

فصل اوّل

خودشناسی



به این تصویرها توجه کنید



مشخصات فردی من

آن روز ما درس مطالعات اجتماعی داشتیم. آموزگار کلاس، آقای دلیری از ما خواسته بود، تصویر صفحه اول شناسنامه های خود را همراه داشته باشیم. وقتی او به کلاس آمد بعد از سلام و احوال



پرسی از ما خواست به تفاوت نام و نام خانوادگی خودمان و دیگران توجه کنیم. سپس از هر کدام از ما خواست نام پدر خود را بگوییم. آن گاه گفت: **به نام، نام خانوادگی و نام پدر، مشخصات فردی ما می گویند.**

آیا می خواهید مشخصات فردی دیگری غیر از نام و نام خانوادگی و نام پدر خود را بدانید؟

سپس ما را به گروه های دو نفره

تقسیم کرد و از هر کدام از ما خواست با نگاه کردن به تصویر شناسنامه خود، برگه زیر را کامل کنیم.

برگه مشخصات فردی

نام پدر:	نام خانوادگی:	نام:
شماره کد ملی:	تاریخ تولد:	محل تولد:

بعد از پر کردن برگه، آقای دلیری از ما خواست برگه و تصویر شناسنامه های خود را به یک دیگر بدهیم. و هر کس مشخصات فردی دوستش را با آن چه که روی تصویر شناسنامه او نوشته شده است، مقایسه

کند. و در پایان او گفت: سعی کنید مشخصات فردی خود را به یاد بسپارید. و در نگه داری و مراقبت از شناسنامه خود دقت کنید.

در پایان آن روز، ما یاد گرفتیم که هر کدام از ما مشخصات فردی مخصوص به خودمان را داریم که با مشخصات فردی دیگران تفاوت دارد که باید آن ها را خوب یاد بگیریم.

فکر کنید و پاسخ دهید

۱- به جز نام، نام خانوادگی دو مورد از مشخصات فردی را نام ببرید؟

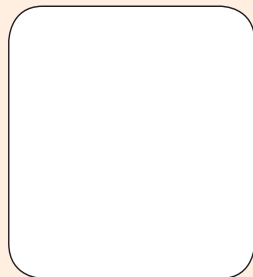
۲- آیا مشخصات فردی ما با دیگران تفاوت دارد؟

۳- مشخصات فردی خود را بگویید؟

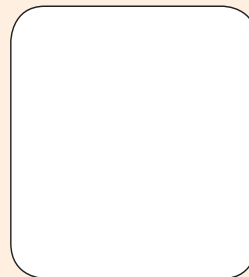
فعالیت ۱

۱- درباره تصویرهای صفحه " به این تصویرها توجه کنید " با یک دیگر در کلاس صحبت کنید.

* با گذاشتن اثر انگشت، جاهای خالی را پر کنید.



اثر انگشت هم گروهی



اثر انگشت دانش آموز

* اثر انگشت یکی دیگر از مشخصات فردی ما است.

فعالیت ۲

۲- دو برگ مشخصات فردی مانند درس تهیه کنید و آن را برای خود و دو نفر از افراد خانواده پر کنید.

فعالیت ۳

۳- طراحی فعالیت های مربوط به این قسمت به عهده آموزگاران است.

خود را بهتر بشناسیم



- آیا تاکنون به خودتان فکر کرده اید؟
 - چشم شما چه رنگی دارد؟ موی شما چه رنگی است؟
 - شما چه درسی را بیشتر دوست دارید؟
 - از میان بازی ها کدام بازی را بهتر انجام می دهید؟
 - آیا شما مهربان و خوش اخلاق هستید؟
حالا به دوست خود فکر کنید.
 - چشم او چه رنگی دارد؟ موی او چه رنگی است؟
 - فکر می کنید دوست شما چه درسی را بیشتر دوست دارد؟ آیا او هم مهربان و خوش اخلاق است؟
- همه ی ما شباهت ها و تفاوت هایی با یک دیگر داریم. به طور مثال همه ی ما به آب، هوا و غذا احتیاج داریم و چیزهای زیبا را دوست داریم. همه ی ما به محبت و مهربانی هم نیاز داریم.

