

# دانش آموز

پایه دانش آموزان پایه های چهارم، پنجم و ششم - هجرتان

مناقصه آموزشی، تحلیلی و اطلاع رسانی  
دوره ی سسی و پنجم • بهمن ۱۳۹۵

شماره ی جدیدی ۲۸۴ • ۳۲ صفحه • ۸۰۰۰ ریال



**نشب ماندنی نیست**

به مناسبت دهی فجر انقلاب اسلامی ایران

• چگونه از مترو استفاده کنیم؟

• بیمه شویم

• دستت را به من بده!

بوی گل را از که چویمیم؟... از گلای

# بهترین خواندنی جهان

**نشانی دفتر مجله:**

**تهران، ایران شهر شمالی، پلاک ۴۶۶**

**تلفن دفتر مجله:**

**۰۲۱-۸۸۸۴۹۰۹۵**

**صندوق پستی:**

**۱۵۸۷۵ / ۶۵۸۹**

**رایانامه:**

**daneshamooz@roshdmag.ir**

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

تلفن: ۰۵۷۷۲-۸۸۳۰

تلفن پیام‌گیر مجلات رشد: ۰۲۱-۸۸۳۰۱۴۸۲

کد دفتر مجله: ۱۰۴

کد امور مشترکین: ۱۱۴

شمارگان: ۱۶۷۰۰۰۰ نسخه

چاپ: شرکت افست (سهامی عام)

طراح عنوان مطالب: سعید سلیمی

عکس‌های جلد: بوی گل را از که چویم؟... از گلاب: عجیب‌کاری با گل‌ها

زندگی کنیم و آشنیزی از انظم لاریجانی

- ▶ ماهنامه آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
- ▶ برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم و پنجم و ششم دبستان
- ▶ دوره‌ی سی و پنجم - بهمن ۹۵ - شماره‌ی ۵
- ▶ شماره‌ی پی‌دی‌ف: ۲۸۴
- ▶ مدیر مسئول: محمّد نامری
- ▶ سردبیر: شهرام شیعی بافتی

- ▶ مدیر داخلی: انظم اسلامی
- ▶ ویراستار: فرید بهنوا
- ▶ طراح گرافیک: مهدیه صفائی‌نیا

✦ شورای برنامه‌ریزی:

- نقی سلیمانی، آتوسا صالحی، دکتر احمد اسماعیلی نراقی
- دکتر حسین شاهرودی، مجید راستی،
- افسانه موسوی کرمارودی، محبت‌الله همتی

پس از دشواری، آسانی است.

قرآن کریم، سوره‌ی انشراح، از آیه‌ی پنج



## ۴ راه‌وبی‌راه

## به نام خدا

۶

توهم سرخی رامی بینی؟

۲

توپم  
دانش آموز

۱

شعر

۱۰

دسنت را به من بده!

۱۲

باشگاه پرسش‌های بچه‌ها



۱۴

بوی گل را از که جوییم؟... از گلاب

۱۶

یا، نوی کفش خودت!

۱۸

عجیب کاری!

۲۰

رنگ و حرکت



۲۲

بیمه شویم تا بیمی نداشته باشیم!

۲۴

شما

۲۸

سرگرمی

اگر به «برلین» بیایی...

۲۶

۳۰

چگونه تمرکز داشته باشیم؟

۳۲

جدول







۱۵ بهمن

ولادت حضرت زینب (س) - روز پرستار

پیام عاشورا

زینب

تو همچنان باید بدوی

باید تا یافتن تمام بچه‌ها راه بروی

و تا رسیدگی به تک تکشان، ایستاده بمانی

تو اگر بیفتی پرچم کربلا می‌افتد.

و تو اگر بشکنی پیام عاشورا می‌شکند.

از کتاب آفتاب در حجاب، نوشته‌ی سیدمهدی شجاعی

۱۲ بهمن

بازگشت امام خمینی (ره) به ایران

مثل روزهای عید

تا تو پا گذاشتی به خاک ما

خاک مرده زنده شد، بهار شد

با طلوع چشم‌های روشنت

باز آفتاب آشکار شد

دست‌های سبز مهربان تو

باغ را پر از گل و جوانه کرد

هر پرنده‌ای که بی‌پناه بود

در پناه دستت آشیانه کرد

از نگاه گرم و آشنای تو

قلب‌های خسته شد پر از امید

با تو روزها چه تازه بود و نو

مثل روزهای خوب و شاد عید.

بیوک ملکی

۱۹ بهمن

دیدار تاریخی همافران با امام خمینی (ره)  
روز نیروی هوایی



دیدار تاریخی افسران و درجه‌داران نیروی هوایی با امام خمینی (ره) که چند روز قبل از پیروزی انقلاب اسلامی ایران انجام گرفت.

۱۴ بهمن

روز فناوری فضایی

در ۱۴ بهمن سال ۱۳۸۷ جمهوری اسلامی ایران با پرتاب

موفقیت آمیز ماهواره‌ی امید به جمع کشورهای دارای توانایی

پرتاب ماهواره پیوست. ایران هر سال در این روز، سالگرد

پرتاب این ماهواره را جشن می‌گیرد و از ساخته‌های جدید

در زمینه‌ی فناوری هوا و فضا رونمایی می‌کند.



۲۲ بهمن

## پیروزی انقلاب اسلامی ایران و سقوط رژیم ستم‌شاهی

### در کوچه‌ی خاطرات

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

خانه خانه مرا خاطراتم  
می‌برد تا به آن شهر خوشحال  
تا خیابان خوشبخت آن وقت  
تا زمستان سرسبز آن سال

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

از سفر باز می‌گردم اما  
در همان لحظه‌ها می‌زنم گام  
شب که در کوچه‌ی خاطراتم  
برف می‌بارد آرام آرام.  
بابک نیک‌طلب



۲۳ بهمن

## شهادت حضرت فاطمه (س) به یک روایت

ای رسول خدا... سلام من و دخترت بر تو باد. همان که نزد تو آمد و به تو پیوست. از دوری دختر عزیزت طاقتم کم شده و صبر و قرار خود را از دست داده‌ام. امانتی که نزد من بود به صاحبش رسید اما آندوه و غم مرا پایانی نیست. از این پس، دیگر هیچ شبی خواب به چشمم نرود تا وقتی که خداوند مرا نزد شما بیاورد. به زودی دخترت به تو خبر می‌دهد که چگونه کسانی بر او ستم کردند و این در زمانی بود که مدت زیادی از درگذشت تو نمی‌گذشت.

از سخنان حضرت علی (ع)  
منبع: نهج البلاغه



۲۹ بهمن

## قیام مردم تبریز - به مناسبت چهلمین روز شهادت شهدای قم

تظاهرات ۲۹ بهمن تبریز که در تقویم رسمی جمهوری اسلامی با عنوان «قیام مردم تبریز» مشخص شده، مربوط به حادثه‌ی ۲۹ بهمن ۱۳۵۶ در این شهر است. مردم انقلابی تبریز به مناسبت چهلمین روز شهادت کشته‌شدگان ماجرای ۱۹ دی ۱۳۵۶ در قم، دست به تظاهرات زدند و بیشتر نقاط شهر را تسخیر کردند. تا این که ساعت پنج بعد از ظهر نیروهای دولتی کنترل شهر را به دست گرفتند.





# راه و بی راه

## چگونه به سلامت از مترو استفاده کنیم؟

مترو، وسیله‌ای ایمن، سریع و پاک است. استفاده از مترو در سراسر دنیا رایج شده است اما این وسیله‌ی حمل و نقل هم می‌تواند خطراتی داشته باشد. پس بیایید نکات ایمنی در هنگام استفاده از مترو را بیاموزیم.

### مراحل سفر بی‌خطر با مترو

- با استفاده از پله‌برقی یا پله‌ی معمولی، وارد سالن تهیه‌ی بلیت می‌شویم.
- برای برنامه‌ریزی سفر با مترو، از تابلوهای راهنما یا کارکنان مترو کمک می‌گیریم.
- بهتر است از کارت اعتباری مترو استفاده کنیم تا وقتمان در صف خرید بلیت صرف نشود.
- از دروازه‌ی کارت‌خوان عبور می‌کنیم. برای این کار باید از کارت یا بلیت استفاده کنیم.
- بدون راه رفتن روی پله‌های برقی، با استفاده از آنها خود را به سکو می‌رسانیم.
- با آرامش و رعایت ایمنی، در سکو منتظر می‌مانیم. هرگز از خط خطر عبور نمی‌کنیم.
- در قطار جایی برای نشستن و یا ایستادن پیدا می‌کنیم. حتماً از میله‌های کمکی برای حفظ تعادل خود استفاده می‌کنیم.
- هرگز برای اطلاع از آمدن قطار، خم نمی‌شویم. خطر افتادن روی ریل‌ها یا برخورد قطار با سر یا بدن ما وجود دارد. ما با صدای قطار، از آمدن آن باخبر می‌شویم.

