



الأهداف^{1,2}

- أن يحدّد الطلاب أسلوب الدراسة الناجع بالنسبة لهم.
- أن يطلع الطلاب على أساليب الدراسة المتنوعة.
- أن يطور الطلاب مرونة وظيفية عند الانتقال بين المهمات الدراسية المختلفة.

مقدمة

يكتسب الطلاب خبرة في أساليب الدراسة المختلفة عبر السنين (اكتساب المعلومات، الدراسة في مجموعة، إجراء بحث وغيرها)، حيث يلاحظون أسلوب الدراسة المناسب والمريح والممتع بالنسبة لهم. سنمنح الطلاب من خلال هذا الدرس أدوات لملاحظة العادات التي ينتهجونها في الدراسة، وأساليب الدراسة الناجعة بالنسبة لهم. سنساعدكم أيضاً على تشخيص ما يؤثر على الطريقة التي يتبعونها في الدراسة، كما سنساعدكم على تحديد أسلوب الدراسة الأفضل بالنسبة لهم من خلال تعبئة استمارة تشخيصية والعبر التي يستخلصونها.

فعالية تمهيدية (10 دقائق)

يتحرّك الطلاب في الصف بشكل عشوائي (يمكن أن يستخدم المعلم الموسيقى في الخلفية). يطلب المعلم من الطلاب التوقف بين قبينة وأخرى من خلال إيقاف الموسيقى (إذا لم يستخدم الموسيقى، يمكنه أن يطلب منهم التوقف في كلّ مرة). يتوقف كلّ طالبة/ة قبالة طالبة/ة أخرى ويتحدّثان حول السؤال الذي يطرحه المعلم. تتمحور هذه الأسئلة حول الميول الشخصية في المجال التعليمي، مثلاً:

- هل أميل إلى المواضيع النظرية أم الأدبية³؟ لماذا؟
- ماذا أفضل، أن أدرس وحدي أم أن أدرس في مجموعة؟
- ماذا سيسهل عليّ أن أتذكر المواد- أن أقرأها كلّها أم أن ألخصها؟ لماذا؟
- هل أدرس وفق برنامج منظم، أم أوّجّل حتّى اللحظة الأخيرة وأدرس وأنا أشعر بالضغط؟ لماذا؟
- هل أفضل أن يشرحوا لي أم أفضل أن أكون أنا من يشرح للآخرين؟ لماذا؟
- أين تسهل عليّ الدراسة أكثر، في الصف أم في البيت؟ لماذا؟
- أي ظروف تساعدني على التركيز؟
- ما هي القيم التي توجّهني كطالب؟

عند الانتهاء من ذلك، يسأل المعلم الطلاب حول ما تعلّموه من خلال هذه المحادثات القصيرة، ويشرح حول الاختلاف في أساليب الدراسة، وحول المجالات المختلفة التي يمكن من خلالها خلق معنى أثناء التعلّم: المجال الذهني، الشعوري، الاجتماعي (العلاقات)، الجسدي، الفني والقيمي.

¹ كتبت الدرس دافنه كلاين وأوريت برغ، الخدمات النفسية الاستشارية

² كتبت الجمل بصيغة المذكر لكنها موجّهة للإناث والذكور على حدّ سواء.

³ ריאלי או הומאני

يشير د. بيالك (2017) أن التعلّم يحصل في سياق المعنى الذي صيغ من أجل الطالب. ينبع هذا المعنى من العلاقة بين البالغ والولد وبواسطة المضمون التعليمي. يتبلور المعنى لدى الطالب من خلال مجال واحد أو أكثر من بين المجالات الآتية:

1. **المجال الذهني-** يتبلور المعنى من خلال إعمال الفكر، ويتمحور في حلّ المشاكل بالأساس. يجب أن تكون المشكلة المطروحة ذات صلة بالطالب دون أن يكون لديه حلّ معروف ومسبق لها.
2. **المجال الشعوري-** يتبلور المعنى من خلال المشاعر التي تثار حول التعلّم أو النواحي الشعورية المتعلقة بالتعلّم كالشعور بالقدرة الذاتية، الدافعية، الاستقلالية، القدرة على مواجهة الصعوبات أو التحديات.
3. **المجال النفسي-** يركز المعنى على المعتقدات والأسئلة المتعلقة بأهميّة وجودنا في هذا العالم- ما هي طبيعة الواقع والوجود؟ ما الهدف من وجودنا وما أهميتنا؟. يتوصّل الإنسان إلى عبّر حول الواقع من خلال هذه الأسئلة.
4. **المجال الاجتماعي (العلاقات)-** أنا جزء من.. أوثر على.. أناثر بـ... يُعدّ الحديث مع "الآخر" حيّزاً يمكن الإنسان من إبراز إنسانيته، وخلق عالمه، وتحديد هويته، وقيادة حياته (ألوني، 2008).
5. **الجانب الجسدي-** يخلق الجسد المعنى من خلال الحاجات المختلفة، كالحاجة إلى الطّعام، النّوم، الجلوس بشكل مريح، الملامسة.

