

تعمل على ضبط سلوكها
والسيطرة على انفعالاتها

المعيار التربوي

٤



المستوى الرابع



تقويم

تفعيل

تحضير

هيا نتعلم الحلم

المجال
النفس

استضافة



استراتيجية التنفيذ

استضافة أخصائية تعديل سلوك لمناقشة الطالبات في التدريب على ضبط الانفعال



فكرة النشاط

١. لماذا ينبغي أن نضبط انفعالاتنا؟
٢. عواقب عدم ضبط الانفعالات والسلوكيات.
٣. كيف يمكن تحسين قدرتنا على ضبط الانفعالات.



محتوى النشاط

١. الاسترشاد بهدي النبي صلى الله عليه وسلم أثناء النشاط.
٢. العناية بالجانب التطبيقي مع الطالبات أثناء النشاط.
٣. الحرص على تفاعل الطالبات أثناء النشاط.



إرشادات التنفيذ

ساعتان



مدة النشاط

1. نسبة المشاركات إلى العدد الإجمالي المفترض.

2. مدى حماس الطالبات للنشاط وإقبالهن على المشاركة فيه.

3. مدى تفاعل الطالبات مع الأخصائية.

4. مدى جودة أداء الطالبات عند التطبيق.



مؤشرات نجاح البرنامج

قدرة الطالبة على التحكم في انفعالاتها وضبط سلوكها



مؤشرات اكتساب المعيار

ما هي أكثر المواقف التي تغضبين فيها ولا تتحكمين في انفعالك؟ وكيف ستتصرفين معها في
المرات القادمة؟



نشاط كراس الطالبة