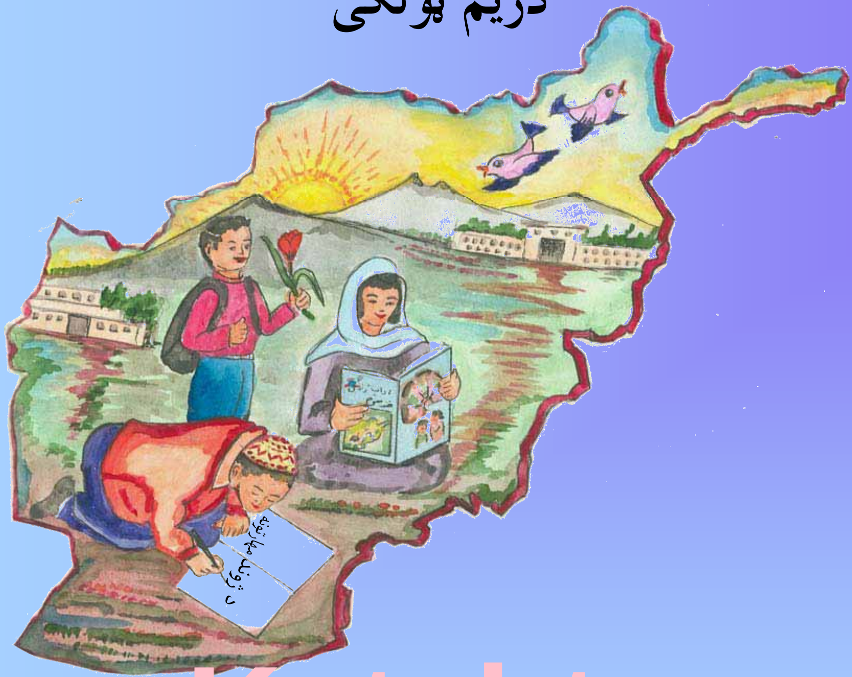
د پوهنې وزارت
د تعليمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساينس د مرکز معينيت
د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي
کتابونو د تاليف لوی رياست

د ژوند مهارتونه

دريم ټولګی



چاپ کال: ۱۳۹... هـ. ش.

Ketabton.com

... کې يې اخيستنه او خرڅونه په
... وني چلند کيږي.

د پوهنې وزارت

د تعليمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساينس د مرکز معينيت
د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي
کتابونو د تاليف لوی رياست

د ژوند مهارتونه

دريم ټولگی

د چاپ کال: ۱۳۹۰ هـ . ش.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب د تالیف، څېړنې او تدقیق کمېټې

لیکوالان:

۱. ترینا ستار محب زاده د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د بیولوژي دیپارتمنت علمي غړې.
۲. د سر مؤلف مرستیاله پروین قاریزاده لعلي د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د بیولوژي دیپارتمنت آمره.
۳. د سر مؤلف مرستیاله رابعه منصور د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د فزیک دیپارتمنت آمره.
۴. ژباړونکی: د مولف مرستیال سهراب دیدار د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د پښتو دیپارتمنت علمي غړی.

تایید او مطالعه:

- د ولسي او مشرانو جرګې د دیني، پوهنې او عالي تحصیلاتو د کمیسیونونو محترم غړي.

د تدقیق او څېړنې کمېټې:

د کابل پوهنتون:

- پوهاند دکتور الف شاه ځدران د ټولنیزو علومو د پوهنځي استاد.

د پوهنې وزارت:

- پوهنوال حمیدالله ویدا د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- محمد عزیز بختیاري د پوهنې وزارت سلاکار.
- غلام سرور بغلاني د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف ریاست د دري دیپارتمنت علمي غړی.

د کابل ښار د پوهنې ریاست:

- رحمت الله د میرویس هوتکي د لیسې ښوونکی.
- فریده د قاري عبدالله د لیسې ښوونکې.

د کولمبیا ټیم:

- سوسن وردګ.

د محتوا، دیني، فرهنګي او سیاسي برخو د څېړنې کمیټه:

- ډاکټر عطاء الله واحدیار د پوهنې وزارت ستر سلاکار او د نشراتو رئیس.
- حیات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- دکتور محمد یوسف نیازي د پوهنې وزارت سلاکار.

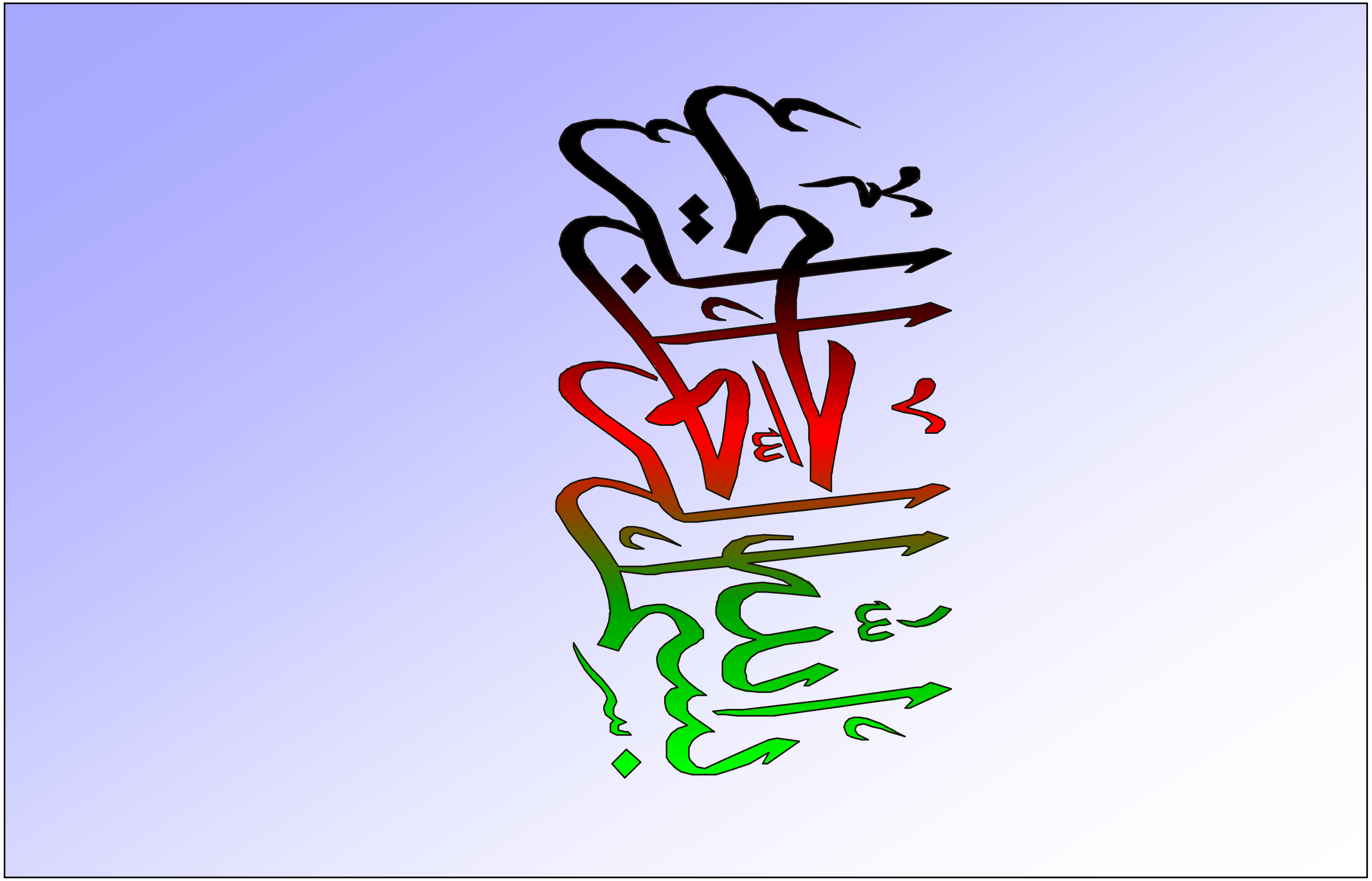
د څېړنې او تدقیق د څارنې کمېټه:

- دکتور اسدالله محقق د تعلیمي نصاب د پراختیا، د ښوونکو د روزنې او د ساینس مرکز معین
- دکتور شېر علي ظریفي د تعلیمي نصاب د پراختیا د پروژې مسؤول
- د سرمؤلف مرستیال عبدالظاهر ګلستاني د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تالیف لوی رئیس

طرح او ډیزاین: حمیدالله غفاري

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲



ملي سرود

دا وطــن افغانـــستـان دی — دا عـــزت د هـــر افغـــان دی
کــور د سـولې کـور د تـورې — هــر بچـــی یـــې قهرمـــان دی
دا وطــن د ټولــو کــور دی — د بلوڅــــــو د ازبکــــــو
د پـــښتـون او هـــزاره وو — د ترکمنـــــو د تاجکـــــو
ورســره عــرب، ګوجــر دي — پامیـــــریان، نورستانیــــان
براهـــوي دي، قزلبــاش دي — هــم ایمــاق، هــم پــشه یــان
دا هیـــواد بـه تـل ځلیـږي — لکـــه لمـــر پـــر شـــنه آسمـــان
پـه سینــه کـې د آسیــا بـه — لکــــه زړه وي جــــــاویدان
نـوم د حـق مـودی رهبــر — وایــو الله اکبــر وایــو الله اکبــر

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

د پوهنې د وزیر پیغام

ګرانو ښوونکو او زده کوونکو،

ښوونه او روزنه د هر هېواد د پراختیا او پرمختګ بنسټ جوړوي. تعلیمي نصاب د ښوونې او روزنې مهم توکی دی چې د علمي پرمختګ او ټولنې د اړتیاوو له مخې رامنځته کېږي. څرګنده 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. البته نه ښايي 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 همدې ارزښتونو چمتو او ترتیب شوی دی. علمي ګټورې موضوعګانې پکې زیاتې شوې دي. د زده کړې په بهیر کې د زده کوونکو فعال ساتل د تدریسي پلان برخه ګرځېدلې ده.

هیله من یم دا کتاب له لارښوونو او تعلیمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د میتودونو د کارولو له لارې تدریس شي او د زده‌کوونکو میندې او پلرونه هم د خپلو لوڼو او زامنو په باکیفیته ښوونه او روزنه کې پرله پسې ګډه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هیلې ترسره شي او زده‌کوونکو او هېواد ته ښې بریاوې ور په برخه کړي.

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

د پوهنې وزارت تل زیار کاږي چې د پوهنې تعلیمي نصاب د اسلام د سپېڅلي دین له بنسټونو، د وطن دوستۍ د پاک حس په ساتلو او علمي معیارونو سره سم د ټولنې د څرګندو اړتیاوو له مخې پراختیا ومومي.

په دې ډګر کې د هېواد له ټولو علمي شخصیتونو، د ښوونې او روزنې له پوهانو او د زده‌کوونکو له میندو او پلرونو څخه هیله لرم چې د خپلو نظریو او رغنده وړاندیزونو له لارې زموږ له مؤلفانو سره د درسي کتابونو په لا ښه تالیف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو څخه چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتیب کې یې مرسته کړې، له ملي او نړیوالو درنو موسسو، او نورو ملګرو هېوادونو څخه چې د نوي تعلیمي نصاب په چمتو کولو او تدوین او د درسي کتابونو په چاپ او وېش کې یې مرسته کړې ده، مننه او درناوی کوم.

ومن الله التوفیق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د پوهنې وزیر

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړ لیک

شمېر	سرلیک	مخ
	لمړی فصل	
۱	سوله ییز ژوند	۱
۲	د سوله ییز ژوند لارې چارې	۳
۳	له نورو سره ګډ ژوند	۵
۴	له نورو سره خوا خوږي	۷
۵	ځان پیژندنه	۹
۶	حق غوښتنه	۱۱
۷	زړورتیا درلودل	۱۳
۸	د ستونزو پیژندنه	۱۵
۹	د ستونزو حل	۱۷
۱۰	غوسه	۱۹
۱۱	تېربدنه او پخلاینه	۲۱
۱۲	د لومړی فصل لنډيز	۲۳
	دویم فصل	
۱۳	شکر ایستل	۲۵
۱۴	خیر رسول	۲۷
۱۵	خوشبختي او بدبیني	۲۹
۱۶	ښه شخص	۳۱
۱۷	ښه اخلاق	۳۳
۱۸	ځان او نورو ته درناوی	۳۵
۱۹	د نورو قدر کول	۳۷
۲۰	ښه نظر ورکول	۳۹
۲۱	له نورو سره ښه چلند کول	۴۱
۲۲	په ځان او نورو مهرباني	۴۳

۲۳ صبر او حوصله ۴۵
۲۴ د نورو خبروته غوږ نیول ۴۷
۲۵ د اختلافونو په باره کې مفاهمه ۴۹
۲۶ د دویم فصل لنډیز ۵۱

دریم فصل

۲۷ توده او سړه هوا ۵۳
۲۸ د طبیعي پېښو خطرونه ۵۵
۲۹ له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتل ۵۷
۳۰ په کور کې له خطرونو څخه مخنوی ۵۹
۳۱ په سرکونو باندې له خطرونو څخه ځان ساتل ۶۱
۳۲ د ماین او وسلې څخه ځان ساتل ۶۳
۳۳ د غیر صحي اوبو له خطرونه ځان ساتل ۶۵
۳۴ د حفظ الصحې مراعاتول ۶۷
۳۵ د دریم فصل لنډیز ۶۹

څلورم فصل

۳۶ د نورو د نظریو قدر کول ۷۱
۳۷ زمونږ د هېواد قومونه ۷۳
۳۸ زمونږ د هېواد ژبې ۷۵
۳۹ ورته والي او قومي دودونه ۷۷
۴۰ ښاري او کلیوالي ژوند ۷۹
۴۱ د څلورم فصل لنډیز ۸۱

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې:

ګرانو ښوونکو! د دریم ټولګي (د ژوند مهارتونه) کتاب د فعال سیستم (شاګرد محوري) له مخې تالیف شوی دی. دغه هدف د ټولنې د بچیانو د لومړنیو اړتیاو په پام کې نیولو سره ټاکل شوی دی. هیله من یو چې دغه هدف د ټولنې د بچیانو او له یوه سالم انساني ژوندانه سره د هغوي مینه رامنځته کړي.

که څه هم د کتاب په لیکلو کې لږ توپیر موجود دی (هغه هم د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې او د زده کړې فعالیت) په بشپړ او هر اړخیزه توګه په لومړي برخه کې لیکل شوي دي. ښاغلي ښوونکي زیاته ګټه ترې اخیستلي شي او دغه راز د کتاب په ځینو مخونو کې د زده کوونکو له پاره هم ځیني فعالیتونه روښانه شوي دي. دکتاب د جوړښت په باره کې باید ووایو چې کتاب څلور فصلونه او ۴۱ لوسته لري. د کتاب فصلونه او لوستونه له یو بل سره منطقي ارتباط لري. په یو کال کې **۵۲** درسي ساعتونه ورته ټاکل شوي دي.

د یادولوړ ده چې د لومړي او دوهم فصل له پاره درې اضافي ساعتونه او د دوو وروستنیو فصلونو له پاره دوه اضافي ساعتونه په پام کې نیول شوي دي چې د ځینو معذرتونو د رامنځته کېدو په وخت د ساعتونو د له لاسه ورکولو یا د زده کوونکو د علاقې وړ فعالیتونو د تکرار په وخت کې ترې استفاده وشي.

هر لوست دوه مخه دی چې په لومړي مخ کې سر لیک،موخه، فکر رامنځته کوونکي پوښتنې، انځورونه او د زده کوونکو له پاره یو دوه د زده کړې فعالیتونه ځای شوي دي. په دویم مخ کې د لوست متن، د متن د اساسي مفاهیمو په باره کې پوښتنې، د تدریس شوي لوست ارزیابي او کورنۍ دنده ځای شوې ده. لوست ورکول هغه وخت ښه اغیزه لري چې د زده کوونکو له پاره د زده کړې یو رښتنی چاپیریال په لاندې توګه رامنځته شي.

د زده کړې چاپیریال

۱- هره ورځ خپل لوست په سلام ویلو او احوال پوښتنه پیل کړئ. له هغو زده کوونکو څخه چې په ستونزو اخته دي د بیلګې په توګه ناروغه شوي وو یا څه نورې ستونزې یې درلودې پوښتنه وکړئ.

