



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

عنوان التكليف: إنتشار اخبار غير دقيقة عبر

منصات التواصل

اسم الطالب: الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع الثاني

الفصل الدراسي والعام الجامعي: الفصل الدراسي الثاني 2026م

فهم الوضع الحالي 📌

انتشار المحتوى الواسع المدعوم بالذكاء الاصطناعي أدى إلى تضخم كمي هائل من المعلومات غير الدقيقة، المضللة، والمزيفة، مما جعل الشباب يواجهون صعوبة كبيرة في التمييز بين الحقيقة والخيال، وهدد مصداقية المحتوى، وأضعف الثقة بالمصادر الإعلامية.

✓ الحل المطلوب

يمكن لفريق التحرير الرقمي تحقيق توازن جذاب ومسؤول عبر هذه الخطوات العملية:

1. التحقق والمصداقية كأساس

- تطبيق معايير صارمة للتحقق من المصادر قبل النشر، وذكر المراجع بوضوح.
- إضافة ملصقات شفافة على المحتوى: «تم إعداده بمساعدة الذكاء الاصطناعي» + نتيجة فحص الدقة.

2. مواجهة سرعة الذكاء الاصطناعي بمحتوى مميز

- التركيز على التحليل العميق، السياق، والقصص الإنسانية – وهي عناصر لا يستطيع الذكاء الاصطناعي تقليدها بسهولة.
- تصميم محتوى تفاعلي وجذاب (رسوم بيانية، مقاطع قصيرة، استطلاعات) مع الحفاظ على الدقة.

3. تمكين الجمهور والشفافية

- نشر دليل موجز للقراء يشرح كيفية اكتشاف الأخبار الكاذبة والتحقق من المعلومات.
- تبني أسلوب لغوي واضح ومباشر يناسب فئة الشباب، بعيداً عن التعقيد أو المبالغة.

💡 النتيجة

بهذه الطريقة، يجمع المحتوى بين الجاذبية التي تواكب العصر والمسؤولية الصحفية، فيستعيد الثقة ويقدم قيمة حقيقية في بحر المحتوى المضلل.

1. تحديد زاوية المعالجة

الزاوية: تسليط الضوء على كيفية استخدام الذكاء الاصطناعي كأداة مساعدة وليس بديلاً عن العقل النقدي، لتمكين الشباب من التمييز بين المحتوى الحقيقي والمزيف، وبناء وعي إعلامي مسؤول.

2. تحويل الموضوع إلى قصة رقمية

القصة:

«في عصر تنتشر فيه الأخبار بلمسة زر، يغمر الشباب معلومات لا يعرفون مصدرها. لكن هناك طريق: نستطيع توظيف الذكاء الاصطناعي لفك رموز المحتوى، التحقق من صحته، وبناء قصص حقيقية تجمع بين الدقة والجاذبية، لتتحول التكنولوجيا من مصدر تشويش إلى أداة قوة ومعرفة.»

3. توظيف الذكاء الاصطناعي في الإنتاج

- ✓ • للبحث والتحقق: استخدم أدوات التحقق من المصادر والحقائق، ومقارنة المعلومات من مراجع متعددة.
- ✓ • للإثراء: توليد أفكار، إحصاءات، رسوم بيانية مبسطة، وترجمة المحتوى، مع مراجعة كاملة من قبل المحرر البشري.
- ✓ • للإيضاح: تصميم محتوى يشرح كيفية عمل الذكاء الاصطناعي، وكيفية اكتشاف المحتوى المزيف الناتج عنه.
- ⚠ • قاعدة أساسية: لا يُنشر أي محتوى دون مراجعة بشرية نهائية واعتماد مصادره.

4. اختيار المنصة الأنسب

للوصول للشباب بكفاءة:

- تيك توك وإنستغرام ريلز: مقاطع قصيرة، رسوم متحركة، نص سريع وجذاب.
- يوتيوب: فيديوهات أطول، تحليلات وتدريبات تفصيلية.
- تويتر/X: حقائق سريعة، نصائح قصيرة، ومشاركة فورية.
- سناب شات: محتوى تفاعلي، اختبارات سريعة، ومعلومات مبسطة.

5. صياغة الرسالة الرئيسية

بأسلوب مباشر وجذاب:

«التكنولوجيا أداة.. استخدمها بذكاء، لا تكن أداة لها. تعلم كيف تتحقق، كيف تميز، وكيف تبني رأيك بناءً على حقيقة لا شائعة. معاً نجعل المحتوى مسؤولاً وجذاباً في آن واحد.»

نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكلفة

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085.....
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملة الإلكترونية.....
- عنوان التكلفة / الواجب: إنتشار أخبار غير دقيقة عبر منصات التواصل.....
- تاريخ التسليم: ٢٦..... / ٦..... / 2026 م
- رقم المحاضرة:المحاضرة الثانية

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية	Manus توليد أفكار ، هيكلية مبدئية	عالية	مرة واحدة	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة	تلخيص نصوص طويلة وفهم مفاهيم معقدة	عالية	مرتين أو أكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: اصنع السؤال ثم اكتب حله لي ثم يبدأ بالحل وهكذا تكون الاجابه كامله

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟
• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقة

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟
• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقة

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي
• تاريخ: ٢٦ / / ٢٠٢٦ م



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق : د.منى المصري

عنوان التكليف : هل الشاشات صديق ام خصم

لطفلك؟

اسم الطالب : الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع الرابع

الفصل الدراسي والعام الجامعي : الفصل الدراسي الثاني 2026م



هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟

دليل إرشادي متكامل للوالدين نحو توازن رقمي صحي وآمن

المقدمة

تعد الطفولة مرحلة جوهرية وحاسمة في النمو الجسدي، والعقلي، والاجتماعي للإنسان. وفي عصرنا الحالي، أصبح العالم الرقمي جزءاً لا يتجزأ من هذه المرحلة، حيث ينمو الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة في عالم محاط بوسائل إعلامية وتكنولوجية مختلفة يمكن الوصول إليها بكل سهولة ويسر. وبسبب هذا التطور المتسارع في المحتوى والميزات والتطبيقات الجديدة، قد يجد الآباء صعوبة بالغة في مواكبة هذا التدفق المستمر. وعلى الرغم من أن هذا التقدم الرقمي قد يكون مثمراً ومفيداً لأجيال المستقبل ويوفر لهم آفاقاً جديدة، إلا أنه يشير الكثير من القلق والمخاطر إذا لم يتم تقنيته؛ لذا يصبح فهم تأثير وسائل الإعلام والأجهزة الإلكترونية في حياة الأطفال أمراً ضرورياً لتحديد ما إذا كانت هذه الشاشات صديقاً يدعم نموهم أم خصماً يسرق طفولتهم.

تعريف الطفل المستهدف: هو الإنسان في مرحلة الطفولة (من عمر سنة إلى 11 سنة) الذي يمر بمراحل نمو متسارعة جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب فيها المهارات الأساسية كاللغة والتعلم والتفاعل الواقعي مع الآخرين.

الجانب الإيجابي: فوائد الأجهزة الإلكترونية للطفل

عند استخدام التقنية بشكل متوازن وإيجابي، فإنها تقدم فوائد عديدة تساهم في بناء مهارات الطفل، ومنها:

- تقديم المعرفة واللغات: توفر معلومات وأفكاراً ولغات جديدة تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم المعرفية.

- **زيادة الوعي والثقافة:** تطلع النشء على ما يدور حوله من أحداث راهنة، مما يساهم في فتح آفاق فكرية جديدة أمامه.
- **تعزيز المشاركة الاجتماعية:** توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً متميزة لتعزيز التواصل، وبناء الشعور بالانتماء المجتمعي.
- **التعاون الأكاديمي:** تمكن الطلاب والأطفال من التعاون مع أقرانهم في أداء المهام والمشاريع التعليمية عبر منصات الإنترنت المختلفة.
- **الترابط الأسري:** تساعد وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة جغرافياً على البقاء في اتصال دائم ومستمر بأبنائهم.

المخاطر المترتبة على الإفراط في الشاشات

في مقابل الفوائد، يؤدي الاستخدام العشوائي والمفرط للأجهزة الإلكترونية إلى مخاطر وتأثيرات سلبية جسيمة مقسمة كالتالي:

1. المخاطر الصحية والجسدية:

- إجهاد العين وضعف النظر نتيجة الجلوس الطويل والتركيز المستمر في الشاشات.
- اضطرابات النوم والأرق الناتجة عن الأشعة الزرقاء المنبعثة من الأجهزة.
- السمنة وزيادة الوزن نتيجة قلة الحركة والخمول البدني.
- آلام الرقبة والظهر الناتجة عن وضعيات الجلوس الخاطئة والانحناء المستمر.

2. المخاطر النفسية والسلوكية:

- القلق، والتوتر المستمر، والعصبية الزائدة.
- ضعف التركيز وتشتت الانتباه في الأنشطة اليومية.
- الإدمان الرقمي: والذي تظهر أعراضه من خلال الشعور الدائم بالتوتر عند فصل الإنترنت، والترقب الدائم للمواقع، وعدم الشعور بالوقت أو بالآخرين، والميل التام للعزلة، وانعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية خارج المنزل.

3. المخاطر الاجتماعية والتعليمية:

- العزلة الاجتماعية وضعف التواصل الأسري الحقيقي.
- ضعف المهارات الاجتماعية والقدرة على التفاعل وبناء العلاقات مع الآخرين.
- انخفاض التحصيل الدراسي العام وتشتت الانتباه الصفّي، وضعف مهارات القراءة والكتابة.

إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة (حسب نشرة 2024):

- 64.03% من الأطفال يشاركون في التعليم المنظم قبل المرحلة الابتدائية.
- 32.07% من الأطفال بعمر (5-11) سنوات يستخدمون الأجهزة الرقمية من ساعة إلى ساعتين يومياً، بينما يستخدمها 25.78% لأقل من ساعة.
- رغم أن 82.90% من الأطفال يعيشون في بيئة منزلية محفزة للتعليم، إلا أن نسبة الأطفال الذين يمتلكون ثلاثة كتب أو أكثر لا تتجاوز 9.89%، مما يستدعي تعزيز القراءة كبديل للشاشات.

الحد الزمني الصحيح للجلوس أمام الشاشات

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بوضع ضوابط زمنية صارمة لحماية الأطفال وفق الفئات العمرية التالية:

الفئة العمرية	المدة المسموح بها والضوابط
الرضع (أقل من 18 شهراً)	يجب ألا يكون هنالك أي وقت للجلوس أمام الشاشات مطلقاً.
الأطفال (من 18 إلى 24 شهراً)	بعض الوقت المحدد بشرط وجود أحد الوالدين للمتابعة والتوجيه.
مرحلة ما قبل المدرسة (من سنة إلى 4 سنوات)	ساعة واحدة فقط يومياً، مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه ومراقبتهم إيجابياً.
من عمر 5 إلى 11 سنة	لا يزيد الوقت عن ساعتين يومياً كحد أقصى، مع تحقيق التوازن التام مع ساعات النوم الكافية والنشاط البدني.

إرشادات صحية وعلمية لحماية العين والجسد

لحماية الطفل عند الحاجة لاستخدام الأجهزة، يوصى باتباع القواعد العلمية التالية:

- قاعدة 20-20-20 العالمية: كل 20 دقيقة تمضيها أمام الشاشة، انظر لأي جسم بعيد يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 ثانية على الأقل لراحة العين.
- إيقاف الأجهزة قبل النوم: الحد من استخدام الهواتف والشاشات قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات، وإبعاد الأجهزة عن غرف النوم تماماً.
- العناية بالعين: القيام بالرملش المتكرر لترطيب العين، والمحافظة على نظافة الشاشة وتقليص سطوعها وضبط التباين وتكبير الخط للمستوى المناسب.

- الإضاءة والوضعية السليمة: ضبط إضاءة الغرفة وتجنب التوهج المباشر، وتجنب انحناء الرقبة عبر وضع الشاشة في مستوى متساوٍ مع العين وعلى بعد طول الذراع.

إرشادات عامة للوالدين وحلول لتمضية وقت الفراغ

تقع المسؤولية الكبرى على عاتق الوالدين في تنظيم هذه العملية وتوفير البدائل النافعة للطفل عبر الآتي:

أولاً: التوجيه والرقابة الأبوية الذكية:

1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون إشعار الطفل بشكل ينفره، وتجنب منعه القاسي بدون بديل.
2. استخدام برامج المراقبة الأمنية المتخصصة لتنظيم ساعات وأوقات الاستخدام عن بعد.
3. المحافظة على غرف النوم، وأوقات الوجبات العائلية، وأوقات اللعب الجماعي خالية تماماً من الأجهزة.
4. إشراك الطفل في وضع القوانين والضوابط الخاصة بالاستخدام لكي يسهل عليه الالتزام بها تلقائياً.
5. تجنب استخدام الأجهزة كوسيلة لتهديئة الطفل عند بكائه أو غضبه.
6. في حالات الإدمان الشديد، يجب تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل مع الأجهزة تدريجياً وبصبر.
7. فتح باب الحوار المستمر وحث الطفل على التحدث فوراً عند التعرض لأي مواقف مثيرة للريبة أو التهديد عبر الإنترنت.

ثانياً: البدائل المفيدة لاستثمار وقت الطفل:

- الأنشطة الإبداعية واليدوية: تشجيع الهوايات مثل الرسم، التلوين، التشكيل بالصلصال والرمال، وحل الألغاز والمكعبات والتركيبات.
- تنمية مهارات القراءة: التردد المستمر على المكتبات، وقراءة القصص الورقية المشوقة المناسبة لأعمارهم، وتشجيعهم على تأليف قصصهم الخاصة.
- الحركة والرياضة: ممارسة الرياضة البدنية واللعب التفاعلي لتعزيز نموهم الجسدي والاجتماعي واكتساب مهارات حركية جديدة.
- التعلم المستمر: استثمار الوقت في تعلم مهارات واقعية جديدة أو لغات إضافية تثري مستقبلهم.

الخاتمة

لقد أصبحت الأجهزة الإلكترونية والشاشات واقعاً فرض نفسه في حياتنا اليومية، إلا أن الإفراط في استخدامها وعدم تقنيته يقلب موازين فوائدها لتصبح خصماً حقيقياً يهدد صحة الطفل الجسدية، والنفسية، والعقلية، ويؤثر سلباً على تحصيله الدراسي وبناء علاقاته الاجتماعية. إن حماية الطفولة اليوم وتنظيم

ارتباطها بالعالم الرقمي ليس تقييداً لحريتهم بل هو مسؤولية أصيلة تقع على عاتق الأسرة، وهو الاستثمار الحقيقي والأمن في مستقبلهم الواعد غداً.

حملة: طفولة واعية.. شاشات آمنة معاً من أجل طفولة صحية ومتوازنة في العصر الرقمي * حملة
التوعية الرقمية للأطفال

تحليل SMART

S (محدد): تنفيذ حملة توعية رقمية لزيادة وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة.

M (قابل للقياس):

- الوصول إلى 15,000 شخص.
- تحقيق 2,000 تفاعل.
- مشاركة 300 شخص في الاستبيان.
- زيادة المعرفة بإرشادات وقت الشاشة لدى المشاركين.

A (قابل للتحقيق): يمكن تنفيذ الحملة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتصميمات رقمية وتعاون مع المدارس والمختصين.

R (دو صلة): الحملة تعالج قضية اجتماعية وصحية معاصرة، وتنسجم مع أهداف الإعلام الرقمي في التوعية المجتمعية.

T (محدد بزمان): تنفذ خلال أربعة أسابيع.

تحليل SWOT

نقاط القوة	نقاط الضعف
• قضية تهمة جميع الأسر. • محتوى علمي موثوق. • سهولة الوصول إلى الجمهور عبر المنصات الرقمية. • انخفاض تكلفة النشر الرقمي.	• صعوبة تغيير العادات اليومية لبعض الأسر. • تفاوت اهتمام أولياء الأمور بالمحتوى. • محدودية الموارد في حال كانت الحملة تطبيقية.
الفرص	التحديات
• زيادة الاهتمام بالصحة الرقمية. • التعاون مع المدارس والجهات الصحية. • الاستفادة من المؤثرين. • الانتشار الواسع لوسائل التواصل.	• المنافسة مع المحتوى الترفيهي. • انتشار معلومات غير دقيقة. • مقاومة بعض الأطفال لتقليل وقت الشاشة. • التطور المستمر في الألعاب والتطبيقات الجاذبة.

الدليل الشامل لإطلاق وتنفيذ الحملات الرقمية الصحفية بفاعلية

مقدمة

في العصر الرقمي المتسارع، لم تعد الحملات الصحفية والإعلامية تقتصر على الوسائل التقليدية، بل انتقلت بقوة إلى الفضاء الرقمي حيث يمكن الوصول إلى جماهير أوسع وأكثر تنوعاً. يتطلب إطلاق حملة رقمية صحفية ناجحة تخطيطاً استراتيجياً دقيقاً، يبدأ من تحديد الأهداف والجمهور، مروراً باختيار المنصات المناسبة، وصولاً إلى التقييم الختامي الدقيق. يستعرض هذا التقرير الخطوات العملية لإطلاق حملة رقمية صحفية بفاعلية، مع تسليط الضوء على آليات اختبار المحتوى وتقييمه، وتحليل تجارب واقعية، بالإضافة إلى تحليل تطبيقي لملف حملة توعوية مرفق.

خطوات إطلاق وتنفيذ الحملة الرقمية الصحفية

1. تحديد الهدف العام والجمهور المستهدف

تبدأ أي حملة إعلامية ناجحة بتحديد هدف واضح وقابل للقياس، سواء كان تسليط الضوء على قضية حقوقية، أو التوعية بمشكلة مجتمعية، أو تغيير سلوك معين. بعد تحديد الهدف، يتم تقسيم الجمهور المستهدف إلى فئات بناءً على العمر، الاهتمامات، والتوجهات. يساعد هذا التقسيم في صياغة رسائل مخصصة لكل فئة، مما يزيد من فرص التفاعل والتأثير.

2. اختيار المنصات الأنسب بناءً على طبيعة الجمهور والمحتوى

لا توجد منصة واحدة تناسب جميع الحملات، بل يعتمد الاختيار على طبيعة الجمهور المستهدف ونوع المحتوى المقدم:

- **فيسبوك (Facebook):** يُعد الأنسب للوصول إلى شريحة واسعة ومتنوعة من الجماهير، ويتميز بقدرته على بناء مجتمعات ونقاشات مطولة عبر التعليقات والمجموعات.
- **تويتر (X):** المنصة المثالية للحملات الصحفية الإخبارية السريعة، وتعتمد بشكل كبير على الوسوم (Hashtags) لنشر المعلومات وتصدر الترند.
- **إنستغرام وسناب شات (Instagram & Snapchat):** الخيار الأفضل لاستهداف فئة الشباب والمراهقين، وتعتمد بشكل أساسي على المحتوى البصري الجذاب والقصص القصيرة (Stories).
- **النشرات البريدية (Newsletters):** تُستخدم للوصول المباشر والمهني للصحفيين، صناع القرار، والمهتمين المتخصصين بموضوع الحملة.

3. تحديد الجدول الزمني المناسب للحملة

يتطلب نجاح الحملة الرقمية وضع جدول زمني مدروس يضمن استمرارية التفاعل دون إحداث ملل لدى الجمهور. يُنصح بتقسيم الحملة الرئيسية إلى حملات فرعية قصيرة المدى (مثلاً 3 إلى 4 أسابيع لكل حملة

فرعية). يتيح هذا التقسيم تجديد الرسائل الإعلامية، وقياس ردود الأفعال بشكل دوري، وإجراء التعديلات اللازمة قبل الانتقال للمرحلة التالية.

4. توظيف اختبار A/B لتحسين محتوى الحملة

يُعد اختبار (A/B Testing) أداة حاسمة في الصحافة الرقمية لتحسين أداء المحتوى. يعتمد هذا الاختبار على إنشاء نسختين مختلفتين من نفس المحتوى (مثل تغيير العنوان، الصورة المرفقة، أو دعوة اتخاذ الإجراء CTA) وعرضهما على شريحتين متشابهتين من الجمهور. من خلال تحليل تفاعل الجمهور مع كل نسخة، يمكن للصحفيين والمسوقين تحديد النسخة الأكثر فاعلية واعتمادها بشكل أساسي، مما يرفع من معدلات النقر والوصول ويقلل من هدر الميزانية الإعلانية.

5. تطبيق أسس التقييم الختامي للحملات الرقمية

لا تنتهي الحملة بانتهاء نشر المحتوى، بل تبدأ مرحلة التقييم الختامي التي تعتمد على مؤشرات الأداء الرئيسية (KPIs). من أبرز المقاييس المستخدمة:

- معدل الوصول والانطباعات (Reach & Impressions): لقياس مدى انتشار رسالة الحملة.
- معدل التفاعل (Engagement Rate): يشمل الإعجابات، التعليقات، والمشاركات، ويعكس مدى ارتباط الجمهور بالمحتوى.
- معدل التحويل (Conversion Rate): يقيس نسبة الأشخاص الذين اتخذوا الإجراء المطلوب (مثل التوقيع على عريضة أو الاشتراك في نشرة).
- تكلفة الاكتساب (CPA): لتقييم الكفاءة المالية للحملة في حال استخدام إعلانات ممولة.

الاستفادة من تجارب حملات واقعية لتحليل النجاح والإخفاق

عوامل نجاح الحملات الرقمية

تُظهر دراسات الحالة للحملات الحكومية والمجتمعية الناجحة أن سر النجاح يكمن في التخطيط الاستراتيجي الدقيق، الاستخدام الأمثل للإعلام الرقمي، والتفاعل الفعال والشفاف مع الجمهور. الحملات التي تعتمد على سرد قصصي (Storytelling) مؤثر، وتستخدم لغة قريبة من الجمهور المستهدف، غالباً ما تحقق انتشاراً واسعاً وتأثيراً ملموساً.

