



ستاد مرکزی اعتکاف
المقر المركزي لأعتکاف
Central Headquarters of
Itikaf

شبه نامه و عتکاف و دلش آموزی

ستاد مرکزی اعتکاف - ۱۴۰۱

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دانشگاه آزاد اسلامی
تهران

شیوه نامه اعتکاف دانش آموزی

ستاد مرکزی اعتکاف - ۱۴۰۱

www.itikaf.ir



مقدمه

در برنامه اعتکاف دانش‌آموزی سه مرحله وجود دارد:

- پیشین

- حین

- پسین



برنامه‌های پیشینی اعتکاف

قبل از برگزاری اعتکاف انجام می‌شود عبارت است از:

- مشخص کردن خادمان اعتکاف
- مشخص کردن مربی‌ها
- جمع‌آوری اطلاعات معتکفان و تحلیل و بررسی اطلاعات
- گروه‌بندی معتکفان
- آماده‌سازی محتوا برای مربی‌ها
- ۱. اعتکاف و احکام آن
- ۲. محتوای متناسب با موضوع اصلی تعیین شده بر مبنای اصلی اعتکاف
- جلسه توجیهی مربی‌ها
- جلسه توجیهی معتکفان
- آماده‌سازی بسته فرهنگی
- آماده‌سازی فضا و سن



برنامه‌های حین اعتکاف

برنامه‌های روزهای برگزاری اعتکاف به این قرار است:

- نمازهای جماعت
- مناجات هرروز
- مراسم میلاد و جنگ شب میلاد امام علی علیه‌السلام
- مراسم وفات حضرت زینب سلام‌الله علیها
- سخنرانی عمومی در دو روز از ایام اعتکاف با موضوع محوری اعتکاف
- بیان احکام حجت‌الاسلام‌والمسلمین فلاح زاده
- حلقه‌های تربیتی (حلقه‌های عشاق)
- کتابخانه و مسابقه کتاب‌خوانی
- پخش کلیپ‌های کوتاه متناسب با فضای اعتکاف
- ختم صلوات و قرآن
- مسابقه حفظ حدیث و قرآن
- مسابقه خاطره‌نویسی و دلنویسه
- محفل انس با قرآن
- مسابقه برداشت آزاد (از تصویری که روی تابلو مخصوص مسابقات قرار می‌گیرد و هر روز تغییر می‌کند، به بهترین برداشت‌ها جایزه تعلق می‌گیرد).
- وقت آزاد برای تفکر
- همخوانی شعر



برنامه‌های پسینی اعتکاف

برنامه‌های پس از برگزاری اعتکاف به این قرار است:

- تشکیل گروه‌های هویتی دانش‌آموزی
- شبکه‌سازی گروه‌های هویتی نوجوانان
- برگزاری برنامه‌های مناسبتی اعیاد و عزراها
- تدوین قرارهای اخلاق و معنویت و گسترش رفتارهای اخلاقی



تفصیل برنامه‌های پیشینی

تفصیل برنامه‌های قبل از اعتکاف از این قرار است:

۱. مشخص کردن خادمان افتخاری

برای انتخاب خادمان باید به موارد زیر دقت کنید:

- خادمان باید دانش‌آموز باشند.
- خادمان بهتر است از دوره دبیرستان باشند.
- خادمان هم معتکف باشند.
- تعداد خادمان برای هر قسمت متفاوت است.
- پای‌بندی به اصول اخلاقی و قوانین اعتکاف داشته باشند.
- خادمان باید در فعالیت‌های جمعی اعتکاف حضور داشته باشند.
- برای مجموعه خادمان در هر قسمت باید مسئولی انتخاب شود که از نظر سنی بزرگ‌تر باشد و مدیریت کار خادمان را بر عهده داشته باشد.
- خادمان نیز مربی دارند و مانند دیگر معتکفان باید حلقه‌های انس را برگزار کنند.



