التعليم فوق الجميع | education above all

# د شخړو حل (حل منازعات) (عمر: ۱۱ – ۱۴)

| | |
|---|---|
| **توضیحات:** | زده کوونکي به په یوې سالمې طریقې سره د شخړو د حل لارې چارې تمرین کړي، هغوی به د خپلو احساساتو مدیریت زده کړي او د نورو خلکو احساسات به معلوم کړي ترڅو سالمې او ښې اړیکې ټینګې کړي او خپل احساساتي ځیرکتیا ته پیاوړتیا وربه برخه کړي. |
| **مخکښه پوښتنه:** | آیا زه کولی شم د شخړو به وخت کې په اغیزمنده توګه وغبریږم او د نورو په احساستو باندې پوه شم؟ |
| **عمر:** | له ۱۱ – ۱۴ کلونو پورې |
| **مضامین:** | ټولنیزې احساساتي زده کړې، سواد زده کړه |
| **ټولټال اړین وخت:** | په ۵ ورځو کې څه لپاسه ۷ ساعته |
| **په خپله لارښوونه/تر څارنې لاندې فعالیت** | تر څارنې لاندې فعالیت |
| **د اړتیا وړ سرچینې** | - کتابچه/ورقه<br>- پنسل/قلم |
| **د زده کړو پایلې** | - د شخړو لاملونه او اغیزې پېژندل<br>- د شخړو د حل او فصل لپاره د بیلابیلو ستراتیجیو (چلندونو) تمرین کول<br>- په ستونزمنو او له ننګونو څخه په ډک وخت کې د نورو خلکو احساسات په پام کې نیول او د هغوی په اړه فکر کول ترڅو د هغوی په احساساتو باندې ځان پوه کړي<br>- د بیلابیلو اندونو پیدا کول ترڅو په یوه موضوع باندې په ښه توګه پوه شي<br>- کومکي فعلونه معلومول او د هغوی کارونه<br>- د یوه کرکټر د احساساتو او اندونو په اړه د استنباط (برداشت) کولو لپاره د یوې کیسې لوستل<br>- د کاملې اوسنې جارې زمانې معلومول<br>- په خپلو یادداشتونو کې لیکنه کول<br>- یو غیر رسمي خط لیکل<br>- نقل قول له مستقیم ډول څخه غیر مستقیم ډول ته اړول |

**لومړی ورځ-**

**نن ورځ به تاسو زده کړی چې د شخړې معنا څه ده او شخړو ته به په خپلو عکس العملونو فکر وکړی. همدا راز، تاسو به وکولای شي چې کومکي فعلونه معلوم کړی.**

| وخت | فعالیت او توضیحات |
|---|---|

| | |
|---|---|
| ۵ دقیقې | • زده کوونکي به د شخړې د معنا په اړه له یو بل سره بحث وکړي:<br>- کله چې تاسو د «شخړې» کلمه واورئ، ستاسو ذهن ته تر ټولو لومړی څه راځي؟<br>- د شخړې مانا څه ده؟<br>- ستاسو په ژبه کې نورې کومې داسې کلمې شته چې د شخړې مانا ولري؟<br>• *شخړه د مختلفو افکارو په درلودلو سره د خلکو په منځ کې ډېر شدید نه توافق ته ویل کیږي. شخړې ممکن ډیرې اوږدمهاله وي او ممکن د هغوی حل کول هم ډیر ستونزمن واوسي. د ژوند په ځینو پړاونو کې، مونږ ټول د ځینو خلکو سره په شخړه کېږو. شخړې ته د پای ورکولو د مهارت او طریقې زده کړه یوه اړینه موضوع ده.* |
| ۵ دقیقې | • **فکر وکړئ او بحث وکړئ:** آیا تاسو د یوې شخړې په اړه چې تاسو پکې شامل وئ او یا یې په اړه مالومات لرئ، خبرې کولی شئ؟<br>• *شخړې ممکن ډېر لاملونه ولري. ځینې لاملونه یې په لاندې ډول سره دي:* |

| | ۱۰ دقیقې |
|---|---|
| ▪ توپیرونو ته احترام نه درلودل (د بېلګې په توګه، مختلفو عقیدې، لکه دیني باورونه).<br>▪ سرسختي – د بل چا له نظره یوې موضوع ته د کتني څخه ډډه کول؛<br>▪ مخکیني ستونزې چې تر اوسه نه دي حل شوې<br>● له زده کوونکو څخه وغواړئ چې په لاندې چارټ کې د (✔) علامې په کارولو سره وښیي چې د خپلې کورنۍ او یا هم ملګرو تر منځ شخړه څنګه مدیریت کولی شي.<br><br>(table below)<br><br>● **فکر وکړئ:** کله چې تاسو یوې شخړې ته ځواب ورکوئ، تاسو کومې طریقې په پام کې نیسئ؟ ستاسو په نظر تاسو ولې په دا شان شخړو ته ځواب ورکوئ؟ یو څو بېلګې ووایاست. | |

| زما ځواب | ډېری وخت | کله کله | هیڅکله |
|---|---|---|---|
| د خپل غږ پورته کول او چیغه وهل | | | |
| د نورو ملامتول | | | |
| موضوع څخه صرف نظر کول او له هغه ځایه څخه تلل | | | |
| بخښنه غوښتل | | | |
| د حل لپاره وړاندیزونه کول | | | |
| یو چاته شکایت کول | | | |
| بخښنه کول | | | |
| اخطار ورکول | | | |
| د دواړو لورو د ګټلو هڅه کول | | | |
| د نورو نومونه اخیستل | | | |
| خفه کېدل او یا هم ژړل | | | |
| له یوه مشر څخه د مرستې غوښتنه کول | | | |
| خوش طبیعتي کول | | | |
| نور خپل کار ته پرېښودل | | | |

- ***لانديې کيسه له زده کوونکو سره شريکه کړئ:*** محسن او روبي ښه ملګري دي.

د روبي دا نه خوښيږي چې د شخړو به وخت کې د ې محسن خپل غږ پورته کړي. هغه ويريږي او چوپه خوله پاتې کيږي. هغه غواړي چې خپله نظريه له محسن سره شريکه کړي، مګر کله چې محسن چيغه کړي، روبي فکر کوي چې د هغې بې عزتي کيږي.

  - په دغه مثال کې د شخړې **لامل** معلوم کړئ.
    کچيرته تاسو د روبي پر ځای واوسی تاسو به څه کړي وای؟

