

العنوان:

أحافظ على صحتي

قسم البرنامج:

المسرح

الهدف السلوكي المعرفي:

- أن يذكر الطفل اسم الأداة التي نزن بها الأشياء

الهدف السلوكي الحسي والحركي:

- أن ينقل الطفل الورقة الصحيحة لمكانها المناسب

الهدف السلوكي الوجداني:

- أن يقدر الطفل أهمية الاهتمام بغذائه

القيم المكتسبة من البرنامج للطفل:

إلقاء السلام - الاهتمام بالصحة - قول الحقيقة - تقبل النصيحة

الخبرات المكتسبة للطفل (المادة العلمية):

- الإكثار من الحلويات والمعجنات يسبب السمنة

المهارات المعززة:

الاستماع - الانتباه - الإصغاء - التركيز - التقليد والمحاكاة

الأسلوب والاستراتيجية المتبعة:

- مسرحية (تمثيل أدوار)

- استراتيجية: وجبات الطعام الثلاث

الأدوات المستخدمة:

مكبرات صوت - ورق مطبوع عليه أصناف من الطعام

هدف القسم:

- أن يقدر الطفل أهمية الاهتمام بغذائه

طريقة التنفيذ:

كان يا مكان وفي يوم من الأيام ذهبت نور وصديقتها ندى إلى محل والد نور حيث يعمل والدها بائعاً للخضار. دخلوا المحل وألقوا السلام، وجدت نور والدها يضع كيس البطاطا على الميزان، فسألته: ماذا تفعل يا أبي؟ فقال: إني أزن كيس البطاطا.

نور: وهل هذا الميزان يزن فقط أكياس البطاطا؟

رد الأب: لا بل يزن أي شيء نضعه عليه وهذا ميزان رقمي يظهر الوزن بدقة.

طلبت نور من والدها أن تزن نفسها هي وصديقتها.

صعدت نور على الميزان وأخبرها والدها بأن وزنها ١٥ كيلو غراماً، ثم صعدت ندى فكان وزنها ٢٠ كيلو غراماً، وهنا فكرت نور وقالت في نفسها: لماذا ندى وزنها ٢٠ وأنا ١٥ فقط؟ سوف أكل طعام كثيراً لأصبح مثل ندى.

بدأت نور بأكل الشيبس والمعجنات كل يوم لتصبح مثل ندى.

لاحظت الأم بأن نور أصبحت سميكة وبدأت تراقب طعامها فتفاجأت بأنها تقوم بأكل الحلويات والمعجنات بكثرة، فسألته الأم نور: ما سبب هذا التصرف؟ فأخبرتها نور: أريد أن أصبح مثل ندى.

أجابته الأم: لكل طفل وزن حسب عمره، ثم قالت لها: صديقتك ندى أكبر منك بقليل.

شعرت نور بالألم في معدتها، فقالت الأم: سوف آخذك إلى الطبيب لنطمئن على صحتك.

(في العيادة)

تقول الأم للطبيب: لقد كان وزنها ١٥ كيلو غرام.

الطبيب: هذا الوزن المناسب لعمرها.

الأم: والآن ماذا سوف نفعل أيها الطبيب؟

الطبيب: عليك يا نور بالأكل الصحي، مثل الخضروات والفواكه وشرب الحليب، وعدم الإكثار من الشيبس والمعجنات والحلويات، وكذلك ممارسة الرياضة لتحافظي على صحتك.

تشكر الأم ونور الطبيب على نصائحه.

النشاط:

يقسم الأطفال إلى مجموعات، وتختار كل مربية ثلاث أطفال.

لدينا مجسمات أو أوراق مطبوع عليها رسوم لأصناف من الطعام. عندما تقول المربية حان وقت الفطور، على الأطفال أن يذكروا الأصناف التي نضعها على الفطور، ثم يختار الأصناف ويضعها على مائدة الفطور، ويتحدث الطفل ماذا يفعل قبل الطعام وبعده، ومراعاة آداب الجلوس حيث يجلس الأب في الوسط والأم بجانبه ثم الأولاد.

التقويم المرحلي:

١- ماذا استخدم والد نور ليزن كيس البطاطا؟ ٢- من كان وزنه أكبر نور ام ندى؟ ٣- ماذا فعلت نور ليصبح وزنها مثل وزن ندى؟ ٤- عندما ذهبت إلى الطبيب ما هي النصائح التي قدمها لنور؟

أسئلة البحث العلمي والإسناد:

- إذا افترضنا في تناول المعجنات والحلويات ماذا يحصل؟

التقويم النهائي:

١- عدد ثلاث أشياء نزنها بالميزان؟ ٢- أذكر أصناف الطعام التي تتناولها في وجبة الغداء؟ ٣- إذا شاهدت أخاك الصغير يتناول الحلويات قبل النوم ماذا تفعل؟ ولماذا؟