۲- له زده کوونکو سره په خندا او خوشحالۍ خبرې وکړئ هڅه وکړئ. چې د ټولګي چاپیریال د خوشحالۍ له پاره له مناسبو کیسو او لطیفو څخه کار واخلئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳- د زده کوونکو خبرو ته په درناوي سره غوږ ونیسئ. هڅه وکړئ چې د پوښتنې د کولو او د نظر څرګندولو روحیه یې پیاوړې کړئ.

٤- زده کوونکي هر کوچني پر مختګ ته وهڅوئ او دهفوی د زیار ستاینه وکړئ.

٥- د زده کوونکو سره له ملنډو او سپکو الفاظونه ډډه وکړي.

٦- د ټولګي د پوالونه په هغو انځورونو ښکلې کړئ چې زده کوونکو کښلي وي.

٧- معیوبو، معلولو او هغو زده کوونکو ته چې له چا سره نه کیني(ګوشه ګیر) وي زیاته پاملرنه وکړئ. د هغوی د فعالیتونو په ابتدا کې ورسره مرسته وکړئ چې د هغوی د هڅونې وړ وګرځي.

٨- دلوست له پیل تر مخه د کتاب په فصلونو کې ټول لیکل شوي موضوعات له نظره تیر کړئ چې عمومي هدفونه درته څرګند شي. ځان سره فکر وکړئ چې څه ډول کولی شئ زده کوونکي پوه کړئ.

٩- راتلونکي لوست ته د تیاري له پاره د لوست د هدف برخې، فکر را منځته کوونکې پوښتنې، په انځورونو کې مهم ټکي، د زده کوونکو د زده کړې فعالیتونه، دلوست متن، د ارزیابي او کورنۍ دندې برخې ښه مطالعه او تحلیل کړئ.

١٠- ښاغلي ښوونکی دې د نوي لوست د انځورونو او رسمونو دتشریح او تحلیل اوپر هغه پورې د اړوندو کیسو د جوړولو له پاره بشپړ تیاری ولري. د لوست متن او عبارت دې په لوړ اواز ووایي او مفهوم دې په ساده ژبه بیان کړي او وروسته دې له زده کوونکو څخه د هغه علمي مفهوم وغواړي چې ویې وایې او کله دې له زده کوونکو سره په چوپه خوله لوستل تمرین کړی اود لوست د مفهوم پوښتنه دې ترې وکړي.

١١- له احوال پوښتنې څخه وروسته په تیر لوست یو نظر وکړئ جملې او کورنۍ دندې انځورونه وګورئ او تشریح یې کړئ له څو زده کوونکو څخه وغواړئ چې خپلې جملې ووایي او خپل انځورونه تشریح کړي له هغو وغواړئ چې د تیر لوست لنډیز او یاهغه څه چې له خپلو میندو او پلرونو څخه یې اوریدلې وي د کورنۍ دندې په توګه ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۲- ښاغلي ښوونکی دې په تیر لوست باندې له نظرڅخه وروسته دمثالونو او پوښتنو په واسطه د تیر لوست ارتباط دنوي لوست سره وکړي. دنوي درس په هدف زده کوونکي پوه کړی شي چې د دې لوست له زده کړې وروسته کوم مهارت اوتوانايي ترلاسه کوي او په هغه لوست له پوهېدو وروسته دهغوي په سلوک کې کوم مثبت بدلون را منځه کيږي او څه ډول دخوښۍ احساس کوي.

۱۳- ښاغلی ښوونکی دې نوی لوست په هغو پوښتنو پیل کړي چې له هدف څخه وروسته ځای په ځای شوي دي. د داسې پوښتنو طرحه کول په حقیقت کې دزده کوونکو دنوي لوست په باره کې دهغوی پخواني معلومات معلوموي او هغوي دې ته هڅوي چې فکر وکړي.

۱۴- دلوست زیاتره برخه انځورونه او رسمونه دي چې باید په خپله د زده کوونکوله خوا تشریح شي .

زده کوونکو ته دې وخت ورکړی چې په انځورونو باندې په ډله ییزه توګه خبرې وکړي او وروسته دې یوتن دخپل ګروپ په استازیتوب په لوړ اواز تشریح کړي چې په رسمونو کې یې څه شی لیدلي دي؟

ښاغلی ښوونکی دې د زده کوونکو دخبرو په تایید د انځورونو اود نوي لوست دسرلیک په باره کې زباني څرګندوني وکړي

۱۵- دښي زده کړې له پاره سیمه ییزو مثالونو او کیسوڅخه کار واخلي او دلوست متن په لوړ اواز ووایي وروسته یو دو و زده کوونکوته ووایي چې لوست تکرار کړي او بیا له هغوی څخه پوښتنه وکړي چې دلوست دمتن په باره کې څه وپوهېدل. وروسته دې هغه په ساده ژبه بیان کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۶- د دې مضمون زده کړه کې دزه کوونکو عملي کار، د ډرامو اجراءکول ، کیسو او فکاهیو ویل او د رسمونو ایستل ضروري بلل کیږي د دې چارو سرته رسول به لومړی ستونزمن کار وي خو د وخت په تیرېدو سره زده کوونکي ورسره عادت کیږي.

فعالیتونه اوونده اخیستنه:

۱۷- ښوونځي ته د راتګ په لومړۍ یادوهمه ورځ د ټولګي ټول زده کوونکي له څلورو څخه تر شپږو ګروپونو باندي وويشئ. هر ګروپ په ځانګړي شمېر لکه (۳،۲،۱ اونورو) ونوموئ له دغې ډلبندۍ څخه د زده کړې په فعالیتونو کې کاروکړئ.

۱۸- دفعالیتونوپه جریان کې بې زړه زده کوونکوته وخت ورکړئ چې صنفي فعالیتونو کې ونډه واخلي او په خپل ځان باندې باور پیدا کړي.

۱۹- ښاغلی ښوونکی! دلوست په پای کې زده کوونکوته کورنۍ دنده ورکړئ له کورنۍ دندې څخه موخه کورنیو ته د درسي مفاهیمولېږدول او له هغوي سره د نظر راکړه ورکړه ده. دغه رازدموضوعاتوتکرار د زده کوونکو د ښه پوهېدو سبب ګرځي او د هغوی په دایمي عادت بدلیږي. هغه پوښتنې چې له میندو او پلرونو څخه یې اوري ټولګي ته راوړي او ګټه ور څخه واخلي، دغه راز دانځورونو کښل، جملو لیکل، د ځینو مفاهیمو لست کول په کورني کار کې شامل او دلیدلو وړ دي .

۲۰- د ژوند مهارتونو په کتاب کې د زده کوونکو هر فعالیت له پیل څخه تر پای د غور او ارزیابي وړ دی.

۲۱- د زده کوونکو د همیشنۍ ارزیابۍ له پاره یوه کتابچه برابره کړئ او هر زده کوونکي ته یو مخ ځانګړی کړئ. په دې مخونو کې د زده کړې په فعالیتونو کې د زده کوونکو د ونډې په هکله د خپلې ارزیابۍ او لیدنې نتیجې د زده کوونکو په سلوک کې مثبت بدلونونه ولیکئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د هرې اونۍ په پای کې د ارزیابۍ د پاڼو مخونه وګورئ چې د زده کوونکو له پر مختګ څخه خبر شئ د هغو په باره کې چې مرستې ته اړتیا لري ټاکلي تدبیرونه ونیسئ.

۲۲- د ارزیابي د پاڼو په لیدلو سره کولی شئ د خپل لوست ورکولو په میتود او لاروچارو باندې باور تر لاسه کړئ او زیاته پرمختیا وکړئ. که چېرې د ارزیابۍ قوس نزولي وي لطفا د هغو زده کوونکو په هکله چې زیاتې مرستې ته اړتیا لري ټاکلی تدبیرونه ونیسئ.

۲۳- په دې مضمون کې د اساسي مفاهیمو د زده کړې تر لاسه کول د زده کوونکو په چلند کې عملي مهارتونه او مثبت بدلون د ارزیابي ملاک ګرځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړی فصل

لومړی لوست:

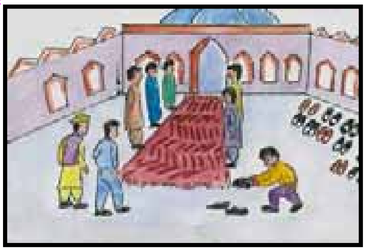
سوله ییز ژوند

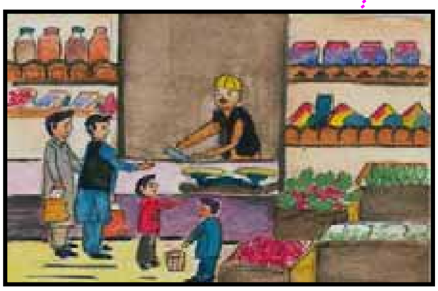
موخه: زده کوونکي به په کور، ښوونځي، جومات او د خلکو ترمنځ د سوله ییز ژوند لارې چارې زده کړي.

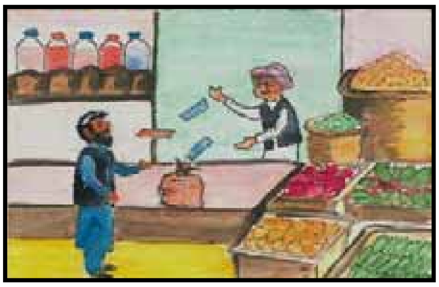
پوښتنې:

- په جومات کې د کومو آدابو رعایت کول ضروري دي؟
- د کور، ښوونځي او یا ټولنې په کارونو کې مرسته څه ګټه لري؟
- څرنګه کولی شو چې له ګاونډي سره مرسته وکړو؟
- ولې په بد عمل او وینا سره انسان له ټولنې څخه لیرې کېږي؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه ګورئ؟





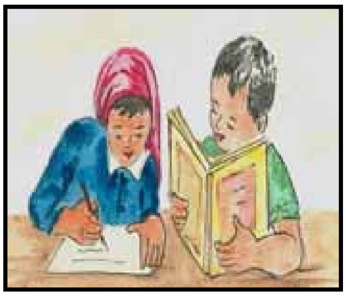


فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې لومړی ښه چلند او بیا بد چلند تمثیل او پرتله کړي او نتیجه دې تر لاسه کړي.
- زده کوونکي دې د یوه سوله ییز ژوند ښیګنې بیان کړي او ودې وایي چې یوه ستونزه څه ډول حل کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!



مور، جومات او ښوونځي ته ځو. له خپلو ټولګیوالو سره یو ځای درس وایو. د ټولګي، د جومات د انګړ او خپل ښوونځي په پاکولو کې ونډه اخلو. جومات او ښوونځی زموږ د ټولنې یوه کوچنۍ ټولنه ده، غواړو چې له جومات او ښوونځي څخه د یو ښه او سوله ییز ژوندانه د بنسټ ایښودل زده کړو ترڅو وکړای شو په خپله ټولنه کې له نورو هېوادوالو سره مرسته او په سوله او دوستۍ کې ژوند وکړو او نیک چلند ولرو. د یو بل په وړاندې له رښتیا، صبر او حوصلې، دوستۍ، پخلاینې او ښېنې څخه کار واخلو، چې ټول یو بل ته ګران او ژوند مو سوله ییز وي.

پوښتنې:

- په خپل ټولنیز ژوند کې څه ډول چلند غوره کوئ؟
- څه ډول له نورو خلکو سره مرسته کېږي؟
- آیا د ښه او بد چلند توپیر کولای شئ؟
- په ورځني ژوند کې رښتیاویل څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ له غړو سره په ژوندانه کې د سوله ییز چلند په هکله کیسې او خبرې وکړي او د یوه سوله ییز چلند په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوهم لوست: د سوله ییز ژوند لارې چارې

موخه: زده کوونکي په سوله ییز چلند پوه شي او د آرامۍ، سولې او برې په خاطر ترې زیاته ګټه واخلي.

پوښتنې:

- هغه څوک چې خپه وي د خبرو او رېدل یې څه ګټه لري؟
- ښښنه غوښتل او ښښنه کول څه ګټه لري او د څه سبب کېږي؟
- څه ډول کولی شو چې دښمني په سوله او دوستۍ بدله کړو؟
- د غوسې د له منځه وړلو لپاره باید څه وکړو؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دیو چا قهر څه ډول په پخلاینه تبدیلوي یعنې له کومې لارې څخه کار واخلي.
- زده کوونکي دې د سوله ییز چلند د ګټې په باره کې یوه جمله ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ولولي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

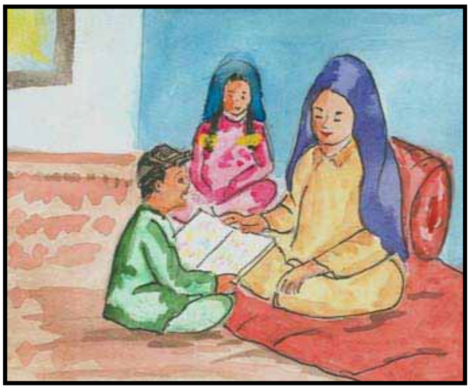
ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

کله چې له چا سره مخامخ کیږو باید دوستانه چلند وکړو.
د خپل دوست خبرو ته غوږ کیږدو. که چېرې کوم خپګان موجود وي بښنه وغواړو. که چېرې څوک زموږ د ناراحتۍ سبب کېږي له هغه سره خبرې وکړو او له قهر څخه کار وانه خلو، هغه ته بښنه وکړو چې سوله او دوستي رامنځته شي او دواړه خوشحاله اوسو.

پوښتني:

- له کوم سوله ییز چلند سره آشنا یاست؟
- سوله او پخلاینه د څه سبب کېږي؟
- جنګ د څه سبب کېږي؟
- څرنګه کولی شو چې په سوله او آرامۍ سره ژوند وکړو؟

کورنۍ دنده:



زده کوونکي دې د سوله ییز ژوند په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي او د څو سوله ییزو چلندونو لست دې جوړ کړي.

درېیم لوست

له نورو سره ګډ ژوند

موخه: زده کوونکي به د نورو سره د ګډ ژوند په ارزښت پوه شي د خلکو حقوق او شتمنۍ ته درناوی ولري.

پوښتنې:

- مور ولې په کور کې له پلار، مور او ورور سره یو ځای ژوند کوو؟
- مور ولې په ټولګي کې له ټولګیوالو سره او په ښوونځي کې له زده کوونکو سره دوست اوسو؟
- کله چې څوک مطالعه کوي او یا خبرونو ته غوږ نیسي زموږ دنده څه ده؟
- په زور او له اجازې پرته د چا د مال او پیسو اخیستل د څه سبب کېږي؟
- آیا هغه شی چې استفاده ترې کوئ بیرته په خپل ځای ږدئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

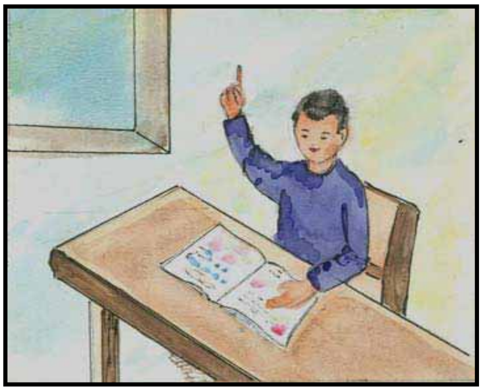
زده کوونکي دې د خپلې خوښې په درې کسیزو ګروپونو کې په جلاجلا ډول د خپلې کورنۍ له غړو سره او له خپلو ټولګیوالو سره ګډ ژوند تمثیل کړي.
زده کوونکي دې په کور یا ښوونځي کې د ګډ ژوند ښېګڼې د ټولګي په وړاندې څرګندې کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور د کور غړی یو بل ته درناوی لرو او د کور په کارونو کې له یو بل سره مرسته کوو. له خور او ورور سره ښه چلند کوو.

د یو بل شیان نه ماتوو، د کور سامان او وسایل له استفادې وروسته په خپل ځای ږدو. چې بیا ورپسې سرګردان نه شو. په ټولګي کې له خپلو ټولګیوالو سره ګډ ژوند کوو. یو له بله دوستان یو، د خپل ټولګیوال ځای په زور نه نیسو، له اجازې پرته د چاشیان نه اخلو د ستونزې د حل لپاره یو بل سره مشوره کوو او یا له ښوونکی صاحب څخه مرسته غواړو.



