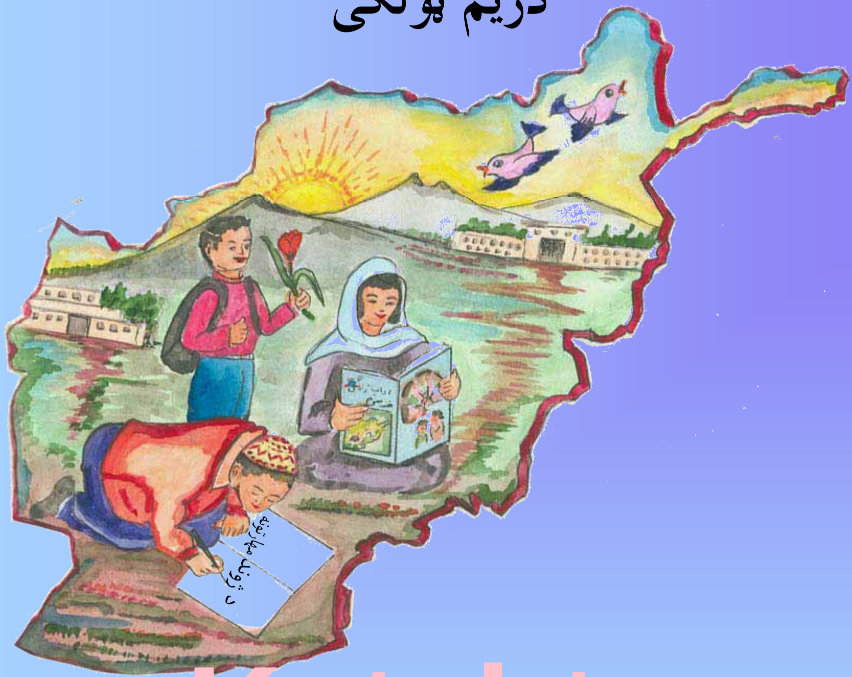
د پوهنې وزارت
د تعلیمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساینس د مرکز معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

دریم ټولګی



چاپ کال: ۱۳۹ هـ. ش.

Ketabton.com

... کې یې اخیستنه او خرڅونه په
... ني چلند کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د پوهنې وزارت
د تعلیمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساینس د مرکز معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

دریم ټولګی

د چاپ کال: ۱۳۹۰ هـ . ش.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب د تاليف، څېړنې او تدقيق کمېټې

ليکوالان:

١. ترينا ستار محب زاده د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د بيولوژي ډيپارتمنت علمي غړې.
٢. د سر مؤلف مرستياله پروين قاريزاده لعلي د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د بيولوژي ډيپارتمنت آمره.
٣. د سر مؤلف مرستياله رابعه منصور د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د فزيک ډيپارتمنت آمره.
۴. **ژباړونکی:** د مولف مرستيال سهراب ديدار د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د پښتو ډيپارتمنت 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 څدران 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 ډيپارتمنت 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 وردک.

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

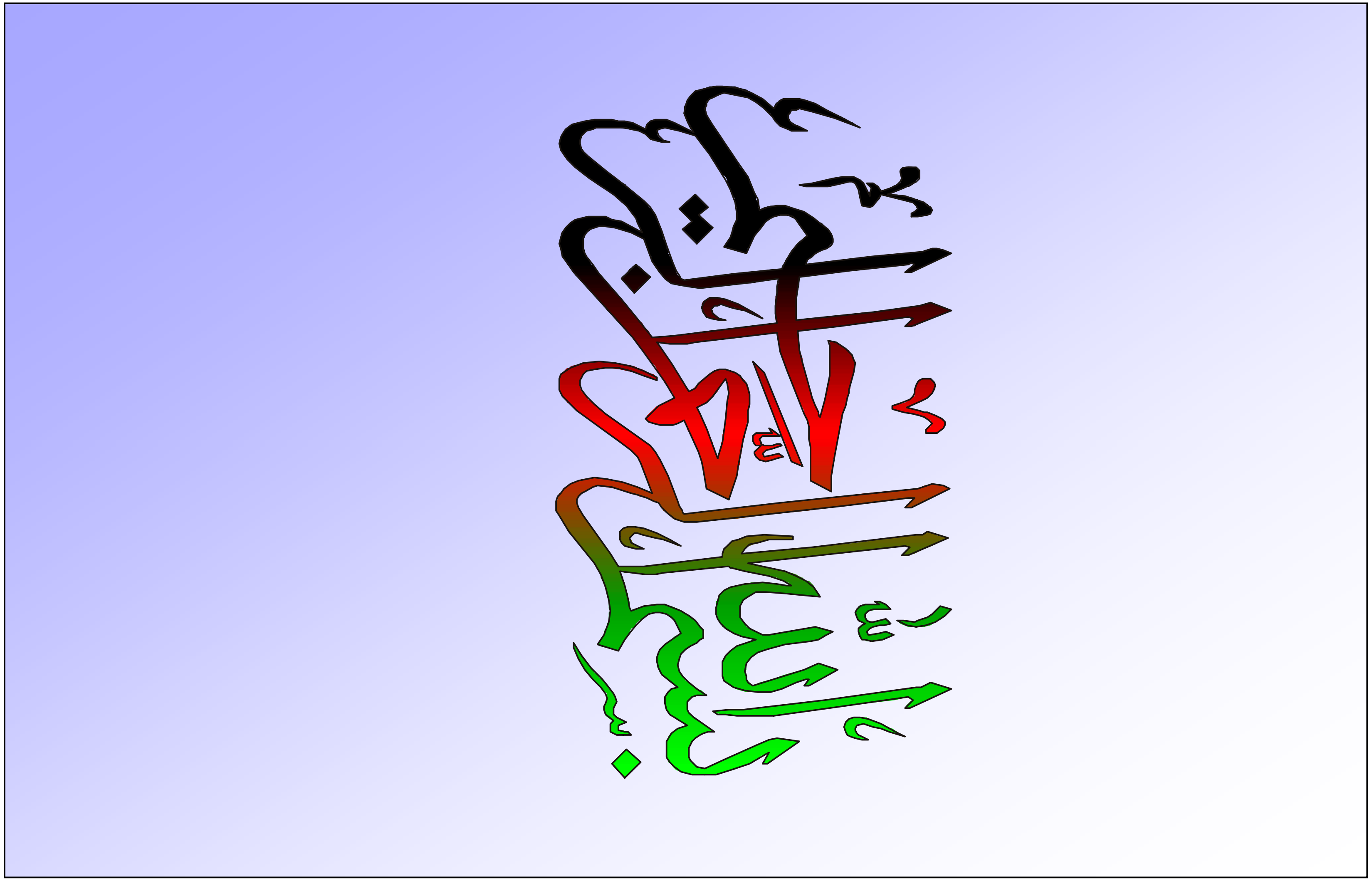
- ډاکټر عطاء الله واحديار د پوهنې وزارت ستر سلاکار او د نشراتو رئيس.
- حيات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- دکتور محمد يوسف نيازي د پوهنې وزارت سلاکار.

د څېړنې او تدقيق د څارنې کمېټه:

- دکتور اسدالله محقق د تعليمي نصاب د پراختيا، د ښوونکو د روزنې او د ساينس مرکز معين
- دکتور شېر علي ظريفي د تعليمي نصاب د پراختيا د پروژې مسؤول
- د سرمؤلف مرستيال عبدالظاهر ګلستاني د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف لوی رئيس

طرح او ډيزاين: حميدالله غفاري

(c) ketabton.com: The Digital Library



ملي سرود

دا وطن افغانستان دی — دا عزت د هر افغان دی
کور د سولې کور د تورې — هر بچی يې قهرمان دی
دا وطن د ټولو کور دی — د بلوڅو د ازبکو
د پښتون او هزاره وو — د ترکمنو د تاجکو
ورسره عرب، ګوجر دي — پاميريان، نورستانيان
براهوي دي، قزلباش دي — هم ايماق، هم پشه يان
دا هيواد به تل ځليږي — لکه لمر پر شنه آسمان
په سينه کې د آسيا به — لکه زړه وي جاويدان
نوم د حق مو دی رهبر — وايو الله اکبر وايو الله اکبر

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحيم

د پوهنې د وزیر پیغام

ګرانو ښوونکو او زده کوونکو،

ښوونه او روزنه د هر هېواد د پراختیا او پرمختګ بنسټ جوړوي. تعلیمي نصاب د ښوونې او روزنې مهم توکی دی چې د علمي پرمختګ او ټولنې د اړتیاوو له مخې رامنځته کیږي. څرګنده ده چې علمي پرمختګ او ټولنیزې اړتیاوې تل د بدلون په حال کې وي. له دې امله لازمه ده چې تعلیمي نصاب هم علمي او رغنده انکشاف ومومي. البته نه ښایي چې تعلیمي نصاب د سیاسي بدلونونو او د اشخاصو د نظریو او هیلو تابع شي.

دا کتاب چې نن ستاسو په لاس کې دی، پر همدې ارزښتونو چمتو او ترتیب شوی دی. علمي ګټورې موضوعګانې پکې زیاتې شوې دي. د زده کړې په بهیر کې د زده کوونکو فعال ساتل د تدریسي پلان برخه ګرځېدلې ده.

هیله من یم دا کتاب له لارښوونو او تعلیمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د میتودونو د کارولو له لارې تدریس شي او د زده‌کوونکو میندې او پلرونه هم د خپلو لوڼو او زامنو په باکیفیته ښوونه او روزنه کې پرله پسې ګډه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هیلې ترسره شي او زده‌کوونکو او هېواد ته ښې بریاوې ور په برخه کړي.

زه پر دې ټکي پوره باور لرم چې زموږ ګران استادان او ښوونکي د تعلیمي نصاب په رغنده پلي کولو کې ستره دنده او درونډ مسؤولیت لري.

د پوهنې وزارت تل زیار کاږي چې د پوهنې تعلیمي نصاب د اسلام د سپېڅلي دین له بنسټونو، د وطن دوستۍ د پاک حس په ساتلو او علمي معیارونو سره سم د ټولنې د څرګندو اړتیاوو له مخې پراختیا ومومي.

په دې ډګر کې د هېواد له ټولو علمي شخصیتونو، د ښوونې او روزنې له پوهانو او د زده‌کوونکو له میندو او پلرونو څخه هیله لرم چې د خپلو نظریو او رغنده وړاندیزونو له لارې زموږ له مؤلفانو سره د درسي کتابونو په لا ښه تالیف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو څخه چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتیب کې یې مرسته کړې، له ملي او نړیوالو درنو موسسو، او نورو ملګرو هېوادونو څخه چې د نوي تعلیمي نصاب په چمتو کولو او تدوین او د درسي کتابونو په چاپ او وېش کې یې مرسته کړې ده، منته او درناوی کوم.

ومن الله التوفیق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د پوهنې وزیر

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 لنډيز	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 غوږ نیول 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 الصحې 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

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې:

ګرانو ښوونکو! د دریم ټولګي (د ژوند مهارتونه) کتاب د فعال سیستم (شاګرد محوري) له مخې تالیف شوی دی. دغه هدف د ټولنې د بچیانو د لومړنیو اړتیاوو په پام کې نیولو سره ټاکل شوی دی. هیله من یو چې دغه هدف د ټولنې د بچیانو او له یوه سالم انساني ژوندانه سره د هغوي مینه رامنځته کړي.

