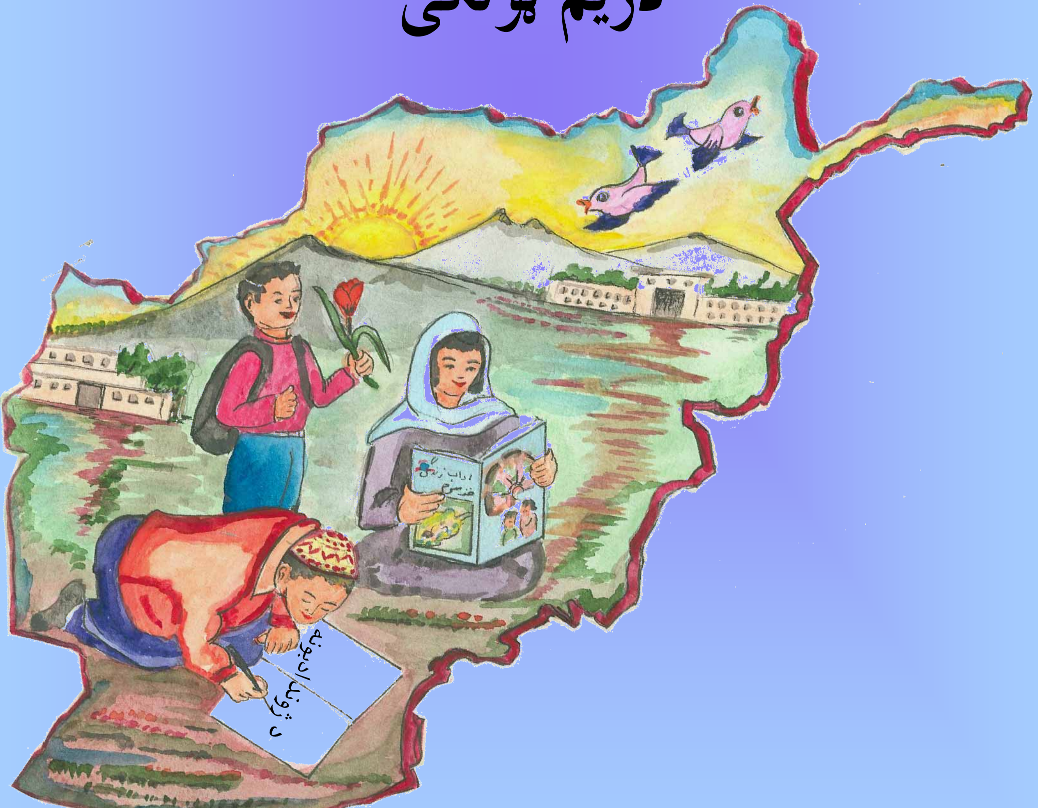
د پوهنې وزارت
د تعليمي نصاب د پراختيا او د
درسي کتابونو د تاليف رياست

د ژوند مهارتونه

دريم ټولګی



د چاپ کال: ۱۳۸۸هــ ش

د پوهنې وزارت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او د
درسي کتابونو د تالیف ریاست

د ژوند مهارتونه

دریم ټولګی

د چاپ کال: ۱۳۸۸هـ . ش.

د کتاب د تاليف، څېړنې او تدقيق کمېټې

ليکوالان:

۱. ترينا ستار محب زاده د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د بيولوژي ديپارتمنت علمي غړې.
۲. د سر مؤلف مرستياله پروين قاريزاده لعلي د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د بيولوژي ديپارتمنت آمره.
۳. د سر مؤلف مرستياله رابعه منصور د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د فزيک ديپارتمنت آمره.
۴. ژباړونکی: د مولف مرستيال سهراب ديدار د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د پښتو ديپارتمنت علمي غړی.

تاييد او مطالعه:

- د ولسي او مشرانو جرګې د ديني، پوهنې او عالي تحصيلاتو د کميسيونونو محترم غړي.

د تدقيق او څېړنې کمېټې:

د کابل پوهنتون:

- پوهاند دکتور الف شاه ځدران د ټولنيزو علومو د پوهنځي استاد.

د پوهنې وزارت:

- پوهنوال حميدالله ويدا د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- محمد عزيز بختياري د پوهنې وزارت سلاکار.
- غلام سرور بغلاني د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د دري ديپارتمنت علمي غړی.

د کابل ښار د پوهنې رياست:

- رحمت الله د ميرويس هوتکي د ليسې ښوونکی.
- فريده د قاري عبدالله د ليسې ښوونکې.

د کولمبيا ټيم:

- سوسن وردګ.

د محتوا، ديني، فرهنګي او سياسي برخو د څېړنې کميټه:

- حيات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- دکتور محمد يوسف نيازي د پوهنې وزارت سلاکار.
- محمد آصف ننګ د پوهنې وزارت د خپرونو او اطلاعاتو رئيس.

د څېړنې او تدقيق د څارنې کمېټه:

- دکتور عبدالغفور غزنوي د پوهنې وزارت د تعليمي نصاب د پراختيا، د ساينس مرکز او د خپرونو مرستيال. دکمېټې رئيس
- محمد صديق پتمن د پوهنې وزارت تدريسي مرستيال. غړی.
- د سرمؤلف مرستيال عبدالظاهر ګلستانی د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تأليف رئيس. غړی.

بسم الله الرحمن الرحيم

پيغام

د لوی خدای (ج) شکر ادا کوو چې زموږ د مجاهد ملت دکلکې ارادې، بېدريغه قربانيو، د ملګرو ملتونو او د نړۍ د بشردوستو هېوادونو د نيکو هلوځلو په پايله کې په هېواد کې سراسري سوله او مشروع سياسي نظام ټينګ شو او له جګړې څخه را پيدا شوی ځوکلن کړاو يې پای ته ورساوه. د افغانستان اسلامي جمهوريت او په سرکې يې جلالتمآب حامدکرزی د واکمن وګړنيز نظام له پېل څخه ملي سترو مــوخو ته د رسېدو په هيله د هېواد د بيارغاونې او پراختيا په ټولو برخوکې د نوو پروګرامونو تګلاره پيل کړې ده. د ښوونې او روزنې په برخــه کــې او د معارف د نــوي کيـدو او غوړيدو په لاره کې هڅې، د ملي يووالي، متمدنو، رښتينو او د پياوړو مسلمانانو پـه توګـه د نـوی ځوان نسل د روزنې په برخه کې د دغه جلالتمآب زيات ملاتړ او زړه سواندې لارښوونې چې تــر تطبيق لاندې دي د ډېرې درناوي وړ دي.

دپوهنې وزارت دهغو لارښوونو او نوښتونو له جملې څخه چې دافغانستان دپــوهنې د بيارغـاونې پــه لاره کې يې ترلاس لاندې لري، د تعليمي نصاب د پرمختيا او درسي کتابونو د تـاليف رياسـت تــه دنده ورکړې ده چې له يوې خوا د ښوونځيو د لوست دکتابونو دکمښت او نـشتوالي سـتونزه لـرې کړي او له بل پلوه د افغانستان د اسلامي جمهوري دولت د علمي او فرهنګي پاليسۍ اوموخــو پــه رڼا کې د داسې واحد تعليمي نــصاب پــه ترتيبولــو بوخــت شــي چــې د هېــواد اوسـيـو او راتلونکــو اړتياوو ته ځواب ووايــي. زمــوږ نــوی تعليمــي نــصاب چــې د افغانــي ټــولنې لــه غوښــتنو او نړيوالــو معيارونو سره عيار شوی، موخه يې د هېواد د بچيانو اسلامي اوعلمي روزنه اوزده کــړه ده چــې پــه نتيجه کې يې دپوهنې د زده کوونکو، ماشومانو، تنکيوځوانانو او ځوانانو په ذهــن کــې ســالم تفکــر پياوړی او هغوی د نوې پوهې له ارزښـتونو سـره آشـنا کـوي. زمـوږ د هېـواد ځوانـان بايـد متـدين مسلمانان، هيوادپال، بشرپال او د پوهې او کمال پر ګاڼه سمبال انسانان وروزل شي ترڅو د علومو د پرمختيا او معاصر تمدن له پرمختګ سره اشنايي ترلاسه کړي او په ټينګ هوډ سره له هغـو نـوو او مثبتو بدلونونو څخه چې رامنځته شوي دي ګټه واخلي. دنوي افغانستان او د يوې سـوکاله ټـولنې د جوړونې په موخه د ساينس او تکنالوژۍ له بـدلونونو سـربېره بايـد د انـساني علومـو لـه بنسټونو، د بشري حقونو د ساتنې، سولې، هېوادپالنې، ملي يوالي، د استوګنې د سالم چاپيريال د ساتنې اوسوله ييز ګډ ژوند څخه خبر وي. د جهل له تورتم او د مخدره توکو له توليـد او قاچـاق سـره مبـارزه د خپلوزده کړوپه سرکې په پام کې ونيسي.

مونږ له رښتينو، زړه سواندو اوتجربه لرونکو ښوونکو څخه چې د نوي تعليمي نصاب په تطبيق کې د هېواد د بچيانو د زده کړې او روزنې سترمسؤليت پر غـاړه لـري او دغـه راز د هېـواد د پـوهنې د برخې له نورو علمي، فرهنګي شخصيتونو او پوهانو څخه هيله لـرو چـې د خپلـو رغنـده نظرونـو او وړانديزونو په وړاندې کولو سره زموږ له ليکوالو سره د درسي کتابونو پـه ليکلـو او پـياوړې کولـو کې مرستې وکړي. په همدې ډول له تمويلوونکو هېوادونو او درنو سـازمانونو (د امريکـا د متحـده ايالتونو د نړيوالې پراختيا اداره، دانيدا، يونيسف، نړيوال بانـک اويونيـسکو)څخه چـې دکتـابونو پـه تاليف او چاپولوکې يې د پوهنې له وزارت سره مادي اوتخنيکي مرسته کړې ده مننه کوو. له ټولو ګرانو زده کوونکو، درنو ښوونکو او محترمو ميندو پلرونو څخه هيله کوو چې د درسي کتابونو پــه ښه ساتنه کې خپله مرسته ونه سپموي.

فاروق وردک

دافغانستان داسلامي جمهوريت دپوهنې وزير

لړلیک

شمېر	سرلیک	مخ

لمړی فصل

۱	سوله ییز ژوند	۱
۲	د سوله ییز ژوند لارې چارې	۳
۳	له نورو سره ګډ ژوند	۵
۴	له نورو سره خواخوږي	۷
۵	ځان پیژندنه	۹
۶	حق غوښتنه	۱۱
۷	زړورتیا درلودل	۱۳
۸	د ستونزو پیژندنه	۱۵
۹	د ستونزو حل	۱۷
۱۰	غوسه	۱۹
۱۱	تېرېدنه او پخلاینه	۲۱
۱۲	د لومړي فصل لنډیز	۲۳

دویم فصل

۱۳	شکر ایستل	۲۵
۱۴	خیر رسول	۲۷
۱۵	خوشبختي او بدبیني	۲۹
۱۶	ښه شخص	۳۱
۱۷	ښه اخلاق	۳۳
۱۸	ځان او نورو ته درناوی	۳۵
۱۹	د نورو قدر کول	۳۷
۲۰	ښه نظر ورکول	۳۹
۲۱	له نورو سره ښه چلند کول	۴۱
۲۲	په ځان او نورو مهرباني	۴۳

۲۳	صبر او حوصله	۴۵
۲۴	د نورو خبروته غوږنیول	۴۷
۲۵	د اختلافونو په باره کې مفاهمه	۴۹
۲۶	د دویم فصل لنډیز	۵۱

دریم فصل

۲۷	توده او سړه هوا	۵۳
۲۸	د طبیعي پېښو خطرونه	۵۵
۲۹	له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتل	۵۷
۳۰	په کور کې له خطرونو څخه مخنوی	۵۹
۳۱	په سرکونو باندې له خطرونو څخه ځان ساتل	۶۱
۳۲	د ماین او وسلې څخه ځان ساتل	۶۳
۳۳	د غیر صحي اوبو له خطرونه ځان ساتل	۶۵
۳۴	د حفظ الصحي مراعاتول	۶۷
۳۵	د دریم فصل لنډیز	۶۹

څلورم فصل

۳۶	د نورو د نظریو قدر کول	۷۱
۳۷	زمونږ د هېواد قومونه	۷۳
۳۸	زمونږ د هېواد ژبې	۷۵
۳۹	ورته والي او قومي دودونه	۷۷
۴۰	ښاري او کلیوالي ژوند	۷۹
۴۱	د څلورم فصل لنډیز	۸۱

د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې:

ګرانو ښوونکو! د دريم ټولګي (د ژوند مهارتونه) کتاب د فعال سيستم (شاګرد محوري) له مخې تاليف شوی دی. دغه هدف د ټولنې د بچيانو د لومړنيو اړتياو په پام کې نيولو سره ټاکل شوی دی. هيله من يو چې دغه هدف د ټولنې د بچيانو او له يوه سالم انساني ژوندانه سره د هغوی مينه رامنځته کړي.

که څه هم د کتاب په ليکلو کې لږ توپير موجود دی (هغه هم د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې او د زده کړې فعاليت) په بشپړ او هر اړخيزه توګه په لومړۍ برخه کې ليکل شوي دي. ښاغلي ښوونکي زياته ګټه ترې اخيستلي شي او دغه راز د کتاب په ځينو مخونو کې د زده کوونکو له پاره هم ځينې فعاليتونه روښانه شوي دي. دکتاب د جوړښت په باره کې بايد ووايو چې کتاب څلور فصلونه او ۴۱ لوسته لري. د کتاب فصلونه او لوستونه له يو بل سره منطقي ارتباط لري. په يو کال کې ۵۲ درسي ساعتونه ورته ټاکل شوي دي.

د يادولوړ ده چې د لومړي او دوهم فصل له پاره درې اضافي ساعتونه او د دوو وروستنيو فصلونو له پاره دوه اضافي ساعتونه په پام کې نيول شوي دي چې د ځينو معذرتونو د رامنځته کېدو په وخت د ساعتونو د له لاسه ورکولو يا د زده کوونکو د علاقې وړ فعاليتونو د تکرار په وخت کې ترې استفاده وشي.

