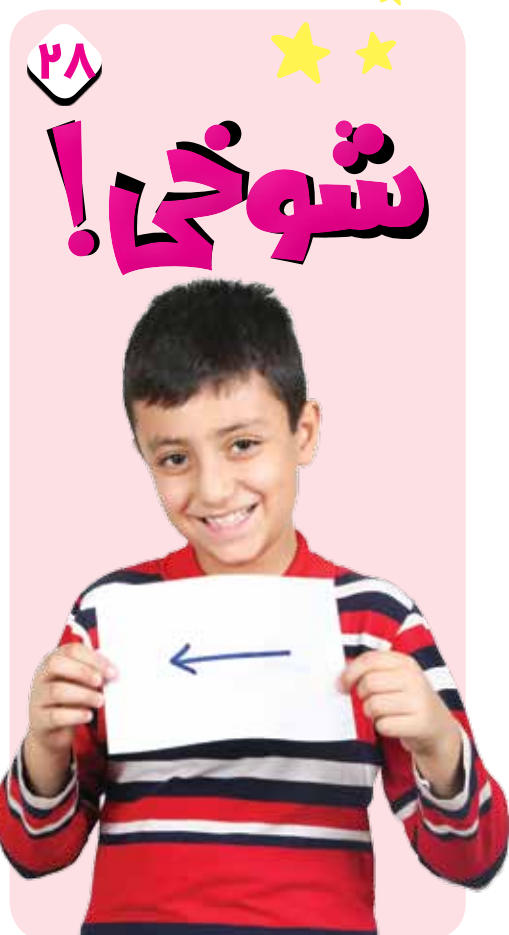


داستان
درخت



۱ و ۲ آبان

تاسوعا و عاشورای حسینی

تاسوعا به معنی نهم و عاشورا به معنی دهم، دو روز بسیار مهم از ماه محرم هستند. در روز عاشورا حضرت امام حسین (ع)، (امام سوم ما) و یاران ایشان در جنگ با لشکر یزید، به شهادت رسیدند. حضرت امام حسین (ع) و همراهان آن امام بزرگوار، برای زنده ماندن دین خدا، بر علیه یزید قیام کردند و شهادت را برگزیدند. در تقویم رسمی ایران، عراق، افغانستان، پاکستان و هندوستان این روزها تعطیل رسمی است.

«قیصر امین پور» در کتاب «ظهر روز دهم» واقعه‌ی عاشورا را با زیبایی تمام، به تصویر کشیده است:

دشت، ساکت بود
از میان آسمان خیمه‌های دوست
ناگهان رعدی گران برخاست
این صدای اوست!
این صدای آشنای اوست
این صدا از ماست
این صدای زاده‌ی زهراست
«هست آیا یآوری ما را؟»
باد با خود این صدا را برد
و صدای او به سقف آسمان‌ها خورد
باز هم برگشت
«هست آیا یآوری ما را؟»
انعکاس این صدا تا دور ترها رفت
تا دل فردا و آن سوتر از فردا رفت
دشت، ساکت گشت
ناگهان هنگامه شد در دشت....

۳ آبان

روز بزرگداشت اسرا و مفقودان دفاع مقدّس

آن روز که مادر هنگام بدرقه، بند پوتینات را می‌بست، حس پر کشیدنت نزدیک بود. آن روز، تمام ماهی‌های حوض دلشان گرفته بود. مادر، قرآن بر سرت گرفت و پشت سرت آب پاشید. چشمان مادر تا انتهای خیابان بدرقه‌ات کردند. هنوز پلاک بی‌تنت را هم برایش نیاورده‌اند.
از آن روز به بعد، مادر چشمش به در میخکوب شده است...
هر بار که در خانه به صدا در می‌آید، قلب مادر به تپش می‌افتد... اما تو هنوز نیامده‌ای.

۴ آبان

شهادت امام زین العابدین (ع)

چهارم آبان، روز شهادت چهارمین امام شیعیان، امام زین العابدین (ع) است. دعاها و نیایش‌های امام چهارم شیعیان در کتابی به نام «صحیفه‌ی سجّادیه» آمده است. در دعایی از آن حضرت با موضوع «پناه بردن به خدا» می‌خوانیم:
... خداوندا گرفتاری‌هایم را رفع کن و به من توانایی بده. هر چند که شایسته‌ی این لطف نیستم.

بارخدا یا... به تو پناه می‌برم از حرص و طمع، از تندى و خشم، از حسادت و بد اخلاقی و پیروی از هوس‌ها...

به تو پناه می‌برم از زشتی باطن، ناچیز شمردن گناه، آلوده شدن به اسراف و بلای فقر...

تو بی‌نیازترین بی‌نیازهایی و من نیازمندترین نیازمندا. پس تهی‌دستی‌ام را به توانگری‌ات چاره کن.

۸ آبان روز نوجوان

شهادت محمد حسین فهمیده



محمد حسین فهمیده فقط ۱۳ سال داشت که برای دفاع از کشورش به جنگ رفت. بارها او را به خانه برگرداندند اما او هر بار خودش را به مناطق جنگی جنوب رساند. به جایی در خط اول جنگ.

وقتی محمد حسین دید تانک‌های عراقی به طرف رزمندگان می‌آیند، تعدادی نارنجک به کمرش بست و

به طرف یک تانک رفت. او موفق شد آن تانک را منفجر کند و حلقه‌ی محاصره را بشکند. محمد حسین در این واقعه به شهادت رسید.

۱۳ آبان روز دانش آموز

پدرم می‌گوید: «صبح روز ۱۳ آبان ۱۳۵۷، دانش آموزان انقلابی، مدرسه‌ها را تعطیل کردند و به طرف دانشگاه تهران رفتند. آن‌ها رفتند تا با ظلم و ستم رژیم شاه مبارزه کنند. رفتند تا صدای اعتراضشان را به گوش همه برسانند. ساعت یازده صبح، مأموران رژیم شاه به طرف همه تیراندازی کردند. در این تظاهرات ۵۶ نفر به شهادت رسیدند و عده‌ی زیادی هم مجروح شدند.»

۱۴ آبان

روز تأسیس یونسکو



«یونسکو» بخش علمی- فرهنگی و تربیتی سازمان ملل متحد است. هدف سازمان یونسکو، کمک به صلح و برقراری امنیت در جهان است. دفتر اصلی این سازمان در پاریس (پایتخت فرانسه) قرار دارد. ۱۹۵ کشور جهان از جمله کشور ما، در یونسکو عضویت دارند.

۲۴ آبان

روز کتاب و کتابخوانی

ویلیام شکسپیر می گوید: «کتاب بزرگ ترین اختراع بشر است». بیایید این بار در روز کتاب و کتابخوانی، با یک نویسنده ی خوب ایتالیایی آشنا شویم. نویسنده ای به نام «جانی روداری» که کتاب های شیرین و خواندنی فراوانی برای بچه ها نوشته است. کتاب هایی مانند: «همه چیز با تمساح شروع شد»، «ماجراهای چیپولینو»، «جلسومینو»، «قصه هایی برای یک لبخند»، «ماجراهای پیازچه»، «دختری که نمی خواست بزرگ شود» و...

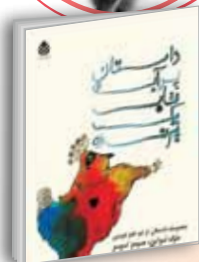
جانی روداری در سال ۱۹۷۰ برنده ی جایزه ی هانس کریستین اندرسن شد و در سال ۱۹۸۰ (سی و پنج سال پیش) از دنیا رفت.



۲۷ آبان

تولد جیمز تربر

مگس نیمه دانا



عنکبوت بزرگی در خانه ی کهنه ای، تار زیبایی تنید تا با آن مگس شکار کند. هر بار که مگسی روی تارش فرود می آمد و گرفتار می شد، عنکبوت زود آن را می خورد. این جوری مگس های دیگر که از آن دور و بر می گذشتند متوجه نمی شدند که تار عنکبوت برای چه کار است. بعضی از آن ها هم برای استراحت،

روی تار عنکبوت می نشستند. روزی مگس نیمه دانا یی، وز وز کنان بالای تار عنکبوت پرواز کرد. دو دل بود که روی تار بنشیند یا نه. عنکبوت آمد و گفت: «بفرما!»... اما مگس که از او خیلی باهوش تر بود، گفت: «من هرگز در جایی که مگس دیگری نیست، فرود نمی آیم. در خانه ی تو مگسی نمی بینم.» مگس پرواز کنان رفت تا به جایی رسید که مگس های زیادی آن جا بودند. می خواست بنشیند که زنبوری گفت: «دست نگهدار نادان، این یک دام مگس گیر است. همه ی این مگس ها به دام افتاده اند.» مگس گفت: «مزخرف نگو!... همه ی این ها دارند شادی می کنند. این همه مگس که همگی با هم توی دام نمی افتند.»

