

شاه

فصلنامه شابلون، شماره ۲، بهار ۱۴۰۰



● تربیت رسانه ای مجهز شدن به تربیت جامع

● مصاحبه با نابغه ی مکانیک مجتهد علمی

● راهکارهای درمان وابستگی بیش از حد کودکان به اینترنت

● یادگیری الکترونیکی در مدارس

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دیرستان پرنس علی
جمهوری اسلامی ایران
شهرت اول خورشید

مجمع آموزشی فرهنگسرای اسلامی علمی
جمهوری اسلامی ایران
شهرت اول خورشید

دیرستان پرنس علی
جمهوری اسلامی ایران
شهرت اول خورشید

از صبح ۷/۳۰ الی ۷/۴۵ به بعد

صاحب امتیاز: مجتمع آموزشی اسلامی علمی

مدیر مسئول: سعید پرستش

سر دبیر: علی شفیعی نژاد

اعضای تحریریه (به حروف الفبا): مرضیه آژده، علیرضا امینی تبار، سعید پرستش، علی درویشی، سیدمرتضی دزفولیان، علی شفیعی نژاد، اکرم عرفان منش، الناز گیو، محمود یادگاری
طراح صفحه و جلد: الناز گیو

آدرس: همدان خیابان طالقانی، چهارراه طالقانی، مجتمع آموزشی اسلامی علمی

تلفن: ۳۸۲۷۵۷۸۲ - ۳۸۲۵۵۰۲۱

وب سایت: <http://elmischools.ir>

آدرس کانال دبستان در پیام رسان ایتا [@DabestanElmi](https://www.instagram.com/DabestanElmi)

در این شماره بخوانید:

دیباچه

سخن مدیریت

پای تخته

حال این روزهای مدرسه

رواق

تربیت رسانه ای مجهز شدن به تربیت جامع

تاثیر بازی در تربیت کودکان

مصاحبه با امیر حسین اسمعیلی پور دانش آموز پایه ششم

چگونه می توان اعتماد بنفس را در فرزندانمان افزایش داد

کوچ سلامت در علمی

کاوش

راهکارهای درمان وابستگی بیش از حد کودکان به اینترنت

مصاحبه با سرکار خانم سمیه محمدی آموزگار پایه سوم

مصاحبه با برادران سلیمانی دانش آموزان پایه ششم

مرورگر

یادگیری الکترونیکی مدارس

روش هایی برای مراقبت از کودکان در فضای مجازی



سعید پرستش
مدیریت مجتمع علمی

خانواده های محترم و مخاطبین گرامی با اهداء سلام و تحیّت

سال تحصیلی را با استعانت از الطاف الهی و تلاش ها و خلاقیت های همکاران و آموزگاران گرامی، پشتیبانی های موثر و ارزشمند اولیای محترم و سخت کوشی دانش آموزان عزیز به پایان رساندیم. روزهای سخت و پر فراز و نشیب متاثر از بیماری منحوس کرونا موجب گردید از تابستان ۱۳۹۹ با تجهیز امکانات فناوری و دانش افزایی همکاران گرامی در مسیر تقویت توانمندی های مان در آموزش مجازی گام برداریم و دوره تابستانی را به جهت تثبیت آموزش های دوران شروع شیوع کرونابه طور منظم و حضور حداکثری دانش آموزان برگزار نماییم و در این راستا علاوه بر کلاس های آموزشی، برنامه های فرهنگی و هنری و مهارتی نیز در فضای مجازی برگزار شد. همکاران تلاشگر و متعهد و دلسوز شبانه روز تلاش نمودند تا هیچ گاه خلاء حضور دانش آموزان در مدرسه بر استمرار امر تعلیم و تربیت آینده سازان ایران اسلامی سایه نیندازد و خداوند متعال را شاکریم که با همراهی خانواده های محترم اکثر فعالیت های آموزشی و فرهنگی فوق برنامه و مناسبت های ملی مذهبی با طراحی های منظم، استفاده از استودیوی کروماکی و تدوین های حرفه ای انجام گردیده و کلاس های آموزشی آنلاین و برخط در فضای اسکای روم ، شاد و ایثابه نحو مطلوبی برگزار گردید. رضایتمندی خانواده های معظم مجتمع آموزشی اسلامی علمی یکی از اهداف مهم مجتمع بوده که تا حد مطلوبی این مهم انجام شده است. امید است در راستای تعلیم و تربیت آینده سازان ایران اسلامی همگام و همراه با خانواده های محترم مسیر رو به رشد و تعالی را طی نماییم.



پای نشه



الناز گيو
کارشناس فرهنگی، آموزشی



این روزها بی آنکه مدرسه مملو از شیطنت ها و صدای خنده و هیاهوی دانش آموزان باشد از مقابل کلاس های خالی رد می شویم و با چهره هایی تا حدی گرفته، خسته از این بیماری عجیب و غریب دوباره شروع می کنیم.

هر روز صبح بدون اینکه صدای خواندن قرآن و سرود جمهوری اسلامی، حیاط و محوطه ی اطراف مدرسه را پر کند، بی آنکه دانش آموزان دست های کوچکشان را پس از خواندن نیایش، آمین گویان بالا ببرند، با صورت هایی پنهان در پشت ماسک ها حیاط مدرسه را طی می کنیم و پشت میزهای کارمان حاضر می شویم.

کادر اجرایی و معلمان موسسه آموزش اسلامی علمی با همه ی محدودیت های موجود همه ی تلاششان را می کنند تا خدشه ای به آموزش علمی و تربیتی عزیزانمان وارد نشود تا دوباره صدای قرآن، سرود جمهوری، خنده و هیاهو مدرسه را پر کند.

کمی غمگین و خسته ایم اما همچنان پر از امید و استوار.

دلمان به سایه ی حضرت صاحب الامر و رهنمودهای حضرت آقا خوش است و راهمان را با همه ی سختی هایش ادامه خواهیم داد.



رواق

تربیت رسانه ای مجهز شدن به تربیت جامع

تاثیر بازی در تربیت کودکان

مصاحبه با امیر حسین اسمعیلی پور دانش آموز پایه ششم

چگونه می توان اعتماد بنفس را در فرزندانمان افزایش داد

کوچ سلامت در علمی



علی شفیعی نژاد
معاونت حوزه ی فرهنگی

تربیت رسانه ای مجهره شدن به تربیت جامع

در این نوشتار میخواهیم بپردازیم به نظام جامع تربیت رسانه ای که فقط به اولین قدم اشاره میشود:

اول قدم قانون مند شدن استفاده از رسانه ها در منزل هست اما نه قانون گذاری تحکمی بلکه این قانون گذاری باید با خرد جمعی بین پدر و مادر و فرزند باشد که پدر و مادر ابتدا خود مطالعات لازم را داشته باشند و بعد از مطالعه خود ایده را به نظر گذاشته شود و گفتگو اقناعی داشته باشیم و یک سبد مصرف رسانه ای داشته باشیم که زمان مصرف رسانه در طول روز یک ساعت مشخص باشد (ساعت پیشنهادی کارشناسی شده در ۲۴ ساعت نهایتاً ۵ ساعت میباشد) اما خود فرزند ۵ ساعت خود را تنظیم کند که مجموع رعایت قانون اول را در ۱۰ اصل قرار میدهیم.

۱. قانون را خرد جمعی وضع کنیم. ۲. قانون کمی و قابل پایش باشد. ۳. قانون را شفاف اعلام کنیم. ۴. قانون را به تدریج اعمال کنیم. ۵. قانون را جدی و با محبت اعمال کنیم. ۶. قانون را بی استثنا اجرا کنیم. ۷. با تخلف برخورد جدی و مطابق قانون بکنیم. ۸. از تغافل سازنده غافل نباشیم. ۹. گاهی پاداش بدهیم. ۱۰. از رسانه به صورت جمعی استفاده بکنیم.

در دو سال نهایی قرن اتفاقی در تحولات و معادلات جهانی افتاد که دایره تحولات و اثر گذاری آن عمیق و وسیع هست باوجود تمامی ابهامات موجود در کرونا، اثرات او را نمیشود انکار نمود. تا قبل از کرونا رسانه با تمامی ابعادش گوشه ای از زندگی و در حاشیه بود اما بعد از کرونا رسانه تبدیل به متن واقعی زندگی ما شد از طرفی مشخص نیست که این ویروس آخرین ویروس از مجموع ویروس های باشگاه ویروس های جهانی باشد از طرفی هر ارگانی که متولی تربیت هست موقتی است اما مسئله ولایت پدر و مادر در تربیت دائمی است و تکوینی، پس آن که باید در هر شرایطی مجهز به لوازم تربیت باشد، پدر و مادر است. و منفک شدن فرزندان ما از فضای مجازی غیر قابل بازگشت است حتی اگر کرونا نباشد.





