCANLIOGLU, P 26 P 27,2010) ،وأضاف KIFAYAT KHAN أن استراتيجيات إدارة الوقت تضمنت مجموعة واسعة من المهام التي تتضمن التخطيط والتخصيص وتحديد الأهداف والتفويض وتحليل الوقت المستغرق والمراقبة والتنظيم والجدولة وتحديد الأولويات. (KIFAYAT KHAN,73,2017) ، ويشير كذلك Khan, Hafiz Muhammad في إدارة الوقت ، يعتبر تحديد أولويات المهام اليومية أيضاً طريقة فعالة لمعالجة الوقت .لهذا الغرض ، يجب على المرء أن يفصل وتصنيف أنشطته وفقاً لأهميتها.(Khan, Hafiz Muhammad ,251,2016) ، كما يرى عبدالرحمن أحمد الدخيل وآخرون وقد يرجع ذلك إلى أن الطلبة الذين لديهم مستوى مرتفع في مهارة إدارة

الوقت يحددون أهدافاً عقلية طويلة الأمد ويعطونها الأولوية ، ويشتقون منها أهدافاً قصيرة الأمد ، ويمتلكون وسائل تحقيق هذه الأهداف (عبدالرحمن أحمد الدخيل وآخرون ، ص 69 ، 2017) أما سليمان حسين موسى المزين بل أن كل فرد يستعمل الوقت وفقاً لأولوياته ، وخطته ، وإجراءاته (سليمان حسين موسى المزين ، ص 375 ، 2012) . وحدد MERCANLIOGLU تتطلب الإدارة الفعالة للوقت العديد من المكونات: سرد الأهداف وتحديد الأولويات ، والتخطيط لتحقيق الأهداف ، واستخدام أدوات الاتصال بكفاءة ، وتخطيط المكاتب وبناء نظام ملفات جيد ، وتنظيم وقت العمل وفقاً لدورة الطاقة في جسمك. (MERCANLIOGLU, P 26 P 27, 2010) ، ويرى كذلك محمد بن علي مسفر الخريزي أن الأولويات، تكون حسب العاجل والمهم أولاً، ثم العاجل وغير المهم ثانياً ، ثم غير العاجل و المهم ثالثاً، ثم غير العاجل وغير المهم كمرحلة رابعة وأخيرة. (محمد بن علي مسفر الخريزي ، ص 28 ، 2009) وأضاف أن إدارة الوقت تساعد على تنظيم الأولويات وترتيبها وبشكل يؤدي إلى تعظيم الاستفادة من كافة الموارد المتاحة، ورفع معدلات الإنجاز إلى أعلى درجاتها (محمد بن علي مسفر الخريزي ، ص 13 ، 2009)

تحليل ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة القائلة يمتلك الطلبة مستوى مرتفع في مهارات إدارة الوقت كإستراتيجية لتحقيق النجاح الأكاديمي.

الجدول رقم (11) التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية ومجموع الدرجات لعبارات مهارة إدارة الوقت

المجموع	غالبا	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا	
13728	3942	4042	3166	1668	910	التكرار
100	28,72	29,44	23,06	12,15	6,63	النسبة
49622	19710	16168	9498	3336	910	مجموع الدرجات

نلاحظ في الجدول أعلاه أن الوزن أبدا حضي بـ (910) تكرار بنسبة (6,63%) ومجموع درجات (910) ، أما الوزن نادرا فقد حضي بـ (1668) تكرار بنسبة (12,15%) ومجموع درجات (3336) ، أما الوزن أحيانا فقد حضي بـ (3166) تكرار بنسبة (23,06%) ومجموع

درجات (9498)، أما الوزن دائما فقد حضي بـ (4042) تكرار بنسبة (29,44%) ومجموع درجات (16168)، أما الوزن غالبا فقد حضي بـ (3942) تكرار بنسبة (28,72%) ومجموع درجات (19710)، كما نلاحظ أن المجموع الكلي لدرجات إكتساب الطلبة لمهارة إدارة الوقت كان يساوي (49622) من المجموع العام للدرجات الخام للمحور (68640) بنسبة (72,29%) وهي مرتفعة وتبرر الفرضية العامة للدرسة.

