

# فضائي

يركز هذا الدرس التأسيسي في وحدة الاحترام على الانضباط الذاتي وكيف تؤثر التصرفات المسؤولة على أنفسنا أولاً وقبل كل شيء. نظرًا لأن وضع هذه الوحدة يتم بعد العطلة الشتوية ، يجب إعادة إنشاء العديد من الإجراءات الروتينية ، خاصة حول التنظيم. يركز هذا الدرس على الانضباط الذاتي المرتبط بالحجرات الصغيرة أو المناطق الشخصية في منطقة المعطف /. حقيبة الظهر

المفهوم الفرعي (المفاهيم) للمسؤولية  
الانضباط الذاتي واللطف

الإطار الزمني للدرس  
45 دقائق

المواد المطلوبة

- ☐ الورق مطوي من المنتصف
- ☐ لوازم الفن الأساسية
- ☐ لقد نسيت بواسطة ميرسر ماير

خريطة المعايير

ومعايير التثقيف CASEL يتوافق هذا الدرس مع كفاءات  
الصحي الوطنية ومعايير الدولة الأساسية المشتركة.  
يرجى الرجوع إلى خريطة المعايير للمزيد من المعلومات



من تصميم كاسيل  
كبرنامج موصى به  
للتعلم الاجتماعي والعاطفي.  
انظر الصفحة الأخيرة للحصول على التفاصيل

## هدف الدرس

سيتمكن الطلاب من:

- تحديد طرق لإظهار المسؤولية لأنفسهم
- ممارسة الأنشطة في الفصل التي تتطلب المسؤولية لنفسه

## اتصال المعلم / الرعاية الذاتية

بصفتك مدرسًا ، فأنت مسؤول عن سلامة وتعليم عشرات الأطفال. كيف تستعد للمدرسة كل يوم؟ يُطلب من كل معلم تقديم نوع من خطط الدروس كدليل على التخطيط. يذهب التخطيط الفعال إلى أبعد من ذلك بكثير. يمكن أن يؤدي تخطيط وحدة بناءً على عدد أيام الفصل إلى جانب قيود الوقت المخصصة إلى تغيير الدرس الأصلي تمامًا. في كثير من الأحيان ، يصبح تخطيطنا أقصر وأقصر كلما طالت مدة التدريس. ومع ذلك ، نستقبل كل عام مجموعة جديدة تمامًا من الطلاب. خصص هذا الأسبوع بعض الوقت الإضافي لتقييم فصلك الحالي. ما هي الاحتياجات الخاصة لديهم (نقاط القوة والضعف) التي تتطلب نهجًا مختلفًا عن السنوات الماضية؟ إذا كانت هذه هي السنة الأولى لك في التدريس ، فحاول تصنيف طلابك حسب أسلوب التعلم بدلاً من المستوى الأكاديمي. قد تبدأ في تقدير كل طالب أكثر قليلاً ، مما يؤدي في النهاية إلى مدرس يستجيب بلطف بدلاً من الإحباط خلال هذا الوقت العصيب من العام

## نصائح للمتعلمين المتنوعين

- اسمح للطلاب بالتقاط الصور قبل وبعد إذا لم يتمكنوا من الرسم
- ارسم صورة بسيطة بجوار الكلمات الشائعة المستخدمة في الرسوم التوضيحية: حقيبة ظهر ، معطف ، حذاء ، إلخ
- اسمح للطلاب بإملاء الأجزاء المهمة من صورتهم عليك حسب الحاجة
- ساعد الطلاب على تنظيم منطقتهم أثناء جزء التنظيم من النشاط

## يشارك

5-10 دقائق

يلعب 2 قصص وحقيقة مع المعلم باعتباره حكواتي

اشرح طريقة اللعب: يقول المعلم 3 أشياء عن نفسه ؛ 2 منهم رغبات وشيء واحد فقط هو الصحيح. يجب على الفصل التصويت على البيان هو الصحيح

كرر مرتين آخرين بعبارات مختلفة. هنا مثال:

- (لدي 13 اخا. قصة)
- (لقد أكلت الحبار. حقيقة)
- (أناسأعطي الجميع الأيس كريم لاحقاً! قصة)

