

د. رشاد لاشين يبتكر "نادي الصائمين" لتدريب الأطفال



9 مايو 2019

أرقى شيء في حياتنا هو العمل لله تعالى وعلى رأس ذلك إقامة أركان الإسلام الخمسة ومنها الصيام لذا يجب أن يقرن تدريب النشء على الصيام بأرقى الابتكارات والإبداعات ومن هنا جاءت فكرة (نادي الصائمين) بجمع الصائمين الجدد لممارسة أنشطة متنوعة ممتعة وهي تجمع بين تقنيات الإلهاء والعمل الجماعي وروح الفريق والمشاركة والتحفيز ومنبع الفكرة من ابتكار الصحابية الجليلة (الربيع بنت معوذ) رضي الله عنها التي كانت تربي الأطفال على الصيام بطريقة عملية تعتمد ما يسمى في العصر الحديث بتقنيات الإلهاء:

روي البخاري ومسلم والبيهقي: عَنِ الرَّبِيِّ بْنِ مَعُوذٍ بْنِ عَفْرَاءَ قَالَتْ أُرْسِلَ رَسُولُ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- عِدَاةَ عَاشُورَاءَ إِلَى فُتْرَى الْأَنْصَارِ الَّتِي حَوْلَ الْمَدِينَةِ « مَنْ كَانَ أَصْبَحَ صَائِمًا فَلْيُنِمْ صَوْمَهُ وَمَنْ كَانَ أَصْبَحَ مُفْطِرًا فَلْيُنِمْ يَفِيَّةَ يَوْمِهِ ». فَكُنَّا بَعْدَ ذَلِكَ نَصُومُهُ وَنُصَوِّمُ صِبْيَانَنَا الصَّغَارَ مِنْهُمْ إِنْ سَاءَ اللَّهُ وَتَذْهَبُ إِلَى الْمَسْجِدِ فَتَجْعَلُ لَهُمُ اللَّعْبَةَ مِنَ الْعُهْنِ فَإِذَا بَكَى أَحَدُهُمْ عَلَى الطَّعَامِ أَعْطَيْنَاهَا إِيَّاهُ عِنْدَ الْإِفْطَارِ.

في رواية أخرى: وَتَضَعُ لَهُمُ اللَّعْبَةَ مِنَ الْعُهْنِ فَتَذْهَبُ بِهِ مَعَهَا فَإِذَا سَأَلُوا الطَّعَامَ أَعْطَيْنَاهُمْ اللَّعْبَةَ ثَلْثِيهِمْ حَتَّى يُنْمُوا صَوْمَهُمْ.

تشكيل نادي الصائمين:

يقوم على تشكيل النادي الآباء والأمهات بالتنسيق فيما بينهم وأيضاً بالتنسيق مع أئمة المساجد أو المعلمين والمعلمات في المدرسة أو مشرفي مراكز الشباب ودور الثقافة و ذوي الخبرة في التعامل مع الأطفال.

نادي الصائمين): يضم مجموعة من الأبناء الراغبين في الصيام ويمكن أن يقوم عليه أحد الآباء أو الأساتذة أو المشرفين بالتناوب .

و(نادي الصائمات): أو (نادي الربيع بنت معوذ) يضم مجموعة من البنات الراغبات في الصيام ويمكن أن تقوم عليه إحدى الأمهات أو المدرسات أو المشرفات بالتناوب .

الشريحة الأولى الأعمار من 10 سنوات فما فوق: يستطيعون إكمال يوم الصيام .

الشريحة الثانية الأعمار من 7-9 سنوات: يحتاجون إلى تدريب تدريجي على الصيام حيث أنهم قد لا يستطيعون إكمال اليوم.

وفي حالة كثرة عدد الأولاد أو البنات يمكن تقسيمهم إلى مجموعات بحيث يقوم على كل مجموعة مشرف أو مشرفة و نزكي روح التنافس فيما بينهم لتحقيق أكبر قدر من الإنجازات المطلوبة في هذا الشهر العظيم.

أهداف نادي الصائمين:

1 - التدريب على تعظيم شعائر الله بأساليب مبتكرة وعملاً بالمبدأ التربوي العظيم (فإن كلفتموهم فأعينوهم)

2- تطبيق تقنيات الإلهاء في التدريب على إكمال الصيام:

شهوة الطعام قوية بالنسبة للطفل لذا يجب مساعدته ببعض تقنيات الإلهاء لشغله عن إغراء الطعام بدءاً من الوقت الذي يبدأ جسمه بالدخول فعلياً في حالة الصيام أي بعد مرور 8 ساعات على وجبة السحور أي من بعد صلاة الظهر وشغل الطفل بأنشطة ممتعة ومتنوعة تلهيه وتساعد على إكمال صيامه.

