

# کلام - کلام

با دانش آموزان کلاس اوّل

سید یوسف پوریزدان پرست

پوریزدان پرست، یوسف، ۱۳۲۵-

گام به گام با دانش آموزان کلاس اول / یوسف پوریزدان پرست. - قم: فدک فاطمی، ۱۳۶۴.

۱۱۲ ص. مصور.

ISBN: 964-96369-1-9

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه: ص. ۱۱۱.

۱. والدین و کودک.
۲. کودکان -- سرپرستی.
۳. شاگردان ابتدایی -- بهداشت روانی.
۴. کودکان -- بهداشت روانی.
۵. کودکان -- روانشناسی.
۶. کودکان -- روابط با دیگران.
۷. مهارتهای اجتماعی در کودکان. الف. عنوان.

۶۴۹/۱

گ۲ ۷۶۹/پ ۹۶ HQ

۱۳۵۴۱ - ۸۴ م

کتابخانه ملی ایران

## شناسنامه کتاب

# گام به گام با دانش آموزان کلاس اول

سید یوسف پوریزدان پرست

انتشارات فدک فاطمی - قم

چاپ اول / ۱۳۸۴ / ۳۰۰۰ جلد

قیمت: ۵۵۰۰ ریال

کلیه حقوق این اثر، برای ناشر محفوظ است.

مراکز پخش:

قم - چهارراه شهداء - بلوار معلم - کوچه ۱۳ - انتشارات فدک فاطمی تلفن: ۷۸۳۳۶۹۰

مشهد - خیابان آزادی - بازارچه سراب - پاساژ امیر - نشر هاتف تلفن: ۲۲۵۵۲۰۰

## فهرست مطالب

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| پیش‌گفتار.....                                     | ۹  |
| گام نخست: شناخت.....                               | ۱۲ |
| شناخت ویژگی‌های دوران کودکی، به طور عام.....       | ۱۲ |
| ۱- ویژگی‌های حرکتی.....                            | ۱۴ |
| ۲- ویژگی‌های جسمی.....                             | ۱۵ |
| ۳- بیان و ادای هیجانات.....                        | ۱۷ |
| ۴- ترس و رُیا.....                                 | ۱۸ |
| ۵- خودشناسی و جنسیت.....                           | ۱۹ |
| ۶- روابط اجتماعی.....                              | ۲۰ |
| ۷- بازی و سرگرمی.....                              | ۲۲ |
| ۸- زندگی تحصیلی.....                               | ۲۴ |
| ۹- حسن اخلاقی.....                                 | ۲۵ |
| ۱۰- دیدگاه‌های فلسفی.....                          | ۲۷ |
| شناخت ویژگی‌های کودک در موارد خاص.....             | ۲۸ |
| ۱- کمرویی و گوشه‌گیری.....                         | ۲۸ |
| ۲- ترس از مدرسه.....                               | ۳۱ |
| ۳- انگشت مکیدن.....                                | ۳۴ |
| ۴- ناخن جویدن.....                                 | ۳۸ |
| ۵- دروغ‌گویی کودکان.....                           | ۴۰ |
| ۶- کودکان دارای مشکل خاص.....                      | ۴۴ |
| گام دوم: ثبت‌نام.....                              | ۴۸ |
| گام سوم: آموزش حفاظت از خود (مهارت‌های زندگی)..... | ۴۹ |

- گام چهارم: آموزش نظم و زمان‌بندی در برنامه‌ریزی و زندگی ..... ۵۱
- گام پنجم: تهیه وسایل و ابزار مورد نیاز ..... ۵۳
- گام ششم: تمرین زندگی جمعی، خصوصاً در مدرسه ..... ۵۶
- گام هفتم: کمک به رفع اضطراب‌های کودک ..... ۵۹
- گام هشتم: ورود به دنیای نو ..... ۶۱
- گام نهم: حفظ استمرار سلامت و شادابی کودک در طول مدرسه ..... ۶۳
- گام دهم: شرکت در فعالیت‌های تحصیلی فرزند ..... ۶۵
- گام یازدهم: رفتارسنجی ..... ۶۷
- گام دوازدهم: تکمیل و تمرین آموزشهای آموزگاران در منزل ..... ۶۹
- گام سیزدهم: استمرار توجه و رها نکردن کودک ..... ۷۱
- گام چهاردهم: مقابله با تحت سلطه قرار گرفتن فرزندان ..... ۷۴
- گام پانزدهم: ایجاد انگیزه مطالعه و تحقیق در فرزندان ..... ۷۶
- گام شانزدهم: پیشگیری از اضطراب ناشی از امتحان ..... ۷۹
- ضمیمه ..... ۸۲
- روش پرورش فرزند ..... ۸۳
- الف) روش مستبدانه ..... ۸۴
- ب) روش سهل‌گیرانه (تساهلی) ..... ۸۵
- ج) روش دمکراتیک ..... ۸۶
- موانع خلاقیت در محیط خانواده ..... ۸۷
- اعتماد به نفس و راههای تقویت آن در کودک ..... ۹۲
- برخورد با سلطه‌گری فرزندان ..... ۹۷
- انتظارات معلمان از والدین ..... ۱۰۰
- تغذیه در سنین کودکی ..... ۱۰۳
- فهرست منابع ..... ۱۱۱

