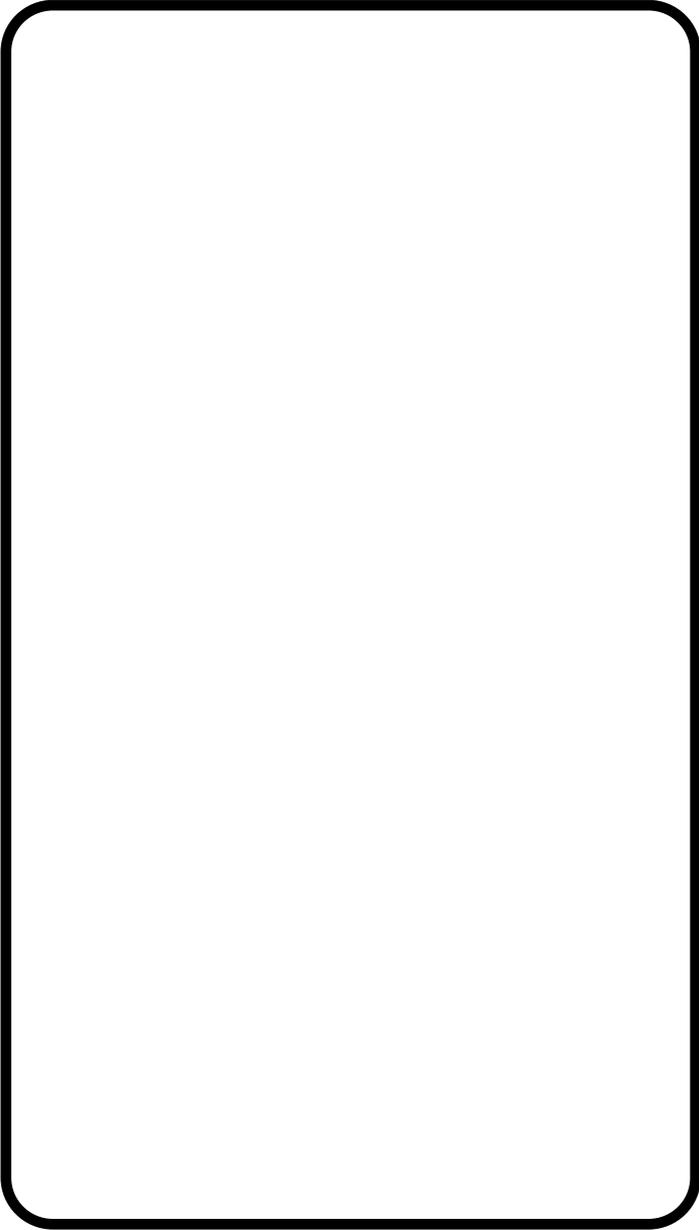


اسمي

شخص يُحبّني

- أفكّر بشخصٍ يجعلني أشعرُ بالحبِّ والأمان.
- أرسمُ هذا الشخصَ في الإطارِ.
- أتذكّرُ دائماً أنّ هناك مَنْ يُحبّني، وهو دائماً معي.



للمبتدئين:
اطلب من الأطفال أن يفكّر كلّ منهم بشخصٍ يحبّه، اسألهم: كيف يعرفون أنّه يحبّهم، اطلب من الأطفال أن يرسموا هذا الشخصَ في الإطارِ، اطلب منهم أن يقضوا الرسمَ، وشجّعهم على الاحتفاظ به في جيوبهم.

الأمُّ والمَحَبَّةُ

ألَوْنُ هذا الرَّسْمِ بألوانٍ زاهيةٍ جميلةٍ.

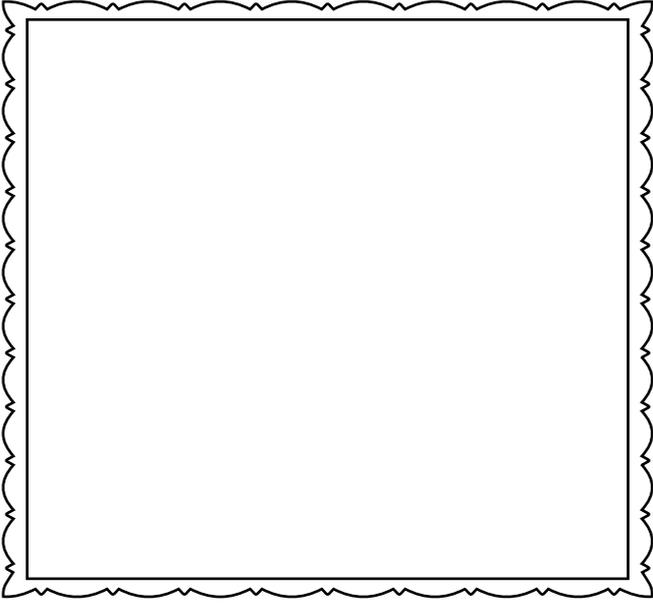


للمبتدئين:

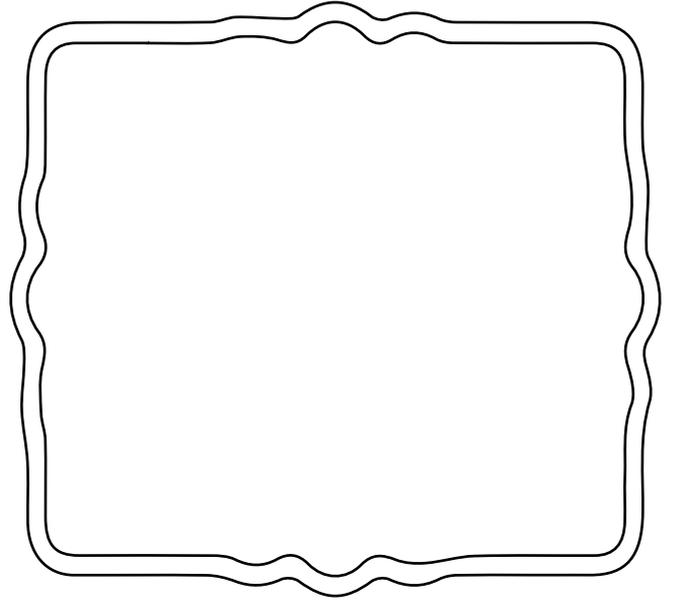
ورقة العمل هذه تُساعد الأطفال في التعبير عن شعورهم بالانتماء إلى العائلة والأقران والمجتمع. أسأل الأطفال: ماذا يحدث في هذا الرسم؟ برأيكم، يمّ تشعز بسمّة؟ يمّ تشعز تينا نور؟ يمّ يشغز هادي؟ لماذا يتشعرون بهذا الشعور؟

