

# دانش آموز



برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم دبستان

شماره‌ی پیدری ۳۱۳  
۳۲ صفحه • ۲۱۰۰۰ ریال

ماهنامه‌ی آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی  
دوره‌ی سی و هشتم • فروردین ۱۳۹۹

گزارش:

**بچه‌های طبیعت!**

نشانه:

**نجات**



یادداشت:

**غولها و قهرمانها!**

مهارت:

**امسال سال توست!**



# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

اللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ

در این شماره می خوانیم:

- |    |                                  |    |                                    |
|----|----------------------------------|----|------------------------------------|
| ۱۸ | مهارت‌های زندگی: امسال سال توست! | ۱  | یادداشت سردبیر: غول‌ها و قهرمان‌ها |
| ۲۰ | ورزش و سلامت: بدو، پیر، گل بزن!  | ۲  | تقویم                              |
| ۲۲ | محیط زیست: باغبان طبیعت!         | ۳  | نشانه                              |
| ۲۴ | ایرانشناسی: چوگان!               | ۴  | شعر                                |
| ۲۶ | کاردستی: باران طلایی توی شیشه!   | ۶  | داستان: شیرینی عید!                |
| ۲۸ | آثار شما: ایستگاه بچه‌ها         | ۱۰ | راه آسمان: نام محله‌ی ما           |
| ۳۰ | طنز: اسم و فامیل عید یایی        | ۱۱ | نام من                             |
| ۳۲ | سرگرمی                           | ۱۲ | گزارش: بچه‌های طبیعت!              |
| ۳۳ | آشپزی: شیرینی خامه‌ای فوری       | ۱۶ | علمی: موج شیرین!                   |

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



● خوانندگان رشد دانش آموز شما می‌توانید قصه‌ها، شعرها، نقاشی‌ها و مطالب خود را به مرکز بررسی آثار بفرستید.

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

تلفن: ۰۲۱-۸۸۳۰۵۷۷۲

**نشانی دفتر مجله**

تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶

**تلفن دفتر مجله**

۰۲۱-۸۸۸۴۹۰۹۵

**صندوق پستی**

۱۵۸۷۵ / ۶۵۸۹

**رایانامه**

daneshamooz@roshdmag.ir

◀ ماهنامه‌ی آموزشی، تحلیلی و اطلاع رسانی

▶ برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم و پنجم و ششم دبستان

▶ دوره‌ی سی و هشتم - اسفند ۹۸ - شماره‌ی ۶

▶ شماره‌ی پی در پی ۳۱۲

▶ **مدیر مسئول:** مسعود قیاضی

▶ **سردبیر:** مرجان فولادوند

▶ **مدیر داخلی:** ندا نورمحمدی

▶ **مدیر هنری:** کوروش پارسائزاد

▶ **طراح گرافیک:** مهدیه صفائی‌نیا

▶ **دبیر عکس:** پرویز فراگوزلی

▶ **ویراستار:** مرضیه طلوع

▶ شمارگان: ۱۰۱۶۰۰۰۰ نسخه

▶ تصویرگر جلد: شیوا ضیائی

▶ عکس‌های کاردستی و آشپزی از اعظم لاریجانی

▶ چاپ و توزیع: شرکت افست

# غول‌ها و قهرمان‌ها!

گاهی فکر می‌کنم زندگی یک جورهایی شبیه بازی‌های رایانه‌ای است. یعنی هر بار که مرحله‌ای را تمام می‌کنی، باید بروی مرحله‌ی بعد و با غول بزرگ تری بجنگی!

گاهی فکر می‌کنم بدترین چیز بزرگ شدن - دست کم برای من - این است که غول‌هایم هی بزرگ‌تر می‌شوند و من گاهی زورم نمی‌رسد با آن‌ها بجنگم. یکی از بدترین و قوی‌ترین غول‌ها آن است که گاهی نمی‌گذارد صبح‌ها پلک‌هایم را باز کنم. (نه! منظورم اصلاً غول تنبلی و خواب‌آلودگی و این حرف‌ها نیست، این‌ها غول‌های مرحله‌ی اول بودند!) اسم غول این مرحله، ناامیدی است. غولی که هی توی سرم می‌گوید حالا چه فایده؟ مگر چند نفر این مجله را می‌خوانند؟ اصلاً هی همه می‌گویند که مردم روزبه‌روز کم‌تر کتاب می‌خوانند و نمی‌دانند این می‌تواند چقدر خطرناک باشد. اصلاً گیرم که بخوانند مگر چه فایده‌ای دارد؟ یک وقت‌هایی هم هست که صدای این غول‌ها آن‌قدر بلند می‌شود که دیگر زورم به آن‌ها نمی‌رسد. این جور وقت‌هاست که اتفاقی می‌افتد. اتفاقی مثل آمدن یک قهرمان در قصه‌ها. آن‌ها کمک می‌کنند که بتوانم بلند شوم و غول ناامیدی را شکست بدهم. قهرمان من خیلی وقت‌ها شما هستید. مثل بچه‌هایی که گزارش دستبندهای نارنجی را خوانده‌اند و در مدرسه گروه‌هایی برای مراقبت از زمین و درخت و جانوران شهر و روستایشان درست کرده‌اند. مثل بچه‌هایی که برای ما نامه می‌نویسند، تلفن می‌زنند و باهوش و دقیق و راست گو هستند وقتی نظرهایشان را درباره‌ی مجله می‌گویند. این جور وقت‌ها غول ناامیدی کوچک می‌شود و می‌رود توی سایه‌ها خودش را پنهان می‌کند. (می‌دانم که منتظر می‌شود تا دوباره ضعیف شوم و برگردد)، اما به هر حال دست از سرم برمی‌دارد و من می‌توانم بلند شوم.

نه این که فقط به خاطر مجله خوش حال باشم. نه، شما مهم هستید. شما هر جای ایران که باشید، با این شعرها و قصه‌ها بزرگ می‌شوید، خاطره‌هایتان شبیه به هم می‌شود، با هم دوست‌تر می‌شوید و یاد می‌گیرید بیش‌تر بخوانید و فکر کنید و روزی می‌رسد که هر کدامتان مثل یک درخت بلند و بزرگ و پرسایه خواهید شد و در کنار هم این سرزمین را سرسبز و زیبا خواهید کرد. به خاطر شماست که ما می‌توانیم صبح‌ها بلند شویم. به خاطر شما که قهرمان‌های غول‌کش ما هستید!

مهران فولادرونر

• تصویر گر: الهام زمانی



یادداشت سردبیر



۲۱ فروردین

نیمه شعبان، ولادت حضرت مهدی (عج)

جشن نیمه شعبان از جشن‌های بزرگ شیعیان است که به مناسبت تولد امام زمان حضرت مهدی (عج) برگزار می‌شود.



فروردین

شهادت امام موسی کاظم (ع)

کاظم یعنی کسی که خشم خودش را کنترل می‌کند. امام کاظم (ع) به پیروانشان توصیه کردند: «هر کس مردم را از خشم خود در امان نگه دارد، خداوند در قیامت او را از خشم خود در امان نگه خواهد داشت.»



۹ فروردین

ولادت امام حسین (ع)

روز پاسدار در مسیر حق استوار و ثابت باش، گرچه تلخ و سخت باشد. امام حسین (ع)

۳ فروردین

مبعث رسول اکرم (ص)

روزی است که حضرت محمد (ص) از سوی خداوند به پیامبری برگزیده شد. جبرئیل در غار حرا بر ایشان نازل شد و اولین آیه‌های قرآن را بر ایشان خواند: «بخوان به نام پروردگارت که تو را آفرید.» آیه ۱ سوره یعلق



فروردین

عید نوروز

عید نوروز یکی از قدیمی‌ترین جشن‌های به جا مانده از ایران باستان است. سال نو در ایران و افغانستان و تاجیکستان با نوروز آغاز می‌شود. در برخی کشورها هم جشن ملی و تعطیل رسمی است. عید نوروز نماد پیوند تمام ایرانی‌ها از هر قوم و مذهبی است. پس باز نوروزتان مبارک!



روز جمهوری اسلامی

در روزهای ۱۰ و ۱۱ فروردین سال ۱۳۵۸ مردم ایران برای انتخاب نظام سیاسی خود پای صندوق رأی رفتند. آن‌ها دو انتخاب داشتند. یک برگه‌ی سبز با کلمه‌ی آری و یک برگه‌ی قرمز با کلمه‌ی نه. روز ۱۲ فروردین نتیجه‌ی رأی‌گیری اعلام شد. ۹۸ درصد مردم برگ سبز آری را به صندوق ریخته بودند. این‌طور بود که نظام جمهوری اسلامی به‌عنوان نظام حکومتی ایران انتخاب شد. به همین دلیل این روز را روز جمهوری اسلامی نامیدند.



۱۷ فروردین

ولادت حضرت علی اکبر روز جوان

حضرت علی اکبر (ع) بزرگ‌ترین فرزند امام حسین (ع) و شبیه‌ترین کس به رسول خدا (ص) بود. او در کربلا با شجاعت جنگید و به شهادت رسید. روز تولد او روز جوان نامیده شده است.

ولادت امام سجاد زین العابدین (ع)

یکی از کتاب‌هایی که زیباترین دعاها و نیایش‌های جهان در آن جمع شده، صحیفه‌ی سجادیه است. این کتاب مجموعه دعا‌های امام سجاد (ع) است. این دعاها بسیار عمیق و در عین حال لطیف و زیبا هستند.

فروردین

روز طبیعت

روز ۱۳ فروردین یکی از جشن‌های نوروزی و روز آشتی با طبیعت است. می‌توانیم با تمیز نگه داشتن محیط زیست، مراقبت از آب و گیاه و جانور مهمان خوبی برای طبیعت باشیم.



۱۳ فروردین

۱۰ فروردین

ولادت ابوالفضل العباس (ع)

روز جانباز فداکاری و شجاعت حضرت عباس (ع) در روز عاشورا برای هر انسان آزاده‌ای الهام‌بخش است. جانبازان نیز با الهام از ایشان برای دفاع از حق از جان و سلامت خود گذشته‌اند. به همین دلیل روز تولد حضرت ابوالفضل العباس (ع) را روز جانباز نامیدند.

۲۵ فروردین

روز بزرگداشت عطار

یکی از مهم‌ترین داستان‌های ادبیات فارسی که در جهان هم مشهور است، داستان سیمرغ عطار است. پیشنهاد می‌کنم حتماً آن را بخوانید. مطمئنم که آن را دوست خواهید داشت.



