



# درس چهارم نیلوفر و نوید



فصل تابستان بود. قرار بود که آقا و خانم کریمی، چند روزی را برای دیدار از پدر و مادر خانم کریمی، به تبریز بروند. آن‌ها قبل از این که به مسافرت بروند، از نیلوفر و نوید خواستند، کارهای منزل را خودشان انجام دهند و از خواهر کوچک‌تر خود، لاله هم مواظبت کنند.

نیلوفر و نوید به پدر و مادر خود گفتند: «شما نگران نباشید. ما سعی می‌کنیم همه‌ی کارها را به خوبی انجام دهیم، و در ضمن، مراقب یکدیگر نیز باشیم.» بعد از رفتن آن‌ها، نیلوفر و نوید به همراه لاله شام خوردند و زود خوابیدند تا فردا به موقع بیدار شوند و به کارها رسیدگی کنند.

صبح روز بعد، پس از خواندن نماز و صرف صبحانه، نیلوفر به نوید گفت: «برای این که بتوانیم به همه‌ی کارها برسیم، باید برنامه ریزی کنیم. اول باید کارهای روزانه را مشخص کنیم و سپس آن‌ها را به ترتیب انجام دهیم. با برنامه ریزی درست، همه‌ی کارها به موقع انجام خواهند شد.» نیلوفر شروع به جمع‌آوری سفره کرد، و نوید هم مشغول مرتب کردن خانه شد.

آن‌گاه نیلوفر، پس از مشورت با خواهر و برادر خود، به درست کردن ناهار پرداخت. نوید هم با لاله بازی می‌کرد تا او مشغول شود و بهانه‌ی نبودن پدر و مادر را نگیرد.

هنگام عصر، نیلوفر و نوید به حیاط رفتند و ضمن آب دادن به گل‌ها، حیاط را هم تمیز کردند. لاله نیز در حیاط دوچرخه سواری می‌کرد. آن‌ها در حیاط چای و شیرینی خوردند. سپس به اتاق رفتند و مشغول تماشای تلویزیون شدند. در این موقع نیلوفر به برادرش گفت: «باید فردا صبح برای خرید به فروشگاه برویم.» او نیز در جواب گفت: «بهتر است آن‌چه را که می‌خواهیم بخریم، بنویسیم تا فراموش نکنیم.» نیلوفر گفت: «فکر بسیار خوبی است.» سپس کاغذی آورد و فهرست صفحه بعد را یادداشت کرد.

### فهرست خرید روزانه

شیر

ماست

نان

سبزی

میوه

### فکر کنید و پاسخ دهید



- ۱- وظیفه‌ی نیلوفر و نوید در غیاب پدر و مادر چه بود؟
- ۲- آیا نیلوفر و نوید از عهده‌ی انجام کارهای روزانه‌ی منزل برآمدند؟
- ۳- چرا افراد برای خرید روزانه، فهرست تهیه می‌کنند؟
- ۴- برای این که هر فردی کارهای خود را به خوبی انجام دهد، چه باید بکند؟



– فهرستی از خرید روزانه‌ی خانه‌ی خود را در کادر زیر بنویسید.

### خرید روزانه

---

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

— فرض کنید پدر و مادر شما یک روز در منزل نباشند. شما چگونه کارهای روزانه را برنامه‌ریزی می‌کنید؟ فکر کنید و جاهای خالی را با نوشتن برنامه‌ی مناسب پر کنید.

سعی می‌کنم صبح زود از خواب بیدار شوم.

وضو می‌گیرم و نماز می‌خوانم.

صبحانه را آماده می‌کنم.

.....

.....

.....

.....

— بار دیگر درس را به دقت بخوانید، و با گذاشتن شماره در کنار هر تصویر، به نیلوفر و نوید در برنامه ریزی انجام کارهای روزانه کمک کنید.





— اگر شما بخواهید صبحانه را آماده کنید، چه چیزهایی را سر سفره می گذارید؟

.....

.....

— اگر در مدرسه‌ی شما فروشگاه وجود دارد، با نظارت مربی خود، فهرستی بنویسید  
و از آن جا خرید کنید.  
مراحل خرید از فروشگاه را به صورت یک نمایش در کلاس اجرا کنید، و نام  
بازیگران نقش‌ها را بنویسید.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

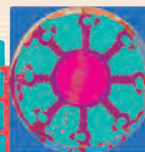
.....