كُلُّ شَيْءٍ عَنِّي
أرْسُمُ صُورًا عَن نَفْسِي

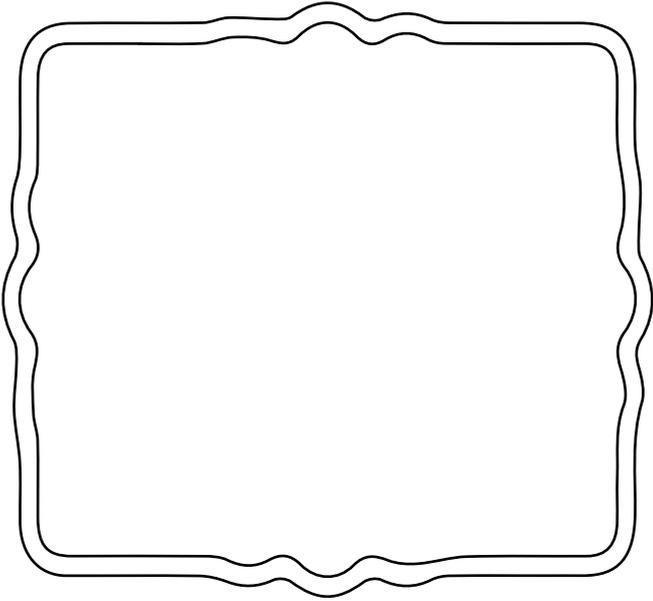
هذا طَعَامِي الْمُفَضَّل



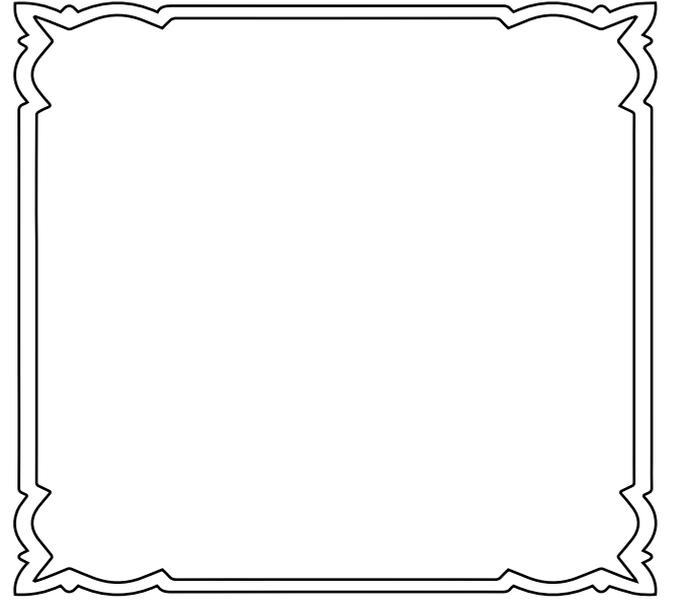
هذا أَنَا



هذا شَخْصٌ يُحِبُّنِي



هذا مَا أَحَبُّ الْقِيَامِ بِهِ



الأصدقاء المرحون

أتحدّثُ عمّا يفعلُهُ الأصدقاءُ في أهلاً بكم.

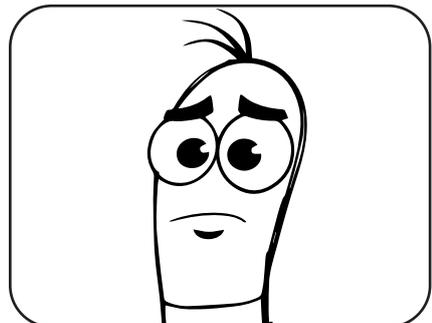
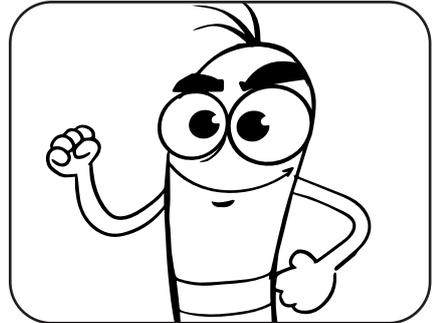
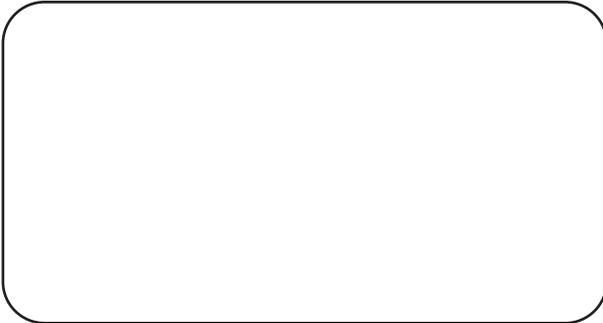
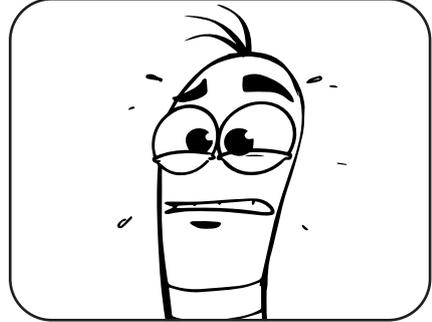
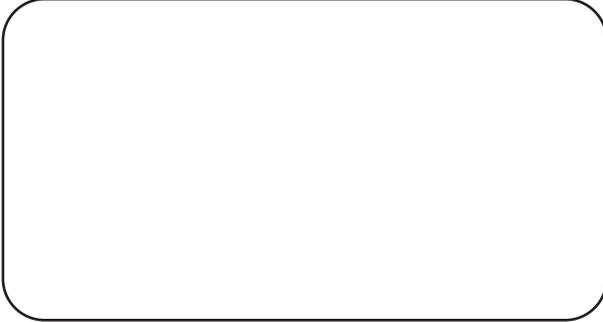
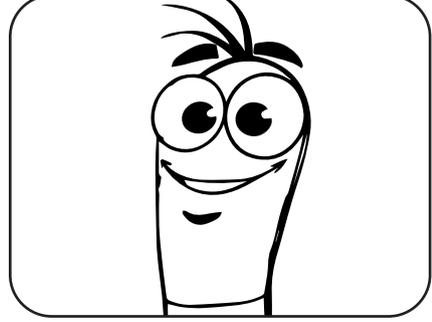


للمبتدئين: اسأل الأطفال:

- ما الذي يفعله كلُّ واحدٍ من الأصدقاء في الصورة؟
- ما المضحك في هذه الصورة؟
- ما الشيء الممتع والمضحك الذي كنت ستفعله لو كنت مع هؤلاء الأصدقاء؟

