

مجتمعي  
Mojtamee  
جمعية مراكز الأحياء  
بمنطقة المدينة المنورة



مجتمعي  
Mojtamee  
جمعية مراكز الأحياء  
بمنطقة المدينة المنورة



د. عائشة بليهش العمري

WWW.DRABLEHSH.COM @DRABLEHSH

اعداد وتقديم : د. عائشة بنت بليهش  
البليهشي

استاذة دكتور تكنولوجيا التعليم بكلية التربية بجامعة طيبة

<https://prof-aishablehsh.com/>

[ablehsh@hotmail.com](mailto:ablehsh@hotmail.com)

@drablehsh

بمناسبة اليوم العالمي للمرأة  
يسر مركز الأمير سلطان الاجتماعي دعوتكم  
لحضور لقاء

التوازن النفسي في ضوء التقنيات الحديثة  
(عن بعد)



## لتوازن ينمي الإبداع

مناخ متسامح مع الأفكار  
مناخ مشجع للجديد  
حجب النقد للأفكار الجديدة  
قبول الحلول غير التقليدية  
توفير المكافآت للمبتكرين  
تنمية أساليب التعليم الذاتي  
قبول الاختلاف والتميز

كيف يمكن أن نساهم في فضاء التقنيات الحديثة؟





# مقترحات لنساهم في فضاء التقنيات الحديثة



البرامج والقوالب



التدوين المرئي



المقالات والكتب





# مقترحات لنسأهم في فضاء التقنيات الحديثة



أبحاثك



# t

## موقع تمبلر – Tumblr

يعد تمبلر من اشهر المواقع المتخصصة في التدوين اذ يحتوي على الكثير من الادوات والمميزات التي تجعله يحتل المراتب الاولى على مستوى مواقع التدوين الاخرى وهو من المواقع المملوكة لشركة ياهو. يتميز الموقع ببساطة وسهولة تصميمة بالإضافة الى وجود افضل الادوات التي يحتاجها كل مدون عند انشاء مدونة.

شرح كيفية استخدام موقع تمبلر:

<https://www.youtube.com/watch?v=EmBGmRYoO8w&t=302s>



## موقع ووردبريس – WordPress

برنامج WordPress أحد افضل و اشهر برامج ادارة المحتوى (CMS) في العالم و المنصة الاولي في عالم التدوين بلا منازع.  
منصة ووردبريس تستطيع من خلالها إدارة موقع إلكتروني باحترافية بدون الحاجة إلى خبرات سابقة في إدارة مواقع الانترنت.

<https://www.youtube.com/watch?v=9mPWQvUyAig> شرح كيفية استخدام موقع ووردبريس:



## موقع بلوجر – Blogger

بلوجر هو نظام نشر مدونات إلكترونية، تمتلكه شركة جوجل منذ عام ٢٠٠٣، يستضيف بلوجر المدونات على خوادم موقع بلوجر دوت كوم وتُعرّف المدونة المستضافة باسم نطاق فرعي من [blogspot.com](http://blogspot.com) ويمكن استضافة المدونة على نطاق خاص يشتريه المستخدم من إحدى مواقع تسجيل النطاقات.

شرح كيفية استخدام موقع بلوجر: <https://www.youtube.com/watch?v=hDVh8A3HvXY>





## موقع ويكيبيديا – Wiki

هو نوع من المواقع الإلكترونية يسمح للزوار بإضافة المحتويات وتعديلها دون أية قيود في الغالب كما تتيح برامج الويكي للزوار أن يحرروا مواضيع الموقع جماعياً وبلغة ترميز بسيطة وباستخدام المتصفح. ما يميز مواقع الويكي بشكل عام هو: سهولة إنشاء مواضيع جديدة أو تحديث مواضيع قديمة وتعديلها دون الحاجة إلى وجود رقابة توافق على إنشاء الصفحات أو تعديلها عادةً.

شرح كيفية استخدام موقع ويكيبيديا:

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_IPqW21XljY](https://www.youtube.com/watch?v=_IPqW21XljY)



## موقع اليوتيوب – YouTube

هو أحد تطبيقات جوجل التشاركية والذي يهدف إلى تمكين الأشخاص من حرية التعبير عن آرائهم والتواصل مع العالم، من خلال تصوير الاحداث والمشاهد الخاصة بهم ونشرها مع أصدقائهم والعالم أجمع في لحظات بدون قيود تذكر بمجرد اتصالهم بالشبكة.

