



د پوهنې وزارت

د تعلیمي نصاب، د بنوونکو د روزنې
او د ساینس د مرکز معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

لومړۍ ټولګي



د چاپ کال: ۱۳۸۹ هـ. ش.

درسي کتابونه د پوهني وزارت پوري اره لري. په بازار کې بې اخيستنه او خرخونه په کلکه منع ده. له سرغرونوکو سره قانوني چلنده کېږي.

زده کړه
کوم تر خو
يو بنه
شخصیت
شم.

زده کړه
کوم
تر خو
د تولنې
يو
ګټور
وګړۍ
شم.



ISBN 978-9936-25-158-8

9 789936 251588 >



د پوهنې وزارت

د تعلیمی نصاب، د بنوونکو د روزنې

او د ساینس د مرکز معینیت

د تعلیمی نصاب د پراختیا او درسي

کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

لومړۍ ټولګي

د چاپ کال: ۱۳۸۹ هـ. ش.

الف

د کتاب د تالیف، خپنې او تدقیق کمپتې

I. لیکوالان:

۱. داکتر صدیق الله ویرا د پوهنې وزارت سلاکار
۲. ترینا ستار محب زاده د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست علمي غړي.
۳. الحاج عبدالاحد غزنيوال د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي.

II. مطالعه او تایید:

ملي شورا:

د ولسي او مشرانو جرګو د ديني، پوهنې او لوړو زده کرو د کمیسیونونو غږي.

III. د تدقیق او خپنې کمپتې:

د کابل پوهنتون:

پوهاند الـ شاه ئدران د ټولنیزو علومو د پوهنځي استاد.

د پوهنې وزارت:

۱. پوهنواں حمیدالله ویدا د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي.
۲. ژباره او اديت: سيف الرحمن آشنا د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د پښتو دیپارتممنت غږي.

د کابل بنار د پوهنې ریاست:

۱. رحمت الله د میرویس هوتكی د لیسې بنوونکي.
۲. فریده د قاري عبدالله د لیسې بنوونکي.

IV. د محتوياتو د ديني، فرهنگي او سیاسي برخو د خپنې او کره کتني کمیتې:

۱. حیات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي.
۲. دوکتور محمد یوسف نیازی د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي او سلاکار.
۳. محمد آصف ننګ د پوهنې وزارت د خپرونو او اطلاعاتو رئيس.

د تدقیق، تصحیح او خارنې کمیسیون:

دکتور عبدالغفور غزنوي د تعلیمي نصاب، د بنوونکو د روزنې او د ساینس د مرکز معین - د کمیسیون رئيس.
د سرمؤلف مرستیال عبدالظاهر ګلستانی د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف لوی رئيس.- غږي
سید محمود خلیق د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست علمي غږي - غږي

کمپوز او ډیزاین:

حمیدالله غفاری



بسم الله الرحمن الرحيم

د پوهنې د وزیر پیغام
ګرانو استادانو، بنوونکو او زده کوونکو،

بنوونه او روزنه د هر هپواد د پراختیا او پرمختگ بنسټه جوروی. تعلیمي نصاب د بنوونې او روزنې مهم توکی دی چې د علمي پرمختگ او ټولنې د اړتیاوو له مخې رامنځته کېږي. خرګنده ده چې علمي پرمختگ او ټولنیزې اړتیاوې تل د بدلون په حال کې وي. له دې امله لازمه ده چې تعلیمي نصاب هم علمي او رغنده انکشاف وموسي. البتنه نه بنایي چې تعلیمي نصاب د سیاسي بدلونونو او د اشخاصو د نظریو او هیلو تابع شي.

دا کتاب چې نن ستاسو په لاس کې دی، پر همدي ارزښتونو چمتو او ترتیب شوي دی. علمي ګټوري موضوعګانې پکې زیاتې شوې دي. د زده کړې په بهير کې د زده کوونکو فعال ساتل د تدریسي پلان برخه ګرڅیدلې ده.

هیله من یم دا کتاب له لارښونو او تعلیمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د میتدونو د کارولو له لارې تدریس شي او د زده کوونکو میندې او پلرونه هم د خپلو لوټو او زامنو په باکیفیته بنوونه او روزنه کې پرله پسې ګلهه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هیلې ترسره شي او زده کوونکو او هپواد ته بنې بریاوې ور په برخه کړي.

زه پر دې ټکي پوره باور لرم چې زمور ګران استادان او بنوونکي د تعلیمي نصاب په رغنده پلي کولو کې ستره دنده او دروند مسؤولیت لري.

د پوهنې وزارت تل زیار کابدي چې د پوهنې تعلیمي نصاب د اسلام د سپېڅلی دین له بنسټونو، د وطن دوستی د پاک حس په ساتلو او علمي معیارونو سره سم د ټولنې د خرګندو اړتیاوو له مخې پراختیا وموسي.

په دې ډګر کې د هپواد له ټولو علمي شخصیتونو، د بنوونې او روزنې له پوهانو او د زده کوونکو له میندو او پلرونو خخه هيله لرم چې د خپلو نظریو او رغنده وړاندېزونو له لارې زمور له مؤلفانو سره د درسي کتابونو په لا بنه تالیف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو خخه چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتیب کې پې مرسته کړې، له ملي او نړیوالو درنو موسسو، او نورو ملګرو هپوادونو خخه چې د نوي تعلیمي نصاب په چمتو کولو او تدوین او د درسي کتابونو په چاپ او وېش کې پې مرسته کړې ده، منه او درناوي کوم.

ومن الله التوفيق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د پوهنې وزیر

د ليکل شوو مطالبو فهرست

لومړۍ فصل: لومړني ادبونه (۹ درسي ساعتونه)

| | |
|---------|-----------------------|
| مخونه | |
| ۲ - ۱ | زه خوک یم؟ (یو ساعت) |
| ۴ - ۳ | زما هيلې (یو ساعت) |
| ۶ - ۵ | زما عواطف (دوه ساعته) |
| ۸ - ۷ | ښه خويونه (دوه ساعته) |
| ۱۰ - ۹ | زما تکل (دوه ساعته) |
| ۱۲ - ۱۱ | د فصل لنډيز (یو ساعت) |

دویم فصل: شخصي ادبونه (۹ درسي ساعتونه)

| | |
|------------------------|------------------------------|
| د خان پاکي (دوه ساعته) | |
| ۱۴ - ۱۳ | ادب او درناوی (دوه ساعته) |
| ۱۶ - ۱۵ | مهال ويش (یو ساعت) |
| ۱۸ - ۱۷ | چلم، سگرپ او نسوار (یو ساعت) |
| ۲۰ - ۱۹ | سپورت يا لوبي (یو ساعت) |
| ۲۲ - ۲۱ | د پيسو پېژندنه (یو ساعت) |
| ۲۴ - ۲۳ | د فصل لنډيز (یو ساعت) |
| ۲۶ - ۲۵ | |

دریم فصل: د کور ادبونه (۸ درسي ساعتونه)

| | |
|---------------------|--------------------------------|
| د کور نظم (یو ساعت) | |
| ۲۸ - ۲۷ | د کور کارونه (یو ساعت) |
| ۳۰ - ۲۹ | ښه خواره (یو ساعت) |
| ۳۱ - ۳۰ | پاک خواره (یو ساعت) |
| ۳۴ - ۳۳ | د کور د شيانيو ساتنه (یو ساعت) |
| ۳۶ - ۳۵ | په کور کې خطروونه (دوه ساعته) |
| ۳۸ - ۳۷ | |

| | |
|---------------|--|
| ۴۰ - ۳۹ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |
| | څلورم فصل: ټولنیز ادبونه (۸ درسي ساعتونه) |
| ۴۲ - ۴۱ | اجازه اخیستل (یو ساعت) |
| ۴۴ - ۴۳ | له نورو سره مرسته (یو ساعت) |
| ۴۶ - ۴۵ | ویل او اوریدل (یو ساعت) |
| ۴۸ - ۴۷ | د ټولنې خادمان (یو ساعت) |
| ۵۰ - ۴۹ | کډ کارونه (دوه ساعته) |
| ۵۲ - ۵۱ | پلي تګ (یو ساعت) |
| ۵۴ - ۵۳ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |
| | پنځم فصل: د چاپیریال ادبونه (۸ درسي ساعتونه) |
| ۵۶ - ۵۵ | د څښلو او به (یو ساعت) |
| ۵۸ - ۵۷ | پاکه هوا (یو ساعت) |
| ۶۰ - ۵۹ | پر ژوپر زره سوي (یو ساعت) |
| ۶۲ - ۶۱ | د چاپیریال ساتنه (دوه ساعته) |
| ۶۴ - ۶۳ | عame شتمني (یو ساعت) |
| ۶۶ - ۶۵ | د چاپیریال خطروه (یو ساعت) |
| ۶۸ - ۶۷ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |
| | شپرم فصل: د سولې ادبونه (۸ درسي ساعتونه) |
| ۷۰ - ۶۹ | د جګړې زیانونه (دوه ساعته) |
| ۷۲ - ۷۱ | د ستونزې او ارول (دوه ساعته) |
| ۷۴ - ۷۳ | بنه ملګرۍ (یو ساعت) |
| ۷۶ - ۷۵ | د انسانانو برابري (یو ساعت) |
| ۷۸ - ۷۷ | پخلاينه (یو ساعت) |
| ۸۰ - ۷۹ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |



د پوهنې وزارت

د تعلیمي نصاب، د بنوونکو د روزنې
او د ساینس د مرکز معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

لومړۍ ټولګي

د چاپ کال: ۱۳۸۹ هـ. ش.

الف

د کتاب د تالیف، خپنې او تدقیق کمپتې

I. لیکوالان:

۱. داکتر صدیق الله ویرا د پوهنې وزارت سلاکار
۲. ترینا ستار محب زاده د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست علمي غړي.
۳. الحاج عبدالاحد غزنيوال د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي.

II. مطالعه او تایید:

ملي شورا:

د ولسي او مشرانو جرکو د ديني، پوهنې او لورو زده کرو د کميسیونونو غږي.

III. د تدقیق او خپنې کمپتې:

د کابل پوهنتون:

پوهاند الف شاه خدران د ټولنیزو علومو د پوهنځي استاد.

د پوهنې وزارت:

۱. پوهنواں حمیدالله ویدا د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي.
۲. ژباره او اديت: سيف الرحمن آشنا د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د پښتو دیپارتمنټ غږي.

د کابل بنار د پوهنې ریاست:

۱. رحمت الله د میرویس هوتكی د لیسې بنوونکي.
۲. فریده د قاري عبدالله د لیسې بنوونکي.

IV. د محتوياتو د ديني، فرهنگي او سیاسي برخو د خپنې او کره کتني کمیتې:

۱. حیات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي.
۲. دوکتور محمد یوسف نیازی د پوهنې وزارت د علمي شورا غږي او سلاکار.
۳. محمد آصف ننګ د پوهنې وزارت د خپرونو او اطلاعاتو رئيس.

د تدقیق، تصحیح او خارنې کمیسیون:

دکتور عبدالغفور غزنوي د تعلیمي نصاب، د بنوونکو د روزنې او د ساینس د مرکز معین - د کمیسیون رئيس.
د سرمؤلف مرستیال عبدالظاهر گلستانی د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف لوی رئيس.- غږي
سید محمود خلیق د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست علمي غږي - غږي

کمپوز او ډیزاین:

حمیدالله غفاری





ملي سرود

| | |
|-----------------------|-------------------------------|
| دا وطن افغانستان دی | دا عزت د هر افغان دی |
| کور د سولې کور د تورې | هر بچي بي قهرمان دی |
| دا وطن د ټولو کوردي | د بلوڅو د ازبکو |
| د پښتون او هزاره وو | د ترکمنو د تاجکو |
| ورسره عرب، گوجر دی | پامېريان، نورستانيان |
| براھوي دي، قزلباش دی | هم ايماق، هم پشه يان |
| دا هيرواد به تل څلپري | لكه لمړ پر شنه آسمان |
| په سينه کې د آسيا به | لكه زړه وي جاویدان |
| نوم د حق مودي رهبر | وايو الله اکبر وايو الله اکبر |

بسم الله الرحمن الرحيم

**د پوهنې د وزیر پېغام
گرانو استادانو، بنوونکو او زده کوونکو،**

بنوونه او روزنه د هر هپواد د پراختیا او پرمختګ بنسټ جوړوي. تعلیمي نصاب د بنوونې او روزنې مهم توکۍ د چې د علمي پرمختګ او ټولنې د اړتیاوو له مخې رامنځته کېږي. خرګنده ده چې علمي پرمختګ او ټولنیزې اړتیاوې تل د بدلون په حال کې وي. له دې امله لازمه ده چې تعلیمي نصاب هم علمي او رغنده انکشاف ومومي. البهه نه بنایي چې تعلیمي نصاب د سیاسي بدلونونو او د اشخاصو د نظریو او هیلو تابع شي.

دا کتاب چې نن ستاسو په لاس کې دی، پر همدي ارزښتونو چمتو او ترتیب شوی دی. علمي ګټورې موضوعګانې پکې زیاتې شوې دي. د زده کړې په بهير کې د زده کوونکو فعال ساتل د تدریسي پلان برخه ګرځیدلې ده.

هیله من یم دا کتاب له لارښونو او تعلیمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د میتودونو د کارولو له لارې تدریس شي او د زده کوونکو میندې او پلرونه هم د خپلولوی او زامنوا په باکیفیته بنوونه او روزنه کې پرله پسې ګډه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هیلې ترسره شي او زده کوونکو او هپواد ته بنې بریاوې ور په برخه کړي.

زه پر دې ټکي پوره باور لرم چې زمورد گران استادان او بنوونکي د تعلیمي نصاب په رغنده پلي کولو کې ستړه دنده او دروند مسئولیت لري.

د پوهنې وزارت تل زیار کابوی چې د پوهنې تعلیمي نصاب د اسلام د سېپڅلي دین له بنستونو، د وطن دوستي د پاک حس په ساتلو او علمي معیارونو سره سم د ټولنې د خرګندو اړتیاوو له مخې پراختیا ومومي.

