

فرصت‌های  
طلایی تابستانی

۱

بچه‌ها باید  
ورزش کنند تا  
قوی شوند

۱۲



# فرصت‌های طلایی تابستانی

بعد از نام و یاد خدای خوب و مهربان، سلام به شما دوستان بهتر از جان که با تلاش و اراده‌ی خستگی‌ناپذیر، در در طول سال تحصیلی حسابی درس خوانده‌اید و در خرداد همه‌ی امتحانات را به‌خوبی پشت‌سر گذاشته‌اید و منتظر زمان گرفتن کارنامه‌ها هستید.

امیدوارم حالا که بوی تابستان و سه‌ماه تعطیلی به مشام می‌رسد، نتان سالم و لب‌تان خندان باشد و برای این همه فرصت طلایی فکری داشته باشید.

دیروز وقتی همه‌ی خانواده در حال چای خوردن بودیم، خواهرم مینا لب‌خندی به من زد و رو به مامان و بابا و خواهر دیگرم گفت: چقدر خوبه حالا که دور همیم برای تابستون فکرامون رو به هم بگیم. مامان، من می‌خوام برم کلاس برنامه‌نویسی. اگه نادر بخواد،



فهرست

فرصت‌های طلایی تابستانی ۱/۱  
عکس حرم ۲/۱  
شهر موش‌های کاغذی ۳/۱  
عجب رودخانه‌ی قشنگی ۴/۱  
تلاش برای زندگی ۶/۱  
کتاب «هرکس کاری داره» ۷/۱  
پری در درستر ساز ۸/۱  
نگهبان آب باشیم ۹/۱  
قاب کودکی ۱۰/۱  
آزمایش جالب درباره‌ی رسانه‌ها ۱۱/۱  
بچه‌ها باید ورزش کنند تا قوی شوند ۱۲/۱  
دنیای خوب من ۱۴/۱  
جدول انگلیسی ۱۶/۱  
عروسک هامون و اوشیدای سیستان ۱۷/۱

صاحب‌امتیاز:  
شهرداری مشهد  
مدیر مسئول:  
سید میثم موسوی مهر  
سر دبیر:  
سید سجّاد طلوع‌هاشمی  
دبیر منام:  
ارژنگ جاتمی  
دبیر کوله‌پشتی:  
طیبه سادات ثابت  
گرافیک و صفحه‌آرایی:  
ملک جمعی

پست الکترونیک:  
sabet@shahrara.com  
نشانی سایت:  
shahraranews.ir/fa/kids  
ایمیل روزنامه: ۰۶۰-۵۴۶۵۸۰۹۰  
نشانی: میدان شهدا، نبش دانشگاه ۱  
دفتر مرکزی: ۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵  
توزیع و امور مشترکین:  
۵-۳۷۲۸۸۸۸۱-۵  
داخلی ۵۱۹ و ۵۲۰



چقدر این جمله مادر خوش حالم کرد. گفتم: برنامه نویسی نه. منظورم اینه که الان دوستش ندارم، شاید بزرگتر بشم بخوام برم، یاد بگیرم. خواهر دیگرم گفت: اگه به اختیار خود نادر باشه، دوست داره بره کلاس کاراته و کمر بند آبی ش رو یک درجه بالاتر ببره و کمر بندش قهوه‌ای بشه. مگه نه مینا؟ مینا خندید و جواب داد: آره مریم. بابا گفت: این قدر پیشنهاد های مختلف ندید. نادر باید امشب فکر کنه تا بتونه درست تصمیم بگیره و فرصت طلایی تابستونش رو از دست نده. بله و این طور بود که من فکر کردم برای تابستان باید برنامه درست و مناسبی داشته باشم.

