



د پوهنې وزارت

د تعلیمي نصاب، د ښوونکو د روزنې او

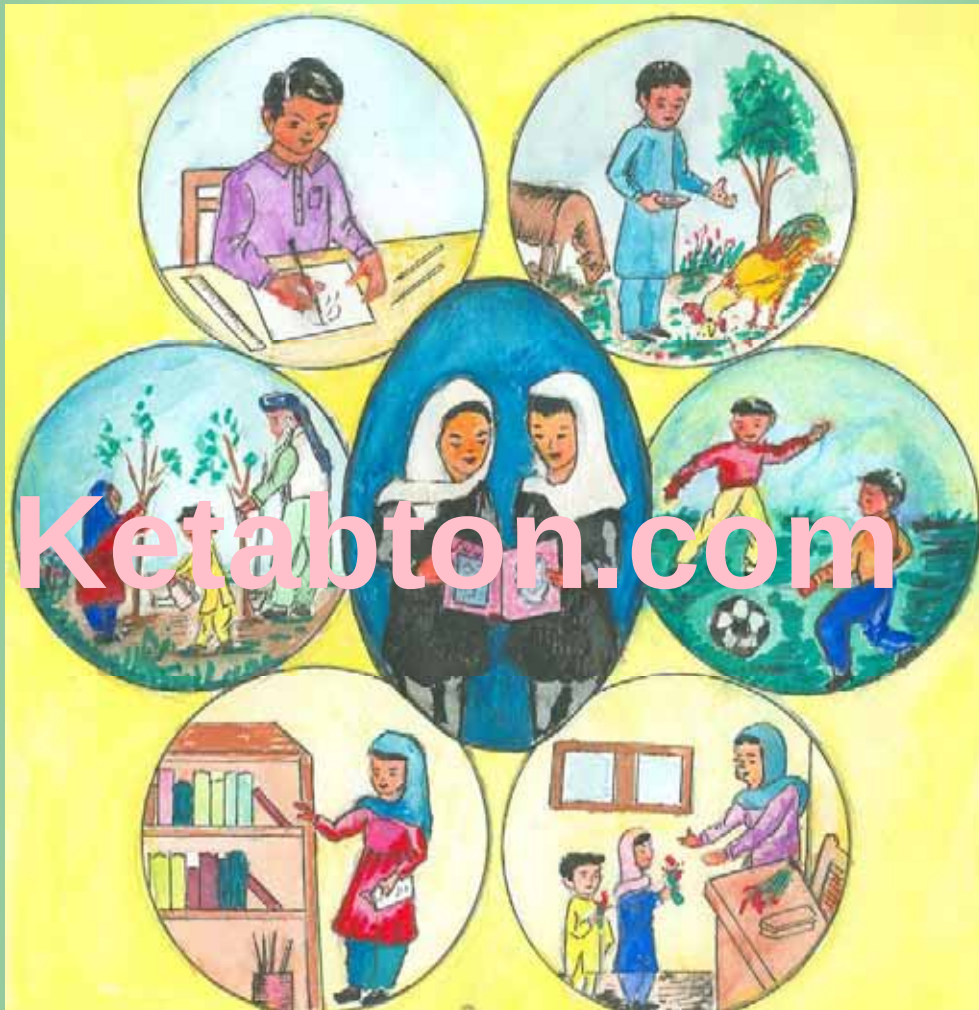
د ساینس د مرکز معینیت

د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي

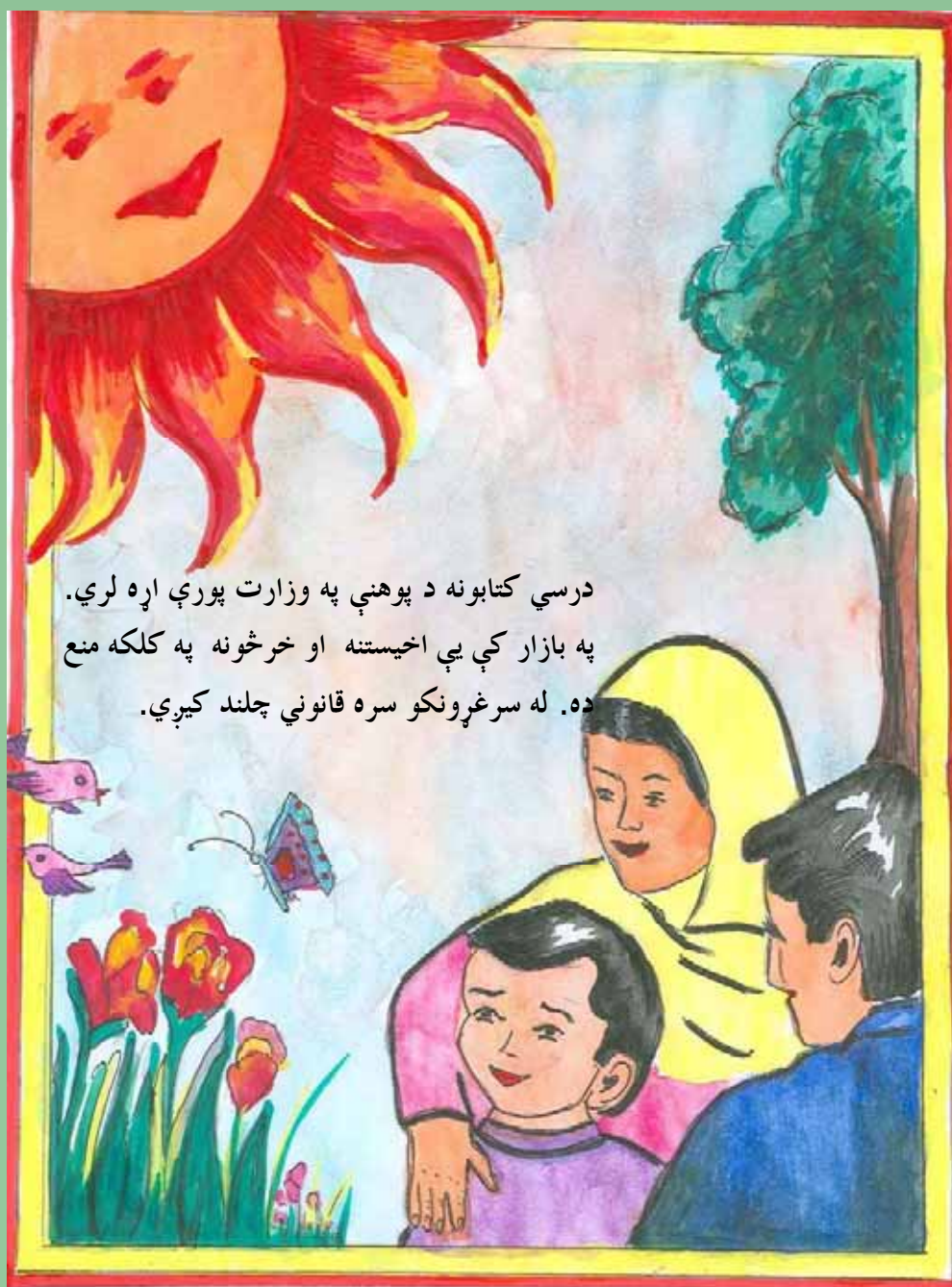
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ژوند مهارتونه

دوهم ټولگی



د چاپ کال: ۱۳۸۹ هـ. ش.



درسي کتابونه د پوهنې په وزارت پورې اړه لري.
په بازار کې يې اخیستنه او خرڅونه په کلکه منع
ده. له سرغړونکو سره قانوني چلند کېږي.

ISBN 978-9936-25-162-5



9 789936 251625 >



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

دوهم ټولگی

د چاپ کال: ۱۳۸۹ هـ. ش.

د کتاب د تالیف، خپرني او تدقيق کمېټې

ليکوال:

ترينا "ستار محب زاده" د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تالیف ریاست علمي غړې.
داکتر صديق الله ويرا د پوهنې د وزارت سلاکار

تاييد او مطالعه:

ملي شورا:

د ولسي او مشرانو جرگو د ديني، پوهنې او لوړو زده کړو د کميسيونونو غړي.

د خپرنې او تدقيق کمېټې:

د پوهنې وزارت:

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 تالیف ریاست د دري د ديپارتمنت غړی.

د کابل ښار د پوهنې ریاست:

- ۱ - رحمت الله د ميرويس هوتکي د ليسي ښوونکی.
- ۲ - فريده د قاري عبدالله د ليسي ښوونکې.

د محتوياتو د ديني، فرهنگي او سياسي برخو د خپرنې او کره کتنې کمېټې:

۱. حیات الله ناصر د پوهنې وزات د علمي شورا غړی.
۲. دوکتور محمد يوسف نيازي د پوهنې وزات د علمي شورا غړی او سلاکار.
۳. محمد آصف ننگ د پوهنې وزارت د خپرونو او اطلاعاتو رئیس.

د تدقيق، تصحيح او څارنې کميسيون:

دکتور عبدالغفور غزنوي د تعليمي نصاب، د ښوونکو د روزنې او د ساينس د مرکز معين - د کميسيون رئیس.
د سرمؤلف مرستيال عبدالظاهر گلستاني د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تالیف لوی رئیس. - غړی
سيد محمود خلیق د تعليمي نصاب د پراختيا او درسي کتابونو د تالیف ریاست علمي غړی - غړی

کمپوز او ډيزاين:

حميدالله غفاري

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



ملي سرود

دا وطن افغانستان دی	دا عزت د هر افغان دی
کور د سولې کور د تورې	هر بچي یې قهرمان دی
دا وطن د ټولو کور دی	د بلوڅو د ازبکو
د پښتون او هزاره وو	د ترکمنو د تاجکو
ورسره عرب، گوجر دي	پامېریان، نورستانیان
براهوي دي، قزلباش دي	هم ایماق، هم پشه یان
دا هیواد به تل ځلېږي	لکه لمر پر شنه آسمان
په سینه کې د آسیا به	لکه زړه وي جاویدان
نوم د حق مودی رهبر	وایو الله اکبر وایو الله اکبر

بسم الله الرحمن الرحيم

د پوهنې د وزیر پېغام

گرانو استادانو، 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 کیږي. 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 ښایي 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 ګرځیدلې 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 زده کوونکو میندې او پلرونه هم د خپلو لویو او زامنو په باکیفیته ښوونه او روزنه کې پرله پسې ګډه مرسته وکړي چې د پوهنې د نظام هیلې ترسره شي او زده کوونکو او هېواد ته ښې بریاوې ور په برخه کړي.

