



برنامج تطوير أنشطة التعلم الاجتماعي

الانفعالي

المدرسة الصيفية 2022



مقدمة

يشهد العالم تغيرات وتحولات كثيرة وتسارعاً في التطور العلمي في جميع المجالات، انعكست هذه التغيرات على المناهج واستراتيجيات التعليم والتعلم، ولما كان المنهج التربوي في لبنان يركز بشكل اساسي على تنمية الجانب المعرفي على حساب تطوير المجال الاجتماعي الانفعالي مما يعيق التكيف الصحي ومواجهة المشكلات والازمات النمائية وغير النمائية، من هنا أصبح إكساب المتعلمين لمعارف وقدرات ومهارات في المجالات الاجتماعية والانفعالية حاجة ملحة.

وقد شكّل التعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ مقارنة جديدة تهدف إلى تنظيم برامج نمائية تساعد في تطوير كفايات أساسية في المجالين الاجتماعيّ والانفعاليّ، مما يساهم في التكيف الصحي للمتعلّم وتطوير تفكيره القيمي في المنظومة البيئية بمكوناتها المادية والبشرية.

وانطلاقاً من ذلك تمّ إعداد "الإطار المرجعي للتعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ في لبنان" الموجّه إلى جميع الفرقاء التربويين والمتعلّمين في مختلف مراحل التعليم ما قبل الجامعي.

وبالاستناد إلى هذا الإطار، تمّ إعداد برنامجاً تدريبياً يستهدف المعلّمين في جميع المراحل موزّعاً على ستة أيام تدريبية يهدف إلى اكسابهم هذه الكفايات، وبدورهم يساهمون في تطوير كفايات التعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ لدى جميع المتعلّمين من خلال تنظيم أنشطة تعلّم اجتماعي انفعاليّ مستقلة أو مدمجة ضمن مختلف المواد الدراسية.



ولما كانت المدرسة الصيفية تهدف إلى تمكين المتعلمين من بعض الكفايات المعرفية الانفعالية والاجتماعية، وتطوير الوظائف التنفيذية التالية؛ الذاكرة العاملة، والكبح، والانتباه المركز، والعمل على تطبيق استراتيجيات تمكّنهم من إدارة انفعالاتهم وسلوكياتهم، وتعزز انتماءهم إلى المنظومة وتحقق لهم الأمان النفسي والاجتماعي.

من هنا تمّ إعداد أنشطة من قبل المركز التربوي للبحوث والانماء بالتعاون والتنسيق مع وزارة التربية والتعليم العالي والشركاء، وذلك بهدف تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي وتوظيفها في برنامج المدرسة الصيفية 2022، وقد اختيرت الأنشطة المدرجة فيه من عدّة مصادر وأدلة تربوية رقمية وغير رقمية منشورة على موقع المركز التربوي للبحوث والإنماء. وقد تمّ العمل على تعديل هذه الأنشطة لتناسب مع أهداف البرنامج والمرحلة الدراسية.

المصادر والمراجع
1. برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلمين والمعلمين والاهل في خلال الازمات وحالات الطوارئ https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf
2. أنشطة ترفيهية فنية تربوية للروضة الثالثة وللحقة الاولى https://www.crdp.org/sites/default/files/انشطة%20العاب%20ترفيهية%20فنية%20للحقة%20الاولى.pdf
3. أنشطة ترفيهية فنية تربوية للروضة الثالثة وللحقة الاولى https://www.crdp.org/sites/default/files/انشطة%20العاب%20ترفيهية%20فنية%20للحقة%20الاولى.pdf
4. الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي



<https://crdpleb->

my.sharepoint.com/personal/sfrancis_crdp_org/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fsfrancis%5Fcrdp%5Forg%2FDocuments%2FAttachments%2FPSS%20Manual%20Oct%202015%2E%20Final%20Version%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fsfrancis%5Fcrdp%5Forg%2FDocuments%2FAttachments&wdLOR=cD6C94BBF%2D2DC4%2D4D33%2DA489%2DA3142B83B814&ct=1654763180799&or=Outlook%2DAttachments&cid=BFC45349%2DAF51%2D4353%2D885F%2D9356A0199469&ga=1

5. أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي لمرحلة التعليم الثانوي

[https://www.crdp.org/sites/default/files/inline-](https://www.crdp.org/sites/default/files/inline-files/%D8%A3%D9%86%D8%B4%D8%B7%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AF%D8%B9%D9%85%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%20%D8%A7%D9%84%D8%AC%D8%A%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A%20%D9%84%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%AD%D9%84%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AB%D8%A7%D9%86%D9%88%D9%8A%D8%A9.pdf)

[files/%D8%A3%D9%86%D8%B4%D8%B7%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AF%D8%B9%D9%85%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%20%D8%A7%D9%84%D8%AC%D8%A%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A%20%D9%84%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%AD%D9%84%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AB%D8%A7%D9%86%D9%88%D9%8A%D8%A9.pdf](https://www.crdp.org/sites/default/files/inline-files/%D8%A3%D9%86%D8%B4%D8%B7%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AF%D8%B9%D9%85%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%20%D8%A7%D9%84%D8%AC%D8%A%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A%20%D9%84%D9%84%D9%85%D8%B1%D8%AD%D9%84%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AB%D8%A7%D9%86%D9%88%D9%8A%D8%A9.pdf)

6. أنشطة تطوير بعض كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - المركز التربوي للبحوث والانماء

7. الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي - المركز التربوي - QITABI



8. انا اقرأ - كتيب أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي

<https://www.crdp.org/sites/default/files/inline-files/%D8%A3%D9%86%D8%B4%D8%B7%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AF%D8%B9%D9%85%20%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A%20%D8%A7%D9%84%D8%A7%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%A7%D8%B9%D9%8A%20%D9%84%D9%84%D8%AD%D9%84%D9%82%D8%A9%20%D8%A7%D9%84%D8%AB%D8%A7%D9%84%D8%AB%D8%A9.pdf>

9. رزمة الدعم النفسي الاجتماعي

<https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf>



أنشطة الحلقة الأولى - مصفوفة المدى والتتابع

الاسبوع	عنوان النشاط	الكفاية	المرجع / المصدر	الصفحة	المجال
1	1-2-3	الكبح	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	16	المعرفي
1	الصّور المتطابقة/ الرّموز المتطابقة	الذاكرة العاملة / الانتباه المركز	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	18	المعرفي
1	الصورة الصحيحة	الذاكرة العاملة / الانتباه المركز	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	20	المعرفي



انفعالي	22	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	التعرف الى الانفعالات	1
معرفي / اجتماعي	24	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	الكبح	الدائرة / المربع / المثلث	2
انفعالي	26	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	الانفعالات	2
اجتماعي / انفعالي	28	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	تقدير الذات	اسمي هويتي	2
اجتماعي	30	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	الكفاءة الذاتية	قصة القلم والمحاة	2
معرفي	33	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث - المدرسة الصيفية 2022	الكفاءة الذاتية	استطيع لا استطيع	3



انفعالي	36	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث- المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	الانفعالات والمشاعر	3
انفعالي	38	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث- المدرسة الصيفية 2022	حل المشكلات/ إدارة الأزمة	الاشارات الصوئية	3
اجتماعي	42	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث- المدرسة الصيفية 2022	إدارة الأزمات / حل المشكلات	لعبة الضفدع	3
معرفي	45	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	الذاكرة العاملة	الصور	4
انفعالي	47	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	صندوق الأمان	4



انفعالي	49	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	تقدير الذات	الحيوان الرمزي	4
اجتماعي	51	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	احترام البيئة	الايقاع	4
معرفي / اجتماعي	53	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	ادارة الازمات	تنظيم الوقت	5
معرفي	59	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	الذاكرة العاملة	التسوق	5
انفعالي	62	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	دائرة الحكاية	5
معرفي / اجتماعي	65	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	الكفاءة الذاتية	البطل: هذا انا، أستطيع، لدي.	5



معرفي	68	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	الكفاءة الذاتية/ تقدير الذات	رسم الكف والصفات الايجابية	6
انفعالي	70	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	الروح الرياضية	6
انفعالي	72	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	مرأة المشاعر	6
اجتماعي	75	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	التفكير القيمي	قواعد الحياة في الصف	6



أنشطة الحلقة الثانية - مصفوفة المدى والتتابع

الاسبوع	عنوان النشاط	الكفاية	المرجع / المصدر	الصفحة	المجال
1	الاشارات الملونة	الكبح	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	79	معرفي
1	دائرة الحكاية	الوعي الانفعالي	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	82	انفعالي
1	صندوق الأمان	الوعي الانفعالي	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	84	انفعالي
1	انا قادر	تقدير الذات	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الاول - المدرسة الصيفية 2022	86	اجتماعي
2	أفكر احدد اختار	الكفاءة الذاتية	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	88	معرفي
2	مرأة المشاعر	الوعي الانفعالي	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	91	انفعالي



انفعالي	94	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	التعرف على المشاعر	2
اجتماعي	100	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثاني - المدرسة الصيفية 2022	احترام البيئة (الصّفية)	طائرة العودة	2
معرفي	102	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث - المدرسة الصيفية 2022	الذاكرة العاملة	محل الخياط	3
انفعالي	105	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	الانفعالات الجماعية	3
انفعالي	107	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	ازرار الغضب	3
اجتماعي	110	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الثالث - المدرسة الصيفية 2022	احترام البيئة	الايقاع	3

معرفي	112	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	الوعي الانفعالي	إدارة الغضب	4
انفعالي	115	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	الكبح	التفاعل مع الموسيقى	4
اجتماعي	119	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	التفكير القيمي	البلد الخيالي	4
اجتماعي / معرفي	124	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الرابع - المدرسة الصيفية 2022	الكفاءة الذاتية	مجسم من خرده	4
معرفي	127	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	الكبح	المشي على الحبل	5
معرفي	129	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	الكبح	مينغ - مانغ - مونغ	5
اجتماعي / انفعالي	131	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	تقدير الذات	اسمي هويتي	5



انفعالي	133	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع الخامس - المدرسة الصيفية 2022	تقدير الذات	الحيوان الرمزي	5
معرفي	137	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	ادارة الازمات	تنظيم الوقت	6
معرفي	143	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	الذاكرة العاملة	التسوق	6
اجتماعي	146	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	المنظومة القيمية	صفات الصديق	6
انفعالي	150	برنامج تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي - الاسبوع السادس - المدرسة الصيفية 2022	حلّ المشكلات	درع القوة	6



برنامج تطوير أنشطة التعلم الاجتماعي الانفعالي

المدرسة الصيفية 2022

أنشطة الحلقة الأولى



أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: 1-2-3	الأُسبوع: 1	اليوم الاول	المدة: 50 دقيقة
المجال: المعرفي الكفاية: الكبح			
الهدف: يختار المتعلم المثيرات التي سيتجيب لها			
المصدر: https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلمين والمعلمين والاهل في خلال الازمات وحالات الطوارئ. الصفحة: 28			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
مراحل سير النشاط:			
<ul style="list-style-type: none">• التمهيد: يمشي المتعلمون بحرية في القاعة• يطلب المعلم/ة إلى المتعلمين التوزع في المكان بشكل عشوائي. ثم المشي بحرية في القاعة. ثم التوقف عند إعطاء إشارة من قبل المعلم.• يعطي المعلم التعليمات التالية:			



- عندما أقول 1 عليكم القفز في أماكنكم

- الرقم 2 تنتبّتون في أماكنكم

- الرقم 3 عليكم المشي في القاعة

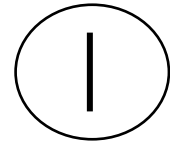
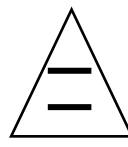
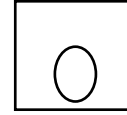
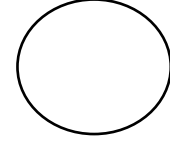

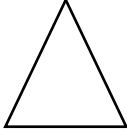
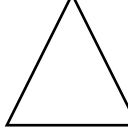
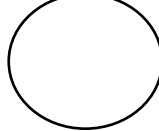

ثمّ يبدأ النّشاط، يمكن للمعلّم أن يكرّر رقم 1 عدّة مرّات ثمّ يقول رقم 3 إذا أخطأ المتعلّم يتوقّف عن استكمال النّشاط. يتكرّر النّشاط ولكن يمكن خلط الأرقام مع الحركات أي يصبح الرّقم واحداً للمشي والرّقم 2 للقفز والرّقم 3 للتوقّف عن الحركة.

مناقشة النّشاط: يطلب المعلم من بعض المتعلمين شرح اعادة تكرار الخطوات التي نفذوها في هذا النشاط.

ملاحظة: يمكن أن تتغيّر الحركات مثل رفع الأيدي أو رفع يد واحدة أو التّصفيق... كما يمكن تكرار التّمرين بحركاتٍ مغايرةٍ ويمكن استبدال 1-2-3 بألوانٍ أو أحرفٍ أو كلماتٍ.

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثاني	الاسبوع: 1	عنوان النشاط: الصور المتطابقة/ الرموز المتطابقة
المجال: المعرفي			
الكفاية: الذاكرة العاملة / الانتباه المركز			
الهدف: يختار المتعلم استراتيجيات تحسن الذاكرة العاملة.			
المصدر:			
الصفحة:			
المواد والأدوات والوسائل: صور واشكال هندسية			
مراحل سير النشاط: 15 د. لكل نشاط			
نشاط رقم 1 يوزع المتعلم على المتعلمين مجموعة من الصور. 5 صور يعرض المعلم صورة بحوزته امام جميع المتعلمين (لمدة 30 ثانية) يختي المعلم الصورة، على المتعلم أن يختار الصورة المتطابقة من بين الصور الموجودة امامه.			
نشاط رقم 2- يوزع المعلم على المتعلمين أشكالاً هندسيةً دائرة/ مربع/ مثلث ضمن جدول. يعرض المعلم على المتعلمين الأشكال الهندسية وفي داخل كل منها رمزاً محدداً لمدة 30 ثانية.			

على المتعلم أن يرسم الرموز في الشكل المحدد لكلّ منها.

		المعلم
		
		المتعلم
		
		

أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: الصورة الصحيحة	الاسبوع: 1	اليوم الثالث	المدة: 50 دقيقة
المجال: المعرفي الكفاية: الذاكرة العاملة / الانتباه المركز			
الهدف: يطور المتعلم استراتيجيات تحسن الذاكرة العاملة يستذكر المتعلم معلومات محددة.			
المصدر: أنشطة ترفيحية فنية تربوية للروضة الثالثة وللحقة الاولى https://www.crdp.org/sites/default/files/انشطة%20العاب%20ترفيهية%20فنية%20للحقة%20الاولى.pdf			
الصفحة:			
المواد والأدوات والوسائل: صور			
مراحل سير النشاط: - يوزع المعلم على المتعلمين صورة واحدة تتضمن: 3 أنواع من الفواكه/ 3 أنواع من الألعاب الرياضية/ 3 أنواع من المشروبات/ يطلب المعلم إلى المتعلمين حفظ أسماء الصور خلال 2 د. يطلب المعلم إلى المتعلمين إعادة تعداد أسماء الصور غيبًا .			



يطلب المعلم إلى المتعلمين تصنيف أسماء الصور بحسب الفئات: فئة الفواكه/ فئة الألعاب الرياضية/ فئة المشروبات يطلب المعلم إلى المتعلمين إعادة حفظ أسماء الصور وفق الفئات (دقيقة واحدة) مناقشة النشاط لجهة الاستراتيجيات المستخدمة التي تسهل حفظ أسماء المفردات.

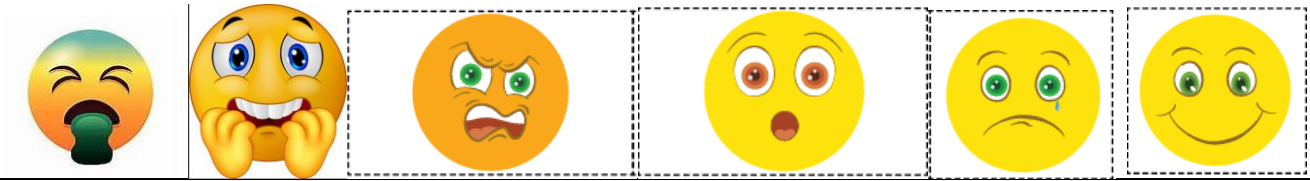
أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الرابع	الأسبوع: 1	عنوان النشاط: التعرف إلى الانفعالات
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الهدف: يحدّد المتعلّم الانفعالات / المشاعر . يربط المتعلم الانفعالات / المشاعر بموقف محدد.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf الصفحة: 16			
الموادّ والأدوات والوسائل: بطاقات الانفعالات / المشاعر الواردة في النشاط			
مراحل سير النشاط: يشرح المعلم للمتعلّمين بأنّ لديه مجموعةً من الصّور تعبّر عن انفعالاتٍ معيّنةٍ يعرض المعلمّ الانفعالات الثلاثة الأساسيّة على المتعلّمين الفرح/ الغضب / الحزن، على كلّ متعلّم أن يحدّد الانفعال المرتبط بالصّورة. يطلب المعلم إلى كلّ متعلّم أن يذكر وضعيّةً محدّدةً تجعله يغضب/ ثمّ وضعيّةً أخرى تجعله يحزن/ ويختّم المعلمّ بسؤال كلّ متعلّم عن موقفٍ يولّد لديه الفرح.			



أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: الدائرة / المربع / المثلث	الأسبوع: 2	اليوم الاول	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي الكفاية: الكبح			
الهدف: يختار المتعلم المثيرات التي سيتجيب لها لإنجاز مهمة معينة.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 86			
المواد والأدوات والوسائل: طبشور أو حبل			
مراحل سير النشاط: يحدّد المعلم ثلاثة أشكال يرسمها على الأرض بواسطة الطبشور أو الحبل يحدّد المعلم صفة / هواية... مثلاً من يحبّ الحلوى يقف في الدائرة... من يرتدي ملابس لونها أحمر يقف في المثلث... من يحب اللعب بالطابة او كرة القدم يقف في المربع... يحاول المعلم اختيار خصائص قد يشترك فيها أكثر من متعلم. مناقشة النشاط: أهمية التركيز على مثير محدد.			



ماذا فعلتم للتحرك والوقوف في الشكل المناسب لكم في كل مرة.