الفعالية الثانية (15 دقيقة)

تشخيص ذاتي- يطلب المعلم من الطلاب تعبئة الاستمارة التشخيصية في الملحق.

بعد انتهاء السيرة، تُجرى محادثة (10 دقائق)

- ماذا اكتشفت عن نفسي كمتعلّم وفوجئت بذلك؟
- ماذا ظهر من خلال الاستمارة وكنت أعرفه عن نفسي؟
- ماذا أوصي نفسي في أعقاب نتائج الاستمارة؟
- ماذا كان شعوري عندما قمت بتشخيص نفسي؟
- ماذا يوجد في "التعلّم" وهو بمثابة "مرآة" بالنسبة لي؟
- ما الذي تملكون زمامه بما يتعلّق بالتعلّم؟

تلخيص (10 دقائق)

يطلب المعلم من الطلاب أن يسيروا إلى أمر ما تعلّموه من خلال هذا الدرس وما ينوون فعله في أعقاب ذلك.

تطبيق

على الطلاب أن ينفقوا على السؤال: كيف يمكن أن تساعدكم نتائج تشخيص أساليب الدراسة؟، وأن يُطلعوا معلّمًا أو أحد الوالدين على هذه النتائج وأن يفكروا في ذلك معًا.

ملحق

استمارة لتحديد أسلوب الدراسة الشخصي⁴

لا يتعلّق النجاح في الحياة بشكل عامّ وفي المدرسة بشكل خاصّ بالقدرات أو الذكاء فقط، بل هناك عدّة مركّبات إضافية، نحو: القدرة على تحمّل المسؤولية، القدرة على مواجهة الإحباطات، القدرة على المثابرة والتمسّك بالأهداف. هناك مركّبات أيضًا تتعلّق بطريقة الدراسة وتنظيم الأوقات، ولذلك، من المهمّ العمل على تحسين سيرورة الدراسة وتعزيز الوعي الذاتي.

يجب البدء بتحديد أسلوب الدراسة، وهو مصطلح ينطرق إلى الاختلاف المُطرّد بين الأشخاص في كيفية اكتساب المعلومات الجديدة ومعالجتها وتنظيمها.

تؤثّر أساليب الدراسة على الطريقة التي يتعلّم بها الإنسان، ويفكّر فيها، ويتواصل مع الآخرين، والخطوات التي يتخذها كفرد أو في إطار المجموعة. لا شك أنّ كلّ متعلّم سيستفيد من معرفة أسلوبه الشخصي.

أهداف الفعاليّة:

- مساعدة الطلاب على معرفة أسلوبهم في الدراسة بواسطة الاستمارة التالية.
- توعية الطالب حول العوامل التي تؤثر على سيرورة التركيز والدراسة لديه.

المرحلة الأولى:

تعبئة الاستمارة بشكل ذاتي بغية تحديد أسلوب الدراسة.

⁴ الاستمارة الأصلية موجودة في هذا الرابط. الكتابة: أيدا رواند، مرشدة في برنامج التربية للنماء والقيادة (חאלום- חינוך אישי לצמיחה ומנהיגות, "גוונים"- ראש העין)

تحرير: طالي أورشطاين، مُركّزة في البرنامج، القسم أ، التعليم فوق الابتدائي.