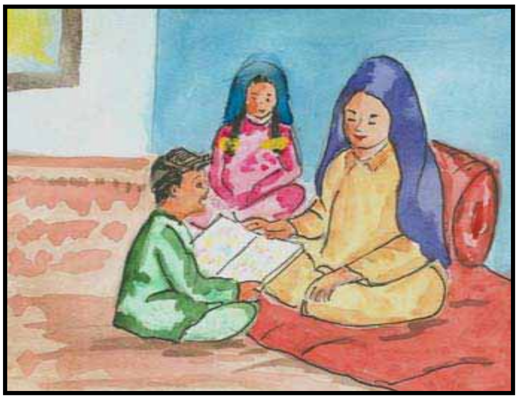
پوښتنې:

په کور او ښوونځي کې کوم ګډ شیان لرو؟

ولې د نورو حقوقو ته درناوی ولرو؟

په ګډ ژوندون کې مشوره څه ګټه لري؟

له نورو سره مرسته څه ښېګڼې لري؟



کورنۍ دنده:

زده کوونکي د ګډ ژوندانه په ښېګڼو د خپلې کورنۍ له غړیو سره خبرې وکړي او د هغه په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورم لوست

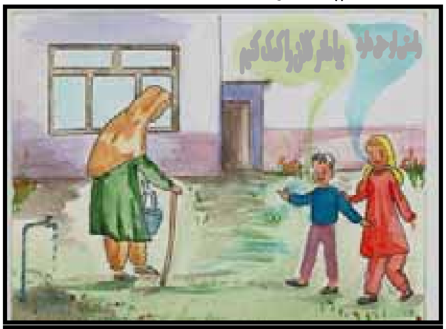
له نورو سره خواخوږي

موخه: زده کوونکي باید پوه شي چې هر څوک جلا خواص او ځانګړتیاوې لري باید په ټولنیز ژوندانه کې دغه فردي توپیرونه په پام کې ونیسي چې وکړای شي له نورو سره مرسته وکړي.

پوښتنې:

- آیا د نورو له پریشانۍ څخه اغېزمن کېږئ؟
- له یوه ټولګیوال سره چې خپه وي څنګه مرسته کولی شئ؟
- که چېرې یو معیوب ووینئ څه ډول احساس کوئ؟
- تاسو د غم او پریشانۍ په وخت کې له نورو څه هیله لرئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

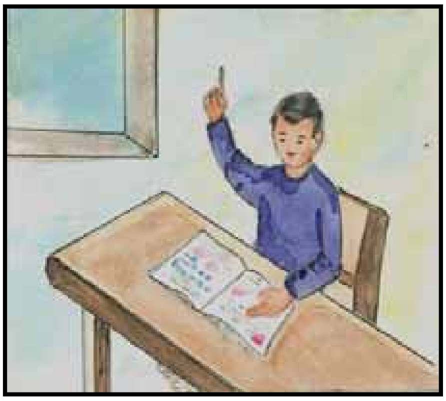
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دوستان څه ډول د یو بل په غم او خوښۍ کې ګډون کوي.
- زده کوونکي دې د خپل یو ټولګیوال په هکله چې په یوه ترافیکي پېښه کې یې زیان لیدلی وي، څه ډول مرسته او همدردي کولی شي له یو بل سره بحث او خبرې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

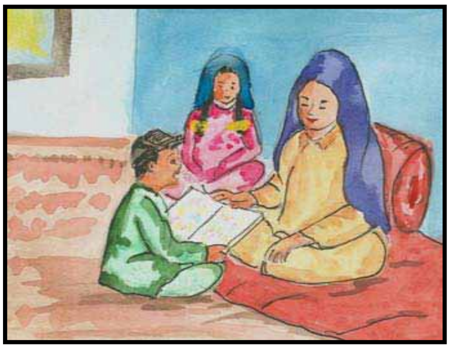
مور زده کوونکي زيار باسو چې تل مهربان او زړه سواندي اوسو. له هغو اشخاصو او حيواناتو سره چې زيان ورته رسيدلی وي مرسته کوو. د دوستانو په خوشحالۍ خوښ او په غم يې خپه کېږو او له هغو سره خواخوږي وکړو.

پوښتنې:



- د نورو خلکو د دردونو او غمونو سره خواخوږي د څه سبب کېږي؟
- د نورو خلکو د غم او خوښۍ په وړاندې خپله همدردي څه ډول ښکاره کولی شو؟
- آيا له معيوبو اشخاصو سره همدردي خپله وظيفه بولئ؟

کورنۍ دنده:



زده کوونکي دې د لوست د موضوع په اړوند د خپلې کورنۍ له غړو سره خبرې وکړي او د همدردۍ په هکله دې يوه جمله وليکي او په ټولګي کې دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځم لوست

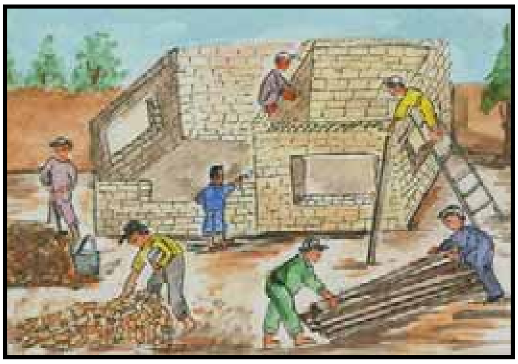
ځان پېژندنه او تصمیم نیول

موخه: زده کوونکي خپل ځان او خپله مینه وپېژني او د يوه کار د سرته رسولو لپاره تصمیم ونیولی شي.

پوښتنې:

- خپل ځان څنګه معرفي کولی شئ(څوک یاست او څه غواړئ)؟
- ولې ښوونځي ته راځئ او لوست کوئ؟
- که چېرې غواړئ چې په راتلونکي وخت کې ډاکټران شئ څه باید وکړئ؟

وواياست چې په انځورونو کې څه وينئ.



فعالیتونه:

- له زده کوونکو څخه وغواړئ چې په ګروپونو کې د ورځنیو کارونو د سرته رسولو تصمیم څه ډول تمثیلوي.
- زده کوونکي دې په اړوندو ګروپونو کې خپل عادتونه یو بل ته ووايي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ما دخپل ځان په باره کې فکر کړی دی. د دریم ټولګی زده کوونکی یم. خپلې جامې پاکې ساتم او د کور په کارونو کې له مور سره مرسته کوم. زه د خپل هر کار لپاره مهال وېش لرم او له چا سره جنګ او دعوانه کوم. زه د لویانو خبرې اورم، خپلې ښې او بدې ځانګړتیاوې پېژنم په ټولنه کې د خپل چلند په ښه والي کې هڅه کوم. هر کار چې په حال او راتلونکي وخت کې سرته رسوم د هغه لپاره مهال وېش جوړوم چې مقصد ته ورسېږم.

پوښتنې:

- آیا د سم مهال وېش درلودل د کارونو په سرته رسولو کې له مور سره مرسته کوي؟
- آیا د تصمیم له نیولو مخکې فکر کوئ؟

کورنۍ دنده:

په دې هکله چې زده کوونکو خپل ځانونه څه ډول پېژندلي دي له خپلو کورنیو سره دې خبرې وکړي او دهغوی ویناوې دې واورې د یو ښه تصمیم د ګټې په هکله دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپږم لوست

حق غوښتنه

موخه: زده کوونکي په خپلو شخصي حقونو پوه شي، خپلې غوښتنې به څرګندې
او خپل حق و غوښتلی شي.

پوښتنې:

- څه شی خپل حق بولئ؟
- د خپلو حقونو د لاسته راوړلو لپاره څه ډول زیار باسئ؟
- د حق غوښتل څه ګټه لري؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ

2

١

٢

فعالیتونه:

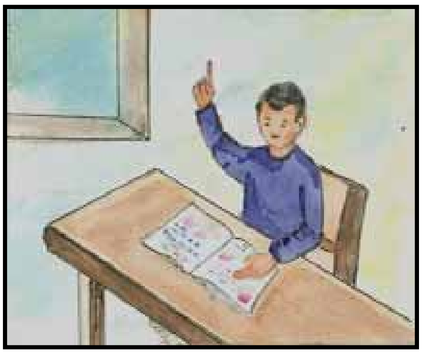
زده کوونکي دې د حق غوښتلو په باره کې له یو بل سره مفاهمه وکړي او ښه والی
دې ټولګیوالو ته ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

هر انسان په خپل ژوند کې حق او غوښتنې لري چې بايد د هغو د لاسته راوړلو لپاره کار وکړي او زيار وباسي. که چيرې ديو انسان حقوق د نورو خلکو تر پښو لاندې کېږي بايد له خپل حق څخه دفاع وکړي. موږ بايد د نظر په ځرګندولو او دخپلو کارونو په سر ته رسولو کې زيار وباسو. تل رښتيا ووايو او ښه کار وکړو.

پوښتنې:



- ولې خپل حق وغواړو؟
- څه وخت په خپل کار کې بريالي کېږو؟
- څه ډول په يوه مسأله کې چې پوهېږو خپل نظر ښکاره کړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ له غړو سره د خپل حق په هکله خبرې وکړي او دخپل حق په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اووم لوست

زړورتيا درلودل

موخه: زده کوونکي به د اخلاقي زړورتيا په ګټه پوه شي او خپل حقوق و غوښتلی شي او حقايق بيان کړي.

پوښتني:

- په خبرو کې زړورتيا څه ګټه لري؟
- ديو کار په سرته رسولو کې زړورتيا د څه سبب کېږي؟
- له خپلو حقونو او دنورو له حقونو څخه څرنګه د فاع کولی شئ؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ

فعاليتونه:

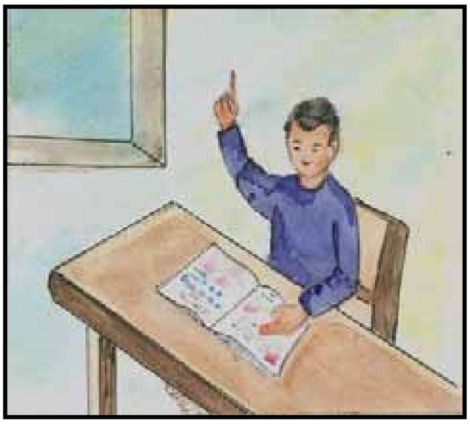
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې ديوه کار په سرته رسولو کې له څه ډول اخلاقي زړورتيا څخه کار اخلي.
- زده کوونکي دې څرګنده کړي چې په زړورتيا سره خبرې او يا عمل کول څه ګټه لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان زړورتيا او استعداد لري. ځنې له هغو څخه کار اخلي او ځنې له خپلې زړورتيا څخه کار اخيستلی نشي. له دې امله نو خلک ورته د خبرو کولو يا عمل کولو وخت نه ورکوي. د داسې خلکو حق هر څوک له منځه وړي او تل وربانديې ظلم کېږي. بايد پوه شو چې هر څوک د خبرو کولو توان لري او يا هم کار سرته رسولی شي په لومړی ګام کې بايد کوشش وکړي چې زړورتيا پيدا کړي او له خپلې زړورتيا څخه د ګټورو کارونو په سرته رسولو کې کار واخلي.

پوښتنې:



- ولې د ستونزو د حل لپاره له خپلې زړورتيا څخه کار اخلئ؟
- څرنګه کولی شو د خپل حق څخه دفاع وکړو؟
- کله چې په زړورتيا سره عمل کوئ څه احساس کوئ.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ د غړو په مشوره د اخلاقي او بې ځايه زورتيا توپير وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتم لوست

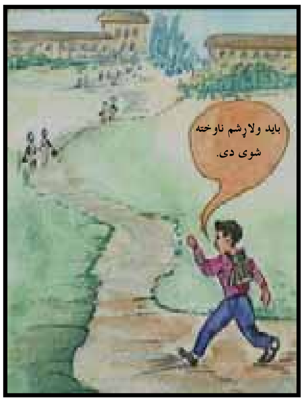
د ستونزو پېژندنه

موخه: زده کوونکي به ستونزي او د نظر اختلاف وپېژني او د سولې لپاره به نظر څرګند کړي.

پوښتني

- ولي د نورو نظر ته ارزښت ورکړو؟
- آيا د يوه نفر شخصي علاقه له بل سره توپير لري؟
- کله مو کوښښ کړی دی چې خپله ستونزه حل کړئ؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟



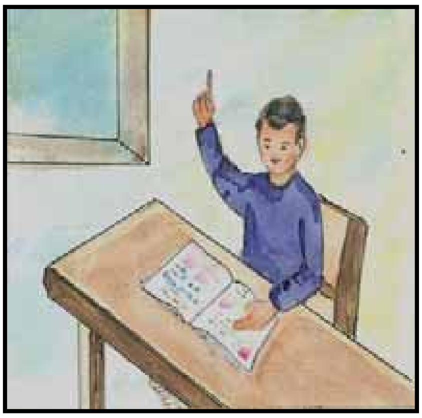
فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له يو بل سره د کتاب او کتابچې د ورکېدو دعوې تمثيل کړي چې د يو بل خبرې نه اوري، دعوه نه حليږي، جنګ پاي ته نه رسيږي او نور زده کوونکي د دعوې د حل په باره کې نظر ورکوي.
- زده کوونکي دې ووايي چې کله له کومې ستونزې سره مخ شوي او پوه شوي وي چې ستونزه له کومه پيدا شوې ده او څنګه يې حل کړې ده.

ویی لولئ او مفهوم تري واخلئ

انسانان یو له بله توپیر لري دغه توپیرونه د عقیدې، نظریاتو، رنګ، پوستکي، سترګو، ونې او عمر له مخې وي او تر ټولو مهمه دا چې د انسانانو فکرونه هم یو له بله توپیر لري. ځینې انسانان ستونزه درک کولی شي او د حل لاره یې پیدا کوي او که چېرې دغه لاره په سوله ییزه توګه وي ژوند ډېر ښه تیرېږي او یوه کوچنۍ ستونزه لویدلی نشي.

پوښتنې:



- یوه ستونزه څنګه پېژندلی شئ؟
- که چېرې له مور سره د یوې ستونزې د حل لارې موجودې وي کومه یې وټاکو؟
- که چېرې د یوې ستونزې د حل لپاره د نظر توافق نه وي، څه کیږي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د یوې ستونزې د حل لپاره خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ ودې وايي چې د بېلابېلو نظرونو له شته والي سره سره کولی شي ستونزه حل کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نهم لوست
د ستونزو حل

موخه: زده کوونکي به د ستونزو د حل توانايي پيدا کړي، پرابلمونه معلوم او د حل لارې به يې پيدا کړي.

پوښتني:

- د يوه کار په سر ته رسولو کې که چېرې ستونزه پيدا شي څه بايد وکړو؟
- ولي هر مطلب د ځان لپاره روښانه کړو؟
- که چېرې ستونزي وپيژنو څه ګټه لري؟

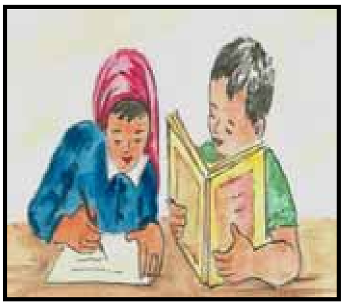
په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې:
دوه تنه په خپل منځ کې خپه شوي دي، خبرې نه کوي او دريم نفر د هغوي د ستونزې په حل کې مرسته کوي او هغوي پخلا کوي.
زده کوونکي دې له يو بل سره د ستونزو د حل په باره کې نظر څرګند کړي چې له کومې لارې کولى شي ستونزه معلومه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

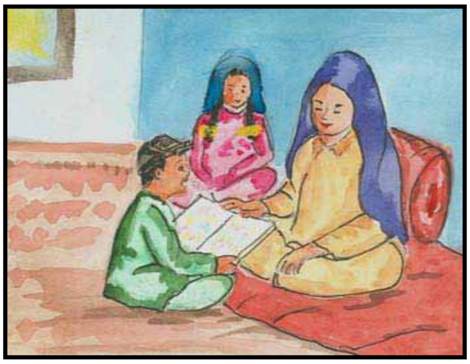


د يوې كورنۍ غړي په يوه كورني چاپيريال كې يو ځاى ژوند كوي. د كورنۍ غړي ځينې وخت له ستونزو سره مخامخ كيږي او دغه ستونزې د جنجال او دعوې سبب ګرځي.

په دې وخت كې د كورنۍ ټول غړي دنده لري چې د حل لاره پيدا كړي، د يو بل خبرې په حوصله سره واوري او د حل يوه مناسبه لاره غوره كړي چې د ټولو په ګټه وي.