علیرضا امینی تبار
حوزه ی پرورشی

نقش بازی در تربیت کودکان



نقش بازی در شخصیت سازی کودکان:

بازی از نیازهای مهم و اساسی ترین فعالیت کودک می باشد که در عین سرگرم کردن وی کارکردهای مهم دیگری را دارا است. هر یک از این کارکردها به جنبه های از زندگی کودک مربوط می شود که وی را برای ورود به زندگی بزرگسالی آماده می سازند. از این لحاظ شرایط بازی، آزادی کودک در بازی، اسباب بازی های مورد استفاده او و مدت زمانی که وی به بازی اختصاص می دهد، اهمیت شایان توجهی دارد. خیلی از آموزش های تربیتی را می توان در میان بازی ها به کودک نشان داد و حتی از خلال بازی ها می توان به شرایط عاطفی وی، احساسات، افکار و انگیزه های درونی اش پی برد. بنابراین، بسیار لازم است که مربیان به اهمیت بازی در زندگی کودکان توجه داشته و شرایط مناسب را برای بازی های مناسب فراهم سازند.

بازی یکی از مهم ترین عوامل در تربیت اخلاقی کودک است. از طریق جهت دادن به تمایلات و انگیزه های کودک می توان او را در مسیر صحیح هدایت کرد. آیا تا به حال بچه ها را هنگام بازی و شیطنت با دقت تماشا کرده اید؟ آیا انرژی و شادابی تمام نشدنی آن ها را درک می کنید؟

نکته جالبی است؛ جست و خیز، بازی، نشاط و... همه ی این ها نیروهای زیبا کننده ی زندگی است.

بازی، انگیزه های درونی است که از روان کودک تأثیر می گیرد و بر تربیت وی تأثیر می گذارد؛ بازی می تواند موجب رشد و شکوفایی استعداد های بالقوه ی او گردد.

یکی از اثرات بازی تقویت جسم است که در قرآن نیز نیرومندی جسمانی به عنوان یک امتیاز به شمار رفته است. ائمه معصومین (ع) نیز انجام بازی های رزمی و استقامتی را برای تقویت جسم مفید دانسته اند. تربیت عقلانی نیز از منظر قرآن و ائمه (ع) جایگاه والایی دارد. بنابراین از دوره کودکی باید به این امر توجه نمود. ارتباط کودک با اسباب بازی های متنوع، طبیعت، محیط و موجودات گوناگون در تربیت عقلانی کودک نقش بسزایی دارد و باعث می شود در بزرگسالی درست و نادرست را از هم تشخیص دهد.

امروزه ثابت شده کودکانی که به اندازه کافی و به درستی بازی نمی‌کنند، از رشد ذهنی مناسب و رشد اجتماعی درست بهره نمی‌برند. امام صادق (ع) می‌فرماید: «بگذار فرزندت تا هفت سال به بازی بپردازد، در هفت سال دوم به او ادب بیاموز و در هفت سال سوم مراقب وی باش.» اگر تحلیل دقیقی روی بازی کودک در خردسالی داشته باشیم، می‌توانیم تا حد زیادی شخصیت وی را در بزرگسالی بباییم. خشونت، کمرویی، عصبی بودن، ترس، وحشت و عدم اعتماد به نفس در بزرگسالان جزء مواردی هستند که در بازی‌های کودکانه این افراد قابل کشف هستند. اگر در همان دوران به کمک کودکان برویم، در بزرگسالی با مشکلات کمتری رو به رو خواهند شد.

شرکت مناسب والدین در بازی‌های کودکان موجب مستحکم‌تر شدن رابطه والد و فرزندی می‌شود؛ در عین حال موقعیت مناسبی پیش می‌آید که والدین به تربیت فرزند بپردازند و نکات تربیتی را در خلال بازی به او آموزش دهند. پدر و مادر تعیین کننده نوع و شیوه بازی کودک نیستند؛ در این بازی‌ها والدین نباید خواست و اراده خویش را به فرزندشان تحمیل کنند؛ ولی بهتر است شرایط سالم را برای بازی فراهم سازند، خود به عنوان هم بازی در آن شرکت داشته باشند اجازه دهند کودک با قدرت خلاقیت خود بازی را اراده کند.

والدین در حین بازی باید به نحوه ادای کلمات، رفتارها و برخوردهای خود دقت نمایند؛ چرا که کلمات و برخوردها، آینه تمام نمای طرز حرف زدن و برخورد کردن کودک است. تجربه ثابت کرده کودک بیش از هر کس از والدین و معلمان خویش تأثیر می‌گیرد و نیمی از دنیای او در آرزوی تبدیل شدن به پدر و مادر یا معلم خود سپری می‌شود. از نظر کودک، کامل‌ترین و قدرتمندترین افراد، والدین و معلم‌ها هستند.

اگر نکته منفی را در رفتار فرزند خود مشاهده کردید، در برخورد خود جست و جو کنید.

البته با توجه به زندگی ماشینی و خانه‌هایی که روز به روز کوچک‌تر

می‌شوند، نیازمند یافتن بازی‌های مناسب در آپارتمان‌ها هستیم، هرچند هیچ کدام از این نوع بازی‌ها جایگزین بازی در فضای باز نمی‌شود. متأسفانه امروزه بازی‌های رایانه‌ای چنان دنیای کودکان را اشغال کرده که از هرگونه بازی فکری و بدنی بازمانده‌اند و نه تنها سودی به حال آنان ندارد که مانع ارتباط جمعی کودک نیز می‌شود. یکی از اثرات بد بازی‌های رایانه‌ای، چاقی مفرط کودکان است. بعضی از این بازی‌های رایانه‌ای که جنبه فکری و سرعت عمل دارند در زمان‌های محدود برای بچه‌ها خوب هستند ولی استفاده بیش از حد این بازی‌ها نه تنها کمکی به آن‌ها نمی‌کند؛ بلکه تا حدی باعث عصبی و کم حوصله شدن آنان می‌شود، به همین دلیل استفاده از این بازی‌ها باید کنترل شده و در زمان‌هایی خاص باشد. بازی می‌تواند نقش بسیار مثبتی در رشد روانی، هیجانی و بهزیستی کودک داشته باشد. به طور مثال کنجکاوی شدید کودک می‌تواند از طریق بازی ارضا شود و فرصتی مناسب به او بدهد تا هوش خود را تقویت نماید و موجب رشد و شکوفایی شخصیت کودک گردد.

مصاحبه با امیر حسین اسمعیلی دانش آموز پایه ی ششم

«لازنده فهدرو باگی»



* خودتان را معرفی کنید؟

به نام خدا من امیر حسین اسمعیلی پور فرزند اول خانواده و کلاس ششم هستم. متولد بیست و هفتم فروردین سال ۱۳۸۸ در همدان. من به ساخت و ساز وسایل جدیدی که انجام کارها را برای دیگران آسان می کند، علاقه دارم.

* شما چه موفقیت هایی را توانستید کسب کنید؟

من توانستم خودرو باگی بسازم و کارت طلایی دریافت کنم، من با شرکت در طرح های جابر، به علاقه خودم در سازه های مکانیکی پی بردم .

* رمز موفقیت شما چیست؟

علاقه بسیار زیاد و پشت کارم.

* برای آینده خود چه برنامه ای دارید و اینکه علم بهتر است یا ثروت؟

من دوست دارم لوازم پیشرفته تری بسازم و معتقدم که علم بهتر از ثروت است چون ثروت بالاخره پایان می یابد اما علم هرگز پایان نمی یابد.

* استعداد شما چگونه شکوفا شد؟

شاید برای شما جالب باشد که بدانید استعداد من از خراب کردن وسایل خانه شروع

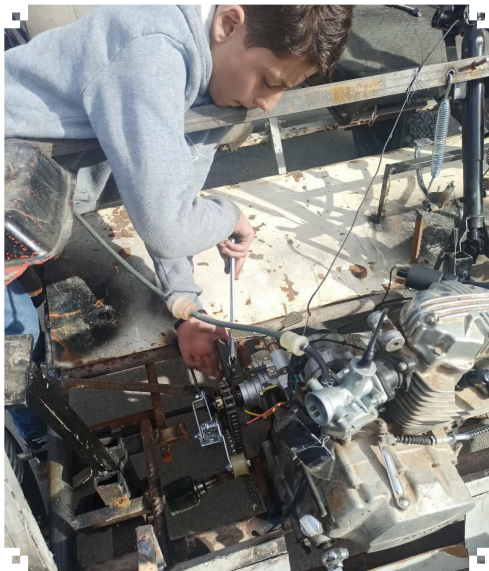
شد چون خیلی علاقه داشتم که بدانم تلفن رادیو و تلویزیون و... چگونه کار می کنند . کم کم به ساخت ماشین علاقه مند شدم و با این که آموزشی ندیده بودم با کمک ویدئو های آموزشی اینترنتی توانستم این خودرو رو طراحی کنم.

