

تأديب

٣



ويژه مربیان جهادگر

سورة الحديد الحزينة



سوشناسه: صالحی، فاطمه، ۱۳۶۹-، گردآورنده
عنوان و نام پدیدآور: قرآن/ به اهتمام مرکز مطالعات و هدایت حرکت‌های جهادی بسیج سازندگی؛
گردآورندگان فاطمه صالحی، مرجان هرمزی شیخطیعی، فاطمه بیانی صداقت.

مشخصات نشر: تهران: سازمان بسیج دانشجویی، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۴۰ ص.

فروست: مجموعه جزوات تادیب؛ ۳.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۲۵۱۱-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: قرآن -- آموزش -- ادبیات کودکان و نوجوانان

موضوع: Education -- Juvenile literature -- Qur'an

موضوع: قرآن -- برگزیده‌ها -- ترجمه‌ها -- ادبیات کودکان و نوجوانان

موضوع: Qur'an. Selections -- Translations -- Juvenile literature

موضوع: اردو و اردوداری

موضوع: Camping

موضوع: ایران -- مناطق محروم

موضوع: Deprived areas -- Iran

شناسه افزوده: هرمزی شیخطیعی، مرجان، ۱۳۷۳-، گردآورنده

شناسه افزوده: بیانی صداقت، فاطمه، ۱۳۷۰-، گردآورنده

شناسه افزوده: سازمان بسیج دانشجویی

شناسه افزوده: سپاه پاسداران انقلاب اسلامی. سازمان بسیج سازندگی. مرکز مطالعات راهبردی و هدایت حرکت‌های جهادی

شناسه افزوده: Student Basij Organization

رده بندی کنگره: BP۷۴/۵

رده بندی دیویی: ۲۹۷/۱۰۷ [ج]

شماره کتابشناسی ملی: ۶۰۸۸۰۶۱

شناسنامه

مجموعه جزوات تادیب (۳)

قرآن

به اهتمام: معاونت عملیات جهادی سازمان بسیج دانشجویی

مرکز مطالعات و هدایت حرکت‌های جهادی بسیج سازندگی

گردآورندگان: فاطمه صالحی، مرجان هرمزی شیخطیعی، فاطمه بیانی صداقت

ناشر: مرکز اسناد و انتشارات سازمان بسیج دانشجویی

نوبت چاپ: اول - پاییز ۹۸

آدرس: تهران - خیابان طالقانی - تقاطع مفتح - مجتمع فرهنگی

سیزده آبان - مرکز اسناد و انتشارات سازمان بسیج دانشجویی

تلفن: ۰۹۱۹۳۳۷۲۱۸۴ - ۸۸۳۸۱۵۱۶

پست الکترونیک: bso.publication@gmail.com

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۲۵-۱۱-۲

شابک دوره: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۲۵-۰۸-۲



IAHADGARAN.org



سازمان
بسیج
دانشجویی

فهرست

۵	مقدمه
۷	فصل اول: قرآن در اردوهای جهادی
۱۰	نکات قابل توجه مریبان
۱۲	آداب اداره کلاس
۱۵	فصل دوم: سوره مبارکه حمد
۱۵	نکات سوره
۱۸	نمونه پیشنهادی آموزش سوره در سه جلسه
۲۶	فصل سوم: سوره مبارکه ناس
۲۶	نکات سوره
۲۹	نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای سوره ناس
۳۲	فصل چهارم: سوره مبارکه فلق
۳۵	نمونه پیشنهادی از ارائه سوره در سه الی چهار جلسه
۳۸	منابع

مقدمه

همانطور که در جزوه اصول تأدیب گفته شد، طبق روایت های متواتر، دوره های رشد در هر فرد به سه بازه هفت ساله تقسیم می شود. امام صادق علیه السلام فرموده اند:

«دَعِ ابْنَكَ يَلْعَبُ سَبْعَ سِنِينَ وَيُؤَدِّبُ سَبْعَ سِنِينَ وَالزَّمَهُ نَفْسَكَ سَبْعَ سِنِينَ فَإِنْ أَفْلَحَ وَالْإِفَاقَةُ مِمَّنْ لَا خَيْرَ فِيهِ»^۱؛ فرزند خود را تا هفت سالگی آزاد گذار تا به بازی بپردازد، در هفت سال پس از آن ادب آموزد و در هفت سال سوم او را با خود همراه کن (تا از مشورت با او برخوردار گردی و در کارها از وی کمک بگیری).

در دوره دوم رشد که شامل ۷ تا ۱۴ سالگی می شود، مبانی کلی فکری و دینی در کودک شکل می گیرد و این مبانی سنگ بنای زندگی آینده او می شود. پس لازم است تا مریدان از این موضوع غافل نبوده و پیریزی اعتقادی متربی را بسیار جدی بگیرند. امام سجاد علیه السلام فرمودند:

«وَأَمَّا حَقٌّ وَلَدِكَ فَتَعَلَّمْ أَنَّهُ مِنْكَ وَ مَصَافِّ إِلَيْكَ فِي عَاجِلِ الدُّنْيَا بِخَيْرِهِ وَ شَرِّهِ وَ أَنَّكَ مَسْئُولٌ عَمَّا وُلِّيْتَهُ مِنْ حُسْنِ الْأَدَبِ وَ الدَّلَالَةِ عَلَى رَبِّهِ وَ الْمَعُونَةَ لَهُ عَلَى طَاعَتِهِ فِيكَ وَ فِي نَفْسِهِ فَمَتَابٌ عَلَى ذَلِكَ وَ مُعَاقِبٌ فَأَعْمَلْ فِي أَمْرِهِ عَمَلِ الْمُتَزَيِّنِ بِحُسْنِ أَثَرِهِ عَلَيْهِ فِي عَاجِلِ الدُّنْيَا الْمُعَدِّرِ إِلَى رَبِّهِ فِيمَا بَيْنَكَ وَ بَيْنَهُ بِحُسْنِ الْقِيَامِ عَلَيْهِ وَ الْأَخْذِ لَهُ مِنْهُ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»^۲؛ حق فرزند تو این است... در سرپرستی وی

۱. من لا يحضره الفقيه، جلد ۳، صفحه ۴۹۲
 ۲. رساله حقوق امام سجاد/ حق خویشاوندی

مسئولیت داری که ادب او را نیکو کنی و به سوی پروردگارش و در فرمان برداری رهنمون سازی، نسبت به وظایفش در اطاعت رب یاری اش دهی.

با توجه به روایتی که ذکر شد، واژه ادب دارای اهمیت است. ادب آموختن با تربیت کردن متفاوت است. تربیت از رب می آید و در لغت یعنی راندن چیزی به سوی کمال و برطرف کردن نقایص آن چیز. در اصطلاح به معنی بزرگ کردن و شکل دلخواه خود را به آن دادن است؛ به عبارت دیگر، تربیت، ایجاد عادت های مطلوب مربی در مرتبی است. در تربیت، مربی، خود و سلیقه اش را به مرتبی تحمیل می کند، اما ادب یعنی جهت منطقی پیدا کردن؛ این که همه اعضا و افعال، جهت منطقی پیدا کنند و هدفمند باشند. ادب، فراهم کردن یک شرایطی است که فرد بتواند خودش درست را تشخیص بدهد و درست تفکر کند و از گفتار، رفتار، گوش، چشم، شکم، شهوت و... مراقبت کند. در ادب، مربی، مخاطب را به سمت مسیر منطقی سوق می دهد و راهنمایی می کند، اما مسیر را مشخص نمی کند و او با توجه به آموزه ها خودش باید به جهت منطقی برسد و تصمیم گیری کند.

با توجه به دو مطلب ذکر شده که اولاً مبانی فکری و اعتقادی کودک در این دوره از رشد شکل می گیرد و ثانیاً رفتار و گفتار کودک باید جهت الهی پیدا کند، درمی یابیم که آموزش مفاهیم قرآنی در این دوره بسیار حائز اهمیت است، چراکه مربی با آموزش قرآن، نگرانی خاصی بابت اشتباه بودن مبانی منتقل شده به مرتبی نخواهد داشت و با استفاده از ابزارهای مختلف می تواند نقش تأدیبی خود در این زمینه را به خوبی ایفا کند.

فصل اول: قرآن در اردوهای جهادی

اولین قدم برای آموزش مفاهیم قرآنی در اردوهای جهادی، انتخاب سوره مناسب برای متریان است تا محور فعالیت‌ها قرار گیرد. برای انتخاب سوره مناسب، مواردی که باید مورد توجه قرار گیرند، عبارتند از:

- این‌که متریان شما چه مقدار با قرآن آشنایی قبلی دارند، چه مقدار محفوظات قرآنی دارند و چه مقدار می‌توانند قرآن را روان بخوانند. دانستن این مسئله به شما کمک می‌کند تا بدانید که آیا می‌توانید سوره‌های سخت‌تر قرآن را برای تدریس انتخاب کنید یا خیر. لازم است یادآور شویم که برای لحاظ این نکته، تعداد غالب متریان را مدنظر قرار دهیم. اگرچه سعی می‌کنیم حین نوشتن طرح درس‌ها به سایر افراد نیز اجحافی نشود. این موضوع را می‌توان در همان روز ابتدایی حضور در منطقه با پرسش از میزان محفوظات قرآنی یا شعرهایی که حفظ هستند و معلومات قرآنی‌شان متوجه شد.