۲. مشخص کردن مربی‌ها

مربی‌های انتخابی باید شرایط زیر را داشته باشند:

- حوزوی باشند.
- دارای سابقه قابل قبول در کار با نوجوانان داشته باشند.
- پای بند به اصول اخلاقی و قوانین باشند.
- حداقل دارای پایه ۷ حوزه باشند.
- بهتر است دارای پرونده تبلیغی باشند.
- باید معمم باشند.



۳. جمع‌آوری اطلاعات معتکفان و تحلیل و بررسی اطلاعات

- این کار باید بعد از اتمام ثبت‌نام و مشخص شدن معتکفان صورت بگیرد.
- طراحی کاربرگ مخصوص اطلاعات تکمیلی برای معتکفان دانش‌آموز که باید در هنگام دریافت کارت ورود دریافت کنند.
- تحلیل و بررسی اطلاعات باید در برگ خریدهای زیر صورت بگیرد:
- سن - معدل - محل تحصیل - مقطع تحصیلی - محل زندگی - مربی
- تحلیل و بررسی مربوطه باید به مربیان نیز تحویل داده شود تا مربی بداند مخاطبانش در چه سطحی هستند.
- شناسایی افرادی که دارای مهارت‌های خاص هستند، که در روز اول توسط مربی شناسایی شده و به مسئول اعتکاف معرفی می‌شوند. مهارت‌ها عبارت‌اند از:
 - قرائت قرآن به صورت حرفه‌ای
 - اذان به صورت حرفه‌ای
 - مکبری
 - قرائت دعا به صورت حرفه‌ای
 - مداحی به صورت حرفه‌ای
 - درسی (دارای مقام و یا رتبه‌ای قابل توجه باشند).
 - ورزشی (دارای مقام شهری یا استانی یا کشوری یا جهانی باشند).
 - کار با رایانه



۴. گروه‌بندی معتکفان

در گروه‌بندی معتکفان باید به موارد زیر توجه کرد:

- هر ۷ نفر در یک گروه قرار می‌گیرند.
- هر گروه دارای یک مربی است.
- گروه‌ها بر اساس سن و مقطع تحصیلی و استعداد مذهبی و دینی است.
- تهیه کاربرگ نظرسنجی مربی نسبت به معتکفان ، که یک‌بار در اول اعتکاف پر می‌شود و دیگری در اتمام اعتکاف پر می‌شود.



۵. آماده‌سازی محتوا برای مربی‌ها

برای تهیه محتوا باید به موارد زیر دقت شود:

- محتوا باید بعد از مشخص شدن محتوای اصلی اعتکاف باشد.
- برای هرروز یک موضوع انتخاب شود و فقط در آن روز بر روی آن موضوع تاکید شود.
- باید دقت شود که در ۳ موضوع در یک‌جهت باشند.
- موضوع‌های پیشنهادی عبارت‌اند از:
 - ✓ جهاد تبیین و جنگ روایت‌ها
 - ✓ جمهوری اسلامی ایران (چیستی و چرایی)
- موضوع‌های میانی و فرعی:
 - به عهده خود مربی می‌باشد تا با توجه به علایق مربی‌ها و صلاحدید مطرح کنند.
- بهتر است برای اعتکاف اسم و شعار خاصی انتخاب شود. اسامی پیشنهادی عبارتند از:
 - جنگ جنگ تا پیروزی
 - نبرد همیشگی
 - سرباز ولی
 - گوش به فرمان
 - جنگ نو، سرباز نو
- با بررسی و تحلیل محتوایی موجود ، برترین مطالب موردنیاز مبلغین گزینش و توزیع شود.
- آماده‌سازی بروشور احکام اعتکاف



۶. جلسه توجیهی مربی‌ها

باید در جلسه توجیهی مربی‌ها مطالب زیر مطرح شود:

- ارائه محتوا
- توجیه کردن برنامه‌های ایام اعتکاف
- گروه‌بندی معتکفان و ارائه اطلاعات موردنیاز مربیان از معتکفان
- مخاطب‌شناسی (بیان اهمیت کار با نوجوان و برگزاری اعتکاف دانش‌آموزی)
- بیان شرح وظایف از جمله:
 - همراهی در تمامی ایام اعتکاف با معتکفان
 - پاسخگویی به سؤالات
 - بیان احکام در حلقه‌های تربیتی
 - مسئول بودن در برابر اعضای حلقه
 - تصحیح قرائت نماز
- باید تذکر داده شود که خود مربی‌ها باید معتکف باشند.
- تقسیم وظایف:
 - امام جماعت
 - احکام‌گو
 - سخنران
 - اجرای فرهنگی نماز
 - مناجات خوانی
 - پیگیری امور گروه‌ها
 - مسئول مسابقات
- دریافت نظرات و پیشنهادات
- زمان کل جلسه مربیان ۱:۳۰ می‌باشد.



۷. جلسه توجیهی معتکفان

- در جلسه توجیهی معتکفان بهتر است موارد زیر اجرا شود:
- سخنرانی در مورد اهمیت ارتباط با خدا و مانند آن
- بیان احکام اعتکاف
- بیان قوانین مسجد و اعتکاف دانش‌آموزی
- بیان خلاصه‌ای از برنامه‌ها
- معرفی معتکفان به مربی‌ها
- برگزاری اولین جلسه حلقه‌های انس و شناخت اولیه + نام‌گذاری حلقه + حضور غیاب
- زمان پیشنهادی جلسه ۳ روز یا ۴ روزه اعتکاف باید باشد.
- مواردی که بهتر است همراه داشته باشند:
 - لوازم شخصی
 - قرآن
 - مفاتیح
 - پتو
- لازم به ذکر است که آوردن گوشی به محل اعتکاف ممنوع است.



۸. آماده‌سازی بسته فرهنگی

محتویات بسته فرهنگی:

- دفترچه + خودکار
- جانماز + مهر
- تسبیح
- صلوات شمار
- آماده سازی دی وی دی که دارای محتوای مناسب بازی + نرم افزار + معرفی سایت‌های و نرم افزارهای مناسب + گلچین‌های عکس‌های اعتکاف

۹. آماده‌سازی فضا و سن

- طراحی بنر برای میلاد امام علی علیه‌السلام
- طراحی بنر برای وفات حضرت زینب سلام‌الله علیها
- طراحی و ساخت سن برای اجرای برنامه‌ها
- فضاسازی محیط مسجد اعم از:
 - تقسیم مسجد برای معتکفان
 - چک کردن امکانات موردنیاز از جمله حمام و...
 - نصب پوسترهایی با مضامین مشخص شده
 - طراحی اطراف مسجد برای عبادی‌تر شدن مسجد
- ایده‌ای برای طراحی سن: سنی آماده ایجاد کنیم و برای هر شب تزئین آن را به یک گروه از معتکفان بسپاریم.
- آماده سازی نمایشگاه آینه‌ها با توجه به شرایط زیر:
 - آیات و احادیث کاربردی باشد
 - آیات و روایات کوتاه باشد
 - استفاده از جملات زیبا در مورد آن آیات
 - حداقل سایز این عکس‌ها باید ۱۴ باشد.



تفصیل برنامه‌های ایام اعتکاف:

۱. نمازهای جماعت

- نمازهای جماعت باید تا حدی ممکن با سرعت متعال خوانده شود.
- بعد از نماز صبح بهتر است احکام گفته شود. (حداکثر ۱۰ دقیقه)
- بعد از نماز ظهر و عصر بهتر است اشارات قرآنی مطرح شود. (حداکثر ۱۰ دقیقه)
- برای نماز مغرب و عشاء هیچ برنامه‌ای نخواهد بود.
- برای برگزاری نماز جماعت در موارد زیر بهتر است از خادم معتکف استفاده کنیم:
 - قرائت قرآن
 - اذان
 - تکبیرگویی
 - خادمان نماز

۲. مناجات هرروز:

- زمان پیشنهادی مناجات در آخر هر شب و بعد از قرائت سوره واقعه می‌باشد.
- زمان این مناجات نباید بیشتر از ۲۰ دقیقه طول بکشد.
- ترجیحاً بهتر است کسی که مناجات را می‌خواند یکی از روحانیون حاضر باشد.