| | |
|---|---|
| ۱۵ دقیقې | ***د شخړو به وخت کې مونږ څنګه عکس العمل ښیو:***<br>▪ *شخړه د ژوند یوه برخه ده. مونږ نشو کولی چې ددې هېله ولرو چې کاش هیڅکله هم شخړه نه را پیښیدی او یا ددې تصور وکړو چې شخړې نه را پیښیږي. شخړې په هر ځای کې پیښیدلی شي، مثلا: په کور کې، په ښوونځي کې، د کار په ساحه کې، او په ټوله کې زموږ په ټولنه کې. شخړې کولی شي مونږ ډیری وخت خفه او یا هم په غوصه کړي خو که چیرته شخړې په سم ډول سره* ***مدیریت شي،*** *دا کولی شي زمونږ اړیکې لا ډیرې سره ټینګې کړي.*<br>**فکر وکړئ، جوړه شئ او خپل نظر شریک کړئ:**<br>**زده کوونکي د لاندې پوښتنو په اړه لومړی فکر کوي، بیا خپل اندونه له خپل یوه ټولګیوال سره شریکوي او په پای کې خپل نظر یا آند له ټول ټولګي سره شریکوي.**<br>▪ په دې ورستیو کې، دداسې یوې ستونزمنې شخړې په اړه فکر وکړئ چې تاسو پکې شامل وی.<br>▪ ددې شخړې په جریان کې تاسو څنګه عکس العمل وښوده؟ تاسو څنګه احساس درلود؟<br>▪ په معمول توګې سره کله چې تاسو د یوې شخړې سره مخامخ کیږی، تاسو څنګه یو عکس العمل ښایاست؟<br>▪ آیا ستاسو عکس العمل حالت ښه کوي او که بدتر کوي یې؟<br>*(د شخړو په وخت کې مونږ ممکن ډیر غوصه واوسو او چیغې هم ووهو، ناسمې کلمې وکاروو، یو بل سره لاس واچو او داسې نور. داسې کړنې معمولا وضیعت نور هم ترینګلی کوي.)*<br>▪ تاسو څنګه کولی شی دا معلومه کړی چې د یوې شخړې په وخت کې تاسو ډیر غوصه کیږی او که ډیر خواشینی کیږی؟ *(په عمیقه توګه ساه اخیستل، خپل موټې بندول، د غږ لهجه، غږ، او داسې نور)* |
| ۱۵ دقیقې | **د آرامه کیدلو لپاره ځینې لارې:**<br>▪ *د شخړو د حل یوه ستره برخه داده چې تاسو خپل احساسات مدیرت کړی. د غصې او یا هم د ډیر خفګان د احساسولو په وخت کې ممکن مونږ داسې کړنې ترسره کړو او یا هم داسې خبرې وکړو چې زمونږ موخه نه وي او وروسته پرې پښیماني وښیو. د خپلو احساساتو د مدیریت کولو لپاره ډیرې لارې شتون لري.* ***آیا تاسو ته کومې مالومې دي؟***<br>▪ له زده کوونکو څخه وغواړئ چې په داسې حالاتو کې د خپل ځان آرامه کولو د لارو چارو په اړه فکر وکړي.<br>***وړاندیزونه:***<br>▪ تر ۱۰ پورې شمیرنه کول. تاسو کولی شی په لوړ غږ سره او یا هم په خپل زړه کې تر ۱۰ پورې شمیرنه وکړی.<br>▪ د خپلې خوشحالۍ ځای موندل. خپلې سترګې پټې کړئ او په خپل فکر کې تر ټولو خوشحالترین وخت په اړه فکر وکړئ او خپلو مغزو ته اجازه ورکړئ تاسو خپلو ښو خاطراتو ته بوځي.<br>▪ په هغه خونه کې چې یاستئ، د هغې د توکو شمیرل مونږ سره د قهر د احساس په مدیریت کولو کې ډیره مرسته کوي.<br>▪ خپل احساس ته یو رنګ غوره کړئ او یو چاته د خپل احساس د رنګ په اړه توضیحات ورکړئ.<br>▪ ژوره ساه اخیستنه: داسې فکر وکړئ چې تاسو یوې پوکانۍ ته هوا ورکوی. په ژوره توګه ساه واخلئ او په کراره توګه خپله ساه بیرته پریږدئ لکه تاسو چې غواړئ یوه پوکانۍ د هوا څخه ډکه کړی.<br>• زده کوونکو ته ووایاست چې خپله شخړه خپل یوه ټولګیوال ته ووایي او هغه تمثیل کړي. ددې په اړه فکر وکړئ چې هغه بل شخص د شخړې په وخت کې څه حس درلود. تاسو داسې اټکل څنګه کولای شی؟ کچیرته هغه بل شخص په یو بل ځیر کړنه ترسره کړې وی ستاسو عکس العمل به څه توپیر پیدا کړی وای؟ |
| ۲۰ دقیقې | **فعالیت: (موخه: راځي چې د بل چا له لوري یوې موضوع ته وګورو او د هغوی د حس په تړاو فکر وکړو)**<br>**لاندې سیناریو ولولئ (وړاندیز: زده کوونکي کولی شي دا سیناریو تمثیل کړي. ددې لپاره تاسو یو د کیسې ویونکي او دوه تمثیل کوونکو ته اړتیا لری.):** |

| | |
|---|---|
| سلما خپلې ملګرې حیا ته د خپل ځان او د هغې تصویر رسم کړ. حیا له سلما څخه ډېره خوشحاله شوه او له هغې څخه یې مننه وکړه، مګر سلما ډېره خواشینې شوله ځکه حیا هغې ته د تصویر په بدل کې هیڅ هم ورنکړ او نه یې هغې ته کوم تصویر رسم کړ.<br>سلما په ډېرې غوصې سره وویل: «تا ولې ما ته هیڅ هم جوړ نه کړل؟»<br>حیا په خواشینې توګې سره وویل: «ما فکر نه کاوه چې ته به ددې په بدل کې له ما څخه کوم څه وغواړې.»<br>سلما د حیا له لاس څخه رسم شوی انځور بېرته واخیسته او هغې ته یې وویل: «نور ته ځما ملګرې نه یې!» او بیا له هغه ځایه ولاړه.<br><br>**پوښتنې:**<br>▪ **ستاسو په نظر کله چې سلما حیا ته خپل رسم شوی انځور ورکړ، حیا څه احساس درلود؟**<br>▪ **ستاسو په آند سلما ولې د حیا څخه د کوم بل شي په نه ترلاسه کولو سره خفه شوه؟**<br>▪ **د سلما د عکس العمل په اړه تاسو څه فکر کوی؟ آیا ستاسو په نظر هغې د حیا احساساتو به اړه فکر وکړ؟**<br>▪ **آیا ستاسو په نظر حیا به سلما ته بخښنه وکړي که چیرته هغه بیرته له دې څخه بخښنه وغواړي؟ تشریح یې کړئ.**<br>▪ **ستاسو په آند کله چې سلما له هغه ځایه څخه ولاړه شي، څه به را پیښ شي؟**<br>▪ **که چیرته تاسو د سلما پر ځای وای او دا محاوره بیرته ترسره کیدای شوای، تاسو به څه په یو بل ډول سره کړي وای او یا ویلي وای؟ د تغیرې شوې صحنې تمثیل وکړئ.** | |

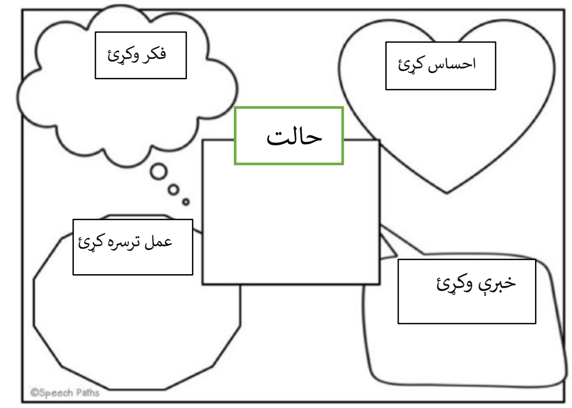
| | |
|---|---|
| ٣٠ دقيقې | **(موخه: د ځینو کومکي فعلونو د استعمال ځای او حالت معلوم کړئ.)**<br>• لاندې دوه جملې ولیکئ او له زده کوونکو څخه وغواړئ چې ددوی د توپیرونو په اړه بحث وکړي.<br>- **زه د هرې دوشنبې په ورځ لامبم.**<br>- **زه کولی شم د هرې دوشنبې په ورځ ولامبم.**<br>• *لومړنی مثال یو ساده بیانیه جمله ده. زده کوونکی هره اونۍ د دوشنبې په ورځو کې لامبو وهي.*<br>• *په دوهمه جمله کې د (کولی شم) کومکي فعل کارول شوی دی، چې همدا په معنا کې توپیر پیدا کوي: ددې جملې ویونکی هره دوشنبه نه لامبي هغه یواځې وایي چې هغوی د دې توان لري چې هره دوشنبه ولامبي کچیرته اړتیا پیدا شي. دا یو خیالي خبره ده.*<br>• ***کولی شم (can) یو کومکي فعل دی.*** کومکي فعلونه مونږ ته مخکې له دې چې یو عمل ترسره شي د عمل په اړه مالومات را کوي.<br>• زده کوونکي به د نورو هغو کومکي فعلونو په اړه بحث وکړي چې دوی یې پیژني، د هغوی په کارولو باندې پوهیږي، او هر یو مانا ته توپیر ورکوي.<br>• کومکي فعلونه مونږ ته لاندې موضوعات روښانه کوي:<br>**1. توانايي**<br>- مونږ کولی شو د «کولی شي او یا نشي کولی» (can and can't) په کارولو سره په **اوس مهال او یا هم په آینده** کې د یو چا د توانایي او مهارتونو په اړه خبرې وکړی شی. د بیلګې په توګه: هغه په انګلیسي خبرې **کولی شي/نه شي کولی.**<br>- (could) مونږ دا کومکي فعل د مخکیني وخت (ماضي زماني) لپاره کاروو: کله چې هغه ۵ کلنه وه، هغې لامبو نه شوه وهلی/وهلی شوه.<br>**2. امکان (احتمال)**<br>- مونږ د **may, might** او **could** کلمې د امکان ښودلو لپاره کاروو، دا د مطمئین (ډاډه) حالت لپاره نه کاروو.<br>- د بیلګې په توګه: مونږ **ممکن/شاید/ګواکي** په موټر کې راشو.<br>**3. اړتیا**<br>- مونږ د **must** او **need** کلمې د یوه داسې عمل په اړه کاروو چې مونږ اړ یو ترسره یې کړو: |