هر لوست دوه مخه دی چې په لومړي مخ کې سر ليک، موخه، فکر رامنځته کوونکې پوښتنې، انځورونه او د زده کوونکو له پاره يو دوه د زده کړې فعاليتونه ځای شوي دي. په دويم مخ کې د لوست متن، د متن د اساسي مفاهيمو په باره کې پوښتنې، د تدريس شوي لوست ارزيابي او کورنۍ دنده ځای شوې ده. لوست ورکول هغه وخت ښه اغيزه لري چې د زده کوونکو له پاره د زده کړې يو رښتنی چاپيريال په لاندې توګه رامنځته شي.

د زده کړې چاپېريال

۱- هره ورځ خپل لوست په سلام ويلو او احوال پوښتنه پيل کړئ. له هغو زده کوونکو څخه چې په ستونزو اخته دي د بيلګې په توګه ناروغه شوي وو يا څه نورې ستونزې يې درلودې پوښتنه وکړئ.

۲- له زده کوونکو سره په خندا او خوشحالۍ خبرې وکړئ هڅه وکړئ. چې د ټولګي چاپيريال د خوشحالۍ له پاره له مناسبو کيسو او لطيفو څخه کار واخلئ.

۳- د زده کوونکو خبرو ته په درناوي سره غوږ ونیسئ. هڅه وکړئ چې د پوښتنې د کولو او د نظر څرګندولو روحیه یې پیاوړې کړئ.

٤- زده کوونکي هر کوچني پر مختګ ته وهڅوئ او دهغوی د زیار ستاینه وکړئ.

٥- د زده کوونکو سره له ملنډو او سپکو الفاظونه ډډه وکړي.

٦- د ټولګي دېوالونه په هغو انځورونو ښکلې کړئ چې زده کوونکو کښلي وي.

٧- معیوبو، معلولو او هغو زده کوونکو ته چې له چا سره نه کیني(ګوشه ګیر) وي زیاته پاملرنه وکړئ. د هغوی د فعالیتونو په ابتدا کې ورسره مرسته وکړئ چې د هغوی د هڅونې وړ وګرځي.

٨- دلوست له پیل تر مخه د کتاب په فصلونو کې ټول لیکل شوي موضوعات له نظره تیر کړئ چې عمومي هدفونه درته څرګند شي. ځان سره فکر وکړئ چې څه ډول کولی شئ زده کوونکي پوه کړئ.

٩- راتلونکي لوست ته د تیاري له پاره د لوست د هدف برخې، فکر را منځته کوونکې پوښتنې، په انځورونو کې مهم ټکي، د زده کوونکو د زده کړې فعالیتونه، دلوست متن، د ارزیابي او کورنۍ دندې برخې ښه مطالعه او تحلیل کړئ.

١٠- ښاغلي ښوونکی دې د نوي لوست د انځورونو او رسمونو دتشریح او تحلیل اوپر هغه پورې د اړوندو کیسو د جوړولو له پاره بشپړ تیاری ولري. د لوست متن او عبارت دې په لوړ اواز ووایي او مفهوم دې په ساده ژبه بیان کړي او وروسته دې له زده کوونکو څخه د هغه علمي مفهوم وغواړي چې ویې وایې او کله دې له زده کوونکو سره په چوپه خوله لوستل تمرین کړی اود لوست د مفهوم پوښتنه دې ترې وکړي.

١١- له احوال پوښتنې څخه وروسته په تیر لوست یو نظر وکړئ جملې او کورنۍ دندې انځورونه وګورئ او تشریح یې کړئ له څو زده کوونکو څخه وغواړئ چې خپلې جملې ووایي او خپل انځورونه تشریح کړي له هغو وغواړئ چې د تیر لوست لنډیز او یاهغه څه چې له خپلو میندو او پلرونو څخه یې اوریدلي وي د کورنۍ دندې په توګه ووایي.

۱۲- ښاغلي ښوونکی دې په تیر لوست باندې له نظرڅخه وروسته دمثالونو او پوښتنو په واسطه د تیر لوست ارتباط دنوي لوست سره وکړي. دنوي درس په هدف زده کوونکي پوه کړی شي چې د دې لوست له زده کړې وروسته کوم مهارت اوتوانايي ترلاسه کوي او په هغه لوست له پوهېدو وروسته دهغوي په سلوک کې کوم مثبت بدلون را منځه کيږي او څه ډول دخوښۍ احساس کوي.

۱۳- ښاغلی ښوونکی دې نوی لوست په هغو پوښتنو پیل کړي چې له هدف څخه وروسته ځای په ځای شوي دي. د داسې پوښتنو طرحه کول په حقیقت کې دزده کوونکو دنوي لوست په باره کې دهغوی پخواني معلومات معلوموي او هغوي دې ته هڅوي چې فکر وکړي.

۱۴- دلوست زیاتره برخه انځورونه او رسمونه دي چې باید په خپله د زده کوونکوله خوا تشریح شي .

زده کوونکو ته دې وخت ورکړی چې په انځورونو باندې په ډله ییزه توګه خبرې وکړي او وروسته دې یوتن دخپل ګروپ په استازیتوب په لوړ او از تشریح کړي چې په رسمونو کې يې څه شی لیدلي دي؟

ښاغلی ښوونکی دې د زده کوونکو دخبرو په تایید د انځورونو اود نوي لوست دسرلیک په باره کې زباني څرګندوني وکړي

۱۵- دښي زده کړې له پاره سیمه ییزو مثالونو او کیسوڅخه کار واخلي او دلوست متن په لوړ اواز ووايي وروسته یو دو و زده کوونکوته ووايي چې لوست تکرار کړي او بیا له هغوی څخه پوښتنه وکړي چې دلوست دمتن په باره کې څه وپوهېدل. وروسته دې هغه په ساده ژبه بیان کړي.

۱۶- د دې مضمون زده کړه کې دزه کوونکوعملي کار، د ډرامو اجراءکول ، کيسو او فکاهيو ويل او د رسمونو ايستل ضروري بلل کيږي د دې چارو سرته رسول به لومړی ستونزمن کار وي خو د وخت په تېرېدو سره زده کوونکي ورسره عادت کيږي.

فعاليتونه اوونده اخيستنه:

۱۷- ښوونځي ته د راتګ په لومړی يادوهمه ورځ د ټولګي ټول زده کوونکي له څلورو څخه تر شپږو ګروپونو باندي وويشئ. هر ګروپ په ځانګړي شمېر لکه (۳، ۲، ۱ اونورو) ونوموئ له دغې ډلبندی څخه د زده کړې په فعاليتونو کي کاروکړئ.

۱۸- دفعاليتونوپه جريان کي بي زړه زده کوونکوته وخت ورکړئ چي صنفي فعاليتونو کې ونډه واخلي او په خپل ځان باندې باور پيدا کړي.

۱۹- ښاغلی ښوونکی! دلوست په پای کي زده کوونکوته کورنی دنده ورکړئ له کورنی دندې څخه موخه کورنيو ته د درسي مفاهيمولېږدول او له هغوي سره د نظر راکړه ورکړه ده. دغه رازدموضوعاتوتکرار د زده کوونکو د ښه پوهېدو سبب ګرځي او د هغوی په دايمي عادت بدليږي. هغه پوښتنې چي له ميندو او پلرونو څخه يې اوري ټولګي ته راوړي او ګډه ور څخه واخلي، دغه راز دانځورونو کښل، جملو ليکل، د ځينو مفاهيمو لست کول په کورني کار کي شامل او دليدلو وړ دي .

۲۰- د ژوند مهارتونو په کتاب کې د زده کوونکو هر فعاليت له پيل څخه تر پای د غور او ارزيابي وړ دی.

۲۱- د زده کوونکو د هميشنی ارزيابی له پاره يوه کتابچه برابره کړئ او هر زده کوونکي ته يو مخ ځانګړی کړئ. په دې مخونو کې د زده کړې په فعاليتونو کې د زده کوونکو د ونډې په هکله د خپلې ارزيابی او ليدنې نتيجې د زده کوونکو په سلوک کې مثبت بدلونونه وليکئ.

د هرې اونۍ په پای کې د ارزيابۍ د پاڼو مخونه وګورئ چې د زده کوونکو له پر مختګ څخه خبر شئ د هغو په باره کې چې مرستې ته اړتيا لري ځانګړي تدبيرونه ونيسئ.

۲۲- د ارزيابي د پاڼو په ليدلو سره کولی شئ د خپل لوست ورکولو په ميتود او لاروچارو باندې باور تر لاسه کړئ او زياته پرمختيا وکړئ. که چېرې د ارزيابۍ قوس نزولي وي لطفا د هغو زده کوونکو په هکله چې زياتې مرستې ته اړتيا لري ځانګړی تدبيرونه ونيسئ.

۲۳- په دې مضمون کې د اساسي مفاهيمو د زده کړې تر لاسه کول د زده کوونکو په چلند کې عملي مهارتونه او مثبت بدلون د ارزيابي ملاک ګرځي.

لومړی فصل

لومړی لوست:

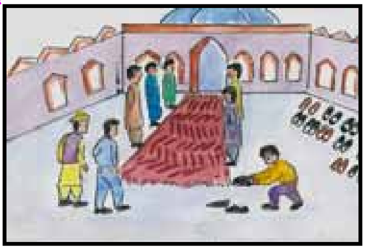
سوله ییز ژوند

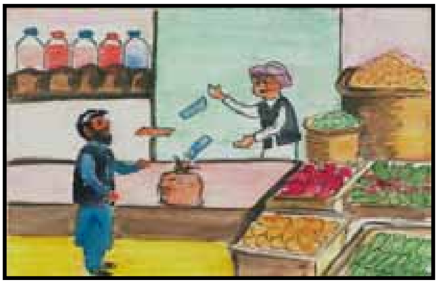
موخه: زده کوونکي به په کور، ښوونځي، جومات او د خلکو ترمنځ د سوله ییز ژوند لارې چارې زده کړي.

پوښتنې:

- په جومات کې د کومو آدابو رعایت کول ضروري دي؟
- د کور، ښوونځي او یا ټولنې په کارونو کې مرسته څه ګټه لري؟
- څرنګه کولی شو چې له ګاونډي سره مرسته وکړو؟
- ولې په بد عمل او وینا سره انسان له ټولنې څخه لیرې کېږي؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه ګورئ؟





فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې لومړی ښه چلند او بیا بد چلند تمثیل او پرتله کړي او نتیجه دې تر لاسه کړي.
- زده کوونکي دې د یوه سوله ییز ژوند ښېګڼې بیان کړي او ودې وایي چې یوه ستونزه څه ډول حل کوي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

مور، جومات او ښوونځي ته ځو. له خپلو ټولګیوالو سره یو ځای درس وایو. د ټولګي، د جومات د انګړ او خپل ښوونځي په پاکولو کې ونډه اخلو. جومات او ښوونځی زموږ د ټولنې یوه کوچنۍ ټولنه ده، غواړو چې له جومات او ښوونځي څخه د یو ښه او سوله ییز ژوندانه د بنسټ ایښودل زده کړو ترڅو وکړای شو په خپله ټولنه کې له نورو هېوادوالو سره مرسته او په سوله او دوستۍ کې ژوند وکړو او نیک چلند ولرو. د یو بل په وړاندې له رښتیا، صبر او حوصلې، دوستۍ، پخلاینې او ښېګڼې څخه کار واخلو، چې ټول یو بل ته ګران او ژوند مو سوله ییز وي.

پوښتنې:

- په خپل ټولنیز ژوند کې څه ډول چلند غوره کوئ؟
- څه ډول له نورو خلکو سره مرسته کېږي؟
- آیا د ښه او بد چلند توپیر کولای شئ؟
- په ورځني ژوند کې رښتیاویل څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ له غړو سره په ژوندانه کې د سوله ییز چلند په هکله کیسې او خبرې وکړي او د یوه سوله ییز چلند په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

دوهم لوست: د سوله ییز ژوند لارې چارې

موخه: زده کوونکي په سوله ییز چلند پوه شي او د آرامۍ، سولې او برې په خاطر ترې زیاته ګټه واخلي.

پوښتنې:

- هغه څوک چې خپه وي د خبرو او رېدل یې څه ګټه لري؟
- ښښنه غوښتل او ښښنه کول څه ګټه لري او د څه سبب کېږي؟
- څه ډول کولی شو چې دښمني په سوله او دوستۍ بدله کړو؟
- د غوسې د له منځه وړلو لپاره باید څه وکړو؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دیو چا قهر څه ډول په پخلاینه تبدیلوي یعنې له کومې لارې څخه کار واخلي.
- زده کوونکي دې د سوله ییز چلند د ګټې په باره کې یوه جمله ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ولولي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

کله چې له چا سره مخامخ کېږو باید دوستانه چلند وکړو.
د خپل دوست خبرو ته غوږ کېږدو. که چېرې کوم خپګان موجود وي ښېښنه وغواړو. که چېرې څوک زموږ د ناراحتۍ سبب کېږي له هغه سره خبرې وکړو او له قهر څخه کار وانه خلو، هغه ته ښېښنه وکړو چې سوله او دوستي رامنځته شي او دواړه خوشحاله اوسو.

پوښتنې:

- له کوم سوله ییز چلند سره آشنا یاست؟
- سوله او پخلاینه د څه سبب کېږي؟
- جنګ د څه سبب کېږي؟
- څرنګه کولی شو چې په سوله او آرامۍ سره ژوند وکړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د سوله ییز ژوند په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي او د څو سوله ییزو چلندونو لست دې جوړ کړي.

د ریم لوست

له نورو سره ګډ ژوند

موخه: زده کوونکي به د نورو سره د ګډ ژوند په ارزښت پوه شي د خلکو حقوق او شتمنۍ ته درناوی ولري.

پوښتنې:

- مورې ولې په کور کې له پلار، مور او ورور سره یو ځای ژوند کوو؟
- مورې ولې په ټولګي کې له ټولګیوالو سره او په ښوونځي کې له زده کوونکو سره دوست اوسو؟
- کله چې څوک مطالعه کوي او یا خبرونو ته غوږ نیسي زمونږ دنده څه ده؟
- په زور او له اجازې پرته د چا د مال او پیسو اخیستل د څه سبب کېږي؟
- آیا هغه شی چې استفاده ترې کوئ بیرته په خپل ځای ږدئ؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

زده کوونکي دې د خپلې خوښې په درې کسیزو ګروپونو کې په جلاجلا ډول د خپلې کورنۍ له غړو سره او له خپلو ټولګیوالو سره ګډ ژوند تمثیل کړي.