مگس نیمه دانا این را گفت و روی دام نشست. او هم مثل بقیه ی مگس ها توی دام چسبناک گیر کرد و جان داد. نتیجه ی اخلاقی: راه های خلوت می توانند خطرناک باشند. راه های شلوغ هم همین طور.

به مناسبت تولد جیمز تربر
(طنزنویس مشهور جهان)

۲۸ آبان

ولادت امام موسی کاظم (ع)

- همشینی با اهل دین، شرف دنیا و آخرت است.
- مشورت با خردمند خیر خواه، برکتی از جانب خداست.
- وقتی خردمند خیر خواه به تو مشورتی می دهد، بپذیر.
- بهترین صدقه، کمک کردن به ناتوان است.



یک رنگی

ز دوستان دو رنگم، همیشه دل تنگ است
فدای همت آن دشمنی که یک رنگ است!



مادر هادی همیشه به او می گوید که باید در انتخاب دوستان خود دقت کند. هادی نمی داند چه طور می تواند قبل از دوستی با کسی، او را بشناسد. اما با خواندن حدیثی از امام صادق (ع) یکی از راهها را پیدا کرده است.
امام صادق (ع) فرمودند: دشنام دادن و بدزبانی و هرزه گویی، از نشانه های دورویی است.

شادی از پدرش پرسید: «دورویی چیست و آیا گناه به حساب می آید؟» پدر برایش حدیثی از امام صادق (ع) خواند:

هر کس با مردم با چهره های برخورد کند و در پشت سر آنان، با چهره های دیگر عیب آنان را بگوید، روز قیامت در دهانش دو زبان شعله ور خواهد داشت.



لاله می خواست یاد بگیرد چه طور آدم دورویی نباشد. دوست داشت بتواند رفتارهای خودخواهانه اش را کنار بگذارد تا باعث نفاق و دورویی نشود.
امام علی (ع) فرمودند: از دورویی داشتن و اخلاق گونه گون خودداری کنید. زبان خود را در یک راه به کار گیرید. مؤمن باید زبان خود را حفظ کند. زبان مؤمن بعد از عقل او حرکت می کند. اما عقل منافق و دورو، به دنبال زبانش می رود. مؤمن در سخن خود اندیشه می کند، اگر خیر باشد، می گوید و اگر بد باشد، به زبان نمی آورد. منافق هر چه می خواهد، می گوید و به سود و زیان آن توجه ندارد.
همچنین فرمودند: از صفات مؤمن این است که در او حيله و دورویی نیست. چه در کار خدا و چه در کار مردم.





معلم سولماز سر کلاس به آن‌ها گفت: «ما بعضی وقت‌ها کارهایی می‌کنیم که معنی آن‌ها را نمی‌دانیم. یعنی نمی‌دانیم کاری که کرده‌ایم ممکن است چه نتیجه‌ای داشته باشد. یکی از این کارها دورویی است.»

امیرالمؤمنین حضرت علی(ع) فرمودند: از خودنمایی و لجابت پرهیزید. زیرا دل‌ها را تیره می‌کند و دورویی به بار می‌آورد.

حمید دوست داشت همه چیز را درباره‌ی دورویی بداند. چون از این رفتار خیلی بدش می‌آمد و دلش می‌خواست از همه‌ی کارهایی که شبیه دورویی است دوری کند.

رسول خدا(ص) فرمودند: شنونده، از گناه غیبت برکنار نمی‌شود، مگر این که به گوینده اعتراض کند. یا اگر می‌ترسد، در قلبش از غیبت ناراضی باشد. بهتر است اگر می‌تواند از مجلس غیبت خارج شود و اگر هیچ کدام از این کارها را نکرد او نیز گناه کار است. نیز، اگر با زبان با غیبت مخالفت کند اما در دل راضی باشد، دورو و منافق است.

میلاد دانش آموز کنجکاو بود. او دوست داشت علت هر چیزی را بداند. مثلاً این که چرا دورو بودن بد است؟

امام صادق(ع) فرمودند: دورویی، کینه‌ها را زیاد می‌کند.

امام صادق(ع) فرمودند: با مردم با غلّ و غش و دو رنگی رفتار نکن که بی‌رفیق خواهی ماند.

آرش قبل از این، کارهایی می‌کرد که دوستانش از دستش ناراحت می‌شدند. یک بار هم یکی از دوستانش با او قهر کرد و به او گفت تو دورو هستی. آرش از رفتارهای قبلی‌اش پشیمان بود.

حضرت امام صادق(ع) فرمودند: یک‌رویی و پوشاندن عیب دیگران از عقل است. دورویی و حيله‌گری از نادانی است.



منابع:

۱. اصول کافی ۲. معانی الاخبار ۳. مشکاة الانوار ۴. بحار الانوار ۵. تحف العقول

مهربانی



«توک» هم باید از خواهر کوچک‌ترش مراقبت می‌کرد و هم درس می‌خواند. این کار برای یک پسر بچه‌ی ده ساله آسان نیست. توک خواهرش را روی زانوهایش نشانده بود و برای سرگرم کردن او شعر می‌خواند.

یک چشم توک به کتاب جغرافیا و یک چشمش به خواهرش بود. چون فردا امتحان داشت و باید نام همه‌ی شهرها و رودخانه‌ها را حفظ می‌کرد و همه چیز را درباره‌ی آن‌ها یاد می‌گرفت.

وقتی مادر از سر کار برگشت، توک دوید جلوی پنجره تا از روشنایی بیرون استفاده کند و درسش را بخواند. هوا کم‌کم داشت تاریک می‌شد و او نمی‌توانست نوشته‌های کتاب را خوب ببیند. مادرش هم آن‌قدر پول نداشت تا پول برق اتاق را بدهد.

مادر که داشت از پنجره بیرون را نگاه می‌کرد، گفت: «توک! نگاه کن... این پیرزن بیچاره به زحمت دارد سطل آب را به خانه‌اش می‌برد. بدو برو کمکش کن. می‌دانم که پسر مهربانی هستی.»

توک به سرعت از خانه بیرون رفت و سطل آب را برای پیرزن به خانه‌اش برد. وقتی برگشت، دیگر شب شده بود و توک باید می‌خوابید. توک نگران امتحان فردایش بود اما آن‌قدر خسته بود که کتاب جغرافیا را زیر بالشش گذاشت و خیلی زود به خواب رفت.

کمی که گذشت، توک توی خواب دید که پیرزن دارد نگاهش می‌کند و می‌گوید: «تو به من کمک کردی و نتوانستی درس بخوانی. حالا نوبت من است که به تو کمک کنم.»

وقتی پیرزن این را گفت، کتاب جغرافیا زیر بالش توک تکان خورد. - قدقدقد!...

این صدای مرغ حنایی بود که به خواب توک آمده بود. مرغ حنایی گفت: «من از مرغ‌های کشور تو هستم!... حالا به تو می‌گویم که این کشور چه قدر جمعیت دارد و چه جنگ‌هایی در آن رخ داده است. به تو می‌گویم ما چه رودخانه‌ها و کوه‌هایی داریم!...» کمی بعد، توک از خواب پرید. بلند شد و نشست. وقتی دوباره خوابش برد، ناگهان اسبی از راه رسید، توک سوار اسب شد و به تاخت، رفت. آن‌ها از جنگلی گذشتند و به شهر بزرگ و زیبایی رسیدند. دانش‌آموزانی که به دبستان می‌رفتند، گفتند: «این‌جا شهر وردینگ بورک است و دو هزار نفر جمعیت دارد... مواظب باش سر امتحان، اشتباه ننویسی!»

