



إدارة التدريب والابتعاث (بنين)
تعليم جدة

برنامج الخرائط الذهنية

إعداد وتنفيذ

مشرف التدريب التربوي

سالم مسفر الغامدي



تاريخ التنفيذ ١٣ - ٠٨ - ١٤٤١ هـ



❖ مساعد مدير مركز التدريب التربوي بتعليم جدة

❖ مشرفا للبعثة التعليمية بجمهورية جزر القمر المتحدة

❖ مشرفا تربويا في التدريب والإبتعاث بجدة

❖ رئيس وحدة القبول والتسجيل بالتدريب والإبتعاث بجدة .

❖ مدرب دولي وحترف ومدرب الكتروني

❖ مستشار في تحليل الشخصية عن طريق الخط

❖ الحصول على أكثر من ٥٠٠ ساعة تدريبية

❖ الدورات التي قدمتها خارج المملكة :

✓ دورة فن التعامل

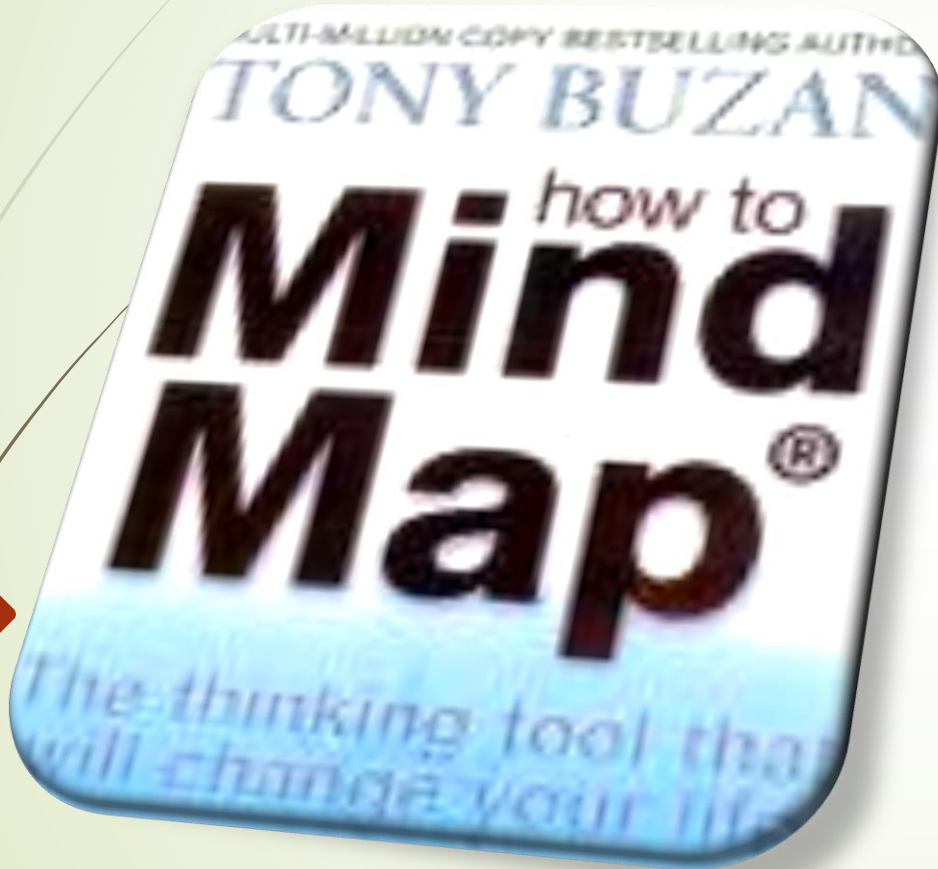
✓ دورة مهارة التجويد

✓ دورة الخط العربي

✓ دورة لأئمة وخطباء الجوامع بدولة جزر القمر

✓ حلقات تدريبية تربوية

الخرائط الذهنية



Mind mapping

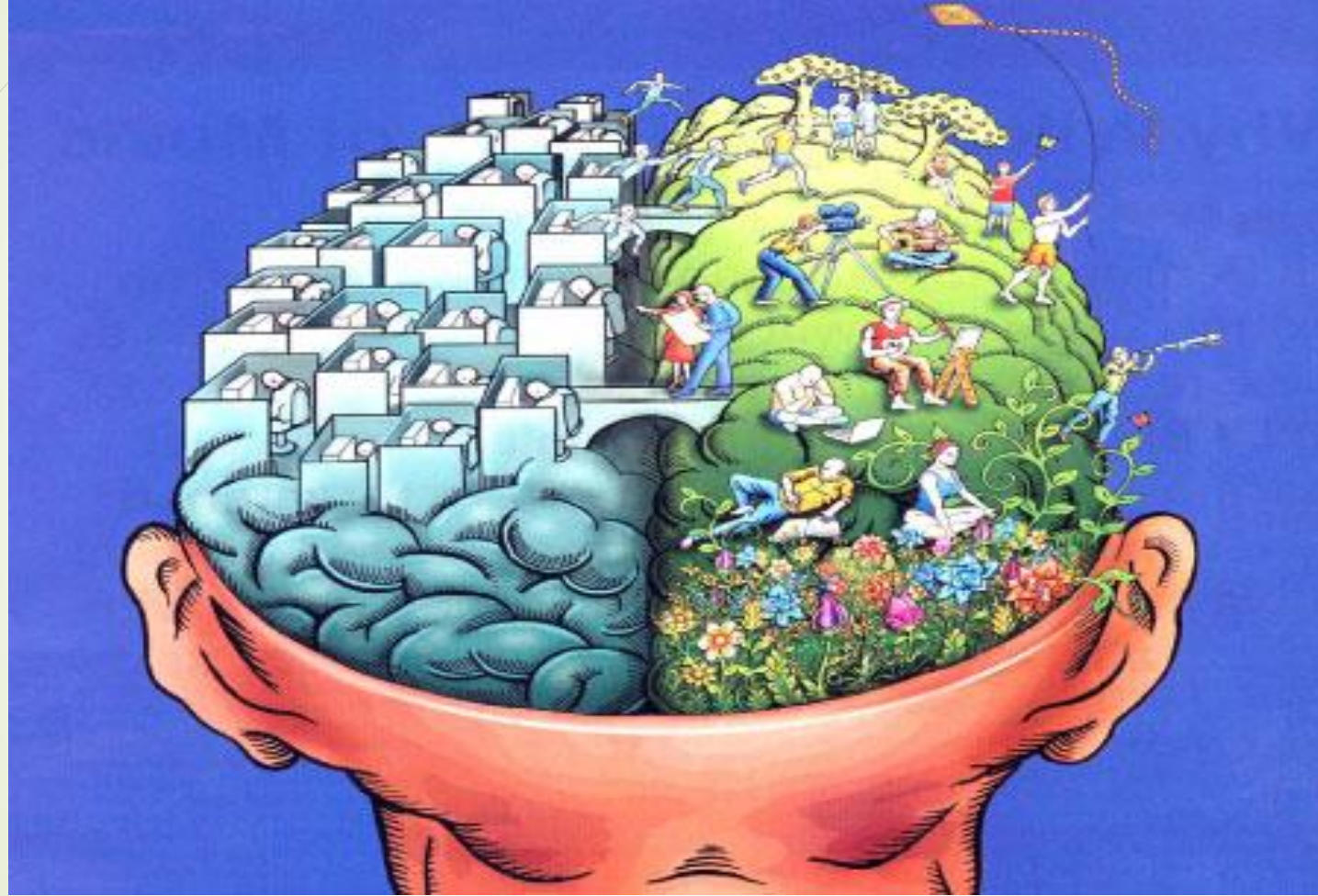
نظريّة سيرّي

نظرية سبيري



اكتشف روجر سبيري عام ١٩٦٠ م أن لكل من
نصفي الدماغ الأيمن والأيسر عمل خاص به ونال
سبيري جائزة نوبل على اكتشافه