اما شکل و قیافه و توانایی های ما، با هم تفاوت دارد. مثلاً بعضی ها در درس ریاضی توانایی های خوبی دارند و این درس را خوب می فهمند. اما بعضی دیگر در درس فارسی توانایی های خوبی دارند و این درس را بهتر از ریاضی یاد می گیرند. هم چنین در انجام کارها نیز ما با یکدیگر فرق داریم. گروهی ممکن است در زنگ ورزش بهتر از دیگران بدوند و ورزش کنند. اما عده ای دیگر در زنگ هنر کاردستی های زیبایی درست می کنند. بنابراین هر یک از ما توانایی هایی داریم که باعث می شود بعضی از کارها را بهتر انجام دهیم.

حالا هر کدام شما درباره ی خودتان فکر کنید و درباره ی این که به چه چیزهایی علاقه دارید و یا دوست دارید چه کارهای جدیدی را یاد بگیرید، در کلاس صحبت کنید.



فکر کنید و پاسخ دهید

۱- آیا همه انسان‌ها مثل یکدیگر هستند؟

۲- انسان‌ها در چه چیزهایی با یکدیگر تفاوت دارند؟

۳- به کدام درس علاقه بیشتری دارید؟ چرا؟

فعالیت ۱

* جاهای خالی را پر کنید.

نام من است.

کارهایی را که خوب انجام می‌دهم.

.....

کارهایی را که دوست دارم یاد بگیرم.

.....

کارهایی که باید بیشتر تلاش کنم تا بهتر آن‌ها را انجام دهم.

.....

* به کدام یک از فعالیت های زیر علاقه دارید، آن را علامت بزنید.

- | | | | |
|--------------------------------------|--|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> کتاب خواندن | <input type="checkbox"/> تماشای تلویزیون | <input type="checkbox"/> ورزش کردن | <input type="checkbox"/> بازی و سرگرمی |
| <input type="checkbox"/> کلاس نقاشی | <input type="checkbox"/> کلاس موسیقی | <input type="checkbox"/> مسافرت | |

- اگر به غیر از این فعالیت ها به فعالیت دیگری علاقه دارید، بنویسید

فعالیت ۲

* شما کدام یک از این خصوصیات را دارید. دور آن خط بکشید.

خنده رو	خوش اخلاق	خجالتی
راست گو	ترسو	عصبانی
پرحرف	اخمو	مهربان

فعالیت ۳

* طراحی فعالیت های مربوط به این قسمت به عهده آموزگاران است.

فصل دوم

خانواده



به این تصویرها توجه کنید



این عکس خانواده من است. من، خواهر کوچکم شیرین، برادرم، پدر و مادرم در عکس دیده می شویم. این عکس مربوط به چند سال پیش است. من هر وقت به این عکس نگاه می کنم به یاد یکی از خاطرات کودکی ام می افتم. خواهرم شیرین، در این عکس اخمو است. در آن موقع شیرین مدتی بود کم حرف، بد اخلاق و بی حوصله شده بود و خیلی زود عصبانی می شد و فریاد می زد. برای همین یک روز که به خانه‌ی مادربزرگ رفته بود. پدر و مادرم از من و برادرم خواستند که دور هم بنشینیم و درباره‌ی مشکل شیرین با هم صحبت کنیم.



پدرم گفت: شیرین چند وقت است بد اخلاق شده و این موضوع مهمی است. همه‌ی ما باید درباره‌ی این که چرا اخلاق شیرین تغییر کرده، فکر کنیم و ببینیم برای حل این مشکل خانوادگی چه کاری می توانیم انجام دهیم.

من گفتم: «درس های من در مدرسه زیاد شده است و نمی توانم مثل گذشته در خانه با شیرین بازی کنم. شاید شیرین هم بازی در خانه ندارد و حوصله اش سر می رود.»