- محتوای سوره‌ای که انتخاب می‌شود، باید با قدرت یادگیری مربی متناسب باشد. سوره نباید به قدری سخت باشد که از توان متریان این رده سنی - چه از حیث روخوانی و چه از حیث فهم مفاهیم آن - خارج باشد و نباید به قدری ساده باشد که باعث کاهش هیجان یادگیری مخاطبانتان شود.

- رذایل و فضایل اخلاقی منطقه هدف شما و بالأخص متریان شما حائز اهمیت است. این‌که شما می‌خواهید چه رذیلت اخلاقی‌ای را از منطقه دور کنید و چه فضیلت اخلاقی را در آن جا تقویت کنید، باعث می‌شود تا بتوانید سوره مناسب‌تری را برای طرح درس خود بیابید.

اگر شما به مفاهیم قرآنی تسلط کافی دارید، با دانستن پاسخ مواردی که اشاره شد، می‌توانید سوره مناسب را جهت نوشتن طرح درس انتخاب کنید، اما اگر تسلط کافی ندارید، بهتر است پاسخ سؤالات را نزد کسی که آشنایی با مفاهیم

سوره‌های قرآن دارد ببرید و از او بخواهید که شما را در انتخاب سوره راهنمایی کند. پس از انتخاب سوره مناسب، باید طرح درس مناسب را برای ارائه مفاهیم مدنظرتان آماده کنید. برای نوشتن یک طرح درس مناسب بهتر است به نکات زیر توجه کنید:

● همان‌طور که در جزوه اصول تأدیب گفته شد، یکی از ملزومات تأدیب، تفکر است؛ از این رو فعال کردن قوه تفکر، یکی از مسائل پراهمیت در این رده سنی است. منظور از تفکر، فعال‌سازی حواس و توجهات، بالأخص دیدن و شنیدن و مواجهه و ارتباط‌گرفتن و تعامل با پدیده‌ها می‌باشد. فعال‌سازی تفکر می‌تواند از طریق بسترهایی که در ادامه آورده می‌شود، اتفاق بیفتد.

۱. استفاده از نقاشی؛

۲. ترغیب متریبان به صحبت‌کردن؛

۳. انشا؛

۴. نمایش و تئاتر؛

۵. شعرخوانی و حفظ سوره‌ها؛

۶. کارهای گروهی.

● بهتر است استفاده از همه حواس پنج‌گانه متریبان را در طرح درس خود به کار بگیرید. به عنوان مثال:

۱. فعال‌سازی حس بینایی: تصاویر زیبایی از طبیعت همراه با صدای آب، آبشار، پرنده و... (با آهنگ ملایم) ببینند و هم‌زمان با آن احساسشان را بگویند. دیدن فیلم‌ها و نماهنگ‌های خنده‌کودکان، رفتن به باغ‌های اطراف روستاها (توجه: حتماً از عکس‌العمل بچه‌ها فیلم و عکس گرفته و در کلاس از آن استفاده شود)، تهیه و نمایش نماهنگ با فیلم‌هایی زیبا از طبیعت توسط معلم برای متریبان.

۲. فعال‌سازی حس شنوایی: مربی ابتدا اصوات زیبایی از طبیعت را بشنود و

طبیعت را در ذهن خود تصور کند. ردوبدل کردن تعارفات کلامی، کلمات مثبت و بالانرژی با مهر و لبخند مانند متشکر، ممنونم، دوست عزیزمی، دوستت دارم، جونم و... و بعد از آن، پرسیدن احساس شنونده این عبارات. پخش سرود یا شعرهای جذاب و هم‌خوانی یا زمزمه دانش‌آموزان و پخش انواع صدا و تصویرهای خنده‌کودکان.

۳. فعال‌سازی حس بویایی: استشمام بوی عطر با چشم بسته، عطرزدن به بچه‌ها، بردن متریان به باغ گل (منظور فضاهای اطراف روستا که دارای زیبایی بیشتری است).

۴. فعال‌سازی حس چشایی: بچه‌ها با چشم بسته، مزه انواع شکلات و لواشک، بستنی میوه‌ای و میوه فصل را بچشند.

۵. فعال‌سازی حس لامسه: بازگ کردن حس درآغوش گرفتن فردی یا چیزی. برخی افراد از زمان نوزادی با چیزی انس دارند و می‌توانند آن شیء یا عکسش را با خود به مدرسه بیاورند؛ لمس گلبگ‌های گل.

● لازم است حین نوشتن طرح درس‌ها به اقلیم، میزان محرومیت و همچنین فرهنگ منطقه هدف توجه کافی کنید. هر چقدر که بتوانید از امکانات روستا برای پیاده‌سازی طرح درس خود استفاده کنید و هرچه بتوانید ابزارهای آموزشی خود را با میزان محرومیت منطقه متناسب کنید، حضور و تأثیر به مراتب بهینه‌تری خواهید داشت، چراکه علاوه بر آموزش مفاهیم قرآنی، از ورود فرهنگ بیگانه و وسایلی که ممکن است مصادیق زندگی شهری به‌شمار بیایند، جلوگیری نموده‌اید.

پس از نوشتن طرح درس، باید تسلط کافی به آن پیدا کنید؛ از این‌رو اگر تسلط شما به‌عنوان مربی به سوره‌ای که انتخاب کرده‌اید یا طرح درسی که نوشته‌اید کم است، سعی کنید حتماً قبل از ارائه، این موضوع را با مطالعه کتاب، استفاده از عالمان، اجرای طرح درس برای اطرفیانتان و... جبران کنید.

نکات قابل توجه مربیان

۱. شایسته است مربی از خداوند، علم و عمل، تعلیم و تعلم قرآن همراه با عافیت و اخلاص را طلب کند. با توکل، توسل، وضو، طهارت نفس و زمزه «رب اشرح لی صدری و یسر لی امری و احلل عقدة من لسانی یفقهوا قولی» در کلاس حضور پیدا کرده و کلاس را با ذکر «بسم الله الرحمن الرحیم» شروع کند.
۲. برای انتقال از یک فعالیت به فعالیت دیگر، ضمن برقراری نظم کلاس، معلم می‌تواند به جای استفاده از عبارات متداول، از عبارات‌های ذکرگونه مانند صلوات‌های موزون استفاده کند.
۳. از آن جایی که سوره‌ها در هر جلسه حداقل دوبرگه تلاوت می‌شود، شایسته است از روش‌های متعدد و متفاوت برای آموزش، هم‌خوانی و پرسش استفاده شود.
۴. در ابتدای هر سوره، مطالبی از تفسیرالمیزان و نمونه استخراج شود. این نکات برای تعمیق فهم معلم نسبت به سوره آورده شده است، اما اگر معلم تشخیص دهد که برخی نکات کلیدی با توجه به اقتضائات فهم دانش‌آموزان مفید است، پس از ساده‌سازی، می‌تواند آن نکات را برای آن‌ها بیان کند.
۵. گاهی اوقات مربی در زمانی که می‌خواهد کارهای خاصی انجام دهد، از آدابی مثل عطرزدن به دست بچه‌ها، روشن کردن شمع، بردن گل به کلاس و... استفاده کند تا فضای کلاس معطر و زیباتر شود که البته تناسب محرومیت روستا با اقداماتی از این دست، باید مورد توجه مربی باشد.
۶. شعرهای سوره، عبارات کوتاهی هستند که با توجه به محتوای سوره نوشته شده است؛ مربی و متریبان لازم است از این عبارات کوتاه به عنوان یادیار (عبارتی که مفهوم سوره قبلی را یادآوری می‌کند) مفاهیم سوره استفاده کنند. البته این تکرار نباید از حد لازم بگذرد و ایجاد خستگی کند.
۷. بچه‌ها دفترچه خاطراتی داشته باشند که در پایان جلسات هر سوره، خاطراتشان با آن سوره را در کلاس یا منزل بنویسند.

