



# نباید سید

رهبر ما خمینی نازنین  
مرکز بر آمریکا



آن روز درس بزرگی از پدر گرفتیم:  
«از جلوی سگ‌ها نباید فرار کرد.»  
در روزهای زمستانی بهمن ماه که نام امام خمینی (ره) بیشتر سر زبان‌هاست، یاد این جمله معروفش می‌افتم که:  
«آمریکا هیچ غلطی نمی‌تواند بکند.» و از دل سلام می‌کنم به آن پدر مهربان که زمستان ما را بهاری کرد و به ملت‌های تحت ستم یاد داد، نباید ترسید و فرار کرد. باید ایستاد.

یک صبح برفی با پدرم از کنار روستایی می‌گذشتیم، ناگهان سگی بزرگ و پشمالو از پشت دیوار شکسته باغی بیرون پرید. از شنیدن صدای وحشتناک و دندان‌های تیز و سفیدش بی‌اختیار پا به فرار گذاشتم. پدرم از پشت سر فریاد زد:  
«صبر کن! اگر فرار کنیم، دنبلمان می‌کند.»  
با دیدن آرامش پدر، ایستادم تا به من برسد. سگ بزرگ هم مدتی سرو صدا کرد و دم تکان داد. اما وقتی دید اهمیتی نمی‌دهیم، راهش را کشید و رفت.

ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی  
برای دانش‌آموزان دوره راهنمایی تحصیلی  
دوره‌سی‌ام/بهمن ۱۳۹۰/شماره پیاپی دربی ۲۳۸

## نوجوان



وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی  
دفتر انتشارات کمک آموزشی

۶ لاج‌نکن!  
مهارت‌های زندگی

۴ مشق با چشم  
کاردرس

۲ نجینی می‌چینم  
مهارت‌های زندگی

۱ نباید ترسید  
یادداشت سردبیر



۱۴ محیط دایره  
عصر طلایی

۱۲ پای پر رمز و راز  
شگفتی‌های خلقت

۱۰ یک سبد شعر  
لحظه‌های شاعرانه

۹ خدایا شکر  
سخن آشنا



۲۴ جیرفت  
ایران ما

۲۲ ترس پشت در  
داستان ماه

۲۱ بخشش پیامبر  
لحظه‌های فیروزه‌ای

۲۰ زبان نو  
زبان انگلیسی

۱۸ شیر بهترین نوشیدنی  
سلامت



۳۴ ورزش‌های ایرانی  
ورزش

۳۰ اسکت نو مبارک  
علمی

۲۹ لبخند منظم  
طنز

۲۶ گلدان  
آثار رسیده



۴۰ بامیه  
دست پخت

۳۸ زنگ تفریح  
جدول و سرگرمی

۳۷ معرفی کتاب  
کتابخانه

۳۶ نه ماز  
زبان و زمان



### ارتباط با ما:

اگر انتقاد یا پیشنهادی درباره شکل و محتوای مجله یا چگونگی توزیع آن دارید با شماره تلفن ۰۲۱-۸۸۳۰۱۲۴۸ تماس بگیرید و پس از شنیدن صدای پیام‌گیر، کد مورد نظرتان را وارد کنید و بعد از شنیدن دوباره همان صدا، پیام بگذارید.

کد مدیر مسئول: ۱۰۲، کد سردبیر: ۱۰۶، کد امور مشترکین: ۱۱۴

دفتر انتشارات کمک آموزشی به جز رشد نوجوان مجلات زیر را نیز منتشر می‌کند:

رشد کودک: ویژه پیش‌دبستان و دانش‌آموزان کلاس اول دبستان  
رشد نوآموز: برای دانش‌آموزان کلاس‌های دوم و سوم دبستان  
رشد دانش‌آموز: برای دانش‌آموزان کلاس‌های چهارم و پنجم دبستان  
رشد جوان: برای دانش‌آموزان دوره متوسطه  
رشد برهان (نشریه ریاضی دوره راهنمایی)  
ماهنامه‌های رشد معلم، تکنولوژی آموزشی، آموزش ابتدایی، مدیریت مدرسه  
مدرسه فردا، آموزش راهنمایی تحصیلی، آموزش فیزیک  
آموزش شیمی، آموزش زبان و ادب فارسی، آموزش زبان  
آموزش ریاضی، آموزش زیست‌شناسی، آموزش جغرافیا  
آموزش معارف اسلامی، آموزش تاریخ، آموزش تربیت بدنی  
آموزش هنر، آموزش علوم اجتماعی، آموزش زمین‌شناسی، آموزش قرآن  
آموزش فنی و حرفه‌ای، مشاوره مدرسه و پیش‌دبستان (برای دبیران، آموزگاران  
دانشجویان تربیت معلم، مدیران مدارس و کارشناسان آموزش و پرورش).

مدیر مسئول: محمد ناصری

سردبیر: حبیب یوسف‌زاده

شورای کارشناسی:

مجید عمیق، علیرضا متولی، محمدعلی قربانی

مدیر داخلی: زهره کریمی

ویراستار: لیلایلیلی

طراح گرافیک: روح‌الله محمودیان

نشانی دفتر مجله: تهران، صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۳

تلفن: ۸۸۸۴۹۰۹۷

نشانی مرکز بررسی آثار: تهران، صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۶۷

تلفن: ۸۸۳۰۵۷۷۲

وبگاه: www.roshdmag.ir

وبلاگ: www.roshdmag.ir/weblog/nojavan

پيام‌نگار: nojavan@roshdmag.ir

شمارگان: ۷۵۵۰۰۰

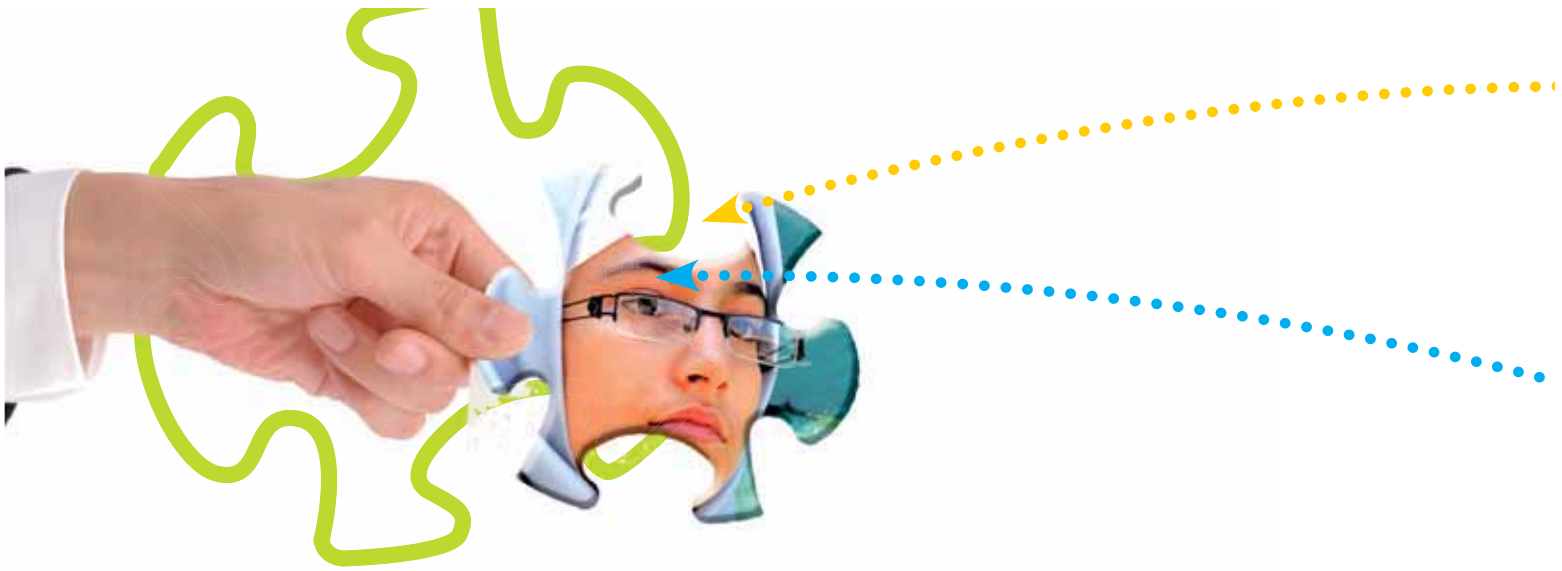
چاپ: شرکت افست (سهامی عام)



# نچینی می چین

علیرضامتولی





### من کی هستم؟

گاهی وقت‌ها ناگهان این سؤال مثل یک لامپ توی مغزت روشن می‌شود. این سؤالی است که هیچ‌کس جز خودت نمی‌تواند برای آن پاسخی پیدا کند. گاهی پاسخ این سؤال به قدری سخت به نظر می‌رسد که نیمه‌کاره رهاش می‌کنی. می‌گویی: «خب حالا هر کی هستم.» و می‌روی دنبال سرگرمی مورد علاقه‌ات. اما این سؤال رهایت نمی‌کند. مثل یک موجود سمج، دائم دور و برت پر می‌زند. گاهی هم عادت می‌کنی به جواب‌ندادن. من آدم‌های بسیاری را می‌شناسم که بزرگ شده‌اند؛ خانواده تشکیل داده‌اند، پدر یا مادر چند فرزند هستند، اما هنوز به این سؤال پاسخ نداده‌اند. جالب این است که توقع دارند دیگران بدانند آن‌ها کی هستند. چنین کسانی بیشتر دچار رفتارهای غلط، احساسی و بی‌منطق هستند. عمری را می‌گذرانند ولی از عمر خودشان سود مناسب را نمی‌برند. با جامعه خود درگیری دارند. خوب رانندگی نمی‌کنند، حتی پدر و مادر خوبی برای فرزندانشان نیستند. مدیران خوبی برای جایی که کار می‌کنند نیستند و خیلی مثال‌های دیگر که گفتن آن‌ها وقت تو را می‌گیرد. همه این رفتارها به دلیل این است که تعریف درستی از خودشان ندارند. بیشتر این افراد باعث می‌شوند یک جامعه پیشرفت درستی نداشته باشد. هیچ‌کس نمی‌خواهد آدمی باشد که رفتارهای نادرست دارد. یکی از کارهای مهمی که در طول عمرت باید انجام بدهی، پاسخ دائمی به همین سؤال است. نگران نشو. اگر راهش را یاد بگیری، خیلی پیچیده و سخت نیست. گاهی مثل یک بازی

سرگرم‌کننده هم هست. اما این را بدان که هیچ‌کس به تو نخواهد گفت تو کی هستی. این پرسشی است که فقط خودت می‌توانی پاسخ آن را پیدا کنی. این کاری است که باید از راهش بروی. باید راه و شیوه پاسخ‌دادن به این سؤال را یاد بگیری. اول از همه باید تصویر شفافی از خودت داشته باشی. **هی به خودت نق نزن:** من نمی‌توانم. من خنگم. من زشتم. من حرف‌زدن بلد نیستم. من هیچ چیز نیستم. هیچ‌کس مرا دوست ندارد. از آن طرف، هی به خودت نگویی من باهوشم، من از همه بهترم. من قشنگم. من حرفم را به راحتی می‌زنم. من همه چیز می‌دانم. من بهتر از دوستانم هستم. باید در برداشت از خودت به تعادل برسی و همیشه این نکته را در نظر بگیری که انسان به طور معمول موجود کاملی نیست و فقط باید تلاش کند که تا می‌تواند با کشف توانایی‌های خودش را کامل کند. تو مثل پازل یا جورچینی می‌مانی که خانواده و جامعه و فرهنگی که در آن زندگی می‌کنی، قطعه‌های آن را چیده‌اند و شاید در بعضی موارد خوب نچیده‌اند. حالا باید بنشین و قطعه‌های این پازل را پیدا کنی و سر جایش بگذاری. بعد از این که قطعه‌ها را درست سر جای خودش گذاشتی متوجه می‌شوی، چند تا قطعه را نداری. آن‌ها گم نشده‌اند. باید آن‌ها را خودت بسازی و سر جایش بگذاری. شاید این نکته ارتباطی با خودسازی داشته باشد. خودشناسی و خودسازی کلمه‌هایی هستند که از این به بعد زیاد به گوشت می‌خورد. پس باید چیزهایی درباره آن یاد بگیری. اگر دوست داری درباره این پازل و راه‌های جور کردن و درست‌چیدن آن‌ها بدانی، باید تا شماره بعدی صبر کنی.





# مشق با چشم

آشنایی با رشته تصویربرداری

به جای مقدمه



تا به حال خیلی از ما حتما دوربین به دست گرفته‌ایم. حالا بیایید تصور کنیم این دوربین، برای فیلم‌برداری باشد، آن‌هم نوع حرفه‌ای نه از نوع خانگی. چند وقت است که بچه مدرسه‌ای‌ها دوربین به دست این طرف و آن طرف می‌روند و به جای نوشتن مشق، فیلم می‌سازند. آن‌ها رشته «تصویربرداری» می‌خوانند. کلی فیلم ساخته‌اند و هیچ کس نتوانسته جلوی علاقه آن‌ها را بگیرد.

