

مدارس مقاطعة فيرفاكس الحكومية  
التربية الاسرية

## وصف برنامج المرحلة الدراسية الاولى

دروس التربية الاسرية (FLE) للمرحلة الدراسية الاولى متضمنة في منهاج التربية الصحية (تحضر، استعد، انطلق نحو صحة جيدة) *Ready, Set, Go for Good Health*. الدروس تتناول مواضيع الصحة الذهنية.

### الاهداف التعليمية للمرحلة الدراسية الاولى- تربية الصحة الذهنية

- 1.1 سوف ينمو الطالب واعيا ان العاطفة الجسدية قد تكون تعبيراً عن الصداقة، الاحتفال، او محبة العائلة. تعبير توضيحي: يتضمن هذا تذكير الطفل بان التعبير عن العاطفة مهم لصحة الاسرة، وان العاطفة الجسدية مناسبة عادة من افراد الاسرة و الاصدقاء. و يتضمن طرق صحية لتعبير افراد الاسرة عن الحب و اظهار الاهتمام والرعاية، و العمل على حماية الاطفال بتأسيس قوانين و تنفيذها بشدة لحمايتهم من الاذى.
- 1.2 سوف يفرق الطالب بين حالات الضغط النفسي و حالات الاسترخاء. تعبير توضيحي: سوف يتعرف الطالب على انواع الضغط، ويصف كيف يشعر حيالها، و يناقش اهمية التحدث الى الوالدين او الاوصياء الشرعيين، و التعرف على انواع الفعاليات التي يستطيع القيام بها لجعله يسترخي.
- 1.3 سوف يتعلم الطالب احترام و تمييز مشاكل الاشخاص ذوي العاقبة والتي من الممكن ان يكون الفرد و المجتمع حساسين تجاهها وان يتكيفوا معها. تعبير توضيحي: سوف يفهم الطالب ان الافراد المعاقين اناس قادرين؛ فمعظمهم يداومون في مدارس عادية، ولهم هوايات، و يشاركون في النشاطات مع الاصدقاء. سوف يصبح الطالب واعيا لعدة اعاقات جسدية و ذهنية شائعة.
- 1.4 سوف يتعرف الطالب على مواقف غير سارة و طرق للتغلب على فقد الاشخاص و الاشياء. تعبير توضيحي: يحتاج هذا الى التمييز بين التجارب الايجابية و السلبية و استخدام ادب الاطفال للتركيز على مناقشة فقد فرد من الاسرة، صديق، حيوان أليف، او ملكية شخصية.
- 1.5 سوف يظهر الطالب استراتيجيات الاستجابة للمعاملة غير اللائقة من قبل افراد العائلة، الجيران، الغرباء، او اخرين دون ان يصبح مذعورا من اخطار لا وجود لها. تعبير توضيحي: يتضمن هذا مواضيع عن عناصر اللمس الجيد و السيء؛ طرق تجنب الصدمات السلبية؛ قول "لا"، الهرب، و اخبار شخص بالغ موثوق (الوالدين، رجل الدين، المدرس، الجدين، الاوصياء الشرعيين)؛ و الصراخ و الصياح كاستراتيجية لوقاية الذات.

## اشرطة الفيديو للمرحلة الدراسية الاولى- تربية الصحة الذهنية

*My Body Belongs to Me.* Sunburst Technology, 1992. (24 minutes)  
يساعد هذا الفيديو الاطفال لتعلم انواع ملائمة من اللمس. الجزء الاول من البرنامج يحوي على محاوره تثقيفية بين دمية متحركة ومرشد. الجزء الثاني يقدم دمية مختلفة تلعب لعبة المدرسة مع عدد من الاطفال من الحضور لاعادة الدروس حول " اللمس الجيد والسيء" بشكل تفاعلي.

*The Same Inside.* March of Dimes, 1985. (2 minutes)  
تستخدم مقدمة شريط الفيديو هذا فقط. و فيها يقدم الاطفال ذوي الاعاقة الجسمانية مع التركيز على تشابههم مع الطلاب ذوي القابليه الجسمانية الاحسن.

## المواد المطبوعة للمرحلة الدراسية الاولى- تربية الصحة الذهنية

*Alexander and the Terrible, Horrible, No Good Very Bad Day,* Viorst, Judith, 1972.  
يتعلم الكساندر ان الحياة فيها ايام جيدة و اخرى سيئه.

*Love You Forever,* Munsch, Robert, 1982.  
اسرة تعبر عن حبها و اهتمامها بمولود جديد لديها.

*Three Little Pigs* (يختار المدرس روايه عن هذه القصة التقليدية).