

تکالیفی برای دانش آموزان یا والدین؟

زنگ مدرسه در خانه

خراسان شمالی می گوید: دوره ابتدایی، دوره تربیتی است و با توجه به رویکردهای این دوره در وهله نخست برگزاری هر گونه آزمون استرس زا و ایجاد کننده رقابت های کاذب ممنوع است و اگر مدیران این آزمون ها را برگزار کنند با آن ها برخورد می شود زیرا در این مقطع باید در راستای تکالیف مهارت محور کار کنیم.

«بدخشان» با بیان این که تکالیف دانش آموزان باید بر مبنای استعداد آن ها باشد، اظهار می کند: در این راستا باید بازخورد تکالیف درسی به عنوان حلقه آموزش و یادگیری در ارزشیابی توصیفی در نظر گرفته شود و معلم با توجه به شناخت از دانش آموز باید تکالیف مهارت محوری را مانند علمی، پژوهشی، اجتماعی و تربیتی به او بدهد.

وی ادامه می دهد: تکالیفی که به دانش آموزان داده می شود نباید رویکرد دانش و حفظی داشته باشد بلکه باید رویکردهای بالایی یادگیری را بسنجد. به گفته وی مدل های ارزشیابی و بازخورد در شیوه های جدید متفاوت شده است.

وی خاطرنشان می کند: انتظار ما از معلم ها این است که تکالیفی را به دانش آموزان بدهند که دانش، مهارت، درک و فهم، نشاط و شوق یادگیری آن ها افزایش یابد و اگر آن ها فرزندان شان را در انجام تکالیف یاری دهند. در نهایت میزان یادگیری شان توسط معلم سنجیده شود.



است اما نباید به گونه ای باشد که والدین درگیر شوند. این در حالی است که اکنون برخی معلم ها به گونه ای درس می دهند که به توضیحات تکمیلی نیاز است و یافتن راه حل ها به جای این که توسط دانش آموزان و به صورت گروهی انجام شود به والدین آن ها محول می شود.

وی می افزاید: تحقیق و یافتن پاسخ سوالات درسی باید توسط خود دانش آموزان و به صورت تیمی انجام شود تا معنای کار گروهی را بفهمند نه این که از والدین خواسته شود فرزندان شان را در انجام تکالیف یاری دهند. درباره بررسی این مشکل «بدخشان» معاون آموزش ابتدایی اداره کل آموزش و پرورش

اند یا نه؟ دانش آموزان به خیال این که پاسخ هایی را که نوشته اند، صحیح است، همان مطالب اشتباه را برای امتحان یاد می گیرند و نمره خوبی کسب نمی کنند. وی خاطرنشان می کند: اگر والدین شیوه های تدریس را به خوبی ندانند یا سواد کافی نداشته باشند به اشتباه های فرزندان شان پی نمی برند و ممکن است درس خواندن روزانه آن ها با اشتباه همراه باشد و هیچ گاه به جز زمان امتحان متوجه اشتباه شان نمی شوند. شهروندی دیگر که فرزندش در کلاس پنجم ابتدایی است، اظهار می کند: محول کردن تکالیف دانش آموزان را بررسی نکرده است تا ببیند آیا سرگروه ها به درستی نظارت کرده

کردم و دیدم اشتباه و با این وجود زیر آن ها امضا شده است. وقتی روز بعد نزد معلم مربوطه رفتم تا علت را جویا شوم، او در این باره گفت: از آن جایی که تعداد دانش آموزان زیاد است، فرصت نمی کند تکالیف همه بچه ها را بررسی کند به همین دلیل برای چند دانش آموز یک نفر را به عنوان سرگروه گذاشته است تا تکالیف بچه ها را نگاه کند. این مادر می افزاید: این کار در حالی اتفاق می افتد که پایه چهارم بسیار سخت و مهم است از آن گذشته معلم فرزندم در ۳ ماهی که از شروع سال تحصیلی می گذرد حتی یک بار تکالیف دانش آموزان را بررسی نکرده است تا ببیند آیا سرگروه ها به درستی نظارت کرده

علوی

این روزها شنیدن واژه تکلیف شب، برای برخی دانش آموزان و حتی برای بعضی از والدین با اضطراب همراه می شود. در برخی موارد، نوشتن مشق شب و انجام تکالیف مدرسه بیشتر از آن که برای دانش آموزان است و آن ها بسیار اصرار دارند کودکان شان تکالیف خود را به درستی انجام دهند. با وجود گذشت چندین ماه از سال تحصیلی اما همچنان برخی از والدین درگیر تکالیف مدرسه فرزندان شان هستند و به گفته بسیاری از آن ها انجام تکالیف با استرس، جیغ و داد و در نهایت گریه کودکان شان خاتمه می یابد.