بعد فرشته‌ی مهربانی که تاجی از گل بر سر داشت، گفت: «من به تو نام جنگل‌های بزرگ را یاد می‌دهم.»

بعد ناگهان، توک همان پیرزن خسته را دید که داشت علف می‌چید. پیرزن گفت: «در شهر وردینگ بورک، هوا سرد و مرطوب است. آدم باید حتماً لباس مناسب فصل بپوشد.»

در شهر بعدی، توک امپراتور سیب‌ها را دید. امپراتور گفت: «این‌جا شهر درختان سیب است. ببین درخت‌ها چه قدر میوه داده‌اند!»

توک از اسب پایین آمد. خیلی خسته شده بود. باید کمی استراحت می‌کرد. پس دراز کشید و توی خواب به خواب عمیقی فرو رفت!... دوباره صدای پیرزن را شنید که می‌گفت: «توک! صدای خروس را می‌شنوی؟... قوقولی قوقو! پرندگان در شهر تو پرواز می‌کنند. آفتاب می‌تابد و گندم‌ها رشد می‌کنند. تو مرغدانی بزرگی داری و دیگر از گرسنگی و فقر رنج نمی‌بری. تو خوشبخت خواهی شد. تو مرد بزرگ و مشهوری می‌شوی.»

امپراتور سیب‌ها صدایش زد: «توک! توک!»

توک از خواب پرید. خورشید تازه می‌خواست طلوع کند. خواب‌هایش را خوب یادش نمی‌آمد. توک از تخت خواب پایین آمد. کتابش را برداشت و مشغول خواندن شد. خواند و خواند و خواند. احساس می‌کرد این چیزها را قبلاً شنیده و فهمیده است.

بعد از این که توک صبحانه‌اش را خورد، پیرزن سرش را از لای در حیا آورد تو و گفت: «توک مهربان! ممنونم که دیروز کمکم کردی. خدا کند همه‌ی خواب‌ها و آرزوهایت درست از آب در بیایند!»

توک چیز زیادی از خواب‌هایش را به یاد نمی‌آورد. لبخندی زد و به طرف مدرسه راه افتاد. امتحان جغرافی به زودی شروع می‌شد. توک همه چیز را خوب فهمیده بود و خوب یاد گرفته بود. حتم داشت که به امید خدا، امتحانش را خوب پس می‌دهد.

چون درس‌هایش را خوب خوانده بود!



نذری باران

● شاعر: منیره هاشمی
● تصویرگر: مریم طباطبایی

باز از صبح بر پاست
روضه خوانی باران
روضه می خواند آرام
اشک می ریزد ایوان

روضه ی او قشنگ است
مثل هر سال دیگر
زودتر آمده اند
یاکریم و کبوتر

می چکد اشک باران
باز ماه محرم
پرچم «یا حسین» ام
می شود خیس کم کم

مثل ما از سر صبح
غصه دار است و غمگین
می دهد او به کوچه
نذری آب شیرین

معلم

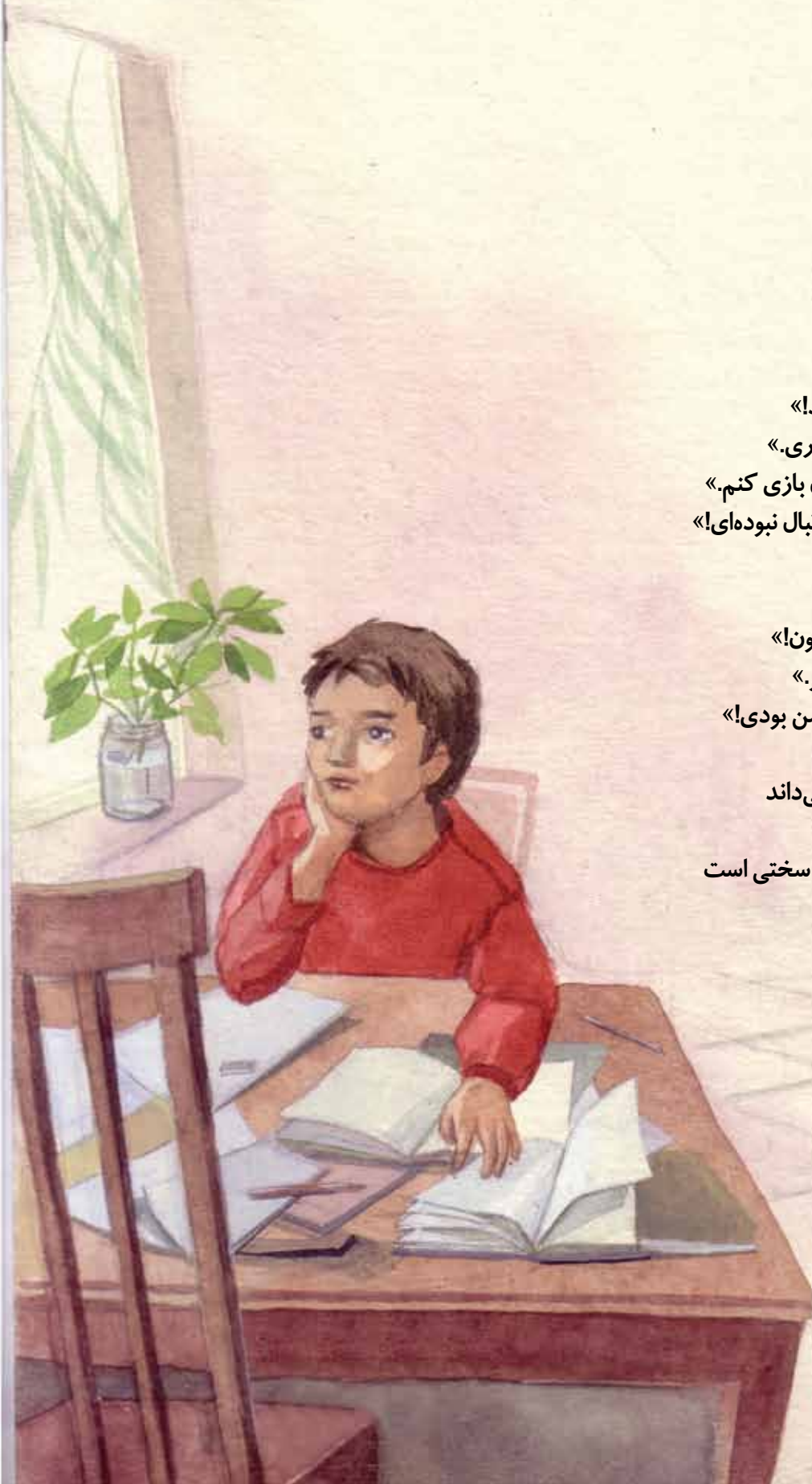
● شاعر: بروس لانسکی
● ترجمه‌ی آزاد: علی‌رضا شفیعی‌فر

مشق‌هایم را ننوشته بودم.
معلم پرسید: «چرا؟»
گفتم: «خیلی سخت بود آقا.»
گفت: «تلاشی هم نکردی.»

گفتم: «گوسفندم آن‌ها را خورد!»
گفت: «تو که اصلاً گوسفند نداری.»
گفتم: «رفته بودم پارک، فوتبال بازی کنم.»
گفت: «تو که هیچ‌وقت اهل فوتبال نبوده‌ای!»

گفتم: «خیلی کار داشتم.»
گفت: «پس نشستی پای تلویزیون!»
گفتم: «مریض بودم. رفتم دکتر.»
گفت: «تو که تمام وقت پیش من بودی!»

آقا معلم همه‌ی بهانه‌های مرا می‌داند
دیگر نمی‌دانم چه کار کنم...
کلاه گذاشتن سر آقا معلم کار سختی است
آن هم معلمی که پدرت باشد!



عجایب

هفت گانه

عجیب
اما
باور کردنی

• پریسا برازنده

در دنیا چیزهای عجیب و غریب زیادی وجود دارند: جاهای عجیب، کارهای عجیب، موجودات عجیب، بناهای عجیب و... عجیب بودن چیزها برای انسان، یکی از زمینه‌های ایجاد شدن پرسش‌ها و پیشرفت علم بوده است. بعضی از ساخته‌های عجیب جهان به «عجایب هفت گانه» معروفند. فهرست عجایب هفت گانه حدود هزار سال پیش تهیه شده و این فهرست هنوز هم برای مردم جهان جالب است.

