

SEL

מרכז ידע המורה

מיושם בישראל

بطاقات مرفقة

مهارات التعلم العاطفي الاجتماعي

SEL



Socio-emotional Learning
التعلم العاطفي الاجتماعي

مركز إبداع المعلم - فرع غزة
غزة - مفترق الاتصالات - عمارة فلوربا ط 3
تلفاكس: 0097082826313
جوال: 00970598950071
بريد الكتروني: tccgaza@hotmail.com
www.teachercc.org

مركز إبداع المعلم
فلسطين - رام الله - عين مصباح - حارة
الكساوتة - عمارة أبو صقر - ط 1
هاتف: 0097022959960
فاكس: 0097022966481
بريد الكتروني: info@teachercc.org
TeacherCreativityCenter : الفيس بوك



بطاقات تطبيق

نظريّة التعلّم
الاجتماعيّ العاطفيّ

داخل
الصف

1

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف











بطاقة

التعارف

التعارف في اللقاء الأول، أو في حال قرر المعلم/ة تبني منهجية التعلم الاجتماعي العاطفي، وتطبيقها بالصف:

في اللقاء الأول بعد أن يقرر المعلم تطبيق منهجية التعلم الاجتماعي العاطفي بالصف الذي يجمع المعلم/ة مع الطلبة للقاءات الأولية، تنفيذ بعض الأنشطة التي من شأنها كسر الحواجز بين المعلم والطلبة أنفسهم، وخلق الألفة والمحبة بينهم، من خلال مجموعة من الأنشطة

الأنشطة

- الجلوس أو الوقوف بشكل دائري بعيداً على الأدرج. 
- يتقدم الطالب لوسط الدائرة، ويعرف عن اسمه (في حال كان أول لقاء) وهوايته المفضلة. 
- يطلب من باقي الطلبة الذين يشتركون بنفس هواية؛ أن يتقدموا لوسط الدائرة مع زميلهم، ويقوموا جميعاً بفعل (حركة أو قول) تعبر عن هواية المشتركة. 
- يعود الطلبة إلى أماكنهم، ويتقدم الطالب الذي يليه. تكرر الخطوات مع جميع الطلبة في الدائرة دون استثناء. 
- يطلب من الطلبة ترتيب أنفسهم من اليمين حسب الأحرف الأبجدية من الـ (أ) إلى الـ (ي) . 
- يقوم كل طالب بتعريف زملائه عن يمينه وعن يساره، أو البحث عن رابط مشترك بينهم. 
- يفسح المجال للحديث، ومشاركة كل الطلبة بالتعريف عن زملائهم، أو الحديث عن الرابط المشترك. 
- تكرر العملية في الترتيب الدائري مرة حسب (تاريخ الميلاد - مقاس الحذاء - طول الطفل ... الخ)، ويفسح المجال لجميع الطلبة بالتعبير عن ذاتهم وزملائهم. 
- تكرر الخطوات لحين شعور المعلم/ة أنه حقق الهدف المطلوب من النشاط، وهو التعارف، وخلق الألفة بين الطلبة. 
- يمكن إعداد رسمة جماعية إبداعية تحتوي على أسماء جميع الطلبة، وربطها بالألوان المفضلة للطلبة، من خلال كتابة اسم الطفل باللون المفضل، أو استخدام ورود ملونة، أو نجوم ملونة ... الخ. 

2

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف


بطاقة


قواعد أو قوانين الفصل الجماعية


داخل كل صفّ يجب أن تكون هناك لائحة بقوانين الصفّ المتفق عليها من قبل جميع الأطفال ، ويمكن صنع اللوحة بطريقة فنية جميلة، ومن الممكن تسميتها باسم متفق عليه من جميع الأطفال كـ "مدونة السلوك"، أوـ "دستور الصفّ" كمثال.



مثال

تقسيم الطلاب إلى مجموعات، بحيث يسمح عدد المجموعة بمشاركة الجميع. 

كل مجموعة تضع مجموعة من القوانين التي تساهم في تحسين البيئة الصفية. 

يتم سماع نتائج المجموعات بطرح قانون واحد من كل مجموعة، وتكرار العملية لحين المرور على كل مقترحات الاتفاق لجميع القوانين المتفق عليها. 

من المهم التأكيد على سرية وخصوصية الأخبار، والمشاعر، والمعلومات الخاصة بمجموعة الصف، والتأكيد عليها دائما خلال الأنشطة، والاجتماع الصباحي.

3

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

اللقاء الصباحي



الأنشطة

ينفذ المعلم/ة (مربي الصف) لقاء صباحياً يومياً، أو شبه يومي، ويتكون مما يلي:



التذكير بقوانين الصف - إن لزم الأمر - .



الترحيب بالأطفال بطرق إبداعية. مثل التسلیم بالطريقة التي يفضلها الطفل (عناق أو سلام أو قفزة.. الخ)



فصص المشاعر (السؤال عن الحال بم تشعرون؟ ماذا حدث معكم صباحاً؟، أو البارحة... الخ)



أخبار اليوم، إغلاق الاجتماع الصباحي بطريقة مريحة.



إغلاق الاجتماع من خلال كلمات الشكر والتقدير والثناء على الأطفال، وترديد شعار الصف الخاص - إن وجد - .



4

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

الإضاءات الإيجابية داخل الفصل



الأنشطة

يرسم المعلم شكل اللمبات أو المصابيح بألوان مختلفة زاهية، ويطلب من الطلبة المساعدة في تحضيرها.

يوزع المعلم الكلمات التالية على مجموعات الطلبة؛ ليتم نقاشها وإصاقها على المصابيح:

كيف يمكنني أن أتطور؟" بدلاً من "أنا لا أستطيع إنجاز هذه المهمة".

"اسمح لي أن أحاول بطريقة أخرى"، بدلاً من "سوف أتوقف عن هذه المهمة؛ فأنا لن أستطيع إنجازها".

"الأخطاء هي جزء من التعلّم"، بدلاً من "أنا فاشل".

"لقد بذلت قصارى جهدي"، بدلاً من "أنا أتممت كل شيء".