په دې ډګر کې د هپواد له ټولو علمي شخصیتونو، د بنوونې او روزنې له پوهانو او د زده کوونکو له میندو او پلرونو خخه هیله لرم چې د خپلولو نظریو او رغنده وړاندیزونو له لارې زمورد له مؤلفانو سره د درسي کتابونو په لا بهه تالیف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو خخه چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتیب کې یې مرسته کړې، له ملي او نړیوالو درنو موسسو، او نورو ملګرو هپوادونو خخه چې د نوي تعلیمي نصاب په چمتو کولو او تدوین او د درسي کتابونو په چاپ او وېش کې یې مرسته کړې ده، منه او درناوي کوم.
ومن الله التوفيق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د پوهنې وزیر

د ليکل شوو مطالبو فهرست

لومړۍ فصل: لومړني ادبونه (۹ درسي ساعتونه)

| | |
|---------|-----------------------|
| مخونه | |
| ۲ - ۱ | زه خوک یم؟ (یو ساعت) |
| ۴ - ۳ | زما هيلې (یو ساعت) |
| ۶ - ۵ | زما عواطف (دوه ساعته) |
| ۸ - ۷ | ښه خويونه (دوه ساعته) |
| ۱۰ - ۹ | زما تکل (دوه ساعته) |
| ۱۲ - ۱۱ | د فصل لنډيز (یو ساعت) |

دویم فصل: شخصي ادبونه (۹ درسي ساعتونه)

| | |
|------------------------|------------------------------|
| د خان پاکي (دوه ساعته) | |
| ۱۴ - ۱۳ | ادب او درناوی (دوه ساعته) |
| ۱۶ - ۱۵ | مهال ويش (یو ساعت) |
| ۱۸ - ۱۷ | چلم، سگرپ او نسوار (یو ساعت) |
| ۲۰ - ۱۹ | سپورت يا لوبي (یو ساعت) |
| ۲۲ - ۲۱ | د پيسو پېژندنه (یو ساعت) |
| ۲۴ - ۲۳ | د فصل لنډيز (یو ساعت) |
| ۲۶ - ۲۵ | |

دریم فصل: د کور ادبونه (۸ درسي ساعتونه)

| | |
|---------------------|--------------------------------|
| د کور نظم (یو ساعت) | |
| ۲۸ - ۲۷ | د کور کارونه (یو ساعت) |
| ۳۰ - ۲۹ | ښه خواره (یو ساعت) |
| ۳۱ - ۳۰ | پاک خواره (یو ساعت) |
| ۳۴ - ۳۳ | د کور د شيانيو ساتنه (یو ساعت) |
| ۳۶ - ۳۵ | په کور کې خطروونه (دوه ساعته) |
| ۳۸ - ۳۷ | |

| | |
|---------------|--|
| ۴۰ - ۳۹ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |
| | څلورم فصل: ټولنیز ادبونه (۸ درسي ساعتونه) |
| ۴۲ - ۴۱ | اجازه اخیستل (یو ساعت) |
| ۴۴ - ۴۳ | له نورو سره مرسته (یو ساعت) |
| ۴۶ - ۴۵ | ویل او اوریدل (یو ساعت) |
| ۴۸ - ۴۷ | د ټولنې خادمان (یو ساعت) |
| ۵۰ - ۴۹ | کډ کارونه (دوه ساعته) |
| ۵۲ - ۵۱ | پلي تګ (یو ساعت) |
| ۵۴ - ۵۳ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |
| | پنځم فصل: د چاپیریال ادبونه (۸ درسي ساعتونه) |
| ۵۶ - ۵۵ | د څښلو او به (یو ساعت) |
| ۵۸ - ۵۷ | پاکه هوا (یو ساعت) |
| ۶۰ - ۵۹ | پر ژویرو زړه سوي (یو ساعت) |
| ۶۲ - ۶۱ | د چاپیریال ساتنه (دوه ساعته) |
| ۶۴ - ۶۳ | عامه شتمني (یو ساعت) |
| ۶۶ - ۶۵ | د چاپیریال خطروه (یو ساعت) |
| ۶۸ - ۶۷ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |
| | شپږم فصل: د سولې ادبونه (۸ درسي ساعتونه) |
| ۷۰ - ۶۹ | د جګړې زیانونه (دوه ساعته) |
| ۷۲ - ۷۱ | د ستونزې او ارول (دوه ساعته) |
| ۷۴ - ۷۳ | بنه ملګرۍ (یو ساعت) |
| ۷۶ - ۷۵ | د انسانانو برابري (یو ساعت) |
| ۷۸ - ۷۷ | پخلاينه (یو ساعت) |
| ۸۰ - ۷۹ | د فصل لنډیز (یو ساعت) |

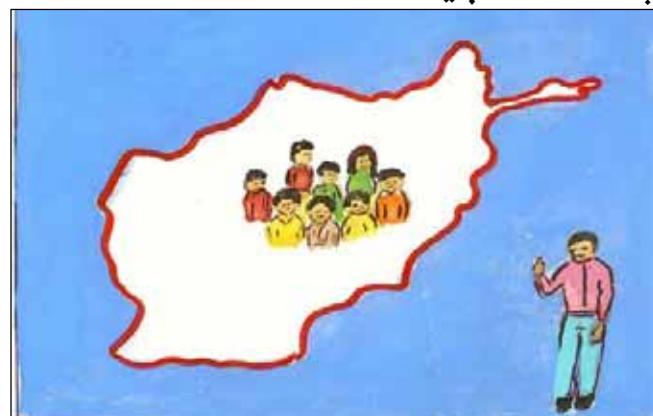
لومړی لوست

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ
لومړی فصل
زه خوک یم

د لوست موخه: چې خان په باره کې د زده کوونکو پوهه لوړه شي او خان د نورو په مخکې معرفی کړي.

پوبنتی:

- ۱- ستا نوم خه دی او خو خویندی او ورونه لري؟
- ۲- خه شی دی ڈېر خوبنیږي؟



زما نوم انځور دی. زه یو ورور او یوه خور لرم او پلار مې د کاندار دی.



زما نوم رښتین دی، زه یو ورور او یوه خور لرم او پلار مې مامور دی.



زما ورور

زما خور

زما مور

زما پلار

د زده کوونکو عملی کارونه



- هر زده کوونکی دې پر خپل ئایا ودرېبرى، له پوبنتنى سره سم دې ئان تولگىيالو تە وروبيژنى او د يوه شي نوم دې واخلى چې د يې خوبنېبرى.

- هر زده کوونکى دې خپله خېرى او هغە خە چې خوبنېبرى بې پە يوه كاغذ رسم كرى. بسونكى دې پر رسمونو د زده کوونكو نومونه ولېكى او پر ديواله دې هغە وئر وى.

پوبنتنى:

❖ كە چېرى خوک لە تاسو خخە وپوبنتى خە چول خپل ئان ور پېشنى؟

❖ كوم شي چې ستاسو خوبن وي، خە چول د هغە پە هككە خرگىندۇنى كولى

شى او هغە پە لاس راورى شي؟

❖ آيا لە تولگىيالو سره د پېژندى لە املە د خوبنى. احساس كولى شي؟

كورنى دندە:

كوم شي مو چې خوبن وي پە خپلو كتابچو كې يې رسم كرى.



د لوست لوسټ



د لوست موخه: زده کوونکي دې د خپلې یوپ لوبې هيلپه باب فکر وکړي اوبيادې هغه بيان کړي.

پونستې:

- ۱- په انځورونو کې خه وينه؟
- ۲- کله چې لوی شئ غواړئ خه کار وکړئ؟



زه غواړم چې بنوونکي شم؛ زه غواړم چې پولیس شم؛ زه غواړم چې ...



زه غواړم چې یو بنه کور ولرم؛ زه غواړم چې یو توب یا عینکې ولرم...



د زده کونکو عملی کارونه



- زده کونکي دې په وار خپلې هيلی بيان کړي.
- بنوونکي دې د خپل ماشومتوب د وخت یوه هيله، چې تر سره
شوې وي، ټولګي ته ووايي (دببلګې په توګه د یوه توب درلودل) او
له زده کونکو خخه دې وغوارپې چې خپلې کيسې ورته ووايي.

پوښتنې:

- ❖ خو دولتي دندې چې تاسو بې پېژني نومونه بې واخلې؟
- ❖ هيله لري چې په راتلونکې کې دنده ولري؟
- ❖ یوه هيله مو خه ډول بيانولي شي، آيا هغې ته درسېدلو هڅې اړينې دي؟

کورنۍ دنده:

د خپلو هيلو په هکله له مور، پلار سره خبرې وکړئ او هغو ته درسېدلو لاري
چارې ولتوري.

دريم لوست

زما (عواطف)

د لوست موخه: چې زده کوونکي خپگان، خوشحالی، قار او ویره و پیشني اوهم بې توپير و کړای شي.

پونستي:

- ۱- هغه وختونه درېه ياد کړئ چې خوشحاله وي.
- ۲- د خوبنۍ دليل موڅه و؟



په قهر



خوشحاله



خپه



دار شوي

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې په خپل وار، خپلي خېري خوشحاله، خپه، په قار او ډاريدلې ونيسي (هغه زده کوونکو ته چې تر ټولو په زړه پوري خېره په دوامداره ډول نیولی شي، دې ډول زده کوونکو ته دې چک چکې وشي).

- زده کوونکي دې په لاهدي تمرينونو کې برخه واخلي: "مونږ هغه وخت خوشحاله کېرو چې ..." "مونږ هغه وخت خپه کېرو چې"
- د ستري مشي په وخت کې "مسکا" دې تمثيل او تمرين شي.

پوبنتنې:

- ❖ د قهر، خوبني، ډار، يا د غمگيني په بنيو کې د سړي خيره خنګه پیژندلی شي؟
- ❖ آيا د خپل قهر يا د خوبني د دليل په باب خرکندونې کولی شي؟
- ❖ له هغه انسان سره چې ډار شوي او غمگين وي خه ډول مرسته کولی شي؟

کورني دنده:

خوشحاله، قهرجنه، غمگينه، يا ډاره شوي خېره په خپله خوبنه په کتابچه کې رسم او رنګه پې کړئ.



خلورم لوست

بنه خويونه



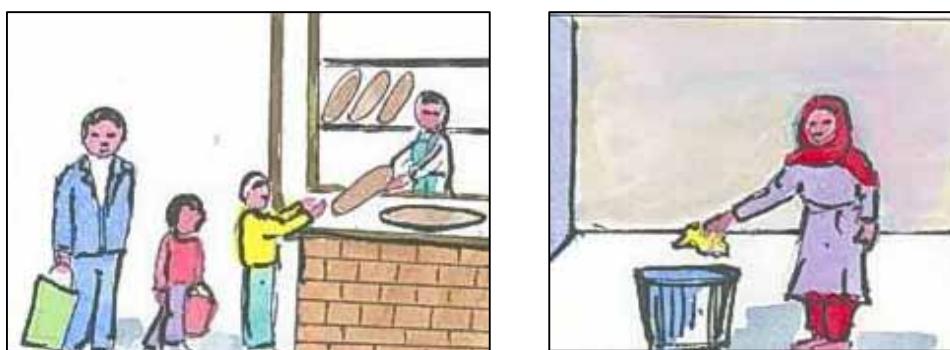
د لوست موخه: چې زده کوونکي خپل او د نورو (خلکو) بنه خويونه ویژنی او قدر یې وکړي.

پونستې:

- ۱- د یو زده کوونکي بنه خويونه کوم دي؟
- ۲- د خه شي په درلودلو ډېر خوشحالېږي (توب، نانځکه، نوي کالي ...)?



ما د پیالې د ماتېدو په باب خپلې مور ته ربنتیا وویل!



ما د کور په پاکولو کې مرسته وکړه؛ او په دوکان کې په خپل وار ودرېدم.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د خپلو ئانگوو استعدادونو په باره کې چې
بسوونکي يې ورپه گوته کړي، رسمونه وباسې.
- زده کوونکي دې په خپل وار په لور آواز ووايسي: "زه په خپلو نسه
کارونو ويام او سر لوړي یم"
- زده کوونکي دې د هغه نسه کار په باره کې چې په تپرو ورڅو کې يې تر سره
کړي، رسم و کاپي او د خپل ګروپ (ډلي) نورو غړو ته دې بیان کړي.

پوښتنې:

- ❖ آيا د نسه کار په کولو خپل ئان او نور د قدر وړ بولئ؟
- ❖ آيا ربستياويل زموږ له نسو خويونو خخه دي؟
- ❖ ستاسو د نورو کوم خويونه خوبنېږي؟

کورنۍ دنده:

- ❖ د نسو خويونو په هکله لکه ربستيا، همکاري، په خبرو کولو کې د
نوبت په پام کې نيوں یا خپل مور او پلار ته د اوپو د راولو په
هکله خبرې وکړئ او د دوى نظرونه و پوښتنې.



پنځم لوست

زما تکل

د لوست موخه: چې زده کوونکي دې له تکل کولونه مخکي د سنجش او سوچ په اهمیت پوه شي.

پوبنستې:

- ۱- کوم کارونه په خپله خوبنېه (بې له دې چې له چا اجازه واخلي) کوي؟
- ۲- که خوک له تاسو وغواړي چې یو بد کار وکړئ خه حواب ورکوي؟



ټول زلمي ته په قار وو، خکه چې د ګاونډي شیشه یې په غولکه ماته کړه.



اوسمخکي له دې چې یو کار وکړئ اول یې د پايلو په باب سوچ وکړئ.

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکی دی لاندی حالتونه تمثيل کري: يوه تيره دی واخلي او بيا دی تصميم ونيسي چي گوبنه يې کيردي او که کرکي پري وولي يا دا چې خپل ملګري په لغته ووهي او که ستري مشي ورسه وکري.

- زده کوونکي دې د بنو او بدومارونو مثالونه بیان کري او په خپله ډله کې دې يو بلته وروښي.

- زده کوونکي دې په لور آواز ووايي: "زه په خپل (بنه صفت) ويام او سر لوري يم"

- زده کوونکي دې د هغه بنه کار په باره کې چې په تېرو ورڅو کې يې تر سره کري وي، بیان کري.

پوښتنې:

- ❖ آيا د يوه کار له کولو خخه مخکي فکر او سنجش کوي؟
- ❖ يوه کار ته له تصميم (هوډ) خخه مخکي فکر کول خه بنه والي لري؟
- ❖ يو با سنجشه او بنه تصميم له بي سنجشه تصميم سره خنګه انډول کوي؟

کورني دنده:

تاسو د يوه تصميم په هکله چې لري يې له خپل مور او پلاړ سره وغږېږي او هغه ته درسېدو په لارو فکر وکړئ.

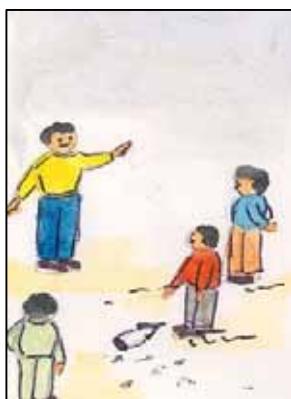
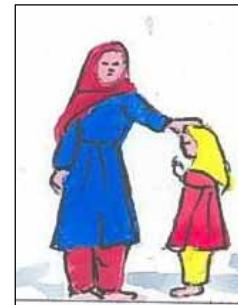
شپږم لوست

د لوړی فصل لنډیز

د لوست موخته: چې زده کوونکي د تېرو لوستونو لوی تکي تکرار کړي.

