

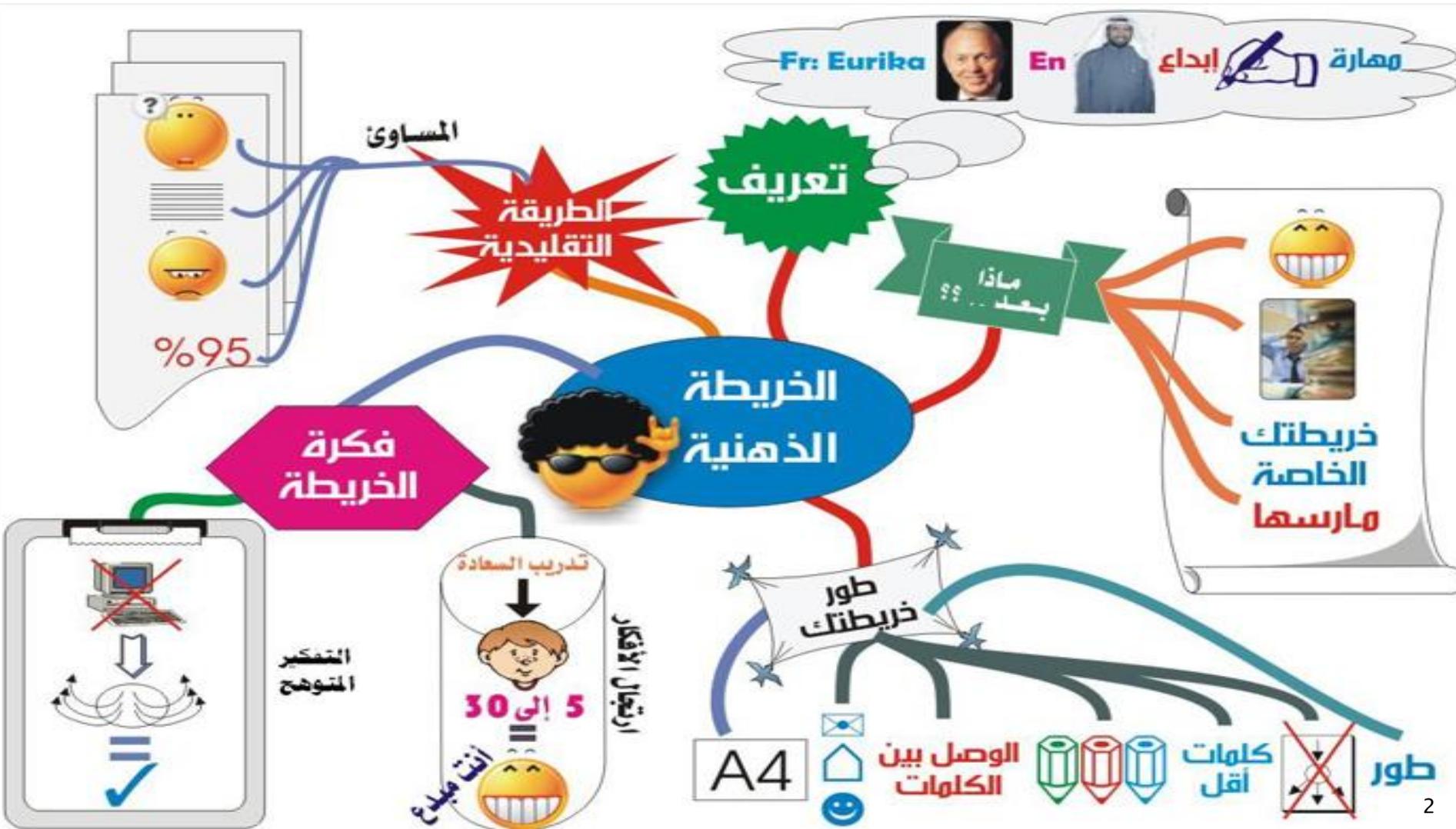
مدرس المقرر

د. إسماعيل عواودة

أستاذ مساعد في كلية الدراسات التطبيقية

وخدمة المجتمع

وقفة تأمل ... الخرائط الذهنية والمفاهيمية



قبل الرسم يدوياً أثن الورقة من المنتصف ←---

الموضوع في المنتصف قد يكون كلمة أو جملة أو شكل أو رمز أو كلاهما

عرض المعلومات والمفاهيم من اليمين لليسار
محاكاة لدوران الذبذبات في الدماغ

خطوات الرسم

بداية الفروع الرئيسية تكون بنمط عريض ثم تتضاءل

استخدم أدوات الخريطة الذهنية

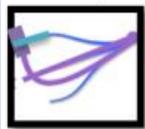
- الرموز والدلالات : 😊 ✓ & \$ % !
- الأشكال والصور : ↩️ 🥤 💡 ⚠️ ▲
- البيانات والعلاقات بشكل مختصر ومصغر : 📊 📈 📉

