



التعليم فوق الجميع
Education Above All

الطفولة حق لكل طفل

دليل الميسر

إرشادات الاستخدام الفعّال لمجموعة موارد "الطفولة حق لكل طفل"





من نحن

مؤسسة التعليم فوق الجميع هي مؤسسة تُعنى 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 الفقراء 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، ولتيسير 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 ومتاحة 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 مجتمعات البلدان المستضيفة للاجئين. 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 للاجئين في بولندا. كما أنتجت الإدارة مسلسلاً تلفزيونياً مبتكراً يتكون من ثلاثة أجزاء باللغة الأوكرانية ويقدم الدعم في مجالي 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، تتألف 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

كتب الأنشطة - الطفولة حق لكل طفل

كتب الأنشطة "الطفولة حق لكل طفل" متوفرة للفئات العمرية التالية:

5 إلى 7 سنوات

8 إلى 10 سنوات

11 إلى 14 سنة

صممت 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 للميسرين، ويمكن استخدام محتوياته لفترة تمتد من 3 إلى 6 أشهر في سياقات الأزمات الطارئة.

محتويات الكتب



أنشطة ضرورية للرفاه تساعد الميسرين على تصفية الذهن وتخفيف التوتر.

أسئلة متكررة وأجوبتها لتبسيط الضوء على نقاط مهمة للميسرين.

صفحة الغلاف ولمحة عامة للتعريف بعناصر الكتاب الرئيسية.



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

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



مصادر الأنشطة

ألعاب تعليمية لترسيخ المفاهيم ذات الصلة بالقراءة 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 للتعليم الاجتماعي والعاطفي
والأكاديمي

الوعي الذاتي

فهم المرء لمشاعره وانفعالاته،
وإدراك قيمه ومواطن قوته

الوعي الاجتماعي

إظهار التشارك الوجداني، وفهم
الأعراف الاجتماعية، وتقدير التنوع

الكفاءات الأساسية لأنشطة الطفولة حق لكل طفل

إدارة الذات

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

مهارات العلاقات

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

اتخاذ القرارات بمسؤولية

إقرار الخيارات الأخلاقية التي تتسم
بالمأמוنية 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 وكتّفوها، وراجع محتوى الكتب نخبة من الأخصائيين النفسيين ومرشدي الأطفال. وقد طُبّق شركاؤنا التنفيذيون في لبنان نماذج من هذه الأنشطة بشكل تجريبي عن بُعد (عبر الخط الساخن) وبالحضور الشخصي.

كما خضع تطوير الأنشطة لعمليات مراجعة وتقييم متكررة أفرزت نسختاً عدة تضمنت ملاحظات وتعليقات من الخبراء والميسرين 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 نتذكر الآتي:



بصفتك ميسراً، 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 للحفاظ على سلامتك النفسية بوصفها أولوية. إن تخصيص الوقت اللازم للاعتناء بصحتك العاطفية لا يعزز من قدرتك على القيادة فحسب، بل يقدم أيضاً نموذجاً مؤثراً يقتدي به متعلموك؛ إذ يُظهر لهم أن رعاية النفس تشكل عنصراً أساسياً في مجابهة التحديات. وتذكر دوماً أن رفاهك الشخصي وسلامتك النفسية هما الركيزة الأساسية للدعم الذي تقدمه للآخرين.

اجعل الأولوية لتنفيذ “الأنشطة الضرورية لرِفاه الميسر” 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 الزاخرة بالجهد والتحدي أو بعد انتهائك 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 مروا 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 (التبذل)، التشاؤم، الانعزال، سرعة الانفعال والغضب، والمشاكل المتعلقة بالذاكرة.

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

فيما يلي بعض الوسائل للتعامل مع هذه الحالة والاهتمام بصحتك العاطفية والنفسية عموماً:

احرص على أخذ 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 لزمين تنفيذ النشاط وعدد المتعلمين
 - إمكانية تنفيذ النشاط عن بُعد
 - مدى الحاجة إلى مزيد من دعم الميسر وقت التنفيذ
 - الموارد اللازمة 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 يديّ الآن الكتاب والدليل، فكيف أختار الأنشطة؟

جميع الأنشطة مرتبة في أرقام من 1 إلى 100، ولكن لا يُشترط تنفيذها وفق تسلسل محدد. هناك ثلاث 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 بُعد (عبر الهاتف مثلاً)، فتخبر 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. تخبر من الأنشطة ما يمكنك تيسير تنفيذه باستخدام الموارد المتوفرة حولك وعدد المتعلمين المتاحين للمشاركة.