* تاکنون چه طرح ها و پروژه هایی را اجرا کرده اید؟

من از کودکی خیلی اسباب بازی هایم برایم جالب بود و همیشه آنها رو باز میکردم و نحوه ی کار آنها رو میدیدم. سه راهی همه کاره، تعمیر بعضی از لوازم خانه ، ماشین کنترلی و پارکینگ، کرکره برقی ومهمترین سازه ای که داشتم خودروی باگی بوده است.

*** دانش آموزانی که میخواهند افتخار آفرین باشند، باید چه اموری را مورد توجه قرار دهند؟**

باید به دنیاوردیگری نگاه کنند و تلاش پشتکار زیادی داشته باشند. من خودم چون به سازه ها علاقه دارم به کوچکترین چیزی که مبینم دقت میکنم که چطور کار می کند، چطور حرکت می کند، دنیای اطرافم رو همیشه طوری نگاه میکنم که چیزی بیاموزم و همیشه فکر میکنم که خیلی کارها میشود برای بهتر بودن انجام داد. شاید الان درتوان نداشته باشم اما با یاری خدا خواهم ساخت. همیشه پشتکار داشتن باعث موفقیت میشود و اینکه شاید سختی هایی در کارها باشد که نباید باعث ناامیدی شود، دست از تلاش بر نداریم تا به آرزوهایمان برسیم و آرزوی ما رویا نباشد.



*** سخن آخرتون با شابلون چیست؟**

من از شابلون به عنوان یک رسانه انتظار دارم و خواهشمندم که صدای دانش آموزان پر استعداد را به گوش مراجع آموزشی و پژوهشی برسانند تا ما بتوانیم در کنار تحصیل به علایق اینچنانی مان پردازیم. می دانیم که داشتن حمایت های مالی و آموزشی در انجام این پروژه ها موثر است بنابراین انتظار دوم من این است که شما بتوانید با اطلاع رسانی راهی برای حمایت از این استعداد ها مهیا کنید. من از مدرسه ی علمی ، جناب آقای شفیع نژاد، خانواده ام و مادر بزرگم که از نظر مالی حمایت کرده و همیشه در کنارم هست سپاسگزارم و امیدوارم که بتوانم قدر دان این زحمات باشم.



یکهفته می نهان اعتماد بنفس را در فرزندانمان افزایش داد؟



محمود یادگاری
مشاور

۹- به او یاد دهید که بتواند در هر زمینه ای که موفق می شود خودش را مورد تشویق قرار دهد.

۱۰- از همان دوران کودکی سعی نمایید برای جلوگیری از عادت به تنبلی، شیوه ی برنامه ریزی روزانه را برای انجام دادن کارهای شخصی خود تهیه نمایید و بر حسب اولویت ها و مواردی که در نظر گرفته اید به انجام رسانید تا فرزند شما الگو پذیری نماید.

۱۱- شما بعنوان والدین دانش آموز باید مهارت نه گفتن را بیاموزید و در زندگی قادر به انجام دادن آن باشید تا فرزند شما بتواند با قاطعیت در مقابل دیگران آن را بکار برده، بدون اینکه باعث ناراحتی آن ها شود .

۱۲- صفت تواضع را به فرزندان آموزش دهید اما هرگز طوری رفتار نکنید که نشان دهنده خواری و کوچک شمردن شخصیت شما باشد زیرا او از شما الگو می گیرد.

۱۳- شما به عنوان والدین سعی کنید در زندگانی ریسک پذیر باشید و خود را از منطقه ی امن که به صورت عادت در شما درآمده است، دور نمایید تا فرزندتان از شما یاد بگیرد.

۱۴- با دید مثبت به مسائل زندگی نگاه کنید و به آن ها افتخار نمایید .

۱۵- زمینه ای ایجاد نمایید تا فرزندان در انجام کارهای خیریه داوطلب شود.

۱- در مرحله ی اول زمینه ای ایجاد نمایید تا او به نقاط قوت و ضعف خود آشنا گردد.

۲- زمینه ای در منزل ایجاد نمایید تا مسئولیتی را که به فرزند می دهید سعی کند با وجدان کاری، دقت و کوشش فراوان و با حمایت های فکری و معنوی شما به سرانجام برساند و هیچ کاری را نا تمام رها نکند.

۳- سعی کنید او را از همان دوران کودکی با توجه به علاقه اش در یک ورزش گروهی عضو نمایید.

۴- زمینه ی دوستی با افراد مثبت گرا را برایش ایجاد نمایید.

۵- با بیان داستان های مختلف قرآنی این نکته به او یاد آور شوید که چون اشرف مخلوقات می باشد نباید خود را دست کم بگیرد.

۶- در انجام فعالیت هایش سعی کنید زمینه ای ایجاد نمایید تا با داشتن وقت کافی بدون استرس بتواند آن را به سرانجام برساند.

۷- با توجه به متفاوت بودن افراد و اینکه خداوند به هر شخصی استعداد ویژه ای داده است هرگز او را با کسی مقایسه ننمایید بلکه ایشان را نسبت به خودش مقایسه نمایید .

۸- زمینه ای ایجا نمایید تا او با کسب موفقیت (هرچند کوچک) بتواند بر ترس هایش غلبه نماید و بلافاصله مورد تشویق قرار گیرد.



مرضیه آزاده
مشاور

رهزهای کرهنابی و مشکل ارتباط با فرزندان



* در این بازی، کودک باید به خاطر عملکردش بسیار تحسین شود.

* در این بازی هیچ باید و نبایندی برای کودک وجود ندارد، حتی می تواند قواعد بازی را بهم بزند.

* اگر کودک تاکید بر روی برد و باخت داشت، والدین خیلی به این مسأله اهمیت ندهند.

* فراموش نکنید انتخاب بازی مطلقاً با کودک است و می تواند هر نوع بازی به جز بازی های خطرناک را انتخاب کند.

* سعی کنید ترجیحاً بازی های حرکتی و مفرح را انتخاب کنید.

* در این بازی اصلاً هیچ آموزشی وجود ندارد و هدف آن صرفاً شادی و داشتن اوقات خوش با مادر است.

* به هیچ وجه نباید این بازی ها را کنسل کرد مگر کودک یا مادرش کسالت داشته باشند.

* این بازی صرفاً دو نفره است.

به نظر می رسد در این روزها که بخشی از آموزش فرزندان به گردن والدین افتاده است والدین برای مدیریت مناسب رفتاری فرزندانشان دچار مشکل شده اند. نه تنها در این شرایط بلکه در هر ارتباطی تا تعامل مثبت که زیربنای یک رابطه صحیح می باشد وجود نداشته باشد نمیتوان انتظار یک ارتباط دوسویه اصولی و مثبت داشت .

قطعاً برای مدیریت رفتاری کودکان باید بتوانیم با آنها تعامل مثبت داشته باشیم.

اما سوال اینجاست چه کارهایی باید در این راستا و برای رسیدن به یک ارتباط مناسب باید انجام داد. گذراندن وقت مشترک و بازی با آنها اولین مولفه داشتن یک تعامل مثبت می باشد. اما این بازی، شامل اصول و قواعدی است که باید رعایت شود:

* این بازی باید هر روز، حدود نیم ساعت ، بین کودک و مادر و دو روز در هفته بین کودک و پدر انجام شود.

گفتگوی انعکاسی دو نوع دارد: انعکاس محتوا و انعکاس احساس

۱. انعکاس محتوا

در انعکاس محتوا والدین باید خلاصه‌ی گفته‌های فرزندشان را به خودش برگردانند. در واقع زمانی که فرزندشان جمله یا جملاتی را می‌گوید، باید تمام حواسشان را به گفته‌هایش بدهند و بعد فقط نکات مهم جملاتش را به او برگردانند، بدون آنکه معنی جملاتش را تغییر بدهند یا چیزی را در جملاتش اضافه یا کم کنند.

اینکار باعث می‌شود:

۱) فرزند شما متوجه بشود به هرآن چه که گفته، خوب گوش کردید، درکش می‌کنید و در نتیجه ارتباط بین شما و فرزندتان محکم‌تر می‌شود.

۲) شنیدن خلاصه‌ی جملاتش از زبان شما باعث می‌شود درباره‌ی چیزهایی که گفته آگاهی بیشتری پیدا کند.

۳) انعکاس محتوا به گفتگوی شما جهت می‌دهد و باعث نظم بخشیدن به افکار فرزندتان می‌شود.

