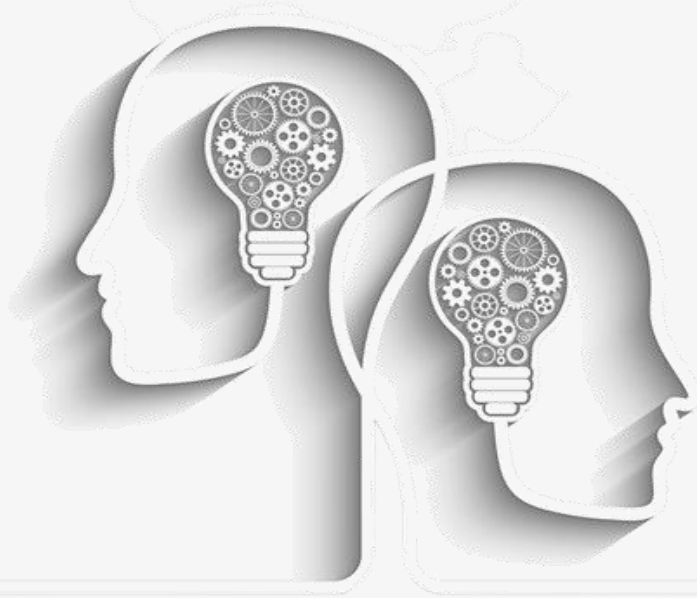




وزارة التعليم  
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية  
وزارة التعليم  
الإدارة العامة للإيفاد والابتعاث

# واعي



حقيبة المتدرب

العام الدراسي ١٤٤٤هـ / ٢٠٢٢م

---

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللقمة

## المقدمة /

انطلقت رؤية المملكة ٢٠٣٠ م المباركة ؛ متضمنة ثلاثة محاور رئيسة هي :مجتمع حيوي، اقتصاد مزهر ، وطن طموح ؛ وللوصول إلى مجتمع يتسم بالحيوية تم إنشاء برنامج جودة الحياة والذي انبثقت منه عدة مبادرات في وزارة التعليم.

ولتحقيق نمط حياة صحي للفرد والأسرة ؛ وبناء مجتمع ينعم أفرادها بأسلوب حياة متوازن ومثالي؛ ينبغي مواجهة العديد من التحديات في هذا المجال؛ لعل من أبرز هذه التحديات هي (المخدرات) ؛حيث تشكل مشكلة المخدرات أهم التحديات التي تلقى بظلالها السلبية على المجتمع؛ ليس لكونها تستهدف شرائح عمرية مبكرة من النشء والشباب وتؤثر في مستقبلهم فحسب؛ وإنما لأنها تنطوي على تكلفة اجتماعية وتنموية باهظة، الأمر الذي يجعل من الضروري ألا تقتصر مكافحتها على الجانب الأمني أو العلاجي فقط؛ بل أصبح من المهم أيضاً التركيز على الجانب التوعوي باعتباره يمثل الوقاية المبكرة من الوقوع في براثن هذه الآفة المدمرة .

وتكمن أهمية التوعية بمخاطر الإدمان والمخدرات في كونها تمثل حائط الصدّ الأول في مواجهة هذه الظاهرة ؛لاسيما إذا كانت برامج التوعية تستهدف في الأساس فئتي المراهقين والشباب اللتين تعتبران القوة الرئيسة في عملية الإنتاج والتنمية ،حيث تشير الدراسات إلى أن أكثر الفئات العمرية تعرّضاً لأخطار المخدرات هم الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ و ٢٠ سنة وأن ٦٧٪ من مدمني المخدرات تكون بدايتهم مع المواد المخدرة في سن المراهقة ، الأمر الذي يؤكد أهمية التركيز على توعية هذه الفئة مبكراً؛ ومن ثم معالجة الأسباب أو العوامل التي تقف وراء تفكيرهم في تعاطي المخدرات سواء كانت نفسية أو أسرية ، مع التركيز على ما تهتم به هذه الشريحة العمرية من رغبة في التقليد والتجريب لكل جديد دون وعي بمخاطره على الصحة العامة ، لذلك فإن التوعية تمثل رادعاً يمنع الأطفال والنشء من التفكير في الإقدام على تجربة التعاطي؛ وكذلك في إقناع الذين يتعاطون بالفعل بالتوقف والانخراط في البرامج العلاجية والتأهيلية المختلفة، ولذا فإن التوعية بمخاطر المخدرات يعني أن تمزج بين الترهيب والترغيب عبر إظهار الجوانب الخطيرة والهدامة للمخدرات على الفرد والمجتمع بشكل عام.

