

المهارات الأكاديمية

Academic Skills

الوحدة الأولى

مهارات إدارة الذاكرة وتطبيقاتها الدراسية

الأداء العام المتوقع من الطالب بعد الانتهاء من التدريب علي الجلسة:

- أن يتقن مهارة أداء إدارة الذاكرة وتطبيقها في حياته الدراسية.

الأهداف الخاصة للجلسة:

من المتوقع بعد الانتهاء من الجلسة أن يكون الطالب قادراً علي:

- توضيح أهمية الذاكرة وكيفية الاستفادة منها في حياته الدراسية.
- التمييز بين أنواع الذاكرة.
- التعرف علي مكونات الذاكرة وما يميز كل مكون.
- تحديد مفهوم إدارة الذاكرة.
- تطبيق أساليب تنشيط الذاكرة في حياته الدراسية.

الذاكرة وأهميتها

الذاكرة هي ذلك الجزء من الدماغ الذي تتجمع فيه المعلومات التي تكتسبها طوال حياتك وفيها يتم معالجة المعلومات وتنسيقها وتنظيمها:



الذاكرة الجيدة:

- تساعد علي اتخاذ القرارات.
- تساعد في مواجهة مشكلات الحياة.
- تساعد في القراءة والمتابعة والتحدث.
- تساعد علي تنظيم أفكارك.

*انواع الذاكرة:

١- الذاكرة الحسية:

تعرف بالذاكرة اللحظية.

تستقبل المعلومات عن طريق الحواس الخمس.

تصنف الأشياء إلي أصوات أو أشكال أو روائح أو مذاقات أو مشاعر.

هي المدخل لعملية التعلم.

مدة الإحتفاظ الذاكرة الحسية بالمعلومات لا تتعدى ٣ ثوانٍ.

٢- الذاكرة قصيرة المدى:

تنتقل المعلومات من الذاكرة الحسية إلي الذاكرة قصيرة المدى عندما تكون المعلومة منتقاة.

مدة بقاء المعلومات تتراوح ما بين ٢٠ إلي ٣٠ ثانية.

تعرف بالذاكرة العاملة.

سعة المخزون محددة بمتوسط ٧ وحدات قابلة للفقدان بسهولة.

مستوي تنشيط المعلومات فيها عالما دمننا نقوم بالتركيز علي المعلومات .

٣- الذاكرة طويلة المدى:

تنتقل إليها المعلومات من الذاكرة قصيرة المدى.

تخزن المعلومات علي شكل أنماط يمكن تفسيرها وإعطائها معني.

تعرف بخزان المعلومات.

تضم جميع المعلومات والخبرات والمشاعر والاحداث والمواقف التي حدثت للفرد وتمت معالجتها.

- التنظيم: تنظيم المعلومات إلى فئات علي اساس العناصر المشتركة بينها.
- التفسير: تفسير المعلومات الداخلة إليها وإعطائها معان معينة .
- الربط بين التعلم القديم والتعلم الجديد .
- التحليل: تحليل المعلومات للتعرف علي اجزاءها.

ألية عمل الذاكرة:

الانتباه

الترميز

التخزين

التذكر أو الاسترجاع

اساليب لتنشيط الذاكرة

- التنظيم: كتابة المعلومات التي تحتاج لها مستقبلا.
- ربط الاشياء بعضها ببعض في ذهنك.
- التقليل من استخدام الهاتف النقال واجهزة الحاسب.
- عملية التقسيم والتبويب للمجموعات.
- الاهتمام: يساعد علي تخزين ومعالجة المعلومات بطريقة تمكنك تذكرها لوقت طويل.
- الفهم: من السهل أن تتعلم شيئا وتذكره إذا كنت فهمته- حاول أن تفهم ما تقرأ.