که څه هم د کتاب په لیکلو کې لږ توپیر موجود دی (هغه هم د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې او د زده کړې فعالیت) په بشپړ او هر اړخیزه توګه په لومړۍ برخه کې لیکل شوي دي. ښاغلي ښوونکي زیاته ګټه ترې اخیستلي شي او دغه راز د کتاب په ځینو مخونو کې د زده کوونکو له پاره هم ځینې فعالیتونه روښانه شوي دي. دکتاب د جوړښت په باره کې باید ووایو چې کتاب څلور فصلونه او ۴۱ لوسته لري. د کتاب فصلونه او لوستونه له یو بل سره منطقي ارتباط لري. په یو کال کې **۵۲** درسي ساعتونه ورته ټاکل شوي دي.

د یادولوړ ده چې د لومړي او دوهم فصل له پاره درې اضافي ساعتونه او د دوو وروستنیو فصلونو له پاره دوه اضافي ساعتونه په پام کې نیول شوي دي چې د ځینو معذرتونو د رامنځته کېدو په وخت د ساعتونو د له لاسه ورکولو یا د زده کوونکو د علاقې وړ فعالیتونو د تکرار په وخت کې ترې استفاده وشي.

هر لوست دوه مخه دی چې په لومړي مخ کې سر لیک، موخه، فکر رامنځته کوونکي پوښتنې، انځورونه او د زده کوونکو له پاره یو دوه د زده کړې فعالیتونه ځای شوي دي. په دویم مخ کې د لوست متن، د متن د اساسي مفاهیمو په باره کې پوښتنې، د تدریس شوي لوست ارزیابي او کورنۍ دنده ځای شوې ده. لوست ورکول هغه وخت ښه اغیزه لري چې د زده کوونکو له پاره د زده کړې یو ربښتنی چاپیریال په لاندې توګه رامنځته شي.

د زده کړې چاپیریال

۱- هره ورځ خپل لوست په سلام ویلو او احوال پوښتنه پیل کړئ. له هغو زده کوونکو څخه چې په ستونزو اخته دي د بیلګې په توګه ناروغه شوي وو یا څه نورې ستونزې یې درلودې پوښتنه وکړئ.

۲- له زده کوونکو سره په خندا او خوشحالۍ خبرې وکړئ هڅه وکړئ. چې د تولګي چاپیریال د خوشحالۍ له پاره له مناسبو کیسو او لطیفو څخه کار واخلئ.

٣- د زده کوونکو خبرو ته په درناوي سره غوږ ونیسئ. هڅه وکړئ چې د پوښتنې د کولو او د نظر ښکندولو 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 د پوالونه 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 ښکند 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 ځو 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 اوریدلې وي د کورنۍ دندې په توګه ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 دخوښی 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 زياتره برخه انځورونه او رسمونه دي چې بايد په خپله د زده کوونکوله خوا تشريح شي .

زده کوونکو ته دې وخت ورکړی چې په انځورونو باندې په ډله ييزه توګه خبرې وکړي او وروسته دې يوتن دخپل ګروپ په استازيتوب په لوړ او از تشريح کړي چې په رسمونو کې يې څه شی ليدلي دي؟

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

۱۵- دښې زده کړې له پاره سيمه ييزو مثالونو او کيسوڅخه کار واخلي او دلوست متن په لوړ اواز ووايي وروسته يو دو و زده کوونکوته ووايي چې لوست تکرار کړي او بيا له هغوی څخه پوښتنه وکړي چې دلوست دمتن په باره کې څه وپوهېدل. وروسته دې هغه په ساده ژبه بيان کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۶- د دې مضمون زده کړه کې دزه کوونکو عملي کار، د ډرامو اجراءکول، کیسو او فکاهیو ویل او د رسمونو ایستل ضروري بلل کیږي د دې چارو سرته رسول به لومړی ستونزمن کار وي خو د وخت په تېرېدو سره زده کوونکي ورسره عادت کیږي.

فعالیتونه اوونده اخیستنه:

۱۷- ښوونځي ته د راتګ په لومړۍ یادوهمه ورځ د ټولګي ټول زده کوونکي له څلورو څخه تر شپږو ګروپونو باندې وویشئ. هر ګروپ په ځانګړي شمېر لکه (۳، ۲، ۱ اونورو) ونوموئ له دغې ډلبندۍ څخه د زده کړې په فعالیتونوکي کاروکړئ.

۱۸- دفعالیتونوپه جریان کې بې زړه زده کوونکوته وخت ورکړئ چې صنفي فعالیتونو کې ونډه واخلي او په خپل ځان باندې باور پیدا کړي.

۱۹- ښاغلی ښوونکی! دلوست په پای کې زده کوونکوته کورنۍ دنده ورکړئ له کورنۍ دندې څخه موخه کورنیو ته د درسي مفاهیمولېږدول او له هغوي سره د نظر راکړه ورکړه ده. دغه رازدموضوعاتوتکرار د زده کوونکو د ښه پوهېدو سبب ګرځي او د هغوی په دایمي عادت بدلیږي. هغه پوښتنې چې له میندو او پلرونو څخه یې اوري ټولګي ته راوړي او ګټه ور څخه واخلي، دغه راز دانځورونو کښل، جملو لیکل، د ځینو مفاهیمو لست کول په کورني کار کې شامل او دلیدلو وړ دي .

۲۰- د ژوند مهارتونو په کتاب کې د زده کوونکو هر فعالیت له پیل څخه تر پای د غور او ارزیابي وړ دی.

۲۱- د زده کوونکو د همیشنۍ ارزیابۍ له پاره یوه کتابچه برابره کړئ او هر زده کوونکي ته یو مخ ځانګړی کړئ. په دې مخونو کې د زده کړې په فعالیتونو کې د زده کوونکو د ونډې په هکله د خپلې ارزیابۍ او لیدنې نتیجې د زده کوونکو په سلوک کې مثبت بدلونونه ولیکئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

د هرې اونۍ په پای کې د ارزیابۍ د پایلو مخونه وګورئ چې د زده کوونکو له پر مختګ څخه خبر شئ د هغو په باره کې چې مرستې ته اړتیا لري ټاکلي تدبیرونه ونیسئ.

۲۲- د ارزیابي د پایلو په لیدلو سره کولی شئ د خپل لوست ورکولو په میتود او لاروچارو باندې باور تر لاسه کړئ او زیاته پرمختیا وکړئ. که چېرې د ارزیابۍ قوس نزولي وي لطفا د هغو زده کوونکو په هکله چې زیاتې مرستې ته اړتیا لري ټاکلی تدبیرونه ونیسئ.

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

لومړی فصل

لومړی لوست:

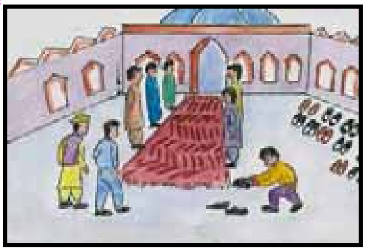
سوله ییز ژوند

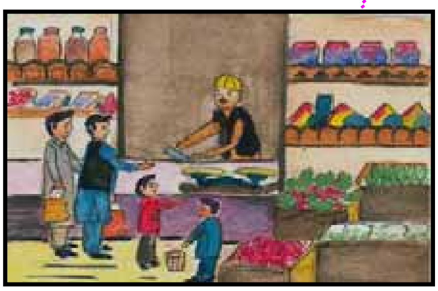
موخه: زده کوونکي به په کور، ښوونځي، جومات او د خلکو ترمنځ د سوله ییز ژوند لارې چارې زده کړي.

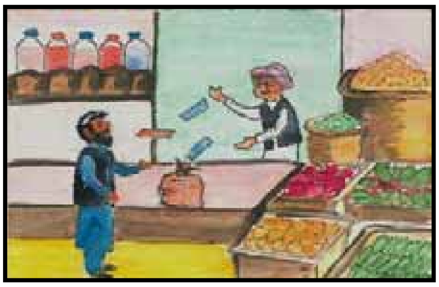
پوښتنې:

- 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؟





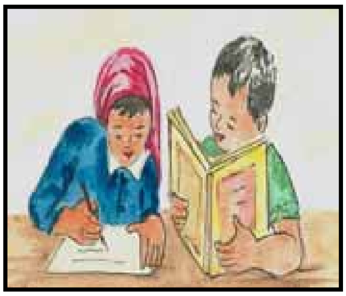


فعالیتونه:

- 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!



مور، جومات او ښوونځي ته ځو. له خپلو ټولګيوالو سره يو ځای درس وايو. د ټولګي، د جومات د انګړ او خپل ښوونځي په پاکولو کې ونډه اخلو. جومات او ښوونځی زموږ د ټولنې يوه کوچنۍ ټولنه ده، غواړو چې له جومات او ښوونځي څخه د يو ښه او سوله ييز ژوندانه د بنسټ ايښودل زده کړو ترڅو وکړای شو په خپله ټولنه کې له نورو هېوادوالو سره مرسته او په سوله او دوستۍ کې ژوند وکړو او نيک چلند ولرو. د يو بل په وړاندې له رښتيا، صبر او حوصلې، دوستۍ، پخلاينې اوبښنې څخه کار واخلو، چې ټول يو بل ته ګران او ژوند مو سوله ييز وي.

پوښتنې:

- په خپل ټولنيز ژوند کې څه ډول چلند غوره کوئ؟
- څه ډول له نورو خلکو سره مرسته کېږي؟
- آيا د ښه او بد چلند توپير کولای شئ؟
- په ورځني ژوند کې رښتياويل څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ له غړو سره په ژوندانه کې د سوله ييز چلند په هکله کيسې او خبرې وکړي او د يوه سوله ييز چلند په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

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.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

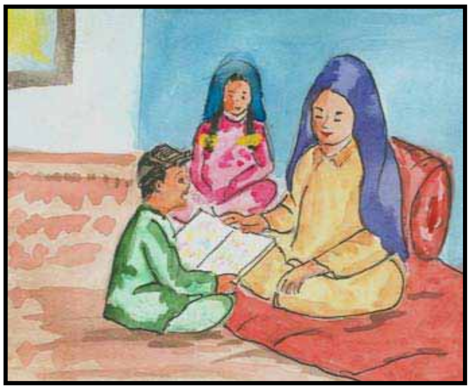
کله چې له چا سره مخامخ کېږو بايد دوستانه چلند وکړو.

د خپل دوست خبرو ته غوږ کېږدو. که چېرې کوم خپګان موجود وي بښنه وغواړو. که چېرې ښوک زموږ د ناراحتۍ سبب کېږي له هغه سره خبرې وکړو او له قهر ځخه کار وانه خلو، هغه ته بښنه وکړو چې سوله او دوستي رامنځته شي او دواړه خوشحاله اوسو.

پوښتنې:

- له کوم سوله ييز چلند سره آشنا ياست؟
- سوله او پخلاينه 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 ييز ژوند په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي او د څو سوله ييزو چلندونو لست دې جوړ کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دریم 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:

- مورېولي په کور کې له پلار، مور او ورور سره یو ځای ژوند کوو؟
- مورېولي 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 زموږ 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؟

ووایئ 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.

