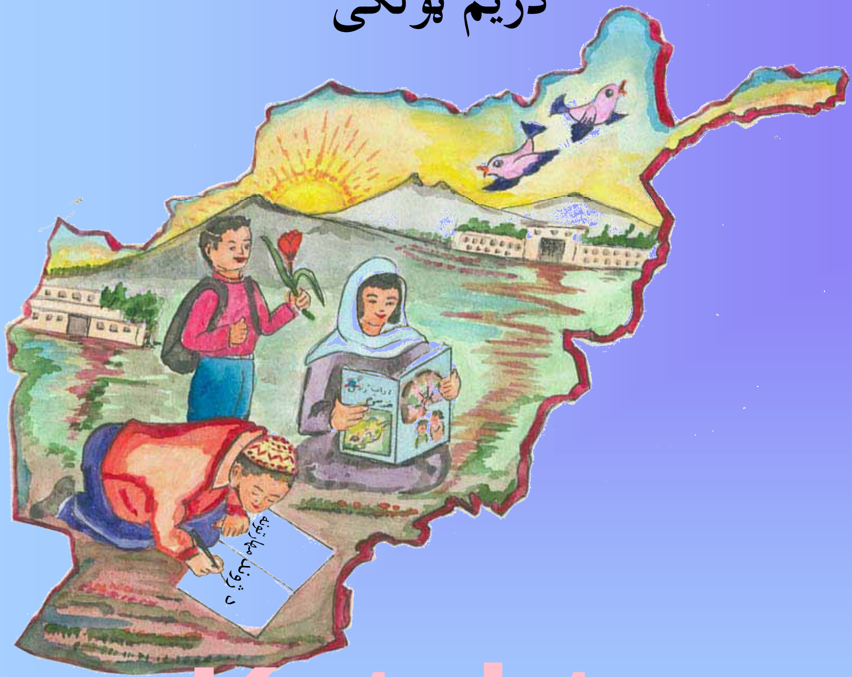
د پوهنې وزارت
د تعلیمي نصاب، د ښوونکو د روزنې
او د ساینس د مرکز معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

دریم ټولګی



چاپ کال ۱۳۹۰ هـ. ش.

Ketabton.com

کې یې اخیستنه او خرڅونه په
وني چلند کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

د چاپ کال: ۱۳۹۰ هـ . ش.

د کتاب د تاليف، څېړنې او تدقيق کمېټې

ليکوالان:

۱. ترينا ستار محب زاده د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د بيولوژي ديپارتمنت علمي غړې.
۲. د سر مؤلف مرستياله پروين قاريزاده لعلي د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د بيولوژي ديپارتمنت آمره.
۳. د سر مؤلف مرستياله رابعه منصور د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د فزيک ديپارتمنت آمره.
۴. **ژباړونکی:** د مولف مرستيال سهراب ديدار د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياست د پښتو ديپارتمنت علمي غړی.

تايید او مطالعه:

- د ولسي او مشرانو جرګې د ديني، پوهنې او عالي تحصيلاتو د کميسيونونو محترم غړي.

د تدقيق او څېړنې کمېټې:

د کابل پوهنتون:

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

د پوهنې وزارت:

- پوهنوال حميدالله ويدا د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- محمد عزيز بختياري د پوهنې وزارت سلاکار.
- غلام سرور بغلاني د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف رياســت د دري ديپارتمنــت علمي غړی.

د کابل ښار د پوهنې رياست:

- رحمت الله د ميرويس هوتکي د ليسې ښوونکی.
- فريده د قاري عبدالله د ليسې ښوونکې.

د کولمبيا ټيم:

- سوسن وردګ.

د محتوا، ديني، فرهنګي او سياسي برخو د څېړنې کمېټه:

- ډاکټر عطاء الله واحديار د پوهنې وزارت ستر سلاکار او د نشراتو رئيس.
- حيات الله ناصر د پوهنې وزارت د علمي شورا غړی.
- دکتور محمد يوسف نيازي د پوهنې وزارت سلاکار.

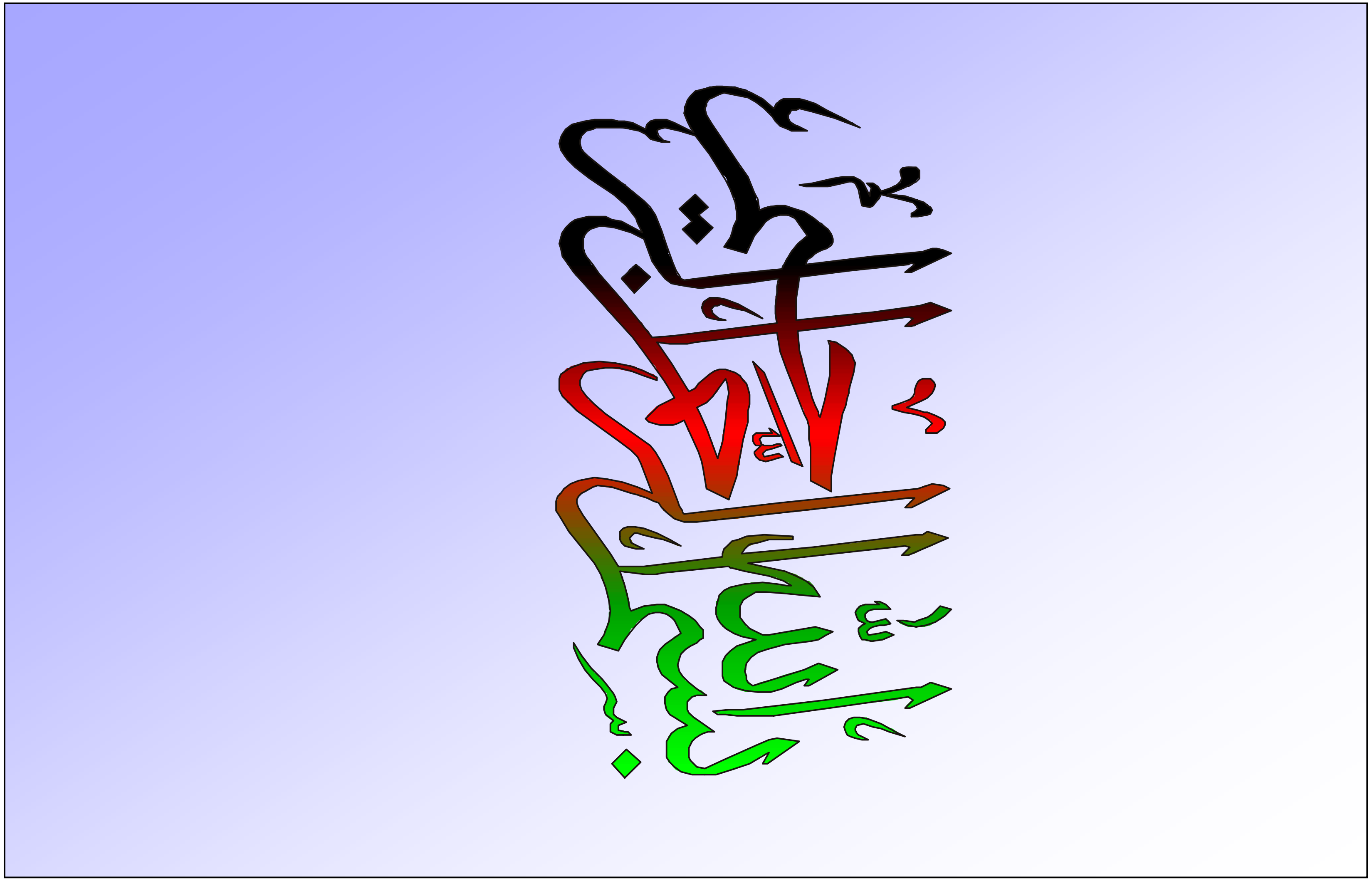
د څېړنې او تدقيق د څارنې کمېټه:

- دکتور اسدالله محقق د تعليمي نصاب د پراختيا، د ښوونکو د روزنې او د ساينس مرکز معين
- دکتور شېر علي ظريفي د تعليمي نصاب د پراختيا د پروژې مسؤول
- د سرمؤلف مرستيال عبدالظاهر ګلستاني د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تاليف لوی رئيس

طرح او ډيزاين: حميدالله غفاري

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library



ملي سرود

دا وطــن افغانــستان دی | دا عــزت د هــر افغــان دی
کــور د سـولې کــور د تــورې | هــر بچــی يــې قهرمــان دی
دا وطــن د ټولــو کــور دی | د بلوڅــــو د ازبکـــــو
د پــښتــون او هـــزاره وو | د ترکمنــــو د تاجکـــــو
ورســره عــرب، ګوجــر دي | پامیـــریان، نورستانیـــان
براهــوي دي، قزلبــاش دي | هــم ایمــاق، هــم پــشه یــان
دا هیــواد بــه تــل ځلیـږي | لکــه لمــر پــر شــنه آسمــان
پــه سینــه کــې د آسیــا بــه | لکــــه زړه وي جــــاويدان
نــوم د حــق مــودی رهبــر | وايــو الله اکبــر وايــو الله اکبــر

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحيم

د پوهنې د وزير پيغام

ګرانو ښوونکو او زده کوونکو،

ښوونه او روزنه د هر هېواد د پراختيا او پرمختګ بنسټ جوړوي. تعليمي نصاب د ښوونې او روزنې مهم توکی دی چې د علمي پرمختګ او ټولنې د اړتياوو له مخې رامنځته کيږي. څرګنده ده چې علمي پرمختګ او ټولنيزې اړتياوې تل د بدلون په حال کې وي. له دې امله لازمه ده چې تعليمي نصاب هم علمي او رغنده انکشاف ومومي. البته نه ښايي چې تعليمي نصاب د سياسي بدلونونو او د اشخاصو د نظريو او هيلو تابع شي.

دا کتاب چې نن ستاسو په لاس کې دی، پر همدې ارزښتونو چمتو او ترتيب شوی دی. علمي ګټورې موضوعګانې پکې زياتې شوې دي. د زده کړې په بهير کې د زده کوونکو فعال ساتل د تدريسي پلان برخه ګرځېدلې ده.

