



الطفولة حق لكل طفل

دليل الميسر

إرشادات الاستخدام الفعال لمجموعة موارد "الطفولة حق لكل طفل"



من نحن

مؤسسة التعليم فوق الجميع هي مؤسسة تُعني بالقضايا التعليمية العالمية، تأسست في العام 2012 بمبادرة كريمة من صاحبة السمو الشيخة موزا بنت ناصر، وتهدف إلى إحداث تغيير إيجابي في حياة الأطفال والشباب من خلال التعليم. ويحدونا في المؤسسة إيمان راسخ بأن التعليم هو أفضل وسيلة للحد من الفقر، وبناء مجتمعات يسودها السلم والعدل، وإطلاق كامل قدرات الأطفال والشباب، وتحقيق أهداف التنمية المستدامة. نحن نسعى إلى جلب الأمل وإتاحة الفرص في حياة القراء والمهمشين من الأطفال والشباب من الجنسين من خلال مشاريعنا التي تستهدف قطاعات متنوعة ونماذج تمويلية فريدة، وتركيزنا على الابتكار لإحداث التغيير الإيجابي.

للمزيد من المعلومات عن مؤسسة التعليم فوق الجميع، يرجى زيارة موقعنا الإلكتروني: www.educationaboveall.org

وتعمل **إدارة تطوير الابتكارات** في المؤسسة على تصميم وتطوير حلول مبتكرة لمعالجة التحديات المستمرة في قطاع التعليم العالمي، ولتسهيل سبل التعليم للجميع، لا سيما الأطفال والشباب الذين يصعب الوصول إليهم في المجتمعات المهمشة والتي تعاني نقص الخدمات. ومع تصاعد حدة النزاعات العالمية، تسعى الإدارة جاهدة للدفاع عن حق كل طفل في الحصول على التعليم. وفي إطار استجابتها لجائحة كوفيد-19، أطلقت الإدارة "بنك الموارد التعليمية غير الإلكترونية" الذي يضم مجموعة متنوعة من موارد التعلم القائم على اللعب والمشاريع التفاعلية، وهي موارد مفتوحة المصدر ومتحركة للاستخدام المجاني ولا تتطلب الاستفادة منها سوى موارد بسيطة، ويتمثل الهدف منها في مساعدة الأطفال على مواصلة التعلم من العالم المحيط بهم في ظل عدم توفر المعلمين والدراسة النظامية في المدارس وفرص التعليم عبر الإنترنت. ويتم تخصيص محتوى البنك وفق احتياجات المتعلمين ومتطلبات مناهجهم الدراسية وأوضاعهم الخاصة.

وفيما يلي نماذج من المحتوى المصمم استجابةً لحالات الطوارئ والحاصل على جوائز:

- في سياق دعم اللاجئين الأفغان ومساندتهم، صممت إدارة تطوير الابتكارات وحدات دراسية مخصصة تلبي احتياجاتهم التعليمية الفريدة، وتضمنت هذه الوحدات تعلم أساسيات اللغة الإنجليزية والمهارات الحياتية، إلى جانب مهارات تدعم الاندماج في المجتمعات البلدان المستضيفة لللاجئين. وقد تم استخدام هذه الوحدات لتطوير قدرات اللاجئين الأفغان في أربعة بلدان، وأقرتها منصات وطنية ودولية.
- استجابةً للأزمة في أوكرانيا، صممت الإدارة موارد تعليمية تمزج بين المهارات الاجتماعية-العاطفية والمعايير الأكاديمية ومهارات التفاهم بين الثقافات، وقد استفاد منها أكثر من 12 ألف متعلم من اللاجئين الأوكرانيين والمجتمعات المستضيفة لللاجئين في بولندا. كما أنتجت الإدارة مسلسلاً تلفزيونياً مبتكرًا يتكون من ثلاثة أجزاء باللغة الأوكرانية ويقدم الدعم في مجال التعليم والصحة النفسية على نطاق واسع؛ إذ وصل عدد المشاهدين إلى ما يقارب المليون مشاهد حتى الآن.
- على صعيد الأوضاع في فلسطين، وفي ظل الافتقار الشديد إلى الموارد وبالنظر إلى أهمية اللعب للأطفال وأثره الإيجابي في سياق الأزمات، فقد صممت الإدارة مجموعة من الألعاب التعليمية الجذابة والمسلية، تتالف من 40 لعبة على ورقة واحدة بحيث يسهل على أي شخص تنفيذها مع الأطفال في أي مكان، دون الحاجة إلى موارد إضافية.

يمكنكم الوصول إلى جميع الموارد التعليمية التي تتيحها المؤسسة عبر الرابط:
www.resources.educationaboveall.org



Transforming
Education

كتب الأنشطة - الطفولة حق لكل طفل

11 إلى 14 سنة

8 إلى 10 سنوات

5 إلى 7 سنوات

صُمِّمت مؤسسة التعليم فوق الجميع هذه الكتب بحيث تتضمن أنشطة تفاعلية وممتعة في ثلاثة مجالات رئيسية: تعلم المهارات الاجتماعية-العاطفية، والتأهب لمواجهة الأزمات، والتعلم القائم على اللعب. ويتألف كل كتاب من 100 نشاط بالإضافة إلى موارد أخرى للميسّرين، ويمكن استخدام محتوياته لفترة تمتد من 3 إلى 6 أشهر في سياقات الأزمات الطارئة.

محتويات الكتب



أنشطة ضرورية للرفاہ تساعد الميّسرین
على تصفيه الذهن وتخفيض التوتر.



أسئلة متكررة وأجبتها لتسليط
الضوء على نقاط مهمة للميّسرين.

الطفولة حق لكل طفل



صفحة الغلاف ولomba عامة للتعریف
بعناصر الكتاب الرئيسية.



أنشطة روتينية يومية، وهي تمارين تساعد الأطفال على الاسترخاء والحفظ على التوازن والتركيز.



أنشطة المهارات الاجتماعية-العاطفية لتعزيز الوعي
الذاتي والاجتماعي، والمشاركة الوجداني، وبناء العلاقات.



