

مقياس إستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً

Self Regulated Learning Strategies
Scale

إعداد

دكتور / لطفى عبد الباسط إبراهيم

كلية التربية – جامعة المنوفية

م ٢٠٠١


مكتبة الأنجلو المصرية
١٦٥ شارع محمد فريد - القاهرة

* مقدمة :

المعروف أن كلمة الذات تستخدم فى الإطار السيكولوجى بمعنيين مختلفين فهى تعرف أحياناً - بإتجاهات الشخص ومشاعره عن نفسه ، وتعبّر من ناحية أخرى عن مجموعة العمليات السيكولوجية التى تحكم السلوك والتوافق ، ويطلق على المعنى الأول - الذات كموضوع - فى حين يطلق على الثانى - الذات كفاعل - Self as agent ويؤكد هذا المعنى (Mc Combs, 1986) حيث يذكر أن النظريات الحديثة للذات باتت تؤكد على الطبيعة البنائية والوظيفية لمتغيرات منظومة الذات . إذ من الناحية النبوية تبدو الذات كمركب من بنى معرفية منظمة فى شكل هرمى تؤثر على الإلتباه وتنظيم وتصنيف وإستدعاء المعلومات وإصدار الأحكام حول الآخرين . بينما تبدو الذات من الناحية الوظيفية كمجموعة من العمليات النشطة تعمل على ملاحظة أو مراقبة وتقييم الذات ، أى بمثابة مكون فاعل نشط فى تجهيز ومعالجة المعلومات . ولقد نتج عن هذه النظرة " نظرية التنظيم الذاتى " .

ويلاحظ أن عملية التعلم تتم فى سياق عدد من الجوانب المتفاعلة تؤثر كل منها فى ناتج التعلم . ويؤكد (Zimmerman, 1986) أن نظرية التنظيم الذاتى تركز على الكيفية التى من خلالها ينشط ويدعم ويعدل المتعلمون من ممارستهم لعملية التعلم فى سياقات نوعية معينة ، ولذا فقد لا يؤدى التلاميذ - حتى مرتفعى القدرة - أداءً مثالياً على المهام المعرفية لفشلهم فى إستخدام أو / والتحكم فى العمليات النوعية فى السياقات المعرفية .

ويرى (Mc Combs & Marzano, 1990) أن التنظيم الذاتى ينمو ويتطور ويشكل طبيعى مع نمو الذات ، وأن درجة تنظيم الذات تتحدد موقفياً ، من خلال إستخدام الفرد المتعلم لعدد من الإستراتيجيات تجسد ملاحظة الذات ، تقييم الذات ، ورد الفعل الذاتى . ويمكن القول أن إستخدام المتعلمين لإستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لا يعتمد فقط على معرفتهم بتلك الإستراتيجيات ، بل أن عمليات ما وراء المعرفة

المرتبطة بإتخاذ القرار تلعب دوراً حيوياً في ذلك . إذن المعلوم أن الفرق بين عمليات المعرفة وما وراء المعرفة يكمن في الدرجة التي تصبح معها أى منها آلية وتقتضى ضبطاً شعورياً أقل من منظومة الذات . وأن عمليات ما وراء المعلومات هي فئة من العمليات عالية الرتبة تستخدم في التخطيط والمراقبة وتقويم الأداء النهائي ، أى أنها المسئولة عن تحديد عمليات الأداء ونوعية التمثيلات العقلية وأى الإستراتيجيات ينبغى تطبيقها على المهام التي يتعامل معها الفرد .

وبالرغم من هذا الدور الحيوى لعمليات ما وراء المعرفة في التعلم المنظم ذاتياً بالإضافة إلى ضرورة توافر ذخيرة من إستراتيجيات الأداء ، إلا أن هذا النوع من التعلم يقتضى أيضاً قدر من الدافعية لتطبيق وإستخدام تلك الإستراتيجيات وتنظيم الجهد والمعرفة والتغلب على الرغبات المتنازعة لدى التعلم والمشتتات المتباينة في بيئة التعلم ، وهذا ما يؤكدّه (Zimmerman & Martine , 1990) أن التعلم المنظم ذاتياً يتضمن عدداً من المكونات المتفاعلة ، تشمل المعرفة بالمفاهيم الهامة ، والمعرفى بكيفية التعامل مع المهام الصعبة والمعرفة بما وراء المعرفة حول متى وكيف تستخدم الأنماط المختلفة من المعرفة الإجرائية والمعتقدات الدافعية .

ويرى الباحث أننا يمكننا أن ننظر إلى التعلم المنظم ذاتياً على أنه " بنية متعددة الأوجه تشمل مكونات معرفية وما وراء معرفية ودافعية . ومن الناحية الوظيفية . يبدو التعلم المنظم ذاتياً في عدد من الأنشطة أثناء عملية الإكتساب والتعلم فالمتعلم المنظم ذاتياً " يخطط ، ينظم ، يراقب ويقوم الذات أثناء عملية التعلم ، ويتصف بفعالية ذات عالية وإهتمام واضح بالمهمة ويبدأ بجهد عال في أدائها . ويظهر ذلك في عدد الأنشطة - الإستراتيجيات - الصريحة والضمنية أهمها :

1- فعالية الذات الدراسية : تتمثل في الإعتقاد الذاتى للمتعلم في مهاراته ومعلوماته وقدراته حول إمكانية بلوغ مرتبة دراسية عالية بالنسبة للآخرين .