پوښتني:

- ۱- کله چې ئان نورو ته وریېژنۍ، خنګه باید ودریېټ او آواز مو باید خنګه وي؟
- ۲- خپلې هيلی یو خل بیا خپلې هلې ته بیان کړئ.
- ۳- د خپلو هيلو د ترسره کېدو له پاره باید شه وکړو؟
- ۴- د خوشحاله هلك یا نجلې، خبره خنګه بنکاريږي؟ په غوشه شوي سپړي خیره خنګه وي؟
- ۵- آيا خپلې مور ته مو د شه شي د ماتېدو یا کوم کار د خرابېدو په باب رښتیا ویلې دی؟
- ۶- نن په توب پ لوې وکړو او که په تولګي کې سبق ووايو؟ ولې؟



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د هغو رسمونو په مرسته چې دوي ایستلي او يا په کتاب کې دي، خپل تېر درسونه تکرار کړي.
- د لوستونو په اړه دې خپل د سترګو ليدلى حال د نکلونو او کيسو په شکل ټولگیوالو یا خپل ګروپ ته بیان کړي.

پوښتنې:

- ❖ د فکر کولو په بنه والي، دیوې هيلې په خرکندولو او يا په رښتیا او صداقت پوه شوي یاست؟ مثال بې ووایئ.
- ❖ آيا هغه بنې خبرې چې مو زده کړي عملی کولی شي؟
- ❖ د تیرو درسونو د موضوعګانو په برخه کې خپل د سترګو ليدلى حال او یا خپلې کړنې بیان کړئ؟

کورنۍ دنده:

د تیرو خپرکو زده شوې موضوعګانې چې مو په ياد دي او يا مو عملی کړي دي خپل مور او پلار ته بې کيسه وکړئ او هغه شی چې مو خوبنېږي رسم کړئ.



اووم لوست

دوييم فصل

د خان پاکي



د لوست موخه: چې زده کوونکي په سمه توګه د لاسونو مینځل او د غابنونو پاکول زده کړي.

پوبنتني:

- ۱- ولې خان پاک وساتو؟
- ۲- خپل غابنونه خنګه پاک کړو؟



زه خپل غابنونه له ډودۍ خویلو خخه وروسته په برس يا مسواك مينځم.



خپل لاسونه له ډودۍ نه مخکي او د حاجت له لري کولو خخه وروسته په صابون مينځم.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې په وړو ډلو کې په صابون سره د لاسونو مينځل او په برس او مسواك د غابښونو پاکول تمیل کړي.

- زده کوونکي په دې هکله چې باید لاس د ډودۍ نه مخکې او د حاجت له لیري کولو خخه وروسته ووینځل شي، بحث وکړي او په دې باب چې غابښونه باید سهار له چای خخه مخکې او شپې له ډودۍ خخه وروسته پاک شي، په تولګي کې عملاً نورو ته دا دواړه فعالیتونه وښي.

پوښتنې:

- ❖ له ډودۍ خورلو او یا له ویده کېدو خخه مخکې د غابښونو برسوو ولې ضروري خبره ده؟
- ❖ د ډودۍ له خورلو مخکې يا وروسته او یا د حاجت له لري کولو وروسته د لاسونو پریمنځل خه ګټه لري؟
- ❖ د غابښونو د برس کولو طریقه خرنګه تمرین کولی شي؟

کورنۍ دنده:

په اوږو او صابون سره د خپلو لاسونو مينځل او د ډودۍ له خورلو خخه وروسته د غابښونو برسوو، په کښته او پورته یا دوراني حرکتونو باندي تمرین کړئ چې ور سره عادت شي.



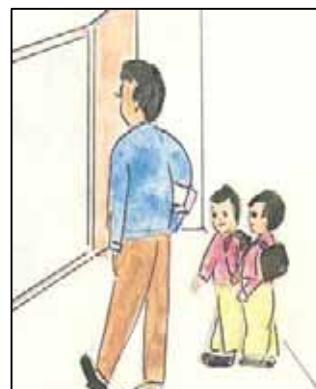
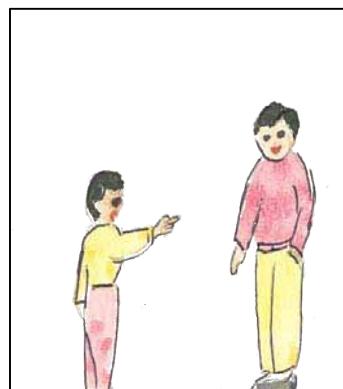
اتم لوست

ادب او درناوی

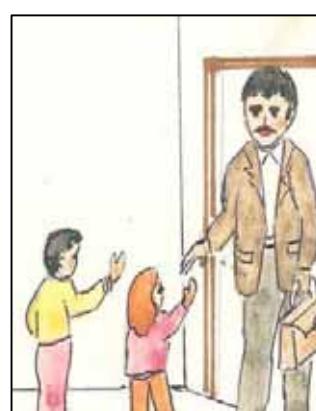
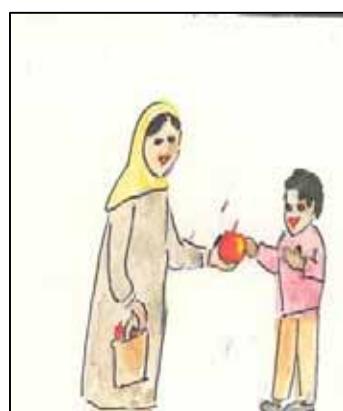
د لوست موخه: چې زده کوونکي د بنه سلوك يو خو نمونې وپېژني او په عمل کې دې پلي کړي.

پوبنتې:

- ۱- کله چې خوک مرسته راسره وکړي بايد خه ووايو؟
- ۲- يو بنه زده کوونکي مشرانو ته خه وايي؟



بنوونکي صاحب! تاسي مخکي شئ. دغه ستاسي قلم دي.



تروري! د منې خخه ډېره مننه!

دادا سلام! ستړۍ مه شې!



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د مېلمه او کوربه؛ د دوکاندار او اخيستونکي؛ او د دوو ګاونډیو لوبي تمیل کړي او د اديبانه او بې ادبه حرکتونو توپیر دي وبنيسي.
- زده کوونکي دې د خپلو نورو د درناوي نه ه کو عملو کيسې وکړي او انځورونه دي وباسي.

پوبنتنې:

- ❖ له نورو سره د مرستې او درناوي کولو یو خو مثالونه ووای، او تکرار يې کړئ؟
- ❖ آیا له نورو سره د پېژندګلوی او سلام اچولو مینه وال شوي یاستي؟
- ❖ له موږ د بانه چلنید عادت کيدل او اجازه اخيستل، کومک کول، ست کول خه کټې لري؟

کورني. دنده:

کوم خه چې مو زده کړل مور او پلار ته مو د هغه په هکله کيسه وکړئ او دهغوي نظرونه واورئ؟



نهم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي د خپل کور وخت په دریو برخو ووپشلى شي.

پوبنتني:

- ۱- کله چې په کور ياست خه کارونه کوي؟
- ۲- آيا د کورني کار او لوبو له پاره ئانگري وختونه لرى؟



د لوبو، کورنى دندې او دمې جورولو له پاره بېل بېل وختونه لرم.



د کورني کار د تفريح او د کور په کارونو کې دمرستې له پاره تاکلي وختونه لرم



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې په دريو ډلو وويشل شي (د کورني کار ډله، د استراحت ډله، د لوبو ډله). يو ګروپ دې د دريو دقیقو له پاره د يوه مېز په شاوخوا کې کښيني په داسې حال کې چې نوري ډلي د مېز په شاوخوا کې ولاړي وي. دريو دقیقو په پوره کېدو سره دې ولاړ ګروپونه له ناست ګروپ سره خپل ئای بدل کړي.
- بسوونکي دې د هر کار له پاره د خانګړي وخت په ارزښت خبرې وکړي.

پوښتنې:

- ❖ ورخنۍ مهال ويش خه ګنه لري؟
- ❖ په يوه شپه ورڅ کې خپل وخت خنګه ويشه؟
- ❖ که چېږې کار په خپل ټاکلي وخت سرته ونه رسیږي خه کېږي؟

کورني دنده:

د وخت د تنظيم او د کارونو د اجرا په منظور له مور او پلاز سره خبرې اترې وکړئ، د هغه په مرستې ورخنۍ مهال ويش جوړ کړئ

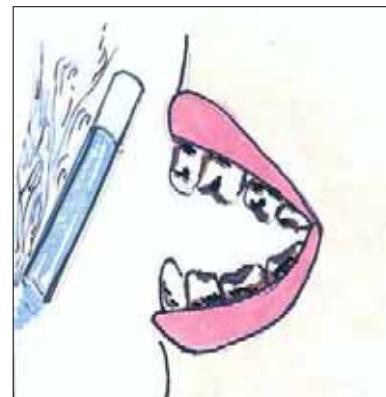
لسم لوست

سگرت، چلم او نسوار

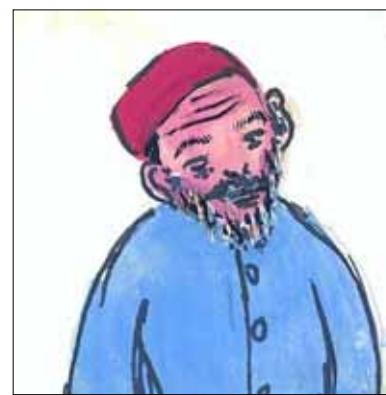
د لوست موخه: چې زده کوونکي دي د نسوارو، چلم او سگرت په زيانو توپوه شي.

پونستي:

- ۱- د اسي خوك پيرنئ چې چلم يا سگرت وڅکوي؟
- ۲- د سگرت او چلم دود بدن ته خه تاوان رسوي؟
- ۳- د سگرت او چلم دود هوا ته خه تاوان رسوي؟



سگرت، چلم او نسوار غابونه خرابوي او خوله بدبويء کوي.



سرتور کاكا ټول عمر سگرت خکول او س ډير تو خيري او ناروغه دي.



د زده کوونکو
عملی کارونه



-زده کوونکي دې د بسوونکي په لارښونه، د سگرتیو ډرامه، په وړو ډلو کې، په لاندې ډول تمثيل کري: "زه سگرتې یم او که ما وڅکوئ غابونه به مو خیرن شي، خولپې به مو بوی کوي او په توخي به اخته شي؛" "زه ستا بدنه یم، ما د سگرت يا چلم په لوګي يا د نسوارو په بوی مه ژوبلوی."

پوښتنې:

- ❖ د سگرتو، نسوارو او د چلم زیانونه کوم دي؟
- ❖ د سگرتیو او چلم د دود له زیان خخه خنګه ځان ساتلي شي؟
- ❖ ولې نیم لکیدلی سگرت او هغه خیزونه چې خوکې بې تیرې وي خطرناک وي.

کورني دنده:

د سگرتیو، چلم او نسوارو د زیانونو په هکله خپل مور او پلار سره وغږيږي، د هغوي نظر واخلى او نورو ته بې واور وئ.



یوولسم لوست

سپورت یا لوبي

دلوست موخه: چې زده کونکي له سپورتي لوبو سره آشنا او په گتېه يې پوه شي.

پونستې:

- ۱- کومې سپورتي لوبي پیژنی؟
- ۲- آيا په کومه سپورتي لوبي کې مو برخه اخيستې ده؟



موږ په لوبو کې يو بل نه تیل وهو او بسکنځلې نه کوو.



لوبي روغتیا ته گتېه لري، راهی چې لوبي وکرو.



د زده کوونکو عملی کارونه



- د بشونکي په لزښونه، دي زده کوونکي آزاد میدان ته لای شي او لادې لوبي دي وکړي:
منډي وهل، پندوسکي کول، رسی، کشول او داسي نور.
- د لوبي په وخت کې له و هللو، پوري و هللو، کنڅلوا او جګړي خخه باید ڇډه وشي.

پونستې:

- ❖ له کومو سپورتونو سره آشنا شوي یاست او هغه اجرا کولی شي؟
- ❖ سپورت د روغیتا له پاره خه ګتې لري؟
- ❖ په ډله ییزو سپورتونو کې کوم تکي باید په پام کې ونيسو او له کومو نامناسبو کړنو خخه ځانونه وساتو؟

کورني دنده:

د سپورت د ګټه په هکله له خپل مور او پلار سره خبرې وکړئ. او ووائی چې د لوبو په وخت کې له نا مناسبو کارونو خخه ځان وساتو او د یو بل ملاتې وکړو.



د دوولسم لوست

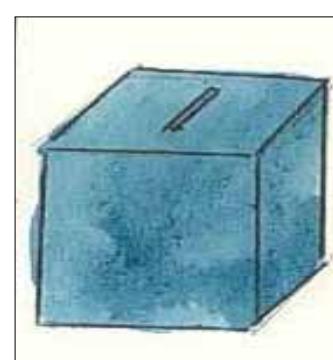
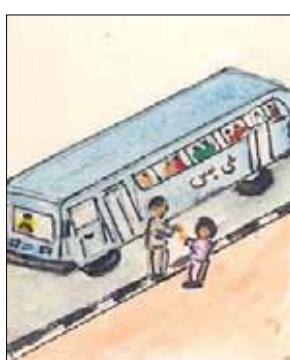


د لوست موخته: چې زده کوونکي د افغانی پیسو له یو خو واحدونو سره آشنا شي.

پوبنتي:

۱- تاسې پیسي لیدلی دي؟

۲- پیسي د خه د پاره دي؟



خپلې پیسي په صندوقچه کې ساتم. په پیسو شیان اخيستل کېږي.



د زده کوونکو فعالیتونه



- زده کوونکي دې د دوکاندار او اخیستونکي تمیل وکړي او د یو بل نه دې د شیانو د بې پوبنتنې وکړي (د رینتنې یا کاغذی پیسونه دې کار واخیستل شي).

- زده کوونکي دې په وړو ډلو کې د پیسو هره نمونه په خیر وګوري، د هغوي ځانګړي نښې دې په ګوته کړي او تولګیوالو ته دې پرې خبرې وکړي.

پوبنتنې:

❖ له پیسو خنځه خنګه او د خه له پاره ګټهه اخلي؟

❖ خنګه کولی شي چې پیسې وساتې؟

❖ کولی شي چې د پیسو د مصرفولو لار وښې؟

کورنۍ دنده:

له خپل مور او پلار سره د پیسو د پېژندلو، مصرف کولو او د ساتلو په لارو چارو خبرې وکړئ او د هغوي نظرونه واخلي!