می‌تونم اسمش رو بنویسم که با هم بریم، با هم برگردیم. خواهر دیگرم با سرش حرف او را تأیید کرد و جواب داد: آره، این طوری به کم یاد می‌گیره در کارها برنامه داشته باشه و کاراش نصفه رها نشه. مثل کلاس معرق کاری پارسالش. خواهرم درست می‌گفت. قاب چوبی را که قول داده بودم دورش را درست کنم و به او بدهم، هنوز توی کمدم بود. بابا گفت: پسرم کلاس نجاری برای تابستون امسال خوبه یا نه؟ جواب دادم نجاری! معرق کاری و کار با چوب چرانه؟

دوست داشتیم به کلاس های معرق کاری که فرهنگ سرای نزدیک خانه مان گذاشته بود و من اطلاع رسانی اش را روی تابلو های بزرگ شهری دیده بودم، بروم.

مادرم در حالی که مثل همیشه لبخندی بر لب داشت، رو به من گفت: نظر خودت چیه؟ دوست داری برنامه نویسی رو؟



تصویرگر: زهره افطای



## عکس حرم

روی یک دیوار آبی  
عکس زیبا از حرم بود  
در کنار گنبد نور  
عکسی از یک بچه هم بود  
بچه می خندید خیلی  
چادر رنگی به سر داشت  
مثل کفترهای گنبد  
روی دوشش بال و پر داشت  
کاش من هم روی دیوار  
داشتم عکسی از آنجا  
گنبد و گلدسته و صحن  
خوش به حال مشهدی ها





## شهر موش‌های کاغذی



ظاهره عرفانی

وقتی مادر مهربانتان تخم مرغ‌ها را در یخچال قرار می‌دهد، با شانه‌ی خالی آن چه کار می‌کنید؟ حتما مادرتان آن‌ها را در کیسه‌ی بازیافت خشک می‌اندازد. شما تا به حال به شانه‌ی تخم مرغ خوب نگاه کرده‌اید؟ اگر خوب نگاه کنید، خیلی چیزهای زیبا می‌توانید با شانه‌های تخم مرغ درست کنید. پس دست به کار شوید تا با هم شهر موش‌های زیبا را درست کنیم. برجستگی شانه‌ی تخم مرغ را با قیچی برش بزنید. از اضافه‌های کاغذ برای گوش و دم برش بزنید. با ماژیک روی گوش‌ها را رنگ کنید، سپس گوش‌ها را از پشت سر بچسبانید. حالا با ماژیک چشم و دهان بکشید. شانه‌ی تخم مرغ کوچک مکعب را چند دایره برش دهید. حالا موش‌ها می‌توانند به خانه بروند.

چی لازم داریم؟

شانه‌ی تخم مرغ

جعبه‌های باطله

یا خرده کاغذهای رنگی

ماژیک



## عجب رودخانه‌ی قشنگی!



کم‌کم داشت از غمگینی مرداب می‌شد. یک روز یک پرنده‌ی مهاجر از راه رسید. آمد و نشست روی سنگی کنار رودخانه. کمی بال و پرش را توی آب شست و گفت: «به‌به، عجب آب‌خنکی، عجب رودخانه‌ی قشنگی!» رودخانه آهی کشید و گفت: «من کجا قشنگم؟! من الان حتی شُرْشُر و ماهی هم ندارم!» پرنده‌ی مهاجر سرش را بلند کرد و گفت: «خب نداشته باشی. آب خنک که داری. آب شیرین و خوش مزه که داری. یک عالمه هم سنگ‌ریزه‌ی قشنگ ته دلت داری.» بعد بال‌های خیسش را تکانی داد و ادامه داد: «من پرنده‌ی

دیگر می‌خواستم، دلش نهنگ و کشتی می‌خواست، دلش موج‌های بزرگ می‌خواست. هرچه درخت بید کنار ساحل می‌گفت غصه نخور، فایده نداشت. رودخانه، باز غصه‌ی چیزهایی را که نداشت، می‌خورد. رودخانه به خاطر آن همه غصه اصلاً نمی‌توانست شاد باشد. آن قدر غمگین شد که آواز شُرْشُرش کم و کمتر شد. آن قدر غمگین شد که ماهی‌های یکی‌یکی راهشان را کشیدند و رفتند به سمت رودخانه‌های شادتر. آن قدر غمگین شد که