جانبي الدماغ



ولكل من نصفي الدماغ خصائص وظيفية خاصة به حسب تقسم روجر سبيري وهي

الفص الايسر



الفص الايمن



والناس في تفضيلهم لنصفي الدماغ يكونون كالتالي

الذين يفضلون الجانب الأيسر

يفضلون الشرح اللفظي

يستخدم اللغة ليتذكر

يعالج المعلومات بطريقة متتالية

ينتج الأفكار بطريقة منطقية

يفضل الأعمال التي تتطلب تفكيراً محسوساً

يركز على عمل واحد دائماً

يفضل النشاطات التي تتطلب البحث والتنقيب

الذين يفضلون الجانب الأيمن

يفضلون الشرح المرئي

يستخدم الصور العقلية

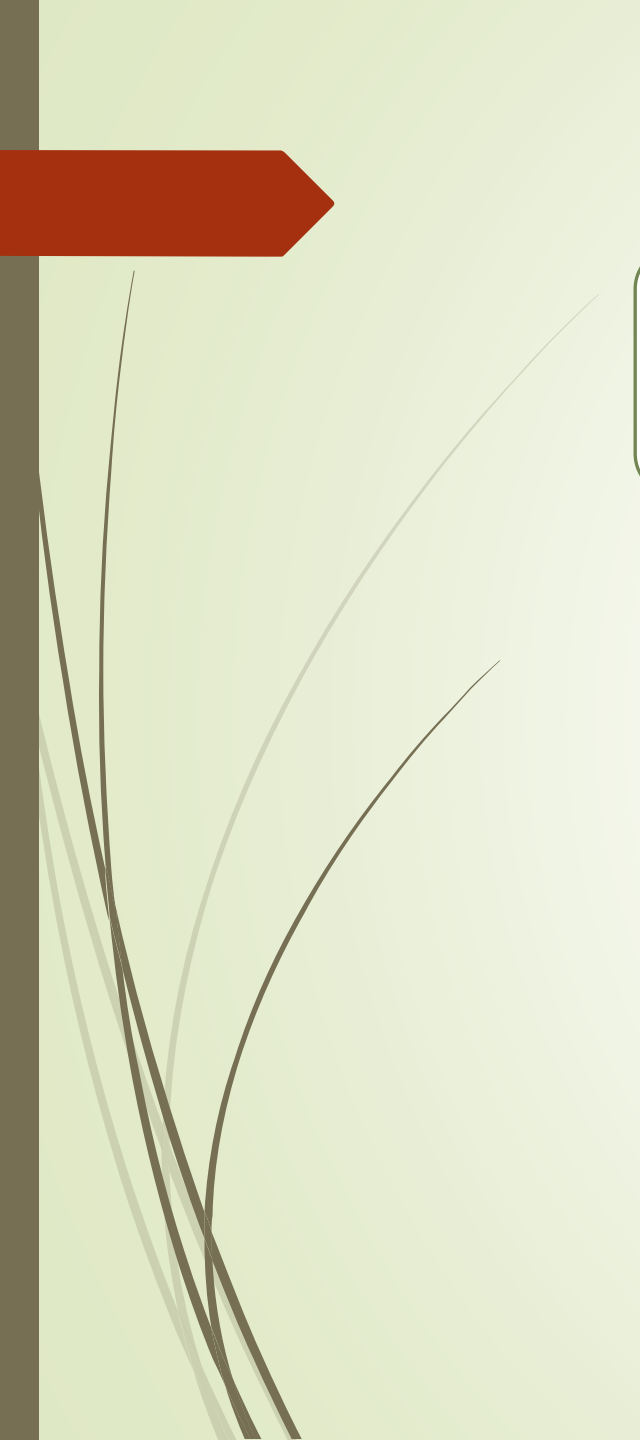
يعالج المعلومات بطريقة كلية

ينتج الأفكار بطريقة حدسية

يفضل الأعمال التي تتطلب تفكيراً مجرداً

يتعامل مع أكثر من عمل في وقت واحد

يفضل النشاطات التي تتطلب التأليف والتركيب



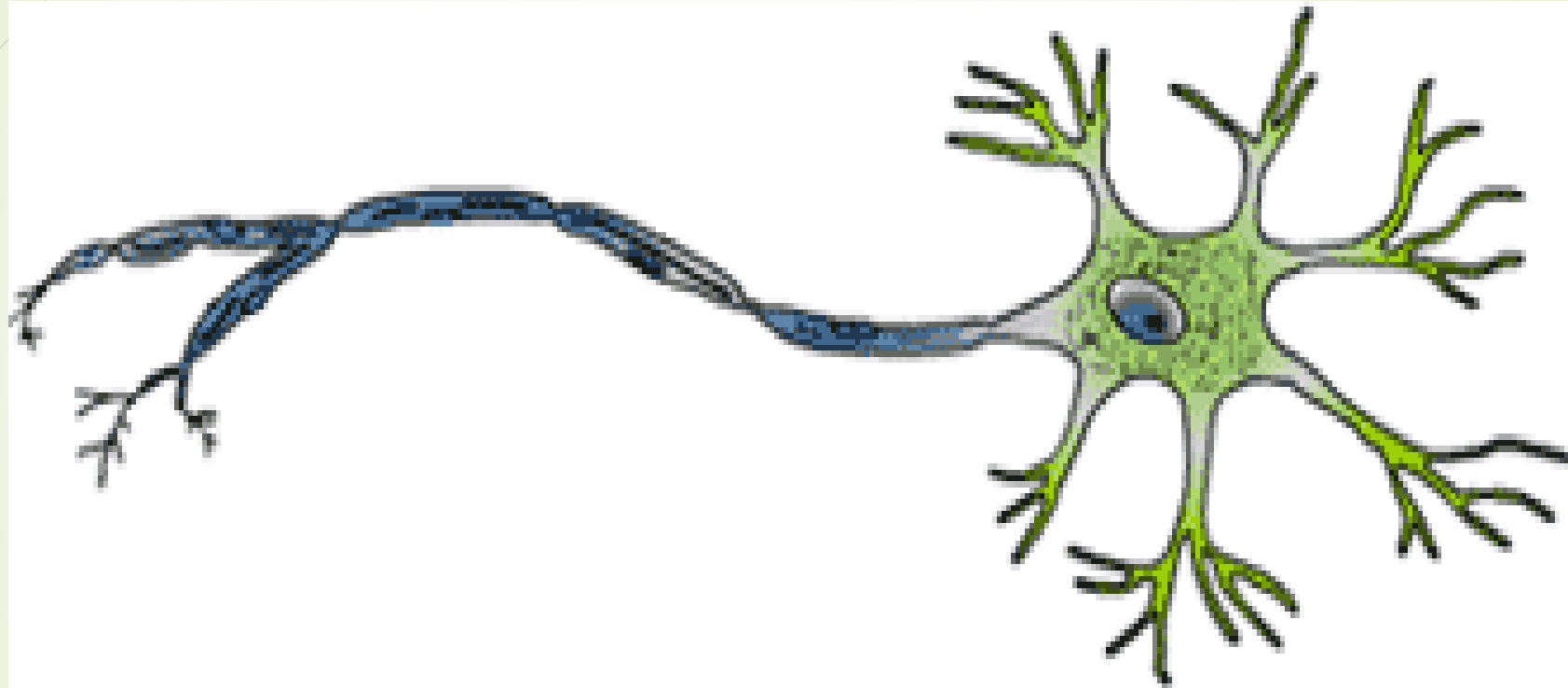
اكتب ما تتذكره في المكتب

اكتب ما تتذكره في المكتب

- : ١
- : ٢
- : ٣
- : ٤

.....	■
.....	■
.....	■
.....	■
.....	■

.....	■
.....	■
.....	■
.....	■
.....	■





Tony-Buzan

ولد توني بوزان في عام ١٩٤٢ ميلادي
و هو مخترع بريطاني .