دیارلسم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي، د تبرو لوستونو لوی تکي تکرار کړي.

پوبنټي:

- ۱- د لاسونو او غابنونو د مینځلو له پاره له خه شي نه کار اخلي؟
- ۲- کله چې ستاسي سره یو خوک مرسته وکړي په خواب کې خه وايي؟
- ۳- آيا تاسي د لوبي او کورني کار له پاره خپل وخت وبشلي او که نه؟
- ۴- د سکرتو، نصوارو او چلم زيانونه خه دي؟
- ۵- کوم ډول سپورتی لوبي مو خوبنېږي؟



د زده کونکو
عملی کارونه



- زده کونکی دې د رسمونو او پونتنو په مرسته خپل تبر درسونه تکرار کړي.
- د لوستونو په اوه دې خپل د سترګو لیدلی حال د نکلونو او کيسو په شکل ټولکیوالو یا خپل ګروپ ته بیان کړي.

پونتنې:

- ❖ له تېرو درسونو نه خه شي په ياد لري؟ بیان بې کړئ.
- ❖ هغه خه چې مو زده کړي دی عملی بې کړئ؟
- ❖ څنګه کولی شي چې مثبت چلندونه په خپل ورځني عادت بدل کړئ؟

کورني دنده:

کوم درسونه چې مو ياد کړي دې خپل مور او پلار ته بې ووایئ او د هغو په عملی کولو کې له مور او پلار خخه مرسته وغواړئ.

څوارلس ملوست

دریم فصل

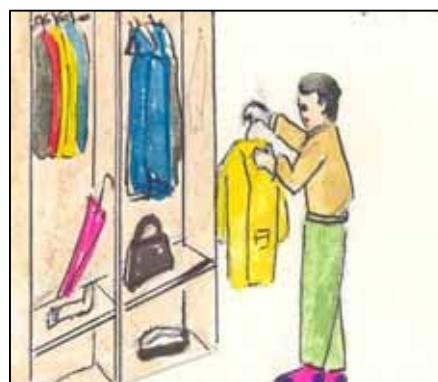
د کور نظم



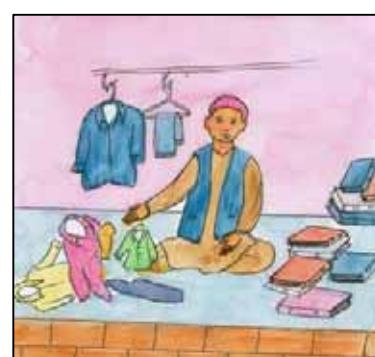
د لوست موخه: چې زده کونکي په کور کې د بوتانو، بکس او کالیو مناسب ځایونه وپیزني.

پوبنستې:

- ۱- په کور کې خپل بوتان، کالی او د کتابونو بکس چیرته بډئ؟
- ۲- بېکاره شیان چېرته اچوئ؟



زه خپل بوتان او کالی په تاکلو ځایوکې بدم.



زه خپل کالی د کوتۍ په غولي کې نه پريبدم. زما پاک کور خوبنښي.



د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې يوه پاک او منظم کور معرفي کري.
- هر زده کوونکي دې تولگي ته ووايي چې په خپل کور کې بوتان،
کالي او بکس چېرته بدې.
- زده کوونکي دې د شيانو د پرخای اپښودلو ګتې په ګوته کړي.

پوښتنې:

- ❖ آيا خپل هر شئ د کور په تاکلي څای کې بدې؟
- ❖ څنګه کولي شئ چې د کور سمون وساتې؟
- ❖ آيا د کور د سمون اړتیاوې خه دي؟

کورني دنده:

يو پاک، بنکلی کور په خپله کتابچه کې رسم او رنګه کړئ.



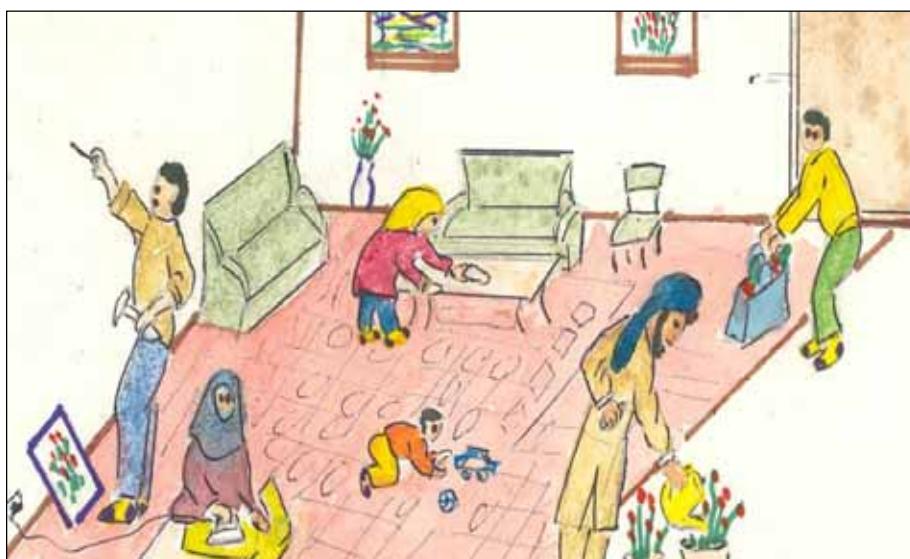
پنځلسم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي په کور کې خپل يو خو مسوليتونه ويېژني.

پوبنتې:

- ۱- خپل کور خنګه پاک وساتو؟
- ۲- تاسې د کور په پاکۍ کې خه برخه اخلى؟



زه د کور په پاکولو کې د خپلې کورنی له غړو سره مرسته کوم.



ما له خپلې مور سره، کورته د سودا په راولو کې مرسته وکړه.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د بسوونکي په لارښونه، په ټولګي کې د ننه يا بهر د مېلې لوېه اجرا کړي. دا مېلہ دې رېښيانې وي يا تمثيلي؟ (تمثيلوونکي دې داسې فرض کړي چې دسترخوان هوارېږي، ھودۍ راولې کېږي او لوښې ټولېږي).
- زده کوونکي دې دکور کارونه خپل گروپ ته بيان کړي او نورو ټولګي والوته دې ووايې.

پوښتني:

- ❖ آيا د کور په کارونو کې مو خه ډول خپلې دندی ته پاملننه کړي ده؟
- ❖ آيا د خپل کور د کارونو د سرته رسولو په لړ کې له مور، پلار سره مرسته کولی شي؟
- ❖ آيا ويلی شي چې په کومو کارونو کې په عملی توګه برخه اخيستلي شي؟

کورنۍ دنده:

د کور د هغه کارونه په هکله چې سرته ې رسولی شي فکر وکړي او بیا ې خپلو ټولګي والوته ې بيان کړي.

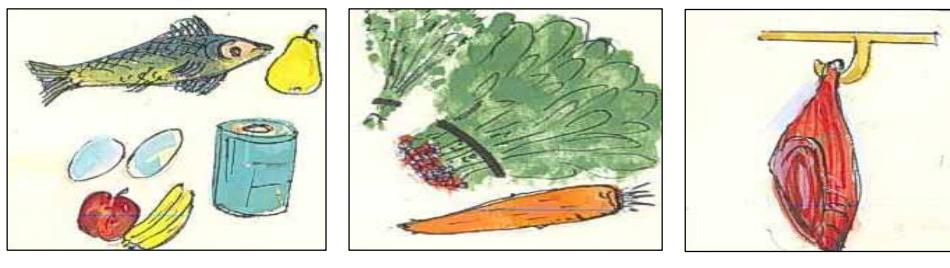
شپا پرم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي روغتیا ي خواړه او ده ګو ارزښت و پیژنۍ.

پوبنستې:

- ۱- مود ولې خواره خورو؟
- ۲- زمود د وجود له پاره کوم خواره ضرور دي؟



غونبه، ماھي، هګۍ، شیدې، سابه، مېوه، لوبيا او نخود بنه خواره دي.



مېوي او سابه ډېر ګټور خواره دي.



د زده کونکو عملی کارونه



- زده کونکي دې بازار يا د بنوونځي کانتښن ته بوتلل شي چې بشه او صحي خواره وويني او وي پېژني.

- زده کونکي دې د روغتیاپې خورو (په څانګړې توګه هغه خواره چې يې خوبنیږي) په ګوته کړي.

پوښتنې:

❖ روغتیا او غیر روغتیاپې خواره خنکه پېژندلی شئ؟

❖ خنکه کولی شو چې خواره له خورلو خخه د مخه د روغتیا ور و ګرځوو؟

❖ هغه خواره چې مو خوبنیږي ستاسو روغتیا ته خه ګټه رسوي؟

کورنۍ دنده:

د هغو روغتیاپې خورو يا میوو چې مو خوبنیږي انځور یې وباسې او نورو ته په دې هکله معلومات ورکړئ.



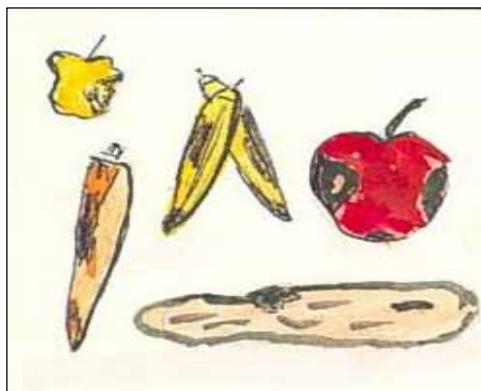
اولسم لوست

پاک خواره

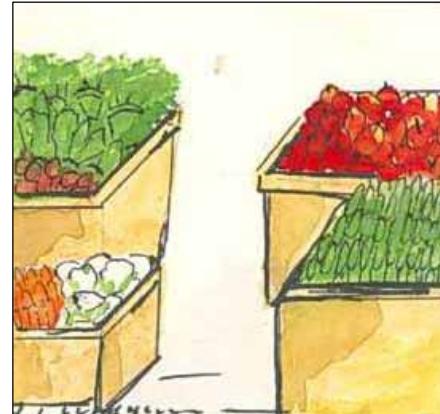
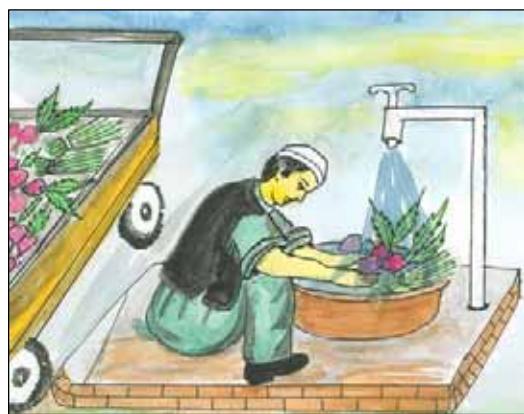
د لوست موخه: چې زده کونکي د سبو او مېوو پاکول زده کړي او په اهمیت يې پوه شي.

پونستي:

- ۱- ولې پاک خواره و خورو؟
- ۲- خنګه مېوی او سابه پاک کرو؟



د ناپاکو او خوسا سابو او مېوو خورل د ناجوري سبب کېږي.



مېوی او سابه باید له خورلو خخه مخکي، په پاکو او بونه و مينځل شي.



د زده کوونکو
عملی کارونه



-زده کوونکي دي بازار يا د بشونئي کانتين ته بوتلل شي چې خواره د پاکي له مخې وگوري او له د کاندار خخه دي پونستني وکړي.
-زده کوونکي دي د هغه خواره د پاکي، په باب چې د بشونئي په شاوخوا کې خرڅېږي خبرې وکړي.

پونستني:

- ❖ ولې خواره (غذا) او ترکاري پاکه او تازه و خورلې شي؟
- ❖ څنګه کولی شي چې ترکاري له خورلو خخه د مخه پاکه کړئ چې د ناروغۍ مخه ونیول شي؟
- ❖ د اخېستلو له پاره خه ډول خواره (غذا)، میوه او ترکاري تاکي؟

کورني دنده:

د پاکو خورو په هکله له مور او پلار سره خبرې وکړئ، د ترکاري په ټولولو او پاکولو کې په عملی توګه برخه و اخلي.

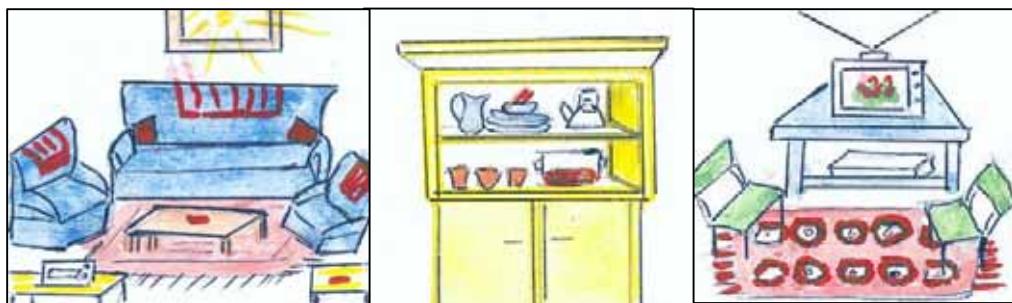
اتلس مولست

د کور د شیانو ساتنه

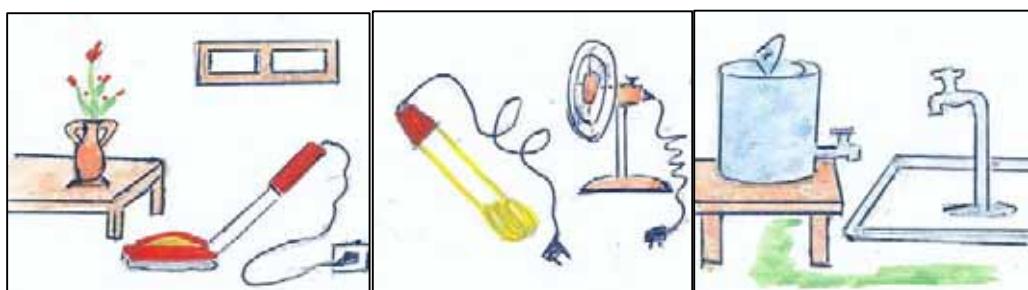
د لولست موخه: چې زده کونکي د کور د سامانونو له سم کارولو سره آشنا شي.

پوبنتي:

- ۱- د کور د شیانو نومونه واخلي؟
- ۲- خنگه د کور د شیانو ساتنه وکړو؟



زه د خپل کور د شیانو سم کارول له لویانو خخه زده کوم.



له اجازي خخه پرته په برښنایي او ماتېدونکو شیانو لاس نه وهم.

