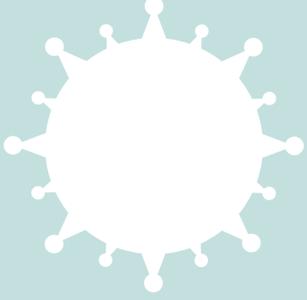


الجاهزية للعودة: حزمة تدريب إعداد المعلم





© 2020 مكتب اليونيسف الإقليمي للشرق الأوسط وشمال إفريقيا

صندوق الأمم المتحدة للطفولة

المكتب الإقليمي للشرق الأوسط وشمال إفريقيا

ص.ب 1551

عمان 11821 - الأردن

البريد الإلكتروني: menaro@unicef.org

الموقع الإلكتروني: <https://www.unicef.org/mena/education>

حول حزمة تدريب إعداد المعلم

يمثل إغلاق المدارس حول العالم استجابةً لجائحة كورونا خطراً غير مسبوق على تعليم الأطفال وحمايتهم ورفاههم، ويعتبر المعلمون وموظفو التعليم الآخرون في طليعة الاستجابة لاحتياجات الأطفال التعليمية.

تهدف حزمة "الجاهزية للعودة": تدريب إعداد المعلم إلى تلبية الاحتياجات الناشئة والفورية لتدابير الصحة والسلامة ونقص التعليم والصحة النفسية والرفاهية في المدارس والصفوف المدرسية، وقد تم إعداد وتطوير المعلومات في هذه الحزمة للمعلم والطالب والطواقم التعليمية في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا.

تستند الوحدات إلى إطار إعادة فتح المدارس الذي أعدته اليونيسكو واليونيسف والبنك الدولي وبرنامج الأغذية العالمي ومفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين (أبريل/يونيو 2020).

هذه هي الطبعة الأولى من حزمة التدريب لإعداد المعلم التي تم تطويرها من قبل اليونيسف بدعم من منظمة أفلاطون الدولية.

تمهيد

أثر إغلاق المدارس على مستوى عالمي استجابةً لجائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) على أكثر من مليار ونصف طفل في سن الدراسة الابتدائية والثانوية، إذ يُشاد بالحكومات الوطنية لاستجابتها السريعة لتوفير خيارات تعليمية بديلة من خلال المنصات الإلكترونية أو الدروس المتلفزة أو من خلال التوزيع السريع للمواد المطبوعة لمن ليس لديه اتصال بالإنترنت أو جهاز تلفاز.

ومع ذلك وعلى الرغم من هذه الجهود العظيمة، لم يتمكن العديد من الأطفال من مواكبة واجباتهم المدرسية بسبب عدم المساواة في إمكانية الوصول إلى وسائل التعليم عن بُعد والدعم المحدود للتعلم من قبل المعلم و/أو الأهل، ويقدر البنك الدولي أن تعليم الطفل تأخر في المتوسط لمدة 6 أشهر، أي بمقدار 10 تريليون دولار أمريكي من الخسائر في الإيرادات للاقتصاد العالمي. بالإضافة إلى ذلك، فإن إغلاق المدارس يعني أيضاً تفويت الحصول على التدخلات المنقذة للحياة من قبيل الوصول إلى برامج الوجبات المدرسية والخدمات الصحية وبرامج الحماية.

وعلى الرغم من أن جائحة كورونا لم تنتهِ بعد، تستعد حالياً المدارس في كثيرٍ من البلدان لإعادة فتح أبوابها، حيث ستؤثر الإجراءات الوطنية الضرورية لضمان عمل المدارس بأمان - مثل التباعد الجسدي والبروتوكولات لإغلاقٍ محتمل في المستقبل - على المسيرة التعليمية وأساليب التدريس في المستقبل.

إنّ أحد الدروس الرئيسية المستفادة من الأشهر القليلة الماضية هو الدور الهام الذي تلعبه **أنت كمعلم** في ضمان استمرارية التعلم. وبمجرد إعادة فتح المدارس، سيعوّل كثيراً على المعلم لضمان قدرة الأطفال على مواصلة تعليمهم في بيئة آمنة وصحية وتعويضهم عن المعارف والمهارات التي ربما فقدوها.

سُترشدك حزمة الجاهزية للعودة: تدريب إعداد المعلم من خلال التفكير في تأثير كوفيد-19 وتداعياته على ممارسات التدريس اليومية، فضلاً عن تقديم النصائح والاقتراحات التي يُمكنك تطبيقها داخل الصف المدرسي. المعلومات المقدمة هنا هي مجرد استقراءٍ أولي، لذا نأمل أن تجدها غنية بالمعلومات المفيدة وأن تستكشف الموضوعات بشكلٍ أكثر عمقاً ومناقشتها مع زملائك، إلى جانب الاستفادة من الموارد المتاحة التي تمكّنك من إحداث تغيير طويل الأمد في حياة طلابك.

تيد شيبان

شكر وتقدير

تمثل حزمة الجاهزية للعودة: تدريب إعداد المعلم جهداً تعاونياً أصبح ممكناً بفضل الدعم والمشورة من قبل العديد من الأفراد والمنظمات.

قام الفريق التعليمي في المكتب الإقليمي لليونيسف في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا، والذي يضم كل من سارة ياسان وأفريديتا سباهو تحت إشراف جانيت فوجيلار، مستشارة التعليم الإقليمي، بوضع التصور الخاص بالحزمة إلى جانب الإشراف عليها وتنسيقها ومراجعتها.

وقد ارتكزت الحزمة على معلوماتٍ جوهريّة مستمدة من مصادر عديدة، لا سيما مصادر منظمة الصحة العالمية ومنظمة إنقاذ الطفل واليونيسكو. بينما قدّم زملاء آخرون في اليونيسف مدخلاتٍ فنية إضافية قيّمة، بمن فيهم نيفين كنزيفيتش (التعليم) وستيفاني شانلر وكارلوس خافيير أغيلار وأن ويلهويت وزينب حجازي (حماية الطفل) وإسماعيل إبراهيم (المياه والإصحاح البيئي والنظافة) وتومومي كيتامورا (الصحة) والعديد من الزملاء من المكاتب الوطنية في جميع أنحاء العالم، في حين قامت منظمة أفلاطون الدولية بتوسيع المحتوى لإكمال الوحدات والحزمة.

كما ويوجّه مكتب اليونيسف في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا شكراً خاصاً للدكتور جون أموديو، المدقق الخارجي الذي قام بمراجعة الوحدة الثانية - الصحة النفسية والحماية.

إخلاء مسؤولية

تحتوي حزمة تدريب إعداد المعلم على معلوماتٍ واقتراحاتٍ صحية بناءً على أحدث الأدلة والتوصيات التي قدّمتها السلطات الدولية. وفي حال ظهور أدلة جديدة تتعلق بتدابير السلامة أثناء الجائحة، توصي اليونيسف وبشدة بالرجوع إلى السلطات الوطنية بانتظام للحصول على معلوماتٍ محدّثة.

اليونيسف - منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا.

جدول المحتويات

3
4
6

تمهيد
شكر وتقدير
مقدمة

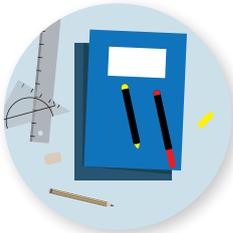


10	الوحدة 1: عمليات المدرسة الآمنة
11	وحدة الفرعية 1.1 نظرة عامة
11	1.1.1 ماهية فيروس كورونا المستجد
13	الوحدة الفرعية 2.1 بروتوكولات الصف المدرسي
13	1.2.1 التباعد الجسدي
16	2.2.1 لصحة ونظافة اليدين
18	3.2.1 التنظيف والتطهير
20	الوحدة الفرعية 3.1 آليات الإبلاغ والإحالة
20	1.3.1 تحديد الأعراض
22	2.3.1 التصدي للوصم بالعار
24	3.3.1 تنفيذ الخرافات المرتبطة بفيروس كورونا المستجد

30	الوحدة 2: الرفاهية والحماية
31	الوحدة الفرعية 1.2 الرفاهية والمدرسة
31	1.1.2 الرفاهية وكوفيد-19
34	2.1.2 الرفاهية والتعلم
37	3.1.2 التصدي للعنف المدرسي
39	الوحدة الفرعية 2.2 رفاهية المعلم
39	1.2.2 التعرف على ضغوطاتك النفسية
42	2.2.2 الاعتناء بنفسك
45	الوحدة الفرعية 3.2 رفاهية المتعلم
45	1.3.2 التعرف على ضغوطات المتعلم (انظر)
51	2.3.2 تحسين التواصل (استمع)
54	3.3.2 ربط الطلاب بالمصادر (اربط)



62	الوحدة 3: العودة إلى التعليم
64	الوحدة الفرعية 1.3 معالجة الفاقد التعليمي
64	1.1.3 تكييف الممارسات المتبعة في الصف المدرسي وإعداد الطلاب للسياسات الجديدة
67	2.1.3 التفكير في الفاقد التعليمي والتعلم المتراجع
70	3.1.3 استخدام التقييمات التكوينية
76	الوحدة الفرعية 2.3 تنفيذ استراتيجيات التعليم المدمج
76	1.2.3 مقدمة لممارسات اللحاق بركب التعليم
79	2.2.3 كيف ستبدو خطتي للتعليم المدمج؟
84	1.2.2.3 دور الفروض المدرسية
87	2.2.2.3 التعلم القائم على المشاريع
92	الوحدة الفرعية 3.3 بناء بيئة تعليمية داعمة
92	1.3.3 حلقات تعلم المعلم: دعم الأقران
94	2.3.3 كيفية إشراك الأهل/مقدمي الرعاية
96	3.3.3 التعلم التشاركي للطلاب



105
108
109

التقييم الذاتي
قائمة التحقق الخاصة بإعداد المعلم
المراجع

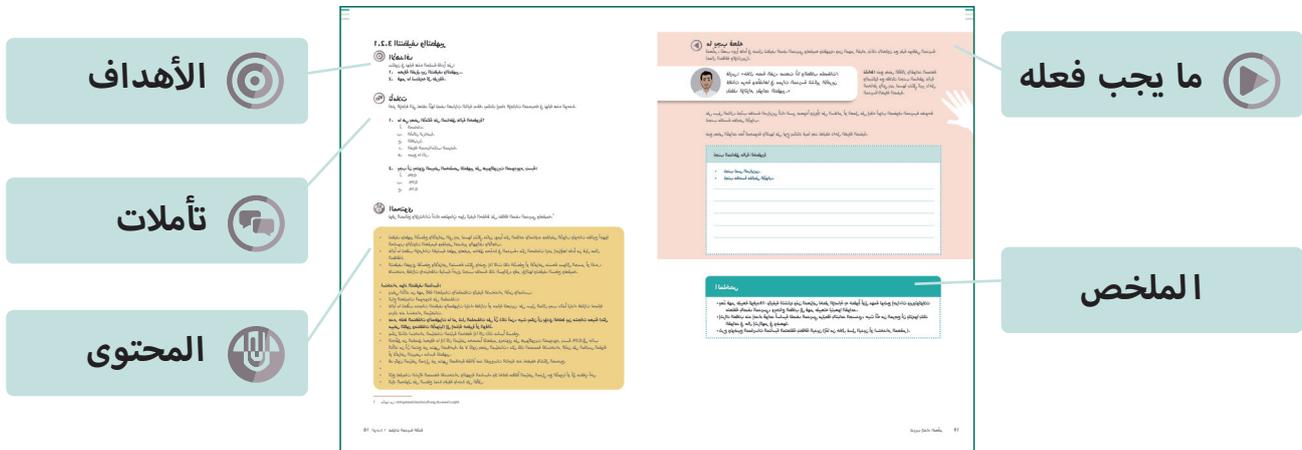
مقدمة

في ظلّ إغلاق المدارس على نطاق واسع لإبطاء انتشار فيروس كورونا المستجد، لجأ العديد من المعلمين إلى الاستعانة بكافة الوسائل الممكنة للوصول إلى طلابهم ومواصلة التدريس، ونحن نحتفي ونعترف بجهود هؤلاء المعلمين الذين عملوا بجد وأنجزوا الكثير خلال هذه الجائحة، فهم المستجيبون الأوائل في قطاع التعليم.

إنّ الغرض من حزمة الجاهزية للعودة: تدريب إعداد المعلم هو تقديم الدعم والمساندة للمعلمين من خلال تزويدهم بالمعلومات والأدوات العملية لمواجهة التحديات المباشرة التي تفرضها عملية التحضير والاستعداد لافتتاح العام الدراسي الجديد بصرف النظر عن طبيعته.

كيفية الاستخدام

تمّ تصميم هذه الحزمة لتكون بمثابة أداة تدريب مرنة وتقدّم ذاتي بحيث يمكن تكييفها مع كل سياق وتحديثها مع تغير الوضع. وعلى الرغم من أنّه يمكن التعامل مع الوحدات الثلاث بشكل مستقل ومنفصل، إلا أنّ الموضوعات التي يتم تناولها في الوحدات الثلاث مترابطة ومتكاملة.



تتناول الوحدة الأولى "عمليات المدرسة الآمنة" الاحتياطات وتدابير السلامة التي ينبغي اتخاذها داخل المدارس، وتوفّر معلومات وحقائق حول كوفيد-19 من شأنها المساهمة في الإدارة الآمنة للصفوف المدرسية والمدارس بشكل عام.



في حين تتناول الوحدة الثانية "الرفاهية والحماية" العلاقة بين الرفاهية والتعليم والتعلّم، وتسهم في التعرف على الضغوط النفسية والتوتر الواقع على المعلم والطالب ومعالجتها، وتزويد المعلم بأدوات بسيطة وعملية لتحسين رفاهيته من خلال الرعاية الذاتية ورعاية الطالب، وفي الوقت ذاته توفير الحماية.



وأخيراً، تقدّم الوحدة الثالثة من هذه الحزمة "العودة إلى التعلّم" نصائح وأدوات عملية لتحديد ومعالجة ما فات الطالب من التعليم والتراجع الحاصل ومعالجته، وقد تمّ تصميم هذه الوحدة مع التركيز على دعم الأطفال الأكثر هشاشة، بما في ذلك الأطفال المعرضين لخطر التسرب.



كما وتعمل الحزمة كدليل عملي للتلاميذ المدرسية يضم لحظات للتأمل والتفكير والقوالب والنماذج لتعبئتها واستخدامها، ويمكنك كمعلم العمل على تقييم ما تعلمته من خلال اختبار في نهاية كل وحدة. وفي نهاية حزمة التدريب هذه، هناك أداة للتقييم الذاتي والتخطيط لمساعدتك على الاستعداد عملياً لعودتك إلى المدرسة.

يرجى العلم أنّه يتم استخدام الطفل/الأطفال والطالب/الطلاب في هذا المستند بالتبادل.

هذا وسيرافك في هذه الوحدات الثلاث شخصيتان تعملان كدليل هما سارة وفارس، حيث يقومان بتقديم بعض النصائح والمساعدة والأمثلة لإضفاء الحيوية على بعض النقاط والأمثلة الرئيسية.

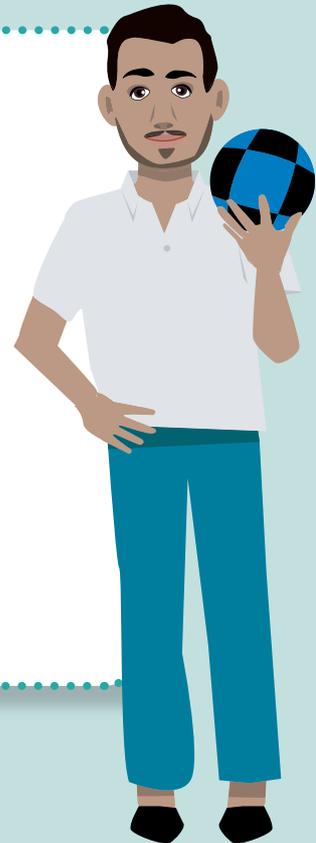


سارة

”مرحباً. أنا سارة من عمّان، الأردن. أنا مدرّسة في مدرسة ابتدائية كبيرة في مدينة الزرقاء، وقد بدأت التدريس قبل 15 عاماً، أي أنّ لدي الكثير من الخبرة لكن لم أتعامل مسبقاً مع شيء من هذا القبيل، وأكثر ما يقلقني في الوقت الحالي بشأن كوفيد-19 هو أنّ الأطفال يسمعون ويصادفون معلومات مختلفة حول كيفية الحفاظ على سلامتهم، إذ يصعب عليهم في أغلب الأحيان التمييز بين المعلومات الموثوقة والمعلومات الخاطئة. كما درست علم الأحياء ولدي اهتمام شخصي بالصحة والعلوم. ومنذ إغلاق المدرسة، حاولت جاهدةً البقاء على اتصال مع طلابي ومقدمي الرعاية لهم من خلال إنشاء مجموعات دردشة للصفوف المدرسية والتي قمت من خلالها بإرسال الواجبات المدرسية فضلاً عن النصائح الصحية الحكومية. أستعد حالياً للعودة إلى المدرسة، لذا أريد التأكد من تعويض طلابي لما فاتهم وضمان شعورهم بالأمان في المدرسة، حيث سيحدّ هذا من قلقهم ويمنحهم راحة البال التي يحتاجون إليها ليكونوا قادرين على التعلّم.“

فارس

”مرحباً. أنا فارس من بلدة صغيرة تدعى تقرت بالجزائر. أنا مدرّس في مدرسة ابتدائية منذ عامين. ولكوني مدرس جديد إلى حدٍ ما، أشعر بالقلق حول قدرتي على تغطية المناهج المدرسية في وقتٍ أقل من العام الماضي. أكثر ما يقلقني بشأن كوفيد-19 هو أنّ بعضاً من طلابي لم يتمكنوا من مشاهدة البرامج التلفزيونية أو القيام بأي تعلّم عبر الإنترنت خلال الأشهر الماضية، وأنا على دراية بأن بعضهم واجهوا صعوبة بالدراسة في منازلهم. قمت طوال فترة الإغلاق بزيارة بعض طلابي بالقرب من منازلهم مع احتفاظي بمسافة آمنة. لم يكن هناك أي طريقة أخرى تمكّنتي من التواصل معهم رقمياً، لذا أرسلت لهم رسائل ضمت تمارين أساسية لممارسة الرياضيات والكتابة والتي يُمكنهم القيام بها في المنزل، وأمل أن تساعد الأخوات والأخوة الأكبر سناً هؤلاء الأطفال في تنفيذ هذه الواجبات في حال تعدّر القيام بذلك من قبل الأهل أو مقدمي الرعاية. وأنا أتهجّز الآن للعودة إلى المدرسة، لذا يتوجب عليّ التفكير في كيفية تحفيز طلابي على معاودة نشاطهم لإنجاز واجباتهم المدرسية وتهيأتهم للمرة المقبلة التي يتم فيها إغلاق المدارس.“





الوحدة

1

عمليات المدرسة الآمنة



الوحدة 1: عمليات المدرسة الآمنة

تقدّم حزمة العودة إلى المدرسة في سياق جائحة كورونا مجموعةً جديدةً من البروتوكولات والمسؤوليات، وذلك لضمان حماية الأطفال والطاقتم التدريسي والتي تشكّل أولويةً قصوى، حيث يجب على أولياء الأمور والأطفال والطواقم التدريسية التأكد من أنّ المدارس أماكن آمنة وأنه قد تمّ بالفعل اتخاذ الاحتياطات اللازمة لمنع الانتشار المحتمل لفيروس كورونا المستجد في البيئات المدرسية. وتشمل هذه الاحتياطات أن يكون للمدارس مرافق كافية ومناسبة للأطفال وموظفي المدرسة للامتثال بقواعد النظافة الصحية الجيدة، والبروتوكولات المعمول بها في حال إصابة أحد الأطفال أو أحد الطواقم التعليمية. وتهدف هذه الوحدة إلى توفير إرشادات واضحة وقابلة للتنفيذ بشأن العمليات الآمنة من خلال الوقاية من فيروس كورونا المستجد والسيطرة عليه في المدارس.

- تشمل الوحدة الأولى من هذه الحزمة ثلاثة مواضيع رئيسية ينبغي التطرق إليها لضمان الإدارة الآمنة والملائمة للصف المدرسي وتوفير الحماية للأطفال من خلال الإجراءات المعمول بها.
- 1. نظرة عامة:** تقدّم هذه الوحدة الفرعية الأولى نظرةً عامة على فيروس كورونا المستجد، وتتضمن معلوماتٍ أساسية حول الفيروس وكيفية انتشاره والفئات الأكثر عرضة للإصابة به.
 - 2. بروتوكولات الصف المدرسي:** تتناول الوحدة الفرعية الثانية البروتوكولات الهامة داخل الصف المدرسي وخارجه، حيث توفر هذه الوحدة الفرعية على وجه التحديد معلوماتٍ حول كيفية الحفاظ على مسافة بين الطلبة داخل الصف المدرسي وأفضل الممارسات المتعلقة بالصحة ونظافة اليدين، إلى جانب معلوماتٍ حول سبل التنظيف والتطهير.
 - 3. آليات الإبلاغ والإحالة:** تركز الوحدة الفرعية الثالثة على نقاط العمل التي يجب اتخاذها في حال ظهور إصابة أحد الطلاب، حيث أنّها تتناول كيفية تحديد أعراض المرض والإبلاغ عنها، إلى جانب التطرق إلى وصمات العار المرتبطة بفيروس كورونا المستجد وكيفية مكافحتها والتصدي لها داخل الصف المدرسي. وأخيراً، يجب أن تستند التدابير المناسبة للسيطرة على الفيروس إلى أدلة علمية حقيقية. وعلى هذا النحو، تُلقى هذه الوحدة الفرعية نظرة نقدية على بعض الخرافات التي ظهرت خلال هذه الجائحة وتفنيدها.

هل تعلم؟ ينتشر فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) بشكلٍ أساسي من شخصٍ لآخر من خلال الاتصال بالشخص المصاب عن قرب.



مصطلحات رئيسية:

فيروسات كورونا (الفيروسات التاجية): مجموعة كبيرة من الفيروسات التي تسبب أمراضاً تتراوح من بعض أنواع الزكام العادي إلى أمراض أكثر خطورة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس-فيروس كورونا) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس-فيروس كورونا)، وفيروس كورونا المستجد (nCoV)، وهو سلالة جديدة لم تصب البشر من قبل.¹

عديم الأعراض: هذا يعني أنّ الشخص لا يبدو أو لم تظهر عليه أي أعراض أو علامات للمرض.

التباعد الجسدي: إجراء يُتخذ لمنع انتشار فيروس كورونا المستجد، ويعني الحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد عن الآخرين وتجنب قضاء الوقت في الأماكن المزدحمة أو على شكل مجموعات.

نظافة اليدين: يُشير إلى أي إجراءٍ لتنظيف اليدين، بما في ذلك غسل اليدين بالماء والصابون التنظيف (لإزالة الأوساخ و/أو المواد العضوية و/أو الميكروبات ذاتياً) وفرك اليدين باستخدام الكحول (للتقليل من أو منع نمو الميكروبات).

التنظيف: تعدّ هذه الخطوة الأولى المطلوبة لإزالة الغبار والأتربة والشوائب والمواد العضوية، بما في ذلك الميكروبات عن الأسطح والأدوات، وذلك من خلال استخدام الصابون (أو المنظفات) والماء لإزالة الجراثيم من الأسطح. لا تقتل هذه العملية الجراثيم بالضرورة، لكن تعمل على إزالتها وبالتالي تقلّل من خطر انتشار العدوى.²

1 مأخوذ من: <http://www.emro.who.int/health-topics/corona-virus/questions-and-answers.html>

2 مأخوذ من: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html

التطهير: تؤدي هذه العملية إلى قتل/ تقليل عدد الميكروبات إلى مستوياتٍ أقل ضرراً باستخدام المواد الكيميائية، لتحدّ من خطر إنتشار العدوى، ومع ذلك، ينبغي مراعاة تنظيف السطح قبل التطهير.

الوصمة الاجتماعية: التمييز على أساس الصفات الاجتماعية للشخص والتي تميّزه عن غيره من أفراد المجتمع، وقد ظهرت في سياق جائحة كورونا من خلال التمييز ضد الأشخاص الذين يُعتقد أنّهم مرتبطون بالفيروس.

الخرافة: اعتقاد أو فكرة خاطئة منتشرة على نطاق واسع، وثمة العديد من الخرافات المرتبطة بفيروس كورونا المستجد، لكن من المهم عدم نشر أي معلومات كاذبة والعمل على تفنيد مثل هذه الخرافات داخل الصف المدرسي.

المحتوى

وحدة 1: عمليات المدرسة الآمنة

20	الوحدة الفرعية 3.1 آليات الإبلاغ والإحالة	11	الوحدة الفرعية 1.1 نظرة عامة
20	1.3.1 تحديد الأعراض	11	1.1.1 ماهية فيروس كورونا المستجد
22	2.3.1 التصدي للوصم بالعار		
24	3.3.1 تفنيد الخرافات المرتبطة بفيروس كورونا المستجد	13	الوحدة الفرعية 2.1 بروتوكولات الصف المدرسي
		13	1.2.1 التباعد الجسدي
26	اختبار	16	2.2.1 الصحة ونظافة اليدين
27	مفاتيح الإجابة	18	3.2.1 التنظيف والتطهير
28	المراجع		

لوحة الفرعية 1.1 نظرة عامة

تقدّم هذه الوحدة الفرعية الأولى نظرة عامة على فيروس كورونا المستجد، وتتضمن معلوماتٍ أساسية حول الفيروس وكيفية انتشاره والفئات الأكثر عرضة للإصابة به.

1.1.1 ماهية فيروس كورونا المستجد

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. تذكر الحقائق والبروتوكولات الأساسية ضمن سياق فيروس كورونا المستجد.

تأملات

اختر الإجابة التي تعتقد أنّها تصف العبارات التالية بدقة. يمكنك إيجاد الإجابات الصحيحة في نهاية هذه الوحدة.

1. ما هي بعض الطرق لإبطاء انتشار فيروس كورونا المستجد؟

2. ما هي الفئات الأكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا المستجد؟

ما هو فيروس كورونا المستجد؟

فيروس كورونا المستجد - كوفيد 19 (COVID-19) هو مرض تسببه سلالة جديدة من الفيروسات التاجية. والاسم الإنجليزي للمرض مشتق كالتالي: "CO" هما أول حرفين من كلمة كورونا (corona)، و "V" هما أول حرفين من كلمة فيروس (virus)، و "D" هو أول حرف من كلمة مرض بالإنجليزية (disease). وأطلق على هذا المرض سابقاً اسم فيروس كورونا المستجد 2019-nCoV". إنَّ فيروس كوفيد-19 هو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبب بمرض المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة - سارس وبعض أنواع الزكام العادي.

ما هي أعراض فيروس كورونا المستجد؟

يمكن أن تتضمن الأعراض الحمى والسعال وضيق التنفس. وفي الحالات الشديدة، يمكن للمرض أن يتسبب بالتهاب الرئة أو صعوبة التنفس، كما يمكن أن يتسبب بالوفاة في حالات أقل. وتتشابه هذه الأعراض مع أعراض الإنفلونزا أو الزكام العادي، وهما أكثر انتشاراً بكثير من مرض "كوفيد-19" ولهذا يلزم إجراء فحوصات للتأكد ما إذا كان الشخص مصاباً به.

كيف ينتشر فيروس كورونا المستجد؟

ينتقل الفيروس عبر الاتصال المباشر بالرذاذ التنفسي الصادر عن شخص مصاب (والذي ينشأ عن السعال أو العطس). قد تكون بعض الحالات عديمة الأعراض وبالتالي لا تظهر عليها أعراض واضحة مرتبطة بالفيروس. وفي حين أنَّ الشخص الذي لا يصاب إطلاقاً بأعراض يمكنه أيضاً أن ينقل الفيروس إلى الآخرين، فإنَّه ما زال من غير الواضح إلى أي مدى يحدث ذلك ويلزم إجراء المزيد من البحوث في هذا المجال.⁴ هذا ويمكن للفيروس أن يعيش على الأسطح لعدة ساعات، لكن يمكن إزالة الجراثيم من خلال ممارسات النظافة الجيدة، بما في ذلك غسل اليدين وتطهير الأسطح.

من هو الأكثر عرضة للخطر؟

ما زلنا نتعلم كل يوم المزيد عن كيفية تأثير فيروس كورونا المستجد على مختلف الأشخاص، ويبدو أنَّ كبار السن والأشخاص ممن يعانون من حالات طبية مزمنة كأعراض السكري والقلب أكثر عرضة لخطر الإصابة بأعراض حادة. ونظراً لأنَّ هذا الفيروس جديد، ما زلنا نتعلم كيف يؤثر على الأطفال والفتيات المستضعفة الأخرى. نعلم أنَّه من الممكن أن يصاب به الأشخاص من أي فئة عمرية، لكن حتى الآن هناك حالات قليلة نسبياً تمَّ الإبلاغ عنها بين الأطفال، فهو فيروس جديد ونحن بحاجة لمعرفة المزيد عن كيفية تأثيره على الأطفال، ويمكن أن يكون قاتلاً في حالات نادرة لكن حتى الآن بشكلٍ رئيسي بين كبار السن ممن يعانون من مشاكل صحية أصلاً.

ما علاج فيروس كورونا المستجد؟

لا يوجد حتى الآن لقاحٌ متوفر لعلاج المرض، ومع ذلك، في حال ظهرت عليك أعراض فيروس كوفيد-19 مثل الحمى وسعال مستجد ومستمر مما يُسفر عن صعوبة في التنفس، فمن الضروري اتباع الإرشادات والمعلومات الرسمية التي تُقدمها الحكومات والوكالات الصحية.⁵ في الوقت الراهن، يتم إجراء العديد من التجارب السريرية لتقييم طرق العلاج المحتملة للفيروس.

كيف يمكن إبطاء انتشار الفيروس أو منعه؟

كما هو الحال مع التهابات الجهاز التنفسي الأخرى من قبيل الإنفلونزا أو الزكام العادي، تعتبر تدابير الصحة العامة هامة لإبطاء انتشار الأمراض. تدابير الصحة العامة هي إجراءات وقائية يومية تشمل:

- الحجر الصحي عند الشعور بالمرض.
- تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطاس بثني المرفق أو باستخدام منديل ورقي.
- التخلص من المناديل الورقية فوراً بعد استعمالها.
- غسل اليدين بشكل متكرر بالماء والصابون.
- تنظيف الأسطح والأدوات التي يتم لمسها بشكلٍ متكرر.

3 مأخوذة من الإرشادات المؤقتة للوقاية من كوفيد-19 في المدارس والسيطرة عليه، اليونيسف ومنظمة الصحة العالمية والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، مارس 2020، تجدها هنا.

4 مأخوذة من <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-how-is-covid-19-transmitted>

5 <https://www.rcpch.ac.uk/resources/covid-19-resources-parents-carers#key-messages>

ما يجب فعله



كمعلم، من الأهمية بمكان أن تبقى على اطلاع على آخر المستجدات المتعلقة بفيروس كورونا المستجد وأن تحصل على المشورة والنصائح من المنظمات ذات السمعة الطيبة من قبيل اليونيسف والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها ومنظمة الصحة العالمية، إلى جانب وزارة الصحة. ومن الضروري كذلك فهم المعلومات الأساسية حول الفيروس، بما في ذلك أعراضه ومضاعفاته وكيفية انتشاره ومنع انتقاله.

يمكننا من خلال مراقبة الوضع واتباع توصيات خبراء الصحة العامة ضمان رفاهيتنا ورفاهية من حولنا. ومن المهم بشكل أكثر تحديداً، بالنسبة لقطاع التعليم، الأخذ بالنصائح والبروتوكولات المقدّمة على المستوى الوطني فيما يتعلق بالبيئات المدرسية ومكان العمل من أجل معرفة القواعد المحدّدة الخاصة ببلدك في سياق كوفيد-19، لذا كن على دراية بالمعلومات الكاذبة والزائفة والخرافات التي قد يتم تداولها بين الناس أو عبر الإنترنت.

قد يعود البعض من طلابك إلى المدرسة بعد أن سمعوا من أسرهم معلومات خاطئة وزائفة فحسب حول فيروس كورونا المستجد، وستجد نفسك مضطراً إلى تثقيفهم وتزويدهم بالحقائق، لهذا ابتكر طريقة للتحدث إليهم حول المرض والحقائق الأساسية التي ستقدّمها لهم:

الملخص

- كوفيد-19 هو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبب بمرض المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (السارس) وبعض أنواع الزكام العادي.
- من الممكن أن يصاب الأشخاص من أي فئة عمرية بالفيروس، لكن حتى الآن هناك حالات قليلة نسبياً تمّ الإبلاغ عنها بين الأطفال.
- اتبع دوماً نصائح المنظمات ذات السمعة الطيبة مثل اليونيسف ومنظمة الصحة العالمية ووزارة الصحة في بلدك.

الوحدة الفرعية 2.1 بروتوكولات الصف المدرسي

تتناول الوحدة الفرعية الثانية البروتوكولات الهامة داخل الصف المدرسي وخارجه، حيث توفر على وجه التحديد معلومات حول كيفية الحفاظ على مسافة بين الطلبة داخل الصف المدرسي وأفضل الممارسات المتعلقة بالصحة ونظافة اليدين، إلى جانب معلومات حول سبل التنظيف والتطهير.

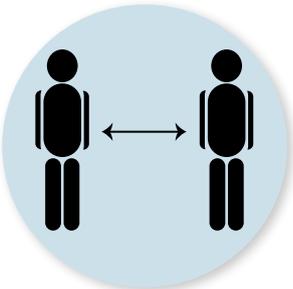
1.2.1 التباعد الجسدي

الأهداف



ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. فهم ماهية التباعد الجسدي.
2. تحديد كيفية الحفاظ على مسافة بين الطلاب داخل الصف المدرسي.



تأملات



أجب على الاستئلة التالية:
1. ما الذي يمكنك فعله للتأكد من أنّ الصف المدرسي مكان آمن؟

2. ما الذي يمكنك فعله لضمان تقيّد الطلاب بقواعد السلامة خارج الصف المدرسي (أثناء استراحة الغداء على سبيل المثال)؟

المحتوى



التباعد الجسدي في المدرسة: المحتوى مقتبس من اعتبارات منظمة الصحة العالمية بشأن تدابير الصحة العامة في المدارس في سياق ملحق كوفيد-19.

- الحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد بين كافة المتواجدين في المدرسة.
- زيادة المسافة بين المقاعد (على الأقل بمقدار متر واحد) وإلغاء فترات الراحة/الغداء (إذا كان الأمر صعباً، فإنّ أحد البدائل هو تناول الغداء على المقاعد).
- الحد من خلط الصفوف المدرسية سواء أثناء الدراسة أو خلال الأنشطة المدرسية ما بعد الدوام. على سبيل المثال إبقاء الطلاب داخل غرفة مدرسية واحدة طوال اليوم بينما ينتقل المعلمون بين الصفوف، أو يمكن استخدام مداخل مختلفة للغرف، إذا كانت متوفرة، أو وضع قواعد محدّدة لكل صف للدخول ومغادرة المبنى/الغرفة المدرسية.
- توسعة الجدول الزمني الخاص بالمرحلة الثانوية، من خلال حضور بعض الطلاب والمعلمين في فترة الصباح وآخرون في فترة الظهرية وآخرون في المساء.
- النظر في زيادة عدد المعلمين، إن أمكن، للسماح بتواجد عدد أقل من الطلاب داخل الصف المدرسي (في حال توفر الأماكن والمساحة).
- الابتعاد عن التزاحم والاحتفاظ عند مغادرة المدرسة أو خلال الرعاية النهارية، وإن أمكن تجنب المغادرة مع أفراد العائلة الأكبر سناً أو أفراد المجتمع (كالأجداد على سبيل المثال)، والعمل على تنظيم أوقات الوصول إلى المدرسة ومغادرتها بشكلٍ مختلف (حسب الفئة العمرية) للتقليل من تزاخم الأطفال في أوقاتٍ معينة.
- التقليل من فترات الاستراحة المشتركة، على سبيل المثال تغيير أوقات وأماكن تناول الغداء.
- مناقشة كيفية إدارة حصص التربية البدنية والرياضة.
- نقل الدروس إلى الخارج أو تهوية الغرف قدر الإمكان.
- تشجيع الطلاب على عدم التجمع والاختلاط ضمن مجموعاتٍ كبيرة عند مغادرة المدرسة.



سارة: "بدايةً، بدأت في التفكير وتدوين بعض ما يجب وما لا يجب فعله في الصف المدرسي في هذا الجدول. لمّ لا تجرب فعل ذات الأمر؟"

ما يجب فعله



عندما يتعلق الأمر بالتباعد الجسدي، من الأهمية بمكان أن تضع بعض القواعد الأساسية للصف المدرسي وفقاً للإجراءات التي وضعتها إدارة المدرسة والبروتوكولات التي وضعتها وزارة الصحة و/أو الهيئات والجهات الصحية المحلية.

ولضمان التزام طلابك بالقواعد، قد يكون من المفيد إنشاء قائمة "افعل واترك" بالتشاور معهم، حيث من المرجح في حال إشراكهم في هذه العملية أن يتبعوا القواعد المتعلقة بالتباعد الجسدي، لذا ينبغي العمل سويّاً لوضع قائمة بالأمر التي ينبغي فعلها أو تجنبها حول كيفية تحية الطلاب لبعضهم البعض وترتيب المقاعد ومسافة التباعد الجسدي أثناء فترات استراحة الغداء (مع من سيجلسون ويلعبون أثناء الاستراحات وكيفية تحديد موعد للقاء كافة أصدقائهم على مدار الأسبوع).

ثمة اقتراحات أخرى فيما يتعلق بالتباعد الجسدي، بما في ذلك:

- إعادة جدولة اليوم الدراسي، بحيث يمكن للمعلمين تغيير أوقات بدء الدوام وانتهائه لتجنب تجمّع كافة الطلاب معاً في وقتٍ واحد من خلال استقبال نصفهم في فترة الصباح والنصف الآخر خلال فترة الظهرية.

