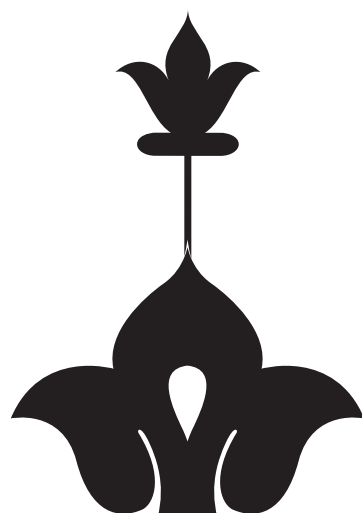




حسینیه کودکی
دوره اول دبستان

ایستاد کاظم
بکر رسم فاطمه
سلاد الله علیها



بِسْمِ اللَّهِ
الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فهرست

۴	■ سخنی با مربیان و والدین
۶	■ دعای روز شنبه.....
۷	■ شنبه روز گشایش رزق.....
۸	■ فعالیت‌های شنبه.....
۲۰	■ دعای روز یکشنبه.....
۲۱	■ یکشنبه روز توجه به برنامه.....
۲۲	■ فعالیت‌های یکشنبه.....
۳۴	■ دعای روز دوشنبه
۳۵	■ دوشنبه روز علم و عبودیت.....
۳۶	■ فعالیت‌های دوشنبه.....
۴۴	■ دعای روز سه شنبه.....
۴۵	■ سه شنبه روز ارتباط موثر با مردم.....
۴۶	■ فعالیت‌های سه شنبه.....
۵۴	■ دعای روز چهارشنبه.....
۵۵	■ چهارشنبه روز حراست و رسیدگی.....
۵۶	■ فعالیت‌های چهارشنبه.....
۷۲	■ دعای روز پنج شنبه.....
۷۳	■ پنج شنبه روز شناخت خدای بی نیاز
۷۴	■ فعالیت‌های پنج شنبه.....
۸۲	■ دعای روز جمعه.....
۸۳	■ جمعه روز تقرب به خدا.....
۸۴	■ فعالیت‌های جمعه

❖ سخنی با مربیان و والدین ❖

انسان در زندگی اش کارهایی انجام می‌دهد که به طور روزانه و در طول هفته صورت می‌گیرد. این کارها یک مقصدی دارند. که در هر روز معین و مشخص است. برای اینکه هر یک از آنها برای مقصد والایی هزینه شود و فرد را در مسیر کمال و هدایت، راهنمایی باشد لازم است که به خوبی مدیریت شده و مقاصد، راهبردهای نیل به آن مقاصد و موانعی که وجود دارد شناسایی و براساس آن زندگی در جریان رشد و سعادت خود قرار گیرد.

ائمه اطهار علیهم السلام نعمت انجام دادن کار، برنامه داشتن، زمان و روز و شب را با داشتن همی واحد و عزمی جازم برای مسیر تعالی انسان‌ها لحاظ کرده اند و در این مسیر بیان را به دعا زیبنده نموده اند.

ادعیه روزانه حضرت فاطمه زهرا سلام الله علیها از منابع نورانی ست که به لطف پروردگار در دسترس ما قرار گرفته است که می‌توانیم از عمق بینهایت آن در زندگی روزانه و هفتگی مان بهره مند شویم.

ایام دهه فاطمیه فرصتی است تا با مراجعه به ادعیه روزانه آن بزرگوار بدانیم که ایشان در هفته چه مقاصدی را برای هر روز در نظر می‌گرفتند و روزهایشان با هم چه تمایزی داشته است و ایشان

دوست دارد که ما روزهایمان را چگونه بگذرانیم.

دفترچه حاضر تلاشی است تا مربیان گرامی بتوانند مفاهیم بلند مقصد هر روز را در کنار سوره‌ای کوچک از جزء سی، در قالب بازی و فعالیت به کودکان منتقل کنند. امید که همه ما بتوانیم از نعمت شبانه روزمان در مسیر بندگی بهره مند شویم.



روز اول

شنبه

روز گشایش رزق

دعای روز شنبه

اللَّهُمَّ افْتَحْ لَنَا خَزَائِنَ رَحْمَتِكَ، وَهَبْ لَنَا اللَّهُمَّ رَحْمَةً لَا تُعَذِّبُنَا
بَعْدَهَا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَارْزُقْنَا مِنْ فَضْلِكَ الْوَاسِعِ رِزْقاً
حُلَالاً طَيِّباً، وَلَا تُحَوِّجْنَا وَلَا تُفْقِرْنَا إِلَى أَحَدٍ سِوَاكَ، وَزِدْنَا لَكَ
شُكْراً، وَإِلَيْكَ فَقْراً وَفَاقَةً، وَبِكَ عَمَّنْ سِوَاكَ غِنًى وَتَعَفُّفاً .
اللَّهُمَّ وَسِّعْ عَلَيْنَا فِي الدُّنْيَا، اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ أَنْ تَزُولَ وَجْهَكَ عَنَّا فِي
حَالٍ وَنَحْنُ نَرْغَبُ إِلَيْكَ فِيهِ، اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، وَأَعْطِنَا
مَا تَجِبُ وَاجْعَلْهُ لَنَا قُوَّةً فِيمَا تُحِبُّ، يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

خدایا! گنجینه‌های رحمتت را برای ما بگشای و به ما. ای خدا. رحمتی
ارزانی دار که از آن پس، ما را در دنیا و آخرت، عذاب نکنی، و از نعمت
گسترده‌ات ما را رزق حلال و پاکیزه روزی کن، و ما را محتاج و نیازمند کسی
جز خودت مگردان، و سپاسگزاری ما را از خودت، و نیازمندی و درویشی
ما را به درگاهت زیاده کن، و با تو، بی نیازی و کفایت از غیر تو است.
بار خدایا! در دنیا، برای ما گشایش قرار ده. خدایا! به
تو پناه می‌بریم از این که در هیچ حالی، روی خویش
را از ما بگردانی؛ بلکه همواره توجّه تو را خواهانیم.
بار خدایا! بر محمد و آل محمد، درود فرست و آنچه را تو خود دوست
داری، به ما عطا کن و آن را نیروی ما برای آنچه تو دوست داری، قرار
ده، ای رحم‌کننده ترین رحم‌کنندگان!



شنبه روز گشایش رزق

شنبه‌هایم را در جستجوی یافتن خزائن رحمت تو هستیم.
همان‌ها که منبع بی‌نهایت روزی‌رسانی به مخلوقات در
عالم است. همان که قوا و فضل از آن سرریز می‌شود.

نکند قوایی در من شکل گیرد که مرا قدردان تر نکند؟!
نکند روزی ای بر من وارد شود که مرا از تو بی‌نیاز کند؟! من
وابستگی به تو را می‌خواهم.

❖ فعالیت‌های روز شنبه ❖

مربی گرامی استعداد و توانایی هر کودک یکی از مهم‌ترین رزق‌هایی است که خداوند به او عطا کرده است. برای آشنایی کودک با مفهوم رزق و بهره‌مندی از آن کافی ست او را به این سمت هدایت کنیم که باید توانایی‌هایش را بشناسد و بابت آنها از خداوند شکرگزار باشد. خوب است در فواصل فعالیت‌ها سوره‌ی مبارکه کوثر- سوره توجه به توانمندی‌ها- به صورت دسته‌جمعی هم‌خوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مانوس شوند.

فعالیت ۱

لوازم مورد نیاز: 

کاغذ، مداد، مداد رنگی

شرح فعالیت:

به هر کدام از بچه‌ها یک برگه کاغذ بدهید و از آن‌ها بخواهید کف دست خود را روی کاغذ گذاشته و دور آن را با مداد بکشند تا طرح دست و انگشتانشان روی کاغذ کشیده شود.

سپس با راهنمایی کردن آن‌ها کمک کنید تا هر کس، طرح دست خود را تبدیل به یک نقاشی معنا دار کند (برای این مورد می‌توانید با سرچ در اینترنت نمونه‌های بسیاری را پیدا کنید که بچه‌ها شکل دست خود را شبیه آن تصاویر کنند).

در انتها به بچه‌ها بگویید که ۵ انگشت دست در کنار هم توانسته‌اند یک تصویر کامل را بسازند.

فعالیت ۲

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

درباره کارهایی که می‌توان با کمک انگشتان دست انجام داد با بچه‌ها گفتگو کنید.

کارهایی که فقط با کمک انگشت کوچک می‌شود انجام داد.

کارهایی که فقط با کمک انگشت شست می‌شود انجام داد.

و درباره تفاوت استعدادها و اینکه همه انگشتها باید به مچ دست وصل باشند تا بتوانند کار انجام بدهند صحبت کنید.

در انتها با بچه‌ها سوره کوثر را همخوانی کنید.

فعالیت ۳

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

مربی گرامی، متن زیر داستان ۵ انگشت است. می‌توانید با نشان دادن انگشتان دست خود، داستان را برای بچه‌ها بخوانید.

پنج نفر توی یک خانه زندگی می‌کردند. یک روز...

اولی گفت: وقت نمازه بچه‌ها، وقت دعا

دومی گفت: برای چی؟ چرا نماز؟ دعا چرا؟

سومی گفت: برای تشکر از خدا

چهارمی گفت: خدای مهربانی که

دست و دهان و چشم و پا داده به ما

انگشت شست خم شد و سجده کرد و گفت:

خدایا دوستت داریم

تو خیلی مهربانی

ما بچه‌ها مثل گلیم

تو مثل باغبانی

در انتها بچه‌ها دست هایشان را به حالت قنوت درآورده و دعای روز شنبه را با هم بخوانید و از نعمت‌های خدا سپاس‌گزاری کنید و با هم سوره کوثر را بخوانید.

فعالیت ۴

لوازم مورد نیاز: 

چوب بستنی، چسب، قیچی

شرح فعالیت:

مربی گرامی کاربرگ فعالیت ۴ را برش بزنید و هر کدام از آنها را روی چوب بستنی بچسبانید و سپس به نوبت هریک از صورتک‌ها را مقابل صورت خود قرار دهید و از بچه‌ها بخواهید جملات زیر را تکمیل کنند و بلند بگویند:

من خورشیدم..... (بچه‌ها بگویند: من گرما می‌دهم، نور می‌دهم، باعث رشد گیاهان می‌شوم و...)