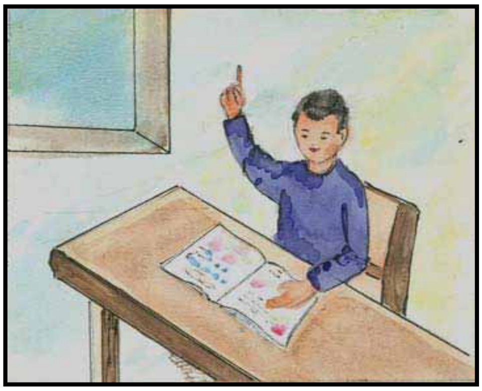
زده کوونکي دې په کور یا ښوونځي کې د ګډ ژوند ښیګڼې د ټولګي په وړاندې څرګندې کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

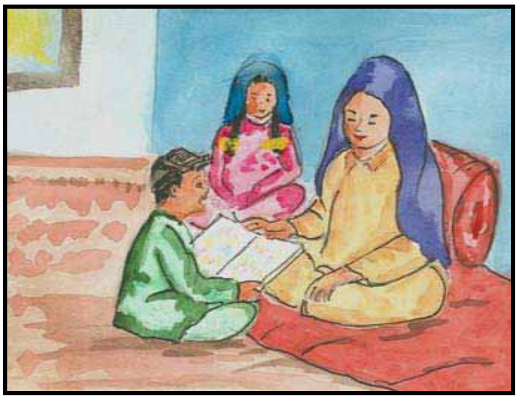
موږ د کور غړي یو بل ته درناوی لرو او د کور په کارونو کې له یو بل سره مرسته کوو. له خور او ورور سره ښه چلند کوو.

د یو بل شیان نه ماتوو، د کور سامان او وسایل له استفادې وروسته په خپل ځای ږدو. چې بیا ورپسې سرګردان نه شو. په ټولګي کې له خپلو ټولګیوالو سره ګډ ژوند کوو. یو له بله دوستان یو، د خپل ټولګیوال ځای په زور نه نیسو، له اجازې پرته د چاشیان نه اخلو د ستونزې د حل لپاره یو بل سره مشوره کوو او یا له ښوونکی صاحب څخه مرسته غواړو.



پوښتنې:

په کور او ښوونځي کې کوم ګډ شیان لرو؟
ولې د نورو حقوقوته درناوی ولرو؟
په ګډ ژوندون کې مشوره څه ګټه لري؟
له نورو سره مرسته څه ښېګڼې لري؟



کورنۍ دنده:

زده کوونکي د ګډ ژوندانه په ښېګڼو د خپلې کورنۍ له غړیو سره خبرې وکړي او د هغه په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورم لوست

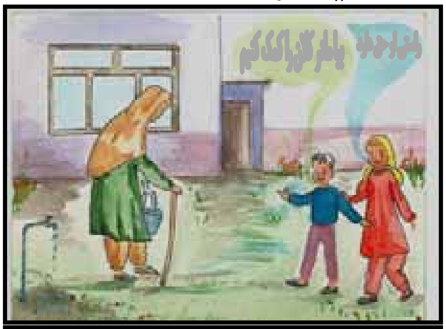
له نورو سره خواخوږي

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 د غم او پریشانۍ په وخت کې له نورو څه هیله لرئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

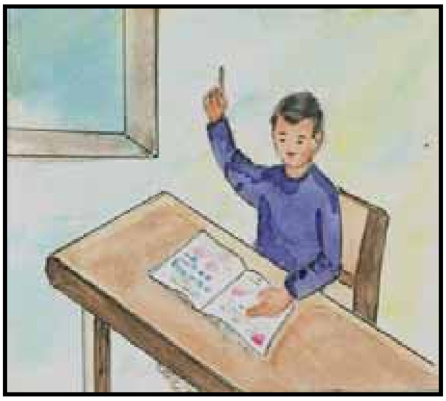
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دوستان څه ډول د یو بل په غم او خوښۍ کې ګډون کوي.
- زده کوونکي دې د خپل یو ټولګیوال په هکله چې په یوه ترافیکي پیښه کې یې زیان لیدلی وي، څه ډول مرسته او همدردي کولی شي له یو بل سره بحث او خبرې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

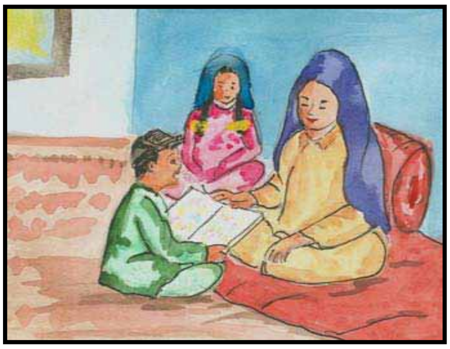
ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور 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 کېږو او له هغو سره خواخوږي وکړو.

پوښتنې:



- د نورو خلکو د دردونو او غمونو سره خواخوږي د څه سبب کېږي؟
- د نورو خلکو د غم او خوښۍ په وړاندي 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 ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځم لوست

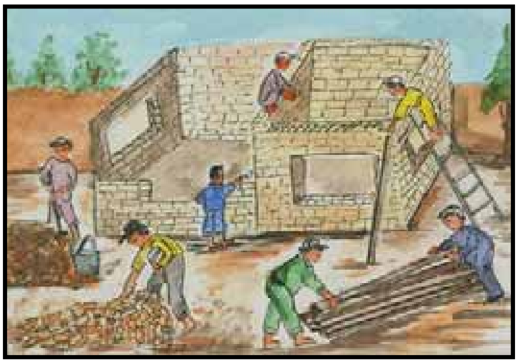
ځان پېژندنه او تصمیم نیول

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؟

ووایئ 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې 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 ورسېږم.

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 وېناوې دې واوري د یو ښه تصمیم د ګټې په هکله دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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؟
- دحق غوښتل څه ګټه لري؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ

١

2

٢

فعاليتونه:

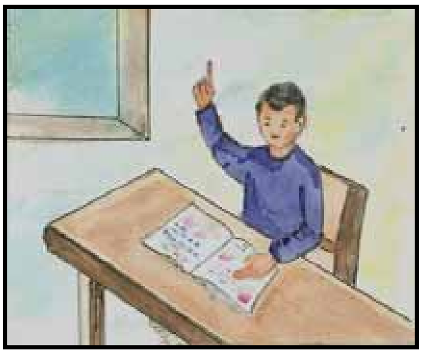
زده کوونکي دې د حق غوښتلو په باره کې له يو بل سره مفاهمه وکړي او بنه والی دې ټولګيوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې 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 زیار وباسي. که چیرې دیو 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 زیار وباسو. تل رښتیا وو ایو او ښه کار وکړو.

پوښتنې:



- ولې خپل حق وغواړو؟
- څه وخت په خپل کار کې بریالي کېږو؟
- څه ډول په یوه مسأله کې چې پوهیږو خپل نظر ښکاره کړو؟

کورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

اووم لوست

زړورتیا درلودل

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

پوښتنې:

- په خبرو کې زړورتیا څه ته 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؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ

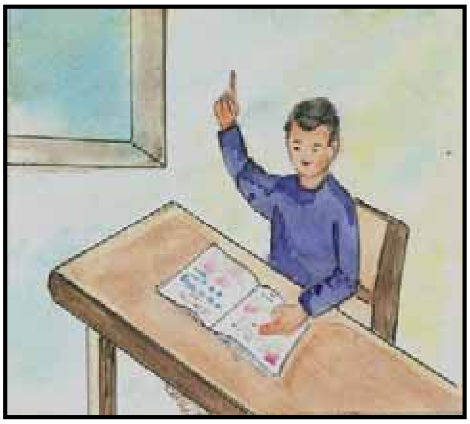
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې 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.

ویې 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 ورباندې ظلم کېږي. بايد پوه شو چې هر څوک د خبرو کولو توان لري او يا هم کار سرته رسولی شي په لومړی 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتم لوست

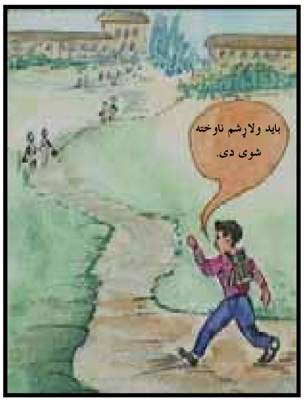
د ستونزو پېژندنه

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

پوښتني

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له يو بل سره د کتاب او کتابچې د ورکېدو دعوې تمثيل کړي چې د يو بل خبرې نه اوري، دعوه نه حليږي، جنګ پای ته نه رسيږي او نور زده کوونکي د دعوې د حل په باره کې نظر ورکوي.
- زده کوونکي دې ووايي 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.

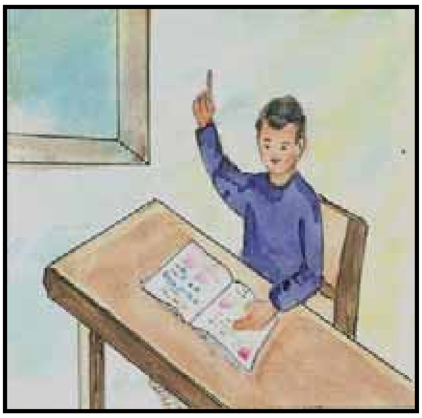
(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان يو له بله توپير لري دغه توپيرونه د عقيدې، نظرياتو، رنګ، پوستکي، سترګو، ونې او عمر له مخې وي او تر ټولو مهمه دا چې د انسانانو فکرونه هم يو له بله توپير لري. ځينې انسانان ستونزه درک کولی شي او د حل لاره يې پيدا کوي او که چېرې دغه لاره په سوله ييزه توګه وي ژوند ډېر ښه تيرېږي او يوه کوچنۍ ستونزه لويدلی نشي.

پوښتنې:



- يوه ستونزه څنګه پېژندلی شئ؟
- که چېرې له مور، سره د يوې ستونزې د حل لارې موجودې وي کومه يې وټاکو؟
- که چېرې د يوې ستونزې د حل لپاره د نظر توافق نه وي، څه کيږي؟

کورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

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؟

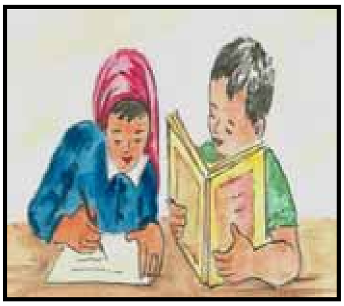
فعاليتونه:

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 ښکاره کړي چې له کومې لارې کولی شي ستونزه معلومه کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ



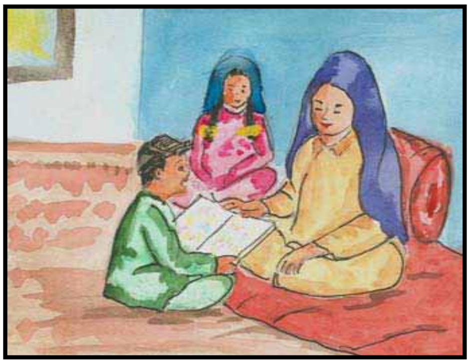
د يوې کورنۍ غړي په يوه کورني چاپيريال کې يو ځاي ژوند کوي. د کورنۍ غړي ځينې وخت له ستونزو سره مخامخ کيږي او دغه ستونزې د جنجال او دعوې سبب ګرځي.

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؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

لسم لوست

غوسه

موخه: زده کوونکي به د اشخاصو په روحیه باندې د غوسې د منفي اغیزو په باره کې خبرتیا ترلاسه کړي او دمنفي هیجانو د پیدا کېدو څخه ځان وساتي.