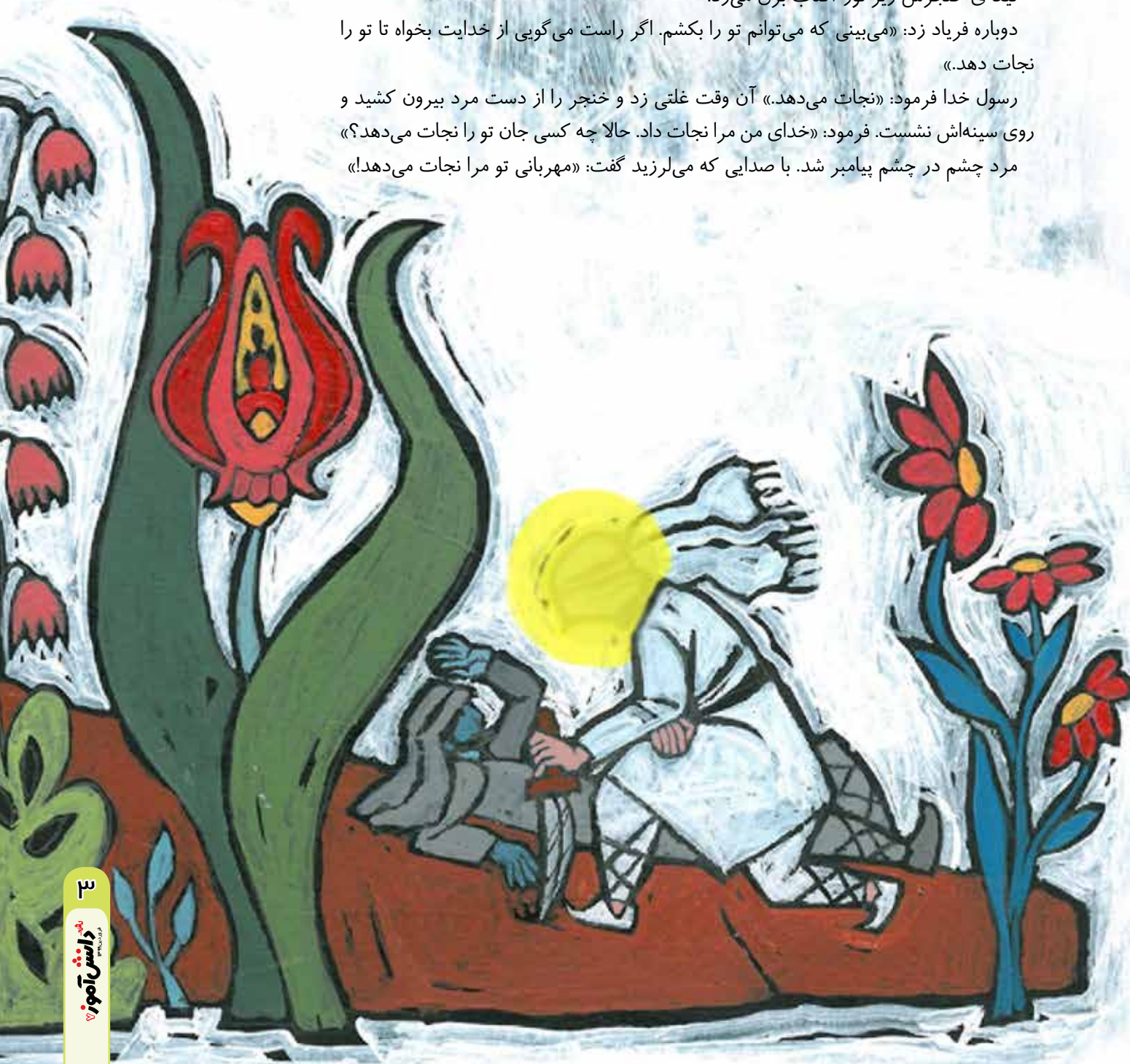


# نجات

- مهري ماهوتی
- تصویرگر: سحر خراسانی

دراز کشیده بود تا لحظه‌ای نفس تازه کند. نگاهش به آسمان بود که ناگهان سایه‌ای روی سینه‌اش افتاد. یکی از سربازان بود. جثه‌ای درشت و سنگین داشت. چشم در چشم پیامبر (ص) شد و فریاد زد: «کجاست خدای نادیده‌ات؟ آماده باش تا جانم را بگیرم.»  
تیغی خنجرش زیر نور آفتاب برق می‌زد.  
دوباره فریاد زد: «می‌بینی که می‌توانم تو را بکشم. اگر راست می‌گویی از خدایت بخواه تا تو را نجات دهد.»

رسول خدا فرمود: «نجات می‌دهد.» آن وقت غلتی زد و خنجر را از دست مرد بیرون کشید و روی سینه‌اش نشست. فرمود: «خدای من مرا نجات داد. حالا چه کسی جان تو را نجات می‌دهد؟»  
مرد چشم در چشم پیامبر شد. با صدایی که می‌لرزید گفت: «مهربانی تو مرا نجات می‌دهد!»





شعر

## کلاس نوروز

در کلاس نوروز  
گل گرفت اجازه  
رفت پای تخته  
با لباس تازه

درس اجتماعی‌ست  
دید و بازدیدش  
واقعاً شلوغ است  
روزهای عیدش

لاله و بنفشه  
مثل دانش‌آموز  
زودتر شکفتند  
در کلاس نوروز!

• غلام رضا بکتاش

## یک فصل بیداری

در خانه‌ی زهرا  
یک ماه نو تایید  
با دست پیغمبر  
آرام شد خندید

انگار پیغمبر  
از آسمان می‌گفت  
در گوش‌های او  
وقتی اذان می‌گفت

وقتی گلپوش را  
هر بار می‌بوسید  
انگار دریا را  
در چشم او می‌دید

می‌گفت یک دریا  
در چشم او جاری‌ست  
یک کربلا باران  
یک فصل بیداری‌ست

• اکرم السادات هاشمی پور



## لبخند باغ

خوش حال آمد از راه  
با دامنی پر از چین  
گلبرگ تازه آورد  
هدیه، برای پرچین

عطر شکوفه پاشید  
بر شاخه‌ی درختان  
در گوش غنچه‌ها خواند  
چک چک سرود باران

چشمه پرید از خواب  
لبخند باغ را دید  
از شوق دیدن او  
قل قل دوباره جوشید

آمد بهار خانم  
شعری شنیدنی خواند  
هر جا که او قدم زد  
گل بوته‌ای به جا ماند

• فاطمه غلامی

## عمو نوروز

باز هم عمو نوروز

تق تق تق در زد

با نگاه خندانش

در حیاط ما آمد

او میان دست خود

جوجه‌ی پرستو داشت

در میان گلدان‌ها

دانه دانه هی گل کاشت

روی شاخه با دقت

لانه‌ی قشنگی ساخت

توی لانه‌ی چوبی

چند یاکریم انداخت

## تولد

چه جای روشنی شده

محلّه‌ی قشنگ ما

شکوفه‌های شیشه‌ای

شکفته روی سیم‌ها

دوباره مسجد محل

پر از صدای خنده است

زمین و آسمان آن

پر از گل و پرنده است

باغ با نگاهش باز

غرق یاس و پیچک شد

با حضور او خانه

یک بهشت کوچک شد

• طیبیه شامانی

صدای یاحسین ما

رسیده تا به آسمان

شب تولد تو است

امام خوب و مهربان

• زهرا داوری



• تصویر گر: سحر فرهادرورش



داستان

# شیرینی عید!

• جعفر توزنده جانی • تصویرگر: میثم موسوی





خواب دیدم توی «دشت قوروقی\*» به جای هندوانه، شیرینی سبز شده است. شیرینی زبان، نارگیلی، نان خامه‌ای. از کنار یک بسته شیرینی به سراغ بسته دیگری می‌رفتم و نمی‌دانستم کدام یکی را بکنم. بعد مهدی پسر کریم را دیدم که الاغش را شیرینی بار زده و دارد به سرعت می‌رود. وقتی داد زدم که صبر کند، بدون اینکه بایستد به مشرق اشاره کرد. دیدم خورشید می‌خواهد طلوع کند. وقتی برگشتم با تعجب دیدم که شیرینی‌ها دارند مثل یخ آب می‌شوند. هر بار که شیرینی می‌کندم، نخورده توی دستم آب می‌شدند. فریادی کشیدم و از خواب بیدار شدم. مهدی داشت چای می‌خورد.

گفتم: «مادر کو؟»

گفت: «با هادی رفتند شهر»

خیلی عصبانی شدم. فکر کردم حتم نمی‌خواهد من بفهمم شیرینی خریده تا مثل پارسال عید نشده همه را تمام نکنم. چایی شیرین با پنیر خوردم و رفتم مدرسه.

ظهر مادر برگشته بود. گفتم: «شیرینی خریدی؟»

گفت: «نرفته بودم شیرینی بخرم. رفتم بینم از این بابای

بی‌خیرت نامه‌ای آمده است یا نه؟»

گفتم: «یک شیرینی بده بخورم.»

مادر عصبانی شد: «کدام شیرینی؟ بگذار آقاجانت برگردد من می‌دانم و تو.»

سه ماه می‌شد که آقاجان رفته بود بندرعباس کار کند. یک ماه پیش که نامه‌اش رسید، گفته بود بیست روز مانده به عید برمی‌گردد. اما الان ده روز مانده بود به عید، اما هنوز نیامده بود. پارسال این موقع خانه بود. مادر هم شیرینی خریده بود و من چون می‌دانستم کجا قایم کرده است، هر روز یواشکی یکی برمی‌داشتم و می‌رفتم قلعه‌ی

بالا و آنجا بالذت می‌خوردم.

از خانه زدم بیرون. سوز سردی می‌آمد. برف‌های توحیاط هنوز آب نشده بودند. توی میدان بچه‌ها داشتند بازی می‌کردند. حوصله بازی را نداشتم. دلم شیرینی می‌خواست. به قلعه‌ی بالا که توی دشت قوروقی بود، نگاه کردم. روی دیوارهای برج بلندش هنوز برف بود. دشت قوروقی همه برف داشت. بی‌بی می‌گفت عمو نوروز که بیاید با نفس گرمش تمام برف‌ها را آب می‌کند. آن وقت گذری‌ها از زیر خاک بیرون می‌آیند. گذری‌ها شیرین و خوش‌مزه بودند. آن‌ها را می‌کنندیم و خالی‌خالی می‌خوردیم. مادر آمد بیرون. هادی را بغل کرده بود.


گفتم: «کجا می‌روی؟»

گفت: «جایی نمی‌روم. برو خانه سرما نخوری.»

خوش حال شدم که دارد می‌رود بیرون، همین که دور شد، دویدم داخل و همه جا را برای پیدا کردن جعبه‌های شیرینی گشتم. اما نبود که نبود. یعنی راست راستی شیرینی نخورده بود؟ او عادت داشت خیلی زودتر از بقیه همه چیز می‌خرید و می‌گذاشت خانه.

خیلی خسته بودم. چون از صبح با بچه‌ها گردو بازی کرده بودم. غصه‌ام فردا شنبه بود که باید دوباره می‌رفتم مدرسه. دایی آمده بود خانه. منم دراز کشیده بودم و رویم پتو انداخته بودم. وقتی دیدم مادر با دایی صحبت می‌کند، گفتم خودم را بزَنَم به خواب شاید بگویند شیرینی‌ها را کجا گذاشته. با فکر به شیرینی دهانم آب افتاد. دلم لک زده بود برای شیرینی زبان. سرم را کردم زیر پتو، اما مادر درباره شیرینی‌ها حرف نزد. درباره‌ی آقاجان حرف زد. گفت، امروز غلامحسین و محمدعلی هر دو از بندرعباس آمده‌اند. گفتند که ده روز است از آقاجان خبری ندارند. مادر گفت، می‌ترسد اتفاقی برایش افتاده باشد. صدای مادر می‌لرزید. تازه متوجه شدم که چه خبر است. یک دفعه دهانم تلخ شد. دایی گفت: «به دلت بد نیاور شاید فردا آمد.»

\* دشت قوروقی: اسم یک دشت در نزدیکی روستای همت‌آباد در خراسان رضوی است. جایی که مردم روستا کشت و کار می‌کنند.



اما فردا آقاجان نیامد. روز بعدش هم نیامد. برف‌های روی قلعه‌ی بالا\* و «دشت قوروقی» آب شدند، آقاجان نیامد. پرستوها آمدند، دسته‌دسته روی سیم‌های تلگراف نشستند و بعد زیر دالان خانه آقای گرمابی لانه ساختند، اما باز هم آقاجان نیامد. یک شب خواب دیدم دشت قوروقی پر از تلخه شده است. پر از علف‌هایی که حتی گاو و گوسفندها جرئت نمی‌کردند از آن بخورند، از بس تلخ بود. بیدار که شدم تا شب دهانم تلخ بود.

