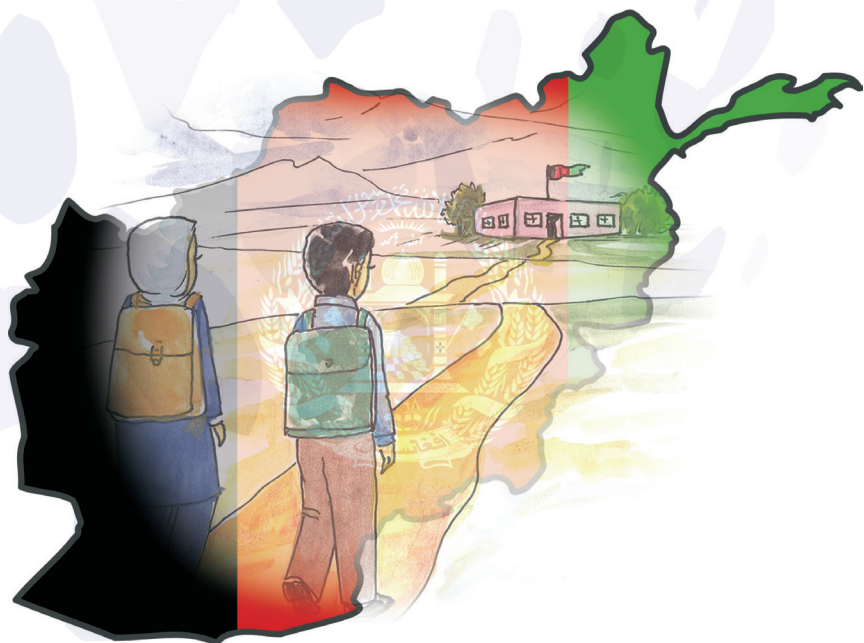




مهارت های زنده گی

صنف دوم



مهارت های زنده گی

صنف دوم



سال چاپ: ۱۳۹۷ هـ. ش.



وزارت معارف

مهارت های زنده گی

صنف دوم

سال چاپ: ۱۳۹۷ هـ.ش.

مشخصات کتاب

مضمون: مهارت‌های زنده‌گی

مؤلفان: گروه مؤلفان کتاب‌های درسی مهارت‌های زنده‌گی

ویراستاران: اعضای دیپارتمنت ویراستاری و ایدیت زبان دری

صنف: دوم

زبان متن: دری

انکشاف دهنده: ریاست عمومی انکشاف نصاب تعلیمی و تالیف کتب درسی

ناشر: ریاست ارتباط و آگاهی عامه وزارت معارف

سال چاپ: ۱۳۹۷ هجری شمسی

مکان چاپ: کابل

چاپ‌خانه: مطبعه بهیر

ایمیل آدرس: curriculum@moe.gov.af

حق طبع، توزیع و فروش کتاب‌های درسی برای وزارت معارف جمهوری اسلامی افغانستان محفوظ است. خرید و فروش آن در بازار ممنوع بوده و با متخلفان برخورد قانونی صورت می‌گیرد.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



سرود ملی

دا عزت د هر افغان دی
هر بچی یې قهرمان دی
د بلوڅو د ازبکو
د ترکمنو د تاجکو
پامیریان، نورستانیان
هم ایماق، هم پشه بان
لکه لمر پر شنه آسمان
لکه زره وي جاویدان
وایو الله اکبر وایو الله اکبر

دا وطن افغانستان دی
کور د سولې کور د تورې
دا وطن د ټولو کور دی
د پښتون او هزاره وو
ورسره عرب، گوجر دي
براهوي دي، قزلباش دي
دا هېواد به تل ځلیري
په سینه کې د آسیا به
نوم د حق مودی رهبر

پیام وزیر معارف

اقراً باسم ربك

سپاس و حمد بیکران آفریدگار یکتایی را که بر ما هستی بخشید و ما را از نعمت بزرگ خواندن و نوشتن برخوردار ساخت، و درود بی پایان بر رسول خاتم - حضرت محمد مصطفی ﷺ که نخستین پیام الهی بر ایشان «خواندن» است.

چنانچه بر همه گان هویدا است، سال ۱۳۹۷ خورشیدی، به نام سال معارف مسمی گردید. بدین ملحوظ نظام تعلیم و تربیت در کشور عزیز ما شاهد تحولات و تغییرات بنیادینی در عرصه های مختلف خواهد بود؛ معلم، متعلم، کتاب، مکتب، اداره و شوراها و والدین، از عناصر شش گانه و اساسی نظام معارف افغانستان به شمار می روند که در توسعه و انکشاف آموزش و پرورش کشور نقش مهمی را ایفا می نمایند. در چنین برهه سرنوشت ساز، رهبری و خانواده بزرگ معارف افغانستان، متعهد به ایجاد تحول بنیادی در روند رشد و توسعه نظام معاصر تعلیم و تربیت کشور می باشد.

از همین رو، اصلاح و انکشاف نصاب تعلیمی از اولویت های مهم وزارت معارف پنداشته می شود. در همین راستا، توجه به کیفیت، محتوا و فرایند توزیع کتاب های درسی در مکاتب، مدارس و سایر نهادهای تعلیمی دولتی و خصوصی در صدر برنامه های وزارت معارف قرار دارد. ما باور داریم، بدون داشتن کتاب درسی با کیفیت، به اهداف پایدار تعلیمی در کشور دست نخواهیم یافت.

برای دستیابی به اهداف ذکر شده و نیل به یک نظام آموزشی کارآمد، از آموزگاران و مدرسان دلسوز و مدیران فرهیخته به عنوان تربیت کننده گان نسل آینده، در سراسر کشور احترامانه تقاضا می گردد تا در روند آموزش این کتاب درسی و انتقال محتوای آن به فرزندان عزیز ما، از هر نوع تلاشی دریغ نورزیده و در تربیت و پرورش نسل فعال و آگاه با ارزش های دینی، ملی و تفکر انتقادی بکوشند. هر روز علاوه بر تجدید تعهد و حس مسؤولیت پذیری، با این نیت تدریس را آغاز کنند، که در آینده نزدیک شاگردان عزیز، شهروندان مؤثر، متمدن و معماران افغانستان توسعه یافته و شکوفا خواهند شد.

همچنین از دانش آموزان خوب و دوست داشتنی به مثابه ارزشمندترین سرمایه های فردای کشور می خواهیم تا از فرصت ها غافل نبوده و در کمال ادب، احترام و البته کنجکاوی علمی از درس معلمان گرامی استفاده بهتر کنند و خوشه چین دانش و علم استادان گرامی خود باشند.

در پایان، از تمام کارشناسان آموزشی، دانشمندان تعلیم و تربیت و همکاران فنی بخش نصاب تعلیمی کشور که در تهیه و تدوین این کتاب درسی مجدانه شبانه روز تلاش نمودند، ابراز قدردانی کرده و از بارگاه الهی برای آن ها در این راه مقدس و انسان ساز موفقیت استدعا دارم.

با آرزوی دستیابی به یک نظام معارف معیاری و توسعه یافته، و نیل به یک افغانستان آباد و مترقی دارای شهروندان آزاد، آگاه و مرفه.

دکتور محمد میرویس بلخی

وزیر معارف

شماره	صفحه
۱	نقش اطفال در خانه
۲	نقش اطفال بیرون از خانه
۳	تنظیم و نگهداری وسایل خانه
۴	حل مشکلات خانه
۵	جلوگیری از خطر در خانه
۶	مراسم در خانواده
۷	تنظیم کارهای روزانه
۸	صفت‌های شاگرد خوب
۹	کمک کردن و کمک خواستن
۱۰	صفت‌های مسلمان
۱۱	احوال پرسی از مریضان
۱۲	رعایت آداب در مجالس
۱۳	گوش دادن به سخنان بزرگان
۱۴	اشاره‌های ترافیکی
۱۵	زنده‌گی صلح آمیز
۱۶	حل اختلاف‌ها
۱۷	بخشش خواستن
۱۸	سهم‌گیری در کارهای اجتماعی
۱۹	احترام بزرگان
۲۰	ترحم بر حیوان‌ها
۲۱	خیر اندیشی
۲۲	دوری از کارهای ناشایسته
۲۳	قههر
۲۴	دوستی
۲۵	همدردی با دیگران
۲۶	خطرهای محیطی
۲۷	خطرهای ماین و مواد منفجر ناشده
۲۸	حفظ الصحه شخصی

مقدمه

معلمان گرامی!

همانگونه که می‌دانید مهارت‌های زنده‌گی به حیث دانش ضروری جهت کسب مهارت‌های عملی روزانه در بخش پروگرام‌های اجتماعی در دوره اول ابتدایی، یعنی صنف‌های ۱-۳ تدریس می‌گردد. عنوان‌های درس‌ها، اهداف، تصویرها، متون درس‌های این کتاب علاوه بر عرضه مفاهیم و معلومات برای شاگردان می‌تواند با طرح پرسش‌های انگیزه‌ی، دانش‌قبلی شاگردان را در مورد درس جدید پیمایش کند، که به چه اندازه می‌دانند و چه مقدار دانش جدید بر اندوخته‌های آن‌ها افزود گردد و کدام مهارت‌های لازم را باید کسب نمایند.

کتاب مهارت‌های زنده‌گی صنف سوم به اساس روش آموزش فعال تألیف شده است. اهداف عمومی کتاب با در نظر داشت نیازهای مبرم جامعه تعیین گردیده است. این کتاب دارای ۲۸ درس می‌باشد که ساختار هر درس شامل عنوان، هدف، سؤال‌ها، فعالیت‌های گروهی، انفرادی، مشاهده تصاویر و بعضی فعالیت‌های دیگر؛ مانند: نقش بازی کردن و قصه گفتن می‌باشد.

امیدواریم این کتاب بتواند تغییرات مثبت را در سلوک شاگردان ایجاد نموده، آن‌ها را به یک زنده‌گی سالم و انسانی علاقه مند سازد.

نقش اطفال در خانه

هدف: شاگردان نقش خود را در خانه بفهمند و آن را به خوبی اجرا کرده بتوانند.

بگویند



- * شما گاهی درباره نقش تان در خانه فکر کرده اید؟
- * به نظر شما چرا در کارهای خانه سهم بگیریم؟

بینید و بگویند



با سلام دادن و احترام کردن بزرگان را قدر می‌دهم.



در نهال شانی پدر کلانم را کمک می‌کنیم.



با آوردن آب مادرم را خوش می‌سازم.



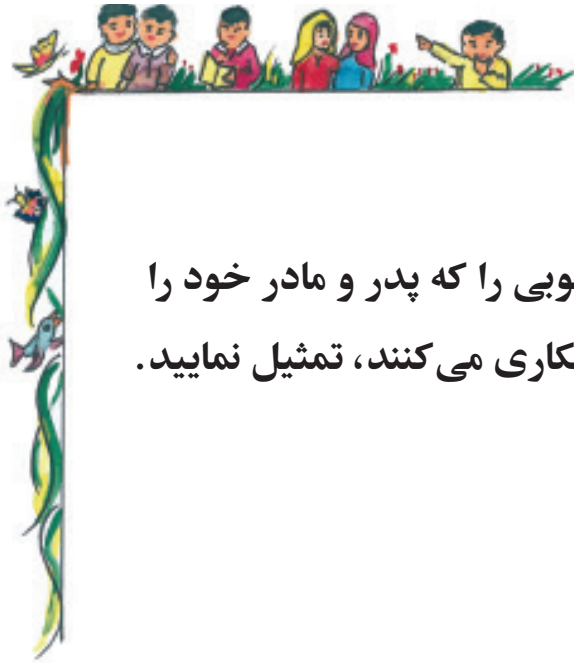
همیشه از خواهر و برادر کوچکم مواظبت می‌کنم.

بشنو و بگویند



* آب آوردن، سودا آوردن، پاک کاری، آماده ساختن دسترخوان، آماده ساختن آب دست از جمله کارهایی است که شما آن را انجام داده می‌توانید.





