

الانضباط الذاتي



نشاط (٢ / ٤ / ٣)

الهدف من النشاط :

أن تستنتج الطالبة
موضوع الدرس.

فلم مهارات الانضباط



عزيزتي الطالبة :

يظهر أمامك مقطع مرئي بعنوان " فلم استعراض مسير الجيش الصيني " فيه العديد من مهارات السلوك الوظيفي شاهدي الفلم وقومي بتدوين ملاحظتك :

فردية

نوع المهمة

مشغل تدريبي

أسلوب تنفيذ النشاط

١٠ دقائق

مدة النشاط



نشاط (٢ / ٤ / ٣)

الهدف من النشاط :

فردية	نوع المهمة
مشغل تدريبي	أسلوب تنفيذ النشاط
٥ دقائق	مدة النشاط

**أن تميز الطالبة بين مفهوم الانضباط الذاتي و
الانضباط العام.**

ماذا تلاحظين في هذه الصورتين؟؟





يعرف الانضباط الذاتي بأنه :

وبالتالي
القدرة على
تحمل
المسئولية.

والقدرة
على التحكم
في الذات

والوعي

حب النظام

عناصر الانضباط الذاتي

الإرادة القوية

القبول

التكرار

العمل بجدية

الالتزام

الصبر

الثقة بالنفس

تحمل المسؤولية



أسد أم غزال؟



الثقة بالنفس





فردية	نوع المهمة
مشغل تدريبي	أسلوب تنفيذ النشاط
٥ دقائق	مدة النشاط

نشاط (٣ / ٤ / ٣)

الهدف من النشاط:

أن تحدد الطالبة مفهوم الثقة بالنفس.

**ماذا تلاحظين في هذه
الصورة؟؟**

مفهوم الثقة بالنفس

الثقة لغة :

من يُعتمد عليه بالأقوال والأفعال .

الثقة لغة :

هي احترام الشخص لذاته و الإيمان بها.



نوع المهمة	فردية
أسلوب تنفيذ النشاط	مشغل تدريبي
مدة النشاط	٥ دقائق

نشاط (٤ / ٤ / ٣)

الهدف من النشاط :

أن تميز الطالبة بين مفهوم
الثقة بالنفس و الغرور.

مظاهر الثقة بالنفس

لديه نظرة واسعة

يقين بأفكاره

تقدير الذات

يحترم نفسه

لديه أهداف واضحة

لا يتأثر بأراء الآخرين

واعي

يتحمل المسؤولية



مفاتيح الثقة بالنفس

وضع أهداف قابلة لتحقيق

العزيمة و الإصرار

تميز

النجاح في العمل

كوني فخورة بنفسك و
بأسرتك

تغلب على مشاعر الخوف
و الخجل

لحظة من فضلك ...