أسباب إخفاق الحملات الرقمية

- في المقابل، تفشل بعض الحملات الصحفية الرقمية لعدة أسباب، أبرزها:
- غياب الهدف الواضح: إطلاق حملات برسائل مشتتة لا يفهمها الجمهور.
- تجاهل اختبار المحتوى: عدم استخدام أدوات مثل اختبار A/B لمعرفة ما يفضلهُ الجمهور.
- اختيار منصات خاطئة: توجيه رسائل لجمهور غير متواجد على المنصة المستخدمة.
- التضليل المعلوماتي: فقدان المصداقية بسبب نشر معلومات غير دقيقة أو الاعتماد على مصادر مجهولة، مما يؤدي إلى نتائج عكسية وتشويه سمعة الجهة المنظمة.

تحليل الملف المرفق: حملة "هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟"

بناءً على مراجعة الملف المرفق، قمت بتحليل الحملة التوعوية المعروضة واستخراج التفاصيل المتعلقة باختيارها وتصميمها البصري.

كيف تم اختيار الحملة؟

الملف المرفق يمثل مادة توعوية لحملة رقمية/مجتمعية تحمل عنوان "هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟"، وتندرج تحت مظلة حملة أوسع باسم "طفولة واعية.. شاشات آمنة".

تم اختيار هذه الحملة لأنها تعالج قضية معاصرة وحساسة تمس كل أسرة، وهي التأثير الرقمي على الأطفال. الحملة موجهة بشكل مباشر للوالدين (الجمهور المستهدف)، وتقدم دليلاً إرشادياً متكاملًا يوازن بين الفوائد الإيجابية للتكنولوجيا والمخاطر الصحية والنفسية للإفراط في استخدامها، مع تقديم حلول عملية وبدائل مفيدة. هذا الاختيار يمثل نموذجاً ممتازاً لحمات التوعية المجتمعية التي تهدف إلى تعديل السلوك وتقديم قيمة مضافة للمجتمع.

تحليل الشعار والألوان المستخدمة

يظهر في الصفحة الأولى من الملف شعار معبر يعكس أهداف الحملة بوضوح.

وصف الشعار:

يتخذ الشعار شكل درع أو علامة حماية، وبداخله تظهر صورة ظليلة (Silhouette) لطفل يتفاعل مع جهاز لوحي (شاشة). بجانب الطفل يظهر درع صغير إضافي. هذا التصميم يرمز بشكل مباشر إلى فكرة "الحماية والأمان الرقمي" للطفل أثناء استخدامه للتكنولوجيا.

الألوان الموجودة في الشعار والمادة:

تم اختيار الألوان بعناية لتعكس الهدوء، الصحة، والأمان:

1. التركوازي / الفيروزي (Turquoise): يُستخدم كلون أساسي في حدود الشعار وعناوين التقرير. يرمز هذا اللون إلى الوضوح، التواصل، والتوازن الرقمي.
2. الأخضر الفاتح (Mint Green): يظهر في أجزاء من الدرع، ويرمز إلى النمو، الصحة، والبيئة الآمنة.
3. الأخضر المتوسط: يُستخدم في الدرع الصغير الداخلي لتعزيز دلالة الحماية.
4. الأبيض: يُستخدم في المساحات السلبية وداخل الشعار ليعطي انطباعاً بالنقاء والوضوح.
5. الرمادي الفاتح: يُستخدم كخلفية هادئة تبرز الشعار والمحتوى دون تشتيت الانتباه.

نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملات الإلكترونية
- عنوان التكليف / الواجب: هل الشاشات صديق ام خصم لطفلك؟
- تاريخ التسليم: ١٤ / ٧ / 2026 م
- رقم المحاضرة: المحاضرة الرابعة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	✓	عالية	مرة واحدة	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين او اكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	✓	عالية	مرة او مرتين	كتبت له الامر وهو نفذ الامر

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: اضع السؤال ثم اكتب حله لي ثم يبدأ بالحل وهكذا تكون الاجابه كامله

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟
• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقه

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟
• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقه

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي
• تاريخ: ١٤ / ٧ / 2026 م



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

عنوان التكليف: استراتيجية محتوى Tik Tok للأسر

السعودية

اسم الطالب: الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع الخامس

الفصل الدراسي والعام الجامعي: الفصل الدراسي الثاني 2026م



هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟

دليل إرشادي متكامل للوالدين نحو توازن رقمي صحي وآمن

المقدمة

تعد الطفولة مرحلة جوهرية وحاسمة في النمو الجسدي، والعقلي، والاجتماعي للإنسان. وفي عصرنا الحالي، أصبح العالم الرقمي جزءاً لا يتجزأ من هذه المرحلة، حيث ينمو الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة في عالم محاط بوسائل إعلامية وتكنولوجية مختلفة يمكن الوصول إليها بكل سهولة ويسر. وبسبب هذا التطور المتسارع في المحتوى والميزات والتطبيقات الجديدة، قد يجد الآباء صعوبة بالغة في مواكبة هذا التدفق المستمر. وعلى الرغم من أن هذا التقدم الرقمي قد يكون مثمراً ومفيداً لأجيال المستقبل ويوفر لهم آفاقاً جديدة، إلا أنه يثير الكثير من القلق والمخاطر إذا لم يتم تقنيته؛ لذا يصبح فهم تأثير وسائل الإعلام والأجهزة الإلكترونية في حياة الأطفال أمراً ضرورياً لتحديد ما إذا كانت هذه الشاشات صديقاً يدعم نموهم أم خصماً يسرق طفولتهم.

تعريف الطفل المستهدف: هو الإنسان في مرحلة الطفولة (من عمر سنة إلى 11 سنة) الذي يمر بمراحل نمو متسارعة جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب فيها المهارات الأساسية كاللغة والتعلم والتفاعل الواقعي مع الآخرين.

الجانب الإيجابي: فوائد الأجهزة الإلكترونية للطفل

عند استخدام التقنية بشكل متوازن وإيجابي، فإنها تقدم فوائد عديدة تساهم في بناء مهارات الطفل، ومنها:

- تقديم المعرفة واللغات: توفر معلومات وأفكاراً ولغات جديدة تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم المعرفية.

- **زيادة الوعي والثقافة:** تطلع النساء على ما يدور حوله من أحداث راهنة، مما يساهم في فتح آفاق فكرية جديدة أمامه.
- **تعزيز المشاركة الاجتماعية:** توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً متميزة لتعزيز التواصل، وبناء الشعور بالانتماء المجتمعي.
- **التعاون الأكاديمي:** تمكن الطلاب والأطفال من التعاون مع أقرانهم في أداء المهام والمشاريع التعليمية عبر منصات الإنترنت المختلفة.
- **الترابط الأسري:** تساعد وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة جغرافياً على البقاء في اتصال دائم ومستمر بأبنائهم.

المخاطر المترتبة على الإفراط في الشاشات

في مقابل الفوائد، يؤدي الاستخدام العشوائي والمفرط للأجهزة الإلكترونية إلى مخاطر وتأثيرات سلبية جسيمة مقسمة كالتالي:

1. المخاطر الصحية والجسدية:

- إجهاد العين وضعف النظر نتيجة الجلوس الطويل والتركيز المستمر في الشاشات.
- اضطرابات النوم والأرق الناتجة عن الأشعة الزرقاء المنبعثة من الأجهزة.
- السمنة وزيادة الوزن نتيجة قلة الحركة والحمول البدني.
- آلام الرقبة والظهر الناتجة عن وضعيات الجلوس الخاطئة والانحناء المستمر.

2. المخاطر النفسية والسلوكية:

- القلق، والتوتر المستمر، والعصبية الزائدة.
- ضعف التركيز وتشتت الانتباه في الأنشطة اليومية.
- الإدمان الرقمي: والذي تظهر أعراضه من خلال الشعور الدائم بالتوتر عند فصل الإنترنت، والترقب الدائم للمواقع، وعدم الشعور بالوقت أو بالآخرين، والميل التام للعزلة، وانعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية خارج المنزل.

3. المخاطر الاجتماعية والتعليمية:

- العزلة الاجتماعية وضعف التواصل الأسري الحقيقي.
- ضعف المهارات الاجتماعية والقدرة على التفاعل وبناء العلاقات مع الآخرين.
- انخفاض التحصيل الدراسي العام وتشتت الانتباه الصفّي، وضعف مهارات القراءة والكتابة.

إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة (حسب نشرة 2024):

- 64.03% من الأطفال يشاركون في التعليم المنظم قبل المرحلة الابتدائية.
- 32.07% من الأطفال بعمر (5-11) سنوات يستخدمون الأجهزة الرقمية من ساعة إلى ساعتين يومياً، بينما يستخدمها 25.78% لأقل من ساعة.
- رغم أن 82.90% من الأطفال يعيشون في بيئة منزلية محفزة للتعليم، إلا أن نسبة الأطفال الذين يمتلكون ثلاثة كتب أو أكثر لا تتجاوز 9.89%، مما يستدعي تعزيز القراءة كبديل للشاشات.

الحد الزمني الصحيح للجلوس أمام الشاشات

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بوضع ضوابط زمنية صارمة لحماية الأطفال وفق الفئات العمرية التالية:

الفئة العمرية	المدة المسموح بها والضوابط
الرضع (أقل من 18 شهراً)	يجب ألا يكون هنالك أي وقت للجلوس أمام الشاشات مطلقاً.
الأطفال (من 18 إلى 24 شهراً)	بعض الوقت المحدد بشرط وجود أحد الوالدين للمتابعة والتوجيه.
مرحلة ما قبل المدرسة (من سنة إلى 4 سنوات)	ساعة واحدة فقط يومياً، مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه ومراقبتهم إيجابياً.
من عمر 5 إلى 11 سنة	لا يزيد الوقت عن ساعتين يومياً كحد أقصى، مع تحقيق التوازن التام مع ساعات النوم الكافية والنشاط البدني.

إرشادات صحية وعلمية لحماية العين والجسد

لحماية الطفل عند الحاجة لاستخدام الأجهزة، يوصى باتباع القواعد العلمية التالية:

- قاعدة 20-20-20 العالمية: كل 20 دقيقة تمضيها أمام الشاشة، انظر لأي مجسم بعيد يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 ثانية على الأقل لراحة العين.
- إيقاف الأجهزة قبل النوم: الحد من استخدام الهواتف والشاشات قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات، وإبعاد الأجهزة عن غرف النوم تماماً.
- العناية بالعين: القيام بالرمش المتكرر لترطيب العين، والمحافظة على نظافة الشاشة وتقليل سطوعها وضبط التباين وتكبير الخط للمستوى المناسب.

- الإضاءة والوضعية السليمة: ضبط إضاءة الغرفة وتجنب التوهج المباشر، وتجنب انحناء الرقبة عبر وضع الشاشة في مستوى متساوٍ مع العين وعلى بعد طول الذراع.

إرشادات عامة للوالدين وحلول لتمضية وقت الفراغ

تقع المسؤولية الكبرى على عاتق الوالدين في تنظيم هذه العملية وتوفير البدائل النافعة للطفل عبر الآتي:

أولاً: التوجيه والرقابة الأبوية الذكية:

1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون إشعار الطفل بشكل ينفره، وتجنب منعه القاسي بدون بديل.
2. استخدام برامج المراقبة الأمنية المتخصصة لتنظيم ساعات وأوقات الاستخدام عن بعد.
3. المحافظة على غرف النوم، وأوقات الوجبات العائلية، وأوقات اللعب الجماعي خالية تماماً من الأجهزة.
4. إشراك الطفل في وضع القوانين والضوابط الخاصة بالاستخدام لكي يسهل عليه الالتزام بها تلقائياً.
5. تجنب استخدام الأجهزة كوسيلة لتهديئة الطفل عند بكائه أو غضبه.
6. في حالات الإدمان الشديد، يجب تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل مع الأجهزة تدريجياً وبصبر.
7. فتح باب الحوار المستمر وحث الطفل على التحدث فوراً عند التعرض لأي مواقف مثيرة للريبة أو التهديد عبر الإنترنت.

ثانياً: البدائل المفيدة لاستثمار وقت الطفل:

- الأنشطة الإبداعية واليدوية: تشجيع الهوايات مثل الرسم، التلوين، التشكيل بالصلصال والرمال، وحل الألغاز والمكعبات والتركيبات.
- تنمية مهارات القراءة: التردد المستمر على المكتبات، وقراءة القصص الورقية المشوقة المناسبة لأعمارهم، وتشجيعهم على تأليف قصصهم الخاصة.
- الحركة والرياضة: ممارسة الرياضة البدنية واللعب التفاعلي لتعزيز نموهم الجسدي والاجتماعي واكتساب مهارات حركية جديدة.
- التعلم المستمر: استثمار الوقت في تعلم مهارات واقعية جديدة أو لغات إضافية تثري مستقبلهم.

الخاتمة

لقد أصبحت الأجهزة الإلكترونية والشاشات واقعاً فرض نفسه في حياتنا اليومية، إلا أن الإفراط في استخدامها وعدم تقنينه يقلب موازين فوائدها لتصبح خصماً حقيقياً يهدد صحة الطفل الجسدية، والنفسية، والعقلية، ويؤثر سلباً على تحصيله الدراسي وبناء علاقاته الاجتماعية. إن حماية الطفولة اليوم وتنظيم

تحليل SMART

S (محدد): تنفيذ حملة توعوية رقمية لزيادة وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة.

M (قابل للقياس):

- الوصول إلى 15,000 شخص.
- تحقيق 2,000 تفاعل.
- مشاركة 300 شخص في الاستبيان.
- زيادة المعرفة بإرشادات وقت الشاشة لدى المشاركين.

A (قابل للتحقيق): يمكن تنفيذ الحملة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتصميمات رقمية وتعاون مع المدارس والمختصين.

R (ذو صلة): الحملة تعالج قضية اجتماعية وصحية معاصرة، وتنسجم مع أهداف الإعلام الرقمي في التوعية المجتمعية.

T (محدد بزمان): تنفذ خلال أربعة أسابيع.

تحليل SWOT

نقاط القوة	نقاط الضعف
• قضية تهم جميع الأسر. • محتوى علمي موثوق. • سهولة الوصول إلى الجمهور عبر المنصات الرقمية. • انخفاض تكلفة النشر الرقمي.	• صعوبة تغيير العادات اليومية لبعض الأسر. • تفاوت اهتمام أولياء الأمور بالمحتوى. • محدودية الموارد في حال كانت الحملة تطبيقية.
الفرص	التحديات
• زيادة الاهتمام بالصحة الرقمية. • التعاون مع المدارس والجهات الصحية. • الاستفادة من المؤثرين. • الانتشار الواسع لوسائل التواصل.	• المنافسة مع المحتوى الترفيهي. • انتشار معلومات غير دقيقة. • مقاومة بعض الأطفال لتقليل وقت الشاشة. • التطور المستمر في الألعاب والتطبيقات الجاذبة.

ارتباطها بالعالم الرقمي ليس تقييداً لحريتهم بل هو مسؤولية أصيلة تقع على عاتق الأسرة، وهو الاستثمار الحقيقي والأمن في مستقبلهم الواعد غداً.

حملة: طفولة واعية.. شاشات آمنة معاً من أجل طفولة صحية ومتوازنة في العصر الرقمي * حملة
التوعية الرقمية للأطفال

1 استراتيجية محتوى TikTok للأسر السعودية

1.1 🎯 الجمهور المستهدف

الفئة	التفاصيل
الفئة العمرية	30-45 سنة
الموقع	الرياض - المملكة العربية السعودية
الحالة الاجتماعية	متزوجون ولديهم أطفال من عمر سنة إلى 11 سنة
المستوى المعيشي	متوسط إلى مرتفع
المهنة	الأب والأم موظفان (عاملان)

1.2 💡 أفكار الجمهور

- كيف أحافظ على صحة طفلي؟
- كيف أنظم وقت استخدام الشاشات؟
- كيف أوازن بين عملي ورعاية أطفالي؟
- أريد حلاً سهلاً وسريعاً يمكن تطبيقها.

1.3 ❤️ مشاعر الجمهور

- القلق من إدمان الأطفال للأجهزة.
- الشعور بالذنب بسبب قلة الوقت مع الأبناء.
- الرغبة في تربية أطفال بطريقة صحيحة وآمنة.

1.4 🤖 ماذا يرون؟

- أطفال يستخدمون الأجهزة بكثرة.
- محتوى تربوي على TikTok.
- نصائح من أطباء ومختصين ومؤثرين في التربية.

1.5 📌 ماذا يسمعون؟

- نصائح من الأهل والأصدقاء.
- توصيات المدارس.
- آراء الخبراء حول الصحة الرقمية للأطفال.

1.6 🗣️ ماذا يقولون ويفعلون؟

- يبحثون عن طرق لتقليل وقت الشاشة.
- يشاهدون فيديوهات قصيرة عن التربية.
- يشاركون نصائح مع أصدقاء لديهم أطفال.

1.7 😞 التحديات (Pain Points)

- ضيق الوقت بسبب العمل.
- صعوبة إقناع الطفل بترك الأجهزة.
- كثرة المحتوى الرقمي الذي يجذب الأطفال.

1.8 🌟 الاحتياجات (Needs)

- نصائح عملية وسريعة.
- بدائل ممتعة للشاشات.

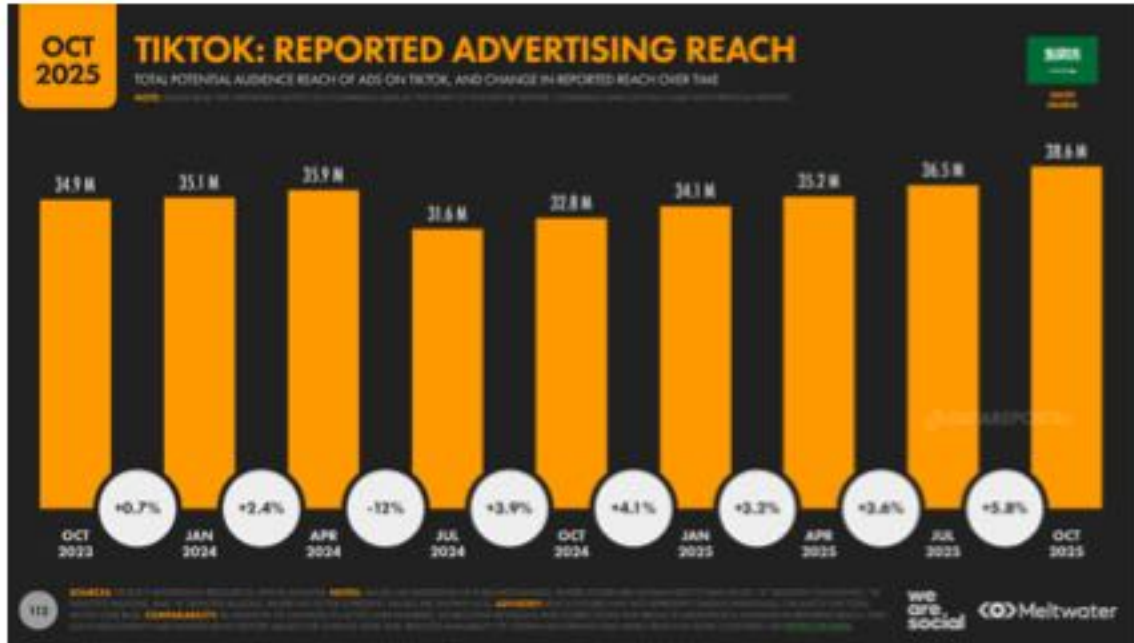
- إرشادات تناسب الأسرة السعودية.
- محتوى موثوق وسهل التطبيق.

1.9 أفكار المحتوى

- فيديوهات 30-60 ثانية بنصائح سريعة.
- قبل/بعد تطبيق تقليل وقت الشاشة.
- تحديات عائلية بدون أجهزة.
- أفكار ألعاب وأنشطة منزلية للأطفال.
- لقاءات قصيرة مع مختصين في التربية أو طب الأطفال.
- قصص وتجارب حقيقية لأولياء أمور نجحوا في تنظيم استخدام الشاشات.

1.10 لماذا TikTok؟

- انتشار واسع في السعودية.
- فيديوهات قصيرة مناسبة للوالدين العاملين.
- توافق مع السلوك الرقمي الحالي.
- عرض الأنشطة والبدائل بطريقة جذابة.
- سهولة المشاركة والوصول للجمهور.



شكل 1: إحصائيات وصول إعلانات TikTok في السعودية (أكتوبر 2025)

نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكلفة

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملة الإلكترونية
- عنوان التكلفة / الواجب: استراتيجية محتوى Tik Tok للأسر السعودية
- تاريخ التسليم: ١٥ / ٧ / 2026 م
- رقم المحاضرة: المحاضرة الرابعة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	✓	عالية	مرة واحدة	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين أو أكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	✓	عالية	مرة أو مرتين	كتبت له الامر وهو نفذ الامر

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: اصنع السؤال ثم اكتب حله لي ثم يبدأ بالحل وهكذا تكون الاجابه كامله

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟
• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقة

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟
• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقة

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي
• تاريخ: ١٥ / / ٢٠٢٦ م



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

عنوان التكليف : اختيار اسم المؤثر والسبب والمنصة
المناسبه

اسم الطالب : الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع السادس

الفصل الدراسي والعام الجامعي : الفصل الدراسي الثاني 2026م

مين هو المؤثر المناسب للتعاون معه في نشر الحملة؟ والسبب؟ واي منصه؟

اسم المؤثر: احمد الشقيري

السبب: تم اختيار أحمد الشقيري مؤثرًا للحملة لأنه يُعد من أبرز الشخصيات السعودية في مجال التوعية والتثقيف، ويتمتع بمصداقية وثقة عالية لدى المجتمع. كما يقدم محتوى هادفًا يركز على التربية، وبناء السلوك الإيجابي، وتنمية الوعي لدى الأسرة، وهي موضوعات تتوافق مع أهداف حملة “طفولة واعية.. شاشات آمنة”. إضافةً إلى ذلك، فإن جمهوره يضم شريحة كبيرة من الآباء والأمهات، وهم الفئة المستهدفة الرئيسة للحملة، مما يزيد من فرص وصول الرسائل التوعوية وتحقيق أثر إيجابي في تعزيز الاستخدام المتوازن والأمن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال.

اسم المنصه: Tik Tok

نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملات الإلكترونية
- عنوان التكليف / الواجب: اسم المؤثر والسبب والمنصة المناسبة
- تاريخ التسليم: ١٦ / ٧ / 2026 م
- رقم المحاضرة: المحاضرة الرابعة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكل مبدئية)	✓	عالية	مرتين	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين او اكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: كتبت له سبب اختياري لأحمد الشقيري وطلع لي الإجابة.