### نکات ایمنی برای بچه‌ها

- موقع استفاده از پله‌برقی، از نوار کمکی استفاده کنید و برای حفظ تعادل، دستتان را روی آن بگذارید.



## سفر با مترو:

سه برابر ایمن تر از سفر با اتوبوس است.

بیست برابر ایمن تر از سفر با اتومبیل است.

۱۰۰۰ برابر ایمن تر از سفر با موتورسیکلت است!

در مترو دو خطر وجود دارد:

### برق‌گرفتنی

جریان برق مترو آن قدر قوی است که خطر جانی دارد.

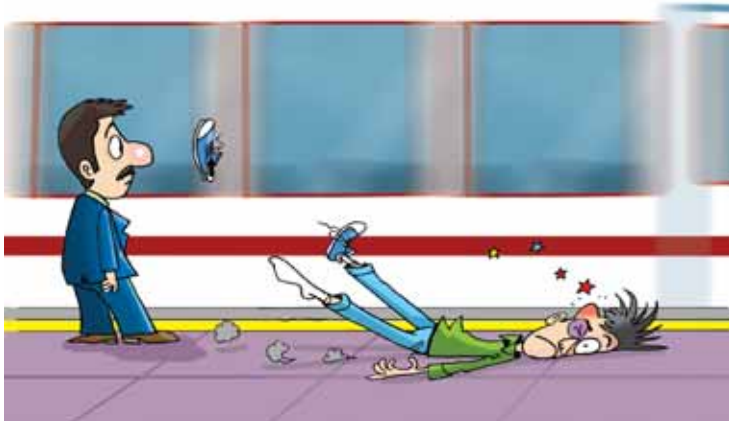
اگر به کنار ریل‌های مترو نگاه کنی، خط سومی را هم کنار آن‌ها می‌بینی. این خط سوم شبیه خط معمولی است اما در حقیقت خط برق است. جریان الکتریسیته در این خط چنان قوی است که اگر کسی پا روی آن بگذارد یا آن را لمس کند، به آن خواهد چسبید.

### برخورد با قطار

مترو باد شدیدی تولید می‌کند. این جریان باد، تا آن اندازه قدرتمند است که اگر خیلی نزدیک به لبه‌ی سکو باشیم می‌تواند تعادل ما را به هم بزند. بنابراین سعی می‌کنیم هرگز تا آمدن و توقف کامل قطار، به لبه‌ی سکو نزدیک نشویم.



• هرگز قبل از توقف کامل قطار، به لبه‌ی سکو نزدیک نشویم.



• مواظب باشید پاهایتان در فاصله‌ی بین قطار و سکو فرو نرود.



• هرگز از خط خطر جلوتر نروید. خطر افتادن بر روی ریل شما را تهدید می‌کند.

# توهم سرخی را می‌بینی؟

دخترک باز کنار پنجره ایستاد. به آن سرخی زیبا نگاه کرد و آرام خندید.

شب، پدر که آمد، دخترک او را به دیدن آن رنگ سرخ زیبا دعوت کرد. اما پشت پنجره چیزی جز تاریکی نبود. پدر، خسته‌تر و غمگین‌تر از وقتی که آمده بود، رفت تا چایش سرد نشود.

دخترک را به زور از پنجره دور کردند و در جایش خواباندند. و گرنه، تا صبح می‌خواست بایستد و آن رنگ سرخ زیبا را که به خیال خودش در دامنه‌ی کوه و در میان مه می‌دید، تماشا کند. وقتی مطمئن شدند که دخترک خوابش برده، برادر گفت: «باید بپریم پیش دکترو... از این‌جا اصلاً کوهی پیدا نیست که او بتواند دامنه‌ی مه‌آلودش را ببیند... او که اصلاً نمی‌بیند.»

دخترک این را شنید. شاید اگر آن سرخی زیبا را ندیده بود، از این حرف ناراحت می‌شد و گریه می‌کرد... اما گریه نکرد. با لبخندی که روی صورتش بود، خوابید.

صبح فردا، دخترک در بسترش نبود. در خانه باز بود و سرمای شادی‌آوری به داخل می‌زد.

آن‌ها همه‌جا را گشتند. حتی پشت‌بام، زیرزمین، کوچه و خیابان. دخترک نبود.

تا غروب، دیگر همه‌ی همسایه‌ها و شاید همه‌ی شهر می‌دانستند که دخترک، یک رنگ سرخ زیبا دیده و روز بعد گم شده است. غروب، همه‌ی آن‌ها که هنوز خیابان‌ها را دنبال او می‌گشتند، سرخی زیبایی را دیدند که از دور می‌آمد. دخترک می‌آمد با گونه‌ها، دست‌ها و پاهایی که از شدت سرما سرخ شده بود. با چند شاخه شقایق سرخ در دستش. او داشت به خانه برمی‌گشت و به هر که می‌رسید می‌گفت: «آن‌جا بود... توی دامنه‌ی کوه... توی مه... دیروز مرا صدا می‌زد...»

دخترک با چشم‌های سفیدش نگاه کرد. به آن دور دورها. به دامنه‌ی سپید کوه که مه‌آلود بود.

گفت: «مادر بیا... آن سرخی زیبا را می‌بینی؟»  
 مادر با تعجب به کنار دخترک آمد و نگاه کرد. فکر کرد شاید همسایه، پیراهن سرخی روی طناب انداخته است. ولی پیراهنی نبود. مادر با خودش فکر کرد: «حتی اگر آن‌جا چیزی بود، دخترم که نمی‌توانست آن‌را ببیند.»  
 مادر به هر طرف نگاه کرد ولی چیزی نبود. گفت: «من که نمی‌بینم.»

دلش نیامد که بگوید: «چه‌طور ممکن است تو یک قرمزی ببینی؟ تو که بینایی نداری...»  
 دخترک لبخند زد و گفت: «آن‌جا... آن‌جا را نگاه کن!» و با انگشت نشان داد.

مادر رد انگشت او را گرفت. در مقابل انگشت دخترک، دیوار بلند و آجری خانه‌ی روبه‌رویی بود که خیلی کهنه و فرسوده بود. مادر بغض کرد و چیزی نگفت. دخترک باز با چشم‌های سپیدش خیره شد و لبخند زد.

غروب که برادر به خانه برگشت، دخترک نگذاشت حتی کتاب‌هایش را زمین بگذارد. او را کشان‌کشان به طرف پنجره برد و گفت: «نگاه کن! آن قرمزی را می‌بینی؟ حالا دیگر سرخ سرخ است.»

پسرک، حیرت‌زده به مادر نگاه کرد و مادر آهسته و غمگین، اشاره کرد که: «چیزی نگو.»  
 پسرک نگاه کرد. خندید و گفت: «خواهرجان، من آن‌قدر خسته و گشنه‌ام که چشمم فقط دنبال غذاست!» و رفت.









## مثل نقاشی کودکان

- شاعر: محمدرضا شفیعی کدکنی
- تصویرگر: عاطفه فتوحی

آن طرف، آفتابِ بهاری  
وین طرف، جویِ جوینده جاری  
وین میان، قطره‌های درخشان  
از لبِ سبزِ برگان چکان است.

آسمان، باز  
ابرها،  
پله پله،  
بریده

در طرازِ خطی هندسی، محو،  
چون عبورِ صفِ لک‌لکان است.

راستی را چه صبحی، چه صبحی!  
هر چه در آن، نه یک شاد، صد شاد!  
مثل نقاشی کودکان است.

## پرچم خورشید

به مناسبت دهه‌ی فجر انقلاب اسلامی ایران

- شاعر: اسماعیل الله‌دادی

«شب» ماندنی نیست

هر چند

تاریک و طولانی‌ست

یک روز

«فردا» می‌رسد از راه

در دست‌هایش

پرچم خورشید، پیدا

یک روز صبح زود

شب می‌رود

ناگاه.



