

پسرک و دانشمند پیر

روزی دانشمند پیر و پسر بچه‌ای، در کنار برکه‌ای نشسته بودند. هر کدام از آن‌ها، سنگی به داخل آب انداختند. دانشمند پیر گفت: «وقتی سنگ به داخل آب می‌افتد، موج‌های زیبای دایره شکلی درست می‌شود.»

پسر گفت: «اما من دوست دارم بدانم چرا موج‌های مربع شکل درست نمی‌شود!» دانشمند پیر، پسرک را تشویق کرد و چند کتاب به او جایزه داد. بعد گفت: «تو روزی دانشمند بزرگی خواهی شد. دانشمندان حقیقی، هرگز از این نمی‌ترسند که پرسش‌هایشان، خنده‌دار، بی‌معنا یا عجیب به نظر برسد. روزی کسی پرسید که چرا آهن گداخته، سرخ می‌شود؟... کسی پرسید چرا بچه به پدر و مادرش شباهت دارد؟... کسی پرسید چرا سیبی که از درخت می‌افتد، به طرف پایین می‌آید... امروز هر کدام از ما سنگی به داخل برکه انداختیم. من طبق عادت، از دیدن موج‌های دایره‌ای شکل، لذت بردم. اما تو چیزی پرسیدی که پیدا کردن جوابش احتیاج به فکر دارد. امروز من مثل یک آدم معمولی رفتار کردم و تو مثل یک دانشمند.»

شبه‌داش آموز

• تصویرگر: عاطفه ملکی‌جو



به کدام باشگاه برویم؟

۱۲



کجا را باید شست؟!

۱۰

۸

جاده‌ها



۲۰

آتش فشان



۲۲

چشم دیدنت را دارم!

۳۰

سرگرمی



۳۲

جدول

۲۸

اگر به زُم بیایی...





بازگشایی مدارس

باز، اولین روز مدرسه می آید و من دل توی دلم نیست.
آیا باز من با مهربانی و دوستی همکلاس می شوم؟
کاش دلسوزی و محبت، امسال شاگرد اول شود!

۱ مهر

ولادت امام موسی کاظم (ع)

- چشم، کلید هر بدی است.
- هر کس پدر و مادر خود را اندوهگین کند، ناسپاسی کرده است.



۷ مهر

بزرگداشت فرماندهان شهید دفاع مقدس

روز آتش نشانی

در روز هفتم مهر سال ۱۳۵۹، وقتی دشمن بعثی با هواپیماهایش به پالایشگاه آبادان حمله کرد، آتش نشانیان این شهر و شهرهای اطراف، برای مهار کردن آتش به پالایشگاه رفتند. همان موقع، هواپیماهای دشمن دوباره پالایشگاه را بمباران کردند و تعداد زیادی از آتش نشانیان به شهادت رسیدند. این روز برای یادآوری فداکاریهای آتش نشانیان میهن عزیزمان، روز آتش نشانی نام گرفت.

۸ مهر

روز بزرگداشت مولانا، جلال الدین محمد بلخی،

شاعر بزرگ ایران

در آبگیری سه ماهی زندگی می کردند. روزی دو ماهی گیر از راه رسیدند و تا ماهی ها را دیدند، تورشان را برای صید آنها آماده کردند. پیش از آن که آنها تورشان را به آبگیر بیندازند، ماهی عاقل با سختی و تلاش زیاد از آبگیر فرار کرد و به دریا رسید.

ماهی نیمه عاقل وقتی دید که صیادها برگشته اند و تورشان را در آب انداخته اند، خودش را به مردن زد. صیادها او را گرفتند اما چون دیدند که مرده او را بر خاک انداختند. او هم با زحمت زیاد خودش را به آب رساند و فرار کرد.

اما ماهی سوم که بی عقل بود، همچنان در آبگیر مانده بود و نمی دانست چه کار کند. او توی تور افتاد و خوراک صیادها شد. حکایتی از مثنوی معنوی، بازنویسی شده به نثر

۱۰ مهر

روز سالمندان

پیرزن، در ایوان خانه اش به خواب رفته بود. روبه روی ایوان، جنگلی بود. از بین درختان جنگل، رودخانه ای عبور می کرد که صدای زیبایش از دور به گوش می رسید. غروب ها همین صدای زیبا، مثل لالایی پیرزن را به خواب می برد. یک شب، بین خواب و بیداری، پیرزن صدای بال زدن کبوتری را هم شنید. پیرزن منتظر بود که کسی به دیدنش بیاید. نوه اش «افسون» هر غروب می آمد و روی همین ایوان برایش کتاب می خواند. پیرزن، باز چشم باز کرد و نگاهی انداخت. افسون هنوز نیامده بود...

«الاکلنگ کودکی» نوشته ی محمد رضانی، انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

۵ مهر

روز روستا و عشایر

در سال های قبل، پانزدهم مهر فقط روز روستا بود اما از امسال، این روز مخصوص عشایر کشورمان هم هست. عشایر به گروه هایی از مردم می گویند که یک خانواده ی بزرگ به نام «ایل» را تشکیل می دهند. عشایر بیشتر از راه دامداری و دامپروری زندگی می کنند و محل زندگی آنان با «کوچ» تغییر می کند. بعضی از عشایر کوچ می کنند و به «بیلاق» و «قشلاق» می روند و بعضی ها هم یک جا می مانند و فقط دام هایشان را کوچ می دهند.

عشایر نقش مهمی در تولید گوشت و لبنیات مورد نیاز جامعه دارند و هنرهای آنان هم دوست داشتنی است.



دختر گفت: تشنه‌ام عموجان... آب می‌خواهم.
پرچم‌دار سرش را تکان داد و گفت: برایت آب می‌آورم.
همین‌جا منتظرم باش.

بار دیگر مشکی برداشت. سوار بر اسبش شد و به طرف رود آب شیرین رفت. دشمن دوباره جلویش را گرفت. پرچم‌دار به فرماندهی سپاه دشمن گفت: تمام یاران و جوانان خانواده‌ی مرد آزاده را کشته‌اید، فقط زن‌ها و کودکان باقی مانده‌اند که از تشنگی جگرشان آتش گرفته. می‌خواهم کمی آب برای آن‌ها ببرم.

فرمانده حرفی نزد. یکی از دستیارانش گفت: اگر همه‌ی زمین پر از آب شود، حتی قطره‌ای از آن را به شما نمی‌دهیم.
پرچم‌دار نمی‌خواست دست خالی برگردد. نمی‌خواست نگاهش با مشک خالی به خیمه‌ها بیفتد... به جایی که دختر مرد آزاده، چشم انتظارش بود... در انتظار جرعه‌ای آب...
از کتاب امام حسین (ع)، نوشته‌ی فریبا کلهر، انتشارات به‌نشر

۲۳ مهر

شهادت امام زین‌العابدین (ع)

- کسانی برای این دنیای زودگذر و فانی تلاش می‌کنند و خون دل فراوان می‌خورند... اما آخرت را که باقی و ابدی است، فراموش کرده‌اند.
- بهترین کلید برای کارها، صداقت و راستی است.
- بهترین مردمان کسی است که فرمان خداوند را اجرا کند.

۲۴ مهر

روز ناینیان



تصویرگر: عاطفه فتوحی

۱۶ مهر

روز جهانی کودک



۲۰ و ۲۱ مهر

تاسوعا و عاشورای حسینی

روز مبارزه‌ی بزرگ، یارانِ مردِ آزاده به میدان رفتند و شهید شدند. خانواده‌ی مردِ آزاده هم به میدان رفتند و شهید شدند. پرچم‌دار دید که دیگر یآوری برای مردِ آزاده باقی نمانده است. نگاهش به طرف خیمه‌ها پر کشید. کسی از شکاف خیمه او را نگاه می‌کرد. پرچم‌دار دید که دو چشم درخشان از دور با او حرف می‌زنند. پرچم‌دار جلو رفت و دخترِ مردِ آزاده را دید. پرسید: با من کاری داری عموجان؟

تلاش

اگر تلاش و کوشش را زیبا می‌دانی، باید از تلاش و کوشش دیگران هم لذت ببری. این طوری، تو هم بیشتر تلاش می‌کنی.



تلاش ما، حق ما

مهتاب داشت برای مادرش درددل می‌کرد. می‌گفت که من در مدرسه، نمره‌هایی را که حقم بوده، نگرفته‌ام. هنوز بچه‌ها نمی‌دانند من چه کارهایی بلدم. مادر مهتاب را نوازش کرد و گفت: «اگر حق خودت را می‌خواهی، باید برایش تلاش کنی. پیش از آن که ما تلاش کرده باشیم، حق وجود ندارد. مهم‌ترین بخش حق ما، همان تلاش ماست.»
امیرالمؤمنین (ع) فرمودند: حق، جز با تلاش و کوشش به دست نمی‌آید.

چه کسی نا توان می‌شود؟

یک روز که شیدا حسابی از کارهای مدرسه و خانه خسته شده بود، به مادرش گفت: «مامان... چرا ما باید برای هر چیزی این همه زحمت بکشیم؟... کاش همه چیز آماده بود تا ما به راحتی از آن‌ها استفاده می‌کردیم!»

مادر برای خودش و شیدا شیر و خرما آورد و جواب داد: «راحتی زیاد، آدم را ناتوان و خودخواه می‌کند. اشکالی ندارد که ما کارها را برای خودمان و دیگران راحت کنیم. اما همین راحتی هم با تلاش به دست می‌آید. اگر ما از جاروبرقی به جای جاروی دستی استفاده می‌کنیم، به خاطر این است که وقتمان کمتر گرفته شود و بتوانیم یک کار مفید دیگر بکنیم.»

