

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

تقدیم به خانواده‌های سرزمین پرشکوه‌هم؛
ایران

خودآموز فرآموز
پیشگیری از استعمال دخانیات

کتاب کار با کودکان ۱۰ تا ۱۳ سال

مؤلفان:

دکتر سیامک طهماسبی

دکتر لیلا جباری

مریم ایوبی‌راد

فاطمه نورشرف

مهدی امیری

فاطمه مرادی

به سفارش اداره کل سلامت شهرداری تهران

با تشکر از مریم کبیری، نجمه اسماعیلی، اعظم آبنیکی، محمد کامکار
و فاطمه متین‌خواه

ویرایش متن: زینت احمدی

صفحه‌آرایی: زانبار بابکری

طراحی جلد: ابوالفضل قهرمانی

انتشار این کتاب در نشست شماره ۳۰ مورخ ۱۴۰۰/۵/۲۶
شورای چاپ و نشر شهرداری تهران به تصویب رسیده است.



فهرست

۶	مقدمه
۱۰	سخنی با والدین
۱۴	بازی‌ها
۱۵	مغزنوشت
۱۷	«نه» بگو
۱۸	بدن سالم ما
۲۱	جدول جستجوی کلمات
۲۳	دوستان من
۲۴	داستان‌ها
۲۵	آفتاب پرستِ جورج
۲۹	شب چهارشنبه‌سوری
۳۲	یک آرزوی زیبا
۳۴	سه برادر
۳۸	گل‌های زیبا با گلدان‌های چوبی
۴۰	چطوری «نه» بگم؟
۴۱	داستان + موقعیت
۴۴	تقاشی‌ها
۴۵	به حرفام گوش کن
۴۶	کی می‌تونه خلاق باشه؟
۴۷	من قهرمانم
۴۸	کمکم کن.
۵۰	پویانمایی‌ها
۵۱	گولوبولا
۵۳	قلیان تفریحی
۵۴	تائیرات قلیان
۵۵	نه به اعتیاد
۵۶	پسر ورزشکار
۵۸	بازی‌های دیجیتال
۵۹	فوتبالیست‌ها
۶۰	دکتر کودکان
۶۲	دعا و نیایش
۶۴	منابع

مقدمه

امروزه علی‌رغم گسترش روزافزون علم و تکنولوژی، فرضیه‌ی آسانتر شدن تربیت کودک در سایه‌ی این پیشرفت‌ها، رنگ باخته است و در هجوم داده‌های متنی، صوتی و تصویری و همه‌گیری شبکه‌های مجازی، آنچه سهل‌الوصولتر از قبل شد، آسیب‌های اجتماعی و اختلالات روانی متعدد بود و نه تربیت کودک سالم، شاد و بهنجار. در این دهکده‌ی آنلاین جهانی، والدین در مسیر پروراندن کودک خود، تنها از همیشه هستند. دیگر نه آن ارتباطات خویشاوندی و انتقال تجربیات به‌خوبی اتفاق می‌افتد و نه زمین‌های بازی و محله‌ها به‌قدری وجود دارند که فرزندان را برای زندگی آینده یاری دهند. همه‌ی آنچه روزی گمان می‌رفت که برای تسهیل زندگی آمده است، اکنون در مقابل کانون خانواده قرار دارد و عمداً یا سهواً در حال تضعیف این نهاد مهم اجتماعی است؛ از تلویزیون گرفته تا اینستاگرام؛ از اخبار جعلی تا نوشتارهای نامعتبر. قاعدتاً در این شرایط، کارایی خانواده در تربیت کودکان به‌تدریج کاهش یافته و رسانه این نقش حیاتی را به دست می‌گیرد؛ رسانه‌ای افسارگسیخته، بدون نظارت و از همه مهم‌تر، بدون رقیب. حال ما از سویی درگیر مشغله‌های مجازی خودمان هستیم، از سوی دیگر آسیب‌های اجتماعی فوران کرده‌اند و کودکان بیشتر از هر زمان آماج این تهدیدات هستند.

مبهرن است که هر جامعه‌ای، چنانچه از خانواده‌هایی سالم برخوردار نباشد، نمی‌تواند ادعای سلامت کند و بدون شک هیچ‌یک از آسیب‌های اجتماعی هم نیست که فارغ از تأثیر خانواده به وجود آمده باشد. پدر و مادر، بهترین الگوها هستند و کودک آداب‌ورسوم، نحوه‌ی برخورد و ارتباط با محیط و بسیاری از واکنش‌های اجتماعی را از والدین می‌آموزد. خانواده تحت شرایط صحیح، کودکان را آماده می‌سازد تا توانایی‌های بالقوه خود را شناسایی کنند و به‌عنوان افراد بالغ، نقش‌های سودمندی را در جامعه به عهده گیرند؛ اما در خانواده‌های ناسالم، میزان بروز رفتارهای پرخطر بیشتر است. در چنین شرایطی و برای مصون نمودن جامعه از آسیب‌های روزافزون، باید نظام‌های اجتماعی و سیاسی برای آموزش والدین گام‌هایی بردارند. این گام‌ها شامل آموزش‌های فرزندپروری به والدین، تسهیل دسترسی به مراکز ارائه‌ی خدمت و مشاوره، ایجاد زیرساخت‌های محلی، تقویت آموزش رسمی و ... است.

یکی از این نهادهای اجتماعی که می‌تواند در ارتقای سطح سلامت روان شهروندان جامعه و به‌تبع آن خانواده‌ها نقش ایفاء کند، شهرداری‌ها می‌باشند، امروزه شهرداری‌ها در بسیاری از کشورهای دنیا به ویژه کشورهای پیشرفته، یکی از ارکان اساسی تأمین حفظ و ارتقای سلامت شهروندان آن جامعه محسوب می‌شوند. در حال حاضر شهرداری تهران نیز با راه‌اندازی اداره کل سلامت (در سطح ستاد)، ادارات سلامت (در سطح مناطق) و خانه‌های سلامت (در سطح محلات)، قدم‌های اساسی و زیربنایی را به‌منظور ارتقای سطح سلامت شهروندان به ویژه در ابعاد اجتماعی و روانی آن برداشته است. اجرای ویژه‌برنامه‌های مختلف آموزشی سلامت‌محور، ارائه‌ی خدمات مشاوره و روانشناسی، تشکیل کانون‌های اجتماع‌محور و جذب همکاری‌های دولتی و غیردولتی، نمونه‌ای از اقداماتی است که در این راستا در حال اجرا می‌باشد. با توجه به گسترش آسیب‌های اجتماعی و ضرورت آموزش شهروندان به ویژه کودکان و نوجوانان در جهت پیشگیری از رفتارهای پرخطر، اداره کل سلامت شهرداری شهر تهران نسبت به راه‌اندازی مراکز آموزش مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان با عنوان فرآموز در سطح مناطق بیست‌ودوگانه اقدام نموده است.

فرآموز، مکانی برای اجرای برنامه‌های آموزشی هدفمند برای کودکان و نوجوانان است تا در آنجا مربیان بتوانند زمینه‌ی رشد مهارت‌ها و توانمندی آنان را فراهم نموده و مهارت‌های اساسی زندگی را در آنان ارتقاء دهند و بر تجارب آنها در تعاملات و ارتباطات اجتماعی خود بیفزایند. هر مرکز فرآموز متناسب با عنوان فعالیت آن بر اساس اصول علمی و روانشناسی طراحی و فضا سازی شده و به کارگاه‌های تخصصی متنوعی برای یادگیری بهتر و سریعتر تقسیم گردیده است. آموزش در این مراکز توسط مربیان مجرب، کارآموده، آشنا و مرتبط با مباحث روانشناسی و مهارت‌های رفتاری کودکان و نوجوانان انجام می‌گیرد. مربیان در این مراکز در محیطی شاد، خلاق و بانشاط با بهره‌گیری از روش‌های مختلف نظیر بازی، نمایش، نقاشی، شعر، قصه‌گویی، بارش افکار، بحث و گفت‌وگوی آزاد و... مهارت‌های رفتاری را به گروه هدف آموزش می‌دهند.

لذا با توجه به اینکه عمده‌تاً افراد مراجعه‌کننده یک بار از خدمات مراکز فرآموز بهره‌مند می‌گردند، ضرورت تداوم آموزش‌ها به گروه‌های هدف و والدین آنان جهت پایدارسازی و اثربخشی این آموزش‌ها اجتناب‌ناپذیر است.

از این رو بر آن شدیم تا با تدوین محتوای ساده، کاربردی، علمی و مخاطب‌پسند، بتوانیم فعالیت‌های فرآموزی را برای خانواده و محیط خانواده بازطراحی کنیم؛ به این شکل که والدین بتوانند با کمترین ابزار موردنیاز و صرف وقت اندکی، فعالیت‌های هدفمندی را با فرزندان خود کار کنند و چه بسا که اثرات مطلوب‌تری نیز کسب نمایند. بدین منظور برای هر مرکز فرآموز، سه جلد کتاب طراحی و تدوین شد. نخست؛ کتاب ویژه‌ی والدین که دارای دو بخش می‌باشد: بخش ویژه که به تعریف، تبیین، سبب‌شناسی و مؤلفه‌های موضوع موردنظر می‌پردازد و در آن توصیه‌ها و تکنیک‌های ارتقای مهارت در والدین و فرزندانشان به تفصیل قرار داده شده است و بخش مشترک که حاوی مطالبی در خصوص مهارت‌های عمومی و کاربردی پرورش فرزندان، نحوه‌ی تعامل با رسانه و ارتباط بین مهارت‌های زندگی با کتب درسی می‌باشد. این بخش مشترک به‌منظور جلوگیری از قطع ارتباط منطقی مباحث، در پایان تمام کتاب‌های والدگری قرار داده شده است.

در کنار کتاب والدین، دو کتاب برای انتقال مهارت‌ها به کودکان (فرزندپروری) در دو گروه ۶ الی ۹ سال و ۱۰ الی ۱۳ سال نیز تدوین شده است که هر کتاب مشتمل بر بازی، داستان، نقاشی، انیمیشن و بازی دیجیتال است. در راهنمای فرزندپروری، هدف از فعالیتهای گردآوری‌شده، مدت‌زمان لازم برای هر کدام، ابزارهای موردنیاز و گفت‌وگوهایی که قبل و بعد از فعالیت باید با کودک داشت، شرح داده شده است. بدیهی است که به‌کارگیری فعالیتهای کتاب فرزندپروری مطابق با شیوه‌نامه‌های آن، انتقال مهارت‌ها و مفاهیم تربیتی را به کودک بسیار تسهیل خواهد کرد.

