



برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم ابتدایی



ISSN: 1606-9064

www.roshdmag.ir

دانسر آموز

شماره‌ی پیدرپی ۳۳۳
۳۲ صفحه • ۴۳۰۰۰ ریال

ماهنامه‌ی آموزشی، تحلیلی و اطلاع‌رسانی
دوره‌ی چهارم • خرداد ۱۴۰۱

مهارت:
چطور از گنجینه‌ی کتابخانه
استفاده کنیم؟

داستان:
تنها ترین نهنگ دنیا

گزارش:
دوست دارید امدادگر شوید؟





اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ
در این شماره می خوانیم:

- | | | | |
|----|---|----|--|
| ۱ | یک سینی پر از غذاهای خوشمزه یا چرا مجله‌ها مهم هستند؟ | ۱۶ | پرسیدن از تو پاسخ از ما |
| ۲ | تقویم | ۱۸ | چطور از گنجینه‌ی طلايمان استفاده کنیم؟ |
| ۳ | قاصدک | ۲۰ | سنگ، کاغذ، قیچی |
| ۴ | شعر | ۲۲ | بازی رنگ‌ها در آسمان شب |
| ۶ | اسم من امید، اسم من درناست | ۲۴ | جزیره‌ی رنگین کمان |
| ۷ | تنهاترین نهنگ دنیا | ۲۶ | اولین تجربه‌ی سبد بافی |
| ۸ | قول خارکن | ۲۸ | ایستگاه بچه‌ها |
| ۱۰ | ستاره‌ها روشن می‌مانند | ۳۰ | حق با آفریقایی‌هاست |
| ۱۱ | تا حرم راهی نیست | ۳۱ | ویروس آمد / غول |
| ۱۲ | دوست دارید امدادگر شوید؟ | ۳۲ | بازی |
| ۱۵ | معرفی کتاب | ۳۳ | شربت رنگین کمان |

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



نشانی دفتر مجله

تهران، ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۷۰

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 ابتدایی

دوره‌ی چهارم، خرداد ۱۴۰۱، شماره‌ی ۹

شماره‌ی پی در پی ۳۳۳

مدیر مسئول: محمد صالح مدنی

سردبیر: مرجان فولادوند

مدیر هنری: کورش پارسائزاد

مدیر داخلی: ندا نورمحمدی

طراح گرافیک: مهدیه صفائی‌نیا

ویراستار: مرضیه طلوع

تصویرگر جلد: نگین حسین‌زاده

چاپ و توزیع: شرکت افست

خوانندگان رشد دانش‌آموز 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

یک سینی پر از غذاهای خوشمزه یا چرا مجله‌ها مهم هستند؟

خیلی از غذاها را دوست ندارید؟ من هم همین‌طور! مثلاً بی‌هیچ دلیلی از غذاهای شیرین بدم می‌آید و غذاهای تند من را می‌ترساند!

راستش من تجربه‌ای از خوردن غذای شیرین یا تند نداشتم، اما خوب مگر نه اینکه مزه‌ی شیرین مال شکلات است نه غذا؟

حالا تصور کنید شما هم مثل آن وقت‌های من غذای شیرین دوست نداشته باشید و یک نفر شما را مهمان کند و یک سینی بزرگ پر از شیرین‌پلوی مجلسی عالی بگذارد جلوی تان. ممکن است شما لب‌خند بزنید و تشکر کنید، اما به احتمال زیاد نمی‌توانید را غذا بخورید. اگر هم دو سه لقمه به‌زور قورت بدهید، از آن لذت نمی‌برید. شاید توی دلتان بگویید کاش به‌جای یک ظرف بزرگ شیرین‌پلو، یک سینی پر از غذاهایی با مزه‌های مختلف بود. ممکن بود بعضی از آن غذاها را نشناسید، ممکن بود بعضی‌ها را در عمرتان نخورده باشید، اما آن سینی رنگارنگ به شما امکان می‌داد با چشیدن آن‌ها بفهمید کدام را بیشتر دوست دارید.

مجله‌ها برای من مثل همان سینی غذاهای رنگارنگ هستند. برای وقت‌هایی که آدم نمی‌داند به چه موضوعی علاقمند است، برای وقت‌هایی که آدم نمی‌داند چقدر موضوع مختلف توی دنیا هست، مجله‌ها بهترین انتخاب هستند. هر صفحه مثل یک بشقاب کوچک از یک نوع غذاست، شور، شیرین، تند، ترش، ملایم... از خواندن شعر لذت می‌برید یا داستان؟ از داستان‌های واقع‌گرا خوشتان می‌آید یا تخیلی؟ آزمایش دوست دارید یا ساختن کار دستی؟ یا آشپزی کردن؟ مجله به شما این امکان را می‌دهد که ورق بزنید و علاقمندی‌تان را پیدا کنید. ممکن است اصلاً ندانید به کاری، مثلاً عکاسی از طبیعت و جانوران علاقمند هستید یا دلتان بخواهد به محیط‌زیست کمک کنید اما ندانید چطور. بعد مثلاً در صفحه‌ی گزارش یک مصاحبه بخوانید پسری هم‌سن و سال شما تصمیم گرفته هیچ زباله‌ای تولید نکند، ببینید چطور این کار را انجام می‌دهد و چرا؟ یا کارهایی که بچه‌های دنیا برای نگهداری جنگل‌های کشورشان انجام می‌دهند. آن وقت کلی ایده‌های تازه به ذهنتان بیاید و دلتان بخواهد شما هم کاری انجام بدهید. مجله‌ها کمک می‌کنند آدم در کمترین زمان ممکن علاقمندی‌اش را پیدا کند و با چیزهای تازه‌ای روبه‌رو شود که تصویری از آن‌ها نداشته است. بعد کم‌کم راهش را پیدا می‌کند که به سرچشمه‌ی اصلی برسد. می‌داند بهتر است چه نوع کتابی بخرد (درست مثل اینکه مزه‌ی موردعلاقه‌اش را پیدا می‌کند و با خیال راحت بشقابش را پر می‌کند و از خوردن آن لذت می‌برد).

مجله‌ها، دنیای ما را وسیع‌تر می‌کنند. به ما کمک می‌کنند چیزهای تازه ببینیم سلیقه‌ی ما هم رشد می‌کند. شاید حتی از غذاهای شیرین هم بچشیم و ببینیم چه خوشمزه‌اند!

مرجان فولادوند

• تصویر گر: نگین حسین‌زاده





۱۱ خرداد

ولادت حضرت معصومه (س)
و روز دختران

حضرت معصومه (س)، دختر امام موسی کاظم (ع) و خواهر امام رضا (ع) هستند. مرقد ایشان در قم از زیارتگاه‌های مهم شیعیان جهان است.



۵ خرداد

شهادت حضرت امام
جعفر صادق (ع)

مردی از امام صادق (ع) درخواست کرد: چیزی به من بگوئید که خیر دنیا و آخرت در آن باشد. امام (ع) فرمود: دروغ مگو.



۴ خرداد

روز دزفول، روز مقاومت
و پایداری

مقاومت شجاعانه‌ی مردم دزفول در برابر موشک باران‌های شدید و طولانی دشمن در هشت سال دفاع مقدس، باعث شد این روز به نام دزفول نام‌گذاری شود.



۳ خرداد

روز مقاومت، ایثار و
پیروزی

روز آزادی خرمشهر از دست دشمن تا ابد در تاریخ ما یکی از بزرگ‌ترین روزها خواهد بود.



۱۶ خرداد

روز جهانی محیط‌زیست

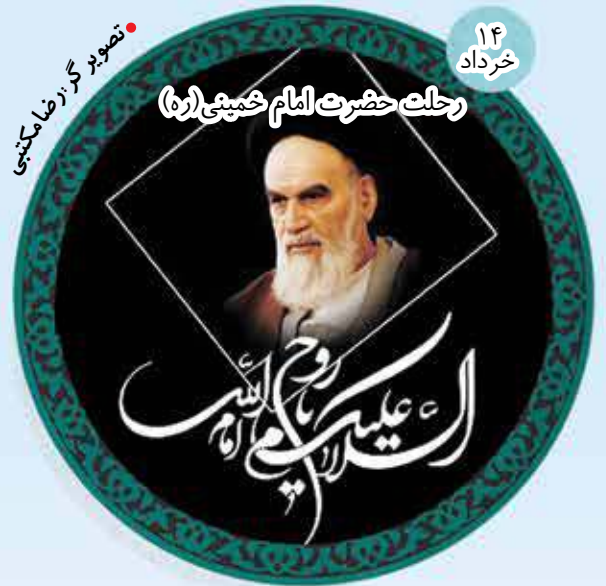
یک بار دنیا را بدون درخت‌ها و گل‌ها و جانوران تصور کنید! می‌بینید؟ مراقبت از محیط‌زیست مراقبت از زندگی خود ما هم هست.



۱۵ خرداد

قیام ۱۵ خرداد

در حقیقت دستاورد نهضت پانزده خرداد سال ۴۲ پیروزی بیست و دوم بهمن ۵۷ بود. امام خمینی (ره)



۱۴ خرداد

رحلت حضرت امام خمینی (ره)

تصویر گزین شده از کتابخانه



۲۱ خرداد

ولادت امام رضا (ع)

بعد از انجام واجبات، کاری بهتر از خوشحال کردن مؤمن، نزد خداوند بزرگ نیست. امام رضا (ع)



۲۰ خرداد

روز جهانی صنایع دستی

ایران یکی از کشورهای جهان است که متنوع‌ترین صنایع دستی را دارد. شما کدام یک از آن‌ها را می‌شناسید؟ به کدام یک علاقه دارید؟



۲۵ خرداد

روز ملی گل و گیاه

می‌دانید ایران یکی از کشورهای است که قدیمی‌ترین جنگل‌های جهان (هیرکانی) و کمیاب‌ترین گل‌ها و گیاهان را دارد؟



چیزهای عجیب

• اکرم کشایی • تصویرگر: نگین حسین زاده

کرم خاکی چطوری تسوی خاک، در تاریکی غذا پیدا می کند؟
چطوری غذا می خورد؟ چطوری راه خانه اش را پیدا می کند؟
خیلی عجیب است! من همیشه به چیزهای عجیب فکر می کنم.
مثلاً به نظرم خیلی عجیب است که خورشید و ماه مثل دو تا توپ
بزرگ توی آسمان معلّق هستند و هرگز پایین نمی افتند!
خیلی عجیب است که قورباغه ها هم در خشکی می توانند نفس
بکشند و هم در آب! معلممان می گوید: چیزهای عجیب در دنیا
زیاد است. او می گوید: چیزهای خیلی عجیب تر هم وجود دارد.
امروز در کلاس درباره ی چیزهای عجیب توی دنیا حرف زدیم.
چه چیزهای عجیبی در آسمان، روی زمین، توی دریا آفریده ای!
می دانم که می خواهی آن ها را
بشناسم. می خواهی دوستشان داشته
باشم. چون آفریده ی تو هستند.





یک متن و یک تصویر

مهمان

شعرم گاهی ترانه‌ی باران است
گاهی تصویر لاله‌ای خندان است

او را بپذیر و دل به حرفش بسیار
امروز که در خانه‌ی تو مهمان است

• بابک نیک طلب

روشن تر از خورشید
زیباتر از ماهی
هر جا که من باشم
با من تو همراهی

باغ کلاس ما
امسال شد تاریک
نه بوی گچ آمد
نه خنده‌ی ماژیک

دیدار من با تو
شکل مجازی داشت
نه شادی و خنده
نه شور و بازی داشت

ممنونم از لطف
از مهر تو تقدیر
شد هدیه‌ی روزت
یک متن و یک تصویر

• عبدالرضا صمدی

سفر

ما در سفر بودیم و هر جا
هم فال بود و هم تماشا

گاهی کنار رود بودیم
گاهی کنار موج دریا

گاهی میان بوستانی
گاهی میان باغ و صحرا

هر جا طبیعت میزبان بود
مهمان فرش سایه‌اش ما

از ما تقاضا بود و از او
لبخند و خوش آمد، بفرما!

