

الأسبوع /اليوم	الموضوع الرئيسي و رابط المادة العلمية	المواضيع الفرعية	المدة الزمنية	أسلوب التقديم	أهداف التعلم
<b>الوحدة التدريبية الأولى</b>					
اليوم الأول	مدخل إلى التحفيز وإثارة الدافعية <a href="https://2u.pw/LNW7On2z">https://2u.pw/LNW7On2z</a>	١ مفهوم التحفيز وإثارة الدافعية	٥٢٠	متزامن	توضيح معنى التحفيز والدافعية وأهميتهما في تحسين الأداء .
		٢ أهمية التحفيز في بيئات العمل والتعليم	٥٢٠	متزامن	إبراز تأثير التحفيز على الإنتاجية والتعلم وتطوير الأفراد.
		٣ نظريات التحفيز الكلاسيكية والحديثة	٥٢٠	متزامن	التعرف على النظريات المختلفة للتحفيز وتطبيقاتها.
		٤ الفرق بين الدافعية الداخلية والخارجية	٥٢٠	متزامن	التمييز بين مصادر التحفيز وتأثير كل منها على الأداء .
		٥ عوامل تؤثر في مستوى التحفيز الشخصي	٥٢٠	متزامن	تحديد العوامل التي تعزز أو تعيق الدافعية لدى الأفراد.
		٦ دور القيم والمعتقدات في التحفيز	٥٢٠	متزامن	تحليل كيف تؤثر القيم والمعتقدات الشخصية على التحفيز .
		٧ كيف تتكون الدافعية لدى الأفراد؟	٥٢٠	متزامن	فهم العمليات النفسية والاجتماعية التي تؤدي إلى التحفيز .
		٨ تحليل الفروق الفردية في الدافعية	٥٢٠	متزامن	توضيح كيف يؤثر التحفيز على تحقيق الأهداف الشخصية والمهنية.
		٩ أهمية البيئة الداعمة في تعزيز الدافعية	٥٢٠	متزامن	
		١٠ أخطاء شائعة في فهم التحفيز	٥٢٠	متزامن	
		١١ نماذج عملية للتحفيز في الحياة اليومية	٥٢٠	متزامن	
		١٢ العلاقة بين التحفيز والإنجاز الشخصي	٥٢٠	متزامن	
		١٣ تأثير التحفيز على الأداء الوظيفي والتعليمي	٥٢٠	متزامن	
		١٤ التقييم اليومي: مناقشة وتطبيقات عملية	٥٢٠	متزامن	
		راحة	٥٢٠	غير متزامن	

### الوحدة التدريبية الثانية

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ التعرف على أساليب تحفيز الأفراد من الناحية النفسية والعاطفية.</li> <li>■ تطوير مهارات التحفيز الذاتي لزيادة الثقة وتحقيق الأهداف.</li> <li>■ تعلم كيفية تحديد أهداف واضحة تساعد في رفع مستوى الدافعية.</li> <li>■ تطوير استراتيجيات تحفيز الفرق وتعزيز التعاون داخل المؤسسات.</li> <li>■ استخدام مهارات الاتصال لتحفيز الآخرين وتحقيق التأثير الإيجابي.</li> <li>■ فهم أثر التقدير والمكافآت على رفع مستوى التحفيز.</li> <li>■ تعلم كيفية تقديم تحديات تساعد على تعزيز الحافزية والإبداع.</li> <li>■ إتقان فن تقديم التغذية الراجعة لتعزيز التحفيز والتحسين المستمر.</li> <li>■ استعراض تجارب ناجحة في التحفيز يمكن تطبيقها في الواقع.</li> </ul>	متزامن	٥٢٠	١	استراتيجيات التحفيز النفسي والعاطفي	<p style="text-align: center;"><b>استراتيجيات التحفيز الفعالة</b> <a href="https://2u.pw/OFHhxllj">https://2u.pw/OFHhxllj</a></p>	اليوم الثاني
	متزامن	٥٢٠	٢	تقنيات التحفيز الذاتي وتعزيز الثقة بالنفس		
	متزامن	٥٢٠	٣	دور الأهداف الذكية (SMART) في التحفيز		
	متزامن	٥٢٠	٤	تحفيز الفرق: بناء بيئة عمل ملهمة		
	متزامن	٥٢٠	٥	التواصل الفعال كأداة للتحفيز		
	متزامن	٥٢٠	٦	أهمية التقدير والمكافآت في تعزيز الدافعية		
	متزامن	٥٢٠	٧	كيف نخلق تحديات إيجابية تحفز الأفراد؟		
	متزامن	٥٢٠	٨	استخدام التغذية الراجعة لتحفيز المستفيدين		
	متزامن	٥٢٠	٩	أدوار القادة والمدربين في تحفيز الموظفين		
	متزامن	٥٢٠	١٠	تحفيز الطلاب في البيئة التعليمية الحديثة		
	متزامن	٥٢٠	١١	تحفيز الذات في ظل التحديات والصعوبات		
	متزامن	٥٢٠	١٢	أمثلة ونماذج ناجحة لتحفيز الأفراد والفرق		
	متزامن	٥٢٠	١٣	تمارين وتطبيقات على استراتيجيات التحفيز		
	متزامن	٥٢٠	١٤	التقييم اليومي: استنتاجات وتوصيات عملية		
غير متزامن		٥٢٠	راحة			