امام صادق (ع) فرمودند: خداوند همه‌ی چیزهای ضروری را برای انسان آفریده است. اما انسان باید برای داشتن آن‌ها تلاش و حرکت کند. اگر تمام نیازهای انسان حاضر و آماده می‌بود زندگی برای او تلخ می‌شد.





حوصله

مرضیه اشک‌های خاتون را دید و از او پرسید که چرا ناراحت است... خاتون گفت: «من برای کاردستی‌ام به اندازه‌ی کافی وقت نگذاشتم و حالا از نتیجه‌ی کارم اصلاً راضی نیستم.»

مرضیه گفت: «مهم این است که خودت این را فهمیده‌ای. از این به بعد، می‌دانی که برای رسیدن به چیزی که دوست داری، باید با حوصله کار کنی.»

امام علی(ع) فرمودند: از دست دادن فرصت‌ها میوه‌ای دارد که همان پشیمانی است.

کمک به مردم

در آن محله همه به آقامحسن احترام می‌گذاشتند. آقامحسن دلسوز همه‌ی اهل محل بود. هر کار و کمکی که از دستش بر می‌آمد، برای مردم می‌کرد. به خاطر همین مردم هم او را دوست داشتند و کمکش می‌کردند. این بود که آقامحسن همیشه خوشحال و سر حال بود.

حضرت علی بن الحسین(ع) فرمودند: هر کس نیاز کسی را برآورده کند، گویی پیامبر خدا(ص) را شادمان ساخته است.

منابع: نهج البلاغه، توحید مفضل، الزهد، اصول الکافی، تحف العقول، الصحیفه العلویه و التحفه المرتضویه، غرر الحکم و درر الکلم، مصباح الشریعه



احساس خوب

مقداد گاهی در خانه غذا درست می‌کند. وقتی به حمام می‌رود، خودش لباس‌های زیرش را می‌شوید. کفش‌های خودش و مامان و بابا را هم واکس می‌زند. مقداد می‌گوید: «وقتی خودم کاری را انجام می‌دهم، احساس خیلی خوبی دارم... وقتی خودم کاری را برای خودم انجام می‌دهم، دیگر نگران نیستم که دیگران برایش آن کار را می‌کنند یا نه.»

امام صادق(ع) فرمودند: زحمت کشیدن برای به دست آوردن نعمت‌ها، باعث می‌شود که آن نعمت‌ها باقی بمانند.



زبان عربی

بابا دوست داشت زبان عربی یاد بگیرد اما با آن همه کار و گرفتاری، نمی‌توانست به کلاس برود. او گفت: «پسر من... تا جوانی و وقت آزاد داری برای به دست آوردن مهارت‌ها، زحمت بکش. حالا که هنوز مسئولیت‌های سنگین زندگی گرفتارت نکرده، از وقت‌هایت برای یاد گرفتن هر چیز مفید استفاده کن.»

حضرت امیرمؤمنان(ع) فرموده‌اند: پیش از آن که فرصت‌ها از دست برود، از معدن دانش، استخراج کنید.



نماز حقیقی

هنگام نماز، دنیا را و هرچه در دنیاست و مردم را و هرچه در دست آنان هست، فراموش کن. قلب خود را از هر چیزی که مشغولت می‌کند، پاک کن. هنگامی که تکبیر نماز را گفتی، هر چیز را در برابر خداوند، کوچک بدان. این حقیقت تکبیر است.

امام صادق(ع)

مصباح الشریعه، ترجمه‌ی مصطفوی، منسوب به امام ششم(ع)

دختر وقت نشناس



گاهی لازم است شما بتوانید بچه‌های دیگر را سرگرم کنید و البته این کار باعث سرگرمی خودتان هم می‌شود. می‌توانید این متن را به صورت نمایش، در مدرسه یا خانه اجرا کنید. تازه، اگر وقت یا امکانات اجرای نمایش را نداشته باشید، می‌توانید کار را به صورت «نمایش نامه خوانی فعال» اجرا کنید. در نمایش نامه خوانی فعال، هر کدام از بازیگران همان‌طور که نشسته یا ایستاده‌اند، نقش خود را از روی خوانند و سعی می‌کنند به همین شکل، احساس و حالت نقش را نشان بدهند.

شخصیت‌ها: قصه‌گو، مادر، دختر وقت نشناس، میمون حقه‌باز، بچه‌ی اسکیت‌سوار، مادر بزرگ.

به خونه‌ی مادر بزرگ رسید. او در زد و مادر بزرگ هم جواب داد.

میمون حقه‌باز: آهای مادر بزرگ!... وضعیت خیلی اضطراریه. گردباد و طوفان و زمین‌لرزه در راهه.

مادر بزرگ: خب، من نمی‌دونستم. چون بیرون هوا آفتابی به نظر می‌آد و تو هم یه موجود عجیب و غریب به نظر می‌رسی!

میمون حقه‌باز: مادر جون، وقتی برای هدر دادن نداریم. لازمه که شما مستقیم به زیرزمین برید. فقط اون جاس که امنیت داره... داره طوفان و گردباد می‌یاد... می‌خواد زلزله بشه.

مادر بزرگ: خیلی خب... حالا می‌گی چی کار کنیم؟

قصه‌گو: مادر بزرگ دوید و به زیرزمین رفت. میمون حقه‌باز هم لقلق کنان از پله‌ها به سمت اتاق خواب رفت. لباس و کلاه شب مادر بزرگ را پوشید و پرید توی رختخواب مادر بزرگ. این درحالی بود که دختر وقت نشناس، هنوز در حال شمردن بود.

دختر وقت نشناس: ۹۸... ۹۹... ۱۰۰... آماده‌ای یا نه؟ میمون، اومدم.

قصه‌گو: ناگهان، دختر وقت نشناس فهمید که دوباره دیرش شده است. او دیگر هیچ وقتی برای بازی قایم‌باشک با میمون نداشت.

دختر وقت نشناس: وای، نه!... مامان گفته

چشم‌هات رو ببند و تا صد بشمار. من قایم می‌شم و بعدش می‌تونم منو پیدا کنی.

دختر وقت نشناس: من باید سریع به خونه‌ی مادر بزرگم برم... اما تو هم راست می‌گی، روز قشنگیه... حیفه آدم بازی نکنه... بله... چرا که نه؟!

قصه‌گو: دختر وقت نشناس چشم‌هایش را بست و شروع کرد به شمردن.

دختر وقت نشناس: زود باش برو قایم شو... یک... دو... سه...

قصه‌گو: می‌دونین میمون حقه‌باز چه کار کرد؟... میمون حقه‌باز به طرف بچه‌ای که اسکیت‌سواری می‌کرد، دوید.

میمون حقه‌باز: آهای بچه!... من دوچرخه‌ی قرمز کوهستانی‌م رو با اسکیت تو عوض می‌کنم.

بچه‌ی اسکیت‌سوار: باشه!...

قصه‌گو: میمون حقه‌باز پرید روی اسکیت و تا آن جایی که می‌توانست با سرعت اسکیت‌سواری کرد.

بچه‌ی اسکیت‌سوار: آهای... این کار درستی نیست. پس دوچرخه‌ای که قولش را دادی کو؟... هی! وایسا، دزد! میمون دزد... وایسا!

قصه‌گو: اما میمون حقه‌باز همچنان با سرعت می‌رفت. از این طرف، دختر وقت نشناس هنوز در حال شمردن بود!

دختر وقت نشناس: ۲۶... ۲۷... ۲۸...

قصه‌گو: میمون حقه‌باز رفت و رفت تا

قصه‌گو: روزی روزگاری دختری بود که همیشه کمی دیر می‌کرد!... این دختر، هر جایی که می‌رفت، یک شل می‌پوشید و یک کلاه سرش می‌گذاشت و البته خیلی دیر می‌رسید. او به دختر وقت نشناس معروف بود!

مادر: چندتا نان گردویی و موزی درست کرده‌ام... می‌خوام به خونه‌ی مادر بزرگ بری و اون‌ها رو بهش بدی. بیرون کمی سرده. با احتیاط برو... شل و کلاهت رو بپوش و سعی کن سر وقت برگردی.

دختر وقت نشناس: سعی می‌کنم... قول می‌دم!

قصه‌گو: دختر وقت نشناس با سبدی پر از نان گردویی و موزی به سمت خانه‌ی مادر بزرگ راه افتاد. کمی که رفت، ناگهان میمون بزرگی را دید.

میمون حقه‌باز: سلام دختر کوچولو! **دختر وقت نشناس (کمی ترسیده):** سلام، آقای میمون!

میمون حقه‌باز: لازم نیست این قدر رسمی باشی!... می‌تونم آقا رو حذف کنی!... فقط میمون صدام کن!... بگو بینم با این سبدِ نون خوش‌مزه، کجا می‌ری؟

دختر وقت نشناس: می‌رم خونه‌ی مادر بزرگم. مامانم گفته باید عجله کنم که دیر نشه.

میمون حقه‌باز: اما روز خیلی قشنگیه. چرا قایم‌باشک بازی نکنیم؟... اول تو

بود که نباید دیر کنم... با این بازی احمقانه،
وقتم هدر رفت.

قصه گو: دختر وقت نشناس تا خونه‌ی
مادر بزرگ دوید. وقتی که رسید، در
چهارطاق باز بود. بنابراین به سمت پله
دوید.

دختر وقت نشناس: سلام مادر بزرگ...
امروز حالت چه طوره؟

میمون حقه باز (تظاهر می کند مادر بزرگ
است): عزیزم! اومدی؟! خیلی خوبم...
متشکرم. چرانمی آیی کنار تخت بنشینی؟

قصه گو: همین که دختر وقت نشناس
کنار تخت نشست، احساس کرد که
مادر بزرگش عجیب و غریب به نظر می آید.