# به قول شاعر...

• گردآوری شعرها: اکرم کشایی

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



صبر و ظفر بر دو دوستان قدیمند

بر اثر صبر، نوبتِ ظفر آمد

ماتق



مهر که عیبِ دگران پیش تو آورد و شمرد

بی‌کمان عیبِ تو پیش دگران خواهد بُرد

سید



موشکافیِ هنسرنمی باشد



چشم از عیبِ دو ختنِ هنسراست

صائب تبریزی

نیک بخت آن که نیش نیک است

نیک نام آن که نیک رفتار است

پروین فغانی



# دست‌ها را به من بده!

دنیای دست‌ها در طبیعت

شاید به اهمیت «دست»‌هایمان در زندگی، زیاد توجه نکرده باشیم. اگر آسیبی به دستمان برسد تازه متوجه می‌شویم که زندگی بدون کمک دست‌ها چه مشکلاتی دارد.

دست‌ها در دنیای جانوران هم کاربردهای متنوعی دارند. شکل دست‌ها هم بسیار گوناگون است. بعضی از جانوران به جای دست، بال دارند. بعضی هم... اصلاً پیاپید با هم سری به دنیای دست‌ها در دنیای جانوران بزنیم!

## انگشت‌های «آی آی»

«آی آی» جانوری کوچک است. او انگشت‌های باریک، بلند و عجیبی دارد. انگشت سوم آی آی از همه‌ی انگشت‌هایش بلندتر و باریک‌تر است. آی آی از انگشت‌هایش استفاده‌های مختلفی می‌کند. مثلاً آن‌ها را روی تنه‌ی درختان می‌کشد تا حشرات خوش مزه را در سوراخ‌ها پیدا کند. یا این که از انگشت سومش برای خوردن تخم پرندگان استفاده می‌کند. انگشت‌های او برای سوراخ کردن پوست میوه و رسیدن به بخش خوردنی و خوش مزه‌ی آن، مهارت دارند. آی آی در جنگل‌های «ماداگاسکار» زندگی می‌کند.



## شش انگشتی

دست‌های موش کور برای کندن زمین ساخته شده‌اند. دست‌های موش کور، پنجه‌هایی بزرگ و تخت با ناخن‌هایی بزرگ و قوی دارد. اگر دست موش کور را نگاه کنیم، ممکن است فکر کنیم مثل دست‌های ما پنج انگشت دارد. اما نه! موش کورها شش انگشتی‌اند. آن‌ها کنار انگشت شست‌شان یک انگشت دیگر هم دارند که به شکل داس است اما برخلاف انگشت‌های دیگر، مفصل ندارد. این انگشت اضافه، قدرت دست‌های موش کور را برای کندن تونل، افزایش داده است.





## دست‌هایی برای بالا رفتن از دیوار

«گکو»ها می‌توانند به راحتی از دیوار صاف بالا بروند... به خاطر این که انگشتان مخصوص برای انجام دادن این کار دارند. انگشتان «گکو» از پرزهایی ریز پوشیده شده است. هر پرز هم از پرزهای بسیار ریزتری پوشیده شده است. این پرزها با افزایش سطح تماس انگشتان او با دیوار، باعث می‌شوند گکو بتواند به دیوار بچسبد و به راحتی از آن بالا برود.



## دست سابق!

بال‌های خفاش در حقیقت همان دست‌های اوست... دست‌هایی که تغییر شکل یافته‌اند. به این صورت که استخوان‌های انگشتان، بسیار بلند و کشیده شده‌اند و بین آن‌ها پرده‌ای از پوست کشیده شده است. خفاش با دست سابقش پرواز می‌کند!



## بیا بجورمت!

بعضی جانوران از دست‌هایشان برای تمیز کردن خودشان یا دیگر هم‌نوعانشان استفاده می‌کنند. انواعی از میمون‌ها، هر روز بخشی از وقت‌شان را می‌گذارند تا لابه‌لای موهای همدیگر را بجورند و آن را از حشرات مزاحم و آلودگی‌ها تمیز کنند!



## خرطوم به جای دست!

بسیاری از کارهایی که ما با دست‌هایمان انجام می‌دهیم، فیل‌ها با خرطومشان انجام می‌دهند. کارهایی مثل برداشتن غذا از روی زمین یا کندن و خوردن برگ‌ها و شاخه‌های درختان. اگر به باغ وحش رفتید، می‌توانید گزارش جالبی از انواع حرکت‌های خرطوم فیل‌ها تهیه کنید.





# باشگاه پرسش‌های بچه‌ها

پرسش‌های عجیب، تازه، مهم و همیشگی‌تان را مطرح کنید!

بدون پرسش‌ها، هیچ دانش و هیچ پیشرفتی وجود ندارد. پرسش‌ها باعث می‌شوند که بدانیم چه چیزهایی را نمی‌دانیم. این مهم‌ترین قدم در راه فهمیدن است!



• رنگ‌ها چگونه به وجود می‌آیند؟

سیدسعید رضوی



• آسمان هفتم کجاست؟  
صوفیاء روزبهانی

• کفش با کتانی چه تفاوتی دارد؟  
آرمین نیکوبین



• چرا رودها خشک می‌شوند؟  
محمدامین غلامی



• چرا خانم‌ها طاس نمی‌شوند؟  
مونا افشار پیام







● قدرتمندترین خودروی دنیا چیست؟  
محمّدصدرافضلی



● اولین بازیکن فوتبال چه کسی بود؟  
مجتبی احمدی

● سگ هار یعنی چه؟

مانی ایزدپناه

● آتش فشان چگونه خاموش می شود؟

علی مسگرزاده



● بزرگ ترین عدد دنیا چیست؟

ماهان عباسی

نمی توان گفت بزرگ ترین عدد دنیا چیست. زیرا هر عددی را که در نظر بگیریم، می توانیم یکی به آن اضافه کنیم! بعد از میلیون ها، ده میلیون ها و صدمیلیون ها، باید میلیاردها را بشماریم... بعد به تریلیون ها می رسیم. اما عددها هنوز ادامه دارند. در علم نجوم از اعداد بسیار بسیار بزرگی استفاده می شود اما اندازهی جهان هستی از همه ی این عددها بزرگ تر است. دانشمندانی که با عددهای خیلی بزرگ سروکار دارند، معمولاً با شمردن تعداد صفرهای جلوی عدد یا شمردن تعداد رقم های آن، بزرگی عدد را تعیین می کنند. در این جا با بزرگ ترین اعداد نام گذاری شده، آشنا می شویم.

میلیارد ۱۰۰۰۰۰۰۰

تریلیون ۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰

کوادریلیون ۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰

گوینتلیون یک با ۱۸ صفر

سیکستیلیون یک با ۲۱ صفر

سپتیلیون یک با ۲۴ صفر

اکتیلیون یک با ۲۷ صفر

نونیلیون یک با ۳۰ صفر

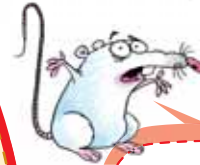
دسیلیون یک با ۳۳ صفر



سپیده چمن آرا

● چرا دانشمندان بیشتر، روی موش ها آزمایش می کنند؟

هدیه رئوفی



● چرا خط عابر پیاده راه راه است؟

سمیه صدری



# بوی گل را از کجای جوییم؟ ... از گلاب

## سفر رشد دانش آموز به قمصر، پایتخت گلاب

شهر قمصر، پایتخت گلاب ایران است. قمصر واژه‌ای است که به معنای «جایگاه آب» بوده است. شهر قمصر در دره‌ای سرسبز و زیبا در ۲۵ کیلومتری جنوب غربی کاشان واقع شده است. رشد دانش آموز در تابستان گذشته به این شهر رفت تا شما را با شیوهی گلاب‌گیری آشنا کند.

### گلاب چیست؟

گلاب مایع خوش‌بویی است که از تقطیر گل محمدی به دست می‌آید. این گل از نظر بوی خوش، بهترین گل برای تهیهی گلاب است و خواص درمانی هم دارد. گل محمدی، گلی از خانوادهی گل سرخ است و گل‌برگ‌هایی به رنگ صورتی دارد. چیدن این گل هر سال از اوایل اردیبهشت‌ماه آغاز می‌شود و تا اواخر خرداد ماه ادامه دارد. گلاب‌گیری به دو روش سنتی و کارخانه‌ای صورت می‌گیرد. برای تهیهی گلاب ناب از گل محمدی باید با فنّ گلاب‌گیری آشنا شویم.

### گلاب‌گیری به روش سنتی

❁ **دیگ** از جنس مس یا آلومینیوم است. گل به همراه آب باید در دیگ ریخته شود. دیگ‌های گلاب‌گیری را در گوشه‌های از حیاط منزل یا در کارگاه بر روی اجاق قرار می‌دهند. مخلوط آب و گل در این دیگ‌ها حرارت می‌بیند و تقطیر می‌شود. یعنی بخار آن بعد از مرحلهی دوباره به مایع تبدیل می‌شود. این مایع خوش‌بو، همان گلاب است.