۴) در انعکاس محتوا شما با افکار فرزندتان سر و کار دارید و در نتیجه شناخت بهتری از فرزندتان پیدا می‌کنید.

مثال:

کودک: خیلی وقته این ماشین کنترلی رو دارم. به دونه جدیدش رو می‌خوام!

مامان: دوست داری یه ماشین جدید داشته باشی.

۲. انعکاس احساس

زمانی که بچه‌ها جمله‌ای را می‌گویند بخشی از آن جمله محتوایی است که در قالب جملات به والدین می‌گویند و بخشی از آن احساسی است که همراه با محتوای جمله‌شان با لحن و حالات بدنیشان به والدین نشان می‌دهند. در انعکاس احساس، والدین به احساسات و هیجانات فرزندشان توجه می‌کنند، آن‌ها را شناسایی و نام‌گذاری می‌کنند و به فرزندشان باز می‌گردانند.

* بازی را در ساعت‌هایی از روز انجام دهید که خلق کودک خوب است و آن را به ساعت‌های پایانی شب موکول نکنید.

* این بازی باید تعاملی باشد یعنی پر از گفتگو، شادی، وجد و بازخورد باشد. به عبارت دیگر والد باید یک همبازی فوق‌العاده برای کودک باشد.

گام بعدی برای داشتن تعامل مثبت با فرزندتان گفتگوی انعکاسی می‌باشد.

گفتگوی انعکاسی بدین معناست که در گفتگو با کودک کلمات و احساسات او را به خودش بازگردانیم. از این گفتگو در زمان‌هایی استفاده می‌شود که کودک دچار هر گونه احساس منفی مانند خشم، ترس یا ناراحتی باشد. باید گفت که در گفتگوی انعکاسی از سوال، قضاوت و نصیحت استفاده نمی‌شود.

در این گفتگو در واقع والدین مثل یک آینه، جملات و احساسات فرزندشان که ممکن است مثبت، منفی یا حتی مبهم باشد را به او انعکاس می‌دهند. این تکنیک روی احساسات و هیجانات فعلی فرزند متمرکز می‌شود. این نوع از گفتگو باعث می‌شود فرآیند گفتگو بین والدین و فرزندشان ادامه پیدا کند و بتوانند دلیل اصلی احساساتی که فرزندشان تجربه می‌کند را با یکدیگر شناسایی کنند. استفاده از گفتگوی انعکاسی از طرف والدین باعث می‌شود فرزندشان راغب باشد تا با آن‌ها از احساسات مختلفش حرف بزند. زمانی که گفتگوی انعکاسی را به کار می‌گیرید به فرزندتان می‌فهمانید که من الان در مقابل تو نیستم، بازخواست نمی‌کنم، من در کنار تو هستم، من متوجه هستم که چه احساسی داری و با یکدیگر علت این احساس را پیدا می‌کنیم. این کار باعث ایجاد یک ارتباط محکم بین والدین و فرزندشان می‌شود.

اینکار باعث می‌شود:

شما به فرزندنتان نشان بدهید که احساسات او را درک می‌کنید.

وقتی فرزندتان از گفتن چیزی تردید دارد، انعکاس احساس باعث می‌شود برای گفتن آن مسئله مطمئن‌تر بشود چون متوجه می‌شود که شما حس او را درک کردید.

فرزند شما از احساسات خودش آگاه‌تر می‌شود و آن‌ها را بهتر می‌پذیرد. میزان فشاری که فرزند شما به خاطر احساسات منفیش تجربه می‌کند کم می‌شود و کنترل بیشتری روی هیجانانش پیدا می‌کند.

نمونه‌هایی از انعکاس احساس:

کودک: علی خیلی من رو اذیت می‌کنه، دلم می‌خواد با مشت بکوبم توی صورتش.

مامان: آهان! تو حسابی از دست علی عصبانی هستی...

اگر علاقه‌مند بودید که این مطلب را به صورت مفصل‌تر مطالعه کنید می‌توانید به سایت مدرسه قسمت مشاوره مراجعه فرمایید.



گذراندن وقت مشترک و بازی با فرزندان اولین مولفه داشتن یک تعامل مثبت می‌باشد.



اکرم عرفان منشی
مسئول بهداشت

کوچ سلامت در علمی



افزایش وزن و چاقی نه تنها سلامت کودکان و نوجوانان را در طول تحصیل به خطر می اندازد، بلکه در آینده بر زندگی آنان تاثیر خواهد گذاشت و آنان را با مشکلات بهداشتی، سلامتی و شیوع بیماری های غیر واگیر مواجه خواهد کرد. به منظور جلوگیری از آسیب های جسمی دانش آموزان در آینده، وزارت آموزش و پرورش مصمم به اجرای پروژه کنترل «وزن و چاقی دانش آموزان با رویکرد ترویج سبک زندگی فعال و سالم» شد و از رهگذر اجرای این طرح، نقش موثری در تأمین سلامت عمومی امروز و آینده جامعه ایفا خواهد نمود.

در این طرح، جمعیت هدف کوچ سلامت تمام دانش آموزان مدرسه اعم از افراد لاغر، دارای وزن طبیعی، وزن اضافی و چاق است که باید مورد آموزش، مشاوره و حمایت قرار گیرند.

از روزی که کرونا به کشور قدم گذاشت و زندگی همه را تحت تاثیر قرار داد تا به امروز، حدود ۱۶ ماه می گذرد؛ ۱۶ ماه که باعث شد مدارس تعطیل و تعدادی از مردم به بیماری کرونا مبتلا شوند و عزیزی را از دست دهیم.

برای مبارزه با این ویروس منحوس، شست و شوی مداوم دست ها، استفاده از ماسک و رعایت فاصله اجتماعی توسط متخصصان پیشنهاد شده اما یکی از نکاتی که نسبت به آن تأکید فراوان شده است، قرنطینه خانگی است. به عبارت دیگر مردم در خانه بمانند و جایی نروند. همچنین از حضور در اجتماعات به شدت جلوگیری شود تا زنجیره ویروس کرونا قطع شود. اما در خانه ماندن و عدم تحرک، مشکل چاقی را به همراه دارد؛ مشکلی که در آینده منجر به بروز بیماری های مختلف در هر فرد می شود.

در این راستا بر مشارکت و همکاری متقابل والدین با مدرسه به ویژه والدینی که فرزندان آنان دارای اضافه وزن و چاقی هستند، توصیه جدی شده است؛ البته تأکید بر این است که در عنوان کردن اثرات منفی وزن اضافی و چاقی نباید به گونه ای افراط شود که به تأثیر منفی در روحیه دانش آموزان دارای اضافه وزن و چاقی بینجامد.



اما آیا به هر کسی که به ظاهر درشت به نظر می رسد، باید چاق گفت؟ چه فردی چاق است؟ برای تشخیص اضافه وزن یا همان چاقی از فرمول وزن (برحسب کیلوگرم) تقسیم بر (قد به توان ۲) بر حسب سانتی متر استفاده کند. شخصی که شاخص توده بدنی او بالاتر از ۳۰ باشد چاق محسوب می شود و شخصی که شاخص توده بدنی اش بین ۲۵ تا ۳۰ باشد دارای اضافه وزن است.

کنترل وزن و پیشگیری از چاقی

گرچه چاقی بیماری کشنده ای نیست اما باید بسیار جدی گرفته شود چرا که مستقیم و غیر مستقیم با بسیاری از بیماری ها در ارتباط است. بیماری هایی مثل افزایش فشار خون، آترواسکلروز (سخت شدن جدار رگها)، بیماری های کبدی و صفراوی، سنگ کیسه صفرا، آرتروز، اختلالات تنفسی، واریس، چربی بالای خون. از دیگر عوارضی که چاقی به دنبال دارد و بسیار هم حائز اهمیت است.

علل چاقی:

چاقی می تواند دلایل گوناگونی داشته باشد که برخی از آن ها عبارتند از:

- ۱- استرس و اضطراب، فشارهای درونی و افسردگی
- ۲- عادات بد غذایی. به طور مثال فرد انرژی زیادی دریافت می کند اما فعالیت ندارد.
- ۳- مصرف برخی از داروها از قبیل داروهای ضد بارداری، ضد افسردگی و ضد اضطراب و کورتون ها ۴۰-۳۰ درصد از علت چاقی ها عوامل ژنتیکی است.

۵- کم تحرکی و عدم فعالیت بدنی.

عادات بد غذایی از همه موارد مهم تر است. بگذارید یک مثال بزنم. فرض کنید شخصی علاوه بر نیاز روزانه بدن خود یک عدد نان سوخاری هم اضافه بخورد. با اینکه کالری نان سوخاری بسیار کم است اما همین شخص بعد از ۲۰ سال ۱۵ کیلوگرم بر وزنش اضافه می شود. چربی، ذخیره اصلی انرژی بدن است. اگر انرژی دریافتی شما بیشتر از انرژی باشد که مصرف می کنید، قاعدتاً بافت چربی افزایش پیدا خواهد کرد و افزایش وزن را در پی خواهد داشت.