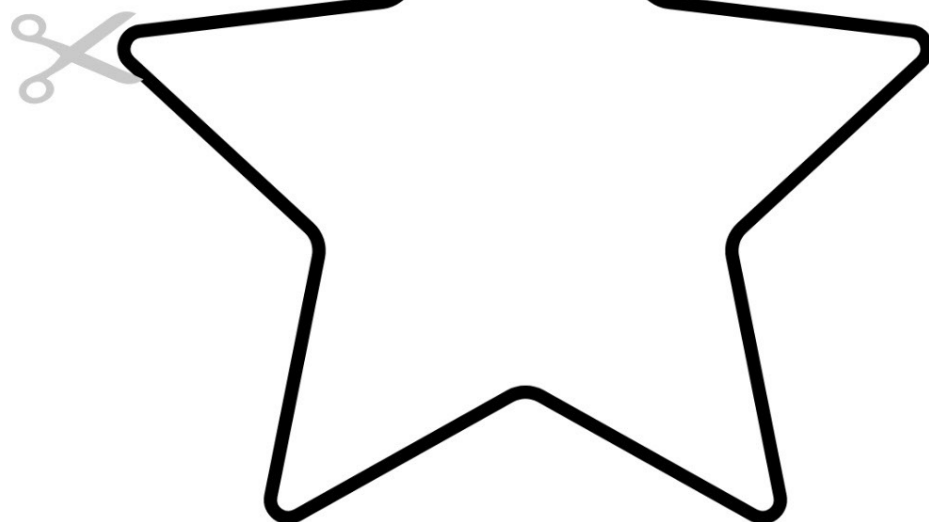
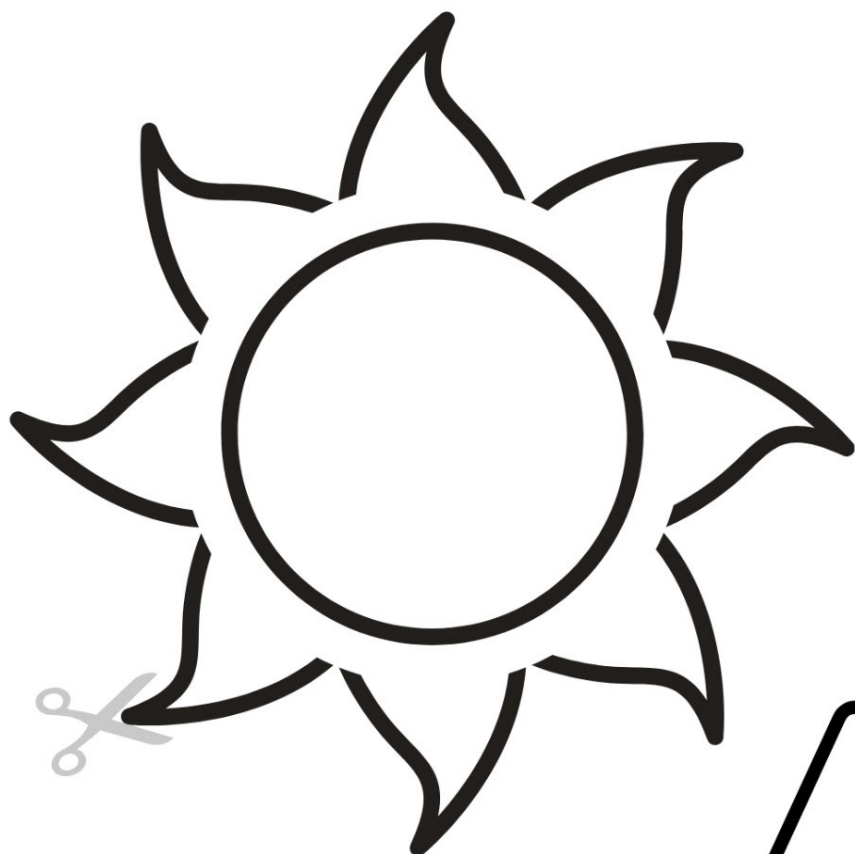
من ماهم..... (بچه‌ها به کارکردهای ماه اشاره کنند)

من ستاره‌ام.....

کاربرگ شنبه

گشایش رزق

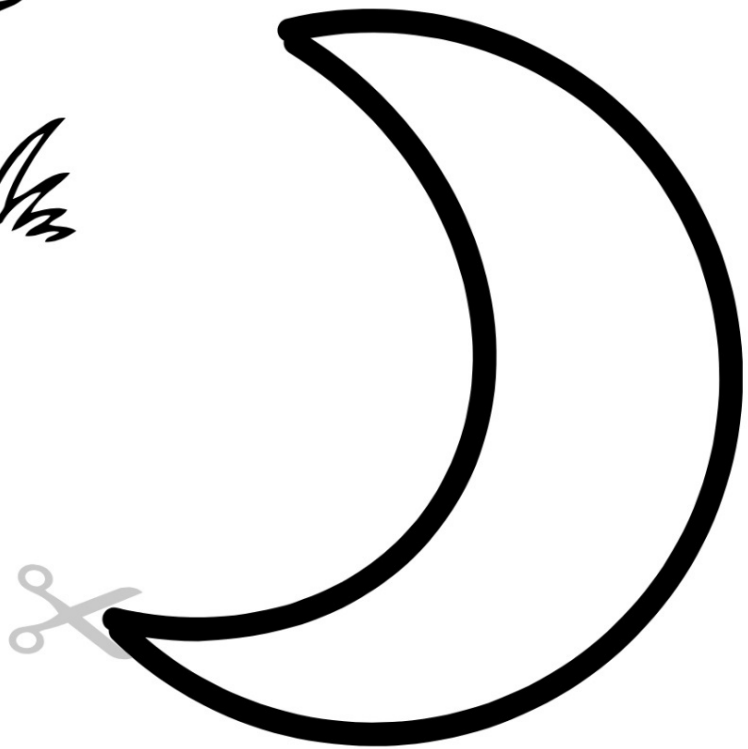
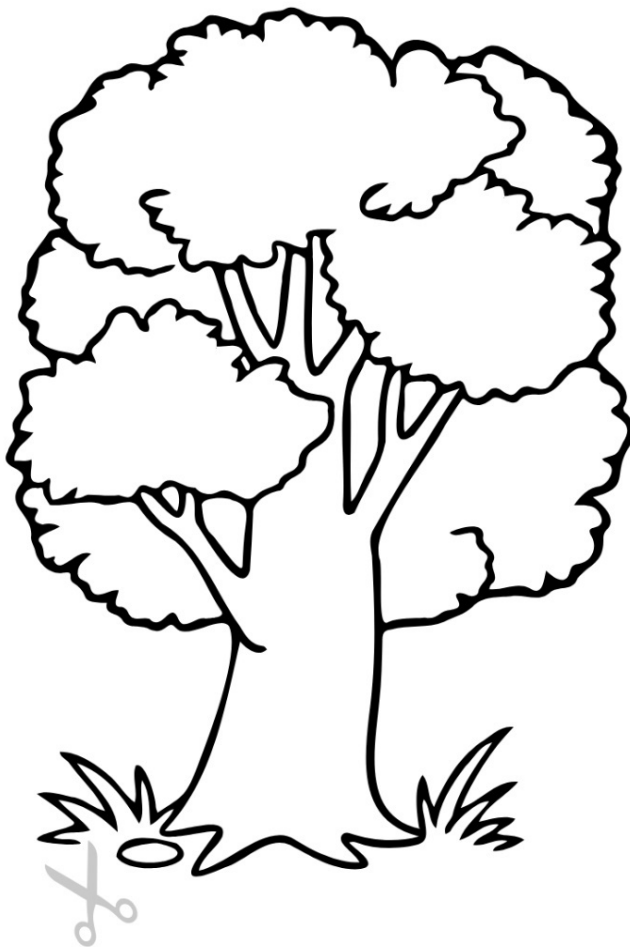
دوره اول دبستان - فعالیت ۴
(ویژه مربی)



کاربرگ شنبه

گشایش رزق

دوره اول دبستان - فعالیت ۴
(ویژه مربی)



کاربرگ شنبه

گشایش رزق

دوره اول دبستان - فعالیت ۴

(ویژه مربی)





روز دهم

یکشنبه

روز توجه به برنامه

دعای روز یکشنبه

اللَّهُمَّ اجْعَلْ أَوَّلَ يَوْمِي هَذَا فَلَاحًا وَ آخِرَهُ نَجَاحًا وَ أَوْسَطَهُ صَلَاحًا،
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ، وَ اجْعَلْنَا مِمَّنْ أَنَابَ إِلَيْكَ فَقَبِلْتَهُ، وَ
تَوَكَّلَ عَلَيْكَ فَكَفَيْتَهُ، وَ تَضَرَّعَ إِلَيْكَ فَارْحَمْتَهُ.

خداوندا! ابتدای این روزم را رستگاری و آخرش را پیروزی و میانه‌اش
را صلاح مقرر فرما! خدایا! بر محمد و آل محمد (صلی الله علیه و آله
وسلم) درود فرست و ما را در زمره آنان قرار ده که به سوی تو روی
آورده، و تو آن را پذیرفته‌ای، به تو توکل می‌کنند و تو آنان را کفایتی و
به سوی تو تضرع می‌کنند و تو آنان را بخشیده‌ای.

یکشنبه

روز توبه به برنامه

یک شنبه هایم را در دانستن مبانی برنامه هایم جستجو می‌کنم. اینکه روز و شبم اولی دارد، وسطی دارد و انتهایی. و هر عمل من در این روز از این سه مرحله برخوردار است که نیازمند مراقبت است تا این خصوصیات برایش محقق شود.

اول آن رستگاری و فلاح، میان آن صلاح و اصلاح، آخر آن پیروزی، ظفر و موفقیت است.

فعالیت‌های روز یکشنبه

مربی گرامی برای آشنایی مقدماتی کودکان با مفهوم برنامه و برنامه‌ریزی، می‌توانید آن‌ها را با مفهوم شب و روز، تفاوت آن و کارهای مختص به هر کدام آشنا کنید.

خوب است در فواصل فعالیت‌ها چند بار سوره مبارکه قدر - سوره توجه به برنامه - به صورت دسته‌جمعی هم خوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مأنوس شوند.

فعالیت ۱

لوازم مورد نیاز: 

قیچی، چسب، چوب بستنی

شرح فعالیت:

مربی گرامی از کاربرگ فعالیت ۱، صورتک ماه و خورشید را برش بزنید و روی چوب بستنی بچسبانید.

ابتدا صورتک ماه را روی صورت خود بگذارید و از بچه‌ها بخواهید کارهایی را که فقط در شب باید انجام داد نام ببرند (شام خوردن، نماز مغرب و عشاء، مسواک زدن، خوابیدن و..)

سپس صورتک خورشید را روی صورت خود بگذارید و از بچه‌ها بخواهید پیرامون کارهای روز صحبت کنند (مدرسه رفتن، دیدوبازدید، خرید کردن و....)

در انتهای فعالیت یک بار با استفاده از صورتک ماه، چراغ‌ها را خاموش کرده و سوره قدر همخوانی شود و یکبار با استفاده از صورتک خورشید چراغ‌ها را روشن کنید و سوره قدر همخوانی شود.

فعالیت ۲

لوازم مورد نیاز: 

کاغذ، مداد رنگی

شرح فعالیت:

از بچه‌ها بخواهید پیرامون فعالیت قبلی یک فعالیت در روز و یک فعالیت در شب را نقاشی کرده و رنگ‌آمیزی کنند. می‌توان در حین این فعالیت یک بار سوره قدر را با بچه‌ها قرائت کنید.

فعالیت ۳

لوازم مورد نیاز:

ندارد

شرح فعالیت:

داستان زیر را برای بچه‌ها تعریف کنید و پیرامون دعای روز یکشنبه حضرت زهرا (س) و سوره قدر با محوریت توجه به برنامه صحبت کنید.