المناقشة والتفسير:

من المسلم به أن إستغلال وإستعمال الطلبة الجامعيين للوقت بشكل جيد وفعال من أنجع الإستراتيجيات التي تحقق النجاح الأكاديمي والرفاهية الدراسية في الحياة الجامعية، بحكم أن الوقت مورد نفيس وثمين فريد في نوعه، لأن جميع الطلبة في الجامعة يمتلكون نفس المقدار منه ونفس النصيب، ويختلفون في طرق وأساليب إداراته وتنظيمه، وكل عمل يقوم به الطالب خلال مساره الأكاديمي يتطلب وقتا محدد ، حيث إن إدارة الوقت الدراسي تمكن الطالب من المشاركة في مختلف الأنشطة العلمية والتربوية والثقافية وحتى الرياضية، وإدارة الوقت ليست طريقة أو أسلوب لزيادة في حجمه أو توفيره، بل هي وسيلة راقية لكيفية إستعماله وتوظيفة حسن إستثماره في ضوء خطة محكمة ترتب فيها الأولويات وتستغل فيها جميع الموارد والإمكانات المتاحة لبلوغ الأهداف المنشودة وتحقيق النجاح الدراسي، وفي ضوء هذه النتائج يرى Hensley وزملاؤه أن مهارات إدارة الوقت القوية هي عامل رئيسي في النجاح الأكاديمي للطلاب بعد المرحلة الثانوية (Hensley, Wolters, Won, 2018, ص106) ، كما أشار كذلك أن الفهم الأفضل لإدارة الوقت يعد أمراً ضرورياً لتوفير الدعم الأكاديمي ذي الصلة بالتحديات التي يواجهها طلاب الجامعات (Hensley, 2018, ص120) ، Brady (Brady, 2018) ، كما أشار كذلك أن الفهم الأفضل لإدارة الوقت يعد أمراً ضرورياً لتوفير الدعم الأكاديمي ذي الصلة بالتحديات التي يواجهها طلاب الجامعات (Hensley, 2018, ص120) ، وأوصى Häfner وزملاؤه بدمج تدخلات إدارة الوقت في المناهج الدراسية في الجامعة ، وخاصة للمبتدئين الذين يعانون من مشاكل في إدارة الوقت (Häfner, Stock, Pinneker, Ströhle, 2014, ص413) ، وفي دراسة قام بها (Britton and Tesser, 1991) ، أجريت على طلاب الجامعات ، أظهروا أن التعليم في إدارة الوقت يؤثر إيجابيا على التحصيل الدراسي. (Karakose, T, 2015, ص22) ، كما أكد Karakose فإن مساعدة جميع الطلاب على تطوير الوعي واكتساب المهارات في إدارة الوقت من شأنه أن يحسن من تحصيلهم الأكاديمي ونوعية حياتهم. لهذا الغرض. (Karakose, T, 2015, ص23) ،

وأشار Garamaleki أن الفوائد المرتبطة بإدارة الوقت الفعالة في التعليم هي عدة منها: انخفاض في المماثلة؛ الحصول على مزيد من السيطرة، وأقل حدة التوتر؛ استكمال المزيد من الأنشطة؛ والاستمتاع بوقت الفراغ. (Garamaleki & Hajloo, Nadinloyi, 2013). وفي هذا الإطار يرى MIQDADI أن الطلاب يواجه في معظم الأوقات مشاكل مثل نفور المهام وعدم اليقين، لذلك يبدأون في المماثلة لأنهم يفتقرون إلى المهارات التنظيمية. نتيجة لذلك، لن يكون الطلاب قادرين على تنظيم الواجبات وفقاً لأولوياتهم، لذلك يصرف انتباههم بسهولة، وينتهي بهم الأمر إلى المماثلة. كما نرى، تعد إدارة الوقت ضرورية لأي طالب جامعي، وهي واحدة من مفاتيح الحصول على معدل تعليمي أعلى. (MIQDADI, ALMOMANI, MASHARQA, 01, ص 2014)، وأكدت شياء صلاح الدين حسين إن الإهتمام بتقسيم الوقت وتوزيعه بما يسمح بالاستفادة منه باعتباره احد اهتمامات الادارة المعاصرة إذ تعتمد فعاليتها على مدى قدرتها على توزيع أعمالها على الوقت المتاح وعدم اضاءة الوقت في اعمال غير مجدية لتحقيق الاهداف المخططة لها. (شيماء صلاح حسين، ص 02، 2013).

