

جامعة العلوم الاسلامية العالمية
كلية العلوم التربوية/ قسم الارشاد والصحة النفسية
حصة التوجيهي الجمعي

عنوان الحصة: يوم الصحة النفسي العالمي	موضوع الحصة: صحي/اجتماعي
عدد الطالب: جميع الطالبات 21	الصف والشعبة: السابع أ
المرشد المتدرب: آلاء حسام الجعارات	اليوم والتاريخ: 15/10/2025
المرشد المقيم: ميساء عبد ربه	الحصة الدراسية: الرابعة

الأهداف:

- أن تتعرف الطالبات عن يوم الصحة النفسية العالمي .
- أن تدرك الطالبات أهمية الصحة النفسية .
- أن تتعرف الطالبات على طرق ووسائل تحقيق الصحة النفسية .
- أن تشارك الطالبات في النشاط المجتمعي ليوم الصحة النفسية .

الأدوات

1)أقلام 2)ورق ملاحظات 3)كرتون

والوسائل:

1)بروشور 3(2 3)powerpoint مطوية

الإجراءات والأنشطة الإرشادية:

التمهيد للحصة:

الدخول الى الصف والترحيب بالطالبات والتاكيد من اضاءه الصف والتهويه اول 10 دقائق كانت التحدث مع الطالبات والسؤال عن احوالهم وعن امورهم في المدرسه وكيف كانت الحصص السابقه وتجهيزهم نفسيا الى الحصه عن طريق طرح سؤال ماذا تتوقعوا ان يكون موضوع حصه اليوم وبعد تفاعل الطالبات وتوقعاتها

موضوع الدرس اضفت بعض الحماس الى الحصه من خلال اعطاء معلومه ان موضوع الحصه عن تاريخ
مهم خلال الاسبوع الحالي

وبعد تفاعل الطالبات تحدثت احدى الطالبات عن تاريخ 10/10 والذى هو يوم الصحه النفسي العالمي وقمت
بتحفيزها عن طريق تصفيق الطالبات لها

وبعد ذلك بداعنا الحصه عن طريق طرح سؤال اخر ماذا تعلمون عن يوم الصحه النفسيه العالمي وبعد
الاستماع الى اراء الطالبات بخصوص هذا اليوم بذات التعريف عن هذا اليوم عن طريق عرض تقديمى
البوربوينت

بداعنا بالتحدث عن محتوى البوربوينت وكان عباره عن او لا تعريف يوم الصحه النفسيه العالمي وثانيا
عرض شعار هذا اليوم الذي يتمثل باللون الاخضر وسؤالى طالبات لماذا تم اعتماد اللون الاخضر في شعار
يوم الصحه النفسي العالمي وتفاعل طالبات مع هذا السؤال وكان جميع الاجابات صحيحه وهي (تفاؤل, سلام,
ايجابيه) وتم طرح السؤال من احدى الطالبات لي لماذا تم اختيار تاريخ 10/10 يوم الصحه النفسي العالمي
وكان الاجابه ان هذا التاريخ نتيجه مبادره من الاتحاد العالمي للصحه النفسيه عام 1992 بهدف زياده
الوعي بالقضايا الصحه النفسيه

وثالثا ثم السؤال الطالبات عن توقعاتها عن اهميه يوم الصحه النفسي العالمي وبعد الاستماع الى بعض
الاجابات قمت بعرض محتوى البوربوينت عن اهميه يوم الصحه النفسي العالمي
رابعا عرض كيفيه تحقيق الصحه النفسيه والتعامل مع وسائل الصحه النفسيه
وخامسا عرض فيديو عن يوم الصحه النفسي العالمي وكان مصدره ماخوذ من منصه اليوتيوب وتوزيع
مطوية

سادسا قمت بعمل مجموعات للطالبات وقمت بتوزيع كرتون ابيض عليهم وطلب منهم كتابة شعارات بمناسبة
يوم الصحه النفسي العالمي

ملاحظة قمنا بعمل وتجهيز للنشاط المجتمعى انا والمرشده المقيمه بتوزيع الحلويات على الكادر الاداري
والمعلمات بمناسبة يوم الصحه النفسيه العالمي وتوزيع مطوية على الطالبات والمعلمات

تفاصيل المحتوى بالبوربوينت وتم رفعه بالملف

الإنتهاء للحصة:

اخبرت طالبات عن بروشور تم اعداده ووصفه ووضعه على اللوحة الارشادية وتم اخبار الطالبات عن نشاط مجتمعي سوف يتم عقده ليوم الخميس وعن اذاعه مدرسيه عن يوم الصحه النفسي العالمي وكان من اعداد اللجنة الارشاديه بالتعاون معي في كيفية الالقاء ويتم انهاء الحصه وتقديم الشكل لطالبات عن حسن الاستماع وتفاعلهم ومغادره الصف.

أسئلة مناقشة المحتوى:

1) ما أهمية الصحة النفسية؟

2) هل شاركتكم سابقا بنشاط ليوم الصحة النفسي العالمي؟

أسئلة المناقشة الشخصية:

1) ماذًا تعرفين عن يوم الصحة النفسية العالمي؟

2) ماذًا تفعلين لتحقيق الصحة النفسية؟

التقييم واللاحظات:

حصة رائعة وحققت الاهداف بشكل كامل وتطور في ضبط الصف عن اول مرة .

المراجع:

- موقع الصحة النفسية
- منصة اليوتيوب (الاخصائي النفسي عبدالله)

المحتوى:

