استخدم الألوان في رسم الفروع والأشكال قدر المستطاع

الكتابة على سطح الفرع

رسم الفروع بشكل منحنى ولا يقتصر على الخطوط المستقيمة لأن الدماغ يعمل بشكل إشعاعي

يجب ألا تتقاطع الفروع



المحاضرة السابعة لمقرر مهارات التعلم والتفكير

الوحدة الرابعة مهارات الاستذكار الفعال

الجزء الأول

- ❖ الخرائط الذهنية
- ❖ خرائط المفاهيم

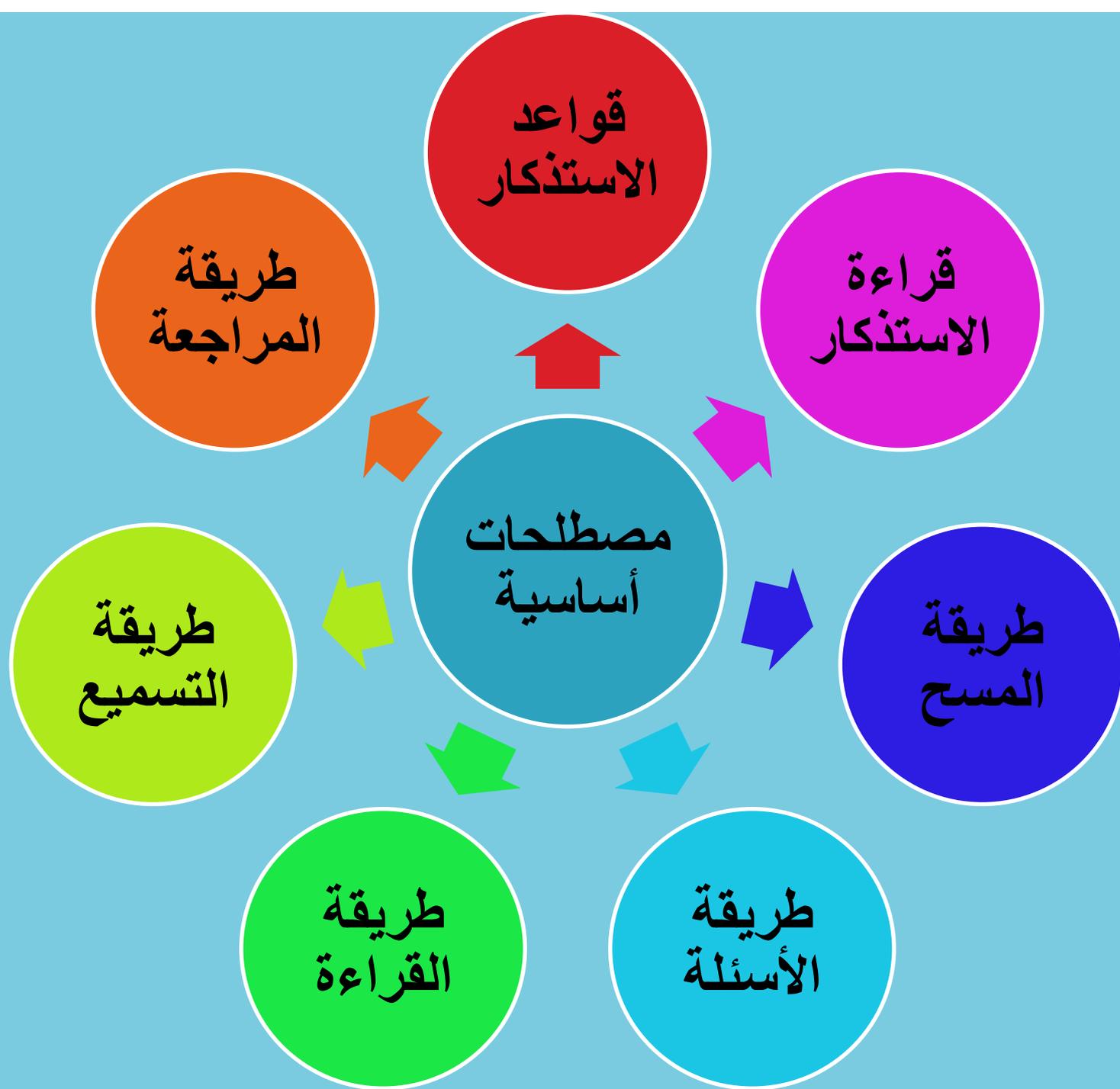
الجزء الثاني

- ❖ ١٢ قاعدة للاستذكار الفعال
- ❖ قراءة الاستذكار

الأهداف:

تمكين الطلبة من الآتي:

١. التعرف على قواعد التعلم والاستذكار الفعالة.
٢. استخدام إحدى طرق الاستذكار.
٣. تطبيق مهارات القراءة من أجل الاستذكار.



أفكار رئيسة

١ • تتسم بداية أي عمل لدى الكثيرين بشيء من الصعوبة

٢ • يكون التعلم سهلا وأفضل في حال توفر الدافعية

٣ • اكتشافك لنمط تعلمك المفضل مساعد مهم في استذكراك بفاعلية •

٤ • الفرق بين الأداء المتوسط والتميز يكمن في حسن الاستعداد •

٥ • تدوين ما تم تعلمه يمكنك من الاستذكراك الجيد

المعنى اللغوي للاستذكار :

▶ " استذكر فلانا : ربط في إصبعه خيطا ليذكر صاحبه. واستذكر الشيء: ذكره. واستذكر الكتاب : درسه للحفظ.