3 - استثمار العمل الجماعي وروح الفريق والمشاركة والتحفيز في زيادة طاقة الانجاز:

العمل الجماعي يطلق هرمونات السعادة في جسم الإنسان وبضائف طاقته ويشعره بالفرحة والبهجة والسرور فيحب العمل وينجح في الانجاز و جو التحفيز والتشجيع يطلق هرمون الدوبامين وهو هرمون الانجاز وتحقيق الأهداف والواقع يثبت أنه في الجو الجماعي يستطيع الإنسان أن يضاعف إنجازه لذا يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم (يد الله مع الجماعة) أي يزداد عون الله للإنسان في الجو الجماعي وكما يقولون في روح الفريق (معاً كل فرد ينجز أكثر).

4 - استثمار التنافس والتحدي في تحقيق البطولة:

التنافس والتسابق مع الآخرين يدفع الإنسان للتحدي وبذل أعلى الطاقة والمسارة لتحقيق الفوز وتقضي على الكسل والتراخي وهذا ما يتم في نادي الصائمين بالتنافس بتلويين كروت البطولة في الصيام وفعل الخيرات.

مكان انعقاد نادي الصائمين :

ويمكن أن يعقد هذا النادي في المدرسة أو المسجد أو أحد مراكز الشباب أو النوادي أو قصور الثقافة أو الملاعب المفتوحة أو حتى في البيوت حسب ظروف كل مكان وفي البداية كلما خرج من مكان تواجد الطعام كلما كان أفضل.

وقت انعقاد نادي الصائمين:

في فترة ما بعد الظهر أو ما بعد العصر حيث يبدأ الأبناء في الإحساس بآلام الجوع ويبدأ عندها الصراع مع النفس للاستمرار في الصيام أو الانفكاك منه؛ عندها تكمن الحاجة إلى هذا النادي حيث يلتقي الطفل يومياً مع أقرانه في منافسة ومسابقة أيهم يستطيع تحقيق البطولة بالصبر والتحمل والفوز بصيام اليوم كاملاً وفي نفس الوقت يجد التسلية والتشجيع والحوافز التي تعينه على الاستمرار.

ويقترح أن تكون مدة الانعقاد اليومي ساعتان في المتوسط ويمكن زيادتها إذا اشتمل البرنامج على فترة استذكار كافية للدروس بأن يحضر الأبناء معهم كتبهم وفي هذه الحالة يمكن الاستمرار حتى المغرب.

برنامج نادي الصائمين:

يفضل أن يكون يشتمل البرنامج فقرات متنوعة ممتعة تغطي مكونات الشخصية الخمسة الروحية والجسمية والعقلية والعاطفية والاجتماعية فيتنوع بين القرآن والذكر والدعاء والأنشطة الثقافية والرياضية والترفيهية واستذكار الدروس وممارسة المواهب وتنمية المهارات ويضم ألعاباً ومسابقات تجذب الأبناء وتشجع رغبتهم وأن تكون هناك جوائز وحوافز ومكافآت أدبية ومادية تشجع الأبناء على الاستمرار ويمكن أن يتنوع البرنامج بفقرات مما يلي :

1 – فقرات لتنمية الجانب الروحي:

فقرات حفظ وتلاوة للقرآن الكريم مع الإعلان عن مسابقة في نهاية الشهر ورصد جوائز قيمة.

فقرات مدارسة وحفظ للأحاديث النبوية الشريفة وخصوصاً الأحاديث التي تتكلم عن فضل الصيام والتي تحض على الآداب العامة.

فقرات تفكر في خلق الله ونعم الله وكذلك القيام برحلات تفكيرية.

فقرات ذكر لله تعالى ودعاء وصلاة على رسول الله صلى الله عليه وسلم.

2 – فقرات لتنمية الجانب الجسمي:

دور الصيام في تنمية الصحة (صوموا تصحوا).

رشادات صحية عن الغذاء الصحي وأهمية الرياضة وممارسة العادات الصحية وتجنب العادات الضارة.

فقرة ألعاب رياضية: ويمكن أن نعمل دوري رياضي نسميه (دوري الصائمين).

تعليم بعض المهارات اليدوية.

3 – فقرات لتنمية الجانب العاطفي :

تنمية المشاعر بالتعرف على أنواع المشاعر.

التدريب على النواد والتراحم والتعاطف.

ممارسة التعاطف والدعم والمساندة لقضايا المسلمين؛ مدارسة قضية من قضايا العالم الإسلامي.

مسابقة فعل الخيرات: عن أكثر الأبناء نشاطاً في تقديم المساعدة للفقراء والمساكين وجمع التبرعات لفلسطين والبلاد المنكوبة والمشاركة في إفطار الصائم وجمع الملابس وتوزيع الصدقات وهكذا.

وحة شرف يومية تدون فيها إنجازات الأفراد ويعلن أسماء الفائزين.

4 – فقرات لتنمية الجانب العقلي:

التدريب على مهارات التفكير.

فقرات استذكار دروس إذا كان الصيام في وقت الدراسة.

مسابقة أوائل طلبة في المواد الدراسية للتحفيز على التفوق الدراسي.