"التعلم يحتاج إلى وقت"، بدلاً من "هذا صعب جداً".

"كيف يمكننا أن نتعلم من شخص لشخص"، بدلاً من "إنه شخص أذكى مني".

أنا أحب التحدي والمغامرة لمعرفة الجديد"، بدلاً من "لدي معلومات كافية".

وأي جملة إيجابية يراها المعلم أو الطلبة مناسبة.

يقوم المعلم بعمل حبل زينة، من خلال تجميع المصابيح، وتعليقها داخل الغرفة الصفية.

تحضير قائمة تحتوي على آليات التحدث الإيجابية، والمتفق عليها من قبل جميع الأطفال داخل الفصل، بطريقة فنيّة جميلة، أو كمجسم، يمكن أن تسمّى هذه اللائحة (في فصلنا نقول).

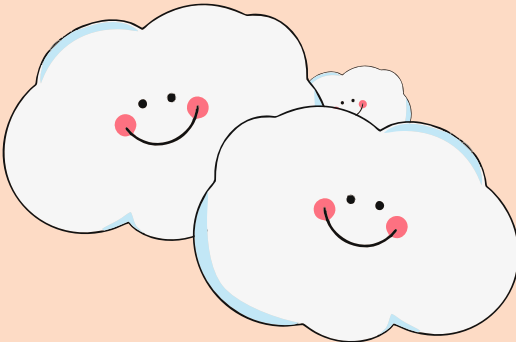
5

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

الأمان الصفّي (الغيوم)

يرسم المعلم شكل غيوم لطيفة بيضاء اللون، ويطلب من
الطلبة المساعدة في تحضيرها.



يوزع المعلم الكلمات التالية على مجموعات الطلبة؛ ليتمّ تفسيرها ، ونقاشها، وإعطاء الأمثلة عليها، وكتابتها بألوان على الغيوم البيضاء. (يمكن تبسيط الكلمات والجمل لتراعي قدرة الطلبة على الفهم)

🎨 الحق في عدم الموافقة .

🎨 عبّر عن مخاوفك الحقيقية.

🎨 شارك الأهداف، والاهتمامات الأكثر شيوعاً.

🎨 كن منفتحاً لوجهات النظر المختلفة.

🎨 استمع بدقة إلى جميع الاقتراحات.

🎨 افهم القضايا الأساسية المتضمنة.

🎨 فكر بالعواقب الممكنة.

🎨 تخيل إمكانية وجود حلول بديلة.

🎨 اعرض بعض الحلول العقلانية، والجامعة بين أكثر من رأي.

🎨 فاوض بعدالة، وتوصل إلى اتفاق جماعيّ.

يتم مناقشة الجمل، والكلمات مع جميع الطلبة، ويمكن أن توزّع الجمل على أكثر من لقاء؛ بحيث يناقش في جزء بسيط من الحصّة، ويتمّ تعليقها بعد الانتهاء من كل جملة، وذلك حتى يتمّ ترسيخ المفاهيم بشكل تدريجيّ لدى الطلبة.

يمكن تقسيم الصف لمجموعات، وكل مجموعة تناقش عبارة، وتستحضر موقفاً حصل عليها تجنّباً، والتعامل معه بطريقة أفضل، أو تخيل موقف، وكيف يمكن التعامل معه؟.




6

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

حل المشكلات



-يحضر المعلم موقفاً، أو مشكلة وصلت من المحيط 
المدرسيّ، ويتجنب مشكلة وقعت في الفصل .
-يوزع الصفّ إلى مجموعات، حسب عدد الصف، ويطلب من
كلّ مجموعة الإجابة على الأسئلة التالية (مع تبسيطها
حسب عمر الطلبة):

تعريف المشكلة؟

سبب المشكلة؟

العوامل التي أدت إلى حدوث المشكلة؟

طول المشكلة؟

كيف يمكن تجنب هذه المشكلة في المستقبل.

خطوات حل المشكلات: من مواصفات الفصل أيضاً أن يتم تعريف الأطفال على خطوات حل المشكلات، واتخاذ القرارات بطريقة علمية، ومن ثم وضعها على ملصق، أو مجسم، أو لائحة تحتوي على الخطوات اللازمة لحل أي مشكلة، بحيث تكون أمام الأطفال، من أجل العودة إليها أثناء مواجهة أي مشكلة خاصة بالمدرسة، أو الفصل، أو المجموعة، أو حتى في درس ما، علينا تذكير الطلاب بها دائماً، وتعميمها قدر المستطاع على المواقف الحياتية المختلفة التي يمر بها الأطفال سواء داخل المدرسة، أو البيت، أو بالأماكن الأخرى التي يتواجد بها الأطفال.

خطوات حل المشكلات:

- 1- إدراك المشكلة وتحديدتها.
- 2- تعريف المشكلة وماهيتها.
- 3- جمع المعلومات الضرورية عن المشكلة.
- 4- تحليل المعلومات المتوفرة عن المشكلة.
- 5- وضع البدائل، والحلول الممكنة للمشكلة.
- 6- تقييم البدائل والحلول، واختيار الأنسب حسب قابليتها للتطبيق وموضعيته.



7

بطاقات تطبيق نظرية
التعلّم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

مثال على توظيف
نظرية التعلّم
العاطفي الاجتماعي
في حصة علوم



الأنشطة



حصّة العلوم الخاصة بمكونات الطبيعة يمكن إدارتها كما يلي:

1- تقسيم الطلبة إلى مجموعات البر والبحر والجبال والغابات... الخ، ويمكن البحث عن الصفات المشتركة بين الطلبة.

2- ارتداء الطلبة الألوان التي تناسب ومجموعاتهم، أو استخدام ورق الكورزنيش إن أمكن.

3- تضر كل مجموعة معلومات عن الطبيعة التي تمثلها.

4- تمثيل مكونات الطبيعة بشكل جماعي، بحيث تتشكل المجموعات، وتحدث عن صفاتها، ومكوناتها الحيّة وغير الحيّة.... الخ.

- يمكن تطبيق هذه الطريقة على المواضيع الأخرى في حصص العلوم.

