



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ
طرح تابستانه
نوجوانان

مدرسه دانشجویی قران و عترت دانشگاه تهران

سُورَةُ الضُّحَىٰ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَالضُّحَىٰ ①
وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ②
مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ③
أَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ ④
وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَالَاقَىٰ ⑤
فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ ⑥
وَأَمَّا السُّؤْمَانَ فَلَا يَحْمِلُ فَرَجَهُ ⑦
وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ ⑧



ملزومات یک طرح تابستانی متناسب با نوجوانان

هر مقطع سنی:

ابتدایی- متوسطه اول و متوسطه دوم

چند بعدی بودن طرح- تفریح، نشاط و تحرک
داشتن- انتخاب مرییان سرزنده و متناسب با ادبیات
و حال و هوای نوجوانان: داوطلب و علاقمند به
مباحث تربیتی، اخلاقی، ایمانی و میل شدید
به رشد خود، جامعه و نزدیک ساختن ظهور.

شما ممکن است صرفاً ۲ ساعت در هفته، با حد اقل مربی
و یا چند روز در هفته با همکاری چند دوست مربی طرح را اجرا کنید.
نمونه ای از برنامه های تابستانی با تنوع لازم:

۱ **شنبه:** داستانهای نماز* احکام و روایت خوانی* ورزش و بازی

۳ **شنبه:** قصه های فکری* مهارتهای پرورش تفکر* سفال

۴ **شنبه** مهارتهای زندگی با قرآن* تمرینات نویسندگی* تولیدات رسانه ای

و در ساعات تفریح و برنامه های اردویی: فوتبال و والیبال- مسابقه تهیه

کیک و دسرهای معمول- معرفی و مطالعه کتابهای خوب- تقسیم بعضی

کارها از جمله بعضی تدریسها- مسابقه فن بیان و سخنوری از **کتابهای فکر**


ی مثل لحظه ای درنگ یا کتاب **حسن گزینی** یا کتابهای **تفکر مشاهده ای** و

تفکرشنیداری... و داشتن پذیرایی

- با پرهیز از کارهای مخالف با ادبیات زندگی جهادی: ساده زیستی،

کنار آمدن با سختیها، اهل تولید بودن و کمک به دیگران و راه دادن دیگران





وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى
الْخَاشِعِينَ

آیه ۴۵ سوره مبارکه بقره

بررسی عوامل سنگینی نماز یا به عبارت دیگر:
عوامل تقویت و شیرین تر شدن نماز نوجوانان

و آماده شدن برای طرحی تابستانی در کنار
موارد آموزشی و تفریحی دیگر

عوامل بررسی شده در آسان شدن نماز و بندگی:

۱. اهل اجازه شدن از سنین خردسالی
۲. زندگی با ادبیات طیب و فرهنگ زندگی جهادی
۳. تمرین عاقبت اندیشی و مرور قصه های عبرت آموز
۴. ولی و بزرگتر- امر و نهی داشتن
۵. خوب بودن و بد بودن فرق می کند.
۶. محبت داشتن به خدا
۷. پازل دین هم نماز دارد، هم توجه به دیگران
۸. اولویت دادن خدا به هر کاری
۹. دوستی محمد و آل محمد و شباهت به ایشان
۱۰. خوشبخت شدن با طاعت خدا (مرام امیرالمؤمنین)
۱۱. نماز فاطمه- مدیریت دوست دارم ها (سلام الله علیهم)
۲۱. دنیا را طولانی ندیدن
۳۱. بهترین ذکر: ذکر الله الاکبر
۴۱. تمرین برای صبر و ادب و زندگی جهادی



کشف مسیر آسانها

- صبر و نماز عامل وصل شدن به یاریها و تقویت ها در زندگیست. نماز برای بعضیها سخت و سنگین است مگر اینکه برای خدای خود خاشع شده باشند.
- خشوع در طول تمرینها و فرصتهای زندگی حاصل میشود و به یکباره نیست. خاشع کسی است که در او این ظرفیت ایجاد شده است.
- برای رفع سنگینی ها و سختیهای خوب بودن، میتوانیم زندگی افراد خاشع و اهل تسلیم و بندگی حق را کشف کنیم.



