

الأسبوع /اليوم	الموضوع الرئيسي ورابط المادة العلمية	المواضيع الفرعية	المدة الزمنية	أسلوب التقديم	أهداف التعلم	
الوحدة التدريبية الأولى						
اليوم الاول	التقييم الذاتي	١	تعريف التقييم الذاتي	٢٠ د	متزامن	<ul style="list-style-type: none"> - تعريف المدرب بمفهوم التقييم الذاتي - توضيح أهمية التقييم الذاتي في الحياة المهنية. - تصنيف أنواع وفوائد أدوات التقييم الذاتي - كيفية إجراء التقييم الذاتي للتطوير الشخصي - استخدام الأساليب الفعالة في ضبط التميز الوظيفي
		٢	تقييم توافق القيم	٢٠ د	متزامن	
		٣	فوائد معرفة إلى أين تريد الذهاب	٢٠ د	متزامن	
		٤	اتخاذ القرارات الموجهة	٢٠ د	متزامن	
		٥	أهمية التقييم الذاتي في استكشاف المسيرة المهنية	٢٠ د	متزامن	
		٦	أنواع أدوات التقييم الذاتي	٢٠ د	متزامن	
		٧	فوائد التقييم الذاتي في استكشاف المسيرة المهنية	٢٠ د	متزامن	
		٨	الأخطاء الشائعة في التقييم الذاتي	٢٠ د	متزامن	
		٩	كيفية إجراء التقييم الذاتي للتطوير الشخصي	٢٠ د	متزامن	
		١٠	كيف تقيم نفسك كمحترف؟	٢٠ د	متزامن	
		١١	مفهوم التميز الوظيفي وعلاقته بالإنتاجية.	٢٠ د	متزامن	
		١٢	معايير التميز الوظيفي	٢٠ د	متزامن	
		١٣	مهارات التميز الوظيفي:	٢٠ د	متزامن	
		١٤	أهداف ومميزات التميز الوظيفي:	٢٠ د	متزامن	
		راحة	٢٠ د	غير متزامن		

الأسبوع /اليوم	الموضوع الرئيسي ورابط المادة العلمية	المواضيع الفرعية	المدة الزمنية	أسلوب التقديم	أهداف التعلم
الوحدة التدريبية الأولى					
اليوم الثاني	بناء الوعي الذاتي	١ ما هو الوعي الذاتي؟	٢٠د	متزامن	<ul style="list-style-type: none"> - تعريف المتدرب بمفهوم الوعي الذاتي - تصنيف أنواع وفوائد وأهمية الوعي الذاتي - أدوات لتحليل نقاط القوة والضعف الشخصية (مثل تحليل SWOT). - خطوات إجراء تحليل SWOT الرباعي - ما هي أهداف تحليل SWOT والنتائج المتوقعة منه؟ - استراتيجيات تحليل SWOT - الأخطاء الشائعة في تحليل SWOT - ما هو تحليل PEST؟ - الفرق بين تحليل SWOT وتحليل PEST - وأيهما أفضل؟ - أدوات التقييم الذاتي - مؤشرات قياس الأداء الشخصي (KPIs).
		٢ ما أهمية الوعي الذاتي؟	٢٠د	متزامن	
		٣ فوائد الوعي الذاتي	٢٠د	متزامن	
		٤ أدوات لتحليل نقاط القوة والضعف الشخصية (مثل تحليل SWOT).	٢٠د	متزامن	
		٥ خطوات إجراء تحليل SWOT الرباعي	٢٠د	متزامن	
		٦ ما هي أهداف تحليل SWOT والنتائج المتوقعة منه؟	٢٠د	متزامن	
		٧ استراتيجيات تحليل SWOT	٢٠د	متزامن	
		٨ الأخطاء الشائعة في تحليل SWOT	٢٠د	متزامن	
		٩ ما هو تحليل PEST؟	٢٠د	متزامن	
		١٠ الفرق بين تحليل SWOT وتحليل PEST - وأيهما أفضل؟	٢٠د	متزامن	
		١١ أدوات التقييم الذاتي	٢٠د	متزامن	
		١٢ مؤشرات قياس الأداء الشخصي (KPIs).	٢٠د	متزامن	
راحة		٢٠د		غير متزامن	

الأسبوع /اليوم	الموضوع الرئيسي ورابط المادة العلمية	المواضيع الفرعية	المدة الزمنية	أسلوب التقديم	أهداف التعلم	
الوحدة التدريبية الأولى						
اليوم الثالث	مهارات تطوير الذات بناءً على التقييم	١	مهارات تطوير الذات بناءً على التقييم	متزامن	٢٠ د	
		٢	مهارة تحديد الأهداف الشخصية والمهنية.	متزامن	٢٠ د	
		٣	أنواع الأهداف	متزامن	٢٠ د	
		٤	أهمية تحديد الأهداف	متزامن	٢٠ د	
		٥	كيف تحقق التوازن المطلوب عند وضع الهدف	متزامن	٢٠ د	- تعريف المتدرب بمفهوم مهارات تطوير الذات
		٦	كيفية تحديد الهدف	متزامن	٢٠ د	
		٧	إدارة الوقت والمهام.	متزامن	٢٠ د	- توضيح أهمية وأنواع الاهداف
		٨	ما هي وسائل إدارة الوقت؟	متزامن	٢٠ د	- كيف تحقق التوازن المطلوب عند وضع الهدف
		٩	مبدأ باريتو في إدارة الوقت	متزامن	٢٠ د	
		١٠	معوقات ادارة الوقت	متزامن	٢٠ د	- كيفية إدارة الوقت والمهام.
		١١	تعزيز الالتزام والمرونة في العمل.	متزامن	٢٠ د	- استراتيجيات لتعزيز المرونة في العمل
		١٢	أهمية المرونة في العمل الاقتصادي	متزامن	٢٠ د	
		١٣	استراتيجيات لتعزيز المرونة في العمل	متزامن	٢٠ د	
		١٤	تحليل أمثلة واقعية لأشخاص استخدموا التقييم الذاتي لتحقيق التميز الوظيفي.	متزامن	٢٠ د	

الخطة الزمنية لمقرر التقييم الذاتي أداة لتحقيق التميز الوظيفي

نمط تقديم المقرر (عن بعد/متزامن و غير متزامن) التقييم الذاتي أداة لتحقيق التميز الوظيفي

غير متزامن	٥٢٠	راحة
------------	-----	------