برای این که بدانید این بناهای عجیب چند سال پیش ساخته شده‌اند، عدد قبل از میلاد را با عدد سال میلادی کنونی جمع کنید.

سال قبل ۲۲۹۵ = (قبل از میلاد) ۲۸۰ + ۲۰۱۵

هرم جیزه

این هرم بزرگ که حدود پنج هزار سال پیش ساخته شده، آرامگاه خوفو (فرعون مصر) بود. ساخت هرم جیزه بیست سال طول کشید. «هرم جیزه» بزرگ‌ترین هرم در بین اهرام مصر است. این بنا قدیمی‌ترین و بزرگ‌ترین بنای فهرست عجایب هفت گانه است. ضمناً تنها بنای این فهرست است که هنوز باقی مانده است. این بنا، با سنگ‌های عظیمی ساخته شده است که با تریلرهای بسیار بزرگ قابل حمل هستند.



نیایشگاه آرتمیس

معبد آرتمیس در «افوسوس» ترکیه قرار دارد. این بنا ۱۰۰ ستون مرمری زیبا داشت که ارتفاع هر کدام از آن‌ها به ۱۵ متر می‌رسید. در این معبد، حوادث زیادی اتفاق افتاده است. این بنا ۶۰۰ سال پیش از میلاد ساخته شد و سال‌ها بعد، با آتش‌سوزی از میان رفت، بار دیگر ساخته شد و دوباره دچار آتش‌سوزی شد.



باغ‌های معلق بابل

این بنا حدود ۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح (ع) در بابل (عراق فعلی) ساخته شد.

باغ‌های معلق بابل از عجیب‌ترین بناهای جهان به شمار می‌رود که به دستور «بخت‌النصر» دوم پادشاه بابل ساخته شده است. می‌گویند این باغ‌ها زمانی ساخته شد که ملکه «آمیتیس» یعنی همسر ایرانی بخت‌النصر، دلتنگ درختان و گیاهان کشورش بوده و شاه برای شادی او دستور ساخت این باغ‌ها را صادر کرده است. گفته‌اند این باغ‌ها حدود ۲۲ متر ارتفاع داشته و به ابزارهایی مجهز بوده‌اند که آب را تا این ارتفاع بالا می‌برده است.



فانوس اسکندریه

ارتفاع این فانوس حداقل به اندازه‌ی یک ساختمان ۴۰ طبقه‌ی امروزی بوده و ۱۶ قرن پا برجا بوده است. برخلاف شش بنای عجیب دیگر، فانوس اسکندریه استفاده‌های عملی بسیار داشته است. این بنا به کشتی‌های دریانوردی کمک می‌کرد که اسکله‌ها را به راحتی پیدا کنند و با ایمنی کامل وارد آن شوند. این فانوس تا زمان ساخت «برج ایفل» بلندترین برج دنیا بود.



تندیس زئوس

ارتفاع این مجسمه در حدود ۱۲ متر بود. مجسمه‌ی زئوس ۸۵۰ سال در معبدی قرار داشت. تا هنگامی که یونانی‌ها آن را به استانبول منتقل کردند. بعد از مدتی هم مجسمه به آتش کشیده شد و از بین رفت.



آرامگاه ماسلوس هالیکارناسوس

این آرامگاه ۳۵۱ سال قبل از میلاد مسیح (ع) در یونان باستان بنا شد و سال‌ها بعد ساختمان اصلی آن به علت سیل از بین رفت. محل این آرامگاه در ترکیه‌ی فعلی است. ارتفاع این مقبره‌ی مرمری به اندازه‌ی یک ساختمان ۱۴ طبقه بود. این بنا در حدود ۱۷ قرن پا برجا بود و ۱۴۰۰ سال پس از میلاد، در اثر زلزله فرو ریخت.

غول رودس

این مجسمه، یک شاهکار برجسته‌ی معماری بود که در جزیره‌ی رودس ساخته شده بود. هیچ‌کس نمی‌داند این مجسمه شبیه چه کسی بوده یا دقیقاً در کجا قرار داشته است. احتمالاً این مجسمه در نزدیکی لنگرگاهی بنا شده بوده و پاهای مجسمه در دو طرف لنگرگاه قرار داشته است.



مناجات

خدایا صدایم بلند نیست. صدایم به گوش دیگران نمی‌رسد. ولی می‌دانم که تو صدایم را می‌شنوی. فاصله‌ی آسمان تا زمین زیاد است ولی تو همه‌جا هستی و می‌شنوی. چون من با دلم سخن می‌گویم. خدایا وجودم همیشه به تو وابسته بوده، هست و خواهد بود. پس وجودم را به تو می‌سپارم. خدایا قدم‌هایم کوتاه است، چون کودکم. ولی آرزوهایم بلند است. پس خدایا مرا با قدم‌هایم به سرانجام خوبی برسان. خدایا سلامتی را باز هم به من هدیه کن، مرا مثل شمع در پناه خودت روشن نگاه‌دار. خدایا صدایم کوتاه است، ولی نیازمندم. پس تو که صدای نیازم را می‌شنوی به فریادم برس. درسا افشارخمس، تهران

روزی که نامریی شدم!

یک روز صبح که می‌خواستم صورت‌م را بشویم، متوجه شدم خودم را توی آینه نمی‌بینم! خیلی ترسیدم. دویدم و رفتم پیش مادرم. می‌خواستم خودم را امتحان کنم. هول هولکی گفتم: «مادر صبحانه کجاست؟»

مادرم گفت: «تو اول بیا آشپزخانه بعد پیرس صبحانه کجاست!»

فکر کردم یا مرده‌ام یا نامریی شده‌ام! با خودم گفتم اگر مرده بودم که مادر صدای من را نمی‌شنید. مادرم دوباره گفت: «پسرم صبحانه حاضر است. بیا آشپزخانه!» گفتم: «آدم.»

خیلی ترسیده بودم. یعنی چه اتفاقی برای من افتاده بود؟ یادم نمی‌آمد دیشب اتفاقی برایم افتاده باشد. مادر با صدای بلندتری گفت: «حالا که آن‌قدر معطل می‌کنی باید بروی انجیر بجینی. بدو ببینم پسر!»

فکر کردم اگر مرده باشم که نمی‌توانم چیزی را لمس کنم. خدا خدا می‌کردم که همه چیز درست شود. رفتم کنار درخت انجیر حیاط. دستم را به طرفش دراز کردم. دستم به درخت خورد! خیلی خوشحال شدم. از درخت بالا رفتم. داشتم انجیر

می‌چیدم که یک زنبور نیشم زد. خیلی دردم گرفت. داد زدم آی! مادرم بیرون آمد و گفت: «تو که هنوز آن بالای!»

من از تعجب داشتم شاخ درمی‌آوردم که مادرم مرا می‌بیند. از درخت پایین آمدم و بدو رفتم جلوی آینه. دوباره می‌توانستم خودم را ببینم. خدا را شکر کردم. خیلی خوشحال بودم. بی‌خیال درد نیش زنبور!

عبدالجلال نظری از آق‌قلا (استان گلستان)



مهتا محمدی، کلاس ششم از نیم‌ور (استان مرکزی)

حکایت من

سلام بچه‌ها. می‌خواهم برایتان داستانی تعریف کنم. یک روز امیر در حیاط مدرسه قدم می‌زد. دید که مثل همه‌ی زنگ تفریح‌ها آرش و مجید دارند با هم حرف می‌زنند. امیر دوست داشت بداند آن‌ها چه چیزی به هم می‌گویند. به طرفشان رفت. اما همین که به آن‌ها نزدیک شد، مجید در گوش آرش چیزی گفت و هر دو ساکت شدند. امیر از این کار آن‌ها تعجب کرد. فکر کرد دارند درباره‌ی او حرف می‌زنند. از دستشان خیلی ناراحت شد و به کلاس برگشت. آن روز، امیر در این فکر بود که دوستانش درباره‌ی او چه حرفی می‌زدند. قبل از خواب تصمیم گرفت که دوستی‌اش را با آن‌ها تمام کند. چون کسی که پشت سر آدم حرف بزند، دوست خوبی نیست.