زده کوونکي دې په کور یا ښوونځي کې د ګډ ژوند ښیګڼې د ټولګي په وړاندې څرګندې کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

موږ د کور غړي يو بل ته درناوى لرو او د کور په کارونو کې له يو بل سره مرسته کوو. له خور او ورور سره ښه چلند کوو.

د يو بل شيان نه ماتوو، د کور سامان او وسايل له استفادې وروسته په خپل ځای ږدو. چې بيا ورپسې سرګردان نه شو. په ټولګي کې له خپلو ټولګيوالو سره ګډ ژوند کوو. يو له بله دوستان يو، د خپل ټولګيوال ځای په زور نه نيسو، له اجازې پرته د چاشيان نه اخلو د ستونزې د حل لپاره يو بل سره مشوره کوو او يا له ښوونکی صاحب څخه مرسته غواړو.

پوښتنې:

په کور او ښوونځي کې کوم ګډ شيان لرو؟

ولې د نورو حقوقوته درناوى ولرو؟

په ګډ ژوندون کې مشوره څه ګټه لري؟

له نورو سره مرسته څه ښېګنې لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي د ګډ ژوندانه په ښېګڼو د خپلې کورنۍ له غړيو سره خبرې وکړي او د هغه په باره کې دې يوه جمله وليکي.

څلورم لوست

له نورو سره خواخوږي

موخه: زده کوونکي باید پوه شي چې هر څوک جلا خواص او ځانګړتیاوې لري باید په ټولنیز ژوندانه کې دغه فردي توپیرونه په پام کې ونیسي چې وکړای شي له نورو سره مرسته وکړي.

پوښتنې:

- آیا د نورو له پریشانۍ څخه اغېزمن کېږئ؟
- له یوه ټولګیوال سره چې خپه وي څنګه مرسته کولی شئ؟
- که چېرې یو معیوب ووینئ څه ډول احساس کوئ؟
- تاسو دغم او پریشانۍ په وخت کې له نورو څه هیله لرئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

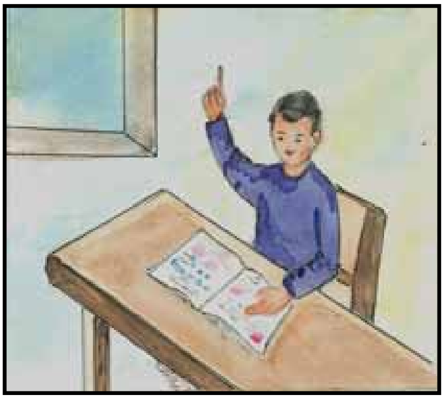
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دوستان څه ډول د یو بل په غم او خوښۍ کې ګډون کوي.
- زده کوونکي دې د خپل یو ټولګیوال په هکله چې په یوه ترافیکي پیښه کې یې زیان لیدلی وي، څه ډول مرسته او همدردي کولی شي له یو بل سره بحث او خبرې وکړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

موږ زده کوونکي زيار باسو چې تل مهربان او زړه سواندي اوسو. له هغو اشخاصو او حيواناتو سره چې زيان ورته رسيدلی وي مرسته کوو. د دوستانو په خوشحالۍ خوښ او په غم يې خپه کيږو او له هغو سره خواخوږي وکړو.

پوښتنې:



- د نورو خلکو د دردونو او غمونو سره خواخوږي د څه سبب کيږي؟
- د نورو خلکو د غم او خوښۍ په وړاندې خپله همدردي څه ډول ښکاره کولی شو؟
- آيا له معيوبو اشخاصو سره همدردي خپله وظيفه بولئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع په اړوند د خپلې کورنۍ له غړو سره خبرې وکړي او د همدردۍ په هکله دې يوه جمله وليکي او په ټولګي کې دې وواييي.

پنځم لوست

ځان پیژندنه او تصمیم نیول

موخه: زده کوونکي خپل ځان او خپله مینه وپیژني او دیوه کار د سرته رسولو لپاره تصمیم ونیولی شي.

پوښتنې:

- خپل ځان څنګه معرفي کولی شئ(څوک یاست او څه غواړئ)؟
- ولې ښوونځي ته راځئ او لوست کوئ؟
- که چېرې غواړئ چې په راتلونکي وخت کې ډاکټران شئ څه باید وکړئ؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

- له زده کوونکو څخه وغواړئ چې په ګروپونو کې د ورځنیو کارونو د سرته رسولو تصمیم څه ډول تمثیلوي.
- زده کوونکي دې په اړوندو ګروپونو کې خپل عادتونه یو بل ته ووایي.

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ما دخپل ځان په باره کې فکر کړی دی.د دریم ټولګی زده کوونکی یم. خپلې جامې پاکې ساتم او د کور په کارونو کې له مور سره مرسته کوم. زه د خپل هر کار لپاره مهال وېش لرم او له چا سره جنګ او دعوانه کوم. زه د لویانو خبرې اورم، خپلې ښې او بدې ځانګړتیاوې پېژنم په ټولنه کې د خپل چلند په ښه والي کې هڅه کوم. هر کار چې په حال او راتلونکي وخت کې سرته رسوم د هغه لپاره مهال وېش جوړوم چې مقصد ته ورسیږم.

پوښتنې:

- آیا د سم مهال وېش درلودل د کارونو په سرته رسولو کې له موږ سره مرسته کوي؟
- آیا د تصمیم له نیولو مخکې فکر کوئ؟

کورنۍ دنده:

په دې هکله چې زده کوونکو خپل ځانونه څه ډول پېژندلي دي له خپلو کورنیو سره دې خبرې وکړي او دهغوی ویناوې دې واوري د یو ښه تصمیم د ګټې په هکله دې یوه جمله ولیکي.

شپږم لوست

حق غوښتنه

موخه: زده کوونکي په خپلو شخصي حقونو پوه شي، خپلې غوښتنې به څرګندې او خپل حق و غوښتلی شي.

پوښتنې:

- څه شی خپل حق بولئ؟
- د خپلو حقونو د لاسته راوړلو لپاره څه ډول زيار باسئ؟
- د حق غوښتل څه ګټه لري؟

وواياست چې په انځورونو کې څه وينئ

2

١

٢

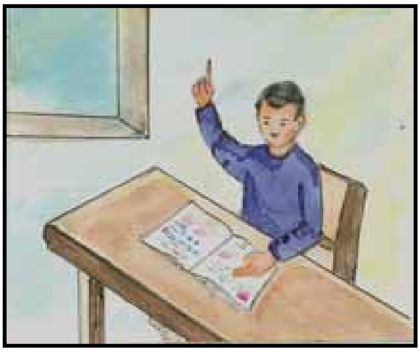
فعاليتونه:

زده کوونکي دې د حق غوښتلو په باره کې له يو بل سره مفاهمه وکړي او ښه والی دې ټولګيوالو ته ووايي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

هر انسان په خپل ژوند کې حق او غوښتنې لري چې باید د هغو د لاسته راوړلو لپاره کار وکړي او زيار وباسي. که چيرې ديو انسان حقوق د نورو خلکو تر پښو لاندې کېږي باید له خپل حق څخه دفاع وکړي. موږ باید د نظر په څرګندولو او دخپلو کارونو په سر ته رسولو کې زيار وباسو. تل رښتيا ووايو او ښه کار وکړو.

پوښتنې:



- ولې خپل حق وغواړو؟
- څه وخت په خپل کار کې بريالي کېږو؟
- څه ډول په يوه مسأله کې چې پوهيږو خپل نظر ښکاره کړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ له غړو سره د خپل حق په هکله خبرې وکړي او د خپل حق په باره کې دې يوه جمله وليکي.

اووم لوست

زړورتیا درلودل

موخه: زده کوونکي به د اخلاقي زړورتیا په ګټه پوه شي او خپل حقوق و غوښتلی شي او حقایق بیان کړي.

پوښتنې:

- په خبروکې زړورتیا څه ګټه لري؟
- دیو کار په سرته رسولو کې زړورتیا د څه سبب کېږي؟
- له خپلو حقونو او دنورو له حقونو څخه څرنګه د فاع کولی شئ؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونوکې تمثیل کړي چې دیوه کار په سرته رسولو کې له څه ډول اخلاقي زړورتیا څخه کار اخلي.
- زده کوونکي دې څرګنده کړي چې په زړورتیا سره خبرې او یا عمل کول څه ګټه لري.

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان زړورتيا او استعداد لري. ځنې له هغو څخه کار اخلي او ځنې له خپلې زړورتيا څخه کار اخيستلی نشي. له دې امله نو خلک ورته د خبرو کولو يا عمل کولو وخت نه ورکوي. د داسې خلکو حق هر څوک له منځه وړي او تل وربانديې ظلم کيږي.
بايد پوه شو چې هر څوک د خبرو کولو توان لري او يا هم کار سرته رسولی شي په لومړي ګام کې بايد کوشش وکړي چې زړورتيا پيدا کړي او له خپلې زړورتيا څخه د ګټورو کارونو په سرته رسولو کې کار واخلي.

پوښتنې:

- ولې د ستونزو د حل لپاره له خپلې زړورتيا څخه کار اخلئ؟
- څرنګه کولی شو د خپل حق څخه دفاع وکړو؟
- کله چې په زړورتيا سره عمل کوئ څه احساس کوئ.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ د غړو په مشوره د اخلاقي او بې ځايه زوړرتيا توپير وکړي.

اتم لوست

د ستونزو پېژندنه

موخه: زده کوونکي به ستونزي او د نظر اختلاف وپېژني او د سولې لپاره به نظر څرګند کړي.

پوښتنې

- ولې د نورو نظر ته ارزښت ورکړو؟
- آیا د یوه نفر شخصي علاقه له بل سره توپیر لري؟
- کله مو کوښښ کړی دی چې خپله ستونزه حل کړئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

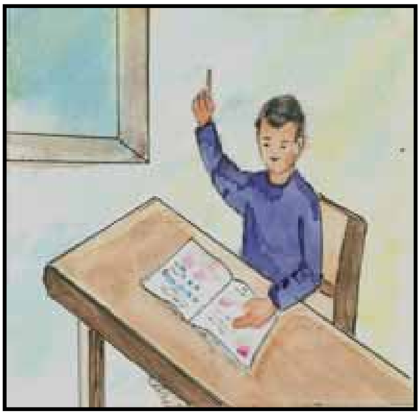
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له یو بل سره د کتاب او کتابچې د ورکېدو دعوې تمثیل کړي چې د یو بل خبرې نه اوري، دعوه نه حلیږي، جنګ پای ته نه رسیږي او نور زده کوونکي د دعوې د حل په باره کې نظر ورکوي.
- زده کوونکي دې ووایي چې کله له کومې ستونزې سره مخ شوي او پوه شوي وي چې ستونزه له کومه پیدا شوې ده او څنګه یې حل کړې ده.

ویی لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان یو له بله توپیر لري دغه توپیرونه د عقیدې، نظریاتو، رنګ، پوستکي، سترګو، ونې او عمر له مخې وي او تر ټولو مهمه دا چې د انسانانو فکرونه هم یو له بله توپیر لري. ځینې انسانان ستونزه درک کولی شي او د حل لاره یې پیدا کوي او که چېرې دغه لاره په سوله ییزه توګه وي ژوند ډېر ښه تیریږي او یوه کوچنۍ ستونزه لویدلی نشي.

پوښتنې:



- یوه ستونزه څنګه پېژندلی شئ؟
- که چېرې له مورږ سره د یوې ستونزې د حل لارې موجودې وي کومه یې وټاکو؟
- که چېرې د یوې ستونزې د حل لپاره د نظر توافق نه وي، څه کیږي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د یوې ستونزې د حل لپاره خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ ودې وایې چې د بېلابېلو نظرونو له شته والي سره سره کولی شي ستونزه حل کړي.

نهم لوست

د ستونزو حل

موخه: زده کوونکي به د ستونزو د حل توانايي پيدا کړي، پرابلمونه معلوم او د حل لارې به يې پيدا کړي.

پوښتنې:

- د يوه کار په سر ته رسولو کې که چېرې ستونزه پيدا شي څه بايد وکړو؟
- ولې هر مطلب د ځان لپاره روښانه کړو؟
- که چېرې ستونزې وپيژنو څه ګټه لري؟

په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې:

دوه تنه په خپل منځ کې خپه شوي دي، خبرې نه کوي او دريم نفر د هغوي د ستونزې په حل کې مرسته کوي او هغوي پخلا کوي.

زده کوونکي دې له يو بل سره د ستونزو د حل په باره کې نظر څرګند کړي چې له کومې لارې کولی شي ستونزه معلومه کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

د يوې کورنۍ غړي په يوه کورني چاپيريال کې يو ځاى ژوند کوي. د کورنۍ غړي ځينې وخت له ستونزو سره مخامخ کيږي او دغه ستونزې د جنجال او دعوې سبب ګرځي.

په دې وخت کې د کورنۍ ټول غړي دنده لري چې د حل لاره پيدا کړي، د يو بل خبرې په حوصله سره واوري او د حل يوه مناسبه لاره غوره کړي چې د ټولو په ګټه وي.

پوښتنې:

- که چېرې يوه ستونزه په سمه توګه حل نشي څه کيږي؟
- تر اوسه پورې له کومې ستونزې سره مخ شوي ياست؟
- د يوې ستونزې د حل لپاره څو لارې پيدا کيږي؟ کومه يوه ټاکئ؟
- ولې ستونزې رامنځته کيږي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د يوې ستونزې د حل لپاره له خپل مور او پلار سره مشوره وکړي او ودې وايي چې د ستونزو په حل کې صبر او حوصله څه ګټه لري؟

لسم لوست

غوسه

موخه: زده کوونکي به د اشخاصو په روحيه باندې د غوسې د منفي اغيزو په باره کې خبرتيا تر لاسه کړي او دمنفي هيجانو د پيدا کېدو ځنې ځان وساتي.