او احترام میهمان داشت
ما احترام میزبان را

• محمود پور وهاب



شاعرها چگونه شعر می‌خوانند؟
اگر می‌خواهی یاد بگیری از اینجا
گوش کن.

شهر سبز من

دل بسته‌ی خاک تو هستم
دل بسته‌ی آب و هوایت
قد می‌کشم مانند پیچک
بر دست‌ها و شانه‌هایت

چون ریشه وقتی تشنه باشم
می‌نوشم از دریا و رودت
زیباترین آواز دنیاست
در گوش من شعر و سرودت

ای شهر سبز و سر بلندم
سرخ‌ی تو با خون شهیدان
بر خاک و سنگت می‌نویسم
من دوستت دارم فراوان

• عبدالرضا صمدی

وقتی می‌آیی

وقتی می‌آیی جان بیاور
پیراهن باران بیاور

یک جعبه گل، یک شیشه شبنم
از سمت کوهستان بیاور

لطفاً برای دست سردم
گرمای تابستان بیاور

هم شادمان و زود برگرد
هم با خودت مهمان بیاور

هم نقل برفی از دماوند
هم زیره از کرمان بیاور

• سعیده اصلحی

• تصویرگر: عاطفه فتوحی



شاید شنیده باشید

اسم من امید، اسم من درناست

• مرجان ظریفی • تصویر گر: میثم موسوی

بخیر آن سال‌های دور!
مادرناها در طول زندگی خود فقط یک همسر انتخاب می‌کنیم.
و اگر...
و اگر...
و اگر جفت خود را از دست بدهیم، تا آخر عمر تنها می‌مانیم.

اسم من امید است. این اسم را آدم‌ها روی من گذاشته‌اند. چند سال پیش ما هجده درنا بودیم.
تق... تتق... تتتق... تق. با هر کدام از این صداها، یکی از درناها از آسمان به زمین افتاد. مردم، ما را دوست دارند. به جز آن‌هایی که تفنگ شکاری دارند.
و بعد، ما دو پرنده شدیم. من و جفتم که پرنده‌شناس‌ها نامش را آرزو گذاشته بودند.

چهارده سال پیش هنوز تنها نبودم و حالا سال‌هاست در تمام کوچ‌هایم تنها هستم.
زادگاه من جایی در غرب سیبری است. نزدیک رودخانه‌ی اوب. جایی که زمستان‌هایش خیلی سرد است. وقتی هوا سرد می‌شود، چیزهای زیادی می‌فهمیم. می‌فهمیم که بزودی آب مرداب‌ها یخ می‌زنند. می‌فهمیم که از آب‌های یخ‌زده نمی‌شود غذایی پیدا کرد. می‌فهمیم که بدن ما نمی‌تواند سرمای بیشتری را تحمل کند و این آغازی برای فصل کوچ است. همان وقت است که بال‌هایمان را باز می‌کنیم و کوچ آغاز می‌شود. می‌رویم به جایی که دورتر، اما گرم‌تر است. جایی که به اندازه‌ی کافی غذا داشته باشد. پاییز فصل کوچ بیشتر پرنده‌هاست.

ما هجده درنا بودیم. مسیر کوچ ما راهی بود که از اجدادمان یاد گرفته بودیم. هر سال برای رسیدن به مرداب‌های ایران راه زیادی پرواز می‌کردیم. می‌گویند این یک سفر پنج هزار کیلومتری است. ما در این سفر چند روزه، فقط چند بار استراحت می‌کردیم. کوچ، با گله و گروه خیلی زیباست. سردسته‌ی گروه جلوتر از همه پرواز می‌کند و آن‌هایی که قوی‌ترند، پشت سر او بال می‌زنند.

هنگام کوچ، اگر یکی از درناها مریض می‌شد، با او کنار مردابی می‌نشستیم تا استراحت کند. ما همدیگر را تنها نمی‌گذاشتیم یادش

من چهارده سال پیش آرزوی خود را در تالاب فریدونکنار از دست دادم و چهارده سال است آسمان مسیر کوچ من، صدای عاشقانه‌ی درناها را نشنیده است. شاید مرا دیده باشید. پرنده‌ای بزرگ و سفید، با صورتی قرمز و نوک کشیده. پرنده‌ای با پاهای بلند و بال‌هایی بزرگ و... بی‌آزار. قد من یک متر و چهل سانت است. بال‌هایم سفید و رنگ نوک بال‌هایم سیاه است. بعضی‌ها وجود مرا باعث خوشی و خوبی و امید می‌دانند. درناها عمر درازی دارند. سی سال و حتی بیشتر. شاید من را در تالاب فریدونکنار دیده باشید.

دو سال من به ایران نیامدم. آن روزها مردم فکر کردند شاید گرفتار گلوله‌ی شکارچی‌ها شده‌ام. ولی من باز تنها به طرف مرداب‌های ایران باز گشتم.

آدم‌ها آرزو دارند روزی درناهای دیگری را با خودم به ایران بیاورم. شاید بخاطر همین است که اسم من را امید گذاشته‌اند.

چندین سال است که محیط‌بان‌های زیادی مراقبم هستند. اما آب مرداب فریدونکنار مثل قبل‌ها نیست.

اما من هنوز هم تنهایی به کشور شما کوچ می‌کنم. می‌دانم که خیلی از مردم ایران من را دوست دارند و منتظر آمدنم هستند. من بیست و سه سال دارم. می‌توانید عکس و ماجرای سفر من را در روزنامه‌ها یا سایت‌های خبری جستجو کنید.

تنهاترین نهنگ دُنیا

یعنی... من نمی‌توانم صدای آن‌ها را دنبال کنم و آن‌ها را پیدا کنم. حتی مسیرهایی که برای شنا انتخاب می‌کنم، انگار با مسیر حرکت آن‌ها یکی نیست.

بعضی موجودات در چیزهایی جزئی با هم فرق می‌کنند. شاید این‌طور به نظر برسد که بین عدد سی‌ونه و پنجاه‌ودو فرق زیادی نیست، اما همین اختلاف چند عددی، باعث تنهایی من شده است.

تنهایی یک نهنگ، میان آب‌ها و اقیانوس‌ها، تنهایی بزرگی است. من نهنگ پنجاه‌ودو هرتزی هستم و هر روز در اعماق اقیانوس، زیباترین آوازه‌ها را می‌خوانم.

جانورشناس‌هایی که روی زندگی نهنگ‌ها تحقیق می‌کردند در سال ۱۳۶۸ یعنی سی‌وسه سال پیش صدای تنهایی من را شنیدند. آن‌ها از زندگی من داستان‌ها نوشتند و حالا خیلی از انسان‌ها من را می‌شناسند اما من هنوز تنهاترین نهنگ دنیا هستم.

تنهایی چیز خوبی نیست، حتی برای نهنگ‌ها. کسانی که تنها هستند، معنی تنهایی را می‌فهمند. به خاطر همین، من را درک می‌کنند.

نهنگ‌ها زندگی اجتماعی را دوست دارند. آن‌ها خانواده تشکیل می‌دهند و با هم مهاجرت می‌کنند.

من هر روز با بلندترین صدایی که می‌توانم از گلویم خارج کنم، نهنگ‌های دیگر را صدا می‌زنم؛ صدایی با بلندی ۵۲ هرتز. هر تزی، واحد اندازه‌گیری صداست.

صدای هر حیوانی امواج مشخصی دارد و گوش‌هایش همان امواج مشخص را می‌شنود و می‌تواند صدای هم‌نوعانش را بشنود.

انسان‌ها می‌توانند صدای من را با دستگاه‌های مخصوصی بشنوند، اما گوش هیچ نهنگی صدای من را نمی‌شنود.

انسان‌ها می‌گویند: صدای نهنگ‌ها بین ده تا سی‌ونه هرتز است. این یعنی... من و نهنگ‌های دیگر صدای همدیگر را نمی‌شنویم. این





قول خارکن

• جعفر توننده جانی • تصویر گر: میثم موسوی

یکی بود، یکی نبود. پیرمرد خارکنی بود که کارش جمع کردن خار و هیزم از صحرا بود و با فروش آن‌ها به مردم و نانوائی‌ها، روزگارش را می‌گذراند. پیرمرد سه تا دختر داشت که نمی‌توانست زندگی خوبی برای آن‌ها فراهم کند. هر کدام از دخترها هم یک آرزو داشت؛ یکی دوست داشت قالی‌بافی بکند، یکی علاقه به حصیربافی داشت و آن یکی هم می‌خواست کارگاه خیاطی داشته باشد. اما پیرمرد آنقدر فقیر بود که به زحمت می‌توانست غذا تهیه کند، چه برسد به اینکه بخواهد خواسته‌های آن‌ها را برآورده کند.

یک روز که به صحرا رفته بود و هوا کمی سرد بود، آتش روشن کرد تا کنار آتش نان خشکی را که همراه داشت، بخورد. مشغول خوردن نان و نگاه کردن به آتش بود که با خودش گفت: «چه می‌شد گنجی پیدا می‌کردم و می‌توانستم دخترهایم را خوشبخت کنم!»



یک دفعه آتش شعله کشید، از درون آتش زنی بیرون آمد و بالای آتش ایستاد.

پیرمرد ترسید و عقب رفت. زن گفت: «نترس پیرمرد. من آمده‌ام تا خواسته‌ی تو را برآورده کنم، اما یک شرط دارم.»

پیرمرد گفت: «چه شرطی؟»

زن گفت: «من کیسه‌ای طلا به همراه جامی نوشیدنی تلخ به تو می‌دهم. با کیسه‌ی طلا دخترهایت را خوشبخت کن و جام نوشیدنی تلخ را در شبی که همه دورهم بودید و دخترها یک‌صدا گفتند خوشبخت هستند، بخور.»

پیرمرد گفت: «قول می‌دهم.»

زن گفت: «ای خار کن تو در زندگی قول‌های زیادی داده‌ای که به آن‌ها عمل نکرده‌ای. وقتی بازرگانی می‌کردی، خیلی بدقولی کردی. بارها از مردم پول گرفتی که برایشان جنس بیاوری، اما در خانه ماندی و پول مردم را خرج کردی.»

پیرمرد آهی کشید. یاد گذشته‌اش افتاد. یاد روزهایی که تازه ازدواج کرده و به کار بازرگانی مشغول بود. وضع مالی خوبی داشت، اما بعد شروع به بدقولی کرد. زنش هم هر چقدر نصیحتش می‌کرد که بدقول نباشد؛ او گوش نکرد. خیلی زود زندگی خوش خراب شد و زنش هم فوت کرد.

پیرمرد گفت: «تو کیسه‌ی طلا را بده، قول می‌دهم این دفعه به خاطر خوشبختی دخترهایم سر قولم بمانم.»

زن چون دودی غیب شد و چند لحظه بعد که دوباره ظاهر شد، در یک دستش کیسه‌ی بزرگی از طلا بود و در دست دیگرش، جامی از نوشیدنی تلخ.

مرد دستش را دراز کرد تا کیسه و جام را بگیرد، اما از آتش ترسید و دستش را عقب برد. زن گفت: «نترس این آتش تو را نمی‌سوزاند.»