▶ وبناء عليه فإن مهارات الاستذكار تشير إلى مجموعة الأنماط السلوكية المتعلمة من الآخرين ، بالتقليد أو الاسترشاد، أو بالمحاولة والخطأ ، أو من مصادر التعلم المختلفة، والتي يستخدمها المتعلم في الإنجاز الأكاديمي في المواد الدراسية المختلفة وفي مراحل العمرية المتتابعة.

▶ وهي أنماط سلوكية متعلمة تتباين بتباين مواقف التعلم، وتختلف باختلاف التخصصات الدراسية، وتتطور بتتابع المراحل العمرية للمتعلم.

المعنى التربوي لمهارات الاستذكار

► تعددت التعريفات التي وردت لمهارات الاستذكار، فيعرف جراهام

وروبنسون *Graham & Robinson (1989)* مهارات

الاستذكار بأنها:

" القدرات النوعية التي من المحتمل أن يستخدمها الطلاب منفردين أو

في جماعات لتعلم محتوى مناهجهم الدراسية، من بداية قراءتها إلى

تناول الامتحان بها".

عادات الاستذكار ...

► ويعرف السيد زيدان (١٩٩٠م) عادات الاستذكار بأنها " نمط سلوكي يكتسبه الطالب خلال ممارسته المتكررة لتحصيل المعارف والمعلومات ، وإتقان الخبرات والمهارات ، وهذا النمط السلوكي يختلف باختلاف الأفراد ، ويتباين بتباين التخصصات ."