راه حل کنترل وزن

برای پیشگیری از چاقی و کنترل وزن باید میزان تحرک خود را متناسب کنید و فعالیت های فیزیکی منظم داشته باشید. غذا را خوب بجوید و آرام بخورید. از رژیم های غذایی استفاده کنید که سرشار از میوه و سبزیجات تازه باشند. از خوردن غذاهای چرب و پرنمک و همچنین فست فود و نوشابه های گازدار اجتناب کنید. از تنش های روانی اجتناب کرده و سعی کنید آرامش خود را در همه حال حفظ کنید. هنگامی که استرس و اضطراب دارید غذا نخورید.



به جای ریزه خواری وقت خود را با فعالیت و ورزش پر کنید.

نحوه اجرای طرح کوچ در دبستان پسرانه علمی :

- ۱-سنجش اولیه شاخص توده بدنی تمام دانش آموزان تا پایان آبان ماه انجام شد .
- ۲- نتایج سنجش اولیه در سامانه سناد ثبت شده است .
- ۳-دانش آموزان دارای اضافه وزن و چاق شناسایی شده و در اپلیکشن شاد گروهی با عنوان :گروه کوچ مجتمع پسرانه علمی ، تشکیل و دانش آموزان هدف در گروه عضو شدند ، در این گروه آموزش برنامه غذایی متناسب با توده بدنی ، مشاوره، حمایت و نظارت بر افزایش فعالیت های حرکتی و کنترل تغذیه (توانمندسازی و ترغیب دانش آموزان در مدیریت وزن) بیان می شود.
- ۴-تکمیل و تحویل فرم اجرا به مراکز جامع سلامت و خانه های بهداشت در مورد دانش آموزان دارای کم وزنی و چاقی.
- ۵- تنظیم میثاق نامه و دلنوشته و نقاشی دانش آموزان در خصوص کنترل وزن خودشان.

همانطور که در ابتدا اشاره کردم چاقی هم نوعی بیماری مزمن است و مانند سایر بیماری های مزمن برای درمان نیاز به زمان دارد.

برای درمان چاقی از مصرف دارو بپرهیزید زیرا همه داروها عوارض دارند. برای درمان چاقی و رسیدن به اندام ایده آل خود عجله نکنید. عادات غذایی خود را درست کنید و از رژیم های غذایی سالم پیروی کنید که وزن شما را به تدریج کاهش می دهد.

چند توصیه برای اصلاح عادات غذایی غلط:

- هر روز ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.
- در حین غذا از نوشیدن آب پرهیز کنید.
- پیش از مصرف غذا سالاد بخورید تا حجم معدهتان را پر کند و در غذا از نمک اضافه استفاده نکنید.
- همه وعده های اصلی غذایی خود را که شامل صبحانه ، نهار ، شام می شود میل کنید در غیر این صورت گرسنه می شوید و ریزه خواری خواهید کرد.
- در هنگام غذا خوردن از بشقاب های کوچک استفاده کنید تا غذای کمتری بکشید.
- می توانید ۲ ساعت بعد از غذا چای کم رنگ بدون قند و شیرینی بنوشید.



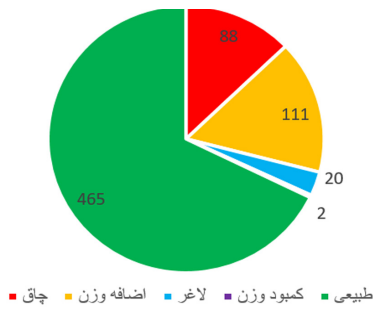
در پایان اجرای طرح، دانش آموزانی که در خصوص کنترل وزن خود و تناسب اندامشان همکاری و همراهی داشته و در حفظ سلامت خود کوشا بوده اند مورد تقدیر و تشویق قرار خواهند گرفت.

با یاری خداوند متعال، همکاری والدین عزیز، تلاش و همت دانش آموزان پویا و پیگیری همکاران دلسوز دبستان علمی این طرح را با کاهش ۳ درصدی وزن دانش آموزان با توده بدنی بالا به سرانجام خواهیم رساند.

۶- دعوت از کارشناس تغذیه سرکار خانم شادی شیوا و برگزاری کلاس آموزشی تغذیه سالم و کنترل وزن برای والدین و دانش آموزان عزیز در فضای مجازی،

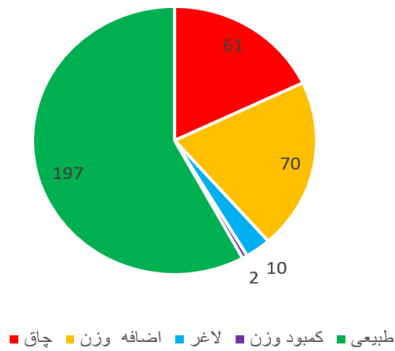
۷- سنجش ثانویه شاخص توده بدنی تمام دانش آموزان به ویژه دانش آموزانی که در سنجش اولیه با اضافه وزن و چاقی روبه رو بودند، از فعالیت هایی است که در اسفند ماه انجام شد.

نمودار توده بدنی دانش آموزان دبستان به صورت زیر می باشد:



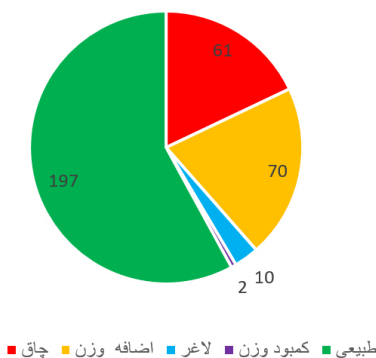
وضعیت توده بدنی کل دانش آموزان دبستان پسرانه علمی

چاق	۸۸ نفر
اضافه وزن	۱۱۱ نفر
لاغر	۲۰ نفر
کمبود وزن	۲ نفر
وزن طبیعی	۴۶۵ نفر



وضعیت توده بدنی دوره اول ابتدایی پسرانه علمی

چاق	۲۷ نفر
اضافه وزن	۴۱ نفر
لاغر	۱۰ نفر
کمبود وزن	۰ نفر
وزن طبیعی	۲۶۸ نفر



وضعیت توده بدنی دوره دوم ابتدایی پسرانه علمی

چاق	۶۱ نفر
اضافه وزن	۷۰ نفر
لاغر	۱۰ نفر
کمبود وزن	۲ نفر
وزن طبیعی	۱۹۷ نفر

قاوه

راهکارهای درمان وابستگی بیش از حد کودکان به اینترنت

مصاحبه با سرکار خانم سمیه محمدی آموزگار پایه سوم

مصاحبه با برادران سلیمانی دانش آموزان پایه ششم



علی درویشی
معاونت حوزه آموزشی

راهکارهای درمان وابستگی بیش از ۱۵ کودکان به اینترنت

۲- تعیین پاداش و تنبیه برای استفاده صحیح و ناصحیح
اگر فرزند شما طبق برنامه ریزی گفته شده در فضای مجازی بود حتما هر از چند گاهی ایشان را مورد تشویق کلامی در جمع و یا حتی با خرید هدیه او را مورد تقدیر قرار دهید که کودک به این باور برسد که کار خوب نتیجه خوب خواهد داشت، در صورتی که رعایت نکرد هم نیازمند تنبیه از جمله تذکر کلامی، محدودیت از فضای اینترنت بیشتر و حتی محروم کردن در استفاده از وسایل که به آن تمایل بیشتری دارد مثل: عدم استفاده از اسباب بازی، کنسول های بازی و....



۳- جایگزین کردن فعالیت فیزیکی و سرگرمی خارج از فضای مجازی
یکی از علت های اصلی که کودکان بیشتر به سمت فضای مجازی می روند این است که در خانواده بازی های فیزیکی و تحرکی جایگاه کمتری دارد، با همفکری خود کودک میتواند بازی های فیزیکی مناسب را طراحی کرد و در منزل با کمک والدین و سایر فرزندان انجام داد تا کمتر سمت فضای مجازی بروند.

با توجه به درخواست برخی از والدین گرامی مبنی بر استفاده بیش از حد فرزند خود از اینترنت و فضای مجازی و به تبع آن بروز بیماری های ها گوناگون، بر آن شدیم راهکارهایی را جهت بهبود این مشکل در این نسخه از شابلون ارائه دهیم.
این روزها به دلیل شیوع ویروس کرونا، کودکان بیشتر اوقات خود را در خانه می گذرانند. آموزش مجازی و محروم شدن آن ها از برخی فعالیت های خارج از منزل باعث افزایش زمان استفاده از اینترنت و حضور در فضای مجازی شده است. راهکارهای پیشنهادی زیر برای پیشگیری از این وابستگی ها کودکان به اینترنت را ببینید.