داستان تکلیف:

ساعت از هفت غروب گذشته بود و علی همچنان در حال بازی با برادر کوچکترش بود. مادر با یک ظرف خوراکی آمد و کنار علی نشست؛ دست‌های علی را در دستش نگه داشت و گفت: خدا قوت پسر مهربانم؛ امروز حسابی برای برادرت وقت گذاشتی، به نظرت الان وقت چه کاری است؟ علی چشم‌هایش را گرد کرد و با شیطنت گفت: وقت خوردن این خوراکی خوشمزه. مادر در ادامه گفت: بعد از آن وقت چیست؟ علی به ساعت نگاهی کرد و گفت: مامان کی ساعت هفت شد؟ مادر دستش را گذاشت روی شانه‌ی علی و گفت: شما سرگرم بازی بودی برای همین متوجه نشدی، حالا به نظرت تا موقع خوابیدن چقدر زمان برای انجام تکلیفت باقی مانده؟ علی گفت:

مامان قرارمان یادت رفته؟ مادر گفت: نه یادم نرفته، ساعت چهار طبق قرارمان، صدای ضبط شده خودت را پخش کردم که گفتی بودی: من منتظرت هستم علی، بیا سراغم، از طرف دوست همیشگی‌ات کتاب مهربان. علی دستش را گذاشت روی پیشانی اش و با تعجب گفت: یعنی از آن موقع تا حالا سه ساعت گذشت! مامان می‌شود دفعه بعد، دوبار صدا را برایم پخش کنی؟ مادر گفت: باشد علی جان، دیگر چه کارهایی می‌شود کرد؟ علی گفت: اگر محمد بخوابد من هم حوصله ام سر می‌رود و یادم می‌آید که مشق بنویسم. مادر گفت: اگر حوصله ات سر نرفت چه؟ علی گفت: خب دستم درد می‌گیرد، آخر چقدر مشق بنویسم؟ مادر علی را بوسید و گفت: اگر امسال که کلاس اول هستی خوب خواندن و نوشتن را یاد نگیری، سال‌های بعد، حتی نمی‌توانی یک داستان ساده بخوانی، همان کاری که خیلی دوست داری بکنی! علی گفت: یعنی کلاس اولم که تمام شد می‌توانم برای داداش محمد داستان بخوانم؟ مادر گفت: اول بگو ببینم یادت هست صبح که بستنی را از یخچال بیرون گذاشتی و یادت رفت بخوری، چه بلایی سرش آمد؟ علی با لب و لوجه‌ی آویزان گفت: حیف شد بستنی خوشمزه من. مادر گفت: اگر الان که بهترین وقت برای خوب خواندن و نوشتن هست را از دست بدهی، بعدا می‌گویی حیف شد، چرا نمی‌توانم خوب بخوانم؟ علی همین طور که توپ کوچکش را بالا و پایین می‌انداخت رفت سمت دفتر مشقش و به برادرش محمد گفت: داداشی حالا باید بروم مشق بنویسم تو برو با مامان بازی کن. مادر خندید و گفت: محمد نقاشی می‌کشد، من داستانم را می‌نویسم، تو هم مشقت را.

فعالیت ۴

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

پیرامون خوردنی‌هایی که زمان دارند با بچه‌ها صحبت کنید. مثل:

- بستنی
- لیموشیری
- آش داغ
- گوشت خام

فعالیت ۵

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

شعر زیر را در کلاس بخوانید:

شعر لحظه آرامش

شب ولی می‌آورد
با خودش آرامشی
هر که می‌جوید در آن
لحظه‌ی آسایشی

دست بالا می‌برم
لحظه‌ی سبز قرار
تا به زودی طی شود
روزهای انتظار

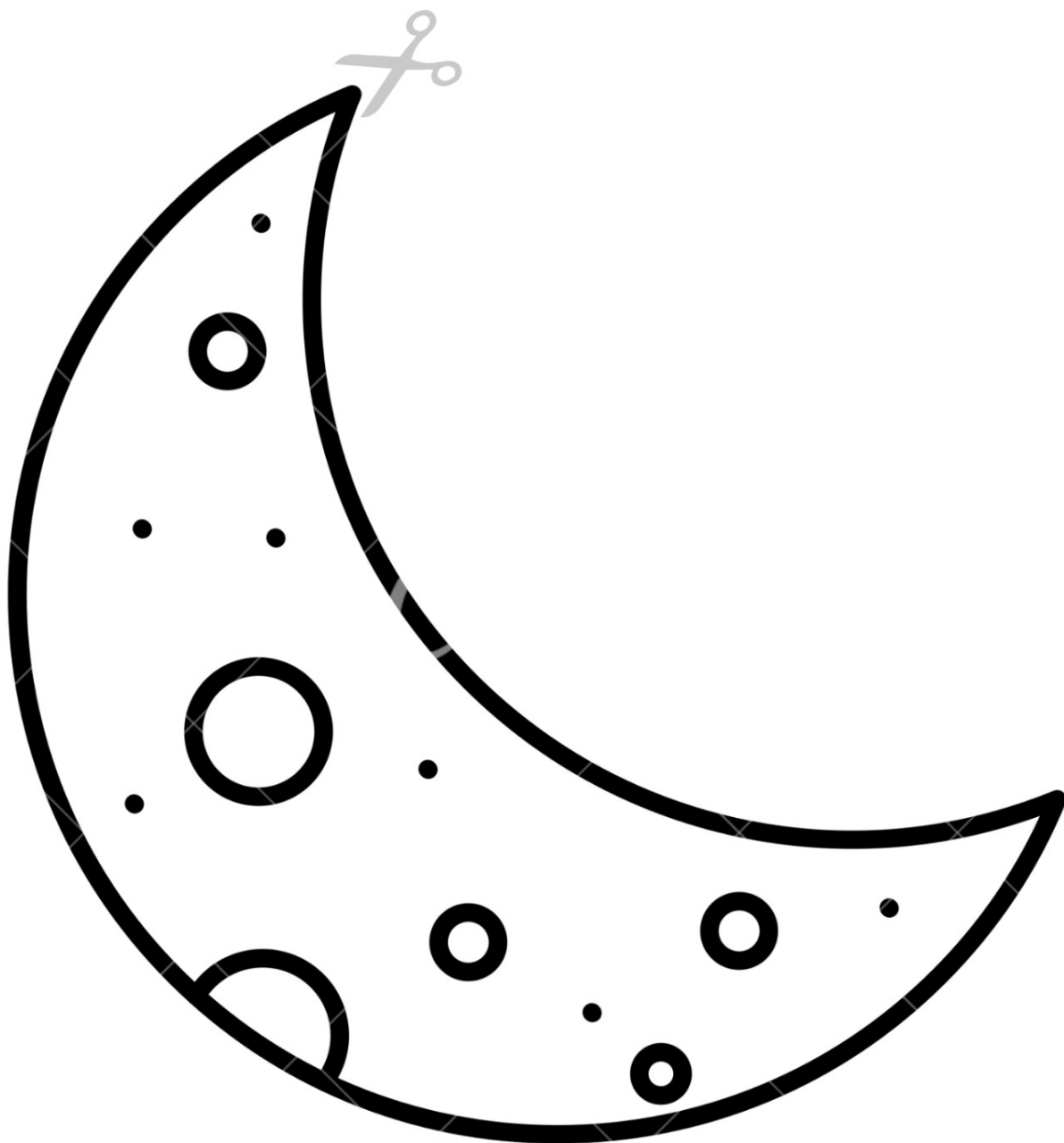
با تلاش و پشتکار
روزها طی می‌شوند
وقت قرآن خواندنم
می‌شود صوتم بلند

شب که با هر آیه‌ای
می‌روم سوی خدا
می‌شوم با زمزمه
غرق قرآن و دعا

کاربرگ یکشنبه

توجه به برنامه

دوره اول دبستان - فعالیت ۱
(ویژه مربی)

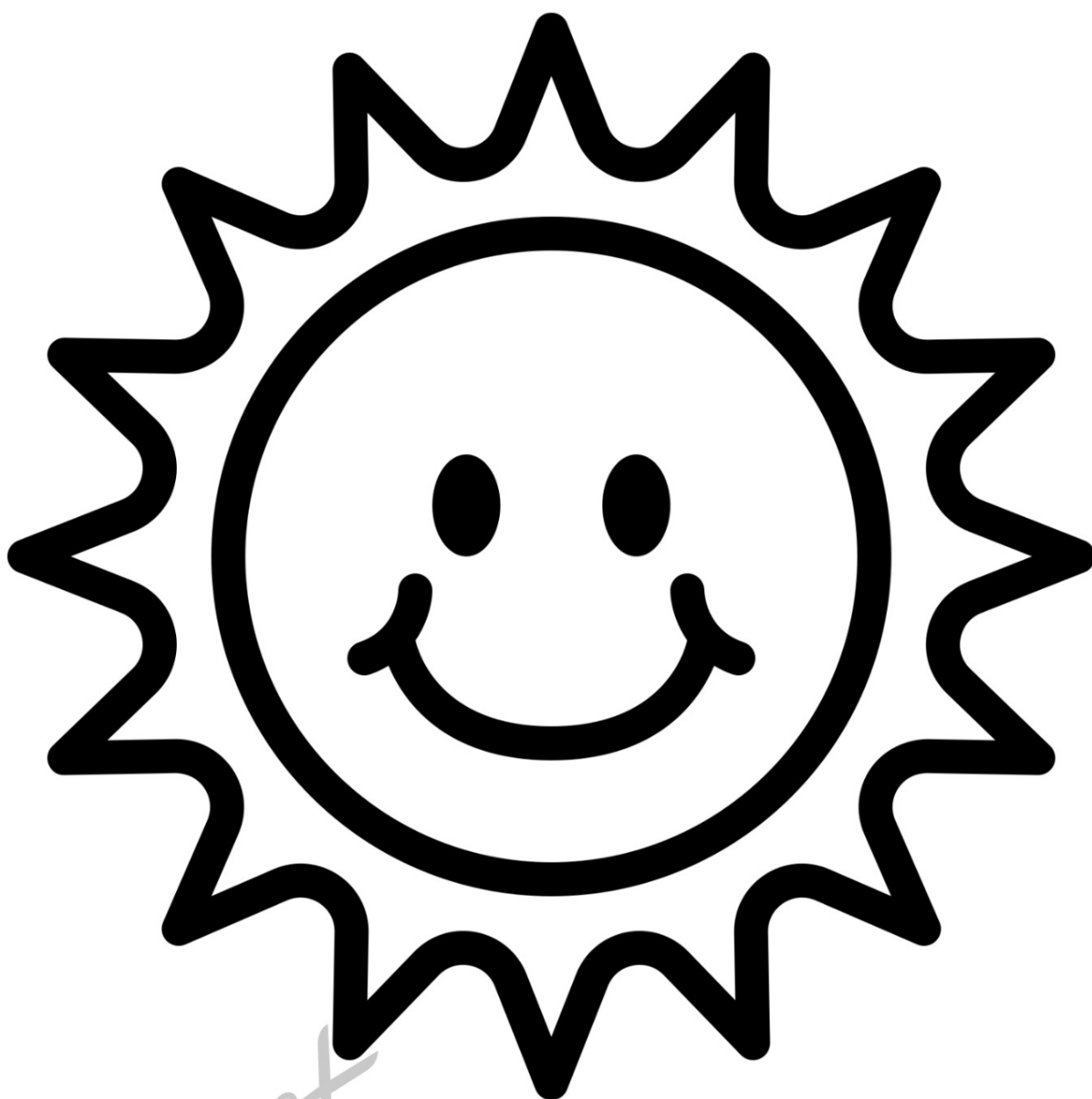


کاربرگ یکشنبه

توجه به برنامه

دوره اول دبستان - فعالیت ۱

(ویژه مربی)





روز سوم

دوشنبه
روز علم و عبودیت



دعای روز دوشنبه

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ قُوَّةً فِي عِبَادَتِكَ، وَتَبَصُّراً فِي كِتَابِكَ، وَفَهْماً فِي حُكْمِكَ. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، وَلَا تَجْعَلِ الْقُرْآنَ بِنَا مَاجِلاً، وَالصِّرَاطَ زَائِلاً، وَمُحَمَّدًا (ص) عَنَّا مُوَلِّياً.

