

بسم رب الشهدا والصديقين

برنامه جامع اعتكاف

الله



آذرماه ۱۴۰۴

برنامه ی تنها مسیر

توضیح اجمالی

برنامه ی «تنها مسیر» برای این طراحی شده که نوجوانان در قالب یک بازی و ماجراجویی، به پیام‌های اصلی برسند: این‌که همه ی راه‌ها جذاب به نظر می‌رسند، اما همه به مقصد درست نمی‌رسند؛ آرامش از وضوح مسیر می‌آید، و تنها راه مطمئن همان برنامه ی الهی است.

ورود به برنامه

در آغاز، مربی با یک مثال ساده ذهن بچه‌ها را درگیر می‌کند: مثلاً اگر تیم فوتبال بدون مربی بازی کند یا آشپز چند دستور متناقض را هم‌زمان اجرا کند، نتیجه چه می‌شود؟ این مقدمه برای ایجاد مسئله است: چندراهی و چندصدایی آرامش نمی‌آورد. بچه‌ها آماده می‌شوند تا به دنبال یک مسیر روشن بگردند.

انتخاب نقشه

سپس سه نقشه به گروه‌ها داده می‌شود:

- نقشه ی آشپز: پر از تنوع و تجربه‌های شیرین، اما بی‌ثبات.
- نقشه ی فوتبالیست: پر انرژی و هیجان، اما بی‌قانون و خودمحور.
- نقشه ی راهنما: دقیق، روشن و آرامش‌بخش؛ مسیر درست.

هر گروه باید یکی از نقشه‌ها را انتخاب کند و پای انتخابش بایستد. این بخش برای تمرین تصمیم‌گیری و پذیرش مسئولیت طراحی شده است. پیام این مرحله: همه ی راه‌ها جذاب‌اند، اما فقط یک راه درست است.

ورود به چالش‌ها

بعد از انتخاب، گروه‌ها وارد مسیر می‌شوند و باید از چند ایستگاه عبور کنند:

- پشت‌نویسی → پیام: بدون دقت، مسیر گم می‌شود.
- ریاضی تیمی → پیام: موفقیت فقط با همکاری و تقسیم وظایف ممکن است.
- پانتومیم یا نقاشی ضرب‌المثل → پیام: خلاقیت راهی برای فهم بهتر پیام‌هاست.
- بازی‌های ترکیبی با قوانین ساده → پیام: قانون‌مداری و نظم شرط رسیدن به مقصد است. این بخش برای این ساخته شده که نوجوانان ارزش‌های تربیتی را در عمل تجربه کنند، نه فقط بشنوند.

برنامه ی تنها مسیر

کشف نقشه‌ی درست

در پایان مسیر، گروهی که نقشه‌ی درست را انتخاب کرده باشد، نامه‌ی داخل آن را پیدا می‌کند. متن نامه پیام اصلی اردو را منتقل می‌کند: «نقشه‌ی واقعی همان نقشه‌ای است که از یک راهنمای کامل و مطمئن پیروی می‌کند. دنیا پر از نقشه‌های اشتباه است... اما فقط یک راه به حقیقت می‌رسد.» این لحظه مثل کشف گنج است؛ هیجان بازی با پیام تربیتی عمیق پیوند می‌خورد.

جمع‌بندی و پیوند به زندگی

مربی در پایان با گفت‌وگو پیام‌ها را به زندگی واقعی وصل می‌کند:

- اگر در زندگی چند مسیر متناقض را دنبال کنیم چه می‌شود؟
- چرا باید به برنامه‌ی کسی اعتماد کنیم که ما را ساخته و همه‌چیز را می‌داند؟
- در مدرسه، خانواده یا دوستی‌ها، نشانه‌های درست و غلط را چگونه تشخیص می‌دهیم؟

پیام پایانی روشن می‌شود: بهترین نقشه‌ی زندگی همان برنامه‌ی الهی است که خالق برای انسان فرستاده است.

منطق کلی برنامه

- ابتدا مسئله‌ی چندراهی ایجاد می‌شود (چندراهی آرامش نمی‌آورد).
- نوجوانان نقشه‌ها را می‌خوانند و انتخاب می‌کنند (راه درست فقط یکی است).
- در چالش‌ها ارزش‌های تربیتی را تجربه می‌کنند (دقت، همکاری، خلاقیت، قانون‌مداری).
- در پایان، نامه‌ی نقشه‌ی درست پیام اصلی را آشکار می‌کند (نیاز به راهنمای کامل و مطمئن).
- جمع‌بندی مربی پیام را به زندگی روزمره وصل می‌کند (برنامه‌ی الهی نقشه‌ی مطمئن زندگی است).

برنامه ی تنها مسیر

مقدمات اجرا

پیش از ورود به فضای اردو و اجرای عملی برنامه، لازم است مقدمات مشخصی فراهم شود تا هم پیام محتوایی به درستی منتقل گردد و هم شرایط برای اجرای روان و منسجم آماده باشد. این مقدمات شامل طراحی، آماده سازی و هماهنگی های پیشینی است:

- **تعیین اهداف و پیام محوری:** تیم اجرایی باید پیش از اردو به طور دقیق بر پیام اصلی این مرحله («ضرورت اطاعت از خدا و نفی اطاعت از غیر») مسلط باشد تا همه ی اجزای برنامه در خدمت این پیام قرار گیرد.
- طراحی نقشه ها: سه نقشه ی متفاوت از قبل آماده شود. هر نقشه مسیر مشخصی را نشان دهد و جملاتی در گوشه و کنار داشته باشد که نوجوانان باید رمزگشایی کنند. یکی از نقشه ها باید ویژگی «هدایت درست» داشته باشد.

