

## درسنامه دوره تربیت و تعالی خواهران ( سال 91 )

**هدف دوره :** تکمیل و تقویت آموزه های اعتقادی و سیاسی ، اصلاح رفتار و ارتقای منش اسلامی فراگیران

### عنوان درس : همسر داری و خانواده موفق

**هدف درس :** تقویت شناخت، باور و رفتار فراگیران نسبت به همسر داری و خانواده موفق

محتوا و سرفصل تربیتی – آموزشی	حیطه های اهداف	مدت ساعات آموزشی	شیوه های تدریس مربی	نوع و ابزار سنجش و اثر بخشی
<p><b>درس اول : همسر داری</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. درک و شناخت همدیگر</li> <li>2. عفو و گذشت،</li> <li>3. احترام متقابل،</li> <li>4. محبت ،</li> <li>5. رفق و مدارا ،</li> <li>6. عیب پوشی</li> <li>7. آراستگی</li> <li>8. تعادل نیاز های جنسی</li> <li>9. شوهر داری : تمکین، اطاعت، سازگاری...</li> <li>10. خانه داری</li> <li>11. نقش مادری</li> </ol> <p><b>درس دوم : الگوی خانواده موفق</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. رعایت احکام دین (حلال و حرام ، عبادات...)</li> <li>2. محیط آرام و با نشاط</li> <li>3. تفاهم و سازش</li> <li>4. مودت و رحمت</li> <li>5. توجه به رشد و تعالی اعضای خانواده</li> </ol>	<p>1- دانشی : افزایش درک نسبت به همسر داری و خانواده موفق</p> <p>2- نگرشی: احساس مسؤولیت نسبت به همسر داری و خانواده موفق</p> <p>3- رفتاری : اهتمام مناسب برای همسر داری و خانواده موفق</p>	3 جلسه 1/5 ساعته	<p>1- توضیحی ، تبیینی</p> <p>2- خلق موقعیت برای داوری</p>	<p>1- تحلیل موردی</p> <p>2- پرسش و پاسخ و داوری استاد</p>

				<p>6. مسؤوليت پذيرى  روش هاى تربيت دينى فرزند  پيش از تولد  هفت سال نخست زمينه سازى براى پرورش فطرى مذهبى،</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. محبت ،</li> <li>2. صداقت رفتارى پدر و مادر</li> <li>3. تغذيه حلال</li> <li>4. بازى</li> <li>5. تکریم شخصیت</li> </ol> <p>هفت سال دوم</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. آموزش احکام دينى</li> <li>2. آموزش قرآن</li> <li>3. مسؤوليت دهى</li> <li>4. ،مديریت بلوغ،</li> <li>5. هدايت و نظارت در دوست يابى</li> <li>6. علم آموزى</li> </ol> <p>هفت سال سوم</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. مديریت بحران هویت (شخصیت سازی )</li> <li>2. پرورش حس مذهبى و حق جويى،</li> <li>3. شبهه زدایى</li> <li>4. رشد تحصيلى و علمى،</li> <li>5. مسؤوليت سپارى</li> <li>6. کمک به انتخاب رشته و شغل</li> <li>7. آماده کردن مقدمات ازدواج</li> </ol> <p>درس سوم: آشنایى با مهارت هاى زندگى</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. خودآگاهى  آگاهى از نقاط قوت، آگاهى از نقاط ضعف، تصوير خود واقع بينانه، آگاهى از حقوق و مسؤوليت ها، توضيح ارزشها، انگيزش بپاى شناخت</li> <li>2. مهارت هاى ارتباطى  ارتباط کلامى و غير کلامى موثر، ابراز وجودمذاکره،، امتناع ،غلبه بر خجالت ، گوش دادن</li> <li>3. همدلى  علاقه داشتن به ديگران ، تحمل افراد مختلف ، رفتار بين فردى همراه با پرخاشگرى کمتر ، دوست داشتنى تر شدن (دوستيابى)</li> <li>4. مهارت هاى مقابله با هيچانات  احترام قائل شدن براى ديگران</li> </ol>
--	--	--	--	--

