المملكة االلمعمرلبيكة ا ا للعسرعبيودة ايل ة س ع ودية
وزارة التعليم
إدارة التعليم بمنطقة عسير

وزارة التعليم
Ministry of Education

الابتدائية الخامسة عشر والمتوسطة السابعة

تقرير تنفيذ

مبادرة صحتي النفسية سر عطائي

(ركن الراحة)

اسم المعلم		العام الدراسي
أ.عزيزه محمد القرني	ماجستير قياده تربويه	١٤٤٧

عنوان المبادرة	صحتي النفسية ،،سر عطائي)ركن الراحه(
الفترة الزمنية للتنفي ذ	خلال ثلاث سنوات
الفئة المستهدفة في المبادر ة	المعلمات

وصف المبادرة

مبادرة ركن الراحة هي مبادرة تهدف إلى توفير بيئة هادئة ومريحة للمعلمات والطالبات داخل المدرسة، تمكنهن من الاسترخاء والتجديد الذهني خلالال أوقات الاستراحة. يتضمن الركن أنشطة متنوعة مثل القراءة، التأمل، الأنشطة الهادئة، والمناسبات الخاصة، بهدف تحسين الحالة النفسية، تعزيز التركيز، وتنمية الشعور بالراحة والسعادة داخل البيئة المدرسية

اهداف المبادر ة

1	توفير بيئة هادئة ومريحة للمعلمات والطالبات خلالال أوقات الالاستراحة
2	تعزيز الصحة النفسية والشعور بالراحة والالاسترخاء داخل المدرسة
3	تنمية التركيز والإلإنتاجية عند العودة للمهام الدراسية والتعليمية
4	تنمية التركيز والإلإنتاجية عند العودة للمهام الدراسية والتعليمية

اهداف المبادرة

حاجةالمعلمات لبيئة هادية للالاسترخاء وتجديد النشاط اليومي خلالال اليوم الدراسي .

تحسين التركيز والإلإنتاجية وتقليل التوتر والإلإرهاقداخل المدرسة
تعزيز الصحة النفسية وخلق جو إيجابي محفزللتعلم والعمل

	الأدوات والموارد المستخدم ة
الموارد التقنية	احتاج إلى تأثيث الركن وتهيئته بشكل مريح وجذاب
الموارد البشرية	احتاج إلى تعاون المعلمات في تنظيم أنفسهن فقط

	الية تنفيذ المبادرة
الخطوة الأولى	تجهيز الركن بمكان هادئ ومريح داخل المدرسة
الخطوة الثانية	تجهيز الركن بمكان هادئ ومريح داخل المدرسة
الخطوة الثالثة	تجهيز الركن بمكان هادئ ومريح داخل المدرسة

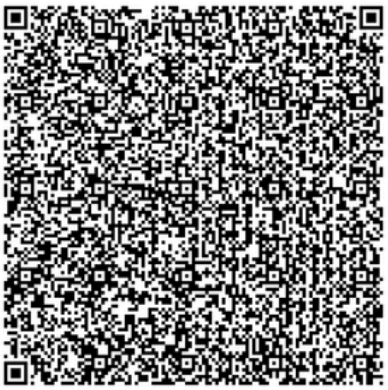
الخطوة الرابعة	• تقديم أنشطة هادئة مثل القراءة، التأمل، أو المناسبات الخاصة. • متابعة انطباعات المستفيدات لتحسين جودة الركن وتجربة الاسترخاء

الموارد المالية	دعم في توفير المشروبات والمأكولالات بإستمرار
موارد أخرى كتب، أوراق عمل	طباعه استمارات وراق خاصه بالركن

الجهات المشاركة في التنفيذ	☑ إدارة المدرسة ☑ المعلمين ☐ الطلاب ☐ أخرى لايوجد جهات مشاركه تنفيد الموجه الصحي:أ.عزيزه القرني .....

	النتائج التي تحققت من المبادرة
1	شعور المعلمات بالراحة النفسية والاسترخاء
2	زيادة التركيز والإنتاجية بعد أوقات الاستراحة
3	تقليل التوتر والإرهاق خلال اليوم الدراسي
4	توفير جو إيجابي محفز داخل المدرسة.

الشواهد



اسم المنفذ :

أ. عزيزة القرني

مديرة المدرسة:

أ. صالحة حجلاء