وزارة التعليم
Ministry of Education
رؤية VISION 2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

المملكة العربية السعودية

المركز الوطني للمناهج
National Curriculum Center

الأسبوع الأول

الذكاء العاطفي والاجتماعي

المرحلة المتوسطة

2026 - 1447

نضبط رَدَّنا... ونفهم غيرنا

نواتج التعلم:

1. التوعية بالطريقة الصحيحة في التحكم بالغضب.
2. توضيح الآلية المناسبة للتعامل مع المشاعر السلبية.

القيم:

العزيمة، التعاون، الانضباط.

الروتين اليومي:

يُعوِّد المُعلِّم الطلاب على الآتي:

1. إلقاء التحية على المعلمين والزملاء.
2. الوقوف بانضباط في الطابور المخصص للفصل.
3. التوجه مباشرة إلى الفصل بعد انتهاء الإذاعة استعدادًا لليوم الدراسي.

مدة التنفيذ	(15) دقيقة.
مكان التنفيذ	الاصطفاف الصباحي.
أدوات التنفيذ	• اللاقط (الميكروفون). • شاشة العرض (إن وجدت). • مقطع القرآن الكريم الذي ستتم تلاوته مسجل (كخيار بديل). • نص الحوار الذي سيتم إلقاؤه في الإذاعة.

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

- **النشيد الوطني:** يُفتتح اليوم الدراسي بترديد النشيد الوطني، حيث يشارك جميع الطلاب في أدائه بشكل جماعي.
- **رياضة الصباح:** يقود المعلم الطلاب لأداء تمارين رياضية صباحية، تهدف إلى تنشيط الجسم وتهيئتهم لبدء اليوم الدراسي بنشاط وحيوية.

المقدم:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أصدقائي الأعزاء أسعد الله صباحكم بكل خير نبدأ إذاعتنا لهذا اليوم بسماع آيات من الذكر الحكيم يقرأها على مسامعكم الطالب 1.

الطالب1:

﴿ وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ ٱلشَّيۡطَٰنِ نَزۡغٞ فَٱسۡتَعِذۡ بِٱللَّهِۚ إِنَّهُۥ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ٢٠٠ إِنَّ ٱلَّذِينَ ٱتَّقَوۡاْ إِذَا مَسَّهُمۡ طَٰٓئِفٞ مِّنَ ٱلشَّيۡطَٰنِ تَذَكَّرُواْ فَإِذَا هُم مُّبۡصِرُونَ ٢٠١ ﴾[1].

المقدم:

والآن مع حديث شريف مع الطالب 2.

الطالب 2 :

عن أبي ذر الغفاري عن الرسول ﷺ: «إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس، فإن ذهب عنه الغضب، وإلا فليضطجع »[2].

المقدم:

أصدقائي وزملائي، مشاعرنا جزء مهم من شخصياتنا، وهي نعمة من الله تحتاج منّا أن نعبر عنها بطريقة صحيحة دون أن نؤذي أنفسنا أو غيرنا. وفي فقرتنا التالية، سنشاهد مشهدًا تمثيليًا قصيرًا يقدّمه زملاؤنا الطلاب (3,4,5و6)،سيتعرّفون من خلاله على بعض الإشارات غير اللفظية التي تعبّر عن المشاعر المختلفة، وكيف يمكننا فهمها والتعامل معها بأسلوبٍ راقٍ ومتوازن. فلنرحب بهم سويًا.

(1) سورة الأعراف، الآيتان 200-201 .

(2) رواه أبو داوود في سننه.

طالـــب 3 يتحـدث مــع طالــب 5و6:
صديقنا (طالب 4) سيقوم ببعض الإشارات الغير لفظية أريد منكم أن تترجموها.

الطالب 4:
(بدون كلام وبذراعان متقاطعتان).

طالب 5و6:
منزعج أو يدافع عن نفسه.

الطالب 4:
(بدون كلام وبكتفان هابطان ونظرة لأسفل).

طالب 5و6:
أنه حزين أو ربما محبط.

الطالب 4:
(بدون كلام وحاجبان مقطّبان ونبرة سريعة أو عالية «لا أريد»).

طالب 5و6:
أنه غاضب.

