



# استثمار إثراء وإرتقاء

## فريق العمل

أحلام الحارثي

أسماء البيتي

حنان الحربي

شريفة السلمي

ميسون بوقري

## مقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين ، نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً

أما بعد

وقت الفراغ هو ذلك الوقت الذي يجعل الإنسان يقوم بنشاطات مختلفة وأن يختار بحرية النشاط الذي يريد القيام به دون أن يكون ملزماً على أداء نشاط معين، ولكن أوقات الفراغ أحياناً تكون مرهقة للإنسان أكثر من الوقت الذي يعمل فيه إذا ما استغلها بالمفيد الجيد، وإذا لم يستغلها سوف يشعر بالضجر والكآبة ما يجعله يسيء استغلال ذلك الوقت، فالعمل هو الذي يخلص الإنسان من الكآبة والضجر ويملاً فراغه ، حصص الفراغ لدى الطالبة ينبغي استثمارها بحيث تقوم بنشاطات مختلفة وأن تختار بحرية النشاط الذي تريد القيام به دون أن تكون ملزمة على أداء نشاط معين



## المدخل

**اسم الحقيبة : حقيبة استثمار**

**المبررات :**

يمكن القول بأن هناك العديد من المبررات التي تدعو إلى عقد هذه الحقيبة لخصص الانتظار ومن أبرزها المبررات التالية :

- 1- حاجة الموظفين لحقائب جاهزة للاستفادة منها في الحصص
- 2- وجود الحاجة القائمة لدى الطالبات لاستثمار أوقات الفراغ في المفيد .
- 3- طبيعة العمل في التعليم تتطلب التطوير والتجديد والتنوع بما يتناسب مع متطلبات العصر .
- 4 - التعاون والتكاتف والترابط والتواصل بين المعلمة والمتعلمة يجعل التعليم أكثر تشويقاً .

**الهدف العام للحقيبة :**

تزويد وتنمية الطالبة بالمعلومات والمهارات اللازمة لشغل أوقات الفراغ.

**فكرة الحقيبة :**

حقيبة متنوعة تم تقسيمها إلى أربع مجالات ( الثقافي ، التوعوي ، الفني ، الترفيهي) تخدم المعلمة والطالبة في الاستفادة من محتوياتها والأفكار المتضمنة فيها في أوقات حصص الانتظار.

**المستهدفات من الحقيبة : الطالبات في حصص الانتظار.**

**المنفذات : معلمات المرحلة في حصص الانتظار**



## إرشادات للمعلمات

أختي المعلمة من منطلق حرصنا على بلوغ أهداف الحقيبة نأمل منك اتباع الآتي:

### ❖ قبل البدء في التنفيذ:

1. الاطلاع الجيد على الحقيبة .
2. تفقد محتويات الحقيبة.
3. معرفة مجالات الحقيبة المتنوعة .
4. الإطلاع على السجلات وتدوين المعلومات .

### ❖ أثناء تنفيذ الحقيبة :

1. استشارة الطالبات في اختيار المجال المناسب .
2. اختيار أحد المجالات المعدة في الحقيبة .
3. استيعاب الأنشطة المتنوعة .
4. تلخيص عمل المجموعات بعد العرض والمناقشة ، ووضعه على شكل نقاط في السبورة .
5. التواضع والقدوة الحسنة والاستقبال الجيد للطالبات .
7. الاهتمام بالتفاعل اللفظي والجسدي مع الطالبات.