۴

روی قلعه‌ی بالا نشسته بودم و جاده را نگاه می‌کردم. از دل «دشت قوروقی» که داشت سبز می‌شد، بخار بلند می‌شد. بخارها به آسمان می‌رفتند و تبدیل به ابرهای سفیدی می‌شدند. به زودی «دشت قوروقی» پر از شقایق‌های وحشی می‌شد. آن وقت روبها از لانه‌های خود بیرون می‌آمدند و دنبال شکار می‌گشتند. ساعت هشت شب سال تحویل می‌شد و حالا که ظهر بود، هنوز آقاجان نیامده بود. حتی بی‌بی هم که از «توزنده‌جان»\* آمده بود، ترسیده بود. می‌گفت، هر چند

\* قلعه بالا: نام قلعه باستانی از دوران ساسانیان است.

\* توزنده‌جان: اسم یک روستا در اطراف نیشابور

دور سفره گفت: «پس شیرینی‌ها کو؟ نخردی؟»  
مادر دیگر ناراحت نبود، لبخند به لب داشت، گفت: «خریدم اما از  
ترس جعفر که مثل موش نرود سراغشان دادم به دایی اکبر، گفتم  
شب عید بیاورد.»  
یک ساعت بعد دایی و زن دایی آمدند. توی دست دایی سه تا جعبه  
شیرینی بود. بابا همان اولی را که باز کرد پر از شیرین زبان بود؛ از  
همان‌هایی که من خیلی دوست دارم. بابا یکی برداشت و داد دستم  
و گفت «بخور بچه جان و کیف کن.» اما من نخوردم صبر کردم تا  
دایی دعای سال تحویل را بخواند. دایی خواند.

يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ وَالْأَبْصَارِ  
يَا مُدَبِّرَ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ  
يَا مُحَوِّلَ الْحَوَالِ وَالْأَحْوَالِ  
حَوِّلْ حَالَنَا إِلَى أَحْسَنِ الْحَالِ  
آن سال شیرین‌ترین شیرینی عمرم را خوردم!

پسرش خیلی بی‌خیال است اما نه تا این حد. هر کس هر چیزی  
می‌گفت. یکی می‌گفت رفته است کویت. دیگری می‌گفت او را  
کشته‌اند و جنازه‌اش را انداخته‌اند توی دریا. وقتی این‌ها را می‌شنیدم  
از همه فرار می‌کردم و می‌رفتم قلعه‌ی بالا تک و تنها می‌نشستم.  
چند ساعت دیگر سال تحویل می‌شد، اما مادر هنوز سفره‌ی عید را  
نینداخته بود. دیگر فراموش کرده بودم که عید یک عالمه شیرینی  
دارد. دلم فقط آمدن آقا جان را می‌خواست.  
همان‌طور که از روی قلعه‌ی بالا جاده را نگاه می‌کردم، مینی‌بوسی را  
دیدم که با سروصدا پیش می‌آمد. مینی‌بوس رسید جلو کافه‌ی آقای  
همتی و نگه داشت. وقتی حرکت کرد، مردی را دیدم که ساک به  
دست دارد از جاده عبور می‌کند و به این طرف می‌آید. تا خودم  
را برسانم جلوی خانه، آقا جان زودتر از من رسیده بود. مادر داشت  
سرش داد می‌کشید که کجا بوده و همسایه‌ها ریخته بودند بیرون.  
آقا جان گفت: «تقصیر من نبود. توی قشم کار می‌کردم و صاحب  
کارم رفته بود دی. نمی‌توانستم بدون گرفتن مزد برگردم.»  
بعد هادی و مهدی را بغل کرد و بوسید. مرا هم بوسید. داخل خانه  
از ساکش کفش و لباسی را که برای ما خریده بود، بیرون آورد.  
مادر تند و تند سفره عید را با کمک بی‌بی پهن کرد؟ وقتی نشستیم



۱۲ فروردین، روز جمهوری اسلامی

# اسم محله‌ی ما

• علی باباجانی • تصویرگر: عاطفه فتوحی

توی محله‌ی ما آدم بداخلاقی بود که به همه زور می‌گفت. او فکر می‌کرد که همه کاره‌ی محله است. خیلی‌ها از او می‌ترسیدند. یک پسر پررو هم داشت که هر روز با بچه‌ها دعوا می‌کرد. یک روز مرد بداخلاق محله‌ی ما، سر کوچه یک تابلوی بزرگ فلزی زد که روی آن نوشته بود کوچه‌ی تیمور. ما بچه‌های محل تصمیم گرفتیم اسم کوچه را عوض کنیم. یک شب چند نفری رفتیم و اسم تیمور را خط‌خطی کردیم.

فردایش تیمور خان از دیدن تابلو ناراحت شد. همه را جمع کرد و گفت: «کی اسم مرا این‌طوری خط‌خطی کرده؟»

محمد گفت: «من.»

تیمور عصبانی شد. به طرف محمد رفت و دستش را بلند کرد که بزند توی گوش او، اما قبل از این که دستش پایین بیاید، من گفتم: «من.»

یکی از بچه‌ها گفت: «من.»

صدای چند نفر دیگر هم آمد که گفتند: «من.»

تیمور گیج شده بود. پدرم جلو رفت و گفت: «آقا تیمور، هیچ کس راضی نیست اسم شما روی تابلو باشد. باید یک اسمی روی تابلو باشد که همه پسندند.»

تیمور عصبانی شد و گفت: «همه راضی هستند. مگه نه؟»

چند نفر که از تیمور می‌ترسیدند، گفتند بله.

یکی از همسایه‌ها گفت: «این‌طور نمی‌شود. بهتر است رأی گیری کنیم. رأی هم بله یا خیر باشد. کسی که می‌خواهد اسم کوچه عوض شود، رأی بله بیندازد. کسی که نمی‌خواهد اسم کوچه عوض شود، رأی نه بیندازد.»

تیمور قبول کرد. فردا همه به صف ایستادند و رأی دادند. یک ساعت بعد رأی گیری تمام

شد. در صندوق را باز کردند. نصف بیش‌تر رأی‌ها بله بود.

تیمور دیگر نمی‌توانست حرفی بزند. از آن روز به بعد اسم کوچه شد: «کوچه‌ی مردم.»



نیمه شعبان ولادت امام دوازدهم، امام زمان (عج) مبارک

# نام من

• علی باباجانی

مامان برایم یک عالمه کاغذ رنگی و بادکنک خریده است. بابا دارد اتاق را تزئین می کند. یک کیک بزرگ تولد هم سفارش داده ایم.

فردا همه ی مهمان ها به خانه ی ما می آیند.

بابا بزرگ عینکش را به صورتش می زند و مثل هر سال تعریف می کند که چه طور شد که اسم مرا انتخاب کردند. این کار را خیلی دوست دارد. شاید چون اسم من را خودش انتخاب کرده است. می گوید مامان و بابایت کلی گشته بودند. چند تا کتاب اسم هم خریده بودند. به دوست و آشنا هم سپرده بودند که هر اسم قشنگی پیدا می کنند به آن ها بگویند. همه ی آن اسم ها هم واقعاً قشنگ بود ... تو هم ... خوب می دانی؟ ما یک هفته دیر تر منتظرت بودیم، اما تو درست سر ظهر نیمه ی شعبان به دنیا آمدی! پدر و مادرت یک دفعه همه ی اسم ها را کنار گذاشتند. آن روز بود که من به آن ها گفتم نظرتان درباره ی مهدیار چیست؟ آن ها از پیشنهاد من خوششان آمد و قبول کردند.

می دانی؟ دلم می خواست مثل اسمت باشی، یار امام زمان. می گویم: «اما سخت است که واقعاً مثل اسمم باشم، نه؟ حالا که امام غایب است، چه طور می شود یارش بود؟»

می گوید: «امام حاضر است و ما را می بیند. فقط ما نمی توانیم او را ببینیم. فرقی نمی کند که امام غایب باشد یا نه. چون وظیفه ی یاران او معلوم است. باید شجاع و راستگو باشند. مهربان و کمک کار. هیچ وقت در برابر ظلم و ستم سر خم نکنند. یاران امام چه ایشان را ببینند چه نه، حاضرند برای این که حق مظلوم را از ظالم بگیرند جانشان را فدا کنند. این طور است که شایستگی یاری امام زمان را به دست می آورند.»

می گویم: «سعی می کنم. سخت است، ولی سعی می کنم. دعا می کنم بتوانم.»  
بابا بزرگ می خندد. «خب کمک کردن را از همین الان شروع کن!»

می گویم: «چه کار کنم؟»

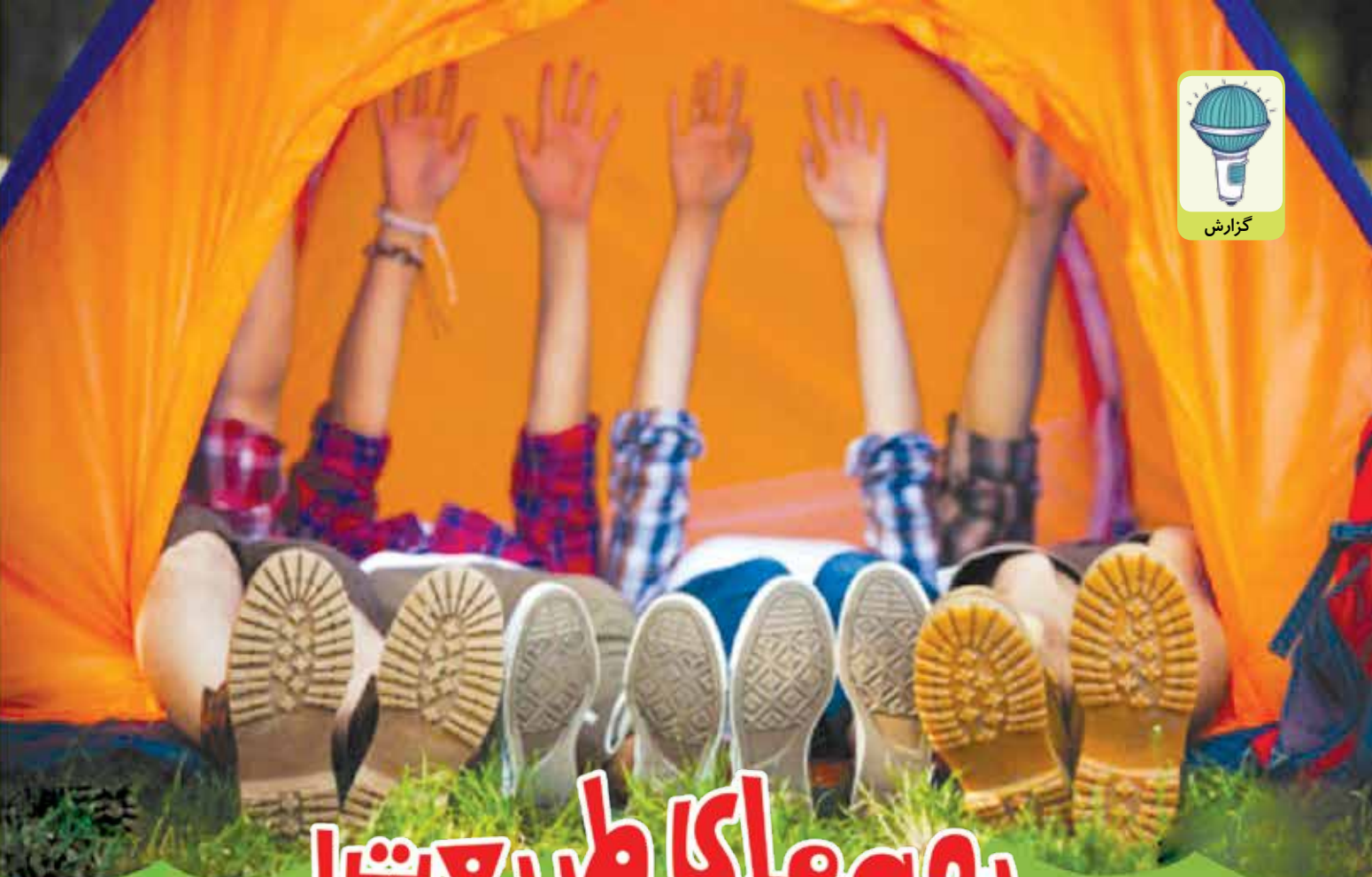
بابا بزرگ می گوید: «پاشو و شیرینی ها را توی سینی بچین! کیک مال توست، اما شیرینی ها نذر تولد امام زمان است!»