مرد کیسه‌ی طلا و جام نوشیدنی تلخ را گرفت. بعد یک دفعه آتش خاموش شد و زن هم ناپدید شد.

مرد با کیسه‌ی طلا و جام نوشیدنی تلخ به خانه رفت. اوّل یک خانه‌ی خوب خرید. بعد بقیه‌ی طلاها را به دخترهایش داد و آن‌ها به آرزوهایشان رسیدند.

یک شب که همه کنار هم بودند، دخترها از کاروبار خود تعریف کردند. پیرمرد از شنیدن خبر موفقیت دخترهایش خیلی خوشحال شد و گفت: «خدا را شکر که همه خوشبخت شدید.»

هر سه تا دختر با هم گفتند: «بله خوشبخت شدیم.»

پیرمرد یاد زن و قولی که داده بود، افتاد. رفت سراغ جام نوشیدنی تلخ. وقتی آن را به دست گرفت، گفت: «حالا که دخترهایم خوشبخت شدند و در کنار آن‌ها زندگی خوبی دارم، چرا باید جام نوشیدنی تلخ را بخورم؟»

رفت طرف پنجره و آن را پرت کرد بیرون.

یک دفعه هوا تیره و تار شد. وقتی دوباره همه چیز عادی شد، پیرمرد خودش را در خانه‌ی قبلی دید. با ناراحتی از جا بلند شد و به صحرا رفت. وقتی داشت خار و چوب جمع می‌کرد، چشمش به همان جام نوشیدنی تلخ افتاد. آن را برداشت و گفت: «اگر من سر قولم مانده بودم، الان دخترهایم بدبخت نبودند. بهتر است این نوشیدنی را بخورم و بمیرم تا دیگر بدقولی نکنم.»

تا نوشیدنی تلخ را خورد دید که توی خانه‌ی زیباییش و کنار دخترهایش است. با لبخندی روی لب گفت: «خوشحالم که خوشبخت هستید، اما یادتان نرود که هیچ‌وقت بدقولی نکنید. خوش‌قولی خیلی شیرین است.»

سه تا دختر با هم گفتند: «خیالتان راحت باشد، ما همیشه سر قولمان می‌مانیم.»



ستاره‌ها روشن می‌مانند

• کبرابابایی • تصویرگر: عاطفه فتوحی

مردم خواستند که او بیاید. آن قدر تلاش کردند که بالاخره پیروز شدند. بابابزرگ خاطرات تظاهرات رفتن‌هایش را برایم تعریف کرده است.

بابابزرگ آهی می‌کشید و می‌گوید: آن روز وقتی امام توی حسینیه صحبت می‌کرد همه‌ی مردم از شوق دیدنش گریه می‌کردند. حرف‌هایش چقدر ساده بود. چقدر شیرین بود. او فقط فکر مردم بود. فکر زندگی‌شان. فکر کاروبارشان. دنیا و آخرتشان. برای همین هم حرف‌هایش به دل همه می‌نشست. بابابزرگ به تقویم نگاه می‌کند. فردا چهاردهم خرداد است. روز رحلت امام. روزی که یک ستاره‌ی پرنور از آسمان به خاک افتاده است و امام با آرامش همیشگی‌اش به سوی آسمان پرواز کرده است. بابابزرگ مثل هر سال روز رحلت او روبان سیاه‌رنگی گوشه‌ی عکس می‌چسباند. می‌دانم که روبان یکی دو روز بیشتر آنجا نمی‌ماند. بابابزرگ می‌گوید امام زنده است. آدم‌های خوب از دنیا نمی‌روند. ستاره‌های روشن خاموش نمی‌شوند.

بابابزرگ من سال‌ها پیش امام را دیده است. از آن روز عکس یادگاری هم دارد. ایستاده جلوی در حسینیه‌ی جماران. با برادرش عمو یحیی و یک نفر از آن‌ها عکس گرفته است. حسینیه‌ی جماران خانه‌ی امام بود. یک خانه‌ی معمولی که همه‌ی وسایلیش ساده بودند. به قول بابابزرگ او امام بود.





تا حرم راهی نیست

فکری به ذهنم می‌رسد، دفترچه‌ی یادداشت کوچکم را درمی‌آورم. توی این دفتر ایده‌های داستان‌نویسی‌ام را ذخیره می‌کنم تا به‌موقع درباره‌شان بنویسم. آخر دفتر شروع می‌کنم به نوشتن. همه‌ی دعاها را می‌نویسم: دعا برای سلامتی عزیز و آقاچون، آرزوی صبوری برای اینکه بابایش از مأموریت زودتر برگردد، دعای خانم حیدری برای پیدا کردن یک خانه‌ی مناسب، دعا برای کبوترهای گرسنه توی زمستان، دعا برای قصیده تا بتواند یک روز...

همه را می‌نویسم. هر کدامشان یک قصه دارند. اصلاً شاید یک روز قصه‌شان را نوشتم. فردا تولد امام رضا (ع) است و من می‌خواهم همه‌ی این آرزوها را روز تولدش از او بخواهم. مامان می‌گوید: گاهی بعضی از دعاها را برآورده نمی‌شوند، اما باید قلبت را آرام کنی. چون شاید آن خواسته برای تو خوب نبوده. می‌دانی؟ مهم دعا کردن و خواستن است. خیلی وقت‌ها اصلاً فقط کافی است بروی توی حرم بنشین و به ضریح نگاه کنی. همین دل آدم را آرام می‌کند، آدم را مهربان و بخشنده می‌کند. باعث می‌شود راحت‌تر دیگران را ببخشد، بیشتر دوست داشته باشد و احساس خیلی خیلی بهتری پیدا کند. دفترچه را می‌بندم. می‌دانم همه، این آرزوها را گفته‌اند که دلشان آرام شود. می‌دانم هر کدام به صلاح باشد برآورده می‌شود. از همین حالا دلم گرم است. به ساعت نگاه می‌کنم. چیزی نمانده برسیم. کاش زودتر ضریح آقا را ببینم.

قطار می‌رود و می‌رود و می‌رود. من یک چشمم به پنجره قطار است و یک چشمم به ساعت که انگار اصلاً خیال ندارد عقربه‌هایش را تکان بدهد. زمان خیلی دیر می‌گذرد. فکر می‌کنم به حرم. الان آنجا چه خبر است؟ به آدم‌هایی فکر می‌کنم که همین حالا وارد حیاط حرم شده‌اند. به بچه‌هایی که با خیال راحت توی بغل مادرشان خوابیده‌اند و همین‌طور آرام به‌طرف سقاخانه می‌روند. به پنجره‌ی فولاد فکر می‌کنم و آن‌همه دعایی که دوروبرش توی دل آدم‌ها زمزمه می‌شود. مامان از توی کیف‌دستی لقمه‌های نان و کوکو را می‌دهد دستمان. دلم دارد ضعف می‌رود، اما اشتها ندارم. می‌پرسم:

«چقدر دیگه می‌رسیم؟»

بابا می‌خندد و می‌گوید: «این هزارمین بار است که می‌پرسی. دو ساعت مانده.»

– اول می‌رویم حرم؟

همین که وسایلمان را بگذاریم زائر سرا، می‌رویم حرم. آبی‌ی ادامه می‌دهد: «اصلاً مزه‌اش به همین است که تارسیدی بروی حرم.»

لقمه را گاز می‌زنم. دو ساعت دیگر باید تحمل کنم. سعی می‌کنم همه‌ی دعاها را توی دلم را مرور کنم. می‌ترسم چیزی یادم برود. ترسم آنقدر زیاد است که از دیشب تا به حال ده بار تکرارشان کرده‌ام.

خیلی از دعاها مال خودم نیستند. کسانی که می‌دانستند می‌رویم مشهد یک عالمه دعا و آرزو به من سپرده‌اند.



دوست دارید امدادگر شوید؟

درِ خانهِ هلال به روی همه باز است • بهاره جلالوند • تصویرگر: مهدیه صفائی نیا

خیلی از ما وقتی اتفاقی می افتد، حسابی دست و پیمان را گم می کنیم. نمی دانیم وقتی سیل، زلزله یا هر اتفاق دیگری بیفتد، چه باید بکنیم، حتی ممکن است بترسیم و گوشه‌ای بنشینیم یا کارهایی انجام بدهیم که به ضررمان باشد. اما واقعاً در چنین شرایطی چه باید کرد؟ برای پاسخ به این سؤال، می‌توانید به کلاس‌های آموزشی خانه‌های هلال بروید که در همه‌ی شهرها، شهرستان‌ها و حتی روستاها برگزار می‌شوند.

بچه‌ها به بزرگترها انگیزه دادند



بعضی وقت‌ها رفتن به کلاس‌های خارج از مدرسه برای همه راحت نیست. برای همین آدم حسابی حوصله‌اش سر می‌رود و نمی‌داند چطور باید وقت خود را به شکل مثبت پر کند. یکی از کارهایی که می‌توان در چنین شرایطی انجام داد، رفتن به کلاس‌های رایگان خانه‌های هلال است که جمعیت هلال احمر آن‌ها را برای سنین مختلف برگزار می‌کند. در این کلاس‌ها، کمک‌های اولیه و آمادگی در برابر مخاطرات، آموزش داده می‌شود. خوب، چه چیزی از این بهتر که آدم هم بتواند اوقات فراغت خود را پر کند و هم مطالب مهمی را یاد بگیرد و حتی بتواند چیزهایی را که یاد گرفته، با خانواده تمرین کند.

کرونا و کلاس؟



شاید این سؤال به ذهن‌تان برسد که در شرایط کرونا چطور باید در چنین کلاسی شرکت کرد؟ اول از همه باید گفت که آموزش‌ها و خدمات هلال احمر تعطیلی ندارند چون افراد باید برای شرایط سخت آماده باشند. برای همین کلاس‌ها با رعایت دستورات بهداشتی کرونا، برگزار می‌شوند. اگر هم مثلاً شرایط خیلی خوب پیش نرود، جابه‌جایی کلاس‌ها را حتماً اطلاع می‌دهند. از همه مهم‌تر اینکه با یک بازی به اسم مار و پله مراحل پیشگیری



از ابتلا به کرونا، در خانه‌های هلال احمر آموزش داده می‌شود. تشویق به زدن واکسن کرونا و آموزش در رابطه با زلزله، موارد دیگری هستند که در بازی مار و پله به آن‌ها می‌پردازند. خیلی از بچه‌ها چیزهایی که از بازی مار و پله یاد می‌گیرند، به دوستان یا خانواده‌هایشان هم انتقال می‌دهند.

«علیرضا رضازاده»، رئیس شعبه جمعیت هلال احمر شهرستان ارسنجان در استان فارس، از نزدیک دانش‌آموزان و خانواده‌هایی را دیده است که با ذوق و شوق، در کلاس‌های خانه‌ی هلال شرکت کرده‌اند، او می‌گوید: «تا قبل از

اینکه کلاس‌های خانه‌ی هلال برگزار شوند، بچه‌ها سرگرمی چندانی نداشتند و از وقتی کلاس‌ها با رعایت نکات بهداشتی برقرار شد، خیلی ذوق و شوق داشتند. جالب است بدانید که این کلاس‌ها به قدری برایشان ارزش داشت که بهترین لباس‌هایشان را برای شرکت در آن می‌پوشیدند و حتی با خودشان آب آشامیدنی آورده بودند که لازم نباشد برای نوشیدن آب کلاس را ترک کنند. در یکی از روستاها، بزرگ‌ترها برای شرکت در کلاس‌ها علاقه نشان نداده بودند، ولی وقتی بچه‌ها به کلاس آمدند و از آن تعریف کردند، کار به جایی رسید که همه به کلاس‌ها آمدند. حتی پدر و مادرها حدود دو تا سه روز برای انجام کارهای کشاورزی سر زمین نرفتند، چون دوست داشتند چیزهایی که بچه‌ها یاد گرفته بودند، آن‌ها هم یاد بگیرند. چند دانش‌آموز روستای شرق‌آباد در استان فارس بعد از یادگیری درباره‌ی زلزله، در حد توانشان برای ایمن‌سازی شیشه‌های مدرسه چسب‌های بزرگ خریدند تا با کمک دانش‌آموزان دیگر آن‌ها را بچسبانند. تا قبل از اینکه کلاس‌های خانه هلال برگزار شود، بچه‌ها درباره‌ی شغل پرستاری و امدادگری چیز زیادی نمی‌دانستند، ولی بعد از آن خیلی‌ها گفتند که می‌خواهند در آینده پرستار یا امدادگر شوند.»