| | |
|---|---|
| ▪ تاسو **اړ یاست** چې د ټرافیک سرو اشارو ته ودریږی.<br><br>- مونږ د **اړ نه یاست (نه باید)** mustn't کلمه د اړتیا نشته والي (ممانعت) لپاره کاروو. دا مونږ ددې په خاطر کاروو ترڅو ووایو چې **اړتیا نشته چې یو کار ترسره کړو.**<br>▪ تاسو **نه باید** په کتابتون کې شور (غالمغال) وکړی.<br>- مونږ د *should* او *shouldn't* کلمې د نصیحت کولو او یا هم وړاندیز کولو لپاره کاروو.<br><br>▪ تاسو ***باید*** بې ځایه (بې ادبانه) کلمې ***ونه*** کاروی.<br><br>**تاسو کولی شی د کومکي فعلونو په اړه لا ډیر معلومات په ضمیمه کې ترلاسه کړی.**<br><br>**فعالیت:**<br>▪ له هرو ۴ زده کوونکو څخه وغواړئ چې په کوچنیو ورقو باندې د کومکي فعلونو په کارولو سره د شخړو د حل لپاره ۵ جملې ولیکي.<br><br>بیلګه:<br>زه **ممکن** خپل غږ په یوه شخړه کې **پورته/اوچت** کړم.<br>مګر زه **اړ یم** چې آرامه **واوسم**.<br>زه **ممکن وکولای** شم تر ۱۰ پورې **شمیرنه وکړم** ترڅو خپله غوصه مدیریت کړم.<br>• ټولې ورې ورقې له یو بل سره ګډې وډې (بې ترتیبه) کړئ. په خپل نوبت سره یوه کوچنۍ ورقه را پورته کړئ او په هغې کې کومکي فعل معلوم کړئ. له دې څخه وروسته ددې په اړه فکر وکړئ چې دا به چا لیکلې وي. د خپل اټکل د لامل په اړه خبرې وکړئ. | |

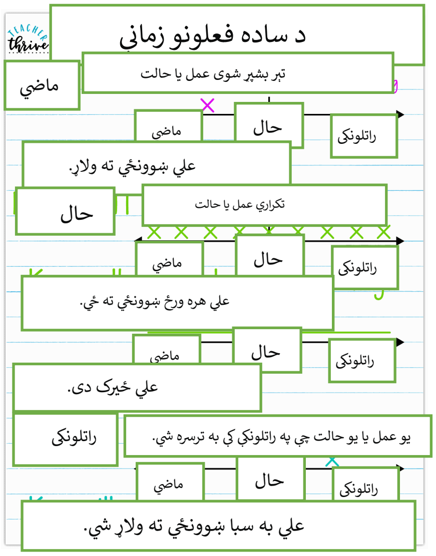
**دوهمه ورځ**

**نن ورځ به تاسو د بل چا د حس پیژندلو په اړه زده کړه وکړی او د خاطراتو په کتابچه کې د مختلفو زمانو په کارولو سره به لیکنه وکړی.**

| وخت | فعالیت او توضیحات |
|---|---|
| ۱۰ دقیقې | 1. زده کوونکي به د هغه وخت په اړه فکر وکړي چې دوی د یو نیږدې ملګري د خفګان له وجهې د خواشینۍ احساس درلود او یا هم د هغه د خوشحالۍ له وجهې دوی هم د خوشحالۍ احساس درلوده.<br><br>*دې ته د بل چا د حس پیژندل وایي. **د بل چا حس پیژندل** هغې توانايي ته وايي چې تاسو وکولای شی د بل چا احساس درک کړی حتی که تاسو په همغه حالت کې هم ونه اوسئ*<br><br>**(وړاندیز: تاسو باید له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د بل احساس پیژندنې او خواشوګۍ په اړه بحث وکړي چې آیا دا دواړه یو څیز دي او که توپیر لري. تاسو باید له زده کوونکو سره د ددې دواړو د توپیر په پیژندنه کې مرسته وکړی.** خواشوګۍ د یو چا د ستونزې یا مشکل سره مخامخ کیدلو له امله له هغه سره غم شریکې ته وایي.)<br><br>• د لاندې موضوعاتو په اړه له زده کوونکو سره خبرې اترې (بحث) وکړئ.<br>- آیا ستاسو په نظر د شخړې په وخت کې د بل چا احساس پیژندنه اړینه ده؟ ولې اړینه ده؟ که اړینه نه وي، لامل یې څه دی؟<br>- ۵ داسې طریقې وښایاست چې موږ په هغو کې د بل چا احساس پیژندنه کولی شو.<br>*(د بیلګې په توګه، په ځیر سره غوږ نیول، ریښتینولي او صداقت، پوښتنې کول، د توپیرونو احترام درلودل او داسې نور.)* |

| د بل چا د احساس پیژندلو نقشه: | ۲۰ دقیقې |
|---|---|
| **د بل چا د احساس پیژندلو نقشه:**<br>د لومړۍ ورځې د شخړو په اړه لوست ته رجوع وکړئ.<br>• فرض کړئ چې تاسو په یوه شخړه کې جانب مقابل یاست. په خپله کتابچه یا یوه ورقه کې د **بل د احساس پیژندنې نقشه** د همداسې یوه حالت لپاره د مقابل لوري له نظره جوړه کړئ.<br>• لاندې نقشه رسمه کړئ. په دې نقشه کې تاسو باید حالت د مقابل لوري له نظره، د هغه د افکارو له پلوه، او د هغه دکړنو او ویناو له مخې معلوم کړی.<br><br><br>**له خپلو ملګرو/ټولګیوالو سره په لاندې موضوعاتو بحث وکړئ:**<br>1. د لومړۍ ورځې په پرتله ستاسو نظریات او افکار د شخړې په اړه څومره تبدیل شوي دي؟<br>2. دا چې تاسو د جانب مقابل د نظر له مخې د هغه نظر باندې پوه شوی، آیا ستاسو په نظر تاسو د هغوی سره احساس پیژندنه ښکاره کړه؟<br>3. کچیرته داسې نوې، ددې په اړه خبرې وکړئ چې تاسو به د شخړې په وخت کې کوم کار په بلې طریقې سره کړای وی؟ لامل به یې څه وه؟ | |

| | |
|---|---|
| **اوسنۍ/ماضي کامله زمانه او اوسنۍ/ماضي جاري زمانه**<br>● **د زمانو پېژندنه:** تاسو ممکن د شخړو د پېښیدو په اړه د خبرو اترو په وخت کې د فعل حالت ته متوجه شوي یاست. په هغه ځای کې تاسو فعل او نور کلمات د اوسني جاري حالت ته ورته ونه کارول. د فعلونو دغو بیلابیلو حالاتو ته مونږ زماني وایو.<br>● زماني مونږ ته د عمل د وخت په اړه او د عمل د وضعیت په اړه چې آیا بشپړ شوی دی او که جاري دی، معلومات راکوي.<br>● زده کوونکي به د خپلو مورنیو ژبو د زمانو په هکله له یو بل سره خبرې وکړي.<br>● زده کوونکي به ساده زماني په یاد راولي. **ساده زماني** تکمیل شوي عملونه ښيي **(ماضي ساده زمانه)**، د عادتونه او حقایقو ښودلو لپاره (اوسنۍ ساده زمانه)، او یا داسې یو عمل چې په راتلونکي کې به بشپړ شي (راتلونکې ساده زمانه) کاروو. زده کوونکي به مثالونه جوړ کړي. | ۵ دقیقې<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>۱۵ دقیقې |




https://teacherthrive.com/teaching-simple-verb-tenses/

- مونږ به د دوه قسمه زمانو په اړه پوهاوی ترلاسه کړو (حال/ماضي جاري زماني او حال/ماضي کاملې زماني.)