زه پر دې ټکي پوره باور لرم چې زموږ گران استادان او ښوونکي د تعلیمي نصاب په رغنده پلي کولو کې ستره دنده او دروند مسؤلیت 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 زده کوونکو 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

د مندرجاتو فهرست

مخ

لومړۍ فصل زما کورنۍ (۱۲ درسي ساعتونه)	۲-۱
دویم لوست په کور کې د ماشومانو رول	۴-۳
درېم لوست دکورنۍ مشران	۶-۵
څلورم لوست په کورنۍ کې درناوی	۸-۷
پنځم لوست دکور کارونه	۱۰-۹
شپږم لوست له کور نه بهر دندې	۱۲-۱۱
اووم لوست کورنۍ اړیکې	۱۴-۱۳
اتم لوست د فصل لنډیز	۱۶-۱۵

دویم فصل: زما ژوند (۱۱ درسي ساعتونه)

نهم لوست زمونږ یادونه	۱۸-۱۷
لسم لوست زمونږ ارمانونه	۲۰-۱۹
یوولسم لوست زمونږ تکلونه	۲۲-۲۱
دولسم لوست د کوچنیانو حقونه	۲۴-۲۳
دیارلسم لوست څه ډول زده کوو	۲۶-۲۵
څوارلسم لوست ولې زده کړه کوو	۲۸-۲۷
پنځلسم لوست دخپل ځان څارنه	۳۰-۲۹
شپاړسم لوست خپل او د نورو مال	۳۲-۳۱
اوولسم لوست د فصل لنډیز	۳۴-۳۳

درېم فصل ټولنیز ژوند (اوه درسي ساعتونه)

اتلسم لوست ستړي مشي	۳۶-۳۵
نولسم لوست نږدې دوست	۳۸-۳۷
شلسم د مهمو ورځو لمانځل	۴۰-۳۹
یو ویشتم لوست مرسته کول او مرسته غوښتل	۴۲-۴۱
دوه ویشتم لوست ګډ کار	۴۴-۴۳
در ویشتم لوست د فصل لنډیز	۴۶-۴۵

څلورم فصل: آرامي او روغتيا (لس درسي ساعتونه)

څلور ويشتم لوست خواشيني	۴۷-۴۸
پنځه ويشتم لوست ډار	۴۹-۵۰
شپږ ويشتم لوست دغوسي چاره	۵۱-۵۲
اووه ويشتم لوست زړورتوب	۵۳-۵۴
اته ويشتم لوست خوښي	۵۵-۵۶
نهه ويشتم لوست بي زړه توب	۵۷-۵۸
دېرشم لوست زما ښېگنې	۵۹-۶۰
يو دېرشم لوست فصل لنډيز	۶۱-۶۲

پنځم فصل : په سوله کې ژوند (دولس درسي ساعتونه)

دوه دېرشم لوست په ځان مرياني	۶۳-۶۴
درې دېرشم لوست ښه نيت پيرزوينه	۶۵-۶۶
څلور دېرشم لوست دعوا	۶۷-۶۸
پنځه دېرشم لوست جگړه	۶۹-۷۰
شپږ دېرشم لوست غوږ نيول	۷۱-۷۲
اووه دېرشم لوست د تېر وتنو منل	۷۳-۷۴
اته دېرشم لوست دېښنې غوښتل	۷۵-۷۶
نهه دېرشم لوست له خپګان نه وروسته پخلاينه	۷۷-۷۸
څلوېښتم لوست د فصل لنډيز	۸۹-۹۰

سرليک

محترم ښوونکي صاحب!

د هېواد د بچيانو دښکاره او څرگندې اړتيا او د ماشومانو ترمځ د تاوتریخوالی او بې مسؤلیتی د فرهنگ د لا زیاتي نابودی او دمسلمانو، آزادو، پوهو، مهربانه، سوله غوښتونکو او نوښتگره انسانانو په توگه دهغوی دچمتو کولو په خاطر کولای شو د کتاب د هر څپرکي د موضوعگانو په لوست ورکولو سره دپوهې دوړاندې کولو، دمهارت دورزده کولو او په ماشومانو کې د مثبت ذهنیت له لاروڅخه په افغانستان کې دیوې سالمې ټولنې دبنسټ اېښودو له پاره هیلې ولرو.

د دې له پاره چې زده کړه په ډاډمنه توگه اغیزمنه او په زړه پورې شي دې ته اړتیا ده چې د زده کړې یو ریښتنی چاپیریال برابر کړو.

د زده کړې چاپیریال:

۱- هره ورځ خپل درس په سلام ویلو او داحوال په پوښتنه پیل کړئ، له هغو زده کوونکو څخه چې په ځانگړو ستونزو اخته دي ناروغه وو اویایې بله کومه ستونزه درلوده په جلا توگه پوښتنه وکړئ.

۲- له زده کوونکو سره په خندا او خوشحالی خبرې وکړئ هڅه وکړئ، چې دټولگي چاپیریال خوشحاله وي او دستریا دمخني په خاطر له مناسبو کیسو اولطیفو څخه ګټه واخلي.

۳- له زده کوونکو خبرو ته په ځیر او درناوی غوږ ونیسئ او هڅه وکړئ دپوښتنې دکولو او دنظر دڅرگندولو روحیه په کې پیاوړې کړئ.

۴- د زده کوونکو هر کوچنی پرمختګ وهڅوی او دهغوی دزیار ایستني ستاینه وکړئ (تیرله نتیجو څخه)

۵- دملنډو اوسپکاوی په الفاظو سره د زده کوونکو له مخاطب کیدو نه په کلکه ډډه وکړئ.

۶- دټولگي دیوالونه په هغو انځورونو سره چې زده کوونکي یې برابر وي ښکلي کړئ.

۷- معیوبو، معلولو او هغو زده کوونکو ته چې چاسره نه کینې (گوشه گیر) وي زیاته پاملرنه دې وشي دهغوی د فعالیتونو په اجرا کولو کې دې ورسره مرسته وشي او دهغونې وړ دې وگرځي.

۸- راتلونکي لوست او د لوست موخه "د زده کوونکو له پاره فعالیتونه او دښوونکي له پاره لارښوونې" یوه شپه مخکې وگورئ، له هغې سره سم هغه درسي مواد چې باید ټولگي ته یې له ځان سره یوسې تیار کړئ، په ټولگي کې دننه یا له هغه نه بهر د فعالیتونو پلان طرحه اودسیمې اړوندې کیسې یا بیلگې ددرس په توگه پیدا کړئ.

د لوست ورکولوچلند:

۹- له احوال پوښتنې وروسته دتیرې ورځې لوست یو وار بیا ولولئ (له زده کوونکو نه پوښتنه وکړئ یا له هغوی نه وغواړئ چې دتیر درس لنډیز یوځل بیا ووايي)

۱۰- په تیر لوست باندې له نظر کولو وروسته زده کوونکو ته دنوي درس موخه په ساده تورو کې بیان کړئ، (دبیلگې په توگه گرانو زده کوونکو: ددې لوست په پای کې زده کړي او دعمل داجرا کولو وس به ولرئ)

۱۱- نوی لوست دتفکر دپارولو په طرحه کولو سره (چې د سرلیکونو لاندې ځای پرځای شوی دی) پیل کړئ.

۱۲- دښوونکي له پاره له لارښوونو او په هر درس کې دځای کړای شوو انځورونو نه په گټې اخستو سره نوی سرلیک بیان کړئ او یایې تمثیل کړئ.

۱۳- زده کوونکو ته دزده کړې دپلي کولو له پاره، له سیمه یزو کیسو او مثالونو څخه کار واخلي.

۱۴- د زده کوونکو عملي ونډه اخیستنه، دډرامو اجراء کول ښايي په لومړيو وختونو کې سخت وېرېښي خو دوقت په تېرېدو سره اسانېږي تاسو او زده کوونکي به له هغو سره روږدي شئ.

فعالیتونه او ونډه اخیستل:

۱۵- دښوونځي په لومړۍ یا دویمه ورځ، خپل ټولګی له څلورو نه تر شپږو پورې په کوچنیو ډلو وویشئ، په هره ډله نوم یا لمبر ولیکئ (د بیلګې په توګه د لمر، غره یا سپوږمۍ، سیند، ستوري، ځمکې... ډلې، د دغې ډلبنډۍ نه به د زده کوونکو په فعالیتونو کې کار واخلي.

۱۶- د زده کوونکو فعالیتونو په بهیر کې بې زړو زده کوونکو ته زیات وخت ورکړئ چې په ټولګیزو فعالیتونو کې له ونډې اخیستو سره زیات عادت شي.

۱۷- د هرلوست په پای کې له زده کوونکو نه وغواړئ چې زده کړای شوې موضوعګانې د خپلو کورنیو له غړو سره په منځ کې واچوي او د هغه څه لندېز چې له خپلو کورنیو څخه زده کوي په وروپسې ساعت کې ټولګي ته درېوت په ترڅ کې ورکړي.

۱۸- له هرې ډلې نه دې یو زده کوونکی دټولګي مخې ته راشي په درس پورې اړوند انځور دې په تخته وکارې.

۱۹- دښوونکي له پاره له لارښوونې سره سم د زده کوونکو له خوا زده شوې پوهه او تر لاسه شوي مهارتونه دهر لوست په پای کې وڅیړئ، په دغې ارزونه کې باید دسوالونو پوښتنه او د زده کوونکو د عملي وړتیا ازموینه شامل وي.

۲۰- د زده کوونکو د همیشني ارزښتي له پاره دارزیابي یو کتابچه تیاره کړئ دهغې یوه پاڼه هر زده کوونکي ته بېله کړئ په دغو پاڼو کې دزده کړې په فعالیتونو کې د زده کوونکي د ونډې اخیستو او د زده کوونکي په علاقه مندی او سلوک کې مثبت بدلونونه ولیکئ.

۲۱- د هرې اونۍ په پای کې دارزیایی پانې یو وار بیا ولولئ چې د زده‌کونکو په پرمختګ په دقیقه توګه پوه شئ ، دهغو کسانو په باب چې زیاتې مرستې ته اړتیا لري ځانګړي تدبیرونه ونیسئ.

۲۲- په دې مضمون کې دپوهې زده‌کړه، د عملي مهارتونو زده‌کړه او د زده‌کونکو په کړو وړو کې بدلون دارزیایی اصلي موخه (ملاک) ده. نمره اودمطالبو حفظول دارزیایی معیارونه نه دي).
۲۳- د هرې اونۍ په پای کې د ارزونې په پاڼو نوې کتنه وکړئ چې په څیر سره د زده‌کونکو په پرمختګ پوه شئ، د هغه چا په اړه چې زیاتې مرستې ته اړتیا لري ځانګړی تدبیرونه په پام کې ونیسئ.

۲۴- په دې مضمون کې دپوهې زده‌کړه، د عملي مهارتونو یادول یا زده‌کول او د زده‌کونکو په کړو وړو کې مثبت بدلون دارزوني اصلي موخه ده (دمطالبو حفظول دارزوني معیارونه دي).

بسم الله الرحمن الرحيم

لومړۍ فصل

لومړی لوست



دلوست موخه: چې زده کوونکي د خوشحاله او غمجنې کورنۍ ترمنځ توپیر وپېژني.

- په کورنۍ کې له چا سره ژوند کوی؟
- څه وخت ستاسو په کور کې خوشحالي وي؟
- څه وخت ستاسو په کور کې خپګان وي؟



زموږ په کورنۍ کې ټول یو له بل سره ښه چلند کوي.



زموږ په کورنۍ کې هر وخت شخړې او خپګان وي.





د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په لوست کې انځورونو ته وگوري او په دوه کسيزو ډلو کې دې یو بل ته شرحه کړي.
- یو څو زده کوونکي دې د ټولگي مخې ته راشي او ودې وايې چې یوه خوشحاله او مینه ناکه کورنۍ څنگه رامنځته کیدای شي.
- یو څو زده کوونکي دې ووايي چې کوم شیان په یوه کورنۍ کې د غوسې او خواږدۍ لامل کېږي؟

د ارزونې پوښتنې:

- د کورنۍ د غړو ترمنځ اړیکې څه ډول وي؟
- د کورنۍ د غړو ترمنځ درناوی څه ډول پیدا کېږي؟
- څنگه د کورنۍ غړي یو دبل په خوشحالي او غم کې شریک وي؟

کورنۍ دنده:

د یوې خوشحاله کورنۍ او د هغې د مینې او خوښۍ په باره کې د خپلې کورنۍ له غړو سره خبرې وکړئ.



دويم لوست

په کور کې د ماشومانو رول

د لوست موخه: چې زده کوونکي د نجلۍ او هلک په رول او د کور د کارونو په ویش کې له عدالت سره آشنا شي.