۸. مربی می‌داند که کودکان به فطرت نزدیک تر هستند؛ پس او می‌تواند با بیان مفاهیم قرآن و آشنایی با اهل بیت علیهم‌السلام در کودک القای ایمان کند. هر کلاس را با سلام بر اهل بیت علیهم‌السلام و نوشتن حدیث کوتاهی بر روی تخته با مضمون سوره آغاز کند.
۹. توصیه می‌شود بچه‌ها سوره‌ای را که در حال تدریس است، حفظ کنند و هر شب بخوانند.
۱۰. پیشنهاد می‌شود در ابتدای همه داستان‌ها، جملاتی از این قبیل گفته شود
- یکی بود، یکی نبود، غیر از خدا هیچ‌کس نبود. هر کی بنده خداست، بگه یا خدا!
 - یکی بود، یکی نبود، غیر از خدا هیچ‌کس نبود، هر کی مسلمانه بگه یا محمد!
 - هر کی منتظر ظهور امام زمان عجل‌الله‌فرجه هست، بگه یا مهدی!
 - هر کس نعمت‌های خدا را استفاده می‌کنه، بگه الحمدلله.
۱۱. با استفاده از ترجمه سوره‌ها که در کتاب موجود است، می‌توان کلیدواژه‌هایی که معنای آن‌ها قابلیت نمایش دارد را به شکل نمایش بی‌کلام اجرا کرد و بچه‌ها معنای آن واژه را به فارسی و عربی حدس بزنند تا از توانایی معناسازی استفاده شود.
۱۲. می‌توان معنای برخی واژه‌های قرآن را با لحن سرود به بچه‌ها آموخت؛ به عنوان مثال، «رحمان یعنی بخشنده رحیم می‌شه مهربان» را با لحن سرودخوانی اجرا کنند.^۱
۱۳. یکی از نکات مهم در تدریس قرآن به متربی، استفاده خود مربی از قرآن در کلاس می‌باشد. حتماً یک عدد قرآن کوچک ساده در کلاس همراه داشته باشد و نحوه استفاده از آن را به دانش‌آموزان بیاموزد. لازم است توجه شود که زیبایی ظاهری قرآن مورد استفاده مربی باید متناسب با سطح محرومیت مناطق روستایی هدف باشد.

آداب ادارهٔ کلاس

• ابتدا، اواسط و انتهای کلاس، زمان‌های کلیدی در یادگیری هستند که می‌توان از این اوقات متناسب با خود، بهرهٔ لازم را برد.

• هر دانش‌آموزی برای ورود معلم به کلاس انتظار می‌کشد و این لحظه برای او مهم است؛ از این رو معلم با هر تدبیری وارد شود، تا انتهای کلاس را می‌تواند بر همان اساس مدیریت کند. اگر معلم بتواند به‌گونه‌ای برنامهٔ خود را طراحی کند که دانش‌آموز نتواند حدس بزند که او چگونه شروع می‌کند، به جذابیت آن معلم افزوده می‌شود. همچنین اگر معلم کاری کند که خلاق و نو باشد و تعجب دانش‌آموز را جلب کند، بر اوضاع کلاس به شکل خاصی مسلط می‌شود. به عنوان نمونه:

✓ گاهی شروع کلاس با سؤال است.

✓ گاهی شروع با نوشتن یک مطلب کوتاه از جانب خود دانش‌آموز است.

✓ گاهی شروع با خواندن یک آیه یا یک پند ساده و زیبا است.

✓ گاهی معلم با وسایل بازی‌های مرتبط با سوره وارد کلاس می‌شود.

• اگر در شروع کلاس به صورت ثابت موارد زیر مراعات شود، توفیق معلم در هدایت دانش‌آموز بیشتر خواهد بود:

✓ ورود با سلام گرم و لبخند با توجه به تک‌تک افراد؛

✓ شروع با بسم‌الله و صلوات؛

✓ شروع با تکریم و احترام.

• اواسط کلاس، زمان اوج درس و زمان خستگی است. بهتر است قدری در این زمان به دانش‌آموز اجازهٔ بلندشدن و خم‌وراست‌شدن داده شود. عوض کردن فضای کلاس بر بالابردن کیفیت درس بسیار اثرگذار است. این عوض کردن با نرمشی ساده می‌تواند همراه باشد و گاهی نیز ممکن است جمله‌ای شاد توسط همه گفته شود. ایجاد خلاقیت در این زمینه باعث محبوبیت معلم و بالا رفتن اثر درس او می‌شود.

● انتهای کلاس، زمان خداحافظی با آن ساعت و آن درس است؛ این زمان نباید با تکلف و زحمت همراه باشد؛ از این رو در صورتی که لازم است تکلیفی برای درس تعیین شود، بهتر است قبل از بخش پایانی کلاس این اتفاق بیفتد. همچنین لازم است معلم برای تمام شدن درس خود آدابی داشته باشد. این آداب می‌تواند خلاق و متنوع باشد که در اثر این عمل، رغبت دانش‌آموز به درس خواندن بیشتر می‌شود.

در ادامه این جزوه، چند نمونه از طرح درس‌های پیشنهادی برای برخی سوره‌هایی که به علت داشتن غالب شرایط گفته شده، بیشتر استفاده می‌شود، آورده شده است. سوره‌هایی که می‌توان برای یادگیری از آن‌ها استفاده کرد عبارتند از:

۱. آموزش سُرور و رضایت همراه با تحسین (سوره حمد)؛
۲. آموزش سرعت و سبقت و دوری از کندی و سختی (سوره ناس)؛
۳. آموزش حرکت و سرعت در عین مراقبت و هوشیاری (سوره فلق)؛
۴. آموزش حرکت توأم با توجه به خداوند (سوره توحید)؛
۵. آموزش شور و نشاط مقابله با دشمن خدا (سوره مسد)؛
۶. آموزش حرکت‌های یاری دیگران (سوره نصر)؛
۷. آموزش جدا شدن از دشمنان خدا (سوره کافرون)؛
۸. آموزش مؤثر بودن برای دیگران (سوره ماعون)؛
۹. عبرت از زندگی دیگران (سوره فیل و قریش).

فصل دوم: سوره مبارکه حمد

«بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»؛ به نام خداوند بخشنده بخشایگر.
 «الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ»؛ ستایش مخصوص خداوندی است که پروردگار
 جهانیان است.

«الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»؛ بخشنده و بخشایگر است.
 «مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ»؛ (خداوندی که) صاحب روز جزا است.
 «إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ»؛ (پروردگارا) تنها تو را می‌پرستیم و تنها از تو یاری
 می‌جوییم.

«إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ»؛ ما را به راه راست هدایت فرما.
 «صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ»؛ راه کسانی که آنان را مشمول نعمت خود ساختی.
 «غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ»؛ نه راه کسانی که بر آنان غضب کردی و نه
 گمراهان.

نکات سوره

نکاتی از سوره که هم‌راستا با اهداف تربیتی سوره است و از دو تفسیر المیزان و
 نمونه استخراج شده را مورد مطالعه قرار می‌دهیم.

۱. «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ»؛ آیه‌ای مستقل و جزء قرآن است.
 میان همه مردم جهان متداول است که هر کار مهم و باارزشی را به نام بزرگی از
 بزرگان آغاز می‌کنند؛ یعنی آن کار را با آن شخصیت مورد نظر ارتباط می‌دهند.
 بهتر است برای پاینده بودن یک برنامه، آن را به موجود پایدار و جاویدانی ارتباط
 دهیم که فنا در ذات او راه ندارد، چراکه همه موجودات این جهان به سوی
 کهنگی و زوال می‌روند و تنها چیزی باقی می‌ماند که با آن ذات همیشه‌جاودان
 ارتباط داشته باشد. این ارتباط، آن عمل را در مسیر صحیح قرار می‌دهد و از
 هرگونه انحراف باز می‌دارد و به همین دلیل چنین کاری حتماً به پایان می‌رسد و
 پربرکت است. (تفسیر نمونه).

۲. ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾؛ دلیل ستایش ما پروردگاری اوست.
- حمد به معنای ثنا و ستایش در برابر عمل زیبایی است که ناشونده به اختیار خود انجام داده است، اما مدح، ثنا بر عمل اختیاری و غیراختیاری را شامل می‌شود؛ به‌طورمثال یک گل را فقط می‌توان مدح کرد نه حمد، اما فردی را در برابر کرامتی که دارد می‌توان حمد و مدح کرد.
- هرکس، در هر جا و با هر زبانی که ستایشی از کمال و زیبایی دارد، درحقیقت سرچشمه آن را ستایش می‌کند.
- حمد خداوند منافات با سپاسگزاری از مخلوق ندارد، به شرط آن‌که در خط و مسیر او باشد و البته خود، نوعی حمد خداوند است.
- «رب» به کسی گفته می‌شود که هم مالک و صاحب چیزی است و هم در رشد و پرورش آن نقش دارد.
۳. کلمه «رحمن» به معنای مبالغه و شدت در رحمت و گستردگی آن است. از کاربرد دو صفت «رحمن» و «رحیم» در قرآن، استفاده می‌شود که رحمانیت درباره همه مخلوقات و رحیم بودن، مربوط به انسان و موجودات مکلف است. (تفسیر نمونه) تدبیر و تربیت الهی، همراه محبت و رحمت است. در کنار کلمه رب، کلمه «رحمن» آمده است. (الرحمن الرحیم). همچنان که تعلیم نیازمند رحم و مهربانی است، تربیت و تزکیه نیز باید براساس رحم و مهربانی باشد. (تفسیر نمونه).
۴. «مالک یوم الدین»؛ خدای تعالی مالک بدون قید و شرط است و ما و همه مخلوقات، مملوک بدون قید و شرط او هستیم. پس در این جا دو نوع انحصار هست؛ یکی این‌که رب، تنها و منحصر در مالکیت است و دوم این‌که عبد، تنها و منحصراً عبد است و جز عبودیت، چیزی ندارد. (تفسیر المیزان).
۵. «إياك نعبد»؛ معنایش این است که ما به غیر از بندگی تو کاری نداریم. پس تو غیر از پرستیده شدن شأنی نداری و من غیر از پرستیدنت کاری ندارم (تفسیر المیزان).

