

# رؤية — VISION

رسالة شهرية تصدر عن عمادة كلية الهندسة التطبيقية والتخطيط العمراني بجامعة فلسطين

لأبنائنا الطلبة وزملائنا أعضاء الهيئة التدريسية والإدارية بالكلية



العدد 2 — فبراير 2022 م

زملاني الأعزاء وأبنائي طلبة الكلية — السلام عليكم ورحمة الله — أنناكم ببدء الفصل الثاني من العام الدراسي الحالي 2021-2022 داعياً الله عز وجل لكم بالنجاح والتفوق فيه. ونحن على أعتاب البدء بالدراسة لمساقات الفصل الثاني أدعو أبنائي الطلبة أن يراجعوا أنفسهم وأدعاهم في الفصل الذي سبق وأن يستخلصوا العبر، فيبحثوا عن مواطن القوة لتتميتها، وعن مواطن الضعف لتفاديها في الفصل الجديد. وقد آثرت في هذا العدد أن أتحدث عن كيفية الدراسة الفعالة وكيفية التفوق في الامتحانات كنصائح هامة لأبنائنا الطلبة للاطلاع عليها ومحاولة الاستفادة منها.

ففي مقال للبروفيسور (Nate Kornell) يشير بأن العناصر المفتاحية للدراسة الفعالة ممكن ان تكون غير واضحة للعديد من الطلبة — فهناك ثلاث طرق للدراسة غير بديهية ولكنها فعالة جدا حسب نتائج البحث السيكولوجي له<sup>1</sup> :

- قسم دراستك لفترات فنحن في العادة نركز في موضوع واحد — على سبيل المثال اقرأ فصل في وقت واحد وراجع بوقت اخر — اذا كنت تدرس بطاقات تعليمية اقرأها كل يوم بدلاً من قراءتها بوقت واحد متصل.

- اسأل نفسك أسئلة — اختبار نفسك اثناء الدراسة لها ميزتين: الاولى استرجاع المعرفة من الذاكرة وبالتالي ايجاد ذاكرة قوية من الصعب نسيانها، والثانية فإن اختبار الذات يسمح لك لتشخيص وضع تعلمك — اذا اختبرت نفسك قبل امتحاناتك فسوف تحدد وتصحح نقاط الضعف مسبقاً. بدلاً من تصحيحها لاحقاً — ملاحظة : اختبار ذاتك حينما تكون المعلومات طازجة في عقلك مباشرة بعد الدراسة لا تحقق الكفاءة المطلوبة، فهي بذلك لا تحقق ذاكرة عمرة بل ومن الممكن ان توجد حالة ثقة مبالغ فيها.

- لخص واربط: بعد حضور محاضرة او قراءة فصل حاول اختصار النقاط الرئيسية الهامة وفكر كيف ترتبط بالموضوع وبخبرتك الذاتية — هذه العملية تحقق ذاكرة تدوم وتساعدك في استعادة المعلومات عقلياً متى احتجتها. احد الطرق لتنفيذ ذلك هو تطبيق مبدأ (التعلم بواسطة التعليم) أي اخبر الاخرين بما تعلمته مثلاً زملائك وحتى اصدقائك وافراد عائلتك.

وحسب مؤسسة QS Top Universities وهي مؤسسة مسؤولة عن تقييم وترتيب الجامعات في العالم فان النقاط العشرة للحصول على العلامات التي ترغيبها في الامتحان هي<sup>2</sup>:

- 1- الوقت Time: امنح نفسك الوقت الكافي للدراسة ولا تؤجل الدراسة لآخر لحظة — ضع خطة وقتية وزمنية للدراسة.
- 2- نظم Organize : نظم أوقات دراستك وتأكد أن لديك مكان كاف لفرد كتبك ودفاتر ملاحظاتك، وإنارة كافية، وكروسي مريح ونظم أوراقك وكتبك بحيث يسهل الوصول لها متى أردتها.
- 3- تصور Visualise: قم بتصميم مخطط بكتابة كل شئ تعرفه عن الموضوع الذي تدرسه وضعه في المخطط بنقاط مفتاحية.
- 4- مارس Practice: حل امتحانات قديمة فمنها تتعرف على طبيعة الأسئلة التي من الممكن ان تأتي في الامتحانات.
- 5- اشرح Explain: اشرح حلولك للآخرين ومن الممكن ان يكونوا والديك واخوتك واخوانك أسألهم الأسئلة وأشرح لهم حلولها.
- 6- شارك Share: نظم مجموعات دراسية من اصدقائك ممكن ان يكون عندهم اجوبة لتساؤلاتك وبالعكس بحيث يتخلل تلك اللقاءات أنشطة اجتماعية.
- 7- قف Stop: خذ استراحة كل فترة وتعرف على روتينك — اذا كنت تفهم اكثر في الصباح استغل ذلك بالدراسة قبل وقت الغداء — مارس نشاط اخر بعد الظهر او استراحة ثم ابدأ بالدراسة من جديد بالمساء.
- 8- كل Eat: ركز على وجبات تغيد الدماغ وابتعد عن الطعام الذي يتخم. تحتاج لتغذية جسمك وأنت تدرس لذلك تأكد من اكل طعام صحي يفيد في تركيز الدماغ.
- 9- ارزم Pack: ارزم محفظة اقلامك وتأكد أن اقلامك الحبر تعمل واقلام الرصاص مبرية جيداً وتأكد أن جميع الادوات اللازمة للامتحان موجودة في محفظتك مثل المسطرة والفرجار والآلة الحاسبة وغيرها.
- 10- تزود Fuel: خزن معك بعض الحلويات والماء فان المحافظة على مستوى سكرك هو امر هام خلال فترة الامتحان مثلما هو هام اثناء لعب مباراة كرة قدم — اذا بدأت تشعر بالتعب خلال الامتحان تناول قطعة حلويات ستعيدك لنشاطك.

وقفكم الله لما فيه الخير

1- يمكن الاطلاع على الموضوع من خلال الرابط <https://www.student.unsw.edu.au/learn-study-university>

2- يمكن الاطلاع على الموضوع من خلال الرابط QS Top Universities

د.م. نهاد محمود المغني - عميد كلية الهندسة التطبيقية والتخطيط العمراني — جامعة فلسطين