- **تعیین روایت نقشه ها:** نقشه ها باید به افراد مختلف نسبت داده شوند (مثلاً مخترع، فوتبالیست، پزشک، دانشمند مسلمان ایرانی). این نسبت دهی باید از قبل طراحی و روی نقشه ها درج شود.

- **شناسایی و طراحی مسیرها:** با توجه به تفاوت اردوگاه ها، مسیرهای قابل استفاده باید پیش تر شناسایی شوند. مسیرها باید قابل تفکیک باشند (خطی، پرپیچ و خم، دارای موانع).

- **آماده سازی صندوقچه ی پایانی:** صندوقچه باید از قبل تهیه شود و محتوای آن (پری یا خالی بودن) آماده گردد تا نتیجه ی انتخاب گروه ها ملموس شود.

- **تعیین مکان ها و آیتم ها:** محل استقرار گروه ها، ایستگاه ها و آیتم های حرکتی باید پیش تر مشخص شوند.

- **گروه بندی اولیه:** تقسیم دانش آموزان به گروه های مساوی ۵ نفره باید پیش از اردو طراحی شود. برای هر گروه یک مربی همراه تعیین گردد و وسایل تشخیص گروه ها (روپوش یا دست بند رنگی) آماده باشد.

برنامه ی تنها مسیر

مقدمات اجرا

- **سازمان‌دهی نقش سرگروه:** دستورالعمل انتخاب سرگروه و وظایف او باید پیش‌تر آماده و به مربیان توضیح داده شود تا در زمان اجرا به‌درستی هدایت شود.
- **توجیه مجریان و مربیان:** تیم اجرایی باید پیش از اردو جلسه‌ی هماهنگی داشته باشد؛ نقش‌ها و وظایف هر فرد مشخص شود (توضیح قوانین، کنترل مسیرها، مسئولیت صندوقچه، هدایت گفت‌وگوی پایانی).
- **آماده‌سازی وسایل و تجهیزات:** نقشه‌ها، صندوقچه، کارت‌های رمزگشایی، وسایل نشانه‌گذاری مسیرها، آیتم‌های حرکتی ساده و ابزار زمان‌سنج باید پیش از اردو آماده و بررسی شوند.
- **تمرین سناریو:** تیم اجرایی باید پیش از اردو سناریو را مرور کند تا در اجرا دچار سردرگمی نشود و هماهنگی کامل داشته باشد.

وسایل مورد نیاز

- نقشه‌های طراحی‌شده (سه نسخه برای هر گروه)
- صندوقچه‌ی پایانی (با محتوای آماده: پری یا خالی)
- برگه‌ها یا کارت‌های رمزگشایی برای جملات نوشته‌شده روی نقشه‌ها
- وسایل نشانه‌گذاری مسیرها (مثل طناب، علامت، تابلو یا پرچم)
- آیتم‌های حرکتی ساده (برای استفاده در مسیرها: مثلاً توپ، مانع کوچک، یا وسایل ورزشی سبک)
- ابزار زمان‌سنج یا ساعت برای مدیریت زمان انتخاب مسیر

برنامه ی تنها مسیر

توضیح تفصیلی و زمان بندی

این زمان بندی برای یک گروه 30-40 نفره در قالب تیم های 5 نفره طراحی شده است. در صورت تغییر تعداد، از الگوی «مرحله + مدت» استفاده کنید و تناسب را حفظ نمایید. در مجموع این برنامه حدود 120 دقیقه زمان میبرد.

گام صفر: آماده سازی میدانی پیش از ورود دانش آموزان - 30 دقیقه

- استقرار تیم اجرایی: جای گذاری مربیان در نقاط از پیش تعیین شده، بررسی ارتباطات و هماهنگی نهایی.
- چیدمان نقشه ها و ایستگاه ها: تحویل سه نقشه به هر مربی گروه، آماده سازی نشانه گذاری مسیرها و صندوقچه نهایی.
- آزمون سریع مسیرها: عبور آزمایشی کوتاه از هر مسیر برای اطمینان از ایمنی و قابل اجرا بودن آیتها.

گام 1: توجیه آغازین و سازمان دهی - 15 دقیقه

- خوشامد و چارچوب برنامه (5 دقیقه): توضیح هدف، قوانین کلیدی (عدم تغییر مسیر، منع تقلب، امکان جبران امتیاز).
- تشکیل و تثبیت گروه ها (10 دقیقه): تحویل دست بند/روپوش رنگی، انتخاب نام گروه، تعیین سرگروه با اقتناع کوتاه.

گام 2: رمزگشایی و انتخاب مسیر - 10 دقیقه

- تحویل سه نقشه به هر گروه (1 دقیقه): شروع هم زمان برای همه.

- رمزگشایی سرخ ها و انتخاب یک مسیر (9 دقیقه): ثبت انتخاب توسط مربی همراه؛ پس از پایان زمان، مسیرها قفل می شوند.

برنامه ی تنها مسیر

توضیح تفصیلی و زمان بندی

گام 3: انتقال به مسیرها و شروع چالش‌ها - 5 دقیقه
• هدایت هر گروه به مسیر انتخابی (5 دقیقه): هر گروه با مربی همراه به نقطه شروع مسیر خود منتقل می‌شود.

گام 4: اجرای مسیرها و آیتم‌ها - 35 تا 50 دقیقه
• ایستگاه‌های میانی (3-5 ایستگاه): هر ایستگاه 7-10 دقیقه شامل یک آیتم حرکتی/فکری و امتیازدهی سریع.
• کنترل زمان و ایمنی: مربی همراه مسئول ثبت زمان و رعایت قوانین گروه است.
• انعطاف در طول مدت: اگر تعداد گروه‌ها زیاد است یا فضا محدود، مدت هر ایستگاه را به 6-8 دقیقه کاهش دهید.

