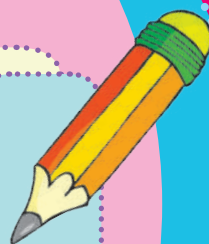


به نام خداوند بخشنده‌ی مهربان

پیش دبستانی

# مهارت‌های اجتماعی

ویژه‌ی گروه سنی ۵ تا ۸ سال



کتاب‌های پیش دبستانی

پوش

در فرهنگ اساطیری ایران و جهان  
هدهد نماد «راهبری و هدایتگری»  
و نشان «کمال و دانایی» است.

مجموعه کتاب‌های پوش:  
پیام آور دانایی و هوشیاری





## به نام خالق کودک

آموزش استفاده‌ی صحیح از مهارت‌های اجتماعی، صرف‌نظر از اینکه کودکان در چه سنی باشند، مهم و مورد توجه است. با کمی دقت می‌بینید که بیشتر مشکلات در کلاس‌های درس یا محیط‌های اجتماعی دیگر، نتیجه‌ی مستقیم کاستی در فراگیری مهارت‌های اجتماعی مناسب است.

### مهارت‌های اجتماعی، شامل چه رفتارها و کارهایی است؟

- |                                 |  |
|---------------------------------|--|
| * همکاری                        | * بخشش                                   |
| * مشارکت در امور                | * دوستی                                  |
| * کمک به دیگران                 | * صبر و شکیبایی                          |
| * پیروی از قوانین               | * رعایت نوبت                             |
| * وظیفه‌شناسی                   | * پذیرش اختلاف نظرها                     |
| * خوب گوش‌دادن                  | * تحسین دیگران و خودداری از تحقیر دیگران |
| * برقراری رابطه‌ی مثبت و متقابل | * ادب و فروتنی                           |
| * رفتار مناسب                   | * احترام به خود و دیگران                 |

### چگونه مهارت‌های اجتماعی را به کودکان آموزش دهیم؟

با استفاده از روش‌های گوناگونی مانند مدل‌سازی، اجرای نمایش، خواندن شعر و قصه می‌توان این مهارت‌ها را به کودکان آموزش داد.

### روش آموزش کتاب:

مربیان و والدین محترم، لطفاً قبل از ارائه‌ی کتاب آن را به صورت کامل مطالعه کنید. نکته‌های مهم‌تر را مشخص کرده و ابتدا به آموزش آن‌ها بپردازید. نیازی نیست که مطالب کتاب را به ترتیب از اول به آخر کار کنید.

### مراحل کار با کتاب:

ابتدا ماجراهایی را که برای ملوسک و دوستانش رخ داده است، برای کودکان بخوانید. سپس بازی‌ها و شعرهای مربوط به آن را با گفت‌وگو اجرا کنید. پس از آن، مطالب بیان‌شده را از کودکان سؤال کنید. سعی کنید همه‌ی کودکان را در بحث و گفت‌وگو شرکت دهید و در پایان، تمرین‌های کتاب را با کودکان کار کنید. در پایان شایسته است نهایت تشکر خود را تقدیم دوستان، همکاران و والدینی کنم که صبورانه و با عشق من را یاری کردند.

### تشکر ویژه از:

- \* جناب آقای مرتضی طاهری مقدم، مدیر محترم انتشارات اندیشه خوارزمی
- \* همکاران عزیز خانم‌ها زهرا اسدی، سمیه بهادری، اقدس تنهایی، سهیلا فغانی، ژاله مهدوی به ویژه سرکار خانم صدیقه فرهودی که ما را در این مسیر همراهی کردند و تجربیات ارزشمند خود را با هدف خدمت و تعالی، در اختیار ما قرار دادند.
- \* خانم سیمین ابراهیمی که زحمت ویراستاری ادبی این مجموعه کتاب‌ها را بر عهده گرفتند.
- \* والدین محترم، به خصوص جناب آقای علیرضا داداشی، خانم‌ها لاله دلفی و مریم اخوان ملایری که در بازخوانی این مجموعه نقش بسزایی ایفا کردند.