دختر وقت نشناس: مادر بزرگ، چرا
بازوهات این قدر پشمالو شدن؟
میمون حقه باز: عزیزم... به خاطر جارو
کردنه... از بس که جارو کشیدم. این جوری
شد... آگه تو هم در کل زندگیا جارو

کشیده بودی، بازوهات پر موم می شدن!
دختر وقت نشناس: مادر بزرگ چرا

گوشهات دراز شدن؟!
میمون حقه باز: عزیزم به خاطر گوش دادن
به موسیقی. آگه تو هم کل زندگیا
موسیقی گوش می کردی، گوشهات هم
بزرگ می شدن!

دختر وقت نشناس: مادر بزرگ... البته
بخشید!... چرا دهنتم بزرگ به نظر میاد؟!
میمون حقه باز (می خندد): به خاطر نخوردن
نون گردویی و موزیه... سالهاست که من
نون گردویی و موزی گیرم نیومده!

قصه گو: به این ترتیب، میمون حقه باز
خواست نان های گردویی و موزی را از دختر
بگیرد. اما درست همین موقع، مادر بزرگ
وارد اتاق شد و تندی نان ها را برداشت!

مادر بزرگ: خیلی دیر شده، هیچ نونی گیرت
نمی یادمیمون حقه باز!
میمون حقه باز: اما، اما...

مادر بزرگ: خجالت

بکش میمون، تو داشتی سعی می کردی یه
مادر بزرگ پیر رو گول بزنی!... همین حالا
از این جامی ری و گرنه به نگهبان باغ وحش
تلفن می زنم.

قصه گو: میمون حقه باز هنوز درحالی که
لباس و کلاه شب مادر بزرگ به تنش بود.
فرار کرد و بعد از آن هرگز دیده نشد.

مادر بزرگ: دختر وقت نشناس من، این بار
هم به موقع نیومدی... ولی من به موقع
اومدم!... بیا این نون های گردویی و
موزی رو بخوریم و لذت ببریم. منم
می رم یه چای تازه دم درست کنم تا
بخوریم و دوباره ی وقت شناسی حرف
بزنیم!

مثالی برای وقت شناسی

این قصه، مثالی برای وقت شناسی و مشکلات بعدی آن است. شما هم می توانید نمونه های
وقت شناسی را در زندگی پیدا کنید و براساس آن طنز و نمایش نامه بنویسید.

پیشنهادهایی برای اجرای نمایش دختر وقت نشناس

توجه داشته باشید که برای نشان دادن هر شخصیت نمایش، لازم نیست حتماً از لباس مخصوص و
گریم یا ماسک استفاده شود. همین که بتوانید نشانه های ساده ای به کار ببرید کافی است.

جاده‌ها

• شاعر: شاهین رهنما
• تصویرگر: عاطفه فتوحی

به پای جاده‌ها نگاه کن
بین چه قدر راه رفته‌اند
بین چه قدر راه را درست
چه قدر اشتباه رفته‌اند

مزرعه

• شاعر: افسانه شعبان‌نژاد

یک مزرعه
یک عالمه ذرت
با دسته‌ای گنجشک بی‌طاقت
گنجشک‌ها امروز از دست مترسک، سخت دلگیرند
بعد از درو، اما
با خرده‌های ذرت جامانده حتماً جشن می‌گیرند!

به آن پرنده‌ها نگاه کن
بین که تا کجا پریده‌اند
کدامشان اسیر مانده‌اند
کدامشان -رها- پریده‌اند

به چشمه‌سارها نگاه کن
که تا کجای رود رفته‌اند
بین چه قدر از آن همه زلال
به آبی کبود رفته‌اند

چه قدر از درخت‌های باغ
بدون برگ و بار مانده‌اند
بین چه قدر از آن همه درخت
بلند و باوقار مانده‌اند

به دفتر دلت نگاه کن
بین که برگ‌ها بهاری‌اند
و یا شبیه دشت‌های خشک
نیازمند آبیاری‌اند؟

برو بین چگونه می‌شود
بدون بال و پر، پرنده بود
شبه جاده‌ها ز خود گذشت
شبه چشمه‌ها رونده بود.

بہ قول شاعر...

• اکرم کشایی

قدیم‌ها، خیلی جاها که می‌رفتی روی در و دیوار، شعرهای زیبایی می‌دیدي که قاب گرفته شده بودند. توی نانوائی، حمام عمومی، دفتر مدرسه، مطب پزشک و... البتہ هنوز هم در خیلی از جاها این کار را انجام می‌دهند. این تکبیت‌ها ناگهان ما را به فکر فرو می‌برند و مطلب مهمی را به ما یادآوری می‌کنند. در این صفحه هر بار، چند تکبیت زیبا را می‌خوانید. می‌توانید آن‌ها را خوش‌نویسی کنید و به دیوار اتاق یا کلاس یا ... بزنید!

بہ نگامِ سختی مژگانم
کز ابرسہ بارِ آبِ سپیدِ زمینی

خدا را بر آن بنده بخشایش است
که خلق از وجودش در آسایش است
سعدی

دختِ دوستی نشان که گامِ دل بہ بار آرد
نخالِ شمنی بر کن کہ رنجِ بی شمار آرد
حافظ

از خدا جویم توفیقِ ادب
بی ادب محروم ماند از لطفِ رب
مولانا

• خوشنویس: سعید سلیمی

کجا را باید شست؟!

چیزهای آلوده که از آن‌ها بی‌خبریم

برای رعایت بهداشت شخصی و عمومی، باید بدانیم چه چیزهایی ممکن است آلوده باشند. به نظر شما باید نگران آلودگی چه چیزهایی باشیم؟... ما از آلودگی چه چیزهایی در اطرافمان کمتر خبر داریم یا کمتر به آن‌ها حساسیم؟

کنترل از راه دور

● کنترل تلویزیون و وسایل دیگر، همیشه با دست‌های اعضای خانواده در تماس است. میکروب‌ها به سادگی روی این وسیله جا می‌گیرند و تکثیر می‌شوند.
هنگام غذا خوردن به کنترل دست نزنید. می‌توانید یک روکش پلاستیکی روی کنترل بکشید و هفته‌ای یک بار این روکش را عوض کنید. می‌توانید یک روز در میان، کنترل را با مواد پاک‌کننده، ضدعفونی کنید.

صفحه کلید و موس رایانه

● صفحه کلید رایانه جزو آلوده‌ترین وسایل موجود در خانه یا مدرسه است.
برای پیش‌گیری از آلودگی بیش از اندازه‌ی صفحه کلید، باید دست کم هفته‌ای یک بار آن را با پاک‌کننده‌های مناسب تمیز کنید. در آزمایش‌ها دیده شده که بعضی از صفحه کلیدها آلوده‌تر از کاسه‌ی توالت بوده‌اند!

اسکناس

● همه‌ی ما گاهی پول لازم داریم اما هیچ کدام از ما میکروب‌های بیماری‌زای روی پول‌ها را نمی‌خواهیم!... گردش پول در دست اشخاص آن قدر زیاد است که پژوهشگران می‌گویند روی هر سکه یا اسکناس هزاران میکروب وجود دارد.
وقتی دستان با پول آلوده می‌شود، چه‌طور نان بخریم؟... بهتر است زمانی که می‌خواهیم به نانوايي برویم، یک پارچه‌ی نخی تمیز همراه ببریم و نان را در آن قرار دهیم تا دست‌های آلوده شده با پول با نان برخورد نکنند.

گوشی‌های تلفن همراه

● میکروب‌ها به طور مستقیم از دست و صورت به گوشی‌های تلفن همراه منتقل می‌شوند.
● تمیز کردن روزانه‌ی تلفن‌های همراه با مواد پاک‌کننده‌ی مخصوص این وسایل، ضروری است. در ضمن نباید گوشی‌های تلفن همراه را برای بازی به بچه‌ها بدهیم. امواج این گوشی‌ها برای بچه‌ها بسیار مضر است.

کیف دستی و ساک خرید

- کیف‌های میکروب‌های زیادی را داخل و بیرون خود جمع می‌کنند. بعضی‌ها کیفشان را در آلوده‌ترین جاها روی زمین می‌گذارند. سعی کنید کیفتان بند داشته باشد و آن را روی شانه‌تان نگه‌دارید. در خانه، کیف باید جای مشخصی داشته باشد و نباید آن را روی میز، مبل و... بگذاریم. توجه داشته باشید که کیف سطل آشغال نیست! دستمال‌های استفاده شده و خوراکی نیم‌خورده و... را در کیف نگه ندارید.
- کیف‌های دستی در تماس مستقیم با پول و دست‌های ما قرار دارند و احتمال آلودگی آن‌ها زیاد است. شست‌وشوی مرتب دست‌ها این مشکل را حل می‌کند. قبل از استفاده از دست‌ها برای خوردن هر نوع خوراکی، دست‌هایتان را بشوید و گاهی هم که به آب و صابون دسترسی ندارید، از ژل شست‌وشوی دست استفاده کنید.
- یکی از عادت‌های بسیار بد گذاشتن خوراکی‌ها در جیب یا کیف و خوردن آن‌هاست. مراقب باشید. کیف یا جیب، جای پاکیزه‌ای نیست. بهتر است مواد غذایی را در ظرف یا پوشش مخصوص بگذاریم و بعد در کیف قرار دهیم.

سینک ظرفشویی

- باکتری‌های فراوانی در هر گوشه از سینک ظرفشویی وجود دارد. بهتر است میوه‌ها و سبزی‌ها را در سبد یا بشقاب جداگانه قرار دهید. اگر عادت به قرار دادن سبزی‌ها و خوراکی‌ها روی سینک ظرفشویی دارید، هر روز یا حداقل هفته‌ای ۳ بار آن را با مخلوطی از نصف فنجان سرکه‌ی سفید و نصف فنجان جوش شیرین بشوید و بعد از چند دقیقه، با آب داغ آب‌کشی کنید.

