

amaze

تحضير دروس التربية الجنسية

ما هو

التنمر؟



amaze

Advocates
for Youth
Rights. Respect. Responsibility.

unesco

UNFPA



عن الدرس...

تحضير الدرس ده جزء من مجموعة تحضيرات دروس فردية ومكتوبة جاهزة لدعم تقديم التربية الجنسية الشاملة للشباب والمراهقين جوه وبره المدرسة عن الصحة الجنسية والإنجابية. التحضيرات دي معمولة التعليمية اللي بتشرح نفس موضوعات الدروس وتقدرنا نستخدموها Amaze علشان تسهل دمج فيديوهات في تعزيز تحضيرات الدروس الموجودة أو أي مواد تعليمية موجودة عندكم بالفعل لتقديم التربية الجنسية الشاملة.

أفضل سيناريو إن التعلّم في أي موضوع من موضوعات التربية الجنسية الشاملة يدي للمتعلّمين والمتعلّعات فرصة إنهم/ن يكتسبوا ويطبّقوا ويمارسوا المعرفة والمهارات والمواقف. في تحضير الدروس دي، بنقدم أمثلة بسيطة على بعض مخرجات التعلم الأساسية اللي ممكن نستهدفها، واحنا معترفين/ات إن درس واحد على الأغلب مش هيكون كفاية لتحقيق مستوى الإتقان لمخرج تعليمي واحد، ولا كفاية لتغطية أكثر من مجال تعليمي واحد. علشان كده، بنشجع المدرسين والمدرسات إنهم/ن يحضروا ويقدموا دروس متابعة تقوّي مخرجات التعلم المستهدفة من الدروس دي ومن موضوعات التربية الجنسية الشاملة، وبنشجعهم/ن يستغلّوا أي فرص جوه أو بره الفصل تساعد المتعلّمين والمتعلّعات إنهم/ن يفكّروا في مواقفهم/ن، ويمارسوا ويعززوا مهاراتهم/ن.



(CC BY-SA 4.0)
© 2023, Amaze (I) LLC.
Some Rights Reserved

amaze

ما هو التنمر؟

amaze

تحضير دروس التربية الجنسية

تحضير المعلم/ة:

التوافق مع الدليل التقني
الدولي للتربية الجنسية
الشاملة

المفهوم الأساسي 1: العلاقات
• الموضوعات من 1-3: التسامح،
الدمج، والاحترام

المفهوم الأساسي 4: العنف والبقاء في
أمان
• الموضوع 4.1: العنف

المعرفة السابقة للطلاب:

الطلاب اتعرفوا قبل كده على أنواع
مختلفة من العنف، وعلى إن كل
إنسان فريد وله قيمة.

الفئة العمرية المستهدفة:

10- لما فوق 14 سنة.

مدة الدرس:

45 دقيقة

• شوفوا فيديو "What is Bullying" قبل
الحصة علشان تبقوا عارفين/ات المحتوى. ولو
أول مرة تتعاملوا مع موضوع التنمر، ممكن
تقاروا عنه أكثر. تقرير مقترح للقراءة: "Behind
the Numbers: Ending School Violence
and Bullying" - منظمة اليونيسكو
<https://www.unicef.org/egypt/ar/bullyin>
g منظمة اليونيسيف

• جربوا تشغلو الفيديو قبل الدرس علشان يكون
جاهز من غير إعلانات يوتيوب، أو **من قائمة**
فيديوهات AMAZE، أو نسخة حملتها مسبقاً.
ممكن تستخدموا خاصية تغيير سرعة التشغيل
في يوتيوب حسب مستوى الطلاب.

• حضروا نسخ من "ورقة الطالب: أمثلة على
التنمر": نسخة لكل مجموعة من 3 أو 4 طلاب.

• حضروا نسخ من "ورقة النشاط: التنمر":
نسخة لكل طالب.