تمثيل كنيد



* در گروه های چهار نفری نقش اطفال خوبی را که پدر و مادر خود را احترام کرده و در کارهای خانه با آن ها همکاری می کنند، تمثيل نماييد.

بينيد و ارتباط دهيد



احترام

كمك كردن

صميميت



پاسخ دهيد



* در خانه چه كارهاي را انجام مي دهيد؟

* چرا كارهايي را كه شما در خانه انجام مي دهيد، مهم است؟

كارخانه گي

* كارهايي را كه در خانه انجام مي دهيد، نام بگيريد.



نقش اطفال بیرون از خانه

هدف: شاگردان با نقش اطفال در بیرون از خانه آشنا شده و توانایی اجرای آن را پیدا کنند.

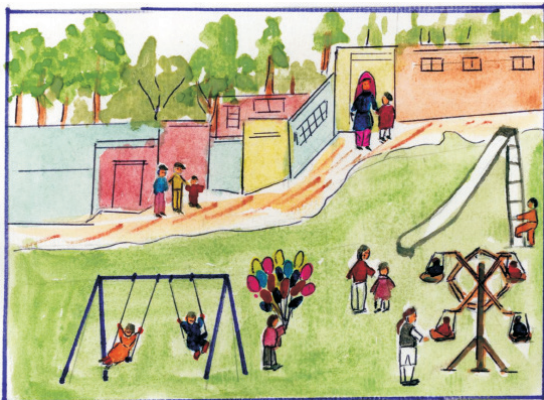
بگوید



* آیا فکر کرده اید که در بیرون از خانه چه نقش دارید؟

* به نظر شما کارهای بیرون از خانه کدام ها می باشند؟

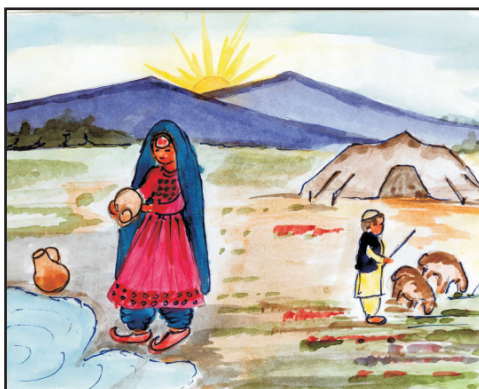
بین و بگو



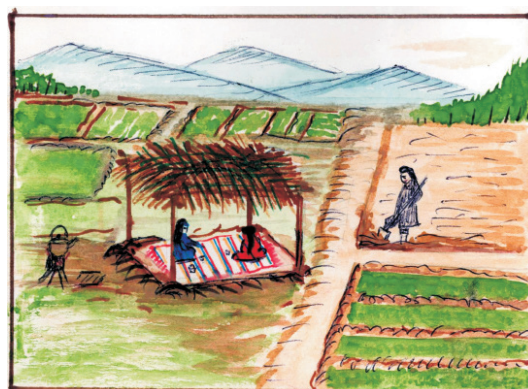
وسایل تفریح را خراب نمی کنم.



در دکان با پدرم همکاری می کنم.



گوسفندها را می چرانم.



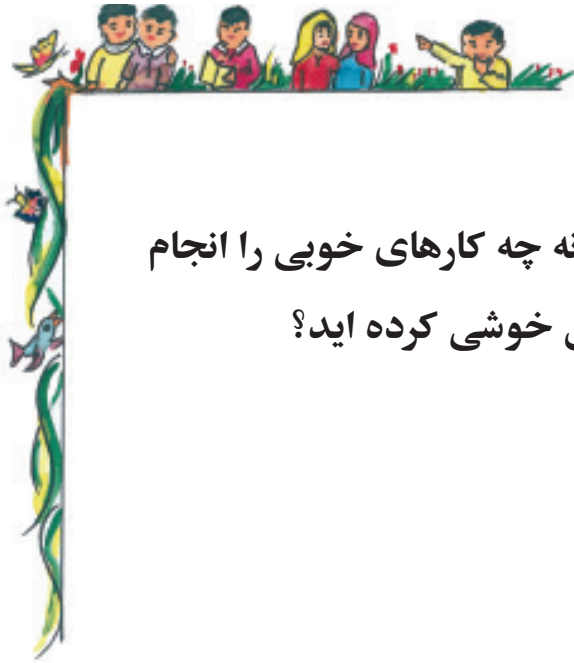
چای را برای پدرم آماده می سازم.

بشنو و بگو



* رفتن به مسجد، رفتن به مکتب، خرید مواد مورد نیاز، رویه خوب با دیگران، کمک با همسایه ها و حفاظت محیط زیست از جمله کارهای است که ما آن ها را در بیرون از خانه انجام می دهیم.





قصه کنید



* به نوبت بگویید که دیروز بیرون از خانه چه کارهای خوبی را انجام داده اید؟ آیا از انجام کارهای تان احساس خوشی کرده اید؟

بینید و ارتباط دهید



پاسخ دهید

* چگونه نظافت و آداب اجتماعی را در بیرون از خانه مراعات می کنید؟



کارخانه گی

* کارهای خوبی را که باید بیرون از خانه انجام دهید، نام ببرید.



تنظیم و نگهداری وسایل خانه

هدف: شاگردان جای معین اشیا را در خانه بدانند و وسایل را بعد از استفاده دوباره در جای آن بگذارند.

بگوید



* به نظر شما اگر لباس و وسایل مکتب خود را در جایش نگذاریم، باعث

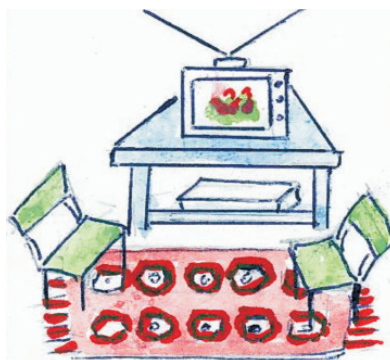
چه می شود؟

* اگر وسایل خانه در جای معین آن گذاشته نشوند، چه می شود؟

بین و بگو



آشپزخانه منظم



اتاق با نظم



لباسم را در الماری می گذارم.



بوت هایم را در جای آن می گذارم.

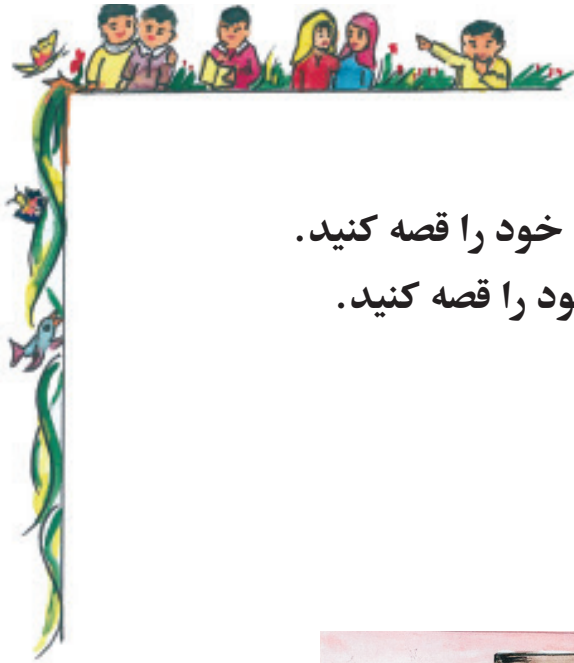
بشنو و بگو



* اگر لباس و وسایل مکتب و خانه در جای آن گذاشته شود، از سرگردانی

جلوگیری می شود.





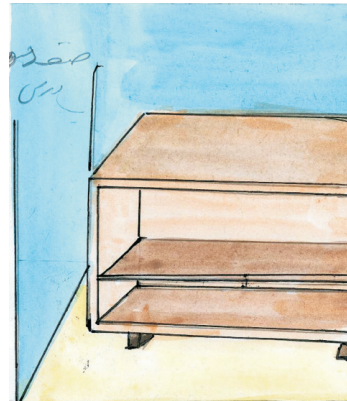
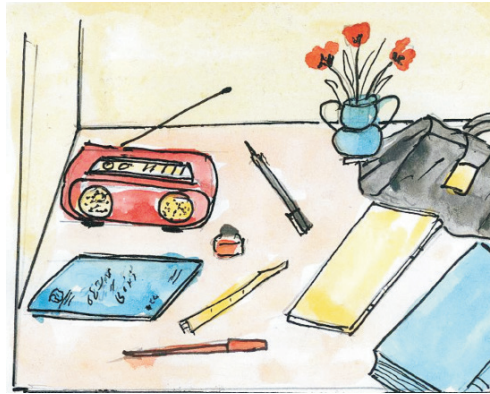
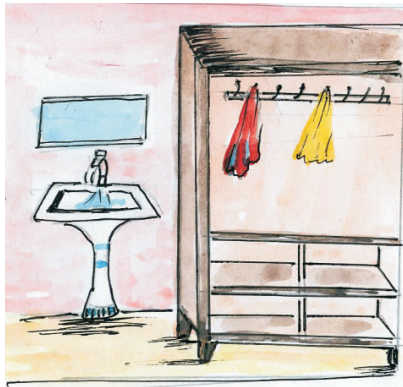
قصه کنید

- * راجع به پاکی و نظم خانه یک خاطره خود را قصه کنید.
- * راجع به بی نظمی خانه یک خاطره خود را قصه کنید.



بینید و بگویید

چگونه باید وسایل را تنظیم کنیم؟



پاسخ دهید

- * وسایل خانه چگونه تنظیم و نگهداری می گردد؟
- * چرا تنظیم و نگهداری وسایل خانه ضروری می باشد؟



کارخانه گی

- * درباره اهمیت تنظیم وسایل خانه با والدین خود بحث کنید.



حل مشکلات در خانه

هدف: شاگردان بدانند که هر مشکل خانواده گی چندین راه حل دارد و بهترین راه حل را انتخاب کرده بتوانند.

بگوید



★ گاهی در خانه به کدام مشکل روبه‌رو شده اید؟
★ برای حل یک مشکل در خانه با کی ها مشوره می کنید؟

بین و بگو



ما برای حل مشکل مشوره می کنیم.



دود و گرد در خانه سبب ایجاد مشکل می گردد.



راست گفتن در حل یک مشکل ما را کمک می کند.



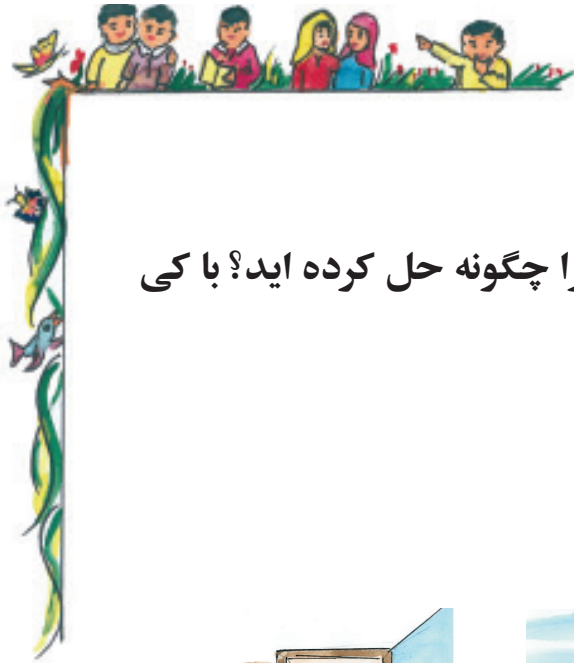
مادرم با تقسیم وظایف در خانه مشکل را حل ساخت.

بشنو و بگو



★ مشکلات خانه و یا هر مشکل دیگر با فکر کردن، صبر و تحمل، مشوره با بزرگان و عمل کردن به آن حل می شود.