**د زمانو تقديم کوونه:**

- په تخته باندې يو څو جملې (حال/ماضي کاملو زمانو او حال/ماضي جاري زمانو) کې وليکئ او له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د جملو بېلابېلې برخې (فاعل، فعل، او مفعول) تاسو ته وښايي. له دې څخه وروسته، له زده کوونکو څخه وپوښتئ چې دا جملې څنګه له يو بل سره توپير لري.
- **حال کامله زمانه** هغه عمل ښيي چې په ماضي کې ترسره شوی وي او د عمل پايله يا اغېزه او ليدل کيږي او په پايلې باندې نسبت د عمل د ترسره کيدلو د وخت څخه ډير تأکيد واوسي. د عمل د وخت ښودلو لپاره وخت معين نه دی. د بېلګې په توګه: ريحانې خپله خونه پاکه کړې ده.
- ماضي کامله زمانه د داسې يو عمل د ښودلو لپاره کارول کيږي چې هغه عمل د يو بل عمأ څخه وړاندې ترسره شوی وي. ۱۰ دقيقې
- حال جاري زمانه دداسې يوه عمل په اړه خبرې کوي چې همدا اوس په جريان کې وي. د بېلګې په توګه، ريحانه همدا اوس د خپلې خور سره خبرې کوي.
- ماضي جاري زمانه داسې يو عمل ښيي چې له اوس څخه مخکې د ترسره کيدلو په حال کې وه. د بېلګې په توګه: ريحانې له خپلې خور سره خبرې کولې.
- د حال/ماضي کاملو زمانو او د حال/ماضي جاري زمانو په اړه د لا ډيرو مالوماتو لپاره ضميمه وګورئ. ۲۰ دقيقې

کامله زمانه

'to have' + past participle

ولا فعلونه په Ed باندې ختمیږي

ماضي

په ماضي کې یو عمل د بل عمل څخه مخکې

had

PAST PRESENT FUTURE

مخکې له دې چې عایشه هسپانې ته لاړه شي، هغې ډیرو هیوادونو ته کړی وه.

حال

یو عمل په تیر نا معلوم وخت کې

have

has

PAST PRESENT FUTURE

عایشه په سلهاو هیوادونو ته تللې ده.

جاري زماني

'to be' + verb (–ing form)

ماضي

په ماضي کې جاري عمل

was

were

PAST PRESENT FUTURE

ما له بنی امین سره خبرې کولې.
بنی امین له ماسره خبرې کولې.
زده کوونکو له بنی امین سره خبرې کولې.

حال

یو عمل چې همدا اوس په جریان کې وي.

am

is

are

PAST PRESENT FUTURE

زه له بنی امین سره خبرې کوم.
بنی امین له ما سره خبرې کوي.
زده کوونکي له بنی امین سره خبرې کوي.

**تمرین:**

- د یوې داسې شخړې په اړه خبرې وکړئ چې تاسو پکې دخیل وی. دا ځل کوښښ وکړئ چې زماني په سم ډول سره وکاروی.

**وړاندې کوونه**: (له زده کوونکو سره د هغوی د لیکنې په برخه کې د پلان کولو، ډرافټ جوړولو، لیکلو، او تحلیل کولو په تړاو د لا ډیرو معلوماتو ترلاسه کولو لپاره کولو لپاره **ضمیمه** ته رجوع وکړئ.)

- **فرض کړئ چې په یوه شخړه کې تاسو د مقابل لوري شخص یاست.**
- پوښتنه وکړئ: آیا تاسو پوهیږئ چې د یادداښت کتابچه څه شی ده؟ آیا تاسو د یاداښت کتابچه لرئ؟ تاسو په هغې کې څه لیکئ؟

د یادداښت د لیکلو طریقه

نیټه: ۲۰۲۲، سپټمبر ۱۱
ورځ: دوشنبه
وخت: ۳:۰۰ بعد له غرمې
تعارف: ښاغلی یادداښت

معلومات

نوم:
امضاء

- د بل د احساس پیژندلو نقشې په کارولو سره، د شخړې په اړه د خپل نظر له پلوه یو د یاداښت لیکنه وکړئ. باید په پام مو وی چې د متکلم ضمیرونه وکاروئ (زه، زما، مونږ، او داسې نور)
- مختلفې زماني وکاروئ.
- د خپل یادداښت لیکنې له یوه ټولګیوال سره بدلې کړئ. د هغوی په لیکنو کې د فعلونو لاندې خط کش کړئ او زماني معلومې کړئ. آیا هغه زماني سمې کارول شوې دي؟

| | |
|---|---|
| | • کله چې مو زماني معلومې کړي او د يو بل غلطي مو سمې کړي، له خپل ټولګيوال څخه وغواړئ چې ستاسو د ليکنې په اړه خپل نظر له تاسو سره شريک کړي.<br><br>• کله چې تاسو غواړئ **خپل نظر/فيډبک** ورکړئ، تاسو بايد د لاندې لارښوونو څخه کار واخلئ:<br>• ستاسو د يادداښت ليکنه بايد په آسانتيا سره ولوستل شي.<br>• هغه بايد مرتبط معلومات ورکړي.<br>• ستاسو په ليکنه کې بايد د نظريو روانتيا واوسي.<br>• بايد په ګرامر، املاء او نورو برخو کې غلطيانې نه وي او يا ډيرې کمې وي. |
| ۲۰ دقيقې | **سواد زده کړه/د يوې کيسې لوستل**<br>• له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د **غصه ناکې اکوو** په اړه کيسه ولولي (که چيرته تاسو دې برېښنايي ادرس ته لاس رسی نه لرئ، تاسو کولی شئ دا کيسه په ضميمه کې ولولئ.)<br>• زده کوونکي به د لاندې پوښتنو په اړه بحث وکړي:<br>- اکوو څه شي غوصه کړه؟<br>- څه شي  د هغې غوصه له مينځه يوړه؟<br>- آيا تاسو سره کله همداسې شوي؟<br>- څه شی پيښ شوي ول؟<br>- تاسو په هغه وخت کې څه احساس درلود؟ او څنګه عکس العمل مو وښود؟<br>- تاسو د اکوو د پلار په اړه څه فکر کوئ؟ آيا د هغه رويه ستاسو خوښه شوه؟ تشريح يې کړئ.<br>- په دې کيسه کې مو څه شی خوښ شول؟ او څه شی مو خوښ نه شول؟<br>• زده کوونکي په دوه نفرې ګروپونو کې کېښنوئ او له هغوی څخه وغواړئ چې ځان پدې پوه کړي چې د هغوی ملګرې په څه خواشينې کيږي. هغوی ته ددې فرصت ورکړئ چې خپل معلومات شريک کړي. د بيلګې په توګه، کله چې خوک پريا په پروا کې نشي او يا د پريا په کار کې لاس وهنه وکړي، پريا خواشينې/غوصه کيږي.<br>• له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د اکوو په ځای خپل ځان متصور کړي. هغوی به څنګه يو عکس العمل ښودلی وای؟<br>• له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د اکوو پيښه او خپل عکس العملونه تمثيل کړي. |

دريمه ورځ

**نن ورځ به تاسو زده کړئ چې يوه شخړه څنګه حل کولای شئ او همدا راز يو غير رسمي خط به هم وليکئ.**

| وخت | فعاليت او توضيحات |
|---|---|
| ۳۰ دقيقې | • *کله چې مونږ له يوې شخړې سره مخ کيږو، مونږ بايد د ستونزې د حل کولو طريقه زده کړو، مونږ نه بايد په مقابل لوري باندې حمله وکړو. کله چې تاسو يوه شخړه حل کوئ، د هغې په اړه د «ته» « زما په مخالفت کې» په حيث مکورئ، بلکې «مونږ د يوې ستونزې په مقابل کې» فکر وکړئ. زمونږ د خبرو کولو طريقه د شخړې په حل کولو کې يو اړين رول لوبوي.*<br>• **لومړی** له خپل ځان څخه وپوښتئ چې آيا تاسو ددې ستونزې د حل کولو لپاره چمتو ياست؟<br>• **دوهم** خپل احساسات په ريښتنې توګې سره وواياست او بايد په ياد مو وي چې د شخړې حل د صحيح يا غلط په اړه نه دی، دا د مقابل لوري د نظرې په اړه پوهيدل دي.<br>• **دريم،** له خپل ځان څخه وپوښتئ چې تاسو د ستونزې د حل لپاره څه کولی شئ. کچيرته تاسو د حل لاره پخپله نشی پيدا کولی، له يوه ملګري او يا هم مشر څخه وغواړئ چې تاسو سره کومک وکړي.<br><br>**رول لوبول (تمثيل کول)** |

<table>
<tr>
<td>

• یو دوه نفري ګروپ جوړ کړئ او د محسین او روبي د منازعې تمثیل د لاندې حالاتو لپاره ترسره کړئ.

