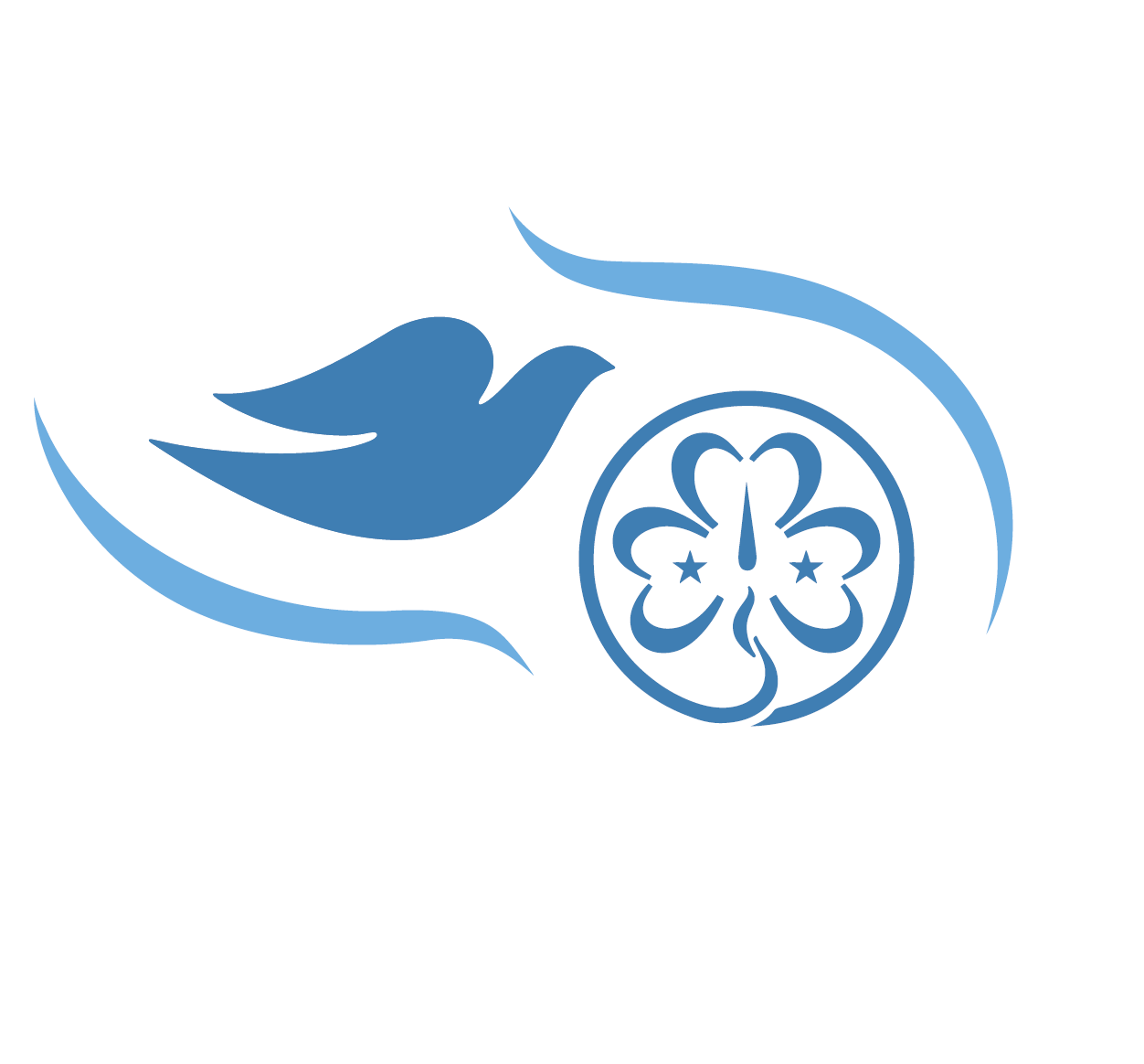
**حرة لأكون أنا**

**برنامج تدريبي للجمعية الوطنية/الإقليمية- لمدة يومين**

**الأهداف:**

* **أن تشعر المشاركات بأهمية قضية الثقة الجسدية و تقدير الذات و التأثير الملحوظ لأنشطة برنامج "حرة لأكون أنا" على إظهار الفتيات لثقتهم الجسدية.**
* **خلق فهم شامل لكتيبات أنشطة "حرة لأكون أنا"و طرق تنفيذها.**
* **إعداد المشاركات لتدريب القائدات / المدربات و المعلمات من الاقران (الشابات المتطوعات) على أنشطة البرنامج و تنفيذها للفتيات و الأولاد.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **اليوم الثاني** | **الوقت** | **اليوم الأول** | **الوقت** |
| تأملات / نشاط صباحي | **9:00-9:30** | تأملات / نشاط صباحي | **9:00-9:30** |
| **ج7** : أنشطة "حرة لأكون أنا " (7-10) | **9:30 -10:00** | **ج1** : مقدمة للشراكة العالمية | **9:30 -10:30** |
| **ج7** : أنشطة "حرة لأكون أنا "(7-10) | **10:00- 12:00** | **ج2** : نظرة على مبادئ "حرة لأكون أنا | **10:30-11:30** |
| **استراحة** | **12:00-12:30** | **استراحة** | **11:00-11:30** |
| جلسة عن تعليم الأقران  أو جلسة عن تنفيذ برنامج "حرة لأكون انا"  أو جلسة عن التعليم غير الرسمي وطريقة المرشدات | **12:30-13:30** | **ج2** : استكمال جلسة نظرة على مبادئ " حرة لأكون أنا" | **11:30-12:30** |
| **غداء** | **13:30-14:30** | **ج3** : مقدمة لكتيبات الأنشطة | **12:30-13:00** |
| جلسة عن التواصل | **14:30-16:00** | **غذاء** | **13:30-14:00** |
| **إستراحة** | **16:00-16:30** | **ج4** : أنشطة " حرة لأكون أنا "  (11-14) | **16:00-14:00** |
| جلسة عن التخطيط على المستوى الوطني | **16:30-18:00** | **استراحة** | **16:00-16:30** |
| **ج5** : أنشطة "حرة لأكون أنا "  (11-14) | **16:30-17:30** |
| **ج6** : أنشطة" حرة لأكون أنا" (11-14 ) | **17:30-18:30** |
| **ختام** | **18:00-18:30** | **عشاء** | **18:30-19:30** |

