

برنامج تعديل السلوك

من خلال أنشطة و برامج المغامرات



مهارات



أمسيات



جولات



مغامرات

برنامج تعديل السلوك

من خلال أنشطة و برامج المغامرات

التعريف بالبرنامج:

يقوم البرنامج بتعديل سلوكيات عند المشاركين\ات وتمكينهم ذاتياً والتغلب على شعورهم بالعجز والاستفادة من جميع الموارد المحيطة من خلال العديد من النشاطات والفعاليات الحركية التي تساعد المشاركين\ات في ابراز قدرات تحدي أنفسهم من أجل الوصول الى الهدف. بحيث تنقسم الفعاليات الى نوعين: القسم الأول: تدريب وتنفيذ فعاليات داخل المدرسة والتي تساهم في صقل شخصية المشارك\ة وتمكينهم بشكل نظري حول ما سيواجههم في الفعاليات الخارجية وكيفية التعامل مع المشاكل، بالإضافة الى المهارات الحياتية والقيادية. أما القسم الثاني: ستكون فعاليات تحدي ومغامرة الطبيعة وهو التحدي الأكبر عند المشاركين\ات وسوف يعزز هذا التحدي المنافسة وروح المغامرة. سوف يساهم هذا النوع من الفعاليات في بناء شخصية المشارك\ة من خلال الانشطة والفعاليات المختلفة التي تعزز العديد من المهارات الفردية والجماعية والتي تساهم في اجتياز التحدي بطريقة مختلفة وغير نمطية. ومن خلال هذا البرنامج سوف تساعد المشاركين\ات على زيادة قدرتهم على رؤية الخيارات المناسبة واتخاذ القرارات التي تؤدي الى النتائج المطلوبة والوصول الى الهدف. بالإضافة الى تحسين كفاءة وزيادة الإنتاجية لتمكينهم من تحديد مصيرهم بطريقة مسؤولة تعزز شعورهم بالقوة والثقة.

الهدف العام:

يهدف المشروع الى صقل شخصية المشاركين\ات والتعرف على الذات وتعديل سلوكيات من خلال التجربة والاكتشاف، وتنمية وتمكين الذات بتعلم المهارات المناسبة واكتشاف القدرات الفردية والجماعية، بالإضافة الى وجود جو من التحدي والمنافسة والاثارة لدى المشاركين\ات من خلال التفاعل مع الطبيعة

الاهداف الخاصة:

1. اكتساب المشاركين\ات مهارات في العمل الجماعي والفردى والاتصال والتواصل والقيادة والتخطيط والتفكير الابداعي.
2. اكتساب المشاركين\ات مهارات في اتخاذ القرارات المناسبة لقدراتهم.
3. تنمية روح التجربة والاكتشاف، التحدي والاثارة، المنافسة والمغامرة.
4. المساهمة في تهذيب الروح والنفس وتفرغ الطاقة.
5. التمتع بلياقة بدنية وصحية من خلال تجربة أنواع مختلفة من الرياضات.
6. المساهمة في تطوير المهارات والخبرات الموجودة لدى المشاركين\ات.

الفئة المستهدفة:

يستهدف البرنامج طلاب مدارس شرقي القدس من عمر 14 حتى 18 سنة، بحيث يستوعب البرنامج 40 - 50 مشارك مقسمين على مجموعتين.

البرامج والفعاليات:

١. تعلم مهارات حياتية وقيادية:

برنامج تدريبات وفعاليات تحدي داخلية وخارجية من خلال فعاليات العمل الجماعي وبناء الفريق وتحديات مختلفة يمر بها المشاركون/ة خلال 8 لقاءات (4 لقاءات داخل المدرسة ومدته 60 دقيقة، و4 لقاءات خارج حدود المدرسة ومدته 90 دقيقة) بحيث يحتوي كل لقاء على مهارات مختلفة يتم اكتسابها من خلال بناء فعاليات وأنشطة متنوعة مناسبة داخل المدرسة، وتعلم الهدف من هذه الفعاليات، وتأثيرها الإيجابي على نفوس المشاركين/ات. وتساهم هذه اللقاءات باكتساب مهارة جديدة وتعديل سلوك.

٢. معسكر تمكين:

يساهم هذا البرنامج في إعطاء فرص للتعرف على طبيعة الافراد المختلفة والتفاعل فيما بينهم، والتفاعل ما بين الفرد والطبيعة، وكذلك القدرة على ضبط ردود الأفعال السريعة. هذا البرنامج يساهم في تعزيز التجربة والاثارة وتحدي الذات وينمي روح المجازفة والمغامرة. فالمعسكرات هي مغامرات فريدة تساعد في تهذيب النفس واكتشاف الذات وكيفية التعامل مع الظروف المحيطة المتنوعة، وتساهم أيضاً في اشباع الرغبات بالاعتماد على النفس ورفع حس المسؤولية عند الافراد. فضلاً عن تعلم فكرة التعايش مع الآخرين وتقبل ما هو موجود بين أيديهم في الوقت الحالي حسب معطيات المكان أو المنطقة الموجودين فيها المشاركون/ات.