باز هم دقت!

- **وسایل ورزشی مدرسه**
نوعی باکتری می‌تواند بیش از یک ماه روی سطوحی که آلوده به عرق بدن است، زنده بماند.
- **بند کفش و کفش**
بعد از دست زدن به بند کفش، کفش و کمربندتان، دست‌هایتان را بشوید.
- **موکت و فرش**
اگر خوراکی‌تان روی موکت یا فرش افتاد از خوردن آن خودداری کنید!



با سپاس از: دکتر احمد اسماعیلی نراقی

استعدادیابی ورزشی به کدام باشگاه



فوتبال

یک فوتبالیست باید در برابر خستگی مقاومت زیادی داشته باشد زیرا زمان بازی فوتبال ۹۰ دقیقه است. فوتبالیست باید بدنی انعطاف پذیر، چابک و سریع برای رسیدن به توپ و هدایت آن داشته باشد. او باید بتواند در ضربات سر و شوت‌ها در اوج قدرت و سرعت باشد. در فوتبال، بازیکنان دو تیم با هم برخورد دارند. بنابراین باید صبور و مقاوم باشند و به راحتی عصبانی نشوند.

داشتن استعداد، برای موفقیت در رشته‌های ورزشی لازم است. از کجا بدانیم در کدام رشته‌ی ورزشی استعداد داریم؟... اگر رشته‌ای را انتخاب کرده‌ایم، چگونه زمینه‌های پیشرفت بیشتر را در آن برای خودمان ایجاد کنیم؟ کارشناسان سه موضوع را برای شناختن استعدادهای ورزشی، بررسی می‌کنند: شکل بدن، قدرت و توانایی بدنی و عوامل ذهنی... در این مطلب کمی با استعدادیابی در ورزش آشنا می‌شویم.

والیبال



در والیبال، بازیکنی که قد بلند و دستانی کشیده دارد، به راحتی روی تور کار می‌کند و توپ می‌زند. والیبالست با انعطاف بدنی و چابکی بالا به راحتی می‌تواند خود را به توپ برساند. توان پاهای پریدن ناگهانی از زمین با حداکثر قدرت و سرعت، در ورزش والیبال بسیار اهمیت دارد.

شمشیربازی

یک شمشیرباز حرفه‌ای با دقت و سرعت بالا در وارد کردن ضربات، موفق می‌شود. در شمشیربازی، هماهنگی چشم و دست و پا بسیار مهم است. در این ورزش، هدایت شمشیر و آرامش و اراده بسیار مهم است. کنترل حرکات شمشیر و زمان مناسب ضربه از عوامل موفقیت در این رشته است.





تیراندازی

یک تیرانداز خوب هنگام تیراندازی باید بتواند بر همه‌ی حرکات اضافی خود مسلط باشد. او هماهنگی حرکتی و بینایی و تمرکز بالایی دارد. تیرانداز باید بسیار مصمم و بااراده باشد و بتواند در هنگام کار، افکار اضافی را از خود دور کند. او به تعادل، بینایی قوی و هوش کافی نیاز دارد.



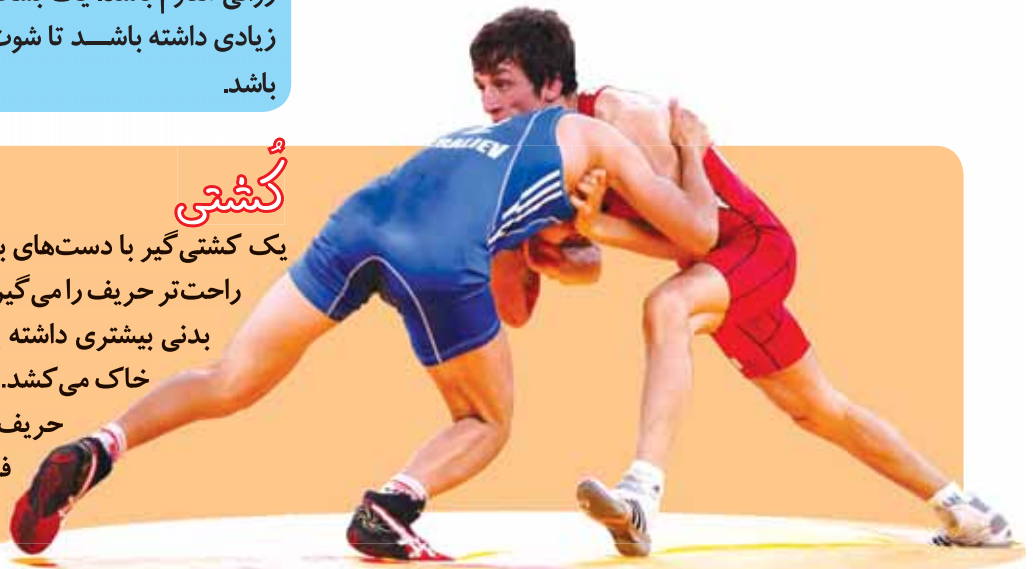
بسکتبال

یک بسکتبالیست با دست‌های کشیده و قد بلند، راحت‌تر توپ را می‌گیرد و می‌فرستد. بازی بسکتبال در چند بخش صورت می‌گیرد و بازیکن باید در برابر خستگی و فشار روانی مقاوم باشد. یک بسکتبالیست باید تعادل و دقت زیادی داشته باشد تا شوت‌های موفق به حلقه داشته باشد.



شنا

یک شناگر خوب، عضلاتی قدرتمند دارد و سلامت و انعطاف در مفاصل گردن، شانه و ران برای او مهم است. شنا کردن باعث افزایش قدرت تنفس و تقویت قلب و عروق می‌شود. شناگر ماهر، دقت زیادی برای حرکت مستقیم در آب دارد و انگیزه و اراده‌اش بسیار بالاست.



کشتی

یک کشتی‌گیر با دست‌های بلند و ورزیده و شانه‌ی پهن، راحت‌تر حریف را می‌گیرد. کشتی‌گیر هرچه انعطاف بدنی بیشتری داشته باشد، راحت‌تر حریف را به خاک می‌کشد. چابکی و چالاکی در گرفتن حریف و حرکات سریع پاها برای فرار از حریف، بسیار مهم است.

راه و بی راه

چگونه به سلامت، رفت و آمد کنیم؟

هرگز هنگام استفاده از تلفن همراه یا کار با وسایل الکترونیکی مثل تبلت و ... از خیابان عبور نکن!



۱. توقف کن:

اگر برای رد شدن از خیابان پل عابر پیاده یا زیر گذر وجود ندارد، از خط عابر پیاده استفاده کن. اگر در آن نزدیکی ها خط عابر پیاده هم نیست، جای امنی را برای عبور از خیابان انتخاب کن. اولین کار توقف است. توقف کن و خوب موقعیت را بررسی کن. امن ترین جاهای عبور از خیابان را پیدا کن. لبه ی پیاده رو یا نزدیک جدول بایست.

۲. خوب نگاه کن:

عجله نکن. خوب اطراف را نگاه کن. مطمئن شو که هر وسیله ی نقلیه ای که می بینی، راننده ی آن هم تو را می بیند. دست تکان بده. حتی گاهی اشکال ندارد که راننده ی حواس پرت را صدا بزنی.

۳. خوب گوش کن:

با دقت گوش کن. شاید اتومبیل یا موتورسیکلتی می آید که تو هنوز آن را ندیده ای.

۴. کج کن!

وقتی مطمئن شدی که خیابان برای رد شدن امن شده است، مستقیم به آن سمت برو. یادت باشد که باید به صورت مستقیم بروی نه اریب. موقع رد شدن باید دیدن و شنیدن را با دقت ادامه بدهی.

موقع عبور از خیابان، اول باید کدام طرف را نگاه کرد؟



به طرفی که خودروها می آیند... اما باید به همه طرف نگاه کنی. خودروها و موتور سیکلت ها ممکن است از هر جایی بیایند.

کدام یک از این بچه ها برای عبور از خیابان، در امن ترین نقطه ایستاده اند؟



چسبیده به پیاده رو، جایی که تو خودروها را ببینی و راننده ها هم تو را ببینند.

کدام یک از این بچه ها می تواند به سلامت از خیابان عبور کند؟



آن که فقط به عبور دقت می کند و مشغول بازی نیست.

کدام یک از این بچه ها آماده ی عبور به سلامت از خیابان هستند؟



هیچ کدام!... هنگام حرف زدن یا دوستان یا هنگام استفاده از وسایل الکترونیک از خیابان عبور نکن.

همیشه دستت را کمی از خودت جلوتر بگیر. با این کار هم توجه راننده ها را جلب می کنی و هم باعث می شوی کمی از سرعتشان بکاهند. این کار برای تو حریم امنی ایجاد می کند و اتومبیل ها با فاصله ی بیشتری از کنارت عبور می کنند. البته اگر شرایط برای عبور از خیابان مناسب نیست، باز هم منتظر بمان.

استفاده از دست



درخت هلو



وقتی مونا کوچک بود پدرش یک نهال هلو در باغچه‌ی خانه‌شان کاشت. مونا هر روز به نهال سر می‌زد. علف‌های هرز اطراف آن را می‌کند. به پایش کود می‌ریخت. سم‌پاشی می‌کرد و همیشه به درختش رسیدگی می‌کرد. سال‌ها گذشت. حالا دیگر مونا نوجوانی چهارده ساله بود و هشت سال بود که او و درخت هلویش با هم دوست بودند. مونا هر روز زیر سایه‌ی درخت زیراندازی پهن می‌کرد و می‌نشست و کتاب می‌خواند.