- من المهم أن يراعي المعلم معايير التطبيق للنظرية: (الابتعاد عن التفضيز المادي، واستخدام كلمات محببة في الحصة، إعطاء مساحة لتعبير الطالب عن ذاته، وإخراج ما بداخله. - إعطاء مساحة أكبر للطلبة الذين نرغب تعديل سلوكهم.



8

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

مثال على توظيف
نظرية التعلم
العاطفي الاجتماعي
في حصة اللغة العربية



الأنشطة

في حصة اللغة العربية الخاصة بتصريفات الجمع، والمثنى،
والمفرد للمؤنث والمذكر:

تقسيم الصف إلى ست مجموعات وهي: (مفرد مذكر-مفرد مؤنث- مثنى مذكر- مثنى مؤنث- جمع مذكر - جمع مؤنث).

كل مجموعة تطرح كلمة، أو جملة بصيغة مجموعتها،
وتقوم المجموعات الأخرى بتصريفها حسب مجموعاتهم.

في كل مرة يتحدث أحد أفراد المجموعة الواحدة، إلى أن تتكرر
العملية ليتكلم جميع أعضاء المجموعة.

يراعي المعلم/ة عدم إحداث تنافسيّة، وتجنب إبراز الطلبة
ذوي القدرات العالية، وإعطاء الفرص العادلة للجميع.

الفرق بين العدالة والمساواة

العدالة تعطي الفرص حسب القدرات،
وهي أكثر نجاعة من المساواة.

يمكن تطبيق هذه الطريقة على المواضيع الأخرى في حصة
اللغة العربية.




9

بطاقات تطبيق نظرية
التعلم الاجتماعي
العاطفي داخل الصف

بطاقة

مثال على توظيف
نظرية التعلم
العاطفي الاجتماعي
في حصة الرياضيات



الأنشطة

توظيف النظرية في جداول الضرب:

يضر المعلم / ة بواسطة الورق، أو المواد المتوفرة، أو بالرسم

على الأرض مسألة ضرب فارغة كما يلي:



$$\square = \bigcirc \times \bigcirc$$

يقسم المعلم / ة الطلاب إلى ثلاث مجموعات: المجموعة

الأولى هي عنصر المضروب (١٠ طلاب)، والمجموعة الثانية هي

عنصر المضروب به (١٠ طلاب)، والمجموعة الثالثة عنصر الناتج

(باقي طلبة الصف)، أو حسب أعداد الصف.

تقوم المجموعة الأولى باختيار عدد من الطلاب؛ لتشكل

العدد المضروب مثلاً إدخال ٦ طلاب على خانة المضروب.

المجموعة الثانية تختار عدد من الطلاب؛ لتشكل العدد

المضروب به مثلاً إدخال ٩ طلاب.

المجموعة الثالثة تبحث عن الجواب وتكتبه على بطاقة؛ (لأن

الناتج أكبر من عددهم)، أو يُطلب منهم عرض الجواب بطريقة

مبتكرة يفكرون هم بها (تشكيل الجواب بأجسادهم).

يتأكد المعلم من الإجابة من جميع الطلبة بسؤالهم هل هذه

الإجابة صحيحة؟.

يتم تدوير المجموعات على عناصر عملية الضرب.

يمكن تطبيق هذه الطريقة على المواضيع الأخرى في حصص

الرياضيات، مثل الجمع والطرح والقسمة.

ابتكار طرق جديدة في مواضيع أخرى.

بطاقات أنشطة المجموعات المصغرة (المبادرات)

خارج الصف

سنقوم بعرض خمس بطاقات، بطاقة لكل كفاية تحتوي على مجموعة من الأنشطة التي تنمي وتكسب الأطفال مهارات معينة وصولاً للكفاية المراد تحقيقها.

1. بطاقة رقم (1) كفاية الوعي الذاتي

1.1. نشاط فحص المشاعر اليومي.

1.2. نشاط التعبير عن المشاعر.

1.3. نشاط تمثيل المشاعر.

1.4. دولاب المشاعر.

1.5. التعرف على تدرج المشاعر.

2 . بطاقة رقم (٢) كفاية إدارة الذات

2 . 1 . جدول الجيوب لتعزيز الثقة بالذات سعاد

2 . 2 . قراءة قصص .

2 . 3 . إدارة تنفيذ نشاط.

2 . 4 . ميزان الحرارة (سعاد)

3 . بطاقة رقم (٣) كفاية الوعي الاجتماعي

3 . 1 . نشاط التشابه والاختلاف.

3 . 2 . تهب الريح (سعاد).

3 . 3 . صندوق الكلمات (تجرحني وساندني) سعاد.

4 . بطاقة رقم (٤) كفاية العلاقات الاجتماعية

4 . 1 . نشاط نزرع الأمل.

4 . 2 . نشاط نستمع لبعضنا البعض.

4 . 3 . نشاط بالونات الهواء.

4 . 4 . أعمال جماعية داخل المدرسة (زراعة ، رسم ، تنظيف،

إعادة تدوير) . (سعاد)

4 . 5 . نشاط الكراسي. (روان)

5 . بطاقة رقم (٥) كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة

5 . 1 . نشاط الملك والصخرة.

5 . 2 . نشاط نتحاور معاً.

5 . 3 . نشاط (M) و (W).

1

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية الوعي الذاتي³

نشاط 1.1

نشاط فحص المشاعر اليومي³

إن فحص مشاعر الطلبة في اللقاءات المصغرة (المبادرات) (بم تشعر/تشعرين هذا اليوم؟) ، يعتبر عملية مهمة لهم على المدى القصير، والذي يعطي الطلبة فرصة لفهم مزاجهم الشخصي بشكل يومي، وسبب وجود هذا المزاج، والذي يدفعهم إلى محاولة مستمرة للبحث عن أشياء جميلة تحسن مزاجهم اليومي، وعلى المدى الطويل أيضاً يكون سبباً رئيساً في الوعي الذاتي لديهم.

