



فكر حضاري وحوار متمدن
Civilized Thought ... Civilized
Dialogue

جامعة الزيتونة الأردنية
Al-Zaytoonah University of Jordan
كلية الآداب
Faculty of Arts



"عراقة وجودة"
Tradition and Quality

نموذج خطة المادة الدراسية - إجراءات إعداد الخطة الدراسية وتحديثها/ قسم العلوم الأساسية الانسانية والعلمية	QF04/0408-4.0
---	---------------

رقم الخطة الدراسية	2024/2023	التخصص	متطلب جامعة إجباري
رقم المادة الدراسية	420171	اسم المادة الدراسية	المهارات الحياتية
عدد الساعات المعتمدة	3	المتطلب السابق للمادة	
نوع المادة الدراسية	متطلب جامعة إجباري	متطلب جامعة اختياري	متطلب كلية إجباري
نمط تدريس المادة	تعليم إلكتروني كامل	تعليم مدمج	تعليم وجاهي
النموذج التدريسي	1 (متزامن: 1 غير متزامن)	2 (جاهي: 1 غير متزامن)	3 (جاهي)

معلومات عضو هيئة التدريس والشعب الدراسية (تعباً في كل فصل دراسي من قبل مدرس المادة)

الاسم	الرتبة الأكاديمية	رقم المكتب	رقم الهاتف	البريد الإلكتروني
د. هيا علي المصالحه	أستاذ مساعد		0795444016	h.masalha@zuj.edu.jo
الساعات المكتبية (اليوم/الساعة)	✓ (ج، ث، خ) من	✓ (ن، ر) من		
رقم الشعبة	وقتها	مكانها	عدد الطلبة	نمط تدريسها
1	[16:00_17:00] (ح ك) ث (ك) خ (ن)		99	إلكتروني
2	[17:00_18:00] (س ن) ن (ك) ر (ك)		99	إلكتروني

الوصف المختصر للمادة الدراسية

<p>يهدف هذا المساق الى تعريف الطلاب بالمهارات الأساسية المطلوبة لنجاحهم المهني والشخصي. وسيساعد الطلاب على تطوير الوعي الذاتي وفهم قيمتهم ومواهبهم وصفاتهم الفريدة بشكل أفضل. ويتم التركيز فيه على التواصل وحل المشكلات والتفكير النقدي ومهارات التعلم الفاعل. كما يغطي المساق قدرات الإدارة الشخصية التي تتضمن تحديد الأهداف وإدارة الوقت والتنظيم والتخطيط. وتعريف الطلبة بأهمية تبني المواقف الإيجابية واتخاذ القرارات المسؤولة وتحسين المهارات اللازمة للعمل مع الآخرين بشكل فاعل، وبناء روح الفريق واحترام الآخرين والقدرة على القيادة في مواقف مختلفة. بالإضافة الى ذلك يغطي المساق المهارات الأساسية للتوظيف، مثل تخطيط التطوير على الصعيد الشخصي والمهني.</p>

