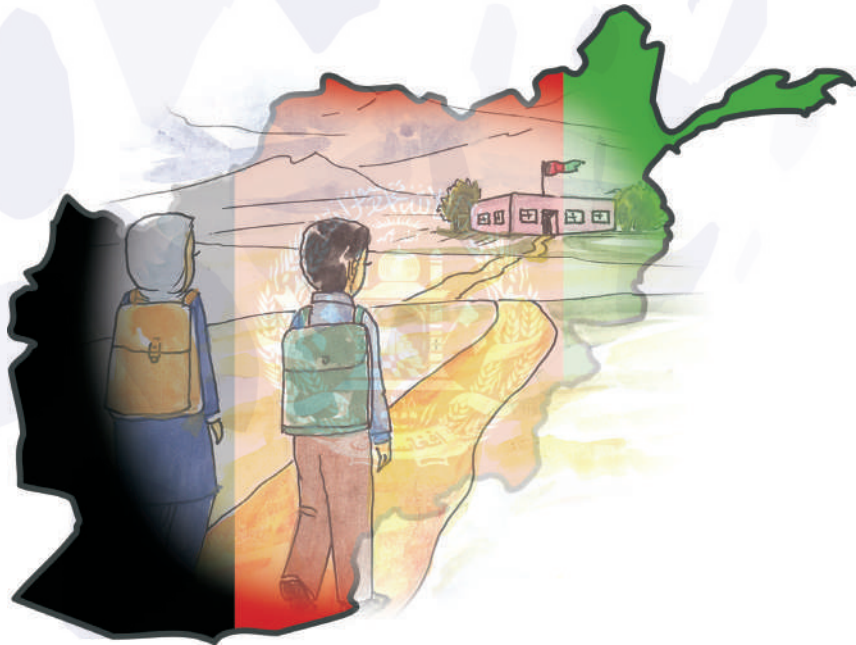




وزارت معارف

مهارت های زنده گی

صنف اول



مهارت های زنده گی

صنف اول





مهارت‌های زنده‌گی

صنف اول

سال چاپ: ۱۳۹۷ ه.ش.

مشخصات کتاب

مضمون: مهارت‌های زنده‌گی

مؤلفان: گروه مؤلفان کتاب‌های درسی مهارت‌های زنده‌گی

ویراستاران: اعضای دیپارتمنت ویراستاری و ایدیت زبان دری

صنف: اول

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

فهرست

شماره

صفحه

۱	درس اول: خودشناسی	۱
۲	درس دوم: خداشناسی	۲
۵	درس سوم: وطن شناسی	۳
۷	درس چهارم: آشنایی با مکتب	۴
۹	درس پنجم: آداب سلام دادن	۵
۱۱	درس ششم: آداب احوال پرسی	۶
۱۳	درس هفتم: آداب سخن گفتن	۷
۱۵	درس هشتم: آداب مجلس	۸
۱۷	درس نهم: آداب خوردن و نوشیدن	۹
۱۹	درس دهم: احترام پدر و مادر	۱۰
۲۱	درس یازدهم: احترام بزرگان	۱۱
۲۳	درس دوازدهم: حقوق همسایه‌ها	۱۲
۲۵	درس سیزدهم: احترام معلم	۱۳
۲۷	درس چهاردهم: آداب راه رفتن	۱۴
۲۹	درس پانزدهم: آداب بازار رفتن	۱۵
۳۱	درس شانزدهم: آداب صنف	۱۶
۳۳	درس هفدهم: روابط نیک با دیگران در صنف	۱۷
۳۵	درس هژدهم: نگهداری و کاربرد وسایل درسی	۱۸
۳۷	درس نوزدهم: آداب درس خواندن	۱۹
۳۹	درس بیستم: نیت خوب	۲۰
۴۱	درس بیست و یکم: خودداری از وسایل برقی	۲۱
۴۳	درس بیست و دوم: صحت خوب	۲۲
۴۵	درس بیست و سوم: پاک‌ی بدن و لباس	۲۳
۴۷	درس بیست و چهارم: غذای پاک و آب پاک	۲۴
۴۹	درس بیست و پنجم: پاک نگهداشتن محل زیست و مکتب	۲۵
۵۱	درس بیست و ششم: صحت و ورزش	۲۶
۵۳	درس بیست و هفتم: هوای تازه	۲۷
۵۵	درس بیست و هشتم: نگهداری محیط زیست	۲۸

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 انگیزه‌یابی، دانش قبلی 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.

درس اول

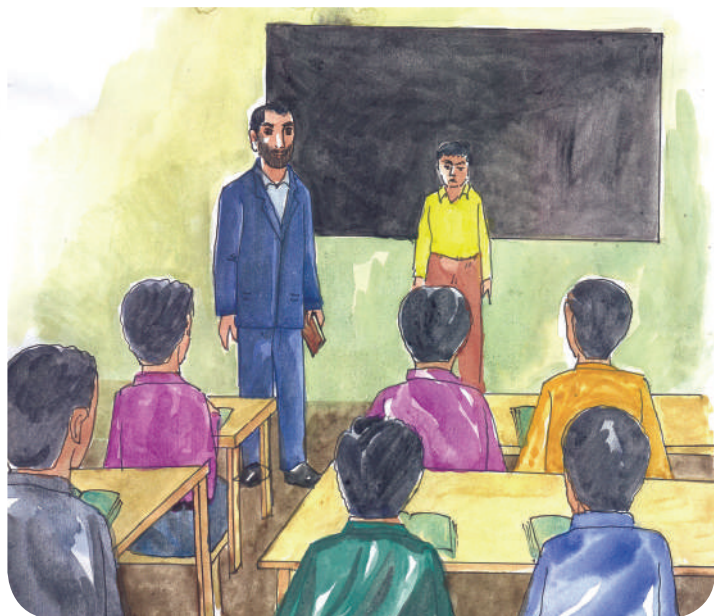
خود شناسی

اهداف

شاگردان نام خود، نام پدر و اعضای خانواده خود را گفته بتوانند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- نامت و نام پدرت چه است؟
- چند برادر و چند خواهر داری؟



وسیم خود را به دیگران معرفی می کند.