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟

• الإجابة: لا يوجد لأنني اكتب الامر بدقه

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟

• الإجابة: يعجبني لأنه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقه

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي

• تاريخ: ١٦ / / ٢٠٢٦ م

شاشات تسرق الطفولة: مخاطر الأجهزة الإلكترونية على الأطفال

المقدمة

في عصرنا الرقمي المتسارع، أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، وتمتد تأثيراتها لتشمل أطفالنا منذ سنواتهم الأولى. وبينما تفتح هذه التقنيات آفاقاً واسعة للتعليم والتطور، فإنها تثير في الوقت ذاته تساؤلات ومخاوف بشأن تأثيرها على نمو الأطفال وصحتهم ورفاهيتهم. يهدف هذا التقرير إلى تسليط الضوء على هذه المخاطر والفوائد، مستعرضاً أحدث الإحصاءات والتوصيات لضمان تنشئة جيل واعٍ ومتمكن في هذا العالم الرقمي المتغير.

تعريف الطفل

تعريف الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة: هو إنسان في مرحلة الطفولة ينمو جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب المهارات الأساسية مثل الكلام والتعلم والتفاعل مع الآخرين.

إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة ورفاهية الطفل لعام 2025م

أصدرت الهيئة العامة للإحصاء نتائج إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة ورفاهية الطفل لعام 2025م، والتي تعكس واقع تنمية الطفولة المبكرة في المملكة وتُستخدم لدعم السياسات الوطنية وتحسين جودة الحياة للأطفال في مراحلهم الأولى. وتستند هذه الإحصاءات إلى بيانات مسح صحة المرأة والطفل لعام 2025م والبيانات السجلية لوزارة التعليم للعام الدراسي (2024-2025).

وقد أظهرت النتائج ما يلي:

- المسار الصحيح للتنمية:** 82.4% من الأطفال في الفئة العمرية (24-59 شهراً) يسرون على المسار الصحيح في مجالات الصحة، والتعلم، والرفاه النفسي والاجتماعي وفقاً لمؤشر تنمية الطفولة المبكرة (ECDI2030). وبلغت نسبة الإناث اللاتي يسرن على المسار الصحيح 83.2% مقارنةً بـ 81.6% من الذكور.
 - البيئة المنزلية:** 90.0% من الأطفال في الفئة العمرية (36-59 شهراً) يعيشون في بيئة منزلية إيجابية ومحفزة للتعليم، حيث بلغت النسبة لدى الإناث 90.1% مقابل 89.8% للذكور.
 - امتلاك الكتب:** 31.0% من الأطفال دون سن الخامسة يمتلكون كتاباً إلى كتابين، بينما بلغت نسبة من يمتلكون ثلاثة كتب أو أكثر 9.2%.
 - التعليم المبكر:** بلغت نسبة الأطفال (36-59 شهراً) الملتحقين ببرامج تعليمي للطفولة المبكرة 17.3% (18.2% للإناث مقابل 16.5% للذكور). في حين بلغ معدل المشاركة في التعلم المنظم للأطفال في عمر خمس سنوات 73.0% (74.5% للإناث مقابل 71.5% للذكور).
 - استخدام الأجهزة التقنية:** أظهرت نتائج المسح أن 35.1% من الأطفال في عمر (5-7 سنوات) يستخدمون الأجهزة التقنية الرقمية لمدة ساعة إلى ساعتين يومياً، بينما يستخدمها 28.8% لأقل من ساعة يومياً.
- (المصدر: الهيئة العامة للإحصاء)

فوائد الأجهزة الإلكترونية

1. تقدم معلومات وأفكاراً ولغات جديدة، تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم.
 2. تزيد الوعي بالأحداث الراهنة، وتطلع النشء على ما حولة مما يساهم في فتح آفاق جديدة أمامه.
 3. توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً لتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتعزيز الشعور بالانتماء.
 4. تمكن الطالب من التعاون مع الآخرين في المهام والمشاريع على كثير من منصات الوسائط عبر الإنترنت.
 5. تساعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة على التواصل الدائم بأبنائهم.
- المصدر: (وزارة الصحة)

الوقت المسموح به للجلوس أمام الشاشات (التلفاز أو الأجهزة الإلكترونية)

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بالتالي:

الفئة	المدة
الرضع من عمر 18 شهراً من العمر	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة.
الأطفال من عمر 18 شهراً إلى 24 شهراً	بعض الوقت مع أحد الوالدين.
مرحلة ما قبل المدرسة	لا يزيد الوقت على ساعة مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه.
من عمر 5 إلى 11 سنة	يجب على الآباء وضع حد ووقت لا يتجاوز ساعتين يومياً كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني.

المصدر: (وزارة الصحة)

إرشادات عند استخدام الأجهزة الإلكترونية

- بطبيعة الحال فإن أسهل طريقة لحماية العين من الأجهزة هي الحد من الاستخدام، لكن عندما لا يكون ذلك ممكناً فإن هذه الاقتراحات تساعد على ضمان صحة العين:
1. أخذ وقت استراحة متكررة لراحة العين والتقليل من التعرض الطويل للشاشات، وذلك باستخدام قاعدة (20-20-20) والقاعدة تنص على أنه في كل 20 دقيقة تمضيها أمام شاشة جهاز إلكتروني انظر لأي مجسم يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 دقيقة.
 2. الحد من استخدام الهواتف قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات.
 3. المحافظة على نظافة الشاشة والتقليل من سطوعها لتجنب إجهاد العين.
 4. القيام بالرمش المتكرر لترطيب العين، واستخدام القطرات المرطبة عند الشعور بالجفاف.

5. ضبط إضاءة الغرفة وتجنب الإضاءة الساطعة والتوهج على العين مباشرة.
 6. ضبط إعدادات الشاشة فيما يتعلق بتكبير الخط وضبط التباين والسطوع إلى المستوى المناسب.
 7. تجنب انحناء الرقبة في أثناء استخدام الأجهزة ووضع شاشة الجهاز بوضع متساوي مع مستوى العين، وعلى بعد نحو طول الذراع عن العين.
- المصدر: (وزارة الصحة)

أعراض الإدمان

1. الشعور الدائم بالقلق والتوتر عند فصل أو تعطل الإنترنت.
2. يكون الطفل في حالة ترقب دائم لبرامج ومواقع التواصل المشارك بها.
3. عدم الشعور بالوقت أو بالآخرين من حوله عند استخدام البرامج والأجهزة الإلكترونية.
4. الميل إلى العزلة وقلة التواصل مع الآخرين وكثرة المكوث في المنزل.
5. قلة أو انعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية التي يمارسها الطفل لانشغاله بالأجهزة.

حلول لتمضية وقت فراغ الطفل

1. تشجيع الطفل على ممارسة هواية الرسم والتلوين والتشكيل مثل استخدام الصلصال واللعب بالرمل، بالإضافة إلى حل الألغاز الصغيرة والتركيبات البسيطة والمكعبات والتعرف على الألوان والأرقام والحيوانات وغيرها.
 2. التردد على المكتبة وقراءة القصص المناسبة لأعمار الأطفال وتشجيعهم على كتابة قصص قصيرة.
 3. ممارسة الرياضة واكتساب خبرات جديدة.
 4. قضاء بعض الوقت في تعلم لغة جديدة.
- المصدر: (وزارة الصحة)

إرشادات عامة للوالدين

1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون إشعار الطفل بذلك ودون منعه.
2. استخدام برامج المراقبة الأمنية للأبناء حيث يمكن للآباء مراقبة بعض أجهزة أبنائهم عن طريق تحميل برامج خاصة في أجهزة الكمبيوتر والجوال.
3. على الوالدين تحديد ساعات معينة تسمح للطفل باستخدام الأجهزة الإلكترونية.
4. المحافظة على غرف النوم وأوقات الوجبات وأوقات اللعب خالية من الأجهزة الإلكترونية.
5. التوقف عن استخدام الشاشات قبل ساعة من وقت النوم وإزالة الأجهزة من غرف النوم.
6. إشراك الطفل في وضع قوانين وضوابط لاستخدام الأجهزة الإلكترونية؛ حتى يسهل عليه تطبيقها والالتزام بها.
7. في حالات الإدمان الشديد لا بد من تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل مع الأجهزة تدريجياً.

8. مشاركة الطفل في أنشطته وألعبه غير الإلكترونية.
 9. تجنب استخدام الأجهزة الإلكترونية بوصفها وسيلة لتهدة الطفل.
 10. تشجيع الطفل على فتح باب الحوار في مختلف المواضيع التي تثير اهتمامه.
 11. تجنب البرامج والتطبيقات التي تحتوي على الكثير من المحتوى العنيف.
 12. حث الطفل على ضرورة التحدث عند التعرض لأي تهديد أو مواقف مثيرة للريبة.
- المصدر: (وزارة الصحة)

الخاتمة

أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً من حياتنا اليومية، لكن الإفراط في استخدامها قد يترك آثاراً سلبية على صحة الطفل الجسدية والنفسية والعقلية، ويؤثر في نموه وتحصيله الدراسي وعلاقاته الاجتماعية. لذا، تقع على عاتق الأسرة مسؤولية تنظيم وقت استخدام الأجهزة وتشجيع الأطفال على اللعب والتعلم والتفاعل الواقعي، لأن حماية طفولتهم اليوم هي استثمار في مستقبلهم غداً.



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

عنوان التكليف: هل الشاشات صديق ام خصم
لطفلك؟

اسم الطالب: الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع السابع

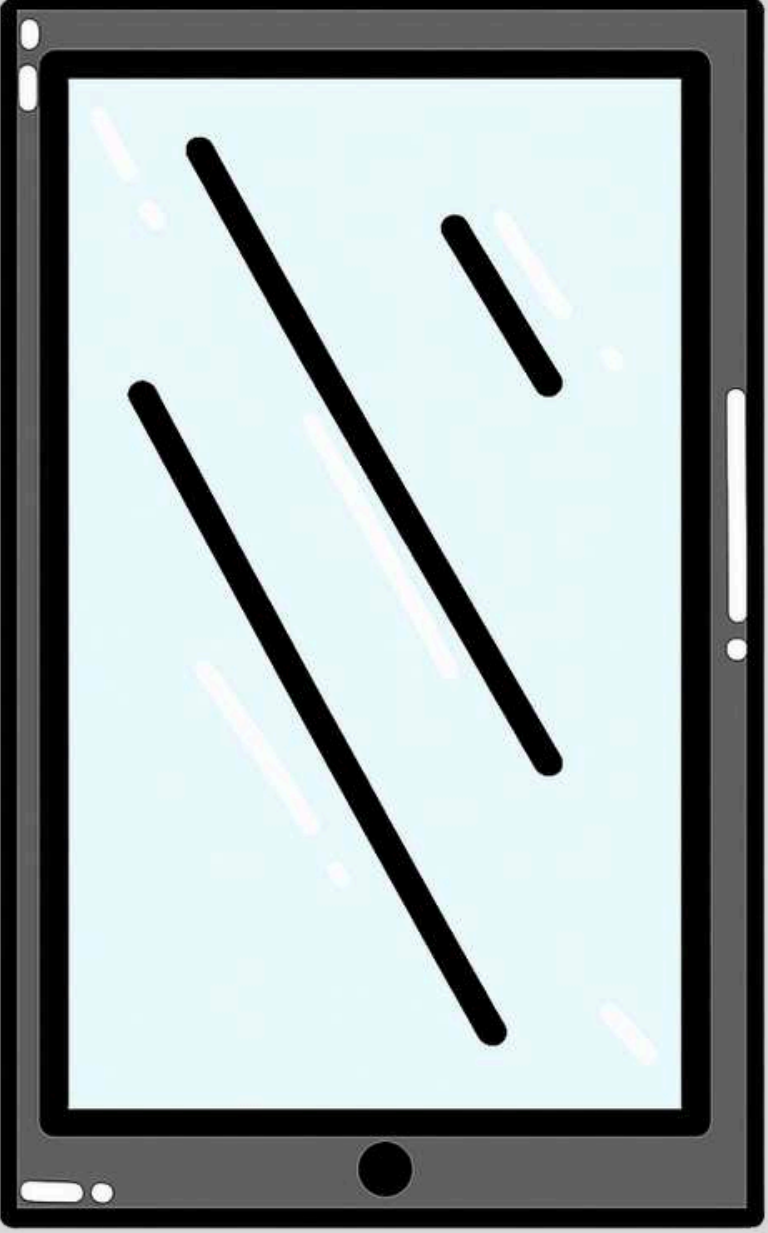
الفصل الدراسي والعام الجامعي: الفصل الدراسي الثاني 2026م



هل الشاشات صديق
أم خصم لطفلك؟

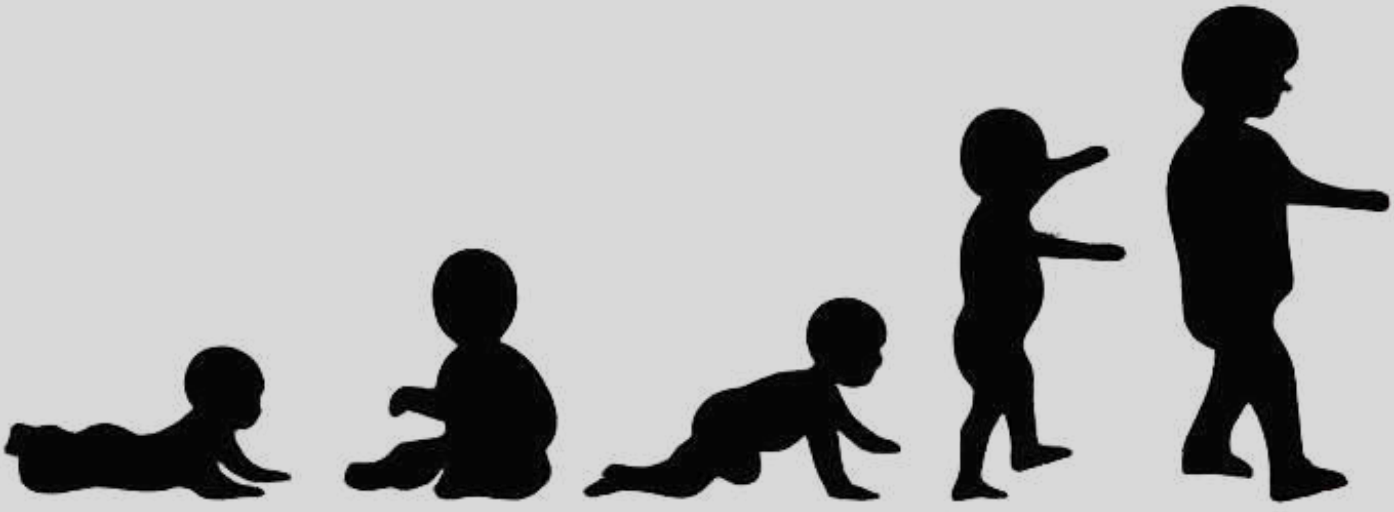
المقدمة:

في عصرنا الرقمي المتسارع، أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، وتمتد تأثيراتها لتشمل أطفالنا منذ سنواتهم الأولى. وبينما تفتح هذه التقنيات آفاقاً واسعة للتعلم والتطور، فإنها تثير في الوقت ذاته تساؤلات ومخاوف بشأن تأثيرها على نمو الأطفال وصحتهم ورفاهيتهم. يهدف هذا التقرير إلى تسليط الضوء على هذه المخاطر والفوائد، مستعرضاً أحدث الإحصاءات والتوصيات لضمان تنشئة جيل واعٍ ومتمكن في هذا العالم الرقمي المتغير.



تعريف الطفل:

تعريف الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة: هو إنسان في مرحلة الطفولة ينمو جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب المهارات الأساسية مثل الكلام والتعلم والتفاعل مع الآخرين.



إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة ورفاهية الطفل لعام 2025م

أصدرت الهيئة العامة
للإحصاء نتائج إحصاءات
تنمية الطفولة المبكرة
ورفاهية الطفل لعام 2025م،
والتي تعكس واقع تنمية
الطفولة المبكرة في المملكة
وتُستخدم لدعم السياسات
الوطنية وتحسين جودة
الحياة للأطفال في مراحلهم
الأولى. وتستند هذه
الإحصاءات إلى بيانات مسح
صحة المرأة والطفل لعام
2025م والبيانات السجلية
لوزارة التعليم للعام الدراسي
(2024-2025).



مؤشرات التنمية والبيئة المنزلية

- **المسار الصحيح للتنمية: 82.4% من الأطفال في الفئة العمرية (24-59 شهراً) يسرون على المسار الصحيح في مجالات الصحة، والتعلم، والرفاه النفسي والاجتماعي وفقاً لمؤشر تنمية الطفولة المبكرة (ECDI2030).** وبلغت نسبة الإناث اللاتي يسرن على المسار الصحيح 83.2% مقارنةً بـ 81.6% من الذكور.
- **البيئة المنزلية: 90.0% من الأطفال في الفئة العمرية (36-59 شهراً) يعيشون في بيئة منزلية إيجابية ومحفزة للتعلم، حيث بلغت النسبة لدى الإناث 90.1% مقابل 89.8% للذكور.**

المسار الصحيح للتنمية

82.4% من الأطفال في الفئة العمرية 24-59 شهراً على المسار الصحيح

الإناث 83.2%

الذكور 81.6%



مؤشرات الصحة، التعلم والرفاه النفسي والاجتماعي (ECDI2030)

البيئة المنزلية

90.0% من الأطفال في الفئة العمرية 36-59 شهراً في بيئة إيجابية ومحفزة للتعلم

الإناث 90.1%

الذكور 89.8%



القراءة والتعليم المبكر



• امتلاك الكتب:

31.0% من الأطفال

دون سن الخامسة

يمتلكون كتابًا إلى كتابين، بينما

بلغت نسبة من يمتلكون ثلاثة

كتب أو أكثر 9.2%.

• التعليم المبكر: بلغت نسبة

الأطفال (36-59 شهرًا)

الملتحقين ببرنامج تعليمي

للطفولة المبكرة 17.3% (18.2%

للإناث مقابل 16.5% للذكور).

في حين بلغ معدل المشاركة في

التعلم المنظم للأطفال في عمر

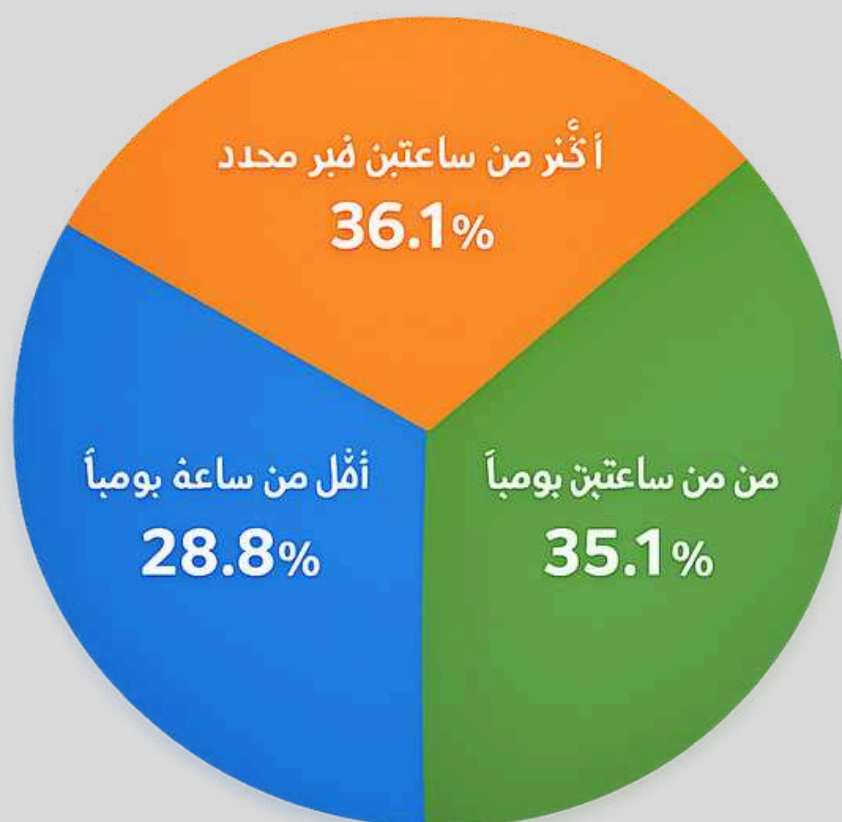
خمس سنوات 73.0% (74.5%

للإناث مقابل 71.5% للذكور).

استخدام الأطفال للأجهزة التقنية

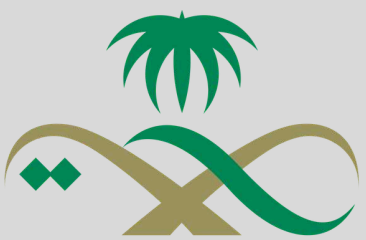
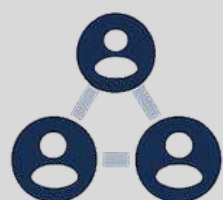
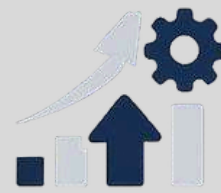
أظهرت نتائج المسح أن
35.1% من الأطفال في
عمر (5-7 سنوات)
يستخدمون الأجهزة
التقنية الرقمية لمدة
ساعة إلى ساعتين يوميًا،
بينما يستخدمها 28.8%
لأقل من ساعة يوميًا.

مدة استخدام الأطفال (5-7 سنوات)
للأجهزة الرقمية



الجانب المشرق: فوائد الأجهزة الإلكترونية

1. تقدم معلومات وأفكاراً ولغات جديدة، تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم.
2. تزيد الوعي بالأحداث الراهنة، وتطلع النشء على ما حولة مما يساهم في فتح آفاق جديدة أمامه.
3. توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً لتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتعزيز الشعور بالانتماء.
4. تمكن الطالب من التعاون مع الآخرين في المهام والمشاريع على كثير من منصات الوسائط عبر الإنترنت.
5. تساعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة على التواصل الدائم بأبنائهم.



