

# أنشطة تطوير كفايات التّعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ لتعزيز التكيف الصحيّ والرفاه النفسيّ الصف الثالث الأساس

2022-2021



## مقدمة عامة:

إن العودة إلى المدارس هذه السنة وبعد غياب سنتين، بسبب جائحة كورونا من جهة، والأزمات التي تعصف ببلدان من جهة أخرى، تطرح تحديات كثيرة أمام نظام التعليم بأكمله من الجهاز الإداري والتعليمي إلى الأهل وصولاً إلى المتعلمين أنفسهم، الذين كانوا أكثر المتضررين من البقاء ولفترة طويلة في البيوت، بعيداً عن جو التفاعل والتواصل الاجتماعي الذي توفره بيئة المدرسة، وفي ظل غياب فرص تعلم عادلة فرضتها العوائق اللوجستية والاقتصادية وغيرها.

من هنا، كان لا بد من إيلاء مسألة العودة إلى المدرسة هذه السنة اهتماماً شديداً من قبل المعنيين، وبخاصة عودة المتعلمين الصغار من أطفال الحلقة الأولى الذين يدخل عددٌ وفير منهم المدرسة لأول مرة، ما يستدعي وضع خطة مدروسة، تراعي الجوانب النفسية والاجتماعية والأكاديمية لهم، فتعمل على معالجة الثغرات في المكتسبات والمهارات بدءاً من الأهداف الأساسية وكفايات مرحلة الروضات، إلى مساعدتهم على الانخراط سريعاً في جو المدرسة ونظامها، ودعمهم نفسياً واجتماعياً عبر أنشطة التعبير الانفعالي الاجتماعي وغيرها من الأنشطة والألعاب لتسريع عملية التأقلم والتواصل.

## مقدمة مادة أنشطة تطوير كفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي:

إن اكتساب المتعلمين لكفايات التعلم الاجتماعي الانفعالي يعتبر حاجة أساسية في تحقيق التكيف الصحي، وتأمين الرفاه النفسي، بالإضافة إلى تطوير تفكير قيمى يحاكي المبادئ الأخلاقية العامة.

نشير أنه يتم العمل حالياً على إنهاء إطار مرجعي وطني للتعلم الاجتماعي الانفعالي، ينسجم مع الإصدارات العالمية، ويتلاءم مع البيئة اللبنانية.

ويشمل هذا الإطار كفايات موزعة على ثلاثة مجالات: معرفية وانفعالية واجتماعية، لكل منها أهداف خاصة يتم العمل على تحقيقها من خلال دمجها ضمن المواد التعليمية، أو عبر أنشطة محددة. وتدرج هذه الكفايات وفق المراحل التعليمية بما يلبي الحاجات النمائية المختلفة لكل مرحلة.



ولا بدّ من التّوضيح ، أنّ التّعلّم الاجتماعيّ والانفعاليّ، يعدّ مساراً مستمراً ومستداماً لإكساب المتعلّمين المعارف والقدرات، والمهارات الاجتماعيّة والانفعاليّة، في حين أنّ الدّعم النفسيّ الاجتماعيّ هو برنامج تدخل في حالات الأزمات والصّدّات والطّوارئ، يهدف إلى التخفيف من التّأثيرات السّلبية الناتجة عنها. نقدّم في هذا الدليل مجموعة من الأنشطة التي تساهم في تحقيق بعض كفايات التّعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ لدى المتعلّمين، مما يسهّل عودة المتعلّمين الآمنة إلى المدرسة.

وقد تمّ اختيار الأنشطة المدرجة في هذا الدليل من مجموعة الرّزم التّربويّة الصّادرة عن وزارة التّربية والتّعليم العالي، والتي تمّت مراجعتها والمصادقة عليها من قبل المركز التّربويّ للبحوث والإثراء، بالإضافة إلى رزم أنشطة تمّ تطويرها من المركز التّربويّ للبحوث والإثراء، بما يحقّق الكفايات المطلوبة. تتوزّع هذه الأنشطة أسبوعياً على الحلقات والصّفوف وفق جداول تبيّن التّالي: مصدر النّشاط، العنوان، الصّفحة، المجال، التّحضيرات المسبقة، والملاحظات.

كما نلفت انتباه المتعلّمين الذين يعملون على تطبيق هذه الأنشطة إلى بعض الملاحظات:

- 1- نظراً أنّ التّعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ هو عمليّة مستمرة، من المهمّ جدّاً الرّبط بين أهداف الأنشطة، وكفايات الإطار المرجعيّ للتّعلّم الاجتماعيّ الانفعاليّ خلال تطبيق كلّ نشاط.
- 2- نُظمت هذه الأنشطة بشكلٍ يراعي تنوع المجالات من:
  - انفعاليّ: المهارات التي تولّد الفهم العاطفيّ، والقدرة على إدارة مشاعر الشّخص بأسلوب إيجابي، يتضمن أدوات للتّوقّع والسيطرة على المشاعر.
  - معرفيّ: المهارات التي تبني القدرات العقليّة من أجل تركيز الانتباه، وتذكّر التّعليمات والمفاهيم، والتلاعب بالاختبارات المتعدّدة بنجاح، والتّخطيط للمستقبل القريب والبعيد.
  - اجتماعيّ: المهارات التي تبني علاقات وتفاعلات إيجابية مع الآخر والمنظومة. على أن نبدأ في هذه المرحلة في الأسابيع الأربعة الأولى التي تدخل ضمن برنامج التّعافي على الشكل التّالي:

- **أولاً:** المجال الانفعاليّ: من خلال تقديم نشاط يندرج في هذا المجال، يساعد المتعلّمين على التعبير عن انفعالاتهم وتحديدتها ومشاركتها.