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثاني	الأسبوع: 2	عنوان النشاط: الإنفعالات
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف الخاصة : يحدّد المتعلّم الانفعالات الأساسية يميّز المتعلّم بين مختلف أنواع التعبير عن الانفعالات			
المصدر: تدريب اليوم الأوّل على كفايات التعلم الاجتماعي الإنفعالي الصفحة: 19			
الموادّ والأدوات والوسائل: أوراق كتب عليها الانفعالات الستة الأساسية : الفرح/ الغضب/ الحزن/ الاشمئزاز/ الدّهشة/ الخوف			
			
مراحل سير النشاط: يلصق المعلّم بطاقات الانفعالات الأساسية على ظهر المتعلّمين.			



يتنقل كل متعلم في القاعة، ويختار متعلماً أو أكثر ويجسّد له وأمامه الانفعال الملصق على ظهره على هذا الأخير تسمية هذا الانفعال.
مناقشة النشاط لجهة أشكال التعبير عن الانفعالات.
ختم النشاط بانفعالات إيجابية (يناقش المعلم تجربة فيها إنفعال ايجابي)

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الأسبوع: 2	عنوان النشاط: اسمي هويتي
المجال: اجتماعي / انفعالي الكفاية: تقدير الذات			
الهدف: يشرح المتعلم التشابه بين اسمه وشيءٍ مميزٍ يختاره			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 4			
المواد والأدوات والوسائل: أوراق بيضاء وقلم			
مراحل سير النشاط: يطلب المعلم إلى كل متعلم أن يكتب اسمه على ورقة بيضاء. على المتعلم أن يختار شيئاً إيجابياً يشبه اسمه. مثلاً: انا اسمي سمر، يذكرني اسمي بالسماء مع النجوم في الليل. يشرح المتعلم التشابه بينهما.			



يعيد المعلم أسماء المتعلمين بصوتٍ مرتفعٍ وبطريقةٍ إيجابيةٍ.
يكتب المتعلم اسمه على ورقة ويلونه ويضعه أمامه على الطاولة.

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الرابع	الأسبوع: 2	عنوان النشاط: قصة القلم والممحاة
المجال: اجتماعي / انفعالي الكفاية: الكفاءة الذاتية			
الهدف: يحدد المتعلم مكونات الكفاءة الذاتية لديه ولدى الآخرين.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 74			
المواد والأدوات والوسائل:			
مراحل سير النشاط: يعرض المعلم القصة على المتعلمين القصة: كان داخل المقلمة، ممحاة صغيرة وقلم رصاص جميل ... ودار حوار قصير بينهما. - الممحاة: كيف حالك يا صديقي؟ - القلم: لست صديقك!			

- الممحاة: لماذا؟
- القلم: لأنني لا أحبك.
- الممحاة: ولم لا تحبني؟
- قال القلم: لأنك تمحين ما أكتب.
- الممحاة: أنا لا أمحو إلا الأخطاء.
- القلم: وما شأنك أنت؟
- الممحاة: أنا الممحاة وهذا عملي.
- القلم: هذا ليس عملاً.
- الممحاة: عملي نافع ، مثل عملك.
- القلم: أنت مخطئة ومغرورة.
- الممحاة: لماذا؟
- القلم: لأن من يكتب أفضل ممن يمحو.
- قالت الممحاة: إزالة الخطأ تعادل كتابة الصواب.
- فكّر القلم لحظة، ثم رفع رأسه، وقال: صدقت يا عزيزتي!
- الممحاة: أما زلت لا تحبني؟
- القلم: لن أكره من يمحو أخطائي.
- الممحاة: وأنا لن أمحو ما كان صواباً



- قال القلم محزوناً: وأنا أحس انني أقصر مما كنت!
- قالت המחاة تواسيه: لا نستطيع إفادة الآخرين، إلا إذا قدمنا جهوداً من أجلنا ومن أجل الآخرين.
- قال القلم مسروراً: ما أعظمك يا صديقتي، وما أجمل كلامك!

مناقشة القصة: تحديد دور القلم ودور המחاة/
يحدّد المتعلم مهمة يقوم بها باتقان



أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: أستطيع لا أستطيع	الاسبوع: 3	اليوم الاول	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / انفعالي الكفاية: الكفاءة الذاتية			
الهدف: يحدد المتعلم مكونات الكفاءة الذاتية لديه ولدى الآخرين.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 52			
المواد والأدوات والوسائل:			
مراحل سير النشاط: المرحلة الأولى:			
<ul style="list-style-type: none">• يخبر المعلم المتعلمين بأن هناك أموراً نستطيع التّحكّم بها وأموراً أخرى لا نستطيع التّحكّم بها.• يقول المعلم سنحاول اليوم تحديد ما يمكننا التّحكّم به وما لا يمكننا التّحكّم به.• يحضر المعلم مجموعة من المواقف التي يستطيع المتعلمون القيام بها بشكل مستقل. مثلاً: كتابة فروضهم بمفردهم / الاستحمام بمفردهم / ترتيب اغراضهم ...			

- يطلب المعلم إلى المتعلمين سحب موقف من المواقف الموجودة في الوعاء
- يطلب إليهم الوقوف إذا كانوا يعتقدون بأنهم يستطيعون القيام به أو الجلوس إذا كانوا لا يستطيعون ذلك.
- على الإجابات أن تكون بطريقة غير لفظية.

المرحلة الثانية:

- يطلب المعلم إلى المتعلمين رسم أو كتابة مهمة محددة يستطيع القيام بها بمفرده والأحتفاظ بها في كتابه (دائرة التّحكّم).

مناقشة النشاط:

نَسأل:

- ما رأيكم بهذا النّشاط؟
- هل هناك أشياء أخرى يمكنك تحقيقها؟ ما هي؟
- إذا شعرت أنّ هناك أمراً تودون تحقيقه لكنكم لا تستطيعون لوحديكم، ماذا تفعلون؟ (الإجابة: نطلب المساعدة)
- إذا كان هناك شيء ترغبون بتحقيقه يوماً ما، فماذا تفعلون؟ (الإجابة: نتمرن لتحقيقه)
- إذا كان هناك شيء ترغبون القيام به لكنكم غير متأكّدين إذا كان مسموحاً/ ماذا تفعلون؟ (الإجابة: نَسأل ونطلب الإذن)

الخلاصة:



- نتشارك مع المتعلمين باستخراج الرسائل الأساسية من النشاط.
- نركّز على أهمية أن نتعرف إلى ما الذي يمكننا القيام به وما الذي لا يمكننا القيام به، بهذا العمر.
- نركّز على أهمية أن نطلب الإذن قبل القيام ببعض الأمور.
- نركّز على أهمية طلب المساعدة عند الحاجة.

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثاني	الاسبوع: 3	عنوان النشاط: الانفعالات والمشاعر
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الهدف: يربط المعلم بين الأنفعالات / المشاعر والمواقف.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%202.pdf			
الصفحة: 4			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
مراحل سير النشاط: نقدم النشاط بالقول: هناك انفعالات مختلفة: الفرح، الحزن، الخوف، الغضب، الدهشة... يوزع المعلم الملحق المرفق نسال: لماذا تعتقدون أن الناس تشعر بالمشاعر التي عرضناها؟ نوزع الملحق المرفق ونطلب منهم أن يكملوا الجمل. (نعطي وقتاً لكل انفعال/ بطاقة) يعرض المعلم أوجه الشبه والاختلاف بين اجابات المتعلمين.			

الملحق:

..... أشعر بالفرح عندما 😊
.....

..... أشعر بالحزن عندما 😞
.....

..... أشعر بالغضب عندما 😡
.....

..... أشعر بالخوف عندما 😨
.....

..... أشعر بالدهشة عندما 😲
.....

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الاسبوع: 3	عنوان النشاط: الإشارات الضوئية
المجال: اجتماعي الكفاية: حل المشكلات/ إدارة الأزمة			
الأهداف: يصحح المتعلم سلوكا محدّدًا في موقف معين يعلل المتعلم اختياره لسلوك معين في موقف معين.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%202.pdf الصفحة: 18			
الموادّ والأدوات والوسائل: الكراتين الملونة (أحمر، أصفر، أخضر) لكل تلميذ، بطاقات الوضعيات المختلفة (الملحق المرفق ٢)، علبة لوضعيات المختلفة.			
مراحل سير النشاط: نقدم النشاط من خلال الشرح أننا سنقوم باستخدام بطاقات ملونة مثل إشارات السير الضوئية. أ. التعليمات: • يوزع المعلم إلى المتعلمين ٣ بطاقات لكل متعلم (أحمر وأصفر وأخضر) .			

- يوضح المعلم إلى المتعلمين أن هذه البطاقات الملونة مثل إشارة المرور: الأحمر : توقف (مثلا: وجود خطر)، الأصفر: تمهل(مثلا : نأخذ نفسا عميقا ونفكر بالحل، أو يمكننا العد حتى العشرة أو أن نسأل أنفسنا: هل يمكن أن أؤذي نفسي أم الآخرين؟ أو أن أرح مشاعر أصدقائي؟ هل يمكن أن ينزعج أهلي أو المعلمات؟) والأخضر: انطلق (مثلا : أن أخبر الحقيقة، أن كون لطيفا، أن ألتزم بالقوانين والقواعد).
- يحضر المعلم المواقف التي سيقراها امام المتعلمين.
- يقرأ المعلم كل موقف امام المتعلمين.
- يطلب المعلم إلى المتعلمين بعد كل موقف رفع البطاقة الملونة المناسبة لهم. مثلا: إذا كانت الوضعية خطيرة يرفعون اللون الأحمر، إذا كان هناك ضرورة للتمهل، يرفعون اللون الأصفر؛ وإذا كانت وضعية آمنة: يرفعون اللون الأخضر.
- يطلب المعلم إلى المتعلمين أن يعللوا لماذا اختاروا البطاقة التي رفعوها؟ وكيف يمكن تصحيح الموقف؟

مناقشة:

نسأل:

- هل أعجبكم النشاط؟
- ماذا تعلمتم؟
- هل تتذكرون أمراً في حياتكم تودون أن تتوقفوا عن فعله؟
- هل تحتاجون لمساعدة؟ ممن؟
- هل هناك أمراً تودون مواصلة تطبيقه؟

الإشارات الضوئية: المواقف والسلوكيات	
يرصل عزيز إلى المدرسة كل يوم لأنه ينام في ساعة متأخرة	ترسم سوسن على الطاولة خلال شرح المعلمة.
تقاطع سهام المعلمة خلال شرح الدرس.	عندما قص زياد شعره، قالت له هبة أنه يبدو قبيحاً.
تشاهد هلا برامج غير مناسبة لعمرها مستخدمةً الهاتف الخليوي	سخر عماد من ليلي عندما خسرت اسنانها.
عند إنتهاء الاستراحة في المدرسة يصفر جاد ويسقط رفاقه ارضاً.	ضرب عصام صديقه مجد لأنه رفض اللعب معه.
تسرع لينا لتقف في الصف عندما يدق جرس الاستراحة.	يدفع فادي اصدقاءه كي يقف في أول الصف.
أخذ هادي قلماً من صديقه لأنه كان مسرعاً لكتابة الإجابة.	اعتذرت سامية من ليلي لانها داست على محفظتها عن طريق الخطأ.
تفضل ليال ان تأكل الحلوى عندما تشعر بالجوع.	شدت زينة شعر رفيقتها لأنها سخرت منها.



كسر جميل نظارات ناديم لأنه حصل على درجة أعلى من درجته.	يركض عماد بسرعة بين المتعلمين الصغار.
طلبت دينا مساعدة المعلمة لأنها تريد فهم الدرس.	لا ينجز وسام فروضه المنزليه.

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الرابع	الاسبوع: 3	عنوان النشاط: لعبة الضفدع
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: إدارة الأزمات / حل المشكلات			
الهدف: يخطط المتعلم مع المجموعة للوصول إلى هدف محدد.			
المصدر: https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلمين والمعلمين والاهل في خلال الازمات وحالات الطوارئ. الصفحة: 42			
الموادّ والأدوات والوسائل: أوراق كبيرة			
مراحل سير النشاط:			
<ul style="list-style-type: none"> - يطلب المعلم الى المتعلمين أن يقفوا في جهة واحدة من الملعب، ويخبرهم بأنهم ضفادع صديقة تلعب مع بعضها البعض، وعليهم أن يبحثوا عن مكان آمن قبل أن يحل الظلام. - يخبر المعلم المتعلمين بأن المكان الآمن هو في الجهة المقابلة للملعب، وعليهم استخدام أوراق كبيرة للوصول اليه. 			

- يوزع المتعلمين الى مجموعات متساوية من 4 أو 5 أشخاص، يحصل أعضاء كل مجموعة على قطعتين كبيرتين من الورق، يصممونها للقفز عليها جميعهم في الوقت نفسه.
- يحدد المعلم الخطوط التي على كل فريق السير عليها، ونقطتي البداية والنهاية.

يشرح القوانين بشكل دقيق:

- تقف كل مجموعة داخل ورقة كبيرة.
- يضع احد افراد المجموعة الورقة الثانية ليقفز الجميع عليها .
- يقفز الجميع الى الورقة الثانية من دون أن يقعوا على الارض.
- يمسك آخر شخص منهم الورقة الأولى عندما يصبحون على الورقة الثانية، ويضعها بمساعدة زملائه في المجموعة أمام الورقة التي يقفون عليها، وهكذا للوصول إلى خط النهاية.

يذكر المعلم المجموعات بأن هذا ليس سباقاً، وبأنهم اصدقاء ولكن ضمن مجموعات. وإذا وصلت احدى المجموعات الى نقطة النهاية، تبدأ بتشجيع الآخرين لتحفيزهم. ويردد المعلم عبارات حماسية وتحفيزية، على سبيل المثال: أسرعوا!! أو لم يعد لديكم الكثير لتصلوا الى بر الأمان! وعندما تصل كل المجموعات يصفق الجميع.

عند الانتهاء من النشاط، يطلب المعلم الى المتعلمين ان يذكروا اهم المشاعر والأفكار التي نتجت عنه. ويسألهم:



- ما أهم شيء تعلمتوه من هذا النشاط؟
- آلية التخطيط للوصول إلى الهدف



أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الأول	الاسبوع: 4	عنوان النشاط: الصور
المجال: المعرفي الكفاية: الذاكرة العاملة			
الأهداف: يستخدم استراتيجيات لتحسين عمل الذاكرة العاملة			
المصدر: الصفحة: 8			
الموادّ والأدوات والوسائل: بطاقات			
سير النشاط: جزء 1 المدة 10 د.			



يوزع المعلم بطاقات على المتعلمين، يشرح المعلم النشاط، في كل خط أفقي عدة صور، على المتعلم أن يختار الصورة المتطابقة مع الصورة الأولى.

جزء 2 بعد الانتهاء من المرحلة الأولى يتحرك المتعلمون بحرية في القاعة أو الملعب ثم ينفذ المعلم نشاط استرخاء من اختياره 10 د.
جزء 3 المدة 20 د.

يوزع المعلم بطاقات على المتعلمين، على المتعلم تلوين الصور في كل خط أفقي بنفس الألوان المحددة مسبقاً من قبل المعلم.
ختم النشاط:

يسأل المعلم المتعلمين عن استراتيجياتهم لتنفيذ الأنشطة



أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: صندوق الأمان	الاسبوع: 4	اليوم الثاني	المدة: 50 دقيقة
المجال: الانفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يعبّر عن انفعالاته / مشاعره خلال المواقف الصعبة والأزمات. يشارك هذه الانفعالات / المشاعر مع زملائه.			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 22			
الموادّ والأدوات والوسائل: صندوق كرتون فارغ، أوراق وأقلام			
مراحل سير النشاط: المرحلة الأولى : يزيّن المعلم الصندوق الفارغ- صندوق أحذية- ويصنع في وسطه شقاً كي يشبه القجّة. يطلق المعلم على هذا الصندوق اسم "صندوق الأمان".			



يوزع المعلم الأوراق والأقلام على المتعلمين ويطلب منهم أن يعبروا من خلال الرسم أو الكتابة عن المشاعر/ الانفعالات التي اختبروها مثل: خوف - غضب - حزن... وذلك خلال موقف صعب أو أزمة معينة (امتحان من دون تحضير - علامة متدنية - قيام رفاقك بنشاط من دونك، خلافات في المنزل، ...)

المرحلة الثانية:

يطلب المعلم إلى المتعلمين وبشكلٍ اختياري مشاركة رسوماتهم أو كتاباتهم مع زملائهم ثم وضعها في صندوق الأمان. يختم المعلم النشاط بالتأكيد على احترام مشاعر المتعلمين وانفعالاتهم، وينوه بأهمية التعبير عن الانفعالات / المشاعر بالأخص تلك التي يعيشونها خلال المواقف الصعبة والأزمات، مضيفاً أنّ التعبير عن هذه الانفعالات / المشاعر ووضعها في الصندوق هي محاولة لتخطيها وجعلها في مكان آمن.

ختم النشاط:

- كيف شعرت بعد النشاط؟
- ما الأشياء التي ساعدك الصندوق على اكتشافها؟
- هل شعرتم بالراحة بعد رسم او كتابة مشاعرکم/ انفعالاتکم؟

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الاسبوع: 4	عنوان النشاط: الحيوان الرمزي
المجال: معرفي / انفعالي			
الكفاية: تقدير الذات			
الهدف: يحدد صفات ايجابية لديه			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 8			
المواد والأدوات والوسائل: اوراق بيضاء وقلم			
مراحل سير النشاط:			
المرحلة الاولى:			
يعرض المعلم صور لبعض الحيوانات على المتعلمين (الواردة في المرفق).			
يطلب المعلم إلى كل متعلم اختيار صورة من الصور ويسأله لماذا اختارها؟			
يحدد المتعلم صفة ايجابية لدى الحيوان الذي اختاره.			
يطلب المعلم إلى كل متعلم تلوين الحيوان الذي اختاره او رسم حيوان جديد وتلوينه.			

يعرض المتعلمون الصور أمام الجميع.