پوښتنې:

- څه وخت او ولې په غوسه کیږئ؟
- د غوسې په وخت کې ولې جګړه او وهل ټکول را منځته کیږي؟
- ولې وایي چې د غوسې ځواب په غوسه سره نه ورکول کیږي؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې څه شی له عادي غوسې څخه د جګړې سبب کیږي؟ یعنې درناوی له منځه ځي جنګ او دعوه ترې جوړیږي؟
زده کوونکي دې په ګروپونو کې د سولې ښیګڼې او د غوسې بدۍ لست کړي او نورو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې 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 مخنيوي په باره کې له خپل مور او پلار سره مشوره وکړي او په دې باره کې دې د هغوې د نظر پوښتنه وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يوولسم لوست:

تيريدنه او پخلاينه

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

پوښتنې:

- څه شی د قهر سبب او د ښو اړيکو د له منځه تللو سبب کيږي؟
- څه شی د دوستانه اړيکو سبب کيږي؟
- ښښنه او پخلاينه څه ګټه لري؟
- آيا د يوې ستونزې د حل لپاره مشوره کوئ؟

انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې له پخلاينې وروسته کومه لاره غوره کړي چې پايښت ومومي.
- زده کوونکي دې تيريدنې او پخلاينې په هکله يوه جمله وليکي او نورو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

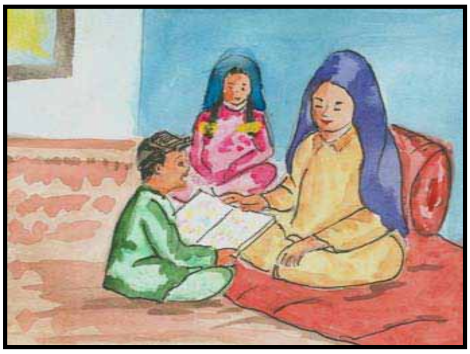
ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

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 درناوي 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 تيرېدنې د ښيګڼو په هکله کيسې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دولسم لوست:

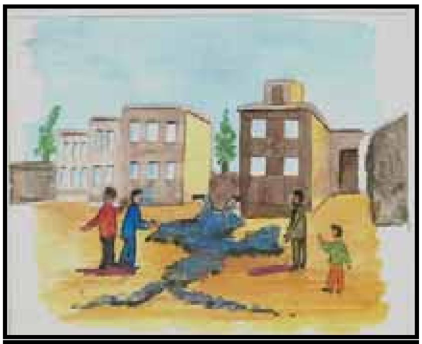
د لومړي فصل لنډيز

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.

پوښتني:

- 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.

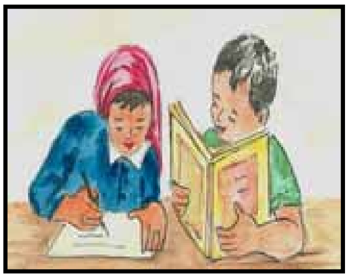


فعاليتونه:

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

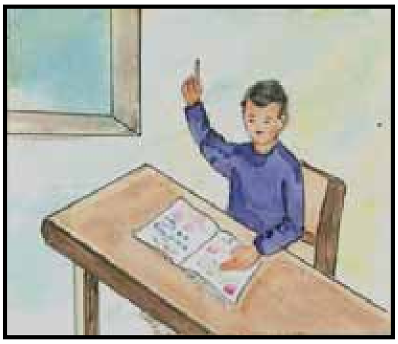
(c) ketabton.com: The Digital Library

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 ورنه 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 لوستلي خپلو کورنیو ته کیسه وکړي او د هغوی خبرو ته دې غوږ کیږدي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوهم فصل

دیارلسم لوست

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 مونږ ته څه شیان راکړي دي؟
- که چېرې څوک تاسو سره نیکي کړې وي څه ډول له هغه څخه مننه کوئ؟
- دیو چا د نیکۍ په مقابل کې مننه د څه شي سبب کیږي؟

په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- له زده کوونکو وغواړئ چې په خپلو ګروپونو کې د خدای ج د نعمتونو لست جوړ کړي 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 ټولګیوالو ته دې ووایي.

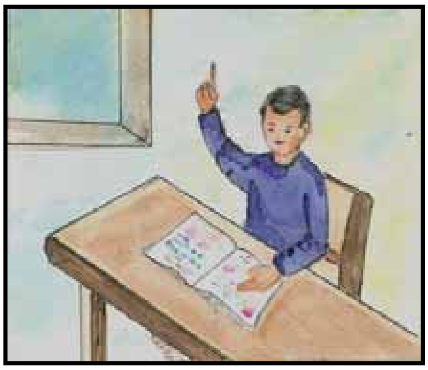
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

د ښو کارونو سرته رسول د دې سبب کيږي چې مور 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، ووينو او نيك کارونه وکړو. بايد د خدای ج د نعمتونو شکر وباسو او له هغه چا څخه چې موږ ته نېکه لاره ښيي مننه وکړو او تل بايد حق پېژندونکي او مهربان اوسو.

پوښتنې:



- که چېرې موږ د يو چا له نيك کار څخه مننه ونه کړو څه کيږي؟
- 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 ميندو او پلرونو په مشوره ځو کرښې په خپلو کتابچو کې وليکي او خپلو ټولګيوالو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خير رسول

ښوارلسم لوست:

موخه: زده کوونکي به د خير 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 خير رسول څه ګټه لري؟
- که چېرې څوک د خراب چلند په مقابل کې ښه چلند وکړي څه به وشي؟

په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

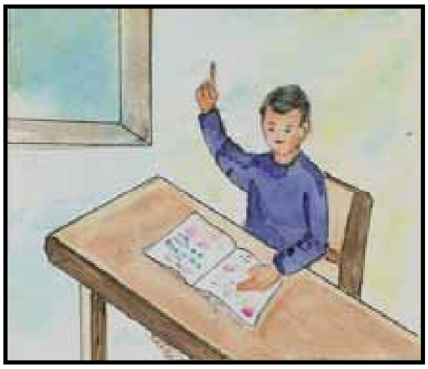
- زده کوونکي دې په ګروپو کې تمثيل کړي چې يو پوه خو لږ څه معيوب هم صنفي لري، درې نور کسان ورسره مرسته کوي او هغه ته نيك فكر وركوي.
- زده کوونکي دې په خپل منځ کې خبرې وکړي چې څه ډول خپلو هم صنفيانو ته چې غيرحاضري ولري لارښوونه وکړي چې په راتلونکي کې غير حاضري و نه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

د انسان له ښو عادتونو څخه یو هم خپل ځان او نورو ته د خیر 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. خیر رسوونکي شخص سره څوك کینه نه لري درناوی یې کوي او د هر چا خوښیږي.

پوښتنې:



- نورو ته خیر رسول څه ګټه لري؟
- خیر رسوونکی او بې خیره شخص څنګه پیژنئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خیر رسولو په باره کې د خپلو مېند و او پلرونو په مشوره څو کرښې ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې وو ایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځلسم لوست: **خوشبيني او بد بيني**

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

پوښتنې:

- په ورځني ژوند کې خوشبيني څه ګټه لري؟
- بد بيني څه زيانونه لري؟
- څنګه ژوندانه ته خوشبين کېدلای 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 خوبۍ نه خوښيږي همېشه خپه وي.

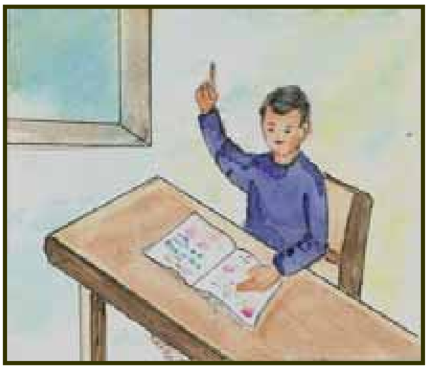
دوه تنه نور چې خوشبين دي او دوستانه چلند لري د خلکو په خوبۍ خوښيږي، تل خوشحال وي. وروسته دې نور زده کوونکي نظر ورکړي چې کوم چلند غوره دی.

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

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان بايد خوشبين اوسي. خوشبيني انسان په حال او راتلونکې کې هيله من کوي. بد بين اشخاص همېشه خپه پريشان او کمزوري وي. د چا په خوښۍ نه خوښيږي. هر څه ورته بد معلوميږي، تل د زيان رسولو په فکر کې وي. بدبين اشخاص هېڅکله دوستان نشي پيدا کولی.

پوښتنې:



- ولې تل خوشبين او اميدوار و اوسو؟
- ولې بد بيني د انسان د نا اميدۍ او نا هيلۍ سبب کېږي؟
- د نورو په هکله خوشبيني څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپل لوست په باره کې د خپلې کورنۍ غړو ته کيسه وکړي. د خوشبينۍ او بد بينۍ په هکله دې د هغوی نظر را واخلي او خپلو ټولګيوالو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپاړسم لوست

ښه شخص

موخه: زده کوونکي به د ښه شخص ځانګړتیاوې و پېژني 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:

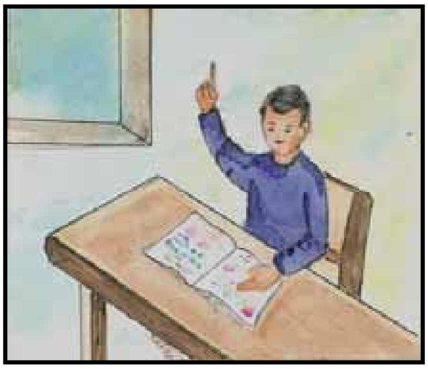
- یو ګروپ زده کوونکي دې د یو ښه شخص ځانګړتیاوې ولیکي؟
- یو ګروپ زده کوونکي دې د یو خراب شخص ځانګړتیاوې ولیکي؟
- د هر ګروپ استازي دې خپل لست شوې ځانګړتیاوې ووایي او زده کوونکي دې هغه پرتله کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

زه تل د ښو خلکو خبرو ته غوږ ږدم. 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 ووايي. 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 دیوه 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 کړې دي په خپلو کتابچو کې څو کرښې ولیکي.

اوو لسم 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؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

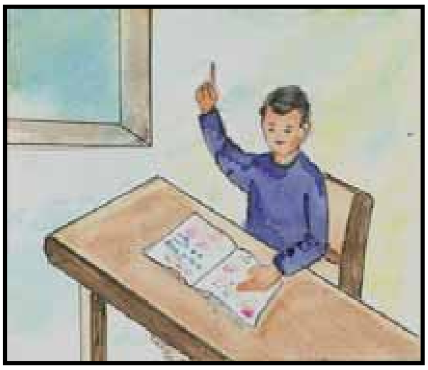
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې داسې یو شخص تمثیل کړي چې ښه اخلاق لري.
- ○ زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو اخلاقو په باب خبرې وکړي.
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې بحث وکړي چې کوم شخص ته د ښو اخلاقو خاوند ویلی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان بايد د ښو اخلاقو څښتن وي چې خلک يې دوست و بولي او په ورځني ژوند کې ورباندې باور وکړي. هغه څوک چې ښه او نيک اخلاق لري ټول خلک يې عزت او درناوی کوي. هغه کسان چې ښه اخلاق نه لري خلک يې درناوی نه کوي او باور پرې نه لري. دښو اخلاقو خاوند تل رښتيا وايي او مشرانو ته درناوی کوي او دغه راز په کوچنيانو مهربانه وي.

پوښتنې:



- دښو اخلاقو ځانګړتياوې 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 کيسه وکړي او د ښو اخلاقو په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

ووایئ 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.