❁ **درپوش دیگ** صفحه‌ای مسی است که با آن در دیگ را می‌بندند. این درپوش کاملاً روی دهانهی دیگ محکم می‌شود. برای بستن در دیگ، چند تخته سنگ روی درپوش می‌گذارند.

در گذشته، جنس درپوش از سفال بود و دور تا دور آن را با خمیر محکم می‌کردند. به هر حال، به جزئی‌ها یا لوله‌های در نظر گرفته شده نباید هیچ راهی برای خارج شدن بخار از دیگ وجود داشته باشد.

❁ **نی** یک جفت لوله از جنس نی خیزران یا آلومینیوم است که به دیگ گلاب وصل می‌شود. کار نی، رساندن بخار از دیگ به مرحلهی بعد است.

❁ **پارچ یا آگراییه** ظرفی استوانه‌ای است که بعد از عمل تقطیر، گلاب وارد آن می‌شود. پارچ یا قرابه در حوض آب گذاشته می‌شود. هنگام گلاب‌گیری، آب خنک در حوض جریان دارد. اگر آب گرم باشد، عمل تقطیر انجام نمی‌گیرد. به همین علت، دیگ‌ها را در کنار جوی آب نصب می‌کنند.





## گلاب ناب را چگونه بشناسیم؟

کافی است تا گلاب را مز مزه کنید. گلاب ناب، مزه‌ی گس و تلخی دارد. همچنین شفاف و بی‌رنگ است. البته باید توجه داشت که تلخی گلاب باید طبیعی باشد. پس از چشیدن گلاب دو بار آب دهانتان را فرو دهید. اگر تلخی آن باز هم در دهانتان باقی ماند، احتمالاً آن گلاب خالص نیست.



شهر قمصر در کنار گلاب‌گیری سنتی مرکز گلاب‌گیری به روش صنعتی نیز هست.



## کاربردهای گلاب

گلای در پخت انواع شیرینی‌ها، بستنی، غذاها و تهیه‌ی شربت به کار می‌رود.

گلای کاربردهای دارویی دارد.

در آیین‌های دینی، زیارتگاه‌ها، مکان‌های مقدس و همچنین در جشن‌ها از گلای استفاده می‌شود.

خانه‌ی کعبه هر سال با گلای ناب قمصر شست‌وشو داده می‌شود.

با سپاس از: مهندس فرشاد فرخ‌تبار و مجتبی غنایی



# یا، نوی کفش خودت!

## انتخاب کفش مناسب ورزشی

کفش ورزشی، یکی از مهم‌ترین نیازها برای ورزش‌کاران رشته‌های مختلف است. کفش ورزشی خوب، می‌تواند روی کیفیت تمرین و موفقیت ورزش کار تأثیری مثبت داشته باشد. در رشته‌های گوناگون ورزشی، کفش اهمیت زیادی در سلامتی اندام‌ها دارد. بهتر است در تهیه‌ی کفش ورزشی دقت کنیم و آن را سرسری نگیریم.

### اولین کفش‌های ورزشی

اولین کفش ورزشی، حدود ۵۰۰ سال قبل در انگلستان اختراع شد. جنس آن کفش‌ها از نوعی «برزنت» بود. در سال ۱۸۹۲ میلادی، یکی از تولیدکنندگان، پارچه‌ی کتان را روی کفهی لاستیکی دوخت و اولین کفش ورزشی کارخانه‌ای را به بازار عرضه کرد. این نوع کفش در کشور ما، به خاطر رویه‌اش که از جنس کتان بود، نام «کتانی» گرفت.

### کفش ورزشی مدرسه

برای انتخاب کفش ورزشی مناسب مدرسه یا فعالیت‌های عمومی، باید دقت کنیم که:

۱. کفش ورزشی ما، سبک و نرم باشد.
۲. کفش نه گشاد باشد و نه تنگ. کفش باید از لحاظ طول، پهنا و قوس، اندازه باشد.
۳. کف کفش صاف نباشد بلکه دارای «لژ» باشد و کفی مناسبی برای جذب ضربه‌ها داشته باشد.
۴. کف کفش باید دارای شیارهای مناسب باشد تا روی زمین سر نخوریم.
۵. کفشی را انتخاب کنیم که منافذی برای هوا خوردن پا داشته باشد. مواد پلاستیکی معمولاً این منافذ را ندارند.

اگر قصد دارید ورزش خاصی را دو یا سه بار در هفته انجام دهید، باید کفش ورزشی مخصوص آن ورزش را تهیه کنید. هر ورزشی براساس شرایط خاص آن ورزش، به کفش‌های مخصوص نیاز دارد.

### کفش اسکیت

کفش اسکیت از سه قسمت تشکیل شده است:

۱. بوت: محلی که پا در آن قرار می‌گیرد.
۲. تیغه: صفحه‌ای که بوت را به چرخ‌ها وصل می‌کند.
۳. چرخ‌ها: امکان حرکت را به اسکیت می‌دهند.



### کفش فوتبال

مهم‌ترین قسمت‌ها در مورد کفش فوتبال، «استوک» و رویه‌ی آن است. رویه‌ی کفش فوتبال از جنس چرم یا لاستیک نرم است. ضربه به توپ با این قسمت انجام می‌گیرد. استوک‌ها که در کف کفش جا دارند برای جلوگیری از لیز خوردن به کفش فوتبال پیچ می‌شوند و حتی قابل تعویض‌اند.



## کفش بسکتبال

کفش بسکتبال ساق بلندی دارد و از مچ پاها محافظت می‌کند. کف کفش‌های بسکتبال شیارهایی دارد که از سر خوردن بازیکن جلوگیری می‌کند.



## کفش اتومبیل‌رانی

کفش اتومبیل‌رانی، ساق کوتاهی دارد و قوزک پا را می‌پوشاند. این کفش باید از مواد «هیدروکربنی» ساخته شده باشد تا در دمای بالا ذوب نشود و به پای راننده آسیب نرساند!

## کفش گلف

کفش گلف، نوع خاصی از کفش‌های میخ‌دار است. این کفش به شکل میخ‌دار طراحی شده است تا در هنگام ضربه زدن، پای بازیکن روی زمین سر نخورد و از دقت ضربه کاسته نشود.



## کفش مشغولیتی یا بوکس

کفش بوکس، باید سبک، بدون پاشنه و ساق بلند باشد. با توجه به لیز بودن کف‌پوش رینگ بوکس، کف کفش این ورزش باید عاج‌های مناسب داشته باشد تا ورزش‌کار لیز نخورد.



## کفش بولینگ

مهم‌ترین ویژگی کفش بولینگ، کف چرمی آن است. کف چرمی، باعث می‌شود که پای ورزش‌کار، سطح تماس بیشتری با زمین داشته باشد و او تعادل خود را بهتر حفظ کند. کفش‌های حرفه‌ای بولینگ معمولاً از چرم طبیعی ساخته می‌شود.

## کفش کوه‌نوردی

یک کفش کوه‌نوردی خوب چند ویژگی مهم دارد: کف کفش نباید لیز باشد. یعنی زیره‌ی آن باید از جنس مرغوب باشد. آب نباید به راحتی وارد کفش کوه‌نوردی شود. این کفش باید از پیچ‌خوردگی پا جلوگیری کند. دیگر این‌که رویه‌ی کفش باید محکم باشد تا با سقوط سنگ روی آن، پا آسیب نبیند.



## کفش وزنه‌برداری

مهم‌ترین عامل در کفش‌های وزنه‌برداری ایستایی و تعادل آن بر زمین است. به خاطر همین کفش‌های وزنه‌برداری از جنسی سنگین ساخته می‌شوند. کف کفش هم ارتفاع کمی دارد و به تعادل وزنه‌بردار در هنگام بلند کردن وزنه کمک می‌کند.

## کفش کشتی

کفش کشتی باید ساق بلند، سبک و بدون پاشنه باشد. این کفش از چرم نرم ساخته می‌شود. در کفش کشتی نباید هیچ‌گونه قطعه‌ی فلزی به کار رفته باشد.





# عجیب کاری!

ساده، بامزه، سرگرم‌کننده

• 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 پیدا می‌کنیم. رشد دانش‌آموز به شما شوخی‌های بامزه یاد می‌دهد!

در این عجیب کاری، از دوستت می‌خواهی که با یک حرکت، به نتیجه برسد!



۱



از دوستت بخواه فقط «با حرکت دادن یک لیوان» لیوان‌ها را طوری مرتب کند که یکی در میان، پر و خالی باشند!... ممکن است این کار، به نظر او خیلی سخت باشد.