برقرار باشید.

فریده اسدی



## فهرست

۶	ارتباط با شخصیت‌های کتاب
۱	سلام کردن ۱
۱۰	سلام کردن ۲
۱۲	مراقبت از خود
۱۴	همکاری ۱
۱۶	همکاری ۲
۱۸	اجازه گرفتن
۲۰	رعایت نوبت ۱
۲۲	رعایت نوبت ۲
۲۴	گوش کردن ۱
۲۶	گوش کردن ۲
۲۸	رعایت بهداشت ۱
۳۰	رعایت بهداشت ۲
۳۲	آداب غذا خوردن ۱
۳۴	آداب غذا خوردن ۲
۳۵	ایمنی ۱

۳۹	ایمنی ۲
۴۳	راست گویی
۴۵	نگهداری محیط زیست ۱
۴۷	نگهداری محیط زیست ۲
۴۹	درست مصرف کردن
۵۱	نگهداری از اموال عمومی ۱
۵۳	نگهداری از اموال عمومی ۲
۵۵	به موقع خوابیدن
۵۷	عیادت
۵۹	پیشگیری از بیماری
۶۱	نظم
۶۳	روش دیدن تلویزیون
۶۵	ابراز وجود
۶۷	تشویق شدن
۶۹	قدردانی

## ارتباط با شخصیت‌های کتاب

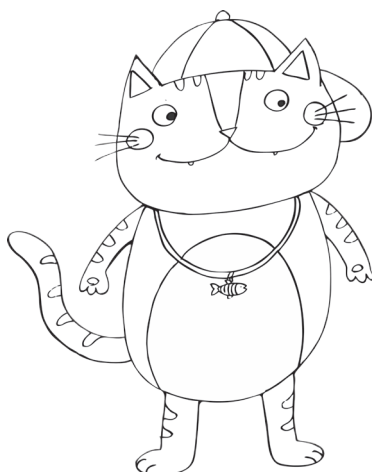
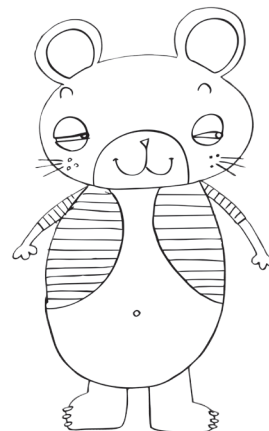
## موضوع

**هدف:** آشنایی با شخصیت‌های موجود در کتاب

این کتاب برای تو دوست عزیز است. در این کتاب برای ملوسک و دوستانش اتفاق‌هایی می‌افتد که بهتر است تو هم با آن‌ها همراه شوی و گاهی آن‌ها را راهنمایی کنی.



عزیزم، در این صفحه، تصویر دوستان ملوسک را می‌بینی. آن‌ها را رنگ بزن و لباسشان را به سلیقه‌ی خودت تزئین کن. سپس کتاب را ورق بزن تا با ماجراهای ملوسک و دوستانش بیشتر آشنا شوی.



## موضوع

## سلام کردن ۱

**هدف:** آشنایی با مهارت سلام کردن

امام باقر (ع):

