

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تقدیم به خانواده‌های سرزمین پر شکوهم؛
ایران

خودآموز فرآموز
پرورش عزت نفس

کتاب کار با کودکان ۶ تا ۹ سال

مؤلفان:

دکتر سیامک طهماسبی

دکتر لیلا جباری

مریم ایوبی راد

فاطمه نورشرق

مهدی امیری

فاطمه مرادی

به سفارش اداره کل سلامت شهرداری تهران

با تشکر از مریم یارمحمدی، فاطمه داداش زاده، زینب مرادی

و سمیرا محمدحسینی

ویرایش متن: زینت احمدی

صفحه آرایی: زانیار 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
۶	بازی‌ها
۱۵	بازی انگشتی
۱۷	چرخاندن بطری
۱۹	صندلی داغ
۲۱	یکی من میگم، یکی تو بگو
۲۲	صفات خدا
۲۴	داستان‌ها
۲۵	رها
۲۶	کلاس چرتکه
۲۹	مسابقه گل‌ها
۳۲	توانایی فیلی
۳۴	اسم بلند
۳۷	گردی کوچولو
۳۹	تجربه‌ای بزرگ برای خرس کوچک
۴۲	نقاشی‌ها
۴۳	من و خانواده‌ام
۴۴	من خلاقم
۴۵	چیزهایی که علاقه دارم
۴۶	کتابچه
۴۷	قرص‌های تقویتی
۴۸	پویانمایی‌ها
۴۹	بپر خ تا بپر خیم
۵۰	موش سرآشپز
۵۱	مهمان ناخوانده
۵۲	توکل بر خدا
۵۴	بازی‌های دیجیتال
۵۵	فسقلی‌ها در اردو
۵۶	من هم قاسم سلیمانی‌ام
۵۸	دعا و نیایش
۶۰	منابع

مقدمه

امروزه علی‌رغم گسترش روزافزون علم و تکنولوژی، فرضیه‌ی آسانترشدن 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 کودکِ سالم، شاد و بهنجار.

در این دهکده‌ی آنلاین جهانی، والدین در مسیر پروراندن کودک خود، تنها تر 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 آینده‌ی 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 به تدریج 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. مبرهن 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 آداب و رسوم، نحوه 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 به عنوان 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 به تبع 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 به منظور 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 فضاسازی شده و به کارگاه‌های تخصصی متنوعی برای یادگیری بهتر و سریعتر تقسیم گردیده است. آموزش در این مراکز توسط مربیان مجرب، کارآزموده، 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 عمدتاً 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 این‌رو 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 چه‌بسا 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 پرورش عزت‌نفس، 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 اضافه‌شده‌اند.

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 قرارگرفته‌اند، 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 فرزندان 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 بپندیشند 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 نکنند. 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 فرزندان 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 فرزندان 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 فرزندان. 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 فرزندان 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 باشد. 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

اهداف

- تقویت مهارت فکر کردن؛
- ایجاد بارش فکری؛
- تقویت توجه به نقاط مثبت و منفی خود؛
- آگاهی از توانمندی‌ها و ناتوانایی‌های خود؛



زمان مورد نیاز

۱۵



رنگ نقاشی



کاغذ

وسایل مورد نیاز

اجرا

با کودک در مورد آخرین کارتون یا فیلمی که دیده است، صحبت کنید و در مورد شخصیت‌های آن فیلم یا کارتون گفت‌وگو کنید. به عنوان مثال: کدام یک از آن‌ها مهربان بودند؟ کدام یک زود عصبی می‌شدند؟ به آن‌ها بگویید هر یک از ما هم صفات و ویژگی‌های خوب داریم و هم صفات و ویژگی‌هایی که خوب و مناسب نیستند. در ادامه مادر ۲ برگ کاغذ آماده می‌کند، یک برگ برای خودش و یک برگ برای کودک. سپس از او می‌خواهد دستش را به صورت انگشتان باز روی کاغذ ترسیم کند. خودش

هم این کار را انجام می‌دهد. ضمناً بندهای هر انگشت هم مشخص می‌شود. آن وقت باید در مورد خودشان فکر کرده و در داخل هر بند از انگشتان ویژگی‌هایی از خودشان بنویسند. هرکس به ویژگی‌های مثبت و ویژگی‌های خوب و سازنده‌ای که دوست دارد داشته باشد، اشاره کند، برنده است. کودک می‌تواند این بازی را با سایر اعضای خانواده انجام دهد.



- کدام یک از ویژگی‌های خودت را دوست داری؟

- از این که مهربان و یا با احترام رفتار می‌کنی چه احساسی داری؟

- دوست داری چه ویژگی‌های خوب دیگری داشته باشی؟

- کدام ویژگی‌ات را دوست نداری؟

بازخورد
از کودک

اهداف

- تقویت توجه و تمرکز بر ویژگی‌های خود؛
- تقویت اعتماد به نفس و خودباوری؛
- تقویت مهارت خودآگاهی؛
- تقویت تعامل کودک با خانواده؛

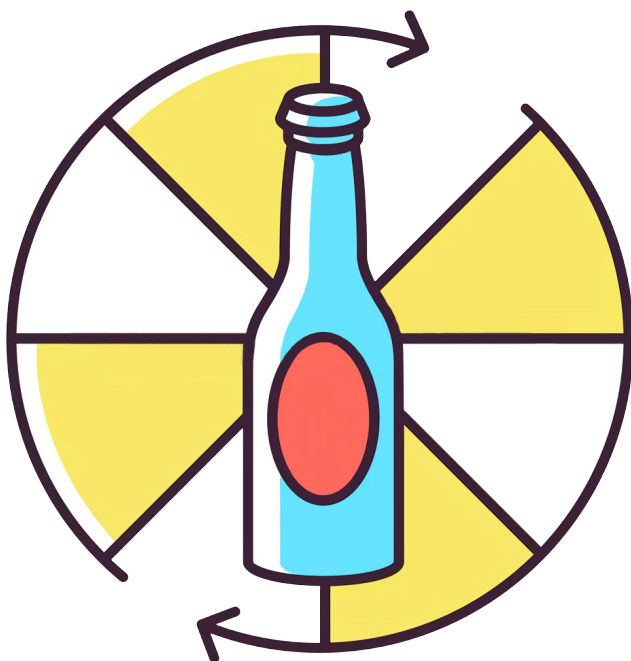


زمان مورد نیاز

اجرا

مادر ابتدا بازی را برای اعضای خانواده شرح می‌دهد. به این صورت که هرکس ۵ دقیقه باید در مورد ویژگی‌ها و صفات مثبت و توانایی‌های خودش فکر کند. سپس همه باید به صورت دایره بنشینند. آن وقت مادر بطری را در مرکز دایره حرکت می‌دهد. سر یا گردن بطری به سمت هرکدام از اعضای خانواده ایستاد، آن فرد باید یک ویژگی خوب در مورد خودش و یک ویژگی مثبت در مورد کسی که ته بطری به سمت اوست، بگوید.

در ادامه لازم است هرکس که در بازی شرکت کرده، تعداد ویژگی‌هایی که در مورد خودش گفته است را جمع‌آوری نموده و روی یک برگه‌ی سفید بنویسد و روی دیوار نصب کند و اگر در روزهای آینده صفات خوب دیگری به ذهنش رسید به آن‌ها اضافه کند.