۱- اهل اجازه شدن از سنین خردسالی

- ما نمیتوانیم دست به هر کاری بزنیم مگر اینکه اجازه داشته باشیم.
- از اولین سالهای زندگی اجازه گرفتن شروع میشود و بر اساس امر خدا باید به کودک یاد داد که برای ورود به اتاق و پدر و مادرش در بزند.
- کم کم این کودک بزرگ می شود و بر اساس حکم خدا، اجازه هایی برایش مطرح میشود.
- او برای نماز و روزه و پوشش و دیدنیها و شنیدنی ها و خوردنیهایش از عالم ترین مرجع تقلید اجازه بگیرد.
- چطور ممکن است کسی رساله خواندن و یادگرفتن احکام برایش فراهم نشده باشد و واجب و حرام را و احکام متعددی را نشناسد و درست به آن عمل کند؟



۲- زندگی با ادبیات طیب و فرهنگ زندگی جهادی

- **بعضی کلمات: طیب اند و بعضی کلمات: خبیث.**
- کلمه طیب ریشه در باورهای حق دارد و شاخ و برگها میوه هایش در آسمان اند و آدم را بزرگ و آسمانی می کنند. کلمه خبیث، هم خود ش غیر مفید وارونه است و هم باعث بی خاصیت شدن و وارونگی می شود.
- اگر کلماتی که در زندگی مصرف می کنیم از جنس: کار و تلاش، اینک: چه چیزی پر فایده تر، درست تر و ماندگار تر است؟ زندگی جهادی، سرعت داشتن در کارهای خیر، چه کاری را خدا دوست دارد/ ثواب دارد، مسجدی و قرآنی بودن، مراعات حق دیگران، زندگی با اهل بیت، حق الناس، فنی و حرفه ای بودن، مهربانی و گذشت، برویم از بابا اجازه بگیریم، از مامان بپرسیم، برویم از یک عالم یا دفتر مرجع تقلید سوال کنیم، کسی را اذیت نکنیم، مراقب همسایه ها باشیم...
- **ثمره اش انواع خوشبختی و عاقبت بخیری خواهد بود.**



۳- تمرین عاقبت اندیشی و مرور قصه های عبرت آموز

- بسیاری از خطاهایی که کوچکترها و بزرگترها مرتکب می شوند، به دلیل توجه نداشتن به مفهوم عاقبت است.
 - امیرالمومنین از قول پیامبر عزیزمان می فرمایند: **إِذَا هَمَمْتَ بِأَمْرٍ فَتَدَبَّرْ عَاقِبَتَهُ فَإِنَّ يَكُ خَيْرًا وَرُشْدًا فَاتَّبِعْهُ وَإِنْ يَكُ غِيًّا فَاجْتَنِبْهُ**. هر گاه خواستی کاری انجام دهی، آخر و نتیجه آن کار را در نظر بگیر؛ اگر عاقبت آن کار خیر و باعث رشد و پیشرفت تو می شود، انجام بده و اگر دیدی عاقبت آن کار شر است، از انجام آن دوری کن.
- مرور قصه های عبرت آموز و توجه به مفاهیمی مثل: کوتاه بودن فرصتها، مرگ و قیامت، ثواب و عقاب، نتیجه و پیامد هر کار، چه هدفی از این کار داری؟ می خواهی نهایتاً چه بشود؟... و تقویت تفکر آینده نگر و آخرت گرا می تواند تاثیرات بزرگی در اصلاح همه امور انسان ایجاد کند.



۴- ولی و بزرگتر داشتن- امر و نهی خواستن:

- کسی می تواند زندگی بندگان را داشته باشد و به بهترین مقصدهای بلند زندگی فکر کند که امر خدا را بر میل و خواسته خودش ترجیح بدهد و فقط دنبال اینکه چه چیزی راحت تر و دم دست تر است نباشد. ولی دار زندگی کند و امر و نهی بخواهد.
- ذات انسان امر و نهی خواه است و می خواهد کسی باشد دستش را بگیرد، کمکش کند و نگذارد به هر چاهی بیفتد.
- ولی شناسی را چطور میشود تمرین کرد؟ خداوند فرموده دنبال قدمهای چه کسانی حرکت کنیم؟ و پیامبران و امامان ما را در هر زمانی چطو ر به شناخت عالم ترین، دست کار ترین و زمانه شناس ترینها دعوت کرده اند؟ چطور مرجع تقلید خود را انتخاب کرده ایم؟
- تقلیدهای غلط از مدها و رفتارهای غیر حق
- چه تفاوتی با سوال کردن از بهترین علما دارد؟



۵- خوب بودن و بد بودن فرق می کند!

همی شود آدم هم پر از رحم و انصاف باشد،

هم خشونت و نامردی

هم پر از نجابت و حیا باشد، هم پرده دری و بی حیایی

• **زندگی: حرکتی است در مسیری و به سمت مقصدی**

این مسیر به سمت بی نهایت خیر است و یا بی نهایت شر

شاید در اوایل راه خیلی معلوم نباشد که چه هستیم و چه فکری داریم و چه میکنیم، اما به مرور یا همنشین بهترینهای دنیا و آخرت خواهیم شد و یا بدترینهای آن. کسی که می فهمد خوب بودن و بد بودن فرق می کند، می تواند اولین روشنیهای فکر و عقلش را **جشن** بگیرد.

