دویمه کچه

د بنوونکي لاربنود

د سکرین/پردې کارولو پرته زده کړه ییزې سرچینې چې ګڼ مهارتونه منځته راوړي

لومړی کتاب

د منځپانګې همکاران

THE YALDA HAKIM FOUNDATION
Educate-Empower-Inspire

د ښوونکو لپاره یادابنت

پوهنه تر هر څه پورته (Education Above All) په قطر کې مېشت د پوهنې یو نړیوال بنسټ دی چې د هر چا لپاره د باکیفیته پوهنې له لارې د هیلې او واقعي فرصتونو چمتو کول په پام کې لري. د پوهنه تر هر څه پورته (EAA) د تخلیقي پراختیا څانګې د سلګونو داسې پوهنیزو سرچینو د چمتو کولو لپاره چې سکرین/پردې ته اړتیا نه لري او د تدریس او زده کړې د محدودو امکاناتو په چاپېریال کې د ګټه اخیستنې وړ وي، د **انټرنټ له اړتیا پرته د پوهنیزو سرچینو بانک (IFERB)** ترتیب کړ چې تعاملي بڼه لري او زمونږ په زده کوونکو کې اړین مهارتونه منځته راوړي. مونږ په دوامداره توګه خپل د عامه لاسرسي وړ محتویاتو کې زیاتوالی راولو چې زمونږ په لاندې ورکړې ویبسایټ کې د بېلا بېلو عمرونو لپاره په بېلا بېلو ژبو کې د لاسرسي وړ دي: www.resources.educationaboveall.org

دا لارښود د ۴ پروژو (یوه د یوې اونۍ لپاره) ټولګه ده چې د IFERB **څخه** اخیستل شوي ګڼ شمېر بوختوونکي فعالیتونه لري او د یوې یو-میاشتنۍ زده کړه ییزې تجربې په توګه له یو بل سره په ترلې ډول پېرل شوي دي.

پروژه	د زده کوونکي په رهبرۍ، عملي پروژې دي چې په ترځ کې یې هغوی د بنسټیزو اکاډیمیکي مفاهیمو د زده کولو او عملي کولو سره سره د ۲۱مې پېړۍ مهارتونه هم لاسته راوړي.
فعالیت	له پروژو څخه د هغوی د زده کړې د پیاوړتیا او ملاتړ لپاره د ګډون پر بنسټ ترتیب شوي فعالیتونه دي.
فعالیت	د ساعت تېرۍ او فزیکي برخه اخیستنې لوبې دي چې د ریاضي مفاهیم تقویه کوي.
د کیسې کتاب	له لوستلو څخه د مفهوم اخیستنې مهارتونو د تمرین لپاره د لارښودونکو پوښتنو سربېره، زمونږ د کیسو ټولګې څخه (پرته له دې لارښود څخه) یوه کیسه لوستل دي.

د پروژې عمومي کتنه

- تاسو ته د پروژې یوه شرحه او د مهمو زده کړه ییزو لاسته راوړنو، توکو، او د اونۍ د چارو د جریان یوه طرحه درکوي.
- پروژه د لارښودونکې پوښتنې په مطرح کولو او د پروژې په اړه د ماشومانو د انګېزې په راپورته کولو سره پیل کړئ.
- تاسو کولای شئ له وضعیت سره د متناسب ګرځولو لپاره د فعالیتونو تدقیق ترسره او نور فعالیتونه هم اضافه کړئ تر څو له بېلا بېلو زده کړه ییزو اړتیاوو سره سمون ولري. مهرباني وکړئ هیڅ کوم فعالیت مه حذفوئ. دلته له تاسو سره د مرستې په موخه ځینې نښانونه (آیکنونه) ورکړل شوي چې تاسو به ورسره مخ کېږئ.

دا د یو فعالیت د ساده او آسانولو مفکورې دي.

دا د هغه زده کوونکو لپاره، چې ښايي دا ورته ډېر آسانه ښکاره شي/ژر یې بشپړ کړي، د یو فعالیت د لا ننګوونکي جوړولو مفکورې دي.

دا په ذهن کې د ساتلو لپاره معلومات یا مهم ټکي ښيي.

- پر پروژه څرخېدونکې زده کړه د زده کوونکي غږ او انتخاب دواړه په نظر کې نیسي. هغوی د پروژوي چارو په سر ته رسولو سره زده کړه کوي. نو، په دې برخه کې چې هغوی څنګه خپله زده کړه وړاندې کول غواړي، له نرمښت څخه کار واخلئ.
- د نظرونو د شریکولو او بحثونو لپاره وخت ځانګړی کړئ. دا د هغوی د زده کړې مهم اړخ دی.
- په خپل ځان مهربانه اوسئ. د تدریس او زده کړې له یوې غیردودیزې طریقې سره آشنا کېدل وخت نیسي. کله چې تاسو په دوامداره توګه د دې تمرین وکړئ، دا به هم تاسو او هم ستاسو د زده کوونکي لپاره ډېر آسانه او زړه راښکونکی شي!

د پېژندپاڼو جوړول

شرحه	زده کوونکي به له خپلو دوستانو سره مرکه ترسره کوي او د هغوی لپاره به د اړیکي ټینګولو، توپیرونو او مشابهتونو په اړه د پوهاوي ترلاسه کولو، او د هغوی د هویت معلوماتو په موخه پېژندپاڼي جوړوي.
اړین توکي	کاغذ، قلم/پنسل
زده کړه ییزې لاسته راوړنې	**د لیک او لوست (سواد) کلیدي لاسته راوړنې:** • د پوښتنې کلمې پېژندل او کارول • صفتي اسمونه پېژندل او کارول • د مرکې مهارتونو منځته راوړل • د پیل، منځ، او پای درلودونکې اصلي کیسه لیکل چې خپلو کې منطقي تړاو ولري. **د عدد پېژندنې کلیدي لاسته راوړنې:** • د معلوماتو د لنډیز چمتو کولو لپاره د خط ته ورته شمېرنې (Tally) چارټونو څخه ګټه اخیستل • د سلنو محاسبه کول او تفسیرول

د پروژې عمومي کتنه

1 خپل هویت او هغه مشابهتونه/توپیرونه چې تاسو یې له ملګرو سره لرئ، معلومول

2 د خپلې پېژندپاڼې لپاره یوه نمونه جوړول او د معلوماتو لاسته راوړلو لپاره مرکې پلانول.

3 د پوښتنو مطرح کولو مهارتونو منځته راوړل او په عددي بڼه راټول شوي معلومات ښودل.

4 یوه واقعي لنډه کیسه لیکل چې له هغو خلکو څخه په الهام اخیستنې سره ترتیب شوې وي چې دوی ورسره تر دې دمه مرکه کړې ده.

5 خپلو ملګرو ته خپلې پېژندپاڼې، لنډې کیسې او زده کړل شوي موارد ښودل.

لومړی ورځ

د پېژندپاڼو جوړول

له زده کوونکو سره لاربښودونکو پوښتنو باندې بحث کول:

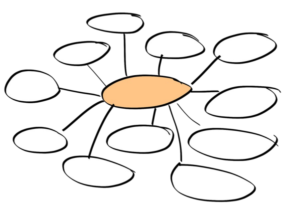
یوه پېژندپاڼه مونږ ته د پېژندپاڼې د څښتن په اړه څه معلومات راکولای شي؟ تاسو په یوه پېژندپاڼه کې خپل هویت څنګه په ډاګه کولای شئ؟

په بحث کې د مرستې په موخه، یوه نمونه یې پېژندپاڼه، که شتون ولري، ښکاره کړئ.

۱۰ دقیقې

1. زده کوونکي به د پېژندپاڼو د استعمال د مواردو د ډولونو په هکله ګډ مغزي کار ترسره کړي. لاربښودونکې پوښتنې وکړئ:
   - د پېژندپاڼو بېلا بېل ډولونه کوم کوم دي؟
   - تاسو د پېژندپاڼو استعمال په کومو ځایونو کې ګورئ؟
   - تاسو د یوه شخص په هکله د هغوی له پېژندپاڼې څخه کوم معلومات اخیستلای شئ؟
   - آیا ډول ډول پېژندپاڼې جلا جلا معلومات لري؟ ولې؟

۱۰ دقیقې



2. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې د مغزي نقشې، د جدول په مرسته، یا څنګه چې د هغوی خوښه وي، خپلې زده کړې ثبت کړي، یعنې په یو لست کې یې ترتیب کړي.

3. له زده کوونکو سره لاندیني موارد وڅېړئ:

   - تاسو له 'هویت' څخه څه مفهوم اخلئ؟ آیا دا تاسو انځوروي؟ ستاسو کردار انځوروي؟ دا ښیي چې تاسو له کوم ځای یاست؟ یا نور؟
   - ستاسو په اند آیا پېژندپاڼې چې تاسو همدا اوس تر بحث لاندې ونیولې، دا ډول معلومات انځوروي؟
   - تاسو به په هغه پېژندپاڼو کې چې نن یې تاسو وینئ، کوم جزئیات اضافه کول یا ترې لېرې کول غواړئ، ولې؟

۱۰ دقیقې

4. زده کوونکي به خپل بېسارېتوب او مشابهتونه له خپلو ملګرو سره یا په یو ګروپ کې وېلټي:

   - هغه کوم ۵ موارد دي چې له مخې یې هغوی یو بل سره ورته والی لري؟
   - د هغوی ترمنځ ۵ توپیرونه کوم کوم دي؟

۱۰ دقیقې

ماشومان وهڅوئ چې نه یوازې فزیکي ځانګړنې، بلکې د شخصیت اوصاف هم په نظر کې ولري. (آیا دوی په آسانۍ سره دوستان جوړېږي؟ آیا دوی ژر غوسه کېږي؟ او داسې نور).

۱۰ دقیقې

5. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې د لاندینیو مواردو په هکله فکر وکړي:

- آیا مونږ د نورو خلکو په پرتله له خپلو کورنیو سره زیات فزیکي ورته والي لرو؟ تاسو ولې داسې فکر کوئ؟
- ستاسو او ستاسو د والدینو/ورونو او خویندو ترمنځ ۵ دا ډول ورته والي ولیکئ. (د سترګې رنګ، د ویښتانو رنګ، قد، او داسې نور).

۵ دقیقې

6. د جینونو (ارثي موادو) مفهوم تشریح کړئ.

- تشریح کړئ چې ځانګړني او اوصاف د والدینو له خوا د هغوی بچیانو ته انتقالیږي، همدا لامل دی چې مونږ له خپلې کورنۍ سره ګڼ شمېر شریک مشابهتونه لرو.
- ځینې ځانګړني او اوصاف د ځینو نورو په پرتله کم روښانه وي، لکه ښۍ لاسی/کیڼ لاسی کېدل، د غوږ د نښتو نرمیو درلودل، او داسې نور.
- زده کوونکي د جینونو په هکله ټولې هغه پوښتنې، چې شایي دوی یې ولري، مطرح او د امکاني ځوابونو په اړه فکر کولای شي.

تاسو شايي د هغوی د ټولو پوښتنو ځوابونه و نه لرئ. زده کوونکي وهڅوئ چې د ځوابونو په اړه اټکل وکړي او دا له هغه شواهدو سره مطابقت ورکړئ چې هغوی یې په ګډه سره چمتو کوي.

فعالیت

زده کوونکي دا فعالیت د خپلې کورنۍ له غړو سره ترسره کولای شي تر څو خپل جینونه وڅېړي!

- د کورنۍ د نسب شجره (ونه) رسم کړئ – څومره چې کولای شئ، ماضي ته ولاړ شئ! (زه کوونکي کولای شي دا کار د کورنۍ دندې په توګه ترسره کړي، بیا بېرته راشي او خپلو موندنو باندې بحث وکړي.)
- د تعقیبولو لپاره ۱ یا ۲ فزیکي اوصاف غوره کړئ: د سترګو رنګ، د ویښتانو رنګ، ونه، د پزې شکل، او داسې نور.
- دا د کورنۍ هر غړي ته څېرمه ولیکئ.
- تاسو وګورئ چې څنګه اوصاف هر نسل ته انتقالیږي. آیا د نسلونو ترمنځ یوه مشترکه ځانګړنه شتون لري؟

۵ دقیقې

7. په دې پروژه کې، زده کوونکي به خپلې پېژندپاڼې جوړوي. زده کوونکي باید پرېکړه وکړي چې هغوی د چا لپاره پېژندپاڼې جوړول غواړي. زده کوونکي باید د هغه پېژندپاڼو چې دوی به یې جوړوي، د مقصد په اړه فکر وکړي (د ملکرتیا ثبوت، د هغوی تخیلي نړۍ ته د ننوتو اجازه، او داسې نورا)

زده کوونکي د هر مقصد لپاره پېژندپاڼې جوړولای شي! هغوی د 'واقعي' پېژندپاڼو جوړولو ته مه اړ باسئ.

دویمه ورځ

د پېژندپاڼو جوړول

زده کوونکي به یوه پېژندپاڼه د خپل ځان او د خپلې کورنۍ د غړو لپاره جوړوي.

۵ دقیقې

1. د خپلو پېژندپاڼو د مقصد پر بنسټ، زده کوونکي له خپلو ملګرو سره هغه معلومات شریکوي چې دوی یې شاملول غواړي.

نوم: ________
د زوکړې نېټه: ________
پته: ________
د ټیلیفون شمېره: ________
د پلار نوم: ________
د سترګو رنګ: ________
د زوکړې ځای: ________
په کومو ژبو خبرې کولای شي: ________
د زوکړې د وخت نښان: ________
لاسلیک: ________

دلته انځور رسم/ونښلوئ

1. د ملګرو د نظرونو پر بنسټ، هغوی کټګوریو کې بدلون راوستلای/کټګورۍ اضافه کولای/حذفولای او یوه نمونه ترتیبولای شي.
(لږ تر لږه باید ۱۰ کټګورۍ وي)

نمونه:

له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې د شخص په هکله د عادي معلوماتو، لکه د هغوی نومونه، عمر، د زوکړې ورځ، او داسې نور، هاخوا نور جزئیات هم شامل کړي.

۱۰ دقیقې

2. زده کوونکي به د **خپلو ځانونو** لپاره پېژندپاڼې جوړې او خپلو ملګرو ته به یې وښیي. هغوی به په دې اړه چې د یو بل په پېژندپاڼو کې یې څه شی خوښ شوی، خپل نظرونه شریکوي.

۲۰ دقیقې

3. زده کوونکي به په جوړه یې بڼه یا ګروپونو کې کار وکړي تر څو لاندیني موارد وڅېړي او یو لست یې ترتیب کړي:

- هغه کومې بېلا بېلې طریقې دي چې پر مټ یې موږ له یوه شخص څخه معلومات اخیستلای شو؟ (فورمې، مرکې او داسې نور).
- د هرې طریقې ګټې او زیانونه کوم کوم دي؟
- د خپلو دوستانو او خپلې کورنۍ لپاره د پېژندپاڼو جوړولو لپاره، تاسو به کومه طریقه غوره کوئ؟ زده کوونکي خپل یاداښتونه خپلو ملګرو ته ښیي.