کجا ثبت نام کنیم؟

خانه‌های هلال در هر شهر، شهرستان و روستا، جای مشخصی دارد و هر وقت شرایط برگزاری کلاس وجود داشته باشد، برای شرکت در کلاس‌ها فراخوان می‌گذارند. کلاس‌های خانه‌ی هلال، همیشگی هستند و روز به روز تعدادشان بیشتر و بیشتر می‌شود تا همه با هر سنی که دارند، بتوانند از آموزش‌های آن، استفاده کنند. مطالب کلاس‌های دانش‌آموزان ۸ تا ۱۲ ساله، اصلاً خسته‌کننده نیستند چون با شعر، داستان، بازی و... آموزش داده می‌شوند. در این کلاس‌ها می‌توان درباره‌ی سیل، زلزله، مسمومیت‌ها، خانواده‌ی آماده، درخواست کمک، سوختگی و حریق، جراحت و خفگی، مطالب کاربردی و خوبی را آموخت.



می‌خواهم پرستار شوم

طاها اسماعیلی، از روستای شرق آباد، استان فارس وقتی کلاس‌های امداد و کمک‌های اولیه را در محل زندگی ما برگزار کردند، با علاقه و شوق زیادی به کلاس رفتیم. قبل از برگزاری این کلاس، اصلاً درباره‌ی بانداژ، پانسمان و آتل چیزی نمی‌دانستیم. با شرکت در کلاس‌های خانه‌ی هلال، چیزهای زیادی یاد گرفتیم و الان می‌توانم پانسمان، بانداژی و آتل‌بندی برای شکستگی را انجام بدهم. اینکه می‌توانم مواردی را که یاد گرفته‌ام به دیگران هم یاد بدهم، حس خوبی برایم دارد. فعلاً به مادرم و یکی از دوستان صمیمی‌ام به نام علی، برخی موارد را یاد دادم. اگر خدای ناکرده زلزله بیاید، دقیقاً می‌دانم که در کجا پناه بگیرم. حتی در کلاس‌ها یاد گرفتیم که اگر در مدرسه باشیم، چطور پناه بگیریم. به نظر همه‌ی بچه‌های هم سن و سالم باید این آموزش‌ها را یاد بگیرند، چون خیلی کاربردی هستند. من قبلاً با امدادگران هلال احمر تا حدودی آشنایی داشتم، ولی بعد از شرکت در کلاس‌ها، علاقه‌ام به پرستاری بیشتر شده است و دلم می‌خواهد در آینده پرستار بشوم.



کنار پنجره‌ها نروید

ملیکا علاقی، از روستای خواجه نفس در گمیشان، استان گلستان قبل از اینکه به کلاس‌های خانه‌ی هلال بروم، مادرم در این کلاس‌ها شرکت کرده بود. وقتی کلاس برای گروه سنی من هم گذاشتند، خیلی خوشحال شدم و در کلاس‌ها شرکت کردم. به نظرم چیزهایی که یاد ما دادند، خیلی جالب بود. به خصوص که کلاس‌ها شاد برگزار می‌شد. قبل از برگزاری این کلاس‌ها در منطقه‌ی ما سیل آمد و در آن مدت امدادگران زیادی را دیدیم. خیلی وقت‌ها با بالگرد هلال احمر برای کمک به ما می‌آمدند که من همیشه بالگردها را تماشا می‌کردم. همین‌ها باعث شد که برای یادگیری، خیلی مشتاق شوم. البته از قبل، انجام دادن کار خیر و کمک کردن به دیگران را دوست داشتم و دلم می‌خواهد کلاس‌ها را ادامه بدهم و امدادگر هلال احمر شوم. الان خیلی بیشتر از قبل آگاه شده‌ام، قبلاً که در منطقه‌ی ما سیل آمد، خیلی چیزها را نمی‌دانستیم، ولی الان می‌دانم که وقتی سیل بیاید، باید خودم را به یک جای بلند برسانم، مثلاً به جایی مرتفع در روستا بروم. در مورد زلزله هم نکات مهمی را می‌دانم و پناهگیری را بلدم. می‌خواهم یکی از مواردی را که یاد گرفتم، به بچه‌های دیگر هم بگویم، در زمان زلزله هیچ وقت نزدیک پنجره و جایی که شیشه وجود دارد، قرار نگیرند. هم اینکه در موقع زلزله، هیچ وقت نزدیک پنجره و جایی که شیشه وجود دارد، قرار نگیرند.

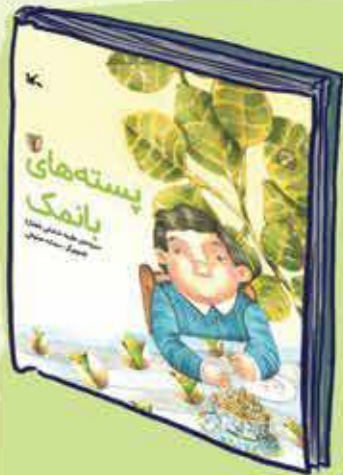


سفر هلال احمر به روستای عشایری



پسته‌های بانمک

نویسنده: طیبه شامانی
ناشر: کانون پرورش فکری
کودکان و نوجوانان
سال چاپ: ۱۳۹۹



اگر اهل شعر و ادبیات باشید می‌دانم که از این کتاب لذت خواهید برد. بیایید شعر «پسته‌های بانمک» این کتاب را با هم بخوانیم: پسته‌های شور و خندان / توی ظرفی روی میزند / خوب می‌دانم که آن‌ها / پیش مهمان‌ها عزیزند / هر چه می‌گویم به آن‌ها / من نمی‌خواهم شما را / باز می‌گویند لطفاً / یک کمی از ما بفرما...

«چشم‌ها»، «روز برفی»، «جهانگردان کوچک»، «هشتادتا، نهصدتا»، «آقا معلم»، «آب‌های بانمک»، «ترش و شیرین»، «موش شکمو»، «صد هزار پونز»، «لابلو»، «ظهر آن روز»، «عروسک تنبل» و «صد تا شگرد» عنوان شعرهای دیگر این کتاب هستند.

آشنایی با جانوران

نویسنده: دבורا نوزولا
ناشر: مؤسسه فرهنگی
مدرسه برهان
مترجم: حسن سالاری
سال چاپ: ۱۳۹۴



شما طرفدار حیوانات هستید؟ دوست دارید فقط عکس‌هایشان را نگاه کنید یا بیشتر از این‌ها، دلتان می‌خواهد آن‌ها را بیشتر بشناسید؟ کتاب‌های «آشنایی با جانوران» می‌تواند کمک کند شما با «زرافه»، «شیر»، «پلنگ»، «یوزپلنگ»، «پایتون»، «گوراسب»، «میرکت» و «فیل» آشنا شوید. درباره‌شان بیشتر بدانید و عکس‌ها و اطلاعات خوبی هم درباره‌شان دارد که کمتر جایی می‌توانید پیدا کنید. اطلاعاتی مثل محل زندگی، ویژگی‌ها و چیزهای منحصر به فرد. هر کدامشان، نحوه‌ی تغذیه و اینکه چطور از خودشان دفاع می‌کنند. می‌دانم که این کتاب برای ساعت‌های زیادی هم سرگرم‌تان خواهد کرد و هم کلی از دانستن اطلاعاتش لذت خواهید برد.

بزغاله‌دروغگو

نویسنده: داوود کیانیان
ناشر: مؤسسه فرهنگی منادی
تربیت
سال چاپ: ۱۳۹۸



تا حالا بزغاله‌ی دروغگو دیده‌اید؟ این کتاب داستان پیرمرد خیطاط، سه پسر و یک بزغاله است. بزغاله‌ای که به خاطر شوخی دروغی انتقام بگیرد و این شروع ماجراهای زیادی است. می‌دانم داستان را دوست خواهید داشت. بهتر است ادامه‌ی داستان را خودتان بخوانید. حتی می‌توانید با دوستانتان آن را به شکل یک نمایش جالب اجرا کنید

کتاب‌ها را از کجا تهیه کنیم؟

اول کتابفروشی مدرسه، شهر یا روستایتان. اگر کتاب شما را نداشتند هم مهم نیست. سفارش بدهید تا برایتان بیاورند. چراغ کتابفروشی‌های کوچک را روشن نگه دارید! دوم کتابخانه: در هر کتابخانه‌ای که نزدیکتان است، عضو شوید. کتابخانه‌های کانون‌های فرهنگی-تربیتی و مراکز کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در روستاها هم هستند. کتابخانه‌های کانون مراکز سیار هم دارند. سوم خرید پستی از ناشر یا خرید نسخه‌ی الکترونیکی

این کتاب‌ها را کارشناسان واحد
سالماندهی منابع آموزشی و تربیتی
مکتوب هم خوانده‌اند و آن‌ها را به شما
پیشنهاد می‌کنند.



پرسیدن از تو پاسخ از ما

• امی شیلدز • مترجم: اعظم لاریجانی

دنیا جای بزرگی است و بچه های کنجکاو سوالات زیادی در باره ی آن دارند. وقتی پس از باران کرم ها از خاک بیرون می آیند، بعضی از بچه ها فقط نگاه می کنند ولی بعضی دیگر از آن ها می پرسند: چرا کرم ها از خاک بیرون آمده اند؟ با پرسیدن این پرسش ها و یافتن پاسخ آن ها شما این دنیای زیبا و پر از راز و رمز را کشف می کنید. در اینجا به برخی از پرسش هایی که ممکن است در ذهن هر کدام از شما باشد پاسخ می دهیم. شما هم سعی کنید پرسش های زیادی در باره ی جهان اطرافتان پرسید تا به جواب آن ها برسید.



چرا با شستشوی طولانی، پوست چروک می شود؟

بیشتر قسمت های پوست بدن ما ضد آب است! باور می کنید؟ پوست ما ماده ی چربی می سازد که ترکیبی از موم و روغن است. به این ماده «سبوم» می گویند. سبوم بیشتر در پوست سر و صورت تولید می شود. برای همین معمولاً پوست سر و صورت ما چرب است. اما این چربی در پوست کف دست و پا ساخته نمی شود و دست و پای ما ضد آب نیستند. برای همین اگر ما به مدت طولانی در حمام یا استخر بمانیم، آب در پوست دست و پامان نفوذ می کند و پوست چروک می شود.

چرا ذرت پف می کند؟

هر چوب ذرت با دانه های زیادی پوشیده شده است. دانه ی ذرت با پوسته ی نفوذناپذیر و بدون شکاف پوشیده شده است. همین پوسته باعث می شود که کمی آب درون دانه گیر کند. وقتی دانه ها را گرم می کنیم، آب داخل آن بخار می شود و بخار به پوسته فشار می آورد و آن را می ترکاند. درست مثل یک انفجار کوچک. قدرت این انفجار به قدری است که دانه از داخل به سمت خارج به صورت پفکی بیرون می آید و پفیلاي خوشمزه درست می شود.