**1. نوم اخیستنه، چیغې وهل، ملامتول، اخطار ورکول**

**2. مبالغه کول او له حقایقو څخه اوښتل**

**3. پخوانۍ ستونزې او شخړې مینځ ته راوړل**

• په هر حالت کې، ستاسو د خبرو کولو طریقې په شخړه باندې څه اغیزه درلوده؟

• آیا تاسو کله د پورتنیو منازعو څخه کومه یوه کړې ده؟ ستاسو په نظر مقابل لوري به څنګه احساس درلود؟

</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>

**هغه جملې چې د «زه» کلمه پکې کارول شوې وي.**

ددې لپاره چې په اغیزمنه او مؤدبانه شکل سره خبرې وکړو، مونږ کولی شو هغه جملې وکاروو چې د «زه» کلمه پکې کارول شوې وي. دا د هغه څه په اړه تمرکز نکوي چې بل چا څه کړي دي. دلته یوه بېلګه شته چې تاسو يې کارولی شئ:

• له زد کوونکو څخه وغواړئ چې د خپلې شخړې په اړه فکر وکړي او لږ تر لږه ۲ داسې جملې ولیکي چې د «زه» کلمه پکې کارول شي وي، په مؤدبانه ډول د خپل احساساتو د ښکاره کولو لپاره وکاروي. بیا دې دغه جملې له خپل ټولګیوالو سره شریکې کړي.

<table>
<tr><td>تاسو څنګه احساس کوی</td><td>زه خواشینی یم</td></tr>
<tr><td>تاسو د څه په اړه داسې احساس لرئ</td><td>له ما سره ستا د خبرو د طریقې له وجهې</td></tr>
<tr><td>تاسو ولې داسې حس لرئ</td><td>ځکه زه داسې فکر کوم چې ته زما هیڅ احترام نه کوي</td></tr>
<tr><td>ددې پر ځای تاسو غواړئ څه ووینئ</td><td>زه دې ته ترجیح ورکوم چې د غصې په وخت کې ته اول ځان خوشحاله کړې او بیا ما سره خبرې وکړې.</td></tr>
</table>

</td>
<td>۱۵ دقیقې</td>
</tr>
</table>

| | |
|---|---|
| **خبرې کول اړین دي!**<br>• په یوه شخړه کې د بل چا د احساساتو پیژندلو او پوهیدلو لپاره زموږ د غوږ نیولو طریقه ډیره اړینه ده.<br>1. له زده کوونکو څخه وغواړئ چې خپل ټولګیوال ته د خپلې ورځې په اړه خبرې وکړي. ټولګیوال باید په موضوع کې د ناخوښی تمثیل ترسره کړي.<br>2. له دې څخه وروسته له زده کووونکو څخه وغواړئ چې د خپلې ورځې په اړه له یو بل چا سره خبرې وکړي. دا ځل، ټولګیوال باید په دقت سره د هغه خبرو ته غوږ ونیسي، هغه ته مخامخ وګوري او پوښتنې وکړي، او داسې نور.<br><br>**د لاندې پوښتنو په اړه له زده کوونکو سره بحث وکړئ:**<br>• په هر حالت کې تاسو څنګه احساس درلوده؟<br>• د خپل ټولګیوال د حرکاتو په اړه مو په هر ځل کې څه برداشتونه وکړل؟<br>• درې داسې طریقې وښایاست چې د هغوی په واسطه تاسو وکولای شی یو ښه اوریدونکی واوسی. | ۱۵ دقیقې |
| • ***د خپلو احساساتو قابو کولو (مدیریت کولو) لپاره تاسو باید د ځان آرامه کولو له ستراتیجیو (کړنلارو) څخه، د ښه غوږ نیولو او د د هغو جملو څخه کار واخلی چې د «زه» په حرف سره پیل کیږي.***<br>• د لاندې جملو په کارولو سره د محسین او روبي او یا هم د خپلې کومې شخړې تمثیل وکړئ:<br><br>زه غواړم نور هم پوه شم. ددې په اړه راز نور هم ووایاست.<br>زما په آند تاسو د دې موضوع په اړه ډیر احساساتي یاست. آیا همداسې نه ده؟<br>زه ستاسو د رېښتینولی څخه ډیر مننودی یم.<br>راځه ددې خبرې نه مخکې لږ فکر وکړو!<br>زه ستاسو سره ددې ستونزې په حل کولو کې څه مرسته کولی شم؟<br>راځه داډ تر لاسه کړو چې بیا داسې کار تکرار نه شي<br>ددغه وضعیت تغیر ورکولو لپاره مونږ څه شی کولی شو؟<br>تاسو بلکل سم وایاست/ زه له تاسو سره موافق یم.<br><br>• له زده کوونکو سره ددې په اړه بحث وکړئ چې آیا پورتنې جملې اغیزمندې دي او که نه. (دا جملې له تاسو سره کومک کوي ترڅو تاسو یو ښه غوږ ایښودونکی واوسی او په یوه شخړه کې د مقابل لوري د احساس په اړه پوهاوی ترلاسه کړی.) | |

| | |
|---|---|
| ٣٠ دقيقې | **يو خط وليکئ**<br>● ځينې وخت مونږ شايد د يوې موضوع په اړه له يو چا سره د خبرو کولو لپاره چمتو ونه اوسو او د خپل نظر ليکل ممکن مونږ ته يوه آسانه طريقه واوسي ترڅو خپله موضوع له يو چا سره شريکه کړو.<br>● له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د خپلې شخړې په اړه فکر وکړي او د لاندې چوکاټ په کارولو سره مقابل لوري ته يو غير رسمي خط وليکي. |

| | |
|---|---|
| | ● له زده کوونکو څخه وغواړئ چې خپل خطونه له يو بل سره شريک کړي او يا هم خپل خطونه په لوړ غږ سره ولولي. تاسو بايد د هغوی د خطونو په اړه هغوی ته مثبت نظرونه او فيډبک ورکړئ ترڅو خپل خط ليکنه نوره هم پياوړې کړي.<br>● له زده کوونکو څخه وغواړئ چې هغه نظرونه چې دوی له خپلو ملګرو او يا هم ټولګيوالو څخه ترلاسه کړل په خپل خط کې ځای پر ځای کړي. |

**څلورمه ورځ-**

**نن ورځ به تاسو بخښنه غوښتنه په اغېزناک او سمه توګه زده کړئ.**

| وخت | فعاليت او توضيحات |
|---|---|

۳۰ دقیقې

- *د شخړو په اوږدو کې شاید مونږ ته جوته شي چې مونږ څخه اشتباه شوې ده. دا ډیره اړینه ده چې له مقابل لوري بخښنه وغواړي او له هغوی سره ژمنه وکړي چې داسې عمل به بیا نه تکراریږي.*
- ***د لاندې موضوعاتو په اړه له زده کوونکو سره بحث وکړئ:***
  - معمولا تاسو له یو چا څخه څنګه بخښنه غواړئ؟
  - تاسو څنګه پوهیږئ چې آیا بخښنه غوښتنه په ریښتیني ډول سره ده او که نه؟
- د خپلې شخړې په اړه فکر وکړئ. آیا داسې کوم څه شته چې تاسو باید د هغه په هکله بخښنه وغواړئ؟ *(یوه غلطی، ستاسو د عکس العمل طریقه، څه چې تاسو ویلي وي، او داسې نور)* **یا** *د یو بل چا په اړه فکر وکړئ چې تاسو غواړئ بخښنه ورڅخه وغواړئ.*

- د لاندې فارمټ (شکل) څخه په استفادې، کوښښ وکړئ چې یوه د بخښنې غوښتنې لیکنه وکړئ.