جمله «نعبد» هم اشاره به این دارد که نماز به جماعت خوانده شود و هم بیانگر این است که مسلمانان همگی برادر و در یک خط هستند (تفسیر نمونه).

۶. مراحل پرواز معنوی عبارت است از: ۱. ثنا ۲. ارتباط ۳. دعا. بنابراین اول سوره حمد، ثنات، آیه «یاک نعبد» ارتباط و آیات بعد، دعا می باشد (تفسیر نمونه).

۷. «وایاک نستعین»؛ یعنی عبادتی خالصانه که هیچ آمیختگی در آن نباشد.

۸. «اهدنا الصراط المستقیم»؛ هدایت یعنی نشان دادن هدف به وسیله نشان دادن راه، کار خداست. البته روش خدای تعالی این گونه است که هر کاری را از طریق سببی انجام می دهد. در مسئله هدایت هم وسیله ای فراهم می کند تا مطلوب و هدف روشن شود و بنده اش در مسیر زندگی به هدف نهایی خود برسد. (تفسیر میزان).

۹. «صراط الذین أنعمت علیهم»؛ مراد از نعمت، نعمت هدایت است، زیرا در آیه قبل، سخن از هدایت بود. علاوه بر آن که نعمت های مادی را کفار و منحرفان و دیگران نیز دارند (تفسیر نمونه).

البته هدایت شدگان نیز در معرض خطر هستند و باید دائماً از خدا بخواهیم که مسیر ما به غضب و گمراهی کشیده نشود (تفسیر نمونه). آن چه از خداوند به انسان می رسد، نعمت است و قهر و غضب خدا را خودمان به وجود می آوریم (تفسیر نمونه).

نمونه پیشنهادی آموزش سوره در سه جلسه

نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای سوره در جلسه اول

۱. السلام علیکم یا أهل بیت النبوة جمعاً ورحمة الله وبرکاته.
۲. آوردن دسته گلی که از گیاهان همان منطقه تهیه شده است و شربت معطر به کلاس و ابرازهای همراه با رضایت، شادی و نشاط مربی و بچه ها در کلاس.
۳. متربیان در پاسخ به جملاتی که مربی می گوید، «به به» بگویند و در چهره شان

این شادی و نشاط دیده شود. سپس خود بچه‌ها جملاتی از انواع نعمت‌هایی که خود یا خانواده‌شان دارند را بیان کنند و جملات متفاوت دیگری را بگویند و متریبان اظهار شگفتی و شادمانی نمایند. می‌توان به متریبان یاد داد که «به‌به» هر جمله را با: چه بچه‌های خوبی!، چه مامان مهربونی! چه همکلاسی‌های خوش‌اخلاقی و... تکمیل کنند.

۴. مربی یک خوراکی خوشمزه در کلاس می‌آورد و با تعارف آن به بچه‌ها از آن‌ها می‌خواهد هر کدام، ابراز شادی و رضایت متفاوت از دیگری داشته باشند. در این زمینه، بچه‌ها را راهنمایی هم می‌کند.

نکته: خوراکی مورد استفاده نباید به شکلی باشد که قابل تهیه توسط خود متریبان نباشد که باعث ایجاد حسرتی در دل آن‌ها بشود.

۵. اجرای نمایش بی‌کلام (پانتومیم): مربی و سپس دانش‌آموزان، انواع عبارات همراه با شادی و نشاط را اجرا می‌کنند و بقیه حدس می‌زنند شخص اجراکننده کدام عبارت را مد نظر دارد. عباراتی مانند: به‌به / لبخند متشکر / سلامت باشید / دست شما درد نکنه / سر شما درد نکنه و... .

۶. تأسیس شبکه «قل‌قل» با گزارشگری افتخاری بچه‌ها: از بچه‌ها می‌خواهیم همه با هم به صورت آهنگین تکرار کنند: «بگو بگو قل‌قل». سپس از بچه‌ها می‌خواهیم خارج از مدرسه برای دیگران - خصوصاً خانواده - به صورت افتخاری درباره نعمت‌ها و قدردانی و ابراز شادمانی اطرافیان گزارش تهیه کنند.

۷. ده دقیقه با من باش! فرصتی در حد ده دقیقه است که مربی می‌تواند اصل مفهوم مورد نظرش را در فضایی ساکت و بدون صدا به متریبی منتقل کند.

۸. انواع ابراز به خدا: خدای خوب و مهربان! از تو سپاسگزارم که این همه به ما نعمت دادی.

۹. ابراز زیبا به قرآن: قرآن‌هایمان را در آغوش بگیریم و چشم‌های خود را ببندیم و با کشیدن نفس عمیق، ابرازهای خود را نسبت به قرآن بگوییم؛ مثلاً معلم این‌گونه ابراز کند: قرآن عزیز! چقدر با در آغوش گرفتن آرامش می‌گیرم.

۱۰. ابراز محبت به بغل دستی: هم خوانی شعر «داره می شه با تاب و تب عشقت».
۱۱. ابراز محبت به پدر و مادر به چه شکل هایی می تواند باشد؟ این سؤال از بچه ها پرسیده می شود و آن ها جواب های متنوعی خواهند داد.
۱۲. ابراز محبت به خدا چگونه می تواند باشد؟ به حرف خدا گوش دادن که یکی از حرف های خدا این است که پیامبرش حضرت محمد ﷺ را دوست داشته باشیم. خدا را به خاطر وجود پیامبر ﷺ شکر کنیم و به نشانه این شکر، دست هایمان را بالا بیاوریم تا خدا را شکر کنیم.
۱۳. آموزش سلام نماز و تکرار آن در جلسات آتی!
۱۴. خواندن شعر «شکر می کنم خدا را»: با همخوانی بچه ها می توان از روش های مختلف همخوانی استفاده کرد.
۱۵. همخوانی سوره حمد: معلم از همه بچه ها می خواهد مؤدب بنشینند، چون می خواهیم حرف خدا را بخوانیم. سپس معلم، سوره را آیه آیه می خواند و بچه ها تکرار می کنند. (از روش های مختلف هم خوانی می توان استفاده کرد و سپس شعر ترجمه سوره «آغاز هر کلامی» نیز همخوانی شود).
۱۶. اکنون با هم چند دعای کوتاه درباره خداوند و امام زمان عجل الله تعالی فرجه یا امامان دیگر می کنیم؛ مانند: «خدایا نور قرآن را در قلب های ما قرار بده. الهی آمین» و بچه ها نیز تکرار می کنند.
- دعا برای تشکر از امام زمان عجل الله تعالی فرجه و ابراز محبت به ایشان؛ مانند: «امام زمان جان! سلام. از خداوند بخواهید که من بتوانم به چیزهایی که فهمیده ام عمل کنم.»
- «خدا جون (۲) دوستت دارم فراوون / خدا جون (۲) امام زمان رو برسون».
۱۷. داستان ماهی کوچولو.^۲

۱. از آن جایی که سلام یکی از مهم ترین عناصر ابراز است، سلام نماز را در کنار سوره حمد آموزش می دهیم.

۲. در دنیای زیر آب، ماهی های رنگارنگ و زیبایی کنار هم به خوبی و خوشی زندگی می کردند. در سرزمین ماهی ها، ماهی کوچولوی خیلی خوش رنگ و زیبایی بود که هیچ کس او را دوست نداشت. در این سرزمین،



۱۸. مربی پای تخته دو کفه ترازو می‌کشد و از بچه‌ها می‌خواهد تعداد خط‌هایی که می‌کشد را بشمارند و مربی در یک کفه، ۶۹ خط و در کفه دیگر یک خط می‌کشد و این موضوع را مطرح می‌کند که ۶۹ ثواب برای فردی است که زودتر محبت خود را با سلام کردن ابراز می‌کند و این‌که خداوند به زودتر ابراز کردن سلام، پاداش بیشتری می‌دهد.

۱۹. شعر «اول هر کار سلام»: مربی شعر را می‌خواند و بچه‌ها کلمه «سلام» را همخوانی می‌کنند.

۲۰. بیان این نکته در انتها که اولین راه برای ابراز دوستی و محبت به همه دوستان و بزرگترها، سلام کردن است.

۲۱. اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.

→ ماهی دیگری هم زندگی می‌کرد که کوچک و دودی بود و به نظر بعضی‌ها خوشگل نبود، ولی ماهی‌ها او را خیلی دوست داشتند و هر موقع می‌خواستند از کسی تعریف کنند یا مثالی بزنند، اسم ماهی دودی را می‌آوردند. ماهی کوچولوی طلایی یک‌روز که جلوی آینه ایستاده بود، با خودش حرف می‌زد و می‌گفت: من که به این قشنگی‌ام پس چرا کسی از من خوشش نمی‌آید، ولی ماهی دودی با این‌که زشت و تیره است با اون باله‌های ریزش این قدر پیش همه عزیزه؟ من باید سراز کار ماهی دودی در بیاورم. باید علت پیروزی و دوست داشتن او را کشف کنم. برای همین هم ماهی دودی را تعقیب می‌کرد تا بفهمد چه‌کار می‌کند که ماهی‌ها او را دوست دارند. آخرش خسته شد و نفهمید که علت عزیزبودن ماهی دودی چیست. این شد که پیش ماهی دانا رفت و از او کمک خواست تا راهنمایی‌اش کند.