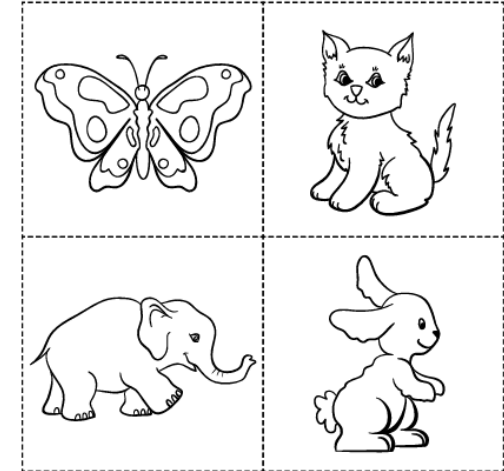
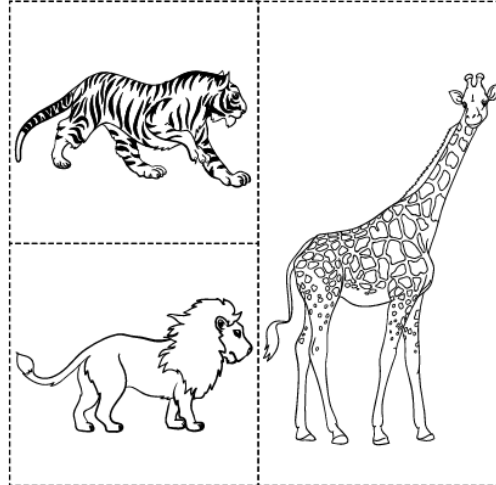
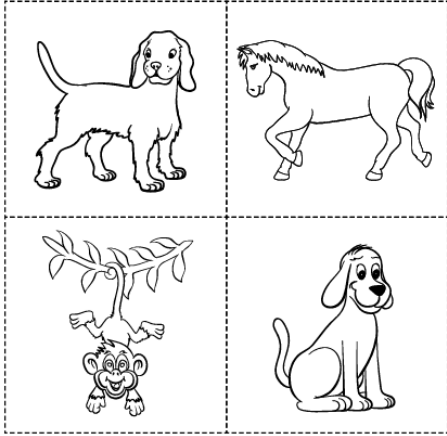
المرحلة الثانية:

بعد الانتهاء من عرض صورة الحيوان الذي اختاره، يحدد المتعلم صفة إيجابية لديه مشتركة عند الحيوان الذي اختاره و يعلنها أمام زملائه.

ختم النشاط:

- لماذا اخترتم هذا الحيوان؟ ما الذي يعجبكم فيه؟
- هل أعجبكم حيوان اختاره رفيقكم؟ ولماذا؟

الملحق: الحيوان الرمزي*





أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الرابع	الاسبوع: 4	عنوان النشاط: الايقاع
المجال: اجتماعي			
الكفاية: التفكير القيمي			
الأهداف:			
يتبنى ايقاع المجموعة			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي			
الصفحة: 52			
المواد والأدوات والوسائل:			
لا مستلزمات			
مراحل سير النشاط:			
المرحلة الأولى:			

يطلب المعلم إلى المتعلمين الجلوس بشكل دائري أو الوقوف (بحسب حجم القاعة).

يشرح المعلم أهمية الانتباه المركز والاستماع وتنفيذ المهام لإنجاح هذا النشاط.

يوزع المعلم المتعلمين إلى مجموعات من 4 إلى 5 أشخاص (بحسب العدد الموجود في الصف).

يتوجه المعلم إلى كل مجموعة على حدة، ويطلب إليهم تكرار التصفيق بحسب الإيقاع الخاص بالمجموعة (تختار المجموعة إيقاعاً بسيطاً يسهل تكراره).

المرحلة الثانية:

يطلب المعلم إلى المتعلمين التدرب على تكرار التصفيق متبعين الإيقاع الخاص بكل مجموعة.

تقف المجموعات بالقرب من بعضها إلى أن يصبح المتعلمون متمكنين من التصفيق معاً وذلك بهدف تشكيل الدائرة والتصفيق بشكل منسجم مع المجموعات الأخرى.

تكرّر كلّ الإيقاعات بشكل متسلسل.

ختم النشاط:

هل كنتم قادرين على متابعة إيقاع مجموعتكم؟

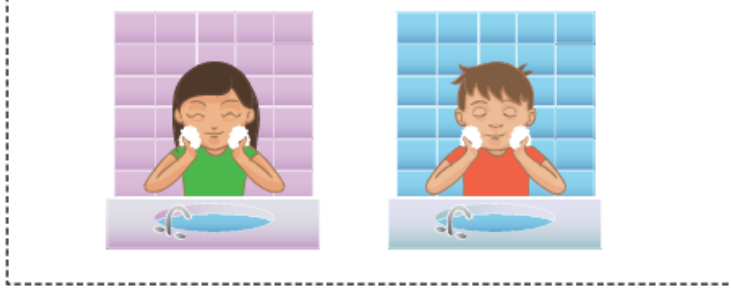
ما الذي يجعل المجموعة متماسكة؟

أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: تنظيم الوقت	الاسبوع: 5	اليوم الأول	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: ادارة الازمات			
الأهداف: ينظم سلوكياته وفق تسلسل زمني معين.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة:			
الموادّ والأدوات والوسائل: لا يوجد			
مراحل السير النّشاط: يوزع المعلّم المتعلّمين في الصف الى مجموعات. يطلب المعلّم إلى كل مجموعة ان ترتب هذه الصور بحسب تسلسلها الزمني، مع التعليل. تعرض المجموعات إجاباتها مع تحديد مدة تنفيذ كل نشاط في وضعيات مختلفة (ايام المدرسة – ايام الاجازة ...) ختم النشاط:			

- ماذا لاحظتم؟

- هل يمكنكم تنظيم وقتكم بأنفسكم؟

المرحلة الثانية



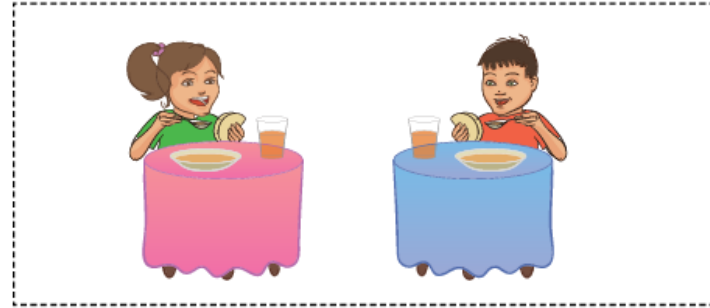
المرحلة الأولى



المرحلة الرابعة



المرحلة الثالثة



المرحلة السادسة



المرحلة الخامسة



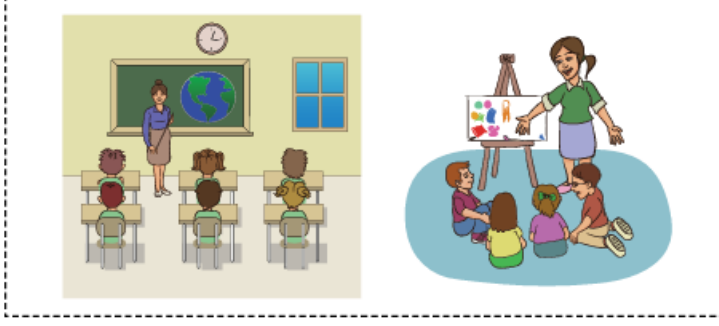
المرحلة السابعة



المرحلة الثامنة



المرحلة العاشرة



المرحلة التاسعة



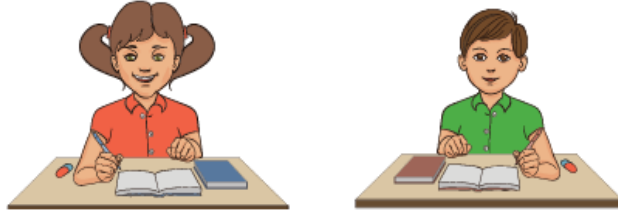
المرحلة الثانية عشر



المرحلة الحادية عشر



المرحلة الرابعة عشر (ق.ظ.) أما خلال دوام (ب.ظ.)
تُنقل هذه المرحلة إلى ما قبل الذهاب إلى المدرسة أي إلى المرحلة السادسة



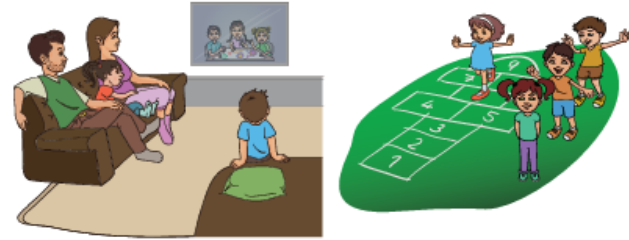
المرحلة الثالثة عشر

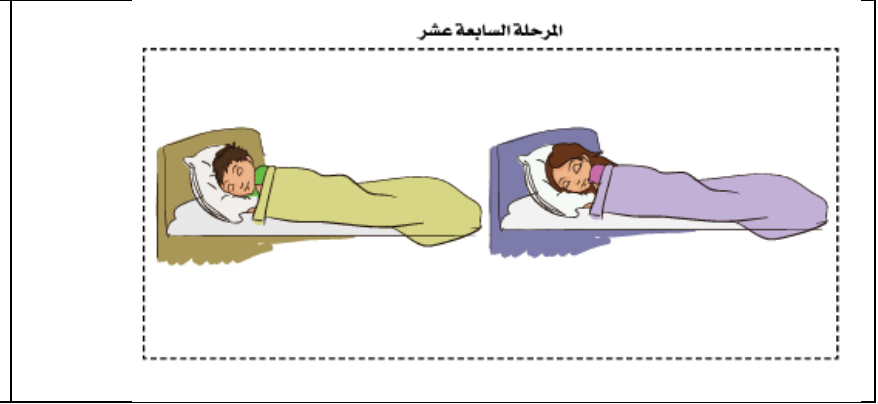
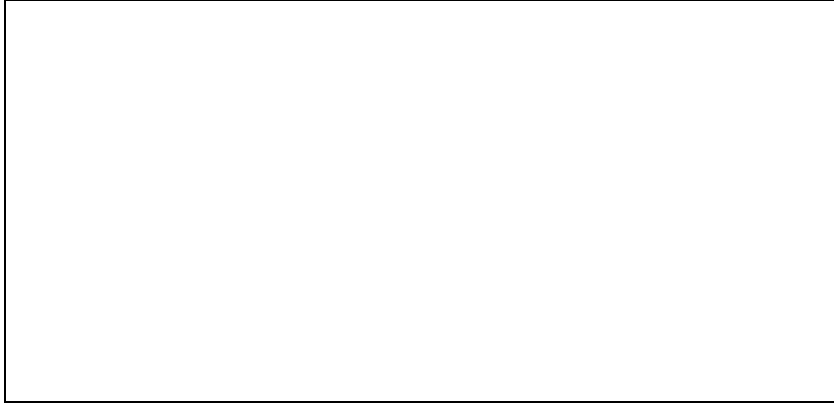


المرحلة السادسة عشر



المرحلة الخامسة عشر





أنشطة الحلقة الأولى

عنوان النشاط: التسوق

الأسبوع: 5

اليوم الثاني

المدة: 50 د

المجال: معرفي

الكفاية: الذاكرة العاملة

الأهداف: يطبّق بعض الاستراتيجيات لتحسين عمل الذاكرة العاملة

الموادّ والأدوات والوسائل:

- صور لبعض الأغراض التي نتسوقها من السوق (مأكولات ، مواد غذائية ، فاكهة وخضار ، أدوات منزلية، قرطاسية، ملابس، هدايا، ...)

مراحل سير النشاط:

المرحلة الأولى:

يوزع المعلم المتعلمين إلى مجموعات من 7-8 أعضاء

يطلب المعلم إلى المتعلمين أن يجلسوا في حلقة،

كل مجموعة تختار فئة من الأغراض التي سستسوقها من المتجر؛ مثال: خضار وفواكه، مواد غذائية ومعلبات وحبوب، مواد تنظيف وأدوات منزلية،

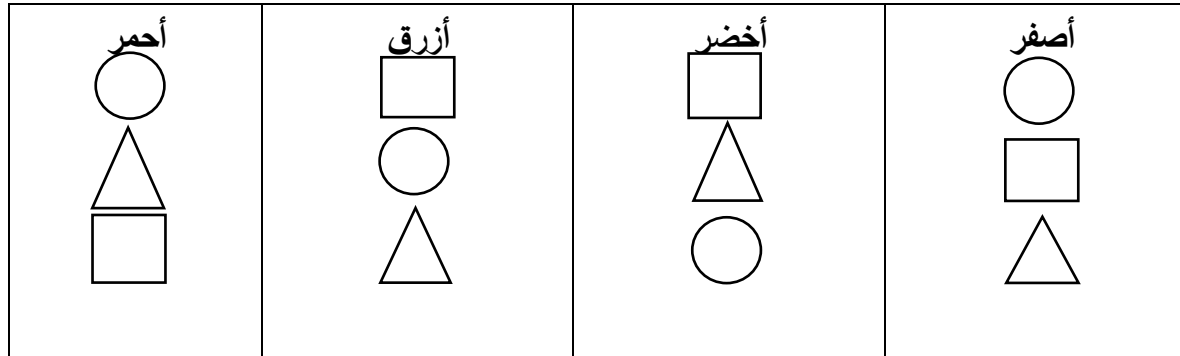
قرطاسية، ملابس، ...

في كل مجموعة، يقول المتعلم الأول ذهبت إلى المتجر (سوبر ماركت) واشترت ويذكر غرضاً، ثم المتعلم الثاني يكرر ما قاله الأول ويضيف غرضاً آخر وهكذا. عندما ينسى أحد المتعلمين غرضاً ما يخرج من النشاط، والمتعلم الباقي حتى آخر النشاط هو الفائز. مثلاً يقول المتعلم ذهبت إلى السوق واشترت مثلاً تفاحة، ويكمل الثاني ويقول وأنا أيضاً اشترت تفاحة وعنبا والثالث وأنا اشترت تفاحاً وعنبا وليمونا.... يكرر المعلم النشاط أكثر من مرة، وفي كل مرة يطرح سياقاً جيداً مما ذكر سابقاً، مثال زيارة إلى حديقة الحيوانات، وكل مجموعة تختار فئة؛ مثال: الطيور، الزواحف، الحيوانات المفترسة،....

المرحلة الثانية:

يعرض المعلم على المتعلمين بطاقة الأشكال مع تحديد لون لكل شكل من الأشكال
يوزع المعلم على المتعلمين بطاقة التلوين لاكمالها وفق النموذج

بطاقة الأشكال: يعرضها المعلم





بطاقة التلوين: يكملها المتعلمون



أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: دائرة الحكاية	الاسبوع: 5	اليوم الثالث	المدة: 50 دقيقة
المجال: الانفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يميز بين مختلف الانفعالات يربط بين الانفعالات والمواقف			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 12			
الموادّ والأدوات والوسائل: لا مستلزمات			
مراحل النشاط: المرحلة الأولى: يطلب المعلم إلى المتعلمين الوقوف على شكل دائرة مع ترك مساحة في المنتصف.			

يشرح المعلم النشاط قائلاً: "سنعمل معا على تأليف قصة من نسج الخيال وسنشترك جميعنا فيها".

يختار المعلم أحد المتعلمين لبدء القصة.

يبدأ هذا المتعلم بالقصة ويقول جملة واحدة.

يُقدم المعلم للمتعلّم التالي بطاقة تتضمن إحدى الانفعالات /المشاعر، وعلى المتعلّم أن يُكمل القصة التي بدأها زميله على طريقته، على أن يجد

طريقة لتضمين هذا الانفعال / الشعور في مشاركته في القصة.

يُكمل المتعلّمون النشاط حتى مشاركة الجميع ويضعوا نهاية للقصة.

يتم ختم القصة بانفعال / شعور إيجابي.

المرحلة الثانية:

التفكير في النشاط

- أيّ مشاعر / انفعالات يصعب عليكم التعبير عنها؟
- ما مدى صعوبة محاكاة مشاعر / انفعالات مختارة؟
- هل يمكن أن يعبر أحدكم عن مشاعره / انفعالاته بطريقة مختلفة عن زميله؟

ختم النشاط:

- كيف شعرت بعد ممارسة هذا النشاط؟
- هل كان من السهل التحدّث عن المشاعر / الانفعالات؟



- كيف شعرت بعد أن شاركت شيئاً عن نفسك مع المجموعة؟

أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: البطل: هذا انا، أستطيع، لدي.	الاسبوع: 5	اليوم الرابع	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: الكفاءة الذاتية			
الهدف: يحدّد المتعلم كفاياته (معارفه/ قدراته/ مهاراته..) يختار المتعلم كفايات موجودة لدى نموذج من اختياره المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%202.pdf الصفحة: 9			
الموادّ والأدوات والوسائل: التحضير قبل النشاط: نقطع بعض قطع الكرتون (5 سم x 30 سم) (قطعة كرتون لكل متعلم) قطع الكرتون (5 سم x 30 سم) (قطعة كرتون لكل متعلم ليكون تاج + أوراق لاصقة لتكون الجواهر على التاج.)			
مراحل سير النشاط: النشاط: • يسأل المعلم المتعلمين عن نموذج يختارون لديه سلوكيات محدّدة - كيف يبدو هذا النموذج؟ ناجحاً؟ قوياً؟ جميلاً؟ ذكياً؟ لطيفاً؟ مضحكاً؟ ودوداً؟ إلخ.؟			

- ما الذي يستطيع هذا النموذج/الشخص أن يفعله؟ مساعدة الناس؟ احترام الآخرين؟
- ما الذي يميز هذا النموذج/الشخص؟ هل لديه أصدقاء؟ أخوة؟ بعض الأشياء؟

أ . التعليمات:

- يوزع المعلم على كل متعلم قطعة الكرتون المحضرة مسبقاً لتكون تاجاً (5 سنتم x 6 سنتم) + ورقة لاصقة لتكون الجوهرة.
- كل متعلم سوف يضع تاجاً على رأسه. لكن عليه اي يزينه بثلاث جواهر:
- الجوهرة الأولى صفة إيجابية؛ يرسمها على الكرتون الأولى (أنا هادىء...)
- الجوهرة الثانية شيء يستطيع فعله (أستطيع)؛ عليه أن يرسمه على الكرتون الثانية
- الجوهرة الثالثة هو شيء لديه (لدي)؛ عليه أن يرسمه على الكرتون الثالثة
- ثم يقوم بلصق الجواهر الثلاثة على التاج ويضعه على رأسه أو يضعه إلى مقعده
- بعد الانتهاء، يمكنهم أن يتشاركوا جواهرهم

ختم النشاط:

- ما رأيكم بهذا النشاط؟
- هل وجدت أشياء مشتركة بين النموذج الذي اخترته والنماذج المختارة من قبل أصدقائكم؟



•• نركز على معنى كل جوهرة. إن التاج مصنوع من معارف/ قدرات/ مهارات/ اتجاهات، ويمكن للمتعلم أن يضع مثل هذا التاج ويكون نموذجًا للآخرين.

أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الاول	الاسبوع: 6	عنوان النشاط: رسم الكف والصفات الايجابية
المجال: معرفي الكفاية: الكفاءة الذاتية/ تقدير الذات			
الهدف: يحدّد المتعلم صفات موجودة لديه بالاستناد إلى ما يعرفه الآخرون عنه			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf الصفحة: 13			
الموادّ والأدوات والوسائل: أوراق بيضاء، أقلام، أقلام تلوين			
مراحل سير النشاط: • يسأل المعلم المتعلمين عن معنى الصفات الإيجابية(الجواب: الصفات الجيدة). • يطلب إليهم أن يعطوا أمثلة. • يطلب المعلم إلى المتعلمين أن يرسموا كف يدهم على ورقة بيضاء. • نطلب إليهم أن يكتبوا أسماءهم وسط الكف.			



- نطلب إليهم أن يتجولوا في الغرفة وأن يطلبوا من خمسة من أصدقائهم كتابة أو رسم خمس صفات إيجابية لديهم على كل إصبع من أصابع الكف المرسوم.
 - يسأل المعلم كل متعلم عن الصفات التي كتبت لهم.
 - يسأل المعلم عن المتعلم الذي كتب لكل متعلم هذه الصفات الجيدة.
 - نطلب منهم أن يعلقوها على مقاعدهم.
- ختم النشاط:
- ما هو شعورك عندما كتب صديقك هذه الصفات؟
 - كيف اخترت الصفات الإيجابية لتكتبها لرفاقكم؟
 - هل كنتم تعرفون أن أصدقاءكم يرون فيكم هذه الصفات؟



أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثاني	الاسبوع: 6	عنوان النشاط: الروح الرياضية
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الهدف: يدير المتعلم انفعالاته خلال الأنشطة الجماعية			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf الصفحة: 35			
المواد والأدوات والوسائل: طابة، قناني بلاستيكية (١٠)			
مراحل سير النشاط: النشاط: يقدم المعلم النشاط: كل شخص أو فريق يشارك بالألعاب، مهما كان جيدا، سيخسر في مرحلة ما. لا أحد يستطيع الفوز في كل مرة. • الفوز أو الخسارة يولدان انفعالات سلبية أو إيجابية. اليوم سنلعب لعبة «البولينغ» وسنتعلم من خلالها كيف يمكننا أن نعبر عن هذه الانفعالات/ المشاعر كي نحافظ على علاقتنا الجيدة مع اصدقائنا أ . التعليمات:			

- يضع المعلم مجموعة من قناني الماء الصغيرة (٥,٠ ل)، من المفضل أن يتم توزيعها على شكل مثلث (٤ قناني، ٣ قناني، قنانتان، فقينية)
- على كل متعلم أن يقوم بدرجة الطابة ليوقع القناني. المجموعة التي توقع عدداً أكبر من القناني تكون الفائزة.
- نسال: ما هو شعورك إذا فزت؟ (تجمع الإجابات ونكتبها على اللوح).
- ملاحظة: إذا لم يتمكن المتعلمون من العثور على ما يكفي من العبارات لوصف الانفعالات / المشاعر، يقترح عليهم المعلم بعض العبارات.

ب ختم النشاط

- ما رأيكم بهذا النشاط؟

- ما هي الألعاب التي تلعبها والتي يتضمنها خاسر أو رابح؟ هل يمكنك أن تصف أشخاص لا يتقبلون الخسارة؟
التفكير الإيجابي يساعد الفرد على تقبل الخسارة والتفكير والتأمل



أنشطة الحلقة الأولى			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الاسبوع: 6	عنوان النشاط: مرآة المشاعر
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يجسد الانفعالات المختلفة بطريقة غير لفظية يميز بين مختلف أشكال التعبير عن الانفعالات			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 40			
المواد والأدوات والوسائل: لا مستلزمات			
مراحل سير النشاط: المرحلة الأولى:			

- يطلب المعلم إلى المتعلمين الوقوف في صفين.
 - يشرح المعلم أن أحد الصفوف هم المرايا وأن الصف الآخر هم الممثلون.
 - يؤدي المتعلمون في الصف الأول دور المرأة للمتعلم الممثل الذي يقف في الصف أمامهم، (أي أن الشخص المرأة سيقلد ما يفعله الشخص الممثل)
 - على الممثلين أن يتبعوا الإرشادات التي يقولها المعلم.
 - على المرايا محاولة محاكاة الممثلين في كل التفاصيل التي يفعلونها.
- المرحلة الثانية:
- يبدأ بعد ذلك المعلم النشاط، وينادي بانفعالات متنوعة، مثل: الفرح، الغضب، والاشمئزاز، والحب، والحزن ويقوم الممثلون بتجسيد هذه الانفعالات.
 - بعد كل انفعال، يقلد المرايا ما يفعله الممثلون.
- المرحلة الثالثة:
- بعد الانتهاء من الجولة الأولى، تكرر النشاط ويتبادل المتعلمون الأدوار من كونه الممثل للعب دور المرأة وبالعكس.

تقييم النشاط:

- كيف تشعرون بعد ممارسة هذا النشاط؟
- إلى أي مدى استطاع الآخر أن يجسد الانفعالات المطلوبة؟
- عندما كنت الممثل، ما التغييرات التي لاحظتها في جسدك عندما عبّرت عن انفعالاتك؟
- هل عبّر الجميع عن الانفعالات بنفس الطريقة؟

ختم النشاط:

أخيرًا، يختم المعلم النشاط: يُمكنك أن تفهم بشكل أفضل ما يشعر به الآخرون من خلال الاشارات غير اللفظية.

أنشطة الحلقة الأولى			
عنوان النشاط: قواعد الحياة في الصف	الاسبوع: 6	اليوم الرابع	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: التفكير القيمي			
الهدف: يتبنى المتعلم القواعد في المجموعة			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf الصفحة: 28			
الموادّ والأدوات والوسائل: ورقة كبيرة بيضاء الملحق المرفق للمتعلم.			
مراحل سير النشاط: <ul style="list-style-type: none"> • يسأل المعلم المتعلمين عن معنى القواعد (تساعد الأشخاص للعودة إليها كمعيار للسلوك). • القواعد تكون واضحة ومعلنة ومتفق عليها من قبل الجميع. • يحدّد المعلم الهدف من النشاط: الاتفاق على القواعد الصفية وكتابتها. <p>يقسم المعلم المتعلمين إلى مجموعات يطلب المعلم من كل مجموعة كتابة قواعد صفية. تعرض كل مجموعة القواعد مع تبيان نتائجها الإيجابية على المتعلم نفسه وعلى المجموعة.</p>			

• أمثلة عن قواعد:

- يمكنني أن أعبر عن أفكاري بعد انتهاء زميلي من الكلام.
- أطلب من المعلم إعادة الشرح في حال لم أفهم التعليمات.
- أتواصل مع زملائي بعبارات واضحة وإيجابية.
- أسأل زميلي عن استعداده لتقديم المساعدة

- يوقع المعلم على المدونة، يطلب إلى جميع المتعلمين التوقيع ،
- يعلق المعلم المدونة على الحائط حتى نهاية العام
- يعلن المعلم عن جداول التعزيز للسلوكات الإيجابية

يمكن إضافة قواعد جديدة تجدون أنها على صلة بالسياق. من المهم أن تكون القواعد بسيطة وواضحة وتشير إلى السلوك المطلوب، وألا يتخطى عددها ١٠.

ختم النشاط:

أهمية القواعد الصفية للمتعلم نفسه وللمجموعة.



الأيام	الأربعاء	الثلاثاء	الخميس	الجمعة/السبت	اسماء التلاميذ
					٢٠
					٢١
					٢٢
					٢٣
					٢٤
					٢٥
					٢٦
					٢٧
					٢٨
					٢٩
					٣٠
					٣١
					٣٢
					٣٣
					٣٤
					٣٥
					٣٦
					٣٧
					٣٨

الملحق: مئونة السلوك (لائحة السلوك)

الأيام	الأربعاء	الثلاثاء	الخميس	الجمعة/السبت	اسماء التلاميذ
					١
					٢
					٣
					٤
					٥
					٦
					٧
					٨
					٩
					١٠
					١١
					١٢
					١٣
					١٤
					١٥
					١٦
					١٧
					١٨
					١٩



برنامج تطوير أنشطة التعلم الاجتماعي الانفعالي المدرسة الصيفية

2022

أنشطة الحلقة الثانية



أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: الاشارات الملونة	الاسبوع: الأول	اليوم الأول	المدة: 50 دقيقة
المجال: الانفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يحدد الانفعالات والمشاعر باستخدام الإشارات الملونة. يميز بين مختلف الانفعالات والمشاعر. يحدّد أسباب الانفعالات والمشاعر.			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الصفحة: 29			
الموادّ والأدوات والوسائل: ثلاث إشارات ملوّنة (حمراء/ خضراء/ صفراء) - أوراق (post-it) - أقلام - شريط لاصق			
مراحل سير النشاط: المرحلة الاولى:			

يُلصق المعلم ثلاث إشارات ملونة في الغرفة الصفية: إشارة حمراء، إشارة خضراء وإشارة صفراء ترمز كلّ منها إلى المشاعر التي يعيشها المتعلم تجاه الذهاب إلى المدرسة.

يشرح المعلم معنى الإشارات الثلاث:

الإشارة الحمراء تعني أنا لا أحب الذهاب إلى المدرسة.

الإشارة الخضراء تعني أنا أحب الذهاب إلى المدرسة .

الإشارة الصفراء تعني أنا أحب إلى حدّ ما الذهاب إلى المدرسة.

المرحلة الثانية:

يوزّع المعلم الأوراق والأقلام على المتعلمين طالبًا إليهم تدوين مشاعرهم تجاه الذهاب إلى المدرسة وكتابة سببًا واحدًا يجعله يشعر على هذا النحو، وذلك على الشكل الآتي:

صاحب الشعور السعيد يكتب سببًا لسعادته بالذهاب.

صاحب الشعور غير السعيد يكتب سببًا لعدم سعادته بالذهاب.

من يشعر بالسعادة جزئيًا بالذهاب: يكتب سببًا لسعادته بالذهاب، وسببًا لعدم سعادته بالذهاب.

المرحلة الثالثة:

يطلب المعلم من جميع المتعلمين أخذ الأوراق والوقوف عند الإشارة التي تعبّر عن مشاعرهم، ثم يطلب إليهم بشكلٍ طوعيّ، مشاركة أجوبتهم مع المجموعة وإصاق أوراقهم تحت الإشارة المناسبة.

تقييم النشاط:

- هل كان من السهل التعبير عن المشاعر؟
- هل حمل المشاعر ذاتها اتجاه نفس الموضوع؟
- هل كان سهلاً أن تحدّد الأسباب وراء ما تشعر به؟
- ما هي بعض الاستراتيجيات التي يمكن أن تساعدنا في التغلّب على مشاعرنا السلبية؟
- ما الذي يمكنك فعله لتشعر بتحسّن وما الذي يمكنك فعله لتغيير الشعور السلبي؟

ختم النشاط:

يختم المعلم النشاط بتقديم الشكر للجميع، ويؤكد على ضرورة احترام كلّ الأفكار والمشاعر التي تمّ ذكرها، كما ويؤكد على أهميّة استعادة نمط حياة شبه عادي للإسهام بتخطّي الأزمات واستمرار دورة الحياة ومن بينها العودة إلى الدراسة، وعن جهوزية المعلمين لتقديم الدّعم اللازم للمتعلّمين في المستويين الأكاديمي والنّفسيّ.



أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: دائرة الحكاية	الاسبوع: الأول	اليوم الثاني	المدة: 50 دقيقة
المجال: الانفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يُميّز بين مختلف الانفعالات يربط بين الانفعالات والمواقف			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 12			
الموادّ والأدوات والوسائل: لا مستلزمات			
مراحل سير النشاط: <u>المرحلة الأولى:</u> يطلب المعلم إلى المتعلمين الوقوف على شكل دائرة مع ترك مساحة في المنتصف. يشرح المعلم النشاط قائلا: "سنعمل معا على تأليف قصة من نسج الخيال وسنشترك جميعنا فيها".			

يختار المعلم أحد المتعلمين لبدء القصة.
يبدأ هذا المتعلم بالقصة ويقول جملة واحدة.
يقدم المعلم للمتعلم التالي بطاقة تتضمن إحدى المشاعر/ الانفعالات، وعلى المتعلم أن يكمل القصة التي بدأها زميله على طريقته، على أن يجد طريقة لتضمين هذا الشعور/ الانفعال في مشاركته في القصة.
يكمل المتعلمون النشاط حتى مشاركة الجميع ويضعوا نهاية للقصة.
يتم ختم القصة بشعور/ انفعال إيجابي.

التفكير في النشاط

- أيّ مشاعر/ انفعالات يصعب عليكم التعبير عنها؟
- ما مدى صعوبة محاكاة مشاعر/ انفعالات مختارة؟
- هل يمكن أن يعبر أحدكم عن مشاعره/ انفعالاته بطريقة مختلفة عن زميله؟

ختم النشاط:

- كيف شعرت بعد ممارسة هذا النشاط؟
- هل كان من السهل التحدث عن المشاعر/ الانفعالات؟
- كيف شعرت بعد أن شاركت شيئاً عن نفسك مع المجموعة؟

أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: صندوق الأمان	الاسبوع: الأول	اليوم الثالث	المدة: 50 دقيقة
<p>المجال: الانفعالي</p> <p>الكفاية: الوعي الانفعالي</p>			
<p>الأهداف:</p> <p>يعبّر عن انفعالاته / مشاعره خلال المواقف الصعبة والأزمات.</p> <p>يشارك هذه الانفعالات / المشاعر مع زملائه.</p>			
<p>المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي</p> <p>الصفحة: 22</p>			
<p>الموادّ والأدوات والوسائل:</p> <p>صندوق كرتون فارغ، أوراق وأقلام</p>			
<p>مراحل سير النشاط:</p> <p>المرحلة الأولى:</p> <p>يزين المعلم الصندوق الفارغ- صندوق أحذية- ويصنع في وسطه شقاً كي يشبه القجّة.</p> <p>يطلق المعلم على هذا الصندوق اسم "صندوق الأمان".</p>			

يوزع المعلم الأوراق والأقلام على المتعلمين ويطلب منهم أن يعبروا من خلال الرسم أو الكتابة عن المشاعر/ الانفعالات التي اختبروها مثل: خوف - غضب - حزن... وذلك خلال موقف صعب أو أزمة معينة (امتحان من دون تحضير - علامة متدنية - قيام رفاقك بنشاط من دونك، خلافات في المنزل، ...)

المرحلة الثانية:

يطلب المعلم إلى المتعلمين وبشكل طوعي مشاركة رسوماتهم أو كتاباتهم مع زملائهم ثم وضعها في صندوق الأمان. يختم المعلم النشاط بالتأكيد على احترام مشاعر المتعلمين وانفعالاتهم، وينوه بأهمية التعبير عن الانفعالات / المشاعر بالأخص تلك التي يعيشونها خلال المواقف الصعبة والأزمات، مضيفاً أنّ التعبير عن هذه الانفعالات / المشاعر ووضعها في الصندوق هي محاولة لتخطيها وجعلها في مكان آمن.

تقييم النشاط:

- كيف شعرت بعد التمرين؟
- ما الأشياء التي ساعدك الصندوق على اكتشافها؟
- هل شعرت بالراحة بعد رسم او كتابة مشاعركم/ انفعالاتكم؟



أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: أنا قادر	الاسبوع: الأول	اليوم الرابع	المدة: 50 دقيقة
المجال: اجتماعي الكفاية: تقدير الذات			
الأهداف: يحدّد بعض الصفات الايجابية لديه يربط بين هذه الصفات الايجابية ودورها في حلّ المشكلات التي يواجهها			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 26			
الموادّ والأدوات والوسائل: أوراق وأقلام			
مراحل سير النشاط: <u>المرحلة الأولى:</u> يوزّع المعلمّ على المتعلّمين الأوراق البيضاء والأقلام طالباً إليهم أن يفكّروا ببعض الصفات الايجابية الموجودة لديهم كنقاط قوة. يقدم المعلمّ بعض الأمثلة: أنا مرح، لذلك أستطيع ان أنشر المرح بين أصدقائي، أو أنا نشيط أنجز فروضي في الوقت المحدد.			



المرحلة الثانية:

يطلب المعلم إلى المتعلمين إكمال دوائر التعرف إلى الذات من خلال الإجابة عن الأسئلة الثلاثة الآتية:

- 1- بعض الصفات الايجابية لديهم
 - 2- كيف أستخدم هذه الصفات الايجابية في حلّ المشكلات
 - 3- من يمكنه تقديم الدعم لي في حل المشكلات.
- على المعلم أن يطلب ممن يرغب عرض إجاباته أمام رفاقه في الصف.
يناقش المعلم الإجابات المقدمة أمام الجميع.

ختم النشاط:

يختم المعلم الجلسة بعبارة إيجابية عن نفسه: أنا معلم داعم لزملائي في العمل، اقدم لهم التشجيع في أوقات العمل الضاغطة.

أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الأول	الاسبوع: الثاني	عنوان النشاط: أفكر احدد اختار
المجال: المعرفي الكفاية: الكفاءة الذاتية			
الأهداف: يحدّد المواقف التي يمكنه التحكّم بها بالاستناد الى كفاءته الذاتية. يبين كيفية الاستفادة من المواقف التي يمكن التحكّم بها			
المصدر: https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلّمين والمعلّمين والاهل في خلال الازمات وحالات الطوارئ. الصفحة: 56			
الموادّ والأدوات والوسائل: أوراق بالألوان الآتية: الأبيض والأخضر والأحمر (ثلاثة ألوان لكل متعلّم) اقلام			

مراحل سير النشاط:

يوزع المعلم على المتعلمين الأقلام والأوراق (ثلاثة ألوان لكل متعلم) طالباً إليهم تذكر بعض الأحداث والمواضيع التي حصلت معكم في الفترة السابقة.

عند الانتهاء، يطلب المعلم إليهم اختيار حدثاً أو موضوعاً من بين الأحداث التي دونوها، يمكنهم التحكم به وكتابته على الورقة الخضراء (الاهتمام بدروسي، صحي، تمضية أوقات جميلة مع الرفاق ...) واخرى لا يمكنهم التحكم بها وكتابتها على الورقة الحمراء (انتشار الوباء، ارتفاع الأسعار، الدروس والامتحانات...)