۲



وقتی نوبت خودت شد، لیوان پر دوم را از بین دو لیوان دیگر بردار و توی لیوان خالی دوم بریز. حالا لیوان را سر جای خودش بگذار. لیوان‌ها یکی در میان خالی و پر هستند!

۳



۴



بعضی وقت‌ها برای حل کردن مسائل سخت یا ساده، باید کمی از دور به آن‌ها نگاه کنیم. یکی از راه‌های رسیدن به ایده‌های خوب و تازه، فاصله گرفتن از موضوع و دیدن ارتباط کلی اجزا با هم است.

۵





# رنگ و حرکت

زمین ما پر از پدیده‌های شگفت‌انگیز است. پدیده‌هایی عجیب که فقط علت بعضی از آن‌ها را می‌دانیم. برای دانستن علت بقیه‌ی آن‌ها هم باید بیشتر تلاش کنیم. نکته‌ی مهم این است که دانشمندان دریافته‌اند حتی پدیده‌های خطرناک هم برای طبیعت فایده‌هایی دارند.

## چشمه‌ی رنگارنگ

این چشمه، مانند رنگین‌کمانی بر روی زمین است. یک چشمه‌ی دیدنی با رنگ‌های رنگین‌کمانی! مثل بقیه‌ی چشمه‌ها و رودهای رنگی، رنگ‌های این چشمه هم به‌خاطر وجود مواد معدنی در آن است. البته در این چشمه، میکروب‌هایی هم زندگی می‌کنند که باعث به وجود آمدن رنگ‌هایی از سبز تا قرمز می‌شوند. مقدار رنگ، بستگی دارد به حرارت آب و مواد رنگی میکروب‌ها... مثلاً هر اندازه که «کلروفیل» بیشتر باشد، رنگ سبز، بیشتر و پررنگ‌تر خواهد بود.



## دریاچه‌ی خال خال رنگی!

دریاچه‌ی خال خال رنگی در کانادا، از دور مثل یک سنگ فرس زیاست. از نزدیک هم مثل رنگ‌های روی پالت نقاشی به نظر می‌آید. این دریاچه در منطقه‌ای با تابستان‌های بسیار گرم قرار دارد. منطقه‌ای با دریاچه‌های درخشان از آفتاب و حیات وحش کویری خاص. دریاچه‌ی خال خالی، مواد معدنی مختلفی در خود دارد. حتی بعضی از مواد معدنی کمیاب مثل نقره و تیتانیوم.

خوب است بدانید این دریاچه در زمستان‌ها مثل بقیه‌ی دریاچه‌های معمولی است. اما تابستان که از راه می‌رسد، بیشتر آب آن بخار می‌شود. آن وقت است که این مواد معدنی رنگارنگ، زیبایی خودشان را نشان می‌دهند. به این صورت که بارندگی‌ها، دریاچه را پر از لکه‌های آب کوچک و بزرگ می‌کند. این لکه‌ها به خاطر وجود مواد معدنی، به رنگ‌های مختلف زرد، سبز و آبی دیده می‌شوند. مثل یک پالت نقاشی بزرگ و شگفت‌انگیز!

سرخپوست‌های این منطقه دریاچه را کشف کردند. سرخپوست‌ها کم‌کم به خواص درمانی آب دریاچه هم پی بردند. آن‌ها بیمارهای پوستی، دردهای عضلانی و زخم‌ها را با آب دریاچه درمان می‌کردند. از مواد معدنی دریاچه، در جنگ جهانی اول برای ساخت مهمات جنگی هم استفاده شده است. می‌گویند قبل از استخراج نمک‌های این دریاچه، رنگ‌های آن متنوع‌تر بوده است.



## دریاچه‌ی سنگ‌های رونده

دریاچه‌ی خشک با سنگ‌هایی که حرکت می‌کنند! یک پدیده‌ی عجیب دیگر! دریاچه‌ی خشک شده در امریکا که سنگ‌ها در آن حرکت می‌کنند.

سنگ‌ها در مسیری طولانی در یک سطح صاف حرکت می‌کنند. سنگ‌های کوچک و بزرگ! اگر بدانید که سنگ‌ها گاهی تا ۱۰۰ متر جابه‌جا می‌شوند، حتماً تعجب خواهید کرد. تعجب شما وقتی بیشتر می‌شود که بدانید سنگ‌ها گاهی در حال حرکت، تغییر مسیر هم می‌دهند!

این پدیده برای دانشمندان هم عجیب و اسرار آمیز به نظر می‌آید. آن‌ها علل‌های مختلفی را برای حرکت سنگ‌ها بررسی کرده‌اند. تحقیقات هنوز ادامه دارد اما بیشتر زمین‌شناسان می‌گویند: وقتی بستر دریاچه با آب پر می‌شود، با یخ زدن آب، یک لایه‌ی یخی، شکل می‌گیرد. در روزهای آفتابی، این یخ‌ها شروع به ذوب شدن می‌کنند و به صورت قطعه‌های نازک از هم جدا می‌شوند. باد آن‌ها را روی خاک حرکت می‌دهد. حالا در نظر بگیرید که گاهی روی هر قطعه‌ی یخ، سنگی هم قرار داشته باشد. این سنگ برای یخ مثل بادبان عمل می‌کند. باد، سنگ و یخ را با هم به حرکت در می‌آورد.



## جزیره‌ی متحرک!

جزیره‌ای از جنس گیاه که بر روی دریاچه‌ای در حال حرکت است! این جزیره که به کف دریاچه متصل نیست، در واقع توده‌ای از گل و درخت، علف‌ها و نی است. برای دیدن جزیره‌ی «چملی گول» باید به «تکاب» در آذربایجان غربی بروید.

جزیره‌ی متحرک با وزش باد و امواج، در جهت‌های مختلف حرکت می‌کند. این جزیره از ریشه‌های به هم تنیده‌ی نی‌ها درست شده است.

«چملی گول» پوشش گیاهی خوبی هم دارد و حتی در فصل زمستان و سرمای هوا هم سرسبزی خود را از دست نمی‌دهد.





# بیمه شویم... تا بیمی نداشته باشیم!

تأمین اجتماعی یعنی تلاش برای ایجاد آسایش، امید به آینده و رفع نگرانی درباره‌ی روزهای سخت زندگی. تأمین اجتماعی افراد یا خانواده‌ها را بیمه می‌کند. هر ماه از آن‌ها حق بیمه‌ای می‌گیرد تا هنگام نیاز یا فرارسیدن سختی‌ها، از آن‌ها حمایت کند. آشنا شدن با خدمات تأمین اجتماعی، یکی از نیازهای ضروری همه‌ی ماست.



## بیمه‌ی بازنشستگی

همه‌ی مردم در اثر پیری و کهولت، توان کار و فعالیت را از دست می‌دهند. زمانی می‌رسد که یک شهروند به جای کار باید استراحت کند یا این‌که به کارهای سبک، مطالعه، سفر و... بپردازد. در این شرایط، یعنی وقتی که فردی بازنشسته می‌شود، پرداخت مستمری بازنشستگی برای تأمین مخارج زندگی او یکی از کارهای تأمین اجتماعی است.

## بیمه‌ی از کار افتادگی

گاهی فرد بیمه شده، در اثر بیماری یا حادثه، از کار افتاده می‌شود. تأمین اجتماعی در این هنگام براساس مقررات خود، از او حمایت مالی خواهد کرد.



## بیمه‌ی بازماندگان

پرداخت حقوق مستمری بازماندگان یکی از خدمات و حمایت‌های سازمان تأمین اجتماعی است. وقتی فرد بیمه شده یا مستمری بگیر از دنیا می‌رود، به بازماندگان او براساس مقررات، حقوقی پرداخت خواهند کرد.





### بیمه‌ی صاحبان حرف و مشاغل آزاد

داشتن شغل آزاد یعنی این که فرد در استخدام نهاد دولتی یا خصوصی نباشد و خود در حرفه‌ای فعالیت کند. سازمان تأمین اجتماعی، بیمه‌ای برای صاحبان مشاغل آزاد دارد. دولت هم در زمینه‌ی حق بیمه و پرداخت حق سرانه‌ی درمان از آن‌ها حمایت می‌کند.

