د پوهنې وزارت

د تعليمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساينس د مرکز معينيت
د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي
کتابونو د تاليف لوی رياست

د ژوند مهارتونه

دريم ټولگی

ر کې يې اخيستنه او خرڅونه په
وني چلند کيږي.

چاپ کال ۱۳۹۰ هـ. ش.

Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

د پوهنې وزارت
د تعليمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساينس د مرکز معينيت
د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي
کتابونو د تاليف لوی رياست

د ژوند مهارتونه

دريم ټولگی

د چاپ کال: ۱۳۹۰ هـ . ش.

د کتاب د تالیف، څېړنې او تدقیق کمېټې

لیکوالان:

۱. ترینا ستار محب زاده د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د بیولوژي دیپارتمنت علمي غړې.
۲. د سر مؤلف مرستیاله پروین قاریزاده لعلي د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د بیولوژي دیپارتمنت آمره.
۳. د سر مؤلف مرستیاله رابعه منصور د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د فزیک دیپارتمنت آمره.
۴. ژباړونکی: د مولف مرستیال سهراب دیدار د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د پښتو دیپارتمنت علمي غړی.

تایید او مطالعه:

- د ولسي او مشرانو جرګې د دیني، پوهنې او عالي تحصیلاتو د کمیسیونونو محترم غړي.

د تدقیق او څېړنې کمېټې:

د کابل پوهنتون:

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

د پوهنې وزارت:

- پوهنوال حمیدالله ویدا د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- محمد عزیز بختیاري د پوهنې وزارت سلاکار.
- غلام سرور بغلاني د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د دري دیپارتمنت علمي غړی.

د کابل ښار د پوهنې ریاست:

- رحمت الله د میرویس هوتکي د لیسې ښوونکی.
- فریده د قاري عبدالله د لیسې ښوونکې.

د کولمبیا ټیم:

- سوسن وردګ.

د محتوا، دیني، فرهنګي او سیاسي برخو د څېړنې کمیټه:

- ډاکټر عطاء الله واحدیار د پوهنې وزارت ستر سلاکار او د نشراتو رئیس.
- حیات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- دکتور محمد یوسف نیازي د پوهنې وزارت سلاکار.

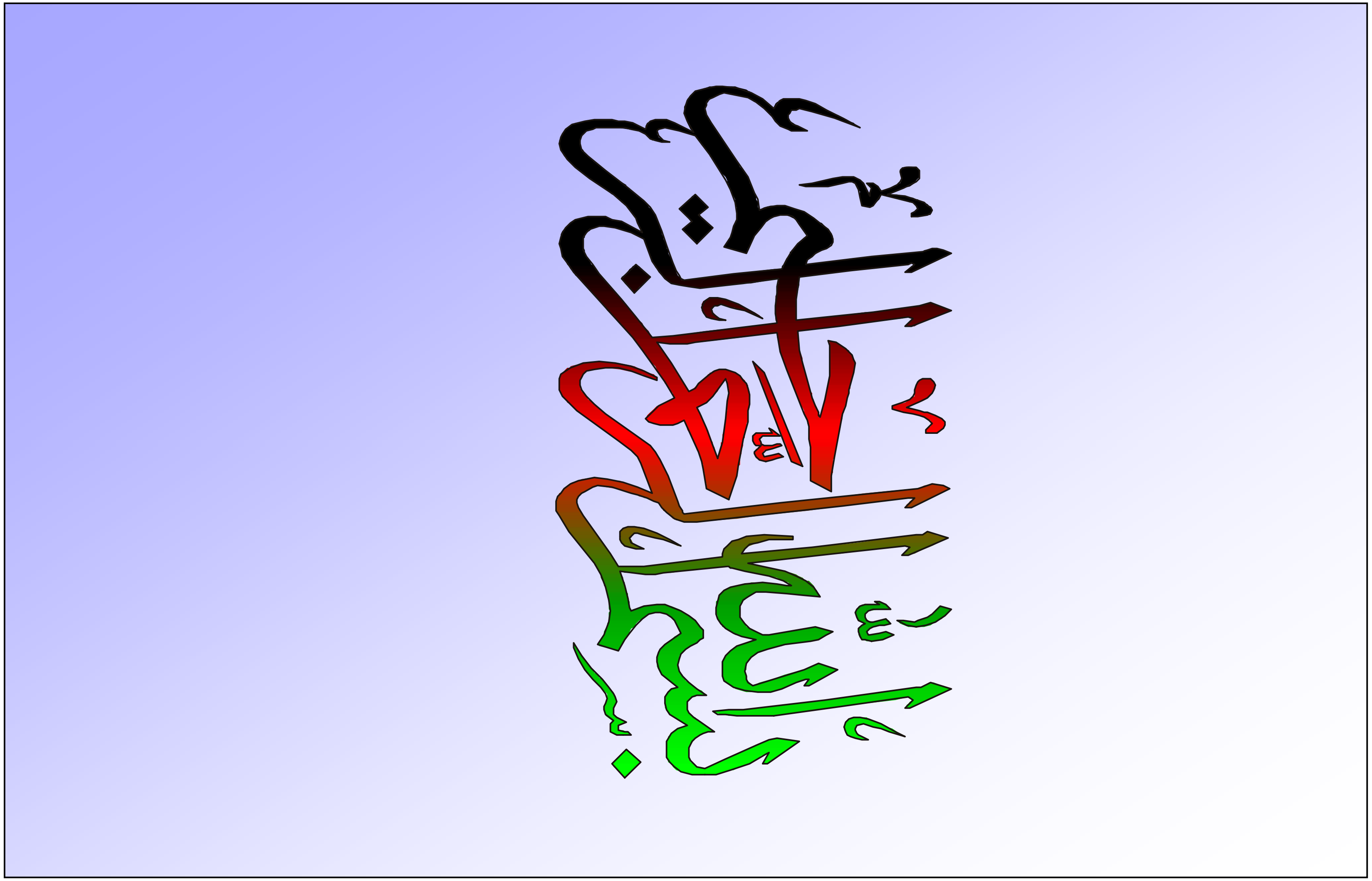
د څېړنې او تدقیق د څارنې کمېټه:

- دکتور اسدالله محقق د تعلیمي نصاب د پراختیا، د ښوونکو د روزنې او د ساینس مرکز معین
- دکتور شېر علي ظریفي د تعلیمي نصاب د پراختیا د پروژې مسؤول
- د سرمؤلف مرستیال عبدالظاهر ګلستاني د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف لوی رئیس

طرح او ډیزاین: حمیدالله غفاري

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library



ملي سرود

دا وطـــن افغانـــستان دی　　دا عـــزت د هـــر افغـــان دی
کـور د سـولې کـور د تـورې　　هـــر بچـــی یـــې قهرمـــان دی
دا وطـن د ټولـو کـور دی　　د بلوڅـــــــو د ازبکـــــــو
د پـــښتون او هـــزاره وو　　د ترکمنـــــــو د تاجکـــــــو
ورسـره عـرب، ګوجـر دي　　پامیـــــریان، نورستانیـــــان
براهـوي دي، قزلبـاش دي　　هـــم ایمـــاق، هـــم پـــشه یـــان
دا هیـواد بـه تـل ځلیـږي　　لکـــه لمـــر پـــر شـــنه آســـمان
پـه سینـه کـې د آسیـا بـه　　لکـــــه زړه وي جـــــاویدان
نـوم د حـق مـودی رهبـر　　وایـو الله اکبـر وایـو الله اکبـر

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحيم

د پوهنې د وزير پيغام

ګرانو ښوونکو او زده کوونکو،

ښوونه او روزنه د هر هېواد د پراختيا او پرمختګ بنسټ جوړوي. تعليمي نصاب د ښوونې او روزنې مهم توکی دی چې د علمي پرمختګ او ټولنې د اړتياوو له مخې رامنځته کيږي. څرګنده ده چې علمي پرمختګ او ټولنيزې اړتياوې تل د بدلون په حال کې وي. له دې امله لازمه ده چې تعليمي نصاب هم علمي او رغنده انکشاف ومومي. البته نه ښايي چې تعليمي نصاب د سياسي بدلونونو او د اشخاصو د نظريو او هيلو تابع شي.

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

هيله من يم دا کتاب له لارښوونو او تعليمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د ميتودونو د کارولو له لارې تدريس شي او د زده‌کوونکو ميندې او پلرونه هم د خپلو لوڼو او زامنو په باکيفيته ښوونه او روزنه کې پرله پسې ګډه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هيلې ترسره شي او زده‌کوونکو او هېواد ته ښې برياوې ور په برخه کړي.

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

د پوهنې وزارت تل زيار کاږي چې د پوهنې تعليمي نصاب د اسلام د سپېڅلي دين له بنسټونو، د وطن دوستی د پاک حس په ساتلو او علمي معيارونو سره سم د ټولنې د څرګندو اړتياوو له مخې پراختيا ومومي.