في كل يوم نقوم بفحص مشاعر الأطفال ويمكن القيام بذلك بعدة طرق:



الترحيب والتحية: يقف المعلم / المعلمة عند المجموعة الصفرة، ويستقبل الطلاب بشكـل فرديّ مع مناداتهم بأسمائهم وسؤالهم عن مشاعرهم (كيف تشعر اليوم؟) مع ابتسامة جميلة من المعلم/ة. تعتبر هذه طريقة بسيطة للتعرف على كل الطلبة داخل المجموعة، وتعميق العلاقة بهم.

تنويه: خاطبهم / خاطبهم دائماً بأسمائهم، وكن/كوني قريباً منهم جنباً إلى جنب، ولا تنسى/ تنسى الابتسامة؛ لأن هذا يخلق جوّاً إيجابياً، ويساعدهم على الشعور بالقبول، وينمّي الثقة بالنفس.

إشارة مرور الفصل: استخدم شكل إشارة المرور؛ لتحديد الحالة المزاجية للطلاب/ الطالبات، واجعلهم يختارون اللون الذي يتناسب مع حالتهم المزاجية..



-الأحمر = أنا عالق، ومرتبك.
-الأصفر = لست متأكداً، أو أشعر أنني بخير.
-والأخضر = أنا متحمّس ، ومستعد للانطلاق.
تحدث بشكل عام عن أننا اليوم سنتجاوز هذه المشاعر السلبية الموجودة ، وسنعزز المشاعر الإيجابية، من خلال لقاءتنا التي نعقدّها بشكل دوريّ.



1

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية الوعي الذاتي³

نشاط 1.2

نشاط التعبير عن المشاعر

هذا ما يحدث عندما أكون :
غضبًا أو حزينًا أو سعيدًا ؟ .



المناقشة: تحدث إلى الأطفال عن المشاعر الكثيرة المختلفة. وضح لهم بأن هذه المشاعر المختلفة يمكن أن يشعر بها جسمك، وليس عقلك فقط ، وقد تشعر بجميع هذه المشاعر في الوقت نفسه .

إرشادات: "ارسم صورة ذهنية (تخيل) لما يحدث عندما تكون غاضبًا، حزينًا، أو سعيدًا. حيث يتم إعطاء ورقة لكل طفل مقسمة لثلاثة أقسام، يرسم بها وجوها تعبر عن كل حالة، في الجهة اليمنى وهو حزين، في الوسط وهو غضبان وفي الجهة اليسرى وهو سعيد.

أسئلة للمناقشة:

تحدث عن وقت تكون فيه غاضبًا، أو حزينًا، أو سعيدًا. ماذا تشعر في جسمك عندما تكون غاضبًا أو حزينًا أو سعيدًا؟ الغضب وأضراره، أهمية السعادة، وطرق الابتعاد عن المشاعر السلبية، وتحويلها إلى إيجابية.



1

بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية الوعي الذاتي^٣

نشاط 1.3

نشاط تمثيل المشاعر



تُمكن هذه اللعبة العمل مع جميع الأطفال، أو يمكن أدائها مع نصف المجموعة؛ بينما يقوم النصف الثاني بالمشاهدة. يطلب قائد المجموعة من المشركين الواقفين في وسط الغرفة "الرقص" على الموسيقى، أو "التحرك" لإظهار "الغضب"، أو "الحنن"، أو "السعادة"، إذا كان صوت الموسيقى هادئًا، يمكن التحرك ببطء، وكلما علا صوت الموسيقى، تتحرك المجموعة بشكل أسرع، ينادي قائد المجموعة بأحد المشاعر الثلاثة، وبناء على ذلك يتحرك، أو يرقص المشركون ذلك الشعور. مثال: يقول المنشط الآن نحن في شعور الغضب هيا، فيبدأ بفتح الموسيقى، أو بإشارة اليد لأعلى؛ فكلما علت زادت المشاعر التي تتعلق بالغضب، وكلما انخفضت اليد انخفضت مشاعر الغضب، وهكذا (إما باليد، أو بالموسيقى)، يتحكم قائد المجموعة بحجم الصوت، وكذلك بحدة حركات المجموعة.



1

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية الوعي الذاتي³

نشاط 1.4

نشاط دولاب المشاعر



يقوم المعلم بتحضير الدولاب قبل وقت النشاط، حيث يشتمل عند إدارته على مجموعة من المشاعر الإيجابية، وأخرى سلبية مثل:

الدولاب الأول للمشاعر السلبية مثل: (الحزن، والغضب، وخيبة الأمل، التوتر.....الخ) لماذا أشعر بهذا الشعور؟ كيف يمكن أن أساعد نفسي؟
يمكن للمعلم استخدام

دولاب ثانٍ للمشاعر الإيجابية مثل: (السعادة، النجاح، الإنجاز.....الخ) ما هي الأشياء التي قمت بعملها للوصول لهذا الشعور؟ ماذا يجب على الآخرين فعله ليشعروا مثلي؟

يحصل كل طالب على فرصة، أو اثنتين لكل دولاب، ويُعطى مساحة كافية للتعبير عن المشاعر، وسببها، وطرق التعامل معها.





1

بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية الوعي الذاتي³

نشاط 1.5

التعرّف على تدرّج المشاعر

بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)



خارج
الصف

بطاقة رقم ٢



كفاية إدارة الذات

تحتوي هذه البطاقة على عدد من الأنشطة والتمارين، التي تساعد الأطفال على اكتساب مجموعة من المهارات للوصول إلى كفاية إدارة الذات. كفاية إدارة الذات هي: "القدرة على تنظيم الطفل لعواطفه وسلوكياته في المواقف المختلفة وتحديد الأهداف والعمل عليها".

تشمل كفاية إدارة الذات الثلاث مهارات الآتية:

- السيطرة على الاندفاع وإدارة الإجهاد.
- الدافع الذاتي والانضباط.
- تحديد الأهداف، والمهارات التنظيمية.