استمارة لتحديد أسلوب الدراسة

اسم الطالب: _____ الصف: _____ اسم المعلمة: _____

ضع دائرة كي تعبّر عن مدى موافقتك على الجمل التالية حول أسلوبك في الدراسة:

الجمل	لا أوافق	أوافق قليلا	أوافق	أوافق جدًا
1. أحتاج إلى استراحات كثيرة وطويلة خلال الدراسة.	1	2	3	4
2. يساعدني أن أشرح المواد للآخرين.	1	2	3	4
3. أنا أحب أن أقرأ بصوت مرتفع.	1	2	3	4
4. أنا بحاجة إلى مصدر ضوء مُسلط على المواد التعليمية.	1	2	3	4
5. أنا أفضل أن أتعلّم خلال الظهر، فوراً بعد انتهاء الدوام المدرسي.	1	2	3	4
6. أنا أفهم أكثر عندما أرى نصّاً مكتوباً.	1	2	3	4
7. عندما أدرس أنا أجلس في المكان نفسه دائماً.	1	2	3	4
8. أنا أدرس بشكل أفضل عندما أكون مع صديق واحد.	1	2	3	4
9. الطعام والشراب يساعدانني على التركيز خلال الدراسة.	1	2	3	4

الخدمات النفسية الاستشارية- وزارة التربية والتعليم

10.	عندما أكتب أنجح في التركيز في الدراسة.	1	2	3	4
11.	عندما أكون وحدي أنجح في التركيز أكثر.	1	2	3	4
12.	عندما أدرس يجب أن تكون هناك موسيقى في الخلفية.	1	2	3	4
13.	أنا أحتاج إلى الراحة قبل أن أبدأ بالدراسة.	1	2	3	4
14.	أنا أحتاج إلى هدوء تام كي أركز خلال الدراسة.	1	2	3	4
15.	أنا أدرس بشكل أفضل عندما تكون المواد التعليمية مسجلة بشكل صوتي.	1	2	3	4
16.	كي أدرس بشكل ناجح يجب أن أجلس بجانب طاولة.	1	2	3	4
17.	أصدقائي يساعدونني على فهم المواد بشكل أفضل.	1	2	3	4
18.	أنا أدرس بشكل أفضل عندما أكون جالساً على كرسي.	1	2	3	4
19.	ساعات المساء هي أفضل أوقات الدراسة بالنسبة لي.	1	2	3	4
20.	أستصعب الدراسة إذا كانت الإضاءة خافتة.	1	2	3	4
21.	من المهم بالنسبة لي أن أتحدث مع صديقي حول الدراسة.	1	2	3	4

الخدمات النفسية الاستشارية- وزارة التربية والتعليم

22.	كي أدرس بشكل ناجع، عليّ أن أتناول وجبات خفيفة باستمرار.	1	2	3	4
23.	أنا أفهم بشكل أفضل عندما يقوم شخص بقراءة الموادّ لي.	1	2	3	4
24.	أنا استوعب الموادّ التعليميّة في الصباح بشكل أفضل.	1	2	3	4
25.	تكون الدّراسة أسهل عندما أكون مع مجموعة أصدقاء.	1	2	3	4
26.	في المساء، أكون مسترخياً وأدرس وأركّز بشكل أفضل.	1	2	3	4
27.	أصوات الناس والتلفزيون والمذياع تزعجني.	1	2	3	4

اجمع النّقاط وفق المجالات المختلفة الآتية:

الجانب	الموضوع	الجُمْل	مجموع النّقاط
الظروف البيئيّة	المكان	7,16,18	
	الإضاءة	4,20	
	الضجّة	12,14,27	
	الوقت	1,5,13,19,24,26	
	الطعام	9,22	
الناحية الاجتماعيّة		2,8,11,17,21,25	
السلوك		3,6,10,15,23	

ضع X على المحاور الآتية حسب مجموع النقاط (بالتقريب):

ليس مهماً مهم مهم جداً

الظروف البيئية

المكان

الإضاءة

الضجة

الوقت

الطعام

الجانب الاجتماعي

الجانب السلوكي

المرحلة الثانية:

بعد تعبئة الاستمارة وجمع النقاط، يقوم المعلم بجمع المعطيات وتدوينها على اللوح في جدول تكون الأعمدة فيه وفق الاستمارة. تُجرى محادثة في الصف بالاعتماد على المعطيات التي تم جمعها.

سيكون السؤال المركزي: ماذا اكتشفت عن نفسي؟ ما هي العادات التي اتبعتها في الدراسة وسوف استمر فيها وما العادات التي أودّ تغييرها؟ لماذا؟

يمكن أن نلخص ونشير إلى أن هناك عادات تُعدّ مفيدة بغض النظر عن الاختلاف بين الأشخاص، كالدراسة خلال الساعات التي يكون فيها التركيز في أوجه، والدراسة في مكان محدد ومريح وملائم، وعدم تأجيل المواد الصعبة، والقدرة على طلب المساعدة إذا اقتضت الحاجة وما شابه.