- از داشتن این صفات خوب و مثبت چه احساسی داری؟

- می‌خواهی چه توانایی‌های دیگری داشته باشی؟

بازخورد
از کودک

- برای تقویت توانایی‌های خودت از چه کسی کمک می‌گیری؟

اهداف

- تقویت توجه به شباهت‌ها و تفاوت‌های کودک با اعضای خانواده؛
- افزایش مهارت خودآگاهی؛
- تقویت مهارت فکر کردن؛
- افزایش مهارت گوش کردن فعال؛



زمان مورد نیاز



صندلی

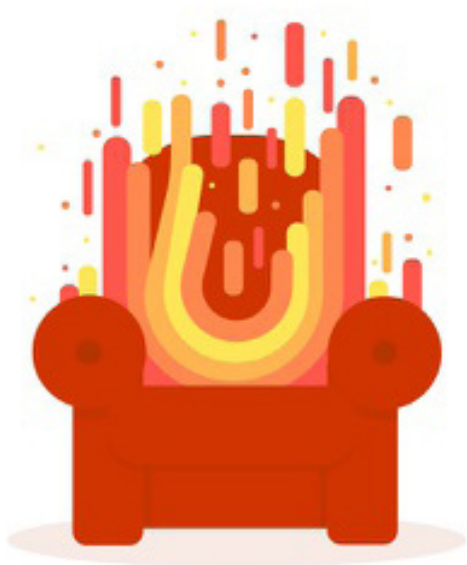
وسایل مورد نیاز

اجرا

به کودک بگویید همه‌ی ما انسان‌ها در بعضی زمینه‌ها به هم شباهت داریم و در بعضی زمینه‌ها متفاوت هستیم. هر کس که روی صندلی می‌نشیند باید شباهتش را با تک تک اعضای خانواده بگوید. سپس تفاوت‌هایش را به همین شکل بگوید.

به عنوان مثال: مریم روی صندلی می‌نشیند و می‌گوید: رنگ موهایم با رنگ موی مادر متفاوت است ولی به رنگ موی پدر و برادرم شباهت دارد.

لازم به ذکر است که ابتدا از نظر ظاهری و فیزیکی همه‌ی اعضای خانواده به همین شکل فعالیت را ادامه می‌دهند. سپس هر یک از اعضای خانواده احساس خودشان را نسبت به ظاهر و قیافه‌ای که دارند، می‌گویند.



- از این که قیافه و جسمت را دوست داری چه احساسی داری؟

بازخورد
از کودک

- چگونه به ظاهر و جسمت احترام می‌گذاری؟

اهداف

- تقویت مهارت فکر کردن و تمرکز؛
- ارتقای اعتماد به نفس؛
- احترام به دیگران و رعایت نوبت؛



زمان مورد نیاز

اجرا

والد برای کودک توضیح می‌دهد که هر یک از ما توانایی‌ها، استعدادها و ناتوانایی‌هایی داریم و نمی‌توانیم بعضی از کارها را انجام دهیم. ما از طریق این بازی می‌خواهیم در مورد خودمان بیشتر فکر کنیم و بگوییم چه کارهایی را می‌توانیم انجام دهیم.

به عنوان مثال: من می‌توانم دوچرخه سواری کنم. / من می‌توانم

در ادامه می‌توانیم همگی اعضای خانواده را وارد بازی کرده و از آن‌ها هم بخواهیم در مورد خودشان فکر کنند و توانایی‌هایشان را بگویند.

- از داشتن توانایی‌هایت چه احساسی داری؟

- برای تقویت توانایی‌ها باید چه کار کنی؟

- یک کتابچه‌ی کوچک از توانایی‌ها و استعدادهایت تهیه و خودت را از

این طریق به بقیه معرفی کن.

بازخورد
از کودک

صفات خدا

بازی شماره ۵

اهداف

- آشنایی با صفات خدا؛
- تقویت مهارت فکر کردن و بارش مغزی؛
- افزایش سرعت عمل و تفکر؛
- تقویت سیالی ذهن؛



زمان مورد نیاز



ماژیک



قیچی



کاغذ

وسایل مورد نیاز

اجرا

مادر و کودک با همکاری هم، کاغذها را در سایز ۴ در ۴ سانتی متر برش زده و روی هریک، حروف الفبا را می نویسند (به تعداد افراد شرکت کننده در این بازی حروف الفبا آماده می کنند). سپس مادر از کودک می پرسد چند تا از صفات خوبت را بگو، آن وقت از او می خواهد از هر یک از اعضای خانواده ۵ صفت خوب و مثبت بگوید. مثل: مهربان، دلسوز، با احترام و ...

سپس برای شروع بازی همه ی اعضای خانواده دور هم نشسته و تمام حروف الفبای نوشته شده را در وسط قرار می دهند.

آن وقت مادر یا پدر اعلام می‌کنند که با کنار هم قرار دادن حروف، هر تعدادی که می‌توانند صفات خدا را درست کنند.

به عنوان مثال: از کنار هم قرار دادن حروف «ر ح ی م» صفت رحیم به وجود می‌آید.

هر کس تعداد بیشتری از صفات خدا را به همین شکل بگوید، به عنوان برنده محسوب می‌شود. در پایان بررسی کنند ببینند چه تعداد از صفات خدا را گفته‌اند.

در ادامه این فعالیت را انجام دهد.

جملات را بخوان و آن‌ها را کامل کن.

- من به خدا اعتماد می‌کنم، چون از همه ...

- من به خدا توکل می‌کنم، چون ...

- من وقتی دچار استرس می‌شوم، به خدا ...

- من وقتی آرامشم را از دست می‌دهم، از خدا می‌خواهم که ...

- من وقتی نگرانم، به خدا ...

- من وقتی می‌ترسم، از خدا می‌خواهم ...

- چرا باید همیشه به خدا اعتماد کنیم؟

- خدا چه صفاتی دارد که ما انسان‌ها باید به او توکل کنیم؟

- پیامبر در مورد توکل به خدا چه می‌فرماید؟

- افرادی که به خدا توکل و اعتماد می‌کنند، چه ویژگی‌هایی دارند؟

- دوست داری دوباره این بازی را تکرار کنیم؟

بازخورد
از کودک



داستان حما



داستان شماره ۱

رها

یک روز صبح با پدرم داشتیم به سمت مدرسه می‌رفتیم. بین راه که از پارک محله‌مون می‌گذشتیم، پیرمردی را دیدیم که مشغول انجام مطالعه بود و بسیار شادمان و سرحال بود. از پدرم پرسیدم، بابا چقدر اون پیرمرده سرحال و خوشحال بود. چقدر دوست داشتنی بود. تا حالا ندیده بودم پیرمردی این جوری سرحال باشه. پدرم بهم گفت: عزیزم، من این پیرمرد را می‌شناسم، خیلی مهربان و پرتلاش هستش؛ توی هر کاری که می‌خواهد انجام دهد، به خدا توکل می‌کند. آن چنان که گویی هیچ کس دیگری در عالم ندارد. نه دوستی و نه آشنایی، نه خانواده‌ای و اقوامی که کمکش کنند، دستش را به یاری بگیرند، اگر جایی درمانده شد، به کمکش بشتابند. یک روز وقتی از او پرسیدم تو چطور بدون اینکه کسی به تو کمک کند این قدر موفق و پرتلاش و شادمان هستی؟ بهم لبخندی زد و گفت: جوان مگر نمی‌دانی همین دوست و آشناها، خانواده و اقوام و ... هم اگر بخواهند کمکی به من بکنند باید خدا کمکشان کند؟ کمی فکر کن! به فکر فرو رفتم دیدم راست می‌گویند، درست است که دوست و آشنا و خانواده و اقوام هستند، اما همه‌ی آنها بنده‌های خدا هستند؛ و بدون شک همه‌شان محتاج کمک خدایند؛ اگر خدا نخواهد نمی‌توانند هیچ کاری انجام بدهند. پس دخترم همیشه باید در مرتبه‌ی اول به خدا اعتماد داشته باشیم و بگوییم الهی به امید خودت و نه بنده‌هایت!

