|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **اسم المشارك:** | وائل صلبي بشير الحربي | **المجموعة:** | الثانية |
| **الرؤية:** | أن أكون محترفًا متميزًا في مجالي المهني، مع قدرة على القيادة، الابتكار، والتطوير المستمر. أسعى لتحقيق التوازن بين التميز المهني والحياة الشخصية، مع التركيز على القيم الدينية والأخلاقية. | | |
| **الرسالة:** | تمكين نفسي من الوصول إلى أعلى مستويات الأداء المهني من خلال التعلم المستمر، والتواصل الفعّال، والقيادة المبدعة. أسعى للمساهمة في تطوير مجال عملي، بناء شبكة علاقات مهنية قوية، وتحقيق الأهداف المهنية التي تعكس التزامي بالنمو الشخصي والتطوير المستدام. | | |
| **القيم:** | 1. **الاحترافية:** الالتزام بالمعايير المهنية العالية والتميز في جميع جوانب العمل. 2. **التعلم المستمر:** السعي لاكتساب المعرفة والمهارات الجديدة وتطوير الذات بشكل دائم. 3. **الأمانة:** التحلي بالصدق والنزاهة في التعامل مع الآخرين، سواء في الحياة الشخصية أو المهنية. 4. **الاحترام:** احترام الآخرين، والاستماع لآرائهم، والتعامل معهم بلطف. 5. **الابتكار:** السعي لتقديم حلول جديدة ومبدعة لمواجهة التحديات. 6. **العمل الجماعي:** تعزيز روح التعاون والتفاعل الإيجابي ضمن الفرق لتحقيق الأهداف المشتركة. 7. **التوازن:** الحفاظ على التوازن بين العمل والحياة الشخصية لضمان استدامة الأداء الجيد. 8. **القيادة:** تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات الحكيمة التي تخدم الفريق والمجتمع المهني. 9. **التوجيه:** إرشاد الآخرين والمساهمة في تطوير مهاراتهم. 10. **المسؤولية الاجتماعية:** المساهمة في تحسين المجتمع من خلال العمل الذي أقدمه، والاهتمام بقضايا الناس. | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **الجانب** | **م** | **الهدف (SMART)** | **المؤشرات** | **الفترة الزمنية** | **الإنجاز** |
| **الديني** |  | |  | | --- | |  |   الالتزام بأداء الصلوات الخمس في وقتها مع تحسين الخشوع في الصلاة | عدد الصلوات التي أديت في وقتها يومياً | أسبوعياً |  |
|  | قراءة اذكار الصباح يومياً | عدد الأيام التي تم فيها قراءة الاذكار | شهرياً |  |
|  | قراءة القرآن كل يوم ٧ صفحات حتى ختمه | عدد الصفحات المقروءة | ثلاثة أشهر |  |
|
|
|
|
| **الجانب الصحي** | ١ | شرب ٢ـ٣ لتر ماء يومياً | عدد الاكواب المستهلكة يومياً | يومياً |  |
| ٢ | المشي ٥٠٠٠ خطوة يومياً | خطوات المسجلة في تطبيق الصحة | يومياً |  |
| ٣ | ممارسة تمارين المقاومة اربع مرات اسبوعياً | عدد الجلسات المنفذة اسبوعياً | اسبوعياً |  |
|  | النوم٧ـ٨ ساعات يومياً | عدد ساعات النوم المسجلة | يومياً |  |
|  | نزول الوزن ٥ كيلو خلال شهرين | الوزن | شهرين |  |
|
| **الجانب التعليمي** | ١ | التخرج بمعدل أعلى من٤.٩٠ | المعدل | الفصل الدراسي القادم |  |
| ٢ | زيادة الحصيلة العلمية في مجالي | عدد الأسئلة المحلولة يومياً | سنوياً |  |
| ٣ | تحسين مهارة اللغة الإنجليزية من خلال الاستماع لبودكاست | عدد البودكاست | سنوياً |  |
|
| **الجانب المهني** | ١ | كتابة مقال في المجال الطبي ونشره في مجلة معتمدة | قبول المقال للنشر | 1. أشهر |  |
| ٢ | تحقيق النجاح في اختبار الهيئة للتخصصات الصحية | تحقيق النجاح | سنة |  |
| ٣ | تطوير مهارات التواصل مع المرضى والزملاء | التقييم منهم | شهرياً |  |
| **إدارة الوقت** | ١ | تحديد جدول يومي متوازن يتضمن الدراسة والرياضة والاسترخاء | الالتزام بالجدول | اسبوعياً |  |
|
|
|