الموارد المتاحة

وإضافة 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 يوميًا. نوع في الأنشطة بين الجماعية والفردية، والتعاونية والتنافسية، وما يحتاج منها إلى طاقة عالية وما يتطلب تفكيرًا وتأملًا.

البدء بالأنشطة التي تثق في قدرتك على تيسيرها

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

مراعاة مشاعر المتعلمين والظرف المحيط بهم

تخبر من الأنشطة ما يلائم الظرف المحيط بالمتعلمين؛ فإن لم تكن بينهم معرفة مسبقة مثلاً، فعليك باختيار الأنشطة التي تساعد في التعارف والتفاعل فيما بينهم بدلاً من الخوض مباشرة في موضوعات دسمة. ولاحظ كذلك أنواع الأنشطة التي يجدون متعة حقيقية في تنفيذها وركز عليها. احرص على مراعاة مشاعر المتعلمين؛ فإن كانوا يكابدون الجوع الشديد مثلاً، فعليك بالحد من تيسير أنشطة تأتي على ذكر هذا الأمر.

عند اختيار الأنشطة، انتبه جيدًا للمثيرات المحتملة.

مع حرصنا على مراجعة كل نشاط مراجعة شاملة ودقيقة لتقليل احتمالية تأثيره على الأطفال انفعاليًا إلى أدنى حد، فلا يزال احتمال حدوث ذلك قائمًا؛ ولذا نرجو الانتباه جيدًا 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 مؤقتًا، ويمكنك إرجاء تنفيذها لوقت لاحق.

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

وعند اختيارك أنشطة تنطوي على مشاعر وانفعالات عارمة، فعليك بتهيئة بيئة آمنة لتنفيذها، والاستعداد للاستجابة لأية مثيرات محتملة. سنتناول هذا الجانب بمزيد من التفصيل لاحقًا.



لقد انتهيتُ 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. لنستكشف معًا بعض الأفكار المقترحة للقيام بذلك في ضوء أحد الأمثلة. تأمل النشاط التالي:


١٨

صمم تمرينًا بدنيًا

ناقش 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 جزءًا محددًا 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 الإعاقات الجسدية (مثل: تخصيص تمارين الإطالة للجزء العلوي من الجسم للمتعلمين الذين يتنقلون بالكراسي المتحركة).

شجع المتعلمين على:

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



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

المستوى المهاري للمتعلمين

التبسيط: قسّم المهام المعقدة إلى خطوات أبسط وأيسر تنفيذًا حتى يكون استيعابها أكثر سهولة.

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

اقترح 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.

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

الموارد والأماكن المتاحة

أدخل تعديلات على الأنشطة بحيث تلبى 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 الاقتصار على التمارين التي تتضمن استخدام الذراعين والجزء العلوي من الجسم. وإن أتاحت 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 الرباض، أو تمرين الساقين بالركض كما يفعل الفهد أيضاً.
- بالإضافة إلى تنوع الحركات، شجّع المتعلمين على الدخول في تحد بأن يتخذ كل منهم وضعية مستوحاة من أحد الحيوانات ويتنافسوا فيما بينهم على الأطول ثباتاً على الوضعية دون أن يختل توازنه.
- كرّر متواليات التمارين يومياً مع إضافة حركة واحدة جديدة.

قدرات المتعلمين

أدخل تعديلات على الأنشطة بحيث تلبى 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 مستوحاة من الحيوان وفق تصوره، وعندما 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 بُعد (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، ويقلّد إحدى حركاته.
 - حاولوا تخمين اسم الحيوان الذي اختاره كل متعلم، وتناقشوا حول أسباب الاختيار.
 - والآن، تعاونوا معاً كفريق واحد لتصميم تمرين بدني يجمع كل الحركات التي قمتم بأدائها. هل تستطيعون جميعكم أداء هذا التمرين الموحد؟

السياق الثقافي

تخيّر من المفردات والأمثلة والمواقف ما يتناسب مع المشارب والخبرات الثقافية للمتعلمين.