خداوندا! از تو توانی برای عبادت تو و بصیرتی در کتاب تو و فهمی در حکم تو درخواست می‌کنم. خداوندا! بر محمد و آل محمد درود فرست، و قرآن را برای ما بی حاصل قرار مده و ما را [از روی] صراط ساقط مکن و محمد (ص) را از ما رویگردان مساز.

دوشنبه

روز علم و عبودیت

دوشنبه هایم را در جستجوی علم هستیم، علمی که از عبودیت خداوند، بصیرت داشتن در کتاب خداوند و فهمیدن حکم خداوند حاصل می‌شود.

بر محمود و ال محمد صلوات می‌فرستیم و تمنا دارم در مدار هر آنچه فهم قرآن را دور از دسترس ما می‌کند، و مسیر زندگی را لغزنده می‌نماید و فاصله ما و رسول الله را زیاد می‌کند و آن بزرگوار را از ما جدا می‌کند قرار نگیریم.

❖ ❖ فعالیت‌های روز دوشنبه ❖ ❖

مربی گرامی

برای آشنایی مقدماتی کودک با مفهوم علم و عبودیت، کافی است به او مهارت نه گفتن به انجام کارهای بد را آموزش دهیم.
خوب است در فواصل فعالیتها چند بار سوره مبارکه کافرون - سوره علم و عبودیت - به صورت دسته جمعی همخوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مأنوس شوند.

فعالیت ۱:

لوازم مورد نیاز: 

مداد سبز و قرمز

شرح فعالیت:

کاربرگ مربوط به فعالیت شماره ۱ را به تعداد بچه‌ها تکثیر نمایید. از آن‌ها بخواهید علامت ضربدر را قرمز و علامت تیک را سبز کنند و سپس از محل تعیین شده برش زده و روی چوب‌بستنی بچسبانند. کارهای مختلف را با سرعت نام ببرید و از بچه‌ها بخواهید برای هر کار علامت درست یا غلط را بالا ببرند. در اینجا فهرستی از کارهای متنوع تهیه شده است که می‌توانید از آن استفاده نمایید:

- اخم کنیم
- شربت بخوریم و بعدش بلند ذکر یا حسین (ع) بگیریم
- با دوستان دعا کنیم
- خانه رو کثیف کنیم
- بلند صلوات بفرستیم
- با دست کثیف غذا بخوریم



- به خواهرمون کمک کنیم
- مامان و بابا رو بغل کنیم
- میوه بخوریم و الحمدلله بگیم
- اسراف کنیم
- بی ادبی کنیم
- با احتیاط از خیابان رد شویم
- میوه خاکی بخوریم
- بی اجازه از کلاس بیرون بریم

در انتهای فعالیت سوره کافرون را دسته جمعی بخوانید و بچه‌ها
هرجا کلمه «لا» را در سوره شنیدند تابلوی ضربدر را بالا بیاورند.

فعالیت ۲:

لوازم مورد نیاز: 

بادکنک، ماژیک، نخ

شرح فعالیت:

دو عدد بادکنک را باد کنید و با ماژیک روی آن‌ها علامت ورود ممنوع یا خطر یا ضربدر بکشید و سپس با نخ به پای دوتا از بچه‌ها ببندید. از آن‌ها بخواهید هر چه سریعتر فقط با کمک پاهایشان آن بادکنک را بترکانند. برنده کسی است که زودتر بتواند بادکنش را بترکاند. می‌توانید این مسابقه را در دفعات مختلف برگزار کنید تا همه بچه‌های کلاس شرکت کنند.

فعالیت ۳:

لوازم مورد نیاز: 
کاغذ، مداد رنگی

شرح فعالیت:

با بچه‌ها درباره نشانه‌های دین‌داری صحبت کنید. از جمله نشانه‌های دین‌داری که متناسب با فهم آنهاست می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

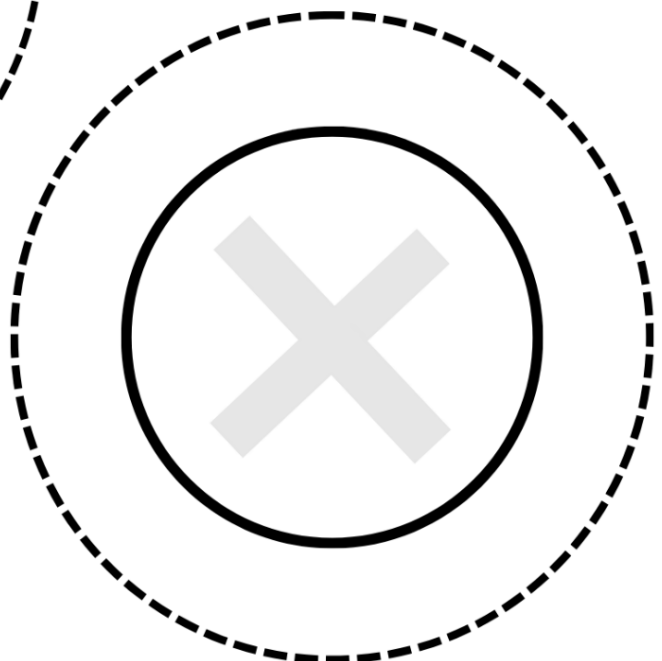
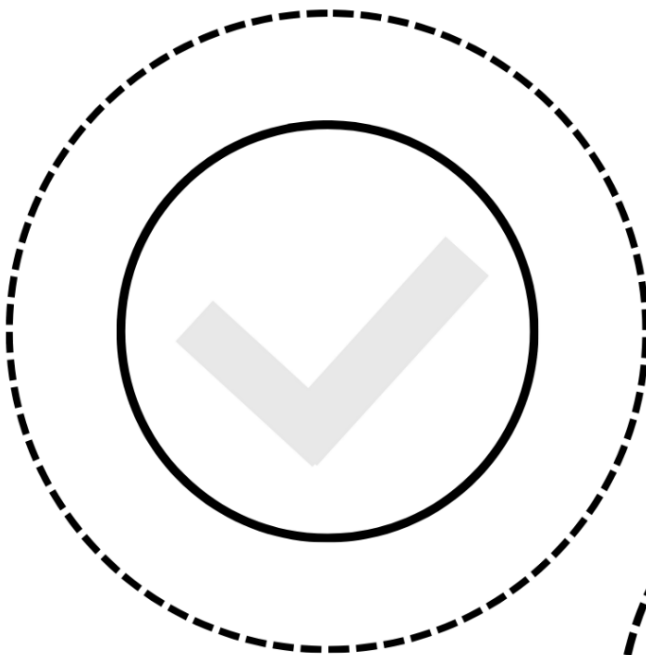
- نماز خواندن
- روزه گرفتن
- بسم‌الله گفتن قبل از شروع غذا
- سلام کردن
- صلوات را بلند فرستادن
- قرآن خواندن

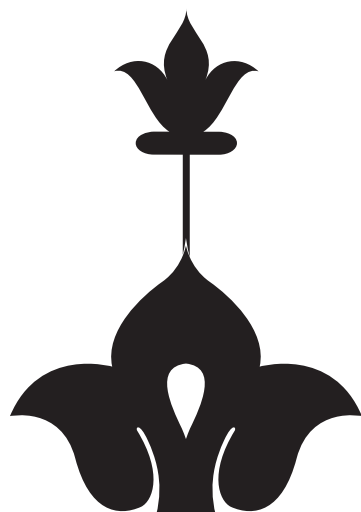
سپس از آنها بخواهید درباره یکی از نشانه‌های دین‌داری نقاشی بکشند.

در انتهای این فعالیت می‌توانید یک‌بار سوره کافرون را به عنوان یکی از نشانه‌های دین‌داری قرائت کنید.

فرزندم

علامت تیک را سبز و علامت ضربدر را قرمز رنگ کن، سپس تابلوها را از محل خطچین برش بزن و روی چوب بستنی بچسبان.
حالا به فهرست کارهایی که مربی می‌خواند خوب توجه کن، برای کارهای خوب تابلوی تیک و برای کارهای بد تابلوی ضربدر را بالا بیاور.





روز چهارم

سه شنبه

روز ارتباط موثر با مردم

دعای روز سه‌شنبه

اللَّهُمَّ اجْعَلْ غَفْلَةَ النَّاسِ لَنَا ذِكْرًا، وَاجْعَلْ ذِكْرَهُمْ لَنَا شُكْرًا، وَاجْعَلْ
صَالِحَ مَا نَقُولُ بِأَلْسِنَتِنَا نِيَّةً فِي قُلُوبِنَا. اللَّهُمَّ إِنَّ مَغْفِرَتَكَ أَوْسَعُ مِنْ
ذُنُوبِنَا، وَرَحْمَتِكَ أَرْجَى عِنْدَنَا مِنْ أَعْمَالِنَا. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ
مُحَمَّدٍ، وَوَفِّقْنَا لِصَالِحِ الْأَعْمَالِ وَالصَّوَابِ مِنَ الْفِعَالِ .

خداوندا! غافل بودن مردم [از یادت] را برای ما یادآوری و یادآوری
آنان را برای ما سپاسگزاری قرار ده و سخنان شایسته ای را که به
زبان ما جاری می‌شود، انگیزه قلبی ما قرار ده. خداوندا! آمرزش تو
گسترده تر از گناهان ما و رحمت تو، امیدوارکننده تر از کارهای ما
است. خداوندا! بر محمد و آل محمد درود فرست، و ما را به کارهای
شایسته و افعال درست موفق بدار.

سه شنبه روز ارتباط موثر با مردم

سه شنبه هایم را در جستجوی دیدن یک جمع هستیم که بتوانم برای همه مان در یک جهت دعا کنم،

سه شنبه‌ها را در ارتباط برقرار کردن با مردم هستیم. و اینکه بدانم که مردم در دسته‌های مختلفی قرار دارند و بتوانم از خوب و بد اعمالی که صورت می‌بندند بهره مند شوم.

ممکن است در روابط اجتماعی خطاهایی صورت گیرد و اعمال ناقصی بروز یابد، مغفرت و رحمت خداوند وسیع تر و امید بخش تر است از آنچه بین مردم در حال اتفاق افتادن است.