- ستاسو په کور کې کوم کارونه هلکان کوي او ولې؟
- کوم کارونه نجونې ترسره کوي او ولې؟
- که چېرې نجونې او هلکان هر کار په ګډه وکړي څه به وشي؟



زموږ په کورنۍ کې هلکان اونجونې د کور په کارونو کې یو له بل سره مرسته کوي، کله چې زما مور د خوراګي شیانو په پخولو بوخته وي، زه مې وږه خور ساتم.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او خبرې دې پرې وکړي.
- خو ډلې دې د ټولگي په مخ کې د کور په کارونو کې د عدالت او يا بې انصافي تمثيلونه وکړي.
- زده کوونکي دې د کور د کارونو په ترسره کولو کې د نابرابريو په باره کې يو د بل سره خبري وکړي او ټولگيوالو ته دې بيان کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- په کور کې کوم کارونه ترسره کوي؟
- د کور په کارونو کې مرسته کول کومې ښيگڼې لري؟
- څنگه د کور په کارونو کې بې عدالتي کمولای شي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې په خپل کور کې د نجونو او هلکانو د کارونو د ویش په باب او دا چې دا ویش عادلانه دی که نه، د کورنۍ له غړو سره دې خبرې وکړي.

درېم لوست



دلوست موخه چې زده کوونکي د مشرانو له رول سره آشنا شي او هغه له یو بل سره انډول کړای شي.

- ستا پلار څه کار کوي؟
- ستا مور څه دنده لري؟
- ستا نېکه په کور کې او له کور څخه د باندې کوم کارونه ترسره کوي؟
- ستا نیا کوم کارونه کوي؟



زموږ د کورنۍ غړي یو بل ته گران دي او د یو بل درناوی کوي.



زموږ په کورنۍ کې کوچنيان او لویان د کور په کارونو کې مرسته کوي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او بيا دې د خپلو نېکه گانو او نيا گانو دندې او کارونه يو بل ته بيان کړي.
- په دوه کسيزو ډلو کې يوه داسې خاطره او تېره يادونه ووايست چې ستاسو د نېکه او نيا په کار پورې اړه ولري.
- يو څو ډلې دې خپلې کسپې نورو ټولگيوالوته ووايي.

د ارزونې پوښتنې:

- موږ چاته نېکه او نيا وايو؟
- په کور کې زموږ د پلار او مور دنده څه ده؟
- د کور کوم کارونه مو مور او کوم مو پلار کوي؟

کورنۍ دنده:

د خپلې نيا او نېکه په باره کې يوه جمله وليکئ او د کورنۍ له غړو سره په دې باب خبرې وکړئ.





څلورم لوست

په کورنۍ کې درناوی

د لوست موخه: چې زده کوونکي د مشرانو او کشرانو تر منځ متقابل درناوی وپېژني او په عمل کې یې وښودلی شي.

- ستاسو په کورنۍ کې څوک له تاسو څخه مشران دي؟
- ستاسو په کورنۍ کې څوک له تاسو څخه واره دي؟
- د خپلې کوچنۍ خور او ورور سره څه ډول مرسته کوئ؟
- له مشرې خور او ورور سره څه ډول چلند کوئ؟



زموږ په کورنۍ کې کنځلې کول او وهل نشته، مشران او کشران یو بل ته درناوی کوي. هیڅ څوک یو بل ته بدې خبرې نه کوي. مشران او کشران د یو بل خبرو ته په درناوې غوږ نیسي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې جملې دې ولولي.
- خو زده کوونکي دې د ټولگي په مخ کې د لويانو او کوچنيانو ترمنځ توپيرونه او ورته والي بيان کړي.
- خو دوه کسيزو ډلې دې له ماشومانو سره د مشرانو له درناوي نه ډکه رويه تمثيل کړي.
- خو ډلې دې له مشرانو سره د کوچنيانو له درناوي څخه ډک چلند تمثيل کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- موږ څه ډول يو د بل درناوی وکړو؟ مثالونه ورکړئ.
- لويان څه ډول د کوچنيانو درناوی وکړي؟
- که په يوه کورنۍ کې درناوی نه وي څه کېږي؟

کورنۍ دنده:

د خپل مور او پلار سره د کورنۍ د درناوي په باره کې خبرې وکړئ او د هغو نظرونه واخلي او خپلو ټولگيوالو ته يې بيان کړئ.



پنځم لوست



د کور کارونه

د لوست موخه: چې زده کوونکي د کور کارونه وپېژني او یو له بل څخه یې بیل کړای شي.

- ستاسو په کور کې کوم کارونه ترسره کېږي؟
- کوم کارونه تاسو ترسره کوئ؟
- کوم کارونه د کورنۍ نور غړي ترسره کوي؟
- ولې د کور په کارونو کې برخه واخلو؟



د جامو، ډوډۍ او چای د لوبښو پاکول، د کور جارو کول، سودا راوړل، ډوډۍ پخول، اوبه راوړل او د ګلانو خړوبول د کور د کارونو له جملې څخه دي.

زه خپل کتاب او کتابچې د کور په فرش نه پرېږدم. خپل کالي او بوټونه په لاره کې نه غورزوم. د کور په کارونو کې مرسته کوم، خپل درسونه او د کوچنیانو مجله لولم. د کورنۍ نور غړي د کور په نورو کارونو کې برخه اخلي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزه ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او د خپلو کارونو د کارونو په هکله دې خبرې وکړي.
- یوه ډله دې د ټولگي په مخ کې د یوه تمبل ماشوم رول ولوبوي چې خپل کالي او کتابونه په لاره او فرش غورزوي خپله بستره او ځای نه سموي.
- نور زده کوونکي دې د نقش په منفي برخو خبرې وکړي او ودې وایي که د خپل کور په کارونو کې برخه وانخلي څه کېږي؟

د ارزونې پوښتنې:

- څه وخت یو کور گډوډ او بې نظمه کېږي؟
- ولې د کورنۍ غړي خپل کالي او لوښي په خپل ځای کېږدي؟
- څه وکړو چې د کور کارونو وروسته پاتې نشي؟

کورنۍ دنده:

د کور د کارونو په هکله د خپلې کورنۍ رسره خبرې وکړئ، د هغوی نظرونه واخلئ او ټولکیوالو ته بیان کړئ.



شپږم لوست



له کورنه بهر دندې

دلوست موخه: زده کوونکي دې له ځينې دندو سره بلد شي او خپله په زړه پورې دنده دې تمثيل کړای شي.

- څو ډوله دندې پېژنئ؟
- ستاسو د پلار دنده څه ده؟
- ستاسې مور له کور څخه بهر دنده لري؟



له کور څخه بهر دندې ټولې د خداي (ج) د مخلوق د خدمت لپاره دي. د دې لپاره چې ښوونکی، ډاکټر يا پوليس شو نو بايد په ښوونځي کې سبق ووايو. د دې لپاره چې ترکان شو بايد د ترکان په دوکان کې شاگردې وکړو او يا د ترکانې سبق ووايو. د دې لپاره چې بزگر شو نو بايد د بزگرۍ په کارونو کې برخه واخلو يا د بزگرۍ لوست ووايو.



د زده کوونکي فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه په غور سره وگوري او د دندو نمونه دې واخلي
- هر زده کوونکي دې د خپلې کورنۍ د غړو د دندو په اړوند خبرې وکړي.
- خو ډلې دې خپلې کيسې په لوړ اواز د ټولگي په وړاندې ولولي يا تمثيل کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- که غواړئ چې ښوونکي شئ بايد څه وکړئ؟
- ولې ښوونځي ته ځو؟
- ولې هغه څوک ښوونکي او ډاکټر نه شي کيدلی چې ښوونځی يې نه وي لوستی؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د کورنۍ له غړو سره په بېلابېلو دندو خبرې وکړي، خپله هيله دې د خپلې راتلونکې دندې په باب بيان کړي.





اووم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د خوښۍ او ویر په توپیرونو پوه شي په دغه ډول حالتونو کې خپله دنده درک او په عملي توګه تمثیل کړای شي؟

- د خوښۍ څو ډوله محفلونه پیژنئ؟
- څه وخت کورنۍ د خوښي محفل جوړوي؟
- د خوښۍ په محفل کې موږ باید څه وکړو؟
- په غمجنو محفلو کې (لکه: جنازه، فاتحه اوداسې نورو) باید څه وکړو؟



موږ د خوښۍ په غونډو (محفلونو) کې جنگ نه کوو او شيان نه ماتوو. په ویرجنو مجلسونو کې شور او غالمغال نه کوو او له ځانه کشران نه آزاروو او د هغوی څارنه او ساتنه کوو. د اختر په ورځو کې د خپلو مشرانو لاسونه ښکلوو او هغوی ته د اختر مبارکي وايو. زموږ په گران هېواد کې د ځينو ورځو د لمانځنې له پاره ښوونځي رخصت وي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې متن دې ولولي.
- خو ډلې دې د ټولگي په وړاندې د خوبنۍ په غونډو کې د لويانو او ماشومانو ونډه تمثيل کړي.
- خو ډلې دې د غم په محفلونو کې د لويانو او ماشومانو ونډې تمثيل کړي.
- نور زده کوونکي دې په دې باب خپلې شخصي تجربې نورو ته څرگندې کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- ولې د خوبنۍ او وير په غونډو کې جنگ ونه کړو، بنسټې او لوبني مات نه کړو؟
- څه ډول له هغو ټولگيوالو سره خواخوږي ښکاره کړو چې د کورنۍ يو غړی يې ناروغه دی يا مړ شوی؟
- په کور کې په زوره چيغې وهل ښه دي او که کراره خبرې کول، ولې؟

کورنۍ دنده:

د دې لوست کيسه د کورنۍ غړو ته ووايست او په دې برخه کې د دوی نظر وغواړئ.





اتم لوست

دلوست موخه: چې زده کوونکي د تیرو لوستونو د پام وړ ټکو ته ځیر شي او د لوستونو عملي برخې به تکرار کړي.

- ولې په یوې کورنۍ کې خواشینی پیدا کېږي؟
- که د کور ټول کارونه یوکس وکړي څه کېږي؟
- لویان څه ډول کوچنیانو ته درناوی کوي؟



موږ چې د خوښۍ او د کور د کارونو په هکله څه زده کړي هغه په خپل ورځني ژوند کې پلي کوو. د خوښۍ او ویر په غوندو کې جگړې نه کوو او څه شی نه ماتوو. د کورنۍ لویو او وږو ته درناوی کوو او د نورو ماشومانو سره په دوستۍ لوبې کوو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې د دې او تیرو لوستونو انځورونو ته وگوري او په دوه کسيزو ډلو کې دې ووايي چې د کوم لوست کوم ټکي یې ډیر خوښ شوي او په ورځني ژوند کې یې پلي کړي دي.
- په دوه کسيزو ډلو کې دې د هغه هلک او نجلی تمثیل وکړي چې د نورو ماشومانو خبرو ته په غور غور نیسي او په لوبو کې له نورو ماشومانو سره جگړه نه کوي.
- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د کوچنیانو له خوا مشرانو ته درناوی او د مشرانو له خوا کوچنیانو ته درناوی تمثیل کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- څنگه مشران او کشران یو بل ته درناوی وکړي؟
- د کور په کارونو کې نجونې او هلکان څنگه له یو بل سره مرسته وکړي؟
- ستاسې له کور څخه بهر کومې دندې ډیرې خوښېږي او ولې؟

کورنۍ دنده:

د خپلو نویو زده کړو د عملي کولو په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ.

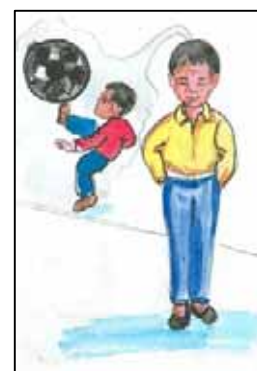


نهم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي د خاطرو په ګټورتوب پوه شي او د نورو په مخ کې یې څرګند کړای شي.

- ستاسو تر ټولو ښه خاطره کومه ده؟
- خپله یوه بده خاطره خپلو ټولګیوالوته وواياست؟
- د بدو خاطرو یادول څه ګټه لري؟
- د خوابدۍ په وخت کې د ښو خاطرو را په یادول څه ګټه لري؟



د تېرو خاطرو په باب خبرې کول ګټه لري. کله چې مونږ خپلې
بدې خاطري خپل نژدې دوست ته ووايو، زموږ فکر ارامېږي. کله چې
خوا بدې شو بايد د تېرو خوږو خاطرو په باب خبرې وکړو، ترڅو مو
خواشيني ليرې شي.