یک شاگرد به هم صنفانش خود را معرفی می کند.



فریده خود و برادرش را به اسد معرفی می کند.



به دیگران بگوئید

نام من وسیم است. نام برادرم هارون، نام پدرم نصیر و نام خواهرم فریده است.



خدا شناسی

اهداف

شاگردان این را بدانند که خداوند متعال یکی است و ما مخلوق او هستیم. حضرت محمد ﷺ پیامبر ما است.



بینید، فکر کنید و بگویید



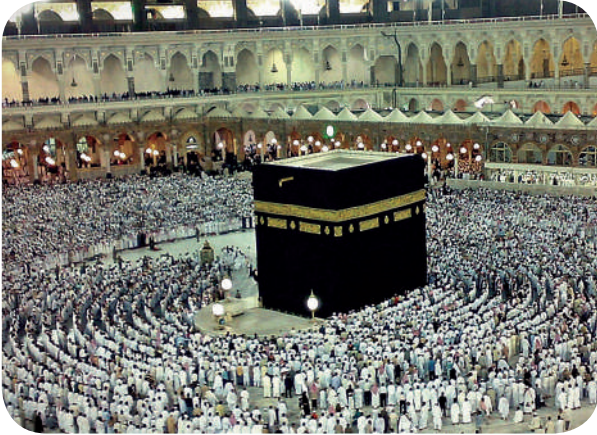
آنچه را در تصویر می بینید، همه مخلوق خداوند متعال هستند.



بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- ما را کی پیدا کرده است؟
- پیامبر ما کی است و ما پیرو کدام دین هستیم؟



کعبه شریفه



این اشخاص برای ادای نماز به مسجد می روند.



دختری قرآن شریف را ترجمه می کند و دیگران گوش می گیرند.



یک شاگرد تلاوت می کند.



به دیگران بگوئید

ما همه بنده گان خداوند متعال هستیم. خداوند جَلَّ جَلالُه یکی است. شریک و مانند ندارد. پیامبر ما حضرت محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ و دین ما اسلام است.



وطن شناسی

اهداف

شاگردان وطن خود افغانستان، پایتخت آن کابل و سه رنگ بیرق را بشناسند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- وطن ما و پایتخت آن چه نام دارد؟
- بیرق ما کدام رنگها را دارد؟



بیرق سه رنگ افغانستان

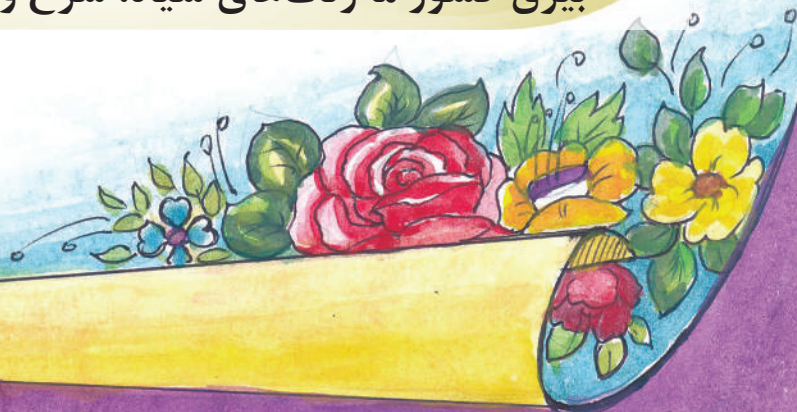


نقشه افغانستان



به دیگران بگوئید

وطن ما افغانستان است. پایتخت آن کابل می باشد.
بیرق کشور ما رنگهای سیاه، سرخ و سبز دارد.



آشنایی با مکتب

اهداف

شاگردان، صنف و دیگر جاهای مورد ضرورت؛ مثل تشناب، اداره و میدان سپورت مکتب خود را بشناسند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- ما برای چه مکتب می رویم؟
- مکتب تان چه نام دارد؟



بچه ها در میدان مکتب بازی می کنند.



مکتب



شاگردان به طرف مکتب روان استند.

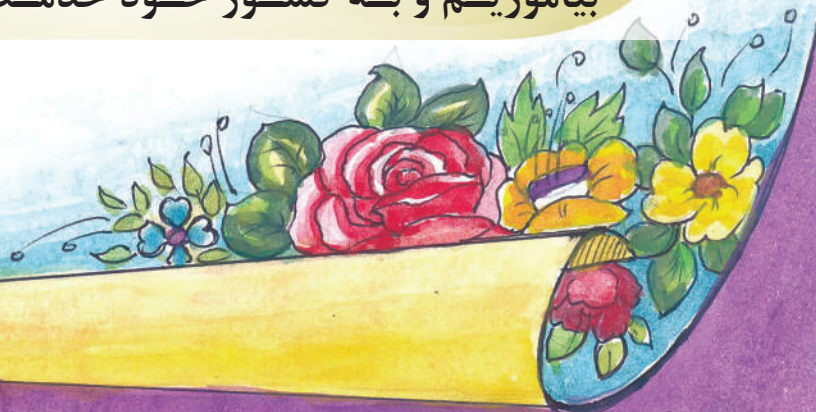


دخترها در میدان مکتب بازی می کنند.



به دیگران بگویید

ما برای درس خواندن به مکتب می رویم تا سواد بیاموزیم و به کشور خود خدمت نماییم.