بنا به مراتب، بسته‌ی حاضر با عنوان خودآموز پیشگیری از استعمال دخانیات، برای استفاده‌ی خانواده‌های عزیز طراحی شده است. در پایان امیدواریم که آنچه در این مجموعه کتب تدوین گشته، موجبات رضایت شما والدین عزیز را فراهم سازد. آرزوی قلبی ما پرورش فرزندان سالم، بهنجار، شاد و پرتلاش در سراسر ایران است که این مهم قطعاً با همراهی پدران و مادران عزیز دست‌یافتنی است.

سخنی با والدین

والد عزیز؛ بسته‌ی خودآموزی که هم اکنون در حال مطالعه‌ی آن هستید، دربرگیرنده‌ی مجموعه‌ای از فعالیت‌ها شامل بازی، داستان، نقاشی، پویانمایی و بازی‌های دیجیتال، برای ارتقای مهارت‌های ضروری به‌منظور پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در فرزندان می‌باشد. تیم تألیف این محتوا در تلاش بوده‌اند با انتخاب فعالیت‌های ساده، آسان، مؤثر و البته کاربردی، راهنمای ارتقای مطلوبی برای والدین آماده نماید. از این رو عمده‌ی فعالیت‌های موجود در این راهنما، توسط نگارندگان، مشاهده یا اجرا و با حصول اطمینان از کارایی آنان به کتاب اضافه شده‌اند.

یکی از مهم‌ترین مباحثی که از ابتدا مورد توجه تیم تألیف بود، مخاطب‌پسند بودن فعالیت‌هاست؛ به‌گونه‌ای که هم‌هی والدین گران‌قدر، فارغ از میزان سواد بتوانند آنها را در محیط خانه عملیاتی نمایند. همچنین از آنجایی که فعالیت‌ها انتخابی بوده و هر کدام به‌واسطه‌ی اثربخشی خود در این کتاب قرار گرفته‌اند، لازم است متذکر شویم

که اجرای مطابق شیوه‌نامه آن‌ها بسیار مهم است. برای هر فعالیت، حسب مورد، شیوه‌نامه اجرایی نوشته شده که بهتر است والدین در هنگام تعامل با فرزندانشان از آن پیروی کنند. یکی از قسمت‌های موجود در شیوه‌نامه، بخش «گفت‌وگوهای قبل و بعد از فعالیت» هست که مستقیماً بینش و نگرش کودک شما را هدف می‌گیرد و ذهن کودک را برای دریافت محتوای مدنظر، قبل از مشاهده یا اجرای فعالیت؛ و تثبیت آموخته‌های پس از آن آماده می‌سازد. لذا لازم است نکاتی که به کودک می‌گویید، در گستره‌ی مواردی باشد که در این قسمت به آن اشاره شده است. برخی از والدین ممکن است در هنگام مطالعه‌ی فعالیت‌ها با خود بیندیشند که چه هدفی در آموزش این موارد وجود دارد؟ پاسخ این ابهام والدین نیز در بخش «اهداف» آمده است. به این صورت که برای عمده‌ی فعالیت‌ها، اهداف مورد انتظار از اجرای آن نوشته شده و والدین حتی با توجه به اهداف، می‌توانند برخی از فعالیت‌ها را جدی‌تر دنبال بکنند. یکی از دغدغه‌های والدین برای انجام فعالیت‌های آموزشی متنوع و اثربخش در منزل، عدم وجود لوازم موردنیاز است. بدین‌منظور تیم تألیف محتوا، با توجه به این دغدغه‌ی بجا، فعالیت‌هایی را انتخاب نموده است که با استفاده از لوازم موجود در منزل، بتوان آن را اجرا نمود.

ممکن است در نگاه اول برخی از فعالیت‌ها برای والدین، فاقد اثربخشی و جذابیت باشند! در اینجا لازم است بگوییم که فرزندان حتماً دیدگاه متفاوتی با شما خواهند داشت. شاید برخی برای شما جذاب نباشد، ولی یقیناً اگر مطابق شیوه‌نامه اجرا شوند، مشاهده خواهید کرد که فرزندان با جدیت آن را انجام داده و از انجام آن نیز لذت می‌برند؛ لذتی توأم با آموختن. اما نکته‌ی مهم در اینجا این است که همه‌ی اهداف آموزشی، چه در این راهنما و چه در سایر کتب، زمانی به نتیجه خواهند رسید که با معجون‌ی سحرآمیز ترکیب شوند؛ و آن معجون چیزی نیست جز ارتباط مثبت والد - فرزند. با اطمینان می‌گوییم که این مورد، تسهیل‌کننده‌ی هر آن چیزی

است که برای آینده‌ی زیبای فرزندتان ترسیم کرده‌اید. در کتاب ویژه والدین، مطالب زیادی برای نیل به این ارتباط موثر و مثبت آورده شده است. همچنین فعالیت‌های این کتاب نیز به‌گونه‌ای انتخاب شده‌اند که به‌صورت ناخودآگاه ارتباط والد-فرزندی را مثبت و مؤثرتر سازد. با این حال اگر کوشش مجدّانه‌ی شما برای ساخت این ارتباط نیز بدان اضافه شود، بی‌شک رضایت دوطرفه‌ی شما چندین برابر خواهد شد. پس لطفاً برای اجرای این فعالیت‌ها، زمان ویژه‌ای را در نظر بگیرید و در این مدّت، فارغ از دنیای مجازی و متعلقات آن، صرفاً به کودک دلبند خود توجه کنید و تمام متغیرهای مزاحم و مختل‌کننده‌ی این توجه را به‌صورت موقت نادیده بگیرید.

برخی از فعالیت‌ها به‌صورت مستقیم و برخی به‌صورت غیرمستقیم به آموزش مهارت مدنظر ما می‌پردازند. در صورتیکه نسبت به اثربخشی یک فعالیت شک کردید، لطفاً یک بار آن را انجام دهید (در کتاب والدین به اثربخشی و اهمیت هر کدام اشاره شده است). پس از انجام می‌بینید که اثرات اجرای آن، بسیار بیشتر از عدم انجام است. شما صرفاً با اجرای این فعالیت، کودک را در معرض آموختن توأم با لذت قرار می‌دهید؛ امر مهمی که عمدتاً محقق نمی‌شود. پس یادمان باشد که کمترین اثر این راهنما، غنی‌سازی محیطی است؛ یعنی مهیا کردن محیطی روانی و فیزیکی برای فرزندتان تا کمی بیشتر با شما باشد و از اینکه کنار شماست، لذت ببرد. از سوی دیگر، انجام این فعالیت‌ها، یعنی توجه مؤثر و مطلوب به فرزندتان. فرزند شما این «توجه» را درک می‌کند و مطمئن باشید که به آن پاسخ دلگرم‌کننده‌ای خواهد داد.

نکته‌ی بعدی اینکه، ترتیب قرارگیری فعالیت‌های آموزشی، براساس میزان اهمیت آن‌ها بوده است؛ یعنی برای ما بازی، داستان و نقاشی در اولویت هستند و شما نیز بهتر است بیشتر تمرکزتان را روی این سه بگذارید. تمام این فعالیت‌ها خاصیت تکرارپذیری دارند و شما هر کدام را می‌توانید چندین بار با فرزندتان انجام دهید.

با توجه به اینکه در دنیای دیجیتال کنونی، نادیده گرفتن رسانه و فضای مجازی، سر زیر برف کردن است و این واقعیت زندگی امروز می‌باشد؛ سعی کردیم انیمیشن

و بازی‌های دیجیتال مرتبط و مناسبی برای کودکان معرفی کنیم. منتهی لازم است والدین حتماً میزان و نحوه‌ی استفاده‌ی فرزندان از ابزارهای دیجیتال را کنترل کنند که یقیناً مضرات آن، بسیار بیشتر از مزایای آن است. پویانمایی (انیمیشن) و بازی‌های دیجیتال معرفی‌شده در این راهنما، فیلترهای معمول برای اینکه مناسب خانواده باشند را گذرانده‌اند و شما می‌توانید با اطمینان آن‌ها را با کودکان خود مشاهده و اجرا کنید. البته فضای مجازی مملو از نسخه‌های متفاوت از یک انیمیشن یا بازی است و یا ممکن است پیدا کردن آن برای شما دشوار باشد. از این رو برای آنکه مسیر کوتاه‌تری را برای دانلود بازی دیجیتال یا انیمیشن طی کنید و همچنین از دانلود نسخه‌های نامناسب جلوگیری شود، برای هر کدام از این موارد یک رمزینه‌ی پاسخ سریع (QR Code) طراحی شده است. شما می‌توانید با دانلود اپلیکیشن رمزینه‌خوان در سایت‌ها و برنامه‌های موجود و اسکن رمزینه به‌وسیله‌ی دوربین گوشی‌تان مستقیماً وارد صفحه‌ی دانلود امن شوید و محتوای موردنظر را بر روی گوشی خود داشته باشید. برای دانلود اپلیکیشن رمزینه‌خوان می‌تواند عبارت «QR» را در کافه‌بازار جستجو کنید و اولین برنامه‌ی پیشنهادی را نصب نمایید.

مجدداً با قدردانی از تمامی والدین، صبوری و همت مضاعف در کار با فرزندان را، از مهم‌ترین ویژگی‌های پدر و مادر ایرانی می‌دانیم و امید آن داریم که در هنگامه‌ی شکوه و سعادت، جدیت توأمان خود را در کاربست این راهنما به میدان آورید.