### ❖ بعد التنفيذ : قياس الأثر من خلال تدوين آراء الطالبات في السجل .



## كيفية استثمار أوقات الفراغ

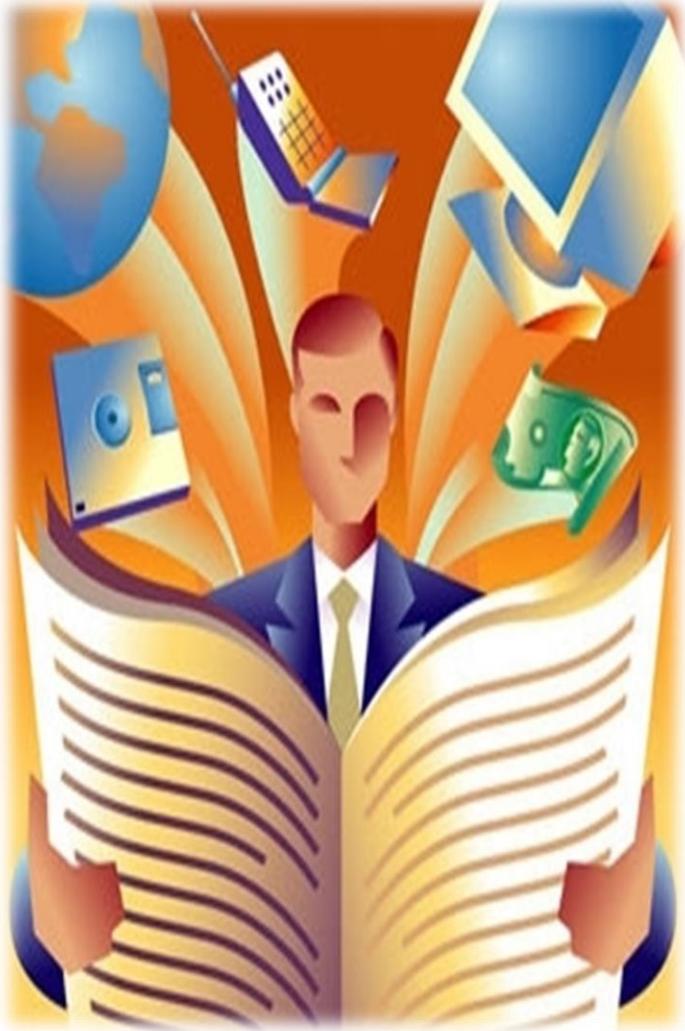
استثمار الوقت بالقراءة والكتابة  
والتنوع الثقافي

فهم القدرات واكتشافها وتنميتها  
ودعمها

استغلال المعلومات والمعارف  
والمهارات في خدمة الدين والوطن

الاستفادة من خبرات الآخرين  
وكيفية بلوغهم للمجد

السعي في الأعمال التطوعية  
المتنوعة





**الثقافة** كلمة قديمة وعريقة في العربية، فهي تعني صقل النفس والمنطق والفظانة، وفي المعجم " وثقف نفسه " أي صار حاذقاً خفيفاً فطناً، وثقفه تثقيفاً أي سواه، وثقف المرح، تعني سواه وقومه، والمتقف في اللغة هو القلم المبري، وقد اشتقت هذه الكلمة منه حيث أن المتقف يقوم نفسه بتعلم أمور جديدة كما هو حال القلم عندما يتم بريه. ولطالما استعملت الثقافة في عصرنا الحديث هذا للدلالة على الرقي الفكري والأدبي والاجتماعي للأفراد والجماعات. فالثقافة لا تعد مجموعة من الأفكار فحسب، ولكنها نظرية في السلوك مما يساعد على رسم طريق الحياة إجمالاً، وبما يتمثل فيه الطابع العام الذي ينطبع عليه شعب من الشعوب، وهي الوجوه المميزة لمقومات الأمة التي تميز بها عن غيرها من الجماعات بما تقوم به من العقائد والقيم واللغة والمبادئ، والسلوك والمقدسات والقوانين والتجارب. وإجمالاً فإن الثقافة هي كل مركب يتضمن المعارف والعقائد والفنون والأخلاق والقوانين والعادات

# أهداف المجال الثقافي



تنمية الجانب الأخلاقي للطلاب

صقل مواهب الطلاب في المجالات القافية

تعزيز القيم الأصلية لدى الطلاب

تشجيع الميول الثقافية والإبداعية للطلاب

# محتويات المجال الثقافي



مسابقات



معلومات ثقافية



ألعاب تثقيف



إثراء متنوع

ثقف نفسك  
في كافة  
المجالات





أن التوعية تعرف بأنها العملية التي تشير إلى إكساب الفرد وعياً حول أمر ما أو أمور بعينها ، وتبصيره بالجوانب المختلفة المحيطة بها.