- **ثانياً:** المجال المعرفي: الانتقال إلى تطبيق أنشطة تحاكي هذا المجال، وما يتضمّنه من كفايات تساعد على الانتباه المركز والتنظيم، والعودة إلى المعتاد.
- **ثالثاً:** المجال الاجتماعي: من أنشطة تخدم بناء العلاقات مع المجموعة والتفاعل والمشاركة.
- وبعد هذه المرحلة تستكمل الأنشطة بالطريقة الواردة في الجدول أدناه وبحسب تشبيكها مع المجالات.
- 3 كل نشاط يخدم أهداف محدّدة، لذا من المفيد الحرص والتأكد من مدى تحقيق هذه الأهداف خلال تنفيذ النشاط.
- 4 إنّ ترتيب الأنشطة جاء من البسيط إلى المركّب، من هنا أهمية الالتزام بالترتيب والتسلسل الذي أدرجت من خلاله قدر الإمكان.
- 5 من الممكن أن نجد أنشطة تخدم الأهداف نفسها، لكنها ليست بمستوى الصعوبة نفسه، إنّما تتدرّج من الأسهل إلى المركّب.
- 6 إعطاء الوقت اللازم بعد الانتهاء من النشاط للمناقشة والتفكير، واعتبار هذا جزءاً أساسياً من النشاط.

### خطوات تساهم في نجاح تحقيق أهداف هذا البرنامج:

- 1 تحضير النشاط بشكل مسبق.
- 2 التأكد من تأمين المواد والوسائل المطلوبة لكل نشاط قبل موعد تنفيذه.
- 3 النظر في مدى ملاءمة النشاط لحاجات المتعلّمين الآتية في الصف.
- 4 الربط بين النشاط وحياة المتعلّمين.
- 5 التذكير بالأهداف السابقة، وعلاقتها بالأهداف الحالية.
- 6 تعزيز العلاقة بين أهداف المواد التعليمية وأهداف البرنامج.
- 7 طلب الدعم والمساعدة من جهاز الإرشاد والتوجيه لتطبيق الأنشطة والاستفسار حول البرنامج.



## الصف الثالث الأساس

الأسبوع	الدليل	عنوان النشاط	الصفحة	المجال	تحضيرات مسبقة	ملاحظات
1	الأنشطة الترفيحية للدعم النفسي الاجتماعي	الإشارات الملونة	29	الانفعالي		
2	برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلّمين والمعلّمين والأهل في خلال الأزمات وحالات الطوارئ <a href="https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf">https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf</a>	محلّ الخياط	39	المعرفي		
3	برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلّمين والمعلّمين والأهل في خلال الأزمات وحالات الطوارئ <a href="https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf">https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf</a>	تعبير جسدي على وقع الموسيقى	29	الانفعالي		يمكن اختيار واحداً
		فلنقاسمها	33	الانفعالي		
4	برنامج الدعم النفسي الاجتماعي للمتعلّمين والمعلّمين والأهل في خلال الأزمات وحالات الطوارئ <a href="https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf">https://www.crdp.org/sites/default/files/2020-12/Psychosocial-support-program.pdf</a>	الإصغاء والإخبار	38	الاجتماعي		يمكن اختيار واحداً
5	الأنشطة الترفيحية للدعم النفسي الاجتماعي	التراشق بكرات الثلج	15	الاجتماعي		
6	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	باقة من نفسي السابقة	4	المعرفي	الجدول	
7	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	تغيير الزمان	8	المعرفي	أوراق بيضاء/ الملحق / أقلام رصاص / أقلام تلوين	
8	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	رسم الكف والصفات الإيجابية	13	المعرفي		
9	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	الأخطبوط الغاضب	17	الإنفعالي	القصة	
10	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	المسامير في السياج	23	الإنفعالي	القصة	
11	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	قواعد الحياة في الصف	28	الاجتماعي	ورقة كبيرة بيضاء/ الملحق المرفق	



ملاحظات	تحضيرات مسبقة	المجال	الصفحة	عنوان النشاط	الدليل	الأسبوع
	طابة / قناني بلاستيكية	الإنفعالي	34	الروح الرياضية	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	12
	القصة	الإنفعالي / الاجتماعي	38	الضفدعتان الصديقتان في الحفرة	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	13
	النظارات الملحق البلاستيكية / الملحق 1	الاجتماعي / الإنفعالي	42	أرى من خلال نظارات / عيون مختلفة	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	14
		الإنفعالي	51	المرأة	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	15
	شريط / كرتون	الاجتماعي	55	سلسلة الصداقة	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	16
		الاجتماعي	59	القصة المشتركة والرسم المشترك	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	17
		الاجتماعي	63	الصديق الجيد	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	18
		الاجتماعي	68	من الفم إلى الأذن	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	19
		الاجتماعي	73	تعلم الإصغاء	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	20
		الاجتماعي	77	القليل مني والقليل منك	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	21
	ملحق حماية الذات بالقرب من المنزل	المعرفي / الاجتماعي	81	حماية الذات بالقرب من المنزل	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	22
	حبل طويل	الاجتماعي	86	الجميع معاً	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	23
	القصة	المعرفي / الاجتماعي	90	قصة الساحر	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	24
	القصة	المعرفي / الاجتماعي	94	الخمسة المحظوظون	<a href="https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf">https://www.mehe.gov.lb/ar/Pages/Publications/Unicef%20Book%20Grade%203.pdf</a>	25



# THANK YOU

USAID-funded program, managed by World Learning Inc.  
**Quality Instruction Towards Access and Basic Education Improvement (QITABI 2):** 2<sup>nd</sup> floor, Azar Building (ID Design bldg), Sin El Fil, Lebanon, Tel: +961-1-511552/3