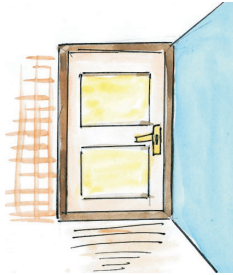
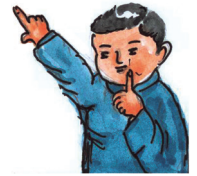


قصه کنید



✱ اگر به کدام مشکل برخوردید، آن را چگونه حل کرده اید؟ با کی مشوره کرده اید، قصه کنید.

بینید و ارتباط دهید



پاسخ دهید

✱ مشوره کردن و راست گفتن در حل یک مشکل چرا مهم است؟



کارخانه گی

✱ آن چه را که درباره حل یک مشکل آموخته اید، برای دوستان خود تشریح نمایید.



جلوگیری از خطر در خانه

هدف: شاگردان باید شیوه های جلوگیری از خطرها در خانه را بدانند و خود را حفاظت کرده بتوانند.

بگویند

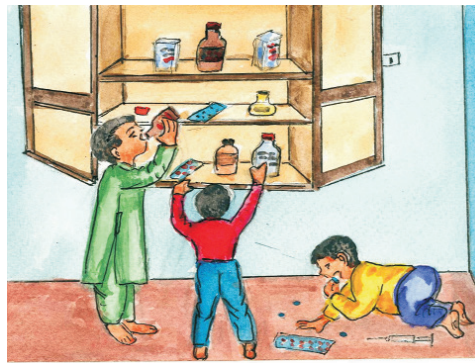


✱ به نظر شما بی احتیاطی با کدام اشیا، در خانه باعث خطر می شوند؟
✱ به نظر شما از اشیا خطرناک چطور خود را محافظت می کنیم؟

بین و بگو



بی احتیاطی با سیم های برق باعث خطر می شود.



دسترسی اطفال به ادویه خطر دارد.



دست زدن با وسایل برقی خطر دارد.



بازی کردن در بام خطر دارد.

بشنو و بگو



✱ بی احتیاطی و استفاده نادرست از گوگرد، بالون گاز، کارد، قیچی، سوزن، اشیا نوک تیز، وسایل برقی و غیره در خانه سبب خطر شده می تواند.

با هم کار کنید

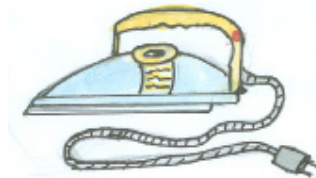
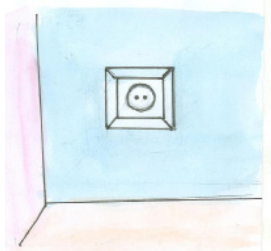


☆ هر گروه با مشوره هم نام پنج چیز خطرناکی را بگیرد که بی احتیاطی با آن ها سبب ایجاد خطر می شود. بعد طریقه استفاده درست آن را بیان کنند.

بینید و بگویید



☆ چه وقت اشیای زیر باعث خطر می شوند؟



پاسخ دهید



☆ بازی و بی احتیاطی با وسایل برقی، گوگرد و اشیای نوک تیز چرا

خطرناک است؟

☆ خودداری از بازی با اشیای خطرناک چرا مهم است؟

کارخانه گی



☆ چند چیزی را که باعث خطر در خانه می شوند، نام ببرید.

مراسم در خانواده

هدف: شاگردان باید با محافل و مراسم در خانواده آشنا شوند، آداب و نزاکت ها را رعایت کرده بتوانند.

بگوید



- * آیا در کدام محفل اشتراک کرده اید؟
- * در مراسم خانواده گی کدام آداب باید مراعات شود؟

بین و بگو



در مجلس خانواده گی آداب مجلس را رعایت می کنیم.



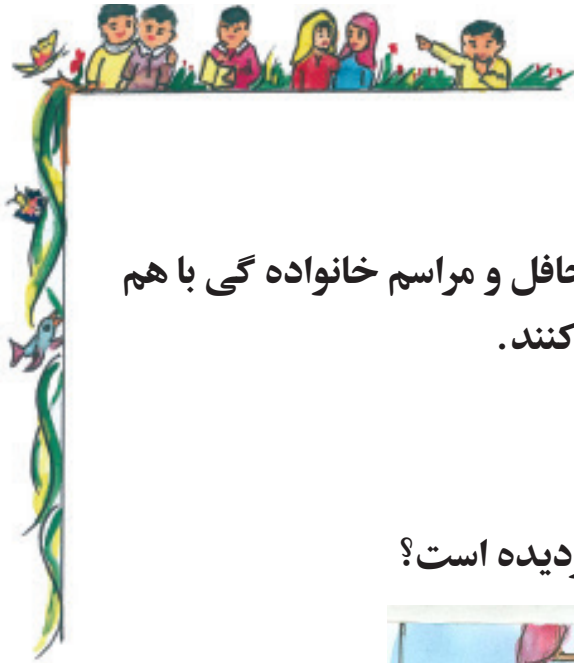
در مراسم عید همه یکجا غذا می خوریم و دعا می کنیم.

بشنو و بگو



- * جلوگیری از شوخی بی جا و بی مورد، صحبت کردن بی جا، سر و صدا بر راه انداختن، باقی مانده مواد خوراکی را پراکنده کردن و درست غذا نخوردن از جمله آدابی است که در محافل و مراسم باید رعایت شوند.





باهم کار کنید

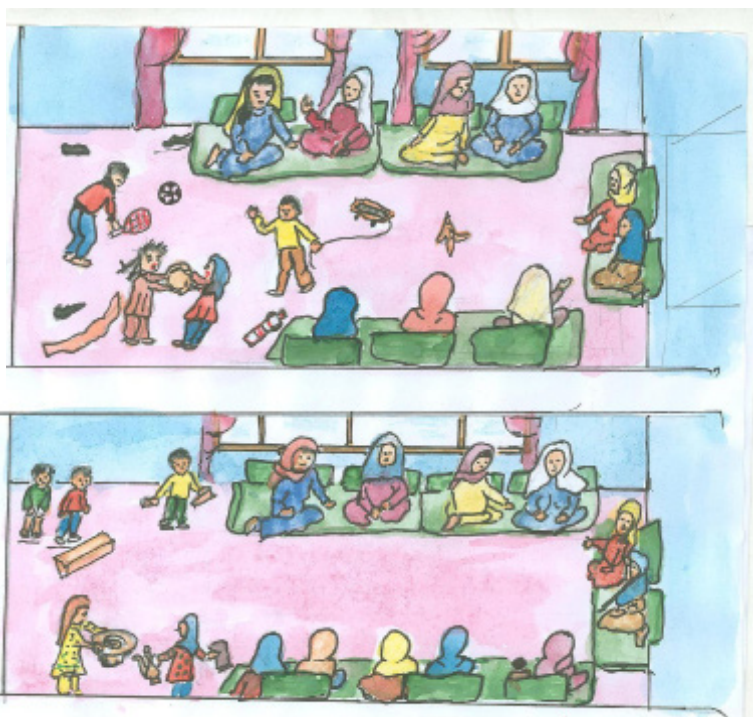


شاگردان به شکل گروهی دربارهٔ آداب محافل و مراسم خانواده گی با هم صحبت نموده و با گروه‌های دیگر تبادل نظر کنند.

مقایسه کنید



در کدام تصویر آداب مجلس رعایت گردیده است؟



پاسخ دهید



در مراسم و محافل خانواده گی کدام آداب را باید مراعات کنید؟

کارخانه گی



در مورد اهمیت رعایت آداب مراسم خانواده گی با والدین خود بحث نمایید.



تنظیم کارهای روزانه

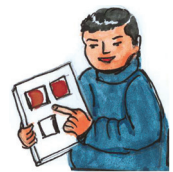
هدف: شاگردان اهمیت تنظیم کارهای روزانه را بدانند و به آن عادت نمایند.

بگویید



* به نظر شما کارهای روزانه چه بوده می‌تواند؟
* آیا برای اجرای کارهای روزانه وقت تعیین کرده اید؟

بین و بگو



ما برای درس خواندن و انجام کارخانه گی وقت مناسب را تعیین کردیم.



تنظیم بستر خواب از جمله کارهای روزانه ما است.



در وقت مناسب با هم تفریح می‌کنیم.



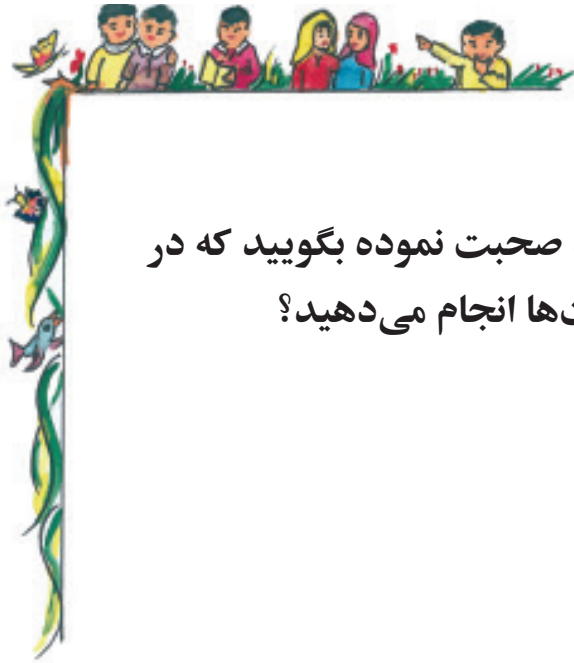
همکاری با مادر هنگام آماده ساختن غذا.

بشنو و بگو



* داشتن تقسیم اوقات برای انجام کارهای؛ مانند: به وقت از خواب بیدار شدن، وضو کردن، ادای نماز، رفتن به مکتب، ورزش و تفریح، کمک با والدین، اجرای کارخانه گی و غیره باعث تنظیم کارهای روزانه می‌شود.





با هم کار کنید



✳ در گروه‌ها درباره کارهای روزانه خود صحبت نموده بگویید که در یک شبانه روز کدام کارها را در کدام وقت‌ها انجام می‌دهید؟

بینید و ارتباط دهید



در بیرون از خانه	در مکتب	در خانه
نوشتن کارخانه‌گی	استراحت کردن	سودا آوردن
آماده‌گی رفتن به مکتب	تنظیم بستر خواب	همکاری با هم‌صنفان
توپ بازی	همکاری با مادر	دیدن هم‌صنفان
خواندن مجله	سهم‌گیری در نظافت صنف	رسیده‌گی به نظافت شخصی

پاسخ دهید



✳ اگر کارهای روزانه به وقت معین انجام نشوند چه می‌شود؟
 ✳ شما چگونه کارهای روزانه خود را تنظیم می‌کنید؟

کارخانه‌گی



✳ برای انجام کارهای روزانه خود یک تقسیم‌اوقات ترتیب دهید.



صفت‌های شاگرد خوب

هدف: شاگردان صفت‌های شاگرد خوب را دانسته و به آن عمل نمایند.

بگوید



★ به نظر شما شاگرد خوب دارای کدام صفت‌ها است؟

★ چرا خوش دارید یک شاگرد خوب باشید؟

بین و بگو



شاگردان خوب با هم صمیمانه بازی می‌کنند.



کتاب‌های خود را پوش می‌کنم.



از مادر کمک می‌خواهد.



شاگرد خوب از پیاده رو عبور می‌کند.

بشنو و بگوید



★ شاگرد خوب والدین، معلمان و بزرگان را احترام می‌کند. کسی را آزار و دشنام نمی‌دهد. حرف‌ها را با دقت می‌شنود. دروغ نمی‌گوید و کوشش می‌کند، به درس‌های خود توجه داشته باشد و کارهای خانه‌گی خود را در وقت معین انجام دهد.





باهم کار کنید

در گروه‌ها دربارهٔ صفت‌های شاگرد خوب باهم صحبت کرده اظهار نظر نمایید.



بینید و بگویید

وظایف شاگرد خوب را مشخص سازید.



پاسخ دهید

شاگرد خوب کدام صفت‌ها را دارد؟



کارخانه‌گی

چند صفت یک شاگرد خوب را برای مادر و پدر خود بگویید و نظر آن‌ها را بخواهید.