۱- تعیین زمان مشخص برای استفاده کودکان در فضای مجازی

در صورتی که فرزند شما طبق برنامه درسی مکلف به حضور در شاد و اسکای روم می باشد سعی کنید با برنامه ریزی قبلی یک ساعت مشخص هم برای ارسال تکالیف برای آموزگار در زمان عصر قرا دهید و بعد از این ساعت از او بخواهید گوشی را کنار بگذارد، فراموش نکنیم هر قانونی برای فرزندان قرار میدهیم خودمان هم باید به آن پایبند باشیم، بسیاری از والدین با این ادله که ما تمام کارمان با گوشی است این اصل را رعایت نمیکنند، این در حالی است که کودکان قدرت تحلیل ندارد و این قانون ما را نوعی تحکم و زور میدانند، حتما کودک را در این زمینه توجیه کنیم.



استفاده از این بازی کدام مهارت شما رو بالا میبره، اگه این بازی یا برنامه باعث عصبانیت، خشونت و ... میشه چرا بازی مکنی؟ بدین سبب باعث میشود فرزندان ما بدانند که ما هم پیگیر برنامه ها و فعالیت های ایشان هستیم.

۶- افزایش تعاملات خانوادگی و اجتماعی کودک

گفت و گو، بازی و رفاقت ۳ ضلع یک مثلث هستند که باعث میشود فرزندان کمتر به این فضا رجوع کنند، این نسل تشنه حرف زدن هستند و از نصیحت های مکرر دل خوشی ندارند، سعی کنیم از نظرات ایشان در تمامی زمینه ها استفاده کنیم، هویت بخشی بهترین راهکار جذب و دوستی با این نسل است.



۴- نظارت اعضای خانواده در هنگام استفاده کودکان از اینترنت

نرم افزارهای مختلفی برای کنترل گوشی و لپ تاپ وجود دارد که با یک سرچ ساده در گوگل میتوان آنها را پیدا و خریداری نمود اما پیشنهاد ما دوستی و رفاقت عمیق با فرزندان است، سعی کنیم حدالمقدور با فرزندان گفت و گو کنیم که در صورت بروز هرگونه اتفاق، فرزندان امن ترین جایی که بتوانند مشکلات را مطرح کنند نزد والدین باشند نه غریبه ها، اما هر از چند گاهی و به بهانه های مختلف به صورت نامحسوس میتوان برنامه های گوشی، تاریخچه مرورگر، گالری، حافظه و ... تلفن همراه و کامپیوتر فرزندان را چک کرد، لازم به ذکر است در صورت مشاهده هرگونه مورد خاص به یکباره به فرزند تذکر ندهیم و سعی کنیم از در دوستی وارد شویم.

۵- هدفمند کردن استفاده از اینترنت برای کودکان

گاهی از فرزندانمان سوال کنیم که علت دانلود فلان برنامه یا حضور در فلان شبکه اجتماعی چیست؟، چطور میشود آن را حذف کرد، چطور امنیت خودم را در این برنامه بالا ببرم، بنظر شما



مصاحبه با کارکنان همه‌مهدی آموزگار پایه ۵م

۱. لطفا خود را کامل معرفی کنید:

سمیه محمدی هستم دارای فوق لیسانس روانشناسی تربیتی و لیسانس کامپیوتر بیش از ۱۵ سال سابقه در دو نوبت صبح و بعد از ظهر، همکاری با آموزش و پرورش در مقاطع ابتدایی، متوسطه اول و متوسطه دوم را دارا هستم اما مقطع ابتدایی را به عنوان مقطع ثابت انتخاب نمودم برای تدریس و با توجه به نیاز کارم ادامه تحصیل خودم را در حوزه روانشناسی انتخاب نمودم و به خاطر علاقه زیاد به کارم همیشه دنبال این هستم که کیفیت را مد نظر داشته باشم و بتوانم اثر گذار عمل بکنم.

۲. نقاط قوتی که بیش از هر موردی در خود می بینید؟

پشتکار، با نشاط و علاقمند به امر آموزگاری

۳. در صورتیکه دوباره انتخاب شغل میکردید آیا غیر از معلمی شغل دیگری را انتخاب میکردید؟ به هیچ وجه

۴. بنظر شما یک معلم خوب دارای چه ویژگیهایی است و به چه ظرافتهایی توجه دارد؟

معلمی که علمش به روز باشد می تواند بانشاط، توانمند، با پشتکار و فروتن باشد و در گروه آموزگاران به خوبی قوانین را بپذیرد نه تنها نسبت به آموزش و تربیت بلکه نسبت به

بهترین آموزش و تربیت دغدغه مند باشد.

۵. در صورت رخ دادن یک اشتباه از سوی دانش آموز چگونه اورا متوجه رفتار نادرستش میکنید؟

سعی میکنم به شکل غیر مستقیم با بیان قصه و یا با انجام صحیح آن کار او را متوجه اشتباهش بکنم.

۶. نحوه تشویق و ایجاد انگیزه در دانش آموزان ضعیف چگونه است؟

کوچکترین نقطه قوت او را بسیار بزرگ و مهم جلوه داده و او را تشویق میکنم و در واقع فرایند پیشرفتت را پررنگ میکنم.

۷. در امر آموزش چه مسائلی میتواند مانع پیشرفت تحصیلی دانش آموزان گردد؟

عدم اعتماد به نفس و خود باوری او و عدم ایجاد علاقه در او و همچنین مشکلات خانوادگی.

۸. چه اقدامات و برنامه هایی برای اکنون و آینده دارید؟

علم خود را به روز کنم در هر لحظه در حال رشد باشم تا با آگاهی و نشاط فراوان آینده سازان سرزمینم را تربیت کنم.



۱۲. دانش آموزان دیروز و امروز را چطور ارزیابی می کنید؟

دیروز صبورتر و توانمند امروز توانمند تر و کم صبر تر

۱۳. تعریف خودتون رو از معلمی بیان کنید.

معلمی عاشق شدن هست و محوریت زندگی من معلمی بوده است و سعی کردم ناظر به نیاز زمان خودم را بروز کرده باشم .

۱۵. تعلیم و تربیت رو با رنگ کرونایی دارای چه ویژگی هایی میدانید آموزش در فضای مجازی یا تربیت در فضای مجازی دارای چه مولفه هایی است؟

هم نقاط منفی دارد هم مثبت ،به شخصه علاقمندی من به دانش آموزان بیشتر و سعی و تلاشم بیشتر شده است به دلیل این که بتوانم اثر گذاری مطلوب رو بر دانش آموز داشته باشم و این که تعاملی داشته باشم که دانش آموز از روی علاقه دنبال کلاس باشد .

۹. در چشم شما چه دانش آموزانی همیشه به یاد می ماند؟

همه دانش آموزان چون هر یک با ویژگی های خود برایم عزیز و دوست داشتنی هستند .

۱۰. حرف های نرزه و نگفته ای که باید می گفتید ولی نگفتید؟

معلمی عشق است و شغل نیست.

۱۱. روش خاص و منحصر به فردی در تدریس دنبال می کنید؟

اولین روشم این هست که همیشه در طول سال هر روز که به مدرسه می آیم به نام یکی از ائمه نیت کرده و قدم به مدرسه میگذارم.

مصاحبه با برادران لیمانی دانش آهزان پایه ی ششم

«سازندگان ماشین ربات»



۱. خودتان را معرفی کنید؟

ما محمد حسن و محمد حسین سلیمانی متولد بهمن ۱۳۸۷، دانش آموزان کلاس ششم مدرسه علمی

۲. شما چه موفقیت هایی را توانستید کسب کنید؟

ما تجربه ساخت ماشین ربات کنترلی چند زمانه، سازه های ربات و آرمیچر با کاربرد ردیابی و راه یابی با کنترل جهات مختلف رو به جلو، رو به عقب، گردش به چپ و راست و با قابلیت حمل بار وسایل و همچنین نصب دریل مخصوص حفاری تونل و تزئین با چراغهای ال ای دی را داشتیم.

۳. رمز موفقیت شما دو برادر چیست؟

رمز موفقیت در کوشش و تلاش و همکاری دو برادر با هم بوده و همیشه تلاش میکنیم با وسایل دور ریز یا غیر قابل استفاده یک وسیله یا کاردستی را با خلاقیت ایجاد کنیم و خیلی وقتها هم با تحقیق و مطالعه فکر خود را تقویت کنیم. پس برای مطالعه خودمان علاوه بر مسائل درسی مطالعات غیر درسی نیز داریم.

