مخاطبان محترم این کتاب به سه گروه تقسیم می‌شوند: ۱- کودکان - ۲- مربیان ۳- والدین. کودکان عزیز با راهنمایی والدین و مربیان خود با انجام دادن تمرین‌های هدفمند به کسب اطلاعات لازم و مهارت‌های در نظر گرفته شده می‌پردازند.

والدین و مربیان گرامی که از این مجموعه کتاب‌ها استفاده می‌کنید با مطالعهٔ رهنمود علمی هر صفحه و با توجّه به اهداف و امکانات موجود، فعالیت مناسب هر صفحه را برای کودکان توضیح داده، فضایی را فراهم می‌سازند تا کودک بتواند به اهداف نزدیک شود.

برخی از مفاهیم کتاب با مطالب قبل و بعد خود ارتباط دارد و لازم است ترتیب یاددهی آن‌ها رعایت شود؛ امّا برخی دیگر از مطالب این ترتیب را ندارند و بنابراین حذف یا انجام آن‌ها برعهدهٔ مربی است و زمان اجرای این گونه واحد کارها نیز به انتخاب مربی یا واحد است.

حفظ ایمنی و بهداشت در انجام فعالیت‌ها از الزامات مهم این کتاب محسوب می‌گردد؛ بنابراین با در نظر گرفتن ایمنی در ارائهٔ نمونه‌ها و فعالیت‌های عملی، لذّت و فضای شاد را از کودکان دریغ نکنید.

همراه نمودن اولیا در اجرای فعالیت‌ها و انجام تکالیف به تکوین یادگیری کمک می‌کند؛ بنابراین با توجّه به تداوم مفاهیم می‌توانید نمونه‌های دیگری از تکالیف را برای کودکان در نظر بگیرید.

حجم اندک کتاب‌ها و گستردگی مفاهیم نشان از عمق زیاد مفاهیم است. اگر کودکی را می‌شناسید که به مطالب علاقه نشان می‌دهد، لازم است او را با کتاب‌های پیشرفته‌تر در این زمینه آشنا کنید.

هدف کلی

آشنایی با مهارت خودآگاهی

لوازم جانبی

جعبهٔ کفش یا هر جعبهٔ خالی که به اندازهٔ یک جعبهٔ کفش باشد، کاغذ کادو، روبان، آینه، سبد

مکان

کلاس

هدف رفتاری

کودک با دقّت به سخنان مربی گوش می‌دهد. در حین فعّالیت رازدار است. با مفهوم خودآگاهی آشنایی دارد و آن را بیان می‌کند.

راهنمود علمی

«خودآگاهی» توانایی شناخت خود و آگاهی از خصوصیات، نقاط ضعف و قوت و خواسته‌ها است. رشد خودآگاهی و شناخت از خود کمک می‌کند تا کودک دریابد چه توانمندی‌هایی دارد. این توانمندی‌ها در ایجاد روابط اجتماعی و بین فردی مؤثر است و بسیار ضرورت دارد.

مربی قبل از ورود به کلاس جعبه‌ای را که قبلاً کادو کرده و روبان پیچ نموده است داخل سبد زیبایی قرار می‌دهد و با خود به کلاس می‌آورد.

این جعبه می‌تواند جعبهٔ کفش یا ظروف باشد تا نیازی به خرید آن نباشد. داخل جعبه یک آینهٔ متوسط را به گونه‌ای که کاملاً بچسبد و نکان نخورد قرار می‌دهد. کودکان از داخل جعبه خبر ندارند و معمولاً با دیدن یک جعبهٔ کادو بسیار خوشحال می‌شوند و این انگیزه‌ای برای شروع کار مربی است.

فعّالیت: برای کودکان توضیح دهید که امروز برایتان هدیه‌ای آورده‌ام؛ اما قبل از آنکه این هدیه را به شما بدهم باید بگویم داخل این جعبه چیست. داخل این جعبه یک فرد مهم وجود دارد که خداوند او را آفریده است و برای خداوند بسیار عزیز است. ضمناً بچّه‌ها، خداوند از این شخص فقط یکی آفریده و هیچ‌کس شبیه او نیست. او از بهترین آفریده‌های خداست که می‌تواند فکر کند، کار کند، کمک کند و مهربان باشد. این شخص مهم بسیار توانا‌ست. حالا بیایید با هم قرار بگذاریم و به هم قول بدهیم که یکی یکی بعد از باز کردن جعبهٔ کادو داخل آن را نگاه کنیم و شخص مهم را ببینیم؛ اما تا آخرین نفر داخل جعبه را ندیده، این راز را برای خود مخفی نگه داریم. (یعنی هیچ‌کس به دوست کناری خود نگوید چه دیده است.)