۳. مراسم میلاد امام علی علیه السلام

- ترجیحاً سخنران حجت الاسلام والمسلمین ضیایی (۳۰ دقیقه)
- ترجیحاً مداح جناب آقای (۳۰ دقیقه)
- برای این جشن شیرینی و شربت آماده شود.
- در مراسم کفزنی نخواهیم داشت.
- برنامه میلاد بیشتر از ۱ ساعت نباید طول بکشد.
- برنامه در شام میلاد اجرا خواهد شد.
- دعوت از یک گروه تواشیح ترجیحاً نوجوان (۱۵ دقیقه)

جنگ شب میلاد

- زمان اجرا جنگ خوب است بعد از برنامه میلاد باشد
- اجرا مسابقات:

- بشین پا شو چیه
- با دست بسته سیب خوردن
- ذکر علی را یک نفس گفتن
- پرسش و پاسخ
- سؤال برعکس
- عطا و خطا
- تکرار جملات
- توپ شیطان
- پانتومیم

- جلسه جنگ بیشتر از ۲۰ دقیقه نباید طول بکشد.
- نیاز به ۱۰ هدیه داریم.



۴. مراسم وفات حضرت زینب سلام الله علیها

- ترجیحاً سخنران حجت الاسلام.....
- ترجیحاً مداح جناب آقای
- زمان جلسه نباید بیشتر از ۲ ساعت طول بکشد.
- حضور شهید مدافع حرم و یا مادر یکی از اعضای خانواده شهید

۵. سخنرانی عمومی

- جلسه اول حجت الاسلام و المسلمین..... می باشد.
- جلسه اول حجت الاسلام و المسلمین..... می باشد.
- حداکثر ۴۰ دقیقه می باشد.
- سخنرانی باید تحت عنوان اصلی تعیین شده از ستاد باشد.

۶. مراسم خاطره گویی دفاع مقدس یا مدافع حرم

- خاطره گو جناب آقای حاج حسین یکتا
- حداکثر جلسه ۱:۲۰ می باشد.
- اگر بشود از خانواده شهید هم دعوت به عمل بیاید.

۷. بیان احکام

- بیان احکام توسط حجت الاسلام والمسلمین فلاح زاده (باید پیگیری شود).
- پخش برگه‌هایی برای نوشتن سؤالات

۸. برنامه تفکر

- برای این که به ذهن و فکر بچه‌ها جهت بدهیم می‌توانیم چند کار بکنیم:
 - استفاده از پوسترهایی که در اطراف نصب می‌شود.
 - استفاده از نامه خدا به معتکفان



- بهتر است مربی با معتکفان صحبت کند و بیان کند که بهتر است این حاصل تفکر را بنویسد.

۹. پخش کلیپ

- کلیپ‌ها بین ۵ الی ۱۵ دقیقه می‌باشد.
- کلیپ‌ها باید متناسب با فضای اعتکاف باشد.
- حتی‌الامکان از سخنرانی‌های تاثیر گذار استفاده شود.

۱۰. کتابخانه + مسابقه کتاب‌خوانی

- باید با خاتم‌الاصویا هماهنگ شود تا یک هادی (راهنمای) کتاب در اعتکاف داشته باشیم.
- تهیه تعدادی کتاب با موضوع‌های مختلف
- این کتاب‌ها باید در ۳ قسمت تقسیم بشوند.
- هر قسمت یکی باید مسئول آن قرار بگیر که تحویل بدهد و تحویل بگیرد.
- مدت هر کتاب که در دست هر معتکف ، یک روز هست.
- برای ۲ کتاب که مدنظر ماست سؤال طراحی شود و پاس‌نامه همراه داشته باشد.
- برای هر کتاب ۲ هدیه به شرکت‌کننده‌های برتر داده شود که در مجموع می‌شود ۴ هدیه
- حداقل از هر کتاب باید سه جلد باشد.
- موضوع‌های کتاب: اعتقادی ؛ داستانی قرآنی ، روایتی ، رمان شهدایی و یا انقلابی ، شهدا ، کتاب‌های سعود ۴۰ ساله، دکل باید تهیه شود