الطالب 3 :
أصدقائي ما نشعر به يظهر على تصرفاتنا سواء نطقنا به أو لا، فلابد أن نتعلم أن نضبطها فالآخرون يرونها لو لم ننطق بها. فعند الغضب أو الإحباط، نتوقف لحظة، نلتقط نفس عميق ونختار كلمات قصيرة مهذّبة مثل: "لو سمحت... أريد توضيحًا".

المقدم:
لا فض فوك يا صديقي وتذكروا يا أصدقائي أن **العزيمة والانضباط والتعاون** ليست كلمات فقط، بل سلوكيات نمارسها يوميًا؛ لتحقيق النجاح وتجاوز الصعاب. شكرًا لحسن استماعكم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الملاحظات:

- يُفضل توزيع الأدوار على الطلاب وتدريبهم قبل الإذاعة بوقت كافٍ.

بالتعاون ننجح

نواتج التعلم:

1. توضيح أهمية التعاون في حل الخلافات.
2. تعزيز مهارات التواصل الفعال داخل المدرسة وخارجها.

القيم:

التعاون ، العزيمة.

الروتين اليومي: يُعوِّد المُعلِّم الطلاب على الآتي:

1. إلقاء التحية على المعلمين والزملاء.
2. الوقوف بانضباط في الطابور المخصص للفصل.
3. التوجه مباشرة إلى الفصل بعد انتهاء الإذاعة استعدادًا لليوم الدراسي.

مدة التنفيذ	(15) دقيقة.
مكان التنفيذ	الاصطفاف الصباحي.
أدوات التنفيذ	• اللاقط (الميكروفون). • شاشة العرض (إن وجدت). • مقطع القرآن الكريم الذي ستتم تلاوته مسجل (كخيار بديل). • نص القصة الذي سيتم إلقاؤه في الإذاعة أمام الطلاب.

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

- **النشيد الوطني:** يُفتتح اليوم الدراسي بترديد النشيد الوطني، حيث يشارك جميع الطلاب في أدائه بشكل جماعي.
- **رياضة الصباح:** يقود المعلم الطلاب لأداء تمارين رياضية صباحية، تهدف إلى تنشيط الجسم وتهيئتهم لبدء اليوم الدراسي بنشاط وحيوية.

المقدم:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. أسعد الله أوقاتكم بكل خير، يسرنا أن نستمع الآن إلى آيات عطرة من الذكر الحكيم يتلوها الطالب 1.

الطالب1:

﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تُحِلُّواْ شَعَٰٓئِرَ ٱللَّهِ وَلَا ٱلشَّهۡرَ ٱلۡحَرَامَ وَلَا ٱلۡهَدۡيَ وَلَا ٱلۡقَلَٰٓئِدَ وَلَآ ءَآمِّينَ ٱلۡبَيۡتَ ٱلۡحَرَامَ يَبۡتَغُونَ فَضۡلٗا مِّن رَّبِّهِمۡ وَرِضۡوَٰنٗاۚ وَإِذَا حَلَلۡتُمۡ فَٱصۡطَادُواْۚ وَلَا يَجۡرِمَنَّكُمۡ شَنَـَٔانُ قَوۡمٍ أَن صَدُّوكُمۡ عَنِ ٱلۡمَسۡجِدِ ٱلۡحَرَامِ أَن تَعۡتَدُواْۘ وَتَعَاوَنُواْ عَلَى ٱلۡبِرِّ وَٱلتَّقۡوَىٰۖ وَلَا تَعَاوَنُواْ عَلَى ٱلۡإِثۡمِ وَٱلۡعُدۡوَٰنِۚ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَۖ إِنَّ ٱللَّهَ شَدِيدُ ٱلۡعِقَابِ ٢ ﴾[1].

المقدم:

تدعونا هذه الآية الكريمة إلى التعاون في الخير، والعمل بروح الفريق الواحد، لأن التعاون هو الطريق إلى النجاح في حياتنا ودراستنا. وانطلاقًا من هذا المعنى الجميل، يسعدنا أن نقدم لكم اليوم حلقة جديدة من بودكاست مدرستنا بعنوان «قوة التعاون والعزيمة»، حيث سنتحدث عن كيف يمكن لهاتين القيمتين أن تصنعا فرقًا كبيرًا في حياتنا اليومية، سواء داخل المدرسة أو خارجها، ويشرفنا أن يكون معنا اليوم ضيف مميز من زملائنا، الطالب 2 المعروف بحبه للتعاون ومشاركته الفعالة في العديد من المشاريع الطلابية الناجحة. مرحبًا بك معنا اليوم.