چرا بالون‌ها معلق می‌مانند؟

بادکنک‌های شناور با گازی به نام هلیوم پر می‌شوند. هلیوم از هوا سبک‌تر است و به همین دلیل نیروی جاذبه‌ی زمین کمتر آن را به سمت خود می‌کشد. بادکنک شناور قبل از اینکه بترکد می‌تواند تا ۶ کیلومتر بالا برود.

آزمایش

در یک لیوان آب، روغن مایع خوراکی بریزید. روغن روی آب شناور می‌ماند. اگر روغن از هوا سبک‌تر بود، می‌توانست از لیوان بیرون و بالا برود.

بالون‌ها

بالون‌ها با هوای گرم پر می‌شوند. هوای گرم از هوای سرد سبک‌تر است بنابراین وقتی هوای بیرون سردتر از هوای داخل بالون باشد، بالون معلق می‌شود.

چرا می‌توانیم تصویر خود را در آینه ببینیم؟

همه‌ی ما تصویر خودمان را در هر شیء صاف و براق و همچنین در آینه دیده‌ایم. این بار همانطور که به چشم خودتان در آینه نگاه می‌کنید، فکر کنید چرا من آنجا هستم؟

بیشتر آینه تکه‌های صاف شیشه‌ای هستند. یک طرف شیشه با فلزی براق پوشیده شده است. شیشه از روبرو اجازه می‌دهد که نور وارد شود ولی فلز پشت آینه مانع عبور آن می‌گردد و آن را برمی‌گرداند. در واقع آینه نور صورت شما را نشان می‌دهد.



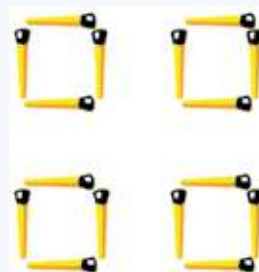
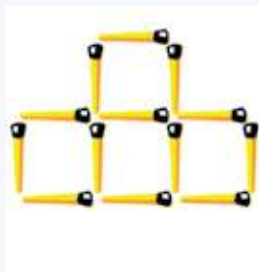
ایامی دانید

شامپانزه‌ها، میمون‌ها و دلفین‌ها، می‌توانند خود را در آینه بشناسند که تصویری که در آینه می‌بینند، خودشان هستند نه حیوان دیگری ولی سگ‌ها و گربه‌ها نمی‌توانند خودشان را تشخیص دهند.

صفحه ۳۲

پاسخ سرگرمی

معماهای دیکته‌ای!



جدول غلطیاب!

ریمز جدول غلطیاب: مسافر



چطور از گنجینه‌ی طلايمان استفاده كنيم؟

جعبه‌ی زمان چیست؟ به چه درد می‌خورد؟

• بهنوش خرم‌روز • تصویرگر: مجید صالحی



یک ضرب‌المثل هندی می‌گوید وقت رایگان است، اما باارزش‌ترین چیز زندگی است! ما ایرانی‌ها هم که می‌گوییم وقت طلاست. بیایید برای این طلای باارزش برنامه‌ریزی کنیم. حتماً تا حالا درباره‌ی برنامه‌ریزی، مدیریت زمان، اهمال‌کاری و خیلی کلمه‌های شبیه به این‌ها شنیدی. همه‌ی این کلمه‌ها را از کسانی می‌شنوی که می‌دانند اگر از وقتشان بهتر استفاده کنند، می‌توانند به هدف‌های بیشتری برسند، یعنی می‌شود طوری برنامه‌ریزی کرد که هم به یادگیری برسیم، هم به کار، هم سلامتی و هم برای دوستان و بازی و سرگرمی وقت داشته باشیم و هم کارهای شخصی و موردعلاقه؛ یعنی از گنجینه‌ی باارزش طلايمان درست استفاده کنیم؛ اما چطور؟ بقیه‌ی مطلب را بخوانید.



این ذهن بازیگوش!

ذهن ما آدم‌ها می‌تواند به دنبال هزار و یک موضوع بی‌ربط برود و حواسمان راحت پرت می‌شود، به خاطر یک بازی یا مهمانی ممکن است کلاً یادمان برود چه کارهایی داشتیم و ... بنابراین به‌عنوان انسان، کاملاً طبیعی است که دلمان بخواهد بیشتر وقتمان را هدر بدهیم و حواسمان هم نباشد، اما زندگی این‌طور پیش نمی‌رود. به همین دلیل بهتر است با یادگرفتن مهارت‌هایی، از زمانمان بهتر استفاده کنیم.



استفاده از جعبه‌های زمان یکی از بهترین شیوه‌هاست. یک بار امتحان کنید. خواهید دید که وقتی کارهایی مثل خواب، مدرسه، کلاس‌های فوق‌العاده، مسئولیت‌های خانه، وقت ناهار و شام

و ... را در جدول رنگی می‌کنید، وقت زیادی باقی نمی‌ماند. این یک تلنگر به ذهن آدم است که وقت ما بی‌نهایت نیست. ما فرصت محدودی برای انجام کارهایمان داریم که باید از آن با دقت استفاده کنیم.



جعبه‌های طلایی زمان!

هر شبانه روز، ۲۴ ساعت دارد و ما آدم‌ها لازم داریم ۷ تا ۹ ساعت بخوابیم. پس نقطه‌ی شروع می‌تواند این باشد که یک جدول بکشیم، با روزهای هفته و ساعت‌های بیداری را روی آن مشخص کنیم.

در مرحله‌ی بعدی، کارهایی که روز و زمانشان از قبل مشخص هستند را وارد جدول می‌کنیم. مثلاً کارهای شروع روز (مثل نماز، صبحانه، ورزش، مسواک و...). برنامه‌ی کلاس‌های درس مدرسه، برنامه‌ی کلاس‌های دیگری که داریم، (مثلاً زبان یا نقاشی یا ...) روزهایی که مسئولیت مشخصی در خانه بر عهده داریم، (سر زدن به مادربزرگ، تمیز کاری یا ...) همه را روی جدول مشخص می‌کنیم. (خانه‌های سبزرنگ) حالا وقتش رسیده که برنامه‌هایی که برای سلامتی لازم هستند را در برنامه بچینیم، برنامه غذا خوردن، ورزش کردن، حتی حمام رفتن. (خانه‌های آبی) اگر کارتون یا سریال خاصی را در زمان مشخصی تماشا می‌کنی، آن را هم به برنامه اضافه کن. (خانه‌های صورتی)

حالا که جاهای خالی برنامه مشخص شده، برای هر روز، برای درس خواندن و انجام تکالیف روز بعد برنامه‌ریزی کن. این برنامه‌ریزی باید مشخص باشد. مثلاً فقط ننویس درس. بلکه مشخص باشد چه درسی، مثلاً بنویس انجام تکالیف ریاضی برای روز بعد. با این کار می‌توانی در یک نگاه ببینی که در روز چقدر وقت برای مدرسه می‌گذاری، چه وقت‌هایی هستند که هدر می‌روند و حواست به آن‌ها نیست یا از چه زمان‌هایی در روز می‌توانی استفاده‌ی بهتری کنی.

نکته مهم ۱

اینکه ما آدم‌ها خسته می‌شویم و وقتی خسته می‌شویم، ذهنمان توانایی کمتری برای یادگیری دارد. پس حتماً به این نکته‌ها توجه کن

- بین زمان‌های درس خواندن و مدرسه فاصله بگذار.
- در هر نوبت بیشتر از یک ساعت برای درس خواندن برنامه نریز.
- بعد از هر یک ساعت درس خواندن؛ حتماً بلند شو چند قدم راه برو.
- کمی حرکات کششی انجام بده.
- یک لیوان آب بنوش.
- با اهالی خانه گپی بزن و برگرد. فقط حواست باشد که این استراحت طولانی نشود، مثلاً

۱۵ دقیقه باشد.

نکته مهم ۲

در هر روز ممکن است اتفاق‌هایی بیفتند که ما به برنامه‌ی آن روز نرسیم. پس حتماً باید هر روز در جدول زمان‌های خالی داشته باشیم تا کارهای پیش‌بینی نشده را در آن زمان‌ها انجام بدهیم یا اگر کاری وقت بیشتری لازم داشت، برایش وقت داشته باشیم. مثلاً من فکر می‌کنم یک ساعت برای انجام تکالیفم کافی است، پس آن را قبل از کلاس زبان عصر می‌گذارم؛ اما ناگهان متوجه می‌شوم که تکالیف زبانم را تمام نکردم. پس باید اولویت‌بندی کنم و تکالیف زبان را تمام کنم یا یکی از اقوام زنگ می‌زند و من مدت زیادی پای تلفن هستم یا اینکه برادر کوچک‌ترم به کمک نیاز دارد و از من وقت می‌گیرد. پس باید وقت خالی برای جبران در برنامه‌ی روزم داشته باشم که حس نکنم برنامه‌ام به‌هم خورده.





یک بازی برای تقویت مغز و سرعت تصمیم گیری

• مهدی زارعی • تصویر گر: سام سلماسی

احتمالاً همه‌ی شما بازی سنگ، کاغذ، قیچی را بلد هستید. (اگر هم بلند نیستید نگران نباشید همین جا آن را یاد خواهید گرفت.

اما این بازی که حرکت چندانی ندارد پس چطور از صفحه‌ی ورزش سر در آورده؟
خب اتفاقاً این بازی می‌تواند کمک زیادی در سرعت عمل شما داشته باشد. اگر می‌خواهید بدانید چطور این بازی را با دویدن همراه می‌کنیم و یک ورزش تازه از آن می‌سازیم بقیه‌ی صفحه را بخوانید.



سنگ، کاغذ، قیچی

• در این بازی روبروی دوستان قرار می‌گیرید، دستتان را بالا ببرید یا پشت سر خودتان پنهان کنید. حالا همزمان با دوستان دست را جلو بیاورید. دستتان باید یکی از شکل‌ها را داشته باشد:

قوانین بازی

• اگر شما و دوستان دست خود را به یک شکل پایین آورده باشید (مثلاً به حالت سنگ)، باید این کار را تکرار کنید. اما در صورتی که دستتان به یک شکل پایین نیامده باشد، یکی از شما برنده است. همیشه قیچی مقابل کاغذ پیروز است (چون قیچی می‌تواند کاغذ را ببرد)، سنگ در برابر قیچی برنده می‌شود (چون قیچی نمی‌تواند سنگ را ببرد) اما کاغذ سنگ را شکست می‌دهد (چرا؟! خب سنگ زورش به کاغذ نمی‌رسد و نمی‌تواند آن را پاره کند. همان‌طور که زور، حریف کتاب و دانایی نمی‌شود!)



اگر می‌خواهید شیوه‌ی درست این ورزش را یاد بگیرید رمزینه را با گوشی همراهتان باز کنید و ببینید.

حالا بازی در ورزش

● کافی است شما و دوستان جایی مناسب برای دویدن داشته باشید. جایی مثل حیاط مدرسه یا خانه و یا حتی توقفگاه (پارکینگ). تنها چیزی هم که نیاز دارید، این است که محل دویدن تان، جای خیلی کوچکی نباشد. حالا باید در وسط حیاط بایستید. به شکلی که اگر به سمت راست بدوید، یا اینکه به سمت چپ بدوید، مسیر تان هم اندازه باشد. حالا نوبت استفاده از بازی سنگ، کاغذ و قیچی است.