بسم الله الرحمن الرحيم

## پیش گفتار

یکی از آرزوهای انسان، مخصوصاً زوجهای جوان، داشتن فرزندی سالم، باهوش، مؤدب، مؤمن و توانمند است؛ که سبب آرامش، رضایت خاطر و افتخار آنها باشند.

البته این موضوع امری عاقلانه و طبیعی است که حتی خداوند متعال هم به بشر چنین القاء می فرماید که این نعمت را از ذات قادر بی همتایش درخواست نمایند:

«رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا»<sup>۱</sup>

ولی آیا به صرف داشتن آرزو، این درخواست برآورده می شود؟ یا نیازمند فراهم شدن یک سری لوازم و اسباب مناسب است؟

آیا هیچ کشاورزی می تواند بدون آماده سازی زمین مناسب و کاشت بذر مطمئن و آبیاری و مراقبت های بعدی، صاحب مزرعه ای سرسبز، باصفا و محصولی درخور انتظار گردد؟

قطعاً پاسخ هر عقل سلیمی به این پرسش منفی است.

<sup>۱</sup> - فرقان - آیه ۷۴: پروردگارا ما را از همسرانمان فرزندی عطا فرما که خلف صالح و مایه روشنی چشم ما باشند و ما را پیشوای اهل تقوی قرار ده.

نظر شما چیست؟ در مزرعه زندگی و خانواده چگونه؟

چنانچه شخصی، خودش انسان باتدبیر، خردمند، متقی و صاحب اخلاق و صفات عالی انسانی بود، و با کفوی این چنین هم زندگی مشترک را آغاز نمود و در مسیر و ادامه زندگی از برنامه‌ای منظم، مبتنی بر فرهنگ اصیل اسلامی و قواعد روانشناختی بهره گرفت؛ می‌تواند امیدوار باشد که از درخت وجودشان نوگلانی زیبا و آراسته که عطرشان روح‌بخش باشد، حاصل گردد؟

امام باقر (علیه السلام) می‌فرمایند:

«يُحَفِّظُ الْأَطْفَالَ بِصَلَاحِ آبَائِهِمْ»<sup>۱</sup>

مصونیت اطفال از خطرات و انحرافها، به صلاحیت و

شایستگی پدران آنها بستگی دارد.

والدین گرامی!

اگر فرزند شش ساله خود را با شوق و اشتیاق به دبستان می‌سپارید، مگر جز برای تحقق همان خواسته درونی شما در تربیت صحیح فرزند دلبندتان است؟

آیا فقط با سپردن وی به مدرسه، وظیفه شما تمام می‌شود؟ و این مقصود حاصل می‌گردد؟!

در این کتاب سعی شده است، با بهره‌گیری از هدایتهای سعادت‌بخش پیامبر اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله) و ائمه معصومین (علیهم‌السلام)، نظرات کارشناسان اساتید تعلیم و تربیت و بیش از سی سال تجربه عملی در زمینه‌های آموزشی و پرورشی، والدین محترم را گام به گام با وظایفی که قبل، حین و بعد از ورود کودک دلبندشان به مدرسه باید، پا به پای وی انجام دهند؛ آشنا سازیم تا با آگاهی کامل و شناختی عالمانه، با عنایات خداوند متعال و هدایتها و تلاشهای انسانهای پیامبرگونه (معلمان امین)، مطلوب اصلی که همان «تربیت انسانهایی جامع، عالم، عامل و عارف به زمان» می‌باشد، حاصل گردد. ان شاء الله.