پلیس شما را بگیرد!



فکر کنید، باید یک روز در میان فیلم بسازید، این اتفاق برای بچه‌های رشته تصویربرداری می‌افتد. کار سختی است. اما آن‌ها این کار را دوست دارند و کلی سختی کشیده‌اند تا در این رشته تحصیل کنند. بعضی وقت‌ها هم توی خیابان، پلیس جلوی آن‌ها را می‌گیرد و می‌پرسد: «مجوز دارید؟» و آن‌ها مثل آدم‌های حرفه‌ای می‌گویند: «بله.» دانش‌آموزان این رشته از آموزش و پرورش مجوز می‌گیرند تا بتوانند در جاهای عمومی تصویربرداری کنند. مشق آن‌ها این است: آن‌ها هر روز با فنون تصویربرداری از نماهای مختلف آشنا می‌شوند. بعد باید فیلمی بسازند که آن نماها در فیلمشان به کار رفته باشد. فکر کنید، باید یک عالم بازیگر پیدا کنند که تکراری هم نباشند. دوست و فامیل و آشنا و اهالی محل و ...!

تهمینه حدادی

عکس: اعظم لاریجانی





## این درس‌ها را می‌خوانید:

- تدوین
- کاربر رایانه
- تایپ
- طراحی
- تصویربرداری
- صدا برداری
- نورپردازی
- مبانی هنرهای تجسمی

## آیا چنین آدمی هستید؟

- منظم (باید آدم سر وقتی باشید)
- صبور (ممکن است باران و توفان بگیرد، دوربین خوب کار نکند، همه چیز به هم بریزد و شما نباید عصبانی شوید)
- باهوش
- متفکر
- برنامه‌ریز (باید قبل از همه در جایی که قرار است فیلمی ساخته شود حاضر شوید و نور و موقعیت را بسنجید)

## این‌ها را یاد می‌گیرید:

- دکوپاژ کردن
- تحلیل فیلم
- تنظیمات دوربین
- حرکات دوربین
- فیلم‌نامه نویسی
- نورپردازی

با تشکر از هنرستان امام مهدی (عج)، منطقه هشت تهران

## شاید نرویم دانشگاه!

علیرضا مالکی، اشکان محمدزاده و محمدحسن کاظمی رشته تصویربرداری می‌خوانند. آن‌ها می‌گویند: «فکر می‌کردیم این رشته آسان است، اما بعد دیدیم دوربین چه کاربردهایی دارد و مدام باید آن را تنظیم کرد. با این حال ما کلی فیلم ساختیم، حالا هم می‌خواهیم در جشنواره فیلم رشد شرکت کنیم. ما توی این رشته با چیزهای جالبی آشنا می‌شویم. حتی ویژگی‌های اتاق فرمان و استودیو مناسب را هم می‌دانیم. ما حتی می‌دانیم که خیلی‌ها با دیپلم این رشته وارد کار شده‌اند، پس حتما لازم نیست به دانشگاه برویم.»

## امتحان ده دقیقه‌ای

کلاس تصویربرداری دوربین دارد، سه پایه، ست نور و بوم. گاهی باید همه این‌ها را زیر بغلتان بزنید و این طرف و آن طرف بروید و از مکان‌های مختلف تصویر بگیرید. هر درسی که به شما یاد می‌دهند باید تک تک پشت دوربین بروید و آن را به طور عملی اجرا کنید. امتحان پایان هر دوره علاوه بر درس‌های عمومی و حتی امتحان کتبی درباره دوربین و تصویربرداری، یک فیلم است. شما یک سوژه‌ای انتخاب می‌کنید و فیلمی ده دقیقه‌ای می‌سازید.

## این کارها را می‌کنید؟

یک دانش‌آموز رشته «تصویربرداری» باید زیاد فیلم ببیند؛ فیلم ایرانی و خارجی، کوتاه و بلند و در هر فیلم دقیق شود که نوع تصویربرداری و نورپردازی اش چه‌طور است. بچه‌های این رشته می‌گویند که گاهی روزی دو فیلم و قسمتی از یک سریال را می‌بینند و مدام آن را عقب و جلو می‌برند و از جنبه‌های مختلف بررسی می‌کنند.

## محل کار شما این جاهاست:

شرکت‌های خصوصی فیلم‌برداری، مراکز صدا و سیما، مراکز وابسته به صدا و سیما، دفتر خصوصی خودتان و ...

# لج نکن!

ابراهیم اصلانی

تصویرگر: سام سلماسی







باید یادمان نرود کجاها اشتباه می‌کنیم.

گاهی حرف‌ها و ایرادهای پدر و مادر برای آن است که بدانیم کجا اشتباه کرده‌ایم.

وقتی اشتباه می‌کنیم، باید بپذیریم که اشتباه کرده‌ایم.

و البته لج هم نکنیم ...

از اشتباهات برای شناخت خودمان استفاده کنیم.

و قول‌های الکی هم ندهیم.



## یکی از رمزهای موفقیت و پیشرفت یافتن اشتباهات است

حالا به این جمله فکر کنید و نظرتان را بگویید.



گاهی پدر و مادر یا بزرگ‌ترها می‌گویند اشتباه کرده‌ای، اما من این‌طور فکر نمی‌کنم



بچه‌های فهمیده‌ای هستید، اما حیف که گاهی دیر متوجه موضوع می‌شوید.



بچه‌ها! همیشه امکان اشتباه برای آدم‌ها وجود دارد، اما هم می‌توان اشتباهات را کاهش داد و هم از اشتباهات درس گرفت.



اختلاف نظر بین انسان‌ها طبیعی است. اما خوب است به چند نکته هم توجه کنید:

۱. تفاوت بین تجربه شما و بزرگ‌ترها
۲. میزان دانش و آگاهی خودتان
۳. رعایت اخلاق و ادب، به خصوص احترام پدر و مادر







# خدایا شکر و

حسین امینی پویا



## لتن شکر تم لازیدنکم [ابراهیم: ۷]

خدمتی کرد - پدر و مادر و دوستان و ... - سپاس گذاری کنیم. امام سجاد (ع) در این باره فرموده است: «خدای بزرگ به بنده‌ای از بندگانش در روز رستاخیز می‌فرماید: آیا از فلانی سپاس گذاری کردی؟ او می‌گوید: نه، پروردگارا، تو را شکر گزاردم. خداوند می‌فرماید: مرا نیز سپاس نگزارده‌ای اگر از او سپاس گذاری نکرده باشی.» [وسائل الشیعه، ج ۱۱، ص ۹۳۵]

### دوستان خوبم

استفاده درست از نعمت‌ها و امکانات نوعی شکر گذاری است. اما نگهداری و حفاظت از نعمت‌های بزرگ عمومی چون زمین، آب، جنگل، گیاهان، منابع زیرزمینی و هر آنچه به گونه‌ای مورد استفاده همگانی است شکر بزرگ‌تر و مهم‌تری است. در مقابل، نابود کردن و آلوده ساختن منابع و محیط زیست به معنی ناسپاسی گسترده از نعمت‌های الهی است.

شکر نعمت‌های الهی از اخلاق نیک و انسانی است که بارها در قرآن به آن اشاره شده و مردم به آن سفارش شده‌اند. انسان باید نخست شکر گزار آفریننده و بخشنده نعمت‌ها؛ یعنی خداوند باشد. گرچه شکر همه نعمت‌های الهی به دلیل بی‌پایان بودن آن‌ها ناممکن است، ولی باید آدمی با هر چه در توان دارد خدای را سپاس گزارد.

بدون شک، خداوند در برابر نعمت‌هایی که می‌بخشد نیازی به شکر ما ندارد و اگر به شکر گذاری دستور داده است برای بازآزایی آن نعمت‌هاست. خدا در آیه فوق می‌فرماید: «اگر شکر گذاری کنید [نعمت خود را] بر شما خواهم افزود.»

یکی از شرایط شکر گذاری، بهره‌برداری درست و به اندازه از نعمت‌هاست؛ بنابراین هر گاه نعمت‌های الهی نادرست مصرف شود یا تباه گردد، کفران و ناسپاسی صورت گرفته است و چنین مصرف کنندگانی اسراف کار و از ناسپاسان خداوند هستند. البته سپاس گذاری از خدا به معنی ناسپاسی از دیگران نیست؛ چون بر پایه دستورات دینی، وظیفه داریم از هر کس که به ما خوبی و

منبع

فرازهایی از سخنان حضرت فاطمه (س)، محمد حکیمی، دفتر دوم، مشهد بنیاد پژوهش‌های اسلامی.

# یک سبد شعر

زیر نظر بابک نیک طلب



ردپایی از بهشت  
با شکوه و سرفرازی  
سرزمین خویم ایران!  
ای تمام وسعت تو  
سرخ و گلگون از شهیدان

خفته در دامان پاکت  
سروهای آسمانی  
می تراود از نگاهت  
آفتاب مهربانی

در مدار سینه تو  
ردپایی از بهشت است  
طرح لبخند قشنگت  
باغی از اردیبهشت است

سربلند و استواری  
با تو هر جا سرفرازم  
مثل پرچم در هوایت  
تا ابد در اهتزازم  
احمد خدادوست

عطر نوروز  
از گونه گل‌های سرخ، از شوق  
شب‌نم به روی خاک می‌افتاد  
با این که ماه سرد بهمن بود  
انگار دنیا بوی گل می‌داد

از صبح خیلی زود، پروانه  
در باغ می‌رقصید با شادی  
گنجشک‌ها بر شاخه می‌خواندند  
شعری برای روز آزادی

یک چلچله در آسمان می‌گفت:  
عطر خوش نوروز می‌آید  
گل‌های باغ آهسته می‌گفتند  
حتماً امام امروز می‌آید

او آمد و با بهاری سبز  
با صد سبد شعر و سرود آمد  
دل‌های مردم غرق شادی شدند  
وقتی هواپیما فرود آمد  
سید احمد میرزاده





### در کوچه خاطرات

برف می‌بارد آرام آرام  
باز بر بام‌ها دانه دانه  
با خودش می‌برد بار دیگر  
خاطرات مرا خانه خانه

### راز

راز راه  
رفتن است.  
راز رودخانه  
پُل.

راز آسمان  
ستاره است.  
راز خاک  
گل.

راز اشک‌ها  
چکیدن است  
راز خوبی  
آب.

راز بال‌ها  
پریدن است  
راز صبح  
آفتاب.

رازهای واقعی  
رازهای برملاست  
مثل روز، روشن است.  
راز این جهان خداست.  
عرفان نظر آهاری

خانه خانه مرا خاطراتم  
می‌برد تا به آن شهر خوش حال  
تا خیابان خوش بخت آن وقت  
تا زمستان سرسبز آن سال

تا دل آفتابی‌ترین روز  
تا شب سال‌ها رفته از یاد  
تا زمانی که از بارش نور  
جوی‌ها بوی خورشید می‌داد

تا بهاری که در بین مردم  
مهر و لبخند و گل پخش می‌کرد  
وقتی از آسمان حرف می‌زد  
مرگ را زندگی پخش می‌کرد

از سفر باز می‌گردم اما  
در همان لحظه‌ها می‌زنم گام  
شب که در کوچه خاطراتم  
برف می‌بارد آرام آرام  
بابک نیک طلب

### قصه آب

آب داشت قصه‌ای زلال  
داد قصه را به آفتاب  
آفتاب قصه را گرفت  
ابر ساخت از بخار آب  
ابر داشت قصه‌ای سیاه  
داد قصه را به دست باد  
باد، تُند و پر صدا، دوید  
پیچ و تاب‌ها به ابر داد

قصه سیاه ابر را  
در هوا شنید آذرخش  
گفت قصه را به رعد و رعد  
قصه را بلند کرد پخش

قصه سیاه شد زلال  
آمد از هوا به سوی خاک  
در کتاب جویبارها  
شد روان دوباره روی خاک

خاک مهربان شنید و گفت  
قصه را برای دانه‌ها  
زیر آفتاب، روی خاک  
قصه سر زد از جوانه‌ها

بشنو از زبان برگ‌ها  
قصه زلال آب را  
با زبان دل بگو سپاس  
خاک را و آفتاب را

محمود کیانوش





ملیکا فلیج پور

# پای پر رمز و راز

راه رفتن روی شن و برف هم لذت بخش است و هم دشوار. پاهایتان در شن و برف فرو می‌رود، به همین دلیل به سختی و کندی پیش می‌روید، اما چرا پاهای شتر در شن‌های بیابان فرو نمی‌رود؟ یا چگونه خرگوش و خرس قطبی به راحتی روی برف‌ها راه می‌روند؟

## بیابان گرد نمونه

شتر حیوان بیابان‌گردی است که به علت شکل خاص بدنش، به راحتی در بیابان زندگی می‌کند. علاوه بر داشتن کوهان و تحمل تشنگی، پای شتر آن‌چنان آفریده شده است که مناسب راه رفتن روی شن است. وزن شتر روی سطح بزرگ و پهن کف پاهایش تقسیم می‌شود و از فرورفتن آن در شن جلوگیری می‌کند.