در این روز با صلوات بر محمد و آل محمد توفیق انجام اعمال صالح و درستی نیت ها، فعل‌ها و مقدمات پیش از عمل را خواستاریم.

❖ * فعالیت‌های روز سه‌شنبه * ❖

مربی گرامی

برای آشنایی مقدماتی کودک با مفهوم رفتار مودبانه با مردم، کافی است به او خوش حال بودن در موقعیت‌های پیروزی و حتی شکست را آموزش دهیم تا کودک بیاموزد که تجربه بدست آمده از شکست‌ها، خود یک پیروزی است و نباید به خاطر شکست با دیگران بدرفتاری کرد.

خوب است در فواصل فعالیت‌ها چند بار سوره مبارکه همزه - سوره ادب ارتباط با مردم - به صورت دسته جمعی همخوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مأنوس شوند.



فعالیت ۱:

لوازم مورد نیاز: 

مداد، کاغذ

شرح فعالیت:

از همه بچه‌های خود بخواهید با هر دو دست خود روی یک کاغذ یک شکل هندسی یا صورتک خندان بکشند.

دانش‌آموزان را متوجه زیباتر بودن شکلی که با دست غالبشان کشیده‌اند می‌کنیم. دست‌هایشان را نام‌گذاری کنید؛ دست غالبشان بال پیروزی و دست دیگرشان بال شکست است. سپس به آن‌ها یادآوری کنید که هم در شکست و هم در پیروزی شاد باشند چون شکست خود تمرینی برای پیروزی است.

در ادامه می‌توانید از بچه‌ها بخواهید کف دو دستشان را رو کاغذ طوری بکشند که به شکل بال‌های یک پرنده در بیاید. پرنده‌ای که با دو بال پیروزی و شکست قادر به پرواز خواهد بود.

بعد از اتمام این فعالیت از بچه‌ها بخواهید همه با هم سوره همزه که یادآور خوش اخلاقی هنگام شکست‌هاست را با هم هم‌خوانی کنند.

فعالیت ۲:

لوازم مورد نیاز:

ندارد

شرح فعالیت:

برای هر یک از بچه‌ها یک نام انتخاب کنید، مثلاً نام شهرها (تهران، اصفهان، تبریز، ...) یا نام‌های قرآنی (عبس، نازعات، فلق، ...). نفر اول مثلاً «تهران» می‌گوید: «از تهران به تبریز» بعد «تبریز» باید فوری جواب دهد: «از تبریز به اصفهان». کودکی که دیر پاسخ دهد یا اسامی سوخته را بگوید، از دور بازی حذف می‌شود.

بعد از پایان بازی به بچه‌ها متذکر شوید: «همه‌ی آن‌ها برنده هستند، چون نام شهرهای مختلف (یا نام سوره‌های قرآن) را یاد گرفته‌اند و همه با هم در کنار هم یک بازی شاد انجام داده‌اند.»

فعالیت ۳:

لوازم مورد نیاز:



کاغذ ۴A، مداد یا خودکار، توپ،

شرح فعالیت:

وسط یک برگه ۴A یک علامت ضربدر بزرگ بکشید و آن را در جای مناسبی از کلاس نصب کنید. از بچه‌ها بخواهید با توپ به طرف نشانه شوت کنند. هرکس به تعداد مشخصی اجازه شوت کردن دارد و به تعداد دفعاتی که موفق شده توپ را به نشانه بزند، امتیاز می‌گیرد. می‌توانید مسابقه را بین افرادی که امتیاز مساوی دارند تکرار کنید تا در نهایت یک نفر برنده بازی شود.

وقتی اکثر بچه‌ها موقعیت شکست را تجربه کردند، به آنها بگویید، همین که با اخلاق خوب شکست را بپذیرید، یعنی برنده شده‌اید. همه شما وقتی برنده هستید که موقع بازی دعوا نکنید و از بازی لذت ببرید.

فعالیت ۴:

لوازم مورد نیاز: 

کاغذ، مداد

شرح فعالیت:

از بچه‌ها بخواهید تصویر یک قلب را در اندازه تقریبی کف دستشان روی یک کاغذ بکشند و دوربری کنند.

سپس از آنها بخواهید یکبار آن قلب را در دست خود مچاله کنند و مجدد آن را باز کرده و سعی کنند تا جای ممکن صاف کنند.

به بچه‌ها متذکر شوید وقتی ما بداخلاقی کنیم و قلب کسی را بشکنیم، شبیه این است که قلب او را فشرده کنیم. آثار حرف‌های زشت ما روی قلب او می‌ماند و او را ناراحت می‌کند. همیشه باید تلاش کنیم حرف‌های زیبا بگوییم و خوش اخلاق باشیم.

در انتهای این فعالیت یک بار سوره همزه را در کلاس هم خوانی کنید.



فعالیت ۵:

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

شعر زیر را در کلاس بخوانید و پیرامون خوش اخلاقی در موقعیت‌های شکست و پیروزی با بچه‌ها صحبت کنید.

شعر برنده:

لیگ فوتبال شهر بود امروز
تیم بابا علی، مسابقه داشت
کاپیتان بود باز بابایم
بس که در تیم کوچه سابقه داشت

او ولی در زمین نبود امروز
در کنار پدر بزرگم ماند،
چون که بابا بزرگ، غم زده بود
شعر حافظ برای او می‌خواند
تیمشان برد، من ولی گفتم

حیف، بابا علی نشد پیروز
حتم دارم اگر که آنجا بود
کاپیتانی برنده بود امروز

مادرم گفت خوب دقت کن،
اخم بابابزرگ خنده شده
این نشان می‌دهد که بابایت
بی گمان باز هم برنده شده

زندگی صحنه مسابقه است
«همزه» خوانده ام که بنده شوم
می‌توانم در این مسابقه من
مثل بابا علی برنده شوم



روز پنجم

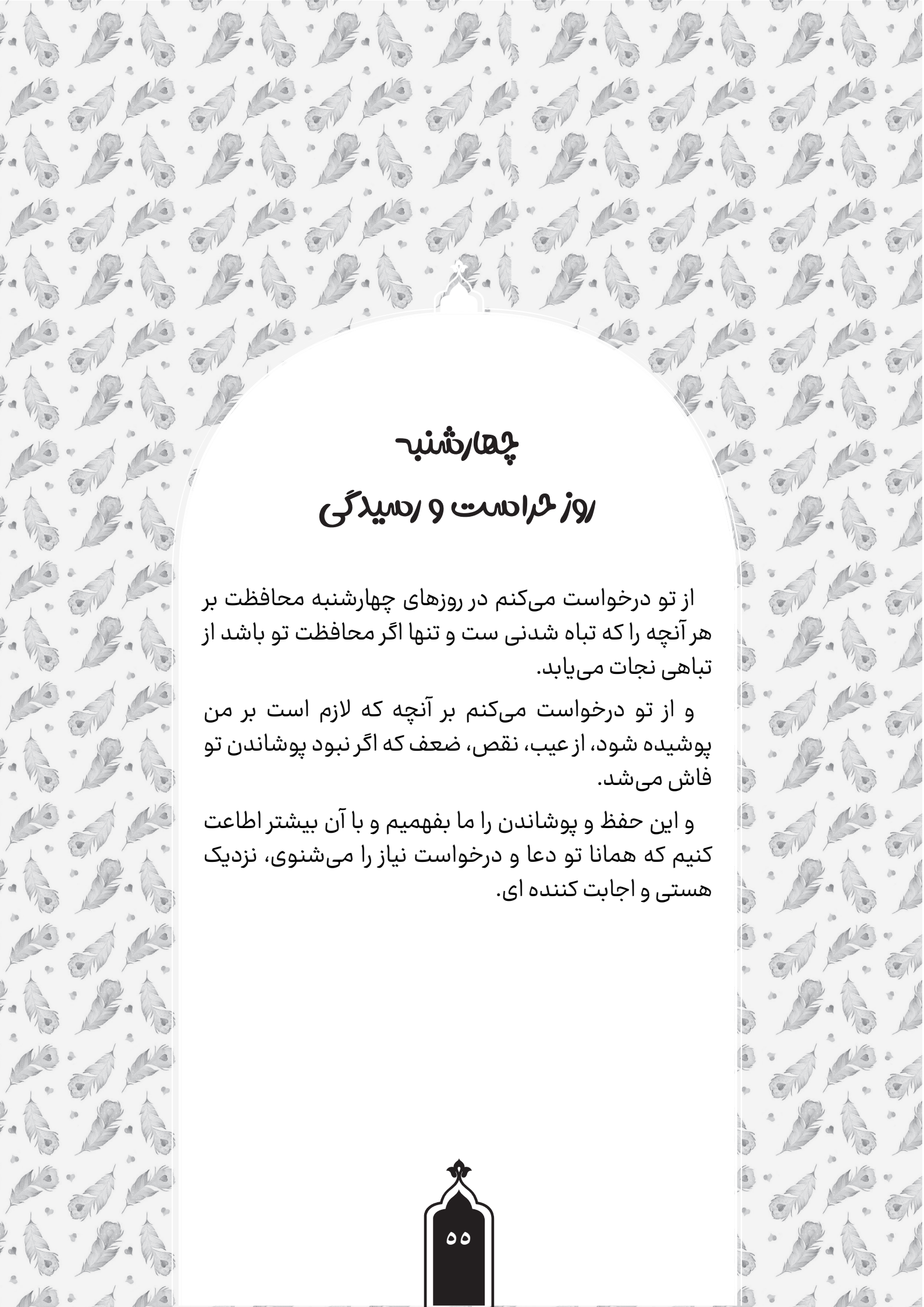
چهارشنبه

روز حراست و رسیدگی

دعای روز چهارشنبه

اللَّهُمَّ احْرُسْنَا بِعَيْنِكَ الَّتِي لَا تَنَامُ، وَرُكِّنِكَ الَّذِي لَا يَرَامُ، وَبِأَسْمَائِكَ الْعِظَامِ، وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَاحْفَظْ عَلَيْنَا مَا لَوْ حَفَظَهُ غَيْرُكَ ضَاعَ، وَاسْتُرْ عَلَيْنَا مَا لَوْ سَتَرَهُ غَيْرُكَ شَاعَ، وَاجْعَلْ كُلَّ ذَلِكَ لَنَا مَطْوَعًا، إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ قَرِيبٌ مُجِيبٌ.

خداوند!! ما را با چشمت که نمی خوابد، و ستونت که خم نمی شود، و به نام‌های بزرگت حراست کن و بر محمد و آل او درود فرست و برای ما حفظ کن آنچه را که اگر دیگران حفظ کنند، از میان می رود و بر ما چیزی را پرده پوشی کن که اگر جز تو پرده پوشی کند، بر ملا می شود و همه اینها را برای ما فرمانبرداری قرار ده که تویی شنوای دعا و نزدیک و اجابت کننده.



چهارشنبه

روز خراست و رسیدگی

از تو درخواست می‌کنم در روزهای چهارشنبه محافظت بر هر آنچه را که تباه شدنی ست و تنها اگر محافظت تو باشد از تباهی نجات می‌یابد.