کمک کردن و کمک خواستن

هدف: شاگردان باید طریقه و موقع کمک کردن و کمک خواستن را بدانند.

بگوید



* گاهی با کسی کمک کرده اید؟

* گاهی از کسی کمک خواسته اید؟

بین و بگو



از کمک با همسایه ها احساس خوشی می نمایم.



با برادرم در درس ها کمک می کنم.



به خاطر فهمیدن درست درس از معلم کمک می خواهم.



به خاطر جمع کردن سودا از رهگذر ها کمک خواستم.

بشنو و بگو



* به مریضان کمک کردن، تشنه یی را آب دادن، نابینایی را از سرک گذشتاندن، با مصیبت زده گان همدردی کردن، همه مثال های کمک به دیگران است و در صورت نیاز ما هم از دیگران کمک خواسته می توانیم.



با هم کار کنید

در گروه‌ها دربارهٔ کمک کردن، کمک خواستن و موقع مناسب آن بحث و تبادل نظر کنید.



بینید و ارتباط دهید



کمک خواستن



پاسخ دهید

چه وقت با دیگران کمک می‌کنید؟
چه وقت از دیگران کمک می‌خواهید؟



کارخانه‌گی

از شاگردان بخواهید تا بیان نمایند که با دیگران چگونه کمک می‌کنند و چه وقت از دیگران کمک می‌خواهند.



صفت‌های مسلمان

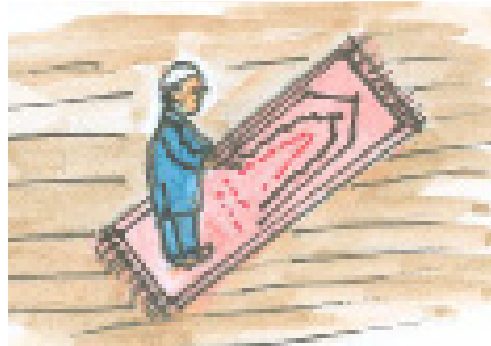
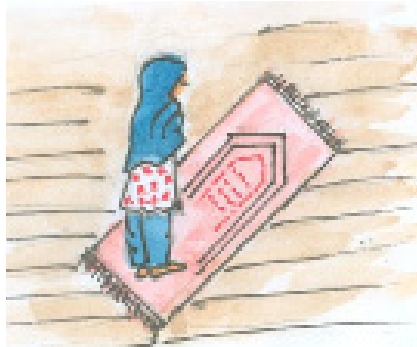
هدف: شاگردان باید صفت‌های یک مسلمان خوب را بدانند و از وی پیروی نمایند.

بگوید



❖ به نظر شما صفت‌های یک مسلمان خوب چیست؟
❖ کوشش کرده اید که یک مسلمان واقعی باشید؟

بین و بگو



منحیت مسلمانان خوب همیشه نماز می‌خوانیم.



مسلمانان مشکل را با مشوره حل می‌سازند.



ضرر رساندن کار مسلمان خوب نیست.

بشنو و بگو



❖ نماز خواندن، مهربانی و ترحم، راست گفتن، خیانت نکردن، دزدی نکردن، آزار و اذیت نکردن، نیت خوب داشتن، غیبت نکردن، احترام کردن، کینه نگرفتن، جنگ و دعوا نکردن، چیزی را با زور نگرفتن همه صفت‌های یک مسلمان خوب است که سبب رضایت خداوند متعال می‌شود.



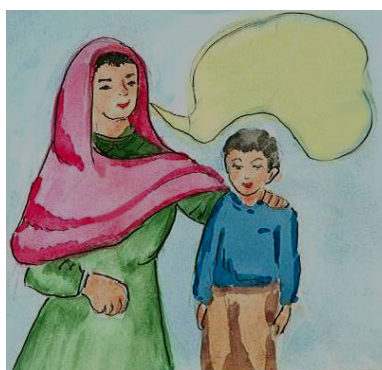
باهم کار کنید

✳️ شاگردان در گروه‌ها چند صفت یک مسلمان خوب را لست کرده به نوبت بخوانند و با گروه‌های دیگر تبادل نظر نمایند.



بینید و بگویید

صفت‌های مسلمان خوب را روی رسم‌ها مشخص سازید.



پاسخ دهید

✳️ چگونه یک مسلمان خوب بوده می‌توانیم؟
✳️ خداوند متعال چه وقت از ما راضی خواهد بود؟



کارخانه گی

✳️ راجع به صفت‌های یک مسلمان خوب با والدین خود صحبت کرده بگویید که چگونه این صفت‌ها را می‌خواهید عملی بسازید.



احوال پرسی از مریضان

هدف: شاگردان اهمیت و آداب عیادت مریض را بدانند و آن را عملی کرده بتوانند.

بگوید



* گاهی مریض شده اید؟

* در وقت مریضی از دیگران چه توقع داشتید؟

* گاهی به احوال پرسی مریض رفتید؟

بین و بگو



گریه مکن! مادر مریض است. اذیت می شود.



چگونه به دوست مریض خود کمک کنیم؟



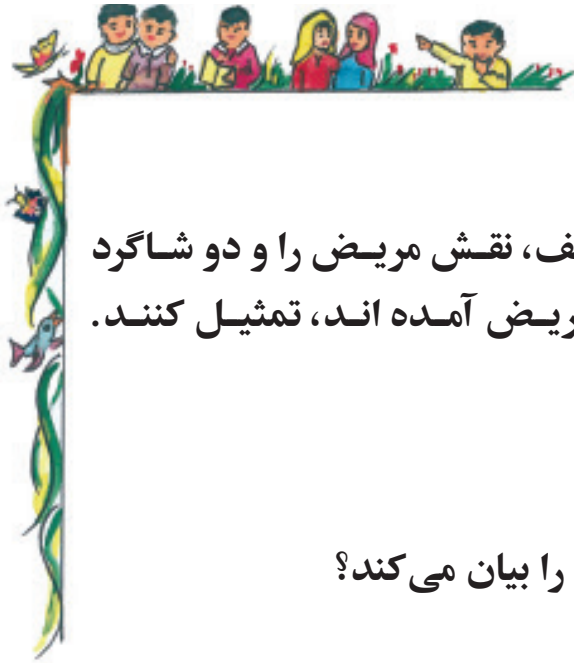
احوال پرسی از مریض کار ثواب است.

بشنو و بگو



* احوال پرسی از مریض یک وظیفه انسانی و اسلامی است. شخص مریض به دلجویی و کمک نیاز دارد. ما باید سبب آزار و اذیت مریض نشویم.





تمثیل کنید

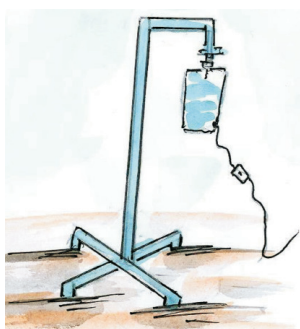


یک شاگرد داوطلب در مقابل صنف، نقش مریض را و دو شاگرد دیگر نقش دو نفری را که به پرسان مریض آمده اند، تمثیل کنند.

بینید و ارتباط دهید



به نظر شما تصویرهای زیر چه مفهومی را بیان می کند؟



پاسخ دهید

به نظر شما مریض غیر از داکتر و دوا به چه چیز دیگر نیاز دارد؟
شما به مریض چه کمک کرده می توانید؟



کارخانه گی

دوستان خود را بفهمانید که شخص مریض از شما چه توقع دارد؟



رعایت آداب در مجلس‌ها

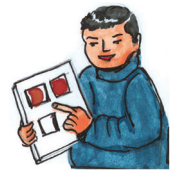
هدف: شاگردان آداب اشتراک در مجلس‌های عمومی را بدانند و آن را عملی کرده بتوانند.

بگوید



- * در مجالس خانواده گی کدام آداب را مراعات می‌کنید؟
- * به نظر شما در مجلس‌های عمومی کدام آداب باید مراعات شود؟

بین و بگو



در یک مجلس عمومی به سخنان سخنران با دقت گوش می‌دهیم.



در مجلس بزرگان آداب را مراعات می‌کنیم.

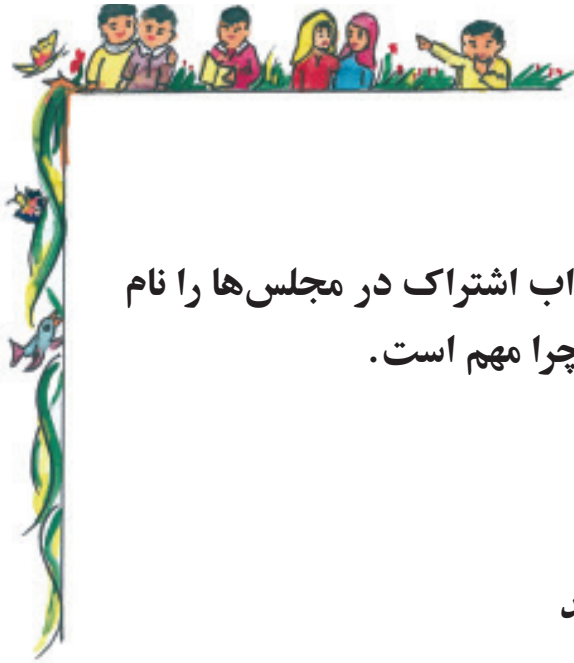


ما آداب مسجد را رعایت می‌کنیم.

بشنو و بگو

- * در مجالس‌ها با آواز بلند صحبت نه کردن، به سخن دیگران گوش دادن، در بعضی کارها سهم گرفتن، نظم مجلس را برهم نزدن و غیره از جمله آداب مجلس‌های عمومی می‌باشد.





با هم کار کنید



✳ در گروه های شش نفری با مشوره هم آداب اشتراک در مجلس ها را نام ببرید و بگویید که مراعات کردن این آداب چرا مهم است.

بخوانید و ارتباط دهید

کلمه ها را در کتابچه های خود ترتیب دهید



نظم در مجلس عمومی

بی نظمی در مجلس عمومی

جنگ و پر خاش

بلند صحبت کردن

خاموش بودن

گوش کردن به سخنان

بدون نوبت گپ زدن

بدون اجازه گپ زدن

هر چیز را بی جا انداختن

خواستن هر چیز

سنجیده سخن گفتن

بازی گوشی کردن

به آرامی چیزی خواستن

نظافت را مراعات نکردن

پاسخ دهید



✳ چه چیز سبب بی نظمی در یک محفل می گردد؟
✳ چطور می توانید از بی نظمی در مجلس ها جلوگیری کنید؟

کارخانه گی



✳ در مجلس های عمومی کدام آداب را مراعات می کنید؟ برای والدین خود بگویید.



گوش دادن به سخنان بزرگان

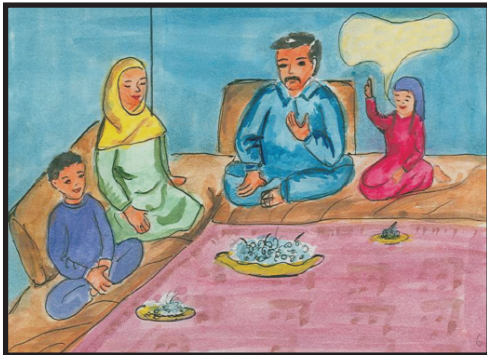
هدف: اهمیت گوش دادن به سخنان بزرگان را بدانند و به سخن آن ها با دقت گوش دهند.

بگوید



- ✱ آیا بزرگان با شما سخن گفته اند؟ در مورد چه؟
- ✱ در وقت شنیدن سخنان بزرگان کدام آداب را مراعات می کنید؟

بین و بگو



اجازه سخن گفتن می خواهد.



به سخن بزرگان گوش می دهند.



سخن مادرش را فراموش کرده است.