توصيات وقت الشاشة حسب الفئة العمرية

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال
بالتالي:

الفئة العمرية	الفئة
الرضع من عمر ١٨ شهر	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة
الاطفال من عمر ١٨ شهر الى ٢٤ شهر	بعض الوقت مع أحد الوالدين
مرحلة ما قبل المدرسة	لايزيد الوقت على ساعة مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه
من عمر ٥ الى ١١ سنة	يجب على الاباء وضع حد ووقت لا يتجاوز ساعتين يومياً كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني



حماية العين عند استخدام الأجهزة

بطبيعة الحال فإن أسهل طريقة لحماية العين من الأجهزة هي الحد من الاستخدام، لكن عندما لا يكون ذلك ممكناً فإن هذه الاقتراحات تساعد على ضمان صحة العين:

1. أخذ وقت استراحة متكررة لراحة العين والتقليل من التعرض الطويل للشاشات، وذلك باستخدام قاعدة (20-20-20) والقاعدة تنص على أنه في كل 20 دقيقة تمضيها أمام شاشة جهاز إلكتروني انظر لأي مجسم يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 دقيقة.
2. الحد من استخدام الهواتف قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات.
3. المحافظة على نظافة الشاشة والتقليل من سطوعها لتجنب إجهاد العين.
4. القيام بالرمش المتكرر لترطيب العين، واستخدام القطرات المرطبة عند الشعور بالجفاف.
5. ضبط إضاءة الغرفة وتجنب الإضاءة الساطعة والتوهج على العين مباشرة.
6. ضبط إعدادات الشاشة فيما يتعلق بتكبير الخط وضبط التباين والسطوع إلى المستوى المناسب.
7. تجنب انحناء الرقبة في أثناء استخدام الأجهزة ووضع شاشة الجهاز بوضع متساوي مع مستوى العين، وعلى بعد نحو طول الذراع عن العين.

20-20-20

للعاملين عن بعد ومستخدمي الحاسب
الآلي لفترات طويلة استخدم قاعدة



و تركز عينيك على شئ
على بعد 20 قدم



تاخذ استراحة 20 ثانية



كل 20 دقيقة

www.silah.com.sa

silahlc

silahlc

صلة

علامات الإفراط في استخدام الأجهزة

1. الشعور الدائم بالقلق والتوتر عند فصل أو تعطل الإنترنت.

2. يكون الطفل في حالة ترقب دائم لبرامج ومواقع التواصل المشارك بها.

3. عدم الشعور بالوقت أو بالآخرين من حوله عند استخدام البرامج والأجهزة الإلكترونية.

4. الميل إلى العزلة وقلة التواصل مع الآخرين وكثرة المكوث في المنزل.

5. قلة أو انعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية التي يمارسها الطفل لانشغاله بالأجهزة.



بدائل إيجابية لوقت فراغ الأطفال

1. تشجيع الطفل على ممارسة هواية الرسم والتلوين والتشكيل مثل استخدام الصلصال واللعب بالرمل، بالإضافة إلى حل الألغاز الصغيرة والتركيبات البسيطة والمكعبات والتعرف على الألوان والأرقام والحيوانات وغيرها.
2. التردد على المكتبة وقراءة القصص المناسبة لأعمار الأطفال وتشجيعهم على كتابة قصص قصيرة.
3. ممارسة الرياضة واكتساب خبرات جديدة.
4. قضاء بعض الوقت في تعلم لغة جديدة.



دور الوالدين في إدارة استخدام الأجهزة



1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون إشعار الطفل بذلك ودون منعه.
2. استخدام برامج المراقبة الأمنية للأطفال حيث يمكن للآباء مراقبة بعض أجهزة أبنائهم عن طريق تحميل برامج خاصة في أجهزة الكمبيوتر والجوال.
3. على الوالدين تحديد ساعات معينة تسمح للطفل باستخدام الأجهزة الإلكترونية.
4. المحافظة على غرف النوم وأوقات الوجبات وأوقات اللعب خالية من الأجهزة الإلكترونية.
5. التوقف عن استخدام الشاشات قبل ساعة من وقت النوم وإزالة الأجهزة من غرف النوم.
6. إشراك الطفل في وضع قوانين وضوابط لاستخدام الأجهزة الإلكترونية؛ حتى يسهل عليه تطبيقها والالتزام بها.
7. في حالات الإدمان الشديد لا بد من تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل مع الأجهزة تدريجياً.
8. مشاركة الطفل في أنشطته وألعابه غير الإلكترونية.
9. تجنب استخدام الأجهزة الإلكترونية بوصفها وسيلة لتهدئة الطفل.
10. تشجيع الطفل على فتح باب الحوار في مختلف المواضيع التي تثير اهتمامه.
11. تجنب البرامج والتطبيقات التي تحتوي على الكثير من المحتوى العنيف.
12. حث الطفل على ضرورة التحدث عند التعرض لأي تهديد أو مواقف مثيرة للريبة.

استثمار في مستقبل أطفالنا

أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً من حياتنا اليومية، لكن الإفراط في استخدامها قد يترك آثاراً سلبية على صحة الطفل الجسدية والنفسية والعقلية، ويؤثر في نموه وتحصيله الدراسي وعلاقاته الاجتماعية. لذا، تقع على عاتق الأسرة مسؤولية تنظيم وقت استخدام الأجهزة وتشجيع الأطفال على اللعب والتعلم والتفاعل الواقعي، لأن حماية طفولتهم اليوم هي استثمار في مستقبلهم غداً.



رابط لفيديو توعوي

اضغط هنا

تحليل SMART

تنفيذ حملة توعوية رقمية لزيادة وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة.	(محدد) S
- الوصول إلى 15,000 شخص. - تحقيق 2,000 تفاعل. - مشاركة 300 شخص في الاستبيان. - زيادة المعرفة بإرشادات وقت الشاشة لدى المشاركين.	(قابل للقياس) M
يمكن تنفيذ الحملة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتصميمات رقمية وتعاون مع المدارس والمختصين.	(قابل للتحقيق) A
الحملة تعالج قضية اجتماعية وصحية معاصرة، وتنسجم مع أهداف الإعلام الرقمي في التوعية المجتمعية	(ذو صلة) R
تنفذ خلال أربعة أسابيع	(محدد بزمان) T

تحليل SWOT

نقاط القوة	- قضية تهمة جميع الأسر. - محتوى علمي موثوق. - سهولة الوصول إلى الجمهور عبر المنصات الرقمية. - انخفاض تكلفة النشر الرقمي.
نقاط الضعف	- صعوبة تغيير العادات اليومية لبعض الأسر. - تفاوت اهتمام أولياء الأمور بالمحتوى. - محدودية الموارد في حال كانت الحملة تطبيقية.
الفرص	- زيادة الاهتمام بالصحة الرقمية. - التعاون مع المدارس والجهات الصحية. - الاستفادة من المؤثرين. - الانتشار الواسع لوسائل التواصل.
التحديات	- المنافسة مع المحتوى الترفيهي. - انتشار معلومات غير دقيقة. - مقاومة بعض الأطفال لتقليل وقت الشاشة. - التطور المستمر في الألعاب والتطبيقات الجاذبة.

MIDOCEAN
UNIVERSITY



نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملات الإلكترونية
- عنوان التكليف / الواجب: هل الشاشات صديق ام خصم لطفلك
- تاريخ التسليم: ٢٤ / ٧ / 2026 م
- رقم المحاضرة: المحاضرة السابعة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	✓	عالية	مرتين	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين او اكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	✓	عالية	مره واحده	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: فقط في بعض الصوره مثل الرسوم البيانيه اكتب له الامر وهو ينفذه

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟

• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقه

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟

• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقه

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي

• تاريخ: ٢٤ / / ٧ / 2026 م



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

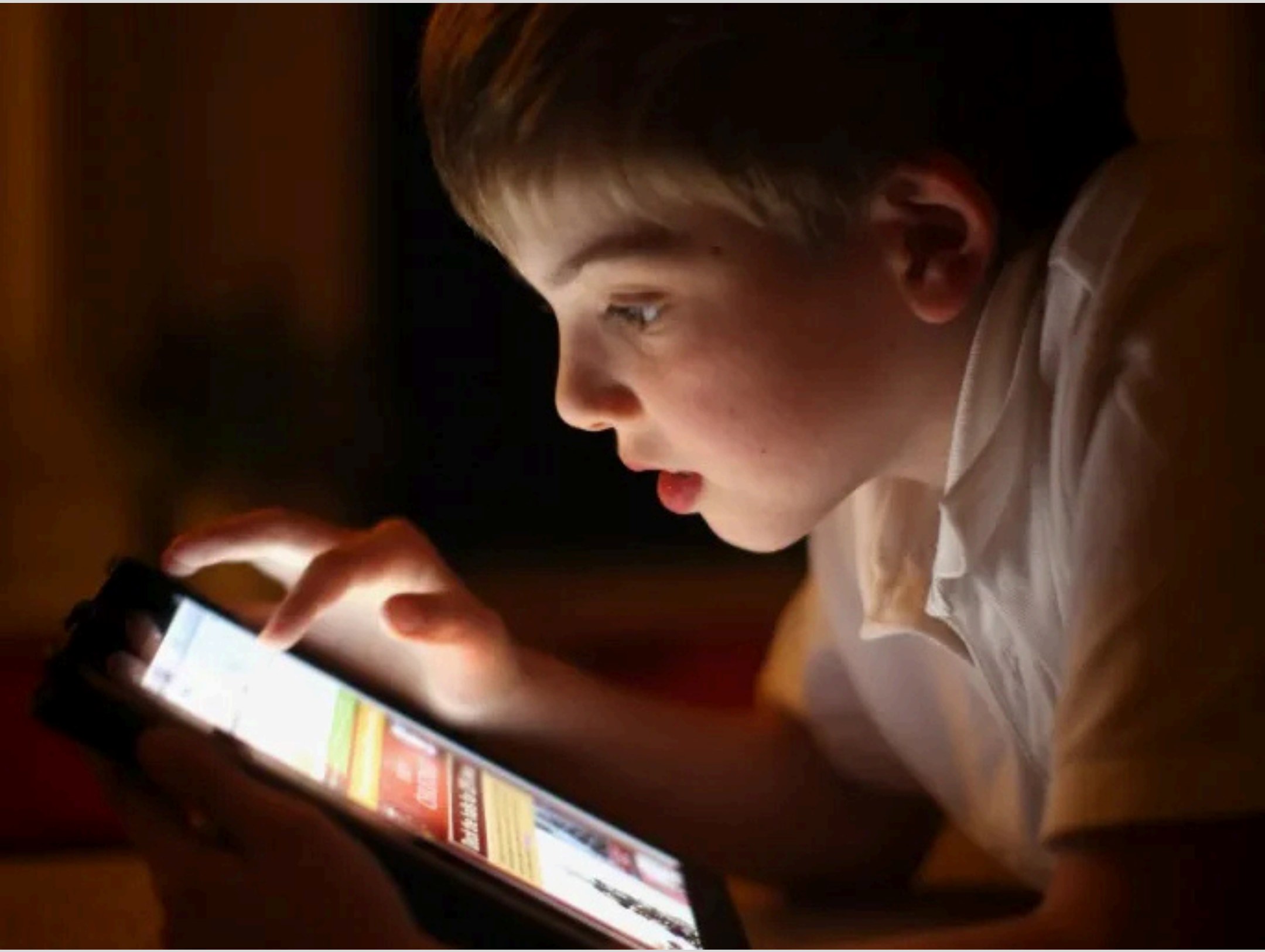
عنوان التكليف: هل الشاشات صديق ام خصم
لطفلك؟

اسم الطالب: الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع الثامن

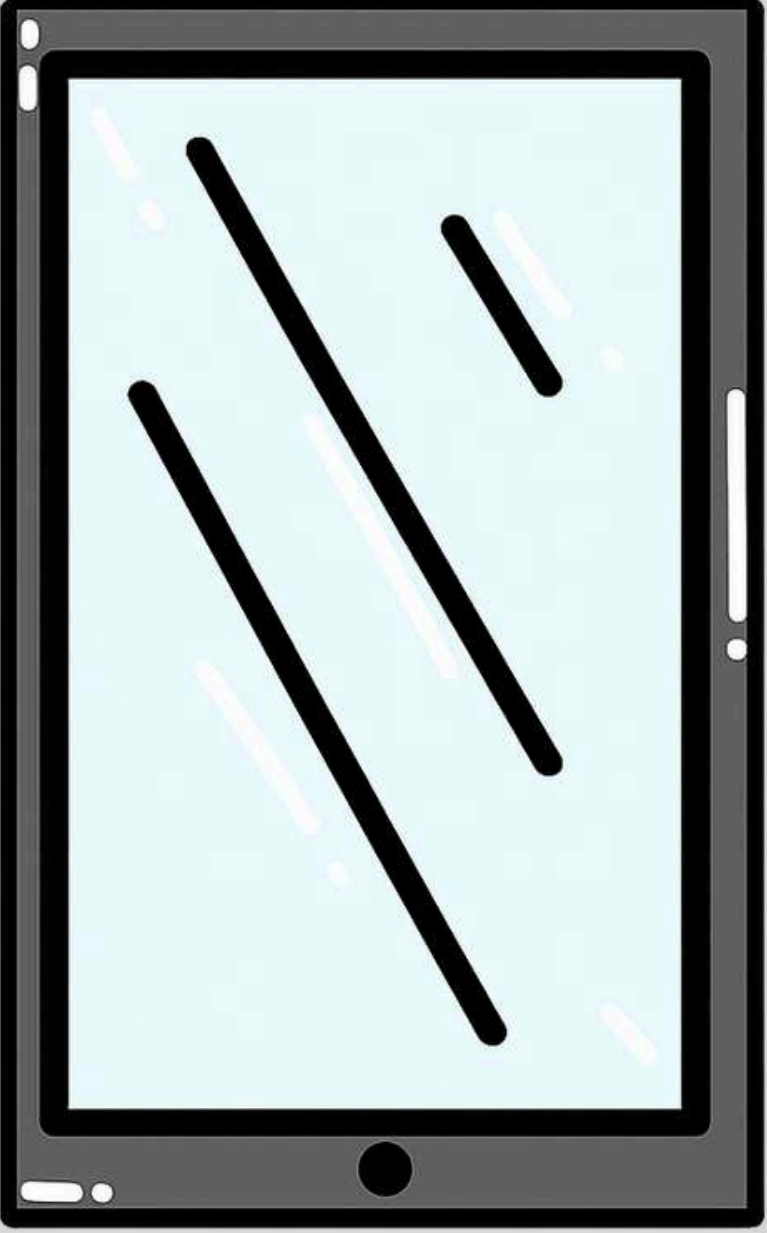
الفصل الدراسي والعام الجامعي: الفصل الدراسي الثاني 2026م



هل الشاشات صديق
أم خصم لطفلك؟

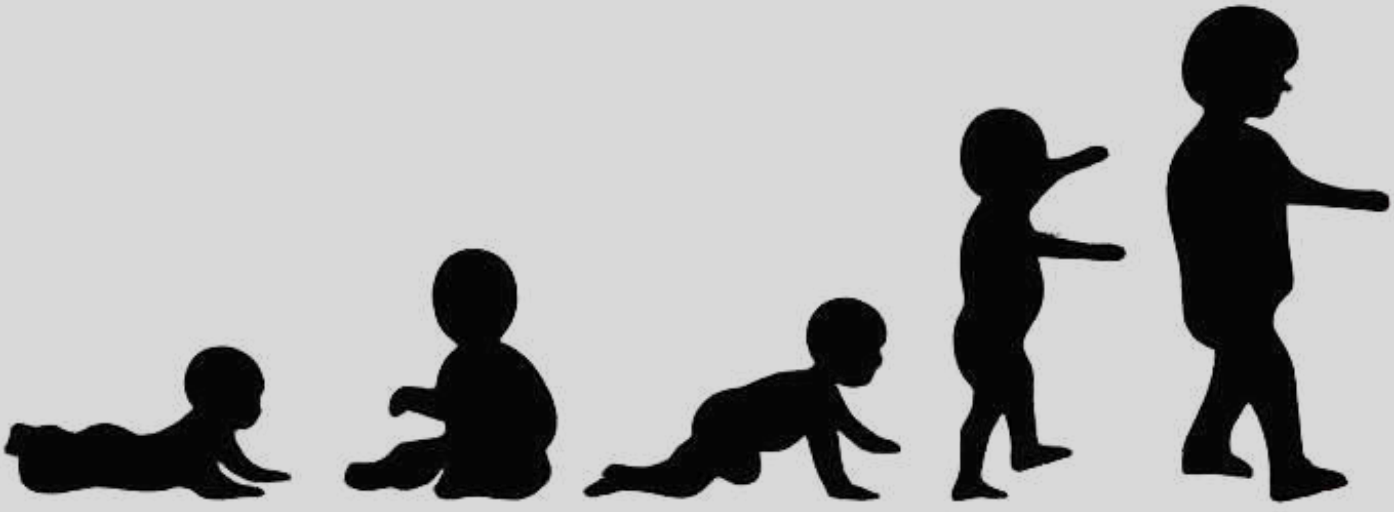
المقدمة:

في عصرنا الرقمي المتسارع، أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، وتمتد تأثيراتها لتشمل أطفالنا منذ سنواتهم الأولى. وبينما تفتح هذه التقنيات آفاقاً واسعة للتعلم والتطور، فإنها تثير في الوقت ذاته تساؤلات ومخاوف بشأن تأثيرها على نمو الأطفال وصحتهم ورفاهيتهم. يهدف هذا التقرير إلى تسليط الضوء على هذه المخاطر والفوائد، مستعرضاً أحدث الإحصاءات والتوصيات لضمان تنشئة جيل واعٍ ومتمكن في هذا العالم الرقمي المتغير.



تعريف الطفل:

تعريف الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة: هو إنسان في مرحلة الطفولة ينمو جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب المهارات الأساسية مثل الكلام والتعلم والتفاعل مع الآخرين.



إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة ورفاهية الطفل لعام 2025م

أصدرت الهيئة العامة
للإحصاء نتائج إحصاءات
تنمية الطفولة المبكرة
ورفاهية الطفل لعام 2025م،
والتي تعكس واقع تنمية
الطفولة المبكرة في المملكة
وتُستخدم لدعم السياسات
الوطنية وتحسين جودة
الحياة للأطفال في مراحلهم
الأولى. وتستند هذه
الإحصاءات إلى بيانات مسح
صحة المرأة والطفل لعام
2025م والبيانات السجلية
لوزارة التعليم للعام الدراسي
(2024-2025).



مؤشرات التنمية والبيئة المنزلية

- **المسار الصحيح للتنمية: 82.4% من الأطفال في الفئة العمرية (24-59 شهراً) يسرون على المسار الصحيح في مجالات الصحة، والتعلم، والرفاه النفسي والاجتماعي وفقاً لمؤشر تنمية الطفولة المبكرة (ECDI2030).** وبلغت نسبة الإناث اللاتي يسرن على المسار الصحيح 83.2% مقارنةً بـ 81.6% من الذكور.
- **البيئة المنزلية: 90.0% من الأطفال في الفئة العمرية (36-59 شهراً) يعيشون في بيئة منزلية إيجابية ومحفزة للتعلم، حيث بلغت النسبة لدى الإناث 90.1% مقابل 89.8% للذكور.**

المسار الصحيح للتنمية

82.4% من الأطفال في الفئة العمرية 24-59 شهراً على المسار الصحيح

الإناث 83.2%

الذكور 81.6%



مؤشرات الصحة، التعلم والرفاه النفسي والاجتماعي (ECDI2030)

البيئة المنزلية

90.0% من الأطفال في الفئة العمرية 36-59 شهراً في بيئة إيجابية ومحفزة للتعلم

الإناث 90.1%

الذكور 89.8%



القراءة والتعليم المبكر



• امتلاك الكتب:

31.0% من الأطفال

دون سن الخامسة

يمتلكون كتابًا إلى كتابين، بينما

بلغت نسبة من يمتلكون ثلاثة

كتب أو أكثر 9.2%.

• التعليم المبكر: بلغت نسبة

الأطفال (36-59 شهرًا)

الملتحقين ببرنامج تعليمي

للطفولة المبكرة 17.3% (18.2%

للإناث مقابل 16.5% للذكور).

في حين بلغ معدل المشاركة في

التعلم المنظم للأطفال في عمر

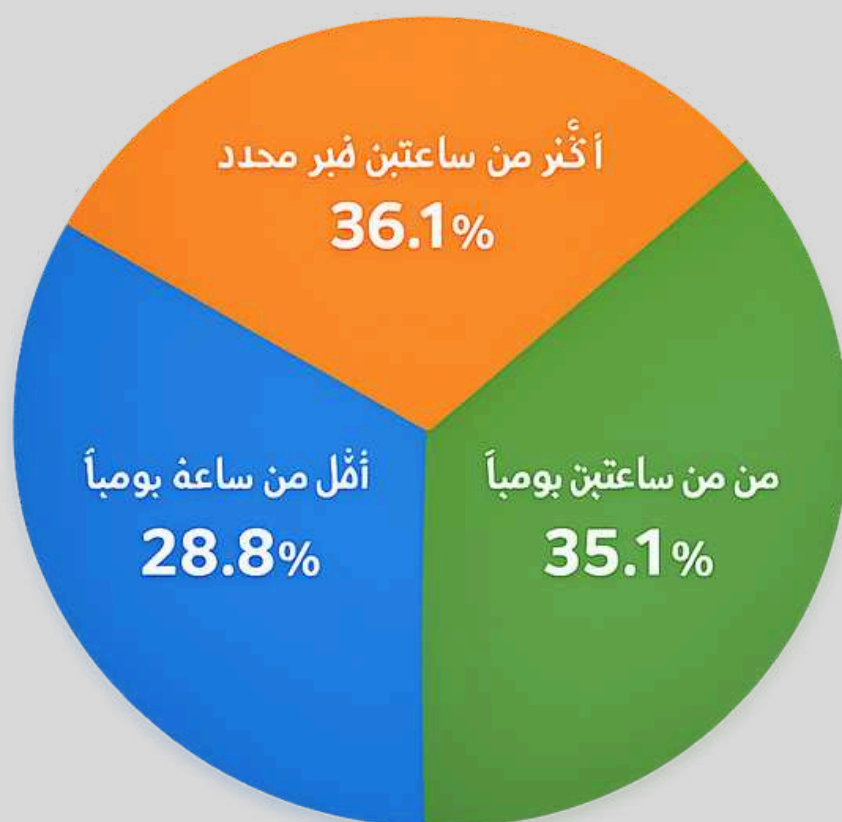
خمس سنوات 73.0% (74.5%

للإناث مقابل 71.5% للذكور).