خیلی وقت‌ها چیزهایی داریم که حواسمان به آن‌ها نیست. رودخانه هم اصلاً حواسش به چیزهای قشنگی که داشت، نبود. رودخانه یک عالمه آواز شُرْشُر داشت، یک عالمه آب و ماهی داشت، یک عالمه سنگ‌ریزه ته دلش داشت، یک چیز داشت که خوش‌حالش کنند؛ اما باز خوش‌حال نبود. دلش چیزهای

می‌خواست توی رودخانه‌ی شاد زندگی کنند. رودخانه با شادی با ماهی‌ها حرف می‌زد و شُرشر می‌کرد و پیش می‌رفت. آن قدر شاد بود که حالا کمی موج کوچولو هم توی دلش داشت!

حتی به رودخانه‌هایی که آب ندارند، حتی به رودخانه‌هایی که سنگ‌ریزه و ماهی ندارند، حتی به رودخانه‌هایی که شُرشر ندارند. «پرنده بال زد و سری تکان داد و رفت. رودخانه عکس پرنده را توی آب زلالش دید. چه جالب بود! چقدر قشنگ بود! رودخانه خندید. حالا دیگر شاد بود. دلش هیچ چیزی نمی‌خواست. با شادی به آب زلال و سنگ‌ریزه‌های ته دلش نگاه کرد. آن قدر شاد شد که خیلی زود شُرشرش برگشت. آن قدر شاد شد که خبر شاد بودنش همه جا پیچید و به گوش ماهی‌ها رسید. خیلی زود ماهی‌های زیادی از راه رسیدند. ماهی‌هایی که دلشان

مهاجرم. به خیلی جاها رفتم. خیلی رودخانه‌ها را دیدم. خیلی‌ها همین‌ها را که توداری، ندارند.» رودخانه با شنیدن حرف پرنده‌ی مهاجر حسابی تعجب کرد. رفت توی فکر. به رودخانه‌ای فکر کرد که آب ندارد. به رودخانه‌ای فکر کرد که ته دلش سنگ‌ریزه‌های قشنگ ندارد. توی فکرش دلش برای آن رودخانه‌ها سوخت. آهی کشید و به شُرشر قشنگش و ماهی‌های ریز قشنگش فکر کرد که حالا نبودند. با خودش گفت: «چرا حواسم نبود چقدر خوش بختم! چرا حواسم نبود چقدر قشنگم!» بعد برگشت و به پرنده‌ی مهاجر که داشت می‌پريد و می‌رفت، نگاه کرد و گفت: «ممنون پرنده‌ی مهاجر. اگر به رودخانه‌های دیگر رفتی، سلام من را به آن‌ها برسان،