په دې ډګر کې د هېواد له ټولو علمي شخصيتونو، د ښوونې او روزنې له پوهانو او د زده‌کوونکو له ميندو او پلرونو څخه هيله لرم چې د خپلو نظريو او رغنده وړانديزونو له لارې زموږ له مؤلفانو سره د درسي کتابونو په لا ښه تاليف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو څخه چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتيب کې يې مرسته کړې، له ملي او نړيوالو درنو موسسو، او نورو ملګرو هېوادونو څخه چې د نوي تعليمي نصاب په چمتو کولو او تدوين او د درسي کتابونو په چاپ او وېش کې يې مرسته کړې ده، مننه او درناوی کوم.

ومن الله التوفيق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوريت د پوهنې وزير

(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 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

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 ځخه 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

د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې:

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

که څه هم د کتاب په ليکلو کې لږ توپير موجود دى (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 ځيني 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 دى چې په لومړي مخ کې سر ليک،موخه، فکر رامنځته کوونکي پوښتنې، انځورونه او د زده کوونکو له پاره يو دوه د زده کړې فعاليتونه ځاى 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 ځاى شوې ده. لوست ورکول هغه وخت ښه اغيزه لري چې د زده کوونکو له پاره د زده کړې يو رښتنی چاپېريال 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 چاپېريال 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 ښکاره کولو 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 ہوالونه 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 ښکاره 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 وایي 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.

(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 اوتوانایي ترلاسه کوي او په هغه لوست له پوهېدو وروسته دهغوي په سلوک کې کوم مثبت بدلون را منځه کیږي 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 یې 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- دښې زده کړې له پاره سیمه ییزو مثالونو او کیسوڅخه کار واخلي او دلوست متن په لوړ اواز ووایي وروسته یو دو و زده کوونکوته ووایي 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.

(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 اوونډه اخیستنه:

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

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

۱۹- ښاغلی ښوونکی! دلوست په پای کي زده کوونکوته کورنۍ دنده ورکړئ له کورنۍ دندي 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 چي 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.

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

۲۲- د ارزیابۍ 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 تاکلی 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 ارزیابۍ ملاک ګرځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړی فصل

لومړی لوست:

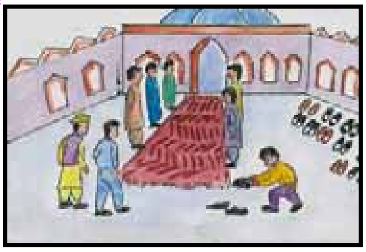
سوله ییز ژوند

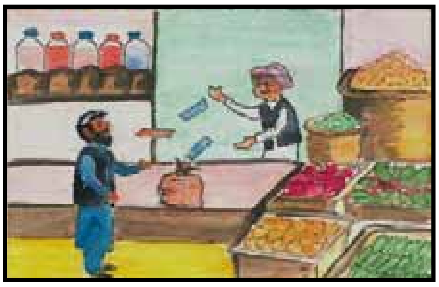
موخه: زده کوونکي به په کور، ښوونځي، جومات او د خلکو ترمنځ د سوله ییز ژوند لارې چارې زده کړي.

پوښتني:

- 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 کیږي؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه ګورئ؟



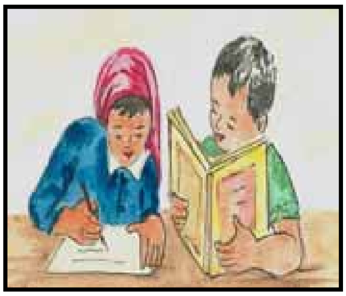


فعالیتونه:

- 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 ښیګڼې 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 زغم، صبر او حوصلې، دوستۍ، پخلاينې او بښنې 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 زغم او صبر 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

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؟
- ښېنه غوښتل او ښېنه 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

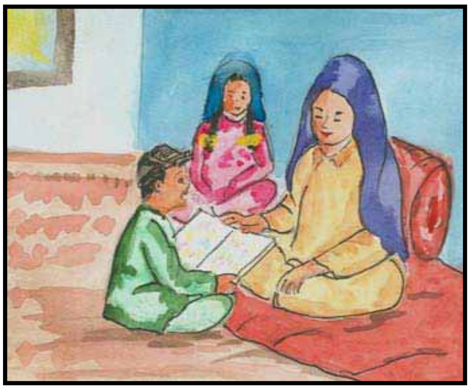
کله چې له چا سره مخامخ کیږو باید دوستانه چلند وکړو.

د خپل دوست خبرو ته غوږ کیږدو. که چېرې کوم خپګان موجود وي ببښنه وغواړو. که چېرې ځوک زموږ د ناراحتۍ سبب کېږي له هغه سره خبرې وکړو او له قهر څخه کار وانه خلو، هغه ته ببښنه 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

درېیم 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.

پوښتني:

- 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 اوپیسو 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 خپلي خوښې په درې کسیزو ګروپونو کې په جلاجلا ډول د خپلي کورنۍ له غړو سره او له خپلو ټولګیوالو سره ګډ ژوند تمثیل کړي.

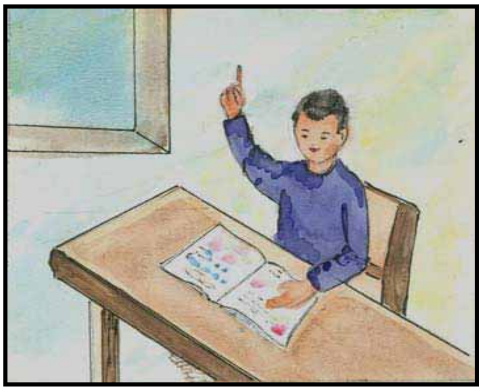
زده کوونکي دې په کور یا ښوونځي کې د ګډ ژوند ښیګڼې د ټولګي په وړاندې څرګندې کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

موږ د کور غړي يو بل ته درناوی 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 چا شيان 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؟

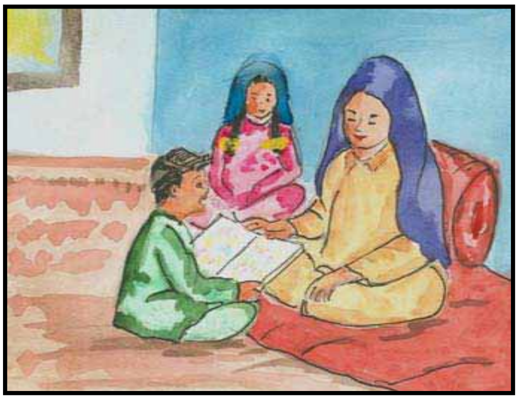
ولې د نورو حقوقوته درناوی ولرو؟

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 غړيو سره خبرې وکړي او د هغه په باره کې دې يوه جمله وليکي.



(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورم لوست

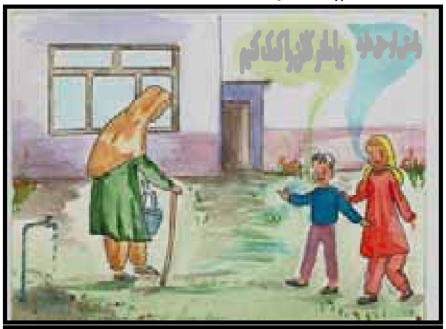
له نورو سره خواخوږي

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

پوښتني:

- 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؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

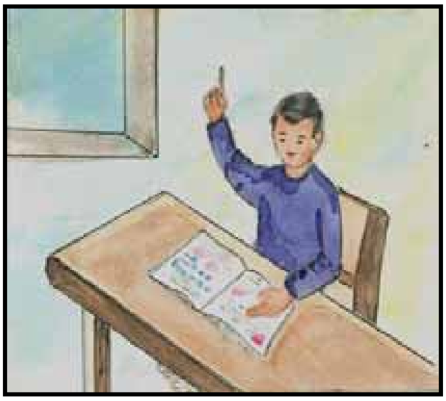
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دوستان څه ډول د یو بل په غم او خوښۍ کې ګډون کوي.
- زده کوونکي دې د خپل یو ټولګیوال په هکله چې په یوه ترافیکي پیښه کې یې زیان لیدلی وي، څه ډول مرسته او همدردي کولی شي له یو بل سره بحث او خبرې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم تري واخلئ

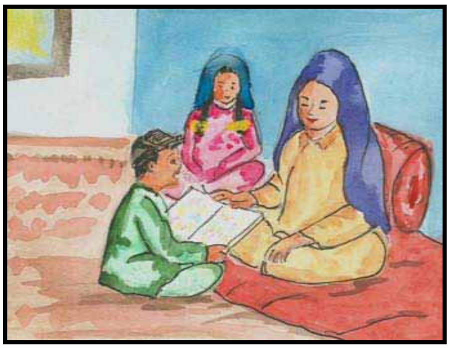
مـوږ زده کـوونکي زيـار باسـو چې تـل مهربـان او زړه سواندي اوسو. له هغو اشخاصـو او حيوانـاتو سره چې زيـان ورتـه رسـيدلی وي مرسـته کـوو. د دوسـتانو پـه خوشـحالۍ خوښ او پـه غم يې خپـه کېږو او له هغو سره خواخوږي وکړو.