ماهی دانا به ماهی طلایی گفت: می‌توانی برایم بگویی در این مدت که به دنبال ماهی دودی بودی، ماهی دودی چه چیزهایی می‌گفت و با ماهی‌های دیگر چطور رفتار می‌کرد؟ ماهی طلایی گفت: صبح که بیدار می‌شود، به پدر و مادرش سلام می‌کند و صبح‌بخیر می‌گوید، اتاقش را به هم نمی‌ریزد، صبحانه می‌خورد، خداحافظی می‌کند، به مدرسه می‌رود، وقتی می‌خواهد وارد کلاس بشود، به همه سلام می‌کند و وارد می‌شود، می‌خندد، در کارها به دیگران کمک می‌کند، با کسی دعوا نمی‌کند، ولی از نظر غذا مثل ما غذا می‌خورد، مثل ما می‌خواهد، شنا می‌کند... باز هم بگویم؟

ماهی دانا گفت: خوب، کافیه. با این صحبت‌هایی که کردی تو هنوز نتوانستی راز دوست داشتنی بودن ماهی دودی را بفهمی؟

ماهی طلایی گفت: (بارش فکری توسط دانش‌آموزان انجام شده و هرکسی در نقش ماهی طلایی جمله‌ای بگوید).

نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای سوره در جلسه دوم

۱. السلام علیکم یا اهل بیت النبوة جمیعاً ورحمة الله وبرکاته.
۲. سلام و احوال پرسی و آوردن کتاب و دفتر نقاشی مخصوص زنگ قرآن (کادو شده).
۳. پخش نماهنگی از زیبایی های متنوع یک مخلوق در طبیعت (پرنده های زیبا و رنگارنگ و گل های زیبا...)^۱.
۴. پخش دوباره همان نماهنگ و ابراز بچه ها با «چه زیباست!» برای هر تصویر.
۵. از بچه ها سؤال شود که چه چیزهایی در هر تصویر می بینند.
۶. ده دقیقه با من باش، به معنای کلمه اشاره می کند. مربی جمله ای را می گوید و از بچه ها می خواهد جمله را کامل کنند. مربی برای تشخیص کلمه صحیح با دست به آن نعمت اشاره می کند و آن را با حرکات دست نشان می دهد. ما اطرافمان نعمت های زیادی داریم، اما چون دقتمان به آن ها کم است، نعمت ها را کمتر می بینیم و شکرمان کم می شود و غرغمان زیاد می شود. ما با درست دیدن نعمت ها و خوب شنیدن آن ها، از داشتن آن ها لذت می بریم و می گوییم: به به. اکنون مربی اسم نعمت ها را در قالب عبارات کوتاه می گوید و به آن ها اشاره می کند و بچه ها می گویند «الحمد لله!»؛ مانند چه بدن سالمی، چه چشم های بینایی، چه گوش های شنوایی و... .
۷. دادن کادوها و خوراکی ها.
۸. بازی کلاغ پری.^۲

۱. در صورت هوشمندبودن مدرسه روستا، پخش نماهنگ صورت گیرد.

۲ هدف: ابرازهای شادمانه.

شرح بازی: مربی سؤالاتی را می پرسد و بچه ها همه با هم پاسخ مناسب می دهند. نمونه ای از جملاتی که می توان ارائه داد به شکل زیر است:

کارهای خوب بکنیم؟ بله / دختر خوبی باشیم؟ بله / دست توی بینی بکنیم؟ نخیر / دست بایا رو ببوسیم؟ بله / جوراب بودارپوشیم؟ نخیر / ما دوستانمون رو دوست داریم؟ بله / کت بپوشیم؟ نخیر / شکر خدا را بکنیم؟ بله / قبل از هر کاری بسم الله بگیم؟ بله / وسط مهمونی کله معلق بزنیم؟ نخیر / بعد از هر کاری الحمد لله بگیم؟ بله / با مسواک داداشمون مسواک بزنیم؟ نخیر / اول از همه سلام بکنیم؟ بله / ابراز احساس بکنیم؟ بله / پیشونی مامان رو ببوسیم؟ بله / لباسمون رو توی فریزر بذاریم؟ نخیر / به به بگیم؟ بله / از معلمون تشکر بکنیم؟ بله / به دوستامون لبخند بزنیم؟ بله

۹. مربی از بچه‌ها می‌خواهد برای جلسه بعد، کتاب و دفترهایشان را جلد کنند.
 ۱۰. کشیدن نقاشی از شعر «خدای رنگین‌کمان» برای جلسه بعد.
 ۱۱. همخوانی شعر امام زمان عَلَيْهِ السَّلَام «داره می‌شه با تاب و تب عشقت»^۱.
 ۱۲. همخوانی شعر «شکر می‌کنم خدا را»^۲.
 ۱۳. همخوانی سوره مبارکه حمد (به صورتی که تعدادی از بچه‌ها با صدای بلند و تعدادی با صدای آهسته همخوانی کنند).
 ۱۴. اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.
- نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای سوره در جلسه سوم
۱. السلام علیکم یا أهل بیت النبوة جمیعاً و رحمة الله و برکاته.
 ۲. نشان دادن نعمت‌های زیبا از طبیعت به کمک عکس یا نماهنگ به طوری که تعجب بچه‌ها از تنوع این همه نعمت برانگیخته شود و در این لحظه معلم دعوت کند که بچه‌ها به صورت آهنگین عبارت «سبحان الله حمداً لله» را بگویند.
 ۳. داستان جویا.^۳

۱. بهتر است مسئول مستندسازی از این لحظات فیلم و عکس تهیه کند.
 ۲. شکر می‌کنم ای خدا هر کجا فقط تو را مهربان‌تر از همه ای امید قلب‌ها آری آفریده‌ای ابرو باد و آسمان آفریده تو هست این جهان و آن جهان می‌روم به راه راست، راه خوب و روشنی دور و گم نمی‌شوم چون همیشه با منی
 ۳. یک روز بعد از ظهر که جویا از خواب بیدار شد، حال و حوصله نداشت. اخم‌هایش توی هم بود و دلش نمی‌خواست مشق‌هایش را بنویسد. رفت و گوشه اتاق کز کرد.
- مامان با صدای بلند و شاد گفت: سلام
جویا آرام و بی‌حال گفت: سلام
مامان پرسید: چرا این قدر بی‌حالی؟
جویا چیزی نگفت
مامان دوباره پرسید: حالت خوبه؟
جویا گفت: اوهوم.
- مامان گفت: فکر کنم مثل اون مورچه، حال و حوصله نداری؟
جویا گفت: کدوم مورچه؟
مامان گفت: مورچه کج و کوله.
جویا گفت: نمی‌دانم. کدام مورچه؟
مامان گفت: همان مورچه که از دوستانش جا مانده بود. او باید پیش دوستانش می‌رفت و کنارشان می‌ماند



۴. تلاوت سوره مبارکه حمد توسط بچه‌ها (هر نفر یک آیه بخواند).
۵. هر دانش‌آموز در گوش بغل دستی خود سوره حمد را آرام بخواند.
۶. همخوانی شعر «خدای رنگین‌کمان». دیدن نقاشی‌ها به صورت دسته‌جمعی

→ تا لانه بسازند و آذوقه زمستان را جمع کنند، اما تا آن‌جا خیلی راه بود و مورچه هم پاهایش درد می‌کرد و نمی‌توانست این همه راه برود. از بس یک‌جا نشسته بود، کج و کوله شده بود، اما دیگر چیزی برای خوردن نداشت.

غرغریکنان و لنگان‌لنگان از زیر سنگ بیرون آمد؛ آمد و آمد تا این‌که به یک بیابان بزرگ رسید. این ورش خاک بود، اون ورش هم خاک بود. خیلی طول می‌کشید تا به لانه‌اش برسد. مورچه کج و کوله، خسته و کوفته بود. دلش می‌خواست فقط بخوابد و از جایش پا نشود، اما اگر از آن‌جا رد نمی‌شد، هیچ‌وقت به لانه نمی‌رسید. جویا تو بگو! مورچه بره یا که نره؟

جویا بیواش گفت: باید بره؟

مامان گفت: مورچه، کوله‌اش را محکم بست و دوید و دوید تا که به برگ خشک رسید. آگه سوارش می‌شد می‌توانست زودتر به ته صحرا برسد. جویا تو بگو: سوار بشه یا که نشه؟

جویا گفت: سوار بشه! سوار بشه!

مامان گفت: مورچه سوار برگ شد و باد آن را بلند کرد و تا نزدیک یک کوه بلند برد و مورچه را پایین آورد. مورچه یک نگاه به کوه بلند کرد. خیلی طول می‌کشید از کوه بالا برود.

این ورش به کوه بلند، اون ورش به صحرای گرم، چه کار کنه؟ بيمونه یا که بره؟ اگر می‌ماند، از گرسنگی و گرما تلف می‌شد. مامان دست‌هایش را زد به هم و گفت: جویا تو بگو بالا بره یا که نره؟

جویا که حواسش حسابی جمع شده بود، دست‌هایش را کوبید به هم و گفت: بره بره، باید بره.