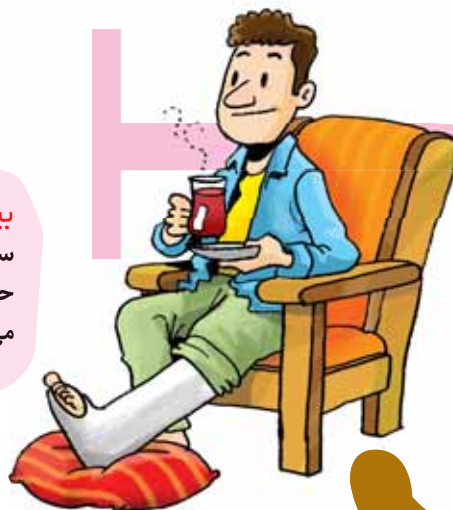
### بیمه‌ی بیکاری

بیمه شده‌ای که بدون میل و اراده بیکار شود و آماده و داوطلب کار باشد، با شرایطی حقوق بیکاری دریافت می‌کند. هدف اصلی قانون بیمه‌ی بیکاری، حمایت از فرد بیکار و خانواده‌ی او در مقابل قطع در آمد است.



### بیمه‌ی ایام بیماری

سازمان تأمین اجتماعی به بیمه‌شدگانی که به علت بیماری یا حوادث شغلی، به طور موقت توان کار ندارند، مبلغی پرداخت می‌کند. این مبلغ شامل دوره‌ی بارداری هم می‌شود.





باران 

باز باران بارید  
خیس شد خاطره‌ها  
مرحبا بر دل ابری هوا

می‌کند چک‌چک باز  
بر سر خانه‌ی ما  
می‌کند شُر شُر باز  
می‌رسد خاطره‌ها

از ته راه دراز  
می‌آورد تا یاد  
سالیان خوش ما.

علی رحمتی، پایه‌ی پنجم، اصفهان

مثل رنگین کمان 

خواستم تا ابر باشم  
روز و شب باران ببارم  
قلب خود را پر کنم از سختی این کوله‌بارم  
خواستم تا در کنارت مثل گلدانی بمانم  
خواستم تا تو بدانی من یکی رنگین کمانم.

رعنا عوض‌زاده، ۱۲ ساله، بندر دیلم



◀ ساناز کریمی، پایه‌ی پنجم، تهران



◀ ستایش سمیعی، پایه‌ی پنجم، تهران

## حقایق در باره‌ی ماه

ماهی ماه نوسان شدیدی دارد. در سردترین حالت به ۱۳۸ درجه‌ی سانتی‌گراد زیر صفر و در گرم‌ترین حالت به ۱۲۷ درجه بالای صفر می‌رسد!

تصور اشتباهی وجود دارد که برخی فکر می‌کنند در ماه جاذبه وجود ندارد. اما واقعیت این است که سطح ماه جاذبه دارد ولی بسیار کمتر از جاذبه‌ی زمین.

ماه گرد نیست. بلکه دارای برآمدگی‌هایی است که آن را شبیه تخم‌مرغ کرده است.

ماه همیشه فقط یک طرف ماه را می‌بینیم. این موضوع به دلیل هماهنگی چرخش زمین به دور خود با چرخش ماه است. ما هرگز سمت دیگر ماه را نمی‌بینیم!

کره‌ی ماه خیلی هم آرام نیست. هر سال صدها زلزله در ماه اتفاق می‌افتد!

یک نظریه در مورد پیدایش ماه وجود دارد. این نظریه می‌گوید: سیاره‌ای بزرگ با زمین برخورد کرده است. در نتیجه‌ی این برخورد، قطعات سنگ در مدار زمین باقی‌مانده است. با گذشت زمان، این سنگ‌ها به هم پیوسته‌اند و کره‌ی ماه را تشکیل داده‌اند.

جزر و مد آب‌های کره‌ی زمین تحت تأثیر ماه است. اگر جزر و مد نباشد، حیات در کره‌ی زمین از بین می‌رود.

سبحان خلیلی، پایه‌ی پنجم، تهران



۱ امین خانی، پایه‌ی چهارم، گرگان

## حیوانات را اسیر نکنیم

من حیوانات را دوست دارم. آن‌ها همه‌ی حیوانات را. آن‌هایی که در آسمان می‌پرنند، آن‌هایی که روی زمین می‌خزند یا می‌دوند، همگی زندگی می‌کنند... آن‌هایی که در دریا و اقیانوس ساکنند. محبوس کردن حیوانات بسیار آزار دهنده است. ما نباید یک جاندار را به دلایلی مثل زیبا بودن یا این که از آن خوشمان می‌آید، اسیر کنیم. شاید آن حیوان هم ما را دوست داشته باشد اما حتماً خانواده‌اش را بیشتر دوست دارد. فرض کنید شما را از خانواده‌تان جدا کنند. آیا این را می‌پسندید؟

من از بچه‌ها می‌خواهم با حیوانات خوش رفتار باشند. آن‌ها هم جان دارند و حق آزادی و زندگی. من از زبان آن‌ها با شما حرف می‌زنم. اجازه بدهید ما خوشحال زندگی کنیم!

مسیحا آتش‌بنجه، پایه‌ی پنجم، کرج



۲ سوزان شمس، پایه‌ی ششم، کرج





# اگر به «برلین» بیایی...

برلین، بزرگ‌ترین و قدیمی‌ترین شهر در کشور آلمان است. این شهر، یکی از مراکز فرهنگی جهان است. امروزه برلین، یکی از شهرهای مهم اروپاست. برلین پرجمعیت‌ترین شهر آلمان نیز هست. جمعیت این شهر به پنج میلیون نفر می‌رسد.



## موزه‌ی سوسیسی

آلمانی‌ها به غذای ملی‌شان اهمیت زیادی می‌دهند تا جایی که به خاطرش، موزه‌ای در برلین ساخته‌اند. این غذای ملی، «سوسیسی با سس کاری» است که در زبان آلمانی به آن «کوری وورست» می‌گویند.

در «موزه‌ی غذای برلین» علاقه‌مندان می‌توانند از دستگاه‌هایی که سال‌ها پیش از آن‌ها برای درست کردن انواع سوسیسی استفاده می‌شده، دیدن کنند.



## لوله‌های صورتی و آبی

اگر به شهر برلین بروید، لوله‌هایی به رنگ آبی یا صورتی می‌بینید. زمین برلین تالابی (باتلاقی) است. یعنی در آن، خاک با آب مخلوط است. به همین علت، برای ساختن بناها بر روی زمین برلین، مجبورند خاک را خشک کنند. آب، از داخل لوله‌هایی که گفتیم به رودخانه هدایت می‌شود تا زمین خشک شود.

## آب و هوای برلین

برلین آب و هوای اقیانوسی دارد. تابستان‌های آن گرم و زمستان‌هایش سرد است. پاییز و بهار برلین آب و هوای معتدل و مطبوعی دارد.



## نمادهای شهر برلین

شهر برلین دو نماد دارد. یکی تصویر خرس قهوه‌ای بزرگ که روی پاهایش ایستاده و در بیشتر جاهای شهر، اثری از آن دیده می‌شود. نماد دیگر، آدمک چراغ راهنمایی است. این آدمک ابتدا برای چراغ‌های راهنمایی شهر برلین شرقی طراحی شد، اما حالا تقریباً همه‌جا دیده می‌شود!





کاخ شارلوتنبرگ



دروازه‌ی براندنبورگ

### دیدنی‌های برلین

دروازه‌ی براندنبورگ: این دروازه، یک دروازه‌ی معروف در دیوار شهر برلین بود. عکس این دروازه روی سکه‌های آلمانی ضرب شده است.

جزیره‌ی موزه: جزیره‌ی موزه‌ی برلین، محل قرارگیری پنج موزه‌ی دیدنی است که همه در کنار یکدیگر قرار دارند.

کاخ شارلوتنبرگ: کاخ شارلوتنبرگ، بزرگ‌ترین کاخ تاریخی برلین است. این کاخ در اوایل قرن هجدهم ساخته شده است.

ژاندارمن مارکت: یکی از زیباترین میدان‌های اروپاست که سه ساختمان بسیار زیبا در اطراف دارد. سالن کنسرت، کلیسای جامع فرانسوی و کلیسای جامع آلمانی.



### درختان برلین

برلین شهری سرسبز و پر از منظره‌های طبیعی است. ۲۴ درصد از مساحت این شهر را جنگل‌ها و دریاچه‌ها پوشانده است. درختان برای مردم برلین بسیار مهم‌اند. در زمان جنگ جهانی دوم، نیمی از درختان شهر نابود شدند. از آن زمان به بعد مردم و مسئولان در نگهداری درختان شهر بسیار تلاش می‌کنند. هر درخت یک کد ۱۸ رقمی دارد و به طور مرتب به سلامت آن نظارت می‌شود. امروزه نزدیک ۴۵۰ هزار درخت خیابانی در برلین وجود دارد.