پوښتني:



- د نـورو خلکـو د دردونـو او غمونـو سـره خواخوږي د څه سبب کېږي؟
- د نورو خلکو د غم او خوښـۍ پـه وړانـدي خپله همدردي څه ډول ښکاره کولی شو؟
- آيـا لـه معيوبـو اشخاصـو سـره همـدردي خپله وظيفه بولئ؟

کورنۍ دنده:



زده کوونکي دي د لوست د موضوع پـه اړوند د خپلي کورنۍ له غړو سره خبري وکړي او د همدردۍ په هکله دي يوه جمله وليکي او پـه ټولګي کې دي ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

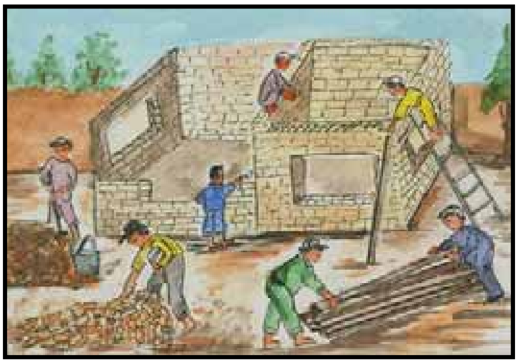
پنځم لوست

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 څېرې غواړئ چې په راتلونکي وخت کې ډاکټران شئ څه باید وکړئ؟



وواياست 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 ووايي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ما دخپل ځان په باره کې فکر کړی دی. د دريم ټولګی زده کوونکی يم. 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 لويانو خبرې اورم، خپلې ښې او بدې ځانګړتياوې 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 ورسيږم.

پوښتنې:

- آيا د سم مهال وېش درلودل د کارونو په سرته رسولو کې له موږ سره مرسته کوي؟
- آيا د تصميم له نيولو مخکې فکر کوئ؟

کورنۍ دنده:

په دې هکله چې زده کوونکو خپل ځانونه څه ډول پېژندلي دي له خپلو کورنيو سره دې خبرې وکړي او دهغوی وېناوې دې واوري د يو ښه تصميم د ګټې په هکله دې يوه جمله وليکي.

(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:

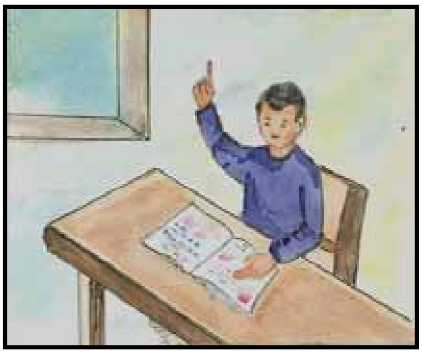
زده کوونکي دې د حق غوښتلو په باره کې له يو بل سره مفاهمه وکړي او ښه والی دې ټولګيوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم تري 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 بايد له خپل حق څخه دفاع وکړي. موږ بايد 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 پوهېږو 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 يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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.

پوښتني:

- په خبرو کې 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؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

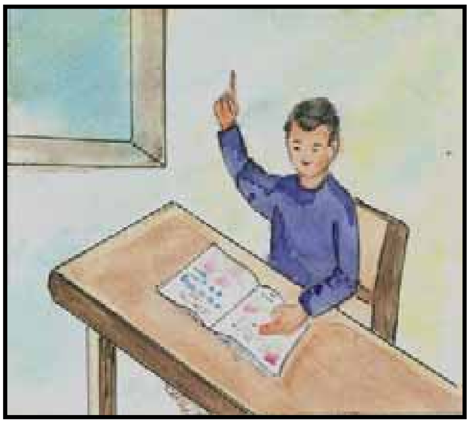
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دیوه کار په سرته رسولو کې له څه ډول اخلاقي زړورتیا څخه کار اخلي.
- زده کوونکي دې څرګنده کړي چې په زړورتیا سره خبرې او یا عمل کول څه ګټه لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان زړورتیا او استعداد لري. ځنې له هغو څخه کار اخلي او ځنې له خپلې زړورتیا څخه کار اخیستلی نشي. له دې امله نو خلک ورته د خبرو کولو یا عمل کولو وخت نه ورکوي. د داسې خلکو حق هر څوک له منځه وړي او تل ورباندې ظلم کېږي. باید پوه شو چې هر څوک د خبرو کولو توان لري او یا هم کار سرته رسولی شي په لومړی ګام کې باید کوشش وکړي چې زړورتیا پیدا کړي او له خپلې زړورتیا څخه د ګټورو کارونو په سرته رسولو کې کار واخلي.

پوښتنې:



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

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ د غړو په مشوره د اخلاقي او بې ځایه زوړرتیا توپیر وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتم لوست

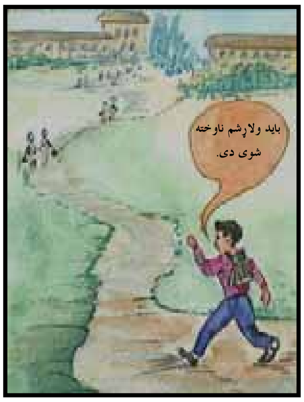
د ستونزو پېژندنه

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

پوښتني

- 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:

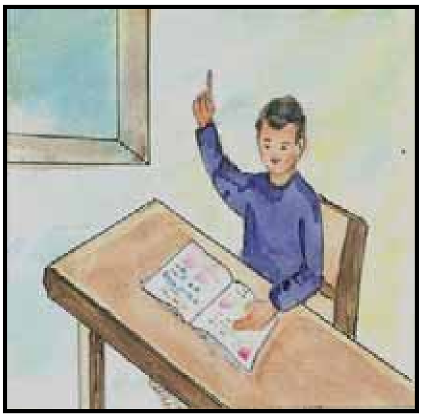
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له یو بل سره د کتاب او کتابچې د ورکېدو دعوې تمثیل کړي چې د یو بل خبرې نه اوري، دعوه نه حلیږي، جنګ پای ته نه رسیږي او نور زده کوونکي د دعوې د حل په باره کې نظر ورکوي.
- زده کوونکي دې ووايي چې کله له کومې ستونزې سره مخ شوي او پوه شوي وي چې ستونزه له کومه پیدا شوې ده او څنګه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

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویی لولئ او مفهوم تري 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. ځيني 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.

پوښتني:

- 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:

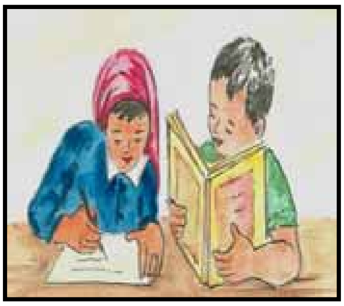
زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې:

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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

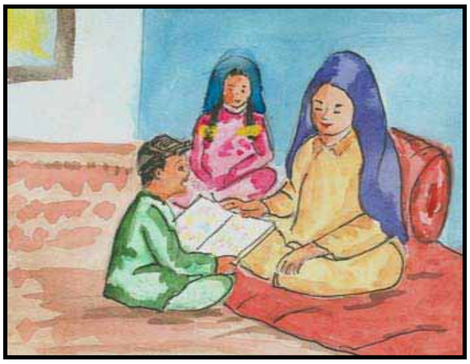


د يوې کورنۍ غړي په يوه کورني چاپيريال کې يو ځاي ژوند کوي. د کورنۍ غړي ځينې وخت له ستونزو سره مخامخ کيږي او دغه ستونزې د جنجال او دعوې سبب ګرځي.

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 چيرې 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 روحيه باندې د غوسې د منفي اغيزو په باره کې خبرتيا ترلاسه کړي او د منفي 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 شى له عادي غوسې څخه د جګړې سبب کيږي؟ يعني درناوى له منځه ځي جنګ او دعوه ترې جوړيږي؟

زده کوونکي دې په ګروپونو کې د سولې ښيګڼې او د غوسې بدى لست کړي او نورو ته دې ووايي.

(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

(c) ketabton.com: The Digital Library

یوولسم لوست: **تیریدنه او پخلاینه**

موخه: زده کوونکي به د ښښني 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 تیریدنې او پخلاینې په هکله یوه جمله ولیکي او نورو ته دې ووایي.

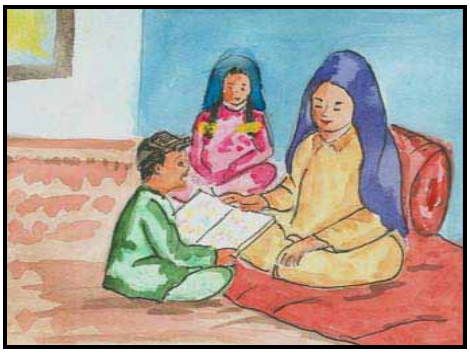
ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

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 پاى کې دواړه ستومانه کيږي او د دواړو د خپګان سبب ګرځي نو بايد د هغوي 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 کيدل 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 تېرېدنې د ښيګڼو په هکله کيسې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دولسم لوست:

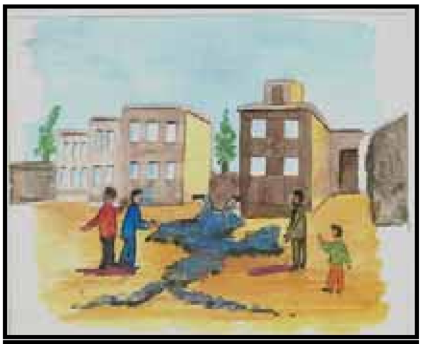
د لومړي فصل لنډیز

موخه: زده کوونکي به د فصل د لوستونو غټ ټکي او مفاهیم وویلی شي، او په خپل ورځنی ژوندانه کې به یې عملي خواوې پیدا او ځان ورسره عادت کړي.