وتتفق هذه النتائج مع توصل إليه كل من Nasrullah_PhD, Khan_PhD أن إدارة الوقت تلعب دورًا حيويًا في تحسين الأداء والإنجازات الأكاديمية للطلاب. (2015، ص 66، Nasrullah_PhD, Khan_PhD)، وتتماشى مع ما خلصت إليه نتائج دراسة Alsalem أن إدارة الوقت أثبتت أنها واحدة من أهم المؤشرات نحو تحقيق مستوى عالٍ من النجاح والأداء الأكاديمي. (2017، p3043, Alsalem, Alamodi, Shibah, Albosruor)، وتتفق كذلك مع ما توصلت إليه دراسة NADINLOYI وزملاؤه أن إدارة الوقت له تأثير إيجابي على الأداء الأكاديمي لتحقيق للنجاح الأكاديمي. (2013، ص 135, NADINLOYI, HAJLOO, GARAMALEKI)، كما تتفق كذلك مع دراسة MIQDADI وزملاءه التي أكدت أن إدارة الوقت مهمة للغاية، خاصةً عندما يتعلق الأمر بطلاب الجامعة لأنهم ستعزز درجاتهم وتعزز إنتاجيتهم. (2014، ص 01, MIQDADI, ALMOMANI, MASHARQA)، وتتفق مع دراسة كل من سيما أوغلو وفيلز Cemaloglu, N., & Filiz, S هناك علاقة متوسطة بين إدارة الوقت للطلاب والإنجاز الأكاديمي للطلاب (Cemaloglu, N., & Filiz, S, 2010) ودراسة

سوارت وزملاؤه التي أشارت نتائجها لوجود أثر واضح لسوء إدارة الوقت على التحصيل الدراسي. (علي آل مربع، عبد اللطيف كداي، ص154، 2016)

التوصيات:

- 1- أهمية توعية الطلبة بأهمية مهارة إدارة وتنظيم الوقت في خطة زمنية دقيقة لتحقيق التفوق الأكاديمي
- 2- العمل على تنمية وتطوير مهارة مهارة إدارة وتنظيم الوقت لدى الطلبة خلال مساهمهم الدراسي في الجامعة
- 3- زيادة توعية الطلاب بأهم النقاط التي تتسبب في هدر الوقت وتضييعه ، والعمل على توضيح أهم الفجوات التي تتسبب في مضيعات الوقت،
- 4- عقد المحاضرات والندوات العلمية الموجهة نحو توعية وتبصرة الاساتذة والطلاب وجميع العاملين في قطاع التعليم العالي بالآليات التي تحقق لهم ولطلابهم الاستثمار الأمثل للوقت، وذلك من خلال تحديد المهام والأعمال وترتيب الأولويات اليومية .
- 5- التخطيط ملاماً وقت فراغ الطالب بالأعمال وأنشطة علمية ذات معنى ومفيدة ، والبحث عن الآليات والوسائل المناسبة لتحقيق ذلك.