— به فهرست زیر نگاه کنید و مقابل هر کاری که شما در یک روز تعطیل انجام می‌دهید، علامت × بزنید.

### کارهای یک روز تعطیل

- ☐ شستن دست و صورت و وضو گرفتن
- ☐ نماز خواندن
- ☐ ورزش صبحگاهی
- ☐ خوردن صبحانه
- ☐ رسیدگی به دروس
- ☐ مرتب کردن اتاق
- ☐ گرفتن ناخن
- ☐ حمام کردن
- ☐ شستن لباس
- ☐ تماشای تلویزیون
- ☐ دید و بازدید کردن
- ☐ رفتن به پارک و سینما

## به تصویرها توجه کنید





درس پنجم

# خرید روزانه



روز بعد، نیلوفر و نوید پس از انجام کارهای خانه، به همراه لاله برای خرید از خانه خارج شدند. وقتی وارد فروشگاه شدند، سبدی برداشتند تا هر چه را که می‌خرند، در آن بگذارند. ابتدا به سراغ قسمت لبنیات رفتند. نوید دو پاکت شیر و یک ظرف ماست برداشت. نیلوفر از نوید خواست که به تاریخ مصرف روی پاکت شیر نگاه کند، تا حتماً تاریخ روز را داشته باشد.

نوید از نیلوفر پرسید که منظور از تاریخ مصرف چیست. نیلوفر گفت: «روی تمام بسته‌های مواد غذایی و بهداشتی، دو تاریخ دیده می‌شود: یکی تاریخ تولید آن کالا، و دیگری نشان‌دهنده‌ی تاریخی است که بعد از آن، کالا را نباید مصرف کرد.» نوید گفت: «چه نکته‌ی خوبی را گفتی! من تا به حال چنین چیزی را نمی‌دانستم.»

سپس آن‌ها به قسمت تره‌بار رفتند و از آن‌جا مقداری سبزی و میوه، و از قسمت نان نیز چند عدد نان برداشتند.

در پایان، به قسمت صندوق رفتند تا پول اجناس خریداری شده را بپردازند. خانم صندوق‌دار، قیمت هر جنس را حساب کرد و کاغذی را که قیمت‌ها روی آن نوشته شده بود، به آن‌ها داد. نیلوفر این کاغذ را که فیش نام دارد، نگاه کرد و پول اجناس را پرداخت. نوید اجناس را داخل کیسه گذاشت. سپس همگی به طرف در خروجی رفتند، فیش را به مسئول کنترل اجناس نشان دادند و از فروشگاه خارج شدند.

وقتی به خانه رسیدند، نوید میوه‌ها را شست و با مایع مخصوص ضدعفونی کرد. بعد از خشک شدن، آن‌ها را در یخچال گذاشت. نیلوفر هم سبزی‌هایی را که پاک کرده بود، شست و ضدعفونی کرد. پس از آن، یک ظرف از میوه‌های شسته شده را روی میز گذاشت و همراه خواهر و برادرش مشغول تماشای تلویزیون شد.

## فکر کنید و پاسخ دهید



- ۱- منظور از تاریخ مصرف چیست؟
- ۲- استفاده از موادی که تاریخ مصرف آن‌ها گذشته است، چه خطری دارد؟
- ۳- در فروشگاه، پول اجناس خریداری شده را باید به چه کسی پرداخت؟
- ۴- هنگام خروج از فروشگاه، فیش خرید را باید به چه کسی نشان داد؟
- ۵- چرا سبزی‌ها و میوه‌ها را ضدعفونی می‌کنند؟
- ۶- نام چند غرفه در یک فروشگاه را بنویسید؟

## فعالیت‌های تکمیلی



– برای خرید از فروشگاه، به ترتیب چه کارهایی را باید انجام داد؟ با گذاشتن شماره‌ی مناسب مقابل هر تصویر، مراحل خرید را مشخص کنید.





– هر جمله را بخوانید و در جای خالی بنویسید که آن جمله درست است یا غلط.

– بعد از خریدن شیر و ماست، باید آن‌ها را در یخچال نگه‌داری کرد.