پوښتنې:

- سوله ییز ژوند څه ګټه لري؟
- ولې د خپل حق په اخیستلو کې کوښښ وکړو؟
- کله مو فکر کړی دی چې ستونزه څنګه پیدا کیږي؟
- د ستونزې د حل په باره کې څه فکر کوئ؟
- پخلاینه او د سولې لار څه ګټه لري؟

انځورونو کې څه وینئ.

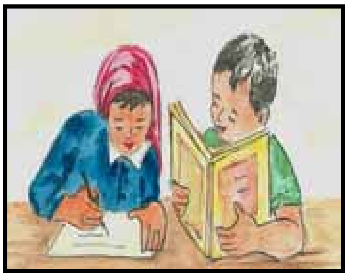


فعالیتونه:

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

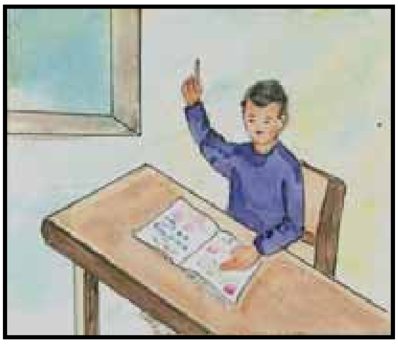
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ



مورږ هلکان او نجوني 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 هغوي خبرو ته دې غوږ کیږدي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دیارلسم لوست

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 چي 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 کیږي؟

په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- له زده کوونکو وغواړئ چي په خپلو ګروپونو کې د خدای ج د نعمتونو لست جوړکړي او خپلو تولګیوالوته 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.

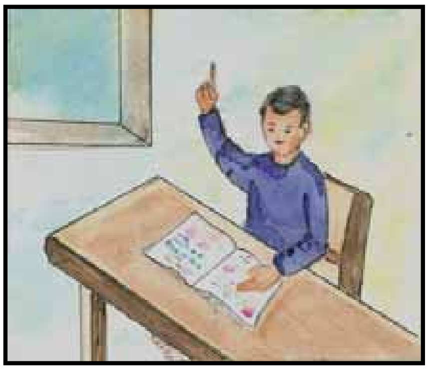
(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

د ښوکارونو سرته رسول د دې سبب کیږي 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 کیږي؟
- 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 ټولګیوالوته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

 څوارلسم لوست:

خیر رسول

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

پوښتني:

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

په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

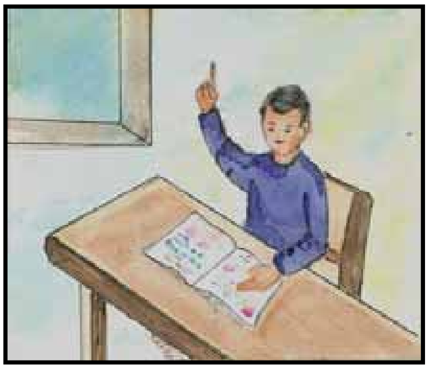
- زده کوونکي دي په ګروپو کي تمثيل کړي چي يو پوه خو لږ څه معيوب هم صنفي لري، دري نور کسان ورسره مرسته کوي او هغه ته نيك فكر وركوي.
- زده کوونکي دي په خپل منځ کي خبرې وکړي چي څه ډول خپلو هم صنفيانو ته چي غيرحاضري ولري لارښوونه وکړي چي په راتلونکي کي غير حاضري و نه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویي لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

د انسان له ښو عادتونو څخه یوهم 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 ځوك کینه نه لري درناوی یې کوي او د هر چا خوښیږي.٠

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 میند و او پلرونو په مشوره څو کرښې ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

(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 توپيرېې 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 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.

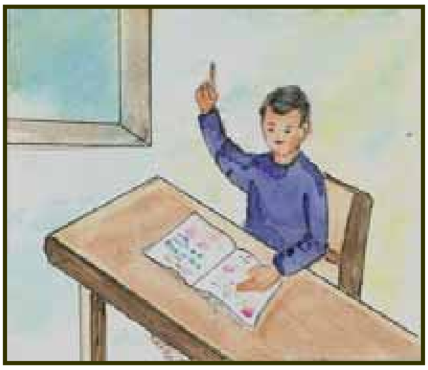
- زده کوونکي دې د خوشبينۍ او بد بينۍ چلندونه لست کړي د هغوی ښېګڼې او بدۍ دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 پریشان او کمزوري وي. د چا په خوښۍ نه خوښېږي. هر څه ورته بد معلومېږي، تل د زیان رسولو په فکر کې وي. بدبین اشخاص هېڅکله دوستان نشي پیدا کولی.

پوښتنې:



- ولې تل خوشبین او امیدوار و اوسو؟
- ولې 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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؟

وواییئ په دې انځورونو کې څه وینئ؟

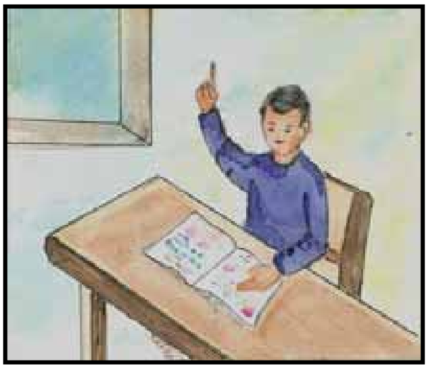
فعالیتونه:

- 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 وواییي او زده کوونکي دې هغه پرتله کړي.

(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 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 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 کړي دي په خپلو کتابچو کې څو کرښې ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوولسم لوست

ښه اخلاق

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

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؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

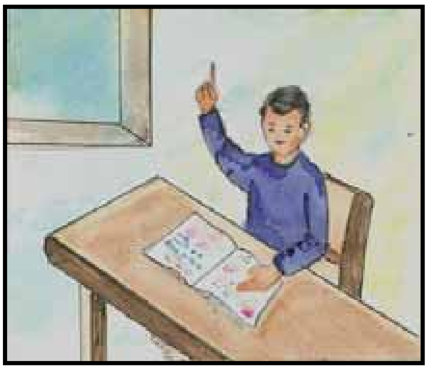
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې داسې یو شخص تمثیل کړي چې ښه اخلاق لري.
- ○ زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو اخلاقو په باب خبرې وکړي.
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې بحث وکړي چې کوم شخص ته د ښو اخلاقو خاوند ویلی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان باید د ښو اخلاقو څښتن وي چې خلک یې دوست و بولي اوپه ورځني ژوند کې ورباندې باور وکړي. هغه څوک چې ښه اونیک 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. دښو اخلاقو خاوند تل رښتیا وایي او مشرانو ته درناوی کوي او دغه راز په کوچنیانو مهربانه وي.

پوښتنې:



- دښو اخلاقو ځانګړتیاوې کومې دي؟
- کوم خلک د درناوی 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

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي چې کوم کارونه یو شخص د درناوي 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.

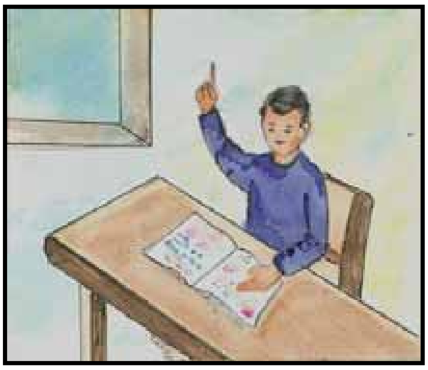
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم تري 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 اوريدل او په هغو باندې عمل کول په حقيقت 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 سرليک په باره کې يوه جمله وليکي او په ټولګي کې دې يې ووايي.