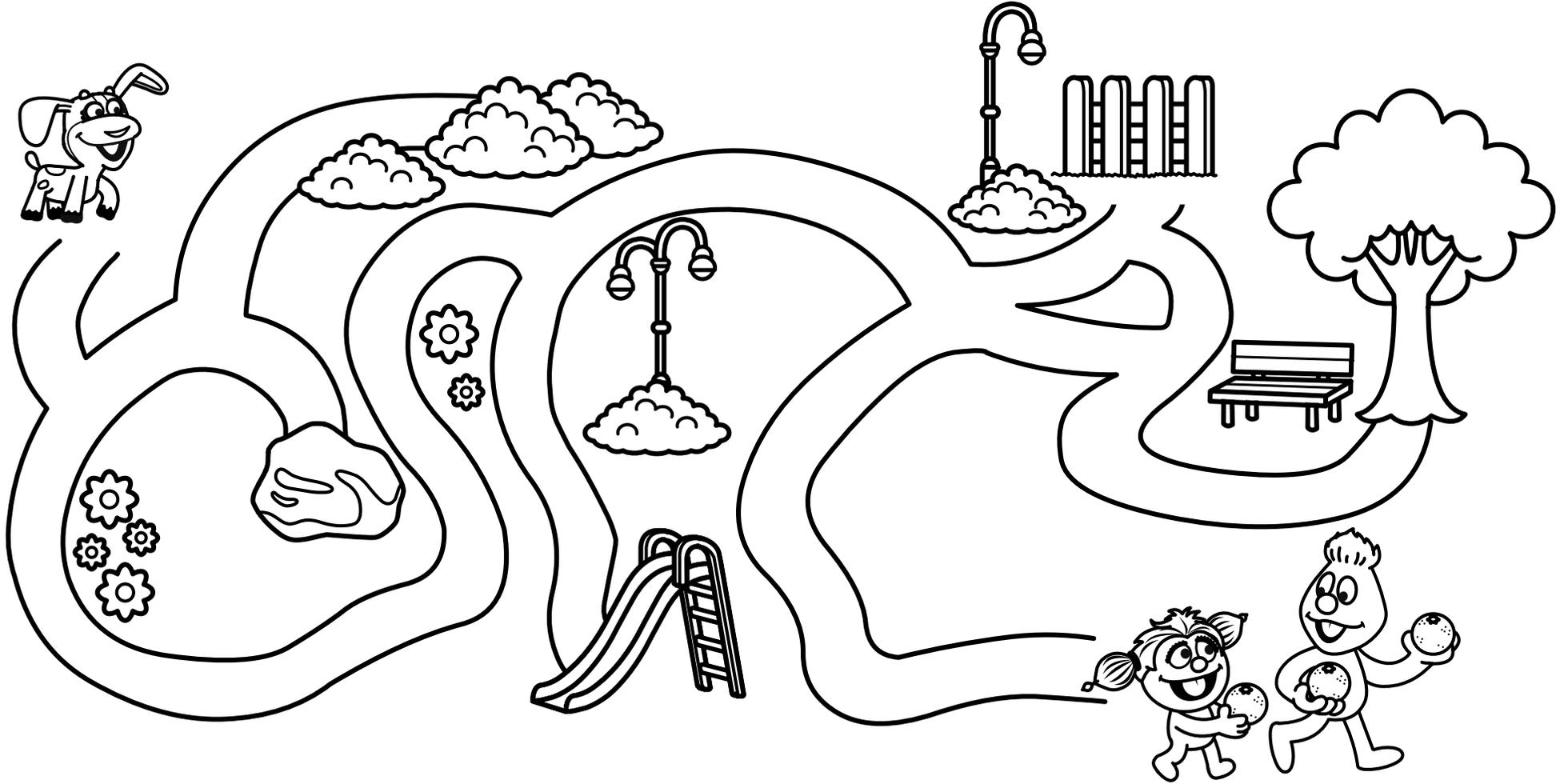
المشاعرُ والوجوه

أنظرُ إلى الشخصية في المربعِ الأولِ، وأرسمُ في المربعِ المقابلِ
وجهاً لشخصٍ يشعُرُ بنفسِ مشاعرِها.



مَعزوزةٌ جائِعةٌ

أُساعدُ مَعزوزةً في الوُصولِ إلى بسمّةٍ وِجادٍ، لِتُشاركهم تَنَاوُلَ الطَّعامِ.



للميسرين - أسأل الأطفال:

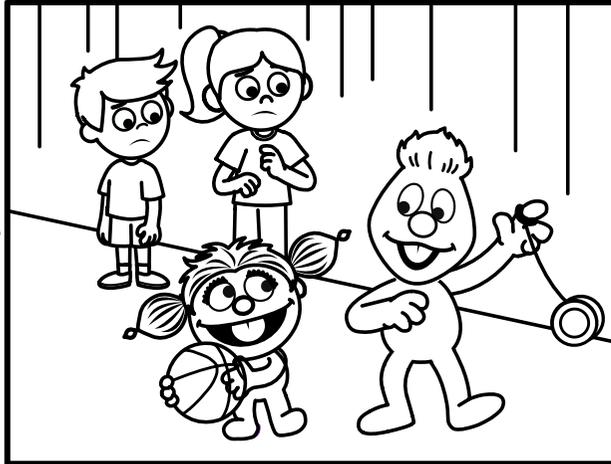
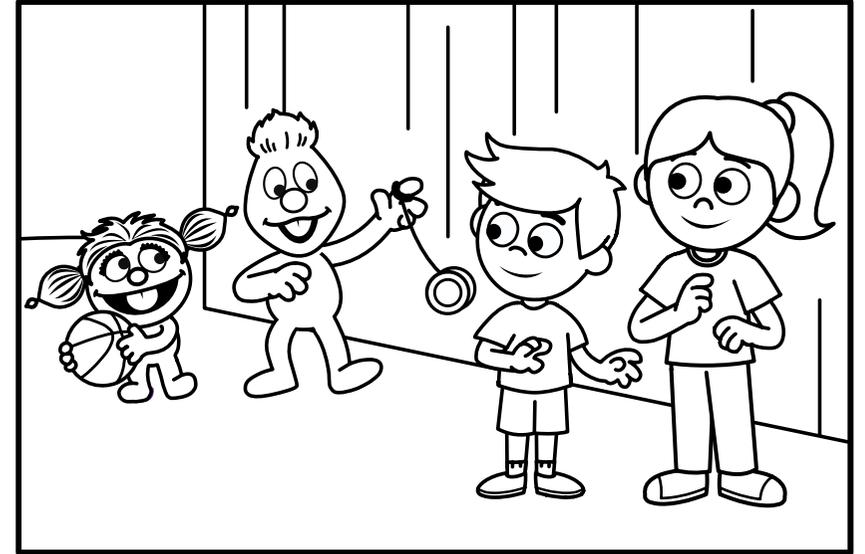
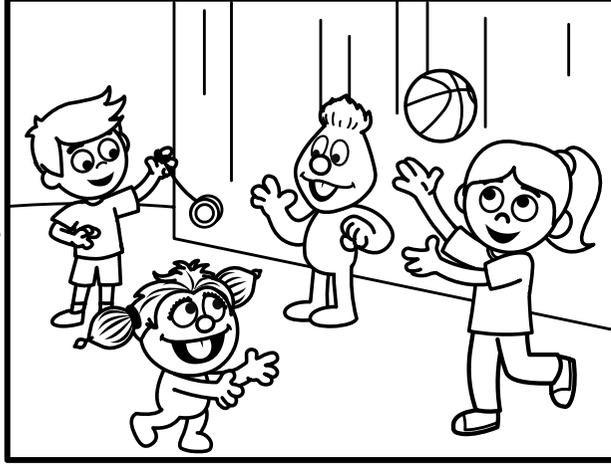
ما هي وجبة الطّعام المفضّلة لديك؟

بِم شعرتَ عندما ساعدتَ معزوزةً بالوصولِ إلى وجبتِها؟

بِم شعرتَ عندما وصلتَ إلى طريقِ مَسدودٍ؟

ماذا تختار؟

جادّ وبسمه في حيرة من أمرهما، ساعدهما لاتخاذ القرار الأفضل في هذا الموقف.