آداب سلام دادن

اهداف

شاگردان آداب سلام دادن را بفهمند، و به سلام دادن عادت کرده، اهمیت آن را درک نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید

- السلام علیکم و رحمة الله و برکاته.
- وعلیکم السلام و رحمة الله و برکاته.



بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- اگر با کسی روبه رو شوید، اول چه می کنید؟
- به چه کسانی باید سلام داد؟



پسر بایسکل سوار به پسرهای نشسته سلام می دهد. شخص در حال راه رفتن به اشخاص نشسته سلام می دهد.



دختر خوب به همه سلام می دهد.



به دیگران بگوئید

ما که با هر شخص روبه رو شویم به او سلام می دهیم. سلام دادن محبت و دوستی را زیاد می سازد.



آداب احوال پرسی

اهداف

شاگردان باید آداب احوال پرسی را بدانند و به آن عادت گرفته؛ اهمیت آن را درک کنند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- احوال پرسى چه را می گویند و چه فایده دارد؟
- وقتی که با کسی روبرو شوید، چه می کنید؟



احوال پرسى با خوشى



احوال پرسى بدون توجه



در حال خدا حافظى



در حال احوال پرسى



به دیگران بگوئید

من با هر شخص به احترام احوال پرسى می کنم. احوال پرسى محبت را زیاد می سازد. احوال پرسى و خداحافظى با دو دست کار خوب است.



آداب سخن گفتن

اهداف

شاگردان، آداب سخن گفتن را بدانند.



ببینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- پیش از سخن گفتن چه باید کرد؟
- در هنگام سخن گفتن کدام نکات را باید در نظر بگیریم؟



یک شاگرد سخن می زند و دیگران با دقت می شنوند.



پسری با پسر دیگر که مشکل شنوایی دارد، سخن می زند.



یک دختر سخن می زند و دیگران با دقت می شنوند.

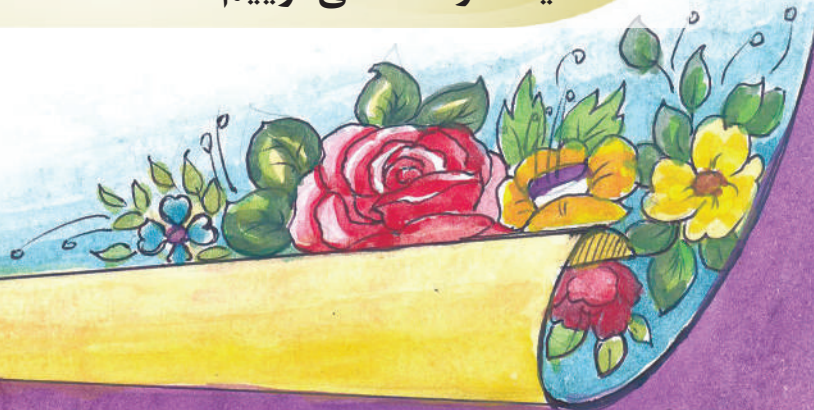


دو نفر صحبت می کنند نفر سوم در بین مداخله می کند.



به دیگران بگویید

ما پیش از سخن گفتن فکر می کنیم. حرف های خوب می زنیم و همیشه راست می گوییم.



آداب مجلس

اهداف

شاگردان آداب مجلس را فهمیده و توانایی عملی کردن آن را پیداکنند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- هرگاه در یک مجلس نشسته باشیم، کدام نکات را باید رعایت کنیم؟
- در مجلس از کدام کارها دوری کنیم؟



یک طفل در حال گوش دادن به سخنان بزرگان.



بزرگ خانه در حال صحبت کردن در مجلس.



چند دختر در حال صحبت کردن



به دیگران بگویید

من در مجلس حرفهای بزرگان را با دقت می شنوم. در هنگام صحبت کردن دو نفر صحبت آنها را قطع نمی کنم.



آداب خوردن و نوشیدن

اهداف

شاگردان باید آداب خوردن و نوشیدن را بدانند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- پیش از خوردن غذا کدام کارها را باید انجام دهیم؟
- غذا را از کدام قسمت بشقاب باید خورد؟



پسری هنگام غذا خوردن از پیش روی دیگران دست می اندازد و لقمه های خود را بزرگتر از اندازه می گیرد.



شستن دستها پیش از غذا خوردن



خانواده یی که برای خوردن غذا به صورت منظم بالای دسترخوان نشسته اند.



دختری در حال غذا خوردن



به دیگران بگویید

ما همیشه پیش از خوردن غذا دستهای خود را می شوئیم و با گفتن بسم الله الرحمن الرحيم خوردن غذا را شروع می کنیم. غذا را از پیش روی خود می گیریم، لقمه های خود را کوچک می گیریم و آن را خوب می جوئیم.



احترام پدر و مادر

اهداف

شاگردان باید حقوق پدر و مادر را بشناسند و احترام مادر و پدر جزء سلوک شان شود.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- با پدر و مادر خود چگونه باید رفتار کنیم؟
- چگونه می توانیم خدمت مادر و پدر خود را انجام دهیم؟



مادر در حال دعا کردن بعد از ادای نماز



پسری که پدر معیوب خود را به نماز آورده است.



یک مادر به طفل مریض خود دوا می دهد.



یک مادر به طفل خود شیر می دهد.



به دیگران بگویید

من پدر و مادر خود را احترام می کنم و خدمت آن ها را بالای خود لازم می دانم.

احترام بزرگان

اهداف

شاگردان ارزش و فواید احترام را فهمیده و بزرگان خود را احترام نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- اگر با بزرگان روبه رو شوید، چه می کنید؟
- شما در هنگام صحبت چه نکاتی را رعایت می کنید؟



یک طفل با بزرگان با بسیار احترام احوال پرسی می نماید.



آمر مکتب صحبت می کند و شاگردان با دقت می شنوند.