1. زه بخښنه غواړم د .....
   باید په واضح ډول سره خپله اشتباه وواياست
2. دا غلط هـ ځکه چې.....
   ددې په اړه وواياست چې تاسو د مقابل لوری څنګه خفه کړی دی.
3. په راتلونکې کې به زه....
   یوه مثبته جمله ولیکئ چې تاسو څه کولی شی په راتلونکې کې وکړی.
4. څنګه کولی شم دا بهتره کړم؟
   د ستونزې د حل او فصل لپاره خپل وړاندیز وکړئ.
5. آیا ممکن ته ما ته بخښنه وکړی؟
   له مقابل لوري څخه د بخښنې غوښتنه وکړئ.

که ممکن واوسي، دا خط مقابل لوري ورکړئ.

| | |
|---|---|
| ۳۰ دقیقې | د رسامۍ فعالیت<br>په دې فعالیت کې، هر زده کوونی په یوه ورقه باندې یو څه رسم کوي او بیا خپله ورقه له خپل یوه ټولګیوال سره تبدیله کوي.<br>● هر زده کوونکی یوه دقیقه وخت لري ترڅو په یوه ورقه باندې یو څه رسم کړي. له یوې دقیقې څخه وروسته، زده کوونکي خپلې ورقې له خپلو ټولګیوالو سره تبدیلوي.<br>● له هرو دوه زده کوونکو څخه وغواړئ چې د یو بل رسامۍ ته یو دقه بعد دوام ورکړي. دا فعالیت په څلورو پړاوونو کې ترسره کړئ.<br>● **بحث وکړئ:**<br>1. آیا په پای کې دا انځور/رسامۍ د هغه څه سره مشابهت لري چې تاسو په اول کې غوښتل رسم کړی؟ کله چې تاسو د خپل ملګري رسامۍ بشپړه کوله، څه حس مو درلود؟<br>2. څنګه کولی شو دا فعالیت د هغو ۲ خلکو لپاره عملي کړو چې غواړي یوه ستونزه حل کړي؟<br><br>● دې کې هیڅ ستونزه نشته که چیرته خلک زمونږ څخه مختلف نظر ولري. هر شخص نړۍ ته له خپل نظر په مختلف شکل سره ګوري او دا ممکن نزاع منځته راوړي، او هم دا توپیر مونږ ځانګړي کوي هم. ځینې خت یوې موافقې ته د رسیدلو لپاره مونږ اړ یو له یو بل سره ***مصالحه یا جوړښت*** وکړو.<br>● له زده کوونکو څخه وغواړئ ې آیا هغوی د مصالحې په مانا پوهیږي؟ او همدا راز له هغوی څخه وغواړئ چې یو څو مثالونه وړاندې کړي.<br>● *مصالحه دې واته يې چې یو شخص د خپلو ځینو غوښتنو څخه د بل د خوشحالۍ او د ستونزې د یوه مناسب او منصفانه حل لپاره صرف نظر وکړي.*<br>● آیا تاسو مصالحه یا جوړښت کوی؟ ولې مصالحه کول ډیر اړین دي؟ |

پینځمه ورځ-
نن ورځ به تاسو د یوه تقریر د وړاندې کولو تمرین وکړی او فکر به وکړی چې تاسو په یوه محکمه کې یاست!

| وخت | فعالیت او توضیحات |
|---|---|
| ۳۰ دقیقې | **په مستقیه او غیر مستقیمه توګه نقل قول کول:**<br>● ډیر داسې وختونه پیدا کیږي چې مونږ اړ کیږو ترڅو د تېرو عملونو او یا هم پیښو په اړه خبرې وکړو چې اکثر وخت د یو چا د خبرو کولو تکرار یا نقل قول ته پکې اړتیا پیدا کیږي. (لکه هغه وخت چې تاسو د خپلې شخړې په اړه خبرې کولې.)<br>● له زده کوونکو څخه وغواړئ چې د هه چا خبرې نقل کړي (ووایي) چې دوی ورسره په شخړه کې دي.<br>● ددې لپاره چې د خلکو خبرې نقل کړو، مونږ دوه طریقې لرو: مستقیم نقل قول او غیر مستقیم نقل قول.<br>● لاندې مثال یا کومه بله جمله چې زده کوونک ویلې وي، په تخته باندې ولیکۍ.<br>➔ **جمله:** له خپلو ملګرو سره وخت تیرول راته خوند راکوي.<br>➔ **مستقیم ډول (د جملې هو به هو) نقل قول:** هغې وویل، له خپلو ملګرو سره وخت تیرول راته خوند راکوي.<br>➔ **غیر مستقیم ډول نقل قول:** هغې وویل چې د هغې ډیر خوښیږي چې د خپلو ملګرو سره وخت تیر کړي.<br><br>**په مستقیم او غیر مستقیم ډول د نقل قول کې تاسو کوم توپیرونه وینۍ؟** |

- ***مستقیم نقل قول** د یو چا د خبرو هوبهو ویلو ته وایي. کله چې په انګلیسي کې مونږ مستقیم نقل قول لیکو، مونږ ویل شوې جملې په کوټیشن مارکس (**""**) کې بغیر له کومه تغیر څخه لیکو.*
- **غیر مستقیم نقل قول** *د یو چا د خبرو راپور ورکول دي. په لیکلو کې یې کوټیشن مارکس ته اړتیا نشته او دا هم اړینه نه ده چې هو به هو کلمات دې وکارول شي.*

**کله چې غواړې مستقیم نقل قول غیر مستقیم نقل قول ته تبدیله کړې، لاندې تغیرات په پام کې ونیسئ:**

ضمیرونه

| غیر مستقیم نقل قول | مستقیم نقل قول |
|---|---|
| هغه، دهغه، د هغې | زه / زما |
| د هغه، د هغې، زما | زما |
| زه، هغه، هغوی، دا | ته |
| هغوی، د هغوی | مونږه، زمونږ |

زماني

| غیر مستقیم نقل قول | مستقیم نقل قول |
|---|---|
| ماضی زمانه | اوسنی ساده زمانه |
| ماضي جاري زمانه | اوسني جاري زمانه |
| آینده له would سره | آینده له will سره |

ځای او وخت

| غیر مستقیم نقل قول | مستقیم نقل قول |
|---|---|
| هلته | دلته |
| هغه | دا |
| هغه وخت | اوس |
| په هماغه ورځ | نن |
| راتلونکې ورځ | سبا |
| هغه بله ورځ | پرون |

**فعالیت: د روپي خبرې په مستقیم او غیر مستقیم ډول نقل قول سره وواياست:**

- کله چې موحسین خپل غږ پورته کړي زه ویریږم.
- زه به ددې په اړه له هغه سره سبا وغږیږم.

- له زده کوونکو څخه وغواړئ چې نورې جملې هم شریکې کړي او هغه جملې له مستقم ډول نقل قول څخه غیر مستقیم ډول نقل قول ته تبدیلې کړي. **(تاسو کولی شی په ضمیمه کې نور مثالونه هم وګورئ)**

**د غیر مستقیم نقل قول د تمرین کولو لپاره فعالیت:**

- له زده کوونکو څخه وغواړئ چې په ورو ورو باندې د هو/نه ځواب لرونکې پوښتنې، معلوماتي پوښتنې، یوه هیله او یو نصیحت او داسې نور ولیکي.
- کله چې هغوی خپل فعالیت بشپړ کړ، له هغوی څخه وغواړئ چې له دې ټولو پرې شوو ورقو څخه یو توپ جوړ کړي. بیا دې همدغه توپ (پنډوسکی) په خونه کې د یوې دقیقې لپاره وغرخوي. له دې څخه وروسته به هر زده کوونکې یوه ورقه له همدغه پنډوسکي څخه را واخلي او په هغې کې لیکل شوې جمله دې غیر مستقیم ډول نقل قول ته تبدیله کړي. دا فعالیت تر هغې وکړئ چې هیڅ جمله پاتې نه شي.