جزیره‌ی موزه



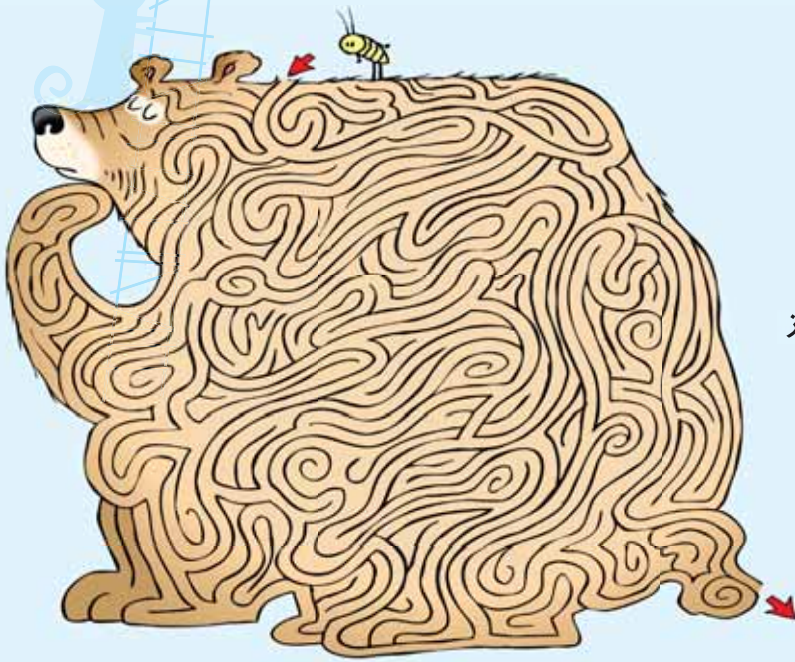
### دیوار برلین

دیوار برلین نام دیواری به طول ۱۵۵ کیلومتر و به ارتفاع دو متر بود که به مدت ۲۸ سال این شهر را به دو قسمت شرقی و غربی تقسیم می‌کرد. پس از جنگ جهانی دوم، شهر به دو بخش تقسیم شد. آمریکا، انگلیس و فرانسه برلین غربی را در اختیار گرفتند و برلین شرقی هم تحت کنترل شوروی قرار گرفت.

در طول دیوار برلین، ایستگاه‌های بازرسی زیاد ساخته شده بود. در سال ۱۹۸۹ دیوار برلین را خراب کردند. قطعات کوچکی از این دیوار به عنوان یادگار باقی ماند. در سوگاتی فروشی‌های شهر برلین، می‌توان تکه‌های باقیمانده‌ی این دیوار را برای یادگاری خرید.







## کمک به گک!

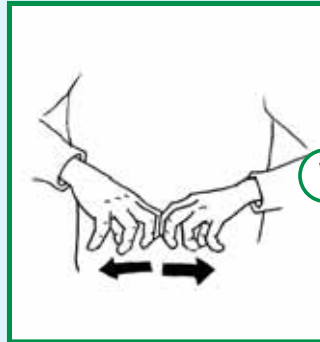
به کک کمک کن راه خروج از روی پوست خرس را پیدا کند!

## زبان اشاره

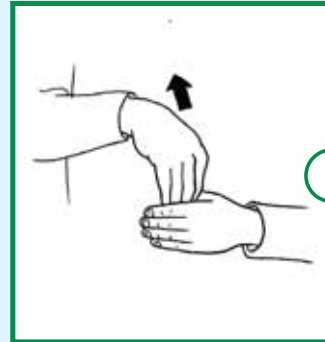
همه‌ی ما گاهی ناچار می‌شویم از زبان اشاره استفاده کنیم. مثلاً در گفت‌وگو با کسی که زبان ما را نمی‌داند، در گفت‌وگو با افراد ناشنوا یا در جایی که صدا به صدا نمی‌رسد. در این بازی، معنی اشاره‌ها را حدس می‌زنید و با زبان بدن آشنا می‌شوید.



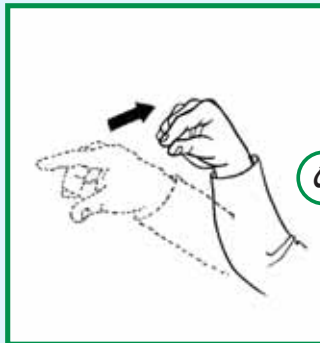
۳



۲



۱



۵



۴

## پاسخ زبان اشاره

• انتخاب کردن  
⑤

• تخمه  
④

• میوه  
③

• جدا کردن  
②

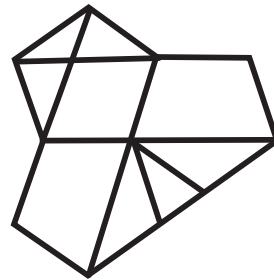
• بیرون آوردن  
①

## بگرد و پیدا کن

شکل‌های پایین را در تصویر بالا پیدا کن.



### چند پنج ضلعی؟



چند پنج ضلعی در این تصویر می‌بینی؟ مهم نیست پنج ضلعی‌ها منتظم باشند. فقط باید پنج ضلع داشته باشند.

۱۰۰ پنج ضلعی ۹۰ پنج ضلعی ۲۰۰ پنج ضلعی ۱۵۰ پنج ضلعی

## ۱۰ تفاوت

ده تفاوت را در تصویرهای زیر پیدا کن.



## پاسخ سرگرمی

چند پنج ضلعی؟

۹ پنج ضلعی



بگرد و پیدا کن



۱۰ تفاوت



کمک به لگ!

ف دانش آموز



# چگونه تمرکز داشته باشیم؟

کلیدهای طلایی فقط برای تو!

همین حالا، تو مشغول چه فکری هستی؟! ... آیا ذهنت فقط با همین نوشته‌درگیر است یا به چیزهای دیگری هم فکری می‌کنی؟! بعضی از دانش‌آموزان موفق نبودن در درس و مدرسه را به خاطر حواس پرتی می‌دانند. بعضی‌ها هم اصلاً نمی‌دانند که گاهی حواسشان پرت می‌شود! حواس پرتی یا نداشتن تمرکز، یعنی این که نتوانیم با تمام ذهنمان به موضوع اصلی، بپردازیم. نداشتن تمرکز، ممکن است برای همه‌ی ما پیش بیاید. این کلیدها برای تقویت تمرکز، به تو کمک می‌کند.



## کلید اول فعال باش

برای داشتن تمرکز در موقع درس خواندن، باید موقع خواندن، خودت هم فعال باشی. یعنی این که در برابر چیزی که می‌خوانی، واکنش داشته باشی. باید خوشت بیاید، بدت بیاید، تعجب کنی، موافق باشی، مخالف باشی، چیزی اضافه کنی، تأیید کنی و... خط کشیدن زیر سطرها و یادداشت نوشتن در گوشه‌های کتاب، علامت گذاشتن، یادداشت برداشتن و... همه انواعی از فعال بودن است.



## کلید دوم قانون برگه‌ی سفید

قانون برگه‌ی سفید می‌گوید: لازم است موقع درس خواندن یا گوش دادن به درس، همیشه کاغذ یادداشتی زیر دست داشته باشی. هر بار که فکری به جز کار اصلی به سراغت می‌آید، با نوشتن یک کلمه درباره‌ی آن، سعی کنی به طور موقت آن را فراموش کنی. این کار باعث می‌شود که دیگر نگران نباشی که آن کار فراموش خواهد شد. ذهن تو با این کار کم‌کم عادت می‌کند که به هر فکری وقتی بدهد و فکرها را به نوبت بررسی کند. این یعنی همان تمرکزی که می‌خواهی.

## کلید سوم پرتاب کن!



«تمرکز» هم می‌تواند مانند «دقت» با بعضی از بازی‌ها و سرگرمی‌ها تقویت شود. یکی از بهترین سرگرمی‌های مفید برای تمرکز، ورزش «دارت» است. تلاش کن تا در هر بار پرتاب، امتیازت را یادداشت کنی و با تمرکز بر نقطه‌ی هدف، هر بار امتیاز بالاتری به دست بیاوری.

موضوعی را در نظر بگیر. برای مثال، «دوستی» را... حالا ساعت را جوری کوک کن که بعد از گذشت یک دقیقه، زنگ بزند. در طول این یک دقیقه، به موضوع فکر کن، درباره‌ی آن بنویس یا صحبت کن. یادت باشد که در این زمان، نمی‌توانی درباره‌ی هیچ موضوع دیگری حرف بزنی. این کار می‌تواند به صورت یک بازی دو یا چند نفره انجام گیرد. موضوعات می‌توانند خنده‌دار و عجیب هم باشند.