پشم و کرک کف پای گربه شنی و روباه شنی نیز مانع از فرورفتن آن‌ها در شن و ماسه بیابان و سوختن کف پایشان بر روی شن‌های داغ می‌شود.



## ماشین بیابان

دانشمندان با مطالعه دقیق، نسبت سنگینی شتر به سطح کف پایش را به دست آورده‌اند و با توجه به آن نوعی لاستیک پهن و سبک برای ماشین‌های بیابانی ساخته‌اند که نسبت وزن خودرو با پهناهای لاستیک به همان نسبت وزن شتر با پهناهای کف پای آن است.





### قرآن، دانش نامه الهی

خداوند در قرآن به شگفتی خلقت شتر اشاره کرده است: « آیا مردم در خلقت شتر نمی نگرند که چه گونه خلق شده است؟ و در آسمان نظر نمی کنند که چگونه برافراشته شده؟ و به کوه ها نمی نگرند که چه طور بر روی زمین محکم نصب شده اند؟ » [عاشیه، ۱۹ تا ۱۷]

محل اتصال کوه ها به زمین نیز بسیار پهن تر از قله آن ها است و به همین دلیل محکم روی زمین قرار گرفته اند. خداوند با مقایسه آفرینش کوه ها و شتر، به شکل پاهای شتر و راه رفتن او روی زمین اشاره می کند. اگر پاهای شتر پهن نبود، موقع راه رفتن در شن فرو می رفت و نمی توانست راحت راه برود.

### راه رفتن در گل

پای پرندگان برای حرکت روی انواع سطوح، شکل های مختلفی دارد که به شرایط محیط زیست آن ها ارتباط دارد. برخی پرندگان مانند حواصیل در کنار آب ها زندگی می کنند. آن ها بیشتر زندگی خود را روی باتلاق ها می گذرانند. از این رو دارای پاهایی بلند با انگشتانی باریک اند که این انگشتان فاصله زیادی از هم دارند. حواصیل به کمک آن ها وزن خود را بر سطح نسبتاً گسترده ای توزیع می کند تا در گل ولای فرو نرود.

### اسکی با کفش پشمی

مسابقات اسکی روی برف را که دیده اید، کفش های پهن و بزرگ اسکی وزن بدن را در سطح وسیعی پخش می کنند و از فرورفتن انسان در برف جلوگیری می کنند. جانوران ساکن مناطق برفی و سردسیر خودشان کفش مخصوص زمستانی دارند.

کف پای خرگوش و خرس قطبی تشک نرمی از پشم و کرک دارد. این پشم ها و کرک ها سطح اتکای بدن را روی برف افزایش می دهد و به همین دلیل از سُرخوردن و فرورفتن حیوان در برف جلوگیری می کند.

### پای شنا

پوست نازک میان انگشتان پای قورباغه، سبب شده تا پای هایی پهن و پرده مانندی داشته باشد و به کمک آن ها بتواند بدون فرورفتن، روی برگ های گیاهان شناور در آب یا گل و لای اطراف آب ها بنشیند. این پاها برای شنا کردن هم بسیار مناسب است. محققان با دقت در پای قورباغه توانسته اند کفش های غواصی را درست کنند.



پاهای لاک پشت دریایی شبیه باله است. به کمک آن ها می تواند به راحتی مسافت های طولانی را شنا کند و ماسه کنار ساحل را بکند.

اندام های جانوران به خوبی با شرایط محیط زیستشان سازگار هستند. این از شگفتی های طبیعت است. انسان ها می توانند با مطالعه و آگاهی از این اسرار شگفت انگیز و بسیار دقیق از آن ها در زندگی خودشان استفاده کنند.





# محیط دایره

سید امیر سادات موسوی  
تصویرگر: میثم برزا



تو که فقط داشتی  
هندونه می خوردی! از  
چی خسته شدی!؟

خُب دیگه، بریم خونه.  
خیلی خسته شدیم.



بچه‌ها! می‌دونید وقتی  
این توپ یک دور  
می‌چرخه چه قدر روی  
زمین جا به جا می‌شه؟



وقتی به دور می‌چرخه، باید به اندازه  
محیطش روی زمین جا جا بشه! محیط  
دایره هم که می‌شه: دو ضرب در عدد پی  
ضرب در شعاع







یعنی محیط همه دایره‌ها ۳/۱۴ برابر قطر شونه؟

عدد پی با مقدار تقریبی ۳/۱۴، برابر است با نسبت محیط دایره به قطر آن.

عدد پی دیگه چیه؟

بله! البته این عدد تقریبیه. بیاید یه نگاهی کنیم به تاریخ محاسبه این عدد.



در دوره‌های تاریخی مختلف، دانشمندان سعی می‌کردن که نسبت محیط دایره به قطر اون رو حساب کنن.

 <p>بطلمیوس ۲۲ قرن پیش <math>\pi \approx 3/1416</math></p>	 <p>ارشمیدس ۲۳ قرن پیش <math>\pi \approx 3/14</math></p>	 <p>مصریان باستان ۳۹ قرن پیش <math>\pi \approx 3/16</math></p>
 <p>غیاث‌الدین جمشید کاشانی ۵ قرن پیش <math>\pi \approx 3/1415926535897932</math></p>	 <p>خوارزمی ۱۱ قرن پیش <math>\pi \approx 3/1614</math></p>	 <p>براهماگوپتا (ریاضی‌دان هندی) ۱۳ قرن پیش <math>\pi \approx 3/16 = \sqrt{10}</math></p>



ستایش مفصوم فدایی است که از نسبت قطر به محیط دایره آگاه است و اندازه همه چیز را می‌داند. و درود و سلام بر معمر مصطفی که مرکز دایره رسالت و محیط قطرهای راهنمایی و دادرگری است و هم‌پنین پر فائنان و یاران پاک او بار.

## رساله محیطیه

غیاث‌الدین جمشید کاشانی  
۸۲۷ هجری قمری

غیاث‌الدین جمشید کاشانی کتابی داره به نام «رساله محیطیه»



توی این کتاب، او نسبت محیط دایره به قطر آن (یعنی عدد پی) رو با ۱۶ رقم اعشار حساب کرده!





کاشانی توی این کتاب با استفاده از دوتا چندضلعی منتظم که یکی رو داخل دایره و یکی رو بیرون اون قرار داده، محیط دایره رو به دست آورده است. هرچی تعداد ضلع‌های این چندضلعی‌ها بیشتر باشه، محیط اون‌ها به محیط دایره نزدیک‌تر می‌شه و بهتر می‌تونیم محیط دایره رو محاسبه کنیم



کاربردهای زیادی دارد. مثلاً برای پیش بینی خورشید گرفتگی یا ماه گرفتگی یا نوشتن یک تقویم دقیق.



به دست آوردن عدد پی با این همه دقت به چه دردی می‌خوره؟



تعداد ضلع‌های این چندضلعی منتظم که شما از اون استفاده کردید، چندانست؟

۸۰۵۳۰۶۳۶۸

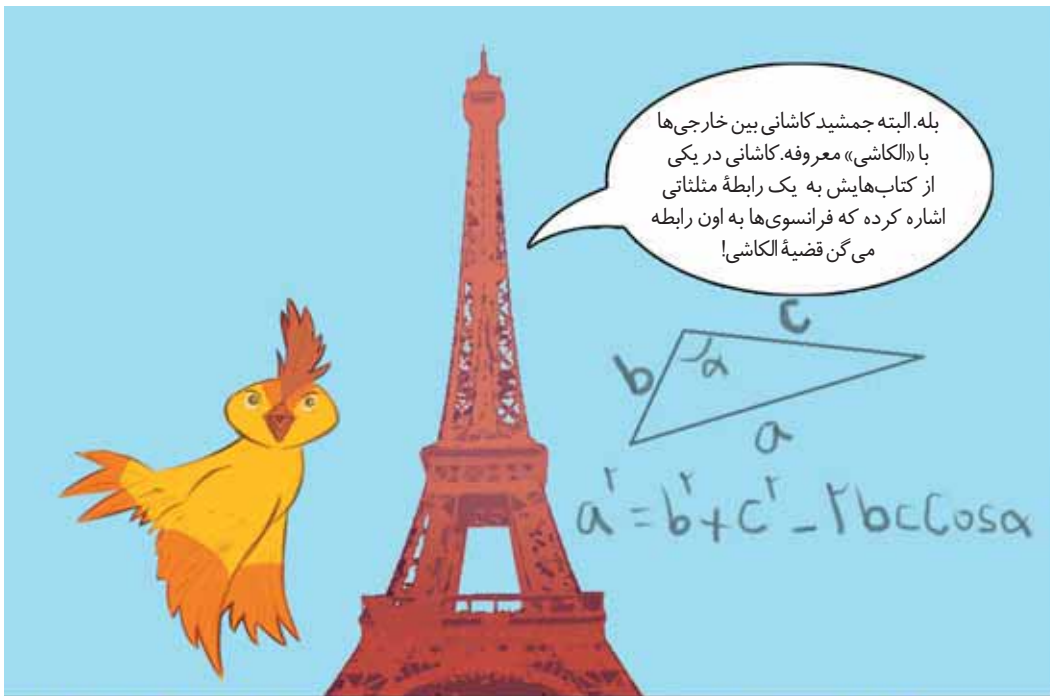


همون‌طور که گفتیم، کاشانی عدد پی رو با شانزده رقم اعشار به دست آورده. این محاسبه تا دویست سال بعد از کاشانی هم کاملاً بدون رقیب باقی مونده بود.



در واقع با این مقداری که من به دست آورده‌ام، می‌تونم محیط دایره‌ای که شعاع آن ۶۰۰ برابر زمین است را با دقتی به اندازه یک تار موی اسب اندازه گرفت.





بله. البته جمشید کاشانی بین خارجی‌ها با «الکاشی» معروفه. کاشانی در یکی از کتاب‌هایش به یک رابطهٔ مثلثاتی اشاره کرده که فرانسوی‌ها به اون رابطه می‌گن قضیهٔ الکاشی!

$$a' = b' + c' - 2bc \cos \alpha$$



با این حساب، کاشانی باید ریاضی‌دان مشهوری باشه.



بچه‌ها! بریم هندونه بخریم!



جالیه بدونید استفاده از کسرهای اعشاری هم از نوآوری‌های کاشانی بوده



منظورم این بود که هندونه بخریم و محیطش رو محاسبه کنیم!



بهترین منبع کلسیم و پروتئین، شیر، پنیر، ماست و غذاهای دریایی به‌ویژه ماهی است. کلسیم یکی از اجزای سازنده استخوان است و در غذای هر فرد بالغ، باید حداقل روزی ۱۰۰۰ تا ۱۲۰۰ میلی‌گرم کلسیم باشد. البته این مقدار برای افراد مسن و بچه‌ها کمی بیشتر است. پوکی استخوان یکی از عوارض مهم کمبود کلسیم در بدن است که می‌توان با مصرف فرآورده‌های لبنی مانند شیر، ماست، کشک و پنیر تا حد زیادی از آن پیشگیری کرد.

است و هشت گرم چربی اشباع دارد که بالاترین حد مجاز است. در این صورت شما باید منابع دیگر چربی اشباع مثل گوشت قرمز، گوشت مرغ، تخم‌مرغ، کره و روغن‌نباتی جامد را کاهش دهید.

#### برای سلامت قلبتان، شیر بخورید

مژده به آن‌هایی که شیر و پنیرشان هرگز ترک نمی‌شود. محققان متوجه شده‌اند این افراد نسبت به سایرین، کمتر دچار سکتة قلبی می‌شوند.

#### توصیه‌تلاپی

مصرف روزانه نیم لیتر (دو لیوان) شیر، نیمی از نیاز افراد بالغ به پروتئین و تمام نیاز آن‌ها به کلسیم را برآورده می‌کند. از این رو بودن شیر و سایر لبنیات در سبد غذایی روزانه افراد سالم اهمیت فراوانی دارد. البته در صورت بیماری و حساسیت حتما باید طبق دستور پزشکتان عمل کنید.