مصادر الأنشطة



ألعاب تعليمية لترسيخ المفاهيم ذات الصلة
بالمطالعة والكتابة والحساب والعلوم
والدراسات الاجتماعية من خلال الألعاب.



أنشطة المهارات الأساسية لتعليم الأطفال
طرق الحفاظ على السلامة في أوقات
الأزمات، وتحسين قدرات اتخاذ القرارات
في حالات الطوارئ.

مجالات الأنشطة

يُخطط كل نشاط وفق مجال واحد أو أكثر من المجالات التالية:

إطار كاسل للتعلم الاجتماعي والعاطفي والأكاديمي

الوعي الذاتي

فهم المرء لمشاعره وانفعالاته، وإدراك قيمه ومواطنه قوته

إدارة الذات

ضبط المشاعر والانفعالات، والتحكم في التوتر والإجهاد، ووضع أهداف شخصية

الوعي الاجتماعي

إظهار التشارك الوجداني، وفهم الأعراف الاجتماعية، وتقدير التنوع

الكفاءات الأساسية لأنشطة الطفولة حق لكل طفل

مهارات العلاقات

بناء علاقات سليمة وصحية، والتواصل الفعال مع الآخرين، والعمل بشكل جيد ضمن فريق

اتخاذ القرارات بمسؤولية
إقرار الخيارات الأخلاقية التي تتسم بالأمانة والاحترام

التأهب لمواجهة الأزمات

بناء مهارات البقاء على قيد الحياة من أجل الحفاظ على السلامة والتحلي بالمرونة والقدرة على الصمود في حالات الطوارئ

التحفيز الذهني

التشجيع على ممارسة التفكير الناقد وإطلاق الطاقات الإبداعية لضمان استدامة النمو المعرفي

التحفيز البدني

التشجيع على الحركة والنشاط البدني للحد من التوتر، وتحسين المزاج، وصقل المهارات الحركية

كفاءات أضافتها مؤسسة التعليم فوق الجميع

صمّم الخبراء التربويون لدى مؤسسة التعليم فوق الجميع محتوى كتب الأنشطة وكيفوها، وراجع محتوى الكتب نخبة من الأخصائيين النفسيين ومرشدي الأطفال. وقد طبق شركاؤنا التنفيذيون في لبنان نماذج من هذه الأنشطة بشكل تجريبي عن بعد (عبر الخط الساخن) وبالحضور الشخصي.

كما خضع تطوير الأنشطة لعمليات مراجعة وتقدير متكررة أفرزت نسخاً عدة تضمنت ملاحظات وتعليقات من الخبراء والميسّرين على حد سواء لضمان قابلية التطبيق العملي للأنشطة ووضوحها وزيادة معدلات المشاركة فيها والإقبال عليها في سياق الأزمات.

قبل التعمق في كتب الأنشطة،

من الضروري أن تذكر الآتي:

سلامتك النفسية لا تقل أهمية عن السلامة النفسية لمتعلميك.



بصفتك ميسّرًا، تضطلع بدور محوري في تهيئة أجواء ملائمة للتعلم ضمن بيئة آمنة وداعمة وجاذبة للمتعلمين، ولكن في خضم تقديمك الدعم اللازم للآخرين على أهميته، ينبغي أن تولي القدر نفسه من الأهمية لاحفاظ على سلامتك النفسية بوصفها أولوية. إن تخصيص الوقت اللازم للاعتناء بصحتك العاطفية لا يعزز من قدرتك على القيادة فحسب، بل يقدم أيضًا نموذجًا مؤثراً يقتدي به متعلموك؛ إذ يُظهر لهم أن رعاية النفس تشكل عنصراً أساسياً في مواجهة التحديات. وتذكر دوماً أن رفاهك الشخصي وسلامتك النفسية هما الركيزة الأساسية للدعم الذي تقدمه للآخرين.

اجعل الأولوية لتنفيذ "الأنشطة الضرورية لرفاه الميسّر" الموضحة في كل كتاب؛ فسوف تساعدك في تصفية ذهنك وتعزيز ثقتك قبل التفاعل مع المتعلمين، وتنفيس الضغط وخفض الإجهاد في أثناء تيسيرك لطائفة من الأنشطة والألعاب الراخة بالجهد والتحدي أو بعد انتهاءك منها.

في كثير من الأحيان، قد يواجه الميسرون بحكم عملهم مع أطفال تعرضوا لمحن ومصاعب شديدة ما يُسمى "الإجهاد التعاطفي"؛ وهو مصطلح يصف الأثر البدني والعاطفي والنفسي الناجم عن تقديم العون للآخرين - وكثيراً ما يحدث ذلك في غمار تجارب توتر أو صدمات مرروا بها. انتبه جيداً للعلامات الدالة على الإجهاد التعاطفي:

علامات بدنية: الصداع، والإرهاق، ومشاكل النوم، والشد العضلي، والمشاكل الهضمية، والأعراض القلبية.
علامات عاطفية: ضعف التركيز، الشعور بالضغط، فتور المشاعر (التبلد)، التشاوئ، الانزعال، سرعة الانفعال والغضب، والمشاكل المتعلقة بالذاكرة.

علامات مرتبطة بالعمل: تراجع الإنتاجية، وانحسار الشعور بالإنجاز والبهجة، وسلط مشاعر العجز وعدم الكفاية.

فيما يلي بعض الوسائل للتعامل مع هذه الحالة والاهتمام بصحتك العاطفية والنفسية عموماً:
احرص علىأخذ القسط الكافي من الراحة وتناول الطعام الصحي قدر الإمكان.

أسس شبكات دعم اجتماعي واستفد من الشبكات القائمة؛ ابحث عن أشخاص في محيطك الشخصي والمهني يمكنك التحدث إليهم عن الأمور التي تهمك (الدعم المعنوي) وطلب العون منهم عند الحاجة (الدعم المادي).

مارس أنشطة اليقظة الذهنية؛ ومنها على سبيل المثال أداء الصلاة وقضاء الوقت في الطبيعة والتنفس العميق، وغيرها.

والآن، لنبدأ رحلتنا مع كتب الأنشطة!