پوښتنې:

- كه چېرې يوه ستونزه په سمه توګه حل نشي څه كيږي؟
- تر اوسه پورې له كومې ستونزې سره مخ شوې ياست؟
- د يوې ستونزې د حل لپاره څو لارې پيدا كيږي؟ كومه يوه ټاكئ؟
- ولې ستونزې رامنځته كيږي؟



كورنۍ دنده:

زده كوونكي دې د يوې ستونزې د حل لپاره له خپل مور او پلار سره مشوره وكړي او ودې وايي چې د ستونزو په حل كې صبر او حوصله څه ګټه لري؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

لسم لوست

غوسه

موخه: زده کوونکي به د اشخاصو په روحیه باندې د غوسې د منفي اغیزو په باره کې خبرتیا تر لاسه کړي او دمنفي هیجانو د پیدا کېدو ځنې ځان وساتي.

پوښتنې:

- څه وخت او ولې په غوسه کیږئ؟
- د غوسې په وخت کې ولې جګړه او وهل ټکول را منځته کیږي؟
- ولې وایي چې د غوسې ځواب په غوسه سره نه ورکول کیږي؟

وواییٔ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې څه شی له عادي غوسې څخه د جګړې سبب کیږي؟ یعني درناوی له منځه ځي جنګ او دعوه ترې جوړیږي؟
زده کوونکي دې په ګروپونو کې د سولې ښیګڼې او د غوسې بدۍ لست کړي او نورو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان په خپل ژوندانه کې کله کله په غوسه کیږي چې د همېشنۍ کرکې او دښمنۍ سبب کیږي چې د انسان صحت او سلامتۍ ته هم زیان رسیږي.

د غوسې او قهر د له منځه وړلو لپاره باید تل له صبر او حوصلې څخه کار واخلو، د حل لپاره یې څو لارې پیدا کړو او یوه په کې وټاکو چې د دښمنۍ سبب نه شي.

پوښتنې:

- ولې د غوسې او قهر په وخت کې حوصله وکړو؟
- که زور زیاتی را منځته کیږي ولې یې تحلیل کړو؟
- د غوسې په وخت کې څه وکړو چې د جګړې او وهلو ټکولو مخنیوی وشي؟
- د قهر او غوسې فضا څنګه په پخلاینه بدلولی شو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د قهر او د هغه د مخنیوي په باره کې له خپل مور او پلار سره مشوره وکړي او په دې باره کې دې د هغوې د نظر پوښتنه وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

یوولسم لوست: **تیریدنه او پخلاینه**

موخه: زده کوونکي به د ښښني په ارزښت پوه شي؟

پوښتنې:

- څه شی د قهر سبب او د ښو اړیکو د له منځه تللو سبب کیږي؟
- څه شی د دوستانه اړیکو سبب کیږي؟
- ښښنه او پخلاینه څه ګټه لري؟
- آیا د یوې ستونزې د حل لپاره مشوره کوئ؟

انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې له پخلاینې وروسته کومه لاره غوره کړي چې پایښت ومومي.
- زده کوونکي دې تېریدنې او پخلاینې په هکله یوه جمله ولیکي او نورو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان سولې او پخلاينې ته اړتيا لري. په سوله او پخلاينه کې د انسان ټولې اړتياوې پوره کيږي. کله چې د خلکو تر منځ دعوه رامنځ ته شي ښه راتلونکې نه لري. مثلاً دوه ورونه يا دوه خويندې چې د زيات وخت لپاره يو بل ته په غوسه وي او يو له بل سره خبرې نه کوي په پای کې دواړه ستومانه کيږي او د دواړو د خپگان سبب ګرځي نو بايد د هغوی د پخلا کيدو لپاره کوښښ وشي چې قهر يې په سوله او پخلاينه بدل شي. پخلاينه هغه وخت دوام لري چې تيريدنه او درناوي په کې مراعات شي.

پوښتنې:

- آيا چاته مو ښښنه کړې؟
- ښښنه او پخلا کيدل څه گټه لري؟
- کوم شيان د هميشنۍ پخلاينې سبب کيږي.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د ښښنې په باره کې يوه جمله وليکي خپلو دوستانو ته دې د پخلاينې او تېربدنې د ښيګڼو په هکله کيسې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دولسم لوست:

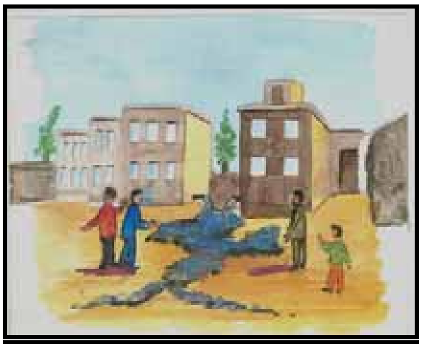
د لومړي فصل لنډيز

موخه: زده کوونکي به د فصل د لوستونو غټ ټکي او مفاهيم ووېلی شي، او په خپل ورځنی ژوندانه کې به يې عملي خواوې پيدا او ځان ورسره عادت کړي.

پوښتني:

- سوله پيز ژوند څه ګټه لري؟
- ولې د خپل حق په اخيستلو کې کوښښ وکړو؟
- کله مو فکر کړی دی چې ستونزه څنګه پيدا کيږي؟
- د ستونزې د حل په باره کې څه فکر کوئ؟
- پخلاينه او د سولې لار څه ګټه لري؟

انځورونو کې څه وينئ.

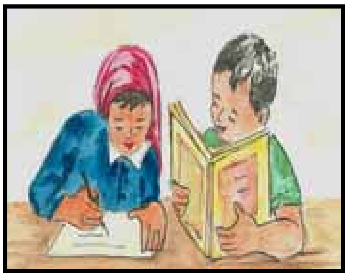


فعاليتونه:

له زده کوونکو وغواړئ چې ددې فصل د لوستونو له مفاهيمو څخه يې کوم عملي کړي دي او څومره ګټور ثابت شوي دي.

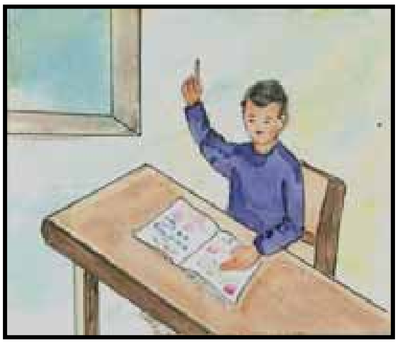
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ



مور، هلکان او نجونې چې خپل ټول درسونه لولو، کوښښ کوو چې هغه په خپل ورځني ژوند کې عملي کړو. باید د خپل حق په غوښتلو کې اخلاقي زړورتیا ولرو او ښه فکر وکړو چې د قهر ځواب په قهر ور نه کړو او سوله ییز چلند غوره کړو چې وکړی شو په سوله او دوستۍ کې ژوند وکړو.

پوښتنې:



- ولې زړور واوسو؟
- د ستونزو د حل لپاره څه وکړو؟
- سوله او پخلاینه څه ګټه لري؟
- آیا کله مو په ژوند کې خپل حق غوښتلی دی؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغو لوستو نو په هکله چې يې لوستلي خپلو کورنیو ته کیسه وکړي او د هغوي خبرو ته دې غوږ کېږدي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوهم فصل

دیارلسم لوست

شکر ایستل

موخه: زده کوونکي به مننه او په نعمت شکر ایستنه وپېژني او هغه د خپل عادت یوه برخه وګرځوي.

پوښتنې:

- ویلي شئ چې خدای ج موږ ته څه شیان راکړي دي؟
- که چېرې چا له تاسو سره نیکي کړې وي څه ډول له هغه څخه مننه کوئ؟
- دیو چا د نیکۍ په مقابل کې مننه د څه شي سبب کېږي؟

په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- له زده کوونکو وغواړئ چې په خپلو ګروپونو کې د خدای ج د نعمتونو لست جوړ کړي او خپلو ټولګیوالو ته یې ووایي.
- زده کوونکي دې د یو چا له خوا د مرستې او مهربانۍ له امله د مننې په باره کې یوه جمله ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

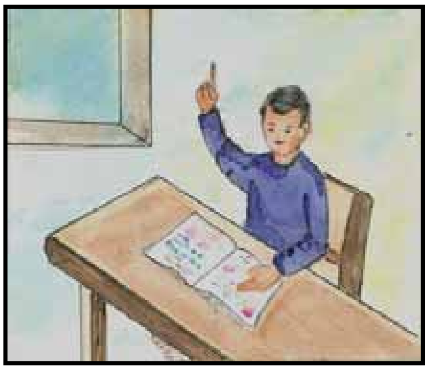
(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

د ښو کارونو سرته رسول د دې سبب کیږي چې مور با ادب او د ښو اخلاقو لرونکي ماشومان وپېژنو.

خدای ج موږ ته سالم جسم، سترګې، غوږونه، مغز او نور نعمتونه راکړي دي چې ښه فکر وکړو، ووینو او نیك کارونه وکړو. باید د خدای ج د نعمتونو شکر وباسو او له هغه چا څخه چې موږ ته نېکه لاره ښيي مننه وکړو او تل باید حق پېژندونکي او مهربان اوسو.

پوښتنې:



- که چېرې موږ د یو چا له نیك کار څخه مننه ونه کړو څه کیږي؟
- د پلار، مور، خور، ورور، دوستانو، اوبو، هوا او هېواد له درلودلو څخه چې د خدای ج له نعمتونو څخه دي څه ډول قدرداني کوئ.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خدای ج د نعمتونو په باره کې د خپلو میندو او پلرونو په مشوره څو کرښې په خپلو کتابچو کې ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښوارلسم لوست:

خیر رسول

موخه: زده کوونکي به د خیر رسولو ارزښت، ښه او مثبته مفکوره وپېژني او په ورځني ژوند کې به يې د خپل عادت يوه برخه وګرځوي.

پوښتني:

- د نورو په باره کې دخير رسول څه ګټه لري؟
- که چېرې څوك د خراب چلند په مقابل کې ښه چلند وکړي څه به وشي؟

په انځورونو کې څه وينئ.

فعالیتونه:

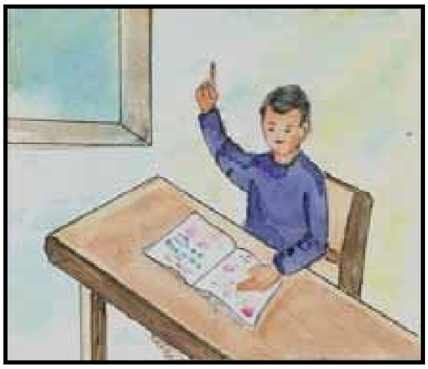
- زده کوونکي دې په ګروپو کې تمثيل کړي چې يو پوه خو لږ څه معيوب هم صنفي لري، درې نور کسان ورسره مرسته کوي او هغه ته نيك فكر وركوي.
- زده کوونکي دې په خپل منځ کې خبرې وکړي چې څه ډول خپلو هم صنفيانو ته چې غيرحاضري ولري لارښوونه وکړي چې په راتلونکي کې غير حاضري و نه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

د انسان له ښو عادتونو څخه يوهم خپل ځان او نورو ته د خير رسول دي د ښو اشخاصو په هکله فکر کوي.
د نورو د ښو کارونو قدر کوي او د چا سپکاوی نه کوي.
د ښو کارونو په سرته رسولو کې کوښښ کوي. خير رسوونکي شخص سره څوك کينه نه لري درناوی يې کوي او د هر چا خوښيږي.

پوښتنې:



- نورو ته خير رسول څه ګټه لري؟
- خير رسوونکی او بې خيره شخص څنګه پيژنئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خير رسولو په باره کې د خپلو مېند و او پلرونو په مشوره څو کرښې وليکي او خپلو ټولګيوالو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځلسم لوست:

خوشبيني او بد بيني

موخه: زده کوونکي به د خوشبينۍ په اهميت او د بد بينۍ په زيانونو باندې پوه شي او توپيرېې وکړي شي.

پوښتنې:

- په ورځني ژوند کې خوشبيني څه ګټه لري؟
- بد بيني څه زيانونه لري؟
- څنګه ژوندانه ته خوشبين کېدلای شو؟

په دې انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې دوه تنه چې بد بين دي او د چا په خوښۍ نه خوښيږي هميشه خپه وي.

دوه تنه نور چې خوشبين دي او دوستانه چلند لري د خلکو په خوښۍ خوښيږي، تل خوشحال وي. وروسته دې نور زده کوونکي نظر ورکړي چې کوم چلند غوره دی.

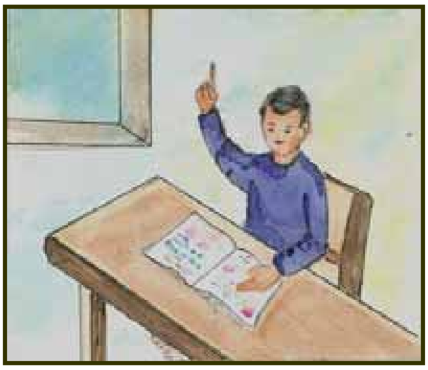
- زده کوونکي دې د خوشبينۍ او بد بينۍ چلندونه لست کړي د هغوی ښېګڼې او بدۍ دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان باید خوشبین اوسي. خوشبیني انسان په حال او راتلونکي کې هیله من کوي. بد بین اشخاص همېشه خپه پریشان او کمزوري وي. د چا په خوښۍ نه خوښېږي. هر څه ورته بد معلومېږي، تل د زیان رسولو په فکر کې وي. بدبین اشخاص هېڅکله دوستان نشي پیدا کولی.

پوښتنې:



- ولی تل خوشبین او امیدوار و اوسو؟
- ولی بد بیني د انسان د نا امیدی او نا هیلۍ سبب کېږي؟
- د نورو په هکله خوشبیني څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپل لوست په باره کې د خپلې کورنۍ غړو ته کیسه وکړي. د خوشبینۍ او بد بینۍ په هکله دې د هغوی نظر را واخلي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپاړسم لوست

ښه شخص

موخه: زده کوونکي به د ښه شخص ځانګړتیاوې و پېژني او دښو اشخاصو پیروي به وکړي.

پوښتنې:

- ښه شخص کومې ځانګړتیاوې لري؟
- د یو خراب شخص د څو ځانګړتیاوو نومونه واخلئ؟
- نورو ته ازار ورکول څه بدي لري؟

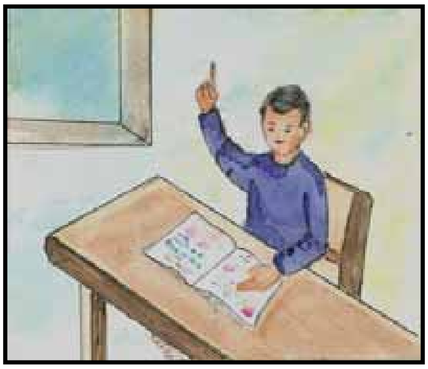
ووایئ په دې انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- یو ګروپ زده کوونکي دې د یو ښه شخص ځانګړتیاوې ولیکي؟
- یو ګروپ زده کوونکي دې د یو خراب شخص ځانګړتیاوې ولیکي؟
- د هر ګروپ استازي دې خپل لست شوې ځانګړتیاوې ووایي او زده کوونکي دې هغه پرتله کړي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

زه تل د ښو خلکو خبرو ته غوږ ږدم. د خپلو ستونزو د حل لپاره له هغوی څخه مشورې اخلم او په ورځني ژوند کې له هغو څخه پیروي کوم. داسې کار نه کوم چې خلک را ته خراب شخص ووايي. چا ته ازار نه رسوم او چا ته کنځلې نه کوم. د خپل مور او پلار او استاذ درناوی کوم، خبرې یې نه قطع کوم کوښښ کوم چې نیک کارونه وکړم او خلک مې د یوه ښه شخص په توګه وپیژني.



- څه وکړم چې یو ښه شخص شم؟
- ولې د ښو کارونو د سرته رسولو لپاره هڅه کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغه څه په باره کې چې له لوست څخه یې زده کړي دي په خپلو کتابچو کې څو کرښې ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوو لسم لوست

ښه اخلاق

موخه: چې زده کوونکي له نیکو اخلاقو سره اشنا شي او په ټولنه کې د ښو اخلاقو ارزښت وپیژني.

