



قسم المجتمع العربي  
مركز الإرشاد القطري



# ما هو وقت الفراغ؟







قسم المجتمع العربي  
مركز الإرشاد القطري



# ما هو وقت الفراغ؟

## افتتاحية

يقول المربي: ما هو وقت الفراغ؟ وقت الفراغ هو فترة من الزمن يستطيع خلالها الإنسان أن يخصص وقتاً لأعمال يحبها، ليست من الأمور الضرورية، لكنها تلبي حاجات أخرى، مثلًا: حاجة روحانية.







# ما هو وقت الفراغ؟



## الأهداف

1. تطوير ثقافة فراغ ذي معنى لدى الطّلاب.
2. تشجيع استغلال أوقات الفراغ بالعمل الشخصي والاجتماعي.

## موادّ مساعدة

- فيلم مشروع التطّوع في الزراعة- قسم المجتمع العربي- إدارة المجتمع والشّباب 2023.
- مفاتيح لاستغلال وقت فراغ أفضل (نسخ بعد الطّلاب).







قسم المجتمع العربي  
مركز الإرشاد القطري

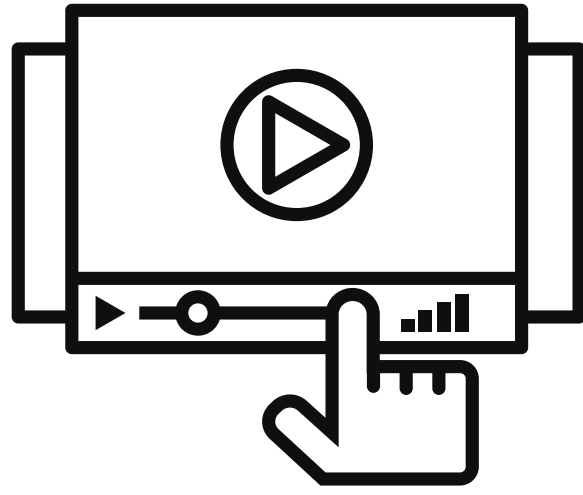


# ما هو وقت الفراغ؟

## سير الفعاليّة المرحلة الأولى- كامل الهيئة

يعرض المرّبي الفيلم مشروع التّطوُّع في الزّراعة- قسم المجتمع العربي-

إدارة المجتمع والشّباب 2023- رابط تشعبيّ.



يسأل المرّبي الطّلاب: ماذا رأينا في الفيلم؟  
يدير المرّبي نقاشًا حول السّؤالين التّاليين:

1. ماذا تفعلون في أوقات فراغكم ؟

2. هل تستغلون قسمًا من أوقات فراغكم في التّطوُّع؟ اشرحوا.

يقول المرّبي للطّلاب: وقت الفراغ هو موردٌ قيّمٌ ومهمٌّ جدًّا، باستطاعتنا استغلاله لتطويع الذات والتّعامل مع التّحديات. في هذه الحصّة، باستخدام "مفتاح وقت الفراغ"، سنفحص إمكانيات استغلال ساعات الفراغ بطريقة أفضل.







قسم المجتمع العربي  
مركز الإرشاد القطري



# ما هو وقت الفراغ؟

## سير الفعاليّة المرحلة الثانية- مجموعات

- يقسّم المربّي الصّف إلى مجموعاتٍ من ثلاثة- خمسة طلاب.
- كلّ طالب، بدوره يروي حدثًا استغل به وقت الفراغ من أجل آخرين. أمثلة: تطوُّعًا، مساعدةً في أعمال البيت مع أفراد أسرته، مرافقة طالب في دراسته إلخ.
- يكتب سائر الطّلاب، كلٌّ على مفتاحه من الجهة الأخرى، ماذا دفع الطّالب المتحدّث لتخصيص وقت الفراغ من أجل الآخرين (ماذا كان المفتاح/ الدّافع).







# ما هو وقت الفراغ؟

## سير الفعاليّة المرحلة الثالثة- نقاش في كامل الهيئة

تعرض المجموعات مفاتيحها، ثمّ تُعلّق على جدران الصّف ليطلع عليها الجميع.

يدير المربّي نقاشاً مستعيناً بالأسئلة التالية:

- ما هي أهمّ الدّوافع التي تساعدكم على استغلال أوقات الفراغ بشكل أفضل؟

- ما هي الأفكار الجديدة التي اكتسبتموها من الفعاليّة لاستغلال وقت الفراغ بأفضل صورة ممكنة؟