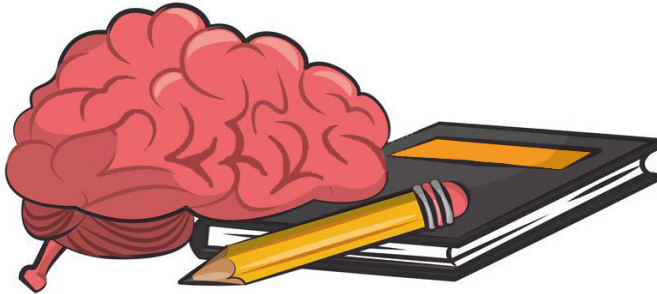


بازی‌ها

مغز نوشت

زمان مورد نیاز: ۴۵ دقیقه

بازی شماره ۱



- تقویت مهارت فکر کردن؛

- تقویت مشارکت در بیان نظرات؛

- تقویت مهارت حل مسئله؛

- تقویت اعتماد به نفس؛

- تقویت تعامل بین کودک و خانواده؛



به کودک بگویید: وجود مشکل در زندگی کاملاً عادی و طبیعی است و هر کسی در زندگی خود با مشکلاتی روبه‌رو می‌شود. البته مشکلات افراد با هم فرق می‌کند چون خود ما نیز با هم تفاوت داریم. مثلاً ممکن است مشکل یکی ضعیف بودن در درس ریاضی و دیگری اختلاف پیدا کردن با یک دوست صمیمی باشد. گاهی هم مشکلات بزرگتری مثل بیماری، اعتیاد و درگیری والدین وجود دارد.

وسایل مورد نیاز

این بازی، هیچ وسیله‌ی خاصی نیاز ندارد.

اجرا

ما از طریق این بازی می‌خواهیم یکی از مشکلات مهم را مطرح کرده و راهکارهایی را با هم‌فکری و مشارکت ارائه کنیم.

ابتدا کودک به عنوان رهبر گروه، از تمام اعضای خانواده که شرایط شرکت در بازی را دارند (۹ سال به بالا) دعوت می‌کند و از آن‌ها می‌خواهد که به صورت دایره بنشینند. سپس از آنان می‌پرسد که اثرات ناشی از تکرار یک رفتار یا عادت بد، مثل مصرف سیگار را بررسی کنند و نتایج را در گروه بیان نمایند.

برای شروع کودک اولین موضوع را بیان می‌کند و از اعضا می‌خواهد، فکر کنند و جواب دهند.

موضوع اول: مصرف سیگار چه تاثیری بر ظاهر افراد دارد؟

به همین ترتیب موضوع‌های بعدی را می‌گویید:

- مصرف سیگار چه تاثیری بر محیط زندگی (مثل خانه و اماکن عمومی) دارد؟

- مصرف سیگار چه تاثیری بر رفتار انسان دارد؟

- مصرف سیگار چه تاثیراتی بر اعضای خانواده خواهد گذاشت؟

سپس پاسخ سوال‌ها را با کمک یکی از والدین جمع‌آوری می‌کند و به عنوان یک فعالیت برای دوستانش ارسال می‌کند.

- برای از بین بردن عادت‌های بد و نامناسب از چه کسانی کمک می‌گیری؟

چه تلاشی برای از بین بردن عادت‌های بد کرده‌ای؟

-مصرف سیگار چه تاثیری بر سلامت فرد و دیگران می‌گذارد؟

بازخورد
از کودک

بگو «نه»

زمان مورد نیاز: ۴۰ دقیقه

بازی شماره ۲

- تقویت مهارت نه گفتن؛
- تقویت اعتماد به نفس؛
- تقویت رابطه و تعاملات اجتماعی؛
- تقویت مهارت فکر کردن؛
- تقویت بارش فکری؛



وسایل مورد نیاز

این بازی، هیچ وسیله‌ی خاصی نیاز ندارد.

اجرا

از کودک می‌خواهیم با کمک مادر، پدر، خواهر یا برادر این داستان را بخوانند و هر یک نقشی را ایفا کنند.

بعد از ظهر تابستان است. حمید بیشتر روزها برای بازی با دوستانش به پارک سرِ کوچه می‌رود. او به پارک رفته است، اما هیچ یک از دوستانش نیامده‌اند. حمید روی نیمکت منتظر نشسته و ناگهان مردی در کنارش می‌نشیند و از او درباره‌ی آدرس خانه‌ی پرس‌وجو می‌کند. بعد به او می‌گوید که از سفر خارجی برگشته و یک ماشین بزرگ پرنده با خودش آورده است. او می‌گوید خانه‌اش در همین نزدیکی است و از حمید می‌خواهد دنبالش برود و با هم آن اسباب‌بازی را به پارک بیاورند تا او با دوستانش بازی کند. حمید خیلی به ماشین علاقه دارد. او حتی یک مجموعه ماشین دارد و ...

- آیا لازم است که حمید آدرس خانه‌شان را به مرد غریبه بگوید؟

- اگر حمید با آن مرد برود چه خطراتی ممکن است او را تهدید کند؟

- اگر حرف‌های مرد غریبه درست باشد، آیا صحیح است حمید دنبال او برود؟

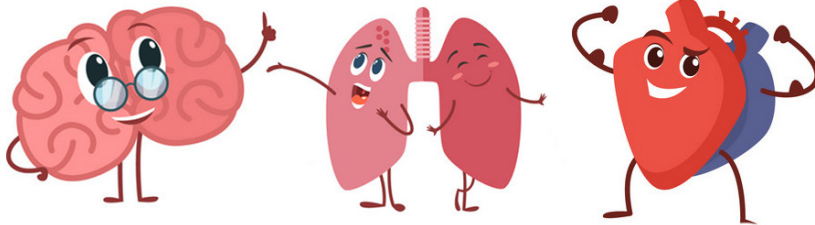
- اگر شما جای حمید باشی چه کار می‌کنی؟

بازخورد
از کودک

بدن سالم ما

زمان مورد نیاز: ۴۵ دقیقه

بازی شماره ۳



- پرورش خلاقیت؛
- تقویت مهارت تفکر؛
- تقویت اعتماد به نفس؛
- ارتقای خودارزشمندی؛



وسایل مورد نیاز



مداد یا خودکار



کاغذ

اجرا

ابتدا از فرزندان بخواهید با دقت سؤالات را خوانده و پاسخ دهد.

- بدن سالم خود را می‌شناسی؟

- چقدر دوستش داری؟

- برای سلامت آن چه فکری کرده‌ای؟ چه کاری کرده‌ای؟

- آیا تاکنون بیمار شده‌ای؟ چه احساسی داشته‌ای؟

سپس برای او توضیح دهید که «حالا بیا یک مهمانی فرضی با حضور چند تا از اعضای بدنمون برگزار کنیم. اینجوری با اون‌ها، کاری که می‌کنن و مشکلاتی که ممکنه براشون ایجاد بشه، بیشتر آشنا می‌شیم. مهمان‌های ما ریه، قلب و مغز هستند. من، تو و یکی دیگه از خانواده، هر کدوم نقش یکی از این اعضا رو بازی می‌کنیم و شروع می‌کنیم به گپ زدن با همدیگه».

گپ زدن اول

«حالا ما توی مهمونی هستیم و می‌خوایم خودمون و مهمترین کاری که تو بدن می‌کنیم رو توضیح بدیم. هر کدوم از مهمونا، شروع کنه به معرفی خودش. بعدش هر کدوم از ما، مهمترین کار مهمونای دیگه رو از نظر خودمون روی یه برگه می‌نویسیم. مغز، مهمترین کار ریه و قلب و رو بنویسه و بقیه به همین ترتیب.»
تمام نظرات نوشته شده را بخوانید. آیا شما نظری برای تکمیل عملکرد او دارید؟ اگر به نظرتان موضوعی اشتباه نوشته شده است، بگویید.

گپ زدن دوم

حالا هر کدام از مهمان‌ها به این سوال پاسخ دهند که «اگر صدمه‌ای ببینه و کارش رو نتونه انجام بده، چه اتفاقی می‌افته؟»
هر مهمان مهمترین اتفاقاتی را که در این شرایط پیش می‌آید را روی برگه بنویسد.
آیا شما نظری برای تکمیل فهرست این اتفاقات برای هر میهمان دارید؟ اگر به نظرتان موضوع اشتباه نوشته شده است، بگویید.
عواملی را که می‌تواند باعث آسیب رساندن به هر یک از مهمانان شود را نام ببرید.

گپ زدن سوم

- حداقل ۴ راه برای حفظ و بهبود سلامت بدن خود پیدا کنید و آن‌ها را روی کاغذ بنویسید. سپس در ادامه این فعالیت را انجام دهید.
- میهمانان ریه در یک طرح ساده دستگاه تنفس و مسیر هوا را رسم کنند.
 - میهمانان قلب در یک طرح ساده دستگاه گردش خود و مسیر خون را رسم کنند.
 - میهمانان مغز در یک طرح ساده دستگاه مغز و اعصاب و مسیر عصبی را رسم کنند.
 - در کنار هر یک، عواملی را که باعث آسیب‌رساندن به هر کدام از آن‌ها می‌شود، ترسیم کنند.

- به افرادی که برای جسمشان احترام قائل نیستند، چه می‌گویید؟
- اگر بخواهی مضرات سیگار را بگویی، چه می‌گویی؟
- تو چطوری از بدنت مراقبت می‌کنی؟

بازخورد
از کودک

جدول جستجوی کلمات

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۴

- تقویت مهارت فکر کردن و بارش فکری؛
- افزایش سیالی، ابتکار، توانایی و بسط؛
- تحریک تفکر خلاق؛



وسایل مورد نیاز



مداد یا خودکار



کاغذ

اجرا

از کودک سوال کنید: آیا می‌دانسی سیگار از چه چیزی درست شده است؟ و این که چه تاثیری بر قسمت‌های مختلف بدن می‌گذارد؟ سپس از او بخواهید بر اساس راهنما فعالیت را انجام دهد. در جدول، ترکیبات و اثرات سیگار آمده است. آن‌ها را در ردیف‌های افقی و عمودی جدول پیدا کرده و در جای خالی زیر جدول بنویسید.

م	س	ر	ف	ه	م	پ	ف	ق
ن	ص	ژ	ل	ط	ر	غ	گ	ف
و	ا	ب	س	ت	گ	ی	ب	ش
ا	ل	و	د	گ	ی	ه	و	ا
ک	چ	ق	ع	ظ	خ	س	ی	ر
س	ر	ط	ا	ن	ل	ک	ب	خ
ی	م	ر	م	ی	ط	ت	د	و
د	د	ا	ذ	ک	خ	ه	ص	ن
ک	ن	ن	ژ	و	و	ق	چ	ب
ر	د	غ	ط	ت	ن	ل	پ	ا
ب	ا	س	م	ی	ی	ب	ث	ل
ن	ن	ض	ر	ن	چ	ی	د	ا
ت	ن	گ	ی	ن	ف	س	خ	ی

کلماتی که پیدا کردی را اینجا بنویس.