### الوحدة التدريبية الثالثة

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ التعرف على أدوات قياس مستوى التحفيز وتحليل نتائجه.</li> <li>■ تعلم كيفية المحافظة على الدافعية رغم التغيرات والضغوط.</li> <li>■ التعرف على المعوقات المختلفة ووضع حلول عملية لها.</li> <li>■ تطوير استراتيجيات لجعل التحفيز سلوكًا يوميًا مستدامًا.</li> <li>■ تعزيز عقلية النمو كوسيلة لزيادة الدافعية الشخصية.</li> <li>■ تطبيق عملي لتصميم خطط تحفيزية فعالة.</li> </ul>	متزامن	٥٢٠	كيف نقيس مستوى الدافعية والتحفيز؟	١	<p>تطبيقات متقدمة في التحفيز وإثارة الدافعية</p> <p><a href="https://2u.pw/vb5KtdAM">https://2u.pw/vb5KtdAM</a></p>	اليوم الثالث	
	متزامن	٥٢٠	تصميم خطط تحفيزية مستدامة	٢			
	متزامن	٥٢٠	التكيف مع المتغيرات وتأثيرها على الدافعية	٣			
	متزامن	٥٢٠	تحفيز الأفراد من مختلف الثقافات والخلفيات	٤			
	متزامن	٥٢٠	دور التكنولوجيا في التحفيز والإلهام	٥			
	متزامن	٥٢٠	التغلب على معوقات التحفيز الداخلي والخارجي	٦			
	متزامن	٥٢٠	التحفيز في بيئات الأزمات والتغيير	٧			
	متزامن	٥٢٠	التعامل مع المقاومة وقلة الدافعية	٨			
	متزامن	٥٢٠	بناء عقلية النمو كأداة للتحفيز الذاتي	٩			
	متزامن	٥٢٠	قصص ملهمة عن التحفيز وتجاوز التحديات	١٠			
	متزامن	٥٢٠	ورشة عمل: تصميم خطة تحفيزية فردية/جماعية	١١			
	متزامن	٥٢٠	التقييم الختامي: مراجعة، تطبيقات، ونقاش مفتوح	١٢			
غير متزامن	٥٢٠	راحة					
غير متزامن	٥٢٠	اختبار ختامي					
			الحاسب الآلي - أوراق و أقلام للتدريب وحل الأنشطة - الحقيبة التدريبية - العصف الذهني. - المناقشة. - التعلم الذاتي. - المناقشات التفاعلية والأنشطة التطبيقية	المهام والأنشطة/ الأدوات والتقنيات			
١٥ ساعة تدريبية		عدد الساعات الكلي		٣ أيام	عدد الأيام الكلي		