یک روز که مونا داشت از مدرسه برمی‌گشت، دید باد دارد برگ‌های درختان را می‌کند. نگران درخت خودش شد. باقی‌مانده‌ی راه تا خانه را دوید. به درختش که رسید، دید برگ‌های درخت هلویش دارند کنده می‌شوند. کم‌کم همه‌ی برگ‌های درخت ریخت. مونا از پشت پنجره حواسش به درختش بود. زمستان شد و برف شروع به باریدن کرد. کم‌کم یکی از شاخه‌های درخت زیر بار برف‌ها خم شد. مونا سریع رفت و درختش را تکاند تا برف‌ها بریزند. درختش را بغل کرد و دلداری‌اش داد. ناگهان باد تند شد. باد آن‌قدر شدید بود که ریشه‌های درخت را از خاک بیرون آورد. مونا بغض کرد. نمی‌دانست چه کار کند.

شب که شد، پدر مونا گفت: «امشب برای درخت فکری می‌کنم.»

اما روز بعد، درخت دیگر آن‌جا نبود!... پدر درخت را در یک بشکه‌ی بزرگ کاشته بود و به زیرزمین برده بود. فصل بهار که شد، آن‌ها دوباره درخت را توی باغچه کاشتند.

هلیا فریدی از شیراز

ششم ابتدایی

سفر ویروس‌ها



من یک ویروس سرماخوردگی هستم. شما می‌توانید مرا «وس» صدا کنید! من روی انگشت‌های یک انسان زندگی می‌کنم. این‌جا باکتری‌ها و ویروس‌ها و بقیه‌ی میکروب‌ها در کنار هم زندگی می‌کنند. جایمان خیلی تنگ است اما مهم نیست! من می‌دانم که بالاخره به داخل بدن این انسان راه پیدا می‌کنم و او را مریض می‌کنم! از نظر ما ویروس‌ها، بعضی از مردم عادت‌های خوبی دارند. آن‌ها دست‌هایشان را نمی‌شویند. ناخن‌هایشان را هم بلند نگه می‌دارند. دست‌هایشان را دیر به دیر می‌شویند و وقتی هم که می‌شویند، درست نمی‌شویند. در مدتی که میزبان ما، دست‌هایش را نمی‌شوید، ما بیشتر و بیشتر می‌شویم. آهان!... الان ما به داخل دهان او رفتیم! تا چند ساعت دیگر او تب می‌کند و یک گوشه می‌افتد!

آیدا هوشمنداز همدان - ششم ابتدایی



• ایلیا صادقی از کرمان - چهارم ابتدایی



زندگی

احساس خستگی کردم
از جا بلند شدم
به سمت پنجره رفتم
به غروب خورشید نگاه کردم
پرستوها پرواز می کردند و قاصدک ها می رقصیدند
خندیدم
با خنده ی من زندگی زیباتر شد.

ریحانه شجاع از کرج - پنجم ابتدایی

بازی

در یک جنگل زیبا سه تا دوست بودند. خرس، لاک پشت و آهو. این سه تا دوست داشتند با هم بازی می کردند که لاک پشت پیشنهاد داد بیاید فوتبال بازی کنیم. همه قبول کردند. بعد لاک پشت گفت: «من کاپیتان تیم می شوم.» همه گفتند: «چرا تو باید کاپیتان شوی؟» لاک پشت جواب داد: «چون من از همه فرز تر هستم!» خرس و آهو گفتند: «تو فقط می خواهی خودت همیشه کاپیتان باشی!» و قهر کردند و رفتند تا دوتایی باهم بازی کنند. لاک پشت تنها شد. رفت خانه به مادرش گفت: «چرا همیشه دوست هایم با من قهر می کنند؟» مادر گفت: «شاید اگر در بازی بگذاری دوستانت هم کاپیتان بشوند یا مقام بالاتری از تو داشته باشند این اتفاق نیفتد.» لاک پشت کمی فکر کرد و تصمیم گرفت برود و از دوستانش معذرت خواهی کند. با خودش گفت: «بالاخره شاید روزی یک خرس و آهو هم بتوانند از من تندتر بدوند!»

پارسا اسراری نظامی از کرج
پنجم ابتدایی



صوفیا روزبهانی از تهران - چهارم ابتدایی



بسازیم، فکر کنیم،

دور نریزیم!

• هلن محمد رضایی، زینب جلیلی

گلدان خوراکی!

وسایلی متفاوت برای پذیرایی شاد از مهمان‌ها



وسایل لازم



- یک بسته آب نبات چوبی یا نبات چوب دار یا میوه‌هایی که به سیخ‌های چوب زده شده است.
- گلدان کوچک پلاستیکی و یک اسفنج، فوم یا یولونیت گرد به اندازه‌ی دهانه‌ی گلدان.

- یک گلدان کوچک به هر رنگ و اندازه‌ای که دوست دارید انتخاب کنید. فوم را روی دهانه‌ی گلدان قرار دهید. حالا دسته‌ی آب نبات‌ها (نبات یا میوه) را در فوم فرو کنید. آن قدر این کار را تکرار کنید که فوم دیده نشود. حالا شما یک گلدان زیبا برای پذیرایی از مهمان‌هایتان دارید!

وسایل لازم



پازل با حروف آهن ربایی

پیام‌های خانوادگی بدید!

- قطعه‌های کوچک آهن‌ربا
- حروف فارسی نوشته شده روی مقوا

وقتی این حروف آهن‌ربایی را کنار هم بچینیم، کلمه‌ها و جمله‌ها ساخته می‌شوند. با این حروف آهن‌ربایی، می‌توانید روی یخچال، برای اعضای خانواده پیام بگذارید. دیگر این که می‌توانید هر روز یک جمله‌ی زیبا را برای استفاده‌ی دیگران، روی یخچال بچسبانید.



کاملاً متفاوت!

خودتان ظرف شیرینی‌خوری پایه‌دار بسازید

وسایل لازم



- لیوان
- بشقاب
- چسب

یک لیوان مناسب انتخاب کنید. حالا ببینید چه بشقابی برای درست کردن یک ظرف شیرینی‌خوری یا میوه‌خوری زیبا، مناسب است. برای چسباندن بشقاب به ته لیوان، از یک چسب قوی استفاده کنید می‌توانید در این ظرف جدید و قشنگ، شیرینی یا میوه بچینید. جالب است که با انتخاب لیوان‌ها یا بشقاب‌های متفاوت، ظرف‌های کاملاً متفاوتی خواهید داشت.



آتش فشان

کدام پدیده‌ی طبیعی است که هم ویران می‌کند و هم می‌سازد؟!... اگر جواب شما آتش‌فشان است، درست حدس زده‌اید. آتش‌فشان در کنار خطرات و ویرانی‌هایش، کوه، جزیره یا زمین حاصل‌خیز به‌وجود می‌آورد. آتش‌فشان، یک پدیده‌ی طبیعی در زمین و بعضی سیاره‌های دیگر است. در سرگذشت زمین، آتش‌فشان‌ها نقش زیادی داشته‌اند. آن‌ها بر اقیانوس‌ها، رودها، دریاچه‌ها، خاک و حتی هوایی که تنفس می‌کنیم تأثیر می‌گذارند.

جورچین!

سطح زمین ما، مثل یک بشقاب چینی است که تکه‌تکه شده باشد. این لایه‌ی جامد، پوسته نام دارد. پوسته همان‌مکانی است که ما روی آن زندگی می‌کنیم. ضخامت پوسته‌ی زمین ۵ تا ۷۰ کیلومتر است. به این تکه‌ها که شبیه جورچین کنار هم قرار گرفته‌اند، صفحه می‌گویند. صفحه‌ی صفحه‌ی بودن پوسته‌ی زمین، تأثیرات بسیار فراوانی روی زندگی ما دارد. زیر پوسته، «گوشته» قرار دارد که ضخیم‌ترین لایه‌ی زمین است. گوشته، بسیار داغ است اما بخش‌های زیادی از آن به‌خاطر فشار زیاد نمی‌تواند ذوب شود. سنگ‌های قسمت بالایی گوشته که فشار کمتری را تحمل می‌کنند، ذوب شده‌اند و «ماگما» نام دارد. ماگما در شرایط خاصی به سطح زمین راه پیدا می‌کند.

فایده‌ها

• آتش‌فشان‌ها هم مثل هر پدیده‌ی طبیعی دیگر، فایده‌ها و آسیب‌هایی دارند. رانش زمین، سیل، زمین‌لرزه، باران اسیدی و حتی سونامی، اتفاقاتی هستند که می‌توانند به‌خاطر آتش‌فشان‌ها روی دهند. خاکستر آتش‌فشانی که گاهی تا ۳۰ کیلومتر به هوا پرتاب می‌شود، می‌تواند به موتورهای هواپیما، ماشین‌آلات، محصولات کشاورزی، آب و ... آسیب بزند.

• اما بدون آتش‌فشان‌ها نه پوسته‌ی جدیدی به وجود می‌آمد و نه کوهی شکل می‌گرفت. فعالیت‌های آتش‌فشانی سبب به‌وجود آمدن سرزمین‌هایی برای زندگی انسان شده‌است، سرزمین‌هایی مثل ژاپن، هاوایی، هایتی و ایسلند.



نکته‌های آتشین!

- از زیر خاکستر آتش‌فشان‌ها، سنگواره‌های دایناسورهایی پیدا شده که ۱۲۰ میلیون سال قبل در زیر گدازه‌ها جان باخته‌اند.
- حدود ۱۵۱۰ آتش‌فشان فعال در جهان وجود دارد.
- «مانولوا» به معنای کوه بلند، بزرگ‌ترین آتش‌فشان فعال جهان است که بخشی از جزایر هاوایی را تشکیل می‌دهد. ارتفاع این آتش‌فشان از پایین‌ترین قسمتش در زیر دریا تا قله‌ی آن، حدود ۱۰ کیلومتر است. یعنی بلندتر از قله‌ی اورست!
- بزرگ‌ترین صدای تاریخ، در سال ۱۸۸۳ به‌خاطر انفجار کوه «کراکاتوا» در اندونزی ثبت شد. صدایی که ۴۸۰۰ کیلومتر دورتر یعنی در استرالیا هم شنیده شد. صدای این انفجار بلندترین صداییست که گوش‌های انسان تا به حال شنیده است. انفجاری با قدرت ۱۳ هزار برابر بیشتر از انفجار بمب اتمی در هیروشیما!