له زده کوونکو سره د مرستې لپاره چې د معلوماتو د راټولولو نورو اړخونو ته پام وکړي، لارښودونکې پوښتنې وکړئ – لکه وخت، د استعمال آسانتیا، د خلکو د لیکلو او خبرې کولو وړتیاوې او داسې نور.

۵ دقیقې

4. زده کوونکي د خپلې خوښې سره سم د هرې طریقې، چې خوښه یې شوه، له لارې معلومات راټولولای شي. خو، مهمه دا ده چې هغوی لږ تر لږه له یوه کس سره مرکه وکړي.

د مرکې د مهارتونو د منځته راوړلو او پراختیا د ارزښت په تړاو د هغوی د پوهې د لوړولو لپاره لاندینۍ پوښتنې وکړئ:

- آیا تاسو کله مرکه لیدلې یا مو په اړه یې لوستلي دي؟ (تلویزیون، ورځپاڼې، او داسې نور)
- د مرکو مقصد څه دی؟ (دندې، خبرونه، د پولیسو رپوټونه، څېړنه او داسې نور).

۵ دقیقې

5. زده کوونکو ته تشریح کړئ:

- په مرکو کې عموماً دوه کسه ښکېل وي. – یو کس چې پوښتنې کوي او یو بل کس چې ځوابونه وایي.
- ښه مرکچیان ښه چمتووالی لري او پوهېږي چې هغوی له یوه شخص څخه دقیقاً کومو معلوماتو ته اړتیا لري. دې لپاره، هغوی د پوښتنو یو لست چمتو کوي.

فعالیت

۱۰ دقیقې

زده کوونکي د پوښتنې عادي کلمو د بیاکتنې لپاره یوه لوبه کوي

- زده کوونکي په ګډه سره د پوښتنې عادي کلمې په یو لست کې ترتیبوي:
څوک، څه، چېرته، کله، ولې، څنګه.

- اوس، زده کوونکي په یوه دایره کې دریږي، او یو توپ یو بل ته اچوي. هغه کس چې توپ اچوي، باید د پوښتنې یوه کلمه په لوړ غږ سره ووایي. توپ نیوونکی کس باید د اړونده کلمې په کارولو سره یوه پوښتنه وکړي.

۱۰ دقیقې

6. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې خپل د پېژندپاڼې نمونو او اړینو معلوماتو ته وګوري. هغوی به د هغه پوښتنو یو لست جوړوي چې له خپلو دوستانو او د کورنۍ غړو څخه به یې پوښتي. کله چې دا کار سر ته ورسېد، هغوی دا د نظرونو لپاره له خپلو ملګرو سره شریکولای شي.

زده کوونکو ته ور په یاد کړئ چې کله هغوی نوې مفکورې ترلاسه کوي نو په نمونو کې بدلون راوستل یا بدلول یې په بشپړه توګه یو سم کار دی. په حقیقت کې، د دې کار کول هڅول کیږي!

7. زده کوونکي پوه کړئ چې هغوی باید د کورنۍ لږ تر لږه ۲ غړو سره مرکې وکړي او د هغوی لپاره په کور کې پېژندپاڼې جوړې او بل لوست/درس لپاره دې یې تیولګې ته راوړي.

درېیمه ورځ

د پېژندپاڼو جوړول

زده کوونکي د پوښتنې کولو مهارتونه لاسته راوړي، د خپلو ملګرو لپاره پېژندپاڼې جوړوي، او د دوی ترمنځ د مشابهتونو او توپیرونو شننه ترسره کوي.

۱۰ دقیقې

1. زده کوونکي د خپلې کورنۍ غړو سره د مرکې کولو تجربه شریکوي او د هغوی پېژندپاڼې ښیي:
   - آیا تاسو د خپلې کورنۍ غړي په باره کې نوی کوم شی وموند؟
   - ستاسو په اند مرکه څنګه ترسره شوه؟ آیا داسې کوم شی و چې تا په لا ښه توګه ترسره کولای شو؟

2. د مرکې ځوابونه د معلوماتو یوه سرچینه ده. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې نورې سرچینې هم ولیکي چې په مټ یې د یو شخص په هکله معلومات راټولېدلای شي. (شهادتنامې، کتابونه، عکسونه، غږیز کلیپونه، او داسې نور).

۱۰ دقیقې

- کله چې مونږ له یو شخص یا موضوع سره تعامل کوو، مونږ مستقیماً زیات معلومات غواړو، دا د معلوماتو **'لومړنۍ سرچینه'** جوړوي.
- کله چې مونږ د دوی په اړه د نورو خلکو یا سندونو له لارې جزئیات ترلاسه کوو، دا د معلوماتو **'دویمه سرچینه'** جوړوي.

۵ دقیقې

3. زده کوونکي به د سروېګانو له لارې د معلوماتو راټولول څېړي. بحث وکړئ:
   - که چېرې یو شخص چې تاسو یې په اړه نور معلومات ترلاسه کول غواړئ، په یوه فورمه کې خپل ځوابونه ولیکي – آیا دا د معلوماتو لومړنۍ سرچینه ده که دویمه سرچینه؟ (*دا لومړنۍ سرچینه ده.*)
   - که د هغوی ملګرې د هغوی په اسټازیتوب فورمه ډکه کړي، نو دا د معلوماتو کوم ډول سرچینه ده؟ (*دا دویمه سرچینه ده.*)

زده کوونکو ته ځوابونه مه ښکاره کوئ. له هغوی څخه د خپلو ځوابونو لپاره د معتبرو دلیلونو د وړاندې کولو غوښتنه وکړئ او هغوی وننګوئ تر څو هغوی سم ځواب ته رهبري شي.

۱۰ دقیقې

4. زده کوونکي باید له خپلو ملګرو څخه د پېژندپاڼو لپاره، چې دوی به یې د خپلو ملګرو لپاره جوړوي معلومات ترلاسه کړي. هغوی به د لږ تر لږه ۱۰ پوښتنو درلودونکې یوه سروې ترتیب کړي. دا سروې باید ډول ډول پوښتنې ولري (بل مخ).

بېلګه:

۳ پرانېستي پوښتنې	۴ ګڼ انتخابي پوښتنې	۳ هو/نه پوښتنې
ته کومه ژبه زده کول غواړې؟	ستا د خوښې رنګ کوم يو دی: تور، آسماني رنګ، ژېړ	آيا ته د کتابونو لوستلو څخه خوند اخلې؟

۱۰ دقيقې زده کوونکي له درې يا زياتو ملګرو څخه د سروې د خپلې فورمې د ډکولو غوښتنه کوي.

فعاليت

۱۵ دقيقې

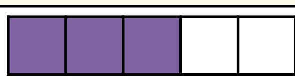
- يو ځل چې زده کوونکي خپل اطلاعات راټول کړي، هغوی د شمېرنې سمبولونو (tally marks) څخه په ګټه اخيستنې سره د سروې اطلاعات د خپلو او د خپلو دوستانو د ځوابونو د جدول بندۍ له لارې تحليل او تجزيه کولای شي. لکه:

کټګوري	د شمېرنې يا خط کاږنې سمبولونه (Tally Marks)	ټولټال	سلنه (%)
د خوښې رنګ: تور	ااا	۳	

- دا ښودلو لپاره هغوی وهڅوئ چې د سلنو (٪) په کارولو سره د هغوی ملګري څومره مشابه دي:

$$\frac{\text{د مشابهت درلودونکو خلکو شمېر}}{\text{د ټولو ملګرو شمېر}} \times ۱۰۰ = \text{د مشابهت سلنه (٪)}$$

که زده کوونکي د سلنو (٪) په محاسبه کولو کې ستونزې ولري، دوی کولای شي انځوريز ګرافونه/ سمبولونه هم جوړ کړي

تور وېښتان	ااا	۳	

- زده کوونکي کولای شي له يوه بل سره د مشابهت/ورته والي سلنه شريکه او دا څېړنه ترسره کړي چې د دوی په اند ولې ورته والي/توپيرونه شتون لري؟
- زده کوونکي په دې بحث سره فعاليت پای ته ورسوي چې هغوی د يو او بل په هکله څه شی حيرانوونکی/جالب وموند.

6. زده کوونکي لږ تر لږه د يوه ملګري لپاره پېژندپاڼه جوړولای شي (او د زياتو پېژندپاڼو جوړولو لپاره آزادي لري). پېژندپاڼه کې بايد له سروی څخه هم معلومات شامل کړل شي.

په دې طريقې سره، زده کوونکي له يوې شفاهي سرچينې (مرکې) او يوې ليکلې سرچينې (سروې) څخه د معلوماتو د وړاندې کولو تمرين کوي.

خلورمه ورځ

د پېژندپاڼو جوړول

زده کوونکي به یوه لنډه واقعي کیسه یو له هغه خلکو څخه په الهام اخیستلو سره ولیکي چې دوی تر دې دمه مرکه ورسره کړې ده.

۱۰ دقیقې

1. لاندینیو مواردو باندې له زده کوونکو سره بحث وکړئ:
- د کورنۍ غړو او ملګرو په باره کې، چې تاسو ورته پېژندپاڼې جوړې کړې، فکر وکړئ. تاسو ته څوک واقعاً په زړه پورې یا الهام بخښونکي برېښي؟
- د هغوی کومې ځانګړنې تاسو ته دا ډول احساس درکوي؟
- تاسو په څه ډول هغوی سره ورته والی یا توپیر لرئ؟

۱۰ دقیقې

فعالیت

- یوه چټکه لوبه وکړئ چې پکې زده کوونکي او ملګري یې د صفتي نومونو په یو لست باندې چې یو کردار تعریفوي، ګډ مغزي کار کوي (لکه: خندوونکی، ځیرک، با ادب، مهربان، او داسې نور).
- کوم ټیم چې په ۵ دقیقو کې تر ټولو زیات صفتي نومونه ووایي، هغه ګټونکی دی!
- زده کوونکي له دغه صفتي نومونو څخه ځینې یې د هغه شخص د تعریفولو لپاره کاروي چې دوی ترې اغېزه اخیستې ده.

۳۰ دقیقې

2. زده کوونکي به د دغه شخص په پام کې نیولو سره یوه خیالي کیسه لیکي. اړینه نه ده چې اصلي کردار دې یې پخپله دا شخص وي بلکې کیسه باید یوازې د هغوی په پام کې نیولو پر بنسټ وي. تشریح کړئ چې کیسې پیل، منځ او پای لري. هغوی ته د کیسې لیکلو د ټول بهیر لارښوونه وکړئ:

پیل	شخص معرفي کړئ. هغه څنګه ښکاري؟ هغه چېرته دی؟ څه کوي؟
منځ	هغه به په کیسه کې له کومې ستونزې سره مخامخ کېږي؟ هغه به د ستونزې د هوارې لپاره له خپلو ځانګړو صفتونو څخه څنګه ګټه اخلي؟ صفتي نومونه وکاروئ!
پای	دا ستونزه څنګه هوارېږي؟ د کیسې په پای کې څه کېږي؟

زده کوونکي کولای شي د خپلې کیسې لپاره شعرونه ولیکي، کاریکاتوري کیسې رسمي او داسې نور کارونه وکړي. کیسه غیرحقیقي کېدای شي او اړینه نه ده چې اصلي کردار دې یې پخپله دا شخص وي (باید یوازې د هغوی په پام کې نیولو پر بنسټ وي).

3. زده کوونکي به خپلې کیسې لیکي او د املا او ګرامري نښو د کتلو لپاره یې بیاځلې کتنه ترسره کوي. بیا دوی دا له خپلو ملګرو سره د نظرونو څرګندولو لپاره شریکوي.

۱۰ دقیقې

- په کیسه کې څه شی ستا تر ټولو زیات خوښ شو؟
- څه شی لا ښه کېدای شي؟

4. زده کوونکي به د نظرونو پر بنسټ د کیسې بیاکتنه ترسره کوي. هغوی وهڅوئ چې کیسه هغه کس ته واوروي چې دوی یې په اړه لیکلې او د هغوی پېژندپاڼې سره ورته نښې نښانې لري!

پنځمه ورځ

د پېژندپاڼو جوړول

زده کوونکي به خپلې پېژندپاڼې، کیسې، شعر او زده کړې شیان وړاندې کوي.

۱۰ دقیقې

1. زده کوونکي له خپلو ملګرو سره د اټکل کولو لوبه کولو ته راوبولئ – مخکې له دې چې د هغوی کارتونه وویشل شي، زده کوونکی باید له پېژندپاڼې څخه معلومات شریک کړي چې خلکو لپاره دا وړاندوینه کول ستونزمنوي چې کارت د چا په اړه دی!

زده کوونکي له خپلو جوړو کړو پېژندپاڼو څخه په ګټه اخیستنې خپلې لوبې هم جوړولای شي!

۵ دقیقې

2. زده کوونکي وهڅوئ چې له خپلو ملګرو څخه نظرونه ترلاسه کړي:
- آیا هغوی خپله پېژندپاڼه خوښه کړه؟
- آیا هغوی نور بدلونونه راوستل یا یې نور شکلي کول (تزئینول) غواړي؟

۱۰ دقیقې

3. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې خپله لنډه کیسه/شعر له خپلو ملګرو سره شریکه کړي.

۱۰ دقیقې

4. په لارښودونکې پوښتنه باندې نظر واچوئ: آیا یوه پېژندپاڼه مونږ ته د هغه د ښښتن په اړه کوم معلومات راکولای شي؟ تاسو خپله پېژندګلوي څنګه په یوه پېژندپاڼه کې څرګندولای شئ؟ زده کوونکي له خپلو ملګرو سره بحث کوي او یاداښت اخلي:
- ستاسو پېژندګلوي یعنې هغه معلومات چې تاسو غواړئ خلک یې ستاسو په اړه ولري، څه شی دی؟
- تاسو په خپله پېژندپاڼه باندې څه شریکول غواړئ؟
- زده کوونکي له یو ملګري سره خپل نظرونه شریکولای شي.

د رياضي لوبه

۱۰ دقیقې

زده کوونکي د اعشاریو د محاسبه کولو او په نزولي ترتیب کې د چمتو کولو لپاره په کتارکې د تنظیمېدو لوبه ترسره کوي.

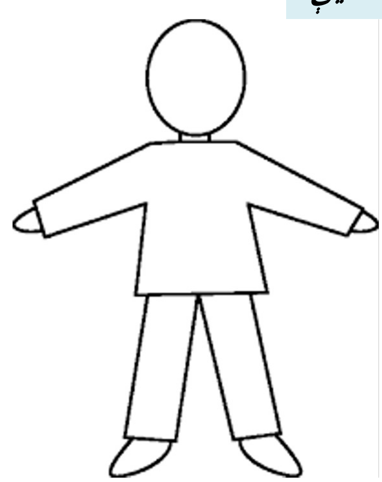
- زده کوونکي په ۵ کسیزو ټیمونو کې لوبه کوي.
- د خپلو ملګرو عمرونه، د هغوی د زوکړې د دقیقو نېټو پر بنسټ، محاسبه کړئ او په اعشاریو کې یې ولیکئ. (لکه ۱۳ کاله او ۶ میاشتې = ۱۳.۵ کاله)
- لومړنی ټیم د کاغذ په ټوټو باندې د ۵ کسانو عمرونه لیکي او د دویم ټیم د لوبغاړو پر شا یې نښلوي. دویم ټیم همدغه کار د لومړي ټیم لپاره ترسره کوي.
- کله چې وخت پیل شي، ټیمونه باید له خبرو کولو پرته ځانونه په نزولي (له لوی نه ترکوچني) ترتیب کې منظم کړي.
- لومړی ټیم چې دغه چاره تر ټولو مخکې او په سمه توګه سر ته ورسوي، ګټونکی دی.
- زده کوونکي باید اټکل وکړي چې د هغوی پر شاګانو د چا عمر نښلول شوی دی!