# الفهرس

## فهرس المقدمة

الصفحة	الموضوع	م
٧	إرشادات عامة للمتدرب	١
٨	دليل الدورة	٢
١٠-٩	الأساليب التدريسية وأدوات التقويم	٣
١١	المنهاج	٤

## فهرس الأنشطة التدريبية

الصفحة	المحتوى	
<b>اليوم التدريبي الأول- الوحدة الأولى</b>		
١٥	(١/١/١)	الجلسة الأولى
١٦	(٢/١/١)	
١٧	(٣/١/١)	
<b>اليوم التدريبي الثاني- الوحدة الثانية</b>		
٢١	(١/٢/١)	الجلسة الثانية
٢٢	(٢/٢/١)	
٢٣	(٣/٢/١)	
٢٤	(٤/٢/١)	
<b>اليوم التدريبي الثاني- الوحدة الثانية</b>		
٢٧	(١/١/٢)	الجلسة الأولى
٢٨	(٢/١/٢)	
٢٩	(٣/١/٢)	
٣٠	(٤/١/٢)	
٣٤	(١/٢/٢)	الجلسة الثانية
٣٥	(٢/٢/٢)	
٣٦	(٣/٢/٢)	
٣٨	(٤/٢/٢)	

## إرشادات عامة للمشارك

أخي المشارك نأمل منك تحقيق الآتي:

١. الاستمتاع بالتدريب ووضع الجوال على الصامت.
٢. الإصغاء جيداً لكل ما يقال ، فوجودك يعكس رغبتك في التعلم.
٣. النقاش والتعبير عن آرائك بصراحة.
٤. احترام آراء الآخرين وإن اختلفت عن رأيك.
٥. الالتزام بمواعيد الحضور والانصراف والاستراحة الخاصة بالبرنامج.
٦. التعاون والعمل بروح الفرق فلا يوجد كلمة أنا في عالم التدريب.
٧. إحضار الحقيبة التدريبية طوال فترة التدريب دليل اهتمامك.
٨. الالتزام بالوقت المخصص للأنشطة التدريبية، والاهتمام بها لكونها التطبيق العملي الفعلي للمهارات التدريبية.
٩. التناوب في الأدوار داخل المجموعة الواحدة ( قائدة المجموعة، القارئة، المسجلة، المقررة، المشجعة)
١٠. تعبئة نماذج تقييم البرنامج بدقة للتطوير والتحسين.
١١. مسؤولية المدربة فتح آفاق المعرفة، ومسؤولية المشاركة البحث والاطلاع والتطبيق العلمي ضمن سياق حقيقي في مجال العمل.



# دليل البرنامج التدريبي

اسم البرنامج:

واعي

الهدف العام:

تطوير مهارات الوقاية والتوعية والمهارات الذاتية لدى المعلمين لحماية الطلبة من تعاطي المخدرات.

الأهداف التفصيلية:

يتوقع من المتدرب في نهاية البرنامج التدريبي أن يكون قادراً على :

١- رفع مستوى الوعي والإدراك حول مخاطر المخدرات على الطلاب.

٢- تنمية آليات الحماية الاستباقية لحماية الطلاب من الوقوع في المخدرات.

الفئة المستهدفة:

معلمي الدراسات الاجتماعية والدراسات الإسلامية وعلم النفس وعلم الاجتماع والمعلمين المكلفين بتدريس المهارات الحياتية.

مدة البرنامج:

(١٠) ساعات تدريبية .