- رها با دیدن پیرمرد در پارک، از پدرش چه سؤال‌هایی پرسید؟

- پدر در مورد پیرمرد چه جوابی به رها داد؟

- رها از شنیدن حرف‌های پدرش در مورد پیرمرد، چه چیزهایی یاد گرفت؟

بازخورد
از کودک



داستان شماره ۲

کلاس چرتکه

خانم معلم خیلی سریع عددهای دو رقمی را با فاصله‌ی زمانی کم، پشت سر هم می‌خواند. متین هنوز عدد اول را به خاطر نسپرده بود که ماژیک از دستش افتاد روی زمین. خم شد ماژیکش را بردارد. خانم معلم گفت: بچه‌ها وقت تمام است. ترنم قبل از همه تخته وایت‌بردش را بالا برد. متین با خودش فکر کرد چطور او می‌تواند به این سرعت اعداد را با هم جمع کند. خانم معلم متین را صدا زد و گفت: شما چی؟ متین بدون هیچ جوابی به خانم معلم نگاه کرد. او از اول ساعت تا حالا نتوانسته بود هیچ کدام از تمرین‌هایش را جواب دهد.



خانم معلم به طرفش آمد. متین دلش می‌خواست تخته‌اش را پنهان کند تا خانم معلم نبیند که او چیزی ننوشته است. بغض گلویش را گرفته بود. دوست داشت با صدای بلند بگوید که من کلاس چرتکه را دوست ندارم. اما اگر خانم معلم می‌فهمید حتماً به مادرش می‌گفت و او هم ناراحت می‌شد. چشمان متین به جواب درست ترنم افتاد و سریع گفت: سیصد چهل و پنج! خانم معلم خیلی جدی پرسید: خودت حساب کردی؟ متین از خجالت سرش را پایین انداخت و شروع کرد به گریه کردن. خانم معلم اشک‌های او را پاک کرد و گفت: اشکالی ندارد عزیزم گریه نکن.

خانم معلم یک بار دیگر با سرعت چندین عدد را پشت سر هم خواند. باز هم ترنم زودتر از بچه‌های دیگر جواب را نوشت و تخته‌اش را بالا گرفت. ثنا با ناراحتی گفت: آاه خانم ... ترنم اصلاً نمی‌گذارد ما هم جواب بدهیم.

خانم معلم گفت: خوب ثنا جان کلاس چرتکه کلاس سرعت‌العمل است، شما هم باید سریع‌تر حساب کنید.

فاطمه گفت: خوب خانم ما هم حساب می‌کنیم، ولی ترنم زودتر جواب می‌دهد.

خانم معلم گفت: اشکالی ندارد. برای امروز کافیست. لطفاً وسایل‌تان را جمع کنید. فاطمه پرسید: یعنی برویم خانه؟ خانم معلم گفت: دفتر و مداد رنگی‌هایتان را از کیفتان در بیاورید و هر کدام یک نقاشی بکشید. بچه‌ها با خوشحالی مشغول کشیدن نقاشی شدند. ترنم قبل از همه برگه‌اش را روی میز خانم معلم گذاشت و گفت: تمام شد. اول شدم!

خانم معلم گفت: این بار هر کس که بهترین نقاشی را بکشد اول می‌شود. خانم معلم نگاهی به نقاشی‌اش انداخت. او یک نقاشی ساده با رنگ‌آمیزی به هم ریخته کشیده بود. خانم معلم به ترنم گفت: نمی‌خواهی چیز دیگری بکشی؟ ترنم لبخندی زد و گفت: نه!

بچه‌ها یکی یکی نقاشی خودشان را به خانم معلم دادند. متین آخرین نفری بود که نقاشی‌اش را روی میز خانم معلم گذاشت و رفت سر جایش نشست. خانم معلم نقاشی‌ها را نگاه کرد. بچه‌ها منتظر بودند تا بهترین نقاشی انتخاب شود. هر کدام از بچه‌ها توی دلش دعا می‌کرد نقاشی خودش برنده بشود. متین بر عکس بچه‌ها اصلاً فکر نمی‌کرد که نقاشی خوبی کشیده باشد. خانم معلم از روی صندلی بلند شد و یک ستاره از برچسب‌هایش را گند و در مقابل عکس متین، روی جدول ستاره‌ها

چسباند. ثنا با خوشحالی به متین گفت: آفرین تو برنده شدی!

فاطمه گفت: خانم می‌شود نقاشی متین را به ما هم نشان بدهید! خانم معلم برگه نقاشی متین را بالا برد تا همه آن را ببینند. ترنم گفت: وای چقدر قشنگ کشیدی!

متین خیلی خوشحال شد. خانم معلم گفت: بله به نظر من هم نقاشی قشنگی کشیده است... بچه‌ها هر کس استعداد خاصی دارد و باید با توجه به استعدادی که خدا به او داده فعالیت مناسب خودش را انتخاب کند. مثل متین که استعداد زیادی در نقاشی کشیدن دارد و می‌تواند با همین توانایی در آینده یک نقاش ماهر بشود.



- متین چه ویژگی و توانایی داشت؟

- خودت چه ویژگی خوبی داری؟

- چه کاری را بهتر از هر چیزی بلد هستی؟

بازخورد
از کودک



داستان شماره ۳

مسابقه‌ی گل‌ها

روزی روزگاری در زمان‌های دور حاکمی زندگی می‌کرد که گل‌ها را خیلی دوست داشت، او فکر می‌کرد هیچ چیزی به قشنگی یک باغ گل نیست، نه اقیانوس آبی، نه رنگین کمان و نه جنگل سبز. او دوست داشت همه‌ی مردم نیز گل‌ها را دوست داشته باشند، چون فکر می‌کرد که آن وقت همه جا پر از گل خواهد شد.

او با خودش فکر کرد بهترین کار این است که یک مسابقه بگذارد. روز بعد حاکم سربازان خود را به همه جا فرستاد تا به مردم اطلاع دهد که هر کس بتواند قشنگ‌ترین باغ گل را پرورش دهد، یک صندوقچه پر از طلا و جواهر به او جایزه داده می‌شود.

وقتی مردم این خبر را شنیدند، خیلی هیجان زده شدند. همه تصمیم گرفتند یک باغ زیبای گل بکارند. یکی از دوستان حاکم، باغی پر از گل‌های بنفشه کاشت، چون می‌دانست که حاکم، گل بنفشه خیلی دوست دارد. وقتی حاکم باغ او را دید، گفت: من گل بنفشه دوست دارم و این باغ خیلی قشنگ است، ولی فکر می‌کنم قشنگ‌ترین باغ این سرزمین نباشد.

دوست دیگر حاکم با خود گفت: حاکم گل رز صورتی را خیلی دوست دارد. من در باغم، گل رز صورتی می‌کارم. بنابراین، او باغی پر از گل‌های رز صورتی کاشت. وقتی حاکم باغ او را دید گفت: این گل‌های رز خیلی قشنگ هستند، ولی فکر نمی‌کنم زیباترین باغ این سرزمین باشد. بیشتر مردم سعی کردند بفهمند که حاکم چه گلی دوست دارد، تا همان گل را بکارند، ولی هر وقت حاکم باغی را می‌دید لبخند می‌زد و می‌گفت: این باغ خیلی قشنگ است ولی زیباترین باغ نیست.

در بین مردم معلمی بود که شاگردانش را خیلی دوست داشت و برای آنها خیلی زحمت می‌کشید. یک روز، معلم کلاس همانطور که دانش آموزان کلاسش را در حال انجام تکالیف تماشا می‌کرد، به یاد مسابقه حاکم افتاد با خود فکر کرد که هر کدام از آنها متفاوت از دیگری است ناگهان فکری به ذهنش رسید. هیجان زده شد و گفت: بچه‌ها دعا کنید که حدسم درست باشد؛ آن وقت پیش من یک جایزه‌ی خوب دارید. همه‌ی دانش آموزان کنج‌کاور شدند که معلمشان چه کاری می‌خواهد انجام دهد؟ بعد از تمام شدن کلاس درس، معلم دیگر نمی‌توانست منتظر بماند. سریع به خانه رفت و شروع به کاشتن گل‌ها کرد. چند هفته‌ای طول کشید تا باغش آماده شود. وقتی باغ آماده شد از حاکم خواست تا باغ او را ببیند. وقتی حاکم باغ او را دید، شگفت زده شد. با خوشحالی گفت: این باغ بهترین باغی است که دیده‌ام. بهترین باغ این سرزمین. معلم از هر گلی که می‌توانست در آن سرزمین رشد کند، در باغش کاشته بود و هیچ کدام از گل‌ها درست مثل دانش آموزان کلاسش مثل هم نبودند. حاکم اعلام کرد که معلم برنده است و جایزه مسابقه را به او داد. معلم می‌دانست که بی نظیر و متفاوت بودن دانش آموزان کلاسش و دعای آنها باعث شده بود تا مسابقه را ببرد. بنابراین جایزه‌ای که قولش را به بچه‌ها داده بود به آنها داد و مقدار زیادی از طلاهایی که حاکم داده بود را صرف ساختن مدرسه برای بچه‌هایی که مدرسه نداشتند، کرد.



