

مداد رنگی های

# مکتب





## درس هشتم بخش اول

گروه سنی ۴-۷ سال

آیات کلیدی: افسسیان ۴: ۲۶

**هدف:** بچه‌ها در این جلسه می‌آموزند که با یکدیگر با محبت، با ملامت و با آرامی رفتار کنند و در زمان عصبانیت بتوانند خشم خود را کنترل کنند.

**زمان:** ۲۰-۳۰ دقیقه (از قبل با همکاران تان تمرین کنید و مطمئن شوید که بیشتر از زمان جلسه طول نمی‌کشد)



## مقدمه (۱۰ دقیقه)

وقتی طوطی اصلاً به بقیه احترام نمی‌گذاره و جنگل رو گذاشته روی سرش بلند بلند حرف می‌زنه و فکر نمی‌کنه ممکنه یکی خواب باشه می‌خوای من عصبانی نشم؟

برکه: خوب اینهایی که گفتی درسته و همه اینها می‌تونه دلیل ناراحتی ما بشه. اونها کار درستی نکردن.

تیغ تیغی: پس دیدی بی‌دلیل باهام قهر کردن!

برکه با آرامش باز از تیغ تیغی می‌پرسد که مطمئن است که بی‌دلیل دوستانش با او قهر کرده‌اند. تیغ تیغی که از دست برکه و سؤالش کلافه شده بود تیغ‌هاش را بالا می‌برد، در همان حالت یک دفعه تیغ تیغی تصویر خودش را باز توی برکه می‌بیند.

تیغ تیغی از قیافه خودش خیلی بدش می‌آید و او تازه متوجه می‌شود که چرا دوستانش با او قهر کرده‌اند. برکه همیشه آرام با محبت رو به تیغ تیغی می‌کنه و می‌گه: تو دلایل درستی برای عصبانی شدن داشتی، اما نباید می‌گذاشتی عصبانیتت باعث رفتار خشن بشه. تو با پرتاپ تیغ‌هاست دوستانت را آسیب رسوندی.

تیغ تیغی که از کارش پشیمان شده بود از برکه پرسید: من چطور می‌تونم از دل دوستانم در بیارم؟

برکه پاسخ داد: اول از همه باید یاد بگیری که وقتی عصبانی می‌شوی، همونجا که هستی بایستی، سه تا نفس بکشی، آب بنوشی و اینطوری آروم بشی و خشمت رو کنترل کنی. بعدش هم من مطمئنم که اگر از دوستانت معذرت بخواهی اونها هم تو رو می‌بخشند و باهات آشتی می‌کنند.

## تعلیم (۵ دقیقه)

از بچه‌ها بپرسید که آیا آنها هم تا به حال موقع عصبانیت رفتارهای خشن از خودشان نشان داده‌اند؟ (شاید بعضی داد می‌زنند، برخی لگد می‌زنند. بعضی کتک می‌زنند....)

از چند روز قبل به بچه‌ها یادآوری کنید تا به همراه خود یک آینه جیبی و یک لیوان آب بیاورند.

از بچه‌ها بپرسید آیا یک جوجه تیغی را دیده‌اند. بعد از پاسخ بچه‌ها قصه زیر را به زبان ساده برای آنها تعریف کنید.

«سال‌ها پیش توی جنگل بزرگ، حیوانات و گیاهان به خوبی و خوشی با هم زندگی می‌کردند. در بین حیوانات جنگل یک جوجه تیغی بود به نام «تیغ تیغی». تیغ تیغی یک مشکل بزرگ داشت. هیچ کس دوست نداشت با تیغ تیغی بازی کند. می‌دانید چرا؟

چون تیغ تیغی خیلی زود عصبانی می‌شد. مثلاً وقتی توی مسابقه بلوط جمع کردن، سنجاب برنده شد، تیغ تیغی زودی عصبانی شد. یا وقتی طوطی داشت یک زبان تازه یاد می‌گرفت و بلند بلند تمرین می‌کرد، تیغ تیغی زودی کلافه و عصبانی شد. اما از همه بدتر اینکه تیغ تیغی وقتی عصبانی می‌شد یکی از تیغ‌هاش رو به سمت کسی که عصبانی‌اش کرده پرت می‌کرد.