بطاقة رقم (٣) كفاية الوعي الاجتماعي

تحتوي هذه البطاقة على عدد من الأنشطة والتمارين، التي تساعد الأطفال على اكتساب مجموعة من المهارات للوصول إلى كفاية الوعي الاجتماعي. وتعرف كفاية الوعي الاجتماعي بأنّها: " شعور الطفل بمشاعر زملائه الآخرين، وتبني وجهات نظرهم، وتقدير الاختلاف بين الجماعات، والتفاعل معهم بإيجابية". تشمل كفاية الوعي الاجتماعي الثلاث مهارات التالية: التعاطف.

- تقدير الاختلافات، واحترام التنوع وتقبله.
- الاحترام المتبادل للآخرين.
-

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)



خارج
الصف

بطاقة رقم ٣



كفاية الوعي الاجتماعي^٣

تحتوي هذه البطاقة على عدد من الأنشطة والتمارين، التي تساعد الأطفال على اكتساب مجموعة من المهارات للوصول إلى كفاية الوعي الاجتماعي. وتُعرف كفاية الوعي الاجتماعي بأنّها: " شعور الطفل بمشاعر زملائه الآخرين، وتبني وجهات نظرهم، وتقدير الاختلاف بين الجماعات، والتفاعل معهم بإيجابية".

تشمل كفاية الوعي الاجتماعي الثلاث مهارات

التالية:

التعاطف.

تقدير الاختلافات، واحترام التنوع وتقبله.

الاحترام المتبادل للآخرين.



2

بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية إدارة الذات

نشاط 2.1

جدول الجيوب لتعزيز الثقة بالذات

-يقوم المعلم بتحضير لوحة وبها جيوب مع الأطفال، أو بشكل مسبق، بحيث يستطيع الطفل وضع مجموعة من أوراق الملاحظات داخل هذه الجيوب.

-تحمل هذه الجيوب العناوين كما هو موضح بالشكل.

-يتم تفسير وإعطاء أمثلة لكل عنوان، ومساعدة الطفل ببعض الاقتراحات، على أن تشمل الأفعال والمشاعر خلال أسبوع على سبيل المثال.

-تشجع الأطفال على عمل هذا النشاط يوميًا في المنزل، من خلال التعبير على الأوراق، ومن ثم إحصاره يوم اللقاء (للتأكيد على التعزيز المعنوي المستمر) ، والحديث عنه.

-يطلب من كل طفل إضافة ورقة ملاحظات لكل جيب كلما استطاع عمل المطلوب.

أحداث جميلة تعرضت لها خلال الأسبوع	كلمة أو جملة إيجابية للذات مثلنا (أنا أستحق.....)	أفعال قمتُ بها لنفسي أستحق التعزيز
أشياء جديدة تعلمتها	جملة أو رسالة شكر لصديق، أو لأحد أفراد العائلة	-قدمت المساعدة لشخص يحتاجها
كلمات إيجابية جميلة وجهت لي من (المعلمة، صديق، أحد أفراد العائلة،.....الخ)	-نقاط أو مصادر القوَّة لدي	-لقد استطعت عمل.....





2

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية إدارة الذات

نشاط 2.2



قراءة قصص



2

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

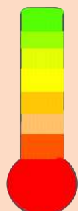
بطاقة

كفاية إدارة الذات

نشاط 2.3

بطاقة ميزان الحرارة

الميزان الأول:



يبدأ المعلم الحديث بأن الجميع يشعر بالغضب في يوم من الأيام، لأسباب أو مواقف معينة، مثلاً: يقوم بشرح نسبة أو درجة الغضب

، بحيث تكون:

-أعلى درجة اللون الأحمر: مثل غليان الماء أعلى ما يمكن، ولا أستطيع ضبط سلوكي، مثلاً: قد أقوم بضرب، أو كسر أي شيء أمامي.

-البرتقالي: غاضب جداً، ولكن أستطيع ضبط أعصابي، مثلاً: غاضب ، ولكن لا أقوم بعمل أي سلوك عدوانيّ.

-الأصفر: مزعج بعض الشيء، مثلاً: أشعر بالانزعاج بسبب تصرف، أو كلام ضايقني بعض الشيء.

-الأخضر: أشعر بالهدوء ، هادئ جداً، ومزاجي رائق.

الميزان الثاني:

يساعد الطفل على تعلم طرق ضبط النفس وتهدئة الذات:

-تمارين الاسترخاء، بالتنفس العميق.

-تخفيف التوتر، أو الغضب من خلال تلوين رسمة مثل (المانديلا).

-طرق إيقاف السلوك الخاطئ، يُطلب من الطفل العدّ حتى العدد

خمسة، وأخذ نفس عميق من الأنف وإخراجه بقوة من الفم.

ولمساعده على التنفس؛ يطلب منه أن يتخيل بأنه يشمّ وردة

(شهيقة)، ثم يقوم بإطفاء الشمعة (زفير).

-بعد تعليم الطفل هذه المهارات، والأنشطة المختلفة يتم

سؤاله:

ماذا فعلت كي تساعد نفسك كي تصل للون الأخضر والشعور

بالهدوء؟



3

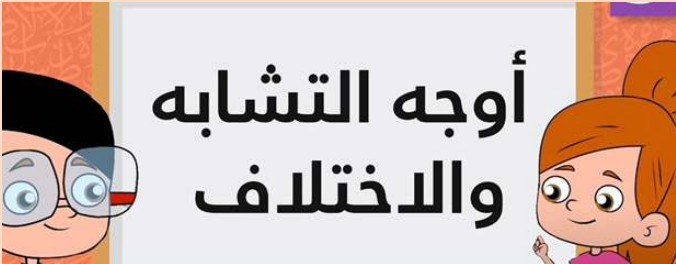
بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية إدارة الذات

نشاط 3.1

نشاط التشابه والاختلاف



يوزع المعلم/ة ست بطاقات على كل طفل/ة، ويطلب من كل طفل كتابة شيء خاص به، يعتقد أن المجموعة تتشابه معه فيه . يقوم الأطفال بالحديث بصوت مرتفع عن البطاقة الأولى مثلاً: عمري ١٠ أعوام، وطفل/ة آخر يقول أحب الحلويات وما شابه، ومن ثم يتجمع الأطفال الذين يتشابهون معاً، ويتحدثون مع بعضهم حول الأشياء المشتركة بينهم، ويستمر النشاط بنفس الآلية في البطاقة الثانية ثم الثالثة.