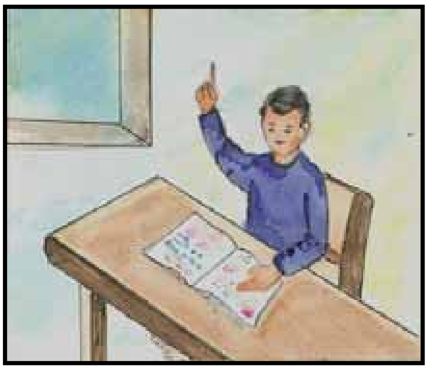
(c) ketabton.com: The Digital Library

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 یوه لاره خپلې روغتیا او پاکوالي ته پاملرنه، لویانو ته درناوی، ښه اخلاق لرل، له ټولګیوالو او نورو سره ښه چلند دی.

د خپل مور او پلار، ښوونکو او د نورو د ښو خبرو اوریدل 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 د خپلې کورنۍ په مرسته د لوست د سرلیک په باره کې یوه جمله ولیکي او په ټولګي کې دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نولسم لوست

د نورو قدر کول

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

پوښتنې:

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

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

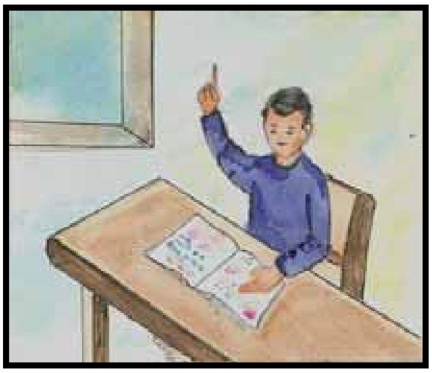
- زده کوونکي دې په ټولګي کې تمثیل کړي چې یو ښوونکی صاحب د یو پاک با ادبه او ښې حاضرۍ لرونکي زده کوونکي څه ډول قدر کوي او هغه هڅوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې کیسه وکړي چې کوم کارونه یې پلار، مور او ښوونکي ته د منلو وړ دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

که چېرې يو انسان ښه او نيک کار وکړي د ټولو خلکو له خوا يې درناوى کېږي او ټول يې دوست بولي خو هغه چې بد کارونه کوي خلک ورباندې بد وايي. داسې کسان دوستان نه لري. دغه راز که يو زده کوونکى 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 شوى 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

شلم لوست

ښه نظر ورکول

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

پوښتنې:

- کله مو د څه په هکله ښه نظر ورکړی دی؟
- که چېرې 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 یوبل 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.

ويې 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يوويشتم 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.

پوښتني:

- تراوسه مو دچا د بد چلند په وړاندې ښه چلند کړی 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؟

ووايي چه په انځورونو کې څه وينئ.

فعالیتونه:

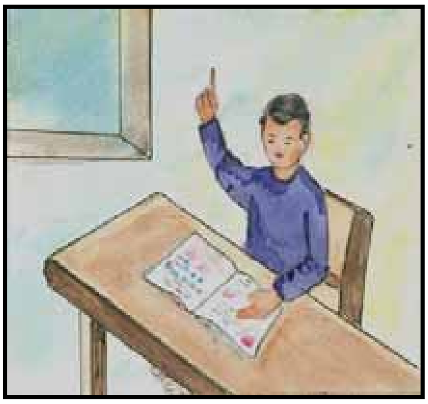
- دوه زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثیل کړي چې یو د بل کتاب او کتابچه بې له اجازې اخیستي وي او دوهم زده کوونکی پرته له دې چې ټولګیوال يې خپه شي څه ډول نیک چلند ورسره کوي.
- له زده کوونکوڅخه وغواړئ چې په ځانګړي توګه ووایې چې که چیرې څوک دهغوی په وړاندی ناوړه چلند وکړي، دوی یې په مقابل کې څه ډول عکس العمل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

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مورې بايد له خپلو ټولګيوالو اونورو سره ښه چلند وکړو. که چېرې له چا څخه بده خبره واورو او يا زمونږ په وړاندې بد کار وکړي بايد حوصله وکړو. هېڅکله دانتقام يا بدې خبرې په فکر کې ونه اوسو ځکه چې د همېشنۍ دښمنۍ سبب کيږې کله چې پوه شو چې پلار، مور، خور او يا مشر ورور په مونږ باندې په قهر وي بايد په آرامۍ سره دقهر پوښتنه ترې وکړو که چېرې له مونږ څخه په يوه ناوړه کار خپه شوي وي له هغو څخه ښښنه وغواړو او دنيکو کارونو دکولو ژمنه ورسره وکړو.

پوښتنې:



- آيا کوښښ موکړې دی چې له نورو سره ښه رويه ولرئ؟
- که چېرې څوک له مونږ سره بده رويه وکړي په وړاندې يې څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دنيک چلند په هکله يوه جمله په خپلو کتابچو کې وليکي او خپلو ټولګيوالو ته دې يې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوه ویشتم لوست

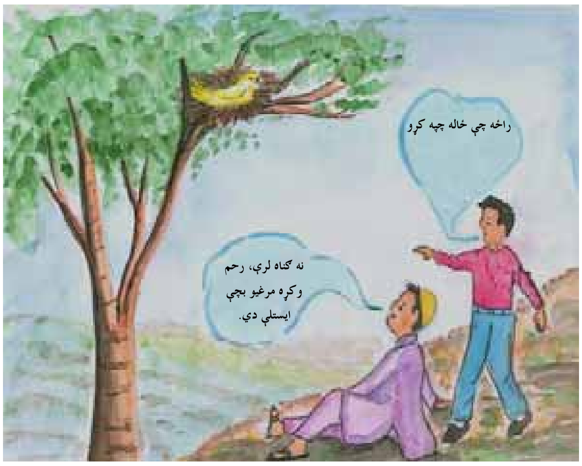
په ځان او نورو مهرباني

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 ښنلې 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:

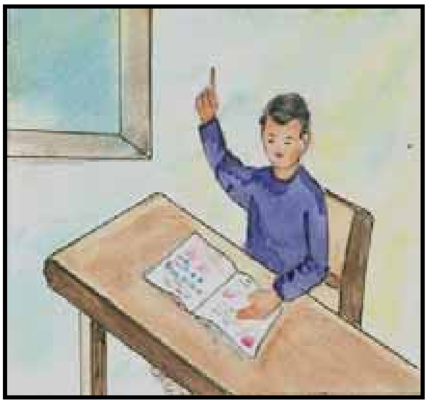
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې د درې ورونو تمثيل وکړي.
- دوه ورونه په کور کې په ګوګړو، برقي سيم او ساکټ ساعت تيري (مستي) کوي.
- دريم ورور ورته وايي چې په ځان او کورنۍ رحم وکړئ! په خطرناکو شيانو ساعت تيري د خطر سبب کيږي. ستاسو دوجود او کور دسوځېدو سبب کيږي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې هغه ټکي چې په دوی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

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

کله چې يو کار سرته رسوو يا خبرې کوو بايد ښه فکر وکړو چې تېر وتنه راڅخه ونشي. په تېروتنه کې دوستان خپه کيږي او پخپله شرميږو.
بايد کوښښ وکړو چې هېڅکله چاته ضرر ونه رسوو. په کوچنيانو او زوو رحم وکړو او هم په خپل ځان رحم وکړو. دبرق سيم، ځيرووونکو شيانو او ناپيژندل شوو شيانو ته لاس ونه غځوو چې زمونږ او نورو د مرګ سبب کيږي. هېڅکله بايد چاته بده لاره ونه ښيو او دنورو د بدو کارونو پيروی ونه کړو.

پوښتنې:



- څه ډول په ځان رحم او زړه سوی وکړو؟
- څـه ډول پـه نـورو رحـم او ور سـره مرسـتـه وکړو؟
- که زمونږ له يوه دوست څخه تيروتنه وشي له هغه سره څه وکړو؟
- د يوې تيروتنې د اصلاح پـه باره کې د چا خبرو ته غوږ نيول څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع پـه اړوند لـه خپلې کورنۍ سره کيسه وکړي. پـه ځان او نـورو د رحـم د ښـېګـنې پـه هکلـه دې يـوه جملـه پـه خپلـو کتابچو کې وليکي او په ټولګی دې وو ايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دروېشتم 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؟

وواېئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

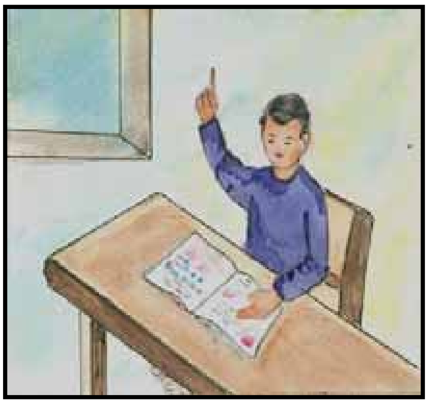
- یو زده کوونکی دې تمثیل وکړي چې د ستونزو په وخت کې څه ډول له زغم او صبر څخه کار واخلي.
- یو بل ګروپ دې د بې صبرۍ نتیجه چې د جګړې سبب کېږي تمثیل کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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) مهرباني 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 کولى شو خلکو ته په مصيبت کې ډاډ ورکړو؟
- له ستونزو سره د مخامخ کېدو په وخت کې څه وکړو؟
- په ناوړو پېښو کې له چا څخه مرسته غوښتلى 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورویشتم 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 څه هیله ولرو؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

کله چې څوک خبرې کوي بايد غوږ ورته ونيسو،ښه ورته وګورو چې په هدف او مطلب يې پوه شو. کله چې په خبرو پوه شو خبرې ورسره کولی شو او خبرو ته يې ځواب ورکولی شو.
او که چېرې يې خبرې دلېږدونې له پاره وي کولی شو نورو ته يې ولېږدوو او له غلط فهمۍ سره مخامخ نشو. دخبرو په ښه اورېدلو سره په مطلب ښه پوهېږو او ګټه ترې اخيستلای شو. مونږ دچا خبرې قطع نه کړو او دخبرو په اورېدلو کې بلې خواته متوجه نشو او هم بايد دخبرو کولو لپاره وار ونيسو او د خبرو په جريان کې دمتقابل درناوي مراعات وکړو.

پوښتنې:

- څنګه کولی شو چې په غور سره واورو؟
- په غور غوږ نيول څه ګټه لري؟
- که چېرې څوک ستاسو خبروته غوږ ونه نيسي څه احساس درته پيدا کيږي؟
- دخبرو اورېدو په وخت بل خواته پام اړول څه زيان لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د نورو خبرو ته د غوږ نيولو په هکله د کورنۍ د غړو سره بحث وکړي.
دښه غوږ نيولو په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځه ویشتم لوست د اختلافونو په باره کې مفاهمه

موخه: زده کوونکی به د اختلافونو په له منځه وړلو کې د مفاهیمې 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 دهغوی تر منځ موجود دی څه ډول یې له منځه وړئ؟
- زده کونکي دې په ګروپونو کې خبری وکړي چې د اختلافونو موجودیت د څه شي سبب کیږي؟

ويې لولئ او مفهوم يې واخلئ!

مفاهمه او مذاکره دستونزو د حل لپاره ضروري ده.