– موقع خروج از فروشگاه، باید پول اجناس خریداری شده را به مسئول صندوق پرداخت کرد.

– هنگام خرید مواد غذایی، باید به تاریخ مصرف آن‌ها توجه کرد.

– به تصویر نگاه کنید و تاریخ تولید ماست را بنویسید.



– آیا می‌دانید، تا چه تاریخی این بستنی را می‌توانید مصرف کنید؟



– به تصاویر نگاه کنید و آن‌هایی را که باید تاریخ مصرف داشته باشند، علامت  
بزنید.





– دانش‌آموزان عزیز، ابتدا یک فهرست خرید تهیه کنید. سپس همراه مربی خود به فروشگاه نزدیک مدرسه بروید و خرید خود را انجام دهید.

– دانش‌آموزان عزیز، همراه مربی خود به سبزی فروشی بروید و سبزی خوردن بخرید. سپس این سبزی را در مدرسه پاک کنید، بشویید و ضدعفونی کنید.

– در تصویرهای زیر، انواع سبزی‌های موجود در سبزی خوردن را می‌بینید. نام هر یک را مقابل تصویر آن بنویسید.



.....



.....



.....



.....



.....



.....

درس ششم

# لوازم خانگی



اسم من چیست؟

من ماشین لباس شویی هستم. کار من شستن لباس است.  
برای این که ماشین لباس شویی کارش را خوب انجام دهد، باید:  
آن را در جای مناسب قرار داد.  
از پودر مخصوص ماشین لباس شویی استفاده کرد.  
به اندازه‌ی مناسب در آن لباس ریخت.



اسم من چیست؟

من یخچال هستم. کار من خنک کردن و سالم نگه داشتن مواد غذایی است.  
برای این که یخچال کارش را خوب انجام دهد، باید:  
آن را در جای مناسب قرار داد.  
در آن را زیاد باز و بسته نکرد.  
موقع تمیز کردنش، دو شاخه‌ی آن را از برق کشید.



اسم من چیست؟  
من اجاق گاز هستم. کار من پختن غذاست.  
برای این که اجاق گاز کارش را خوب انجام دهد، باید:  
آن را در جای مناسب قرار داد.  
بعد از پختن غذا آن را تمیز کرد.  
بعد از اتمام کار شیر گاز را بست.



## فکر کنید و پاسخ دهید



- ۱- موقع استفاده از اتو، به چه نکاتی باید توجه کرد؟
- ۲- موقع استفاده از چرخ گوشت، به چه نکاتی باید توجه کرد؟
- ۳- موقع استفاده از پنکه، به چه نکاتی باید توجه کرد؟
- ۴- موقع استفاده از جاروبرقی، به چه نکاتی باید توجه کرد؟

## فعالیت های تکمیلی



— نام هر تصویر و نکات ایمنی آن را بنویسید.



.....

.....

.....



.....

.....

.....

— به هر کدام از تصاویرهای زیر نگاه کنید و زیر هر تصویر بنویسید که آیا آن کار درست است یا غلط.



.....



.....



.....



.....



.....



.....

— به هر کدام از تصویرهای زیر نگاه کنید و بنویسید  
که محلّ مناسب برای قراردادن هر کدام از این وسیله‌ها،  
چه ویژگی‌هایی باید داشته باشد؟



.....

.....

.....



.....

.....

.....



.....

.....

.....

— مقابل هر تصویر بنویسید، سعیده برای تمیز کردن چرخ گوشت چه کارهایی را انجام می‌دهد.



.....  
.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....  
.....



.....

.....

.....



.....

.....

.....

— دانش‌آموزان عزیز، در مدرسه و با نظارت مربی خود، یخچال را تمیز کنید و مراحل انجام این کار را در زیر بنویسید.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

– دانش‌آموزان عزیز، یک دفتر یادداشت تهیه کنید و با نظارت مربی خود، هر ماه قسمتی از محیط مدرسه را نظافت کنید و مراحل انجام این کار را در دفتر یادداشت خود بنویسید. قسمت‌هایی از مدرسه که می‌توانید آن‌ها را تمیز کنید، عبارت‌اند از : کلاس و شیشه‌های آن، آشپزخانه و اجاق گاز آن، سرویس بهداشتی و کارگاه

.....

.....

.....

.....

.....

.....