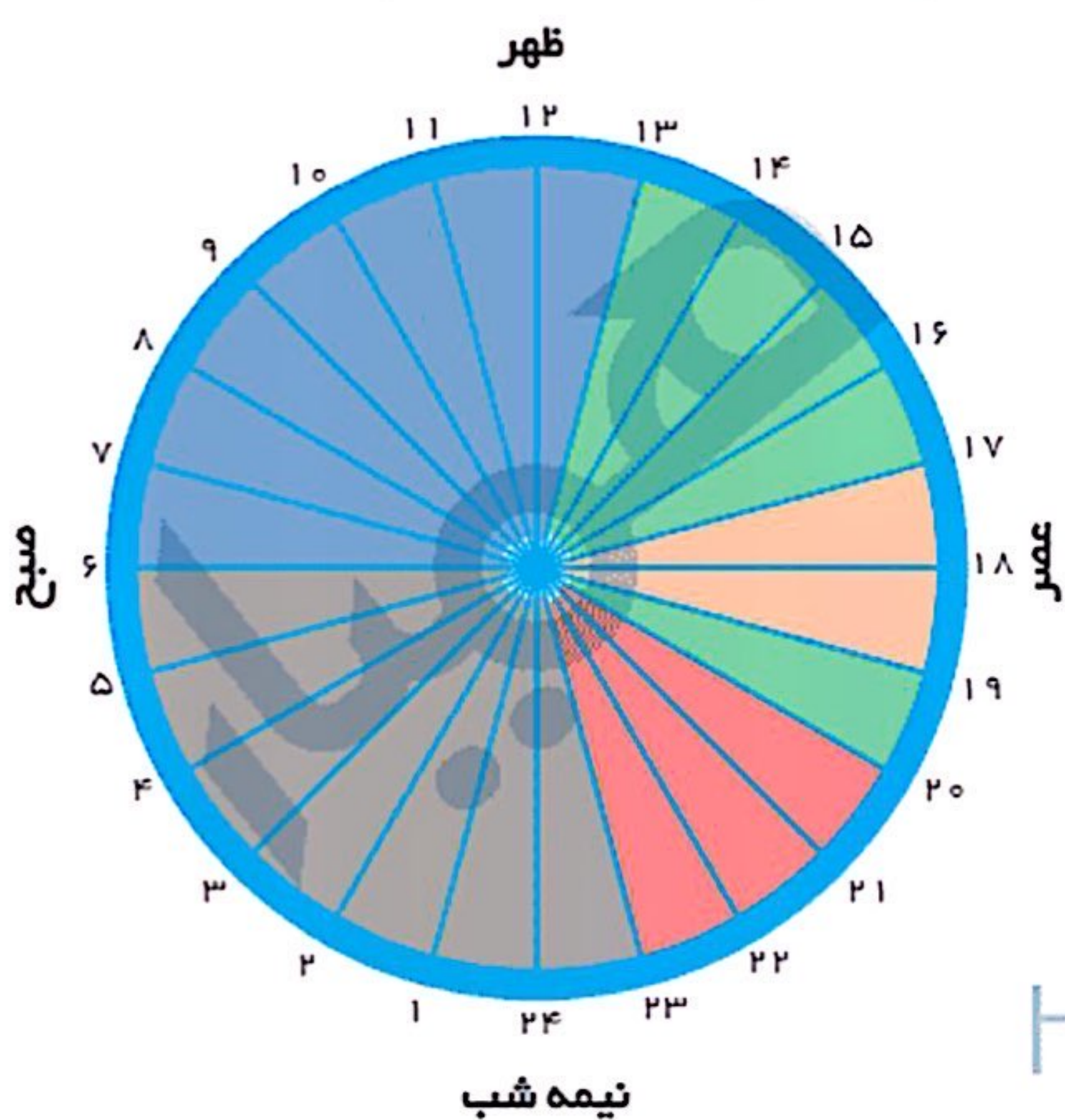


نمودار خودتان را با نمودار هم‌کلاسی‌هایتان مقایسه

کنید: چه شباهت‌ها و تفاوت‌هایی دارد؟

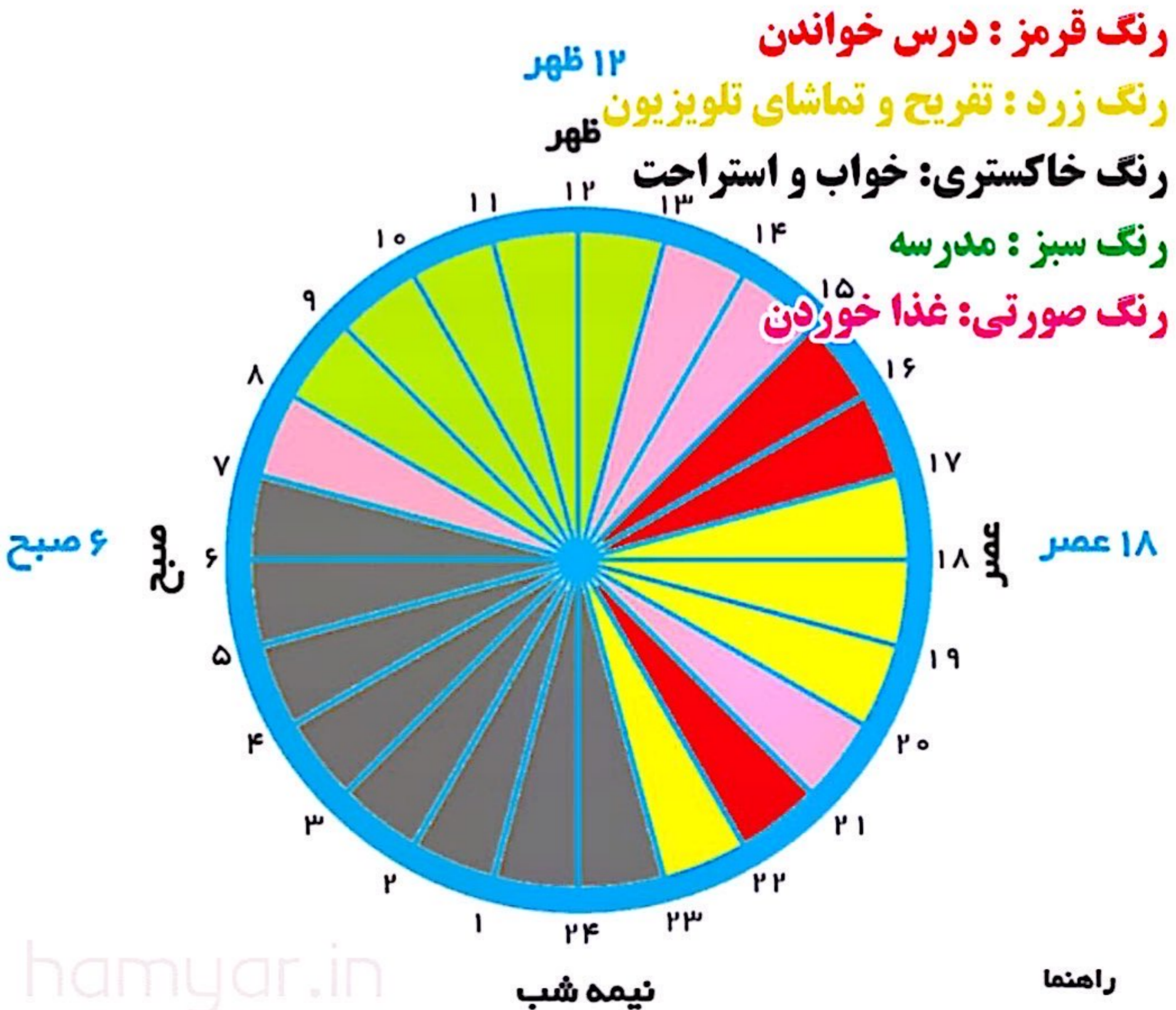


- خوابیدن
- درس خواندن
- تماشای فیلم
- بازی کردن
- مدرسه

hamyar.in

نمودار فعالیت های یک شبانه روز خودتان را ترسیم و رنگ آمیزی کنید.

ابتدا دایره را به ۲۴ قسمت تقسیم کنید و از ساعت ۱ تا ۲۴ را کنار آن بنویسید. سپس با توجه به رنگ هایی که به کار می برید، راهنمای مناسب برای نمودار طراحی کنید.



در گروه، گفت‌وگو کنید و نتیجه را در کلاس بگویید.

الف- به نظر شما ارتباط با خداوند از طریق نماز، دعا و تلاوت قرآن چه تأثیری بر زندگی روزانه ما دارد؟

پاسخ: به گفته خداوند: ذکر خدا باعث آرامش انسان

می‌شود. زمانی که ما دچار استرس و نگرانی می‌شویم اگر با

خداوند ارتباط داشته باشیم و یا پیوسته قرآن بخوانیم،

آرامش جای نگرانی را خواهد گرفت. کمتر عصبانی می‌شویم،

پس می‌توانیم خوب فکر کنیم و خوش اخلاق باشیم.