ديوه اختلاف دحل لپاره بايد متقابل درناوی وشي او نظر يې په وار سره واوربدلی 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 بنسټ والي له خپلو ميندو او پلرونو سره خبرې وکړي او دهغوی نظريې دې په ټولګي کې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

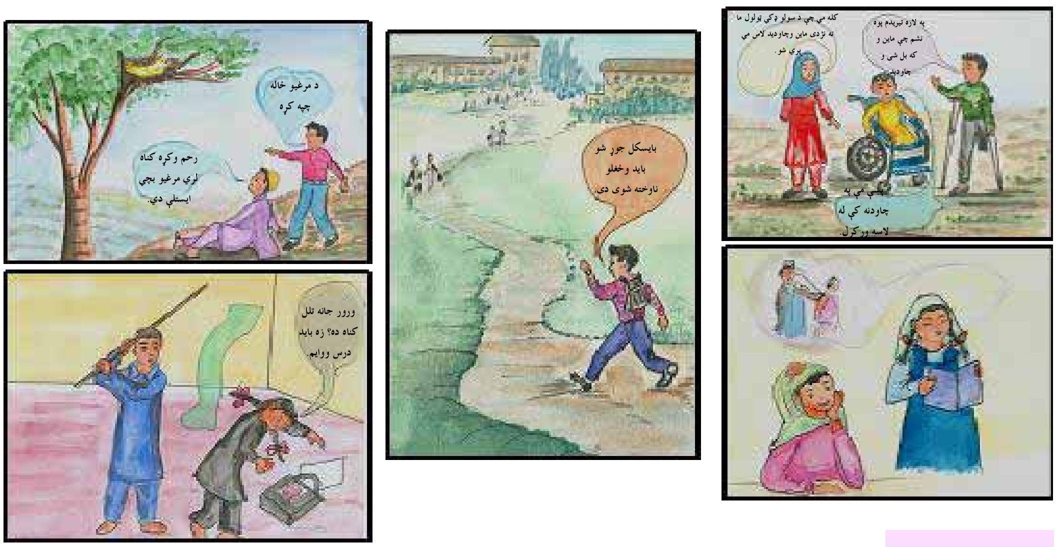
شپږویشتم لوست — د دویم فصل لنډیز

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

پوښتني:

- کله مو د خدای (جل جلاله) دنعمتونو په باره کې او یا هم د خپل ټولګیوال دنیکۍ 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 پدی انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیت:

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

وېي لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

مور زده کوونکي ټول هغه موضوعات چې یادوو په ورځني ژوند کې یې پلي کوو.
تل خپل ځان اونورو ته درناوی لرو. غواړو چې چاته ازار ونه رسوو. زیار باسو چې خپل اختلافونه د مفاهمې له لارې حل کړو. رښتیا، مینه او ښه فکر خپل عادت وګرځوو چې د خلکو ترمنځ باور او محبوبیت پیدا کړو او ټول مو دوستان وبولي.

پوښتنې:

- هغه شیان چې د ځان او نورو لپاره غواړئ لست کړئ؟
- دستونزو د حل لپاره خوشبیني 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، یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

پوښتني:

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

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې مفاهمه وکړي چې:
دکومو ټکو په مراعاتولو سره له ناروغی او لمر وهني 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 کړي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

يو کال څلور فصلونه لري. د پسرلي په موسم کې هوا معتدله وي، د اوړي په موسم کې هوا ډېره توده وي. په تاوده لمر کې ګرځېدل ناروغي او لمر وهنه رامنځته کوي. په دې موسم کې وجود د زياتو اوبلنو خوړو ته اړتيا لري او هم بايد له نازک او سپين رنګه لباسونو څخه کار واخلو.

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

پوښتنې:

- کوم شيان په ژمي کې زموږ د ناروغۍ سبب کېږي؟
- کوم شيان په اوړی کې زموږ د ناروغۍ سبب کېږي؟
- څرنګه کولی شو چې په دې دوو فصلونو کې خپل ځان بنه وساتو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د خپلو ميندو او پلرونو په مرسته وليکي چې په توده او سړه هوا کې له کومو لباسونو څخه کار واخلو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اته ویشتم لوست   د طبیعي پېښو خطرونه

موخه: زده کوونکي به طبیعي 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 پوهېږئ؟
- 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 څرنګه ځان ساتلی شئ؟

په دې انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

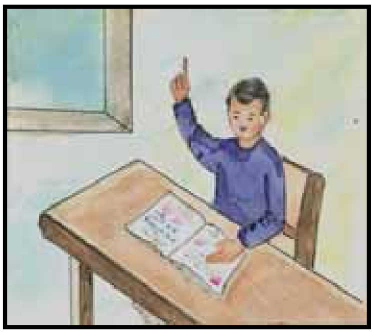
- ټول ټولګی دې په درېوګروپونو ووېشل شي.
- لومړی ګروپ دې د سېلاب او زلزلې په باره کې خبرې وکړي او د هغو زيانونه دې نورو ته ووايي.
- دويم ګروپ دې دتوفان، تالندې او برېښنا په باره کې خبرې وکړي او د هغو زيانونه دې نورو ته ووايي.
- دريم ګروپ دې په خپل منځ کې خبرې وکړي، ودې وايي چې له دې پېښو څخه څنګه ځانونه وساتو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زلزلــه ، ســېلاب تالنــده او برېــښنا او ســخت توفانونه له طبيعي پېښو څخه شمېرل کيږي چې د بـشر لپـاره زيـات خطرونـه رامنځتـه کـوي. خـو انسانان دغه خطرونه په پام کې نيسي په سختو توفـانونو کـې لـه کورونـو څخـه نـه وځـي د خپلـو کورونو کړکۍ بندوي او د کړکيو دښيښو لاندې نه ودرېږي.

پوښتنې:



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

کورنۍ دنده :

- زده کـوونکي دې يـوه طبيعـي پيـښه انځـور کـړي او د طبيعـي پيـښو پـه بـاره کـې دې لـه خپلو ميندو او پلرونو سره خبرې وکړي. لـه هغـوی دې وغـواړي چـې پـدې هکلـه ورتـه کيسه وکړي.

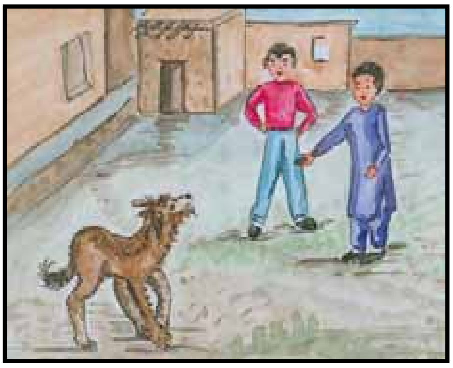
(c) ketabton.com: The Digital Library

نهه ویشتم لوست   له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې ژوي هم ناروغه کیږي او له هغو سره تماس انسان ته د ناروغیو د لېږدېدو 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 شوې یاست؟
- ولې له لیوني او بازاري سپیو څخه ډډه کوئ؟
- څرنګه د ژوو د ناروغیو څخه ځان وساتو.؟



وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

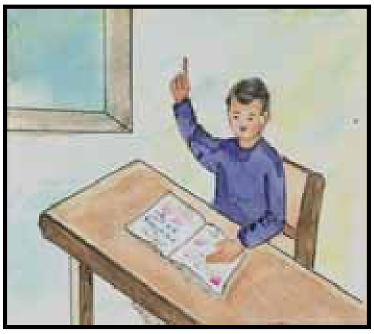
فعالیتونه: زده کوونکی دې یو وحشي یا اهلي ژوی چې پیژني یې انځور کړي.
زده کوونکي دې پر پنځه کسیزه ګروپ کې له یو بل سره خبرې وکړي چې د ژوو له زیان څخه ځانونه څنګه ساتلی شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ژوي ژوندي موجودات دي هغوی مهربانۍ ته اړتیا لري.
کورني ژوي دخپل ژوندانه دپایښت لپاره خوراک او مناسب ځای ته اړتیا لري چې ناروغ نشي.
ځني ژوي په کوڅو اوکثافاتو کې له تګ راتګ او ګرځېدو څخه زیانمن او ناروغه کیږي. د ژوو ناروغي خطرناکه وي او ژر لیږدیږي.
موږ ته لاژمه ده چې ځان لري وساتو تر څو ناروغه نشو.

پوښتنې:



- که له ناروغه ژووسره مخامخ شوئ څه کوئ؟
- څنګه باید د کورني چرګ او سپي ساتنه وکړو؟
- څه ډول له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتلی شئ؟

کورنۍ دنده:

دلوست دموضوع په اړه دخپلې کورنۍ له غړو سره کیسه وکړئ.
دحیواناتو دساتلو په باره کې یوه جمله ولیکئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

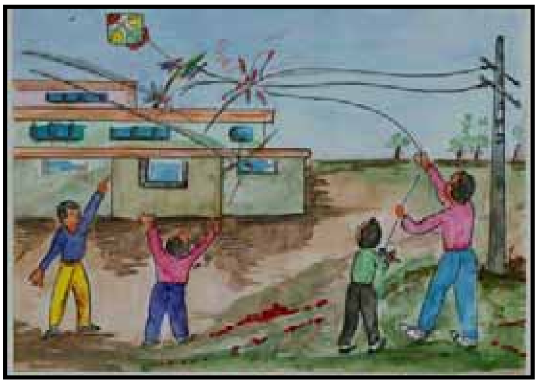
دریم لوست   په کور کې له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به په خپل کور او شاوخوا کې احتمالي خطرونه وپېژني او دداسې خطرونو څخه د خپل ځان دساتلو توانايي پيداکړي 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 خلاصي ځاه، 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.

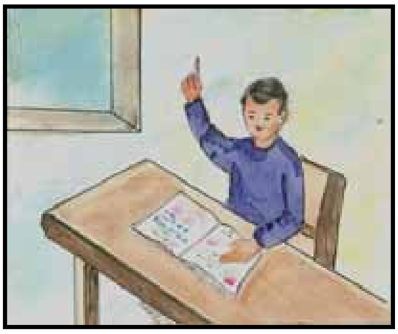
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ په کورونو کې مختلف شیان موجود دي. که په احتیاط سره ونه کارېږي زیات خطرونه رامنځته کېږي چې د مالي او ځاني زیانونو سبب کېږي.

باید له ځان څخه کښته ماشومان پوه کړو چې د برېښنا ساکټ 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 ګیلاس څخه استفاده ونه کړي. له دوړو خاورو او دلرګیو له دود ځان وساتي چې ناروغه نشي.
دغه راز د سر خلاصو ځاه ګانو او لویو ویالو تر څنګ لوبې ونه کړي.

پوښتنې:



- ولې د کور له سامان او لوازمو څخه په احتیاط استفاده وکړو؟
- که چېرې خطر احساس کړو څه وکړو؟
- له تېره څوکو وسایلو لکه بیاتي، چاقو، مېخ او برېښنايي وسایلو څخه د کار اخستلو په وخت څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د احتمالي خطرونو په هکله مور او پلار ته کیسه وکړي.
- ودې وایي چې څه ډول دیوې پېښې مخه نیولی شو او ځان څنګه ساتلی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يو ديرشم لوست

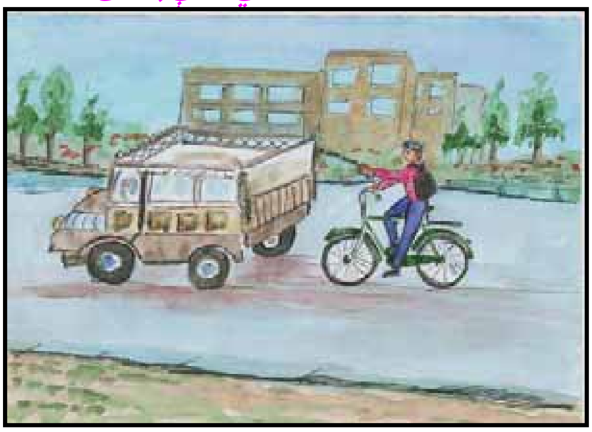
پر سركونو باندې له خطرونو ځخه ځان ساتل

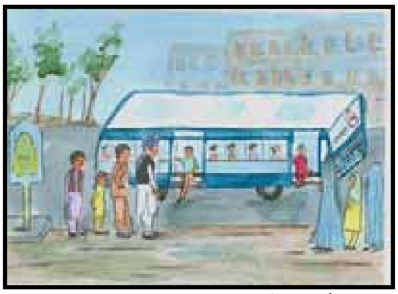
موخه: زده كوونكي به له ترافيكي قوانينو او اشارو سره اشنا شي په واټونو باندې د تېرېدلو په وخت كې به له احتياط ځخه كار واخلي، له موټر ځخه د كښته كېدلو او پورته كېدلو په وخت كې به ځان وساتي.