هيله من يم دا کتاب له لارښوونو او تعليمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د ميتودونو د کارولو له لارې تدريس شي او د زده‌کوونکو ميندې او پلرونه هم د خپلو لوڼو او زامنو په باکيفيته ښوونه او روزنه کې پرله پسې ګډه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هيلې ترسره شي او زده‌کوونکو او هېواد ته ښې برياوې ور په برخه کړي.

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

د پوهنې وزارت تل زيار کاږي چې د پوهنې تعليمي نصاب د اسلام د سپېڅلي دين له بنسټونو، د وطن دوستی د پاک حس په ساتلو او علمي معيارونو سره سم د ټولنې د څرګندو اړتياوو له مخې پراختيا ومومي.

په دې ډګر کې د هېواد له ټولو علمي شخصيتونو، د ښوونې او روزنې له پوهانو او د زده‌کوونکو له ميندو او پلرونو څخه هيله لرم چې د خپلو نظريو او رغنده وړانديزونو له لارې زموږ له مؤلفانو سره د درسي کتابونو په لا ښه تاليف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو څخه چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتيب کې يې مرسته کړې، له ملي او نړيوالو درنو موسسو، او نورو ملګرو هېوادونو څخه چې د نوي تعليمي نصاب په چمتو کولو او تدوين او د درسي کتابونو په چاپ او وېش کې يې مرسته کړې ده، مننه او درناوی کوم.

ومن الله التوفيق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوريت د پوهنې وزير

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

شمېر	سرلیک	مخ
	لمړی فصل	

شمېر	سرلیک	مخ
۱	سوله ییز ژوند	۱
۲	د سوله ییز ژوند لارې چارې	۳
۳	له نورو سره ګډ ژوند	۵
۴	له نورو سره خواخوږی	۷
۵	ځان پېژندنه	۹
۶	حق غوښتنه	۱۱
۷	زړورتیا درلودل	۱۳
۸	د ستونزو پېژندنه	۱۵
۹	د ستونزو حل	۱۷
۱۰	غوسه	۱۹
۱۱	تېرېدنه او پخلاینه	۲۱
۱۲	د لومړی فصل لنډیز	۲۳

دویم فصل

شمېر	سرلیک	مخ
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 دريم ټولګي (د ژوند مهارتونه) کتاب د فعال سيستم (شاګرد محوري) له مخې تاليف شوی دی. دغه هدف د ټولنې د بچيانو د لومړنيو اړتياو په پام کې نيولو سره ټاکل شوی دی. هيله من يو چې دغه هدف د ټولنې د بچيانو او له يوه سالم انساني ژوندانه سره د هغوي مينه رامنځته کړي.

که څه هم د کتاب په ليکلو کې لږ توپير موجود دی (هغه هم د ښوونکي له پاره عمومي لارښوونې او د زده کړې فعاليت) په بشپړ او هر اړخيزه توګه په لومړۍ برخه کې ليکل شوي دي. ښاغلي ښوونکي زياته ګټه ترې اخيستلي شي او دغه راز د کتاب په ځينو مخونو کې د زده کوونکو له پاره هم ځينې فعاليتونه روښانه شوي دي. دکتاب د جوړښت په باره کې بايد ووايو چې کتاب څلور فصلونه او ۴۱ لوسته لري. د کتاب فصلونه او لوستونه له يو بل سره منطقي ارتباط لري. په يو کال کې **۵۲** درسي ساعتونه ورته ټاکل شوي دي.

د يادولوړ ده چې د لومړي او دوهم فصل له پاره درې اضافي ساعتونه او د دوو وروستنيو فصلونو له پاره دوه اضافي ساعتونه په پام کې نيول شوي دي چې د ځينو معذرتونو د رامنځته کېدو په وخت د ساعتونو د له لاسه ورکولو يا د زده کوونکو د علاقې وړ فعاليتونو د تکرار په وخت کې ترې استفاده وشي.

هر لوست دوه مخه دی چې په لومړي مخ کې سر ليک،موخه، فکر رامنځته کوونکي پوښتنې، انځورونه او د زده کوونکو له پاره يو دوه د زده کړې فعاليتونه ځای شوي دي. په دويم مخ کې د لوست متن، د متن د اساسي مفاهيمو په باره کې پوښتنې، د تدريس شوي لوست ارزيابي او کورنۍ دنده ځای شوې ده. لوست ورکول هغه وخت ښه اغيزه لري چې د زده کوونکو له پاره د زده کړې يو رښتنی چاپيريال په لاندې توګه رامنځته شي.

د زده کړې چاپېريال

۱- هره ورځ خپل لوست په سلام ويلو او احوال پوښتنه پيل کړئ. له هغو زده کوونکو څخه چې په ستونزو اخته دي د بيلګې په توګه ناروغه شوي وو يا څه نورې ستونزې يې درلودې پوښتنه وکړئ.

۲- له زده کوونکو سره په خندا او خوشحالۍ خبرې وکړئ هڅه وکړئ. چې د ټولګي چاپيريال د خوشحالۍ له پاره له مناسبو کيسو او لطيفو 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 ښکندولو روحیه یې پیاوړې کړئ.

٤- زده کوونکي هر کوچني پر مختګ ته وهڅوئ او دهغوی 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(ګوښه 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 ښکند 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 ځو 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 اوریدلي 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 کیږي 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 کوونکوعملي 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 تېرېدو سره زده کوونکي ورسره عادت کیږي.

فعالیتونه اوونډه اخیستنه:

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

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

۱۹- ښاغلی ښوونکی! دلوست په پای کي 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 چي 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 پایلو مخونه وګورئ چې د زده کوونکو له پرمختګ څخه خبر شئ د هغو په باره کې چې مرستې ته اړتیا لري تاکلي تدبیرونه ونیسئ.

۲۲- د ارزیابي د پایلو 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 تاکلی 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:

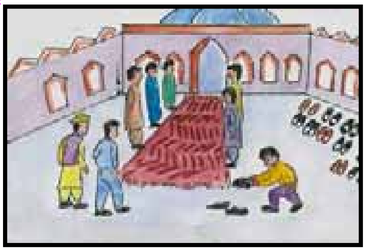
سوله ییز ژوند

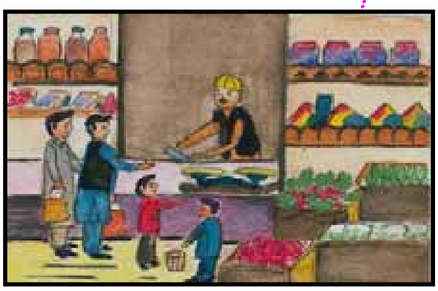
موخه: زده کوونکي به په کور، ښوونځي، جومات او د خلکو ترمنځ د سوله ییز ژوند لارې چارې زده کړي.

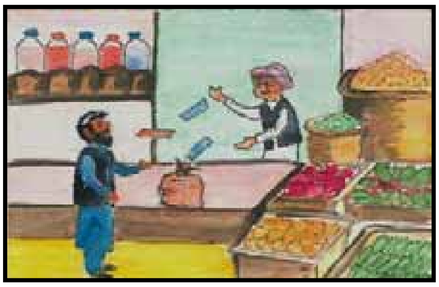
پوښتنې:

- 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؟





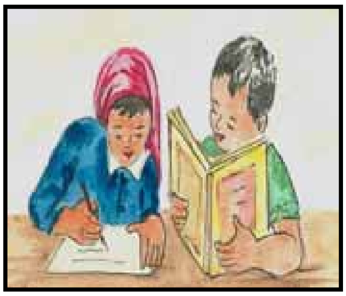


فعالیتونه:

- 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 ښېګڼې بیان کړي او ودې وایي چې یوه ستونزه څه ډول حل کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

وېي لولئ او مفهوم ترې واخلئ!



مور، جومات او ښوونځي ته ځو. له خپلو ټولګيوالو سره يو ځای درس وايو. د ټولګي، د جومات د انګړ او خپل ښوونځي په پاکولو کې ونډه اخلو. جومات او ښوونځی زموږ د ټولنې يوه کوچنۍ ټولنه ده، غواړو چې له جومات او ښوونځي څخه د يو ښه او سوله ييز ژوندانه د بنسټ ايښودل زده کړو ترڅو وکړای شو په خپله ټولنه کې له نورو هېوادوالو سره مرسته او په سوله او دوستۍ کې ژوند وکړو او نيک چلند ولرو. د يو بل په وړاندې له رښتيا، صبر او حوصلې، دوستۍ، پخلاينې او ښښې څخه کار واخلو، چې ټول يو بل ته ګران او ژوند مو سوله ييز وي.

پوښتنې:

- په خپل ټولنيز ژوند کې څه ډول چلند غوره کوئ؟
- څه ډول له نورو خلکو سره مرسته کېږي؟
- آيا د ښه او بد چلند توپير کولای شئ؟
- په ورځني ژوند کې رښتياويل څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ له غړو سره په ژوندانه کې د سوله ييز چلند په هکله کيسې او خبرې وکړي او د يوه سوله ييز چلند په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(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.

پوښتني:

- 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؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دیو چا قهر څه ډول په پخلاینه تبدیلوي یعني 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

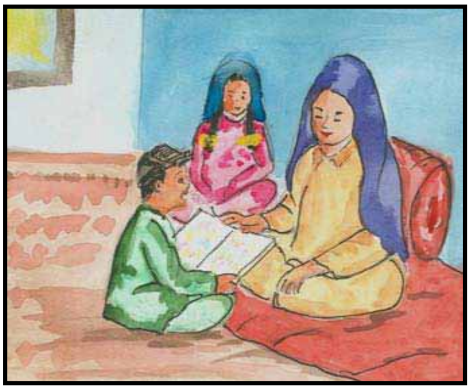
ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

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

پوښتنې:

- له کوم سوله ييز چلند سره آشنا ياست؟
- سوله او پخلاينه 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 ييز ژوند په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي او د څو سوله ييزو چلندونو لست دې جوړ کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دریم 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:

- مورډ ولې په کور کې له پلار، مور او ورور سره یو ځای ژوند کوو؟
- مورډ 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 کیږي؟
- 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.