سپس جعبه را باز کنید و به گونه‌ای جلوی صورت کودکان بگیرید که یکی‌یکی و بدون اینکه نفر کناری ببیند، خوب داخل آن را نگاه کنند، تا نفر آخر (یکی از مهارت‌های مهم که در این فعّالیت آموزش داده می‌شود مهارت رازداری است.) بعد از نفر آخر، از کودکان بپرسید:

- بچّه‌های گلم، داخل جعبه چه کسی را دیدید؟
- آیا از نظر شما آن شخص را خدا آفریده است؟
- به نظر شما او چه توانمندی‌هایی دارد؟

تکلیف

حالا که اندکی به توانمندی‌های خود خوب پی‌برده‌اید، بر روی کاربرگی که در اختیار دارید (از قبل کار برگ را مربی آماده می‌کند) خودتان را هر جا دوست دارید نقاشی کنید و به کلاس بیاورید.

هدف کلی

آشنایی با علاقه‌مندی‌های خود

لوازم جانبی

کتاب کار، مداد رنگی، وسایل تزیینی مثل خرده کاغذ و پولک و آنچه می‌تولید در اختیار کودک قرار دهید.

مکان

کلاس

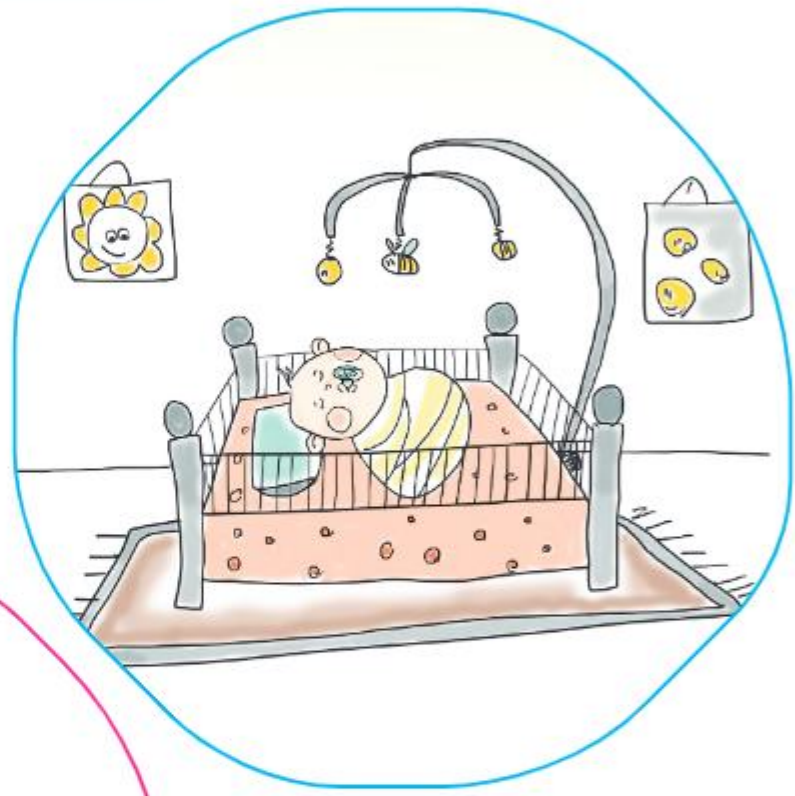
هدف رفتاری

کودک علاقه‌مندی‌های خود را می‌داند و بیان می‌کند. علت و چرایی علاقه‌مندی‌های خود را به خوبی بازگو می‌کند. علاقه‌مندی خود را از انتهای صفحه پیدا می‌کند و به صفحهٔ اصلی می‌چسباند.

رهنمود علمی

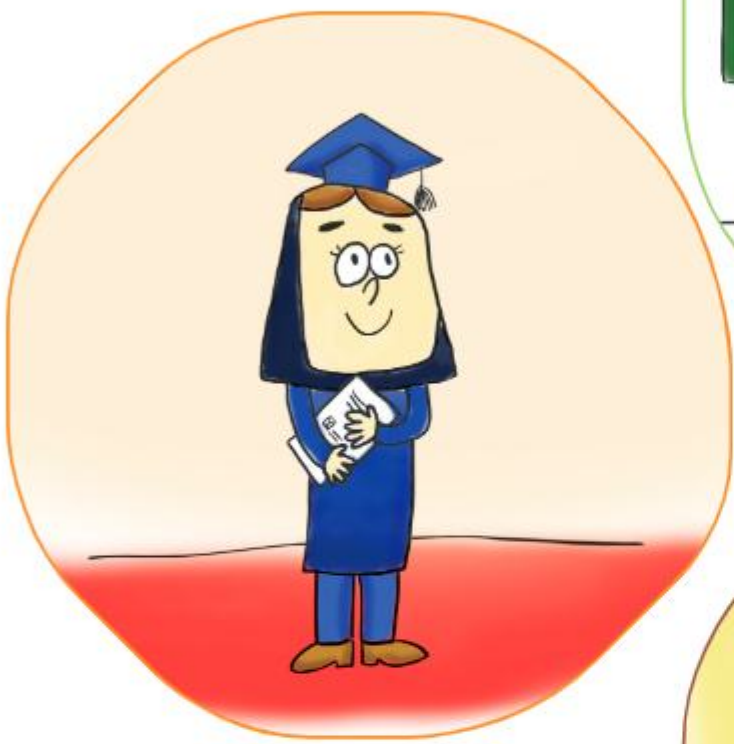
«چیزهای مورد علاقهٔ من»