المراجع

1. أحمد عبد الكاظم كريم العبيدي، إدارة الوقت لدى طلبة الجامعة الواقع والمشكلات، مجلة دراسات تربوية، العدد 34، 2016، ص19-36.
2. أحمد علي السوييف، إستراتيجيات إدارة الوقت لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية، مجلة دراسات العلوم الإدارية، المجلد 41، العدد 02، 2014، ص ص 960-973.
3. بركات، زياد. (2007). اتجاهات الطلاب الجامعيين الذين يدرسون عن بعد نحو إدارة الوقت وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات. *Dirasat: Educational Sciences*, 34(1).
4. بوسالم أبوبكر إدارة الوقت في ظل مواقع التواصل الاجتماعي - الفاييس بوك نموذجاً، مجلة التنظيم والعمل ، المجلد 6، العدد 4، 2018، الصفحة 117.129.

5. بومنقار مراد . بوعكاز خليصة ، إشكالية إدارة الوقت في المؤسسات العمومية الجزائرية - دراسة ميدانية لدى عمال الجماعات المحلية ولاية عنابة- .مجلة تطوير العلوم الاجتماعية , المجلد 12, العدد 1, 2017, الصفحة 178-212.
6. حسين، محمد حبشي الخصائص السيكومترية لاستبانة إدارة الوقت لدى عينة من طلاب الجامعة في مصر والسعودية دراسة تقويمية لنظرية القياس التقليدية ونظرية الاستجابة للمفردة. المجلة التربوية ص ص. 353-410. مجلد.25، العدد.99، الجزء.1، يونيو 2011.
7. خديجة قاسم عبد الله، حنين حسن عبد عريمط، ماجدة حميد مجهول ، ادارة تنظيم الوقت لدى طلبة كلية التربية بحث مقدم الى مجلس قسم العلوم التربوية والنفسية وهو جزء متطلبات نيل درجة بكالوريوس في العلوم التربوية جامعة القادسية 1438 هـ
8. زياد بركات ، إتجاهات الطلاب الجامعيين الذين يدرسون عن بعد نحو إدارة الوقت وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات مجلة دراسات العلوم التربوية ، المجلد 34 ، العدد 1 ، 2007 ، ص160-175.
9. زيد منير عبوي إدارة الوقت في الإدارة دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع ، ط1 ، عمان الأردن ، 2006،
10. سالم الرحيمي ، توفيق المرادي ، أثر إدارة الوقت في التحصيل الأكاديمي للطلبة بجامعة إربد الأهلية ، مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية ، المجلد 30 ، العدد 01 ، 2014 ، ص ص 225-255.
11. السلسلة الصحيحة للشيخ ناصر الدين الألباني الحديث رقم 946
12. سليمان حسين موسى المزين فاعلية إدارة الوقت لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات kمجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد العشرين ، العدد الأول، ص – 369 ص404يناير 2012
13. ضيف الله غضبان رحمون ، إبراهيم بن عبد الرحمن الحضبي ، إدارة الوقت لدى طلاب تبوك والشقراء ، رسالة الخليج العربي ، عدد 130 ، 2013 ، ص29-54.
14. علي آل مريع ، عبد اللطيف كداي علي آل مريع ، عبد اللطيف كداي ، مدى إمتلاك طلاب المرحلة الثانوية لمهارات إدارة الوقت في مدينة أمها في المملكة العربية السعودية . المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد 05 ، العدد 12 ، 2016 ، ص ص 153-169.(علي آل مريع ، عبد اللطيف كداي ، ص12، 2016)