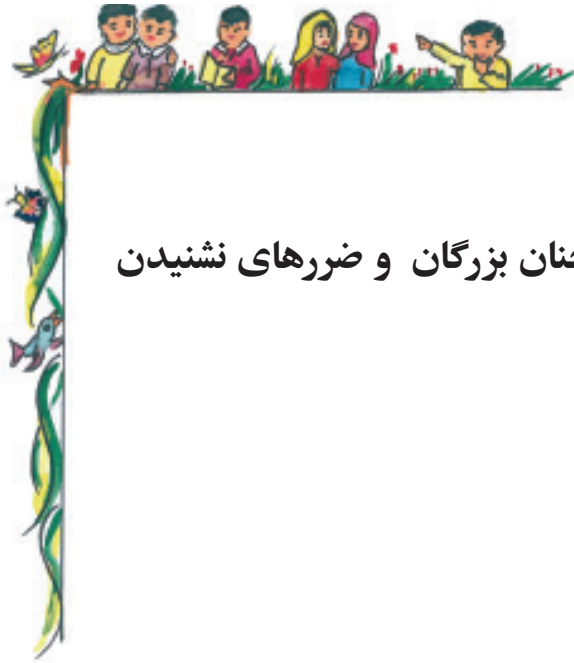
به سخنان مادر با دقت گوش نمی دهد.

بشنو و بگو



- ✱ وقتی کسی با ما سخن می گوید، باید با حواس جمع طرف او ببینیم و با دقت گوش بدهیم. سخن بزرگان را قطع نکنیم. بدون اجازه گپ نزنیم؛ چرا که خوب شنیدن اساس خوب فهمیدن است.





با هم کار کنید

✳ در گروه‌ها راجع به اهمیت شنیدن سخنان بزرگان و ضررهای نشنیدن آن با هم بحث و تبادل نظر کنید.



بینید و تبصره کنید



پاسخ دهید

✳ گوش کردن به سخنان بزرگان چرا ضروری می‌باشد؟
 ✳ گوش کردن به سخنان بزرگان و عملی کردن آن چه اهمیت دارد؟



کارخانه گی

✳ سه فایده حرف شنیدن و سه ضرر حرف ناشنیدن را مشخص ساخته در مورد آن با اعضای خانواده خود صحبت کنید.



اشاره‌های ترافیکی

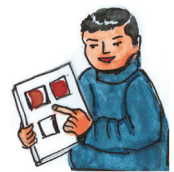
هدف: شاگردان باید علامت‌ها و اشاره‌های ترافیکی را بشناسند و آن را مراعات کنند.

بگوید



- ★ آیا فکر کرده‌اید که اشاره‌های ترافیکی برای چیست؟
- ★ آیا به کدام علامت‌ها و اشاره‌های ترافیکی آشنایی دارید؟

بین و بگو؟



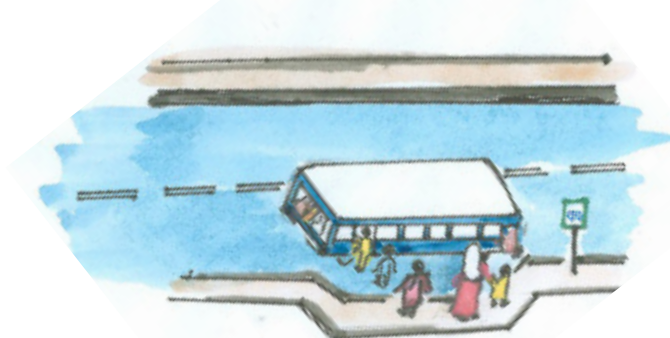
منع پیاده رو



ایستادن



منع دوش



علامت‌های ترافیکی را باید بشناسیم و آن را رعایت نماییم.

بشنو و بگو



★ از فهمیدن اشاره‌های ترافیکی حوادث خطرناک رخ می‌دهد، که حتی سبب مرگ می‌شود. باید با دهلیزهای پیاده رو در روی سرک‌ها، علامت ایستگاه بس‌های شهری و دیگر اشاره‌های ترافیکی آشنایی حاصل نماییم؛ تا از حوادث ترافیکی در امان بمانیم.



با هم کار کنید

در گروه‌ها بعضی اشاره‌های ترافیکی را که می‌شناسید، روی صفحه کاغذ ترسیم کرده، برای همدیگر معرفی نمایید و نظریات خود را با گروه‌های دیگر شریک بسازید.



بینید و بگویید

آیا قواعد ترافیکی مراعات شده است؟



پاسخ دهید

چگونه می‌توانید خود را از حادثه ترافیکی محافظت کنید؟
هنگام گذشتن از سرک عمومی کدام قواعد را باید رعایت نمایید؟



کارخانه گی

مفهوم علامت‌های ترافیکی را برای دوستان خود تشریح کنید.



زنده گی صلح آمیز

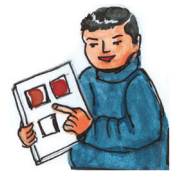
هدف: شاگردان روش های صلح آمیز را بدانند و آن را در زنده گی روزمره خود به کار برده بتوانند.

بگویند



- ★ به نظر شما چرا صلح برای زنده گی مهم است؟
- ★ گاهی برای پیشبرد زنده گی صلح آمیز کوشش کرده اید؟ چگونه؟

بین و بگو



حل مشکلات از طریق گفت و شنود صلح آمیز.



برخورد نیک در هنگام خرید و فروش.



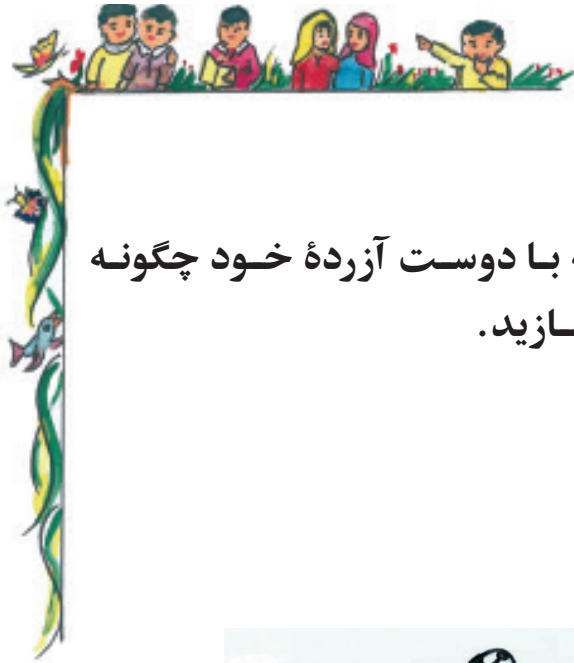
بی صبری و بی حوصله گی در کارهای روزانه فضای صلح آمیز را برهم می زند.

بشنو و بگو



★ صمیمیت، راستی، صداقت، همکاری، رویه نیک، مشوره خواستن، صبر و حوصله و اخلاق خوب، از جمله روش های صلح آمیز است که باید به آن ها عادت کنیم تا زنده گی راحت و آرام داشته باشیم.





با هم کار کنید

در گروه‌های با هم صحبت کنید که با دوست آزرده خود چگونه آشتی کرده و فضا را صلح آمیز می‌سازید.



بینید و مقایسه کنید



پاسخ دهید

- ✱ چطور می‌توانید زنده گی خود را به خوبی سپری کنید؟
- ✱ رویه خوب و یا خراب چه تأثیری بالای زنده گی ما دارد؟



کارخانه گی

✱ در مورد اهمیت زنده گی صلح آمیز آنچه را فهمیده اید به دیگران بگویید.



حل اختلاف‌ها

هدف: شاگردان اهمیت مشوره را برای حل اختلاف‌ها بدانند و آن را در زنده گی عملی کرده بتوانند.

بگوید

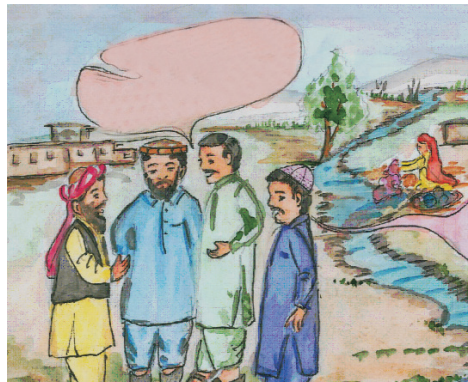


* گاهی با کسی اختلاف نظر پیدا کرده اید؟
* به نظر شما اختلاف‌ها چگونه حل شده می‌تواند؟

بین و بگو



انتخاب بهترین راه حل به نفع همه ماست.



مشوره در مورد صحتی ساختن آب قریه.



رفع اختلاف‌ها با مشوره مادر.



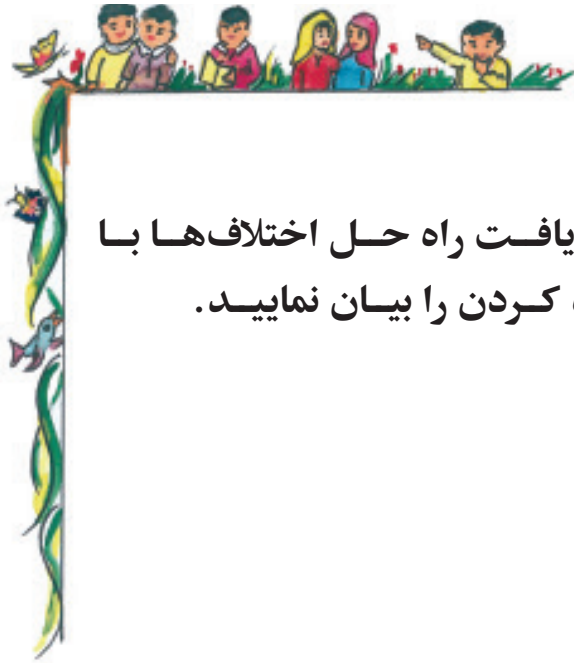
بعضی اختلاف‌ها سبب دعوا می‌گردد.

بشنو و بگو



* مفاهمه و مشوره بهترین راه حل اختلاف‌ها است که سبب اتفاق و اتحاد بین افراد می‌شود. در هنگام اختلاف نظر، گفتن حرف‌های زشت کار درست نیست.





با هم کار کنید



✱ در گروه‌ها در مورد شیوه‌های دریافت راه حل اختلاف‌ها با همدیگر صحبت کرده و مزایای مشوره کردن را بیان نمایید.

بینید و بگویید



نتیجه برداشت خود را بیان کنید.



پاسخ دهید



- ✱ برای دریافت حل اختلاف‌ها چه باید کرد؟
- ✱ برای حل اختلاف‌ها با کی‌ها مشوره می‌کنید؟
- ✱ در هنگام مشوره، کدام چیزها را باید مراعات کنیم؟

کارخانه‌گی



✱ در مورد اهمیت مشوره برای دریافت راه حل اختلاف‌ها با اعضای خانواده خود صحبت کنید.



بخشش خواستن

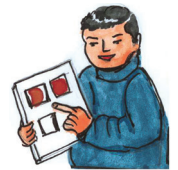
هدف: شاگردان اهمیت بخشش خواستن را برای رفع آزرده گی بدانند و عملاً بخشش خواسته بتوانند.

بگویند



- * به نظر شما چه وقت عفو و بخشش خواسته می شود؟
- * در مورد فایده عفو و بخشش چه می دانید؟

بین و بگو



از چه شدن بوتل رنگ معذرت می خواهیم.



ناخواستنه بوتل رنگ چه شد.



اگر کسی از ما ناراحت شود، باید بخشش بخواهیم.