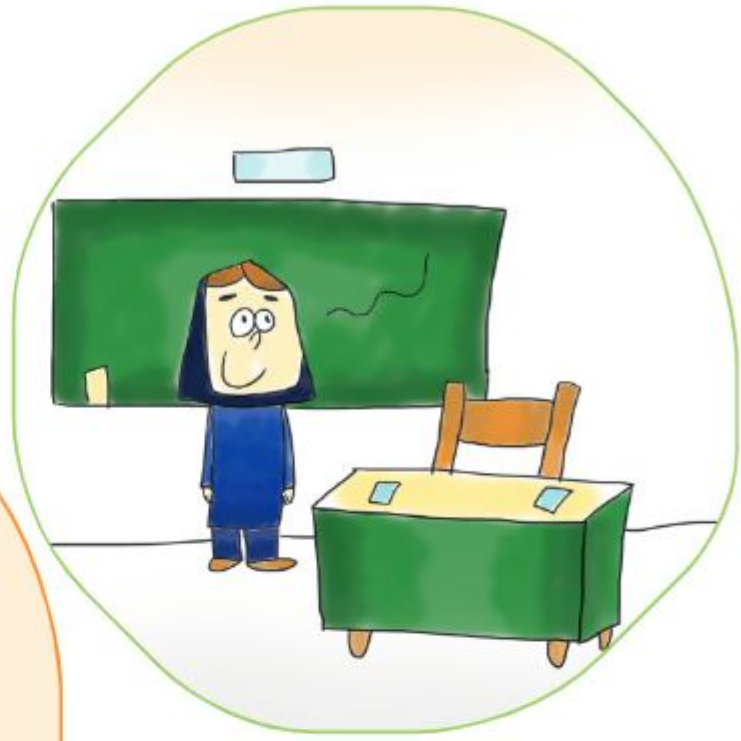
با این بازی کودک می‌آموزد برای احساسات، تمایلات و عدم تمایل اطرافیان ارزش قائل باشد؛ همچنین متوجّه می‌شود فعالیت‌های او بر دوستان، پدر و مادر، خواهر و برادرش تأثیرگذار است.



تکلیف

در خانه با کودک بازی کنید؛ به این ترتیب که پنج کاری که شما را خوشحال می‌کند فهرست کنید؛ به طور مثال، از نه دل خندیدن، بستنی خوردن در روزهای آفتابی، راحت خوابیدن در شب و ... از فرزند خود بخواهید این پنج مورد را تکرار کند. اگر درست انجام داد، مورد ششم را اضافه کنید و این کار را تا زمانی که بتواند پشت سر هم تکرار کند ادامه دهید. وقتی که دیگر نتوانست، حالا از او بخواهید علاقه‌مندی‌ها و خواسته‌ها و احساسات خود را در چند مورد بیان کند و شما آنها را تکرار کنید. در انجام کار هر جا بیان کودک جالب است لبخند بزنید و وقتی خوب نیست، شکل نارادت نشان دهید و با تکرار تمرین، بازی را تا مرحله‌ای که کودک خسته نشده ادامه بدهید. کودک و خواسته‌هایش را ارزیابی کنید.





هدف کلی

آشنایی با توانمندی‌های خود (خودآگاهی)