زده کوونکي لاندینۍ محاسبه هم کولای شي:
په ټولګي کې تر ټولو مشر او تر ټولو کشر څوک دی؟
د ټولګي اوسط (منځنی) عمر څه دی؟
څو سلنه زده کوونکي د ۱۳ کلونو څخه کم عمر درلودونکي دي؟

زده کوونکي د اعشاریه درلودونکو عددونو پر ځای د بشپړو عددونو فعالیت هم ترسره کولای شي. خو، هغوی ته د اعشاریو مفهوم تشریح کړئ که هغوی په دې هکله نه پوهېږي.

د ذهني چمتووالي تمرین

۱۰ دقیقې



- له زده کوونکو څخه د خپلو ځانونو د رسم کارلو غوښتنه وکړئ
- هغوی باید رسم د خپلو غوره ځانګړنو سره ډک کړي – دا کلمې یا رسمونه کېدای شي.

بېلګه:

که هغوی ښه انځورګران وي، لاسونه یې په یوه ځانګړې طریقې سره رسم کړئ. که هغوی ډېر مهربانه وي، یو غټ زړه ورته رسم کړئ، او داسې نور.

کله چې دا کار وشو، هغوی خپل رسم له خپل ملګري سره شریکوي.

دویمه پروژه

پیسي ارزښت لري

شرحه	زده کوونکي به د راکړې ورکړې د یوې وسیلې په توګه د پیسو مفهوم څېړي. هغوی به خپلې پیسې جوړوي او د غوښتنې، عرضه کولو، مستهلکینو، او تولیدوونکو په اړه به معلومات لاسته راوړي.
اړین توکي	قلم، کاغذ، بیاتي/قینچي (اختیاري)
زده کړه ییزې لاسته راوړنې	**کلیدي لاسته راوړنې:** • تشریح کول چې پیسې ولې ارزښت لري او څنګه یې ارتقا وکړه؟ • د جنس په جنس سیستم ننګونې په ګوته کول. • د غوښتنې، عرضه کولو، مستهلکینو، او تولیدوونکو مفهوم تشریح کول. • د غوښتنې او عرضه کولو منحنې خطونه جوړ او تفسیرول. • بودجې ترتیبول او د پیسو سپمولو څرنګوالی زده کول. • د مستطیلونو او دایرو محیطونه محاسبه کول.

د پروژې عمومي کتنه

1 د پیسو په استعمال باندې بحث کول او د جنس په جنس د تبادلې سیستم محدودیتونو د درک کولو لپاره یوه لوبه کول

2 د پیسو په توګه اجناس څېړل، خپل پولي واحد/کرنسي منځته راوړل، او محیط محاسبه کول

3 د قیمت او غوښتنې ترمنځ اړیکه درک کولو لپاره یو پلورنځی جوړول، او غوښتنې منحنې رسمول

4 د قیمت او عرضه کولو ترمنځ اړیکه درک کول، د عرضه کولو منحنې رسمول، او د ذهني ریاضي د تمرین لپاره یوه لوبه کول

5 د سمپا اهمیت درک کول او د څانونو لپاره یوه اونیزه بودجه ترتیبول

لومړی ورځ

پیسې ارزښت لري

۱۰ دقیقې

له زده کوونکو سره په لاندې پوښتنه باندې بحث وکړئ:

مونږ ولې پیسو ته ارزښت ورکوو؟

په بحث کې د مرستې لپاره لاندینۍ پوښتنې وکړئ:

- پیسې څه شی دی؟ دا مونږ سره د څه شي په کولو کې مرسته کوي؟
- ځینې داسې کارونه ولیکئ چې تاسو یې د پیسو او خلکو په شکېلتیا سره ترسره کولای شئ.
- زده کوونکې له لاندیني جدول څخه ګټه اخیستلای شي:

هغه کارونه چې تاسو یې له پیسو سره کولای شئ	لومړی ښکېل کس	دویم ښکېل کس
د شیانو/توکو پېرل	پېرودونکی/مشتري	پلورونکی/هټیوال

۱۰ دقیقې

1. زده کوونکې بحث کوي
- له لست څخه، تاسو څه شی مشاهده کوئ چې تاسو یې په پیسو پېرلای شئ؟
- وګورئ چې په دغه مورد کې تل یوه تبادله ترسره کېږي.
- مونږ د یوه بل شي لپاره د سکې یا کاغذي اسعارو یا الیکترونیکي پیسو (د کارتونو په مرسته څخه په ګټه اخیستنې سره د پیسو راکړه ورکړه کوو.
- که مونږ پیسې و نه لرو، آیا مونږ د شیانو/توکو د "پېرلو" لپاره کوم بل شی کارولای شو؟

۱۰ دقیقې

2. زده کوونکې باید په خپل منځ کې بحث وکړي:
- لکه څرنګه چې مونږ ته نن ښکاري، آیا خلکو تل پیسې درلودلې دي؟
- آیا د پیسو نور ډولونه شتون لري؟
- د پیسو د شتون څخه وړاندې، خلکو د اړینو توکو د پېرلو یا لاسته راوړلو لپاره څه شی کاراوه؟

- د خلکو له خوا د سکو یا بانک نوټونو په څېر پیسو کارولو نه ډیر مخکې، هغوی د خپلې اړتیا شیانو/توکو د ترلاسه کولو لپاره توکي سره تبادله کول. د بېلګې په ډول، یو موچي به له بزګر څخه د ساېو ترلاسه کولو لپاره بوټونه تبادله کول. دې ته د جنس په جنس تبادله یا د جنس په جنس د تبادلې سیسټم ویل کېږي.

فعالیت

۳۰ دقیقې

لوبغاړي د جنس په جنس د تبادلې سیسټم د نقش او ننګونو د درک کولو لپاره یوه لوبه کوي.

- په یوه ۳ یا ۴ کسیز ګروپ کې لوبه وکړئ.
- لوبغاړي باید د بقا (ژوندي پاتې کېدو) لپاره د اړینو توکو ۳ کټګوریو سره رامخې ته شي. د بېلګې په ډول، خواړه، درمل، او لباس.
- هر لوبغاړی باید ۳ یا ۴ توکي چې دوی یې لري، راواخلي (لکه کتاب، پنسل، کتغ دانۍ، او بوتل) او د پورته کټګوریو څخه د یوه جنس نوم ورته ورکړي. د بېلګې په ډول پنسل، درمل انګېرل کېدای شي.
- هر توکي ته د پایښت/ژوندي پاتې کېدو لپاره د دې د ارزښت پر بنسټ له ۱ څخه تر ۵ نومرو پورې ارزښت وټاکئ. ۵ تر ټولو ارزښتناکه قیمت دی.
- په توکي باندې د توکي نوم او ارزښت یې ونښلوئ/ولیکئ
- کله چې لوبه پیل شي، لوبغاړي یو بل ته ورځي تر څو د غوره اجناسو یا د هغه اجناسو لپاره، چې دوی یې نه لري، خپل په لاس د موجود توکو د تبادله کولو هڅه وکړي.
- په ګروپ کې د هر لوبغاړي سره د توکو د تبادله کولو هڅه وکړئ.
- د هر پړاو وروسته، په لاندې ورکړل شوي جدول په څېر یو جدول کې نومرې/قیمتونه ثبت کړئ:

لوبغاړی	خواړه	لباس	درمل	نور	جمله
لومړی لوبغاړی	۵	۰	۴	۲	۱۱
دویم لوبغاړی	۳	۴	۳	۱	۱۱
دریېم لوبغاړی	۳	۳	۰	۴	۱۰
څلورم لوبغاړی	۲	۴	۲	۴	۱۲

- د دې موخه د هرې کټګورۍ لپاره تر ټولو زیاتې نومرې او جنس/توکي درلودل دي.

3. لوبې نه وروسته، له زده کوونکو څخه په لاندې مواردو باندې د نظر شریکولو غوښتنه وکړئ: **۵ دقیقې**

- آیا نورو ته قناعت ورکول آسانه و؟
- ستاسو په ګومان هغه خلکو سره څه وشول چې د ۱ توکې ډېر زیات مقدار یې درلود؟

له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې هغوی ځانونه د جنس په بدل کې د جنس د راکړې ورکړې د وخت مېوه پلورونکي تصور کړي. هغوی کولای شي په دې اړه یوه لنډه مقاله ولیکي چې هغوی څنګه د خپلې کورنۍ د اړتیاوو پوره کول باوري کړل او هغوی له کومو ننګونو سره مخ شوي وو.

4. زده کوونکي د پیسو راکړې ورکړې او د جنس په جنس د تبادلې د پرتله کولو لپاره په ګروپونو کې کار کولای شي. هغوی سره په دا ډول پوښتنو سره مرسته وکړئ: **۱۰ دقیقې**

- ځینې هغه کوم کارونه دي چې مونږ یې له یو سره کولای شو خو له بل سره یې نه شو کولای؟
- د ځینو ستونزو یادونه وکړئ چې تاسو ورسره ښایي د سوداګرۍ په هر ډول کې مخ شئ؟

د بېلګې په ډول:

پیسې	د جنس په جنس تبادله
مونږ پیسې د هر شي د پېرلو لپاره کارولای شو	مونږ یواځې هغه څه ترلاسه کولای شو که چېرې یو څوک هغه څه غواړي چې مونږ یې وړاندې کوو

5. زده کوونکي خپلې پرتلنې خپلو ملګرو ته ښيي او د هغه څه په اړه نظر شریکوي چې د دوی خوښ و. **۵ دقیقې**

6. ورځ دا معلومات شریکولو سره پای ته ورسوئ چې څنګه پیسې مونږ لپاره د ګڼو کارونو د ترسره کولو زمینه برابروي: **۵ دقیقې**

- مونږ په بل وخت کې د استعمال لپاره خپلې پیسې ساتلای شو، مونږ اړ نه یو چې ټولې پیسې په یوه وخت کې وکاروو، ځکه چې پیسې د خوړو او نورو لمنځه تلونکو توکو په څېر نه ضایع کېږي.
- کله چې له توکو سره تبادله صورت نیسي، مونږ نه شو کولای توکي مات کړو یا په برخو یې ووېشو. خو د پیسو په برخه کې، مونږ کولای شو هغه اندازه پیسې انتخاب کړو چې غواړو په مصرف یې ورسوو.
- له پیسو سره، مونږ اړ نه یو چې د تبادلې لپاره د هر توکي د ارزښت ټاکلو زیار وګالو. د بېلګې په ډول، یو څوک به څنګه معلوم کړي چې د یوې اوزې په بدل کې باید څومره غنم تبادله کړل شي؟

پيسې ارزښت لري

زده کوونکي پخپله خپل اسعار (پولي واحد) جوړوي.

۱۰ دقيقې

زده کوونکو سره بحث وکړئ:

- تاسو نن سبا کوم ډول پيسې کاروئ؟
- مونږ کوم اسعار (پولي واحد) کاروو؟
- زمونږ اسعار د کوم ارزښت بانک نوټونه او سکې لري؟
- آيا د ټولو هيوادونو اسعار يو شی دی؟
- آيا د ټولو اسعارو ارزښت يو برابر دی؟ د بېلګې په ډول، آيا ۱ ډالر او ۱ افغانۍ برابر دي؟ ولې يا ولې نه دي؟

د وروستۍ پوښتنې لپاره، زده کوونکي وهڅوئ چې د خپلو کورنيو غړو څخه هم پوښتنه وکړي. هغوی د ځېرنې او پلټنې ترسره کولو ته وهڅوئ. په يوه بله ورځ، تاسو کولای شئ په لنډه توګه تشريح کړئ چې د هر هيواد کرنسي (پولي واحد) يو ارزښت لري – د هيواد د اقتصادي ودې پر بنسټ د وخت په تېرېدو سره بدلون مومي.

.2زده کوونکي د لاندينيو پړاوو په تعقيبولو سره خپل اسعار جوړوي:

۱۵ دقيقې

۳۰ مستطيلونه (کاغذي نوټونه) او ۳۰ دايرې (سکې) غوڅ کړئ.

- هغوی ته اجازه ورکړئ چې ۶ د بېلا بېل ارزښت پولي واحدونه يا بانک نوټونه (۵ افغانۍ، ۲۰ افغانۍ، ۱۰۰ افغانۍ او داسې نور) غوره کړي او د هر يو ۵ بانک نوټونه او ۵ سکې جوړې کړي.
- زده کوونکي د يو بانک نوټ مشاهده کولو ته راوبولئ. په دې عموماً يو مهم ځلی يا تاريخي شخصيت نقش شوی وي. په ځينو بانک نوټونو باندې آن يوه انګېزه ورکوونکې وينا هم چاپ شوې وي!
- هغوی ته اجازه ورکړئ چې د کاغذي بانک نوټونو او سکو له جملې څخه پر يو باندې د يو اتل عکس يا د خوښې يو ځلي عکس جوړ يا يوه الهام بخښونکې وينا وليکي.
- هغوی بايد د خپلو اسعارو لپاره د يو پام جذبوونکي او په آسانۍ د يادېدو وړ نوم په هکله فکر وکړي.
- زده کوونکي بايد ټولې هغه پيسې چې دوی يې لري، حساب کړي.

۱۵ دقيقې

فعاليت

د محيط (د يوه شکل شاوخوا واټن) مفهوم او څنګه په واقعي ژوند کې اهميت لري، تشريح کړئ.
زده کوونکي بيا کولای شي د بانک نوټ د اوږدوالي او سور د اندازه کولو لپاره يو خط کش وکاروي.
هغوی بيا د اندازو د جمعه کولو له لارې د مستطيل محيط محاسبه کوي! هغوی د دې فورمول کارولو ته وهڅوئ: $2(l + b)$

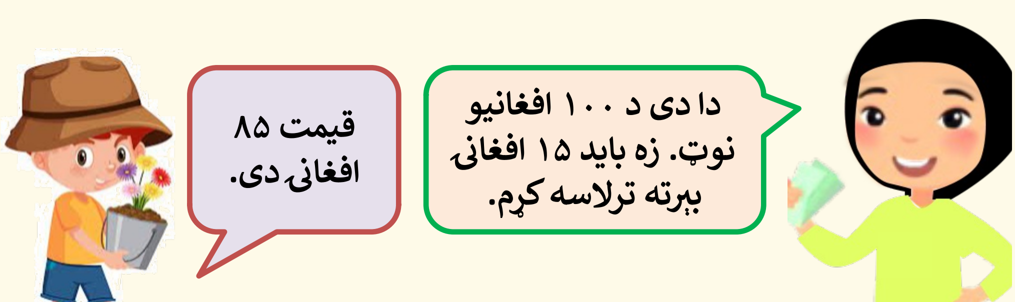
که زده کوونکي د مستطیلونو محیط سره آشنا وي، له هغوی څخه غوښتنه وکړئ چې د l x b فورمول پ هکارولو سره د یو مستطیل مساحت محاسبه کړي. تاسو هغوی له یو مزي څخه په ګټه اخیستلو سره او بیا د $2\pi r$ فورمول په کارولو سره د د سیکو د محیط معلومولو ته وهڅوئ.