## الأساليب التدريبية وأدوات التقويم

سيتم تقديم البرنامج التدريبي باستخدام مجموعة من الأساليب التدريبية منها :-



الأنشطة  
العملية



تدريب  
عن بعد



العصف  
الذهني



مناقشات  
جماعية



الفيديوهات  
التوضيحية



لعب  
الأدوار

## أدوات التقويم:-

- تقويم قبلي وبعدي .

-تقويم مرحلي ( الأنشطة التدريبية، التغذية الراجعة اليومية).

- تقويم البرنامج التدريبي ( استمارة تقويم البرنامج من حيث : الأهداف ، المحتوى ، الأساليب

والأنشطة ، المدرب ، بيئة التدريب ، التقويم).

أدوات قياس أثر التدريب:-

- الملاحظة.

## منهاج البرنامج التدريبي

عدد الساعات التدريبية	الموضوعات	الجلسة التدريبية	اليوم	م
٥ ساعات	مفهوم المخدرات والمؤثرات العقلية المهارات الوقائية لمخاطر المخدرات على الطلاب في المرحلتين . ( الابتدائية - المتوسطة ) أسباب تعاطي المخدرات	الأولى	الأول	١
	التعرف على الإدمان مهارات الرفض تصنيف المخدرات والمؤثرات العقلية الاضرار الناتجة عن المخدرات	الثانية		
٥ ساعات	الحماية الاستباقية تعزيز البيئة المدرسية الآمنة دور مدير المدرسة تحسين كفايات المعلمين في مهارات التوعية	الأولى	الثاني	٢
	دور الأسرة ممارستك كمواطن صالح اتجاه التوعية والتثقيف مداخل تقديم البرامج وممارسات التربية جهود المملكة العربية السعودية	الثانية		
١٠ ساعات تدريبية	المجموع			

اليوم التذكيري الأول

الجلسة الأولى

## مفهوم المخدرات



## خطة الجلسة التدريبية (الأولى) /

الزمن	الإجراءات	م
د ٣٠	نشاط (١/١/١) مفهوم المخدرات والمؤثرات العقلية	١
د ١٠	عرض ومناقشة	٢
د ٢٠	نشاط (٢/١/١) المهارات الوقائية لمخاطر المخدرات على الطلاب في المرحلتين (الابتدائية - المتوسطة).	٣
د ١٠	عرض ومناقشة	٤
د ٤٠	نشاط (٣/١/١) أسباب تعاطي المخدرات	٥
د ١٠	عرض ومناقشة	٦
د ١٢٠	المجموع	



٢٠ دقيقة

جماعي

عنوان النشاط :- كسر الجليد (من هو المواطن )

هدف النشاط :- مفهوم المواطنة لدى المشاركين من خلال عرض بعض المواصفات لمفهوم المواطن الصالح وعكسه .

أسلوب النشاط :- حوار ونقاش

### عزيزي المشارك :

- ١-اطلب من أحد المشاركين أن يجلس على الورقة البيضاء الكبيرة .
- ٢-اطلب من أحد المشاركين أن يرسم خطأً دائرياً حول الشخص الجالس على الورقة البيضاء .
- ٣-اطلب من الشخص الجالس الانسحاب من اللعبة .
- ٤- اطلب من كل مشترك كتابة مواصفات المواطن الصالح ووضعها في داخل الدائرة .
- ٥- اطلب من كل المشتركين كتابة مواصفات المواطن الغير صالح ووضعها في خارج إطار الدائرة .
- ٦-ناقش مع المجموعة الآراء المعروضة خارج الدائرة وداخلها وقيم هذه الآراء .



٤٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (١/١/١)

عنوان النشاط :- مفهوم المخدرات

هدف النشاط :- ان يعرف المتدرب المخدرات والمؤثرات العقلية

أسلوب النشاط :- حوار ونقاش

### عزيزي المشارك :

" تبني حضارات الأمم بعقول أبنائها وتندثر بزوال تلك العقول ، آفات تعطل عجلة الإنتاج والتقدم في العالم كثيرة ويبقى على رأسها آفة المخدرات ."

من خلال التأمل في التعريفات السابقة نشرة رقم (١/١/١) ، وضح مفهوم المخدرات والمؤثرات العقلية.