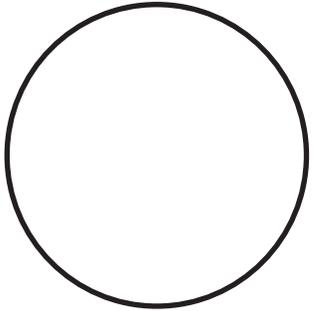
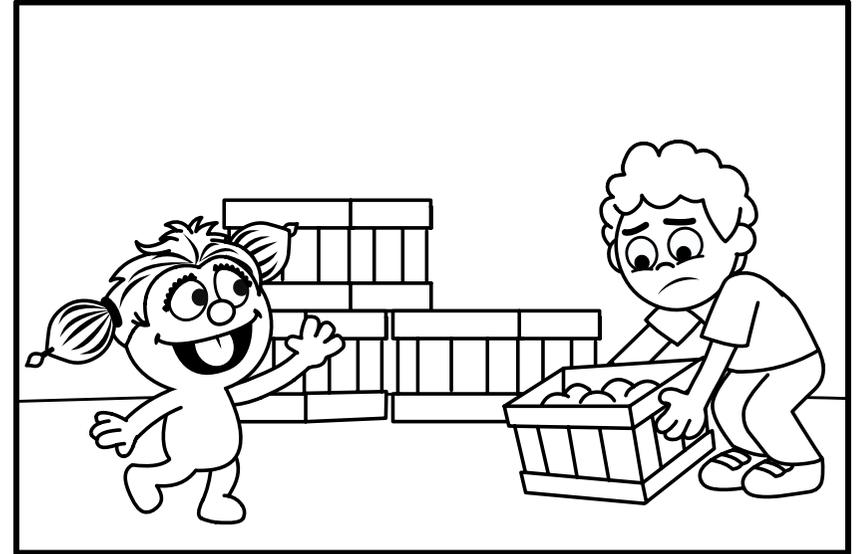
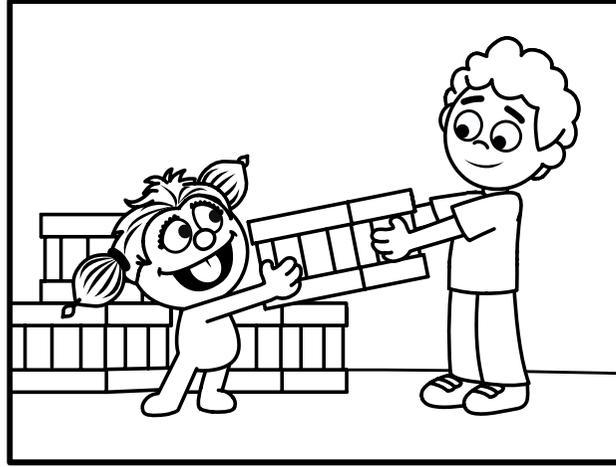
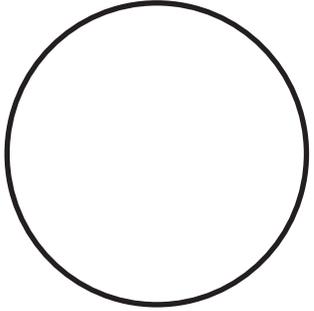


للميسرين - شجّع الأطفال للتحدث عن:

١-الخيارات المتاحة لكّي من بسمه وجاد / ٢- ماذا يحدث إن اختاروا الخيار الأوّل؟ / ٣-ماذا يحدث إن اختاروا الخيار الثّاني؟ / ٤- أيّ الخيارات هو الخيار الأفضل؟

ماذا تختار؟

بسمّة في حيرة من أمرها، ساعدها لاتخاذ القرار الذي يجعل الجميع يشعرون بالسعادة.

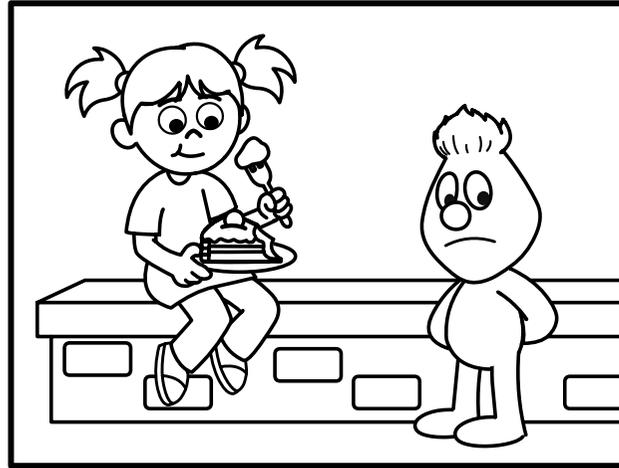
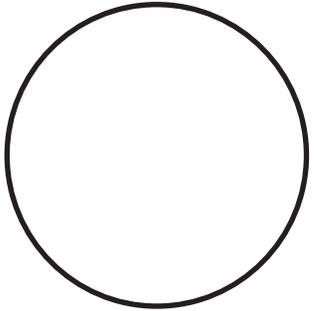
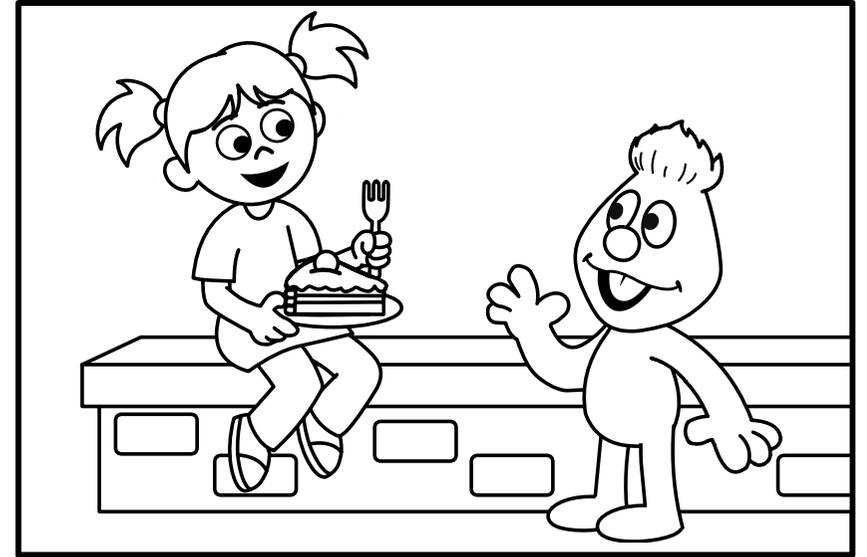
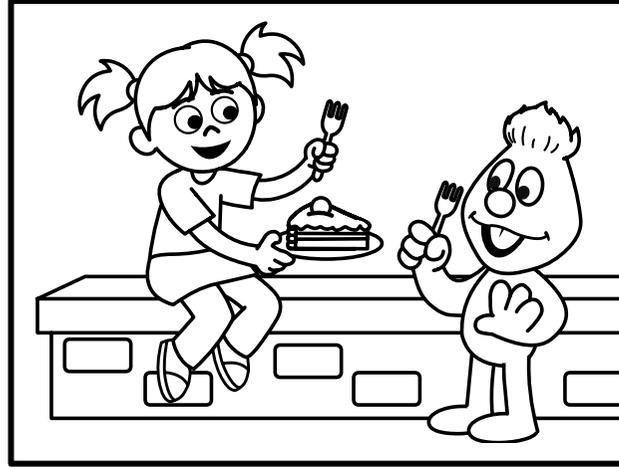
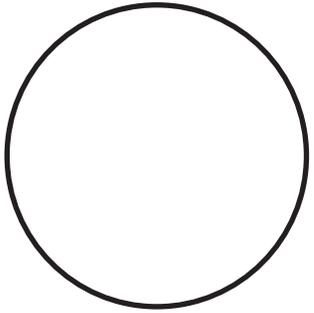


للميسرين - شجّع الأطفال للتحدث عن:

١-الخيارات المُتاحة لبسمّة. / ٢- ماذا يحدث إن اختارت الخيار الأوّل؟ / ٣-ماذا يحدث إن اختارت الخيار الثاني؟ / ٤- أيّ الخيارات هو الخيار الأفضل؟