راجع دليل الأنشطة

يقدم لك دليل الأنشطة المعلومات التالية عن كل نشاط:

- اسم النشاط ووصفه
- الغرض من النشاط والمجال الذي يتناوله
- الحد الأدنى المطلوب لزمن تنفيذ النشاط وعدد المتعلمين
- إمكانية تنفيذ النشاط عن بعد
- مدى الحاجة إلى مزيد من دعم الميسّر وقت التنفيذ
- الموارد الالزامية للتنفيذ
- اعتبارات مهمة في تنفيذ النشاط

يمكنك الوصول إلى الكتب ودليل الأنشطة عبر الرابط التالي:

www.resources.educationaboveall.org/refugee-response/let-kids-be-kids-activity-books

بين يديك الآن الكتاب والدليل، فكيف أختار الأنشطة؟

جميع الأنشطة مرتبة في أرقام من 1 إلى 100، ولكن لا يُشترط تنفيذها وفق تسلسل محدد. هناك ثلاثة نقاط أساسية يجب مراعاتها عند اختيار الأنشطة:

يتضمن دليل الأنشطة معلومات عن الحد الأدنى للزمن المطلوب لتنفيذ كل نشاط. تأكد أن لديك الوقت الكافي لتنفيذ النشاط قبل الشروع فيه.

القيود الزمنية

يمكن تنفيذ جميع الأنشطة بالحضور الشخصي؛ وفي حال أردت تيسير أنشطة عن بعد (عبر الهاتف مثلًا)، فتخيّل من الأنشطة التي تظهر عليها أيقونة الهاتف.

طريقة التنفيذ

يتضمن دليل الأنشطة معلومات عن الموارد المطلوبة لكل نشاط (إن وجدت) والحد الأدنى لعدد المتعلمين اللازم لتنفيذه. تخيّل من الأنشطة ما يمكنك تيسير تنفيذه باستخدام الموارد المتوفّرة حولك وعدد المتعلمين المتاحين للمشاركة.

الموارد المتاحة

إضافةً لما سبق، ضع في اعتبارك النقاط التالية عند اختيار الأنشطة:

تحقيق التوازن بين أنواع الأنشطة

امزج بين أنشطة المهارات الاجتماعية-العاطفية والمهارات الضرورية والألعاب حتى تقدم للمتعلمين تجربة تعلم شاملة - ولعل النهج الأمثل في ذلك تنفيذ نشاط من كل نوع يومياً نوع في الأنشطة بين الجماعية والفردية، والتعاونية والتآفّقية، وما يحتاج منها إلى طاقة عالية وما يتطلب تفكيراً وتأملاً.

البدء بالأنشطة التي تثق في قدرتك على تيسيرها

ابدأ بالأنشطة البسيطة، ثم انتقل تدريجياً ودون استعجال إلى الأنشطة التي يتطلب تيسيرها مزيداً من الدعم (الأنشطة من هذا النوع تظهر عليها هذه الأيقونة ). يتضمن دليل الأنشطة أيضاً اعتبارات ونصائح إضافية لكل نشاط على حدة.

مراجعة مشاعر المتعلمين والظرف المحيط بهم

تخيّل من الأنشطة ما يلائم الظرف المحيط بالمتعلمين؛ فإن لم تكون بينهم معرفة مسبقة مثلًا، فعليك باختيار الأنشطة التي تساعدهم في التعارف والتفاعل فيما بينهم بدلاً من الخوض مباشرة في موضوعات دسمة. لاحظ كذلك أنواع الأنشطة التي يجدون متعة حقيقة في تنفيذها وركز عليها. احرص على مراعاة مشاعر المتعلمين؛ فإن كانوا يcabدون الجوع الشديد مثلًا، فعليك بالحذر عند تيسير أنشطة تأتي على ذكر هذا الأمر.

عند اختيار الأنشطة، انتبه جيداً للمثيرات المحتملة.

مع حرصنا على مراجعة كل نشاط مراجعة شاملة ودقيقة لتقليل احتمالية تأثيره على الأطفال انفعالياً إلى أدنى حد، فلا يزال احتمال حدوث ذلك قائماً؛ ولذا نرجو الانتباه جيداً إلى هذا الأمر.



على سبيل المثال، في حال كان المتعلم أو أقرباؤه قد تعرضوا في الآونة الأخيرة لحادث حريق، فتجنب اختيار أنشطة السلامة من الحرائق مؤقتاً، ويمكنك إرجاء تنفيذها لوقت لاحق.

المثير هو محفز - مثل صوت أو كلمة أو حدث - يستدعي استجابة أو ردة فعل عاطفية، وكثيراً ما يكون مرتبطًا بصدمة سابقة، ويمكن أن يتسبب في شعور الشخص بالكره أو صعوبة في التركيز على اللحظة الراهنة.

وعند اختيارك أنشطة تتطوّي على مشاعر وانفعالات عارمة، فعليك بتهيئة بيئة آمنة لتنفيذها، والاستعداد للاستجابة لآية مثيرات محتملة. ستناول هذا الجانب بمزيد من التفصيل لاحقاً.

لقد انتهيت من اختيار الأنشطة؛ فهل أحتاج إلى تكييفها؟ وإن تطلب الأمر ذلك، فما الطريقة؟

جميع الأنشطة هي موارد مفتوحة المصدر؛ ما يعني أن بإمكانك تكييفها لكي تناسب احتياجاتك. لستكشف معًا بعض الأفكار المقترنة للقيام بذلك في ضوء أحد الأمثلة. تأمل النشاط التالي:

١٨ **صَمَّ تَمْرِينًا بَدْنِيًا**

ناقشت مع المتعلمين أهمية ممارسة الرياضة والتمارين البدنية للحفاظ على صحتنا وعافيتنا، ثم اختر حركة من حركات التمرين مستوحاة من الطبيعة (مثل حركة الإطالة كأشعة الشمس المنبسطة)، وحركة مستوحاة من حيوان (مثل قفزات الضفدع)، وأخرى تستهدف جزءاً محدداً من أجزاء الجسم (مثل تمارين القرفصاء لتقوية عضلات الساقين)، واجمع الحركات معًا ليقوم المتعلمون بتنفيذها في ترتيب متسلسل.