٣٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط :- (٢/١/١)

عنوان النشاط :- المهارات الوقائية لمخاطر المخدرات

هدف النشاط :- أن يحدد المتدرب المهارات الوقائية لمخاطر المخدرات على الطلاب في المرحلتين (الابتدائية – المتوسطة).

أسلوب النشاط :- نقاش- مقطع فيديو

**عزيزي المشارك :**

بالتعاون مع أفراد المجموعة، نَقِّذ المهمة التالية:

شاهد مقطع الفيديو " ياولدي أنت مسؤول " - (نبراس) ، ثم :

<https://www.youtube.com/watch?v=٠O١yakbZcyU>

- حدّد المهارات الوقائية من مخاطر المخدرات على الطلاب في المرحلتين (الابتدائية – المتوسطة).



٥٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (٣/١/١)

عنوان النشاط :- أسباب ودوافع تعاطي الفرد للمخدرات

هدف النشاط :- أن يستنتج المتدرب أسباب ودوافع تعاطي الفرد للمخدرات

أسلوب النشاط :- نقاش- خريطة مفاهيمية

**عزيزي المشارك :**

مُستعيناً بالله ، نَقِّذ المهام التالية:

• المهمة الأولى :

بعد الاطلاع على النشرة العلمية (٣/١/١) ، استنتج بعض الأسباب والدوافع المهمة التي تكمن وراء الإقدام على تعاطي الفرد للمخدرات .



اليوم التذكري الأول

الجلسة الثانية

## التعرف على الإدمان



## خطة الجلسة التدريبية (الثانية)

الزمن	الإجراءات	م
د ٢٠	نشاط (١/٢/١) التعرف على الإدمان	١
د ١٠	عرض ومناقشة	٢
د ٢٠	نشاط (٢/٢/١) مهارات الرفض	٣
د ١٠	عرض ومناقشة	٤
د ٢٠	نشاط (٣/٢/١) تصنيف المخدرات والمؤثرات العقلية	٥
د ١٠	عرض ومناقشة	٦
د ٢٠	نشاط (٤/٢/١) الاضرار الناتجة عن المخدرات	٧
د ١٠	عرض ومناقشة	٨
د ١٢٠	المجموع	



٢٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (١/٢/١)

هدف النشاط :- أن يعرف المتدرب مفهوم الإدمان

أسلوب النشاط :- نقاش وحوار

**عزيزي المشارك :**

- صِغ من خلال معلوماتك الشخصية السابقة ، تعريفاً مبسطاً للإدمان .



٢٠ دقيقة

جماعي

## نشاط (٢/٢/١) مهارات الرفض

الهدف من النشاط : أن يحدد المتدرب مهارات الرفض في حالة التعرض لضغوط تعاطي المخدرات أو التدخين

أسلوب النشاط (تفكير ناقد)

عزيزي المشارك :

- المهمة الأولى : حاول أن تتوصل إلى الكيفية التي تتم بها مهارات الرفض الموضحة أدناه.

مهارات الرفض	كيفية تنفيذها
أسلوب المزاح	
قل (لا) مع ذكر السبب	
التجاهل	
اقترح نشاطاً بديلاً	
مغادرة المكان	

● المهمة الثانية :

لماذا تقول كلمة (لا) ، عندما يقدم لك فرد أقراباً غريبة بحجة أنها مقوية للذاكرة ؟



٢٠ دقيقة

جماعي

(٣/٢/١)	نشاط
أن يصنف المتدرب المخدرات والمؤثرات العقلية	هدف النشاط
عرض نماذج - مناقشة	طريقة التدريب

### إجراءات تنفيذ النشاط:

- ❖ يستعرض المدرب ما تم طرحه في النشاطات السابقة من تعريفات للمخدرات والمؤثرات العقلية.
- ❖ يتحدث المدرب عن تصنيف المخدرات.
- ❖ يلخص المدرب النقاط في (خريطة معرفية) ويعرضها على المتدربين.