- ٢- المراجعة المنتظمة للدروس : تتضح فى المقارنة المنتظمة من جانب المتعلم لما يذاكره فى ضوء ما ينبغى الوصول إليه ، كأن يسأل نفسه عدداً من الأسئلة للتأكد مما ذاكره وما يبدأ فى التعامل معه من مواد دراسية .
- ٣- التخطيط المسبق : يتمثل فى سعى المتعلم البعد عن أى عمل لا يسبقه تخطيط كاف ويضع تصوراً أو مسودة لما ينوى القيام به مع محاولة التأكد من أنه يؤدى العمل (المهمة) على الوجه الأكمل .
- ٤- إنتقاء الحلول المناسبة : تبدو فى جهد المتعلم تجربة أكثر من طريقة أو حل عندما يكلف بأداء مهمة ما وأختيار أفضلها فى ضوء معرفته السابقة أو الحلول المماثلة .
- ٥- طلب العون أو المساعدة : تتمثل فى سعى المتعلم طلب مساعدة الآخرين مثل الوالدين أو الأخوة الكبار أو حتى المدرس عندما يكلف بعمل ما أو بحل واجبات مدرسية .
- ٦- طريقة التذكر : تتضح من جهود المتعلم الضمنية أو الصريحة فى أختزان وترتيب المعلومات المقررة مثل إستخدام كلمات مفتاحية أو التسميع والتوسيع وتنظيم أفكار وعناصر المحتوى بطريقة خاصة تساعده على تذكرها .
- ٧- الدافعية التلقائية : تتضح هذه العملية من خلال قيام المتعلم بعدد من الأنشطة المدرسية التطوعية ومناقشة المدرس فى تفاصيل قد لا ينتبه إليها الآخرون .
- ٨- التحضير المسبق للموضوعات المقررة : تتمثل فى دأب المتعلم على قراءة الموضوعات الدراسية ومحاولة حل التدريبات قبل الدرس (الحصة) .
- ٩- تنظيم المعلومات : تتضح هذه الإستراتيجية فيما يقوم به المتعلم من أنشطة بغية تسجيل المعلومات والاستنتاجات وتدوين الملاحظات أثناء الشرح فى الفصل أو حتى أثناء المذاكرة فى المنزل .
- ١٠- البحث عن المعلومات : تتمثل فى سعى المتعلم طلب معلومات إضافية عندما يكلف بمهمة ما ، كالإستعانة بالكتب والمراجع الخارجية فى كتابة مقال أو إعداد برنامج للإذاعة المدرسية .

- ١١- الضبط البيني : تبدو هذه الإستراتيجية فى قيام المتعلم بجهود لإنتقاء أو ترتيب الموقف الفيزيقي (الطبيعى) لجعل التعلم أيسر وأسهل ، مثل " نقل مكان المذاكرة بعيداً عن المشتتات أو الإبتعاد عن مصادر الضوضاء عن المذاكرة " .
- ١٢- مراقبة الأداء : تتمثل فى سعى المتعلم تركيز عمليات الانتباه نحو الموضوعات المقررة ، خاصة الأجزاء الهامة منها ، مثلاً : " التوقف عن القراءة عندما يسرح والعودة إليها بسرعة " .
- ١٣- الوعى المعرفى : يتمثل فى استبصار وإدراك المتعلم لما يتعلمه ومحاولته المستمرة تقديم بعض الأفكار الجديدة المرتبطة بالدرس وإستبعاد المعلومات غير المرتبطة .
- ١٤- التصحيح الذاتى : يتمثل فى إدراك المتعلم لحقيقة أدائه ومحاولة تقويم أخطائه ، على اعتبار أن فهم الموضوعات المقررة والتفوق فيها أمر فى غاية الأهمية بالنسبة له .
- ١٥- تكملة الواجبات : تتضح فيما يقوم به المتعلم من جهود يسعى من خلالها إلى إستكمال الواجبات المدرسية وما يكلف به من أعمال قبل موعدها .

إعداد المقياس

- قام الباحث بإعداد المقياس فى ضوء البيانات الأولية التى حصل عليها من :
- بعض الدراسات الأجنبية (90 - 1986 ، Zimmerman ، 1991 ، Borkowski ، et al) .
 - تقديم ستة سياقات (مواقف) للتعلم (ملحق رقم ١) إلى خمسين تلميذ وتلميذة بالمرحلة المتوسطة ومثلهم بالصف الأول الثانوى ، طلب منهم الإجابة على تلك

المواقف . بعدها قام الباحث بتجميع الأفكار وإجابات التلاميذ ، وإضافة عدد آخر من العبارات في ضوء تصور الباحث لبعض الإستجابات المحتملة لمثل هذه المواقف ، فشكلت هذه العبارات - بعد إعادة صياغتها وكتابتها - الصورة المبدئية للمقياس ، بعدها قام الباحث بحساب صدق وثبات المقياس .

الثبات : قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقتين كما يلي :

أ- الإتساق الداخلي : قام الباحث بحساب معاملات إرتباط كل مفردة مع الدرجة الكلية للمقياس لبيانات (١١٣) تلميذاً وتلميذه ، كما هو موضح بجدول رقم (١) ، حيث يتضح أن جميع عبارات المقياس ترتبط مع الدرجة الكلية فيما عدا العبارات (٢٥ - ٣٠ - ٣٨ - ٤١ - ٤٢ - ٥٤) تم إستبعادها من الصورة النهائية للمقياس .

جدول رقم (١)

معاملات إرتباط عبارات مقياس التعلم المنظم ذاتياً مع الدرجة الكلية

معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة	معامل الإرتباط	رقم المفردة
-٠,٣٥	٧١	-٠,٢٢	٥٧	-٠,٢٩	٤٣	٠,٤٠	٢٩	٠,٦٤	١٥	-٠,٤٢	١
-٠,٤٢	٧٢	-٠,٦٢	٥٨	-٠,٣٦	٤٤	*-٠,٠٦	٣٠	-٠,٤٧	١٦	-٠,٤٢	٢
-٠,٢٩	٧٣	-٠,٦٢	٥٩	-٠,٥٩	٤٥	-٠,٣٨	٣١	-٠,٤٤	١٧	-٠,٤٨	٣
-٠,١٩	٧٤	-٠,٣٧	٦٠	-٠,٥٢	٤٦	-٠,٣١	٣٢	-٠,٣٩	١٨	-٠,٦١	٤
-٠,٣٧	٧٥	-٠,٢١	٦١	-٠,٦١	٤٧	-٠,٤٥	٣٣	-٠,٥٣	١٩	-٠,٤٢	٥
-٠,٣٤	٧٦	-٠,٤٩	٦٢	-٠,٥٥	٤٨	-٠,٣٣	٣٤	-٠,٤٥	٢٠	-٠,٣١	٦
-٠,٤٥	٧٧	-٠,٣٤	٦٣	-٠,٣٨	٤٩	-٠,٣٤	٣٥	-٠,٤٢	٢١	-٠,٣٩	٧
		-٠,٢٣	٦٤	٠,٤١	٥٠	-٠,٤٧	٣٦	-٠,٥٧	٢٢	-٠,٤٤	٨
		-٠,٤١	٦٥	-٠,٢٩	٥١	-٠,٣٤	٣٧	٠,٤٠	٢٣	-٠,٥٩	٩
		-٠,٣١	٦٦	-٠,٤٩	٥٢	*-٠,٠٣٠	٣٨	-٠,٣١	٢٤	-٠,٢٦	١٠
		-٠,٤٤	٦٧	-٠,٥٥	٥٣	-٠,٤١	٣٩	*-٠,٠٤	٢٥	-٠,٤١	١١
		-٠,٥١	٦٨	*-٠,١٥	٥٤	-٠,٣٩	٤٠	٠,٥١	٢٦	-٠,٢٦	١٢
		-٠,٥٢	٦٩	-٠,٣٧	٥٥	*-٠,٠٦	٤١	-٠,٥٤	٢٧	-٠,٤٥	١٣
		-٠,٤١	٧٠	-٠,٣٤	٥٦	*-٠,٠٨	٤٢	-٠,٣٢	٢٨	-٠,٤٦	١٤

جميع القيم دالة ما عدا *

ب- ثبات معامل - ألفا : تم تقدير ثبات المقياس بحساب قيمة Cronbach α لعبارات المقياس ككل وذلك بعد تطبيقه على (١١٣) تلميذاً وتلميذة بالصف الأول الثانوى ، فبلغ معامل الثبات للمقياس ككل ٠,٩٢، وبعد حذف العبارات الست والتي لم يصل معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية إلى حد الدلالة المقبول إحصائياً ، وإعادة حساب قيمة ألفا ، بلغ المعامل ٠,٩٣، وهى قيمة عالية تشير إلى الثبات المرتفع للمقياس الحالي .

صدق المقياس :

أ- الصدق العاملى : قام الباحث بحساب الصدق العاملى لعبارات المقياس البالغ عددها إحدى وسبعون عبارة ، وذلك لبيانات (١١٣) تلميذ وتلميذة بطريقة المكونات الرئيسية مع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس ، وفى ضوء قيمة الجذر الكامن ونسبة التباين العاملى أسفر التحليل عن (١٥) عاملاً استحوزت على ٨٨,٨٪ من التباين العاملى لمصفوفة معاملات الارتباط ، كما هو موضح بجدول رقم (٢) . ويلاحظ أن هذه العوامل تمثل إستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً .

جدول رقم (٢)

العامل ، تسميته ، عباراته ، وتشعباتها ، وقيمة الجذر الكامن ونسبة التباين العاملي لمقياس التعلم المنظم ذاتياً

العامل	تسميته " الإستراتيجية "	العبارات وتشعباتها *	الجذر الكامن	نسبة التباين العاملي
الأول	فعالية الذات الدراسية	١٥ ٥٨ ٥٩ ٦٠ ٦٥ ٦٦ ٦٩ ٧٠ (٠,٤٣) (٠,٧٢) (٠,٦٨) (٠,٦٦) (٠,٥٣) (٠,٤٦) (٠,٦١) (٠,٣٢)	١٢,٨٣	٢٩,٠١
الثاني	المراجعة المنتظمة	٩ ٤٢ ٤٧ ٥٢ ٥٣ ٥٦ ٧٥ ٦٢ (٠,٤٣) (٠,٥٠) (٠,٥٤) (٠,٥١) (٠,٤١) (٠,٦٠) (٠,٣٨) (٠,٦٢)	٣,٣٨	٧,٧
الثالث	إنتقاء الحلول المناسبة	٢٥ ٣٤ ٣٩ ٤١ ٤٨ ٦٣ (٠,٣١) (٠,٣٥) (٠,٦٧) (٠,٤٥) (٠,٦٢) (٠,٤٧)	٣,٠١	٦,٨
الرابع	طلب عون الآخرين	١٢ ١٤ ٢٦ ٢٧ ٣٥ ٣٧ ٤٢ (٠,٦٤) (٠,٣١) (٠,٣٦) (٠,٣٨) (٠,٥٨) (٠,٦٥) (٠,٤٢) (٠,٦٢)	٢,٦٥	٦,٠
الخامس	مراقبة الأداء	١١ ٦١ ٦٨ (٠,٣٤) (٠,٦١) (٠,٦٢)	٢,٢١	٤,٩
السادس	طريقة التذكر	٧ ١٣ ١٦ ١٧ ١٩ ٥٥ (٠,٣٥) (٠,٤٨) (٠,٧٥) (٠,٤٦) (٠,٥٤) (٠,٤٩)	٢,٠٤	٤,٦١
السابع	الدافعية التلقائية	٤ ٨ ٢٨ ٣٨ (٠,٤٤) (٠,٦٦) (٠,٥١) (٠,٤٢)	١,٩٧	٤,٥٠
الثامن	التحضير المسبق للموضوعات	٢ ٢٢ ٢٣ (٠,٤٨) (٠,٦٣) (٠,٧٧)	١,٦٦	٣,٨٠
التاسع	تسجيل وتنظيم المعلومات	١ ٦ ٥ ١٠ (٠,٣٤) (٠,٣٠) (٠,٥٥) (٠,٤٤)	١,٦٢	٣,٧٠
العاشر	التخطيط المسبق	١٨ ٣٣ ٤٠ ٤٦ (٧١) (٠,٣٥) (٠,٤٩) (٠,٤٢)	١,٦٠	٣,٦٠
حادى عشر	البحث عن المعلومات	٢٩ ٣٠ ٣١ (٠,٤٥) (٠,٧٧) (٠,٤٩)	١,٤٢	٣,٢٠
ثانى عشر	الضبط البينى	٣ ٢٠ ٢١ ٦٧ (٠,٣٢) (٠,٦١) (٠,٨٢) (٠,٤٢)	١,٣٤	٣,٠
ثالث عشر	الوعى المعرفى	٣٤ ٤٥ ٥٠ ٥١ (٠,٣١) (٠,٣٢) (٠,٤٧) (٠,٧١)	١,١٨	٢,٧٠
رابع عشر	التصحيح الذاتى	٥٤ ٦٤ ٧٠ (٠,٤٧) (٠,٦٧) (٠,٣٥)	١,١٤	٢,٦٠
خامس عشر	تكملة الواجبات المدرسية	٢٤ ٤٤ ٤٩ (٠,٣٤) (٠,٦٩) (٠,٣٤)	١,٠٧	٢,٤٠

* الأرقام بين الأقواس تشير إلى تشعب العبارة.

- أرقام العبارات كما فى الصورة النهائية - أنظر مفردات (أسئلة) المقياس .

بـ الصدق التلازمي :

قام الباحث بتطبيق المقياس الحالي لإستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً مع مقياس تقدير الذات ، إعداد : ليلي عبد الحميد (١٩٨٢) وذلك على عينة قوامها (١٢٠) تلميذاً وتلميذه على افتراض أن تقدير الذات ترتبط بعلاقة موجبة بالعوامل الدافعية ، وأن الوعي المعرفي العال لإستخدام إستراتيجيات ملائمة للتعلم المنظم ذاتياً يرتبط بتقدير الذات (لطفى عبد الباسط إبراهيم ، ١٩٩٦) ويوضح الجدول التالي معاملات ارتباط أبعاد (استراتيجيات) التعلم المنظم ذاتياً وتقدير الذات .

جدول (٣) يوضح معاملات ارتباط إستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً وتقدير الذات

استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً	فعالية الذات	المراجعة المنتظمة	انتقاء الحلول	طلب العون من الآخرين	طريقة التذكر	الدافعية التلقائية	التحضير المسبق	تكملة الواجبات
تقدير الذات	٠,٢٦	٠,٣٣	٠,١٨	٠,١٩	٠,٢٧	* ٠,٠٩	٠,٢٢	*٠,١٢
استراتيجيات التعلم المنظم	تنظيم المعلومات	التخطيط المسبق	البحث عن المعلومات	الضبط البيئي	مراقبة الأداء	الوعي المعرفي	التصحيح الذاتي	الدرجة الكلية
تقدير الذات	٠,٢٠	٠,٢١	٠,١٩	٠,٤١	٠,٢١	٠,٢٩	٠,٢١	٠,٣١

جميع القيم دالة إحصائياً فيما عدا *

وبذلك يتضح أن المقياس يتمتع بدرجة صدق وثبات مناسبين .

تصحيح المقياس :

يشمل المقياس في صورته النهائية (٧١) عبارة يجاب عنها في صورة تدريج خماسي (أفعل ذلك دائماً ، كثيراً ، أحياناً ، قليلاً ، نادراً) تأخذ الإجابة أفعل ذلك دائماً خمس درجات ، أفعل ذلك نادراً درجة واحدة . ويتضمن المقياس عدداً من العبارات السالبة تأخذ الدرجات العكسية أفعل ذلك نادراً خمس درجات ، أفعل ذلك دائماً درجة واحدة ، والعبارات السالبة هي (٢٤ ، ٤٦ ، ٥٥) بالإضافة إلى عبارات أخرى ثم استبعادها نهائياً - وبلا حظ أنه يمكن تصحيح عبارات كل بعد (استراتيجية) على حدة تبعاً للغرض من الدراسة .

* يمكن إستخدام المقياس الحالي على تلاميذ المرحلة الإعدادية وما بعدها .

المراجع

- لطفى عبد الباسط إبراهيم (١٩٩٦) : مكونات التعلم المنظم ذاتيا في علاقتها بتقدير الذات والتحصيـل وتحمل الفشل الأكاديمي ، مجلة مركز البحوث التربوية - جامعة قطر، العدد العاشر، السنة الخامسة .
- ليلي عبد الحميد عبد الحافظ (١٩٨٢) : كراسة تعليمات مقياس تقدير الذات للصغار والكبار ، دار النهضة العربية ، القاهرة .
- **Borowski, J., Carr, M., Rellinger, E. & Pressley, M. (1991)** : Self-regulated cognition: Interdependence of metacognition, attributions and self esteem, In B.F. Jones & L. Idol (Ed.) Dimensions of thinking and cognitive instruction , Hillsdale, N.J
 - **Mc Combs, B.L. (1986)** : The role of the self – system in self regulated learning, Contemporary Edu. Psychol. 11 – 314 – 332
 - **Mc Combs, B.L. & Marzano, R.J. (1990)** : Putting The self in self-regulated learning : The Self as agent in integrating will and skill, Edu psychologist, 25-51-69 .
 - **Zimmerman , B.J. (1986)** : Be coming a self regulated learner : Which are the key subprocess ? Contemporary Edu. Psychol. 11-307-313 .
 - **Zimmerman , B.J. & Martinez, P.M. (1990)** : Student differences in self regulated learning relating grade, sex and giftedness to self – efficacy and strategy use. J.Edu psychal. 82 , 51 , 59 .

ملحق رقم (١) سياقات التعلم

عزيزى الطالب .. أجب عن الآتى :

١- ناقش مدرس اللغة الإنجليزية أحد الموضوعات المقررة داخل الفصل وأخبركم أنكم ستختبرون فى هذا الموضوع ، فما الطريقة التى تتبعها لتعلم وتذكر الدرس؟

٢- إذا كنت تحضر دروس اليوم التالى قبل دخول الفصل فما طريقتك التى تتبعها لتحسن مذاكرتك وتحضير دروسك؟

٣- تعلم أن هناك أختبارات شهرية (مستمرة) فما الطريقة التى تتبعها فى الإستعداد لإختبار مادة اللغة الإنجليزية؟

٤- فى كثير من الأوقات يواجه التلاميذ مشكلة تكملة الواجبات المدرسية فى البيت لوجود أشياء أخرى كثيرة يرغبون فى عملها فهل لديك طريقة لتدفع نفسك على تكملة الواجبات تحت هذه الظروف؟

٥- عادة يحدد المدرس للتلاميذ أنشطة يقومون بها خارج الفصل مثل كتابة مقالة فى أحد الموضوعات المهمة أو إعداد وسيلة تعليمية فكيف يمكنك تنفيذ المطلوب منك؟

٦- هل تمرينات أى مادة ضرورى للنجاح والتفوق فهل لديك طريقة محددة أو أكثر لحل تمرينات مادة الرياضيات؟

ملحق رقم (٢) الصورة قبل النهائية
لقياس التعلم المنظم ذاتيا

رقم	العبارة
١	أحسن من مذاكرتي بمناقشة الموضوعات مع زملائي .
٢	أجبر نفسي على حل الواجبات المدرسية بمجرد دخول المنزل .
٣	أعزل نفسي عن أى شئ يمكن أن يشتتني أثناء المذاكرة .
٤	أناقش المدرس أثناء الحصة فيما لا أفهمه .
٥	أدون ملاحظاتي أثناء الشرح والمناقشة فى الفصل .
٦	أعاون مع زملائي عندما يطلب منا القيام بأى نشاط مدرسى .
٧	أحفظ القواعد والكلمات الجديدة بالدرس لأتذكره بسهولة .
٨	أشارك من تلقاء نفسي فى الواجبات والأنشطة المدرسية .
٩	أستعد للامتحان بحل الأسئلة التى تلى كل درس .
١٠	أتجاهل أى مصدر للإزعاج أثناء المذاكرة فى البيت .
١١	أراجع نفسي بعد مذاكرة أى درس مقرر .
١٢	أطلب مساعدة الوالدين أو الأخوة أو حتى المدرس عندما يطلب منى إعداد عمل ما (مقالة مثلا - وسيلة تعليمية)
١٣	أسجل فى كراسة خارجية جميع المعلومات المرتبطة بالدرس .
١٤	أضع لكل درس عدد من الأسئلة وأحفظ إجابتها النموذجية .
١٥	أقسم الوقت بين الواجبات المدرسية والمنزلية .
١٦	أضع لكل درس كلمات مفتاحية (رئيسية) تذكرنى بمحتواه .
١٧	عند حل أى تمرين (مسألة) ، لا أتسرع بل أرتب أفكارى وخطوات الحل .
١٨	قبل كتابة أى مقالة ، أعد لها تخطيطا مسبقا (مسودة) .
١٩	أرتب كل درس فى نقاط متسلسلة ليسهل على تذكركه .
٢٠	ابتعد عن أى مصدر للضوضاء عند حل الواجبات المنزلية .
٢١	أنقل مكان مذاكرتى إلى غرفة بعيدة عما يشتتني .
٢٢	أقرأ درس اليوم التالى - مسبقا - واضع خطأ تحت الأجزاء التى لم أفهمها .
٢٣	أقرأ درس اليوم التالى - مسبقا - من الكتاب وأحاول حل التمرينات

رقم	العبارة
٢٤	أتجاهل الأجزاء المقررة التي لا أفهمها من الدرس ولا أسأل عنها أحدا .
* ٢٥	أستعد للإمتحان بمراجعة بعض الدروس .
٢٦	قبل الأختبار أطلب من المدرس أن يحل لي بعض الأمثلة والتدريبات
٢٧	أسأل المدرس عن أية معلومات إضافية مرتبطة بالدرس ولم ترد بالكتاب .
٢٨	أحاول معرفة ما هي توقعات المدرس عن الأختبار القادم .
٢٩	أنتوع لعمل أنشطة تعليمية مرتبطة بالدروس المقررة .
*٣٠	أراجع الدروس المقررة ليلة الإمتحان مركزا في الأجزاء المهمة .
٣١	أجمع مل ما أستطيع من معلومات حول الموضوع (بحث - مقالة)
٣٢	أستعين بالكتب والمراجع لإنجاز المطلوب مني .
٣٣	أقدر مدى فهمي للدرس أثناء الشرح .
٣٤	عندما أحل أى مسألة (تمرين) أعرف ان كان الحل صحيحا أم لا .
٣٥	أسمع لنفسى الدرس - ليلة الإمتحان - حتى تثبت فى ذهني .
٣٦	أستعد للإختبار بتوزيع الموضوعات المقررة على فترات زمنية مناسبة
٣٧	أستعن بالوالدين أو الأخوة الكبار فى حل الواجبات المدرسية .
*٣٨	عند حل الواجبات المدرسية أبدأ بالسهل أولا .
٣٩	قبل الأختبار أذهب إلى المدرس لأعرف الطريقة المثلى لحل بعض المسائل
٤٠	أسأل زملائي الأكبر منى عن الأنشطة التي كانوا يعدونها لهذا المقرر
*٤١	أتابع أى حديث إذاعى أو برنامج تلفزيوني بعدها أبدأ فى المذاكرة وحل الواجبات المدرسية .
*٤٢	أكتب أى مقالة دون الحاجة إلى مراجع أو سؤال زملائي .
٤٣	أتبع طريقة المدرس عند حل أى مسألة مشابهة لما درسناه .
٤٤	أتجنب أى عمل لا يسبقه تخطيط كاف .
٤٥	عندما يطلب منى حل مسألة - تمرين - فإننى أعدل لها تخطيطا مسبقا (مسودة) .
٤٦	أختبر العمل أثناء القيام به لأنأكد أنى أقوم به على الوجه الصحيح
٤٧	دائما أنظم المعلومات الجديدة وأربطها بالمعلومات السابقة .
٤٨	أطلب من المدرس أن يخبرنى بأسباب حصولى على درجتى فى الأختبار
٤٩	أحاول تكملة الواجبات المدرسية قبل موعدها
٥٠	أعرض على المدرس بعض الآراء المرتبطة بالدرس ولم يشر إليها

رقم	العبارة
٥١	حل المسائل (الأسئلة) لا تحتاج الى تخطيط أو تفكير عميق .
٥٢	أضع لنفسى أهدافا وأسعى إلى تحقيقها .
٥٣	لحل أى مسألة أجرب أكثر من طريقة للوصول إلى حل نموذجي لها
*٥٤	أحاول بمفردى حل جميع الأسئلة دون سؤال المدرس أو من هم أكبر منى .
٥٥	أتوقع أن يكون أدائى أفضل من زملائى الآخرين بالفصل .
٥٦	أفضل العمل المدرسى الذى يتحدى قدراتى لأنى أتعلم منه أشياء جديدة .
٥٧	أنا متأكد من أننى أستطيع فهم جميع الأفكار والمعلومات المقررة على .
٥٨	عند حل الواجبات المدرسية أحاول تذكر ما قاله المدرس فى الفصل .
٥٩	أهتم بمعرفة ما ينبغى أن أتعلمه فى هذا الفصل الدراسى .
٦٠	من المتوقع أن يكون أدائى عالى فى هذا الفصل الدراسى .
٦١	من الصعب على أن أحدد الأفكار الرئيسية فيما أقرأه .
٦٢	أسأل نفسى عددا من الأسئلة لأنى أعرف ماذاكرته
٦٣	عند مذاكرة مادة غير شيقة أحاول الإستمرار حتى أفرغ من مذاكرتها .
٦٤	أعتقد أننى أحسن التلاميذ إذا ما قورنت بهم .
٦٥	أنا متأكد أنى أستطيع أن أصل إلى منزلة عالية فى أى مهمة أكلف بها .
٦٦	مهارتى الدراسيه عالية بالنسبة للآخرين .
٦٧	عندما أذاكر أضع الأفكار الرئيسية للدرس فى كلماتى الخاصة .
٦٨	قبل البدء فى المذاكرة أفكر فيما أحتاجه للمذاكرة والتعلم .
٦٩	أعتقد أنى قادر على إستخدام ما أتعلمه الآن فى السنوات القادمة
٧٠	عندما يكون أدائى ضعيفا أحاول الاستفادة وتصحيح أخطائى .
٧١	بالمقارنة بزملائى فإنى أعرف معلومات دقيقة عن الموضوعات التى ندرسها .
٧٢	أعتقد أن ما نتعلمه فى هذا الفصل (السنة) يعد شيقا .
٧٣	أعمل جاهدا لألتحق بفصل جيد حتى لو كنت لا أحب هذا الفصل .
٧٤	أتوقف عن القراءة عندما أسرح ، وأعود إليها بسرعة .
٧٥	أعرف أنى أستطيع تعلم مواد هذا الفصل بمهارة تامة .
٧٦	فهم الموضوعات المقررة أمر هام بالنسبة لى .
٧٧	أعتقد أنى سأحصل على تقدير عال هذا العام .