ماذا تختار؟

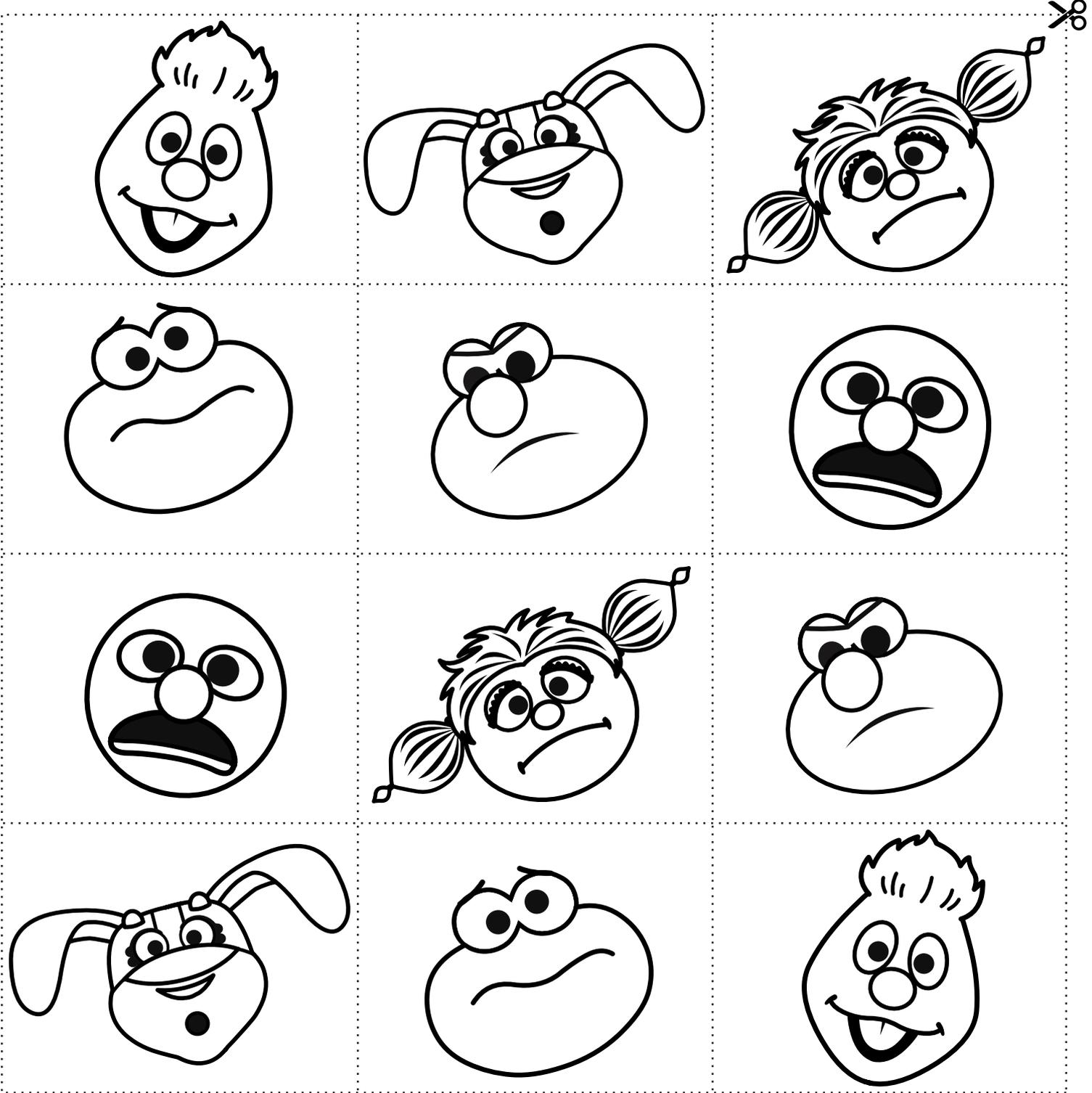
هذه الفتاة في حيرة من أمرها، ساعدها لاتخاذ القرار الأفضل في هذا الموقف.



للميسرين - شجّع الأطفال للتحدث عن:

١-الخيارات المتاحة للفتاة / ٢- ماذا يحدث إن اختارت الخيار الأول؟ / ٣-ماذا يحدث إن اختارت الخيار الثاني؟ / ٤- أيّ الخيارات هو الخيار الأفضل؟

لعبة الذاكرة



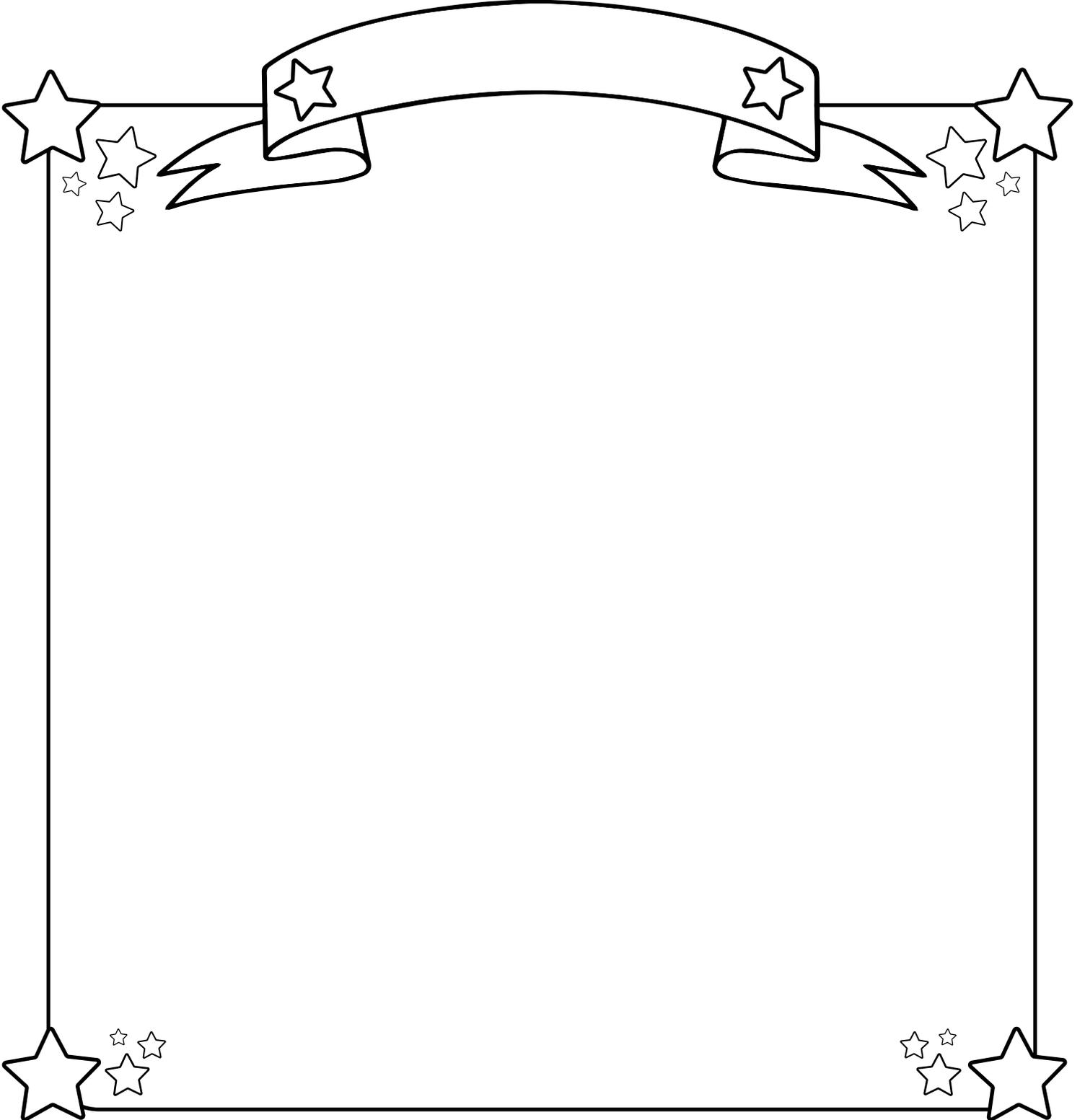
للميسرين:

- اطلب من الطفل الأول أن يقلب أي بطاقتين للحصول على نفس الرسم.
- في حال تطابقت البطاقتان يحتفظ الطفل بالبطاقات، وفي حال لم تتطابق تُعيد البطاقات إلى مكانها ووجهها للأسفل... وهكذا حتى يلعب جميع الأطفال.
- الهدف من هذه اللعبة هو تنمية قدرة الأطفال على التذكر والاستمتاع أثناء المنافسة.
- يُمكنك إعادة اللعبة مع المجموعة مرّات عديدة مع تغيير أماكن البطاقات في كل مرّة.