گام 5: رسیدن به مقصد و ارزیابی صندوقچه - 5 دقیقه
• باز کردن صندوقچه (3 دقیقه): مشاهده نتیجه انتخاب (پر/خالی) توسط گروه.
• ثبت نتیجه و امتیاز نهایی مسیر (2 دقیقه): مربی همراه فرم ثبت امتیاز را تکمیل می‌کند.

گام 6: گفت‌وگوی تربیتی پایانی مشترک - 15 تا 20 دقیقه
• بازخوانی تجربه توسط گروه‌ها (8-10 دقیقه): سرگروه‌ها یک نکته کلیدی از انتخاب‌شان را بیان می‌کنند.
• جمع‌بندی پیام (7-10 دقیقه): اتصال تجربه به پیام اصلی: ضرورت برنامه الهی، نفی اطاعت از غیر، یک‌بار بودن فرصت انتخاب.

گام 7: جمع‌بندی اجرایی و اختتام - 5 دقیقه
• اعلام نتایج و قدردانی (3 دقیقه): تأکید بر یادگیری، نه صرفاً برد و باخت.
• اطلاع زمان و مکان برنامه بعدی (2 دقیقه): هدایت منظم خروج گروه‌ها.

برنامه ی تنها مسیر

چالش های بین مسیر

پس از آنکه گروه‌ها نقشه‌ی خود را انتخاب کرده و وارد مسیر شدند، اجرای برنامه تنها به حرکت ساده در اردوگاه محدود نمی‌شود. برای اینکه مفهوم «هر راهی دشواری‌های خاص خود را دارد» به‌طور واقعی تجربه شود، در طول مسیر ایستگاه‌هایی طراحی شده‌اند که هرکدام یک چالش عملی را دربر دارند. این چالش‌ها هم جنبه‌ی سرگرمی و هیجان دارند و هم پیام تربیتی را منتقل می‌کنند.

چالش اول - پشت‌نویسی

این چالش به‌عنوان اولین ایستگاه در مسیر «تنها مسیر» طراحی شده است. هدف آن تمرین دقت، تمرکز و هماهنگی گروهی در انتقال پیام است؛ نوجوانان تجربه می‌کنند که اگر پیام از منبع اصلی درست منتقل نشود، در مسیر دچار تحریف می‌شود.

وسایل مورد نیاز

- خودکار
- کاغذ

شیوه اجرا

1. اعضای هر گروه پشت‌سرهم روی زمین می‌نشینند.
2. یک کلمه یا شکل به آخرین نفر صف نشان داده می‌شود.
3. آخرین نفر باید آن کلمه را با انگشت روی پشت نفر جلویی رسم کند.
4. نفر جلویی باید حدس بزند و همان را روی پشت نفر بعدی منتقل کند.
5. این روند ادامه می‌یابد تا به نفر اول صف برسد.
6. نفر اول باید کلمه‌ای که روی پشت او نوشته شده را حدس بزند و روی کاغذ بنویسد.
7. کاغذ نوشته‌شده به داور تحویل داده می‌شود.

برنامه ی تنها مسیر

قوانین بازی

۱. هیچ کس حق صحبت ندارد؛ حتی برای درخواست تکرار باید با دست علامت داده شود.
۲. زمان از لحظه ی آغاز بازی تا تحویل کاغذ به داور محاسبه می شود.
- ۵ اگر کلمه درست باشد، تیمی که در زمان کمتر کاغذ را تحویل دهد برنده است.
۳. برای تیم های مختلف باید کلمات هم سطح استفاده شود.
O مثال: اگر برای گروه اول کلمه ی سه حرفی بدون نقطه مانند «وال» انتخاب شد، برای گروه های دیگر نیز کلماتی مشابه («دار»، «کار»، «مار»، «دود») استفاده شود.
۴. در پاسخ نهایی:
O اگر یک حرف اشتباه باشد، پاسخ پذیرفته می شود اما ۱۰ ثانیه به زمان گروه اضافه می شود.
O اگر دو حرف از کلمه ی سه حرفی اشتباه باشد، پاسخ پذیرفته نمی شود.
O در عبارت های بالای پنج حرف، تا دو غلط پذیرفته می شود و به ازای هر غلط ۱۰ ثانیه به زمان اضافه می شود.
۵. هر تیم سه بار می تواند به صورت آزمایشی بازی کند؛ بار سوم ملاک امتیازدهی خواهد بود.
- ۶ می توان به جای کلمات فارسی از کلمات لاتین یا شکل ها استفاده کرد.
۷. برای شروع بهتر است از شکل های ساده (دایره، مثلث، حروف انگلیسی) استفاده شود تا حدس زدن آسان تر باشد؛ سپس به تدریج سختی افزایش یابد و از کلمات فارسی چند حرفی استفاده شود.

برنامه ی تنها مسیر

نکات اجرایی

- مربی باید مراقب باشد که گروه‌ها قوانین سکوت را رعایت کنند.
- کلمات یا شکل‌ها باید از قبل آماده باشند و سطح دشواری آن‌ها متناسب با گروه‌ها تنظیم شود.
- سرگروه وظیفه دارد اعضا را منظم کند و مطمئن شود همه در جای درست نشسته‌اند.
- داور باید زمان هر گروه را دقیق ثبت کند و در پایان امتیازدهی را بر اساس قوانین انجام دهد.
- این چالش با سادگی و جذابیت خود، نوجوانان را وارد فضای تمرکز و همکاری می‌کند و پیام تربیتی را منتقل می‌سازد: اگر پیام از منبع اصلی درست گرفته نشود یا در مسیر تحریف شود، نتیجه‌ی نهایی متفاوت خواهد بود.