● پیش از آنکه دویدن را شروع کنید، با دوست خود قراری بگذارید. مثلاً با هم تصمیم بگیرید که نفر برنده بازی سنگ، کاغذ و قیچی به سمت راست بدود و نفر بازنده به سمت چپ. پس از آن دست‌هایتان را بالا ببرید و با گفتن کلمات «سنگ، کاغذ، قیچی» دست خود را سریع پایین بیاورید.

کدامیک برنده شده‌اید؟ شما یا دوستان؟

● اگر شما برنده شده‌اید باید به سرعت به سمت راست بدوید و به نقطه‌ی پایانی برسید. دوستان که باختند باید با تمام سرعت به سمت چپ بدود.



● هر چند در ابتدا به نظر می‌رسد که این بازی چندان سخت نیست، اما هر چقدر بخواهید این کار را سریع‌تر انجام دهید، کارتان سخت‌تر می‌شود. دلیلش هم مشخص است. وقتی بازی سنگ، کاغذ، قیچی را انجام می‌دهید همزمان هم باید به دست خود و دست رفیق تان نگاه کنید و در سریع‌ترین زمان ممکن متوجه شوید کدامیک برنده هستید. حالا اگر برنده هستید باید به سمت راست حرکت کنید و اگر بازنده شده‌اید، در مسیری کاملاً متفاوت و در سمت چپ بدوید. مغز شما برای انجام تمام این کارها به شما فرمان می‌دهد و هر چه سریع‌تر این کارها را انجام دهید، این احتمال که مغزتان اشتباهی دستور بدهد، بیشتر می‌شود.

مثلاً ممکن است اشتباه کنید و فکر کنید در بازی سنگ، کاغذ، قیچی با آوردن قیچی در برابر سنگ برنده شده‌اید. بعد بخواهید به سرعت از سمت راست بدوید. اما ناگهان متوجه می‌شوید. به همین خاطر باید با سرعت جهت حرکتتان را عوض کرده و از سمت چپ بدوید.

● هر چقدر این بازی را بیشتر انجام دهید، اشتباهاتتان کمتر می‌شود. مغز شما نیاز فراوانی به این نوع بازی‌ها دارد تا در کمترین زمان ممکن تصمیم بگیرد. این مسائله در تمام ورزش‌ها به درد شما می‌خورد (مثل فوتبال، بسکتبال، دوومیدانی، شنا و...) در کنار ورزش، شما در مدرسه و حتی زندگی هم نیاز به مغزی دارید که در سریع‌ترین زمان، بهترین تصمیم را بگیرد. این طور نیست؟





بازی رنگ ها

• نرگس جاجرودی

یک تجربه‌ی ناب و هیجان‌انگیز! شفق قطبی پدیده‌ای است که دیدنش برای هر کسی آسان و راحت به دست نمی‌آید. به‌خصوص برای ما ایرانی‌ها که در کشور گرم و خشک زندگی می‌کنیم. پس اگر هیجان دیدن آن را داشته باشید، باید به مناطق سردسیر نزدیک به قطب شمال و جنوب سفر کنید.

از رؤیا تا واقعیت

با اینکه شفق قطبی را فقط می‌توان در شب دید، اما ایجاد آن کاملاً به خورشید بستگی دارد. الکترون و پروتون از ذرات تشکیل دهنده‌ی سطح خورشید هستند که وقتی از آن رها شده و وارد جو زمین می‌شوند در مناطق سردسیر با گازهای زمین برخورد می‌کنند و نمایشی خیره‌کننده از رنگ‌های مختلف در آسمان شب به وجود می‌آورند.

شب

اگر سفر به مناطق سردسیر را دوست دارید، فصل بهار و زمستان بهترین زمان برای دیدن شفق قطبی در کشورهای نزدیک قطب شمال و قطب جنوب است؛ مناطقی مثل آلاسکا، کانادا، نروژ، فنلاند، سوئد، ایسلند و گرینلند در قطب شمال و استرالیا و اقیانوس جنوب در قطب جنوب. زمانی بین ساعت ۱۰ تا ۲ شب که بازی رنگ‌های قرمز، سبز، آبی، بنفش و زرد به شکل خیره‌کننده‌ای در آسمان خودنمایی می‌کند. شفق قطبی درست شبیه شبهه است که با قوس‌های زیاد مثل چراغ‌های رنگی در حال نورافکنی است.

در آسمان شب

داستان‌های اساطیری

در قرون گذشته چون علت تشکیل شفق قطبی مشخص نبود. هر قومی آن را به یک پدیده‌ی ماورائی نسبت می‌داد. به شکلی که نام شفق قطبی با داستان‌های اساطیری زیادی گره خورده است. یونانی‌ها به آن «اورورا» یا فرشته‌ی سپیده‌دم می‌گویند. اما اروپاییان قرون وسطی فکر می‌کردند این نورها پیامی از جانب آسمان‌هاست.



شفق قطبی در فضا

ما با نگاه کردن به آسمان شب از دیدن شفق قطبی لذت می‌بریم. اما جالب است بدانید که فضانوردان ایستگاه بین‌المللی چون با این پدیده هم ارتفاع هستند، آن را کنار خودشان می‌بینند. در سیارات دیگر هم شفق‌های قطبی به مراتب قدرتمندتری وجود دارد و تاکنون در سیاره‌ی مشتری، زحل، اورانوس و نپتون شفق‌های قطبی زیادی دیده شده است.

بازی رنگ‌ها

رنگ شفق‌های قطبی به منطقه‌ای که در آن شکل می‌گیرد بستگی دارد و به اینکه در آن منطقه از سطح زمین با چه گازی برخورد کنند. معمولاً اکسیژن باعث ایجاد رنگ سبز و قرمز می‌شود و نیتروژن رنگ آبی و بنفش را ایجاد می‌کند.

بازی زیبای رنگ‌ها در آسمان شب
رمزیننه را با گوشی همراهتان باز کنید و ببینید.





جزیره‌ی رنگین کمان

• شهریار الوندی

سفری به هرمز زیبا

یک رودخانه‌ی طلائی‌رنگ، یک درّه با رنگ‌های رنگین کمان، صخره‌هایی که شبیه هیولاهاى ترسناک هستند... این‌ها بیشتر آدم را یاد یک کارتون خیال‌انگیز می‌اندازد، اما تعجب نکنید اگر بگویم همه‌ی این‌ها توی یک جزیره‌ی واقعی یک‌جا جمع شده است. به جز آن، آکواریوم‌های کاملاً طبیعی، قلعه‌های تاریخی و مردم بی‌اندازه مهربان و خون‌گرم و لباس‌های زیبای محلی با حاشیه‌ی زری‌دوزی شده‌ی ظریف و البته خیلی چیزهای دیدنی دیگر از جمله چیزهایی است که جزیره‌ی هرمز در جنوب کشورمان را از دیدنی‌ترین نقاط دنیا کرده است.

این جزیره یکی از شگفت‌انگیزترین جاهای ایران است.

جزیره‌ی هرمز که بعضی آن را جذاب‌ترین جزیره‌ی ایران می‌دانند در جنوبی‌ترین نقطه‌ی کشورمان واقع شده است. هرمز نزدیک جزیره‌ی قشم و در ۸ کیلومتری بندرعباس قرار دارد.

درّه‌ی رنگین کمان

خاک سرخ و طلائی و طیف‌های رنگی خاک این جزیره به دلیل رسوب‌های معدنی میلیون‌ها سال پیش است. رسوب‌هایی که کوه‌ها و تپه‌ها و درّه‌های آن را پدید آورده است. وجود نمک، اکسید آهن و فلزات دیگر و فعالیت‌های آتشفشانی در طول تاریخ هم دلیل شکل‌گیری طیف وسیعی از رنگ‌ها در خاک جزیره‌ی هرمز است.



• درّه‌ی رنگین کمان

ترسناک یا بامزه؟ انتخاب کنید.

درّه‌ی ستارگان و درّه‌ی رنگین کمان، از مشهورترین دیدنی‌های جزیره‌ی هرمز است. درّه‌ی مجسمه هم یک جاذبه‌ی دیدنی دیگر این جزیره است که از تغییر شکل سنگ‌های آهکی به وجود آمده است.



• درّه‌ی مجسمه

برای دیدن ساحل نقره‌ای زیبای جزیره‌ی هرمز رمزینه را با گوشی همراهتان باز کنید و ببینید.



قلعه‌ی استعمارگران

حدود صد و پنجاه سال قبل، چند کشتی پرتغالی در جزیره‌ی هرمز لنگر انداختند. آن‌ها مهمان و مسافر نبودند، آمده بودند تا این بخش زیبا از کشورمان را اشغال کنند. به همین دلیل برای خودشان قلعه ساختند و روی دیوارها و باروهایش چند توپ جنگی گذاشتند تا مردم را بترسانند. اما مردم آن‌ها را از جزیره بیرون انداختند. ماندنشان در هرمز خیلی طول نکشید، چون ایران جای زور گوها و اشغال‌گرها نیست. حالا شما قلعه‌های باقی‌مانده را می‌توانید در جزیره‌ی هرمز ببینید. این را فراموش نکنید که حتماً از آب‌انبار قلعه دیدن کنید، چون مهندسی بسیار جالبی دارد. آب‌انبار یک حوض مخروطی بزرگ و عمیق است که در جنوب کشور مردم برای ذخیره‌ی آب می‌ساختند. آب‌انبار یک راه‌حل هوشمندانه بود که هنوز هم در بعضی شهرها و روستاهای ایران استفاده می‌شود.



قلعه پرتغالی‌ها

روستایی در میان جزیره

در جزیره‌ی هرمز یک روستای کوچک کم جمعیت است که هنوز مردم در آن زندگی می‌کنند. کار آن‌ها ماهیگیری، ساخت صنایع دستی و قایق‌رانی است.



قلعه پرتغالی‌ها

فرش‌های خاکی رنگارنگ

هنرمندانی چون احمد نادعلیان و مهدی درویشی برای اینکه رنگ‌های مختلف و شگفت‌انگیز جزیره‌ی هرمز را به همه نشان بدهند با خاک‌های رنگارنگ آن فرش‌هایی ساخته‌اند که اگر از بالا به آن‌ها نگاه کنید، ظرافت‌های هنرمندانه و سرشار از ذوق را بهتر درک می‌کنید. هنرمندان در طراحی فرش خاکی هرمز از افسانه‌های قدیمی هرمزگان و اشعار خیام، الگوبرداری کرده‌اند و در میان نقش‌های این فرش لاک‌پشت پوزه عقابی، جبیر، طرح‌های پوشاک زنان هرمز و تصاویری از قلعه پرتغالی‌ها دیده می‌شود. خاک جزیره‌ی هرمز بی‌نهایت زیبا و باارزش است. به همین خاطر خیلی‌ها آن را در شیشه‌های کوچک می‌فروشند، اما یادمان باشد اگر هر کس بخواهد یک شیشه‌ی کوچک از این خاک‌های باارزش را با خودش ببرد، دیگر در جزیره چه چیزی خواهد ماند؟ این خاک در طول میلیون‌ها سال تشکیل شده، اما اگر بخواهیم آن را جابه‌جا کنیم، خیلی زود از بین خواهد رفت. ایران و طبیعت زیبایش در دست ما امانت است. آیا ما امانت‌داران خوبی هستیم؟

این جمله را همیشه و همه‌جا یادمان باشد: از طبیعت به‌جز عکس چیزی با خود نمی‌آوریم!

