ورقة عمل · Student Wyckoff · يومي

سجّل دليلًا في يوميات الإنجاز

تاريخ النشر: 2026-10-25

لا يشترط أن يكون الإنجاز انتصارًا كبيرًا. قد يكون مثالًا مكتملًا أو سؤالًا في وقته أو العودة بعد جلسة فائتة. اذكر الفعل وعلامة النتيجة. يمكن أن تكون كتابة الطفل قصيرة ومعها رسم؛ قارنها بخطوته السابقة لا بترتيب الآخرين.

الاسم / المشروع: _____

املأ الصفوف الفارغة بأمثلة من تجربتك.

التاريخ	ما فعلته	النتيجة الملحوظة	ما تعلمته	الخطوة التالية
مثال: الاثنين	حللت مسألتين وحدي	تم فحص الحلين	لاحظت خطوة زائدة في الثانية	تجربة مثال آخر

المصادر

- The Open University - Reflective learning https://help.open.ac.uk/strategic-study-techniques/reflective-learning
- UC Berkeley Greater Good in Action - Gratitude Journal https://ggia.berkeley.edu/practice/gratitude_journal
- APA Dictionary of Psychology - Self-reflection https://dictionary.apa.org/self-reflection
- ?The Open University - What is reflection https://www.open.edu/openlearn/education-development/learning-how-learn/content-section-9.2

И. Н. Семенов, К. С. Серегин - Рефлексивность личности и мышления субъекта, НИУ ВШЭ • https://publications.hse.ru/chapters/751517696

https://studentwyckoffshop.app/ar/blog/2026-10-25/reflection-and-personal-journal#achievement-diary · Student Wyckoff