(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 مننه کوئ، ولې؟

وواېئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

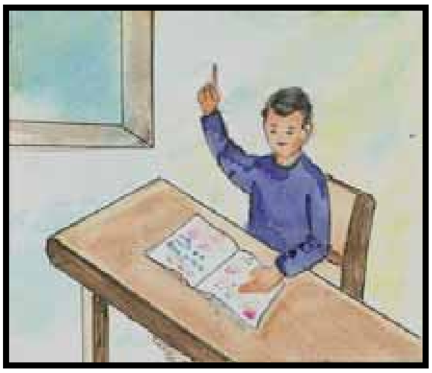
- زده کوونکي دې په ټولګي کې تمثیل کړي چې یو ښوونکی صاحب د یو پاک با ادبه او ښې حاضرۍ لرونکي زده کوونکي څه ډول قدر کوي او هغه هڅوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې کیسه وکړي چې کوم کارونه یې پلار، مور او ښوونکي ته د منلو وړ دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویي لولئ او مفهوم تري واخلئ

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

پوښتنې:



- آیا کله د یو دوست له خوا ستاسو قدر داني شوی ده او د څه په هکله؟
- کله چې ستاسې د دوست قدرداني وشي آیا تاسې هم خوشحالېږئ او د هغه قدر کوئ که څنګه؟
- ستاسو د ښه کار په ستایلو سره غواړې چې نور ښه کارونه وکړي؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي چې کومه موضوع زده کړي 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

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 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 اغیزه کوي؟
- کله مو د چا ښه نظر رد کړی دی؟

وایئ 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 د اصلاح او پرمختګ سبب کېږي.

پوښتنې:

- کله مو دچا ښې نظریې او انتقادونه منلې 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 دپرمختګ 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 نيک چلند باندې پوه شي او په ورځني ژوند کې به دهغه په ارزښت وپوهيږي.

پوښتنې:

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

ووايي چه په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

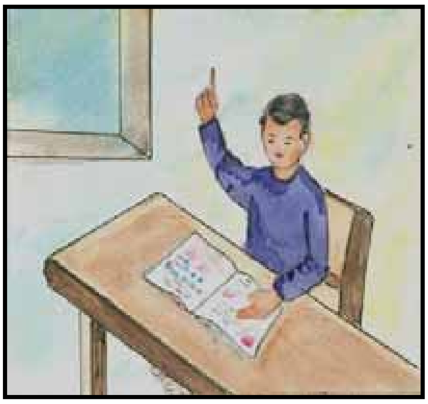
- دوه زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثيل کړي چې يو د بل کتاب او کتابچه بې له اجازې اخيستي وي او دوهم زده کوونکی پرته له دې چې ټولګيوال يې خپه شي څه ډول نيک چلند ورسره کوي.
- له زده کوونکوڅخه وغواړئ چې په ځانګړې توګه ووايي چې که چېرې څوک دهغوی په وړاندی ناوړه چلند وکړي، دوی يې په مقابل کې څه ډول عکس العمل ښکاره کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مورې باید له خپلو ټولګیوالو او نورو سره ښه چلند وکړو. که څوک له چا څخه بده خبره واورو او یا زمونږ په وړاندې بد کار وکړي باید حوصله وکړو. هیڅکله د انتقام یا بدې خبرې په فکر کې ونه اوسو ځکه چې د همېشنۍ دښمنۍ سبب کیږي کله چې پوه شو چې پلار، مور، خور او یا مشر ورور په مونږ باندې په قهر وي باید په آرامۍ سره دقهر پوښتنه ترې وکړو که چېرې له مونږ 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 مونږ 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 ټولګیوالو ته دې یې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

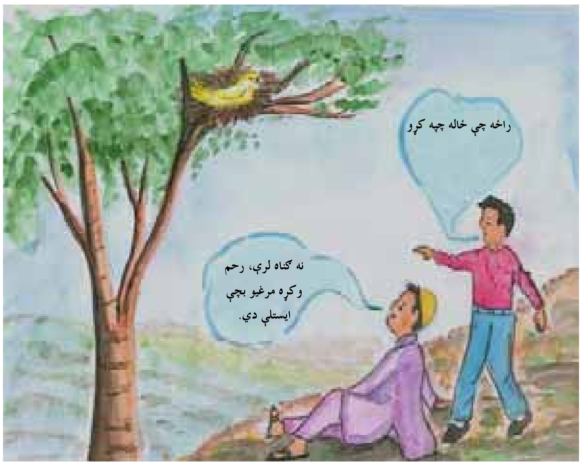
دوه ویشتم لوست — په ځان او نورو مهرباني

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

پوښتنې:

- آیا کله مو دچا سهوه ښنلې ده ؟
- په نورو ترحم څه گټه لري؟
- په نورو له ترحم کولو څخه درته څه احساس پیدا شوی؟

ووایئ چه په انځورونو کې څه وینئ.



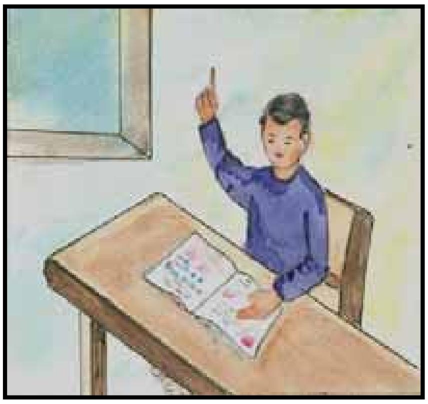
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په گروپونو کې د درې ورونو تمثیل وکړي.
- دوه ورونه په کور کې په گوګړو، برقي سیم او ساکت ساعت تیري (مستي) کوي.
- دریم ورور ورته وایي چې په ځان او کورنۍ رحم وکړئ! په خطرناکو شیانو ساعت تیري دخطر سبب کیږي. ستاسو دوجود او کور دسوځېدو سبب کیږي.
- زده کوونکي دې په گروپونو کې هغه ټکي چې په دوی او نورو د ترحم سبب کیږي 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 را ښخه ونشي. په تېروتنه کې دوستان خپه کيږي او پخپله شرمیږو.
باید کوښښ وکړو چې هېڅکله چاته ضرر ونه رسوو. په کوچنیانو او زړو رحم وکړو او هم په خپل ځان رحم وکړو. دبرق سیم، ځیرو ونکو 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 پـه نـورو رحـم او ور سـره مرسـته 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 ښېګڼې په هکله دې یوه جمله په خپلو کتابچو کې ولیکي او په ټولګی دې وو ایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوېشتم 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:

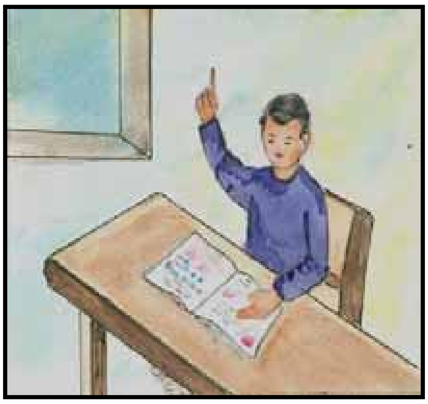
- یو زده کوونکی دې تمثیل وکړي چې د ستونزو په وخت کې څه ډول له زغم او صبر څخه کار واخلي.
- یو بل ګروپ دې د بې صبرۍ نتیجه چې د جګړې سبب کېږي تمثیل کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

غم او مصيبت د خداى (جل جلاله) لـه لوري وي او هر ثوک په غم کې خپه کېږي. پـه 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؟
- لـه ستونزو سره د مخامخ کېدو په وخت کې څه وکړو؟
- پـه ناوړو پيښو کـې لـه 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 هغوی نظر يې دې ترلاسه کـړي او د صبر او حوصلې پـه بـاره کـې دې جمله جوړه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

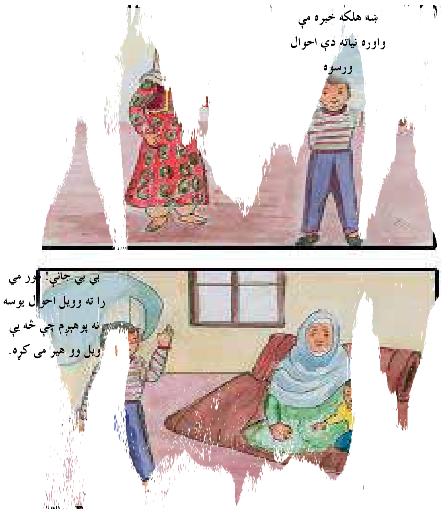
څلورويشتم لوست: د نورو خبرو ته غوږ نيول

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

پوښتنې:

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

وواياست چې په انځورونو کې څه وينئ؟



فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې څه ډول دنورو خبروته په پاملرنه او درناوی سره غوږ ونيسو.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې دنورو خبروته دغوږ نيولو پرګټو خبرې وکړي هغه دې لست کړي او خپلو ټولګيوالو ته دې په لوړ اواز وواييي.