اسئلة:

١- حين تقوم بإعطاء المعلومات معاني خاصة بك، تفهمها بطريقة الخاصة فإن هذا يعني بأنك تطبق مهارة:

أ- الانتباه

ب- الترميز

ج- التخزين

د- الاسترجاع

٢- من الاخطاء الشائعة عند بعض الطلبة تشغيل الراديو أو التلفاز أثناء المذاكرة وبحسب آليات عمل الذاكرة فإن التفسير العلمي لهذا الخطأ يكمن في أن :

أ- الاستذكار تقل فعاليته حتي يضعف عمل الترميز.

ب- الاسترجاع يقل مع تشغيل الراديو أو التلفاز لأن الاصوات تعيق الترميز.

ج- تخزين المعلومات التي حفظتها تتحول إلي الذاكرة الحسية وليست طويلة المدى.

د- المثيرات الحسية الواردة إلي الدماغ تتشتت ما بين المادة المتعلمة وبين المثيرات الحسية الأخرى، وبالتالي لا تتم معالجة المادة جيداً.

٣- يهتم كثير من الطلبة بربط المعلومات القديمة بالمعلومات الجديدة، وهذا إحدى وظائف الذاكرة:

أ- الترميزية

ب- قصيرة المدى.

ج - الحسية

د - طويلة المدى

• أسئلة (صح) (خطأ) الخيار (أ) يمثل الإجابة الصح، الخيار (ب) يمثل الإجابة الخطأ.

خطأ	صح	العبارة
ب	أ	- تعرف الذاكرة الحسية بـ " الذاكرة اللحظية".
ب	أ	- الذاكرة هي التي يتم فيها معالجة المعلومات وتنسيقها وتنظيمها
ب	أ	- تنتقل المعلومات من الذاكرة الحسية إلي الذاكرة قصيرة المدى عندما تكون المعلومات مستقبلية.
ب	أ	- من أساليب تنشيط الذاكرة بشكل صحيح تجنب المذاكرة بعد وجبات الطعام مباشرة.

الوحدة الثانية

أنماط التعلم والاستذكار الفعال

الأداء العام المتوقع من الطالب بعد الانتهاء من الجلسة :

ان يميز بين أنماط التعلم وتطبيق مهارات الاستذكار الفعال في حياته الدراسية.

الأهداف الخاصة للجلسة:

- التعرف علي مفهوم نمط التعلم.
- تحديد أهمية أنماط التعلم.
- التمييز بين أنماط التعلم وتطبيقها في حياته الدراسية.
- التعرف علي مفهوم الاستذكار الفعال.
- تطبيق خصائص الاستذكار الفعال في حياته الجامعية.
- استنتاج فوائد الاستذكار الفعال.
- تحديد معوقات الاستذكار الفعال وطرق التغلب عليها.

أنماط التعلم من حسب نظام الفورمات لماكرثي "4 mat"

تم تطوير تطوير نظام الفورمات من قبل ماكرثي استنادا إلي نظريات كولب، وسمي بهذا الأسم لأنه يركز علي أربع أنماط متداخلة مع بعضها كالنسيج (كلمة mat تعني سجادة)

Emteyaz

نمط التعلم من حيث الموقف التعليمي:

هو " الموقف التعليمي الذي يفضل فيه المتعلم أن يتعلم المعلومات والمهارات والقيم الجديدة والصعبة وتحت ظروف معينة يفضلها".

نمط التعلم من حيث شخصية المتعلم:

هو " مجموعة من الصفات والسلوكيات التي تختلف من فرد لأخر وتختص هذه السلوكيات في معالجة المعلومات واسترجاعها والتي تؤثر بدورها علي طرق التعليم".

أهمية أنماط التعلم:

- تحسين اتجاهات الطالب نحو التعلم.
- تساعد الطالب علي معرفة نمط التعلم الذي يتميز به.
- تحقق الرضا من جانب الطالب عن التعلم.
- تساعد الطالب علي التعلم بصورة أفضل.
- تساعد الطالب علي اكتشاف اسلوب التعلم الذي يناسبه.

