

الاسم:

الصف:



نشاط كيف تكون شخصا ناجحا(1)

- 1- زيادة معارفك العلمية، وتعلّم مهارات تزيد من قدرتك على التركيز والتنظيم، وحل المشكلات
- 2- ممارسة ألعاب الذكاء مثل الشطرنج
- 3- البعد عن القلق والتوتر
- 4- النوم الكافي والراحة الكافية



**كيف تكون مستعدا للنجاح
من الناحية الجسمية**

- 1- تناول أطعمة صحية
- 2- ممارسة الرياضة المنتظمة
- 3- النوم الكافي
- 4- اجراء الفحوصات الطبية



**كيف تكون مستعدا للنجاح من
الناحية العقلية**

- 1- تحسين المهارات الاجتماعية لديك
- 2- التفاؤل وعدم اليأس
- 3- الاهتمام بالمشاعر والأحاسيس
- 4- الشعور بالفرح والمرح



**كيف تكون مستعدا للنجاح
من الناحية الروحية**

- 1- تنمية الجانب الإيماني
- 2- الاشتراك في الأعمال الخيرية (التطوعية)
- 3- زيادة ممارسة الأنشطة الترويحية



**كيف تكون مستعدا للنجاح
من الناحية الوجدانية**

مديرة المدرسة /
أ/ منى أحمد راشد

المديرة المساعدة /
أ/ أريج عصام سمارة

إعداد معلمة التربية الأسرية /
أ/ تغريد محمد القاضي