يمكنك تكييف حركات التمرين لتناسب المتعلمين ذوي الإعاقة الجسمية (مثل: تحصيص تمارين الإطالة للجزء العلوي من الجسم للمتعلمين الذين يتقلون بالكراسي المتحركة).

شجع المتعلمين على:

- محاولة تحديد العضلات المستخدمة في كل تمرين وذكر أسمائها وطرق تقويتها.
- الإشراف على ملاحظة التغيرات في معدل نبض القلب قبل بدء التمارين وبعدها.

إن كان هذا النشاط مناسباً للمتعلمين وفق تصميمه الحالي، فيمكنك تنفيذه مباشرةً كما هو. أما إن كانت ثمة حاجة تقتضي تكييفه، فإليك بعض الأفكار لتحقيق ذلك:

اقتراح حركات تمرين بسيطة في البداية (مثل المشي)، ثم اطلب من المتعلمين تقليد حركة حيوان من اختيارهم، وبعد ذلك أدخل الحركة بعد تكييفها ضمن حركات التمرين.

المستوى المهاري للمتعلمين

تبسيط: قسم المهام المعقدة إلى خطوات أبسط وأيسر تنفيذاً حتى يكون استيعابها أكثر سهولة.

الإثراء: أضف إلى النشاط مستويات أعلى من الصعوبة أو الإبداعية لتحدي قدرات المتعلمين المتقدمين.

يؤدي بعض المتعلمين حركات التمرين ويحاول الآخرون تخمين أي عنصر من عناصر الطبيعة استوحى منه التمرين. اجمع التمارين في ترتيب متسلسل وفق مجال تصنيفي (مثلاً: أشياء في السماء، أو مستوحاة من النباتات، وما شابه).

الموارد والأماكن المتوفرة

أدخل تعديلات على الأنشطة بحيث تلبي الاحتياجات البدنية والحسية والمعرفية لجميع المتعلمين بما يضمن مشاركتهم الكاملة.

إن لم تتوفر مساحة كافية لأداء حركات التمرين، يمكن للمتعلمين إيجاد حلول إبداعية بأداء التمارين في وضعية الوقوف أو الجلوس، أو الاقترار على التمارين التي تتضمن استخدام الذراعين والجزء العلوي من الجسم. وإن أتيحت لك بعض الأغراض المناسبة، مثل حقيبة ظهر ثقيلة، فحاول أن تدخلها ضمن عناصر التمرين.

زيادة الإقبال والمشاركة

أدخل مزيداً من التحديات أو الأسئلة النقاشية على الأنشطة لتكون أكثر دينامية وجاذبية للمتعلمين.

- أدخل على النشاط تنوعات من حركات الحيوان نفسه لتمرين أجزاء مختلفة من الجسم؛ مثلاً تمرين الظهر بأخذ وضعية الفهد الرابع، أو تمرين الساقين بالركض كما يفعل الفهد أيضاً.
- بالإضافة إلى تنوع الحركات، شجّع المتعلمين على الدخول في تحد بأن يتذمّن كل منهم وضعية مستوحة من أحد الحيوانات ويتناسفوا فيما بينهم على الأطول ثباتاً على الوضعية دون أن يختل توازنه.
- كرر متواالية التمارين يومياً مع إضافة حركة واحدة جديدة.

قدرات المتعلمين

أدخل تعديلات على الأنشطة بحيث تلبي الاحتياجات البدنية والحسية والمعرفية لجميع المتعلمين بما يضمن مشاركتهم الكاملة.

بالنسبة للمتعلمين ذوي الإعاقات البصرية:

قل اسم حيوان بصوت عالٍ (مثلاً الفيل).
يؤدي كل متعلم حركة تمرين مستوحة من الحيوان وفق تصوره، وبعدما ينتهي الجميع من استعراض تصوراتهم للحركة، وجّه المجموعة لدمج عناصر من التصورات المختلفة لإخراج حركة أو وضعية تمرين موحدة.

طريقة تنفيذ النشاط

أدخل تعديلات على الأنشطة بحيث تلائم طريقة التنفيذ بالحضور الشخصي أو عن بعد (عبر الهاتف والرسائل النصية وما شابه).

عبر مكالمة هاتفية (صوت فقط):

- وجّه المتعلمين لاتباع إرشادات تنفيذ النشاط خطوة بخطوة. مثال:
• ما أهمية ممارسة الرياضة والتمارين البدنية لصحتنا وعافيتنا؟
حسناً، ليحدد كل واحد منكم في ذهنه حيواناً من الحيوانات، ويقدّل إحدى حركاته.
• حاولوا تخمين اسم الحيوان الذي اختاره كل متعلم، وتناقشوا حول أسباب الاختيار.
• والآن، تعاونوا معاً كفريق واحد لتصميم تمرين بدئي يجمع كل الحركات التي قمتم بأدائها. هل تستطيعون جميعكم أداء هذا التمرين الموحد؟

السياق الثقافي

تخير من المفردات والأمثلة والمواقف ما يتناسب مع المشارك والخبرات الثقافية للمتعلمين.

استخدم مصادر إلهام ذات مغزى وصلة بالسياق المحلي للمتعلمين حتى يستوحوا منها حركات التمارين. جرب مثلاً الأفكار التالية مع المتعلمين في لبنان:

قطف ثمار الزيتون: يحاكي المتعلمون حركة مد الذراعين لأعلى وجي ثمار الزيتون من أغصان الشجر.
حركة الأمواج: يتمايل المتعلمون بأجسامهم من جانب لآخر مثل أمواج البحر المتوسط.
صناعة الخبز: يتظاهرون المتعلمون بأنهم يرقصون العجين ويشكلونه كما هو معهود في صناعة الخبز الشعبية.



الآن أصبح النشاط الذي اخترته في صيغته النهائية، فكيف أنفذه على أفضل وجه؟

لنتعرف معاً على خطوات تيسير النشاط. أيقونة الهاتف  تشير إلى وجود إرشادات إضافية في حال أردت تيسير النشاط عن بعد.

التحضير للنشاط.