استخدام الأطفال للأجهزة التقنية

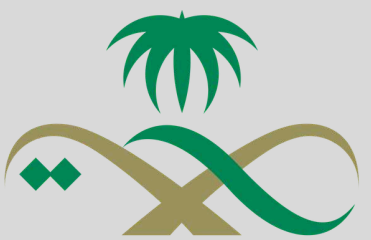
أظهرت نتائج المسح أن
35.1% من الأطفال في
عمر (5-7 سنوات)
يستخدمون الأجهزة
التقنية الرقمية لمدة
ساعة إلى ساعتين يوميًا،
بينما يستخدمها 28.8%
لأقل من ساعة يوميًا.

مدة استخدام الأطفال (5-7 سنوات)
للأجهزة الرقمية



الجانب المشرق: فوائد الأجهزة الإلكترونية

1. تقدم معلومات وأفكاراً ولغات جديدة، تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم.
2. تزيد الوعي بالأحداث الراهنة، وتطلع النشء على ما حولة مما يساهم في فتح آفاق جديدة أمامه.
3. توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً لتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتعزيز الشعور بالانتماء.
4. تمكن الطالب من التعاون مع الآخرين في المهام والمشاريع على كثير من منصات الوسائط عبر الإنترنت.
5. تساعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة على التواصل الدائم بأبنائهم.



توصيات وقت الشاشة حسب الفئة العمرية

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال
بالتالي:

الفئة العمرية	الفئة
الرضع من عمر ١٨ شهر	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة
الاطفال من عمر ١٨ شهر الى ٢٤ شهر	بعض الوقت مع أحد الوالدين
مرحلة ما قبل المدرسة	لايزيد الوقت على ساعة مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه
من عمر ٥ الى ١١ سنة	يجب على الاباء وضع حد ووقت لا يتجاوز ساعتين يومياً كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني



حماية العين عند استخدام الأجهزة

بطبيعة الحال فإن أسهل طريقة لحماية العين من الأجهزة هي الحد من الاستخدام، لكن عندما لا يكون ذلك ممكناً فإن هذه الاقتراحات تساعد على ضمان صحة العين:

1. أخذ وقت استراحة متكررة لراحة العين والتقليل من التعرض الطويل للشاشات، وذلك باستخدام قاعدة (20-20-20) والقاعدة تنص على أنه في كل 20 دقيقة تمضيها أمام شاشة جهاز إلكتروني انظر لأي مجسم يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 دقيقة.
2. الحد من استخدام الهواتف قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات.
3. المحافظة على نظافة الشاشة والتقليل من سطوعها لتجنب إجهاد العين.
4. القيام بالرمش المتكرر لترطيب العين، واستخدام القطرات المرطبة عند الشعور بالجفاف.
5. ضبط إضاءة الغرفة وتجنب الإضاءة الساطعة والتوهج على العين مباشرة.
6. ضبط إعدادات الشاشة فيما يتعلق بتكبير الخط وضبط التباين والسطوع إلى المستوى المناسب.
7. تجنب انحناء الرقبة في أثناء استخدام الأجهزة ووضع شاشة الجهاز بوضع متساوي مع مستوى العين، وعلى بعد نحو طول الذراع عن العين.

20-20-20

للعاملين عن بعد ومستخدمي الحاسب
الآلي لفترات طويلة استخدم قاعدة



و تركز عينيك على شيء
على بعد 20 قدم



تاخذ استراحة 20 ثانية



كل 20 دقيقة

www.silah.com.sa  silahlc  silahlc  صلة

علامات الإفراط في استخدام الأجهزة

1. الشعور الدائم بالقلق والتوتر عند فصل أو تعطل الإنترنت.

2. يكون الطفل في حالة ترقب دائم لبرامج ومواقع التواصل المشارك بها.

3. عدم الشعور بالوقت أو بالآخرين من حوله عند استخدام البرامج والأجهزة الإلكترونية.

4. الميل إلى العزلة وقلة التواصل مع الآخرين وكثرة المكوث في المنزل.

5. قلة أو انعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية التي يمارسها الطفل لانشغاله بالأجهزة.



بدائل إيجابية لوقت فراغ الأطفال

1. تشجيع الطفل على ممارسة هواية

الرسم والتلوين والتشكيل مثل استخدام الصلصال واللعب بالرمل، بالإضافة إلى حل الألغاز الصغيرة والتركيبات البسيطة والمكعبات والتعرف على الألوان والأرقام والحيوانات وغيرها.

2. التردد على المكتبة وقراءة

القصص المناسبة لأعمار الأطفال وتشجيعهم على كتابة قصص قصيرة.

3. ممارسة الرياضة واكتساب خبرات جديدة.

4. قضاء بعض الوقت في تعلم لغة جديدة.



دور الوالدين في إدارة استخدام الأجهزة



1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون إشعار الطفل بذلك ودون منعه.
2. استخدام برامج المراقبة الأمنية للأبناء حيث يمكن للآباء مراقبة بعض أجهزة أبنائهم عن طريق تحميل برامج خاصة في أجهزة الكمبيوتر والجوال.
3. على الوالدين تحديد ساعات معينة تسمح للطفل باستخدام الأجهزة الإلكترونية.
4. المحافظة على غرف النوم وأوقات الوجبات وأوقات اللعب خالية من الأجهزة الإلكترونية.
5. التوقف عن استخدام الشاشات قبل ساعة من وقت النوم وإزالة الأجهزة من غرف النوم.
6. إشراك الطفل في وضع قوانين وضوابط لاستخدام الأجهزة الإلكترونية؛ حتى يسهل عليه تطبيقها والالتزام بها.
7. في حالات الإدمان الشديد لا بد من تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل مع الأجهزة تدريجياً.
8. مشاركة الطفل في أنشطته وألعابه غير الإلكترونية.
9. تجنب استخدام الأجهزة الإلكترونية بوصفها وسيلة لتهدئة الطفل.
10. تشجيع الطفل على فتح باب الحوار في مختلف المواضيع التي تثير اهتمامه.
11. تجنب البرامج والتطبيقات التي تحتوي على الكثير من المحتوى العنيف.
12. حث الطفل على ضرورة التحدث عند التعرض لأي تهديد أو مواقف مثيرة للريبة.

استثمار في مستقبل أطفالنا

أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً من حياتنا اليومية، لكن الإفراط في استخدامها قد يترك آثاراً سلبية على صحة الطفل الجسدية والنفسية والعقلية، ويؤثر في نموه وتحصيله الدراسي وعلاقاته الاجتماعية. لذا، تقع على عاتق الأسرة مسؤولية تنظيم وقت استخدام الأجهزة وتشجيع الأطفال على اللعب والتعلم والتفاعل الواقعي، لأن حماية طفولتهم اليوم هي استثمار في مستقبلهم غداً.



رابط لفيديو توعوي

اضغط هنا

المصادر:

وزارة الصحة

اضغط هنا

الهيئة العامة للإحصاء

اضغط هنا

تحليل SMART

تنفيذ حملة توعوية رقمية لزيادة وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة.	(محدد) S
- الوصول إلى 15,000 شخص. - تحقيق 2,000 تفاعل. - مشاركة 300 شخص في الاستبيان. - زيادة المعرفة بإرشادات وقت الشاشة لدى المشاركين.	(قابل للقياس) M
يمكن تنفيذ الحملة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتصميمات رقمية وتعاون مع المدارس والمختصين.	(قابل للتحقيق) A
الحملة تعالج قضية اجتماعية وصحية معاصرة، وتنسجم مع أهداف الإعلام الرقمي في التوعية المجتمعية	(ذو صلة) R
تنفذ خلال أربعة أسابيع	(محدد بزمان) T

تحليل SWOT

نقاط القوة	- قضية تهمة جميع الأسر. - محتوى علمي موثوق. - سهولة الوصول إلى الجمهور عبر المنصات الرقمية. - انخفاض تكلفة النشر الرقمي.
نقاط الضعف	- صعوبة تغيير العادات اليومية لبعض الأسر. - تفاوت اهتمام أولياء الأمور بالمحتوى. - محدودية الموارد في حال كانت الحملة تطبيقية.
الفرص	- زيادة الاهتمام بالصحة الرقمية. - التعاون مع المدارس والجهات الصحية. - الاستفادة من المؤثرين. - الانتشار الواسع لوسائل التواصل.
التحديات	- المنافسة مع المحتوى الترفيهي. - انتشار معلومات غير دقيقة. - مقاومة بعض الأطفال لتقليل وقت الشاشة. - التطور المستمر في الألعاب والتطبيقات الجاذبة.

MIDOCEAN

UNIVERSITY



نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملات الإلكترونية
- عنوان التكليف / الواجب: هل الشاشات صديق ام خصم لطفلك
- تاريخ التسليم: ٢٩ / ٧ / 2026 م
- رقم المحاضرة: المحاضرة الثامنة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	✓	عالية	مرتين	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين او اكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	✓	عالية	مره واحده	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: فقط في بعض الصوره مثل الرسوم البيانيه اكتب له الامر وهو ينفذه

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟
• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقه

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟
• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقه

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية
"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي
• تاريخ: ٢٩ / / ٢٠٢٦ م



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

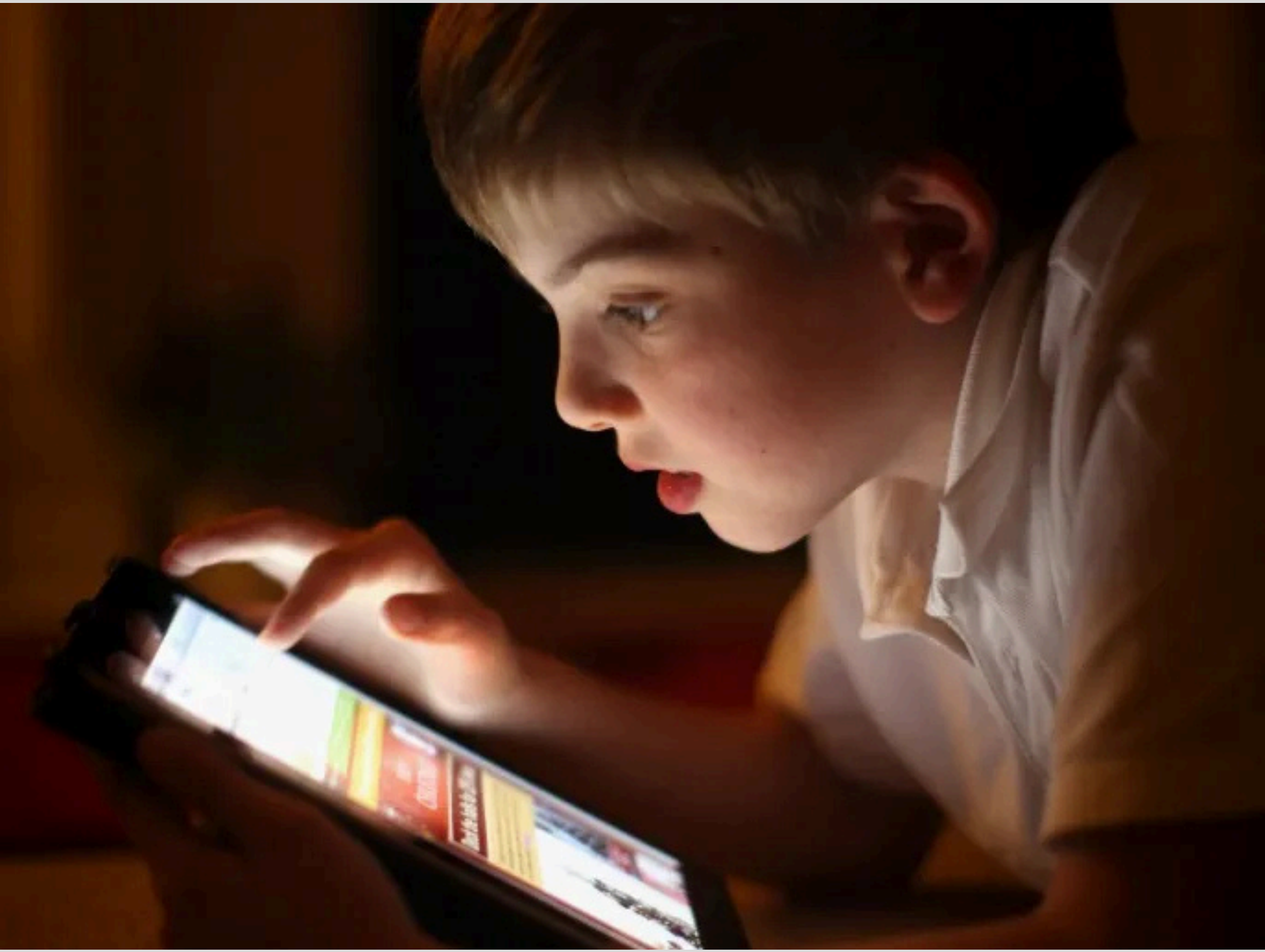
عنوان التكليف: هل الشاشات صديق ام خصم
لطفلك؟

اسم الطالب: الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع التاسع

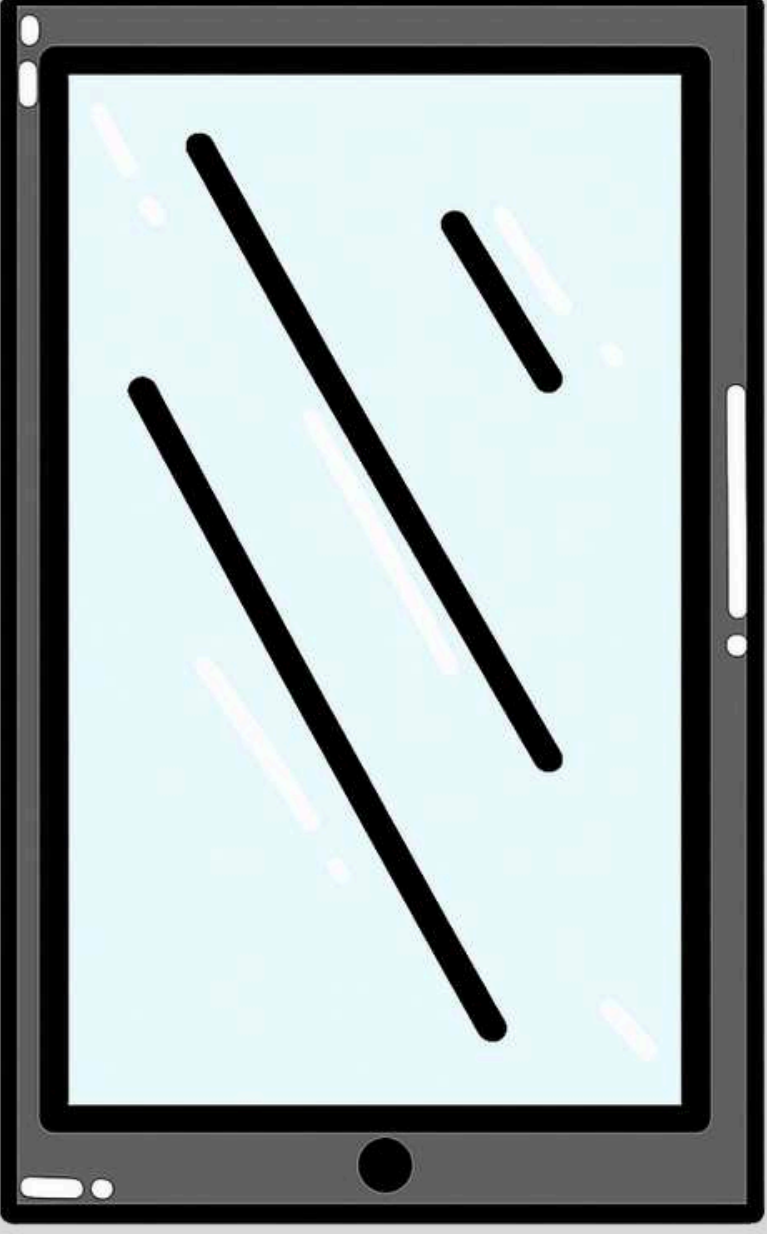
الفصل الدراسي والعام الجامعي: الفصل الدراسي الثاني 2026م



هل الشاشات صديق
أم خصم لطفلك؟

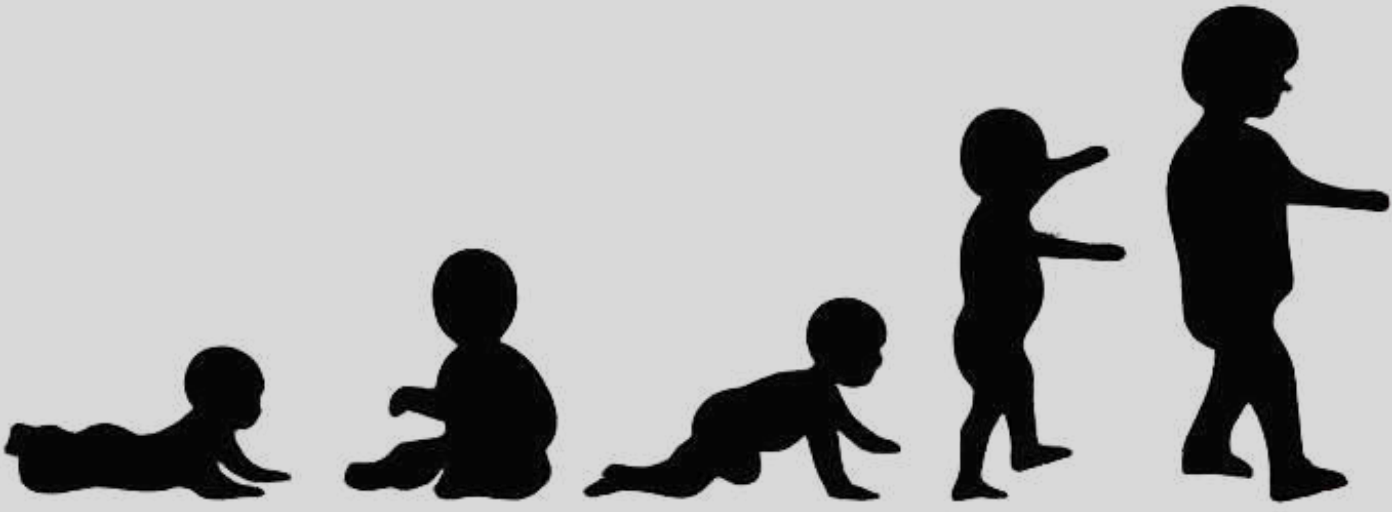
المقدمة:

في عصرنا الرقمي المتسارع، أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، وتمتد تأثيراتها لتشمل أطفالنا منذ سنواتهم الأولى. وبينما تفتح هذه التقنيات آفاقاً واسعة للتعلم والتطور، فإنها تثير في الوقت ذاته تساؤلات ومخاوف بشأن تأثيرها على نمو الأطفال وصحتهم ورفاهيتهم. يهدف هذا التقرير إلى تسليط الضوء على هذه المخاطر والفوائد، مستعرضاً أحدث الإحصاءات والتوصيات لضمان تنشئة جيل واعٍ ومتمكن في هذا العالم الرقمي المتغير.



تعريف الطفل:

تعريف الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة: هو إنسان في مرحلة الطفولة ينمو جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب المهارات الأساسية مثل الكلام والتعلم والتفاعل مع الآخرين.

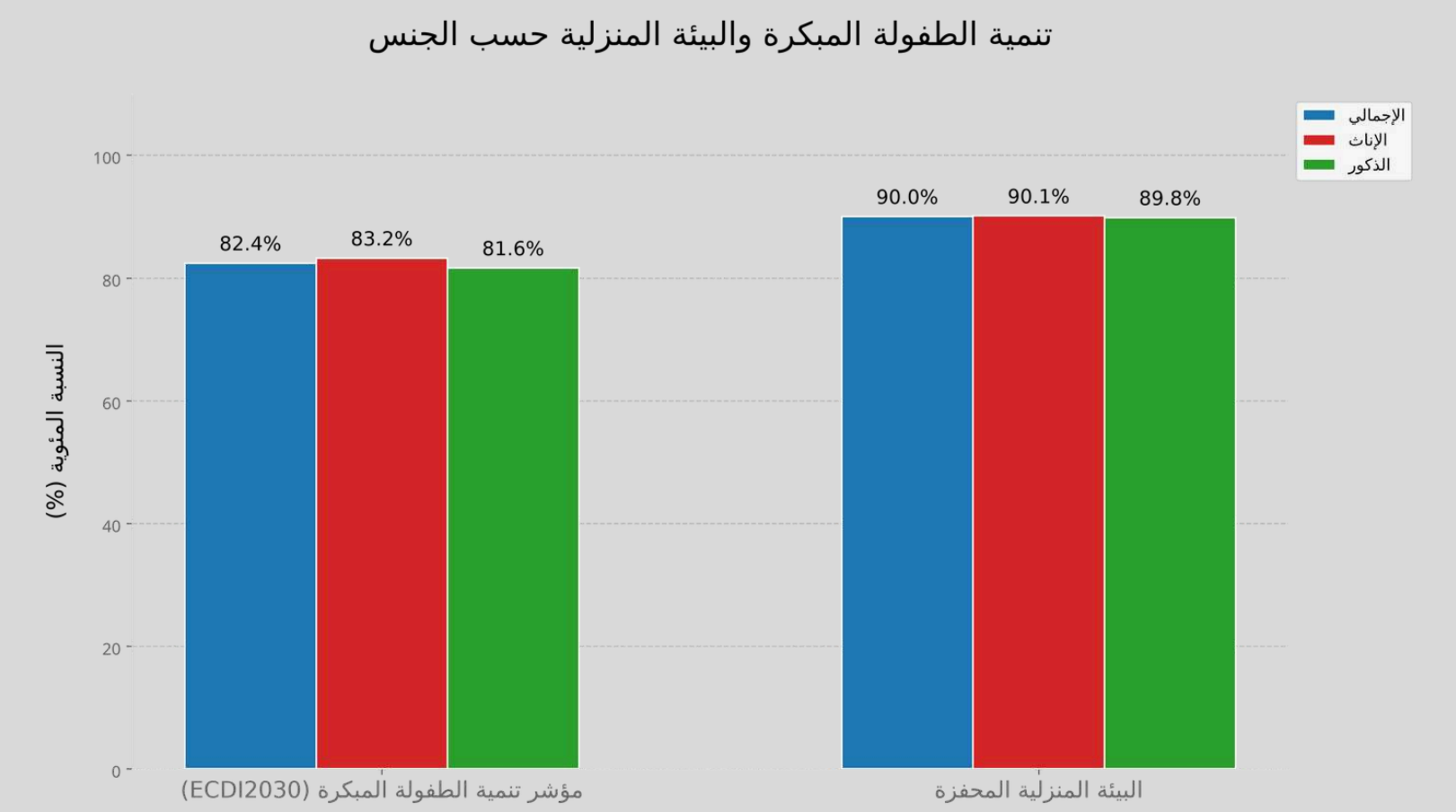


إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة ورفاهية الطفل لعام 2025م

أصدرت الهيئة العامة
للإحصاء نتائج إحصاءات
تنمية الطفولة المبكرة
ورفاهية الطفل لعام 2025م،
والتي تعكس واقع تنمية
الطفولة المبكرة في المملكة
وتُستخدم لدعم السياسات
الوطنية وتحسين جودة
الحياة للأطفال في مراحلهم
الأولى. وتستند هذه
الإحصاءات إلى بيانات مسح
صحة المرأة والطفل لعام
2025م والبيانات السجلية
لوزارة التعليم للعام الدراسي
(2024-2025).

