

پناهگاه خدا

آموزش سوره‌ی مبارکه‌ی ناس، پایه‌ی اول

مریم خدادادی
کارشناس ارشد قرآن و حدیث
زهرا کریمی

کارشناس علوم تربیتی، آموزگار پایه‌ی ششم ابتدایی

بر اساس مباحث مطرح‌شده در شماره‌های پیشین این مجله درباره‌ی «فهم قرآن»، رویکرد «فهم قرآن در دوره‌ی ابتدایی» با هدف آموزش سوره‌های جزء سی‌ام قرآن کریم به دانش‌آموزان این دوره طراحی شده است. این مقاله می‌کوشد سوره‌ها و پیام آن‌ها را به گونه‌ای به بچه‌ها معرفی کند که سبب رشد آن‌ها شود و توان‌ها و استعداد‌های نهفته‌شان را فعال کند. در این مطلب، محور اصلی آموزش سوره‌های قرآن، خواندن و شنیدن سوره است. انس دانش‌آموزان با آیات قرآن از طریق روش‌های متنوع تلاوت و به‌کارگیری شیوه‌های جذاب، از اصول کلیدی این طرح به شمار می‌رود. همچنین تأکید برنامه بر درک پیام کلیدی و کلی هر سوره متناسب با اقتضائات و سن دانش‌آموزان است؛ نه ترجمه‌ی دقیق و جزء به جزء آیات؛ چراکه دانش‌آموزان در این مرحله از رشد، آمادگی درک تمام جزئیات را ندارند؛ اما می‌توانند پیام اصلی سوره را در حد ظرفیت خود دریافت کنند و در زندگی روزمره به کار بندند. در پایه‌ی اول ابتدایی، این الگو با به‌کارگیری ابزارهای متنوع و فعالیت‌های هدفمند، به دنبال ایجاد شادی و نشاط برای یادگیری است. انتخاب سوره‌های هر پایه‌ی تحصیلی نیز با توجه به اهداف تربیتی و سطح رشدی دانش‌آموزان در هر دوره‌ی رشدی انجام می‌شود تا در نهایت به تقویت «خیرگزینی» و جهت‌دهی مثبت به رفتارهای آنان بینجامد.^۱

سوره‌ی مبارکه‌ی ناس از پناه‌بردن به ربّ و ملک و اله مردم سخن می‌گوید؛ پناه‌بردن به این پناهگاه از شر «سواس خناس» و سواس خناس یعنی وسوسه‌ای که مانع ترک سریع کارهای بد و انجام به‌موقع کارهای خوب می‌شود و با ایجاد گرفتگی و حال بد و تأخیر در انتخاب درست، نمی‌گذارد خوبی‌ها در زندگی جریان پیدا کند.

خودشان یا مرتبط با دیگران، نشاط و شادابی را در آن‌ها می‌افزاید و آن‌ها را از کسالت و تنبلی دور می‌کند؛ به این ترتیب می‌توانیم انتظار داشته باشیم که فرزندان به‌خصوص در میان جمع، سریع‌تر و به‌موقع‌تر از گذشته کارهایشان را انجام دهند.^۲

برای اینکه دانش‌آموزان به‌واسطه‌ی ارتباط با سوره‌ی مبارکه ناس رشد کنند، لازم است این سوره هم مانند سوره‌ی حمد، حداقل سه هفته یا یک ماه در کلاس ما حضور داشته باشد. مهم است که خودمان باور داشته باشیم در محضر سوره‌ی ناس هستیم. باور داشته باشیم این سوره می‌تواند به ما برای در امان ماندن از شر وسوسه‌ها کمک کند. باور داشته باشیم این سوره می‌تواند دانش‌آموزان ما را شاداب و سرزنده و سریع کند. آنگاه این باور و احساس حضور را به دانش‌آموزان هم منتقل کنیم.