اقرأ النشاط جيداً واستوعب عناصره بشكل كامل. راجع دليل الأنشطة للتعرف على النصائح المرتبطة بالنشاط. اجمع المواد اللازمة لتنفيذ النشاط. حدد العدد المطلوب من المتعلمين والطريقة التي ستنظمهم بها. تأكد من أن الحيز المخصص لبيئة التعلم نظيف وآمن.

الإقبال على الأطفال بود وترحاب.

إن كنت تلتقي بالمتعلمين للمرة الأولى، فاحرص على تقديم نفسك وتشجيع الآخرين على تقديم أنفسهم أيضاً. ابدأ اليوم بالتحيات والعبارات الإيجابية (مثال: "أنا سعيد للغاية برؤيتكم هنا اليوم!" أو "سوف نقضي وقتاً ممتعاً معًا!"). يمكنك أيضاً أن تسأل المتعلمين عن مشاعرهم وتعقب على أجوبتهم كذلك. ملاحظة: لا تحاول أن "تفسر" مشاعر المتعلمين؛ ف مجرد إبداء المشاعر والإقرار بها وفهمها يكفي لإحداث الأثر المنشود. (مثال: "أشكركم على التعبير عن مشاعركم.")

البدء بتمرين تمهيدي إن اقتضت الحاجة

إن لاحظت ارتفاع مستويات الطاقة والنشاط لدى المتعلمين ولمست الحاجة إلى تهدئتهم قليلاً، فعليك باختيار أحد "الأنشطة الروتينية اليومية" من الكتاب وتيسيره. وإن كان الوضع خلاف ذلك، يمكنك الانتقال مباشرة إلى الخطوة التالية.

ننصح بأن تبدأ كل نشاط بتيسير أحد الأنشطة الروتينية اليومية لأنك لن تستطيع أن تتيقن بسهولة مستويات الطاقة والنشاط عند المتعلمين عن بعد.

التعریف بالنشاط.

ابدا النشاط بشيء لافت إن أمكن حتى تجذب انتباه المتعلمين: يمكنك أن تطرح سؤالاً متعلقاً بالنشاط (مثال: لو استطعت أن تكون أحد الحيوانات، فأيها ستختار ولماذا؟).

اشرح للمتعلمين فكرة النشاط بإيجاز: مثال: "لدينا اليوم نشاط ممتع وشائق؛ سوف يشكل كل واحد منكم ثنائياً مع زميل آخر يوجهه عبر مسار عوائق للوصول إلى كنز وهو معصوب العينين باستخدام إرشادات صوتية فقط، والغاية من ذلك إنما تمثل في الثقة والتواصل."

تيسير النشاط.

اشرح خطوات النشاط بعبارات وإرشادات واضحة: قسم النشاط إلى خطوات بسيطة يسهل تنفيذها.

اطلب من أحد المتعلمين أن يعيد سرد الإرشادات لكي تتأكد من استيعاب الجميع لها جيداً. استعرض النشاط أمام المتعلمين أو نفذ جولة لعب تجريبية إن لزم الأمر.

سلط الضوء على القيم الأساسية:

شدد على الإرشادات والقيم المهمة التي تحافظ على نزاهة النشاط ومأمونيته للجميع، وشجّع المتعلمين على التعبير عن القيم التي يرغبون في اتباعها أيضاً إن أمكن ذلك، واحرص على إخراجها في صيغة إيجابية. مثال: ينبغي ألا نجعل ما أطلعنا عليه في هذه المجموعة مادة للحديث مع الآخرين --> سوف نحترم خصوصية الجميع والثقة المتبادلة بيننا.

وَضَّحَّ أَبعادَ المُشارِكةِ:

حدّد أدواراً واضحة للمتعلمين؛ فقد تتطلب بعض الأنشطة مثلاً من يقوم بدور الملاحظة أو تسجيل النقاط وما إلى ذلك، واجعل المتعلمين يتبادلون الأدوار قدر الإمكان.

قد يجد الميسّر صعوبة في تيسير بعض الأنشطة عن بعد بالصوت فقط؛ وفي مثل هذه الحالات ننصح باستخدام عبارات واضحة لوصف الأفعال المطلوبة، وطرح أسئلة استيفاحية للتأكد من استيعاب المتعلمين لعناصر النشاط بينما يقومون بجولة لعب تجريبية. تأمل النشاط التالي:



5

TRUST WALK

One pair creates a path to a ‘treasure’ with obstacles (The treasure can also be a hug from someone!). One person from another pair is blindfolded. Their partner should guide them to the treasure through the obstacles using verbal instructions only. Discuss with your partner:

- How did you feel when you were blindfolded?
- What was challenging about giving instructions?
- What helped you trust your partner?



تيسير نشاط “مسار الثقة” عبر الهاتف (صوت فقط)

نحتاج إلى اثنين من المتطوعين لمساعدة في تنفيذ جولة لعب تجريبية؛ من مستعد؟

شكراً لكما على المساعدة! الآن، هل يستطيع أحدكم أن يضع عصابة على عيني حسام؟ إن لم يكن ذلك ممكناً يا حسام، فاغمض عينيك فقط. هل نحن جاهزون؟

ممتن، والآن يجب أن يضع أحدكم غرضاً ما عند نقطة بعيدة عن حسام، ويجب لا يعرف مكانه؛ فهذا الغرض هو الكنز. هلا أخبرتموني عندما تكونون جاهزين؟

عظيم، والآن يجب على تارا أن توجه حسام إلى الكنز باستخدام صوتها فقط، ولا يسمح لها بأن تتحرك. وحتى نجعل اللعبة أكثر تشويقاً، لنضع بعض العوائق في مسار حسام إلى الكنز.

لا بأس في ذلك؛ يمكنكم استخدام أجسامكم كعواائق أيضاً، ويجب على حسام أن يصل إلى الكنز دون أن يلمس أحداً منكم. هل يمكنكم وضع العوائق في أماكنها؟

شكراً لكم جميعاً على تطوعكم! لنبدأ تنفيذ النشاط؛ تارا يمكنك البدء الآن.
وهكذا...

التأكد على هدف التعلم الرئيسي من النشاط.