اقامتگاه‌های بوم‌گردی از جمله جاهایی هستند که برای هر مسافری بسیار جذابند، چون هم می‌توانند در یک جای راحت استراحت کنند و هم با مردم بومی و غذاهای جزیره بیشتر آشنا شوند.





اولین تجربه‌ی سبد بافی!

• ندا نورمحمدی • عکس: اعظم لاریجانی

یکی از هنرهای اصیل و سنتی ایرانِ حصیربافی و سبد بافی است. بافت حصیر در مناطق مختلف بسته به نوع مواد خام در دسترس متفاوت است. مثلاً در جنوب ایران بیشتر از برگ‌های درخت نخل و در شهرها و روستاهای شمال ایران اغلب از ساقه‌های برنج یا نوعی از چوب‌های نرم استفاده می‌شود. ساقه‌ی گندم هم یکی از گزینه‌های بسیار خوب برای بافتن سبد است. رنگ طلایی و درخشان آن بی‌نهایت چشم نواز است. البته این هنر مخصوص ایران نیست و مردم از زمان‌های باستانی در بیشتر کشورهای دنیا با به هم بافتن برگ‌ها یا ساقه‌ی گیاهان محل زندگی‌شان چیزهای متفاوتی درست می‌کرده‌اند. سبد بافی هنوز هم طرفدارهای زیادی دارد بیا بید یک سبد ساده با کنف ببافیم.

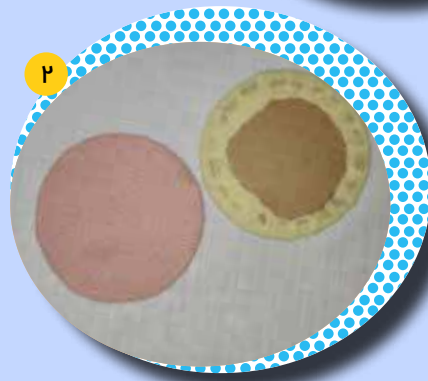
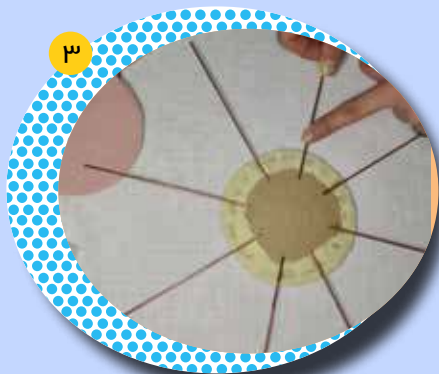


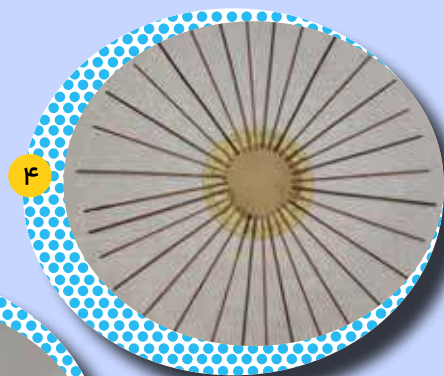
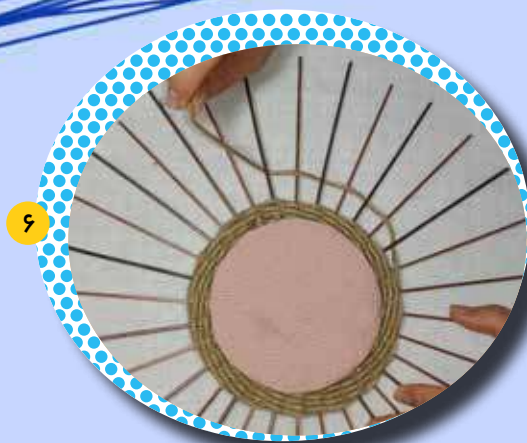
چی لازم داریم؟

- کنف
- پارچه
- مقوا
- چسب
- مفتول

چطور بسازیم

- ۱ طرح دو دایره‌ی هم‌اندازه را روی مقوا می‌کشیم.
- ۲ هردو دایره را با پارچه می‌پوشانیم.
- ۳ روی یکی از دایره‌ها را با فاصله‌های مساوی علامت‌گذاری می‌کنیم.





۶ اما برعکس. یعنی جایی که کنف قبلاً زیر بوده الان باید رو باشد و جایی که رو بوده باید زیر باشد. این کار را تا جایی انجام می‌دهیم که مفتول‌ها کاملاً پوشانده شود.

خب. این هم اولین تجربه‌ی حصیربافی شما!

۴ روی هر علامت یک مفتول ۱۵ سانتی متری می‌چسبانیم و کارتن دوم را روی آن‌ها قرار می‌دهیم. یعنی مفتول‌ها بین دو کارتون دایره‌ای شکل قرار دارند.

۵ حالا مفتول‌ها را با دست شکل بدهید.

۶ کنف‌ها را به صورت یکی زیر، یکی رو از مفتول‌ها می‌گذرانیم. تا یک دور تمام شود. برای دور بعدی همین کار را انجام می‌دهیم





برای آشنایی با انواع لکه در آبرنگ
رمزینه را با گوشی همراهتان اسکن
کنید.

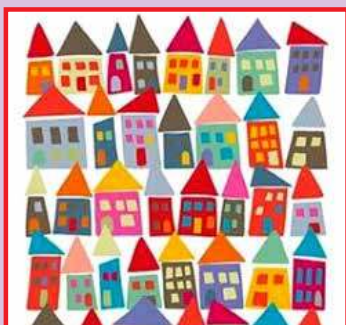
ایستگاه بچه‌ها

• رویا صادقی

(این قسمت: نمایش آثار)



برای خلق یک تابلوی زیبا نیازی نیست صبر کنید تا یک نقاش حرفه‌ای شوید! کافی است رنگ‌ها را به نقاشی‌هایتان دعوت کنید. با استفاده از لکه‌های رنگی گواش و آبرنگ یا استفاده از تکه کاغذها و پارچه‌های رنگی و حتی نقطه نقطه‌های رنگارنگ شما می‌توانید تابلوهای قشنگی درست کنید و آن‌ها را در خانه یا مدرسه به نمایش بگذارید.



در زیر تعدادی از نقاشی‌های دوستانتان را می‌بینید که برایمان پست کرده‌اند.



رامیلا شهبابی، ۱۰ ساله از اصفهان

رامیلا موضوع خرید کردن مادر را انتخاب کرده است. هم طراحی بدن را خوب کشیده است و هم مادرش را در جلوی کاغذ بزرگ‌تر کشیده و آدم‌های دورتر را کوچک‌تر کشیده است و این به درست بودن اندازه‌ها در نقاشی‌اش بسیار کمک کرده است.



محمد مهدی غفاری، ۱۳ ساله از خلخال

محمد مهدی با مداد رنگی بسیار باحوصله و دقیق این نقاشی زیبا را کشیده است. نقطه‌های سفید روی چمن‌ها را با گواش گذاشته است.



نازنین زهرا دهقان منشادی، ۱۰ ساله از یزد

نازنین زهرا به سادگی با روش تکه چسبانی این اثر زیبا را خلق کرده است.

شما هم نقاشی‌هایتان را برای ما ارسال کنید .



دوستان مجله رشد دانش آموز سلام

• معصومه خیرآبادی

این داستان را مصطفی دهگان کلاس ششم از شهرستان فریمان نوشته است. امیدواریم از خواندن آن لذت ببرید:

پاک کن، مداد، تراش و کاغذ دور هم توی اتاق نشسته بودند. از دیروز پاک کن ناراحت بود و با کسی حرف نزده بود. مداد، تراش و کاغذ هر چقدر سعی کرده بودند، نتوانسته بودند علت ناراحتی پاک کن را بفهمند. مداد رو به پاک کن کرد و گفت: «نمی‌خواهی به ما چیزی بگویی؟ ما دوستان تو هستیم.» پاک کن با ناراحتی گفت: «خوش به حالت! می‌نویسی و اثری از تو روی کاغذ می‌ماند، ولی از من نه.» مداد، تراش و کاغذ تازه فهمیدند موضوع چی است. مداد گفت: «اگر تو نوشته‌ی من را پاک نکنی که نوشته‌ی من خوب نمی‌شود.» تراش هم گفت: «ناراحت نباش. تو کمک خوبی برای مداد هستی. از من هم اثری به جا نمی‌ماند.» مداد گفت: «اگر تو نباشی، من نمی‌توانم بنویسم. مغز من تمام می‌شود و کار نمی‌کند. من یک روز آنقدر کوچک می‌شوم که دیگر نمی‌توانم بنویسم.» کاغذ به مداد و پاک کن و تراش گفت: «نگران نباشید. من اثر کار شما را نگه می‌دارم. کاری که انجام می‌دهید، مفید است و حتی وقتی ما کهنه یا تمام بشویم، اثرمان در ذهن بچه‌ها باقی می‌ماند.» مداد، پاک کن و تراش گفتند: «حق با تو است. ما به این موضوع فکر نکرده بودیم. چقدر خوب است که اثر ما برای همیشه در ذهن بچه‌ها می‌ماند.»



چطور یک نظم دهنده درست کنیم؟
بهراد فلاحتی برای شما توضیح می‌دهد.
سال ۱۳۹۹، دانش آموز ۱، دوست خردریزها



نشانی ما: تهران

صندوق پستی: ۶۵۶۷-۱۵۸۷۵

مرکز بررسی آثار مجله‌های رشد

رایانامه: barresiasar@roshdmag.ir





حق با آفریقایی هاست!

• اعظم سبحانیان • تصویر گر: مهدی صادقی



مجری تلویزیون با آب و تاب گفت: «دانشمندان طی تحقیقات بسیار متوجه شدند دوست صمیمی نقش خوبی در آرامش فرد داشته و حتی طول عمر او را بیشتر می کند. دوست شما کسی است که در سختی کنار شماست»

معلمت باید بگه...
دو تا ماسک زده بود، البته زیر محافظ روی صورتش. آمدم توضیح بدهم الکی گفتم تا ... آمد داخل و بلافاصله دستش را گذاشت روی پیشانی ام.

این حرف چنان رفت روی مخم که آه بلندی کشیدم. اگر در یک چیز استعداد نداشتم، همین دوست یابی بود. چند نفری هم که مثلاً دوستم بودند، بیشتر روزها بهانه ای برای قهر و دعوا داشتند. مجری انگار که صدای آهم را شنیده باشد، دوباره صاف توی چشم هایم نگاه کرد و گفت: «یک مثل آفریقایی می گوید شما حتماً قبل از پیدا کردن یک دوست خوب، تب می کنید.»

خدا مرگم بده چه تبی هم داره. باز آمدم بگویم که من ... مامان رفت بیرون و زنگ زد به بابا که زود بیا بچه کرونا گرفته ببرمش دکتر.

دست گذاشتم روی پیشانی ام واقعاً داغ بود! فریاد زدم: «من کرونا ندارم. این تب ...» مامان پرید تو حرفم و از همان جا گفت: «باشو لباست رو بپوش دو تا ماسک هم بزن. من موندم چرا بچه ای من که کرونا گرفته، معلمش باید به من بگه.»

به خودم گفتم: «الان معلوم می شه. کسی که من رو واقعاً دوست داشته باشه. نگرانم می شه» ولی دریغ از یک پیام همدردی، دریغ از یک خدا شفا بده. یک آخی گفتن. انگار گفته باشم سسکه گرفتم.