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

قطف ثمار الزيتون: يحاكي المتعلمون حركة مد الذراعين لأعلى وجني ثمار الزيتون من أغصان الشجر.

حركة الأمواج: يتمايل المتعلمون بأجسامهم من جانب لآخر مثل أمواج البحر المتوسط.

صناعة الخبز: يتظاهر المتعلمون بأنهم يرققون العجين ويشكلونه كما هو معتاد في صناعة الخبز الشعبية.

من الضروري أن تضمن أن تعديلاتك على الأنشطة لا تخل بأهدافها التعليمية أو تحيد عن الأغراض المنشودة منها؛

فالأسئلة النقاشية - على سبيل المثال - تشكل عنصراً حيوياً بالغ الأهمية في كل نشاط، ولئن كان ممكناً أن تجزئ الأسئلة إلى جزئيات أصغر لتوجيه النقاش، فيجب ألا تحذف من النشاط بالكامل.



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

لنتعرّف معًا على خطوات تيسير النشاط. أيقونة الهاتف 📞 تشير إلى وجود إرشادات إضافية في حال أردت تيسير النشاط عن بُعد.

1 التحضير للنشاط.

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

2 الإقبال على الأطفال بود وترحاب.

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

3 البدء بتمرين تمهيدي إن اقتضت الحاجة

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

نصح بأن تبدأ كل نشاط بتيسير أحد الأنشطة الروتينية اليومية لأنك لن تستطيع أن تتبين بسهولة مستويات الطاقة والنشاط عند المتعلمين عن بُعد. 📞

4 التعريف بالنشاط.

ابدأ النشاط بشيء لافت إن أمكن حتى تجذب انتباه المتعلمين؛ يمكنك أن تطرح سؤالًا متعلقًا بالنشاط (مثال: لو استطعت أن تكون أحد الحيوانات، فأيهما ستختار ولماذا؟).

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

5 تيسير النشاط.

اشرح خطوات النشاط بعبارات وإرشادات واضحة:

قسّم النشاط إلى خطوات بسيطة يسهل تنفيذها. اطلب من أحد المتعلمين أن يعيد سرد الإرشادات لكي تتأكد من استيعاب الجميع لها جيدًا. استعرض النشاط أمام المتعلمين أو نقذ جولة لعب تجريبية إن لزم الأمر.

سلّط الضوء على القيم الأساسية:

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

وضّح أبعاد المشاركة:

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

قد يجد الميسر صعوبة في تيسير بعض الأنشطة عن بُعد بالصوت فقط؛ وفي مثل هذه الحالات ننصح باستخدام عبارات واضحة لوصف الأفعال المطلوبة، وطرح أسئلة استيضاحية 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 لمساعدتنا في تنفيذ جولة لعب تجريبية؛ من مستعد؟

حسام وتارا.

شكراً لكما على المساعدة! الآن، هل يستطيع أحدهم أن يضع عصابة علي عيني حسام؟ إن لم يكن ذلك ممكناً يا حسام، فأغض عينيكَ فقط. هل نحن جاهزون؟

لقد وضعنا قطعة قماش حول عيني حسام. نحن جاهزون!

ممتاز، والآن يجب أن يضع أحدهم غرضاً ما عند نقطة بعيدة عن حسام، ويجب ألا يعرف مكانه؛ فهذا الغرض هو الكنز. هلاً أخبرتموني عندما تكونون جاهزين؟

نحن جاهزون!

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

ولكن ليس لدينا أغراض كافية لاستخدامها كعوائق.

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

نعم! ونحن جاهزون الآن!

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

وهكذا...

التأكيد على هدف التعلم الرئيسي من النشاط.

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 معدومة، فعليك بتجزئتها إلى أسئلة أبسط وتوجيه المتعلمين صوب أهداف التعلم الرئيسية. استخدم المشاهد التمثيلية ولعب الأدوار أو قَدِّم مقترحاتك 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، وأضف إليها أيضًا ملاحظات المتعلمين وتعليقاتهم؛ فإن ذلك يجعلهم يشعرون بأن صوته مسموع، كما يعطي مثالًا على تبني عقلية النمو.