دوستان من

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

بازی شماره ۵

- تقویت مهارت فکر کردن؛
- تقویت مهارت دوست‌یابی؛
- ارتقای توانایی تعامل و ارتباط؛



وسایل مورد نیاز



مداد یا خودکار



کاغذ

اجرا

به کودک بگویید خوب فکر کن و اسم تمام دوستانی را که تا به حال داشته‌ای، به خاطر بیاور. سپس در محور عمودی یادداشت کن که چند ساله بودی که با آن‌ها آشنا شدی و در محور افقی اسم آن‌ها را بنویس. ممکن است با یک نفر چندین سال دوست باشی، اسم او را در هر سال بنویس.

حالا به این سوالات پاسخ بده:

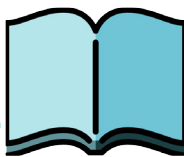
- ۱- با اکثر دوستانت در کجا آشنا شدی؟
- ۲- با چند نفر از آن‌ها دوستی صمیمی و طولانی داری؟
- ۳- نام بهترین دوستت چیست؟ این دوستت چه تاثیری بر تو گذاشته است؟

- تو در چه زمینه‌هایی بر دوستانت تاثیر گذاشتی؟
- با کدام دوستت می‌خواهی به دوستیت ادامه بدی؟ چرا؟
- اگر بخواهی برای دوستان خوبت، رنگ انتخاب کنی، چه رنگی رو انتخاب می‌کنی؟

بازخورد
از کودک



دانشگاه



آفتاب پرستِ جورج

جورج داخل اتوبوس نشسته بود و از مدرسه به خانه می‌آمد. جورج تصویر خودش را در شیشه‌ی اتوبوس می‌دید و به خودش فکر می‌کرد. خیلی غمگین بود. با خودش می‌گفت: نمی‌فهمم چرا همه در یک کار تخصص دارن، جز من. از اتوبوس پیاده شد و درحالی‌که تکه سنگی را لگد می‌زد و به سمت خانه می‌رفت، به خودش گفت: جیمی یک فوتبالیست بی‌نظیره. برایان مخ حسابیه. پیتر داستان‌های فکاهی‌اش حرف نداره؛ ولی من هیچ کاری ازم برنمیاد. ای کاش منم مثل اونا بودم. من فقط جورج گنده‌ی خوبم؛ همون چیزی که اونا بهم می‌گن: جورج گنده‌ی خوب... . وقتی وارد خانه شد، ناگهان «جا خورد». جورج یادش رفته بود امروز روز تولدش است. پدر، مادر، برادر بزرگ‌تر و خواهر کوچک‌ترش و جلوی میز شام که روی آن چند کادو چیده شده بود، ایستاده بودند. جورج ته دلش امیدوار بود یکی از کادوها همان چیزی باشد که چند ماه است دلش می‌خواهد.



پدر جورج گفت: «عجله کن جورج کادوهات رو باز کن».

جورج هم جعبه‌ی کادویی‌هایش را پاره کرد. یک دستکش گرم برای زمستان، یک کتاب فکاهی و یک شلوار. ولی کادویی که دوست داشت، بین کادوها نبود. جورج لبخندی ساختگی زد و گفت: «واقعاً کادوهای خوبی‌اند».

در این لحظه، مادرش دستش را به طرف پشت میل برد و گفت: جورج، یک چیز دیگه هم هست». بعد قفسی را از پشت میل برداشت و آن را به جورج داد. داخل قفس یک آفتابپرست بود؛ همان چیزی که جورج دنبال آن بود: یک آفتابپرست. مادرش گفت: «جورج، نمیدونم چرا آفتابپرست میخوای. اینم یه آفتابپرست؛ تولدت مبارک».

جورج خوشحال بود او کتابی درباره‌ی آفتابپرست‌ها خوانده بود و به این حیوان علاقه‌مند شده بود. جورج به این موضوع که آفتابپرست‌ها پوست خود را هم‌رنگ محیط می‌کنند، علاقه‌مند بود. برای آنکه مطمئن شود، پشت صفحه‌ی قفس را از رنگ آبی به سبز تغییر داد و آفتابپرست هم رنگ پوستش را از آبی به سبز تبدیل کرد. وقتی پشت صفحه قفس را خالی کرد، آفتابپرست هم خالی شد.



جورج اسم آفتابپرستش را کامی گذاشت و آن را به اتاق خوابش برد. او همین‌طور به تغییر رنگ دادن کامی، نگاه می‌کرد. بلافاصله بعد از شام خوردن و انجام دادن تکالیف و حمام کردن به اتاقش رفت تا با کامی بیشتر بازی کند. وقتی آن شب پدرش به او سر زد، دید جلوی قفس کامی خوابش برده است. پدرش جورج را برداشت و روی تختخواب گذاشت.

آن شب، جورج خواب دید در مدرسه است. قبل از به صدا در آمدن زنگ صبحگاه، داخل حیاط مدرسه بود. بعد صحنه‌ی عجیبی را دید. وقتی به دوستش ادوارد که بلندقد و چهارشانه بود، نزدیک شد، احساس کرد هم قد و هیكل او شده است. لباس‌هایش نیز تقریباً شبیه لباس‌های ادوارد شدند. صورتش هم مثل صورت او شد. اولش کمی عجیب بود. جورج همیشه قیافه‌ی ادوارد را تحسین می‌کرد. جورج متوجه شد فوتبالش خیلی بهتر از قبل شده ولی کمی ترسیده بود؛ چون هیچ‌کس او را نمی‌شناخت. دوستش جیمی به او نگاه کرد و پرسید: «جورج کجاست؟». قبل از آنکه جورج جواب جیمی را بدهد، زنگ مدرسه خورد و بچه‌ها به کلاس خود رفتند.

جورج روی نیمکت خودش، کنار بریایان نشست. دوباره همان اتفاق افتاد. بدن، لباس‌ها و صورتش شبیه بریایان شد. به مسائل حساب خودش نگاه کرد و دید سؤالات برایش خیلی آسان شده‌اند. دوباره ناراحت شد چون هیچ‌کس او را نمی‌شناخت. همه او را به‌عنوان فردی دیگر می‌شناختند و نمی‌دانستند که او جورج است. جورج داشت مدادش را می‌تراشید که پیتر را دید. فوراً بدن، لباس‌ها و صورتش مثل بدن، لباس‌ها و صورت پیتر شد. مدادش را تراشید و یک فیل در حال پرواز را نقاشی کرد. تا حالا به این خوبی نقاشی نکشیده بود. کلارک نگاهی به نقاشی جورج انداخت و گفت: «پیتر چه نقاشی قشنگی کشیده‌ای!».

ترس جورج بیشتر شد. چون هر چه سعی می‌کرد بچه‌ها را متقاعد کند که جورج است، هیچ‌کس حرفش را باور نمی‌کرد. هر یک از دوستانش را که می‌دید، مثل آن‌ها می‌شد. وحشت وجودش را گرفت و آرزو کرد مثل هیچ‌کس نباشد. جورج گریه‌کنان گفت: «این من هستم! من هستم!».

همکلاسی‌هایش با حیرت به‌صورت جورج نگاه می‌کردند. جورج سرش را با دو دستش گرفته بود، هق‌هق گریه می‌کرد و می‌گفت: «ای‌کاش خودم بودم، ای‌کاش همان جورج بودم، جورج، جورج، جورج.....».

مادرش درحالی‌که او را آرام تکان می‌داد، گفت: «جورج، جورج، پسرم بیدار شو. صبح شده، باید بری مدرسه».

جورج گفت: «مامان!».

مادرش گفت: «جورج توی خواب غلت می‌زدی و به خودت می‌پیچیدی. مگر خواب بدی دیدی؟».

جورج گفت: «آره! خیلی خواب بدی بود».

مادرش گفت: «هر چی بود تمام شد. باید بیدار شی. یادت نره به کامی غذا بدی».

جورج از جا برخاست. یکم می‌لرزید، خوابش به نظرش خیلی واقعی می‌رسید. او به کامی که بی‌حال داخل قفس دراز کشیده بود، نگاهی انداخت. کامی مثل همیشه هم‌رنگ پشت صفحه‌ی قفس بود.

جورج وقتی وارد مدرسه شد، دقت کرد تا مبادا بدن، لباس‌ها و صورتش عوض شده باشند. روی نیمکت خودش نشست و به خواب شب گذشته فکر کرد. برایان به طرف او خم شد و گفت: «جورج به چه فکر می‌کنی؟».

جورج پرسید: «من رو چی صدا زدی؟».

برایان جواب داد: «خوب جورج. مگر اسم تو جورج نیست؟».

جورج گفت: «درسته خودم هستم». سپس از اینکه خودش بود خوشحال شد.

- آیا تاکنون سعی یا آرزو کردی مثل فرد دیگری باشی؟

- تا به حال آرزو کردی آدمی که هستی، نباشی؟

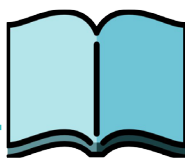
- کدام یک از ویژگی‌های خودت را دوست داری؟

- کدام یک از ویژگی‌های خودت را دوست نداری؟

- برای اینکه خودت را دوست داشته باشی، لازمه چه کارهایی انجام بدهی؟

- از این داستان چه نتیجه‌ای گرفتی؟

بازخورد
از کودک



شب چهارشنبه‌سوری

یک شب مانده بود به چهارشنبه‌سوری. آرمان، پسر یکی از همسایه‌ها، آمد در خانه‌ی ما و گفت: برادرم از مرز، ترقه و فشفشه آورده است، گفت از بچه‌های کوچ‌ه بپرسم اگر می‌خواهند چیزی بخرند، با آن‌ها ارزان حساب می‌کند.