الطالب2:

مرحبًا بكم جميعًا وأسعد الله صباحكم بكل خير.

(1) سورة المائدة، الآية 2 .

المقدم:

دعنا نبدأ بسؤال لنفترض أن لديكم مشروعًا جماعيًا في الفصل، وكل واحد منكم لديه فكرة مختلفة عن طريقة إنجازه، ما العمل في هذه الحالة حتى ترضي الجميع؟

الطالب 2:

أول خطوة هي الاستماع، لابد من الاستماع لجميع وجهات النظر فعندما نستمع باهتمام، نفهم كل طرف ونبدأ في إيجاد الحلول المناسبة.

المقدم:

وماذا لو كان المشروع صعبًا، ما هو حلكم كمجموعة أسند لها هذا العمل؟

الطالب 2:

هنا تأتي **العزيمة**. من الطبيعي أن تكون هناك مشاريع صعبة أو لها متطلبات كثيرة، لكن بالإصرار على إتمامها وتوزيع المهام بيننا وعدم الاستسلام وتأدية كل طرف واجبه، يتم تجاوز الصعوبات. وكذلك **بالانضباط** فهو جزء مهم، فنحن نتقيد بالمهام، ونحترم الأدوار ونلتزم بالمواعيد.

المقدم:

أحسنتم ففي النهاية التعاون يجعل كل إنجازٍ فردي جزءًا من نجاح وإنجاز المجموعة، حيث يعلّمنا احترام وجهات النظر وحل الخلافات بطريقة عادلة وهادفة.

الطالب 2:

نعم، وتذكروا يا أصدقاء: بالاستماع، **التعاون، العزيمة والانضباط** ننجح ونتقدم، سواء في المدرسة أو في أي مكان آخر.

الخاتمة:

المقدم: شكرًا جزيلًا لضيفنا العزيز على مشاركته وحديثه الرائع عن التعاون والعزيمة، شكرًا لكم أصدقائي على حسن الاستماع. تذكروا دائمًا أن التعاون والعزيمة طريق النجاح في كل مكان. والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الملاحظات:

- يُفضل توزيع الأدوار على الطلاب وتدريبهم قبل الإذاعة بوقت كافٍ.

معًا نتجاوز كل الصعوبات

نواتج التعلم:

1. التعرف على الطريقة الصحيحة لإدارة الخلافات.
2. تعزيز بعض السلوكيات السليمة لإدارة التوتر.
3. التوعية بأهمية احترام وجهات النظر المختلفة.

القيم:

التسامح، التعاون، الانضباط.

الروتين اليومي: يُعوِّد المُعلِّم الطلاب على الآتي:

1. إلقاء التحية على المعلمين والزملاء.
2. الوقوف بانضباط في الطابور المخصص للفصل.
3. التوجه مباشرة إلى الفصل بعد انتهاء الإذاعة استعدادًا لليوم الدراسي.

مدة التنفيذ	(15) دقيقة.
مكان التنفيذ	الاصطفاف الصباحي.
أدوات التنفيذ	• اللاقط (الميكروفون). • شاشة العرض (إن وجدت). • مقطع القرآن الكريم الذي ستتم تلاوته مسجل (كخيار بديل). • نص الحوار الذي سيتم إلقاؤه في الإذاعة.

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

- **النشيد الوطني:** يُفتتح اليوم الدراسي بترديد النشيد الوطني، حيث يشارك جميع الطلاب في أدائه بشكل جماعي.
- **رياضة الصباح:** يقود المعلم الطلاب لأداء تمارين رياضية صباحية، تهدف إلى تنشيط الجسم وتهيئتهم لبدء اليوم الدراسي بنشاط وحيوية.

المقدم:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، صباح الوعي والحكمة يا أصدقاء. اليوم نتعلّم كيف نديـر خلافاتنا. بمحبة بدون إيذاء شعور أي شخص، وخير ما نبدأ إذاعتنا به لهذا اليوم آياتٌ من الذكر الحكيم يتلوها على مسامعكم الطالب 1.