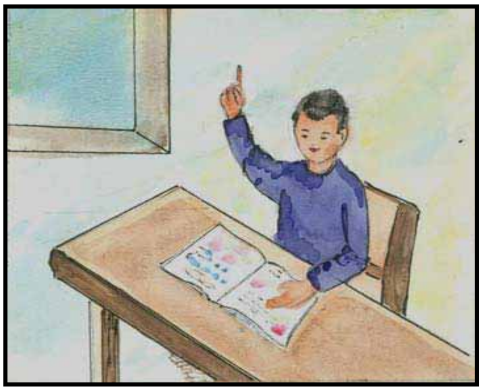
زده کوونکي دې په کور یا ښوونځي کې د ګډ ژوند ښېګڼې د ټولګي په وړاندې څرګندې کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

موږ د کور غړي يو بل ته درناوی لرو او د کور په کارونو کې له يو بل سره مرسته کوو. له خور او ورور سره ښه چلند کوو.

د يو بل شيان نه ماتوو، د کور سامان او وسايل له استفادې وروسته په خپل ځای ږدو. چې بيا ورپسې سرګردان نه شو. په ټولګي کې له خپلو ټولګيوالو سره ګډ ژوند کوو. يو له بله دوستان يو، د خپل ټولګيوال ځای په زور نه نيسو، له اجازې پرته د چاشيان نه اخلو د ستونزې د حل لپاره يو بل سره مشوره کوو او يا له ښوونکی صاحب څخه مرسته غواړو.



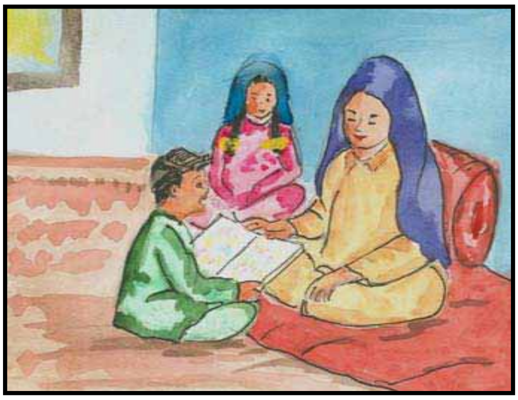
پوښتنې:

په کور او ښوونځي کې کوم ګډ شيان 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 غړيو سره خبرې وکړي او د هغه په باره کې دې يوه جمله وليکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورم لوست

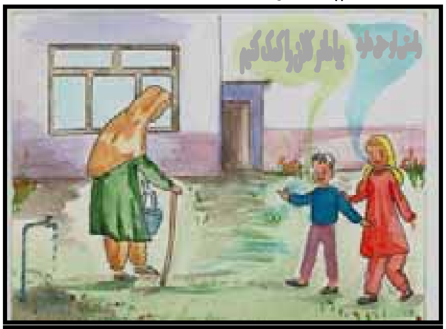
له نورو سره خواخوږي

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 دغم او پریشانۍ په وخت کې له نورو څه هیله لرئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



فعالیتونه:

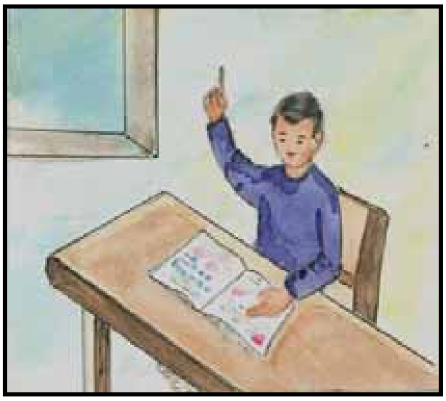
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دوستان څه ډول د یو بل په غم او خوښۍ کې ګډون کوي.
- زده کوونکي دې د خپل یو ټولګیوال په هکله چې په یوه ترافیکي پیښه کې یې زیان لیدلی وي، څه ډول مرسته او همدردي کولی شي له یو بل سره بحث او خبرې وکړي.

(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 کيږو او له هغو سره خواخوږي وکړو.

پوښتنې:



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

کورنی 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 دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

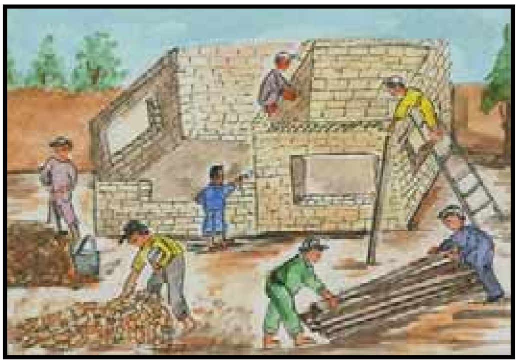
(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځم لوست
ځان پېژندنه او تصميم نيول

موخه: زده کوونکي خپل ځان او خپله مينه وپېژني او د يوه کار د سرته رسولو لپاره تصميم ونيولی شي.

پوښتنې:

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



وواياست چې په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

- له زده کوونکو څخه وغواړئ چې په ګروپونو کې د ورځنيو کارونو د سرته رسولو تصميم څه ډول تمثيلوي.
- زده کوونکي دې په اړوندو ګروپونو کې خپل عادتونه يو 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 واوري 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 زيار باسئ؟
- د حق غوښتل څه ګټه لري؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ

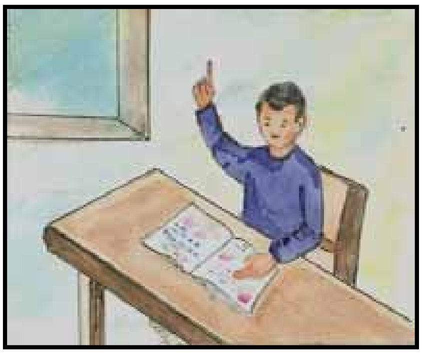
فعاليتونه:

زده کوونکي دې د حق غوښتلو په باره کې له يو بل سره مفاهمه وکړي او نبه والی دې ټولګيوالو ته ووايي.

ویي لولئ او مفهوم تړي واخلئ

هر انسان په خپل ژوند کې حق او غوښتني لري چې باید د هغو د لاسته راوړلو لپاره کار وکړي او زیار وباسي. که چیرې دیو انسان حقوق د نورو خلکو تر پښو لاندې کېږي باید له خپل حق څخه دفاع وکړي. موږ باید د نظر په څرګندولو او دخپلو کارونو په سر ته رسولو کې زیار وباسو. تل رښتیا ووایو او ښه کار وکړو.

پوښتني:



- ولې خپل حق وغواړو؟
- څه وخت په خپل کار کې بریالي کېږو؟
- څه ډول په یوه مسأله کې چې پوهیږو 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 یوه جمله ولیکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اووم لوست

زړورتیا درلودل

موخه: زده کوونکي به د اخلاقي زړورتیا په ګټه پوه شي او خپل حقوق و غوښتلی شي او حقایق بیان کړي.

پوښتني:

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

وواېئ چې په انځورونو کې څه وینئ

فعالیتونه:

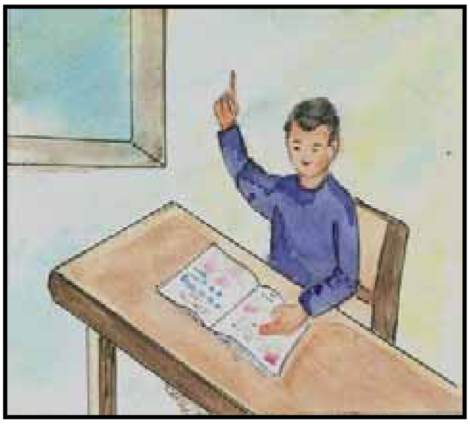
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثیل کړي چې دیوه کار په سرته رسولو کې له څه ډول اخلاقي زړورتیا څخه کار اخلي.
- زده کوونکي دې څرګنده کړي چې په زړورتیا سره خبرې او یا عمل کول څه ګټه لري.

(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 ورباندې 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 زورړتيا توپير وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

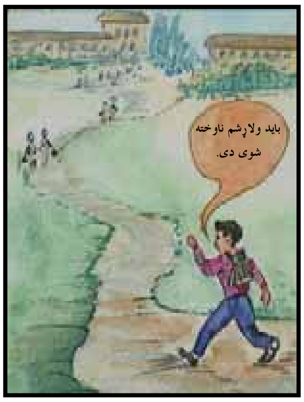
اتم لوست
د ستونزو پېژندنه

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

پوښتنې

- ولې د نورو نظر ته ارزښت ورکړو؟
- آیا د یوه نفر شخصي علاقه له بل سره توپیر لري؟
- کله مو کوښښ کړی دی چې خپله ستونزه حل کړئ؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟



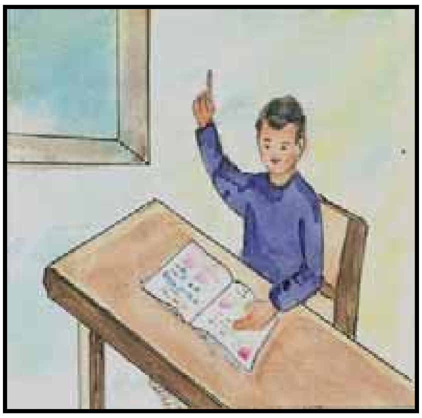
فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له یو بل سره د کتاب او کتابچې د ورکېدو دعوې تمثیل کړي چې د یو بل خبرې نه اوري، دعوه نه حلیږي، جنګ پای ته نه رسیږي او نور زده کوونکي د دعوې د حل په باره کې نظر ورکوي.
- زده کوونکي دې ووایي چې کله له کومې ستونزې سره مخ شوي او په څه شوي وي چې ستونزه له کومه پیدا شوې ده او څنګه یې 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. ځیني 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 تیریږي 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 وړاندې کوئ؟
- 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 وایې چې د بېلابېلو نظرونو له شته والي سره سره کولی شي ستونزه حل کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(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:

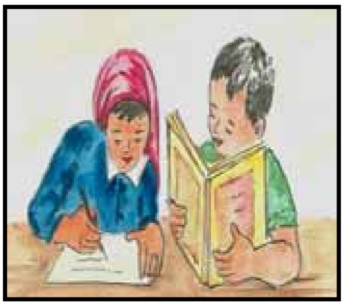
- د يوه کار په سر ته رسولو کې که چېرې ستونزه پيدا شي څه بايد وکړو؟
- ولي هر مطلب د ځان لپاره روښانه کړو؟
- که چېرې ستونزې وپيژنو څه ګټه لري؟

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 کولی شي ستونزه معلومه کړي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

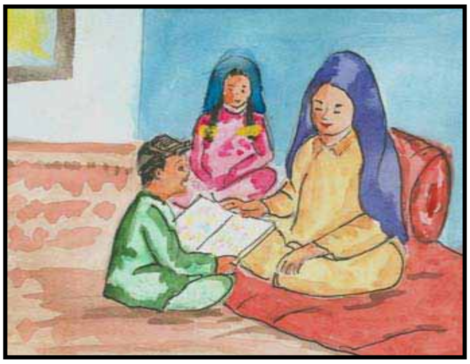


د يوې کورنۍ غړي په يوه کورني چاپيريال کې يو ځاى ژوند کوي. د کورنۍ غړي ځينې وخت له ستونزو سره مخامخ کيږي او دغه ستونزې د جنجال او دعوې سبب ګرځي.