مؤشرات التنمية والبيئة المنزلية

- المسار الصحيح للتنمية: 82.4% من الأطفال في الفئة العمرية (24-59 شهرًا) يسيرون على المسار الصحيح في مجالات الصحة، والتعلم، والرفاه النفسي والاجتماعي وفقًا لمؤشر تنمية الطفولة المبكرة (ECDI2030). وبلغت نسبة الإناث اللاتي يسرن على المسار الصحيح 83.2% مقارنةً بـ 81.6% من الذكور.
- البيئة المنزلية: 90.0% من الأطفال في الفئة العمرية (36-59 شهرًا) يعيشون في بيئة منزلية إيجابية ومحفزة للتعلم، حيث بلغت النسبة لدى الإناث 90.1% مقابل 89.8% للذكور.



القراءة والتعليم المبكر



• امتلاك الكتب:

31.0% من الأطفال

دون سن الخامسة

يمتلكون كتابًا إلى كتابين، بينما

بلغت نسبة من يمتلكون ثلاثة

كتب أو أكثر 9.2%.

• التعليم المبكر: بلغت نسبة

الأطفال (36-59 شهرًا)

الملتحقين ببرنامج تعليمي

للطفولة المبكرة 17.3% (18.2%

للإناث مقابل 16.5% للذكور).

في حين بلغ معدل المشاركة في

التعلم المنظم للأطفال في عمر

خمس سنوات 73.0% (74.5%

للإناث مقابل 71.5% للذكور).

استخدام الأطفال للأجهزة التقنية

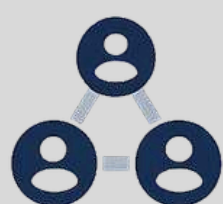
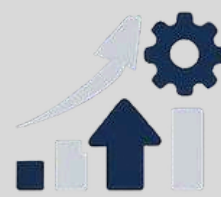
أظهرت نتائج المسح أن
35.1% من الأطفال في
عمر (5-7 سنوات)
يستخدمون الأجهزة
التقنية الرقمية لمدة
ساعة إلى ساعتين يوميًا،
بينما يستخدمها 28.8%
لأقل من ساعة يوميًا.

نسبة استخدام الأطفال (5-7 سنوات) للأجهزة التقنية الرقمية يوميًا



الجانب المشرق: فوائد الأجهزة الإلكترونية

1. تقدم معلومات وأفكاراً ولغات جديدة، تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم
2. تزيد الوعي بالأحداث الراهنة، وتطلع النشء على ما حولة مما يساهم في فتح آفاق جديدة أمامه
3. توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً لتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتعزيز الشعور بالانتماء
4. تمكن الطالب من التعاون مع الآخرين في المهام والمشاريع على كثير من منصات الوسائط عبر الإنترنت
5. تساعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة على التواصل الدائم بأبنائهم



توصيات وقت الشاشة حسب الفئة العمرية

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال بالتالي:

الفئة العمرية	الفئة
الرضع من عمر ١٨ شهر	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة
الاطفال من عمر ١٨ شهر الى ٢٤ شهر	بعض الوقت مع أحد الوالدين
مرحلة ما قبل المدرسة	لايزيد الوقت على ساعة مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه
من عمر ٥ الى ١١ سنة	يجب على الاباء وضع حد ووقت لا يتجاوز ساعتين يومياً كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني



حماية العين عند استخدام الأجهزة

بطبيعة الحال فإن أسهل طريقة لحماية العين من الأجهزة هي الحد من الاستخدام، لكن عندما لا يكون ذلك ممكناً فإن هذه الاقتراحات تساعد على ضمان صحة العين:

1. أخذ وقت استراحة متكررة لراحة العين والتقليل من التعرض الطويل للشاشات، وذلك باستخدام قاعدة (20-20-20) والقاعدة تنص على أنه في كل 20 دقيقة تمضيها أمام شاشة جهاز إلكتروني انظر لأي مجسم يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 دقيقة
2. الحد من استخدام الهواتف قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات
3. المحافظة على نظافة الشاشة والتقليل من سطوعها لتجنب إجهاد العين
4. القيام بالرمش المتكرر لترطيب العين، واستخدام القطرات المرطبة عند الشعور بالجفاف
5. ضبط إضاءة الغرفة وتجنب الإضاءة الساطعة والتوهج على العين مباشرة
6. ضبط إعدادات الشاشة فيما يتعلق بتكبير الخط وضبط التباين والسطوع إلى المستوى المناسب
7. تجنب انحناء الرقبة في أثناء استخدام الأجهزة ووضع شاشة الجهاز بوضع متساوي مع مستوى العين، وعلى بعد نحو طول الذراع عن العين

20-20-20

للعاملين عن بعد ومستخدمي الحاسب
الآلي لفترات طويلة استخدم قاعدة



و تركز عينيك على شيء
على بعد 20 قدم



تاخذ استراحة 20 ثانية



كل 20 دقيقة

www.silah.com.sa

silahlc

silahlc

ملحة

علامات الإفراط في استخدام الأجهزة

1. الشعور الدائم بالقلق والتوتر عند فصل أو تعطل الإنترنت

2. يكون الطفل في حالة ترقب دائم لبرامج ومواقع التواصل المشارك بها

3. عدم الشعور بالوقت أو بالآخرين من حوله عند استخدام البرامج والأجهزة الإلكترونية

4. الميل إلى العزلة وقلة التواصل مع الآخرين وكثرة المكوث في المنزل

5. قلة أو انعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية التي يمارسها الطفل لانشغاله بالأجهزة



بدائل إيجابية لوقت فراغ الأطفال

1. تشجيع الطفل على ممارسة هواية الرسم والتلوين والتشكيل مثل استخدام الصلصال واللعب بالرمل، بالإضافة إلى حل الألغاز الصغيرة والتركيبات البسيطة والمكعبات والتعرف على الألوان والأرقام والحيوانات وغيرها
2. التردد على المكتبة وقراءة القصص المناسبة لأعمار الأطفال وتشجيعهم على كتابة قصص قصيرة
3. ممارسة الرياضة واكتساب خبرات جديدة
4. قضاء بعض الوقت في تعلم لغة جديدة



دور الوالدين في إدارة استخدام الأجهزة



1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون إشعار الطفل بذلك ودون منعه
2. استخدام برامج المراقبة الأمنية للأطفال حيث يمكن للآباء مراقبة بعض أجهزة أبنائهم عن طريق تحميل برامج خاصة في أجهزة الكمبيوتر والجوال
3. على الوالدين تحديد ساعات معينة تسمح للطفل باستخدام الأجهزة الإلكترونية
4. المحافظة على غرف النوم وأوقات الوجبات وأوقات اللعب خالية من الأجهزة الإلكترونية
5. التوقف عن استخدام الشاشات قبل ساعة من وقت النوم وإزالة الأجهزة من غرف النوم
6. إشراك الطفل في وضع قوانين وضوابط لاستخدام الأجهزة الإلكترونية؛ حتى يسهل عليه تطبيقها والالتزام بها
7. في حالات الإدمان الشديد لا بد من تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل مع الأجهزة تدريجياً
8. مشاركة الطفل في أنشطته وألعابه غير الإلكترونية
9. تجنب استخدام الأجهزة الإلكترونية بوصفها وسيلة لتهدئة الطفل
10. تشجيع الطفل على فتح باب الحوار في مختلف المواضيع التي تثير اهتمامه
11. تجنب البرامج والتطبيقات التي تحتوي على الكثير من المحتوى العنيف
12. حث الطفل على ضرورة التحدث عند التعرض لأي تهديد أو مواقف مثيرة للريبة

استثمار في مستقبل أطفالنا

أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً من حياتنا اليومية، لكن الإفراط في استخدامها قد يترك آثاراً سلبية على صحة الطفل الجسدية والنفسية والعقلية، ويؤثر في نموه وتحصيله الدراسي وعلاقاته الاجتماعية. لذا، تقع على عاتق الأسرة مسؤولية تنظيم وقت استخدام الأجهزة وتشجيع الأطفال على اللعب والتعلم والتفاعل الواقعي، لأن حماية طفولتهم اليوم هي استثمار في مستقبلهم غداً.



رابطہ لفیدیو توعوی

[https://youtu.](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[be/LTKN9np7](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[uGY?](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[si=c0N3wyYvp](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[HgCZgIi](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

المصادر:

وزارة الصحة

<https://www.moh.gov.sa/healthawareness/educationalcontent/babyhealth/pages/004.aspx>

الهيئة العامة للإحصاء

<https://www.stats.gov.sa/ar/w/news/118>

تحليل SMART

تنفيذ حملة توعوية رقمية لزيادة وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة.	(محدد) S
- الوصول إلى 15,000 شخص. - تحقيق 2,000 تفاعل. - مشاركة 300 شخص في الاستبيان. - زيادة المعرفة بإرشادات وقت الشاشة لدى المشاركين.	(قابل للقياس) M
يمكن تنفيذ الحملة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتصميمات رقمية وتعاون مع المدارس والمختصين.	(قابل للتحقيق) A
الحملة تعالج قضية اجتماعية وصحية معاصرة، وتنسجم مع أهداف الإعلام الرقمي في التوعية المجتمعية	(ذو صلة) R
تنفذ خلال أربعة أسابيع	(محدد بزمان) T

تحليل SWOT

نقاط القوة	- قضية تهمة جميع الأسر. - محتوى علمي موثوق. - سهولة الوصول إلى الجمهور عبر المنصات الرقمية. - انخفاض تكلفة النشر الرقمي.
نقاط الضعف	- صعوبة تغيير العادات اليومية لبعض الأسر. - تفاوت اهتمام أولياء الأمور بالمحتوى. - محدودية الموارد في حال كانت الحملة تطبيقية.
الفرص	- زيادة الاهتمام بالصحة الرقمية. - التعاون مع المدارس والجهات الصحية. - الاستفادة من المؤثرين. - الانتشار الواسع لوسائل التواصل.
التحديات	- المنافسة مع المحتوى الترفيهي. - انتشار معلومات غير دقيقة. - مقاومة بعض الأطفال لتقليل وقت الشاشة. - التطور المستمر في الألعاب والتطبيقات الجاذبة.

المنصة المناسبة للحملة
هي التيك توك

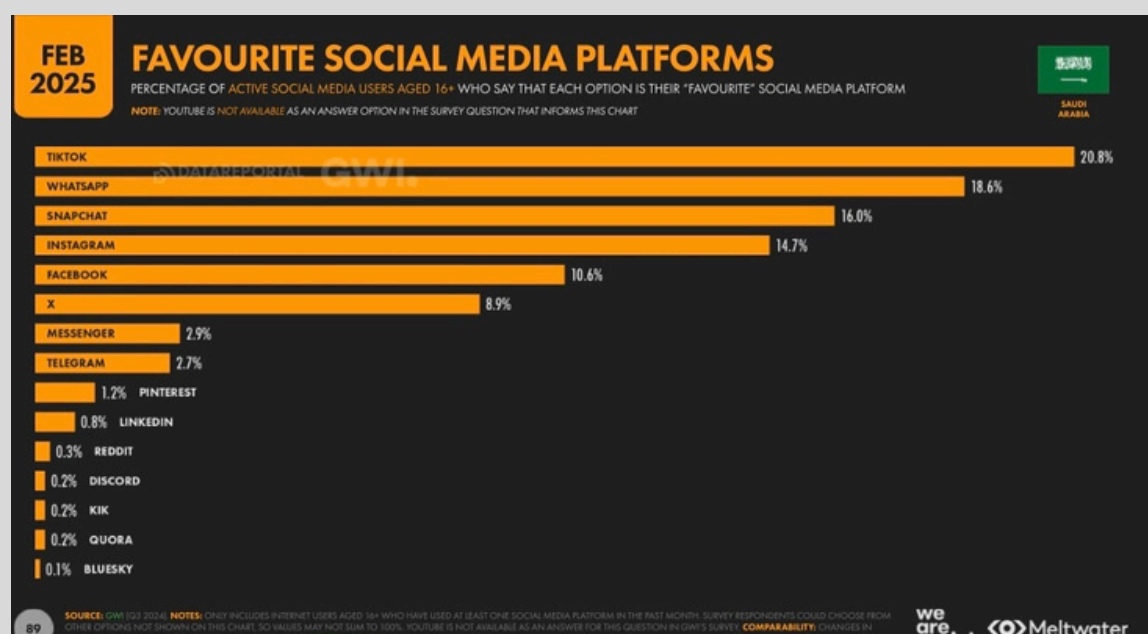


لماذا اخترنا منصة التيك توك؟

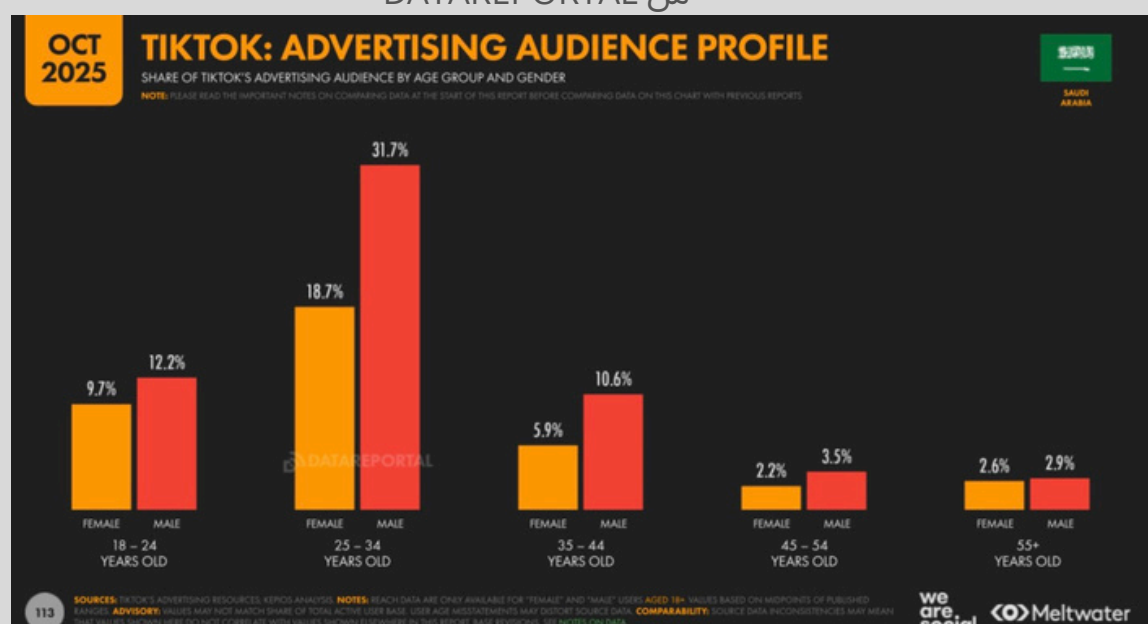
تم اختيار منصة تيك توك لتنفيذ الحملة التوعوية "هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟" لأنها تُعد المنصة الأكثر تفضيلاً بين مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي في المملكة العربية السعودية، حيث بلغت نسبة تفضيلها 20.8%، مما يمنح الحملة فرصة أكبر للوصول إلى الجمهور المستهدف.

كما تُظهر بيانات المنصة أن أكبر شريحة من مستخدمي تيك توك تقع في الفئة العمرية 25-34 سنة، تليها الفئة 18-24 سنة، وهي الفئات التي تضم نسبة كبيرة من الآباء والأمهات والشباب المقبلين على تكوين أسرة، وهم الفئة المستهدفة بالحملة لنشر الوعي حول الاستخدام الآمن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال.

ويتوافق اختيار تيك توك مع طبيعة الحملة؛ إذ يعتمد على الفيديوهات القصيرة والجذابة التي تساعد على تبسيط المعلومات الصحية والتربوية، مثل مخاطر الإفراط في استخدام الشاشات، وإرشادات وقت الشاشة، ودور الوالدين في إدارة استخدام الأجهزة الإلكترونية، مما يزيد من التفاعل مع المحتوى وسهولة مشاركته بين المستخدمين. ويخدم ذلك أهداف الحملة المتمثلة في رفع وعي أولياء الأمور، والوصول إلى أكبر عدد ممكن من المستفيدين، وتحقيق تفاعل واسع مع الرسائل التوعوية.



من DATAREPORTAL



من DATAREPORTAL

MIDOCEAN

UNIVERSITY



دليل إرشادي: قانوني وإعلامي لمشاريع الحملات المقترحة في مساق الصحافة والحملات الإلكترونية**DGM325****إعداد د.منى المصرى****مقدمة ودليل إرشادي للطالبة**

يأتي هذا الدليل الإرشادي ليرافقكم في تنفيذ حملتكم التوعوية الرقمية "هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟"، والتي تهدف إلى رفع وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة، وتعزيز الممارسات السليمة لتنظيم وقت الشاشة. ويهدف هذا الدليل إلى نقل مخرجات المشروع الأكاديمي من البيئة التعليمية إلى المنصات الرقمية بفاعلية، مع ضمان الالتزام بالأنظمة والقوانين المنظمة للنشر الرقمي وحقوق الملكية الفكرية في المملكة العربية السعودية. وقد أعد هذا الدليل ليكون مرجعاً قانونياً وإعلامياً يساعد على تقديم محتوى توعوي موثوق وآمن، ويضمن وصول الرسائل التوعوية إلى المجتمع بصورة مهنية ومسؤولة، بما يحقق أهداف الحملة في نشر الوعي وتعزيز الاستخدام الآمن والمتوازن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال.

الجهة / المنظمة	نوع المخاطرة القانونية / التنظيمية	آلية التعامل والتفادي المباشر	الصياغة أو الإجراء الموصى به
النيابة العامة نظام مكافحة جرائم المعلوماتية	نشر معلومات غير دقيقة أو محتوى قد يسبب الذعر أو الإساءة أو يخالف نظام مكافحة الجرائم المعلوماتية.	• الاعتماد على مصادر رسمية وموثوقة. • تجنب التهويل أو التخويف. • استخدام لغة توعوية معتدلة	بدلاً من: "الشاشات تدمر مستقبل طفلك". استخدم: "الإفراط في استخدام الشاشات قد يؤثر في صحة الطفل ونموه، ويمكن الحد من ذلك باتباع الإرشادات المناسبة."
الهيئة السعودية للملكية الفكرية (SAIP)	انتهاك حقوق النشر باستخدام صور أو مقاطع فيديو أو موسيقى دون تصريح.	• استخدام تصميمات ورسوم أصلية أو مرخصة. • الاعتماد على صور مجانية أو إنتاج خاص بالحملة. • ذكر المصادر عند الحاجة	• استخدام تعليق صوتي من إعداد فريق الحملة. • استبدال أي موسيقى أو صور محمية بمواد مرخصة أو مجانية
الهيئة العامة لتنظيم الإعلام	نشر محتوى إعلامي لا يلتزم بضوابط النشر أو لا يوضح الهدف التوعوي.	• توضيح أن الحملة توعوية وتعليمية. • الالتزام بأخلاقيات النشر وعدم تقديم معلومات مضللة.	كتابة في وصف الحساب (Bio): "حملة توعوية تهدف إلى رفع وعي أولياء الأمور بالاستخدام الآمن للأجهزة الإلكترونية للأطفال، ضمن مشروع أكاديمي."
دور السينما والموزعون المحليون	✗	✗	✗
منصات التواصل الاجتماعي (X, TikTok, Instagram)	حذف المحتوى أو تقييد الوصول بسبب حقوق النشر أو مخالفة سياسات المنصة.	• الالتزام بإرشادات تيك توك. • استخدام موسيقى مرخصة من مكتبة المنصة. • تجنب المحتوى الصادم أو المضلل	• استخدام شعار الحملة فقط. • استخدام مؤثرات مرخصة. • إخفاء أي مواد محمية بحقوق النشر

• تقديم معلومات متوازنة ومدعومة بإحصاءات وتوصيات. • التركيز على تنظيم وقت الشاشة وليس المنع التام. • تقديم بدائل عملية للوالدين	سوء فهم الرسالة أو الاعتقاد بأن الحملة تدعو إلى منع استخدام الشاشات بشكل كامل.	المجتمع والجمهور المستهدف
بدلاً من: "امنح طفلك من الأجهزة الإلكترونية". استخدم: "نظم وقت استخدام الشاشات، وشجع طفلك على القراءة والرياضة واللعب والأنشطة التفاعلية."		