۴. برای آینده خود چه برنامه ای دارید و

اینکه علم بهتر است یا ثروت؟

برای آینده خود تلاش میکنیم در رقابتهای علمی و فنی خودمان را آماده کنیم و تلاش کنیم تا دارای ثبت اختراعات علمی و فنی باشیم علم و ثروت هر دو خوبند اما علم در ذهن و اندیشه انسان ماندگارتر از ثروت هست و خیلی وقتها با داشتن علم به ثروت هم میرسیم.

۵. استعداد شما چگونه شکوفا شد؟

ما از بچگی علاقه به بازیهای چیدنی و فکری داشتیم و همچنین ساخت اسباب بازی و وسایل الکتریکی با اشکال مختلف و اینکه در سال اول تحصیلی نیز یک ترم هم در کلاس رباتیک شرکت کردیم.

۶. تاکنون چه طرحها و پروژههایی را اجرا کردهاید؟

ساخت کولر، پنکه، جارو برقی، مخلوط کن، ماشین و تانک با قابلیت پرتاب تیر، ربات جگنجو، چراغ قوه و دزد گیر و غیره..
۷ دانش آموزانی که میخواهند افتخار آفرین باشند، باید چه اموری را مورد توجه قرار دهند؟

نظم و مطالعه و علاقه در کار و تلاش در یادگیری را فراموش نکنند.

۸. سخن آخرتون با شابلون چیست؟

ما از شابلون و دست اندر کاران آن تشکر داریم که زمینه شناسایی و معرفی افراد توانمند و خلاق را ایجاد کرده و امیدواریم این حمایتها ادامه داشته باشند.



یادگیری الکترونیکی در مدارس 

روش هایی برای مراقبت از کودکان در فضای مجازی 



سید مرتضی دزفولیان
معاونت فناوری

یادگیری الکترونیکی در مدارس

چیزی است که از دهه نود میلادی با جدی شدن اینترنت در فضای آموزشی مطرح شد و طی این سال ها، شرکت های خصوصی و بسیاری از دانشگاه ها و مدارس و موسسات آموزشی بر روی تولید محتوای الکترونیکی و هم چنین تولید نرم افزارهای فضای آموزشی مجازی اقدام کردند.

در یک محیط الکترونیکی، کتاب ها و مطالب به فایل ها و اسلایدها تبدیل می شوند. تکالیف یا ایمیل ارسال می شوند یا از طریق سیستم آنلاین در پنل استاد قرار می گیرند و شما دیگر چهره استاد خود را هر روز نمی بینند و نیازی به سفر فیزیکی به محل کلاس نیست و شاید حتی استاد را با دوربین و از روی وب تماشا کنید همه این ها تنها یک تغییر ماهیت از شکل قبلی به شکل جدید است.

یک مدل پیشرفته تر و کارآمدتر

با توجه به نقش معلم در روشهای نوین تدریس، معلم در مرحله ی نخست وظیفه تسهیل گری در فرایند یاددهی-یادگیری را برعهده دارد. به این معنا که دانش آموزان مسئول یادگیری هستند و معلم فقط یادگیری را برای آنان تسهیل میکند و در ادامه تسریع یادگیری به معنای استفاده از هنر معلمی برای سرعت بخشیدن به یادگیری دانش آموزان است. طبق رویکردهای تعلیم و تربیت هدف از آموزش تثبیت یادگیری دانش آموزان و کاربرد آن در زندگی است و در راستای همین هدف معلمان باید از روشهای نوین تدریس در کلاس خود استفاده نمایند تا دانش

باید توجه کنید که یادگیری فقط در کلاس درس صورت نمی گیرد و در هر زمان و در هر مکان می توان آموخت. امروزه یکی از روش های یادگیری، یادگیری الکترونیکی است. در این راستا و برای خودآموزی یا در واقع یادگیری فرد محور، یکی از روش ها استفاده از یادگیری الکترونیکی است.

یادگیری الکترونیکی

امروزه با گسترش فناوری های اطلاعاتی و ارتباطی، روش کسب و کار، فعالیت های روزمره، ارتباط با دیگران، دستیابی به اطلاعات و به طور کلی تمامی ارکان زندگی بشر دچار تحولی عظیم گشته است. یادگیری الکترونیکی و کسب دانش نیز در این میان مستثنی نمانده است. هرچند بشر از دیرباز فناوری و ابزار را در خدمت آموزش و فراگیری اش بکار گرفته ولی شاید هیچگاه مانند امروز، آموزش و فراگیری با تحولات شگرفی که ناشی شده از بکارگیری فناوری های نوین اطلاعاتی و ارتباطی مانند اینترنت، لوح فشرده و سیستم های چند رسانه ای می باشد، روبرو نگشته است. این فناوری ها عمدتاً با هدف ارتقاء سطح کیفی ارائه خدمات آموزشی و نیز اهدافی چون گسترش تعداد مخاطبین، آموزش دهندگان و موسسات آموزشی (و حتی شرکت ها و مراکز کسب و کار) را قادر می سازند تا به صورتی مقرون به صرفه و در کوتاه ترین زمان ممکن مطالب و محتویات مورد نظر را به مخاطبین منتقل نمایند.

ساخت محتوای الکترونیکی یا تبدیل کلاس های درسی به یک فضای مجازی و غیر فیزیکی،

آموزش الکترونیکی در بالاترین سطح از هر مکان و در هر زمانی میسر می شود.

آموزش الکترونیکی به صورت دوره های آنلاین یا آفلاین ارائه می شود.

در آموزش آنلاین همه کاربران به طور مستقیم با یکدیگر در ارتباطند اما از طریق ابزارهای فناوری مانند چت، ویدیوکنفرانس و فضاهای کلاس مجازی، در حالی که در آموزش آفلاین، مانند ارتباط از طریق محتوا، پیام رسانها، تکالیف، ارتباط آموزشی با تاخیر برقرار می شود.

آموزش و یادگیری الکترونیکی

یادگیری الکترونیکی نوعی از یادگیری است که در محیط شبکه و اینترنت و در ساختی رسمی به وقوع می پیوندد و مجموعه ای از فناوری های چند رسانه ای در ایجاد آن به کار میروند.

ضرورت آموزش و یادگیری الکترونیکی در

مدارس

امروز شکل سنتی کلاسهای درس رو به افول است. روز به روز بر تعداد مدارس هوشمند افزوده میشود. مدارس هوشمند مدرسی هستند که با داشتن امکانات ارتباطی کافی و با اتصال به شبکه های ملی و جهانی، دسترسی معلم و دانش آموز را به منابع عظیم علمی و محتوای آموزشی فراهم میکنند. آموزش در اینگونه مدارس به کمک رایانه از طریق شبکه هایی مانند اینترنت و اینترنت و به صورت چند رسانه ای انجام میشود. به عبارت دیگر، محتوای برنامه های درسی با استفاده از صدا، تصویر، متن، فیلم و... ارائه میشود. بهره گیری از تعامل و ارتباطات دوسویه و چند سویه بین معلم و شاگرد و نیز بین شاگردان، کیفیت فرآیند یاددهی یادگیری را به بالاترین سطح خود میرساند. میدانیم که یکی از اهداف عالی نظام تعلیم و تربیت، افزایش کیفیت یادگیری دانش آموزان و رشد علمی و فرهنگی آنان است.

آموزان به یادگیری عمیق و پایدار دست یابند. تکنولوژی آموزشی یکی از اساسی ترین مباحث آموزش و پرورش است که در روشهای نوین تدریس به آن توجه میشود. تکنولوژی آموزشی

مجموعه روشها و دستورالعملهایی که با استفاده از یافته های علمی برای حل مسائل آموزشی اعم از طرح، اجرا و ارزشیابی در برنامه های آموزشی به کار گرفته میشود. محتوای الکترونیکی نیز زیر مجموعه تکنولوژی آموزشی است و به عنوان رسانه ی آموزشی تلقی میشود. استفاده از محتوای الکترونیکی در کلاس تجربه ای جدید برای معلم و دانش آموزان خواهد بود و میتواند گامی مؤثر در جهت تثبیت یادگیری دانش آموزان باشد

امروزه آموزش الکترونیکی، به ایجاد تحول در سیستم آموزشی به معنای آموزش انتخابی نیازمند است. مراکز تحقیقاتی بر روی تولید محتوای آموزشی کوچک، اتصال محتواها، تولید ترکیبی محتوا، سنجش هوشمند میزان فراگیری دانشجو و دانش آموز، اجازه انتخاب به هر دو در شکل دهی واحدهای درسی و ... متمرکز هستند. به طور کلی فرآیند تحقیق به سمت آموزش انتخابی و آموزش هوشمند در حرکت است با این حال در کشور ما به دلیل کمبود محتوای الکترونیکی، نوپا بودن آموزش مجازی و حتی تصور غلط بعضی از مسئولین نسبت به آموزش الکترونیکی، این مسیر تحقیقاتی، پیشرفت چندانی نداشته است.