دنیای ما نیز یک باغ پر از گل‌های متفاوت است که اگرچه هر گل شباهت‌های زیادی به گل‌های دیگر دارد، ولی هر کدام شکل، رنگ و بوی خاص خود را دارند و همین متفاوت بودن است که این باغ را زیبا و قشنگ ساخته است و تو یکی از گل‌های این باغ هستی که ظاهر، خصوصیات و استعدادها و توانایی‌های خاص خود را داری و با بی‌نظیر و منحصر به فرد بودن این باغ بزرگ را قشنگ کرده‌ای. خدا را شکر می‌کنم که تو یکی از بهترین گل‌های باغ زندگی ما هستی. تو فرد بی‌نظیری هستی، مثل تو در دنیا وجود نداشته و وجود نخواهد داشت.

- به نظر خودت در چه چیزی استعداد داری؟

- چه کارهایی می‌توانی انجام بدهی که خواهر یا برادرت نمی‌توانند آن‌ها را انجام دهند؟

- خواهر یا برادرت چه کارهایی می‌توانند انجام دهند که شما نمی‌توانی آن‌ها را انجام دهی؟

- از پدر و مادرت بخواه که خصوصیات خوب و استعدادهایت را بگویند.

بازخورد
از کودک



داستان شماره ۴

توانایی فیلی

من یک فیل هستم. دوستانم من را فیلی صدا می‌زنند. آهو و میمون دوست‌های من هستند. ما همیشه در کنار هم شاد هستیم و از بازی کردن با هم لذت می‌بریم. یک روز اتفاقی افتاد که اولش کمی ناراحت شدم، اما بعد متوجه چیز تازه‌ای در مورد خودم شدم که تا به آن روز نمی‌دانستم.

آن روز وقتی برای بازی کردن پیش دوستانم رفته بودم، میمون از روی شاخه درخت‌ها شروع به پریدن کرد و گفت: پریدن از روی شاخه‌ها بسیار لذت بخش است، اما شما که نمی‌توانید این کار را انجام بدهید. در همان لحظه آهو شروع کرد به دویدن و با صدای بلند گفت: درست است که من نمی‌توانم از روی شاخه‌ها بپریم، اما سرعت من در دویدن بسیار زیاد است. حالا نوبت من بود که بگویم چه کاری را خوب می‌توانم انجام بدهم. هر چقدر فکر کردم توانایی‌ای نداشتم که به دوستانم بگویم. نه می‌توانستم از جایی بپریم و نه می‌توانستم سریع بدوم. به همین خاطر خیلی ناراحت شده بودم.

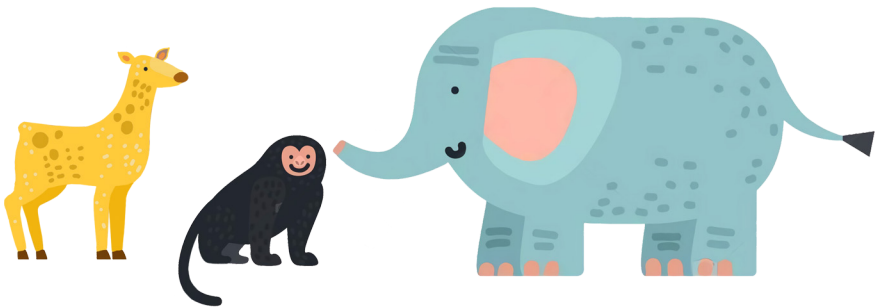
در همین فکرها بودم که صدای مامان خرگوش کوچولو آمد که داشت او را صدا می‌زد. انگار خرگوش کوچولو گم شده بود. مامان خرگوش، خیلی نگران بود. برای همین من و آهو و میمون تصمیم گرفتیم کمکش کنیم. میمون گفت: من از روی درخت‌ها همه جا را نگاه می‌کنم. آهو گفت: من با سرعت به همه طرف می‌روم و همه جا را می‌گردم، شاید خرگوش کوچولو را پیدا کنم. اما من نمی‌دانستم چه طور باید به دنبال او بگردم، که یک دفعه احساس کردم بوی خرگوش کوچولو می‌آید. چشم‌هایم را بستم و سعی کردم با دقت بیشتری همه جا را بو بکشم. از سمت راست، بوی بیشتری می‌آمد. از همان سمت به حرکت ادامه دادم تا خرگوش کوچولو را در پشت درختی بزرگ پیدا کردم. با خوشحالی فریاد زدم: خرگوش کوچولو اینجا است!

من پیدایش کردم.

خانم خرگوشه خیلی خوشحال شد و با سرعت پیش ما آمد و از من تشکر کرد.
بعد پرسید: فیلی تو چطوری او را پیدا کردی؟ با خوشحالی گفتم: نمیدانم. من فقط با
دقت اطرافم را بو کردم!

آهو و میمون هم به سرعت خودشان را رساندند. میمون گفت: آفرین فیلی. تو
توانایی داری که هیچ کدام از ما نداریم، تو بهتر از ما بوها را احساس می‌کنی.
خندیدم و گفتم: درسته، آهو خیلی تند می‌دود، تو روی شاخه‌ها خیلی خوب می‌پری.
من هم خیلی خوب می‌توانم بوها را متوجه شوم! آن روز یکی از بهترین روزهای
زندگی‌ام بود. هم به خانم خرگوشه کمک کرده بودم. هم توانایی‌ام را شناخته بودم.

هر کس توانی داره، تو این جهان زیبا بهتر اینه که باشه با قدرتش آشنا



- آهو و میمون چه توانمندی داشتند؟

- چرا فیلی فکر می‌کرد هیچ توانایی‌ای ندارد؟

- اتفاقی که برای خرگوش افتاده بود چطور باعث شد فیلی بفهمد چه
توانایی دارد؟

- تو با توانایی‌هایی که خدا به تو داده آشنا هستی؟

- به کمک بزرگترهات لیستی از توانمندی‌هات بنویس یا نقاشی کن.

بازخورد
از کودک



داستان شماره ۵

اسم بلند

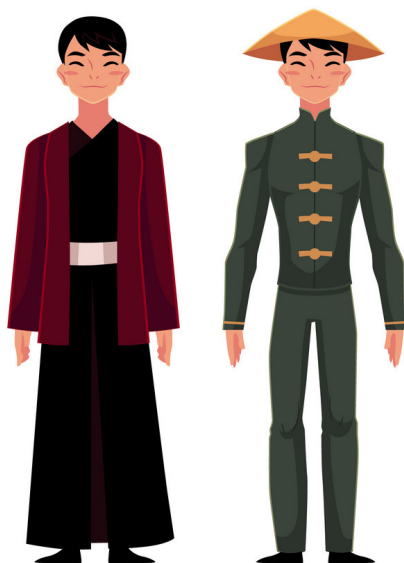
یکی بود یکی نبود. خیلی پیش از این در سرزمین چین دهکده‌ای بود. در این دهکده رسم بود مردم روی پسر اولشان اسمی بگذارند که خیلی بلند و طولانی باشد. آن‌ها فکر می‌کردند اسم بلند آدم را بزرگ و مهم می‌کند. برای همین هم اسم‌ها روز به روز بلند و بلندتر می‌شد.