پوښتنې:

- څه وخت او ولې په غوسه کيږئ؟
- د غوسې په وخت کې ولې جګړه او وهل ټکول را منځته کيږي؟
- ولې وايي چې د غوسې ځواب په غوسه سره نه ورکول کيږي؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ

فعاليتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې څه شی له عادي غوسې څخه د جګړې سبب کيږي؟ يعنې درناوی له منځه ځي جنګ او دعوه ترې جوړيږي؟
زده کوونکي دې په ګروپونو کې د سولې ښيګڼې او د غوسې بدۍ لست کړي او نورو ته دې ووايي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان په خپل ژوندانه کې کله کله په غوسه کيږي چې د همېشنۍ کرکې او دښمنۍ سبب کيږي چې د انسان صحت او سلامتۍ ته هم زيان رسيږي.

د غوسې او قهر د له منځه وړلو لپاره بايد تل له صبر او حوصلې څخه کار واخلو، د حل لپاره يې څو لارې پيدا کړو او يوه په کې وټاکو چې د دښمنۍ سبب نه شي.

پوښتنې:

- ولې د غوسې او قهر په وخت کې حوصله وکړو؟
- که زور زياتی را منځته کيږي ولې يې تحليل کړو؟
- د غوسې په وخت کې څه وکړو چې د جګړې او وهلو ټکولو مخنيوی وشي؟
- د قهر او غوسې فضا څنګه په پخلاينه بدلولی شو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د قهر او د هغه د مخنيوی په باره کې له خپل مور او پلار سره مشوره وکړي او په دې باره کې دې د هغوی د نظر پوښتنه وکړي.

يوولسم لوست: **تیرېدنه او پخلاینه**

موخه: زده کوونکي به د ښښنې په ارزښت پوه شي؟

پوښتنې:

- څه شی د قهر سبب او د ښو اړیکو د له منځه تللو سبب کیږي؟
- څه شی د دوستانه اړیکو سبب کیږي؟
- ښښنه او پخلاینه څه ګټه لري؟
- آیا د یوې ستونزې د حل لپاره مشوره کوئ؟

انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې له پخلاینې وروسته کومه لاره غوره کړي چې پایښت ومومي.
- زده کوونکي دې تیرېدنې او پخلاینې په هکله یوه جمله ولیکي او نورو ته دې ووایي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان سولې او پخلاينې ته اړتيا لري. په سوله او پخلاينه کې د انسان ټولې اړتياوې پوره کيږي. کله چې د خلکو تر منځ دعوه رامنځ ته شي ښه راتلونکې نه لري. مثلاً دوه ورونه يادوه خويندې چې د زيات وخت لپاره يو بل ته په غوسه وي او يو له بل سره خبرې نه کوي په پای کې دواړه ستومانه کيږي او د دواړو د خپګان سبب ګرځي نو بايد د هغوی د پخلا کيدو لپاره کوښښ وشي چې قهر يې په سوله او پخلاينه بدل شي. پخلاينه هغه وخت دوام لري چې تيريدنه او درناوی په کې مراعات شي.

پوښتنې:

- آيا چاته مو ښښنه کړې؟
- ښښنه او پخلا کېدل څه ګټه لري؟
- کوم شيان د هميشنۍ پخلاينې سبب کيږي.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د ښښنې په باره کې يوه جمله وليکي خپلو دوستانو ته دې د پخلاينې او تيريدنې د ښيګڼو په هکله کيسې وکړي.

د لومړي فصل لنډيز

موخه: زده کوونکي به د فصل د لوستونو غټ ټکي او مفاهيم وويلی شي، او په خپل ورځنی ژوندانه کې به يې عملي خواوې پيدا او ځان ورسره عادت کړي.

پوښتنې:

- سوله ييز ژوند څه ګټه لري؟
- ولې د خپل حق په اخيستلو کې کوښښ وکړو؟
- کله مو فکر کړی دی چې ستونزه څنګه پيدا کيږي؟
- د ستونزې د حل په باره کې څه فکر کوئ؟
- پخلاينه او د سولې لار څه ګټه لري؟

انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

له زده کوونکو وغواړئ چې ددې فصل د لوستونو له مفاهيمو څخه يې کوم عملي کړي دي او څومره ګټور ثابت شوي دي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور، هلکان او نجونې چې خپل ټول درسونه لولو، کوښښ کوو چې هغه په خپل ورځني ژوند کې عملي کړو. باید د خپل حق په غوښتلو کې اخلاقي زړورتیا ولرو او ښه فکر وکړو چې د قهر ځواب په قهر ور نه کړو او سوله ییز چلند غوره کړو چې وکړی شو په سوله او دوستۍ کې ژوند وکړو.

پوښتنې:

- ولې زړور واوسو؟
- د ستونزو د حل لپاره څه وکړو؟
- سوله او پخلاینه څه ګټه لري؟
- آیا کله مو په ژوند کې خپل حق غوښتلی دی؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغو لوستو نو په هکله چې یې لوستلی خپلو کورنیو ته کېسه وکړي او د هغوی خبرو ته دې غوږ کېږدي.

دوهم فصل

شکر ایستل

موخه: زده کوونکي به مننه او په نعمت شکر ایستنه وپېژني او هغه د خپل عادت یوه برخه وګرځوي.

پوښتنې:

- ویلي شئ چې خدای (ج) موږ ته څه شیان راکړي دي؟
- که چېرې چا له تاسو سره نیکي کړې وي څه ډول له هغه څخه مننه کوئ؟
- دیو چا د نیکۍ په مقابل کې مننه د څه شي سبب کېږي؟

په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- له زده کوونکو وغواړئ چې په خپلو ګروپونو کې د خدای (ج) د نعمتونو لست جوړکړي او خپلو ټولګیوالو ته یې ووایي.
- زده کوونکي دې د یو چا له خوا د مرستې او مهربانۍ له امله د مننې په باره کې یوه جمله ولیکي او خپلو ټولګیوالوته دې ووایي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

د ښو کارونو سرته رسول د دې سبب کېږي چې موږ با ادب او د ښو اخلاقو لرونکي ماشومان وپېژنو.

خدای(ج) موږ ته سالم جسم، سترګې، غوږونه، مغز او نور نعمتونه راکړي دي چې ښه فکر وکړو، ووینو او نیك کارونه وکړو. باید د خدای(ج) د نعمتونو شکر وباسو او له هغه چا څخه چې موږ ته نېکه لاره ښیي مننه وکړو او تل باید حق پېژندونکي او مهربان اوسو.

پوښتنې:

- که چېرې موږ د یو چا له نیك کار څخه مننه ونه کړو څه کېږي؟
- د پلار، مور، خور، ورور، دوستانو، اوبو، هوا او هېواد له درلودلو څخه چې د خدای(ج) له نعمتونو څخه دي څه ډول قدرداني کوئ.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خدای(ج) د نعمتونو په باره کې د خپلو میندو او پلرونو په مشوره څو کرښې په خپلو کتابچو کې ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

څوارلسم لوست:

خیر رسول

موخه: زده کوونکي به د خیر رسولو ارزښت، ښه او مثبته مفکوره وپېژني او په ورځني ژوند کې به يې د خپل عادت يوه برخه وګرځوي.

پوښتنې:

- د نورو په باره کې د خیر رسول څه ګټه لري؟
- که چېرې څوك د خراب چلند په مقابل کې ښه چلند وکړي څه به وشي؟

په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپو کې تمثیل کړي چې یو پوه خو لږ څه معیوب هم صنفي لري، دري نور کسان ورسره مرسته کوي او هغه ته نیك فکر ورکوي.
- زده کوونکي دې په خپل منځ کې خبرې وکړي چې څه ډول خپلو هم صنفیانو ته چې غیرحاضري ولري لارښوونه وکړي چې په راتلونکي کې غیر حاضري و نه کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

د انسان له ښو عادتونو څخه يوهم خپل ځان او نورو ته د خير رسول دي د ښو اشخاصو په هکله فکر کوي. د نورو د ښو کارونو قدر کوي او د چا سپکاوی نه کوي.
د ښو کارونو په سرته رسولو کې کوښښ کوي. خير رسوونکي شخص سره څوك کينه نه لري درناوی يې کوي او د هر چا خوښيږي. ٠

پوښتنې:

- نورو ته خير رسول څه ګټه لري؟
- خير رسوونکی او بې خيره شخص څنګه پيژنئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خير رسولو په باره کې د خپلو ميند و او پلرونو په مشوره څو کرښې وليکي او خپلو ټولګيوالو ته دې وو ايي.

پنځلسم لوست:

خوشبيني او بد بيني

موخه: زده کوونکي به د خوشبينۍ په اهميت او د بد بينۍ په زيانونو باندې پوه شي او توپيريې وکړي شي.

پوښتنې:

- په ورځني ژوند کې خوشبيني څه ګټه لري؟
- بد بيني څه زيانونه لري؟
- څنګه ژوندانه ته خوشبين کېدلاي شو ؟

په دې انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې دوه تنه چې بد بين دي او د چا په خوښۍ نه خوښيږي هميشه خپه وي.

دوه تنه نور چې خوشبين دي او دوستانه چلند لري د خلکو په خوښۍ خوښيږي، تل خوشحال وي. وروسته دې نور زده کوونکي نظر ورکړي چې کوم چلند غوره دی.

- زده کوونکي دې د خوشبينۍ او بد بينۍ چلندونه لست کړي د هغوی ښېګڼې او بدۍ دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان باید خوشبین اوسي. خوشبیني انسان په حال او راتلونکي کې هیله من کوي. بد بین اشخاص همېشه خپه پرېشان او کمزوري وي. د چا په خوښی نه خوښېږي. هر څه ورته بد معلومېږي، تل د زیان رسولو په فکر کې وي. بدبین اشخاص هېڅکله دوستان نشي پیدا کولی.

پوښتنې:

- ولی تل خوشبین او امیدوار و اوسو؟
- ولی بد بیني د انسان د نا امیدۍ او نا هیلۍ سبب کېږي؟
- د نورو په هکله خوشبیني څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپل لوست په باره کې د خپلې کورنۍ غړو ته کیسه وکړي. د خوشبینۍ او بد بینۍ په هکله دې د هغوی نظر را واخلي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

شپاړسم لوست

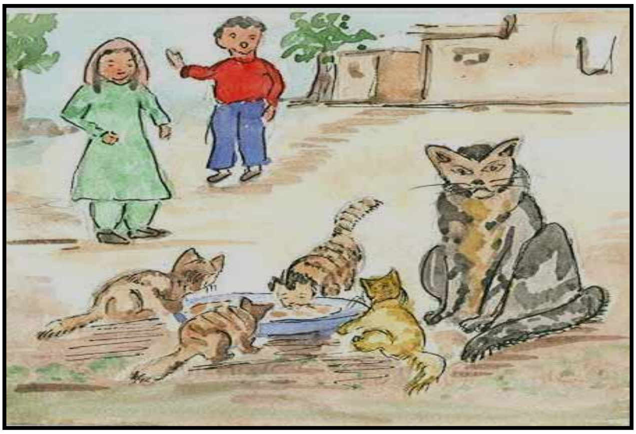
ښه شخص

موخه: زده کوونکي به د ښه شخص ځانګړتیاوې و پیژني او دښو اشخاصو پیروي به وکړي.

پوښتنې:

- ښه شخص کومې ځانګړتیاوې لري؟
- د یو خراب شخص د څو ځانګړتیاوو نومونه واخلئ؟
- نورو ته ازار ورکول څه بدي لري؟

ووایئ په دې انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

- یو ګروپ زده کوونکي دې د یو ښه شخص ځانګړتیاوې ولیکي؟
- یو ګروپ زده کوونکي دې د یو خراب شخص ځانګړتیاوې ولیکي؟
- د هر ګروپ استازي دې خپل لست شوې ځانګړتیاوې ووایي او زده کوونکي دې هغه پرتله کړي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

زه تل د ښو خلکو خبرو ته غوږ نیسم. د خپلو ستونزو د حل لپاره له هغوی څخه مشورې اخلم او په ورځني ژوند کې له هغو څخه پیروي کوم. داسې کار نه کوم چې خلک را ته خراب شخص ووایي. چا ته ازار نه رسوم او چا ته کنځلې نه کوم. د خپل مور او پلار او استاذ درناوی کوم، خبرې یې نه قطع کوم کوښښ کوم چې نیک کارونه وکړم او خلک مې د یوه ښه شخص په توګه وپیژني.

- څه وکړم چې یو ښه شخص شم؟
- ولې د ښو کارونو د سرته رسولو لپاره هڅه کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغه څه په باره کې چې له لوست څخه یې زده کړي دي په خپلو کتابچو کې څو کرښې ولیکي.

اوولسم لوست — ښه اخلاق

موخه: چې زده کوونکي له نیکو اخلاقو سره اشنا شي او په ټولنه کې د ښو اخلاقو ارزښت وپېژني.

پوښتنې:

- زموږ په ټولنه کې ښه اخلاق او سم چلند څه ګټه لري؟
- څوک د ښو اخلاقو لرونکي بللی شو؟
- رښتیا ویل او رښتینی عمل انسان څه ډول معرفي کوي؟

وواېئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې داسې یو شخص تمثیل کړي چې ښه اخلاق لري.
- زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو اخلاقو په باب خبرې وکړي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې بحث وکړي چې کوم شخص ته د ښو اخلاقو خاوند ویلی شو.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان باید د ښو اخلاقو څښتن وي چې خلک یې دوست و بولي او په ورځني ژوند کې ورباندې باور وکړي. هغه څوک چې ښه او نیک اخلاق لري ټول خلک یې عزت او درناوی کوي. هغه کسان چې ښه اخلاق نه لري خلک یې درناوی نه کوي او باور پرې نه لري. د ښو اخلاقو خاوند تل رښتیا وایي او مشرانو ته درناوی کوي او دغه راز په کوچنیانو مهربانه وي.

پوښتنې:

- د ښو اخلاقو ځانګړتیاوې کومې دي؟
- کوم خلک د درناوي وړ دي؟
- کوم خلک په ټولنه کې دوستان لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع په باره کې د کورنۍ له غړو سره کیسه وکړي او د ښو اخلاقو په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

اتلسم لوست

ځان او نورو ته درناوی

موخه: زده کوونکي په ورځني ژوند کې ځان او نورو ته د درناوی په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- څرنګه د نورو درناوی وکړو؟
- څه شی د دې سبب کېږي چې نور ستاسې درناوی وکړي؟
- تر اوسه پورې مو کوم کارونه کړي دي. چې نور له تاسو څخه خوښ شوي دي؟ ا

وواياست چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي چې کوم کارونه یو شخص د درناوی وړ ګرځوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې بد کاره خلک څه ډول په خلکو کې خپل باور له لاسه ورکوي او نور زده کوونکي دې د تمثیل په باره کې نظر ورکړي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

د دې لپاره چې د نورو له خوا مو درناوی وشي باید د نورو خلکو درناوی وکړو. ځان ته د درناوي يوه لاره خپلې روغتيا او پاکوالي ته پاملرنه، لويانو ته درناوی، ښه اخلاق لرل ، له ټولګيوالو او نورو سره ښه چلند دی.