فرش قرمز!

هنگام فعالیت آتش‌فشان، چه چیزهایی از زمین بیرون می‌آید؟ در آتش‌فشان‌های مختلف، ترتیب خروج مواد، متفاوت است. اما به‌طور کلی در هنگام فعالیت آتش‌فشان‌ها، این مواد از دل زمین بیرون می‌آیند:

- بخار آب، دی‌اکسید کربن، گازهای گوگردی و گازهای نیتروژن دار
- مواد مذاب یا همان گدازه... البته گدازه‌ها ترکیب‌های مختلفی دارند.
- مواد جامد یا نیمه‌جامد که به‌صورت ریز و درشت از دهانه‌ی آتش‌فشان به هوا پرتاب می‌شوند. سنگ‌های ذوب شده معمولاً دنبال راهی برای خارج شدن از داخل زمین می‌گردند. اگر آن‌ها سوراخ یا شکافی در سطح زمین پیدا کنند که چه بهتر! در غیر این صورت با انفجار، مسیر خود را به سطح زمین باز می‌کنند. انفجاری که چیزهای زیادی را به اطراف پرتاب می‌کند: گازها، خاک‌ها، آب‌های زیرزمینی و سنگ.
- البته گاهی هم انفجاری در کار نیست و سنگ‌های ذوب شده شبیه یک رودخانه، جریان پیدا می‌کنند. مثل یک فرش قرمز داغ با دمای ۷۰۰ تا ۱۲۰۰ درجه‌ی سانتی‌گراد!
- بسیاری از آتش‌فشان‌ها هم هستند که دوران آرامش خود را می‌گذرانند و در حال استراحت‌اند!... گاهی خروج بخار آب و گازها باعث ایجاد چشمه‌های آب گرم در اطراف این آتش‌فشان‌های نیمه‌فعال یا خاموش می‌شود. قله‌ی دماوند، یکی از این آتش‌فشان‌هاست.

با سپاس از: مجید عمیق



چشم دیدنت را دارم!

جانوران مختلف و چشم‌هایشان

چشم جانوران با شرایطی که در آن زندگی می‌کنند، هماهنگ است. بعضی از جانوران، شب‌ها بسیار خوب می‌بینند، بعضی دیگر هم بینایی بسیار ضعیفی دارند. گروهی از جانوران، رنگ‌ها را آن‌طور که ما می‌بینیم، نمی‌بینند. گروهی دیگر هم اصلاً رنگی نمی‌بینند. عمل دیدن، با همکاری چشم و مغز اتفاق می‌افتد. بخش مهمی از اسرار بینایی، مربوط به مغز هر جاندار است اما به هر حال، چشم‌ها هم نقش مهمی در بینایی دارند. در این مطلب با چشم‌های جانوران و تفاوت‌های آن‌ها آشنا می‌شویم.

هزار تصویر به جای یک تصویر

چشم یک حشره، از هزاران چشم کوچک و ساده درست شده است. تصویری که حشره می‌بیند ترکیبی از هزاران تصویر است. به همین دلیل، چشم حشرات را «چشم مرکب» نامیده‌اند. حشرات با چشم‌های متفاوت خود، به خوبی ریزه‌کاری‌های محیط اطراف و حرکت موجودات دیگر را می‌بینند. هر چه تعداد چشم‌های کوچک یک حشره بیشتر باشد، بینایی بهتری پیدا می‌کند. مثلاً در هر چشم سنجاقک حدود سی هزار چشم ساده وجود دارد. سنجاقک آن‌قدر بینایی خوبی دارد که می‌تواند حشرات در حال پرواز را هم شکار کند!



چشم‌هایی برای شکار، چشم‌هایی برای فرار!

این که چشم یک جانور کجای بدنش باشد به نوع زندگی‌اش بستگی دارد. اگر جانور، شکارچی باشد چشم‌هایش جلوی سرش قرار دارد. این طوری او شکارش را بهتر می‌بیند و دقیق‌تر دنبال می‌کند.

گاهی جانور باید همیشه اطراف را زیر نظر داشته باشد تا از حمله‌ی جانوران دیگر در امان باشد و به موقع فرار کند. بهتر است این نوع جانور چشم‌هایی در دو طرف سرش داشته باشد. برای این نمونه، به خرگوش توجه کنید.

بعضی جانوران می‌توانند چشم‌هایشان را به صورت جداگانه، به اطراف بچرخانند. آفتاب‌پرست از این نوع چشم‌ها دارد. این جانور می‌تواند با چشم‌های جداگانه‌اش، همزمان دو جهت مخالف را ببیند!





بزرگ‌ترین چشم دنیا

بزرگ‌ترین چشمی که تاکنون دانشمندان شناسایی کرده‌اند، چشم نوعی «اسکوئید» کمیاب است که در اعماق دریا زندگی می‌کند. قطر چشم‌های این اسکوئید حدود ۲۸ سانتی‌متر یعنی بزرگ‌تر از یک بشقاب غذاخوری است.

دیدن در تاریکی

چشم برخی جانوران مخصوص دیدن در تاریکی شب است. جانوران شب‌گرد، معمولاً چشم‌های درشتی دارند. بزرگ‌ترین

چشم به نسبت اندازه‌ی جمجمه، مربوط به نوعی میمون آسیایی به نام «تارسی‌یر» است.



چند چشمی

موجوداتی هم هستند که بیشتر از دو چشم دارند. مثلاً عنکبوت‌ها ممکن است تا هشت چشم داشته باشند. دو چشم بزرگ جلوی سر عنکبوت برای دیدن شکار است و چشم‌های دیگرش برای دیدن حرکت موجودات دیگر در اطراف. بعضی مارمولک‌ها هم سه چشم دارند. ستاره‌ی دریایی روی هر بازویش یک چشم دارد. ملخ‌ها دو چشم مرکب در دو طرف سر خود دارند. به اضافه‌ی یک چشم در پیشانی و دو چشم هم پشت شاخک‌ها. مغز ملخ‌ها تمام این تصاویر را می‌گیرد و با هم ترکیب می‌کند. ما هنوز نمی‌دانیم که ملخ‌ها چه تصویرهایی می‌بینند! نوعی جانور نرم‌تن به نام «اسکالوپ» که ته دریا زندگی می‌کند، بین ۵۰ تا ۱۰۰ چشم دارد.



نور کدام طرف است؟

برخی جانوران چشم‌هایی دارند که فقط با آن‌ها می‌توانند روشنایی را از تاریکی تشخیص دهند. مثلاً کرم‌خاکی صدها حس‌گر نور در سر و دم خود دارد تا با آن‌ها بفهمد کجا نور وجود دارد و کجا تاریک است. این تشخیص برای کرم‌ها بسیار مهم است، چون جاهای تاریک و خنک برای زندگی آن‌ها مناسب است.



چشم روی پایه!

چشم بعضی جانوران مانند خرچنگ روی پایه قرار دارد. پایه‌های چشم خرچنگ به او کمک می‌کنند یواشکی از پشت سنگ‌ها، اطرافش را زیر نظر داشته باشد و منتظر شکارش بماند.



چگونه وقت کم نیاوریم؟

کلیدهای طلایی فقط برای تو!

برایت پیش آمده که برای کارهای شخصی و کارهای مدرسه، وقت کم بیاوری؟ چرا بعضی‌ها با کمبود وقت روبه‌رو هستند؟... آیا کارهای ما واقعاً این همه زمان می‌خواهد؟ چه کار کنیم که زمان بیشتری داشته باشیم؟ با این کلیدهای طلایی، می‌توانی همان مقدار وقت داشته باشی که لازم داری!



روزها را بشناس!

کلید اول

روزهایت را با توجه به برنامه‌ی هر روز شناسایی کن. این طوری می‌توانی دقیقاً تشخیص بدهی که کدام روز بیشتر کار داری و کدام روز سرت خلوت است. بنابراین جدول زیر را برای خودت بساز و آنرا کامل کن:

روزهای بنفش	روزهایی که وقت اضافه برای تفریح یا استراحت ندارم
روزهای آبی	روزهایی که برنامه‌ی درسی کمی دارم و وقتم آزادتر است
روزهای زرد	روزهایی که تقریباً در آنها کار درسی ندارم

درس‌هایت را بشناس!

بهتر است رابطه‌ی خودت را در جدولی با درس‌هایت مشخص کنی. این جوری می‌دانی که چه درس‌هایی بیشتر کار می‌برند و بیشتر وقت می‌گیرند.