- الحفاظ على مسافة متر واحد أثناء الاصطفاف باستخدام جميع الوسائل الممكنة (لافتات، أو علامات على الأرض، أو وضع شريط أو حواجز، إلخ).
 - يمكن للطلاب استخدام مداخل مختلفة، إذا كانت متاحة، أو وضع قواعد محدّدة خاصة بكل صف مدرسي لدخول ومغادرة المبنى/الغرفة الدراسية (إجراءات الصحة العامة في المدارس من منظمة الصحة العالمية).
 - إلغاء التجمعات والألعاب الرياضية وغيرها من الفعاليات والأحداث التي قد تؤدي إلى الازدحام.
- باستخدام الرسم البياني أدناه، تحقّق من اتّباع البعض من هذه القواعد بالفعل.

افعل	اترك
التلويح باليد كشكل من أشكال التحية.	لا تقترب أقل من متر واحد عند القيام بنشاط ثنائي أو جماعي.
_____	_____
_____	_____

مصادر إضافية⁶



قائمة التحقّق الخاصة بالإدارة والمعلّمين والطواقم المدرسية

1. شرح وتعزيز كيفية غسل اليدين وسلوكيات النظافة الإيجابية ورصد الالتزام بها، وضمان وجود دورات مياه كافية ونظيفة ومنفصلة للفتيات والفتيان.
 - ضمان توفر الصابون والماء الآمن في أماكن غسل اليدين المناسبة للفئة العمرية.
 - تشجيع غسل اليدين المتكرر والشامل (لـ 20 ثانية على الأقل).
 - وضع معقّمات اليدين في دورات المياه والصفوف المدرسية والقاعات والمخارج القريبة قدر الإمكان.
 - ضمان وجود دورات مياه كافية ونظيفة ومنفصلة للفتيات والفتيان.
2. تنظيف وتعقيم المباني المدرسية والصفوف وخاصة مرافق المياه والإصحاح البيئي مرة واحدة على الأقل في اليوم، لا سيما الأسطح التي يلمسها الكثير من الأشخاص (الدرابزين وطاولات الغداء والمعدّات الرياضية ومقابض الأبواب والنوافذ والألعاب ووسائل التعليم والتعلّم وغيرها).
 - استخدام هيبوكلوريت الصوديوم بنسبة 0,5% (ما يعادل 5,000 جزء في المليون) لتطهير الأسطح و70% من الكحول الإيثيلي لتعقيم الأدوات الصغيرة، وضمان وجود الأدوات والمعدّات المناسبة لعمال النظافة.
3. زيادة الهواء والتهوية حيثما يسمح المناخ (فتح النوافذ واستخدام تكييف الهواء حيثما أمكن ذلك، إلخ).
4. نشر لافتات تعزّز الممارسات الجيدة لنظافة اليدين وصحة الجهاز التنفسي.
5. ضمان جمع القمامة يومياً والتخلص منها بأمان.

تذكّر أن تضع في اعتبارك البروتوكولات التي وضعتها المدرسة والحكومة وحاول التأكد من توافقها، مع الاطلاع على المصادر أدناه للحصول على مزيدٍ من المعلومات والتوجيه.

6 مأخوذة من الإرشادات المؤقتة للوقاية من كوفيد-19 في المدارس والسيطرة عليه، اليونيسف ومنظمة الصحة العالمية والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، مارس 2020

2.2.1 الصحة ونظافة اليدين

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. تحديد ممارسات النظافة المناسبة، وخاصة المتعلقة بغسل اليدين.
 2. تحديد كيفية التعامل مع نظافة اليدين داخل الصف المدرسي.
 3. تطبيق استراتيجيات النظافة وغسل اليدين مع طلابك.

تأملات

اختر الإجابة التي تعتقد أنها تصف العبارات التالية بدقة. يمكنك إيجاد الإجابات الصحيحة في نهاية هذه الوحدة.

1. عند غسل يديك، تأكد من استخدام ماء _____ :
أ. ساخن.
ب. بارد.
ج. لا يهم درجة الحرارة.
2. بعد غسل يديك، يجب عليك:
أ. استخدام معقم اليدين للتأكد من نظافتهما بشكل كامل.
ب. تجفيفهما باستخدام منشفة تستخدم لمرة واحدة فقط.
ج. استخدام مناديل يد معقمة.

المحتوى

يعدّ غسل اليدين أحد أسهل الطرق وأكثرها فعالية من حيث التكلفة والكفاءة لمكافحة انتشار الجراثيم والحفاظ على صحة الطلاب وسلامتهم.⁷

كمعلم، تلعب دوراً حيوياً في تعليم الأطفال والشباب كيفية غسل أيديهم، ومن المهم أن تكون مثلاً يحتذى به في مجال الصحة ونظافة اليدين داخل الصف المدرسي.

علم الأطفال الخطوات الخمس لغسل اليدين:

1. تبليل اليدين بماء آمن وجارٍ،
2. استخدام صابونٍ كافٍ لتغطية اليدين المبللتين،
3. فرك كل أسطح اليدين - بما في ذلك ظهر اليدين وبين الأصابع وتحت الأظفار - لمدة لا تقل عن 20 ثانية. يمكنك تشجيع الطلاب على غناء أغنية سريعة في هذه المرحلة لجعلها عادةً ممتعة،
4. شطف اليدين تماماً بماءٍ جارٍ،
5. تجفيف اليدين بمنشفة نظيفة أو منديل ورقي يُستخدم لمرة واحدة أو مجفف يدوي في حال توفره.

ماذا لو كان الوصول إلى المغسلة أو المياه الجارية أو الصابون في الصف المدرسي/المدرسة محدوداً؟ في هذه الحالة، استخدم معقم اليدين الكحولي.

خطوات غسل الأيدي بالصابون



7 مأخوذ من <https://www.unicef.org/coronavirus/water-sanitation-one-of-best-defences-against-coronavirus>



عند استخدام معقم اليدين:

1. وضع معقم اليدين (بمقدار ضئيل) على راحة اليد،
2. فرك اليدين معاً، مع تلامس راحتي اليدين،
3. فرك المعقم على كل أسطح اليدين - بما في ذلك ظهر اليدين وبين الأصابع وتحت الأظافر حتى يجف المحلول على اليدين (ل 20 ثانية تقريباً).



ينبغي عليك تشجيع الطلاب على غسل أيديهم بانتظام و/أو استخدام معقم اليدين في أوقات معينة، على سبيل المثال عند دخول الغرفة الصفية أو مغادرتها، وعند لمس الأسطح والمواد التعليمية والكتب، وبعد استخدام المناديل الورقية لتنظيف الأنف.



يجب على الطلاب دائماً السعال و/أو العطاس بثني مرفقهم، لكن إذا قاموا بذلك عن طريق الخطأ بأيديهم أو على أيديهم، اطلب منهم أن يغسلوا أيديهم على الفور أو يستخدموا معقم اليدين. أما في حال استخدموا منديلاً ورقي للعطاس أو السعال، فتأكد من تخلصهم منه على الفور وقيامهم بغسل أيديهم. من المهم للغاية تحويل فكرة غسل اليدين إلى عادة روتينية ومتكررة.

شجّع الطلاب على تجنّب لمس العينين والأنف والفم حتى في حال كانت أيديهم نظيفة، إذ يمكن أن تنتقل الجراثيم من هذه الأماكن إلى أيديهم النظيفة وتنتشر داخل الغرفة الصفية بهذه الطريقة.

عليك كذلك تعزيز غسل اليدين والإصحاح البيئي بشكل متكرر وشراء اللوازم الضرورية، فضلاً عن تجهيز وصيانة أماكن غسل اليدين وتوفير الماء والصابون، وإذا أمكن وضع معقم كحولي لليدين داخل كل صفٍ مدرسي وعند المداخل والمخارج وبالقرب من غرف الطعام ودورات المياه.

ما يجب فعله

نشاط: حدّد بعض الخطوات/الأنشطة العملية التي يمكنك القيام بها لشرح وتوضيح ممارسات النظافة الجيدة لطلابك، ومن الأمثلة على ذلك:

- تأليف أغنية حول نظافة اليدين وأدائها مع الطلاب.
- الطلب من الطلاب رسم ملصقات حول النظافة لتعليقها على جدران الغرفة الصفية.
- ترسيخ طقوس محدّدة لنظافة اليدين، فمثلاً يمكنك تحديد وقت مُعيّن خلال اليوم - قبل/بعد الغداء- كي يغسل الجميع أيديهم أو يستخدموا معقم اليدين.
- شرح وتوضيح عملية غسل اليدين واستخدام المعقم بالتفصيل.
- الاحتفاظ بنظام نقاط في الغرفة الصفية بحيث يتم إعطاء النقاط للطلاب في كل مرة يغسلون فيها أيديهم أو يستخدمون المعقم.
- قيام الطلاب بإعداد إعلان خدمة عامة حول نظافة اليدين ووضع هذه الملصقات/الإعلانات في كافة أنحاء الغرفة الصفية أو المدرسة في أماكن واضحة للغاية.

غير ذلك:

المزيد من الأفكار أو الدعم

اضغط هنا لمشاهدة أحد الأمثلة على أغنية وفيديو حول غسل اليدين (بالعربية):

<https://www.dropbox.com/s/5pskr2ikaq4rosv/Cholera%20Awareness%20Song.mp3?dl=0>

<https://www.dropbox.com/s/x197vipsf1g22q9/Handwashing%20song.mp4?dl=0>

3.2.1 التنظيف والتطهير

الأهداف

1. معرفة الفرق بين التنظيف والتطهير.
2. فهم ما تستلزمه كل طريقة.

تأملات

اختر الإجابة التي تعتقد أنها تصف العبارات التالية بدقة. يمكنك إيجاد الإجابات الصحيحة في نهاية هذه الوحدة.

1. ما هي بعض الأمثلة على المناطق عالية الخطورة؟

- أ. الحمامات.
- ب. الأماكن الرياضية.
- ج. الكافيتريا.
- د. الغرفة الصحية/مكتب الممرضة.
- هـ. جميع ما ذكر.

2. يجب أن يحتوي المبيض المخصّص للتطهير على هيبوكلوريت الصوديوم بنسبة:

- أ. 0,9%
- ب. 0,5%
- ج. 0,1%

المحتوى

توفر النصائح والإرشادات أدناه معلوماتٍ حول كيفية الحفاظ على نظافة الصف المدرسي وتقييمه.⁸

- تنظيف وتطهير الأسطح والأغراض التي يتم لمسها بشكلٍ متكرر يومياً مثل المقاعد والمناضد ومقابض الأبواب ولوحات مفاتيح أجهزة الحاسوب والأدوات التعليمية ومقابض الصنابير والهواتف والألعاب.
- غالباً ما تتطلب الإجراءات القياسية تطهير وتعقيم مناطق محدّدة في المدرسة، مثل الحمامات (يتم إجراؤها عادةً من قبل عمال النظافة).
- التنظيف الفوري للأسطح والأغراض المتسخة بشكلٍ واضح، إذا كانت تلك الأسطح أو الأغراض متسخة بسوائل الجسم أو الدم، فاستخدم قفازات واحتياطات قياسية أخرى لتجنب ملامسة تلك السوائل، وقم بإزالتها وتنظيف السطح وتعقيمه.

استخدام مواد التنظيف المناسبة:

- ينبغي التأكد من فهم كافة التعليمات والملصقات وكيفية الاستخدام الآمن والمناسب.
- اتباع التعليمات الموجودة على الملصقات:
- غالباً ما تتطلب منتجات التنظيف والمطهرات ارتداء قفازات أو حماية للعينين. على سبيل المثال يجب دائماً ارتداء قفازات لحماية يديك عند استخدام المبيّضات.
- **عدم خلط المنظفات والمطهرات ما لم تدل الملصقات على أنّ ذلك آمن، حيث يمكن أن يؤدي الخلط بين منتجات معينة (مثل مبيض الكلور ومنظفات الأمونيا) إلى إصابة خطيرة أو الوفاة.**
- يمكن كذلك استخدام المبيّضات المنزلية المخففة إذا كان ذلك مناسباً للسطح.
- التحقّق من الملصق لمعرفة ما إذا كان المبيّض مخصصاً للتعقيم ويحتوي على هيبوكلوريت الصوديوم بنسبة 0,5%، إلى جانب التأكد من أنّ المنتج غير منتهي الصلاحية. قد لا تكون بعض المبيّضات، مثل تلك المصممة للاستخدام الآمن على الملابس الملونة أو لأغراض التبييض، مناسبة للتطهير.
- قد يكون المبيّض المنزلي غير منتهي الصلاحية فعّالاً ضد الفيروسات التاجية عند تخفيفه بالشكل الصحيح.
- اتّبِع تعليمات الشركة المصنعة للاستخدام والتهوية المناسبة، ولا تخلط مطلقاً المبيّض المنزلي مع الأمونيا أو أيّ منظفٍ آخر.
- اترك المحلول على السطح لمدة دقيقة واحدة على الأقل.

8 مأخوذ من: <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

ما يجب فعله



كمعلم، تلعب دوراً هاماً في ضمان تنظيف الصف المدرسي وتعقيمه وتطهيره، ومن المهم القيام بذلك بالتعاون مع بقية موظفي المدرسة (عمال النظافة والإداريين).

نشاط: ضع بعض الأفكار والقواعد الممتعة والمبتكرة مع طلابك لتجنب المناطق عالية المخاطر والتي يتم لمسها بشكل كبير داخل المدرسة/الغرفة الصفية.

فارس: "خلال حصة الفن، صنعت أنا والطلاب ملصقات/ لافتات مرحة وعلّقناها في ممرات المدرسة لتذكير الآخرين بلطف بالإلتزام بقواعد التطهير."



على سبيل المثال، تجنّب ملامسة الدرابزين أثناء السير صعوداً ونزولاً على السلالم أو العمل على إبقاء أبواب الصفوف المدرسية مفتوحة لتجنب ملامسة مقابض الأبواب.

ضع بعض القواعد معاً كمجموعة واكتبها على لوح يمكنك فيما بعد تعليقه داخل الغرفة الصفية.

تجنب المناطق عالية الخطورة

- تجنب لمس الدرابزين.
- تجنب ملامسة مقابض الأبواب.

الملخص

- يعدّ فهم طبيعة كوفيد-19 وكيفية انتشاره ومن المعرض لخطر الإصابة به خطوة أولى مهمة لوضع إجراءات وبروتوكولات متعلقة بالصف المدرسي، ويحتاج الطلاب إلى فهم طبيعته ليتبعوا القواعد.
- إشراك الطلاب عند إعداد قواعد أساسية للصف المدرسي مرتبطة بالتباعد الجسدي، حيث أنّه من المرجح أن يلتزموا بتلك القواعد في حال إشراكهم في وضعها.
- شرح وتوضيح الممارسات المناسبة المتعلقة بنظافة اليدين (إمّا من خلال غسل اليدين أو استخدام المعقم).

الوحدة الفرعية 3.1 آليات الإبلاغ والإحالة

تركز الوحدة الفرعية الثالثة على نقاط العمل التي يجب اتخاذها في حالة ظهور إصابة أحد الطلاب، حيث أنها تتناول كيفية تحديد أعراض المرض والإبلاغ عنها، إلى جانب التطرق إلى وصمات العار المرتبطة بفيروس كورونا المستجد وكيفية مكافحتها والتصدي لها داخل الصف المدرسي.

1.3.1 تحديد الأعراض

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. تحديد الطالب و/أو الموظف المصاب وفقاً للبروتوكولات الرسمية.
 2. فهم الإجراء المناسب الذي يجب اتخاذه في حالة المرض.

تأملات

اختر الإجابة التي تعتقد أنها تصف العبارات التالية بدقة. يمكنك إيجاد الإجابات الصحيحة في نهاية هذه الوحدة.

1. إذا كنت تعتقد أن أحد طلابك مصابٌ بكوفيد-19، أي مما يلي هو مسار العمل الأنسب:
 - أ. قياس درجة حرارة الطالب وتحديد ما إذا كان لديه أي أعراض أخرى وعزله إلى أن يقوم مقدم الرعاية باصطحابه واتباع البروتوكولات التي وضعتها الجهات الصحية المحلية.
 - ب. ترك الطالب وشأنه، فلربما الأمر ليس خطيراً وسيشعر بتحسنٍ عمماً قريب.
 - ج. العمل على عزله في إحدى زوايا الغرفة حتى نهاية الدوام.
2. قد يُصاب بعض الأشخاص بالفيروس لكن لا تظهر عليهم أي أعراض، ويطلق عليهم اسم:
 - أ. لا نموذجي.
 - ب. موجب كاذب.
 - ج. عديمو الأعراض.

المحتوى

تحديد أعراض كوفيد-19

الأعراض التالية شائعة بين حالات الإصابة بالفيروس التاجي لدى البالغين والأطفال:⁹



- حمى.
- سعال.
- احتقان الأنف أو سيلان الأنف.
- التهاب الحلق.
- ضيق في التنفس.
- إسهال.
- غثيان أو قيء.
- إعياء.
- صداع.
- ألم عضلي.
- ضعف الشهية.

تشمل حالات الإصابة الخفيفة بكوفيد-19 أعراضاً مثل السعال والحمى والتعب. بينما تشمل حالات الإصابة المعتدلة التهاباً رئوياً خفيفاً وصعوبات في التنفس. أما في الحالات الشديدة، تظهر على المصابين أعراضاً مثل الالتهاب الرئوي الحاد ومشكلات أخرى في الأعضاء.

⁹ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/pediatric-hcp.html>

ماذا تفعل إذا ظهرت أي من الأعراض المذكورة أعلاه على أحد طلابك؟

- حدّد منطقة معينة في المدرسة (على سبيل المثال بالقرب من المدخل) كغرفة انتظار حيث يمكن للأطفال الانتظار فيها، إذ ينبغي أن تكون هذه الغرفة جيدة التهوية من الناحية المثالية. وفي حال وجود طاقم ترميزي متاح، فمن المستحسن أن يتم نقلهم إلى مناطق الانتظار. إذا شعر الطالب بالمرض و/أو ظهرت عليه أعراض كوفيد-19، فيجب عليه الانتظار في الغرفة المخصصة إلى أن يتم اصطحابه من قبل الأهل، وينبغي بعد ذلك تنظيف الغرفة وتطهيرها وتعقيمها.
- زوّد الطالب المصاب بكمامة طبية إن وجدت.
- إجراء الفحص اليومي لدرجة حرارة الجسم وتاريخ ظهور الحمى أو الشعور بالحمى في الساعات الأربع والعشرين السابقة، عند دخول المبنى لكافة الموظفين والطلاب والزوار من أجل تحديد الأشخاص المصابين (إجراءات الصحة العامة في المدارس).
- ضمان وجود إجراء لفصل الطلاب والموظفين المصابين عن من يتمتعون بصحة جيدة - دون خلق وصمة عار - وكذلك إعلام الأهل والتشاور مع مقدّمي الرعاية الصحية والسلطات الصحية حيثما أمكن ذلك.
- قد يستلزم الأمر إحالة الطالب/الموظف مباشرة إلى مرفق صحي بحسب الحالة/السياق أو إرساله إلى المنزل.
- تشجيع كافة الطلاب على البقاء في المنزل والعزل الذاتي إذا شعروا بالمرض.
- وضع إجراءات تشغيل قياسية إذا كان فحص درجة الحرارة مطلوباً.
- إطلاع أولياء الأمور والطلاب على الإجراءات مسبقاً وفي وقت مبكر .

ما يجب فعله

قم بإعداد خطة خاصة بك لمكافحة العدوى. ما هي الخطوات العملية التي يجب أن تتخذها إذا أبلغ أحد الطلاب عن شعوره بالمرض خلال الدوام المدرسي؟ فكّر في كل الخطوات الممكنة التي يمكنك اتخاذها منذ اللحظة التي يخبرك فيها.

بالإضافة إلى ذلك، ما هي الخطوات التي ستخذها إذا أبلغ أحد أعضاء هيئة التدريس عن شعوره بالمرض؟

خطة مكافحة العدوى	
البروتوكولات الخاصة بمرض الطلاب	البروتوكولات الخاصة بمرض موظفي المدرسة (بمن فيهم أنت)
<ul style="list-style-type: none">• العزل (الحجر) عن باقي الطلاب.• فحص درجة الحرارة.• الاتصال بالأهل.	<ul style="list-style-type: none">• أخذ إجازة بداعي المرض.



سارة: "قمت بوضع خطة لمكافحة العدوى، التي ستساعدني في معرفة ما ينبغي فعله عند مرض أحد الأطفال."

نصيحة:

ظهرت في الآونة الأخيرة العديد من التقارير عن إصابة الأطفال بمتلازمة التهاب الأجهزة المتعددة لدى الأطفال (MIS-C)، وهي حالة من المحتمل ارتباطها بفيروس كوفيد-19. في حال لاحظت ظهور طفح جلدي أو ارتفاع ضغط الدم أو آلام حادة في الجهاز الهضمي لدى طلابك، فقد يكون ذلك مؤشراً على إصابتهم بمتلازمة التهاب الأجهزة المتعددة لدى الأطفال وبالتالي ينبغي التماس العناية الطبية فوراً.

2.3.1 التصدي للوصم بالعار

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. مكافحة الوصم بالعار والتمييز بين الطلاب.
2. استخدام المصطلحات المناسبة عند مناقشة كوفيد-19.

تأملات

يمكن للطريقة التي نتحدث بها والكلمات التي نستخدمها عند الحديث عن كوفيد-19 أن تعزز المفاهيم السلبية والوصم بالعار. الفقرة التالية مأخوذة من دليل منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف) والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر بشأن وصمة العار الاجتماعية المرتبطة بفيروس كورونا المستجد.

عند الحديث عن مرض فيروس كورونا، قد يكون لبعض المصطلحات واللغة المستخدمة (مثل حالة مشبوهة والعزل ...) معناً سلبياً لدى الناس مما قد يغذي سلوكيات الوصم بالعار، فضلاً عن إطالة أمد الصور النمطية السلبية أو الافتراضات الموجودة أو تعزيز الارتباطات الزائفة بين المرض وعوامل أخرى أو خلق الخوف على نطاق واسع أو تجريد المصابين بالمرض من إنسانيتهم. وقد يؤدي ذلك إلى إحجام الأشخاص عن الفحص والاختبار والحجر الصحي. لذا نوصي باستخدام لغة "الشخص أولاً" التي تحترم الإنسان وتمكّنه في جميع قنوات الاتصال، بما في ذلك وسائل الإعلام.

وفيما يلي بعض الأمثلة على لغة "الشخص أولاً":¹⁰

- استخدام مصطلحات مثل "الأشخاص المصابين بكوفيد-19" أو "الأشخاص الذين يتم علاجهم من كوفيد-19" أو "الأشخاص الذين يتعافون من كوفيد-19" بدلاً من استخدام مصطلحات "الحالات" أو "الضحايا".
- التحدث عن "الأشخاص المحتمل إصابتهم بكوفيد-19" بدلاً من "حالات كوفيد-19 المشتبه فيها" أو "الحالات المشتبه فيها".
- التحدث عن "إصابة الأشخاص" أو "التقاط عدوى كوفيد-19" بدلاً من "نقل الأشخاص للعدوى للآخرين".

تتمثل أحد العوامل التي تساعد على إبطاء انتشار الفيروس بالتغلب على هذه الوصمة وتشجيع كافة الأشخاص الذين يلاحظون وجود أعراض على إجراء الفحص.

ومن الأهمية بمكان التفكير في اللغة وطبيعة المصطلحات التي يمكنك استخدامها داخل الصف المدرسي عند التحدث إلى طلابك حول الفيروس.

اختر الإجابة التي تعتقد أنها تصف العبارات التالية بدقة. يمكنك إيجاد الإجابات الصحيحة في نهاية هذه الوحدة.

1. عند الإشارة إلى الأشخاص المصابين بكوفيد-19، أي العبارات التالية يجب ألا تستخدمها:

- أ. مصابون بكوفيد-19
- ب. يجري علاجهم من كوفيد-19
- ج. حالات يشتهب بإصابتها بكوفيد-19

2. لماذا يوجد الكثير من الوصم بالعار حول كوفيد-19؟

- أ. لأنه فيروس جديد ونحن نخشى المجهول.
- ب. من السهل ربط الخوف بالآخرين.
- ج. جميع ما ذكر.

كان هناك زيادة في الوصمات الاجتماعية منذ تفشي جائحة كورونا ويرجع ذلك إلى أنّ الفيروس جديد وغير معروف، الأمر الذي يسبّب الكثير من الخوف. ومع ذلك، فإنّ الوصم بالعار خطيرٌ للغاية. فعلى سبيل المثال، أصبح هناك المزيد من الوصم بالعار الموجود أصلاً تجاه الأطفال الذين يعيشون في فقر والأطفال اللاجئين والأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة بسبب الجائحة، لذا لا بد من تذكير طلابك بأنّ كوفيد-19 يؤثر على جميع الأشخاص بغض النظر عن حالتهم الاجتماعية.

ولجعل الصف المدرسي مكاناً آمناً لكافة الطلاب، ينبغي عليك أن تكون واعياً ومراعياً عند إثارة النقاش حول كوفيد-19، ويمكنك إشراك الطلاب لإعداد قائمة "افعل واترك" المرتبطة بالمصطلحات واللغة التي ينبغي استخدامها عند الحديث عن فيروس كورونا المستجد.

من المهم كذلك تزويد الطلاب بمعلوماتٍ حول اللغة المناسبة لاستخدامها داخل الصف المدرسي حتى يتمكنوا من ممارسة هذا السلوك في المنزل مع أسرهم.

ولا تنسَ تذكير طلابك بأنّ الأشخاص المصابين بكوفيد-19 لم يرتكبوا أيّ خطأً علينا ألا نتعامل معهم بشكلٍ مختلف، والشخص المصاب بالفيروس لا يعني أنّ له قيمة أقل من أيّ شخصٍ آخر.

ما يجب فعله

يمكنك تصميم مخطط من قبيل المخطط أدناه والاحتفاظ به في الصف المدرسي حتى يتمكن الطلاب من الرجوع إليه.

فارس: "هذا هو الجدول الذي وضعته، حيث أوليت اهتماماً خاصاً بالمصطلحات المستخدمة للتغلب على الوصم بالعار والتمييز والتنمر."



افعل	اترك
<ul style="list-style-type: none"> الإشارة إليه باسم كوفيد-19 أو فيروس كورونا. التأكيد على فعالية إجراءات الوقاية والعلاج. التوضيح بأننا جميعاً في هذا الأمر معاً. 	<ul style="list-style-type: none"> الإشارة إليه باسم فيروس ووهان. التفكير في الجوانب السلبية. إلقاء اللوم على مجموعةٍ ما لتفشي المرض.

3.3.1 تنفيذ الخرافات المرتبطة بفيروس كورونا المستجد

الأهداف



ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. تنفيذ بعض الخرافات والمعتقدات الشائعة حول كوفيد-19.
2. معرفة أين تبحث عن معلومات دقيقة.

تأملات



اختر الإجابة التي تعتقد أنها تصف العبارات التالية بدقة. يمكنك إيجاد الإجابات الصحيحة في نهاية هذه الوحدة.

1. عند البحث عن معلومات حول كوفيد-19، يجب على المرء الرجوع إلى المصادر التالية:
 - أ. الأصدقاء والجيران.
 - ب. المعلومات التي تلقاها عبر فيسبوك.
 - ج. المعلومات التي يتم إعادة توجيهها على واتساب.
 - د. المصادر ذات السمعة الطيبة (منظمة الصحة العالمية ومراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها) وكذلك وزارة الصحة الوطنية.
2. فكّر في بعض الخرافات التي سمعتها عن كوفيد-19 في مجتمعك، وكيف عرفت أنها خرافات؟

المحتوى



كمعلّم، معرفة الحقائق لن تحميك فحسب، بل ستحمي طلابك أيضاً. وفي حين أنّ معرفة الحقائق أمرٌ مهم، فمن الضروري بنفس القدر تنفيذ بعض الخرافات التي يحتمل أن تكون خطيرة حول كوفيد-19، ويمكن أن يؤدي دحض المعلومات الخاطئة حول الفيروس أيضاً إلى التغلب على الوصم بالعار المرتبط به.

يجب دوماً عند إجراء البحث الرجوع إلى مصادر معروفة وذات سمعة طيبة - على سبيل المثال منظمة الصحة العالمية ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها.

في حال لاحظت أنّ الطلاب يكرّرون بعض المعلومات الخاطئة التي سمعوها، فانتهاز الفرصة لتصحيحها بشكلٍ بناءً وتنفيذ تلك الخرافات.

سارة: "أشجع الطلاب في صفي على البحث لإيجاد معلوماتٍ دقيقة ومحدّثة خاصة بمجتمعنا."



تحيط بعض أخطر الخرافات حول كوفيد-19 بموضوع تناول/استهلاك بعض الأطعمة و/أو المواد الكيميائية لمحاربة الفيروس أو تطهير الجسم (مثل أن تناول الثوم سيعالجه أو شرب المبيّضات سيعقم جسمك من الداخل ويمنع الإصابة بالفيروس).

لذلك من الضروري مناقشة هذا الأمر مع الطلاب والتوضيح ببلغةٍ قوية بأنّ هذه خرافات خطيرة لا يجب تجربتها تحت أيّ ظرفٍ من الظروف.

إلى جانب ذلك، ينبغي عليك تعزيز عملية التحقق من صحة المعلومات من خلال توفير معلوماتٍ وحقائقٍ تتماشى مع التوجيهات المقدّمة من الحكومة المحلية أو الوطنية حول الصحة والسلامة العامة.

كما يُنصح أيضاً بتضمين خبير فني، مثل مسؤول في مجال الصحة، في إحدى الزيارات للمدرسة وذلك بهدف تقديم عرض تقديمي للأطفال حول الفيروس لشرح الحقائق ودحض المعلومات الخاطئة والإجابة على بعض الأسئلة الملحة لديهم.



إحدى الأنشطة التي يمكنك القيام بها في الصف المدرسي إنشاء حملات أو ملصقات لتفنييد الخرافات بالتعاون مع طلابك، على غرار ملصق تفنييد الخرافة أدناه من تصميم منظمة الصحة العالمية.

قم بتعليق الرسوم البيانية/الملصقات في مختلف أرجاء الغرفة لتذكير الجميع بهذه الحقائق الهامة.

وبمقدورك من الناحية المثالية البدء في العملية من خلال البحث أولاً عن بعض الحقائق كمجموعة بالرجوع إلى أي مصادر معروفة وذات سمعة طيبة (ربما الصحيفة المحلية إذا لم يكن لديك جهاز حاسوب/إنترنت في الصف المدرسي).

هل من الممكن أن يعيش فيروس كورونا المستجد في المناخات الحارة والرطبة؟

نعم، فقد انتشر الفيروس إلى البلدان ذات المناخات الحارة والرطبة كما هو الحال في المناخات الباردة والجافة. وكيفما كان المناخ وأينما كنت تعيش، اتخذ التدابير الوقائية. واطب على غسل يديك وقم بالسعال أو العطاس باستخدام منديل ورقي أو بشي المرفق والتخلص من المنديل الورقي فوراً وغسل يديك بعد ذلك مباشرة.



#COVID19
7 Feb 2020

الملخص

- لا تظهر الأعراض النموذجية على كل مصاب بكوفيد-19. ومع ذلك، من المهم أن تكون على دراية بأعراض الفيروس ومعرفة ما يجب فعله إذا بدا أن أحد طلابك يعاني من بعض الأعراض.
- كانت هناك زيادة في نسبة الوصم بالعار المرتبط بكوفيد-19 بسبب المعلومات الخاطئة والخوف. كن على علم بذلك وعلم طلابك استخدام المصطلحات الصحيحة عند الحديث عن الفيروس.
- منذ تفشي الفيروس، كانت هناك زيادة في المعلومات الخاطئة المتداولة عبر الإنترنت والمنقولة شفهيًا، لذا من المهم الإشارة فقط إلى المصادر المعروفة وذات السمعة الطيبة (منظمة الصحة العالمية والاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر واليونسيف ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها) عند البحث عن معلومات حول كوفيد-19، وكذلك السلطات الصحية الوطنية والمحلية. إذا ظهرت عليك أنت أو طلابك أيًا من أعراض الفيروس، فمن الضروري أن تلتزم العناية الطبية والمشورة من الخبراء الطبيين بدلاً من المصادر الأخرى على الإنترنت.

اختبار

1. ما هي أجزاء الجسم الثلاثة التي يجب عليك تجنب لمسها لتقليل مخاطر الإصابة بكوفيد-19؟

2. صواب أم خطأ: الأطفال أقل عرضة للإصابة بكوفيد-19 مقارنة بالبالغين.

3. صواب أم خطأ: قد يصاب بعض الأشخاص بكوفيد-19 ولا تظهر عليهم أي أعراض.

4. ما هي ممارسة النظافة الأكثر كفاءة لتقليل انتشار كوفيد-19؟

5. كم ثانية يجب أن تفرك يديك أثناء غسلها؟

6. حدّد الخطوات الخمس لغسل اليدين.

7. إذا لم يتوفر الماء والصابون، فما هي الطريقة البديلة للحفاظ على نظافة اليدين بشكل جيد؟

8. صواب أم خطأ: التنظيف والتطهير متشابهان؟

9. صواب أم خطأ: عند البحث عن معلومات حول كوفيد-19، يجب عليك دائماً الرجوع إلى المصادر المعروفة ذات السمعة الطيبة ووزارة الصحة في بلدك.

10. صواب أم خطأ: تراجعت الوصمات الاجتماعية منذ اندلاع جائحة كورونا.



الإجابة 1: العينين والذراع الأيمن. **الإجابة 2:** صواب. بينما لا تزال إصابة الأطفال بالفيروس ممكنة، لكن يبدو أنهم أقل عرضة للإصابة به وأو ظهور الأعراض عليهم مقارنة بالبالغين. **الإجابة 3:** صواب. لا يتأثر الجميع بالفيروس بنفس الطريقة، والأشخاص الذين لا تظهر عليهم أعراض يطلق عليهم اسم "عديي الأعراض". **الإجابة 4:** غسل اليدين. **الإجابة 5:** 20 ثانية على الأقل. **الإجابة 6:** تبليل اليدين بماء آمن وجارٍ استخدام صابون كافي لتغطية اليدين المبللين، فرك كل أسطح اليدين - بما في ذلك ظهر اليدين وبين الأصابع وتحت الأظافر - لمدة لا تقل عن 20 ثانية، شطف اليدين تماماً بماء جارٍ، تجفيف اليدين بمنشفة نظيفة أو منديل ورقي. **الإجابة 7:** واحدة أو معقم يدي في حال توفره. **الإجابة 8:** استخدام معقم اليدين/مطهر اليدين الكحولي. **الإجابة 9:** مصدر/مواد كيميائية مختلفة. **الإجابة 10:** صواب. استشر دائماً المصادر الصحية والاستشارية المعروفة التي تحدّثها وزارة الصحة المحلية والوطنية. **الإجابة 11:** خطأ. للأسف، زادت الوصمات الاجتماعية منذ تفشي الجائحة، وقد تسببت الجائحة أيضاً بالصاق بعض الوصمات الموجودة مسبقاً بالفئات المستضعفة في المجتمع، ومن المهم مراعاة ذلك في الصف المدرسي للتصدي للوصم بالعار.

2.2.1 الصحة ونظافة اليدين

- 1 ج. درجة الحرارة لا تهم: درجة حرارة المياه لا علاقة لها بالأمر، والماء الساخن ليس بالضرورة أكثر صحة من الماء الفاتر أو البارد.
- 2 ب. يجب دائماً تجفيف يديك جيداً باستخدام منشفة تستخدم مرة واحدة بعد غسلهما لأنّ الأيدي المبللة يمكن أن تحمل البكتيريا.

3.2.1 التنظيف والتطهير والتعقيم

- 1 هـ. جميع ما ذكر: نعتبر جميع هذه المناطق عالية المخاطر لأنّه غالباً ما يتم التردد عليها وبالتالي تحمل الكثير من البكتيريا والجراثيم، لذلك يجب أن تحدث عمليات التنظيف والتطهير والتعقيم أكثر في هذه المناطق.
- 2 ب. 0,5%: تحقّق من الملصق لمعرفة ما إذا كان المبيّض مخصصاً للتطهير ويحتوي على هيبوكلوريت الصوديوم بنسبة 0,5%، وتأكد من أنّ المنتج غير منتهي الصلاحية، كما قد لا تكون بعض المبيضات، مثل تلك المصممة للاستخدام الآمن على الملابس الملونة أو لأغراض التبييض، مناسبة لعملية التطهير.

1.3.1 تحديد الأعراض

- 1 أ. قم بقياس درجة الحرارة وحدّد ما إذا كان لديه أي أعراض أخرى واعمل على عزله إلى أن يقوم مقدّم الرعاية باصطحابه واتبع البروتوكولات التي وضعتها السلطات الصحية المحلية: إذا كان هناك طالب مصاب، فهذا مسار العمل المناسب الذي يجب اتخاذه، ولا يجب أبداً تجاهل الموقف أو إذلال الطالب من خلال عزله داخل الغرفة الصفية، ومن المهم أيضاً اتباع البروتوكولات والإجراءات التي وضعتها الهيئات الصحية المحلية والوطنية.
- 2 ج. عديمو الأعراض: يعني هذا الشخص الذي لا تبدو أو تظهر عليه أي أعراض أو علامات للمرض.