پدرم گفت: «شیرین چند وقت است بی اشتها شده و خوب غذا نمی خورد، شاید مریض شده است.»
مادرم گفت: کارهای من هم در خانه خیلی زیاد شده است. و مثل گذشته فرصتی برای داستان خواندن و بردن او به پارک برای بازی ندارم، شاید علت بد اخلاقی او همین باشد.



بعد همهی ما برای پیدا کردن راه حلّ مشکل شیرین به فکر فرو رفتیم. برادرم گفت: «من عصرها زودتر به خانه می‌آیم تا هم در کارهای خانه به مادر کمک کنم و هم با شیرین بازی کنم.»

من گفتم: «من هم با تمام شدن امتحاناتم می‌توانم همین کارها را انجام دهم.»

پدر گفت: «بهتر است شیرین را برای آن

که بی‌اشتها شده به دکتر ببرم تا او را معاینه کند.» پدر ادامه داد: هم‌چنین باید با شیرین صحبت کنیم که بداخلاقی کردن کار بسیار بدی است و باید در رفتارهایش دقت بیشتری کند.

اکنون که این خاطره را برای شما تعریف می‌کنم. شیرین بزرگ‌تر شده و در کلاس پنجم درس می‌خواند. او در حال حاضر دختر خوش‌اخلاق و با حوصله‌ای است. من فکر می‌کنم اگر در آن روز ما در خانواده به مشکل شیرین توجه نداشتیم و برای حلّ آن با هم مشورت نکرده بودیم، اخلاق شیرین اکنون چه‌طور بود؟

مشورت کردن و همکاری افراد خانواده با یک‌دیگر، یکی از راه‌های حلّ مشکلات خانوادگی است.

فکر کنید و پاسخ دهید

۱- یکی از راه‌های حلّ مشکلات خانوادگی، چیست؟

۲- چرا افراد خانواده دور هم جمع شدند؟

۳- آیا تا به حال برای حلّ مشکلی با دیگران مشورت کرده‌اید؟ توضیح دهید.

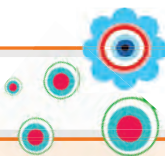
فعالیت ۱

* درباره ی افراد خانواده خود، شغل و سنّ آنها در کلاس صحبت کنید.

فعالیت ۲

* یکی از مشکلات خود را که با مشورت دیگران آن را حل کرده اید در جدول زیر بنویسید.

نتیجه	راه حل	مشکل



* طراحی فعالیت های مربوط به این قسمت به عهده آموزگاران است.

فصل سوم

تعامل انسان و محیط



به این تصویرها توجه کنید



چند وقت پیش مادر بزرگم که با ما زندگی می کند، سخت بیمار شده بود. دکترها به او گفته بودند که باید کاملاً استراحت کند تا بیماریش خوب شود. پدر و مادرم خیلی ناراحت و نگران بودند، اما ناراحتی خود را نشان نمی دادند. در یکی از این روزها، صدای جیغ و گریه خواهر کوچکم از اتاقش بلند شد. من به سمت اتاق او رفتم. مادرم هم که غذای مادر بزرگ را برایش برده بود با عجله آمد.

من پرسیدم چه اتفاقی افتاده؟ خواهرم با گریه گفت: عروسکم نیست. من به او گفتم: چرا این قدر سر و صدا می کنی؟ نمی دانی مادر بزرگ مریض است؟ این سر و صدا نمی گذارد که او استراحت کند. مگر نمی خواهی حال مادر بزرگ خوب شود. با شنیدن این صحبت ها خواهرم ساکت شد و گفت: بله، دوست دارم حال مادر بزرگ زودتر خوب شود. و دیگر سر و صدا نمی کنم. مادر دوباره به اتاق مادر



بزرگ برگشت. من هم خواهر کوچکم را برای شستن دست و صورت به دست‌شویی بردم و به او قول دادم که در پیدا کردن عروسک کمکش کنم.