مصادر التعلم

<p>- القداح، محمد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2.</p>	<p>معلومات الكتاب المقرر (العنوان، المؤلف، تاريخ الإصدار، دار النشر.. إلخ)</p>			
<p>- حسن القرة، جبار العكلي، 2014، سيكولوجية الوعي الذاتي والإقناع الاجتماعي، دار الرواد ط1</p> <p>- لبنى الجادري، 2008، الأدوار الاجتماعية، مجلة الحوار المتمدن، عدد 2175.</p> <p>- فهد خليل زايد، 2013، إدارة الوقت، مكتبة جرير، الرياض، ط1. القداح، محمد، مهارات الحياة(2019)، دار وائل للطباعة والنشر، ط2</p> <p>- العساف، جمال عبدالفتاح، مهارات الحياة (2010)، دار إثراء للنشر والتوزيع، ط1</p> <p>-</p>	<p>مصادر التعلم المساندة (كتب، قواعد بيانات، دوريات، برمجيات، تطبيقات، أخرى)</p>			
<p>- إدراك (2020) نص محاضرات مساق "استراتيجيات البحث عن وظيفة" متوافر عبر الرابط: file:///C:/Users/user/Desktop/%D9</p> <p>- رابعة، ابراهيم، مهارات الاتصال، file:///C:/Users/Downloads/connection20%(1).pdf</p> <p>القيادة والإدارة لتحقيق النتائج، - https://www.msh.org/sites/default/files/managers- who- lead- in- arabic- full- 09- 19- 2011.pdf.</p>	<p>المواقع الإلكترونية المساندة</p>			
<p><input type="checkbox"/> أخرى</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> منصة تعليمية افتراضية</p>	<p><input type="checkbox"/> مختبر/ مشغل</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> قاعة دراسية</p>	<p>البيئة المادية للتدريس</p>
<p>انترنت ، هواتف نقالة، كمبيوتر</p>				<p>التجهيزات والبرمجيات اللازمة</p>
<p>ضرورة توفر مرافق للطالب ذي الإعاقة</p>				<p>دعم ذوي الاحتياجات الخاصة</p>
<p>التواصل مع مركز التعليم الإلكتروني</p>				<p>للحصول على الدعم الفني/التقني</p>

(K= Knowledge, S= Skills, C= Competences)

مخرجات تعلم المادة الدراسية

الرقم	مخرجات تعلم المادة	رمز مخرج تعلم البرنامج المرتبط
المعارف		
K1	الوعي بالمفاهيم والمبادئ والنظريات المتعلقة بالمادة.	
K2	المعرفة بالاستراتيجيات المتعلقة بكل من (إدارة الوقت، حل المشكلات واتخاذ القرار، التعامل مع الضغوطات.... إلخ)	
K3	الإلمام بأهمية مهارات الاتصال والتواصل.	
المهارات		
S1	توظيف الاستراتيجيات والأساليب في عملية التخطيط والوعي الذاتي وحل المشكلات.	
S2	التواصل بشكل فاعل في مجموعة متنوعة من المتغيرات والظروف.	
S3	تطبيق المفاهيم والأساليب المتعلقة بالاتصال الفعال وإدارة الوقت لتحسين مستوى حياة الأفراد.	
S4	توظيف المعرفة في تطوير مهارات الحياة المتلفة.	
الكفايات		
C1	امتلاك جملة من القيم الإنسانية اللازمة لتحسين مستوى حياة الفرد.	
C2	القدرة على تقبل الآخر والتعامل مع الاختلاف والعمل ضمن فريق.	
C3	القدرة على توظيف المعرفة في تطوير المهارات المختلفة	
C4	القدرة على وضع أهداف واضحة وإدارة الوقت وترتيب الأولويات لتنمية الذات بشكل فعال.	

آليات التقييم المباشر لنتائج التعلم

نوع التقييم/ نمط التعلم	التعلم الإلكتروني	التعلم المدمج	التعلم الوجيهي (مواد نظرية)	التعلم الوجيهي (مواد عملية)
امتحان منتصف الفصل	30%	30%	40%	30%
المشاركة/ التطبيقات العملية	0	0	10%	30%
النشاطات التفاعلية غير المتزامنة	20%	30%	0	0
الامتحان النهائي	50%	40%	50%	40%

ملاحظة 1: النشاطات التفاعلية غير المتزامنة هي النشاطات والمهام والمشاريع والواجبات والأبحاث والدراسات والمشاريع والعمل ضمن مجموعات طلابية... إلخ، التي ينفذها الطالب ذاتياً، بواسطة المنصة الافتراضية دون لقاء مباشر مع مدرس المادة.