2.3.1 التصدي للوصم بالعار

- 1 ج. الحالات المشتبه بها: ليس من اللائق الإشارة إلى الأشخاص الذين يحتمل إصابتهم بكوفيد-19 على أنّهم "حالات مشتبه فيها"، فهذا النوع من اللغة له دلالات سلبية ويميّز ضد الأشخاص الذين قد يحتمل إصابتهم بالفيروس ويعرّز الوصم والعار.
- 2 ج. جميع ما ذكر: يعتمد مستوى الوصم بالعار المرتبط بكوفيد-19 على ثلاثة عوامل رئيسية: (1) هو مرض جديد ولا يزال هناك الكثير من المجهول حوله، (2) غالباً ما نخاف من المجهول، (3) من السهل ربط هذا الخوف بـ "الآخرين". وفي حين أنّ الخوف قد يكون رد فعل طبيعي بين طلابك، إلّا أنّ التمييز ضد أي شخص مرفوض. استخدم لغة التعاطف ولغة "الشخص أولاً" للتصدي لهذا الأمر مع طلابك.

3.3.1 تنفيذ الخرافات المرتبطة بكوفيد-19

- 1 د. المصادر المعروفة وذات السمعة الطيبة (منظمة الصحة العالمية ومراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها) وكذلك وزارة الصحة الوطنية: ظهرت الكثير من المعلومات الخاطئة خلال هذا الوباء. وعند البحث عن معلومات حوله، يجب عليك استشارة المصادر ذات السمعة الطيبة فحسب مثل منظمة الصحة العالمية ومراكز السيطرة على الأمراض واليونسيف ووزارة الصحة، وينبغي عليك تجنب جمع المعلومات من خلال وسائل التواصل الاجتماعي أو الكلام الشفهي.

Bender, L. *Interim Guidance for COVID-19 Prevention and Control in Schools*. UNICEF, WHO, IFRC, New York, March 2020

Retrieved from https://www.unicef.org/sites/default/files/2020-04/Key%20Messages%20and%20Actions%20for%20COVID-19%20Prevention%20and%20Control%20in%20Schools_March%202020.pdf

Centers for Disease Control and Prevention (2020, May 27). *Cleaning and Disinfection for Community Facilities*.

Retrieved from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>

Centers for Disease Control and Prevention (2018, July 31). *How To Clean and Disinfect Schools To Help Slow the Spread of Flu*.

Retrieved from <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

Centers for Disease Control and Prevention (2020, July 17). *Information for Pediatric Healthcare Providers*.

Retrieved from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/pediatric-hcp.html>

United Nations Children's Fund, *One of the Best Defences Against Coronavirus: How UNICEF is equipping families and communities with soap and clean water to protect themselves against COVID-19*, UNICEF, May 2020.

Retrieved from <https://www.unicef.org/coronavirus/water-sanitation-one-of-best-defences-against-coronavirus>

United Nations Children's Fund, The World Health Organization, and the International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, *Social Stigma Associated with COVID-19: A guide to preventing and addressing social stigma*, UNICEF, WHO, IFRC, March 2020.

Retrieved from <https://www.unicef.org/documents/social-stigma-associated-coronavirus-disease-covid-19>

World Health Organization Regional Office for the Eastern Mediterranean (2020). *COVID-19 Questions and Answers*.

Retrieved from <http://www.emro.who.int/health-topics/corona-virus/questions-and-answers.html>

World Health Organization (2020, July 9). *How is COVID-19 Transmitted?*

Retrieved from <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-how-is-covid-19-transmitted>

الوحدة

2

الرفاهية والحماية



الوحدة 2: الرفاهية والحماية

أوجدت هذه الفترة العصبية ضغوطاً إضافية على كل من المعلم والطالب، ويمكن لهذه الضغوطات أن تؤثر على رفاهيتنا وقدرتنا على التدريس والتعلم في المدرسة. توفر هذه الوحدة أنشطة محدّدة لمساعدتك في تحديد العوامل التي تؤثر على رفاهيتك ورفاهية طلابك وتقديم استراتيجيات لدعم رفاهيتك ورفاهية طلابك. تعني رفاهية الطالب في سياق المدرسة وجود بيئة تعليمية آمنة ودامجة تخلو من الأذى وسوء المعاملة. تتناول هذه الوحدة مفهوم البيئات المدرسية الصديقة للطفل والتي تساعد على التعلم وتعزز الشعور بالحماية لدى الطالب.

تغطي الوحدة الثانية ثلاثة موضوعات رئيسية حول الرفاهية والحماية التي ستعمل على توجيهك لإنشاء بيئات تعليمية ترحيبية لكافة الأطفال عند عودتهم إلى المدرسة.

- 1. الرفاهية والمدرسة:** ستدعمك هذه الوحدة من خلال تطوير مفهومك للرفاهية ومدى ارتباطها بالتعليم والتعلم، حيث تتناول الجلسات التي تضمها هذه الوحدة الفرعية تداعيات كوفيد-19 على الرفاهية وكذلك مدى ارتباط الرفاهية بالمدرسة، إلى جانب تقديم النصائح لإدارة الصف المدرسي وتطوير المهارات الاجتماعية والعاطفية للمساعدة في تحسين الرفاهية الجماعية لطلابك، مع التركيز الكبير على الحماية.
- 2. رفاهية المعلم:** تتناول هذه الوحدة الفرعية الضغوطات التي تواجه المعلمين في جميع أنحاء العالم مع جائحة كورونا، وذلك من خلال توفير التمارين لمساعدتك على التعرف على الضغوطات الخاصة بك وكيفية تأثيرها عليك وعلى زملائك المعلمين، فضلاً عن شرح مفهوم الرعاية الذاتية في هذه الوحدة الفرعية.
- 3. رفاهية المتعلم:** ستساعدك هذه الوحدة الفرعية على تطوير استراتيجيات لدعم رفاهية طلابك خلال هذه الجائحة وعند عودتهم إلى المدرسة، إلى جانب معالجة الضغوطات التي يتعرض لها طلابك وتقديم الدعم اللازم لهم.

هل تعلم؟ خلال أوقات التوتر والأزمات، يراقب الأطفال سلوكيات البالغين وعواطفهم للحصول على إشارات حول كيفية إدارة عواطفهم.



مصطلحات رئيسية:

الرفاهية: تتعلق الرفاهية بمدى رضا الناس عن ظروف حياتهم، ويمكن فهمها على أنّها كيفية شعور الناس وكيفية عملهم وأدائهم، سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي، وكيف يقيّمون حياتهم ككل.

الرعاية الذاتية: نشاط أو تمرين أو روتين أو عادة نقوم بها عن قصد بنية العناية بصحتنا النفسية والعاطفية والجسدية، حيث أنّ تطوير عادات الرعاية الذاتية الجيدة مسألة مهمة لتحسين جودة حياتنا وعلاقاتنا مع أنفسنا ومع الآخرين، وهي ليست بالفعل الأني بل ضرورة من أجل الاستمرار.

الإرهاق: متلازمة ناتجة عن الإجهاد الشديد والضغط المزمن في مكان العمل.

بيئة تعليمية آمنة: هي بيئة تضمن الأمان البدني والعاطفي والفكري للطلاب وتشركهم وتشجّعهم على النمو وتطوير صور ذاتية إيجابية وتعزيز رفاهيتهم من خلال تلبية احتياجاتهم الجسدية والعاطفية والفكرية.

التواصل: يشير إلى نقل رسالة أو معلومات من شخص إلى آخر، ويشمل ذلك الإشارات المكتوبة واللفظية وغير اللفظية من قبيل حركات الجسم وإيماءات اليد والوضعية والتواصل البصري.

المحتوى

وحدة 2: الرفاهية والمدرسة

45	الوحدة الفرعية 3.2 رفاهية المتعلم	31	لوحة الفرعية 1.2 الرفاهية والمدرسة
45	1.3.2 التعرف على ضغوطات المتعلم (انظر)	31	1.1.2 الرفاهية كوفيد-19
51	2.3.2 تحسين التواصل (استمع)	34	2.1.2 الرفاهية والتعلم
54	3.3.2 ربط الطلاب بالآخرين (اربط)	37	3.1.2 التصدي للعنف المدرسي
58	اختبار	39	الوحدة الفرعية 2.2 رفاهية المعلم
59	المراجع	39	1.2.2 التعرف على ضغوطاتك النفسية
		42	2.2.2 الاعتناء بنفسك

الوحدة الفرعية 1.2 الرفاهية والمدرسة

تتناول هذه الوحدة الفرعية الأولى الرفاهية في المدرسة وتأثير كوفيد-19 والعنف المدرسي على رفاهية الطلاب.

1.1.2 الرفاهية وكوفيد-19

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. فهم الجوانب المختلفة للرفاهية.
 2. التعرف على بعض الطرق التي أثر بها كوفيد-19 على الرفاهية.

تأملات

- تسببت جائحة كورونا في إنشاء العديد من الضغوطات والمصاعب الحقيقية للناس في جميع أنحاء العالم، ويشمل هذا، على سبيل المثال لا الحصر:
1. مشاكل تتعلق بصحتك وصحة الآخرين في عائلتك ومجتمعك.
 2. فقدان الوظائف والآثار المترتبة على سبل العيش والدخل، إضافة إلى الأعباء المالية.
 3. تعريض صحتك و/أو صحة الآخرين للخطر.
 4. زيادة واجبات تقديم الرعاية (كإعانة الآباء المسنين والأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة الذين يفتقرون لخدمات الدعم المجتمعية).
 5. ندرة المواد الأساسية وعدم القدرة على الحصول عليها بسبب النقص.
 6. الضيق العاطفي والمعرفي والجسدي الناجم عن تعطيل الروتين الطبيعي وعدم اليقين تجاه المستقبل.
 7. مخاوف بشأن آثار التدابير المتخذة للحد من انتشار المرض، مثل التباعد الجسدي والبقاء في المنزل.
- فكر في بعض هذه الضغوطات وكيف أثرت عليك.



سارة: "عندما أكون بخير، أشعر بثقة أكبر بقدراتي كمعلمة، إذ أكون أكثر قدرة على وضع خطط لدروس ممتعة وجذابة لطلابي مما يحفزهم على تقديم أداء أفضل في الصف."

"عندما أشعر أنني لست بخير، أتسبب في انخفاض مستويات الطاقة في الصف ويقل تركيز طلابي."

في الجدول أدناه، اكتب كيف تصف نفسك عندما تشعر أنك بحالة جيدة (يمين) وعندما لا تكون بحالة جيدة (يسار):

عندما أشعر أنني لست بخير:	عندما أشعر أنني بخير:

كمعلم، قد تشعر بالخوف أو الغضب أو القلق عند الشعور بالضغط للعودة إلى المدرسة خاصةً إذا لم يتم تنفيذ تدابير منع انتشار المرض (التباعد الجسدي ونظافة اليدين وتدابير الصحة وما إلى ذلك) بشكلٍ كاملٍ أو بشكلٍ مُجدٍ ضمن السياق الخاص بك.

وقد تشعر بالضغط والحيرة بين اختيار إمّا الوظيفة أو الصحة ويتوجب عليك التوفيق بين متطلبات العمل ومتطلبات الأسرة، وقد يُساورك القلق أيضاً حيال تعويض الطلاب عمّا فاتهم من الدروس خلال فترة الإغلاق. سنقدّم لك لاحقاً في هذه الوحدة بعض الآليات والأنشطة الإيجابية للحدّ من تأثير هذه الضغوطات على صحتك.

لكن أولاً دعنا نراجع بعض التعريفات الهامة قبل أن نستكشف المزيد عن الجوانب المختلفة للرفاهية.

المحتوى

الرفاهية: هي أكثر من مجرد شعورنا الجسدي، حيث أنّ الطريقة التي نشعر بها عاطفياً ونفسياً هي أيضاً جزء من رفاهيتنا بشكلٍ عام، وتؤثر الرفاهية الجسدية على الرفاهية العاطفية والعكس صحيح.

يتفاعل الناس مع الضغوط بطرق مختلفة، وإدراكك للكيفية التي تتفاعل بها مع الضغوط والإجهاد والروابط بين الجوانب المختلفة للرفاهية هو خطوة مهمة نحو إدارة رفاهيتنا.

الصحة: هي أكثر من مجرد غياب المرض، بل هي الحالة العامة التي تسمح لك بتحقيق تطلعاتك وتلبية احتياجاتك والتكيّف مع بيئتك من أجل أن تحيا حياة مثمرة. ويمكن تحسين مستوى الصحة

وتعزيزها من خلال الوسائل التالية: النشاط البدني واتباع نظام غذائي صحي ومتوازن والتفاعلات الاجتماعية الهادفة وتطوير موقف إيجابي والاستقلالية.

الصحة النفسية: تشير إلى حالة الرفاهية التي تدرك فيها إمكاناتك الخاصة وإمكانية التعامل مع الضغوط العادية للحياة اليومية والعمل بفعالية والقدرة على المساهمة في مجتمعك.

الضغط النفسي: استجابة طبيعية لحالة جسدية أو عاطفية صعبة، ويمكن أن يكون سببه حدث ما يجعلك تشعر بالإحباط أو الغضب أو القلق، والتوتر السام هو رد فعل جسمك عندما تكون الطلبات أكبر من مواردك للتكيف.



فارس: "تتفاعل أجسادنا مع الضغوطات، ولربما سبق ولاحظت ذلك لا سيما في الأيام المُتعبة حيث تميل إلى المعاناة من الصداع أو آلام في المعدة أو لربما آلام أخرى في أجزاء مختلفة من جسمك إلى جانب تشتت إنتباهك في كثيرٍ من الأحيان، كما قد تصبح حاد الطبع أو أكثر حساسية، أو لربما تفقد أعصابك أمام الآخرين أو حتى تفقد الرغبة في معاشرّة الناس."

الضيق: حالة الانزعاج والقلق والحزن أو الألم، ويمكن أن يحدث استجابة لظروف المعيشة الصعبة كالفقر أو تهديد أمن الفرد أو رفاهيته.

علامات الضغط النفسي: تشير إلى ردود الفعل الجسدية أو العاطفية أو الاجتماعية أو الذهنية للضغط النفسي والتوتر. قد تشمل ردود الفعل الجسدية الشعور بالتعب أو الصداع المتكرر أو الشعور بارتفاع ضغط الدم، بينما قد تتضمن ردود الفعل العاطفية الغضب أو الانفصال أو الخوف أو الحزن بسهولة أكبر، في حين قد تشمل ردود الفعل الاجتماعية ارتفاع مستوى العزلة الذاتية أو الدخول في جدالات مع الآخرين بسهولة أكبر، وقد تتضمن ردود الفعل الذهنية صعوبة في التركيز والقلق المفرط وزيادة النسيان.

حماية الطفل: توفير الحماية للطفل من الإساءة والاستغلال والإهمال والعنف، بما في ذلك التنمر والتهمز الإلكتروني والتهديدات. ربما عانى بعض الأطفال العائدين إلى المدرسة أو شهدوا زيادة في العنف أثناء وجودهم في الحجر الصحي، بما في ذلك العنف العاطفي أو الجسدي أو الجنسي والجسدي، وعلى المعلم أن يدرك بأنه لم يحظ كافة الأطفال بتجربة حجر صحي آمنة.

الإسعافات الأولية النفسية: الاستجابة الرحيمة والداعمة لشخص يعاني وربما يحتاج إلى دعم، وليس الغرض منها التشخيص أو تقديم العلاج، بل هي أسلوب يتكون من ثلاث خطوات وهي البحث والاستماع والربط. وبشكل أكثر تحديداً يمكن تقسيمها على النحو التالي: البحث عن علامات الضغوط النفسية والاستماع النشط وربط الطلاب بخدمات الدعم حيثما كان ذلك مناسباً ومتاحاً. وعلى غرار الإسعافات الأولية، يمكن القيام بذلك من قبل أي شخص مدرب على القيام بذلك.

ما يجب فعله



تصور جوانب الرفاهية

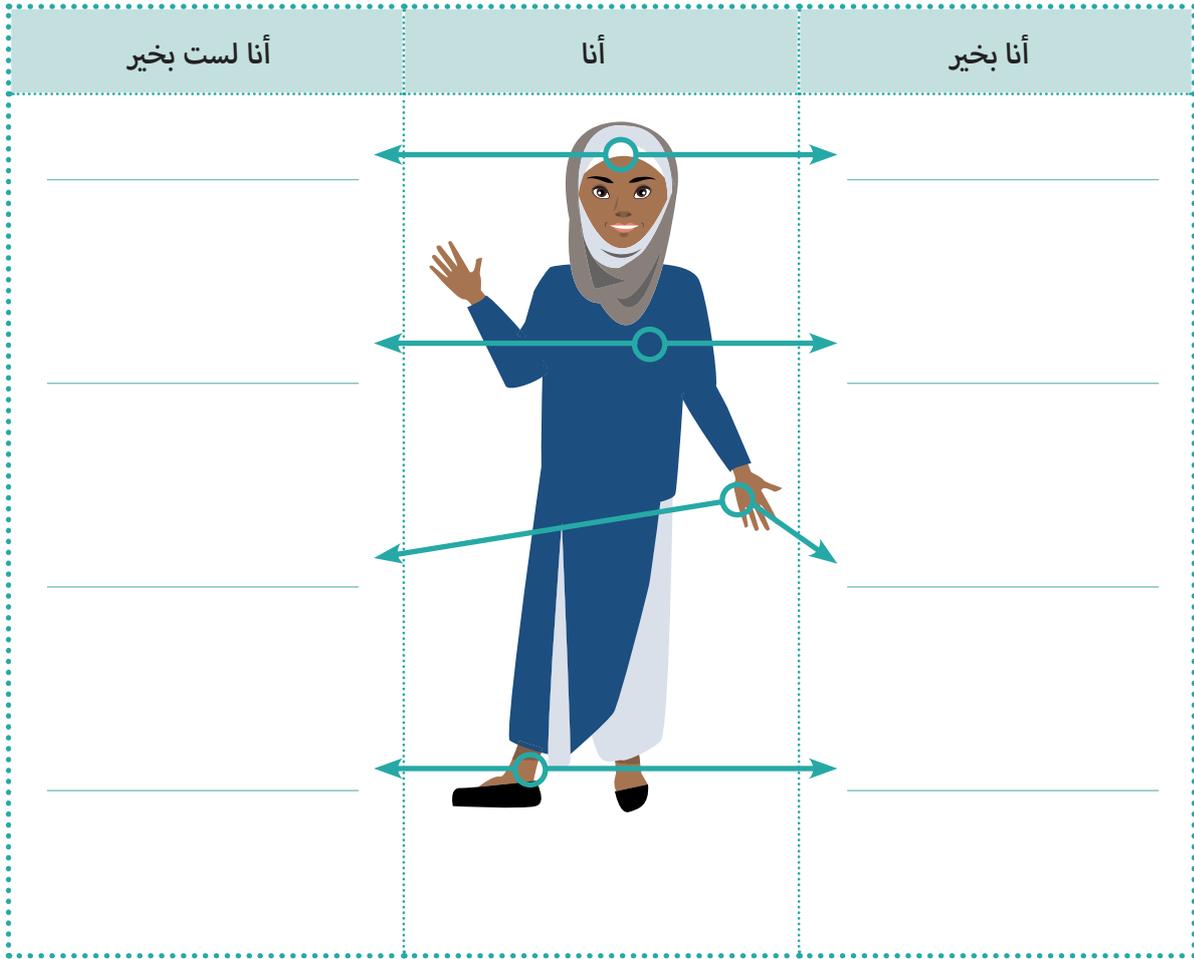
قد يساعدنا الشكل التالي في التفكير في الجوانب الأربعة المختلفة، لكن في نفس الوقت الجوانب المترابطة، لرفاهيتنا:

- المعرفي (الرأس)
- العاطفي (القلب)
- الاجتماعي (اليدين)
- الجسدي (القدمين)

ألق نظرة على الإجابات التي قمت بتدوينها في الجدول أعلاه (تأملات). بعد ذلك وباستخدام قالب الشكل أدناه، قم بتوصيل إجابتك باستخدام الأسهم الموجهة إلى كل جزء من الجسم/جانب الرفاهية المعرفي (الرأس) أو العاطفي (القلب) أو الاجتماعي (اليدين) أو الجسدي (القدمين).

إذا كان أي جزء من أجزاء الرفاهية فارغاً، ففكر فيما ستضعه هناك بنفسك. لمزيد من المساعدة، راجع الأمثلة أدناه.

لاحظ أنّ هذا نشاط يمكنك دمجه ضمن الدروس الوجيهة داخل الصف المدرسي وإجرائه مع طلابك لتقييم رفاهيتهم.



أمثلة

عندما أشعر أنني بخير أصبح ...	عندما أشعر أنني لست بخير أصبح ...	
أكثر إبداعاً	غير قادر على التركيز	المعرفي (الرأس)
أبتسم أكثر	كثير البكاء	العاطفي (القلب)
أكثر تحدثاً	أزعج بسهولة	الاجتماعي (اليدين)
قادر على النوم بشكل جيد	غير قادر على تناول الطعام بشكل طبيعي	الجسدي (القدمين)

2.1.2 الرفاهية والتعلم

الأهداف

- ستتعلم في هذه الجلسة:
1. أهمية الرفاهية للتعلم.
 2. مدى تأثير رفاهية المعلم والطالب على بعضهما البعض.

ملاحظة: الأطفال الذين يتم إهمالهم أو عدم إشراكهم في الصف المدرسي أو يشعرون بالملل قد يبحثون عن الاهتمام والانتباه من خلال التشويش على زملائهم، لذا تعرّف على إنجازات الأطفال وقرم بتشجيعهم على القيام بعمل أفضل من أجل تحفيزهم. على سبيل المثال: مريم، أرى أنّك تركزين بشدّة على المهمة هذا اليوم! أحسنت!

ما يجب فعله



إظهار المهارات الاجتماعية والعاطفية التي تدعم الرفاهية

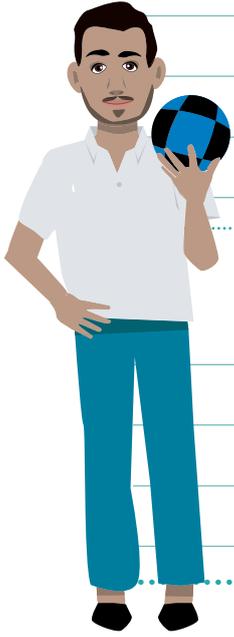
يتعلّم الأطفال من خلال مراقبة البالغين، حيث أنّهم يتعلّمون بشكل أكثر فعالية من خلال مراقبة ما تفعله وليس ما تقوله، لذا ومن خلال امتلاك المهارات الاجتماعية والعاطفية المهمة وإظهارها أمام طلابك يمكنك إنشاء بيئة داعمة بشكل أكبر لتعليم الطلاب ورفاهيتهم أثناء الجائحة. لكل من المهارات الاجتماعية والعاطفية الخمس أدناه، اكتب كيف يُمكنك شرحها وتوضيحها للطلاب، كما تتوفر تقديم تعريفات لكل من المهارات الخمس أدناه.¹

- 1. الوعي الذاتي:** القدرة على التعرّف بدقة على مشاعرك وأفكارك وقيمك وكيفية تأثيرها على السلوك، وكذلك القدرة على تقييم مواطن القوة لديك بدقة والقيود والمحدّدات، مع شعور راسخ بالثقة والتفأؤل.
- 2. الإدارة الذاتية:** القدرة على تنظيم عواطفك وأفكارك وقيمك بشكل فعّال وبالتالي تنظيم سلوكك.
- 3. الوعي الاجتماعي:** القدرة على أخذ منظور الآخرين بالاعتبار والتعاطف معهم، بمن فيهم أولئك من ينحدرون من خلفيات وثقافات متنوعة.
- 4. مهارات إقامة العلاقات:** القدرة على إقامة علاقات صحية ومجزية مع مختلف الأفراد والجماعات والحفاظ عليها، والقدرة على التواصل بوضوح والاستماع الجيد والتعاون مع الآخرين ومقاومة الضغوطات الاجتماعية غير المناسبة والتفاوض عند النزاعات بشكل بناء وطلب المساعدة وتقديمها عند الحاجة.
- 5. صنع القرارات المسؤولة:** القدرة على اتخاذ خيارات بناءة متعلقة بالسلوك الشخصي والتفاعلات الاجتماعية على أساس المعايير الأخلاقية ومخاوف السلامة والمعايير الاجتماعية، وهذا بدوره يتطلب تقييماً واقعيّاً لعواقب الإجراءات المختلفة وإيلاء اعتبار للرفاهية الشخصية ورفاهية الآخرين.



نوع المهارة	كيف سأوضّح هذا في صفّي؟
الوعي الذاتي	<ul style="list-style-type: none"> مراقبة السلوكيات الشخصية ونبرة الصوت والتأثير الشخصي الذي ينشأ مع مختلف المشاعر/المواقف.
الإدارة الذاتية	<ul style="list-style-type: none"> التعامل بلغة تحترم الآخرين تدارك المواقف عند معالجة التحديات مع الطلاب.

1 مقتبس من دليل CASEL لعام 2019 <https://schoolguide.casel.org/resource/modeling-sel-as-a-staff/>



<ul style="list-style-type: none">التفكير في وجهات نظر الطلاب وتفهم أنّ لكل شخص مجموعة من الحقائق والمعتقدات الخاصة به بناءً على تجاربه الخاصة.	الوعي الاجتماعي
<ul style="list-style-type: none">تحية كل طالب باسمه يومياً.الاعتراف بجهود الآخرين بالتشجيع والتأكيد عليها.	مهارات إقامة العلاقات
<ul style="list-style-type: none">استراتيجيات حل المشكلات، مثل جمع كافة المعلومات ذات الصلة قبل استخلاص النتيجة.	صنع القرارات المسؤولة

3.1.2 التصدي للعنف المدرسي

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. إدراك ومعالجة العنف في مدرستك.

تأملات

التصدي للعنف المدرسي

يحتاج الأطفال والبالغون إلى بيئة تعليمية آمنة ومراعية ودامجة من أجل النمو والازدهار وتحقيق إمكاناتهم. ومع ذلك وبالنسبة للعديد من الطلاب، فإن وجود تهديد بالعنف في المدرسة يضرّ بقدرتهم على الاستفادة الكاملة من الفرص التعليمية.² ولسوء الحظ فإنّ الواقع يقول أنّ ما يقرب من نصف الأطفال (48 في المائة) الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و15 عاماً في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا أبلغوا عن حوادث تعرّضهم للتنمر والعنف في المدرسة.³

2 ملف اليونيسف حول العنف ضد الأطفال والبالغين في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

<https://www.unicef.org/mena/sites/unicef.org/mena/files/2018-09/VAC%20in%20MENA%20Booklet.pdf>

3 المصدر السابق

- قد يقع العنف في المدرسة وحولها بعدة طرق:
- قد يقع العنف من قبل المعلم وغيره من العاملين بالمدرسة، ويشمل العقاب البدني وأشكال العقوبة/المعاملة النفسية القاسية والمهينة والاستغلال والاعتداء الجنسيين والتنمر.
- كما يُمكن أن يحدث العنف بين الأقران في المدارس وحولها ويشمل ذلك التنمر، وقد يتخذ العنف بين الزملاء أشكالاً أخرى كالعنف الجنسي والعنف القائم على النوع الاجتماعي والعنف الجسدي والعنف النفسي، ويمكن أن يكون لأشكال العنف هذه أيضاً بُعداً آخر عبر الإنترنت من خلال التنمر الإلكتروني.

ما هي بعض الطرق التي يمكنك من خلالها التعامل مع سلوك الطالب داخل الصف المدرسي دون استخدام العنف؟

المحتوى

من الأهمية بمكان إدراك أنه في حين تمّ وضع تدابير لاحتواء كوفيد-19 للحفاظ على سلامة المجتمعات والأطفال، إلا أنّ بعض الأسر لم تكن مكاناً آمناً لكل طفل، حيث تعرّض بعض الأطفال واليا فعين للعنف وسوء المعاملة والإهمال في المنزل وبالنسبة للكثيرين تأثرت صحتهم النفسية سلباً، وربما أدّى تزايد الفترة التي يقضيها الأطفال على الإنترنت، وخاصة في ظلّ غياب الرقابة للأطفال الأصغر سناً، إلى زيادة خطر تعرّضهم لمحتوى ضار ولتنمر والاعتداء والاستغلال الجنسيين عبر الإنترنت. هذا وقد يتمّ الاشتباه في إصابة الطلاب، بما في ذلك الذين ينتمون إلى بعض الفئات المستضعفة أو المهمشة أو القاطنين في مناطق ذات معدلات عالية من العدوى، وقد يصبحون هدفاً للوصم بالعار والتمييز والتنمر والعنف داخل المدرسة وخارجها (انظر الوحدة 1 لمزيدٍ من المعلومات حول الوصم بالعار والتمييز والتنمر المتعلقة بكوفيد-19).

وقد يؤثر الفشل في التصديّ للإساءة والاستغلال وقضايا الصحة النفسية سلباً على تعليم الطالب. فبالنسبة لبعض الأطفال المستضعفين، قد تكون المدرسة هي المكان الأول الذي يرون فيه أصدقاء وبالغين موثوق بهم، وقد تكون تلك أيضاً المرة الأولى التي يستطيع فيها شخص من خارج الأسرة معرفة ما إذا كان هناك خطب ما.

ما يمكنك القيام به للتصديّ للعنف داخل الصف المدرسي:

- أولاً وقبل كل شيء من الضروري الإقرار والاعتراف بأنه يجب عدم التسامح مطلقاً مع العنف ضد الأطفال، وبأنه لا يوجد ما يبرره وبأنّ جميع أشكال العنف، بصرف النظر عن طبيعة الفعل أو شدّته، ضارة ولا يمكن تحملها أو التساهل معها.
- لكل طفل الحق في الذهاب إلى المدرسة والحماية من العنف. فبالإضافة إلى الأذى والألم الفوري الذي يسببه العنف، فإنّه يقوّض كذلك إحساس الطفل بقيمة الذات ويعيق نموه في المستقبل.
- في بعض السياقات غالباً ما يتم تبرير العنف كوسيلة فعّالة وإيجابية لتأديب الأطفال والطلاب، وهذا جزء لا يتجزأ من التقاليد والأعراف الاجتماعية والممارسات الثقافية الجماعية، لكن يجب اتخاذ خطوة في الاتجاه الصحيح من خلال التصديّ لهذه المعايير والممارسات الاجتماعية ومحاربة الاعتقاد بأنّ الانضباط البدني يجعل الطفل حسن السلوك وقوي في المستقبل، حيث أنّ تغيير سلوكياتنا وإدراك أنّ العنف يشجع فقط على المزيد من العنف هي إحدى الطرق لمعالجة هذه المشكلة وضمان رفاهية الأطفال في المدرسة.
- معرفة أسباب تعرّض طلابك للعنف في المقام الأول، حيث يميل الأطفال واليا فعون الذين نشؤوا في أسرة أو مجتمع عنيف إلى التعامل مع العنف كوسيلة لحل النزاعات وأحياناً يكرّرون النمط ذاته في العنف وسوء المعاملة.
- بصفتك معلماً، سينعكس استخدامك للعنف في الصف المدرسي على طلابك ويعمل على تشجيع هذا النمط المتكرر من العنف بينهم، علماً أنّ التعرّض للعنف (الجسدي واللفظي والعاطفي) يمكن أن يسبب ضرراً للطفل يستمر مدى الحياة.
- كمعلم، ينبغي عليك استخدام أساليب الانضباط الإيجابي في إدارة الصف المدرسي والتعامل مع سوء السلوك من خلال استراتيجيات غير عنيفة تتيح للأطفال فهم أخطائهم والتعلم منها. ومن المهم كذلك مناقشة السلوك غير المرغوب فيه وكيف يمكن تصحيحه. على سبيل المثال: "رامي، التشويش على الصف جعلنا نفقد الكثير من الوقت، فمن العدل أن تبقى هناك أثناء الاستراحة لتنظيف المكان."
- بالنسبة للطلاب الذين قد يتعرّضون للعنف في المنزل، من المحتمل أن يكون العنف قد تفاقم ضدّهم خلال فترة الحجر الصحي جرّاء جائحة كوفيد-19، لذا انتبه إلى كيفية تأثير ذلك على الطلاب عند عودتهم إلى المدرسة.
- يجب أن تدرك أنه لا يتصرف جميع الأطفال الذين يتعرّضون للعنف بعنف تجاه الآخرين، فقد يُصاب البعض منهم بالخوف ويتجنّب الاختلاط بالآخرين أو التفاعل معهم اجتماعياً.

ما يجب فعله



إذا كنت تعلم أنّ أحد طلابك يتعرّض للعنف، فاعتمد على تدابير الحماية بما في ذلك الوقاية وتحديد الهوية والإبلاغ والإحالة.⁴

حدّد ما هي الموارد المتاحة في مجتمعك لمساعدة الأطفال الذين تعرّضوا للعنف (كبار السن، أفراد العائلة، الفئات الاجتماعية)؟

الملخص

- تؤثر رفاهيتك ورفاهية طلابك على عمليتي التعليم والتعلّم.
- البيئة التعليمية الآمنة هي المساحة التي تعكس ثقة واحتراماً متبادلاً بينك وبين طلابك.
- لكل الأطفال الحق في الحماية من العنف المدرسي، والعنف ضد الأطفال ليس له ما يبرره على الإطلاق.
- عندما يتم إشراك الأطفال في وضع قواعد للصف المدرسي، يقل احتمال خرقهم لتلك القواعد.
- كل السلوكيات هي مؤشر لما يتعرّض له الطفل داخلياً، لذا من المهم التعرف على الدافعية وراء تلك السلوكيات والاستجابة لها بطريقة آمنة ومريحة.
- يجب عدم التسامح مع العنف داخل وخارج المدرسة.

الوحدة الفرعية 2.2 رفاهية المعلّم

تبحث هذه الوحدة الفرعية الثانية على وجه التحديد في رفاهيتك كمعلّم، حيث ستتعلم كيفية تحديد الضغوطات النفسية والتعرف على مفهوم الرعاية الذاتية.

1.2.2 التعرف على ضغوطاتك النفسية

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. تحديد كيفية تأثير الضغوطات النفسية المتعلقة بالعودة إلى المدرسة عليك.
2. مراعاة كيفية تأثير رفاهيتك ورفاهية زملائك المعلمين وما يمكنك القيام به لدعم بعضكم البعض.

تأملات

لربما تسببت جائحة كورونا في إنشاء بعض التحديات والضغوطات النفسية الجديدة على حياتك وسبل عيشك وأسرتك ومجتمعك ككل (انظر جلسة 1.1.2 الرفاهية وكوفيد-19). من ناحية أخرى، كان من الممكن أن تعزز الجائحة بعض نقاط التوتر والضغوطات النفسية الموجودة مسبقاً في حياتك، إذ تعدّ هذه القضايا والتحديات حقيقية للغاية وقد تمثّل لك صعوباتٍ ملموسة.

4 مأخوذة من: دليل اليونيسف بشأن المدارس الصديقة للطفل

في الوقت الذي تعتزم فيه العودة إلى التدريس، ما هي بعض مصادر الضغوطات النفسية التي ظهرت بسبب جائحة كورونا وكيف تؤثر هذه الضغوطات على صحتك؟

- 1.
- 2.
- 3.

المحتوى

التأقلم:

يتفاعل الناس بشكل مختلف مع الأحداث المجهدة والمقلقة، لكن بشكل عام يكون أداؤهم أفضل على المدى الطويل في حال:

- شعورهم بالأمان والتواصل مع الآخرين والهدوء والأمل.
- حصولهم على الدعم الاجتماعي والبدني والعاطفي.
- استعادتهم لشعور السيطرة من خلال القدرة على مساعدة أنفسهم.

إذا تعرّفت على علامات التوتر والضغوطات النفسية وكيف تؤثر على الجوانب المختلفة من رفاهيتك، يمكنك عندئذٍ التخطيط لإجراء بعض التغييرات البسيطة التي تعزّز صحتك النفسية ورفاهيتك، وقد يشمل ذلك التواصل مع الأشخاص الذين يدعمونك وأن تصبح أكثر نشاطاً من الناحية الجسدية وأن تتعلّم أشياء جديدة وأن تدرك الأشياء البسيطة التي تمنحك السعادة.

إنّ الإدراك أو الوعي الذاتي سيساعدك على التعرّف بشكل أفضل على تأثير الضغوطات النفسية لدى طلابك وزملائك، وتذكّر أن تراقب وأن تستمع بدلاً من إصدار أحكام وتتميط سلوكهم. "كيف تشعر؟" أو "هل أنت بخير؟" هي مجرد أمثلة على الأسئلة الجيدة التي يجب طرحها. ضع في اعتبارك أنّ الأطفال أو الزملاء قد لا يرغبون في مناقشة هذه المسائل، لذا لا تضغط عليهم للتحدث إليك.

الرجاء الاطلاع على الجلسة التالية (2.2.2) لمزيد من الاستراتيجيات حول كيفية دعم رفاهيتك.

ما يجب فعله

سيناريوهات مراعاة رفاهية المعلّم

تمّ تصميم هذه السيناريوهات كأداة لمساعدتك على التفكير في التوترات والضغوطات النفسية التي تواجهها أنت وزملائك وكيف يمكنك التغلب عليها لتعزيز رفاهيتك. قم بقراءة كافة السيناريوهات أدناه وفكّر في الأسئلة التالية لكل سيناريو:

1. ما الذي قد يؤثر على رفاهية هذا المعلّم؟
2. كيف نعرف أن رفاهيته قد تأثرت؟ وما هي علامات التوتر التي تظهر عليه؟
3. ما هي الطرق التي يمكن أن تؤثر بها رفاهية المعلّم على التدريس وكيف يمكن أن يؤثر ذلك على رفاهية طلابه؟

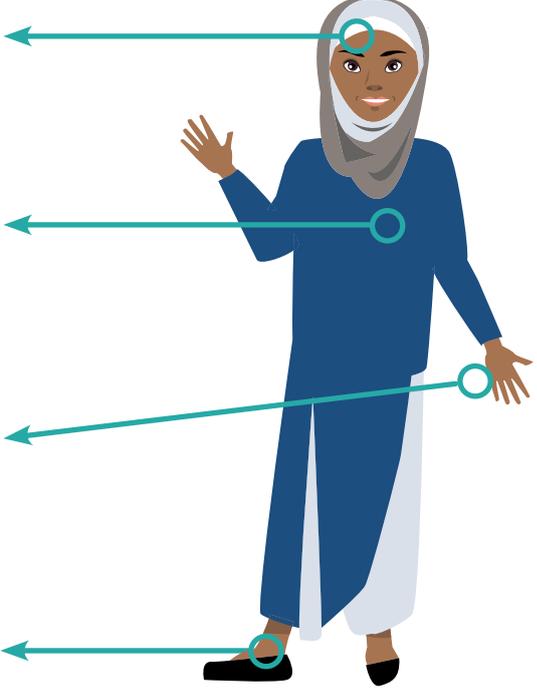
السيناريو 1: فارس مدرّس منذ خمس سنوات، وقد أصبح الوضع الاقتصادي في بلده غير مستقر وتفاقت الأزمة الاقتصادية بفعل جائحة كورونا. ومع إعادة فتح المدارس، لم يكن هناك ما يكفي من الدعم المالي والتمويل لتطوير مواد تعليمية كافية وقد تسبّب له ذلك في الكثير من التوتر والضغوطات النفسية، حيث أنّه يكافح من أجل إدارة الصف المدرسي في ظلّ نقص المواد والموارد.