ب- به نظر شما چه کارهایی هدر دادن وقت است؟
پاسخ: تماشای بیش از حد فیلم و کارتون، بازی با کامپیوتر
بیشتر از زمان تعیین شده، خوردن و خوابیدن بیش از حد،
استفاده بی‌اندازه از گوشی همراه و انجام کارهایی که نتیجه
مطلوبی ندارند.

برای چه کارهایی دوست دارید وقت بیشتری
بگذارید؟ در چند سطر بنویسید و در کلاس بخوانید.
پاسخ: پاسخ پیشنهادی: ورزش کردن در رشته خاص و مورد
علاقه و مطالعه کتاب‌های سفید

حضرت علی بن ابیطالب (ع) فرموده‌اند: «از دست دادن فرصت موجب پشیمانی و اندوه است»
الف- منظور از این عبارت چیست؟
در کلاس گفت‌وگو کنید.

ب- این سخن امام (ع) را با خط خوش بنویسید و آن را با نقش‌های زیبا تزیین، و به دیوار کلاس یا خانه‌تان نصب کنید.

پاسخ: منظور از این عبارت این است که باید برای اوقات و فرصت‌های زندگی خود ارزش قائل شویم و از آن‌ها برای انجام فعالیت‌های درست و مناسب استفاده کنیم، چرا که در غیر این صورت، برای شخص پشیمانی و غم به جا می‌ماند و زمان از دست رفته دیگر به عقب باز نمی‌گردد.