► واستخلص محمد نبيه (١٩٩٠م) من خلال استعراضه لمجموعة من تعريفات عادات الاستذكار أنها "أنماط سلوكية مكتسبة ، تتكرر في المواقف المتشابهة، وتساعد على توفير الوقت والجهد ، وإتقان الخبرات التعليمية للطلاب، وتختلف باختلاف التخصصات والأفراد"

► ويعرفها علاء الشعراوي (١٩٩٥م) بأنها تمثل أنماطاً سلوكية خاصة ، يكتسبها الطالب من خبراته المتكررة في التحصيل واكتساب الخبرات.

كيف نبدأ العمل بالاستذكار؟

▶ تتسم بداية أي عمل لدى الكثيرين بشيء من الصعوبة، ولتيسير ذلك هناك أربع طرق تساعد على البدء في العمل ، يعرضها بيتر وهوب يمكن إيجازها فيما يلي:



١. خلق مناخ مناسب للعمل
٢. ضع قائمة مسبقة بالمهام المطلوبة
٣. ضع فوائد الدراسة نصب عينيك.
٤. اترك مناخ عملك جذابا للمرة التالية

العوامل المؤثرة في تعلم الأشياء وتذكرها:

► وهناك ثلاثة عوامل تؤثر في تعلم الأشياء وتذكرها وهي

► أولاً: طبيعة المواد التي نتعلمها :

► ثانياً: ظروف وطبيعة الاستذكار :

► ثالثاً: خصائص الفرد المتعلم :

ما الكيفية لزيادة التحصيل بمهارات الاستذكار؟

► يعرض كوتريل (1999,22) *Cottrell* مجموعة من الاقتراحات لتطوير

الإيجاز والتحصيل اعتمادا على مهارات الاستذكار، منها ما يلي:-

► ١. الوعي بما هو مطلوب منك ، أو ما أنت مكلف به

► ٢. الطرق والاستراتيجيات

► ٣. الثقة بما تفعل

► ٤. الألفة

► ٥. الوعي بالذات وتقويمها

متى يكون التعلم سهلا وأفضل؟

► وفيما يلي توضيح مختصر لتلك المحددات :

١. الحالة الفيزيائية المؤهلة للتعلم :

٢. الاعتقاد في إمكان التعلم :

٣. حب التعلم والتمتع به:

٤. البيئة المناسبة للتعلم: :

٥. استخدام استراتيجيات التعلم الفعال :

٦. استخدام كل الإمكانيات العقلية



معوقات عملية الاستذكار:

- ▶ هناك عدة صعوبات تعوق الطلاب أثناء عملية الاستذكار
1. عدم القدرة على التركيز أثناء المذاكرة .
 2. تراكم الدروس وعدم القدرة على تنظيم الوقت .
 3. طرق القراءة الضعيفة وعدم معرفة النقاط المهمة في الدرس .
 4. عدم القدرة على التركيز أثناء الشرح .
 5. عدم توافر الكتب والمذكرات والكراسات المنظمة .
 6. كراهية بعض المواد الدراسية وسوء العلاقات مع الأساتذة .
 7. الحالة الصحية الضعيفة إلى جانب التغذية السيئة وعدم انتظام الهضم .
 8. المشكلات العائلية وسوء العلاقات مع الوالدين والإخوة مما يشتت الذهن ويصيب الذاكرة بالضعف .
 9. الخوف من الاختبارات .

مهارات الاستذكار

مهارات المخرجات

المشاركة في الفصل
كتابة التقارير
التقارير الشفهية
تجنب قلق الاختبار
أخذ الاختبار
التعلم من الاختبار

مهارات العمليات

إدارة الذات
إدارة الوقت
التركيز
إدارة الذاكرة
الإعداد
للاختبار

مهارات المدخلات

الاستماع
القراءة
عمل الملاحظات
تحديد الأهداف
المشاركة في
الفصل المدرسي

فن الاستذكار الجيد :

▶ عملية الاستذكار ليست عملية آلية ميكانيكية بحتة، وإنما هي فن من الفنون الذهنية، له أصوله وقواعده ومناهجه والذي يقوم على التفكير الناقد والنظرة الفاحصة المدققة والوعي والإدراك والاستيعاب والتحليل والتركيب والمقارنة والتطبيق والتعميم والتمييز والربط بين المواد بعضها بعضاً وبينها جميعاً وبين مظاهر الحياة .