چالش دوم – استراتژی تیمی ریاضی

هدف این چالش تمرین هماهنگی گروهی، سرعت عمل و دقت در تصمیم‌گیری جمعی است. نوجوانان تجربه می‌کنند که بدون روش هماهنگی روشن، حتی اگر ابزار و توانایی داشته باشند، نمی‌توانند به نتیجه‌ی درست برسند.

هدف تربیتی

- تقویت هماهنگی و انسجام گروهی در شرایط رقابتی.
- تمرین نقش رهبر گروه در مدیریت تصمیم‌ها و هماهنگی اعضا.
- نشان دادن اینکه موفقیت تنها به توانایی فردی وابسته نیست، بلکه به روش شترک و توافق جمعی نیاز دارد.

وسایل مورد نیاز

- کارت‌های کاغذی یا مقوایی (۱۰ کارت برای هر نفر، با اعداد ۰ تا ۹ نوشته شده به صورت بزرگ و واضح).
- میز یا زمین صاف برای نشستن دو گروه روبه‌روی هم.
- برگه ثبت امتیاز برای داوران.

برنامه ی تنها مسیر

شیوه اجرا

1. اعضای دو گروه با تعداد برابر (۵ یا ۷ نفره) در دو ردیف روبه‌روی یکدیگر می‌نشینند.
2. در مقابل هر فرد ۱۰ کارت با اعداد ۰ تا ۹ قرار داده می‌شود.
3. داور یک عدد بین ۰ تا حاصل ضرب تعداد اعضای گروه در ۹ اعلام می‌کند (برای گروه ۵ نفره بین ۰ تا ۴۵، برای گروه ۷ نفره بین ۰ تا ۶۳).
4. اعضای گروه باید در سریع‌ترین زمان ممکن کارتهایی انتخاب کنند که مجموع آنها برابر با عدد اعلام‌شده باشد.
O مثال: برای عدد ۳۲ در گروه ۵ نفره می‌توان ترکیب‌های زیر را بالا گرفت:
$$\begin{matrix} 32 & = & 7 & + & 4 & + & 7 & + & 9 & + & 5 \\ 32 & = & 4 & + & 6 & + & 5 & + & 9 & + & 8 \end{matrix}$$
5. اعضای گروه باید با هماهنگی رهبر گروه کارتها را هم‌زمان بالا ببرند.

قوانین بازی

1. بازی رقابتی بین دو گروه هم‌تعداد است.
2. اعضای گروه باید کارتها را در یک لحظه بالا ببرند؛ اگر کسی زودتر یا دیرتر کارت خود را بالا ببرد، گروه امتیاز آن دست را از دست می‌دهد — *even* اگر پاسخ درست باشد.
3. اگر پاسخ هر دو گروه صحیح باشد، گروهی که زودتر کارتها را بالا برده ۱۰ امتیاز می‌گیرد و گروه دوم هیچ امتیازی نمی‌گیرد.
4. اگر گروه اول زودتر کارتها را بالا ببرد ولی پاسخ نادرست باشد و گروه دوم دیرتر اما درست پاسخ دهد، گروه دوم ۵ امتیاز می‌گیرد.
5. اگر پاسخ هر دو گروه نادرست باشد، هیچ‌کدام امتیازی نمی‌گیرند.
6. بازی در مجموع ۱۵ بار تکرار می‌شود:
- ابتدا ۵ دست اجرا می‌شود. سپس ۵ دقیقه فرصت هماهنگی به گروه‌ها داده می‌شود. پس از آن ۱۰ دست دیگر ادامه می‌یابد.
7. بازی دو داور دارد: داور اول مشخص می‌کند کدام گروه زودتر کارتها را بالا برده است. داور دوم بررسی می‌کند که اعضای گروه کارتها را هم‌زمان بالا برده باشند و سپس مجموع اعداد را محاسبه می‌کند.
8. اگر کسی پس از بالا بردن کارت، آن را پایین آورده و عوض کند، گروه امتیاز آن نوبت را کامل از دست می‌دهد.

برنامه ی تنها مسیر

نکات اجرایی

• رهبر گروه باید روش هماهنگی را از قبل با اعضا تمرین کند (مثلاً با علامت دست یا شمارش در ذهن).
• داوران باید همزمان دقت و سرعت را کنترل کنند.
• فضای رقابتی باید پرهیجان اما منظم باشد؛ مربیان باید مراقب باشند که گروه‌ها قوانین سکوت و همزمانی را رعایت کنند.
• این چالش دوم نوجوانان را وارد تجربه‌ای می‌کند که در آن هماهنگی جمعی و روش مشترک مهم‌تر از توانایی فردی است. پیام تربیتی آن روشن است: برای رسیدن به مقصد درست، تنها داشتن ابزار کافی نیست؛ باید روش هماهنگ و رهبری روشن وجود داشته باشد.

چالش سوم – پانتومیم

این چالش طراحی شده تا نوجوانان تجربه‌ی عملی از انتقال معنا بدون کلام داشته باشند. هدف آن تقویت خلاقیت، تمرکز، هماهنگی گروهی و اهمیت دقت در رساندن پیام است. این بازی در دو بخش اجرا می‌شود: پانتومیم امدادی و ضرب‌المثل با نقاشی.