فردا امیر کار بد آرش و مجید را برای هم کلاسی‌هایش تعریف کرد. گفت که دیگر آن‌ها را دوست ندارد و نمی‌خواهد با آن‌ها حرف بزند. این حرف‌ها به گوش آرش و مجید رسید. آن‌ها با ناراحتی پیش امیر آمدند و گفتند چرا این کار را کردی؟ ما داشتیم در مورد تولد گرفتن برای تو حرف می‌زدیم. می‌خواستیم تو را غافل گیر کنیم. امیر از کارش پشیمان شد و عذرخواهی کرد. امیر تا چند روز بعد سعی می‌کرد چشمش به چشم دوستانش نیفتد. چون از آن‌ها خجالت می‌کشید.

یک روز صبح وقتی وارد مدرسه شد هیچ کدام از همکلاسی‌هایش را ندید. در کلاس را که باز کرد همه شروع به جیغ و داد کردند و هورا کشیدند. بچه‌ها برای او جشن تولد گرفته بودند.

آرزو صالحان، کلاس ششم از نیشابور

گلدان

من این خاطره‌ی زیبا را درباره‌ی همسر امام خمینی (ره) در یکی از کتاب‌ها خوانده‌ام و خیلی از آن خوشم آمد. آن را سر کلاس برای بچه‌ها خواندم و برای رشد دانش‌آموز هم می‌فرستم: یک روز رفتم خانه‌ی خانم. دو تا گلدون قشنگ روی طاقچه بود. خانم گفت رئیس جمهور یک کشور آفریقایی این را برای من سوغات آورده‌اند. گفتم خیلی قشنگ است. یکی را کنار عکس احمد آقا و دیگری را کنار عکس آقامصطفی گذاشته بودند. ناهار خوردیم. موقع خداحافظی ملک‌خانم از زیر چادرش یک نایلون سیاه را یواشکی زیر چادرم گذاشت تا کسی نفهمد. گفتم: «این چی است؟» گفت: «خانم گفته بده به مژگان.» گفتم: «این خانم چه قدر دست‌دل‌باز است. با یک کلام حرف من، گلدانشان را به من هدیه دادند!» بعداً زنگ زدم و تشکر کردم. کاملیا احسان‌پور، کلاس ششم از مشهد



شهرام امینی، کلاس چهارم از نیشابور

سرطان را به خانه راه ندهیم!

افزایش خطر

- خوردن نوشابه
- مصرف سوسیس و کالباس
- مصرف زیاد گوشت قرمز

کاهش خطر

- خوردن دو لیوان شیر در روز
- خوردن سبزیجاتی مانند کلم، گل کلم و کلم قمری.
- خوردن میوه‌جات و سبزیجات تازه
- خوردن میوه‌ها و سبزیجات قرمز و نارنجی که خاصیت ضد سرطانی دارند: مثل هویج، انبه، فلفل‌رنگی، گوجه‌فرنگی و....
- خوردن غذاهایی که «سویا» دارند.

عوامل خطرناک اما قابل پیشگیری که باعث سرطان می‌شوند:

نور خورشید

- قرار گرفتن در برابر نور مستقیم خورشید به مدت طولانی خطرناک است.
- نوعی از لامپ‌های کم‌مصرف هم همین خطر را دارند. (رشد دانش‌آموز به زودی مطلبی درباره‌ی بهداشت لامپ‌ها منتشر خواهد کرد.)



اضافه وزن و بی‌حرکتی

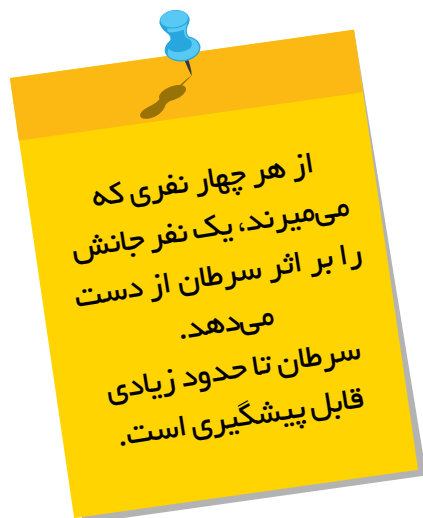
- چاقی یکی از زمینه‌های پیدایش سرطان است.
- ورزش، دشمن اصلی سرطان است. بنابراین بی‌حرکتی و نداشتن برنامه‌ی ورزشی منظم، زمینه را برای بیماری فراهم می‌کند.



سیگار

- تعداد زیادی از بیماران، به علت مصرف سیگار و قلیان دچار سرطان می‌شوند. کسانی هم که در کنار این افراد زندگی می‌کنند، از این بیماری در امان نیستند.





روش‌های خانگی برای پیشگیری از سرطان

از غذاهای کنسرو شده
استفاده نکنید.



از ماکروفر استفاده نکنید.



برای پختن غذا، از
ماهی‌تابه و قابلمه‌های
بهداشتی استفاده کنید.

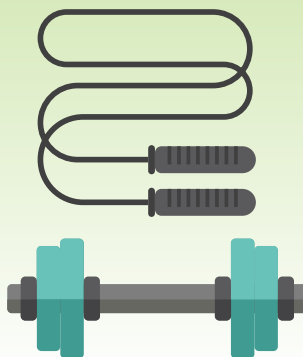


زندگی بیشتر و سالم‌تر

سعی کنید از جاهایی که دود
اتومبیل‌ها تراکم بیشتری دارد
دوری کنید.



فعال باشید و ورزش کنید.



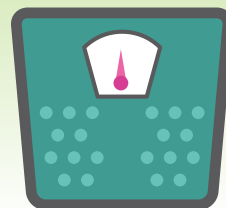
به بزرگ‌ترهایی که سیگار یا قلیان
می‌کشند بگویید: برای این‌که مدت
بیشتری با هم زندگی کنیم، دخانیات
را کنار بگذارید!



کاهش مصرف نوشیدنی‌های ناسالم



داشتن وزن مناسب



از غذاهای دریایی و سبزیجات و
میوه‌جات استفاده کنید.



از خوردن خوراکی‌های کارخانه‌ای
انواع سس‌ها و... خودداری کنید.



استفاده از
کرم ضدآفتاب



داستان

بیا با استفاده از هنر «پانتومیم» بازی کنیم! این قصه را با دقت بخوانید. هر جمله از قصه، به یکی از عکس‌هایی که می‌بینید، ربط دارد. عکس‌های درست را پیدا کنید. آن عکس‌ها با استفاده از پانتومیم، جمله را نمایش داده‌اند. البته برای این که کار سخت شود، چند عکس نامربوط هم به مجموعه اضافه شده است. عکس‌های قصه، به ترتیب کدام‌ها هستند؟

عکس درست
را پیدا کنید.



درخت

قصه‌ی درخت

سردش بود. درخت را قطع کرد. آن را سوزاند. خودش را گرم کرد. هوا گرم‌تر شد... خیلی گرم! او دیگر سایه‌ای برای خنک شدن نداشت. نور خورشید چشمش را زد و پوستش را سوزاند.



با سپاس از: حامد نصر آبادی

شماره‌ی تصاویر درست به ترتیب: ۸-۶-۵-۱۰-۱

آفریقای جنوبی

سرزمین رنگین کمان



• اعظم اسلامی، محمدعلی متقی

آفریقای جنوبی کشوری است که سه پایتخت دارد. این کشور در جنوبی‌ترین قسمت قاره‌ی آفریقا قرار دارد. آفریقای جنوبی بیست و پنجمین کشور دنیا از نظر وسعت است. نکته‌ی جالب‌تر این است که این کشور، در خودش یک کشور دیگر دارد. کشور «لسوتو» درون کشور آفریقای جنوبی جا دارد!

به خاطر فرهنگ‌های متفاوتی که در آفریقای جنوبی وجود دارد، به این کشور «سرزمین رنگین کمان» می‌گویند. در آفریقای جنوبی سیاه‌پوستان، سفیدپوستان و رنگین‌پوستان در صلح و صفا در کنار هم زندگی می‌کنند.