أنماط التعلم حسب نظام الفورمات لماكارثي (4 MAT) :

تم تطوير نظام الفورمات من قبل ماكرثي استناداً إلي نظريات كولوب وسمي بهذا الاسم لأنه يركز علي ٤ أنماط متداخلة مع بعضها كالنسيج (كلمة MAT تعني سجادة):

نمط التعلم	وصف النمط	الخطوة التعليمية الملائمة	أدوات التعلم
المتعلم التخيلي	<ul style="list-style-type: none"> • يركز علي الإحساس والمراقبة ويبحث عن المشاركة الشخصية والتدخل والبحث عن المعني وعم الترابطات. • السؤال الأساسي الذي يطرحه هو لماذا؟ 	التحفيز: خلق الإهتمام.	<ol style="list-style-type: none"> ١- الخريطة الذهنية. ٢- المصفى الفكري. ٣- مشاهدة الفيديو. ٤- عمل القوائم والمناقشات.
المتعلم التحليلي	<ul style="list-style-type: none"> • الاستماع للمعلومات والتفكير بها والبحث عن الحقائق والتفكير بالأفكار والتعلم بما يفكر به الخبراء وتشكيل الأفكار. • السؤال الذي يطرحه هو ماذا؟ 	الفحص : إيجاد الحقائق	<ol style="list-style-type: none"> ١- البحث في الانترنت. ٢- البحث في الكتب. ٣- مشاهدة الخرائط . ٤- التفاعل مع برامج الحاسب الآلي.
المتعلم المنطقي	<ul style="list-style-type: none"> • التفكير والعمل والتجريب والبناء وخلق استخدامات وتطبيق الأفكار. • السؤال الاساسي الذي يطرحه هو كيف؟ 	التوسع: توظيف ما تم تعلمه	<ol style="list-style-type: none"> ١- إتمام واجب كتابي. ٢- القيام بالتجارب العلمية. ٣- كتابة القصائد ٤- عمل الكتب واللوحات.

<p>١. إبداع ملف لأعمال الطالب.</p> <p>٢. سرد القصص.</p> <p>٣. المشاركة في المشاريع.</p> <p>٤. عمل التقارير.</p> <p>٥. المشاركة في القصص الشفوية.</p>	<p>التميز: وضع كل الأشياء معاً وتحليلها ومشاركة المعرفة مع الآخرين.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • العمل والشعور والبحث عن الإمكانيات المخبأة والاستكشاف والتعلم بالمحاولة والخطأ والاكتشاف وإبداع اقتاسات أصيلة. • السؤال الأساسي الذي يطرحه هو ماذا إذا؟ 	<p>المتعلم الديناميكي</p>
--	---	--	---------------------------

أنماط التعلم حسب تصنيف ماير:

م	النمط	
<ul style="list-style-type: none"> • وهو التعلم الملموس الحسي الحركي، إنه التجريب وتحريك الجسم أثناء التعلم. • دفع الطلبة للحركة والنشاط وتحفيز الكيان الجسمي. • استخدام الأنشطة التي تتيح الحركة الجسدية لحدوث التعلم. • قيام الطلاب بتمثيل ما يتعلمونه. • جعل المتعلمين نشيطين حركياً من خلال بناء نموذج للتعلم. • انتاج لوحات وملصقات داخل قاعة الدراسة. • تمثيل عملية أو مفهوم ما. • اتمام المشاريع التي تتطلب نشاطاً حركياً 	الحركي	١
<ul style="list-style-type: none"> • التعلم من خلال الأذن . • لا يمكن تخيل التعلم دون المكون السمعي. • المتعلم السمعي لا بد له من الحديث والقرأة بصوت مرتفع. • لتنشيط التعلم السمعي أطلب من الطلبة القرأة بصوت مرتفع وتسجيل شرائط والاستماع إليها وسرد القصص وقيام الطلبة بالشرح فيما بينهم، أو التمثيل بصوت مرتفع. 	السمعي	٢
<ul style="list-style-type: none"> • هو التعلم الذي يوظف العينين في عملية التعلم. • من المهم للمتعلمين البصريين أن يشاهدوا ما يتحدث عنه المعلم أو المقرر. • يتعلم الفرد بشكل أفضل عندما يري أمثلة من العالم الواقعي أو أشكالاً وخرائط وصور وإيقونات. • من أدوات المساعدة البصرية تصميم المصورات التوضيحية، الأيقونات ، النماذج ثلاثية الأبعاد، والمخططات الرسومية. 	البصري	٣
<ul style="list-style-type: none"> • وهي تعني ما يقوم به المتعلمون داخل رؤسهم أثناء ممارستهم عملية التفكير. • بناء الفهم السليم. • الطريقة التي يحول بها الإنسان الخبرة إلي معرفة والمعرفة إلي 	الفكري	٤