15. الغراز، أشرف إبراهيم محمد. هاشم، سامي محمد موسى. بدوي، زينب عبد العليم . الضغوط الأكاديمية والتوجهات الدافعية وعلاقتها بمهارات إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة . مجلة كلية التربية ببور سعيد، ص ص. 206-243 ، . ع.6، س.3، يونيو 2009
16. فريجات عمار أحمد، الرابعة عمر عبد الرحيم، دعوم حامد محمد، درجة فاعلية إدارة الوقت لدى طالبات كلية عجلون الجامعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، مجلة الجامعة الإسلامية ص ص. 447-478 سلسلة الدراسات الإنسانية. مج. 18، ع. 2، يونيو 2010.
17. فوزية بنت خلفان بن حميد الغافري، فعالية برنامج إرشادي جمعي في تحسين مهارة تنظيم الوقت ورفع مستوى التحصيل لدى طلبة الكلية، رسالة ماجستير، كلية العلوم والآداب جامعة نزوى، سلطنة عمان، 2011.
18. قاسمي، فيصل، بلخير، & عبد القادر. علاقة إدارة الوقت بمستوى ضغوط العمل من وجهة نظر عمال المركبات الرياضية دراسة ميدانية لمركبات ولايتي سطيف والمسيلة، مجلة الابداع الرياضي، المجلد 3، العدد 1، (2011)، الصفحة 290-309
19. القواسمة، أحمد حسن، الخزاولة، محمد سلمان . إستثمار أوقات الفراغ لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، مجلة اتحاد الجامعات العربية. ص ص. 261-280، عدد. 61، أيلول 2012 .
20. محمد بن علي مسفر الخريزي، مؤشرات فعالية إدارة الوقت لدى المشرفين التربويين في المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك خالد، المملكة العربية السعودية، 2009.
21. لونيس علي، جغبوب دلال، إدارة الوقت وعلاقتها بالقيادة الإبداعية لدى مديري الثانويات – دراسة ميدانية بولاية سطيف الجزائر، مجلة الآداب والعلوم الإجتماعية، العدد 2013. 17 ص ص 09—35.
22. محمد أمين شيباب .لطفي دنبري، إدارة الوقت في الفكر التنظيمي المعاصر، [مجلة الحقوق و العلوم الإنسانية، دراسات اقتصادية](#) المجلد 16، العدد 31، 2017، الصفحة 182-189
23. المياحي، إيمان إسماعيل عايز قياس مهارة تنظيم الوقت لدى طلبة الجامعة مجلة كلية التربية ص ص. 516-557 . ع. 2، 2009.
24. ميسون كريم ضاري، بيداء هشام جميل، الدافعية الداخلية الأكاديمية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى طلبة جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 51، 2015، ص ص. 222-251

25. نعمة مصطفى رقبات ، الحسيني رجب ربحان ، حنان عبد الرحيم رزق ، نبيل فيصل عبد الحميد ، تنمية مهارات إدارة الوقت لدى فتيات جامعة كفر شيخ ، *J. Agric. Econom. and Social Sci., Mansoura Univ., Vol.4 (1): 43 -*
26. نيان نامق صابر ، إدارة الوقت لدى طلبة الجامعة ةعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة أماراباك ، المجلد 06 ، العدد 07 ، 2015 ، ص ص 33-50.
27. عبدالرحمن أحمد الدخيل - محمد جعفر جمل الليل - عماد الزغول مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من الطلاب الموهوبين رياضياً في المرحلة الثانوية في دولة الكويت ، مجلة العلوم التربوية والنفسية المجلد الاول - العدد الثاني ، 2017 ، ص ص 56-74
28. شيماء صلاح حسين ، بناء مقياس إدارة الوقت لدى أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة بغداد ، مجلة كلية التربية للبنات ، المجلد 24 ، العدد 1 ، 2013 ، ص 67,83.
29. ADAMS, Richelle V. et BLAIR, Erik. Impact of Time Management Behaviors on Undergraduate Engineering Students' Performance. *SAGE Open*, 2019, vol. 9, no 1, p. 2158244018824506
30. Alsalem, W. S. Y., Alamodi, L. A., Hazazi, A. T. M., Shibah, A. M., Jabri, S. A., & Albosruor, Z. A. (2017). The Effect of Time Management on Academic Performance among Students of Jazan University. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 69(8), 3042-3049.
31. Cemaloglu, N., & Filiz, S. (2010). The relation between time management skills and academic achievement of potential teachers. *Educational Research Quarterly*, 33(4), 3.
32. Genalyn P. Lualhati .Time Management Practices of Educators in a State University: Views and Implications. *International Journal of Recent Innovations in Academic Research* ,2019 , Volume-3, Issue-4, p.222-227
33. Häfner, A., Oberst, V., & Stock, A. (2014). Avoiding procrastination through time management: An experimental intervention study. *Educational Studies*, 40(3), 352-360.