د ریاضي لوبه

۱۵ دقیقې

د ذهني ریاضي د تمرین لپاره زده کوونکي د چټک پېرلو (Speed Shopping) لوبه کوي:

- زده کوونکي له ۳ تر ۵ لوبغاړو په یو ګروپ کې لوبه کوي
- هر زده کوونکی باید د بېلا بېل ارزښت درلودونکي خپلې د کور جوړې "پیسې" وکاروي. هغوی باید له عین مقدار سره (که کټ مټ عین مقدار نه وي، نو په تقریبي مقدار سره) پیل وکړي.
- هر لوبغاړی د یو پړاو لپاره پلورونکی جوړېږي او د یو تخیلي توکي قیمت اعلانوي. هغوی د اعشاریو په کارولو سره دا کار ستونزمن کولای هم شي.
- زده کوونکي باید د لوړ ارزښت پولي واحد، چې دوی به یې د توکي د قیمت د پرې کولو لپاره کاروي غږ وکړي او 'پلورونکي' ته ووايي چې هغوی باید څومره میده پیسې بېرته ترلاسه کړي.
- تر ټولو ځیرک او چټک پېرودونکی، چې دا کار په سمه توګه ترسره کوي، پیسې له ځان سره ساتي. نور پېرودونکي باید ارومرو پلورونکي ته پیسې ورکړي.
- د ټولو پړاوونو په پای کې د تر ټولو زیات مقدار پیسې درلودونکی پېردونکی ګټونکی دی!



پلورونکی

پېرودونکی

پلورونکی حتی د ۲ یا زیاتو محصولاتو قیمتونه هم ویلی شي تر څو زده کوونکي لومړی باید قیمتونه سره جمع او بیا د هغه میده پیسو محاسبه وکړي چې دوی ته باید بېرته ورکړل شي.

۵ دقیقې

5. له زده کوونکو څخه پوښتنه وکړئ چې آیا داسې توکي شته دی د نورو په پرتله قیمت یې لوړ وي چې هغوی یې په بدل کې د پیسو ورکولو ته لېواله دي (اړین توکي، لکه شیدې، ډوډۍ او داسې نور). هغوی په دې اړه فکر کولو ته وهڅوئ چې ولې ځینې توکي د نورو په پرتله ډېر ارزښت لري او دا څنګه په قیمت اغېزه کوي.

- زده کوونکو ته ووایاست چې سبا به هغوی یو پلورنځی جوړوي. هغوی باید یو ډول مراسم، لکه ښوونځی پیل کېږي، اختر نېږدې دی، انتخاب کړي تر څو له هغوی سره دا پرېکړه کولو کې مرسته وشي چې هغوی باید په خپل پلورنځي کې کوم توکي وپلوري.
- د سباني پروګرام لپاره د چمتووالي لپاره، زده کوونکي باید ۵ مشخص توکي (د اړینو توکو په ګډون) غوره کړي او هر توکی ۱۰، ۱۰ ځلې رسم کړي. د بېلګې په ډول، ۱۰ افغاني وچې ډوډۍ، د شیدو ۱۰ کارتنونه، ۱۰ کتابچې، او ۱۰ قلمونه او داسې نور.

درېیمه ورځ

پیسې ارزښت لري

زده کوونکي د غوښتنې (تقاضا) د مفکورې د درک کولو لپاره یو پلورنځی ترتیبوي.

۱۰ دقیقې

1. زده کوونکي به اوس یو پلورنځی جوړ کړي.

- زده کوونکي به په دوه ډلو ووېشل شي، نیم به یې پلورونکي او پاتې نیم به یې پېرودونکي شي، وروسته به دوی خپل نقشونه سره بدل کړي، پلورونکي به پېرودونکي شي او پېرودونکي به پلورونکي.
- هر زده کوونکی باید د ***'غوښتنې'*** جدول، لکه لاندې چې ورکړی، ترتیب کړي.

د تقاضا یا غوښتنې جدول

توکی	قیمت	څومره کسانو دا توکی وپېره؟

پیسې ارزښت لري

زده کوونکي د غوښتنې د مفکورې د درک کولو او د غوښتنې د منحني د رسمولو لپاره یو پلورنځی ترتیبوي.

۱۵ دقیقې

2. زده کوونکي باید د خپلو ملګرو پلورنځیو ته ولاړ او په خپل لاس جوړ کړي نوټونه او سکې د توکو د پېرلو لپاره وکاروي.

۱۵ دقیقې

3. د فعالیت په نیمایي کې، په تخفیف سره د خرڅولو یو اعلان وکړئ چې پکې زده کوونکي باید په خپل پلورنځي کې د توکو قیمتونه راکم کړي. له هغوی څخه غوښتنه وکړئ چې په بېلا بېلو قیمتونو د خپلو پېرودونکو له خوا د توکو رانیونې ثبت کړي.

۵ دقیقې

4. زده کوونکو ته تشریح کړئ:
- ستاسو په بازار کې، دوه مهم لوبغاړي دي، پېرودونکي او پلورونکي. یو کس چې توکي د استعمال په موخه رانیسي، **مصرفوونکی/مستهلک (Consumer)** هم نومېږي. یو کس چې د پلورلو لپاره یو توکی جوړوي، **تولیدوونکی یا جوړوونکی** بلل کېږي.
- کله چې یو مصرفوونکی یو توکی غواړي او د پېرلو لپاره یې کافي پیسې ولري، دې ته **'غوښتنه/تقاضا'** ویل کېږي.

۱۵ دقیقې

5. وروسته، زده کوونکي باید په ګروپي شکل کې بحث وکړي:
- په اصلي قیمت د توکو لپاره غوښتنه څه وه؟
- له تخفیف سره د خرڅولو اعلان نه ورسته څه وشول؟
- آیا د غوښتنې او قیمت ترمنځ کومه اړیکه شته دی؟
- مصرفوونکي ټیټ قیمتونه غواړي که لوړ؟ ولې؟
- تولیدوونکي ټیټ قیمتونه غواړي که لوړ؟ ولې؟
- کله چې د عرضې/رسونې کچه ډېره لوړه وي، څه پېښېږي؟
- د دغه دوه سناریوګانو په پام کې نیولو سره به تاسو څه شی ډېر خرڅوئ – عادي وختونه او د مالي ستونزو وختونو کې؟

مصرفوونکي ټیټ قیمتونه غواړي، نو کله چې قیمتونه ټیټ وي، غوښتنه لوړه وي؛ کله چې قیمتونه لوړ وي، غوښتنه کمه وي. له حده زیاته عرضه کول د قیمت د پرېوتو سبب کېږي، او کله چې قیمت کمېږي، تولیدوونکي د توکو د عرضې د کچې کمولو ته علاقمندي ښيي، او په ترځ کې یې تولید کموي.

۱۰ دقیقې

5. له زده کوونکو څخه بیا د واقعي ژوند د بېلګو په اړه چېرته چې هغوی د غوښتنې او قیمت ترمنځ دا اړیکه ګوري، د فکر کولو غوښتنه وکړئ.

- د هغوی د ځواب ویلو وروسته، یوه بېلګه هغوی سره شریکه کړئ.

(د بېلګې په ډول، کله چې د لباسونو پلورنځي د تخفیف سره د پلورلو اعلان وکړي، ډېر خلک خریدارۍ لپاره ځي یا کله چې د ورته محصولاتو ترمنځ انتخاب کول ورکړل شي، خلک ارزان بیعه توکی غوره کوي.)

له زده کوونکو غوښتنه وکړئ چې د یوې لوبې لپاره، چې هغوی به یې په ځلورمه ورځ کوي، له خپل کور څخه یو توکی راوړي. هغوی ته باید د دې توکي قیمت معلوم وي خو باید نورو ته یې ښکاره نه کړي. که هغوی دا توکی نه شي راوړلی، هغوی یې انځور هم رسمولای شي.

ځلورمه ورځ

پیسې ارزښت لري

زده کوونکي د عرضې د مفهوم د درک کولو لپاره د خپل پلورنځي خرڅلاو څخه ګټه اخلي.

۵ دقیقې

1. بیاځلې تکرار کړئ چې د استعمال په موخه د توکو رانیوونکي، مصرفوونکي/مستهلکین بلل کېږي. څوک چې د پلورلو په موخه توکي جوړوي، تولیدوونکي نومېږي.

۱۰ دقیقې

2. له زده کوونکو سره بحث وکړئ:

- تصور وکړئ چې تاسو یو تولیدوونکی یاست. ستاسو فابریکه بوټونه او جورابې جوړوي چې قیمت یې په ترتیب سره ۵۰۰ افغانۍ او ۱۰ افغانۍ دی. تاسو به کوم محصول ډېر تولیدوئ او ولې؟
- د عرضه کول/سپلائي اصطلاح تشریح کړئ: په یوه ټاکلي قیمت د پلورلو لپاره د تولید شویو توکو مقدار ته **'عرضه کول/سپلائي'** ویل کېږي.

3. زده کوونکي باید د تېرې ورځې خپل د غوښتنې جدول باندې یو ځل بیا نظر واچوي او اوس د هر توکي د هغه مقدار په پام کې نیولو سره، چې دوی یې پلورل غواړي د **عرضه کولو** یو جدول ترتیب کړي، (په دې شرط چې هغوی په ترکیبي ډول د ټولو محصولاتو ټولټال ۱۵ واحدونه پلورلای شي).

۱۵ دقیقې

د عرضه کولو جدول

توکی	قیمت	زه د دې توکي څومره مقدار پلورم غواړم؟
شیریني	۳	۲
لباس	۵	۵

تشریح کړئ چې د یوه هېیوال په توګه، تاسو ښايي د قیمتي توکو لوړ مقدار پلورل وغواړئ تر څو ډېرې پیسې وګټلای شئ! همدارنګه، تولیدوونکي هم غواړي چې په زیات مقدار سره محصولات عرضه کړي کله چې د یو محصول قمیټ لوړ وی، ځکه، دا په دې مانا دی چې هغوی به ډېرې پیسې وګټي.

7. له زده کوونکو سره بحث وکړئ او له هغوی څخه په خپلو کتابچو کې د خپلو نومرو د لیکلو غوښتنه وکړئ:

- ستاسو په اند هغه څه شی دی چې خلک دې ته اړباسي چې یو توکی دې لږ یا ډېر وغواړي، یعنې، څه شی پر غوښتنه اغېزه اچوي؟

- له خپل ژوند څخه د یوې بېلګې په اړه فکر وکړئ چېرته چې تاسو د یوه توکي رانیولو څخه لاس په سر شوئ، یا مو یو توکی ناڅاپه په زیات مقدار کې وپېره. تاسو څه شي دې کار ته اړ کړئ؟ ځینې عواملو کې په خوند، لومړیتوب، یا په قیمت کې بدلون راځي. آیا تاسو د نورو عواملو په هکله ویلای شئ؟

۱۵ دقیقې

- برعکس، که تاسو د یوه شي، لکه جاکټونه، د پلورلو پرېکړه وکړئ، هغه کوم ځینې لاملونه دي چې ښايي تاسو ډېر یا لږ جاکټونه خرڅ کړئ؟ د بېلګې په ډول، که هوا توده وي، تاسو ښايي کم شمېر جاکټونه جوړ کړئ، آیا تاسو د نورو بېلګو/لاملونو په هکله فکر کولای شئ؟

- کله چې د یوه شي جوړولو لګښت لوړ شي، څه پېښېږي؟

- که په بازار کې ګڼ شمېر تولیدوونکي وي، نو بیا څه پېښېږي؟

۱۵ دقیقې

فعالیت

زده کوونکي په دې اړه پوهاوی ترلاسه کوي چې په واقعي نړۍ کې د یو توکي قیمت څو دی.

- هر زده کوونکي د تېرې ورځې د لاربښوونو سره سم یو توکی (فزیکي شی یا یو رسم) له ځان سره راوړي. د توکو اضافه مقدار له ځان سره ولرئ هسې نه چې زده کوونکي و نه کولای شي چې توکي له ځآن سره راوړي یا يې له یاده ووځي.
- پاتې ټولګی باید اټکل وکړي چې د توکي قیمت څو دی. زده کوونکي د ځواب ویلو لپاره خپل لاسونه پورته کولای شي. ډاډ ترلاسه کړئ چې جلا جلا زده کوونکو ته د خپل اټکل شریکولو فرصت ورکړل شي. ۳ ځوابونه واخلئ.
- د توکي اصلي قیمت ته تر ټولو نژدې قیمت ګټونکی دی!

پنځمه ورځ

education above all التعليم فوق الجميع

پیسې ارزښت لري

زده کوونکي د خپلو لګښتونو د څارلو او د زیاتو پیسو د سپمولو لپاره د بودجې ترتیبول او تخصیصول زده کوي.

۵ دقیقې

1. دا تشریح کولو سره چې مونږ په ژوند کې کار کوو او پیسې ګټو، د نن ورځې موضوع تعریف کړئ. مونږ بیا پیسې د هغه توکو د پېرلو لپاره مصرفوو چې مونږ ورته اړتیا لرو او غواړو یې. د خپل اړتیا وړ توکو تر پېرلو وروسته پاتې پیسې **سپما** یا سمپول شوې پیسې بلل کېږي.

۵ دقیقې

2. له زده کوونکو سره بحث وکړئ:
- آیا ستاسو په اند اړینه ده چې مونږ له هغه پیسو څخه، چې مونږ یې ګټو، یو څه اندازه پیسې سپما وکړو؟ ولې او ولې نه؟

۱۰ دقیقې

فعالیت

- فرض کړئ تاسو ۵۰ افغانۍ لرئ.
- له زده کوونکو سره بحث وکړئ چې تاسو په دې پیسو کوم توکي پېرل غواړئ او تاسو ولې باید اړینو توکو ته لومړیتوب ورکړئ.
- ۱ دانه ډوډۍ دوې افغانۍ او یو کارتن شیدې ۵ افغانۍ قیمت لري.
- تاسو څو دانې ډوډۍ او څو کارتنه شیدې پېرلای شئ؟
- بېلا بېل ترکیبونه وازمایاست، تر څو چې تاسو داسې یو ترکیب پیدا کړئ چې ستاسو له بودجې سره سمون وخوري.

