

الكتيب 3.1: قائمة التحقق الخاصة بعناصر تقييم التهديد



الغرض: إن الغرض من قائمة التحقق الخاصة بالتقييم الذاتي هو تزويدكم بقائمة للمناطق التي سيقوم المدرب بتزويدكم بالتغذية العكسية بخصوصها حول عروضكم التقديمية

1. عرض المقدمة

قائمة التحقق للتقييم الذاتي لمهارات تقديم العروض		
المهارات	تم عرضها	بحاجة إلى تحسين
1. التواصل الملائم بالنظر		
1.1. تطلعت في أعين المشاركين	☐	☐
1.2. مسحت مجموعة الحضور بعينيك باستمرار		
1.3. نظرت إلى المجموعة بأكملها		
2. حركة الجسم		
2.1. واجهت أغلبية الحضور	☐	☐
2.2. نوّعت وغيّرت مكان وقوفك في الغرفة		
2.3. وقفت باستقامة جيدة		
2.4. مشيت نحو الحضور عندما تحدثوا		
3. الإيماءات		
3.1. استعنت بالتحرك الطبيعي وإيماءات اليدين بشكل مناسب	☐	☐
4. تعبيرات الوجه		
4.1. ابتسمت وبدا عليك الحماس	☐	☐
4.2. أظهرت تعابير وجه ودية ومنفتحة		
5. الصوت/الكلام		
5.1. تحدثت بصوت مرتفع ليسمعه كل الحضور	☐	☐
5.2. سيطرت على سرعة العرض		
5.3. نوّعت نبرة صوتك		
5.4. تباطأت عند الحديث عن النقاط الهامة		
5.5. استخدمت التوقيفات		

ملاحظات حول المجالات التي يمكن تحسينها:

2. عرض الإشراف

قائمة التحقق للتقييم الذاتي لمهارات الإشراف		
المهارات	تم عرضها	بحاجة إلى تحسين
1. التواصل الملائم بالنظر		
1.1 تطلعت في أعين المشاركين	☐	☐
1.2 مسحت مجموعة الحضور بعينيك باستمرار		
1.3 نظرت إلى المجموعة بأكملها		
2. حركة الجسم		
2.1 واجهت أغلبية الحضور	☐	☐
2.2 نوّعت وغيّرت مكان وقوفك في الغرفة		
2.3 وقفت باستقامة جيدة		
2.4 مشيت نحو الحضور عندما تحدثوا		
3. الإيماءات		
3.1 استعنت بالتحرك الطبيعي وإيماءات اليدين بشكل مناسب	☐	☐
4. تعبيرات الوجه		
4.1 ابتسمت وبدا عليك الحماس	☐	☐
4.2 أظهرت تعابير وجه ودية ومنفتحة		
5. الصوت/الكلام		
5.1 تحدثت بصوت مرتفع ليسمعك كل الحضور	☐	☐
5.2 سيطرت على سرعة العرض		
5.3 نوّعت نبرة صوتك		
5.4 تباطأت عند الحديث عن النقاط الهامة		
5.5 استخدمت الوقفات		
ملاحظات حول المجالات التي يمكن تحسينها:		

تم ترك هذه الصفحة فارغة عمداً.