السيناريو 2: لدى سارة العديد من الطالبات وتكافح من أجل إيجاد المزيد من الوقت لتلبية جميع احتياجاتهن، وقد طلبت من مديرة المدرسة المساعدة والنصح حول كيفية إدارة غرفة صف كبيرة لكن نادراً ما يكون لدى المديرة وقتٌ للتحدث معها ولا تزور فصلها أبداً للوقوف على هذه التحديات. والآن وبعد جائحة كورونا، أخبرتها المديرة أنه يجب أن تكون هناك مسافة بين الطالبات ويجب على الطالبات القدوم إلى المدرسة على فتراتٍ متباعدة، وبالتالي زاد الوقت الذي تقضيه سارة في التدريس وهي الآن مضطرة للتعامل مع عبء الساعات الإضافية والأيام الأطول والوقت الإضافي بعيداً عن أسرتها، وهذا يشعرها بالإحباط والغضب أحياناً.



ارجع إلى الشكل المستخدم في الوحدة الفرعية السابقة وحدد علامات التوتر المرتبطة بهذه المخاوف، وتذكر التأثير على الجوانب الاجتماعية والمعرفية والعاطفية والجسدية للرفاهية.

علامات التوتر	أنا
	

كيف يمكنك التقليل من التأثير السلبي لهذه الضغوطات النفسية؟

2.2.2 الاعتناء بنفسك

الأهداف



- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. إدراك أهمية الرعاية الذاتية لرفاهيتك بشكل عام.
 2. وضع خطط للحد من التوترات ودعم رفاهيتك.

تأملات



ما هي الرعاية الذاتية؟

دعنا نستعرض مفهوم الرعاية الذاتية. بحسب منظمة الصحة العالمية، فإنَّ الرعاية الذاتية تعني "قدرة الأفراد والأسر والمجتمعات على تعزيز الصحة والوقاية من الأمراض والحفاظ على الصحة والتعامل مع المرض والإعاقة، سواء بدعم من عاملٍ صحي أو من دونه."

والرعاية الذاتية هي أي نشاط نقوم به عن قصد من أجل العناية بصحتنا النفسية والعاطفية والجسدية. وعلى الرغم من أنَّه مفهوم بسيط من الناحية النظرية، إلاَّ أنه أمرٌ غالباً ما نتجاهله، حيث أنَّ الرعاية الذاتية الجيدة هي مفتاح تحسين المزاج وتقليل مستوى القلق، فضلاً عن كونها مفتاح العلاقة الجيدة مع الذات ومع الآخرين.

يمكن أن يكون نشاط الرعاية الذاتية بسيطاً مثل قضاء الوقت في الاستمتاع بكوبٍ من الشاي أو الاستماع إلى الموسيقى المفضلة أو الخروج في نزهة على الأقدام. فكّر في بعض الأنشطة البسيطة التي تعيد النشاط إلى جسدك، حيث ستكون قادراً على تحديد وتنفيذ أشكال أكثر تحديداً من الرعاية الذاتية التي تناسبك.

الرعاية الذاتية هي بحد ذاتها نشاط عليك التخطيط للقيام به بعناية، وليست مجرد شيء يحدث من تلقاء نفسه، بل هي خيار نشط. قم بإضافة أنشطة معينة إلى التقويم الخاص بك وأخبر الآخرين بخططك من أجل زيادة مستوى التزامك بها والبحث بنشاط عن فرص للتدرّب على الرعاية الذاتية.

كن على دراية بما تفعله ولماذا تفعله وكيف يُشعرك وما هي نتائجه.
الرعاية الذاتية هي المفتاح للوقاية من الإرهاق!

هل سبق وأن أهملت الرعاية الذاتية؟ ماذا حدث؟

هل سبق وأن أعطيت أولوية للرعاية الذاتية؟ ماذا كانت النتيجة؟

ما هو الإرهاق؟

الإرهاق هو أحد النتائج السلبية للضغوط المتراكمة، وهو حالة من التعب الجسدي والعاطفي والنفسي الذي ينتج عن التعرّض لفتراتٍ طويلة من ضغوط العمل أو مواقف العمل المرهقة عاطفياً، وهو في الأساس تعب عاطفي وتبدّد الشخصية والشعور بتراجع الإنجازات الشخصية.

كيف يبدو؟

يشمل الإرهاق العديد من الأعراض الجسدية والعاطفية بما في ذلك:

- إنهك
- اضطرابات النوم
- انخفاض الأداء
- مشاكل في التركيز والذاكرة
- عدم القدرة على اتخاذ القرارات
- شد عضلي
- مشاكل في الجهاز التنفسي
- مشاكل في الجهاز الهضمي
- أرق
- فقدان التعاطف مع الآخرين



إذا كانت لديك أي من هذه الأعراض، فقد تكون تلك دلالة على أنك إما على وشك التعرض للإنهك أو الإرهاق. إذا كنت تعرف شخصاً يعاني من هذه الأعراض، فيمكنك التحدث إليه عن الإرهاق وتشجيعه على التركيز على الرعاية الذاتية، وإليك بعض الطرق لمساعدة الآخرين الذين يعانون من الإرهاق:

- دعهم يعرفون أنك متواجد من أجلهم.
- استمع إليهم بدون نقد أو إصدار أحكام.
- تحلّى بالصبر عند التعامل معهم.
- اسألهم كيف يمكنك المساعدة.
- شجّعهم على الرعاية الذاتية (انظر أدناه للحصول على نصائح حول الرعاية الذاتية).

الأمّل أمر حيوي للرفاهية

من الأهمية بمكان تذكير نفسك وطلابك بأنك تتحكم في الجوانب المختلفة من حياتك وأنه يمكنك إحداث التغيير، لكن عندما تواجه أوقاتاً صعبة، قد يكون من الصعب أن تجد أمل.

ثمّة عدد من الأسباب التي تجعل من الأمل داعماً للرفاهية النفسية. أولاً، تشير الأبحاث إلى أنّ الأشخاص الذين لديهم أمل أكبر يتعاملون بشكل أفضل مع أحداث الحياة المجهدة. ثانياً، وجود الأمل ينبئ بنتائج ناجحة عبر مجموعة من المجالات. على سبيل المثال، وجود الأمل يعني تحقيق نجاح أكاديمي أكبر وصحة نفسية وجسدية أفضل.⁵

لا غنى عن الأمل لتعافينا، ويمكن له أن يساعدنا في الابتعاد عن شبح الهزيمة، وهو ليس فكرة مجردة لا تحدث فرقاً حقيقياً في تعافينا، بل هو حجر الزاوية الذي بُني عليه أساس التعافي بأكمله، ولا يمكن أن يكون هناك تعافٍ أو شفاء بدون أمل.

يوفر الأمل الوسائل التي يمكن من خلالها تصور مستقبل أفضل وبالتالي يمكن تحقيق ذلك التصور.

5 سياروتشي وجوزيف وآخرون، "الأمّل والرفاهية العاطفية: دراسة مدتها ست سنوات حول السوابق والارتباطات والعواقب"، مجلة علم النفس الإيجابي (2015)

ما يجب فعله



غالباً ما يُعرف التدريس بأنه مهنة عالية الضغوطات، ومع ذلك هناك خطوات يمكننا اتخاذها لإدارة مستويات الضغط والتوتر لدينا، وهذه مسألة هامة لإدارة الصف المدرسي لا سيما في سياق إعادة فتح المدارس بعد جائحة كورونا، علماً أننا نتعامل مع التوتر بطرقٍ مختلفة.

- فيما يلي بعض أفضل الممارسات لقضاء الوقت للرعاية الذاتية كمعلمٍ⁶:
 - يعمل الكثير من الناس حتى يسقطوا من التعب أو دون أن يأخذوا قسطاً من الراحة والنوم إلا بعد انتهاء العمل. لكن من المهم النظر إلى الراحة كأداة أساسية للإنتاجية، وقد تتخذ أشكالاً بسيطة كإطفاء الأنوار في الصف المدرسي لبضع دقائق بعد انتهاء الحصة. أو بالنسبة للعديد من الأشخاص نجدهم يتفحصون هواتفهم طوال اليوم ووسائل التواصل الاجتماعي ورسائل البريد الإلكتروني. إذا كان بإمكانك استبدال هذه الأوقات التي تقضيها على الهاتف بصمت وهدوء، فيمكن أن يحدث ذلك فرقاً في مستويات طاقتك وقدرتك على التركيز والانتباه.
 - فكّر فيما يمكنك تركه والتخلي عنه لإيجاد مساحة للرعاية الذاتية، وهي الأوقات التي يصح فيها الرفض أمراً حيوياً، وأحد أفضل الطرق للتحسن هو محاولة قول "لا" مرة واحدة فقط. إذا قلتها مرة واحدة فقط، فستجد أنّ الأشخاص سيتوقفون عن سؤالك عدّة مرات لأنهم سيبدوون باحترام حدودك و رغباتك.
 - اجعل الرعاية الذاتية جزءاً من روتينك اليومي. على سبيل المثال، بمجرد مغادرة الأطفال الغرفة في نهاية الدوام، خذ 60 ثانية للتنفس العميق لصفاء ذهنك وتنشيط أفكارك لتنفيذ بقية مهام اليوم.
 - قد يسهل تخطي العادات الجديدة لأنّها ليست راسخة بالشكل الكافي، لذا من الضروري أن تحدّد أولوية لإنشاء عادة والالتزام بها إذا كنت تريد أن تصبح الرعاية الذاتية جزءاً منتظماً من حياتك.
 - كلّ جيداً واحصل على قسط كافٍ من النوم و قم بممارسة الرياضة البدنية كلّ يوم.
 - قم بممارسة نشاط تستمتع به أو تجده مفيداً كلّ يوم.
 - خصّص وقتاً من يومك للتحدث إلى صديق أو أحد أفراد الأسرة حول ما تشعر به.
 - تحدث مع زملائك حول شعورك تجاه التدريس أثناء الجائحة.
 - قم باتباع روتين معين للمنزل والمدرسة لمساعدتك في التقليل من عدم القدرة على التنبؤ والضغوطات المعرفية لإعداد خططٍ جديدة.
 - تجنب الإفراط في استخدام المواد التي تغير مزاجك أو مستوى طاقتك مؤقتاً (كالكاfeين أو النيكوتين).
 - في نهاية كل يوم اكتب قائمة بالأشياء الإيجابية التي حدثت في ذلك اليوم.
 - ذكّر نفسك يومياً بترك الأشياء الخارجة عن إرادتك وسيطرتك.
 - خذ فترات راحة منتظمة طوال اليوم، ويمكنك خلال فترات الراحة هذه اتباع أساليب الاسترخاء المتوفرة في الوحدة الفرعية 3.2، علماً أنّه يمكنك أنت وطلابك استخدام هذه الأساليب.
 - قلّل من الوقت الذي تقضيه في تتبع أخبار كوفيد-19 بما لا يزيد عن 30 دقيقة يومياً من مصادر موثوقة مثل منظمة الصحة العالمية.⁷

ضع قائمة خاصة بممارسات الرعاية الذاتية التي ستقوم بتنفيذها. ما هي بعض الأنشطة البسيطة (الاستمتاع بكوبٍ من الشاي أو الاستماع إلى موسيقاك المفضلة أو الخروج في نزهة على الأقدام) التي يُمكنك القيام بها للتركيز على الرعاية الذاتية؟

6 مأخوذ من: <https://www.cultofpedagogy.com/>

7 مقنن من دليل اللجنة المشتركة الدائمة للوكالات لعام 2020 بعنوان "المهارات النفسية- الاجتماعية الأساسية- دليل المستجيبين لكوفيد-19"، الصفحة 5- "الإعانة بنفسك".

ملاحظة أخيرة: لا يمكنك الصب من كوب فارغ:

ليس من السهل دائماً تطوير ممارسات الرعاية الذاتية، ومع ذلك من الأهمية بمكان الاستماع إلى جسدك وأن تدرك أنّ قضاء الوقت في رعاية نفسك والاعتناء بها أمراً لا ينم عن أنانية، وأن إعطاء الأولوية للرعاية الذاتية هو ضرورة وليس رفاهية. فعندما تكون لدينا التزامات كثيرة، عادةً ما يتم التضحية بالحاجة إلى الاعتناء بأنفسنا. لكن ومن أجل ضمان رفاهيتنا وتجنب الإرهاق، من المهم أن نعتني بأنفسنا، وعندما تكون في أفضل حالاتك، يمكنك عندئذٍ مساعدة من حولك بشكلٍ أفضل.

الملخص

- تشمل الرعاية الذاتية تخصيص الوقت للقيام بأنشطة بسيطة تريحك وتعيد تشيئك وتحسّن مزاجك بشكلٍ روتيني.
- تخصيص وقت للرعاية الذاتية ليس فعلاً أنانياً، بل إنّ الأمر يتعلق بمعرفة ما يتعين علينا القيام به من أجل العناية بأنفسنا ولتكون قادرين على رعاية الآخرين أيضاً.
- من المهم أن تكون واعياً ومدركاً لما تشعر به جسدياً ونفسياً.
- وضع روتين جيد للرعاية الذاتية من شأنه مساعدتك على التعامل مع بعض الضغوطات وتحديات التدريس أثناء جائحة كوفيد-19.

الوحدة الفرعية 3.2 رفاهية المتعلم

تركز هذه الوحدة الفرعية الثالثة على رفاهية المتعلم وتتناول كيفية تحديد الضغوطات لدى الطالب وكيفية توفير أساليب تواصل داعمة واستكشاف مسارات الإحالة.

1.3.2 التعرف على ضغوطات المتعلم (انظر)

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. التعرف على الضغوطات وعلامات الضيق لدى الطالب.
 2. دعم رفاهية الطالب بشكلٍ أفضل.

تأملات

مع عودة الطلاب إلى المدرسة، قد تكون أول شخص بالغ موثوق به واجهوه خارج منزلهم منذ بدء إجراءات احتواء الفيروس، لذا تأكد من توفير بيئة آمنة لهم واعلم أنّ الطالبات قد يفضلن التحدّث إلى المعلمات/الموظفات في حين يفضل الطلاب الذكور التحدث إلى المعلمين/الموظفين الذكور.

تحديد علامات الضيق:

لدى الأطفال ردود فعل مختلفة تجاه الأحداث السلبية في بيئاتهم، وقد تؤثر الثقافة على الطرق التي نعبر بها عن العواطف. ففي بعض الثقافات على سبيل المثال ليس من اللائق إظهار مشاعر قوية كال بكاء بصوتٍ عالٍ، بينما في البعض الآخر يتم قبول الأمر على نطاقٍ واسع.

ما هي بعض علامات الضيق التي يمكنك التعرف عليها بسهولة عند الأطفال؟

قد لا تكون بعض علامات الضيق واضحة للغاية. يسلط الجدول التالي الضوء على علامات الضيق المختلفة بحسب الفئة العمرية.

المحتوى

علامات الضيق بحسب مختلف الفئات العمرية⁸ يساعدك الجدول أدناه على تحديد علامات التوتر والضيق التي قد تكون مرئية لدى طلابك وذلك بحسب الفئة العمرية، حيث تختلف علامات التوتر في كثير من الأحيان حسب العمر. لكن تذكر أنّ هذه القائمة ليست شاملة، لذا استخدم المساحة الإضافية لتدوين علامات التوتر الإضافية التي رأيتها في محيطك.

العمر	العلامات
ردود الفعل الشائعة على التوتر لدى الأطفال من سن يوم إلى 3 سنوات	<ul style="list-style-type: none">• التشبث بمقدّم الرعاية• العودة إلى السلوك السابق (الأصغر سناً)• تغيرات في أنماط النوم والأكل• زيادة التهيج• قلة التركيز• النشاط المفرط• تغير في اللعب• خوف أكبر من الأشياء• أكثر تطلباً• بكاء أكثر تواتراً
ردود الفعل الشائعة على التوتر لدى الأطفال من 4 سنوات إلى 6 سنوات	<ul style="list-style-type: none">• التشبث بالبالغين• العودة إلى السلوك السابق (الأصغر سناً)• تغيرات في أنماط النوم والأكل• زيادة التهيج• قلة التركيز• يصبح أقل أو أكثر نشاطاً• التوقف عن اللعب• القيام بمهام الكبار• حيرة وارتباك• التوقف عن الكلام• قلق أو توتر بنسبة أكبر

8 مأخوذ عن اليونيسف. تمّ تعديل كافة المواد من مصدرين رئيسيين: (1) منظمة الصحة العالمية ومنظمة صدمات الحرب ومنظمة الرؤية العالمية (2011). الإسعافات الأولية النفسية: دليل العاملين الميدانيين. منظمة الصحة العالمية: جنيف، (2) منظمة إنقاذ الطفل (2013) دليل التدريب على الإسعافات الأولية النفسية للعاملين مع الأطفال، المملكة المتحدة.

العمر	العلامات
ردود الفعل الشائعة على التوتر لدى الأطفال من 7 سنوات إلى 12 سنة	<ul style="list-style-type: none"> • أكثر انعزالاً • القلق المتكرر بشأن الآخرين المتضررين • تغيرات في أنماط النوم والأكل • الخوف بشكل متزايد • زيادة التهيج • العدوانية • الأرق • ضعف الذاكرة والتركيز • أعراض جسدية • الشعور بالارتباك • التحدث بشكل متكرر عن حدثٍ ما • الشعور بالذنب أو لوم النفس
ردود الفعل الشائعة على التوتر لدى الأطفال من 13 سنة إلى 17 سنة (اليافعون)	<ul style="list-style-type: none"> • حزن شديد • إظهار اهتمام مفرط بالآخرين • المزيد من الوعي الذاتي • الشعور بالذنب والخجل • عزلة أكبر • تحدي الكبار بشكل متزايد • زيادة المخاطرة • تغييرات في العلاقات • العدوانية • التدمير الذاتي • الشعور باليأس • الاعتماد بشكل أكبر على الأقران

العمر	العلامات
ردود الفعل الشائعة على التوتر لدى كافة الفئات العمرية والتي تؤثر على الجسم (تفاعلات نفسية جسدية)	<ul style="list-style-type: none"> • تعب • ضيق الصدر • ضيق في التنفس • فم جاف • ضعف العضلات • ألم المعدة • دوام • ارتجاف • صداع • أوجاع عامة
ردود الفعل شديدة الخطورة على التوتر لدى الأطفال عند حدوثها معظم الوقت	<ul style="list-style-type: none"> • التشبث بمقدّم الرعاية • الانسحاب أو الهدوء الشديد مع حركة قليلة أو معدومة • الاختباء أو الخجل من الآخرين • عدم الاستجابة أو الكلام مع الآخرين • الخوف أو الذعر أو الهستيريا • القلق الشديد والمستمر • أعراض جسدية لعدم الشعور بصحة جيدة كالارتجاف والصداع وفقدان الشهية والأوجاع والألم • البكاء في كثير من الأحيان • عدوانية ومحاولة إيذاء الآخرين • ارتباك أو حيرة

ما يجب فعله



طرق دعم رفاهية الطالب:

قدّمت هذه الجلسة إرشادات ونصائح حول كيفية تحديد الضيق والتوتر لدى الطالب، وقد اطّلت على بعض علامات التوتر والضييق لدى الطالب حتى تتمكّن من التعرّف عليها. والخطوة التالية هي اعتماد آليات داعمة داخل الصف المدرسي للتعامل مع الضيق الذي يشعر به الطالب ومعالجته، وهذا أمرٌ مهم لرفاهيته. سيكون هناك المزيد من المعلومات حول هذا الأمر في الجلسات التالية، لكن تذكّر أنّك لن تقوم بتشخيص طلابك أو إجراء جلسات علاج نفسي لهم.

أنشطة لتقليل التوتر ودعم رفاهية الطالب

يمكن القيام بهذه الأنشطة مع الطلاب من أجل المساعدة في تقليل التوتر لديهم وتزويدهم باستراتيجيات التأقلم الإيجابية التي تدعم رفاهيتهم، كما أنّ هذه الأنشطة مفيدة لك أيضاً ويمكن تنفيذها معك ومع الطلاب، لذا احرص على تجربة نشاط واحد أو أكثر من هذه الأنشطة خلال الأسبوع الأول من العودة إلى المدرسة.

مكاني الخاص

في بعض الأحيان قد يكون العالم من حولنا مليئاً بالهموم لدرجة عدم تحملنا لذلك. من خلال قضاء بعض الوقت في تخيّل وجودك في مكانٍ آخر بدون ضغوط، يمكن للطلاب التخفيف من توترهم في الوقت الحالي. فيما يلي نشاط لمساعدة طلابك على تخيّل مثل هذا المكان.

تعليمات للطلاب

- اجلس أو استلق في وضعية مريحة وأغلق عينيك واسترخي.
- خذ عدّة أنفاس عميقة وبطيئة من خلال أنفك إلى بطنك.
- استمر في التنفس ببطء وبعمق، شهيق طويل وبطيء ثم زفير طويل وبطيء.
- استمع وتابع القصة التالية في عقلك وحاول أن تتخيّل أنّك داخلها:

”تخيّل أنّك تقف على شاطئ رملي أبيض في الصباح الباكر وكل شيءٍ حولك هادئ، والشمس تشرق ببطء ويمكنك أن تشعر بنورها الدافئ على وجهك وجسمك، وهذا يمدّك بشعور من السعادة والسلام. الرمال تحت قدميك العاريّتين ناعمة ودافئة، ونسيم خفيف يداعب وجنتيك، والسماء زرقاء وواسعة الأفق والطيور من فوقك تحلق وتغني. هذا المكان آمن ويمكنك الاسترخاء هنا.



هذا مكان يمكنك دائماً الرجوع إليه، فهو موجود دائماً داخل قلبك ويمكنك زيارته وقتما تشاء. تدريجياً قم بملاحظة طريقة تنفسك مرة أخرى - إيقاع لطيف للشهيق والزفير، ولاحظ شعور الهواء الذي يلامس بشرتك. قم بهدوء شديد بهز أصابعك وأصابع قدميك والشهيق وقرم بتمديد جسدك بشكل كبير. خذ زفير عميق، وعندما تكون مستعداً، افتح عينيك.“

المشي للتأمل

المشي للتأمل هناك طريقة أخرى لمساعدة طلابك على الاسترخاء وخفض مستويات التوتر لديهم، وهي المشي في أرجاء مدرستك.

تعليمات

- اصطحب الأطفال إلى ساحة المدرسة.
- اطلب منهم البدء في التجول في الساحة بصمت تام.
- اطلب منهم أن يلاحظوا ببساطة كل شيءٍ حولهم - كل التفاصيل الدقيقة: الألوان والروائح والأصوات والشعور بأشعة الشمس أو النسيم.
- اطلب منهم أن يعودوا إلى الصف بصمت وأن يجلسوا ويرسموا شيئاً جميلاً لاحظوه أثناء المشي - قد يكون أي شيء بغض النظر عن حجمه أو صغره.
- عليهم أن يفعلوا ذلك كل على حدة دون إخبار أقرانهم.
- اطلب بعد ذلك منهم مشاركة ما رسموه.



التنفس البطني

في كثيرٍ من الأحيان عندما نشعر بالتوتر، يصبح تنفسنا صعباً ونشعر به في صدورنا وننسى أن نتنفس بعمق في منطقة البطن، علماً أنّ التنفس البطني مهدئ للغاية ويساعدنا على سحب الأكسجين إلى أعماق رئتينا.



تعليمات للطلاب

- ضع يدك على معدتك.
- خذ 5 أنفاس عميقة وقم بالشهيق لمدة 5 ثوان والزفير لمدة 5 ثوان.
- اشرح للأطفال أنّه عندما يقومون بعملية الشهيق، فإنهم ينفخون بطونهم بهدوء مثل البالون، وعند الزفير يخرج الهواء ببطء من البالون مرة أخرى.

كتابة الرسائل

ربما لم يتمكن العديد من طلابك من رؤية بعض الأصدقاء أو أفراد الأسرة أثناء الجائحة، وقد تساعدهم كتابة الرسائل في الاحتفاء بالعلاقة مع هذا الشخص حتى لو لم يكن موجوداً.

فارس: "عندما لاحظت أن عمر يعاني من بعض الضيق والحزن يوماً ما في الصف، قررت استخدام هذا النشاط. أخبرني أنه يشعر بالحزن لعدم تمكنه من رؤية ابن عمه أنور منذ فترةٍ طويلة، وبالتالي، أخبرته أننا سنكتب رسالة لأنور معاً.



ونظراً لأن عمر يعاني من إعاقة عقلية، حرصت على التحلي بالصبر معه، إذ يواجه صعوبةً في القراءة والكتابة وبالتالي أنصت إليه وعملنا معاً على كتابة رسالته. وبدلاً من التركيز على القواعد اللغوية وعلامات الترقيم والتهجئة أخذت بعين الاعتبار الصورة الأكبر، ففي النهاية هذه الرسالة تعبّر عن مشاعر عمر. أوضحت له التعليمات المكتوبة هنا بصراحة إلا أنني شجّعتة على التفكير الإبداعي بالقدر الذي يحتاجه للتعبير عن نفسه، كما شجّعت عمر على المزج بين الرسومات والكلمات في رسالته."

تعليمات

- اطلب من الأطفال كتابة رسالة أو رسم صورة لشخصٍ عزيز عليهم لم يروه منذ فترةٍ طويلة.
- ماذا تود أن تقول لذلك الشخص لو كان يجلس معك اليوم؟
- ما الذي أعجبك فيه؟
- ما الذي تقدّره فيه؟
- ما هي ذكرياتك عن ذلك الشخص والتي تجعلك تبتمسّر؟



يمكنك إكمال هذه التمارين لوحده أو مع الطلاب نظراً لأنّ رفاهية الطالب والمعلّم مرتبطة ارتباطاً وثيقاً، ويؤثر كلاهما على إنجازات الطالب ونتائجه. فكّر في كيفية تطبيق هذه التمارين عندما تلاحظ أنّ أحد طلابك يعاني من ضيق وتوتر. هل ستنفذ هذا كنشاط فردي أم نشاط جماعي أم تشرك الجميع (بمن فيهم أنت)؟ اكتب بعض الملاحظات حول كيفية تطبيق هذه الأنشطة ومدتها:

2.3.2 تحسين التواصل (استمع)

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. التعرف على خصائص التواصل الداعم.
 2. فهم كيفية تطبيق التواصل الداعم مع طلابك.

تأملات

فكر في مثال لمعلّم - أو شخص بالغ - شعرت بالراحة في التواصل معه عندما كنت طفلاً. صف ما أعجبك في طريقة حديثه واستماعه:

1.

2.

3.

فكّر في أمثلة أخرى عند تواصلك مع طلابك بهذه الطريقة وفكّر في كيفية القيام بذلك بشكل أكبر.

المحتوى

نصائح للتواصل الداعم

يمكن أن تساعدك النصائح أدناه على تعزيز تواصلك مع الطلاب وكذلك مع زملائك وأفراد أسرتك.



سارة: "عند تواصلك مع الآخرين، حافظ على نبرة هادئة وأسلوب ودي وابدأ بطرح سؤال يعكس اهتمامك مثل 'مرحباً يا زهرة، لاحظت أنك أكثر هدوءاً من المعتاد اليوم، كيف حالك؟'"

الاستماع النشط

اتبع الخطوات الثلاث التالية للاستماع النشط:⁹

1. استمع بعناية بحيث تتيح للشخص الآخر التحدث دون انقطاع أو تشتيت.
2. كرر جزءاً رئيسياً مما يقوله الشخص الآخر لإظهار أنك تستمع إليه ولتصحح أي سوء فهم.
3. لخص النقاط الرئيسية في المحادثة.

سارة: "بعد أن أخبرتي زهرة عن مخاوفها، لخصتُ النقاط الرئيسية للمحادثة على النحو التالي: 'كما فهمت منك يا زهرة أنت تخشين من إصابة والديك بالفيروس ولم تستطعي النوم بسبب ذلك. لا بد أنك تشعرين بالتعب الشديد!'"



نصائح للتحدث مع الأطفال حول المرض والموت

بالإضافة إلى توظيف التواصل الداعم، هناك استراتيجيات أخرى قد تساعدك في مناقشة الموضوعات الشائكة والصعبة المتعلقة بالمرض والموت مع طلابك وأطفال آخرين.

1. **إعداد نفسك:** يحتاج الطفل إلى معلومات صادقة وموثوق بها حول ما يحدث من حوله، وأهم جزئية هي أن تكون متاحاً للاستماع إليه ومساعدته على فهم ما يحدث، فقد يسألك عن شيء لا يريد التحدث مع والديه بشأنه.
2. **إعداد المعلومات:** قد تساعدك هذه الوحدة في ذلك. فكّر في الأسئلة والمخاوف والتجارب التي قد تكون لدى الطفل قبل إجراء المحادثة وابدل قصارى جهدك لإيجاد المعلومات التي يمكن أن تكون مفيدة.
3. **امنح الطفل إذناً للتحدث عن الموضوعات الصعبة:** يتطلب الأمر شجاعة لي طرح الطفل الأسئلة لكن قد لا يختار الوقت الأكثر ملاءمة، لذلك اعترف بأهمية السؤال واستخدم حكمتك لتتناول الموضوع مع بقية الطلاب أو في وقت لاحق بشكل فردي، وطمن الأطفال بأن البالغين يشعرون أيضاً بالقلق والتوتر بشأن الجائحة لكن من الأفضل التحدث عن مشاعرنا بدلاً من إخفائها.
4. **السؤال الشائع:** قد يسألك الطفل عما إذا كان هو أو أي شخص يهتم لأجله سيمرض أو يموت. ركّز على المعلومات العملية وأكد على أن كل ما يحدث ليس ذنبه، وذكره أن لديهم أصدقاء وبالغين يهتمون به وسيدعمونه إذا لزم الأمر. لا تقلق إذا كنت لا تعرف شيئاً ما، فمن المقبول أن تقول: "هذا فيروس جديد ولا يزال هناك الكثير لا نعرفه عنه حتى الآن".
5. **الإجابة على الأسئلة حول المرض والموت:** لتجنب أي ارتباك ينبغي أن تكون واضحاً للغاية بأنه إذا مات شخص ما فلن يعود، فمن المفيد أحياناً أن تستكشف مع الأطفال بلطف ما يعتقدون أنه حدث حتى تتمكن من توضيح أي سوء فهم، واعلم أن الضيق الذي يشعر به الأطفال يجعل فهم المعلومات أكثر صعوبة عليهم. وفيما يلي بعض الاستجابات بحسب العمر لشرح الموت للأطفال:

الأطفال الأكبر سنّاً	الأطفال الصغار	الأطفال دون سن الخامسة
<p>”كان [الاسم] مصاباً بالفعل بعدوى سيئة في رئتيه، وهذا يعني أنّه لم يستطع الحصول على ما يكفي من الأكسجين في جسمه. وحتى مع كل الأدوية والأجهزة، للأسف لم يستطع الأطباء علاج [الاسم] ومات.“</p>	<p>”أصبح جسم [الاسم] ضعيفاً لدرجة أنّه توقف عن العمل، كما توقف قلبه ولم يعد قادراً على التنفس وقد مات للأسف.“</p>	<p>”لقد أصبح مريضاً بشكل متزايد في الفترة الأخيرة وللأسف قد مات.“</p> <p>قد تحتاج إلى تكرار أنّ الشخص المتوفى لن يعود.</p>

6. **ردود الفعل العاطفية:** كن صريحاً بشأن التحديات العاطفية للجائحة لكن دون إرهاب الأطفال، فمن المقبول التحدث إلى الأطفال حول مدى الإزعاج والحزن الذي يتسبب به المرض والموت للجميع لكن ركّز على ردود الفعل العاطفية الفردية للطفل، وقد تكون مشاركة البعض من مشاعرك مسألة مفيدة. وتذكّر أنّ الأطفال يمكن أن ينتقلوا بسرعة من المحادثات العاطفية إلى الأنشطة اليومية لكن هذا لا يعني أنّهم لم يفهموا ما تمّت مناقشته.
7. **إنهاء المحادثة:** قم بطمأنة الأطفال بأنهم ليسوا وحدهم في هذه الأوقات الصعبة، وتذكّر أنّهم قد يعودون إلى هذه المحادثة عدّة مرات بينما يطوّرون ببطء فهمهم للمرض أو الموت.
8. **الاعتناء بنفسك:** هذه المحادثات صعبة للغاية على الجميع وقد تكون مرهقة لك عاطفياً، خاصة إذا كنت قد عانيت أيضاً من المرض وفقدان أحدهم، لذا من المهم جداً أن تعتني بنفسك، وإذا أمكن خذ 5 دقائق للتفكير في ما تشعر به قبل أن تبدأ مهمتك التالية. يمكنك استخدام بعض استراتيجيات الرعاية الذاتية من الجلسة 2.2.2 للاعتناء بنفسك.

ما يجب فعله



قم بإنشاء جدول مشابه للجدول أدناه مع طلابك، واعمل مع الطلاب على إعداد قائمة ”افعل“ المتعلقة بمهام التواصل (كالاستماع النشط وطرح الأسئلة والتحدث باحترام مع بعضكم البعض) وقائمة ”اترك“ (مثل مقاطعة بعضهم البعض/التحدث في الوقت ذاته) التي يجب تنفيذها في الصف المدرسي.

مثال:



افعل (+)	اترك (-)
حافظ على وضعية مفتوحة ومسترخية	لا تشبك ذراعيك
انظر إلى الشخص أمامك	لا تنظر إلى شيء يصرف الانتباه
استخدم تواصل بصري ملائم ثقافياً	لا تحدّق بالآخرين
حافظ على نبرة صوت هادئة	لا تصرخ أو تتحدث بسرعة كبيرة



لا تتمتع بطريقة تجعل من الصعب عليهم فهمك	إذا كنت بحاجة إلى ارتداء قناع، فحاول عمل قناع بقطعة بلاستيكية لإظهار فمك
لا تفترض أنهم يفهمون ولا تعتمد على إجابات بسيطة بنعم أو لا	خذ وقتك لتسأل كيف يفهمون ما تقوله
لا تفترض أنهم مرتاحون	خذ وقتك في السؤال عما إذا كانوا مرتاحين للتحدث عن الموضوع
لا تعرّض نفسك أو الآخرين للخطر بتجاهل التباعد الجسدي	حافظ على مسافة تباعد لتقليل انتشار الفيروس

مارس تقنيات الاستماع والتواصل هذه مع أسرتك أو أصدقائك أو زملائك المعلمين قبل الفصل الدراسي، ويمكنك تجربة سيناريوهات لعب الأدوار على النحو الآتي:

- فقد والد الطالب وظيفته بسبب الجائحة.
- توفي جدّ الطالب بسبب الجائحة.
- والدا الطالب يتشاجران ويشعران أنّ ذلك خطأهما.

3.3.2 ربط الطلاب بالمصادر (اربط)

الأهداف

ستكون بنهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. تحديد أنواع الدعم المهني للطلاب.
2. تحديد كيف ومتى يتم استخدام آليات الإحالة.

تأملات

إذا لاحظت أنّ أحد طلابك يحتاج إلى دعم مهني واحترافي، فما هي الخطوات التي يمكنك اتخاذها لتلبية احتياجاته؟

المحتوى

ستكون آليات الإحالة أساسية عند مراعاة احتياجات حماية الطفل مع إعادة فتح المدارس، لذلك يجب عليك إبلاغ إدارة المدرسة والتي ينبغي عليها أن تحيل الحالة إلى مقدّم الخدمة الحاليين للحصول على خدمات دعم نفسي واجتماعي مخصّصة ومتخصصة، إذا كان الطالب¹⁰:

- يستمر في الشعور بالارتباك من ردود الفعل العاطفية الفورية.
- لديه ردود فعل جسدية شديدة.
- منعزل للغاية وغير قادر على العودة إلى الأنشطة اليومية.
- يفتقر إلى اتجاه الزمان والمكان.

10 مأخوذ من تقرير اليونيسف حول كوفيد-19: دمج حماية الطفل في العودة إلى نصاب المعلم وإدارة المدرسة الخاصة بالعودة إلى المدارس.

- لا يمكنه تذكر أحداث الـ 24 ساعة الماضية.
- يفرط في العدوانية والعنف.
- يتحدث عن الانتحار أو إيذاء النفس أو يحاول القيام بذلك.
- يستخدم آليات التأقلم الضارة كالكحول أو المخدرات أو يتبنى سلوكيات ضارة أخرى.

من المهم أن تعمل مع إدارة المدرسة من أجل:¹¹

- تحديد مقدّمي الخدمات المتاحين في المنطقة الذين يمكنهم تقديم خدمات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي للأطفال دون سن 18 عاماً والبالغين ووضع آلية إحالة، بحيث يتم ذلك قبل إعادة فتح المدرسة إن أمكن.
- تعلم المزيد عن الإسعافات الأولية النفسية حيثما أمكن ذلك.
- تعزيز الأنشطة التي تعزّز الرفاهية في المدرسة، وهذا مهم بشكل خاص في الأسابيع القليلة الأولى عندما تفتح المدارس أبوابها من أجل دعم طلابك خلال الفترة الانتقالية، لذا امنح الوقت لكافة الأطفال والبالغين للتكيّف مع العودة إلى المدرسة قبل استئناف الدروس الأكاديمية بالكامل.