با اخم نگاهش کردم و گفتم: برو سراغ کس دیگری! تو تا حالا دیده‌ای من از این چیزهای بیخودی بخرم و پولم را بریزم توی سطل آشغال!؟

آرمان گفت: گدابازی در نیاور. این جدیدهایش خیلی کیف دارد. اسمش آتش جادو است. صدایش تا آن سر دنیا هم می‌رود.

گفتم: برو از ترقه‌های برادرت جای دیگر تعریف کن. تو مثل اینکه دوست داری کار خلاف بکنی؟

رگ گردنش بیرون زد و درحالی‌که می‌خواست کار غلط برادرش را درست نشان بدهد، گفت: خلاف؟ از کی تا حالا ترقه‌بازی کار خلاف شده؟

گفتم: از وقتی‌که وارد کردن این ترقه‌ها به کشور ممنوع است و اسمش می‌شود قاچاق!

آرمان شانه‌هایش را بالا انداخت و در حین رفتن گفت: بگو شجاعتش را ندارم! سعید آقای ترسو!

شب چهارشنبه‌نزدیک‌های غروب، با دوچرخه رفتم نان خریدم، داشتم می‌پیچیدم توی کوچه که یک دفعه ترقه‌ای با صدای خیلی زیاد زیر چرخم منفجر شد و من تعادلم را از دست دادم و با نان‌ها افتادم داخل آب‌هایی که از شستن ماشین یکی از همسایه‌ها توی کوچه راه افتاده بود. آرمان و دو سه نفر از دوستانش ایستاده بودند روبروی من و داشتند به حال زارم می‌خندیدند. کف دستم خراشیده بود و بدجوری می‌سوخت. با عصبانیت از زمین بلند شدم و در حالیکه سعی می‌کردم نان‌ها را از زمین بردارم. گفتم: مگر دستم به تو نرسد.

آرمان کمی عقب عقب رفت و گفت: چقدر پاستوریزه هستی! حالا یک ترقه خورده زیر چرخت، فوراً می‌خواهی تلافی کنی!؟



دوچرخه‌ام را کنار دیوار تکیه دادم و رفتم طرفش و گفتم: من کار زشتت را نمی‌خواهم تلافی کنم. اما همین حالا باید بروی توی صف بایستی و برایم نان بخری! آرمان خنده‌ی کجی کرد و در حالیکه به‌طرف انتهای کوچه می‌رفت، فشفشه‌ای از جیبش بیرون آورد و آن را روشن کرد. داد کشیدم: کجا داری می‌روی؟ مگر نگفتم برو نان بخر؟

فشفشه به‌سرعت آتش گرفت. آرمان با خوشحالی آن را پرت کرد روی پشت‌بام یکی از خانه‌ها. من زیر دیواری پناه گرفتم که ذرات آتش فشفشه به سروصورت من نخورد. آرمان همان موقع ترقه‌ای زد به زمین و صدایش گوش‌هایم را برای چند ثانیه کاملاً کر کرد. دلم می‌خواست می‌رفتم و حقش را می‌گذاشتم کف دستش.

توی دلم گفتم این پسر تا امشب خودش یا من را نسوزاند، دست از رفتار اشتباهش برنمی‌دارد. سرم را بالا گرفتم ببینم آن فشفشه بزرگ که همه‌جا را روشن کرده بود، بالاخره کجا سرنگون شد. ناگهان دیدم از پشت‌بامی که فشفشه آنجا افتاده بود، دود غلیظی بلند شده. دویدم به‌طرف آرمان که بی‌خیال داشت برمی‌گشت سر کوچه. لباسش از پشت گرفتم و گفتم: آهای آقای شجاع، برگرد ببین با فشفشه‌ات چه دسته‌گلی به آب دادی!

آرمان رنگش پرید و در حالیکه خیلی ترسیده بود، گفت: وای خانه مردم آتش گرفت!

حالا چکار کنم؟

به سرعت زنگ خانه را زدم. هیچ کس جواب نداد. نگاهم به درخت نزدیک دیوار افتاد، گفتم: مثل اینکه خانه نیستند. من می‌روم روی پشت‌بام، ممکن است کل خانه آتش بگیرد. تو برو کمک بیاور.

یک ساعت از ماجرای آتش‌سوزی گذشت و بالاخره من و آرمان به کمک چند نفر از همسایه‌ها، آتش فشفشه‌ای را که افتاده بود روی پوشال‌های کولر و باعث سوختن آن و وسایل دیگر روی پشت‌بام شده بود، خاموش کردیم. آن شب من و آرمان با سر و صورت سیاه و دست‌های زخمی، به خانه‌هایمان برگشتیم. در حالیکه آرمان علت مخالفتم را با ترقه و فشفشه و کارهای خطرناک شب چهارشنبه‌سوری به‌خوبی فهمیده بود و متوجه شده بود که انجام دادن رفتارهای غلط چقدر می‌تواند اثر بد و ناراحت‌کننده در خودمان و دیگران داشته باشد.

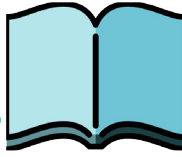
- کارهای غلط آرمان کدام‌ها بودند؟

- تو جای سعید بودی با آرمان همراه می‌شدی یا نه؟

- چند تا از کارهای خوب و درست سعید را بگو.

- چرا نباید با کسانی که کارهای خطرناک می‌کنند، دوستی و همراهی کنیم؟

بازخورد
از کودک



یک آرزوی زیبا

عمو احمد من چند سال است که به خاطر دفاع از اسلام شهید شده است. من همیشه به او و کارهایش فکر می‌کنم و دوست دارم شبیه عموی شهیدم باشم. همه‌ی فامیل و دوستانش از خوبی‌های او تعریف می‌کنند. مثلاً می‌گویند: او دوستدار طبیعت بود. هر وقت دانشگاهش تعطیل می‌شد، به طبیعت می‌رفت و زبانه‌هایی که مردم ناآگاه در محیط رها می‌کردند را جمع می‌کرد.

یک روز آقاچانم گفتند: عمو احمد وقتی نوجوان بود همیشه به مسجد می‌رفت. از برکت همان مسجد رفتن‌ها کم‌کم شخصیتش رشد کرد و جوان خیرخواهی شد. او حتی دلش برای درخت‌ها و زمین و طبیعت می‌سوخت. از دیدن بطری‌های پلاستیکی و ته سیگار خیلی ناراحت می‌شد. می‌گفت کسی که سیگار می‌کشد هم خودش را نابود می‌کند هم بقیه‌ی انسان‌ها را و هم محیط زیست را.

من با شنیدن این خاطرات قشنگ، همان روز تصمیم جدی گرفتم تا شبیه عمو احمد بشوم. هر روز به مسجد بروم و روز به روز شباهتم را به او بیشتر کنم. الان یک سال است که مسجدی شده‌ام. با دوستانم قرار گذاشته‌ایم به طبیعت برویم و زبانه‌ها را جمع کنیم.

یکی دیگر از کارهای من و دوستانم در مسجد این است که هر شب به صورت نوبتی، یکی از ما می‌رود پشت بلندگو و برای نمازگزاران توی مسجد، اذان می‌گوید. شب‌های جمعه در مسجد ما، برای کارهای خیر پول جمع می‌شود. مثلاً یک بار با پول‌های جمع شده بزرگ‌ترها چند تا نهال درخت خریدند و در اطراف روستا کاشتند. بیشتر وقت‌ها من کیسه‌ی سبز رنگی را بین نمازگزاران می‌چرخانم و آن‌ها با صورت‌های خندان توی کیسه، پول می‌اندازند و آفرینی هم به من می‌گویند.

دوستانم، علی و عباس حدیث‌های جالبی را درباره کمک به نیازمندان، حفظ محیط‌زیست و درختکاری و ... با خط قشنگی نوشته‌اند و به دیوارها و در ورودی مسجد زده‌اند که همین کار، باعث شده نمازگزاران روستای ما در انجام هر امر خیری

پیش قدم باشند. خداروشکر می‌کنم که هیچ‌کس داخل مسجد سیگار نمی‌کشد. میدانم عمو احمد هم از این بابت خوشحال است. عمو احمد را نه تنها من و خانواده‌ام، بلکه همه‌ی اهالی روستا دوست دارند. او مراقب جان دیگران بود و برای سلامتی و ایمنی مردم ارزش قائل بود. او با به خطر انداختن جان خودش، از حرم حضرت زینب دفاع کرد. حالا او قهرمان من و تمامی بچه‌های روستا است و آن‌ها هم دوست دارند روزی شبیه عموی شهیدم بشوند.

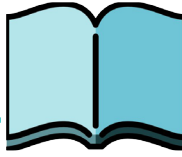
- چرا همه عمو احمد را دوست دارند؟ او چه ویژگی‌هایی دارد؟

- صادق برای اینکه شبیه عمو احمدش شود، چه کارهایی انجام داد؟

- قهرمان زندگی تو کیست؟ و چه ویژگی‌های مثبتی دارد؟

- چه کارهایی برای رسیدن به هدف‌ت انجام میدی و از چه کارهایی دوری می‌کنی؟

بازخورد
از کودک



سه برادر

سال‌ها پیش، در شهر کوچکی، سه برادر زندگی می‌کردند. این سه برادر چیزی نداشتند؛ اما باهوش و زیرک بودند. روزی از روزها تصمیم گرفتند به یک سفر دور و دراز بروند.

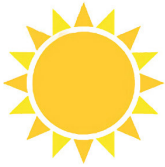


آن‌ها رفتند و رفتند تا به شهر بزرگی رسیدند. بیرون شهر برادر بزرگ‌تر به زمین نگاه کرد و گفت: شتر بزرگی از اینجا گذشته است. برادر وسطی گفت: چشم چپ شتر کور است.

برادر کوچک‌تر گفت: روی شتر، بچه‌ی کوچکی سوار بوده‌است. سه برادر رفتند و رفتند تا به مردی سوار بر اسب رسیدند. مرد این طرف و آن‌طرف دنبال چیزی می‌گشت.

برادر بزرگ‌تر گفت: برادر، چیزی گم کرده‌ای؟

مرد ایستاد و گفت: بله.
برادر بزرگتر گفت: نکند شترت را گم کرده‌ای؟
مرد گفت: بله، یک شتر بزرگ.
برادر وسطی گفت: چشم چپ شتر کور است؟
مرد گفت: بله، بله.
برادر کوچکتر گفت: روی شتر، بچه‌ی کوچک سوار بوده است؟
مرد با خوشحالی گفت: بله، بله. خودشان هستند. شما آن‌ها را دیده‌اید؟
سه برادر گفتند: نه. ما شتر تو را ندیده‌ایم. از نشانه‌هایی که روی زمین بود، فهمیدیم
که شتری از اینجا گذشته است.