از سوی دیگر برخی والدین اظهار می کنند که بعضی از معلمان نظارت دقیقی بر چگونگی انجام تکالیف دانش آموزان ندارند و حتی گاهی اوقات این کار را به دانش آموزان دیگر محول می کنند. در این باره یکی از والدین می گوید: چندی پیش دفتر ریاضی و تکالیف کتاب علوم پسرم را که در کلاس چهارم تحصیل می کند بررسی و مشاهده کردم پاسخ برخی سوال ها را اشتباه نوشته و در حال حفظ کردن آن ها است. تشنج و تصفیه کننده خون

گیاهان دارویی



ضد سنگ کلیه

گروه اجتماعی- گیاه بوته ای «مامبران» از خانواده خشخاش است که از همه قسمت ها و شیرابه آن استفاده می شود. یک کارشناس گیاهان دارویی مهم ترین مواد موثر دارویی این گیاه را آلکالوئید، کلریت رین، پروتوپین، بربرین، اسپارتین، املاح معدنی، روغن فرار، آزنیم ها و موسیلاژ ذکر کرد و افزود: مامبران برای درمان بیماری های پوستی مفید است و از آن به عنوان آرام کننده، ضد تشنج و ضد تهومور استفاده می شود.

وی با اشاره به موارد استعمال این گیاه در پزشکی سنتی خاطرنشان کرد: این گیاه صفرآور، ضد سنگ کلیه، رفع کننده تب های توبه ای، زردی، تشنج و تصفیه کننده خون است. وی مقدار مصرف آن را روزانه ۲ تا ۴ گرم ۳ بار به صورت دم کرده توصیه می کند. به گفته وی به دلیل سمی بودن این گیاه باید زیر نظر پزشک مصرف شود.

سلامت نامه



زایمان بی درد

علوی- زایمان بی درد روشی موثر در کنترل دردهای مادر باردار حین زایمان طبیعی است. سرپرست اداره مامایی معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با بیان این مطلب افزود: هنگامی که دردهای زایمان شروع می شود با مشورت متخصص زنان اگر مادر و نوزاد مشکل خاصی نداشته باشند و مادر و همسر وی رضایت به زایمان بی درد بدهند زایمان به این روش انجام خواهد شد.

«مودی» ادامه داد: زایمان بدون درد به ۲ روش دارویی یا بی حسی موضعی اسپینال یا اپیدورال و غیر دارویی مانند ماساژ و رایحه درمانی انجام می شود.

وی اظهار کرد: اکنون در همه بلوک های زایمانی بیمارستان های استان شرایط زایمان به روش بی درد وجود دارد و با این روش مادر شدن به تجربه ای شیرین و بدون درد تبدیل می شود.

خبر

۱۹۸ هزار میان سال تحت پوشش برنامه غربالگری

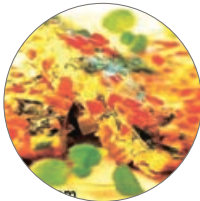
علوی- ۱۹۸ هزار میان سال تحت پوشش برنامه غربالگری دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی قرار دارند. مدیر سلامت و جمعیت خانواده دانشگاه علوم پزشکی استان با بیان این مطلب افزود: با اجرای طرح تحول نظام سلامت در حوزه بهداشت برنامه ارائه خدمات نوین سلامت به میان سالان از سال ۹۵ در حال انجام است و در این مدت بیش از ۱۹۸ هزار نفر ۳۰ تا ۵۹ سال تحت پوشش برنامه غربالگری حداقل یک نوع خدمات را دریافت کرده اند. دکتر «مریم پور آدینه» ادامه داد: اندازه گیری فشار خون، قند خون، چربی خون، خطرسنجی سکنه های قلبی و مغزی، بررسی سلامت زنان در دوره باروری و یائسگی، مشاوره بهبود سلامت روانی و تست سرطان پستان از جمله خدماتی است که در برنامه غربالگری میان سالان به این گروه ارائه می شود. به گفته وی همه این خدمات به طور رایگان در مراکز خدمات جامع سلامت، پایگاه های سلامت و خانه های بهداشت ارائه می شود.

آشپزی

املت ایتالیایی

مواد لازم: پیاز خرد شده یک عدد، کدوی سبز و قارچ خرد شده و دانه ذرت به مقدار لازم، تخم مرغ زده شده ۵ عدد، پنیر پیتزا ۱۵۰ گرم، نمک، فلفل و خرده نان به مقدار لازم.

طرز تهیه: پیاز را همراه کدو و قارچ در مقداری روغن تفت می دهیم سپس ذرت را به آن ها اضافه می کنیم، تخم مرغ های زده شده را با پنیر پیتزا، نمک و فلفل و خرده نان مخلوط می کنیم و مواد تفت داده شده را به آن می افزاییم تا مایه ای غلیظ به دست بیاید. مقداری کره را در ماهی تابه حرارت می دهیم، سپس مواد املت را در آن می ریزیم و مانند کوکو دو طرف آن را می پزیم.