تذكّر أنّه من المهم حماية هوية الطفل قدر الإمكان عند طلبه المساعدة، ولا تشارك هويته إلا مع الأشخاص الذين يحتاجون إلى معرفة ذلك، وتجنّب مشاركة المعلومات الحساسة مع الزملاء أو الأصدقاء. وضع في اعتبارك حقيقة أنّ الشخص المؤذي قد يصبح أكثر عدوانية إذا ما تمّ الإبلاغ عنه، وضع في اعتبارك كذلك كيفية حماية الطفل خلال عملية البحث عن خدمات الحماية المتاحة.

نشاط الطلاب لتحديد الأماكن الآمنة

يمكنك القيام بهذا التمرين مع طلابك لمساعدتهم في تحديد الأماكن الآمنة والأشخاص الذين يمكنهم اللجوء إليهم.

الأماكن الآمنة في الحي الذي أسكنه

1. ارسم صورة للحي الذي تعيش فيه.
2. ضع علامة بجوار الأماكن المفضلة لديك.
3. ارسم دائرة حول الأماكن التي تشعر أنّها الأكثر أماناً.
4. ضع علامة "X" على الأماكن غير الآمنة للطلاب في عمرك.
5. اكتب ما الذي يجعل بعض الأماكن آمنة لك ولطلاب آخرين مثلك.
6. اكتب أسماء ثلاثة أشخاص في منطقتك يمكنهم المساعدة في الحفاظ على سلامة الطلاب من أمثالك.
7. ناقش مع معلّمك وزملائك إجاباتك على النقطتين 5 و6.

مقتبس من الصفحتين 47-48 من "بطاقات الأنشطة الخاصة بالأماكن المنزلية الصديقة للطفل" من إعداد منظمة الرؤية العالمية الدولية ومركز الدعم النفسي والاجتماعي التابع للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، كوبنهاجن 2020.

ما يجب فعله



إذا كان الطفل بحاجة إلى دعم نفسي لكنته غير معرّض لخطر جسدي، فمن يمكنك الاتصال؟ اكتب اسم المنظمة والشخص ورقم الهاتف والبريد الإلكتروني أدناه. قد يكون هذا الشخص أخصائي اجتماعي أو مرشد تربوي أو منظمة محلية.

• المنظمة:

• اسم الشخص:

• رقم الهاتف:

• البريد الإلكتروني:

إذا كان الطفل بحاجة إلى الحماية من الإساءة الجسدية أو الإهمال، فيمن يمكنك الاتصال؟ اكتب اسم المنظمة والشخص ورقم الهاتف والبريد الإلكتروني أدناه. قد يكون هذا الشخص أخصائي اجتماعي أو طبيباً محلياً أو مرشداً تربوياً أو موظفاً لحماية الطفل أو منظمة محلية أو الشرطة.

- المنظمة:
- اسم الشخص:
- رقم الهاتف:
- البريد الإلكتروني:

جهات الاتصال المحلية الخاصة بالإحالة

استخدم ورقة العمل هذه لتدوين أرقام الهواتف والمواقع وكيف يمكن لكل ممّا يلي دعم الصحة النفسية والسلامة لطلابك في موقعك.

رقم الهاتف	كيفية استخدامها لدعم الطلاب
1. خدمات الصحة النفسية	
2. خدمات الطوارئ الطبية	
3. الخدمات الاجتماعية	
4. الشرطة	
5. خدمات المرأة	
6. خدمات حماية الطفل	
7. خط مساعدة الطفل	
8. الخدمات القانونية	
9. خط المساعدة الخاص بكوفيد-19 في مجال الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي	
10. غير ذلك (حدّد)	

المُلخَص

- قد لا يتم من الناحية الثقافية الحديث عن اضطرابات الصحة النفسية لكنّها شائعة جداً وتؤثر على واحد من كل أربعة أشخاص في العالم في مرحلة ما من حياتهم.
- إشراك الأطفال والتواصل المنفتح والداعم معهم يمكن أن يساعد في تقليل توترهم وتعزيز رفاهيتهم.
- الالتزام بالإجراءات والقيود الخاصة بكوفيد-19 وفي الوقت ذاته ضرورة جدولة الأوقات الاجتماعية والمادية في الصف المدرسي لأنّ ذلك يحافظ على تنشيط الطلاب وتحفيزهم.
- الاستماع بعناية هو مفتاح التواصل الفعّال، فمن خلاله يدرك الطلاب أنّهم الوثوق بك.
- الحديث عن الموت والمرض ليس بالأمر السهل، لذا كن صادقاً مع الأطفال وضع طريقة محدّدة لإيصال المعلومات بناءً على أعمارهم دون أن تكذب عليهم.
- إذا لم تكن متأكداً من كيفية مناقشة المواضيع الصعبة والشائكة، قم بتأجيل ذلك حتى تتمكن من معرفة المزيد عنها وكيفية معالجتها.

اختبار

1. اذكر أربعة جوانب للرفاهية

2. صح أم خطأ: تؤثر رفاهيتك كمعلم على نتائج تعلّم طلابك

3. ما هي النسبة المئوية للأطفال من سن 13 إلى 15 سنة في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا الذين أبلغوا عن تعرّضهم للتنمر في المدرسة؟

4. ما الذي يمكنك فعله في بداية العام الدراسي لإيجاد بيئة تعليمية آمنة؟

5. ما هي الطرق الجسدية التي تتفاعل بها أجسادنا مع التوتر؟

6. قم بتسمية ثلاثة أشياء يمكنك القيام بها لدعم رفاهيتك

7. ما هي أعراض الإرهاق

8. كيف يمكنك مساعدة صديق لربما يعاني من الإرهاق؟

9. كيف يمكنك الحفاظ على المحادثات الاجتماعية في الصف المدرسي مع احترام التدابير الخاصة بكوفيد-19؟

10. قم بتسمية ثلاثة أشياء يمكنك القيام بها لدعم رفاهية طلابك



الإجابة 1: المعرفي والعاطفي والاجتماعي والجسدي
الإجابة 2: صح، قد يؤثر ذلك على جودة التدريس ويمكن أن يؤثر أيضاً على رفاهيتهم، ممّا يؤثر بعد ذلك على تعلّمهم **الإجابة 3:** 48 في المائة
الإجابة 4: وضع قواعد أساسية مع طلابك والسماح لهم بالمشاركة في إعداد هذه القواعد
مثلة من الإجابات 5: ألم في المعدة، صراع، دوار، مشاكل في النوم **الإجابة 6:** أي فكرة من الوحدة الفرعية 2.2 بما في ذلك الأفكار التي قمت بوضعها **الإجابة 7:** أي من الأعراض الواردة في الجلسة 2.2.2 **الإجابة 8:** دعه يعرف أنّك موجود من أجله واستمع إليه دون إصدار أحكام وكن صبوراً معه واسأله كيف يمكنك المساعدة وشجعه على ممارسة الرعاية الذاتية **الإجابة 9:** خصّص وقتاً محدداً في جدول كل يوم للطلاب للقيام بشيء ما مع أقرانهم مع الحفاظ على مسافة تباعد آمنة. على سبيل المثال، قد يشمل ذلك القيام برقصة تقليدية معاً أو تقسيم الطلاب إلى مجموعات ثنائية للمشاركة مع بعضهم البعض، مع الحفاظ على مسافة تباعد آمنة، ودمج العمل الجماعي في دروسك. **الإجابة 10:** أي من الأفكار الواردة في الوحدة الفرعية 3.2

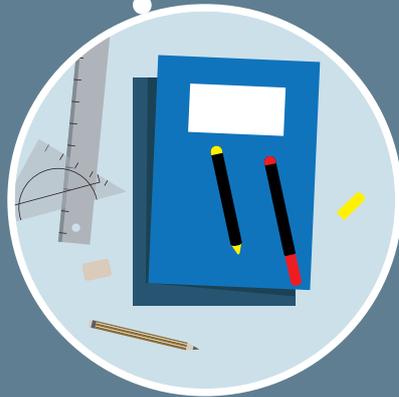
- CASEL** (2019). *Modeling SEL for Students*. Chicago, IL: CASEL
Retrieved from <https://schoolguide.casel.org/resource/modeling-sel-as-a-staff/>
- Ciarrochi, Joseph et al** (2015) *Hope and emotional well-being: A six-year study to distinguish antecedents, correlates, and consequences*, *The Journal of Positive Psychology*, 10:6, 520-532
DOI: 10.1080/17439760.2015.1015154
- Gonzalez, J.** (2017, June 19). *Why It's So Hard for Teachers to Take Care of Themselves (and 4 Ways to Start)*. *Cult of Pedagogy*.
Retrieved from <https://www.cultofpedagogy.com/teacher-self-care/>
- Inter-Agency Standing Committee** (2020). *Basic Psychosocial Skills: A Guide for COVID-19 Responders*.
Retrieved from <https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-05/Basic%20Psychosocial%20Skills-%20A%20Guide%20for%20COVID-19%20Responders.pdf>
- Save the Children** (2013). *Psychological first aid training manual for child practitioners*. Save the Children: UK.
Retrieved from https://resourcecentre.savethechildren.net/node/7838/pdf/final_pfa.pdf
- United Nations Children's Fund**, *A Profile of Violence against Children and Adolescents in the Middle East and North Africa*, UNICEF, New York, 2018.
Retrieved from <https://www.unicef.org/mena/sites/unicef.org.mena/files/2018-09/VAC%20in%20MENA%20Booklet.pdf>
- United Nations Children's Fund**, *COVID-19: Integration of Child Protection in Return to School Tips for Teachers and School Management*, UNICEF, 2020
Retrieved from <https://reliefweb.int/report/world/covid-19-integration-child-protection-return-school-messages-children-and-adolescents>
- United Nations Children's Fund**, *Manual on Child-Friendly Schools*, UNICEF, New York, 2009
Retrieved from https://www.unicef.org/publications/files/Child_Friendly_Schools_Manual_EN_040809.pdf
- World Health Organization, War Trauma Foundation and World Vision International** (2011). *Psychological first aid: Guide for field workers*. WHO: Geneva.
Retrieved from https://www.who.int/mental_health/publications/guide_field_workers/en/



الوحدة

3

العودة إلى التعليم



الوحدة 3: العودة إلى التعليم

واجه العديد من الأطفال صعوباتٍ في الانخراط في التعليم الهادف على مدار الأشهر الماضية جرّاء إغلاق معظم المدارس في المنطقة (والعديد منها على مستوى العالم)، والآن وفي ظل إعادة فتح المدارس (إما جزئياً أو كلياً)، ستلعب دوراً هاماً في التأكد من عودة انخراط الطلاب بموادهم الدراسية وتعويضهم عن الوقت الضائع.

لا تزال السنة الدراسية المقبلة مختلفة عن السنوات التي سبقت جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) ذلك أن الوباء لم ينتهِ بعد، فضلاً عن كون التدابير المعمول بها تستدعي منك القيام بالأمور بشكلٍ مختلف. تتناول الوحدة الـ3 ثلاثة موضوعات رئيسية تحتاج إلى معالجتها لضمان تدارك طلابك لما فاتهم ومواصلة تعليمهم.

- 1. معالجة الفاقد التعليمي:** ستساعدك الوحدة الفرعية الأولى في تحديد أسباب أهمية تحديد المعارف والمهارات المفقودة أو المتراجعة والخطوات الواجب اتخاذها للتعرف على هذه الثغرات، إلى جانب تحديد المعارف والمهارات التي تراجع مستواها على وجه الخصوص خلال فترة الإغلاق من خلال تطبيق استراتيجيات ملموسة لتحديد ودعم اللحاق بركب التعليم من جديد. كما ستساعدك هذه الوحدة الفرعية على تحديد الطلاب الذين قد يكونون أكثر عرضة لخطر عدم العودة لمقاعد الدراسة أو التّسرب أو ضعف الأداء في السنة الدراسية الجديدة.
- 2. تنفيذ استراتيجيات التعليم المدمج:** ترشدك الوحدة الفرعية الثانية إلى كيفية التخطيط لإجراء تعديلات على أساليب التدريس الخاصة بك من أجل الحفاظ على سلامتك وأمان الطلاب وتطوير استراتيجيات التدريس والتعلم لدعم الطلاب عند عودتهم إلى المدرسة، بصرف النظر عن الشكل الذي يتخذه التعليم، وخلال فترات إغلاق المدارس المحتملة في المستقبل، كما وتوفر الجلسات أدوات عملية يمكن توظيفها في كل من المدرسة أو من خلال التعليم المنزلي.
- 3. بناء بيئة تعليمية داعمة:** كمعلم، لست وحدك في الميدان فيما يتعلق بالعملية التعليمية، إذ يتوجب عليك مشاركة غيرك من المعلمين والأهل، حيث سيسهم طلبك المساعدة في البحث عن حلول ومعلومات مخصصة حول الطلاب في دمج كافة الطلاب في عملية العودة إلى المدرسة. بالإضافة إلى ذلك، تعدّ مشاركة الأهل والطلاب، بما في ذلك التعليم من طالبٍ لآخر، أمراً بالغ الأهمية في البقاء متحمساً ومشاركاً في التعلم عن بُعد.

هل تعلم؟ قدرت الخسارة نتيجة الانتقال من سنة أكاديمية إلى أخرى بما يماثل نسيان ما تم تعلمه لمدة شهرٍ أو أكثر. لا يُشكل إغلاق المدارس بسبب جائحة كورونا المستجد (كوفيد-19) استثناءً.



مصطلحات رئيسية:

الفاقد التعليمي: الدروس التعليمية التي تتضمنها المناهج ولم يتلقاها الأطفال، ويُشار إليه أحياناً باسم ما فات من التعليم.

التعلم المتراجع: التعلم الذي تمّ نسيانه (إلى حدٍ ما) جراء إغلاق المدرسة، ويُشار إليه أيضاً باسم الفاقد التعليمي في بعض الأحيان.

الفجوات التعليمية: يمكن الإشارة إلى كل من الفاقد التعليمي والتعلم المتراجع بالفجوات التعليمية، وتعني التعلم الذي يتوجب حصول الطالب عليه بمستوى صفٍ معيّن أو التعلم الذي ينبغي للطلاب إثبات معرفته به لكنه لم يحصل عليه/ غير قادر على الحصول عليه.

التعليم الوجاهي: التعليم الذي يتلقاه الطلاب في الصف المدرسي.

التعليم عن بُعد: التعليم الذي يتلقاه الطالب عندما لا يكون في المدرسة أو في الصف المدرسي أو في أي مركز تعليمي آخر. على سبيل المثال، التعليم عبر الإذاعة والتلفاز والإنترنت (أو التطبيقات الإلكترونية)، ويمكن أن يُنقذ كذلك من خلال حزم الواجبات المنزلية التي تعدّها المدارس ويتم تسليمها أو إيصالها للطلاب مباشرة أو من قبل مقدّم الرعاية لإكمالها في المنزل، وقد تمّ اللجوء إلى التعليم عن بُعد في معظم البلدان أثناء فترة الإغلاق بسبب كوفيد-19.

التعليم المدمج: مزيج من التعليم الوجاهي والتعليم عن بُعد خلال فترة زمنية معينة، ويُمكن أن يكون التعليم عن بعد عبر الإنترنت أو دون اتصال بالإنترنت، وهذا هو المصطلح المستخدم في هذا الدليل.

التعليم المختلط: مصطلح آخر شائع الاستخدام يشير إلى التعليم الوجاهي والتعليم عن بُعد معاً، لكن غالباً ما يتضمن أكثر التعليم الرقمي.

التقييم التكويني: عملية تقييم يستخدمها المعلم والطالب أثناء عملية التدريس من أجل توفير التغذية الراجعة لتعديل عمليتي التدريس والتعلم المستمرين بهدف تعزيز تعلم الطالب.

التقييم التحصيلي: تقييم (اختبار) لمعارف ومهارات الطالب الذي غالباً ما يجري في نهاية الوحدة التعليمية.

تراجع التعليم: المعارف والمهارات التي تعلمها الطالب سابقاً ولكن لم يعد بإمكانه تذكرها أو يتذكرها جزئياً جراء انقطاع التعليم.

مجالس أولياء الأمور والمعلمين: مجموعات الأهالي والمعلمين المرتبطين بمدرسة معينة، التي تشارك في بعض الأحيان في إدارة المدرسة والتخطيط للأنشطة اللامنهجية والتواصل مع الجيران والأحياء.

لجان إدارة المدرسة: عادةً ما تكون مكونة من مجموعات من أولياء الأمور وأعضاء الحي ممن لديهم سلطة إدارية على الجوانب المتعلقة بالمدرسة، بما في ذلك في بعض السياقات مثل إدارة أجزاء من ميزانية المدرسة وعملية التوظيف.

التعويض: توفير المزيد من الدعم/الموارد التعليمية والوقت لمساعدة الطلاب بحيث تشكل إضافة إلى ما يتعلمه الطلاب، وذلك بهدف مساعدتهم على اللحاق بالركب وسد الفجوات التعليمية.

التعليم التعاوني: يتضمن هذا مجموعة واسعة من الاستراتيجيات لتعزيز التعليم الأكاديمي من خلال تعاون الطلاب (من طالب إلى آخر) والتواصل.

التعليم القائم على المشاريع: هو شكل من أشكال التعليم الجماعي وأسلوب مفيد للتعليم المدمج، وبشكل أكثر تحديداً التعلم عن بُعد.

المحتوى

وحدة 3: العودة إلى التعليم

92	الوحدة الفرعية 3.3 بناء بيئة تعليمية داعمة	64	الوحدة الفرعية 1.3 معالجة الفاقد التعليمي
92	1.3.3 حلقات تعلم المعلم: دعم الأقران		1.1.3 تكييف الممارسات المتبعة في الصف المدرسي وإعداد الطلاب للسياسات الجديدة
94	2.3.3 كيفية إشراك الأهل/مقدمي الرعاية	64	2.1.3 التفكير في الفاقد التعليمي والمراجع
96	3.3.3 التعلم التشاركي للطلاب	67	3.1.3 استخدام التقييمات التكوينية
99	اختبار	70	
100	الملحق	76	الوحدة الفرعية 2.3 تنفيذ استراتيجيات التعليم المدمج
104	المراجع	76	1.2.3 مقدمة لممارسات اللحاق بركب التعليم
		79	2.2.3 كيف ستبدو خطتي للتعليم المدمج؟
		84	1.2.2.3 دور الفروض المدرسية
		87	2.2.2.3 التعلم القائم على المشاريع

الوحدة الفرعية 1.3 معالجة الفاقد التعليمي

تحديد ومعالجة الاحتياجات الفردية للطلاب فيما يتعلق بالفاقد التعليمي والمراجع.

1.1.3 تكييف الممارسات المتبعة في الصف المدرسي وإعداد الطلاب للسياسات الجديدة

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. وصف الوضع التعليمي الخاص بك للعام الدراسي القادم بناءً على التدابير المتخذة للاستجابة لجائحة كورونا.
2. تحديد الطلاب المعرضين لخطر عدم العودة/عدم التقدم بشكل جيد.
3. تحديد طرق تنظيم أساليب التدريس الخاصة بك في ظل الظروف الجديدة.

تأملات

قبل أن تبدأ في التفكير في الفاقد التعليمي أو تراجع التعلم خلال فترة إغلاق المدرسة، ستحتاج إلى التفكير في شكل العودة إلى المدرسة وكيفية الإبقاء على الطلاب خلال هذه العودة.

سارة: "سيعود طلابي إلى المدرسة بنصف ساعة الصف المدرسي كل يوم، وهذا يعني أن الطلاب سيحضرون في أحد الأيام ويتغيبون في اليوم التالي عن المدرسة. وبالتالي، ستكون فترة لقائي بكل طالب وجهاً لوجه نصف ما هو عليه عادةً."



فارس: "زادت مدرستي عدد ساعات العمل للمعلمين ووظفت معلمين إضافيين لتهيئة العمل بنظام الفترتين في اليوم الواحد. سيرتاد طلابي المدرسة كل يوم، ولكن بالنسبة للبعض منهم هذا يعني الحضور في وقت متأخر بعد الظهر وقد يكون لديهم معلم آخر. وهذا يعني أنه يتعين عليّ في بعض الأحيان تنسيق جميع خططي مع معلم آخر ولن أرى سوى نصف طلابي."



في حال لم يتم إبلاغك بالفعل، فاطلب من مدير المدرسة/إدارة المدرسة تزويدك بالمعلومات حول السياسات الجديدة التي وضعتها وزارة التربية والتعليم ومدرستك للفترة القادمة.

باعتمادك ما هي تداعيات تلك التدابير؟

التدريس الخاص بك	تعليم طلابك	الوقت مع طلابك
<p>سأفكر في المزيد من الواجبات المنزلية والمهام التي يمكنهم القيام بها خارج الصف المدرسي وتضمن استمرارية التعلم. ينبغي أن أكون على أتم الاستعداد.</p>	<p>سيتعين على طلابي القيام بالمزيد من التعلم الذاتي في المنزل.</p>	<p>سيكون الوقت الذي تقضيه مع طلابك وجهاً لوجه متقطع وأقل من المعتاد.</p>
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>



من المهم الآن تحديد الطلاب المعرضين لخطر عدم العودة إلى المدرسة أو المعرضين لخطر التسرب أثناء وجودهم في المدرسة. ما الذي لاحظته في الماضي والذي يمثل تحدياً للطلاب للقدوم إلى المدرسة أو للحصول على الدعم منك أو من المدرسة؟

1. _____
2. _____
3. _____

تابع القراءة لفهم ما يعنيه هذا الأمر بالنسبة لجاهزيتك واستعدادك قبل العودة إلى المدرسة وخلال الدوام اليومي بمجرد بدء الدراسة.

المحتوى



الآن وبعد أن بدأت التفكير في التحديات المحتملة عند العودة إلى المدرسة، دعنا ننظر إلى ما يمكنك القيام به من أجل التحضير والاستعداد.

لتعديل المساحة الخاصة بالصف المدرسي وأنشطة التعليم الوجيه لتلائم سياسات السلامة والنظافة، يرجى العودة إلى جلسة 2.1 من الوحدة الأولى.

كما يُرجى الاطلاع أدناه على الوحدة الفرعية 2.3 لمعرفة المزيد عن الاستراتيجيات والأنشطة التدريسية التي يجب اتباعها بناءً على السيناريوهات المختلفة للعودة إلى المدرسة ولمساعدة طلابك على تعويض ما فاتهم من الدروس.

سيفرض هذا الفصل الدراسي الكثير من التغييرات، لذا خذ الأمر ببساطة! كمعلم، لا يمكنك التحكم في كل شيء والأفضل لك أن تركز فقط على ما يمكنك فعله!

تحديد الطلاب المعرضين لخطر عدم العودة للمدرسة

- من المهم التعرف وبسرعة على الطلاب الأكثر حرماناً، بما في ذلك:
- الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة.
- الأطفال من الأقليات العرقية، وخاصة لمن لا يتكلم اللغة الرسمية كاللغة الأم.
- الأطفال الذين يتنقلون مسافات طويلة للوصول إلى مدارسهم.
- الطلاب ممن عانوا من مرضٍ شديد أو وفاة في العائلة بسبب كوفيد-19 الذين قد لا يرغبون في العودة إلى المدرسة أو أنهم غير قادرين على ذلك.
- أطفال الأسر الفقيرة.
- الفتيات، وهنّ أكثر عرضة لعدم العودة إلى المدرسة من نظرائهن الذكور.

على سبيل المثال،
أفاد 88% من الآباء في
لبنان¹ أنهم قلقون من
إعادة إرسال أبنائهم إلى
المدارس.

• قضايا أخرى قد تحددها:

من الأسباب الأخرى التي قد تحول دون عودة الطلاب إلى المدرسة: قلق الأهل إزاء التداعيات والآثار الصحية لإعادة أطفالهم إلى المدرسة.

ما يمكنك فعله:

فكر في طلابك المعرضين لخطر عدم العودة إلى المدرسة، وضع قوائم بأسمائهم وقم بالتواصل مع أولياء أمورهم لضمان عودتهم إلى المدرسة، وضع في اعتبارك ما يمكن فعله لضمان مشاركة أكبر لهؤلاء الطلاب.¹

إليك بعض النصائح:

- شجّع كافة الأطفال على العودة إلى المدرسة، بغض النظر عن النوع الاجتماعي أو الوضع الاجتماعي والاقتصادي.
- اتّبع باستمرار معايير النظافة وبروتوكولات التباعد الجسدي (انظر الوحدة 1 و1.2.3)، وقم بتعديل طرق التدريس والأنشطة لتلائم البروتوكولات المحدثة.
- قم بإنشاء وتعزيز فرص للمعلمين الآخرين وأولياء الأمور بهدف الاجتماع لمناقشة القضايا والتوقعات بشأن العودة إلى المدرسة، ومواكبة بروتوكولات التباعد الجسدي.
- التواصل والمساعدة في إعداد الجداول والقوائم في حالة عودة نصف الطلاب إلى المدرسة، وتأكّد من أنّ جداول الدوام تأخذ بالاعتبار وجود عدّة أطفال من الأسرة الواحدة.
- إظهار مرونة في طريقة مشاركة الأطفال ومرونة في الجداول الزمنية لتسليم المهام والواجبات المدرسية، خاصة فيما يتعلق بالتعليم عن بُعد، من أجل تشجيع الطلاب على مواصلة المشاركة.
- تقديم حلول تعويضية، إلى الحدّ الذي يمكنك، كالدروس الخصوصية وخطط الأداء الفردية والتعليم خارج المنهج [انظر 2.3].

تشجيع تفاعل كافة الطلاب مع بعضهم البعض، خاصة فيما يتعلق بالتعليم عن بُعد والتعليم المدمج [انظر 3.3].

التعاون مع مجلس أولياء الأمور والمعلمين لتنظيم أنشطة توعوية لدعم عودة الأطفال المعرضين لخطر التسرب إلى المدرسة والتأكد من أنّ هذا الأمر يشمل الأطفال من الفئات المستضعفة، بما في ذلك الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة [لمزيد من المعلومات حول التواصل مع الأهل/مقدمي الرعاية، انظر 2.2.3].

يزداد خطر التسرب
بالنسبة للطلاب الذين
يعانون من صعوبة في
الوصول إلى التعلم
عن بعد في العديد من
البلدان.¹

1 اليونيسكو/مجموعة الفرقة المعنية بالمعلمين/منظمة العمل الدولية، دعم المعلمين ضمن جهود العودة إلى المدرسة، 2020
https://teachertaskforce.org/sites/default/files/2020-06/TTF_BackToSchool_Toolkit%20for%20school%20leaders.pdf

ما يجب فعله



اكتب خطة من 3 خطوات لما ستفعله في حال عدم عودة الطلاب إلى المدرسة:

	1.
	2.
	3.

بمجرد إعداد الخطة، ألق نظرة على قائمة الطلاب للفصل الدراسي القادم وقيم بتعبئتها على النحو المشابه لمثال فارس أدناه، حيث أنّ هذا سيساعد في تذكيرك بما هو مطلوب لضمان مشاركة كافة الطلاب في التعلّم بناءً على السياسات الجديدة. ربما لا تتوفر لديك هذه المعلومات حتى الآن، لذا يمكنك الاطلاع على جلسة 1.3.3 للحصول على نصائح وإرشادات حول مشاركة زملائك المعلمين، إلى جانب تعبئة القائمة بعد معرفتك المزيد عن طلابك في الأسابيع الأولى من بدء الدوام المدرسي.

تقييم احتياجات الطلاب

اسم الطالب	معرّض لخطر عدم العودة؟	معرّض لخطر عدم المشاركة في التعلّم عن بُعد؟	الوصول إلى التكنولوجيا؟	يلزم توفير ترتيبات خاصة بالأنشطة داخل الصف المدرسي؟	ترتيبات أخرى يجب إجراؤها للأنشطة داخل الصف المدرسي؟ ما هي؟
	نعم، لأنّ والده فقد وظيفته بسبب كوفيد-19	نعم	لا	لا	نعم، عسر القراءة

استمر في القراءة لمعرفة كيفية معالجة الفاقد التعليمي بمجرد عودة طلابك إلى المدرسة.

2.1.3 التفكير في الفاقد التعليمي والتعلّم المتراجع

الأهداف



ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. تلخيص الجوانب الأساسية لتحديد الفاقد التعليمي أو التعلّم المتراجع.
2. تحديد المعارف أو المهارات التي من المرجح تراجعها خلال فترة التوقف الطويلة عن التعليم الرسمي الوجيه.



فكّر في وضعك التعليمي الشخصي في ظلّ إغلاق المدارس:

أغلقت مدرستي في _____ (التاريخ) وقد اكتمل في ذلك الوقت _____ % من منهج العام الدراسي.

سارة: "لم يكن التعليم الرقمي إلزامياً في مدرستي ذلك أن العديد من الطلاب لم يمتلكوا أجهزةً إلكترونية، لذا تواصلت مع طلابي من خلال البريد الإلكتروني والمكالمات الهاتفية مع الأهل/مقدمي الرعاية لتزويدهم بالواجبات المنزلية ومشاركتهم الواجبات المنزلية المكتملة/ التي تمت مراجعتها والتواصل معهم. غالباً ما توجب عليّ تحديد موعدٍ للإلتقاء بهم لتسلّم أو تسليم الواجبات المنزلية الجديدة، ولكن للأسف، فقدت التواصل مع العديد من طلابي."



2. كيف تواصلت مع طلابك؟ ضع علامة على كل ما ينطبق:

- البريد الإلكتروني
- المكالمات الهاتفية
- المراسلة
- شخصياً (ضمن مسافة آمنة في المدرسة أو في المنزل أو في مكان عام)
- لم أتمكن من ذلك
- غير ذلك:

1. كيف كان من المفترض أن يواصل طلابك التعلّم أثناء فترة إغلاق المدرسة؟ ضع علامة على كل ما ينطبق:

- حزم الواجبات المنزلية
- التلفاز
- المذياع
- عبر الإنترنت: استخدام المواقع الإلكترونية أو منصات التعلّم
- الهواتف الذكية/الأجهزة اللوحية/التطبيقات
- لا شيء ممّا ذكر
- غير ذلك:

أعتقد أنّ _____ (#) من طلابي كانوا قادرين على مواصلة التعلّم من خلال النهج المتّبع. لا تقلق - هذه معلومات خاصة بك ولا علاقة للمدرسة أو الإدارة بذلك! سيكون الأمر مهماً في فترة لاحقة عندما تفكّر في كيفية التعامل مع التعلّم عن بُعد في المستقبل.

المحتوى



من الأهمية بمكان تحديد مجالات التعلّم التي يُظهر طلابك ضعفاً تجاهها بسبب تفويت الدروس أو لصعوبة فهمها من خلال التعلّم عن بُعد. من المهم كذلك معرفة كيف يمكن أن يتراجع مستوى التعلّم أثناء فترات الانقطاع الطويلة، بما في ذلك فترات الانقطاع عن الدراسة الوجيهة بسبب الجائحة.

لماذا هو مهم؟ سيساعدك تحديد مهارات "الفاقد التعليمي" على تخطيط وتطوير استراتيجيات لتعزيز المعارف والمهارات التي تراجع مستوياتها، بالإضافة إلى تعليم الطلاب ضمن المستوى المناسب عند عودتهم إلى المدرسة. وفي حال غض النظر عن الفاقد التعليمي أو التعلّم المتراجع، فسواجهة الأطفال صعوبات في متابعة الدروس الجديدة وبالتالي التخلف عن الدراسة أو حتى التسرب من المدرسة.

ثمة خطوات بسيطة يمكنك اتخاذها لتحديد الفاقد التعليمي والتعلّم المتراجع، وستتعلّم عن هذا الأمر في الجلسة المقبلة (2.1.3 التقييم التكويني). تذكّر: يواجه غالبية المعلمين والطلاب حول العالم نفس التحدي. لذا، لا بد لك من معرفة أين توقف الطلاب وما الذي لا زالوا يذكرونه، ومن ثم حدد أولويات ما يجب مراجعته أو تعلّمه مع مراعاة احتياجات الطلاب الفردية ووضع خطة لتغطية هذا الفاقد التعليمي/المتراجع بحسب الوقت والموارد المتاحة لك. وكلما كان تخطيطك أكثر واقعية، كان ذلك أفضل، ومن المستحسن أن تبدأ بذلك قبل بدء العام الدراسي الجديد أو فور عودتك بعد استئناف المدارس عملها.

خطوات ينبغي مراعاتها:

1. هل أجرى طلابك اختباراً أو امتحاناً في نهاية الفصل الدراسي السابق؟ إذا كانت الإجابة بنعم، يمكنك مراجعة هذه النتائج للمساعدة في التعرّف على الدروس التعليمية التي لم يتم تناولها بعد. أمّا إذا كانت الإجابة لا، ما هو القرار الذي تمّ اتخاذه لتفريع الطلاب؟ هل يمكن أن يساعدك ذلك في تحديد الفاقد التعليمي أو المتراجع؟
2. فيما يتعلق بالطلاب الجدد في صفك المدرسي (بمعنى أنّهم لم يكونوا في صفك قبل إغلاق المدرسة)، تواصل مع المعلمين الذين قاموا بتدريسهم خلال الفصل (الفصول) السابقة وأسألهم عن اختبارات نهاية الفصل وما هي المواد التي لم يغطوها والفجوات التعليمية الثلاثة الأولى التي يتوقعون أن يقع فيها أولئك الطلاب.
3. افعل الشيء ذاته مع زملائك المعلمين كما هو مقترح في الخطوتين الأولى والثانية أعلاه والذين سيستقبلون طلابك السابقين.
4. ضع في اعتبارك أن الفاقد التعليمي لجميع المواد الدراسية ولجميع الطلاب لم يكن متساوياً، فمن المحتمل أن يكون الطلاب قد اكتسبوا بعض المهارات الأساسية في القراءة والكتابة (القراءة والتهجئة) بينما من غير المرجح تعرّفهم على مفاهيم الحساب الصعبة. على سبيل المثال، يمكنك أن تتوقع بالفعل أنّه ستكون هناك حاجة إلى بعض التعويضات والمراجعات في مادة الرياضيات.
5. استخدم الاختبارات القصيرة وطرح الأسئلة لقياس ما يتذكره الطلاب. من الناحية المثالية، قم بطرح أسئلة مفتوحة تغطّي مجموعة من المعارف حول موضوع ما قبل البدء بالدرس للوقوف على ما يعرفه الطلاب بالفعل أو ما زالوا يتذكرونه، حيث سيتيح لك ذلك تحديد مستوى كافة الطلاب وبسرعة. (انظر جلسة 2.1.3. التقييم التكويني لمزيد من المعلومات).
6. قم بتطبيق استراتيجيات شاملة ودامجة. هناك احتمالية بأن الأطفال المهمشين (كالأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة والأطفال ذوي الوضع الاقتصادي المتدني وما إلى ذلك) قد يعانون من الفاقد التعليمي أكثر من نظرائهم. وعند قياس مستوى الفاقد التعليمي، انظر إلى طلابك كأفراد حتى تتمكن من تلبية احتياجات كافة الطلاب، ذلك أن تنوع أساليب التدريس وإظهار المزيد من المرونة يساهم في جعل الصف المدرسي أكثر شمولاً.
7. ضع خطة وتحقق من تنفيذها واحتفظ بسجل خاص لمستوى التقدّم في قائمة الطلاب الخاصة بك كما هو موضح في قسم ما يجب فعله 2.1.3.

سيتم إرشادك وتوجيهك من خلال الاستراتيجيات والأمثلة لتحديد الفجوات التعليمية وللحاق بركب التعليم في جلسة 2.1.3 والوحدة الفرعية 2.3.

ما يجب فعله

بدايةً، فكّر في تجاربك المرتبطة بالفاقد التعليمي الذي واجهه الطلاب خلال الإجازات الصيفية أو فترات الإجازة الطويلة (كاحتفالات العيد)، واملأ الجدول أدناه بمجالات المعرفة التي ينسى الطلاب أكثرها والمهارات التي تراجعت أثناء فترات الإجازة بين الفصلين.

المعارف التي نسيها الطلاب أثناء الإجازات المدرسية	المهارات التي تراجعت أثناء الإجازات المدرسية
1.	1.
2.	2.
3.	3.

بالنظر إلى القوائم أعلاه، أي اثنتين من (المهارات أو المعارف) ستؤثران بشكل أكبر على قدرة الطلاب الجدد على النجاح في صفك؟
(1)

(2)

ما هي الفصول أو الأقسام أو الموضوعات التي تعرف أنه تمّ تقويتها أو تمّت تغطيتها بشكلٍ أساسي فقط؟

يمكن أن تساعدك هذه الخطوات بالفعل في تحديد من أين تبدأ عند استئناف الدوام المدرسي.

3.1.3 استخدام التقييمات التكوينية

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. فهم الغرض من التقييمات التكوينية.
2. تحديد متى وكيف يتم تطبيقها لتحديد الفاقد التعليمي أو التعلّم المتراجع عند العودة إلى المدرسة.

تأملات

تفحصنا في الجلسة السابقة أهمية تحديد الفاقد التعليمي في ظلّ إغلاق المدارس بسبب جائحة كورونا وحددنا بعض الخطوات الواجب عليك أخذها بعين الإعتبار عند الشروع في تحديد الفجوات في المعارف والمهارات. أما في هذه الجلسة فسوف ندرك كيف أنّ التقييم التكويني يعدّ جزءاً مهماً من هذه العملية وذلك من خلال الأمثلة التي يمكنك استخدامها بشكلٍ عملي.