#### شیر پرچرب یا کم چرب

یک برنامه‌ غذایی صحیح و مناسب باید دارای مقدار کمی کلسترول و چربی اشباع باشد. چهار لیوان شیر پرچرب ۱۵۰ میلی‌گرم کلسترول دارد که نصف مقدار دریافتی مجاز روزانه

# شیر بهترین نوشیدنی

محمدعلی قربانی

۱۸

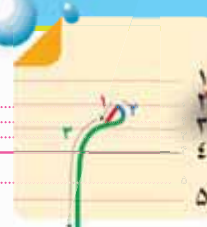
غذایان



خوش‌نویسی با خودکار برای آن‌هایی که می‌خواهند با خط خرچنگ و قورباغه خداحافظی کنند. ادامه شماره قبل

سر مشق‌ها!

م







### شیر را بیش از حد نجوشانید

جوشاندن شیر به مدت طولانی ارزش غذایی آن را تا حد زیادی کاهش می‌دهد. همچنین لایه‌ای از شیر به ته ظرف می‌چسبد که غالباً هدر می‌رود.

### ماهی شیرخوار

تعجب نکنید، این ماهی‌ها از طایفه ماهی‌های قرمز سفره هفت‌سین هستند که با خوردن شیر این‌قدر رشد کرده‌اند و عمر آن‌ها نیز افزایش یافته است.



منابع:

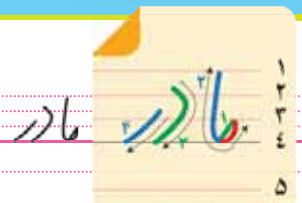
۱- ارزش غذایی و فرآورده‌های آن، فرهاد فرهنگی و فراتک آذین، نشر اسرار دانش  
۲- moc.klim-knird.www  
۳- moc.klimyhw.www

### درباره لبنیات به این نکات توجه کنید.

- از خریدن شیر خام (غیر پاستوریزه) در حد ممکن خودداری کنید. قبل از مصرف شیر غیر پاستوریزه باید آن را ده دقیقه جوشانند.
- شیر غیر پاستوریزه را به هیچ‌وجه قبل از جوشاندن در یخچال نگذارید.
- ظروف مورد استفاده برای شیر غیر پاستوریزه پس از مصرف، باید با آب و مایع ظرف‌شویی شسته شوند.
- گاهی به شیر فاسد جوش شیرین می‌زنند تا دل‌مه نبندد؛ بنابراین شیر را از مغازه‌های معتبر بخرید.
- شیر پاستوریزه بعد از خرید، باید حتما در یخچال و در دمای صفر تا چهار درجه سانتی‌گراد، برای مدت حداکثر ۴۸ ساعت نگهداری شود. از نگهداری شیر پاستوریزه در خارج از یخچال باید خودداری کرد.
- اگر شیر پاستوریزه بیشتر از ۴۸ ساعت در یخچال باقی بماند و علائم فساد در آن مشاهده نشود، قبل از مصرف حداقل یک دقیقه بجوشانید.

### شیر کاکائو

شاید برسید اضافه کردن پودر کاکائو به شیر، جذب کلسیم شیر را کاهش می‌دهد یا خیر؟ کاکائوی موجود در شیر کاکائو جذب کلسیم شیر را چندان کاهش نمی‌دهد. البته کاکائو دارای ماده‌ای به نام «اگزالات» است که با کلسیم شیر ترکیب و فقط مانع جذب بخش ناچیزی از آن می‌شود. کودکان و نوجوانان باید به مقدار کافی کلسیم دریافت کنند تا بتوانند رشد قوی و استخوان‌های سالم و محکمی داشته باشند. بنابراین بهتر است از شیر غافل نشوید، حتی اگر همراه با کاکائو باشد.



**TEACHER:** How nice that you have your new glasses. Now you'll be able to read everything.

**PUPIL:** You mean, I don't have to come to school anymore?

**TEACHER:** How many letters are there in the alphabet?

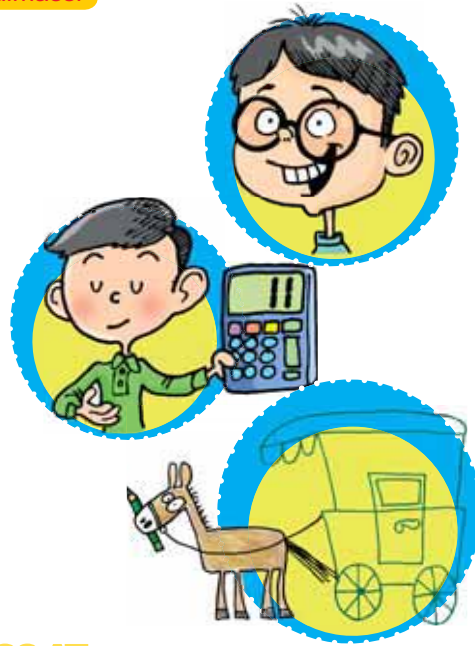
**PUPIL:** Eleven.

**TEACHER:** Eleven!

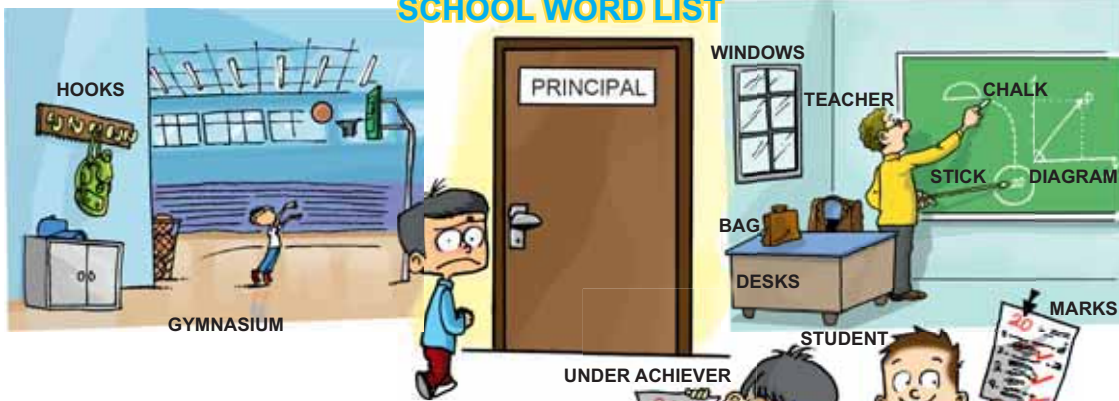
**PUPIL:** T H E A L P H A B E T = 11 !

**Art teacher:** Reza, I told the class to draw a horse and cart, but you have only drawn a horse!

**Reza:** Yes sir, the horse will draw the cart!



## ALPHABETIC THINGS AT SCHOOL WORD LIST

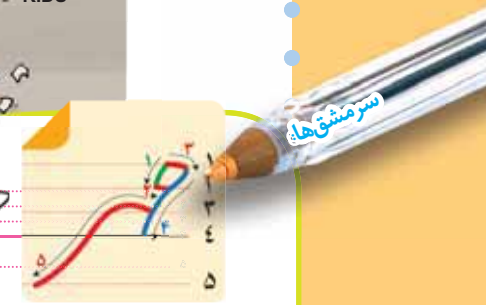


### Alphabetic Things at School Word Search

K Q U E S T I O N S H D E R R  
 T L I N T E L L I G E N C E R  
 E E A O F F I C E S I S S V A  
 A L P H A B E T K F U A N E K  
 C J H P C O K S E V R W H I A  
 H T J O S S T U D E N T D H B  
 E Z A L O L A C K N A S N C K  
 R I N Y S K R A M N D W H A C  
 I P I X T E S W O D N I W R I  
 S L T A R N D R E I D A L E T  
 K O O B E T O N G A L O V D S  
 O C R E D P L A Y G R O U N D  
 O B R A P S L U N R B U R U R  
 B A N E E F D Y R A R B I L A  
 Z G Y M N A S I U M E B R A Y



جوان  
 ۲۰  
 ۱۳۹۷







# بخشش پیامبر

محمود پوروهاب  
تصویر گر: وحید خانی

همه با تعجب به هم نگاه کردند. از هر سو زمزمه‌ای برخاست:  
«مجازات پیامبر؟!»  
کسی باورش نمی‌شد.

پیامبر (ص) یک نفر را صدا زد و گفت: «برو از خانه دخترم فاطمه  
عصایم را بیاور.»

او رفت و فوری عصا را آورد. پیامبر (ص) گفت: «ای سواده! نزدیک بیا!»  
سواده نزدیک پیامبر (ص) رفت. مردم از دست او بسیار خشمگین  
بودند؛ چون می‌خواست با همان عصا پیامبر (ص) را قصاص کند.  
سواده عصای او را گرفت و گفت: «ای رسول خدا می‌شود لباس‌تان  
را کمی بالا بزنید؟»

پیامبر (ص) لباسش را بالا زد. مردم زاری کُنان مُشت بر زانوی خود  
می‌زدند. آنان تحمل دیدن چنان صحنه‌ای را نداشتند. ناگاه، او به  
از انتظار همه، سواده خم شد و بر پای پیامبر (ص) بوسه زد. او به  
پیامبر (ص) خیلی علاقه داشت و می‌خواست در آخرین روزهای  
زندگی پیامبر (ص) آن حضرت را در آغوش بگیرد و محبتش را  
نشان دهد. پیامبر (ص) او را بلند کرد و گفت: «ای سواده مجازاتم  
می‌کنی یا مرا می‌بخشی!»

سواده با چشمان اشک‌بار گفت: «ای رسول خدا! پدر و مادرم فدایت،  
شما را می‌بخشم.»

پیامبر (ص) دست‌هایش را بلند کرد و گفت: «خداوندا، سواده را  
بخش! همان‌گونه که او پیامبرت را بخشید.»

مسجد پر از جمعیت بود. پیامبر (ص) از راه رسید. چهره‌اش نشان  
از بیماری سخت داشت. همه با دیدنش از جا برخاستند و سلام  
کردند. لبخند کم‌رنگی بر لبان پیامبر نشست. سلام کرد و بالای  
منبر رفت و آرام شروع کرد به سخن گفتن. این‌بار حرف‌هایش بوی  
غریبی می‌داد، بوی جدایی و خداحافظی. فرمود: «ای مردم، برای  
شما چگونه پیامبری بودم؟ آیا همراه شما نجات‌بخشیم؟ دندان‌هایم در  
جنگ نشکست. سنگ به پیشانی‌ام نخورد؟ گرسنگی نکشیدم؟ و...»  
مردم با آه و اشک گفتند: «چرا ای رسول خدا، شما مقاومت کردید  
و جلوی کارهای ناپسند را گرفتید. خدا به شما پاداش نیک دهد.»  
پیامبر (ص) گفت: «ای مردم! خداوند قسم یاد کرده که هیچ ظالمی  
را نبخشد. شما را به خدا، هر کس حقی بر گردن من دارد، برخیزد  
و مرا مجازات کند؛ زیرا مجازات در این دنیا برایم بهتر از مجازات  
در آن دنیاست.»

صدای گریه مردم بلند شد. ناگاه پیرمردی به نام «سواده» از میان  
جمعیت برخاست و گفت: «ای رسول خدا! وقتی شما از سفر طائف  
باز می‌گشتید، من هم مثل خیلی‌ها به پیشوازان آمدم. شما بر شتر  
سوار بودید، وقتی می‌خواستید شتر را هی کنید، عصایتان به شکم  
من خورد، بسیار دردم آمد. اکنون می‌خواهم...»





ترجمه: مجید عمیق  
تصویرگر: سعید نوروزی

اشاره

ریچارد رایت (۱۹۶۰ - ۱۹۰۸)، نویسنده آمریکایی آفریقایی تبار بود که در این داستان گوشه‌ای از خاطرات کودکی خویش را نقل کرده است. او در خانواده‌ای فقیر و زمانی به دنیا آمد که نابرابری‌های طبقاتی و تبعیض نژادی در جامعه آمریکا بیداد می‌کرد. آثار ریچارد رایت زبان گویای ستم‌دیدگانی بود که در اوج بی‌عدالتی سرمایه‌داری آمریکا دست و پا می‌زدند.

یک روز بعد از ظهر، بالحنی گلایه آمیز به مادرم گفتم: «مادر گرسنه‌ام.»  
- اگر گرسنه‌ای بلند شو یک کوفتی پیدا کن بخور.

- کوفت چیه؟

- چیز بست که وقتی بچه‌ها گرسنه‌شان می‌شود، می‌خورند.

- مزه‌اش چه‌طور است؟

- نمی‌دانم.

- اما من گرسنه‌ام!

مادر لحظه‌ای دست از اتو زدن لباس‌ها کشید و با چشم‌هایی اشک‌آلود به من نگاه کرد و پرسید: «پدرت کجاست؟»

من هاج و واج نگاهش کردم. هرگز فکر نکرده بودم که نبودنش در خانه مساوی با نبود غذا خواهد بود.