- قص المرتعات على الخطوط المنقطة.
- اعرض البطاقات على الأطفال بحيث يرون ترتيبها ووجهها للأعلى (بإمكانك استخدام الترتيب الموجود في هذه الصفحة في المرّة الأولى).
- امنح الأطفال بعض الوقت ليلاحظوا ترتيب البطاقات، واطلب من الأطفال أن يحفظوا هذا الترتيب.
- اقلب البطاقات بحيث يكون وجهها للأسفل.

أرسمُ نفسي كنجمٍ ساطعٍ

ماذا أرتدي؟ هل أضغُ التَّاج؟ هل أرتدي المِغْطَف؟ هل أضغُ أدواتِ الزَّينة؟

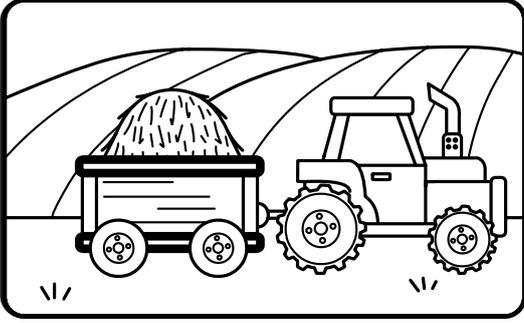


للمبتدئين:

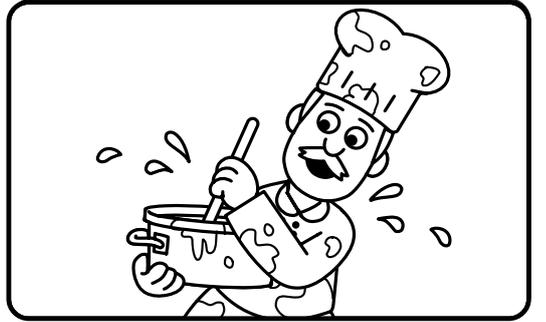
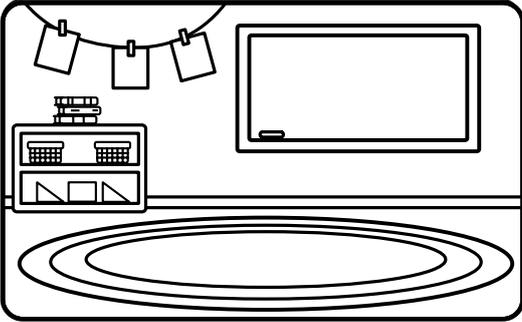
عندما تعرِّض الأطفال رسوماتهم، اطلب منهم أن يهتموا بشكلٍ فرديٍّ: أنا واثقٌ من نفسي، أنا ذكيٌّ، أنا نجمٌ ساطعٌ، أنا طفلٌ مميِّزٌ.

أينَ أعملُ؟

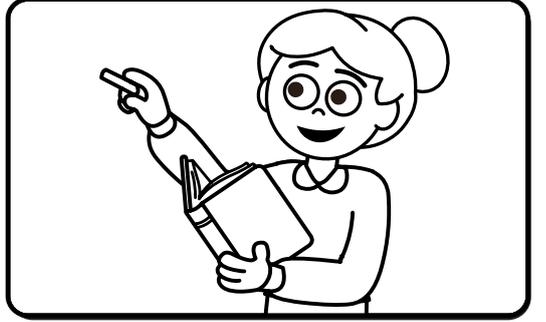
أصلُ بِحِطِّ بَيْنَ الشَّخِصِ فِي العَمُودِ الأَوَّلِ والمكانِ الذي يَعملُ فِيهِ فِي العَمُودِ الثَّانِي.



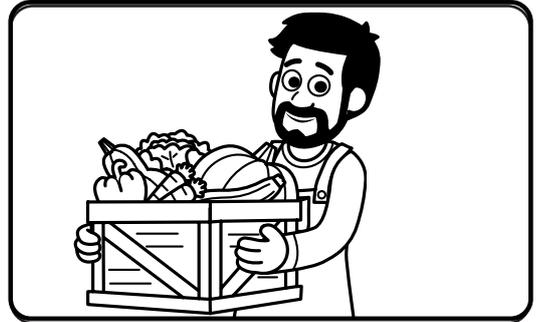
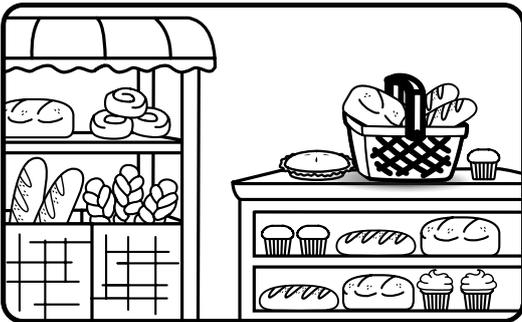
طبيبة