روزی از روزها، خداوند به پدر و مادر جوانی یک پسر داد. آن‌ها اسم پسرشان را ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم گذاشتند. هر کس به دیدن بچه می‌آمد و اسم او را می‌شنید می‌گفت: چه اسم خوبی! خیلی قشنگ است.

مدتی گذشت و خداوند پسر دیگری به این خانواده داد. اسم او را آفو گذاشتند. ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم و برادرش آفو کم کم بزرگ شدند. حالا می‌توانستند با هم بازی کنند. هر روز از در خانه تا چاه همسایه می‌دویدند و با صدای بلند توی چاه فریاد می‌زدند. صدایشان توی چاه می‌پیچید و آن‌ها از خوشحالی دست می‌زدند و می‌خندیدند.

تا این که یک روز مثل همیشه ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم و آفو دویدند تا خودشان را به چاه برسانند. ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم زودتر رسید، اما همین که خم شد توی چاه فریاد بکشد، پایش لیز خورد و توی چاه افتاد. آفو از ترس و فریادی کشید و پرسید: ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم سالمی؟

ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم با آه و ناله جواب داد: آره سنگ‌های دیوار چاه را محکم گرفته‌ام تا توی آب نیفتم. زود برو کمک بیاور.



آفو به خانه‌ی همسایه دوید و فریاد زد: ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم توی چاه خانه‌ی شما افتاده.

پیرمرد همسایه گفت: چی؟ ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم توی چاه افتاده؟ وای خدای من، باید او را با طناب از چاه بیرون بکشیم.

پیرمرد بیچاره رفت دنبال طناب؛ اما هر چه گشت نتوانستند آن را پیدا کنند. آفو که دید پیرمرد همسایه نمی‌تواند طناب را پیدا کند، به طرف خانه‌ی خودش دوید.

توی راه به هرکس می‌رسید، طناب می‌خواست. همه می‌پرسیدند: طناب می‌خواهی چه کار؟ آن وقت آفو مجبور بود بایستد و برایشان بگوید که ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم توی چاه افتاده است.

وقتی بالاخره آفو به خانه رسید، مدت‌ها بود که ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم توی چاه بود. آفو نفس نفس زنان ماجرا را برای پدرش تعریف کرد. پدر با عجله طناب بلندی برداشت و همراه آفو به طرف چاه خانه‌ی همسایه دوید.

وقتی به چاه رسیدند، همه‌ی همسایه‌ها دور چاه جمع شده بودند. پدر با صدای بلند ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم را صدا کرد. ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم خسته و بی جان، ناله‌ای کرد. پدر طناب را توی چاه انداخت و ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم را از چاه بیرون کشید. همه خوشحال شدند؛ از همه بیش‌تر آفو.

وقتی حال ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم بهتر شد از آفو پرسید: چرا اینقدر دیر آمدی؟ چیزی نمانده بود بیفتم توی آب و خفه بشوم.

آفو گفت: آخه چه کنم اسم تو خیلی خیلی بلند است و تا من می‌آمدم به دیگران بگویم که چه اتفاقی برایت افتاده و چرا طناب می‌خواهم خیلی طول می‌کشد.

ریکی تیکی تامبو نوسی رامبوهاری باری بوشکی پاری پیم وقتی حرف‌های برادرش را شنید به پدرش گفت: پدر جان ممکن است اسم من را هم کوتاه کنید فکر می‌کنم اگر اسم من یکی دو قسمت بیشتر از این داشت، حتماً تا حالا در چاه خفه شده بودم.

ریکی گفت من این اسم را دوست ندارم. پدر خندید و قبول کرد که اسم را کوتاه کند.

- آیا شما اسمت را دوست داری؟

- پسر قصه‌ی ما چرا اسمش را دوست نداشت؟

- اگر شما اسمت را دوست نداشتی چه کار می‌کردی؟

- پیام قصه را بنویس.

بازخورد
از کودک

«لازم به ذکر است یکی از روش‌های کسب اعتماد به نفس؛ انتخاب اسم مناسب برای کودکان می‌باشد.»



داستان شماره ۶

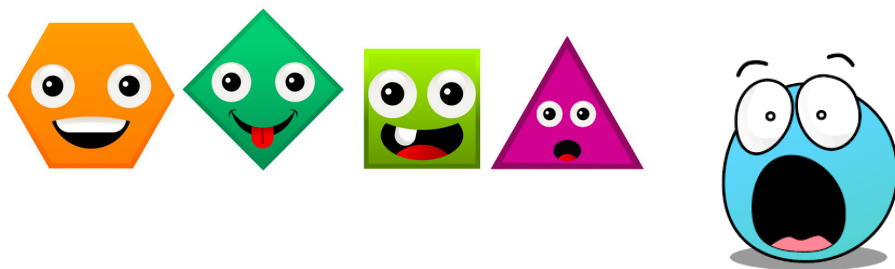
گردی کوچولو

گردی کوچولو یک گردی کوچولو مانند همه‌ی گردی‌های دیگر بود. مانند پدرش، مادرش، عموها و خاله‌ها و عمه‌هایش؛ مانند تمام مردم شهر گردی‌ها بود. مانند همه‌ی مردم شهر گردی‌ها قل می‌خورد، می‌چرخید و جلو می‌رفت. گاهی بالا و پایین می‌پرید گاهی یک جا می‌نشست و استراحت می‌کرد و چون خیلی بازیگوش بود کمتر استراحت می‌کرد. توی شهر گردی‌ها همه مانند هم بودند؛ فقط یکی کوچکتر بود، یکی بزرگ‌تر. یکی خیلی چاق و تپل بود و دیگری کوچک و ریز؛ ولی همه گرد بودند. یک روز گردی کوچولو بازی می‌کرد. سعی می‌کرد هر چه می‌تواند بالاتر بپرد، دلش می‌خواست ببیند تا چقدر می‌تواند بالاتر بپرد. او تمام قدرتش را جمع کرد و بالا پرید. خیلی هم بالا پرید. در هوا چرخید و چرخید و پس از مدتی دوباره به زمین افتاد. چند بار بالا و پایین رفت تا دوباره توانست سر جایش بایستد.

ناگهان از چیزی که می‌دید، تعجب کرد. دور و بر او فرق کرده بود. کسانی را می‌دید که تا به حال ندیده بود. اول ترسید، خودش را کنار کشید. می‌خواست از ترس جیغ بکشد و گریه کند. او کسانی را می‌دید که مانند او و مردم شهر گردی‌ها نبودند. یک جور دیگر بودند. بعضی‌ها سه گوشه بودند، بعضی‌ها چهار گوشه، بعضی‌ها هم هفت و هشت تا گوشه داشتند. بعضی‌ها هیچ گوشه‌ای نداشتند، بلکه یک جورهایی کج و معوج بودند. او شکل‌های عجیب و غریبی می‌دید. نمی‌توانست باور کند. از وقتی که او چشم‌هایش را باز کرده بود کسانی را دیده بود که مانند خودش بودند، گردی! فقط هم گردی!

اما اینجا جور دیگری بود. کسانی که چهار گوشه بودند، بدون این که قل بخورند، جلو می‌رفتند. سه گوشه‌ها خیلی با مزه به جلو حرکت می‌کردند.

حتی کسانی را دید که هر لحظه به شکلی در آمدند. با این که گردی کوچولو از دیدن آن‌ها خیلی تعجب کرده بود، اما انگار هیچ کس از دیدن او تعجب نکرده بود. هیچ کس با او کاری نداشت. حتی هیچ کس جلو نیامد تا بپرسد، تو کی هستی! گردی کوچولو جلو رفت. ترسش کمتر شد. می‌خواست برود و ببیند که این شهر چه شکلی است. او هرچه جلوتر می‌رفت چیزهای جالب‌تری می‌دید. هر کسی به شکلی بود، هر کسی کار خودش را می‌کرد. هیچ کس هم مزاحم دیگری نمی‌شد. خیلی‌ها هم وقتی او را می‌دیدند لب‌خند می‌زدند. هر جا هم دچار مشکل می‌شد، بقیه به او کمک می‌کردند. گردی کوچولو با خودش فکر کرد که اینجا شهر جالبی است. گردی کوچولو پس از مدتی گردش و تماشا تصمیم گرفت به خانه‌اش برگردد. دلش می‌خواست هرچه را که دیده بود برای دیگران تعریف کند. دلش می‌خواست به بقیه‌ی دوستانش بگوید که توی دنیا فقط گردی‌ها نیستند، خیلی‌های دیگر هم هستند. کسانی که اصلاً شکل آنها نیستند؛ ولی درست مانند تمام گردی‌ها خوب و مهربان‌اند.