مورچه شروع کرد از کوه بالا رفتن. چند تا صخره را که بالا رفت. نزدیک یک سنگ بزرگ یک دانه بود می‌توانست بگذارد همان‌جا باشد، یا این‌که برای خودش و دوستانش ببرد. برش داره یا بذاره؟

جویا محکم و بلند گفت: برش داره! برش داره!

مورچه دانه را برداشت و روی کولش گذاشت، آمد و آمد تا این‌که به یک چشمه پر از آب خنک رسید. مورچه خیلی تشنه‌اش شده بود. آب بخوره یا نخوره؟

جویا داد زد: آب بخوره! آب بخوره!

دست و صورتش را شست و آب خورد.

عکس خودش را در آب چشمه دید. چشم‌هایش برق می‌زد و دست و پاهایش قوی و پُرزور شده بود. دیگر کج و کوله نبود. خوشحال شد. تند و زود و خوشحال به راهش ادامه داد. تا بالاخره به قلّه کوه رسید. دوستانش داشتند پایین کوه لانه می‌ساختند. مورچه می‌توانست به آن‌ها برسد و در ساختن لانه کمکشان کند. می‌توانست به آن‌ها راه چشمه را نشان بدهد. می‌توانست دانه‌ای را که با خودش آورده بود، با دوستانش تقسیم کند...

من می‌گویم مورچه خوب کاری کرد که بیرون اومد و دنبال کار و زندگی‌اش رفت. تو چی می‌گی؟

جویا خندید و گفت: خوب کاری کرد! خوب کاری کرد. آن‌وقت بود که جویا دوید و دست و صورتش را شست و سر تکالیف مدرسه‌اش نشست.

و دادن برچسب‌هایی متناسب با نقاشی‌ها. تحسین به هر شکل و نوع، فراموش نشود.^۱

۷. ده دقیقه با من باش. آن چه در سوره حمد یاد گرفته شد به صورت خلاصه و نکته وار به بچه ها گفته شود و آنان تکرار کنند. هرکجا خوبی‌ها را دیدیم، بگوییم: «به به».

۸. چشم‌هایمان را روی بدی‌ها ببندیم و از بدی‌ها چشم‌پوشی کنیم (مربی در هنگام گفتن چشم‌پوشی، پلک‌های خود را ببندد). با زبان و حواس پنج‌گانه خوبی‌ها را ابراز کنیم.

۹. بازی «یه چیزی می‌گم یه کاری بکن». (می‌توان این بازی را در نمازخانه انجام داد تا بعد از آن سجده شکر را هم به جا آورند)^۲

۱۰. انجام سجده شکر در نمازخانه. امام جعفر صادق علیه السلام می‌فرماید، نمازگزار بعد از نماز واجب، سجده به جا می‌آورد تا از خداوند به خاطر

خداوند بخشنده مهربان	۱. به نام خداوند رنگین کمان
خداوند پروانه‌های قشنگ	خداوند سجاقتک رنگ‌رنگ
درخت و گل و سبزه را آفرید	خدایی که آب و هوا آفرید
صمیمی‌تر از خنده مادر است	خدایی که از بوی گل بهتر است
دلی ساده و آسمانی بده	خدا یا به ما مهربانی بده
دلی روشن و گرم چون آفتاب	دلی صاف و بی‌کینه مانند آب

۲. یه چیزی می‌گم یه کاری بکن:

هدف: همدلی و دوستی را شکر کنیم و آن را با اعضا و جوارح خود ابراز نماییم.

شرح بازی: مربی شعرهایی را می‌خواند و بچه‌ها با مربی هم‌خوانی کرده و تا آن جا که می‌توانند با حرکات مناسب، مربی را همراهی می‌کنند.

اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه با می‌زنند	اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه دست می‌زنند (دست دست)
اولی‌های مدرسه به هم‌دیگه گل می‌دهند	اولی‌های مدرسه به هم‌دیگه سلام کنند
اولی‌های مدرسه به هم‌دیگه فوت می‌کنند	اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه مهر بوندند
اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه می‌خندند	اولی‌های مدرسه هاشون رو می‌بندند
اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه می‌ایستند	اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه می‌پرند
اولی‌های مدرسه به هم‌دیگه دست می‌دهند	اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه می‌نشینند
اولی‌های مدرسه این‌جوری قفلک می‌دهند	اولی‌های مدرسه لپ‌هاشونو باد می‌کنند

اولی‌های مدرسه با هم‌دیگه دعا می‌کنند

خداجون (۲) امام زمان رو برسون

خداجون (۲) دوستت داریم فراوون

منتی که براو نهاده و توانسته است نمازش را به جا آورد تشکر کند و کمترین حد شکر این است که سه مرتبه بگوید شکراً لله. نعمت ها را به جا آورد. با توجه به روایت فوق می توان با گفتن سه مرتبه « شکرالله » در سجده یا غیر سجده بالحنی زیبا ابراز تشکر از نعمت ها را به جا آورد.

۱۱. اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.

فصل سوم: سوره مبارکه ناس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
 قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ النَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَهِ النَّاسِ ﴿٣﴾ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ
 الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٥﴾ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿٦﴾

به نام خداوند بخشنده بخشایشگر
 بگو: پناه می برم به پروردگار مردم (۱)
 به مالک و حاکم مردم (۲)
 به (خدا و) معبود مردم (۳)
 از شروسوسه گر پنهان کار (۴)
 که در درون سینۀ انسان ها وسوسه می کند (۵)
 خواه از جن باشد یا از انسان! (۶)

نکات سوره

- نکاتی از سوره که هم راستا با هدف تربیتی سوره است و از دو تفسیر المیزان و تفسیر نمونه استخراج و روان سازی شده را مورد مطالعه قرار می دهیم:
- طبع آدمی چنین است که وقتی شری متوجه او می شود، جان او را تهدید می کند و در خود نیروی دفع آن را نمی بیند، به کسی پناهنده می شود که نیروی دفع آن را دارد. (تفسیر المیزان)
 - انسان در این گونه موارد به یکی از سه پناه، پناهنده می شود. (تفسیر المیزان)
 - ✓ به ربی پناه می برد که مدیر امر و مربی اوست و در تمامی نیازهای کوچک و بزرگ خود به او رجوع می کند.
 - ✓ دومین پناه، ملکی است که دارای سلطنت و قوت کافی باشد و حکمی نافذ داشته باشد؛ به طوری که هرکس از هر شری به او پناهنده شود، او بتواند با اعمال قدرت و سلطنتش آن را دفع کند.

✓ پناه بردن به الهی که معبود واقعی باشد، چراکه لازمهٔ معبودیت اله (مخصوصاً اگر الهی واحد و بی شریک باشد، این است که بنده، خود را برای او خالص سازد؛ یعنی جز او کسی را نخواند و در هیچ‌یک از نیازهایش جز به او مراجعه نکند. جز آن چه او اراده می‌کند، اراده نکند و جز آن چه او می‌خواهد انجام ندهد.

● پس اگر انسان به هنگام هجوم خطرهایی که او را تهدید می‌کند به ربی پناهنده شود، الله تنها رب اوست و اگر به پادشاهی نیرومند پناه ببرد، الله، پادشاه حقیقی عالم است و اگر خواست به معبودی پناه ببرد، الله معبود واقعی است. (تفسیر المیزان)

● منظور از پناه بردن به خدا این نیست که انسان تنها با زبان این جمله را بگوید، بلکه باید با فکر و عقیده و عمل نیز خود را در پناه خدا قرار دهد، از راه‌های شیطانی، برنامه‌های شیطانی، افکار و تبلیغات شیطانی، مجالس و محافل شیطانی، خود را کنار کشد و در مسیر افکار و تبلیغات رحمانی جای دهد؛ وگرنه انسانی که خود را در معرض طوفان آن وسوسه‌ها قرار دهد، تنها با خواندن این سوره و گفتن این الفاظ به جایی نمی‌رسد. (تفسیر نمونه)

● عالی‌ترین رابطه بین انسان و خدا، رابطهٔ بندگی است. (تفسیر المیزان)

● بدون شک کسی که به این صفات سه‌گانه مؤمن باشد و خود را با هر سه هماهنگ سازد، از شر وسوسه‌گران در امان خواهد بود. (تفسیر نمونه)

● واژهٔ «وسواس» به گفتهٔ راغب در مفردات به صدای آهسته گفته می‌شود. همچنین به خطورات و افکار بد و نامطلوبی که در دل و جان انسان پیدا می‌شود و شبیه صدای آهسته‌ای است که به گوش می‌رسد گفته می‌شود. (تفسیر نمونه)

● «خنس» به معنای مخفی شدن بعد از آشکار شدن است. شیطان را از این جهت خناس می‌گویند که به طور مداوم انسان را وسوسه می‌کند و به محض این که انسان به یاد خدا می‌افتد، پنهان می‌شود و عقب می‌رود. باز همین که انسان از یاد خدا غافل شد، جلومی‌آید و به وسوسه می‌پردازد. (تفسیر المیزان)

- اصولاً شیاطین، برنامه‌های خود را با مخفی‌کاری می‌آمیزند و گاه چنان در گوش جان انسان می‌دمند که انسان باور می‌کند فکر، فکر خود او است و از درون جاننش جوشیده. همین باعث اغوا و گمراهی او می‌شود. (تفسیر نمونه)
- جایگاه قلب، بسیار باارزش و دارای اهمیت است، چراکه شعور و ادراک انسان، به قلب او نسبت داده می‌شود که در قفسهٔ سینه قرار دارد. (تفسیر نمونه)

سورهٔ مبارکهٔ ناس با کلمهٔ «قل؛ بگو» شروع می‌شود و صحبت از پناه‌بردن به پناهگاهی است که رب مردم، ملک و اله مردم است. پناه‌بردن به رب از شر وسوسه‌های تأخیراندازی که در درون فرد ایجاد می‌شود. وسوسه، صدایی مخفی در درون است که موجب ایجاد کندی، سستی و تنبلی در کارهای خوب و خدمت‌رسانی به مردم می‌شود و فرد را با عباراتی مانند «ولش کن»، «حالا باشه بعداً»، «بی‌خیال»، «چه عجله‌ای هست؟» و... از عمل دور می‌کند.