خباز



مُعَلِّمة



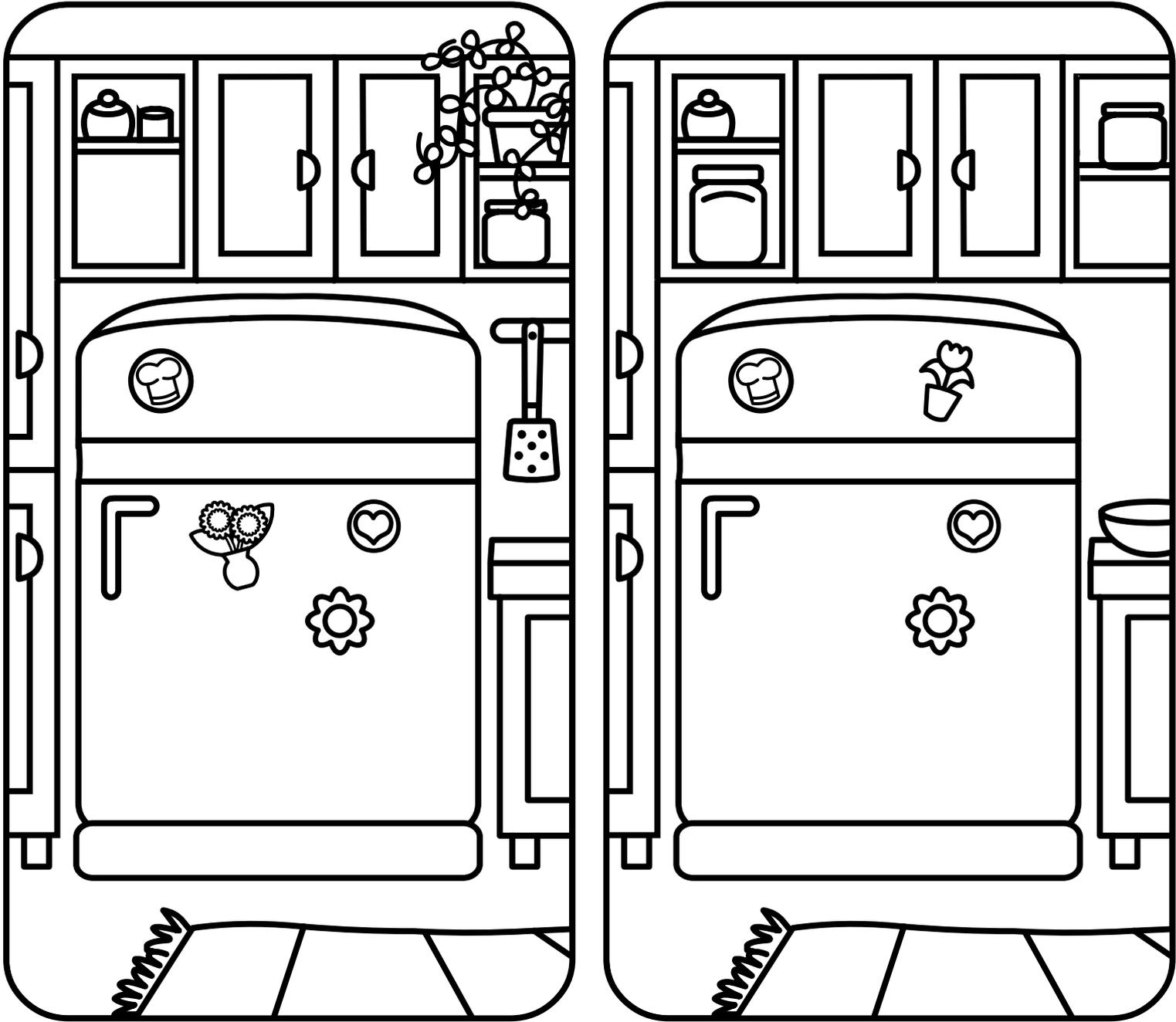
مُزارع

للمبتدئين:

اطلب من الأطفال التفكير في الأماكن والأشخاص الذين يُشكّلون جزءًا من مجتمعهم، ودعهم يشاركون أفكارهم بصوت عالٍ مع المجموعة.

قُوَّةُ الْمُلَاحِظَةِ

أجدُ خمسةَ فروقٍ بينَ الصّورتينِ.



للمبتدئين:

اطلب من الأطفال أن يضعوا دائرة حول الفروق الخمسة بين الصورتين. اطلب منهم أن يصفوا ما يرونه.

كعكة مع الأصدقاء

الون هذه الكعكة مع صديق.



للمبتدئين:

وزّع الأطفال في مجموعات مكونة من اثنين، ثم اطلب من كل زوج منهم أن يلونا الرسم معاً. شجّعهم على مناقشة خظتهم حول كيفية تلوين الكعكة، مثلًا: ستكون الطبقة الأولى زرقاء، والثانية حمراء... الخ.

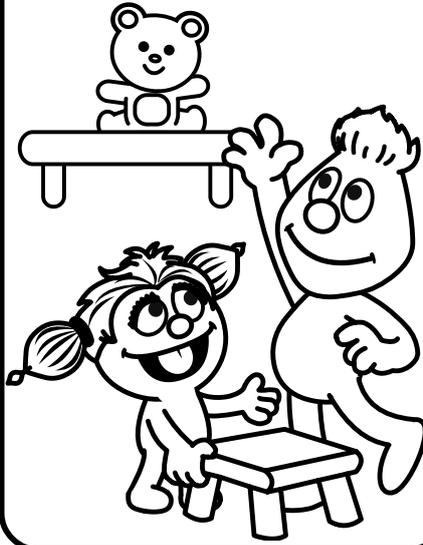
بِسْمَةِ تَقُولُ

عندما تشعر بالقلق أو الانزعاج، فإن تحريك جسمك يمكن أن يساعدك على الشعور بالتحسن.
أغمض عينيك، عدّ إلى الثلاثة، وضع إصبعك على الورقة.
افتح عينيك لترى الصورة التي يُشير إليها إصبعك. قم بتنفيذ هذه الحركة.