درس‌های چاق	درس‌هایی که حجم زیادی دارند یا فعالیت و پژوهش دارند درس‌هایی که در آن خیلی قوی نیستم درس‌هایی که دائم باید یادآوری شوند و گرنه فراموش می‌شوند
درس‌های لاغر	درس‌هایی که فعالیت و پژوهش ندارند درس‌هایی که در آنها قوی هستم درس‌هایی که نیازی به تکرار ندارند و کمتر فراموش می‌شوند



جدول برنامه‌ی هفتگی

کلید سوم



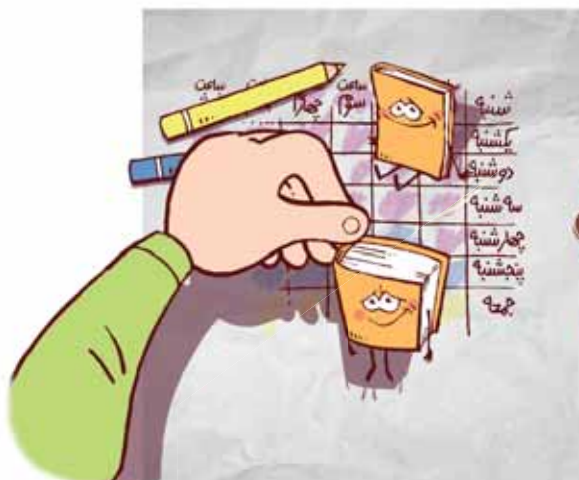
یک جدول شبیه برنامه‌ی هفتگی مدرسه درست کن. حالا روزهای بنفش، روزهای آبی و روزهای زرد را در آن رنگ بزن. ساعت‌های این جدول، شامل ساعت‌هایی می‌شود که تو از مدرسه به خانه آمده‌ای. بنابراین مشخص کن که در هر ساعت چه کاری باید انجام بدهی. البته یک دانش آموز وقت‌شناس، جدول را در قسمت روزهای تعطیل هم پر می‌کند!

برنامه‌ی خانگی من

واحد زمانی روزهای هفته	ساعت اول	ساعت دوم	ساعت سوم	ساعت چهارم	ساعت پنجم	ساعت ششم
شنبه	ریاضی	ریاضی	هدیه‌های اسمانی	علوم	فارسی	فارسی
۱شنبه	فارسی	فارسی	ریاضی	اجتماعی	قرآن	-
۲شنبه	علوم	علوم	تفکر و پژوهش	هدیه‌های اسمانی	ریاضی	ریاضی
۳شنبه	اجتماعی	اجتماعی	ریاضی	ریاضی	علوم	علوم
۴شنبه	ریاضی	کار و فناوری	علوم	علوم	اجتماعی	اجتماعی
۵شنبه	ریاضی	ریاضی	فارسی	فارسی	هدیه‌های اسمانی	تفکر و پژوهش
جمعه	اجتماعی	اجتماعی	علوم	علوم	فارسی	قرآن

چاق و لاغرها را جابجا کن!

کلید چهارم



بعضی از درس‌های گروه چاق را در روزهای زرد بخوان تا فشار کاری‌ات کمتر شود. این کار به تو کمک می‌کند که بار کمتری را در روزهای بنفش تحمل کنی و تعادل بین روزهایت برقرار شود. اگر این کار کافی نبود، بخشی از فعالیت‌ها را به روزهای آبی هم منتقل کن.





عجیب کاری!

آیرو دینامیک چیست؟



● حسین شاهوردی

شوخی اگر باعث آزار کسی نشود، کار خوب و پسندیده‌ای است. باید طوری شوخی کنیم که حقوق کسی زیر پا گذاشته نشود. شوخی، ظرفیت ما را بیشتر می‌کند و لحظه‌های شیرینی به ما هدیه می‌دهد. با شوخی، ما اعتماد به نفس بیشتری هم پیدا می‌کنیم. رشد دانش‌آموز در صفحه‌ی عجیب کاری، به شما شوخی‌های بامزه و علمی یاد می‌دهد!



۱

فوت کن!

سرپوش یک خودکار یا ماژیک را در دهانه‌ی یک بطری خالی قرار بدهید. طوری که طرفِ بازِ آن، رو به بیرون باشد. به دوستان بگویید باید با فوت کردن، آن را از داخل شیشه بیرون بیاورد. البته این کار برای او خیلی سخت است!

۲

وقتی نوبت خودتان شد، سرپوش خودکار را طوری در دهانه‌ی بطری بگذارید که طرفِ بسته‌اش به طرفِ بیرون باشد. حالا می‌توانید به داخل سرپوش خودکار، فوت کنید. هوا از روی سرپوش خودکار عبور می‌کند، به داخل شیشه برمی‌گردد و سرپوش خودکار را به بیرون هل می‌دهد. علم آیرو دینامیک این موضوع را به خوبی توضیح می‌دهد.



۱

باز هم فوت کن!

شمعی روی میز بگذارید و آن را روشن کنید. یک بطری استوانه‌ای شکل، جلوی شمع بگذارید. به دوستان بگویید که من می‌توانم شمع را از پشت بطری، خاموش کنم. حالا پشت بطری قرار بگیرید.



۲

وقتی فوت می‌کنید، باد از دور بطری عبور می‌کند و به شعله‌ی شمع می‌خورد.



آیرودینامیک چیست؟

آیرودینامیک شاخه‌ای از علم فیزیک است. این علم به عبور هوا از اطراف اجسام می‌پردازد. با کمک این علم، هواپیماها و اتومبیل‌ها بهتر هوا را می‌شکافند و جلو می‌روند. در بازی شمع و بطری، بطری استوانه‌ای، آیرودینامیک است. به خاطر همین، باد راحت از دو طرف آن می‌گذرد و به شمع می‌رسد.



اگر به رُم بیایی...



اگر به رم بیایی، پایتخت ایتالیا و بزرگ‌ترین و پرجمعیت‌ترین شهر این کشور را می‌بینی. رم تنها شهر در دنیاست که یک کشور در دل خودش دارد: کشوری به نام واتیکان. اگر به رم بیایی، آثار باستانی شگفت‌آوری را می‌بینی. به همین دلیل، جهان‌گردان، رم را «موزه‌ی بی‌سقف» می‌نامند.

رم شهر افسانه‌ها

شهر رم یکی از قدیمی‌ترین شهرهای دنیاست که از ۲۸۰۰ سال قبل وجود داشته است. رمی‌ها دربارهی شهرشان افسانه‌های زیادی تعریف می‌کنند. معروف‌ترین این افسانه‌ها، داستان برادران دوقلویی به نام «رموس و رمولوس» است. می‌گویند در زمان‌های قدیم پادشاهی بود که پسران را می‌کشت. او این دو برادر را به دریا انداخت. اما آن‌ها به خشکی رسیدند و گرگی از آن‌ها پرستاری کرد. بعدها این دو برادر، شهر رم را بر روی هفت تپه ساختند.



نمایی از شهر رم



پرنده‌ها

پرنده‌ها در رم

سال‌های سال است که «سارها» زمستان‌ها را در شهر رم سپری می‌کنند. آن‌ها ابتدا در حومه‌ی شهر زندگی می‌کردند اما کم‌کم به داخل شهر آمدند. گرمای ساختمان‌های شهر برای پرنده‌های سرمازده جذاب است... اکنون بیش از یک و نیم میلیون سار در شهر رم زندگی می‌کنند. آن‌ها تقریباً هر جایی را که دلشان بخواهد، کثیف می‌کنند!

غذاهای رمی

در پایتخت ایتالیا، نان همراه اکثر غذاها مصرف می‌شود. رمی‌ها به پنیر، زیتون و سبزی خیلی علاقه دارند. پاستا و پیتزا از معروف‌ترین غذاهای شهروندان پایتخت ایتالیاست.



پیتزا





کلیسای سن پیترو



کشور واتیکان



میدان اسپانیا در رم



نقاشی از نبرد گلا دیاتورها



پانتئون



کلیسای سن پیترو

در رم باید دید

کولوسئوم: بزرگ‌ترین ورزشگاه و سالن تئاتر رم باستان است. در این استادیوم، تماشاگران نبرد گلا دیاتورها را تماشا می‌کرده‌اند. گلا دیاتورها جنگجویانی بودند که با یکدیگر یا حیوانات می‌جنگیدند تا با این کار تماشاگران را سرگرم کنند! پانتئون: معبدی ۲۰۰۰ ساله که به کلیسا تبدیل شده است. معبد پانتئون رم یکی از بزرگ‌ترین گنبدهای جهان و جزو شگفتی‌های معماری است.

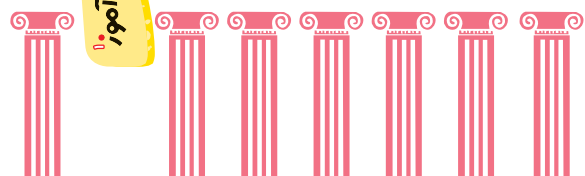
واتیکان

واتیکان یک کشور مستقل در قلب شهر رم است. این کشور، محل زندگی پاپ، رهبر مسیحی‌های کاتولیک جهان است. واتیکان با جمعیت حدود ۸۰۰ نفر کم جمعیت‌ترین کشور مستقل دنیاست. کشور واتیکان قانون اساسی، پرچم و ارتش مخصوص دارد. بزرگ‌ترین کلیسای جهان، یعنی کلیسای «سن پیترو» در واتیکان قرار دارد.

آب و هوای رم

رم آب و هوای «مدیترانه‌ای» دارد. یعنی زمستان‌ها معتدل و در تابستان‌ها گرم و خشک است. برف و یخبندان در این شهر کمتر دیده شده است.