أهم مؤلفات توني بوزان

كتاب استخدم ذاكرتك

كتاب تحكم بذاكرتك

العقل أولاً

كتاب خرائط الذهن

كتاب القراءة السريعة

كتاب استخدم عقلك

كتاب العقل القوي

كتاب قوة الذكاء الكلامي



مرادفات الخرائط الذهنية

الخريطة الدماغية

الخريطة المعرفية

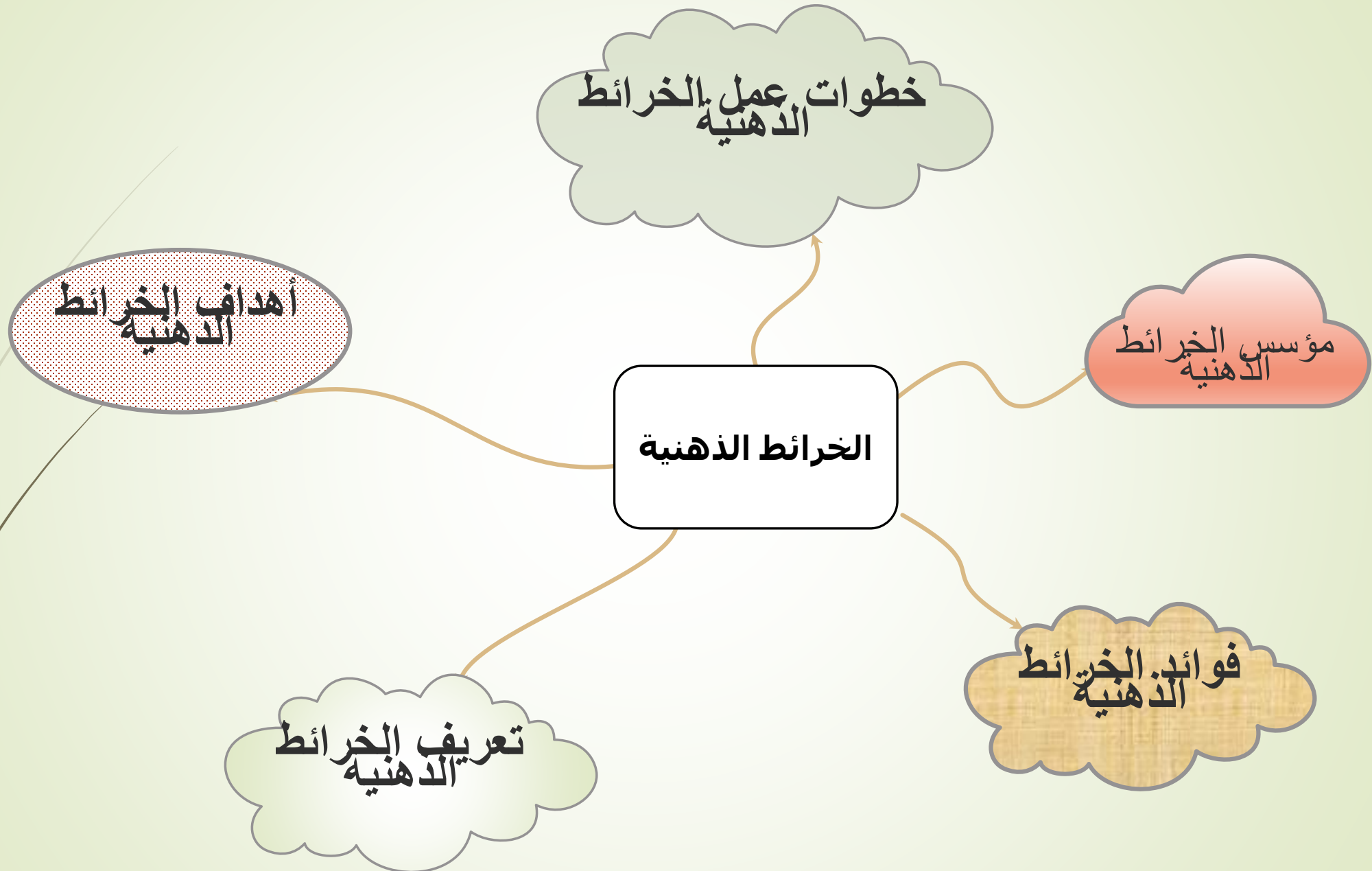
الخرائط الذهنية

المنظمات البنائية

المخطط الذهني

شجرة الموضوعات

شجرة المفاهيم



الخريطة الذهنية

هي طريقة من طرق التذكر والتعلم، تعتمد على عمل ملخص للمادة الدراسية أو لخطة العمل أو لتنفيذ أي أمر كان على شكل رسومات باستخدام الورقة والقلم؛ بحيث تجمع جميع المعطيات والمتطلبات والناتج في ورقة واحدة

الخريطة الذهنية

هي تقنية بيايَّة تم وضعها على يد الباحث البريطاني طوني بوزان في كتابه "استخدام عقلك" عام ١٩٧٢، يتم استخدامها في تدوين الملاحظات، وتبادل الأفكار، وحل المشكلات، وتخطيط المشاريع، وتستخدم لتوضيح الروابط بين العديد من الأفكار أو أجزاء المعلومات؛ بحيث تتم كتابة كل فكرة أو حقيقة، ومن ثم ربطها باستخدام الخطوط أو المنحنيات مع فكرتها الرئيسية أو الثانوية، مما سيُشكل شبكة من الروابط والعلاقات.

الخريطة الذهنية

تقنية رسومية قوية، تزودك بمفاتيح تساعدك على استخدام طاقة عقلك بتسخير
أغلب مهارات العقل بـ: (كلمة، صورة، عدد، منطق، ألوان، إيقاع . . .) في كل مرة
، وأسلوب قوي يعطيك الحرية المطلقة في استخدام طاقة عقلك . . .

(توني بوزان)

الخريطة الذهنية

وسيلة ناجحة من وسائل الدراسة ، تقوم بربط المعلومات المقروءة في الكتب والمذكرات ، بواسطة رسومات وكلمات على شكل خريطة ؛ فانت أولاً تقرأ الفكرة المكتوبة ومن ثم تحولها إلى كلمات مختصرة ممزوجة بالأشكال والألوان

فبإمكانك اختصار فصل كامل في ورقة واحدة ، وبتعودك النظر إلى هذه الورقة ستجد من السهولة جداً استخراج المعلومات منها أثناء الدراسة أو الاختبارات .

(الدكتور . نجيب الرفاعي)



أنواع الخرائط الذهنية

الخرائط الذهنية المكتتية

يستخدم هذا النوع من الخرائط لتتبع المعلومات.

و تُعرف أيضًا باسم الخرائط المرجعية، حيث تُستخدم لتنظيم المعلومات بصريًا، و ذلك عن طريق تجميع وتوضيح ونسخ الأفكار الصغيرة في خريطة ذهنية في هيكل على شكل شجرة واحدة بها الفكرة الأساسية ويتفرع منها الأفكار الكثيرة الصغيرة، وبناء صلة بينهم وبين بعض وبين الفكرة الأساسية، بالإضافة إلى تنظيم هذه الأفكار والموضوعات الغير كاملة؛ لتكتمل سويًا في صورة واضحة، وهي هيكل شجرة تجمع كل المعلومات المهمة.

في الشركة يمكن أن يتم ذلك في الاجتماع برفقة فريق العمل، وفي الدراسة قد تقوم بهذا وحيدًا لتسهيل مذاكرة موضوع دراسي ما وتتبع المعلومات الخاصة به.



الخرائط الذهنية للعرض

يستخدم هذا النوع من الخرائط لتقديم الأفكار بطريقة بسيطة ومبتكرة.