می گویم: «این یکی فعلاً از دستم برمی آید. درباره ی بقیه اش هم سعی می کنم. قول می دهم!»





گزارش



# بچه‌ها کا طبیعت!

یک راهنمای عالی برای خوش سفرها!

• بهاره جلالوند • عکاس: ابراهیم سیسان • تصویر گر: مهدیه صفائی‌نیا

شاید شما تعطیلات به سفر رفته باشید، شاید نه. شاید اهل طبیعت گردی به دنیا آمده باشید، شاید هم نه، اما می‌دانم که این گزارش به درد همه‌ی شما می‌خورد. چرا؟ چون اگر اهل سفر هستید، این هم چند راه برای این که آدم خوش‌سفری باشید، پیدا می‌کنید و اگر اهل سفرهای دور و دراز نباشید، می‌دانم که همان حوالی شهر یا روستایان ساعت‌هایی را در طبیعت می‌گذرانید. در این گزارش راه‌هایی برای لذت بردن از طبیعت و در عین حال خراب نکردن آن پیدا می‌کنید. ما با «آوینا دیبا»، ۱۰ ساله، که در یک خانواده‌ی طبیعت‌گرد زندگی می‌کند، حرف زدیم. نکته‌های جالبی برای گفتن داشت. شما چه تجربه‌هایی دارید؟ اگر دوست داشتید برای ما از تجربه‌های سفر و طبیعت‌گردی‌های خودتان بنویسید.

آوینا دیبا، برای ما از طبیعت‌گردی گفت



## طبیعت‌گردی یعنی چه؟ چه فرقی با سفرهای دیگر می‌کند؟

خب راستش طبیعت‌گردی هم یک جور سفر است، اما هدفش نه خرید است، نه ماندن در جاهای گران‌قیمت. هدفش دیدن و لذت بردن از طبیعت است، اما کلی قانون و مقررات دارد!

## چه قانونی؟

خب مفصل است. شاید بهتر است این را مثل یک فهرست بنویسیم.  
**عالی!!**

## خانواده‌ی طبیعت‌گرد یعنی چه؟

یعنی همه‌ی افراد خانواده این جور سفرها را دوست داشته باشند. چه کوچک، چه بزرگ!

## خیلی‌ها برای تفریح به سفر می‌روند، به غیر از تفریح، از سفر چیز دیگری هم یاد گرفته‌ای؟

مهم‌ترین چیزی که یاد گرفتیم، صبور بودن است و این که به طبیعت آسیب نزنیم. سفر برای بچه‌ها خیلی می‌تواند مفید باشد و فکر می‌کنم وقتی بزرگ شوم، در درس‌هایی مثل تاریخ و جغرافی بتوانم نمره‌های خوبی بگیرم، چون وقتی آدم از نزدیک جایی را ببیند و یاد بگیرد، دیگر چیزی را فراموش نمی‌کند.

## برای بعضی از بچه‌ها سفر، مخصوصاً سفرهای با ماشین خسته‌کننده است، چه کارهایی می‌کنی که در سفر اذیت نشوی؟

راست می‌گویید. ساعت‌ها نشستن توی ماشین خسته‌کننده است، ولی برای این که حوصله‌ام سر نرود، در ماشین کتاب صوتی مخصوصاً داستان گوش می‌کنیم. گاهی هم به تنهایی موسیقی گوش می‌کنم. با هم شعر می‌خوانیم و بازی می‌کنیم.

## مگر این سفرها چه فرقی می‌کند؟

طبیعت گردها معمولاً سبک سفر می‌کنند. دنبال هتل یا کوه چادر گران قیمت نیستند. گاهی در دشت یا جنگل یا کوه چادر می‌زنند. باید بلد باشند در طبیعت چه‌طور آتش روشن کنند، چه‌طور از روی نقشه راهشان را پیدا کنند. چه‌طور با کم‌ترین امکانات غذا بپزند. اگر با جانوران وحشی روبه‌رو شدند، چه کار کنند؟ خلاصه ماجراجو باشند.

## خب، آوینا برایمان بگو که چه شد با خانواده‌ات سر از طبیعت در آوردی؟

پدرم یک صندلی پشت دوچرخه‌اش نصب کرده بود و وقتی سن زیادی نداشتم و حدوداً دو ساله بودم، من را با خودش به سفرهای یک روزه می‌برد. بعد عمو و خاله‌ام که طبیعت‌گرد هستند، به خانواده‌ام گفتند که شما هم با ما به این سفرها بیاید و چند سال است که خانواده ما هم طبیعت‌گرد شدند. حتی وقتی خواهرم، «نیلا» نوزاد بود، سفرهای ما به طبیعت ادامه داشت و الان هم دو سالش است.

مراقب همه‌ی حیوانات باشید حتی حشرات کوچک آن‌ها برای طبیعت بسیار مهم هستند.



آتش درست کردن در طبیعت قوانینی دارد آن‌را یاد بگیریم.



## پدر و مادرت نمی‌ترسیدند که شما را به این جور سفرها ببرند؟

آن‌ها همیشه می‌گویند این سفرها کمک می‌کند آدم قوی‌تر و صبورتر شود، تحمل شرایط جورواجور را داشته باشد. از چیزهای بیش‌تری لذت ببرد. (اینجا آوینا با شیطنت می‌خندد و به شوخی می‌گوید: راستش فکر کنم دلشان می‌خواست دو تا بچه‌ی صبورتر داشته باشند! بچه‌هایی که از این غذا و آن غذا ایراد نمی‌گیرند، بلدند از خودشان و از محیط اطرافشان مراقبت کنند! خب کی دلش نمی‌خواهد دو تا بچه‌ی این‌جوری داشته باشد؟)

## اولین سفر طولانی‌ای که به طبیعت داشتی، کجا بود و چه حسی داشتی؟

اولین سفر طبیعت‌گردی که من را با خودشان بردند، کویر بود که تقریباً ۵ سال سن داشتم. به نظرم کویر خیلی جادویی است. مخصوصاً شب‌های آن که آسمان پر از ستاره‌های ریز و درشت می‌شود. همیشه آن سفر را به یادم است، چون خیلی خوش گذشت.

نباید هیچ حیوانی را از طبیعت به خانه آورد، چون این کار به حیوان آسیب می‌زند.



### خب، خیلی‌ها مسیر سفر را دوست ندارند و دلشان می‌خواهد سریع به مقصد برسند، حتی بیش‌تر بزرگ‌ترها هم این شکلی هستند، نظرت در این مورد چیست؟

خیلی‌ها به مقصد فکر می‌کنند ولی راه، بخشی از سفر است و چون نمی‌دانی دقیقاً در مسیر چه می‌گذرد، همه چیز هیجان‌انگیز و جذاب می‌شود. اگر آدم یک چوب جادویی داشت و یک مرتبه به مقصد می‌رسید، سفر بی‌مزه می‌شد.

### به نظرت بچه‌ها می‌توانند درباره‌ی سفر به بزرگ‌ترها چیزی یاد بدهند؟

بله، بچه‌ها می‌توانند از بزرگ‌ترها بخواهند سیگار نکشند، مراقب باشند که توی ماشین حتماً کمربند ایمنی ببندند، با سرعت بالا رانندگی نکنند، البته اگر با ماشین خودشان به سفر می‌روند. از همه مهم‌تر مراقب باشند کسی در طبیعت زباله نریزد یا این‌که حیوانات را شکار نکنند یا ناخواسته نکشد. در جاهای تاریخی و بناهای قدیمی یادگاری ننویسند. (من واقعا نمی‌دانم چرا بعضی بزرگ‌ترها حواسشان به این چیزها نیست. شاید وقتی آن‌ها بچه بودند، توی مدرسه یا جای دیگر زیاد به این موضوعات اهمیت نمی‌داده‌اند!)

### در سفر، می‌توان دوست هم پیدا کرد؟

البته. اما شاید بعضی‌ها بگویند چه فایده! ما که دیگر نمی‌توانیم دوباره هم‌دیگر را ببینیم! ولی دو تا چیز مهم در این دوستی‌ها وجود دارد: اول سفر بیش‌تر خوش می‌گذرد. دوم این‌که تو یک‌دفعه می‌بینی در کلی از شهرها و روستاهای ایران دوست و آشنا و کلی خاطره‌های خوب داری. وقتی به کوه‌های تالش رفته بودیم، دو تا دوست خوب پیدا کرده بودم. مایسا و خواهرش در کوه‌های تالش با من کلی بازی کردند و خیلی خوش گذشت و همیشه به یادشان هستم.

### قوانین سفر:

نباید از مناطق حفاظت شده و بناهای تاریخی، یادگاری بیاورید، ولی از جاهای دیگر، می‌توانید بدون آسیب زدن به طبیعت یک یادگاری مثل یک سنگ کوچک برای خودتان بیاورید. اما عکس گرفتن بهترین یادگاری است.

هر غذایی را به حیوانات ندهید. خیلی از خوراکی‌ها مثل چیپس و پفک می‌توانند به حیوانات آسیب بزنند. سر و صدای زیاد مثل پخش موسیقی در شب، آرامش حیوانات را از بین می‌برد. در نتیجه نباید با انجام بعضی از کارها حیوانات را آزار بدهیم.

آتش زدن بوته‌های جاهای کویری، باعث می‌شود که بیابان پیش‌روی کند برای همین نباید بوته‌ها را بچینید یا آن‌ها را آتش بزنید.

در سفرهای طبیعت‌گردی، مخصوصاً جاهای کویری، نباید چیپس و پفک یا خوراکی‌های شور بخورید، چون حسابی تشنه‌تان می‌شود.

به والدینتان بگویید که برای سفر به جاهای سرد، خوراکی‌های گرم و پراثری (مثل خرما) با خودشان بیاورند و برای سفر به جاهای گرم، خوراکی‌هایی بیاورند که باعث خنک شدن بدن می‌شود (مثلاً خیار). بچه‌ها نباید بدون اجازه بزرگ‌ترها از گروه جدا شوند، مخصوصاً در طبیعت چون خطر می‌تواند همه‌جا وجود داشته باشد.

پوشیدن لباس‌های بلند، خیلی مهم است تا از گزش حیواناتی مثل مار یا عقرب در امان بمانید.

در آوردن کفش‌ها در طبیعت کار درستی نیست، چون می‌تواند باعث آسیب یا گزش شود.

نباید هیچ حیوانی را از طبیعت به خانه آورد، مخصوصاً اگر کوچک باشد، چون این کار به حیوان آسیب می‌زند.

شماره‌های امدادی را مثل اورژانس (۱۱۵)، هلال احمر (۱۱۲) و پلیس (۱۱۰) را به یاد داشته باشید.