۱۱. ختم صلوات و قرآن

- برای هر مورد یک مسئول نیاز داریم. ترجیحا از خود معتکفان
- برای هر کدام لیست مخصوص خودش را می‌خواهد:
 - برای قرآن فهرستی که کل جزءها را بر اساس حزبها تقسیم‌بندی کرده باشد.
 - برای ختم صلوات نیز برگه‌هایی آماده شود که هر برگه ۱۰۰ یا ۲۰۰ عدد صلوه قیدشده باشد.
- سعی شود ۳ عدد قرآن برگ برگ شده و پرس شده آماده شود
- در هر روز کسی که بیشترین مقدار ختم صلوات و قرائت قرآن را داشته تقدیر شود.
- در آخر اعتکاف به دونفری که بیشتر از همه ختم صلوات و قرائت قرآن داشته باشند هدیه بدهیم.
- در مجموع ما به ۲ هدیه نیاز داریم.

۱۲. حفظ قرآن و حدیث

- در هر رشته ۲ هدیه موردنیاز است. در کل ۴ هدیه
- حفظ حداقل ۲۰ حدیث
- حفظ سوره حشر
- در روز آخر (روز سوم) صبح امتحان گرفته خواهد شد.



۱۳. مسابقه خاطره‌نویسی

- مسابقه بهترین خاطره از اعتکاف که به ۳ نفر هدیه اهدا خواهد شد.

۱۴. همخوانی شعر

- در مورد همخوانی کردن شعر باید به موارد زیر دقت شود:
- پیشنهاد اولیه شعرها و یا مداحی‌هایی است که در حال حاضر بین بچه‌ها بسیار شنیده می‌شود.
- شعر باید دارای مضامین و آهنگ مناسب باشد.
- شعر قبل از برنامه‌های جمعی همخوانی می‌شود.
- باید فردی انتخاب شود و سبک شعر را کامل بیاموزد تا به‌عنوان استاد در اوایل برنامه به معتكفان آموزش بدهد.
- فایل پاور پوینت این شعر آماده شود.

۱۵. همخوانی دعای سفره در اول و آخر

- پیگیری یک دعای مناسب برای ابتدا و انتهای غذاها



تعدادی از پیشنهادهای اجرایی:

۱. پذیرش معتکفان

- نیاز به یک گروه استقبال است، که متشکل از ۲ روحانی و چند غیر معمم می‌باشد.
- وقتی معتکف وارد مسجد می‌شود، روحانیون به استقبال می‌روند و بعد از اتمام امور پذیرش خادمان غیر معمم وسایل معتکف را می‌گیرند و او را تا به محل استقرار می‌برند.
- نیاز به یک تیم پذیرش می‌باشد، با ۳ نفر از غیر معممها و ۲ نفر معمم یا دو نفر غیر معمم با این ویژگی که دارای خط زیبا باشند.
- برای فضا سازی محیط ورودی مسجد بهتر است موارد زیر رعایت شود:

- نصب بنر خوش آمد گویی

- نور پردازی زیبا

- تهیه نور کافی برای پذیرش کننده‌ها

- تهیه میز و صندلی به تعداد کافی

- تهیه گل و گلدان برای روی میزها

- اسپند دود کردن

- پخش صوت‌های مناسب

- آماده سازی یک محیط مثل لاوی هتل برای این که اگر

خانواده‌ها می‌خواهند خدا حافظی کنند یا این که بایستند یک

محیط زیبا آماده باشد.

- در زمانی که پذیرش صورت می‌گیرد، در مسجد برای معتکفانی که

آمده اند هم کلیپ پخش می‌شود و هم این که مربی‌ها بین معتکفان

هستند و با معتکفان ارتباط می‌گیرند.



۲. خواندن همخوانی اعتکاف

- می توان از این ظرفیت برای بیدار کردن معتکفان استفاده کرد.
- می توان از این ظرفیت برای قبل از برنامه های اصلی اعتکاف استفاده کرد.