لوازم جانبی

گواش یا رنگ انگشتی، دستمال برای پاک کردن انگشتان دست، کتاب‌کار

مکان

کلاس

هدف رفتاری

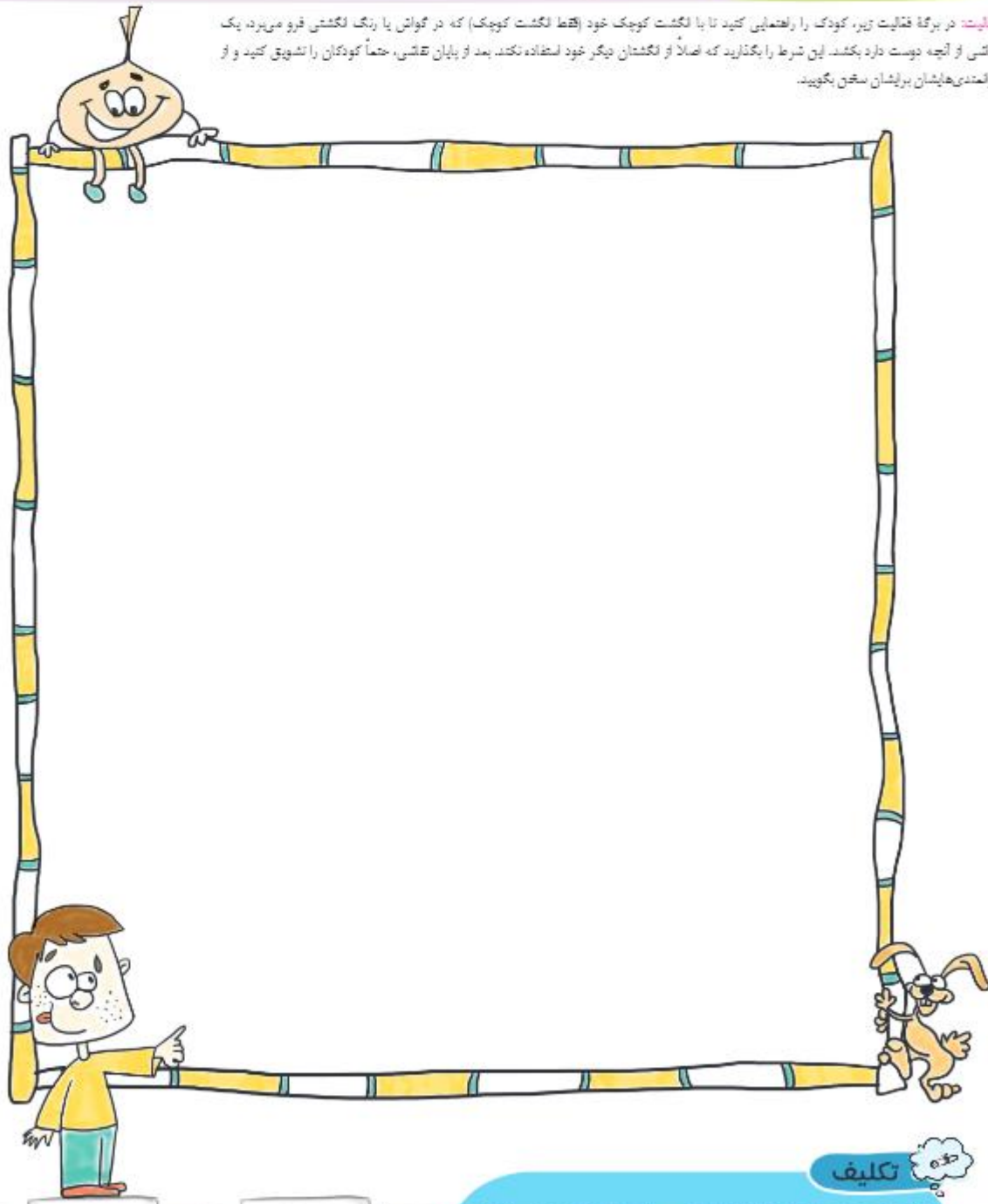
کودک بدون استفاده از انگشتان دیگر و فقط به وسیلهٔ انگشت کوچک خود نقاشی می‌کشد. از کشیدن نقاشی با یک انگشت، لذّت خاصی احساس می‌کند.

رهنمود علمی

«انگشتان توانمند من»

کودکان را با توانمندی‌هایشان آشنا کنید؛ چرا که شناخت این توانمندی‌ها منجر به اعتماد به نفس در آنها می‌شود. آگاهی از اینکه «من می‌توانم» خیلی از کارها را انجام بدهم، نوعی خودآگاهی و عامل شناخت توانایی‌ها و ایجاد عزّت نفس در کودک است.

فعالیت: در برگهٔ فعالیت زیر، کودک را راهنمایی کنید تا با انگشت کوچک خود (فقط انگشت کوچک) که در گواش یا رنگ انگشتی فرو می‌برد، یک نقاشی از آنچه دوست دارد بکشد. این شرط را بگذارید که اصلاً از انگشتان دیگر خود استفاده نکند. بعد از پایان نقاشی، حتماً کودکان را تشویق کنید و از توانمندی‌هایشان برایشان سخن بگویید.



تکلیف

از کودکان بخواهید با یک انگشت که شما انتخاب می‌کنید، مثل انگشت شست، یک درخت بکشند و به وسیلهٔ رنگ‌های خوراکی مثل رنگ زردچوبه یا گواش و رنگ انگشتی آن را کامل کنند. به کودکان بگویید سعی کنند انگشت شست را در رنگ فرو برده و برش‌های درخت را با ضربه‌های انگشت کامل کنند.