تصویرگر: زهره اقطاعی



## تلاش برای زندگی



علیرضا وفاپاشا

این هفته به سراغ چالشی در دل تاریخ می‌رویم، جایی که شما سوار ماشین زمان می‌شوید و به دوران رم باستان می‌روید. داستان بازی *Gladiators: Survival in Rome* به دوران اساطیری یونان باستان و گلاادیاتورهای آن دوره بازمی‌گردد. در دل این بازی شما به عنوان یک گلاادیاتور ایفای نقش خواهید کرد که از زادگاهش دور شده است. حال شما باید به این شخصیت دوست داشتنی کمک کنید تا افتخار از دست رفته خودش را دوباره بازپس بگیرد. اما این پایان راه نیست و شما در طی این مسیر با چالش‌های بسیاری روبه‌رو خواهید شد. چالش‌هایی که مسیر برگشت شما را به جامعه‌ی یونان سخت‌تر خواهند کرد. اولین قدم در دنیای این بازی، ساخت پناهگاه است. منابع بسیاری در بازی حضور دارند که می‌توانید از آن‌ها برای ساخت و ارتقای ابزارآلاتتان استفاده کنید. همچنین، باید در طول کار حواستان به نوار سلامتی گلاادیاتور بازی باشد. اگر میزان سلامتی شما در دنیای باستانی این عنوان کم شود، کاراکتر شما به تدریج قدرت و استقامتش را از دست خواهد داد. به غیر از ساخت و ساز و ایجاد ساختمان‌های مختلف، شما می‌توانید در این بازی شکار کنید، حیوانات اهلی را رام کنید و در نهایت، در صحبت با شخصیت‌های مختلفی که در جاهای مختلف بازی حضور دارند، از آن‌ها مأموریت‌های مختلفی بگیرید و با انجام آن‌ها امتیاز به دست بیاورید. شما می‌توانید با انجام دادن مأموریت‌های اصلی و جمع کردن امتیازها، قابلیت‌های شخصیتتان را ارتقا دهید تا استقامت و نوار سلامتی‌اش در طول بازی بیشتر شود و کار را برایتان راحت‌تر کند.

کد روبه‌رو را اسکن کنید  
و به دنیای رم باستان  
پا بگذارید.



اسکن کنید



## کتاب «هرکس کاری داره»



کتاب «هرکسی کاری داره» با زبان شعر به کودکان درباره‌ی شغل‌های مختلفی توضیح می‌دهد که بیشتر آن‌ها را هر روز در محله خود می‌توانند ببینند. میوه فروش، بنا، رفتگر، قصاب، کفاش، گل فروش، بقال، خیاط، نانوا، نجار و کشاورز شخصیتی آشنا در محله هستند که هر روز با چهره‌ای خندان و راضی از شغلی که دارند، به سر کار خود می‌روند. سپس ابزار و وسایل کارشان معرفی می‌شود و مراحل کار و نوع خدمات یا کالایی که ارائه می‌دهند، با زبان شعر برای کودکان توضیح داده می‌شود.

در تمام شعرها همیشه جانوری که برای کودکان شناخته شده است، به عنوان همکار یا به عنوان مشتری حضور دارد.

تصاویر کتاب «هرکسی کاری داره» ساده و با حال و هوای بومی و سنتی و شعرها روان هستند.

اسدا... شعبانی متولد سال ۱۳۳۷، از شاعران و نویسندگان سرشناس کودک و نوجوان در ایران است. او که از جمله کارشناسان کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان بوده است، نشان درجه یک هنری در رشته‌ی

شعر را از شورای ارزشیابی هنرمندان وزارت ارشاد دریافت کرده است.

ابوالفضل آهویی، تصویرگر این کتاب، نیز بیش از ۲۵ کتاب برای کودکان تصویرگری کرده است.



نویسنده: اسدا... شعبانی

ناشر: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

سال انتشار: ۱۳۹۵

## پری دردسرساز



اشکان جلالی

نام:

پری دردسرساز

کارگردان:

کارولین اورنگر

نویسنده:

سیلیا کلمنس

تاریخ انتشار:

۲۰۲۲

ژانر:

ماجراجویی

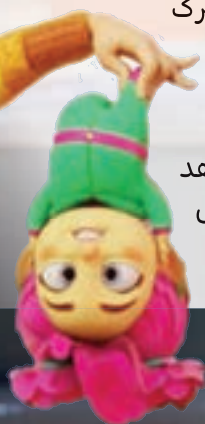
تا به دنیای پری‌ها برود. او دندان را می‌آورد، اما متوجه می‌شود که دیگر نمی‌تواند به دنیای پری‌ها برگردد. استاد پری‌ها که متوجه می‌شود وایولتا به اشتباه وارد دنیای آدم‌ها شده است، یولاندورا به زمین می‌فرستد تا کلیدی به او بدهد تا از طریق آن وارد دنیای پری‌ها شود. استاد در این مدت متوجه می‌شود که وایولتا پری خاصی است که قدرت شفای گیاهان را دارد، به همین دلیل هیچ‌وقت در مأموریت دندان‌دندان موفق نمی‌شود. دخترک به

پری کمک می‌کند به دنیای خودش برگردد.