نص إخلاء المسؤولية القانوني (انسخيه وضعه في المنشور المنسق/الأول

تنويه وإخلاء مسؤولية قانونية:

هذه الحملة هي مشروع توعوي أكاديمي أُعدَّ ضمن متطلبات مقرر جامعي، وتهدف إلى تعزيز وعي أولياء الأمور باستخدام الأمن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من خلال تقديم محتوى تثقيفي قائم على الإحصاءات والتوصيات والمراجع العلمية. وتُستخدم جميع البيانات والمعلومات الواردة في هذه الحملة لأغراض تعليمية وبحثية وتوعوية فقط، مع الالتزام بالأمانة العلمية والإشارة إلى مصادرها، ولا تهدف الحملة إلى الإساءة أو الانتقاص من أي جهة أو منصة أو مؤسسة، وإنما تسعى إلى نشر الوعي المجتمعي ودعم السلوك الرقمي الآمن للأطفال.

نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملات الإلكترونية
- عنوان التكليف / الواجب: هل الشاشات صديق ام خصم لطفلك
- تاريخ التسليم: ٦ / ٨ 2026 م
- رقم المحاضرة : المحاضرة التاسعة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	✓	عالية	مرتين	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين او اكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	✓	عالية	مره واحده	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: فقط في بعض الصوره مثل الرسوم البيانيه اكتب له الامر وهو ينفذه

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟

• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقه

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟

• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقه

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية

"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي

• تاريخ: ٦ / / ٨ 2026 م



كلية الاعلام والتسويق

اسم ورمز المساق: الصحافة والحملات الإلكترونية

DGM325

مدرس المساق: د.منى المصري

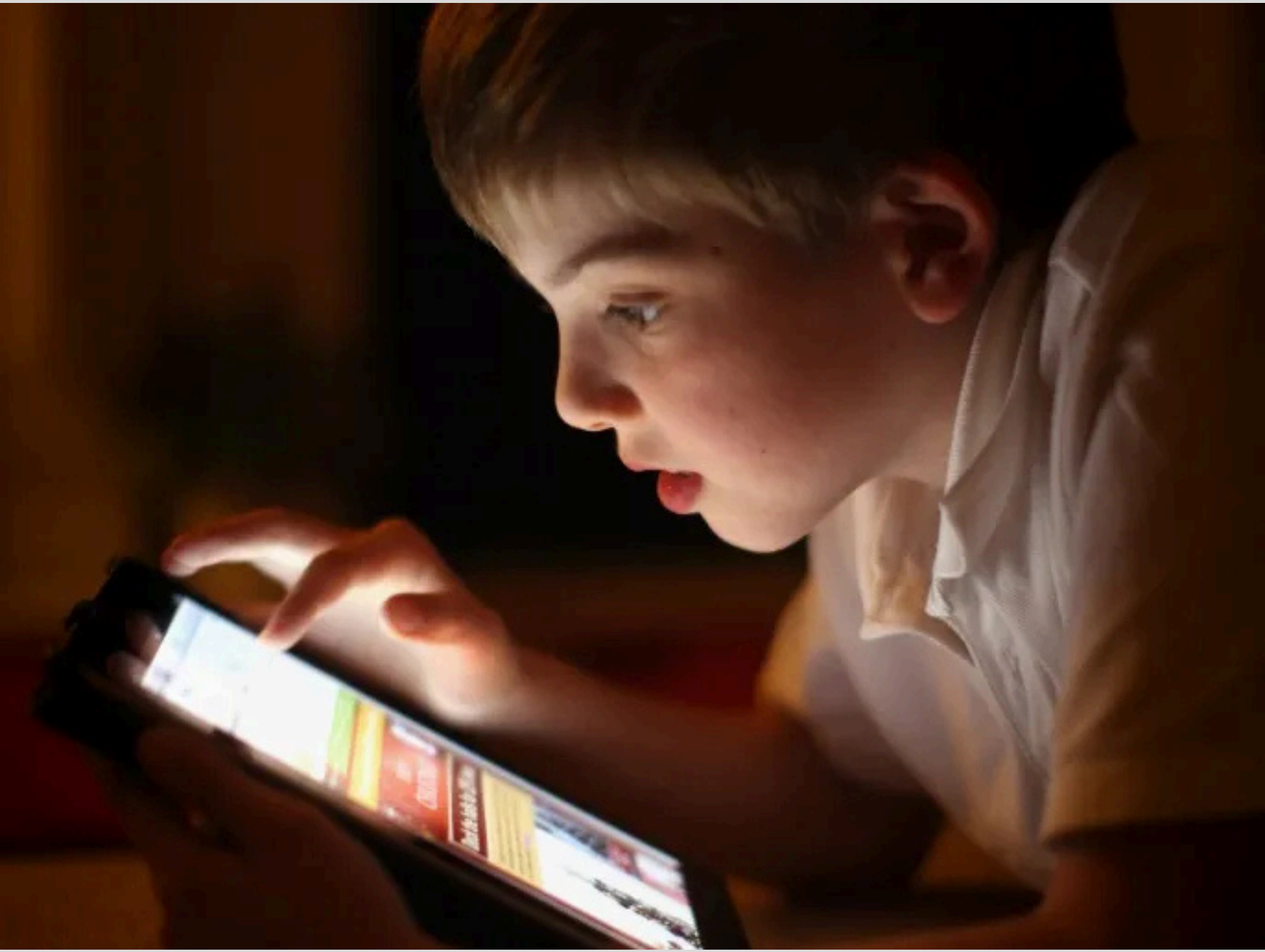
عنوان التكليف: هل الشاشات صديق ام خصم
لطفلك؟

اسم الطالب: الهام حمد السماحي

الرقم الجامعي: 241001085

رقم التكليف/ الأسبوع: الأسبوع العاشر

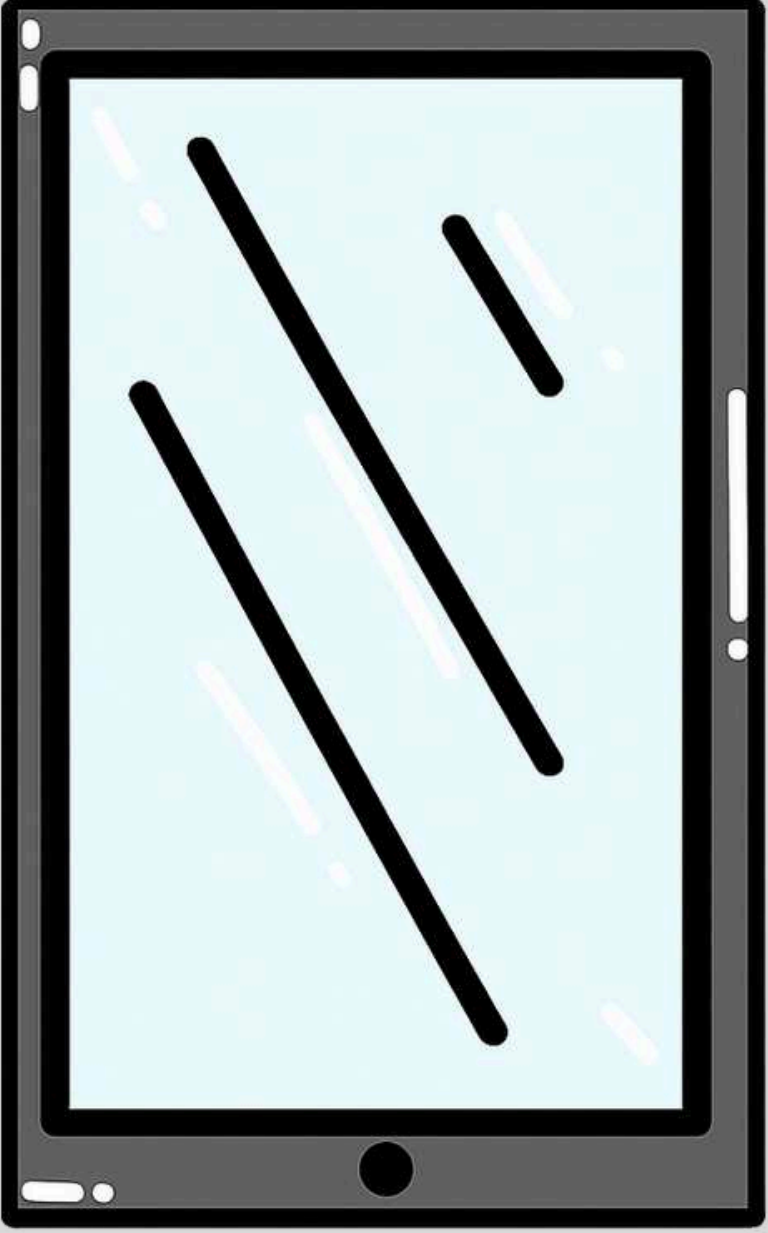
الفصل الدراسي والعام الجامعي: الفصل الدراسي الثاني 2026م



هل الشاشات صديق
أم خصم لطفلك؟

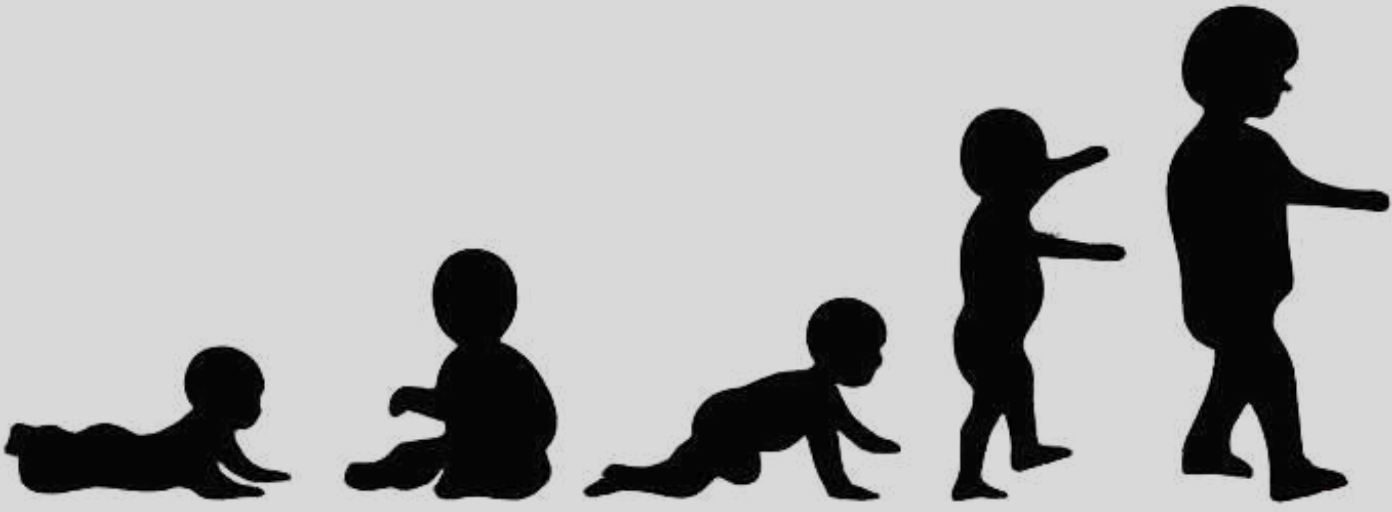
المقدمة:

في عصرنا الرقمي المتسارع، أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، وتمتد تأثيراتها لتشمل أطفالنا منذ سنواتهم الأولى. وبينما تفتح هذه التقنيات آفاقاً واسعة للتعلم والتطور، فإنها تثير في الوقت ذاته تساؤلات ومخاوف بشأن تأثيرها على نمو الأطفال وصحتهم ورفاهيتهم. يهدف هذا التقرير إلى تسليط الضوء على هذه المخاطر والفوائد، مستعرضاً أحدث الإحصاءات والتوصيات لضمان تنشئة جيل واعٍ ومتمكن في هذا العالم الرقمي المتغير.



تعريف الطفل:

تعريف الطفل من عمر سنة إلى 11 سنة: هو إنسان في مرحلة الطفولة ينمو جسدياً وعقلياً واجتماعياً، ويكتسب المهارات الأساسية مثل الكلام والتعلم والتفاعل مع الآخرين.

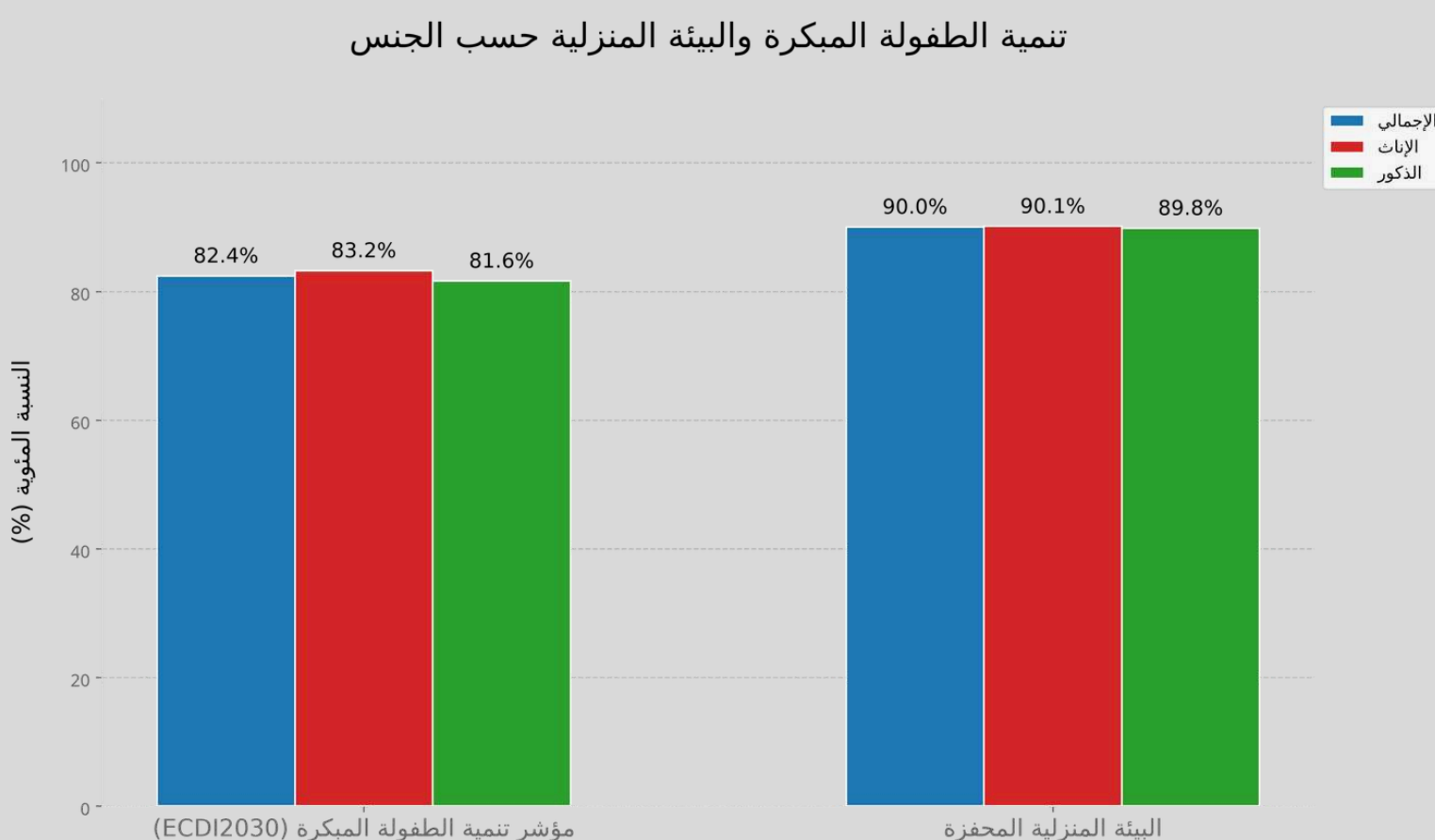


إحصاءات تنمية الطفولة المبكرة ورفاهية الطفل لعام 2025م

أصدرت الهيئة العامة
للإحصاء نتائج إحصاءات
تنمية الطفولة المبكرة
ورفاهية الطفل لعام 2025م،
والتي تعكس واقع تنمية
الطفولة المبكرة في المملكة
وتُستخدم لدعم السياسات
الوطنية وتحسين جودة
الحياة للأطفال في مراحلهم
الأولى. وتستند هذه
الإحصاءات إلى بيانات مسح
صحة المرأة والطفل لعام
2025م والبيانات السجلية
لوزارة التعليم للعام الدراسي
(2024-2025).

مؤشرات التنمية والبيئة المنزلية

- المسار الصحيح للتنمية: 82.4% من الأطفال في الفئة العمرية (24-59 شهرًا) يسرون على المسار الصحيح في مجالات الصحة، والتعلم، والرفاه النفسي والاجتماعي وفقًا لمؤشر تنمية الطفولة المبكرة (ECDI2030). وبلغت نسبة الإناث اللاتي يسرن على المسار الصحيح 83.2% مقارنةً بـ 81.6% من الذكور.
- البيئة المنزلية: 90.0% من الأطفال في الفئة العمرية (36-59 شهرًا) يعيشون في بيئة منزلية إيجابية ومحفزة للتعلم، حيث بلغت النسبة لدى الإناث 90.1% مقابل 89.8% للذكور.



مؤشرات تنمية الطفولة المبكرة وجودة البيئة المنزلية المحفزة حسب الجنس

تم تصميمه بواسطة AI

القراءة والتعليم المبكر



• امتلاك الكتب:

31.0% من الأطفال

دون سن الخامسة

يمتلكون كتابًا إلى كتابين، بينما

بلغت نسبة من يمتلكون ثلاثة

كتب أو أكثر 9.2%.

• التعليم المبكر: بلغت نسبة

الأطفال (36-59 شهرًا)

الملتحقين ببرنامج تعليمي

للطفولة المبكرة 17.3% (18.2%

للإناث مقابل 16.5% للذكور).

في حين بلغ معدل المشاركة في

التعلم المنظم للأطفال في عمر

خمس سنوات 73.0% (74.5%

للإناث مقابل 71.5% للذكور).

استخدام الأطفال للأجهزة التقنية

أظهرت نتائج المسح أن
35.1% من الأطفال في
عمر (5-7 سنوات)
يستخدمون الأجهزة
التقنية الرقمية لمدة
ساعة إلى ساعتين يوميًا،
بينما يستخدمها 28.8%
لأقل من ساعة يوميًا.

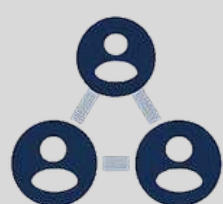
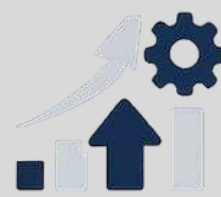
نسبة استخدام الأطفال (5-7 سنوات) للأجهزة التقنية الرقمية يوميًا



أنماط استخدام الأطفال للأجهزة التقنية الرقمية يوميًا
تم تصميمه بواسطة AI

الجانب المشرق: فوائد الأجهزة الإلكترونية

1. تقدم معلومات وأفكاراً ولغات جديدة، تنمي مواهب الأطفال وتوسع مداركهم
2. تزيد الوعي بالأحداث الراهنة، وتطلع النشء على ما حولة مما يساهم في فتح آفاق جديدة أمامه
3. توفر وسائل الإعلام التفاعلية فرصاً لتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتعزيز الشعور بالانتماء
4. تمكن الطالب من التعاون مع الآخرين في المهام والمشاريع على كثير من منصات الوسائط عبر الإنترنت
5. تساعد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي العائلات المنفصلة على التواصل الدائم بأبنائهم



توصيات وقت الشاشة حسب الفئة العمرية

توصي الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال
بالتالي:

الفئة العمرية	الفئة
الرضع من عمر ١٨ شهر	يجب ألا يكون هنالك وقت للجلوس أمام الشاشة
الاطفال من عمر ١٨ شهر الى ٢٤ شهر	بعض الوقت مع أحد الوالدين
مرحلة ما قبل المدرسة	لايزيد الوقت على ساعة مع وجود البالغين لمساعدتهم على فهم ما يرونه
من عمر ٥ الى ١١ سنة	يجب على الاباء وضع حد ووقت لا يتجاوز ساعتين يومياً كما يجب ألا تشغلهم عن الحصول على ما يكفي من النوم والقيام بالنشاط البدني



تم تصميمه بواسطة AI

حماية العين عند استخدام الأجهزة

بطبيعة الحال فإن أسهل طريقة لحماية العين من الأجهزة هي الحد من الاستخدام، لكن عندما لا يكون ذلك ممكناً فإن هذه الاقتراحات تساعد على ضمان صحة العين:

1. أخذ وقت استراحة متكررة لراحة العين والتقليل من التعرض الطويل للشاشات، وذلك باستخدام قاعدة (20-20-20) والقاعدة تنص على أنه في كل 20 دقيقة تمضيها أمام شاشة جهاز إلكتروني انظر لأي مجسم يبعد عنك 20 قدماً لمدة 20 دقيقة
2. الحد من استخدام الهواتف قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات
3. المحافظة على نظافة الشاشة والتقليل من سطوعها لتجنب إجهاد العين
4. القيام بالرمش المتكرر لترطيب العين، واستخدام القطرات المرطبة عند الشعور بالجفاف
5. ضبط إضاءة الغرفة وتجنب الإضاءة الساطعة والتوهج على العين مباشرة
6. ضبط إعدادات الشاشة فيما يتعلق بتكبير الخط وضبط التباين والسطوع إلى المستوى المناسب
7. تجنب انحناء الرقبة في أثناء استخدام الأجهزة ووضع شاشة الجهاز بوضع متساوي مع مستوى العين، وعلى بعد نحو طول الذراع عن العين



علامات الإفراط في استخدام الأجهزة

1. الشعور الدائم بالقلق والتوتر عند فصل أو تعطل الإنترنت

2. يكون الطفل في حالة ترقب دائم لبرامج ومواقع التواصل المشارك بها

3. عدم الشعور بالوقت أو بالآخرين من حوله عند استخدام البرامج والأجهزة الإلكترونية

4. الميل إلى العزلة وقلة التواصل مع الآخرين وكثرة المكوث في المنزل

5. قلة أو انعدام الأنشطة الرياضية أو الاجتماعية التي يمارسها الطفل لانشغاله بالأجهزة



بدائل إيجابية لوقت فراغ الأطفال

1. تشجيع الطفل على ممارسة هواية الرسم والتلوين والتشكيل مثل استخدام الصلصال واللعب بالرمل، بالإضافة إلى حل الألغاز الصغيرة والتركيبات البسيطة والمكعبات والتعرف على الألوان والأرقام والحيوانات وغيرها
2. التردد على المكتبة وقراءة القصص المناسبة لأعمار الأطفال وتشجيعهم على كتابة قصص قصيرة
3. ممارسة الرياضة واكتساب خبرات جديدة
4. قضاء بعض الوقت في تعلم لغة جديدة



من Google

«اللعب الإبداعي وتنمية مهارات الطفل»

تعبر عن: أهمية الأنشطة الفنية واللعب الجماعي في تنمية الإبداع، والمهارات الحركية، والتفاعل الاجتماعي لدى الأطفال، كبديل إيجابي عن الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية

دور الوالدين في إدارة استخدام الأجهزة

1. المراقبة والمتابعة المستمرة من دون

إشعار الطفل بذلك ودون منعه

2. استخدام برامج المراقبة الأمنية للأبناء

حيث يمكن للآباء مراقبة بعض أجهزة

أبنائهم عن طريق تحميل برامج خاصة في

أجهزة الكمبيوتر والجوال

3. على الوالدين تحديد ساعات معينة

تسمح للطفل باستخدام الأجهزة

الإلكترونية

4. المحافظة على غرف النوم وأوقات

الوجبات وأوقات اللعب خالية من الأجهزة

الإلكترونية

5. التوقف عن استخدام الشاشات قبل

ساعة من وقت النوم وإزالة الأجهزة من

غرف النوم

6. إشراك الطفل في وضع قوانين وضوابط

لاستخدام الأجهزة الإلكترونية؛ حتى يسهل

عليه تطبيقها والالتزام بها

7. في حالات الإدمان الشديد لا بد من

تقليص عدد الساعات التي يقضيها الطفل

مع الأجهزة تدريجياً

8. مشاركة الطفل في أنشطته وألعابه غير

الإلكترونية

9. تجنب استخدام الأجهزة الإلكترونية

بوصفها وسيلة لتهدة الطفل

10. تشجيع الطفل على فتح باب الحوار

في مختلف المواضيع التي تثير اهتمامه

11. تجنب البرامج والتطبيقات التي

تحتوي على الكثير من المحتوى العنيف

12. حث الطفل على ضرورة التحدث عند

التعرض لأي تهديد أو مواقف مثيرة للريبة



من Google
الصورة الأولى: «التفاعل الأسري وبناء مهارات الطفل»
تعبّر عن: أهمية مشاركة الوالدين للطفل في اللعب والتفاعل المباشر، ودور البيئة الأسرية في تنمية مهاراته.