پوښتنې:

- د واټونو تر څنگ پلې لارې مو ليدلې دي، له هغو ځخه څه وخت گټه اخلئ؟
- دهغو خطرونو نومونه واخلئ چې په سركونو باندې يې احساسوئ؟
- موټر ته د پورته كېدلو په وخت كوم ټكي په پام كې نيسئ؟

څو ډوله ترافيكي نښې پېژنئ؟





فعاليتونه:

- كومې ترافيكي نښې چې زده كوونكي پېژني هغه دې رسم كړي او نورو ته دې وښيي.
- زده كوونكي دې له منډې وهلو ځخه د رامنځته شوو ترافيكي پېښو او په سركونو باندې له توپ لوبې او كاغذ پرانې ځخه ر امنځته شوو خطرونو په باره كې خبرې وكړي. او خپل د سترگو ليدلى حال دې نورو ملگرو ته ووايي.

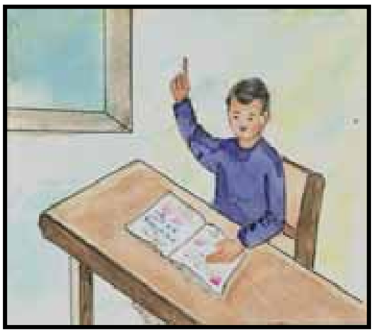
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په هر ځای کې ترافيک ځانګړي قوانين او نښې نښانې لري، که چېرې د پلیو خلکو او موټړ وانانو له خوا مراعات نشي، زړه بوګنوونکی ترافيکي پېښې رامنځته کوي او ان چې د مرګ سبب ګرځي.

موږ باید په سرکونو باندی دپلیو لارو په خطونو، دبس تم ځايونو او ترافيکي اشارو په باره کې معلومات ترلاسه کړو چې خپل ځانونه له ترافيکی خطرونو څخه وساتو.

پوښتنې:



- تراوسه د ترافيکو له کومو ترافيکي قوانينو او اشارو سره اشنا یاست؟
- په سرکونو باندې ښويدل څه خطر لري؟
- ولې په يو بايسکل باندې درې تنه سپاره نشو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د څو ترافيکي اشارو انځورونه وباسي او خپل مور او پلار ته دې تشريح کړي.

د ترافيکي قواعدو په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوه دیرشم لوست

د ماین او وسلو له خطرونو ځخه 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.

پوښتني:

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

ووایئ چې پدې انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې له ناپیژندل شوو شیانو او وسلو سره لوبې څه خطرناکه پیښه رامنځته کوي؟
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه ووایي که چیرې یو شی شکمن وي څه باید وکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په جنګ ځپلو سيمو کې په ځمکه کې ماينونه، ناچاودلي مواد، تخريب شوي ټانکونه او موټرونه موجود وي.
پداسې سيمو کې تګ او ساعت تيري اويا د داسې ټانکونو له پاسه پورته کېدل ډېر خطر لري، ځکه چې ناچاودېدلي مواد او ماينونه په کې موجود وي د مړينې، معلولېدو او معيوبېدو سبب کيږي. بايد تل له داسې خطرونو څخه ځان وساتو او په ليدو يې مشرانو ته رپوټ ورکړو.

پوښتنې:

- ولې په ورانو او تخريب شوو ځايو کې لوبې ونه کړو؟
- له وسلو سره لوبې څه خطر لري؟
- که چېرې په يو ځای کې نا پيژندل شويي شی ووينئ څه کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دماين، ناچاود بدلو موادو او وسلو د خطرونو په باره کې درې جملې وليکي او د کورنۍ له غړو سره دې په دې اړوند خبرې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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؟

وواییې 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 وواییې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

اوبه د انسانانو د ژوندانه د پایښت لپاره ډېرې مهمې دي.

زموږ د بدن په جوړښت کې هم په زیاته اندازه اوبه شته. که زموږ د بدن اوبه د ځینو ناروغیو لکه اسهال ، سختې تبې او د زیاتې خولې کېدو له امله له منځه لاړې شي. د پاکو اوبو په څښلو، د مایع غذا او مېوو په خوړلو سره دویم ځلي پوره کیږي د غیر صحي اوبو څښل وجود ته زیان رسوي ځکه چې د ساري ناروغیو د لېږدونې سبب ګرځي. نو باید له سرپټو څاه ګانو، د اوبو له نل او بمبې څخه چې پاکې اوبه لري استفاده وکړو. که چېرې صحي اوبه نه وي د ویالې اوبه یا د سرخلاصې څاه اوبه جوشوو او استفاده ترې کوو. څاه باید له تښې څخه لرې وي.

پوښتنې:

- د څښلو لپاره له څه ډول اوبو څخه کار اخلو؟
- د څاه او نل په اوبو سر بیره له نور کومو اوبو څخه باید استفاده وکړو؟
- اوبه څه ډول د څښلو وړ ګرځي؟
- آیا تښې ته د نږدې څاه اوبه د استفادې وړ دي؟

کورنۍ دنده:

- له خپل پلار او مور سره د غیر صحي اوبو په اړوند خبرې وکړئ ووایئ چې ولې څاه له تښې څخه لرې اوسي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلور دیرشم لوست

د حفظ الصحې مراعاتول

موخه: زده کوونکي د حفظ الصحی ارزښت وپیژني او په ورځني ژوند کې یې رعایت کړي.

پوښتنې:

- د خپل ځان د روغتیا په خاطر کوم کارونه سرته رسوئ.
- د ناپاکو مېوو او ترکاریو خوړل د څه سبب کیږي؟
- ښځې ته له تګ وروسته ولې لاسونه په اوبو او صابون پرېمنځو؟
- د حاجت دلري کولو لپاره له ازادې هوا څخه استفاده زموږ صحت او د استوګنې چاپیریال ته څه زیان لري؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له ډوډۍ څخه مخکې او وروسته او یا د حاجت له لرې کولو وروسته په صابون او اوبو دلاسونو پرېمینځل تمثیل کړي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې مشوره وکړي چې څه ډول د نه پرېمینځل شوو مېوو او ترکارۍ له زیان څخه ځان ساتلی شي.

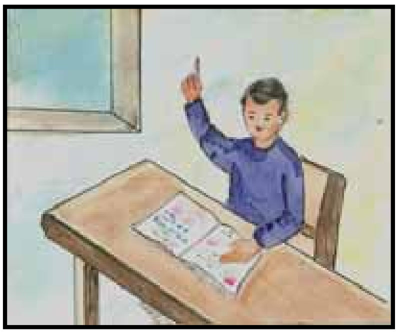
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم تري واخلئ

روغتيـا د خـدای(ج) سـتر نعمـت دی، بايـد زيـار وباسـوچې خپـل بـدن او لباسـونه پـاک وسـاتو، دسګرټو له دود، چلم او نسواورو څخه ځان وساتو. د حاجـت لـه لـرې کولـو وروسـته خپـل لاسـونه پـه صـابون او اوبـو پـاک پرېمنځـو. لـه ناپـاکو مېـوو او ترکاری څخه کار وانخلو.

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

پوښتنې:



- دبدن او د استوګنې د چاپېريال پاکوالی څه ګټه لري؟
- ولـې د حاجـت لـه لـرې کولـو څخـه وروسـته دلاسونو پرېمينځل مهم دی؟
- د سترګو، غوږونو، غاښونو او خپلو نوکونو څرنګه ساتنه وکړو؟

کورنۍ دنده:

هغه څه چې زده کوونکو زده کړي دي له خپل پـلار او مـور سره دې پـرې خبـرې وکـړي ودې وايـي چې خپل، دکور او ټټي پاکوالی څه ډول وساتو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځه دیرشم لوست

د دریم فصل لنډیز

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 ځنګه ځان وساتو؟
- له طبيعي پېښنو لکه زلزلې، سېلاب او سخت توفان څخه چېرته ځان وساتو؟
- له حيواني ناروغيو څخه ځنګه ځان وساتو؟
- ځنګه 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 انځورونو کې څه وينئ.

فعاليت:

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

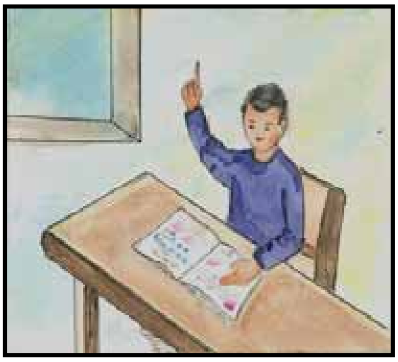
(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 وړو. خپله او محيطي حفظ الصحه مراعات کړو.

پوښتنې:



- د طبيعي پېښو د خطرونو په هکله څه پوهېږئ؟
- 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.

څلورم فصل

شپږ دېرشم لوست   د نورو د نظریو قدر کول

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

پوښتنې:

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

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

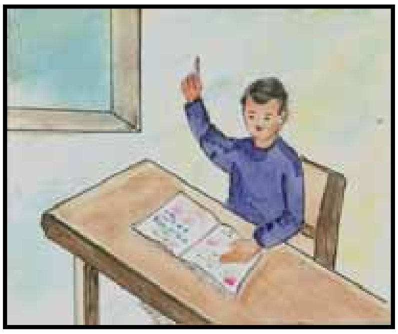
زده کوونکي دې په څلور کسيز ګروپ کې تمثيل وکړي چې څه ډول د يو بل د مرستې قدر وکړو؟

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ ژوند په کور او ښوونځي کې په ګډه توګه تېرېږي. بايد نيک کارونه سرته ورسوو چې نور زموږ د کارونو قدرداني وکړي او که څوک له موږ سره مرسته وکړي موږ بايد د هغه څخه مننه وکړو. چې د هغه د هڅونې سبب شي او تل بايد له اړو کسانو سره مرسته وکړو.