ومن هذا المنطق ، فإن التوعية تهدف في بؤرة اهتمامها إلى التوجيه والإرشاد للتزود بالمعرفة وإكساب واكتساب الخبرة.

ويمكن القول أن التوعية تشير إلى مدى التأثير في إنسان أو جماعة أو مجتمع لقبول فكرة أو موضوع ما المجال التوعوي متنوع حيث يتم التوعية في عدة جوانب منها ( الديني ، الصحي ، الوطني ، المجتمعي ، البيئي ، الفكري ، وغيرها )

على المربية تنمية العديد من الجوانب لدى الطالبات واستغلال أوقات الفراغ في توعيتهن .



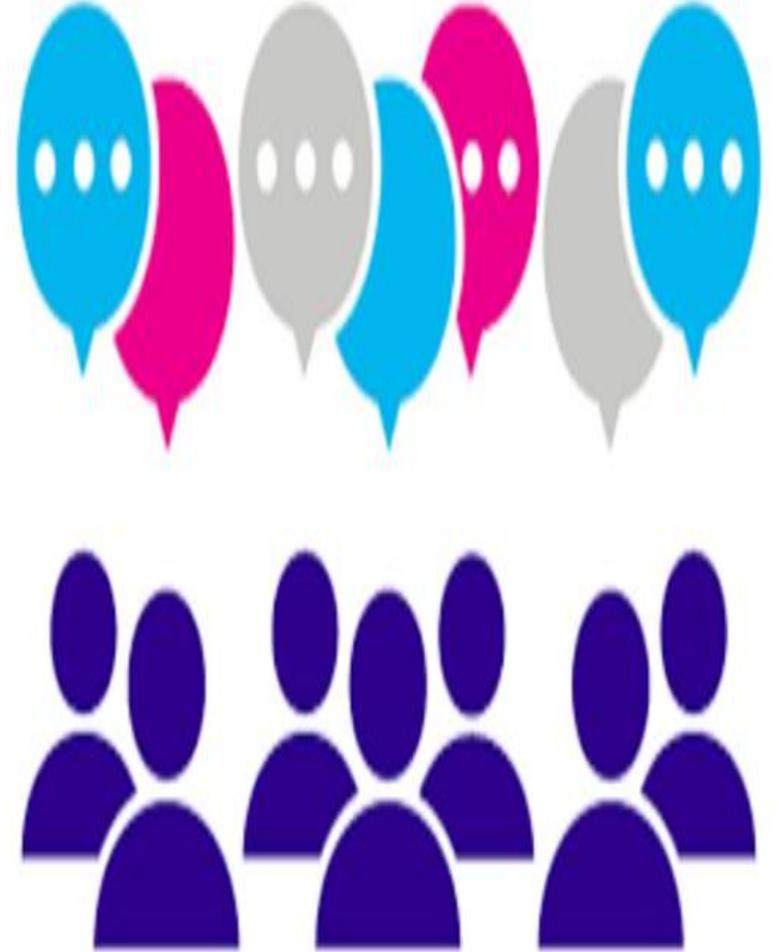
# أهداف المجال التوعوي

نشر المفاهيم والمعارف في المجتمع

تحقيق التوعية ونشر المحبة والتسامح  
والمواطنة

نشر الوعي الإيجابي لمواجهة الأفكار  
الهدامة والاتجاهات المضللة

احترام الحقوق العامة التي كفلها الإسلام  
وشرع حمايتها حفاظا على الأمن وتحقيقا  
لاستقرار المجتمع