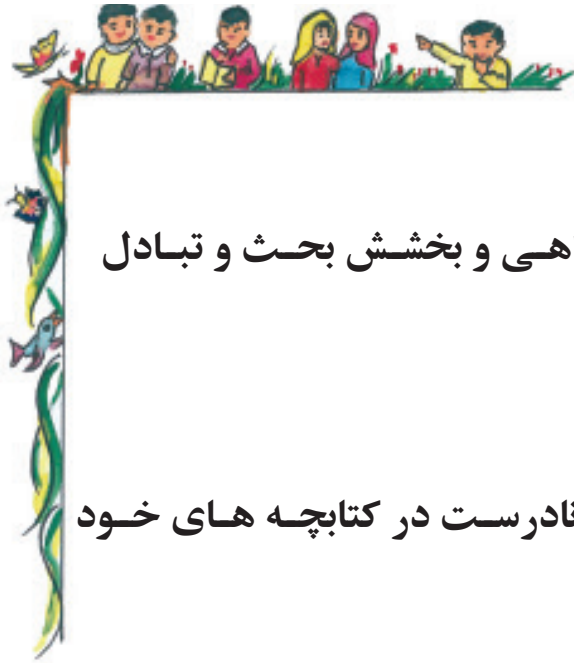
عفو و بخشش ثواب دارد.

بشنو و بگو



- * بخشش خواهی باعث رفع اختلاف ها می شود.
- * از نگاه دین اسلام عفو کردن و بخشیدن ثواب دارد.





با هم کار کنید



در گروه‌ها راجع به اهمیت عذرخواهی و بخشش بحث و تبادل نظر کنید.

بخوانید و ارتباط دهید



کلمه‌ها را زیر عنوان کاردرست و کارنادرست در کتابچه‌های خود ترتیب کنید.

از زور کار گرفتن	بخشیدن
بهانه کردن	نه بخشیدن
صبر کردن	آشتی
راست گفتن	کمک کردن
دروغ گفتن	پرخاش
آزار رساندن	معذرت خواستن

پاسخ دهید



در صورتی که از شما اشتباهی سر بزند، چه می‌کنید؟
بخشش خواستن و راست گفتن چه فایده دارد؟

کارخانه گی



در مورد اهمیت عذرخواهی و بخشیدن آنچه را یاد گرفته اید، برای دیگران هم بفهمانید.



سهم گیری در کارهای اجتماعی

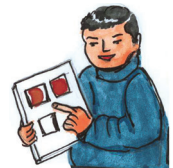
هدف: شاگردان اهمیت کارهای اجتماعی را دانسته و در آن سهم گرفته بتوانند.

بگوید



- * شما گاهی در کارهای اجتماعی حصه گرفته اید؟
- * به نظر شما چرا باید در کارهای اجتماعی سهم بگیریم؟

بین و بگو



به خاطر سرسبزی باغچه مسجد نهال های آن را آب می دهیم.



در پاک کاری منطقه همه ما سهم می گیریم.



در تنظیم و پاک کاری صنف با هم کار می کنیم.



کارمند شاروالی را کمک می کنم.

بشنو و بگو



* شهر، کوچه، قریه، مسجد، مکتب جزء محیط زیست ما است، باید در نظافت، سرسبزی و حفاظت محیط آن به شکل فردی و جمعی سهم بگیریم.



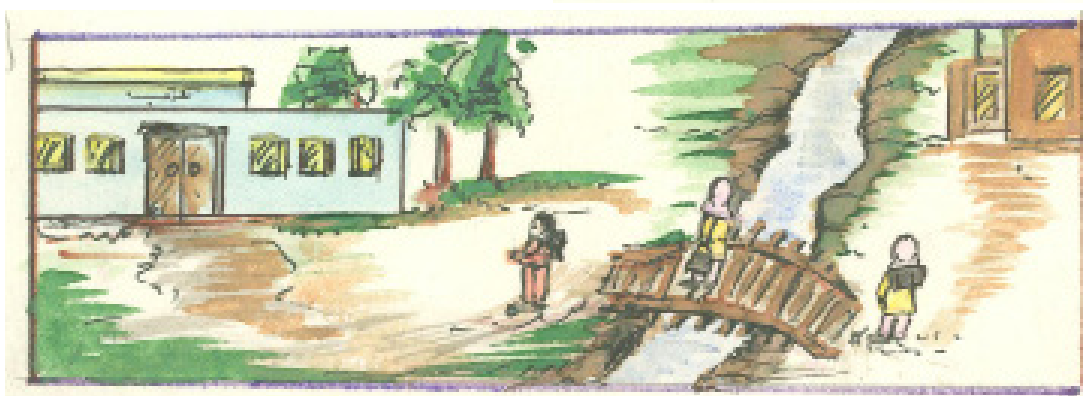
باهم کار کنید

در گروه‌ها پیرامون مزایای کارهای دسته جمعی که در داخل و خارج مکتب انجام می‌دهید صحبت نمایید.



بینید و بگویید

نتیجه سهم‌گیری در کارهای اجتماعی را بیان کنید.



پاسخ دهید

سهم‌گیری در کارهای اجتماعی چه فایده دارد؟
حصه گرفتن در کارهای اجتماعی چرا مهم است؟



کارخانه‌گی

در مورد اهمیت کارهای اجتماعی با اعضای خانواده خود صحبت کنید.



احترام بزرگان

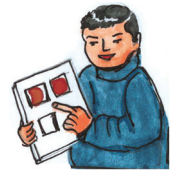
هدف: شاگردان روش های احترام آمیز را در مقابل بزرگان بدانند و به اهمیت آن پی ببرند.

بگوید

★ به نظر شما چرا ما بزرگان خود را احترام کنیم؟



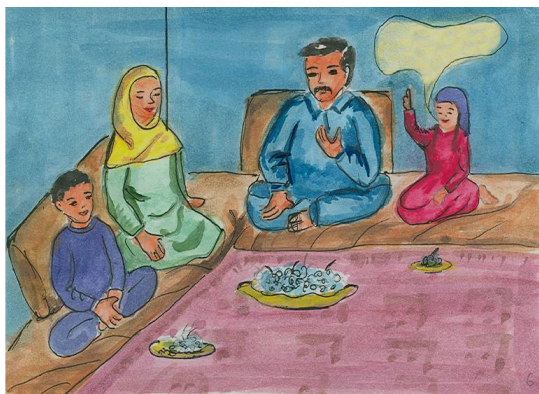
بین و بگو



مادر جان! بفرماید چو کی خالی است



احترام به پدر



پدر جان اجازه است گپ بزنم؟

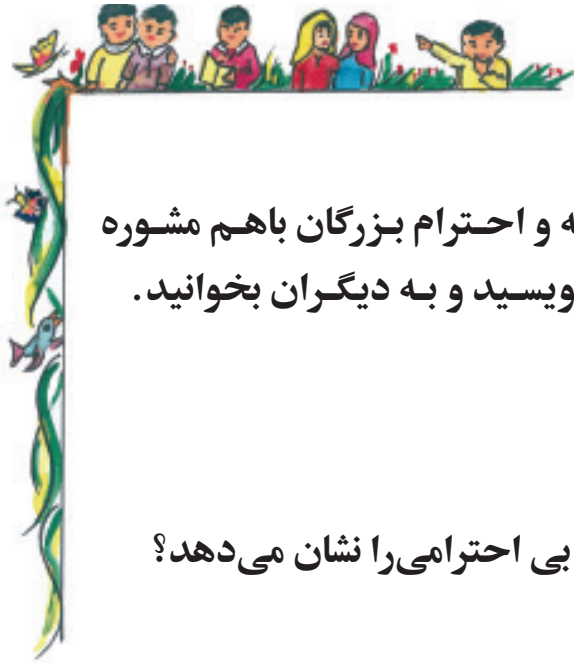


گپ های مادرم را با دقت می شنوم

بشنو و بگو

★ سلام دادن و احترام کردن، با صدای بلند صحبت نکردن، با دقت گوش کردن، حرف های بزرگان را قطع نکردن، به نصیحت آن ها گوش دادن، بدون اجازه جای نرفتن، در مجلس بزرگان بالاتر نه نشستن. همه از جمله روش های احترام با بزرگان است که دین مقدس اسلام آن ها را برای ما توصیه کرده است و باید رعایت شوند.





باهم کار کنید

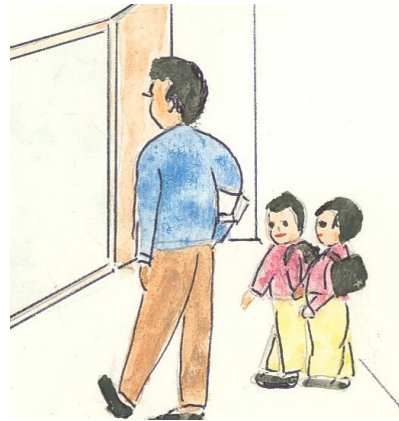


در گروه‌ها راجع به روش‌های مؤدبانه و احترام بزرگان باهم مشوره نموده و درباره هر کدام آن یک جمله بنویسید و به دیگران بخوانید.

بینید و بگویید



کدام تصویر احترام بزرگان و کدام تصویر بی‌احترامی را نشان می‌دهد؟



پاسخ دهید



چرا بزرگان را احترام کنیم؟

احترام بزرگان چه اهمیت دارد؟

روش‌های احترام با بزرگان کدام‌ها اند؟

کارخانه‌گی



در مورد اهمیت احترام با بزرگان با اعضای خانواده خود

صحبت نمایید و نتیجه را روز بعد در صنف بگویید.



ترحم بر حیوان‌ها

هدف: شاگردان شیوه‌های ترحم بر حیوان‌ها و اهمیت آن را بدانند و به آن عمل کنند.

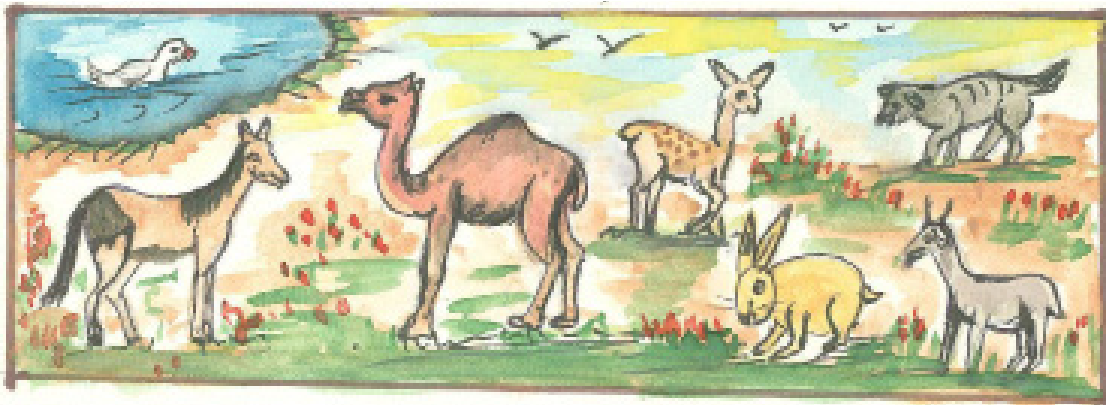
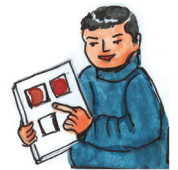
بگوید



* حیوان‌هایی را که می‌شناسید، نام بگیرید.

* شما با حیوان‌ها چگونه رفتار می‌کنید؟

بین و بگو



ترحم بر حیوان‌ها کار خوب است.



زخم پای بزغاله را بسته می‌کنم.



به چوچه‌های پشک آب می‌دهم.



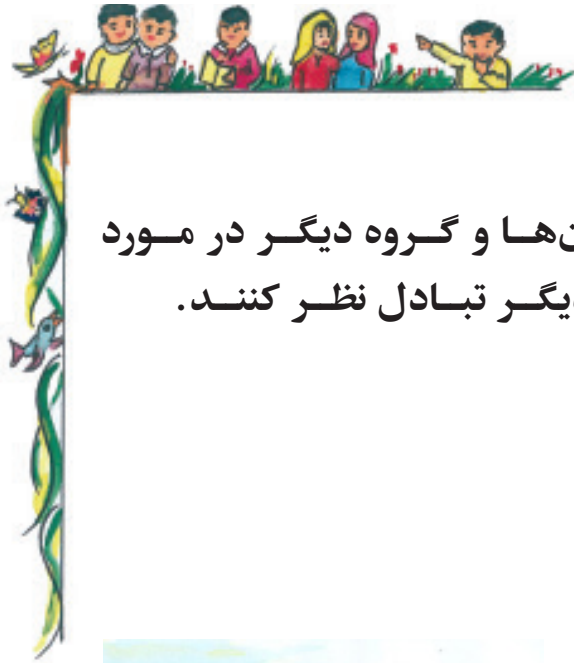
به چوچه‌های مرغ دانه می‌دهم.