بخش اول: پانتومیم امدادی

هدف تربیتی:

- نشان دادن اینکه پیام در طول مسیر ممکن است تغییر کند یا تحریف شود.
- تمرین دقت در مشاهده و اجرای درست حرکات.
- تقویت هماهنگی و اعتماد میان اعضای گروه.

وسایل مورد نیاز:

- لیست کلمات آماده (کلمات ساده و قابل اجرا با حرکت بدن).

قوانین:

- صحبت کردن یا استفاده از نشانه‌های غیرحرکتی ممنوع است.
- هر نفر فقط یک بار فرصت اجرای کلمه را دارد.
- کلمات باید هم‌سطح برای گروه‌های مختلف انتخاب شوند.

برنامه ی تنها مسیر

شیوه اجرا

1. اعضای هر گروه پشت سرهم می ایستند. ترتیب نفرات بر عهده ی خود گروه است.
2. کلمه ی موردنظر به نفر اول نشان داده می شود.
3. نفر اول باید بدون صحبت، با پانتومیم کلمه را برای نفر دوم اجرا کند.
4. نفر دوم همان کلمه را برای نفر سوم اجرا می کند، و این روند تا آخرین نفر ادامه می یابد.
5. در پایان، مجری از نفر آخر به اول می پرسد کلمه ی موردنظر چه بوده است.
6. به تعداد نفراتی که کلمه را درست حدس زده باشند، گروه امتیاز می گیرد.

برنامه ی تنها مسیر

بخش دوم: ضرب المثل با نقاشی

هدف تربیتی:

- تمرین خلاقیت و توانایی رساندن معنا از طریق تصویر.
- تقویت همکاری گروهی در حدس زدن و مشارکت.
- نشان دادن اینکه برخی پیامها ساده تر و برخی پیچیده ترند، اما همه نیازمند دقت در انتقال هستند.

وسایل مورد نیاز:

- تخته یا کاغذ بزرگ برای نقاشی.
- پاکت های آماده شامل ضرب المثل های آسان و سخت.

شیوه اجرا:

1. هر دانش آموز در گروه یک ضرب المثل را نقاشی می کشد.
2. دانش آموز اجازه دارد با کمک دوستان خود یک پاکت انتخاب کند (آسان یا سخت).
3. ضرب المثل انتخابی باید بدون هیچ حرفی و فقط با نقاشی اجرا شود.
4. هم گروهی ها باید ضرب المثل را حدس بزنند.

امتیازدهی:

- ضرب المثل آسان: ۳ امتیاز.
- ضرب المثل سخت: ۵ امتیاز.

نکات اجرایی

- بهتر است ابتدا از کلمات یا ضرب المثل های ساده شروع شود تا گروه ها با روند بازی آشنا شوند.
- مربی باید مراقب باشد که قوانین سکوت و عدم استفاده از کلام رعایت شود.
- سرگروه وظیفه دارد اعضا را منظم کند و ترتیب اجرا را مدیریت نماید.
- برای جذابیت بیشتر، می توان زمان محدودی (مثلاً ۲ دقیقه) برای هر اجرا در نظر گرفت. این چالش سوم نوجوانان را وارد تجربه ای می کند که پیام تربیتی آن روشن است: اگر در مسیر زندگی پیامها درست منتقل نشوند، نتیجه ی نهایی تغییر می کند؛ پس باید با دقت، خلاقیت و هماهنگی معنا را به مقصد رساند.

برنامه ی تنها مسیر

چالش چهارم – بازی های ترکیبی

این چالش به عنوان یکی از ایستگاه های مسیر طراحی شده است تا نوجوانان در قالب فعالیت های متنوع و ترکیبی، هم توانایی های فردی خود را بیازمایند و هم تجربه ی عبور از موانع مختلف را داشته باشند. پیام تربیتی این بخش آن است که مسیر زندگی تنها یک نوع توانایی نمی خواهد؛ بلکه ترکیبی از مهارت های فکری، هنری، جسمی و روحی لازم است تا انسان بتواند به مقصد برسد.

ساختار کلی

- اعضای هر گروه باید به صورت مجزا از تمامی آیتم ها عبور کنند.
- گروه به دو تیم تقسیم می شود و دو تیم به صورت موازی آیتم ها را پشت سر می گذارند.
- نفرات دو تیم یکی پس از دیگری وارد آیتم ها می شوند و باید همه ی مراحل را کامل کنند.
- امتیاز هر نفر جمع می شود و در پایان مجموع امتیاز گروه محاسبه خواهد شد.

برنامه ی تنها مسیر

آیتم ها و قوانین امتیاز دهی

1. نقاشی با چشمان بسته (۳ دقیقه)

- دانش آموز باید موضوع داده شده را در مدت سه دقیقه با چشمان بسته روی کاغذ یا تخته نقاشی کند.
- امتیازدهی بر اساس کیفیت نقاشی: خوب = ۶، متوسط = ۴، ضعیف = ۲ امتیاز.

2. نشانه گیری توپ و سبد (۱ دقیقه)

- سبدي در فاصله ی ۱۰ متری قرار داده می شود.
- دانش آموز در مدت یک دقیقه ۱۰ توپ پرتاب می کند.
- به تعداد توپ های داخل سبد، امتیاز داده می شود (هر توپ = ۱ امتیاز).

3. خواندن شعر از حفظ (۲ دقیقه)

- دانش آموز باید هر تعداد بیت که می تواند از حفظ بخواند.
- به ازای هر بیت صحیح، ۲ امتیاز دریافت می کند.

4. حل معما و سوال هوش (۳ دقیقه)

- مجری چند معما یا سوال هوش می پرسد.
- دانش آموز فرصت دارد در سه دقیقه هر تعداد پاسخ صحیح بدهد.
- به ازای هر پاسخ درست، ۳ امتیاز داده می شود.