يعتبر الفن النتاج الإبداعي الإنساني حيث يعتبر لوناً من ألوان الثقافة الإنسانية، وتعبير عن التعبيرات الذاتية وليس تعبيراً عن حاجة الإنسان لمتطلبات حياته، حيث يشكل فيه المواد لتُعبّر عن فكره أو يُترجم أحاسيسه أو ما يراه من صور وأشكال يُجسدها في أعماله ، كما أنّ الفن يعتبر أداة تعبيرية لدى الإنسان بالأمور الذاتية الخاصة به، ولا يكون تعبيراً عن بعض متطلبات الإنسان في حياته الاعتيادية، كما أنّ معظم الأشخاص يقيمون الفن على أنّه ضروري جداً في الحياة.

هناك أنواع عديدة للفن، منها ما زال عبر التاريخ، ومنها ما ظهر حديثاً. اليوم هناك فنون جميلة مثل التصوير والنحت والحفر والعمارة والتصميم الداخلي والرسم وهو أبرزها. وهناك فنون كالموسيقى الأدب والشعر والرقص والمسرح. كما يمكن ربط هذه الفنون بالأدب مثل الأدب والمسرح.. وجاء تطوير المسرح السينما ورسوم متحركة وفن الصورة والفن إن جاز التعبير شيء هلامي متغير يرجع إلى وجهات النظر أحياناً وللتقافة أحياناً وللعصور أحياناً. ويمكننا الاعتماد على تصنيف "ايتيان سوريو" الذي قسّم الفنون إلى سبعة فنون عامة تحوي كل منها مجموعة متدرّجة من الفنون ضمن مسميات متنوّعة ليقدم لنا الفنون السبعة كونه التصنيف الأكثر شمولاً وتداولاً، لتصبح السينما هي الفن السابع.

# أهداف المجال الفني

تنمية الحس  
الفني  
والجمالي

دعم  
وتشجيع  
قدرات  
الموهوبات  
فنياً

اكتشاف  
الخبرات  
والمهارات  
التي تتلائم  
مع الطالبات





فيديوهات  
تدريبية

تصاميم  
متنوعة

محتويات  
المجال  
الفني

أعمال  
مهنية

أفكار  
تدريبية

يعتبر الترفيه جزءاً هاماً في حياة الإنسان وتختلف أشكاله تبعاً للاهتمامات الفردية والتركيبية الاجتماعية المحيطة ومن الممكن أن تكون أنشطة الترفيه جماعية أو فردية .

فالترفيه ليس مضيعة للوقت وإنما جزء هام في حياة الإنسان ويساعد على تجديد النشاط الجسدي والعقلي ويؤدي الترفيه دوراً في تحقيق التوازن الانفعالي للشخص، وتنمية وتنشيط علاقاته الاجتماعية. بالإضافة إلى تخفيف الضغوط اليومية، وامتلاك القدرة على إدارة هذه الضغوط بتوازن تعد الحاجة للقيام بأنشطة ترفيهية عنصراً هاماً وأساسياً في علم النفس وعلم الأحياء البشري. كما يتضمن الترفيه الربط بين سلامة العقل والصحة البدنية، لأنّ الترفيه يتضمن تحريك العضلات والقيام ببعض الحركات الرياضية، فيما قد نعتبره نحن مجرد فعل نقوم به بغرض المتعة أو التسلية وإضافة بعض المرح لإيقاع الحياة اليومي لكسر الروتين، وإضفاء البهجة على حياة الفرد ليستطيع مواصلة مهامه بكفاءة.