6

يجب أن يستوعب المتعلمون هدف التعلم الرئيسي أو الغرض من كل نشاط على النحو الوارد في دليل الأنشطة، وسوف يتحقق ذلك بصورة طبيعية من خلال الأسئلة النقاشية المصاحبة للنشاط، ولكن في حال لاحظت أن إجابات المتعلمين على هذه الأسئلة محدودة أو منعدمة، فعليك بتجزئتها إلى أسئلة أبسط وتوجيه المتعلمين صوب أهداف التعلم الرئيسية. استخدم المشاهد التمثيلية ولعب الأدوار أو قدم مقرراتك الخاصة للنقاشات من أجل مزيد من الإيضاح إن لزم الأمر.

استراتيجيات مساعدة.

فيما يلي بعض النصائح والاستراتيجيات لمساعدتك في تيسير الأنشطة بصورة فعالة:

التجريب والتعثر والتحسين والتكرار

لا تشعر بالإحباط إن سارت الأنشطة على خلاف ما خططت له؛ سجل الجوانب التي وافقت خطتك وتلك التي فارقتها، وأضيف إليها أيضاً ملاحظات المتعلمين وتعليقاتهم؛ فإن ذلك يجعلهم يشعرون بأن صوتهم مسموع، كما يعطي مثلاً على تبني عقلية النمو.

كرر الأنشطة مع إقرانها بعناصر إثرائية، لا سيما تلك الأنشطة التي ترى أن بداخلها إمكانات لم تُوظف بأكملها بعد، أو تلك التي تلقي صدى واهتمامًا حقيقياً لدى المتعلمين. التعلم يتعرّز بالتكرار.

النقاشات المصاحبة للأنشطة

تشجع غالبية الأنشطة على إجراء نقاشات بين المتعلمين؛ إذ يسهم ذلك في تعزيز شعورهم بالانتماء والشمول ضمن المجموعة.

اطلب من متعلم أو اثنين إطلاع باقي زملائهم في المجموعة على الجوانب التي تناولها النقاش بينهما.

المعرفة المسبقة

إن تطلب تنفيذ النشاط بصورة جيدة معرفة المتعلمين مهارة معينة أو مفهوماً محدداً، فعليك بتخصيص الوقت اللازم لشرح أو مراجعة المهارة/ المفهوم.

يمكنك قياس ذلك بطرح أسئلة بسيطة بطريقة إيجابية. مثال: "أعمض عينيك، وارفع إبهامك لأعلى إن كنت واثقاً من مهاراتك في حساب الضرب، وأنزله لأسفل إن كنت متشكّغاً."

التأمل

من الأفكار الحسنة أن تدعو جميع المتعلمين في نهاية اليوم لوقفة تأملية مع التجارب التي عايشوها خلال اليوم. يمكنهم تدوين أفكارهم في دفتر يوميات أو مناقشتها شفهياً. فيما يلي بعض الأسئلة المفتاحية:

كيف تصف شعورك حيال أنشطة اليوم؟
ما أفضل اللحظات التي مرت عليك اليوم؟ هل تعلمت شيئاً جديداً؟

هل هناك شيء ترغب في تجربته بطريقة مختلفة؟

ترتيب الأطفال في مجموعات

شجّع المتعلمين على تشكيل مجموعات مع زملاء جدد في كل نشاط، وإليك بعض الأفكار التي تساعدك في تحقيق ذلك:

- اطلب من المتعلمين الوقوف في دائرة، وحدد أرقاماً على أساس عدد المجموعات المطلوبة للنشاط؛ مثلاً إن طلب تنفيذ النشاط تشكيل ثلاث مجموعات، يقول كل متعلم في الدائرة بصوت عالٍ رقمًا من 1 إلى 3 بالترتيب: 1، 2، 3، وهكذا، وينضم جميع المتعلمين المشتركين في الرقم 1 معاً لتشكيل مجموعة، وكذلك الحال للرقمين 2 و3.
- بإمكانك أيضاً أن تجعل تكوين الثنائيات أمراً ممتعاً؛ مثلاً يكون كل متعلم ثنائياً مع زميل آخر لديه العدد نفسه من الأشقاء، أو يرتدي اللون نفسه، أو لا يعرف الكثير عنه، وهذا.
- ضع نظاماً للتناوب أو التبديل بين المتعلمين بحيث يغيّر الزملاء فرقهم وأدوارهم بعد كل نشاط.
- شكل الثنائيات بناء على تقديرك بحيث تضمن الجمع بين المتعلمين الأكثر هدوءاً والأكثر انفتاحاً وتفاعلأً، أو بين المتعلمين ذوي المستويات المهارية المتباينة، وذلك لتحقيق التوازن بين الديناميات السلوكية وتشجيع الشمول.

المشاركة

شجع المتعلمين على المشاركة برفق واطف، ولكن لا تجبرهم عليها. إليك بعض الاستراتيجيات التي تساعده على تحفيز المشاركة النشطة:

- أسمح للمتعلمين بمشاهدة الأنشطة أو لا إن كان ذلك يشعرهم بالارتياح للمشاركة لاحقاً.
- قترح عليهم القيام بأدوار أخرى، مثل مراقبة الوقت وتسجيل النقاط وغير ذلك.

من المفيد تعين قائد ومساعد قائد من المتعلمين للمساعدة في تيسير الأنشطة، لا سيما تلك التي تُنفذ عن بعد. احرص على مناوبة هذين الدورين بين المتعلمين



- اختر للمتعلم عند تشكيل الثنائيات صديقاً يلزمه لمدة أسبوع أو نحوه، ويستطيع تشجيعه على التفاعل والإقبال على الأنشطة.

تذكر أنه من الطبيعي ألا يجد كل طفل متعته في كل نشاط، ولا بأس في ذلك. وفي حال لاحظت انصراف انتباه الأطفال أو اهتمامهم بالنشاط، فحاول أن تستعيد تركيزهم مرة أخرى باستخدام توجيهه محفز أو تعديل النشاط نفسه (إحضار عنصر من خارج السياق، أو تبسيط النشاط أو تزويده بعناصر إثرائية، أو إضافة فترات استراحة، أو القيام بأنشطة فردية ضمن ثنائيات، وما إلى ذلك).