من Google
الصورة الثانية: «اللعب التفاعلي وأثره في نمو الطفل»
تعبّر عن: التعلم من خلال اللعب والمشاركة الأبوية، كبديل إيجابي عن الاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية.



من Google
الصورة الثالثة: «الدعم الأسري في مسيرة التعلم»
تعبّر عن: دور الوالدين في دعم الطفل تعليمياً وتعزيز التواصل والتعلم داخل الأسرة.



من Google
الصورة الرابعة: «الأسرة شريك في تنمية الطفل»
تعبّر عن: التعاون بين الوالدين والأطفال في الأنشطة التعليمية، وأهمية التفاعل الأسري في النمو المعرفي والاجتماعي.



من Google
الصورة الخامسة: «البيئة الأسرية الداعمة للتعلم»
تعبّر عن: توفير الأسرة بيئة محفزة للتعلم والإبداع، وتعزيز الأنشطة المشتركة بعيداً عن الاعتماد المستمر على الشاشات.

استثمار في مستقبل أطفالنا

أصبحت الأجهزة الإلكترونية جزءاً من حياتنا اليومية، لكن الإفراط في استخدامها قد يترك آثاراً سلبية على صحة الطفل الجسدية والنفسية والعقلية، ويؤثر في نموه وتحصيله الدراسي وعلاقاته الاجتماعية. لذا، تقع على عاتق الأسرة مسؤولية تنظيم وقت استخدام الأجهزة وتشجيع الأطفال على اللعب والتعلم والتفاعل الواقعي، لأن حماية طفولتهم اليوم هي استثمار في مستقبلهم غداً.



تم تصميمه بواسطة AI

رابطہ لفیدیو توعوی

[https://youtu.](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[be/LTKN9np7](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[uGY?](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[si=c0N3wyYvp](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

[HgCZgIi](https://youtu.be/LTKN9np7uGY?si=c0N3wyYvpHgCZgIi)

تحليل SMART

تنفيذ حملة توعوية رقمية لزيادة وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة.	(محدد) S
- الوصول إلى 15,000 شخص. - تحقيق 2,000 تفاعل. - مشاركة 300 شخص في الاستبيان. - زيادة المعرفة بإرشادات وقت الشاشة لدى المشاركين.	(قابل للقياس) M
يمكن تنفيذ الحملة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي وتصميمات رقمية وتعاون مع المدارس والمختصين.	(قابل للتحقيق) A
الحملة تعالج قضية اجتماعية وصحية معاصرة، وتنسجم مع أهداف الإعلام الرقمي في التوعية المجتمعية	(ذو صلة) R
تنفذ خلال أربعة أسابيع	(محدد بزمان) T

تحليل SWOT

نقاط القوة	- قضية تهمة جميع الأسر. - محتوى علمي موثوق. - سهولة الوصول إلى الجمهور عبر المنصات الرقمية. - انخفاض تكلفة النشر الرقمي.
نقاط الضعف	- صعوبة تغيير العادات اليومية لبعض الأسر. - تفاوت اهتمام أولياء الأمور بالمحتوى. - محدودية الموارد في حال كانت الحملة تطبيقية.
الفرص	- زيادة الاهتمام بالصحة الرقمية. - التعاون مع المدارس والجهات الصحية. - الاستفادة من المؤثرين. - الانتشار الواسع لوسائل التواصل.
التحديات	- المنافسة مع المحتوى الترفيهي. - انتشار معلومات غير دقيقة. - مقاومة بعض الأطفال لتقليل وقت الشاشة. - التطور المستمر في الألعاب والتطبيقات الجاذبة.

المنصة المناسبة للحملة
هي التيك توك

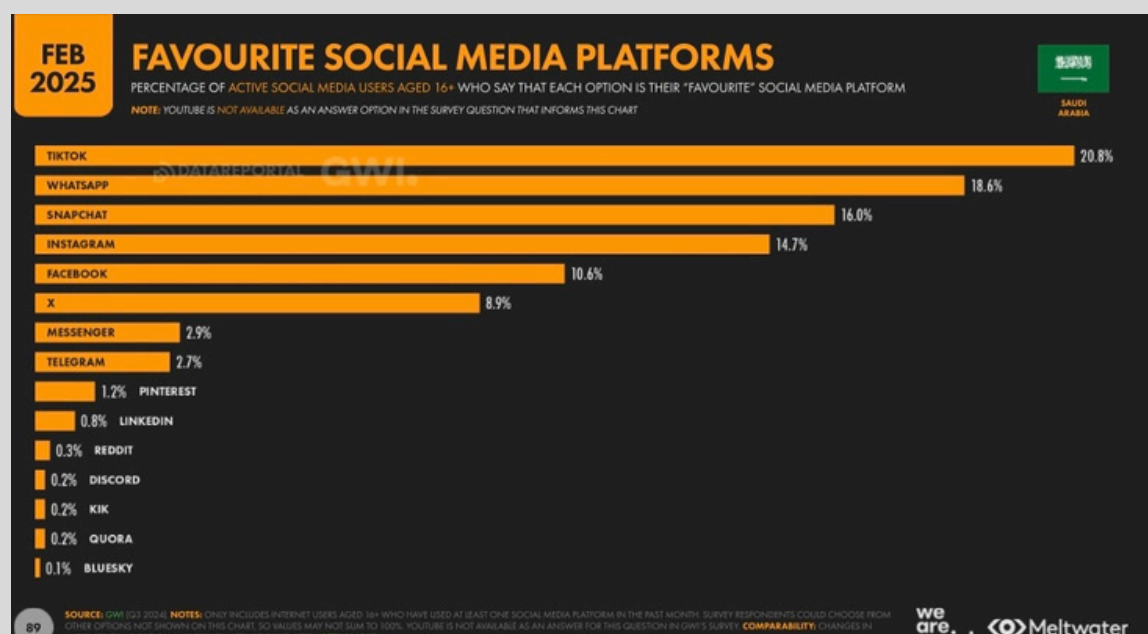


لماذا اخترنا منصة التيك توك؟

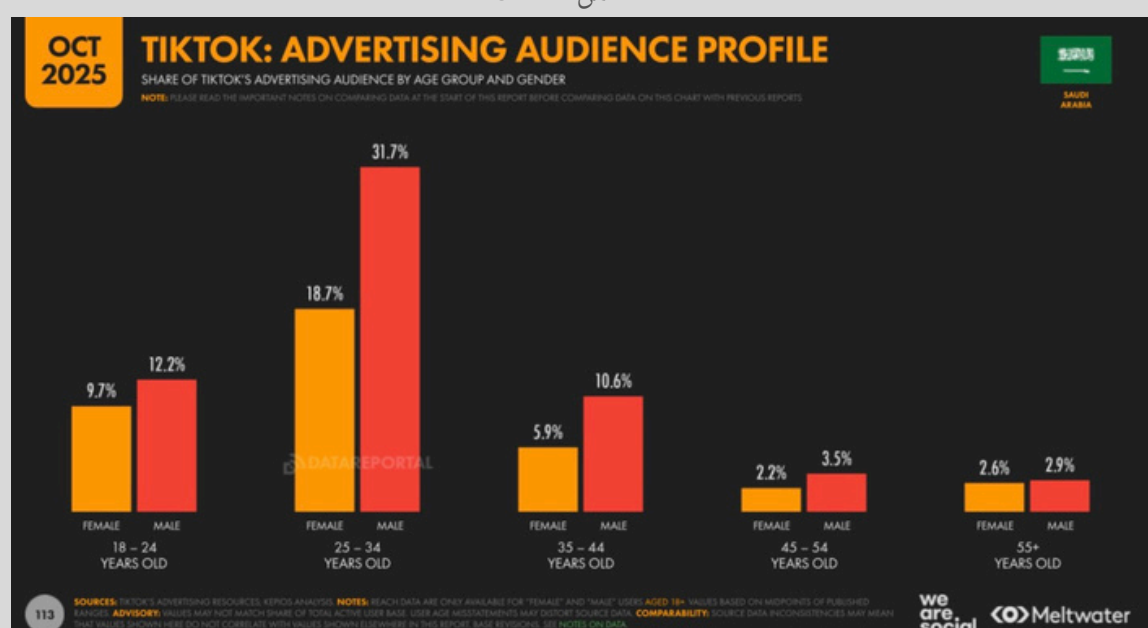
تم اختيار منصة تيك توك لتنفيذ الحملة التوعوية "هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟" لأنها تُعد المنصة الأكثر تفضيلاً بين مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي في المملكة العربية السعودية، حيث بلغت نسبة تفضيلها 20.8%، مما يمنح الحملة فرصة أكبر للوصول إلى الجمهور المستهدف.

كما تُظهر بيانات المنصة أن أكبر شريحة من مستخدمي تيك توك تقع في الفئة العمرية 25-34 سنة، تليها الفئة 18-24 سنة، وهي الفئات التي تضم نسبة كبيرة من الآباء والأمهات والشباب المقبلين على تكوين أسرة، وهم الفئة المستهدفة بالحملة لنشر الوعي حول الاستخدام الآمن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال.

ويتوافق اختيار تيك توك مع طبيعة الحملة؛ إذ يعتمد على الفيديوهات القصيرة والجذابة التي تساعد على تبسيط المعلومات الصحية والتربوية، مثل مخاطر الإفراط في استخدام الشاشات، وإرشادات وقت الشاشة، ودور الوالدين في إدارة استخدام الأجهزة الإلكترونية، مما يزيد من التفاعل مع المحتوى وسهولة مشاركته بين المستخدمين. ويخدم ذلك أهداف الحملة المتمثلة في رفع وعي أولياء الأمور، والوصول إلى أكبر عدد ممكن من المستفيدين، وتحقيق تفاعل واسع مع الرسائل التوعوية.



نسب تفضيل مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي للمنصات الرقمية في السعودية من DATAREPORTAL



توزيع جمهور تيك توك في السعودية حسب العمر والجنس من DATAREPORTAL

تابعوا الحملة على Tik Tok

[@digitalchildhood](https://www.tiktok.com/@digitalchildhood)

خطة النشر شهر كامل على التيك توك

الاسبوع	المحتوى	عدد الفيديوهات
الاول	التعريف بالمشكلة وجذب الانتباه.	3
الثاني	الإحصاءات وفوائد الأجهزة.	3
الثالث	مخاطر الافراط وحماية العين.	3
الرابع	الحلول ودور الوالدين + الختام	4

المصادر والمراجع:

<https://www.moh.gov.sa/healthawareness/educationalcontent/babyhealth/pages/004.aspx>

وزارة الصحة
16 أغسطس 2024

[/https://www.stats.gov.sa/arw/news/118](https://www.stats.gov.sa/arw/news/118)

الهيئة العامة للإحصاء
17-11-2025

مصادر الصور

[/https://chatgpt.com](https://chatgpt.com)

ChatGPT

[/https://manus.im](https://manus.im)

Manus

<https://datareportal.com>

DATAREPORTAL

MIDOCEAN

UNIVERSITY



نموذج إقرار وتصريح باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي التوليدي (GenAI)
(مخصص لطلبة مساقات د. منى المصري)
أولاً: معلومات عامة وبيانات التكليف

- اسم الطالب الثلاثي: الهام حمد السماحي
- الرقم الجامعي: 241001085
- اسم المساق / النشاط: الصحافة والحملات الإلكترونية
- عنوان التكليف / الواجب: هل الشاشات صديق ام خصم لطفلك
- تاريخ التسليم: ١٥ / / ٨ 2026 م
- رقم المحاضرة: المحاضرة العاشرة

ثانياً: مصفوفة تتبع مراحل العمل ونطاق استخدام الأدوات
يرجى تعبئة الجدول التالي بدقة لتوضيح كيفية توزيع الجهد بين تفكيرك الشخصي والأدوات المساعدة في كل مرحلة من مراحل إنجاز النشاط:

م	مراحل العمل الأكاديمي والنشاط	الموقع / الأداة المستخدمة (ChatGPT, Canva, Claude)	درجة الاعتماد والمساعدة (منخفضة / متوسطة / عالية)	عدد مرات التكرار (عدد المحاولات / Prompts)	طبيعة المساعدة المقدمة وشرح دور الأداة بدقة (تنظيم أفكار، تحسين صياغة، تدقيق، تصميم)
1	مرحلة التخطيط والعصف الذهني توليد أفكار، اقتراح عناوين، هيكلية مبدئية)	✓	عالية	مرتين	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه
2	مرحلة البحث وتجميع المادة العلمية تلخيص نصوص طويلة، فهم مفاهيم معقدة)	✓	عالية	مرتين او اكثر	كتبت له الامر اجعله لي مختصر
3	مرحلة الصياغة والتحرير (إعادة صياغة جمل، تدقيق لغوي، ترجمة)	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد	لا يوجد
4	مرحلة الإنتاج البصري أو الإخراج الرقمي تصميم شعار، إنتاج صور، تنسيق عرض)	✓	عالية	مره واحده	كتبت له الامر بدقة وتم تنفيذه

ثالثاً: التقييم والتحليل النقدي (الزامي)

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية بوضوح لإظهار مهارات التفكير النقدي لديك والمقارنة بين مخرجات الآلة وجهدك الشخصي:

س1: ما هو الأمر أو التوجيه الرئيسي (Prompt) أو السؤال الأهم الذي وجهته للأداة للحصول على أفضل نتيجة؟
• الإجابة: فقط في بعض الصوره مثل الرسوم البيانيه اكتب له الامر وهو ينفذه

.....
.....
.....

س2: اذكر خطأ واحداً أو معلومة غير دقيقة أو فكرة قاصرة (Hallucination) قدمتها الأداة وقمت أنت بتعديلها أو تصحيحها بناءً على جهدك ومصادرك؟
• الإجابة: لا يوجد لانني اكتب الامر بدقه

.....
.....
.....

س3: كيف تظهر بصمتك ورأيك الشخصي المستقل في هذا العمل بعد الاستعانة بالأداة؟ أين تكمن الإضافة الفكرية الخاصة بك؟
• الإجابة: يعجبني لانه دقيق جداً اذا اعطيته الامر بدقه

.....
.....
.....

رابعاً: تعهد النزاهة الأكاديمية والمسؤولية الفكرية
"أقر أنا الطالب المذكور أعلاه بأنني المسؤول الأول والأخير عن صحة ومحتوى هذا العمل، وأن دور أدوات الذكاء الاصطناعي لم يتجاوز الدعم المذكور في هذا النموذج. كما أتعهد بأن العمل يعبر عن فهمي الشخصي وصياغتي الفكرية المستقلة، ولم يتم نسخ المخرجات الجاهزة دون فحص أو تدقيق نقدي."

• الطالبة: الهام حمد السماحي
• تاريخ: ١٥ / / ٨ / 2026 م

دليل إرشادي: قانوني وإعلامي لمشاريع الحملات المقترحة في مساق الصحافة والحملات الإلكترونية**DGM325****إعداد د.منى المصرى****مقدمة ودليل إرشادي للطالبة**

يأتي هذا الدليل الإرشادي ليرافقكم في تنفيذ حملتكم التوعوية الرقمية "هل الشاشات صديق أم خصم لطفلك؟"، والتي تهدف إلى رفع وعي أولياء الأمور بمخاطر الإفراط في استخدام الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من عمر سنة إلى 11 سنة، وتعزيز الممارسات السليمة لتنظيم وقت الشاشة. ويهدف هذا الدليل إلى نقل مخرجات المشروع الأكاديمي من البيئة التعليمية إلى المنصات الرقمية بفاعلية، مع ضمان الالتزام بالأنظمة والقوانين المنظمة للنشر الرقمي وحقوق الملكية الفكرية في المملكة العربية السعودية. وقد أعد هذا الدليل ليكون مرجعاً قانونياً وإعلامياً يساعد على تقديم محتوى توعوي موثوق وآمن، ويضمن وصول الرسائل التوعوية إلى المجتمع بصورة مهنية ومسؤولة، بما يحقق أهداف الحملة في نشر الوعي وتعزيز الاستخدام الآمن والمتوازن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال.

الجهة / المنظمة	نوع المخاطرة القانونية / التنظيمية	آلية التعامل والتفادي المباشر	الصياغة أو الإجراء الموصى به
النيابة العامة نظام مكافحة جرائم المعلوماتية	نشر معلومات غير دقيقة أو محتوى قد يسبب الذعر أو الإساءة أو يخالف نظام مكافحة الجرائم المعلوماتية.	• الاعتماد على مصادر رسمية وموثوقة. • تجنب التهويل أو التخويف. • استخدام لغة توعوية معتدلة	بدلاً من: "الشاشات تدمر مستقبل طفلك". استخدم: "الإفراط في استخدام الشاشات قد يؤثر في صحة الطفل ونموه، ويمكن الحد من ذلك باتباع الإرشادات المناسبة."
الهيئة السعودية للملكية الفكرية (SAIP)	انتهاك حقوق النشر باستخدام صور أو مقاطع فيديو أو موسيقى دون تصريح.	• استخدام تصميمات ورسوم أصلية أو مرخصة. • الاعتماد على صور مجانية أو إنتاج خاص بالحملة. • ذكر المصادر عند الحاجة	• استخدام تعليق صوتي من إعداد فريق الحملة. • استبدال أي موسيقى أو صور محمية بمواد مرخصة أو مجانية
الهيئة العامة لتنظيم الإعلام	نشر محتوى إعلامي لا يلتزم بضوابط النشر أو لا يوضح الهدف التوعوي.	• توضيح أن الحملة توعوية وتعليمية. • الالتزام بأخلاقيات النشر وعدم تقديم معلومات مضللة.	كتابة في وصف الحساب (Bio): "حملة توعوية تهدف إلى رفع وعي أولياء الأمور بالاستخدام الآمن للأجهزة الإلكترونية للأطفال، ضمن مشروع أكاديمي."
دور السينما والموزعون المحليون	✗	✗	✗
منصات التواصل الاجتماعي (X, TikTok, Instagram)	حذف المحتوى أو تقييد الوصول بسبب حقوق النشر أو مخالفة سياسات المنصة.	• الالتزام بإرشادات تيك توك. • استخدام موسيقى مرخصة من مكتبة المنصة. • تجنب المحتوى الصادم أو المضلل	• استخدام شعار الحملة فقط. • استخدام مؤثرات مرخصة. • إخفاء أي مواد محمية بحقوق النشر

• تقديم معلومات متوازنة ومدعومة بإحصاءات وتوصيات. • التركيز على تنظيم وقت الشاشة وليس المنع التام. • تقديم بدائل عملية لوالدين	سوء فهم الرسالة أو الاعتقاد بأن الحملة تدعو إلى منع استخدام الشاشات بشكل كامل.	المجتمع والجمهور المستهدف
بدلاً من: "امنح طفلك من الأجهزة الإلكترونية". استخدم: "نظم وقت استخدام الشاشات، وشجع طفلك على القراءة والرياضة واللعب والأنشطة التفاعلية."		

نص إخلاء المسؤولية القانوني (انسخيه وضعه في المنشور المنسق/الأول

تنويه وإخلاء مسؤولية قانونية:

هذه الحملة هي مشروع توعوي أكاديمي أُعدَّ ضمن متطلبات مقرر جامعي، وتهدف إلى تعزيز وعي أولياء الأمور باستخدام الأمن للأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من خلال تقديم محتوى تثقيفي قائم على الإحصاءات والتوصيات والمراجع العلمية. وتُستخدم جميع البيانات والمعلومات الواردة في هذه الحملة لأغراض تعليمية وبحثية وتوعوية فقط، مع الالتزام بالأمانة العلمية والإشارة إلى مصادرها، ولا تهدف الحملة إلى الإساءة أو الانتقاص من أي جهة أو منصة أو مؤسسة، وإنما تسعى إلى نشر الوعي المجتمعي ودعم السلوك الرقمي الآمن للأطفال.