پوښتنې:

- زموږ په ټولنه کې ښه اخلاق او سم چلند څه ګټه لري؟
- څوک د ښو اخلاقو لرونکي بللی شو؟
- رښتیا ویل او رښتیني عمل انسان څه ډول معرفي کوي؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

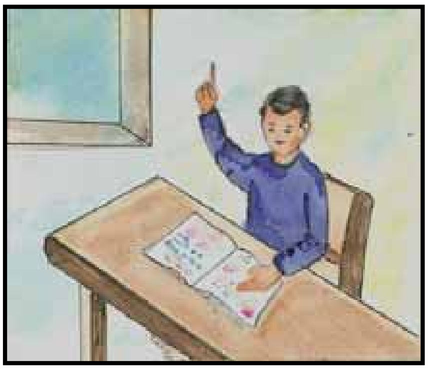
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې داسې یو شخص تمثیل کړي چې ښه اخلاق لري.
- ○ زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو اخلاقو په باب خبرې وکړي.
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې بحث وکړي چې کوم شخص ته د ښو اخلاقو خاوند ویلی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان بايد د ښو اخلاقو څښتن وي چې خلک يې دوست و بولي او په ورځني ژوند کې ورباندې باور وکړي. هغه څوک چې ښه او نيک اخلاق لري ټول خلک يې عزت او درناوی کوي. هغه کسان چې ښه اخلاق نه لري خلک يې درناوی نه کوي او باور پرې نه لري. دښو اخلاقو خاوند تل رښتيا وايي او مشرانو ته درناوی کوي او دغه راز په کوچنيانو مهربانه وي.

پوښتنې:



- دښو اخلاقو ځانګړتياوې کومې دي؟
- کوم خلک د درناوي وړ دي؟
- کوم خلک په ټولنه کې دوستان لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع په باره کې د کورنۍ له غړو سره کيسه وکړي او د ښو اخلاقو په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتلسم لوست

ځان او نورو ته درناوی

موخه: زده کوونکي په ورځني ژوند کې ځان او نورو ته د درناوی په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- څرنګه د نورو درناوی وکړو؟
- څه شی د دې سبب کېږي چې نور ستاسې درناوی وکړي؟
- تر اوسه پورې مو کوم کارونه کړي دي. چې نور له تاسو څخه خوښ شوي دي؟ ا

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي چې کوم کارونه یو شخص د درناوی وړ ګرځوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې بد کاره خلک څه ډول په خلکو کې خپل باور له لاسه ورکوي او نور زده کوونکي دې د تمثیل په باره کې نظر ورکړي.

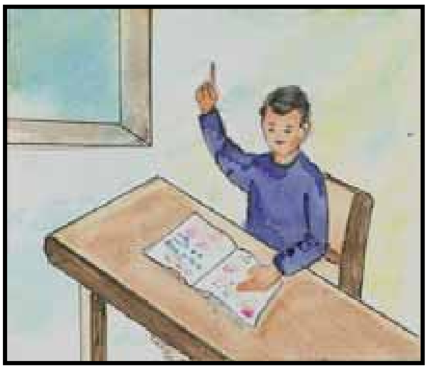
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

د دې لپاره چې د نورو له خوا مو درناوی وشي بايد د نورو خلکو درناوی وکړو. ځان ته د درناوي يوه لاره خپلې روغتيا او پاکوالي ته پاملرنه، لويانو ته درناوی، ښه اخلاق لرل، له ټولګيوالو او نورو سره ښه چلند دی.

د خپل مور او پلار، ښوونکو او د نورو د ښو خبرو اوريدل او په هغو باندې عمل کول په حقيقت کې نورو ته درناوی دی.

پوښتنې:



- ولې نورو ته درناوی کوو؟
- نورو ته درناوی څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ په مرسته د لوست د سرليک په باره کې يوه جمله وليکي او په ټولګي کې دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

نولسم لوست

د نورو قدر کول

موخه: زده کوونکي به په ځان کې له نورو څخه د مننې روحیه پیاوړې کړي او په ورځني ژوند کې به يې په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- که چېرې ستاسو يو نيک کار د مننې سبب شي څه احساس درته پيدا کېږي؟
- آيا د يوه دوست له ښه کار څخه مننه کوئ، ولې؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ

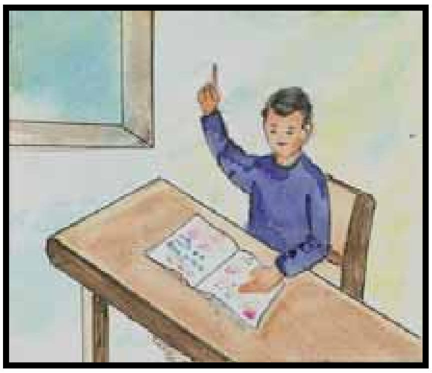
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ټولګي کې تمثيل کړي چې يو ښوونکی صاحب د يو پاک با ادبه او ښې حاضرۍ لرونکي زده کوونکي څه ډول قدر کوي او هغه هڅوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې کيسه وکړي چې کوم کارونه يې پلار، مور او ښوونکي ته د منلو وړ دي.

ويي لولئ او مفهوم تري واخلئ

که چېري يو انسان ښه او نيک کار وکړي د ټولو خلکو له خوا يې درناوی کېږي او ټول يې دوست بولي خو هغه چې بد کارونه کوي خلک ورباندې بد وايي. داسې کسان دوستان نه لري. دغه راز که يو زده کوونکی ښه حاضری ولري او خپله کورنۍ دنده په ښه توګه سرته رسوي او خپل لوستونه هره ورځ وايي د خپل پلار او مور او ښوونکو له خوا يې ستاينه کېږي او د هغه قدر داني کوي.

پوښتنې:



- آيا کله د يو دوست له خوا ستاسو قدر داني شوی ده او د څه په هکله؟
- کله چې ستاسې د دوست قدرداني وشي آيا تاسې هم خوشحالېږئ او د هغه قدر کوئ که څنګه؟
- ستاسو د ښه کار په ستاينلو سره غواړي چې نور ښه کارونه وکړي؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي چې کومه موضوع زده کړي د هغې په باره کې دې د خپلې کورنۍ له غړو سره خبرې وکړي او دهغو خبرو ته دې غوږ کېږدي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښه نظر ورکول

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې ښه نظر د هڅونې، پر مختګ او دوستۍ سبب ګرځي. بې ځایه نظریې او انتقادونه د سر دردۍ او وروسته والي سبب کیږي.

پوښتنې:

- کله مو د څه په هکله ښه نظر ورکړی دی؟
- که چېرې څوک ستاسو د ښه کار په هکله خراب نظر ورکړي په تاسو څه ډول اغېزه کوي؟
- کله مو د چا ښه نظر رد کړی دی؟

وایې چې په انځورو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل وکړي چې څه ډول د یوبل ښه انتقاد مني؟
- زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو او بې ځایه انتقادونو په هکله بحث وکړي. د ښه والي او بد والي په باره کې دې خپلو ټولګیوالو ته خبرې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

که چېرې وغواړو چې ښه او بریالی ژوند ولرو باید دخپلو دوستانو ښو نظریو ته غوږ کېږدو او بیا نظر ورکړو. دټولو مهمه داده چې دیو بل نظر یې واورو، ځکه چې بې ځایه انتقادونه او نظریې دوستي له منځه وړي په داسې حال کې چې ښه او جوړوونکي انتقادونه او نظر یې په ورځني ژوند کې زموږ داصلاح او پرمختګ سبب کیږي.

پوښتنې:

- کله مو دچا ښې نظریې او انتقادونه منلې دي؟
- په خپلو کړو او وړو کې څه ډول ښه بدلون راوړلی شئ.
- که چېرې زموږ انتقاد د ملنډو لپاره وي د څه سبب ګرځي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې په دې هکله چې ښه او ګټور انتقادونه څه ډول دټولنې دپرمختګ سبب ګرځي له خپلو کورنیو سره خبرې وکړي دهغوي نظریې دې واوري او په ټولګي کې دې یې واوروي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يوويشتم لوست — له نورو سره ښه چلند کول

موخه: زده کوونکي به په نيک چلند باندې پوه شي او په ورځني ژوند کې به دهغه په ارزښت وپوهېږي .

پوښتنې:

- تراوسه مو دچا د بد چلند په وړاندي ښه چلند کړي دی؟ او په څه کې؟
- تراوسه په چا باندې په غوسه شوی یاست او ولې؟
- دنورونه د ښه او نیک چلند په وړاندې مو کله د هغو قدرداني کړې ده؟

ووايې چه په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

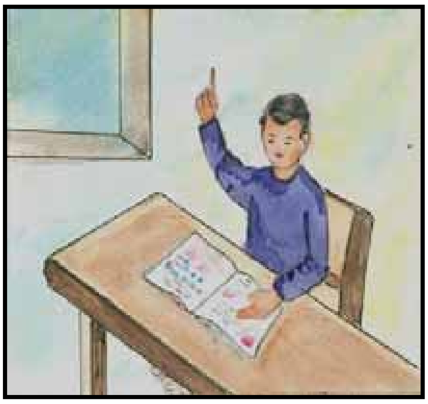
- دوه زده کوونکي دې په گروپ کې تمثيل کړي چې يو د بل کتاب او کتابچه يې بې له اجازې اخيستي وي او دوهم زده کوونکی پرته له دې چې ټولگيوال يې خپه شي څه ډول نيک چلند ورسره کوي.
- له زده کوونکوڅخه وغواړئ چې په ځانګړي توګه ووايې چې که چېرې څوک دهغوی په وړاندی ناوړه چلند وکړي، دوی يې په مقابل کې څه ډول عکس العمل څرګندوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور باید له خپلو ټولګیوالو اونورو سره ښه چلند وکړو. که چېرې له چا څخه بده خبره واورو او یا زمونږ په وړاندې بد کار وکړي باید حوصله وکړو. هېڅکله د انتقام یا بدې خبرې په فکر کې ونه اوسو ځکه چې د همېشنۍ دښمنۍ سبب کیږي کله چې پوه شو چې پلار، مور، خور او یا مشر ورور په مونږ باندې په قهر وي باید په آرامۍ سره دقهر پوښتنه ترې وکړو که چېرې له مونږ څخه په یوه ناوړه کار خپه شوي وي له هغو څخه بښنه وغواړو او دنیکو کارونو دکولو ژمنه ورسره وکړو.

پوښتنې:



- آیا کوښښ موکړي دی چې له نورو سره ښه رویه ولرئ؟
- که چېرې څوک له مونږ سره بده رویه وکړي په وړاندې یې څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دنیک چلند په هکله یوه جمله په خپلو کتابچو کې ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې یې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

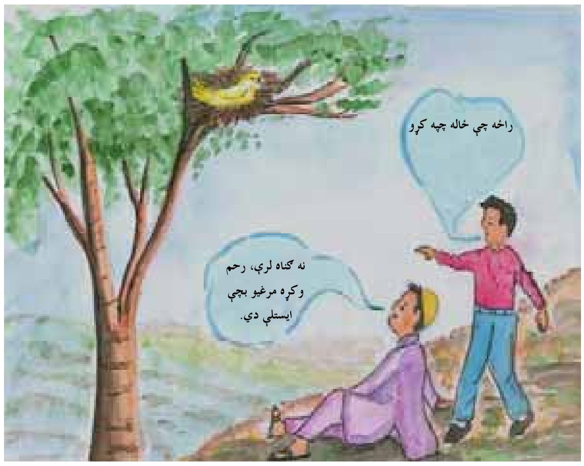
دوه ویشتم لوست په ځان او نورو مهرباني

موخه: زده کوونکي به په ځان او نورو د مهربانۍ او ترحم په ګټو پوه شي او په ورځني ژوند کې به يې عملي کړي.

پوښتنې:

- آيا کله مو دچا سهوه ښبنلې ده ؟
- په نورو ترحم څه ګټه لري؟
- په نورو له ترحم کولو څخه درته څه احساس پيدا شوی؟

ووايئ چه په انځورونو کې څه وينئ.



فعاليتونه:

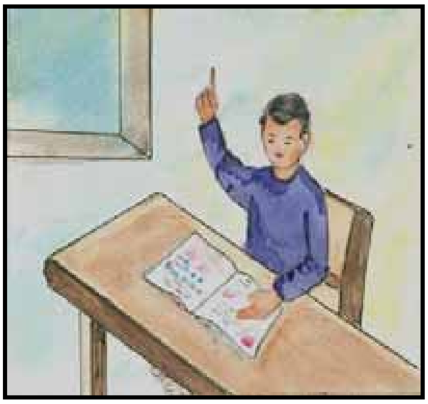
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې د درې ورونو تمثيل وکړي.
- دوه ورونه په کور کې په ګوګړو ، برقي سيم او ساکت ساعت تيري (مستي) کوي.
- دريم ورور ورته وايي چې په ځان او کورنۍ رحم وکړئ! په خطرناکو شيانو ساعت تيري د خطر سبب کيږي. ستاسو دوجود او کور دسوځېدو سبب کيږي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې هغه ټکې چې په دوی او نورو د ترحم سبب کيږي لست کړي او د ټولګي په وړاندې دې ولولي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

کله چې يو کار سرته رسوو يا خبرې کوو بايد ښه فکر وکړو چې تېر وتنه را ښخه ونشي. په تېروتنه کې دوستان خپه کيږي او پخپله شرميږو.
بايد کوښښ وکړو چې هېڅکله چاته ضرر ونه رسوو. په کوچنيانو او ژوو رحم وکړو او هم په خپل ځان رحم وکړو. دبرق سيم، ثيرو ونکو شيانو او ناپيژندل شوو شيانو ته لاس ونه غځوو چې زمونږ او نورو د مرګ سبب کيږي. هېڅکله بايد چاته بده لاره ونه ښيو او دنورو د بدو کارونو پيروی ونه کړو.

پوښتني:



- څه ډول په ځان رحم او زړه سوی وکړو؟
- څـه ډول پـه نـورو رحـم او ور سـره مرسـتـه وکړو؟
- که زمونږ له يوه دوست ښخه تيروتنه وشي له هغه سره څه وکړو؟
- د يوې تيروتني د اصلاح پـه باره کې د چا خبرو ته غوږ نيول څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع پـه اړونـد لـه خپلې کورنۍ سره کيسه وکړي. پـه ځان او نـورو د رحـم د ښـېګڼې پـه هکلـه دې يـوه جملـه پـه خپلـو کتابچو کې وليکي او په ټولګی دې وو ايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دروېشتم لوست

صبر او حوصله

موخه: زده کوونکي به پوه شي د ستونزو په وخت کې صبر او حوصله ولري.

پوښتنې:

- څه وخت له صبر او حوصلې څخه کار واخلو؟
- د ستونزو په وخت کې صبر او حوصله څه ګټه لري؟
- څرنګه کولای شو چې د ستونزو په وخت کې خپل ټولګیوال صبر او حوصلې ته وهڅوو؟

وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

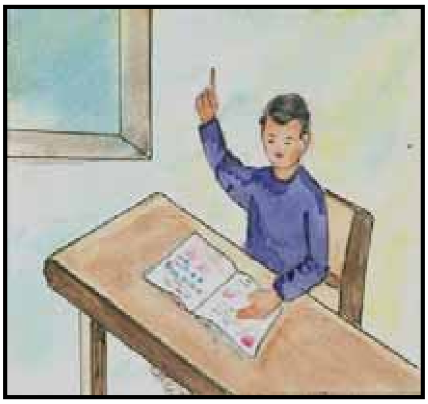
- یو زده کوونکی دې تمثیل وکړي چې د ستونزو په وخت کې څه ډول له زغم او صبر څخه کار واخلي.
- یو بل ګروپ دې د بې صبرۍ نتیجه چې د جګړې سبب کېږي تمثیل کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

غم او مصيبت د خداى (جل جلاله) له لوري وي او هر څوک په غم کې خپه کېږي. په داسې وخت کې انسان بايد هېڅکله خداى (جل جلاله) هېر نه کړي. د خداى (جل جلاله) مهربانۍ يادې کړي او له صبر او حوصلې څخه کار واخلي. د ستونزو له منځه وړلو په برخه کې بايد له دوستانو څخه مرسته وغواړي او بدې خبرې و نه کړي. دغه راز نور کسان هم د غم او ستونزو په وخت صبر او حوصلې ته وهڅوي.

