

دانشگاه فرهنگیان پردیس فاطمه زهرا (س)
سال سوم شماره ۶ قیمت ۲۰۰۰ تومان

پژواک

گامنامه ی دانشجویی

فرهنگی سیاسی

PEZHVAK

بهمن ماه ۹۶

➤ پائیز عاشقانه ترین فصل خدا

➤ شب فاطره باران

➤ نامه به سردار سلیمانی

➤ مصاحبه با رتبه برتر جشنواره قرآن و عترت

➤ استاندارد های کوله پشتی مناسب دانش آموزان

➤ به یاد شهدای سانچی



امید و نگاه بنده نسبت به آینده این کشور خیلی روشن است. بنده می دانم که خدای متعال اراده فرموده است که این ملت را به متعالی ترین درجات برساند و بدانید که انشاءالله ملت ایران به برکت اسلام، به برکت نظام اسلامی، بدون تردید به عالی ترین درجات یک ملت در حد و اندازه ی ملت ایران خواهد رسید و بدانید که توطئه ی دشمن، خرابکاری دشمن، حمله ی دشمن و ضربه ی دشمن هیچ اثری نخواهد داشت و به معنای واقعی کلمه، دشمن هیچ غلطی نخواهد توانست بکند. ۱۳۹۶/۱۰/۱۹



- گاهنامه دانشجویی فرهنگی، سیاسی دانشگاه فرهنگیان
- پردیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان سال سوم / شماره ششم
- صاحب امتیاز: کانون مطالعات اجتماعی تحت نظر کارشناسی فرهنگی

پژواک

بعد از سالک

کجا باغ ترنج

زیر آسمان ایران

زیر ویرانه های جنگ

روح درو

بعضی ها

اشاره

بعضی ها

ندای نذر سنی

یادک

- ۳ • سخن سر دبیر
- ۴ • نغمه ی بندگی
- ۵ • شب خاطره باران
- ۶ • پائیز، عاشقانه ترین فصل خدا
- ۷ • پنجره ی ظهور
- ۸ • درد و دل یک دانشجو
- ۹ • نامه به سردار سلیمانی
- ۱۰ • بیانیه دانشجوی دانشگاه فرهنگیان
- ۱۱ • نامه نگاری انیشتن با آیت الله العظمی بروجردی
- ۱۱ • تلنگر
- ۱۲ • مصاحبه با رتبه برتر جشنواره قرآن و عترت
- ۱۳ • علل دین گریزی جوانان و گرایش آنان به فرهنگ غرب
- ۱۴ • معرفی کتاب
- ۱۵ • ضرب المثل های انگلیسی
- ۱۶ • ترم یک
- ۱۷ • استاندارد های کوله پشتی مناسب دانش آموزان
- ۱۸ • نحوه ی صحیح راه رفتن، نشستن و خوابیدن
- ۱۹ • به یاد شهدای سانچی

- مدیر مسئول : زهرا صادقی حداد زواره
- سر دبیر : زهرا رنجبر
- مدیر اجرایی : فائزه شجاعی
- دبیر ادبی : عالیله باقری
- دبیر کتاب و کتابخوانی : منصوره حکمی فرد
- دبیر ورزش و سلامت : فرشته نبی زاده
- دبیر ترجمه و زبان : حمیده احسانی
- دبیر فرهنگی : فاطمه مطلبی
- ویراستار : عالیله باقری - فاطمه زارع
- عکاس : فاطمه حبیب الهی - فرزانه آزاد
- طراح جلد و صفحه آرا : آرمین صفی زاده
- کاریکاتورست : فاطمه قربانی
- همکاران افتخاری :
 فاطمه احمد جو
 فاطمه زهرا افشاری
 یاسمن حاجی زاده
 زهرا صالحی
 حمید رضا عابدی
 زینب عالیشان
 فاطمه عطائی
 فائزه معینی



ارتباط با ما



زهرا رنجبر، کارشناسی علوم تربیتی،
پردیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



سخن سردبیر:

با یاد و نام خدا که موهبت ارزشمند اندیشیدن را به انسان ارزانی داشت و سپاس و ثنای بی حد بر آستان بی همتای احدیت و با اهدای سلام و عرض ادب و احترام خدمت دانشجویان و دست اندرکاران محترم. بسیار مفتخریم که با این شماره در خدمت شما هستیم و در پرتو ایزدمنان افتخار درخشیدن در تیم پژواک روزیمان گشت و تمام تلاشمان این است که پژواک را در عرش نگه داشته و آینده ای فروزان تر را به گذشته ی درخشانش گره بزنیم.