الأدوات المطلوبة:

• بروجكتور وشاشة، أو لابتوب/تابلت. (ولو الإنترنت
ضعيف، حمل/ي الفيديو مسبقاً).
• رابط الفيديو:

[What Is Bullying - AMAZE](#)

• سيورة وطباشير، أو ورق فليب شارت وقلم.
• ورقة الطالب: أمثلة على التنمر
• ورقة العملي: التنمر

الأهداف التعليمية

بنهاية الدرس، الطلاب هيقدرُوا إنهم:

1. يعرفوا التنمر. (معرفة)
2. يوصفوا الأنواع المختلفة للتنمر. (معرفة)
3. يذكروا على الأقل طريقتين للتعامل مع التنمر. (معرفة)
4. يعترفوا إن التنمر مؤذي ومؤلم. (موقف)

ملاحظة للمعلم/ة:

الموضوع ده ممكن يحرك مشاعر الصدمة النفسية عند الطلاب والطالبات اللي تعرضوا للتنمر قبل كده أو لسه بيتعرضوا له، أو حتى
الطالبة اللي بيمارسوا التنمر، وده ممكن يظهر في شكل مقاومة أو شعور بالذنب أو غيره.
أتأكدوا إنكم/ن تطمئنا الطلاب والطالبات إنهم يقدرُوا يتكلموا معاكم/ن بعد الحصة في خصوصية لو يحبوا.
حضروا مصادر أو بيانات لمختصين/ات نفسيين/ات أو خدمات دعم صحي لو احتاج الأمر.
حضروا نفسكم/ن لو أي طالب/ة بدأ/ت يحكي عن تجربة شخصية أو أشار لشخص آخر متنمر إنكم/ن تصدقوا على مشاعره/ا
ومشاركته/ا، وبلغوه/ا إنكم تقدرُوا تكلموا الكلام بعد الحصة على انفراد.



الخطوة الأولى:

اشرحوا للطلاب إنكم/ن عارفين/ات إن كثير منهم ممكن يكونوا سمعوا عن التنمر قبل كده، سواء من وقتهم في المدرسة أو بره في العالم الخارجي. لكن أحيانًا الكبار نفسهم ما بيقوش فاهمين/ات الموضوع كويس أو ما بياخدوش التنمر بجدية. قولوا إن التنمر نوع من أنواع العنف، وإنكم النهارده هتراجعوا مع بعض: يعني إيه تنمر، أنواع التنمر المختلفة، ونعمل إيه لو تعرضنا أو شفنا حد بيتعرض للتنمر (دقيقتين)

الخطوة الثانية:

ابدأوا بعرض فيديو Amaze اللي مدته دقيقتين ونص بعنوان

What is Bullying?:

<https://amaze.org/video/what-is-bullying/>

بعد ما الفيديو يخلص، اسألوا لو حد عنده أسئلة. بعدها، قولوا: "الفيديو ساعدنا نفهم أكثر عن التنمر، وابتدى بتعريف مهم، إن التنمر هو سلوك بيجرح أو يؤذي أو يهين شخص". وإنتم/ن بتشاركوا الجملة دي، اكتبوا التعريف على السبورة. كملوا وقولوا: "الفيديو كمان ذكر أنواع مختلفة من التنمر. مين فاكرو/ة نوع من الأنواع اللي اذكركت؟" شجعوا الطلاب يشاركوا أمثلة، وسجلوا الأنواع على السبورة.

- **التنمر النشط (Active bullying):** زي الضرب، الدفع/الزق، الركل، العرقلة، أو إتلاف ممتلكات الشخص.
- **التنمر اللفظي (Verbal bullying):** زي الشتيمة، الإهانة، التريفة، أو الأسماء المؤذية.
- **التنمر السلبي (Passive bullying):** زي تجاهل شخص عن قصد، أو استبعاده من الأنشطة.
- **التنمر الإلكتروني (Cyberbullying):** زي الرسائل المؤذية، التعليقات الجارحة، نشر صور/فيديوهات، أو استبعاد الشخص عبر الإنترنت.