پوښتنې:



- څه ډول کولی شو خلکو ته په مصيبت کې ډاډ ورکړو؟
- له ستونزو سره د مخامخ کېدو په وخت کې څه وکړو؟
- په ناوړو پېښو کې له چا څخه مرسته غوښتلی شو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د درس د موضوع په باره کې د کورنيو له غړو سره خبرې وکړي او د هغوی نظر يې دې ترلاسه کړي او د صبر او حوصلې په باره کې دې جمله جوړه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورویشتم لوست: د نورو خبرو ته غوږ نیول

موخه: زده کوونکي به د نورو خبرو ته د غوږ نیولو په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- کله چې څوک خبرې کوي څه وکړو؟
- د نور خبرو ته په کلکه غوږ نیول څه ګټه لري؟
- کله چې خبرې کوو له نورو څخه څه هیله ولرو؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دي په ګروپونو کې تمثیل کړي چې څه ډول د نورو خبروته په پاملرنه او درناوی سره غوږ ونیسو.
- زده کوونکي دي په ګروپونو کې د نورو خبروته د غوږ نیولو پرګټو خبرې وکړي هغه دې لست کړي او خپلو ټولګیوالو ته دې په لوړ اواز ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

کله چې څوک خبرې کوي باید غوږ ورته ونیسو نه ورته وګورو چې په هدف او مطلب یې پوه شو. کله چې په خبرو پوه شو خبرې ورسره کولی شو او خبرو ته یې ځواب ورکولی شو.

او که چېرې یې خبرې دلېږدونې له پاره وي کولی شو نورو ته یې ولېږدوو او له غلط فهمۍ سره مخامخ نشو. دخبرو په ښه اورېدلو سره په مطلب ښه پوهېږو او ګټه ترې اخیستلای شو. مونږ دا خبرې قطع نه کړو او دخبرو په اورېدلو کې بلې خواته متوجه نشو او هم باید دخبرو کولو لپاره وار ونیسو او د خبرو په جریان کې دمتقابل درناوي مراعات وکړو.

پوښتنې:

- څنګه کولی شو چې په غور سره واورو؟
- په غور غوږ نیول څه ګټه لري؟
- که چېرې څوک ستاسو خبروته غوږ ونه نیسي څه احساس درته پیدا کیږي؟
- دخبرو اورېدو په وخت بل خواته پام اړول څه زیان لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د نورو خبرو ته د غوږ نیولو په هکله د کورنۍ د غړو سره بحث وکړي.

دښه غوږ نیولو په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځه ويشتم لوست د اختلافونو په باره کې مفاهمه

موخه: زده کوونکی به د اختلافونو په له منځه وړلو کې د مفاهيمې پر ارزښت باندې پوه شي او په ورځني ژوند کې به ترې ګټه واخلي.

پوښتنې:

- آيا کله مو له چاسره په کومه برخه کې د نظر اختلاف پيدا شوی؟ د څه شي په باره کې؟
- کله مو د نظر د اختلاف د حل لپاره له چاسره مفاهمه کړې ده؟

انځورونو کې څه وينئ

فعاليتونه:

- زده کونکي دې په يوه څلور کسيزه ګروپ کې د نظر د اختلاف په باره کې تمثيل وکړي چې د يوه لوست د موضوع په باره کې د هغوی تر منځ موجود دی څه ډول يې له منځه وړئ؟
- زده کونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي چې د اختلافونو موجوديت د څه شي سبب کيږي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم يې واخلئ!

مفاهمه او مذاکره دستونزو د حل لپاره ضروري ده.

ديوه اختلاف دحل لپاره بايد متقابل درناوی وشي او نظر يې په وار سره واوربدلی شي.

داسې نظر او پرېکړه دې عملي شي چې د ټولو لپاره ګټوره وي چې د دښمنۍ او نابرابرۍ مخه ونيول شي او د دوستۍ زمينه برابره شي.

پوښتنې:

- کله مود يوې مسألې د حل لپاره مفاهمه کړې ده؟
- که د ځينو مسايلو په باره کې مفاهمه ونه کړو څه به وشي؟
- د مفاهمې په وخت کې د موافقې دلاسته راوړلو لپاره بايد کوم ټکي په پام کې ونيسو؟
- ديوې مسألې په باره کې موافقه او جوړښت څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کونکي دې ديوه اختلاف په باره کې دمفاهمې په بنه والي له خپلو ميندو او پلرونو سره خبرې وکړي او دهغوی نظريې دې په ټولګي کې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

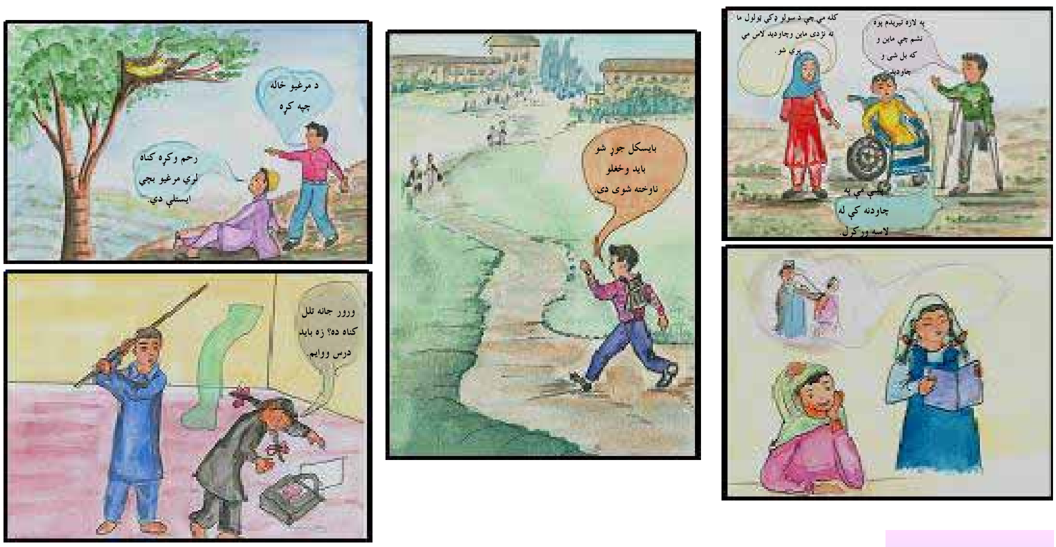
شپږویشتم لوست — د دویم فصل لنډیز

موخه: زده کوونکي په خپل ورځني ژوند کې د دی فصل له زده کړو څخه ګټه واخلي.

پوښتني:

- کله مو د خدای (جل جلاله) دنعمتونو په باره کې او یا هم د خپل ټولګیوال دنیکۍ په مقابل کې شکر ایستلی دی؟
- کوم شیان مو په ژوند کی خپه کوي؟
- دځان په باره کې دنورو خوشبیني څه ډول ترلاسه کولی شو؟
- دنورو خبروته غوږ نیول او پوره پاملرنه څه ښه والی لري؟
- د یو بل قدرداني څه مفهوم لري آیا کله مو څوک ستایلی دي؟
- ښه شخص کومې ځانګړتیاوې لري؟

ووایئ چې پدی انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیت:

- د لوستونو په شمېر دې زده کوونکي په ګروپونو وویشل شي او هر ګروپ دې د یوه لوست په باره کې بحث او خبرې وکړې.

ويې لوله او مفهوم ترې واخلئ!

مـوږ زده کـوونکي ټـول هغـه موضـوعات چـې يادووپه ورځني ژوند کې يې پلي کوو.
تل خپل ځان اونورو ته درناوی لرو. غـوارو چې چاتـه ازار ونـه رسـوو. زيـار باسـو چـې خپـل اختلافونه د مفاهمې له لارې حل کړو. رښتيا، مينـه او ښـه فکـر خپـل عـادت وګرځـوو چـې د خلکو ترمنځ باور او محبوبيت پيدا کړو او ټول مو دوستان وبولي.

پوښتنې:

- هغه شيان چې د ځان او نورو لپاره غوارئ لست کړئ؟
- دستونزو د حل لپاره خوشبيني څه ګټه لري؟
- څرنګه کولی شئ چې ښه شخص واوسئ؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې په دې هکله چې څرنګه ښه زده کړه کولی شي، يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

دریم فصل

اوه ویشتم لوست: **توده او سړه هوا**

موخه: زده کوونکي به د هوا له تو دوخي او سوړوالي سره سم د لباس د اغوستلو په ارزښت پوه شي

پوښتنې:

- ولی په ژمي کې زموږ یخني کیږي؟
- دژمي د سوړوالی په مقابل کی څه وکړو چې ناروغ نه شو؟
- د اوړي په ګرمی کې څه ډول له لمر څخه ځان وساتو ؟
- له هر موسم سره سم دلباس اغوستل څه ګټه لري؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

زده کوونکي دې په ګروپونو کې مفاهمه وکړي چې:
دکومو ټکو په مراعاتولو سره له ناروغی او لمر وهنې څخه ځان ساتلی شو؟
دکومو ټکوپه مراعاتولو سره د ژمي په سړه هواکې ځان تودساتلی شو؟
هر موسم چې د زده کوونکو خوښیږي هغه دې رسم کړ ي؟

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

يو كال څلور فصلونه لري. د پسرلي په موسم كې هوا معتدله وي، د اوړي په موسم كې هوا ډېره توده وي. په تاوده لمر كې ګرځېدل ناروغي او لمر وهنه رامنځته كوي. په دې موسم كې وجود د زياتو اوبلنو خوړو ته اړتيا لري او هم بايد له نازک او سپين رنګه لباسونو څخه كار واخلو.

د منې په موسم كې هوا نه ډېره توده وي او نه ډېره يخه، خو د ژمي په موسم كې هوا ډېره سړه وي په سړه هوا كې تګ راتګ د ناروغۍ سبب كيږي . نو لاژمه ده چې په دې فصل كې تو د لباس واغوندو له خولۍ دستكشو او جرابو څخه استفاده وكړو.

پوښتنې:

- كوم شيان په ژمي كې زموږ د ناروغۍ سبب كيږي؟
- كوم شيان په اوړي كې زموږ د ناروغۍ سبب كيږي؟
- څرنګه كولی شو چې په دې دوو فصلونو كې ځان ښه وساتو؟

كورنۍ دنده:

- زده كوونكي دې د خپلو ميندو او پلرونو په مرسته وليكي چې په توده او سړه هوا كې له كومو لباسونو څخه كار واخلو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اته ویشتم لوست

د طبیعي پېښو خطرونه

موخه: زده کوونکي به طبیعي پېښو او د هغوی له خطرونو سره اشناشي او د دغو خطرونو په مقابل کې به ځانونه وساتي.

پوښتنې:

- دزلزلې اوسختو بادونو په باره کې څه پوهېږئ؟
- سیلابونه او سخت توفانونه څه زیانونه لري؟
- کله مو فکر کړی دی چې دزلزلې او سختو بادونو په وخت کې باید چېرې ولاړ شئ؟
- د سخت توفان په وخت کې څرنګه ځان ساتلی شئ؟

په دې انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

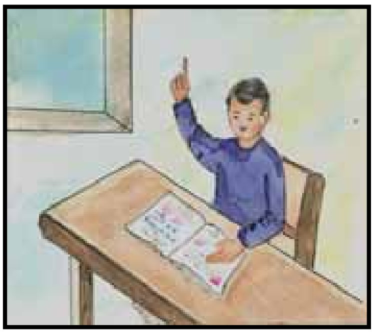
- ټول ټولګی دې په درې ګروپونو وویشل شي.
- لومړی ګروپ دې د سېلاب او زلزلې په باره کې خبرې وکړي او د هغو زیانونه دې نورو ته ووایي.
- دویم ګروپ دې دتوفان، تالندې او برېښنا په باره کې خبرې وکړي او د هغو زیانونه دې نورو ته ووایي.
- دریم ګروپ دې په خپل منځ کې خبرې وکړي، ودې وایي چې له دې پېښو څخه څنګه ځانونه وساتو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زلزلــه ، ســيلاب تالنــده او برېــښنا او ســخت توفانونه له طبيعي پېښو څخه شمېرل کېږي چې د بـشر لپـاره زيـات خطرونه رامنځتـه کـوي. خـو انسانان دغه خطرونه په پام کې نيسي په سختو توفـانونو کې لـه کورونـو څخـه نـه وځي د خپلـو کورونو کړکۍ بندوي او د کړکيو د ښيښو لاندې نه ودرېږي.

پوښتني:



- دزلزلې په وخت چېرې پناه وړئ؟
- دسخت توفان په وخت کې څه کوئ؟
- دهوا له تودوخې او سړوالي څخه څنګه ځانونه ساتئ؟

کورنۍ دنده :

- زده کـوونکي دې يـوه طبيعـي پيـښه انځـور کـړي او د طبيعـي پيـښو پـه بـاره کـې دې لـه خپلو ميندو او پلرونو سره خبرې وکړي. لـه هغـوی دې وغـواړي چـې پـدې هکلـه ورتـه کيسه وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

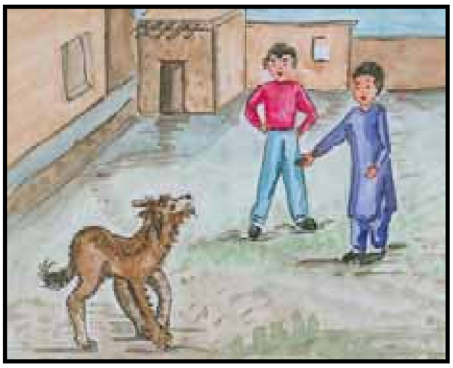
(c) ketabton.com: The Digital Library

نهه ویشتم لوست   له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې ژوي هم ناروغه کیږي او له هغو سره تماس انسان ته د ناروغیو د لیږدېدو سبب کیږي او په دې ترتیب د ژویو د حفاظت په ارزښت پوه شي.

پوښتني:

- کوم کورني ژوي پیژنئ؟
- کله د یو کورني ژوي ناروغۍ ته متوجه شوي یاست؟
- ولې له لیوني او بازاري سپیو څخه ډډه کوئ؟
- څرنګه د ژوو د ناروغیو څخه ځان وساتو.؟



وواییئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

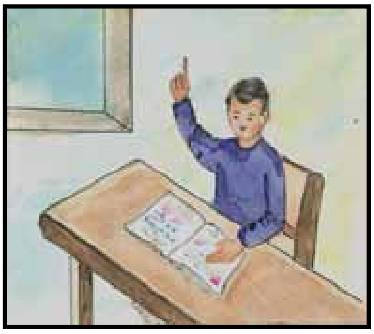
فعالیتونه:

فعالیتونه: زده کوونکی دې یو وحشي یا اهلي ژوی چې پیژني یې انځور کړي.
زده کوونکي دې پر پنځه کسیزه ګروپ کې له یو بل سره خبرې وکړي چې د ژوو له زیـان څخـه ځانونه څنګه ساتلی شي.

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

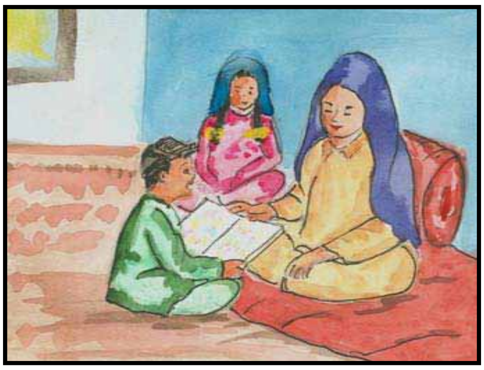
ژوي ژوندي موجودات دي هغوی مهربانۍ ته اړتیا لري.
کورني ژوي دخپل ژوندانه دپایښت لپاره خوراک او مناسب ځای ته اړتیا لري چې ناروغ نشي.
ځنې ژوي په کوخو اوکثافاتو کې له تګ راتګ او ګرځېدو څخه زیانمن او ناروغه کېږي. د ژوو ناروغي خطرناکه وي او ژر لېږدېږي.
موږ ته لاژمه ده چې ځان لري وساتو تر څو ناروغه نشو.

پوښتنې:



- که له ناروغه ژووسره مخامخ شوئ څه کوئ؟
- څنګه باید د کورني چرګ او سپي ساتنه وکړو؟
- څه ډول له حیواني ناروغیو څخه ځان ساتلی شئ؟

کورنۍ دنده:



دلوست دموضوع په اړه دخپلې کورنۍ له غړو سره کیسه وکړئ.
دحیواناتو دساتلو په باره کې یوه جمله ولیکئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

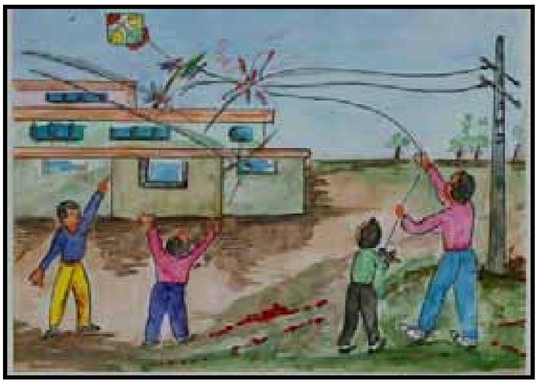
دیرشم لوست   په کور کې له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به په خپل کور او شاوخوا کې احتمالي خطرونه وپېژني او د داسې خطرونو څخه د خپل ځان د ساتلو توانايي پيدا کړي تر څو د پېښو مخنيوی وکړي.