طفلی که برای صحبت کردن از بزرگان اجازه می گیرد.



یک طفل در حال احترام به بزرگان.



به دیگران بگویید

من بزرگان را احترام می کنم.



حقوق همسایه‌ها

اهداف

شاگردان باید حقوق همسایه‌ها را بشناسند و آن‌را رعایت نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- همسایه ها بالای ما چه حقوقی دارند؟
- با همسایه ها و اطفال آن ها چگونه رفتار می نمایید؟



دو طفل همسایه مریض را به شفاخانه می برد.



یک طفل به همسایه خود نان می دهد.



یک دختر با همسایه خود در کارها کمک می نماید.



دو طفل در حالت عیادت از همسایه مریض.



به دیگران بگویید

من با همسایه های خود و با اطفال آن ها رفتار و رویه خوب می نمایم. به آن ها با چشم احترام می بینم و آن ها را همیشه کمک می کنم.



احترام معلم

اهداف

شاگردان این را بفهمند که معلم قابل احترام است و احترام معلم را بالای خود لازم بدانند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- معلم چرا قابل احترام است؟
- در کارهای صنف از کی باید اجازه و کمک بخواهید؟



معلم درس می دهد و یک شاگرد اجازه داخل شدن به صنف را می خواهد.



شاگرد با معلم کمک کرده تخته را پاک می کند.



شاگردان برای احترام معلم ایستاده اند.

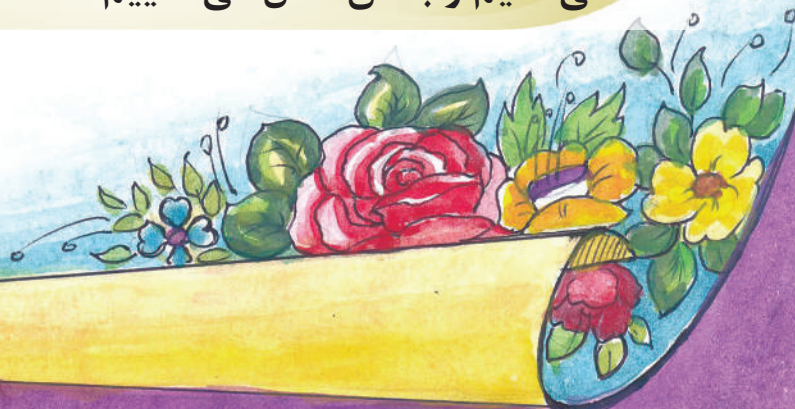


یک شاگرد با معلم کمک می نماید.



به دیگران بگویید

ما احترام معلمان خود را می کنیم و به سخنان آن ها گوش می دهیم و به آن عمل می نماییم.



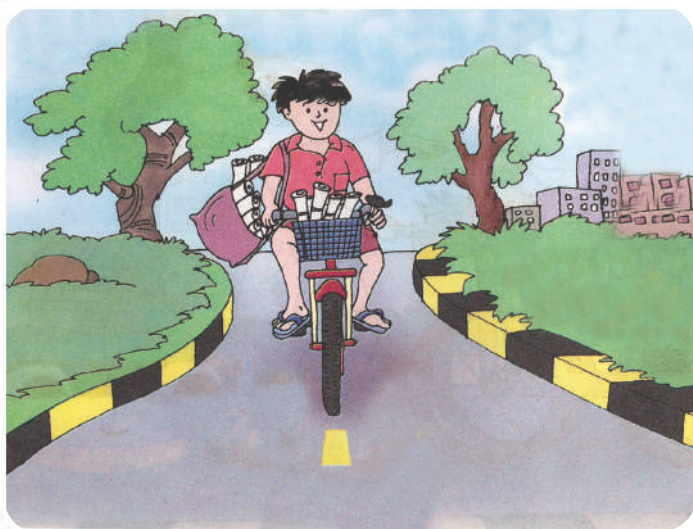
آداب راه رفتن

اهداف

شاگردان باید آداب راه رفتن را بدانند.



بینید، فکر کنید و بگویید



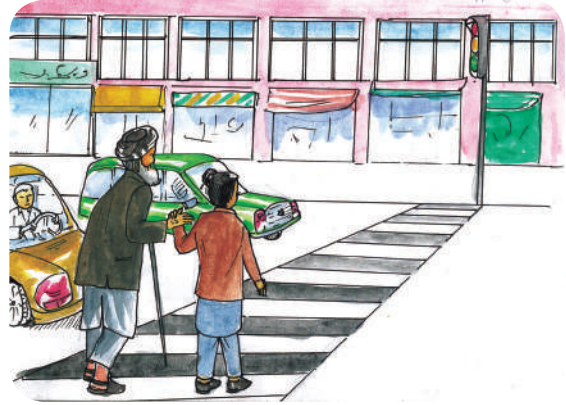
بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- ما از کدام طرف سرک و چه قسم باید راه برویم؟
- در راه وقتی با مردم رو به رو می شویم چه باید بکنیم؟



یک شاگرد در بین سرک بی پروا روان است.



شاگرد شخص محتاج را به طرف دیگر سرک می برد.



یک شاگرد آداب راه رفتن را مراعات می کند و از پیاده رو استفاده می کند.



به دیگران بگوئید

ما همه آداب راه رفتن را مراعات می کنیم. از کنار سرک و پیاده رو استفاده می کنیم. در بین سرک نمی رویم و در راه با اشخاص محتاج کمک می کنیم.