عدد الساعات \ عدد اللقاءات	عدد المشاركين	نوع النشاط	الهدف	الفعاليات	المكان
4 لقاءات داخلية 4/ ساعات	20-40	لقاء تحضيري + تهيئة	تعريف المشاركين على البرنامج و أهدافه تهيئة المشاركين للبرنامج وفعالياته.	1. لقاء تهيئة وتعريف عن البرنامج 2. لقاء العمل الجماعي و العمل ضمن فريق و فعاليات تحدي ومنافسة ايجابية 3. مسار مشي لمسافة 8 كيلو 4. مهارات الاتصال و التواصل 5. تسلق و نينجا 6. تخطيط و تنفيذ مبادرات مجتمعية داخل محيط المدرسة 7. جولة بسكليتات 8. الحقوق والواجبات ومفهوم التطوع 9. ODT بالطبيعة + صاجيات	• داخل المدرسة • داخل المدرسة • قرية سطايف • داخل المدرسة • نادي التسلق-شعفاط • داخل المدرسة • المالحة • داخل المدرسة • خربة السعدية
4 لقاءات خارجية 8 / ساعات		لقاءات مهارات حياتية وقيادية	تعارف و بناء ثقة بين المشاركين و مع المرشدة تنمية مهارات العمل ضمن فريق والتعاون والتخطيط والتكيف مع الظروف المحيطة		
3 \ 1 أيام	40-50	معسكرات	التعرف على الذات وتعزيز القدرات الذاتية والجسدية تمكين القدرات على البقاء في الخلاء والارتباط بالأرض وجمع المعلومات تعزيز الثقة بالنفس للمشاركين في مواجهة المصاعب والظروف غير المعروفة والاعتماد على الذات تهذيب النفس والتأكيد على تعديل السلوكيات	1. مسارات صباحية 2. محاضرات توعوية وتنمية قدرات 3. انشاء مبادرات 4. فعاليات اودتي 5. water tag 6. Beat the Hacker	الـجـولان (نهر الأردن)

معسكر يلا على النهر

المكان نهر الاردن

يتضمن البرنامج:

النشاط	الساعة	
التواصل الفعال	من	إلى
التجمع والانطلاق	6:30	7:00
فطور + جولة في حديقة الورود	9:00	10:30
مسار الجسور المعلقة + تلفريك + شط حيفا + غداء	11:30	17:00
بناء خارطة المكان من خلال جولة يقومون فيها	17:00	18:30
استحمام	18:30	19:00
اصطفاف في الطابور كلمة القائد وشرح قوانين وبرنامج المخيم التفصيلي وتقسيمة المجموعات	19:00	19:30
بناء المخيم والخيم وضع الاغراض توزيع الميسرين ميثاق المجموعة	19:30	20:30
عشاء صاجيات لحمة	20:30	22:00
beat the hacker	22:00	23:00
امسية وحفل سمر	23:00	24:00
وقت النوم	24:00	1:00

النشاط	الساعة	
تحدي الذات	من	إلى
الاستيقاظ	7:00	7:30
كلمة القائد + اصطفا ف	7:30	8:00
رياضة صباحية + دخول الحمام واللاغتسال	8:00	8:30
فطور	8:30	9:30
ورشة المبادرة المجتمعية _ مجموعات	9:30	10:30
ترتيب المخيم للخروج	10:30	11:00
مسار واد المجرة	11:00	13:30
غداء عكا في عكا _ شنتسل	13:30	15:30
جولة في عكا وجامع الجزار	15:30	18:00
استراحة حمام وقيلولة	18:00	20:00
دوري الفطبول / يلا فوز على النهر	20:00	22:00
اعداد طعام العشاء ، مشاوي	22:00	23:00
الامسية وحفلة الكاريوكي	23:00	24:00
وقت النوم	24:00	1:00

تطوير صفات القيادة وانهاء	من	إلى
مسار الشروق	6:00	7:00
افطار	7:00	8:00
ورشات اعداد المبادرة المدرسية وكتابة خطتها	8:00	10:00
Water tag	9:00	11:00
ترتيب مخيم + تكريم شهادات	10:00	12:00
وجبة غداء برجر	11:00	13:00
مغادرة المعسكر والوصول الى القدس	12:00	17:00
(يتخللها استراحة 20 دقيقة)	13:00	

ملاحظات:

خلال لقاءات التهيئة:

- توفير مرافق من المدرسة مع الطلاب خلال اللقاءات الخارجية (4 لقاءات) مذكورة في البرنامج
- مدة اللقاء الخارجي (90 دقيقة) لا تشمل المواصلات.
- تحضير تصريح الخروج من المدرسة (אישור טיול) هو على عاتق مدير المدرسة بمساعدة مدير المشروع السيد حسام عليان إن تتطلب الامر.
- الالتزام بجميع اللقاءات شرط أساسي للمشاركة في المعسكر.

شروط المعسكر:

- يجب التزام المشارك في جميع اللقاءات حتى يتمكن من المشاركة في المعسكر النهائي، وتتم الموافقة على مشاركته بناء على ورقة الحضور والغياب الموجودة مع المرشد المرسل من قبل شركة البهاء.
- أي طالب لم يشارك في 8 لقاءات التهيئة للمعسكر لن تتم الموافقة على مشاركته في المعسكر.
- توفير مرافقين عدد اثنين من المعلمين على الاقل و4 على الأكثر.
- التأكيد على المرافقين من المعلمين بشريطة النوم في الخيم مع الطلاب خلال المعسكر.
- تحضير ملف المعسكر من موافقات وتصاريح خروج الطلاب من المدرسة أو أي أوراق مطلوبة تكون على عاتق مدير المدرسة بمساعدة مدير المشروع السيد حسام عليان إن تتطلب الامر.