5. تکخوانی یک بند از سرود (۲ دقیقه)

- یک متن یا سرود به دانش آموز داده می شود.
- او باید آن را با صدای خوش و آهنگین بخواند.
- امتیازدهی بر اساس کیفیت خوانش: ۱ تا ۳ امتیاز.

6. بارفیکس (۲ دقیقه)

- دانش آموز در مدت دو دقیقه هر تعداد بارفیکس انجام می دهد.
- هر ۵ بارفیکس = ۲ امتیاز.

7. شنا سوئدی (۲ دقیقه)

- دانش آموز در مدت دو دقیقه شنا سوئدی انجام می دهد.
- هر ۵ حرکت = ۲ امتیاز.

برنامه ی تنها مسیر

آیتم‌ها و قوانین امتیازدهی

نکات اجرایی

- ترتیب عبور نفرات از آیتم‌ها باید از قبل مشخص شود تا ازدحام ایجاد نشود.
- مربیان باید مراقب ایمنی در آیتم‌های بدنی (بارفیکس و شنا سوئدی) باشند.
- زمان هر آیتم باید دقیق کنترل شود؛ داوران موظف‌اند زمان‌سنجی و امتیازدهی را ثبت کنند.
- سرگروه وظیفه دارد اعضا را برای ورود به آیتم‌ها منظم کند و روحیه‌ی گروه را حفظ نماید.
- آیتم‌ها باید با فاصله‌ی مناسب از یکدیگر قرار داده شوند تا فضای اجرا شلوغ نشود.

پیام تربیتی

این چالش نشان می‌دهد که مسیر زندگی ترکیبی از توانایی‌های مختلف است: تفکر، هنر، حافظه، جسم و روح. نوجوانان درمی‌یابند که برای رسیدن به مقصد، تنها یک استعداد کافی نیست؛ بلکه باید مجموعه‌ای از مهارت‌ها را در کنار هم به‌کار گرفت و با تلاش و پشتکار از موانع عبور کرد.

برنامه ی تنها مسیر

طرح درس پایانی

این جلسه ی پایانی قرار است نوجوانان را به یک پیام کلیدی برساند: برای موفقیت در زندگی، نمی توان چند راه مختلف را همزمان دنبال کرد؛ باید یک برنامه ی روشن داشت و بهترین برنامه همان برنامه ی الهی است.

نوجوانان در این سن پر از انرژی و کنجکاوی اند، اما ذهنشان هنوز در حال شکل گیری است. آن ها دوست دارند مثال های واقعی و داستان های جذاب بشنوند، نه بحث های سنگین و پیچیده. پس مربی باید:

- بحث را با مثال های نزدیک به زندگی نوجوانان شروع کند (مثل فوتبال، بازی گروهی، آشپزی یا موسیقی).

- سپس نمونه های تاریخی و اجتماعی را بیاورد تا نشان دهد وقتی انسان ها بدون راه خدا جلو رفتند، چه مشکلات بزرگی پیش آمد.

- آمار و داستان های واقعی را به زبان ساده بیان کند تا نوجوانان درگیر شوند (مثلاً گفتن اینکه در یک کشور میلیون ها نفر به خاطر یک تصمیم غلط دچار قحطی شدند).

- در پایان، جمع بندی کند که خداوند چون خالق ماست و همه چیز را می داند، بهترین نقشه ی زندگی را داده است.

نکات اجرایی برای مربی

- **لحن ساده و صمیمی:** از اصطلاحات پیچیده یا فلسفی استفاده نکنید؛ با زبان روزمره و مثال های ملموس صحبت کنید.

- **ایجاد مشارکت:** از نوجوانان سؤال کنید: «اگر تیم فوتبال بدون مربی بازی کند چه می شود؟» یا «اگر برای یک غذا چند دستور مختلف را با هم اجرا کنیم چه اتفاقی می افتد؟»

- **استفاده از داستان و آمار:** داستان های تاریخی و آمارهای جذاب را کوتاه و ساده بیان کنید تا نوجوانان حس کنند موضوع واقعی و جدی است.

- **پیوند دادن به زندگی شخصی:** در پایان از بچه ها بخواهید فکر کنند اگر در زندگی شخصی شان چند برنامه ی متناقض داشته باشند، چه نتیجه ای می گیرند.

برنامه ی تنها مسیر

مثال‌های نزدیک به زندگی نوجوانان

- **ورزش و بدنسازی:** اگر یک ورزشکار هر روز از یک مربی برنامه‌ی متفاوت بگیرد، بدنش نامتعادل می‌شود. ولی وقتی یک برنامه‌ی درست را دنبال کند، نتیجه عالی می‌شود.
- **تیم فوتبال:** اگر هر بازیکن تاکتیک خودش را اجرا کند، تیم شکست می‌خورد. ولی وقتی همه یک تاکتیک مشترک دارند، احتمال برد خیلی بیشتر است.
- **آشپزی:** اگر برای درست کردن یک غذا چند دستور پخت مختلف را با هم اجرا کنید، غذا خراب می‌شود. ولی یک دستور مشخص نتیجه‌ی خوبی می‌دهد.
- **گروه موسیقی:** اگر هر نوازنده ساز خودش را بدون هماهنگی بزند، موسیقی تبدیل به سروصدا می‌شود. اما با یک رهبر ارکستر، موسیقی زیبا می‌شود.
- **کوهنوردی:** اگر کوهنورد مدام مسیرش را عوض کند، به قله نمی‌رسد و فقط انرژی‌اش هدر می‌رود.