کنار مفهوم «سرعت»، مفهوم «عجله» هم وجود دارد. باید توجه داشته باشیم که این دو با یکدیگر متمایز هستند. هرچند اصلاً لازم نیست تمایز آن‌ها برای دانش‌آموزان بیان شود؛ اما خوب است خودمان توجه داشته باشیم عجله، انجام کاری بدون فراهم کردن مقدمات آن است و سرعت یعنی مراحل متعدد کاری را سریع و بدون تأخیر انجام دادن؛ باید مراقب باشیم که در انتقال پیام و انجام فعالیت‌ها، دانش‌آموزان به اشتباه مفهوم عجله و رعایت نکردن مراحل کار را برداشت نکنند. ورود به سوره‌ی ناس، به‌معنای خارج‌شدن از محضر سوره‌ی حمد و

وسوسه، صدایی پنهانی و القایی شیطانی در درون انسان است که فرد را از عمل «خیر»ی که باید در یک موقعیت انجام دهد، دور می‌کند و به این ترتیب او را به «شر» دچار می‌سازد. سوره‌ی ناس با عبارت «قُلْ أَعُوذُ» یعنی «بگو پناه می‌برم» شروع می‌شود؛ در واقع پناه‌بردن در این سوره باید با گفتن و ابراز کردن همراه باشد.

هدف تربیتی سوره‌ی ناس

■ دوری از کسالت و افزایش سرعت در انجام کارهای خوب
برای آموزش به دانش‌آموزان می‌گوییم: «بچه‌های زرتنگ، کارهای خوب را تند و سریع انجام می‌دهند؛ دوستی با سوره‌ی ناس ما را زرتنگ و سریع می‌کند.» یا می‌گوییم: «اگر بخواهیم با سوره‌ی ناس دوست شویم، باید کارهای خوب را بشناسیم و زود و سریع آن‌ها را انجام دهیم.» آموزش سوره‌ی مبارکه‌ی ناس و پیام آن موجب شکوفایی دانش‌آموزان همراه با شادابی می‌شود و کمک می‌کند که شوق آن‌ها برای انجام کارهایشان بیشتر شود. این سوره با تشویق بچه‌ها به انجام کارهای خوب مربوط به

پیام سوره‌ی مبارکه‌ی ناس

برای دانش‌آموزان، «انجام

سریع و به‌موقع کارهای

خوب» است.



آموزش فهم
سوره‌ی ناس برای
پایه‌ی اول ابتدایی



را می‌خوانیم و پیام سوره را القا می‌کنیم؛ اما اگر احساس کردیم کلاسمان به تنوع نیاز دارد، می‌توانیم از این پیشنهاد استفاده کنیم:

مرحله‌ی اول: ابتدا بچه‌ها را با مفهوم سرعت داشتن در کارها آشنا کنیم. در سوره‌ی ناس می‌توانیم از طریق انجام بازی‌های سرعتی، رغبت آن‌ها را به سرعت داشتن در کارها افزایش دهیم. بازی‌های سرعتی به دلیل داشتن هیجان، نشاط و شادابی کودکان را بیشتر می‌کند و مفهوم سرعت را در ذهنشان خوش می‌نشانند.

مرحله‌ی دوم: در مرحله‌ی بعد دانش‌آموزان را با مفهوم تأخیر و عدم تأخیر در کارها آشنا می‌کنیم. به آن‌ها می‌گوییم که همه باید سعی کنیم کارهای خوب را به‌موقع انجام دهیم

هر روز در فضای بانشاط و با روش‌های متنوع می‌خوانیم. بسیاری از دانش‌آموزان این سوره را نیز همانند سوره‌ی حمد حفظ هستند؛ با این وجود، تکرار خواندن سوره سبب خستگی بچه‌ها نمی‌شود؛ خصوصاً اگر این استمرار، همراه با هیجان و نشاط باشد، خواهیم دید که دانش‌آموزان به‌شدت از خواندن سوره چه به‌صورت فردی و چه به‌صورت جمعی استقبال خواهند کرد و انس آن‌ها با سوره بیشتر خواهد شد.