د زده کړونکو فعالیتونه:

- زده کړونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې جملې دې ولولي.
- زده کړونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې خپلې بدې خاطرې يو بل ته ووايي.
- خو زده کړونکي دې د خپلو خوږو خاطرو کيسې د ټولگيوالو په وړاندې ووايي.
- خو زده کړونکي دې د خپلو بدو خاطرو په باب ټولگيوالو ته کيسې وکړي.

د ارزونې پوښتنې:

- تاسو خپلې تېرې خاطرې چاته وايئ؟
- ولي خپل ترخه يادونه خپل نژدې دوست ته بيان کړو؟
- که څوک خپلې خاطرې موږ ته وايي، موږ بايد څه وکړو؟

کورنۍ دنده:

له تېرو پېښو څخه خوږې او ترخې خاطرې، د خپلې کورنۍ له غړو سره يادې کړئ.



لسم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي د خپلو هیلو او ارمانونو په ارزښت پوه او هغو ته د رسېدلو لارې بیان کړای شي.

- د څه شي د لرلو ډېر ارمان کوئ؟
- څوک غواړي چې په کوم سپورټ کې اتل شي؟
- خپل ارمان ته د رسېدلو لپاره باید څه وکړو؟



هرڅوک په خپل ژوند کې هیلې او ارمانونه لري. د خپلو ارمانونو د ترسره کولو لپاره باید هلې ځلې وکړو. خپلې هیلې باید مور، پلار او دوستانو ته څرګندې کړو او پټې یې ونه ساتو. د کورنۍ د مشرانو په لارښوونه باید خپلو هیلو ته د رسېدو لارې چارې ولټوو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې کرښې دې ولولي.
- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې خپلې آرزوگانې بيان کړي.
- خو زده کوونکي دې خپلې آرزوگانې او هغو ته د رسيدو د لارو چارو په باره کې د ټولگيوالو په مخکې تمثيل وکړي.

د ارزونې پوښتنې:

- کورنۍ او دوستانو ته د خپلو هيلو څرگندول څه گټه لري؟
- په ټولگي کې د خپلو لوستونو په باب څه آرزو لرئ؟
- څوک هيله لري چې بسکلي ليکنه (مشق) زده کړي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د خپلو هيلو په باب دوې جملې وليکي او له خپلې کورنۍ سره دې خبرې پرې وکړي.



یوولسم لوست



د لوست موخه: چې زده کوونکي د خپلو کړنو د دلایلو او پایلو په باب مثالونه ورکړای شي.

- ولې په سره هوا کې تودې جامې اغوندو؟
- که چېرې یو خوا بل خوا ته له کتلو پرته له سړک څخه تېر شو، ښایي څه وشي؟
- که له خپلو ټولګیوالو سره په ادب خبرې وکړو، څه به وشي؟
- څه وکړو چې زموږ په خبره یا عمل څوک خپه نه شي؟



منځکې له دې چې یوه خبره او یا یو کار وکړو، باید ښه یې وسنجوو. منځکې له دې چې له ملګرو سره له خپله کوره لیرې ولاړ شئ، یا بام یا ونې ته وخېژئ، باید له مشرانو څخه اجازه واخلي او منځکې له دې چې بام یا ونې ته وخېژئ د خپل عمل خطرونه په نظر کې ونیسئ. هره خبره چې کوی باید ښه یې وسنجوی چې هم خپل مطلب بیان کړی او هم څوک خپه نه کړی.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې کرښې دې ولولي.
- خو زده کوونکي دې د توندو او نرمو خبرو نمونې تمثيل کړي.
- خو زده کوونکي دې د ټولگي په وړاندې د يوه کار له ترسره کولو څخه مخکې د هغه په پايلو غور او سنجش وکړي.

د ارزونې پوښتنې:

- ولې د کار له ترسره کولو څخه وړاندې غور پرې وکړو؟
- مخکې له دې چې د چا د خبرې ځواب ورکړو، ولې بايد په هغه غور وکړو؟
- مخکې له دې چې يو کار ترسره کړو بايد مشوره وکړو؟

کورنۍ دنده:

د درس په برخه کې د کورنۍ له غړو سره خبرې وکړئ.





دولسم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي خپل لومړني حقونه وپېژني، وهل، ټکول او سپک چلند بد وگڼي.

- کوچنيان د ټولنې له پاره څه ارزښت لري؟
- که چېرې یوه ماشوم ته درناوی وشي څه کېږي؟
- که چېرې یو ماشوم له ښوونځي څخه وشړل شي څه کېږي؟
- وهل، ټکول او کنځل پر ماشوم څه اغېزه کوي؟



هر انسان حق لري چې درناوی ورته وشي او له ضرر څخه خوندي وي. د نن ورځې ماشومان د ټولنې راتلونکې جوړوي. که زموږ ماشومان ښه وروزل شي او ښه سبق ووايي، زموږ هېواد به آباد شي او د خلکو ژوند به ښه شي. سپکاوی او تحقیر، وهل او ټکول د ماشومانو روحیه کمزوري او ماشوم بې زړه کوي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې کرښې دې ولولي.
- زده کوونکي دې د وهلو او ټکولو د زیان په باب خبرې وکړي.
- یو څو زده کوونکي دې خپلې خبرې نورو ته په لوړ آواز بیان کړي.
- زده کوونکي دې ووايي چې څنگه د یوه بل ټولگیوال د روغتیا په ساتنه کې مرسته کولای شي.

د ارزونې پوښتنې:

- څنگه باید زده کوونکي او ښوونکي په ادب او درناوي له یو بل سره چلند وکړي؟
- په ښوونځي یا کور کې وهل او ټکول کوم زیانونه رامنځته کوي؟
- څنگه په ښوونځي کې ځانونه له زیان څخه وساتو؟

کورنۍ دنده:

په دې اړه چې سپکاوی د یو ماشوم په حق تیری دی زده کوونکي دې له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي.





ديارلسم لوست

څه ډول زده کړه کوو؟

دلوست موخه: چې زده کوونکي د زده کړې له بېلابېلو لارو سره بلد شي او دخپلې خوښې لارې وپېژني.

- د کلمو لوستل موخه ډول زده کړل؟
- له یو څخه تر شلو پورې د عددونو لیکل موخه ډول زده کړی؟
- د جامو اغوستل موخه ډول زده کړي دي؟
- د لاسونو، مخ او غاښونو پرېمینیځل موخه ډول زده کړل؟



ماشومان په څو ډولونو زده کړې کوي. ځینې په یوازیتوب سره مطالعه او ښه زده کړه کولای شي. ځینې نور د دوه کسيز او یا ډله ییز سبق ویلو او خبرو له لارې ښه زده کړه کوي. ځینې خلک په رسمولو او نورو عملي کارونو کې ښه زده کړه کوي. تر ټولو ښه زده کړه هغه ده چې د فعالیت، عملي کار، تجربې او تمثیل له لارې ترسره شي او ماغزه او بدن دواړه په کار واچوي. کلمې او جملې حافظې ته سپارل ښه زده کړه ده.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې متن دې ولولي.
- خو زده کوونکي دې نوروته ووايي چې کوم کارونه یې په کور کې زده کړي
- خو زده کوونکي دې ټولگیوالو ته ووايي چې کوم شیان یې له کور څخه بهر له نورو څخه زده کړي دي.
- خو زده کوونکي دې ووايي چې د دوی د زده کړې تر ټولو ښه طریقه کومه ده.

د ارزونې پوښتنې:

- موږ د ډوډۍ خوړل او دمیوو پریمنځل چیرې زده کړي دي؟
- څنگه لیکل ښه زده کړو؟
- څنگه د ټولگیوالو په وړاندې په لوړ آواز خبرې کول زده کړو؟
- په پیاله کې د اوبو اچول څنگه ښه زده کولای شو؟

کورنۍ دنده:

د نویو کمالونو د زده کولو د طریقو په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې او سلا وکړئ.



څوارلسم لوست

ولې زده کړه کوو؟

د لوست موخه: چې زده کوونکي د زده کړې په کتنه پوه شي د لوستلو او ښوونځي ته د راتګ موخه بیان کړای شي.

- زده کړه څه کتنه لري؟
- له ښوونځي څخه پرته په بل کوم ځای کې زده کړه کوو؟
- پر نورو زړه سوی-چېرې زده کوو؟
- رښتیا ویل په کوم ځای کې زده کوو؟



موږ درس لولو چې لوی خدای (ج) او خپل ځان وپېژنو، ښه او روغ انسانان واوسو، له نورو سره مرسته وکړو، خپل کور، کلی او هېواد آباد کړو. د ښه آخرت او نیکمرغه ژوند له پاره تر څو چې ژوندي یو باید د خدای (ج) عبادت او زده کړه وکړو.



د زده کوونکړ فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او ترې لاندې متن دې ولولي.
- زده کوونکي دې ووايي چې د دين د عالم کيدو له پاره په کوم ځای کې سبق ويل کېږي.
- نور زده کوونکي دې ټولگيوالو ته ووايي چې د نورو دندو د زده کولو له پاره کوم سبقونه په کار دي.

د ارزونې پوښتنې:

- کوم شيان د خپلو گاونډيانو له راشه درشې څخه زده کولای شو؟
- که چېرې يو چا غوښتي وي چې د راډيو ويندوی شي څه بايد وکړي؟
- له راډيو او مجلو څخه څنگه زده کړه کولای شو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د لوست موضوع له خپلې کورنۍ سره ياده کړي او د دوی نظر دې وغواړي.





دلوست موخه : چې زده کوونکي دخپل ځان دڅارنې لارې وپېژني او دهغو عملي بېلگې څرگندې کړي.

- ولې د خپل بدن د روغتیا څارنه وکړو؟
- څنگه ځان له کور نه بهر له خطر ټولنه وساتو؟
- خوشحالي زموږ روغتیا ته څه گټه لري؟
- څه ډول کولای شو د خپلو کالیو څارنه وکړو؟



زما بدن د خدای (ج) یو نعمت دی. زه خپل ځان روغ ساتم. د بدن روغتیا په عبادت، ښو خوړو، پاکۍ او خوشالۍ ساتل کیدای شي. خوشحالي او ورزش زموږ وجود ته گټه لري. سگریټ، چلم، نسوار، دوړې او چټلي زموږ روغتیا ته زیان اړوي. هیڅ چا ته باید اجازه ورنه کړو چې زموږ بدن ته زیان ورسوي.



د زده کړونکو فعالیتونه:

- په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگورئ او ترې لاندې متن ولولئ.
- په دوه کسيزو ډلو کې دې زده کړونکي تمثيل وکړي چې څنگه خپلې جامې پاکي ساتي.
- يو څو زده کړونکي دې د ځان او کورنۍ د خوشاله ساتلو طريقې نورو ته بيان کړي.
- زده کړونکي دې د خپل سر، مخ، لاسونو او پښو د ښه ساتلو طريقې انځور کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- په څه ډول موږ خپل بدن او ماغزه روغ وساتو؟
- څه وخت بايد خپل لاسونه په صابون پرمينځو؟
- لوڅ سر په لمر کې ډير زيات گرزېدل راگرزېدل څنگه زموږ بدن ته زيان رسوي؟

کورنۍ دنده:

د بدن او ماغزو د ښه ساتلو په باب له خپلې کورنۍ سره خبري وکړئ.





شپاړسم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د خپل مال او نورو د مال توپیر وکړای شي او د ساتنې په ارزښت یې پوه شي.