- به نظر شما شهر گردی‌ها چگونه بود؟

- آیا می‌توانی تصویر شهر گردی‌ها را نقاشی کنی؟

- شهر جدید چگونه بود؟

- اگر همه شبیه هم بودند دنیا چه شکلی می‌شد؟

- چگونه می‌توان با هم فرق داشت ولی با هم به خوبی زندگی کرد؟

بازخورد
از کودک



داستان شماره ۷

تجربه‌ای بزرگ برای خرس کوچک

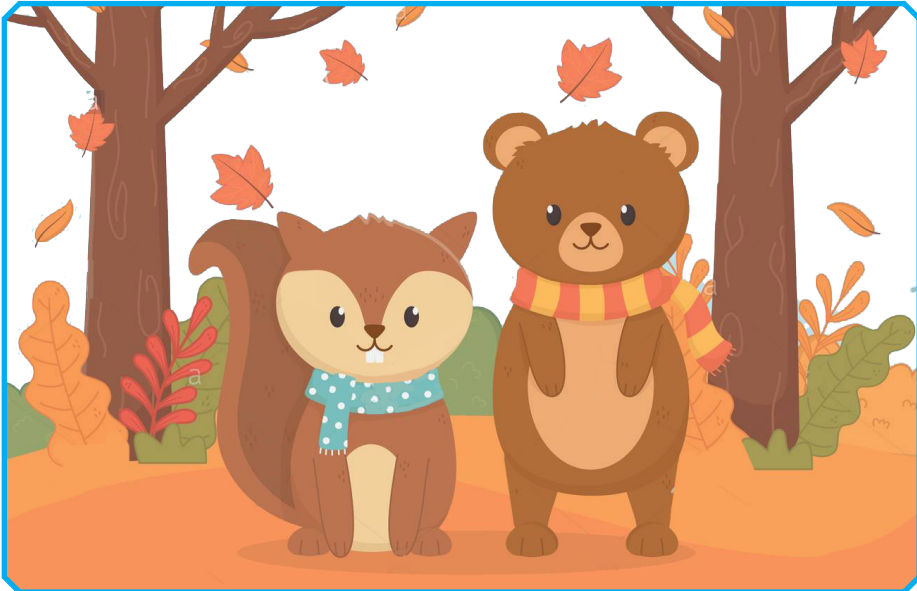
قهوه‌ای، بچه خرس قوی و زرنگی بود که همراه خانواده‌اش در جنگلی قشنگ و سرسبز زندگی می‌کرد. قهوه‌ای خیلی دوست داشت به همه نشان بدهد که بزرگ شده و از عهده‌ی انجام هر کاری بر می‌آید. به همین خاطر بیشتر کارهایش را خودش به تنهایی انجام میداد و دوست نداشت از کسی کمک بگیرد. انجام دادن بعضی کارها به تنهایی کمی سخت بود، اما قهوه‌ای برای اینکه به همه ثابت کند بزرگ شده است، تلاش می‌کرد آن کارها را هر طور که شده، تنها انجام دهد. پدر و مادر قهوه‌ای، از این توانایی او خوشحال و راضی بودند. اما یک روز اتفاقی افتاد که هیچ کس انتظارش را نداشت.

یک روز که قهوه‌ای به تنهایی در جنگل دنبال غذا می‌گشت، ناگهان آسمان تیره شد و ابرهای خاکستری، آبی آسمان را پوشاندند. آسمان غرش بلندی کرد و باریدن گرفت. باد شدیدی شروع به وزیدن کرد. کم‌کم باد به طوفان تبدیل شد. قهوه‌ای فوراً پناهگاهی برای خودش پیدا کرد. در پناهگاه پنهان شده بود و یواشکی و با ترس بیرون را نگاه می‌کرد. ناگهان طوفان، درختی را شکست و با صدای بلندی به زمین انداخت. قهوه‌ای صدای ناله‌ی دوستش فندق‌ی را که یک بچه سنجاب مهربان و دوست‌داشتنی بود، از زیر شاخه‌های درخت شکسته شده، شنید.

قهوه‌ای خیلی ترسیده بود. اما نمی‌توانست همان جا توی پناهگاه بماند و برای نجات دوستش کاری انجام ندهد. قهوه‌ای از پناهگاه بیرون آمد و به سرعت خودش را بالای سر فندق‌ی رساند. او همچنان گریه می‌کرد و کمک می‌خواست. قهوه‌ای تلاش کرد تا دوستش را نجات بدهد، اما شاخه درخت سنگین بود و او زورش نمی‌رسید که بلندش کند. با خودش گفت من که همیشه کارهایم را به تنهایی انجام می‌دهم، چرا

حالا نمی‌توانم از قدرتم استفاده کنم؟! قهوه‌ای تلاش زیادی کرد، اما فایده‌ای نداشت. این کاری نبود که او به تنهایی از عهده‌ی انجامش بر بیاید. قهوه‌ای تصمیم گرفت برای آوردن کمک، از پیش فندق‌ی برود و به او قول داد که با حیوانات دیگر برای نجاتش بر خواهد گشت. خیلی زود قهوه‌ای با پدر و مادرش برگشت و با کمک هم درخت را کمی جابجا کردند و فندق‌ی را از زیر شاخه‌هایش بیرون آوردند.

آن روز قهوه‌ای تجربه‌ی بزرگی به دست آورد. او فهمید کارهایی هست که نمی‌شود به تنهایی انجامشان داد و برای انجام دادن آن‌ها، باید از توان دیگران هم استفاده کرد.



- اگر توانایی انجام یک کار را نداشته باشی، چه کار می‌کنی؟

- به نظر تو همه می‌توانند از عهده‌ی هر کاری بر بیایند؟

- به نظر تو می‌شود با استفاده از کمک دیگران توانایی خودمان هم بیشتر شود؟

- تو از بزرگترها و دوستانت برای انجام کارها کمک می‌گیری؟

- به دیگران در انجام کارهایشان کمک می‌کنی؟

بازخورد
از کودک



نقاشی‌ها



نقاشی شماره ۱: من و خانواده‌ام

- تقویت مهارت دیداری؛

- تقویت تعامل کودک با اعضای خانواده؛

- تقویت مهارت‌های حرکتی درشت؛

- تقویت مهارت خودآگاهی؛

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه



اجرا

با کودک در مورد اعضای خانواده و ویژگی‌های مثبت و مناسب آن‌ها و ویژگی‌هایی که نامناسب هستند و آن‌ها دارند، صحبت کنید. به عنوان مثال: مادر مهربان و منظم است. گاهی زود عصبانی می‌شود. پدر منظم است و به همه احترام می‌گذارد. سپس مادر برگه‌ی سفید را به کودک داده و از او می‌خواهد تصویر خانواده را با ویژگی‌های مثبت و منفی بکشد.