تعریف یادگیری الکترونیکی

مفهومی است بیانگر بکارگیری فناوری های اطلاعاتی و ارتباطی در فرآیند آموزش. به عبارت دیگر محتوای دوره آموزشی با استفاده از انتقال متن، صدا و تصویر به فراگیر ارائه می شود تا با بهره گیری از ارتباط دو سویه بین فراگیران و اساتید یا بین خود فراگیران، برگزاری دوره های



الناز گبو
کارشناس فرهنگی، آموزشی

رهش هابی برای مراقبت از کودکان در فضای مجازی

خصوص افراط نکرده و از تعادل خارج نشوند و حجم زیادی از اطلاعات هر چند مفید و آموزنده را برای کودک ارسال ننمایند.

ممنوعیت استفاده از فضای مجازی در هنگام صرف وعده های غذایی و جمع های خانوادگی:

ضروری است والدین در هنگام صرف وعده های غذایی و زمان هایی که افراد خانواده با یکدیگر در حال معاشرت و گفتگو هستند از تلفن همراه خود استفاده ننمایند. با اینکار به افزایش حس صمیمت در فضای خانواده کمک نموده و خانه را به محل امنی برای بیان احساسات و گفتگو های دوستانه تبدیل نمایند.

ارتباط تصویری با کودکان :

در صورتیکه بنا به دلایلی موقتا از محیط خانواده و فرزندان خود دور هستید می توانید از تماس تصویری برای ارتباط با آنها استفاده نمایید اما در شرایط عادی هرگز از این روش برای ارتباط با کودکان خود استفاده ننمایید و این روش را جایگزین ارتباط های واقعی نکنید.

گفتگو با فرزندان :

اگر فرزند شما نیاز به توجه و گفتگو با شما دارد سریعاً تلفن خود را کنار گذاشته و به حرف های او گوش فرا دهید. گاهی والدین با فرض این موضوع که کودک حرف مهمی برای گفتن ندارد و صرفاً به دنبال جلب توجه است به حرفهای او توجه کافی نمی نمایند و خود را با تلفن همراه مشغول می سازند.

در صورتیکه فرزند شما دارای وسایل ارتباطی در فضای مجازی است لازم است قواعدی را به عنوان والدین کودک وضع نمایید که هم از طرف شما و هم از طرف فرزندتان مورد رعایت قرار گیرد و از این طریق می توانید جلوی اثرات مخرب حضور کودکان در فضای مجازی را به حداقل برسانید.

در این مقاله به شرح روش های کاربردی برای جلوگیری از بروز اشتباه در استفاده از فضای مجازی و تلفن همراه توسط والدین و کودکان می پردازیم:

آموزش حفظ حریم به کودکان در فضای مجازی:

لازم است والدین نسبت به اهمیت حفظ حریم و عدم افشای اطلاعات شخصی و خانوادگی در فضای مجازی به کودکان خود آموزش کافی را داده تا کودکان را در فضای مجازی از سو استفاده افراد کلاه بردار حفظ نمایید. لازم است به کودک بیاموزید که در موارد زیر اطلاعاتی در فضای مجازی منتشر ننماید:

- شماره تلفن
- آدرس دقیق منزل یا مدرسه
- اطلاعات شناسنامه ای
- رمز های ورود حساب های کاربری و کارتهای بانکی
- عکس های خصوص شخصی و خانوادگی

ارتباط با کودکان از طریق فضای مجازی:

والدین می توانند ویدئو یا عکس های آموزنده و سرگرم کننده ای که حاوی پیام های مثبت و سازنده است را برای تلفن همراه فرزندتان خود ارسال نمایند تا ارتباط دوستانه ای نیز در فضای مجازی با آنها داشته باشید. اما لازم است در این

صحبت نموده و با اینکار آنها را از قرار گیری در موقعیت های خطرناک و نگران کننده حفظ نمایید. به او بیاموزید اگر فردی به هر دلیل با پیام و یا تصویری به هر نحو باعث بروز احساس نگرانی و نا امنی در او شده است باید به والدین در این مورد اطلاع رسانی نمایند.

فریب کودکان در فضای مجازی :

به کودکان خود بیاموزید که ممکن است بعضی از افراد به دلایل مختلف از جمله اختلالات شخصیتی و بیماری های پنهان روحی و روانی در فضای مجازی شخصیت متفاوتی از خود بروز داده و نسبت به جلب توجه و اعتماد کودکان تلاش نمایند. همواره به کودک در خصوص عدم اعتماد به افراد ناشناس هشدار دهید.

پیام از طرف افراد ناشناس:

به فرزندان خود بیاموزید که گاهی اوقات ممکن است پیام هایی از افراد ناشناس با عناوین جذاب و عکس های خاص دریافت نمایند که باید از گشودن این پیام ها اجتناب نمایند زیرا ممکن است سبب انتشار ویروس در دستگاه آنها شده و منجر به سرقت رفتن اطلاعات شخصی آنها شود.

با دیگران مهربان باشید:

به کودکان در فضای مجازی ضرورت حفظ ادب و مهربانی را گوشزد نموده و آنها را با روشهای محترمانه و مودبانه ابراز نظرات آشنا نمایید. علی الخصوص در مواقعی که کودک با نظراتی مخالف با نظرات خود روبرو می گردد حفظ ادب ضرورت بیشتری می یابد.

همانگونه که بیان گردید با استفاده از روش های مختلف می توان از بروز خطرات احتمالی برای کودکان در فضای مجازی جلوگیری نمود با آگاهی از موارد فوق از کودکان در این محیط محافظت نمایند.

افزایش میزان مهارت والدین در استفاده از فضای مجازی :

در شرایط کنونی که کودکان از سنین پایین شروع به یادگیری و استفاده از فضای مجازی می نمایند

این کودکان به مرور تبدیل به افراد ماهری در این زمینه خواهند شد و ممکن است از والدین در این خصوص پیشی بگیرند. بهتر است والدین سعی نمایند تا سواد دیجیتال خود را افزایش داده تا در صورت لزوم بتوانند استفاده فرزندان خود را از این فضاها محدود نمایند. در استفاده از فضای مجازی محدودیت هایی را به روی دستگاه فرزند خود اعمال نمایید و او را ملزم به رعایت این قوانین نمایید .

در استفاده از وب کم یا دوربین های گوشی و موبایل به کودکان اطلاعات کافی داده تا به صورت ناخواسته مورد سوء استفاده قرار نگیرند و اطلاعات شخصی و خانوادگی از مجرای این دوربین ها به خارج از خانواده ارسال نگردد. به صورت مداوم تاریخچه سرچ تب لت یا گوشی یا فرزند خود را در فضای مجازی کنترل نمایید تا در صورت استفاده آگاهانه یا نا آگاهانه از محتوای نامناسب اقدامات و عکس العمل صحیحی از خود نشان دهید و در صورت نیاز با مشاور در مورد حضور کودکان در فضای مجازی گفتگو نمایید.

سعی نمایید که بیشتر نرم افزارهای آموزشی و سازنده روی تلفن همراه خود داشته باشید تا از این لحاظ الگوی مناسبی برای فرزندان خود باشید.

آگاه سازی کودکان در فضای مجازی:

با فرزندان خود در مورد خطرات احتمالی که در فضای مجازی ممکن است با آن روبرو شوند



چگونه می توانید عضو تحریریه نشریه شوید و کارت خبرنگاری بگیرید؟

فصل نامه شابلون بعنوان مجله داخلی مجتمع آموزشی اسلامی علمی «تحریریه دانش آموزی» دارد که زیر نظر نماینده معاونت فرهنگی و تربیتی مجتمع اداره می شود. اعضای این تحریریه «کارت خبرنگاری» می گیرند و در «دوره های خبرنگاری و عکاسی» شرکت می کنند.

✓ اگر نوشتن و یا عکاسی دغدغه شماست!

✓ اگر به دنبال مملی برای منتشر کردن مطالب و عکس های خود هستید!

✓ اگر می خواهید با انعکاس موفقیتها یا کاستیهای مدرسه خود، زمینه پیشرفت ممل

تضمینتان را فراهم کنید!

✓ اگر مایلید حرفهایتان را به گوش دیگران برسانید!

کافیست عضو تحریریه نشریه در مدرسه خود شوید.

برای ثبت نام در تحریریه فصل نامه شابلون
به

شماره ۰۹۱۸۵۴۲۱۶۰۲ در پیام رسان ایتا پیام دهید.



تفریح
یک کار اسلامی است.

۱۳۷۱/۱۰/۱
رهبرانقلاب