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دي د کور د سامانونو چرامه پيل کري (زه راديو يم زما پر سوچونو لوبي مه کوي؛ زه دروازه يم پر ما کربني مه کاري؛ زه بوتل يا گيلاس يم پر ما د توب لوبي مه کوي؛ زه بخاري يم پر ما لاس مه وهى).

- زده کوونکي دي د سترکو د ليدلې حال کيسې وکړي چې په هغې کې کوم چا د کور له شيانو خخه سم کار نه وي اخيستې.

پوبنتنې:

- ❖ د کور له شيانو او سامانونو خخه ولې خارنه کوو؟
- ❖ د کور د شيانو په ساتنه کې خنګه برخه اخلي؟
- ❖ د کور د شيانو د ساتني لاري چاري کومې دي؟

کورني دنده:

له کور خخه د خارني د لارو چارو لکه: د کور پاکولو، د شيانو په تاکلو خایونو کې د اپښودلو، احتیاط کولو او شيانو د نه ماتولو په هکله له مور او پالار سره خبرې وکړئ او د دوى نظر و پوبنتنې.



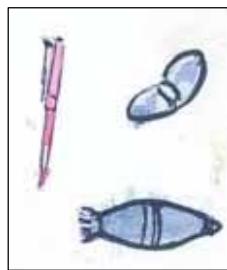
نولسم لوست

په کور کې خطرونه

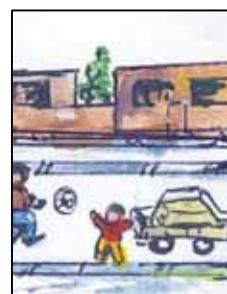
د لوست موخه: چې زده کوونکي په کور کې خطرناک شیان ویژنی او ئان دې تری وساتلی شي.

پوبنتی:

- ۱- په کور کې د خطرناکو شیانو نومونه واخلى؟
- ۲- له دې خطرنو خخه خنگه ئانونه وساتو؟



په تپرو شیانو، گوگرو، اور او نامالومو شیانو لاس نه وهم.



پر لور بام يا دېوال نه جګیبم، په موئر پسې مندې نه وهم.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې په کور کې له خطرناکو شيانو خخه د ئان ساتل او ياد هغۇ سم کارول تمىيل كېرى (گوگر، چاره، بىياتى، بىنلىكىي شيان...).

- زده کوونکي دې د سترگو ليدلىپى كىسىپى چې د کور د خطرناکو شيانو سره اړه ولري خپل واړه ګروپ يا ټولگىيالو ته واورو.

پوبىتنىپى:

- ❖ ولې په بام، په برقى سىيم او ساکت لوبى کول او ونو ته ختل خطر لري؟
- ❖ آيا د تېرە څوکو شيانو سره لوبى کول او د کوهى له غارو خخه ماشومان منع کوي؟
- ❖ آيا په هر کار کې احتىاط او په کور کې د خطر نه د ډه کوي؟

کورنى دندە:

د یو خطر ناك خاي يا شي رسم و کاري او رنگە بې کېئ.

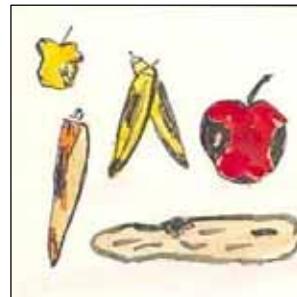
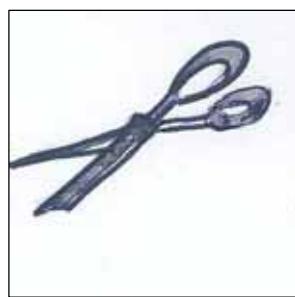
شلم لوست

د دریم فصل لنهیز

د لوست موخه: چې زده کوونکي د رسمونو او پوبنتنو په مرسته، تپر لوستونه تکرار کړي.

پوبنتي:

- ۱- خپل بوقان، بکس او کالې د کور په کومو ځایونو کې ساتئ؟
- ۲- په کور کې خه کارونه کوي؟
- ۳- بنه او روغتیاې خواړه کوم دي؟
- ۴- مېوه او سابه خنګه پاک کړو؟
- ۵- د کور شیان خنګه وساتو؟
- ۶- په کور کې خطرناک شیان کوم دي او خنګه څان ترې وساتو؟



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د هغورسمونو، چې دوي ايسنلي او يا په كتاب کې موجود دي، د هغو په مرسته دې خپل تېر درسونه تکرار کړي.
- د لوستونو په اړه دې خپل د سترګو ليدلى حال د نکلونو او کيسو په شکل او بنه تولګيوالو یا خپل ګروپ ته بيان کړي.

پوښتني:

- ❖ د کور په کارونو کې برخه اخیستل خنګه دي؟ یو مثال راوړئ.
- ❖ پاکه او صحی غذا له ناپاکې او غیر صحی غذا خنګه توپپرولی شي؟
- ❖ له خپلو شيانو او د کور له سامانونو خنګه خارنه کولی شي؟

کورنۍ دنده:

د دې فصل له درسونو خنګه کوم شي چې زده کړي خپل مور او پلاز ته ووايې او د هغو د عملی کولو په برخه کې له هغو خنګه مرسته او نظر وغواړئ.



يو ويستم لوست

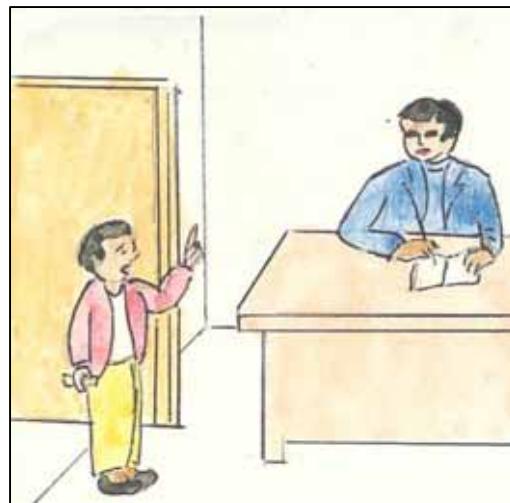
خلورم فصل

اجازه اخیستل

دلوست موخه: چې زده کوونکي د اجازې اخیستلو له سم کارولو سره بلد شي.

پونستې:

- ۱- مخکې له دې چې تولګي يا د چا کوتې ته ننزوو خه باید وکرو؟
- ۲- کله چې یو خوک بې له اجازې ستاسي قلم واخلي خه احساس درته پیدا کیږي؟



مخکې له دې چې د چا کوتې يا کور ته ننزو، دروازه تکوم او اجازه اخلم.



د هېچا شیان بې له اجازې نه اخلم.



د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې ټولگي ته یا د چا کوتې ته له ننوتلو مخکي د اجازې غونبتل او د ور تکول تمثيل او تمرين کړي.
- زده کوونکي دې د سترګو ليدلي کيسې وکړي چې په هغې کې چا له اجازې خخه پرته د نورو شيان اخيستي وي.

پوښتنې:

- ❖ کله چې ټولگي یا کوتې ته داخل شئ خه کوي؟
- ❖ د کار د اجازې اخېستل، یا اجازه نه اخېستل خه پایلې لري؟
- ❖ بې له اجازې د چا له مال خخه ګتېه اخېستل خه ډول پایلې لري؟

کورني دنده:

د اخېستلو، تللو د چا له مال خخه د اخېستلو له مور پلار سره د خبرو کولو په باب کيسه وکړئ او په هکله یې د هغوي د نظر پوښته وکړئ.

دوه ويشتمن لوست



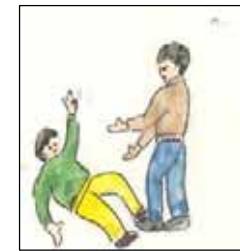
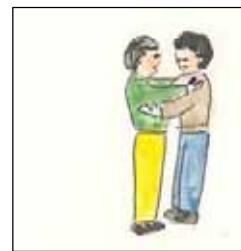
د لوست موخه: چې زده کوونکي د مرستې کولو او غوبنسلو سره بلد شي.

پونستې:

- ۱- ولې له يو بل سره مرسته وکرو؟
- ۲- تاسې خه وخت له لويانو خخه مرسته غواړي؟



انځور چې ناروغه و، ما يوه کيسه ورته ولوسته او حامد لوبي ورسه وکړي.



کله چې زه ولوبدم تا لاس راکړ؛ ته زما ډېر بنه دوست يې.



د زده کوونکو عملی گارونه



- زده کوونکي دې له نورو سره د مرستې کولو مثالونه تمیيل کړي. (د یو چا له بکس خخه کتابچه یا قلم لوپري، خوک یو دروند شئ وپري یا راپري، دچا لاس بند دي او ورنه شي خلاصولاني).
- همدارنګه له لویانو او دوستانو خخه د مرستې غوبنتني مثالونه تمیيل کړي (کله چې د سړک بلې خوا ته تیرپري؛ کله چې فکر مو خراب وي، ډار شوي وئي یا لارښونې ته اړتیا لري).

پوښتنې:

❖ له نورو سره د مرستې په اړه خه پوهېږي او خه ډول له نورو سره مرسته کوي؟

❖ خه ډول له نورو سره مرسته کوي؟

❖ فکر مو کړي دی چې له نورو سره مرسته په اصل کې له خپل ځان سره مرسته ده؟

کورنۍ دنده:

له نورو سره د مرستې په اړه له خپل مور او پلار سره وغېږي د هغوي نظر و اخلائ او هم د مرستې کولو او مرستې غوبنتل تمرین کړي.

درویشتم لوست



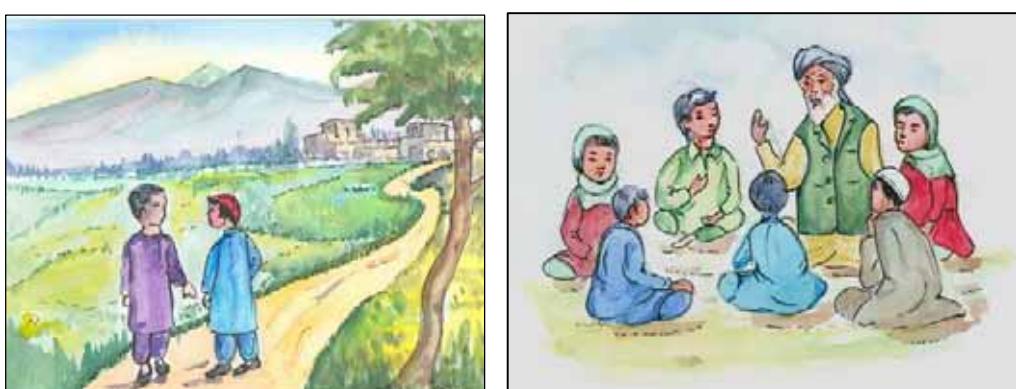
د لوست موخه: زده کوونکي دې د نورو خبرو ته په غور غورې نیول زده کړي.

پوښتني:

- ۱- کله چې یو خوک خبرې کوي موب باید خه وکړو؟
- ۲- که د نورو په خبرو کې ورولویږو، خه به وشي؟



موب باید په کراره خبرې وکړو، شور او زوب جوړول بنه کار نه دی.



د یو بل خبرې باید په غور واروو او په درناوی خبرې وکړو.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دي د دوو لوبو (پندوسکي يا غورخى يا نورو دوويزو سيمه ييزو لوبو) خخه د يوي په تاكلو بحث وکري.
- په بحشونو کې دي يو د بل خبرو ته په غور غوب ونيسي. يو د بل خبرې دي نه بندوي. د خبرو په وخت دي د درناوي خخه کار واخيستل شي (له بدو خبرو او بد بد کتلو خخه دي چده وشي).

پوبېتنې:

❖ د خبرو کولو په وخت کې په غور سره د غوب نيوالو او متقابل درناوي خنگه

مراعات وکرو؟

❖ خنگه کولي شيء چې بنه وياند او اوريدونکي واوسو؟

❖ آيا کولي شيء چې د خبرو کولو آداب عملاً تمرين کړئ؟

کورني دنده:

د عادي خبرو کولو د پېښت او د غوغغا حالتونه دي خپل مور او پلار سره خبرې وکړي، وروسته خپلو تولکيوالو ته بنګينې او بدې بې بيان کړئ.



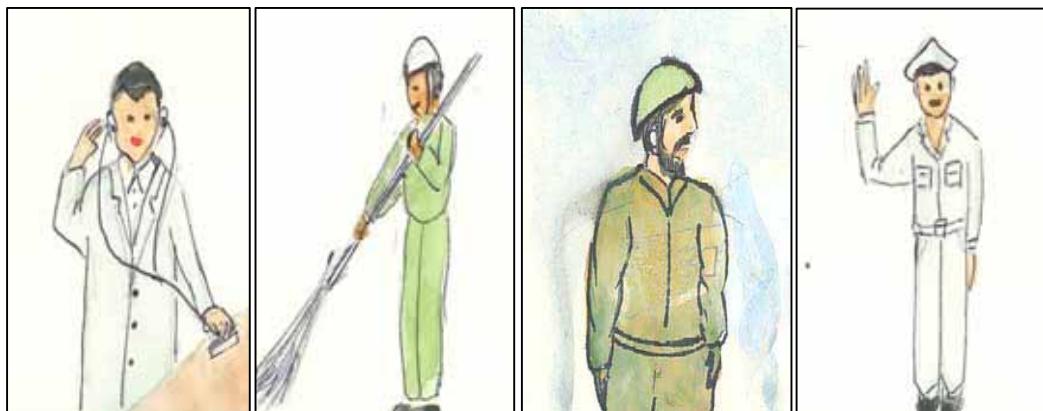
څلورو یشتمن لوست

د ټولنې خادمان

د لوست موخه: چې زده کوونکي د ټولنې یو خو خدمتگاران و پېژني.

پونستني:

- ۱- په ټولنه کې کوم کسان زموږ سره مرسته کوي؟
- ۲- دا کسان زموږ سره څنګه مرسته کوي؟



پولیس، عسکر، پاکوونکي، ډاکتر، نجار(ترکان)... ټول د ټولنې خدمتگاران دي.



د ټولنې د خدمت او پر مختګ له پاره ټول کارونه ضرور او مهم دي.

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د خپلوا تجربو کيسې وکړي (زما ورور چې ناجوړه و، مونږ داکتر ته لارو؛ زما ترور بسوونکي ده؛ زموږ کلي ته پولیس راغلي وو چې غله ونیسي).

- زده کوونکي دې په یوه آواز د بسوونکي سره ووایي: کله چې ناروغه شو ډاکټر زموږ سره مرسته کوي؛ کله چې ختم کوو ملا صاحب زموږ سره مرسته کوي، مونږ قول یو د بل سره مرسته کوو.