- دوست داری جای کدام یک از اعضای خانواده باشی؟ چرا؟

- چه کسی از همه مهربان‌تر است؟ چرا؟

- دوست داری بیشتر با کدام یک از اعضای خانواده صحبت کنی؟

- زمانی که ناراحت هستی؛ دلت می‌خواد با کی صحبت کنی؟

بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۲: من خلاقم

- تقویت توانایی شناسایی احساسات؛

- شناسایی صفات خوب و صفاتی که خوب نیستند؛

- تقویت مهارت فکر کردن؛

- تقویت خلاقیت و تصویرسازی ذهنی؛

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

مادر از کودک می‌خواهد یک دست خود را با انگشتان باز روی کاغذ بگذارد و اطراف آن را ترسیم کند. سپس روی هر انگشت صفات خوب (مثل مهربانی، رازداری، احترام گذاشتن به خود، احترام گذاشتن به دیگران، مراقبت از خود و...) و صفاتی که خوب نیستند (مثل زود عصبانی شدن، بی‌نظمی، به موقع انجام ندادن تکالیف و...) را بنویسد. روی آن انگشتی که صفت خوب را می‌نویسد، حس خوبی دارد یک صورتک خوشحال بکشد و روی آن انگشتی که صفات نامناسبش را می‌نویسد و احساس خوبی ندارد یک صورتک ناراحت بکشد. در پایان از او می‌خواهیم که با کمک مادر دنبال روش‌هایی بگردند که آن رفتارهای نامناسب را کمتر انجام دهد.

۴۴

خودآموز فراموز - پرورش عزت‌نفس

- از این نقاشی چه چیزهایی یاد گرفتی؟

- اگر بخواهی تعداد صورتک‌های خوشحال (چهره‌های خوشحال)

بیشتری داشته باشی باید چه کار کنی؟

- برای کم کردن صفاتی که خوب نیستند و تو آن‌ها را دوست نداری

می‌خواهی از چه کسی کمک بگیری؟

بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۳: چیزهایی که علاقه دارم

- تقویت مهارت فکر کردن؛
- ارتقای مهارت خودآگاهی؛
- شناسایی استعداد و خلاقیت؛
- افزایش توجه، تمرکز و دقت؛

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه

اجرا

مادر در ابتدا به کودک می‌گوید: هر یک از ما انسان‌ها به چیزهایی علاقه داریم که ممکن است بقیه افراد به آن‌ها علاقه نداشته باشند. همان‌طوری که همه از نظر ظاهری و قیافه و چیزهای دیگر از هم متفاوتیم، در بقیه موارد هم به این صورت است. سپس از کودک می‌خواهد چیزهای مورد علاقه‌ی خود را انتخاب کرده و آن‌ها را ترسیم کند و به اندازه‌ی علاقه‌اش به آن‌ها نمره‌ای از ۱۵ تا ۲۰ بدهد. این موارد عبارتند از کتاب، شنا کردن، فوتبال، تبلت، گوشی، تلویزیون، والیبال، فوتسال، لپ‌تاپ، بازی، آینه و

۴۵

کتاب کار با کودکان ۶ تا ۹ سال

- چه آرزوهایی داری؟

- به چه چیزهایی علاقه داری؟

- دوست داری برای بقیه هم از این قرص‌ها بکشی؟

بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۴: کتابچه

- افزایش اعتماد به نفس؛
- تقویت مهارت خودآگاهی؛
- ارتقای مهارت تفکر خلاق و بارش فکری؛

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه



اجرا

از کودک بخواهید به تمام توانایی‌هایی که دارد و آن‌ها را می‌شناسد، فکر کند. سپس با همکاری و مشارکت اعضای خانواده کتاب کوچکی از خودش تهیه نماید. در هر صفحه از کتاب خود و توانایی‌اش را ترسیم کند. به عنوان مثال: اگر دوچرخه سواری می‌کند. خودش را در حین دوچرخه سواری ترسیم کند و جمله یا جمله‌هایی در این مورد و این توانایی‌اش بنویسد. به همین ترتیب ادامه دهد.

- چقدر این کار را دوست داشتی؟
- دوست داری چه توانایی‌های دیگری داشته باشی؟
- خانواده می‌گویند تو چه چیزهایی بلدی؟
- از این که توانستی در مورد خودت کتاب تهیه کنی چه قدر خوشحالی؟

بازخورد
از کودک



نقاشی شماره ۵: قرص‌های تقویتی

- آگاهی والدین از خواسته‌ها و آرزوهای کودک؛

- تقویت مهارت خودآگاهی؛

- تقویت مهارت فکر کردن؛

- تقویت مهارت خلاقیت و تخیل؛

زمان مورد نیاز: ۳۰ دقیقه



اجرا

به همراه کودک تصویری از قرص‌هایی که به شکل کپسول هستند، روی کاغذ ترسیم کنید، به دلخواه رنگ آمیزی کرده و برش بزنید. آن وقت از کودک بخواهید به مدت یک الی دو هفته با فکر کردن در مورد خودش روی هر قرص یکی از توانایی‌ها یا صفت‌های خوبی که دارد یا به چیزهایی که علاقه‌مند است یا استعدادها و آرزوهایی که دارد بنویسد و در جایی نصب کند. سپس در پایان زمان تعیین شده ببینید در مورد خودش چه چیزهایی نوشته است و خودش را چه طور می‌بیند.

- چقدر این کار را دوست داشتی؟

- دوست داری چه توانایی‌های دیگری داشته باشی؟

- خانواده می‌گویند تو چه چیزهایی بلدی؟

- از این که توانستی در مورد خودت کتاب تهیه کنی چه قدر خوشحالی؟

بازخورد
از کودک



پویانمایی ها

۱- بچرخ تا بچرخیم.

این داستان در مورد چند کودک است که می‌خواهند فرفره درست کنند. آن‌ها با تلاش زیاد و فراوان و تشکیل گروه موفق به ساخت فرفره می‌شوند. آن‌ها بر توانایی‌های خود واقف هستند و در مورد خودشان به این باور رسیده‌اند که توانایی انجام هر کار مثبت و مناسب را دارند. علاوه بر ساخت فرفره آن‌ها چرخ چاه را هم ساختند. یکی از ویژگی‌های افراد با اعتماد به نفس بالا این است که آن‌ها توانایی‌ها و استعدادهایشان را می‌شناسند و خود را باور دارند. این پویانمایی شخصیت‌هایی را معرفی می‌کند که این ویژگی را دارند.



گفت‌وگوی قبل از تماشا

در این داستان با بچه‌هایی آشنا می‌شوی که توانایی‌هایی دارند و در برابر شکست مقاومت می‌کنند و می‌خواهند با تلاش و کوشش زیاد و اتحاد با هم به خواسته‌هایشان که ساختن فرفره است برسند. فکر می‌کنی آن‌ها چطور این کار را انجام می‌دهند؟ از چه وسایلی برای ساخت استفاده می‌کنند؟

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- آقای سام وقتی که توانایی بچه‌ها را در ساختن فرفره دید، چه کار کرد؟
- بچه‌ها با ساختن چه وسیله‌ای جزیره را از بی‌آبی نجات دادند؟
- شما در چه زمینه‌هایی استعداد و توانایی دارید؟
- اگر با تلاش زیاد به خواسته‌هایتان نرسید، چه کار می‌کنید؟



برای دانلود انیمیشن، رمزینهی پاسخ سریع را با دوربین گوشی اسکن نمایید.

۲- موش سرآشپز

رمی موشی است که در خیابان‌های پاریس زندگی می‌کند. او امیدوار است روزی به یک آشپز بزرگ تبدیل شود. اما خانواده رمی با این هدف عجیب او مشکل دارند. با این حال رمی دوست ندارد رویاهایش را فدای انتقاد دیگران کند و به هر شکلی که شده تلاش می‌کند تا این مسیر را تا انتها طی کند.



۱۱۰ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

شخصیت کارتونی این داستان رمی است که می‌خواهد با تلاش زیاد به آرزوها و خواسته‌هایش برسد ولی اطرافیان به او می‌گویند تو موفق نمی‌شوی. به نظرت رمی باید از تلاش دست بردارد؟ به نظرت باید چه کار کند؟

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- برای رسیدن به خواسته‌ها و آرزوهایمان باید تلاش کنیم و ناامید نشویم تا بتوانیم موفق شویم.
- رمی دوست داره در آینده چکاره بشه؟
 - نظر خانواده‌ی رمی در مورد هدف رمی چیه؟
 - رمی برای رسیدن به این هدف می‌خواد چه کار کنه؟
 - اگر تو جای رمی بودی چه کار می‌کردی؟
 - تو برای خواسته‌ها و آرزوهایت چه کار می‌کنی؟

۵۰

خودآموز فراموز - پرورش غرور نفس



برای دانلود انیمیشن، رمزینهی پاسخ سریع را با دوربین گوشی اسکن نمایید.