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

پوښتنې:

- که چيرې يوه ستونزه په سمه توګه حل نشي څه کيږي؟
- تر اوسه پورې له کومې ستونزې سره مخ شوي ياست؟
- د يوې ستونزې د حل لپاره څو لارې پيدا کيږي؟ کومه يوه ټاکئ؟
- ولې ستونزې رامنځته کيږي؟



کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د يوې ستونزې د حل لپاره له خپل مور او پلار سره مشوره وکړي او ودې وايي چې د ستونزو په حل کې 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؟

ووایئ 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 بدی لست کړي او نورو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسانان په خپل ژوندانه کې کله کله په غوسه کيږي چې د همېشنۍ کرکې او دښمنۍ سبب کيږي چې د انسان صحت او سلامتۍ ته هم زيان رسيږي.

د غوسې او قهر د له منځه وړلو لپاره بايد تل له صبر او حوصلې څخه کار واخلو، د حل لپاره يې څو لارې پيدا کړو او يوه په کې وټاکو چې د دښمنۍ سبب نه شي.

پوښتنې:

- ولې د غوسې او قهر په وخت کې حوصله وکړو؟
- که زور زياتی را منځته کيږي ولې يې تحليل کړو؟
- د غوسې په وخت کې څه وکړو چې د جګړې او وهلو ټکولو مخنيوی وشي؟
- د قهر او غوسې فضا څنګه په پخلاينه بدلولی شو؟

کورنۍ دنده:

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

يوولسم لوست:

تېرېدنه او پخلاينه

موخه: زده کوونکي به د ښښنې 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 تېرېدنې او پخلاینې په هکله یوه جمله ولیکي او نورو ته دې ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

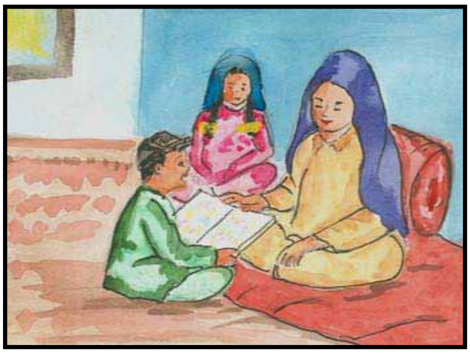
ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

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 خپګان 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 ګټه 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 تېرېدنې د ښيګڼو په هکله کيسې وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

دولسم لوست:

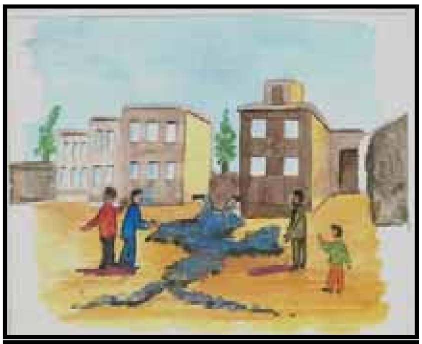
د لومړي فصل لنډيز

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

پوښتني:

- سوله ييز 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؟

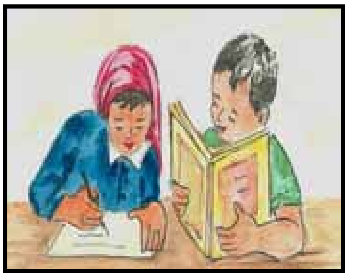
انځورونو کې څه وينئ.



فعاليتونه:

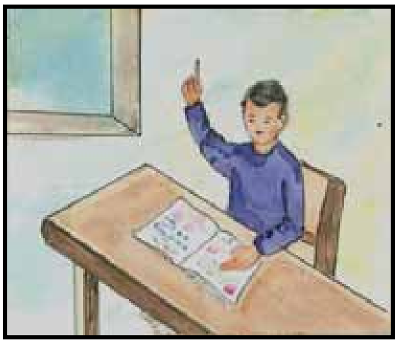
له زده کوونکو وغواړئ چې ددې فصل د لوستونو له مفاهيمو څخه يې کوم عملي کړي دي او څومره ګټور ثابت شوي دي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ



موږ هلکان او نجوني چې خپل ټول درسونه لولو، کوښښ کوو چې هغه په خپل ورځني ژوند کې عملي کړو. بايد د خپل حق په غوښتلو کې اخلاقي زړورتيا ولرو او ښه فکر وکړو چې د قهر ځواب په قهر ورنه کړو او سوله ييز 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 پخلاينه څه ګټه لري؟
- آيا کله مو په ژوند کې خپل حق غوښتلی دی؟

کورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوهم فصل

شکر ایستل

دیارلسم لوست

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 کیږي؟

په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

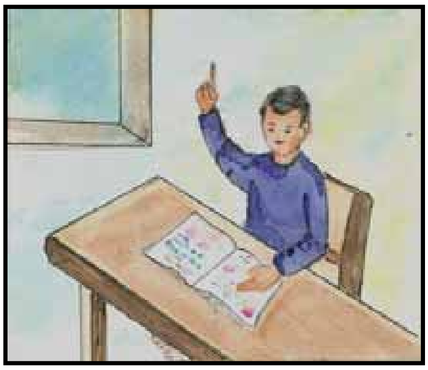
- له زده کوونکو وغواړئ چې په خپلو ګروپونو کې د خدای ج د نعمتونو لست جوړ کړي او خپلو ټولګیوالو ته یې ووایي.
- زده کوونکي دې د یو چا له خوا د مرستې او مهربانۍ له امله د مننې په باره کې یوه جمله ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

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

خدای(ج) مور ته سالم جسم، سترګې، غوږونه، مغز او نور نعمتونه راکړي دي چې ښه فکر وکړو، ووينو او نيك کارونه وکړو. بايد د خدای(ج) د نعمتونو شکر وباسو او له هغه چا څخه چې مور ته نېکه لاره ښيي مننه وکړو او تل بايد حق پېژندونکي او مهربان اوسو.

پوښتنې:



- که چېرې مور د يو چا له نيك کار څخه مننه ونه کړو څه کيږي؟
- 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 ميندو او پلرونو په مشوره څو کرښې په خپلو کتابچو کې وليکي او خپلو ټولګيوالو ته دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځوارلسم 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.

پوښتنې:

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

په انځورونو کې څه وينئ.

فعالیتونه:

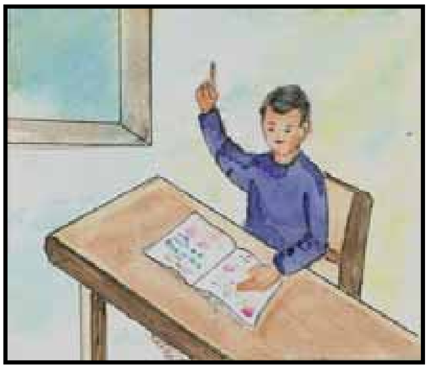
- زده کوونکي دې په ګروپو کې تمثیل کړي چې يو پوه خو لږ څه معیوب هم صنفي لري، درې نور کسان ورسره مرسته کوي او هغه ته نیك فکر ورکوي.
- زده کوونکي دې په خپل منځ کې خبرې وکړي چې څه ډول خپلو هم صنفیانو ته چې غیرحاضري ولري لارښوونه وکړي چې په راتلونکي کې غیر حاضري و نه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویي لولئ او مفهوم ترې واخلئ.

د انسان له ښو عادتونو څخه یوهم خپل ځان او نورو ته د خیر 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. خیر رسوونکي شخص سره څوك کینه نه لري درناوی یې کوي او د هر چا خوښیږي.

پوښتنې:



- نورو ته خیر رسول څه ګټه لري؟
- خیر رسوونکی او بې خیره شخص څنګه پیژنئ؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خیر رسولو په باره کې د خپلو مېند و او پلرونو په مشوره څو کرښې ولیکي او خپلو ټولګیوالو ته دې ووایي.

(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.

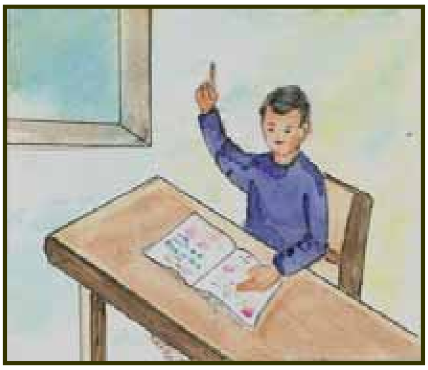
- زده کوونکي دې د خوشبينۍ او بد بينۍ چلندونه لست کړي د هغوی ښېګڼې او بدۍ دې خپلو ټولګيوالو ته ووايي.

(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 خوښیږي. هر څه ورته بد معلومیږي، تل د زیان رسولو په فکر کې وي. بدبین اشخاص هېڅکله دوستان نشي پیدا کولی.