پوښتنې:

- ❖ کوم و ګړي د ټولنې خدمتگاران وي او د دوى مرستې به خه وي؟
- ❖ څنګه کولی شو چې د ټولنې د خادمانو مختلفې دندې وستایو؟
- ❖ آيا خوبنېږي مو چې د ډاکټر، بسوونکي، د جومات د امام او پولیس د دندو په اړوند معلومات ترلاسه کړئ؟

کورنۍ دنده:

د مختلفو رسمي دندو په اړه او له خلکو سره د هغو د مرستو ډولونه له خپل مور او پلار سره وغږيږي او یوه دنده چې مو خوبنېږي هغه انځور کړئ.

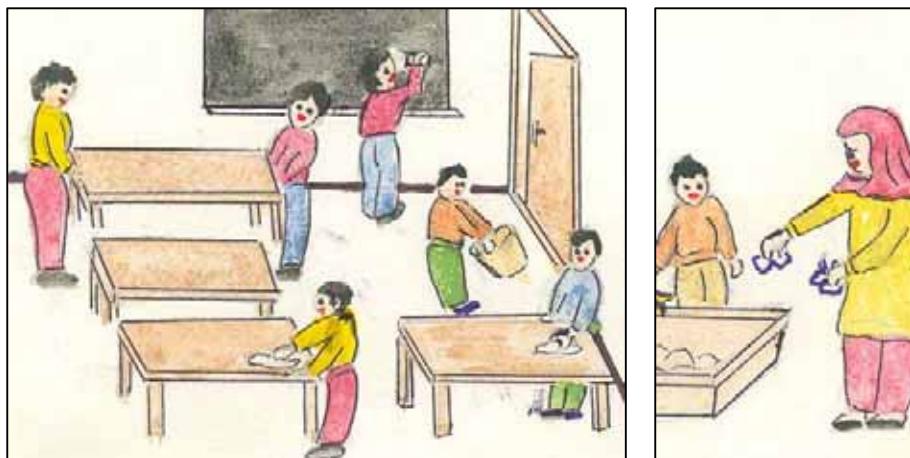
پنځه ويشتم لوست



د لوست موخه: زده کوونکي دي له يو بل سره د ګډ کار او لاس ورکولو سره آشنا شي.

پوبنستې:

- ۱- تاسي د خپلې کورني له غرو سره په ګډه کوم کار کړئ؟
- ۲- حشر پېژنۍ؟



مونږ خپل ټولکۍ په ګډه سره پاکوو.



په حشر کې خو تنه د ګډه مقصده له پاره يو له بل سره مرسته کوي.



د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې په گله، او په ورو چلو کې، حشر تمثيل کړي.
- زده کوونکي دې د خپل تولګي یا بنوونځي د غولي په پاکولو کې حشر وکړي او یا دې د خپل کلې یا کوڅې د یوې برخې په پاکولو کې گډ کار وکړي.

پوښتنې:

- ❖ څنګه کولی شئ چې له نورو سره مرسته او همکاري وکړئ؟
مثالونه یې وايئ.
- ❖ آيا تاسو کولی شئ چې له یوه ګاونډي، ټولګيوال او یا نورو سره مرسته وکړئ؟
- ❖ آيا د کومې ستونزې د حل په برخه کې مو مرسته کړي ده، که مو کړي وي، کوم ډول؟

کورني دنده:

په خپل منځ کې د همکاري کولو او یا د ډله یېزو کارونو په اړه د کورني له غړو مور او پلار سره خبرې وکړئ. له هغه سره خپل نظر شريک کړئ.



شپږ ويشتمن لوست

پلي تګ

د لوست موخه: چې زده کوونکي په لارو او سړکونو د پلي تګ آداب زده کړي.

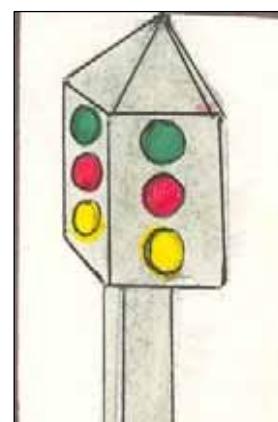
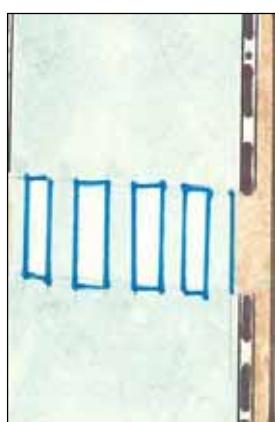
پوبنستي:

۱- د عمومي لارو له یوې خوا نه بلې خوا ته خنګه تېرېږي؟

۲- په پلو لارو کې کوم کارونه بايدو نه کرو؟



د پلي تګ په وخت کې لوبي او شوخي نه کوم.



په دې انځورونو کې خه وينې؟



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د بسوونکي په مرسته، په ورو ورو ډلو کې د پلي تګ په آدابو، خبرې اترې کړي (له سړک خخه د تېريدو په وخت کې له لویانو خخه مرسته غوبنټل دې هم یاد شي).

- زده کوونکي دې د خپلو سترګو لیدلی حال د "لاري په سر د لوبو کولو او شوخي او د هغنو د پايلو په هکله" نورو ته ووايبي (د لاري په سر یو بل پوري وهل، لوې کول ...).

پوښتني:

- ❖ له پیاده روونو خخه د تېربدو پر مهال کوم تکي په پام کې نیسي؟
- ❖ آيا ترافیکي نبني او د سړکونو خط اچونې پېژنۍ؟
- ❖ په پیاده روونو کې کوم نزاکتونه په پام کې نیسي؟

کورني دنده:

په پیاده روونو کې د تګ او د ترافیکي ننسو د ارزښت په اړه له خپل مور او پلار سره وغږيوئ او د هغوى نظرونه واخلي او بیاني تولګیوالو ته بیان کړي.



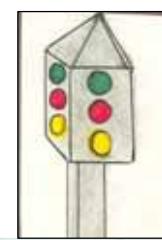
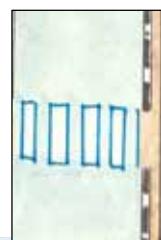
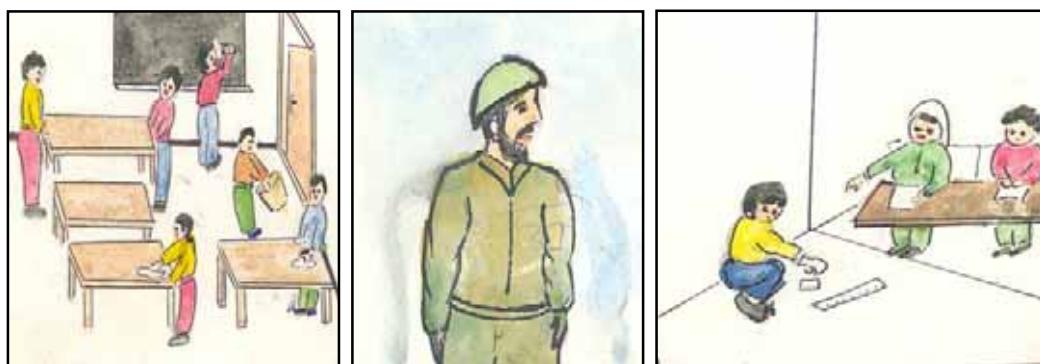
اوه ويشتمن لوست

د خلورم فصل لنډیز

د لوست موخه: چې زده کوونکي، د پوبنتنو او انځورونو په مرسته، تېر لوستونه تکرار کړي.

پوښتنې:

- ۱- په کومو مهالونو کې او له چا نه باید اجازه واخلو؟
- ۲- کوم مهال له نورو سره مرسته وکړو؟
- ۳- که د یو بل خبرې ته غورونه نیسو خه کېږي؟
- ۴- له دینې عالم اوښونکي خخه خه وخت مرسته وغواړو؟
- ۵- ولې باید ګډه کارونه وکړو؟ آیا ستاسې ګډه کار خوبنېږي؟ ولې؟
- ۶- د لاري پر سر باید خه کارونه وکړو او د کومو کارونو خخه دده وکړو؟



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د هغه انځورو نو په مرسته چې دوي کښلي او یا په کتاب کې دي، خپل تېر درسونه تکرار کړي.
- د لوستونو په اړه دې خپل د سترګو لیدلی حال د نکلونو او کيسو په شکل ټولکي یا خپلې ډلي ته بیان کړي.

پوښتنې:

- ❖ د دې فصل د موضوعګانو لکه: همکاري، خدمتگاري، اجازه اخیستلو په اړه خه و پوهیدئ او عملی کړي مو دي؟
- ❖ هغه بنیګنې چې مو زده کړي دي او عملی کوئ یې بیان یې کړئ؟
- ❖ د کومو ټکو مراعات مور له خطرونو څخه ژغوري؟

کورني دنده:

د تیرو درسونو موضوع ګانې چې مو زده کړي او عملی کړي دي خپل مور او پلار او دوستانو ته یې کيسه یې وکړئ او د هغوي نظر ترې وغواړئ.



اته ويستم لوست

پنځم فصل

د څښلو او به

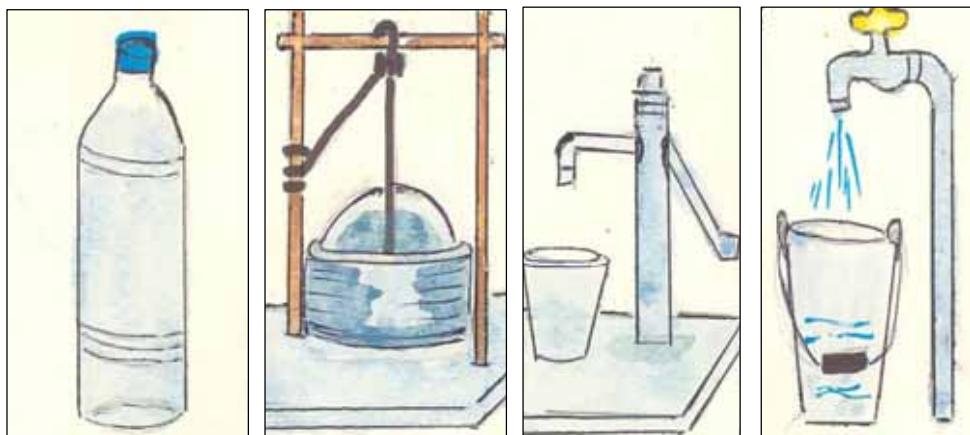


د لوست موخه: چې زده کونکي د خکلو له پاره مناسبی او به و پېژني او د ناپاکو او بوبه زيان پوي شي.

پوښتني:

۱- ولې بايد پاکې او به و خښو؟

۲- ناولې او به خنګه و پېژنو؟



د ولارو، ناولو او گنده او بوبه څښل د ناروغری سبب کېږي.



د څښلو او به بايد پاکې او سوتره وي. او به په اېشولو پاکېږي.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د بیوونکي په مرسته، پاکي او ناولې او به وګوري او رنګ او بوي دې سره پرتله کړي.
- زده کوونکي دې د خان په پاکولو کې د او بوي په ونډه خبرې وکړي او مثالونه دې راوري.
- له او بوي خخه د نورو ګټو اخيستلو مثالونه دې پر کاغذ ولیکل شي او نورو ته یې تشریح شي.

پوهنتني:

- ❖ او به د ژونديو موجوداتو له پاره خه ارزښت لري؟
- ❖ آيا د صحي او بورنګ، بوي او خوند له غیر صحي او بوي سره تشخيص کولي شي؟
- ❖ د پاکو او بوي ګټې او د ناپاکو او بوي زیانونه ووایئ؟

کورني دنده:

د پاکو او ناپاکو او بوي په اړه له خپل مور او پلار سره خبرې وکړي او ووایئ چې او به خنګه پاکېږي او خنګه د استعمال وړ ګرځي.



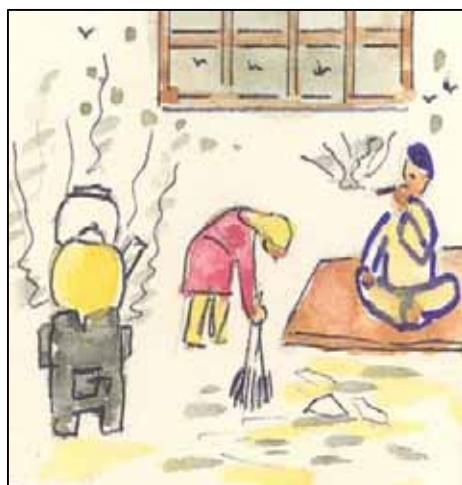
نهه ويشتمن لوست

پاکه هوا

د لوست موخه: چې زده کوونکي پاکه او ناولي هوا سره توپير کړاي شي.

پوبنستني:

- ۱- پاکه هوا خنګه ويېژنو؟
- ۲- کله چې له لوګي سره مخ شو خه وکرو؟



سمسوريا هوا تازه کوي؟



د داشونو، موټرونونو او سگرت لوګي او دوري هوا خرابوي.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د پاکې او ناولي هوا مثالونه راوړي.
- د بشونکي په لزښونه دې د خولي او پوزې پتول زده کړي او عملی تمرین دې وکړي.
- د خولي او پوزې د پتولو وختونه دې بیان کړي (کله چې له دورو، لوګي او ناروغ سپري سره مخامنځ کېږو).

پوښتنې:

- ❖ کله چې هوا ګردجنه او دودجنه وي خه کوي او کله چې هوا صافه وي خه کوي؟
- ❖ د سیمې د هوا د پاکولو له پاره خه کولی شئ؟
- ❖ د کړکيو د خلاصولو او له ناروغ سره د خبرو کولو په وخت کې د پوزې او خولي بندول ولې مهم دي؟

کورنۍ دنده:

له خپل مور پلار او خویندو سره د پاکې هوا په هکله وغږۍږئ او هغوي پوه کړئ چې د جارو کولو په وخت کې خوله او پوزه په تیکري وتري او کړکې خلاصي کړي.



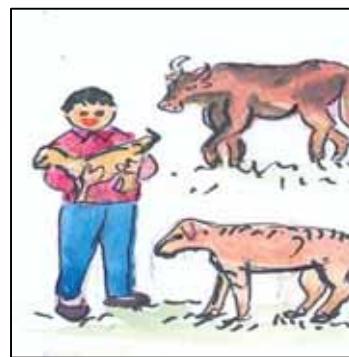
دېرشم لوست

پر ژویو زره سوي

د لوست موخه: چې زده کونکي له حيواناتو سره په سم چلندا بد شي.