و از تو درخواست می‌کنم بر آنچه که لازم است بر من پوشیده شود، از عیب، نقص، ضعف که اگر نبود پوشاندن تو فاش می‌شد.

و این حفظ و پوشاندن را ما بفهمیم و با آن بیشتر اطاعت کنیم که همانا تو دعا و درخواست نیاز را می‌شنوی، نزدیک هستی و اجابت کننده‌ای.

❖ * فعالیت‌های روز چهارشنبه * ❖

مربی گرامی برای آموزش مفهوم حراست و رسیدگی به کودکان کافی است با چند مثال ساده آن‌ها را با مفهوم «حصر در شرایط» آشنا کنید تا آن‌ها متوجه شوند که حفظ و نگهداری از یک رویداد خاص تنها و تنها با رعایت شرایط آن امکان‌پذیر خواهد بود. مثلاً گل زنده نمی‌ماند مگر اینکه آب بخورد.

خوب است در فواصل فعالیت‌ها چندبار سوره مبارکه عصر - سوره حراست و رسیدگی - به صورت دسته‌جمعی هم خوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مأنوس شوند.



فعالیت ۱

لوازم مورد نیاز: 

قیچی، مداد رنگی

شرح فعالیت:

تصاویر کاربرگ فعالیت شماره ۱ را برش بزنید. در کلاس بچه‌ها را به دو گروه تقسیم کنید. دسته اول تصاویر را به گروه اول و دسته دوم تصاویر را به گروه دوم بدهید تا رنگ آمیزی کنند. سپس از یکی از نفرات گروه اول بخواهید، بگوید چه تصویری در دست دارد. سپس از نفرات گروه دوم بپرسید که کدام یک از آنها تصویری دارد که برای زنده ماندن یا کارآمد بودن آن موردی که دوستشان گفته، ضروری هست؟ مثلاً ماهی نیاز به آب دارد تا زنده بماند.

به همین ترتیب یکی یکی نفرات گروه اول تصاویرشان را بگویند و ارتباطش با تصاویر گروه دوم معلوم شود. (در صورتی که تعداد بچه‌ها، از تصاویر بیشتر بود، پیشنهاد می‌شود که تصاویر را روی زمین بگذارید تا بچه‌ها حدس بزنند هر تصویر با کدام تصویر دیگر مرتبط است)



فعالیت ۲:

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

در ادامه فعالیت قبل این شعر را بخوانید تا بچه‌ها پاسخ بدهند:

«ماهی باید تو آب باشه. بدون آب چی میشه؟؟ چی میشه؟؟»

سپس همه بچه‌ها باهم جواب می‌دهند:

«نمیشه!! نمیشه!!»

نمونه سؤالات دیگر:

«دوختن باید با نخ باشه، نخ نباشه چی میشه؟؟ چی میشه؟؟»

«پرنده باید با بال باشه. بال نباشه چی میشه؟؟ چی میشه؟؟»

«گلها باید تو نور باشند، نور نباشه چی میشه؟؟ چی میشه؟؟»

«ماشین باید با سوخت باشه، سوخت نباشه چی میشه؟؟ چی

میشه؟»

در انتهای فعالیت بکبار سوره عصر را در کلاس همخوانی کنید.

فعالیت ۳:

لوازم مورد نیاز: 

کاغذ، مداد رنگی

شرح فعالیت:

درباره تفاوت‌های یک شاخه گل خشک با یک شاخه گل سرزنده و خوشبو با بچه‌ها گفتگو کنید.

از بچه‌ها بخواهید داشته‌های گل شاداب را بگویند و بررسی کنند که اگر کدام شرایط وجود نداشته باشد گل شاداب نخواهد ماند.. سپس از آنها بخواهید نقاشی با موضوع گل بکشند یا کاردستی یک گل را درست کنند و داخل هر گلبگ یکی از چیزهایی که برای انسان حیاتی است را بنویسند یا تصویر آن را رسم کنند.



فعالیت ۴:

لوازم مورد نیاز:

ندارد

شرح فعالیت:

بچه‌ها را به گروه‌های سه نفره تقسیم کنید. تعدادی توپ پینگ پنگ تهیه کرده و به هر گروه یک توپ و قاشق بدهید. خط شروع و پایان را تعیین کنید، سپس از بچه‌ها بخواهید یکی یکی از خط شروع، توپ را روی قاشق بگذارند و تا خط پایان ببرند و به نفر بعدی برسانند. نفر بعدی هم توپ را گرفته و بازی را از نقطه شروع انجام بدهد و همین طور تا نفر سوم.

آنها باید بدون اینکه توپ از قاشق بیفتد و با حفظ تعادل توپ‌ها را به نفر بعدی برسانند. هر گروهی که زودتر بازی را به پایان برساند برنده است.

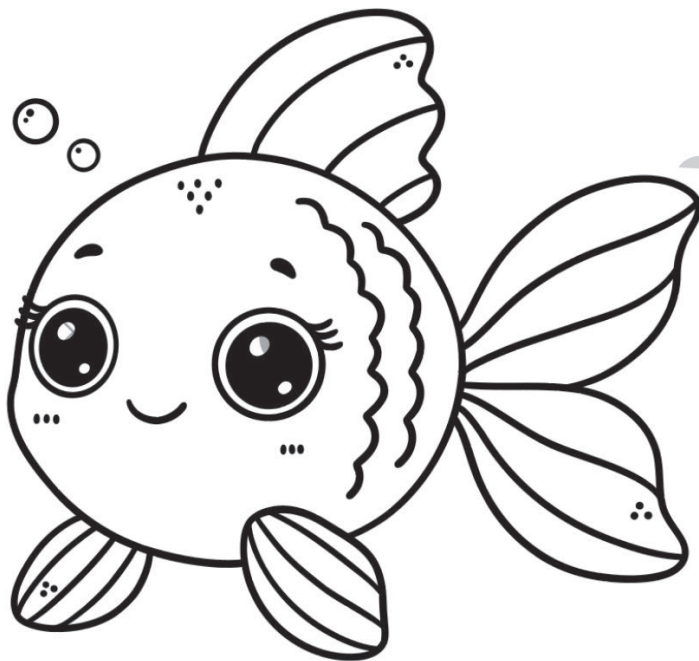
در انتهای فعالیت یک بار سوره عصر را در کلاس همخوانی کنید و این نکته را به بچه‌ها یادآوری کنید که توپ را در صورتی می‌توانید به مقصد برسانید که تعادلش را روی قاشق حفظ کنید؛ در زندگی هم تنها با حفظ تعادل می‌توانید به مقصد برسید.

کاربرگ چهارشنبه

حراست و رسیدگی

دوره اول دبستان - فعالیت ۱

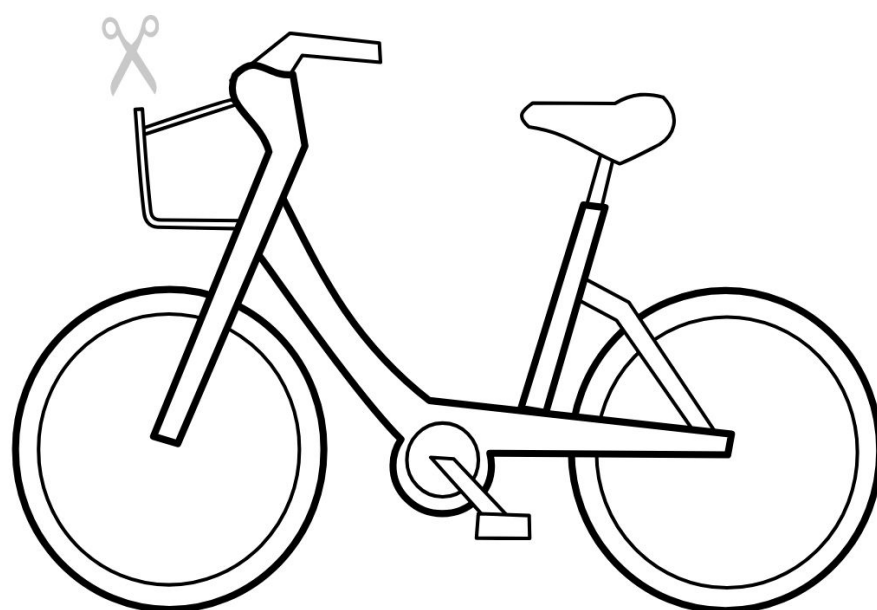
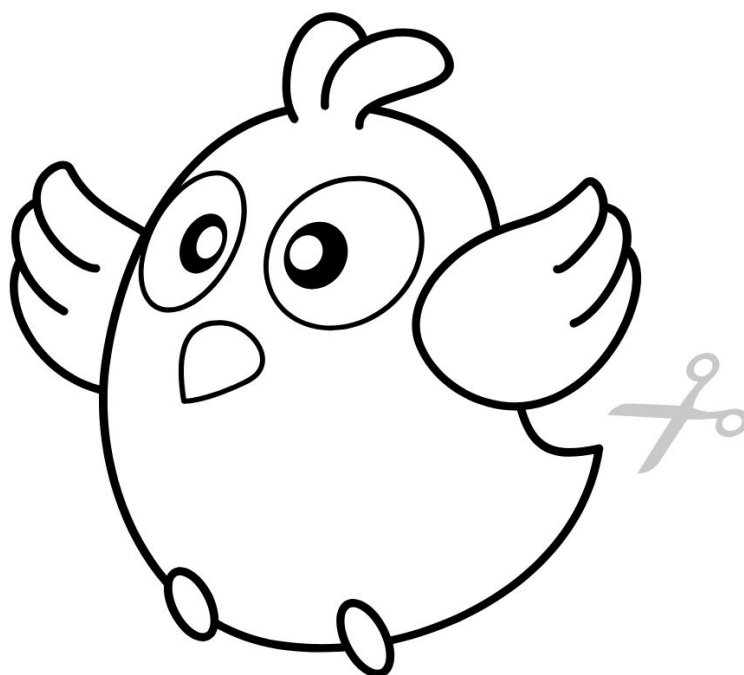
(ویژه مربی)



کاربرگ چهارشنبه

حراست و رسیدگی

دوره اول دبستان - فعالیت ۱
(ویژه مربی)