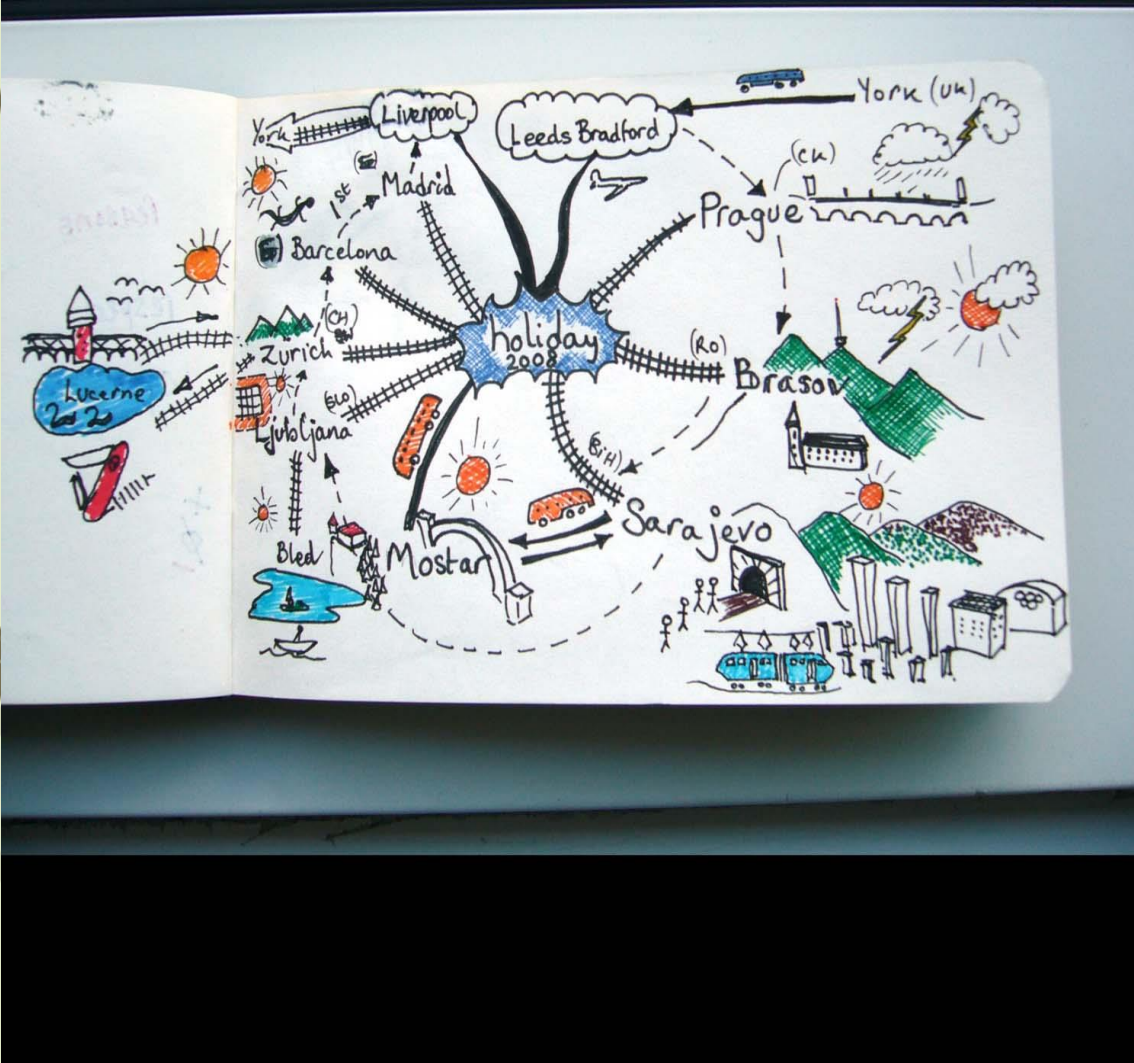
يتم استخدام هذا النوع من الخرائط الذهنية؛ لتقديم عرض أو تتبع للأفكار مثل: قول قصة أو القيام بعملية تحفيز على إتخاذ قرار أو إجراء ما؛ حيث أن هذه الخرائط الذهنية تساعد على تدفق الأفكار وتتبع الخطوات والمعلومات المتعلقة بكل خطوة يتم عرضها من خلالها في عرض

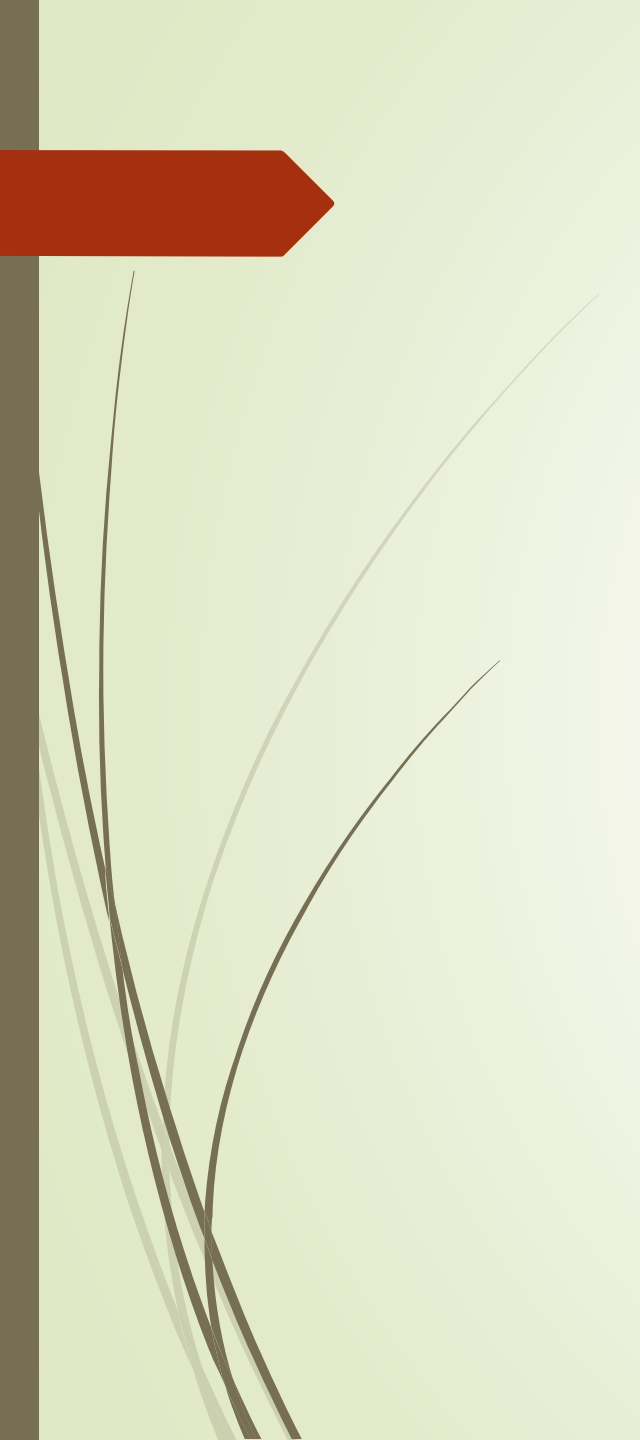


الخرائط الذهنية للخطط الزمنية للمشروع مثلًا أو المذاكرة

ويستخدم هذا النوع من الخرائط في تخطيط و تنظيم الخطة الزمنية.

مكن استخدام هذا النوع من الخرائط الذهنية عند التخطيط لمشروع معين أو اختيار قرارات مختلفة أثناء تقدم المشروع؛ فتعمل هذه الخرائط من خلال عرض بصري لمختلف القرارات والعلاقات الفرعية المرتبطة بها، والإجراءات أو القرارات التي يمكن توقعها من كل خطة من الخطط المطروحة على حدى! فمثلًا هذا النوع من الخرائط الذهنية يمكن أن تُستخدم لخطة معينة مثل استراتيجية المشروع أو خطة العمل أو حل المشكلات، حيث أن الموضوع الأساسي في الخريطة الذهنية يعكس النتيجة المراد تحقيقها، وهنا يهدف كل موضوع فرعي إلى الوصول إلى الهدف الأساسي؛ فعلى سبيل المثال يمكن للفكرة الأساسية أن تكون زيادة حصة السوق بنسبة معينة، وتركيز التفكير والمواضيع الفرعية ذات الصلة على إنتاج أفكار ووضع خطط لتحقيق هذا الهدف.