شروط الاستذكار الجيد ... (١)

١. توافر الدافع أو الحماس لدى الطالب لبذل الجهد والطاقة والعمل الجاد والموصول.
٢. التكرار الواعي المستتير القائم على فهم المادة واستيعابها وليس التكرار الآلي الأصم الأعمى .
٣. توزيع الجهد المطلوب في الدراسة على عدة جلسات بدلاً من الجهد المركز في جلسة واحدة.
٤. يلعب الجهد الذاتي الذي يبذله الطالب دوراً أساسياً في نجاح عملية التعليم.

شروط الاستذكار الجيد ... (٢)

- ٥- فهم معنى المادة المتعلمة فهماً جيداً.
- ٦- اتباع الطريقة الكلية في الاستذكار
- ٧- تسميع الطالب لنفسه ما استذكره حتى يستوثق من أنه هضم المادة المراد تعلمها وحتى يزداد ثقة في نفسه .

هناك مهارات فرعية ينبغي على المعلم أن يركز جهده في تنميتها
وتطويرها لدى التلاميذ، ومن تلك المهارات:

- ▶ التمييز بين الكلمات
- ▶ القدرة على الفهم والاستيعاب
- ▶ حركة العينين
- ▶ السرعة في القراءة:
- ▶ قراءة وحدات فكرية مستقلة

استراتيجيات تحسين القراءة

▶ يقدم كوتريل *Cottrell (1999,114)* عدداً من الإستراتيجيات

لتحسن القراءة وسرعتها، والفهم القرائي، يمكن إيجازها فيما يلي:

▶ ١- قراءة النصوص الأكثر حداثة

▶ ٢- تتبع الإصبع

▶ ٣- معرفة متى تقرأ بصوت عال

▶ ٤- اقرأ الفقرات أو القطع الكبيرة

▶ ٥- البناء والتهيئة للموضوعات أو النصوص الصعبة

▶ ٦- احتفظ بحركة عينيك للأمام

مهارة عمل أو أخذ الملاحظات

- ▶ من الاقتراحات لعمل الملاحظات من الكتب أو المحاضرات كالتالي:-
- ▶ - استخدم القلم ودون ملاحظات مما تقرأ .
- ▶ - ملاحظتك قد تكون إجابات لأسئلة .
- ▶ - حدد ولخص الأفكار الرئيسية مع صياغتها بأسلوبك وكلماتك.
- ▶ - رتب الأفكار تحت العناوين أو الأسئلة.
- ▶ - دوّن بالضبط من أين أتيت بالمعلومات (اسم الكتاب، ورقم الصفحة).
- ▶ - اترك مسافات بين سطور ملاحظتك لإضافة التفصيلات إذا رغبت لاحقاً.
- ▶ - ضع ملاحظات كل موضوع في ملف خاص مكتوب عليه العنوان بوضوح.
- ▶ - يفضل استخدام صفحة منفصلة لكل موضوع فرعي.
- ▶ - احتفظ في أول كل ملف بصفحة للمعلومات المستجدة .
- ▶ - اجعل صفحة الملاحظات سهلة التذكر باستخدام الرموز أو الاختصارات والألوان.
- ▶ - اربط النقاط ببعضها البعض باستخدام الأسهم أو الخطوط المتقطعة.
- ▶ - اكتب الاقتباسات بألوان مختلفة.
- ▶ - رتب الملاحظات المتناثرة والتي تتناول فكرة واحدة باستخدام الألوان أو الدوائر ، أو باستخدام الخطوط بالمسطرة.