يقوم الأطفال بالحديث بصوت مرتفع عن البطاقة الأولى، مثلاً: أحب أكل الفواكه، وطفل/ة آخر يقول أحب شرب الشاي، وما شابه، وبالتالي يتجمع الأطفال الذي يختلفون معاً، ويتحدثون مع بعضهم حول الأشياء المشتركة بينهم، ويستمر النشاط بنفس الآلية في البطاقة الثانية ثم الثالثة.



بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية إدارة الذات

نشاط 3.2

نشاط نفهم ونتقبل بعضنا

يقسم النشاط إلى أربعة أجزاء؛

ماذا يحدث للآخرين؟

وتتكون الديناميكية من استخدام رسومات الوجوه مع المشاعر الأساسية: (الفرح والحنن والخوف والغضب والمفاجأة والحب والاشمئزاز). يتعلق الأمر بمطالبة الأطفال بتحديد المشاعر المختلفة التي يمثلها كل وجه من الوجوه.

بعد كل شيء سنجيب عن السؤال، ماذا يحدث للآخرين؟ في محاولة لشرح كيف يشعرون، ما قد يحدث لجعلهم يشعرون بهذه الطريقة، وما يجب عليهم التفكير فيه

*أضع نفسي في مكانك. نشاط لوضع أنفسنا في أحذية الآخرين. بالنسبة إلى بطاقات هذه اللعبة، نكتب فيها شخصيات مختلفة (أبي، أم، جدّ، معلم، شرطة، طبيب، طبيب أسنان، سائق، بقّال، الخ)، ونحضر أيضا موادّ للإفشاء أنفسنا. نعطي بطاقة لكل طفل، ونشرح لهم أننا يجب أن نحولّ أنفسنا إلى ما لمسنا، علينا أن نفكر في كيفية ارتدائه، وكيف يتحرك، وكيف يتصرف بشكل طبيعيّ.

كيف كنت تشعر، نعم...؟ نشاط لتعميق.

في هذه الديناميكية، سنستخدم مشاهد من القصص، والأفلام، والمسلسلات، والقراءات وما إلى ذلك. سنشرح الوضع والحدث، نطلب منهم أن يغلقوا أعينهم، ويعتقد كلُّ منهم أنه الشخص الذي حدث له الوضع، وأنهم يحاولون التفكير والشعور بذلك الشخص. بعد ذلك، نطلب منك الإجابة عن السؤال، ما هو شعورك، إذا؟

مستكشفون من الآخرين.

في هذه الديناميكية، سنكون مستكشفين لاكتشاف ما يفكر به، ويشعر به تجاه شخص آخر. نختار أحد المشاركين بشكل عشوائيّ ونخبره بموقف خياليّ يمر به. يجب على المشرك أن يعبر عن مشاعره وفكره، ولكن لا يخبر الآخرين. على الآخرين الذين لديهم أسئلة أن يتعرفوا على شعورهم، وما يفكرون به.



بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)



خارج
الصف

بطاقة رقم 4



كفاية العلاقات الاجتماعية

تحتوي هذه البطاقة على عدد من الأنشطة والتمارين، التي تساعد الأطفال في اكتساب مجموعة من المهارات؛ للوصول إلى كفاية العلاقات الاجتماعية. كفاية العلاقات الاجتماعية هي: "التعامل مع العواطف بفاعلية داخل العلاقات، وإقامة علاقات صحية ومشجعة، وذات مغزى مع الآخرين مع الحفاظ عليها، وأن تعتمد العلاقات على التعاون والتفاوض لإيجاد حلول للصراعات، وطلب المساعدة من الآخرين عند الحاجة.

تشمل كفاية العلاقات الاجتماعية على المهارات الست التالية:

- التواصل، والمشاركة الاجتماعية، وبناء العلاقات.
- الاستماع الجيد.
- العمل بشكل تعاوني.
- الرفض، ومقاومة الضغط السلبي.
- التفاوض، وحل النزاعات (إدارة الصراعات).
- طلب المساعدة وتقديمها، والدعم المتبادل من الجميع (دعم بعضهم البعض).

4

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية العلاقات الاجتماعية

نشاط 4.1

نشاط نزرع الأمل



-تحضير مجموعة من الأشتال الزراعية، أدوات زراعة، مع أصص،
وسماد، وكل ما يلزم عملية الزراعة متاحة وآمنة للمجموعة.
يقوم المعلم/ة بالناقاش مع الأطفال، والحديث عن أهمية الزراعة،
وعن ضرورة الاهتمام بمدرستنا كمكان خاص بنا كأطفال.
-يوزع على كل (٣) أطفال شتلة، وأدواتها الضرورية للزراعة،
ويطلب منهم توزيع الأدوار على بعضهم البعض بمساعدة
المعلم.

-العمل على زراعة الشتلة بحديقة المدرسة، أو في أصص، ومن
ثم إطلاق اسم على الشتلة، وكتابة أمنية جماعية لمجموعة
الأطفال، وهكذا لكل مجموعات الأطفال.

بعد الانتهاء من عملية الزراعة، يناقش المعلم/ة مع الأطفال
(كيف سنحافظ على الأشتال؟ وماذا سوف نستفيد؟ كيف نرعى
هذه الأشتال لكيلا تموت؟)



4

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية العلاقات الاجتماعية

نشاط 4.2

نشاط نستمع لبعضنا البعض



-يقسّم أفراد المجموعة إلى أزواج، حيث يعرف الطرف الأول بالرقم (١)، والآخر بالرقم (٢) ، بحيث يجلس كل منهما مقابل الآخر. -في الجزء الأول من النشاط: نطلب من جميع الأطفال أن يبدؤوا بالتحدث كلٌّ إلى شريكه، حول أي موضوع يرغب في التحدث عنه، يتكلم الجميع في الوقت ذاته، ويحاول كل شريك أن يجعل شريكه يصغي إليه.