با سپاس از: سیدمهران حسینی

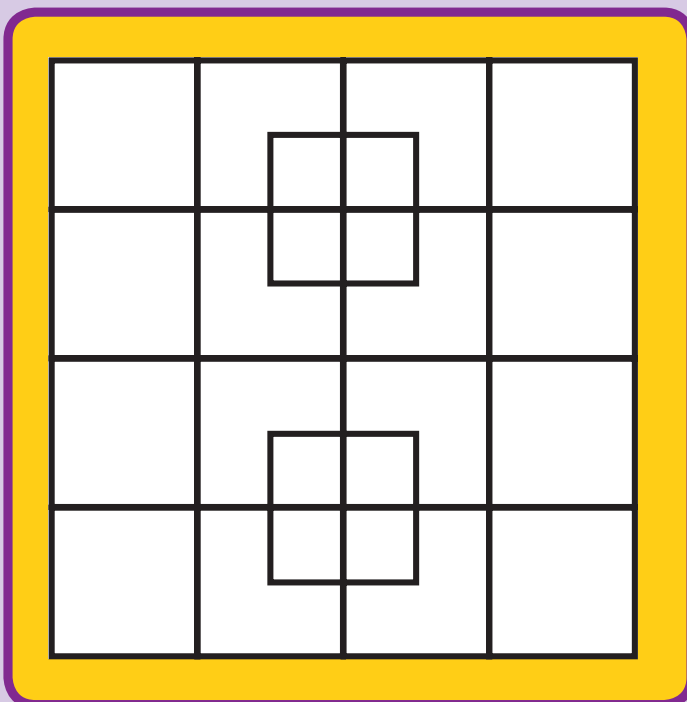
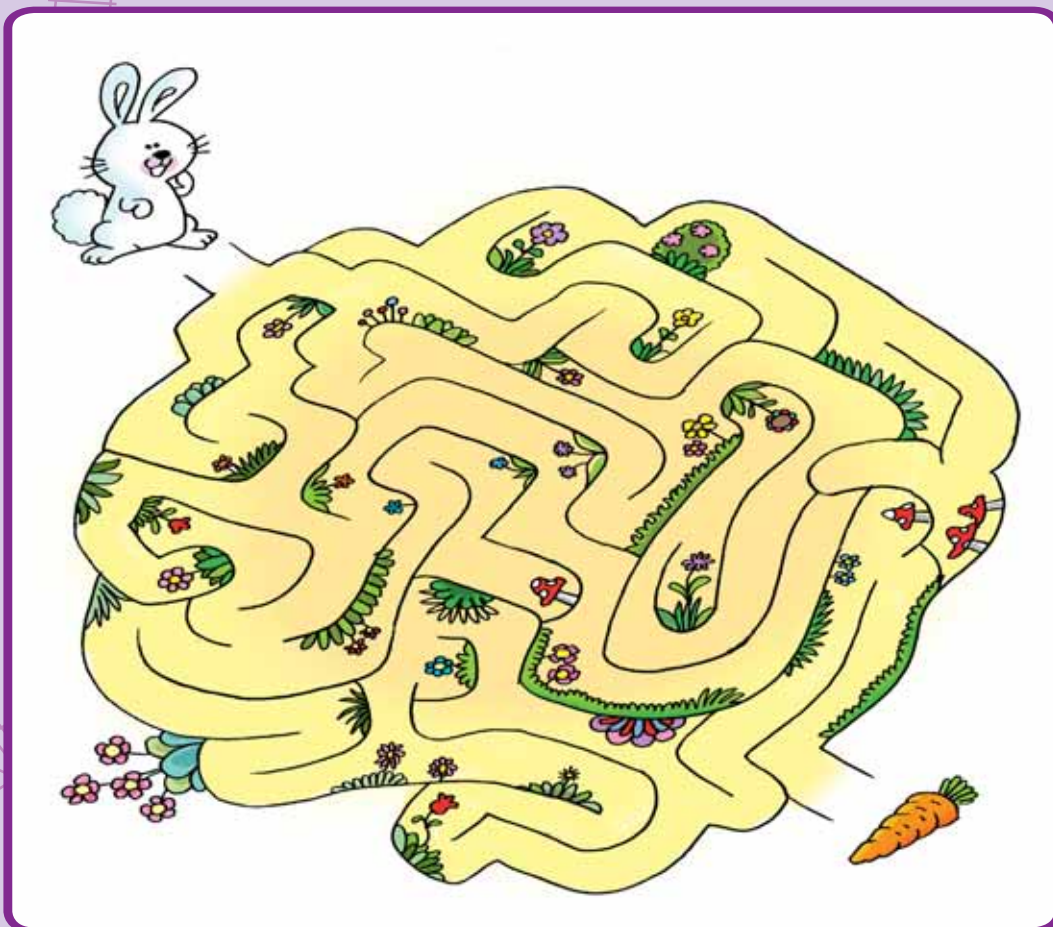


خرگوش گرسنه

خرگوش گرسنه را به هویج برسان!

سرگرمی

• مهدی زینالی
• تصویرگر: سام سلماسی

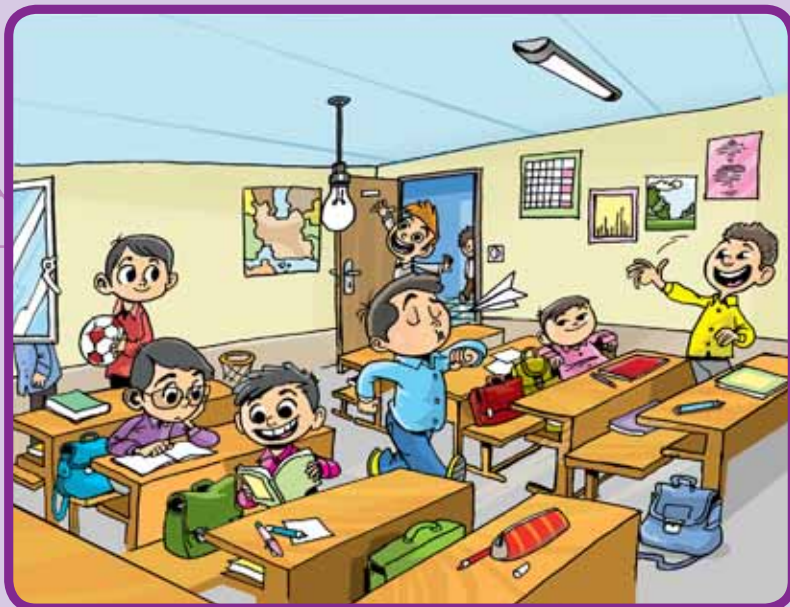
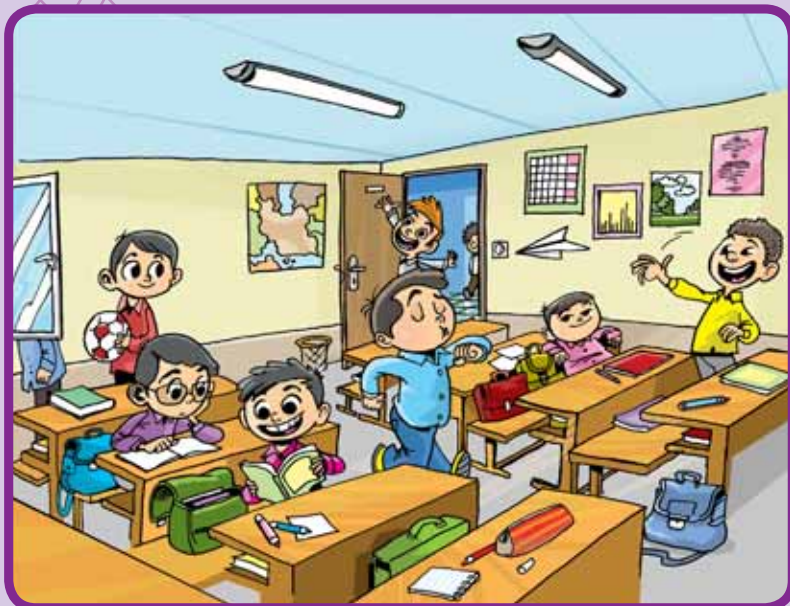


دقیق بشمار!

چند مربع در تصویر وجود دارد؟

از این اتاق تا آن اتاق

در این دو تصویر پانزده تفاوت پیدا کن.

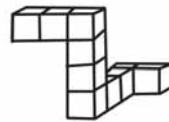


چرخش ساده

یکی از شکل‌های پایینی، همان شکل بالایی است که فقط کمی چرخیده. آن را پیدا کن.



ب



الف



د



ج

پاسخ سرگرمی

در این آزمون

خروجش گرسنه



از این اتاق تا آن اتاق



دقیق بشمار!

۳۵ مربع

چرخش ساده

شکل ب صحیح است.

پاسخ‌ها را در جدول پیدا کنید و مانند نمونه‌ها، دور هر پاسخ خط بکشید. کلمه‌ها به صورت‌های افقی، عمودی، مورب و حتی از آخر به اول در جدول گذاشته شده‌اند.



- کشوری که از جنوب به خلیج فارس و از شمال به دریای خزر می‌رسد.

- موجود دریایی بسیار بزرگ که طول بدنش به ۳۰ متر هم می‌رسد.

- به باغ درختان نخل می‌گویند.

- جانوری که دست و پا ندارد یا به علت کوتاه بودن دست و پایش به هنگام حرکت خود را روی زمین می‌کشد.

- چیز قیمتی ... جواهر

- برف همراه با طوفان را می‌گویند

- سود و منفعت.

- ریشه‌ی نارنجی رنگ خوراکی

- جایی که مردم همه‌ی کشورها در آن زندگی می‌کنند.

- قبل از کفش آن را می‌پوشیم!

- کشوری در آسیای جنوب شرقی

- حشره‌ی چوب‌خوار

- از شهرهای استان فارس

- از رودهای مهم ایران

- قطعه‌ای فلزی یا کاغذی که رسماً برای داد و ستد، در

اختیار مردم می‌گذارد.

- روغنی غلیظ برای مالیدن روی زخم

ه	س	و	ز	ج	ر	چ	ه	ق	خ
خ	و	ب	و	ق	ه	پ	ی	ج	ز
گ	پ	ی	ن	ک	ا	ر	و	ن	ن
ش	و	ن	ج	و	خ	پ	م	ا	د
ت	ی	ه	و	ل	ف	ش	و	س	ه
ق	ا	ی	ر	ا	ن	ر	ل	ف	
ن	ر	ه	ا	ک	ش	ب	ی	ر	د
ه	س	و	ب	ن	گ	ل	ا	د	ش
ن	خ	ل	س	ت	ا	ن	و	ه	
گ	و	ز	ن	ت	گ	ر	ه	پ	ا