بشنو و بگو



* خداوند متعال حیوان‌ها را پیدا کرده است. ما باید با آن‌ها ترحم داشته باشیم؛ مثلاً: باعث اذیت و آزار آن‌ها نشویم. به آن‌ها به وقت معین آب و غذا بدهیم. جای زنده‌گی آن‌ها را پاک نگهداریم. بالاتر از توان شان از آن‌ها کار نگیریم و در وقت مریضی آن‌ها را به کلینیک حیوانی ببریم.



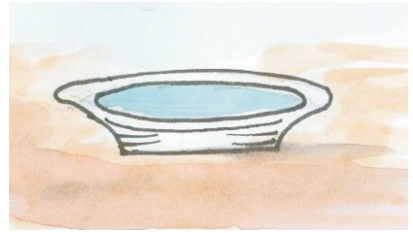
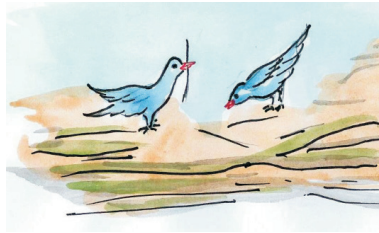


باهم کار کنید



یک گروه دربارهٔ ترحم بر حیوان‌ها و گروه دیگر در مورد رفتارهای درست بحث کرده، باهم دیگر تبادل نظر کنند.

بینید و ارتباط دهید



پاسخ دهید



ترحم بر حیوان‌ها چه فایده دارد؟

از حیوان‌های مریض چگونه مواظبت می‌کنید؟

کارخانه گی



یک حیوانی را که مورد علاقهٔ شما است، رسم کنید.



خیر اندیشی

هدف: شاگردان اهمیت خیراندیشی را دانسته و آن را جز عادت های زنده گی خود بسازند.

بگوید



- * به نظر شما خیر اندیشی چه را می گوید؟
- * گاهی برای کسی خیرخواهی کرده اید؟ چگونه؟

بین و بگو



عیادت مریض کار خیر است.



غمگین مباش! انشاء الله دوباره صحت می یابی.



باهم آشتی کنید.



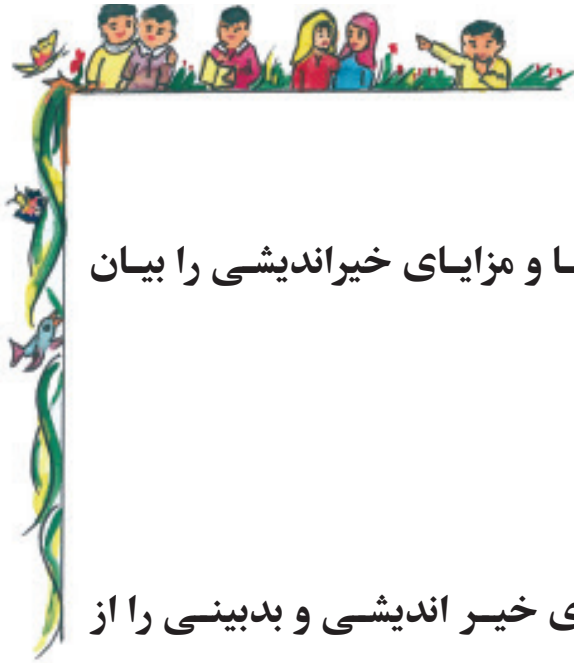
بیا از چتری من استفاده کن!

بشنو و بگو



* مسلمان خیر اندیش می باشد، از خوبی دیگران قدردانی می کند، کسی را تحقیر نمی کند، در برابر دیگران بدبین نمی باشد، دلسوز و مهربان بوده از افراد مسکین و محتاج دلجویی می کند. دروغ نمی گوید و هیچگاه به کسی ضرر نمی رساند.





باهم کار کنید

در گروه‌ها باهم مشوره کرده مثال‌ها و مزایای خیراندیشی را بیان کنید .



ببینید و ارتباط دهید

در چوکات کلمه‌های زیر مثال‌های خیر اندیشی و بدبینی را از هم تفکیک کنید.



کمک و دلجوی	تحقیر کردن
ناسپاسی	قدردانی کردن
شکر نکردن	احترام به خُردان و بزرگان
دوستی و صمیمیت	بی احترامی
در غم دیگران شریک شدن	به خوشی دیگران خوش شدن

پاسخ دهید

خیراندیشی در مورد دیگران چه فایده دارد؟
چرا شخص خیراندیش را همه دوست دارند؟



کارخانه گی

راجع به فواید خیراندیشی با والدین خود صحبت نمایید.



دوری از کارهای ناشایسته

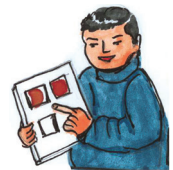
هدف: شاگردان ضررهای کارهای ناشایسته را بدانند و از آن دوری کنند.

بگوید



* به نظر شما کارهای ناشایسته کدام ها اند؟
* شما می خواهید از کارهای ناشایسته دوری کنید، چرا؟

بین و بگو



ضرر رساندن خطر دارد.



شکستن گل و گلدان کار خوب نیست.



برداشتن اشیای ناشناخته کار خوب نیست.



آزار رسانیدن به حیوانها کار شایسته نیست.

بشنو و بگو



* جنگ، دعوا، دروغ گفتن، گفتن سخنان بد، سخن چینی، ضرر رسانیدن
به انسان ها، حیوانها و نبات از جمله کارهای ناشایسته است.



با هم کار کنید



✨ در گروه‌ها دو کار ناشایسته را با ضررهای آن و دو کار خوب را با فایده‌های آن بیان کرده تبادل نظر نمایید.

بینید



✨ کارهای خوب و بد را تشخیص دهید

کارهای بد



کارهای خوب



پاسخ دهید



✨ چرا کارهای خوب را انجام دهیم؟
✨ چگونه از کارهای خراب دوری کنیم؟

کارخانه گی



✨ سه کار خوب را با فایده‌های آن و سه کار ناشایسته را با ضررهای آن مثال آورده باهم مقایسه کنید.





هدف: شاگردان ضررهای قهر شدن را بدانند و از آن خود داری کنند.

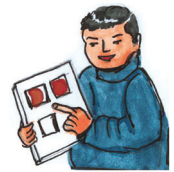
بگوید



* به نظر شما چرا انسان ها قهر می شوند؟

* به نظر شما از عواملی که سبب قهر شدن انسان ها می گردد، چگونه جلوگیری کنیم؟

بین و بگو



خساره قهر و پرخاش.



بی حوصله گی سبب قهر و جنگ می شود.



بازیگوشی سبب قهر معلم می شود.



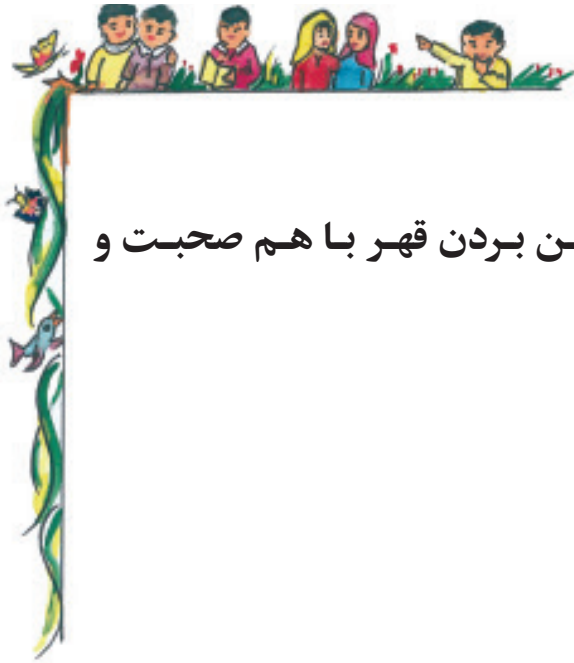
در هنگام قهر به نصیحت معلم باید گوش داد.

بشنو و بگو



* پرخاش کردن، دشنام، سخن دروغ، تهمت، بی احترامی، ضرر رسانیدن، نافرمانی، شوخی های بی جا و ... سبب قهر دیگران می شود، باید از انجام چنین عمل ها خودداری کنیم.





با هم کار کنید

✱ در گروه‌ها راجع به شیوه‌های از بین بردن قهر با هم صحبت و تبادل نظر نمایید.



بخوانید و ترتیب کنید



در هنگام قهر انجام ندهید

فکر و سنجش

بی احترامی

خاموش باشید

چیزی را نشکنید

سبب قهر را بگویید

در هنگام قهر انجام بدهید

جنگ و دعوا

حوصله

دشنام ندهید

جای خود را تغییر دهید

بهانه جوی

پاسخ دهید

✱ هنگام قهر چه باید بکنید؟

✱ هنگام قهر چه باید نکنید؟



کارخانه‌گی

✱ راجع به ضررهای قهر شدن هر چه می‌دانید، به دوستان خود قصه نمایید.





هدف: شاگردان باید ضرورت و اهمیت دوستی را بدانند. کوشش کنند، دوستان خوب انتخاب نمایند.

بگوید



- * به نظر شما چرا دوست های خوب داشته باشیم؟
- * به نظر شما در وقت مشکل با کی ها باید مشوره کنیم؟

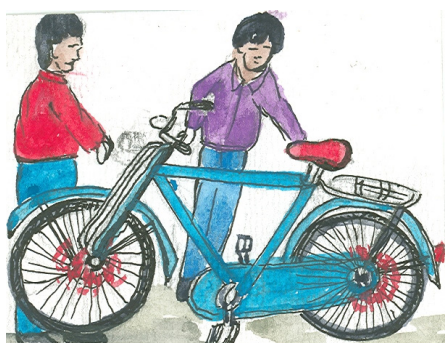
بین و بگو



به نوبت اشیای دوستان خود را حفاظت می کنیم.



دوست خود را کمک می کنم.



به دوست خود بایسکل را امانت می دهم.



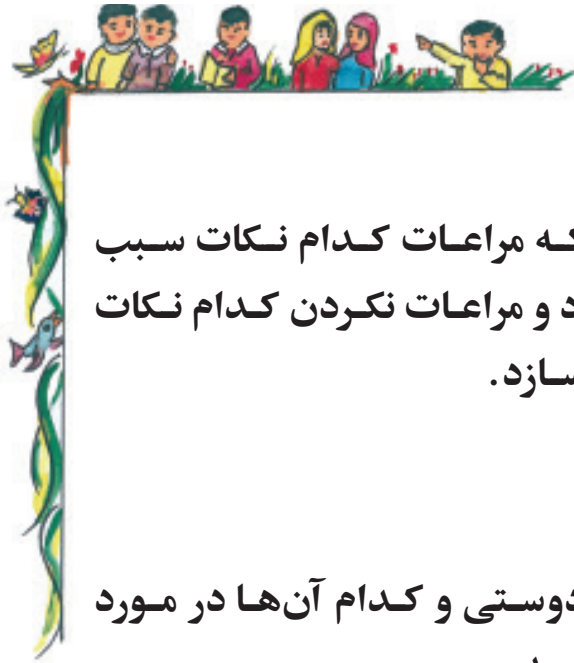
در مورد رسم ها از دوستم مشوره می گیرم.

بشنو و بگو



* دوستان خوب، ما را در هنگام مصیبت تنها نمی گذارند. دوستان خوب در خوشی ما شریک بوده، در حل مشکلات ما را کمک می کنند. از راستی و صداقت کار گرفتن، حرف های همدیگر را با احترام گوش کردن، غیبت و بدگویی نکردن، دوستی و صمیمیت را دوامدار می سازد.