يطلب المعلم وبشكل طوعي مشاركة بعض الأحداث والمواضيع التي دوّنت بدايةً على الورقة الحمراء، ثم يطلب الى المتعلمين طي الورقة الحمراء ووضعها جانباً الى حين التمكن من السيطرة عليها او على بعض جوانبها في الوقت المناسب. كما يناقش معهم بعض المقترحات للتخفيف من تأثيرها عليهم.

يطلب المعلم مجدداً الى المتعلمين، وبشكل طوعي، مشاركة زملائهم بعض الأمور التي دوّنت على الورقة الخضراء، مشدداً أن يكون تركيزهم في الأيام الآتية في كيفية الاستفادة من هذه الامور لأنها ضمن نطاق سيطرتهم.

تقييم النشاط:

- هل أعجبكم هذا النشاط؟ ولماذا؟
- كيف يمكن التعامل مع الأمور التي تزعجكم؟ وكيف يمكن تخفيف أثرها عليكم؟



ختم النشاط:

يختم المعلم النشاط بالتأكيد على أهمية تخطي الأحداث السلبية والمشاعر التي تنتج عنها وذلك لطي صفحة البدء بمرحلة جديدة والتركيز على بناء القدرات الذاتية والجماعية، وإن يمكننا التأقلم مع بيئتنا بالرغم من الظروف الصعبة التي نمر بها وهي ظروف استثنائية، كل الظروف تتغير الجيدة والسيئة من المهم أن نتعلم ادارة الاثنين.



أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: مرآة المشاعر	الاسبوع: 2	اليوم الثاني	المدة: 50 دقيقة
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يجسد الانفعالات المختلفة بطريقة غير لفظية يميز بين مختلف أشكال التعبير عن الانفعالات			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 40			
المواد والأدوات والوسائل: لا مستلزمات			
مراحل سير النشاط: المرحلة الأولى:			

- يطلب المعلم إلى المتعلمين الوقوف في صفين.
- يشرح المعلم أن أحد الصفوف هم المرايا وأن الصف الآخر هم الممثلون.
- يلعب المتعلمون في الصف الأول دور المرأة للمتعلم الممثل الذي يقف في الصف أمامهم، (أي أن الشخص المرأة سيقلد ما يفعله الشخص الممثل)
- على الممثلين أن يتبعوا الإرشادات التي يقولها المعلم.
- على المرايا محاولة محاكاة الممثلين في كل التفاصيل التي يفعلونها.

المرحلة الثانية:

- يبدأ بعد ذلك المعلم النشاط، وينادي بانفعالات متنوعة، مثل: الفرح، الغضب، والاشمئزاز، والحب، والحزن ويقوم الممثلون بتجسيد هذه الانفعالات.
- بعد كل انفعال، يقلد المرايا ما يفعله الممثلون.

المرحلة الثالثة:

- بعد الانتهاء من الجولة الأولى، تكرر النشاط ويتبادل المتعلمون الأدوار من كونه الممثل للعب دور المرأة وبالعكس.

تقييم النشاط:

- كيف تشعرون بعد ممارسة هذا النشاط؟
- إلى أي مدى استطاع الآخر أن يجسد الانفعالات المطلوبة؟
- عندما كنت الممثل، ما التغييرات التي لاحظتها في جسدك عندما عبّرت عن انفعالاتك؟
- هل عبّر الجميع عن الانفعالات بنفس الطريقة؟

ختم النشاط:

أخيرًا، يختم المعلم النشاط: يُمكنك أن تفهم بشكل أفضل ما يشعر به الآخرون من خلال الاشارات غير اللفظية.



أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الاسبوع: 2	عنوان النشاط: التعرف على المشاعر
المجال: انفعالي الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف: يحدّد الانفعالات المختلفة يميّز بين مختلف مستويات كل انفعال من الانفعالات يعيّن المواقف المختلفة المسببة لهذه الانفعالات			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf الصفحة: 16			
الموادّ والأدوات والوسائل: بطاقات المشاعر الواردة في النشاط (أن تكون كل واحدة مطبوعة على حدى)			
مراحل النشاط:			

يُطلع المعلم المتعلمين على صور لانفعالات ومشاعر مختلفة ويطلب منهم أن يحددوا ما هي هذه المشاعر/ الانفعالات.
يُوضح المعلم أن هنالك عدة مشاعر/ انفعالات، وأن هناك أفكار وراء هذه المشاعر/ الانفعالات،
يبدأ المعلم بعرض الصور:

الفرح - المستوى الأول	الفرح - المستوى الثاني	الفرح - المستوى الثالث
		
الحزن - المستوى الأول	الحزن - المستوى الثاني	الحزن - المستوى الثالث
		

الصورة الأولى: تمثل شعور الفرح من المستوى الأول
ويسأل المعلم المتعلمين: ما هو هذا الشعور؟ متى نشعر به؟



الصورة الثانية: تمثل شعور الحزن من المستوى الأول
ويسأل المعلم المتعلمين: ما هو هذا الشعور؟ متى نشعر به؟

الصورة الثالثة: تمثل شعور الفرح من المستوى الثاني
ويسأل المعلم المتعلمين: وما الفرق بين شعور الفرح الأول وهذا؟



الصورة الرابعة: تمثل شعور الفرح من المستوى الثالث
ويعاود المعلم سؤال المتعلمين عن المقارنة

يقارن المتعلمون بين مستويات الفرح المختلفة والأسباب والأفكار المسببة لها، كما يميز المتعلمون بين مختلف مستويات الحزن، ويقارنوا بين الصور التي تعبّر عن مستويات المشاعر/ الانفعالات المختلفة.
نستج معهم أن للمشاعر والانفعالات مستويات وأن هناك أسباب مختلفة وراءها.
للنقاش:

- ماذا تفعلون عندما تشعرزون بالحزن؟ ممّن تطلبون المساعدة؟ بعد سماع المتعلّمين، من المفضّل توجيههم إلى طلب المساعدة من الأهل أو من الموجّه التربوي
- يعرض المعلمّ أمامهم البطاقتين الخاصتين بشعور الخوف ويسألهم ما هي هذه المشاعر/ الانفعالات؟ ماذا تفعلون عندما تشعرزون بالخوف؟ ممّن تطلبون المساعدة؟

الخوف - المستوى الأول	الخوف - المستوى الثاني
	

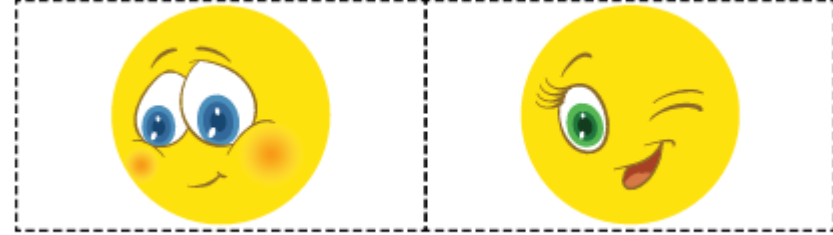
- يعرض المعلمّ أمامهم البطاقتين الخاصتين بشعور (الغضب) ويسألهم ما هي هذه المشاعر؟ ماذا تفعلون عندما تشعرزون بالغضب؟ نوضح أنّ الضرب وتخریب الأشياء لن يحلّ المشكلة، علينا أن نقول ما الذي يزعجنا بصوت واضح وبهدوء

الغضب - المستوى الثاني	الغضب - المستوى الأول
	

- ماذا تفعلون عندما تشعرون بالفرح؟
- يناقش المعلم مع المتعلمين شعور الحزن (يعرض البطاقة الخاصة بالحزن). يستفسر المعلم من المتعلمين عن الاستراتيجيات التي يقومون بها لمساعدة أنفسهم على التخلص من شعور الحزن والوصول إلى شعور الفرح.
- يعرض المعلم بطاقات أخرى تظهر مشاعر أخرى،

الرغبة بالمزاح أو اللعب

الخجل



وهي أيضاً لها مستويات مختلفة ولها أسباب مختلفة، ثم يطلب إليهم تحديد هذا الشعور ومتى يمكن حمل هذا الشعور.

امتداد النشاط: نطلب منهم رسم شعورهم الآن؟ ولماذا يحملون هذا الشعور؟

ختم النشاط:

نتشارك مع المتعلمين استخراج الرسائل الأساسية من النشاط.

نركز على ان المشاعر/ الانفعالات هي أمر طبيعي وأن جميع الناس تحمل مشاعر/ انفعالات.

نلفت النظر الى أهمية التنبيه الى مشاعرنا/ انفعالاتنا وأن نتعرف اليها وأن نتعلم كيف نتصرف وكيف نطلب المساعدة وممن: (طلب المساعدة من

شخص يتقون به وتذكيرهم بأنه يمكنهم الوثوق بالموجه التربوي). نركز على أهمية ان نتفهم مشاعر/ انفعالات الآخرين أيضاً.



أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الرابع	الاسبوع: 2	عنوان النشاط: طائرة العودة
المجال: اجتماعي الكفاية: احترام البيئة (الصفية)			
الأهداف: - يبدي رأيه في إعداد مدونة الصف - يتبنى مدونة الصف كمرجعية ملزمة لهم			
المصدر: https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلّمين والمعلّمين والاهل في خلال الازمات وحالات الطوارئ. الصفحة: 36			
الموادّ والأدوات والوسائل: أوراق بيضاء A4 . أقلام ومقص			

مراحل سير النشاط:

يوزع المعلم على المتعلمين قصاصات الأوراق، والأقلام والأوراق البيضاء شارحاً لهم أن هذه القصاصات هي عبارة عن بعض التعليمات والإرشادات والقوانين التي تتدرج ضمن مدونة الصف.

يطلب الى كل متعلم أن يقرأ ما هو مكتوب على قصاصة الورق التي وزعت عليه، ثم طيها بشكل طائرة ورقية.

يطلب المعلم أن يرمي كل متعلم طائرته الورقية بعيداً على ارض الغرفة، ثم يختار طائرة ورقية بشكل عشوائي ويبادر الى قراءة التعليمات أو الإرشاد المدون على الطائرة التي حصل عليها ويعمل على قراءتها أمام زملائه ومناقشتها معهم حتى يتوافق الجميع على احترامها مع أو بدون تعديل. تلتصق هذه الطائرات على ورقة كبيرة وتحفظ داخل الصف على اعتبارها مدونة الصف.

ختم النشاط:

- هل اعجبكم هذا النشاط
- كيف تساهم هذه المدونة في الانتماء إلى الصف؟



أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: محل الخياط	الاسبوع: الثالث	اليوم الأول	المدة: 50 دقيقة
المجال: المعرفي الكفاية: الذاكرة العاملة			
الهدف: يستذكر تعليمات مركبة يعطي معنى للمعلومات التي سيحتفظ بها في الذاكرة طويلة المدى			
المصدر: https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلمين والمعلمين والاهل في خلال الازمات وحالات الطوارئ. الصفحة: 39			
الموادّ والأدوات والوسائل: لا يوجد			
مراحل سير النشاط: يوزع المعلم المتعلمين على مجموعات من 4 الى 5 أشخاص، تقوم كل مجموعة بدورها بتنفيذ النشاط،			

يذكر المعلم أن الصف سيتحول الى محل خياطة.

يطلب المعلم الى المجموعات الوقوف على شكل دائرة، ويختار متعلما واحداً في كل مجموعة لتأدية دور الخياط.

يطلب الى المتعلمين الآخرين في كل مجموعة التظاهر بأنهم زبائن دخلوا الى محل الخياطة

يتبادل الزبائن الادوار في طلب ما يريدون من تصليحات في الملابس أو تفصيل ملابس جديدة عبر اختيار قطعة واحدة مميزة أو أكثر (لونها او طولها او تصميمها)، على سبيل المثال:

يطلب المتعلم الأول الى الخياط أن يفصل له سروالاً أحمرًا: "من فضلك أريد سروالاً احمرًا".

يطلب المتعلم الثاني الى الخياط أن يفصل له قميصاً أزرقاً مع ثلاثة أزرار: "من فضلك اريد قميصاً ازرقاً مع ثلاثة ازرار".

يطلب المتعلم(ة) الثالث الى الخياط أن يفصل لها فستاناً متوسط الطويل من قماش الحرير: "من فضلك اريد فستاناً حريريا متوسط الطول " وهكذا يطلب كل زبون ضمن المجموعات طلبا (الذي يجب ان يتذكره) ليحضره له الخياط.

وبعدما ينهي آخر زبون طلبه يقوم الخياط في كل مجموعة بتسليم القطع الصحيحة لكل زبون قائلاً:

- ها هو (يذكر اسم المتعلم الذي طلب الطلب) سروالك الاحمر (يحدد الطلب بتفاصيله)

- وها هو (يذكر اسم المتعلم الذي طلب الطلب) قميصك الأزرق مع ثلاثة أزرار (يحدد الطلب بتفاصيله)، وهكذا دوليك حتى يعود ويتذكر

الطلب الموجه من كل متعلم وتفاصيله.

يسأل المعلم:



- كيف وجدتم هذا النشاط؟
- يسأل الخياط: ما الاستراتيجيات التي استخدمها لتتمكن من تذكر التفاصيل المطلوبة؟ ما الذي قد تقوم به بشكل مختلف في المرة القادمة؟
- ما الفائدة من هذا النشاط؟

أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: الانفعالات الجماعية	الاسبوع: 3	اليوم الثاني	المدة: 30 دقيقة
المجال: انفعالي			
الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف:			
يحدّد الانفعالات المختلفة			
يعيّن المواقف المختلفة المسببة لهذه الانفعالات			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%206.pdf			
الصفحة: 8			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
لا يوجد			
مراحل السير النّشاط:			
يقدم المعلم النشاط من خلال الشرح للمتعلّمين بأن المشاعر/ الانفعالات الأساسية هي:			

- الخوف

- الغضب

- الفرح

يوزع المعلم المتعلمين الى 3 مجموعات.

يطلب المعلم من كل مجموعة تجسيد كل الانفعالات (الخوف الغضب الفرح) وتمثيلها امام المجموعات الأخرى تباعاً.

يطلب المعلم إلى المتعلمين ملاحظة كيفية تسجيل زملائهم في المجموعات الاخرى لمختلف الانفعالات.

بعد كل انفعال يطلب المعلم من كل مجموعة تحديد الموقف الذي يولد هذا الانفعال.

ختم النشاط:

- ما رأيكم بهذا النشاط؟

- هل يعبر جميع الناس بالطريقة نفسها عن المشاعر/ الانفعالات؟

- ما هو المشترك بطريقة التعبير عن المشاعر/ الانفعالات؟

- ما هي المواقف التي تولد المشاعر/ الانفعالات؟



أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: ازرار الغضب	الاسبوع: 3	اليوم الثالث	المدة: 30 دقيقة
المجال: انفعالي			
الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف:			
يقوم المتعلم انفعالاته وانفعالات الآخرين المرتبطة بمواقف معينة.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%206.pdf			
الصفحة: 23			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
لا يوجد			
مراحل النشاط:			



يقدم المعلم النشاط من خلال القول:

" أن كل شخص لديه ما يغضبه في هذه الحياة. وإذا ما فكرنا ملياً نلاحظ اننا غالباً ما نغضب لأسباب متشابهة. هذه الأسباب هي بمثابة "أزرار" إذا ما تم الضغط عليها من قبل شخص ما (قريب او بعيد)، نجد أنفسنا بحالة الغضب. لذا سوف نسمي هذه التصرفات أو المواقف "أزرار الغضب". يوضح المعلم أنه يخيل لنا، عندما نقول "أزرار الغضب" بأن نتيجة الضغط ستكون نفسها في كل مرة. لكننا من ناحية أخرى، يجب ان نتنبه بأننا لسنا بالآلات، لذا، عندما يضغط أحد على أزرارنا، يمكننا ان نختار كيفية التصرف رداً على الأمر الذي يزعجنا. لذلك، سنحاول اليوم ان نكتشف "أزرار الغضب" من خلال تجاربنا الخاصة.

فمثلاً "عندما يسخر أحداً من عائلتي": نشرح ان هذه الوضعية يمكن ان تكون بمثابة "زر غضب" لشخص ما، بمعنى انه يفقد السيطرة على نفسه، في حين انها بالنسبة لشخص آخر، وبالرغم من حبه لعائلته، تكون بمثابة ازعاج سخيّف، ويدرك ان عائلته لن تتأثر بمثل هذه التعليقات، فهذا الشيء يكون مزعجا له، لكنه ليس بزر غضب.

يطلب المعلم إلى المتعلمين التفكير مليا وتذكر 5 حالات يشعر بها كل منهم بالغضب الشديد. مثلا: سخر أحدهم من عائلتي.

يسأل المعلم المتعلمين:

- هل تظنون أن استجاباتكم كانت فعالة حينها؟ كيف يمكننا ان نعدلها كي تصبح أكثر فعالية؟
- إذا تم تحديد هذه المشاعر/ الانفعالات، كيف يساعد هذا الأمر على تنفيذ خيارات بناءة؟ (الجواب: من خلال تجنب المواقف التي تضعنا في مثل هذه الحالة أو من خلال استباق وتخيل ما الذي يمكن ان يحدث والتفكير بردة فعلنا مسبقا او العمل على اكتشاف السبب الرئيسي (غالبا ما يكون قلقاً أو خوفاً أو حاجة) وراء هذا الزر وكيفية التعامل معه.
- هل هناك استجابات أخرى يمكننا اللجوء اليها والتي تمكننا من ادارة الغضب؟ (الجواب: يمكن استباق الحالات التي تضغط على أزرار غضبنا لتجنبها إذا أمكن، ولكن الأهم من ذلك هو تنمية مهارة ادارة الانفعالات.



أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 30 دقيقة	اليوم الرابع	الاسبوع: 3	عنوان النشاط: الايقاع
المجال: اجتماعي			
الكفاية: احترام البيئة			
الأهداف:			
يتبنى ايقاع المجموعة			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي			
الصفحة: 52			
المواد والأدوات والوسائل:			
لا مستلزمات			
<u>مراحل النشاط:</u>			
<u>المرحلة الأولى:</u>			
يطلب المعلم من المتعلمين الجلوس بشكل دائري أو الوقوف (بحسب حجم القاعة).			

يشرح المعلم أهمية التركيز والاستماع وتنفيذ المهام لإنجاح هذا النشاط.
يوزع المعلم المتعلمين إلى مجموعات من 4 إلى 5 أشخاص (بحسب العدد الموجود في الصف).
يتوجه المعلم إلى كل مجموعة على حدة، ويطلب إليهم تكرار التصفيق بحسب الإيقاع الخاص بالمجموعة (تختار المجموعة إيقاعاً بسيطاً يسهل تكراره).