پوښتنې:

- کوم شيان په کور کې د اورلګېدو سبب کېږي؟
- له برېښنايي سامان الاتو ساکټ او برېښنايي سيمونو سره ساعت تېري څه خطرونه لري؟
- د تېره چاقو، قيچي او مېخ سره ساعت تېرى څه ډول ناوړه پېښې منځ ته راوړي؟
- د سر خلاصې څاه، بام او نړېدلو د يوالونو په شاو خوا کې ولې خطرونه وي؟

ووايئ چې په دې انځورونو کې څه شى وينئ؟



فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثيل وکړي چې له برېښنايي وسايلو او د تېرو څوکو شيانو سره بې احتياطي څه خطرونه لري؟
- زده کوونکي دې ووايي چې په کور کې له يوه خطر سره د مخامخ کېدو په وخت د هغه مخنيوی څنګه کولی شو.

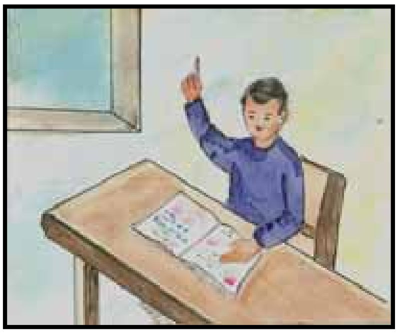
ويي لولئ او مفهوم تري واخلئ

زموږ په کورونو کې مختلف شيان موجود دي. که په احتياط سره ونه کاريږي زيات خطرونه رامنځته کيږي چې د مالي او ځاني زيانونو سبب کيږي.

بايد له ځان څخه کښته ماشومان پوه کړو چې د برېښنا ساکټ ته لاس اوږد نه کړي، ګاز، تېلو او جوش اوبو ته نږدې نشي او په کور کې له ناروغو کسانو سره تماس ونه لري. د هغو له قاشوغو او ګيلاس څخه استفاده ونه کړي. له دوړو خاورو او دلرګيو له دود ځان وساتي چې ناروغه نشي.

دغه راز د سر خلاصو ځاه ګانو او لويو ويالو تر څنګ لوبې ونه کړي.

پوښتنې:



- ولې د کور له سامان او لوازمو څخه په احتياط استفاده وکړو؟
- که چېرې خطر احساس کړو څه وکړو؟
- له تېره څوکو وسايلو لکه بياتې، چاقو، مېخ او برېښنايي وسايلو څخه د کار اخستلو په وخت څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د احتمالي خطرونو په هکله مور او پلار ته کيسه وکړي.
- ودې وايي چې څه ډول ديوې پېښې مخه نيولې شو او ځان څنګه ساتلې شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يو ديرشم لوست

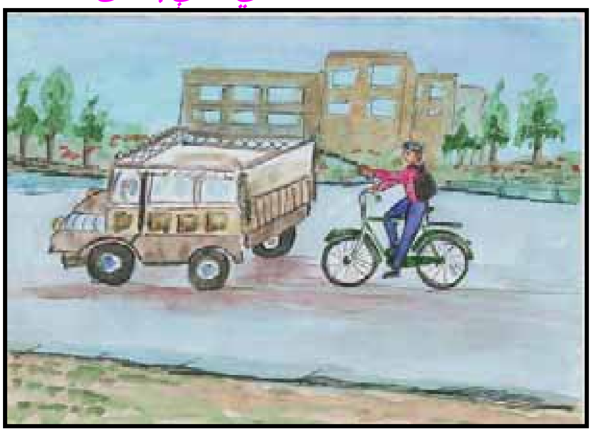
پر سرکونو باندې له خطرونو څخه ځان ساتل

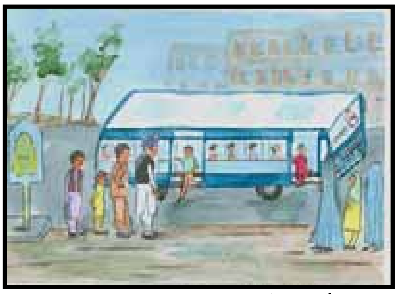
موخه: زده کوونکي به له ترافيکي قوانينو او اشارو سره اشنا شي په واټونو باندې د تېرېدلو په وخت کې به له احتياط څخه کار واخلي، له موټر څخه د کښېنته کېدلو او پورته کېدلو په وخت کې به ځان وساتي.

پوښتنې:

- د واټونو تر څنګ پلې لارې مو ليدلې دي، له هغو څخه څه وخت ګټه اخلئ؟
- دهغو خطرونو نومونه واخلئ چې په سرکونو باندې يې احساسوئ؟
- موټر ته د پورته کېدلو په وخت کوم ټکي په پام کې نيسئ؟

څو ډوله ترافيکي نښې پېژنئ؟





فعاليتونه:

- کومې ترافيکي نښې چې زده کوونکي پېژني هغه دې رسم کړي او نورو ته دې وښيي.
- زده کوونکي دې له منډې وهلو څخه د رامنځته شوو ترافيکي پېښو او په سرکونو باندې له توپ لوبې او کاغذ پرانې څخه ر امنځته شوو خطرونو په باره کې خبرې وکړي. او خپل د سترګو ليدلی حال دې نورو ملګرو ته ووايي.

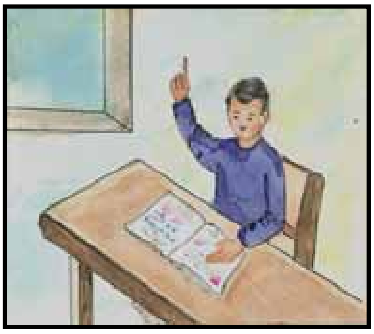
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په هر ځای کې ترافیک ځانګړي قوانین او نښې نښانې لري، که چېرې د پلیو خلکو او موټر وانانو له خوا مراعات نشي، زړه بوګنوونکې ترافیکي پېښې رامنځته کوي او ان چې د مرګ سبب ګرځي.

مورږ باید په سرکونو باندی دپلیو لارو په خطونو، دبس تم ځایونو او ترافیکي اشارو په باره کې معلومات ترلاسه کړو چې خپل ځانونه له ترافیکی خطرونو څخه وساتو.

پوښتنې:



- تراوسه د ترافیکو له کومو ترافیکي قوانینو او اشارو سره اشنا یاست؟
- په سرکونو باندې ښویدل څه خطر لري؟
- ولې په یو بایسکل باندې درې تنه سپاره نشو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د څو ترافیکي اشارو انځورونه وباسي او خپل مور او پلار ته دې تشریح کړي.

د ترافیکي قواعدو په باره کې دې یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوه دیرشم لوست

د ماین او وسلو له خطرونو ځخه ځان ساتنه

موخه: زده کوونکي به د وسلو او ماینونو له خطرونو سره اشنا شي او لویانو ته د شکمنو شیانو د رپوټ په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

- له وسلو او ماینونو سره لوبې څه خطر لري؟
- دلوبو سامان او یا نور شیان چې ستاسو نه وي او چېرې یې ووینئ څه کوئ ؟
- که چېرې ماین ووینئ له خطر څخه یې ځان څنګه ژغورئ او څوک خبروئ ؟

وواییئ چې پدې انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې له ناپېژندل شوو شیانو او وسلو سره لوبې څه خطرناکه پېښه رامنځته کوي؟
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه ووایي که چېرې یو شی شکمن وي څه باید وکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په جنګ ځپلو سيمو کې په ځمکه کې ماينونه، ناچاودلي مواد، تخريب شوي ټانکونه او موټرونه موجود وي.
پداسې سيمو کې تګ او ساعت تيري او يا د داسې ټانکونو له پاسه پورته کېدل ډېر خطر لري، ځکه چې ناچاودېدلي مواد او ماينونه په کې موجود وي د مړينې، معلولېدو او معيوبېدو سبب کېږي. بايد تل له داسې خطرونو څخه ځان وساتو او په ليدو يې مشرانو ته رپوټ ورکړو.

پوښتنې:

- ولې په ورانو او تخريب شوو ځايو کې لوبې ونه کړو؟
- له وسلو سره لوبې څه خطر لري؟
- که چېرې په يو ځای کې نا پېژندل شوې شی ووينئ څه کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې دماين، ناچاودېدلو موادو او وسلو د خطرونو په باره کې درې جملې وليکي او د کورنۍ له غړو سره دې په دې اړوند خبرې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دري ديرشم لوست

دغير صحي اوبو له
خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به د څښلو صحي او غير صحي اوبو توپير وکړي او د غير صحي اوبو خطرونه به وپېژني.

پوښتنې:

- دڅښلو لپاره له کومو اوبو څخه استفاده کوئ؟
- ستاسو په نظر د سر خلاصو تشنابونو (بيت الخلا) ته د نږدې څاګانو اوبه څه ډول دي؟
- غير صحي اوبه د روغتيا لپاره څه زيان رسوي؟
- څنګه کولی شو له غير صحي اوبو څخه استفاده وکړو؟

ووايې چې په لاندې انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له غير صحي اوبو څخه کار اخيستل تمثيل کړي؟
- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د غير صحي اوبو د صحي کولو په طريقه خبرې وکړي او وروسته دې خپلې نظريې نورو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

اوبه د انسانانو د ژوندانه د پاېښت لپاره ډېرې مهمې دي.

زموږ د بدن په جوړښت کې هم په زياته اندازه اوبه شته. که زموږ د بدن اوبه د ځينو ناروغيو لکه اسهال، سختې تبې او د زياتې خولې کېدو له امله له منځه لاړې شي. د پاکو اوبو په ښبنلو، د مايع غذا او مېوو په خوړلو سره دويم ځلې پوره کېږي د غير صحي اوبو ښبنل وجود ته زيان رسوي ځکه چې د ساري ناروغيو د لېږدونې سبب ګرزي. نو بايد له سرپټو څاه ګانو، د اوبو له نل او بمبې څخه چې پاکې اوبه لري استفاده وکړو. که چېرې صحي اوبه نه وي د وېالې اوبه يا د سرخلاصې څاه اوبه جوشوو او استفاده ترې کوو. څاه بايد له تېتې څخه لرې وي.

پوښتنې:

- دښبنلو لپاره له څه ډول اوبو څخه کار اخلو؟
- د څاه او نل په اوبو سر بيره له نور کومو اوبو څخه بايد استفاده وکړو؟
- اوبه څه ډول د ښبنلو وړګرځي؟
- آيا تېتې ته د نږدې څاه اوبه د استفادې وړ دي؟

کورنۍ دنده:

- له خپل پلار او مور سره دغير صحي اوبو په اړوند خبرې وکړئ ووايئ چې ولې څاه له تېتې څخه لرې اوسي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلور دیرشم لوست

د حفظ الصحي مراعاتول

موخه: زده کوونکي د حفظ الصحی ارزښت وپیژني او په ورځني ژوند کې يې رعايت کړي.

پوښتنې:

- د خپل ځان دروغتيا په خاطر کوم کارونه سرته رسوئ.
- د ناپاکو مېوو او ترکاريو خوړل د څه سبب کيږي؟
- تشي ته له تګ وروسته ولې لاسونه په اوبو او صابون پرېمنځو؟
- د حاجت دلري کولو لپاره له ازادې هوا څخه استفاده زموږ صحت او د استوګنې چاپيريال ته څه زيان لري؟

ووايئ چې په انځورونو څه وينئ؟

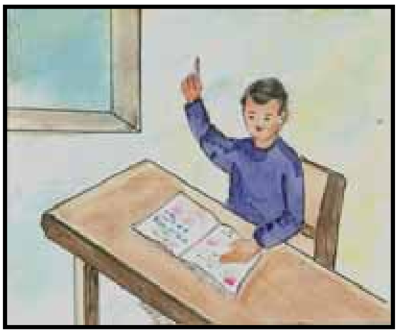
فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له ډوډۍ څخه مخکې او وروسته او يا د حاجت له لرې کولو وروسته په صابون او اوبو دلاسونو پرېمينځل تمثيل کړي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې مشوره وکړي چې څه ډول د نه پرېمينځل شوو مېوو او ترکارۍ له زيان څخه ځان ساتلی شي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

روغتيا د خداى(ج) ستر نعمت دى، بايد زيار وباسو چې خپل بدن او لباسونه پاک وساتو، دسګرټو له دود، چلم او نسواورو څخه ځان وساتو. د حاجت له لرې کولو وروسته خپل لاسونه په صابون او اوبو پاک پرېمنځو. له ناپاکو مېوو او ترکارۍ څخه کار وانخلو.
خپل چاپېريال له کثافاتو څخه پاک کړو. حيواني او انساني فاضله مواد ښخ کړو. په دې ډول کولاى شو د ناروغيو دلېږدېدو مخه ونيسو موږ مسلمانان يو او پاکوالي د ايمان يوه برخه ده. نو بايد د پاکوالي په برخه کې زيار وباسو.

پوښتنې:



- دبدن او د استوګنې د چاپېريال پاکوالى څه ګټه لري؟
- ولې د حاجت له لرې کولو څخه وروسته دلاسونو پرېمينځل مهم دي؟
- د سترګو، غوږونو، غاښونو او خپلو نوکونو څرنګه ساتنه وکړو؟

کورنۍ دنده:

هغه څه چې زده کوونکو زده کړي دي له خپل پلار او مور سره دې پرې خبرې وکړي ودې وايي چې خپل، دکور او ټټۍ پاکوالى څه ډول وساتو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځه دیرشم لوست — د دریم فصل لنډیز

موخه: زده کوونکي به د یادشوو مطالبو تکرار وکړي او هغه څه چې د هغوی مهارت زیاتوي تمرین کړي چې په عادتونو یې بدل شي.

پوښتنې:

- دهوا له تودوخي او سوړوالي څخه ځنګه ځان وساتو؟
- له طبیعي پېښو لکه زلزلې، سېلاب او سخت توفان څخه چېرته ځان وساتو؟
- له حیواني ناروغیو څخه ځنګه ځان وساتو؟
- ځنګه دخپل کور او ژوند ساتنه وکړو؟
- ایا په ورانو او جنګ ځپلو ځایونو کې د ماین او ناچاودو موادو خطر موجود وي؟
- خپل او چاپېریالي پاکوالی ځرنګه رعایت کړو؟
- له کومو اوبو څخه کار واخلو؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

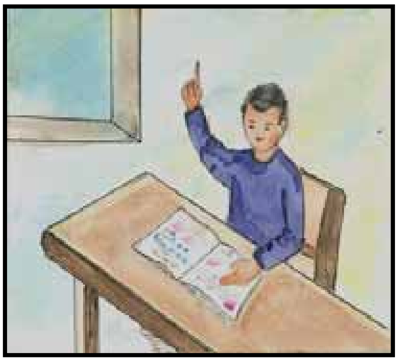
فعالیت:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې پر هغه څه چې ددې فصل د لوستلو څخه زده کړي او تر اوسه یې عملي کړي دي خبرې وکړي او وروسته دې خپلو ټولګیوالو ته ووایي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

مور، ماشومان بايد خپلو ورځنيو فعاليتونو ته متوجه اوسو چې زلزلې، سېلاب او سختو توفانونو او ماينونو له خطر څخه په امن کې اوسو او د امن ځايونو ته پناه يوسو، له نه پېژندل شوو شيانو، برېښنايي سامان الاتو ته لاس ورنه وړو. خپله او محيطي حفظ الصحه مراعات کړو.

پوښتنې:



- د طبيعي پېښو د خطرونو په هکله څه پوهېږئ؟
- څه ډول د خپل ځان او کور ساتنه کوئ؟
- د شکمنو شيانو په ليدنې سره چاته خبر ورکوئ؟
- خپله روغتيا څنګه رعايت کوئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغه څه په باره کې چې له تېرو لوستونو څخه يې زده کړي دي له خپلې کورنۍ سره خبرې پرې وکړي او په تطبيق کې دې د خپلې کورنۍ د غړو مرسته وغواړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورم فصل

شپږ دیرشم لوست د نورو د نظریو قدر کول

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې د نورولـه مرستې، همکارۍ او همدردۍ څخه قدرداني ښه کار دی.