**الجلسات**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **الغرض و الأهداف** | **العنوان** | **الجلسة** |
| * **فهم مشروع الشراكة العالمى بين الجهتين، أهدافه و رؤيته.** * **استيعاب الرابط المشترك بين موضوعات الثقة الجسدية، تقدير الذات، التنمية الذاتية، القيادة و الوصول لأقصى طاقات و إمكانات الفرد.** * **إتاحة الفرصة لطرح أى أستفسارات أو أسئلة مبدئية بشأن البرنامج** | مقدمة للشراكة العالمية | **ج1** |
| * **إدراك و فهم اهمية موضوع البرنامج.** * **خلق ارتباط شخصي بين المشاركات و موضوع البرنامج.** * **أن تشعر المشاركات بأهمية القائدات و المدربات و المعلمات من الأقران (فى حال تواجدهن) كنماذج إيجابية للثقة الجسدية للفتيات (و الأولاد)عند تنفيذ أنشطة البرنامج.** | نظرة على مبادئ  "حرة لأكون أنا" | **ج2** |
| * **فهم الهدف من كتيبات أنشطة برنامج ”حرة لأكون أنا“** * **استكشاف كيف يمكن دعم الفتيات (و الأولاد) للوصول للثقة الجسدية و تقدير الذات.** * **فهم المبادئ الأساسية و اللغة المستخدمة فى كتيبات الانشطة.** * **فهم رحلة التعلم الخاصة ببرنامج ”حرة لأكون أنا“** | مقدمة لكتيبات الأنشطة | **ج3** |
| * **إستيعاب الأنشطة و الأساليب الأساسية لكتيب الأنشطة للمرحلة العمرية من 11 – 14 سنه.** * **القيام بقيادة و تنفيذ الانشطة خلال الجلسات.** * **تلقي الملاحظات و الاستفسارات الخاصة بتنفيذ كافة الانشطة الموجودة بالكتيب.**   **تمكين المشاركات من فهم و استيعاب كافة جوانب محتوى و أنشطة البرنامج لتكون لديهن القدرة على الإجابة على اى أسئلة بشأنه مهما بلغت صعوبتها** | أنشطة "حرة لأكون أنا "  (11-14) | **ج4-6** |
| * **إستيعاب الأنشطة و الأساليب الأساسية لكتيب الأنشطة للمرحلة العمرية من 7- 10 سنوات.** * **القيام بقيادة و تنفيذ الانشطة خلال الجلسات.** * **تلقي الملاحظات و الاستفسارات الخاصة بتنفيذ كافة الانشطة الموجودة بالكتيب.**   **تمكين المشاركات من فهم و استيعاب كافة جوانب محتوى و أنشطة البرنامج لتكون لديهن القدرة على الإجابة على اى أسئلة بشأنه مهما بلغت صعوبتها** | أنشطة "حرة لأكون أنا "  (7-10) | **ج7** |