- کوم شیان زموږ مال ګڼل کېږي؟
- کوم شیان بیت المال (د خلکو مال) ګڼل کېږي؟
- که د نورو له مال سره بې پروايي وکړو څه کېږي؟
- که چېرې خپل مال ښه ونه ساتو څه کېږي؟



لوی خدای (ج) موږ ته عقل راکړی دی چې د خپل او پردي مال ترمنځ توپیر وکړو. خپل مال باید وپېژنو او د ښې ساتنې له پاره یې هڅه وکړو ترڅو چې خراب یا ورک نه شي. د نورو مال هم لکه خپل مال وبولو او په ساتلو کې یې هڅه وکړو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- په دوه کسيزو ډلو کې دې زده کوونکي د لوست انځورونه وگوري او تبصرې پرې وکړي.
- يو څو زده کوونکي دې په کور او ټولگي کې د خپل او نورو د مالونو مثالونه راوړي.
- زده کوونکي دې د عامه دارا يي او بيت المال نومونه واخلي او نورو ته دې په لوړ آواز بيان کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- له ټولگيوالو څخه د امانت اخيستلو مثالونه کوم دي؟
- که چېرې له خپل ټولگيوال څخه امانت اخيستل شوی کتاب په مننې سره بېرته ورکړو، څه کېږي.
- د ټولگي تخته او د جومات فرش د چا مالونه دي.

کورنۍ دنده:

د بيت المال، خپلو او پرديو مالونو او د ساتلو په باب يې له کورنۍ سره خبرې وکړئ.





اوولسم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د دې څپرکي د هر لوست څرگند او عملي ټکي بیان او په عمل کې تمثيل کړای شي

- ولې باید خپلې ارزوګانې وپېژنو؟
- که چېرې د یو عمل له ترسره کولو مخکې فکر ونه کړوڅه کېږي؟
- په کور او ښوونځي کې د زده کړې توپیر څه دی؟
- خپلې پښې څنګه له زخمي کیدو وساتو؟



موږ زده کوونکي هڅه کوو چې خپل او پردی مالونه وساتو. لوست لولو چې خپل او د نورو حقونه وپېژنو. خپل ښه او بد یادونه خپلو دوستانو ته وایو او خپلو هیلو ته د رسېدو له پاره له مشرانو څخه لارښوونه غواړو.



د زده کوونکي فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزه ډلو کې د تیرو لوستونه انځورونه وگوري او پر مهمو ټکو دې خبرې وکړي.
- خو زده کوونکي دې ټولگيوالو ته ووايي چې له دې کتاب څخه یې کوم زده کړي شیان په عمل کې پلي کړي.
- زده کوونکي دې د زده کولو او د زده کړې له لارې په اړه یوه جمله وليکي.
- زده کوونکي دې د خپل یو ملگري چې خوشاله وي، رسم وباسي.

د ارزونې پوښتنې:

- د تېرو یادونو بیانول څه ګټه لري؟
- ماشومانو ته سپکې خبرې کول څه زیان لري؟
- څنګه په کور کې د خپل مال د ورکیدو مخه ونیسو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغه څه په باره کې چې له تېر څپرکي څخه یې زده کړي له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي.



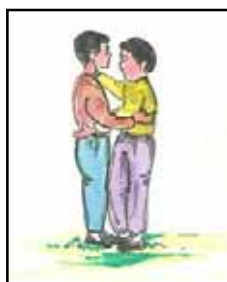
درېم فصل



اتلسم لوست

موخه: چې زده کوونکي د ستري مشي بېلابېل ډولونه وپېژني او په عمل کې یې تمثيل کړای شي.

- خو ډوله ستري مشي مو زده ده؟
- له خپلو ټولگيوالو سره څه ډول ستري مشي کوي؟
- له گاونډيانو سره څه ډول ستري مشي کوي؟
- د نيا، نېکه، ماما، ترور او کاکا سره څنگه ستري مشي کوي؟



هر سهار کله چې له خوبه راوېښېږو د کورنۍ ټولو غړو ته سلام اچوو. د ستري مشي په وخت کې ځان خوشاله نيسو چې خوله مو له مسکا ډکه وي. د مشرانو لاسونه ښکلوو، خپلو ټولگيوالو ته لاس ورکوو او گاونډيانو ته سلام اچوو. که څوک ناروغه وي د احوال پوښتنه يې کوو. خو له نابنده کسانو سره چېرې نه ځو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست په انځورونو خبرې وکړي او ترې لاندې متن دې په ګډه ولولي.
- په ډلو کې دې د احوال پوښتنې ډولونه تمثيل شي. زده کوونکي دې د ستري مشي په وخت د خندا ډکه خوله تمرين کړي.
- څو زده کوونکي دې د نابلدو او خطرناکو خلکو څخه د ځان د ساتلو په باب خبرې وکړي. خپل آند او نظرونه دې د ټولګيوالو په وړاندې څرګند کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- د ستري مشي په وخت د چا لاسونه ښکلوو؟
- له خپلو ټولګيوالو سره څه ډول ستري مشي کوو؟
- له نا اشنا خلکو سره چېرته تلل څه خطر لري؟

کورنۍ دنده:

د لوست کيسه د کورنۍ غړو ته وکړئ او د خپل کتاب انځورونه دې ورته ښکاره کړئ.





نولسم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د نږدې دوست ارزښتونه او ګټې بیان کړي.

- یو ښه دوست کوم صفتونه لري؟
- څه ډول یو نوی دوست پیدا کولی شو؟
- که چېرې یو خواخوږی دوست ونه لرو څه کېږي؟
- د زړه خواله ملګرو ته ویل څه ګټه لري؟



د نږدې دوست درلودل د روغتیا له پاره ګټه لري. کله چې د خپل
یو دوست سره زړه خواله وکړو زموږ فکر آرامېږي. یو ښه دوست
زموږ سره د اړتیا په وخت کې مرسته کوي. د دې لپاره چې نوي
دوستان پیدا کړو باید له خپلو ټولګیوالو سره په درناوي چلند وکړو او
هغوی په خپله سات تیری کې راځکه کړو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزه ډله کې د لوست انځورونه وگوري او تبصرې دې پرې وکړي.
- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې يو بل ته د زړه راز ووايي (له څه شي څخه پارېږي، په څه شي خپه شوي يا په قار دي او داسي نور).
- بيا دې د خپل يو ټولگيوال نوم واخلې لکه: زلميه! ته زما دوست يې او کله چې خپه وې درسره کښينم او که ناجوړه شوي پوښتنې ته دې درځم.

د ارزونې پوښتنې:

- څه وکړو چې خپل دوستان له موږ څخه خپه نشي؟
- که خپل د زړه رازونه لکه (په کوم چا چې په قار يو يا ترې خپه يو) چا ته ونه وايو څه کېږي؟
- له چا سره چې دروغ وايي، غلا کوي او له هر چا سره په جگړه اخته کېږي دوستي وکړو، ولي؟

کورنۍ دنده:

يوښه دوست ته د اړتيا په برخه کې د کورنۍ له غړو سره خبرې وکړئ د هغوی نظريې واخلئ.



د مهمو ورځو لمانځل

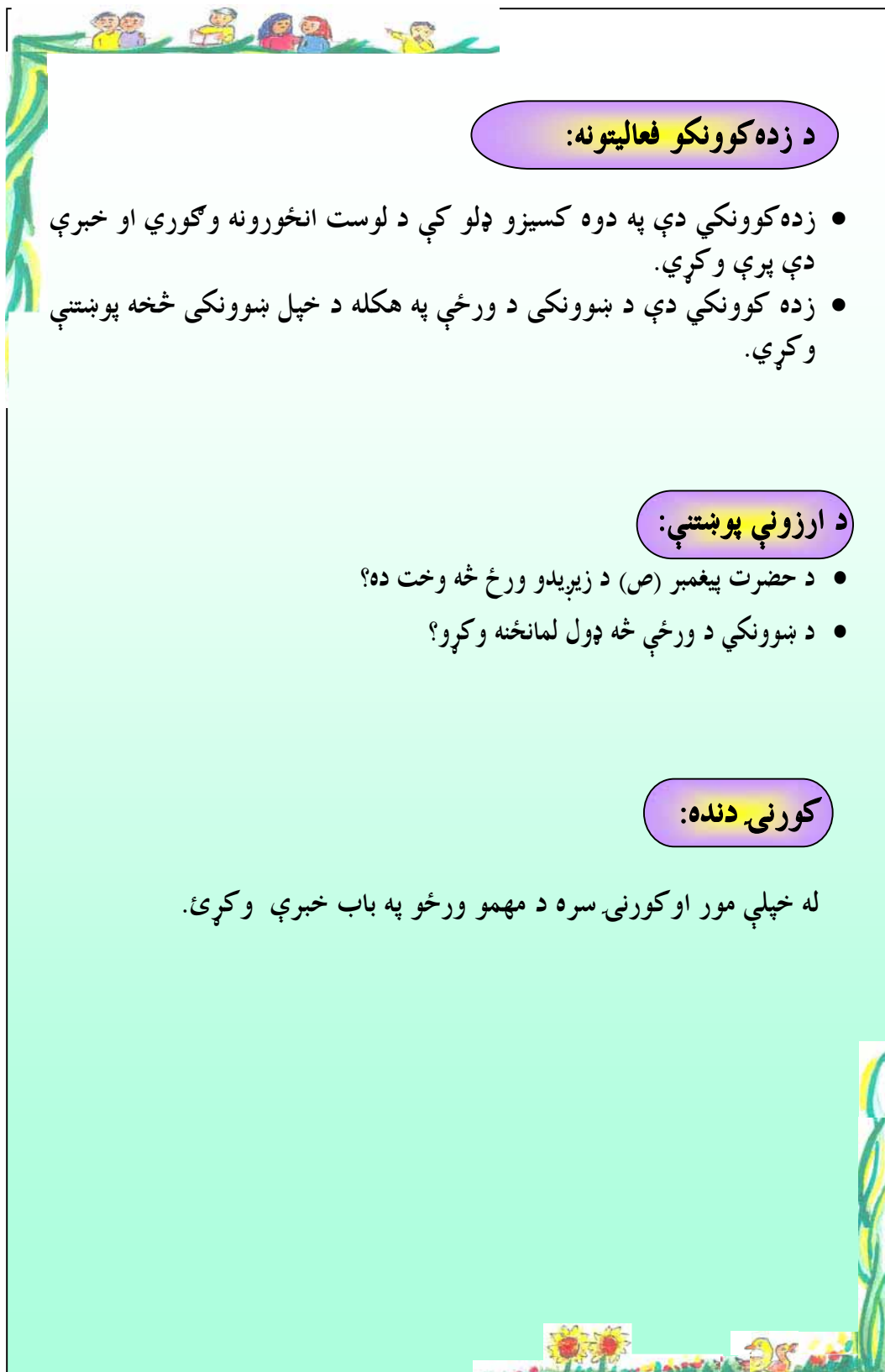
شلم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي مهمې ورځې او د هغو له لمانځلو سره آشنا شي.

- د حضرت محمد(ص) د زېږېدو نېټه څه وخت وه؟
- د ښوونکي ورځ څه ډول ولمانځو؟



حضرت محمد (ص) زموږ د مسلمانانو لارښود دی. او مسلمانان د حضرت محمد (ص) د زېږېدو په ورځ د قرآن کریم ختمونه او دعا گانې کوي. ښوونکي د هېواد د ماشومانو روزونکي دي. د ښوونکي ورځ په ټول هېواد کې د شعرونو او مقالو په لوستلو لمانځل کېږي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او خبرې دې پرې وکړي.
- زده کوونکي دې د ښوونکي د ورځې په هکله د خپل ښوونکي څخه پوښتنې وکړي.

د ارزونې پوښتنې:

- د حضرت پیغمبر (ص) د زیږیدو ورځ څه وخت ده؟
- د ښوونکي د ورځې څه ډول لمانځنه وکړو؟

کورنۍ دنده:

له خپلې مور او کورنۍ سره د مهمو ورځو په باب خبرې وکړئ.



يو وېشتم لوست

د لوست موخه: چې زده کونکي د مرستې کولو او د مرستې غوښتلو د ځانگړو ځايونو په ارزښت پوه شي او په عمل کې يې وښودلی شي.