مسابقة ثقافية: ويمكن أن نسميها (مسابقة الصائمين) أو مسابقة أبحاث.

- فقرة مواهب متنوعة: مسابقات مواهب أو عرض مواهب مثل: (إنشاد، رسم، خطابة، تلوين،).

فقرة ألعاب ذكاء وألعاب ترفيهية وسمر ودورة شطرنج.

5 – فقرات لتنمية الجانب الاجتماعي:

فقرات تعارف والتدريب على مهارات الاتصال.

الاتفاق على زيارات متبادلة.

إفطار مجمع لأفراد النادي في أحد الأيام

ممارسة ألعاب تنمية المهارات الاجتماعية.

رحلة ترفيهية لأفراد النادي للتنزه والمعاشية وتقوية العلاقات.

زيارة لأحد العلماء أو المتفوقين أو المرضى أو زيارة المستشفيات.

زيارة لمعالم المدينة والتعرف على البيئة.

لتعرف على خريطة الوطن وطباعتها والتدريب على رسمها وكذلك خريطة العالم الإسلامي.

الشحن المعنوي:

ويتخلل فقرات البرنامج كلام عن الصبر وثوابه العظيم عند الله وقصص عن الصابرين من الصغار والذين نجحوا في تحقيق إنجازات رائعة وكذلك التذكير بالفقراء والمساكين الذين يعانون الجوع طوال العام وكذلك التذكير بأطفال المسلمين في البلاد المنكوبة مثل الروهينجا وسوريا واليمن الذين يعانون الجوع فترات طويلة , ثم نقول له: حاول بني الحبيب أن تعایش إخوانك وتحس بعضاً من الجوع الذي يعانون منه فترات طويلة.

ماذا أصوم؟! : محفزات الصيام ومقويات الصبر والإرادة:

قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (للصائم فرحتان : فرحة عند فطره وفرحة عند لقاء ربه).

لجنة ثمانية أبواب منها باب يسمى باب الريان لا يدخل منه إلا الصائمون.

قول الله تعالى: كل عمل ابن آدم له إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به.

قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من صام لله يوماً باعد الله وجهه عن النار سبعين خريفاً)

سعى للبطولة بالتحكم في ذاتي (أنا صاحب إرادة وعزيمة أنا بطل أستطيع أن أؤجل تناول الطعام)

لصيام تحدي وأنا أستطيع تحقيق الفوز في التحدي.

صيامي استشعر حال إخوتي الفقراء وإخوتي في البلاد المنكوبة.

صيامي أشارك أمتي العظيمة في تطبيق ركن من أركان الإسلام الخمسة نصوم معاً ونفطر معاً كروت البطولة.

نقوم بعمل كروت أو بطاقات للتشجيع على الصيام والصلاة وفعل الخيرات ونسميها كروت البطولة لإذكاء روح التنافس وتشجيع الأبناء ومساعدتهم على إنجاز أعمال الخير.

اختبر بطولتك

كارت البطولات في الصيام

كارت البطولة في الصيام

وَّ المدة التي تصومها أو اليوم الذي تصومه

ولاً: كارت البطولة في الصيام بالساعات + البطولة في الصلوات :

خاص بسن الأطفال من 7 – 9 سنوات

بطولة الصيام:

الصيام حتى الظهر = الحصول على 10 درجات

الاستمرار وإكمال الصيام من الظهر للعصر = كسب 25 درجة

الاستمرار وإكمال الصيام من العصر للمغرب = كسب 40 درجة

الإجمالي 75 درجة لصيام اليوم كاملاً

بطولة الصلاة :

كل صلاة = 5 درجات بإجمالي 25 درجة للخمس صلوات

الإجمالي للصيام والصلاة = 100 درجة يومياً

ومع استهلال خير الشهور شهر البركات والخيرات والرحمات نقدم لكم خالص التهاني والتبريكات كل عام وأنتم بألف خير ويسعدنا أن نبشركم بالتطبيق الجديد: (أحلى أسرة في أحلى رمضان) تطبيق يهتم بشؤون الأسرة بجميع مكوناتها الأزواج والزوجات والآباء والأمهات والأبناء والبنات حسب مراحلهم السنوية ويعمل على إنعاش وتقوية العلاقات الأسرية وأن تؤدي الأسرة رسالتها التي تحقق السعادة والنجاح لجميع أفرادها والنفع والخير لمحيطها بوسائل مبتكرة متنوعة مفيدة وممتعة يوماً بيوم
يُجهز حالياً للأندرويد وخلال ساعات للأيفون وجرار التحديث مع بدء رمضان بإذن الله (استمتع يومياً بقضاء نصف ساعة مع أسرتك حينما يجتمع الجمال كله أعز الأشخاص وأعلى الأوقات وأحلى الأنشطة)

بممكنكم تحميل التطبيق من هذا الرابط:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.AmroozMediaAmrS.bestfamily>

خير تربوي واستشاري طب الأطفال بالعيادات الملكية بالدوحة

www.ikhwanonline.com/236145