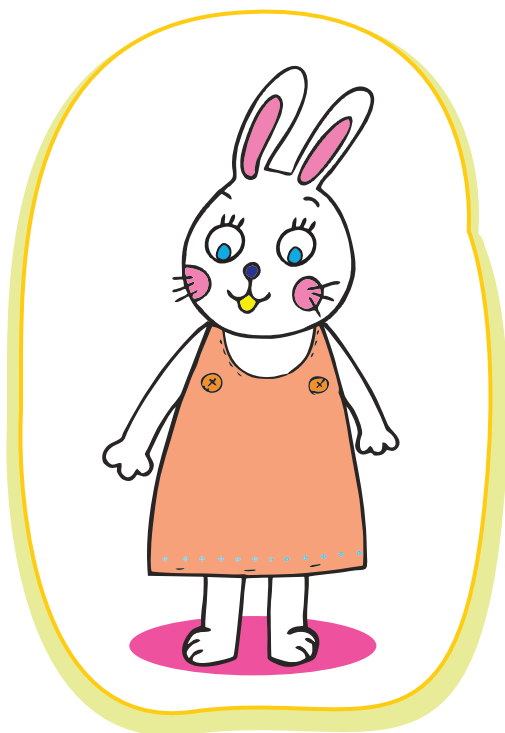
«خداوند سلام کردن را دوست دارد».

ملوسک وقتی از مدرسه به خانه رسید، به همه سلام کرد و تعریف کرد که امروز خانم کلاغ به آن‌ها دو بازی سلام یاد داده است و با اشتیاق بازی را به خانواده‌اش یاد داد. ملوسک گفت: «همه در یک ردیف می‌نشینیم و اولین نفر به دومین نفر، با یکی از این حالت‌ها سلام می‌کند: اخم، خنده، گریه، شادی یا ترس. نفر دوم هم یکی دیگر از حالت‌ها را انتخاب می‌کند و با آن حالت به نفر سوم سلام می‌دهد. این بازی تا آخرین نفر ادامه دارد. بازی دوم این‌طور است که بچه‌ها دست می‌زنند و می‌خوانند: «سلام به خودم، سلام به تو، سلام به همه ۱، ۲، ۳» نفر دوم هم همین شعر را می‌خواند، اما به جای ۱، ۲، ۳، یک حرکت یا یک صدا درمی‌آورد. ملوسک تعریف کرد که بچه‌ها خیلی این بازی‌ها را دوست داشتند. پدر و مادر ملوسک هم از این بازی‌ها خیلی خوششان آمد. (این بازی‌ها را در کلاس یا منزل انجام دهید.)

عزیزم، آیا می‌توانی سلام بدهی؟ چطوری سلام می‌کنی؟ با صدای بلند یا آرام؟ به چه کسانی سلام می‌کنی؟ در شهر شما چگونه سلام می‌کنند؟ آیا در هر شهر یا کشور، همه‌ی مردم مثل هم سلام می‌کنند؟



عزیزم، کدام نوع سلام کردن را دوست داری؟ آن را به ملوسک وصل کن.







## موضوع

## سلام کردن ۲

**هدف:** فراگیری مهارت سلام کردن  
پیامبر اکرم (ص):  
«وقتی به هم می‌رسید، سلام کنید و دست بدهید.»

ملوسک از پدرش پرسید: «در کشورهای دیگر چطور سلام می‌کنند؟» پدرش گفت: «بهتر است با هم به فروشگاه آقای حلزون برویم و در این باره کتابی بخریم». آنها به فروشگاه رفتند و کتاب کاملی را که عکس‌های زیادی در آن بود، خریدند. پدر ملوسک بعد از تهیه کتاب، همراه ملوسک مشغول خواندن شد. ملوسک دفتر مخصوصی داشت که هر سوالی برایش پیش می‌آمد، با پدرش درباره‌ی آن سوال جست‌وجو می‌کرد و عکس می‌گرفت و در دفترش می‌چسباند. انواع سلام کردن سرخ‌پوستی، ژاپنی، هندی، عربی و چینی که در کتاب آمده بود، برایش خیلی جالب بود. از تصویرهای کتاب عکس گرفت و پدرش برایش چاپ کرد و ملوسک، عکس‌ها را در دفترش چسباند.

(بازی سلام به صورتی دیگر: هر کودک به زبان هر کشوری که دوست دارد به دوستش سلام می‌کند. شما می‌توانید این بازی را در کلاس انجام دهید.)