د خپل مور او پلار، ښوونکو او د نورو د ښو خبرو اورېدل او په هغو باندې عمل کول په حقیقت کې نورو ته درناوی دی.

پوښتنې:

- ولې نورو ته درناوی کوو؟
- نورو ته درناوی څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دخپلې کورنۍ په مرسته د لوست د سرليک په باره کې يوه جمله وليکي او په ټولګي کې دې ووايي.

نولسم لوست

د نورو قدر کول

موخه: زده کوونکي به په ځان کې له نورو څخه د منني روحیه پیاوړې کړي او په ورځني ژوند کې به یې په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- که چېرې ستاسو یو نیک کار د منني سبب شي څه احساس درته پیدا کېږي؟
- آیا د یوه دوست له ښه کار څخه منّنه کوئ، ولې؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ټولګي کې تمثیل کړي چې یو ښوونکی صاحب د یو پاک با ادبه او ښې حاضرۍ لرونکي زده کوونکي څه ډول قدر کوي او هغه هڅوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې کیسه وکړي چې کوم کارونه یې پلار، مور او ښوونکي ته د منلو وړ دي.

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

که چېرې يو انسان ښه او نيک کار وکړي د ټولو خلکو له خوا يې درناوی کېږي او ټول يې دوست بولي خو هغه چې بد کارونه کوي خلک وربانديې بد وايي. داسې کسان دوستان نه لري. دغه راز که يو زده کوونکی ښه حاضرى ولري او خپله کورنۍ دنده په ښه توګه سرته رسوي او خپل لوستونه هره ورځ وايي د خپل پلار او مور او ښوونکو له خوا يې ستاينه کېږي او د هغه قدر داني کوي.

پوښتنې:

- آيا کله د يو دوست له خوا ستاسو قدر داني شوې ده او د څه په هکله؟
- کله چې ستاسې د دوست قدرداني وشي آيا تاسې هم خوشحالېږئ او د هغه قدر کوئ که څنګه؟
- ستاسو د ښه کار په ستايلو سره غواړې چې نور ښه کارونه وکړې؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي چې کومه موضوع زده کړې د هغې په باره کې دې د خپلې کورنۍ له غړو سره خبرې وکړي او دهغو خبرو ته دې غوږ کېږدي.

ښه نظر ورکول

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې ښه نظر د هڅوني، پر مختګ او دوستۍ سبب ګرځي. بې ځایه نظریې او انتقادونه د سر دردۍ او وروسته والي سبب کیږي.

پوښتنې:

- کله مو د څه په هکله ښه نظر ورکړی دی؟
- که چیرې څوک ستاسو د ښه کار په هکله خراب نظر ورکړي په تاسو څه ډول اغېزه کوي؟
- کله مو د چا ښه نظر رد کړی دی؟

وایې چې په انځورو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل وکړي چې څه ډول د یو بل ښه انتقاد مني؟
- زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو او بې ځایه انتقادونو په هکله بحث وکړي. د ښه والي او بد والي په باره کې دې خپلو ټولګیوالو ته خبرې وکړي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

که چېرې وغواړو چې ښه او بریالی ژوند ولرو باید دخپلو دوستانو ښو نظریو ته غوږ کېږدو او بیا نظر ورکړو. دټولو مهمه داده چې دیو بل نظر یې واورو، ځکه چې بې ځایه انتقادونه او نظریې دوستي له منځه وړي په داسې حال کې چې ښه او جوړوونکي انتقادونه او نظر یې په ورځني ژوند کې زموږ داصلاح او پرمختګ سبب کیږي.

پوښتنې:

- کله مو دچا ښې نظریې او انتقادونه منلي دي؟
- په خپلو کړو او وړو کې څه ډول ښه بدلون راوړلی شئ.
- که چېرې زموږ انتقاد د ملنډو لپاره وي د څه سبب ګرځي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې په دې هکله چې ښه او ګټور انتقادونه څه ډول دټولنې دپرمختک سبب ګرځي له خپلو کورنیو سره خبرې وکړي دهغوی نظریې دې واوري او په ټولګي کې دې یې واوروي.

یوویشتم لوست   له نورو سره ښه چلند کول

موخه: زده کوونکي به په نیک چلند باندې پوه شي او په ورځني ژوند کې به دهغه په ارزښت وپوهېږي .

پوښتنې:

- تراوسه مو دچا د بد چلند په وړاندې ښه چلند کړي دی؟ او په څه کې؟
- تراوسه په چا باندې په غوسه شوی یاست او ولې؟
- دنورونه د ښه او نیک چلند په وړاندې مو کله د هغو قدرداني کړې ده؟

ووایې چه په انځورونو کې څه وینئ.

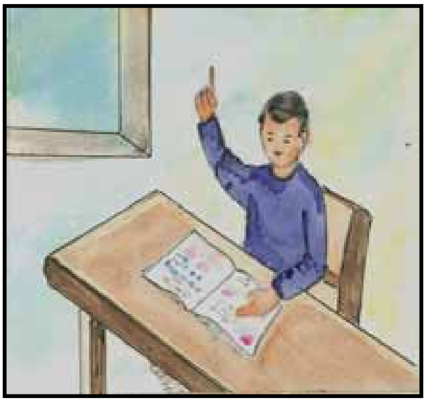
فعالیتونه:

- دوه زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثیل کړي چې یو د بل کتاب او کتابچه یې بې له اجازې اخیستي وي او دوهم زده کوونکی پرته له دې چې ټولګیوال یې خپه شي څه ډول نیک چلند ورسره کوي.
- له زده کوونکوڅخه وغواړئ چې په ځانګړي توګه ووایې چې که چېرې څوک دهغوی په وړاندی ناوړه چلند وکړي، دوی یې په مقابل کې څه ډول عکس العمل څرګندوي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور باید له خپلو ټولګیوالو اونورو سره ښه چلند وکړو. که چېرې له چا څخه بده خبره واورو او یا زموږ په وړاندې بد کار وکړي باید حوصله وکړو. هېڅکله دانتقام یا بدې خبرې په فکر کې ونه اوسو ځکه چې د همېشنۍ دښمنۍ سبب کېږي کله چې یوه شو چې پلار، مور، خور او یا مشر ورور په موږ باندې په قهر وي باید په آرامۍ سره دقهر پوښتنه ترې وکړو که چېرې له موږ څخه په یوه ناوړه کار خپه شوي وي له هغو څخه ښښنه وغواړو او دنیکو کارونو دکولو ژمنه ورسره وکړو.

پوښتنې:



- آیا کوښښ موکړي دی چې له نورو سره ښه رویه ولرئ؟
- که چېرې څوک له موږ سره بده رویه وکړي په وړاندې یې څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دنیک چلند په هکله یوه جمله په خپلو کتابچو کې ولیکي او خپلو تولګیوالو ته دې یې ووایي.

دوه ويشتم لوست   په ځان او نورو مهرباني

موخه: زده کوونکي به په ځان او نورو د مهربانۍ او ترحم په ګټو پوه شي او په ورځني ژوند کې به يې عملي کړي.

پوښتنې:

- آيا کله مو دچا سهوه بښلې ده ؟
- په نورو ترحم څه ګټه لري؟
- په نورو له ترحم کولو څخه درته څه احساس پيدا شوی؟

ووايئ چه په انځورونو کې څه وينئ.

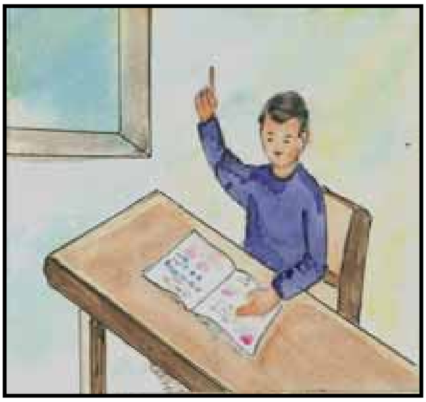
فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې د درې ورونو تمثيل وکړي.
- دوه ورونه په کور کې په ګوګړو، برقي سيم او ساکت ساعت تيري (مستي) کوي.
- دريم ورور ورته وايي چې په ځان او کورنۍ رحم وکړئ! په خطرناکو شيانو ساعت تيري د خطر سبب کيږي. ستاسو دوجود او کور د سوځېدو سبب کيږي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې هغه ټکي چې په دوی او نورو د ترحم سبب کيږي لست کړي او د ټولګي په وړاندې دې ولولي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

کله چې یو کار سرته رسوو یا خبرې کوو باید ښه فکر وکړو چې تېر وتنه راځخه ونشي. په تېروتنه کې دوستان خپه کیږي او پخپله شرمیږو.
باید کوښښ وکړو چې هېڅکله چاته ضرر ونه رسوو. په کوچنیانو او ژوو رحم وکړو او هم په خپل ځان رحم وکړو. د برق سیم، څیرونکو شیانو او ناپیژندل شوو شیانو ته لاس ونه غځوو چې زمونږ او نورو د مرګ سبب کیږي . هېڅکله باید چاته بده لاره ونه ښیو او د نورو د بدو کارونو پیروی ونه کړو.

پوښتنې:



- څه ډول په ځان رحم او زړه سوی وکړو؟
- څه ډول په نورو رحم او ور سره مرسته وکړو؟
- که زمونږ له یوه دوست څخه تیروتنه وشي له هغه سره څه وکړو؟
- د یوې تیروتنې د اصلاح په باره کې د چا خبرو ته غوږ نیول څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع په اړوند له خپلې کورنۍ سره کیسه وکړي. په ځان او نورو د رحم د ښېګنې په هکله دې یوه جمله په خپلو کتابچو کې ولیکي او په ټولګی دې ووایي.

درویشتم لوست

صبر او حوصله

موخه: زده کوونکي به پوه شي د ستونزو په وخت کې صبر او حوصله ولري.

پوښتنې:

- څه وخت له صبر او حوصلې څخه کار واخلو؟
- د ستونزو په وخت کې صبر او حوصله څه ګټه لري؟
- څرنګه کولای شو چې د ستونزو په وخت کې خپل ټولګیوال صبر او حوصلې ته وهڅوو؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

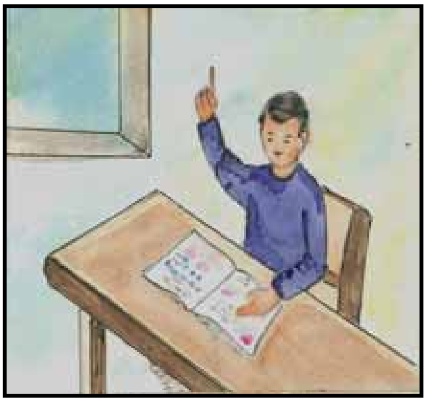
فعالیتونه:

- یو زده کوونکی دې تمثیل وکړي چې د ستونزو په وخت کې څه ډول له زغم او صبر څخه کار واخلي.
- یو بل ګروپ دې د بې صبرۍ نتیجه چې د جګړې سبب کیږي تمثیل کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

غم او مصيبت د خداى (جل جلاله) له لوري وي او هر څوک په غم کې خپه کېږي. په داسې وخت کې انسان بايد هېڅکله خداى (جل جلاله) هېر نه کړي. د خداى (جل جلاله) مهربانۍ يادې کړي او له صبر او حوصلې څخه کار واخلي. د ستونزو له منځه وړلو په برخه کې بايد له دوستانو څخه مرسته وغواړي او بدې خبرې و نه کړي. دغه راز نور کسان هم د غم او ستونزو په وخت صبر او حوصلې ته وهڅوي.

پوښتنې:



- څه ډول کولی شو خلکو ته په مصيبت کې ډاډ ور کړو؟
- له ستونزو سره د مخامخ کېدو په وخت کې څه وکړو؟
- په ناوړو پېښو کې له چا څخه مرسته غوښتلی شو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د درس د موضوع په باره کې د کورنيو له غړو سره خبرې وکړي او د هغوى نظر يې دې ترلاسه کړي او دصبر او حوصلې په باره کې دې جمله جوړه کړي.

څلرویشتم لوست: د نورو خبرو ته غوږ نیول

موخه: زده کوونکي به د نورو خبرو ته د غوږ نیولو په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- کله چې څوک خبرې کوي څه وکړو؟
- د نور خبرو ته په کلکه غوږ نیول څه ګټه لري؟
- کله چې خبرې کوو له نورو څخه هیله ولرو؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

2

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې څه ډول د نورو خبرو ته په پاملرنه او درناوی سره غوږ ونیسو.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې د نورو خبرو ته د غوږ نیولو پرګټو خبرې وکړي هغه دې لست کړي او خپلو ټولګیوالو ته دې په لوړ اواز ووایي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

کله چې څوک خبرې کوي باید غوږ ورته ونیسو ښه ورته وګورو چې په هدف او مطلب یې پوه شو. کله چې په خبرو پوه شو خبرې ورسره کولی شو او خبرو ته یې ځواب ورکولی شو.

او که چېرې یې خبرې دلېږدوني له پاره وي کولی شو نورو ته یې ولېږدوو او له غلط فهمۍ سره مخامخ نشو. دخبرو په ښه اورېدلو سره په مطلب ښه پوهېږو او ګټه ترې اخیستلای شو. مونږ دچا خبرې قطع نه کړو او دخبرو په اورېدلو کې بلې خواته متوجه نشو او هم باید دخبرو کولو لپاره وار ونیسو او د خبرو په جریان کې دمتقابل درناوي مراعات وکړو.

پوښتنې:

- څنګه کولی شو چې په غور سره واورو؟
- په غور غوږ نیول څه ګټه لري؟
- که چېرې څوک ستاسو خبروته غوږ ونه نیسي څه احساس درته پیدا کیږي؟
- دخبرو اورېدو په وخت بل خواته پام اړول څه زیان لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکی دې د نورو خبرو ته د غوږ نیولو په هکله د کورنۍ د غړو سره بحث وکړي.