شروع بحث

بچه‌ها، تا حالا شده وسط یک بازی یا مسابقه، هر کسی یک جور راهنمایی‌تان کند؟ یکی بگوید از این طرف برو، یکی بگوید از آن طرف برو، یکی بگوید سریع بدو، یکی بگوید آرام برو؟ آخرش چه می‌شود؟ گیج می‌شوید و احتمالاً می‌بازید.

زندگی هم همین‌طور است. اگر بخواهیم چند برنامه‌ی مختلف را هم‌زمان دنبال کنیم، آخرش سردرگم می‌شویم و به مقصد نمی‌رسیم. برای موفقیت باید یک راه روشن و مطمئن داشته باشیم و همان را ادامه بدهیم.

برنامه ی تنها مسیر

سؤال مهم

• بهترین برنامه را چه کسی می‌دهد؟

- در هر کار، کسی که بیشترین آگاهی و تجربه را دارد، بهترین راهنماست.
- برای ماشین، بهترین راهنما دفترچه‌ای است که سازنده نوشته.
- برای تیم فوتبال، بهترین تاکتیک را مربی مشخص می‌کند.
- برای عمل جراحی، بهترین راه را پزشک متخصص می‌داند.
- پس برای زندگی هم باید سراغ کسی برویم که ما را ساخته و همه‌چیزمان را می‌داند: خداوند.

چرا برنامه‌ی خدا بهترین است؟

1. او خالق ماست: همان‌طور که سازنده‌ی دستگاه بهترین راهنما را می‌دهد، خدا هم بهترین راهنما برای زندگی ماست.
2. او همه‌چیز را می‌داند: خدا از نیازهای جسمی و روحی ما خبر دارد و آینده‌ی ما را هم می‌بیند.
3. او خالق جهان است: چون جهان را ساخته، دقیقاً می‌داند چه برنامه‌ای باعث پیشرفت و خوشبختی انسان می‌شود.

چرا برنامه‌های انسانی کافی نیستند؟

- علم بشر محدود است: خیلی چیزها تغییر می‌کنند؛ چیزی که روزی درست به نظر می‌رسید، امروز اشتباه است.
- برنامه‌های مختلف با هم تضاد دارند: آزادی بی‌حد در بعضی جوامع خانواده‌ها را از هم پاشیده، محدودیت‌های شدید در بعضی جوامع مشکلات روحی ایجاد کرده است.
- تأثیر احساسات و منافع شخصی: آدم‌ها گاهی برای منافع خودشان برنامه می‌ریزند، اما این همیشه بهترین راه نیست.
- شکست‌های تاریخی: خیلی از حکومت‌ها بدون توجه به راهنمایی خدا برنامه‌ریزی کردند و شکست خوردند.

وقتی آدم‌ها بدون راه خدا جلو رفتند، چه شد؟

- بچه‌ها، تاریخ پر از داستان‌هایی است که نشان می‌دهد وقتی انسان‌ها فقط به فکر خودشان بودند و راه خدا را کنار گذاشتند، چه مشکلات بزرگی درست شد. بعضی از این داستان‌ها آن‌قدر عجیب و تکان‌دهنده‌اند که اگر بشنوید، بیشتر متوجه می‌شوید چرا باید به یک برنامه‌ی مطمئن اعتماد کنیم.

برنامه ی تنها مسیر

نمونه‌های واقعی و جذاب

1. اقتصادهای اشتباه

- کمونیسم: می‌خواست همه چیز مساوی باشد. اما چون انگیزه‌ی کار از بین رفت، مردم دچار قحطی شدند.
- در شوروی، کشاورزان مجبور بودند محصولاتشان را به دولت بدهند. نتیجه؟ قحطی اوکراین (سال ۱۹۳۲-۱۹۳۳) که میلیون‌ها نفر را به کام مرگ کشاند.
- در چین، برنامه‌ی «جهش بزرگ به جلو» باعث شد حدود ۴۵ میلیون نفر از گرسنگی جان بدهند.
- سرمایه‌داری بی‌حد و مرز: آزادی اقتصادی زیاد داد، اما فاصله‌ی فقیر و غنی خیلی زیاد شد.
- بحران اقتصادی سال ۱۹۲۹ در آمریکا باعث شد میلیون‌ها نفر بیکار شوند.
- بحران مالی سال ۲۰۰۸ هم دنیا را به لرزه انداخت چون بانک‌ها وام‌های بی‌پشتوانه دادند.
- امروز در بعضی کشورها، ۱ درصد از مردم بیشتر از ۹۹ درصد دیگر ثروت دارند!

2. حکومت‌های ظالم

- آلمان نازی: هیتلر فکر می‌کرد یک نژاد از همه بهتر است. نتیجه؟ جنگ جهانی دوم و مرگ حدود ۷۰ میلیون نفر.
- میلیون‌ها نفر در اردوگاه‌های مرگ مثل آشویتس کشته شدند، فقط چون دین یا نژادشان فرق داشت.
- شوروی استالین: برای حفظ قدرت، مخالفانش را اعدام کرد. بیش از ۲۰ میلیون نفر در حکومت او کشته شدند.

3. ایده‌های اجتماعی افراطی

- بعضی جنبش‌ها به جای کمک به خانواده، باعث شدند خانواده‌ها از هم بپاشند. نتیجه؟ طلاق زیاد شد و بچه‌ها بی‌سرپرست شدند.
- در بعضی جوامع آزادی بی‌حد باعث شد مشکلاتی مثل اعتیاد، افسردگی و خودکشی زیاد شود.