| * فهم ماهو التعليم الرسمي و التعليم غير الرسمي * استكشاف طريقة المرشدات /فتيات الكشافة للتعلم. * فهم كيف يتم استخدام طريقة المرشدات / فتيات الكشافة فى كتيبات الأنشطة الخاصة ببرنامج "حرة لأكون أنا". | التعليم غير الرسمي وطريقة المرشدات | **ج** |
| * **فهم اسلوب التيسير المستخدم فى تنفيذ كتيبات انشطة حرة لاكون أنا** * **الممارسة العملية للمواقف التى قد تحدث أثناء تنفيذ البرنامج** * **مناقشة التعليقات حول المواقف التى قد تحدث أثناء تنفيذ البرنامج** | تنفيذ برنامج "حرة لأكون أنا" | **ج** |
| * مشاركة الأفكار حول وسائل التواصل فيما يتعلق ببرنامج "حرة لاكون أنا" داخل جمعيتك و خارجها * تعلم كيفية استخدام "دليل الوسائل الدعائية" للترويج لبرنامج حرة لاكون أنا. * الشعور بالثقة فى القدرة على توصيل الرسائل الأساسية للمشروع. * قيام المشاركات بإعداد خطة للدعاية للبرنامج. | التواصل | **ج** |
| * **تعريف ما هو "تعليم الأقران" و كيف يستخدم هذا الأسلوب.** * **فهم القيمة الإيجابية التى يضيفها أسلوب "تعليم الأقران" للبرنامج.** * **تعريف دور المعلمة الشابة/المعلم الشاب ، و مناقشة كيفية تطبيقهم لأسلوب التعليم بواسطة الاقران** | تعليم الاقران | **ج** |
| * **فهم كيفية تنفيذ مشروع "حرة لأكون أنا " عن طريق الجمعية العضو ليتمكن من تحقيق أهدافه.** * **تقوم المشاركات باستكشاف كيفية تطويع البرنامج ليناسب التدريب فى المجموعات المختلطة من الفتيات و الأولاد (عند الحاجة) .** * **أن تخطط المشاركات برامجهن التدريبية، و تستطعن تحديد احتياجاتهن الأساسية.** * **أن تناقش المشاركات خططهن التدريبية في مناطقهن و كيف يمكنها دعم تنفيذ أهداف البرنامج.** * **أن تتفق المشاركات على خطة أهلية (على المستوى الوطني) لبرنامج "حرة لأكون أنا" لتحقيق أهداف البرنامج.** | التخطيط على المستوى الوطني | **ج** |