- فهم.
- حل المسائل العلمية وتحليل التجارب، وخلق الأفكار الابداعية وتطبيق أفكار جديدة.

يعرف الاستذكار الفعال علي أنه : الطرق التي يتبعها الطالب في استيعاب المواد الدراسية وهي أنماط سلوكية متعلمة تتباين بتباين الموقف التعليمي والمقررات الدراسية.

• خصائص الاستذكار الفعال:

م	الخاصية	الوصف والتطبيق
١	الاعتقاد في إمكانية التعلم	ثقة المتعلم في مستوى ذكائه والاعتقاد بأن له الحق في التعلم ويكون لديه اتجاهات ايجابية نحو التعلم.
٢	الحالة الفيزيائية للمتعلم	الحصول على القسط الكافي من الراحة البدنية والنفسية والبعد عن التوتر والاجهاد والتعب.
٣	البيئة المناسبة للتعلم	توفير مكان مناسب من حيث التهوية الجيدة والإضاءة الكافية والبعد عن الضوضاء والمشتتات.
٤	معالجة وترميز المعلومات	تنظيم المعلومات وتفسيرها وتحليلها وربط المعلومات الجديدة بالسابقة لسهولة استرجاعها وقت الاستذكار.
٥	استخدام استراتيجيات التعلم الفعال	تطبيق استراتيجيات فعالة في الاستذكار مثل التلخيص والخرائط الذهنية والقراءة السريعة وتدوين المعلومات المهمة من المحاضر.
٦	استخدام كل القدرات العقلية	توظيف كل قدراتك العقلية واستخدام أنماط التفكير المتنوعة وتوظيف شقي الدماغ الأيمن والأيسر.
٧	حب التعلم والتمتع به	جعل التعلم ممتعاً وأن يكون ما يتعلمه الفرد له معنى لديه، جعل المعرفة جزء من ذاته.

Emteyaz

سؤال:

إلي أي خصية تنتمي هذه العبارة:

- ١- اختيار مكان مناسب من حيث التهوية والإضاءة. (البيئة المناسبة للتعلم)
- ٢- تطبيق مهارة الخريطة الذهنية والتلخيص. (استخدام استراتيجيات التعلم الفعال)
- ٣- تكوين اتجاهات ايجابية نحو المقررات الدراسية. (الاعتقاد في إمكانية التعلم)
- ٤- إعطاء معاني للمعلومات التي تتعلمها (معالجة وترميز المعلومات)
- ٥- جعل المعلومات والمعارف جزء من ذاتك (حب التعلم والتمتع به)
- ٦- توظيف شقي الدماغ الأيمن والأيسر وتنويع التفكير (استخدام كل القدرات العقلية)

ثامناً: معوقات الاستذكار الفعال (١٥ دقيقة)