وقتی کسی نماز خوان می شود قرار است که کارهای بدی را کنار بگذارد و حاضر دیدن خداوند برایش مهم بشود. **ان الصلوه تنهى عن الفحشا و المنکر**





۶. محبت داشتن به خدا
۷. پازل دین هم نماز دارد، هم توجه به دیگران
۸. اولویت دادن خدا به هر کاری
۹. دوستی محمد و آل محمد و شباهت به ایشان
۱۰. خوشبخت شدن با طاعت خدا (مرام امیرالمؤمنین)
۱۱. نماز فاطمه- مدیریت دوست دارم ها (سلام الله علیهم)



۲۱. دنیا را طولانی ندیدن

۳۱. بهترین ذکر: ذکر الله الاکبر

۴۱. تمرین برای صبر و ادب و زندگی جهادی



- مطالبی با موضوع داستانهای نماز و برخی کتابهای خوب و قصه ها عبرت آموز و تقویت کننده فر و عقل فراهم شده. و محتواها در اختیار دوستان داوطلب به اجرای طرح قرار خواهد گرفت.
- شاگردان شما می توانند ۲ نفر تا صدها نفر باشند.
- روستایی، شهری یا از خارج کشور باشید.
- میتوانید برای دخترها یا پسرها کار کنید... یا با دوستان فعال در مساجد و برنامه های پسران مرتبط بشوید.
- **میتوانید با کتابهای کار فهم قرآن و صوتهای قرآنی مناسب نوجوانها هم آشنا تر بشوید:**

آشنایی با کتابهای کار و سایت: dabestan.fahmeghoran.ir

The screenshot shows a web browser displaying the website dabestan.fahmeghoran.ir. The browser's address bar shows the URL and a search bar with the text "جستجو...". The website's header features a search bar and a navigation menu with the following items: خانه (Home), معرفی طرح (Project Introduction), پایه ها (Levels), سورهها (Surahs), منابع علمی (Scientific Sources), اخبار و رویدادها (News and Events), ارسال محتوا (Content Submission), پرسش و پاسخ (Questions and Answers), تماس با ما (Contact Us), and درباره ما (About Us). The main banner is titled "کلاس فهم قرآن" (Classroom Understanding Quran) and includes the text "همراه با شادی و نشاط" (With Joy and Activity). The banner also mentions "وبزهی آقا پسرها و دختر خانمها" (Workshop for boys and girls) and "کتابخانه - درسنامه‌ی شاد @estehran" (Library - Happy Lesson Plan @estehran). The banner features illustrations of children's hands, a book, and colorful text bubbles.

اجرای فهم قرآن در هر یک از پایه‌های دبستان



خود را بیازمایید :

- طفیل هستی عشقند آدمی و پری
- ارادتی بنما تا سعادتت ببری
- عزیزانی که برای طرح داوطلب می شوند خودتان هم ابتدا یک کاری بکنید:
- یک مطلبی هم شما بفرستید:
- مرتبط با مباحث قرآنی، مناسب برای برخی سنین نوجوانی
- داستانی در مورد نماز یا معرفی کتابی که خلاصه اش را میفرمایید.
- یا کتابهای احکام مناسب این سنین
- یا داستانهای پند آموز- قصه های بهلول- لقمان- داستان راستان..



• ارسال مطلب و ثبتنام در طرح:

ابتدایی: از طریق ارسال پیام به سایت فهم قرآن

قسمت: پیام به ما... یا پرسش و پاسخ

دیرستان: از طریق پیام به سایت رهبر نوجوان و استفاده از مطالب مناسب

والدین یا مربیان

www.Rahbarenaojavan.ir

و دادن پیام به شماره های: ۰۹۳۵۱۶۴۱۲۲۷ تهران

تهران ۰۹۱۲۶۴۵۱۱۵۱

۰۹۱۹۶۹۷۹۳۱۰ جهت دوستان شهرستان در: بله- واتساپ

! بسته محتوایی روشهای کار با نوجوانان برای دوستانی که آماده اجرا میشوند:

بعنوان هدیه ارسال می گردد. و

بسته طرح: شکوفایی رهبر نوجوان هم برای عزیزانی که کار را متناسب با طرح

شروع و اجرا می کنند می تواند ارسال شود.

با صلواتها و دعاهاى امام زمان پسند