پونتني:

- ۱ - خو دوله ژوي پيئنی؟
- ۲ - د کور له ژوي او مرغانو سره خه ډول چلندا وکړو؟



موږ ژوي نه ځوروو؛ په مهرباني، ورسره چلپرو.



مونږ د تپي شوي مرغۍ درملنه وکړه؛ کله چې جوړه شوه په خوشحالۍ والوته.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې له ژویو سره د مهرباني، نه ډاک او مناسب چلندا تمیل کړي (مثلاً د مهرباني لاس راکاپل، د تېپی مرغه درملنه کول، له وحشی ژویو خخه ډډه کول...).

- زده کوونکي دې په ژویو باندي د ظلم په باب خپل د سترګو لیدلی حال خپلې ډلې ته وواي.

پوربنتنې:

- ❖ په ژوو او الوتونکو خه ډول ترحم او مهرباني کوي؟
- ❖ له ودرو تبرو او یا نارو غو ژوو او الوتونکو سره خه مرسته کولی شي؟
- ❖ له یوه وحشی او خطرناکه ناروغ شوي ژوي خخه خنگه ځان ساتو؟

کورني دنده:

له ژوو او الوتونکو سره د مهرباني او ترحم په هکله له خپل مسور او پلار سره خبرې وکړئ او هغه ژوي یا الوتونکي چې مو خوبنېږي هغه انځور او رنګه کړئ.



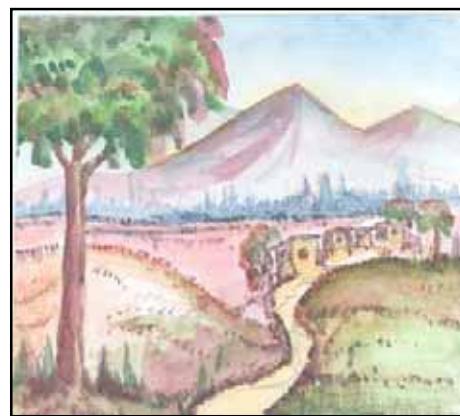
یو د برشم لوست

د چاپریال ساتنه

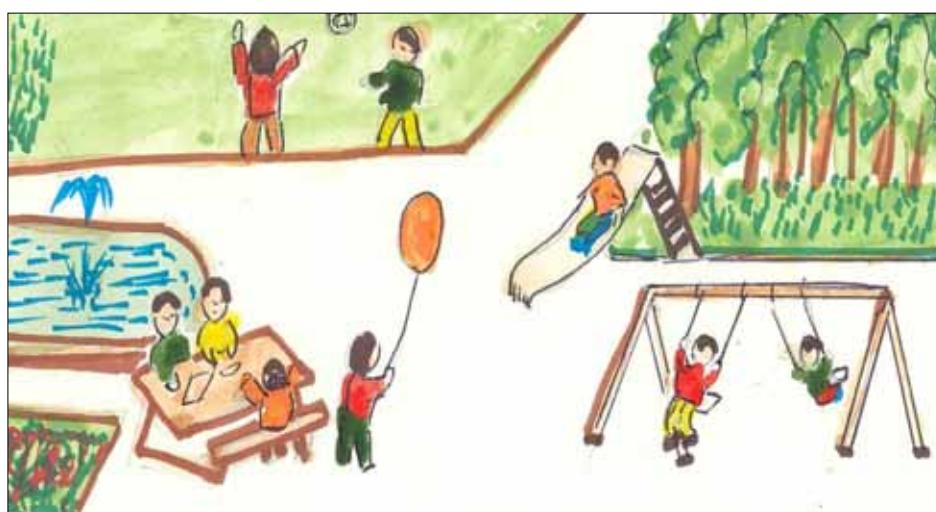
د لوست موخه: چې زده کونکي د ګلانو، ونو او پارکونو ساتنه او سمه استفاده تري زده کړي.

پوبتنی:

- ۱- د تفريح تر ټولو نسه ځایونه کوم دي؟
- ۲- ګلان او چمنونه خنگه و ساتو؟



مونږ باید ګلان او ونې او به کړو او ويې ساتو.



تفریحی وسایل باید بنه و ساتو او مات یې نه کړو.

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د بسوونځي په شاوخواکې یوه پارک ته لړ شي چې د ګلانو، ونو او نورو تفریحی شیانو ساتنه عملأً زده کړي.
- د بسوونکي په مرسته دې په بسوونځي کې یو نیالګي کینوی او دساتني او اوهه ورکولوپلان دې جوړ کړي.
- د "زه ګل یم، ما مه شکوئ؛ زه زانګو یم، ما مه ماتوئ ..." ډرامې دې سرته ورسیږي.

پوښتنې:

- ❖ له ګلنو او شنو خخه خرنګه ساتنه کوي؟
- ❖ له تفریحی وسایلو، پارکونو او چاپریال خخه خنګه کار اخلي او خنګه یې ساتئ؟
- ❖ آیا ستاسو په نظر د چاپریال بسپرازی د خاورو او دورو په کموالي کې ګټور دي؟

کورنۍ دنده:

د تفریحی وسایلو، چاپریال، پارکونو، ګلنو او ونو د ساتنى په اړه له خپل مور او پلاز سره وغږبرې او دهغوى نظر وغواړئ.

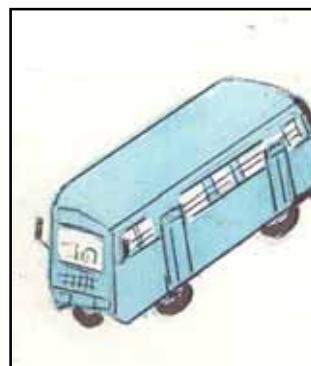
دوه دېرشم لوست

عامه شتمني

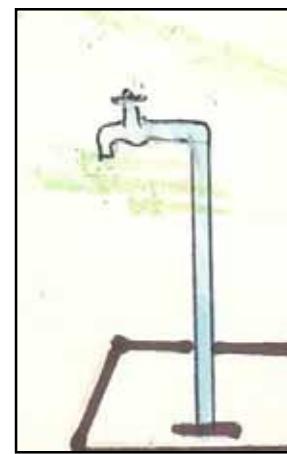
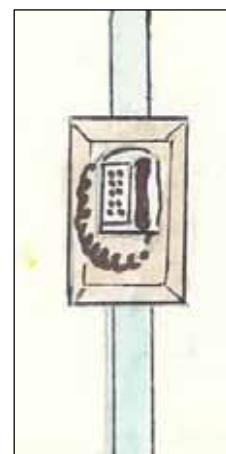
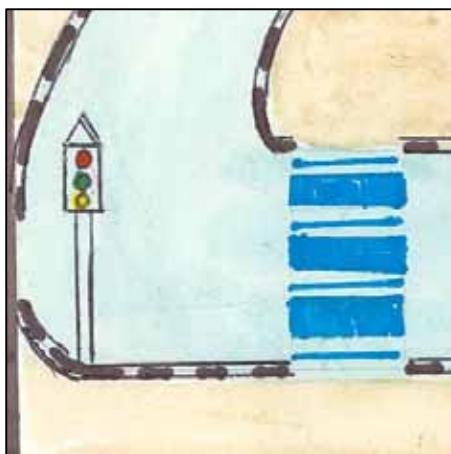
د لوست موخه: چې زده کوونکي له عامه شتمنيو خخه دسمې گتې اخيستلو او ساتني سره بلد شي.

پونستني:

- ۱- کوم شيان ستاسي او ستاسي د کورنى دی؟
- ۲- کوم شيان د تولو خلکو مال دی؟



جومات، سرويس موټر، بنوونځئ، داوبو نل او تيلفون د تولو مال دی.



مونږ د عامه شتمنيو ساتنه کوو او خرابوو یې نه.

د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې له بشونکي سره د بشونځي شاوخوا ته ولار
شي تر خود عامه شتمنيو نمونې وويني او د هغوي سمه استفاده
او ساتنه زده کړي.

- زده کوونکي دې عامه شتمنيو ته د ضرر رسولو په باب، د خپلو
ستړګو ليدلې کيسې خپلې ډلي ته بیان کړي.

پوښتنې:

❖ د خوځایونو او وسایلو نومونه واخلي چې د ټولو له پاره یو شان د ګتې اخېستلو وړ دي؟

❖ له خانګړې دارايی او عامه دارايی خخه خه رنګه ګتېه اخلي؟

❖ له عامه دارا ییمو خخه د سمې ګتې اخېستلو په هکله خبرې وکړئ

کورنۍ دنده:

د عامه دارا ییمو د اړتیا او د هغو ساتنې په اړه له خپل مور او پلار
سره خبرې وکړئ او د عامه دارايې د ځینو خیزونو نومونه واخلي.

دري دبرشم لوست

د چاپېریال خطرونه

د لوست موخه: چې زده کوونکي خطرناک ځایونه او شیان و پېژني او خان دې ترې وساتلای شي.

پوبېتني:

- ۱- سرلوخي څاه، د برښنا لوخ سیم او ماینونه څه خطر لري؟
- ۲- له دې خطرونو څخه څنګه ټانونه وړغورو؟



مونږ ورانو ځایونو ته د ماینونو له ویرې نه ټو او په موټرونو پسې منډې نه و هو.



د ويالي يا رود په او بوا کې ورگه پېدل او یا په دېوالونو ختل خطر لري.

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د بنوونکي په مرسته، د بنوونځي شاوخوا ته بوتلل شي تر خو خطرناک ځایونه (لكه ارت، کاريز، ډنډ) (ماين او ناچاودلي مواد) وويني او له هغوي خخه دي د خان ساتني مشق وکړي.

- له ماينونو خخه د خان ساتني لوبي او ډرامي دي (د ماينونو د خبرتیا د بنوونکي په مرسته) اجرا کړي.

پوښتنې:

- ❖ په هغه چاپېریال کې چې ژوند کوو ګوم خطرونه پېژنې؟
- ❖ څنګه کولی شي د چاپېریال له خطر خخه خپل ځان او د نورو ژوند وړغورئ؟
- ❖ د شکمنو خیزونو له اخيستلو اویا هغو ته له نېدې کیدو خخه ولې ځان ساتو؟

د چاپېریال د خطرونو په اړه لکه: منډې وهلو، په توب لوبي کولو، پر سرکونو د موټرونو له شا خخه کلک نیولو، په کندوواله ځایونو کې د لوبو کولو په باره کې له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ او د هغوي نظریات واورئ.

څلور د برشم لوست

د پنځم فصل لنده یز

د لوست موخه: زده کوونکي دې د تېرو لوستونو لوی مسایل تکرار کړي.

پوښتنې:

- ۱- پاکې او به خنګه پېژنۍ؟
- ۲- د ناپاکې هو اتنفس کول پر مورډه اغېزه لري؟
- ۳- ستاسو په کلې یا کوڅه کې باغ، چمن، ګلان او ونې شته؟ ساتنه یې خنګه کېږي؟
- ۴- د چرګانو، پسه، مېږي، وزې، غوا، خره، آس او مرغانو سره خنګه چلنډ کوي؟
- ۵- د خلکو د مال (لكه د اوبيو نل يا بمبه، د اوبيو او برښنا میتر، د بشوونځي مېز، چوکۍ او تخته) خنګه ساتې؟
- ۶- د ماينونو او نورو خطرونو خخه خنګه خان ژغوری؟



د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې د هغۇ انھۇرونۇ پە مرسىتە، چې دوى كېنلى او يا پە كتاب كې دى، ددى خېرکىي تېرى درسونە تىكار كېي.
- د لوستۇنۇ پە اپە دې خېل د سىترگۇ لىدىلى حال د نكلىونۇ او كىسىو پە شكل تۈلگىيالو ياخپىلى دلى تە بىان او تمثىل كېي.

پۇنىتىپى:

- ❖ د موسم لە موضوعاتو او درسونۇ نە مو كوم شيان زده او عملى كېل؟
- ❖ ستاسو پە نظر پېزۈيپ باندىپى رحم او ساتنە د چاپېرىيال لە خطرونۇ خىخە ولې مهمە ؟
- ❖ د هغۇ موضوعاتو عملى كول چې لە تىرو درسو خىخە مو زده كېي دى د بىنە ژوند لە پارە خە كىتە لرى؟

كۈرنى دندە:

د دى فصل د موضوعاتو او درسونۇ پە اپە لە كۈرنى سره خېرىپ و كېئ او د خېلىپى خوبىي ھە خىزونە چې لە درس سره پە ارتباط كېي وي رسم او رنگە كېئ.

پنځه د ډيرشم لوست

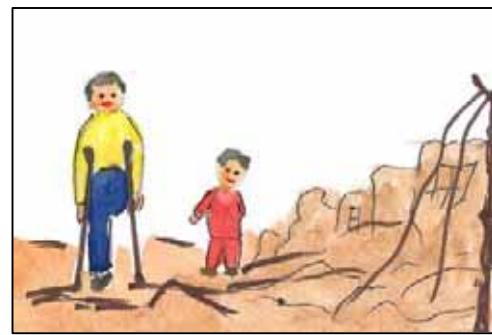
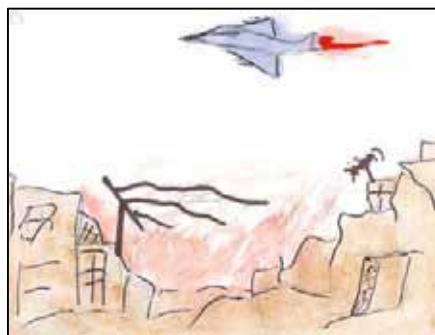
شپږم فصل

د جګړې زیانونه

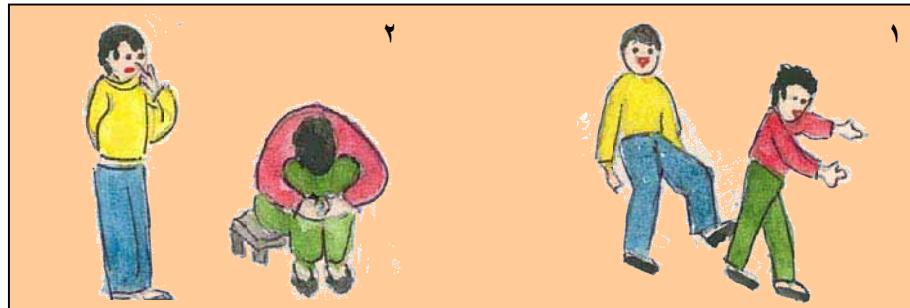
د لوست موخته: چې زده کوونکي د جګړې له درې لويو زیانونو سره آشنا شي.

پوبنتي:

- ۱- جګړه خه ته وايي؟
- ۲- جګړه خه زیانونه لري؟



جګړه ورانۍ، ژوبله، مرینه او خپگان رامينځته کوي.