(دا جدول په تخته رسم کړئ)

توکی	قیمت	مقدار	جمله
ډوډۍ	۲	۲	۴ = ۲x۲
د شیدو کارتنونه	۵	۹	۴۵=۹x۵
ټولټال			۴۹=۴۵+۴

۵ دقیقې

3. تشریح کړئ چې بودجه یو پلان دی چې مونږ یې ځکه ترتیبوو چې پوه شو څومره پیسې باید مونږ په بېلا بېلو توکو مصرف کړو او په لاس کې د موجودو پیسو پر بنسټ مونږ باید څومره پیسې وسپموو.

۱۰ دقیقې

4. زده کوونکي دا کامونو په تعقیبولو سره اوس د خپلو ځانونو لپاره بودجه ترتیبوي:
- ۱۰ تر ټولو مهم توکي ولیکئ چې تاسو یې په کور کې په اونۍ کې کاروئ.

- دغه هر توکي ته يو قيمت وټاکئ چې د هغوی د واقعي ارزښت (په تقريبي ډول) چې تاسو به يې په يوه پلورنځۍ کې ګورئ، انځوروي.
- دا په يو جدول کې واچوئ چې نمونه يې لاندې ورکړل شوې ده:

توکی	قیمت
د پخلي تېل (غوړي)	۱۰۰
وريژې	۶۰

- ورپسې، فرضاً تاسو ۵۰۰۰ افغانۍ لرئ. دا ستاسو بودجه ده يا تاسو سره په لاس ټولې پيسې دي چې تاسو يې د مياشتې د اړتياوو د پوره کولو لپاره مصرفوئ.
- د ټولو توکو چې تاسو راټول کړي يا لست کړي، قيمت جمع کړئ
- له خپلې بودجې څخه د ټولو توکو جمله قيمت منفي کړئ. آيا تاسو سره د اړتيا وړ توکو د ټول قيمت څخه ډېرې يا لږې پيسې لرئ؟
- دا کار د ۱۰۰۰۰ افغانيو لوړې بودجې سره تکرار کړئ.
- تاسو څه توپير مشاهده کوئ؟ آيا تاسو يو څه سپمولای شئ يا آيا تاسو نور توکي پېرل غواړئ؟

سپمول شوې پيسې هغه مقدار پيسې دي چې د اړتيا وړ ټولو توکو د پيسو ورکولو وروسته تاسو سره پاتې دي. يو څوک کولای شي د خپلې اړتيا وړ ټولو توکو د پيسو د پرېکولو وروسته پاتې پيسې په يوه خوندي ځای، لکه خپل مور او پلار سره، د پيسو په صندوق کې يا په يوه بانکي حساب کې، خوندي وساتي.

۵ دقيقې

5. زده کوونکي خپلې کتنې په خپلو کتابچو کې ياداښت کوي

6. زده کوونکي بايد اوس د خپل قيمت جدول پر بنسټ خپله اونيزه يا مياشتنۍ بودجه ترتيب کړي. هغوی کولای شي د هغه مقدار په اړه پرېکړه وکړي چې دوی ورسره پيل کول غواړي او دې ته ورته يو جدول وکاروي تر څو معلوم کړي چې هغوی څومره پيسې مصرفول غواړي.

۱۰ دقيقې

توکی	قیمت	مقدار	جمله

۵ دقیقې

5. زده کوونکي خپله بودجه خپلو ملګرو ته ښيي او د یو بل په اړه نظرونه څرګندوي. که اړتیا وي، هغوی خپلې بودجه کې بدلونونه راوستلای شي.

۵ دقیقې

6. زده کوونکي نظرونه څرګندوي او له خپلو ملګرو سره بحث کوي:
- تر ټولو مهم ټکی څه دی چې تاسو د دې پروژې له لارې زده کړی دی؟
- د څه شي زده کول تاسو ننګوونکی، مغشوشوونکی یا ستونزمن بولئ؟
- هغه کومې پوښتنې دي چې تاسو یې نور ډېر څېړل غواړئ؟
- کوم شی تاسو لپاره ډېر په زړه پورې ثابت شو؟

زده کوونکي باید خپلې بودجې خپلو کورنیو ته وښيي او د هغوی نظرونه هم ترلاسه کړي!

۱۰ دقیقې

د ذهني بیدارۍ تمرین

زده کوونکي د خپل وخت د مدیریت څرنګوالي په درک کولو سره د ذهني بیدارۍ تمرین کوي.

- په یو کاغذ باندې، زده کوونکي ټول هغه شیان یاداښت کوي چې د دوی د عمر خلک یې:
    - ښايي د خپلې ورځې په مهالویش کې خوښ کړي، لکه د کتاب لوستل، ورزش کول، له کورنۍ سره وخت تېرول، بایسکل/بائیک چلول، او نور.
    - باید د خپلې ورځې په جریان کې ترسره کړي، لکه د خپلو شیانو پاک سوتره ساتل، سالم خواړه خوړل، تمرین کول، له خپلې کورنۍ سره مرسته کول، خوب کول، او نور.
- په لست کې باید لږ تر لږه ۱۶ شیان وي او ډاډ ترلاسه کړئ چې تاسو دغه ټول شیان په پاڼه کې یو د بل لاندې لیکلو پر ځای خواره واره ولیکئ.
- زده کوونکي بیا خپلې پاڼې خپلو ملګرو سره تبادله کوي.
- زده کوونکي بیا خپلې مخې ته پرته پاڼه دا غوره کولو لپاره کاروي چې هغوی څنګه غواړي د خپلې ورځې ۲۴ ساعتونه د لاندې ورکړو مواردو له مخې ترتیب او تنظیم کړي:
    - له ټولو هغه شیانو نه کړی تاوه کړئ چې هغوی یې د ورځې په مهالویش کې شاملول غواړي او ولیکئ چې څو ساعتونه هغوی د هر کار د سر ته رسولو لپاره ځانګړې کوي.
    - نور که کوم کارونه هم وي چې هغوی یې کول غواړي، د کاغذ پر شا یې ولیکئ.

منظم شکلونه (Patterns) هر لوري ته

دريېمه پروژه

التعليم فوق الجميع | education above all

شرحه	زده کوونکي به زده کړي چې څنګه منظم شکلونه له مونږ سره له خورا پېچلې نړۍ څخه د مفهوم په اخيستلو او په معنا باندې د معلوماتو او اطلاعاتو په اړولو کې مرسته کوي. زده کوونکي به د هغوی شاوخوا بېلا بېل منظم شکلونه په بصري بڼه وړاندې کوي.
اړين توکي	کاغذ، رنګونه، مايع رنګ يا بل کوم شی چې په کاغذ باندې رنګين نښان پرېښودلی شي
زده کړه ييزې لاسته راوړنې	**مهمې لاسته راوړنې:** • په ورځني ژوند کې ډول ډول منظم شکلونه په ګوته کول • له منظمو شکلونو سره د مانا د منسوبولو څرنګوالی په نمونه يي بڼه انځورول • د عددونو، شکلونو، او تورو د تسلسلونو له مخې منظم شکلونه په ګوته کول

د پروژې عمومي کتنه

1 په خپلو کړو وړو (سلوک) کې د منظمو شکلونو لټول او د په خپل چاپېريال کې د منظمو شکلونو ټولګه منځته راوړل

2 داسې منظم شکلونه په ګوته کول او جوړول چې غږ او شکلونه پکې کارول کېږي

3 **له پوائنټيلسم/pointillism (په سپينه ځمکه د رنګينو نقطو/ټکو د ايښودلو سبک) څخه په ګټه اخيستلو سره هنر منځته راوړل او د تجريد مفهوم درک کول**

4 د رياضياتو منظم شکلونه په ګوته کول او منځته راوړل، او د فيبوناچي (Fibonacci) تسلسل په اړه زده کول

5 په خپلو کړو وړو (سلوک) کې د منظمو شکلونو په ګوته کول او دا په ګوته کولو لپاره يوه طرحه جوړول چې کوم منظم شکلونه بايد تجزيه او د کومو کيفيت بايد بڼه شي

منظم شکلونه هر لوري ته

۱۰ دقیقې

په لاربښوونکي پوښتنه باندې زده کوونکو سره بحث وکړئ:

منظم شکلونه مونږ سره د نړۍ په درک کولو کې څنګه مرسته کولای شي؟

په بحث کې د مرستې لپاره لاندینۍ پوښتنې وکړئ:

- د منظمو شکلونو کلمو څخه تاسو څه مفهوم اخلئ؟
- آیا تاسو خپل شاوخوا کوم منظم شکلونه وینئ؟
- آیا تاسو کوم منظم شکلونه کارولې دي؟

۵ دقیقې

له زده کوونکو سره شریک کړئ:

- منظم شکلونه له شیانو، عددونو، یا شکلونو څخه عبارت دي چې په یوه منطقي ډول تکرارېږي.
- په منظمو شکلونو پوهېدنه مونږ سره زمونږ شاوخوا ژوند په ښه توګه درک کولو کې مرسته کوي.
- د بېلګې په ډول، ورځې او شپې تکرارېږي او د یوه یوې منظم شکلونه په بڼه په دوامداره توګه صورت نیسي.
- ځینې حیوانات په خپلو پوستکو ډیزاینونه لري. ۳ ډیزاینونه، چې تاسو یې پر حیواناتو وینئ، رسم کړئ.

امکاني ځوابونه، لکه د یوه طاووس بڼکې، پر یوه زیبرا (ګوره خر) یا پړانګ باندې پټې، په یوه چیتا (Cheetah) باندې خالونه، شریک کړئ.

۵ دقیقې

2. زده کوونکي له خپلو ملګرو سره کار کوي او ۴ نور منظم شکلونه یاداښت کوي چې هغوی یې په طبیعت کې ویني.

کله چې هغوی کار سر ته ورساوه، بېلګې یې شریکې کړئ، لکه موسمونه/فصلونه، ګلپاڼې، د واورې غونډاري، د غنې ځالې، د شاتو چکونه. همدارنګه د اونۍ د ورځو شمېر تل هماغه یو شی وي، مونږ ځینې ورځې کار کوو او ځینې نورې ورځې بیا ارام کوو.

۵ دقیقې

3. زده کوونکي بیا باید په خپل چاپېریال کې په کالو/د انسان په لاس جوړ کوم شي باندې منظم شکلونه مشاهده کړي او له دغو منظمو شکلونو څخه ۳ یې په خپلو کتابچو کې رسم کړي.

فعالیت

۱۰ دقیقې

زده کوونکي منظم شکلونه په خپلو عادتونو او کړو وړو کې مشاهده کوي.

- زده کوونکي باید د خپلو ورځنیو کړنو په اړه فکر وکړي تر څو پکې منظم شکلونه مشاهده کړي.
- زده کوونکي دا جدول جوړوي او د راتلونکو دوه اونیو لپاره د خپلې خوښې سلوکونه تعقیب کړي.
- هغوی باید په اړونده چوکاټ کې دې ته په کتو چې آیا هغوی واقعاً اړونده سلوک یا عادت په هغه ورځ ثرګند کړی و، د صحیح (✓) نښه یا چلیپا (X) کېږدي.
- کله چې هغوی هره ورځ جدول کې معلومات ثبتوي، هغوی باید فکر وکړي چې هغوی د دغه کړنې مخکې یا وروسته څه کړي وو. آیا هغوی خواږه خوړلي وو، هغوی څه کتلي یا ترسره کړي وو، او نور.
- د اونۍ په پای کې دې تعقیبګر باندې په ګډه بیا نظر واچوئ. او ورپسې د دوه اونیو په پای کې، په دې تعقیبګر باندې بیا ځلې نظر واچوئ.

پوښتنه	لومړی ورځ	دویمه ورځ	دریمه ورځ	څلورمه ورځ	پنځمه ورځ
آیا ما نن د خپل ځان کنترول (اعصاب) له لاسه ورکړ؟ **فکر وکړئ:** دا کار څه وخت وشو؟ د دې مخکې او وروسته څه وشول؟					
آیا ما ناوړه خوبونه ولیدل؟ **فکر وکړئ:** ماپه هغه ورځ کې څه کړي وو؟ ما خپله وروستۍ ډوډۍ څه وخت وخوړه؟					
زه چې نن له خوبه راپاڅېدم، آیا زه روحاً ارام وم؟ **فکر وکړئ:** ورمه شپه زه څه وخت ویده شوم؟ آیا ما ورمه ورځ کوم سترې کوونکی کار کړی و؟					
نور سلوکونه چې زده کوونکي یې تقیبول غواړي					

فعاليت

۵ دقيقې

زده کوونکي په خپل ګېرچاپېره محيط کې د منظم شکلونه يوه ټولګه منځته راوړي.

- زده کوونکي بايد خپل ګاونډ/ښوونځی/ټولګې کې قدم ووهي، په کور کې د هغوی د ژوندانه په هکله فکر وکړي او د ۸ نه تر ۱۰ پورې منظمو شکلونو بېلګې پيدا کړي. د بېلګې په ډول، 'ستاسو فاميل عموماً اونۍ په جريان کې وخت څنګه مصرفوي؟'، 'د ونو پاڼې څنګه ښکاري؟'، 'ستاسو ګېرچاپېره ودانۍ/کورونه څنګه ښکاري؟'، 'تاسو په کور/درسي ټولګې کې څه ډول احساس لرئ؟'.
- زده کوونکي بايد کله کله پلټنه وکړي تر څو وکولای شي غني او د متفاوتو اوصافو درلودونکې متنوع بېلګې، يعنې د منظمو شکلونو يوه ګډوله، پيدا کړي چې ښکلې، هېښوونکې، پېچلې، کم ساري، ګڼ اړخيزه، رياضياتي، او هنري ځانګړنې ولري، او په جلا جلا ساحو پورې د تړاو درلودونکې وي.
- ورپسې، د هرې منظم شکلونه لپاره، زده کوونکي بايد چمتو کړي:
  - a. پخپله د منظم شکلونه په هکله يوه لنډه شرحه: د دې مهمې ځانګړنې – (رنګونه، شکل، وختونه او نور) څه دي، چېرته دا مخې ته راځي، تاسو دا چېرته پيدا کړه، دا تاسو ته څه شی در په زړه کوي، او نور.
  - b. يوه لنډه شرحه چې ولې هغوی ته دا منظمه نمونه په کافي اندازه قناعت بخښونکې برېښي چې په خپل کوليکسون کې يې شامل کړې دی.
  - c. د يوې منظم شکلونه يوه بصري انځورنه، نمونه، يا نقشه. د دې لپاره، هغوی پنسل، رنګونه کارولای شي، يا کوچنۍ تيږې، دانې، ډکې، هر شی چې دوی يې موندلای شي، هم کارولای شي.
  - d. يو نوم، داسې نوم چې د هغوی په اند په مناسبه توګه تشريح کوونکی دی.

زده کوونکو ته ووایاست چې ټول منظم شکلونه په مستقيم ډول د مشاهده کېدو وړ نه وي. د بېلګې په ډول، مونږ په سملاسي يا فوري توګه د يوې مېوې په پرې کولو سره د مېوې منظم شکل کتلای شو، خو، مونږ ورځ او شپه په اوږده موده کې مشاهده کولای شو. مونږ په خپلو احساساتو او فکرونو کې منظمې نمونې نه شو ليدلای، خو په جلا طريقو سره يې تجربه کولای شو. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې دا ډول منظمه نمونه پيدا او په بصري توګه د ښودلو هڅه دې وکړي.