پوښتنې:

- ایا کله ستاسو د نظر یې قدرداني شوې ده؟
- دنورو کومو کارونو قدرداني وکړو؟
- کله مو دنورو ښه نظر اورېدلی دي او د هغه قدرداني مو کړې ده؟

وواییځ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

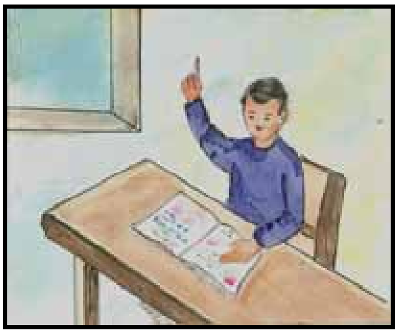
زده کوونکي دې په څلور کسیز ګروپ کې تمثیل وکړي چې څه ډول د یو بل د مرستې قدروکړو؟

زده کوونکي دې ځانته ځانته د یو بل د ښېګڼو د قدردانۍ په هکله نظر ورکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ ژوند په کور او ښوونځي کې په ګډه توګه تېرېږي. بايد نيک کارونه سرته ورسوو چې نور زموږ د کارونو قدرداني وکړي او که څوک له موږ سره مرسته وکړي موږ بايد د هغه څخه مننه وکړو. چې دهغه دهڅونې سبب شي او تل بايد له اړو کسانو سره مرسته وکړو.



- ولی دنورو د نظر قدرداني وکړو؟
- څه وکړو چې نور زموږ قدرداني وکړي؟
- ستاسو له کوم کارڅخه ښوونکی صاحب قدرداني کوي؟

کورنۍ دنده:

دهغه کار په هکله چې تاسو سرته رسولی اوښوونکي يې قدردانی کړې ده خپل پلاراو مورته کيسه وکړئ او د هغوي نظر په ټولګي کې ووايئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوه دېرشم لوست

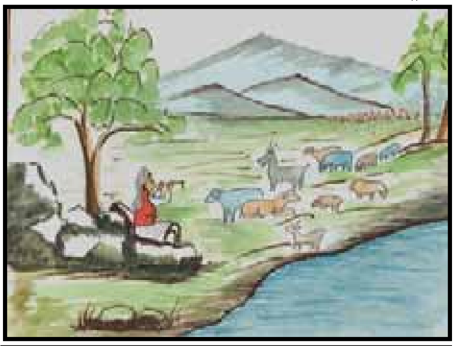
زموږ د هېواد قومونه

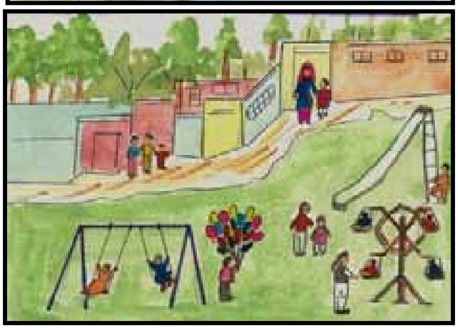
موخه: زده کوونکي به پوه شي چې په ګران هېواد کې زيات قومونه په ګډه ژوند کوي.

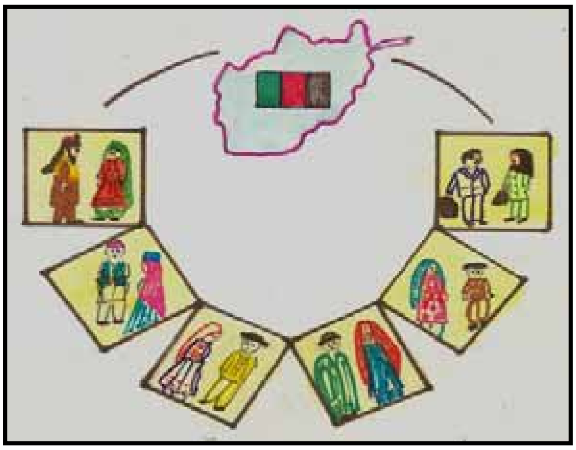
پوښتنې:

- آيا بېلا بېلو قومونو ترمنځ دودونه توپير لري که څنګه؟
- د بېلا بېلو قومونو ترمنځ ورته والی ليدل کيږي که نه؟
- نورو قومونه درناوی خپله دنده بولئ؟
- آيا زموږ په وطن کې بېلابېل قومونه ژوند کوي؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟







فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په انفرادي توګه د خپل قوم د رواجونو په هکله نورو ته معلومات ورکړي.
- زده کوونکي دې هغه ورته والی چې د قومونو ترمنځ شته ووايي.

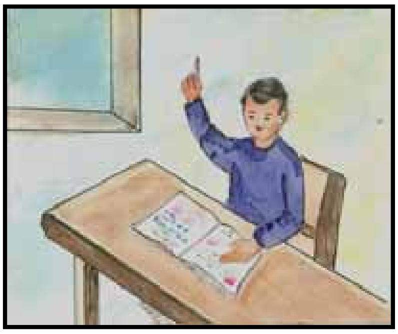
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ په هېواد کې بېلا بېل ورونه قومونه ژوند کوي چې يو پر بل د ورونو په شان ګران دي. ټول قومونه چې په افغانستان کې ژوند کوي د خپل ګډ هېواد ګران افغانستان د آبادۍ لپاره کار کوي. له خپلواکۍ او آزادۍ څخه يې په ګډه دفاع کړې ده او کوي يې.

په افغانستان کې اوسېدونکي بېلا بېل قومونه بېلا بېل دودونه لري او د يو بل دودته درناوی کوي.

پوښتنې



- آيا ستاسو د قوم دودله بل قوم سره توپير لري؟
- آيا د هېواد نورو قومونو له د ودونو سره بلدتيا ګټه لري؟
- آيا د هېواد د آبادۍ د يوه قوم وظيفه ده يا د ټولو قومونو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د لوست په هکله له خپل پلار او مور سره خبرې وکړي د بېلا بېلو قومونو د دودونو په هکله دې له خپل مور او پلار څخه پوښتنه وکړي او د هغوی نظر دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اته د پرشم لوست

زموږ د هیواد ژبې

موخه: زده کوونکي به د هیواد له بېلا بېلو ژبو خبرتیا تر لاسه کړي او له زده کولو سره به یې مینه پیدا شي.

پوښتني:

- له مورنۍ ژبې پرته مو نورې کومې ژبې زده دي؟
- آیا بېلا بېل قومونه په بېلو بېلو ژبو خبرې کوي؟ مثال یې ووایئ؟
- ستاسو په نظر د بېلا بېلو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ.

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په څلورو ګروپونو د بېلا بېلو قومونو استازیتوب وکړي او تمثیل دې کړي چې ډېر ښه دوستان دي او د یو بل ژبه زده کوي او خپل مطلب پرې حلوي.
- زده کوونکي دې په انفرادي ډول د ژبو په باره کې خبرې وکړي او یوه کیسه دې په ګډه ووایي چې زده یې وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

لکه څنګه چې په افغانستان کې ورونه قومونه بېلابېل دودونه لري د هغوی ژبې هم يو د بل سره توپير لري دي ځينې په پښتو يا دري خبرې کوي او ځينې نور په نورو ژبو لکه ازبکي، پشه يي، ترکمني، نورستاني، بلوڅي، او پاميري ژبو خبرې کوي مونږ ته لازمه ده چې نورې ژبې هم زده کړو چې د يو بل په خبرو پوه شو او يو له بله سره مفاهمه وکړو چې ژوند مو په زړه پورې شي.

پوښتنې:

- آيا بېلا بېل قومونه په بېلابېلو ژبو خبرې کوي؟
- د نورو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟
- که مونږ له نورو ژبو سره بلدتيا ولرو، کولی شو چې په هغو مفاهمه وکړو او دوستان پيدا کړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې له مورنۍ ژبې پرته بله هره ژبه چې يې زده وي په هغې کې يوه کيسه يا يوه فکاهي زده کړي او خپلو ټولګيوالو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نهه دیرشم لوست: ورته والی او قومي دودونه

موخه: زده کوونکي به په دې پوه شي چې د بېلا بېلو قومونو ترمنځ ورته والی او ګډې ځانګړتیاوې شته چې د هغوی د نږدېوالي سبب کېږي.

پوښتنې:

- آیا د نورو قومونو له دودونو سره آشنا یاست؟
- آیا د قومونو تر منځ انساني او ټولنیزې اړتیاوې ورته والی لري؟
- آیا د سرپناه، لباس، او خوراک له پلوه د قومونو غوښتنې یو ډول دي؟

په انځورونو کې څه وینې؟ ووایې؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د قومونو د ګډو دودونو په هکله خبرې وکړي او نورو ته دې ووایي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې څه ډول د یو بل دودونو ته درناوی وکړي او هغه خپل وګڼي.

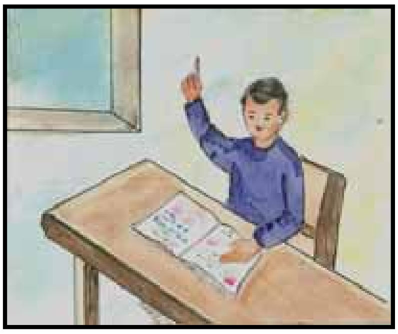
(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

مورږ د بېلو بېلو قومونو زده کوونکي په يوه ټولګي کې لوست کوو او يو د بل دوستان يو يو بل ته درناوی کوو. اکثره د ونې، رنګ، پوستکي، ويښتانو او ځانګړتياوو له امله يو بل ته ورته يو.
مورږ ټول ګډې اړتياوې لرو لکه کور، لباس، غذا، له ناروغيو ځان ساتنه او نور. دغه راز کار او بوختيا او سالم ښوونيز چاپېريال او تر ټولو مهم ګډ وطن لرو او زمونږ د مطلق اکثريت خلکو دين د اسلام سپيڅلي دين دی.
سره لدې چې په ځينو دودونو کې توپير لرو مورږ زيات مشترک دودونه هم لرو.

پوښتنې:



- څرنګه د ټولو قومونو د دودونو قدر وکړو؟
- د قومونو ترمنځ ګډې اړتياوې کومې دي؟
- آيا پوهيږئ چې ستاسو د هغو ټولګيوالو ترمنځ چې د نورو قومونو څخه دي څه ورته والی ليدل کيږي.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې قومي ورته والي په باره کې له خپل مور او پلار سره خبرې وکړي د دوو قومونو ترمنځ دې د ورته والي او قومي دودونو لست جوړ کړي.

څلوېښتم لوست

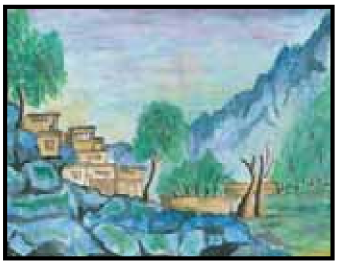
ښاري او کليوالي ژوند

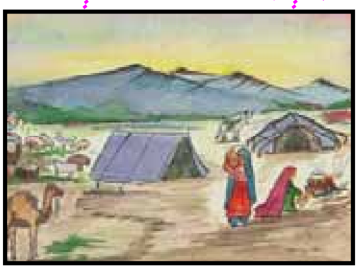
موخه: زده کوونکي به د ښاري او کليوالي ژوند ترمنځ توپير وپېژني.

پوښتنې:

- ښاري او کليوالي ژوند څه توپير لري؟
- ولې له ښارونو څخه لرې کليوالو سيمو ته د تفريح لپاره ځو؟
- څرنګه کولی شو چې خپل چاپېريال پاک کړو؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟





فعاليتونه:

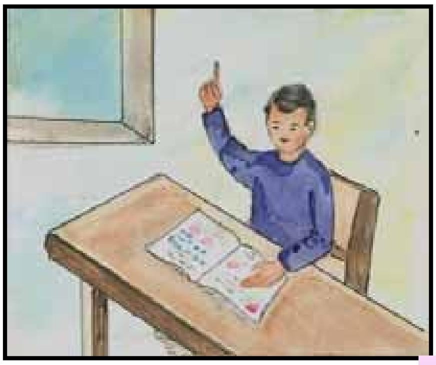
- زده کوونکي دې په څلور کسيزو ډلو کې تمثيل وکړي او د ښاري چاپېريال په هکله دې خبرې وکړي.
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه، د استوګنې هغه چاپېريال انځور کړي چې هغه يې خوښيږي او وروسته دې هغه انځور نورو ته وښيي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

خدای (جل جلاله) ټول موجودات پیدا کړي دي او د انسانانو لپاره يې د استوګنې چاپېريال په واک کې ورکړی دی ځینې انسانان په ښارونو او ځینې ښارونو څخه لرې په کليوالو سيمو کې ژوند کوي. ښاري او کليوالي چاپېريال توپير لري، ښاري چاپېريال ښه هوا نه لري خو د کليوالي چاپېريال هوا ښه وي، ځکه چې هلته ګڼه ګوڼه کمه اوبه ډېرې او زيات ځنګلونه موجود وي.

پوښتنې:



- ولې ښاري او کليوالي چاپېريال توپير لري؟
- کله مو د چاپېريال د ښه کولو فکر کړی دی؟
- ستاسو په نظر د استوګنې لپاره کوم چاپېريال غوره دی.

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې په دې موضوعګانو له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي دهغوی نظر دې واوري او خپلو ټولګيوالوته دې د استوګنې ښه چاپېريال ور وپېژني.

(c) ketabton.com: The Digital Library

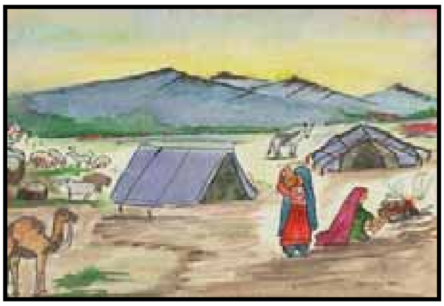
يو څلوېښتم لوست

د څلورم فصل لنډيز

موخه: زده کونکي لوستل شوی مفاهيم او د فصل درسونه تکرار او د هغو څخه په ورځني ژوند کې کار واخلي.

پوښتنې:

- د نورو ژبو زده کړې ته څه اړتيا ده؟
- د سيمو ترمنځ دودونه څه توپير لري.
- د بېلا بېلو قومونو خلک څه ورته والی لري.
- آيا د انسانانو د استوګنې چاپېريال توپير لري؟



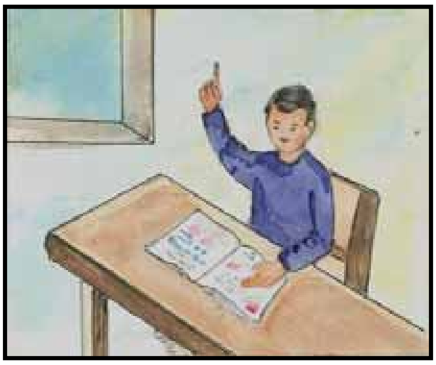
فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي او ودې وايې چې لـه تېرو لوسـتونو څخه يې کوم کارونه او نېک عملونه زده او عملي کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

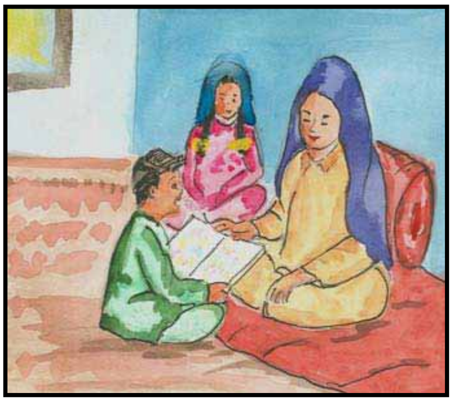
مونږ ټول زده کوونکي ټول هغه مفاهيم چې په دي کتاب کې مو زده کړي دي په خپل ژوند کې ترې کار اخلو زيار باسو چې د يو بل ژبه زده کړو او د يو بل رواجونو ته درناوی ولرو.

پوښتنې:



- د بېلا بېلو ژبو زده کړه څه ګټه لري؟
- د ښاري او کليوالي چاپېريال توپير څه شي دی؟
- د بېلا بېلو قومونو د دودونو څه ډول درناوی وکړو؟

کورنۍ دنده:



زده کوونکي دې د هغو مفاهيمو په باره کې چې زده يې دي له خپلو کورنيو سره خبرې وکړي. د هغوی نظر يې دې واوري او په هغوی دې عمل وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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