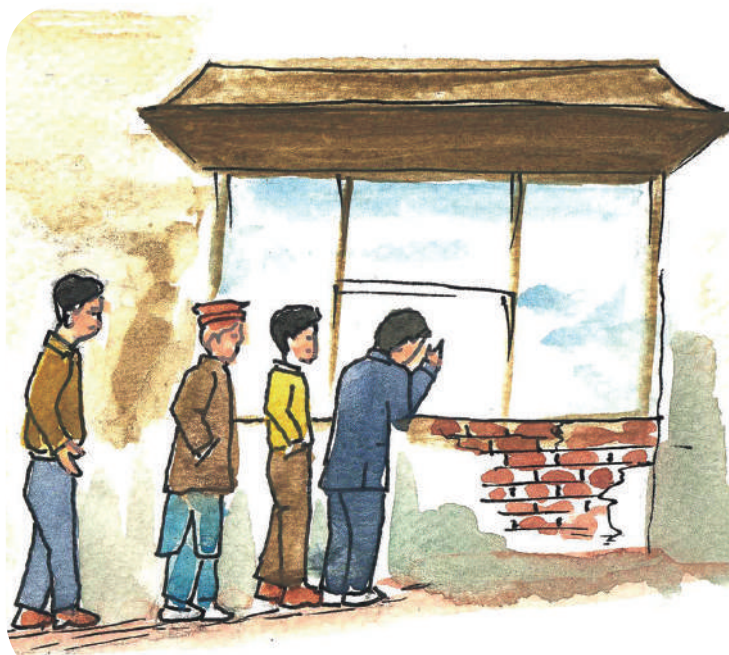
آداب بازار رفتن

اهداف

شاگردان با آداب بازار آشنا شوند. ضررهای گشت و گذار بی جا و بی مورد در بازار را بدانند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگوئید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- برای چه به بازار می رویم؟
- گشتن بی جا در بازار چه نوع یک کار است؟



یک پسر با بسیار احترام از دکاندار میوه می خرد.



یک طفل در وقت ضرورت برای گرفتن سودا به بازار می رود.



پسری که در بین سرک بازی می کند.



پسری بی پروا که در بین بازار روان است.



به دیگران بگوئید

ما بدون ضرورت به بازار نمی رویم. در جاهای ازدحام بسیار توجه می کنیم و با هر شخص رویه خوب می نماییم.



آداب صنف

اهداف

شاگردان آداب صنف را فهمیده و توانایی عملی کردن آن را پیداکنند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- صنف برای چه است؟
- صنف خود را چطور پاک نگهداریم؟



یک شاگرد از معلم خود برای بیرون رفتن از صنف اجازه می گیرد.



شاگردان خاموشانه درس را از روی کتاب می خوانند.



یک شاگرد در صنف، درس را از روی کتاب می خواند.



به دیگران بگویید

ما در وقت داخل شدن به صنف سلام می دهیم. در جای خود می نشینیم.
به درس معلم خود با دقت گوش می دهیم. در وقت ضرورت از معلم خود
اجازه می گیریم.



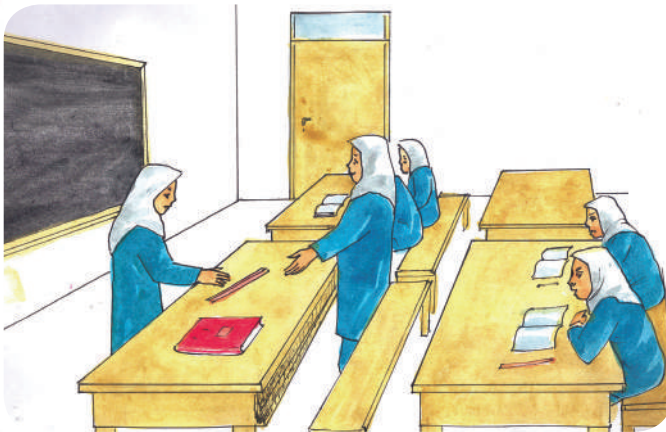
روابط نیک با دیگران در صنف

اهداف

شاگردان با هم‌صنفان خود با رابطه‌ی خوب آشنایی پیداکنند، و به آن عمل نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- با هم صنفان خود چگونه باید رویه کرد؟



شاگردان به طور دسته جمعی درس را می خوانند.



شاگرد شوخ بدون اجازه کتاب هم صنفی خود را می گیرد و آداب صنف را مراعات نمی کند.

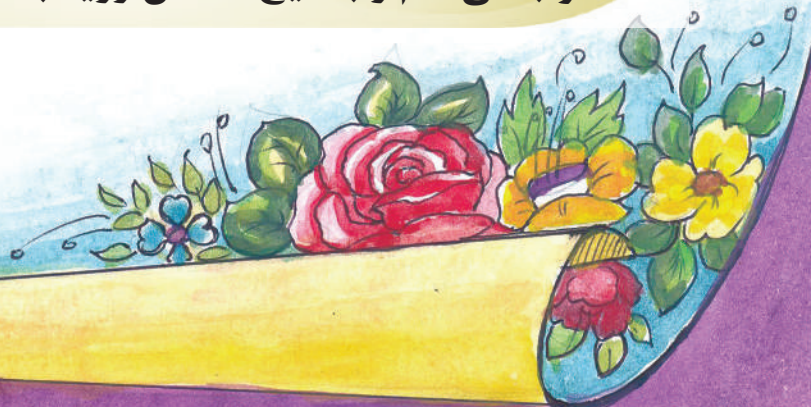


یک شاگرد با شاگرد دیگر کمک می نماید.



به دیگران بگویید

من با هم صنفان خود و با دیگر شاگردان مکتب مثل برادر رفتار خوب می کنم و با هیچ شخص رویه بد نمی نمایم.



نگهداری و کاربرد وسایل درسی

اهداف

شاگردان کاربرد وسایل درسی را بدانند و به نگهداری آن علاقه پیدا کنند.



ببینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- کدام وسایل را وسایل درسی می گویند.
- وسایل درسی باید چطور استعمال و نگهداری شود.