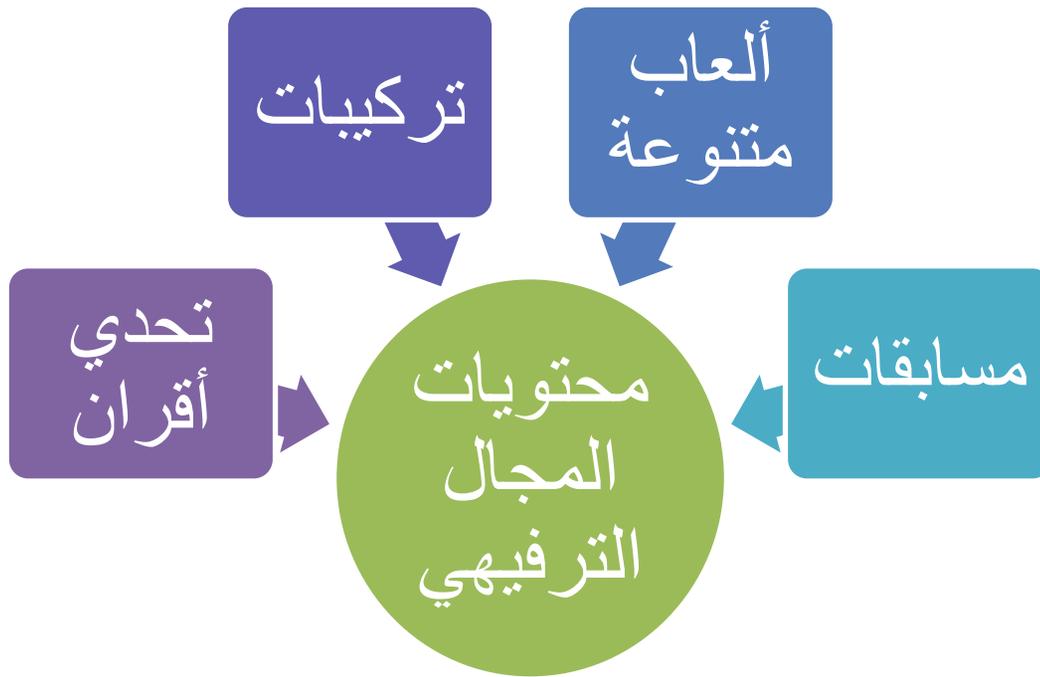
# أهداف المجال الترفيهي

اكتساب المعارف  
والثقافات

الترويح عن النفس والتسلية

تنمية القدرات والمواهب

الإسهام في بناء الشخصية





قد اعتبر الإسلام وقت الفراغ لدى المسلم نعمة عظيمة تستحق التقدير والاستثمار، فهو فرصة مناسبة لتجديد النشاط وترويح النفس، وشحذ الهمم، بل هو مظهر تكريم للإنسان، وتقدير لجهوده، ولهذا يحذرنا الإسلام من هدر وقت الفراغ وعدم تقدير نعمته. ففي الحديث الشريف الذي رواه ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله - صلى الله عليه وسلم -: (نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ). فالصحة لدى المسلم - وهما متوفران لدى الشباب - من أعظم النعم التي يكثر هدرها وإضاعتهما بأبخس الأثمان وأتفه الشواغل، لهذا جاء الهدي النبوي يدعونا للاستفادة منهما على الوجه الصحيح بالأنشطة المفيدة الممتعة بما يُعزّز دعم شخصية المؤمن، والتزامه بقيمة وفضائله، وينمي فيها حب العطاء، وخدمة المجتمع، والنصح لكل مسلم.



Your greatest resource is your time.

~Brian Tracy

أكبر مورد خاص بك هو وقتك. ~ براين تريسي

Time is money. ~Benjamin Franklin

الوقت هو المال. ~ بنجامين فرانكلين

Until we can manage time, we can manage nothing else. ~Peter F. Drucker

حتى نتمكن من إدارة الوقت ، لن يمكننا إدارة أي شيء آخر. ~ بيتر دروكر

Those who make the worse use of their time are the first to complain of its shortness. ~Jean De La Bruyere

أولئك الذين يسيئون استخدام وقتهم هم أول من يشكون من ضيق الوقت. ~ جان دو لا برويار