م	المعوقات	الوصف
١	المعوقات المادية	<ul style="list-style-type: none"> تتعلق بالإمكانات المادية، ومن أمثلتها: عدم توافر قاعات دراسية جيدة. عدم وجود الأجهزة الإلكترونية بشكل كافٍ. عدم مناسبة أماكن التدريس من حيث المقاعد والتهوية والسعة.
٢	المعوقات التعليمية	<ul style="list-style-type: none"> تتعلق بالبيئة التعليمية، ومن أمثلتها: عدم مناسبة المناهج الدراسية للمتعلمين. ضعف قدرات ومؤهلات أعضاء هيئة التدريس.
٣	المعوقات الصحية	<ul style="list-style-type: none"> تتعلق بالحالة الصحية للمتعلم، ومن أمثلتها: عدم توفير جو صحي للمتعلمين. قلة المتابعة الصحية للمتعلمين. عدم توفير عدد كافٍ من الأطباء داخل الجامعة.
٤	المعوقات النفسية	<ul style="list-style-type: none"> تتعلق بالحالة النفسية للمتعلم، ومن أمثلتها: عدم الرغبة في التعلم وقلة الدافعية. المشاعر السلبية نحو الدراسة والتعلم. التوتر والقلق والاضطراب.
٥	المعوقات البيئية	<ul style="list-style-type: none"> تتعلق بالبيئة المحيطة بالمتعلم، ومن أمثلتها: عدم مناسبة أماكن القاعات للتدريس. التهوية والإضاءة غير المناسبة. عدم نظافة أماكن التدريس.

أسئلة:

١- هو مجموعة من الصفات والسلوكيات التي تختلف من فرد لآخر وتختص في معالجة المعلومات واسترجاعها وتؤثر بدورها في طرق التعليم " يشير المفهوم السابق إلي :

أ- نمط التعليم من حيث الموقف التعليمي.

ب- نمط التعليم من حيث شخصية المتعلم.

ج- نمط التعليم بشكل عام.

د- أهمية أنماط التعليم.

٢- واحدة من الأتي ليست من أنماط التعليم حسب نظام الفورمات "format" لمكارثي:

أ- المتعلم التحليلي.

ب: المتعلم التخيلي.

ج- المتعلم المنطقي.

د- المتعلم الحركي.

٣- يوصف المتعلم الذي يقوم بتمثيل ما يتعلمه ويقوم بإنتاج اللوحات والملصقات داخل القاعة الدراسية وفق تصنيف ماير لأنماط التعلم بأنه نمط.

أ- حركي ب- فكري ج- بصري د- سمعي

٤- من فوائد الاستذكار الفعال:

أ- الاعتقاد في إمكانية التعلم.

ب- البيئة المناسبة للتعلم.

ج- ابتكار أفكار وسلوكيات جديدة.

د- الحالة الفيزيائية للمتعلم.

٥- حين تقوم بتوظيف واستخدام أنماط التفكير المتنوعة وتوظيف شقي الدماغ الأيمن والأيسر فإنك تطبق إحدى خصائص الاستذكار الفعال وهي:

أ- استخدام استراتيجية التعلم الفعال.

ب- استخدام كل القدرات العقلية.

ج- معالجة وترميز المعلومات.

د- حب التعلم والتمتع به.

اسئلة (صح) أو (خطأ) - (أ) يمثل الإجابة صح، (ب) تمثل الإجابة خطأ:

العبارة	صح	خطأ
١- من المعوقات النفسية للاستذكار الفعال ضعف قدرات ومؤهلات أعضاء هيئة التدريس.	أ	ب
٢- إن أهمية التعرف على نمط التعلم لدى الطالب يساعد على تسهيل عملية التعلم لديه.		
٣- يشير نمط المتعلم المنطقي في نموذج "4 mat" إلى التفكير والعمل والتجريب والبناء وتطبيق الأفكار.		
٤- من الخطوات التعليمية التي تلائم نمط المتعلم التحليلي في نموذج "format" التميز.		ب

ب	٥- صنف "ماير" أنماط التعلم إلى خمس أنماط هي الحركي والبصري والسمعي والفكري والمنطقي.
---	--