آب و هوا

ممکن است بعضی‌ها فکر کنند آفریقای جنوبی آب‌وهوایی گرم و سوزان دارد. اما آب‌وهوای این کشور معتدل است. البته به علت همسایگی با اقیانوس‌های «اتلس» و «هند» و نزدیک بودن به قطب جنوب، آفریقای جنوبی سرزمین جنگل‌های داغ و پررطوبت نیست، بلکه کشوری است با دشت‌های سبز و پهناور.

کشورهای نیم‌کره‌ی جنوبی زمین، آب‌وهوایی متفاوت با نیم‌کره‌ی شمالی دارند. یعنی وقتی در نیم‌کره‌ی شمالی زمین فصل تابستان است در نیم‌کره‌ی جنوبی فصل زمستان است و برعکس!... به خاطر همین فصل‌های کشور آفریقای جنوبی، مخالف فصل‌های کشور ما ایران است.



گیاهان و جانوران

بیشتر گیاهان کره‌ی زمین را می‌توان در آفریقای جنوبی یافت. این کشور حیوانات بسیار گوناگونی نیز دارد. جاندارانی مثل فیل، شیر، پلنگ، کرگدن، گاومیش، نهنگ، کوسه‌ی سفید، دلفین، نیزه‌ماهی و ماهی‌تن، در آفریقای جنوبی زندگی می‌کنند.

پنگوئن‌های آفریقای جنوبی

یک نوع پنگوئن معروف به «پاسیاه» که صدایی شبیه الاغ دارد، در آفریقای جنوبی زندگی می‌کند. پنگوئن‌ها در سواحل سنگی شهر «کیپ‌تاون» زندگی می‌کنند. این پنگوئن‌ها لانه‌ی خود را در داخل زمین می‌سازند. آن‌ها هر بار دو تخم می‌گذارند. پدر و مادر هر دو با هم از تخم‌ها مراقبت می‌کنند.



انسان‌های اولیه در آفریقای جنوبی

تعدادی از قدیمی‌ترین آثار باستانی جهان در آفریقای جنوبی کشف شده‌اند. انسان‌های اولیه حدود دو میلیون سال قبل در آفریقای جنوبی زندگی می‌کرده‌اند. دانشمندان می‌گویند انسان‌ها نخست در آفریقا بوده‌اند و بعدها از قاره‌ی آفریقا به جاهای دیگر مهاجرت کرده‌اند.



قبیله‌ها

در این کشور قبیله‌های مختلفی زندگی می‌کنند. یکی از پرجمعیت‌ترین قبایل آفریقای جنوبی، قبیله‌ی «زولو» است. زولوها از قدیم به کشاورزی مشغول بوده‌اند. مردمان این قبیله، هنوز از پوست حیوانات و گیاهان به عنوان لباس استفاده می‌کنند.

دیدنی‌های آفریقای جنوبی

● شبه جزیره‌ی کیپ‌تاون



● پارک ملی «کروگر» که یکی از معروف‌ترین پارک‌های وحش در جهان است.



● کوازولو نتال (کرانه‌های زیبای اقیانوس هند)



جشن‌ها

مردم آفریقای جنوبی علاقه‌ی زیادی به شادی و جشن دارند. به خاطر همین به مناسبت‌های گوناگون جشنواره و مسابقه برگزار می‌کنند.

مسابقه‌ی کیپ آرگوس: این مسابقه بزرگ‌ترین مسابقه‌ی دوچرخه‌سواری جهان است و هر سال در اسفند ماه برگزار می‌شود. ده‌ها هزار نفر از مردم آفریقای جنوبی در این مسابقه شرکت می‌کنند.

جشنواره‌ی هابی اکس: در اسفند ماه و خرداد برگزار می‌شود و صنایع دستی و سرگرمی‌های آفریقای جنوبی را به نمایش می‌گذارند.

ماراتون بین دو اقیانوس: مسابقه‌ی دوی استقامت که هزاران دوندۀ و تماشاچی در آن شرکت می‌کنند.

نمایش کیپ گودفورت: جشنواره‌ی آشپزی که در اردیبهشت ماه هر سال برگزار می‌شود و آشپزهای معروف در آن غذا می‌پزند.

جشنواره‌ی او بی زی: در آغاز تابستان برگزار می‌شود. این جشنواره بچه‌ها را با قصه‌خوانی، آواز و بازی، سرگرم می‌کند.



راه و بی راه

چگونه به سلامت، رفت و آمد کنیم؟



روش عبور از خیابان

● ابتدا مکانی امن برای رد شدن از خیابان پیدا کنید.

- شما نباید ناگهان از پشت اتومبیل‌هایی که کنار خیابان پارک شده‌اند، بیرون بپرید.
- جایی بایستید که راننده‌ها شما را خوب ببینند. در آن طرف خیابان هم باید راه برای رسیدن به پیاده‌رو باز باشد.
- همیشه از پل‌های هوایی یا زیرگذر یا محل‌های خط‌کشی شده‌ی مخصوص عابر پیاده استفاده کنید.
- اگر هیچ کدام از این‌ها در اختیار تان نبود، از باریک‌ترین قسمت خیابان برای رد شدن استفاده کنید.
- از جاهایی که عرض خیابان با گذاشتن مانع، تقسیم شده است عبور کنید.

کجا با این عجله؟!



• قبل از عبور از خیابان، چند لحظه بایستید. اوضاع را کمی بررسی کنید. با این کار، رانندگان هم شما را می‌بینند و بهتر تصمیم می‌گیرند.

• برای عبور از خیابان، هر دو طرف را خوب نگاه کنید و به صداها خوب گوش کنید.

• اگر اتومبیلی می‌آمد، اجازه بدهید که رد شود. به هر طرف نگاه کنید. هرگز از خیابان عبور نکنید مگر وقتی که بین شما و اتومبیل‌ها فاصله‌ی کافی وجود داشته باشد و زمان کافی هم برای عبور در اختیار باشد.

کوتاه‌ترین راه



• وقتی خطی وجود نداشت، مستقیم از عرض خیابان رد شوید ولی هرگز ندوید. یادتان باشد مستقیم بروید. چون خط مستقیم کوتاه‌ترین راه است. موقع عبور، باز هم خوب نگاه کنید.

• همیشه مواظب موتورسیکلت‌هایی که از بین اتومبیل‌ها حرکت می‌کنند باشید.

عبور از رودخانه

● اعظم لاریجانی

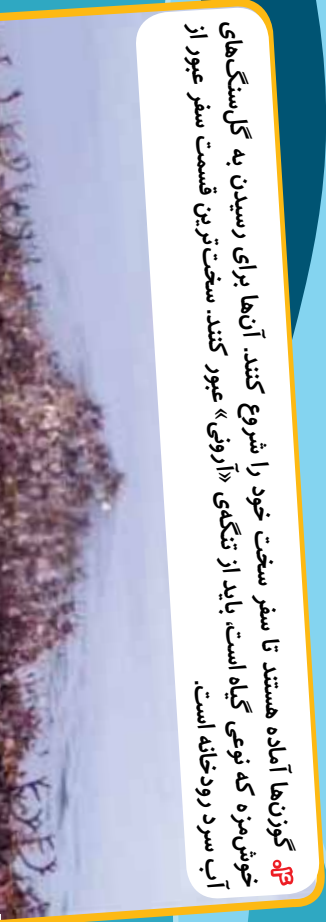
گاهی جانوران برای این که در مسیر درست پیش بروند، به کمک انسان احتیاج دارند. انسان با استفاده از هوش و آینده‌نگری، علاوه بر این که مشکلات خود را حل می‌کند به جانوران هم یاری می‌رساند.



● «هلن» از خانواده‌ای با شغل چوپانی است. او باید گله را آمادگی حرکت کند. باید گله را به جایی ببرد که غذا وجود داشته باشد.



● این جزیره‌ی «آرونی» در شمال کشور «نروژ» است. سه‌هزار «گوزن شمالی» در تمام طول تابستان، در این جا چریدند. اما بالاخره زمستان می‌رسد و دیگر غذایی پیدا نمی‌شود.