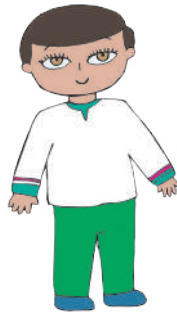
عزیز دلم، آیا می‌دانی در کشور ژاپن چگونه سلام می‌کنند؟ در کشور هند یا کشورهای عربی چطور؟ درباره‌ی این سوالات تحقیق کن و نتیجه را در کلاس برای دوستانت ارائه بده.

تصویر سلام کردن‌های مختلف را عکس بگیر و یا از روزنامه جدا کن و در اینجا بچسبان.

عزیزم، به تصاویر زیر نگاه کن. طریقه‌ی سلام کردن هر کشور را از مسیر درست به مردم آن کشور وصل کن.



سرخپوست



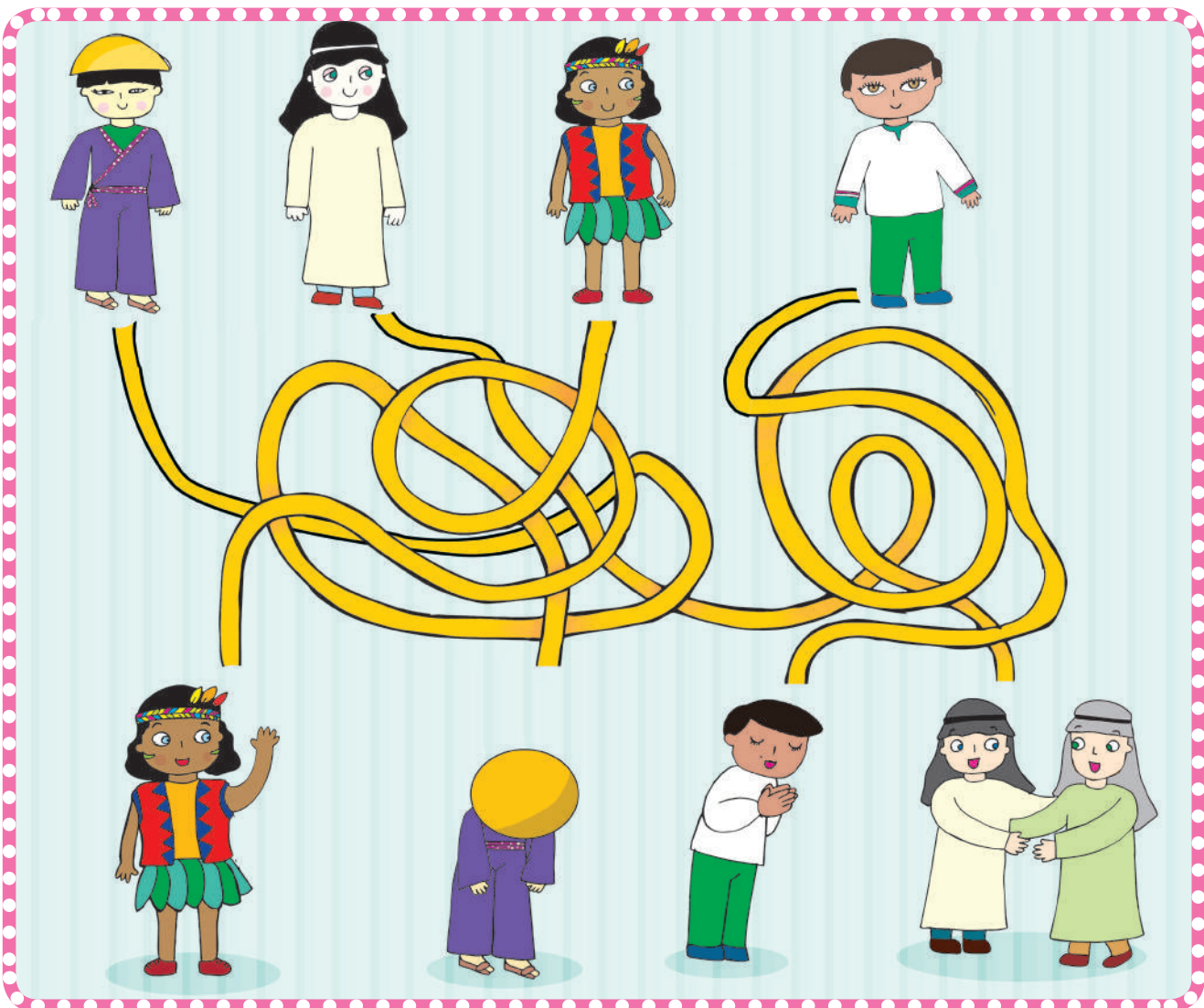
هندی



عرب



چینی



## موضوع

## مراقبت از خود

**هدف:** آموزش مراقبت از خود در هنگام گم شدن  
امام علی (ع): «تندرستی و سلامتی از هر نعمت دیگری  
بهتر و ارزشمندتر است».

یک روز ملوسک با پدرزرگش برای خرید کفش به شهر رفته بودند. او از دیدن آن همه هیاهو و شلوغی گیج شده بود. فروشگاه خیلی بزرگ بود. ناگهان ملوسک متوجه شد که پدرزرگش آنجا نیست. او در این فکر بود که از چه کسی می‌تواند کمک بگیرد