

[illegible]

الاسم: _____

اللغة التي أتعلمها: _____

اليوم الأول:

electronarium.com · عينة مجانية

المراجعة في ي+1 وي+7 وي+30

ما نعرفه. ننسى سريعًا جزءًا كبيرًا مما تعلمناه للتو. ونُظهر الدراسات أننا نحفظ أفضل حين نوزّع المراجعات على الزمن بدل جمعها معًا، وأن اختبار النفس من الذاكرة يفيد أكثر من إعادة القراءة.

الطريقة. اليوم الذي تتعلم فيه كلمة هو ي0. اختبر نفسك بعد ذلك في ي+1 وي+7 وي+30، أي بعد 1 و7 و30 يومًا. اختبار النفس يعني إخفاء المعنى (أو الكلمة) ومحاولة تذكره قبل التحقق.

هذه الأيام معلم عملي، وليست قانونًا. إن فاتك يوم، فأجر الاختبار في اليوم التالي: المبدأ نفسه. الكلمات التي تتذكرها بسهولة يمكن أن تبقى حيث هي، وتلك التي تستعصي تعود إلى عمود «كلمات ما زالت تحتاج إلى مراجعة».

مثال: كلمة تعلمتها في اليوم 10 تُراجع في الأيام 11 و17 و40. ويكتب جدول المراجعة هذه الأيام لك.

أول كلمة في دفترتي: _____ يوم ي0 الخاص بها: _____

كيف أختبر نفسي (إخفاء المعنى، النطق بصوت عالٍ، الكتابة...)

الأسبوع 1: الأيام من 1 إلى 7

صفحة لكل أسبوع، من اليوم 1 إلى اليوم 90: المدة وما فعلته وكلماتك وشعورك.

الشعور يتراوح من 1 (متعب) إلى 5 (ممتع): وليس علامة. اتركه فارغاً في يوم راحة.

من _____ إلى _____ هدفي لهذا الأسبوع: _____

جلسات الأسبوع: اشطب اليوم حين تنجز جلسة

اليوم 7 ☐	اليوم 6 ☐	اليوم 5 ☐	اليوم 4 ☐	اليوم 3 ☐	اليوم 2 ☐	اليوم 1 ☐
----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

اليوم	الدقائق	ما فعلته	الكلمات والجمل المدونة	الشعور
اليوم 1				
اليوم 2				
اليوم 3				
اليوم 4				
اليوم 5				
اليوم 6				
اليوم 7				

ما كان سهلاً أو ممتعاً

ما كان صعباً وما سأغيّره في الأسبوع القادم

دفتر الكلمات (1)

الكلمات والعبارات التي تريد حفظها، مع جملة مثال وثلاث خانات للمراجعة.
اكتب الكلمة باللغة التي تتعلمها كما تكتب. رقم اليوم هو اليوم الذي تعلمتها فيه (ي0). علّم كل اختبار أجريته.

الكلمة أو العبارة	المعنى بلغتي	جملة مثال	رقم اليوم	ي+1	ي+7	ي+30
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐
				☐	☐	☐

مثال على دفتر الكلمات

مثال خيالي لترى كيف تُملأ الصفحة. ستكون كلماتك ولغتك وخطك لك أنت.

مثال خيالي، غير رسمي، للتوضيح فقط: كلمات من الحياة اليومية بأربع لغات مختلفة. لن يحتوي دفترك إلا على اللغة التي تتعلمها.

الكلمة أو العبارة library	المعنى بلغتي مكتبة	رقم اليوم 3	ي+1 ☒ ي+7 ☒
جملة مثال «I borrow a book at the library.»			
الكلمة أو العبارة merci	المعنى بلغتي شكرا	رقم اليوم 5	ي+1 ☒
جملة مثال «Merci pour votre aide.»			
الكلمة أو العبارة 你好	المعنى بلغتي مرحبا	رقم اليوم 8	ي+1 ☒
جملة مثال «你好，很高兴认识你。」			
الكلمة أو العبارة вода	المعنى بلغتي ماء	رقم اليوم 12	
جملة مثال «Я пью воду.»			

تعرض الأسطر الأربعة الأولى كلمات من أربع لغات مختلفة: الإنجليزية والفرنسية والصينية والروسية. وفي يومياتك تحتوي الصفحة الواحدة على لغة واحدة، هي التي تتعلمها.

يُملأ كل سطر بالطريقة نفسها: الكلمة، ومعناها بلغتك، وجملة كاملة تحتويها، واليوم الذي تعلمتها فيه، ثم خانة تُعَلَّم عند كل اختبار.

أول جملة لي:

أول كلمة لي:

electronarium

يوميّاتي مع اللغة – 90 يومًا من التعلّم والمفردات،
لأي لغة (ملف PDF للطباعة)

النسخة الكاملة على

electronarium.com

تعرض هذه العينة 5 صفحات من أصل 46.
يصلك الملف الكامل للتحميل فور إتمام الشراء.