مراحل آموزش سوره

در روزهایی که در محضر سوره‌ی مبارکه‌ی ناس هستیم، در موقعیت‌های گوناگون سوره

فراموش کردن آن سوره نیست؛ بلکه در طول آموزش سوره‌ی ناس، سوره‌ی حمد نیز همچنان در کلاس جاری می‌ماند و هر زمان مناسب بود، دوباره مرور، خوانده یا شنیده می‌شود و به روش‌های گوناگون، پیام سوره به دانش‌آموزان یادآوری می‌شود؛ اما طبیعتاً تمرکز ما بیشتر بر سوره‌ی ناس است. از پیشنهادهایی که برای ایجاد احساس حضور سوره‌ی حمد در کلاس مطرح شد، می‌توانیم برای سوره‌ی ناس و سایر سوره‌ها نیز استفاده کنیم.

می‌دانیم که اصلی‌ترین بخش آموزش سوره، خواندن آن و سپس انتقال یک پیام از سوره به دانش‌آموزان است. پس در طول همراهی با سوره‌ی ناس، آن را نیز مانند سوره‌ی حمد،

و آن‌ها را عقب نیندازیم. مفهوم «بهموقع انجام دادن کار» بحث سرعت داشتن در انجام کار را به جهت درست می‌کشاند؛ یعنی کودک دیگر می‌داند سریع انجام دادن کار که تاکنون یاد گرفته، به معنای بهموقع انجام دادن آن و امروز و فردا نکردن است.

مرحله سوم: در آخرین مرحله نیز ذهن دانش‌آموزان را به سمت کار خوب و انواع آن می‌بریم. از آن‌ها توقع انجام کار خوب خاص و ویژه‌ای نداریم. بسیاری از کارهایی که کودکان انجام می‌دهند، کار خوب است. از صبح که بیدار می‌شوند برخی کارها را به طور طبیعی انجام می‌دهند؛ مثلاً سلام کردن به خانواده، شست‌وشوی دست و صورت، صبحانه خوردن، مسواک زدن، آماده شدن برای کلاس و درس، یادگیری درس و گوش دادن به حرف معلم، کمک به هم‌کلاسی، تعاملات خوب و مهربانی کردن‌ها، کمک‌هایی که به اطرافیان‌شان می‌کنند، انجام تکالیف، حفظ نظافت، غذا خوردن، حتی کارهایی مثل بازی کردن که در این سن مفید است، همه و همه کارهای خوبی برای کودکان محسوب می‌شوند. ابتدا لازم است خودمان توجه داشته باشیم که این موارد از مصادیق کار خوب است و سپس این همه خوبی را به بچه‌ها نیز منتقل کنیم. دانش‌آموزان باید بدانند بسیاری از اموری که در طول روز انجام می‌دهند، کار خوب است. فقط لازم است هر یک از این امور را بهموقع انجام دهند و در انجام آن‌ها سستی نداشته باشند. خوب است هروقت دیدیم رفتار درستی از یک دانش‌آموز سر زد، به همین

بهانه هدف سوره ناس را مرور کنیم. همچنین با ادامه فعالیت‌های سرعتی سوره ناس، نشاط کلاس را حفظ می‌کنیم. برای انتقال پیام سوره در موقعیت‌های متعدد می‌توانیم از همه‌ی امکانات و شرایط کمک بگیریم:

- انواع نمادها و تصویرهایی که سرعت در انجام کارها را نشان می‌دهند.
- شعرهایی که سرعت انجام کارهای خیر را در بچه‌ها می‌افزایند؛ مثل شعر «برنامه‌ی من»، «راه بندگی»، «بچه‌های زرنگ»، «مشق هر شب من» و ...
- داستان‌های شاد درباره‌ی تأخیر نداشتن و اولویت‌بندی کارهای خیر.
- خواندن سوره پس از اینکه یک بازی سرعتی نشاط‌آور مانند وسطی انجام داده‌اند.
- هر جا موضوعاتی مانند کار خوب، سرعت عمل، به تأخیر نینداختن یا انجام بهموقع یک کار مطرح باشد، چه در محتوای کتاب‌های درسی، چه در فعالیت‌های کلاس و ارتباط ما با دانش‌آموزان، همانجا بستر مناسبی برای انتقال پیام سوره‌ی مبارکه ناس است.
- خواندن سوره پس از اینکه در زمان کوتاهی، به سرعت کار دستی‌ای را درست کرده‌اند.
- خواندن سوره در طول انجام کاری سرعتی؛ مانند جمع‌وجور کردن سریع کلاس بعد از درست کردن کار دستی.
- جشن قرآن و گفتن «بسم الله» و خواندن سوره به نشانه‌ی انجام بهموقع و بدون تأخیر یک کار.
- «انجام سریع و بهموقع کارهای خوب» در