عند العودة إلى المدرسة بعد فترات انقطاع طويلة، كيف تتحقّق عادةً ممّا يتذكره الطلاب من الفصل الدراسي السابق؟

خلال العام الدراسي، ما هي الاستراتيجيات التي توظّفها للتحقّق من فهم الطلاب لما تمّ تدريسه؟

هناك عملية لكيفية إعداد التقييم التكويني، وخطوات هذه العملية مكتوبة أدناه لكن ليس بالترتيب المطلوب. بأيّ ترتيب تعتقد أنّك ستحتاج إلى إكمال هذه الخطوات؟ ضعها بالترتيب الصحيح من خلال تصنيفها من 1 إلى 4، علماً أنّ الإجابات الصحيحة مذكورة أدناه.

____ **فَسِّرْ:** راجع الأدلة لتحديد تقدّم الطلاب نحو تحقيق أهداف التعلّم ومعايير النجاح، واستخدم هذه الأدلة لتحديد الفجوة بين مستوى الطلاب الحالي والمستوى الذي ينبغي أن يصلوه، مع الإشارة إلى أنّ تفسير الأدلة ليس حدثاً منفرداً بل جزء من عملية مستمرة طوال الدروس التعليمية.

____ **تصرّف:** ينبغي على المعلمين تحديد الخطوات التالية المناسبة والشروع في تنفيذها. قد لا تكون هذه الخطوات هي ذاتها لكافة الطلاب ويجب أن تأخذ في الاعتبار جاهزية كل طالب واهتماماته والأساليب المفضلة لديه لتلقّي العلم، مع تقديم ملاحظات محدّدة حول ما يتعين على الطلاب القيام به بعد ذلك ضمن العملية التعليمية.

____ **استنبط:** انخرط في فعالية أو نشاط تعليمي يعمل على تحفيز وتوليد أدلّة على مستوى التعليم، بحيث تكون الأدلة متوافقة بإحكام مع أهداف التعلّم ومستندة على معايير النجاح. ضع في اعتبارك احتياجات الطلاب الفردية واهتماماتهم وأنماط التعلّم عند تحديد كيفية استنباط الأدلة حتى يتمكّنوا من إظهار فهمهم بطرقٍ مختلفة لتلبية معايير النجاح.

____ **وضّح:** حدّد أهداف التعلّم أو ما يحتاج الطالب إلى معرفته بنهاية الدرس، حيث أنّ الأهداف تصف "الأفكار الكبيرة" أو المفاهيم وتعكس المعايير الأكاديمية، ويجب كتابتها بلغة صديقة للطالب، بدءاً من "أنا أفهم..." إلى جانب ذلك، قم بإعداد معايير النجاح أو الأدلة التي يستخدمها المعلم والطالب لتحديد كيفية تقدّم الطالب نحو تحقيق تلك الأهداف، والتي يجب كتابتها أيضاً بلغة صديقة للطالب، بدءاً من "يمكنني..."

المحتوى

عند عودتك إلى التدريس، ينبغي تحديد نقطتين على الفور فيما يتعلق بالتعليم: (1) ما هي الدروس أو التعليم الأكاديمي الذي تم تقيوته؟ و(2) ما هو التعليم غير المكتمل/المتراجع؟

1. بالنسبة للدروس التي تم تقيوتها، ستلقي نظرة على الأجزاء من المنهج الدراسي التي لم يتم تغطيتها. وكما هو مقترح في جلسة 1.1.3، يمكنك أن تطلب من معلمي الفصل السابق تزويدك بهذه المعلومات ومراجعة الاختبارات النهائية (إن وجدت).
2. لإدراك ما نسبة الأطفال من المنهج الذي تم تغطيته بشكل كامل أو جزئي، قم بإجراء عملية التقييم التكويني في الأسابيع الأولى من العودة للدوام المدرسي لكافة المواد.

نصيحة: في حال تقيوت قدر كبير من الدروس التعليمية، فربما من غير المجدي أو حتى من المستحسن محاولة تغطية كل شيء بالطريقة المعتادة، حيث أنك ستحتاج إلى إيلاء أولوية للأجزاء الأكثر أهمية التي يحتاج الطلاب إلى معرفتها لمواصلة المرحلة التالية من تعليمهم، ويمكنك الاستعانة بالتقييمات التكوينية لاكتشاف ما يعرفه الطلاب حول الجوانب الأساسية، وبهذا يمكنك تحديد طرق التدريس من خلال المزج بين التدريس المباشر والتعلم الموجه ذاتياً من خلال الموارد التعويضية/التكميلية لمساعدة الطلاب على اللحاق بركب التعليم. سيتم مناقشة المزيد عن هذه الاستراتيجيات في الوحدة الفرعية 2.3.

عملية التقييم التكويني: إن الخطوات **وضّح** و**استنبط** و**فسّر** و**تصرّف** كما هو موضح أعلاه هي عملية مدروسة يستخدمها المعلمون أثناء التدريس وتوفّر تغذية راجعة قابلة للتنفيذ تُستخدم لتعديل استراتيجيات التعليم والتعلم المستمرين، وهذا من شأنه الحفاظ على تعليم الطالب وإبقائه ضمن مساره الصحيح نحو تحقيق الأهداف التعليمية ويسمح لك بتخصيص التعليم الفردي بشكل أفضل بناءً على حاجة الطالب.

التقييمات التكوينية هي جزء من العملية التعليمية وتعمل كتمارين للطلاب للتحقق من فهمهم وتوفير معيار محدّد للمعلم لتوجيه عملية اتخاذ القرارات حول التدريس في المستقبل، ويمكن لها أن تكون مفيدة أثناء التقييم الأولي للاحتياجات الذي تجريه مع طلابك عند إعادة فتح المدارس.

كيف تبدو التقييمات التكوينية وكيف يمكنك التعامل معها من أجل تحديد الفائد التعليمي أو التعلم المتراجع في بداية العام الدراسي؟

مثال:

الصف: الثالث (9 سنوات)

المادة: العلوم

الموضوع: دورة المياه



الحالة: تلقى طلابي فقط مقدّمة في الموضوع بشكل وجاهي قبل إغلاق المدرسة، وقد حاولت مواصلة التعليم من خلال حزم الواجبات المنزلية، لكن يمكنني أن أجزم أنّ الواجب المنزلي الذي تم إرساله لم يكن مكتملاً من قبل كافة الطلاب ولم يفهموه تماماً، لذا أحتاج إلى التحقق من تقدّمهم ومعرفة من أين نبدأ. كم عدد الطلاب في صفّي؟ 60

نحن نركّز على بداية العام الدراسي في هذه الجلسة لكن يمكن ويجب استخدام التقييمات التكوينية على مدار العام لمعرفة التقدّم الذي يحرزه الأطفال في المجال التعليمي!

اقترح التقييم التكويني: إنَّ مخطط أو استراتيجية جدول المعرفة (ماذا أعرف؟ ماذا أريد أن أتعلّم؟ ماذا تعلّمت؟) هي استراتيجية مفيدة بشكل خاص لمعرفة ما يتذكّره الطلاب وما لا يتذكّرونه حول المواد في بداية العام الدراسي، وتعمل بشكل جيد للصفوف ذات الأعداد الكبيرة ويمكن إجراؤها لصفٍ يضم أقلّيات لغوية.

هل لاحظت أن نفس الطلاب دائماً ما يُجيبون عن أسئلتك أو لربما تطرح السؤال دوماً على نفس الطلاب؟ أم أنّ لديك بعض الطلاب الذين يواجهون صعوباتٍ باللغة المحكية في الصف المدرسي؟ اطلب من جميع الطلاب كتابة إجابتهم على ورقة وتسليمها لك لتقرأها فيما بعد بصوت عالٍ. يعاني طلابك من مشاكل في الكتابة؟ كن مرناً واسمح لبعض الطلاب بالتعبير عن أفكارهم بصوت عالٍ.

قم بهذا النشاط مع الطلاب قبل يوم أو أكثر من اليوم المحدد الذي تنوي فيه إعطاء الدرس (الدروس) حول الموضوع. يعدّ جدول المعرفة مخططاً رائع لكونه يحتوي على طريقة مدمجة للتحقق أيضاً من التقدّم الذي تمّ احرازه بعد إعطاء الدرس، فالجزء المتعلق بـ "ماذا تعلّمت" يأتي بعد التدريس.

قبل إعطاء درس حول موضوع معين، يكتب الطالب/يشرح (الموضوع معين):
K: ما يعرفه بالفعل عن هذا الموضوع.
W: ما الذي يريد معرفته عن هذا الموضوع.

جدول المعرفة
(KWL)²

بعد الدرس، يكتب الطالب/يشرح
L: ما هي المعلومات الجديدة التي تعلّمها اليوم حول هذا الموضوع.

فيما يتعلق بالمثل حول فارس، هذا ما سيبدو عليه جدول المعرفة الخاص به، حيث سيسمح للطلاب بذكر الإجابات تحت كل عمود:

ماذا تعرف عن دورات المياه؟	ما الذي لا تزال تريد معرفته عن دورات المياه؟	ما الذي تعلّمته عن دورات المياه؟

من المهم أن تفهم كمعلّم مستوى الطالب في أيّ وقت في الوحدة/الفصل الدراسي، حيث أنّ كل ما يفعله الطلاب كالتحدث ضمن مجموعات وإكمال المهام والواجبات وطرح الأسئلة والإجابة عليها والعمل في المشاريع هو مصدر محتمل للأدلة حول ما يفعلونه وما لا يفهمونه. التقييم التكويني هو عملية دورية مستمرة وجزء سلس من التعليم داخل الصف المدرسي.

2 أفلاطون الدولية (2008). دليل تدريب المعلّم.

نصائح لدمج التقييم التكويني لتعزيز التدريس³

1. خصّص وقتاً للاستماع إلى الطلاب والاستجابة لهم.
2. قدّم التغذية الراجعة للطلاب لمساعدتهم على القيام بعمل أفضل في المرة القادمة.
3. استخدم الأسئلة المفتوحة التي تجعل الطلاب يفكرون بدلاً من مجرد تلقينهم المعلومات.
4. استخدم استراتيجيات العمل الفردي والعمل ضمن ثنائيات والعمل الجماعي لتقديم تغذية راجعة مخصصة.
5. أعط الطلاب مهام صعبة لكن قدّم لهم الدعم والأمثلة.
6. اطلب منهم تطبيق ما تعلّموه بطريقة جديدة ومبتكرة.

تعزز الأنشطة الصفية هذه أيضاً تعلّم المهارات الحياتية والتعلّم من أجل المواطنة من خلال مهارات: صنع القرارات وحل المشكلات والعمل الجماعي والمشاركة والإبداع.

ملاحظة: تأكد من إبقاء الأطفال على مسافة من بعضهم البعض!

فيما يلي المزيد من طرق التقييم التكوينية التي يمكنك استخدامها:

الطريقة	الوصف
1. الزوايا الأربع	<p>تعدّ الزوايا الأربع من الطرق الرائعة لإبعاد الطلاب عن مقاعدهم والتحرك، حيث يتعلّم البعض منهم بشكل أفضل عندما يتحركون، لذا فإنّ هذه الاستراتيجية تلي طرقهم المفضلة في التعلّم. ويمكن أن تؤدي الحركة الهادئة والمنضبطة داخل الصف إلى جذب طلابك بشكل كبير. قم بوضع ملصق في كل زاوية من زوايا الغرفة وقر بتسمية أحد الزوايا "أوافق بشدة" وزاوية أخرى "أوافق" وزاوية ثالثة "لا أوافق" والزاوية الرابعة "لا أوافق بشدة". بعد ذلك قم بقراءة حقيقة أو جملة ما حول الموضوع الحالي ليقوم الطلاب بالذهاب والوقوف في الزاوية التي تطابق إجاباتهم، وشجّعهم على ذكر أسباب اختيارهم للإجابة من خلال الطلب من أحدهم أو اثنين من كل زاوية مشاركة إجاباتهم مع البقية. ومن خلال الاستماع إليهم أثناء مناقشة أسبابهم ومشاركتها مع البقية، ستحصل على معلومات يمكن لها أن توجّه الدروس المستقبلية. تعتبر هذه طريقة رائعة لمواضيع مثل الجغرافيا أو المواطنة.</p> <p>هل تعتقد أنّ عدد الطلاب كبير جداً أو أنّ الحركة لا تلائم بعض الطلاب؟ اطلب من كل طالب صنع أربع لافتات (أو استخدام أربعة ألوان مختلفة من الورق لكل طالب) ليقوموا بعد ذلك برفع الورقة أو الملصق الذي يمثّل إجاباتهم. يمكنك أن تطلب من كافة الطلاب الذين لديهم نفس الإجابة أن يقفوا لتتجول بدورك في أرجاء الغرفة للاستماع إلى بعض المتطوعين كما هو موضح أعلاه.</p>
2. زواج وقارن	<p>اطلب من الطلاب الإجابة على سؤالٍ ما ثم مقارنة إجاباتهم مع زميلٍ آخر. يمكن القيام بذلك عن طريق الكتابة أو التحدث، وقد يتضمن ذلك التحرك في أرجاء الغرفة إذا كان ذلك يناسب عدد الطلاب وقدراتهم. مع العلم بأنّ العمل الثنائي يميل إلى أن يكون أفضل من العمل الجماعي بالنسبة للطلاب من الأقليات اللغوية، حيث يساعد في تعزيز ثقّتهم بأنفسهم و يتيح لهم المشاركة بشكل أفضل، بينما من المرجح أن يقفوا صامتين أو هادئين في المجموعات الأكبر.</p>

3 مقتبس من بينيت، شيزيك، أندراي (2019)، دليل التقييم التكويني في التخصصات. ميلتون، المملكة المتحدة: تايلور وفرانسيس غروب

الوصف	الطريقة
<p>قدّم للطلاب مثلاً به خطأ ما أو غير مكتمل واسألهم عن كيفية تصحيحه. تعتبر هذه طريقة رائعة لتعلّم المواد التقنية والرياضيات والعمليات العلمية، ويمكن تنفيذها بشكل جيد على الكتابة، فالعمل الفردي أو الثنائي الذي يتطلب التفكير والاستجابة يساعد الطلاب الذين يحتاجون إلى مزيدٍ من الوقت للتفكير وصياغة الإجابة.</p>	3. تصحيح المثال
<p>اطلب من الطلاب كتابة إجاباتهم على سؤال حول الموضوع أو المادة التعليمية الأساسية واطلب منهم مشاركتك الإجابات أثناء خروجهم من الصف لتراجعها، وتأكد من منح الطلاب الوقت الكافي للتفكير بالإجابة وكتابتها.</p>	4. تذكرة الخروج
<p>اطلب من الطلاب إغلاق أعينهم ثم إظهار فهمهم للموضوع برفع يد واحدة بقبضة مغلقة، ثم اطلب منهم رفع عدد الأصابع التي تظهر فهمهم، حيث أنّ عدم وجود أصابع تعني عدم الفهم وخمسة أصابع تعني الفهم الكامل.</p> <p>ملاحظة: لتكون هذه الطريقة فعالة، ستحتاج إلى التأكد من ثقة طلابك ببعضهم البعض، لذا ذكّرهم بالآلا ينظروا إلى إجابة بعضهم البعض وأنّ هذا يساعدك على التدريس، وليس الإشارة إلى من لم يفهم الموضوع بعد.</p>	5. قبضة من خمسة
<p>يكتب الطلاب/يرسمون حول موضوع تريد مناقشته، حيث أنّ هذه طريقة تتيح لهم الإبداع أثناء التحقّق من فهمهم، كما أنّها تناسب أساليب التعلّم المختلفة. تذكّر أنّ تمنحهم وقتاً كافياً لإكمال هذه المهمة، حيث يستغرق الأمر وقتاً لإنهاء الكتابة والرسم.</p>	6. قصائد/أغاني/ قصص/رسومات

ملاحظة: ذكّر الطلاب أنّ هذا ليس اختباراً لكنّه سيساعدك على التدريس بشكل أفضل. احتفظ بسجل للتقدّم لكل طالب سواء كان ذلك في القائمة المقدّمة في جلسة 1.3 أو كجزء من خطتك للصف المدرسي. كما يتوجب عليك تتبع ما لا تزال بحاجة إلى تغطيته أو مراجعته بناءً على هذه النتائج والتخطيط لكيفية القيام بذلك. ستساعدك الجلسات التالية في عملية التخطيط هذه.

ما يجب فعله

استناداً إلى ما قرأته حتى الآن، قم بإعداد قائمة بأمرين يمكنك القيام بهما لتعزيز أساليبك في التحقّق من فهم الطلاب؟

.1

.2

وتماماً مثل فارس، حدّد مادة وموضوع تريد التحقّق من تقدّم مستوى الطلاب فيهما في بداية العام الدراسي، وضع في اعتبارك احتياجات الطلاب الفردية ثم حدّد نشاط التقييم التكويني الأنسب من بين الأمثلة الست المذكورة أعلاه.

تحديد التعلّم المتراجح:

الصف:

المادة:

الموضوع:

حالة الموضوع:

كم عدد الطلاب في صفي؟:

احتياجات الطلاب الخاصة التي يجب مراعاتها؟:

التقييم التكويني الذي سيستخدم:

نصيحة: نموذج التخطيط
الأسبوعي المقدم في جلسة
2.2.3 يمكن أن يساعدك
في إجراء هذا الانتقال من
عملية تحديد الطلاب إلى
التنفيذ الفعلي للاستراتيجية
التعويضية.

الملخص

- بمجرد إعادة فتح المدارس، سيبدو الفصل الدراسي القادم مختلفاً وسيشكّل بعض التحديات. وكخطوة أولى، من المهم أن تفكّر في شكل العودة إلى المدرسة (السياسات والقيود المعمول بها) وكيفية الحفاظ على عودة الطلاب في هذه المرحلة.
- سيكون من المهم للغاية عند عودتك إلى المدرسة أن تبدأ بتحديد مجالات التعلّم التي لربما يعاني طلابك من ضعفٍ بها بسبب إغلاق المدارس، وسيكون تحديد مهارات "الفاقد التعليمي" جزءاً مهماً من كيفية تنفيذ خطط الدروس، لذا تأكد من تطبيق استراتيجيات تعزيز المعارف والمهارات التي تراجع مستواها.
- التقييمات التكوينية هي أداة عملية يمكنك استخدامها طوال العام الدراسي، حيث يمكن لها أن تكون مفيدة أثناء تقييم الاحتياجات الأولية الذي تجريه لطلابك عند عودتهم إلى المدرسة.

الوحدة الفرعية 2.3 تنفيذ استراتيجيات التعليم المدمج

خطط لإجراء تعديلاتٍ على استراتيجياتك في التعليم والتدريس لدعم تعلّم الطلاب أثناء عودتهم إلى المدرسة، أيّاً كان الشكل الذي يتخذه ذلك.

1.2.3 مقدمة لممارسات اللحاق بركب التعليم

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. تعريف التعليم المدمج.
2. تحديد نوع المعارف والمهارات التي يجب تغطيتها في التعليم الوجيه وما الذي يمكن للطلاب القيام به بشكلٍ مستقل.

تأملات

كيف يمكن تعويض الطلاب عمّا فاتهم من التعليم أو لتراجع مستواهم، وفي نفس الوقت عدم التأخر في إنهاء مناهج العام الدراسي العادية؟ تبدو وكأنها مهمة مستحيلة؟ لكن لدينا بعض الأفكار لك! سيكون تحديد استراتيجيات (متعدّدة) لتغطية الفاقد التعليمي ضرورياً بشكلٍ خاص في حال لن يقضي الطلاب الكثير من الوقت في حضور التعليم الوجيه في العام المقبل (أو لن يتم ذلك على الإطلاق جراء عدم إعادة فتح المدارس أو فتحها ولكن إغلاقها مرة أخرى).

ربما تكون قد بدأت بالفعل في وضع بعض الأفكار حول كيفية مساعدة الطلاب على اللحاق بركب التعليم في هذا الفصل الدراسي الجديد وكيفية التعامل مع التعليم الوجيه في حال انعقاده لفترةٍ أقل ممّا قبل. قم بعمل عصف ذهني حر مشابه للمثال أدناه:



إذا كان هذا ينطبق عليك: ربما تكون مدرستك قد وضعت بالفعل خططاً قيد التنفيذ للمساعدة في تجنب المزيد من تهميش الأطفال المستضعفين العائدين إلى المدرسة. اكتب أي خطط أو سياسات تعرفها لمساعدة الطلاب:

البرامج التعويضية:

برامج التدريس:

المناهج المنقحة أو متطلبات الاختبار:

نشاطات لانهجية:

غير ذلك:

تركز هذه الوحدة الفرعية على مفهوم التعليم المدمج كأفضل ممارسة للاستجابة للوضع الحالي للتعليم والتعلم. ربما قد سمعت أيضاً بمصطلح التعليم المختلط، حيث سيكون الجمع بين التعليم الوجيه والتعلم عن بُعد (لا يحتاج حتى إلى أي عنصر تعليمي رقمي أو تكنولوجي) أمراً أساسياً لمساعدة الطلاب على اللحاق بركب التعليم خارج ساعات الدراسة/الدوام المدرسي الاعتيادي. بغض النظر عما إذا كان لديك أو لدى مدرستك خطة رسمية للتعامل مع الدروس التعويضية أو التعلم (الجزئي) عن بُعد، فإنّ النصائح والاستراتيجيات العملية المقدّمة في الجلسات التالية يمكن أن تساعدك على تحقيق أقصى استفادة من هذا العام الدراسي، إلى جانب مناقشة الاستراتيجيات الأخرى للعمل مع الأسر والمعلمين الآخرين ومجموعات الطلاب لتعزيز إمكانيات دعم الطلاب في الوحدة الفرعية 3.3.

تعلّمت في الوحدة الفرعية السابقة كيفية تحديد الفاقد التعليمي، حيث تعتبر معالجة الفجوات في المهارات والتعليم غير المكتمل والمفاهيم الخاطئة جزءاً ضرورياً وطبيعياً من عملية التدريس والتعلم. يمكن أن يؤدي التعليم غير المكتمل إلى تدخلاتٍ تتطلب دروساً تعويضية أو حصص التقوية التي تعمل على عزل الطلاب بشكلٍ أكبر عن الوصول إلى محتوى صفهم الدراسي - وهذه هي الطريقة التي يؤدي بها التعليم غير المكتمل أحياناً إلى خلق فجوات في الفرص.

لذلك فإنّ معالجة الفاقد التعليمي والتعلم المتراجع بطريقة بناءة أمرٌ ضروري فيما يتعلق بالاستجابة لعملية إغلاق المدارس بسبب كوفيد-19. مع الأخذ في الاعتبار تقنيات تحديد الفجوات التعليمية (جلسة 2.1.3) وإجراء التقييمات التكوينية (3.1.3)، ستحتاج إلى تعديل مجريات الأمور في صفك المدرسي لتعويض الوقت الضائع وضمان تعلّم طلابك للمهارات الأساسية والضرورية، خاصة فيما يتعلق بالحساب والقراءة والكتابة والتي من المحتمل أن تكون أصعب المواد للطلاب العائدين إلى مقاعد الدراسة.

لكن من المهم أن تدرك أنّه سيكون من الصعب تعويض كافة المواد التعليمية وفي الوقت ذاته تعزيز مشاركة الطلاب وتحفيزهم. لذلك أعطِ الأولوية للمعارف والمهارات المفقودة التي تعدّ أكثر أهمية من غيرها دون إرباك نفسك وطلابك، ومن المهم ألا تتخطى كل شيء وتنتقل فقط إلى حيث يجب أن تكون في المنهج الدراسي عند العودة إلى المدرسة.

خمسة مكونات رئيسية للتعليم المدمج:

- 1. الدروس:** إن دورك كمعلمٍ يعمل على تسهيل التعليم المدمج له نفس الأهمية، لذلك احرص على تخصيص الوقت لدعم الطلاب الذين يحتاجون إليه أكثر من غيرهم، حتى لو كان ذلك عبر الهاتف أو ضمن مسافة تباعد فعلية، وتأكد من مشاركة ملاحظاتهم كتعليقات عامة للجميع، حيث قد يواجه الكثيرون أسئلة أو مشكلات مماثلة، وقم بتدوين التغذية الراجعة والملاحظات الداعمة وتوزيعها على الطلاب.
- 2. المحتوى عن بُعد:** احرص على أن يكون المحتوى متاحاً لجميع الطلاب وأن يتيح تعلّم شيء جديد (بحيث يكون أعلى مستوى قليلاً من المعارف والمهارات الحالية لدى الطلاب) وأن يرتبط بالأهداف التعليمية الواردة في المنهج، ويمكن إيصاله عبر الإنترنت أو من خلال الهواتف المحمولة أو التلفاز أو المذياع. وفي حال تعذّر وصول الطلاب إليه، قدّم لهم نسخة ورقية مطبوعة.
- 3. التعاون:** ابتكر طرقاً من أجل أن يتعاون الطلاب مع بعضهم البعض عن بُعد أو للتفاعل مع أفراد أسرهم، حيث أنّ العمل مع الآخرين يساعد الطلاب على التعلم والبقاء متحمّزين. (المزيد من التفاصيل حول التعامل مع الأهل والتعليم التعاوني في جلسة 2.3.3).
- 4. المواد المرجعية:** قم قدر الإمكان بتزويد الطلاب بمواد مرجعية تكميلية إمّا من خلال المحتوى نفسه أو من خلال مواد تعليمية إضافية (كحزم التعلم المنزلية والواجبات المنزلية وتلك المتعلقة ببرامج التلفاز/الراديو والألعاب والمشاريع).
- 5. التقييم:** احرص على وجود طريقة لإجراء كل من التقييمات التكوينية والتحصيلية (انظر المصطلحات الأساسية في بداية الوحدة الثالثة)، وتأكد من أنّ مثل هذه التقييمات تضم أسئلة مفتوحة للطلاب لتعليل إجاباتهم.



ما يجب فعله



فكّر في المحتوى الذي يجب تعلّمه في المدرسة (والذي يصعب تقديمه من خلال التعلّم عن بعد) والمحتوى أو التمرينات التي يمكن للطلاب القيام بها في المنزل أو من خلال الأنشطة اللامنهجية.

لمساعدتك في تصوّر هذا الأمر، قم بتعبئة مخطط في أدناه:

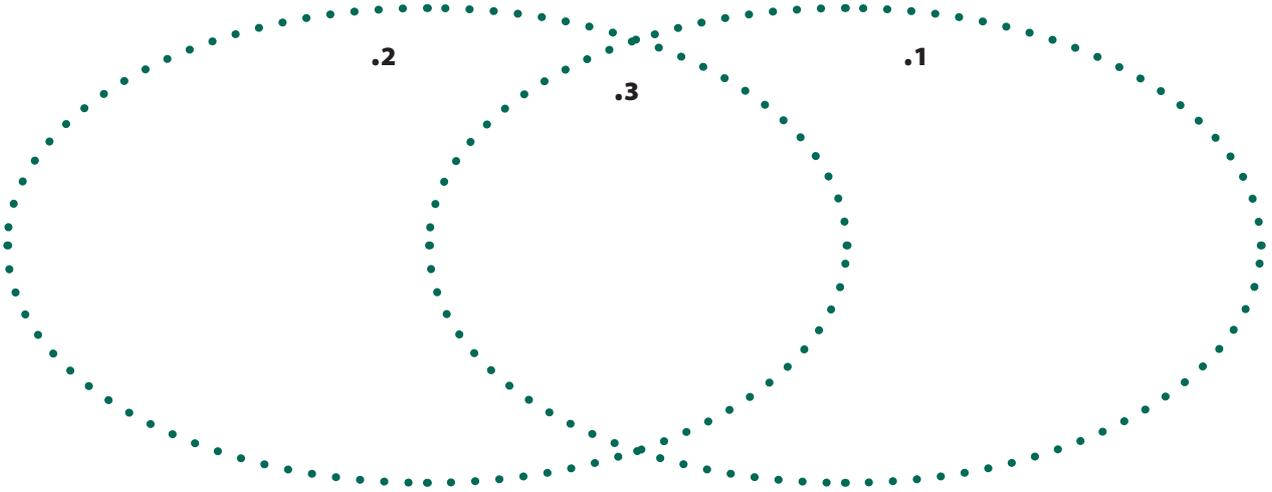
الخطوة الأولى: ضع قائمة بنوع الأنشطة التي يكون الطالب أكثر قدرة على القيام بها في المنزل، وما هي أفضل الممارسات التي قمت باختيارها في مجال القيام بالواجبات المدرسية المنزلية؟
الخطوة الثانية: ضع قائمة بأشكال المحتوى والتمارين التي يمكن للطلاب إكمالها وجاهياً على أفضل وجه (من خلال التعليم داخل المدرسة)، ما هو الدعم الضروري الذي تقدّمه للطلاب لمواصلة التعليم من المنزل؟
الخطوة الثالثة: ضع قائمة بأنواع التمارين التي يمكن إجراؤها وجاهياً أو عن بُعد.

يجب ربط التعلّم عن بُعد بالتعليم الجاهي، فضلاً عن أنّ التعلّم عن بُعد بحاجة أيضاً إلى المراقبة والرصد ويحتاج الطالب إلى تلقّي تعليقات وملاحظات عليه.

التمارين التي يمكن إجراؤها على أفضل وجه بشكلٍ جاهي

التمارين التي يمكن إجراؤها بشكل جاهي أو عن بُعد

التمارين التي يمكن إجراؤها على أفضل وجه من خلال التعلّم عن بُعد



ضع في اعتبارك ما يلي أثناء عمل القوائم:

- ما هي الكفاءات التي أريد تطويرها من خلال هذا التمرين؟ وهل هي كفاءات اجتماعية أم كفاءات قائمة على المعرفة؟
- ما الوقت الذي ستقضيه مع الطلاب وجاهياً؟
- ما حجم العمل الذي يمكن للطلاب القيام به في المنزل في الأسبوع؟
- أسأل الطلاب عن الأنشطة التي يشعرون بالراحة للقيام بها بمفردهم؟
- هل سيكون لدى الطلاب طرق لطلب المساعدة في حال شعروا بصعوبة لإنهاء هذا التمرين؟



- هل يمكن إكمال هذا التمرين دون الحاجة إلى مساعدة إضافية/الوصول إلى الموارد؟
- ستحتاج على الأرجح إلى العودة إلى هذا التمرين بمجرد عودة الطلاب إلى المدرسة وستكون لديك فرصة أكبر لتقييم التعلّم الذي فاتهم، آنذاك يجب مراعاة ما يلي:
- هل يمتلك الطلاب المعرفة الكافية للتعامل مع هذا التمرين إذا أعطي على شكل واجب تعليمي عن بُعد؟
- دمج اختيار الطالب في المهام والأنشطة الصفية.
- تمكين الطلاب من تقديم اقتراحات حول ما الذي يتعلّمونه وطريقة تعلّمه.
- تضمين أنشطة التقييم التكويني للتحقق من التقدّم المحرز في تعلّم كل موضوع على مدار العام.

نصيحة: قم بإشراك الطلاب في هذه العملية للانتقال إلى نموذج التعليم المدمج، ذلك أن منح الطلاب الفرصة للتعبير عن آرائهم من شأنه أن يجعلهم يشعرون بأنهم مشمولين وأكثر حماساً لإكمال مهمة ما وسيشعرون بمسؤولية أكبر للتغلب على الصعوبات على طول الطريق.

سيكون هناك المزيد من التخطيط للتعليم المدمج من خلال اقتراحات لأنشطة ملموسة في الجلسات التالية.

2.2.3 كيف ستبدو خطتي للتعليم المدمج؟

الأهداف

ستكون في نهاية الجلسة قادراً على:

1. تحديد الخطوات الهامة في عملية التخطيط للعودة إلى التعليم.
2. تحديد كيفية التخطيط للتعليم المدمج بشكلٍ فعّال.

تأملات

ضع في اعتبارك ممارسات التدريس اليومية المعتادة:

هل تقوم بإعداد خطط الدروس الخاصة بك؟ نعم/لا

إذا كانت الإجابة نعم، متى تقوم بهذا مسبقاً قبل الدرس؟

إذا كانت الإجابة لا، متى تقوم بالمراجعة/التحضير مسبقاً قبل الدرس؟

هل تكلف الطلاب بواجبات منزلية؟ يومياً/أسبوعياً/من حين لآخر/نادراً

هل تشجّع/تراقب أي مجموعات تعلم طلابية/أنشطة تعليمية لامنهجية؟ نعم/لا إذا كانت الإجابة نعم، فاذكر بعض الأمثلة

كيف تبدو عملية مراجعة المحتوى الخاص بك؟ على سبيل المثال، هل تراجع ما تدرّس تعلمه مسبقاً في بداية كل يوم؟ كل أسبوع؟ في نهاية الوحدة قبل الانتقال إلى الدرس التالي؟ كيف تقوم بهذه المراجعة؟

يمكن أن يعتمد التعلّم عن بُعد على التكنولوجيا (الفائقة أو العادية) على سبيل المثال من خلال التعلّم عبر الإذاعة والتلفاز والإنترنت والهاتف (أو تطبيقات الهاتف)، ويمكن ألا يعتمد على التكنولوجيا من خلال مثلاً حزم الواجبات المنزلية التي تُعدّها المدارس ويتم تسليمها أو استلامها من قبل الأهل أو الطلاب لإكمالها في المنزل، وقد تمّ اللجوء إلى التعلّم عن بُعد في معظم البلدان أثناء فترة الإغلاق بسبب كوفيد-19.

نهج التعليم المدمج

غالبًا ما يُعتبر نهج التعليم المدمج أكثر فاعلية من طريقة واحدة فقط. يعتبر دور المعلم في هذه العملية أمر هام وحاسم، وكمعلّم، ينبغي عليك التخطيط المسبق لتقسيم المهام وجاهياً أو عن بُعد، وتحتاج إلى التفكير في المرافق والتسهيلات المتاحة للطلاب في المنزل.

التحضير للتعليم الفعّال من خلال الجمع بين التعليم الوجيه والتعلّم عن بُعد، تحتاج إلى ضمان: (1) وجود محتوى جاذب، (2) فرص للتفاعل مع المعلم والأقران، (3) تقديم الدعم للطلاب. وقد بدأت في الجلسة السابقة في التفكير في كيفية تقسيم المواد التعليمية والتمارين بين التعليم الوجيه والتعلّم عن بُعد، في حين تتمثل الخطوة الإضافية التي يجب اتخاذها في تصميم نهج التعليم المدمج في مراعاة الإشارات والموجهات في النموذج أدناه:

الممارسات التربوية - فُكّر في:

- من "المسؤول" عن التعلّم؟
- التعليم الذي يعكس احتياجات كافة الطلاب واهتماماتهم وقدراتهم.
- فرص التعلّم الحقيقية والقائمة على قضايا العالم الحقيقي.
- النوايا التعليمية ومعايير النجاح التي يجب أن تكون واضحة ومفهومة من قبل الجميع.
- استخدام مجموعة متنوعة من استراتيجيات التقييم والفرص.

ملاحظات:

الشراكات التعليمية - فُكّر في:

- "رأي واختيار" الطالب في اختيار طرق التعلّم و/أو عرض التعليم.
- استراتيجيات واضحة للطلاب والمعلّم والأسرة للعمل ضمن شراكات.
- الشراكات التعليمية التي تتجاوز المدرسة وتتصدّى لتحديات كبيرة.
- رأي الطالب وأهميته ومساهمته كعناصر للفرصة التعليمية.
- عمليات وتدابير تعاونية واضحة لضمان معرفة كافة الشركاء بالنجاح والإبلاغ عنه.

ملاحظات:

بيئات التعلّم - فُكّر في:

- أمثلة على كيفية دعم البيئات العاطفية المادية والاجتماعية للطلاب وللمسيرة التعليمية.
- التفاعل بين البيئة والطالب.
- مناخ إيجابي وثقافة إيجابية للتعلّم.
- مستوى مشاركة الطالب.
- البيئات التي تدمج العناصر الواقعية والافتراضية.

نعلم أنّ تفاعل الطالب والتغذية الراجعة الحقيقية من المعلم مسألة مهمة للتعليم (المزيد حول هذا الأمر في جلسة 1.33 وجلسة 3.3.3)، ويمكن دعم عمليتي الترابط والانتماء من خلال عمليات التواصل المضمنة في التعليم الوجيه عن طريق التقييمات التكوينية والتغذية الراجعة الشخصية أو من خلال المكالمات الهاتفية والرسائل النصية القصيرة أو تطبيق واتساب ومجموعات التعلّم التشاركي خارج الصف المدرسي. ومن الأهمية بمكان أن تبقى على تواصل مع طلابك للتأكد من استمرار مشاركتهم في الصف المدرسي وخارجه بمجرد عودتهم إلى المدرسة أو في حال إغلاق المدرسة المحتمل في المستقبل.

إعداد خطة التعليم المدمج

دعنا نلخص الخطوات التي يجب أن تتخذها لبناء خطة شاملة للتعليم المدمج، ويمكن استخدام هذه الخطوات في الدروس التعويضية وكذلك أيضاً من أجل قياس تقدّمك الطبيعي في المنهج الدراسي، مع الأخذ في الاعتبار ما يمكن القيام به في المنزل مقابل ما يجب القيام به في الصف المدرسي:

1. حدّد ما فات من الدروس والتعليم بحسب المادة.
2. حدّد المواد والموضوعات التي يجب تقييمها لمعرفة التعلّم المتراجع وقم باختيار التقييمات التكوينية الواجب تنفيذها لهذه المواضيع.
3. ضع قائمة "باحتياجات الدروس التعويضية" مع التركيز على كفاءات التعلّم المطلوبة (بدلاً من ذكر الدروس التي تم تفويتها)، حيث أنّ ما ورد أعلاه يحدّد تلك الاحتياجات بينما تحدّد هذه القائمة ما تحتاج إلى تغطيته قبل أو خلال الدروس المدرسية الاعتيادية.
4. حدّد بحسب المادة والموضوع ما يمكن القيام به جنباً إلى جنب مع الوتيرة المعتادة للمناهج الدراسية من خلال مراجعات قصيرة أو مهام التعلّم عن بُعد وما يجب تغطيته بالكامل قبل الانتقال إلى المنهج المجدول بانتظام.
5. ضع في اعتبارك مقدار الوقت الذي ستقضيه مع الطلاب وجهاً لوجه وكيف سيتم تحديد ذلك.
6. باعتدال، ضع في اعتبارك مقدار الوقت الذي تتوقع أن الطلاب سيقضونه في تنفيذ مهام التعلّم عن بُعد.
7. ضع في اعتبارك احتياجات الطلاب الفردية، بما في ذلك الوصول إلى التكنولوجيا إذا كان ذلك يلعب دوراً في خططك المدرسية.
8. قم بكتابة الخطة، حيث يمكنك وضع خطة أسبوعية توضّح، حسب الموضوع والمادة، متى سيتم إجراء التقييمات التكوينية ومتى ستخصّص وقتاً لمتابعة مهارات أو موضوعات معينة وكيف ستقسم الوقت بين التعليم الوجيه والتعليم المنزلي ومتى ستقدّم محتوى جديد.