فوائد الخريطة الذهنية

التسلية لأنها تعتمد على أشكال
ورسومات وألوان

التنظيم ؛لأنك بعد التعود عليها
ستكون منظما في كل شيء
بإذن الله تعالى

القدرة على حفظ المعلومات
بدرجة تصل إلى ١٠٠% بإذن
الله تعالى

تقوية التركيز

فوائد الخريطة الذهنية

تقلل من الكلمات المستخدمة في
عرض الدرس، كما تساعد على
شدة التركيز وتسهل فهمه بوضوح
من قبل المتعلمين

ترتيب الأفكار
وسرعة التعلم

الحصول على المتعة أثناء
العملية التعليمية

القدرة على استرجاع
المعلومات المحفوظة بدقة
وسرعة أكبر

تشجيع الشخص على توسيع تفكيره

توجد العديد من الفوائد لاستخدام تقنية الخرائط الذهنية

وجعل طريقته في التفكير أكثر إبداعاً

تحقيق مستويات أعلى من التركيز، والإبداع، والتنظيم، والتواصل.

توفير فكرة عامة حول موضوع كبير، أو واسع، وإتاحة المجال للشخص لتوضيحه بنمط أكثر إيجازاً

توفير شكل أكثر جاذبية، ومُتعة للعين أو للعقل للنظر إليه.

إتاحة الفرصة للشخص لتخطيط، واتخاذ الخيارات حول اختيار مصدر المواد اللازمة لمهمة معينة، والمكان الذي سيتم وضع هذه المواد فيه.

سلبيات وعيوب الخرائط الذهنية



من الصعب استخدام من قبل كل الاشخاص : حيث ان الخرائط الذهنية يمكن أن تكون مفيدة للغاية في جلسة العصف الذهني، كما أنها تشجع الإبداع والابتكار. ومع ذلك، قد يجد بعض الاشخاص من الصعب أن يثقوا في إبداعهم أو الحدس، لأن المنطق هو الجانب المهيمن لنمط تفكيرهم

تستغرق كثير من الوقت: فالحقيقة هي أن خلق خريطة العقل يمكن أن يستغرق الكثير من الوقت والمجهود .

قد يكون من الصعب على الآخرين أن يدركوا تلك الخرائط الذهنية : بمجرد إنشاء الخريطة الخاصة بك، قد يكون من الصعب بالنسبة لأولئك من حولك ان يفهموا كل ما تبذلونه من الأفكار والمفاهيم المتضمنة في تلك الخرائط الذهنية الخاصة بك.

أهداف الخرائط الذهنية

جمع أكبر قدر من المعلومات في أقل ما يمكن من الكتابة

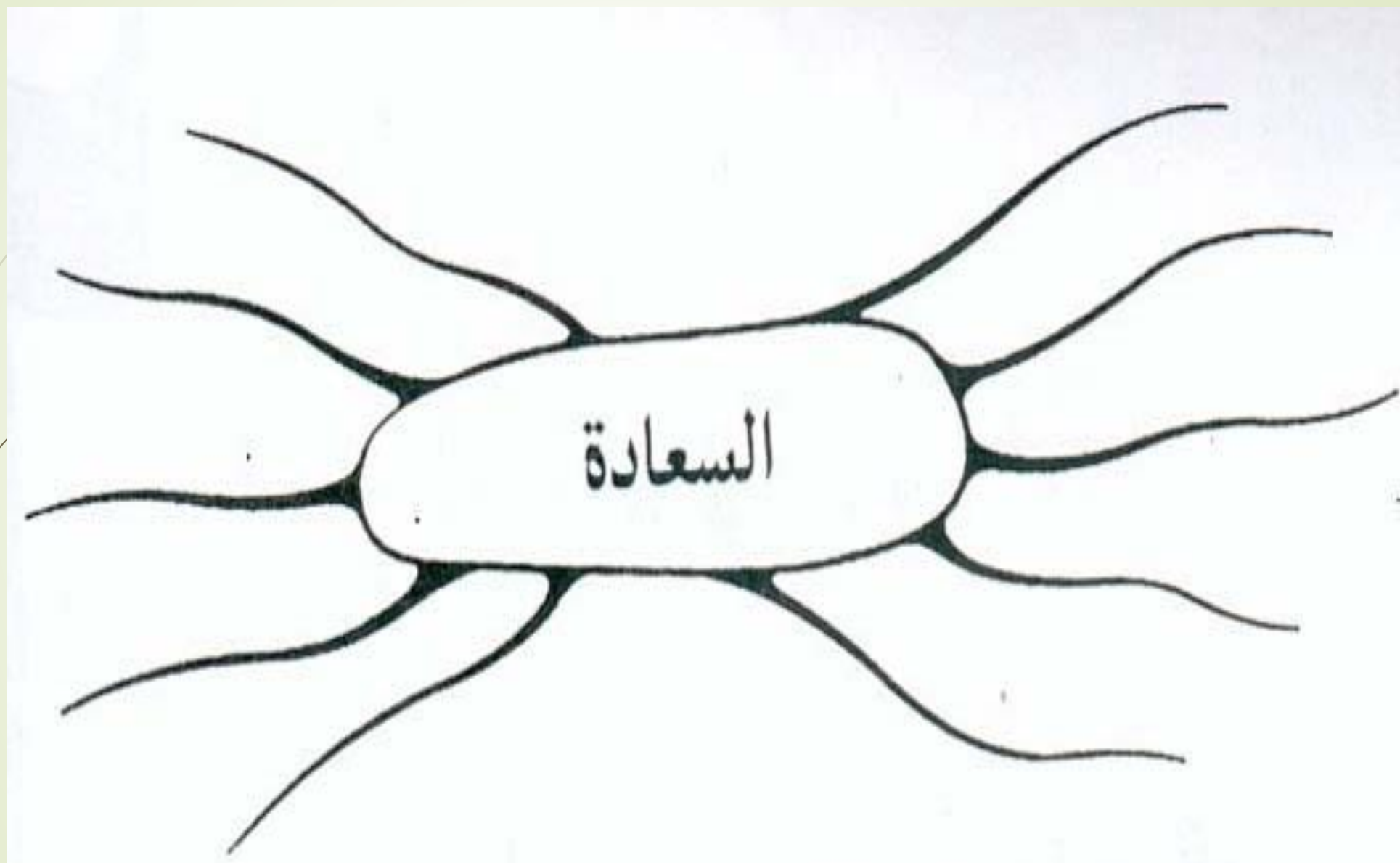
إعطائك نظرة شمولية للموضوع

تحبب لك النظر إليها بشكلها الجذاب بعكس ما يحدث في الكتب.