پری کوچکی به نام وایولتا در شهر پری‌ها زندگی می‌کند. این پری‌ها وظیفه دارند دندان شیرینی‌ها را بردارند و هدیه‌ای به بچه‌ها تقدیم کنند. اما وایولتا هیچ‌وقت موفق نشد این کار را درست انجام دهد. به همین دلیل همیشه در امتحان مردود می‌شد و برای انجام مأموریت به زمین فرستاده نمی‌شد. او آرزوی سفر به زمین را داشت و دوست داشت در دنیای انسان‌ها قدم بگذارد.

به همین دلیل هنگامی که یکی از پری‌ها به نام یولاندو مأموریت سفر به زمین را به عهده می‌گیرد، پنهانی پشت‌سراو می‌آید. وایولتا در خانه‌ی دختری به نام مکسی فرود می‌آید. مکسی به تازگی از محل زندگی‌شان که در حومه شهر بود، همراه مادرش نقل مکان می‌کند و در خانه‌ی جدید مستقر می‌شود. وایولتا هر چه به دنبال دندان می‌گردد، پیدا نمی‌کند و سروصدا راه می‌اندازد که منجر به بیدار شدن دخترک

می‌شود. او جریان را تعریف می‌کند و از مکسی می‌خواهد که دندان برادرش را برایش بیاورد



## نگهبان آب باشیم



طیبه نابت

این یک واقعیت است که اگر از آب، خاک، هوا، موجودات اطراف و محیط زیستمان مراقبت کنیم، همه در کنار هم زندگی خوب و آرام و رؤیایی خواهیم داشت؛ اما آیا همه‌ی مردم دنیا این کار را انجام می‌دهند؟ بهتر است کمی فکر کنیم. آیا از کودکی به ما آموخته‌اند که منابع زندگی ما در زمین محدود و در جاهایی این ذخیره‌های ارزشمند مثل آب شیرین روبه پایان است؟ آیا با خود فکر کرده‌اید نسل‌های بعد از شما رودخانه، دریا، هوای تمیز جنگل و حیات وحش را خواهند دید یا نه؟ باید گفت در بسیاری از نقاط جهان بسیاری از انسان‌های نادان با ناآگاهی‌شان این سرمایه‌های محدود را به هدر می‌دهند. بله، تابستان با گرمایش از راه رسیده است و کمبود آب و خشک سالی بیشتر از هر زمان دیگر از شما نسیب آب و راه‌های درست مصرف کردن آب را به ما گوشزد می‌کند. پس بیایید این نکات درباره آب را فراموش نکنیم:

- در موقع استفاده از آب، شیر آب را به اندازه ظرف یا لیوانمان باز کنیم.
- باقی مانده آب لیوان را پای گلدان یا درخت بریزیم.
- همیشه صبح زود یا عصر به باغچه یا گلدان‌ها آب بدهیم.
- اگر شیری چکه می‌کند، به بزرگ‌تران اطلاع دهیم تا آن را تعمیر کنند.
- اسباب بازی‌ای که به جریان ثابت آب نیاز دارد، نخریم.
- هنگام حمام کردن از ابتدا تا پایان زیر آب دوش نباشیم.
- نقاط زیادی در کشور ما هستند که گرفتار کمبود آب آشامیدنی هستند و به سختی زندگی می‌کنند. شستن خود رو در خانه شش برابر بیشتر از کارواش آب مصرف می‌کند. پس اگر فردی را دیدید که با شیلنگ مشغول شستن خودرو بود، حتما نادرستی کارش را به او بگویید.