مادرم گفت: «باید صبر کنی تا من کاری برای خودم دست و پا کنم.» سرانجام به عنوان آشپز جایی مشغول کار شد. وقتی غروب، خسته و داغون به خانه برمی‌گشت، می‌زد زیر گریه و های های می‌گریست. بعضی وقت‌ها ساعت‌ها از نبود پدر حرف

می‌زد و می‌گفت باید یاد بگیریم روی پاهای خود بایستیم و در غیاب او از خانه مراقبت کنیم. خبر نداشتیم چه مسئله‌ای بین پدر و مادرمان روی داده بود.

یک روز عصر مادرم گفت: «از حالا به بعد کار خرید خانه را باید تو انجام بدهی.» مرا به مغازه‌ای برد که در گوشه‌ای خلوت قرار داشت و نحوه خرید را یاد داد. به خودم بالیدم و احساس کردم که دیگر بزرگ شده‌ام. بعد از ظهر فردای آن روز، زنبیل را برداشتم و از مسیر پیاده‌رو به سمت مغازه راه افتادم. در راه چند پسر شرور زنبیل را از دستم قاپدند و پولم را دزدیدند و من گریه‌کنان به خانه برگشتم. آن روز عصر به مادرم گفتم که چه اتفاقی افتاده است، هیچ حرفی نزد و فوری نشست و روی تکه کاغذ دیگری چیزهایی را که لازم بود بخرم، یادداشت کرد و مقداری پول داد و دوباره راهی مغازه‌ام کرد. با ترس و لرز از پله‌ها پایین رفتم و دوباره همان پسر بچه‌های شرور را دیدم که در خیابان سرگرم بازی بودند. دوان دوان به خانه برگشتم.

مادرم پرسید: «موضوع چیه؟»

- همان بچه‌ها آن‌جا ایستاده‌اند.

- تو باید بروی و از آن مغازه خرید کنی. زود باش، راه بیفت. اما می‌ترسم.

- راحت را بگیر و برو و به آن‌ها محل نگذار.

از در بیرون آمدم و دوباره از مسیر پیاده‌رو و با قوت قلب بیشتری سمت مغازه را در پیش گرفتم. ته دلم دعا می‌کردم



کاش آن پسر بچه‌ها سد راهم نشوند. اما وقتی مقابل آن‌ها رسیدم، یکی فریاد زد: «هی خودشه».

آن‌ها یک راست به سمت من آمدند و من دوان‌دوان سمت خانه را در پیش گرفتم. دنبالم کردند و من را زمین زدند و با مشت و لگد به جانم افتادند.

فریاد می‌زدم و ناله می‌کردم. سرانجام توانستند پول را از دستم بگیرند. بعد مرا بلند کردند و چند سیلی توی گوشم زدند و گریان راهی خانه‌ام کردند. مادر دم در منتظر بود.

هق‌هق کنان گفتم: «آن‌ها ... آن‌ها من را زدند و پو ... پولم را از دستم گرفتند».

از پله‌ها بالا رفتم تا به خانه پناه ببرم؛ جایی که احساس امنیت می‌کردم.

مادرم هشدار داد: «حق‌نداری پایت را توی خانه بگذاری».

در مسیر پله‌ها خشکم زد و به او خیره شدم.

اما آن‌ها دنبالم هستند.

تو همین جایی که هستی می‌مانی. من امشب به تو یاد می‌دهم که چه‌طور رو در روی آن‌ها بایستی و از حقت دفاع کنی.

مادرم داخل خانه رفت و من در راه‌پله‌ها منتظر شدم. وحشت‌زده بودم و نمی‌دانستم که مادرم می‌خواهد چه کار بکند. خیلی زود او با مقداری پول و یادداشت خرید برگشت و یک چوب‌دستی بلند به من داد و گفت:

این پول، این هم فهرست چیزهایی که باید از مغازه بخری، این هم چوب‌دستی. برو مغازه و این چیزها را بخر. اگر آن پسر بچه‌ها سر راهت سبز شدند و تو را اذیت کردند، آن وقت با آن‌ها مقابله کن.

از شنیدن این حرف‌ها مات و مبهوت شدم. تا به آن روز مادرم همیشه به من نصیحت کرده بود که هرگز با کسی دعوا نکنم، کاری که خودش هم از آن دوری کرده بود.

جواب دادم: «اما می‌ترسم».

تا زمانی که چیزهایی را که برایت یادداشت کرده‌ام نخری، حق آمدن به خانه را نداری.

گفتم: آن‌ها کتکم می‌زنند، آن‌ها کتکم می‌زنند.

سپس هراسان و با عجله از راه‌پله‌ها بالا دویدم و سعی کردم راهی باز کنم و هرطور شده از کنار مادرم رد شوم و خودم را به خانه برسانم. ناگهان سیلی محکمی بر صورتم فرود آمد. لحظاتی بعد گریان و تنها در پیاده‌رو بودم.

به مادرم التماس کردم و گفتم: «اجازه بده به خانه بیایم. تا فردا به من مهلت بده».

نه همین حالا برو. اگر دست خالی برگردی و چیزهایی را که گفته‌ام نخبرده باشی، با کمر بند به جانت می‌افتم.

در را بست و صدای کلید را که در قفل در چرخید شنیدم. از ترس سر تا پای بدنم می‌لرزید. در آن تاریکی شب، در

خیابان‌های پر آشوب و خشن و پسر بچه‌های شروری که دنبالم می‌کردند و کتکم می‌زدند احساس تنهایی می‌کردم.

یک راه بیشتر نداشتیم؛ این که در خانه کتک می‌خوردم یا به خانه بر نمی‌گشتم. در حالی که محکم به چوب‌دستی چنگ

زده بودم، اشک از چشم‌هایم سرازیر شد و سعی کردم برای رهایی از این سرگردانی راه چاره‌ای پیدا کنم. اگر در خانه

کتک می‌خوردم، مطمئناً کاری از دستم ساخته نبود. اما اگر در خیابان کتک می‌خوردم، شانس جنگیدن و دفاع کردن از

خود را داشتم. آهسته از پیاده‌رو راهی مغازه شدم. رفته رفته به آن پسر بچه‌ها نزدیک و نزدیک‌تر می‌شدم. چوب‌دستی را

در دستم می‌فشردم. ترس سر تا پای وجودم را فرا گرفته بود و به سختی می‌توانستم نفس بکشم. حالا دیگر در چند قدمی

آن‌ها بودم.

دوباره آن پسر بچه‌ها یک‌صدا فریاد زدند: «هی دوباره سرو کله‌اش پیدا شد».

دورم حلقه زدند و سعی کردند دستم را بگیرند.

تهدیدشان کردم و گفتم: «اگر جلو بیایید حقتان را کف دستتان می‌گذارم».

حلقه محاصره را تنگ‌تر کردند. ناخودآگاه چوب‌دستی را بالای سرم چرخاندم و در این لحظه احساس کردم ضربه

چوب‌دستی من به یکی از آن‌ها خورد. دوباره چوب‌دستی را بالای سرم چرخاندم و این بار یکی دیگر روی زمین افتاد.

اگر لحظه‌ای غفلت می‌کردم، آن‌ها به سوی من حمله‌ور می‌شدند و انتقام می‌گرفتند. هم‌چنان چوب‌دستی را بالای

سرم می‌چرخاندم و هر که را نزدیک می‌شد با ضربه‌ای نقش زمین می‌کردم تا توان برخاستن و حمله مجدد را نداشته باشد.

در حالی که اشک در چشم‌هایم حلقه زده بود، با تمام نیرو با آن‌ها می‌جنگیدم، ترسی که بر من مستولی شده بود به من

نیرو می‌داد تا با تمام نیرو ضربات چوب‌دستی را بر سر و روی آن‌ها فرود بیاورم. یادداشت خرید و پول را روی زمین

پرت کردم. آن پسر بچه‌های شرور در حالی که از درد ناله می‌کردند، پراکنده شدند و مات و مبهوت به من

خیره شدند.

نفس نفس زنان سرشان داد می‌زد و

از آن‌ها می‌خواستم نزدیک‌تر بیایند و باز با

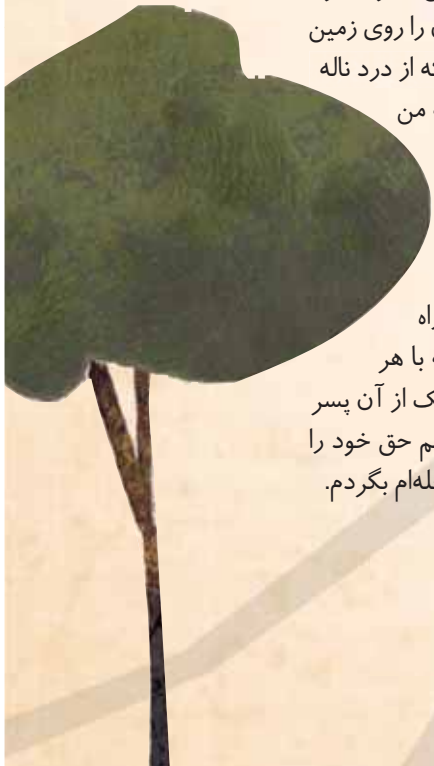
هم بکنیم. وقتی جرئت نکردند جلو بیایند

تا دم در خانه‌هایشان دنبالشان کردم. در راه

باز گشت به خانه چوب‌دستی‌ام را برای مقابله با هر

خطر احتمالی آماده نگاه داشته بودم. اما هیچ‌یک از آن پسر بچه‌های شرور آفتابی نشدند. آن شب توانستم حق خود را

از زورگویان شرور بستانم و در خیابان‌های محله‌ام بگردم.





# چیرفت

تاریخی‌تر از سومر

زهرة کریمی



**جام خفاجه**  
که از روی آن مجسمه ای در یکی از میداین شهر ساخته شده و نماد تمدن ریشه دار این شهر است.



**مقبره میرحیدر**  
در منطقه اسفندقه، مقبره یکی از نوادگان ابوسعید ابوالخیر مربوط به دوره صفویه است.



۲۴  
نوجوان  
پس  
۱۳۹۰

خاز



سر مشق‌ها





**صنایع دستی**  
فرش گل سرخ اسفندقه و  
کشک دان نمونه هایی از  
صنایع دستی جیرفت



جیرفت یکی از شهرهای حاصل خیز استان کرمان است که از دو کلمه جیر به معنی (پست و پایین) و اُفت (افتاده) تشکیل شده؛ یعنی **جلگه پست آبرفتی**. همان طور که رود نیل باعث به وجود آمدن تمدنی در مصر شد، وجود هلیل رود در جیرفت باعث شکل گیری تمدن با شکوهی در حدود هفت هزار سال پیش شد. به اعتقاد باستان شناسان جیرفت قدیم نامش شهر دقیانوس بوده که بر اثر سیل نابود شده و شهر فعلی در نزدیکی شهر قدیم شکل گرفته است.

مدت ها باستان شناسان فکر می کردند جام استوانه ای شکل که به جام خفاجه معروف است مربوط به سومری هاست و نشان می دهد که قدیمی ترین تمدن جهان در بین النهرین عراق شکل گرفته است، اما کشف تعداد زیادی از این جام ها با قدمت بیش از پنج هزار سال در زیگورات (معبد) اطراف جیرفت نشان می دهد که تمدن جیرفت قدیمی تر است. جیرفت آب و هوایی متنوع دارد و شامل سه نوع آب و هوای گرم، سرد و معتدل است، طوری که محصولات گوناگونی در این منطقه به دست می آید؛ از قبیل خرما، صیفی جات و مرکبات.

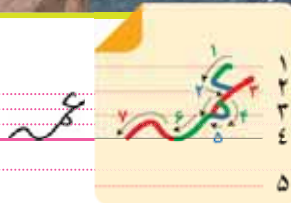
۲۵

نوجوان  
پارس ۱۳۹۴

**تپه گنار صندل**  
این بنای ۳ هزار ساله  
احتمالاً یک ارگ حکومتی  
بوده و آثار سفالی زیادی با  
تصویرهای حیوانات از آن  
بدست آمده است.

**مرغ جیرفتی (کمنزیل)**  
پرنده ای به طول حدود ۳۰  
سانتی متر است که در مزارع  
و بوته زارها زندگی می کند

با تشکر از آقای محمود موحدی نژاد  
نماینده توزیع مجلات رشد در جیرفت که ما  
را در تهیه این مطلب یاری کرده اند.



## در باران

صدای بارون می‌رسه  
چک و چک و چک  
چیک و چیک و چیک  
لباسامو تن می‌کنم  
تازه به تازه  
شیک و پیک  
می‌رم حیاط  
صدای آب  
شالاپ  
شالاپ  
شالاپ  
شالاپ  
توی حیاط  
روی طناب  
لباسامون خیسه از آب  
گر به سیاه‌پشمالو  
می‌گه  
میو  
میو  
ماهی به بجه‌هاش می‌گه  
اومد لولو  
لولو  
لولو  
نسیم خانم سر می‌رسه  
ابرا رو جارو می‌کنه  
آسمون آبی و صاف  
خورشیدو باز رو می‌کنه!