نصيحة: تذكّر أنّ بعض المهارات التي قد يتخلّف الأطفال عن اكتسابها مثل القراءة والكتابة يمكن تعلّمها واكتسابها في أيّ مادة من المواد الدراسية. على سبيل المثال يمكنك أثناء درس العلوم استخدام أساليب كالقراءة بصوت عالٍ والطلب منهم الكتابة لمنحهم الدعم وتقديم التغذية الراجعة حول كل من مهارة القراءة والكتابة بالإضافة إلى المعرفة بالموضوع الرئيسي والإلمام به.

ما يجب فعله

نموذج خطة التعليم المدمج

ضع خطة أسبوعية لطلابك قبل بداية كل أسبوع، وقد لا تكون جاهزاً بعد لإعدادها، لذا قد تحتاج إلى الاطلاع على المزيد من الأنشطة وخطة الدروس وأفكار اللواجبات المنزلية (موجودة في الجلستين الفرعيتين التاليتين) قبل البدء بذلك. يوجد النموذج التالي على صفحة واحدة بحيث يمكنك عمل عدّة نسخ منه والاستمرار في استخدامه مع كل أسبوع من العام الدراسي الجديد.

إلى جانب إعداد هذه الخطة، قد ترغب أيضاً في التفكير في العادات اليومية التي ستدمجها في الفصل الدراسي كالبداية بمهمة قراءة أو مشاركة حقيقة تاريخية أو النظر إلى توقعات الطقس أو القيام بنشاط ما للتحقق من رفاية الطالب (الوحدة 2: الرفاية والحماية).

نصيحة: يمكنك مشاركة هذه الخطة الأسبوعية مع الطلاب على السبورة في بداية كل أسبوع أو إرسالها إلى المنزل إلى أولياء الأمور، وهذا بطبيعة الحال يساعد الجميع على الشعور بالمسؤولية عن التعلّم والبقاء جزءاً من العملية برمتها.

توضّح الخطة التاريخ والتمارين/المهام التي يتعيّن على الطلاب القيام بها في ذلك الأسبوع والموعّد النهائي المتوقّع لتسليم/إكمال المهام.

الخطة الأسبوعية - [أدخل المواد التي سيتمّ تغطيتها هذا الأسبوع]
و[الفصل/الفئة العمرية/المستوى]
الإطار الزمني: من [التاريخ] إلى [التاريخ]

للمزيد من الأمثلة على الدروس والمشاريع ونماذج التخطيط، راجع الجلسات التالية.



موضوع خاص (مفيد إذا كنت ترغب في القيام بمشاريع جارية):

التاريخ	التقييم التكويني	التمرين الوجيهي	تمرين التعلّم عن بُعد (إن وجد)	الموعّد النهائي لتمرين التعلّم عن بُعد (إن وجد)
الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	
الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	
الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	

اليوم 1: [أدراج مهمة/عادة البداية]

الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	اليوم 2: [إدراج مهمة/عادة البداية]
الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	اليوم 3: [إدراج مهمة/عادة البداية]
الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	اليوم 4: [إدراج مهمة/عادة البداية]
الموضوع	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	الوقت اللازم: المواد المطلوبة:	اليوم 5: [إدراج مهمة/عادة البداية]

1.2.2.3 دور الفروض المدرسية

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. التعرف على أهمية ودور الفروض المدرسية ذات الصلة.
2. تحديد العديد من مهام الفروض المدرسية ومصادر/فعاليات التعلّم التكميلية الأخرى التي يمكن تخصيصها للطلاب.
3. فهم أهمية مراعاة احتياجات الطلاب الفردية مع مهام الفروض المدرسية وأسباب أهمية التغذية الراجعة.

تأملات

ما نوع أنشطة الفروض المدرسية التي استخدمتها في الماضي والتي تعتبر أكثر فاعلية من حيث تعزيز نتائج التعلّم وإبقاء الطلاب متحفزين؟

1. _____
2. _____
3. _____

فكّر في الاختلافات بين الفروض المدرسية المنزلية خلال الفصل الدراسي العادي والعمل الذي يقوم به الطلاب في المنزل أثناء إغلاق المطول للمدارس، مثل ما حدث أثناء هذه الجائحة. ضع في اعتبارك دور الأهل أيضاً في هذه الاختلافات، حيث يختلف أداء الطالب للواجب المنزلي بعد المدرسة ومن ثم تنفيذ المهام على مدار اليوم بأكمله بدلاً من الذهاب إلى المدرسة، وقد لا يكون الأهل متواجدين لتقديم الدعم كما تفعل أنت عادةً.

المحتوى

يتطلّب التعلّم عن بُعد قدراً كبيراً من التخطيط والجهد وليس من السهل تنفيذه دون تحضير وإعداد كما كان الحال أثناء إغلاق المدارس. ومن خلال التأملات التي خضناها في الوحدة الفرعية 1.3، نعلم أنّ الأطفال ربما لم يستفيدوا بنفس الطريقة من الخيارات البديلة المعروضة.

فالأطفال الذين ليس لديهم وصول أو وصول محدود إلى الخيارات البديلة للتعليم ولا يمكنهم المشاركة (بالكامل) في التعلّم عن بُعد أكثر عرضة لخطر التراجع في مستواهم التعليمي.

ستشكّل تمارين الفروض المدرسية المنزلية وتشجيع موارد التعليم التكميلية مفتاح نجاح نموذج التعلّم عن بُعد والتعليم الوجيه، حيث يمكن لها أن تكون أداة فعّالة للحاق بركب التعليم، بينما تلعب قدرة الأهل على دعم الطالب في مجال التعلّم عن بُعد دوراً هاماً في هذه المرحلة، وهناك المزيد حول دور الوالدين في الجلسة 2.3.3.

فيما يتعلق بالأسئلة أعلاه، ثمّة اختلاف واحد ربما لاحظته حول الفروض المدرسية المنزلية قبل وأثناء جائحة كورونا وهو عدد المرات التي يمكنك من خلالها مراجعة عمل الطالب وتقديم التغذية الراجعة، وهناك اقتراحات لتحسين حلقة التغذية الراجعة حول مهام التعلّم عن بُعد في هذه الجلسات، لكن من المهم أيضاً تشجيع الطالب على التواصل والتحدث حول تعليمه مع الأهل والطلاب الآخرين (انظر جلسة 2.3.3 وجلسة 3.3.3 لمزيد من المعلومات حول هذا الموضوع).

وفيما يلي أمثلة على الفروض المدرسية المنزلية/مهام التعلّم عن بُعد، حيث يمكن استخدامها لمساعدة الطلاب على الإلمام بمهارات التعليم والممارسة، وقد تشكّل كذلك الطريق لمواصلة التعليم في حال كانت هناك فترة أخرى من إغلاق المدارس.



أنشطة لدعم مهارات القراءة والكتابة

- إنشاء مجموعات قراءة بين الطلاب.
- اطلب من الطلاب الاحتفاظ بمذكرات يومية تقوم أحياناً بالتعليق عليها.
- اطلب من الطلاب الاحتفاظ بقائمة من الكلمات التي تعلّموها أثناء الدراسة أو من تجاربهم اليومية.
- شجّعهم على القراءة بصوت عال مع أحد الوالدين أو أخ أكبر.
- كلّفهم بإجراء مقابلة مع أحد الأقارب أو الجيران الأكبر سناً حول حدث تاريخي مهم وتسجيل إجاباتهم.

أنشطة لدعم الرياضيات والحساب

- اطلب من الطلاب إيجاد أكبر عدد ممكن من المسائل الرياضية التي يواجهونها خلال حياتهم اليومية وعمل قائمة بها لإحضارها إلى الفصل بعد فتح المدارس.
- شجع الطلاب على ممارسة الألعاب التي تستخدم الرياضيات مع أصدقائهم وعائلاتهم. ومن الأمثلة على ذلك القيام بعدّ الأشياء في غرفة واحدة وطرح كافة الأشياء الزرقاء من الأشياء الخضراء أو جمع أعمار جميع أفراد عائلتك والإجابة على السؤال: كم يبلغ عمر عائلتك تماماً؟
- اطلب من الطلاب الذهاب إلى السوبر ماركت مع أحد الوالدين (إذا كان من الممكن القيام بذلك بأمان) وكتابة سعر كل عنصر تمّ شراؤه، ومن ثم حساب المجموع والتحقّق من صحته من خلال مقارنته مع إيصال الشراء بمجرد العودة إلى المنزل لمعرفة ما إذا كانوا قد قاموا بعملية الحساب بالشكل الصحيح.
- شجع الطلاب على طلب مساعدة أسرهم في الشؤون المالية المنزلية الأخرى لممارسة مهاراتهم الحسابية.



المصادر التكميلية

قد تتخذ المصادر التكميلية عدّة أشكال. وفي حال وجود أي دروس خصوصية أو خدمات تعويضية أخرى تقدّمها مدرستك، ساعد طلابك في الوصول إليها.

بالإضافة إلى ذلك، يمكنك العمل مع المعلّمين والموظفين الآخرين لتنظيم فعالية في نهاية الأسبوع في المدرسة (إرشادات السلامة قيد الإعداد)، مثل لعبة المعلومات العامة أو مسابقة حسابية أو مسابقة تهجئة أو معرض للعلوم أو عرض فني أو مسرحي.

وأخيراً، إذا كان الطلاب يتمتعون بإمكانية الوصول إلى التكنولوجيا، قم بتشجيعهم (بأمان) على استخدام مصادر التعلّم عبر الإنترنت والأجهزة المحمولة. واعتماداً على خطة التعليم المدمج التي قمت بإعدادها وإمكانية وصول طلابك، يمكنك التفكير في مناقشة هذا الأمر بشكل وجاهي أو تنفيذ عرض تقديمي لما تمّ تعلمه من هذه المصادر.

1. <https://3asafeer.com/>
2. <http://www.alnayzak.org/lobs/>
3. <https://arabic.oercommons.org/AR/>
4. <https://www.yallaneqra.ps/>
5. <https://www.Nayzak-deal.net>
6. <https://madrasa.org/>



ما يجب فعله

راجع نموذج خطة الدرس أدناه حول "الهجرة كجزء من تاريخنا المشترك"⁴ للأعمار من 10 إلى 12 عام، ولاحظ مهمة الواجب المنزلي التي من المفترض القيام بها قبل بدء الدرس، حيث يحتاج الطالب لإجراء مقابلة مع أحد الجيران أو أفراد الأسرة قبل البدء بالدرس. وبمجرد دخولهم الصف المدرسي، يقوم الطلاب كذلك بالعمل معاً ضمن مجموعات لوضع خرائط ومناقشة ما تعلموه. يعتبر هذا نهجاً يركّز على الطالب وقد تلاحظ أنه بخلاف التخطيط الجيد لا يحتاج المعلم إلى إنشاء الكثير من المحتوى.

اختر أحد الموضوعات الخاصة بك لهذا الفصل واستخدم نموذج خطة الدرس في الملحق من هذا الدليل، وفكر في نوع الواجب المنزلي أو المصدر/الحدث التكميلي الذي يمكنك تقديمه، وتذكر أنه حتى إذا تمّ القيام بمهام الواجب المنزلي بعد إعطاء الدرس، فأنت بحاجة إلى رصد التقدّم وتقديم التغذية الراجعة للطلاب، وهذا يعني وجود تاريخ واضح ومحدّد لتسليم أو تقديم الواجبات المدرسية لمراجعتها.

اطّلع على الملحق
نموذج خطة الدرس

الهجرة كجزء من تاريخنا المشترك (30 دقيقة + واجب منزلي)



هدف التعلّم: لفهم أن الهجرة تؤثر على الجميع إلى جانب تعزيز التعاطف مع مخاوف واحتياجات الآخرين.

يتطلب هذا التمرين القيام بواجب منزلي يتم تكليف الطلاب به مسبقاً:

«سنستكشف تاريخ عائلتنا لترى ما إذا كان هناك أمثلة على الهجرة أو عملية فرار سابقة في الماضي. يتوجب عليك العودة بالتاريخ قدر الإمكان وإدراك أن أي انتقالٍ دائم من مكانٍ إلى آخر يعدّ هجرة وليس بالضرورة أن تكون ناجمة عن أزمةٍ ما. تحدّث إلى أكبر عددٍ ممكن من أفراد أسرتك بمن فيهم الأجداد وحتى أجداد الآباء في حال كانوا لا يزالون على قيد الحياة. استكشف من أين ينحدرون وكيف انتقلوا إلى المكان الذي يعيشون فيه الآن. أسألهم، كيف ومن حصلوا على الدعم عند وصولهم للمكان المنشود أول مرة؟ هل تمّ الترحيب بهم في كل مكان أم تعرضوا للرفض؟»



في بداية الدرس، اطلب من الطلاب الذين استكشفوا قصص هجرة أسرهم وصف الرحلة بإيجاز أمام الفصل الدراسي.

اطلب منهم تتبع الرحلات على خرائط أكبر معلقة على الجدار أو برسمها على السبورة لتمكنوا من رؤية تحركات الأشخاص معاً. (10 دقائق).

اطلب من الطلاب تشكيل مجموعاتٍ صغيرة ومناقشة الأسئلة التالية: «كيف كانت تجربة الفرار أو الهجرة للأسر في الفصل الدراسي؟ هل ذكرت معلومات أكثر مما توقعت؟ هل سبق

وعرفت أنت أو أحد زملائك عن هذه الهجرة من قبل؟ كيف كانت تجربة أفراد أسرتك آنذاك؟ وكيف

أثرت على حياتهم؟ كم كانت أعمارهم؟ هل ارتادوا المدرسة أم عملوا؟ ماذا فعلوا بالضبط؟ ما هو الفرق، إن وجد، بين الهجرة آنذاك والهجرة الحاصلة اليوم؟ هل يغير هذا من تفكيرك تجاه المهاجرين اليوم؟» (10 دقائق).

أعد جمع الفصل الدراسي معاً واطلب من الطلاب مشاركة إجاباتهم على السؤال الأخير. اسأل الطلاب عن ما يعرفونه عن الهجرة القسرية التي تحصل الآن وشاركهم بعض المعلومات الواردة في مُقدمة المعلم لإثراء معرفتهم. (10 دقائق).



يتمثل الهدف من التمرين بإدراك أن الهجرة ليست ظاهرةً جديدة وأن الناس كانوا يهاجرون على

مر التاريخ. فقد عانت العديد من الأسر من الهجرة إما في الماضي أو في الوقت الحاضر

ومن المهم أن يُدرك الطلاب أن هذا جزءٌ من تاريخ جميع الناس. فعلى سبيل

المثال، كانت الهجرة إلى أوروبا واسعة النطاق قبل وأثناء وبعد الحرب العالمية

الثانية، كما شهدت خمسينيات وستينيات القرن الماضي موجات هجرة كبيرة من

جزر الكاريبي إلى أوروبا.

نشاط بديل: يمكن للطلاب دعوة أحد أفراد الأسرة للحضور والتحدث

أمام الطلاب الآخرين في الفصل الدراسي وشرح تجربة أسرهم أو تجربتهم

الشخصية مع الهجرة.

2.2.2.3 التعلّم القائم على المشاريع

الأهداف



ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. تعريف التعلّم القائم على المشاريع.
2. تصميم مشروع بسيط للطلاب لتنفيذه في المدرسة وفي المنزل.

تأملات



يعدّ التعلّم القائم على المشاريع امتداداً للموضوعات المذكورة أعلاه حول الفروض المدرسية المنزلية من خلال إشراك الطالب بشكلٍ شخصي ومن خلال التعلّم عن بُعد ومواكبة التعليم.

ما نوع المواضيع التي ستناقشها على مدار العام في الصف المدرسي؟ أو ربما مدرستك لديها أسابيع مخصّصة لبعض المواضيع؟

كيف تدمج التعليم من المنهج المعتاد مع هذه المواضيع؟

المحتوى



من خلال التعلّم القائم على المشاريع، يعدّ المحتوى جزءاً من مشروع طويل الأجل أو مشكلة واقعية يحتاج الطلاب إلى إيجاد حلّ لها بطريقة إبداعية وحقيقية، والأمر يتطلب تفكيراً نقدياً ومهارات حل المشكلات والتعاون وأشكالاً مختلفة من مهارات التواصل وتعلّم العمل كفريق. 5

المشاريع القائمة على موضوع ما

يعدّ الرجوع إلى الفصل الدراسي والتّقييم العام ككل أفضل مكان للبدء عند التفكير في القيام بمشروع ما. ما هي المواضيع الموجودة بالفعل والتي يمكنك بناء مشروع حولها؟ يمكنك كذلك التفكير في الموضوعات ذات الصلة التي يواجهها طلابك في حياتهم اليومية لمشروع ما. على سبيل المثال موضوع التنوع والشمول إذا كان لديك مجموعة طلابية متعدّدة الثقافات (انظر مثال المشروع أدناه). كبديل ونظراً لجائحة كورونا، ربما ترغب في استكشاف موضوع الصحة والرفاهية بتعمق أكبر؟

عندما تكون جاهزاً لتصميم مشروع ما لطلابك، من المفيد أن يكون لديك إطار عمل لتجميع أفكارك وتنظيم خططك، كما ستحتاج إلى تحديد أهدافك التعليمية في هذا المجال وتحديد فعالية/درس البداية (يمكن أن يكون هذا أيضاً الموضوع) وطرح سؤال توجيهي وتحديد المنتج (المنتجات) الرئيسية التي سينشئها الطلاب والدروس اليومية وغير ذلك.

يتكون مخطّط المشروع من سبعة أجزاء⁶:

- وصف المشروع: النقاط الرئيسية للمشروع.
- السؤال الرئيسي: السؤال الذي يعدّ الدليل والموجّه لما سيتمّ تعلّمه من المشروع بأكمله.
- الوقت المطلوب: ضع في اعتبارك كلاً من إجمالي الساعات بالإضافة إلى عدد الأيام التي ستنفذ فيها المشروع.
- اللوازم المطلوبة: ما هي المواد التي تحتاجها لتنفيذ المشروع؟ حاول أن تجعلها بسيطة.
- مخرجات التعلّم: أهدافك التعليمية. ماذا تريد أن يتمكن الطلاب من القيام به بعد المشروع، وهذا يساعدك أيضاً على قياس مدى التقدّم المحرز.

5 مقتبس من: <https://iite.unesco.org/publications/guidance-on-active-learning-at-home-during-educational-disruption/>

6 معهد باك للتعليم، <https://my.pblworks.org/planner>

- التعلّم السابق: ما هو العنصر أو العنصرين من العناصر ذات الصلة التي يمتلك الطلاب بالفعل معرفة مسبقة بها؟
- خطط الدروس: خطط الدروس اليومية التي توضح الأنشطة التي سيتم تنفيذها لتلبية احتياجات كافة الطلاب، وهذه ستظهر المعالم الخاصة بالمشروع.

يوجد نموذج لمخطط المشروع هذا في ملحق الدليل.

شاهد المثال⁷ الذي قدّمه فارس حول النظرة العامة على مشروعه للطلاب الذين تتراوح أعمارهم بين 8 و10 سنوات والمربط بموضوع "أجسامنا المتغيرة" وخطة الدرس لليوم الثالث (باستخدام نموذج خطة الدرس من الجلسة الفرعية 1.2.2.3) من مشروعه:

النمو (المستوى الثاني)	
الوصف	سيستكشف المتعلمون جسم الإنسان بما في ذلك حركات الهيكل العظمي والأعضاء، إلى جانب استكشاف الحواس الخمس والقيام ببعض الأنشطة البدنية لملاحظة بعض من وظائف الجسم الساحرة.
السؤال الرئيسي	كيف تتغير أثناء نمونا؟
الوقت المطلوب	5 ساعات على مدار 5 أيام.
اللوازم المطلوبة	أوراق وأقلام، قماش أو ماء وطحين، عود أسنان أو مَصَاصَة (قشّة)، قطعة زجاجية صغيرة، بالون (اختياري).
مخرجات التعلّم	<ul style="list-style-type: none"> • فهم دور العظام في حماية وحركة ودعم الجسم. • تسمية العظام الرئيسية في الهيكل العظمي البشري (مثل الجمجمة، والأضلاع، والرضفة، والحوض). • فحص كيف تؤثر التمارين على معدل ضربات القلب والنبض. • التعرف على أجزاء الجسم المختلفة وتشريح الإنسان. • استشعار الاختلافات الحاصلة في الجسم عند ممارسة التمارين أو التعرض للتوتر. • تطور ونمو الإنسان.
التعلّم السابق	معرفة أجزاء الجسم بما في ذلك الرضفة وحزام الكتف والحوض ومفصل الكوع والعمود الفقري... الخ.



نموذج خطة الدرس

موضوع الدرس: الجسم

التاريخ: اليوم الثالث من المشروع

الموضوع/اسم المشروع: نمو الجسم الصف

المستوى: 2

أهداف الدرس



المعارف الأساسية و/أو المهارات التي يجب أن يكتسبها الطلاب من خلال الدرس:

يواصل الطلاب التعلّم عن أجسامهم بحيث يكونوا قادرين على تصوّر العلاقة بين ضربات القلب والتنفس فيما يتعلق بالنبض

والقيام بعمليات الجمع والضرب والقسمة لمقارنة ومقابلة التغيرات في نبضات القلب

خطة الدرس:

المواد المطلوبة	الخطوات (بما في ذلك خطوات إجراء أي تقييم)	الوقت
لكل طالب: عجينة وكرة زجاجية صغيرة وبالونان وورق أحمر	1. فكّر في الحماية التي يوفرها الهيكل العظمي من خلال تصميم قلب من الزجاج ودماع من العجينة أو الرثين من البالونات أو الماء أو الأكياس البلاستيكية المملوءة بالهواء. يمكنك طلاء جسم زجاجي صغير أو لفّه بورق أحمر ليمثّل القلب وصنع دماغ باستخدام العجين ونفخ كيسين بلاستيكيين بالهواء كرثين.	20 دقيقة
صندوق تخزين	2. فكّر في كيفية حماية هذه الأعضاء نظراً إلى مدى حساسية الزجاج أو العجين أو البلاستيك؟ ستحتاج إلى تصميم الهيكل العظمي الواقي، على سبيل المثال خوذة تمثّل الجمجمة لحماية الدماغ أو صندوق تخزين أو زجاجة تمثّل القفص الصدري حيث تكون الرثان والقلب محمية.	5 دقائق
ورق وأقلام	3. اكتب وارسم الهيكل العظمي وكيف أنّه يحمي الأعضاء المختلفة بما في ذلك: الجمجمة التي تحمي الدماغ، والفقرات التي تحمي النخاع الشوكي، والقفص الصدري والعمود الفقري وعظم القص لحماية الرثين والقلب.	10 دقائق
	4. التنفس: لاحظ أولاً طريقة تنفسك. أغمض عينيك وعد أنفاسك خلال دقيقة ولاحظ ارتفاع وانخفاض معدتك وصدرك بوضع يدك على معدتك.	5 دقائق
	5. النبض: ضع إبهامك على معصمك حتى تشعر بنبضك واحسب عدد مرات النبض في الدقيقة الواحدة.	5 دقائق

5 دقائق	6. الآن قم ببعض التمارين وفكّر في ردة الفعل التي يشعر بها جسمك بعد 50 قفزة أو الهرولة في مكانك.
5 دقائق	7. فكّر في ردة الفعل التي يشعر بها جسمك عندما يكون تحت الضغط أو خلال ممارسة الرياضة، على سبيل المثال التنفس ومعدل النبض والعرق وغيرها. العمليات الحسابية:
15 دقيقة	8. قارن عدد الأنفاس التي أخذتها خلال دقيقة في حالة الراحة وبعد التمرين. إذا كنت قد أخذت 55 نفساً في الدقيقة قبل التمرين و80 نفساً في الدقيقة بعد التمرين، فكم عدد الأنفاس التي أخذتها في الثانية الواحدة قبل التمرين وبعده؟ وما هي النسبة المئوية للفرق في عدد الأنفاس بعد التمرين وقبله؟ 9. قارن عدد ضربات النبض في حالة الراحة وبعد التمرين. احسب عدد نبضات النبض في الثانية الواحدة قبل التمرين وبعده والنسبة المئوية للفرق في معدل النبض. 10. احسب عدد القفزات لكل دقيقة ثم لكل ثانية. على سبيل المثال إذا كان بإمكانك أداء 50 قفزة في الدقيقة الواحدة، فكم عدد القفزات التي يمكنك القيام بها كل ثانية؟

التغييرات التي يجب إجراؤها للطلاب بشكلٍ فردي

تتمتع نور بقدرة محدودة على الحركة وستحتاج إلى مساعدة إضافية مميّ في صنع مشروعها الفني الخاص بالجسم. كما لا يزال

هناك عشرة طلاب إضافيين لديهم مشكلات في المهارات المتعلقة بحساب النسب المئوية، لذا سأقوم بتقديم مثال على العمليات

الحسابية للصف بأكمله قبل أن يعمل الطلاب بشكلٍ فردي من أجل مساعدة من يحتاج المساعدة في مراجعة تلك العمليات.

لا داعي للخوف من التعلّم القائم على المشاريع، فنحن نقدّم لك نماذج تخطيط رسمية وأمثلة مصمّمة بشكل جيد لكن يمكنك جعلها بسيطة! يعدّ التعلّم القائم على المشاريع مجرد نهج للتدريس يركّز على الطالب ويعمل على إشراكه وتحفيزه بشكل أفضل سواء في المدرسة أو في المنزل. كما أنّه وعند تنفيذ المشاريع لا تحتاج سوى إلى هدف تعليمي واضح وارتباط وثيق الصلة بخطط الدروس اليومية والمناهج الدراسية ومهام قابلة للتحقيق ضمن مواعيد نهائية واضحة تناسب كافة الطلاب ووقت لتقييم عملهم وتقديم التغذية الراجعة بشأنه.

نصائح لتحسين أساليب التدريس⁸

1. أسأل واستمع وقيّم وابن على المعرفة التي يمتلكها الطلاب بالفعل.
2. ادحض وناقش المفاهيم الخاطئة الشائعة والمفاجآت المتعلقة بالمفاهيم/المواضيع/الموضوعات التي تم تناولها من خلال التعليم الوجيه عن طريق تقنيات التقييم التكويني (انظر الجلسة 2.1.3).
3. استخدم الأسئلة لتوليف المعلومات بدلاً من طرح تفسيرات لحفظها.
4. اغتنم الفرص للتفاعل بين طلابك داخل الصف.
5. أقم روابط بين المواضيع داخل وعبر المواد.
6. شجّع الطلاب على تعليل إجاباتهم وليس فقط الاكتفاء بتقديم الإجابات.
7. استخدم المهام التعاونية خلال وقت الدروس الوجيهة.
8. واجه الصعوبات بدلاً من محاولة تجنبها.
9. شجع الطلاب على التحدث عن الموضوع لتطوير مهارات التواصل في الصف وفي المنزل.
10. ادمج بين التعليم الوجيه والتعلم المنزلي واستخدام المصادر التكميلية أو التكنولوجيا حيثما كانت متاحة.

ما يجب فعله

قم بالاطلاع على خطة مشروع التعليم المالي والرياضيات للأعمار من 11 إلى 14 سنة (باللغة العربية) لمشاهدة مثال تعليمي كامل للمشروع: <https://resources.educationaboveall.org/ar/resources/ages-11-14>

باستخدام مخطّط المشاريع ونموذج خطة الدرس والاحتياجات والموضوعات الخاصة بطلابك، قم بتطوير وحدة تعليمية واحدة قائمة على المشاريع للفصل الدراسي القادم.

اطّلع على الملحق
مخطّط المشروع

الملخص

- مع إعادة فتح المدارس، سيكون من الصعب تغطية جميع المواد التعليمية التي لم يتم تغطيتها من قبل. لذلك، قم بإعطاء الأولوية للمعارف والمهارات التي تم تفويتها وتبرز أهمية تعويضها، ومن المهم ألا تتنقل فحسب إلى حيث يجب أن تكون في المنهج الدراسي عند العودة إلى مقاعد الدراسة.
- قد تكون القراءة والكتابة والحساب من أصعب المواضيع التي يعاني منها الطلاب عند عودتهم إلى المدرسة، وستحتاج إلى ترتيب الأمور لضمان مواكبة طلابك لهذه المهارات الأساسية والتأسيسية.
- نظراً لأن المدارس قد لا تفتح أبوابها كالمعتاد، فمن المحتمل أن يحتاج المرء إلى الجمع بين التعليم الوجيه والتعلم عن بُعد أو بعبارة أخرى التعليم المدمج.
- تنفيذ نهج التعليم المدمج سيكون مفيداً في معالجة الفجوات التعليمية والتأقلم مع التدابير التي يتم اتخاذها عند إعادة فتح المدارس لضمان التباعد الجسدي أو في حالة إغلاقها بشكل متقطع.
- للاستعداد والتحضير للتعليم الفعّال من خلال الجمع بين التعليم الوجيه والتعلم عن بُعد، نحتاج إلى ضمان أنّ المحتوى جاذب وهناك فرص للتفاعل مع المعلمين والأقران وتقديم الدعم لكافة الطلاب والأطفال.
- التعلم القائم على المشاريع هو أداة مفيدة للطلاب لتعويض ما فاتهم من الدروس، وأنت لا تحتاج سوى إلى هدف تعليمي واضح وارتباط بخطة الدروس اليومية ومهام قابلة للتحقيق ضمن مواعيد نهائية واضحة ووقت لتقييم عملهم.

8 مقتبس من بينيت، شيزيك، أندراي (2019)، دليل التقييم التكويني في التخصصات. ميلتون، المملكة المتحدة: تايلور وفرانسيس غروب

الوحدة الفرعية 3.3 بناء بيئة تعليمية داعمة

تحديد العناصر الأساسية لبيئة التعلم المحيطة التي يمكن أن تساعد المعلمين والطلاب على حد سواء على تحقيق النجاح عند العودة إلى المدرسة: دعم الأقران للمعلمين، ودور الآباء/ مقدمي الرعاية وإشراكهم، واستراتيجيات التعلم من طالب إلى آخر.

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
 1. التعرف على كيفية البدء بحلقة تدريس.
 2. وصف فوائد حصول المعلم على دعم من أقرانه.

تأملات

ما هي الطرق التي تتعاون بها مع زملائك المعلمين؟ هل لديك بالفعل معلم مساعد أو مرشد أو رفيق أو مجموعة تدريس أخرى على مستوى الصف للاجتماع غالباً بهدف الحصول على الدعم؟

المحتوى

يعتبر الفاقد التعليمي أثناء فترات الاستراحة والانقطاعات صراعاً شائعاً للمعلمين على مستوى العالم، فأنت لست وحدك وهذا ليس خطؤك.

ما هي حلقات التعلم؟

1. حلقات المعلمين هي مجموعات صغيرة من المعلمين المتزمين بالعمل معاً خلال فترة فصل دراسي واحد على الأقل، وقد تكون هذه الحلقات غير رسمية.
2. يقوم المعلمون في هذه المجموعات بمناقشة الأسئلة والاهتمامات والتحديات المتعلقة بالتدريس واحتياجات طلابهم.
3. يمكن أن تكون هذه الحلقات متعدّدة التخصصات أو الأقسام.
4. هي مجموعات عمل يقوم فيها الزملاء بتوليد وتبادل الأفكار المتعلقة بالتدريس وتقديم حلول للمشكلات وتقديم المشورة لبعضهم البعض.

في سياق كوفيد-19 والتحديات التي ستواجه نظام التعليم بسبب توقف التعلم وغيرها من المشكلات المذكورة في هذه الوحدة، قد يجد المعلمون فائدة كبيرة في تطوير حلقات التعلم.

أهمية إنشاء حلقات تعلم للمدرسين؟

توفر حلقات التعلم هذه دعماً للمعلم من قبل أقرانه، حيث من المتوقع أن يواجه المعلمون أنفسهم العديد من التحديات في مجال الصحة النفسية والضييق. وتجدر الإشارة أيضاً إلى أنه يمكن أيضاً استخدام تشكيل حلقات التعلم للاستعداد بشكل استباقي لمواجهة التحديات التعليمية في حالة حدوث إغلاق ثانٍ للمدارس.



إرشادات خاصة بحلقات التعلّم⁹

إنشاء حلقات تعلّم جاذبة للمعلّمين



1. يجب أن يتفق كافة الأعضاء على موضوع رئيسي للمجموعة (على سبيل المثال التدريس في صفوف كبيرة أو حقائب التدريس أو التعلّم القائم على حل المشكلات أو بناء مهام كتابية جيدة).
2. وجود هدف عام محدّد بوضوح للحلقة بما في ذلك هدف نهائي مكتوب وكذلك أهداف محدّدة لكل اجتماع.
3. تعيين مهام محدّدة لكل عضو (على سبيل المثال الخدمات اللوجستية، المسؤول عن الموارد والمصادر، المشرف، مدوّن الملاحظات) مما يوفّر إحساساً بالملكية المشتركة لأداء الحلقة التعليمية.
4. مراجعة ما تمّ نقاشه خلال الحلقة التعليمية السابقة. وفي حال تمّ تحديد أهداف، فيجب مساءلة الجميع حول الوفاء بها.
5. تشجيع كافة المعلّمين على مشاركة التحديات الخاصة بالطلاب والتي طرأت منذ الاجتماع الأخير.
6. عندما يشارك كل معلمّ تحدياته، على البقية دعمه من خلال الاستماع النشط دون إصدار أحكام مسبقة. تأكّد من الاستماع بعناية وأسأل لماذا كانت التجربة صعبة.
7. بعد انتهاء كل معلّم من التحدث، أسأله عمّا إذا كان يرغب في الاستماع لاقتراحاتك حول كيفية التعامل مع تلك التحديات. إذا أجاب بنعم، فقم بمشاركة الاستراتيجيات المقترحة للتغلب عليها.
8. تشجيع الجميع على استخدام أمثلة محدّدة.
9. الطلب من كل معلّم أن يشارك مثلاً واحداً عن النجاح الذي حقّقه مع طلابه منذ الاجتماع الأخير.
10. الطلب من كل معلّم تحديد الأهداف للاجتماع التالي وكتابتها على ورقة لتتبعها.

ما يجب فعله



فيما يلي مثالان للموضوعات التي يمكن مناقشتها خلال الاجتماعات الأولى للحلقة التعليمية:

1. باستخدام مكالمة جماعية أو رسالة نصية جماعية مع معلّمين آخرين في مدرستك، اعملوا معاً على إنشاء قائمة مشتركة ببعض التحديات التي تواجهونها مع إعادة فتح المدارس (كما تمّ تحديده مسبقاً في الأجزاء السابقة من هذه الوحدة، أي متابعة الفاقد التعليمي وتحديد احتياجات الطلاب). ما هي الاستراتيجيات التي ناقشتموها للتخفيف من وطأة هذه المشكلات؟

1.

2.

3.

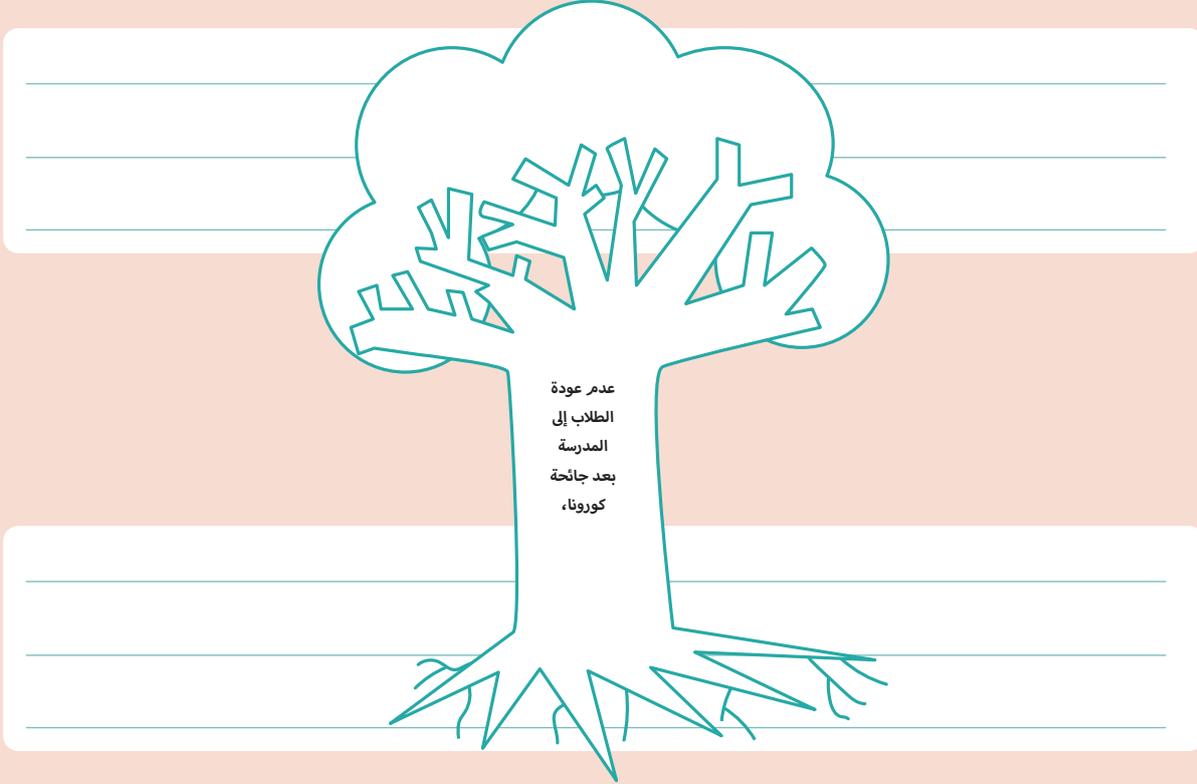
ملاحظة: يمكنك الرجوع إلى الوحدة الفرعية 2.3 للحصول على أفكار إضافية.