وضع المعلومات كصورة مما يسهل عملية تذكر العقل لها

تجعل قراراتك أكثر صوابا

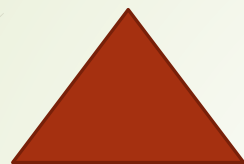
تمكنك من وضع كل ما يدور في ذهنك من أفكار عن الموضوع في ورقة واحدة



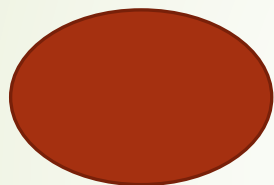


استخدامات متعددة للخرائط الذهنية





دائرة



مستطيل



مربع



مثلث



أزرق



أحمر



أصفر



أسود

تعريف الذاكرة البشرية



الذاكرة عبارة عن مجموعة ارتباطات تشكلت بين مثيرات واستجابات معينة حيث تزداد هذا الارتباطات عددا وتعقيدا نتيجة لتفاعل الأفراد المستمر مع البيئة التي يعيشون فيها

الذاكرة بأنها " مجموعة الخبرات الشخصية كما هي مسجلة في دماغ الإنسان ". الذاكرة هي مستودع التجارب والانطباعات التي اكتسبها الإنسان في حياته عن طريق الحواس والعالم الخارجي

الذاكرة البشرية

حقائق
ثابتة

٩٠% من النسيان ينتج بسبب مشكلة في طريقة الاستذكار

٩٠% مما نسمعه يتبخر من الذاكرة بعد ١٤ يوم من سماعه

٨٠% مما نقرأه بدون عزم على التذكر يختفي بعد ٢٨ يوم من القراءة

وظائف الذاكرة البشرية



أولا عملية الترميز والتشفير

تعتبر عملية الترميز والتشفير عملية تحويل المعلومات والانطباعات الحسية التي نستقبلها من العالم الخارجي إلى رموز ومعاني لها مدلول معين لدى الفرد

وأن هذه العملية لها دور أساسي في أشكال السلوك، ويمكن للفرد أن يستخدم أحد الاستراتيجيتين التاليتين في معالجة المعلومات



استراتيجية المعالجة المتوازية



استراتيجية المعالجة المتسلسلة

ثانياً عملية التخزين أو الاحتفاظ

تعمل الذاكرة على الاحتفاظ بالمعلومات المرمزة وتبقى فيها إلى وقت الحاجة ويستدل على وجود المعلومات من خلال عملية الاسترجاع والتعرف

ثالثاً عملية الاسترجاع

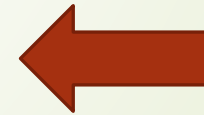
تتوقف عملية استرجاع المعلومات على مدى قوة الذاكرة طويلة المدى وقدرتها العالية على التخزين

وتتم عملية التذكر أو الاستدعاء في ثلاث مراحل

مرحلة البحث عن المعلومة



مرحلة تجميع وتنظيم المعلومات

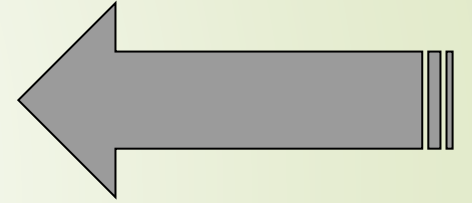


مرحلة الأداء الذاكري

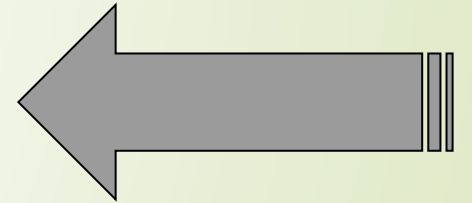


انواع الذاكرة

الذاكرة الحسية



الذاكرة قصيرة المدى



الذاكرة طويلة المدى



العوامل المؤثرة في التذكر





عوامل خاصة بالمتعلم نفسه

عوامل خاصة بالخبرات المراد
تعلمها.

عوامل خاصة بطريقة التعلم.

العوامل المؤثرة في التذكر

طبيعة المادة التي يتم تعلمها (صعبة ،سهلة)

• طريقة تنظيم المادة المتعلمة (ترتيب الموضوع في المادة بحيث تكون ذات معنى)

• درجة التعلم والتدرب (عمق وإتقان التعلم)

• اهمية المادة التعليمية وارتباطها بحاجة الطالب

• رغبة الفرد في تعلم المادة التعليمية

المستوى العمري قد توصلت الدراسات ان مستوى التذكر من ١٠-٢٠ قمه التذكر وقد يتدهور فوق سن ٤٥

كيف تقوي ذاكرتك ؟



الثقة بالنفس وتجنّب التفكير بالطريقة السلبية التي تؤدي إلى ضعف في الذاكرة والفشل

لتركيز بشكل أكبر في الأمور التي يجب على الشخص تذكرها وعدم نسيانها

الحصول على الراحة والاسترخاء الكافي للجسم والعقل

تدوين وكتابة الملاحظة التي يحتاج لها الشخص

المواظبة على ممارسة بعض أنواع التمارين الرياضية الخفيفة، ومن أفضل هذه التمارين تمرين المشي لمدة نصف ساعة في اليوم.

عند القيام بقراءة أي معلومة، يجب أن يتم فهمها جيداً قبل حفظها، لأنّ ذلك يؤدي إلى ترسيخها وتجنّب نسيانها.

تناول الأطعمة الصحية والتي تحتوي على العناصر التي تزيد نسبة الذكاء، وتجنّب تناول الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من الدهون.

الحصول على الساعات الكافية لنوم الشخص، والتي تقدّر بثمانى ساعات في اليوم.

تعريف النسيان

جاء في جمهرة اللغة: نسيَ فلان شيئاً كان يذكره وإنه لنسيَّ :
أي كثير النسيان : والنَّسِيُّ : الشيء المَنْسِيُّ الذي لا يُذكر.

لغة

النسيان ترك الإنسان ضبط ما استودع إما لضعف قلبه، وإما عن
غفلة وإما عن قصد حتى ينحذف عن القلب ذكره

اصطلاحاً

أسباب النسيان

الخوف والقلق

التوتر، التوتر هو ابن القلق، وينشأ نتيجة توقع خطر فعلي أو احتمالي، يصاحبه خوف شديد الإرهاق، فالإرهاق والضغوط النفسية من أهم العوامل المسببة للنسيان.

عدم النظام

عدم التركيز

عدم الاهتمام

خطوات عمل خريطة ذهنية

ورقة بيضاء A4

١

أقلام وألوان

٢

كتابة الموضوع الرئيسي

٣

إيجاد الجو المناسب

٤

طريقة رسم الخريطة الذهنية

الوسائل

ورقة بيضاء – أو أي لون آخر إن رغبت في ذلك

أقلام متعدّدة الأحجام والألوان والأنواع.

قلم رصاص.

أقلام ملوّنة من اختيارنا.

خطوات رسم خريطة ذهنية

تحديد الموضوع.

استخراج المفاهيم الأساسية.

يمكن وضع صور رمزية على كل فرع من الفروع السابقة تعبر عن معناه، أما الهدف من استخدام هذه الصور وكذا الألوان فهو تحبيب الرسم للنفس وتوضيحه وتصنيف الأفكار.