بعد اللعب ، فكر في اللعبة

- كيف شعرت عندما عرفت أن بعض كلماتي كانت مجرد قصص؟
- هل تحب اللعبة؟ لما و لما لا؟
- هل كانت هناك أي علامات أعطيتها لأقولها عندما كنت أقوم بعمل شيء ما؟
- لماذا يجب أن نقول الحقيقة دائماً؟
- كيف يمكن لرواية القصص بدلاً من الحقيقة أن تجعل من الصعب على الناس أن يتقوا بنا؟

يريد الناس أن يتقوا بكلماتك. عندما تروي قصصاً وتظاهر بأنها الحقيقة ، قد يكون من الصعب على الآخرين أن يتقوا بك



## يلهم

### ما هي المسؤولية؟

دقيقة 10-12

اشرح أن المسؤولية هي عندما يمكنك الاعتماد على القيام بالأشياء المتوقعة أو المطلوبة منك. هذا يعني أن الناس يمكن أن يعتمدوا عليك! تفعل ما تقوله وتقول ما تقوله دا. دعونا نتحمل المسؤولية من خلال العمل معاً لإنهاء هذه الجمل:

(عندما أخرجه ، أنا \_\_\_\_\_) (أضعه بعيداً)  
(عندما أحدث فوضى ، أنا \_\_\_\_\_) (نظفها)  
(عندما أقترض شيئاً ما ، أنا \_\_\_\_\_) (أعيده)  
(عندما أكرس شيئاً ما ، أنا \_\_\_\_\_) (أصلحه ، أخبر شخصاً بالغاً)

### ما هو الانضباط الذاتي؟

اشرح أن الانضباط الذاتي كلمة كبيرة تعني أننا مسؤولون عن سلوكنا. نحن نولي اهتماماً لكيفية تصرفنا وكيف نتعامل مع أنفسنا والآخرين. يمكننا التحكم في عواطفنا. على سبيل المثال ، عندما تغضب حقاً ، هل يمكنك التحكم في نفسك بأخذ أنفاس عميقة أو الابتعاد؟ إذا كان الأمر كذلك ، فأنت تمارس الانضباط الذاتي! يتطلب الانضباط الذاتي الكثير من الممارسة ، لذلك لا تثبط عزيمتك إذا كنت بحاجة إلى مواصلة المحاولة! حتى (البالغين يجب أن يمارسوا هذه المهارة كل يوم. (قدم مثلاً شخصياً ، إذا رغبت في ذلك

### وقت القصة: لقد نسيت بواسطة ميرسر ماير

دقائق 10

اقرأ الرابط بصوت عالٍ: <https://www.youtube.com/watch?v=vtiJXg--D6M>

تدور هذه القصة حول طفل صغير ينسى باستمرار "الأشياء الصغيرة" طوال اليوم. في بعض الأحيان يفهم أن ما يفعله خطأ ، لكن في أحيان أخرى لا يبدو أنه مشكلة كبيرة بالنسبة له. يمنحك هذا الكثير من الفرص للتحدث عن الانضباط الذاتي والمسؤولية. راجع الأجزاء التالية من الكتاب كصف دراسي

- ماذا سيحدث عندما ينسى سقي النباتات؟ على الرغم من أنه يقول إن النباتات تبدو جيدة ، إلا أنها (ذابلة). لماذا قد يقول أنهم يبدوون بخير؟ (لا يريد تحمل مسؤولية النسيان ، إلخ)
- هل هو صادق في عدم نسيان إطعام السمكة الذهبية؟ ماذا يقول ليستر على نسيانه؟ (لم يكن يبدو (جائعا).
- ماذا سيحدث لو نسي غداؤه ولم تستطع والدته إحضاره له؟
- هل أظهر المسؤولية عندما ترك حذاءه الموحل؟
- وهل يتكلم بلطف عند حديث والدته عن تنظيف ألعابه؟ كيف يجيبها بلطف؟
- ما هو الشيء الوحيد الذي لم ينساه أبداً؟



## التمكين

دقائق 20

سيمارس الطلاب الانضباط الذاتي والمسؤولية من خلال إنشاء مقارنة بين مساحة شخصية / حجرة فوضوية وغير منظمة ومساحة شخصية نظيفة ومنظمة. ملاحظة: إذا لم يكن لديك حجيرات صغيرة ، فاختر موقعاً آخر حيث يكون لكل طالب مساحة شخصية ، مثل حامل المعاطف ، ودرج الإمداد ، وما إلى ذلك.