ملاحظة 2: حسب تعليمات منح درجة الماجستير تخصص 40% من العلامة للامتحان النهائي، و 60% لأعمال الفصل (اختبارات، تقارير، بحوث أو أي نشاط علمي يكلف به الطالب)

جدول اللقاءات المتزامنة/ الوجيهية وموضوعاتها

الأسبوع	الموضوع	أسلوب التعلم*	المرجع**
1	<ul style="list-style-type: none"> - مفهوم المهارات الحياتية - تصنيفات المهارات الحياتية - أهمية المهارات الحياتية - العوامل المؤثرة في المهارات الحياتية 	المحاضرة، النقاش، العصف الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. صص (21- 33)

الأسبوع	الموضوع	أسلوب التعلم*	المرجع**
2	<ul style="list-style-type: none"> - خطوات تنمية المهارات الحياتية . - دور الأسرة في تنمية المهارات الحياتية لدى الأبناء . - المعوقات والصعوبات التي تُعيق تنمية المهارات الحياتية . 	التعلم التعاوني، النقاش	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص(34- 37)
3	<ul style="list-style-type: none"> إدارة الذات - مفهوم تقدير الذات - العوامل المؤثرة في تقدير الذات . - القيم والمعتقدات التي يتبناها الفرد. - خصائص ذوي التقدير المرتفع والمنخفض للذات . 	المحاضرة، النقاش، العصف الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص(265- 274)
4	<ul style="list-style-type: none"> التفكير الناقد - تعريف التفكير الناقد - خصائص المفكر الناقد - أهمية التفكير الناقد - مهارات التفكير الناقد 	التعلم التشاركي، العصف الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص(79- 89)
5	<ul style="list-style-type: none"> - قياس التفكير الناقد - تنمية مهارات التفكير الناقد - دور المعلم في تنمية مهارات التفكير الناقد 	المحاضرة، التعلم التشاركي	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص(90- 99)
6	<ul style="list-style-type: none"> إدارة الوقت. - مفهوم الوقت . - مفهوم إدارة الوقت . - خصائص الوقت . - أنواع الوقت 1- الوقت الإنتاجي . 2- الوقت الإبداعي . 3- الوقت غير المباشر أو العام 4- الوقت التحضيري 	المحاضرة، النقاش	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص(191- 200)

الأسبوع	الموضوع	أسلوب التعلم*	المرجع**
7	<ul style="list-style-type: none"> - مهارة إدارة الوقت * مضيعات الوقت * أسباب ضياع الوقت . * كيفية التغلب على مضيعات الوقت 	العصف الذهني، الحوار والنقاش	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (200- 208)
8	<ul style="list-style-type: none"> - مهارات التواصل * مفهوم التواصل الاجتماعي * مفهوم مهارات التواصل الاجتماعي * أشكال التواصل (لفظي وغير لفظي). 	التعلم التشاركي، النقاش	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (157- 167)
9	<ul style="list-style-type: none"> * الابعاد النفسية للتواصل * أهمية مهارات التواصل الاجتماعي * نمو وتطور مهارات التواصل . - قياس مهارات التواصل - معوقات التواصل الاجتماعي 	المحاضرة، النقاش، العصف الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (168- 187)
10	<ul style="list-style-type: none"> مهارة حل المشكلات - مفهوم حل المشكلات - مراحل حل المشكلات - انماط المشكلات وأنواعها 	التعلم التشاركي، الحوار والنقاش	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (209- 2018)
11	<ul style="list-style-type: none"> - استراتيجيات حل المشكلات - العوامل المؤثرة في حل المشكلات - مظاهر صعوبات حل المشكلات 	المحاضرة، النقاش، العصف الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (219- 225)
12	<ul style="list-style-type: none"> مهارة اتخاذ القرار - مفهوم القرار - أهمية مهارة اتخاذ القرار - عملية صناعة واتخاذ القرار 	المحاضرة، النقاش، الحوار	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (145- 148)
13		المحاضرة، النقاش، العصف	

الأسبوع	الموضوع	أسلوب التعلم*	المرجع**
	- خطوات اتخاذ القرار 1- الدراسة 2- الاستشارة 3- الإعداد 4- التوضيح 5- التقويم	الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (148- 152)
14	المهارات الإجتماعية - مكونات (ابعاد) المهارات الاجتماعية - مهارات احترام المعايير الاجتماعية - مهارات التعاون	التعلم التشاركي، العصف الذهني، النقاش	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (117- 122)
15	عاشرا: التعامل مع الضغوط - مفهوم الضغوط النفسية - أنواع الضغوط النفسية - مصادر الضغوط النفسية - المؤشرات الدالة على الضغوط النفسية - أساليب التعامل مع الضغوط النفسية	المحاضرة، النقاش، العصف الذهني	يوسف، سليمان عبد الواحد، 2022، المهارات الحياتية، دار المسيرة، ط2. ص ص (229- 248)
16	الامتحان النهائي		