نظّموا أنفسكم بحيث يعمل اثنان من المعلّمين معاً لتطوير نموذج لكل من الاستراتيجيات التي تمّ إعدادها ومشاركتها مرة أخرى مع بقية المجموعة.

9 مقتبس من تدريب الأقران للمعلّمين في سياق الأزمات: مجموعة الأدوات مستوى 1 (8102)، نيويورك

https://s3.amazonaws.com/inee-assets/resources/TICC_Peer_Coaching_Pack_-_Toolkit_Level_1.pdf

2. باستخدام حلقة التعلّم (بحسب التأمّلات من جلسة 1.1.3)، قم بتعبئة شجرة المشكلات أدناه. يتضمن الجذع مشكلة "عدم عودة الطلاب إلى المدرسة بعد جائحة كورونا"، بينما يجب أن تكتب في الجذور بعض أسباب ذلك وفي الفروع الحلول التي يمكنك تحديدها لحمل الطلاب على العودة.



بمجرد أن تقوم بتحديد بعض الحلول، ناقش التجارب الشخصية والاستراتيجيات الناجحة لدعم الطلاب المستضعفين ضمن الحلقة التعليمية:

- 1.
- 2.
- 3.

2.3.3 كيفية إشراك الأهل/مقدّمي الرعاية

الأهداف

ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:

1. إعداد استراتيجيات التوعية والتواصل لتسهيل عودة الطلاب واستمرارية الحضور.
2. توضيح وشرح طرق التواصل الفعال مع الأهل وإشراكهم أثناء التعلّم عن بُعد.

تأمّلات

خلال العام الدراسي العادي، كم مرة وبأي طرق تتفاعل مع أولياء أمور طلابك؟ وكم مرة تواصلت مع أولياء الأمور/مقدّمي الرعاية خلال فترة إغلاق المدارس؟ وكيف؟

قدّمنا العديد من الأمثلة في الجلسات السابقة حول أنشطة التعلّم عن بُعد والتي لن يتم تنفيذها بشكل جيد دون الحصول على دعم الوالدين/مقدّم الرعاية، حيث يعدّ التواصل مع أولياء الأمور/مقدّمي الرعاية ومشاركتهم أمراً بالغ الأهمية لإعادة الطلاب إلى المدرسة ومساعدتهم على العمل بجد على ما فاتهم من الدروس من خلال الدروس التعويضية والفروض المدرسية، ويعتبر هذا أكثر أهمية بالنسبة للأطفال المستضعفين، كاللاجئين والأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة ومن يقطن بعيداً عن المدرسة ومن تضرّر بشكلٍ غير متناسب من جائحة كورونا.

قد يكون إرسال سلسلة من رسائل التذكير القصيرة (أو أي شكل آخر من أشكال التواصل) إلى أولياء الأمور/مقدّمي الرعاية وسيلةً فعّالة لتشجيع الطلاب على العودة إلى المدرسة، وإليك ثلاثة موضوعات رسائل يمكنك إرسالها في الأسابيع التي تسبق إعادة فتح المدارس:

1. **رسالة ترحيب بالعودة:** قم بذكر اسم الطالب وقل إنك تتطلع لرؤيته، مع ذكر تاريخ التسجيل في المدرسة وتاريخ إعادة فتح المدارس.
2. **رسالة (رسائل) السلامة:** اشرح للطالب وولي الأمر/مقدّم الرعاية إجراءات التشغيل الآمن للمدرسة وارشح تدابير السلامة (والمخاطر) التي تنطوي عليها العودة إلى المدرسة.
3. **ملاحظة:** قد يتطلب ذلك إرسال أكثر من رسالة، لذا اتّبِع الإرشادات الخاصة بمدرستك ووزارتي التربية والتعليم والصحة.

رسالة طمأنة أخرى: شجّع الطالب وولي الأمر/مقدّم الرعاية أنّه حتى لو شعر أنّه متأخر في تعليمه، فهو ليس وحده وأنّ جميع المعلمين والطلاب سيعملون معهم لمساعدتهم على النجاح.

إضافةً إلى ما سبق، يعدّ التواصل مع أولياء الأمور/مقدّمي الرعاية أمراً بالغ الأهمية عند التحدث عن طلاب المدارس الابتدائية، فمن المهم التواصل معهم بطريقة صادقة ومتعاطفة، ويمكنك استخدام عبارات كالآتي:

- يتعلّم الطالب عندما يكون في المدرسة بشكل أفضل ممّا يتعلّمه خلال دراسته من المنزل.
- من الآمن إعادة الطالب إلى المدرسة (حيث نفّذت المدرسة إجراءات الصحة والسلامة ولديها بروتوكول معمول به).
- ينبغي أن يكون من الأسهل على الآباء/مقدّمي الرعاية العودة إلى العمل مع عودة أبنائهم إلى المدرسة.
- ما زلنا بحاجة إلى دعمكم للتأكد من أنّ أطفالك يلتحقون بركب التعليم من خلال دعمهم لأداء واجباتهم المدرسية.

نصائح عامة

مشاركة الوالدين/مقدّم الرعاية/الأسرة¹⁰

1. **التواصل:** ضمان التواصل المنتظم مع أولياء الأمور حول تعليم أبنائهم، وتشجيعهم على التحدث بانتظام مع أطفالهم حول تعليمهم حتى وإن كانت معرفتهم بالموضوع المطروح محدودة.
2. **التطوع:** تشجيع أفراد الأسرة على التطوع من أجل تقديم الدعم للطلاب في منازلهم وأحيائهم ومدارسهم (مع اتباع قواعد التباعد الجسدي والسلامة والنظافة المناسبة)، ويمكن للمتطوعين استضافة مجموعات التعلّم عن بُعد والمساعدة في توزيع المواد ومناقشة المجالات التعليمية مع الطلاب وتقديم ملاحظات المعلمين.
3. **البيئة المنزلية:** تشجيع الآباء على خلق بيئة منزلية داعمة لتعليم أبنائهم قدر الإمكان، ويمكن أن يشمل ذلك إنشاء روتين معيّن بحيث تبدأ الدروس في وقت ثابت (حتى أثناء إغلاق المدرسة)، والعمل على تخصيص مكان هادئ وجيد الإضاءة للدراسة وضمان حصول الطالب على فترات راحة منتظمة وتشجيعه ودعمه.
4. **إدارة المدرسة:** تشجيع الآباء/مقدّمي الرعاية على المشاركة في مجالس أولياء الأمور والمعلمين ولجان إدارة المدرسة حتى أثناء الجائحة لضمان أنّ السياسات تعكس احتياجات الطلاب.
5. **مشاركة أولياء الأمور في إدارة المدرسة من خلال،** على سبيل المثال، مجالس أولياء الأمور والمعلمين (إذا كان بمقدورهم الاجتماع بأمان) يمكن أن تساعد في معالجة عدم المساواة في المدرسة.

يمكنك أيضاً الرجوع إلى
النصائح المفيدة في مجال
التواصل من الجلسة 2.3.2

10 مقتبس من "ريم"، (6102)، استراتيجيات المعلم لاستخدام التكنولوجيا لتعزيز مشاركة الوالدين، جامعة ديلاوير (أطروحة).

ما يجب فعله



تحدّث إلى بعض الآباء/مقدّمي الرعاية من مجالس أولياء الأمور والمعلّمين أو لجنة إدارة المدرسة، حتى لو كان ذلك عبر المكالمات الهاتفية، واسألهم عن استراتيجيات العودة إلى المدرسة التي نجحت في الماضي وكيف يمكنهم المساعدة في ضمان عودة كافة الطلاب. قمر بتدوين الملاحظات أدناه:

تحدّث كذلك إلى الطلاب وأولياء أمورهم/مقدّمي الرعاية واسألهم عن نوع الدعم الذي سيحتاجون إليه عند عودتهم إلى المدرسة. يمكنك استخدام هذا لتعبئة قائمة الطلاب الخاصة بك من الجلسة 1.1.3.

3.3.3 التعلّم التشاركي للطلاب

الأهداف

- ستكون في نهاية هذه الجلسة قادراً على:
1. تحديد أنواع مختلفة من دعم التعلّم من طالب إلى آخر.
 2. تطبيق استراتيجيات التعلّم من طالب إلى آخر.

تأمّلات



ملاحظة: فيما يتعلق بكافة استراتيجيات التعليم التالية، تأكد من اتباع إجراءات التشغيل الآمنة للمدرسة. لمزيد من التفاصيل حول السلامة والنظافة، يرجى الرجوع إلى الوحدة الأولى.

كم مرة تقوم بتقسيم طلابك ضمن مجموعات تعلّم للعمل معاً؟ وما نوع استراتيجيات التعلّم من طالب إلى آخر التي نفذتها في الماضي؟

المحتوى



ثمة العديد من الفوائد لإيجاد فرص التعلّم من طالب إلى آخر، حيث غالباً ما يسأل الطلاب بعضهم البعض حول تعليمهم أكثر من سؤال معلّمهم، ويتحدّثون بنفس الأسلوب ويمكنهم في كثير من الأحيان إيجاد طرق للشرح والفهم بسرعة أكبر، وهذا التفاعل المباشر لطلابك يعزّز أيضاً المشاركة والتعلّم بشكل أكبر.

يتوجب عليك الحفاظ على مشاركتك معهم وأن تكون على دراية بما يجري بين الطلاب. ارجع إلى أفكار الوحدة الثانية التي تناول كيفية إعداد القواعد الخاصة بالصف المدرسي مع طلابك وذلك من أجل إعداد قواعد جديدة خاصة بعمل الطلاب مع بعضهم البعض لتجنب التفاعلات السلبية، وحتى العنيفة في بعض الأحيان، والتي قد تؤدي في الواقع إلى انسحاب البعض منهم من الجلسة، ويمكن أن تشمل هذه القواعد احترام بعضنا البعض والاستماع إلى بعضنا البعض والسماح للبعض/للجميع بالمشاركة في اقتراح أفكار أو اتخاذ قرار واستخدام لغة إيجابية، حتى وإن كان هناك اختلاف في الآراء، والتركيز على المهام. هل يمكنك التفكير في قواعد أخرى؟

يتمتع كافة الطلاب بنقاط قوة ونقاط ضعف. يمكنك من خلال قائمة الطلاب التي قمت بإعدادها في جلسة 1.1.3 إضافة ملاحظات حول نقاط القوة والضعف تلك لتعرف في أي مجال يحتاجون إلى الدعم أكثر أو في أي مجال يمكنهم دعم غيرهم. بالنسبة للطلاب الجدد، يمكنك طلب مثل هذا التقييم من المعلم السابق. وفي حال عدم قدرتك على القيام بذلك قبل بدء العام الدراسي، فيمكنك القيام به في الأسابيع الأولى ثم تغيير ترتيبات الجلوس والمجموعات الثنائية والعمل الجماعي حتى يتمكن الطلاب من التعلم من غيرهم من الطلاب الأقوياء في مجالات محددة، كما أنّ الطالب "الأقوى" يعزز عملية التعلم من خلال شرحه لطالب آخر.

ملاحظة تحذيرية: من الأهمية بمكان عدم وصم الطالب بناءً على سلوك سابق أو تقييم سلبى من الآخرين، بل اتخذ قرارك بنفسك بشأن أداء الطالب مع الانتباه إلى نقاط الضعف والقوة الأكاديمية الخاصة به.

أمثلة على استراتيجيات التعلم من طالب إلى آخر:

1. كلّف الطلاب بعمل جماعي أثناء انعقاد الصف يجمع بين الطلاب من مستويات مختلفة من المعارف والمهارات في الموضوع المختار.
2. أوجد فرصاً منظمة للطلاب لمراجعة عمل بعضهم البعض بشكلٍ بنّاء وتقديم التغذية الراجعة.
3. اطلب من الطلاب التطوع كمعلمين لمواضيع ومواد مختلفة طوال العام الدراسي وتشجيع كل طالب على اختيار موضوع واحد على الأقل حيث يمكنه مساعدة الآخرين.
4. شجع الطلاب ممن لديهم أشقاء أكبر سناً على طلب المساعدة منهم في حل الواجبات المنزلية أو مهام التعلم عن بُعد الأخرى.
5. إدخال التعلم التعاوني.

كما يوحي مصطلح "التعلم التعاوني"، فإنّه يقوم على مساعدة الطلاب بعضهم البعض على التعلم وتبادل الأفكار والمصادر والتخطيط بشكل تعاوني ومشارك لما يتم تدريسه وطريقة تدريسه. وعليه، لا يفرض المعلم تعليمات محددة بل يسمح للطلاب بدرجات متفاوتة من الاختيار فيما يتعلق بجوهر وأهداف أنشطة التعلم الخاصة بهم، الأمر الذي يجعل الطلاب مشاركين نشطين وفعّالين في عملية اكتساب المعرفة. وهذا جليّ أيضاً من خلال التعلم القائم على المشاريع ومجموعات الإثراء (انظر جلسة 2.2.2.3).



قد يشكّل نادي الطلاب أحد أشكال التعلم التعاوني، فعلى سبيل المثال يمكنك مساعدة الطلاب على تكوين مجموعات صغيرة تجتمع خلال فترة زمنية معينة، ويمكن لهم التصويت لاختيار الهيكلية القيادية (على سبيل المثال من هو الرئيس والمدوّن وما إلى ذلك) ويمكنهم أيضاً التصويت لتحديد الهدف من النادي. ويمكنك اختيار موضوع شامل كالتعليم المالي أو كيف يمكن أن تكون أحد صنّاع التغيير. ومن هذا المنطلق وتحت إشرافك العام يمكنهم تحديد هدف لتحقيقه أو مشكلة لإيجاد حل لها والعمل على تنفيذ هذا الحل.

ما يجب فعله

استخدم الجدول أدناه لكتابة الموضوعات وأساليب/استراتيجيات التدريس التي يمكن أن يكون فيها التعلّم من طالبٍ إلى آخر فعّالاً.



المواضيع	أساليب/استراتيجيات التدريس
.1	.1
.2	.2
.3	.3
.4	.4
.5	.5

الملخص

- بمجرد إعادة فتح المدرسة، سيكون هناك توقعات كبيرة من المعلمين لضمان لحاق الأطفال بركب التعليم واستئناف تعليمهم، وقد يشكّل تكوين حلقات تعلّم طريقة جيدة لتقديم الدعم لبعضنا البعض، ويمكن أيضاً استخدام هذه الحلقات للتخصّير لمواجهة تحديات التعليم في حالة حدوث إغلاق ثانٍ للمدارس.
- إعادة فتح المدارس بشكل آمن وفعال لن يتم بشكل جيد إلا بدعم من أولياء أمور الطلاب ومقدّمي الرعاية، حيث أنّ التواصل مع أولياء الأمور وإشراكهم أمر بالغ الأهمية لإعادة الطلاب إلى المدرسة ومساعدتهم على تعويض ما فاتهم من خلال الدروس التعويضية والواجبات المنزلية، وهذا أكثر أهمية للأطفال المستضعفين.
- ستكون فرص التعلّم من طالبٍ إلى آخر طريقة تعلّم فعّالة عند العودة إلى المدرسة لإعادة إشراك الأطفال في عملهم المدرسي، وهذا النهج مفيد لأنّ الطلاب من المرجح أن يسألوا بعضهم البعض أسئلة حول تعلّمهم ويميلون إلى التحدث بنفس الأسلوب، ممّا يساعدهم على الشرح والفهم بسرعة أكبر، كما أنّه يعزّز مستوى أكبر من المشاركة.

اختبار

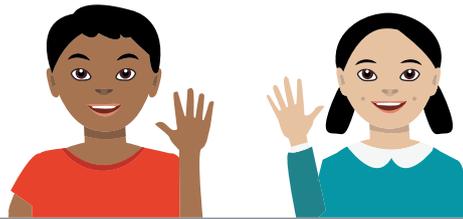
1. صح أم خطأ: يمكن لمنصات التعلّم الرقمية فقط توفير أفضل تعليم عن بُعد أثناء إغلاق المدرسة أو مع التعليم المدمج.

2. صح أم خطأ: لا يمكن مقارنة التراجع التعليمي الذي حدث بسبب إغلاق المدارس بالتراجع خلال الإجازات المدرسية.

3. نوع التقييم الموصى به للتحقق من الفجوات التعليمية هو:

4. صح أم خطأ: باستخدام التعلّم القائم على المشاريع، يتم استخدام العديد من الدروس والأنشطة اليومية على مدار عدّة أيام أو أسابيع لإكمال التعليم.

5. أي من الإجراءات التالية لن تجعل صفك المدرسي أكثر شمولاً ودمجاً؟
أ. تقديم بعض البدائل للأنشطة التعليمية لضمان مشاركة كافة الطلاب (أي ليس فقط تقديم خيارات التعلّم عبر الإنترنت أو التفكير في منح بعض الطلاب مزيداً من الوقت لإكمال المهام).
ب. التعامل مع جميع الطلاب على قدم المساواة - يمكنهم جميعاً الانضمام والمتابعة والتقدّم بنفس الوتيرة.
ج. التواصل مع كافة مقدّمي الرعاية والطلاب وتشجيعهم على العودة إلى المدرسة، وخاصة أولئك الذين هم أكثر عرضة لخطر التسرب.
د. افعل ما في وسعك للتأكد من أنّ أي من خدمات الدعم التعويضي لا تزال متاحة للطلاب الذين يحتاجون إليها عند العودة إلى المدرسة.



خطأ 1: فهناك العديد من الاستراتيجيات التي يمكنك اتباعها في حال تعذر الوصول إلى الإنترنت، كالتعلّم القائم على المشاريع والمهام العملية والواجبات المنزلية وما إلى ذلك، والتي ستحصل طلابك يواصلون العمل **خطأ 2:** كمتعلّم، تتعامل مع تراجع المستوى التعليمي بسبب الإجازة الطويلة أو الإجازات الفصلية بشكلٍ منتظم. قد يكون ذلك التراجع أكثر حدة بسبب كوفيد-19 لأنّ الإغلاق كان لفترة أطول وقد يتعامل الطلاب مع صعوبات ومشكلات نفسية أخرى، لكنّه لا يزال أمراً يمكن تداركه **خطأ 3:** بمعنى تقديم أسئلة وأنشطة مفتوحة للطلاب للتحقق من معارفهم السابقة والحالية **خطأ 4:** صح **الجواب 5:** ب. هذا ليس بإجراء يوصى به. يتطلّب منك التعليم المدمج وقف تزيك تحه سلوك الطلاب وأدائهم وكذلك الاستجابة بشكل استثنائي من خلال تعديل أساليب التدريس وطريقة العرض لضمان حصول جميع الطلاب على طريقة للتعلّم وإثبات معرفتهم

1.2.2.3 نموذج خطة الدرس من جلسة ١



موضوع الدرس:

التاريخ:

المادة/اسم المشروع:

الصف:

أهداف الدرس



(المعارف و/أو المهارات الأساسية التي يجب أن يحرز الطلاب تقدماً فيها لتعلم الدرس):

هيكل الدرس:

الوقت	الخطوات (بما في ذلك خطوات أي تقييم)	المواد المطلوبة

الترتيبات التي يجب إجراؤها لمراعاة الفروق بين الطلاب

2.2.2.3 مخطط المشروع من جلسة من جلسة

نموذج مخطط المشروع

ورقة النظرة العامة

	عنوان المشروع (الصف:)
	الوصف
	السؤال الرئيسي
	إجمالي الوقت المطلوب
	اللوازم المطلوبة
	نتائج التعلم
	التعليم السابق

وَيُرْجَى كَذَلِكَ إِضَافَةٌ:

مفكرة المشروع				
سؤال محفز:				
الأسبوع:		المعلم الرئيسي للمشروع:		
أستلة الطالب الرئيسية:				
اليوم 5:	اليوم 4:	اليوم 3:	اليوم 2:	اليوم 1:
الملاحظات:				

كيفية استخدام المستند: يُقدم هذا المخطط إرشاداً حول كيفية تخطيط دروسك اليومية في مفكرة المشروع. قم بانتقاء واختيار ما هو ضروري لتحقيق نتيجة التعلّم المرجوة وتحسين تطوير المنتج لجميع الطلاب.

1. **التحقق من المعرفة السابقة:** حدد كيف ستقوم بحصر معرفة الطالب قبل بدء المهمة أو الدرس أو النشاط (على سبيل المثال، تمرين تذاكر الخروج في اليوم السابق، أو نشاط الإجماع، أو قائمة مراجعة ما يجب معرفته، أو اختبار قصير، أو مناقشة صافية... الخ).
2. **مخرجات التعلّم:** يمكن أن ترتبط هذه بمهارات أو معايير النجاح. إذا كانت منطقتك تستخدم بيانات الخريجين أو نتائج المسار الوظيفي، أدخل النتائج ذات الصلة هنا أيضاً.
3. **المفردات الرئيسية:** انتبه للمصطلحات أو المفردات الأكاديمية الضرورية لهذا الدرس. إذا كنت تخدم متعلمي اللغة الإنجليزية، خذ بعين الإعتبار المصطلحات الإضافية التي قد تكون ضرورية بالنسبة لهم للوصول إلى المحتوى/ المهارات خلال الأنشطة التعليمية.
4. **التقييم التكويني:** ضع في اعتبارك نوع التقييم الأفضل لقياس مخرجات التعلّم لكل درس، على سبيل المثال، قد يكون إجراء اختبار قصير وسيلة الأفضل للتحقق من فهم المصطلحات الرئيسية بينما يكون الرسم التوضيحي أفضل وسيلة لتحديد فهم الطالب لكيفية توافق المصطلحات الرئيسية معاً. في بعض الأحيان، قد يكون تقييمك غير رسمي مثل استخدام بطاقات الخروج أو أكثر رسمية مثل المسودة الأولية. أخيراً، عند التخطيط للتقييم التكويني يتوجب عليك تنويع الأشخاص الذين يؤدون التقييم، أي ينبغي تضمين التقييم الذاتي وتقييم الأقران وتقييم المعلم بما يتناسب مع الفئة العمرية. عند الإمكان، اطلب من شركاء خارجيين أو مستخدمين نهائيين تقديم ملاحظات لتحسين العمل أو توجيهه.
5. **الأنشطة التعليمية الرئيسية:** يمكن أن يشمل هذا على الدروس والمهام والأنشطة أو الخبرات التعليمية. اختر الطريقة التعليمية التي تساعد الطلاب على أفضل وجه في تحقيق مخرجات التعلم، على سبيل المثال، قد يكون الدرس التعليمي المباشر مناسباً لتقديم اللاعبين الرئيسيين في الحرب العالمية الثانية بينما يكون نشاط الاستفسار عن القطع الأثرية الذي يقوم خلاله الطلاب بفحص مستندات المصدر الأساسي مناسباً لهم بشكل أفضل لفهم تأثير هؤلاء اللاعبين الرئيسيين على الأحداث المحورية أثناء الحرب. سيوفر هذا أيضاً مساحة لتضمين التدريس والتعلم المرتبطين بثقافة الفصل الدراسي و/ أو تعاون الطلاب و/ أو أدوات أو مهارات إدارة المشروع، بما يتناسب مع احتياجات الطلاب أو احتياجات المشروع. تُظهر الروابط المدرجة أمثلة على مثل هذه الأنشطة.
6. **وسائل الدعم التعليمية:** تعمل وسائل الدعم التعليمية كدعائم مؤقتة تتم إزالتها عندما لا يحتاجها الطلاب. يمكن استخدام وسائل الدعم هذه إما لمساندة المحتوى أو عملية المشروع (على سبيل المثال أسئلة ما يجب معرفته). استفد من نقطة "التحقق من المعرفة السابقة" لضمان تقديمك لوسائل الدعم التعليمية المناسبة للطلاب الذين يحتاجون إليها. تأكد من مراعاة مجموعة واسعة من الاحتياجات مثل مهارات القراءة والكتابة ومستويات اكتساب اللغة والمعالجة السمعية/ البصرية ومخطط البناء التعليمي وتفضيلات أسلوب التعلّم ومستويات الأداء الأكاديمي وما إلى ذلك.
7. **التأمل:** كيف سيتأمل الطلاب بتفكيرهم أو بالعمليات أو بالتعلم؟
8. **حاجة الطالب إلى معرفة الأسئلة التي تمت معالجتها:** ما هي أسئلة الطلاب التي ستتم الإجابة عليها أو التي تنوي الإجابة عليها خلال هذا النشاط التعليمي؟
9. **الأدوات/ المصادر:** الأدوات التعليمية المتاحة للطلاب والموارد البشرية مثل الخبراء أو أعضاء المجتمع، وأدوات المعلم والمعدات وما إلى ذلك.

Aflatoun International (2008). *Teacher Training Manual*.

Aleissa, R. (2016). *Teachers' Strategies for Using Technology to Enhance Parent Engagement*. University of Delaware

Retrieved from https://udspace.udel.edu/bitstream/handle/19716/21492/2016_AleissaReem_DEd.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Andrade, H. (Ed.), Bennett, R. (Ed.), Cizek, G. (Ed.). (2019). *Handbook of Formative Assessment in the Disciplines*. New York: Routledge

<https://doi.org/10.4324/9781315166933>

Buck Institute for Education, PBL Works, *Project Planning Toolkit*.

Retrieved from <https://my.pblworks.org/planner>

Education Above All (2020), *Growing Up*, Innovation Development Directorate

Retrieved from <https://resources.educationaboveall.org/sites/default/files/resources/attachments/2020-07/Growing%20Up%20project%208-10%20Level%202.pdf>

Huang, R.H., Liu, D.J., Amelina, N., Yang, J.F., Zhuang, R.X., Chang, T.W., & Cheng, W. (2020).

Guidance on Active Learning at Home during Educational Disruption: Promoting student's self-regulation skills during COVID-19 outbreak. Beijing: Smart Learning Institute of Beijing Normal University

Retrieved from <https://iite.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/Guidance-on-Active-Learning-at-Home-in-COVID-19-Outbreak.pdf>

Inter-Agency Network for Education in Emergencies (2018). *Peer Coaching for Teachers in Crisis Contexts: Toolkit Level 1*. New York, NY: INEE.

Retrieved from https://s3.amazonaws.com/inee-assets/resources/TiCC_Peer_Coaching_Pack_-_Toolkit_Level_1.pdf

The Global Goals for Sustainable Development. *The World's Largest Lesson Toolkit*, 2016

Retrieved from <http://cdn.worldslargestlesson.globalgoals.org/2016/07/Migration-as-part-of-our-shared-history-.pdf>

United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization, Teacher Task Force, International Labour Organization, *Supporting Teachers in Back-to-School Efforts*, UNESCO, Teacher Task Force, ILO 2020.

Retrieved from https://teachertaskforce.org/sites/default/files/2020-06/TTF_BackToSchool_Toolkit%20for%20school%20leaders.pdf

التقييم الذاتي

التعليمات: نقدم لك فيما يلي تقييم ذاتي¹ لمساعدتك على تحديد المستوى الحالي لمعرفتك وقدراتك المرتبطة بالتعلم في هذه الحزمة. يجب عليك عند كل جملة تحديد مستوى الكفاءة الذي تشعر أنه تمثيل دقيق لفهمك ومعرفتك بناءً على مستويات الكفاءة التالية:

- مبتدئ:** حتى الآن، لا أتمتع بالقدرة على القيام بذلك بثقة.
متوسط: أجيد بشكل جيد جداً، لكني بحاجة إلى أن أكون أكثر اتساقاً أو أن أتحسن أكثر.
متمكن: أفعل ذلك بشكل جيد وباستمرار.
متقدم: متمكن جداً ويمكنني مشاركة تجربتي مع الآخرين.

ملاحظة: ليس الهدف بالضرورة أن تصبح متقدماً في المجالات كلها، لكن يمكنك توظيفها للتحقق من مستواك الحالي وتحديد الأهداف الذاتية إذا كنت ترغب في تحسين مستوى كفاءتك.

1. أتفهم طبيعة وتبعات كوفيد-19 على المعلمين (بمن فيهم أنا) والطلاب.

مبتدئ ()	متوسط ()	متمكن ()	متقدم ()
يمكنني شرح أن هناك فيروس يسبب أزمة وقد أدى إلى إغلاق المدارس وإيقاف بعض الأنشطة، لكن لا يمكنني شرح الطبيعة المحددة للفيروس وآثاره ومخاطره أو أسبابه.	يمكنني شرح طبيعة كوفيد-19 والجوانب المتعلقة بمخاطره أو النتائج/الآثار ولكن ليس بشكلٍ شامل.	يمكنني شرح طبيعة كوفيد-19 ومخاطره وآثاره عليّ وعلى الآخرين بوضوح، ويمكنني القيام بذلك دون أخطاء واستناداً إلى أحدث المعلومات.	يمكنني شرح طبيعة كوفيد-19 بوضوح ومساعدة/دعم الآخرين للقيام بالشيء ذاته، ويمكنني أن أشرح بشكلٍ واضح ودقيق مخاطر الفيروس وتداعياته ومساعدة الآخرين على القيام بالشيء ذاته.

1 مقتبس من منظمة إنقاذ الطفل: وحدة تمكين التطوير المهني للمعلمين: كوفيد-19- للمعلمين (1) 2020

2. أتفهم كيف أحمي نفسي والآخرين من كوفيد-19 وكيف أشجّع الآخرين على فعل الشيء نفسه.

مبتدئ ()	متوسط ()	متمكّن ()	متقدّم ()
يمكنني سرد بعض الأنشطة/ الاستراتيجيات لاستخدامها للحفاظ على سلامتي وحماتي من كوفيد-19، لكنّ هذا ليس شاملاً وقد يحتوي على بعض الأخطاء.	يمكنني سرد الأنشطة/ الاستراتيجيات لاستخدامها للحفاظ على سلامتي وسلامة طلابي وحمائهم من كوفيد-19، لكنّ هذا ليس شاملاً وقد يحتوي على بعض الأخطاء.	يمكنني سرد الأنشطة/ الاستراتيجيات بشكلٍ شامل ودقيق وواضح للحفاظ على سلامتي وسلامة طلابي وإيقائهم آمنين ومحميين من كوفيد-19.	يمكنني مساعدة الآخرين على تعلّم وفهم الأنشطة/ الاستراتيجيات اللازمة لحماية نفسي وطلابي من كوفيد-19، ويمكنني تدريب ودعم الآخرين لتنفيذ هذه الاستراتيجيات لضمان تنفيذها بالشكل الصحيح/ الفعّال.

3. أتفهم كيف يمكن لقضايا التوتر والحماية أن تؤثر على رفاهيتي كمدرس ورفاهية طلابي.

مبتدئ ()	متوسط ()	متمكّن ()	متقدّم ()
أعلم أنّي أواجه وطلابي مخاطر التوتر والحماية المتعلقة بكوفيد-19، لكن لدي قدرة محدودة على تحديد علامات التوتر وطرق دعم الرفاهية.	لدي بعض القدرة على تحديد علامات التوتر ومخاطر الحماية إلى جانب تحديد طرق دعم رفاهية الطالب والمعلم خلال جائحة كورونا.	يمكنني بكل ثقة تحديد علامات التوتر ومخاطر الحماية إلى جانب تحديد طرق دعم رفاهية الطالب والمعلم خلال جائحة كورونا.	يمكنني تدريب الآخرين على تحديد علامات التوتر ومخاطر الحماية إلى جانب تحديد طرق دعم رفاهية الطالب والمعلم خلال جائحة كورونا.

4. أتفهم كيفية دعم إدارة التوتر والرفاهية بشكلٍ أفضل وضمان حماية الأطفال.

مبتدئ ()	متوسط ()	متمكّن ()	متقدّم ()
بدأت للتو في معرفة الروابط بين سلامتي الشخصية والوباء ورفاهية الطالب.	أقوم حالياً بمحاولة فهم لطبيعة رفاهيتي والوباء ورفاهية الطالب.	يمكنني أن أشرح بثقة أهمية استخدام استراتيجيات استباقية لدعم رفاهية المعلم والطالب أثناء الوباء.	لدي القدرة على تدريب الآخرين على الإستراتيجيات الاستباقية لدعم رفاهية المعلم والطالب أثناء الوباء.

5. أفهم كيفية تحديد الدروس التي تم تفويتها/التراجع الحاصل وتطبيق استراتيجيات لدعم اللحاق بركب التعلّم.

مبتدئ ()	متوسط ()	متمكّن ()	متقدّم ()
أنا قادر على رؤية الصلة بين إغلاق المدارس والفاقد التعليمي أو التراجع لدى طلابي.	أستوعب حالياً أنّ ثمة فاقد تعليمي وتراجع حاصل لدى الطلاب، وأبني سأحتاج إلى تنفيذ استراتيجيات تدعم التحاق الطالب بركب التعلّم.	يمكنني تحديد مجالات الفاقد التعليمي والمراجع بدقة لدى طلابي وأنا على دراية بالاستراتيجيات التي يمكن أن تدعم تنفيذ الدروس التعويضية.	أنا قادر على تحديد أي فجوة تعليمية لدى كل طالب وتطبيق تقنيات داخل الصف المدرسي تلبّي احتياجات التعلّم لكل طالب على حدة.

6. أفهم كيفية تنفيذ التعليم المدمج بشكلٍ فعّال من خلال أدوات تخطيط عملية.

مبتدئ ()	متوسط ()	متمكّن ()	متقدّم ()
بدأت للتو في معرفة كيف يمكن أن يكون نهج التعليم المدمج أكثر فعالية من نهج واحد فقط.	أستوعب حالياً كيفية تنفيذ نهج التعليم المدمج المحتمل.	يمكنني أن أشرح بثقة ما هو نهج التعليم المدمج وتحديد كيفية تنفيذه مع طلابي.	أنا قادر على التخطيط مسبقاً وتقسيم المهام لتكون وجاهية أو عن بُعد وتصميم خطتي الشاملة في مجال التعليم المدمج.

تحقق من إجاباتك لترى مستواك في مجال الكفاءة الأكثر شيوعاً.

متوسط مستواي الحالي في الكفاءة:

بنهاية الفصل الدراسي الحالي/القادم أريد أن أكون في المستوى:

الأساليب المحددة التي أرغب من خلالها في تحسين كفاءتي هي:

قائمة التحقّق الخاصة بإعداد المعلّم²

تقدّم حزمة العودة إلى المدرسة تغييراً في الطريقة التي سيتم بها التدريس والتعلم. وليتكيف المعلّم مع هذا التغيير وفي الوقت ذاته الحفاظ على بيئة تعليمية دامجة وأمنة لكافة الطلاب، سيحتاج إلى الاستعداد الجيد والمنظم للعودة إلى الصف المدرسي. قدّمت الوحدات في هذه الحزمة العديد من النماذج وأدوات التخطيط في هذا المجال، وسترشّدك قائمة التحقّق أدناه حول إجراءات العودة إلى المدرسة.

هل فكرت/قمت بما يلي:
إعادة تنظيم الصف المدرسي للسماح بتقديم التعليمات الفردية مع الالتزام ببروتوكولات السلامة والأمان (من قبيل التباعد الجسدي).
تحديد كيفية تطبيق ممارسات نظافة اليدين داخل الصف المدرسي.
تحديد الطريقة التي ستعالج بها وصمة العار أو التمييز أو التمر المرتبطة بكوفيد-19 بين طلابك.
تطوير مهارات إدارة الصف المدرسي الفعّالة للتعامل مع التنظيم الجديد للصف المدرسي وأساليب التدريس.
تحديد كيفية علاج والتحكم في الضغط النفسي والتوتر لدى طلابك.
تحديد كيفية التعامل مع ضغوطك النفسية وإدارتها.
تطوير أساليب العناية الذاتية الخاصة بك.
تحديد كيفية علاج الصدمة ودعم الطالب المستضعف أو "المعرّض للخطر" في الصف المدرسي.
فهم كيفية تنظيم الطلاب من ذوي الاحتياجات التعليمية الخاصة بهدف تقديم مساعدة إضافية لهم.
مراجعة التغييرات في المناهج الدراسية استجابةً لأزمة كوفيد-19 التي أجرتها السلطات المحلية أو المركزية و/أو وزارة التعليم.
تحديد مصادر التعليم التكميلية المحدّدة للطلاب الذين لديهم فجوات تعلّم أكبر من غيرهم، وخاصة الطلاب المحرومين أو من عانى بشكل أكبر من توقف الدراسة.
تحديد كيفية تطبيق تقييمات تكوينية ذات مغزى.
تصميم خطتك الأسبوعية الدامجة للتعليم المدمج لتعويض ما فات الطلاب.
إعداد وحدة تعليمية قائمة على المشاريع تلبّي احتياجات وموضوعات طلابك باستخدام مخطط المشاريع.

2 مقتبسة من اليونسكو؛ فرقة العمل الدولية المعنية بالمعلّم والتعليم، ومنظمة العمل الدولية؛ دعم المعلّم في جهود العودة إلى المدرسة؛ مجموعة أدوات لمديري المدارس (2020)

Save the Children (2020), *Enabling Teachers: Teacher Professional Development*, Module: COVID-19 for Teachers (I).

Retrieved from https://resourcecentre.savethechildren.net/node/17551/pdf/learn_covid-19_tool_teachers_module_1_-_self-study_1.pdf

United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization, Teacher Task Force, International Labour Organization, *Supporting Teachers in Back-to-School Efforts*, UNESCO, Teacher Task Force, ILO 2020.

Retrieved from https://teachertaskforce.org/sites/default/files/2020-06/TTF_BackToSchool_Toolkit%20for%20school%20leaders.pdf

