

الموضوع | تمكين الذات

العنوان:

أتنفس الحياة

قسم البرنامج:

المسرح

الهدف السلوكي المعرفي:

أن يعدد المراهق مصادر الدعم النفسي التي تحيط به في كل مكان.

الهدف السلوكي الحسي والحركي:

أن ينفذ النشاط المطلوب بطريقة الرسم.

الهدف السلوكي الوجداني

أن يقدر قيمة الدعم والاحتواء التي تلقاها من الآخرين .

القيم المكتسبة من البرنامج للطفل:

التقدير . مساعدة الآخرين . الكلمة الطيبة . العرفان بالجميل .

الخبرات المكتسبة للطفل (المادة العلمية):

الدائرة : محل هندسي لنقاط تبعد بعداً ثابتاً عن نقطة في الوسط تسمى المركز .

المهارات المعززة:

تمكين الذات ، الصمود ، الإصغاء .

الأسلوب والاستراتيجية المتبعة:

المناقشة والعصف الذهني .

الأدوات المستخدمة:

أوراق بيضاء . أقلام . علب ألوان . فرجار . صورة لوجه حزين .

هدف القسم:

أن يستنتج المراهق طرق تجاوز الصعاب في حياته (الاستمرار والمثابرة) .

طريقة التنفيذ:

النشاط (1): يطلب المربي من المراهقين وضع اليد اليمنى فوق الكتف الأيسر ثم اليد اليسرى فوق الكتف الأيمن ثم يردد) أنا أحضن نفسي.. أنا أحب نفسي)، يقوم المربي بعرض صورة لوجه حزين مرسوم على ورقة ويتحاور مع المراهقين حولها . ((الصورة لشاب تعرض لمشكلة حياتية وهو بحاجة لأشخاص او لشخص يساعده في تجاوز مشكلته وإيجاد حل لها)) .

برأيك من هم الأشخاص الذين قد يساعده للتخفيف من الألم الذي يشعر به؟؟ يدون المربي الإجابات التي قدمها المراهقون ثم يقوم بتوزيع ورقة فارغة لكل مراهق ويوجه النشاط لهم ويطلب منهم أن يرسموا دائرة في منتصف الورقة ثم كتابة الاسم أو أي رمز يعبر به المراهق عن ذاته داخلها، ويطلب المربي من كل مراهق أن يرسم دائرة أو أكثر أصغر من الدائرة الأولى، وهنا يسأل المربي عن رسم الدائرة هل تعرفون كيف نرسم الدائرة ؟ ما هي الدائرة؟ يستنتج المراهقون أن الدائرة شكل هندسي مستوي وهي أيضاً المحل الهندسي لنقاط تبعد بعداً ثابتاً عن نقطة في الوسط تسمى المركز . بعد أن تعرف المراهقون على الخبرة العلمية السابقة ويطلب المربي من المراهقين أن يمثلوا بالدوائر الصغيرة السابقة والأشخاص الذين يقدمون الدعم له سواء كان هذا الدعم مادياً أو معنوياً وكتابة اسم الشخص أو رمز يعبر عنه أو حتى رسم أو التعبير عنه بأي طريقة ملائمة كبيت شعر مثلاً أو صفة مثل (الحنان)، وبعد الانتهاء من هذه المرحلة يطلب المربي من المراهقين أن يرسموا سهماً ينطلق من الدائرة الصغيرة باتجاه الدائرة الكبيرة على أن يكتبوا أو يعبروا بالرسم أو بالرموز عن نوع الدعم المقدم لهم من قبل هؤلاء الأشخاص أو ما يمكن أن يقدموه لهم في المستقبل، ويناقش المربي أداء

المراهقين عن طريق الحوار المتبادل ثم يطلب المربي الإجابة عن الأسئلة التالية: (أسئلة التقويم المرحلي)، يقوم المربي بتوضيح فكرة عامة وهي أن مصادر الدعم النفسي مختلفة ومتنوعة وتحيط بنا في كل مكان ولا تقتصر على العائلة. النشاط(٢): يطلب المربي من المراهقين أن يذكروا بعض المواقف الجميلة التي مروا بها في حياتهم وكذلك بعض المواقف السيئة التي مروا بها أو تعرضوا لها أيضاً ثم يسجل هذه المواقف على ورقة جانبية ويرسم المربي خطأ مستقيماً ويطلب من المراهقين أن يشكّلوا خطأ منحنياً متجهاً للأعلى يليه خطأ منحنياً متجهاً للأسفل. العبارات :- أول يوم في المدرسة. - زيارة الحديقة. - التفوق المدرسي. - تلقي هدية من الأم. - مشاجرة. - فراق صديق. - الاستيقاظ متأخراً في يوم الامتحان. يطلب المربي من المراهقين تدوين العبارات السابقة على الخط البياني بحيث أعلى ذروة للخط للمواقف الإيجابية وأدنى نقطة للمواقف السلبية. يسأل المربي: ماذا تفعل عند التعرض للمواقف السلبية؟؟ كما يؤكد المربي على ضرورة النظر دائماً باتجاه القسم العلوي من الخط البياني وتجاهل القسم السفلي ، ويستنتج المراهقون أن الأهم ألا نتوقف عند الأخطاء أو المواقف الصعبة بل على العكس علينا ان نستفيد منها فالفشل هو بداية النجاح..... وعلينا الاستمرار والمتابعة والمثابرة والتعافي والنجاح.

التقويم المرحلي:

١-اذكر بعض المواقف الإيجابية وأيضاً بعض المواقف السلبية التي مررت بها في حياتك . ٢-دوّن هذه المواقف على ورقة بيضاء . ٣-اذكر أسماء الأشخاص الذين قدموا لك الدعم . ٤-عبّر بجملة عن ذلك الدعم .

أسئلة البحث العلمي والإسناد:

١-عرّف الدائرة . ٢- ماذا نسمي النقطة التي تقع في الوسط ؟

التقويم النهائي:

١-كيف شعرت خلال هذا النشاط ؟ ٢- ماالذي يمكن أن تغيره في هذا النشاط في حال تكرر معك ؟ ٣- ماذا تعلمت من النشاط ؟