- په کور کې له چا سره او په کوم کار کې مرسته کوئ؟
- په ښوونځي کې له چا سره په کوم وخت کې مرسته کوئ؟
- په کور کې له چا نه په کوم وخت کې مرسته غواړئ؟
- په ښوونځي کې له چا نه په کوم کار کې مرسته غواړئ؟



لوی خدای (ج) انسان یو ټولنیز موجود پیدا کړی دی. انسانان په کور، ښوونځي او هر ځای کې یو د بل مرستې ته اړ دي. موږ باید د خواشینی او یا وېرې په وخت کې له مشرانو څخه مرسته وغواړو او له خپلو ټولګیوالو او کوچنیانو سره مرسته وکړو.



د زده کوونکي فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او د مرستې غوښتلو په وختونو دې بحث وکړي
- خو زده کوونکي دې د ټولگي په وړاندې د مرستې غوښتلو تمثيل وکړي. د مثال په توگه: د رياضي د لوست په ستونزو کې له بل زده کوونکي څخه څنگه مرسته وغوښتل شي.
- زده کوونکي دې د مرستې کولو يو حالت بيان کړي.

پوښتنې:

- ولې بايد د کور په کار کې برخه واخلو؟
- ولې د يو دوست د زړه خوا له ته غوږ نيول مرسته گڼل کېږي؟
- څنگه په ټولگي کې يو له بل سره د لوستونو او کورني کار په باب مرستي وکړو؟

کورنۍ دنده:

- د مرستې غوښتلو د مناسب ځای او وخت په باب له کورنۍ څخه لارښوونه وغواړئ





دلوست موخه : چې زده کوونکي دگله کار له پاره د دندو د ویشلو په کتو پوه شي.

- په ښوونځي او کور کې گله کار څه کته لري؟
- په کومو کارونو کې ټولگيوال بايد يو له بل سره مرسته وکړي؟
- د يو گله کار د کولو نه مخکې څه وکړو؟



موږ د ښوونځي او کور په پاکولو کې حشر کوو. د گله کار په وخت کې خوشحاله اوسو او يو له بل سره شخړه نه کوو. د گله کار له پيل نه مخکې دندې وېشو تر څو زموږ کار ژر پای ته ورسېږي او هم ډېر ستړي نه شو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزه ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او د ګډ کار په اړه دې خپل د سترگو لیدلی حال یاد کړي.
- د نیالګیو کینولو او یا د ښوونځي د غولي د پاکولو له پاره دې د ګډ کار لپاره دندې وویشي او تمثیل دې کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- په ګډ کار کې څنګه دندې وویشو؟
- ګډ کار څه ګټه لري؟
- د ګډو کارونو له پیل څخه مخکې مشوره له چا سره وشي؟

کورنۍ دنده:

د نوي لوست کیسه د کورنۍ غړو ته وکړئ او خپل انځورونه ورته وښایاست.



دروېشتم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د دې څپرکي د هر لوست مهم ټکي په عمل کې تطبیق کړای شي.

- ستړي مشي څو ډولونه لري؟
- نږدې دوست ولي ضرور دی؟
- د اسلام د پیغمبر (ص) زیږېدنه څنگه لمانځو؟
- له گاوندلیانو سره څه وخت حشر کوو؟



موږ زده کوونکي د کور او ښوونځي په ګډو کارونو کې برخه اخلو. پېژندل شوې ورځې لکه د حضرت محمد (ص) د زېږېدو ورځ د ښوونکي ورځ، د اختر ورځ، او د مور ورځ لمانځو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې هغه مسئلې چې زده کړي یې دي او په عمل کې یې پلې کړي دي کیسه وکړي.
- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې تمثيل وکړي چې څنگه د گډو کارونو له پاره دندې ویشي.
- زده کوونکي دې د اختر په باره کې یوه جمله ولیکي.

د ارزونې پوښتنې:

- ولې د سترې مشي په وخت کې مسکي شو؟
- څنگه له خپلو دوستانو سره د زړه خواله وکړو؟
- څه وخت باید مرسته وغواړو؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د هغه څه په باره کې چې له دې کتاب څخه یې زده کړي له کورنۍ سره خبرې وکړي.





خلور ویشتم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د خواشینی نښې نښانې وپېژني د خپل ځان او نورو د آرامولو لاره په عمل کې وښودلې شي.

- هغه څوک چې خواشینی وي څنگه پېژندل کېدلی شي؟
- آیا ته کله خواشینی شوی یې؟
- کله چې خواشینی یاست څنگه خپل ځان خوشحالی؟
- له هغه چاسره چې خواشینی وي څه ډول مرسته وکړو؟



ټول کسان که مشران وي که کشران، زده کوونکي که ښوونکي، ځینې وخت خواشینی کېږي. که چېرې خواشینی ډېره اوږده شي د ناروغۍ لامل کېږي. د خواشینی د کمولو لپاره باید د هغې دلیل مور، پلار، یا خپل یو دوست ته ووايو تر څو مو زړه په کرار شي



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې د خواشینی حالت او د زړه خوالې کول په دوه کسيزه ډلو کې تمثیل کړي بیا دې څو ډلې د ټولګي په وړاندې خپل تمثیل ترسره کړي.
- زده کوونکي دې د ښوونکي په مرسته د ژوري ساه اېستل چې د آرامولو لاره ده د ټولګي په وړاندې تمرین کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- که چېرې خواشینی یاست څنگه ځان آراموي؟
- د خواشینی د لبرې کولو له پاره سپورت کول یا قدم وهل ګټه لري؟
- که تل خواشینی اوسو څه کېږي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې له خواشینی څخه د آرامولو لارې چارې د خپلې کورنۍ له غړو سره تمرین کړي.





پنځه ويشتم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د ډار په اړه معلومات تر لاسه کړي او د آرامولو لارې چارې په عمل کې تمثيل کړای شي.

- هغه څوک چې ډاربدلي وي په څېره کې يې څه بدلون راځي؟
- ډار څه وخت پيدا کېږي او د ډار په وخت کې له چا نه مرسته غواړي؟
- آيا تاسو په خوب کې ډارېږئ؟
- کله چې ډاربدلي ياست کوم شيان مو اراموي؟



هر انسان که ماشوم وي او که غټ ځينې وخت وېرېږي. ډار که په وينه وي او يا په خوب کې، که دوام وکړي د ناروغۍ لامل کېږي. کله چې ډار شوي يو بايد مبارکه کلمه له ځانه سره څو ځلې ووايو، او خپل ډار يو چاته ووايو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې د خپل ډار شیبې (د بېلگې په توګه له موټر، د پیچکاری-د ستنې، په بایسکل باندې د سپرېدو یا له حیواناتو څخه) د کاغذ پر مخ یا په ځمکه انځور کړي بیا دې هغه ږنگ کړي. کاغذ دې څیرې کړي او د مخکې انځور دې په لغتو ووهي. دا کار دې څو وارې تکرار کړي.
- زده کوونکي دې د خپل ډار کیسې په دوه کسيزو ډلو کې بیان کړي او بیا دې ژورې ساه ګانې وکاري.

د ارزونې پوښتنې:

- کله چې ډارېږو ولې خپل حال باید بل چاته بیان کړو؟
- څو واره باید ژورې ساه ګانې وباسو تر څو آرامه شو؟
- لویان له څه شې نه ډارېږي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د ډار کیسې او د آرامولو لارې د خپلې کورنۍ له غړو سره شریکې کړي.

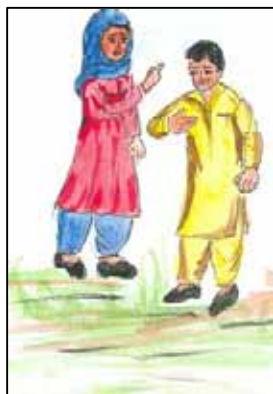
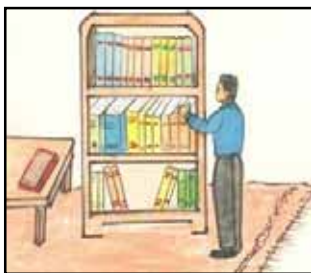




شپږ ویشتم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي په خبره کې د غوسې نښې نښانې وپېژني او د قار چاره یې په عمل کې ونښودلی شي.

- هغه څوک چې په غوسه شي په خبره کې یې څه بدلون راځي؟
- څوک چې په غوسه وي کوم کارونه کوي؟
- څه ډول خپله غوسه کمولای شو؟



ځینې خلک چې په غوسه شي، بدې خبرې، وهل او ټکول کوي او شیان ماتوي. ځینې نور بیا خپل قهر په پټه خوله زړه ته اچوي. د قهر زړه ته اچول د ناجوړې سبب کېږي. کله چې په قهرېږو باید [لا حول ولا قوة الا بالله] ووايو، ځان آرامه کړو او بیا په نرمې خپلې خبرې وکړو. د غوسې د کمولو له پاره باید له یو چا سره د زړه خواله وکړو یا قدم ووهو یا ورزش وکړو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې د لوست متن ولولي او د غوسې په باب دې خپلو یا دنورو کیسې په دوه کسيزو ډلو کې یادې کړي.

زده کوونکي دې د ټولګي په وړاندې د قهر په وخت له کنځلو او جنگ څخه د ځان ژغورلو لارې تمرین کړي د بېلګې په توګه خپل ځای دې بدل کړي، ژوره ساه دې وباسي، د یو دوست سره دې د زړه خواله وکړي، او یا دې د څو شیبو لپاره غلې شي او خپل فکر دې په یو بل کار کې ونښلوي.

پوښتنې:

- څنګه پوهېږئ چې یو څوک په غوسه دی؟
- د غوسې په وخت کې څه کوي؟
- له هغه چا سره چې په غوسه وي څه باید وکړو؟
- د غوسې په وخت کې څه ډول ځان کرار کړو؟

کورنۍ دنده:

د خپلې غوسې او کراریدو په اړه د خپلې کورنۍ له غړو سره خبرې وکړئ.

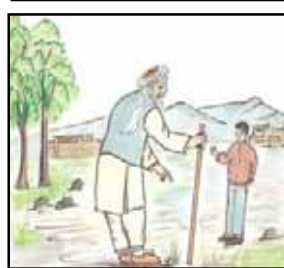
د یوې قهرجنې خبرې انځور وکارئ.



اوه وېشتم لوست

د لوست موخه : چې زده کوونکي دخپلو غوښتنو د څرگندونې زړورتيا په عمل کې وښودلای شي.

- کله چې تاسو څوک بې ځايه ملامت وېولي څه کوئ؟
- که چېرې يو څوک ستا سو څخه وغواړي چې سگرت ورسره وڅکوئ، څه کوئ؟
- کله چې د ښوونکي صاحب په لوست پوه نه شئ، بايد څه وکړئ؟
- کله چې له يو چا نه خواشينی شئ څه ورته وايي؟



هر څوک حق لري چې خپلې غوښتنې، اړتياوې او خپلې د زړه خبرې بې له ډاره بيان کړي. که خپلې غوښتنې او نارضايتي بيان نه کړو ناروغه کېږو. د نورو بې ځايه غوښتنې بايد ونه منو او په درناوی ځواب ورکړو. کله چې د ښوونکي په خبرو نه پوهېږو بايد پوښتنه وکړو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزه ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او په جرات دې د خپلو خبرو کول تمثيل کړي.
- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د مشرانو په غونډه کې د خبرو کولو تمرين وکړي.
- يو څو زده کوونکي دې د ټولگي په وړاندې د خپل ملگري د غوښتنې په باب چې [د کورني کار په باره کې ښوونکي ته دروغ ووايي] د نه ويلو (رد ځواب ورکولو) تمثيل وکړي.
- زده کوونکي دې د هغه بې زړه زده کوونکي نوم واخلي چې نور ټولگيوال بې ځايه ټوکې پرې کوي او دی پټه خوله ناست وي او خواشيني ښکاري.