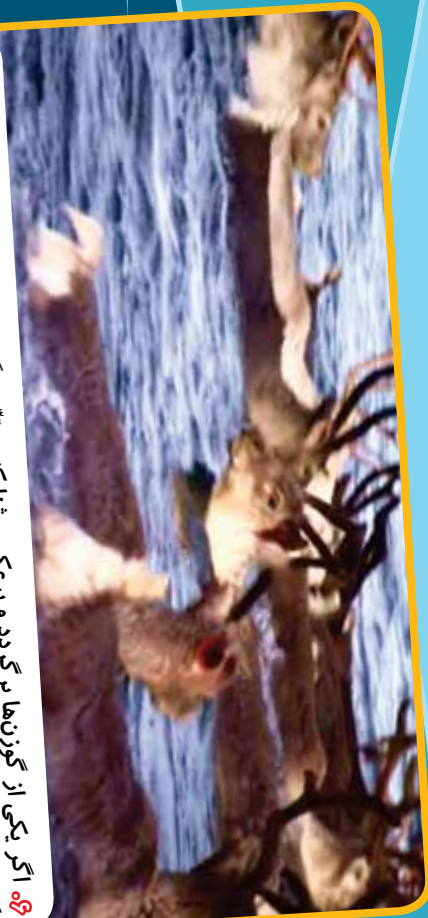
● گوزن‌ها آماده هستند تا سفر سخت خود را شروع کنند. آن‌ها برای رسیدن به گل‌سنگ‌های خوش‌مزه که نوعی گیاه است، باید از تنگه‌ی «آرونی» عبور کنند. سخت‌ترین قسمت سفر عبور از آب سرد رودخانه است.



چوپانان به کمک هم، گله را به گروه‌های کوچک تقسیم می‌کنند و به آن‌ها دارو می‌دهند. گوزن‌ها نباید در طول این سفر طولانی، بیمار شوند. گله باید ۴۵۰ کیلومتر راه را طی کند تا به مقصد برسد.



«هلن» در تمام طول راه، همراه گوزن‌هاست، او باید با چشم باز، مراقب اوضاع باشد.



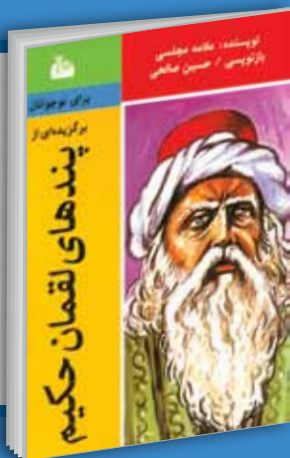
اگر یکی از گوزن‌ها بر گردد و برعکس شنا کند، بقیه‌ی گوزن‌ها هم از او تقلید خواهند کرد. اگر این مشکل پیش بیاید، هدایت گله بسیار سخت خواهد بود. وای... یکی از بچه گوزن‌ها دارد در خلاف جهت شنا می‌کند.



«هلن» به بچه گوزن کمک می‌کند و او را به مسیر درست برمی گرداند.



بعد از یک ساعت شنا در آب‌های سرد، بالاخره گله به خشکی می‌رسد. قسمت خطرناک و سخت سفر به پایان رسیده است.



چوپان کوچک

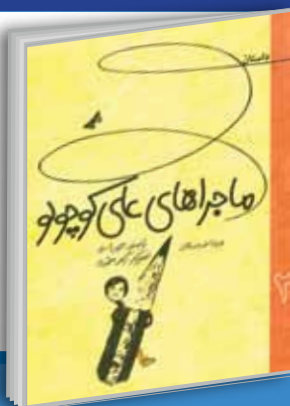
- داستان بلند
- نویسنده: عبدالرحمان اونق
- ناشر: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۷۲۱۲۷۰
- ۰۲۱-۸۸۷۱۵۵۴۵

برگزیده‌ای از پندهای لقمان حکیم

- آموزش حکمت و اخلاق
- نویسنده: علامه مجلسی (ره)
- بازنویسی: حسین صالحی
- ناشر: پیام آزادی
- چاپ ششم: ۱۳۸۹
- تلفن: ۰۲۱-۳۳۹۰۵۵۱۵

ماه روی صندلی

- شعر
- شاعر: عباس تربین
- تصویرگر: راشین خیریه
- ناشر: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۷۲۱۲۷۰
- ۰۲۱-۸۸۷۱۵۵۴۵



دنیای شگفت‌انگیز بازی با سایه

- آشنایی با بازی‌ها و سرگرمی‌های سایه‌ای
- گردآوری و تنظیم: امیر قشقایی
- ناشر: نشر نخستین
- تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۱۸۹۷۹

ماجراهای علی کوچولو

- داستان‌های کوتاه
- نویسنده: مجید راستی
- تصویرگر: نرگس محمدی
- ناشر: به‌نشر (آستان قدس رضوی)
- چاپ سوم: ۱۳۹۱
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۶۰۶۲۰

دختران علیه دختران

- داستان بلند
- نویسنده: مصطفی خرامان
- ناشر: افق
- چاپ سوم: ۱۳۹۲





علی اکبر صنعتی

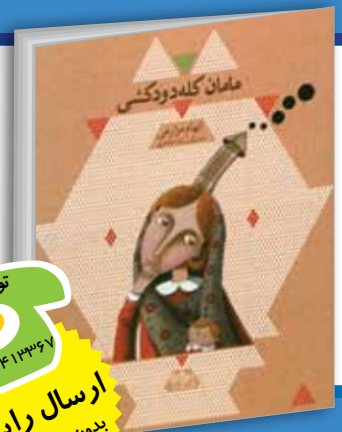
- شرح زندگی استاد علی اکبر صنعتی (مجسمه ساز)
- نویسنده: محمدرضا یوسفی
- تصویرگر: فاطمه رادپور
- ناشر: انتشارات مدرسه
- چاپ پنجم: ۱۳۹۲
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۰۰۳۲۴

قایق های کاغذی

- داستان
- نویسنده: عبدالمجید نجفی
- تصویرگر: نسیم خواجوی
- ناشر: منادی تربیت
- چاپ چهارم: ۱۳۹۱
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۹۴۲۹۲

قصه هایی از حضرت محمد (ص)

- مجموعه ی زندگی نامه ی داستانی
- روایت: محمدرضا سرشار
- تصویرگر: سید حسام الدین طباطبائی
- ناشر: قدیانی
- تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۰۴۴۱۰



آخرین پرواز

- داستان تخیلی
- نویسنده: محمدرضا یوسفی
- تصویرگر: مرضیه رزاقی مدنی
- ناشر: دانش نگار
- تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۰۲۲۰
- ۶۶۴۰۰۱۴۴

توتو، مرغ ممتاز شماره ی یک

- داستان
- نویسنده: فاطمه فروتن اصفهانی
- تصویرگر: الهام کاظمی
- ناشر: به نشر (انتشارات آستان قدس رضوی)
- تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۶۰۶۲۰

مامان کله دودکشی

- داستان
- نویسنده: الهام مزارعی
- تصویرگر: لیدا طاهری
- ناشر: افق



اثر انگشت

یکی از عجایب خلقت این است که خداوند بزرگ، اثر انگشت هیچ انسانی را شبیه دیگری نیافریده است. با این حال کارشناسان، اثر انگشت‌ها را دسته‌بندی کرده‌اند. بعضی اثر انگشت‌ها ممکن است در یک دسته قرار بگیرند اما همیشه تفاوت‌های کوچکی با هم دارند.

دسته‌بندی اثر انگشت

کارآگاهان اثر انگشت‌ها را به سه گروه اصلی تقسیم می‌کنند: کیسه‌ای، مارپیچی، کمائی.

کیسه‌ای

خط‌های روی انگشت به این شکل کنار هم قرار گرفته‌اند. ممکن است سر کیسه به سمت راست باشد و یا به سمت چپ.



● دایره‌ها در جهت انگشت کوچک خم شده‌اند.

● دایره‌ها در جهت انگشت شست خم شده‌اند.

● ترکیبی از خط‌های دایره یا بیضی شکل.

● مارپیچی است که در وسط خط‌های کیسه‌ای دیگر قرار دارد.

● دو مجموعه خط‌های کیسه‌ای که در دو جهت مختلف در کنار هم قرار دارند.