(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 د خبرو 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 کوونکی 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

پنځه ويشتم لوست   د اختلافونو په باره کې مفاهمه

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

پوښتنې:

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

انځورونو کې څه وينئ

فعاليتونه:

- زده کونکي دې په يوه ځلور کسيزه ګروپ کې د نظر د اختلاف په باره کې تمثيل وکړي چې د يوه لوست د موضوع په باره کې د هغوی تر منځ موجود دی څه ډول يې له منځه وړئ؟
- زده کونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي چې د اختلافونو موجوديت د څه شي سبب کيږي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي 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 واورېدلی شي.
داسې نظر او پرېکړه دې عملي شي چې د ټولو لپاره ګټوره وي چې د دشمنۍ 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

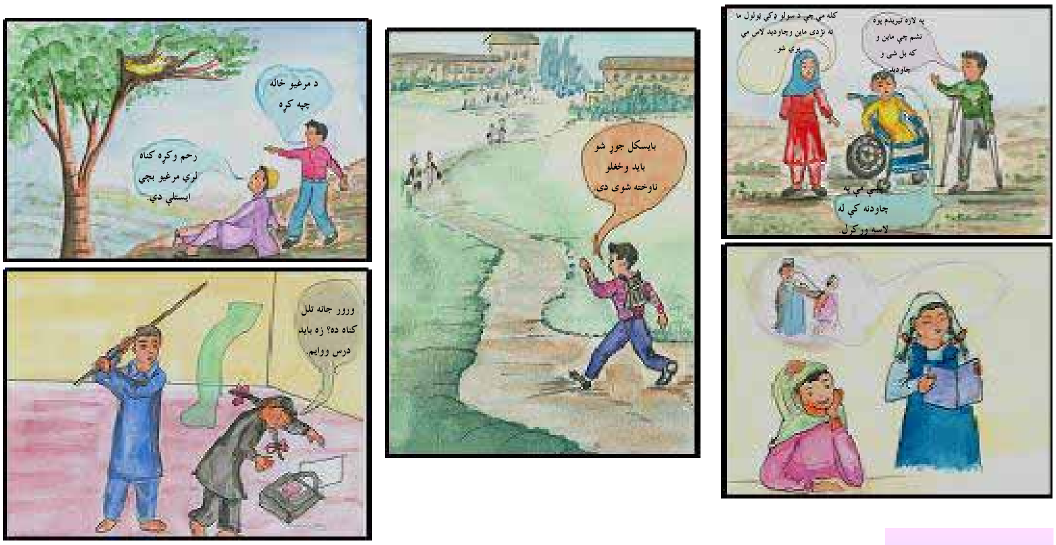
شپږویشتم لوست　　د دویم فصل لنډیز

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 وکړې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

مـورږ زده کـوونکي ټـول هغـه موضـوعات چـې يادووپه ورځني ژوند کې يې پلي کوو.
تل خپل ځان اونورو ته درناوی لرو. غـوارو چـې چاتـه ازار ونـه رسـوو. زيـار باسـو چـې خپـل اختلافونه د مفاهمې لـه لارې حل کړو. 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 لست 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.

(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

پوښتنې:

- ولې 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 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 کړ ي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

یو 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 زیاتو اوبلنو خوړو ته اړتیا لري او هم باید له نازک او سپین رنګه لباسونو څخه کار واخلو.

د منې په موسم کې هوا نه ډېره توده وي او نه ډېره یخه، 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 شیان په ژمي کې زموږ د ناروغۍ سبب کېږي؟
- کوم شیان په اوړي کې زموږ د ناروغۍ سبب کېږي؟
- څرنګه کولی شو چې په دې دوو فصلونو کې خپل ځان ښه وساتو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د خپلو میندو او پلرونو په مرسته ولیکي 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؟
- سیلابونه او سخت توفانونه څه زیانونه لري؟
- کله مو فکر کړی دی چې دزلزلې او سختو بادونو په وخت کې باید چېرې ولاړ شئ؟
- د سخت توفان په وخت کې څرنګه ځان ساتلی شئ؟

په دی انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

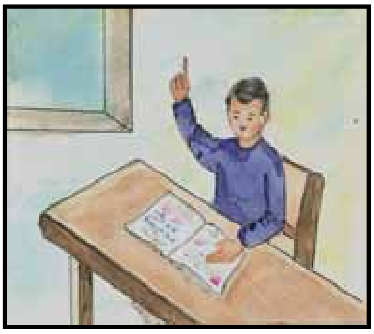
- ټول ټولګی دې په درېوګروپونو وویشل شي.
- لومړی ګروپ دې د سېلاب او زلزلې په باره کې خبرې وکړي او د هغو زیانونه دې نورو ته ووایي.
- دویم ګروپ دې دتوفان، تالندې او برېښنا په باره کی خبرې وکړي او د هغو زیانونه دې نورو ته ووایي.
- دریم ګروپ دې په خپل منځ کې خبرې وکړي، ودې وایي چې له دې پېښو څخه څنګه ځانونه وساتو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زلزلـه ، سـېلاب تالنـده او برېـښنا او سـخت توفانونه له طبيعي پېښو څخه شمېرل کيږي چې د بـشر لپـاره زيـات خطرونه رامنځته کوي. خو انسانان دغه خطرونه په پام کې نيسي په سختو توفـانونو کې لـه کورونـو څخـه نـه وځي د خپلو 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 کړي 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

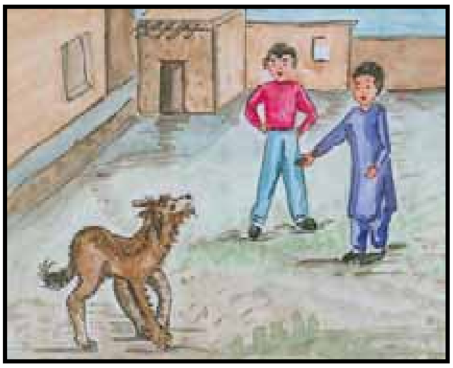
نهه ویشتم لوست له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتل

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

پوښتني:

- 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.؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

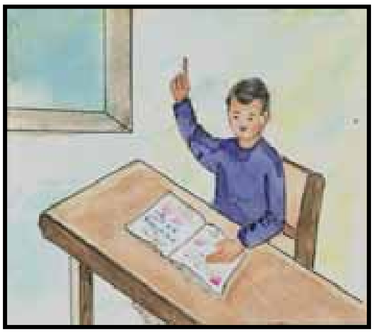
فعالیتونه: زده کوونکی دې یو وحشي یا اهلي ژوی چې پیژني یې انځور کړي.
زده کوونکي دې پر پنځه کسیزه ګروپ کې له یو بل سره خبرې وکړي چې د ژوو له زیـــان څخـــه ځانونه څنګه ساتلی شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ژوي ژوندي موجودات دي هغوی مهربانۍ ته اړتيا لري.
كورني ژوي دخپل ژوندانه دپايښت لپاره خوراک او مناسب ځای ته اړتيا لري چې ناروغ نشي.
ځني ژوي په كوخو اوكثافاتو كې له تګ راتګ او ګرځېدو څخه زيانمن او ناروغه كيږي. د ژوو ناروغي خطرناكه وي او ژر لېږديږي.
موږ ته لاژمه ده چې ځان لري وساتو تر څو ناروغه نشو.

پوښتنې:



- كه له ناروغه ژووسره مخامخ شوئ څه كوئ؟
- څنګه بايد د كورني چرګ او سپي ساتنه وكړو؟
- څه ډول له حيواني ناروغيو څخه ځان ساتلی شئ؟

كورنۍ دنده:

دلوست دموضوع په اړه دخپلې كورنۍ له غړو سره كيسه وكړئ.
دحيواناتو دساتلو په باره كې يوه جمله وليكئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

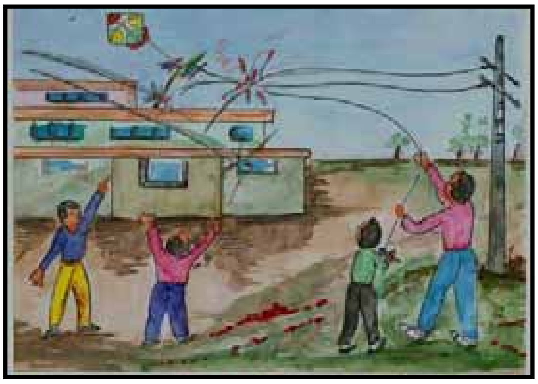
دیرشم لوست   په کور کې له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به په خپل کور او شاوخوا کې احتمالي خطرونه وپېژني او دداسې خطرونو څنې د خپل ځان دساتلو توانایي پیداکړي تر څو د پېښو مخنیوی وکړي.