دښه غوږ نیولو په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

پنځه ویشتم لوست   د اختلافونو په باره کې مفاهمه

موخه: زده کوونکی به د اختلافونو په له منځه وړلو کې د مفاهیمي پر ارزښت باندې پوه شي او په ورځني ژوند کې به ترې ګټه واخلي.

پوښتنې:

- آیا کله مو له چاسره په کومه برخه کې د نظر اختلاف پیدا شوی؟ د څه شي په باره کې؟
- کله مو د نظر د اختلاف د حل لپاره له چاسره مفاهمه کړې ده؟

انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

- زده کونکي دې په یوه څلور کسیزه ګروپ کې د نظر د اختلاف په باره کې تمثیل وکړي چې د یوه لوست د موضوع په باره کې د هغوی تر منځ موجود دی څه ډول یې له منځه وړئ؟
- زده کونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي چې د اختلافونو موجودیت د څه شي سبب کیږي؟

ويې لولئ او مفهوم يې واخلئ!

مفاهمه او مذاکره د ستونزو د حل لپاره ضروري ده.
ديوه اختلاف دحل لپاره بايد متقابل درناوی وشي او نظر يې په وار سره واورېدل شي.
داسې نظر او پرېکړه دې عملي شي چې د ټولو لپاره ګټوره وي چې د دښمنۍ او نابرابرۍ مخه ونيول شي او د دوستۍ زمينه برابره شي.

پوښتنې:

- کله مود يوې مسألې د حل لپاره مفاهمه کړې ده؟
- که د ځينو مسايلو په باره کې مفاهمه ونه کړو څه به وشي؟
- د مفاهمې په وخت کې د موافقې دلاسته راوړلو لپاره بايد کوم ټکي په پام کې ونيسو؟
- ديوې مسألې په باره کې موافقه او جوړښت څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

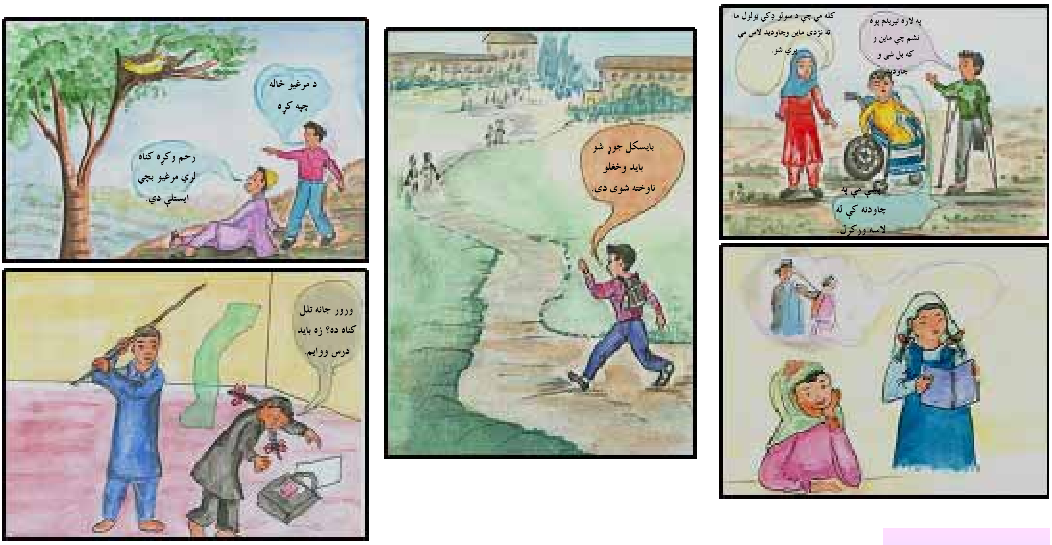
زده کونکي دې ديوه اختلاف په باره کې دمفاهمې په ښه والي له خپلو ميندو او پلرونو سره خبرې وکړي او دهغوی نظريې دې په ټولګي کې ووايي.

موخه: زده کوونکي په خپل ورځني ژوند کې د دی فصل له زده کړو څخه ګټه واخلي.

پوښتنې:

- کله مو د خدای (جل جلاله) د نعمتونو په باره کې او یا هم د خپل ټولګیوال د نیکۍ په مقابل کې شکر ایستلی دی؟
- کوم شیان مو په ژوند کی خپه کوي؟
- دځان په باره کې دنورو خوشبیني څه ډول ترلاسه کولی شو؟
- دنورو خبروته غوږ نیول او پوره پاملرنه څه ښه والی لري؟
- د یو بل قدرداني څه مفهوم لري آیا کله مو څوک ستایلی دي؟
- ښه شخص کومې ځانګړتیاوې لري؟

ووایئ چې پدې انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیت:

- د لوستونو په شمبر دې زده کوونکي په ګروپونو وویشل شي او هر ګروپ دې د یوه لوست په باره کې بحث او خبرې وکړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

مـوږ زده کـوونکي ټـول هغـه موضـوعات چـې يادووپه ورځني ژوند کې يې پلي کوو.
تل خپل ځان اونورو ته درناوى لرو. غـواړو چې چاتـه ازار ونـه رسـوو. زيـار باسـو چـې خپـل اختلافونه د مفاهمې لـه لارې حل کـړو. رښتيا، مينـه او ښـه فکـر خپـل عـادت وګرځـوو چـې د خلکو ترمنځ باور او محبوبيت پيدا کړو او ټول مو دوستان وبولي.

پوښتنې:

- هغه شيان چې د ځان او نورو لپاره غواړئ لـست کړئ؟
- دستونزو د حل لپاره خوشبيني څه ګټه لري؟
- څرنګه کولی شئ چې ښه شخص واوسئ؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې په دې هکله چې څرنګه ښه زده کړه کولی شي، يوه جمله وليکي.

دریم فصل

اوه ویشتم لوست:

توده او سړه هوا

موخه: زده کوونکي به د هوا له تو دوخي او سوړوالي سره سم د لباس د اغوستلو په ارزښت پوه شي

پوښتنې:

- ولی په ژمي کې زموږ یخني کیږي؟
- دژمي دسوړوالی په مقابل کی څه وکړو چې ناروغ نه شو؟
- د اوړي په ګرمۍ کې څه ډول له لمر څخه ځان وساتو ؟
- له هر موسم سره سم دلباس اغوستل څه ګټه لري؟

وو ایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې مفاهمه وکړي چې:
دکومو ټکو په مراعاتولو سره له ناروغۍ او لمر وهنې څخه ځان ساتلی شو؟
دکومو ټکوپه مراعاتولو سره د ژمي په سړه هواکې ځان تودساتلی شو؟
هر موسم چې د زده کوونکو خوښیږي هغه دې رسم کړې؟

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

يو كال څلور فصلونه لري. د پسرلي په موسم كې هوا معتدله وي، د اوړي په موسم كې هوا ډېره توده وي. په تاوده لمر كې ګرځېدل ناروغي او لمر وهنه رامنځته كوي. په دې موسم كې وجود د زياتو اوبلنو خوړو ته اړتيا لري او هم بايد له نازك او سپين رنګه لباسونو څخه كار واخلو.

د منې په موسم كې هوا نه ډېره توده وي او نه ډېره يخه، خو د ژمي په موسم كې هوا ډېره سړه وي په سړه هوا كې تګ راتګ د ناروغۍ سبب كيږي . نو لازمه ده چې په دې فصل كې تو د لباس واغوندو له خولۍ دستكشو او جرابو څخه استفاده وكړو.

پوښتنې:

- كوم شيان په ژمي كې زموږ د ناروغۍ سبب كيږي؟
- كوم شيان په اوړي كې زموږ د ناروغۍ سبب كيږي؟
- څرنګه كولی شو چې په دې دوو فصلونو كې خپل ځان ښه وساتو؟

كورنۍ دنده:

- زده كوونكي دې د خپلو ميندو او پلرونو په مرسته وليكي چې په توده او سړه هوا كې له كومو لباسونو څخه كار واخلو.

اته ويشتم لوست   د طبيعي پېښو خطرونه

موخه: زده کوونکي به طبيعي پېښو او د هغوی له خطرونو سره اشناشي او د دغو خطرونو په مقابل کې به ځانونه وساتي.

پوښتنې:

- دزلزلې اوسختو بادونو په باره کې څه پوهيږئ؟
- سيلابونه او سخت توفانونه څه زيانونه لري؟
- کله مو فکر کړی دی چې دزلزلې او سختو بادونو په وخت کې بايد چېرې ولاړ شئ؟
- د سخت توفان په وخت کې څرنگه ځان ساتلی شئ؟

په دی انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- ټول ټولگی دې په درېوگروپونو وويشل شي .
- لومړی گروپ دې د سيلاب او زلزلې په باره کې خبرې وکړي او د هغو زيانونه دې نورو ته ووايي.
- دويم گروپ دې دتوفان، تالندې او برېښنا په باره کی خبرې وکړي او د هغو زيانونه دې نورو ته ووايي.
- دريم گروپ دې په خپل منځ کې خبرې وکړي، ودې وايي چې له دې پېښو څخه څنگه ځانونه وساتو.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زلزله ، سېلاب تالنده او برېښنا او سخت توفانونه له طبيعي پېښو څخه شمېرل کېږي چې د بشر لپاره زيات خطرونه رامنځته کوي. خو انسانان دغه خطرونه په پام کې نيسي په سختو توفانونو کې له کورونو څخه نه وځي د خپلو کورونو کړکۍ بندوي او د کړکيو د ښيښو لاندې نه ودرېږي.

پوښتنې:

- دزلزلې په وخت چېرې پناه ورئ؟
- دسخت توفان په وخت کې څه کوئ؟
- دهوا له تودوخې او سوړوالي څخه څنګه ځانونه ساتئ؟

کورنۍ دنده :

- زده کوونکي دې يوه طبيعي پېښه انځور کړي او د طبيعي پېښو په باره کې دې له خپلو ميندو او پلرونو سره خبرې وکړي. له هغوی دې وغواړي چې پدې هکله ورته کيسه وکړي.

نهه ویشتم لوست له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې ژوي هم ناروغه کیږي اوله هغو سره تماس انسان ته د ناروغیو د لیږدېدو سبب کیږي او په دې ترتیب د ژویو د حفاظت په ارزښت پوه شي.

پوښتنې :

- کوم کورني ژوي پیژنئ؟
- کله د یو کورني ژوي ناروغۍ ته متوجه شوي یاست؟
- ولې له لیوني او بازاري سپیو څخه ډډه کوئ؟
- څرنګه د ژوو د ناروغیو څخه ځان وساتو.؟

وو ایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

فعالیتونه: زده کوونکی دې یو وحشي یا اهلي ژوی چې پیژني یې انځور کړي.
زده کوونکي دې پر پنځه کسیزه ګروپ کې له یو بل سره خبرې وکړي چې د ژوو له زیان څخه ځانونه څنګه ساتلی شي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ژوي ژوندي موجودات دي هغوی مهربانۍ ته اړتيا لري.
کورني ژوي د خپل ژوندانه د پاینبت لپاره خوراک او مناسب ځای ته اړتيا لري چې ناروغ نشي.
ځني ژوي په کوځو او کثافاتو کې له تګ راتګ او ګرځېدو څخه زيانمن او ناروغه کيږي. د ژوو ناروغي خطرناکه وي او ژر لېږديږي. موږ ته لازمه ده چې ځان لرې وساتو تر څو ناروغه نشو.

پوښتنې:

- که له ناروغه ژووسره مخامخ شوئ څه کوئ؟
- څنګه بايد د کورني چرګ او سپي ساتنه وکړو؟
- څه ډول له حيواني ناروغيو څخه ځان ساتلی شئ؟

کورنۍ دنده:

دلوست د موضوع په اړه دخپلې کورنۍ له غړو سره کيسه وکړئ.
دحيواناتو دساتلو په باره کې يوه جمله وليکئ.

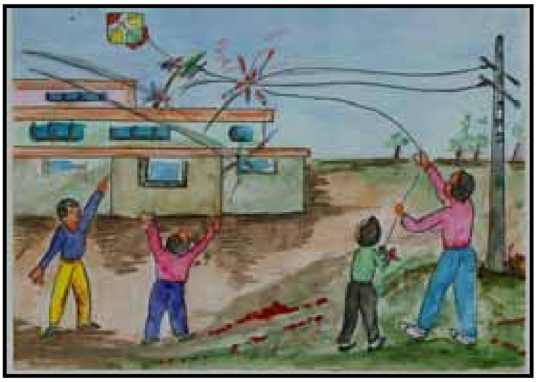
دیرشم لوست   په کور کې له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به په خپل کور او شاوخوا کې احتمالي خطرونه وپېژني او دداسې خطرونو څنې د خپل ځان دساتلو توانايي پيدا کړي تر څو د پېښو مخنيوی وکړي.

پوښتنې:

- کوم شيان په کور کې د اورلګېدو سبب کېږي؟
- له برېښنايي سامان الاتو ساکت او برېښنايي سيمونو سره ساعت تېري څه خطرونه لري؟
- د تېره چاقو، قيچي او مېخ سره ساعت تېری څه ډول ناوړه پېښې منځ ته راوړي؟
- دسر خلاصې څاه، بام او نړېدلو دېوالونو په شاو خوا کې ولې خطرونه وي؟

ووايئ چې په دې انځورونو کې څه شی وينئ؟



فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثيل وکړي چې له برېښنايي وسايلو او د تېرو څوکو شيانو سره بې احتياطي څه خطرونه لري؟
- زده کوونکي دې ووايي چې په کور کې له يوه خطر سره د مخامخ کېدو په وخت دهغه مخنيوی څنګه کولی شو.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ په کورونو کې مختلف شيان موجود دي. که په احتياط سره ونه کارېږي زيات خطرونه رامنځته کيږي چې د مالي او ځاني زيانونو سبب کيږي.

بايد له ځان څخه کښته ماشومان پوه کړو چې د بريښنا ساکت ته لاس اوږد نه کړي، ګاز، تېلو او جوش اوبو ته نږدې نشي او په کور کې له ناروغو کسانو سره تماس ونه لري. د هغو له قاشوغو او ګيلاس څخه استفاده ونه کړي. له دوړو خاورو او دلرګيو له دود ځان وساتي چې ناروغه نشي.