عصر آن روز چند خانم که از دوستان مادر بزرگ بودند برای عیادت او به خانه‌ی ما آمدند. مادر بزرگ از دیدن آن‌ها بسیار خوش حال شد. آن‌ها با خود گل و کمپوت آورده بودند و در کنار تخت مادر بزرگ نشستند.

عیادت آن‌ها طولانی شد. پس از رفتن آن‌ها مادر بزرگم بسیار رنگ پریده و خسته شده بود. من با نگرانی به او نگاه کردم و به پدرم گفتم: مگر نباید وقتی برای عیادت می‌رویم مدّت کوتاهی در آن جا بمانیم؟

پدرم گفت: بله دخترم، درست می‌گویی مدّت عیادت باید خیلی کوتاه باشد. زیاد با بیمار صحبت نکنیم. تا او دچار خستگی و کسالت نشود. ما با عیادت کردن به بیمار می‌خواهیم بگوییم به یادش هستیم و برای سلامتی او دعا می‌کنیم و باید سعی کنیم به او آرامش و امید به بهبودی و سلامت بدهیم.





فکر کنید و پاسخ دهید

- ۱- عیادت کردن بیمار یعنی چه؟
- ۲- موقع عیادت بیمار چه کارهایی را نباید انجام دهیم؟
- ۳- آیا تا به حال به عیادت بیماری رفته اید؟ درباره‌ی آن صحبت کنید.

فعالیت ۱



در خیابان‌های نزدیک بیمارستان‌ها نصب

* تحقیق کنید چرا علامت می‌شود؟



در مطب پزشکان و بیمارستان‌ها نصب می‌شود؟

* چرا علامت

فعالیت ۲

* نمایشی از عیادت بیمار در کلاس اجرا کنید.

فعالیت ۳

طراحی فعالیت های مربوط به این قسمت به عهده آموزگاران است.

فصل چہارم

وسایل ارتباط جمعی



به این تصویرها توجه کنید





وقتی ما با دوستان و بستگان خود صحبت می کنیم و به حرف های آن ها گوش می دهیم ما با هم ارتباط برقرار کرده ایم. حال فکر کنید وقتی آن ها از ما دور هستند چگونه با آن ها ارتباط برقرار می کنیم؟
 بله درست گفتید؛ تلفن و نامه، دو وسیله ی ارتباطی هستند. وسیله ی ارتباطی مهم دیگری هم وجود دارد که اینترنت نام دارد.

ما به وسیله رایانه می توانیم از اینترنت استفاده کنیم و برای دوستان خود نامه بنویسیم که به آن پست الکترونیکی یا ایمیل می گویند. ایمیل بسیار سریع تر از نامه های پستی به دست دوستانمان می رسد.

ما با استفاده از اینترنت می توانیم اطلاعات مختلف مانند عکس ها و نقشه کشورمان ایران و کشورهای دیگر جهان را ببینیم و یا از آب و هوای آن ها اطلاع پیدا کنیم.



ما با خواندن کتاب، مجله و روزنامه چیزهای زیادی یاد می گیریم، اینترنت در زمان کمتری می تواند به ما اطلاعات بیشتری بدهد.

اینترنت بسیاری از کارها را آسان و ساده می کند برای همین در وقت ما صرفه جویی می شود. به طور مثال: به جای رفتن به بانک و ایستادن در صف می توانیم از عابر بانک ها پول دریافت کنیم و یا پول قبض های آب، برق و تلفن را بپردازیم.



فکر کنید و پاسخ دهید

- ۱- از اینترنت چه استفاده هایی می شود؟ ۳ مورد را بیان کنید.
- ۲- از اینترنت در انجام کارهای بانکی چه استفاده ای می توان کرد؟ ۲ مورد را توضیح دهید.
- ۳- از رایانه به جز استفاده برای اینترنت چه استفاده های دیگری می توان کرد؟

فعالیت ۱

* درباره تصویر صفحه " به این تصویرها توجه کنید." در کلاس با یکدیگر صحبت کنید.

فعالیت ۲

* با کمک آموزگار دربارهی شهر خود از اینترنت اطلاعاتی را به دست آورید و چند جمله دربارهی آن بنویسید.