شب‌نم تقی‌زاده / تهران

## مرگ آواز

وقتی مترسک  
پای تنهایی پرنده نشست،  
پرنده، دلتنگی‌اش را  
در گلوی زخمی سازش گشت  
از آن پس  
گوشمان را  
سپردیم به  
صدای قار قار کلاغ‌ها!

سعیده شبستری راد ۱۴ ساله / تهران

## پشت سر کلاغ‌ها چه می‌گویند؟

کلاغ گفت: «هی روباه! یادت هست مرا گول زدی و پنیرم را از چنگم در آوردی؟»  
روباه که کمی عصبانی به نظر می‌رسید، گفت: «هیس... چیزی نگوا!»  
کلاغ گفت: «من دارم با زبان خوش با تو حرف می‌زنم. آن وقت تو به من می‌گویی چیزی نگو؟! معلوم است که هنوز همان روباه گول‌زنی و فرقی نکرده‌ای!»  
روباه ناگهان خیز برداشت و به‌سوی کلاغ پرید. کلاغ که فکر می‌کرد روباه قصد شکار او را دارد، سریع بال زد و رفت روی شاخه درخت، اما روباه روی خرگوشی که پشت کلاغ بود، فرود آمده بود؛ خرگوشی که ترسیده بود و می‌خواست فرار کند.  
کلاغ از همان بالا گفت: «آفرین، آفرین، ولی من دیگر گول تو را نمی‌خورم!»  
روباه که پنجه‌اش را روی گردن خرگوش گذاشته بود، گفت: «بینم کلاغ! حرف‌هایی که درباره‌ی تو می‌زنند، واقعیت دارد؟»  
- مگر چه می‌گویند؟  
- نمی‌توانم بگویم. این یک راز است.

کلاغ که کنج‌کاوی‌اش بیشتر شده بود، گفت: «خب، حالا بگو دیگر! قول می‌دهم به کسی چیزی نگویم.»  
روباه گفت: «خب، پس بیا پایین که در گوشت بگویم.»  
کلاغ که هنوز مردد بود، کمی پایین آمد و با فاصله از روباه روی شاخه دیگری نشست. روباه گفت: «بیا جلوتر! ترس! مگر نمی‌بینی من خرگوش شکار کرده‌ام و دیگر نیازی به تو ندارم؟»

با این حرف کلاغ پایین‌تر آمد و جلوی روباه روی زمین نشست. روباه گفت: «حالا گوشت را بیاور جلو تا بگویم.»

همین که کلاغ سرش را کمی به جلو خم کرد، روباه با یک حرکت سریع دست، گردنش را گرفت و گفت: «می‌گویند: کلاغ‌ها فقط حرف می‌زنند و همین پر حرفی و فضولی همیشه کار دستشان می‌دهد.»

سیده زهرا صالحی ۱۲ ساله / تهران





# نمکدان

## جمله‌سازی خیابانی

پلیس راننده‌ای را که با سرعت غیرمجاز در خیابان رانندگی می‌کرد، متوقف کرد و گفت: «کارت بیمه، گواهی‌نامه، کارت ماشین»  
راننده گفت: «آهان! باید با این‌ها جمله بسازم؟!»  
سمیرا بهاری / روستای جویند شهرستان ابهر

## شیر یا خط یا درس؟

حوصله دو پسر تنبل، سر رفته بود.  
یکی از آن‌ها گفت: «بیا شیر یا خط بیندازیم؛ اگر شیر آمد، می‌رویم دوچرخه‌سواری. اگر هم خط آمد می‌رویم فوتبال.»  
آن یکی گفت: «موافقم! اگر هم سکه روی لبه‌اش ایستاد، می‌رویم درس می‌خوانیم!»

شیواعباسی / قم

## موضوع صحبت

در مهمانی دونفر کنار هم نشسته بودند و با هم حرف نمی‌زدند.  
بعد از یک ساعت، یکی از آن‌ها به آن یکی گفت: «ببین، پیشنهاد می‌کنم حالا درباره موضوع دیگری با هم سکوت کنیم!»  
عاطفه صحرايي / تهران

## برای خواب راحت‌تر

از دیوانه‌ای پرسیدند: «چرا با جوراب خوابیدی؟»  
گفت: «احساس می‌کنم این جوراب راحت‌تر می‌خوابم.»  
پرسیدند: «منظورت چیست؟ چه طور؟»  
جواب داد: «آخر دیشب با کفش خوابیدم، خوابم نبرد!»  
فاطمه عینی اخلاص

## جسم شفاف

معلم: «امیر جسم شفاف چیست؟»  
امیر: «جسم شفاف به چیزایی میگن که از یه طرف اون طرف دیگش معلوم باشه.»  
معلم: «آفرین. حالا یه مثال بزن.»  
امیر: «مثل نردبان»

نوید سمیعی زنوزیان / تبریز



تصویرگر: معصومه شیری

۲۷  
نوجوان  
پهن ۱۳۹۰

## زیر ذره بین

### ضمانت آهو

با نگاهی غمگین  
به تیغ صیاد  
جان سپرده بود  
آهو با داد و ناله  
ضامنش را صدا زد  
درد خود را به او گفت  
دوایش را از او خواست  
و فرمان خداوند  
ضمانت آهو بود  
یا ضامن آهو!  
محدثه کندزی ۱۱ ساله / تهران

شعر «ضمانت آهو» شبیه شعرهای سروده شده در قالب‌های کلاسیک نیست. منظوم شعرهایی است که همه ما در دیوان بیشتر شاعران معروف و غیر معروف یا در کتاب‌های درسی خوانده‌ایم؛ یعنی این شعر نه از وزن عروضی بهره‌ای برده و نه قافیه و ردیف در آن دیده می‌شود.

وزن عروضی و نیز قافیه و ردیف پایه‌های اصلی قالب‌های کلاسیک شعری به حساب می‌آیند؛ بنابراین وقتی این پایه‌ها را از ساختمان شعر حذف می‌کنی، باید چیزی جایگزینش کنی که خانه شعرت هم چنان استوار و پایرجا بماند. به نظر نمی‌رسد در این شعر چنین اتفاقی افتاده باشد و به همین دلیل سطرهای تو خیلی شبیه نثر یا حرف‌های خودمانی شده‌اند که البته در جای خود خوب و بارز است، اما اگر با دید «شعر» به آن‌ها بنگریم، چندان موفق نیستند.

از وزن عروضی و موسیقی شعر که بگذریم، هر شعری باید حرف تازه‌ای برای خواننده‌اش داشته باشد و حس یا فکر نویی را به او منتقل کند. اگر قرار باشد ما هم مثل هزاران شاعر دیگر چهره زیبا را به گل تشبیه کنیم یا واقعه کربلا را به همان شکلی که بقیه روایت کرده‌اند، به روی کاغذ بیاوریم، نمی‌توانیم ادعا کنیم که یک اثر ادبی موفق خلق کرده‌ایم.

با این توضیح، سطرهای شعر تو معمولی و در نتیجه بی‌تأثیرند. تنها چند سطر پایانی، کمی از تکرار فاصله گرفته و بیان تازه‌تری دارند؛ سطرهایی که با همه سادگی و کوتاهی، جذابند و بر مخاطب تأثیر می‌گذارند: «و فرمان خداوند / ضمانت آهو بود».







# لبخند منظوم

نامه روز امتحان  
سیدعباس ترین

خدمت تون عرض بکنم  
شما همیشه سرورین  
همین که تشریف میارین،  
هزار هزار دل می برین

قربون اون عینک تون  
که شیشه استکانیه  
آخر هر چی عینکه  
یه موزه جهانیه

ما کف این کلاسو صبح  
تنهایی جارو می کشیم  
حتی اگه جوراب تون  
بو بده، ما بو می کشیم

جون شما مخلص تون  
کتابو خونده خط به خط  
نامه تمام و والسلام:  
لنگ یه نمره ایم فقط!

هنگ و... دنگ و فنگ!  
مریم هاشم پور

رایانه ام مریض است  
دارد هزار و یک درد  
بابای خوبم، امروز  
دکتر برایش آورد

گفتم: «جناب دکتر!  
ویروس دارد انگار  
از صبح تا به حالا  
هنگیده شصت و یک بار

از کیس آن می آید  
بوی عجیب یک دود  
بی حال، موقع کار  
خاموش می شود زود

می خواستم بگویم  
بر کله اش دو تا مشت  
ویروس های آن را  
باید همین الان کشت!»

آن وقت او به من گفت:  
«من دکتر همینم  
بگذار قلب آن را  
بازش کنم ببینم»

او ظرف پنج ساعت  
رایانه را عمل کرد  
ویروس های آن را  
دانه به دانه شل کرد

رایانه ی من اما  
حالش هنوز خوش نیست  
چون دکترش نفهمید  
آخر مریضی اش چیست؟

فردا می آید او باز  
با کیف هفت رنگش  
رایانه خسته ام کرد  
با هنگ و دنگ و فنگش!

۲۹  
نوجوان  
پهن  
۱۳۹۰



# اسکلت نو مبارک!



ترجمه: علیرضا باقری جبلی

۱۴ استخوان صورت به همراه ماهیچه‌ها شکل کلی چهره شما را تعیین می‌کنند.



کمر بند لگنی از اندام‌های شکمی محافظت می‌کند و به استخوان‌های پا وصل است.

می‌کنند و در جاهایی قرار دارند که استخوان‌های بدن به هم می‌رسند. لایه بیرونی استخوان سخت و محکم و لایه درونی نرم و اسفنج مانند است. بعضی استخوان‌ها مغزی زله مانند دارند که کار اصلی آن تولید سلول‌های خونی جدید است.

بدن ما هر لحظه در حال نو شدن و تغییر است. چنان‌که مولوی شاعر و عارف نام‌دار ایرانی گفته است:

**عمر همچون جوی نو نو می‌رسد  
مستمری می‌نماید در جسد**

یعنی جسم ما مثل بستر رودی است که آب حیات در آن جاری است و هر لحظه عوض می‌شود. استخوان‌های ما نیز هر هفت سال به طور کامل عوض می‌شوند. بنابراین شما تا سن نوجوانی دوبار استخوان‌های خود را عوض کرده‌اید. دفعه سوم با استخوان‌های جدید وارد دنیای بزرگ‌ترها می‌شوید! استخوان‌ها چارچوب بدن را تشکیل می‌دهند و به مجموع آن‌ها اسکلت می‌گویند.

استخوان‌ها بافت‌هایی زنده شامل رگ‌های خونی، اعصاب و سلول‌ها هستند. این بافت‌های محکم و سبک اگر بشکنند می‌توانند خود را ترمیم کنند. انتهای استخوان‌ها با غضروف پوشیده شده و مایع مفصلی بین آن‌ها قرار دارد. مفصل‌ها امکان خم شدن اندام‌های مختلف را فراهم

۳۰

نوجوان

۱۳۹۰





## ترمیم استخوان

وقتی یک استخوان بشکند می‌تواند خودش را ترمیم کند. اما بعد از یک شکستگی سخت پزشک جراح ممکن است یک میله فلزی کوچک را در امتداد استخوان قرار دهد تا در حین ترمیم استخوان ثابت باشد. بهبود شکستگی استخوان حدود ۸ هفته طول می‌کشد.

## بهترین و بدترین

بهترین چیز برای داشتن استخوان‌های سالم و محکم، خوردن شیر و سایر فرآورده‌های آن است. بدترین چیز برای استخوان‌ها خوردن زیاد نوشابه‌های گازدار است. چون اسید موجود در این نوشابه‌ها علاوه بر این که مانع جذب کلسیم در بدن می‌شود، کلسیم استخوان‌ها را نیز به تدریج از بین می‌برد. برای امتحان یک استخوان پای مرغ را چند روز در یک لیوان نوشابه قرار دهید. خواهید دید که چه‌طور مثل لاستیک نرم می‌شود.

## می‌دانستی؟

- در هر ثانیه دو میلیون سلول خونی در مغز استخوان تولید می‌شود.
- در بدن انسان ۲۰۶ استخوان وجود دارد.
- بیش از یک چهارم استخوان‌های شما در دستانتان قرار دارد.
- تعداد استخوان‌های گردن شما با استخوان‌های گردن زرافه برابر است و هر دو ۷ استخوان گردن دارید.
- استخوان در مقایسه با یک میله فولادی با وزن یکسان ۶ برابر محکم‌تر است.
- استخوان ران بزرگ‌ترین استخوان و طول آن تقریباً یک چهارم قد شماست. استخوان رکابی گوش کوچک‌ترین استخوان بدن و به اندازه یک دانه برنج است.

استخوان کشکک از قسمت جلوی زانوی شما محافظت می‌کند.