پوښتنې:



- ولې تل خوشبین او امیدوار و اوسو؟
- ولې بد بیني د انسان د نا امیدۍ 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

شپاړسم لوست

ښه شخص

موخه: زده کوونکي به د ښه شخص ځانګړتیاوې و پیژني او د ښو 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؟

وواياست په دې انځورونو کې څه وينئ؟

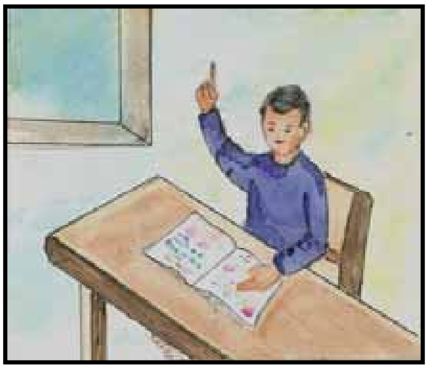
فعالیتونه:

- 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.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

زه تل د ښو خلکو خبرو ته غوږ یږدم. دخپلو 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 ووایي. چا ته ازار نه رسوم او چا ته کنځلې نه کوم. دخپل مور او پلار او استاذ درناوی کوم، خبرې یې نه قطع کوم کوښښ کوم چې نیک کارونه وکړم او خلک مې دیوه 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 وپيژني.

پوښتني:

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ.

فعالیتونه:

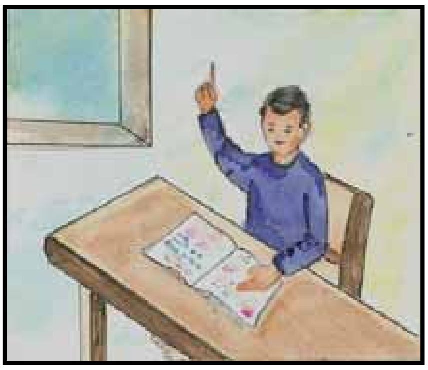
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې داسې یو شخص تمثیل کړي چې ښه اخلاق لري.
- ○ زده کوونکي دې په اړوند ګروپونو کې د ښو اخلاقو په باب خبرې وکړي.
- ○ زده کوونکي دې په ګروپونو کې بحث وکړي چې کوم شخص ته د ښو اخلاقو خاوند ویلی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

انسان بايد د ښو اخلاقو ښتن وي چې خلک يې دوست و بولي او په ورځني ژوند کې ورباندې باور وکړي. هغه ځوک 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

وواېئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

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

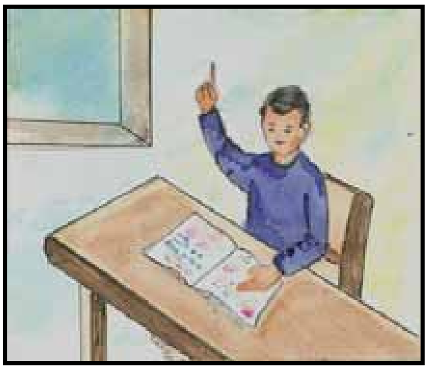
(c) ketabton.com: The Digital Library

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 درناوی 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 اورېدل 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

نولسم لوست

د نورو قدر کول

موخه: زده کوونکي به په ځان کې له نورو څخه د منني روحيه پياوړې کړي او په ورځني ژوند کې به يې په ارزښت پوه شي.

پوښتنې:

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

وواېئ چې په انځورونو کې څه وينئ

فعاليتونه:

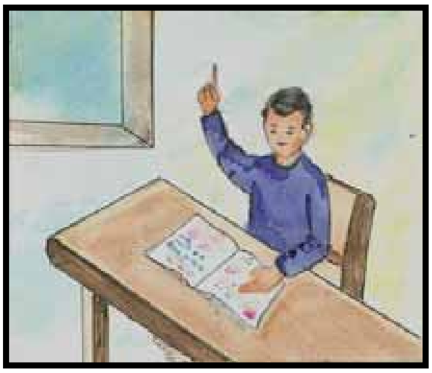
- زده کوونکي دې په ټولګي کې تمثيل کړي چې يو ښوونکی صاحب د يو پاک با ادبه او ښې حاضرۍ لرونکي زده کوونکي څه ډول قدر کوي او هغه هڅوي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې کيسه وکړي چې کوم کارونه يې پلار، مور او ښوونکي ته د منلو وړ دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويي لولئ او مفهوم تري واخلئ

که چېرې 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 وربانديې بد وايي. داسې کسان دوستان نه لري. دغه راز که يو زده کوونکی ښه حاضرى 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 شوې 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 ستايلو سره غواړې 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

شلم لوست

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 دخه په هکله ښه نظر ورکړی دی؟
- که چیرې څوک ستاسو د ښه کار په هکله خراب نظر ورکړي په تاسو څه ډول اغېزه کوي؟
- کله مو دچا 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 دښو او بې ځایه انتقادونو په هکله بحث وکړي. دښه والي او بد والي په باره کې دې خپلو ټولګیوالو ته خبري 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 کېږي.

پوښتنې:

- کله مو دچا ښې نظریې او انتقادونه منلي 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 دټولني 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 كول

موخه: زده كوونكي به په نيک چلند باندې پوه شي او په ورځني ژوند كې به دغه په ارزښت وپوهيږي.

پوښتنې:

- تراوسه مو دچا د بد چلند په وړاندې 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؟

وواييچه په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

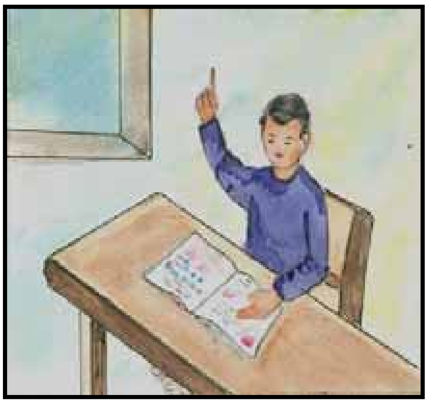
- دوه زده كوونكي دې په گروپ كې تمثيل كړي چې يو د بل كتاب او كتابچه يې بې له اجازې اخيستي وي او دوهم زده كوونكى پرته له دې چې ټولگيوال يې خپه شي څه ډول نيک چلند ورسره كوي.
- له زده كوونكو څخه وغواړئ چې په ځانگړي توگه وواييچې كه چيرې څوک دهغوى په وړاندى ناوړه چلند وكړي، دوى يې په مقابل كې څه ډول عكس العمل څرگندوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې 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 دانتقام یا بدې خبرې په فکر کې ونه اوسو ځکه چې د همېشنۍ دښمنۍ سبب کېږي 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

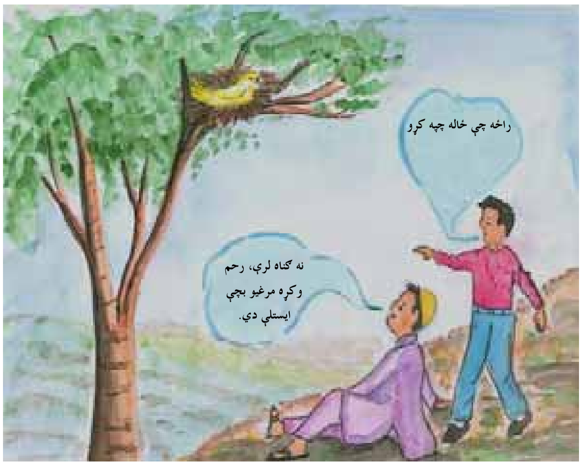
په ځان او نورو مهرباني

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 ببنلې ده ؟
- په نورو ترحم څه ګټه لري؟
- په نورو له ترحم کولو څخه درته څه احساس پيدا شوی؟

وواييئ چه په انځورونو کې څه وينئ.



فعاليتونه:

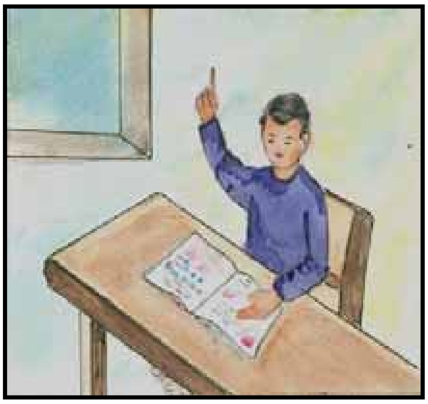
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې د درې ورونو تمثيل وکړي.
- دوه ورونه په کور کې په ګوګړو، برقي سيم او ساکت ساعت تيري (مستي) کوي.
- دريم ورور ورته وايي چې په ځان او کورنۍ رحم وکړئ! په خطرناکو شيانو ساعت تيري د خطر سبب کيږي. ستاسو دوجود او کور دسوځېدو سبب کيږي.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې هغه ټکي چې په دوی 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 ټخه ونشي. په تېروتنه کې دوستان خپه کيږي او پخپله شرمېږو.
بايد کوښښ وکړو چې هېڅکله چاته ضرر ونه رسوو. په کوچنيانو او زوړو رحم وکړو او هم په خپل ځان رحم وکړو. دبرق سيم، ثيروونکو 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 بدوکارونو پيروی ونه کړو.

پوښتنې:



- څه ډول په ځان رحم او زړه سوی وکړو؟
- څه ډول په نورو رحم او ور سره مرسته وکړو؟
- که زمونږ له يوه دوست څخه تيروتنه وشي له هغه سره څه وکړو؟
- د يوې تيروتنې د اصلاح په باره کې د چا خبرو ته غوږ نيول څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست د موضوع په اړوند له خپلې کورنۍ سره کيسه وکړي. په ځان او نورو د رحم د ښېګڼې په هکله دې يوه جمله په خپلو کتابچو کې وليکي او په ټولګی دې ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

درویشتم 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؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

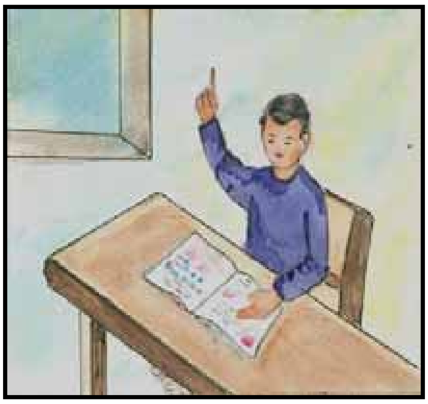
فعالیتونه:

- 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.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

غم او مصيبت د خدای (جل جلاله) له لوري وي او هر څوک په غم کې خپه کېږي. په داسې وخت کې انسان بايد هېڅکله خدای (جل جلاله) هېر نه کړي. د خدای (جل جلاله) مهرباني 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

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورويشتم لوست: د نورو خبرو ته غوږ نيول

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

پوښتنې:

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې تمثيل کړي چې څه ډول دنورو خبروته په پاملرنه او درناوی سره غوږ ونيسو.
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې دنورو خبروته دغوږ نيولو پرګټو خبرې وکړي هغه دې لست کړي او خپلو ټولګيوالو ته دې په لوړ اواز ووايي.