# قاب کودکی

شما هم می‌توانید  
عکس‌های کودکان خود را  
برای ما به شماره‌ی این‌تای  
۹۰۵۴۶۵۸۰۶۰ بفرستید.



امیر علی امیر عباس و امیر عطا عباسی



تیدا سلطانی کرد افکن ۱۰ ساله



علی کمال زاده در سینما اطلس



امین صالح نژاد خیلی خانواده‌اش را دوست دارد



فیروزه بنی اسدی ۹ ساله

## آزمایش جالب درباره‌ی رساناها

در این آزمایش علمی می‌خواهیم رساناهای گرمایی فلزات را با مواد پلاستیکی مقایسه کنیم.  
دست به کار شوید.



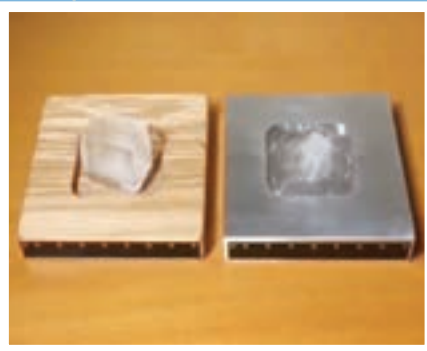
مواد و وسایل لازم: دو تکه یخ هم‌اندازه.



ظرف فلزی و یک ظرف پلاستیکی یا چوبی.  
دو قطعه یخ هم‌اندازه را بردارید، یکی را درون ظرف فلزی قرار دهید، یخ دیگر را درون ظرف غیر فلزی بگذارید.

بعد از چند دقیقه مشاهده می‌کنید یخی که درون ظرف فلزی است، شروع به ذوب شدن می‌کند، اما یخ دیگر به این سرعت خیال ذوب شدن ندارد!

از این آزمایش چه چیزی دریافتید؟ درست حدس زدید، فلزات گرمای محیط را سریع‌تر منتقل می‌کنند، به همین دلیل آن‌ها را رسانای گرما می‌گویند؛ ولی موادی مانند شیشه، چوب و پلاستیک گرما را بسیار آهسته منتقل می‌کنند، به همین دلیل آن‌ها را نارسانا یا عایق می‌نامند.



### بیشتر بدانیم:

بین فلزات، نقره، مس، طلا و آلومینیم بیشترین رسانش گرمایی را دارند.  
• کاوشگران کوچک، حالا بهتر می‌دانید چرا در دیوار و سقف ساختمان‌ها از موادی مانند شیشه یا چوب استفاده می‌کنند.  
• آفرین! زیرا خروج گرما در زمستان و ورود آن در تابستان به حداقل می‌رسد.

قهرمان کوچک ژیمناستیک در مشهد:

# بچه ها باید ورزش کنند تا قوی شوند

ژیمناستیک ورزشی است که در گروه رشته های آمادگی جسمانی قرار دارد و برای موفقیت در آن به قدرت و انعطاف بدنی، چابکی، تعادل و هماهنگی اعضای بدن نیاز است. به همین دلیل، ژیمناستیک به عنوان مادر همه ی ورزش ها معروف شده است. نورالدین جعفرزاده شش ساله است و از سه و نیم سالگی ورزش را با رشته ی ژیمناستیک آغاز کرده است. او در همین ابتدای کودکی موفق به دریافت مدال طلا در این ورزش شده است. با نورالدین گفت و گو کردیم که می خوانید.



## دوست دارم قهرمان شوم

۵ خرداد تولدم بود. مهر امسال به کلاس اول می روم و مامانم اسمم را در دبستان سما نوشته است. خودم که کوچولو بودم و نمی دانستم، اما به دلیل اینکه از بچگی بدنم نرم بود و در خانه حرکات پرشی انجام می دادم، پدرم تصمیم گرفت مرا در باشگاه نام نویسی کند تا بدنم قوی شود؛ اما دوست دارم تا وقتی که بزرگ شدم، پیشرفت کنم و قهرمان شوم و این ورزش را ادامه بدهم. الان می توانم در این ورزش حرکات کششی انجام بدهم، پرش، پل، غلت عقب، غلت جلو و غلت پای باز و پا جمع بزنم و از روی مانع بپریم.