مارپیچ

در دسته‌ی مارپیچ، خطوط این حالت را نسبت به هم دارند. (به قسمت وسط توجه کنید)



تفاوت‌ها

شکلی که نمی‌تواند در هیچ یک از گروه‌های دیگر قرارش داد. این گروه ممکن است ترکیبی از دو یا تعداد بیشتری شکل ساخته شده باشد.





• بیشتر شبیه یک تپه‌ی کوتاه است.



• شبیه به یک تپه‌ی بلند و نوک تیز است.



کمانی

در اثر انگشت کمانی، خط‌ها مثل چند کمان روی هم قرار دارند.



بیشتر
اثر انگشت‌های
مردم جهان کیسه‌ای
است. مقداری مارپیچی،
کمی هم کمانی و
بقیه اثر انگشت‌های
کمیاب هستند.

یک بازی کارآگاهی

کسی که نقش کارآگاه دارد، از اتاق بیرون می‌رود. یک نفر، اثر انگشت خود را روی چیزی می‌گذارد. حالا نوبت کارآگاه است که با ابزار انگشت‌نگاری، او را پیدا کند (در شماره‌ی قبل انگشت‌نگاری را به شما آموزش داده‌ایم). او باید با مشخص کردن نوع اثر انگشت بر جا مانده و مقایسه‌ی آن مجرم را پیدا کند.



شوخی!

بازی غیر ممکن!

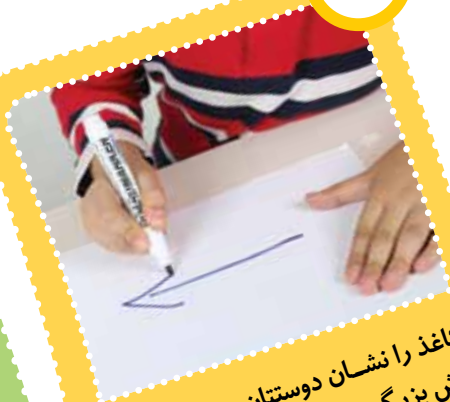
• حسین شاهوردی

در این بازی شما یک فلش روی کاغذی می کشید و سپس، بدون دست زدن به کاغذ جهت فلش را عوض می کنید!... به نظر غیر ممکن می آید مگر نه؟ اما این کار امکان پذیر است!

چیزهایی که لازم دارید:

- کاغذ
- قلم مائیک برای کشیدن فلش
- یک لیوان
- یک پارچ آب

۱



کاغذ را نشان دوستان بدهید و یک فلش بزرگ روی آن رسم کنید.

۲



از دوستان بپرسید آیا می تواند جهت فلش را بدون این که به کاغذ دست بزند تغییر دهد؟

۳



وقتی نتوانست این کار را انجام دهد، ورق کاغذ را پشت لیوان خالی نگه دارید، تا این مرحله، هنوز جهت فلش تغییر نکرده است.

دوباره ورق کاغذ را پشت لیوان (با فاصله‌ی مناسب) نگه دارید. حالا می بینید که فلش تغییر جهت می دهد و دوستان حیرت می کنند!



۵

حالا مقداری آب توی لیوان بریزید.



۴

وقتی کاغذ را به لیوان نزدیک می کنید و به دوستان نشان می دهید، فلش به همان جهت قبلی اش بر می گردد.



۶

پدیده‌ی شکست نور:

علّت تغییر جهت فلش، این است که لیوان پر از آب، مانند یک عدسی محدّب عمل می کند. یعنی باعث می شود که تصویر فلش بر اساس پدیده‌ی «شکست نور» تغییر جهت بدهد.





جابه جایی رکورد

«آرمان صیدی» شناگر نوجوان کرمانشاهی در رقابت‌های بین‌المللی شنای «دوبی» حضور یافت، او در این رقابت‌ها توانست در ۱۰۰ متر قورباغه به مقام اول دست یابد. آرمان در ماده‌ی ۲۰۰ متر قورباغه هم مقام دوم را کسب کرد. آرمان همچنین دو رکورد رده‌ی سنی نوجوانان (در رقابت‌های شنای مسافت کوتاه) را جابه‌جا کرد.

تخته‌ی استارت چیست؟

در دوهای ۴۰۰ متر و کمتر از آن، دوندگان از تخته‌ی استارت استفاده می‌کنند. آن‌ها با حالت مخصوصی پاهایشان را روی تخته‌ی استارت قرار می‌دهند و آماده‌ی حرکت می‌شوند. تخته‌ی استارت به دوندگان کمک می‌کند که دویدن را با شتاب بیشتری آغاز کنند. تخته‌ی استارت در سال ۱۹۳۷ میلادی اختراع شد.



بازدید قبل از حرکت

از مهم‌ترین نکات استفاده از دوچرخه بازرسی آن قبل از حرکت است. همیشه قبل از سوار شدن به دوچرخه، قسمت‌های مختلف آن را بازرسی کنید و مطمئن شوید که درست کار می‌کنند. باد لاستیک‌ها و سالم بودن ترمزها حتماً باید بررسی شوند. هنگام دوچرخه‌سواری حتماً باید از کلاه ایمنی استفاده کرد.

دانش آموز کونگ فو کار



«معین بیک محمدلو» دانش آموز کرجی، دو مدال طلای مسابقات کونگ فو در مسابقات کشور را به نام خود ثبت کرد. او با برنامه ریزی دقیق برای تمرین، به باشگاه می رود و درس و مدرسه را هم به خوبی دنبال می کند.

پرافتخارترین قهرمان بازی های المپیک



«مایکل فلیس» دارنده ی ۲۲ مدال المپیک و پرافتخارترین قهرمان تاریخ این بازی هاست. او در سن ۱۹ سالگی در بازی های المپیک ۲۰۰۴ یونان توانست هشت مدال طلا بگیرد. او در این المپیک در هشت رشته ی شنا رقابت کرد و با کسب مدال طلا در هر هشت رشته، بزرگ ترین قهرمان مسابقات المپیک شد.

سپک تاکرا

در ورزش «سپک تاکرا» دو تیم دو یا سه نفره در زمینی مستطیل شکل که در وسط آن توری نصب شده است به رقابت می پردازند. بازیکنان هر تیم برای کسب امتیاز سعی می کنند با پاهایشان توپ را طوری از روی تور عبور دهند که در زمین حریف بخوابد. هر ست در این بازی ۲۱ امتیاز دارد. تیمی که دو ست برنده شود، پیروز نهایی بازی است.



افقی

۱. کشیده می‌شود - خواهر مامان - حواس پرت
۲. مجرای تنفسی - خشک و بی‌آب و علف - چه وقت؟
۳. درود - ماهی درنده
۴. طغیان آب - تکیه - موهای فر ریز
۵. تعجب خانم‌ها! - میوه نخل - پوشش کتاب و نشریات
۶. ناخن چهارپایان - طلا - واحد پول قدیمی ایران
۷. امر به ماندن - مخفف جمشید - بالا آمدن آب دریا
۸. دوست و همدم - شاعر قرن هفتم - بالا رفتن دمای بدن
۹. طول عمر - زیاد نیست - درخت مو
۱۰. از سبزیجات معطر - یک عضو مشترک هم در اتومبیل و هم در بدن آدم‌ها
۱۱. او - وسیله‌ای برای کوبیدن خوراکی‌ها - پرنده‌ی سه‌حرفی
۱۲. روشنائی - جانشین - ضمیر اشاره به دور.

عمودی

۱. از روش‌های نگهداری غذا - از آثار باستانی کرمانشاه
۲. لباس سر یا گردن! - زمین نیست - تو به انگلیسی
۳. گل خوشبو - خزنده‌ی گزنده
۴. بر سرش چکش می‌زنند - بلندی‌های زمین
۵. مایع حیات - همراه ترس! - از استان‌های کشورمان
۶. بعضی‌ها در آن فرو می‌روند - محلّ مراجعه - آن‌را نفس می‌کشیم
۷. موجود ترسناک - زمان - ساز چوپان
۸. آیین و آداب - ذکر و خاطره
۹. کار خلاف قانون - حشره‌ایی که نماد چسبندگی است!
۱۰. اولین عدد یک رقمی - تولد - میزان گرمی و سردی
۱۱. در رفتن یواشکی! - دلیل.



۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
											۱
											۲
											۳
											۴
											۵
											۶
											۷
											۸
											۹
											۱۰
											۱۱
											۱۲