## سرعت، مساوی عجله نیست!

### کلید دگرگی

سوزن‌هایی با اندازه‌های گوناگون از مادر امانت بگیر. از بزرگ‌ترین سوزن شروع کن و آن را نخ کن. بعد برو به سراغ سوزن بعدی و همین‌طور تا آخر.

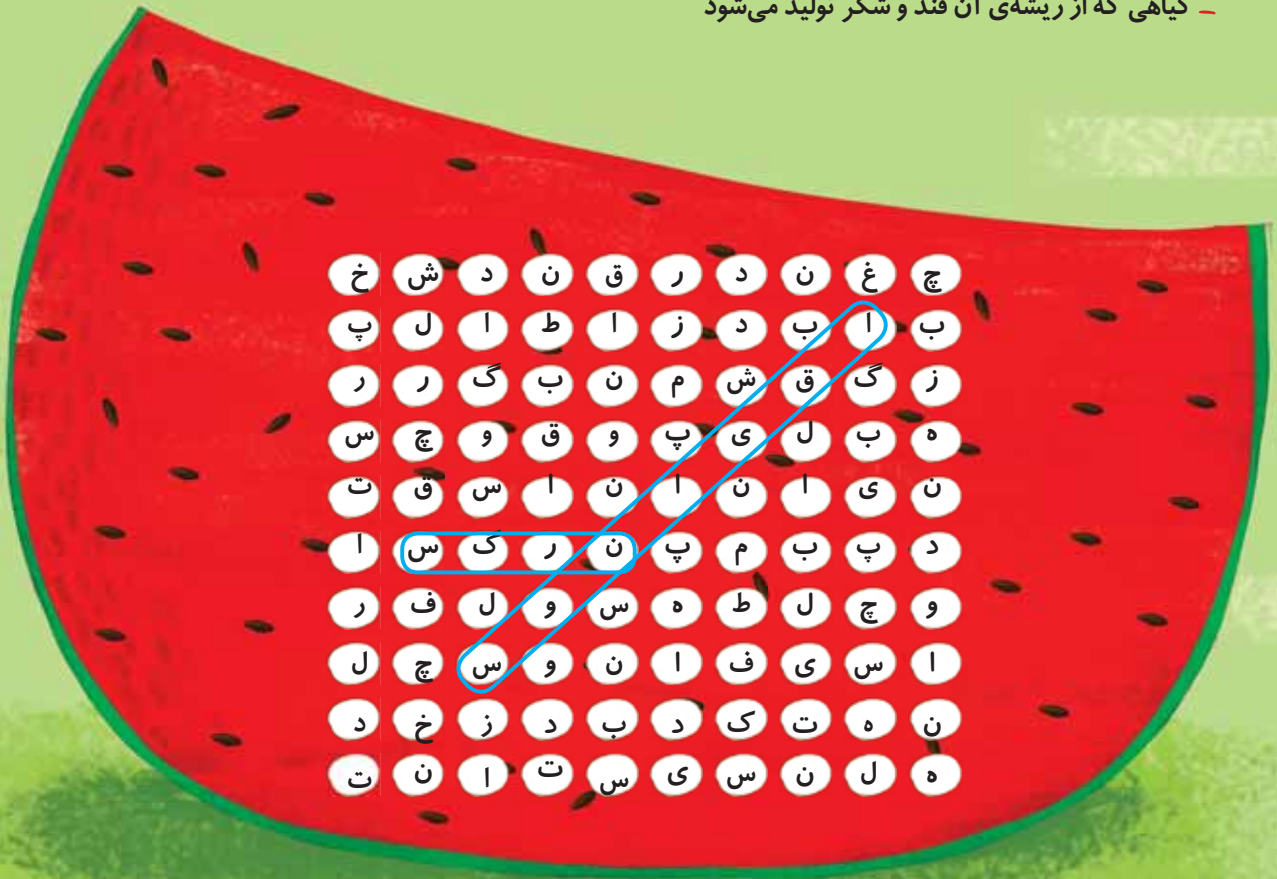
زمان را اندازه بگیر و ببین در چه زمانی می‌توانی سوزن‌ها را نخ کنی. سعی کن سرعت خودت را بیشتر و بیشتر کنی. در دور بعدی، تلاش کن باز هم سرعت را بالاتر ببری. اما یادت باشد، در این کار، سرعت با استفاده از تمرکز به دست می‌آید نه عجله!





جواب‌ها را در جدول پیدا کنید و مانند نمونه‌ها، دور آن‌ها را خط بکشید.  
ممکن است حروف کلمه‌ها به صورت‌های افقی، عمودی و مورب در جدول گذاشته شده باشند.

- دریای بسیار بزرگ
- از ابزار ماهی‌گیری
- گلی کوچک و خوشبو که در شعر فارسی به چشم تشبیه شده است
- کرم ابریشم، بعد از دگردیسی
- از جزایر خلیج فارس
- میوه‌ای خوش مزه شبیه گلدان!
- رعایت آن وظیفه‌ی همه است
- گیاهی که از ریشه‌ی آن قند و شکر تولید می‌شود
- چراغی که با نفت کار می‌کند و در زمان‌های قدیم بسیار کاربرد داشته است
- هدایت‌کننده
- رستم، پیل این سرزمین بوده است
- کار او مراقبت از بیماران است
- میوه‌ی تابستانی و پر آب
- از فلزات سخت و سنگین است
- نرسیده و کال.



# شیر و چای قمصر

مردم قمصر گاهی از مهمان‌هایشان با نوشیدنی مخصوص خود پذیرایی می‌کنند. این نوشیدنی، مخلوط شیر و چای و گلاب است.

سوغاتی سفر رشد دانش آموز به قمصر



## طرز تهیه

۱. شکر و شیر را در قوری بریزید و روی حرارت ملایم اجاق بگذارید. صبر کنید تا شیر کاملاً گرم شود اما جوش نیاید.
  ۲. چای خشک را به شیر گرم اضافه کنید. در قوری را بگذارید. قوری را روی کتری در حال جوش قرار دهید و بگذارید به مدت ده دقیقه دم بکشد. می‌توانید گلاب را در این مرحله اضافه کنید.
  ۳. شیر و چای را از صافی رد کنید و داخل فنجان بریزید. برای تزیین، کمی پودر دارچین در هر فنجان شیرچای بریزید. نوش جان!
- به جای شکر می‌توانید شیر و چای قمصر را با عسل شیرین کنید.

## مواد لازم

- شیر... (یک پیمانه)  
چای خشک... (یک قاشق چای خوری)  
گلاب... (سه قاشق غذاخوری)  
شکر یا عسل... (یک قاشق غذاخوری)

سعی می‌کنیم از چای ایرانی، یعنی حاصل تلاش چای کاران شمال کشورمان استفاده کنیم.



نگهداری گل در منزل یا مدرسه، به شما شادابی و سرزندگی می‌دهد و به تلاش بیشتر برای رسیدن به زیبایی‌ها امیدوارتان می‌کند.

فاطمه رادپور  
لیلا علی‌زاده

گل نعمتی‌ست فرستاده از بهشت

# من «کوکب» هستم



من از گل‌های بسیار زیبا، از خانواده‌ی گل‌ستارگان هستم. من انواع مختلفی دارم. از گل‌های کوچک به قطر پنج سانتی‌متر تا گل‌های بزرگ به قطر ۳۰ سانتی‌متر. کوکب، رنگ‌های سفید، زرد، قرمز، بنفش یا ترکیبی از این رنگ‌ها دارد. من در اواخر تابستان و آغاز پاییز، گل می‌دهم.

## گل‌آرایی

برای گل‌آرایی گل کوکب، سعی کنید دنبال ایده‌های جالب و تازه بگردید. برای گل‌آرایی من، یک گلدان گرد، کوتاه و پهن مناسب است. گلدانی که می‌بینید، شبیه یک پی‌سوز است. پی‌سوز وسیله‌ای بود که در گذشته برای روشنایی از آن استفاده می‌شد. نگاه کنید که نوک پی‌سوز چه حالتی در شکل ظاهری گلدان ایجاد کرده است. می‌توانید در تزئین گل کوکب، از گیاه شویدی و چند شاخه یا ساقه‌ی باریک استفاده کنید. رنگ سبز گیاه شویدی گلدان شما را بهتر و زیباتر نشان می‌دهد. ساقه‌های نازک هم فضای اطراف گل را پر انرژی‌تر نشان می‌دهند.