

## خطة مقرر ١٤٠ نهج: مهارات التعلم والتفكير والبحث

(ثلاث ساعات معتمدة)

### مهارات تطوير الذات:

يدل مفهوم تطوير الذات على مسؤولية الفرد تجاه ذاته ، فهو المسئول الوحيد عن صناعة ذاته وتطويرها واكتسابها المعارف والمهارات والاتجاهات التي تجعله يشعر بالرضا والسلام الداخلي ، وتعينه على تحقيق أهدافه في الحياة.

فتطوير الذات يعني : سعي الفرد بنفسه لرفع مستوى شخصيته وأدائه .

في ضوء هذه الحقائق بني منهج (مهارات تطوير الذات) في السنة التحضيرية من الجامعة مستهدفاً بناء شخصية المتعلم من جوانبها الأساسية الخمسة: الجسدي والوجداني والعقلي والاجتماعي والوظيفي.

ومن هنا ، فإن قسم مهارات تطوير الذات (أحد أقسام السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود) يهدف إلى :

❖ تنمية القدرات العقلية في مجال التفكير والتعلم والبحث عن المعلومات .

❖ تنمية مهارات الاتصال في جوانب التعامل الإنساني .

❖ تنمية الجوانب التثقيفية الصحية المختلفة .

ولذلك فإن قسم مهارات تطوير الذات يقدم ثلاثة مقررات أساسية تعمل على تنمية جوانب أساسية ثلاثة كالاتي :

المجال	اسم المقرر	رقم المقرر ورمزه	الساعات المعتمدة	عدد ساعات الدراسة
الجانب النفسي العقلي	مهارات التفكير والتعلم والبحث	١٤٠ نهج	٣	٣ ساعات تدريسية
الجانب الوظيفي والاجتماعي	مهارات الاتصال	١٤٠ علم	٢	٢ ساعة تدريسية
الجانب الصحي	المهارات الصحية	١٤٠ صحة	٢	٢ ساعة تدريسية

وفيما يلي وصف موجز لكل مقرر من المقررات الثلاث السابقة:

### أولاً : مهارات التفكير والتعلم والبحث :

يهدف المقرر إلى تنمية الجانب العقلي من الجوانب الشخصية ، ويدعمه بالكفايات الأكاديمية اللازمة من الجانب النفسي وما يتعلق بهما من مهارات إدارة وتطوير الذات ، كما يسعى إلى تأكيد وترسيخ مفاهيم أساسية في بناء وتطوير شخصية الطالبة ومنها الثقة بالنفس والقدرة على اتخاذ القرار وإدارة وتنظيم الوقت والتأكد من طرح الأفكار الخلاقة التي تقود إلى الإبداع .

### ثانياً : مهارات الاتصال :

يهدف المقرر إلى تعزيز قدرات إدارة الذات ، وخاصة فيما يتعلق بالجانب الاجتماعي والعلمي والوظيفي ، كما يهدف إلى رفع أداء الطالبة عن طريق بناء شخصية مميزة تجعلها تملك الثقة وتؤسس النجاح ، وتصبح ماهرة في التواصل مع ذاتها وقادرة بامتياز على التواصل مع الآخرين . إذ أن برنامج مهارات

الاتصال يؤكد على امتلاك الطلبة للشخصية المتناغمة الأبعاد القادرة على العمل بتوازن لاستثمار نعمة الله عليها في التفكير ومشاركة الآخرين بفعالية .

### **ثالثاً : المهارات الصحية :**

يهدف مقرر الصحة إلى تنمية الجوانب التنقيفية الصحية لدى الطالبة بما يتضمنه من نواحي صحية متعلقة بالمحافظة على الجسم و الصحة النفسية و الصحة الإنجابية بالإضافة إلى التأكيد على المبادئ الصحية المختلفة التي تثري الجانب الصحي لدى الطلبة والتي تتضمن العديد من الموضوعات المختلفة مثل: الإسعافات الأولية والتغذية والتوعية بالأمراض المختلفة وطرق الوقاية من هذه الأمراض وطرق العناية بأجهزة المختلفة.