**فعالیت: یو وکیل شی** — ۴۵ دقیق

- *راځئ هغه شخړه چې مونږ ورسره مخ یو په یوه لویه کچه باندې په محکمه کې وڅیړو.*
- *ددې فعالیت د ترسره کولو لپاره تاسو کولی شی د زده کوونکو د کوټې غړي او یا هم ملګري را وبلئ.*

| | |
|---|---|
| - لومړئ: له زده کوونکو سره د محکمو د کړنو په اړه خبرې وکړئ چې يو وکيل او قاضي او د قضاء هيئت څه کارونه ترسره کوي. همدا راز هغوی ته د حکم په اړه هم معلومات ورکړئ.<br>زده کوونکو ته لاندې لارښوونې وښاياست او هغوی ته اجازه ورکړئ چې په جملو کې اړين تغيرات راولي.<br>▪ يوه شخړه انتخاب کړئ.<br><br>● ▪ يو شخص د قاضي په حيث او ۱۰ نور د قضاء د هيئت په حيث وټاکئ. کوښښ وکړئ چې قاضي مو يو مشر شخص واوسي. يو زده کوونکی بايد د وکيل په حيث رول ولوبوي.<br>● ▪ د هر رول لپاره لارښوونې تعقيب کړئ (په پام کې يې ونيسئ):<br><br>● **وکيل** بايد دخپل ليد لوري څخه د بل د احساس په پېژندلو د نقشې په کارولو سره دفاع وکړي. ښه وکيلان د احساساتو پر ځای له حقايقو څخه کار اخلي او د قضاء د هيئت د ترغيب لپاره چې هغه په حقه دی پوښتنې کوي. کله يې چې دا فعاليت ترسره کړ، هغوی بايد همدا فعاليت د مقابل لوري لپاره هم ترسره کړي. بايد په پام کې مو وي چې مستقيم او غير مستقيم نقل قول په سم ډول سره وکاروی.<br><br>● معمولا د قضاء هيئت له ۱۰ څخه تر ۱۲ پورې غړي لري او هغوی د يو چا د ملامتيا او يا هم سلامتيا لپاره وټونه ورکوي. **نو په دې محکمه کې د قضاء د هيئت غړي** بايد ددې په اړه بحث وکړي چې بايد په دې شخړه کې هر شخص بايد څنگه عکس العمل ښودلی وای ترڅو دا شخړه په سمه او اغيزناکه توگه سره حل شوی وای.<br><br>● **قاضي بايد:**<br>➢ د هر پړاو لپاره وخت تعين کړي<br>➢ بايد يوه پريکړه وکړي (حکم وکړي) چې آيا د قضاء د هيئت حل لاره د شخړې د پای ورکولو لپاره مناسبه ده او که نه.<br>➢ له وکيل څخه بايد د مسئلې د روڼتيا لپاره پوښتنې وکړي.<br><br>**فکر کوونه(انعکاس)**<br>● د شخړې په اړه ستاسو نظر څومره تغير پيدا کړ؟<br>● آيا تاسو د خپلو تشويشونو په اړه د يوې موضوع څېړلو لپاره ځان باوري گڼئ؟ | |
| **(موخه: فکر کوونه)**<br>ددې وخت دی چې د هغو زده کړو په اړه تاسو فکر وکړئ چې د تيرو څو ورځو په اوږدو کې مو زده کړې دی. لاندې پوښتنې د خپلو ځوابونو د يوه لارښود په حيث وکاروئ:<br>- کومه برخه ډيره جالبه وه؟<br>- کومه برخه ډيره ستونزمنه او سخته وه؟<br>- کومې پوښتنې ستاسو ذهن ته راغلې چې تاسو تر اوسه د هغوی په اړه فکر کوی او غواړی د هغوی په اړه معلومات تر لاسه کړی؟<br>- څه چې مو زده کړل، ددوی د کارولو لپاره څه پلان لرئ؟ | ۱۵ دقيقې |

| | |
|---|---|
| **د غني کوونې اضافي فعالیت** | **- د مقابل لوري د احساساتو پېژندلو کارتونه:** زده کوونکو ته یا بیلابیلې سیناریو ښکاره کړئ او یا هم هغوی ته وواياست چې مختلفې سیناریو ولولي، او له هغوی څخه وغواړئ چې خلک به څنګه حس ولري او څه به وکړای شي ترڅو یو ښه احساس ځان ته پیدا کړي. **تاسو کولی شی یوه نمونه دلته تعقیب کړی.** |
| | https://www.teachstarter.com/us/teaching-resource/a-walk-in-my-shoes-e mpathy-task-cards-us/<br><br>- سرچینې: https://www.teach-this.com/grammar-activities-worksheets/reported-spe ech<br>- سرچینې: https://www.tefl.net/elt/ideas/grammar/present-simple-continuous/ |
| **د ساده کوونې لپاره تغيرات** | - کچیرته زده کوونکي په انګلیسي کې د زمانو په اړه مالومات نه لري، تاسو کولی شی هغوی ته یواځې ساده حال او ساده ماضي زماني تشریح کړی. او یا کولی شی دوه هغه زماني زده کوونکو ته تشریح کړئ چې هغوی يې په خپلې درجه کې زده کړای شي.<br>- کچیرته غیر مستقیم ډول نقل قول زده کوونکو لپاره ستونزمن وي، تاسو کولی شی د حال/ماضي ساده زمانې، او حال او ماضي جاري زمانې تمرین کړی.<br>- کچیرته زده کوونکي نه شي کولای خپل خطونه ولیکي، هغوی تشویق کړئ ترڅو خپل نظریات په شفاہي ډول سره شریک کړي. |

ضميمه

## 1. کومکي فعلونه

| موخه | کومکی فعلونه | | مثالونه |
|---|---|---|---|
| توانايي | په حال کې توانايي | can /can't | مياء ښه نڅاء کولی شي. |
| | په ماضي کې توانايي | could | هغه کولی شول چې عربې په جرئت سره ووايي. |
| امکان (احتمال) | کم ممکن | may | علي باندې شاید نن صنف ته ناوخته شي. |
| | | could | کچیرته باران ونه اوریږي مونږ کولی شو پارک ته ولاړ شو. |
| | ډير ممکن | might | کچیرته عجله ونکړی، تاسو ممکن له بس څخه پاتې شی. |
| مجبوريت اړينتيا | ښه به وي چې ترسره شي | should | تاسو بايد هره ورځ تمرين وکړی. |
| | | ought/ need to | مونږ بايد خپل تقرير (وينا) تمرين کړو.<br>مونږ بايد خپلې نظرېي ته بيا کتنه وکړو. |
| | | have to | هغوی بايد د لوبې ګټلو لپاره ډير تمرين وکړي. |
| | اطاعت کول | must | مونږ اړ يو چې د ټرافيک اشارې مراعت کړو. |
| اراده | متکلم | shall | زه به ددې ستونزې د حل لاره پيدا کړم. |
| | دريم شخص غائيب هغه يا هغوی | will | نيرا به ترهغې په خپلې مقالې کار وکړي ترڅو چې هغه بشپړه شي. |

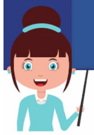
## 2. د ليکلو فعاليت

زده کوونکو ته بايد لاندې برخې تدريس شي:

- په لاندې طريقو سره خپلې ليکنې پلان کړي:
  - د هغو ليکنو په اړه بحث وکړي چې ددوی ليکنو ته ورته وي ترڅو د هغوی له جوړښت، لغاتونو او ګرامر څخه خبر شي.
  - د خپلو نظريو په اړه بحث کول ليکل
- مخکې ليکنه د لاندې لارښوونو پر بنسټ وکړي:
  - په شفاهي ډول سره بايد خپلې جملې تمرين کړي او په دوامداره توګه خپل د لغاتونو ذخيره غنې او پياوړې کړي او د جملو مختلفې طريقې زده کړي. د انګليسي ضميمه ۲
  - د يوې موضوع اړوند پرګرافونه تنظيمول
  - په داستان ليکلو کې د تنظيماتو جوړول، د کرکټر غوره کول او دکيسې جوړول
  - په غير داستاني ليکنو کې، د ساده تنظيماتي توکو کارول (د بيلګې په توګه عنوانونه او داسې نور).
- د خپلې ليکنې تحليل او بيا کتنه:
  - د خپلو او نورو د ليکنو ارزيابي کول او د لا ښه والي لپاره وړانديزونه ورکول
  - د ليکلو ثبات لپاره د ګرامر او لغاتون وړانديزونه کول او په جملو کې د ضمايرو سم کارول
- د املاء اود نښه ايښودلو (علامه ګذاري) او نورو اشتباهاتو لپاره تصحيح کوونه
- خپلې ليکنې بايد خپل ټولګيوالو ته په لوړ غږ سره ووايي او د لوستلو په وخت کې بايد خپل غږ ته متوجه واوسي ترڅو ددوی موخه په سم ډول زده کوونکو ته ورسيږي.