٢٠ دقيقة

جماعي

(٤/٢/١)	نشاط
أن يتقصى المتدرب الأضرار الناتجة من المخدرات	هدف النشاط
عرض نماذج - مناقشة	أسلوب التنفيذ

عزيزي المشارك :

-من خلال الاستعانة بمحرك البحث على **GOOGLE** على شبكة الأنترنت، ابحث عن أضرار المخدرات.

اليوم التذكيري الثاني

الجلسة الأولى



## خطة الجلسة التدريبية (الأولى)

الزمن	الإجراءات	م
د٣٠	نشاط (١/١/٢)	١
د٥	عرض ومناقشة	٢
د٢٥	نشاط (٢/١/٢)	٣
د٥	عرض ومناقشة	٤
د٢٥	نشاط (٣/١/٢)	٥
د٥	عرض ومناقشة	٦
د٢٠	نشاط (٤/١/٢)	٧
د٥	عرض ومناقشة	٨
د١٢٠	المجموع	



٣٥ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (١/١/٢)

عنوان النشاط: الحماية الاستباقية من الوقوع في المخدرات

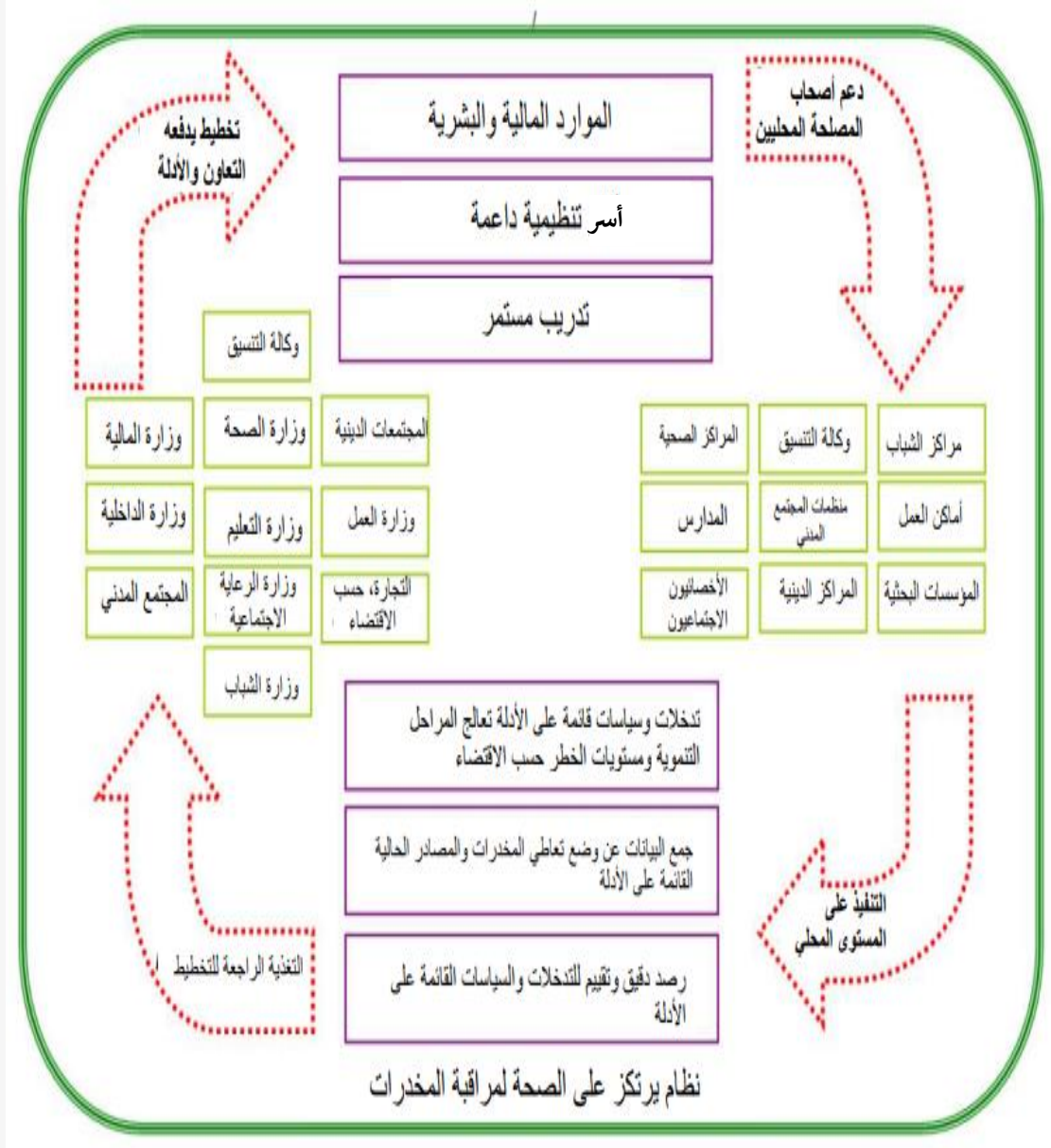
هدف النشاط: أن يقدم المتدرب مقترحات للوسائل المعززة آليات الحماية الاستباقية من الطلاب في المخدرات و المؤثرات العقلية