مضامین فوق را می‌توان با رویکرد کوتاهی نکردن در انجام کارها به متربیان آموزش داد؛ به‌گونه‌ای که فرزند، حس وظیفه نسبت به دیگران پیدا کند و با ابراز شادابی، سرعت ارتباط‌گیری با دیگران را تجربه نماید. اگر بی‌تفاوت نبودن نسبت به دیگران را به فرزندمان یاد دهیم، وظایفی که در مقابل خداوند داریم را به آسانی انجام خواهند داد.

به فرزندمان پناه‌بردن را این‌گونه می‌آموزیم که خطراتی در اطراف وجود دارد که باید از آن‌ها به پناهگاهی مطمئن پناه برد.

مفهوم وسوسهٔ تأخیراندازنده را به این شکل به فرزندمان یاد می‌دهیم که کندی در انجام وظایف، پاسخ مثبت به این وسوسه‌ها و اختلال در رسیدن به انواع مؤفقیتهاست. بدین ترتیب بایستی هر کار خوبی را بدون تأخیر انجام داد و در ارتباط برقرارکردن با دیگران و رساندن نفع به آن‌ها پیش قدم شد.

سرعت در انجام کارهای خیری که نفعش به دیگران هم می‌رسد، به‌عنوان محور سوره مبارکه ناس قرار می‌گیرد. سوره مبارکه ناس با دورویکرد سرعت داشتن ارتباط‌گیری با دیگران و یاری آن‌ها و کوتاهی‌نکردن و متعهدبودن به کاری که بایستی انجام شود، در شکوفایی ابراز شادابی مؤثرتر است.

نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای سوره ناس

۱. السلام علیکم یا اهل بیت النبوة جمعاً ورحمة الله وبرکاته؛
۲. بازی «کی از همه سریع‌تره؟»^۱
۳. خواندن سوره توسط یکی از بچه‌ها یا معلم با لحن زیبا؛
۴. ده دقیقه با من باش! (در این قسمت مربی با بیان کودکانه، در خصوص محتوای سوره با دانش‌آموزان صحبت می‌کند.)؛
۵. مربی در مورد ایجاد اختلاف بین بچه‌ها صحبت می‌کند و این‌که «وسواس خناس» می‌خواهد بین هر دو نفر اختلاف بیاندازد. پس بچه‌هایی که تابه حال با هم اختلاف پیدا کرده‌اند، به یکدیگر ابراز شادمانی داشته باشند تا وسواس خناس از آن‌ها دور شود.
۶. رفتن به محیطی باز در فضای بیرونی کلاس مثل نمازخانه یا حیاط برای بازی‌های سرعتی و سبقتی. (با خواندن شعر «به‌سوی کارهای خوب» پیش از شروع بازی)؛
۷. بازی «عبور از موانع»؛
۸. بازی ریاضی^۲؛

۱. معلم می‌تواند وسایل کلاس را به هم بریزد و از دانش‌آموزان بخواهد آن وسایل را در مکان مناسب قرار دهند و با گفتن «کی از همه سریع‌تره؟» آن‌ها را تشویق نماید. همچنین معلم می‌تواند هنگام انجام هر کار خوب و مثبتی مانند سلام کردن، گوش دادن به حرف معلم یا کمک به دوستان در مشق نوشتن، نقاشی کشیدن و... با جمله «کی از همه سریع‌تره؟» آن‌ها را به سرعت در انجام کارهای خوب تشویق کند.

۲. سرعت و سبقت؛ اول باید فکر کرد، سپس به سرعت عمل کرد و از دیگران سبقت گرفت.

شرح بازی: معلم با تعیین محدوده با گچ در حیاط و یا با مرز فرش‌ها در نمازخانه، هر محدوده را با یکی از

۹. تعیین فعالیت برای منزل (فعالیت‌های پیشنهادی در ادامه آورده می‌شود)؛
۱۰. هرکس زودتر بتواند برای سلامتی امام زمان عجله الله تعالی فرجه دعا کند و محبت خود را ابراز کند؛
۱۱. خواندن جمعی صلوات: اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.

فعالیت‌های پیشنهادی برای منزل:

۱. سوره مبارکه ناس را هرشب با یک روش خلاق بخوان تا حفظ شوی.
۲. سوره ناس را به عنوان خبرنگار افتخاری شبکه «قل‌قل» برای اطرافیان گزارشگری کن. منظور از خبرنگار بودن، قراردادن کودکان در جایگاه یک هویت جدید می‌باشد که بتوانند اندوخته‌های خود را ارائه دهند.
۳. با افراد اطرافیان خود - دوستان و یا خانواده - نقاشی‌های مشترک سرعتی، تمیز و مرتب با مداد رنگی در دفترت بکش؛ مثلاً نفر اول یک دایره کشیده و نفر دوم فوراً یک خط به آن ول کند و آن قدر این کار را ادامه دهید تا تبدیل به یک نقاشی زیبا شود.
۴. بازی «کی از همه سریع‌تره؟»: هر روز با سرعت و سبقت گرفتن از افراد خانواده، یکی از مکان‌های نامرتب منزل را مرتب کن.
۵. «سلام، کار دختر خوش کلام»، «اول سلام بعداً کلام»، «جلوبزن همیشه؛ فرشته زمین باش» با توجه به این شعارها، از افراد خانواده بخواه یک خاطره یا گزارش کوتاه از سبقت گرفتن در سلام کردن در دفتر بنویسند.
۶. در دفتر قرآنت نقاشی‌هایی مرتبط با شعرهای سوره ناس بکش.
۷. با تمرین و تکرار، شعرهای سوره ناس را در منزل حفظ کن تا آماده اجرا در کلاس باشی.
۸. تصویر داده شده مرتبط با سوره ناس را رنگ آمیزی کن.

۹. متن نمایش «خروس نگویک ساعت» را تمرین کن.
۱۰. یک فعالیت دل خواه برای سوره ناس.

فصل چهارم: سوره مبارکه فلق

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِنْ شَرِّ

الطَّفَّاتِ فِي الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴿٥﴾

به نام خداوند بخشنده بخشایش‌گر

بگو: پناه می‌برم به پروردگار سپیده صبح (۱)

از شر تمام آن چه آفریده است (۲)

و از شر هر موجود شرور هنگامی که شبانه وارد می‌شود (۳)

و از شر آن‌ها که با افسون درگه‌ها می‌دمند (و هر تصمیمی راست می‌کنند) (۴)

و از شر هر حسودی هنگامی که حسد می‌ورزد (۵)

نکات سوره

نکاتی از سوره که هم‌راستا با هدف تربیتی سوره است و از دو تفسیرالمیزان و نمونه استخراج و روان‌سازی شده را مورد مطالعه قرار می‌دهیم.

