

الرسالة

توفر أكاديمية الكون لطلابها بيئة تعليمية فعالة، محفزة صحية، آمنة وممتعة تسهم في تطوير الجانب الإدراكي، الاجتماعي، العاطفي والجسدي لكل طالب. إن الأكاديمية ترقى بمستوى تفكير الطلاب الإبداعي والنقدي، وتوكلهم ليؤثروا دورا بناء في مجتمعاتهم.



الرؤية

تري أكاديمية الكون طلابها رؤاد المستقبل المزودين بالعلم والمعرفة، ومواطنين عالميين فاعلين في مجتمعاتهم.



كيف أشعر اليوم

ماذا أفعل :- صل كل صورة بالمرجع المناسب

• اختر شعورك اليوم وجرب النشاط المناسب له



ما الذي يقلقك ؟
جرب تمرين التنفس لدقيقة



متى شعرت بالحزن مؤخرا ؟
أكتب جملة قصيرة عن شعورك



ما الذي يسبب لك التوتر ؟
جرب تمرين استرخاء سريع



ما الذي يجعلك سعيدا اليوم ؟
أكتب رمزا صغيرا لسعادتك



متى شعرت بالهدوء ؟
أكتب شعورك الايجابي



ما سبب غضبك ؟
عبر عن ما يغضبك