اشرح أننا نمارس الانضباط الذاتي والمسؤولية كل يوم في الفصل. نبدأ وننتهي كل يوم بالمسؤولية من خلال الطريقة التي نعتني بها بمقصورتنا (المساحة الشخصية ، وما إلى ذلك). سنقوم اليوم بإنشاء صورتين لمقصورتنا الصغيرة: إحداها تُظهر مساحة فوضوية / غير منظمة والأخرى تُظهر مساحة نظيفة / منظمة. عندما نمارس الانضباط الذاتي والمسؤولية ، فإن مجالاتنا تعكس ذلك. أنا كالمعلم يجب أيضاً ممارسة هذه المهارات. رسمت صورتين لمكتبي لأريكم

- أظهر صورك الفوضوية / النظيفة و اشرح كيف أدت أفعالك غير المسؤولة إلى المكتب الفوضوي. استعرض تفاصيل صورة مكتبك النظيفة ، مع إبراز الطريقة التي قررت بها تنظيم الأشياء (أوراق (في كومة بها مقطع ، وأقلام رصاص في كوب القلم الرصاص ، وما إلى ذلك
- قدم لكل طالب ورقة فارغة مطوية من المنتصف. على الجانب الأول ، اجعلهم يرسمون صورة لما تبدو عليه منطقتهم / حجرتهم في أكثر حالاتها فوضوية
- بعد أن ينتهي الجميع ، اطلب منهم الانتقال إلى حجرتهم / منطقتهم الشخصية وتنظيفها بأفضل ما (في وسعهم). (يمكنك تقديم المساعدة حسب الحاجة
- أعد الفصل إلى أوراقهم الدراسية واطلب منهم رسم صورة توضيحية لمساحتهم النظيفة الآن. اطلب منهم تسمية أجزاء من الحجرة / المساحة التي من المهم تذكرها: تعليق المعطف ، وحقيبة الظهر على الخفاف ، والأحذية المبطنة ، وما إلى ذلك (سيختلف هذا بناءً على إعداد الفصل الدراسي).



## يعكس

دقائق 5-10

إذا سمح الوقت ، راجع بعض الرسومات لتسليط الضوء على كيفية اختيار كل طفل لتنظيم مساحته الشخصية. يتطلب الانضباط الذاتي الممارسة. لدينا هذه الفرصة يومياً مع مساحاتنا الشخصية. دعونا نعمل معاً للحفاظ على نظافة مناطقنا وتنظيمها. كلما مارسنا أكثر ، أصبحنا أفضل



## أفكار التمديد

- قم بتصفيح كل صورة بعد ذلك وعلقها فوق المنطقة الشخصية لكل شخص كتذكير بالشكل الذي يجب أن تبدو عليه مساحته
- مارس الانضباط الذاتي والمسؤولية أسبوعياً عن طريق تنظيف منطقتك في نهاية كل يوم جمعة إن أمكن
- أرسل إلى المنزل ملاحظة مع أولياء الأمور واطلب منهم تكرار هذا النشاط مع غرفة نوم الطالب



من تصميم كاسيل  
كبرنامج موصى به للتعليم الاجتماعي  
والعاطفي.

المستندة إلى الأدلة منذ عام 2003. SEL التعاونية من أجل التعلم الأكاديمي والاجتماعي والعاطفي (كاسيل) يراجع برامج  
لبرامج التعلم الاجتماعي CASEL ويتم تضمينه في دليل CASEL التابع لـ SElect يلتقي ببرنامج Classroom® اللطف في  
والعاطفي الفعالة.

Classroom® عالية الجودة. اللطف في SEL لبرمجة CASEL أو تجاوز جميع معايير Classroom® استوفى اللطف في  
عالية الجودة SEL لبرمجة CASEL حصل على أعلى تصنيف من

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>