۱۵ دقیقې

4. زده کوونکي باید بیا خپله ټولګه/کلیکسیون خپلو ملګرو ته وښيي او د دغو انګېزه ورکوونکو پوښتنو په کارولو سره د یوه بل په کار باندې تبصره وکړي:

- **وضاحت:** آیا داسې د زده کوونکو له خوا داسې کومې مفکورې شته دی چې باید یو څه نور واضح یا تشریح کړل شي.
- **تړاو:** آیا تاسو له منظمو شکلونو یا مفکورو سره، چې زده کوونکو شریک کړي، تړاو په ګوته کولای شئ؟ تشریح کړئ چې تړاو څه شی دی؟ د بېلګې په ډول، منظم شکلونه ښايي تاسو ته داسې یو ځای در په یاد کړي چې تاسو ورغلي یاست یا ستاسو تجربه ښايي د زده کوونکو له خوا په ګوته شوي سیستم له برخو څخه یوې برخې سره تړاو ولري.
- **نوې مفکورې:** آیا د زده کوونکو له خوا د منظمو شکلونو ترسره شوې ښننه د منظمو شکلونو په هکله ستاسو تفکر ته پراختیا ورکوي یا تاسو ته یوه شي په هکله یو نوی لید درکوي؟ که همداسې وي، شریک کړئ چې څنګه.

دویمه ورځ

منظم شکلونه هر لوري ته

۱۰ دقیقې

زده کوونکي نمونې په معمولونو، مسیرونو، او حرکتونو کې لټوي او دغه نمونې په بېلا بېلو طریقو سره ننداري ته وړاندې کوي.

1. تکرار کړئ چې نمونې څه شی دی او له زده کوونکو څخه د نمونو د یو څو بېلګو د وړاندې کولو غوښتنه وکړئ.
2. زده کوونکي اوس د بېلګو جوړولو لپاره غږ کاروي.

- لاندینی کنجي په تخته باندې ولیکئ.

د	ج	ب	أ
خپل ورنونه ټپول	*پښې په زوره په ځمکه وهل*	*چکچکې وهل*	*ګوتې خپلوکې وهل تر څو ټکان وکړي*

۱۰ دقیقې

- زده کوونکي اوس ورکړل شوی تسلسل تعقیبوي تر څو د غږ منظمه نمونه جوړه کړي

أ د ب

ب ب ج ج أ أ

د ج ب أ

۱۵ دقیقې

2. زده کوونکي د ورته منظمو غږیزو نمونو منځته راوړلو لپاره خپل کوډونه/شفرونه جوړوي. که ممکن وي، زده کوونکي په ګروپ کې په نوبت سره فعالیت ترسره کوي او د یوه بل منظم شکلونه اجرا کوي، یا د یوې سیالۍ په څېر د نورو د ننګولو لپاره خپل منظم شکلونه جوړوي.

۱۰ دقیقې

3. زده کونکي د خپلې خوښې سندرې په اړه فکر کوي او د سازونو منظمه نمونه په ګوته کوي. هغوی وهڅوئ چې د سازونو لپاره هم کوډ جوړ کړي!

فعالیت

۱۰ دقیقې

زده کوونکي د ریاضي د جلا جلا قواعدو په استفادې سره منظم شکلونه بشپړوي او حل کوي.

- لاندیني متنونه په یوه تخته ولیکئ او زده کوونکي د منظمو شکلونو بشپړولو ته وهڅوئ:

۲ ۴ ۴ ۵ ۲ ۴ ۴ ۵ ________، ________، ________، ________

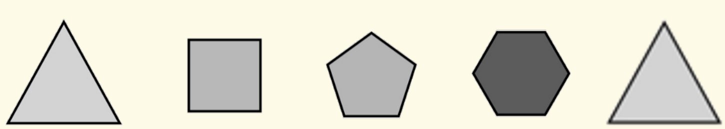
L Z K L Z K L Z K ________، ________، ________

A D S S A D S S ________، ________، ________، ________

۶ ۱۲ ۱۸ ۲۴ ۳۰ ۳۶ ________، ________، ________، ________

۲ ۱۲ ۴۸ ۱۹۲ ________، ________

۱۲۵، ۱۲۰، ۱۱۵، ۱۱۰ ________، ________

 ________ ________

- ورپسې، زده کوونکي باید د ریاضي د جلا جلا قواعدو د ترکیبونو په کارولو سره د عددونو خپل ۳ منظم شکلونه جوړ کړي (په ۲ سره ضربول، ۵ منفي کول او داسې نور)
- هغوی بیا کولای شي له خپلو ملګرو څخه غوښتنه وکړي چې منظمه نمونه بشپړه کړي.

منظم شکلونه هر لوري ته

۵ دقیقې

زده کوونکي د هنر یا رسامۍ له لارې د منظمو شکلونو د استعمال څرنګوالی زده کوي.

1. زده کوونکو ته د یوې رسامۍ انځور، چې پکې پوائنتلیسم (pointillism) کارول شوي وي، وښایاست. انځور په بل مخ کې ورکړل شوی دی. تاسو کولای شئ انځور د ښودلو لپاره په ټولګي کې هم وکرځوئ.

له هغوی څخه غوښتنه وکړئ چې لاندیني شیانو باندې بحث وکړي.

- تاسو څه شی وینئ؟
- تاسو د رسامۍ په سبک کې څه شی مشاهده کوئ؟
- تاسو په رسامۍ کې شیان څنګه پېژنئ؟

۵ دقیقې

2. تشریح کړ چې په لید کې د منظمو شکلونو په ګوته کول شامل دي، لکه ګڼ شمېر پېکسلونه (pixels) چې یو انځور جوړوي. پېکسلونه (pixels) د یوې پردې/سکرین یا انځور تر ټولو کوچنۍ برخه ده.

- کله چې مونږ یو انځور رانږدې (zoom in) کړو، مونږ کوچنۍ نقطې/ټکي لیدلای شو چې انځور تشکیلوي. دا کوچني ټکي پېکسلونه (Pixels) نومېږي.
- انځورګران (رسم کښونکي) د پوائنټیلسم (pointillism) په نوم یو تخنیک کاروي، چېرته چې د یوه انځور د جوړولو لپاره نقطې/ټکي په منظمو شکلونو کې کارول کېږي.

۱۵ دقیقې

3. زده کوونکي باید اوس له پوائنټیلسم (pointillism) څخه په ګټه اخیستلو سره خپل انځور جوړ کړي. دوی باید:

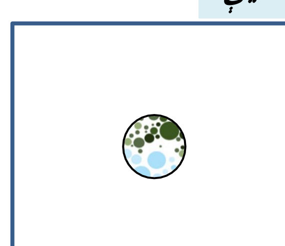
- هر انځور یې چې خوښ وي، رسم دې کړي.
- د هر شي لپاره رنګ مخکې له مخکې خوښ کړئ. د رنګ د اچولو لپاره د نرۍ څوکې کوم شی (لکه کوچنۍ ډکې، د پنسل شا، په غوږ نو کې د غږ اوریدلو لپاره ایښودل کېدونکې وسیله (earbud) او نور) یا خپلې ګوتې وکاروئ.
- ډاډ ترلاسه کړئ چې د بل فعالیت لپاره زده کوونکي خپلو کې د یو او بل رسمونه و نه ګوري.

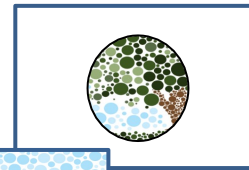
> تاسو له مصالحو (مسالو) او د کور د نورو توکو (لکه د کورکمن پوډر د ژېړ رنګ لپاره) څخه په ګټه اخیستلو سره خپل رنګونه جوړولای شئ.

۱۵ دقیقې

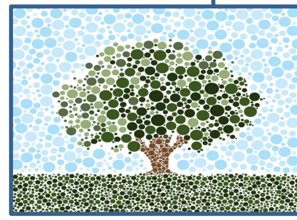
4. زده کوونکي بیا یو فعالیت اجراء کوي تر څو د نېږدې کولو او تجرید مفکوره زده کړي. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې:

- په یو کاغذ کې یو نرۍ سوری وکړي او دا کاغذ د خپل رسم د پاسه کېږدي.
- د هغوی له ملګري څخه پوښتنه وکړئ: تاسو څه وینئ یا مشاهده کوئ؟ د هغه څه پر بنسټ چې تاسو یې وینئ یا مشاهده کوئ، دا رسم د څه په اړه دی؟





- د کاغذ همدغه مخ وکاروئ، خو دغه سوری یو څه پراخه کړئ. پوښتنه وکړئ: تاسو کوم نوي شیان وینئ یا احساسوئ؟ دا څنګه ستاسو ابتدایي نظریه چې رسم یا انځور څه شی و، بدلوي؟



- په پای کې، له کاغذ پرته، پوښتنه وکړئ: آیا د بشپړ رسم/انځور په اړه ستاسو تفسیر سم و؟

۵ دقیقې

6. د "لېرې کولو "Zooming Out" دا پروسه "تجرید / Abstraction" نومېږي او منظم شکلونه له مونږ سره په دا کار ترسره کولو کې مرسته کوي.

- تجرید د یو شي په اړه د یوې عمومي نظریې یا انځور د تشکیل په موخه د جزئیاتو د پټولو یا له پامه غورځولو څخه عبارت دی.
- د بېلګې په ډول، کله چې یو څوک ډېره خوږه (شیریني) خوري، مونږ د تجرید پروسه عملي کولای او ویلای شو چې هغوی به د وخت په تېرېدو سره د غاښونو ستونزو سره مخ کېږي.
- منظم شکلونه مونږ سره له جزئیاتو څخه د واټن اخیستلو کې مرسته کوي تر څو پوه شو چې څه شی تکرارېږي او په کوم شکل؟ له منظمو شکلونو پرته، مونږ به و نه توانېږو چې پوه شو مونږ خپل شاوخوا څه شی ګورو!

7. له زده کوونکو سره بحث وکړئ:

- ستاسو په اند مونږ له منظمو شکلونو سره، کله چې مونږ په دې طریقې سره هغوی درک کړو، څه قسم کارونه ترسره کولای شو؟ (لکه د هوا د حالاتو ریوټ ورکول، ورزشي/سپورتي وړاندوینې، اقتصادي تمایلونه، او داسې نور.)

۵ دقیقې

- یو څو دقیقې فکر وکړئ، او خپلې مفکورې ولیکئ؟
- بیا، خپلې مفکورې له صنف سره شریکې کړئ.

د ذهني چمتووالي تمرین

۱۰ دقیقې

زده کوونکي په وریځو کې د منظمو شکلونو په مشاهده کولو سره د ذهني چمتووالي تمرین کوي.

- زده کوونکي باید هغه بدلونونه مشاهده کړي چې هغوی یې په آسمان کې ویني.
- هغوی پاس آسمان ته ګوري او د وریځو، چې دوی یې ویني، ډول ډول شکلونه رسموي.
- هغوی دا هم یادونه کولای شي چې آیا د وریځې شکل د هغوی شاوخوا کوم شي، لکه یو حیوان، شخص، یا څیز، سره مشابهت خو به نه لري.

منظم شکلونه هر لوري ته

زده کوونکي رياضيکي منظم شکلونه او تسلسلونه څېړي.

زده کوونکو ته تکراراً وواياست چې منظم شکلونه په رياضي کې شتون لري. هغوی ډول قاعدې، لکه جمعه کول، منفي کول، ضرب کول، يا تقسيمول، يا د دغو قواعدو يو ترکيب کارولای شي.

۱۰ دقيقې

1. زده کوونکي لاندينی منظم شکلونه بشپړوي.

۱ ۳ ۵ ۷ ۷ ۹ ۱۱ ۱۳ ________، ________، ________، ________
۶ ۱۲ ۱۸ ۲۴ ۳۰ ۳۶ ________، ________، ________، ________
۱ ۴ ۱۰ ۲۲ ۴۶ ۹۴ ________، ________، ________، ________

2.زده کوونکي بيا د منظمو شکلونو د بشپړولو لپاره په ګوته کړې قاعده شريکوي.

۱۵ دقيقې

3. زده کوونکي بايد بيا د خپلې خوښې ۵ منظمو شکلونو يا تسلسلونو جوړولو لپاره کار وکړي او د حل کولو لپاره يې بايد له خپلو ملګرو سره شريکې کړي.

زده کوونکي وهڅوئ چې د عملياتو يو ترکيب وکاروي، د بېلګې په ډول، ’راتلونکی عدد د تېر عدد د ۳ چنده او منفي ۱ سره برابر دی،‘ چې په دې صورت کې تسلسل به داسې وي، ’۱، ۲، ۵، ۱۴...‘.

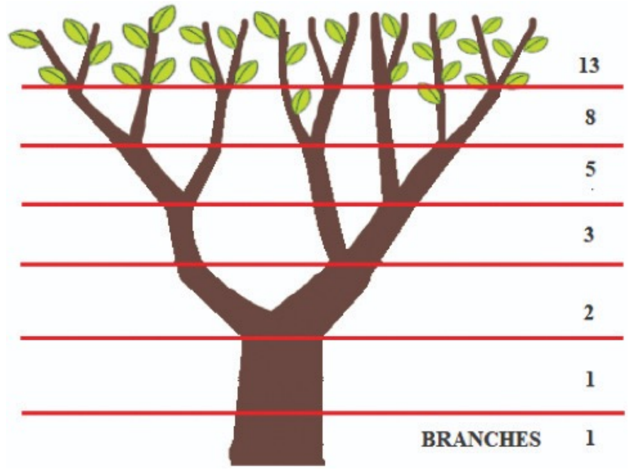
۱۰ دقيقې

4.دا تسلسل له زده کوونکو سره شريک کړئ او له هغوی څخه پوښتنه وکړئ چې هغه قاعده چې دلته عملي کېږي، په ګوته کړي او په دې کې د راتلونکي درې عددونو په اړه وړاندوينه وکړي.

۰، ۱، ۱، ۲، ۳، ۵، ۸، ۱۳، ___، ___، ___...

ځواب په ډېرې آسانۍ سره مه ښکاره کوئ. پرېږدئ چې زده کوونکي له عددونو سره تجربې وکړي او پخپله د قاعدې د موندلو هڅه وکړي!

- دا تسلسل د فائبوناشي (Fibonacci)تسلسل نومېږي. په دې تسلسل کې، هر عدد تر دې وړاندې دوه عددونو مجموعه ده.
- دا تسلسل په طبيعت کې په منظمو شکلونو کې ليدل کېږي، لکه د ونو څانګې.



۱۰ دقیقې

5. یو مشابه انځور رسم/ښکاره کړئ.
زده کوونکي دې په جوړه یې شکل کار وکړي تر څو وګوري چې آیا هغوی کولای شي د ونې څانګو کې د فائبوناشي تسلسل په ګوته کړي.