دغه راز د سر خلاصو ځاه ګانو او لويو ويالو تر څنګ لوبې ونه کړي.

پوښتنې:

- ولې د کور له سامان او لوازمو څخه په احتياط استفاده وکړو؟
- که چېرې خطر احساس کړو څه وکړو؟
- له تېره څوکو وسايلو لکه بياتي، چاقو، مېخ او بريښنايي وسايلو څخه د کار اخستلو په وخت څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د احتمالي خطرونو په هکله مور او پلار ته کيسه وکړي.
- ودې وايي چې څه ډول د يوې پېښې مخه نيولې شو او ځان څنګه ساتلې شو.

یو دیرشم لوست

پر سرکونو باندې له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به له ترافيکي قوانينو او اشارو سره اشنا شي په واټونو باندې د تېرېدلو په وخت کې به له احتياط څخه کار واخلي، له موټر څخه د کښته کېدلو او پورته کېدلو په وخت کې به ځان وساتي.

پوښتنې:

- د واټونو تر څنګ پلې لارې مو ليدلې دي، له هغو څخه څه وخت ګټه اخلئ؟
- دهغو خطرونو نومونه واخلئ چې په سرکونو باندې يې احساسوئ؟
- موټر ته د پورته کېدلو په وخت کوم ټکي په پام کې نيسئ؟

څو ډوله ترافيکي نښې پېژنئ؟

فعاليتونه:

- کومې ترافيکي نښې چې زده کوونکي پېژني هغه دې رسم کړي او نورو ته دې وښيي.
- زده کوونکي دې له منډې وهلو څخه د رامنځته شوو ترافيکي پېښو او په سرکونو باندې له توپ لوبې او کاغذ پرانۍ څخه رامنځته شوو خطرونو په باره کې خبرې وکړي. او خپل د سترګو ليدلی حال دې نورو ملګرو ته ووايي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په هر ځای کې ترافیک ځانګړي قوانین او نښې نښانې لري، که چېرې د پلیو خلکو او موټر وانانو له خوا مراعات نشي، زړه بوګنوونکي ترافیکي پېښې رامنځته کوي او ان چې د مرګ سبب ګرځي.
مورې باید په سرکونو باندې دپلیو لارو په خطونو، دبس تم ځایونو او ترافیکي اشارو په باره کې معلومات ترلاسه کړو چې خپل ځانونه له ترافیکي خطرونو څخه وساتو.

پوښتنې:

- تراوسه د ترافیکو له کومو ترافیکي قوانینو او اشارو سره اشنا یاست؟
- په سرکونو باندې ښویدل څه خطر لري؟
- ولې په یو بایسکل باندې درې تنه سپاره نشو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د څو ترافیکي اشارو انځورونه وباسي او خپل مور او پلار ته دې تشریح کړي.
د ترافیکي قواعدو په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

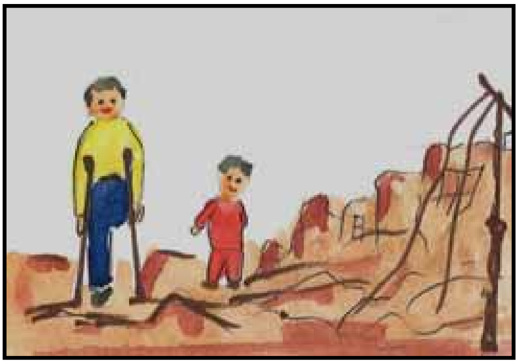
د ماین او وسلو له خطرونو څخه ځان ساتنه

موخه: زده کوونکي به د وسلو او ماینونو له خطرونو سره اشنا شي او لویانو ته د شکمنو شیانو د ریوټ په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- له وسلو او ماینونو سره لوبې څه خطر لري؟
- دلوبو سامان او یا نور شیان چې ستاسو نه وي او چېرې یې ووینئ څه کوئ ؟
- که چېرې ماین ووینئ له خطر څخه یې ځان څنګه ژغورئ او څوک خبروئ ؟

وواییئ چې پدې انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې له ناپېژندل شوو شیانو او وسلو سره لوبې څه خطرناکه پېښه رامنځته کوي؟
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه وواییي که چېرې یو شی شکمن وي څه باید وکړو؟

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په جنګ ځپلو سیمو کې په ځمکه کې ماینونه، ناچاودلي مواد، تخریب شوي ټانکونه او موټرونه موجود وي.
پداسې سیمو کې تګ او ساعت تیري اویا د داسې ټانکونو له پاسه پورته کېدل ډېر خطر لري، ځکه چې ناچاودېدلي مواد او ماینونه په کې موجود وي د مړینې، معلولېدو او معیوبېدو سبب کیږې. باید تل له داسې خطرونو څخه ځان وساتو او په لیدو یې مشرانو ته رپوټ ورکړو.

پوښتنې:

- ولی په ورانو او تخریب شوو ځایو کې لوبې ونه کړو؟
- له وسلو سره لوبې څه خطر لري؟
- که چېرې په یو ځای کې نا پیژندل شویی شی ووینئ څه کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دماین، ناچاودېدلو موادو او وسلو د خطرونو په باره کې درې جملې ولیکي او د کورنۍ له غړو سره دې په دې اړوند خبرې وکړي.

دري دیرشم لوست

دغیر صحي اوبو له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به د څښلو صحي او غیر صحي اوبو توپیر وکړي او د غیر صحي اوبو خطرونه به وپیژني.

پوښتنې:

- دڅښلو لپاره له کومو اوبو څخه استفاده کوئ؟
- ستاسو په نظر د سر خلاصو تشنابونو (بیت الخلا) ته د نږدې څاګانو اوبه څه ډول دي؟
- غیر صحي اوبه د روغتیا لپاره څه زیان رسوي؟
- څنګه کولی شو له غیر صحي اوبو څخه استفاده وکړو؟

ووایی چې په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له غیر صحي اوبو څخه کار اخیستل تمثیل کړي؟
- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د غیر صحي اوبو د صحي کولو په طریقه خبرې وکړي او وروسته دې خپلې نظریې نورو ته ووایي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

اوبه د انسانانو د ژوندانه د پايښت لپاره ډېرې مهمې دي.
زموږ د بدن په جوړښت کې هم په زياته اندازه اوبه شته. که زموږ د بدن اوبه د ځينو ناروغيو لکه اسهال ، سختې تبې او د زياتې خولې کېدو له امله له منځه لاړې شي. د پاکو اوبو په څښلو، د مايع غذا او مېوو په خوړلو سره دويم ځلې پوره کيږي د غير صحي اوبو څښل وجود ته زيان رسوي ځکه چې د ساري ناروغيو د لېږدونې سبب ګرځي. نو بايد له سرپټو څاه ګانو، د اوبو له نل او بمبې څخه چې پاکې اوبه لري استفاده وکړو. که چېرې صحي اوبه نه وي د ويالې اوبه يا د سرخلاصې څاه اوبه جوشوو او استفاده ترې کوو. څاه بايد له تشناب څخه لرې وي.

پوښتنې:

- د څښلو لپاره له څه ډول اوبو څخه کار اخلو؟
- د څاه او نل په اوبو سربېره له نور کومو اوبو څخه بايد استفاده وکړو؟
- اوبه څه ډول د څښلو وړ ګرځي؟
- آيا تشناب ته د نږدې څاه اوبه د استفادې وړ دي؟

کورنۍ دنده:

- له خپل پلار او مور سره د غير صحي اوبو په اړوند خبرې وکړئ وواياست چې ولې څاه له تشناب څخه لرې اوسي؟

څلورديرشم لوست — د حفظ الصحې مراعاتول

موخه: زده کوونکي د حفظ الصحی ارزښت وپیژني او په ورځنۍ ژوند کې يې رعايت کړي.

پوښتنې:

- د خپل ځان دروغتيا په خاطر کوم کارونه سرته رسوئ.
- د ناپاکو مېوو او ترکاريو خوړل د څه سبب کيږي؟
- تاسې ته له تګ وروسته ولې لاسونه په اوبو او صابون پرېمنځو؟
- د حاجت دلرې کولو لپاره له ازادې هوا څخه استفاده زموږ صحت او د استوګنې چاپيريال ته څه زيان لري؟

ووايئ چې په انځورونو څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له ډوډۍ څخه مخکې او وروسته او يا د حاجت له لرې کولو وروسته په صابون او اوبو دلاسونو پريمينځل تمثيل کړي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې مشوره وکړي چې څه ډول د نه پرېمينځل شوو مېوو او ترکارۍ له زيان څخه ځان ساتلی شي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

روغتيا د خداى(ج) ستر نعمت دى،بايد زيار وباسوچې خپل بدن او لباسونه پاک وساتو، دسګرټو له دود ، چلم او نسواورو څخه ځان وساتو. د حاجت له لرې کولو وروسته خپل لاسونه په صابون او اوبو پاک پرېمنځو. له ناپاکو مېوو او ترکارۍ څخه کار وانخلو.

خپل چاپېريال له کثافاتو څخه پاک کړو. حيواني او انساني فاضله مواد ښخ کړو. په دې ډول کولاى شو د ناروغيو دلېږدېدو مخه ونيسو موږ مسلمانان يو او پاکوالى د ايمان يوه برخه ده. نو بايد د پاکوالي په برخه کې زيار وباسو.

پوښتنې:

- دبدن او د استوګنې د چاپېريال پاکوالى څه ګټه لري؟
- ولې د حاجت له لرې کولو څخه وروسته دلاسونو پرېمينځل مهم دى؟
- د سترګو، غوږونو، غاښونو او خپلو نوکونو څرنګه ساتنه وکړو؟

کورنۍ دنده:

هغه څه چې زده کوونکو زده کړي دي له خپل پلار او مور سره دې پرې خبرې وکړي ودې وايې چې خپل، دکور او ټټۍ پاکوالى څه ډول وساتو.

پنځه دیرشم لوست

د دريم فصل لنډيز

موخه: زده کوونکي به د يادشوو مطالبو تکرار وکړي او هغه څه چې د هغوی مهارت زياتوي تمرين کړي چې په عادتونو يې بدل شي.

پوښتنې:

- دهوا له تودوخي او سوړوالي څخه څنګه ځان وساتو؟
- له طبيعي پېښو لکه زلزلې، سېلاب او سخت توفان څخه چېرته ځان وساتو؟
- له حيواني ناروغيو څخه څنګه ځان وساتو؟
- څنګه دخپل کور او ژوند ساتنه وکړو؟
- ايا په ورانو او جنګ ځپلو ځايونو کې د ماين او ناچاودو موادو خطر موجود وي؟
- خپل او چاپېريالي پاکوالی څرنګه رعايت کړو؟
- له کومو اوبو څخه کار واخلو؟

ووايئ چې په انځورونوکې څه وينئ.

فعاليت:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې پر هغه څه چې ددې فصل د لوستلو څخه زده کړې او تر اوسه يې عملي کړې دي خبرې وکړي او وروسته دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور، ماشومان بايد خپلو ورځنيو فعاليتونو ته متوجه اوسو چې زلزلې، سېلاب او سختو توفانونو او ماينونو له خطر څخه په امن کې اوسو او د امن ځايونو ته پناه يوسو، له نه پېژندل شوو شيانو، برېښنايي سامان الاتو ته لاس ورنه وړ دې نه کړو. خپله او محيطي حفظ الصحه مراعات کړو.

پوښتنې:

- د طبيعي پېښو د خطرونو په هکله څه پوهيږئ؟
- څه ډول د خپل ځان او کور ساتنه کوئ؟
- د شکمنو شيانو په ليدنې سره چاته خبر ورکوئ؟
- خپله روغتيا څنګه رعايت کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغه څه په باره کې چې له تېرو لوستونو څخه يې زده کړي دي له خپلې کورنۍ سره خبرې پرې وکړي او په تطبيق کې دې د خپلې کورنۍ د غړو مرسته وغواړي.

ثلورم فصل

شپږ دیرشم لوست

د نورو د نظریو قدر کول

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې د نورولـه مرستې، همکارۍ او همدردۍ څخه قدرداني ښه کار دی.

پوښتني:

- ایا کله ستاسو د نظر یې قدرداني شوې ده؟
- دنورو کومو کارونو قدرداني وکړو؟
- کله مو دنورو ښه نظر اوریدلی دي او د هغه قدرداني مو کړې ده؟

وواییځ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

زده کوونکي دې په څلور کسیز ګروپ کې تمثیل وکړي چې څه ډول د یو بل د مرستې قدر وکړو؟

زده کوونکي دې ځانته ځانته د یو بل د ښېګڼو د قدردانۍ په هکله نظر ورکړي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ ژوند په کور او ښوونځي کې په ګډه تو ګه تېرېږي. باید نیک کارونه سرته ورسوو چې نور زموږ د کارونو قدرداني وکړي او که څوک له موږ سره مرسته وکړي موږ باید د هغه څخه مننه وکړو. چې دهغه دهڅونې سبب شي او تل باید له اړو کسانو سره مرسته وکړو.

- ولې دنورو د نظر قدرداني وکړو؟
- څه وکړو چې نور زموږ قدرداني وکړي؟
- ستاسو له کوم کارڅخه ښوونکی صاحب قدرداني کوي؟

کورنۍ دنده:

دهغه کار په هکله چې تاسو سرته رسولی اوښوونکي یې قدردانی کړې ده خپل پلاراو مورته کیسه وکړئ او د هغوې نظر په ټولګي کې ووایئ.

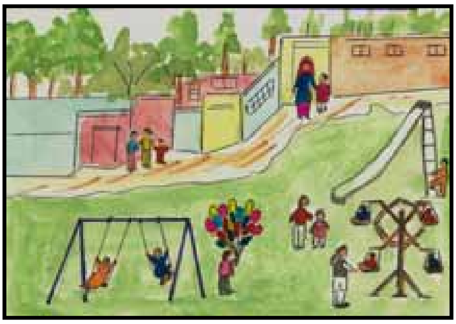
اوه د یرشم لوست

زموږ د هېواد قومونه

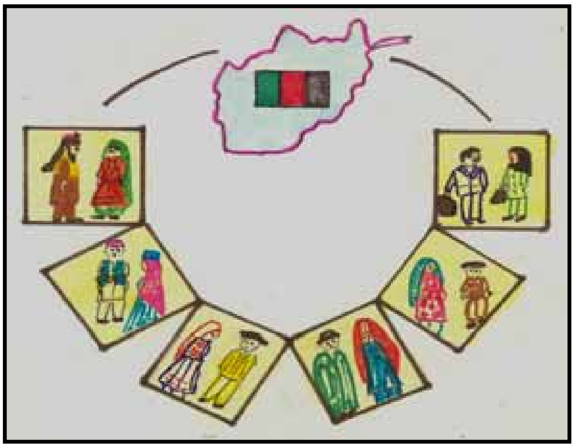
موخه: زده کوونکي به پوه شي چې په ګران هېواد کې زیات قومونه په ګډه ژوند کوي.