که ناگهان پلیسی را کنار در ورودی دید. پیش او رفت و ماجرا را تعریف کرد. خوشبختانه شماره‌ی تلفن خانه‌شان را بلد بود. آقای پلیس به خانه‌ی ملوسک زنگ زد. مادر هم به تلفن همراه پدرزرگ زنگ زد و خیلی زود پدرزرگش پیش او آمد. هر دو از دیدن همدیگر خوشحال شدند.

شما هم می‌توانید این نمایش را در کلاس اجرا کنید.

عزیزم، آیا تا به حال گم شده‌ای؟ چه کار کرده‌ای؟ اگر گم شوی، شماره‌ی تلفن خانه یا پدر و مادر خود را بلدی؟ اگر بلد نیستی، همین امروز آن را یاد بگیر. موقع گم شدن از چه کسی می‌توانی کمک بگیری؟

(از کودکان بخواهید تا آدرس منزل و شماره‌ی تلفن خانه یا همراه پدر و مادر را حفظ کنند.)

فرزندم، از پدر و مادر خود، کمک بخواه تا جاهای خالی را پر کنند:

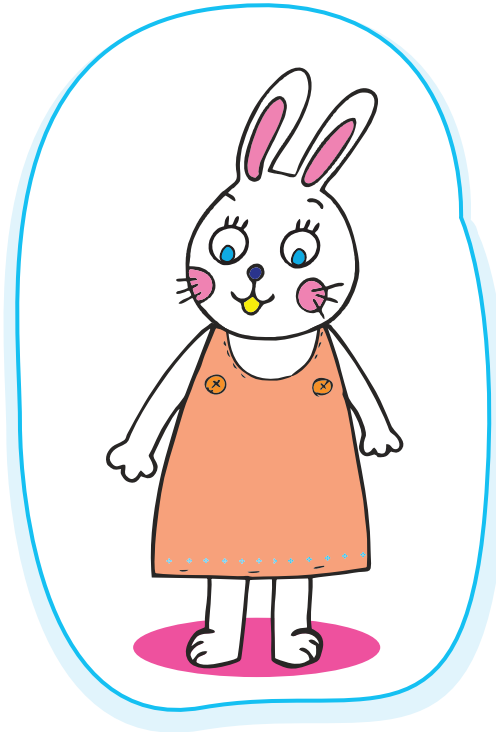
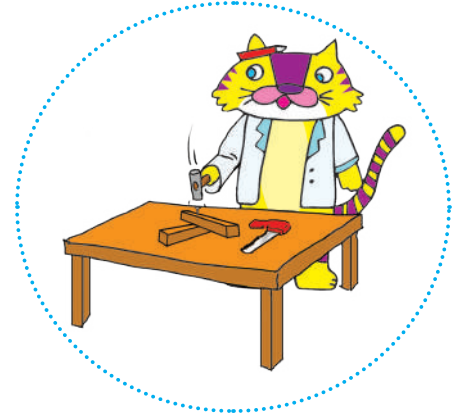
من در شهر ..... و محله‌ی ..... زندگی می‌کنم. نام کوچی ما ..... و پلاک خانه‌ی ما ..... است. شماره همراه