تصمیم داریم تا بخش جدیدی را با عنوان نقطه ویرگول به نشریه بیفزاییم و از تمامی نویسندگان محترم دعوت داریم تا با ارسال داستان های کوتاه خود ما را در این بخش همیاری کنند. درمسیری که درستی اش را یقین داریم و در حضور همراهانی که در کنارمان گام برمی دارند، هیچگاه احساس تنهایی نخواهیم کرد حتی در فراز و نشیب های فراوان.

تشکر میکنم از تمامی سرورانی که با قلم های سبز خود باعث رویش پژواک شدند و تمامی دوستانی که با سرچشمه افکارشان این نهال به ثمر رسیده را سیراب نمودند.

و فرامی خوانم تمامی دانشجویان اهل علم و قلم سرزمینم را که با ارسال متون خود ما را در این مسیر یاری رسانند.

پژواک خط آزاد شماست..

با سپاس

سردبیر نشریه پژواک



زینب عالیشان، کارشناسی علوم تربیتی

پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



نغمه ی بندگی

باز هم نغمه های آسمانی عشق بر سر گلدسته های فیروزه ای معشوق وزیدن گرفته و همه کائنات در چشمه ی پاک خلوص خود را می شویند. جامه ای مطهر بر تن می پوشانند؛ جامه ای که تار و پودش را از زینت طلای پاکی بافته اند و آماده حضور در بزم پر شور و عشق آسمانی. تو می ایستی، مست شراب عشقی دستانت را به سوی لیلی ات دراز می کنی خم می شوی. نه گویی دلت تمنای سجده می خواهد، سجده ای که تو را نه به فرش که از آن به عرش می رساند. برای هم نفس شدن با او بیستون های شیطانی زیادی در راه اند خسروهایی که تیشه فرهادی ات را بر دوش دارند و تو رقیبی با این خسروان تزویر کار و شیرینت تنها فرهاد حقیقی را می پذیری.

باران دلت می بارد و چه بارانی که چشمانت را طوفانی می کند.

دستانت را رو به روی چهره ات می گشایی؛ می گویی و می خوانی و چه زیباست خواندن زیر باران، می خوانی توبه ات را، توبه از دل بستن به معشوقه های زمینی، معشوقه ات آنقدر رحیم است که ستارنده ی عیوبت می شود.

چتر رحمانیت اش را بر ابرت می گشاید. گویی طوفان بغض دلت خفت.

گویی طوفان بغض دلت خفت.

عطر پاک بعد از باران بزم را پر می کند. عطر پاکی که تو را به لحظه وصال نزدیک می کند.

محبوبه ات تو را می پذیرد و ...

اینک اندک اندک نوبت به سلام می رسد؛ سلام آخر بزم



منصوره حکمی فرد، کارشناسی علوم تربیتی
پردیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



شب خاطره باران

موی تو باشد و شب را به درازا بکشد
وای اگر کار من و عشق به یلدا بکشد
چه شود اوج پریشانی مان جا بخوریم
بین یک عالم شب صاف به یلدا بخوریم
می شود خوبترین قسمت دنیا با تو
گر که توفیق شود یک شب یلدا با تو
با تو ای خوبترین خاطره ی رویایی
ای که عمر تو الهی بشود یلدایی
میشوی از همه ی شهر تماشایی تر
گر شود عشق تو از عمر تو یلدایی تر
حیف شد نیستی امشب شب خاموشیها
کوه غم آمده پیشم به هم آغوشیها
نیستی شمع شب تار مرا فوت کنی
بدرختی همه را واله و مبهوت کنی

شب یلداست شب از تو به دلگیری هاست
شب دیوانگی اغلب زنجیری هاست
شب تا صبح به زلف تو توکل کردن
شب در دامن تنهایی شب، گل کردن
شب درداست شب خاطره بارانی هاست
شب تا نیمه شب شعر و غزلخوانی هاست
شب یلداست شب با غم تو سر کردن
شب تقدیر خود اینگونه مقدر کردن
کاش یک شب برسد یک شب یلدا باهم
بنشینیم زمان را به تماشا باهم
بنشینیم و ز هم دفع ملالی بکنیم
این هم از عمر شبی باشد و حالی بکنیم
شب یلدا شده خود را برسانی بد نیست
امشب را اگر ای عشق بمانی بد نیست
سیب سرخی و اناری و شرابی بزنیم
پشت پا تا سحرالدهر به خوابی بزنیم