### من عاشق ورزشم

چند ماه پیش [۳۱ بهمن ۱۴۰۱] در مسابقات سطح بندی نونهالان باشگاه های مشهد در سالن بهشتی شرکت کردم و با درجه ی عالی، مدال طلا و حکم قهرمانی گرفتم.  
من عاشق ورزشم. ژیمناستیک هم خیلی ورزش خوبی است و به ما کمک می کند بدنمان نرم و انعطاف پذیر شود تا راحت تر ورزش کنیم.

دوست دارم بتوانم روی دست هایم راه بروم و از خرک و حلقه و وسایل دیگر این ورزش هم استفاده کنم. برای همین باید خیلی تمرین کنم تا دست هایم قوی شوند، اما مربی ام هنوز به من نگفته است که برای رسیدن به این توانایی ها چه کاری انجام دهم و می گوید کم کم باید پیش برویم.

ورزش برای سلامتی مفید است و به ما کمک می کند مریض نشویم. بچه ها باید ورزش کنند تا قوی شوند، وقتی کوچک هستند هم زودتر می توانند همه چیز را یاد بگیرند، اما باید مراقب خودشان هم باشند. در همه ی مدتی که ورزش می کنم، یک بار فقط به علت بی توجهی خودم، گردنم هنگام غلت زدن درد گرفت و کشیده شد، اما به کمک مربی با انجام حرکات های مناسب زود خوب شدم و کارم را ادامه دادم.

### من و ۴ دوستم

دارت و شطرنج را دوست دارم و دلم می خواهد یاد بگیرم. مدرسه رفتن را هم دوست دارم، اما هنوز نمی دانم می خواهم چه کاره بشوم و در این راه باید مامان و بابا هم به من کمک کنند.

استادم، سید جواد کریمیان، در باشگاه همان که دو سالن یکی برای کوچک ترها و یکی برای بزرگ سالان دارد، خیلی کمکم می کند و هوای مرا دارد که از او ممنونم. به من می گوید: «تو خیلی خوب کار می کنی!»  
من در باشگاه «دنای قدرت» چهار دوست به نام های ماهان و مهدیار و نیکان و اردیا دارم. اردیا خیلی و روجک است و مدام وسط تمرین ها شیطنت می کند.

ماهان از من کوچک تر است، اما خیلی خوب حرکات را انجام می دهد و خیلی هم قوی است. در باشگاه موش و گربه بازی می کنیم؛ یک نفر گربه و یک نفر موش می شود. بچه ها گربه را تشویق می کنند تا بتواند موش را بگیرد. ماهان همیشه برنده می شود، چون خیلی زنگ است. من هم این بازی را خیلی دوست دارم. تا الان هم در باشگاه گربه نکرده ام و نترسیده ام. از ما مانم ممنونم که خیلی مواظب من است؛ همیشه خودش مرا می برد باشگاه و جلودر منتظر من می ماند تا بیرون بیایم.



# دنیای خوب من



مامی توانیم با  
حرف‌های خوب دنیا  
را زیبا و رنگارنگ کنیم.  
حرف‌های خوب، زندگی  
را شیرین می‌کند.

اولین حرف خوبمان را می‌توانیم به مادر بگوییم که  
صبح زودتر از بقیه بیدار شده و زحمت کشیده است  
چای و صبحانه را برای همه آماده کرده است. بگوییم  
سلام مامان مهریونم، صبح به خیر.

حالا نوبت باباست که با حرف‌های خوب  
خوش حالش کنیم تا پرنرزی باشد. بهترین زمان  
وقتی است که دارد به سرکار می‌رود. بگوییم  
خدا حافظ بابایی، روز خوبی داشته باشید.



