

المجال
الصحي

المعيار التربوي

تتجنب الكسل والإفراط في
النوم والراحة

٤



المستوى الثاني



تقويم

تفعيل

تحضير

علم الكسل!

مشاهدة مادة مرئية تتبعها مناقشة



استراتيجية التنفيذ

مشاهدة لمقطعين مرئيين عن كيفية مقاومة الكسل والتغلب عليه مع نصائح عملية، تستمع لها الطالبات مع المعلمة ويسجلن ملاحظاتهم ثم تتبع المشاهدة نقاش بناء.



فكرة النشاط

- الكسل في ٦ خطوات (عربي).
- ٧ طرق مجربة للتوقف عن الكسل (انجليزي / توجد له ترجمة تلقائية في الموقع).



محتوى النشاط

1. تشرح المعلمة للطالبات أهمية التغلب العملي على الكسل كس تحفزهن على المشاهدة.
2. توضح لهن أهمية تدوين الملاحظات والاستفسارات للنقاش بعد المشاهدة.
3. يتركز النقاش بعد ذلك في كيفية تطبيق هذه النصائح على واقع الطالبات وما التحديات التي من الممكن أن تواجههن، وعمّا إذا كانت لإحداهن تجربة شبيهة.



إرشادات التنفيذ

ساعتان



مدة النشاط

1. انشغال الطالبات بالسماع والتدوين والمناقشة الجادة بعد ذلك.
2. نوعية الأسئلة والاستفسارات الدالة على الفهم العميق لمحتوى النشاط والغرض منه.
3. التوصل لحلول عملية وبرنامج يتفق عليه الجميع في نهاية النشاط.



مؤشرات نجاح البرنامج

1. تذكر الطالبات للخطوات العملية المتفق عليها للتغلب على الكسل، والقدرة على استحضار معظمها عند إعادة النقاش.
2. إدراك الطالبات لأهمية التغلب على الكسل وكونه مرض سلوكي اجتماعي يجب التخلص منه ويتجلى ذلك في إتقان النشاط التالي الخاص بالتفعيل والتقويم من هذا البرنامج.



مؤشرات اكتساب المعيار

لو كنت أنتِ معدة أحد هذه المقاطع المرئية ماذا كنتِ لتضيفينه على كلامهم؟



النشاط الموجه للطالبة