				<p>شناخت هیجان های خود و دیگران ،ارتباط هیجان ها با احساسات ، تفکر و رفتار ،مقابله با ناکامی ، خشم ، بی حوصلگی ، ترس و اضطراب</p> <p>مقابله با هیجان های شدید دیگران</p> <p>5. مهارت های مقابله با استرس</p> <p>مقابله با موقعیتهایی که قابل تغییر نیستند ،استراتژی های مقابله ای برای موقعیت های دشوار ( فقدان ، طرد ، انتقاد) ،مقابله با مشکلات بدون توسل به سوء مصرف مواد ،آرام ماندن در شرایط فشار ،تنظیم وقت</p>
--	--	--	--	---

منبع:

تبیین استاد براساس راهنمای تدریس

## عنوان درس : صداقت

**هدف درس :** تقویت شناخت، باور و رفتار فراگیران نسبت به صداقت در نیت و گفتار و عمل در ابعاد فردی، خانوادگی، سازمانی و اجتماعی

محتوا و سرفصل تربیتی – آموزشی	حیطه های اهداف	مدت ساعات آموزشی	شیوه های تدریس مربی	نوع و ابزار سنجش و اثر بخشی
<p><b>درس اول : چیستی صدق</b></p> <p>1. مفهوم شناسی و تعریف صدق (هماهنگی میان حوزه اندیشه، گرایش و رفتار انسان )  2. ابعاد و حیطه های صدق (نیت، گفتار، کردار )  3. ضرورت و جایگاه و اهمیت صدق (در قرآن و روایات)  4. نمونه (سیره)</p> <p><b>درس دوم : مولفه های صدق</b></p> <p>ایمان – تقوا – عدالت خواهی – جوانمردی – دانایی و معرفت – تعقل – مدیریت بر خود – بوجه به معاد – ذکر – دعا و مناجات – توفیق الهی</p> <p><b>درس سوم : آثار و پیامدهای صدق</b></p> <p>عزت – برکت – زیبایی انسانی – صلاح فرد و جامعه – عامل نجات – مایه آرامش – همراهی و معیت خدا و پیامبر با انسان</p> <p><b>درس چهارم : آثار و پیامدهای عدم صدق</b></p> <p>نفاق – ریا – کذب – علم بی عمل</p> <p><b>درس پنجم : عوامل تهدید کننده صدق</b></p> <p>عافیت طلبی – تنزه طلبی – منفعت خواهی – هتای نفس – شهوات – غفلت از یاد خدا – غفلت از وظیفه و مسئولیت – فراموشی معاد – عدم تعقل و تدبیر – عاقبت اندیش نبودن</p>	<p>1- دانشی : افزایش درک نسبت به چیستی و مولفه های صدق – آثار و پیامدهای صدق و عدم صدق – عوامل تهدید کننده صدق – صدق در سپاه .</p> <p>2- نگرشی: احساس مسئولیت نسبت به صداقت در نیت و گفتار و عمل</p> <p>3- رفتاری : اهتمام به صداقت در نیت و گفتار و عمل و تن دادن به الزامات آن</p>	6جلسه 1/5 ساعتی	1- توضیحی ، تبیینی 2- خلق موقعیت برای داوری	1- تحلیل موردی 2- پرسش و پاسخ و داوری استاد

## درس ششم : صدق در سپاه

1. نسبت به مافوق
2. نسبت به همکاران و زیر دستان
3. در گزارش دهی
4. در انجام وظایف محوله
5. در مشارکت در فرآیند های تصمیم سازی و تصمیم گیری
6. در مسئولیت پذیری و ماموریت پذیری
7. در تبعیت از قوانین و مقرارت
8. نمونه های عینی و عملی صدق

منبع:

کتاب تربیت و تعالی 91