وهل او بدې خبرې د خوبېدو او زړه بدوالې سبب کېږي

د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې په خپلو ئایابونو کې ودرېږي او د جګړې د زیانونو په باب دې خپل د سترګو لیدلي حالونه ووايي.
- بنوونکي دې د پوښتنو په کولو سره د زده کوونکو د کيسو په بشپړدو کې مرسته وکړي.
- زده کوونکي دې له بنوونکي سره، د بنوونځي شاوخوا ته ولار شي تر خو له جګړې خخه راپاتي ورانۍ وګوري.

پوښتنې:

- ❖ د جنګکونو بدې خواوې کوم شيان دي؟
- ❖ له جنګکونو او لانجو خخه د څان ساتني ګتني کومې دي؟
- ❖ کوم تکي د سولې په را منخته کيدو او پخلا کولو کې مرسته کوي.

کورني دنده:

زده کوونکي دې د جنګ درېبوو زیانونو لکه خېگان، مالي او ځاني زیانونه چې د دوو ګسانو يا دوو قبيلو تر منځ وي له خپلو کورینو سره خبرې وکړې او د هغفوي نظر دې وغواړي.



شپږ د برشم لوست

د ستونزو اوارول

د لوست موخه: چې زده کوونکي د ستونزو د پیژندلو او د هغوي له اوارولو سره بلد شي.

پونتني:

- ۱- په دې ورڅو کې له کومې ستونزې سره مخامخ شوي يې؟
- ۲- دا ستونزه ځنګه اواره شوه؟



هره ورڅ د یو چا کتابونه په وياله کې لويدلي وي.



راهئ چې سوچ وکړو او یوه د حل لاره پیدا کړو.



بنه لاره دا ده چې د ويالي دپاسه پل جوړ کړو.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې، د بشونکي په لارښونه، د ستونزو د پېژندلو او هوارولو تمیل په لاندې ډول وکړي:
* لومړي دې اصلې ستونزه معلومه کړي.
* بیا دې د پېژندل شوې ستونزې د اوارولو خو لارې پیدا کړي.
* وروسته دې تر ټولو نښه لاره خوبنې او عملی کړي.

پوښتنې:

❖ یوه ستونزه خه وخت او خنګه له منځه خې؟

❖ ولې د یوې ستونزې د حل له پاره مشوره کول ضروري دي؟

❖ یوه ستونزه چې د حل خو لارې ولري کومه یوه خوبنوئ؟

کورني دنده:

د یوې ستونزې دحل له پاره له خپلې کورني سره خبرې وکړئ او د هغوي نظر واورئ.

اوه ديرشم لوست

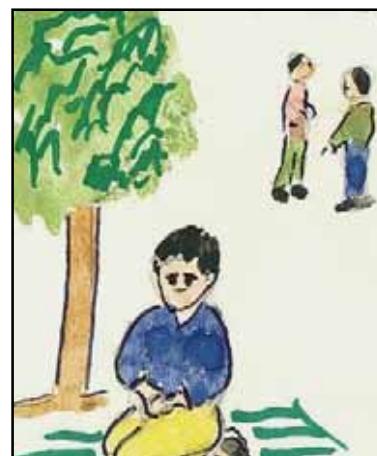
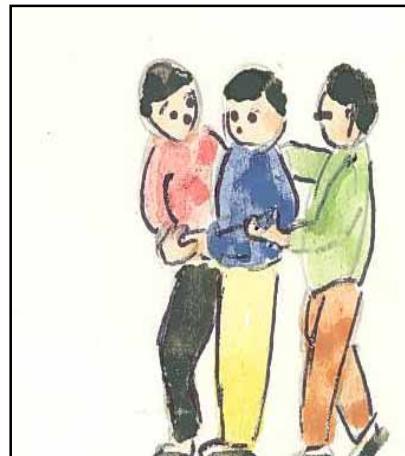
بنه ملگري



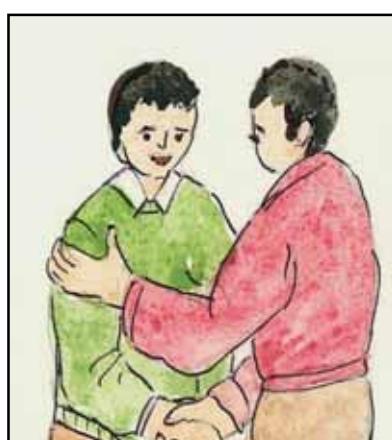
د لوست موخه: چې زده کوونکي د بنه ملگري د درلودلو په اړتیا او ګټپو پوه شي.

پوبنستې:

- ۱- آيا تاسي نژدي ملگري لري؟
- ۲- کله چې خپه ياست له چا سره د زره خواله کوي؟



کله چې زه خپه وم زما خبرو ته ملگرو خير غوره ونيو او زره مې بنه تشن شو.



بنه دوست په سختي کې سړۍ یوازي نه پرېږدي.



د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دې د داسې حالاتو تمیل وکړي چې پکې دوه ملګري یو له بل سره د زړه خواله کوي، په سختو وختونو کې له یو بل سره مرسته کوي او یو د بل په خوشحالی کې برخه اخلي.

پوښتني:

- ❖ ولی د بنو ملګرو او دوستانو لرل ضروري دي؟
- ❖ د کومو بنو تکو په پام کې نیول له مور نه صمیمي او وفادار ملګري جوړ وي؟
- ❖ کوم خیز صمیمت له منځه وړي؟

کورنۍ دنده:

د یوه بنه او وړ ملګري پراړه له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ او هغه اعمال چې د دوو تنو د صمیمت د ډېر والي یا د صمیمت دله منځه وړلو لامل کېږي د هغو خخه زده او په ټولګي کې بیان کړي.

اته دیرشم لوست

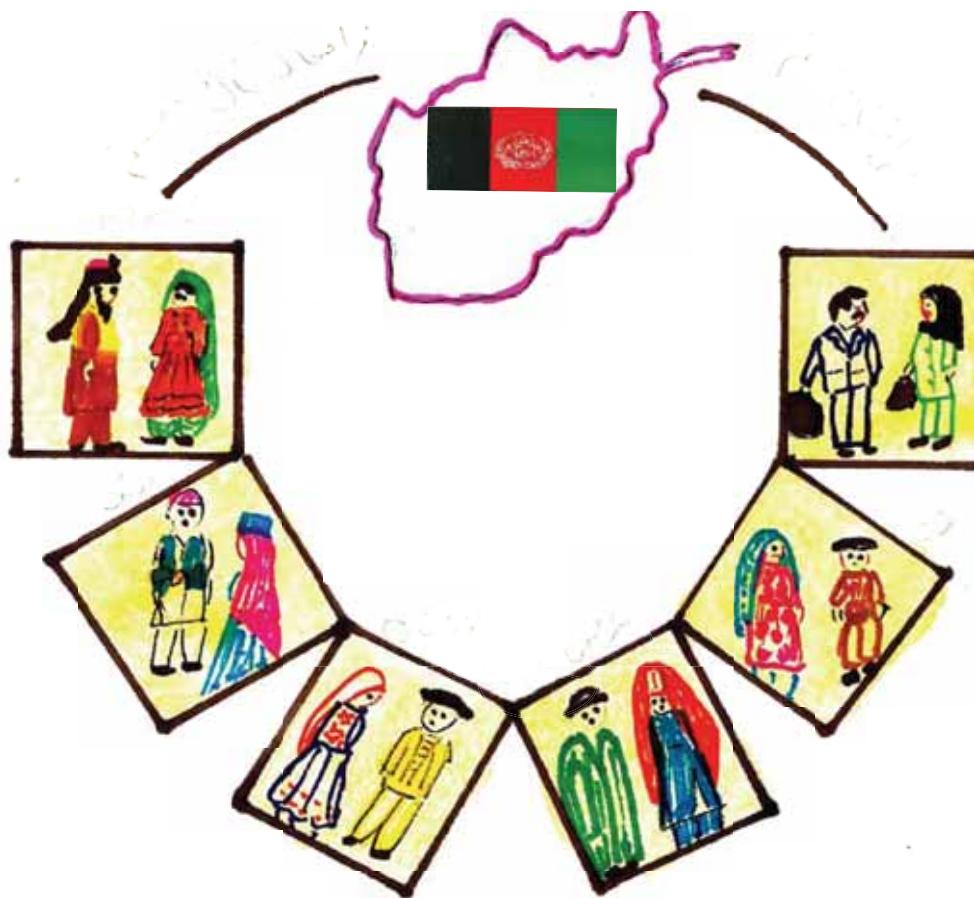
د انسانانو برابري

د لوست موخه: چې زده کوونکي د انسانانو تر مينځ په توپیرونو او ورته والي پوه شي.

پوبنتني:

- ۱- ستا او ستا د خور (يا ورور) تر مينځ خه توپیرونه شته؟
- ۲- د هغه چا سره چې زموږ سره توپیر لري خه وکړو؟

د قوم، ژبو او کالیو توپیر لکه د ګلانيو تر مينځ د رنګونو فرق دي.
د افغانستان قومونه هغه ګلان دی چې ډول ډول بنکلاوې لري.



مونږ نارينه، بنخو، جور، معیوب، بې وزله او بدای ته یو ډول درناوی کوو.

د زده کوونکو عملی کارونه



- زده کوونکي دي په ورو ډلو کي د يو بل سره توپیرونه پیدا کړي او نورو ته دی بيان کړي.
- بیا دې له يو بل سره ورته والی پیدا کړي.
- پر هغو بدومونو چې رواج دي، خبرې وکړئ او له استعمال خخه د ډې کولو په هکله له خانه سره ژمنې وکړئ.
- د خدای (ج) په نزد دې د انسانانو په برابری خبرې وشي.

پوښتنې:

- ❖ انسانان د کومو توپیرونو لرونکي دي؟
- ❖ ولی له ناروغو، بې وزلو او معیوبو کسانو سره مرسته وکړو؟
- ❖ آیا د ټولو حقوق او اړتیاوې یو شان وي؟

کورنۍ دنده:

څو تنه بپلا بپلو قدونو او جامو سره انځور کړئ او هغوي رنګه کړئ.



نه ديرشم لوست

پخالينه

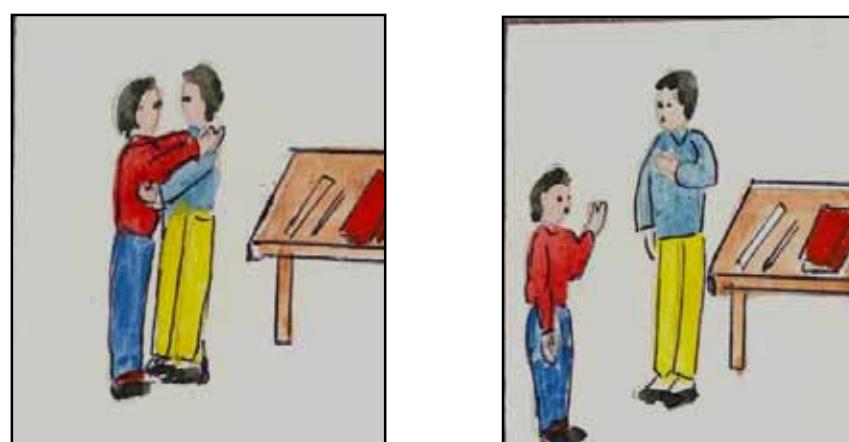
د لوست موخه: چې زده کونکي له جګړي خخه وروسته د پخالينې په اړتیا وو او ګټيو پوه شي.

پوښتني:

- ۱- آيا تاسې له چا سره پخلا شو یاست؟
- ۲- له جګړي وروسته خنګه خلک پخلا کېري؟



کله چې جګړه یا زړه بدوالی پیښ شي باید یو له بل خخه بنښه وغواړو.



پخالينه زړه بدوالی له مینځه وړي او اړیکې بشې کوي.



د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې په وړو ډلو کې د پخلاينې ډرامې په لاندي
څلورو پړاونو کې سرته ورسوي.
* دعوه یا جګړه
* خپله سهوه مثل
* بښنه غونښتل
* له یو بل سره پخلا کېدل (اس ورکول، غېږ ورکول ...).

پوښتنې:

- ❖ پخلا ینه خه نېټګني او جنګ کومې بدی لري؟
- ❖ د کومو تکو په پام کې نیولو سره پخلاينه تل پاتې وي؟
- ❖ تل پاتې خچگان د روغتیا له پاره کوم زیانونه رسوي؟

کورني دنده:

له جګړې وروسته د پخلا کیدو په اړتیا د خپلې کورني له غړو سره
خبرې وکړئ پدې اړه د هغوى نظر وپښتنې.

څلويښتم لوست

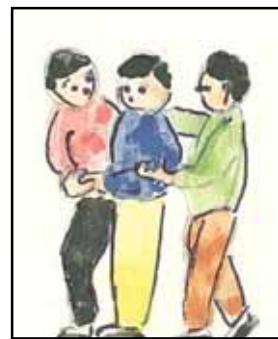
د شپږم فصل لنډیز



د لوست موخه: چې زده کوونکې د تبرو لوستونو بشپړ مسایل تکرار کړي.

پوښتني:

- ۱- د جګړي زیانونه کوم دي؟
- ۲- خپلې ستونزې خنګه اواروی؟
- ۳- نژدي ملګرئ لري؟ آيا خپل ملګرو سره د زړه خواله کوي؟
- ۴- که خوک له ستاسي خخه خپه وي خنګه ورسره پخلا کېږي؟
- ۵- خدای (ج) سولې ته خير ويلى، د سولې د ګټيو په باب خه پوهېږي؟



د زده کوونکو
عملی کارونه



- زده کوونکي دې د هغه انځورونو په مرسنه، چې د دوي په کتاب کې دي، خپل تبر درسونه تکرار کړي.

- زده کوونکي دې دلوستونو په اړه خپل د سترګو ليدلی حال د نکلونو او کيسو په شکل ټولکيوا لو یا خپلې ډلي ته بیان کړي.

پوښتنې:

❖ د دې فصل د درسونو له مطالعې خخه کوم موضوعات تاسو په ورځني ژوند کې په کار

اچولي دي؟

❖ د ګومو پکو په پام کې نیول وروري او برابري منځته راوري؟

❖ د ستونزو دحلولو او هميشنۍ سولې او پخلا يې له پاره باید خه وکړو؟

کورنۍ دنده:

د فصل د درسونو په هکله له خپل مور او پلار سره کيسه وکړئ او هغه خه چې مو زده کړي دي په عملی کولو کې بې له هغوي خخه مرسنه وغواړئ او د یوه خیز انځور وکابو چې ستاسو خوبنېږي.

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library