د ارزونې پوښتنې:

- په کور کې د اخلاقي زړورتيا مثالونه ورکړئ؟
- خپل ټولگيوال ته خپله غوښتنه څنگه څرگنده کړو؟
- که چېرې يو څوک له تاسو نه وغواړي چې د ټولگي په دروازه کرښې وباسئ څنگه ځواب ورکوئ؟

کورنۍ دنده:

په کور کې د زړورتيا د مثالونو په باره کې له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ.





اته ويستم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي په خبره کې د خوبني په نښو نښانو پوه شي او د خوشالي گټې وپېژني.

- خوبني اوسېدل څه گټه لري؟
- څوک چې تل په غوسه وي ولې د خلکو نه خوبنېږي؟
- د خپلې کورنۍ غړي يا خپل خواشيني ټولگيوال څنگه خوشحاله کولی شو؟



خوبني د لوی خدای (ج) یو نعمت دی هغه څوک چې د تل لپاره خواشيني يا په غوسه وي خپل دوستان له لاسه ورکوي. هغه څوک چې د خدای (ج) پر نعمتونو شکر نه وباسي تل خپه او نامېده وي. خوشالي روغتیا ته گټه لري. د دې لپاره چې خپل ځان خوشحاله وساتو باید په هغه څه چې خدای (ج) راکړي شکر وباسو او د خپل ډار او د زړه راز خپل دوست ته ووايو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- له زده کوونکو نه وغواړئ چې د لوست انځورونه په دوه کسيزو ډلو کې وگوري او تبصرې پرې وکړي.
- خو زده کوونکي دې د ټولگي په وړاندې د ادب نه ډکې ټوکې ووايي.
- زده کوونکي دې د خپلو خواشینیو په باب یوه کرښه ولیکي.
- یو خو زده کوونکي دې خپلې لیکل شوې خواشینی نورو ته ووايي.

د ارزونې پوښتنې:

- څنگه ځان او د کورنۍ غړي خوشحاله وساتو؟
- همېشې غوسه او خواشینی څه تاوان لري؟
- خدای (ج) تاسې ته کوم نعمتونه درکړي دي؟

کورنۍ دنده:

د خپل ځان د خوښۍ او له خواشینۍ څخه د خلاصولو د لارو په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ.



نه وېشتم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي بې زړه توب وپېژني او زیانونه یې په ګوته کړي شي.

- بې زړه ماشوم څنګه خبرې کوي؟
- بې زړه توب د څه نه پېدا کېږي؟
- دبې زړه توب د له منځه وړلو لپاره څه وکړو؟
- د بې زړه ټولګیوال سره څه ډول مرسته کولای شو؟



هغه ماشوم چې د وهلو، ټکولو، ملامتۍ او ډېرو نیوکو سره مخامخ وي بې زړه کېږي. که چېرې د یو ماشوم بڼه کارونه او کړاوونه وستایل شي او د زړه خواله ته یې غوږ ونیول شي، بې زړه توب یې کمېږي. د نورو په مخ کې خبرې کول جرأت زیاتوي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري او د خپل بې زړه توب کيسې دې يو بل ته وکړي.
- يو څو زده کوونکي دې خپلې د وهل کېدو او رټل کېدو کيسې ټولگيوالو ته په لوړ آواز ووايي.
- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د هغه پلار ډرامه اجرا کړي چې له خپلو ماشومانو سره په مهرباني چلند کوي، خبرو ته يې په غور غور نيسي، او د شو کارونو ستاينه يې کوي.

د ارزوني پوښتنې:

- د ماشوم د بې زړه توب لوی لاملونه کوم دي؟
- هغه ماشوم چې زړور وي د خبرو په وخت کې څنگه درېږي او آواز يې څنگه وي؟
- که چېرې ستاسي يو ټولگيوال ښه کار وکړي، تاسو څه ورته وایاست؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د بې زړه توب په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي.



دېرشم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي خپل ښه صفتونه او استعدادونه وپېژني او بیان یې کړای شي.

- مخکې له دې چې په ښوونځي کې شامل شي کوم کارونه دې کولی شول؟
- په لومړي ټولگي کې دې څه نوي زده کړل؟
- کوم کارونه تر نورو ټولگيوالو ښه کولی شئ؟



لوی خدای (ج) موږ ته سترگې، غوږونه، لاسونه، پښې او استعدادونه راکړي. موږ باید هغه څه چې خدای (ج) راکړي او هغه کارونه چې کولی شو وپېژنو او په خوښۍ شکر وباسو. باید تل په یاد راوړو چې یوه ناکامي او یا د یوه شي نه درلودل زموږ ښه والی او استعدادونه له منځه وړلی نه شي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې خپل شته او بښگنې وشميرې او پر هغه کمالونو چې لري يې، ووياري.
- زده کوونکي دې د ټولگي په وړاندې د خپلې يوې تېروتنې او ناکامۍ کيسه وکړي.
- زده کوونکي دې د هغو کارونو چې په ښه توگه يې کولی شي (لکه د اوبو راوړل، جارو کول، مرسته کول، تېزه منډه کول، او داسې نور) بيان کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- څنگه موږ د هغه څه چې خدای (ج) راکړی قدر وکړو؟
- ولې د يوه شي د نه درلودو څخه غمجن نه شو؟
- څنگه د ناکامۍ د تکرار مخه ونيسو؟

کورنۍ دنده:

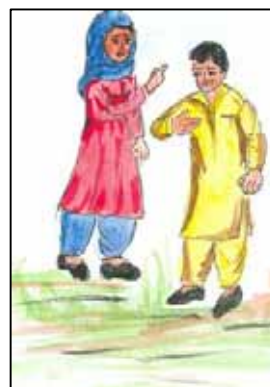
د خپلو ښو صفتونو او کمالونو په باب د کورنۍ سره خبرې وکړئ او د کورنۍ د يوه غړي يو ښه کار وستايئ.



یو دېرشم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د تیر څپرکي د لوستونو مهم ټکي په عمل کې وښودلای شي.

- کله چې بې ځایه ملامت شی څنگه خپله نارضايتي بیانوي؟
- له خپه ماشوم سره څنگه مرسته کولای شي؟
- کله چې ډارېدلي یاست خپله د ډار کیسه مو چاته کړي ده؟
- په څه ډول کولی شو چې په خپلو کورنیو کې خوښۍ زیاتې کړو؟



موږ زده کوونکي له خپلو درسونو څخه د زده کړي کمالونه په خپل ورځني ژوند کې عملي کوو تر څو زموږ او زموږ د کورنیو ژوند ښه شي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د تېرو لوستونو انځورونه وگوري او مهم ټکي دې په څو ټکه کړي.
- زده کوونکي دې د خپل زړورتوب په باب یو مثال وليکي.
- یو څو زده کوونکي دې د خپل زړه ورتوب مثالونه په لوړ آواز ټولگيوالو ته واوروي.

د ارزونې پوښتنې:

- زیاته او همېشني غوسه څه زیان لري؟
- تاسې په خپله کومه تیروتنه اقرار کړی، چېرته او څه وخت؟
- دځپکان په وخت کې د تېروتنو یادونو په یاد راوړل څه ګټه لري؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د تېرو لوستونو د غټو ټکو په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړي او د دوی نظر دې وغواړي.





دوه دېرشم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي په خپل ځان او نورو د مهرباني په ارزښت پوه شي او عملي بېلګې یې بیان کړای شي.

- ستاسو په نظر څوک مهرباني ته اړتیا لري؟
- په ځان څنګه مهرباني کولی شو؟
- په ځان د ظلم څو مثالونه راوړئ؟



مهرباني د لوی خدای (ج) یو صفت دی. مهربانه سړي هم په ځان زړه سوزي هم په نورو. که کوم کار ترې خراب شي ځان دېر زیات نه ملامتوي. کله چې سترې وي په خپل بدن زړه سوی کوي او استراحت کوي. کله چې خپه وي خپل ځان په تفریح بوختوي. خپل وجود په سګرټ او ناپاکه ډوډۍ نه ناروغه کوي.



د زده کوونکې فعالیتونه:

- زده کوونکې دې په دوه کسيزو ډلو کې په خپل ځان د مهربانۍ مثالونه راوړي چې څنگه ځان له خواشينۍ او خطرونو څخه وساتي.
- زده کوونکې دې د ځان د ساتلو مثالونه لکه په کور کې د ننه او له کور څخه بهر له خطراتو څخه ځان ساتل، تفريح او ورزش کول، د نوکانو لندول، د ځان پاک ساتل، د پاکو خوړو خوړل بيان کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- په خپل ځان څنگه مهربانه واوسو؟
- آیا په سړو کې ځان نه پټول په ځان ظلم بلل کېدای شي؟
- د ناروغۍ په وخت کې څه ډول په خپل ځان مهربانه کېدای شو؟

کورنۍ دنده:

په خپل ځان باندې د مهربانۍ دوه بېلګې وليکئ او له کورنۍ سره خبرې پرې وکړئ.



دري دېرشم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د ښه نیت او لورېنې سره آشنا شي او عملي مثالونه ورکړي.

- د یوه ټولګیوال په خوشحالی کې څنګه برخه واخلو؟
- د یو دوست په بریالیتوب کې څنګه مرسته وکړو؟
- کوم زړه سواندی سړی پېژنی؟



ښه نیت او پېرزوینه د مسلمان صفتونه دي. موږ باید د نورو په بریالیتوب او پرمختګ خوشحاله شو او خپله خوبښي نورو ته څرګنده کړو. موږ باید له نورو سره د دوی د بریالیتوب په لاره کې مرسته وکړو. هماغسې چې ځان ته خپګان نه غواړو، نورو ته هم باید د خپګان لامل نه شو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د هغو شيانو مثالونه راوړي چې ځان ته يې نه غواړي (نه غواړم چې څوک مې قلم مات کړي، نه غواړم چې څوک مې ووهي) او بيا دې ووايي چې د بل چا قلم هم نه ماتوم او بل څوک نه وهم).
- زده کوونکي دې په ډلو کې د يو داسې سړي تمثيل وکړي چې د خپل ګاونډي ماشوم د نويو کاليو مبارکي ورکوي او د زړه له کومې ورته خوشاله دی.

د ارزونې پوښتنې:

- کله چې خپل د لوبې شيان له نورو ماشومانو سره شريک کړئ څه کېږي؟
- کله چې ډېر وږې ياست او د ټولګيوال سره ډېره توده ډوډۍ وي، په زړه کې څه وايي؟
- کله چې له ستاسې سره اوبه وي او يو بل ټولګيوال ډېر تېری وي، د دې ټولګيوال به په زړه کې څه راشي؟

کورنۍ دنده:

د خير غوښتنې او پېرزوينې په اړه له خپلې کورنۍ څخه مثالونه وغواړئ.





څلور دېرشم لوست

دعوا

د لوست موخه: چې زده کوونکي دعوا وپېژني او بې له جگړې يې د اوارولو له لارو سره بلد شي.

- دعوا څه شی ده؟
- څه وخت د زده کوونکو ترمنځ دعوا پېښېږي؟
- دعوا په کوم وخت کې زیان لري؟



په ژوند کې اختلاف او دعوا پېښېږي. زموږ دنده دا ده چې مخالفت او دعوا له جگړې او کنځلو پرته اوار يې کړو. د دعوي د اوارې تر ټولو ښه لاره د خبرو کولو په مرسته پيداکېږي. د خبرو کولو په وخت کې بايد ادب او درناوی په کلکه په پام کې ونیول شي.

د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د لوست انځورونه وگوري خپلې کيسې دې د دعوي په باب يو بل ته ووايي.
- يو يا دوه زده کوونکي دې د ټولگي مخې ته راشي خپلې د دعوي کيسې دې په لوړ آواز ټولگيوالو ته واوروي.
- خو زده کوونکي دې د خبرو له لارې د يوې دعوا د اوارولو تمثيل وکړي.