### حواست به آتش باشد!

ما اجازه نداریم در هر جایی که دوست داریم، آتش روشن کنیم. بعد از روشن کردن آتش در جای مناسب، باید آن را کاملاً خاموش کرد. آتش را می‌توان با آب یا مقدار زیادی خاک خاموش کرد. شاید فکر کنید که یک آتش کوچک، اهمیتی ندارد، در حالی‌که بزرگ‌ترین آتش‌سوزی‌ها، از کوچک‌ترین آتش‌ها اتفاق می‌افتند.





زیادی طول می کشد تا از بین برود. وقتی ما یک سطل یا کیسه پلاستیکی را در طبیعت بیندازیم، باعث می شود که حیوانات در آن ها گیر بیفتند و بمیرند.

### بگذارید طبیعت از دیدن شما خوش حال شود!

از بزرگ ترها خواهش کنید دستکش، کیسه زباله و زل ضد عفونی کننده (یا هر وسیله ای برای شستن دست) بیاورند، بعد به کمک هم هر چه قدر توانستید زباله ریخته شده در طبیعت را جمع کنید. با این کار طبیعت هم از دیدن شما خوش حال می شود!

### به نظر تو مهم ترین کاری که باید در سفر انجام داد، چیه؟

مهم ترین کار؟ آها! خوش اخلاقی! آدم ها توی سفر خسته می شوند. ممکن است چیزی مطابق میل آدم نباشد، اما نباید بداخلاق و ایراد گیر باشیم و سفر را برای همه عذاب آور کنیم.

مثلاً اگر می بینیم بچه ی کوچک تر از ما بی قراری می کند، خب ما دست به کار بشویم و او را یک جوری سرگرم کنیم. برایش قصه بگویم یا بازی کنیم تا آرام بشود. خب این طوری فشار زیادی به دیگران نمی آید و خلاصه کمک می کنیم تا بقیه هم بهشان خوش بگذرد.

ما بدون آسیب به طبیعت باید از زیبایی های آن لذت ببریم. ریختن زباله در طبیعت کار اشتباهی است و همه باید بدانند که پلاستیک به این راحتی ها تجزیه نمی شود و سال های خیلی خیلی

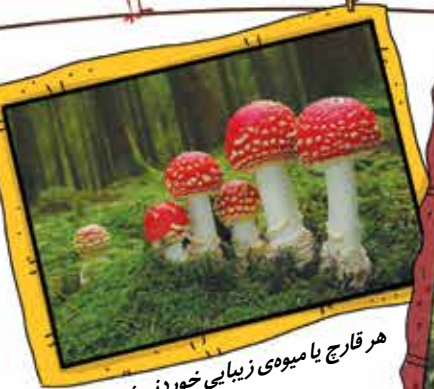
تا وقتی در سفر هستید از آن لذت ببرید، ببینید، بشنوید، حس کنید، بازی کنید، بپزید و خوش بگذرانید. وقت برای بازی های رایانه ای و گوشی بازی همیشه هست.

میوه های رنگی و قارچ ها و سبزی های وسوسه انگیزی در طبیعت وجود دارند که آدم دلش می خواد همه ی آن ها را امتحان کنه، ولی همیشه یارتان باشد که فیلی از این میوه ها، سبزی ها و قارچ های به نظر خوش مزه، سمی هستند و می تونند باعث مرگ بشوند. پس برون اجازه ی والدین و راهنمای گردشگری، هیچ خوراکی ای را امتحان نکنید. حتی به گیاهانی که در باره شان چیزی نمی دانید، دست نزنید.

آرامش تان را هر چه قدر هم کوچک باشد، روی زمین نیندازید. چون می تونن چان یک پر نره را بگیرد، پر نره ها با دیدن آرامش فکر می کنن که دانه پیدا کرده انتر و با خوردن آن احتمال فقه شرن و بیماری شرن شان بالاست.

حیواناتی مثل مار و عقرب، معمولاً در کنار بوته ها، زیر سنگ ها و یاهایی که فیلی عبور و مرور نیست، پنهان می شوند. پس مسایب هواس تان به چنین یاهایی باشد و سنگ های بزرگ داخل طبیعت را تا جای ممکن یاهه پا نکنید. از والدینتان بخواهید برای سفر به مناطق کویری، فصل های سرد سال را انتخاب کنند، چون حیوانات در این فصل سرد کم تر دیده می شوند.

کتاب های صوتی یکی از بهترین همسفرهای دنیا هستند آن ها نمی گذارند حوصله تان سر برود! کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان و کتاب های صوتی خوبی برای شما آماده کرده اند می تونید آن ها را از مراکز فروش کانون یا کتابفروشی ها بخواهید.



هر قارچ یا میوه ی زیبایی خوردنی نیست!



در سفر خوش اخلاق و همکار و ماجراجو باشید!



سنگ ها را جا بجا نکنید. بعضی از آن ها خانه ی مارها هستند. بیش تر مارهای ایران خطرناک نیستند. مراقب باشید به آن ها آسیب نزنید.



# موج شیرین!

● محمّد علی زاده (آقای آزمایش)  
● عکس: مجید قهرودی

دنیای زیر آب واقعاً با شکوه و شگفت‌انگیز است! جالب است بدانید که حتی وقتی دارید به یک دریای آرام نگاه می‌کنید، ممکن است در دل آن طوفانی از موج‌های بزرگ، در رفت و آمد باشند! و جالب‌تر این که بدانیم زندگی ما انسان‌ها و تمام موجودات زنده کره‌ی زمین به این موج‌های شگفت‌انگیز، گره خورده است. در آزمایش امروز می‌خواهیم ببینیم چه‌طور امکان دارد در زیر یک دریای آرام یک موج زیبا در حال رفت و آمد باشد!

## چی لازم داریم؟

- مقداری آب
- شکر
- رنگ خوراکی
- لیوان کوچک (۲ عدد)
- لیوان بزرگ
- سرنگ
- پیمانه
- قاشق همزن



## وقت بازی با علم است:

۱ دو لیوان کوچک را روی میز قرار داده و در هر دو به یک اندازه آب بریزید.

۲ در یکی از لیوان‌ها، پنج قاشق چای‌خوری شکر بریزید و این‌قدر هم بزنید تا تمام شکر در آب لیوان حل شود.



۳ به انتخاب خودتان در یکی از لیوان‌ها چند قطره رنگ خوراکی قرمز و در لیوان دیگر چند قطره رنگ خوراکی آبی بریزید و با قاشق هم بزنید تا آب‌ها به خوبی رنگی شود. (موقع ریختن رنگ در دو لیوان چه تفاوتی می‌بینید؟)

۴ ابتدا آب لیوان حاوی شکر را در لیوان بزرگ‌تر بریزید و سپس با استفاده از سرنگ، آب لیوان دیگر را به آرامی به لیوان بزرگ منتقل کنید. برای این کار بهتر است آب سرنگ را به آرامی به دیواره‌ی داخلی لیوان بریزید. همان‌طور که می‌بینید، آب‌ها با هم ترکیب نمی‌شوند!

۵ قسمت بالای لیوان را در دست بگیرید و با یک حرکت رفت و برگشت سریع، لیوان را تاب بدهید! حالا لیوان را ثابت نگه دارید و به مرز بین دو آب رنگی با دقت نگاه کنید! یک موج شیرین در دل لیوان شما در حال رفت و آمد است!



## باهم ببینیم:



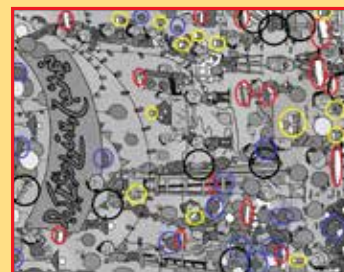
در این فیلم کوتاه، شیوهی اجرای این آزمایش جذاب را با هم می‌بینیم. برای مشاهدهی این فیلم، می‌توانید از نشانی اینترنتی کوتاه شدهی آن استفاده کنید یا کد تصویری (QR-Code) کنار فیلم را با گوشی‌های هوشمند بخوانید. برای این کار می‌توانید از یک نرم‌افزار رایگان مانند QR یا Code Reader استفاده کنید.

<https://www.roshdmag.ir/u/1Vd>



## باهم تحقیق کنیم:

به نظر شما چرا در این آزمایش آب‌های رنگی با هم ترکیب نمی‌شوند؟ به نظر شما چرا وقتی محل تماس دو آب در حال بالا و پایین رفتن است، سطح روی آب، ثابت و بدون حرکت می‌ماند؟  
 دربارهی «جریان‌های زیر سطحی» در دریاها و اقیانوس‌ها تحقیق کنید و کشف کنید که چگونه این حرکت‌های مخفی در زیر آب‌ها، نه تنها برای موجودات داخل آب، بلکه برای زندگی ما انسان‌ها و تمام موجوداتی که روی کره‌ی زمین زندگی می‌کنند، لازم است؟



# امسال سال نویست!

• بهنوش خرم‌روز • تصویرگر: مجید صالحی

همه‌جای دنیا، آدم‌ها با رسیدن سال جدید، به هدف‌های تازه برای سال نو فکر می‌کنند. خیلی‌ها هم لیستی از هدف‌ها و برنامه‌هایشان می‌نویسند. اما پیش‌تر وقت‌ها، سال که تمام می‌شود، باید دوباره همان لیست را از اول بنویسند، چون در طول سال یا آن را فراموش می‌کنند، یا فکر می‌کنند خیلی وقت دارند و دائم کارهایی که باید انجام بدهند را عقب می‌اندازند یا هدف‌هایی انتخاب می‌کنند که واقع‌بینانه نیست.

خب، پس اول از همه باید ببینیم چه‌طور برای امسال، هدف‌هایی انتخاب کنیم که بتوانیم به آن‌ها برسیم.



## ۴. مرتبط باشد!

یعنی همه‌چیز دست ما باشد! من اگر بخوام رنگ چشم‌هایم عوض شود، اصلاً واقع‌بینانه نیست، چون رنگ چشم هیچ‌کس در اختیار خودش، نیست. یا اگر بخوام هم کلاسیم رفتارش را عوض کند، باز هم مرتبط به من نیست، چون من نمی‌توانم کسی را تغییر بدهم. من فقط می‌توانم خودم و انتخاب‌های خودم را تغییر بدهم.



## هدف باید ۵ ویژگی داشته باشد:

### ۱. واضح و دقیق باشد

مثلاً ننویسیم می‌خواهم آدم خوبی باشم. ببینم دقیقاً چه ویژگی می‌خواهم داشته باشم. مثلاً می‌خواهم کم‌تر عصبانی بشوم. می‌خواهم پیش‌تر بخندم. می‌خواهم پیش‌تر به دیگران کمک کنم.



### ۲. قابل‌اندازه‌گیری باشد

مثلاً ننویسیم می‌خواهم پیش‌تر کتاب بخوانم بیشتر یعنی چه قدر؟ مثلاً می‌خواهم ماهی یک کتاب بخوانم.

### ۳. قابل دسترسی باشد!

اگر بخوایم همه‌ی نمره‌هایمان بالاترین باشد، اصلاً ممکن هست؟ تقریباً برای هیچ‌کس ممکن نیست. یا اگر بخوایم همه‌ی آدم‌ها ما را دوست داشته باشند. واقعی است؟ نه. همیشه ممکن است بعضی‌ها از ما خوششان نیاید، همان‌طور که ممکن است ما از بعضی‌ها خوشمان نیاید.

## ۵. زمان دار باشد؟

اگر هدفی داریم، باید معلوم باشد کی قرار است به آن هدف برسیم. یک ماه دیگر؟ سه ماه دیگر؟ اگر برایش زمان نگذاریم، سال تمام می‌شود و هنوز، حتی شروع هم نکرده‌ایم. پس همین امروز دست به کار شو و یک لیست از هدف‌های سال تو برای خودت بنویس. حتماً حتماً این ۵ مورد را رعایت کن.