أسلوب النشاط: الحوار – المناقشة

عزيزي المشارك:

"تعتبر الأنشطة الرياضية وغيرها من الأنشطة البدنية ؛ وسيلة مهمة لإكساب المراهقين ممارسات اجتماعية إيجابية صحية ؛ تقيهم من الانخراط في السلوكيات المحفوفة بالمخاطر".  
- من خلال التمثيل التخطيطي لنظام وطني للوقاية من المخدرات - الموضح أدناه - ؛ اقترح أنشطة لتعزيز آليات الحماية الاستباقية من المخدرات والمؤثرات العقلية.

( التمثيل التخطيطي )



المصدر:-

منظمة الصحة العالمية(المعايير الدولية للوقاية من تعاطي المخدرات) – النسخة الثانية المحدثه .



٣٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (٢/١/٢)

عنوان النشاط: تعزيز البيئة المدرسية الآمنة للطلاب

هدف النشاط: أن يستنتج المتدرب وسائل تعزيز البيئة المدرسية الآمنة للطلاب للوقاية من المخدرات والمؤثرات العقلية

أسلوب النشاط: العصف الذهني، الحوار، المناقشة .

عزيزي المشارك:

- بالتعاون مع أفراد المجموعة المتواجدين معك في الـ ((Break Room ؛ نقذ المهمة التالية:  
اذكر ثلاث وسائل لتعزيز البيئة المدرسية الآمنة للطلاب بحيث تسهم في وقايتهم من المخدرات  
والمؤثرات العقلية ؛ ( ينبغي أن تختار كل مجموعة ممثلاً لها لعرض ما توصلت إليه).



٣٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (٣/١/٢)

عنوان النشاط: دور مدير المدرسة في الوقاية من المخدرات

هدف النشاط: أن يتعرف المتدرب على دور مدير المدرسة في  
الوقاية من المخدرات والمؤثرات العقلية

أسلوب النشاط: الحوار- المناقشة

عزيزي المشارك:

- بالتعاون مع أفراد المجموعة نفذ المهمة التالية :

"تضع حكومتنا الرشيدة مشكلة ادمان المخدرات ضمن أكبر وأهم المشكلات التي تواجه المدارس؛  
إلا أن هناك العديد ممن يتجاهلون حجم خطورة هذه المشكلة"  
من خلال فهمك للعبارة السابقة ؛ اكتب تصوراً حول دور مدير المدرسة في الوقاية من المخدرات  
والمؤثرات العقلية ثم شارك ما لديك مع بقية المتدربين من خلال المناقشة والحوار فيما بينكم ( وعلى  
كل مجموعة اختيار ممثل لها لتلخيص ما تم التوصل إليه).



٢٥ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (٤/١/٢)

عنوان النشاط : دور المعلم في تحقيق التربية الوقائية من

هدف النشاط : أن يناقش المتدرب تحسين كفايات المعلمين في  
مهارات التوعية من أضرار المخدرات والمؤثرات العقلية.