پدرم یا مادرم ..... و شماره تلفن خانه‌ی ما ..... است.

حالا تصویر محله، کوچه و خیابانی را که خانه‌ی شما در آن جاست، نقاشی کن.



عزیزم، ملوسک موقع گم شدن بهتر است از چه کسی کمک بگیرد؟ شغل‌های زیر را نام ببر و تصویر مناسب را با یک خط به ملوسک برسان.





## همکاری ۱

## موضوع

**هدف:** کسب مهارت کمک به والدین و همکاری

سورهی مائده آیهی ۲:

تَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَ التَّقْوَى

در نیکو کاری و پرهیز گاری همکاری کنید.

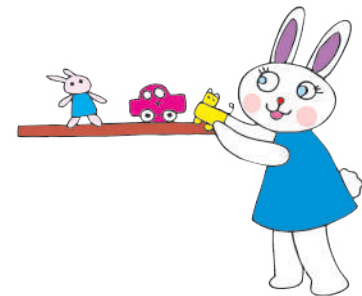
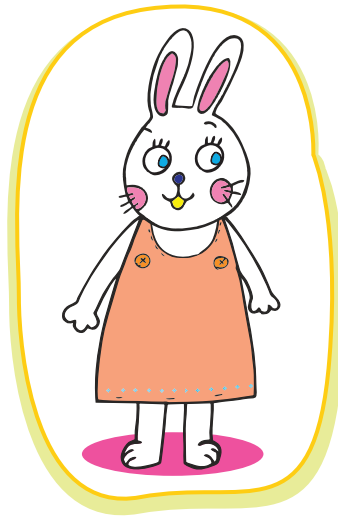
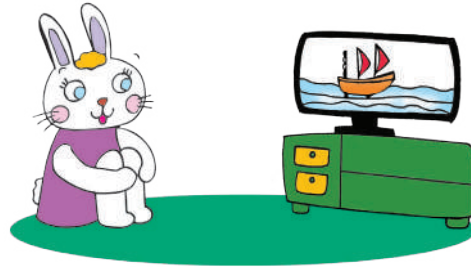
امروز خانواده‌ی خرس می‌خواهند برای صرف عصرانه به خانه‌ی ملوسک بیایند. ملوسک خیلی خوشحال بود و به مادرش در نظافت خانه کمک کرد تا کارها زودتر تمام شود.

عزیزم، وقتی میهمانی به خانه‌تان می‌آید، آیا به پدر و مادر کمک می‌کنی؟ زمانی که میهمان ندارید چطور؟ چه کمکی به آن‌ها می‌کنی؟ آیا وسایل خودت را بعد از بازی جمع می‌کنی؟ چگونه می‌توانی به پدر و مادر خود کمک کنی؟

دلبندم!

با کمک مرتبی و دوستانه، میهمانی کوچکی در کلاس برگزار کنید. از مرتبی مهربانت بخواه تا روش کمک کردن هر کس را به او بگوید. تو برای همکاری با دیگران چه کارهایی را انجام می‌دهی؟ بعد از میهمانی با همکاری هم، کلاس را مرتب کنید و یک نقاشی از میهمانی‌تان بکشید.

عزیزم، به ملوسک کمک کن تا کارهایی را که برای همکاری با خانواده می‌تواند انجام دهد، انتخاب کند. آن‌ها را با خط به ملوسک وصل کن.





