

دوست زنده گی



سازمان ایلام
کلیه حقوق محفوظ می باشد. © ۲۰۲۳

ایلام

درس چهارم

میوه صبر

هدف:

صبر، میوه روح در من است.

رده سنی:

۹ - ۱۲ سال

آیه حفظی:

يعقوب ۵ : ۸

پس شما نیز صبور باشید و دل قوی دارید، زیرا

آمدن خداوند ما نزدیک است.



نیتنا | سخنی با مربی

مربی عزیز در این درسنامه نونهالان با ثمره روح که صبر است، آشنا شده و می‌آموزند که مخالف صبر کردن به چه معنا است. در قسمت کارگاه اجرایی برای نونهالان دو فعالیت در نظر گرفته شده است که یکی از آنها درست کردن بستنی یخی میوه‌ای یا ژله در صورت داشتن امکانات و دیگری کاشتن یک دانه در خاک است، از شما مربی عزیز در خواست می‌شود که قبل از شروع درس آن را آماده کنید و به نونهالان دهید.

نیتنا | آمادگی برای ورود به داستان : ۱۵ دقیقه

"بچرخون و بخور"

مربی عزیز برای انجام این بازی نیاز است تا شما از قبل یک ظرف میوه پوست کنده و خورد شده را آماده کنید. (به جای ظرف میوه از هر نوع خوراکی دیگر مثل پاپ‌کورن، پاستیل و... می‌توانید استفاده کنید) دقت کنید که نیاز است مقدار زیادی از میوه‌ها را در ظرف قرار دهید. یک بطری آب کوچک که فقط یک سوم از آن پر از آب است را به یکی از نونهالان دهید، حال او باید بتواند با انداختن چرخشی، بطری را به شکل صاف روی میز قرار دهد. در حین انجام این کار نونهال بعدی می‌تواند شروع به خوردن میوه‌ها کند ولی به آرامی تا زمانی که بطری صاف روی میز قرار بگیرد و بعد از آن نوبت به نونهال بعدی می‌رسد تا بطری را برتاپ کند که بتواند از آن ظرف میوه بخورد. این بازی به ترتیب انجام خواهد شد تا همه بتوانند از ظرف میوه نوش جان کنند ولی در عین حال نیز باید صبور باشند تا نوبت به آنها برسد.

مربی عزیز لطفاً عکس هزارتو را برای نونهالان پرینت بگیرید و با هم در کلاس انجام دهید

پ | ورود به دنیای کتاب مقدس : ۲۰ دقیقه

مطالعه کلام کولسیان ۱ : ۱۱ - ۱۲ و غلاطیان ۵ : ۲۲ - ۲۴

تا به حال شنیده‌اید که کسی به شما بگوید صبر کن و یا صبور باش؟ امروز می‌خواهیم در مورد میوه صبر که روح القدس در قلب ما گذاشته است صحبت کنیم.

از نونهالان بخواهید خاطره‌ای در مورد تجربه خود از صبر کردن برای کلاس تعریف کنند. (با نونهالان گفت و گویی داشته باشید.)

صبر، ثمره روح القدس است که به ما کمک می‌کند و قدرت می‌دهد تا در آرامش و شادی در این دنیا زندگی کنیم. برای هر انسانی داشتن صبر بسیار مهم است، چون همه ما هر روزه در قسمت‌های مختلف زندگی نیاز به صبر کردن داریم مثل: چراغ‌های راهنمایی، سفارش غذا، رسیدن تعطیلات تابستانی، پخش شدن فیلم مورد علاقیمان، خرید وسایلی

که دوست داریم، رسیدن به خانه و.... اینها نمونه‌های کوچکی از اتفاقهایی هستند که باید منتظرشان بمانیم.