### **أهداف مقرر مهارات التعلم والتفكير والبحث:**

يهدف هذا المقرر إلى:

- ١ . تعريف الطالبة بالحياة الجامعية وكيفية الاستفادة منها.
- ٢ . إدارة ذاتها وقدراتها النفسية والعقلية والتواصلية بصورة تقودها إلى النجاح والتفوق والإبداع .
- ٣ . استخدام سلة من الأدوات الحقيقية والإستراتيجية الفاعلة، التي تساعد على تحصيل المعرفة، وتنظيمها وسرعة استدعائها .
- ٤ . تزويد الطالبات بمهارات استخدام المكتبة و الانترنت في البحث عن المعلومة.
- ٥ . تزويد الطالبات بمهارات البحث و أسس الكتابة العلمية.

### **الكفايات المتوقعة أن تكتسبها الطالبة بعد الانتهاء من التدريب على وحدات مقرر ٤٠ نهج:**

- ١ . القدرة على التحكم في الذات وإدارة انفعالاتها وعواطفها وعلاقاتها بصورة إيجابية.
- ٢ . القدرة على وضع خطة إستراتيجية لتطوير ذاتها وبناء شخصيتها واختيار مسارها الجامعي في ضوء أهدافها وإمكاناتها وتفضيلاتها وتطلعاتها المستقبلية.
- ٣ . القدرة على إدارة ذاكرتها وإمكاناتها وقدراتها العقلية وتفضيلاتها، بصورة فاعلة.
- ٤ . تشغيل أدوات وإستراتيجيات مناسبة للتعلم الذاتي المستمر وتحقيق النجاح الدراسي في الجامعة .
- ٥ . إعداد البحوث والمشاريع الدراسية.

### **مبادئ تأليف المقرر:**

- ١- مبدأ أدوات العمل: حيث تكون (الأدوات والإستراتيجيات وطرق العمل) هي المحاور الرئيسة التي تبنى عليها دروس المقرر.
- ٢- مبدأ الانطلاق من المركز إلى الأطراف:
- انطلاقاً من مبدأ ( الأدوات) أعلاه علينا أن نتذكر أن الاستخدام الواعي لأي أداة يتطلب استيفاء أربعة شروط أساسية:
- الاقتناع التام بأهميتها وجدواها. (لماذا؟ = جانب وجداني).
- معرفة أساسها المعرفي وبنيتها العلمية. ( ماذا؟ = جانب معرفي).
- القدرة على استخدامها بمهارة وإتقان. ( كيف؟ = جانب مهاري).
- معرفة متى وأين تستخدم. (متى؟ وأين؟ = جانب تطبيقي).
- ٣- مبدأ التدريب للتمهيد وتشكيل العادات: تحويل ( المهارة) المستهدفة إلى ( عادة) يمارسها المتدرب ببسر وسهولة دون أن يقضي وقتاً للتفكير في مكوناتها وخطواتها وإجراءاتها).

- ٤- مبدأ التعلم النشط: فالمتعلم لا يستقبل المعرفة بشكل سلبي لكنه يبني معرفته بنفسه من خلال نشاطه ومشاركته الفعالة.
- ٥- مبدأ دمج التقنية في التعليم:
- يعتمد هذا المبدأ على حقيقة أن تطوير الذات مرتبط بالقدرة على اكتساب المهارات العصرية التي يمثل الحاسوب الآلي لبها وجوهرها.

### محتوى المقرر:

م	الوحدة	موضوعات الوحدة
١	مهارات التوازن في الحياة	طبيعة الحياة الجامعية
		عجلة الحياة
٢	إدارة عملية التعلم	التخطيط للتعلم
		إدارة بيئة التعلم
		أدوات التعلم
٣	مهارات التعلم الأساسية	مهارات التفكير
		مهارات القراءة
		مهارات الكتابة العلمية

### أساليب التدريس:

تعتمد هذه المادة اعتماداً جذرياً على مدى تفاعل الطالبة ، فالمادة تركز على التدريب وإكساب المهارات بالتطبيق العملي وليس بتقديم المعلومات حول مهارات التعلم فقط. لذا سوف تستخدم مجموعة من الطرق والأساليب التدريسية المتنوعة والتي تتمثل في:

- ١- المحاضرة القصيرة والعروض التقديمية Power Point .
- ٢- التدريس المصغر.
- ٣- البيان العملي.
- ٤- المناقشات الفردية والجماعية.
- ٥- التعلم التعاوني.
- ٦- العصف الذهني.
- ٧- خرائط المفاهيم.