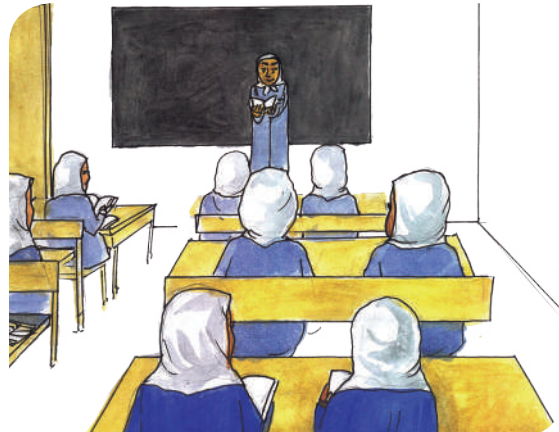
شاگردی که کتاب درسی خود را غیر منظم گرفته است.



شاگرد خوب کتابها، کتابچه، قلم و پنس خود را در بکس به شکل منظم می گذارد.



شاگردی که وسایل درسی را در جای آن می گذارد.



شاگردی که در وقت درس خواندن کتاب را منظم گرفته است.



به دیگران بگویید

من از وسایل درسی خود در وقت ضرورت استفاده می نمایم و بعد از استفاده، آنها را در یک جای مناسب می گذارم.



آداب درس خواندن

اهداف

شاگردان آداب درس خواندن و آموختن را بدانند و به خواندن درس علاقه پیدا کنند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- برای آموختن درس به کدام چیزها توجه باید کرد؟
- درس را چگونه بهتر آموخته می توانیم؟



دو شاگرد با هم یکجا مشکل درس خود را حل می کنند.



هر شاگرد در کارهای گروهی منظم حصه بگیرند.



یک شاگرد در فضای آرام مطالعه می کند.



یک شاگرد کارخانه گی را به وقت انجام می دهد.



به دیگران بگویید

من به درس های خود علاقه زیاد دارم. به سخنان معلم خود گوش می دهم. غیرحاضری نمی کنم و کارخانه گی را به وقت آن اجرا می نمایم.



نیت خوب

اهداف

شاگردان فواید داشتن نیت خوب را بدانند و به انجام کارهای نیک باورمند شوند.



بینید، فکر کنید و بگویید



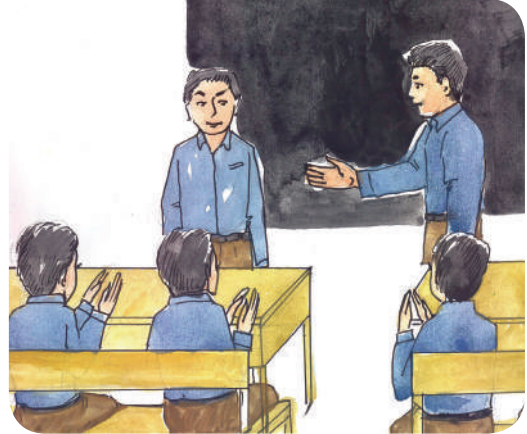
بشنوید و بگویید



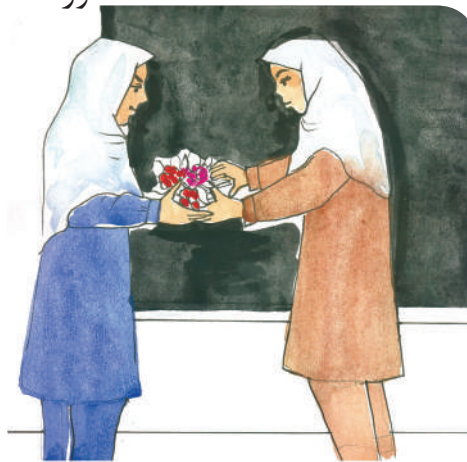
- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- نیت خوب و رواداری چه فایده دارد؟
- نیت بد چه ضرر دارد؟



شاگردی که در امتحان مقام اول را به دست آورده، معلم به وی تحفه می دهد.



یک معلم شاگرد خوب و فعال را تشویق می کند.



یک شاگرد از روی نیت خوب به هم صنفی خود تحفه می دهد.



به دیگران بگویید

ما همیشه برای هر شخص نیت خوب داریم.
بدنیتی و بخیلی کار بد است.



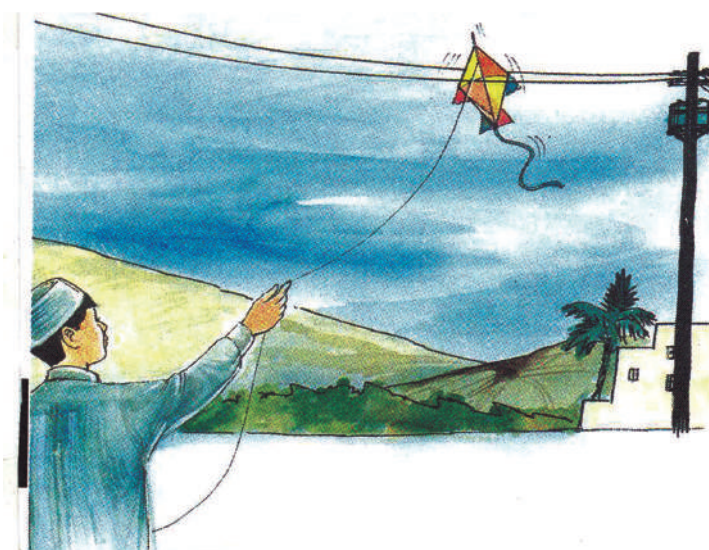
خودداری از وسایل برقی

اهداف

شاگردان خطر و زیان‌های برق را بدانند و از انجام کارهای خطرناک با برق خودداری نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



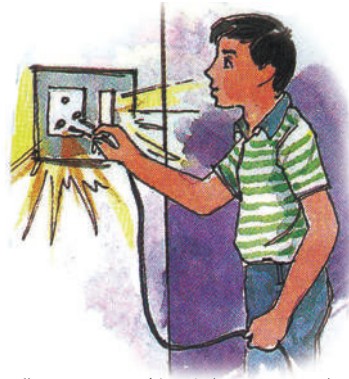
- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- دست زدن بی جا به وسایل برقی چه خطرها دارد؟
- چگونه می توان از خطرهای برق خود را نجات داد؟



پسری که بی جا به در وسایل برقی دست می زند.