۷ سال اول

کودکان خجالتی

گروه اجتماعی- کودکان خجالتی از حضور در محیط های مختلف به طور معمول اجتناب می کنند. زمانی که والدین با اطرافیان از آن ها می خواهند حرف بزنند یا عکس العمل نشان دهند تا به تصور خودشان یخ این کودکان آب شود و سر صحبت را با افراد حاضر در جمع باز کنند بر استرس آن ها می افزایند. گفته می شود محیط یک کودک عامل مهمی است که او یک نوجوان خجالتی بشود یا نه! میل به کم رویی یا خجالتی بودن با توجه به شرایط خانه نظیر بی ثباتی در تربیت فرزند، اختلافات خانوادگی، انتقاد تند و اقتدار خواهر و برادر بیشتر خواهد شد. والدینی که فرزندان شان را همین گونه قبول و از آن ها حمایت می کنند بهتر می توانند به آن ها در برقراری تعاملات اجتماعی کمک کنند. بیشتر کودکان خجالتی زمان شان را صرف بازی کردن با خود می کنند. در این بین شنیدن تعریف و تمجیدهای والدین حس خوبی را در کودکان ایجاد می کند و می فهمند حتی برداشتن قدم های کوچک برای ارتباط با دیگران از چشم آن ها دور نمانده است، از این رو تشویق می شوند تا دایره ارتباط شان را گسترش دهند. علاوه بر آن، وقت گذاشتن والدین و اجرای نمایش همراه با کودک می تواند تاثیر زیادی در برطرف کردن این مشکل بگذارد.



سودوکو

هر روز

■ **قانون:** ارقام ۱ تا ۹ را در خانه های خالی بنویسید طوری که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ رقمی تکراری نباشد.

۸		۱	۵		
۶	۱		۸		۴
۲		۷			۸
	۹			۲	۶
۷		۴			۱
۶		۳	۴	۵	
	۲		۶		



برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، ارقام سطرهای اول و دوم و سوم از هر سودوکوی حل شده را به ترتیب از خانه بالا-چپ تا خانه پایین-راست به صورت یک عدد ۲۷ رقمی (بدون فاصله، اینتریا کاراکتر دیگری) پیامک کنید.



		۳		۷	۲
۷			۹		۸
	۲		۴		۳
		۷	۱	۹	۸
	۳		۸	۴	
	۷		۶		
۵			۱		۶
	۵		۸		

		۷		۸	
۳	۹				۵
۶			۴		۸
	۲	۸	۴	۶	۵
۷			۳		۶
	۶	۷		۹	۸
۵			۹		
۹			۳	۷	

حرفه ای هاو مدعیان سودوکو در چه دشواری هر سودوکو+ زمان حل شان را پیامک کنند. مثال: متوسط ۰۰:۱۲:۲۰



لذت سرگرمی + نقدی و غیر نقدی هفتگی

خط اختتامی پاسخ ها و نظرات: ۳۰۰۰۷۲۲۵۲
اطلاعات بیشتر در وب سایت 1sargarmi.ir



پاسخ مسابقه های قبل

A	1	2	3	4	5	6	7	8	9
F	A	8	1	2	3	4	5	6	7
F	2	3	4	5	6	7	8	9	A
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F
A	2	3	4	5	6	7	8	9	F

چه تصویری را تا دقایقی دیگر برای مان کشف خواهد کرد. اگر یک بسته مدار نگی هم داشته باشیم که چه بهتر! چون در آن صورت می توانیم حسابی کودکی کنیم و فارغ از غم دنیای اطراف، دقایقی را با ذهن مان شاد باشیم. اگر هم مدار رنگی پیدا نشد، باز هم می شود دقایقی را با یک رنگ مداد یا خودکار، مشغول این کاغذ روز نامه شد. آرامش حل این سرگرمی نصیب شما و خانواده تان!

موفق و پیروز باشید؛ و حرفه ای

حتی اگر این سرگرمی منتسب به کودکان باشد، دوست داریم لحظاتی از زندگی مان را کودک شویم. ما به صورت ذاتی، علاقه داریم با در دست گرفتن قلم و کشیدن خطوط ساده، تمام خستگی های جسمی و ذهنی مان را از تن به در کنیم. دوست داریم ساعاتی از شبانه روز را دور از تمام دغدغه ها فقط و فقط برای خودمان باشیم و به هیچ معضلی فکر نکنیم. اصلا شاید لحظاتی فکر نکردن به حل مشکلات، خودش یکی از راه حل ها باشد! گاهی دل مان می خواهد تنها فکر مان همین باشد که این خطوط ساده،

برای لحظاتی به فکر نکردن به حل مشکلات فکر کنیم!