## کوچک کن

بعضی از هدف‌ها، بزرگند، مثل وزن کم کردن. برای همین باید آن را به هدف‌های کوچک‌تر تقسیم کنیم. مثلاً اگر هدفت این است که امسال بدن سالم‌تری داشته باشی و به توصیه پزشک خوب است ۶ کیلو وزن کم کنی، باید هدف‌های ریز ماهانه بگذاری. ماهی ۵۰۰ گرم وزن کم می‌کنم. هم ساده‌تر و قابل دسترس‌تر می‌شود، هم واقع بینانه است، هم قابل اندازه‌گیری است و هم زمان دارد. برای همین هدف، این جمله‌ها را هم می‌توانی استفاده کنی: روزی نیم ساعت ورزش می‌کنم. هله‌هوله فقط هفته‌ای یک بار می‌خورم.

## زنده باد جدول

می‌توانی یک جدول روزانه داشته باشی و هر کاری که باید هر روز انجام بدهی را علامت بزنی. این طوری می‌توانی پیشرفتت را هم ببینی و انگیزه بگیری.

برای نمونه، از مثال‌ها یک جدول درست کردیم. یادت باشد هر کسی هدف‌های خودش را دارد. در این جدول، هم هدف ماهانه نوشته شده و هم روزها را برای علامت زدن یا رنگ کردن داریم.

اگر همه‌ی روزها و هفته‌ها نتوانستی به همه‌ی برنامه‌هایت عمل کنی، اصلاً نگران نشو، چون کاملاً طبیعی است. ما این هدف‌گذاری را برای ایجاد تغییر انجام می‌دهیم. حتی اگر فقط بخشی از آن را هم انجام بدهی، هنوز تغییر حساب می‌شود و باید به خودت برای تغییر مثبت و هدفمند افتخار کنی.



ماه سوم	ماه دوم	ماه اول
ورزش کردن 😊	ورزش کردن 😞	ورزش کردن 😞
یک کتاب خواندن 😞	یک کتاب خواندن 😊	یک کتاب خواندن 😞
نیم کیلو وزن کم کردن 😊	نیم کیلو وزن کم کردن 😞	نیم کیلو وزن کم کردن 😊
پیشرفت کاری 😊	پیشرفت کاری 😊	پیشرفت کاری 😞



# بلا، بپیر، گ



• مهدی زارعی • تصویر گر: سام سلماسی

همه‌ی ما با فوتبال آشنا هستیم و هیچ کسی را نمی‌شناسیم که نداند گل زدن در فوتبال چگونه است و کار دروازه‌بان و مهاجم و دفاع چیست؟ اما شاید همیشه یک زمین چمن و دو تیم ۱۱ نفره برای بازی در اختیار نداشته باشیم. شاید هوا سرد باشد. در این شرایط چه باید کرد؟ بهتر است همگی با هم به سالن برویم!



## تحرك در سالن

حدود ۲۰ سال قبل، وقتی شما به دنیا نیامده بودید، نوعی فوتبال در ایران برگزار می‌شد که به آن «فوتسال» می‌گفتند. همه فکر می‌کردند چون این مسابقات فقط سالی یک بار در ماه رمضان برگزار می‌شود، به آن «فوتسال» می‌گویند! اما بعدها معلوم شد که نخیر! این ورزش نوعی فوتبال با قدمت ۹۰ سال است که در سالن انجام می‌شود و به همین خاطر فوتبال سالنی (فوتسال) نامیده شده است. یک ورزش پر تحرک و جذاب که نیاز به امکانات فوتبال ندارد.

## مهم‌ترین ویژگی

مهم‌ترین ویژگی رشته‌هایی مثل فوتبال و فوتسال، تنوع حرکات بازیکنان است. به طوری که یک بازیکن می‌تواند تا ۹۰۰ حرکت در زمین انجام دهد. مثلاً در زمانی که توپ را در اختیار ندارد آرام بدود، بعد برای گرفتن توپ، با سرعت بدود، به هوا بپرد تا توپ را با سر بزند، با قدرت با ضربه پا، توپ را به سمت دروازه حریف شوت کند و ... تمام این‌ها حرکاتی است که تکرار آن‌ها می‌تواند برای سلامت بدن بسیار مفید باشد.

## تعویض پشت تعویض

برای تشکیل یک تیم فوتسال نیاز به ۵ بازیکن است که یکی از آن‌ها داخل دروازه می‌ایستد. البته اگر تیمی از حریف خود عقب بیفتد، می‌تواند دروازه‌بان خود را بیرون آورده و یک بازیکن به زمین بفرستد و بدون دروازه‌بان بازی کند! البته در فوتسال اجازه داریم بی‌نهایت تعویض کنیم و به همین خاطر، دوباره می‌توان دروازه‌بان یا هر بازیکن دیگری را به زمین فرستاد. قانون‌هایی که در فوتبال وجود ندارند.



## چرا نفس نفس می‌زنید؟

اگر تازه کار باشید، حتماً بعد از دو سه بار دویدن در طول زمین، ناگهان به نفس نفس می‌افتید، بدن تان داغ می‌شود و شاید دیگر نتوانید به مسابقه ادامه بدهید، اما هرچه بیش‌تر بازی کنید و بدوید، راحت‌تر کار می‌کنید. دلیلش هم ساده است، وقتی می‌دوید سرعت خون در بدن تان زیاد می‌شود و بدن تان گرم می‌شود. به همین خاطر نیاز به اکسیژن بیش‌تری دارید و اگر این اکسیژن به شما نرسد، نفس نفس می‌زنید، اما هرچه تمرین کنید، بدن تان راحت‌تر اکسیژن می‌گیرد، خون راحت‌تر در بدن تان گردش می‌کند و دیگر نفس نفس نمی‌زنید و بدن تان هم زیادی داغ نمی‌کند!



# ل بزن!



## ۴۰ دقیقه فعال

هر بازی فوتسال، دو نیمه دارد که زمان هر نیمه «۲۰ دقیقه فعال» است. به این معنی که هر وقت توپ از زمین بیرون برود (اوت شود)، زمان سنج متوقف می‌شود و با آغاز بازی، دوباره زمان سنج فعال می‌شود.

هر چند شاید فکر کنید که ۲۰ دقیقه زمان کمی است، اما چون زمین فوتسال خیلی از فوتبال کوچک‌تر است، فشار بر هر بازیکن بسیار بیش‌تر می‌شود و بازیکن باید در تمام این مدت مشغول دویدن در زمین باشد. (زمین فوتبال مستطیلی است به طول ۱۲۰ و عرض ۷۵ متر، اما زمین فوتسال مستطیلی است با طول ۴۲ و عرض ۲۸ متر.)



## پیش‌بینی حرکات حریف

یک کار خیلی مهم در بازی‌های تیمی، پیش‌بینی حرکات بازیکنان تیم خود و حریفان است؛ این‌که بازیکن حریف می‌خواهد توپ را به کجا بفرستد و شما زودتر خود را به آن محل برسانید. این کار نیاز به جمع کردن حواس، تمرکز و آمادگی بدنی دارد.

راستی به نظر شما کدامیک از خصوصیات که ورزش فوتسال دارد، در مدرسه و زندگی بیش‌تر به درد شما می‌خورد؟ کار گروهی؟ فداکاری، تمرکز، آمادگی بدنی یا همه این خصوصیات؟



تیم ملی فوتسال بانوان

## افتخارهای فوتسال

عمر فوتسال در ایران به ۳۰ سال هم نمی‌رسد. با این حال فوتسالیست‌های کشورمان از همان ابتدا با مهارت بالای خود، در بین بهترین تیم‌های آسیا و جهان قرار گرفتند. ایران بهترین تیم فوتسال آسیاست و در ۱۶ دوره مسابقات آسیا، ۱۲ بار قهرمان شده است. تیم ملی فوتسال مردان ایران همچنین یک‌بار در جام جهانی سوم و یک بار هم چهارم شده است. زنان ایران هم بهترین تیم آسیا هستند و در هر دو دوره مسابقات قهرمانی آسیا قهرمان این رقابت‌ها شده‌اند.



تیم ملی فوتسال آقایان

## معرفی کتاب

جوانمردانه بازی کن، راهنمای کودک برای بازی و ورزش

نویسنده: دنیل گریبو

مترجم: برزو سریزدی

ناشر: صابرین

این کتاب را کارشناسان واحد سامان‌دهی منابع آموزشی و تربیتی مکتوب هم خوانده‌اند و آن را به شما پیشنهاد می‌کنند.





# باغبان طبیعت!

• نرگس جاجرودی • تصویرگر: مهدیه صفائی نیا

یک موجود غول پیکر خطرناک با دندان‌های تیزی یا یک حیوان شمالی نرم مهربان مثل عروسک‌های خرسی بچه‌ها؟ این تصور اغلب ما از خرس است، اما تا به حال دقت کردید اغلب عروسک‌های خرسی شمالی که توی مغازه‌ها می‌فروشند، همگی لبخند به لب دارند و ما با دیدنشان حسابی شاد می‌شویم و دوست داریم یکی از آن‌ها را حتماً داشته باشیم؟ فکر می‌کنید کدام تصور از خرس‌ها درست‌تر است؟

## مهربان‌ترین مادر

خرس‌ها ذاتاً موجودات بی‌خطر و آرامی هستند. خرس‌های ماده را می‌توان مهربان‌ترین مادر بین حیوانات وحشی دانست. دندان‌های نیش خرس‌ها تیز نیستند و نمی‌توانند گوشت را به خوبی بچوند. در عوض گیاهان و سبزی‌ها را حسابی له می‌کنند. آن‌ها از این دندان‌های بزرگ، فقط برای دفاع از خودشان استفاده می‌کنند!



## خرس قطبی

این خرس‌ها بزرگ‌ترین خرس جهان هستند. برخلاف خرس‌های دیگر عین برف سفید است! درست مثل محل زندگی در قطب شمال! وقتی یک خرس قطبی بالغ روی پاهایش بایستد قدش به سه متر می‌رسد.



## خرس تنبل

این خرس در جنگل‌های هند و نپال و پاکستان زندگی می‌کند و به این دلیل به آن خرس تنبل می‌گویند که اغلب ساکت و بی‌حرکت از شاخه‌ی درخت‌ها آویزان است.



## پشمالوهای بامزه

خرس‌ها همه چیز خوار هستند، اما بیش تر برگ و میوه، گاهی ماهی و عسل می‌خورند. پنجه‌های آن‌ها بیش تر برای بالا رفتن از درخت است تا شکار کردن! به خرس‌ها لقب باغبانان طبیعت داده‌اند، چون وقتی مشغول خوردن میوه هستند دانه‌های آن را تا کیلومترها دورتر با خود می‌برند و با این کار به دانه‌افشانی در جنگل کمک می‌کنند. خرس‌ها معمولاً ۲۵ تا ۴۰ سال عمر می‌کنند، اما عمر آن‌ها در جنگل و طبیعت کم تر است. مهم ترین خطر برای زندگی آن‌ها انسان‌ها هستند!

## خرس‌های ایرانی

در ایران هم دو نوع خرس سیاه و قهوه‌ای زندگی می‌کند. آن‌ها بیش تر در نواحی جنگلی کوه‌های البرز و زاگرس دیده شده‌اند. خرس ایرانی در مقایسه با خرس‌های دیگر جهان کوچک ترین است. تعداد خرس‌های ایران خیلی کم شده و خیلی از آن‌ها به دست شکارچی‌ها یا آدم‌هایی که از آن‌ها ترسیده‌اند، کشته شده‌اند! به همین دلیل باید مواظب این هم‌وطن‌های با ارزش و بامزه‌ی خودمان باشیم.