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 چیرې یې خبرې دلیږدوني له پاره وي کولی شو نوروته یې ولیږدوو او له غلط فهمۍ سره مخامخ نشو. دخبرو په ښه اوریدلو سره په مطلب ښه پوهیږو او ګټه ترې اخیستلای شو. مونږ دا خبرې قطع نه کړو او دخبرو په اوریدلو کې بلی 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 چیرې څوک ستاسو خبروته غوږ ونه نیسي څه احساس درته پیدا کیږي؟
- دخبرو اوریدو 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

ويې 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 واورېدلی شي.

داسې نظر او پرېکړه دې عملي شي چې د ټولو لپاره ګټوره وي چې د دشمنۍ 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

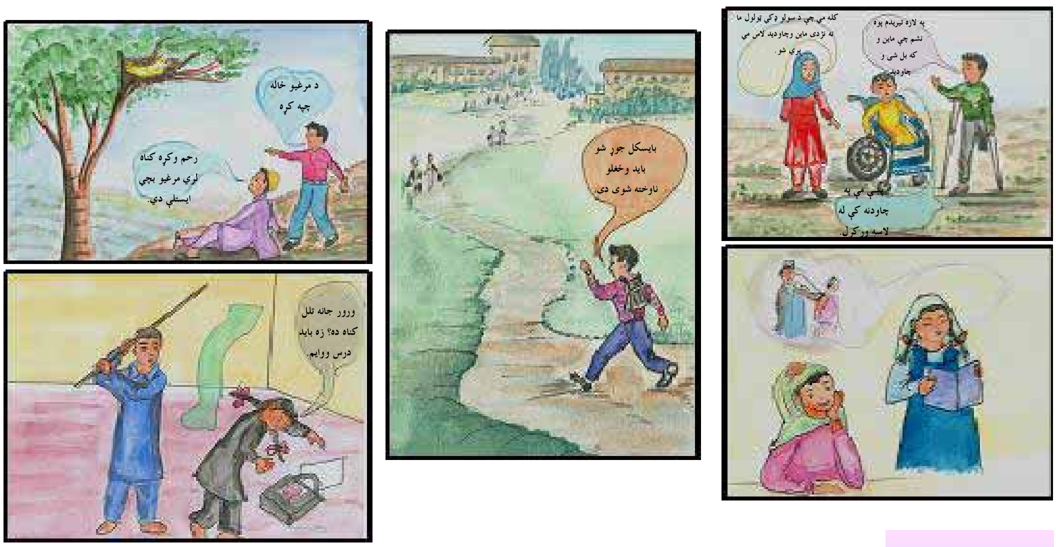
شپږویشتم لوست   د دویم فصل لنډيز

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

پوښتنې:

- کله مو د خدای (جل جلاله) د نعمتونو په باره کې او یا هم د خپل ټولګیوال دنیکۍ په مقابل کې شکر ایستلی دی؟
- کوم شیان مو په ژوند کی خپه کوي؟
- د ځان په باره کې د نورو خوشبیني څه ډول ترلاسه کولی شو؟
- د نورو 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؟

وواییئ چې پدې 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 وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

مور زده کوونکي ټول هغه موضوعات چې يادووپه ورځني ژوند کې يې پلي کوو.
تل خپل ځان اونورو ته درناوى لرو. غواړو چې چاته ازار ونه رسوو. زيار باسو چې خپل اختلافونه د مفاهمې له لارې حل کړو. رښتيا، مينه او ښه فکر خپل عادت وګرځوو چې د خلکو ترمنځ باور او محبوبيت پيدا کړو او ټول مو دوستان وبولي.

پوښتنې:

- هغه شيان چې د ځان او نورو لپاره غواړئ 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

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

پوښتني:

- 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؟

وواېئ 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 وهني 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 کړي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 نازك 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 كېږي. نو لازمه 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 كېږي؟
- كوم شيان په اوړي كې زموږ د ناروغۍ سبب كېږي؟
- څرنګه كولی شو چې په دې دوو فصلونو كې خپل ځان ښه وساتو؟

كورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

په دی انځورونو کې څه وینئ؟

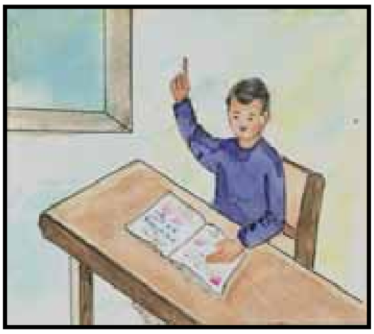
فعالیتونه:

- ټول ټولګی دې په درېوګروپونو وویشل شي.
- لومړی ګروپ دې د سیلاب او زلزلې په باره کې خبرې وکړي او د هغو زیانونه دې نورو ته ووايي.
- دویم ګروپ دې دتوفان، تالندې او برېښنا په باره کی خبرې وکړي او د هغو زیانونه دې نورو ته ووايي.
- دریم ګروپ دې په خپل منځ کې خبرې وکړي، ودې وايي چې له دې پېښو څخه څنګه ځانونه وساتو.

ويې لولئ او مفهوم تري واخلئ

زلزلـه ، سـيلاب تالنـده او برېـښنا او سـخت توفانونه له طبيعي پېښو څخه شمېرل کيږي چي د بشر لپاره زيات خطرونه رامنځته کوي. خو انسانان دغه خطرونه په پام کې نيسي په سختو توفانونو کې له کورونو څخه نه وځي د خپلو کورونو کړکۍ بندوي او د کړکيو دښيښو لاندی نه ودريږي.

پوښتني:



- دزلزلې په وخت چېرې پناه وړئ؟
- دسخت توفان په وخت کې څه کوئ؟
- دهوا له تودوخې او سوړوالي 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

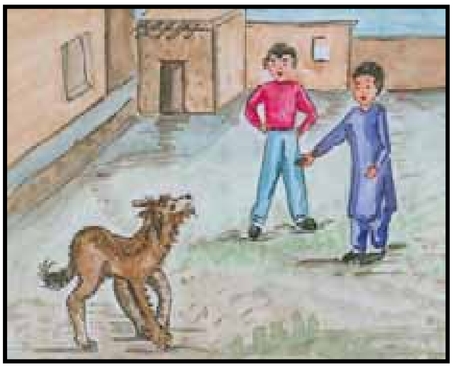
نهه ويشتم لوست له حيواني ناروغيو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به پوه شي چې ژوي هم ناروغه کيږي او له هغو سره تماس انسان ته د ناروغيو د لیږدېدو سبب کيږي او په دې ترتيب د ژويو د حفاظت په ارزښت پوه شي.

پوښتني:

- کوم کورني ژوي پيژنئ؟
- کله د يوکورني ژوي ناروغۍ ته متوجه شوې ياست؟
- ولې له ليوني او بازاري سپيو څخه ډډه کوئ؟
- څرنګه د ژوو د ناروغيو څخه ځان وساتو.؟

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ؟



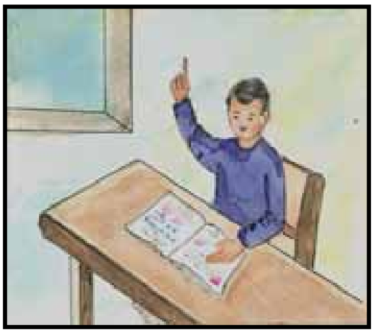
فعاليتونه:

فعاليتونه: زده کوونکی دې يو وحشي يا اهلي ژوی چې پيژني يې انځور کړي.
زده کوونکي دې پر پنځه کسيزه ګروپ کې له يو بل سره خبرې وکړي چې د ژوو له زيـــان څخـــه ځانونه څنګه ساتلی شي.

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

ژوي ژوندي موجودات دي هغوی مهربانۍ ته اړتيا لري.
کورني ژوي دخپل ژوندانه دپايښت لپاره خوراک او مناسب ځای ته اړتيا لري چې ناروغ نشي.
ځني ژوي په کوڅو اوکثافاتو کې له تګ راتګ او ګرځېدو څخه زيانمن او ناروغه کيږي. د ژوو ناروغي خطرناکه وي او ژر لېږديږي.
موږ ته لاژمه ده چې ځان لري وساتو تر څو ناروغه نشو.

پوښتنې:



- که له ناروغه ژووسره مخامخ شوئ څه کوئ؟
- څنګه بايد د کورني چرګ او سپي ساتنه وکړو؟
- څه ډول له حيواني ناروغيو څخه ځان ساتلی شئ؟

کورنۍ دنده:

دلوست دموضوع په اړه دخپلې کورنۍ له غړو سره کيسه وکړئ.
دحيواناتو دساتلو په باره کې يوه جمله وليکئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

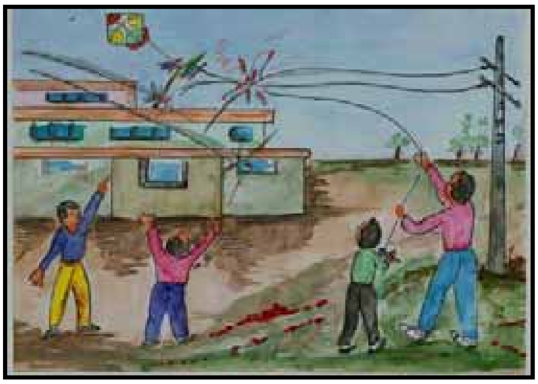
دیرشم لوست   په کور کې له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به په خپل کور او شاوخوا کې احتمالي خطرونه وپېژني او دداسې خطرونو څخه د خپل ځان دساتلو توانايي پيداکړي تر څو د پېښو مخنيوی وکړي.