المرحلة الثانية:

يطلب المعلم إلى المتعلمين التدرب على تكرار التصفيق متبعين الإيقاع الخاص بكل مجموعة.
تقف المجموعات بالقرب من بعضها عندما يصبح المتعلمون متمكنين من التصفيق معاً وذلك بهدف تشكيل الدائرة والتصفيق بشكلٍ منسجم مع المجموعات الأخرى.
تكرر كل الإيقاعات بشكل متسلسل.

ختم النشاط:

هل كنتم قادرين على متابعة إيقاع مجموعتكم؟
ما الذي يجعل المجموعة متماسكة؟

أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الأول	الاسبوع: 4	عنوان النشاط: إدارة الغضب
المجال: الانفعالي			
الكفاية: الوعي الانفعالي			
الأهداف:			
يستخدم استراتيجيات لإدارة الغضب			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%206.pdf			
الصفحة: 28			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
لا يوجد			
مراحل سير النشاط:			
يقدم المعلم النشاط من خلال الشرح للمتعلّمين:			

"أنا نشعر أحياناً بالغضب لدرجة قد نفقد فيها السيطرة على تصرفاتنا، فنؤذي من نحبّ أو نؤذي ذاتنا أو أي شخص أو شيء يعترض طريقنا، ثم نندم بعدها، خاصة عندما يصعب تصحيح ما فعلنا. إنّ هذا التمرين سيساعدنا على التحكم بغضبنا من خلال استعماله بطريقة بناءة يمكن أن تساعدنا على حلّ المشكلة بدل تفاقمها".

يطلب المعلم إلى المتعلمين ملء الخطوات الآتية:

	الخطوات
	الموقف الذي سبب الغضب
	اساليب التهدئة
	تحديد عناصر الموقف

	اقتراح عدة حلول
	اختيار الحل المناسب
	تحديد السلوك المناسب

ختم النشاط :

- نتشارك مع المتعلمين باستخراج الرسائل الأساسية من النشاط.
- نركّز على أنه يمكننا دائماً إصاح الأمور وذلك باستخدام طاقة الغضب بالطريقة البناءة(الطريقة اللاعنفية).
- نركّز على أنّ التهدئة الأولية مهمّة جداً فالهدوء لا يقلل من الطاقة، بل يعطيها المجال لتننظم من خال التفكير.
- نركّز على البحث عن السبب الرئيسي للغضب وكيفية التعامل معه
- نشكرهم على المشاركة

أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثاني	الاسبوع: 4	عنوان النشاط: التفاعل مع الموسيقى
المجال: معرفي			
الكفاية: الكبح			
الأهداف:			
يختار المثيرات السمعية المناسبة لتنفيذ خطوات معينة ...			
المصدر: أنشطة ترفيهية فنية تربوية للروضة الثالثة وللحقة الأولى			
الصفحة: 10			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
computer + speaker			
مراحل النشاط:			
المرحلة الأولى:			
يطلب المعلم من المتعلمين التوزع في الغرفة بشكل عشوائي مع مراعاة التباعد حوالي المتر يشغل المعلم موسيقى معينة.			

يطلب المعلم إلى المتعلمين الاستماع إلى الموسيقى والتفاعل معها كيفما أرادوا.

عندما تتوقف الموسيقى يجمدون بالحركة التي كانوا يقومون بها.

المرحلة الثانية:

يشغل المعلم موسيقى عسكرية للمشي وأخرى كلاسيكية للتوقف.

يطلب المعلم إلى المتعلمين الاستماع إلى الموسيقى والتفاعل معها بالمشي او التوقف بحسب طبيعتها.

يمكن تكرار النشاط عدة مرات.

المرحلة الثالثة:

يرسم المعلم دوائر ومربعات على الأرض، الدوائر للأيدي والمربعات للأرجل للانتقال من نقطة بداية الى نقطة نهاية.

يطلب الى المتعلمين كل بدوره التنقل على الدوائر والمربعات حسب التعليمات.

ملاحظة: هذه أسماء مواقع صفحات إلكترونية لتحميل الموسيقى التي يمكن استخدامها ويمكن تنزيلها مسبقاً على USB

https://www.youtube.com/watch?v=-eh2DVphW_M

les 4 saisons Vivaldi

<https://www.youtube.com/watch?v=u8V1WHRxDYc>

funky music

<https://www.youtube.com/watch?v=QuNhTLVgV2Y>

موسيقى حزينة

<https://www.youtube.com/watch?v=ZYuEi5kKXFM>

النشيد الوطني اللبناني

<https://www.youtube.com/watch?v=msSc7Mv0QHY>

techno music

<https://www.youtube.com/watch?v=UNJswfXKJ3s>

hung drum

<https://www.youtube.com/watch?v=0-c7kXpRVIQ>



funky music

<https://www.youtube.com/watch?v=0vZpb9wFPx0>

annonce

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

موسيقى من وحي الطبيعة



أنشطة

عنوان النشاط: البلد الخيالي	الاسبوع: 4	اليوم الثالث	المدة: 50 دقيقة
المجال: الاجتماعي الكفاية: التفكير القيمي			
الأهداف: يثمن العقد الاجتماعي بالاستناد الى اتفاقية حقوق الطفل وشرعة حقوق الانسان.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%206.pdf			
الصفحة: 54			
الموادّ والأدوات والوسائل: ورقة بيضاء الملحق المرفق 1 و 2			
مراحل النشاط: يسأل المعلم المتعلمين: - ماذا تعرفون عن حقوق الإنسان؟			

- ما هي أهمية حقوق الإنسان؟ من أين أتت هذه الفكرة؟ (الجواب: من حاجات الإنسان الأساسية ومفهوم المصلحة العامة أي مصلحة المجموعة - التأكيد على هذه الرسالة)
- أ. التعليمات والإرشادات (15 إلى 20 دقيقة)
- يقرأ المعلم النص التالي بصوت واضح
- " تخيل أنك اكتشفت بلداً جديداً لم يعيش فيه انسان من قبل، ولا توجد فيه قوانين أو قواعد. وستكون أنت وأفراد مجموعتك المواطنين الأوائل في هذه الأرض."
- يعيد المعلم قراءة النص كي يتأكد بأن الجميع قد تابع.
- يطلب المعلم إلى كل متعلم أن يكتب 3 حقوق يجد أنها الأهم في البلد الجديد.
- يوزع المعلم المتعلمين إلى مجموعات.
- يطلب المعلم إلى أعضاء المجموعات أن يتفقوا على 10 حقوق أساسية.
- يطلب المعلم إليهم مشاركة العمل الجماعي.
- يدون المعلم الحقوق العشرة لكل مجموعة على اللوح، ويلفت الانتباه إلى الحقوق التي تكررت، في كل مرة يتم ذكرها.
- يوزع المعلم شرعة حقوق الطفل (الملحق المرفق) وشرعة حقوق الإنسان.
- يتلو المعلم شرعة حقوق الطفل (فقط عناوين المواد) .

- يقارن المعلمّ الإجابات على القائمة.

ختم النشاط:

لماذا تعتقدون بأنّ هذه الحقوق هي الأهمّ (الجواب: احترام الحاجات الذاتية وأن يكون الجميع بخير).

ما رأيكم بالمقارنة بين ما كتبتم وبين الحقوق العالمية؟

لماذا برأيكم هناك شرعة لحقوق الإنسان وأخرى لحقوق الطفل؟ (الجواب: لتسليط الضوء على خصوصية الطفل وللتشديد على أهمية احترامها .

الملحق، البلد الخيالي

قائمة حقوق الإنسان

المادة ٩: لا يجوز اعتقال أي إنسان أو حجزه أو نفيه تعسفاً.
المادة ١٠: لكل إنسان، على قدم المساواة التامة مع الآخرين، الحق في أن تنظر قضيتيه محكّمة مستقلةً ومحايدةً، نظرًا مُنصفًا وعلنيًا، للفصل في حقوقه والتزاماته وهي أيّة تهمة جزائية تُوجّه إليه.
المادة ١١: ١. كل شخص متهم بجريمة يُعتبر بريئاً إلى أن يثبت ارتكابه لها قانوناً في محاكمة علنية تكون قد وُقِّرت له فيها جميع الضمانات اللازمة للدفاع عن نفسه. ٢. لا يُدان أي شخص بجريمة بسبب أي عمل أو امتناع عن عمل لم يكن في حينه يشكلُ جرماً بمقتضى القانون الوطني أو الدولي، كما لا تُرفع عليه أيّة عقوبة أشدّ من تلك التي كانت سارية في الوقت الذي ارتكب فيه الفعل الجرمي.
المادة ١٢: لا يجوز تعريض أحد لتدخل تعسفي في حياته الخاصة أو في شؤون أسرته أو مسكنه أو مراسلاته، ولا لحملات تمسُّ شرفه وسمعته، ولكل شخص حق في أن يحميه القانون من مثل ذلك التدخل أو تلك الحملات.
المادة ١٣: ١. لكل فرد حق في حريّة التنقّل وفي اختيار محلّ إقامته داخل حدود الدولة. ٢. لكل فرد حق في مغادرة أيّ بلد، بما في ذلك بلده، وفي العودة إلى بلده.
المادة ١٤: ١. لكل فرد حق التناسل ملجأً في بلدان أخرى والتمتع به خلاصاً من الاضطهاد. ٢. لا يمكن التدرّج بهذا الحقّ إذا كانت هناك ملاحقة ناشئة بالفعل عن جريمة غير سياسية أو عن أعمال تتناقض مقاصد الأمم المتحدة ومبادئها.
المادة ١٥: ١. لكل فرد حق التمتع بجنسية ما. ٢. لا يجوز، تعسفاً، حرمان أي شخص من جنسيته ولا من حقّه في تغيير جنسيته.

المادة ١: يولد جميع الناس أحراراً ومتساوين في الكرامة والحقوق، وهم قد وهبوا العقل والوجدان وعليهم أن يعاملوا بعضهم بعضاً بروح الإخاء.
المادة ٢: لكل إنسان حقّ التمتع بجميع الحقوق والحريّات المذكورة في هذا الإعلان، دونما تمييز من أي نوع، لا سيما التمييز بسبب العنصر، أو اللون، أو الجنس، أو اللغة، أو الدين، أو الرأي سياسياً وغير سياسي، أو الأصل الوطني أو الاجتماعي، أو الثروة، أو المولد، أو أي وضع آخر، وفضلاً عن ذلك لا يجوز التمييز على أساس الوضع السياسي أو القانوني أو الدولي للبلد أو الإقليم الذي ينتمي إليه الشخص، سواء أكان مستقلاً أو موضوعاً تحت الوصاية أو غير متمتع بالحكم الذاتي أم خاضعاً لأي قيد آخر على سيادته.
المادة ٣: لكل فرد الحقّ في الحياة والحريّة وفي الأمان على شخصه.
المادة ٤: لا يجوز استرقاق أحد أو استعباده، ويُحظر الرق والاتجار بالرقيق بجميع صورهما.
المادة ٥: لا يجوز إخضاع أحد للتعذيب ولا للمعاملة أو العقوبة القاسية أو الإنسانية أو الحط بالكرامة.
المادة ٦: لكل إنسان، في كل مكان، الحقّ بأن يُعترف له بالشخصية القانونية.
المادة ٧: الناس جميعاً سواءً أمام القانون، وهم يتساوون في حقّ التمتع بحماية القانون دونما تمييز، كما يتساوون في حقّ التمتع بالحماية من أي تمييز ينتهك هذا الإعلان ومن أي تحريض على مثل هذا التمييز.
المادة ٨: لكل شخص حقّ اللجوء إلى المحاكم الوطنية المختصة لإنصافه الفعلي من أيّة أعمال تنتهك الحقوق الأساسية التي يمنحها إياه الدستور أو القانون.

المادة ٢٣:

١. لكل شخص حق العمل، وفي حرية اختيار عمله، وفي شروط عمل عادلة ومُرضية، وفي الحماية من البطالة.
٢. لجميع الأفراد، دون أي تمييز، الحق في أجر متساوٍ على العمل المتساوي.
٣. لكل فرد يعمل حق في مكافأة عادلة ومُرضية تكفل له ولأسرته عيشة لائقة بالكرامة البشرية، وتُسكّن، عند الاقتضاء، بوسائل أخرى للحماية الاجتماعية.
٤. لكل شخص حق إنشاء النقابات مع آخرين والانضمام إليها من أجل حماية مصالحه.

المادة ٢٤:

١. لكل شخص حق في الراحة وأوقات الفراغ، وخصوصاً في تحديد معقول لساعات العمل وفي إجازات دورية مأجورة.

المادة ٢٥:

١. لكل شخص حق في مستوى معيشة يكفي لضمان الصحة والرفاهة له ولأسرته، وخاصةً على صعيد المأكل والملبس والسكن والعناية الطبية وصعيد الخدمات الاجتماعية الضرورية، وله الحق في ما يامن به القوائل في حالات البطالة أو المرض أو العجز أو التمرل أو الشيخوخة أو غير ذلك من الظروف الخارجة عن إرادته والتي تقده أسباب عيشه.
٢. للأمم والطفولة حق في رعاية ومساعدة خاضعتين، ولجميع الأطفال حق التمتع بذات الحماية الاجتماعية سواء وُلدوا في إطار الزواج أو خارج هذا الإطار.

المادة ٢٦:

١. لكل شخص حق في التعليم، ويجب أن يُوفّر التعليم مجاناً، على الأقل في مرحلته الابتدائية والأساسية. ويكون التعليم الابتدائي إلزامياً. ويكون التعليم الفني والمهني متاحاً للجميع كما في التعليم العالي متاحاً للجميع تبعاً لكفاءتهم.
٢. يجب أن يستهدف التعليم التمية الكاملة لشخصية الإنسان وتعزيز احترام حقوق الإنسان والحريات الأساسية. كما يجب أن يعزّز التفاهم والتسامح والمساواة بين جميع الأمم وجميع الفئات العنصرية أو الدينية، وأن يبيد الأنظمة التي تضطلع بها الأمم المتحدة لحفظ السلام.
٣. للأباء، على سبيل الأولوية، حق اختيار نوع التعليم الذي يُعطى لأولادهم.

المادة ٢٧:

١. لكل شخص حق المشاركة الحرة في حياة المجتمع الثقافية، وفي الاستمتاع بالفنون، والإسهام في التقدم العلمي وفي الفوائد التي تنجم عنه.
٢. لكل شخص حق في حماية المصالح المعنوية والمادية المترتبة على أي إنتاج علمي أو أدبي أو فني من صنعه.

المادة ١٦:

١. للرجل والمرأة، متى أدركا سن البلوغ، حق التزوج وتأسيس أسرة، دون أي قيد بسبب العرق أو الجنسية أو الدين. وهما متساويان في الحقوق لدى التزوج وخلال قيام الزواج ولدى انحلاله.
٢. لا يُعقد الزواج إلا برضا الطرفين المزمع زواجهما رضاً كاملاً لا إكراه فيه.
٣. الأسرة هي الخلية الطبيعية والأساسية في المجتمع، ولها حق التمتع بحماية المجتمع والدولة.

المادة ١٧:

١. لكل فرد حق في التملك، بمفرده أو بالاشتراك مع غيره.
٢. لا يجوز تجريده أحد من مملكته تعسفاً.

المادة ١٨:

١. لكل شخص حق في حرية الفكر والوجدان والدين، ويشمل هذا الحق حرّيته في تغيير دينه أو معتقده، وحرّيته في إظهار دينه أو معتقده بالتعبير وإقامة الشعائر والممارسة والتعليم، بمفرده أو مع جماعة، وأمام المأ أو على حدة.

المادة ١٩:

١. لكل شخص حق التمتع بحرية الرأي والتعبير، ويشمل هذا الحق حرّيته في اعتناق الآراء دون مضايقة، وفي التماس الأنباء والأخبار ونقلها ونقلها إلى الآخرين، بأية وسيلة ودونما اعتبار للحدود.

المادة ٢٠:

١. لكل شخص حق في حرية الاشتراك في الاجتماعات والجمعيات السلمية.
٢. لا يجوز إرغام أحد على الانتماء إلى جمعية ما.

المادة ٢١:

١. لكل شخص حق المشاركة في إدارة الشؤون العامة لبلده، إما مباشرة وإما بواسطة ممثلين يُختارون في حرية.
٢. لكل شخص، بالتساوي مع الآخرين، حق تولد الوظائف العامة في بلده.
٣. إرادة الشعب هي مناط سلطة الحكم، ويجب أن تتجلّى هذه الإرادة من خلال انتخابات نزيهة تجري دورياً بالاقتراع العام وعلى قدم المساواة بين الناخبين وبالتصويت السري أو بإجراء مكافئ من حيث ضمان حرية التصويت.

المادة ٢٢:

١. لكل شخص، بوصفه عضواً في المجتمع، حق في الضمان الاجتماعي، ومن جملته أن تُوفّر له، من خلال الجهود القومي والتعاون الدولي، وبما يتفق مع هيكل كل دولة ومواردها، الحقوق الاقتصادية والاجتماعية والثقافية التي لا غنى عنها لكرامته ولتناسي شخصيته في حرية.

المادة ٢٨:

لكل فرد حق التمتع بنظام اجتماعي ودولي يمكن أن تتحقق في ظلّه الحقوق والحريات المنصوص عليها في هذا الإعلان تحقّقاً تاماً.

المادة ٢٩:

١. على كل فرد واجبات إزاء الجماعة، التي فيها وحدها يمكن أن تنمو شخصيته النمو الحر الكامل.
٢. لا يُخضع أي فرد، في ممارسة حقوقه وحرّياته، إلا للحقوق التي يقرّها القانون مستهدفاً منها، ضمان الاعتراف الواجب بحقوق وحرّيات الآخرين واحترامها، والوفاء بالمعادل من مقتضيات الفضيلة والنظام العام ورفاه الجميع في مجتمع ديمقراطي.
٣. لا يجوز في أي حال أن تُمارس هذه الحقوق على نحو يناقض مبادئ الأمم المتحدة ومبادئها.

المادة ٣٠:

ليس في هذا الإعلان أي نصّ يجوز تأويله على نحو يبيد انطواءه على تحويل آية دولة أو جماعة، أو أي فرد، أي حق في القيام بأيّ نشاط أو بأيّ فعل يهدف إلى هدم أي من الحقوق والحريات المنصوص عليها فيه.