-يعطي المعلم/ة بعد دقيقة واحدة إشارة للمجموعة (بقرع طبل، أو التصفير، أو التصفيق)؛ ليكفوا جميعاً عن التحدث، ومن ثم يسألهم عن شعورهم عندما قاطعهم.

في الجزء الثاني من النشاط: أطلب من الأطفال رقم (١) أن يتحدث كل منهم لشريكة رقم (٢) (تبادل الأدوار في الحديث)، في هذه المرة يلتزم الأطفال رقم (٢) الصمت، لكنهم بصمتهم هذا يبدون أنهم غير معنيين على الإطلاق في سماع القصة التي تتلى على مسامعهم. أطلب منهم أن يعبروا عن مللهم، أو تشتتهم.

بعد دقيقة واحدة أطلب منهم تبادل الأدوار، وأقوم بمقاطعة حديثهم بعد مرور دقيقة من الوقت، ثم أسألهم عن شعورهم عندما كانوا يتكلمون، ولم يُبدِ شركائهم أي اهتمام لهم. ومن ثم نطلب من الرقم (١) أن يأخذ دور المتحدث فيصغي إليه الرقم (٢) (ويُبدى له اهتماماً، أسأل المشاركين عن شعورهم بعدما استمع إليهم الآخر جيداً).



4

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية العلاقات الاجتماعية

نشاط 4.3

نشاط بالونات الهواء



نطلب من الأطفال الوقوف بشكل دائريّ، وينفخ كل منهم بالوناً، ويكتب شيئاً يحبه، أو يرسم رسمة على البالون، نقوم بتشغيل موسيقى حماسية، ونطلب من جميع الأطفال إطلاق جميع البالونات في الهواء؛ بحيث يحافظ الجميع على جميع البالونات في الهواء، وليس البالون الخاص به فقط. الآن نطلب من الأطفال - خلال تشغيل الغيل الموسيقي - أن يقوموا بإطلاق البالونات في الهواء، وعلى جميع الأطفال الحفاظ على جميع البالونات في الهواء بشكل تعاوني. نناقش التعاون الذي يؤدي إلى النجاح وتحقيق الأهداف.



4

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية العلاقات الاجتماعية

نشاط 4.4

إعادة التدوير والمسؤولية
المجتمعية



-يقوم المعلم بشـرح أهمية الانتماء للبيئة، والمحافظة عليها؛ لبث روح الانتماء للمكان، والبيئة المحيطة.
-عمل عصف ذهنيّ للأفكار التي يمكن تطبيقها، وتوعية الطلبة بأهميتها، ودورهم في المجتمع المحليّ.
مثلا: زيارة، أو تقديم الدّعم لأطفال مرضى، أو للمسـنين؛ للمساهمة في رسم البسمة على وجوههم.
ضرورة مناقشة أهداف الزيارة، والعائد النفسيّ على الطرفين.
يمكن أن يخص المعلم جلسة خاصة للحديث عن التطوع المجتمعيّ، من خلال قصص أو أفلام ذات العلاقة.

بعض الأفكار:

-التطوُّع في حملات لتنظيف البيئة المدرسية، أو الحارة، أو القرية.
-تجميع البلاستيك، والعُلب المعدنية، وإعادة تدويرها بعمل لتزيين المدرسة بالزراعة داخلها، أو عمل أشكال فنية وتلوينها .
-استثمار طاقات ومواهب الأطفال؛ بالرسم على الجدران الخارجية لساحة المدرسة.
-الزراعة في جرابات القطن أو النايلون، من خلال وضع الحبوب داخل الجراب، وتشكيله كما في الصورة أدناه، ورسم وجهه، كما هو بالصورة.
تعبئتها بالتربة، وزراعة بعض البذور. ويمكن استخدام العلب الفارغة لاستخدامها كقاعدة للنبتة.
يمكن استبدال التراب بقطعة من القطن والبذور.



بطاقات أنشطة
المجموعات الصغيرة
(المبادرات)



خارج
الصف

بطاقة رقم 5



كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة

تحتوي هذه البطاقة على عدد من الأنشطة والتمارين، التي تساعد الأطفال على اكتساب مجموعة من المهارات؛ للوصول إلى كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة، هذه الكفاية تتمثل في تقييم المخاطر بدقة، واتخاذ قرارات تعتمد على أخذ جميع العوامل بعين الاعتبار، وكذلك تبعات تجريب البدائل، احترام الآخرين، تحمل مسؤولية القرارات المأخوذة.

تشمل كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة على الأربع

مهارات التالية:

- تحديد المشكلات.
- تحليل المواقف.
- حل المشكلات.
- التقييم والتفكير.

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة

نشاط 5.1

نشاط الملك والصخرة

يرتكز هذا النشاط على السرد القصصي، ومناقشة المحتوى الذي يجب أن يكون ذا علاقة بالتفكير الإيجابي، وتقييم وتحليل الموقف. علينا في البداية حث الأطفال على الاستماع للقصة، يبدأ المعلم بسرد القصة بطريقة مشوقة، يمكن استخدام طريقة الحكواتي.

قصة الملك و الصخرة

"يُحكى قديماً أن أحد حكام البلاد، قام بوضع صخرة كبيرة في طريق رئيسي، فأغلقتة تماماً، ووضع حارساً ليراقبها من خلف شجرة؛ ليخبره بحدود أفعال الناس. مرّ أولُ رجل، كان رجلاً كبيراً في البلدة، فنظر إلى الصخرة باشمئزاز منتقداً من وضعها، وقال غاضباً: سوف أشكو هذا الأمر، سوف يُعاقب من وضعها، ثم مرّ رجل آخر، فقام بما فعله الأول، وبعد ذلك مرّ ثلاثة شباب، ووقفوا جانب الصخرة، وسخروا من هذا الشيء، ووصفوا من وضعها بالجاهل، والفوضويّ ثم انصرفوا إلى بيوتهم، مرّ يومان، حتى جاء فلاح بسبيط ورآها فلم يتكلم، وبادر إليها مشمراً عن ساعديه، محاولاً دفعها، طالباً المساعدة ممّن يمرّ، فتشجع الآخرون، وساعدوه فدفعوا الصخرة حتى أبعدوها عن الطريق، وبعد أن أزاح الصخرة، وجد تحتها صندوقاً حُفر له مساحة تحت الأرض، في هذا الصندوق كان هناك قطع من الذهب، ورسالة مكتوب فيها: من الحاكم إلى من يُزيل هذه الصخرة، هذه المكافأة للإنسان الذي فكر وتصرف بشكل إيجابيّ دون أن يتذمر"