- ولې د نورو د نظر قدرداني وکړو؟
- څه وکړو چې نور زموږ قدرداني وکړي؟
- ستاسو له کوم کار څخه ښوونکی صاحب قدرداني کوي؟

کورنۍ دنده:

د هغه کار په هکله چې تاسو سرته رسولی او ښوونکي يې قدرداني کړې ده خپل پلار او مور ته کيسه وکړئ او د هغوی نظر په ټولګي کې ووايئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوه دېرشم لوست

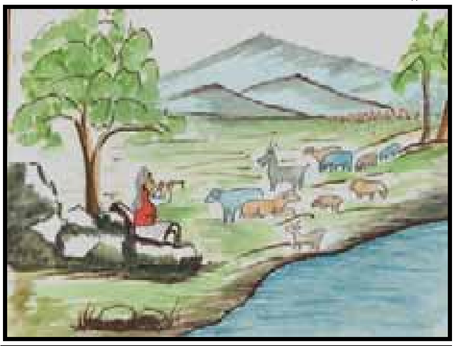
زموږ د هېواد قومونه

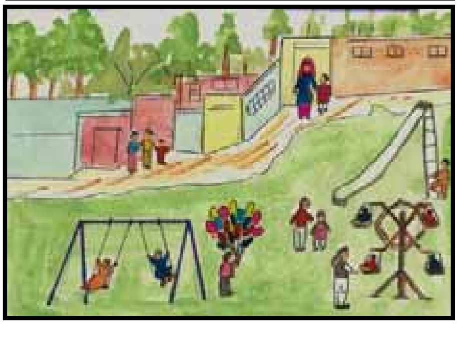
موخه: زده کوونکي به پوه شي چې په ګران هېواد کې زيات قومونه په ګډه ژوند کوي.

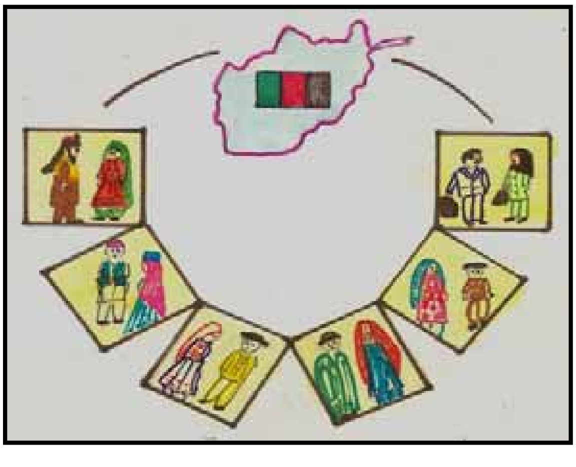
پوښتنې:

- آيا بېلا بېلو قومونو ترمنځ دودونه توپير لري که څنګه؟
- د بېلا بېلو قومونو ترمنځ ورته والی ليدل کيږي که نه؟
- نورو قومونه درناوی خپله دنده بولئ؟
- آيا زموږ په وطن کې بېلابېل قومونه ژوند کوي؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟







فعاليتونه:

- 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 ووايي.

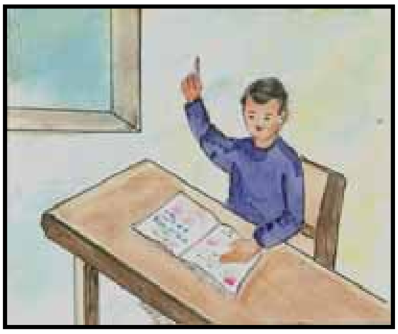
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم تري 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 بېلا بېلو قومونو د دودونو په هکله دې له خپل مور او پلار څخه پوښتنه وکړي او د هغوی نظر دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اته دېرشم لوست

زموږ د هېواد ژبې

موخه: زده کوونکي به د هېواد له بېلا بېلو ژبو خبرتيا تر لاسه کړي او له زده کولو سره به يې مينه پيدا شي.

پوښتنې:

- له مورنۍ ژبې پرته مو نورې کومې ژبې زده دي؟
- آيا 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 وينئ.

فعاليتونه:

- 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 کيسه دې په ګډه ووايي چې زده يې وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

لکه څنګه چې په افغانستان کې ورونه قومونه بېلابېل دودونه لري د هغوی ژبې هم يو د بل سره توپير لري دي ځينې په پښتو يا دري خبرې کوي او ځينې نور په نورو ژبو لکه ازبکي، پشه يي، ترکمني، نورستاني، بلوڅي، او پاميري ژبو خبرې کوي موږ ته لازمه ده چې نورې ژبې هم زده کړو چې د يو بل په خبرو پوه شو او يو له بله سره مفاهمه وکړو چې ژوند مو په زړه پورې شي.

پوښتني:

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

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې له مورنۍ ژبې پرته بله هره ژبه چې يې زده وي په هغې کې يوه کيسه يا يوه فکاهي زده کړي او خپلو ټولګيوالو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 ځانګړتياوې شته چې د هغوی د نږدېوالي سبب کيږي.

پوښتني:

- آيا د نورو قومونو له دودونو سره آشنا ياست؟
- آيا د قومونو تر منځ انساني او ټولنيزې اړتياوې ورته والی لري؟
- آيا د سرپناه، لباس، او خوراک له پلوه د قومونو غوښتنې يو ډول دي؟

په انځورونو کې څه وينې؟ ووايې؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د قومونو د ګډو دودونو په هکله خبرې وکړي او نورو ته دې ووايي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې څه ډول د يو بل دودونو ته درناوی وکړي او هغه خيل وګني.

(c) ketabton.com: The Digital Library

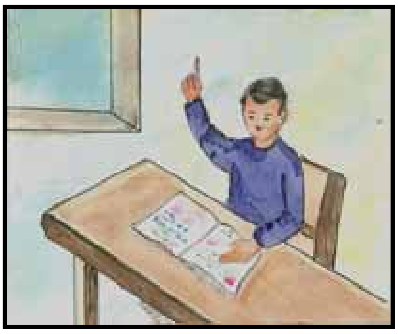
ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

مورږ د بېلو بېلو قومونو زده کوونکي په يوه ټولګي کې لوست کوو او يو د بل دوستان يو يو بل ته درناوی کوو. اکثره د ونې، رنګ، پوستکي، وېښتانو او ځانګړتياوو له امله يو بل ته ورته يو.

مورږ ټول ګډې اړتياوې لرو لکه کور، لباس، غذا، له ناروغيو ځان ساتنه او نور. دغه راز کار او بوختيا او سالم ښوونيز چاپېريال او تر ټولو مهم ګډ وطن لرو او زمونږ د مطلق اکثريت خلکو دين د اسلام سپېڅلي دين دی.

سره لدې چې په ځينو دودونو کې توپير لرو مورږ زيات مشترک دودونه هم لرو.

پوښتنې:



- څرنګه د ټولو قومونو د دودونو قدر وکړو؟
- د قومونو ترمنځ ګډې اړتياوې کومې دي؟
- آيا پوهېږئ چې ستاسو د هغو ټولګيوالو ترمنځ چې د نورو قومونو څخه دي څه ورته والی ليدل کيږي.

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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلوېښتم لوست

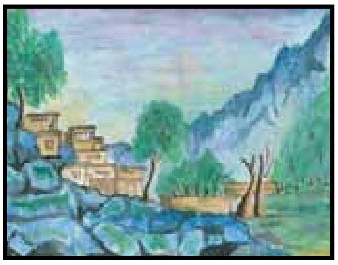
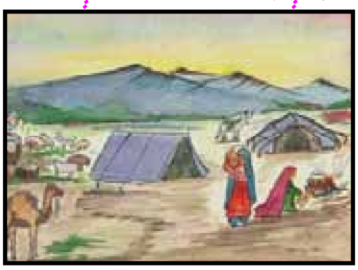
ښاري او کليوالي ژوند

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

پوښتنې:

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

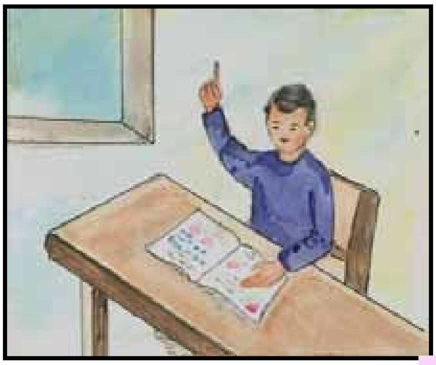
- زده کوونکي دې په څلور کسيزو ډلو کې تمثيل وکړي او د ښاري چاپېريال په هکله دې خبرې وکړي.
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه، د استوګنې هغه چاپېريال انځور کړي چې هغه يې خوښيږي او وروسته دې هغه انځور نورو ته وښيي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

خدای (جل جلاله) ټول موجودات پیدا کړي دي او د انسانانو لپاره یې د استوګنې چاپېریال په واک کې ورکړی دی ځینې انسانان په ښارونو او ځینې ښارونو څخه لرې په کلیوالو سیمو کې ژوند کوي. ښاري او کلیوالي چاپېریال توپیر لري، ښاري چاپېریال ښه هوا نه لري خو د کلیوالي چاپېریال هوا ښه وي، ځکه چې هلته ګڼه ګوڼه کمه اوبه ډېرې او زیات ځنګلونه موجود وي.

پوښتنې:



- ولې ښاري او کلیوالي چاپېریال توپیر لري؟
- کله مو د چاپېریال د ښه کولو فکر کړی دی؟
- ستاسو په نظر د استوګنې لپاره کوم چاپېریال غوره دی.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې په دې موضوعاګانو له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي د هغوی نظر دې واوري او خپلو ټولګیوالو ته دې د استوګنې ښه چاپېریال ور وپېژني.

(c) ketabton.com: The Digital Library

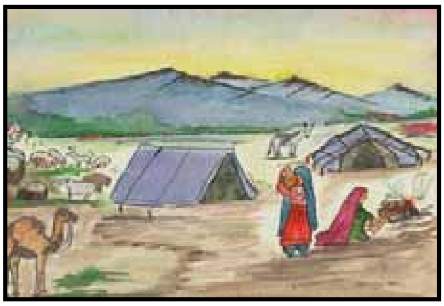
(c) ketabton.com: The Digital Library

د څلورم فصل لنډیز

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

پوښتنې:

- د نورو ژبو زده کړې ته څه اړتیا ده؟
- د سیمو ترمنځ دودونه څه توپیر لري.
- د بېلا بېلو قومونو خلک څه ورته والی لري.
- آیا د انسانانو د استوګنې چاپېریال توپیر لري؟



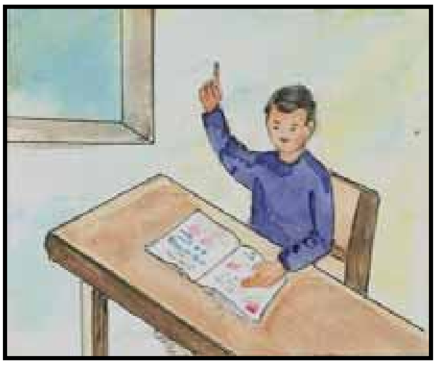
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي او ودې وایي چې لـه تېرو لوستونو څخه یې کوم کارونه او نېک عملونه زده او عملي کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

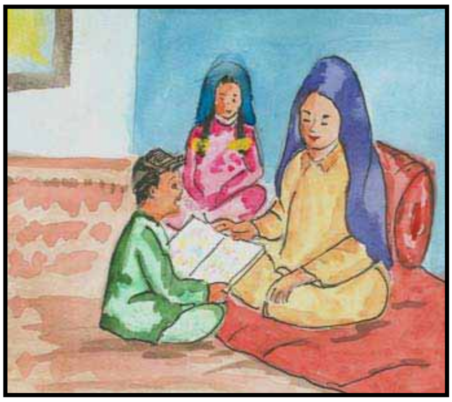
مونږ ټول زده کوونکي ټول هغه مفاهیم چې په دې کتاب کې مو زده کړي دي په خپل ژوند کې ترې کار اخلو زیار باسو چې د یو بل ژبه زده کړو او د یو بل رواجونو ته درناوی ولرو.

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 مفاهیمو په باره کې چې زده یې دي له خپلو کورنیو سره خبرې وکړي. د هغوی نظر یې دې واوري او په هغوی دې عمل وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library