وزارة التعليم
الإدارة العامة للتعليم بمحافظة جدة
مدرسة ابن حوقل الابتدائية

وزارة التعليم
Ministry of Education



عشر ثوان
تصنع بطلا

مبادرة «الفزعة الذكية» في مدرسة ابن حوقل الابتدائية، ضمن برنامج رفق للوقاية من التنمر

57%

من مواقف التنمر توقفت خلال عشر ثوان عندما تدخل زميل

رصد مصور في ساحات المدارس • Hawkins, Pepler & Craig, Social Development, 2001

والرسالة نفسها يتبناها مجلس الصحة الخليجي: «10 ثوان من تدخلك قد تصنع فرقا» (سبتمبر 2026)

الفزعة الذكية بلا يد.. وبلا أذى

كلمة
«يكفي.. هذا ليس مضحكا»

صحبة
خذ زميلك معك وابتعدا

بلاغ
أخبر المعلم أو الموجه الطلابي

لعبة «الفزعة» على الجوال



لعبة حقيقية بشخصيات من الكرستال، تتبدل فيها أدوارك في ثماني مراحل:

- **الشاهد** — يفزع لزميله
- **المتنمر عليه** — يثبت ويطلب المساعدة
- **الموجه الطلابي** — يتابع الحالة حتى تغلق

تفتح من رمز QR في المدرسة، بلا تسجيل، ولا تجمع أي بيانات.

لأولياء الأمور

علامات تستحق الانتباه

- تجنب الفسحة أو أماكن بعينها في المدرسة
- تراجع المشاركة والرغبة في الذهاب إلى المدرسة
- العزلة والانسحاب من الأصدقاء
- تغير مفاجئ في المزاج أو النوم

مؤشر واحد لا يكفي للحكم، لكنه يستحق حديثا هادئا.

ماذا تفعل

- استمع لابنك بهدوء ودون لوم
- لا تطلب منه الرد بالمثل
- احفظ الدليل إن كان التنمر إلكترونيا
- تواصل مع الموجه الطلابي في المدرسة

خط مساندة الطفل
116111

بلاغات العنف والإيذاء
1919

116111: برنامج الأمان الأسري الوطني • 1919: وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية

«إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه، ولا ينزع من شيء إلا شانه»
رواه مسلم (2594) عن عائشة رضي الله عنها

تنفيذ هوتر للابتكار والتكنولوجيا