## مزاحم نشوید من خواب هستم

خرس‌ها در زمستان به خواب زمستانی می‌روند که این هم بستگی به آب و هوای جایی دارد که در آن زندگی می‌کنند. خرس‌های مناطق گرمسیر احتیاج به خواب زمستانی ندارند، اما آن‌هایی که در مناطق سردسیری زندگی می‌کنند، قبل از آمدن اولین برف زمستانی، حسابی غذا می‌خورند تا یک لایه‌ی ضخیم چربی زیر پوستشان جمع شود و در هنگام خواب بدنشان از آن استفاده می‌کند.

## دره خرس‌ها

در بالاترین نقطه از کبیر کوه و در مقابل روستای چنارباشی در استان ایلام، دره‌ای وجود دارد به نام دره‌ی خرس‌ها؛ اما محلی‌ها به آن «درون خرسه» می‌گویند که این نشان‌دهنده‌ی زندگی این پستاندار در این منطقه است.

خرس ایرانی گونه‌ای کمیاب و بسیار باارزش و دوست‌داشتنی



بانداه از کمیاب ترین و بامزه ترین انواع خرس‌ها هستند. زاگرس و البرز آن‌ها چین است.





# چوگان!

• نازیلا ناظمی • تصویرگر: سام سلماسی

حتماً شما هم اسب‌ها را دوست دارید، اما می‌دانستید که با اسب‌ها می‌شود یک بازی تیمی مثل فوتبال انجام داد؟ می‌دانستید این بازی تیمی را ایرانی‌ها از گذشته‌ی خیلی دور، یعنی نزدیک به ۳ هزار سال قبل، انجام می‌دادند؟ این قدیمی‌ترین بازی تیمی همراه با اسب، اسمش بازی «چوگان» است. در دوره‌های باستانی از این بازی برای آموزش سوارنظام استفاده می‌کردند تا اینکه کم‌کم جز سپاهیان، مردم عادی هم این بازی را یاد گرفتند و چوگان تبدیل شد به یک مسابقه‌ی مهم که البته بیش‌تر کار را در آن اسب‌ها انجام می‌دهند. این بازی که مثل فوتبال ۲ تا تیم مقابل هم قرار می‌گیرند خیلی مورد توجه شاهان هم بود. مثلاً پادشاهان صفویه، خودشان هم بازی می‌کردند، هم تماشای آن را خیلی دوست داشتند. برای همین زمین‌های بزرگی برای این بازی درست می‌کردند. از مهم‌ترین آن‌ها که اگر به اصفهان بروید، می‌توانید ببینید، همان میدان نقش جهان است. راستی هنوز تیر دروازه‌های ۳۰۰، ۴۰۰ ساله دوره‌ی صفوی در آن جا هست.



## اسب:

برای چوگان باید اسب‌های مخصوصی را تربیت کرد. چوگان‌بازها امروز از اسب‌هایی که قوی و سریع هستند، مثل اسب نژاد ترابرد استفاده می‌کنند. در گذشته هم از اسب‌های نژاد کرد و خزری که ایرانی بودند، استفاده می‌کردند.

## توپ:

توپ یا گوی از چوب سخت یا عاج یا بامبو ساخته می‌شود و سفید رنگ است.

## چوب دستی:

به چوب دستی این بازی هم چوگان می‌گویند که از چوب بلند و تراشیده شده از چوب محکم، اما سبک درست شده است.





▲ نگارگری از یک چوگان باز ایرانی

### سوار:

چوگان بازها باید تمرین زیادی داشته باشند و با اسب‌هایشان دوست باشند. هر سوار کاری باید دستکش - پابند - زانوبند - ساق‌بند و یک شلاق داشته باشد.

### زمین بازی:

زمین چوگان مانند زمین فوتبال مستطیل شکل است و در هر طرف یک دروازه وجود دارد. برای کف زمین در قدیم از سنگریزه و امروز از چمن یا خاکاره استفاده می‌شود.

### تیم‌ها:

تعداد بازیکن‌های هر تیم ۴ نفر است که در ۶ دور بازی می‌کنند. هر دور هم ۷ دقیقه است و بین دورها ۳ دقیقه استراحت داده می‌شود.

حالا اگر این بازی را دوست داشتید، می‌توانید برای دیدن سوار کارها و اسب‌ها، سری به فدراسیون سوار کاری و چوگان بزنید. شاید هم یک روزی خودتان یک چوگان‌باز خیلی ماهر شوید. راستی یادتان باشد که بازی چوگان سریع‌ترین بازی میدانی است. در این بازی اسب و سوار باید با سرعت حدود ۶۰ کیلومتر در ساعت توپ را دنبال کنند.

نام کتاب: گوی و چوگان: سرگذشت ورزش در ایران

نویسنده: جمال‌الدین اکرمی

ناشر: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

اگر می‌خواهید با ورزش‌های باستانی ایران مثل چوگان و ورزش زورخانه‌ای بیشتر آشنا شوید این کتاب را بخوانید.

این کتاب را کارشناسان واحد سامان‌دهی منابع آموزشی و تربیتی مکتوب هم خوانده‌اند و آن را به شما پیشنهاد می‌کنند.



میدان نقش جهان که هنوز هم از بزرگ‌ترین میدان‌های دنیا است محل بازی چوگان در روزگار صفویه بوده است.

این بازی تیمی را ایرانی‌ها از گذشته‌های خیلی دور، یعنی نزدیک به ۳ هزار سال قبل، انجام می‌دادند.





# باران ملایمی توکا شیشه!

• ندا نورمحمدی • پرنیا خان احمدی

هدیه دادن هر وقتی و به هر شکلی خوب است. عیدی، تولد، روز معلم یا روز پدر یا مادر، اما هدیه وقتی خیلی باارزش می‌شود که کسی خودش آن را ساخته باشد. وقت و سلیقه و زحمتی که برای ساخت یک هدیه صرف می‌شود، همه باعث می‌شود آن هدیه خیلی خاص و منحصر به فرد باشد. من مطمئنم هر کسی دوست دارد یک منظره‌ی کوچک زیبا داشته باشد که از آسمانش باران ملایمی می‌بارد! درست انگار یک رویای قشنگ را توی شیشه تماشا می‌کند! تو این‌طور فکر نمی‌کنی؟

## چی لازم داریم؟

- شیشه‌ی در دار (مثل شیشه مربا)
- درخت پلاستیکی (یا گل یا هر جور مجسمه‌ی کوچکی که دوست دارید)
- چسب حرارتی

- یک لیوان آب
- اکلیل (درشت یا ریز، هر کدام که دوست دارید)
- روغن گل‌سیرین



## مراحل ساخت



۲

۲ روغن گل‌سیرین را به آب اضافه کنید (گل‌سیرین باعث می‌شود اکلیل‌ها با سرعت کم‌تری ته‌نشین شوند).



۱

۱ شیشه را پر از آب کنید.



۳

۳ حالا اکلیل را اضافه کنید.

## نکته

می‌توانید از اکلیل‌های رنگی یا فقط نقره‌ای هم استفاده کنید. دانه‌های کوچک بی‌نویستی هم حس و حال برفی به منظره‌ی شما خواهند داد.



۴ درختچه (یا گل یا مجسمه‌تان) را به در شیشه بچسبانید. در شیشه را ببندید.

۵ حالا شیشه را برعکس کنید و از تماشای باران طلایی‌تان لذت ببرید.



آثار شما

زنگ شما

# ایستگاه بچه‌ها

نقاشی

• رویا صادقی - کبری بابایی



میکائیل حکیم زاده ۱۲ ساله از بوشهر



معراج حکیم زاده ۱۲ ساله از بوشهر

پروانه های رنگارنگ خبر رسیدن بهار را در همه جا پخش می کنند.



مریم مرادی ۱۲ ساله از قمصر کاشان



مهسا خواجه ۱۱ ساله از تودشک اصفهان



زهرا رسولی ۱۱ ساله از فامنین همدان

در ایران خانواده‌ها با رسم قشنگ عید دیدنی شادی خود را در کنار خانواده، دوستان و آشنایان جشن می گیرند.

برگ‌ها، درخت‌ها، ابرها و حیوانات از آمدن بهار خوش حالی می کنند

چه خوب می‌شود اگر در ۱۳ فروردین، روز طبیعت، پس از گذراندن اوقاتی خوش اطرافمان را تمیز کنیم تا طبیعت زیبا و تمیز باقی بماند. شما هم آن‌چه در ماه فروردین توجه‌تان را جلب می‌کند، نقاشی کنید و برای ما بفرستید.



زهرا صبوری ۱۱ ساله از همدان شهرستان فامنین

شعر

توی محله‌ی ما  
 که خادم مسجدش  
 یک حوض آبی داره  
 حیاط با صفا داره  
 تسیب رنگی داره  
 درخت و گل تو باغچه‌هاش  
 همه میرن داخل اون  
 باهم دیگه دعا کنند

یک مسجد قدیمی است  
 خیلی خوب و صمیمی است  
 تو حوض ماهی داره  
 یک گنبد زیبا داره  
 سقف قشنگی داره  
 می‌شکفند وقت نماز  
 تا بخونن نمازشون  
 خدایشون رو صدا کنند

زینب غدیری نیک کلاس پنجم از همدان

دوستان نازنین سلام

تعدادی از دوستان شما شعرها و داستان‌های نیمه‌کاره را کامل و از طریق نامه برایمان ارسال کرده‌اند. ما که از خواندن آن‌ها لذت بردیم، شما هم شعرها و داستان‌هایشان را بخوانید و لذت ببرید:

**روزی که نامرئی شدم...**

اول با خودم فکر کردم سر به سر بچه‌ها بگذارم و سر جلسه‌ی امتحان جواب‌ها را از روی دوستم نگاه کنم. خلاصه هر کاری که دلم خواست انجام بدهم، اما یک‌دفعه به خودم آمدم و گفتم من فقط یک روز نامرئی هستم، اما خدا همیشه من را می‌بیند؛ بدون اینکه خودش دیده بشود. پس تصمیم گرفتم به دیگران کمک کنم و انسان خوبی باشم.

سید کیا راد حجازی کلاس پنجم از کرمان

به مردم فقیر مخفیانه کمک کردم و بعد به مناطق سیل‌زده رفتم که وسایل را بین مردم پخش کنم. بعد رفتم خانه و در تمیز کردن به مادرم کمک کردم. مشق‌هایم را نوشتم و استراحت کردم. بعد سوار ماشین شدم و به مشهد رفتم. به امام رضا (ع) سلام کردم و خواسته‌هایم را به او گفتم. خدا را شکر کردم که یک روز کامل نامرئی بودم، اما می‌دانستم که خودش در تمام این مدت من را دیده است.

یاسین یزدان‌پناه کلاس پنجم از کرمان

رفتم و به‌طور پنهانی به افراد نیازمند کمک کردم. بعد پیش دو نفر از دوستانم رفتم که با هم قهر بودند و طوری که متوجه نشوند، از طرف هر کدام برای دیگری هدیه بردم تا با هم آشتی کنند. توی زمین فوتبال می‌خواستم توپ را بگیرم و به دوستانم پاس بدهم تا بتوانیم گل بزنیم و مسابقه را ببریم، اما بعد فکر کردم این کار درست نیست. بنابراین، کنار زمین ایستادم و به مسابقه نگاه کردم.

فرهام ستاری کلاس پنجم از کرمان

اول فکر کردم که اولین جهانگرد نامرئی دنیا بشوم و همراه پرنده‌ها به همه جای دنیا سفر کنم. اما خوب که فکر کردم دیدم بدون نامرئی شدن هم می‌توانم به جاهای دیگر سفر کنم. بعد فکر کردم در رشته‌ی ورزشی‌ام یعنی تنیس خاکی، موقع بازی در زمین نامرئی بشوم و بتوانم به هر جای زمین بروم و هر تکنیکی که دوست داشتم انجام بدهم. به همین راحتی بازی را خواهم برد. شاید همان اول حریفم گیج بشود و انصراف بدهد. ولی تنیس من خوب است و نیاز به این کارها نیست. اگر فکر می‌کنید من با نامرئی شدن دیگران را می‌ترسانم، سخت در اشتباه هستید، چون من هیچ وقت کسی را نخواهم ترساند.