شخصی که یک پسر را متوجه به لین های برق می سازد.

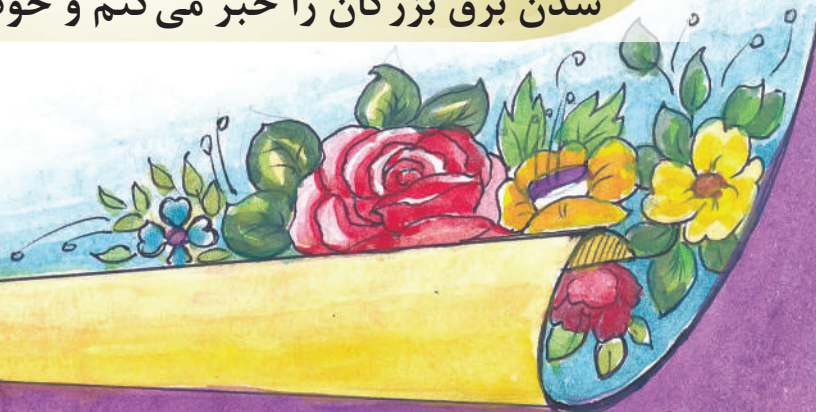


نزدیک ساختن وسایل فلزی در ساکت ها شارتی برق را به میان می آورد.



به دیگران بگویید

من با وسایل برقی در مکتب و خانه کار ندارم و در وقت خراب شدن برق بزرگان را خبر می کنم و خودم به آن دست نمی زنم.



صحت خوب

اهداف

شاگردان ارزش صحت خوب را بفهمند و به حفاظت آن توجه نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- برای صحت خوب چه چیزی ضرورت است؟



میوه برای صحت مفید است.



برای داشتن صحت خوب باید ورزش نمایم.



کارهای بالاتر از توان برای صحت ضرر دارد.



به دیگران بگویید

من برای صحت خود توجه زیاد می کنم، غذای ناپاک و غذای روی سرک را نمی خورم. بعد از خوردن غذا دندان های خود را با برس یا مسواک می شویم.



پاکی بدن و لباس

اهداف

شاگردان اهمیت و فواید پاکی بدن و لباس را بدانند و اضرار ناپاکی را بفهمند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- لباس پاک و بدن پاک چه فایده دارد؟
- لباس ناپاک و بدن چرک چه ضرر دارد؟



پسر پاک بسیار خوب معلوم می شود.



یک دختر با لباس پاک به مکتب می رود.



یک دختر پاک دندان های خود را برس می نماید.

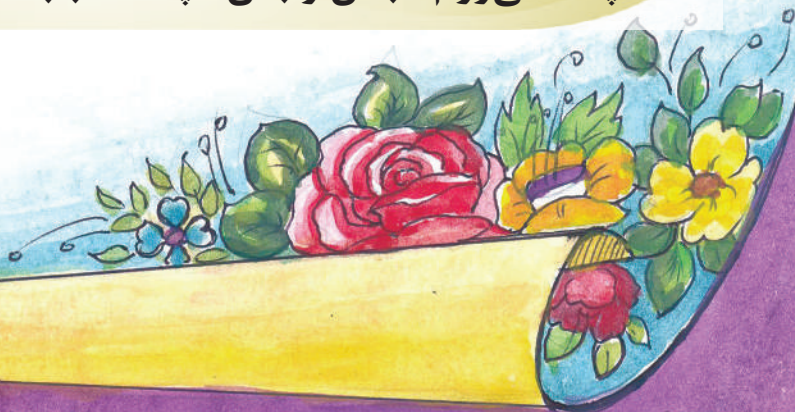


اشخاص بی نظافت همیشه مریض می باشند.



به دیگران بگویید

من لباس پاک را بسیار خوش دارم. به مکتب با لباس پاک و بوت های پاک می روم. لباس و بدن ناپاک سبب مریضی می شود.



غذای پاک و آب پاک

اهداف

شاگردان فواید غذای پاک و آب پاک را بدانند و اضرار استفاده از غذاهای ناپاک و نوشیدنی های ناپاک را بفهمند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- غذای پاک و آب پاک چه فایده دارد؟
- غذای ناپاک و آب ناپاک چه ضررهای دارد؟



غذای دیگ‌های سرپوش دار پاک می‌باشد.



غذای گرد و خاک آلوده کنار جاده و بازار برای صحت ضرر می‌رساند.



آب چاه سرپوش‌دار و آب نل برای صحت مفید می‌باشد.



یک آشپز خوب همیشه غذای پاک را تهیه می‌کند.



به دیگران بگویید

غذا و آب پاک برای صحت فایده دارد. غذا و آب ناپاک برای صحت ضرر می‌رساند.

پاک نگهداشتن محل زیست و مکتب

اهداف

شاگردان اهمیت پاکی خانه و مکتب را بدانند و از ناپاکی آنها جلوگیری نمایند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- هرگاه مکتب و یا خانه شما ناپاک باشد، چه ضرر دارد؟
- چگونه مکتب و خانه خود را پاک نگهداریم؟



شاگرد بی پروا پوست میوه را بی جامی اندازد،
شاگرد خوب آن را گرفته در کثافت دانی
می اندازد.