راستی حرف‌های خوب را به وسایل و  
اسباب بازی‌ها پمان هم می‌توانیم بگوییم.  
- تو کتاب دوست داشتنی خودمی!  
- عروسک چشم‌دکمه‌ای‌ام!  
- توپ شاد و وروجک منی!



مادر طول‌روز با حرف‌های خوبی که به بقیه می‌زنیم،  
می‌توانیم مهربان و دوست‌داشتنی باشیم.  
- خیلی خوش‌حالم که با شما همسایه هستیم!  
- شما بهترین بابا بزرگ دنیایی!  
- مامان بزرگ، از شما مهربان‌تر ندیدم!  
- تو دوست عزیز خودمی!



حرف‌های خوب دیگری هم هستند که وقت  
نیایش به خدا می‌گوییم.  
- ممنون که همیشه مواظبم هستی!  
- یادت که می‌افتم، آرام می‌شوم!  
- برای خوش‌حال‌کردنت کلی کارهای خوب بلدم.



## شهید چمران

امروز سالروز شهادت دکتر مصطفی چمران است. او **مرد** بزرگی بود. ما **نام و یاد** انسان‌های بزرگ را گرامی می‌داریم. شهید چمران برای حفاظت از کشورمان کارهای بزرگی انجام داد. او کودکان را دوست داشت و **مدتی** در لبنان زندگی کرد. در **آنجا** به کودکان **یتیم** کمک کرد. او دوست داشت بچه‌ها زندگی **خوبی** داشته باشند. کلمات مشخص شده را در جدول پیدا کن. راهنمایی: همهی کلمات عمودی هستند.



|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| M | K | M | S | W | O | E |
| A | N | E | O | A | R | R |
| N | A | M | M | T | P | F |
| E | M | O | E | H | H | G |
| R | E | R | T | E | A | O |
| D | L | Y | I | R | N | O |
| E | E | T | M | E | T | D |
| N | D | B | E | X | E | S |
| G | B | Z | T | T | O | Z |



پاسخ‌ها

مرد  
Manنام  
Nameیاد  
Memoryمدتی  
Sometimeآنجا  
Thereیتیم  
Orphanخوب  
Good

## عروسک هامون و اوشیدای سیستان

اگر به نقاط کشور عزیزمان ایران سفر کنیم، با عروسک‌های متفاوتی آشنا می‌شویم که فرهنگ مردم آن دیار را به همگان نشان می‌دهند.

امروز قرار است به استان پهناروزیای سیستان و بلوچستان سفر کنیم تا با هامون و اوشیدا، عروسک‌های بسیار زیبای سیستان، آشنا شویم.

سازنده‌ی این عروسک‌های زیبا مریم قربانی از شهر زاهدان است که با خلاقیت و ابتکار عمل توانسته است با خلق این عروسک‌ها کودکان و نوجوانان را به میراث فرهنگی و محیط زیست علاقه‌مند کند.

هامون با پوشیدن لباس سفید می‌خواهد نشان دهد مردان سیستانی چه قدر پاکیزه‌اند. لباسی که این عروسک بر تن دارد، از جلیقه، پیراهن گشاد و شلوار تشکیل شده است.

اوشیدا نیز لباس زنان صبور و هنرمند سیستانی را بر تن دارد که نقش‌های زیبایی روی آن جلوه می‌کند.

خوب است بدانید علت ساخت عروسک‌ها از قدیم تنها بازی بچه‌ها بوده است اما هامون و اوشیدای سیستانی، علاوه بر سرگرمی بچه‌ها، می‌خواهند به حفاظت از میراث فرهنگی، محیط زیست، معرفی غذا و شیرینی‌جات، آیین‌ها و مراسم سالانه این سرزمین کمک کنند.



امین صادق‌پور





تصویرگر: زهره افشاری