مرد حرف‌های سه برادر را باور نکرد و گفت: حتماً شترم را دزدیده‌اید و پسر کوچکم را دزدیده‌اید؛ وگرنه از کجا فهمیده‌اید که چشم شتر کور است و بچه‌ی کوچکی سوار آن بوده است.

سه برادر فریاد زدند: نه، اشتباه می‌کنی. ما دزد نیستیم.

اما مرد حرف آن‌ها را قبول نکرد و گفت: باید با من پیش قاضی بیایید.

سه برادر که دیدند چاره‌ای ندارند همراه مرد پیش قاضی رفتند مرد گفت: ای قاضی با پسر کوچکم به این شهر می‌آمدم. من اسبم را رها کردم تا چرا بکند و پسر کوچکم سوار بر شتر دنبال من می‌آمدند. ناگهان دیدم شتر پشت سرم نیست. فکر کردم عقب‌مانده‌اند. مدتی دنبالشان گشتم تا به این سه مرد رسیدم. آن‌ها نشانه‌های شتر و پسر کوچکم را دادند و من فهمیدم که این سه برادر آن‌ها را دزدیده‌اند.

سه برادر گفتند: ای قاضی، ما هرگز شتر این مرد را ندیده‌ایم. پدرمان از کودکی به ما یاد داده است که به همه چیز با دقت نگاه کنیم و از نشانه‌های چیزها علت آن‌ها را بفهمیم.

قاضی گفت: باشد. حالا من به شما صندوقی را نشان می‌دهم شما از روی نشانه‌ها به من بگویید توی آن چیست؟

قاضی دستور داد صندوق را آوردند و پیش پایش گذاشتند. قاضی گفت: حالا بگویید توی این صندوق چیست؟ برادر بزرگ‌تر گفت: هر چه توی این صندوق است، گرد است.

برادر وسطی گفت: این چیز گرد باید انار باشد.

برادر کوچک‌تر گفت: چند انار سبز.

قاضی در صندوق را باز کرد. توی صندوق چند انار سبز بود. قاضی با تعجب گفت: چه طور فهمیدید که توی صندوق، انار سبز است.

برادر بزرگ‌تر گفت: چیزی که توی صندوق بود این طرف و آن طرف قل می‌خورد از اینجا فهمیدم گرد است.

برادر وسطی گفت: وقتی از حیاط می‌گذشتیم، توی باغچه چند درخت انار دیدم؛ از اینجا فهمیدم که این چیز گرد باید انار باشد.

برادر کوچک‌تر گفت: صندوق را خیلی راحت آوردند. معلوم بود که توی آن چند انار بیشتر نیست و چون در این فصل انار نرسیده است، پس انارها سبز هستند.

قاضی خندید و با تعجب گفت: عجب، عجب، حالا بگویید ببینم از کجا فهمیدید که

شتر بزرگ است، چشم چپش کور است و بچه‌ی کوچکی سوار آن هست؟
 برادر بزرگ‌تر گفت: چون جای پای شتر پهن بود، فهمیدم که شتر بزرگ است.
 برادر وسطی گفت: چون فقط علف‌های سمت راست جاده خورده شده بود، فهمیدم
 که چشم چپ شتر کور است.
 برادر کوچک‌تر گفت: و چون جایی که شتر زانو زده بود جای پای بچه‌ی کوچکی
 دیده می‌شد، فهمیدم یک بچه‌ی کوچکی سوار شتر بوده است.
 قاضی خندید و گفت: چه دقتی! ای مرد زودتر برو و شتر و فرزندت را پیدا کن.
 بعد به سه برادر گفت: شما هم اینجا بمانید و به من کمک کنید که با هوش و
 دقت شما قضاوت آسان‌تر و بهتر می‌شود.
 سه برادر به مرد کمک کردند تا فرزندش را پیدا کند. آن‌ها سال‌های سال به‌خوبی
 و خوشی در آن شهر زندگی کردند و قاضی عادل‌ی شدند.

- اگر شما بخواهی اسم داستان را تغییر دهی، چه عنوانی را برایش

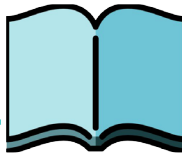
انتخاب می‌کنی؟

- دو مورد از نتایج هم‌فکری را بنویس.

- آنچه باعث موفقیت و حل مشکل توسط سه برادر شد، چیست؟

- این داستان برای شما چه پیامی داشت؟

بازخورد
از کودک



گل‌های زیبا با گل‌دان‌های چوبی

چند روزی بود که به همراه خانواده‌ام به خانه‌ی جدیدی در یک مجتمع اسباب‌کشی کرده بودیم. ما در حیاط کوچک خانه قبلی، چند بوته گل و یک درخت میوه داشتیم. من خیلی باغچه حیاطمان را دوست داشتم و مسئولیت آب دادن و چیدن علف‌های هرز با من بود. اما حالا در خانه جدیدمان، هیچ باغچه‌ای وجود نداشت و من از این موضوع خیلی ناراحت بودم. بعد از ظهرها به حیاط آپارتمان می‌رفتم، ولی خیلی زود حوصله‌ام سر می‌رفت و به واحد خودمان برمی‌گشتم. یک روز روی پله‌ها نشسته بودم. پدرم از سر کار برگشت و وقتی من را با آن قیافه دید، گفت: جواد جان چرا اینجا نشسته‌ای پسر؟ چرا ناراحتی؟

شانه‌هایم را بالا انداختم و گفتم: من خانه قبلی‌مان را بیشتر دوست داشتم، آنجا باغچه داشتیم ولی اینجا خیلی خلوت است و هیچ درخت و گلی ندارد. تازه، فکر کنم یکی از همسایه‌ها سیگاری است. گاهی بوی بدی در ساختمان می‌آید. پدر گفت: جدی؟ نمی‌دانستم. باشد، بیا برویم بالا تا با هم در این باره فکری کنیم. به سرعت از پله‌ها بالا رفتم.

به پدرم گفتم: کاش می‌شد، ما یک باغچه کوچک داشته باشیم. پدرم گفت: مسئله درست کردن باغچه هزینه دارد و رضایت همه اهل ساختمان را هم می‌خواهد؛ البته می‌شود بعداً آن را با مدیر ساختمان در میان گذاشت، اما داشتن گل‌دان مسئله‌ای نیست و من می‌توانم چند جعبه میوه برایت تهیه کنم تا در آن‌ها گل بکاری.

با شنیدن پیشنهاد پدرم خوشحال شدم و گفتم: بابا این فکر خیلی عالی است. بوی سیگار را چه کار کنیم؟

پدرم گفت: فعلاً مطمئن نیستیم آیا کسی در ساختمان سیگار می‌کشد یا نه، اگر مطمئن شدیم خودم با آن فرد صحبت می‌کنم. نگران نباش.

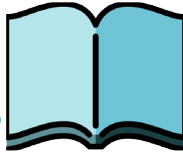
خوشحال شدم و از پدرم به خاطر همکاری‌اش تشکر کردم. همان روز از مادرم پول گرفتم و چند قوطی رنگ خریدم برای رنگ کردن جعبه‌ها. مادرم هیجان من را که دید، گفت: چند روز پیش با همسایه‌ها صحبت می‌کردم، اتفاقاً نظر آن‌ها هم این بود که چه خوب است راه‌پله‌ها و حیاط را با گل‌دان‌های گل‌تزیین کنیم. با شنیدن این حرف مادرم، تصمیم گرفتم از بچه‌های همسایه، برای رنگ کردن و آماده کردن گل‌دان‌ها کمک بگیرم تا کار سریع‌تر انجام بشود. روز بعد پدر جعبه‌ها را آورد. من هم با چند تا از بچه‌ها برای همکاری صحبت کردم و خیلی زود دست‌به‌کار شدیم و بالاخره بعد از گذشت دو سه روز، گل‌دان‌های زیبایی چوبی را آماده کردیم. همسایه‌ها جعبه‌های رنگارنگ را دیدند و هر کدام بوته گلی آوردند و در گل‌دان‌ها کاشتیم.

من و بچه‌ها با کمک هم، بعضی از گل‌دان‌ها را در حیاط و راهروها و پشت در واحدهای هر طبقه گذاشتیم. گل‌دان‌ها، فضای آپارتمانمان را خیلی قشنگ و شاد کرده بود. پدر و مادرم و همسایه‌ها به خاطر ایجاد فضای زیبا از من و دوستانم تشکر کردند. آن روز من خیلی خوشحال شدم، چون توانسته بودم دوباره حیاط و فضای خانه را زیبا کنم، اما این بار نه فقط برای خانواده خودم بلکه برای همه همسایه‌های خوبی که داشتیم؛ چون سلامتی و نشاط همسایه‌ها هم برایم اهمیت دارد.

- بهترین کاری که برای سلامتی محیط اطرافت انجام دادی، چه بوده است؟ آیا این کار به سلامتی تو و خانواده‌ت هم کمک می‌کند؟

بازخورد
از کودک





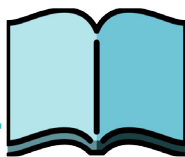
چطوری «نه» بگم؟

این داستان را برای فرزند خود به دقت بخوانید، و سپس اجازه بدهید او ادامه‌ی آن را با نظر خودش کامل کند.



رضا یک روز از مدرسه به خانه می‌رفت که در راه مجید را می‌بیند. مجید یکی از پسرهای محله است که سیگار می‌کشد. بعضی‌ها می‌گویند که معتاد است. رضا از او اصلاً خوشش نمی‌آید چون رفتارهای نامناسبی دارد. همانطور که به او نگاه می‌کرد متوجه می‌شود که پسر بچه‌ای کنار او نشسته و انگار با هم زمزمه‌هایی دارند. قیافه‌ی پسر بچه آشنا به نظر می‌آید، جلوتر که می‌رود متوجه می‌شود او برادر کوچکش است. به شدت برانگیخته می‌شود. قلبش تند تند می‌زند، انگار قدرت هیچ کاری را ندارد.