- پیام قرآنی «و بِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا».
- القای سرعت در هنگام انجام تمرینات حروف فارسی.
- سریع و خوش‌خط نوشتن تکلیف نگارش.
- انجام تمریناتی از کتاب ریاضی که باعث انجام «سریع و بهموقع»، فعالیت‌ها شود.^۲

اهداف تربیتی آموزش سوره‌ی مبارکه‌ی ناس در هر پایه از دوره‌ی ابتدایی

موضوعاتی که مطرح شد ابعاد گوناگون آموزش سوره‌ی مبارکه‌ی ناس، در پایه‌ی اول ابتدایی بود. هیچ محدودیتی در اینکه سوره‌ها به پایه‌های دیگر نیز آموزش داده شوند، وجود ندارد؛ تنها باید با توجه به اقتضات رشدی دانش‌آموزان هر پایه، روش‌های ارائه و اهداف متناسب با آن پایه را دنبال کنیم. هدف تربیتی سوره‌ی ناس در شش پایه‌ی دوره‌ی ابتدایی به این قرار است:

- **پایه اول:** دوری از کندی و تأخیر در انجام سریع کارهای خوب؛
- **پایه دوم:** شوق انجام کار خوب به واسطه‌ی آشناسدن با کارهای خوب بیشتر؛
- **پایه سوم:** افزایش سرعت کارها با اولویت‌دهی و انتخاب بهترین کار خوب؛
- **پایه چهارم:** شناخت عوامل مصادیقی تأخیر در کارها و برنامه‌ریزی برای دوری از آن‌ها؛
- **پایه پنجم:** شناخت قوانین و مهارت‌های افزایش نشاط برای افزایش کارهای خوب؛
- **پایه ششم:** کشف راهکار برای افزایش سرعت کارهای خوب با مشارکت دیگران.

«سرعت» یعنی فرز بودن و زبر

وزرنگ بودن که خیلی خوب

است اما «عجله» بد معنی انجام

هول هول کی و ناقص کارها،

خیلی بد است.

پی‌نوشت‌ها

۱. احمد رضا اخوت: فهم قرآن در دبستان و دبیرستان، انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت (ع)، چاپ دوم: ۱۳۹۹
 ۲. رضا دزبخت، مریم خدادادی: فهم قرآن پایه‌ی اول دبستان؛ انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت (ع)، چاپ اول: ۱۴۰۳
 ۳. مثلاً وقتی به بخش ۲۱ رسیدیم، در «اندازه‌گیری کن»، با تعدادی از کارهای خوب روزمره، مثل مسواک زدن، حمام رفتن، پوشیدن کفش و لباس و... مواجه می‌شویم که لازم است بچه‌ها مدت زمان انجام هر یک را مشخص کنند. می‌توانیم ضمن انجام این تمرین، پیام سوره‌ی ناس را مرور کنیم.

منابع

۱. اخوت، احمد رضا (۱۳۹۹). فهم قرآن در دبستان و دبیرستان، تهران: انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت (ع).
 ۲. دزبخت، رضا و خدادادی، مریم (۱۴۰۳). فهم قرآن پایه‌ی اول دبستان، چاپ اول، تهران: انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت (ع).
 ۳. مدرسه دانشجویی قرآن و عترت (ع) (۱۳۹۹). آموزش مفاهیم سوره‌ی حمد به دانش‌آموزان دبستان، تهران: انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت (ع).