

# الأبطال الرقميون

## ملحق الأنشطة الإضافية



## الأنشطة المقترحة

## الموضوع

### النشاط الأول: محطات في رحلة الأبطال الرقميين.

قم بإعداد محطات سيناريوهات مختلفة قد تواجههم عبر الإنترنت بحيث يتوجب على الطلاب اتخاذ القرارات عند التعرض لها.

### النشاط الثاني: محطة ضبط النفس.

اعرض صورتين، إحداهما تحتوي على رابط غريب والأخرى تحتوي على موقع ويب موثوق به. ويجب على الطلاب أن يقرروا ما ينقررون عليه باستخدام القوة العظمى “زر الإيقاف المؤقت”.

### النشاط الثالث: زر الإيقاف المؤقت.

خاطب الطلاب قائلاً: تخيل أنك تمتلك زر إيقاف مؤقت، فماذا ستفعل به إذا تعرضت للسيناريوهات التالية؟

- السيناريو 1:** ترى رابط لعبة جديد عبر الإنترنت، ولكنك غير متأكد من مصدره.  
**الإجابة:** أضغط على زر الإيقاف المؤقت وأسأل شخصاً بالغاً موثوقاً به إذا كان الأمر آمناً قبل النقر.

- السيناريو 2:** تشاهد مقاطع الفيديو لفترة طويلة وتشعر عيناك بالتعب.  
**الإجابة:** أضغط على زر الإيقاف المؤقت لأخذ قسط من الراحة واستعادة طاقتى من خلال اللعب بالخارج أو القيام بشيء ممتع بعيداً عن الإنترنت.

- السيناريو 3:** ترغب بإرسال رسالة إلى صديق.  
**الإجابة:** أضغط على زر الإيقاف المؤقت وأتساءل: «هل هذه الرسالة لطيفة؟ وهل ستجعل صديقي يشعر بالارتياح؟».

ضبط النفس  
والتنظيم الذاتي

الموضوع	الأنشطة المقترنة
التعاطف في التفاعلات الرقمية	<p><b>النشاط الأول: رداء اللطف الخاص بك.</b> وزع على الطلاب رداء (عباءة)، واطلب منهم تزيينه بكلمات لطيفة أو صور توضح كيف يمكنهم التعاطف عبر الإنترنت. يمكنهم كتابة كلمات مثل "الاحترام" و"اللطف" و"مساعدة الآخرين" على الرداء الخاص بهم. وبعد إكمال كتابتهم للكلمات على الرداء، يمكن لكل طالب مشاركة رداءه مع زملائه.</p>
	<p><b>النشاط الثاني: محطة التعاطف.</b> أنشئ سيناريو حيث ينشر شخص ما تعليقاً سلبياً، ويجب على الطالب ارتداء "رداء اللطف" و اختيار الرد اللطيف.</p>
	<p><b>النشاط الثالث: حديقة اللطف.</b> <b>الخطوة 1: إعداد قاعدة الحديقة.</b> استخدم ورق البناء الأخضر لقص العشب والسيقان والأوراق. <b>الخطوة 2: صنع أزهار اللطف.</b> اطلب من الطالب قص أشكال الأزهار باستخدام ورق البناء الملون أو استخدام قالب أزهار جاهز. <b>الخطوة 3: كتابة أعمال اللطف.</b> اطلب من كل طالب كتابة أو رسم عمل يدل على اللطف يمكنه القيام به عبر الإنترنت (مثل: «قل شيئاً لطيفاً»، «ساعد صديقاً»، «شارك بادب»). <b>الخطوة 4: بناء الحديقة.</b> قم بلصق أو تثبيت كل زهرة على لوحة الإعلانات أو على ملصق كبير لإنشاء «حديقة اللطف». أضف أوراقاً تحتوي على رسائل مثل: «كن لطيفاً»، «ساعد الآخرين»، «فكر قبل النشر». شجع الطلاب على إنشاء "نبتة اللطف" في المنزل مع عائلاتهم. يمكنهم إضافة زهرة أو ورقة جديدة في كل مرة يقومون فيها بعمل لطيف.</p>

## الموضوع

### الأنشطة المقترحة

#### النشاط الأول: بطاقة الأبطال البالغين الموثوق بهم.

اطلب من الطلاب تدوين أسماء البالغين الموثوقين ومعلومات الاتصال بهم. ويمكن أن يشمل ذلك الآباء أو المعلمين أو أصدقاء العائلة أو الأخصائيين الاجتماعيين. وشجعهم على مراجعة القائمة مع أسرهم حتى يعرفون إلى من يلجأون عندما يحتاجون إلى المساعدة عبر الإنترنت.

وقدم بتضمين أسئلة مثل:

"مع من تتحدث عندما تشعر بالخوف من شيء ما عبر الإنترنت؟"

"ما هي أفضل طريقة لطلب المساعدة من شخص بالغ موثوق به؟"

"ماذا تفعل إذا أرسل لك شخص غريب رسالة عبر الإنترنت؟"

#### تحديد البالغين الموثوق بهم

#### النشاط الثاني: شجرة المساعدة.

قم بتوزيع لوحة على شكل شجرة وأوراق ملونة على الطلاب، واطلب منهم كتابة أسماء الأشخاص الذين يثقون بهم (مثل: الوالدين، المعلم، المرشد) على الأوراق الملونة، وتعليق الأوراق على الشجرة مع شرح كيف يمكن لكل شخص مساعدتهم. ومن ثم ناقش معهم متى وكيف يمكنهم طلب المساعدة.

### الأنشطة المقترحة

### الموضوع

#### النشاط الأول: لعب دور الدرع الرقمي.

خاطب الطالب قائلاً: «تخيل أن لديك خاصية تفعيل الدرع الرقمي، فماذا ستفعل إذا واجهت السيناريوهات التالية؟

- **السيناريو 1:** تخيل أن صديقاً تم استبعاده من محادثة جماعية أو لعنة.  
**الإجابة:** أدفع عنه أو أخبر شخصاً بالغاً موثوقاً به.
- **السيناريو 2:** يرسل شخص ما لك أو لصديقك رسالة سيئة.  
**الإجابة:** أمنع المتنمر وأخبر شخصاً بالغاً موثوقاً به.
- **السيناريو 3:** ترى تعليقات سيئة حول شخص ما في إحدى الألعاب عبر الإنترنت.  
**الإجابة:** لا أشارك في التنمير، وأقول شيئاً لطيفاً للشخص الذي يتعرض له.

### التعرف على التنمير الإلكتروني



# شكراً لكم



dssp@mcit.gov.qa

[www.safespace.qa](http://www.safespace.qa)

