**ملحق المسابقة** – (خاص بسؤال رقم 3 من مسابقة كتيبات الأنشطة). قومى بطباعة هذه الاوراق و قسميها إلى قصاصات، وزعيها على المشاركات ليقمن بتوصيل كل جملة من الرسائل الأساسية للبرنامج بما يناسبها من كتيبات الانشطة.

(الجمل هنا موضوعة بالترتيب الصحيح)

|  |  |
| --- | --- |
| أنشطة من 11- 14 | أنشطة من 7- 10 |
| تعريف المجتمع للجمال محدود جداً و يستحيل الوصول إليه – هذ ما يعرف **بأسطورة الشكل المثالى** | يعطينا المجتمع مفهوم ضيق للجمال، في حين أنه فى الواقع **لا توجد طريقة واحدة فقط لتكونين جميلة.** |
| هناك العديد من **الأثار السلبية** المترتبة على محاولة الوصول لأسطورة الشكل المثالي. | هناك **تنوع** هائل فى مقاييس الجمال حول العالم. |
| **التركيز على ما نحبه** فى انفسنا و فى اجسادنا يساعدنا على تعزيز الثقة الجسدية لأنفسنا و لمن حولنا. | **التركيز على ما نحبه** فى انفسنا و فى اجسادنا يساعدنا على تعزيز الثقة الجسدية لأنفسنا و لمن حولنا. |
|  | **ما بداخلك** أهم بكثير مما يبدو من الخارج. |

|  |  |
| --- | --- |
| أنشطة من 11- 14 | أنشطة من 7- 10 |
| تعريف المجتمع للجمال محدود جداً و يستحيل الوصول إليه – هذ ما يعرف **بأسطورة الشكل المثالى** | يعطينا المجتمع مفهوم ضيق للجمال، في حين أنه فى الواقع **لا توجد طريقة واحدة فقط لتكونين جميلة.** |
| هناك العديد من **الأثار السلبية** المترتبة على محاولة الوصول لأسطورة الشكل المثالي. | هناك **تنوع** هائل فى مقاييس الجمال حول العالم. |
| **التركيز على ما نحبه** فى انفسنا و فى اجسادنا يساعدنا على تعزيز الثقة الجسدية لأنفسنا و لمن حولنا. | **التركيز على ما نحبه** فى انفسنا و فى اجسادنا يساعدنا على تعزيز الثقة الجسدية لأنفسنا و لمن حولنا. |
|  | **ما بداخلك** أهم بكثير مما يبدو من الخارج. |

– (خاص بسؤال رقم 4 من مسابقة كتيبات الأنشطة). قومى بطباعة هذه الاوراق و قسميها إلى قصاصات، وزعيها على المشاركات ليقمن بتوصيل كل خطوة من "حرة لأكون أنا" بالتعريف المناسب لها.(الجمل هنا موضوعة بالترتيب الصحيح)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | الخطوة | التعريف |
| **1** | **التعرف على أسطورة الشكل المثالي** | التعرف على أسطورة الشكل المثالي، و التفكير فيما يحدث فى مجتمعهن واستنباط كيف ينعكس كل ذلك علي حياتهن. |
| **2** | **تعريف مساوئ (سلبيات) أسطورة الشكل المثالي** | إدراك استحالة الوصول لأسطورة الشكل المثالي وماهى السلبيات المترتبة على تلك المحاولة، و تشجيعهن على مواجهتها. |
| **"3** | **تحدى أسطورة الشكل المثالي** | إلقاء الضوء على ما تجلب أسطورة الشكل المثالى من قلق وعدم ارتياح وإيجاد البديل لها يتيح للفتيات مواجهتها و التصدى لها. |
| **4** | **إلهام الأخرين لمواجهة أسطورة الشكل المثالي** | من خلال تخطيط و تنفيذ المشروعات الميدانية، تواجه المشاركات أسطورة الشكل المثالي و تقمن بتوصيل هذه الرسالة للأخرين. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | الخطوة | التعريف |
| **1** | **التعرف على أسطورة الشكل المثالي** | التعرف على أسطورة الشكل المثالي، و التفكير فيما يحدث فى مجتمعهن واستنباط كيف ينعكس كل ذلك علي حياتهن. |
| **2** | **تعريف مساوئ (سلبيات) أسطورة الشكل المثالي** | إدراك استحالة الوصول لأسطورة الشكل المثالي وماهى السلبيات المترتبة على تلك المحاولة، و تشجيعهن على مواجهتها. |
| **"3** | **تحدى أسطورة الشكل المثالي** | إلقاء الضوء على ما تجلب أسطورة الشكل المثالى من قلق وعدم ارتياح وإيجاد البديل لها يتيح للفتيات مواجهتها و التصدى لها. |
| **4** | **إلهام الأخرين لمواجهة أسطورة الشكل المثالي** | من خلال تخطيط و تنفيذ المشروعات الميدانية، تواجه المشاركات أسطورة الشكل المثالي و تقمن بتوصيل هذه الرسالة للأخرين. |