الطالب1 :

﴿ وَإِذْ أَخَذْنَا مِيثَٰقَ بَنِيٓ إِسْرَٰٓءِيلَ لَا تَعْبُدُونَ إِلَّا ٱللَّهَ وَبِٱلْوَٰلِدَيْنِ إِحْسَانًا وَذِى ٱلْقُرْبَىٰ وَٱلْيَتَٰمَىٰ وَٱلْمَسَٰكِينِ وَقُولُوا۟ لِلنَّاسِ حُسْنًا وَأَقِيمُوا۟ ٱلصَّلَوٰةَ وَءَاتُوا۟ ٱلزَّكَوٰةَ ثُمَّ تَوَلَّيْتُمْ إِلَّا قَلِيلًا مِّنكُمْ وَأَنتُم مُّعْرِضُونَ ﴿٨٣﴾ ﴾[1].

المقدم:

والآن مع حديث شريف والطالب 2.

الطالب 2:

قال الرسول ﷺ: « لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه »[2].

المقدم:

أصدقائي لدينا اليوم قصة قصيرة تحمل معانٍ عظيمة حول إدارة الخلافات، يقصها علينا الطالب 3.

(1) سورة البقرة ، الآية 83.

(2) متفق عليه.

الطالب 3 (بصوت عال):

في مشروع جماعي بالمدرسة لإحدى المواد، انقسم فريق العمل إلى قسمين، فريق أراد أن يقدّم العرض بورقة مكتوبة على لوحة، بينما أراد الفريق الآخر أن يستخدم الحاسب دعمًا للتقنية. ارتفعت الأصوات وكادوا يتخاصمون. حتى اقترح أحدهم: لِم لا نستخدم الطريقتين معًا؟ العرض يكون مكتوبًا ويوزع على الحضور، ونعرض ما هو مكتوب بالطرق الحديثة باستخدام برامج الحاسب الآلي." فتحوّل الخلاف إلى فكرة أكثر إبداعًا وتنوعًا."

المقدم:

نلاحظ من القصة السابقة أن حتى الأصدقاء يحدث بينهم اختلاف، وحل هذه الخلافات يكون دائمًا بسيط عندما نهدأ **ونتعاون** ونفكّر بعدل، يتحوّل الخلاف إلى فرصة للإبداع.

المقدم:

والآن مع فقرتنا التالية مع النصائح الذهبية و الطالب 4.

الطالب 4 (بصوتٍ عالٍ):

- أحترم رأي غيري ولو اختلف معي.
- الخلاف فرصة للتعلّم لا للخصام.
- **التسامح** قوة لا ضعف.

الخاتمة:

المقدم: لنضع هذه العبارات نُصب أعيننا: (نستمع أولًا... نحترم دومًا... ونحلّ بعدل) وشعارًا لنا. وشكرًا لحسن استماعكم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الملاحظات:

يُفضل توزيع الأدوار على الطلاب وتدريبهم قبل الإذاعة بوقت كافٍ.

رحلة النجاح والعزيمة

نواتج التعلم:

1. تطوير مهارات العمل الجماعي لتحقيق الأهداف.
2. تشجيع الطلاب نحو تحقيق الأهداف الشخصية والعملية عن طريق دعم التحفيز الذاتي.

القيم:

الانتماء الوطني، التعاون، العزيمة، الانضباط.

الروتين اليومي:

يُعوِّد المُعلِّم الطلاب على الآتي:

1. إلقاء التحية على المعلمين والزملاء.
2. الوقوف بانضباط في الطابور المخصص للفصل.
3. التوجه مباشرة إلى الفصل بعد انتهاء الإذاعة استعدادًا لليوم الدراسي.

مدة التنفيذ	(15) دقيقة.
مكان التنفيذ	الاصطفاف الصباحي.
أدوات التنفيذ	• اللاقط (الميكروفون). • شاشة العرض (إن وجدت). • مقطع القرآن الكريم الذي ستتم تلاوته مسجل (كخيار بديل). • نص الحوار الذي سيتم إلقاؤه في الإذاعة أمام الطلاب.

