

تم تحميل الملف  
من موقع حلول



hulul.online

حلول الكتب - اختبارات الكترونية • مراجعات وتدريبات  
والمزيد من الملفات التعليمية للمناهج السعودية



## كيف أستفيد من تجاربي في التخطيط مستقبلاً؟

إن معرفة ما يجب القيام به، ومتى يجب القيام به، والوقت الذي تستغرقه الأعمال والواجبات معرفةً دقيقةً، سوف تساعد على وضع خطط مستقبلية أكثر دقة وفائدة، وعندما تكون الخطط أكثر واقعية يتحقق الهدف من التخطيط، ويشعر الطلبة بالثقة؛ وهو ما يساعدهم على النجاح في حياتهم.

**هناك بعض الإجراءات التي تُرصد بها المشكلات في أثناء تنفيذ مراحل التخطيط:**

- ◆ تحديد خانة في جدول أعمالك تسجل فيها الأعمال التي لم تتجزها؛ من أجل معرفة كيف يضيع الوقت.
- ◆ وضع جدول مساند لتدوين ما أنجزته مقارنة بما كنت تخطط القيام به.
- ◆ الصدق والواقعية فيما تكتب من ملحوظات.

## متى نعرف أن التخطيط غير سليم ويحتاج إلى تقويم؟

يخفق بعض الطلبة في دراستهم؛ لأنهم لم يخططوا أو لم يتبعوا الخطة اتباعاً سليماً؛ لذا ينبغي عند بناء الجدول تحديد الهدف، والأولويات، وتنفيذه تنفيذاً سليماً.



ويمكن للطلبة أن يكتشفوا خطأ التخطيط بما يأتي:

- ◆ الشعور بالقلق في بعض الأيام، وضيق الوقت في أثناء المراجعة والاستذكار.
- ◆ تراكم الأعمال عند اقتراب موعد الاختبارات.
- ◆ ألا يحققوا التفوق المأمول.

من المشكلات التي قد تنشأ عند تنفيذ الأعمال المدرجة في جدول التخطيط هدر الوقت. يتبين في الجدول الآتي حجم الوقت المهدر لواحد من الأعمال المدرجة في التخطيط:

| المشكلة  | الوقت المستخدم فعلياً   | الوقت المخصص له   | العمل المخطط له   |
|--|---|---|---|
| حدوث هدر للوقت باستخدام (٤٠) دقيقة من الوقت المخصص لأداء العمل المخطط له (حل الواجب والتحضير) في أعمال جانبية؛ وهو ما أدى إلى عدم تنفيذ العمل كاملاً وفق التخطيط السابق. | <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ (٢٠) دقيقة: الحديث هاتفياً.</li> <li>◆ (٣٠) دقيقة: تناول الشاي مع الأسرة.</li> <li>◆ (٤٠) دقيقة: اللعب مع أخي.</li> <li>◆ (٢٠) دقيقة: أداء العمل المخطط له دون اكتماله.</li> <li>المجموع: ١٢٠ دقيقة</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ (٧٠) دقيقة لأداء العمل المخطط له (حل الواجب والتحضير).</li> <li>◆ (٥٠) دقيقة لأعمال أخرى في اليوم نفسه.</li> <li>المجموع: ١٢٠ دقيقة</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ حل الواجب لمقرر العلوم، والتحضير للدرس القادم.</li> <li>◆ أعمال أخرى.</li> </ul> |

أ- يوضح الطلبة أسباب هدر الوقت في هذا التخطيط.

الانشغال بأعمال أخرى غير مخطط لها في وقت إنجاز العمل المخطط له مما أدى إلى انتهاء الوقت المحدد دون إكمال العمل

ب- يقترح الطلبة الحل المناسب للمشكلة لضمان عدم تكرارها.

اختيار الوقت والمكان المناسبين لأداء العمل - عدم الانشغال بأشياء أخرى في الوقت المخصص لإنجاز العمل

يتم التغلب على المشكلات التي قد تطرأ في أثناء تطبيق التخطيط لحل الواجبات بعدة طرق منها:

- ◆ اختيار الوقت والمكان المناسبين لحل الواجبات.
- ◆ الابتعاد عما يؤثر في تنفيذ الواجبات المدرسية في أوقاتها المحددة، مثل: جهاز التلفاز، الهاتف/ الجوال، أجهزة الألعاب.
- ◆ استعمال الساعة لمعرفة الوقت، وتحديدته تحديداً دقيقاً.
- ◆ تحديد وقت للاستراحة؛ لا يزيد على خمس دقائق، وعندما تنهي العمل كاملاً يمكن أن تستريح استراحة أطول.

## تقويم الدرس السابع عشر



١ يضع الطلبة علامة (√) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (x) أمام العبارة غير الصحيحة:

✓

١- أستفيد من أخطائي في التخطيط حتى يكون تخطيطي ناجحاً .

x

٢- عندما تتزاحم الأعمال وأشعر بالقلق، ويضيق الوقت، وتتراكم الأعمال يكون تخطيطي جيداً

✓

٣- الصدق والدقة والواقعية في كتابة ملحوظاتي على تخطيطي تسهم في تقويم التخطيط.

x

٤- عندما أخطط لتنظيم وقتي لا أبالي بحساب الزمن.

٢ يذكر الطلبة الإجراءات التي يمكن اتخاذها لرصد المشكلات في أثناء تنفيذ مراحل التخطيط.

- ١- تحديد خانة في جدول أعمالك تسجل فيها الأعمال التي لم تنجزها
- ٢- وضع جدول مساند لتدوين ما أنجزته مقارنة بما كنت تخطط القيام به
- ٣- الصدق والواقعية فيما تكتب من ملحوظات

الحلول اون لاين

٣ كيف يعرف الطلبة أن التخطيط غير صحيح ويحتاج إلى تقويم؟

عندما يخفق الطلبة في دراستهم ويمكن معرفة لخطأ في التخطيط عند الشعور بالقلق وضيق الوقت وفي حال تراكم الأعمال عند اقتراب موعد الاختبارات وعند عدم تحقيق التفوق المأمول

٤ كيف يمكنك التغلب على المشكلات التي قد تواجهك في أثناء تطبيق ما خططت له؟

اختيار الوقت والمكان المناسبين لحل الواجبات  
الابتعاد عما يؤثر في تنفيذ الواجبات المدرسية في أوقاتها المحددة مثل التلفاز والهاتف  
استعمال الساعة لمعرفة الوقت وتحديد وقتاً دقيقاً  
تحديد وقت للاستراحة لا يزيد عن خمس دقائق وعندما تنهي العمل يمكن أن تستريح استراحة أطول