كرّر الأنشطة مع إقرانها بعناصر إثرائية، لا سيما تلك الأنشطة التي ترى أن بداخلها إمكانيات لم تُوظف بأكملها بعد، أو تلك التي تلاقى صدى واهتمامًا حقيقيًا لدى المتعلمين. التعلم يتعزز 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 مفهومًا محددًا، فعليك بتخصيص الوقت اللازم لشرح أو مراجعة المهارة/المفهوم.

يمكنك قياس ذلك بطرح أسئلة بسيطة بطريقة إيجابية. مثال: "أغمض عينيك، وارفع إبهامك لأعلى إن كنت واثقًا من مهارتك في حساب الضرب، وأنزله لأسفل إن كنت متشككًا."

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 شفهيًا. فيما يلي بعض الأسئلة المفتاحية:

كيف تصف شعورك حيال أنشطة اليوم؟
ما أفضل اللحظات التي مرت عليك اليوم؟ هل تعلمت شيئًا جديدًا؟

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، وحدّد أرقامًا على أساس عدد المجموعات المطلوبة للنشاط؛ مثلًا إن تطلّب تنفيذ النشاط تشكيل ثلاث مجموعات، يقول كل متعلم في الدائرة بصوت عالٍ رقمًا من 1 إلى 3 بالترتيب: 1، 2، 3، 1، 2، 3، وهكذا، وينضم جميع المتعلمين المشتركين في الرقم 1 معًا لتشكيل مجموعة، وكذلك الحال للرقمين 2 و3.
- بإمكانك أيضًا أن تجعل تكوين الثنائيات أمرًا ممتعًا؛ مثلًا يكون كل متعلم ثنائيًا مع زميل آخر لديه العدد نفسه من الأشقاء، أو يرتدي اللون نفسه، أو لا يعرف الكثير عنه، وهكذا.
- ضع نظامًا للتناوب أو التبديل بين المتعلمين بحيث يغيّر الزملاء فرقهم وأدوارهم بعد كل نشاط.
- شكّل الثنائيات بناءً على تقديرك بحيث تضمن الجمع بين المتعلمين الأكثر هدوءًا والأكثر انفتاحًا وتفاعلاً، أو بين المتعلمين ذوي المستويات المهارية المتباينة، وذلك لتحقيق التوازن بين الديناميات السلوكية وتشجيع الشمول.

المشاركة

شجّع المتعلمين على المشاركة برفق ولطف، ولكن لا تجبرهم عليها. إليك بعض الاستراتيجيات التي تساعدك على تحفيز المشاركة النشطة:

- اسمح للمتعلمين بمشاهدة الأنشطة أولاً إن كان ذلك يشعرهم بالارتياح للمشاركة لاحقاً.
- اقترح عليهم القيام بأدوار أخرى، مثل مراقبة الوقت وتسجيل النقاط وغير ذلك.

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



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

تذكّر 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 توجيه محقّق 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

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



أقدّر لكم الاستمرار في المحاولة بالرغم من صعوبة الأمر!

لقد لاحظت كيف ساعد كل واحد منكم المجموعة بالكامل من أجل إتمام اللوحة.

لقد تحسّنت بالفعل طريقة عملكم معاً بروح الفريق؛ ترى كيف يمكننا أن نحسنها أكثر؟

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

اعتبارات مهمة

ثمة مبدأ توجيهي بالغ الأهمية نتمثله في عملنا؛ ألا وهو “لا ضرر”. وندعوك إلى مراعاة الجوانب التالية التي يتجلى فيها هذا المبدأ:

السرية

توخ الحرس 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 هويتي” 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 تتحدث عن أية بواعث قلق لديك بشأن أحد الأطفال إلا مع المشرّفين المعنيين أو الاختصاصيين المنخرطين بشكل مباشر في رعاية الطفل وحمائته، وتجنّب تماماً الإفصاح عن تفاصيل دونما ضرورة تقتضي ذلك.

حماية الأطفال

تأكد من أن بيئة 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 تصرفات 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 بالتأثر 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 انفعاليًا إلى أدنى حد، فلا يزال احتمال حدوث ذلك قائمًا.