۳. ایده‌های خلاق برای اجرا

- در روز اول بعد از نماز ظهر و عصر ، یکی از مربیان پشت میکروفن برود و بگوید که بچه‌ها از سمت یکی از بزرگان نامه ای براتون اومده. (توی این لحظه مربی درخواست می‌کند تا نامه‌ها را بین دانش‌آموزان پخش کنند) و در ادامه می‌گوید این نامه را با دقت بخوانید. این نامه از جانب خدا به این معتکفان نوشته می‌شود و درخواست می‌شود که مقداری معتکفان فکر کنند در مورد همه چیزهایی که در اطراف می‌بینند.
- غذاها را پخش می‌کنند ولی به تعدادی غذا یا میان وعده نمی‌دهند به این بهانه که غذا یا میان وعده کم هست. مقداری می‌گذاریم تا معتکفان تصمیم بگیرند که باید با این مشکل چگونه کنار بیایند. بعد از چند دقیقه سهم افراد را می‌دهند و در این جا مربی نتیجه می‌گیرد بحث ایثار را که یعنی از خود گذشتن.
- هر شب بعد از این که همه معتکفان خوابیدند بالای سر تمامی معتکفان یکی از اجزاء پک فرهنگی را می‌گذاریم. شب دوم نیز اینطور می‌کنیم ، شب سوم که معتکف آماده می‌شود تا ببیند امشب چه چیزی دریافت می‌کند نامه ای می‌گذاریم به این مفهوم که امیدت به غیر خدا نباشد. بعد ریز در پایین برگه نوشته هدیه شما زیر بالشت می‌باشد.

۴. برای مراسم‌های مختلف در جشن میلاد و مراسم عزاداری مناسب است با توجه که تزیین سن دست دانش‌آموزان هست یکی از مربیان و بزرگ ترها پیش آن‌ها باشند.



۵. مراسم بدرقه

- در این مراسم بهتر است دقیقا همان فضا سازی ها را بگذاریم
- بهتر است در لحظه آخر یک گل به معتکف داده بشود.
- در آخر نباید غافل از عکس یادگاری شد.



تفصیل برنامه‌های پسینی اعتکاف

تشکیل گروه‌های هویتی دانش‌آموزی:

- دانش‌آموزان علاقه‌های متنوعی دارند که ممکن است در زمینه‌های علمی، آموزشی، پژوهشی، هنری، رسانه‌ای، ورزشی و مانند آن باشد. لازم است این علاقه‌ها شناسایی و گروه‌های هویتی برای ترویج فرهنگ و سبک زندگی دینی شکل بگیرد.
- مربیان توانمند برای هدایت علاقه دانش‌آموزان به دستاوردهای دینی و کاربردی هدایت کنند.

- شاخص‌های هویت دینی شناسایی و با دانش‌آموزان در میان گذاشته شود.

شبکه‌سازی گروه‌های هویتی نوجوانان:

- گروه‌های متناظر در دبیرستان‌ها و مناطق آموزش و پرورش به یکدیگر معرفی شوند.
- بین مربیان گروه‌های هویتی دانش‌آموزان نشست‌های مشترک برگزار شود.
- نمایشگاه آثار و دستاوردهای دانش‌آموزان و مربیان برگزار شود.

برگزاری برنامه‌های مناسبتی اعیاد و عزراها:

- مناسبت‌های دینی در طول سال با فاصله زمانی مناسب جهت مراسم تعیین شود.
- برنامه‌های متناسب با هر مناسبت به صورت متمرکز تدوین شود.
- هر گروه و شبکه، حسب شرایط، برنامه‌های خلاقانه داشته باشد.

تدوین قرارهای اخلاق و معنویت و گسترش رفتارهای اخلاقی:

- تهیه و معرفی برنامه‌های کاربردی هوشمند (اپلیکیشن)،
- برگزاری مانورهای جذاب و هوشمند در فضای حقیقی و مجازی،
- تبدیل ایمان به عمل صالح از طریق دریافت راهکارهای دانش‌آموزی.