شما بیشتر برای چه چیزی صبر می‌کنید؟

حتی بعضی از افرادی که همیشه عجله دارند سعی و تلاش می‌کند تا صبور باشند چون داشتن صبر همیشه به ما کمک می‌کند که کارها به درستی و با نظم انجام شود، ما هم می‌توانیم اگر از آن دسته از افرادی هستیم که نیاز به تمرین داریم، از روح‌القدس کمک بخواهیم و دعا کنیم که او به ما صبور بودن را یاد دهد. خداوند نمی‌خواهد که ما افرادی عجول باشیم و در زندگی عجله کنیم، او می‌خواهد ما به آرامی و با صبر به جلو حرکت کنیم تا از هر اتفاقی که برای ما می‌افتد تجربه‌های جدید بدست آوریم و از آنان لذت ببریم. (دقیقا مثل خوردن یک خوراکی خوشمزه می‌ماند که برای اینکه زود تمام نشود و ما از آن لذت ببریم، خوراکی را به آرامی می‌خوریم.)

صبر می‌تواند معنی‌های مختلفی داشته باشد مثلاً:

زمانی که به خواسته خود نمی‌رسیم ناراحت نشویم، در حین انتظار کشیدن عصبانی و ناامید نشویم، در حالی که صبر می‌کنیم بدون شکایت و بهانه‌های مختلف به نتیجه خوب که در وقت خودش انجام می‌شود فکر کنیم، در حین صبور بودن شاد باشیم و آرامش داشته باشیم و از دیگر میوه روح‌القدس هم استفاده کنیم.

فکر می‌کنید برای رشد کردن در صبوری چه کارهایی می‌توانیم انجام دهیم؟

اگر صبور نباشیم این می‌تواند مشکلی در روابط با خانواده و دوستانمان به وجود آورد و از همه مهم‌تر ممکن است ما را از خدا دور کند چون با انتظار به سمت خدا می‌رویم تا خواسته ما را انجام دهد ولی زمانی که به آن خواسته نمی‌رسیم از او ناراحت می‌شویم، با اینکه خداوند همه اتفاقات را در بهترین زمان به انجام می‌رساند، او از آینده ما با خبر است و هیچ کسی به اندازه خدا نمی‌تواند بهترین زمان را برای ما انتخاب کند، پس می‌توانیم با اعتماد به او صبور باشیم. خداوند همیشه به قول‌هایش عمل می‌کند، زیرا می‌دانیم پدر آسمانی اتفاقات شگفت‌انگیزی برای ما انتخاب کرده است.

نتیجه گیری: ۵ دقیقه

داشتن صبر می‌تواند به رشد تمام میوه دیگر روح‌القدس در قلب ما کمک کند. صبور بودن به همراه شادی و آرامش به ما کمک می‌کند تا از سختی‌ها عبور کنیم. روح‌القدس شخصی است که می‌تواند در هر شرایط به ما قدرت دهد تا صبور باشیم و او در این دنیا بهترین و نزدیکترین دوست به ما است، که می‌توانیم برای داشتن صبر از او کمک بخواهیم تا همه کارهایمان را با نظم و ترتیب و به بهترین شکل انجام دهیم.

کارگاه اجرایی: ۱۵ دقیقه

کار دستنی میوه صبر (انگور) را در کلاس انجام دهید.

"پیشنهاد برای مربی"

درست کردن بستنی یخی میوه‌ای یا ژله در صورت داشتن امکانات در کلیسا برای نونهالان بستنی یخی میوه‌ای یا ژله با کمک خود آنها آماده کنید و اگر امکانات نبود از آنها بخواهید که در خانه انجام دهند. در کلاس برای هر کدام از نونهالان یک دانه (لوبیا، عدس، گل و ...) حاضر کنید و به آنها بگویید که به آن رسیدگی کنند تا آن رشد کند.

🧠 | آیه حفظی :

يعقوب ۵ : ۸

پس شما نیز صبور باشید و دل قوی دارید، زیرا آمدن خداوند ما نزدیک است.