* أساليب التعلم: محاضرة، تعلم معكوس، تعلم من خلال المشاريع، تعلم من خلال حل المشكلات، تعلم تشاركي ... إلخ.
** المرجع: صفحات في كتاب، قاعدة بيانات، محاضرة مسجلة، محتوى على منصة التعلم الإلكتروني، فيديو، موقع... إلخ

جدول النشاطات التفاعلية غير المتزامنة (في حال التعلم الإلكتروني والتعلم المدمج)

الأسبوع	المهمة/النشاط	المرجع	النتائج المتوقعة
1	عرف المهارات الحيليتية ، وما هي خطوات تعلم المهارة	الإنترنت، المكتبة	- التعرف على مفهوم المهارات الحياتية - التعرف على مراحل اكتساب المهارة
2	ما هي العوامل المؤثرة في تقدير الذات	الإنترنت، المكتبة	- التعرف على العوامل المؤثرة في تقدير الذات
3	ما هي خصائص المفكر الناقد	الإنترنت ، المكتبة	- التعرف على خصائص المفكر الناقد
4	يعد التعاون من المهارات الاجتماعية ، ماهي نتائج التعاون على المستوى الشخصي ومستوى العمل	الإنترنت، المكتبة	- التعرف على مفهوم التعاون التعرف على فوائد اكتساب مهارة التعاون
5	ماهي عناصر عملية الاتصال؟	المكتبة الإلكترونية	التعرف على عناصر عملية الاتصال
6	ما هو الفرق بين الاتصال والتواصل؟	الإنترنت، المكتبة	التمييز بين الاتصال والتواصل

الأسبوع	المهمة/النشاط	المرجع	النتائج المتوقعة
7	عد ورقة بحثية بما لا يتجاوز سبع صفحات حول اي مفردة من مفردات المادة	الإنترنت، المكتبة	- التعرف على اليات البحث العلمي
8	ماهي الفائدة التي تتوقع أن تعود عليك من هذه المادة الدراسية	الإنترنت، المكتبة	- رصد توقعات الطلبة حول هذه المادة الدراسية
9	ماهي خطوات حل المشكلة؟	الإنترنت، المكتبة	- التعرف على مفهوم حل المشكلة - التعرف على خطوات حل المشكلة
10	ما الفرق بين عملية اتخاذ القرار وعملية صناعة القرار؟	الإنترنت، المكتبة الإنترنت	- التعرف على الفرق ما بين مفهوم صناعة القرار ومفهوم اتخاذ القرار
11	تحدث عن واحدة من استراتيجيات اتخاذ القرار	المكتبة، الإنترنت	التعرف على مفهوم اتخاذ القرار واستراتيجياته.
12	أجر حوارًا مع أحد زملائك حول مشكلة معينة تواجهه وقدم حل مقترح لذلك ، مع ذكر الآلية المتبعة في ذلك	قواعد البيانات/الإنترنت المكتبة	التعرف على الخطوات العلمية لحل المشكلة
13	اكتب سيرة ذاتية وظيفية عن نفسك.	المكتبة، الإنترنت	اكتساب الطالب مهارة إعداد سيرة ذاتية وظيفية
14	تعتبر المهارات الاجتماعية من المهارات الحياتية الأساسية، تكلم عن ذلك بما لا يزيد عن صفحتين	المكتبة، الإنترنت	- التعرف على مفهوم المهارات الاجتماعية - التعرف على المهارات الحياتية وأهميتها
15	امتحان قصير(ضغوطات العمل)	المحاضرات المسجلة على منظومة التعليم الإلكتروني	- معرفة الطالب لمفهوم ضغوطات العمل - التعرف على آليات التعامل مع ضغوطات العمل

اكتب خطاباً تقديمياً ترغب بتقديمه لمؤسسة ترغب العمل بها .