محمد ایلیا نیک‌فرجام کلاس پنجم از کرمان

## موضوع برای داستان‌نویسی

اگر قرار باشد همین حالا «یک خبر خیلی خوب» به تو بدهند، فکر می‌کنی آن خبر چه باشد؟ تو بعد از شنیدنش چه کار می‌کنی و چه ماجرابی برایت پیش می‌آید؟ به نظر همین حالا یک داستان قشنگ توی فکرت ساخته شد. درست است؟ منتظر نوشته‌های خوبت هستیم.

این دوستان نازنین برای مجله خودشان نامه نوشته‌اند:

محمدهادی خوارزمی، شایان نیک‌اندیش، محمدآیین افخمی، سپهر شه‌دفروش، سبحان مرادعلی‌زاده، فرهام ستاری، یاسین یزدان‌پناه، هومن صفا، سید کیا راد حجازی، پارسا فلاح، پوریا باخدا، امیرعلی اسماعیلی، سپهرداد جلال‌الدینی، مازیار معزی‌نیا، پارسا تاج‌الدینی، محمدایلیا نیک‌فرجام، کسرا صیدنژاد، حمیدرضا مشهدی، حسین اسدی‌فر، آراد دستور جهان‌داری، مبین فرقانی از دبستان هوشمند زکریای رازی کرمان.

نشانی ما:

تهران

صندوق‌پستی: ۱۵۸۷۵-۶۵۶۷

مرکز بررسی آثار مجله‌های رشد

رایانامه: daneshamooz@roshmag.ir



طنز



• آذر دخت بهرامی • تصویر گر: مهدی صادقی



عیراییوس

**اسم:** عیدونه (در خانه پول خرد صدایش می کنند!)  
**فامیل:** عیدی گیرانی  
**شغل:** عیدی بگیر حرفه ای  
**میوه:** عیدالو خشکه  
**شهر:** عیدیس آبابا/ عید آباد  
**واحد پول:** عیدی خیلی درشت!  
**جاندار:** عیدی ندهنده ی سَمِج (وقتی یکی عیدی را ندهد، بویی از نوروزیت نبرده!)  
**گل و گیاه:** عیدیوس آپارتمانی (این گیاه فقط سالی یک بار گل می دهد و بچه ها عاشق این گونه ی گیاهی اند. غنچه هایش شکل پول خردند و وقتی باز می شوند، به شکل اسکناس می شوند!)

**رنگ:** عیدی رنگ (مثل قرمز چک پولی، آبی تراولی)  
**ورزش:** عیدی شماری (این ورزش مفرح، برای تقویت انگشتان دست بسیار مفید است و تفریح بی خطری برای افزایش آدرنالین محسوب می شود و موجب نشاط و قوت قلب است. این نرمش درست بعد از تحویل سال شروع می شود و می توان روزی هشتاد بار با علاقه انجامش داد.)  
**کتاب:** عیدی بود، عیدی نبود (جمله ی «عیدی بچه ها را فراموش نکنید» در این کتاب در ۲۹۸ صفحه و به ۳۰۲ زبان زنده و مرده ی دنیا تکرار شده تا همه به خوبی متوجه آن شوند!)  
**تابلوی نقاشی:** عیدی های من (نقاش - ندید بدید - این تابلوی مشهور، در روز سیزده به در، عیدی هایش را دور تا دور اتاقش چیده و از شان نقاشی کرده.)





عیدی نرهنده‌ی سوج



ای باب لودم

سامبلی  
تلیکم



**اشیاء:** عیدی‌های کاغذی یا جان‌ندار (مانند اسکناس‌های نو، اسباب‌بازی، لب‌تاپ، آی‌پد، اسکیت، دوربین و ...)

**بیماری:** عودِ مرضِ عیدی‌نده‌نگی (مانند آلزایمر، این مرض بسیار خطرناک مخصوص بخش خاصی از مغز است و در زمان خاصی از سال - دقیقاً در عید نوروز - عود می‌کند.)

**جمله سنگ‌قبر (دور از جان):** عیدی بدهید تا در پادها زنده و سبز و جاودان بمانید.

**امتیاز:** عیدی بدهید بابا، امتیاز کیلو چند است؟

نهم جمادی‌الدسامبر ۲۰۹۸

**دانشمند:** عیدیمیدوس، دانشمند یونانی مقیم ایران، متعلق به عهد عتیق که اولین عیدی را از جیب مبارکش به برادرزاده‌اش پرداخت و پس از آن درباره‌ی عیدی دادن و عیدی گرفتن مقاله‌های پر بار و شایسته و بایسته‌ای نوشته. عبارت «عیدی» از نام این دانشمند برگرفته شده.

**مدل ماشین:** عا، یو، دی (این اتومبیل دارای آپشن‌های ویژه‌ای هم‌چون آژیر جیغی در صورت به همراه نداشتن عیدی، سیستم هشدار چراغ خطر برای افراد خسیس و بوق اخطار هوشمند در مقابل عیدی ندهنگان است.)

## اردک سرف



داداشی کوچکم دوباره  
از کله ی صبح رفته حمام  
صبحانه نخورده و گرسنه‌ست  
خورده‌ست فقط دو دانه بادام

هر وقت که می‌رود به حمام  
با خواهش و زور در می‌آید  
با صورت داغ و سرخ، انگار  
از توی تنور در می‌آید

او عاشق آب و آب بازی‌ست  
اردک شده و پریده در وان  
داداشی کوچکم که سبزه است  
هم‌رنگ لبو شده‌ست الآن

من منتظرم که او بیاید  
هم‌بازی من بیا کجایی؟!  
حمام برای پخت و پز نیست  
باید نپزیده در بیایی



# نقش یاب ماریچ!

محمد مهدی رنجبر

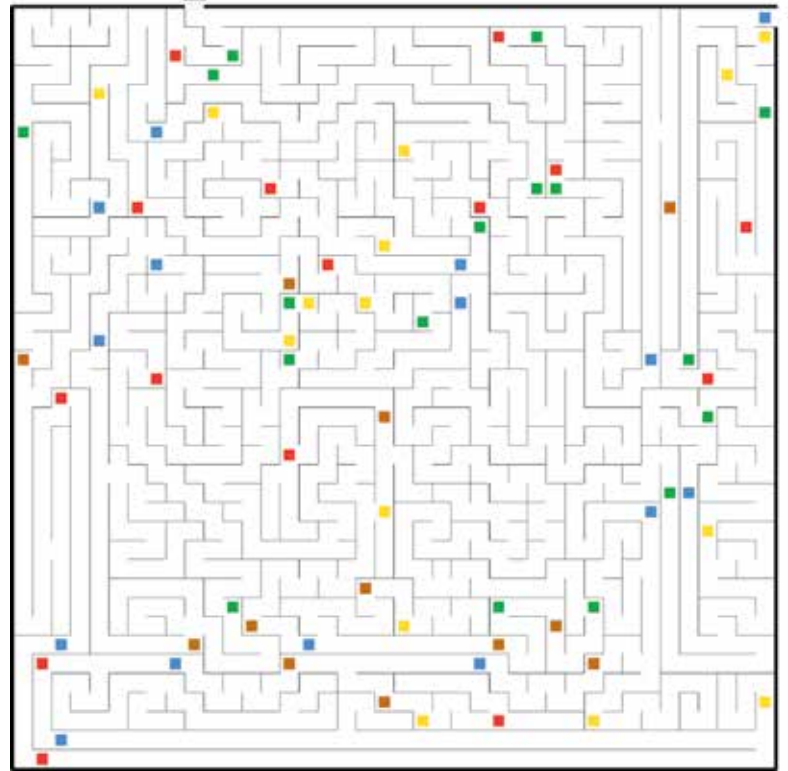
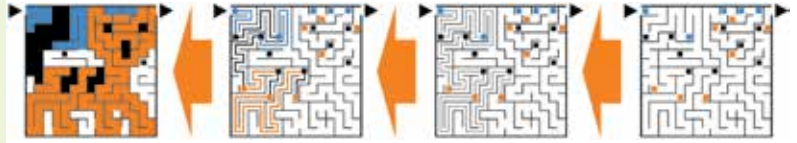


سرگرمی

با یک قلم مشکی کم رنگ، از مثلث سیاه سمت راست وارد این ماریچ شوید تا راه درست را که یک «خط شکسته» است، پیدا کنید. این راه که نباید اصلاً شاخه و دوراهی داشته باشد، از مثلث سیاه بالایی بیرون می رود. وقتی راه درست پیدا شد، به خال های رنگی نگاه کنید. هر خال به شما می گوید که راهتان را تا خال بعدی با چه رنگی پُررنگ کنید تا یک تصویر در این ماریچ کشف شود.

## یادتان باشد که:

- بعضی خال های رنگی اصلاً در مسیر صحیح نیستند! گولشان را نخورید!
- هر کجا به دوراهی رسیدید، یکی از راه هایش غلط است و یکی درست است. بهتر است راه غلط (بن بست) را با خط کم رنگ تر مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید.
- این سرگرمی در سراسر جهان طرفدار است و هر چه قدر بزرگ تر باشد، تصویرهای جالب تری می توان در آن کشف کرد. برای اطلاعات بیشتر درباره ی این سرگرمی، نام آن را در اینترنت جست و جو کنید.



پاسخ سرگرمی در صفحه ی ۱۷

# تیزبین باش!

فقط دو برادر از این پنج قلوها دقیقاً چهره های مشابه دارند! آن ها را پیدا کن!



# کیک شکلاتی فورکا



• فرانک شریفی - امیررضا توکامی



تا حالا شده مهمان داشته باشید، اما شیرینی مناسبی برای پذیرایی نداشته باشید؟ تا حالا شده هوس شیرینی خامه‌ای کرده باشید، اما دم دست نباشد؟ خب! این یک دستور سریع و راحت برای درست کردن یک شیرینی مجلسی و خوشمزه و فوری است.

## چی لازم داریم؟

کیک آماده (مثل تی تاب)  
چند قاشق خامه صبحانه شکلاتی  
کمی پودر نارگیل یا هر پودر دیگری که دوست دارید (مثل بادام و گردو یا دانه‌های کنجد)

## چطور درست کنیم؟

کیک را با انگشت خرد کنید. (دستان را که شسته‌اید، نه؟)  
حالا کم کم به آن خامه شکلاتی اضافه کنید. (فقط به اندازه‌ای که پودر کیک به هم بچسبند)  
به اندازه‌ی یک گردو از خمیر شیرینی بردارید و توی دست به شکل توپ‌های کوچک دریاورید و برای اینکه به دست نچسبد و البته ظاهر بهتری هم داشته باشد، در پودر نارگیل یا گردوی خرد شده بغلتانید



نوش جان شما می‌توانید یک قناد عالی شوید!



بگرد و پیدا کن! خودتان تنها یا بادو سه نفر از دوستان یا اصلاً باکل کلاس می‌توانید این بازی را انجام دهید. یک نفر زمان بگیرد. حالا همه باهم شروع کنید. پانزده لیون شربت پانزده جعبه شیرینی و پانزده بادکنک قرمز و البته عینک، خط‌کش، کتاب، ماهی، قیچی و توپ فوتبال را پیدا کنید. معلوم است که برنده کسی است که زودتر همه را پیدا کند.

پاسخ در صفحه‌ی ۱۷ • سام سلماسی