### توزيع الدرجات:

١. الحضور ... ( ٥ درجات ، وتخصم درجة على كل غياب بدون عذر، كما أن الطالبة المتأخرة لمدة أكثر من ١٠ دقائق سوف يسمح لها بالدخول للاستفادة من المحاضرة فقط بدون أن تحسب لها درجة الحضور)، وفي حال غياب الطالبة بنسبة ٢٥% من ساعات المحاضرات الإجمالية تنذر الطالبة بذلك مع الأخذ بتوقيعها بالعلم ومن تتجاوز هذه النسبة تحرم من دخول الاختبار النهائي.

٢. المشاركة... (٥ درجات ، وتتضمن الانضباط السلوكي ، التفاعل الإيجابي في القاعة كفرد وكعضو في المجموعة)
٣. ملف الانجاز ( ١٥ درجات وسيتم تقييمه بشكل دوري على مدى الفصل الدراسي)، علماً بأن ملف الانجاز يجب أن يكون مع كل مجموعة في كل محاضرة ويحتوي على ما يلي:
  - صفحة غلاف تحتوي على : اسم الطالبة- الرقم الجامعي - الشعبة – ووقت المحاضرة- رقم المجموعة التي تنضم لها الطالبة في العمل الجماعي.
  - ثم يقسم الملف إلى قسمين :
  - الواجبات الجماعية: والتي تحدد من المدربة في كل محاضرة . وترفق مع تقارير التعلم الذاتي: وهو تقرير عن مهمة الطالبة ويحتوي على ( نوع النشاط، مهمة الطالبة في المجموعة، وتقرير عن النشاط في صفحة واحدة وكيف استفادت منه).
  - الواجبات الفردية: والتي تحدد من المدربة في كل محاضرة . ويرفق معها قسم I am special: وهنا للطالبة كامل الحرية في اختيار مكوناته سواء موضوعات خاصة بها ، هوايات، أفكار، موضوعات عامة تهمها ، .... وهكذا.
٤. المشاريع الجماعية وهي كما يلي:
  - ٥ درجات على عرض بوربوينت
  - ٥ درجات على منشور، سواء مجلة ، أو جريدة ، أو مطوية
  - ٥. اختبار تحصيلي نصفي (١٥ درجة).
  - ٦. كتابة بحث علمي بشكل فردي على أن تراعى فيه مهارات الكتابة العلمية (٥ درجات).
  - ٧. اختبارات قصيرة على مدار الفصل الدراسي (٥ درجات).
  - ٨. اختبار تحصيلي نهائي ( ٤٠ درجة)

### ملاحظات هامة:

١. يتم تقسيم الطالبات إلى مجموعات غير متجانسة بحيث يكون لكل مجموعة قائدة لتوزيع المهام التعاونية على أفراد المجموعة.
٢. يجب إحضار الكتاب المقرر في كل محاضرة، وكذلك ملف الانجاز الخاص بك
٣. حتى لا يتم حسم درجات من أوراق العمل المقدمة أمل مراعاة التالي:
  - جميع أوراق العمل المطلوبة يجب أن تقدم مطبوعة على ورق أبيض A4 بحيث لا يتجاوز بنط (حجم) الخط ١٤ ولا يقل عن ١٢ باستخدام خط Times New Roman
  - صفحة الغلاف يجب أن تشتمل على : اسم الطالبة ، اسم المقرر ورمزه ورقم الشعبة ، يوم ووقت المحاضرة اسم ورقة العمل ( واجب رقم...)
  - يجب مراعاة قواعد اللغة العربية والإملاء الصحيح عند الكتابة والالتزام بعدد الصفحات المطلوبة
  - يجب مراعاة التقيد بالموعد المتفق عليه لتسليم الأوراق.
  - قدمي أعمالك بحيث تكون بعبارات وجمل بأسلوبك تعبري فيها عن فهمك وأفكارك. واجعلي عملك يدل على شخصيتك من خلال الترتيب والتنظيم.
  - إيجابيتك خلال الجلسة التدريبية تنعكس على ارتفاع تحصيلك في المادة.

راجية من الله عز وجل النفع والتوفيق للجميع

د. سمر الشلهوب

أستاذ المناهج وطرق تدريس الرياضيات المساعد