

متزنة وثابتة الشخصية

المعيار التربوي

٤



المستوى العاشر



تقويم

تفعيل

تحضير

ثبات النفس

المجال  
النفس

مناقشة



استراتيجية التنفيذ

مناقشة بين المعلمة والطالبات عن الثبات الانفعالي والحد الأدنى المطلوب من استقرار الشخصية وعدم التقلب



فكرة النشاط

1. أهمية الاتزان النفسي والاستقرار وعدم التقلب.
2. أضرار الانفعال على الجسد ومظهر الشخصية
3. خطوات اكتساب الثبات الانفعالي.
4. خطوات استدامة الثبات الانفعالي.



محتوى النشاط

1. الإعداد الجيد من المعلمة لموضوع المناقشة.
2. حث الطالبات على التفاعل والمشاركة.
3. العناية بضرب الأمثلة من واقع الطالبات وحياتهن اليومية.



إرشادات التنفيذ

ساعتان



مدة النشاط

١. نسبة المشاركات في البرنامج إلى العدد الإجمالي المفترض.
٢. نسبة تغطية العناصر الواردة في محتوى النشاط.
٣. نسبة تفاعل الطالبات مع النشاط والمشاركة فيه.



مؤشرات نجاح البرنامج

قدرة الطالبة على كتابة مقال أو إلقاء كلمة عن أهمية الثبات الانفعالي والاستقرار النفسي،  
وصور ذلك ومسالك تحصيله



مؤشرات اكتساب المعيار

لخصي في كراستك أهم مهارات الثبات الانفعالي التي تعلمتها من هذا النشاط



النشاط الموجه للطالبة