

بار تکالیف شبانه دانش آموزان روی دوش والدین

تکلیف شب درد سر ساز

یک مسئول: هیچ اجباری برای انجام تکالیف بیش از حد از طرف اداره آموزش و پرورش نیست. هیچ اجباری برای انجام تکالیف بیش از حد از طرف اداره آموزش و پرورش نیست. هیچ اجباری برای انجام تکالیف بیش از حد از طرف اداره آموزش و پرورش نیست.

در کنار خانواده سرگرم شود و حتی فرصت ویژه ای برای مطالعه کتاب های غیر درسی نیز داشته باشد. وی بیان می کند: هیچ اجباری برای انجام تکالیف بیش از حد از طرف اداره آموزش و پرورش نیست. هیچ اجباری برای انجام تکالیف بیش از حد از طرف اداره آموزش و پرورش نیست. هیچ اجباری برای انجام تکالیف بیش از حد از طرف اداره آموزش و پرورش نیست.

گذشته معلم ها این کارها را انجام می دادند این درحالی است که اکنون بیشتر کارها بر عهده خانواده ها گذاشته شده است. یکی دیگر از والدینی که از تکالیف اضافه ای که دانش آموزان باید در منزل انجام دهند ناراضی است، می گوید: کودکمان ونوجوانان با برنامه های سنگینی که معلم هایشان برای آنان تعیین می کنند دیگر فرصتی برای انجام فعالیت های تفریحی ندارند. در همین باره معاون پرورشی و تربیت بدنی اداره آموزش و پرورش بجنورد می گوید: این که دانش آموز بتواند همه کارهایش را در مدرسه انجام دهد یکی از هدف های ماست اما بعضی از اهداف آموزشی و تربیتی ما را بر این می دارد که آموزش منحصر به مدرسه نباشد.

«محمدرزاده» ادامه می دهد: شیوه ای که نظام آموزشی کنونی در پیش گرفته با آن چه در کشورهای دیگر اتفاق می افتد، بسیار فرق دارد. در کشورهای دیگر کارهای گروهی و مشارکتی در کلاس انجام می شود، بچه ها با هم کاردستی می سازند و تکالیف شان را انجام می دهند تا معنی کار گروهی را دریابند و در خانه به خواندن و مطالعه اذامی پردازند اما در کشور ما این گونه نیست. این شهروند می افزاید: فرزندم کلاس اول ابتدایی است و معلم او در همان ابتدا برای رنگ آمیزی موارد آموزشی تاکید داشت که مادرها این کار را انجام دهند و هر چقدر والدین خواستند که خود بچه ها را درگیر چنین کارهایی کنند تا آن ها روش صحیح رنگ آمیزی را بیاموزند، زیر بار نرفت. حتی برای آموزش حروف الفبا از مادرها درخواست می شد نقاشی هایی در رابطه با حروف جدید بکشند و رنگ آمیزی کنند تا بچه ها آن ها را در کلاس ارائه دهند. وی اضافه می کند: تا جایی که به خاطر دارم در



علی نیا

و از این وضعیت گلایه مند هستند. بسیاری از والدین می خواهند بدانند آیا این تکالیف طبق اهداف آموزشی به فرزندان آن ها ارائه می شود یا این که براساس سلیقه معلم است! درگیر شدن والدین و دانش آموزان با تکالیف شب در ایام تحصیلی بلیشویی در خانواده ها ایجاد کرده است. چند روز پیش وزیر آموزش و پرورش از طرح حذف تکالیف شب دانش آموزان در مقطع ابتدایی خبر داد. «بطحایی» گفت: «ما بیشتر والدین با تکالیف های زیاد دانش آموزان مخالف هستند و به جای فرزندشان ناچار می شوند تکالیف های او را انجام دهند

آشپزی



مرغ و سیب زمینی تنوری

■ مواد لازم: فلفل قرمز ۵ عدد، ران مرغ ۴ عدد، سیب زمینی ۲۵۰ گرم، زیره پودر شده یک قاشق چای خوری، سیر ۲ حبه، روغن زیتون ۲ قاشق سوپ خوری، فلفل قرمز یک قاشق چای خوری، برگ رزماری ۴ تا ۵ عدد، سیر ۲ حبه، فلفل سیاه یک دوم قاشق چای خوری، نمک. طرز تهیه: ران های مرغ را با سبب زمینی، نمک، فلفل سیاه، پودر فلفل قرمز و روغن زیتون با هم مخلوط می کنیم و یک ساعت در یخچال می گذاریم. زیره را تفت می دهیم. سیر ریز خردشده، روغن زیتون، نمک، فلفل سیاه، زیره تفت داده شده و پودر فلفل قرمز باقی مانده را با هم مخلوط می کنیم تا سس یک دستی حاصل شود. برگ رزماری، سیر پوست کنده حبه حبه شده و مقداری از سس را با هم مخلوط می کنیم. مخلوط سبب زمینی و ران های مرغ مزه دار شده را به مدت ۲۵ دقیقه در فر می گذاریم. مخلوط رزماری، حبه های سیر و سس را میان مواد می چینیم و دوباره در فر می گذاریم و سپس سرو می کنیم.