شرح كيفية استخدام موقع اليوتيوب:

[https://www.youtube.com/watch?v=Hu\\_JlLaCp\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=Hu_JlLaCp_o)



## موقع الساوند كلاود – Soundcloud

ساوند كلاود هو موقع ويب للموسيقى والصوتيات يمكن لأي شخص من خلاله إنشاء الأصوات ومشاركتها. يتيح ساوند كلاود تسجيل الأصوات وتحميلها بسهولة، ومشاركة الصوت في إطار خاص مع أصدقائهم أو بشكل عام على المدونات ومواقع الويب والشبكات الاجتماعية.

شرح مصور لموقع الساوند كلاود: <https://cutt.us/PDIA9>



## تطبيق بودكاست – podcasts

البودكاست هي حلقات من برنامج متاح على الإنترنت. عادةً ما تكون ملفات البودكاست تسجيلات صوتية، ولكن يمكن أيضًا أن تكون بثًا مسجلًا لبرنامج تلفزيوني أو إذاعي أو محاضرة أو عرض أداء أو أي حدث آخر. بالنسبة لمستمعي البودكاست، تعد ملفات البودكاست طريقة للاستمتاع بالمحتوى الرائع من جميع أنحاء العالم مجانًا. بالنسبة إلى ناشري البودكاست، تعد البودكاست طريقة رائعة للوصول إلى جمهور كبير.

شرح كيفية استخدام تطبيق بودكاست:

<https://www.youtube.com/watch?v=zwrY9Wam3g4>



## منصة شمس – Shms

برنامج وطني يهدف إلى إثراء المحتوى التعليمي لدعم التعليم. حيث يسعى البرنامج للبحث عن مسار مستدام للشراكة في التصميم والتحسين والصيانة وتعزيز جودة المحتوى التعليمي الرقمي. كما أنه يساهم في توفير المزيد من الفرص التعليمية للمتحدثين باللغة العربية. سيتم تحقيق ذلك من خلال الشراكات مع المؤسسات الدولية والعربية الرائدة لإنشاء المستودع الرقمي، وعمليات ترجمة الموارد التعليمية المفتوحة وإنشاء محتوى تعليمي عالي الجودة باللغة العربية. بالإضافة إلى ذلك، فإن ذلك سيفتح المجال أمام الأكاديميين والطلاب في المملكة العربية السعودية لإثراء المحتوى خلال عملية محددة وواضحة المعالم لضمان الجودة.

شرح كيفية استخدام منصة شمس:

<https://www.youtube.com/watch?v=mSpUqtzC-Zk>

# المراجع:

العمرى، عائشة بليهش (٢٠٢٠) شروحات ودروس د. عائشة العمرى قناة اليوتيوب . مسترجع من:  
<https://www.youtube.com/user/TheAblehsh>

العدس، وائل (د. ت). ألفاظ أجنبية تهدد ثقافتنا ... تعلم اللغات الأخرى ضرورة دون أن تكون  
بديلاً عن اللغة الأم. مسترجع من: [https://www.arabiclanguageic.org/view\\_page.php?id=14107](https://www.arabiclanguageic.org/view_page.php?id=14107).

الزهراني، مرضي (٢٠٠٧). ورقة عمل مقدمة إلى المؤتمر العالمي الأول للغة العربية وآدابها: إسهامات اللغة والأدب في البناء  
الحضاري للأمة الإسلامية. مسترجع من: <https://cutt.us/ATSSh>.

الأمم المتحدة (٢٠٢٠). اليوم العالمي للغة العربية ١٨ كانون الأول/ديسمبر. مسترجع من:  
<https://www.un.org/ar/observances/arabiclanguageaday/>

المزروعى، عيسى (٢٠٢٠). صناعة المحتوى التعليمي الرقمي. مسترجع من: <https://www.essa.ws/9081/>

عيساوي، الطيب (٢٠١٧). ١٠ مقترحات للأفراد من أجل إثراء المحتوى العربي على الإنترنت. مسترجع من:  
<https://ziid.net/online-business/10-suggestions-to-enhance-arabic-online-content/>