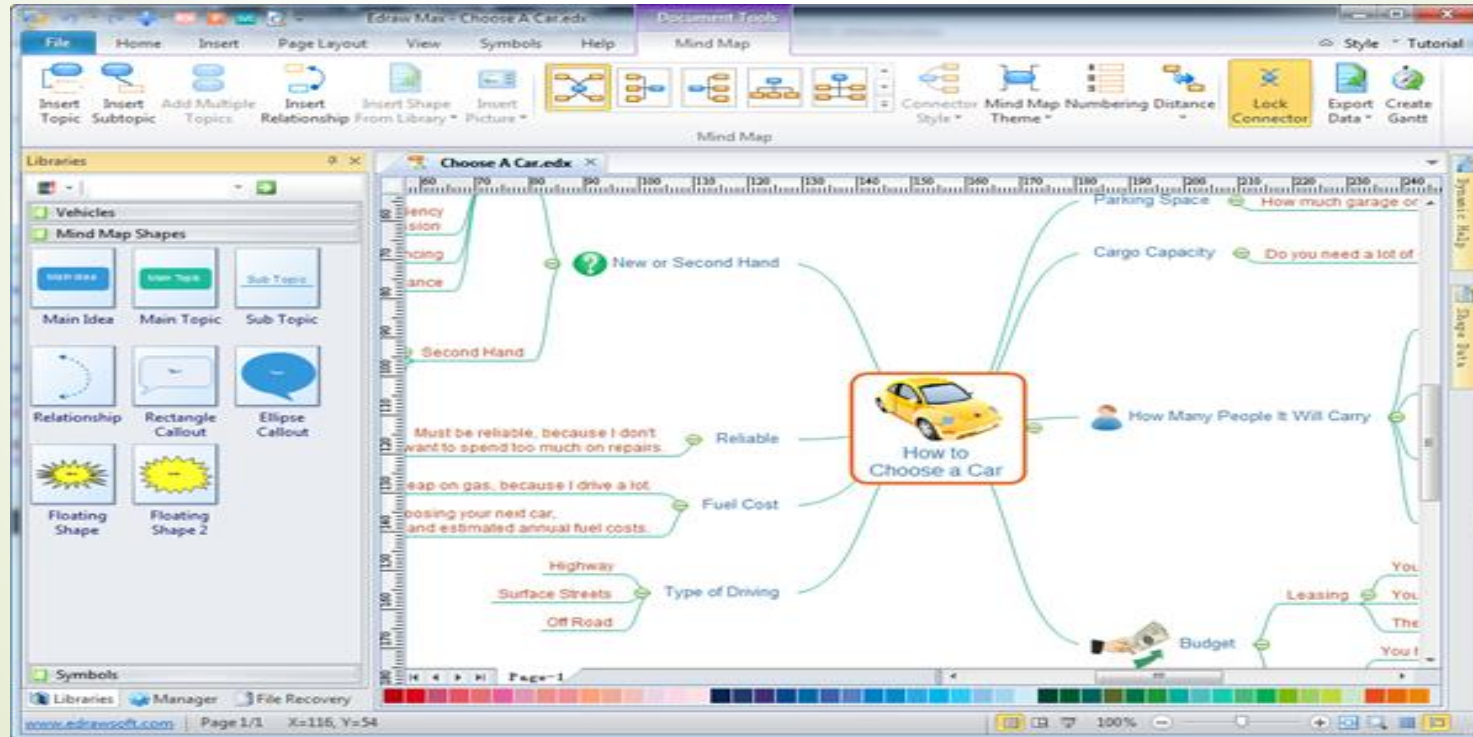
نختار الاتجاه الذي نريد أن نرسم فيه التفرعات، شريطة الحفاظ على الاتجاه كل مرة نود فيها رسم خريطة ذهنية.

نقوم بوضع تفرعات تنطلق من مركز الورقة -الكلمة التي تختصر الموضوع الرئيس- لتمثل الأفكار الأساسية، ونحدد لكل فرع كلمة مفتاحية - نكتبها فوق الفرع- باستخدام الألوان المختلفة للفروع، على أن تكون هذه الفروع عبارة عن خط منحني عريض من جهة المركز، ليصبح أكثر دقة عند نهايته، مع إمكانية رسم خط أو دائرة حول الفكرة المهمة لإبرازها بشكل لافت.

نحدد وسط الورقة كمركز للانطلاق، ثم نرسم دائرة صغيرة مثلا، ونضع موضوعنا في شكل كتابة أو رمز أو رسم بسيط يعبر عن الموضوع الرئيس ويمثل الفكرة بحيث يسهل تذكره.

Edraw Mind

هو برنامج جميل يسمح لك بتصميم عمل الخرائط الذهنية الشهيرة ، والتي تفيدك في تسهيل المواضيع الطويلة والمعقدة يحتوي على الكثير من الالوان والاشكال الرائعة Edraw Mind Map على الطلاب والمعلمين والمعلمات ، حيث برنامج رائع ومهم جدا وينصح بتجربته Edraw Mind Map والتي تجعل الخرائط الذهنية اكثر جمالا وبساطة ، برنامج



برنامج و تطبيق الويب Xmind

تسجيل الدخول

XMind 8 Pro

XMind: ZEN

XMind لنظام iOS

الميزات

تحميل

التصغير

تنزيل XMind

يمكنك XMind Pro و XMind كافة ميزات (exe) windows XMind لدى
و إدخال مفتاح الترخيص الخاص بك XMind Pro استخدام الميزات المدفوعة بعد شراء
هي حزمة الكل في واحد من جميع الميزات التي تسمح لك باستخدام (zip) للنوافذ XMind
دون التثبيت XMind.

☒ إذا اتفق مع الترخيص

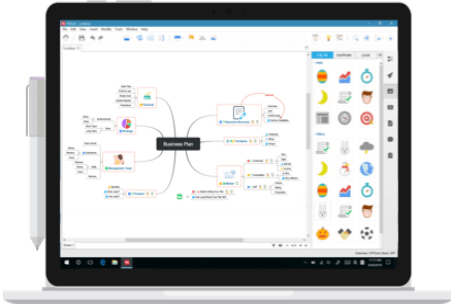
☒ (الرجاء لي آخر التحديثات والنصائح والجيل (شهرية).

Enter your email

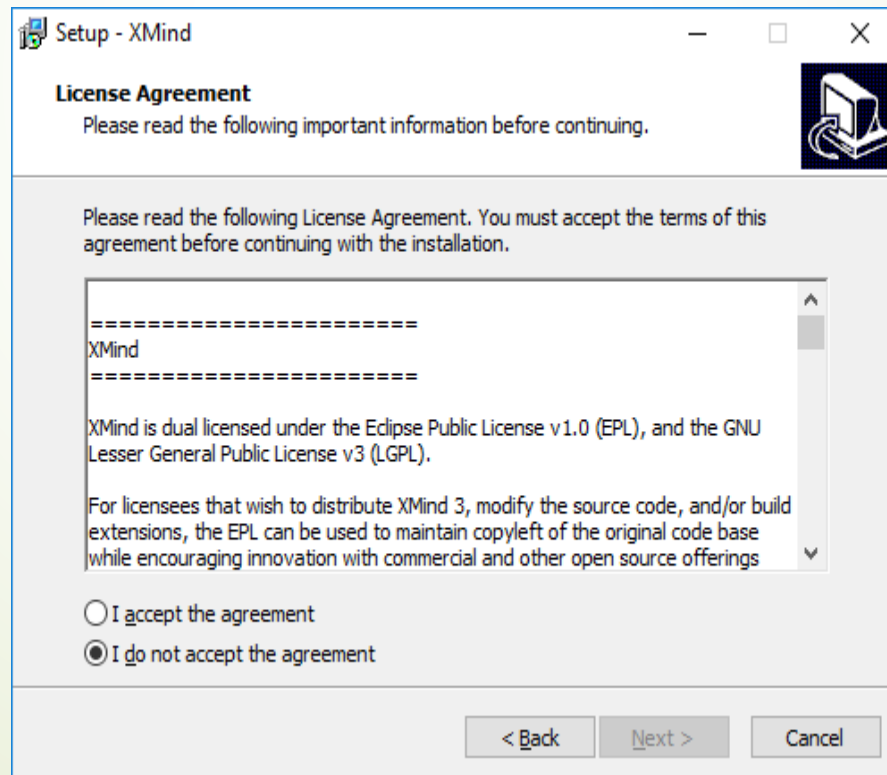
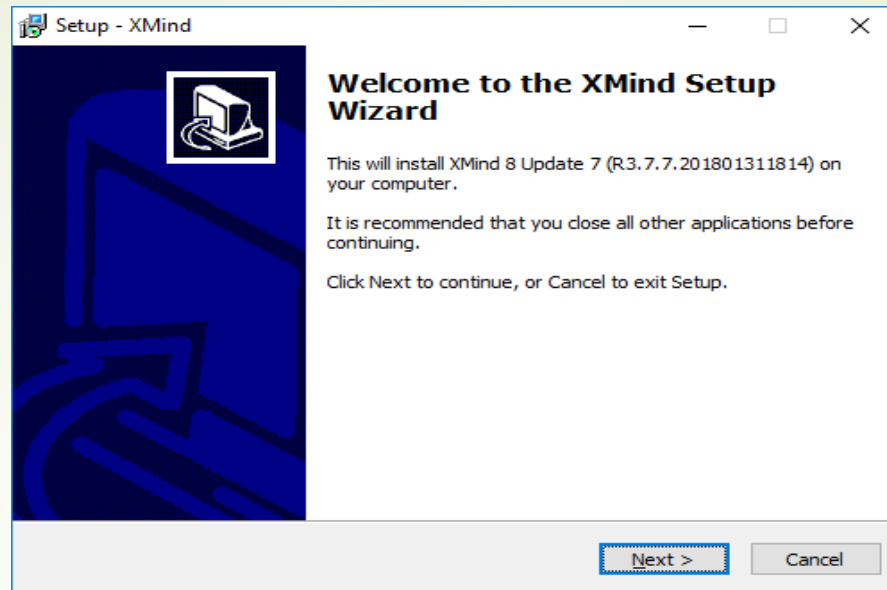
تنزيل XMind (إكس) لنظام التشغيل