34. Häfner, A., Stock, A., Pinneker, L., & Ströhle, S. (2014). Stress prevention through a time management training intervention: An experimental study. *Educational Psychology, 34*(3), 403-416
35. Hensley, L. C., Wolters, C. A., Won, S., & Brady, A. C. (2018). Academic probation, time management, and time use in a college success course. *Journal of College Reading and Learning, 48*(2), 105-123
36. ISHIMURA, Ikuo et KODAMA, Masahiro. Flow experiences in everyday activities of Japanese college students: Autotelic people and time management 1. *Japanese Psychological Research, 2009*, vol. 51, no 1, p. 47-54.
37. Karakose, T. (2015). The Relationship between Medical Students' Time Management Skills and Academic Achievement. *Studies on Ethno-Medicine, 9*(1), 19-24.
38. KHAN, Hafiz Muhammad Ather, FAROOQI, Muhammad Tahir Khan, KHALIL, Atif, et al. Exploring Relationship of Time Management with Teachers' Performance. *Bulletin of Education and Research, 2016*, vol. 38, no 2, p. 249-263.
39. KIFAYAT KHAN, DR. TEHSIN TAHIR , DR. TEHSIN TAHIR , ASAD KHAN , **A Study to Examine Teachers' Classroom Time Management Strategies At Secondary School Level** , *Journal of Business and Tourism Volume 03 Number 02 July – December, 2017 –p,p71.83*
40. KIFAYAT KHAN, DR. TEHSIN TAHIR , DR. TEHSIN TAHIR , ASAD KHAN , **A Study to Examine Teachers' Classroom Time Management Strategies At Secondary School Level** , *Journal of Business and Tourism Volume 03 Number 02 July – December, 2017 –p,p71.83*
41. MERCANLIOGLU, Çigdem. The relationship of time management to academic performance of master level students. *International Journal of Business and Management Studies, 2010*, vol. 2, no 1, p. 25-36.
42. MIQDADI, F. Z., ALMOMANI, A. F., MASHARQA, M. Shadid, et al. The Relationship between time management and the academic performance of

- students from the Petroleum Institute in Abu Dhabi, the UAE. In : *ASEE 2014 Zone I Conference*. 2014.
43. NADINLOYI, Karim Babayi, HAJLOO, Nader, GARAMALEKI, Nasser Sobhi, *et al*. The study efficacy of time management training on increase academic time management of students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2013, vol. 84, p. 134-138.
 44. Nasrullah_PhD, S., & Khan_PhD, M. S. (2015). The impact of time management on the students' academic achievements.
 45. Swart, A. J., Lombard, K., & de Jager, H. (2010). Exploring the relationship between time management skills and the academic achievement of African engineering students—a case study. *European Journal of Engineering Education*, 35(1), 79-89.
 46. Tracy, B. (2014). *Time Management (The Brian Tracy Success Library)*. Amacom.
 47. UGWULASHI, Chima Sebastine. Time Management: Essential. tool for teaching and learning improvement in challenging resource period in Nigeria. *Educational Research Educational*, 2013, vol. 1, no 2.
 48. Xu, Jianzhong, Jianxia Du, and Xitao Fan. "What influences Chinese undergraduates' time management in online groupwork? An empirical investigation." *Educational Psychology* 37.6 (2017): 757-771
 49. Zafarullah, S., Mumtaz, K., Murad, P. U., Abida, S., & Humera, S. (2016). Teachers' Time Management and the Performance of Students: A Comparison of Government and Private Schools of Hyderabad, Sindh, Pakistan.
 50. Nasrullah_PhD, S., & Khan_PhD, M. S. (2015). The impact of time management on the students' academic achievements.
 51. Block, J. H. (1971). Operating procedures for mastery learning. *Mastery Learning: Theory and Practice*. New York: Holt, Rinehart and Winston.