إجراءات التنفيذ (المحتوى):

- **النشيد الوطني:** يُفتتح اليوم الدراسي بترديد النشيد الوطني، حيث يشارك جميع الطلاب في أدائه بشكل جماعي.
- **رياضة الصباح:** يقود المعلم الطلاب لأداء تمارين رياضية صباحية، تهدف إلى تنشيط الجسم وتهيئتهم لبدء اليوم الدراسي بنشاط وحيوية.

المقدم:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. صباحٌ يتجدّد فيه الأمل، وتُكتب فيه أحلام جديدة على صفحات حياتنا، يسرّنا أن نكون معكم اليوم في إذاعتنا المدرسية، التي اخترنا لها عنوانًا يلهمنا جميعًا: رحلة النجاح والعزيمة.

وخير ما نفتتح به يومنا آيات بيّنات من الذكر الحكيم يتلوها الطالب 1.

الطالب1 :

﴿ أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ۝١ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ۝٢ ٱلَّذِىٓ أَنقَضَ ظَهْرَكَ ۝٣ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۝٤ فَإِنَّ مَعَ ٱلْعُسْرِ يُسْرًا ۝٥ إِنَّ مَعَ ٱلْعُسْرِ يُسْرًا ۝٦ فَإِذَا فَرَغْتَ فَٱنصَبْ ۝٧ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَٱرْغَب ۝٨ ﴾[1].

المقدم:

هذه الآيات العظيمة تذكّرنا أن وراء كل صعوبة يُسرًا، وأن الفشل ليس النهاية، بل بداية مرحلة أعمق من التعلّم. رحلة النجاح ليست خطوات متتالية بل يتخللها الكثير من العثرات، ومن هذا الطريق الذي تعلمنا منه الكثير نُكوّن شخصياتنا ونبني فيه **عزيمتنا**. لنستمع الآن لبعض العبارات الملهمة من صديقنا الطالب 2.

الطالب 2:

حين أشجع وأمدّ يدي لزميلي، فإنني لا أساعده فقط، بل أزرع فيه طاقة تدفعه للاستمرار. إن الإلهام لا يكون بالكلام وحده، بل بالفعل والموقف. فكما تُضيء الشمعة درب من حولها، فإن الطالب **المنضبط** والمجتهد يكون قدوة تشجع الآخرين.

(1) سورة الشرح.

المقدّم:

نعم، كل واحد منّا يستطيع أن يكون مصدر إلهام لغيره، فالقوة لا تكمن في ما نحققه وحدنا، بل في ما نُلهم به غيرنا أيضًا. والآن نستمع إلى طالب 3 و 4 لنتعلم أن النجاح لا يُصنع إلا بروح الفريق.

الطالب 3:

أصدقائي، تذكّروا أن النجاح لا يُمنح كهدية، بل يُنتزع بالصبر والجدّ. كل محاولة وإن انتهت بالفشل هي جزء من البناء، وخطوة نحو القمة. تأملوا قصص نجاح العلماء والمبدعين. كم مرة تعثروا، وكم مرة نهضوا من جديد.

الطالب 4:

وهناك الكثير من الأمثلة في واقعنا القريب، أبناء وطننا الذين أبدعوا في مجالات الطب والفضاء والهندسة وحصلوا على جوائز عالمية في معرض جنيف الدولي للاختراعات 2025، ومعرض آيسف 2024. هم لم يصلوا إلى القمم صدفة، بل بالجد **والانضباط** والإصرار. وهذا يعلّمنا أن طريق النجاح يبدأ من مقاعد الدراسة، ومن عادة بسيطة كتنظيم الوقت أو احترام النظام.

الخاتمة:

المقدم: أصدقائي، فلنجعل من عزيمتنا سلاحًا، ومن انضباطنا قوة، ومن تعاوننا طريقًا نحو التميّز والعطاء لوطننا الغالي. ولنكن نحن الجيل الذي لا يكتفي بالحلم، بل يحوّل الحلم إلى إنجاز يرفع راية الوطن عاليًا.

وشكرًا لحسن استماعكم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الملاحظات:

- يُفضل توزيع الأدوار على الطلاب وتدريبهم قبل الإذاعة بوقت كافٍ.

إذاعة الذكاء العاطفي والاجتماعي - الأسبوع الأول