اگر در چنین موقعیتی باشی چه کار می‌کنی؟



داستان + موقعیت

کودک به اتفاق والدین و بقیه‌ی اعضای خانواده، شرح موقعیت‌ها را می‌خوانند و به ایفای نقش می‌پردازند.

۱- رضا در کوچه به سمت خانه‌شان می‌رود. مردی به او نزدیک می‌شود و بسته‌ی کوچک نایلونی را به او نشان می‌دهد و می‌گوید: آقا پسر بیا ... این بسته را می‌بری به یه آقای بلند قد با پیراهن زرد که کوچی پشتی وایساده، بدهی؟ آگه این کار رو بکنی، من بهت پول میدم. تو با این پول هر چی دوست داری بخر.

- اگر شما به جای رضا باشی چطور به اون آقا نه می‌گویی؟ چطور درخواست این مرد را رد می‌کنی؟

بازخورد
از کودک

۲- رضا به خانه‌ی دوستش رفته تا با هم درس بخوانند. دوستش آدامسی را به او نشان می‌دهد و می‌گوید: پدرم از این آدامس‌ها می‌جود. فکر کنم به جای سیگار از این‌ها استفاده می‌کند. چون دیگر سیگار نمی‌کشد. بیا امتحان کن ببین چه مزه‌ای می‌دهد. این هم یک جور آدامسه.

- رضا چطور به دوستش نه بگوید؟
- رضا اگر پیشنهاد دوستش را بپذیرد، ممکن است چه اتفاقی بیفتد؟

بازخورد
از کودک

۳- سارا به خانه‌ی همسایه رفته تا با دخترشان بازی کند، اما احساس می‌کند سرش درد می‌کند و نمی‌تواند به بازی ادامه دهد. مریم، دختر همسایه به اتاق می‌رود و قرصی را می‌آورد و به او می‌گوید: برادر من هر وقت سرش درد می‌گیرد از این‌ها می‌خورد و به او اصرار می‌کند، بخورد تا حالش خوب شود و بتواند بازی کنند.



- می‌خواهی به سارا چطوری کمک کنی تا به روش درست و مناسب

به مریم «نه» بگویی؟

باز خورد
از کودک

- به جای سارا، پیشنهاد مریم را رد کن و نه بگو.

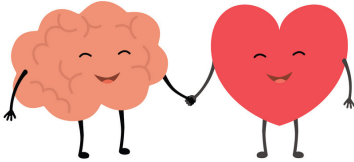


تقاریر



نقاشی شماره ۱: به حرفام گوش کن

اهداف



- آشنایی با مضرات دود سیگار و قلیان؛
- تقویت مهارت فکر کردن؛
- تقویت بارش فکری و خلاقیت؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

به کودک بگویید مصرف سیگار و قلیان هم سلامت فرد مصرف کننده را به خطر می‌اندازد و هم آن‌هایی که در معرض دود هستند. سپس از او بخواهید که تصویری از قلب سالم و ریه‌ی سالم و همین‌طور قلب و ریه‌ی آسیب‌دیده را ترسیم کند. در ادامه نقش قلب و ریه‌ی سالم، قلب و ریه‌ی آسیب‌دیده را بازی کند و پیام‌های هر دو گروه را به جای آن‌ها بگوید. به‌عنوان مثال: اسم من قلبه، اجازه ندادم دود سیگار و قلیان منو بیمار کنن، از اینکه سالم خوشحال و خندانم. به همین ترتیب ادامه می‌دهد.

- برای داشتن قلب و ریه‌ی سالم چه کارهایی باید انجام دهیم؟
- برای حفظ سلامتی خودمان و دیگران باید چه کار کنیم؟



نقاشی شماره ۲: کی می‌تونه خلاق باشه؟

اهداف

- تقویت مهارت فکر کردن؛
- افزایش تعامل کودک با اعضای خانواده؛
- بالابردن توانایی بارش فکری؛
- ارتقای خلاقیت؛
- افزایش حس خودارزشمندی؛
- تقویت اعتماد به نفس؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

کودک از قبل کلماتی مثل هوا، سیگار، آسمان، انسان را انتخاب می‌کند. سپس از اعضای خانواده می‌خواهد که با استفاده از کلمات داده شده یک نقاشی ترسیم کرده و داستانی کوتاه در مورد نقاشی ترسیم شده بنویسند. در پایان، کودک فعالیت خودش و سایر اعضای خانواده را جمع‌آوری نموده و با هم در موردشان نظر می‌دهند و این‌که این فعالیت چه تأثیری می‌تواند در مراقبت از خود و سلامتی داشته باشد.



نقاشی شماره ۳: من قهرمانم

اهداف

- تحریک قوه‌ی تفکر و خلاقیت؛
- افزایش توجه به استعدادها و توانایی‌های دیگران؛
- افزایش توجه به توانایی‌ها و استعدادهای خود؛



زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

به کودک بگویید «قهرمان» زندگی تو کیست؟ آن را تصور کرده و ترسیم کن. در ادامه داستان نقاشی ترسیم شده را نوشته و در مورد توانایی‌های این قهرمان برای اعضای خانواده توضیح دهد.

- این فرد قهرمان از نظر تو چه ویژگی‌هایی دارد؟
- تو دوست داری کدام یک از ویژگی‌های این قهرمان را داشته باشی؟



نقاشی شماره ۴: کمکم کن

اهداف

- آشنایی با تأثیر سیگار و قلیان بر قسمت‌های مختلف بدن
- تقویت مهارت فکر کردن
- ارتقای مهارت حل مسئله
- بالابردن مهارت خلاقیت و بارش فکری



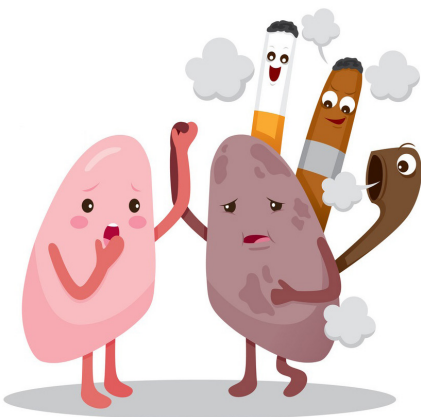
زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

از کودک بخواهید موارد زیر را به صورت نقاشی ترسیم کرده و راه‌های به دست آوردن سلامتی‌شان را بنویسد.

- ۱- یک قلب که در اثر دود سیگار و قلیان بیمار شده و ناله می‌کند.
- ۲- ریه‌ای که آسیب دیده است.
- ۳- دندان‌هایی که سیاه و خراب شده‌اند.

برای به دست آوردن سلامتی این عضوهای بدن چه راه حلی پیشنهاد می‌کنی؟





سویا نیواس کا



۱- گلوبولا

از طریق این داستان کودکان با تأثیر نیکوتین موجود در سیگار آشنا می‌شوند و مشاهده می‌کنند که یک یا دو نخ سیگار چقدر می‌تواند تأثیر منفی در قسمت‌های مختلف بدن داشته باشد. همچنین با آدامس و چسب ترک سیگار آشنا شده و متوجه می‌شوند آنچه باید تقویت شود، اراده می‌باشد.



۱۷ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

قبل از مشاهده، مادر از کودک در مورد نیکوتین سوال می‌کند تا میزان اطلاعات کودک را بسنجد، سپس انیمیشن را با هم می‌بینند.



گفت‌وگوی بعد از تماشا

۱- آنچه در سیگار باعث وابستگی می‌شود، چیست؟

۲- پیام این داستان را بنویس.

۳- پیام این داستان را نقاشی کن و در نرم‌افزار شاد برای معلم و دوستان ارسال کن.

۴- من یاد گرفتم که ...



برای دانلود انیمیشن، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



۳ دقیقه



۲- قلیان تفریحی

از طریق این داستان کودکان با تأثیرات منفی قلیان آشنا شده و همین‌طور یاد می‌گیرند که تحت تأثیر حرف‌های دوستان قرار نگیرند و در انتخاب دوست مناسب هوشمندانه عمل نمایند.

گفت‌وگوی قبل از تماشا

قبل از مشاهده، مادر از کودک در مورد قلیان سؤال می‌کند تا میزان اطلاعات کودک را بسنجد. مراقب باشید که در این مسیر شما بایست ناپسند بودن مصرف قلیان را به فرزندتان یادآوری کنید.

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- ۱- دوست خوب باید چه ویژگی‌هایی داشته باشد؟
- ۲- پیام داستان چه بود؟
- ۳- اگر یکی از دوستانت بخواهد شما را به این‌گونه مکان‌ها دعوت کند، شما چه کار می‌کنی؟ از چه طریقی پیشنهاد دوستت را رد می‌کنی؟
- ۴- من یاد گرفتم که ...



۳ دقیقه



۲- تاثیرات قلبان

گفت‌وگوی قبل از تماشا

داستان در مورد چند نوجوان است که ادعا دارند بزرگ شده‌اند و باید قلبان بکشند. در این میان یکی از دوستانشان می‌خواهد با توضیحاتی در مورد استعمال قلبان مانع آنان شود که ...

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- قلبان چه ضررهایی به بدن می‌رساند؟
- پیام داستان را بنویس.
- آیا بزرگ شدن به معنای این است که باید قلبان مصرف کرد؟
- شما چه توصیه ای برای دوستانتان در مورد مصرف قلبان دارید؟

۳- نه به اعتیاد

این داستان در مورد افرادی است که تلاش می‌کنند یکی از دوستان خود را که توانایی «نه گفتن» مطلوبی دارد را در جمع دوستانه‌ی خود، به سیگار کشیدن ترغیب کنند. به همین دلیل از واژه‌هایی استفاده می‌کنند که او را تحت‌تأثیر قرار دهند. اما او تسلیم رفتارها و صحبت‌های گروه قرار نگرفته و با تحکم درخواست آن‌ها را رد می‌کند.



۳ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودکان بگویید ممکن است تو با افرادی برخورد کنی که درخواست های نابه‌جا و نامناسب داشته باشند. مثلاً بگویند بدون اطلاع به خانواده با آنها شهر بازی بری و تو درخواست آنها را رد کنی و آن‌ها به تو بگویند ترسو و یا چیزهای دیگر. در این انیمیشن تو فردی را می‌بینی که چه طور به درخواست دوستانش نه می‌گه.