بعد الانتهاء من سرد القصة نطلب من الأطفال - لمن يريد - إعادة سرد القصة، وتلخيصها حسب ما فهمه منها، ولمن يريد تمثيلها ولعب الأدوار، ومن ثم يتم فتح النقاش الجماعيّ، مع التذكير على قواعد

وقوانين الفصل، **فيما يلي مجموعة الأسئلة الموصى بها:**

- ما الذي أعجبكم في القصة؟

- ما رأيكم في تصرف الفلاح؟

- هل أعجبك تصرف الأشخاص الذين مروا عن الصخرة في البداية؟ ولماذا؟

أثناء النقاش نركز على تحليل الموقف، والنقد الإيجابيّ، والتقييم،

وطريقة التفكير الإيجابيّ من خلال وصف كيف تغيّرت وجهات النظر

السلبية للشخصيّات. بعد انتهاء النقاش، يمكن أن نقوم بتوزيع صور

للقصة غير مرتبة ونطلب منهم ترتيبها.

5

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة

نشاط 5.2

نشاط نتحاور معاً



-تجلس المجموعة بشـكل دائريّ، نبدأ بحوار جماعيّ مع جميع الأطفال، ونطلب منهم أن يقوموا بعملية التفكير والعصف الذهني لجميع المشكلات التي تواجههم كمجموعة، سواء مجموعة فصلية، أو مجموعة خارجية، أو كمدرسة واحدة، عليك كمعلم في هذه اللحظة أن تقوم بدور الميسر، وحدد جميع المشكلات التي يقولها الأطفال، ومن ثم كتابتها على لوح.

- نقسم الأطفال إلى ثلاث أو أربع مجموعات، وذلك حسب العدد الكلي للأطفال، ومن ثم نطلب من كل مجموعة أن تختار مشكلة مختلفة، ونعطيهم بعض الوقت لنقاش أسباب المشكلة، ثم نطلب من كل فريق أن يذكر المشكلة، ونقوم بكتابة كل مشكلة على ورقة برسـتول، ثم نطلب من كل فريق التوجه إلى زاوية من زوايا الغرفة، ونضع أمامهم أسباب المشكلة ونطلب منهم أن يفكروا بخطوات لحل المشكلة. عند وصولهم لأكثر من حلّين؛ على الفريق الانتقال إلى وسط الغرفة، وإلى أن تكتمل ثلاث فرق من الوصول للحلول، نطلب من كل مجموعة عرض حلول المشكلة، إلى أن نستمتع إلى الفرق الثلاث ونطرح عليهم ما هي أفضل الحلول، مؤكّدين في النهاية بأنه للوصول لحلّ أي مشكلة يجب اتباع خطوات التفكير بالمشكلة، ووضع حلول واختيار الأفضل.

سيشعر الأطفال بالإنجاز، حيث إنهم استطاعوا تحديد مشكلاتهم الخاصة بهم كمجموعة، والتعرف على ماهيتها، ومن ثم التفكير بها وتحليلها، ووضع حلول مقترحة لها كمجموعة وليس كأفراد، من خلال اتباع خطوات حل المشكلات، والتي هي معلقة في لوح داخل الصفّ.

الحث على تعميم خطوات حل المشكلات في المواقف الحياتية للأطفال داخل وخارج المدرسة.



5

بطاقات أنشطة
المجموعات المصغرة
(المبادرات)

بطاقة

كفاية اتخاذ القرارات المسؤولة

نشاط 5.3

نشاط (M) و (W)



يكتب كل واحد منهم (٣) و () بحجم كبير، على ورقة لوح قلباب كبيرة، أو مجسم، ومن ثم نضعها على الأرض، نقسم الأطفال إلى أربع مجموعات، ونطلب من كل مجموعتين الوقوف بجانب ورقة من الورقتين (٣) و () . كل مجموعة تقف على جانب من جوانب الورقة ومن ثم أسأل كل مجموعة ماذا تشاهدون؟

سوف ترى كل مجموعة هذا الشكل من منظورها الخاص، وسوف يكون هناك أربع وجهات نظر مختلفة، سوف ترى مجموعة الرقم (٣)، كما هو رقم (٣)، والمجموعة التي تقف على الجانب الأخر من الورقة سوف تراه حرف سين، أو أي شيء آخر، والمجموعتان الأخيرتان كذلك، الأولى منهما سترى حرف (W)، والأخرى حرف (M).

ومن ثم سنقوم بفتح نقاش جماعي مع جميع الأطفال (أي الإجابات هي الإجابة الصحيحة؟)، وفي النهاية بعد خلافات ونقاشات أوكد بأن الإجابات جميعها صحيحة؛ لأن كل مجموعة تشاهد هذا الشيء من جهتها أي من منظورها الخاص، ومن هنا تنشأ الخلافات والصراعات بين الأفراد، لأننا نرى الشيء ذاته بأشكال مختلفة، وهي أن الشيء نفسه يحدث عندما يتورط الناس في صراع ما إذ إنهم ينظرون إلى الموقف ذاته، إنما بطرق مختلفة، كما هو الحال عندما نظرنا إلى الصور، ويصعب حل الصراع عندما يلتقي أطراف الخطأ على الطرف الآخر، ولا يفتحون على آراء خصومهم.

نخلص أننا يجب أن ننظر للشيء نفسه من جهات مختلفة؛ لحل الصراعات، وناقش وجهات النظر المختلفة، ونتقبلها؛ لأننا ممكن أن نكون جميعاً على صواب.