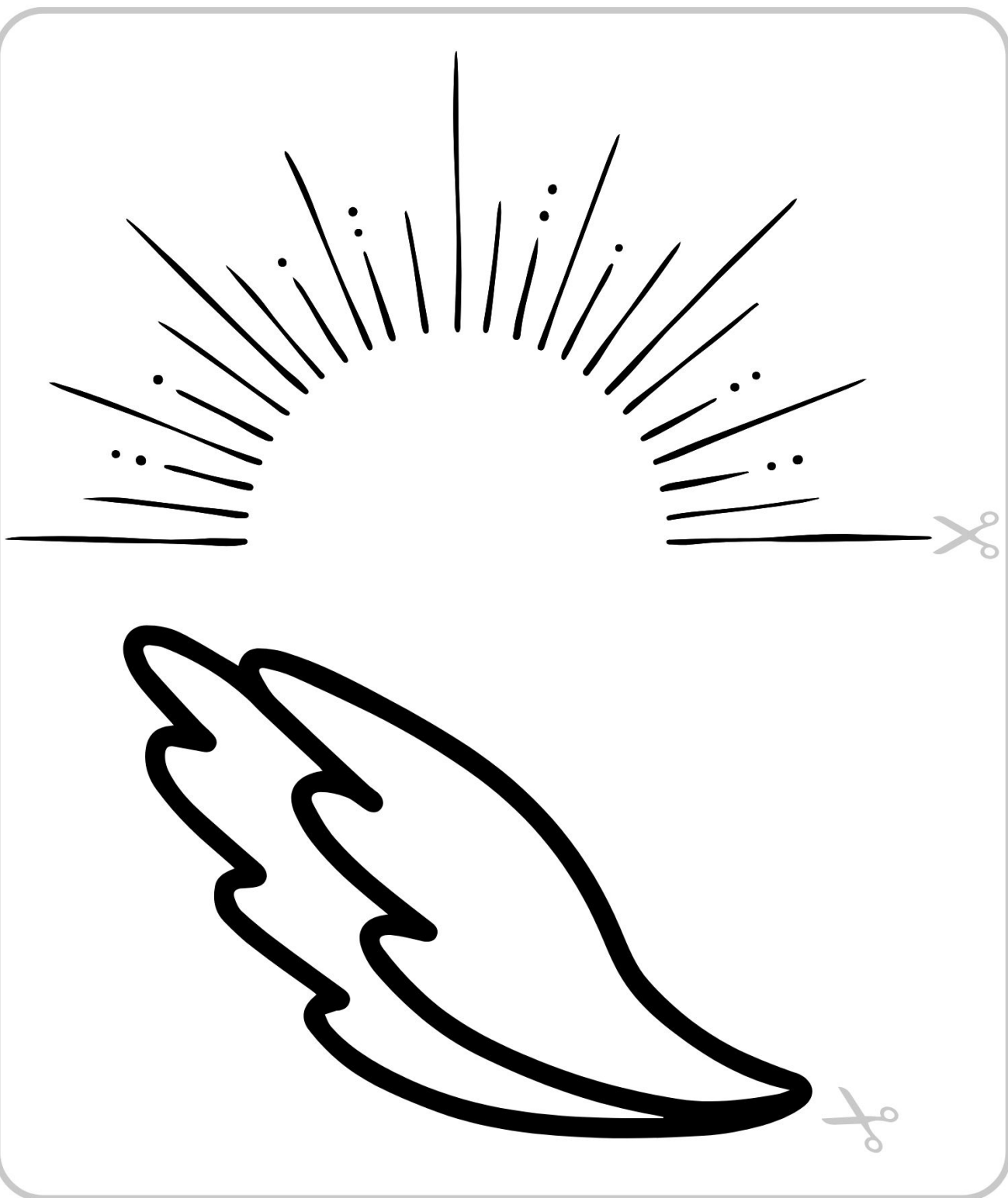


کاربرگ چهارشنبه

حراست و رسیدگی

دوره اول دبستان - فعالیت ۱

(ویژه مربی)

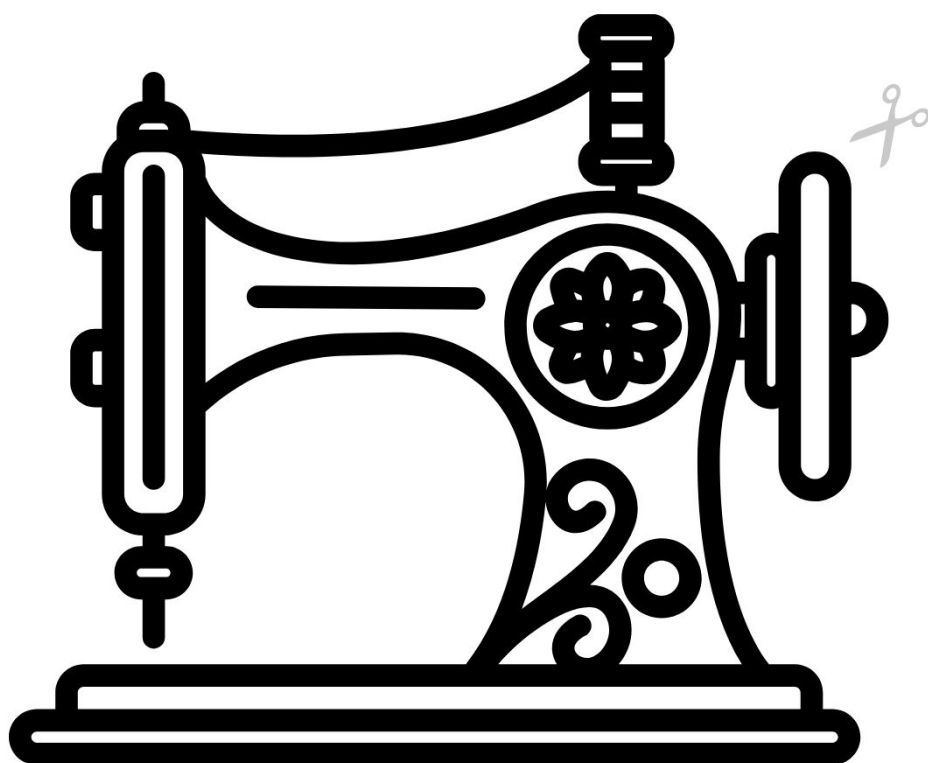


کاربرگ چهارشنبه

حراست و رسیدگی

دوره اول دبستان - فعالیت ۱

(ویژه مربی)

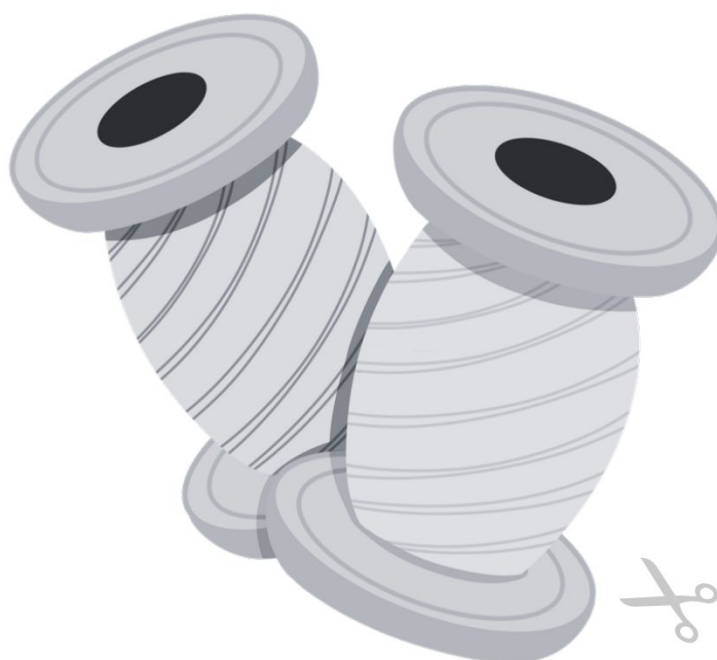
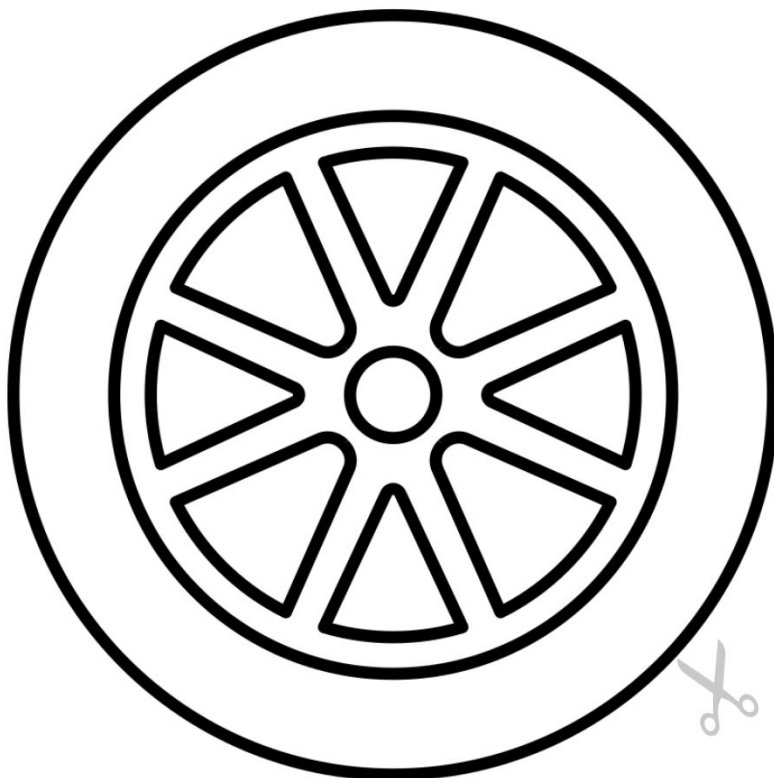


کاربرگ چهارشنبه

حراست و رسیدگی

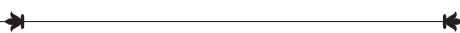
دوره اول دبستان - فعالیت ۱

(ویژه مربی)





روز ششم



پنج شنبه

روز توجه به خالق بی نیاز

دعای روز پنجشنبه

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى وَالتُّقَى، وَالْعَفَافَ وَالْغِنَى، وَالْعَمَلَ بِمَا تُحِبُّ
وَتَرْضَى، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ قُوَّتِكَ لِضَعْفِنَا، وَمِنْ غِنَاكَ لِفَقْرِنَا وَفَاقَتِنَا،
وَمِنْ حِلْمِكَ وَعِلْمِكَ لِجَهْلِنَا. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، وَأَعِنَّا
عَلَى شُكْرِكَ وَذِكْرِكَ، وَطَاعَتِكَ وَعِبَادَتِكَ، بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

خداوندا! من خواهان هدایت و تقوا و عفاف و بی نیازی و عمل
به آنچه تو دوست داری و راضی هستی، هستم. خداوندا، از توانت،
برای ناتوانیمان درخواست می‌کنم، و از بی نیازی ات برای بینوایی و
نیازمان، و از بردباری و دانش تو، برای نادانیمان. خداوندا! بر محمد و
آل محمد درود فرست و ما را برای سپاسگزاری از تو و یاد تو و طاعت
و عبادتت یاری کن؛ به حق رحمت خودت، ای رحم کننده ترین رحم
کنندگان.

پنج شنبه

روز توبه به خالق بی نیاز

پنج شنبه هایم را در جستجوی هدایت، تقوا (انتخاب‌های عاقلانه)، عفاف، بی نیازی، عمل به آنچه تو دوست داری و راضی می‌شوی هستیم.

می‌خواهم ضعف‌هایی که دارم را از قوت تو رفع کنم. و فقر و نیازمندی‌هایم را از بی نیازی تو، و جهلم را از حلم و علم تو.

اللهم صل علی محمد و آل محمد با شکر، ذکر، اطاعت و عبادت تو می‌توانم به قوت و غنا و حلم و علمت دست پیدا کنم و هدایت و توقا و غنی و عمل برمن مستولی شوم.

مگر میشود رحمت تو باشد ای ارحم الراحمین و من پنج شنبه ام اینگونه نشود؟!