## چسب استخوان

این جانور دریایی در زیر آب برای خودش قلعه‌ی شنی می‌سازد. او چسب مخصوصی ترشح می‌کند که در آب سفت می‌شود و دانه‌های شن را به هم می‌چسباند. دانشمندان با الهام از این جانور شگفت‌انگیز چسبی ساخته‌اند که می‌تواند استخوان‌های شکسته را به هم پیوند دهد. با تزریق این چسب به محل شکستگی بیماران سریع‌تر و راحت‌تر درمان می‌شوند.



# شیرشیره

سپیده فتیحی  
عکس: علی خوش جام

- ۴ حالا شما تعدادی گل‌های یک اندازه دارید.
- ۵ بهتر است گل‌ها را از دو رنگ متفاوت ببرید.
- ۶ چهار گوشه آن را که در شکل با حرف الف مشخص شده است، چسب مایع بزنید.



- ۷ اگر رنگ این گل صورتی است، یک گل صورتی دیگر را دقیقاً روی آن بگذارید طوری که گوشه‌هایی که حرف الف روی آن نوشته شده است، روی هم قرار گیرند.
- ۸ تعدادی از این گل‌های صورتی که دو به دو به هم چسبیده‌اند را آماده کنید.
- ۹ حالا تعدادی گل زرد را که دو به دو به هم چسبیده‌اند آماده کنید.
- ۱۰ این گل‌ها را از نقطه ب به هم بچسبانید. یعنی رنگ آن‌ها یک در میان صورتی و زرد باشد.
- ۱۱ گاهی برای زیبایی بیشتر کار می‌توانید بین این گل‌ها را طرح دیگری (مثلاً یک ستاره یا گل ببرید) بچسبانید. توجه

شاید برای شما هم پیش آمده باشد که سعی کنید برای خوشحال کردن یا تولد کسی که دوستش دارید یک هدیه یا کارت تبریک غیره منتظره تهیه کنید تا تعجب او را برانگیزید و او را شاد کنید.

اگر دوست دارید این کار را امتحان کنید، اول یک دوست خوب انتخاب کنید و برای شاد کردن او دست به کار شوید. توجه!! مادر و معلم همیشه از بهترین دوستان شما هستند. خوشحال کردن آن‌ها را فراموش نکنید.

◀ مواد و ابزار لازم:  
کاغذهای رنگی که دو طرف آن‌ها رنگی باشد، چسب مایع، قیچی، مداد، مقواهای رنگی.

۱ کاغذهای رنگی را به صورت نوارهای مستطیل شکل ببرید و آن‌ها را به صورت آکاردئونی (بادبزن) تا بزنید طوری که چندین مربع تا خورده در کنار هم ایجاد شود. به شکل نگاه کنید.



- ۲ شکل یک گل را روی این مستطیل تا خورده بکشید.
- ۳ دور تا دور آن را طوری قیچی کنید که قسمت‌های تا خورده زیرین هم قیچی شوند.





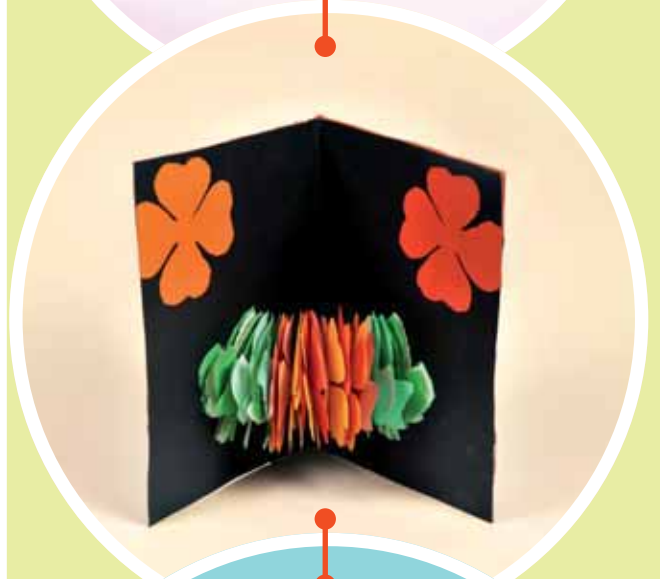
کنید که این گل یا ستاره فقط از نقطه ب به گل‌های زرد و صورتی می‌چسبند. نیازی نیست که گوشه‌های ستاره یا گل میانی به جایی بچسبند و فقط کافی است از نقطه ب به دو گل دیگر وصل شود.

۱۲ حالا که گل‌ها آماده شده‌اند می‌توانید به دو صورت از آن‌ها استفاده کنید.



الف دو سر آن‌ها را به کارت تبریک بچسبانید و روی کارت تبریک را با توجه به گلی که درون آن قرار گرفته تزئین کنید.  
ب نواری طولانی از این گل‌ها بسازید و در جشن‌ها به دیوارها وصل کنید و شادی را به آنان که دوستشان دارید هدیه کنید. دوستان، ما نیز از دیدن آثار زیبایتان لذت می‌بریم. عکس آن‌ها را برایمان بفرستید.

با تشکر از دوستانی که با ما همکاری کردند: فاطمه کوهی - فائزه سلیمانی - مهدیه بیات - نگار احمدزاده - شادی علیزاده - آرزو عباسی



# ورزش‌های ایرانی

مهدی زارعی

## اهمیت اسب در ایران

از اهمیت اسب برای ایرانیان همین بس که پدران در هنگام دعا برای خود و خانواده، برای اسپشان نیز دعا می‌کردند. به عقیده مردم، کسی که سعادتمند بود و دعاهایش برآورده می‌شد، اسبی تیزی با دست می‌آورد که شیهه‌های بلند می‌کشید. در یکی از کتیبه‌های داریوش کبیر آمده است «به فضل اهورامزدا این‌جا [در ایران] اسب زیبا و مرد خوب فراوان است و ایرانی از هیچ کس نمی‌ترسد.»

سلامت جسم و روح برای ایرانیان قدیم اهمیت بسیار داشت. آن‌ها معتقد بودند سلامت روح افراد به تندرستی جسم وابسته است. اولین چیزی که یک ایرانی از خدای خود می‌خواست بهشت جاودان و آن‌گاه قدرت و قوت بود. سلامت عقل و بدن تا حدی به یکدیگر وابسته بودند که حتی تمام ابزار و سلاح‌هایی که برای تقویت جسم به کار می‌رفت از ارزش معنوی بسیاری برخوردار بودند.



## استفاده از نام اسب

ایرانیان برای سوارکاری به جای زین و رکاب روی اسب پارچه‌ای می‌انداختند که گاه زردوزی شده بود. سوارکاران چنان ماهر بودند که هنگام سوارشدن بر روی اسب می‌پريدند. یونانیان این روش را «سواری به سبک پارسی» می‌نامیدند. از آن‌جا که ایرانیان اهمیت بسیار برای اسب قائل بودند در بسیاری از نام‌ها این کلمه را به کار می‌بردند؛ چون تهماسب، گشتاسب، ارجاسب، لهراسب، گرشاسب، جاماسب و ...

## ارزش فراوان پهلوانان

در ایران باستان قهرمانان و رادمردان الگوی تمام مردم جامعه بودند و تلاش پدران این بود که جوانانی باهوش، چالاک و شجاع تربیت کنند. پهلوانان در آن دوره به این نام‌ها خوانده می‌شدند: آریا (اصیل زاده)، پهلو، پهلوان، شیردل، نبرد، شیرگیر، بهادر، نیوزاد، نیو، نام بردار، اردشیر، نام‌ور، هژبر، رادمرد، گورد، قهرمان گو و ...

نغم







### شکار در شکارگاه

پارسیان قدیم، شکارگاه را آموزشگاه حقیقی جنگ می‌دانستند؛ زیرا شکار آن‌ها را به سحرخیزی و تحمل سرما، گرما و خستگی عادت می‌داد. جوانان در هنگام رفتن به شکار، غذایی با خود می‌بردند، اما تا قبل از شکار چیزی نمی‌خوردند. شباهت شکار و جنگ در این است که شکارچی باید خود را از حمله حیوان حفظ کند و آن‌گاه او را هدف قرار دهد.

### انواع چوگان

چوگان به دو صورت سواره و پیاده انجام می‌گرفت. کسانی که اسب نداشتند، رقابت چوگان را روی زمین انجام می‌دادند. چوگان پیاده شبیه به «هاکی» بود. چوگان از ایران به کشورهای دیگر جهان رفته است و به شکل‌های مختلف برگزار می‌شود. امروزه چوگان را «پلو» می‌نامند. رقابت دو تیم در آب را هم «واترپلو» می‌نامند که به معنای چوگان در آب است.

### ورزش در شاهنامه

فردوسی در شاهنامه توضیحات فراوانی درباره تاریخ ایران داده است. با مطالعه اشعار شاهنامه می‌توان به حقایق فراوانی از شرایط گذشته ایران پی‌برد. چوگان و کشتی از ورزش‌هایی هستند که در شاهنامه از آن نام برده شده است.

### نحوه مسابقه چوگان

بازی‌های رسمی با نواختن ساز آغاز می‌شود. در مسابقات مختلف اعضای هر تیم ۷، ۱۰ یا ۱۵ نفر بود. در هر طرف زمین دو دروازه با تیرهای سنگی به چشم می‌خورد. در هنگام بازی گوی را در هوا می‌زدند و از فرود آمدن آن روی زمین جلوگیری می‌کردند. هدف از چوگان، تمرین جنگاوری و تشویق روح سلحشوری بود. تمام حرکات این مسابقه در جنگ مورد استفاده بود و حرکات بر روی اسب در جهت زدن گوی، افراد را به سوارکاری مسلط می‌ساخت.

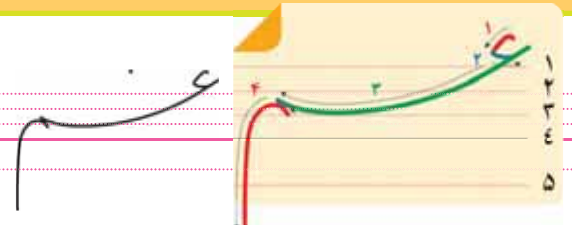


### مسابقات اسب‌سواری و اربانه‌رانی

اسب‌های مسابقه را «ارانو»<sup>۱</sup> (بادپا) می‌نامیدند. مسابقات اربانه‌رانی با اربانه‌های دو اسبه و چهار اسبه برگزار می‌شد. جایزه برنده هم یک اسب بادپا بود. پادشاه ایران در دعاهای خود در پیشگاه خداوند گفته بود: «به من توفیق ده که اسبان گردونه‌ام در میدان نبرد، جلوتر از اسب‌های دیگران برانند.»



بی‌نوشت ۱. erneva ۲. polo



# نه‌ماز

عادل اشکبوس

## نماز

این کلمه حاصل ترکیب بو (رایحه) + ستان است؛ یعنی جای پُربو، جایی که گل‌های خوشبو بسیار باشد. جایی پر از بوهای خوش. این واژه به صورت بستان به عربی وارد شده و جمع مکسر نیز شده است (بساتین).

در عربی واو بستان به این دلیل حذف شده است که در زبان عربی دو حرف ساکن کنار هم نمی‌آیند (بوستان).

## بوستان

**آبشار**  
آب + شار (بن مضارع شاریدن به معنی ریختن)؛ یعنی جایی که آب می‌ریزد، ریزش آب.

## کوچه

آیا تاکنون دربارهٔ ریشهٔ واژهٔ کوچه اندیشیده‌اید؟ کوچه در اصل «کویچه» است. (کوی + چه) کوچه؛ یعنی کوی کوچک، محلهٔ کوچک.

## سرما

این واژه در اصل سرداست؛ چون آن را با گرما به کار می‌بریم، به سرما تغییر کرده است. واژهٔ گرما از ریشهٔ گرم است، اما ریشهٔ سرما، سرم نیست. مانند عدد پنجاه یا پانجاه که به علت سختی تلفظ به پانزده تبدیل شده و ششده به خاطر همسایگی با آن به شانزده تبدیل شده است. برخی دوست دارند ششصد را به تقلید از پونصد یا پانصد، شونصد تلفظ کنند.

نظریات مختلفی دربارهٔ ریشهٔ واژهٔ نماز وجود دارد که از این میان دو نظریه مهم‌تر است. برخی بر این باورند که نماز از مصدر «نمیدن» به معنی خم‌شدن و تعظیم کردن است. در زبان کردی فعل «بنم» به معنی «خم‌کن» هنوز به کار می‌رود. دربارهٔ واژهٔ مازندران نیز برخی می‌گویند که این واژه حاصل «ماز + اندر + ان» است؛ یعنی جایی که راه‌های پرپیچ و خم دارد. برخی نیز می‌گویند نماز ترکیب «نه» + «ماز» است. ماز؛ یعنی پیچ و خم و نه‌ماز؛ یعنی پیچ و خم ندارد. نماز نیز راه راستی به سوی خداست.