په یوه ګل کې د ګلپاڼو تعداد هم په منظم ډول د فائبوناشي (Fibonacci) تسلسل عملي کوي. په مشهورو بېلګو کې د سوسن ګل (lily)، چې ۳ ګلپاڼې لري، لاله/ژیړګلک (buttercups)، چې ۵ ګلپاڼې لري، کاسني ګل (chicory) ۲۱ ګلپاڼې لري، داوودي ګل (daisy) ۳۴، ګلپاڼې لري او داسې نور، شامل دي. (که ممکن و، د دې ګلونو عکسونه ښکاره کړئ)

1 Petal

3 Petals

5 Petals

8 Petals

13 Petals

۱۵ دقیقې

7. که ممکن وي، زده کوونکي کولای شي بیرون ووځي او د داسې ګلونو، قیف ډوله شکلونو (cones)، ونو، سرخسونو (ferns)، کونجکو یا شیانو پیدا کولو هڅه دې وکړي چې د فائبوناشي تسلسل پکې رعایت شوی وي.

پنځمه ورځ

منظم شکلونه هر لوري ته

زده کوونکي د تعقیب د وسیلې پر بنسټ په خپلو کړنو کې منظم شکلونه په ګوته کوي.

۱۰ دقیقې

1. له زده کوونکو سره بحث وکړئ: که تاسو آسمان په خړو وریځو پوښل شوی وګورئ، آیا تاسو کولای شئ چې وړاندوینه وکړئ چې راتلونکي کې به څه وشي؟

- که مونږ پوه یو چې دوه شیان پخوا سره یوځای پېښ شوي وي، مونږ شايي دا وړاندوینه وکړو چې په راتلونکي کې به څه وشي. دا تګلاره د ودانیزو چارو، ډیزاین، ریاضي، او ساینس په ګډون نږدې د هر مسلک بنسټ جوړوي.
- خو، تر ټولو مهم یې دا دی چې دا پوهه درلودل، چې په یوه وضعیت کې د څه شي د پېښېدو امکان شتون لري، شايي تاسو ته د هغه شي په پرتله چې تاسو پخوا لیدلي، د یوې جلا پایلې ته د رسېدو فرصت درکړي.

زده کوونکي د وړاندوینو دوه نوري بېلګې، چې هغوی یې د مشاهده کړو منظمو شکلونو پر بنسټ اټکلولای شي، راوړي.

۱۰ دقیقې

2. زده کوونکي په کړنو باندې، چې هغوی یې له یوې اونۍ راهیسې څارنه ترسره کړې ده، نظر اچوي او ۳ منظم شکلونه، چې هغوی یې مشاهده کوي، لیکي، چې بېلګه یې دا ده:

کله چې زه، __________ نو بیا __________ پېښیږي.

- د بېلګې په ډول، "کله چې زه ښه خوب و نه کړم، نو بیا زه ډېر ژر غوسه کېږم." یا "کله چې زه سالم سباناری (ناشته) وخورم، زه ټوله ورځ ځان ډېر تازه احساسوم."

۱۰ دقیقې

3. زده کوونکي باید په یوه ګروپ کې په لاندینیو موضوعګانو باندې نظرونه څرګند کړي:
   - آیا "ښه" یا "بد" منظم شکلونه شتون لري؟
   - واټن اخیستل/لېرې کېدل: په یوه میاشت یا یو کال کې، دا منظم شکلونه ستاسو په ژوند څرنګه تاثیر کوي؟
   - په منظمو شکلونو کې بدلون راوستل کېدای شي. تاسو څنګه کولای شئ ځینې منظم شکلونه ماتې یا پیاوړې کړئ؟

۲۰ دقیقې

4. زده کوونکي باید یو پوسټر جوړ کړي چې پخپله همدوی لره د دوی په ژوند کې د منظمو شکلونو د ماتېدو/پیاوړتیا څرنګوالی وریادوي.

۱۰ دقیقې

5. زده کوونکي خپلې پوسټرې د نظرونو شریکولو لپاره خپلو ملګرو سره شریکوي او په خپلو پوسټرونو کې هغه مشابهتونه او توپیرونه چې دوی یې ویني، تر بحث لاندې نیسي.

خلورمه پروژه

زما د لید کتاب
Vision Book))

education above all
التعليم فوق الجميع

شرحه	زده کوونکي به د خپل ارمان پوره کولو لپاره موخې ټاکي او پلانونه طرحه کوي.
اړین توکي	قلم، کاغذ، رنګونه، نقاله/زاویه موندونکې وسیله
زده کړه ییزې لاسته راوړنې	**د لیک او لوست کلیدي لاسته راوړنې:** • له شواهدو سره د کردار اوصاف په ګوته کول • د وین ډیاګرامونو (Venn diagrams) په کارولو سره ورته والی او توپیرونه ملاحظه کول • د تسلسل، ورته والی پرتله کولو او د توپیرونو د مشاهده کولو لپاره انتقالي کلمې کارول **د عدد پېژندنې کلیدي لاسته راوړنې:** • ساده احتمال/شونتیا محاسبه کول • په یوه متغیر کې د خطي مساواتونو د حلولو تمرین کول **د ژوندانه مهارتونه:** • موخې ټاکل او پرمختګ څارل

د پروژې عمومي کتنه

1 خپل اتلان تعریفول او د خپلو اتلانو ځانګړنې د خپلو ځانګړنو د ورته والي او توپیرونو په پام کې نیولو سره پرتله کول او تحلیلول

2 خپل د لید کتاب جوړول او د خپلې تر ټولو غوره ورځې د ښودلو لپاره یو پای چارټ) pie chart(جوړول.

3 ځیرکې/سمارټ (SMART) موخې ټاکل او په یوه متغییر کې د خطي مساواتونو په کارولو سره د موخې اړونده ستونزې هوارول

4 د خپلو موخو د لاسته راوړلو لپاره اړین عادتونه په ګوته کول، د عادتونو څارونکي وسایل ترتیبول او د خپلو موخو د لاسته راوړلو لپاره احتمال محاسبه کول.

5 د ننګونو لپاره پلان جوړول، خپل ځان لپاره انګېزه بخښونکې ویناګانې انتخابول، د احتمال د محاسبه کولو لپاره د ریاضي لوبه کول.

زما د لید کتاب

۱۰ دقیقې

له زده کوونکو سره په **لاربښودونکو پوښتنو** باندې بحث وکړئ:

زده ښځکه کولای شم د خپل ژوند موخې وټاکم او د ترلاسه کولو لپاره يې کار وکړم؟

په بحث کې د مرستې لپاره لاندینۍ پوښتنې وکړئ:

- موخې څه شی دی؟
- آیا تاسو کومې موخې لرئ؟
- تاسو ښځکه ځارنه کولای شئ چې آیا تاسو د خپلو موخو پر لور پرمختګ کوئ او که څنګه؟
- خپلو موخو ته د رسېدو لپاره تاسو له چا څخه انګېزه اخلئ؟

۱۰ دقیقې

1. له زده کوونکو څخه غوښتنه وکړئ چې د هغه خلکو په باره کې فکر وکړي چې دوی ته انګېزه وربخښي یا دوی د چا په څېر جوړېدل غواړي؟

- دوی باید ارومرو د ۴ دا ډول اتلانو، چې دوی يې په څېر د جوړېدو ارمان لري، (۲ مېرمنې او ۲ سړي) یادونه وکړي، چې متفاوت کارونه ترسره کوي (کور جوړوونکي، مسلکي شخصیتونه او نور).
- دوی باید خپل اتلان رسم کړي او نومونه يې ولیکي.
- د هر اتل لپاره، دوی باید له ۳ تر ۴ شخصیتي اوصاف، چې دوی يې د اتلانو په باره کې د ستایلو وړ بولي، ولیکي. د بېلګې په ډول، تخلیقي، زړه سواند، وفادار، ریښتنی، متواضع، د نظم (ډسپلین) څښتن او نور.
- د یو حالت یوه بېلګه وړاندې کړئ چېرته چې هغوی یو ځانګړی وصف څرګند کړی و.

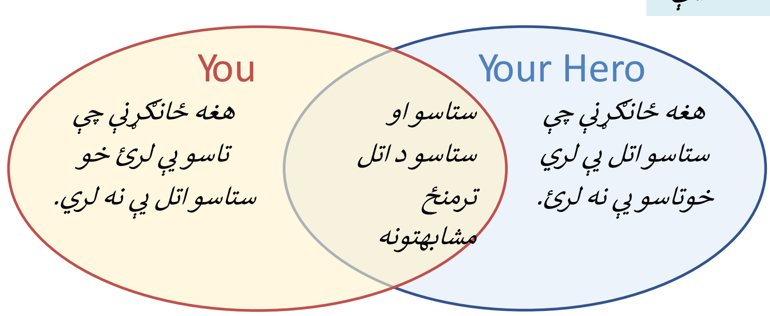
۵ دقیقې

2. زده کوونکي باید خپل اتلان یو ملګري ته وښيي او په خپل پرېزنټېشن کې لاندیني موارد شامل کړي:

- تاسو ولې هغوی اتلان بولئ؟
- تاسو د هغوی د ژوندانه د کومې ځانګړنې یا اړخ د درلودلو ارمانجن یاست؟
- دا تاسو لپاره ولې ارزښتناکه ده؟
- هغه کومې ۲ طریقې دي چې په مرسته يې تاسو تر ډېره بریده د خپل اتل په څېر جوړېدلای شئ؟

۱۰ دقیقې

3. زده کوونکي به اوس د خپلو اتلانو له اوصافو سره د خپلو اوصافو د پرتله کولو او د توپیرونو تحلیلولو لپاره د وین ډیاګرام، لکه څرنګه چې دلته ښودل شوی، وکاروي.



که اړتیا وه، د خپلې یوې بېلګې په کارولو سره د وېن ډیاګرام د کارولو څرنګوالی په عملي توګه وښایاست.

۱۰ دقیقې 5. مخکې له دې چې زده کوونکي خپل وېن ډیاګرامونه تشریح کړي، هغوی ته د انتقال/لېږد کلمې تشریح کړئ. دا کلمې ښکاره کړئ او له هغوی سره وربانديې بحث وکړئ:

پرتلنه	د توپیر تحلیل	تسلسل
دواړه	که څه هم	لومړی
او همدا ډول	په داسې حال کې	بل
همدارنګه	اما	بیا
ورته	متفاوت/غیرمحتمل	سربېره پر دې
په څېر	خو	وروستی

- ستاسو په اند د انتقال کلمو دنده څه ده؟
- آیا تاسو داسې یو وضعیت منځته راوړلای شئ چې تاسو پکې د انتقال کلمو استعمال ته اړتیا شئ؟

۵ دقیقې 6. زده کوونکي د خپل اتل د اوصافو د پرتله کولو او د تحلیلولو لپاره یو پاراګراف لیکي. هغوی باید لږ تر لږه ۵ انتقالي کلمې وکاروي.

۵ دقیقې 7. زده کوونکي خپل پاراګرافونه خپل ملګري ته په لوړ غږ وايي او د لاندینیو موضوعګانو په اړه نظرونه شریکوي:

- په پاراګراف کې د هغوی څه شی خوښ شو؟
- د هغوی له خوا د انتقال کلمو استعمال.

په شفاهي بڼه وړاندې کولو سربېره، زده کوونکي کولای شي د خپل وین ډیاګرام پر بنسټ یو لنډه پرتلیزه او تحلیلي لیکنه هم ولیکي.

۵ دقیقې 7. تشریح کړئ چې د خپلو اتلانو په څېر د جوړېدو لپاره یا د خپل کوم ارمان د پوره کولو لپاره، مهمه ده چې یو لید ولرئ او د دې لپاره موخې وټاکئ.

په دې پروژه کې، مونږ به یو د لید کتاب، چې ستاسو اوږدمهاله موخې، ارمانونه او عملي پلان انځوروي، جوړوو تر څو هغه ژوند لاسته راوړئ چې تاسو يې غوښتونکي یاست.

زما د لید کتاب

زده کوونکي د ځانونو لپاره یو لید تاکي او د خپلې تر ټولو غوره ورځې د ځرګندولو لپاره یو رسم/انځور جوړوي.

۵ دقیقې

1. له زده کوونکو سره بحث وکړئ:
   - لید څه ته وایي؟
   - آیا اړینه ده چې خپل ژوند له خپل لید سره په همغږۍ کې پلان کړئ؟ ولې/ولې نه؟

۲۵ دقیقې

2. زده کوونکي به د لید یو کتاب ترتیب کړي. دا به داسې یو کتاب وي چې د هغوی اوږدمهاله موخې، هیلې او د عمل پلان انځوروي تر څو هغه ژوند خپل کړي چې دوی یې غواړي.
   - له یو ملګري سره، زده کوونکي لاندینیو پوښتنو باندې بحث کوي او د خپل لید کتاب په جلا جلا پاڼو باندې خپل ځبرګونونه لیکي. هغوی رسمونه، انځورونه او داسې نور هم اضافه کولای شي.

زما شخصي لید

1. درې فعالیتونه چې تاسو یې ترسره کول خوښوئ، ولیکئ په داسې حال کې چې تاسو ټول عمر یې ترسره کولو ته ادامه ورکول غواړئ. لاملونه یې هم ولیکئ.
2. په تفصیل سره دوه ځایونه، چېرته چې تاسو ځان خوندي، خوښ، او ارام احساسوئ، تشریح کړئ. تاسو په خپل ژوند کې څنګه کولای شئ دغه ځایونو ته لاسرسی پیدا کړئ؟
3. ستاسو د خوبونو دنده یا مسلک کوم یو دی؟
4. تاسو څه ډول کورنۍ ژوند درلودل غواړئ؟
5. هغه کوم ۳ ارزښتونه دي چې تاسو یې په رڼا کې ژوند تېرول غواړئ؟
6. که کوم ځای ته د سفر فرصت په لاس درغلو، چېرته ته به ولاړ شئ؟
7. تاسو څه ډول ملګري درلودل غواړئ؟
8. تاسو څه شی کول غواړئ چې تر اوسه مو کړي نه دي؟
9. تاسو په دې نړۍ کې څه ډول توپیر راوستل غواړئ؟
10. ځینې کوم مهارتونه یا عادتونه دي چې تاسو یې پیاوړي کول غواړئ؟

فعالیت

زده کوونکي د خپلې غوره ورځې د ځرګندولو لپاره یو چارټ جوړوي.

۳۰ دقیقې

- زده کوونکي باید خپلې سترګې پټې کړي او د خپلې تر ټولو غوره ورځې په اړه، چېرته چې دوی سوکاله او سالم ژوند تېروي، تصور وکړي؛ یعنې سهار له خوبه راپاڅېدو څخه نیولې د ویده کېدو تر وخته پورې.

- زده کوونکي بیا د دغه پړاوونو په عملي کولو سره د خپلې غوره ورځې د ځرګندولو لپاره چارټ جوړوي:

1. د خپلې غوره ورځې د ځرګندولو لپاره په یو کاغذ باندې یوه لویه دایره رسمه کړئ.
2. دا دایره په ۲۴ مساوي برخو وویشئ او پکې له ۱ – ۲۴ پورې عددونه ولیکئ تر څو د د ورځې د ۲۴ ساعتونو ښکارندويي وکړي.
3. په شپه کې د خوب د مودې او وخت څخه په پیلولو سره، دا ښودلو لپاره برخې رنګ کړئ چې تاسو به په هر فعالیت څو ساعتونه لګوئ.
4. په ترتیب او تسلسل سره له نورو فعالیتونو سره د خپلې کاملې ورځې د دایرې ډکولو ته ادامه ورکړئ!