الملحق: البلد الخيالي

قائمة حقوق الأطفال

المادة ٢٢: التزامات الدولة تجاه الأطفال المستنفيين كلاجئين.
المادة ٢٣: التزامات الدولة تجاه الأطفال الموقنين عقليا أو جسديا.
المادة ٢٤: التزامات الدولة بتقديم خدمات رعاية صحة الطفل.
المادة ٢٥: يحقّ للأطفال المدّعين في مرافق الرعاية الصحية البدنية أو العقلية إجراء مراجعة دورية لطروفهم ومعاملتهم.
المادة ٢٦: حقّ الطفل في التأمين والضمان الاجتماعي.
المادة ٢٧: حقّ الطفل في مستوى معيشي ملائم لتنمو الطفل البدني والعقلي والروحي والمعنوي والاجتماعي.
المادة ٢٨: حقّ الطفل في التعليم.
المادة ٢٩: الأهداف التي ينبغي توجيه تعليم الطفل إليها، وحقّ الأفراد البالغين في إنشاء وتوجيه المؤسسات التعليمية.
المادة ٣٠: حقوق الأطفال المنتمين إلى اقلّيات إثنية أو دينية أو لغوية.
المادة ٣١: حقّ الطفل في الراحة والترفيه والأنشطة الترفيهية.
المادة ٣٢: حقّ الطفل في الحماية من الاستغلال الاقتصادي.
المادة ٣٣: التزامات الدولة بحماية الأطفال من الاستخدام غير المشروع للمخدرات والمؤثرات العقلية.
المادة ٣٤: التزامات الدولة بحماية الأطفال من الاستغلال الجنسي والاعتداء الجنسي.
المادة ٣٥: التزامات الدولة بمنع اختطاف الأطفال أو الاتجار بهم.
المادة ٣٦: التزامات الدولة بحماية الأطفال من جميع أشكال الاستغلال الأخرى الضارة برفاه الطفل.
المادة ٣٧: التزامات الدولة بضمان ألا يتعرض الأطفال للتعذيب أو المعاملة أو العقوبة اللاإنسانية أو المهينة، بما في ذلك عقوبة الإعدام أو السجن المؤبد دون إمكانية الإفراج عنهم.
المادة ٣٨: التزامات الدولة بضمان عدم اشتراك الأطفال دون سن الخامسة عشرة بصورة مباشرة في الحروب أو غيرها من الأعمال العدائية، وحماية الأطفال المتأثرين بالصراع المسلح ورعايتهم.
المادة ٣٩: التزامات الدولة بتعزيز التعافي البدني والنفسي للأطفال ضحايا التعذيب والمعاملة المهينة أو النزاع المسلح.
المادة ٤٠: التزامات الدولة المتعلقة بالأطفال الذين ينتهكون قوانين العقوبات.
المادة ٤١: لا يجوز لأي جزء من الاتفاقية أن يلغي الأحكام الواردة في قوانين الدولة التي تكون أكثر ملاءمة لحقوق الطفل.

المادة ١: تعريف الطفل.
المادة ٢: يجب حماية الأطفال من التمييز.
المادة ٣: المصالح الفضلى للطفل (مع مراعاة حقوق وواجبات الوالدين).
المادة ٤: التدابير التشريعية لتنفيذ المعاهدة.
المادة ٥: حقوق الوالدين.
المادة ٦: الحق في الحياة.
المادة ٧: حقّ الطفل في تسجيل المواليد.
المادة ٨: حقّ الطفل في الاسم والجنسية والعلاقات الأسرية.
المادة ٩: لا ينفصل حقّ الطفل عن والديه عن رغبة الطفل.
المادة ١٠: حقّ الطفل في الاتصال بالوالدين إذا انفصلا.
المادة ١١: التدابير المتخذة ضدّ النقل غير المشروع للأطفال في الخارج.
المادة ١٢: حقّ الطفل في أن يستمع إليه في أي إجراءات قضائية وإدارية.
المادة ١٣: حقّ الطفل في حرية التعبير.
المادة ١٤: حقّ الطفل في حرية الفكر.
المادة ١٥: حقّ الطفل في حرية تكوين الجمعيات.
المادة ١٦: حقّ الطفل في الخصوصية.
المادة ١٧: حقّ الطفل في الحصول على المعلومات من وسائل الإعلام الوطنية والدولية.
المادة ١٨: تلغ على عائق الوالدين أو الأوصياء القانونيين المسؤولية الرئيسية عن تربية الطفل.
المادة ١٩: التزامات الدولة بحماية الأطفال من سوء المعاملة والاعتداء.
المادة ٢٠: التزامات الدولة تجاه الأطفال المحرومين بصورة مؤقتة أو دائمة من بيئتهم الأسرية.
المادة ٢١: التزامات الدولة تجاه الأطفال فيما يتعلق بالتبني.

أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: مجسم من خردة	الاسبوع: 4	اليوم الرابع	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: الكفاءة الذاتية			
الهدف: يطوّر استراتيجيات كفاءة المجموعة لانجاز مشروع مشترك.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%206.pdf الصفحة: 38			
الموادّ والأدوات والوسائل: اوراق، عيدان، حجارة صغيرة، ثياب عتيقة، قصاصات من ورق، خرز، كرات صغيرة، خيطان، شرائط، زجاجات فارغة، صناديق فارغة، إلخ...			
مراحل سير النشاط: يقدم المعلم النشاط: "اليوم، سنقوم بعمل جماعي بهدف انجاز مشروع معين، سيساعدكم هذا النشاط في تطوير قدرتكم على تحديد الاهداف والوصول إليها"			

أ . التعليمات والارشادات:

- على كل مجموعة ان تحدد طبيعة الجسم الخاص بها.
- على كل مجموعة استخدام الوسائل والمواد المحضرة مسبقاً لبناء مجسم.
- يطلب المعلم إلى المتعلمين التخطيط لبناء الجسم.
- يطلب اليهم رسم خطة تفصيلية توضح الاهداف ودور كل متعلم في المجموعة.
- إذا لزم الامر، يعطيهم ارشادات: البدء في بناء قاعدة، بناء الجزء الاوسط، ثم بناء الرأس.
- ينتقل المعلم بين جميع المجموعات ويقدم لهم الدعم والتشجيع.

- تعرض كل مجموعة مجسمها

- يحدد كل متعلم دوره خلال انجاز العمل

ختم النشاط:

• يسأل المعلم المتعلمين:

- ما رأيكم بهذا النشاط؟

- ما الذي تعلمتموه خلال هذا النشاط؟

- ماذا لاحظتم؟



- كيف شعرت حين كنتم تطبقونه؟
- ما هي التعديلات للمرة القادمة؟

أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: المشي على الحبل	الاسبوع: 5	اليوم الأول	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي			
الكفاية: الكبح			
الأهداف: يحدد استراتيجيات لتنفيذ مهمة وانتظار دوره ضمن مجموعة			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة:			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
طبشور أو شريط ملوّن			
مراحل النشاط:			
يوزع المعلم المتعلمين الى مجموعات.			
يرسم المعلمّ أرقاماً متتالية أو حروفاً متسلسلة (تشكل مساراً للاجتيازها).			
تقوم كل مجموعة بدورها باجتياز المسار مع التأكيد ان يمشي كل متعلم بالتسلسل المطلوب وانتظار دوره للوصول الى رقم/ حرف معين.			

يكرر المعلم النشاط مع رسم مساراً اطول في كل مرة.

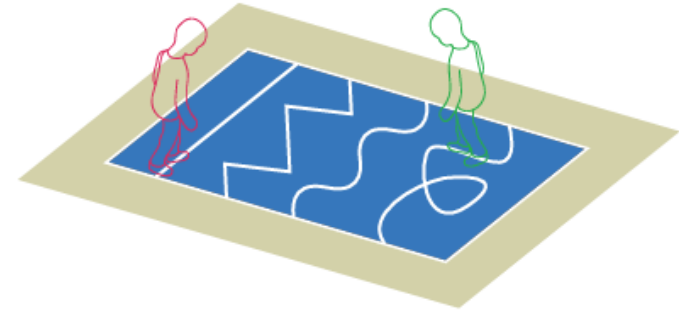
ختم النشاط:

ما رأيكم بهذا النشاط؟

ما هي التقنيات المستخدمة لانتظار دورك؟

كيف تمكّنتم كمجموعة المشي في مسار المحدد؟

الملحق ١ - الجبل



أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثاني	الاسبوع: 5	عنوان النشاط: مينغ - مانغ - مونغ
المجال: المعرفي			
الكفاية: الكبح			
الأهداف:			
يختار المثيرات السمعية المناسبة لتنفيذ خطوات معينة ...			
المصدر:			
الصفحة:			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
مراحل سير النشاط:			
<ul style="list-style-type: none"> • يقف المتعلمون على شكل دائرة كبيرة. • يبدأ أحد المتعلمين النشاط من خلال النظر بوضوح إلى متعلّم آخر ويقول "مينغ" • المتعلّم الذي سمع كلمة "مينغ" ينظر ويشير إلى متعلّم آخر في الدائرة ويقول "مانغ" 			



- المتعلّم الذي سمع كلمة "مانغ" ينظر ويشير إلى المتعلّم آخر في الدائرة ويقول "مونغ"
- المتعلّم الذي سمع كلمة "مونغ!" ينظر إلى المتعلّم الموجود إلى يمينه
- المتعلّم الذي يقف إلى يمين المتعلّم وسمع كلمة "مونغ" يبدأ الجولة مرة أخرى ويقول "مينغ!"

أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الأسبوع: 5	عنوان النشاط: اسمي هويتي
المجال: اجتماعي / انفعالي الكفاية: تقدير الذات			
الهدف: يشرح المتعلم التشابه بين اسمه وشيء مميز يختاره			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 4			
المواد والأدوات والوسائل: أوراق بيضاء وقلم			
مراحل سير النشاط: يطلب المعلم إلى كل متعلم أن يكتب اسمه على ورقة بيضاء. على المتعلم أن يختار شيئاً إيجابياً يشبه اسمه. مثلاً: انا اسمي سمر، يذكرني أسمى بالسماء مع النجوم في الليل. يشرح المتعلم التشابه بينهما.			



يعيد المعلم أسماء المتعلمين بصوت مرتفع وبطريقة إيجابية.
يكتب المتعلم اسمه على ورقة ويلونه ويضعه أمامه على الطاولة.

أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: الحيوان الرمزي	الاسبوع: 5	اليوم الرابع	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / انفعالي			
الكفاية: تقدير الذات			
الهدف: يحدد صفات ايجابية لديه			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة: 8			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
اوراق بيضاء وقلم			
مراحل النشاط:			
المرحلة الاولى:			
يعرض المعلم صور لبعض الحيوانات على المتعلمين (الواردة في المرفق).			
يطلب المعلم إلى كل متعلم اختيار صورة من الصور ويسأله لماذا اختارها او اختارتها؟			



يحدد المتعلم صفة ايجابية لدى الحيوان الذي اختاره.

يطلب المعلم من كل متعلم تلوين الحيوان الذي اختاره او رسم حيوان جديد وتلوينه.

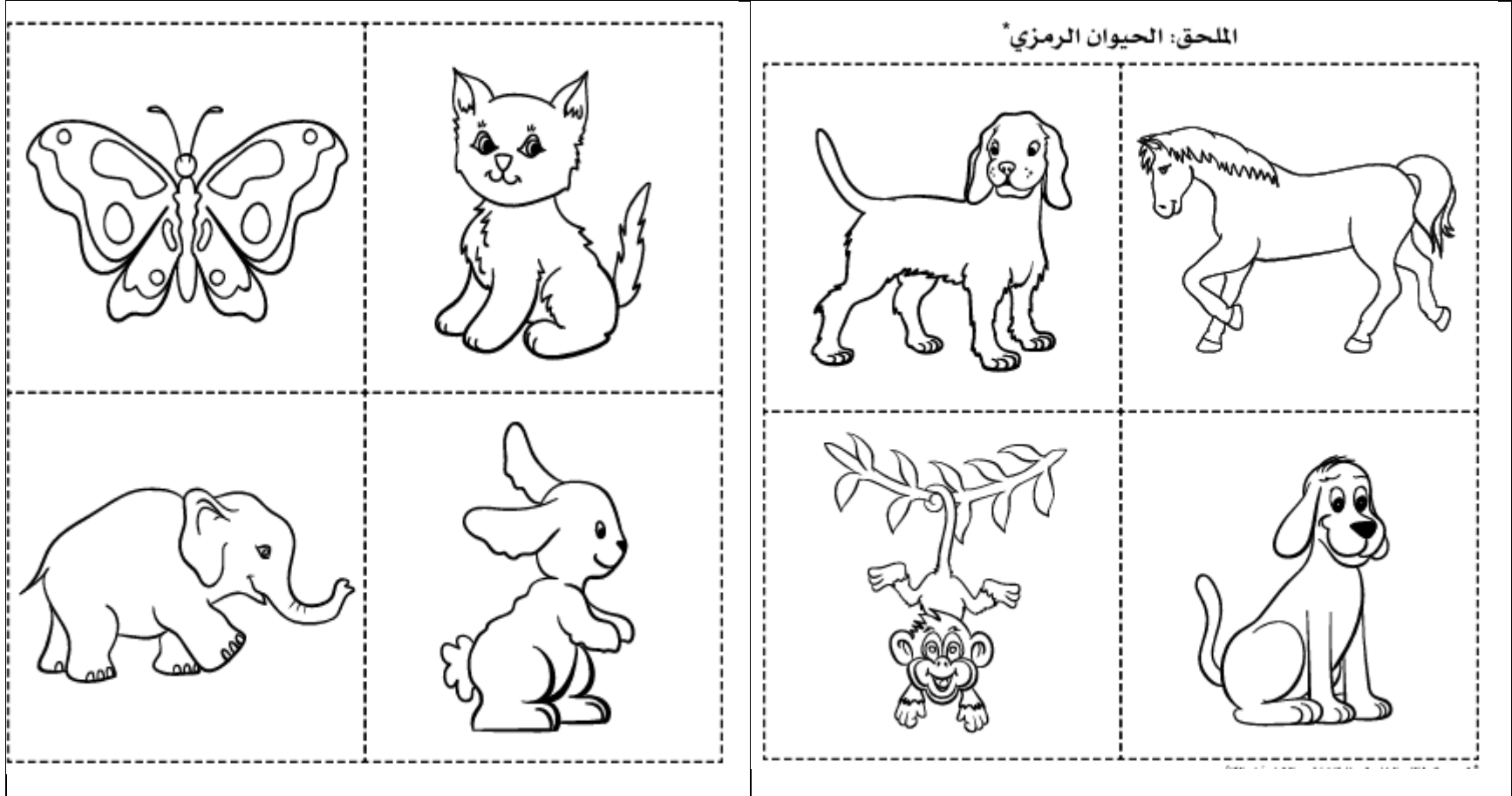
يعرض المتعلمون الصور امام الجميع.

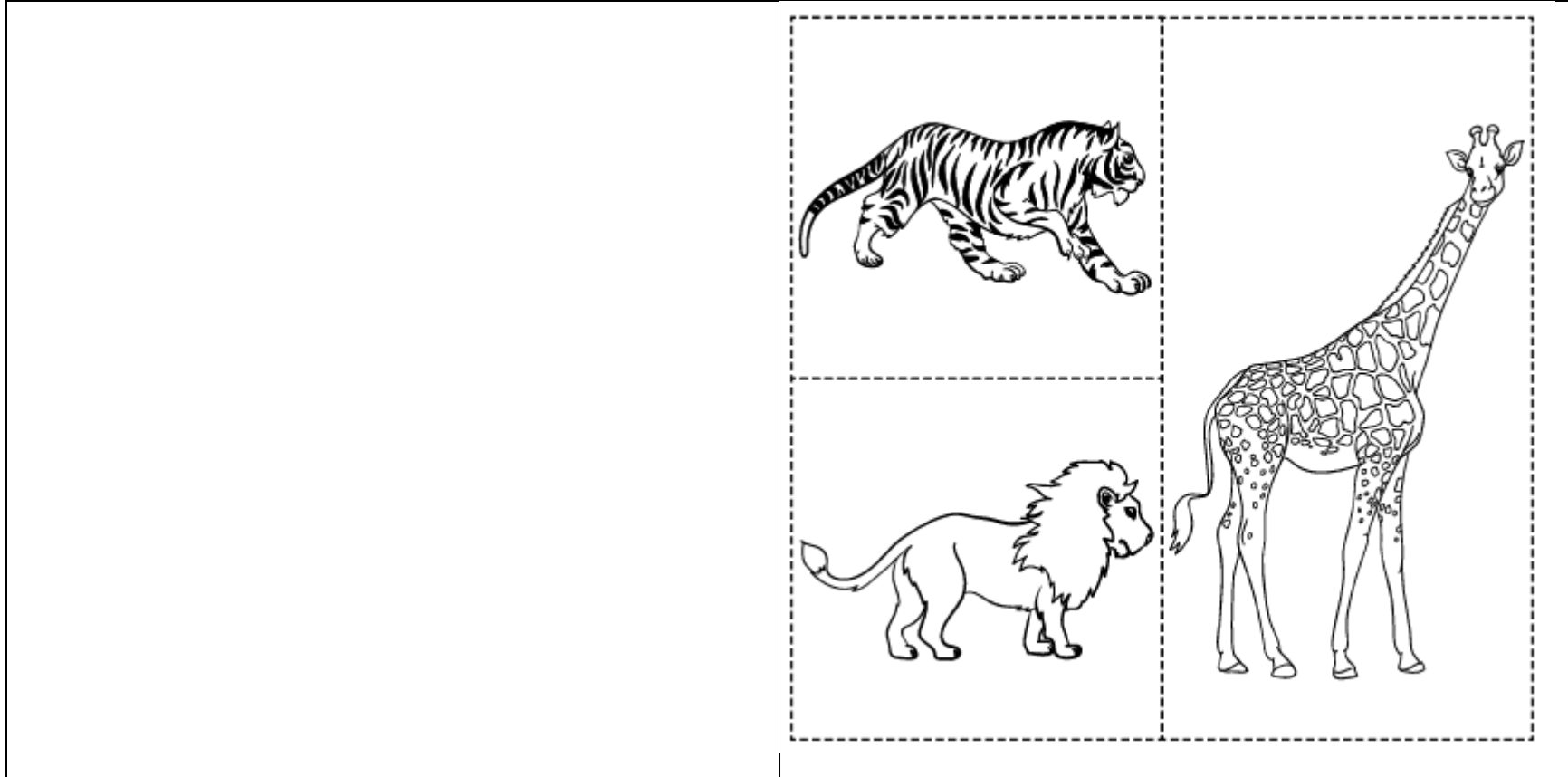
المرحلة الثانية:

بعد الانتهاء من عرض صورة الحيوان الذي اختاره، يحدد المتعلم صفة ايجابية لديه مشتركة عند الحيوان الذي اختاره و يعلنها امام زملائه.