تیغ تیغی با این کارش خیلی از دوستانش را از دست داده بود و هیچ کس حاضر نبود با او بازی کند. یک روز تیغ تیغی که از دست همه دوستانش عصبانی بود به کنار برکه رفت تا آب بنوشد. وقتی خم شد که آب بخوره، چهره خودش را در آب دید. تیغ تیغی تا حالا خودش را این شکلی ندیده بود. ابروهای تیغ تیغی توی هم رفته بود و چشم‌های خوشگلش کوچیک شده بود.

برکه همیشه آرام از تیغ تیغی پرسید: تیغ تیغی باز چرا عصبانی هستی؟

تیغ تیغی جواب داد: همه بی‌دلیل باهام قهر کردن.

برکه با آرامش و در عین حال با محبت پرسید: مطمئنی که بی‌دلیل باهات قهر کردن؟

تیغ تیغی: معلومه. می‌گن من عصبانیم.

برکه: خوب دلیل عصبانیتت چیه؟

تیغ تیغی: خوب وقتی سنجاب جرزنی می‌کنه می‌خوای من عصبانی نشم. یا



### جعبه مدارنگی محبت

به بچه‌ها توضیح دهید که امروز با هم در مورد محبتی یاد گرفتیم که خشم نمی‌گیرد و آرام است. راستی فکر می‌کنید در جعبه مدارنگی محبت هم ما می‌توانیم مدادی را پیدا کنیم که او هم آرام است؟ اجازه دهید بچه‌ها حدس بزنند.

پاسخ شما: مدارنگی با محبت آرام، مدارنگی آبی است.

از بچه‌ها بخواهید رنگ آبی را پیدا کنند.

با استفاده از این لینک با یکدیگر نقاشی تیغ تیغی و برکه آبی را بکشید.

در این فاصله می‌توانید سرود پرستشی «محبت» را پخش کنید.

● سرود پرستشی محبت محبت

### پروژه:

از بچه‌ها بخواهید در هفته پیش‌رو کاردستی زیر را با کمک خانواده خود در منزل درست کرده و هفته آینده به کلاس بیاورند (دقت کنید که این کاردستی بدون رنگ باشد تا هفته آینده بچه‌ها با هم کاردستی را رنگ کنند).

● لینک کاردستی

این کاردستی محبت و اتحاد را در جامعه نشان می‌دهد.

با استفاده از جواب بچه‌ها به آنها توضیح دهید که عصبانیت یک حس هست. همانطور که ما شاد یا غمگین می‌شویم، می‌توانیم عصبانی هم بشویم. اما چیزی که خدا دوست ندارد این است که موقع عصبانیت یک رفتار بد از خودمان نشان دهیم. رفتارهای بد ما موقع عصبانیت، مثل پرتاب تیغ‌های تیغ تیغی است. هیچ کس دوست ندارد با فرد عصبانی دوست باشد. خدا از ما می‌خواهد هر زمان که به خاطر موضوعی عصبانی می‌شویم خودمان را کنترل کنیم تا باعث ناراحتی دیگران نشویم و با ملایمت و آرامی با دیگران صحبت کنیم. رفتار آرام ما یک نوع محبت کردن به دیگران است.

### کاربرد (۱۰ دقیقه)

از بچه‌ها بخواهید آینه‌های جیبی خود را روی میز بگذارند. به بچه‌ها توضیح دهید که در این بازی شما تا ۳ می‌شمارید و به محض شنیدن عدد ۳ هر کدام از بچه‌ها باید جلوی آینه چهره یک آدم عصبانی را تقلید کنند. اما در عین حال بچه‌ها باید حواس‌شان به شما هم باشد، چون به محض اینکه شما دست‌تان را بالا ببرید، بچه‌ها باید سکوت کنند و در سکوت یک لیوان آب بنوشند.

(مطمئناً نظم کلاس در اینجا بر هم خواهد خورد. باید طوری این قسمت را اجرا کنید که در عین حال بتوانید با آرامش، کنترل کلاس را در دست بگیرید. در ضمن شما با این روش به بچه‌ها یاد می‌دهید که هر بار که دست شما را بالا دیدند یعنی بایستی سکوت کنند. این یک روش عملی برای برقراری نظم در کلاس است و با تکرار، بچه‌ها با این قانون آشنا خواهند شد.)

بعد از بازی با بچه‌ها آیه افسسیان ۴: ۲۶ را تمرین کنید و به بچه‌ها یادآوری کنید که خشم ما را زشت می‌کند. پس خیلی بهتر است همیشه با آرامش لبخند پر از محبت بر لب‌هایمان داشته باشیم.