باهم کار کنید



✳ در گروه ها با مشوره هم بگوئيد كه مراعات کدام نکات سبب حفظ دوستی و دوامدار شدن آن می شود و مراعات نکردن کدام نکات دوستی را از بین برده انسان را تنها می سازد.

بینید و بگوئید



✳ کدام تصویرها در مورد حفظ روابط دوستی و کدام آن ها در مورد از میان رفتن دوستی ها می شود بیان کنید.



پاسخ دهید



✳ اهمیت و ضرورت دوستی با دیگران چیست؟
✳ چگونه می توانید دوستی خود را حفظ نمایید؟

کارخانه گی



✳ در مورد ضرورت دوستی و داشتن یک دوست صمیمی هر چه می دانید با والدین خود شریک بسازید.



همدردی با دیگران

هدف: شاگردان باید طریقه های همدردی با دیگران را بدانند و اهمیت آن را درک کنند.

بگویند



- * گاهی با کسی همدردی کرده اید، در چه مورد؟
- * به نظر شما همدردی با دیگران چرا مهم است؟

بین و بگو



همدردی باعث خشنودی دوستان ما می شود.



از مریض دلجویی می کنیم.



همدردی کردن سبب خوشی انسان ها می شود.



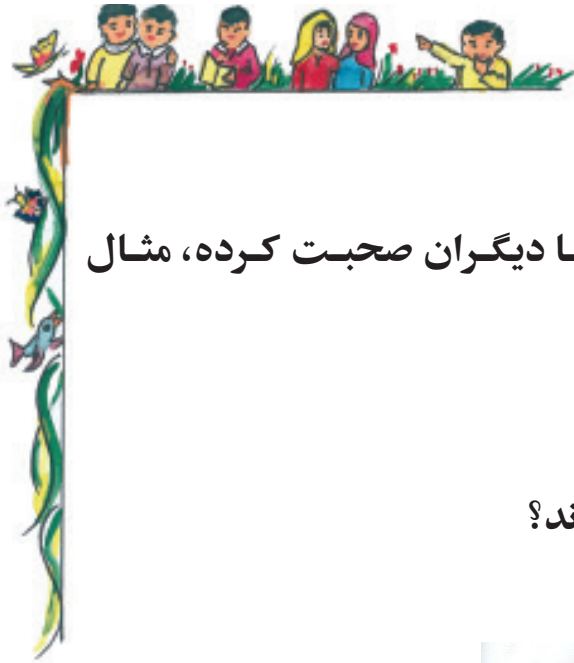
با اشخاص نیازمند باید کمک کنیم.

بشنو و بگو



* به حرف های کسی گوش دادن، با عاطفه و مهربان بودن، در غم کسی غمگین شدن، با اشخاص نیازمند کمک کردن، عیادت از مریضان، کمک و دلجویی از فقیران، همه صفت ها و روش های همدردی با دیگران است.





با هم کار کنید

✱ در گروه‌ها در مورد فواید همدردی با دیگران صحبت کرده، مثال های همدردی را یادداشت کنید.



ببینید و بگویید

✱ هرکدام به چه نوع همدردی ضرورت دارند؟



پاسخ دهید

✱ با اشخاص محتاج چگونه همدردی می کنید؟
✱ اهمیت همدردی با دیگران چیست؟



کارخانه گی

✱ در مورد فایده‌های همدردی با دیگران با دوستان خود صحبت نمایید.



خطرهای محیطی

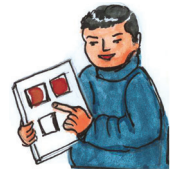
هدف: شاگردان خطرهای محیطی را دانسته، خود را از آن حفاظت کرده بتوانند.

بگویند



✱ شما دربارهٔ خطرهای محیط زیست چیزی می‌دانید؟
✱ به نظر شما بی پروایی در محیط زیست سبب کدام خطرها می‌گردد؟

بین و بگو



پایین شدن از موتوری که در حال رفتار است، خطر دارد.



کاری که خطر دارد.



استفاده از بیت الخلا و رعایت نظافت.



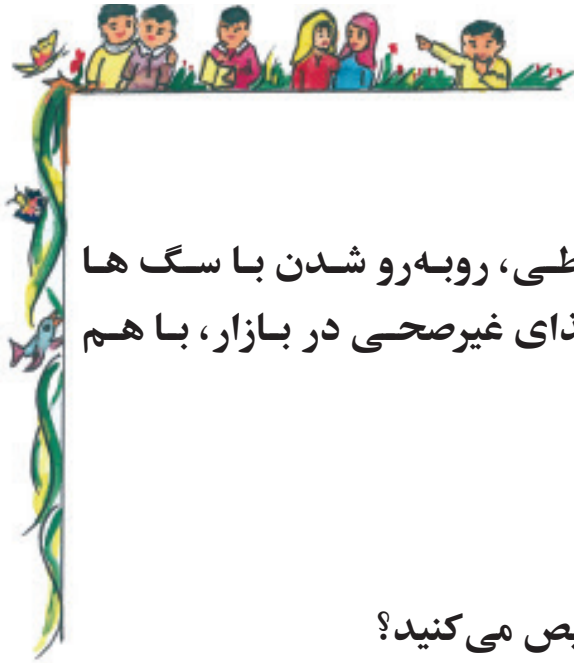
باید جلو آلوده گی محیط زیست را بگیریم.

بشنو و بگو



✱ دويدن عقب موتر، بازی با لین های برق، بازی در زیر آفتاب سوزان و یا هوای سرد، آزار دادن حیوان ها، خوردن غذای ناپاک و یا نوشیدن آب غیر صحتی و آلوده ساختن محیط زیست همه باعث خطرهای محیطی می‌شوند.





با هم کار کنید

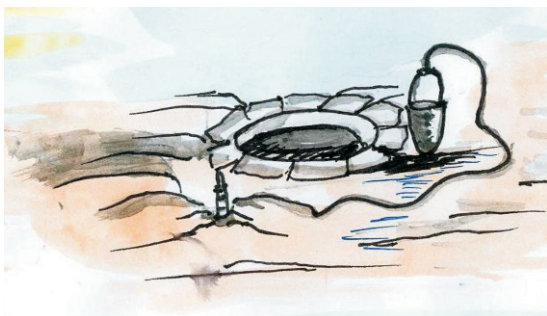


✳ در گروه ها راجع به خطرهای محیطی، روبه‌رو شدن با سگ ها در کوچه، خطرهای استفاده از آب و غذای غیرصحی در بازار، با هم صحبت کرده تبادل نظر نمایید.

بینید و دقت کنید



✳ در هر تصویر کدام خطر محیطی را تشخیص می کنید؟



پاسخ دهید

✳ خطرهای محیطی را نام بگیرید.

✳ چطور می توانید از خطرهای محیطی خود را حفاظت کنید؟



کارخانه گی

✳ خطرهایی را که در محیط با آن مواجه هستید، نام بگیرید.



خطرهای ماین، و مواد منفجر ناشده

هدف: شاگردان خطرهای ماین، اسلحه و مواد منفجر ناشده را بدانند و خود را از آن حفاظت کرده بتوانند.

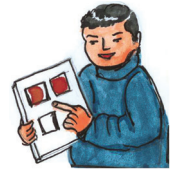
بگوید



* در مورد خطرهای ماین و اسلحه چه می دانید؟

* به نظر شما آگاهی از خطرهای ماین، اسلحه و مواد انفجار ناشده چرا مهم است؟

بین و بگو



اقسام ماین ها را بشناسید.



در جاهای ویرانه و جنگ زده خطر ماین و مواد منفجر ناشده موجود است.



ضررهای انفجار ماین.

بشنو و بگو



* ماین و مواد منفجر ناشده اکثراً در جاهای جنگ زده پیدا می شود. مواد انفجاری گاه گاهی در بازیچه های اطفال به شکل قلم و یا ساعت جا به جا می شود، پس باید چیزهایی را که نمی شناسید، به آن دست نزنید.





باهم کار کنید



* در گروه‌ها راجع به خطرهای ماین، اسلحه و مواد ناشناخته با هم بحث و تبادل نظر کنید.

ببینید و ارتباط دهید



بی خطر

خطرناک



پاسخ دهید

* از خطرهای ماین، اسلحه و مواد ناشناخته چگونه خود را حفاظت می‌کنید؟



کارخانه‌گی

* در مورد حفاظت خود از خطرهای ماین و مواد انفجار ناشده آنچه می‌دانید به دیگران بفهمانید.



حفظ الصحة شخصی

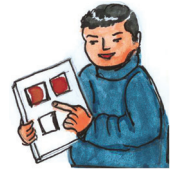
هدف: شاگردان اهمیت حفظ الصحة شخصی را بدانند و از خود مراقبت کرده بتوانند.

بگوید



* به نظر شما چرا خود را پاک نگهداریم؟
* گاهی فکر کرده اید که چرا بعد از خوردن غذا دست ها و دندان های خود را بشویم؟

بین و بگو



به خاطر حفظ سلامتی دندان ها را مسواک و برس می کنیم.



به خاطر سردی هوا، لباس گرم می پوشم.



ورزش می کنیم تا صحتمند باشیم.

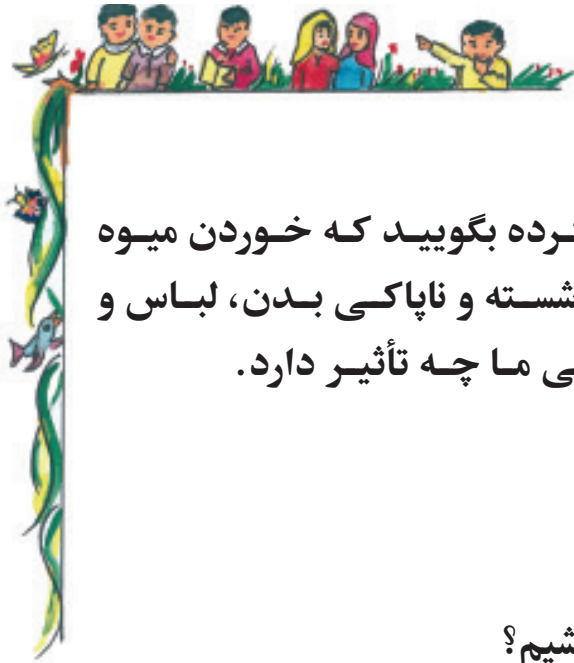


از آفتاب زده گی خود را محافظت می کنیم.

بشنو و بگو

* نظافت جزء ایمان است، باید دست های خود را قبل از غذا و بعد از غذا خوردن و بعد از رفع حاجت با آب پاک و صابون بشویم. صبح و شب و بعد از خوردن غذا دندان های خود را مسواک و یا برس کنیم، لباس و بدن خود را پاک نگهداریم. نظافت ناخن ها را رعایت کنیم. همیشه ورزش کرده و از گرد و خاک دوری کنیم.





باهم کار کنید

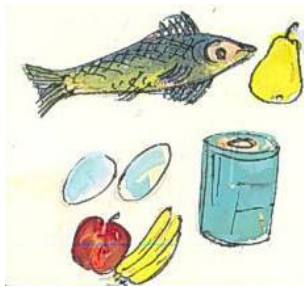


* شاگردان در گروه‌ها با هم مشوره کرده بگویند که خوردن میوه های نارسیده و ناپاک، ترکاری های ناشسته و ناپاکی بدن، لباس و محیط زیست بالای حفظ الصحة شخصی ما چه تأثیر دارد.

بینید



چگونه از این مواد استفاده کنیم تا صحتمند باشیم؟



پاسخ دهید



* اهمیت پاکی و حفظ الصحة شخصی چیست؟

* کدام کارها را به خاطر سلامتی خود انجام می‌دهید؟

کارخانه گی



* در مورد فواید حفظ الصحة شخصی آن چه می‌دانید، برای دوستان خود بیان کنید.

