



فصل ۱: زنگ علوم

۱- سایه چگونه تشکیل می شود؟

با قرار گرفتن اشیاء در مقابل نور سایه تشکیل می شود.

۲- آیا طول سایه همیشه به یک اندازه است؟

خیر در طول روز تغییر می کند.

۳- سواد هر کس چیست؟

سواد هر کس آن چیزی است که خودش می آموزد و این سواد هرگز فراموش نمی شود.

۴- قبل از خوردن هر نوع مواد غذایی چه کار باید کرد؟

باید دست ها را کاملاً شست تا تمیز و بدون میکروب باشند.

۵- چگونه می توانیم چیزهای تازه و بیشتر یاد بگیریم؟

با کنجکاوی و پرسش و یافتن جواب سوالات خود.

۶- نام چند وسیله که روی آب می ماند بگو؟

مداد-بطری خالی آب و نوشابه-پر پرندگان - وسایل چوبی و پلاستیکی

۷- چند وسیله که در آب فرو می روند را نام ببر؟

پاک کن-سنگ- وسایل فلزی



موضوع:

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:

فصل دو: سلام به من نگاه من

۱- برای شناخت محیط اطراف بدن ما از چند حواس استفاده می کند؟ نام ببر؟

حس : حس بویایی-حس چشایی - حس بینایی- حس لامسه- حس شنوایی

۲- هر کدام از اعضای بدن مربوط به کدام حس است؟

چشم= حس بینایی گوش= حس شنوایی پوست= حس لامسه زبان= حس چشایی
بینی= حس بویایی

۳- مهم ترین حواس برای شناخت محیط اطراف کدام حس ها هستند؟

حس بینایی . حس شنوایی

۴- برای مراقبت از چشم ها چه کار باید کرد؟

دست کثیف به چشم نزنیم - به وسایلی که نور زیاد دارند مانند خورشید ، تماشای تلویزیون از نزدیک ، نور جوشکاری خیره نشویم.- وسایل نوک تیز و خطرناک به سمت چشم خود و دیگران پرتاب نکنیم - به هنگام بیماری چشم حتما به چشم پزشک مراجعه کنیم.

۵- گوش به ما چه کمکی می کند؟

از طریق گوش صداهای اطراف خود را می شناسیم بدون اینکه گاهی نیاز به دیدن آنها داشته باشیم.

۶- برای مراقبت از گوش چه باید کرد؟

در گوش کسی فریاد نزنیم- جلوی بلندگو نایستیم- وسایل نوک تیز در گوش فرو نکنیم - هنگام بیماری گوش به پزشک مراجعه کنیم.

۷- افراد نابینا چگونه محیط اطراف خود را می شناسند؟

با کمک لمس کردن و گوش و بینی و زبان

۸- افراد ناشنوا چگونه چیزها را می شناسند؟

با چشم و لمس کردن

۹- بویایی کدام حیوان قوی تر است؟

سگ

۱۰- شنوایی کدام حیوان قوی تر است؟

خفاش - موش کورو دلفین ها

۱۱- بینایی کدام حیوانات قوی تر است؟

جغد - عقاب - پرندگان شکاری

۱۲- عضو های زیر چه کاری انجام می دهند؟

زبان= چشیدن مزه ها چشم= دیدن گوش= شنیدن بینی= بو کردن پوست= لمس کردن

۱۳- چه شغلی به خوب دیدن نیاز دارد؟

پزشکان و جراحان و ساعت سازی

۱۴- چه شغلی به خوب شنیدن نیاز دارد؟

نوازندگی

۱۵- در چه شغلی چشیدن و بو کردن لازم است؟

آشپزی





موضوع:

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:

فصل سه : سالم باش ، شاداب باش

- ۱- برای سالم و شاداب ماندن چه کارهایی باید انجام بدهیم؟
خوب غذا بخوریم (خوردن غذاهایی گوناگون و به اندازه کافی) - خوب بخوابیم و استراحت کنیم - خوب ورزش کنیم
- ۲- نام چند ورزش که برای سلامتی بدن مفید است بگو؟
پیاده روی - شنا - دوچرخه سواری - نرمش صبحگاهی
- ۳- ورزش چه فایده هایی دارد؟
ما را سالم و شاداب می کند
- ۴- منظور از بهداشت فردی چیست؟
یعنی حد اقل هفته ای دوبار حمام برویم - از وسایل شخصی خود مانند حوله ، لیوان ، مسواک ، شانه ، دستمال و ... استفاده کنیم - به هنگام بیماری به پزشک مراجعه کنیم و به پاکیزگی خانه و مدرسه و محل زندگی اهمیت بدهیم
- ۵- تمیز بودن کلاس و مدرسه چه کمکی به شادابی ما می کند؟
وقتی محیط مدرسه و کلاس پاکیزه و تمیز باشد از بودن در آن لذت می بریم و این لذت بردن باعث شادابی ما می شود.
- ۶- پیامبر اسلام در مورد نظافت و پاکیزگی چه می فرماید؟
حضرت محمد (ص) می فرماید : پاکیزگی نشانه ایمان است.
- ۷- هنگام سرفه یا عطسه چه باید کرد؟
جلو دهان و بینی خود را با دستمال می گیریم.
- ۸- از چه راه هایی می توانیم کلاس و مدرسه را پاکیزه نگه داریم؟
مواد دور ریختنی در کلاس و محیط مدرسه نریزیم - مواد دور ریختنی را حتما در سطل های زباله بریزیم - به هنگام استفاده از توالت ها آن را شسته و تمیز کنیم.
- ۹- بدن ما برای سالم و قوی ماندن به چه مواد غذایی نیاز دارد؟
انواع گوشت ها (ماهی ، مرغ ، گاو ، گوسفند و ...) - انواع سبزیجات و میوه ها - انواع لبنیات - حبوبات و آب بهداشتی و سالم نیاز دارد.
- ۱۰- چند وعده غذا می خوریم؟
سه وعده اصلی : صبحانه - ناهار و شام و دو میان وعده ۱- بین صبحانه و ناهار ۲- بین ناهار و شام که به آن عصرانه می گویند.
- ۱۱- بهترین وعده غذایی کدام است؟
صبحانه
- ۱۲- لذت بخش ترین نوشیدنی کدام است؟
آب
- ۱۳- چند ماده غذایی مفید برای میان وعده را نام ببرید؟
کیک - میوه - بیسکویت - چای - آجیل - شیر و ...
- ۱۴- چند ماده غذایی غیر مفید را نام ببرید؟
پفک - لواشک - چیپس - نوشابه و ...
- ۱۵- چرا واکسن می زنیم؟
تا بیمار نشویم.





نام و نام خانوادگی

تاریخ

موضوع:

هدف:

۱۶- برای مراقبت از دندان ها چه باید کرد؟

حتما بعد از هر وعده غذایی مخصوصا شب ها قبل از خواب مسواک بزنیم- از مسواک شخصی دیگران استفاده نکنیم- قند ، شیرینی، شکلات زیاد استفاده نکنیم- دانه های سفت مانند بادام، فندق، پسته را با دندان نشکنیم - هر شش ماه یکبار به دندانپزشک مراجعه کنیم.

۱۷- یکی از بزرگ ترین نعمت هایی که هر انسانی دارد چیست؟

نعمت سلامتی و باید قدر و ارزش آن را بدانیم.

۱۸- در خانه و بیرون رعایت چه مواردی به سلامتی ما کمک می کند؟

ندویدن در راهرو-پایین آمدن آرام از پله و بلندی- با احتیاط عبور کردن از خیابان - درست نشستن و راه رفتن

۱۹- چه سازمان هایی هنگام خطر به ما کمک می کنند ؟

اورژانس- آتش نشانی - هلال احمر

۲۰- چه موقع باید خوابید و استراحت کرد؟

بعد از ناهار ظهر و شب ها - کودکان باید شب زود بخوابند تا صبح با شادابی و انرژی بیشتری بیدار شوند.

۲۱- چرا یک برنامه درست برای زندگی و زمان خواب بسیار مهم است؟

چون داشتن یک برنامه درست برای زندگی و خواب باعث می شود هر کاری در زمان مشخص و با نظم انجام شود و فرصت کافی برای انجام کارها داریم.

بازخورد:

