

الوحدة التاسعة

أساليب قراءة الكتب الدراسية

إعداد: الدكتور/ عبدالمطلب جابر

المحتوى

المقدمة	١- ٩
الأهداف	٢- ٩
استراتيجيات لتطوير مهارة قراءة الكتب الدراسية	٣- ٩
التهيئة للقراءة	١- ٣- ٩
تحسين المقدرة على الاستيعاب	٢- ٣- ٩
التعرف على الكتاب المقرر	٣- ٣- ٩
أساليب ناجحة للقراءة	٤- ٩
القراءة بأسلوب: تصفح، تساءل، اقرأ، سمع، سجل، راجع (SQ4R)	١- ٤- ٩
القراءة بأسلوب التأشير على الكتاب	٢- ٤- ٩
القراءة بأسلوب: خارطة المفاهيم	٣- ٤- ٩
القراءة الفعالة والقراءة السريعة	٥- ٩
كيف تحسن مهارتك الشخصية في القراءة؟	٦- ٩
الخاتمة	٧- ٩



٩ - ١ المقدمة

تعد القراءة بمثابة العملية المحورية في عملية التعلم ، حيث إنها الوسيلة لإيصال المعلومات للطلاب في الجامعة . فعليك قراءة الكتاب المقرر لتتعرف على الكلمات والمصطلحات المستخدمة في موضوع ما وتراها بعينيك حتى تستطيع أن تتحدث بلغة هذا الموضوع ، وتنقله بنفسك للآخرين . كذلك فإن القراءة هي الوسيلة لمعرفة الحقائق والأفكار والمبادئ الأساسية لموضوع ما . وتجدر الإشارة إلى أن القراءة على مستوى الجامعة تختلف عن تلك التي تعودت عليها في المدرسة ، إذ عليك أن تقرأ العديد من الصفحات في الأسبوع للوقوف على المفاهيم والحقائق وتربط بعضها ببعض ، وتفهم ما تقرأ ، وتحفظ بعضها في ذاكرتك حتى تستطيع استعمالها حين الحاجة ، وكذلك في الإجابة على الأسئلة في الاختبارات ، وتحقق نجاحاً متقدماً في المادة المقررة .

وهنا تبرز أسئلة عدة مثل: كيف سأحول استمتاعي بالوقت بحيث يكون في القراءة بدلاً من الحديث غير المجدي مع الزملاء ؟ كيف سأستوعب ما أقرأ وأفهمه ؟ كيف أحتفظ بما أقرأ في ذاكرتي ؟ ما هي الاستراتيجيات الناجحة للقراءة الفعالة ؟ كيف أدون الملاحظات على الكتاب ؟ كيف سأكون أسلوبياً خاصاً بي للقراءة ؟ كيف سأقرأ الكم الكبير من المادة المقررة ؟ كيف سأحسن مهاراتي الشخصية في القراءة ؟ وغيرها من الأسئلة . وللإجابة على التساؤلات المذكورة أعلاه فإننا سنناقش كل هذه الأسئلة ، ونجيب عليها من خلال المواضيع القادمة تحت هذه الوحدة الدراسية .

٩ - ٢ الأهداف

- ♦ تطوير استراتيجيات مهارة القراءة وتحسين الاستيعاب .
- ♦ تصميم الأسلوب الشخصي المناسب لك في القراءة .
- ♦ تطوير مهاراتك في القراءة حتى تصبح قراءة فعالة وسريعة

٩ - ٣ استراتيجيات لتطوير مهارة قراءة الكتب الدراسية

تعد القراءة العادية وبخاصة القراءة للمتعة بمثابة عملية آلية لا تحتاج إلى تقنيات وأساليب معينة ، ولكن قراءة الكتب الدراسية بالنسبة لكثير من طلاب الدراسات الجامعية لا تأتي بالسهولة والعفوية نفسها . وحتى تقرأ وتفهم وتتعلم المواد التي تحتويها الكتب الجامعية المقررة

عليك أن تتعلم استراتيجيات وأساليب معينة تعينك على قراءة واستيعاب واستذكار كم كبير من المعلومات. ويمثل البعض عملية القراءة بأنها مثل تعلم قيادة السيارة. ففي البداية تلقى عليك العديد من التعليمات التي تجد صعوبة في تطبيقها بصورة منتظمة ، ولكن بالتمرين والممارسة تصبح العملية عفوية دون تفكير. وبالتالي سنستعرض فيما يلي عدة أساليب تساعد على تهيئتك للقراءة والاستيعاب ، ثم الأساليب الخاصة بقراءة الكتب الدراسية الجامعية. وليس المقصود بذلك سرد الأساليب المتعددة وتقديم اختبار بها ، وإنما هو تزويدك بعدد من هذه الأساليب التي ربما يتناسب بعضها مع مقرر ما في حين لا يتناسب مع المقرر الآخر ، أو ربما يتناسب معك شخصياً ولا يتناسب مع زميلك. فما عليك إلا استخدام ما هو مناسب لك من هذه الأساليب لتهديب الأساليب التي لديك وتوجيهها إلى الغرض المنشود من القراءة.

٩- ٣- ١- التهيئة للقراءة

أولاً : حدد الغرض من القراءة مسبقاً

يجب أن تحدد في البداية الغرض من القراءة، فهل تقرأ الكتاب المقرر لأنه سيتم اختبارك في مادته وعلى ذلك يتوقف نجاحك في هذه المادة ؟ أم أنك تقرأ لتحديد الأفكار الرئيسية ؟ أو لتجيب على بعض الأسئلة ؟ أو تقرأ لتعميق فهمك لموضوع ما ؟ وفي العادة يحدد الأستاذ الغرض الذي يريده عند إعطاء الواجب الدراسي. وبمعرفة الغرض من القراءة ستتمكن من اختيار استراتيجية و أسلوب القراءة الذي يتناسب مع هذا الغرض. وبالتالي فسيكون بإمكانك التصفح السريع لبعض المفاهيم التي تعرفها سابقاً، أو المعلومات المتقدمة جداً عن الغرض، وذلك لعدم أهميتها للغرض ، وفي الوقت نفسه فإنك ستحدد النقاط التي ستوليها وقتاً أطول واهتماماً أكبر عند القراءة .

ثانياً : حدد الوقت والمدى اللازم للقراءة

عليك تحديد الواجب الدراسي ، وعدد الصفحات ، والوقت اللازم للقراءة بحيث يتناسب مع كمية المادة وصعوبتها ، وحاول الرجوع إلى الجدول الدراسي اليومي الذي أعدته مسبقاً للقيام بواجباتك الدراسية . وإذ لزم الأمر فبإمكانك تعديل الجدول زيادة أو نقصاً بحيث تعطي لمادة ما وقتاً على حساب مادة أخرى حيث إن المواد لا تتساوى في صعوبتها . فعليك أن تكون مرناً في ترجمة جدول واجباتك الدراسية . وعند تحديد الوقت الذي تحتاجه لقراءة الواجب عليك أن تأخذ في الحسبان الفترة التي يمكنك أن تظل منتبهاً لأمر ما (Attention span)، فعليك أن تعرف نفسك جيداً، وهل تستطيع الانتباه والتركيز لفترة طويلة أم محددة. والآن بإمكانك تحديد الوقت اللازم للقراءة عندما تحدد ما يلي:

١ - عدد الصفحات المطلوبة في الواجب المنزلي

٢ - عدد الصفحات التي يمكنك قراءتها في الساعة الواحدة وأنت منته به وذلك من تجاربك السابقة.

٣ - فترة بقائك متنبهاً أثناء القراءة .

فإن كان الواجب قراءة ١٠ صفحات وأنت ستحتاج إلى ١٠ دقائق لقراءة الصفحة وإن فترة الانتباه عندك تتعدى ٢٥ دقيقة ، فإنك ستحتاج على الأقل ١٣٠ دقيقة لقراءة الواجب على اعتبار أنك ستحتاج إلى عشر دقائق راحة بعد كل ٢٥ دقيقة قراءة. كذلك يجب أن لا تنسى بأنك ستحتاج إلى وقت إضافي لاستخراج بعض الكلمات من القاموس، أو للشرب أو للتحدث في الهاتف، أو للاسترخاء، أو التهيؤ للبدء في القراءة بعد كل فترة راحة. علماً بأنه لا ينصح بالمقاطعات التي تقلل التركيز في القراءة.

ثالثاً : استحضّر معرفتك السابقة بالمادة

حتى تحضر ذهنك لاستقبال معلومات جديدة سيكون من المفيد استذكار ما تعرفه مسبقاً عن هذه المعلومات ، ويتم ذلك بالرجوع إلى الملاحظات التي دونتها في المحاضرات السابقة التي لها صلة بالموضوع ، وبالتالي فسيكون بإمكانك ربط أجزاء الموضوع ببعضها ببعض .
وأما إذا كان موضوعاً جديداً فعليك ربطه بمعرفتك وممارساتك السابقة ، فمثلاً قبل البدء بقراءة موضوع مهارات القراءة، تبدأ بسؤال نفسك عن الاستعدادات التي تقوم بها قبل البدء بالقراءة ، وما نوع الكتب التي تحب قراءتها، وسرعتك في القراءة، وماذا تعمل عندما تصطدم بكلمات لا تعرف معناها ، وهل تقرأ الكتاب المقرر أم أنك تجد صعوبة في التركيز، وبالتالي فإنك ستضع أفكاراً في ذهنك تود التعرف عليها والإجابة عن التساؤلات الخاصة بها الأمر الذي سيحفزك لقراءة الموضوع المتعلق بمهارات القراءة مثلاً.

رابعاً : استعرض الوحدة المحددة قراءتها في الكتاب

بالرجوع إلى محتويات أي وحدة من وحدات الكتاب يمكن تحديد الأفكار الرئيسية التي سيوردها الكتاب في هذا الموضوع ، وبالتالي الاستعداد الذهني لتقبل هذه المعلومات . ويتم المسح الكامل لمحتويات الوحدة باتتبع الخطوات التالية :

- ◆ تقرأ في البداية عنوان الموضوع والمقدمة التي تحدد المفاهيم الرئيسية التي ستناقش، وكذلك الأهداف (إن وجدت) لهذا الموضوع وعليه فسيتم رسم صورة متكاملة للموضوع قبل قراءته.
- ◆ تلقي نظرة شاملة على العناوين الرئيسية والفرعية لمحتويات هذه الوحدة من الكتاب حيث يتم التعرف على الموضوعات التي ستناقش لاحقاً.
- ◆ تقرأ الكلمات التي تم إبرازها والإشارة لها إما بلون آخر، أو على هيئة خط عريض، أو بأحرف مائلة، أو بوضع خط أسفلها . كل ذلك يعطيك رسالة واضحة للأفكار الرئيسية التي سيتم مناقشتها .

- ◆ تلقي نظرة على الرسومات والجداول والرسوم البيانية والمخططات وخرائط المفاهيم . وتعد كل هذه الوسائل التوضيحية أدوات لتمثيل الأفكار الرئيسية في الموضوع .
 - ◆ تقرأ الملخص الذي تنتهي به الوحدة. حيث يتم في هذا الملخص الإشارة إلى الأفكار الرئيسية والتأكيد عليها .
 - ◆ كذلك يجب عدم إغفال الأسئلة والتمارين التوضيحية التي ترد أثناء الوحدة حيث يتم في مثل هذه التمرينات التأكيد على المعلومات الهامة التي يرمي إليها المؤلف.
- هذا ويجب أن تتم هذه النظرة السريعة في حوالي خمس دقائق على الأكثر ما لم تكن هناك صعوبة في التعرف على المصطلحات الجديدة أو أن تكون المقدمة أو الملخص طويلين ، وتجدر الإشارة كذلك إلى أنه من الممكن قراءة الوحدة بشكل مباشر دون التصفح، ولكنك ستحتاج إلى وقت أطول حتى تربط العناوين الرئيسية والفرعية بعضها ببعض ، وعليه فإنك ستكون كمن يمشي في غرفة مظلمة دون أن يكون لديك أدنى فكرة عن محتويات هذه الغرفة .

تمرين

يوزع الأستاذ نسخاً من وحدة من أحد الكتب المقررة في السنة التحضيرية، ومن الممكن أن تكون باللغة الإنجليزية. وعليك أن تجاوب على الأسئلة التالية في الورقة المرفقة:

١ - ألق نظرة سريعة على محتويات الوحدة وحدد ما يلي :

الموضوع : _____

عنوان الوحدة : _____

٢ - اقرأ عنوان الوحدة، والمقدمة والأهداف ، وقلب الصفحات لإلقاء نظرة على العناوين الرئيسية والعناوين الفرعية، والكلمات والمصطلحات المؤشر عليها باللون أو شكل الحرف أو التأشير بالخط أو الأسهم. كذلك اقرأ الخلاصة والتمارين والأسئلة التوضيحية، وقبل البدء بالقراءة الفعلية للوحدة أجب على الأسئلة التالية :

- ◆ ما هو الموضوع الرئيس الذي تغطيه هذه الوحدة ؟
 - ◆ ما هي المواضيع الفرعية التي سيتم مناقشتها في هذه الوحدة ؟
 - ◆ حدد على شكل نقاط معرفتك السابقة بالمادة ؟
 - ◆ اكتب عدداً من المصطلحات والجمل وأشباه الجمل التي سيتم مناقشتها في الوحدة .
 - ◆ إذا كان بالإمكان تحديد شيء من تتابع الأفكار في هذه الوحدة فوضح ذلك بنقاط .
- قم بتسليم ورقة الإجابة إلى الأستاذ.

٩- ٣- ٢- تحسين المقدرة على الاستيعاب

عندما تبدأ بقراءة موضوع ما في أي كتاب، فإنك ستستمر في القراءة والاستيعاب طالما كانت المادة مفهومة لك، ولا تحدث نفسك بأي سؤال عابر يخطر على بالك. ولكن تخيل أنك تقرأ موضوعاً جديداً في كتاب، أو أن الكتاب يستخدم مصطلحات معقدة أو كلمات صعبة أو جملاً غير مفهومة لديك، فإنك تبدأ بطرح بعض التساؤلات على نفسك كسييل لاستيعاب أفضل للمادة التي تقرؤها مثل:

- ◆ لا أفهم هذه الكلمة، وسأكمل الفقرة حتى أعرف ماذا تعني.
- ◆ هذه جملة غير مفهومة وتتعارض مع فهمي لما قرأت سابقاً. دعني أعود لقراءة الفقرة ثانية حتى أستوضح المقصود بها.
- ◆ هذه الفقرة ككل غير مفهومة ولذلك سأعيد قراءتها ثانية.
- ◆ أين الفكرة الرئيسية؟ هل هي هذه؟ أم تلك؟ دعني أكمل حتى أحدها بالضبط.
- ◆ لقد قرأت هذه الفقرة عدة مرات وتأكدت حسب فهمي لها بأنها تتعارض مع ما قاله الأستاذ. إذاً علي أن أسأل أحد الزملاء أو الأستاذ نفسه.

وفيما يلي سردٌ لبعض استراتيجيات الاستيعاب الناجحة عند القراءة :

- ◆ اجعل سرعتك في القراءة متناسبة مع مدى صعوبة المادة التي تقرؤها. فبعض الفقرات تحتاج إلى وقت أكبر.
- ◆ ارجع عدة فقرات إلى الخلف وأعد قراءتها فربما فاتك التركيز على إحدى الأفكار التي أدت إلى اضطراب الاستيعاب لديك.
- ◆ استمر في القراءة حتى تغطي عدة فقرات لاحقة فربما يتم توضيح الجزء الغامض في الفقرة التي تقرؤها لاحقاً، وعند التحقق من ذلك أعد قراءة الفقرة ثانية لتأكيد الاستيعاب.
- ◆ ابحث عن معاني المفردات الجديدة. ويتم ذلك بقراءة عدة جمل لاحقة فربما يأتي التعريف لاحقاً، أو من الممكن استنتاج المعنى من السياق. وفي بعض الأحيان ربما تحتاج للرجوع إلى القاموس. وبمعرفة معنى الكلمة غير المعروفة لديك سيسهل عليك فهم الجملة أو الفقرة.
- ◆ اقرأ الفقرة الصعبة بصوت مسموع، حيث إن القراءة بصوت مسموع يجعلك أكثر استعداداً للتركيز واستيضاح بعض المعلومات التي تبدو مبهمه. وليس المقصود هنا أن تقرأ كل الموضوع بصوت مسموع، بل الفقرات الغامضة فقط.

- ◆ إسأل أحد الزملاء الذين تذاكر معهم إما بتجميع أسئلتك معاً ومناقشتها عند اللقاء في الصباح مثلاً، أو بالاتصال هاتفياً ولكن عليك أن لا تزج غيرك.
- ◆ اقرأ المادة من المصادر المساعدة مثل الملاحظات التي دونتها في المحاضرة، أو أي مرجع يحتوي على نفس الموضوع، ولكن بأسلوب أسهل ، حيث يتم توضيح المبادئ الأساسية بطريقة أسهل وبشكل أوضح.
- ◆ ارجع إلى أستاذ المادة عندما تفقد جميع الوسائل لاستيعاب فكرة ما ، أو فقرة في صفحة من الكتاب بعد أن تكون قد جربت جميع الوسائل السابقة. وعند الحديث مع الأستاذ يجب أن تفهمه أنك قد حاولت الاستيعاب ولكن ذلك لم يكن ممكناً لعدم وضوح كلمة أو فكرة أو معادلة أو مصطلح، وعند ذلك سيكون من السهل على الأستاذ توضيح الفكرة لك .

٩ - ٣- ٣ التعرف على الكتاب المقرر

إن تصفحك للكتاب قبل البدء بالقراءة سيوطد العلاقة بينك وبينه ، ويجعله يستحوذ على ذهنك وأفكارك، حيث إن ذلك سيساعدك على معرفة المؤلف ، والغرض من الكتاب ، وطريقة ترتيبه للمواضيع، وكيفية الاستفادة منه في التعلم. كذلك فإن تصفح الكتاب سيزيد من مقدرتك على تعلم المادة الجديدة وذلك بتثبيط المعلومات التي تعرفها مسبقاً، أو أنه سيلفت انتباهك إلى المعلومات الجديدة التي ستتعلمها. وهذا كله سيحضر ذهنك وعقلك لاستيعاب وتذكر المادة الجديدة . إذا فكيف تتعرف على الكتاب؟

١ - الإطلاع على الصفحات الأولى للكتاب

- ◆ يجب أن تعرف عنوان الكتاب، وأسم المؤلف، وتاريخ طباعته ونشره ، وإعادة نشره. فإن ذلك سيعطيك فكرة عن المادة التي ستتعلمها، ويربطك بالشخص أو الأشخاص ذوي الخبرة في موضوع الكتاب، كما أنه سيوضح لك فيما إذا كنت تقرأ في كتاب حديث أو كتاب قديم أصبحت مواضيعه ليست بذات قيمة.
- ◆ اقرأ مقدمة الكتاب، إذ من المعتاد أن يبين المؤلف في المقدمة الهدف من الكتاب، ومستوى القارئ الذي كتب من أجله، وبذلك ستتعرف على مدى مناسبته لمستواك الدراسي، وعلى الترتيب الذي سلكه المؤلف، لتقديم المعلومات في تتابع متناسق مع استيعاب وتخزين المعلومات في ذاكرتك .
- ◆ تعرف على طريقة ترتيب مواضيع الكتاب وذلك بتصفح قائمة محتويات الكتاب .

ومن المعروف أن كتب العلوم والرياضيات واللغة ترتب المواضيع بطريقة تتابعية بحيث لا تستطيع استيعاب موضوع دون أن تكون قد استوعبت المواضيع المدرجة في الوحدات السابقة. وبشكل عام فإن أي وحدة في كتاب من كتب العلوم مثلاً تبدأ بمقدمة توضح الأهداف والمفاهيم التي سيتم تعلمها ، ثم تتم مناقشة المفاهيم الأساسية وإعطاء الشروحات والتمرينات اللازمة لفهمها ويتبع ذلك التطبيقات. وفي النهاية يعطى ملخصاً للمفاهيم الجديدة وربما فهرساً (Glossary) يبين معاني المصطلحات الجديدة التي وردت في الوحدة.

◆ ملاحظة إعادة النشر أو الطبعة الجديدة من الكتاب

من الممكن أن يعاد نشر الكتاب كما هو بعد فترة محددة من السنوات دون تغيير، وهذا يحدث في المواضيع التي تتطور ببطء أو لعدم وجود الاستعداد المادي عند المؤلفين لمراجعة الكتاب. ويتم في الغالب إصدار نسخ معدلة أو مراجعة (Revised edition) من فترة لأخرى حيث يتم إجراء التعديلات حسب التطور العلمي أو ملاحظات القراء. ويجب أن تلاحظ قراءة آخر طبعة من الكتاب إذا توفرت منه عدة طبعات.

◆ ملاحظة البيانات والإضافات الخاصة بكل موضوع .

يتسابق المؤلفون على إظهار كتبهم بطريقة أكثر مناسبة للقراءة والاستيعاب. فمن الممكن ملاحظة المعلومات والملخصات والقوانين الرياضية العلمية والصيغ الكيميائية وقد تم إبرازها داخل إطار مثلاً في وسط الصفحة، أو في الهامش، أو أنها كتبت بلون غير الأسود، أو بأحرف ثخينة أو مائلة مثلاً .

٢ - مسح شامل لمحتويات الكتاب (تصفح الكتاب)

من المعتاد أن يقدم المؤلفون محتويات الكتاب في البداية أو في النهاية على شكل قائمة بحيث يتم إدراج عناوين الوحدات ، وتحت كل وحدة توضع العناوين الفرعية وذلك على هيئة أرقام متتابعة تدل على الوحدات ، وأرقام للعناوين الفرعية ، وأرقام الصفحات التي تقابل هذه العناوين. كذلك يقدم الكتاب بعض الإضافات ذات العلاقة بالمواضيع وبخاصة في نهايته ، وفهرساً بالمصطلحات والكلمات الصعبة. ويختم الكتاب عادة بالفهرس الذي يبين جميع المصطلحات والأفكار الرئيسة ، والمواضيع ، والصفحات التي وردت بها. وعند المسح السريع لهذا الفهرس تستطيع معرفة الطريقة التي استخدمها المؤلفون في ترتيب مواضيع الكتاب ، بالإضافة إلى المواضيع الرئيسة التي تمت مناقشتها في الكتاب.

٣ - إجراء تصفح كامل لكل صفحات الكتاب

بعد الإطلاع على الصفحات الأولى من الكتاب تبدأ بتقليب صفحاته ، والنظر لكل صفحة بصورة فاحصة ، تعرف منها كيفية عرض المادة وإبرازها والتأشير على الأفكار الرئيسة من قبل المؤلفين ، ومواضع الصور التوضيحية والرسومات البيانية والأسئلة والتمارين التوضيحية وكشاف المصطلحات . وكل ذلك يزيد من علاقتك بالكتاب ويهيئك للقراءة والاستيعاب ؛ حيث تستطيع توقع ما سيأتي لاحقاً من شروحات وتبريرات وتوضيحات ليس من الممكن الاستفادة منها دون التحقق من وجودها ومن الغرض التي وضعت من أجله قبل البدء بالقراءة .

هذا وبإمكانك التعرف على محتويات الكتاب المقرر بطرح الأسئلة التالية ومحاولة الإجابة عليها:

- ◆ هل يحتوي الكتاب على معلومات مدونة على الصفحة الداخلية للغلاف أو قبل جدول المحتويات؟
- ◆ هل يحتوي الكتاب على فهرس للمصطلحات؟
- ◆ هل يحتوي الكتاب على ملاحق؟ ما عناوينها؟
- ◆ هل يحتوي الكتاب على فهرس للمواضيع؟
- ◆ هل يحتوي الكتاب على مقدمة؟
- ◆ ما عدد الوحدات التي يحتويها الكتاب؟
- ◆ هل يحتوي الكتاب على قوائم بالمراجع؟ أين وضعت؟
- ◆ هل يحتوي الكتاب على ملخص لكل وحدة؟
- ◆ من هو المؤلف؟ وما هي مؤهلاته؟
- ◆ ما هو تاريخ طبعة الكتاب؟ وفي أي مكان؟
- ◆ ما غرض المؤلف / المؤلفين من كتابة الكتاب؟
- ◆ ما هي وجهة النظر التي ركز عليها الكتاب؟
- ◆ ما هي الوسائل التعليمية المساعدة التي استخدمها المؤلف في كل وحدة من الكتاب؟
- ◆ كيف تم ترتيب الوحدات في الكتاب؟

٩ - ٤ أساليب ناجحة للقراءة

هناك أساليب عدة لقراءة الكتب الدراسية العلمية والأدبية. وقد تم وضع التسلسل المنطقي للخطوات التي تجعل القراءة فعالة للاستفادة منها في التعلم والاستعداد للاختبارات التي هي أحد المقاييس الرئيسية لمدى التعلم. وسنعرض لبعض من هذه الأساليب ، والكيفية التي تعدل بها أسلوب قراءة معين ليتناسب مع كل من مادة الموضوع المقرر ومهاراتك الشخصية.

تقييم ذاتي لتتعرف على مهارات القراءة لديك

وضح إجابتك لكل من العبارات التالية بوضع إشارة مقابل عاداتك في القراءة واحسب درجتك

النهائية:

الرقم	عاداتك في القراءة	نادرة (صفر درجة)	بعض الاحيان (٥ درجات)	عادة (١٠ درجات)
١	أقرأ في العادة جميع واجبات القراءة التي حددها المدرسون			
٢	أوفر وقتاً كافياً لإتمام أي واجب في القراءة			
٣	أقسم الوقت اللازم للقراءة إلى فترات للحصول على قراءة فعالة أكثر في كل مرة			
٤	أنظر إلى العناوين الرئيسية والفرعية في الوحدة الدراسية قبل البدء بالقراءة			
٥	أطرح بعض الأسئلة قبل القراءة وأحاول الإجابة عليها أثناء القراءة			
٦	أقوم بالتأشير على الأفكار الرئيسية والأمثلة			
٧	أتوقف عن القراءة لوهلة وأحاول أن أستذكر الأفكار الرئيسية بصياغتي الخاصة			
٨	أكتب بعض الملاحظات على الكتاب أثناء القراءة			
٩	أعود إلى الملاحظات التي كتبتها في المحاضرة عندما لا أفهم فكرة ما في الكتاب			
١٠	أختبر مدى فهمي لما قرأت بالإجابة على الأسئلة في آخر الوحدة			
	المجموع			

احسب درجاتك بضرب الوزن في المجموع لمعرفة النسبة المئوية لمدى مهارتك في القراءة، وحاول تحسين هذه المهارة حسب التوجيهات التي ستتعلمها لاحقاً.

٩- ٤- ١- القراءة بأسلوب: تصفح، تساءل، اقرأ، سمع، سجل، راجع (SQ4R)

(SQ4R: Survey, Question, Read, Recite, Record, Review)

هناك أساليب متعددة لقراءة الكتب الدراسية ولكنها جميعاً تتبع نسقاً واحداً وهو: التصفح، والقراءة، وتدوين الملاحظات، والمراجعة للتحضير للاختبارات. ولكن خبراء التعليم يطورون هذا النسق بطريقة أو بأخرى. وسنناقش هنا أسلوباً للقراءة يؤدي إلى تعلم أكبر قدر ممكن من مادة دراسية ليست سهلة وفي وقت ليس طويلاً. ويوصى باستخدام أسلوب القراءة هذا في كثير من الجامعات. ويسمى هذا الأسلوب بالإنجليزية (SQ4R)؛ أي: تصفح وتساءل وقرأ وسمع وسجل ثم راجع ، فما المقصود بكل من هذه الخطوات ؟

١ - التصفح (Survey)

قبل أن تبدأ بقراءة أي وحدة من الكتاب تقوم بعمل مسح شامل وسريع لهذه الوحدة ، وذلك بتصفح الوحدة من البداية إلى النهاية ، ويتضمن ذلك ما يلي :

- ◆ عنوان الوحدة والعناوين الرئيسية والفرعية فيها .
- ◆ النظر إلى الشروحات المرافقة للصور والخرائط والرسومات التوضيحية .
- ◆ الفقرات الخاصة بالمقدمة والخاتمة والخلاصة .
- ◆ العبارات والكلمات المؤشر عليها سواء بخطوط تحتها، أو بلون غير الأسود، أو بالحرف المطبعي الثخين أو المائل .
- ◆ الأسئلة والتمارين سواء المحلول منها أم التي وضعت في نهاية الوحدة للتقييم الذاتي.

ان عملية المسح السريعة هذه والتي يجب أن لا تستغرق أكثر من خمس دقائق ستعطيك فكرة عن موضوع الوحدة، وطريقة تناوله من قبل المؤلف، وكيفية تنظيم الأفكار الأمر الذي سيسهل عليك عملية القراءة والاستيعاب فيما بعد، وهذا النهج يشبه تماماً عملية النظر إلى خريطة المواقع قبل البدء في سوق السيارة في بلد غريب عليك مثلاً .

٢ - التساؤل (Question)

بعد أن تنتهي عملية التصفح السريعة ابدأ بطرح الأسئلة وكتابتها في الهامش، وبالتالي فإنك ستركز البحث عن إجابات لهذه الأسئلة الأمر الذي سيشد انتباهك أثناء قراءة المادة من الكتاب، أو حتى سماعها من الأستاذ. كذلك فإنه سيحفز قدراتك على التذكر. إن عدم طرح الأسئلة سيفقدك الهدف من القراءة، وبالتالي ستنتهي من قراءة الصفحة دون التركيز على أي شيء، وربما تمل القراءة وتخلد إلى النعاس. وتهدف عملية التساؤل إلى ما يلي:

◆ مساعدتك على التركيز أثناء القراءة .

◆ الإحساس بالغاية من القراءة .

◆ التهيئة لعملية الاستذكار .

فما هي الأسئلة التي تطرحها قبل القراءة المستفيضة؟

◆ حوّل العناوين الرئيسية والفرعية إلى أسئلة .

◆ الأسئلة التي ترد بعد كل عنوان فرعي إن وجدت والأسئلة الموجودة آخر الوحدة.

◆ اسأل نفسك إن كنت تعرف مسبقاً أي معلومات متعلقة بمادة الوحدة التي ستقرأها.

٣ - القراءة (Reading)

بعد وضع الأسئلة ابدأ بعملية القراءة ، وابدأ بقراءة المادة تحت العنوان الذي يمثل السؤال الأول. وربما تجد أثناء القراءة السريعة أن هناك حقائق وأفكار تحتاج إلى أسئلة أخرى ، ومعظم الطلاب يضيفون أسئلة أخرى لتغطي جميع الأفكار الأساسية في الوحدة. وعند إنهاء الفقرة الأولى عليك أن تتأكد من أن الإجابة على سؤالك الأول قد تم تغطيتها. وإذا لم يحدث ذلك فعليك أن تكتب سؤالاً آخرًا بحيث يعكس المادة التي وردت في الفقرة، وفي هذه الحالة عليك أن تحدد الجملة الأساسية (Key sentence) في الفقرة والتي تحدد الهدف منها وتحول هذه الجملة إلى سؤال جديد .

تابع القراءة فقرة بعد الأخرى ، ولا تدون أي ملاحظات ، بل أضف أسئلة فقط إلى الأسئلة التي وضعتها قبل البدء في القراءة . ربما تجد أن بعض الأسئلة تحتاج إلى إعادة صياغة لتعكس المفهوم بطريقة أكثر دقة ، أو أنك تحتاج إلى استبدال السؤال العام بأسئلة مستمدة من المادة المقدمة في كل فقرة . وتذكر بأنك لا تفهم الوحدة ما لم تفهم كل فقرة فيها. وتجدر الإشارة إلى أن هذه الأسئلة ستساعدك في تعلم المادة، وكذلك ستجعلك قادراً على توقع أسئلة الاختبارات.

هل يكفي أن تقرأ النص فقط دون النظر إلى الأدوات التوضيحية المصاحبة في الوحدة؟

يجب أن تطلع على كل ما ورد في الوحدة من نص وتوضيحات كالتالي :

◆ العناوين الرئيسية والفرعية والنص المكتوب تحتها.

◆ الأشكال والرسومات التوضيحية وعناوينها والشروحات المصاحبة لها.

◆ التعبيرات والجمل المؤشر عليها بأي شكل من الأشكال التي ذكرت أعلاه.

♦ يجب أن تقلل من سرعتك في القراءة عندما تواجه فقرة صعبة .

♦ إذا شعرت بأنك قد فقدت الاتصال مع المادة لعدم وضوح فكرة ما فأعد قراءة هذه الفقرة.

٤ - التسميع (Recitation)

بعد أن تنهي قراءة كل فصل، قم بتغطيته، أو انظر بعيداً، وحاول إجابة الأسئلة التي دونتها أثناء القراءة، ولا تنزعج من التسميع أي: (القراءة بصوت مسموع)، فإن التسميع هذا سيجبرك على التركيز والتذكر. وعند التسميع جاوب على الأسئلة من واقع مادة الكتاب بصياغتك أنت قدر الأمكان. ومن التجارب، ثبت أن الطالب المتفوق يقضي وقتاً في التسميع أطول من الوقت الذي يقضيه في القراءة وإعادة القراءة.

٥ - التسجيل (Record)

بعد أن تتأكد من صحة إجابتك الشفوية على أي سؤال طرحته، اكتب إجابتك في العامود المجاور للسؤال الذي كتبتة، تأكد من صحته بالنظر إلى الكتاب، ثم انتقل للسؤال التالي وسمعه شفويًا، وعندما تتأكد من صحته اكتبه كما فعلت في السؤال السابق، واستمر حتى تنهي الوحدة، ثم انتقل إلى الفصول اللاحقة.

٦ - المراجعة (Review)

بعد أن تنتهي الخطوات الخمس السابقة، وقبل أن تنهي مذاكرتك، حاول أن تقوم بمراجعة مباشرة لما تم مذاكرته، وذلك بالنظر إلى كل سؤال دونته في الهامش، وحاول تخيل الجواب لعدة ثوان. سوف تحتاج من ٥ إلى ١٠ دقائق لعمل هذه المراجعة التي ستعزز من مقدرتك على تذكر ما قرأته.

ولتثبيت المادة في ذاكرتك فإن عليك أن تقوم بمراجعة مستمرة . فعند الانتقال من وحدة دراسية إلى أخرى، وقبل أن تبدأ بقراءة الوحدة الجديدة عليك أن تراجع الوحدة السابقة ، ويتم ذلك في دقائق عدة، وذلك بأن تنظر إلى الأسئلة وعند قراءة كل سؤال حاول تصور الإجابة في ذهنك ، واحتفظ بها لعدة ثوان، ثم انتقل إلى السؤال التالي ، وهكذا ، وإذا كان هناك صعوبة في التذكر انظر إلى الكتاب . وبهذه العملية فإنك ستحضر نفسك للاختبارات دون اللجوء لعملية حشو الدماغ بالمعلومات في ليلة الاختبار.

تمرين على أسلوب SQ4R للقراءة

اختر واجباً دراسياً حدده لك الأستاذ او أنت تحدده لنفسك ، ولتكن وحدة متكاملة من كتاب مقرر عليك في هذا الفصل الدراسي من السنة ، واقرأ هذه الوحدة بأسلوب SQ4R كالتالي :

١ - استعمل أسلوب القراءة على النحو التالي :

- ♦ التصفح : تصفح مادة الوحدة في حوالي خمسة دقائق .
- ♦ التساؤل : قم بعمل نموذج كالمبين أدناه على ورقة خارجية. حول العناوين إلى أسئلة واكتبها في النموذج.

الأسئلة	الملاحظات	إجابات الأسئلة

- ♦ القراءة : اقرأ المادة المدونة تحت كل عنوان ، غير الأسئلة أو أضف إليها في خانة الملاحظات المبينة في الجدول .
- ♦ التسميع : جاوب على كل سؤال بصوت مرتفع دون النظر إلى المادة .
- ♦ التسجيل : اكتب الإجابة الصحيحة لكل سؤال في الخانة الموضحة في الجدول .
- ♦ المراجعة : انظر إلى الأسئلة مع تغطية الإجابات ، وحاول تخيل الإجابة لكل سؤال في عدة ثوان .

قم بعمل نسخة من نموذج الأسئلة والملاحظات وقدمها للاستاذ.

٢ - تقييم الأسلوب

بعد إنهاء عملية القراءة أجب على الأسئلة التالية :

- ♦ ما اثر أسلوب القراءة هذا على مدى تعلمك للمادة ؟
- ♦ اذكر إيجابيات وسلبيات أسلوب القراءة SQ4R .
- ♦ إن أسلوب القراءة هذا سيستغرق وقتاً ربما يكون طويلاً نسبياً ، برأيك كيف يمكنك أن توازن ما بين الوقت المتاح لك وكمية المادة المحددة في الواجب الدراسي اليومي؟

٩ - ٤ - ٢ القراءة بأسلوب التأشير على الكتاب

لقد تناول أسلوب SQ4R للقراءة ستة مكونات أساسية وهي : التصفح ، والتساؤل ، والقراءة ، والتسميع ، وتدوين الملاحظات ، والمراجعة للاختبار . أما في أسلوب التأشير على الكتاب فإنك لن تقوم بعملية التسميع ، أو كتابة الملاحظات في دفتر الملاحظات ، بل ستضع إشارات على المعلومات الرئيسية ، وتدون ملاحظات قصيرة في هامش الكتاب .

ومن الممكن استخدام أسلوب التأشير على الكتاب فقط عندما تكون المادة سهلة، أما في المواد الصعبة فيمكنك أن تفكر بالجمع بين الأسلوبين المذكورين. وكثير من الطلاب يجدون أن الجمع بين الأسلوبين هو وسيلة ناجعة لعملية تعلم أفضل، وتحصيل نتائج أعلى في الاختبارات، وبخاصة في المواد الصعبة كما ذكرنا. وتجدر الإشارة إلى أن أسلوب التأشير على الكتاب يعد عملية سهلة وسريعة، ومن الممكن أن يراجعها الطالب حتى في فترات الاستراحة بين المحاضرات وقبل الاختبارات مباشرة. وعليك أن تحدد بنفسك ما هو أسلوب القراءة الذي يتناسب مع شخصيتك ووقتك وطريقة استعدادك للاختبارات.

ويمكن تلخيص أسلوب القراءة بالتأشير على الكتاب بالخطوات التالية :

١. التصفح، ٢. القراءة، ٣. التأشير على الكتاب، ٤. المراجعة. وسوف نتناول هذه الخطوات فيما يلي بشيء من التفصيل.

١ - التصفح

قم بعملية تصفح سريعة لمادة الوحدة الدراسية كما ذكرنا سابقاً. وفي هذا التصفح تلقي نظرة على العناوين الرئيسية والفرعية، والعلاقة بينها، وتقرأ الفقرة الأولى والأخيرة من الوحدة، وكذلك تلقي نظرة على الكلمات والتعبيرات وال فقرات التي تم التأشير عليها من قبل المؤلف، كأن تكون بأحرف ثخينة، أو بلون آخر، أو بأحرف مائلة كما ذكرنا سابقاً. وفي الكتب العلمية تلقي نظرة على الرسوم التوضيحية والبيانية والتفاصيل والشروحات التي ألحقت بها، وعلى الجداول والأرقام والمعادلات والرموز وغيرها .

٢ - القراءة

ابدأ عملية القراءة كما ذكرنا سابقاً، والطريقة المثلى لذلك هو أن تحول العناوين الرئيسية والفرعية والأفكار الرئيسية إلى أسئلة، وتكتب هذه الأسئلة في هامش الكتاب مقابل كل فقرة، وربما تختار أن لا تستمر في القراءة عندما تجد الفكرة الرئيسية موضحة بالقلم العريض، أو محاطة بإطار أو بلون أو ما شابه ذلك، وربما تكون مصيباً بذلك إن كان الوقت قصيراً، ولكن يفضل أن تقرأ الفقرة كاملة بتمعن فربما تكون هناك أفكاراً توضيحية من الممكن أن تضع عليها أسئلة أخرى.

وتذكر بأن لا تؤشر على الكتاب قبل أن تنهي قراءة الفقرة أو الوحدة ككل، فإن التأشير بشكل مباشر يؤدي إلى وضع إشارات على مادة ليست ذات أهمية، وبالتالي يصبح من الصعب المراجعة عندما تنظر إلى الكتاب وترى بأن الصفحة كاملة قد تم التأشير عليها بصورة أو بأخرى .

يجب أن تكون انتقائياً في عملية التأشير بحيث تؤثر على الأجزاء ذات الأهمية، وإذا تم التأشير على كل شيء فلن تستطيع إبراز الأفكار الهامة والرئيسية في الموضوع . ولمعرفة الأفكار الرئيسية والهامة عليك أن تقوم بعملية القراءة كما ذكرنا أعلاه. ما هي المعلومات الهامة التي يجب التعرف عليها أثناء القراءة ؟ بعد القراءة سيكون بإمكانك استخلاص الأفكار الهامة التي تتضمن التعريفات، الأمثلة المفيدة في استيعاب المادة، القوائم التي تبين الأسباب أو الأنواع أو المميزات أو غير ذلك، وكذلك النقاط التي يسهب المؤلف في الحديث عنها لأهميتها. وبجانب المعلومات والأفكار الرئيسية الهامة فإن نظام التأشير يجب أن يأخذ في الحسبان علاقة المعلومات بعضها ببعض، وبالتالي فإن استخدام الرموز والأرقام والحروف والخطوط ستساعدك في ربط المعلومات بعضها ببعض، فمثلاً يمكن وضع خطين أو خط أو ألوان مختلفة أو أسهم لتربط معلومة بأخرى .

أمثلة لأساليب التأشير على الكتاب

كل شخص يختار الإشارات والكلمات التي يكتبها على الكتاب لترشده عند الرجوع إليها قبل الاختبار ، وفيما يلي نماذج من هذه الاشارات :

- ◆ ضع خطين تحت الكلمات أو العبارات أو الجمل التي توضح الأفكار الرئيسية .
- ◆ ضع خطأ واحداً تحت الكلمات أو الفقرات والجمل التي تساند عملية الاستيعاب .
- ◆ عندما ترى قائمة بأرقام أو أحرف لتبين مجموعة من الحقائق أو الأفكار أو الأسباب ضع دائرة حول كل رقم .
- ◆ بدلاً من التأشير على عدة أسطر لأهميتها أو لأنها تحتوي على تعريف هام فيمكنك وضع قوس مربع ([]) يجمع كل الأسطر ذات الأهمية .
- ◆ ضع إشارات على صورة نجمة (❖) في الهامش مقابل الأفكار الرئيسية والهامة ، وبإمكانك أن تزيد عدد النجوم عندما تريد أن تبين أهمية بعض المعلومات بالنسبة للبعض الآخر بحيث تكون المادة مهمة جداً عندما تؤثر عليها بثلاث نجوم .
- ◆ ضع دائرة حول الكلمات أو الفقرات الهامة .
- ◆ ضع إطاراً مستطيلاً حول الكلمات التي تبين التعداد مثلاً :

أولاً

ثانياً

- ◆ ضع علامة استفهام في الهامش مقابل المادة التي لم تستطع فهمها وذلك لتذكرك بالرجوع إليها لاحقاً .

♦ ضع علامة مقابل المادة التي تشعر بتعارضها علمياً مع معلوماتك السابقة لتتحقق منها بالرجوع إلى مراجعك الخاصة بالموضوع.

وتجدر الإشارة في النهاية إلى أن أساليب التأشير التي ذكرت أعلاه هي أمثلة، ولكن عليك أن تحدد الأسلوب الخاص بك، فربما تحب أن تكتب كلمات في الهامش مثلاً: مهم، مهم جداً، مثال، الأسباب، المميزات، الخصائص، طريقة العمل، ... الخ .

كتابة الملاحظات في الهامش

بعد أن تكون قد قمت بالتأشير على الكتاب والتأكيد على الكلمات والمصطلحات والأفكار وال فقرات الهامة، يأتي دور هامش الكتاب لتكتب فيه بعض الملاحظات القصيرة. وعليك هنا أن تحدد المعالم الهامة في الوحدة مثل التعريفات والأمثلة والمصطلحات الرئيسية، وتعلق عليها بملاحظات قصيرة في الهامش، وبذلك تتضح المعلومات في ذهنك، ويصبح من السهل تذكرها عند الحاجة، وفيما يلي بعض التوجيهات الخاصة بتدوين التعليقات والملاحظات في هامش الكتاب (لاتنس أنك حر في اختيار الأسلوب المناسب لك).

♦ الملاحظات الدالة على الترتيب . من الممكن استخدام أرقاماً (١، ٢، ٣، ..) أو حروفاً (أ، ب، ج، ..) .

♦ ملخصات التعليقات والملاحظات. تكتب مقابل الفقرة ملخصاً قصيراً يوضح فكرة المؤلف وذلك بصياغتك الخاصة قدر الإمكان .

♦ التعليقات والملاحظات التوضيحية. تكتب في الهامش ملاحظات عن العلاقة بين الفقرة وما سبق قراءته من فصل سابق، أو كتاب آخر، أو موضوع آخر .

♦ التعليقات والملاحظات الشخصية. ربما تحتاج أن تعلق بجملة قصيرة على مدى فهمك الموضوع، ومدى توافقه أو تعارضه مع ما قرأته في مواضيع سابقة .

♦ الأسئلة. ربما تثير قراءتك لفقرة ما بعض التساؤلات في ذهنك تريد أن تستوضحها من زملائك أو من مدرسك سواء في المحاضرة أو في المكتب، وبذلك ستدون هذه التساؤلات في الهامش.

وكما قلنا سابقاً يجب أن تقتصد دائماً، لا بل أن تكون شحيحاً في السماح لنفسك بكتابة العديد من الملاحظات والتعليقات حيث إن كثرتها تفقدها أهميتها ، وقلتها يسهل عليك عملية تذكرها والإفادة منها .

يفضل أن تتم مراجعة ما قمت به من عمل مباشرة بعد الانتهاء من العمل أو على الأكثر قبل ٢٤ ساعة منذ بدء قيامك بالعمل، وإذا انتظرت إلى فترة أطول فإنك ستضطر إلى إعادة عملية المذاكرة ثانية الأمر الذي لا تحبذه لعدم توفر الوقت لذلك .

بعد أن تنتهي عملية التأشير على الكتاب، أعد قراءة جميع الملاحظات ثانية، وإذا وجدت أن أيًا منها يحتاج إلى تصحيح أو إضافة أو توضيح فمن الممكن القيام بذلك في الحال ؛ حيث إن المعلومات ما زالت حديثة عهد في ذهنك، ومن الممكن تذكرها دون الحاجة إلى إعادة القراءة.

وإن عملية المراجعة لا تعني إعادة قراءة المادة في الكتاب، بل هي مراجعة لما أشرت به على الكتاب فقط، وبالتالي ستكون هذه التأشيرات وسيلتك للمراجعة قبل الاختبار مباشرة.

وسنورد فيما يلي مثالاً على أسلوب القراءة بالتأشير لموضوع باللغة الإنجليزية يتعلق بالعناصر الفلزية التي يحتاجها جسم الإنسان.

Nutrition: The basis of health living

Minerals

As nutrients, minerals are substances that are needed for good health and contain elements other than C, H, O, and N. On vitamin and mineral supplement labels and elsewhere, nutrient elements are called minerals, the two terms being used interchangeably in nutrition. Most of the elements needed for nutrition are obtained from soluble inorganic salts either in foods or in food supplements. Magnesium is an exception in that it is obtained primarily from organic chlorophyll.

There are 46 different minerals in the human body, 21 of which are known to be essential. The seven **macrominerals make up** about 4% of body weight. They are calcium, phosphorus, magnesium, sodium, potassium, chloride, and sulfur. The macrominerals are necessary in building bones, maintaining body fluids, maintaining proper pH in body tissues, transmitting nerve impulses, maintaining cell membrane structures, and facilitating enzyme action. The 14 trace minerals known to be essential for mammals are iron, copper, zinc, manganese, iodine, fluoride, chromium, selenium, molybdenum, cobalt, nickel, vanadium, silicon, and arsenic. Definitive studies for the essential nature of nickel, vanadium, silicon, and arsenic have not been made for humans as yet.

The nutrient minerals have varied functions, including as components of enzymes, as structural components (calcium and phosphorus in bones and teeth), in electrolyte balance in body fluids, and as transport vehicles (iron in hemoglobin transports oxygen; iron and cobalt transport electrons in electron transport cycles). Not only does the human body need minerals for its functions, but the minerals must be maintained in balanced amounts, with no deficiencies and no excesses. Many of the body's minerals are excreted daily in the feces, urine, and sweat and must therefore be replenished. For most of the elements, the amount excreted each day is very nearly the amount ingested.

(World of Chemistry of Chemistry Essentials", M. D. Joesten, J. T. Netterville and J. L. Wood, Saunders, 1993, p. 357)

Source of C H O N?

Terms used for minerals?

*Sources of nutrients?
Sources for Mg?*

How much essent. elemen. in my body?

Macromin.?

Trace min.?

Functions of min.?

Do elems. Accumulate in my body?

تمرين على أسلوب القراءة بالتأشير على الكتاب

اختر وحدةً من كتاب مقرر عليك، ثم قم بعملية التصفح والقراءة للوحدة وأشر عليها بالطريقة التي ذكرناها سابقاً. كذلك اكتب ملاحظاتك وتعليقاتك في الهامش مستخدماً الأسلوب الذي ذكر أعلاه، ثم راجع ما كتبته، وعدل عند الحاجة، أو أضف ملاحظات جديدة. وفي النهاية أجب باختصار على الأسئلة التالية:

- أ. هل ساعد أسلوب القراءة هذا على تحسين مقدرتك في القراءة؟ بين كيف تحسنت طريقة قراءتك.
- ب. ما هي إيجابيات وسلبيات أسلوب القراءة بالتأشير؟
- ج. هل تحتاج إلى مساعدة إضافية لتمكن من استخدام القراءة بالتأشير بطريقة أفضل؟
- د. قارن بين أسلوب القراءة بطريقة SQ4R وأسلوب القراءة بالتأشير، أيهما تفضل؟
قم بتسليم ورقة ملاحظاتك وإجاباتك على الأسئلة لأستاذ المادة في الدرس القادم.

٩- ٤- ٣ القراءة بأسلوب خارطة المفاهيم

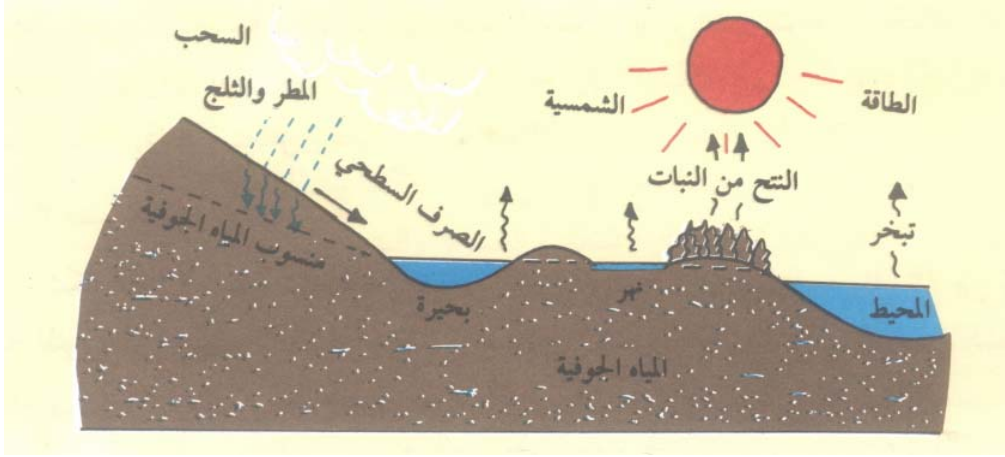
يمكن استخدام أسلوب القراءة بخارطة المفاهيم كأسلوب مكمل لأي من الأسلوبين السابقين SQ4R أو أسلوب التأشير على الكتاب، وفي الوقت نفسه يمكن استخدامه كأسلوب مستقل حيث أثبت جدارته مع الطلاب الذين يتمتعون بذاكرة بصرية قوية.

خطوات القراءة باستخدام خرائط المفاهيم

- ١ - تصفح المادة الدراسية كما سبق ذكره .
- ٢ - اقرأ المادة على هيئة فقرات متتالية، وبعد قراءة كل فقرة قم بتنفيذ الخطوات المذكورة أدناه.
- ٣ - قم بالتأشير على الكتاب : يتم التأشير على الكتاب بخطوتين :
 - ◆ باستخدام الطريقة نفسها التي استخدمت في أسلوب القراءة بالتأشير، وهي إبراز الكلمات والمصطلحات والعبارات والأفكار الرئيسة بالتأشير عليها في الكتاب وكتابة الملاحظات كما ذكرنا سابقاً .
 - ◆ بإنشاء خرائط المفاهيم لكل فصل في الكتاب، هناك العديد من الأساليب التي يستعملها الطلاب لإنشاء خرائط المفاهيم نذكر منها تلك التي تستخدم في المواد العلمية مثل خرائط التتابع (Process maps) والخرائط العنقودية (Cluster maps).

خرائط المتتابع

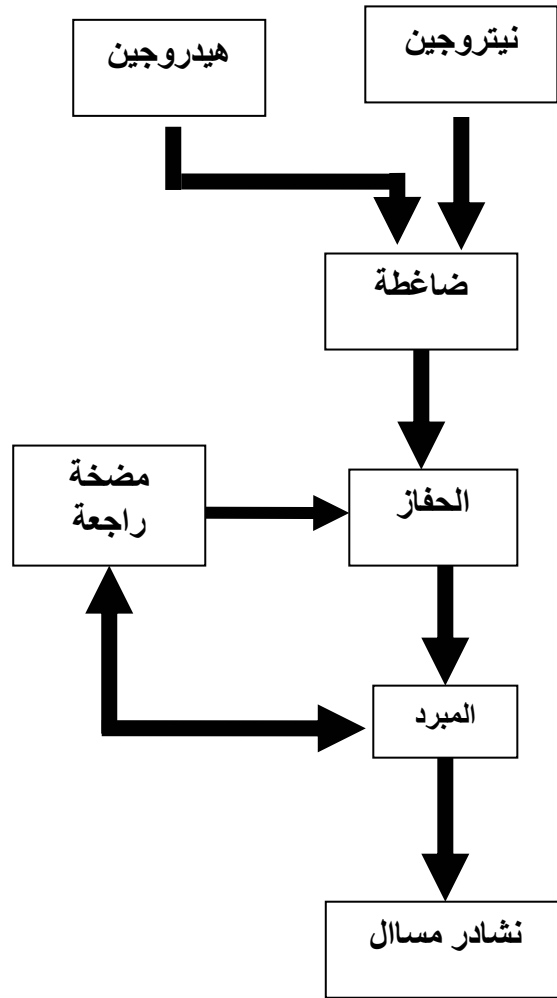
تمثل هذه الخرائط خطوات متتابعة في معالجة صناعية مثلاً ، أو عمليات تحول من صورة إلى أخرى ، أو انتقال من مكان إلى آخر . وتستخدم هذه الخرائط في المواد العلمية غالباً. وتمثل الخارطة المبينة أدناه دورة الماء في الطبيعة كما ترى :



دورة الماء الطبيعية

في هذه العملية يتبخر الماء من المحيطات والبحيرات والبرك والأنهار وغيرها من مجمعات المياه، وكذلك من التربة ومن النباتات، وتحمله الرياح ليكون سحاباً، فإذا ما صادف طبقة جوية باردة فإنه يتكثف ويتساقط على صورة أمطار أو ثلوج بأمر الله. وكما تلاحظ فإن العملية ممثلة تماماً بالخريطة الموضحة أعلاه الأمر الذي يجعل تذكرها سهلاً .

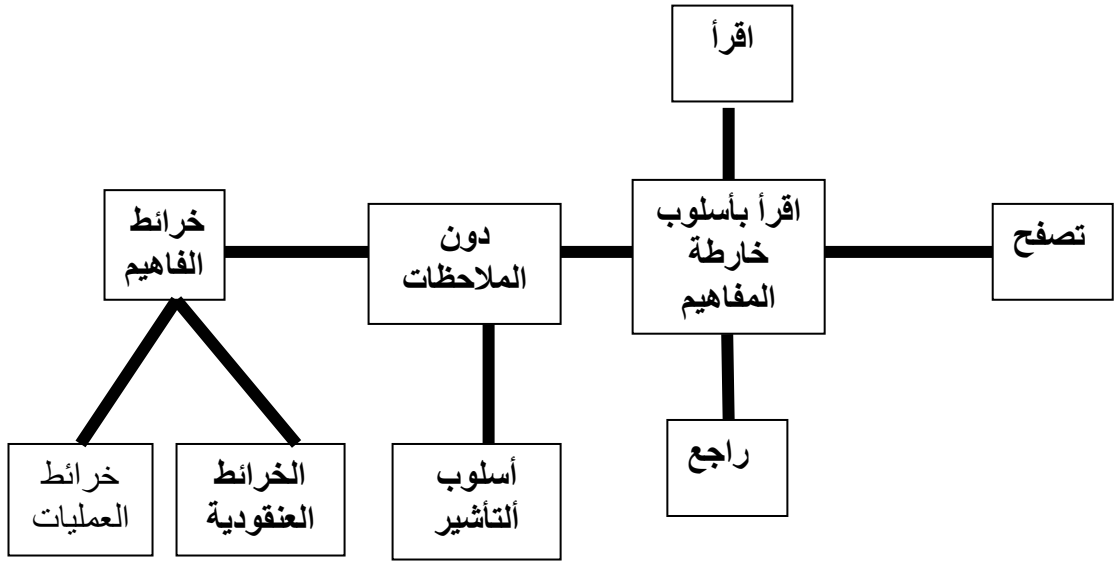
وهناك مثال آخر على خرائط العمليات المتتابعة الذي تراه في الأسفل، حيث يمثل العمليات المتتابعة للحصول على النشادر من كل من النيتروجين والهيدروجين بطريقة هابر.



تحضير النشادر من النيتروجين والهيدروجين (طريقة هابر)

الخرائط العنقودية

يعد هذا الأسلوب ذو فائدة لأولئك الطلاب والأشخاص الذين يمتلكون أساليب تعلم بصرية، ومقدرة على تخيل الصور والأبعاد. وتمثل الخريطة هنا المادة المكتوبة بعد تقسيمها إلى مجموعات وربط أفكارها الرئيسية بالأفكار الثانوية عن طريق الرسم. أي أن هذه الخريطة توضح بصرياً الكيفية التي ترتبط بها الأفكار بعضها ببعض، الأمر الذي سيوفر لك سبيلاً آخر لحفظ المعلومات في الذاكرة. وفي هذا النوع من الخرائط توضع كل من الأفكار الرئيسية في جهة من الرسم، وتوضع الأفكار الفرعية حول الأفكار الرئيسية حسب علاقتها بها. هذا وتوضع فكرة الموضوع الرئيسية في المركز، وتظهر الخارطة كالشمس محاطة بالكواكب والنجوم، أو كالشجرة حيث يكون هناك الجذع الرئيس الذي تتفرع منه الأغصان الأولية والثانوية. ومن الممكن تمثيل أسلوب القراءة بخرائط المفاهيم التي ندرسها في هذا الباب على النحو التالي:



خارطة مفاهيم توضح أساليب القراءة المختلفة

وتجدر الإشارة إلى أن خرائط المفاهيم العنقودية دائماً تكون شخصية أي أن كل شخص ؛ يمثل المعلومات بالطريقة التي يتصورها هو وليس غيره . ويجد بعض الطلاب هذا الأسلوب مناسباً للمادة التي لا يقدمها الكتاب بنسق معين ، أو تلك التي تحتوي على معلومات متعددة ومتنوعة بحيث يصعب تجميعها على هيئة مجموعات .

تمرين على خارطة المفاهيم

فيما يلي موضوع عن العناصر الفلزية الواجب توافرها في الأغذية التي نتناولها، وتأثير هذه العناصر في جسم الإنسان. عليك تصفحه في البيت وقراءته ومن ثم أكمل الخارطة العنقودية الموضحة أدناه، وبعد ذلك أجب على الأسئلة المبينة تحت التقييم.

Nutrition: The basis of health living

Minerals

As nutrients, minerals are substances that are needed for good health and contain elements other than C, H, O, and N. On vitamin and mineral supplement labels and elsewhere, nutrient elements are called minerals, the two terms being used interchangeably in nutrition. Most of the elements needed for nutrition are obtained from soluble inorganic salts either in foods or in food supplements. Magnesium is an exception in that it is obtained primarily from organic chlorophyll.

There are 46 different minerals in the human body, 21 of which are known to be essential. The seven **macrominerals make up** about 4% of body weight. They are calcium, phosphorus, magnesium, sodium, potassium, chloride, and sulfur. The macrominerals are necessary in building bones, maintaining body fluids, maintaining proper pH in body tissues, transmitting nerve impulses, maintaining cell membrane structures, and facilitating enzyme action. The 14 trace minerals known to be essential for mammals are iron, copper, zinc, manganese, iodine, fluoride, chromium, selenium, molybdenum, cobalt, nickel, vanadium, silicon, and arsenic. Definitive studies for the essential nature of nickel, vanadium, silicon, and arsenic have not been made for humans as yet.

The nutrient minerals have varied functions, including as components of enzymes, as structural components (calcium and phosphorus in bones and teeth), in electrolyte balance in body fluids, and as transport vehicles (iron in hemoglobin transports oxygen; iron and cobalt transport electrons in electron transport cycles). Not only does the human body need minerals for its functions, but the minerals must be maintained in balanced amounts, with no deficiencies and no excesses. Many of the body's minerals are excreted daily in the feces, urine, and sweat and must therefore be replenished. For most of the elements, the amount excreted each day is very nearly the amount ingested.

(World of Chemistry of Chemistry Essentials", M. D. Joesten, J. T. Netterville and J. L. Wood, Saunders, 1993, p. 357)

انقل خارطة المفاهيم المبينة أدناه على ورقة إجابتك وأكملها ، وقم بتسليم الواجب المنزلي
للأستاذ في المحاضرة اللاحقة.

التقييم

أجب عن الأسئلة التالية بعد الانتهاء من التمرين المبين أعلاه:

- ١ - اذكر المشكلات التي واجهتك عند إنشاء خارطة المفاهيم .
- ٢ - اختر فكرة واحدة تم تغطيتها في الباب الدراسي ، و اشرح كيف ساعدتك ، أو كيف لم تساعدك الخارطة في فهم الفكرة بطريقة أفضل .
- ٣ - هل تشعر بأن خارطة المعرفة ساعدتك في فهم المادة بطريقة أفضل ؟
- ٤ - والآن بعد أن تعرضت إلى أساليب متعددة للقراءة : SQ4R ، والتأشير على الكتاب ، وخرائط المفاهيم ، فأأي هذه الأساليب يمكن أن يكون الأفضل لك ؟ بين ذلك ؟

وفي الختام يمكن تلخيص الخطوات المتبعة في أساليب القراءة الثلاثة بالجدول التالي:

الأسلوب العام	SQ4R	التأشير على الكتاب	خارطة المفاهيم
تصفح	تصفح	تصفح	تصفح
	اسأل		
اقرأ	اقرأ	اقرأ	اقرأ
	سمع		
دون الملاحظات	سجل	التخطيط على الكتاب	التخطيط وتدوين الملاحظات
		أشر على الكتاب	أشر على الكتاب
		تدوين الملاحظات على الكتاب	رسم خرائط المفاهيم
راجع	راجع	راجع	راجع

٩ - ٥ القراءة الفعالة والقراءة السريعة

إن الدراسة في الجامعة تتطلب الكثير من القراءة وليس كما كان الحال في المدرسة . وينبغي على كل طالب في الجامعة ان يقرأ ، ولا خيار له في ذلك ؛ لأن القراءة هي الجزء الأكبر من العبء الذي يجب أن تتحمله حتى تتخرج من الجامعة بتفوق . ولكن عليك أن تراجع أساليبك في القراءة؛ حيث إن ما تعودت عليه في المدرسة ربما لن يكون مناسباً هنا، فالمقررات متعددة، والصفحات المطلوب قراءتها كثيرة، والمواضيع متنوعة. ولقد استعرضنا سابقاً أساليب القراءة الناجحة الممكن اتباعها في دراسة الكتب الجامعية المقررة. وهنا نريد أن نحسن من أدائنا في القراءة حتى تصبح قراءة فعالة. فكيف تعرف كفاءتك في القراءة ؟ أجب على الأسئلة الموضحة في الاستبانة التالية بوضع كلمة نعم أو كلمة لا أمام العادة المفضلة لديك في القراءة.

نعم / لا	عادات القراءة لديك
	١. هل قرأت فصلاً في كتاب دراسي من البداية إلى النهاية وحصلت على فكرة مشوشة غير واضحة ؟
	٢. هل تستغرق وقتاً طويلاً لإتمام واجبك الدراسي لمقرر ما ؟
	٣. هل تشعر بعدم ثبات المادة التي درستها في ذهنك ؟
	٤. هل تقرأ النص كلمة بكلمة ؟
	٥. هل تحدث نفسك بالكلمات أثناء القراءة ؟
	٦. هل تشعر بأن عليك أن تقرأ وتعيد القراءة عند مذاكرة المادة الدراسية ؟
	٧. هل تغير من نسق قراءتك أثناء عملية القراءة ؟

إن كانت إجابتك بنعم لأكثر من أربعة أسئلة، فإن عليك أن تحسن كفاءتك في القراءة. وحتى تحسن من أدائك في القراءة وتصبح قراءتك فعالة عليك أن تفكر بالتوجيهات التالية:

- ◆ يجب أن تزيد من سرعتك في القراءة.
- ◆ يجب أن تتعلم كيف تستخلص ما هو ضروري من الكتاب المقرر .
- ◆ يجب أن تأخذ قراراً بشأن الكتاب الدراسي إن لم يكن أحد الكتب المقررة (أحياناً تختار كتاباً كمرجع لتقرأ منه وعليك أن تتأكد إن كان ذلك مناسباً لك أم لا).

وربما يتطرق لذهنك هنا بأن القراءة البطيئة دائماً مفيدة . والواقع أن البطء في القراءة ربما يؤثر سلباً على مدى فهمك للمادة. إن القراءة البطيئة ستشغلك بالتفاصيل، وتسبب ضياع المعاني، ولن تستطيع إنهاء الواجبات الدراسية المتعددة في الوقت المحدد ، فكيف اذاً تستطيع أن تزيد من سرعتك في القراءة ؟

للإجابة على هذا التساؤل عليك أن تحدد سرعتك في القراءة وذلك بعمل الاختبار التالي :

- ◆ اختر فقرة من باب دراسي في موضوع غير مألوف لديك.
- ◆ حدد وقتاً مقداره عشر دقائق، ثم ابدأ في القراءة.
- ◆ ما هو عدد الكلمات التي قرأتها خلال هذه الفترة ؟
- ◆ اقسّم العدد على ١٠ والجواب سيبين لك سرعتك في القراءة.

توجيهات لتحسين سرعة القراءة

إن التعود على القراءة السريعة أو بالأحرى التخلص من البطء الشديد في القراءة سيساعدك في قراءة العديد من الصفحات المقررة في واجباتك الدراسية أسبوعياً. فإذا قررت أنك تريد القراءة السريعة عليك أن تدرب نفسك بأن تقرأ بسرعة، وتحسن في الوقت نفسه من مدى تركيزك ومدى استيعابك.

وفيما يلي بعض التوجيهات للقراءة السريعة:

- ◆ أثناء القراءة تتحرك العينان على الكلمات، ثم تقف لوهلة، وبعدها يتم التعرف على الكلمة. وفي الوهلة التي تقف فيها العين يتم تثبيت الكلمات بحيث يتم التعرف عليها وفهمها، وتخزينها في الذاكرة. إن مدى مساحة الكلمات التي تلتقطها العين ومدى الوقوف لتثبيت الكلمات تحدد سرعتك في القراءة.
- ◆ القارئ البطيء يقرأ كلمة تلو كلمة، أما القارئ المعتدل في سرعته فهو الشخص الذي يستطيع أن يربط الكلمات المهمة بالعديد من الكلمات غير المهمة ليلقي عليها النظر في وقت واحد، وبالتالي فإن عدد مرات تثبيت العين يقل عما هو عند القارئ البطيء. أما القارئ السريع فهو الشخص الذي يقرأ جملة أو شبه فقرة كاملة عندما يقع نظره عليها.
- ◆ يجب أن تدرب عينيك على التقاط مدى واسع من الكلمات تتضمن مثلاً نصف السطر أو كله إذا استطعت. وهذه ممارسة تحتاج إلى تدريب.
- ◆ يجب أن تحرك عينيك دائماً إلى الأمام على السطور، وتتجنب تراجعهما إلى ما قرأت، فإن ذلك سيقطع مجرى القراءة ويربك فهمك بدلاً من زيادة الوضوح. ومن الأفضل أن تستمر في القراءة حتى تنهي الباب الذي تقرؤه وبالإمكان إعادة القراءة إذا كانت هناك ضرورة للتأكد من فكرة ما. وتجدر الإشارة إلى أن قراءة المادة الصعبة مرتين بسرعة أفضل من قراءتها مرة واحدة ببطء.
- ◆ تجنب القراءة الجهرية؛ لأن ذلك سيساهم في إبطاء سرعتك القرائية بالإضافة إلى إجهادك، وإرهاق صوتك، وإزعاج الآخرين. كذلك تجنب عادة تحريك الشفاه أو نطق الكلمات ولو بصوت خافت. يمكنك في العادة أن تزيد من سرعة قراءتك مرتين إلى ثلاثة مرات عندما تكون القراءة بالنظر فقط وليس بنطق الكلمات.
- ◆ تحتاج القراءة السريعة إلى التغيير في سرعة القراءة حسب طبيعة المادة والغرض من القراءة. ويلاحظ أن تكون القراءة أسرع ما يمكن عند قراءة موضوع معين تعرفه سابقاً، أو عندما يكون الغرض هو التصفح وتكوين فكرة عامة عن الموضوع.

♦ وتكون القراءة أبطأ ما يمكن عند قراءة مادة صعبة غير مألوفة لديك، أو مادة تحتاج إلى فهم جيد . والقارئ الفطن هو الذي يغير سرعته في القراءة عند الحاجة، والقارئ غير الفعال هو الذي لا يغير من سرعته في القراءة بصرف النظر عن المادة أو الغرض .

وفي بعض الأحيان فإنك تحتاج أن تقلل من سرعتك في القراءة، نذكر منها ما يلي :

♦ المصطلحات غير المألوفة لديك.

♦ الجمل الصعبة أو الفقرات المعقدة التركيب.

♦ المفاهيم الجديدة أو الملخصات، إذ يجب أن تعطى وقتاً مناسباً لاستيعابها.

♦ تفاصيل المواد الفنية والتكنولوجية مثل نصوص القوانين والعمليات المعقدة.

♦ المادة التي تحتاج إلى الاحتفاظ بها في الذاكرة.

وبشكل عام فيمكن زيادة سرعة القراءة في الحالات التالية:

♦ المادة السهلة والمألوفة لديك.

♦ الأمثلة غير ذات الأهمية.

♦ الإسهاب في الشرح لفكرة أنت تعرفها.

♦ الأفكار العامة والاستنتاجات والتلخيص لما سبق .

القراءة بطريقة الاستخلاص والمسح (Skimming and Scanning)

القراءة بالاستخلاص (Skimming) :

يعد هذا أسلوباً بصرياً للقراءة السريعة، حيث يتم تجميع أكبر قدر من المعلومات من الكتاب في أقصر وقت ممكن، الأمر الذي سيمكن القارئ من تكوين انطباع سريع عن الباب أو الكتاب. فإنك لا تقرأ الصفحة كلها، ولا تتحرك عينك يمناً ويسرة على السطر كما هو الحال في القراءة الفعالة مثلاً. وعليه فإنك تقرأ الفقرة الأولى والفقرة الأخيرة بالإضافة إلى ملاحظة تركيب الوحدة كاملة وقراءة الخلاصات.

القراءة بالمسح (Scanning) :

القراءة بالمسح هو أسلوب آخر يتضمن حركة العينين من أعلى إلى أسفل الصفحة بحثاً عن حقائق معينة، أو جمل، أو فقرات، أو معادلات، أو صيغ رياضية أو كيميائية. وهذه الطريقة شبيهة تماماً بعملية البحث في دفتر الهاتف عن اسم معين ، أو عندما تنظر إلى صفحات الفهرس باحثاً عن كلمة معينة.

٩ - ٦ كيف تحسن مهارتك الشخصية في القراءة؟

- ♦ ابدأ بقراءة مادة تحبها مرتين أو ثلاث مرات يومياً لمدة ١٥ - ٢٠ دقيقة كل مرة دون توقف، واحسب المدة التي استغرقتها في القراءة كل مرة. سجل سرعتك في القراءة، وراقب مدى التقدم في سرعة القراءة.
- ♦ ركز على ما تقرأ ، واستمر في القراءة ، وانس الأمور الأخرى فإذا شعرت أن عقلك قد شرد أعدّه إلى الكتاب.
- ♦ استمر في قراءتك، ولا تكترث بالكلمات التي لا تعرفها، حتى تنتهي قراءة الوحدة مثلاً. فإذا توقفت سينقطع حبل أفكارك، ويقل مدى استيعابك.
- ♦ لتحسين عملية الاستيعاب يمكنك تسميع الوحدة بعد أن تنتهي قراءتها وتغلق الكتاب.
- ♦ أعد التمرين على القراءة مرتين في الأسبوع وذلك لمدة ساعة في كل مرة.
- ♦ من الممكن أن تضع لنفسك هدفاً وذلك بأن تزيد سرعة القراءة لديك بمعدل حوالي ١٠٪ في كل مرة تمارس القراءة.
- ♦ حاول التمرين على القراءة بأسلوب الاستخلاص والمسح بقراءة الجريدة مثلاً.

٩ - ٧ الخاتمة

لقد تم التركيز في هذه الوحدة على القراءة التي تعتبر إحدى المهارات الأساسية للطالب الجامعي . ومن ثم وقبل البدء بمعرفة أساليب القراءة الناجحة تم التأكيد على أهمية التعرف على الكتاب الدراسي. وعندما أصبحت جاهزاً للقراءة تم تقديم الاستراتيجيات الناجحة للقراءة التي تضمنت أسلوب SQ4R، وأسلوب القراءة بالناشير على الكتاب، وأسلوب القراءة بخارطة المفاهيم . وبعدها تم التعرض لإمكانية تصميم الأسلوب الشخصي الناجح الذي يمكن أن تتبعه أثناء قراءتك. وفي الجزء الأخير تم التعرض للوسائل الناجحة في قراءة الكتب العلمية بطريقتي الاستخلاص والمسح، وكل من القراءة السريعة والقراءة الفعالة. وقد تضمنت هذه الوحدة تمارين لاختبار مدى استيعابك للمادة، وتمارين للتقويم الذاتي التي من نتائجها تستطيع معرفة نقاط الضعف في قراءتك لتقومها على ضوء ما تعلمته من استراتيجيات وأساليب القراءة الناجحة.

المراجع

١ - كتب ومقالات

1. James Deem, " Study Skills in Practice", Houghton Mifflin Company, Boston, 1993. Chapter 3, p. 129 and Chapters 9 - 11, pp. 129 – 289.
2. Robert S. Feldman, "Power Learning: Strategies for Success in College and Life", second edition, McGraw Hill, Boston, 2003, Chapter 6, p. 145
3. John Langan, "The Skills You Really Need to Succeed in College", McGraw Hill, Boston, 2003, Chapter 3, p. 43.and Chapter 7, p. 119.
٤. محمد علي الخولي، " المهارات الدراسية" دار الفلاح، صويلح، الأردن، ٢٠٠١، الفصل الثالث، ص. ٦١ والفصل الخامس ص. ٩٣.

٢ - مواقع الانترنت

1. <http://osiris.sund.ac.uk/~cs0mho/contents.htm>
2. <http://www.nau.edu/lac/tips.html>
3. <http://www.brunel.ac.uk/~mastmmg/ssguide/sshome.htm>
4. <http://www.dartmouth.edu/~acskills/success/>
5. <http://www.coun.uvic.ca/learn/hndouts.html>
6. <http://canadaonline.about.com/od/studyskills/>