پوښتنې:

- آیا بېلا بېلو قومونو ترمنځ دودونه توپیر لري که څنګه؟
- د بېلا بېلو قومونو ترمنځ ورته والی لیدل کیږي که نه؟
- نورو قومونه درناوی خپله دنده بولئ؟
- آیا زموږ په وطن کې بېلابېل قومونه ژوند کوي؟



وواياست چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په انفرادي توګه د خپل قوم د رواجونو په هکله نورو ته معلومات ورکړي.
- زده کوونکي دې هغه ورته والی چې د قومونو ترمنځ شته ووایي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ په هېواد کې بېلا بېل ورونه قومونه ژوند کوي چې يو پر بل د ورونو په شان ګران دي. ټول قومونه چې په افغانستان کې ژوند کوي د خپل ګډ هېواد ګران افغانستان د آبادۍ لپاره کار کوي. له خپلواکۍ او آزادۍ څخه يې په ګډه دفاع کړې ده او کوي يې.

په افغانستان کې اوسېدونکي بېلا بېل قومونه بېلا بېل دودونه لري او د يو بل دودته درناوی کوي.

پوښتنې

- آيا ستاسو د قوم دودله بل قوم سره توپير لري؟
- آيا د هېواد نورو قومونو له د ودونو سره بلدتيا ګټه لري؟
- آيا د هېواد د آبادۍ د يوه قوم وظيفه ده يا د ټولو قومونو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د لوست په هکله له خپل پلار او مور سره خبرې وکړي د بيلا بيلو قومونو د دودونو په هکله دې له خپل مور او پلار څخه پوښتنه وکړي او د هغوي نظر دې خپلو ټولګيوالوته ووايي.

زموږ د هېواد ژبې

موخه: زده کوونکي به د هېواد له بېلا بېلو ژبو خبرتیا تر لاسه کړي او له زده کولو سره به يې مینه پیدا شي.

پوښتنې:

- له مورنۍ ژبې پرته مو نورې کومې ژبې زده دي؟
- آیا بېلا بېل قومونه په بېلو بېلو ژبو خبرې کوي؟ مثال يې ووايئ؟
- ستاسو په نظر د بېلا بېلو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په څلورو ګروپونو د بېلا بېلو قومونو استازيتوب وکړي او تمثيل دې کړي چې ډېر ښه دوستان دي او د يو بل ژبه زده کوي او خپل مطلب پرې حلوي.
- زده کوونکي دې په انفرادي ډول د ژبو په باره کې خبرې وکړي او يوه کیسه دې په ګډه ووايي چې زده يې وي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

لکه څنګه چې په افغانستان کې ورونه قومونه بېلابېل دودونه لري د هغوی ژبې هم یو د بل سره توپیر لري دې ځینې په پښتو یا دري خبرې کوي او ځینې نور په نورو ژبو لکه ازبکي، پشه یې، ترکمني، نورستاني، بلوڅي، او پامیري ژبو خبرې کوي موږ ته لازمه ده چې نورې ژبې هم زده کړو چې د یو بل په خبرو پوه شو او یو له بله سره مفاهمه وکړو چې ژوند مو په زړه پورې شي.

پوښتنې:

- آیا بېلا بېل قومونه په بېلابېلو ژبو خبرې کوي؟
- د نورو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟
- که موږ له نورو ژبو سره بلدتیا ولرو، کولی شو چې په هغو مفاهمه وکړو او دوستان پیدا کړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې له مورنۍ ژبې پرته بله هره ژبه چې یې زده وي په هغې کې یوه کیسه یا یوه فکاهي زده کړي او خپلو ټولګیوالو ته دې وواییي.

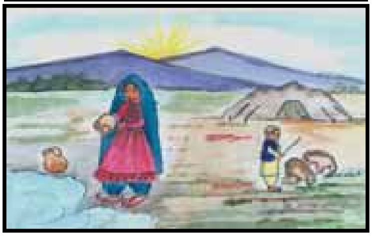
نهه دیرشم لوست: ورته والی او قومي دودونه

موخه: زده کوونکي به په دې پوه شي چې د بېلا بېلو قومونو ترمنځ ورته والی او ګډې ځانګړتیاوې شته چې د هغوی د نږدېوالي سبب کيږي.

پوښتني:

- آیا د نورو قومونو له دودونو سره آشنا یاست؟
- آیا د قومونو تر منځ انساني او ټولنيزې اړتیاوې ورته والی لري؟
- آیا د سرپناه، لباس، او خوراک له پلوه د قومونو غوښتنې یو ډول دي؟

په انځورونو کې څه وینې؟ ووایې؟



فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د قومونو د ګډو دودونو په هکله خبرې وکړي او نورو ته دې ووایي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې څه ډول د یو بل دودونو ته درناوی وکړي او هغه خیل وګڼي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

موږ د بېلو بېلو قومونو زده کوونکي په یوه ټولګي کې لوست کوو او یو د بل دوستان یو یو بل ته درناوی کوو. اکثره د ونې، رنګ، پوستکي، وېښتانو او ځانګړتیاوو له امله یو بل ته ورته یو.
موږ ټول ګډې اړتیاوې لرو لکه کور، لباس، غذا، له ناروغیو ځان ساتنه او نور. دغه راز کار او بوختیا او سالم ښوونیز چاپېریال او تر ټولو مهم ګډ وطن لرو او زمونږ د مطلق اکثریت خلکو دین د اسلام سپیڅلي دین دی.
سره لدې چې په ځینو دودونو کې توپیر لرو موږ زیات مشترک دودونه هم لرو.

پوښتنې:

- څرنګه د ټولو قومونو د دودونو قدر وکړو؟
- د قومونو ترمنځ ګډې اړتیاوې کومې دي؟
- آیا پوهېږئ چې ستاسو د هغو ټولګیوالو ترمنځ چې د نورو قومونو څخه دي څه ورته والی لیدل کېږي.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې قومي ورته والي په باره کې له خپل مور او پلار سره خبرې وکړي د دوو قومونو ترمنځ دې د ورته والي او قومي دودونو لست جوړ کړي.

ځلوېښتم لوست

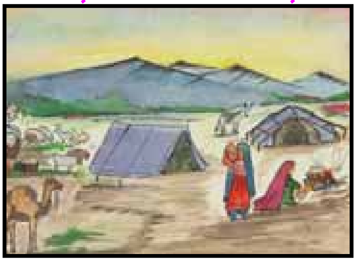
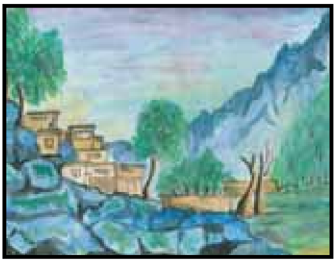
ښاري او کليوالي ژوند

موخه: زده کوونکي به د ښاري او کليوالي ژوند ترمنځ توپير وپېژني.

پوښتنې:

- ښاري او کليوالي ژوند څه توپير لري؟
- ولې له ښارونو څخه لرې کليوالو سيمو ته د تفريح لپاره ځو؟
- څرنګه کولی شو چې خپل چاپېريال پاک کړو؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په څلور کسيزو ډلو کې تمثيل وکړي او د ښاري چاپېريال په هکله دې خبرې وکړي.
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه، د استوګنې هغه چاپېريال انځور کړي چې هغه يې خوښېږي او وروسته دې هغه انځور نورو ته وښيي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

خدای (جل جلاله) ټول موجودات پیدا کړي دي او د انسانانو لپاره يې د استوګنې چاپېريال په واک کې ورکړی دی ځينې انسانان په ښارونو او ځينې ښارونو څخه لرې په کليوالو سيمو کې ژوند کوي. ښاري او کليوالي چاپېريال توپير لري، ښاري چاپېريال ښه هوا نه لري خو د کليوالي چاپېريال هوا ښه وي، ځکه چې هلته ګڼه ګوڼه کمه او به ډېرې او زيات ځنګلونه موجود وي.

پوښتنې:

- ولې ښاري او کليوالي چاپېريال توپير لري؟
- کله مو د چاپېريال د ښه کولو فکر کړی دی؟
- ستاسو په نظر د استوګنې لپاره کوم چاپېريال غوره دی.

کورنۍ دنده:

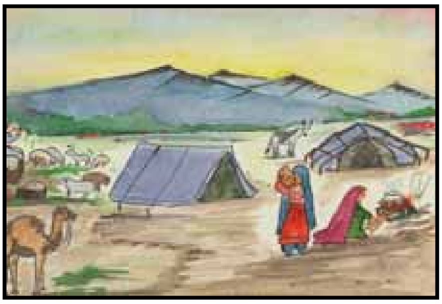
زده کوونکي دې په دې موضوعګانو له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي د هغوی نظر دې واوري او خپلو ټولګيوالو ته دې د استوګنې ښه چاپېريال ور وپېژني.

د څلورم فصل لنډيز

موخه: زده کونکي لوستل شوی مفاهيم او د فصل درسونه تکرار او د هغو څخه په ورځني ژوند کې کار واخلي.

پوښتنې:

- د نورو ژبو زده کړې ته څه اړتيا ده؟
- د سيمو ترمنځ دودونه څه توپير لري.
- د بېلا بېلو قومونو خلک څه ورته والی لري.
- آيا د انسانانو د استوګنې چاپېريال توپير لري؟



فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي او ودې وايې چې له تېرو لوستونو څخه يې کوم کارونه او نېک عملونه زده او عملي کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مونږ ټول زده کوونکي ټول هغه مفاهيم چې په دې کتاب کې مو زده کړي دي په خپل ژوند کې ترې کار اخلو زيار باسو چې د يو بل ژبه زده کړو او د يو بل رواجونو ته درناوی ولرو.

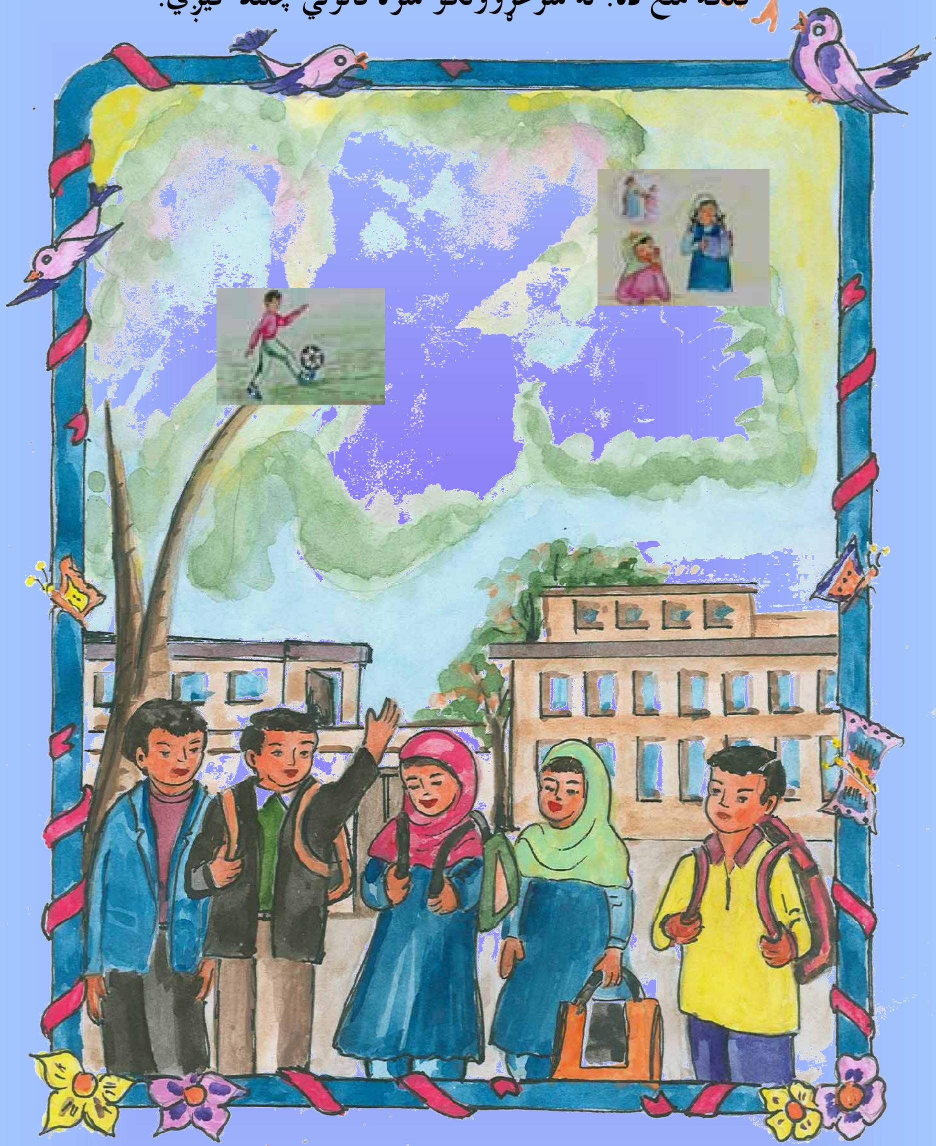
پوښتنې:

- د بېلا بېلو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟
- د ښاري او کليوالي چاپېريال توپير څه شي دی؟
- د بېلا بېلو قومونو د دودونو څه ډول درناوی وکړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغو مفاهيمو په باره کې چې زده يې دي له خپلو کورنيو سره خبرې وکړي. د هغوی نظر يې دې واوري او په هغوی دې عمل وکړي.

درسي كتابونه د پوهنې وزارت پورې اړه لري. په بازار كې يې اخيستنه او خرڅونه په كلكه منع ده. له سرغړوونكو سره قانوني چلند كيږي.



كمپوز: محمد اشرف امين، محمد احسان سعادت

د كتاب د استهلاک دوره ۳ کاله.