.....

.....

.....

فعالیت ۳

* طراحی فعالیت های مربوط به این قسمت به عهده آموزگاران است.

فصل پنجم

آشنایی با مقررات عبور و مرور وسایل نقلیه



به این تصویرها توجه کنید



مقررات عبور و مرور

هر روز افراد زیادی در کوچه و خیابان رفت و آمد می کنند، بچه ها به مدرسه، بزرگ ترها به سر کار و بعضی هم برای خرید به بازار می روند. خلاصه هر کسی برای انجام کاری از خانه بیرون می رود. بعضی ها سوار ماشین می شوند و عده ای با موتور سیکلت یا دوچرخه و گروهی دیگر هم پیاده حرکت می کنند. بنابراین خیابان جای شلوغی است، ماشین ها و موتورسیکلت ها در حرکتند و باید کاملاً مواظب باشیم تا اتفاق ناگواری برایمان پیش نیاید.



وقتی ما پیاده هستیم برای عبور از چهارراه ها باید به رنگ چراغ عابر پیاده توجه کنیم. اگر رنگ چراغ قرمز بود، بایستیم و چنان چه رنگ چراغ عابر پیاده سبز بود از چهارراه عبور کنیم. در بعضی از چهارراه ها چراغ راهنمای عابر وجود ندارد. بنا بر این ما باید به حرکت ماشین ها دقت کنیم.



در صورت وجود پل عابر پیاده برای گذشتن از خیابان باید از روی پل عبور کنیم. در بعضی از شهرهای بزرگ راهروهای زیر زمینی یا زیر گذر برای عبور پیاده ها نیز وجود دارد.



وقتی نور کافی وجود ندارد راننده ها به خوبی نمی توانند ببینند، بنابراین اگر در شب می خواهیم از خیابان عبور کنیم باید از محلی بگذریم که نور کافی در آن وجود داشته باشد.



رنگ های تیره مثل سیاه و قهوه ای در شب به خوبی دیده نمی شوند. بنابراین در شب برای گذشتن از خیابان باید لباس هایی به رنگ روشن مثل سفید و زرد بپوشیم.



کسی که در اتومبیل می نشیند باید کمربند ایمنی خود را ببندد.



در خیابان دوچرخه سواری نکنیم.



هیچ گاه به دنبال توپ به خیابان ندویم و در خیابان بازی نکنیم.



وقتی سوار اتومبیل هستیم باید دقت کنیم سر و دست خود را از اتومبیل بیرون نیاوریم، چون ممکن است اتومبیل هایی که از کنار ما عبور می کنند، با ما برخورد کنند.



توجه کنیم قبل از ایستادن کامل اتومبیل در آن را باز کنیم.



هنگامی که کنار راننده نشسته ایم نباید با صدای بلند و یا طولانی صحبت کنیم، چون حواس او پرت می شود.



دقت کنیم وقتی از جلوی اتوبوس و یا مینی بوس به آن طرف خیابان می رویم ممکن است راننده ی ماشین پشت اتوبوس ما را نبیند.





فکر کنید و پاسخ دهید

۱- در هنگام عبور از چهارراه باید چه نکاتی را رعایت کنیم؟ دو مورد را توضیح دهید.

۲- در هنگام شب برای عبور از خیابان چه رنگ لباس هایی باید بپوشیم؟

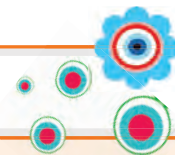
۳- چرا وقتی در ماشین می نشینیم باید کمربند ایمنی را ببندیم؟

فعالیت ۱

* برای تصویرهای صفحه « به این تصویرها توجه کنید » یک جمله بنویسید.

فعالیت ۲

* کدام تصویر صفحه‌ی « به این تصویرها توجه کنید » کار خطرناکی را نشان می دهد، علامت خطر را برای آن تصویر بکشید.



* طراحی فعالیت های مربوط به این قسمت به عهده آموزگاران است.

فصل ششم

آشنایی با اماکن تاریخی