أثناء مشاركة الطلاب أنواع التنمر اللي سمعوا عنها، اكتبوهم على السبورة. (8 دقائق)

ملاحظة للمعلم/ة:

لو أثناء النقاش ظهر كلام غير مناسب أو هزار جازح بين الطلاب، وقّفوا الكلام والموقف ده فورًا، واطلبوا منهم يتوقفوا عن الكلام ده، وبعدين تتكلموا مع الطلاب المعنيين/ات بعد الحصة على انفراد.



الخطوة الثالثة: 3 أسأل/ي الطلاب: "ليه حد ممكن يتنمر على شخص تاني؟"

بعد ما الطلاب يفكروا ويردوا، لو ما اتقالش ده، وضح/ي إن المتنمر عادةً بيدور على طريقة يتحكم بيها في شخص تاني علشان يحس إنه أقوى. وده بيخلي الشخص المتعرض للتنمر يحس بمشاعر صعبة، ويمر بأذى نفسي وجسدي.

بعد كده، اقسّم/ي الطلاب لمجموعات من 3 أو 4 أفراد، وأعطي لكل مجموعة نسخة من "ورقة الطالب: أمثلة على التنمر". اشرح/ي لهم/ن إن الورقة فيها رسمة لجسم بنت على ناحية، ورسمة لجسم ولد على الناحية الثانية. واطلب/ي منهم/ن يكتبوا أمثلة على أشكال التنمر اللي ممكن يتعرض لها كل واحد (من اللي اتكلمتوا عنها قبل كده أو ظهرت في الفيديو). جوا جسم الشخص في الرسمة، يكتبوا المشاعر اللي ممكن يحس بيها الفرد اللي بيتعرض للتنمر.

اسأل/ي: "الشخص اللي بيتعرض للتنمر ممكن يحس بإيه؟"

بعد ما يخلصوا، اطلب/ي من كل مجموعة تشارك ملاحظاتها. وجه/ي النقاش علشان يغطي اختلافات أو تشابهات التجارب عند البنات والولد والشباب من العابرين والعابرات (الترانس).

أسئلة للنقاش:

- حسيتوا إيه ناحية النشاط ده؟
- إيه الطرق المختلفة اللي ممكن الناس يتعرضوا بيها للتنمر؟
- لاحظتوا أي أنماط أو أفكار متكررة في أمثلة التنمر؟
- التنمر بيحصل إزاي للبنات؟ وللولد؟ وللشباب الترانس؟ هل فيه اختلافات؟ ولا تشابهات؟

الوقت: 20 دقيقة

الخطوة الرابعة: 4 بعد كده، ارسّم/ي على السبورة أو على ورقة كبيرة جدول شبه اللي تحت، فيه عمودين، وعلى كل عمود عنوان:

ممكن تعمل/ي إيه لو حد بيتنمر عليك؟	ممكن تعمل/ي إيه علشان تدعم/ي شخص بيتعرض للتنمر؟

اشرح/ي للطلاب إنه بعد ما اتكلمتوا عن أنواع التنمر وطرق حدوثه، دلوقتي هتتناقشوا في إيه اللي ممكن يتعمل لما يحصل؟ اسأل/ي الطلاب: "الشخص ممكن يعمل إيه لو حد بيتنمر عليه؟" واكتب/ي إجاباتهم/ن في العمود الشمال من الجدول. بعدها اسأل/ي: "طب لو الشخص شاف حد بيتنمر على الثاني يعمل إيه؟"

لو ما اتقالش الكلام اللي تحت، وجهي النقاش علشان الطلبة يوصلوا لنقط مشابهة:

إيه اللي ممكن شخص يعمل له لو اتعرضوا للتنمر أو التنمر الإلكتروني؟	إيه اللي ممكن شخص يعمل له لو اتعرضوا للتنمر أو التنمر الإلكتروني؟
• ت/يظهر دعمه/ا للشخص المُتعرّض/ة للتنمر ويعامله/ا بلطف قدام المتنمر. • ت/يقطع الموقف عن طريق إنه/ا ت/يطلب من الشخص المُتعرّض/ة للتنمر ت/يجي معاه/ا يعملوا حاجة ثانية. • ت/يقول للمتنمر إن اللي بت/ي عمله غلط ولازم ت/يظله. • ت/يحكي لمدرّس/ة، ولي أمر، أخصائي/ة، أو أي حد بالغ/ة موثوق/ة. • لو ت/يعرف حد بت/ي يتعرض للتنمر الإلكتروني، ت/يكون لطيف/ة معاه/ا علشان ما ت/ي يحسش إنه/ا لوحده/ا، وكمان ت/ي يشجعه ت/ي يحكي لحد مسؤول/ة، وت/يشاركه/ا نصائح زي: الحظر، إلغاء المتابعة، وعدم الرد.	• ت/يبص للشخص اللي بيتنمر عليه، وت/ي يقول له/ا ت/ي بطل بصوت هادي وواضح. • لو الكلام مش آمن أو صعب، ت/يمشي من المكان وت/يطلب مساعدة. • ت/يحكي لصديق/ة، أو ت/يروح لحد كبير يثق فيه زي ولي أمر، مدرس/ة، أو أخصائي/ة. • ولو التنمر إلكتروني: • ما ت/يتفاعلش مع الرسائل المؤذية. ما يردش وما يشاركش الرسالة مع حد ثاني. • ت/يحظر (block) رقم أو حساب الشخص. • ت/يعمل إلغاء صداقة "unfriend" أو إلغاء متابعة "unfollow" للشخص اللي بيتنمر. • ت/يحفظ أكبر عدد ممكن من الأدلة: رسائل، منشورات، أو صور ت/يحكي لصديق أو لشخص بالغ ت/يثق فيه.

الوقت: 8 دقائق

اشكر/ي الطلاب على إجاباتهم/ن. اختتم/ي الدرس من خلال التأكيد على النقاط الأساسية اللي اتكلمتوا عنها. بعد كده، اطلب/ي من الطلاب ياخدوا كام دقيقة يكملوا ورقة النشاط: التنمر ويسلموها.

الوقت: 7 دقائق

الخطوة الخامسة: 5



ملاحظة للمعلم/ة: اتأكد/ي من مسح كل المعلومات اللي على السبورة أو الورق قبل توزيع ورقة النشاط.



النقاط الأساسية للملخص:

- التنمر هو إن شخص ت/يؤذي أو ت/يضر أو ت/ييهين شخص ثاني علشان ت/يحبس بالقوة أو السيطرة.
- في أماكن كثير، الأشخاص أيًا كان شكلهم أو انتمائهم أو طريقة تعبيرهم عن أنفسهم/ن ممكن يتعرضوا للتنمر بطرق مختلفة.
- فيه أكثر من نوع للتنمر، ومهم نقدر نميزه وقت ما يحصل علشان نعرف نتحرك ونحمي نفسنا أو غيرنا.
- لو إنت/ي بتتعرض/ي للتنمر، أو شايف/ة حد ثاني بت/يتعرض للتنمر، فيه حاجات ممكن تعملها علشان تحمي نفسك أو تساند غيرك.

طرق تقييم تحقيق أهداف التعلم بعد انتهاء الدرس:

وزع/ي ورقة النشاط: التنمر، واطلب/ي منهم/ن يجاوبوا على الأسئلة ويسلموها قبل ما يسيبوا القاعة.

نصائح لتكييف الدرس مع التقديم أونلاين:

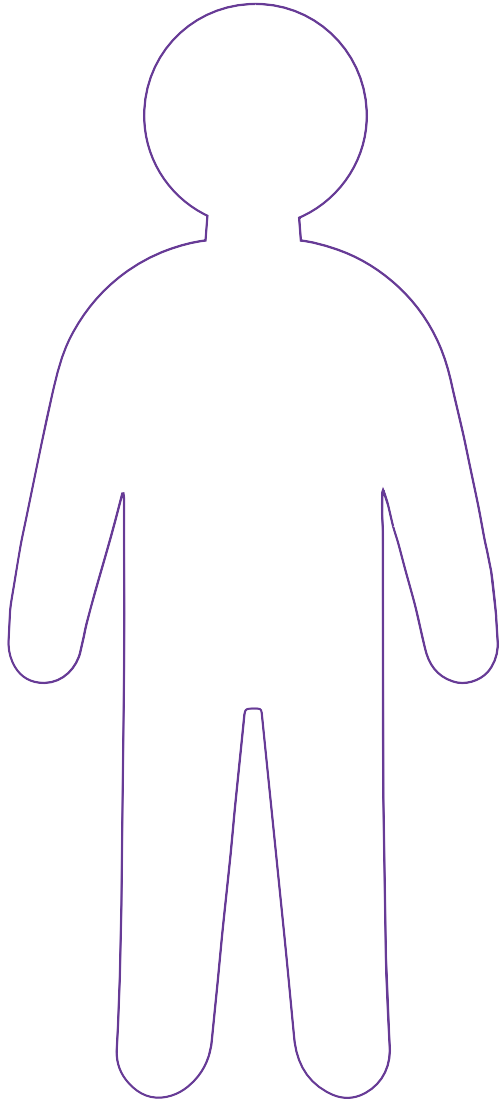
لو الحصة أونلاين، استخدم/ي منصة رقمية وسجل/ي إجابات الطلبة على سبورة افتراضية. وممكن تقسم/ي الطلبة لمجموعات أونلاين يشتغلوا سوا على ملف إلكتروني مشترك.

الواجب المنزلي (لو فيه):

لا يوجد

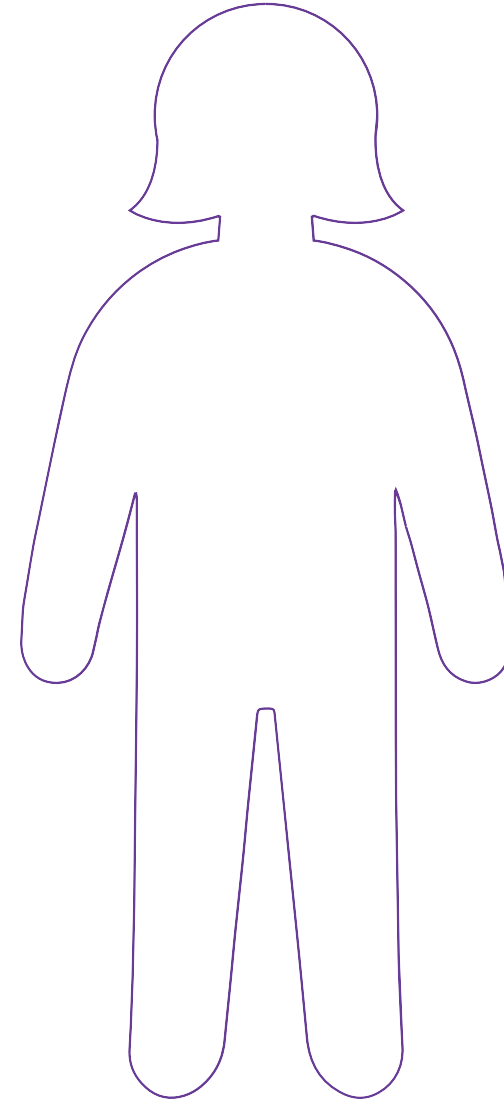
ورقة النشاط

أمثلة على التنمر



ورقة النشاط

أمثلة على التنمر





ما هو التنمر؟

ورقة النشاط:

الأسم:

التاريخ:

التعليمات: جاوبوا الأسئلة التالية وسلموا الورقة قبل الخروج من الفصل

1- ما هو التنمر؟

2- اتركوا علامة على 3 أنواع من التنمر؟

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ التنمر الأذى | ☐ التنمر الأعلى | ☐ التنمر النشط |
| ☐ التنمر الحديث | ☐ التنمر السلبي | ☐ التنمر الإلكتروني |

3- إيه الحاجة اللي تقدرنا تعملوها لو تعرضتم/ن للتنمر؟

4- اذكروا شيء واحد تقدرنا تعملوه لو شفتوا شخص بت/بيتعرض للتنمر.