أسلوب النشاط: الحوار- المناقشة

### عزيزي المشارك:

- تأمل ممارساتك التربوية والتدريسية في المدرسة ؛ ثم حاول توظيف مكتسباتك منها ورتبها وفق  
منطق متسلسل / تدريجي ؛ لتجسيد دور المعلم في توعية الطلاب من أضرار المخدرات والمؤثرات  
العقلية.



اليوم التذكري الثاني

الجلسة الثانية



## خطة الجلسة التدريبية (الثانية)

الزمن	الإجراءات	م
د ٣٠	نشاط (١/٢/٢)	١
د ١٠	عرض ومناقشة	٢
د ٢٠	نشاط (٢/٢/٢)	٣
د ٥	عرض ومناقشة	٤
د ٢٠	نشاط (٣/٢/٢)	٥
د ٥	عرض ومناقشة	٦
د ٢٠	نشاط (٤/٢/٢)	٧
د ١٠	عرض ومناقشة	٨
د ١٢٠	المجموع	



٤٠ دقيقة

جماعي

رقم النشاط : (١/٢/٢)

عنوان النشاط : دور الاسرة في التوعية بمخاطر المخدرات

هدف النشاط: أن يتعرف المتدرب على دور الأسرة الفاعل في التوعية  
بمخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية

أسلوب النشاط : العصف الذهني

عزيزي المشارك

- يُعطي المدّرب ١٠ دقائق للمجموعات ؛ بحيث تقوم كل بالتوصل إلى أدوار الاسرة في التوعية  
بمخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية على الأنفوجرافيك .



٢٥ دقيقة

جماعي

رقم النشاط (٢ / ٢ / ٢)

عنوان النشاط : استراتيجية الأصابع الخمسة .

هدف النشاط : أن يوضح المتدرب مداخل ترسيخ البرامج والممارسات التربوية لقيمة وعي الطلاب بظاهرة المخدرات .

أسلوب النشاط : الحوار ، المناقشة

عزيزي المشارك:

- التعرف على ممارساتك التربوية في مجال التوعية والتثقيف بمخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية ، سيتم من خلال الإجابة على أسئلة الأصابع الخمسة كما هو موضح في الشكل الآتي:



السؤال الأول: لماذا أتعرف على مخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية ؟

السؤال الثاني: من يساعدني لتحقيق هدفي في نشر الوعي والوقاية من مخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية.

السؤال الثالث: متى أصل إلى هدفي بالتوعية والإرشاد حول مخاطر المخدرات والمؤثرات العقلية ؟

السؤال الرابع: اين أنا من المشاركة في جهود المملكة لمكافحة المخدرات للمواطن؟

السؤال الخامس: ماذا يجب أن أفعل لأتأكد من تحقيق الهدف ؟

## رقم النشاط ( ٣ / ٢ / ٢ )



٢٥ دقيقة

جماعي

عنوان النشاط : مداخل في ترسيخ البرامج والممارسات التربوية لقيمة وعي الطلاب بظاهرة المخدرات والمؤثرات العقلية .

هدف النشاط:- أن يوضح المتدرب مداخل ترسيخ البرامج والممارسات التربوية لقيمة وعي الطلاب بظاهرة المخدرات والمؤثرات العقلية .

أسلوب النشاط : الحوار - النقاش

عزيزي المشارك:

ادرس الشكل التالي الذي يوضح المداخل المختلفة لترسيخ البرامج والممارسات التربوية لقيمة وعي الطلاب بظاهرة المخدرات والمؤثرات العقلية وحجمها ومخاطرها على الفرد والمجتمع ، ومن ثم أكمل الجدول الذي يليه بما يناسب.



---

أمثلة على ذلك	التعريف	المدخل المتبع



٣٠ دقيقة

جماعي

(٤/٢/٢)	نشاط
أن يبرز المتدرب جهود حكومة المملكة العربية السعودية في مكافحة المخدرات	هدف النشاط
الحوار - المناقشة	أسلوب التنفيذ

عزيزي المشارك :

بعد الاطلاع على النشرة المعرفية ( ٤ / ٢ / ٢ )  
لخص أبرز جهود حكومة المملكة العربية السعودية في مكافحة المخدرات .