پوښتنې:

- کوم شیان په کور کې د اورلګېدو سبب کېږي؟
- له برېښنایی سامان الاتو ساکټ او برېښنایی سیمونو سره ساعت تېري څه خطرونه لري؟
- د تېره چاقو، قیچي 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؟

ووایئ چې په دې انځورونو کې څه شی وینئ؟



فعالیتونه:

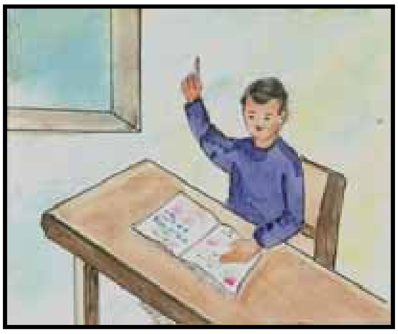
- زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثیل وکړي چې له برېښنایي وسایلو او د تېرو څوکو شیانو سره بې احتیاطي څه خطرونه لري؟
- زده کوونکي دې ووایي چې په کور کې له یوه خطر سره د مخامخ کېدو په وخت دهغه مخنیوی څنګه کولی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم تري واخلئ

زموږ په کورونو کې مختلف شيان موجود دي. که په احتياط سره ونه کاريږي زيات خطرونه رامنځته کيږي چې د مالي او ځاني زيانونو سبب کيږي.
بايد له ځان څخه کښته ماشومان پوه کړو چې د بريښنا 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 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 ځنګ 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 شوکو وسايلو لکه بياتې، چاقو، مېخ او برېښنايي 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 ديوې پېښې مخه نيولى شو او ځان ځنګه ساتلى شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

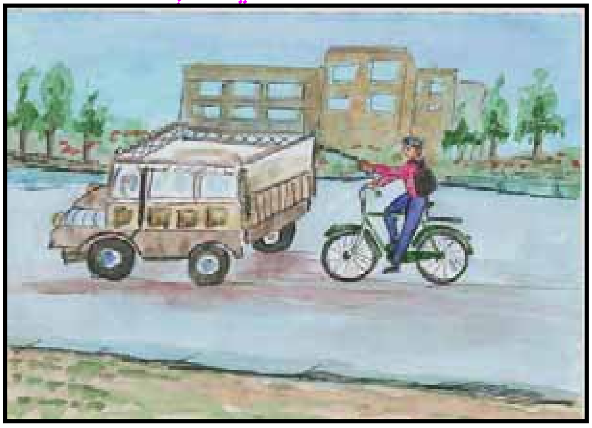
یو دیرشم لوست پر سرکونو باندې له خطرونو ځخه ځان ساتل

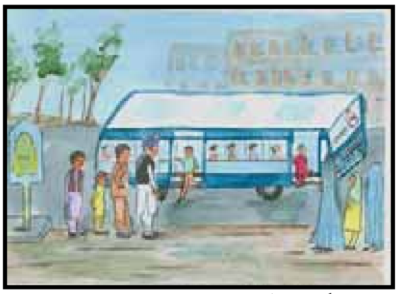
موخه: زده کوونکي به له ترافیکي قوانینو او اشارو سره اشنا شي په واټونو باندې د تېرېدلو په وخت کې به له احتیاط ځخه کار واخلي، له موټر ځخه د کښته کېدلو او پورته کېدلو په وخت کې به ځان وساتي.

پوښتنې:

- د واټونو تر څنګ پلې لارې مو لیدلې دي، له هغو ځخه ځه 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 نیسئ؟

څو ډوله ترافیکي نښې پېژنئ؟





فعالیتونه:

- کومې ترافیکي نښې چې زده کوونکي پېژني هغه دې رسم کړي او نورو ته دې وښيي.
- زده کوونکي دې له منډې وهلو ځخه د رامنځته شوو ترافیکي پېښو او په سرکونو باندې له توپ لوبې او کاغذ پرانې ځخه ر امنځته شوو خطرونو په باره کې خبرې وکړي. او خپل د سترګو لیدلی حال دې نورو ملګرو ته ووايي.

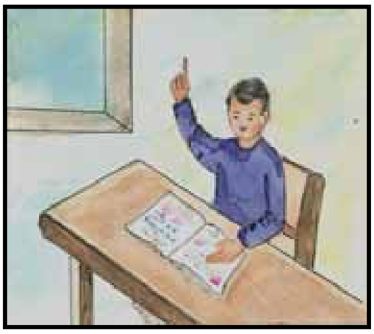
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په هر ځای کې ترافيک ځانګړې قوانين او نښې نښانې لري، که چېرې د پلیو خلکو او موټر 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 ځایونو او ترافيکي اشارو په باره کې معلومات ترلاسه کړو چې خپل ځانونه له ترافيکی خطرونو څخه وساتو.

پوښتنې:



- تراوسه د ترافيکو له کومو ترافيکي 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 ترافيکي اشارو انځورونه وباسي او خپل مور او پلار ته دې تشریح کړي.

د ترافيکي قواعدو په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوه دیرشم لوست

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 رپوټ 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 ؟

ووایئ 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 ووایي که چېرې یو شی شکمن وي څه باید وکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې 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 کیږي. 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 شوی 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دريم لوست دي شم

دغير صحي اوبو له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به د ښنبلو صحي او غير صحي اوبو توپير وکړي او د غير صحي اوبو خطرونه به وپيژني.

پوښتني:

- دښنبلو لپاره له کومو اوبو څخه استفاده کوئ؟
- ستاسو په نظر د سر خلاصو تښی (بيت الخلا) ته د نږدې څاګانو اوبه څه ډول دي؟
- غير صحي اوبه د روغتيا لپاره څه زيان رسوي؟
- څنګه کولی شو له غير صحي اوبو څخه استفاده وکړو؟

ووايی چې په لاندې انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له غير صحي اوبو څخه کار اخيستل تمثيل کړي؟
- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د غير صحي اوبو د صحي کولو په طريقه خبرې وکړي او وروسته دې خپلې نظريې نورو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

اوبه د انسانانو د ژوندانه د پاينبت 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 ګرزي. نو بايد له سرچپنو 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 تېتې څخه لرې وي.

پوښتنې:

- دڅښلو لپاره له څه ډول اوبو څخه کار اخلو؟
- د څاه او نل په اوبو سر بېره له نور کومو اوبو څخه بايد استفاده وکړو؟
- اوبه څه ډول د څښلو وړ ګرځي؟
- آيا تېتې 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 ووايئ چې ولې څاه له تېتې څخه لرې اوسي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورديرشم لوست

د حفظ الصحې مراعاتول

موخه: زده کوونکي د حفظ الصحی ارزښت وپيژني او په ورځني ژوند کې يې رعايت وکړي.

پوښتني:

- د خپل ځان دروغتيا په خاطر کوم کارونه سرته رسوئ.
- د ناپاکو مېوو او ترکاريو خوړل د څه سبب کيږي؟
- تشې 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؟

وواياست چې په انځورونو کې 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.

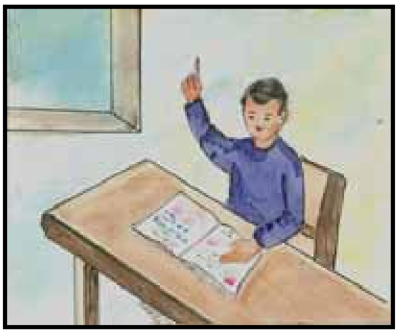
(c) ketabton.com: The Digital Library

ویی لولئ او مفهوم تري واخلئ

روغتیا د خدای(ج) ستر نعمت دی، باید زیار وباسو چې 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 چاپېریال له کثافاتو څخه پاک کړو. حیواني او انساني فاضله مواد ښخ کړو. په دې ډول کولای شو د ناروغیو د لېږدېدو مخه ونیسو موږ مسلمانان یو او پاکوالی د ایمان یوه برخه ده. نو باید د پاکوالي په برخه کې زیار وباسو.

پوښتني:



- دبدن او د استوګنې د چاپېریال پاکوالی څه ګټه لري؟
- ولی د حاجت له لرې کولو څخه وروسته دلاسونو پرېمینځل مهم دی؟
- 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 وایي چې خپل، دکور او ټټۍ پاکوالی څه ډول وساتو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځه دیرشم لوست

د دریم فصل لنډیز

موخه: زده کوونکي به د یادشوو مطالبو تکرار وکړي او هغه څه چې د هغوی مهارت زیاتوي تمرین کړي چې په عادتونو یې بدل شي.

پوښتنې:

- دهوا له تودوخي او سوړوالي څخه څنګه ځان وساتو؟
- له طبیعي پېښو لکه زلزلې، سېلاب او سخت توفان څخه چېرته ځان وساتو؟
- له حیواني ناروغیو څخه څنګه ځان وساتو؟
- څنګه د خپل کور او ژوند ساتنه وکړو؟
- ایا په ورانو او جنګ ځپلو ځایونو کې د ماین او ناچاودو موادو خطر موجود وي؟
- خپل او چاپېریالي پاکوالی څرنګه رعایت کړو؟
- له کومو اوبو څخه کار واخلو؟

وواېئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

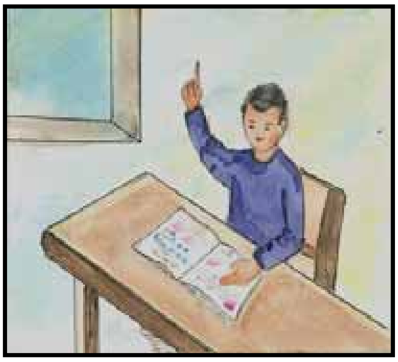
فعالیت:

- 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 ټولګیوالو ته وواېي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور، ماشومان باید خپلو ورځنیو فعالیتونو ته متوجه اوسو چې زلزلې، سېلاب او سختو توفانونو او ماینونو له خطر څخه په امن کې اوسو او د امن ځایونو ته پناه یوسو، له نه پېژندل شوو شیانو، برېښنایي سامان الاتو ته لاس ورنه وړو نه کړو. خپله او محیطي حفظ الصحه مراعات کړو.