• معنای برخی واژگان سوره:

• اعوذ: پناه‌بردن

• فلق: شکافتن، جداکردن، تغییرکردن مثبت اوضاع / آن لحظه‌ای که نور،

ظلمت را می‌شکافتد

• غسق: پُرشدن نیمه‌های شب که تاریکی شب پرولبریز است

• وقب: داخل شدن و نفوذکردن

• نفث: دمیدن

• فلق را هم می‌توان به معنای طلوع صبح، هم به معنای تولد موجود زنده و هم

به معنای آفرینش هر موجود در نظر گرفت. (تفسیر نمونه)

- دعوت به پناه‌آوردن به خداوندی که می‌تواند صبح را از دل تاریکی‌ها بشکافد و نمایان کند. (تفسیرالمیزان)
- شر، هنگامی در مخلوقات پیدا می‌شود که مخلوقات از مسیر آفرینش و قوانین آن منحرف می‌شوند. (تفسیر نمونه)
- براساس این سوره، چنین استفاده می‌شود که عمده‌ی شرارت‌ها و آفات از همین سه منبع شراست.
- اول، شر مهاجمینی که در تاریکی شب از تاریکی استفاده کرده و حمله‌ور می‌شوند.
- دوم، شروسوسه‌گران که با سخنان و تبلیغات خود، اراده‌ها، ایمان‌ها و عقیده‌ها را سست می‌کنند.
- سوم، شر حسودان. (تفسیر نمونه)
- در این سوره از شر شرب و ظلمت آن به خداوند پناه برده است، چراکه شب با تاریکی‌ای که دارد، شریر را در رساندن شر کمک می‌کند و همچنین کسی که مورد حمله‌ی شرور قرار می‌گیرد نیز در شب ناتوان‌تر از روز است. (تفسیرالمیزان)
- موجودات شرور، نور و روشنایی را قطع می‌کنند، اما با پناه‌آوردن به رب‌فلق، می‌توان ظلمت‌ها و تاریکی‌ها را شکافت. (تفسیر نمونه)

ملموس کردن مفهوم آیه

• اعوذ

از بچه‌ها سوال می‌کنیم که اگر خطری باشد یا دلتان بخواهد امنیت کامل داشته باشید، به چه کسی پناه می‌برید؟
 پاسخ‌های احتمالی: پدر / مادر / معلم / دایی / دانش‌آموزان بزرگ‌تر / دوست
 ...و

این پناهگاه‌ها که اسم بردی، چه خصوصیتی دارند؟

پاسخ‌های احتمالی به بچه‌ها: بزرگ‌تر/ قدرتمندتر/ داناتر/ قوی‌تر/ هوشیارتر/

۰۰۰۰

حال معلم از بچه‌ها می‌پرسد: چه کسی این همه خصوصیات را (قوی‌تر، داناتر، هوشیارتر، بزرگ‌تر و قدرتمندتر) یک‌جا دارد؟ خداوند.

پیشنهاد می‌شود با گفتن عبارت «اعوذ: پناه می‌برم» معلم دستانش را به علامت پناه‌دادن باز کند و بچه‌ها با گفتن شماره فهرست، تک‌تک به آغوش معلم پناه بیاورند و در حین آمدن، کلمه «اعوذ» را بگویند.

• «و من شر غاسق اذا وقب»؛ مفهوم تاریکی (غاسق) هنگامی که مستقر (وقب) می‌شود را می‌توان با ریختن قطره‌قطره جوهر سیاه در یک لیوان آب و تیره‌شدن تدریجی همه آب برای بچه‌ها تصویرسازی کرد. در مقاطع پایین‌تر بعد از حل شدن جوهر در آب و تغییر رنگ، به حواس پنج‌گانه اشاره می‌کنیم که مراقب باشید تیره نشویم؛ مثلاً مراقب باشیم زبان به رنگ حرف‌های بد در نیاید. یا هنگام روبه‌رو شدن با بدی‌های گوناگون، چشمانمان را ببندیم تا تیره نشود.

در مقاطع بالاتر، بعد از حل شدن جوهر در آب، به ورودی‌های بدن - حواس پنج‌گانه - اشاره می‌کنیم که هرکدام از حواس پنج‌گانه ما که رنگ غیرخداایی بگیرد، همان کاری را با وجود ما می‌کند که جوهر با آب کرد.

نمونه پیشنهادی از ارائه سوره در سه الی چهار جلسه

نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای جلسه اول

۱. السلام علیکم یا أهل بیت النبوة جمعاً ورحمة الله وبرکاته؛
۲. هم خوانی سوره مبارکه فلق؛
۳. ده دقیقه با من باش؛
۴. آوردن دو لیوان آب در کلاس و ریختن یک قطره جوهر سیاه در یک لیوان و یک قطره جوهر صورتی یا قرمز در لیوانی دیگر برای نشان دادن این که همان طور که خوبی، خوبی می آورد، بدی هم بدی می آورد؛
۵. آموزش شعر «کار و اندیشه»؛
۶. فرستادن جمعی صلوات: اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم؛

نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای جلسه دوم

۱. السلام علیکم یا أهل بیت النبوة جمعاً ورحمة الله وبرکاته؛
۲. هم خوانی سوره های مبارکه حمد، ناس و فلق با بازی توپ نرم.
۳. اردک بازی؛

۱. هدف: القای این که برد و باخت گریه ندارد و تجربه است. وسایل مورد نیاز: تعدادی بادکنک. شرح بازی: خطی برای شروع بازی و خط دیگری برای پایان آن و به فاصله چند متر از یکدیگر علامت گذاری و مشخص می شوند. همه بازیکن ها در خط شروع می ایستند. به هر فرد، یک بادکنک باد شده می دهند و همین که مربی دست هایش را به هم می زند و به این وسیله شروع بازی را اعلام می کند، بچه ها بادکنک ها را بین دو زانوی خود می گذارند و به راه می افتند و سعی می کنند تا آن جا که ممکن است، زودتر به خط پایان برسند. در این بازی نمی توان از دست ها برای نگه داشتن بادکنک استفاده کرد. اگر کسی بادکنک خود را از دست بدهد، همان جا می ایستد و دیگر حرکت نمی کند. سه دقیقه پس از شروع بازی، مربی سوت می زند و همه در جای خود متوقف می شوند. کسی که مسافت بیشتری را طی کرده باشد، برنده است. در انتها همه افراد دست های همدیگر را می گیرند و با هم این شعر را می خوانند (به ریتم بازی):
دختره این جا نشسته برد و باخت گریه نداده غصه نداده فقط تجربه است یادت نمیره از برای من یک کمی بخند.
در مسابقات عمومی می توان از این بازی استفاده کرد.

۴. هم خوانی شعر «کار و اندیشه»؛^۱

۵. بازی «من این جا هستم»؛^۲

۶. این را بگیر؛^۳

۷. استفاده از فعالیت ها و بازی های سوره های مبارکه حمد و ناس؛ مانند نقاشی

از طبیعت اطراف؛

۸. آموزش شعر «هوشیار بی حسادت»؛^۴

۱. من کارم، من کارم *** بازو و نیرو دارم

هر چیزی رو می سازم *** از تنبلی بیزارم

اسم من اندیشه *** به کار می گم همیشه

بی کار و بی اندیشه *** چیزی درست نمی شه (۲)

ما کار و اندیشه *** با هم هستیم همیشه

می دونیم تنهایی *** چیزی درست نمی شه (۲)

۲. هدف: جستجوی هوشیارانه.

وسایل لازم: چشم بند به تعداد دانش آموزان.

شرح بازی: در این بازی چشم های همه بچه ها به جز یک نفر بسته می شود. آن فرد، زنگی را در دست می گیرد و گاهی آن را به صدا در می آورد. بچه های دیگر با چشمانی بسته سعی می کنند او را بگیرند و هرکس موفق شود، جای خود را به او می دهد. در مرحله بعد بازی، می توان بچه ها را به دو گروه تقسیم کرد و برای هر گروه به روش قبل عمل کرد. با این تفاوت که برخی از بچه های گروه مخالف با ضربه زدن به میز یا صندلی، سعی در منحرف کردن گروه مقابل برای پیدا کردن مبدأ صدا کنند (به عنوان شرور که منحرف کننده مسیرند عمل می کنند).

۳. هدف: تمرین برد و باخت و تمرین هوشیاری زیاد

وسایل مورد نیاز: انبئات، شکلات یا لواشک بسته بندی به تعداد بچه ها

شرح بازی: در این بازی سرعتی هوشیارانه، یکی از بچه ها دو دست خود را موازی و به فاصله ده سانتی متر از هم باز می کند و دوست دیگر او یک انبئات را بالای دست های وی نگه می دارد و برای بالابردن هیجان بازی، بدون اخطار قبلی آن را رها می کند. بازیکن اول باید قبل از این که انبئات به زمین بیفتد، آن را بگیرد. **شکل دیگر بازی:** در بازی برای بچه های کوچک تر می توان از شیء بزرگ تری که گرفتن آن آسان تر باشد استفاده کرد. همچنین برای سهولت بیشتر می توان از فاصله دار بودن دست ها هم صرف نظر کرد و بازیکن را در انتخاب حالت و حرکت دست ها آزاد گذاشت.

۴. حسود نباش، حسادت *** مثل آتیش می مونه

تمام خوبیات رو *** حسادت می سوزونه

حسود همیشه غمگین *** حسود همیشه تنهاس

دلش پراز کینه هاس *** پراز غصه و غم هاس

۹. فعالیت های آزاد؛

۱۰. خواندن جمعی صلوات: اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.

نمونه پیشنهادی از ارائه محتوای سوره در جلسه سوم

۱. السلام علیکم یا أهل بیت النبوة جميعاً ورحمة الله وبرکاته؛

۲. نشان دادن نماهنگ قرائت سوره مبارکه فلق و هم خوانی همه بچه ها؛

۳. هم خوانی سوره مبارکه فلق.

۴. خواندن جمعی صلوات: اللهم صل علی محمد و آل محمد و عجل فرجهم.

منابع

۱. کتاب‌های فهم قرآن ۱، ۲ و ۳، مدرسه قرآن و عترت.



A series of horizontal dotted lines for writing, consisting of 15 lines spaced evenly down the page.



A series of horizontal dotted lines for writing, consisting of 15 lines spaced evenly down the page.