پوښتنې:

- کوم شيان په کور کې د اورلګېدو سبب کيږي؟
- له بريښنايي سامان الاتو ساکټ او بريښنايي سيمونو سره ساعت تېري څه خطرونه لري؟
- د تېره چاقو، قيچي او مېخ سره ساعت تېری څه ډول ناوړه پېښې منځ ته راوړي؟
- دسر خلاصي څاه، بام او نړېدلو دېوالونو په شاو خوا کې ولې خطرونه وي؟

ووايئ چې په دې انځورونو کې څه شی وينئ؟



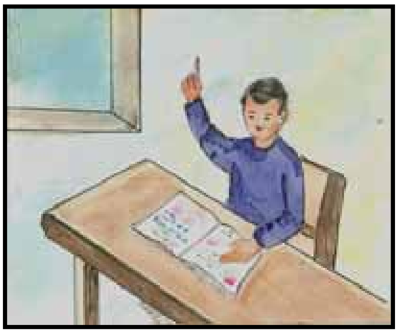
فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپ کې تمثيل وکړي چې له بريښنايي 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 دهغه مخنيوی څنګه کولی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

زموږ په کورونو کې مختلف شیان موجود دي. که په احتیاط سره ونه کارېږي زیات خطرونه رامنځته کېږي چې د مالي او ځاني زیانونو سبب کېږي.
باید 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 ګیلاس څخه استفاده ونه کړي. له دوړو خاورو او دلرګیو له دود ځان وساتي چې ناروغه نشي.
دغه راز د سر خلاصو څاه ګانو او لویو ویالو تر څنګ لوبې ونه کړي.



پوښتنې :

- ولې د کور له سامان او لوازمو څخه په احتیاط استفاده وکړو؟
- که چېرې خطر احساس کړو څه وکړو؟
- له تېره څوکو وسایلو لکه بیاتي، چاقو، مېخ او برېښنایي وسایلو څخه د کار اخستلو په وخت څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

- زده کوونکي دې د احتمالي خطرونو په هکله مور او پلار ته کیسه وکړي.
- ودې وایي چې څه ډول دیوې پېښې مخه نیولی شو او ځان څنګه ساتلی شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يو ديرشم لوست

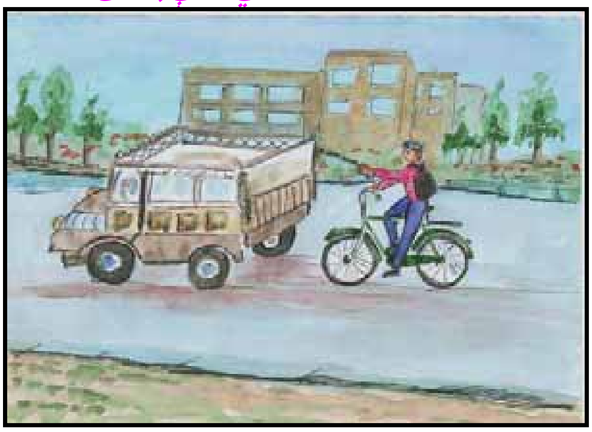
پر سركونو باندې له خطرونو څخه ځان ساتل

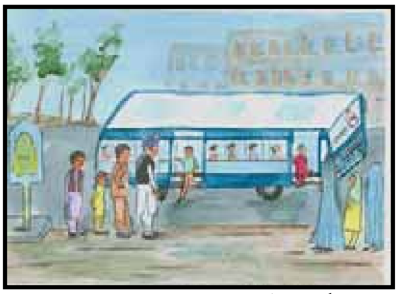
موخه: زده كوونكي به له ترافيكي قوانينو او اشارو سره اشنا شي په واټونو باندې د تېرېدلو په وخت كې به له احتياط څخه كار واخلي، له موټر څخه د كښته كېدلو او پورته كېدلو په وخت كې به ځان وساتي.

پوښتنې:

- د واټونو تر څنګ پلې لارې مو ليدلې دي، له هغو څخه څه وخت ګټه اخلئ؟
- د هغو خطرونو نومونه واخلئ چې په سركونو باندې يې احساسوئ؟
- موټر ته د پورته كېدلو په وخت كوم ټكي په پام كې نيسئ؟

څو ډوله ترافيكي نښې پېژنئ؟





فعاليتونه:

- كومې ترافيكي نښې چې زده كوونكي پېژني هغه دې رسم كړي او نورو ته دې وښيي.
- زده كوونكي دې له منډې وهلو څخه د رامنځته شوو ترافيكي پېښو او په سركونو باندې له توپ لوبې او كاغذ پرانې څخه رامنځته شوو خطرونو په باره كې خبرې وكړي. او خپل د سترګو ليدلى حال دې نورو ملګرو ته وواييي.

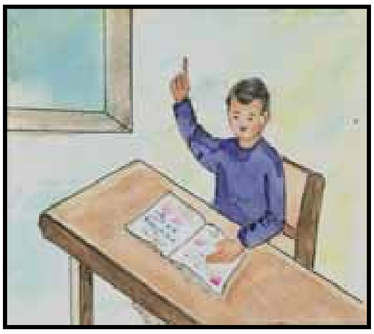
(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

په هر ځای کې ترافيک ځانګړي قوانين او نښې نښانې لري، کـه چېرې د پليو خلکو او موټر وانانو لـه خوا مراعات نشي، زړه بوګنوونکي ترافيکي پېښې رامنځته کوي او ان چې د مرګ سبب ګرځي.

موږ بايد په سرکونو باندی دپليو لارو په خطونو، دبس تم ځايونو او ترافيکي اشارو په باره کې معلومات ترلاسه کړو چې خپل ځانونه له ترافيکی خطرونو څخه وساتو.

پوښتنې:



- تراوسه د ترافيکو له کومو ترافيکي قوانينو او اشارو سره اشنا ياست؟
- په سرکونو باندې ښويدل څه خطر لري؟
- ولې په يو بايسکل باندې درې تنه سپاره نشو؟

کورنۍ دنده:

زده کـوونکي دې د څـو ترافيکـي اشـارو انځورونه وباسي او خپل مور او پلار تـه دې تشريح کړي.

د ترافيکي قواعدو پـه باره کې دې يـوه جمله وليکي.

(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.

پوښتني:

- 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 ؟

وو ایئ 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 اويا 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 د ماين، ناچاود بدلو 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

درې دېرشم لوست

دغیر صحي اوبو له خطرونو څخه ځان ساتل

موخه: زده کوونکي به د څښلو صحي او غیر صحي اوبو توپیر وکړي او د غیر صحي اوبو خطرونه به وپېژني.

پوښتنې:

- دڅښلو لپاره له کومو اوبو څخه استفاده کوئ؟
- ستاسو په نظر د سر خلاصو تښتو (بیت الخلا) ته د نږدې څاګانو اوبه څه ډول دي؟
- غیر صحي اوبه د روغتیا لپاره څه زیان رسوي؟
- څنګه کولی شو له غیر صحي اوبو څخه استفاده وکړو؟

ووایی چې په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په ګروپونو کې له غیر صحي اوبو څخه کار اخیستل تمثیل کړي؟
- زده کوونکي دې په خپلو ګروپونو کې د غیر صحي اوبو د صحي کولو په طریقه خبرې وکړي او وروسته دې خپلې نظریې نورو ته ووایي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

اوبه د انسانانو د ژوندانه د پايښت 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 څښلو، د مايع غذا او مېوو په خوړلو سره دويم ځلې پوره کېږي د غير صحي اوبو څښل وجود ته زيان رسوي ځکه چې د ساري ناروغيو د لېږدونې سبب ګرځي. نو بايد له سرچينو څاه ګانو، د اوبو له نل او بمبې څخه چې پاکې اوبه لري استفاده وکړو. که چېرې صحي اوبه نه وي د ويالې اوبه يا د سرخلاصې څاه اوبه جوشوو او استفاده ترې کوو. څاه بايد له تشې څخه لرې وي.

پوښتنې:

- دڅښلو لپاره له څه ډول اوبو څخه کار اخلو؟
- د څاه او نل په اوبو سر بېره له نور کومو اوبو څخه بايد استفاده وکړو؟
- اوبه څه ډول د څښلو وړ ګرځي؟
- آيا تشې ته د نږدې څاه اوبه د استفادې وړ دي؟

کورنۍ دنده:

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

(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 وکړي.

پوښتنې:

- د خپل ځان دروغتیا په خاطر کوم کارونه سرته رسوئ.
- د ناپاکو مېوو او ترکاريو خوړل د څه سبب کيږي؟
- تاسی 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 چاپېريال ته څه زيان لري؟

وواياست چې په انځورونو کې 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.

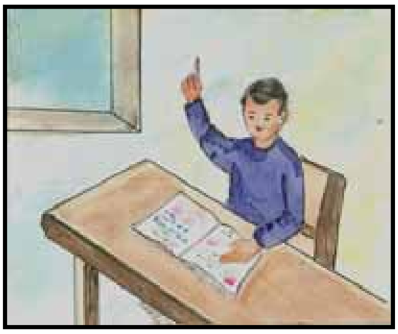
(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

روغتیا د خدای(ج) ستر نعمت دی،باید زیار 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 چاپېریال له کثافاتو څخه پاک کړو. حیواني او انساني فاضله مواد ښخ کړو. په دې ډول کولای شو د ناروغیو دلېږدېدو مخه ونیسو موږ مسلمانان یو او پاکوالی د ایمان یوه برخه ده. نو باید د پاکوالي په برخه کې زیار وباسو.

پوښتنې:



- دبدن او د استوګنې د چاپېریال پاکوالی څه ګټه لري؟
- ولې د حاجت له لرې کولو څخه وروسته دلاسونو پرېمینځل 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 وایي چې خپل، دکور او ټټۍ پاکوالی څه ډول وساتو.

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

وواياست چې په انځورونو کې څه وينئ.

