

## تقرير دورة التعلم والتطوير الذاتي

|              |                                                                                                                                   |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اسم المستفيد | ريماس حبيب خالد العنزي                                                                                                            |
| المجموعة     | الاولى                                                                                                                            |
| المنصة       | ادارك                                                                                                                             |
| عنوان الدورة | مهارات متقدمة في اكسل                                                                                                             |
| مدتها        | ٦ وحدات                                                                                                                           |
| ملخص الدورة  | استخدام الأسماء بشكل متقدم<br>تحسين المعادلات باستخدام الأسماء<br>المراجع الدائريه<br>الجميل الشرطي /البيانات lookup معدلات البحث |



## تقرير دورة التعلم والتطوير الذاتي

|              |                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اسم المستفيد | ريماس حبيب خالد العنزي                                                                                                                                                                                          |
| المجموعة     | الاولى                                                                                                                                                                                                          |
| المنصة       | ادارك                                                                                                                                                                                                           |
| عنوان الدورة | مهارات تحديد الهدف وادارة الذات                                                                                                                                                                                 |
| مدتها        | اربع وحدات                                                                                                                                                                                                      |
| ملخص الدورة  | كيف نحقق اهدافنا ويمكن من خلال مجموعه من المهارات والممارسات مفاهيم تحديد الاهداف<br>آليات تحديد الأولويات<br>تحديد خطط عمل من اجل الوصول إلى تلك الاهداف<br>عدد المهارات التنظيمية التي تساعدنا للعمل ضمن فريق |



## تقرير دورة التعلم والتطوير الذاتي

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اسم المستفيد | ريماس حبيب خالد العنزي                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| المجموعة     | الاولى                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| المنصة       | ادارك                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| عنوان الدورة | مهارات العمل الجماعي                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| مدتها        | اربع وحدات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| ملخص الدورة  | مفهوم الفريق :أفراد يتميزون بمهارات فردية تكفل بعضها البعض بغرض تحقيق الاهداف المشتركة<br>أنواع الفرق<br>فوائد وميزات العمل ضمن فريق<br>وكيف نعرف متى نحتاج نعمل ضمن فريق<br>تحديد نمط الشخصي ضمن للاعب الفريق<br>معوقات العمل ضمن فريق<br>مراحل بناء الفريق<br>صفات الفريق الفعال<br>مشاكل فرق العمل<br>الشخصيات الصعبة بالفريق |

## تقرير دورة التعلم والتطوير الذاتي

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اسم المستفيد | ريماس حبيب خالد العنزي                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| المجموعة     | الاولى                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| المنصة       | YouTube                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| عنوان الدورة | العادات الذرية                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| مدتها        | ساعة ونصف                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| ملخص الدورة  | تبسيط المفاهيم المعقدة بطريقة تسهل لنا فهمها واداركها ثم العمل بها<br>تحديد هوية الشخص الذي نحب ان نكون عليه<br>عاداتك تشكل هويتك وهويتك تشكل عاداتك علاقة تبادلية<br>عدم القدره على تغيير العادات<br>وخطوات تشكيل العادة<br>تكنيس العادات<br>كم من الوقت نحتاج لبناء عادة جديده<br>اختيار العادات |



|              |                                                                                                                                                                                                     |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| المجموعة     | الاولى                                                                                                                                                                                              |
| المنصة       | ادارك                                                                                                                                                                                               |
| عنوان الدورة | حل المشكلات واتخاذ القرارات                                                                                                                                                                         |
| مدتها        | اربع وحدات                                                                                                                                                                                          |
| ملخص الدورة  | أسس تعريف المشكلات<br>تطبيق نموذج حل المشكلات<br>طرق تحديد المشكلة بدقة<br>طرق التفكير الإبداعي في اتخاذ القرارات<br>معايير اتخاذ القرارات الفعالة<br>كيفية تنفيذ الحل المقترح وتقييم نتائجه لاحقاً |