۳- مهمان ناخوانده

این داستان در مورد پسری است به نام گلابی. این اسم را پدرش برای او انتخاب کرده است. فریدون، پدر گلابی، گلابی را پسری ناتوان، ضعیف و بدون توانایی می‌شناسد. گلابی به این باور رسیده است که توانایی انجام کاری را ندارد، خودش را دوست نداشته و برای خودش احترام قائل نیست. اهمیت این پویانمایی به دلیل تاکید بر دوست داشتن و احترام قائل شدن برای خود یا همان عزت نفس و روش‌های تقویت عزت نفس در کودکان است.



۱۳ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک بگویید افرادی هستند که برای خودشان احترام قائل هستند، خودشان را دوست دارند، کارهای خطرناک انجام نمی‌دهند و در واقع عزت نفس دارند. سپس از کودک سؤال کنید: تو چقدر خودت را دوست داری؟ چطور برای خودت احترام قائلی؟ چه کارهایی انجام می‌دهی که نشان دهنده‌ی این است که خودت را دوست داری؟

۵۱

گفت‌وگوی بعد از تماشا

- گلابی چه مشکلی داشت؟
- پدر گلابی، چه نظری در مورد گلابی داشت؟
- پدر بزرگ به فریدون در مورد گلابی چه پیشنهاداتی داد؟
- پدر بزرگ گفت: عزت نفس یعنی ...



برای دانلود انیمیشن، رمزینته‌ی پاسخ سریع را با دوربین گوشی اسکن نمایید.

۴- توکل بر خدا

این داستان در مورد سه بازرگان است که یکی از آن‌ها به همراه خود سکه‌هایی داشته و آن دو با نقشه سکه‌ها را دزدیدند و در زیر خاک پنهان کردند. ناگهان عده‌ای دزد بر آن‌ها حمله کردند و هر چه آن دو نفر داشتند گرفتند و بردند. تنها چیزی که باقی ماند سکه‌های مخفی شده‌ی آن یک نفر بازرگانی بود که توکل و اعتمادش به خداوند واقعی بود.



۱۲ دقیقه

گفت‌وگوی قبل از تماشا

به کودک بگویید ما در این انیمیشن با افرادی آشنا می‌شویم که با اعتماد و توکل کردن بر خدای یگانه چه عاقبتی دارند و آن‌هایی که اعتماد و توکل واقعی ندارند چه بلایی سرشان می‌آید.

گفت‌وگوی بعد از تماشا

در این انیمیشن آن دو بازرگان با افکار و رفتار پلید و نامناسبشان می‌خواستند سکه‌های دوستشان را بردارند ولی چون دوستشان اعتماد و توکل واقعی به خداوند داشت، آن‌ها نتوانستند به اهدافشان برسند.

- این داستان چه پیامی داشت؟
- افرادی که به خدا توکل و اعتماد نمی‌کنند ممکن است چه اتفاق‌هایی برایشان بیفتد؟
- آن‌هایی که به خدا توکل و اعتماد می‌کنند چگونه افرادی هستند؟



برای دانلود انیمیشن، رمزینهی پاسخ سریع را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



بازی دیجیتال

قبل از شروع بازی ها سعی کنید بازی را نصب کرده و با محیط بازی آشنا شوید.
بعد در فرصتی مناسب کودک را تشویق به این بازی ها کنید.



بازی شماره ۱: فسقلی‌ها در اردو



این برنامه مجموعه‌ای از بازی‌های آموزشی، فکری و سرگرم کننده برای کودکان است و به گونه‌ای طراحی شده‌اند تا مخاطب‌های کودک به آن جذب شوند و هم زمان مشغول یادگیری نیز باشند.

این برنامه شامل ۱۲ بازی آموزشی می‌باشد که هر یک از این بازی‌ها اهدافی را دنبال می‌کنند و کودک برای یادگیری بیشتر ترغیب به انجام می‌شود. دریافت سکه در برابر پیروزی‌هایی که کسب می‌کند و همین طور شکست‌هایی که وجود دارد، بستری فراهم می‌شود برای تلاش بیشتر از طرف کودک.

در این بازی تو می‌توانی هم سرگرم شوی و هم به یادگیریت در زمینه ریاضی و موارد دیگر کمک کند. همین‌طور قسمت‌هایی از بازی حافظه‌ات را تقویت و تمرکزت را بالا می‌برند.

گفت‌وگوی قبل
از بازی

- کدام بازی را بیشتر از بقیه دوست داشتی؟ چرا؟

- کدام بازی بهت کمک کرد ریاضی را بهتر یاد بگیری؟

- کدام بازی بهت کمک کرد تمرکزت بیشتر شود؟

گفت‌وگوی بعد
از بازی



بازی شماره ۲: من هم قاسم سلیمانی‌ام



یک بازی کودکانه سکوبازی است. در این بازی کودک کنترل یک پسر را بر عهده می‌گیرد و باید در هر مرحله با جمع آوری سکه‌ها و الماس‌ها و گل‌ها، خود را به پرچم انتهای هر مرحله، جایی که شهید قاسم سلیمانی در انتظار اوست برساند. این بازی دارای ۱۰ مرحله و دو شخصیت قابل بازی است.

در این بازی تو باید تلاش کنی موانع را از سر راهت برداری، سکه بگیری و به قهرمانی برسی.

گفت‌وگوی قبل
از بازی

- آن موقع که می‌توانستی موانع رو برداری چه احساسی داشتی؟

- وقتی سکه می‌گرفتی چه قدر خوشحال می‌شدی؟

- از این که موفق می‌شدی و به مرحله‌ی آخر برسی، چه احساسی داشتی؟

گفت‌وگوی بعد
از بازی

دعا و نیایش

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

طبق فرموده امام علی علیه السلام و امام صادق علیه السلام، دعا در این زمان‌ها به استجاب 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 دعاهای خوب را همراه بزرگ‌ترهات 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 مهربانم از تو ممنونم به خاطر اینکه من را به‌خوبی خلق کرده‌ای و به من توانایی عطا کرده‌ای.

خدای من؛ کمک کن همیشه ارتباطم با تو خوب باشد. سرم پیش تو بالا باشد و همیشه بنده‌ی خوب تو باشم.

خدای خوبم؛ به من کمک کن تا با استفاده از توانی که تو به من داده‌ای، از عهده‌ی کارهایم بر بیایم.

خدایا به من کمک کن تا توانایی‌هایی که به من داده‌ای را به درستی بشناسم و در راهی که تو دوست داری از آن‌ها استفاده کنم و آن‌ها را در مسیری که دوست نداری، بکار نبرم.

خدای مهربانم من میدانم اگر اشتباهی از من سرزد، 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.



- 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 تقی‌یار. ۱۳۹۵. شهربازی هوش هیجانی: کودک خودآگاه. یار مانا، مهرآفرین

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

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

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

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

- رضاعلی نوروزی، مریم صانعی، آسیه محسنی، فائزه تقی‌یار. 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

.....

- شارتل بارتل. ۱۳۶۶. صد و یک بازی نشاط آور برای بچه‌های ۶ تا ۱۰ سال، ترجمه: حسین فدایی حسین، تهران: نشر صابرین.

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

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

- پترا رابین هارد. ۱۳۹۱. ۲۵۰ بازی ۵ دقیقه‌ای با بچه‌ها در خانه و مهد و مدرسه، ترجمه: اکبر قندی، تهران: نشر قدیانی.

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

- جی کی چن، امیلی ایزبرگ، مارا کرچوسکی. ۱۳۹۳. پروژه طیف (تجربه‌ها و فعالیت‌هایی 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 ویدیو 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)