دست گذاشتم روی پیشانی ام واقعاً داغ بود! فریاد زدم: «من کرونا ندارم. این تب ...» مامان پرید تو حرفم و از همان جا گفت: «باشو لباست رو بپوش دو تا ماسک هم بزن. من موندم چرا بچه ای من که کرونا گرفته، معلمش باید به من بگه.»

بخم معلوم شد بهترین دوستم معلم بود. بین این همه دانش آموز زنگ زده بوده برای احوالپرسی. در اتاقم را باز کردم و گفتم: «خیلی نگران بودی» مامان سرش را تکان داد: «بیشتر نگران امتحان مجازی فردا صبحت بود. گفت کمک کنم هر طور شده امتحانت رو بدی. گفت نمره های قبلیت رو هم خراب کردی.»

لب هایم آویزان شد. یک بار دیگر اطلاعات پیامم را نگاه کردم. فقط یک نفر مانده بود که پیام را ندیده بود، آن هم مریم سکوت بود. دختری که واقعاً مثل فامیلی اش بی صدا بود. ته کلاس می نشست و خیلی با بچه ها گرم نمی گرفت.

دست گذاشتم روی پیشانی ام واقعاً داغ بود! فریاد زدم: «من کرونا ندارم. این تب ...» مامان پرید تو حرفم و از همان جا گفت: «باشو لباست رو بپوش دو تا ماسک هم بزن. من موندم چرا بچه ای من که کرونا گرفته، معلمش باید به من بگه.»

دکتر بعد از معاینه گفت: «فکر نکنم کرونا باشه. گلودرد و علائم دیگه نداره. دارو می دم استراحت کنه. اگه فردا دیدید حالش بدتر شد، بره تست بده.»



مامان گفت: «کرونا داره آقای دکتر. معلمش هم گفته ...» دکتر گفت: «معلمش دکتره؟»

مامان گفت: «نه ولی ...» از مطب که بیرون آمدم، مامان گفت: «بچه کرونا داره می گه نداره.»

نشستم توی ماشین. مامان همه جای ماشین، از جمله دست های من را

دکتر بعد از معاینه گفت: «فکر نکنم کرونا باشه. گلودرد و علائم دیگه نداره. دارو می دم استراحت کنه. اگه فردا دیدید حالش بدتر شد، بره تست بده.»

مامان گفت: «کرونا داره آقای دکتر. معلمش هم گفته ...» دکتر گفت: «معلمش دکتره؟» مامان گفت: «نه ولی ...» از مطب که بیرون آمدم، مامان گفت: «بچه کرونا داره می گه نداره.» نشستم توی ماشین. مامان همه جای ماشین، از جمله دست های من را

برای بار سوم الکل زد.

دوباره گروه مدرسه را باز کردم. یک پیام آمده بود. از طرف مریم سکوت. نوشته بود: وای خیلی ناراحت شدم دوسی مهربونم. امیدوارم هر چه زودتر خوب بشی دوسی قشنگم. اگه تو امتحانات سؤالی، کمکی خواستی به من بگو. بعد هم چند استیکر گریه و بغض فرستاده بود. یکهو فریاد زدم: «حق با آفریقایی هاست! حق با آفریقایی هاست!» مامان و بابا هراسان برگشتند طرف من. بابا گفت: «چته بچه!»

مامان گفت: «تب داره، هذیون می گه لابدم.»

گفتم: «نه! حق واقعاً با آفریقایی هاست. من یک دوست خوب پیدا کردم. همونی که باعث می شه در جوانی ذخیره ی امیدم تموم نشه. همون که فامیلی اش سکوته، ولی تو دلش شلوغ از دوستی. همون که به من می گه دووووسی.»

بابا با نگرانی دستش را گذاشت روی پیشانی ام و گفت: «داغ نیست که.» و من در مقابل تعجب مامان و بابا بالا و پایین می پریدم و به پهنای صورت می خندیدم.

ویروس آمد

● سعیده موسوی زاده

ویروس آمد

با دست های سبز و چسبنده

ما را نوازش کرد

در پارک ها در کوچه ها

در خانه گردش کرد

با شکلک و اطوار

ویروسی

باروبوسی

در بین مهمان های ما

هی رفت و آمد کرد

حال مرا بد کرد



غول

● سعیده موسوی زاده

با شکست غول ها

می روم به سطح دیگری

مرحله به مرحله

قهرمان جنگ می شوم

در فضای بازی مجازی ام

در فضای واقعی ولی

یک نفر مرا شکست می دهد

او که قهرمان واقعی ست

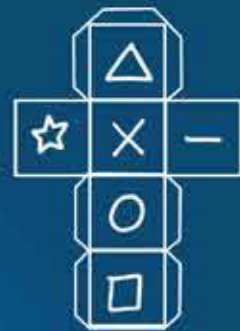
«غول قلدر ریاضی ام»



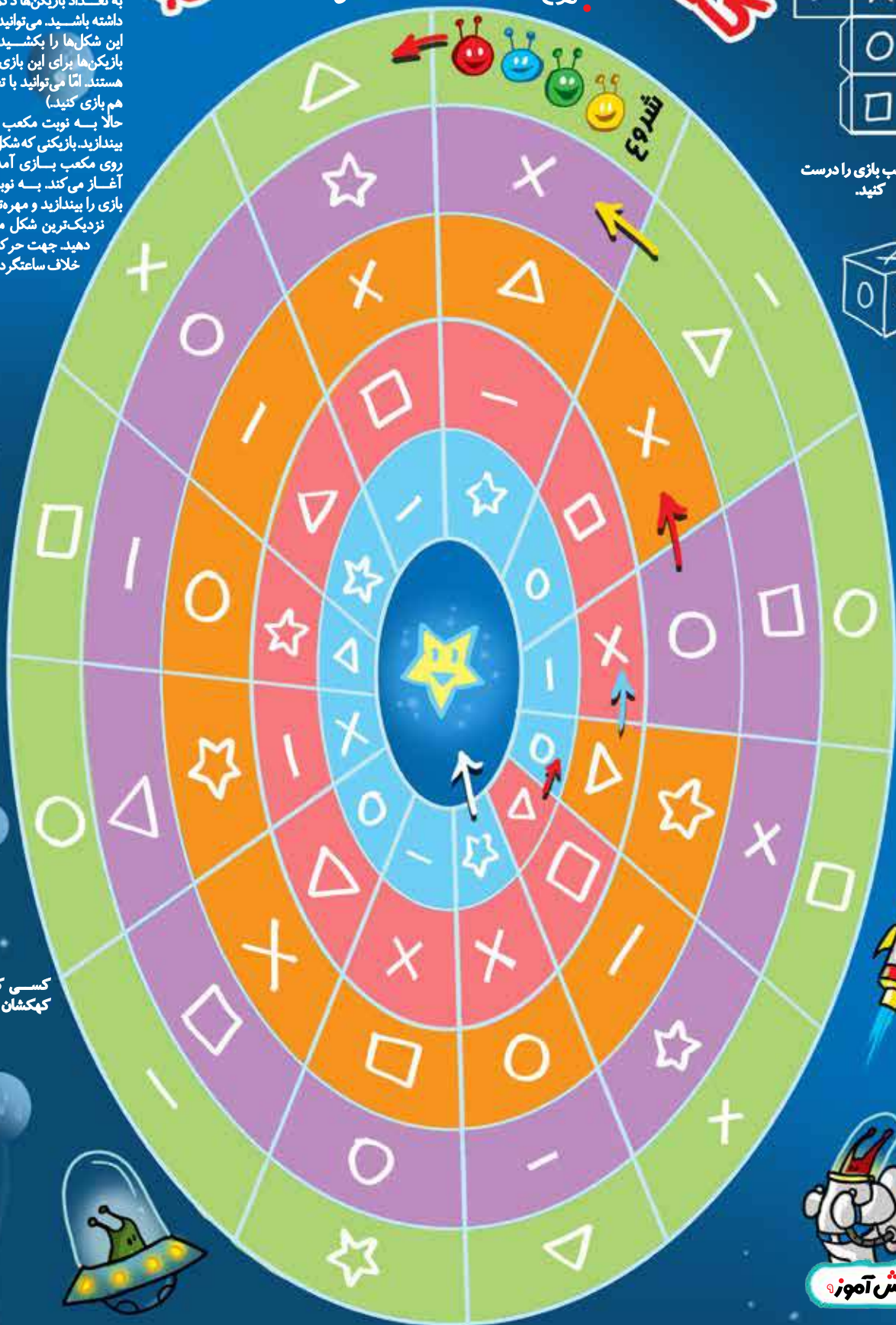
کلهکسان رنگین گمان!

طراح بازی و تصویرگر: سام سلماسی

به تعداد بازیکن‌ها دکمه‌ی رنگی داشته باشید. می‌توانید روی مقوای این شکل‌ها را بکشید. (حداکثر بازیکن‌ها برای این بازی شش نفر هستند. اما می‌توانید با تعداد کمتر هم بازی کنید.)
حالا به نوبت مکعب بازی را بیندازید. بازیکنی که شکل مهره‌اش روی مکعب بازی آمده بازی را آغاز می‌کند. به نوبت مکعب بازی را بیندازید و مهره‌تان را روی نزدیک‌ترین شکل مشابه قرار دهید. جهت حرکت مهره‌ها خلاف ساعتگرد است.



این مکعب بازی را درست کنید.



کسی که زودتر به مرکز کلهکشان پرود برنده است.



شربت رنگین کمان

• زهرا ناظم پور

حالا که هوا کم گرم می شود چطور است این بار شما از خانواده وقتی خسته و گرم ازده به خانه برمی گردند از آن ها با یک سینی شربت رنگارنگ پذیرایی کنید؟ شربت های رنگی که همه ی آن ها با گل پنیرک درست می شوند.

چی لازم داریم؟

- گل پنیرک
- آب
- شکر
- آبلیمو



چطور درست کنیم؟

برای هر لیوان شربت به اندازه ی یک قاشق گل پنیرک لازم دارید. گل ها را در یک پارچ آب بریزید و به آن آب خنک و هر قدر دوست دارید شیرین باشد، شکر اضافه کنید. رنگ گل ها کم کم آزاد می شود و شربت به رنگ آبی کاربنی یا سورمه ای درمی آید. حالا برای رنگ های دیگر به این ترتیب عمل کنید: برای رنگ آبی آسمانی: مقدار کمی شربت در آب (شیرینی را دوباره اندازه کنید). بنفش: چند قطره آبلیمو اضافه کنید. صورتی: هر چقدر آبلیموی بیشتری بریزید رنگ شربت روشن تر می شود.

فوت کوزه گری

- اگر کمی زعفران دم کرده به شربت اضافه کنید رنگ سبز را هم می توانید به دست بیاورید.
- اگر کمی تخم شربتی هم به لیوان ها اضافه کنید شربت زیباتر و مفیدتری خواهید داشت.
- برای تزئین حلقه ی شکر می توانید کمی آبلیمو به دور دهانه ی لیوان ها بمالید و لیوان را برعکس در بشقابی که در آن شکر ریخته اید قرار دهید.



شیر کنترل در آبگرمکن مخزنی گازی



عملکرد شیر کنترل آبگرمکن مخزنی با شیر کنترل
بخاری و اجاق گاز متفاوت است.

در اجاق گازها و بخاریها با قرار دادن درجه تنظیم
بر روی عدد بیشتر شعله گاز بیشتر می شود اما در
آبگرمکنهای مخزنی این گونه نیست و شیر کنترل
آبگرمکن در واقع تنظیم ترموستات است. یعنی هر چه
بر روی عدد بیشتری باشد، شعله زیاد نمی شود بلکه
مدت زمان روشن بودن مشعل بیشتر شده و آب
داغتری خواهید داشت.