د ارزونې پوښتنې:

- دعوا څه وخت پيدا کېږي او څه وخت په جنگ اوږي؟
- که يوه دعوا اواره (حل) نه شي څه کېږي؟
- په کور کې دعوا ولې پيدا کېږي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې د دعوا په اړه يوه جمله وليکي او په رغنده سيالۍ کې دې دهلک يا نجلۍ انځور وکارې او د خپلې کورنۍ له غړو سره دې پرې خبرې وکړي.



پنځه دېرشم لوست

جگړه

د لوست موخه: چې زده کوونکي د جگړې زیانونه وپېژني د خبرو له لارې د دعوې اوارۍ په عمل کې ونډولی شي.

- دعوا او جگړه څه توپیر لري؟
- جگړه څه زیانونه لرلای شي؟
- دعوا که په جگړه وانه وړي څه گټه لرلی شي؟
- خبرې اترې څنګه د جگړې مخه نیولای شي؟



جنگ د خپګان او مرورتیا سبب کېږي. په جگړو کې انسانو ته ژوبله اوږي او شیان پکې ماتېږي. د خبرو په وخت کې لومړی باید ستونزه بیان شي، بیا هر پلو ووايي چې څه غواړي. کله چې په ستونزه وپوهیږو بیا د اوارۍ خو لارې پیدا کړو. کله چې د حل ډیرې لارې پیدا شي، تر ټولو ښه لاره دې غوره شي چې د ټولو لورو له پاره د منلو وړ وي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې انځورونه وگوري او د انځورونو لاندې مطلب دې ولولي خپلې ورته کيسې دې بيان کړي.
- د زده کوونکو يوه ډله دې په ټولگي کې د کيناستو پر ځای د يوې دعوا تمثيل وکړي. نور زده کوونکي دې د دغې دعوا د اوارۍ د لارو وړاندیزونه وکړي. بيا دې د بنوونکي په مرسته هغه لاره غوره شي چې د دعوا د دواړو اړخونو له پاره د منلو وړ وي.

د ارزونې پوښتنې:

- ولې د دعوا د اوارۍ لارې د خبرو له لارې ولټوو؟
- که چيرې د خبرو له لارې دعوا د اوارۍ لارې و نه مومي څه به وشي؟
- په خبرو اترو کې کوم ټکي په پام کې ونيسو؟

کورنۍ دنده:

د خبرو له لارې د دعوا او جگړې د حل کولو په باب له خپلې کورنۍ سره خبرې وکړئ او مثالونه ترې وغواړئ.





شپږ دېرشم لوست

غور نیول

د لوست موخه: چې زده کوونکي د غور نیولو ښېګڼې وپېژني او په څیر سره د غور نیولو عادت په عمل کې ونښي.

- کله چې څوک موږ ته غږېږي، کوم کارونه باید ونه کړو؟
- که چېرې یو څوک د غور نیولو پرځای ستاسې په خبرو کې را ودانګي تاسو ته څه احساس پیدا کېږي؟
- په غور سره غور نیول څه ګټه لري؟
- څنګه پوهېږو چې په غور سره مو غور نیولی دی؟



د یو چا خبرو ته غور نه نیول بې ادبي ده. که چېرې د چا خبرو ته غور ونه نیسو، په خبرو به یې پوه نه شو. څوک چې خبرې راسره کوي باید هرې خوا ته ونه ګورو، د خبرو په منځ کې وروڼه دانګو، او له کوم شي سره ځان په لوبو بوخت نه کړو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د غوږ نیولو تمثیل وکړي. یو تن دې خبرې کوي او بل دې په خبرو کې ورلوېږي یا دې له نورو سره په خبرو اخته شي، یا دې له ځانه سره په لوبو اخته شي.
- یوه ډله دې د ټولګي مخې ته راشي او دا ځل دې اوریدونکي په غور خبرې واورې او تر څو چې د لومړي زده کوونکي خبرې نه وي تمامې شوي، دویم زده کوونکی دې خبرې نه کوي.
- په بل تمثیل کې دې دوه زده کوونکي په وار خبرې وکړي بې له دې چې شر او شور جوړ کړي.

د ارزونې پوښتنې:

- د دې له پاره چې دوه تنه د یو بل په خبرو پوه شي څنګه باید خبرې وکړي؟
- که په وار خبرې ونه کړو څه به وشي؟
- د غوږ نیولو ارزښت د دعوا په اوارولو کې څه شی دی؟

کورنۍ دنده:

له خپلې کورنۍ سره د غوږ نیولو او په وار خبرو کولو په باب خبرې وکړئ او د دوی نظر وغواړئ.





اوه دېرشم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي په تېروتنو د اقرار په ګټو پوه شي او بښنه غوښتنه تمثیل کړای شي.

- کله چې په سهوې سره د چا پر پښه، پښه کېږدو باید څه وکړو؟
- کله چې یو شی له موږ څخه مات یا خراب شي، خپلې مور او پلار ته څه ووايو؟
- له خپل ټولګیوال څخه د بښنې لاره کومه ده؟



هر انسان سهو او تېروتنه کوي. باید په خپلو تېروتنو اقرار وکړو او بښنه وغواړو. رښتیا ویل د خدای (ج) خوښېږي او په هر حال کې باید یوازې رښتیا ووايو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د دې لوست انځورونه وگوري او خبرې دې پرې وکړي.
- خو کسه زده کوونکي دې د ټولگي مخې ته راشي او په خپلو تېر وتلو دې اقرار وکړي او بښنه دې وغواړي.
- خو کسه دې د دروغجن ماشوم تمثيل وکړي چې هيڅ څوک يې په خبرو باور نه کوي او ټول په سپکه سترگه ورته گوري.

د ارزونې پوښتنې:

- آیا په خپلو تېروتنو اقرار رښتيا هم د ښو خلکو کار دی؟
- داسې څوک پېژنئ چې د خپلې سهوې په خاطر يې بښنه غوښتې وي؟
- آیا رښتيا هم په تېروتنه اقرار نه کول موږ دروغجن کوي؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې په تير وتلو د اقرار او رښتيا ويلو په باب له خپلو کورنيو سره خبرې وکړي او له دوی څخه دې مثالونه وغواړي.





اته دیرشم لوست

د لوست موخه: چې زده کوونکي د بښنې غوښتنې په ځواب کې له بښنې سره بلد شي.

- که څوک له موږ څخه بښنه وغواړي موږ څه وکړو؟
- بښنه څنگه کېږي؟
- کله چې د یو چا تر غلطۍ ورتېرېږو، څنگه بښنه وکړو؟



کله چې یو ټولګیوال د خپل ناوړه کار په خاطر بښنه وغواړي موږ ته پکار ده چې له خپلې غوسې نه تېر شو، خپه او مرور پاتې نه شو. څوک چې بښنه غواړي باید وعده وکړي چې خپل ناوړه کار بیا نه تکراروي. او څوک چې بښنه کوي باید مرور پاتې نه شي.

د زده کوونکي فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د ټولگي د يوې دعوي په باب د بښنې غوښتنې او عفوي کولو تمثيل وکړي.
- نور زده کوونکي دې د بښنې کيسې راپه ياد کړي او ټولگيوالو ته دې په لوړ آواز واوروي.
- زده کوونکي دې د بښنې غوښتنې او عفوي کولو په باب يوه يوه کرښه وليکي.
- خو زده کوونکي دې خپلې جملې په لوړ آواز نورو ته واوروي.

د ارزونې پوښتنې:

- بښنه ښه کار دی؟ ولې؟
- آیا دا رښتیا ده چې د بښنې غوښتل او عفوه کول دوستي ټينگوي، ولې؟
- څومره وخت د مرور پاتې کېدو له پاره بس دی؟

کورنۍ دنده:

د عفوي په باب خپلې ليکلې جملې د کورنۍ غړو ته ولولۍ او د دوی نظر پرې وغواړئ.

نه دیرشم لوست



د خپګان وروسته پخلاينه

د لوست موخه: چې زده کوونکي له خپګان وروسته د پخلاينې لارې وپېژني او په عمل کې ونښودلای شي

- کله چې یو څوک له موږ نه خپه وي څنګه ورسره پخلا شو؟
- د پخلا کېدو طریقې کومې دي؟
- که د خپګان یا جګړې نه وروسته پخلا نه شو څه کېږي؟



د جګړې او اوږده خپګان له امله د انسانانو دوستي له منځه ځي. کله چې دوه تنه یو له بله مرور او خپه وي، یو له بل سره مرسته نه شي کولی، او ښايې جګړې ته پلمې جوړې کړي. د دې لپاره چې خپه کسان سره پخلا شي اول باید یو د بل نه ښښنه وغواړي او د یو بل تېر وتې عفو کړي. بیا نو د پخلاينې لپاره یا لاسونه سره ورکوي او یا یو بل په غېږ کې نیسي. کله چې پخلاينه وشي بیا نو مرور بېرته سره دوستان شي.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې د پخلاينې تمثيل وکړي.
- خو زده کوونکي دې د ټولگي مخې ته راشي او داسې تمثيل دې وکړي:
 - لومړی سره مرور وي او له يو بل سره خبرې نه کوي
 - بيا يو له بله معذرت غواړي او په خپلو اشتباه گانو اقرار کوي
 - بيا دواړه لاسونه سره ورکوي يا په غيږو کې يو بل نيسي او په خندا او خوشالۍ سره پخلا کيږي.

د ارزونې پوښتنې:

- ولې بايد د ډېر وخت له پاره مرور پاتې نشو؟
- آيا دا رښتيا ده چې که په تېروتنو اقرار ونه شي او بنسټ ونه غوښتل شي، پخلاينه به ژر په مرورتوب بدله شي؟
- پخلاينه سخته ده که خپگان؟ ولې؟

کورنۍ دنده:

زده کوونکي دې له جگړې وروسته د پخلا کېدلو په اړه خو جملې وليکي او له کورنۍ سره دې خبرې پرې وکړي.

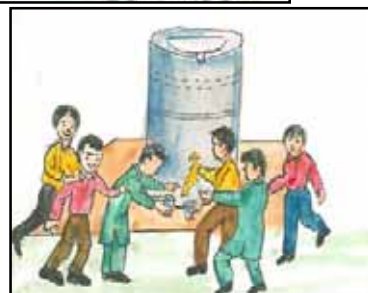




څلویښتم لوست

د لوست موخه: زده کوونکي دې د دې څپرکي د هر لوست په زړه پوري او عملي رایاد او په عملي کې پلي کړي.

- په ځان څنگه زړه سوئ لرلای شو؟
- څنگه د کورنۍ په نورو غړو لورپینه (پېرزوینه) لرلای شو؟
- ولې د یو چا خبره په غور سره واورو؟
- څنگه یوه دعوا اواره کړو چې په جگړه وانه وړي؟



موږ زده کوونکي په ځان او نورو مهربانه یو، په وار خبرې کوو،
د خپلکان د لیرې کولو له پاره په خپله اشتباه اقرار کوو، بښنه غواړو او
ژر سره پخلا کیږو.



د زده کوونکو فعالیتونه:

- زده کوونکي دې په دوه کسيزو ډلو کې تمثيل کړي چې له شخړې وروسته څه ډول پخلاينه کېږي.
- ټول زده کوونکي دې د ښوونکو په لارښوونه لس وارې اوږدې ساگانې وباسي. هوا دې د پوزې له يوه سوري څخه واخيستلای شي او د پوزې له بل سوري څخه دې وايستلای شي.

د ارزونې پوښتنې:

- په کور کې دعوا ولې پيدا کېږي؟
- که په وار خبرې ونه کړو څه به وشي؟
- بښنه ښه کار دی که عفو کول؟
- ولې بايد د ډېر وخت له پاره مرور پاتې نشو؟

کورنۍ دنده:

د تېرو لوستونو هغه ټکي چې ستاسې ډېر خوښ شوي وي د کورنۍ له غړو سره خبرې پرې وکړئ.

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