گیاهان دارویی



منبع اسیدهای چرب

«خرفه» ماده مغذی و گیاهی یک ساله است که از تخم و بخش هایی از ساقه تکثیر می شود. تخم های خرفه ۴۰ سال در خاک زنده می مانند. تحقیقات اخیر نشان داده است که خرفه منبع غنی از اسیدهای چرب، ویتامین B و مواد مغذی دیگر است. خرفه با افسردگی مقابله می کند. این گیاه یکی از ۵ گیاهی است که غنی از مواد ضد افسردگی است. خرفه منبع عالی برای کلسیم، منیزیم، پتاسیم، فیتیل آلانین و تربیتوفان است. همه این مواد، تأثیر مواد شیمیایی مسئول افسردگی در مغز را تعدیل می کنند. خرفه غنی ترین منبع شناخته شده اسیدهای چرب امگا ۳ در بین گیاهان برگ سبز است و ساقه و برگ های گوشتی و پر آب با گل های زرد رنگ دارد. ظاهر این گیاه شبیه گیاه تربیتی شمشاد کوچک است. ساقه های خرفه از یک ریشه عمودی اصلی، به صورت شعاعی رشد می کنند و روی زمین به صورت خوابیده پخش می شوند که گاهی اوقات کفپوش بزرگی از برگ ها را به وجود می آورند.

مدیرکل نوسازی مدارس خبر داد:

بهره برداری از ۲۶ مدرسه خیر ساز تا مهر ماه

خبران در مناطق شهری و روستایی استان در حال ساخت ۲۶ مدرسه با ۹۸ کلاس درس هستند که تا مهرماه امسال به بهره برداری می رسند. مدیرکل نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس خراسان شمالی گفت: این مدرسه ها تقریباً ۸۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارند. «ابوالقاسم بابایی» گفت: ۲۴ مدرسه در مناطق روستایی و ۲ مدرسه در مناطق شهری به بهره برداری خواهد رسید. وی با اشاره به این که ۱۰۸ میلیارد ریال اعتبار مورد نیاز برای انجام این پروژه هاست، بیان کرد: یک سوم این مبلغ توسط خبران و دوسوم آن از طریق منابع دولتی تامین می شود.

دیابت و فشار خون، علت بروز نارسایی کلیه

دیابت و فشار خون از شایع ترین علت های بروز نارسایی کلیه است. مسئول بیماران خاص معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: چاقی، بی تحرکی و رژیم های نامناسب از دلایل ابتلا به بیماری دیابت است و فشار خون، دیابت، تغذیه ناسالم، چاقی، بی تحرکی و استفاده بیش از اندازه از نمک از عمده دلایل ایجاد نارسایی کلیه به شمار می رود. «مهری فرشاده» با اشاره به این که این بیماری کلیوی نشانه بارزی ندارد و در برخی مواقع ممکن است بیمار با ۲۰ درصد کارکرد کلیه هم متوجه بیماری خود نشود، تصریح کرد: نارسایی کلیه زمانی اتفاق می افتد که کلیه ها دیگر کارایی لازم را نداشته باشند و بیمار به دیالیز نیاز پیدا کند.



قرار دادهای وکلا

آیا با توجه به مقررات قانون آیین دادرسی مدنی قرار دادهایی که وکلای دادگستری با موکلین خود تنظیم می کنند قابل پذیرش در شعب تعزیرات حکومتی هستند؟

وکلا دادگستری می توانند در غیر از مراجع قضایی مانند شعب تعزیرات حکومتی نیز با ارائه وکالت نامه یا قرار دادی که با موکل خود منعقد کرده اند، شرکت و از او دفاع کنند.



فروش نهال گل محمدی

به صورت گلدانه و پاجوش

بامشهرتین نژاد وارسته کاشان و بهترین کیفیت گلاب

و اسانس در فراسان و کل کشور

مشارکت در کشت مشاوره رایگان برای کشت

عرضه گلاب اصل و غنچه خشک و گلبرگ گل محمدی مستقیم از کاشان

خرید تضمینی محصول از کشاورز



۰۹۱۵۹۸۶۶۰۱۱

صانعی

برای اولین بار در استان خراسان شمالی

دستگاه چاپ فلت بد

در لابراتوار چاپ عکس آبرنگ بجنورد

قابلیت ها :

۱ قابلیت چاپ مستقیم بر روی اجسام مسطح و موج با ضخامت ۱۵ سانت با کیفیت بالا

۲ چاپ بر روی انواع کرکره های عمودی و افقی، پارچه، فرش، سنگ قبر

۳ قابلیت چاپ بدون محدودیت جنس

۴ چاپ روی وینیل، چرم، کاغذ، اکریل، فوم برد، چوب، فلز، شیشه، کاشی، سرامیک و ...

۵ قابلیت چاپ روی انواع اجسام بدون کتنینگ

۶ استفاده در صنایع شیشه و ساختمان و چاپ روی یخچال های صنعتی

۷ چاپ بر روی انواع کاغذ، اکریلیک و ...

۸ چاپ آسمان مجازی - چاپ بر روی قاب موبایل

بجنورد طالقانی شرقی لابراتوار آبرنگ

۰۵۸۳۲۷۲۱۶۸۲ میانجی ۰۹۱۵۱۸۴۰۵۳۵

قبول سفارش از سراسر ایران

۰۹۳۳۱۸۴۰۵۳۵