## د مستقیم (هو به هو) نقل قول تبدیلول غیر مستقیم نقل قول ته

### په غیر مستقیم نقل قول کې زماني تغیر خوري



| مستقیم نقل قول | | غیر مستقیم نقل قول |
|---|---|---|
| **حال ساده زمانه**<br>هغه هره ورځ کوټ اغوندي. | → | **ماضي ساده زمانه**<br>هغه وویل چي هغې همیشه کوټ اغوسته |
| **حال جاري زمانه**<br>زه خپلو کلیانو پسې ګرځم | → | **ماضي جاري زمانه**<br>هغې وویل چې هغه خپلو کلیانو پسې ګرځیدله. |
| **حال کامله زمانه**<br>هغې خپلې ملګرې ته ۳ خطونه لیکلي دي. | → | **ماضي کامله زمانه**<br>هغه وویل چې هغې خپلې ملګرې ته ۳ خطونه لیکلي ول. |
| **ماضی ساد زمانه**<br>زما ملګري ماته یو چاکلیټ را کړ. | → | **ماضي کامله زمانه**<br>هغه وویل چې د هغه ملګري هغه ته یو چاکلیټ ورکړی وه. |
| **آیینده(will)**<br>زه به خپل رایور یه ۳ ورځو کې یای ته ورسووم. | → | **Would**<br>هغه وویل چی هغه به خپل راپور په ۳ ورځو کی پای ته ورسوي. |
| **Can**<br>زه به انګلیسي خبرې کولی شم. | → | **Could**<br>هغې وویل چی هغې به انګلیسی خبرې کولی شوي. |
| **May**<br>زه شاید هغوی میلمستیا ته را وبلم. | → | **Might**<br>هغې وویل چې هغه شاید خپل ملګري میلمستیا ته را وبلي. |
| **Must**<br>زه مجبور یم چې بانک ته د پیسو را ویستلو لپاره ولاړ شم | → | **Had to**<br>هغې وویل چې هغه مجبوره وه چی بانک ته د پیسو د را ایستلو لپاره ولاړه شي. |
| **Have to**<br>زه اړ یم ترڅو خپله کورنۍ دنده تر سبا ۳ بجو پورې تأویل کړم. | → | **Had to**<br>هغې وویل چې هغه اړ وه ترڅو خپله کورنۍ دنده تر سبا ۳ پورې تأویل کړي. |

7ESL.COM

## ۴. غوصه ناکه اکوو

PRATHAM BOOKS

Level 2

**غوصه ناکه اکوو**

لیکوال : وینایک کمار
انځورګر: وینایک ورما

کله چې د ښوونځي زنګ ووهل شو، ټولو زده کوونکو خندا ګانې وکړې او د خوشحالۍ
ځخه یې چیغې ووهلې، مګر **اکوو خواشینې وه!**

2/17

د اکوو پلار چې کله د پټې څخه تیرید، اکوو ته
يې وویل، هاغو ښایسته لمرګلو ته وګوره!
اکوو په خواشینۍ سره وویل، اررری!
دا څومره ژیړ دي! زما سترګې يې په درد کړې!

3/17

د اکوو پلار هغې ته وویل هلته وګوره څومره ډیر بیزوګان دي
هغې په ورین تندي وویل، له دې ځایه لاړ شه! دا زما بد راځي

4/17

5/17

د اکوو پلار وویل، واخله تروي وڅکه. دا به ستا تنده ماته کړي.
اکوو وویل، زه هیڅ شی هم نه غواړم
«یو غړپ خو وڅکه!»
ښیه سمه ده! بیا هغې یو غړپ تروې وڅکلې.
دومره بدې نه وې!
بیا یې یو بل غړپ وکړ، او ورپسې یې بل غړپ هم وکړ؛ په ډیر لږ وخت کې یې ټولې تروې وڅکلې

6/17

پلار يې ورته وويل، پيکوړې خورې؟
اکوو افففف کړ
يوه وړه مړې وکړه
کوو وويل ښيه سمه ده، بيا يې يوه مړې وکړه. د هغې پيکوړې ډيرې خوښې شوي
هغې بله مړې وکړه او بيا بله. په لږ وخت کې يې ټولې پيکوړې وخوړې

7/17

ښيه، زما ښکلې ښاپيرې اوس راته ووايه چې ته ولې دومره خواشينې يې؟
اکوو وويل، نه نه يې درته وايم
پلار يې ورته وويل، آيا ما کوم څه کړي چې ته خواشينې شوې يې؟
«نه»
آيا مور دې کوم څه کړي چې ته خفه شوي يې؟
«نه»
آيا په ښوونځي کې کوم بد کار شوی چې ته دومره خواشينې يې؟
«شايد»
ښيه نو دا خبره ده!

8/17

پلار يې اکو ته وويل، آيا غواړې چې هغه رسم کړې؟
دا واخله يوه ښکلې ورقه او ډيرې رنګې
اکوو وويل، ښيه سمه ده!

9/17

10/17

بيا اکوو يو هلک رسم کړ...
«دا بيکوو دی! هغه ډير بد هلک دی! کله چې زه وغورځيدم هغه راپسې وخندلې!»
پلار يې ورته وويل: ته ريښتيا وايې زما ښاپيری، هغه بايد خندلې نه وای.

11/17

اکوو يوه کلچه رسم کړه....
«دا زما کلچه ده، کله چې زه په هغې بدبختې خښتې باند خويه شوم، دا زما له بکسې څخه وغورځيدله!»

اکوو یو کارغه رسم کړ....
« دا ډیر بد کارغه ده! ده زما کلچه وتښتوله!»
د اکوو پلار وویل: هغه به حتما ډیر وږی وه!

13/17

بیا اکوو خپله ښوونکې رسمه کړه....
«دا زما ښوونکې آمینه ده. کله چې زه وغورځیدلم، هغې زه بیرته پورته کړم او زه یې په غیږ کې ونیولم.»
پلار یې وویل: «دا څومره ښه ښځه ده!»
اکوو وویل: بیا هغې خما اننکې چکونې کړل، زما نه خوښیږي چې څوک زما اننګې چکونې کړي.
پلار یې وویل: ستا اننګو به حتما درد کړی وي، لور جانې
«لږ لږ درد یې وکړ، خو زه اوس ښه یم»
«ښیه ډیر ښه»

«وګوره څومره ښکلې رسامۍ دې وکه اکوو جانې» پلار یې وویل
«ته ریښتیا هم یوه ښه هنر منده یې! مور لپاره دې هم یو څه رسم کړه لور جانې!»
«ښیه سمه ده پلاره، بیا هغې یو څه نور رسمونه هم وکړل
«دا زما وړوکی موږک دی او دا زما کیښتۍ ده او دا د ناریال ونه ده...»

«او دا یو لمرګلی دی او دا ستا بایسیکل دی پلار جانه!....
دا یو سپی دی او دا بله بیا یوه چونګښه ده.
ډیر ژر له اکوو څخه د هغې غوصه، هغه بدبخښته خښته،
هغه بد هلک چې دې پورې پې خندلې ول او خپله کلچه او کارغ له هیره ووتل

16/17

**کچیرته تاس د اکوو په څیر د خفګان حس لری تاسو کولی شی لاندې ۱۰ کارونه وکړی:**

1. په لوړ غږ سره وخانه او خپل لاسونه پورته ونیسه
2. ډیر آهسته آهسته ساه واخله او ساه پریږده
3. لږې اوبه یا تروې وڅښه
4. لږ میوه یا کوم بل شی وخوره
5. خپل یوه مشر ته د خپل حس په اړه ووایه
6. د خپل حس په اړه لیکنه وکړه
7. هغه رسم کړه!
8. په خاوره کې لوبې وکړه
9. د خپل قهر په اړه یوه سندره ولیکه او ویې وایه
10. او د بیزو په شان نڅا وکړه

17/17