مهارات الاستذكار

١- مهارات المدخلات

تستخدم تلك المهارات في اكتساب وتناول المعلومات والأفكار الجديدة من مجالاتها المختلفة ،وإدخالها بالعقل من خلال الحواس، والتناول العقلي لتلك المعلومات . وأول خطوة نحو التعلم والاستذكار الفعال هي تحسين مهارات المدخلات والتي تتمثل في (الاستماع، القراءة، عمل الملاحظات والملخصات، تحديد الأهداف ، والمشاركة في الفصل المدرسي كمدخلات) .

٢- مهارات العمليات

مع أن مهارات الإدخال من أهم مهارات الاستذكار، فإنها جزء فقط من نظام الاستذكار . فعندما يحصل الفرد على المعلومات يبدأ في التجهيز والمعالجة لتلك المعلومات لربطها بالبنى المعرفية لديه ، وهذا الربط يساعد على استدعائها وقتما يريد الفرد ذلك . وعمليات المعالجة والربط للمعلومات تحتاج إلى مهارات استذكار تسمى مهارات العمليات التي تتمثل في (إدارة الوقت، إدارة الذات، التركيز، إدارة الذاكرة، الإعداد والمراجعة للاختبار) .

٣- مهارات المخرجات

مهارات إخراج المعلومات التي تم استذكارها من مهارات الاستذكار المهمة جداً، وترجع هذه الأهمية إلى أنها مهارات تعكس أداء ملاحظ يقوم من قبل الآخرين، وترجم كل المهارات السابقة إلى أداء ظاهر يقدر من خلاله مدى نجاح المتعلم . وتتمثل مهارات المخرجات في (المشاركة في قاعة الدرس، كتابة التقارير الشفوية والتحريرية، تجنب قلق الاختبار، أخذ الاختبار،والتعلم من الاختبار).

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 بعضا وبينها جميعا وبين مظاهر الحياة .

وللاستذكار الجيد شروط معينة منها :

١- توافر الدافع أو الحماس لدى الطالب لبذل الجهد والطاقة والعمل الجاد والموصول، وعلى الطالب أن يخلق في نفسه هذا الدافع بحيث يلقى التشجيع والتعضيد نابعاً من ذاته .

٢- التكرار الواعي المستنير 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، ولابد أن تتخلل عملية الاستذكار فترات من الراحة والاستجمام التي تؤدي بدورها إلى ثبات المادة المتعلمة.

٤- يلعب الجهد الذاتي الذي يبذله الطالب دوراً أساسيًّا في نجاح عملية التعليم، فالمعلومات والحقائق التي يجمعها الطالب بنفسه وبطريق جهده الذاتي لا تخضع للزوال والنسيان ؛ ولذلك يفضل أن يعتمد الطالب على نفسه وأن يجد في اكتساب المعارف بالقراءة والاطلاع والبحث وإجراء التجارب والملاحظات والمشاهدات ومراجعة الكتب والمراجع

٥- فهم معنى المادة المتعلمة فهماً جيداً، فحفظ المواد عديمة المعنى يكون أكثر صعوبة ويستغرق وقتا وجهدا أطول من حفظ المادة ذات المعنى الواضح، ولذلك لا بد أن يعرف الطالب معاني الكلمات والعبارات والنظريات والمصطلحات التي يحفظها

٦- اتباع الطريقة الكلية في الاستذكار وهدفها أن يلم الطالب بالمادة المراد تعلمها كلها كوحدة متماسكة، وبعد أن يأخذ فكرة عامة وإجمالية ويكون لنفسه صورة شاملة عن محتواها الكلي، يبدأ في دراستها جزءا جزءا ويتقنها ويحكم فهمها، وبعد ذلك يعود إلى المادة ككل مرة أخرى ليكامل بين أجزائها ويربط بينها في كل موحد .

٧- تسميع الطالب لنفسه ما استذكره حتى يستوثق من أنه هضم المادة المراد تعلمها وحتى يزداد ثقة في نفسه ، وتساعد هذه الطريقة على معرفة نتائج تحصيله أولاً بأول وعلى ذلك يستطيع أن ينمي مواطن القوة في تحصيله فيزداد نبوغا وتفوقا، ويدرك مواطن الضعف فيعالجها أولا بأول قبل استفحال أمرها .

كلية التربية
كلية معتمدة من الهيئة
القومية لضمان جودة التعليم

مكتب
وكيل الكلية لشئون
خدمة المجتمع وتنمية البيئة

قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة

النشرة البيئية بعنوان :

عادات الاستذكار

تحت إشراف
أ.د/ عادل رسمى حماد
عميد الكلية

إعداد
أ.د/ محمد رياض أحمد
وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

٢٠١٤ م

عادات الاستذكار

" نمط سلوكي يكتسبه الطالب خلال ممارسته المتكررة لتحصيل المعارف والمعلومات، وإتقان الخبرات والمهارات، وهذا النمط السلوكي يختلف باختلاف الأفراد، ويتباين بتباين التخصصات".