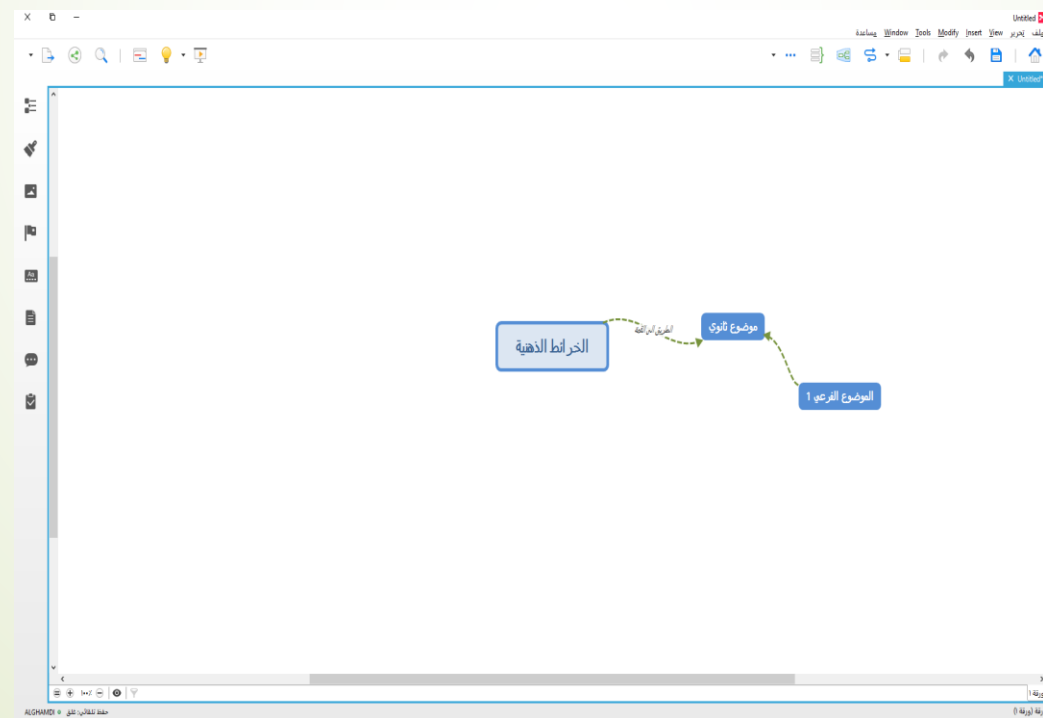
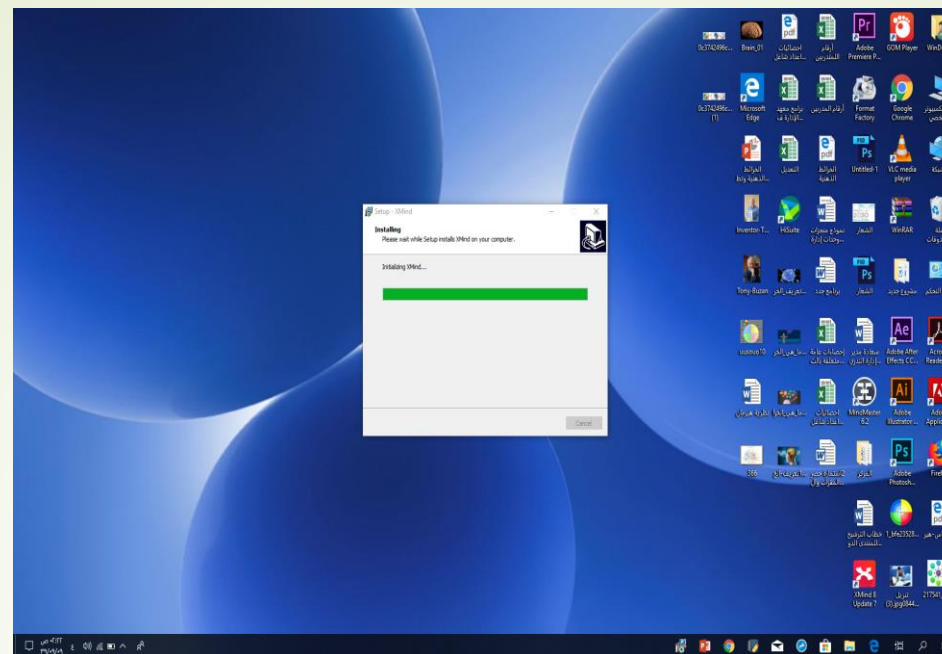
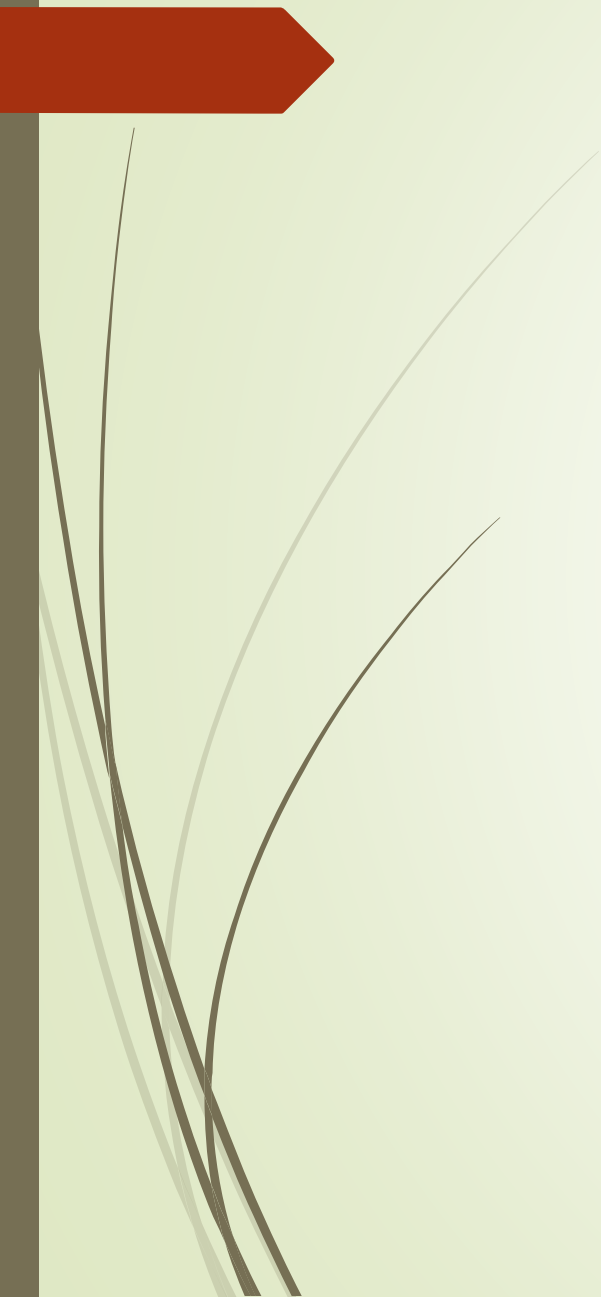
تنزيل XMind (zip) لنظام التشغيل

الطبعة 8. XMind الإصدار الأخير هو



XMind 8 جميع التغيرات من







هو دعم تحويل أفكاركم إلى مهام عمل MindNode من أجمل مميزات تطبيق
لتحويلها إلى واقع يمكن تنفيذه ومن مجرد أفكار إلى مشاريع عمل To Do list
قابلة للتنفيذ.