مهارات التنظيم للاستذكار باستخدام الحاسب الآلي

هناك بعض المهارات الضرورية التي تساعد على مضاعفة فاعلية استخدامه، والتي من أهمها :

- ▶ - مهارات تشغيل الحاسب الآلي وخاصة برنامج النوافذ *Windows V.x & Microsoft office*
- ▶ - فور فتح ملف على برنامج معالج الكلمات *Winword* يجب تسميته ،حتى يمكن حفظ المعلومات به، وإعادة استرجاعه عند الحاجة إليه.
- ▶ - اختيار أسماء الملفات باسم يشير إلى محتواه ييسر عليك البحث عنه.
- ▶ - يفضل وضع عنوان الموضوع على هامش الصفحة ليظهر عند الطباعة في كل ورقة.
- ▶ - يفضل أن يكون حجم الملف صغيراً يتراوح من ٥٠-٦٠ صفحة.
- ▶ - احفظ عملك على الملف كل فترة زمنية قصيرة (١٠ دقائق)، ويمكن عمل ذلك آلياً من خلال الحاسب.
- ▶ - كل مجموعة ملفات تتناول موضوعاً واحداً يفضل وضعها في فهرس واحد باسم يجمع بين محتوياتها.
- ▶ - احتفظ بعملك وملفاتك على أقراص مرنة ،مع تسمية الأقراص وعنونتها.
- ▶ - احتفظ بالأقراص في أماكن جافة جيدة التهوية داخل علبة نظيفة بعيدة عن الأتربة وضوء الشمس المباشر، حتى لا تفقد محتوياتها.
- ▶ - لا تتبادل الأقراص مع الآخرين، حتى تتجنب تلف محتوياتها، أو انتقال فيروسات الحاسب الآلي إلى جهازك وبياناتك، مما يسبب تدميرها.

قواعد في التعلم الاستذكار (١٢ قاعدة)

١. ثق بقدراتك
٢. استعد
٣. قم بتنظيم نفسك وقدراتك
٤. قم بقضاء وقتك في الأشياء المفيدة
٥. حافظ على انضباطك
٦. تحل بالأصرار والمثابرة

قواعد في التعلم الاستذكار

- ▶ ٧: فرق تسد
- ▶ ٨ : يجب أن تصبح مرشحاً للمعلومات
- ▶ ٩ : تمرن على رفع جودة المخرجات مثلما تتمرن في المدخلات
- ▶ لا تخش اخطائك
- ▶ ١١ : استغل كل ماتملك من انواع ذكاء مختلفه لتصنيع ادوات استذكار معاونه
- ▶ ١٢ : كن نشطاً

نصائح عامّة

▶ النصيحة الأولى: تبادل أرقام الهواتف

▶ النصيحة الثالثة: التبسيط.

▶ النصيحة الثانية: جهّز نفسك ذهنياً.

▶ النصيحة الرابعة: الترتيب الهجائي

▶ النصيحة الخامسة: تعلّم بينما أنت نائم.





توجد أيضا عدة طرق مفيدة تم تطويرها للمساعدة على تعلّم الكتب بكفاءة أعلى. من هذه الطرق:

طريقة SQ3R للقراءة :

وهي وسيلة لدراسة فعّالة طوّرها د. فرانسيس روبينسون. هذه الطريقة مبنية على خمسة المبادئ: **تصفح، تسائل، اقرأ، سمّع، راجع.**

تصفح Survey : اقرأ مقدمة الفصل. ستتكون لديك فكرة عامة عنه. ثم مر على الصفحات التالية محاولا قراءة العناوين والكلمات البارزة وما كتب على الصور والأشكال البيانية. حاول مراجعة الإشارات التي وضعها المدرّس - إن وجدت، وأخيرا حاول قراءة أي ملخص موجود للفقرات أو الفصل .

تسائل Question : حول اسم الفصل وعناوينه الفرعية إلى أسئلة. سيساعدك هذا على تذكّر المعلومات التي تعرفها واستيعاب معلومات جديدة بسرعة أكبر. بإمكانك أن تسأل نفسك "ماذا أعرف عن هذه المادة؟" و "ماذا قال المدرّس عن هذه المادة؟". واقرأ الأسئلة الموجودة في الكتاب عن كل فصل - إن وجدت كذلك. ولا تنسى أن تترك فراغا تحت السؤال لتملأه بالإجابة حينما تتأكد منها .