یک شاگرد خوب اشیای باطله و کاغذهای بیکار
را جمع می نماید.



پاک نگهداشتن جای بودوباش کار خوب است.



پاک کردن صنف تنها کار ملازم نه؛
بلکه مسؤولیت تمام شاگردان است.



به دیگران بگویید

ما کوشش می کنیم صنف، مکتب و خانه خود را پاک
نگه داریم و از ناپاکی ها جلوگیری نماییم.



صحت و ورزش

اهداف

شاگردان اهمیت ورزش را دانسته؛ بازی های ورزشی را جز کارهای روزانه خود بسازند.



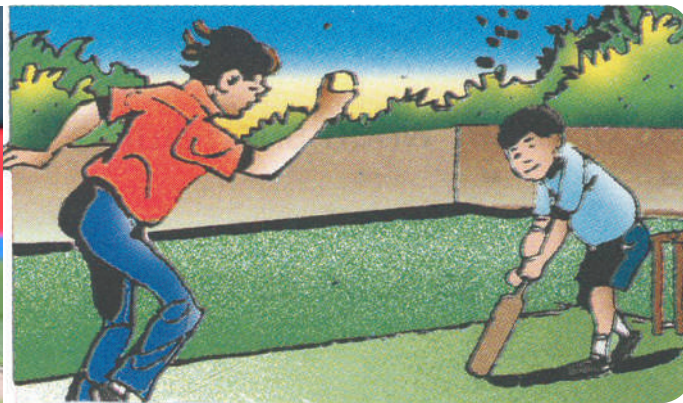
بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- بازی های ورزشی برای صحت چه فایده دارند؟
- در وقت بازی کردن باید کدام نکات را در نظر بگیریم؟



بازی کرکت یک بازی مفید است. در وقت اجرای بازی باید لباس های مخصوص آن پوشیده شود.



آب بازی در آب های پاک و بی خطر برای صحت فایده دارد.



به دیگران بگویید

من به ورزش علاقه دارم. هر صبح ورزش می کنم.
ورزش تمام اعضای بدن را فعال نگه می دارد. باید
بی وقت و بی جا بازی نکنیم.



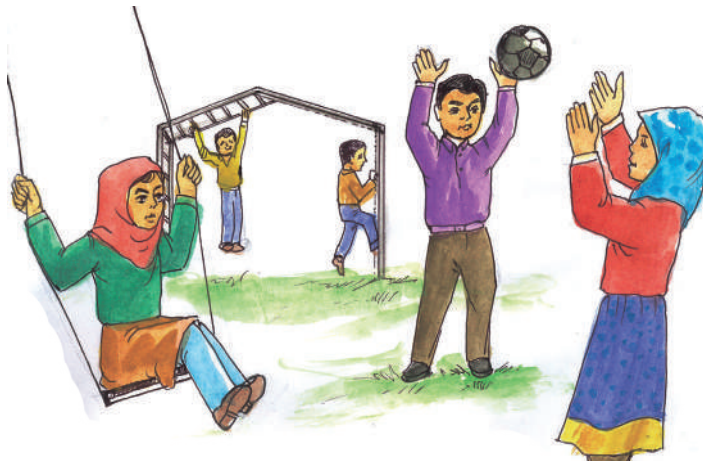
هوای تازه

اهداف

شاگردان بدانند که هوای پاک و تازه برای صحت فایده دارد و در نگهداری پاک‌ی هوا سهم بگیرند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- هوای تازه برای صحت چه فایده دارد؟



شاگردان در هوای تازه و پاک درس می خوانند.



شاگردان در هوای پاک و تازه ورزش می کنند.



هوای تازه و محیط زیست



به دیگران بگویید

هوای تازه برای زنده گی لازم است. در هوای تازه درس خوب آموخته می شود. ورزش نیز در هوای پاک فایده دارد. برای داشتن هوای بهتر باید محیط زیست پاک و سرسبز نگهداری شود.



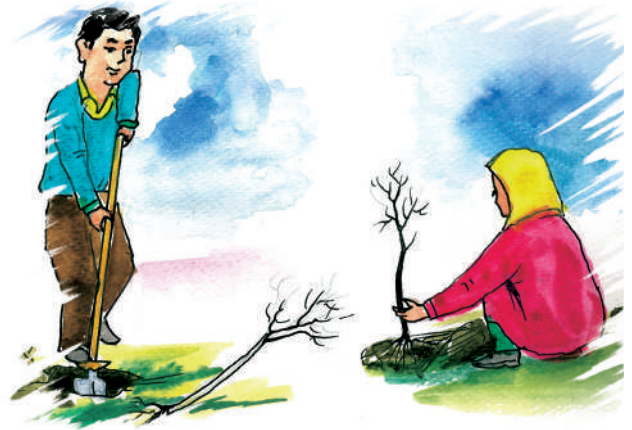
نگهداری محیط زیست

اهداف

شاگردان فایده محیط زیست پاک را بدانند و در پاکی محیط زیست سهم بگیرند.



بینید، فکر کنید و بگویید



بشنوید و بگویید



- در تصویرهای زیر چه می بینید؟
- محیط زیست خود را چگونه از ناپاکی ها نگهداریم؟
- درختان سبز و بته ها در پاکی محیط زیست چه نقش دارند؟



ما همه باید در پاکی محیط سهم بگیریم.



نگهداری از نباتات سبب پاکی محیط زیست می گردد.

دود و غبار باعث آلوده گی محیط می شود.



به دیگران بگویید

ما محیط زیست خود را پاک نگه می داریم. به درخت های سبز و بته ها علاقه زیاد داریم. زباله ها را بی جا نمی اندازیم و از آلوده شدن محیط جلوگیری می نماییم.