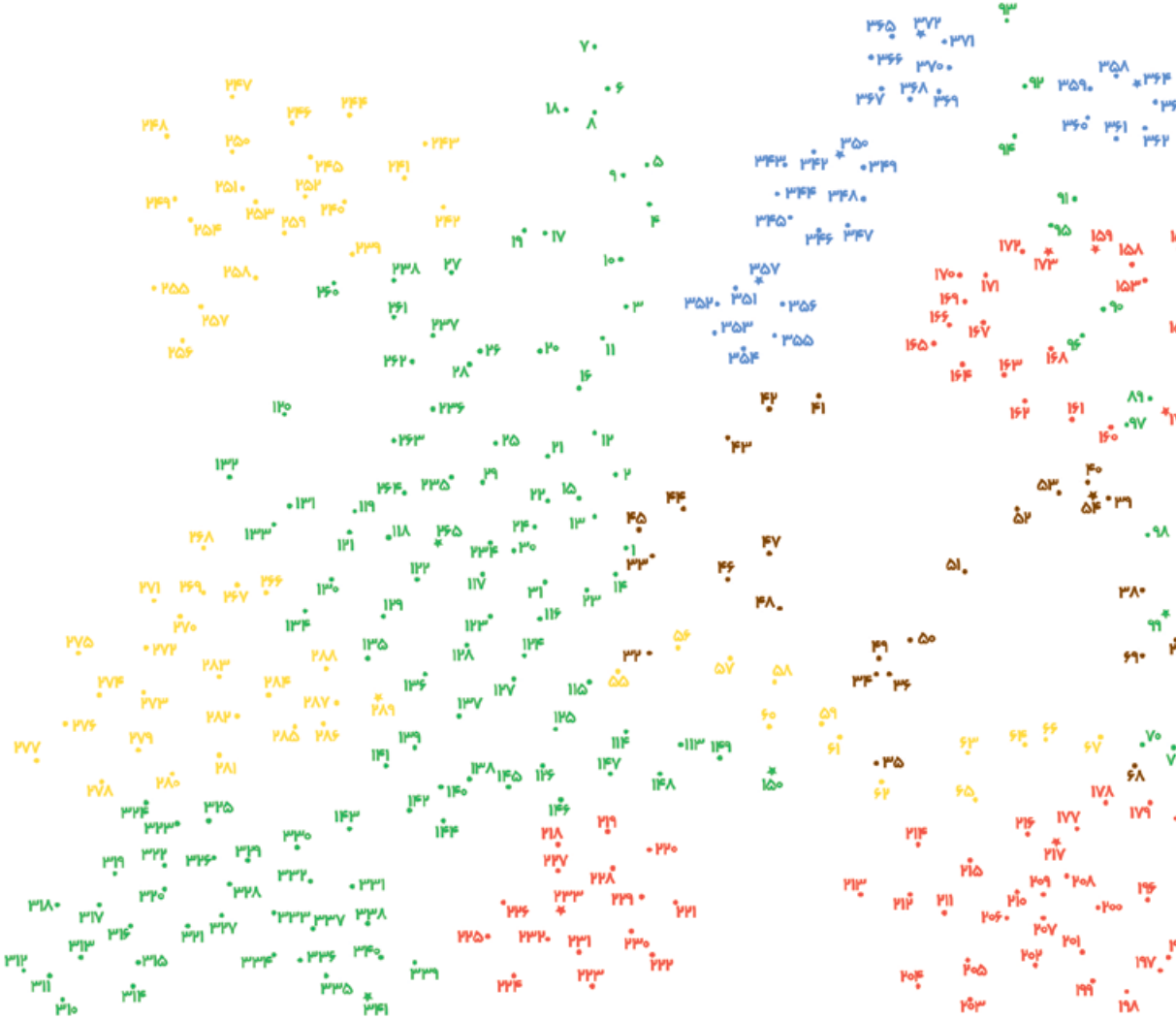
بیا کودکی کنیم! برای رفع خستگی های روزمره

محمد مهدی رنجبر

قابل انکار نیست که همه ما دوست داریم یک سرگرمی ساده و لذت بخش مثل «نقش یاب شماره ۸» را حل کنیم.

■ قانون:

از شماره يك تا بزرگ ترین شمار، به ترتیب هر نقطه شماردار را با رنگ خودش، به نقطه بعدی وصل کنید. هر کجا به جای «نقطه» به علامت «ستاره» رسیدید، خط تان باید قطع شود تا با پیدا کردن شماره بعدی، کشیدن تکه خط جدیدی را آغاز کنید. بعد از پایان کار، خط ها را ضخیم تر کنید تا تصویر کشف شده را واضح تر ببینید.



برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، دوتا از اجزای تصویر این معمارا را در متن پیامک تان نام ببرید.