التعزيز الإيجابي

تحث كلماتك من الأثر ما لا تخفي أهميته، والتعزيز الإيجابي وسيلة قوية ومؤثرة لتشجيع المتعلمين على المشاركة وتقدير ما لديهم والشعور بالتقدير والإشادة أيضاً. إليك بعض النماذج التي يمكن استخدامها للتعزيز الإيجابي:



- احرص على تقدير الجهد المبذول بصرف النظر عن النتيجة، حتى في الألعاب التنافسية.
- سلط الضوء على إسهامات الجميع وأظهر الاحتفاء بإنجازاتهم.
- أعط الأطفال ملاحظات محفزة وشجعهم على التأمل.

اعتبارات مهمة

ثمة مبدأ توجيهي بالغ الأهمية تتمثله في عملنا؛ ألا وهو "لا ضرر". وندعوك إلى مراعاة الجوانب التالية التي يتجلّى فيها هذا المبدأ:

السرية

توخ الحرص والحذر الشديدين بشأن البيانات التي تجمعها من المتعلمين خلال الأنشطة لأنها قد تؤثر على سلامتهم؛ فبعض الأنشطة قد تشمل إفصاحاً عن معلومات شخصية مثل نشاط "بطاقة هوبيتي" الذي يتضمن تصميم الأطفال بطاقات هوياتهم الخاصة لحالات الطوارئ، ولذا ننصح بالحصول على الموافقة المستنيرة من الجهات المعنية أو أولياء أمور الأطفال كلما أمكن ذلك.

تأكد من أن هذا النوع من البيانات وكذلك القصص والمشاعر الشخصية التي يفصح عنها الأطفال خلال الأنشطة تكون مشمولة بالسرية، ولا تحدث عن أية بواعث قلق لديك بشأن أحد الأطفال إلا مع المشرفين المعنيين أو الاختصاصيين المنخرطين بشكل مباشر في رعاية الطفل وحمايته، وتتجنب تماماً الإفصاح عن تفاصيل دونها ضرورة تقتضي ذلك.

حماية الأطفال

تأكد من أن بيئه التعلم خالية من أية أخطار، وأن الأنشطة ملائمة لجميع القدرات تجنباً لوقوع إصابات. انتبه جيداً للمثيرات العاطفية المحتملة في الأنشطة، وتعامل معها بطريقة تراعي مشاعر الأطفال (مزيد من التوضيح في القسم التالي). حافظ على حدود مهنية واضحة بينك وبين الأطفال، وتجنب أية تصيرفات أو سلوكيات قد يُساء تفسيرها. يُرجى الاطلاع على الدليل المعنون "مدخل إلى حماية الأطفال" الصادر عن منظمة "أنقذوا الأطفال" لمعرفة المزيد في هذا الموضوع:

resourcecentre.savethechildren.net/pdf/5397.pdf/

من الطبيعي لبعض الأطفال، بعد مرورهم بتجارب صادمة، أن يشعروا بالتأثير أو الانزعاج حال مشاركتهم في أنشطة تهدف إلى مساعدتهم في تعزيز المهارات الاجتماعية-العاطفية والمهارات الأساسية. ومع حرصنا على تصميم الأنشطة ومراجعتها بحيث نضمن أن تكون خفيفة ومبهجة بالقدر الذي يقلل احتمال تأثيرها على الأطفال انفعالياً إلى أدنى حد، فلا يزال احتمال حدوث ذلك قائماً.

الاستجابة للمثيرات

علامات يجب الانتباها لها: الانسحاب من النشاط، الاهتياج والانفعال، الإجهاش بالبكاء، اليقظة المفرطة، التنفس المتسرع، سلوك التهرب/تجنب المواقف، الشكاوى البدنية المفاجئة، العدوانية، الارتجاف، التشبث، التسمر في المكان/الصمت



وفي حال ظهور أي من هذه العلامات، عليك باتباع ما يلي:

- صطحب الطفل جانباً للاطمئنان على حالته، واحرص على لا يلاحظ الأطفال الآخرون ذلك الأمر بإيقائهم مشغولين (مثال: أجعلهم ينظفون المكان، أو يكتبون، أو يواصلون النشاط، وما إلى ذلك).

أعلم أنك غاضب جداً الآن، ولا بأس أن
تشعر بالغضب

- امنح الطفل مساحة آمنة للتعبير عن مشاعره (كثيراً ما يفقد الأطفال القدرة على التصرف بعقلانية عندما يتأثرؤن انفعالياً) وحاول أن تريهه وطمئنه بإبداء تفهمك لما يشعر به وتنسمية الشعور نفسه.

- اعرض على الطفل بعض أساليب التهدئة (إن كان ذلك مناسباً لحالته) مثل تمارين النفس.
- بعد مرور قدر مناسب من الوقت، وفي حال استبعاد الطفل هدوءه، نقش معه ما حدث مجدداً الذي تقف على سبب تأثيره الانفعالي، ثم أفسح أمامه المجال للاختيار بين العودة إلى النشاط مرة أخرى أو الانسحاب منه. ويمكنك أن تقترح عليه المشاركة في نشاط فردي بديل، أو تكليفه بدور مختلف في النشاط نفسه (مثل مراقبة الوقت أو تسجيل النقاط أو متابعة النشاط لإبداء ملاحظات أو غير ذلك).
- احرص على إبلاغ أحد والدي الطفل أوولي أمره بالواقعه، أو إحالتها عبر نظام الإحالة المطبق (إن وجد) لطلب دعم إضافي من مدير أو اختصاصي نفسي مدرب.
- قف مع النشاط الذي استثار الطفل وقفه تأملية لتكيفه وغيره من الأنشطة الأخرى، مع وضع ردة فعل الطفل في حسبانك. في حال استثار النشاط عدة أطفال، فعليك بتغييره والانتقال إلى تنفيذ بعض الأنشطة التمهيدية أو الألعاب التي تساعد على إعادة الحالة المزاجية للأطفال إلى الوضع الطبيعي.

•

فـي حالة تيسير النشاط عبر الهاتف (صوت فقط):



قد يجد الميسّر صعوبة في اكتشاف المثيرات وعلاماتاتها في أثناء تيسير الأنشطة عن بعد؛ ولذا يجب توخي الحذر والانتباها جيداً وتطبيق استراتيجيات استباقية.