توجد أيضا عدة طرق مفيدة تم تطويرها للمساعدة على تعلم الكتب بكفاءة أعلى. من هذه الطرق:

- ▶ **اقرأ Read:** ابدأ بالقراءة وسجل ملاحظتك، وابحث عن أجوبة للأسئلة التي طرحتها من قبل. اقرأ المقاطع الصعبة بتروي وتركيز، توقف وأعد قراءة الأجزاء التي لم تفهمها، اقرأ القسم وراجعه قبل الانتقال إلى قسم آخر. وحاول حل الأسئلة الموجودة في نهاية كل فصل من الكتاب - إن وجدت .
- ▶ **سمّع Recite:** بعدما تنتهي من القسم، سمّع لنفسك الأجوبة التي وضعتها. تأكد من كتابة الأجوبة في هوامش الكتاب وأوراق خارجية. وسمّع مرة أخرى ما قمت بكتابته .
- ▶ **راجع Review:** عندما تنتهي من قراءة الفصل، انظر إن كان بإمكانك الإجابة عن جميع الأسئلة التي وضعتها. وتأكد من أنك كتبت بعض المعلومات بتعبيراتك أنت في هوامش الكتاب وأوراق خارجية، ووضعت خطوطا تحت المفاهيم والنقاط الهامة. كما تأكد من فهمك لكل ما كتبته أو وضعت خطا تحته. سيساعد هذا على تثبيت المعلومات في الذهن .

قبل الختام

• ويركز بتلر وهوب (١٩٩٨م، ص٥٠١-٥٠٣) على ثلاثة جوانب لتحسن الذاكرة، وهي:

• ١. التقسيم: حتى نستطيع تذكر كمية كبيرة من المعلومات، فمن الأفضل أن نجزئها إلى قطع صغيرة، يسهل تناولها واستذكارها.

• ٢. الربط: ربط المعلومات الجديدة بالمعلومات القديمة، أو المعلومات الجديدة ببعضها، يُمكن من بناء مادة نتعلمها بطريقة يسهل تذكرها.

• ٣. المعنى: من الأسهل تعلم وتذكر الأشياء ذات المعنى، عن تعلم وتذكر شيء لا يعنى لنا الكثير. ولجعل المعلومات لها معنى هناك عدة طرق، منها: التداعي للمعاني من خبراتنا ومعارفنا السابقة، وعن طريق إدراك وفهم العلاقات بين العناصر لمختلفة...إلخ.

• ٣- مهارة التركيز Concentration skill

• تشير تلك المهارة إلى تركيز الانتباه مع الوعي. أو أنها القدرة على تركيز الانتباه في فكرة أو في مفهوم أو في مشكلة واحدة، مع مصاحبة الوعي لهذا الانتباه.



شکر



- وهناك عدد من الأخطاء الشائعة التي يجب تجنبها في أثناء فترات المراجعة، وهي :
 - - ترك المراجعة حتى الدقائق الأخيرة قبل الاختبار.
 - - قراءة الملاحظات عدة مرات قبل الامتحان.
 - - كتابة الملاحظات المرة تلو الأخرى.
 - - كتابة المقالات وإجابات الأسئلة المتوقعة وحفظها عن ظهر قلب.
 - - البحث عن سبل التأجيل للمراجعة، مثل الانشغال بالأهل أو الأصدقاء.
 - - انخفاض دافعية الاستمرار في الاستذكار والمراجعة.
 - - الخوف من عدم القدرة على تذكر المعلومات.
 - - انخفاض القدرة على مواجهة الملل والتعب.
 - - الانشغال بالعديد من المسؤوليات غير مهام ومسؤوليات المراجعة.
 - - التوقف عن المراجعة قبل اكتمال عملية التعلم.

تمنياتي لكم بالتوفيق

شاكراً لكم متابعتكم
للتواصل

من خلال البلاك بورد – المناقشات

المكتب- كلية الدراسات التطبيقية (الخميس ١٢ - ١)

البريد الالكتروني iaawawdeh@ud.edu.sa

تويتر @ISMAILAWAWDEH