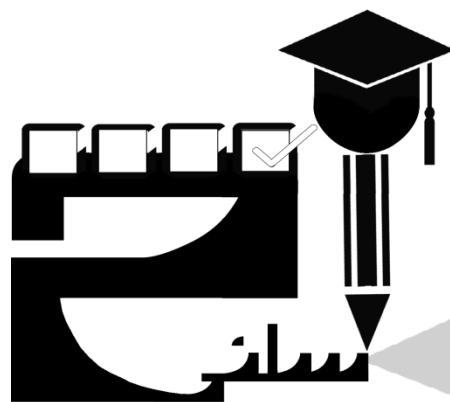


به نام خدا



جزوه اجتماعی پایه پنجم ابتدایی

تهیه و تنظیم : مرتضی احسانی

Ehsanitest.ir

مدرسه امام حسین (ع)

جهت خرید جزوه به آدرس اینترنتی Ehsanitest.ir مراجعه نمایید

درس اول

۱- هر گفت و گو چند طرف دارد؟ نام ببرید و توضیح دهید؟ ۱- گوینده: یعنی کسی که صحبت می کند. ۲: شونده: یعنی کسی که گوش می دهد.

۲- وقتی کسی با ما صحبت می کند باید به چه نکاتی توجه کنیم؟ به حرف های او دقت و توجه کنیم. کلام گوینده را قطع نکنیم. به گوینده نگاه کنیم. گاهی با تکان دادن سر یا سوال کردن گوینده را تشویق کنیم که به صحبت خود ادامه دهد.

۳- در هنگام صحبت کردن با دیگران لازم است به چه مواردی توجه کنیم.

۴- حریم شخصی یعنی چه؟ حریم شخصی هر فرد محدوده ای است که هیچ کس نباید بدون اجازه و رضایت او وارد آن شود

۵- ارتباط غیر کلامی را تعریف کنید. ما در حین گفت و گو بعضی از چیزها را بدون صحبت کردن با حرکات سر و صورت به دیگران منتقل می کنیم. به این نوع ارتباط، ارتباط غیر کلامی می گویند.

۶- مهم ترین راه ارتباط انسان ها با یکدیگر است. گفت و گو

درس دوم

۱- احساسات خوشایند و ناخوشایند چه تاثیری در ما دارند؟ احساسات خوشایند در ما تاثیر خوبی می گذارند و ما آن ها را دوست داریم اما احساسات ناخوشایند را دوست نداریم و می خواهیم از آن ها دور باشیم.

۲- احساسات شادی چطور در ما ایجاد می شود؟ شادی احساسی است که هم خود ما می توانیم آن را در خودمان به وجود بیاوریم و هم دیگران می توانند با انجام دادن کارهایی این احساس را در ما ایجاد کنند.

۳- ما در چه مواقعی احساس ناراحتی و اندوه می کنیم؟ گاهی رفتارهای دیگران ما را اندوهگین می کند و گاهی نیز خود ما با کارهایی که انجام می دهیم باعث ناراحتی خودمان می شویم.

۴- چه راههایی برای برطرف کردن احساس غم وجود دارد؟ وقتی دچار غم و اندوه می شویم:

- دعا کنیم و از خداوند بزرگ برای برطرف شدن اندوهمان کمک بگیریم

- به خودمان دلداری بدهیم به خود بگوییم که احساس غم طبیعی است اما همیشگی نیست و من می توانم باز هم شاد باشم.

درباره ی علت اندوه خود فکر کنیم و راهی برای برطرف کردن آن پیدا کنیم.

از بزرگ ترها (پدر و مادر، معلم، مشاورمدرسه، پدربزرگ و....) کمک بگیریم و با آن ها صحبت و مشورت کنیم.

-درباره احساس اندوه خود بنویسیم یا نقاشی کنیم.

- با انجام دادن کارهای شاد و سرگرم کننده یا کمک به دیگران کم تر به ناراحتی خود فکر کنیم.

۵- چند نوع ترس داریم؟ نام ببرید. دو نوع: ترس بجا و نا بجا

۶- ترس بجا چه نوع ترسی می باشد؟ چند مورد نام ببرید. ترس احساسی طبیعی و عادی است که در انسان و دیگر جانوران وجود دارد. خداوند این نوع ترس را برای مقابله با خطر در وجود جانداران قرار داده است. مانند ترس از حیوانات درنده و موذی ترس از بلندی و ترس از صداهای وحشتناک و مهیب

۷- چند نمونه ترس ((ترس نابجا)) نام ببرید . ترس از تاریکی اتاق یا خانه ، ترس از امتحان ، ترس از موجودات خیالی مثل غول و هیولا ، ترس از آمپول و رفتن به دندانپزشکی و ترس از دست دادن نزدیکان

۸- با ترس هایمان چگونه برخورد کنیم ؟ ابتدا چیزی را که از آن می ترسیم و همچنین درجه یا میزان ترس خود را مشخص کنیم . بعد با خود فکر کنیم که آیا ترسمان بجا است یا نه و علت آن چیست .

سپس با بزرگ ترها (پدر ، مادر، معلم، مشاور مدرسه و) درباره ی ترس خود مشورت کنیم و از آن ها کمک بگیریم . ممکن است نتوانیم ترس خود را یکباره از بین ببریم بلکه باید کم کم و به مرور زمان پدیده ای که ما را می ترساند روبه رو شویم تا ترسمان بریزد . در موقع روبه رو شدن با چیزی که ما را می ترساند از نام و یاد خدا کمک بگیریم . درباره ی ترس خودمان با دیگران صحبت کنیم یا چیزی را که از آن می ترسیم نقاشی کنیم .

درس ۳

۱- وقتی کسی غمگین است چه کارهایی می توانیم برای او انجام دهیم ؟

۱- دوستانه کنار او بنشینیم ۲- از او در مورد احساسی که دارد سوال کنیم .

۳- به حرف های خوب گوش دهیم و به او نشان دهیم که احساس او برای ما مهم است و او را می فهمیم

۴- از او بپرسیم که آیا می توانیم برایش کاری انجام دهیم .

۱- همدلی یعنی چه ؟ همدلی یعنی این فرد بتواند احساسات ، رفتار و شرایط دیگران را درک کند و خودش را به جای او بگذارد .

۲- جمعیت هلال احمر چگونه و در چه مواقعی به مردم کمک می کند؟ در حوادثی مانند سیل، زلزله و تصادف های رانندگی به مردمی که خانه و وسایل خود را از دست داده اند یا مجروح شده اند کمک می کند و به آن ها غذا لباس و دارو می رساند.

۳- وظیفه ی سازمان انتقال خون چیست؟ گرفتن خون از دواطلبان و انتقال آن به درمانگاه و بیمارستان ها

جهت خرید جزوه به آدرس ehsanitest.ir مراجعه نمایید.