## همکاری ۲

## موضوع

**هدف:** کسب مهارت کمک به والدین و همکاری  
سوره‌ی اسراء آیه‌ی ۲۳:  
«به پدر و مادر خود نیکی کنید.»

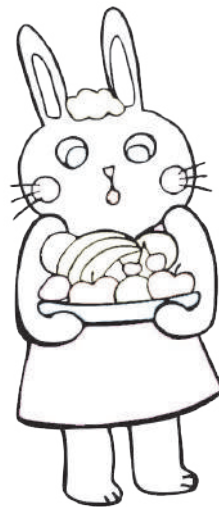
خانواده‌ی خرس به خانگی ملوسک آمدند. ملوسک با شادی از آن‌ها استقبال کرد. او دوست داشت در پذیرایی هم به مادرش کمک کند. بنابراین از خواهرش ماهک مواظبت کرد تا مادر راحت‌تر از میهمان‌ها پذیرایی کند.

عزیزم، اگر برای شما میهمان بیاید، تو در کدام قسمت پذیرایی کمک می‌کنی؟ آیا در جایی که میهمان حضور دارد، بازی می‌کنی؟ آیا می‌توانی از خواهر یا برادر کوچک‌تر خود مراقبت کنی؟ چه بازی‌هایی را با بچه‌های میهمان انجام می‌دهی؟ می‌توانی اسم بازی‌ها را بگویی؟ (اجازه دهید کودکان تجربیات خودشان را بیان کنند.)

نوگل عزیزم، فرض کن قرار است امشب عمویت به همراه خانواده به خانگی شما بیاید. تو برای کمک به پدر و مادر، چه کارهایی را می‌توانی انجام دهی؟ تصویری از این مهمانی را نقاشی کن.



عزیزم، فکر می‌کنی ملوسک در چه کارهایی بهتر است به مادرش کمک کند؟ آن‌ها را رنگ کن.







## اجازه گرفتن

## موضوع

**هدف:** یادگیری مهارت اجازه گرفتن و احترام گذاشتن

سورهی نور آیهی ۲۷:

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید، به خانه‌ای غیر از خانه‌ی خود وارد نشوید، مگر آنکه اجازه‌ی ورود بگیرید و بر اهل خانه سلام کنید».

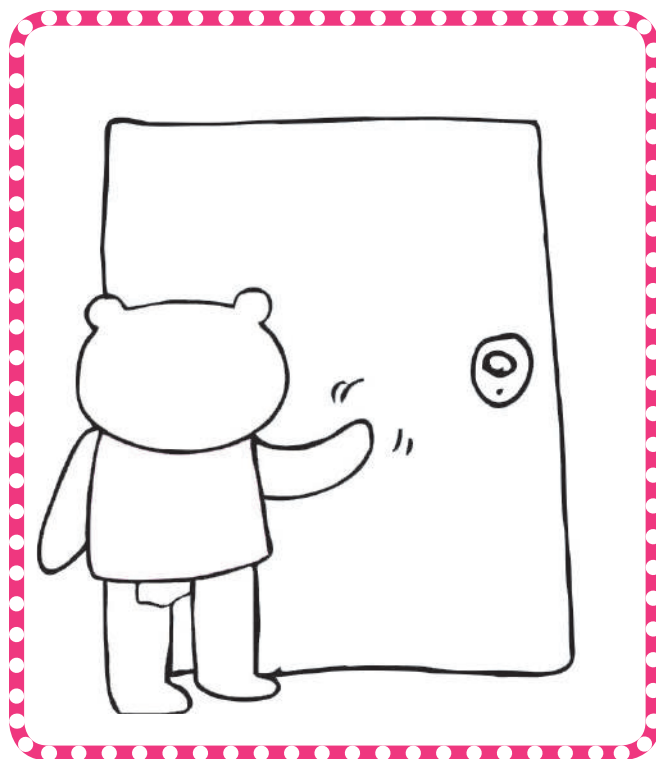
آن روز ملوسک در آشپزخانه پیش مادرش بود. مادر به او گفت: بهتر است پیش میهمانش، خرس برود تا حوصله‌ی خرس سر نرود. وقتی ملوسک برای پذیرایی رفت، دید که خرس آن جا نیست. به طرف اتاق خودش که در آن باز بود رفت. دید خرس بدون اجازه‌ی او وارد اتاقش شده است و عروسک جبابی که می‌چرخید و موزیک پخش می‌کرد را برداشته است. با ناراحتی گفت: «چرا بدون اجازه‌ی من وارد اتاقم شدی؟» خرس گفت: «حالا که طوری نشده! بیا با هم بازی کنیم»، اما ملوسک خیلی از این کار خرس ناراحت بود.