ختم النشاط:

- لماذا اخترتم هذا الحيوان؟ ما الذي يعجبكم فيه؟
- هل أعجبكم حيوان اختاره رفيقكم؟ ولماذا؟





أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: تنظيم الوقت	الاسبوع: 6	اليوم الأول	المدة: 50 دقيقة
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: ادارة الازمات			
الأهداف: ينظم سلوكياته وفق تسلسل زمني معين.			
المصدر: https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%201.pdf			
الصفحة:			
الموادّ والأدوات والوسائل: لا يوجد			
مراحل السير النّشاط: يوزع المعلّم المتعلّمين في الصف الى مجموعات. يطلب المعلّم إلى كل مجموعة ان ترتب هذه الصور بحسب تسلسلها الزمني، مع التعليل. تعرض المجموعات إجاباتها مع تحديد مدة تنفيذ كل نشاط في وضعيات مختلفة (ايام المدرسة – ايام الاجازة ...) ختم النشاط:			

- ماذا لاحظتم؟

- هل يمكنكم تنظيم وقتكم بأنفسكم؟

المرحلة الثانية



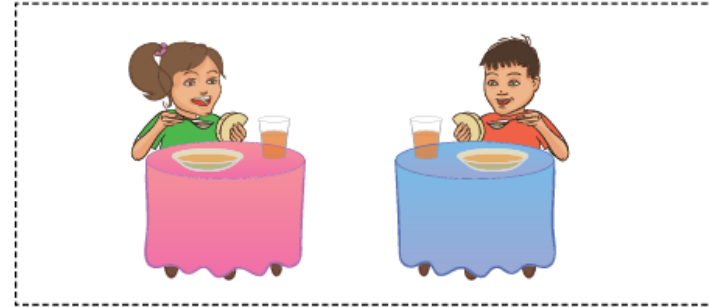
المرحلة الأولى



المرحلة الرابعة



المرحلة الثالثة



المرحلة السادسة



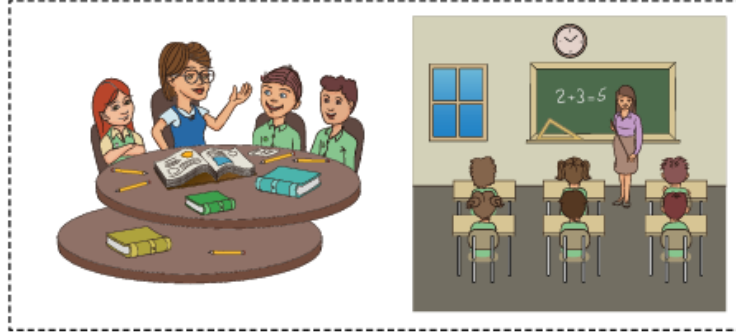
المرحلة الخامسة



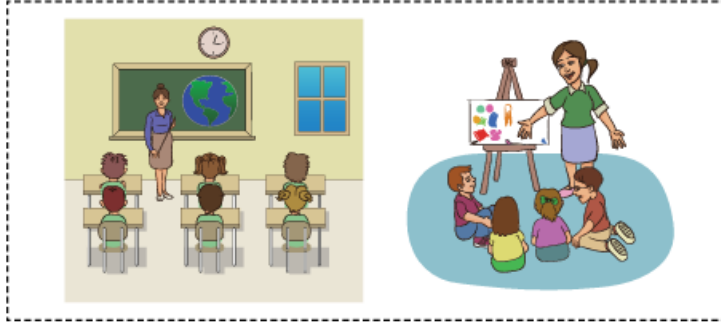
المرحلة السابعة



المرحلة الثامنة



المرحلة العاشرة



المرحلة التاسعة



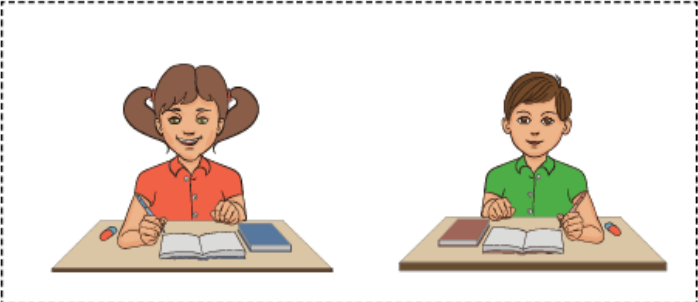
المرحلة الثانية عشر



المرحلة الحادية عشر



المرحلة الرابعة عشر (ق.ظ.) أما خلال دوام (ب.ظ.)
تُنقل هذه المرحلة إلى ما قبل الذهاب إلى المدرسة أي إلى المرحلة السادسة



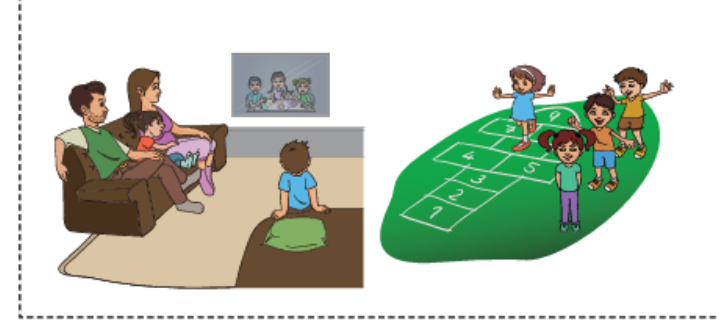
المرحلة الثالثة عشر

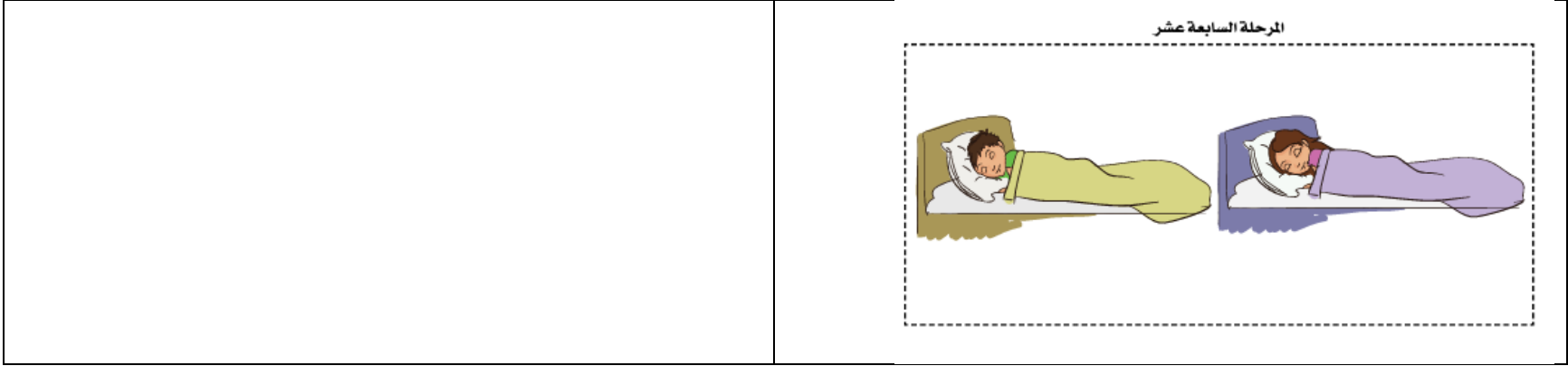


المرحلة السادسة عشر



المرحلة الخامسة عشر





أنشطة الحلقة الثانية			
عنوان النشاط: التسوق	الأسبوع: 6	اليوم الثاني	المدة: 50 د
<p>المجال: معرفي</p> <p>الكفاية: الذاكرة العاملة</p>			
<p>الأهداف:</p> <p>يصنف المعلومات/ المعارف بحسب أهميتها للاحتفاظ بها في الذاكرة طويلة المدى يعطي معنى للمعلومات التي سيحتفظ بها في الذاكرة طويلة المدى يطبق بعض الاستراتيجيات لتحسين الذاكرة العاملة</p>			
<p>المواد والأدوات والوسائل:</p> <p>• صور لبعض الأغراض التي نتسوقها من السوق (مأكولات ، مواد غذائية ، فاكهة وخضار ، أدوات منزلية، قرطاسية، ملابس، هدايا،....)</p>			
<p>مراحل سير النشاط:</p> <p>المرحلة الأولى:</p>			

يوزع المعلم المتعلمين إلى مجموعات من 7-8 أعضاء

يطلب المعلم إلى المتعلمين أن يجلسوا في حلقة،

كل مجموعة تختار فئة من الأغراض التي سستسوقها من المتجر؛ مثال: خضار وفواكه، مواد غذائية ومعلبات وحبوب، مواد تنظيف وأدوات منزلية، قرطاسية، ملابس،...


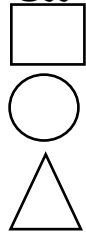

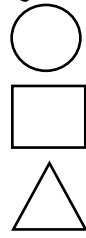
في كل مجموعة، يقول المتعلم الأول ذهبت إلى المتجر (سوبر ماركت) واشترت شيء، ثم المتعلم الثاني يكرر ما قاله الأول ويضيف غرض آخر وهكذا. عندما ينسى أحد المتعلمين غرض ما يخرج من اللعبة، والمتعلم الباقي حتى آخر اللعبة هو الفائز. مثلاً يقول المتعلم ذهبت إلى السوق واشترت مثلاً تفاح، ويكمل الثاني ويقول وأنا أيضاً اشترت تفاح وعنب والثالث وأنا اشترت تفاح وعنب وليمون....

يكرر المعلم النشاط أكثر من مرة، وفي كل مرة يطرح سياقاً جيداً مما ذكر سابقاً، مثال زيارة إلى حديقة الحيوانات، وكل مجموعة تختار فئة؛ مثال: الطيور، الزواحف، الحيوانات المفترسة،....

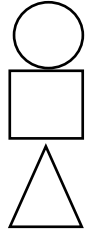

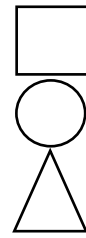
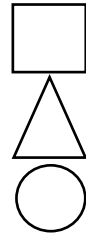

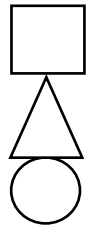

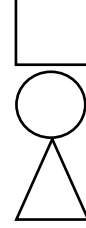
المرحلة الثانية:

يعرض المعلم على المتعلمين بطاقة الأشكال مع تحديد لون لكل شكل من الأشكال
يوزع المعلم على المتعلمين بطاقة التلوين لأكملها وفق النموذج

بطاقة الأشكال: يعرضها المعلم

<p>أحمر</p> 	<p>أزرق</p> 	<p>أخضر</p> 	<p>أصفر</p> 
---	---	---	---

بطاقة التلوين: يكملها المتعلمون

أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الثالث	الاسبوع: 6	عنوان النشاط: صفات الصديق
المجال: اجتماعي الكفاية: المنظومة القيمية			
الأهداف: يتعرف إلى القيم المتبناة من قبل المجموعة يثمن قيمة الصداقة في منظومته القيمية			
المصدر: الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي الاجتماعي الصفحة: 18			
المواد والأدوات والوسائل: ورقة عمل مكتوب عليها العبارات التالية: أستمع جيداً لأصدقائي. أهتم بأصدقائي. أساعد أصدقائي عندما لا أكون مشغولاً وحسب.			

أنا لطيف وودود مع الأشخاص الجدد.
أحياناً لا أريد أن أشارك ألعابي مع أصدقائي.
أحب أن أشعر بالترحيب من الآخرين عندما أكون في وضع جديد.
أحترم أصدقائي.
دائماً أخبر المعلّمة عندما يخالف صديقي قواعد الصفّ.
أحبّ اللعب مع أصدقائي

مراحل سير النشاط: المرحلة الأولى:

- يشرح المعلّم للمتعلّمين إجراءات النشاط ويقول:
" سأقرأ عليكم مجموعة من العبارات التي توضّح ما الذي يجعل من شخصٍ ما صديقاً.
عليك الوقوف إذا كنت تتوافق مع العبارة، وإن لم تكن على توافق معها، إبقَ جالساً.
- يقرأ المعلّم العبارات التالية، ويطلب إلى المتعلمين الجلوس أو الوقوف:
 - أهنّمْ بأصدقائي.
 - آكُلْ طَعَامَ صَدِيقِي إِذَا لَمْ أُحِبَّ طَعَامِي.

- أنا لطيفٌ وودودٌ مع الأشخاصِ الجُددِ.
- لا أحبُّ أن أشاركَ ألعابي مع أصدقائي.
- أحافظُ على أسرارِ صديقي.
- أحترمُ أصدقائي.
- أفرضُ على أصدقائي مع مَنْ يجبُ أن يمضوا وقتهم.
- أستمعُ إلى أصدقائي.
- إذا جرحَ صديقي مشاعري، لا بأس في أن أجرحَ مشاعره.
- قد يكونُ لصديقي أصدقاء آخريين.
- أنا صديقٌ جيّدٌ.

- يطلب المعلم من كلّ متعلّم التفكير في صديق، ويطلب منهم أن يرسموا هذا الصديق.
- يوزع المعلم الأوراق والأقلام، ويمنح المتعلّمين بعض الوقت لرسم أصدقائهم، وتكر صفاتهم.
- يطلب المعلم إلى بعض المتعلّمين أن يعرضوا رسوماتهم عن أصدقائهم.

تقييم النشاط:

عند الانتهاء من الرسم، يسأل المعلم الأسئلة التالية لجميع المتعلّمين:



- ما هي أبرز صفات الصديق الحقيقي؟
- هل ترى أيّاً من هذه الصفات في أصدقائك؟
- هل تعتقد أن لديك كلّ هذه الصفات؟
- ما هي الأشياء المتشابهة والمختلفة مع أصدقائكم؟

أنشطة الحلقة الثانية			
المدة: 50 دقيقة	اليوم الرابع	الاسبوع: 6	عنوان النشاط: درع القوة
المجال: معرفي / اجتماعي الكفاية: حلّ المشكلات			
الهدف: يختار استراتيجيات مناسبة لإدارة الأزمات بمختلف خطواتها			
المصدر: كتيب أنشطة الدعم النفسي الاجتماعي – انا اقرأ الصفحة: 44			
الموادّ والأدوات والوسائل:			
مراحل سير النشاط: المرحلة الأولى:			
"إنّ تحديات الحياة قد تخرق الأمان النفسي. مهمتك الآن ان تعرف هذه التحديات. في حياتنا اليومية، نمر بمواقف مختلفة قد تواجهنا فيها مشكلات نشعرنا بفقدان الثقة والأمان. فمن الممكن ان يتسبب فقدان شيء احبه بالشعور بالتوتر، بالقلق والحزن العميق، وفقدان الأمان.			



كما ان التعرض للإساءة الجسدية او حتى الإساءة المعنوية يعتبر جزءاً من التحديات التي من الممكن جداً ان نواجهها في المدرسة او مع اصدقائنا في الحي. اما الاحساس بعدم الرضا عن أنفسنا وعن ادائنا، فمن شأنه ايضاً ان يعطينا الشعور بفقدان الأمان، مثلاً: اذا اخفقنا في مادة معينة.

لا تدعوا هذه التحديات تشغلكم وتتغلب عليكم، لأن هناك دائماً حلول لتخطي المشكلات.

ونحن سنساعدكم على مواجهة هذه التحديات.

يطلب المعلم إلى المتعلمين ملء بطاقة التحديات.

نشاط

اختر التحديات التي مررت بها

<input type="checkbox"/> التقليل من شأن الذات	<input type="checkbox"/> فقدان شيءٍ أحبّه
<input type="checkbox"/> الإساءة اللفظية من الأخر	<input type="checkbox"/> الشعور بالتوتر والقلق القويّ
<input type="checkbox"/> الشعور بالسوء الدائم تجاه الذات	<input type="checkbox"/> الإصابة بمرض والشعور بالخوف
<input type="checkbox"/> تحديات أخرى: _____	<input type="checkbox"/> الإساءة الجسدية من الأخر

المرحلة الثانية:

"لكي نواجه التحديات،

علينا أولاً ان نؤمن بأنفسنا ونعترف باننا اقوياء، ومهما مررنا بصعوبات نستطيع مواجهتها لان التحديات دائماً ما تكون مؤقتة.

علينا ثانياً ان نتعرف جيداً الى التحديات، ونعترف بوجود مشكلة. وعندها نسأل أنفسنا "لماذا اشعر بعدم الأمان من او ما السبب يا ترى؟"

ثالثاً، نتأكد باننا قادرون على ايجاد الحلول لان ما من مشكلة الا ولها حل.

وهكذا لن يستطيع اي شيء ايقافنا."

يطلب المعلم الى المتعلمين اختيار تحدياً من التحديات السابقة التي مروا بها.

يطلب المعلم الى المتعلمين ان يذكروا كيف تعاملوا مع هذا التحدي.

المرحلة الثالثة:

تعتبر العائلة مصدر الامان بالنسبة لنا، فمن عائلتنا نستمد قوتنا ونشعر بثقة أكبر بأنفسنا. وافراد عائلتنا جميعهم موجودون دائماً لدعمنا ومساعدتنا.

يعتبر الصديق الجيد او الشخص الراشد الذي نستطيع ان نثق به السند والداعم عند الحاجة. وحين لقائه والتحدث اليه نشعر بالانتماء والحي والسعادة، ويمنحنا الشعور بالأمان والراحة.

ان ممارسة الرياضة او الهواية التي نحبها ونفضلها تعطينا الشعور بالوجود، وتدفعنا نحو تحقيق طموحاتنا واهدافنا مما يعزز لدينا الشعور بالأمان والراحة. من الممكن ان يكون لشعورنا بعدم الامان اسباب أخرى عديدة، في هذه الحالة علينا ان نصوب نظرنا على نقاط القوة التي نتحلى بها، مثل الصبر، الشجاعة، المثابرة لتحسين الحياة والنجاح.

فنقاط القوة لدينا هي مصدر الأمان الذي علينا دائماً الاعتماد عليه.

يطلب المعلم الى المتعلمين رسم درع القوة الخاص بهم على ورقة بيضاء. على ان يقسم كل متعلم درعه الى اربعة اقسام على الشكل التالي:
"العائلة – نقاط القوة – أشياء أحبها – الاصدقاء" ومن ثم يكتب امثلة عن كل منهم تحت القسم المخصص له.

تمرين
اكتب أمثلة عن كل عنصر