فعالیت‌های روز پنج شنبه

مربی گرامی برای آشنایی کودکان با مفهوم بی‌نیازی خداوند کافی است با چند مثال ساده آن‌ها را با «نیاز» و «رافع نیاز» آشنا کنید.

خوب است در فواصل فعالیت‌ها چندبار سوره مبارکه ضحی - سوره توجه به خالق بی‌نیاز - به صورت دسته جمعی هم خوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مأنوس شوند.

فعالیت ۱

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

به کمک فهرست زیر در مورد برخی نیازهای ساده در کلاس صحبت کنید و از بچه‌ها بخواهید در پاسخ به سوالات شما را همراهی کنند:

۱- برای نوشیدن آب به چه چیزهایی نیاز داریم؟

- تشنه باشیم
- لیوان داشته باشیم
- آب تمیز باشد
- آب قطع نباشد
و...

۲- برای خوردن غذا به چه چیزهایی نیاز داریم؟
- گرسنه باشیم
- غذای پاک داشته باشیم
- توانایی قورت دادن داشته باشیم
و....

۳- برای شعر خواندن به چه چیزهایی نیاز داریم؟
- یک شعر داشته باشیم
- توانایی حفظ کردن شعر داشته باشیم
- زبان و لب و دندان و دهن برای خواندن داشته باشیم
و....

می‌توانید مثال‌های ساده دیگری از این دست در کلاس بزنید یا حتی از بچه‌ها بخواهید خودشان چند مثال بزنند.
در انتهای فعالیت یک بار سوره ضحی را برای بچه‌ها قرائت کنید.

فعالیت ۲

لوازم مورد نیاز: 

مداد

شرح فعالیت:

کاربرگ فعالیت ۲ را به تعداد بچه‌ها تکثیر نمایید و از آن‌ها بخواهید تصاویر مربوط به هر نیاز را به تصویری که آن نیاز را برطرف می‌کند وصل کنند.

بعد از حل کاربرگ، سوره ضحی را آیه به آیه برای بچه‌ها قرائت کنید تا بعد از قرائت شما آیات را دانه دانه تکرار کنند.

فعالیت ۳

لوازم مورد نیاز: 

ندارد

شرح فعالیت:

شعر زیر را برای بچه‌ها بخوانید و پیرامون تفاوت نیازها در شب و روز با آن‌ها صحبت کنید.

امروز حین بازی
وقتی که می‌دویدم
حرف دل خودم را
در سوره ای شنیدم

من دفتر دلم را
آن لحظه باز کردم
یعنی که با خدایم
راز و نیاز کردم

گفتم به او چه خوب است
خورشید آفریدی
یا در سیاهی شب
مهتاب را کشیدی

در روشنایی روز
سرگرم درس و کاریم
بعدش به استراحت
در شب نیاز داریم

آرامشی که باشد
در جمع خوب و ساده
یعنی که شب نشینی
همراه خانواده

می‌توانید با استفاده از شعر به موارد زیر اشاره کنید:
نیازهای روزانه: بازی، کار، تفریح، درس
نیازهای شبانه: دعا و رازونیا، دورهمی خانوادگی، استراحت
خوب است در انتهای فعالیت یکبار سوره ضحی را در کلاس
هم خوانی کنید.

کاربرگ پنجشنبه

توجه به خالق بی نیاز

دوره اول دبستان - فعالیت ۲

فرزندم تصویر مربوط به هر نیاز را به تصویری که آن نیاز را برطرف می کند وصل کن.





روز هفتم

جمعه
روز تقرب به خدا

دعای روز جمعه

اللَّهُمَّ اجْعَلْنَا مِنْ أَقْرَبِ مَنْ تَقَرَّبَ إِلَيْكَ، وَأَوْجَهَ مَنْ تَوَجَّهَ إِلَيْكَ، وَأَنْجَحَ مَنْ سَأَلَكَ وَتَضَرَّعَ إِلَيْكَ، اللَّهُمَّ اجْعَلْنَا مِمَّنْ كَانَ يَرَاكَ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ الَّذِي فِيهِ يَلْقَاكَ، وَلَا تُؤْتِنَا إِلَّا عَلَى رِضَاكَ، اللَّهُمَّ وَاجْعَلْنَا مِمَّنْ أَخْلَصَ لَكَ بِعَمَلِهِ، وَأَحَبَّكَ فِي جَمِيعِ خَلْقِكَ. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، وَاعْفِرْ لَنَا مَغْفِرَةً جَزْماً حَتْماً لَا نَقْتَرِفُ بَعْدَهَا ذَنْباً، وَلَا نَكْتَسِبُ خَطِيئَةً وَلَا إِثْماً. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ صَلَاةً نَامِيَةً، دَائِمَةً زَاكِيَةً، مُتَتَابِعَةً مُتَوَاصِلَةً مُتَرَادِفَةً، بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

خداوند! ما را از نزدیک ترین کسانی که به تو تقرب جسته اند، و از موجه ترین کسانی که به تو روی آورده اند، و از موفق یافته ترین کسانی که از تو خواسته اند و به درگاهت تضرع کرده اند، قرار ده. خداوند! ما را از کسانی قرار ده که گویی در روز قیامت که به لقای تو می آیند، تو را می بینند. ما را جز به خشنودی خود نمیران. خداوند! ما را از کسانی قرار ده که عملشان را برای تو خالص کردند و در میان همه آفریدگانت تو را بیش از دیگران دوست دارند. خداوند! بر محمد و آل محمد درود فرست و ما را چنان قطعی حتمی بیامرز که پس از آن گناهی مرتکب نشویم و خطا و گناهی نکنیم. خداوند! بر محمد و آل محمد درود فرست، درودی بالنده، همواره، فزاینده، پیایی، پی در پی، و به دنبال هم. به حق رحمت خودت، ای رحم کننده ترین رحم کنندگان.

جمعه روز تقرب به خدا

جمعه هایم را در جستجوی اتصال به توأم، هر کاری می‌کنم می‌خواهم فزاینده، دائم، پاک، پی در پی و پیوسته با تو باشم. می‌شود نزدیک ترین به تو بود؟ می‌شود نزد تو آبرو داشت و در آغوش امن تو در سلامت و نجات باشم؟

می‌خواهم امروز تو را در تک تک لحظه هایم ببینم. نه حتی یکایک کارهایم. بلکه در آناء شب و روز جمعه ام تو باشی و غیر تو را ملاقات نکنم. و این روز را تمام نکنم مگر اینکه رضایت تو برایم حاصل شود. و مگر می‌شود تو به کمتر از دیده شدنت برای بندگان، راضی شوی و به کمتر از لقاء رضایت دهی؟!

برای همین باید عمل هایم را خالصانه برای تو انجام دهم. تمام برنامه هایم را با صلواتی بر کسانی که جمعه هایشان متصل به تو بوده و هر جمعه به ملاقات نائل می‌شدند شروع می‌کنم، ادامه می‌دهم و به سرانجام می‌رسانم.

مگر میشود رحمت تو باشد ای ارحم الراحمین و من جمعه ام اینگونه نشود؟!

فعالیت‌های روز جمعه

مربی گرمی

تقرب به خدای متعال در دل کارهای خالصانه نهفته است. کارهایی که انجام آن‌ها شاید در ابتدا کمی دشوار و سخت باشد؛ پس برای آشنایی کودکان با مفهوم آسانی در دل سختی‌ها کافی است به آن‌ها یاد دهید که اگر کاری را زیاد انجام دهند در آن کار قوی می‌شوند و آن کار دیگر برایشان سخت نخواهد بود.

خوب است در فواصل فعالیت‌ها چندبار سوره مبارکه انشراح - سوره تقرب به خدا- به صورت دسته جمعی هم خوانی شود تا بچه‌ها در فضای شاد با این سوره مبارکه مأنوس شوند.

فعالیت ۱:

لوازم مورد نیاز:



ندارد

شرح فعالیت:

از بچه‌ها بخواهید جملات زیر را ۵ بار تکرار کنند. بچه‌ها خواهند دید که با تکرار زیاد جملات، گفتن آن‌ها آسان‌تر خواهد شد:

- کوکتل کتلت، کتلت کوکتل
- منوچهر با یه بقچه پرتربچه، توی باغچه، خورد پیازچه!
- انگور انبه ازگیل اورانگوتان
- سه سیخ سوشی، سیخی شیش هزار
- زیره ریزه میزه از زیر میز می ریزه
- غولارو با قند گول می زنیم
- تره و ترب و ترخون، ترد و تند و تلخه
- چه ژست زشتی
- سه دزد رفتن به بز دزدی یه دزد یه بز دزدید یه دزد دو بز دزدید
- ششلیک شنسل شنسل ششلیک

فعالیت ۲:

لوازم مورد نیاز:

راکت، توپ پینگ پنگ

شرح فعالیت:

راکت را به همراه توپ پینگ پنگ در اختیار بچه‌ها قرار دهید تا رکورد خود را در نگهداشتن توپ با ضربه روی راکت ثبت کنند. بعد از آن که همه بچه‌ها یک دور رکورد خود را ثبت کردند، مجدد از نفر اول شروع به ثبت رکورد کنید. این کار را چند بار ادامه دهید. بچه‌ها متوجه خواهند شد که به تدریج رکوردشان بهتر می‌شود.

می‌توانید این بازی را با توپ بسکتبال و سبد بسکتبال، یا تیر و دارت و یا هر وسیله دیگری که امکان مقایسه رکوردشان با رکورد قبلی خودشان باشد انجام دهید.

بعد از انجام فعالیت و درک مفهوم آسانی به دست آمده در سختی، خوب است سوره انشراح خواهد شود.

فعالیت ۳

لوازم مورد نیاز: 

بطری خالی نوشابه، توپ

شرح فعالیت:

بطری‌های خالی نوشابه را در کنار هم بچینید و از بچه‌ها بخواهید در فاصله معینی از بطری‌ها ایستاده و با یک ضربه توپ، بیشترین تعدادی که می‌توانند از بطری‌ها را بیاندازند. آن‌ها خواهند فهمید با تکرار و تمرین می‌توانند هربار با یک ضربه توپ، تعداد بیشتری از بطری‌ها را بیاندازند.

فعالیت ۴:

لوازم مورد نیاز:

تعدادی لیوان یک بار مصرف، توپ پینگ پنگ، آب

شرح فعالیت:

چند لیوان یکبار مصرف را آب کنید و آنها را در امتداد هم و چسبیده به هم قرار دهید. آنگاه از یک توپ پینگ پنگ استفاده کرده و روی آب لیوان اول قرار دهید. سپس از بچه‌ها بخواهید با فوت کردن توپ را به سمت لیوان‌های بعدی هدایت کنند. بچه‌ها بعد از چند بار تکرار و تمرین متوجه توانمند شدن خود در این بازی خواهند شد.

بعد از آنکه بچه‌ها در انتقال توپ‌ها سرعت گرفتند

خوب است با بچه‌ها در مورد سختی برخی کارهای خوب صحبت کنید و به آن‌ها یادآوری کنید که آسان شدن آن عمل خوب در تکرار و تمرین است و سپس سوره انشراح را در کلاس هم خوانی کنید.