العوامل المؤثرة في تعلم الأشياء وتذكرها :

أولا : طبيعة المواد التي نتعلمها :

المواد المبعثرة غير المنظمة أو غير المترابطة يصعب تعلمها، وبالتالي يصعب تذكرها ؛ لذا كان بذل مجهود في تنظيم المواد وإعدادها بصورة منتظمة مترابطة و محددة يساعد كثيرا في استذكارها وهناك عدة طرق لتنظيم المواد المعدة للمذاكرة منها :

١- وضعها على بطاقات مرقمة .
٢- تلخيصها في فقرات متتابعة أو هوامش قصيرة .
٣- تبويبها في جداول وخاصة في حالة المقارنات .
٤- تحديد العناصر وربطها معا في رسوم توضيحية تظهر العلاقات بينها .
٥- وضع أسئلة في نهاية كل جزء من الأجزاء .

ثانيا : ظروف وطبيعة الاستذكار :

من المعروف أن الاستذكار النشط كالترديد المسموع أو الكتابة أثناء الاستذكار أفضل من الإستذكار الصامت أو السلبي من جانب الطالب . وهناك أيضا فرق بين الاستظهار المحدد للمعلومات والاستظهار الموسع لها . فالاستظهار المحدود يحدث عندما نكرر المعلومات تكرارا ميكانيكيا. ويفقد بعد مدة قصيرة حيث يكون محفوظا في الذاكرة القريبة. أما الاستظهار الموسع فيتم فيه ربط المعلومات الجديدة ببعضها البعض وإيجاد علاقات بينها وبين معلومات أخرى مألوفة أو سبق تعلمها .

لذا فالطلاب يحتاجون لزيادة القدرة على التركيز والذي يمكن تحقيقه بالتالي :

١- تنظيم جدول ثابت لساعات الاستذكار .
٢- تحديد العناصر المراد استذكارها و تمييز تلك التي نريد التركيز عليها بعلامات مميزة.
٣- الإستذكار في نفس المكان المخصص لذلك على أن يكون هادئا ومنظما ونظيفا وبعيدا عن الضوضاء ثالثا : خصائص الفرد المتعلم :

إن عملية التعلم عند الطلاب تتم تدريجيًا وذلك على ثلاث مراحل :

(مرحلة الاكتساب الأولي . مرحلة الاحتفاظ . مرحلة الاستخدام) .

وفيها يحاول الطالب استظهار المعلومات الجديدة عدة مرات حتى يستطيع استرجاعها من الذاكرة لأول مرة، وللاحتفاظ بها يحتاج الطالب إلى استظهارها عددا أكبر من المرات للوصول إلى مرحلة الاكتساب الأولي له في النصف الساعة التالية مباشرة، لهذا فإن الاكتساب يساعد على الاحتفاظ بها، واسترجاعها من الذاكرة بسهولة أكبر .

معوقات عملية الاستذكار:

هناك عدة صعوبات تعوق الطلاب أثناء عملية الاستذكار :

١- عدم القدرة على التركيز أثناء المذاكرة .
٢- تراكم الدروس وعدم القدرة على تنظيم الوقت .
٣- طرق القراءة الضعيفة وعدم معرفة النقاط المهمة في الدرس .
٤- عدم القدرة على التركيز أثناء الشرح .
٥- عدم توافر الكتب والمذكرات والكراسات المنظمة
٦- كراهية بعض المواد الدراسية وسوء العلاقات مع الأساتذة .
٧- الحالة الصحية الضعيفة إلى جانب التغذية السيئة وعدم انتظام الهضم .
٨- المشكلات العائلية وسوء العلاقات مع الوالدين والإخوة مما يشتت الذهن ويصيب الذاكرة بالضعف .
٩- الخوف من الاختبارات .

محددات التعلم الأسهل والأفضل :

١- الحالة الفيزيائية المؤهلة للتعلم :

ويمكن الوصول إليها عن طريق الحصول على القسط الكافي من الراحة البدنية، فلا يستطيع التعلم والاستذكار : المتعب والجوعان والمجهد والمتوتر .

٢- الاعتقاد في إمكان التعلم :

وذلك من خلال ثقة المتعلم في مستوى ذكائه، والاعتقاد بأن له الحق في التعلم، وأن يكون لديه اتجاهات إيجابية نحو التعلم .

٣- حب التعلم والتمتع به :

يجعل التعلم ممتعا، وأن يكون ما يتعلمه الفرد له معنى لديه، ويندمج كلية فيما يتعلمه، وأن يكون مهتما بنتائج التعلم التي من المحتمل أن تدفعه إلى مزيد من النجاح .

٤- البيئة المناسبة للتعلم :

من التهوية الجيدة والإضاءة الكافية والجلسة الصحيحة في أثناء الاستذكار .

٥- تكون المعلومات منظمة :

حيث إن تنظيم المعلومات يساعد العقل على استيعابها، وسهولة استرجاعها .

٦- استخدام استراتيجيات التعلم الفعال :

والتي تتمثل في الابتكارية والتفرد في أساليب الاستذكار، والتأمل فيما يتعلم، وتحليل الخبرات، والفعالية في تناول المعلومات، والحيوية في العمل والاستغراق كليا في الاستذكار بدافعيه ذاتية .

٧- استخدام كل الإمكانات العقلية :

أي توظيف أنشطة الجانب الأيمن وأنشطة الجانب الأيسر من المخ في عملية التعلم والاستذكار، واستخدام مايلزم من الحواس لتسجيل ونقل المعلومات إلى المخ، فلا يقتصر على استخدام إحدى الحواس دون غيرها، أو يعتمد على نمط من أنماط التفكير دون غيره في عمله بالاستذكار