* عبارات تم استبعادها من الصورة النهائية للمقياس (٢٥ - ٣٠ - ٣٨ - ٤١ - ٤٢ - ٥٤)

- عبارات سالية (٢٤ - ٤٢ - ٥١ - ٥٤ - ٦١)

عزيزى الطالب .. عزيزتى الطالبة ..

يعرض عليك فيما يلي عدداً من العبارات التى تصف كيفية مذاكرتك للمواد المقررة ، وما يمكن أن تتخذه من طرق لإعداد أى نشاط تعليمى يرتبط بما تدرسه . عليك أن تقرأ كل عبارة جيداً ثم تضع علامة (x) فى الخانة التى تدل على مدى مطابقتها الوصف لك .

- فإذا كانت العبارة متطابقة معك وتفضل ذلك دائماً ، ضع العلامة فى الخانة (أ) .
- فإذا كانت العبارة متطابقة معك إلى حد كبير ، ضع العلامة فى الخانة (ب) .
- فإذا كانت العبارة تصف سلوكك بدرجة ما وتسر بذلك أحياناً ضع العلامة فى الخانة (ج) .
- أما إذا كنت لا تشعر بمضمون العبارة إلا قليلاً ، ضع العلامة فى الخانة (د) .
- وإذا كنت لا تشعر بمضمون العبارة إلا نادراً ، ضع العلامة فى الخانة (هـ) .

لاحظ أنه لا يوجد اختبار صحيح وآخر خاطئ ، فقط عليك أن تجيب كما تتصرف فعلاً أجابتك لن يطلع عليها أحد .. شكراً لك .

رقم	العبارة	أفعل ذلك				
		دائماً أ	كثيراً ب	أحياناً ج	قليلاً د	نادراً هـ
١	أحسن من مذاكرتى بمناقشة الموضوعات مع زملائى .					
٢	أجبر نفسى على حل الواجبات المدرسية بمجرد دخول المنزل .					
٣	أعزل نفسى عن أى شئ يمكن أن يشتتنى أثناء المذاكرة .					
٤	أناقش المدرس أثناء الحصة فيما لا أفهمه .					
٥	أدون ملاحظاتي أثناء الشرح والمناقشة فى الفصل .					
٦	أتعاون مع زملائى عندما يطلب منا القيام بأى نشاط مدرسى .					
٧	أحفظ القواعد والكلمات الجديدة بالدرس لأتذكره بسهولة .					
٨	أشارك من تلقاء نفسى فى الواجبات والأنشطة المدرسية .					
٩	أستعد للامتحان بحل الأسئلة التى تلى كل درس .					
١٠	أتجاهل أى مصدر للإزعاج أثناء المذاكرة فى البيت .					

أفعل ذلك					العبارة	رقم
نادرا هـ	قليلا د	أحيا ناج	كثيرا ب	دائما أ		
					أراجع نفسي بعد مذاكرة أى درس مقرر .	١١
					أطلب مساعدة الوالدين أو الأخوة أو حتى المدرس عندما يطلب منى إعداد عمل ما (مقالة مثلا - وسيلة تعليمية)	١٢
					أسجل فى كراسة خارجية جميع المعلومات المرتبطة بالدرس .	١٣
					أضع لكل درس عدد من الأسئلة وأحفظ إجابتها النموذجية .	١٤
					أقسم الوقت بين الواجبات المدرسية والمنزلية .	١٥
					أضع لكل درس كلمات مفتاحية (رئيسية) تذكرنى بمحتواه .	١٦
					عند حل أى تمرين (مسألة) ، لا أتسرع بل أرتب أفكارى وخطوات الحل .	١٧
					قبل كتابة أى مقالة ، أعد لها تخطيطا مسبقا (مسودة) .	١٨
					أرتب كل درس فى نقاط متسلسلة ليسهل على تذكره .	١٩
					ابتعد عن أى مصدر للضوضاء عند حل الواجبات المنزلية .	٢٠
					أنقل مكان مذاكرتى إلى غرفة بعيدة عما يشتتنى .	٢١
					أقرأ درس اليوم التالى - مسبقا - واضع خطا تحت الأجزاء التى لم أفهمها .	٢٢
					أقرأ درس اليوم التالى - مسبقا - من الكتاب وأحاول حل التمرينات	٢٣
					أجاهل الأجزاء المقررة التى لا أفهمها من الدرس ولا أسأل عنها أحدا .	٢٤
					قبل الأختبار أطلب من المدرس أن يحل لى بعض الأمثلة والتدريبات	٢٥
					أسأل المدرس عن أية معلومات إضافية مرتبطة بالدرس ولم ترد بالكتاب .	٢٦
					أحاول معرفة ما هى توقعات المدرس عن الأختبار القادم .	٢٧