علامات يجب الانتباها لها: الصمت المفاجئ أو المشاركة بالحد الأدنى، تكرار التحجج بأعذار لمغادرة الجلسة، التغيرات المفاجئة في نبرة الصوت أو التردد، تكرار المقاطعات أو إبداء سلوك التهرب/تجنب المواقف، الحديث عن شكاوى بدنية، التحدث بنبرة إحباط أو إلحاح.



وفي حال لاحظت أي من هذه العلامات، عليك باتباع ما يلي:

لاحظت أنك بقيت صامتاً لفترة؛ فهل أنت بخير؟
لابأس إن أردت أن تستريح قليلاً.

لأخذ جميـعاً نفساً عميقاً معاً؛ تنفسوا الشهيـق
بطـء مقدار 4 عـدـات، واحبسوا النفس بمقدار 4
عـدـات أخـرى، ثم أخـرـجـوا الزـفيرـ بمقدار 4 عـدـات
أنصـاـضاً.

هل تود مساعدـتي في مراقبـة وقت النـشـاط
للمـجمـوعـة؟ سـيـسـاعـدـني ذلك حـقاً!

سـأـتـصـلـ بكـ بـعـدـ اـنـتـهـاءـ جـلـسـةـ النـشـاطـ لـكـيـ أـطـمـئـنـ
عـلـيـكـ؛ هـلـ يـنـاسـبـكـ ذـلـكـ؟

- اطمئـنـ علىـ الطـفـلـ بـرـفقـ دونـ أنـ تـحرـجهـ أوـ تـلـفـتـ اـنـتـباـهـ الآـخـرـينـ إـلـيـهـ، وـاعـرـضـ عـلـيـهـ أـنـ يـتـرـكـ النـشـاطـ لـبعـضـ الـوقـتـ إـنـ أـرـادـ ذـلـكـ.

- وـجـهـ الطـفـلـ لـأـدـاءـ تـمـرـينـ تمـهـيـدـيـ بـسـيـطـ يـمـكـنـ تـنـفيـذـهـ مـعـ الـاستـمـارـ فـيـ الـمـكـالـمـةـ الـهـاـنـقـيـةـ، وـأـشـرـكـ جـمـيعـ الـمـعـلـمـيـنـ فـيـ هـذـاـ التـمـرـينـ حتـىـ لاـ يـشـعـرـ الطـفـلـ بـأـنـهـ الـمـقصـودـ وـحـدهـ دونـ غـيـرـهـ.

- إـنـ كـانـ الطـفـلـ هـادـئـ، فـاقـتـرـحـ عـلـيـهـ الـقـيـامـ بـدـورـ بـدـيلـ فـيـ النـشـاطـ يـتـضـمـنـ إـنـصـاتـ أوـ الـمـلـاحـظـةـ، مـثـلـ مـرـاـقـبـةـ الـوقـتـ أوـ تـسـجـيلـ النـقـاطـ، وـاحـرـصـ عـلـىـ أـنـ تـأـتـيـ صـيـاغـتـكـ لـلـاقـتـرـاحـ فـيـ صـورـةـ طـلـبـ.

- فيـ حـالـ لمـ يـمـانـعـ الطـفـلـ وـكـانـ الـأـمـرـ مـتـيسـراـ، حـدـدـ معـهـ موـعـداـ لـمـكـالـمـةـ ثـنـائـيـةـ بـيـنـكـماـ بـعـدـ اـنـتـهـاءـ جـلـسـةـ النـشـاطـ لـتـنـاقـشـاـ مـعـ ماـ حدـثـ وـتـقـدـمـ لـهـ الدـعـمـ وـالـطـمـأـنـةـ. إـنـ اـسـتـدـعـتـ الـحـاجـةـ، فـأـبـلـغـ الـجـهـاتـ الـمـعـنـيـةـ بـالـوـاقـعـةـ.

مصادر مقتـرـحةـ لـلـقـراءـةـ

استعرضـناـ مـعـاـ فـيـ الصـفـحـاتـ السـابـقـةـ بـعـضـ التـوجـيهـاتـ وـالـمـبـادـئـ الـإـرـشـادـيـةـ الـتـيـ تـسـاعـدـكـ فـيـ بـدـءـ رـحـلـتـكـ مـعـ كـتـبـ الـأـنـشـطـةـ، وـلـكـنـنـ نـصـحـ أـيـضاـ بـالـاطـلـاعـ عـلـىـ الـمـصـادـرـ وـالـمـوـارـدـ التـالـيـةـ لـتـتـعـرـفـ أـكـثـرـ عـلـىـ أـفـضـلـ الـمـمـارـسـاتـ الـتـدـرـيـسـيـةـ وـوـسـائـلـ صـونـ سـلـامـةـ الـأـطـفـالـ وـحـمـاـيـتـهـمـ، لـاـ سـيـماـ فـيـ ظـلـ الـأـزـمـاتـ:

1

[The Teachers in Crisis Context Training and Coaching Pack](#)
Save The Children

<https://resourcecentre.savethechildren.net/document/teachers-crisis-context-training-and-coaching-pack-ticc/>

2

[Guidance Note on Psychosocial Support: Facilitating Psychosocial Wellbeing and Social and Emotional Learning](#)
Inter-Network Agency for Education in Emergencies

<https://www.mhpss.net/toolkit/mhpss-and-eie/resource/guidance-note-on-psychosocial-support-facilitating-psychosocial-wellbeing-and-social-and-emotional-learning>

3

[Educator Wellbeing Guide](#)
International Rescue Committee
<https://www.rescue.org/uk/resource/educator-wellbeing-guide>





التعليم فوق الجميع
Education Above All

لكل طفل الحق في أن يجد في طريقه من يؤمن به دائمًا، من يدرك أثر العلاقة الصادقة، ومن يدفعه لأن يصبح أفضل نسخة من نفسه.

ريتا بيرسون

ننتمي لكم كل التوفيق وأنتم تزرعون الأمل والمعرفة في قلوب الأطفال! لائي استفسارات أو طلب دعم إضافي، يمكنكم التواصل معنا عبر البريد الإلكتروني: innovations@eaa.org.qa