برنامه ی تنها مسیر

نتیجه گیری نوجوان پسند

بچه ها، این آمارها نشان می دهد وقتی آدمها بدون راه خدا جلو رفتند، نتیجه اش فقر، جنگ، ظلم و مشکلات بزرگ شد. اما خدا برنامه ای داده که کامل است و همه ی بخش های زندگی را پوشش می دهد:

- زندگی شخصی: سالم و شاد بودن.
- خانواده: صمیمی و موفق بودن.
- جامعه: رفتار درست با دیگران.
- اقتصاد: کار درست و اخلاقی.
- معنویت: آرامش روحی.

جمع بندی

اگر نمی خواهیم دوباره اشتباهات تاریخ تکرار شود، باید به نقشه ی کسی اعتماد کنیم که ما را ساخته و همه چیز را می داند: خداوند. برنامه ی الهی مثل یک نقشه ی مطمئن است؛ اگر آن را دنبال کنیم، هم در دنیا موفق می شویم و هم در آخرت.

برنامه ی تنها مسیر

محتوای مورد نیاز راهبر

در ادامه ی سیر «توحید تربیتی»، مرحله ی دوم برنامه نوجوان را از سطح شناخت حقیقت واحد (که در دادگاه تجربه شد) به سطح انتخاب عملی و گرایشی وارد می‌کند. این بخش به‌طور کامل بر ضرورت اطاعت از خدای متعال و نفی اطاعت از غیر خدا متمرکز است؛ یعنی همان منطق «لا إله إلا الله» در مقام تربیتی.

۱. **ضرورت داشتن برنامه در زندگی** زندگی بدون برنامه به سرگردانی و بی‌ثمر بودن منتهی می‌شود. همان‌طور که نوجوانان در اردوگاه وقتی بدون نقشه حرکت کردند، پس از چند دقیقه سرگردان شدند و خودشان به این نتیجه رسیدند که «نقشه لازم است»، در زندگی نیز بدون نقشه‌ی الهی انسان به مقصد حقیقی نمی‌رسد. این تجربه عملی مقدمه‌ای است برای فهم اینکه انسان باید برنامه‌ای روشن و جهت‌دار داشته باشد.

۲. **بهترین برنامه از خداست** برنامه‌های مختلفی در زندگی وجود دارد؛ برخی از افراد مشهور، دانشمندان یا ورزشکاران ممکن است الگوهایی ارائه دهند. اما این الگوها — **even** — جذاب باشند — نمی‌توانند انسان را به مقصد حقیقی برسانند. بهترین برنامه تنها از خدای متعال گرفته می‌شود؛ زیرا او خالق انسان و آگاه به مسیر سعادت است. این اصل در توحید تربیتی به معنای پذیرش ولایت الهی و نفی ولایت غیر است.

۳. **نفی اطاعت از غیر خدا اطاعت از غیر خدا — **even** —** ظاهر موفق یا محبوب باشد — انسان را از مسیر حقیقت دور می‌کند. همان‌طور که در نقشه‌ها یکی توسط مخترع یا فوتبالیست طراحی شده، اما این افراد هرچند در حوزه‌ی خود توانمندند، نمی‌توانند مسیر زندگی انسان را تعیین کنند. اطاعت از غیر خدا یعنی پذیرش ولایت طاغوت، که نتیجه‌ای جز گمراهی ندارد. این نفی، بخش «لا إله» از شعار توحیدی است.

۴. **یک‌بار فرصت انتخاب عمر انسان محدود است و تنها یک بار فرصت انتخاب مسیر دارد.** همان‌طور که در بازی نوجوانان فقط یک مسیر را می‌توانند انتخاب کنند و امکان بازگشت وجود ندارد، در زندگی نیز نمی‌توان چند بار مسیرهای مختلف را آزمود. این نکته نوجوان را به مسئولیت‌پذیری در انتخاب برنامه‌ی زندگی آگاه می‌سازد.

برنامه ی تنها مسیر

محتوای مورد نیاز راهبر

۵. سختی‌های مسیر طبیعی است هر راهی دشواری‌ها و موانع دارد. در بازی، مسیرها آیتم‌های حرکتی و سختی‌های خاص دارند؛ در زندگی نیز هر برنامه‌ی الهی یا غیرالهی سختی‌هایی دارد. اما تفاوت در نتیجه است: تنها راهی ارزشمند است که به مقصد حقیقی منتهی شود. این مقصد همان سعادت و پیوند با ولایت الهی است.

۶. نتیجه‌ی انتخاب صندوقچه‌ی پایانی نماد نتیجه‌ی زندگی است؛ پر بودن یا خالی بودن آن نشان می‌دهد انتخاب درست یا غلط چه پیامدی دارد. این تصویر تربیتی نوجوان را به این حقیقت می‌رساند که انتخاب برنامه‌ی زندگی آثار قطعی دارد و نمی‌توان آن را بی‌اهمیت دانست.

جوانب محتوایی

- این مرحله نوجوان را از سطح شناخت نظری (حقیقت واحد) به سطح انتخاب عملی و گرایشی می‌برد.
- پیام اصلی آن است که زندگی بدون برنامه‌ی الهی سرگردانی است و تنها اطاعت از خدا انسان را به مقصد می‌رساند.
- نفی اطاعت از غیر خدا به معنای رد هر برنامه‌ای است که از غیر الهی سرچشمه گرفته — even — را در ظاهر جذاب باشد.
- این بخش نوجوان را آماده می‌کند برای پذیرش الگوی واحد و حرکت در مسیر اسلام انقلابی؛ یعنی انتخاب برنامه‌ای که هم جهت فردی و هم جهت اجتماعی را به سمت تحقق جامعه‌ی اسلامی هدایت کند.