پوښتنې:



- د طبیعي پېښو د خطرونو په هکله څه پوهیږئ؟
- څه ډول د خپل ځان او کور ساتنه کوئ؟
- د شکمنو شیانو په لیدنې سره چاته خبر ورکوئ؟
- خپله روغتیا څنګه رعایت کوئ؟

کورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

خلورم 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.

پوښتنې:

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

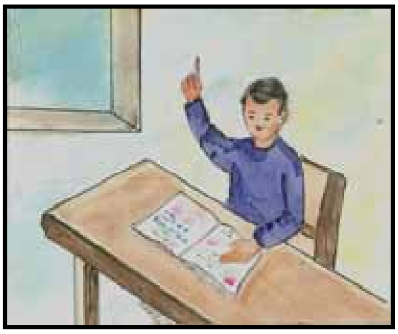
زده کوونکي دې په څلور کسيز ګروپ کې تمثيل وکړي چې څه ډول د يو بل د مرستې قدر وکړو؟

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 دهغه دهڅونې سبب شي او تل بايد 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؟

کورنی دنده:

دهغه کار په هکله چې تاسو سرته رسولی اوښوونکي يې قدرداني کړې ده خپل پلار او مورته کيسه وکړئ او د هغوی نظر په ټولګي کې ووايئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوه ویشتم لوست

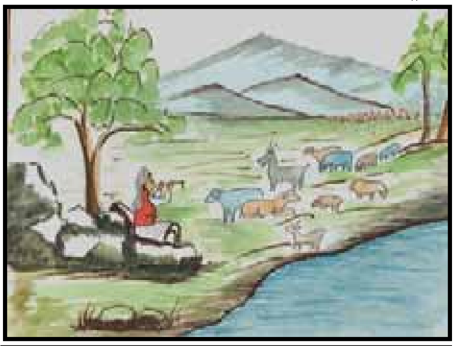
زموږ د هېواد قومونه

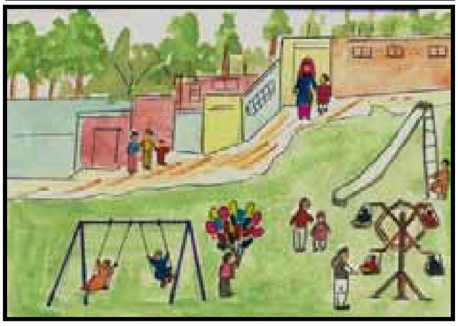
موخه: زده کوونکي به پوه شي چې په ګران هېواد کې زيات قومونه په ګډه ژوند کوي.

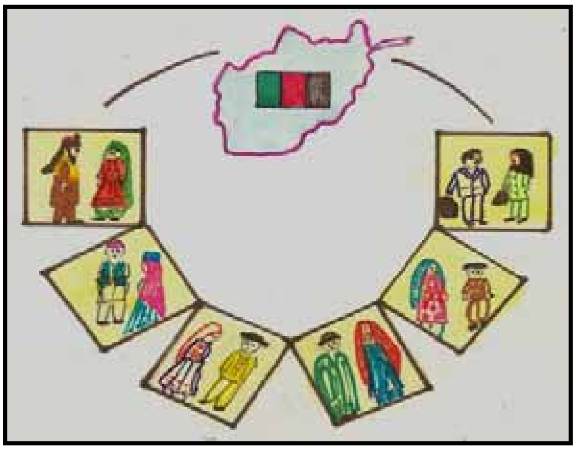
پوښتني:

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

وواييئ 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.

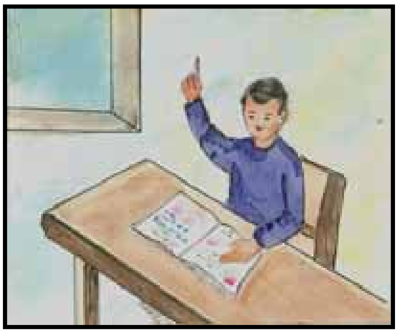
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم 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 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

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

ويې 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 لاژمه 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.

پوښتنې:

- 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 دي 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 دي ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(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 ځانګړتیاوې شته چې د هغوی د نږدېوالي سبب کېږي.

پوښتنې:

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

په انځورونو کې څه وینې؟ ووایې؟

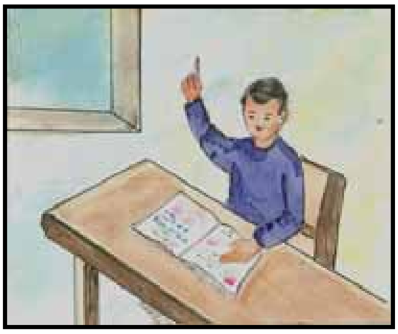
فعالیتونه:

- 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.

ويي لولئ او مفهوم تري واخلئ.

مونږ 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، ويښتانو او ځانګړتياوو له امله يو بل ته ورته يو.
مونږ 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 سپيڅلي دين دی.
سره لدې چې په ځينو دودونو کې توپير لرو مونږ زيات مشترک دودونه هم لرو.

پوښتنې:



- څرنګه د ټولو قومونو د دودونو قدر وکړو؟
- د قومونو ترمنځ ګډې اړتياوې کومې دي؟
- آيا پوهيږئ 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

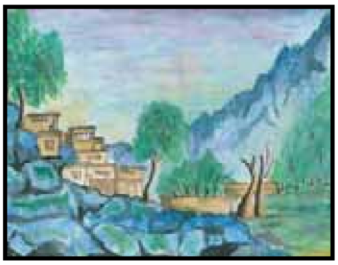
ښاري او کليوالي ژوند

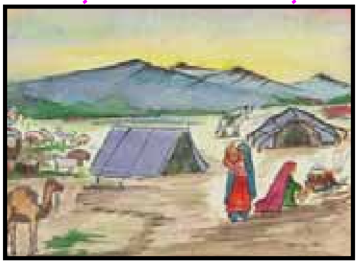
موخه: زده کوونکي به د ښاري او کليوالي ژوند ترمنځ توپير وپېژني.

پوښتنې:

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟





فعاليتونه:

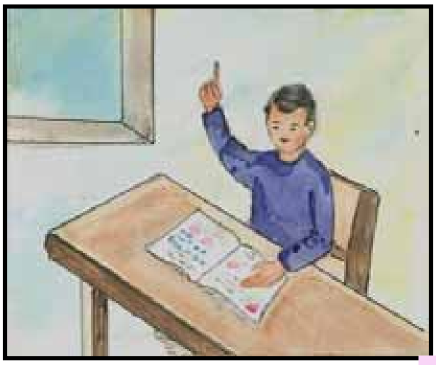
- زده کوونکي دې په څلور کسيزو ډلو کې تمثيل وکړي او د ښاري چاپېريال په هکله دې خبرې وکړي.
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه، د استوګنې هغه چاپېريال انځور کړي چې هغه يې خوښيږي او وروسته دې هغه انځور نورو ته وښيي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

خدای (جل جلاله) ټول موجودات پيدا 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 موضوعاګانو له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي د هغوی نظر دې واوري او خپلو ټولګيوالو ته دې د استوګنې ښه چاپېريال ور وپېژني.

(c) ketabton.com: The Digital Library

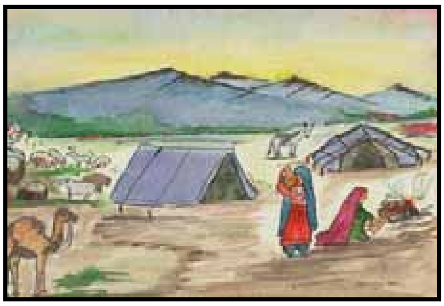
يوڅلوېښتم لوست

د ځلورم فصل لنډيز

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

پوښتني:

- 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:

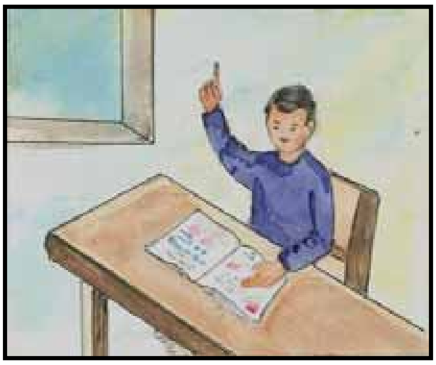
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي او ودې وايي چې له تېرو لوستونو څخه يې کوم کارونه او نېک عملونه زده او عملي کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې 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.

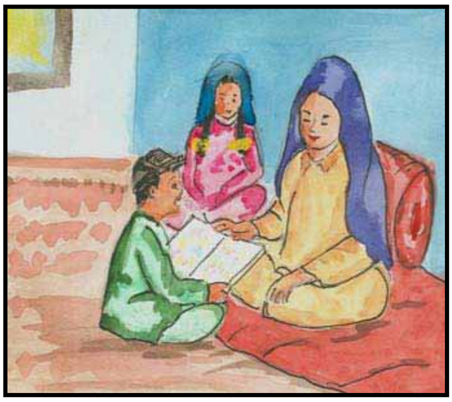
پوښتنې:



- د بېلا بېلو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟
- د ښاري او کلیوالي چاپېریال توپیر څه شی 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