فعالیت:

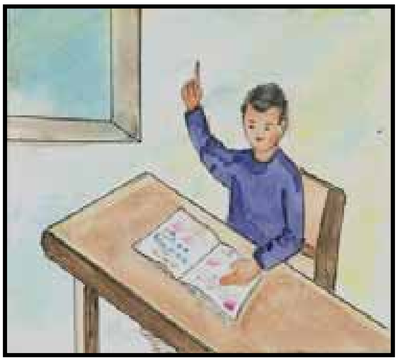
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې پر هغه څه چې ددې فصل د لوستلو څخه زده کړي او تر اوسه یې عملي کړي دي خبرې وکړي او وروسته دې خپلو ټولګیوالو ته ووايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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 نورو له 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؟

ووایئ چې په انځورونو کې څه وینئ؟

فعالیتونه:

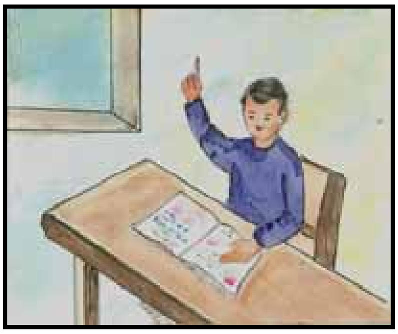
زده کوونکي دې په څلور کسیز ګروپ کې تمثیل وکړي چې څه ډول د یو بل د مرستې قدر وکړو؟

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 تري واخلئ

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



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

کورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوه دیرشم لوست

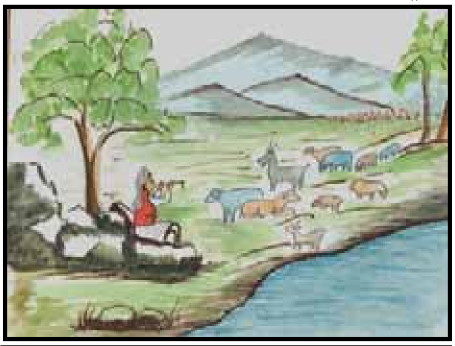
زموږ د هېواد قومونه

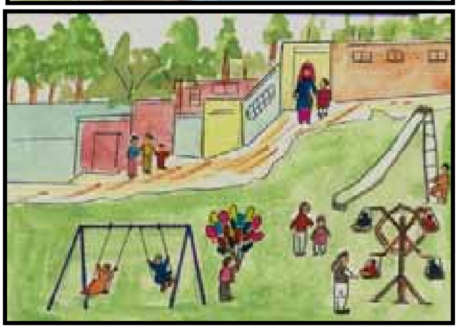
موخه: زده کوونکي به پوه شي چې په ګران هېواد کې زيات قومونه په ګډه ژوند کوي.

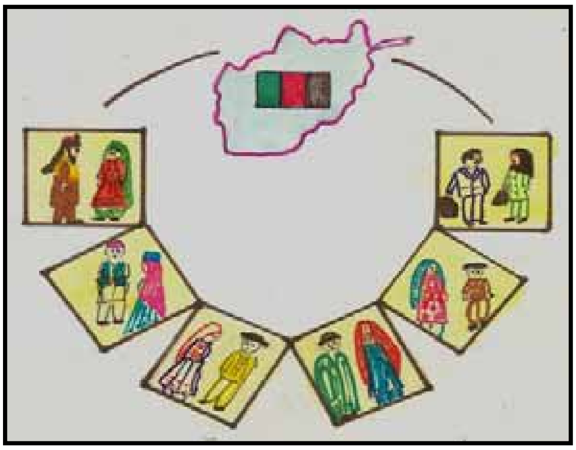
پوښتنې:

- 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؟

وواياست 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.

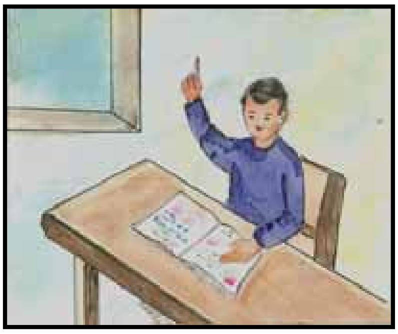
(c) ketabton.com: The Digital Library

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

زموږ د هېواد ژبې

موخه: زده کوونکي به د هېواد له بېلا بېلو ژبو خبرتيا تر لاسه کړي او له زده کولو سره به يې مينه پيدا شي.

پوښتني:

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

ووايئ چې په انځورونو کې څه وينئ.

فعاليتونه:

- زده کوونکي دې په څلورو ګروپونو د بېلا بېلو قومونو استازيتوب وکړي او تمثيل دې کړي چې ډېر ښه دوستان دي او د يو بل ژبه زده کوي او خپل مطلب پرې حلوي.
- زده کوونکي دې په انفرادي ډول د ژبو په باره کې خبرې وکړي او يوه کيسه دې په ګډه ووايي چې زده يې وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې 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 دې 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 موږ 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 موږ 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

(c) ketabton.com: The Digital Library

نهه دیرشم لوست: ورته والی او قومي دودونه

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

پوښتني:

- 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 غوښتني 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 خیل وګني.

(c) ketabton.com: The Digital Library

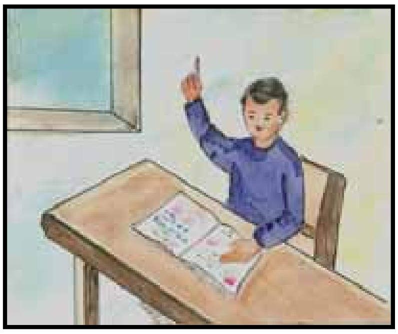
ويي لولئ او مفهوم ترې واخلئ:

موږ 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.

موږ 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 زموږ د مطلق اکثريت خلکو دين د اسلام سپېڅلي دين دی.

سره لدې چې په ځينو دودونو کې توپير لرو موږ 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

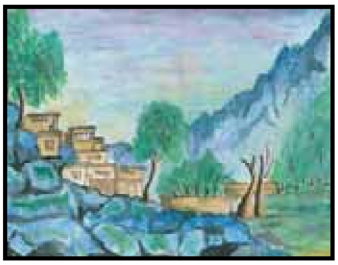
ښاري او کليوالي ژوند

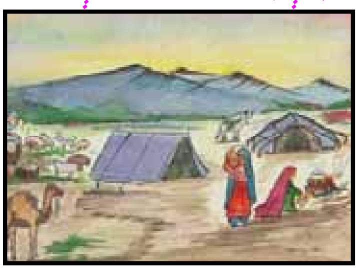
موخه: زده کوونکي به د ښاري او کليوالي ژوند ترمنځ توپير وپېژني.

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:

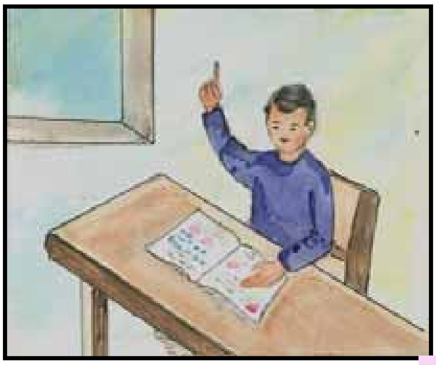
- زده کوونکي دې په څلور کسيزو ډلو کې تمثيل وکړي او د ښاري چاپېريال په هکله دې خبرې وکړي.
- زده کوونکي دې په انفرادي توګه، د استوګنې هغه چاپېريال انځور کړي چې هغه يې خوښيږي او وروسته دې هغه انځور نورو ته وښيي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ویې لولئ او مفهوم ترې واخلئ!

خدای (جل جلاله) ټول موجودات پیدا کړي دي او د انسانانو لپاره یې د استوګنې چاپېریال په واک کې ورکړی دی ځینې انسانان په ښارونو او ځینې ښارونو څخه لرې په کلیوالو سیمو کې ژوند کوي.
ښاري او کلیوالي چاپېریال توپیر لري، ښاري چاپېریال ښه هوا نه لري خو د کلیوالي چاپېریال هوا ښه وي، ځکه چې هلته ګڼه ګوڼه کمه اوبه ډېرې او زیات ځنګلونه موجود وي.

پوښتنې:



- ولې ښاري او کلیوالي چاپېریال توپیر لري؟
- کله مو د چاپېریال د ښه کولو فکر کړی دی؟
- ستاسو په نظر د استوګنې لپاره کوم چاپېریال غوره دی.

کورنۍ دنده:

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

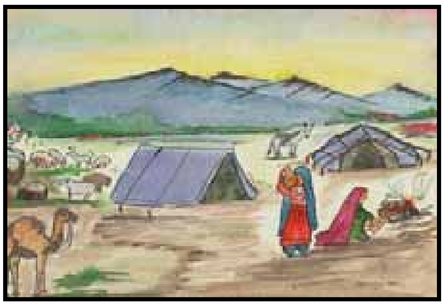
يو څلوېښتم لوست

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.

پوښتني:

- 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:

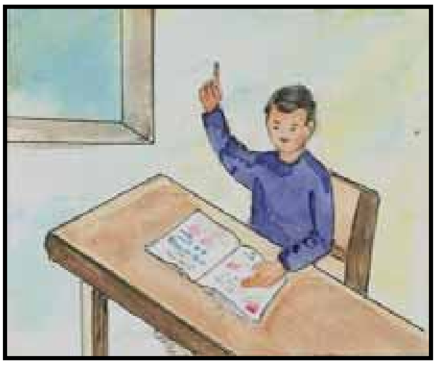
- زده کوونکي دې په ګروپونو کې خبرې وکړي او ودې وايې چې لـه تېرو لوستونو څخه يې کوم کارونه او نېک عملونه زده او عملي کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ويې لولئ او مفهوم ترې واخلئ

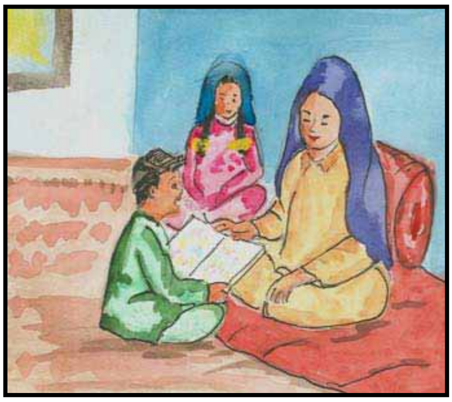
مونږ ټول زده کوونکي ټول هغه مفاهيم چې په دې کتاب کې مو زده کړي دي په خپل ژوند کې ترې کار اخلو زيار باسو چې د يو بل ژبه زده کړو او د يو بل رواجونو ته درناوی ولرو.

پوښتنې:



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

کورنی 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