رقم	العبارة	أفعل ذلك				
		دائماً أ	كثيراً ب	أحياناً ج	قليلاً د	نادراً هـ
٢٨	أنطوع لعمل أنشطة تعليمية مرتبطة بالدروس المقررة .					
٢٩	أجمع ما أستطيع من معلومات حول الموضوع (بحث - مقالة)					
٣٠	أستعين بالكتب والمراجع لإنجاز المطلوب منى .					
٣١	أقدر (أقيم) مدى فهمى للدرس أثناء الشرح .					
٣٢	عندما أحل أى مسألة (تمرين) أعرف ان كان الحل صحيحاً أم لا .					
٣٣	أسمع لنفسى الدرس - ليلة الإمتحان - حتى تثبت فى ذهنى .					
٣٤	أستعد للإختبار بتوزيع الموضوعات المقررة على فترات زمنية مناسبة					
٣٥	أستعن بالوالدين أو الأخوة الكبار فى حل الواجبات المدرسية .					
٣٦	قبل الأختبار أذهب إلى المدرس لأعرف الطريقة المثلى لحل بعض المسائل					
٣٧	أسأل زملائى الأكبر منى عن الأنشطة التى يمكن إعدادها لهذا المقرر					
٣٨	أتبع طريقة المدرس عند حل أى مسألة مشابهة لما درسناه .					
٣٩	أتجنب أى عمل لا يسبقه تخطيط كاف .					
٤٠	عندما يطلب منى حل مسألة - تمرين - فإننى أعد لها تخطيطاً مسبقاً (مسودة) .					
٤١	أختبر العمل أثناء القيام به لأتأكد أنى أقوم به على الوجه الصحيح					
٤٢	دائماً أنظم المعلومات الجديدة وأربطها بالمعلومات السابقة .					
٤٣	أطلب من المدرس أن يخبرنى بأسباب حصولى على درجتى فى الأختبار					
٤٤	أحاول تكملة الواجبات المدرسية قبل موعدها					
٤٥	أعرض على المدرس بعض الآراء المرتبطة بالدرس ولم يشر إليها					
٤٦	حل المسائل (الأسئلة) لا تحتاج الى تخطيط أو تفكير عميق منى .					
٤٧	أضع لنفسى أهدافاً وأسعى إلى تحقيقها .					
٤٨	لحل أى مسألة أجرب أكثر من طريقة للوصول إلى حل نموذجى لها					

رقم	العبارة	أفضل ذلك				
		دائماً أ	كثيراً ب	أحياناً ج	قليلاً د	نادراً هـ
٤٩	أتوقع أن يكون أدائي أفضل من زملائي الآخرين بالفصل .					
٥٠	أفضل العمل المدرسي الذي يتحدى قدراتي لأنني أتعلم منه أشياء جديدة .					
٥١	أنا متأكد من أنني أستطيع فهم جميع الأفكار والمعلومات المقررة على .					
٥٢	عند حل الواجبات المدرسية أحاول تذكر ما قاله المدرس في الفصل .					
٥٣	أهتم بمعرفة ما ينبغي أن أتعلمه في هذا الفصل الدراسي .					
٥٤	من المتوقع أن يكون أدائي عال في هذا الفصل الدراسي .					
٥٥	من الصعب علي أن أحدد الأفكار الرئيسية فيما أقرأه .					
٥٦	أسأل نفسي عدداً من الأسئلة لأتأكد أنني عرفت ماذاكرته					
٥٧	عند مذاكرة مادة غير شيقة أحاول الإستمرار حتى أفرغ من مذاكرتها .					
٥٨	أعتقد أنني أحسن التلاميذ إذا ما قورنت بهم .					
٥٩	أنا متأكد أنني أستطيع أن أصل إلى منزلة عالية في أي مهمة أكلف بها .					
٦٠	مهارتي الدراسية عالية بالنسبة للآخرين .					
٦١	عندما أذاكر أضع الأفكار الرئيسية للدرس في كلماتي الخاصة .					
٦٢	قبل البدء في المذاكرة أفكر فيما أحتاجه للمذاكرة والتعلم .					
٦٣	أعتقد أنني قادر على إستخدام ما أتعلمه الآن في السنوات القادمة					
٦٤	عندما يكون أدائي ضعيفاً أحاول الاستفادة وتصحيح أخطائي .					
٦٥	بالمقارنة بزملائي فإنني أعرف معلومات دقيقة عن الموضوعات التي ندرسها .					
٦٦	أعتقد أن ما نتعلمه في هذا الفصل (السنة) يعد شيئاً .					
٦٧	أعمل جاهداً لألتحق بفصل جيد حتى لو كنت لا أحب هذا الفصل					

أفعل ذلك					العبارة	رقم
نادراً هـ	قليلاً د	أحياناً جـ	كثيراً ب	دائماً أ		
					أتوقف عن القراءة عندما أسرح ، وأعود إليها بسرعة .	٦٨
					أعرف أنني أستطيع تعلم مواد هذا الفصل بمهارة تامة .	٦٩
					فهم الموضوعات المقررة أمر هام بالنسبة لى .	٧٠
					أعتقد أنني سأحصل على تقدير عال هذا العام .	٧١

إنتهت الأسئلة شكراً لك