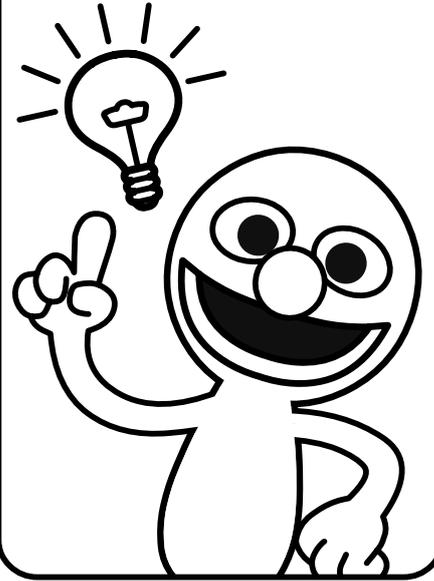
تنفّس من البطن



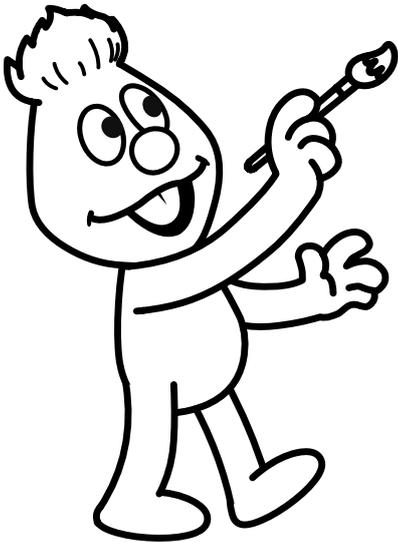
اطلب مساعدة



اعمل خطة



عبّر بالرّسم



عبّر بحركات الجسم

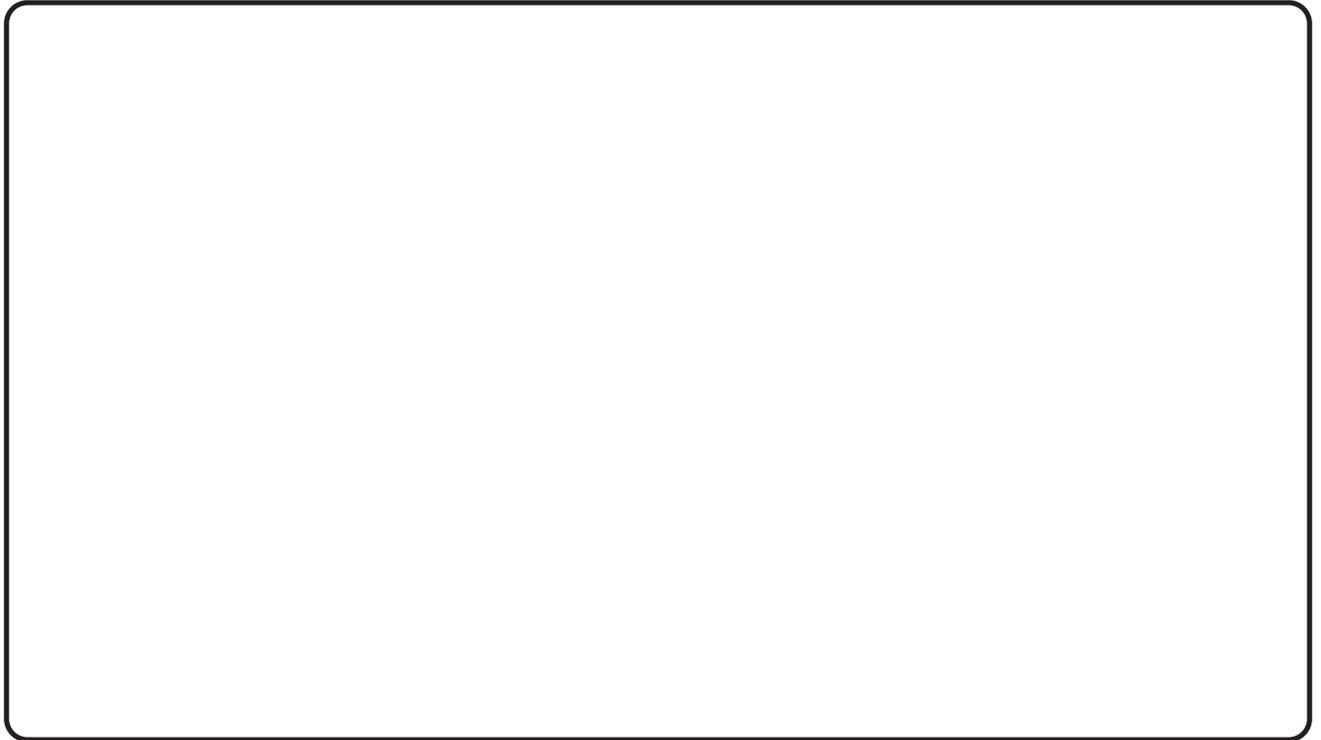
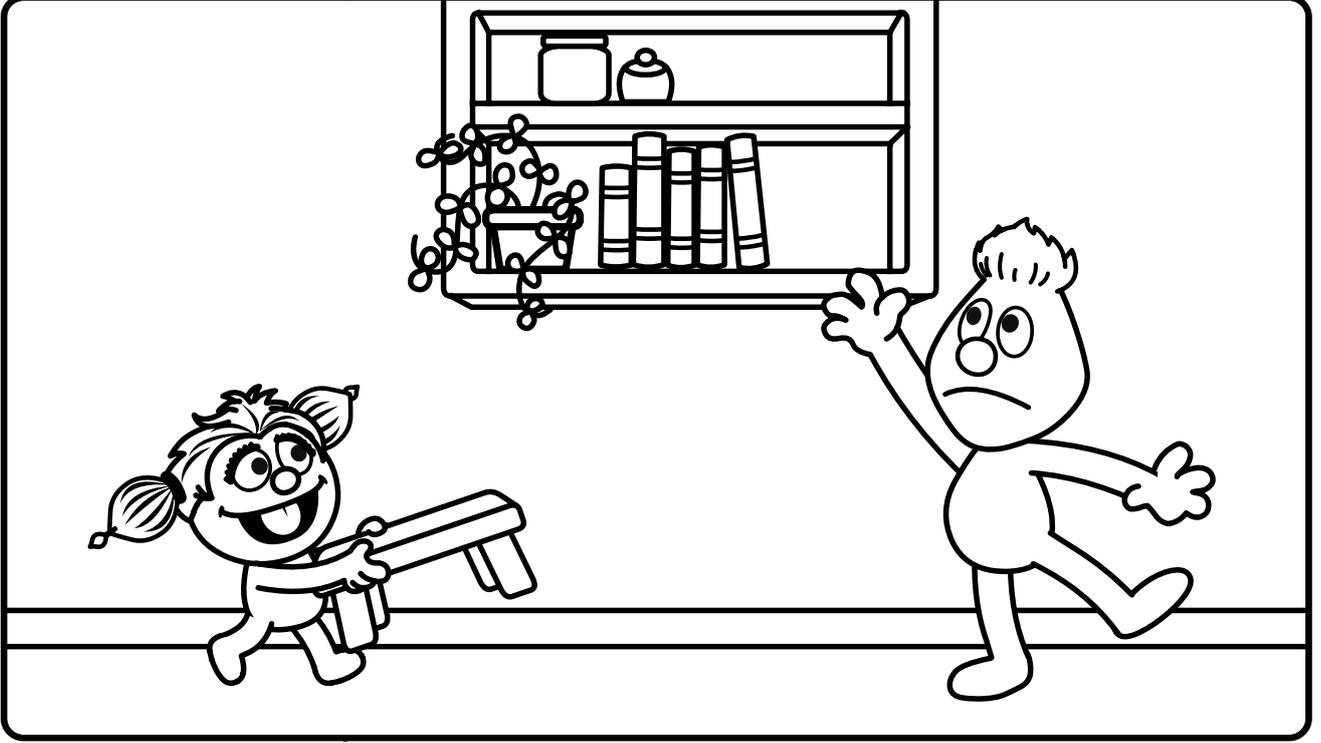


عدّ حتى الخمسة



الصداقة

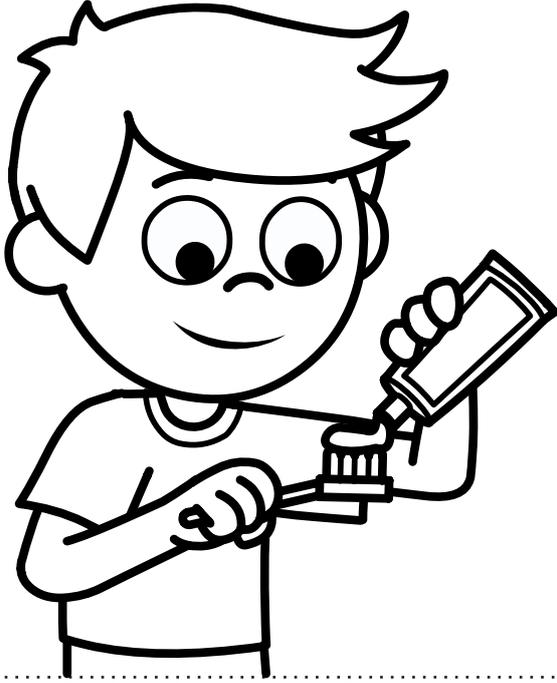
بسمه وجاهد هما أفضل الأصدقاء، عندما يحتاج جاد إلى المساعدة، فإن بسمه دائماً يُبادر لمساعدته.
ما هي الأشياء الجميلة التي تقوم بها لصديقك؟ ارسم عملاً جميلاً فعلته لصديقك يوماً ما.



للمبتدئين:
اطلب من الأطفال تسمية الأشياء اللطيفة التي يمكن للأصدقاء القيام بها لبعضهم بعضاً.

روتين الصّباح

أقْصُ الصُّورَةَ على طولِ الخِطِّ المنقَطِ، ثمَّ أعيدُ تَرتيبَها بحسبِ ما أقومُ بِهِ كَلِّ صَبَاحٍ.



للمبتدئين:

عندما يكمل الأطفال هذا النشاط، شجّعهم على التحدّث بصوت عالٍ عن روتين الصّباح. هذا يعزّز مهارات التخطيط وتحديد الأهداف للممارسات الصحيّة كلّ صباح.

روتين الصباح

أقص الصورة على طول الخط المنقط، ثم أعيد ترتيبها بحسب ما أقوم به كل صباح.