## ناخدا

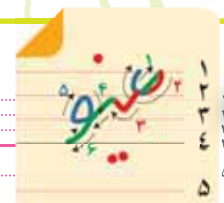
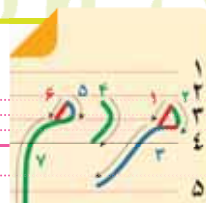
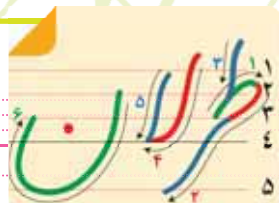
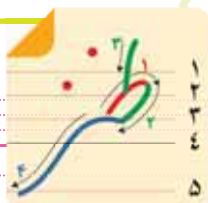
ناخدا در اصل، «ناو خدا» است؛ یعنی خدای ناو یا صاحب کشتی که حرف واو از آن افتاده است.

## آسمان

آس (سنگ گرد) + مان (پسوند همانندی)، به معنی فضایی همانند سنگ آس. این همانندی به این علت است که به باور پیشینیان آسمان، گرد هم‌چون سنگ بزرگ آسیاب است که بر فراز زمین در حال چرخش است. بخش نخست این واژه را می‌توان در واژه‌های آسیاب و خراس نیز دید. آسیاب؛ یعنی آسی که با آب می‌چرخد و خراس، آسی است که با خر می‌چرخد.

## میرزا

میرزا کوتاه‌شده «امیرزاده» است. میرزا؛ یعنی میر (مخفف امیر) + زا (مخفف زاده) = امیرزاده





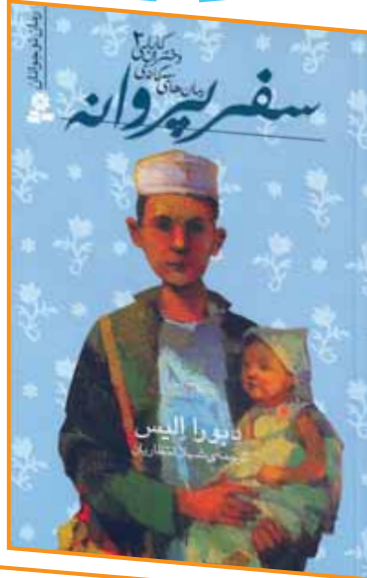
«اولین بار که سوار موتور شدم، احساس کردم بعد از سال‌ها از زندان آزاد شده‌ام، حالا هر لحظه که اراده می‌کردم و هر جا که عشقم می‌کشید می‌توانستم بروم. دیگر از سر و کله زدن با راننده‌ها و دعوا سر مقدار کرایه خلاص شده بودم... دیدن دنیا از پشت موتور مثل تماشای فیلم روی دور تند است. همه چیز به سرعت برق می‌آید و می‌رود و تو فرصتی برای نگاه کردن و به خاطر سپردن نداری... روز و شب فکر کردن به دیگران و مقصدشان خیلی چیزها را از یاد آدم می‌برد. کم‌کم فراموش می‌کنی که بوده‌ای، چه می‌خواست‌های و قرار بود به کجا برسی!»

«زندگی ترک موتورسیکلت». یادداشت‌های طنزآلود یک موتورسوار دربارهٔ مسافرتی با موتور است. «عباس ترین» در این کتاب با تیزبینی خاصی صحنه‌هایی از زندگی در یک شهر شلوغ و شتاب‌زدگی آدم‌های آن را به تصویر کشیده است. شاید بهترین چیزی که بتوان از این کتاب یاد گرفت، هنر خوب دیدن باشد.



**زندگی ترک موتورسیکلت**  
 نویسنده: سید عباس ترین  
 ناشر: هزاره ققنوس (۰۲۱-۰۰۰)  
 چاپ اول: ۱۳۸۹  
 قیمت: ۲۰۰۰ تومان

**دختران کابلی**  
 نویسنده: دپورا ایس  
 مترجم: شهلا انتظاریان  
 ناشر: قدیانی (تلفن: ۰۴۴۱-۰۶۶۴۰۰۲۱)  
 چاپ اول: ۱۳۹۰  
 قیمت: ۵۰۰۰۰ ریال

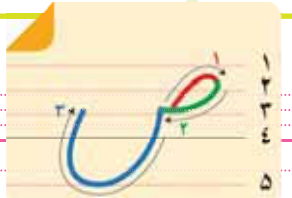
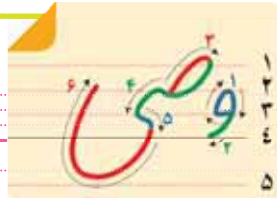
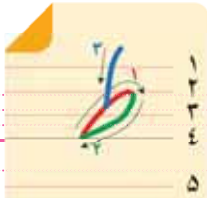


پروانه می‌خواست چشم‌هایش را ببندد و منتظر شلیک او باشد که دید او نامه‌ای از جیبش بیرون آورده است. او روی پتو کنار پروانه نشست. گفت این را بخوان! «نان آور» از مجموعه رمان‌های سه گانهٔ «دختران کابلی»، داستان دختر نوجوان افغانی است به نام «پروانه» که به همراه خانواده‌اش در اتاقی تاریک با اناثیه‌ای اندک زندگی می‌کند. از وقتی طالبان ادارهٔ امور کابل را به دست گرفته‌اند، پدر و مادرش بیکار شده‌اند و زندگی آن‌ها به سختی می‌گذرد. شبی سربازان طالبان پدرش را به جرم تحصیل در انگلیس، دستگیر می‌کنند. با زندانی شدن پدر، مادر مجبور می‌شود برای گذران زندگی، موهای پروانه را کوتاه کند و او را به شکل پسران روانهٔ خرید و کار کند. حالا پروانه، قاسم شده است و نان آور خانه. برای مردم نامه می‌نویسد و نامه می‌خواند، استخوان مرده می‌فروشد و گاهی کبریت و آجیل و آلوی خشک. ولی هرگز ناامید نمی‌شود و با شجاعت بدترین شرایط را تحمل می‌کند. و به زندگی ادامه می‌دهد.

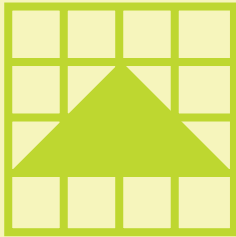
«سفر پروانه» و «شهر گلی» جلد دوم و سوم این رمان هستند که در هر کدام گوشه‌هایی از زندگی مردم افغانستان، به‌ویژه کودکان افغانی در شرایط جنگ و ناامنی به تصویر کشیده شده است.

«مرد میان او و نور خورشید ایستاد. پروانه قبل از دیدن او، سایه‌اش را حس کرده بود. سرش را برگرداند و بر سر آن مرد، دستار سیاه مخصوص افراد طالبان را دید. تفنگی روی عرض سینه‌اش قرار داشت؛ به همان ترتیبی که کیف رودوشی پدرش روی سینه‌اش قرار می‌گرفت. سرباز طالبان هم‌چنان به او نگاه می‌کرد. بعد دستش را توی جلیقه‌اش برد و در حالی که نگاهش به پروانه بود، چیزی را از جیب جلیقه‌اش بیرون کشید.»

برای تمرین بقیهٔ سرمشق‌ها از دفتر مشق موجود در وبلاگ رشد نوجوان استفاده کنید. نشانی وبلاگ در صفحه فهرست



۴ چه کسری از مساحت شکل رنگ شده است؟



۵ از صفر تا صد چند تا ۹ وجود دارد؟

۶ چگونه می توان در هر سطر با قرار دادن علامت های +، -، ×، ÷، ( )، بین ارقام ۵، تساوی به دست آورد؟

$$۵ \ ۵ \ ۵ \ ۵ = ۵$$

$$۵ \ ۵ \ ۵ \ ۵ = ۶$$

$$۵ \ ۵ \ ۵ \ ۵ = ۳۰$$

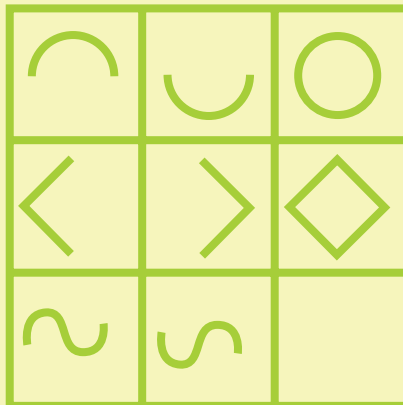
$$۵ \ ۵ \ ۵ \ ۵ = ۱۲۰$$

۷ پدر احمد می تواند یک اتوبوس پر از مسافر، یا یک کامیون پر از بار را با یک دست نگاه دارد. چگونه ممکن است؟

© ۱۳۹۵ انتشارات آریا

۱ آن چیست که جایش هم در آشپزخانه است، هم در داروخانه و هم در آتش نشانی؟

۲ در جدول ۹ خانه ای زیر، یک خانه خالی است و تو از روی ۸ شکل موجود می توانی شکل نهم را پیدا کنی؟



۳ مردی با همسرش در خیابان قدم می زد. ناگهان به فکرش رسید که کاری ضروری دارد! بنابراین تصمیم گرفت از همسرش خداحافظی کرده، به دنبال کارش برود، پس رو به زنش کرد و گفت: «خداحافظ، خواهر عزیز»، با این که طرف مقابل همسر او بود چرا این گونه خداحافظی کرد؟



# تفریح

حرف مربع های شماره دار را به ترتیب بنویسید تا رمز جدول به دست آید.

روز ورود امام خمینی به میهن	فرزند ابراهیم (ع) قشنگ	معدن متصل ضمیری	پول زاپنی‌ها روایت کننده	از دانشمندان یونان یک خارجی	نام کامل کشور عزیز ما
استان نفت‌خیز گرویدن		①	مرمت فرش و لباس جمع ساکن	همدم مؤنث	②
لسان خداحافظی			سال به سال مخفف تورا		
			ورزشی رزمی سرخرگ		
			⑤	مسالوی بشر	④
			جمع شرط لایه‌ای در هوا		
			③	دوستان مستقل بودن	
			یک وام سربازخانه		
			قلمه درخت داخل شدن		
			⑥	نامی دخترانه	مانع
			نصایح		
			داخل شدن		
			⑦	خباز کشوری در شمال آفریقا	
			ناشر واحد پول فنلاند	نت پنجم نیروگاهی در شمال	
			کشوری در شرق آفریقا قلب قرآن		
			⑧		
			دانه رنجور		
			⑩	سلاح کاشنی	
			مرکز نیجر یادبود ناتمام		
			⑪		
			عیب لبریز		
			از آن طرف نام‌سنگی	حرف انتخاب خاندان	
			⑫	فوری فرهنگ	
			نوعی مقیاس از اقوام آریایی		
			نمد می‌سازد کتف		
			⑬	برقرار کلمه افسوس	
			جنگ، مبارزه		
			⑭	ندک، ناچیز	
			⑮	نوعی ویتامین	
			⑯		
			⑰		
			⑱		
			⑲		
			⑳		
			㉑		
			㉒		
			㉓		
			㉔		
			㉕		
			㉖		
			㉗		
			㉘		
			㉙		
			㉚		
			㉛		
			㉜		
			㉝		
			㉞		
			㉟		
			㊱		
			㊲		
			㊳		
			㊴		
			㊵		
			㊶		
			㊷		
			㊸		
			㊹		
			㊺		
			㊻		
			㊼		
			㊽		
			㊾		
			㊿		

۳۹  
بخوان

روز پیروزی انقلاب اسلامی



# پامیه

ملیحه ظریف شاهسون نژاد



## طرز تهیه:

سیبزمینی‌ها را آبپز کنید، سپس پوست آن‌ها را بکنید و رنده کنید، تخم‌مرغ را به آن اضافه کنید. نمک و فلفل یک قاشق غذاخوری بریزید و به هم بزنید. حال به اندازه درست کنید و آن را به آرد سوخاری آغشته کنید طوری که روی مخلوط را بپوشاند داخل ماهی‌تابه بریزید تا یک دست سرخ شود. می‌توانید وقتی سیبزمینی را به صورت فلفلی درست کردید، میان آن‌ها، یک تکه کره، پنیر یا هر چیز که دوست داشتید، بگذارید و بعد سرخ کنید. نوش جان.

## مواد لازم

سیبزمینی ۲ عدد  
تخم‌مرغ یک عدد  
آرد سوخاری به میزان لازم  
نمک و فلفل به اندازه دلخواه  
روغن سرخ‌کردنی

۱. تستی

۲.  $(\frac{1}{2} \times \frac{1}{2})$  طرح

۳. «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته»

۴. «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته»

۵.

۶. پوستی

۱. تستی

۲.  $(\frac{1}{2} \times \frac{1}{2})$  طرح

۳. «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته» «پوسته»

$$0.1 = 0 - (0 \times 0 \times 0)$$

$$0.2 = 0 \times ((0 \times 0) + 0)$$

$$3 = 0 : (0 + (0 \times 0))$$

$$0 = (0 \times (0 - 0)) + 0$$