الاستجابة للمثيرات

علامات يجب الانتباه لها: الانسحاب من النشاط، الاحتياج والانفعال، الإجهاش بالبكاء، اليقظة المفرطة، التنفس المتسارع، 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 جانبًا للاطمئنان على حالته، واحرص على ألا يلاحظ الأطفال الآخرون ذلك الأمر بإبقائهم مشغولين (مثال: جعلهم ينظفون المكان، أو يكتبون، أو يواصلون النشاط، وما إلى ذلك).

- امنح الطفل مساحة آمنة للتعبير عن مشاعره (كثيرًا ما يفقد الأطفال القدرة على التصرف بعقلانية عندما يتأثرون انفعاليًا) وحاول أن تريحه وتطمئنه بإبداء تفهمك لما يشعر به وتسمية الشعور نفسه.

أعلم أنك غاضب جدا الآن، ولا بأس أن تشعر بالغضب

- اعرض على الطفل بعض أساليب التهدئة (إن كان ذلك مناسبًا لحالته) مثل تمارين النفس.
- بعد مرور قدر مناسب من الوقت، وفي حال استعاد الطفل هدوءه، ناقش معه ما حدث مجددًا لكي تقف على سبب تأثره 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 أو ولي أمره بالواقعة، أو إحالتها عبر نظام الإحالة المطبق (إن وجد) لطلب دعم إضافي من مدير أو اختصاصي نفسي مدرب.
- قف مع النشاط الذي استثار الطفل وقفة تأملية لتكييفه وغيره من الأنشطة الأخرى، مع وضع ردة فعل الطفل في حسابك. 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.

في حالة تيسير النشاط عبر الهاتف (صوت فقط):



قد يجد الميسر صعوبة في اكتشاف المثيرات وعلاماتها في أثناء تيسير الأنشطة عن بُعد؛ ولذا يجب توخي الحذر والانتباه جيدًا وتطبيق استراتيجيات استباقية.

علامات يجب الانتباه لها: الصمت المفاجئ أو المشاركة والتفاعل 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 إحاح.



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

- اطمئن على الطفل برفق دون أن تخرجه أو تلفت انتباه الآخرين إليه، واعرض عليه أن يترك النشاط لبعض الوقت إن أراد ذلك.

- وجه الطفل لأداء تمرين تمهيدي بسيط يمكن تنفيذه مع الاستمرار في المكالمات الهاتفية، وأشرك جميع المتعلمين في هذا التمرين حتى لا يشعر الطفل بأنه المقصود وحده دون غيره.

- إن كان الطفل هادئًا، فاقترح عليه القيام بدور بديل في النشاط يتضمن الإنصات أو الملاحظة، مثل مراقبة الوقت أو تسجيل النقاط، واحرص على أن تأتي صياغتك للاقتراح في صورة طلب.

- في حال لم يمانع الطفل وكان الأمر متيسرًا، حدّد معه موعدًا لمكالمة ثنائية بينكما بعد انتهاء جلسة النشاط لتناقشا معًا ما حدث وتقدم له الدعم والطمأنينة. وإن استدعت الحاجة، فأبلغ الجهات المعنية بالواقعة.

لاحظت أنك بقيت صامتًا لفترة؛ فهل أنت بخير؟
لا بأس إن أردت أن تستريح قليلًا.

لنأخذ جميعنا نفسًا عميقًا معًا؛ تنفّسوا الشهيق
ببطء مقدار 4 عدّات، واحبسوا النفس بمقدار 4
عدّات أخرى، ثم أخرجوا الزفير بمقدار 4 عدّات
أيضًا.

هل تود مساعدتي في مراقبة وقت النشاط
للمجموعة؟ سيساعدني ذلك حقًا!

سأتصل بك بعد انتهاء جلسة النشاط لكي أطمئن
عليك؛ هل يناسبك ذلك؟

مصادر مقترحة للقراءة

استعرضنا معًا في الصفحات السابقة بعض التوجيهات والمبادئ الإرشادية التي تساعدك في بدء رحلتك مع كتب الأنشطة، ولكننا ننصح أيضًا بالاطلاع على المصادر والموارد التالية لتتعرف أكثر على أفضل الممارسات التدريسية ووسائل صون سلامة الأطفال وحمايتهم، لا سيما في ظل الأزمات:

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>



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

ريتا بيرسون

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