**(با بچه‌ها نمایش وارد شدن به اتاق و درزدن را اجرا کنید.)**

عزیز دلم، اگر به میهمانی بروید، آیا بدون اجازه وارد اتاق‌های صاحب‌خانه می‌شوی؟ آیا به وسایل آن‌ها بدون اجازه دست می‌زنی؟ اگر کسی بدون اجازه وارد اتاق شما شود و به وسایل شما دست بزند، چه می‌کنی؟ آیا این کار درست است؟ تو چه احساسی به این کار داری؟ احساس خود را در این جا بکش.



عزیزم، دور کادر درست را با اثر انگشت، چاپ بزن و آن را رنگ آمیزی کن.



## موضوع

## رعایت نوبت ۱

**هدف:** فراگیری رعایت نوبت و احترام به دیگران  
پیامبر اکرم (ص):  
«هر کس مؤمنی را احترام کند، خدا را احترام کرده است.»

بچه‌های کلاس خانم کلاغ خیلی شلوغ می‌کردند. اگر قرار بود سوالی را پاسخ بدهند، با هم جواب می‌دادند. همیشه خانم کلاغ به آن‌ها می‌گفت: «وقتی کسی می‌خواهد چیزی بگوید، باید دستش را بالا ببرد.» هنگامی که قرار بود نوبتی به حیاط بروند، بدون صف و با هم به طرف حیاط می‌دویدند. وقتی می‌خواستند سوار وسایل بازی مثل تاب و سرسره شوند، بدون رعایت نوبت با هم درگیر می‌شدند و در نهایت با هم دعوا می‌کردند و هیچ‌کدام نمی‌توانستند بازی کنند. تا اینکه خانم کلاغ یک روز بازی جالبی با آن‌ها انجام داد. از آن‌ها خواست در چند ردیف بنشینند و به نوبت، یک قسمت از داستانی را بگویند تا داستان کامل شود. سپس به نوبت یک قسمت از داستان را نقاشی و رنگ کنند. خانم کلاغ بعد از نشستن بچه‌ها از سنجاب شروع کرد. سنجاب گفت: «یکی بود، یکی نبود». لاک پشت گفت: «دختری بود». روباه گفت: «که داشت با برادرش» و داستان تا آخرین نفر ادامه پیدا کرد و کامل شد.

(با بچه‌ها مشابه فعالیت بالا را اجرا کنید.)

گل زیبایم! آیا تا به حال در صف ایستاده‌ای؟ (مثلاً صف نانوائی) آیا به نوبت، کاری را انجام داده‌ای؟ چه حسی داشتی؟ چرا این کار را انجام می‌دهی؟ آیا تا به حال هنگامی که در صف ایستاده‌ای، کسی بدون رعایت نوبت جلویت آمده است؟ چه احساسی داشتی؟ آیا اعتراض کرده‌ای؟

یک نقاشی بکش که در آن، خودت و دوستانت به طور منظم در صف ایستاده‌اید.

(به‌همراه کودکان، داستانی مشارکتی را بازی کنید؛ سپس کودکان آن را نقاشی و رنگ آمیزی کنند.)