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- شما این درخواست‌ها را چگونه رد می‌کنی؟

- اگر دوستانت، به تو ترسو بگویند، آیا باز هم درخواست نامناسب آن‌ها را رد می‌کنی یا می‌پذیری؟



۱۰ دقیقه



۴- پسر ورزشکار

از طریق این داستان کودکان با تأثیرات منفی قلیان آشنا شده و همین‌طور یاد می‌گیرند که تحت تأثیر حرف‌های دوستان قرار نگیرند و در انتخاب دوست مناسب هوشمندانه عمل نمایند.

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک بگویید بعضی از افراد ورزشکار فکر می‌کنند چون ورزش می‌کنند پس مصرف سیگار روی بدنشان تأثیر ندارد. تو در این انیمیشن می‌بینی که سیگار حتی روی این افراد هم تأثیر می‌گذارد و می‌تواند توانایی آن‌ها را کاهش دهد.

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- مصرف سیگار چه تاثیری بر بدن افراد ورزشکار می‌گذارد؟

- آیا درست است که ورزشکاران فکر کنند سیگار به آن‌ها آسیب وارد نمی‌کند؟

- من از این داستان یاد گرفتم که ...

بازی‌های دیجیتال

۱: فوتبالیست‌ها



این بازی کودکان را با تلاش بیشتر برای رسیدن به اهداف ترغیب می‌کند. کودکان از طریق انجام این بازی یاد می‌گیرند باید شجاع بوده، تلاش کنند، موانع را از سر راه خود بردارند، بر مشکلات غلبه کنند و منحصر به فرد باشند.

- برای فوتبالیست شدن چه قدر باید تلاش کرد؟

گفت‌وگوی قبل
از بازی

- آیا یک فوتبالیست حرفه‌ای از نظر تو، یک قهرمان است؟

- کدام بازیکن از نظر تو، قهرمان است؟

گفت‌وگوی بعد
از بازی

- این قهرمان، چه ویژگی‌هایی داشت؟

- دوست داری کدام ویژگی این قهرمان را داشته باشی؟



برای دانلود بازی، این رمزینہ را با دوربین گوشی اسکن نمایید.

۲: دکتر کودکان



یک بازی آموزشی جالب برای بچه‌ها با گرافیکی کارتونی و بامزه که در آن می‌توانند نقش یک دکتر را بازی کنند، بهترین خدمات پزشکی را به کودکان ارائه دهند و مراقبت از بدن را بیاموزند. مریض کوچولوها منتظر هستند تا حالشان را خوب کنید!

- چرا باید از بدنمان مراقبت کنیم؟

- بنظرت چه کاری انجام دادی که به بدنت آسیبی وارد شده است؟

گفت‌وگوی قبل
از بازی

- چه چیزهایی در بازی برای مراقبت از بدن خودت یاد گرفتی؟

- به نظرت چرا بعضی از افراد، در مورد بدنشان مراعات نمی‌کنند؟

گفت‌وگوی بعد
از بازی



برای دانلود بازی، این رمزینه را با دوربین گوشی اسکن نمایید.

دعا و نیایش

در پایان، متن این دعا و نیایش را با فرزند خودتان بخوانید:

طبق فرموده امام علی علیه‌السلام و امام صادق علیه‌السلام، دعا در این زمان‌ها به استجابت نزدیک است: بعد از نماز، هنگام تلاوت قرآن، قبل از اذان صبح، بعد از طلوع فجر، بعد از ظهر و بعد از مغرب، قبل از بلا و سختی‌ها، شب عید قربان و اول رجب، روز عرفه، نیمه شعبان، شب عید فطر، ماه مبارک رمضان، روزهای جمعه.

می‌توانی این دعاها را خوب با همراه بزرگ‌تره‌ها بخوانی. این دعاها را یاد بگیر و با خدا گفت‌وگو کن. خدا صدا و دعای تو را که پاک و خوب هستی، دوست دارد.

خدای عزیزم؛ تو خالق من و همه عالم هستی. از اینکه ما را پاک آفریده‌ای،
از تو ممنونم.

من همیشه مراقب خودم هستم و از پاکی و سلامتی خودم مواظبت
می‌کنم. تو هم مراقب من باش.

خداوندا؛ به من کمک کن تا از آلودگی‌ها و بدی‌ها به دور باشم.

خدای مهربانم؛ من می‌دانم اگر اشتباهی از من سر زد، تو من را می‌بخشی
و مثل همیشه دوستم داری.

خدایا؛ بر پیامبر مهربانت و خاندان عزیزشان درود بفرست و من را از پیروان
ایشان قرار بده.



منابع

- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از مثنوی مولوی. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از گلستان و ملستان. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، مصطفی رحماندوست، نگین فراهانی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های چهارده معصوم (ع). موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از آثار شیخ عطار. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از سندبادنامه و قابوسنامه. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، زهرا موسوی، محمد میرکیایی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از مرزبان‌نامه. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از کلیله و دمنه. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مهدی آذربیدی، محمد میرکیانی، زهرا موسوی، مرتضی ممیز. ۱۳۹۹. قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب: قصه‌های برگزیده از قصه‌های قرآن. موسسه انتشارات امیرکبیر، کتابهای شکوفه
- مرتضی مجدفر، لیلا سلیقه‌دار، ابراهیم اصلانی، محرم آقازاده. ۱۳۹۳. خیلی نزدیک، کمی دور: مهارت‌های زندگی: تفاهم و همدلی. مرآت
- محرم آقازاده، ابراهیم اصلانی، لیلا سلیقه‌دار، مرتضی مجدفر. ۱۳۹۳. دنیای من، دنیای تو: مهارت‌های زندگی: روابط بین فردی و ارتباط مؤثر. مرآت
- لیلا سلیقه‌دار، ابراهیم اصلانی، مرتضی مجدفر، محرم آقازاده. ۱۳۹۲. سیب‌هایی سر راه مهارت‌های زندگی: تصمیم‌گیری. مرآت
- محرم آقازاده، مرتضی مجدفر، ابراهیم اصلانی، لیلا سلیقه‌دار. ۱۳۹۲. ویندوز جدید زندگی! مهارت‌های زندگی: مهارت زندگی در دنیای امروز. مرآت
- لیلا سلیقه‌دار، محرم آقازاده، ابراهیم اصلانی، مرتضی مجدفر. ۱۳۹۲. عبور از دیوارهای بلند مهارت‌های زندگی: مهارت رودرویی با بحران‌های زندگی. مرآت
- مرتضی مجدفر، لیلا سلیقه‌دار، محرم آقازاده، ابراهیم اصلانی. ۱۳۹۲. اندیشه نو، زندگی متفاوت مهارت‌های زندگی: مهارت‌های فرایندی: تفکر خلاق و تفکر نقاد. مرآت
- محرم آقازاده، لیلا سلیقه‌دار، مرتضی مجدفر، ابراهیم اصلانی. ۱۳۹۲. یک شهر، یک سقف مهارت‌های زندگی: مهارت شهروندی. مرآت
- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. ۱۳۹۴. شهربازی هوش هیجانی: کودک اجتماعی. یار مانا

- ابراهیم اصلانی، محرم آقازاده، مرتضی مجدفر، لیلا سلیقه‌دار. ۱۳۹۲. گره‌گشایی در روز روشن مهارت‌های زندگی: تعارض و حل مسئله. مرآت

- رضاعلی نوروزی، منیره عابدی‌درچه، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌بار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خودآگاه. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، منیره عابدی‌درچه، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌بار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خودآگاه. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌بار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک اجتماعی. یار مانا

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌بار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خلاق. یار مانا، مهرآفرین

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌بار. ۱۴۰۰. شهربازی هوش هیجانی: کودک خلاق. یار مانا

- رضاعلی نوروزی، نگین درخشنده، مریم همت. ۱۳۹۲. داستان‌های فکری برای کودکان ایرانی (مجموعه‌ی ۱۰ جلدی). نشر آموخته

.....

- شارنل بارتل. ۱۳۹۶. صد و یک بازی نشاط آور برای بچه های ۶ تا ۱۰ سال، ترجمه: حسین فدایی حسین، تهران: نشر صابرین.

- فاطمه بدرطالعی. ۱۳۹۴. بازی های محلی ایران برای کودکان و نوجوانان، تهران: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان .

- اسماعیل جعفری. ۱۳۹۷. دایره المعارف بازی کودکان، تهران، نشر ندای سینا.

- پترا رایین هارد. ۱۳۹۱. ۲۵۰ بازی ۵ دقیقه ایی با بچه ها در خانه و مهد و مدرسه، ترجمه: اکبر قندی ، تهران: نشر قدیانی.

- شاندو واردا. ۱۳۹۷. ۱۰۱ بازی خانوادگی، ترجمه: منصوره اصلانی. تهران: نشر صابرین.

- جی کی چن، امیلی ایزبرگ، مارا کرچوسکی. ۱۳۹۳. پروژه طیف (تجربه ها و فعالیت هایی برای افزایش هوش های چندگانه در کودکان پیش دبستانی). ترجمه: علی اکبر ابراهیمی، احمد عابدی. اصفهان: نشر نوشته.

- جان گاتمن. ۱۳۹۱. پرورش هوش هیجانی در کودکان. ترجمه: حمیدرضا بلوچ، تهران، نشر رشد.

- استنلی گرین اسپن. ۱۳۹۴. کلیدهای پرورش احساس امنیت در کودکان. ترجمه: اکرم کرمی، تهران: نشر صابرین.

- سایت بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای به آدرس (www.ircg.ir)

- سامانه‌ی دستیار چندرسانه‌ای خانواده؛ کدومو به آدرس (www.kodoumo.ir)

- مرجع تحلیل تربیتی انیمیشن‌ها به آدرس (www.chikhoobeh.com)

- سرویس اشتراک ویدئو به آدرس (www.aparat.com)

- مرجع پخش زنده و آرشیو شبکه‌های صدا و سیما به آدرس (www.telewebion.com)

- سایت دانلود برنامه و بازی برای اندروید؛ کافه بازار به آدرس (www.cafebazaar.ir)