بېلګه

- تاسو خپله دایره کې رسمونه هم اچولای شئ!
- که اړتیا وه، تاسو رنګونه او سمبولونه هم کارولای او د بېلا بېلو فعالیتونو د نومولو لپاره یوه کنجي هم چمتو کولای شئ.

- زده کوونکي خپله غوره ورځ خپلو ملګرو ته ښودلای او په ۲۴-ساعته بڼه د هر فعالیت وخت ځرګندولای شي.

زده کوونکي به نظرونه شریک کړي:

- د ورځنې فعالیتونو څومره برخه تاسو مخکې له مخکې د ترسره کولو په حال کې یاست؟
- تاسو کوم فعالیتونو ته سبرګال پراختیا ورکول غواړئ؟
- تاسو څنګه باوري کولای شئ چې تاسو دا کار ترسره کول پیل کړی دی؟ تاسو به کوم ګامونه پورته کوئ؟

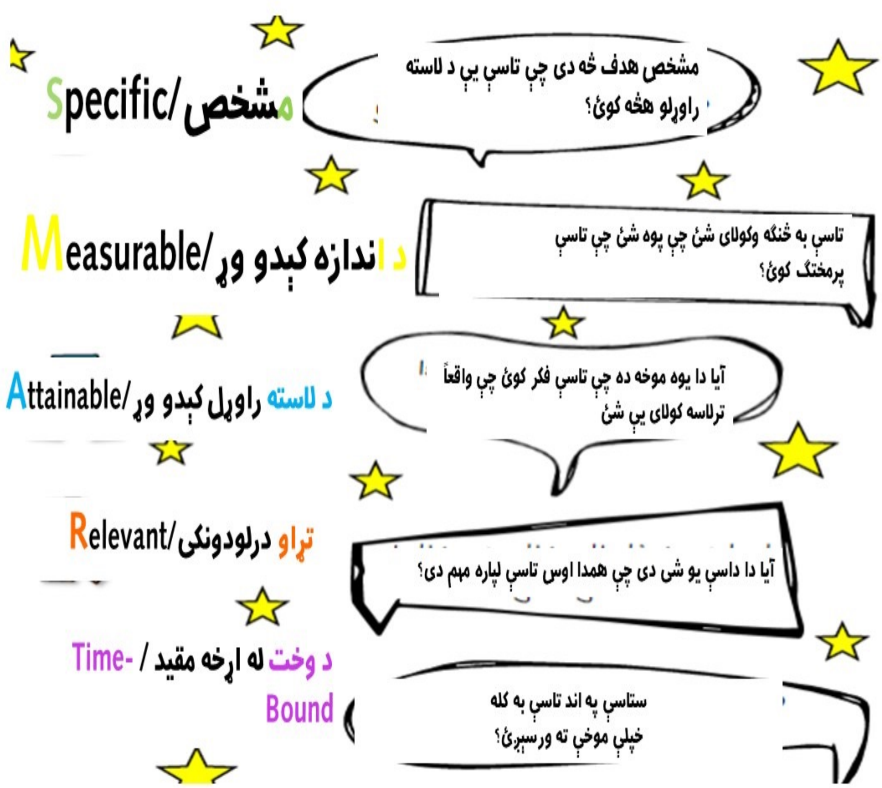
زده کوونکي د خپل لید لپاره ځيرکې/سمارټ (SMART) موخې ټاکي.

١٠ دقيقې

1. زده کوونکي په جوړه يي شکل بحث کوي تر څو پرېکړه وکړي چې لاندينيو څخه کومې موخې غوره دي او ولې:
   - لومړۍ موخه: زه به يو ښه ولسي ويناوال جوړېږم.
   - دويمه موخه: زه به په عامه محضر کې د وينا کولو تمرين کوم.
   - دريمه موخه: زه به د هېنداري او د خپلې کورنۍ پر وړاندې په تمرين کولو سره په يوه مياشت کې يو ډاډمن ولسي ويناوال جوړېږم.

١٠ دقيقې

2. زده کوونکو ته د سمارټ (SMART) موخو مفهوم تشريح کړئ.



- له هغوی څخه په دې خبره د بحث کولو غوښتنه وکړئ چې د موخو ځير/سمارټ (SMART) کېدل ولې اړين دي؟

۱۵ دقیقې

3. زده کوونکي د لید پر بنسټ چې دوی د خپل ځان لپاره ټېره ورځ وټاکه، باید ۳ سمارټ (SMART) موخې چمتو کړي.

۵ دقیقې

4. زده کوونکي خپلې موخې له یو ملګري سره شریکوي او له دې جدول څخه په ګټه اخیستلو سره د خپلو ملګرو موخو ته نومرې ورکوي:

موخه	مشخص	د اندازه کېدو وړ (۲ نومرې)	د لاسته راوړل کېدو وړ (۳ نومرې)	تړاو درلودونکې (۵ نومرې)	د وخت له اړخه مقید (۲ نومرې)	جمله (له ۱۵ څخه) (۳ نومرې)
لومړۍ موخه						
دویمه موخه						
درېیمه موخه						

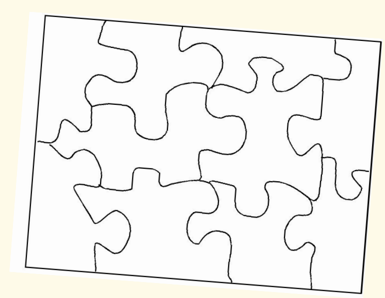
فعالیت

۲۰ دقیقې

زده کوونکي د یوه بوختوونکي معما له لارې خپله موخه وړاندې کوي.

لاندینۍ لارښوونې له زده کوونکو سره شریکې کړئ:

1. کله چې یو رسم پوره شو، پاڼه واړوئ او د یو تشې جګسا یا انځوریزه معما (Jigsaw) ټوټې رسمې کړئ. تاسو د خپلې خوښې سره سم دا آسانه یا سختولای شئ!
2. بیا د معما ټوټې له کاغذ څخه پرې کړئ.
3. خپلې د معما ټوټې یو ملګري ته ورکړئ او خپلو کې د معما د ټولو ټوټو د یوځای کولو هڅه وکړئ!
4. د خپلې موخې چې تاسو یې سرکال لاسته راوړل غواړئ، یو انځور رسم کړئ.
5. د خپل ملګري د موخې په اړه د اټکل کولو هڅه وکړئ چې د څه شي په هکله به وي!



زده کوونکي به له خپلو ملګرو سره خپل نظرونه شریکوي:

تاسو په خپله معما کې کومه موخه رسمه کړه؟ دا موخه تا لپاره ولې ارزښت لرونکې ده؟

زده کوونکي د تلقین لپاره عادتونه غوره کوي، د عادتونو څارلو وسیله منځته راوړي او د خپلو موخو د لاسته راوړلو لپاره د خپل احتمال محاسبه کوي.

۱۵ دقیقې

1. زده کوونکي دوه ساده عادتونه لیکي چې هغوی ورته د ۳ موخو د لاسته راوړلو لپاره چې د ځانونو لپاره یې ټاکلي دي، تلقین لپاره اړتیا لري. د بېلګې په ډول:

> **موخه:** زه به د هېنداري او د خپلې کوټې پر وړاندې په تمرین کولو سره په یوه میاشت کې یو ډاډمن ولسي ویناوال جوړېږم.

عادتونه:

- هره ورځ د هېنداري یا د کوټې د یوه غړي پر وړاندې د ۱ دقیقې لپاره د خبرو کولو تمرین کول.
- هره ورځ د ۲ نویو کلمو معنا او د صحیح ګرامري نښو کارول زده کول.

۱۰ دقیقې

2. زده کوونکو چې څه لیکلي، هغه خپلو ملګرو ته ښيي، د دې لپاره چې دا واقعیتبینانه او د لاسته راوړلو وړ وګرځي، له هغوی څخه نظرونه راټولوي. کله چې دا کار سر ته ورسېد، هغوی کولای شي دا عادتونه خپل د لید کتاب په اړونده پاڼو کې ثبت کړي.

فعالیت

۴۰ دقیقې

زده کوونکي د عادتونو د څارلو یوه وسیله جوړوي او په بېلا بېلو موضوعګانو کې د خپلو موخو د لاسته راوړلو احتمال/شونتیا محاسبه کوي.

زده کوونکي د لاندې ورکړې چوکاټ په څېر د عادتونو د څار اونیزه وسیله جوړوي او ۶ عادتونه پکې لیکي.

عادت	لومړی ورځ	دویمه ورځ	دریمه ورځ	څلورمه ورځ	پنځمه ورځ	شپږمه ورځ	اومه ورځ

- زده کوونکي د څار وسیلې له خپلو ملګرو سره شریکوي.
- په راتلونکې اونۍ کې د هر عادت او هرې ورځې لپاره، ملګري باید د صحیح (✓) نښه اضافه کړي که د دې موخې لاسته راوړل د هغوی ملګرو لپاره ممکن وي او یا د چلیپا (✗) نښه دې واچوي چې دوی فکر کوي، د دې موخې لاسته راوړلو احتمال نشته دی. (دا چاره په دې اړه د هغوی د وړاندوینې پر بنسټ ده چې آیا هغوی خپل ملګري مشاهده کوي چې دوی د خپلو موخو د لاسته راوړلو لپاره اړین عادتونه تعقیبوي.)

- د خپلو ملګرو د معلوماتو پر بنسټ، زده کوونکي باید خپل د دې اوني د موخو د لاسته راوړلو احتمال محاسبه کړي. همدارنګه، دوی باید سلنه هم محاسبه کړي.

$$\text{احتمال/شونتیا} = \frac{\text{د ✓نښو شمېر}}{\text{دټولو ورځو شمېر}} \qquad \text{سلنه} = \frac{\text{د ✓نښو شمېر}}{\text{دټولو ورځو شمېر}} \times ۱۰۰$$

که اړین و، زده کوونکو ته د احتمال/شونتیا مفهوم تشریح کړئ.
تشریح کړئ چې احتمال د صفر (۰) او ۱ ترمنځ راځي.
صفر (۰) په دې مانا دی چې کار به نه کېږي (هغوی به خپلې موخې ترلاسه نه کړي). ۱ په دې معنا دی چې کار به ترسره کېږي (هغوی به خپله موخه لاسته راوړي).
له دې کبله، ۱ ته نېږدې قیمت په دې مانا دی چې د هغوی د موخې د لاسته راوړلو احتمالات لوړ دي.

- زده کوونکي له خپل ملګري سره بحث کوي:
  - ستاسو ملګري ته ستاسو د نظرونو/معلوماتو تر شا منطق څه و؟
  - که دا منظمه نمونه ادامه ومومي، څه امکانات شتون لري چې تاسو به په ټاکلي مهالویش کې خپله موخه ترلاسه کړئ؟
  - آیا تاسو فکر کوئ چې د یوه فعالیت د ترسره کولو لپاره زمونږ تشویق وخت سره کمېږي؟
  - په دا رنګه حالتونو کې مونږ څه کولای شو چې هڅانده پاتې شو؟

پنځمه ورځ

زما د لید کتاب

زده کوونکي د ننګونو لپاره د چمتووالي په موخه له ووپ تخنیک (WOOP Technique) څخه ګټه اخلي.

۵ دقیقې

1. له زده کوونکو سره بحث وکړئ: کله چې تاسو د خپلو موخو د لاسته راوړلو هڅه کوئ، تاسو له څینو کومو ننګونو سره مخامخ کېدای شئ؟

۱۰ دقیقې

2. تشریح کړئ چې د یوې موخې د لاسته راوړلو پر لور د هڅو کولو پر مهال، مونږ ښايي له ننګونو سره مخ شو. مهمه ده چې پلان له وړاندې څخه ترتیب کړل شي تر څو مونږ چمتو اوسو. د هرې موخې لپاره، له **ووپ تخنیک / WOOP Technique** څخه ګټه اخیستلای شو تر څو په مسیر کې پاتې شو.

W WISH/غوښتنه	O OUTCOME/لاسته راوړنه	O OBSTACLE/خنډ یا ننګونه	P PLAN/پلان
تاسو کومه موخه لاسته راوړل غواړئ؟	*کله مو چې موخه لاسته راوړه، تاسو څنګه پوهېږئ؟*	*ستاسو اصلي ننګونې کومې دي؟*	*تاسو په ننګونو څنګه برلاسي کېدای شئ؟*

۱۵ دقیقې 3. زده کوونکي دې د هرې موخې لپاره دا پلان خپل د لید کتاب په اړونده پاڼو کې یاداښت کړي.

۵ دقیقې 4. زده کوونکي دې بیا لاندیني نقشونه ملګرو یا د کورنۍ غړو ته د اجراء کولو لپاره ورکړي تر څو ډاډ ترلاسه کړي چې هغوی هره ورځ ستاسو په موخو باندې کار کوي:

نوم	نقش	هغوی باید څه وکړي
	هڅوونکی	ځینې ورځې تاسو د نهیلۍ احساس کوئ، هغوی تاسو د خپلو موخو د ترلاسه کولو پر لور هڅوي.
	ننګوونکی	هغوی ستاسو پرمختګ څاري او تاسو مسئول بولي کله چې تاسو هیڅ اجراآت نه کوئ.
	نظرونه	هغوی په نویو طریقو سره ، چې په ترځ کې یې تاسو په خپلو هلو ځلو کې محکم او استواره پاتې کیږئ، ګډ مغزي کار ترسره کوي.

۵ دقیقې 5. زده کوونکي د پوښتې مخ ورزیاتوي او خپل د لید کتاب سینګاروي.

۱۰ دقیقې 6. زده کوونکي خپل د لید کتاب خپلو ملګرو ته ښیي او د لاندینیو موضوعګانو په اړه نظرونه ترلاسه کوي:

- هغه برخې چې په ښه توګه ترسره شوې.
- هغه شیان چې لا ښه کېدای شي، که وي.

۱۰ دقیقې 7. زده کوونکي د لاندې کارونو په ترسره کولو سره دا پروژه پای ته رسوي:

- د خپل ځان د راتلونکي یو انځور دې رسم کړي، دې کې دا جزئیات هم کېدای شي شامل اوسي چې هغوی چېرته دي، څه کوي، د هغوی لاسته راوړنې او داسې نور.
- دوه عادتونه غوره کړي چې هغوی یې تلقین ته اړتیا لري چې له دوی سره د خپل هدف په لاسته راوړلو کې مرسته کوي.

کله چې مونږ ځانونه کم انرژي احساس کړو ویناګانې مونږ ته مخ پر وړاندې د حرکت کولو انګېزه راکوي یا دا مونږ ته را په یادولای شي چې مونږ په لومړي سر کې ولې پیل وکړ. زده کوونکي د خپلې خوښې په وینا او هم په خپلو ویناګانو نظرونه شریکولای شي!