فاطمه احمدجو، کارشناسی آموزش استثنایی
، پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



پائیز عاشقانه ترین فصل خدا

رفته رفته خورشید غمناک و خاطره انگیز پاییزی غروب می کند درحالیکه بغض آسمان را نظاره گر است، آسمان، لحظه ای خاطراتی را که پاییز برای او به ارمغان آورده بود در خاطرش برگ به برگ ورق می زند، یادآوری خاطرات، آسمان را بیش از پیش دلبسته ی خزان می کند، دریای آرام ازغم آسمان، طوفانی می شود، باد از خروش دریا، به وجد می آید و برگهای زرین خزان را در اوج می رقصاند اما آسمان هنوز دلگیر است لحظه ی وداع نزدیک و نزدیک تر می شود خزان چشم در چشم آسمان با آوای ابرو باد، موسیقی وداع در گوش سپهر می نوازد چه لحظه ی دردناکیست، سپهر با زبان بی زبانی تمنای ماندن می کند اما خزان با همان لبخند تلخ همیشگی یادآوری می کند که آمدن او به سررسیده است و آرام آرام درافق تاریکی محو می شود گویی طولانی ترین شبی است که سپهر به خود دیده... آسمان نا آرام تراز همیشه در هجران یار می گرید، اشک های او در حسرت خزان، به خود می لرزند و از سرمای اضطراب دوری، گچ روی می شوند. آری این است یلدا و چه یلدای تلخی است شاید به همین خاطر است که قدما یلدا را شوم خوانده اند و بادورهمی های ساختگی در کوشش هستند تا از شوم بودنش مصون بمانند.



زهرا صالحی، کارشناسی علوم تربیتی
پروفسور فاطمه الزهرا (س) اصفهان



پنجره ی ظهور

از کودکی جمعه را با تو می شناسم، اسم جمعه که می آید اندوهی تلخ تمام وجودم فرا می گیرد. پنجره ی گوشه ی اتاقم خاطرات زیادی را با من گذرانده. از آن لحظاتی که شادی هایم را با او تقسیم کرده ام تا آن لحظاتی که میزبان اشک های گرم چشمم بوده. هر لحظه که من از انتظار تو به بیرون زل می زدم پنجره هم تمام تلاشش را می کرد تا تو را پیدا کند. هر گاه اشک، چشمانم را تاری می کرد، پنجره همچنان شفاف می ماند تا مرا از حضور تو آگاه کند. اما من هرگز تو را ندیدم نه در آسمان نه همراه نسیم و نه حتی در میان گلها. سال هاست که از آن روز میگذرد. پنجره همان پنجره است اما من بزرگ تر شده ام. دیگر سرم شلوغ و در بند دنیا گرفتار گردیده ام. دیگر وقت ندارم مثل گذشته به دنبال تو بگردم. اما پنجره همچنان چشم انتظار توست. این را امروز فهمیدم وقتی ناگهانی از میان کارهایم چشمم به آن افتاد. همچنان شفاف بود نزدیک شدم، این بار از پشت پنجره چیزهایی را دیدم که قبلا ندیده بودم. تو نبودى اما غربت و تنهایی ات بوده پنجره ای خالی که شریک غم و تنهایی هایم شده بود. چقدر زود بزرگ شدم، چقدر زود غافل شدم و تو چقدر بیشتر از گذشته تنها و غریب تر شده ای. این را سال ها بود که پنجره می دانست، اما من در پی خوشبختی خود، در غفلت از تو، به سر می بردم. امام مهربانم بنگر به من، به همانی که عاشق دل خسته توست به منی که هر روز با غفلتم به تنهایی و غربت تو دامن زدم. این بار نه از پشت پنجره که در عمق قلبم حضورت را احساس کردم. اری تو تنها ترین غریبی هستی که هر روز تنها تر می شوی...



حمیدرضا عابدی، کارشناسی علوم تربیتی
پودیس شهید آیت نجف آباد اصفهان



درد و دل یک دانشجو

روی صحبتیم باشما ورودی های ۹۳ دانشگاه فرهنگیان سرتا سر کشورم است، شماهایی که از همان ابتدا برای مهر شدن حکم هایتان، تا ریختن معوقات عقب مانده، چه خون دل ها که خوردید... شما را درک میکنم، میدانم اکثر اوقات غذایی که از آن تنفر داشتید را از روی اجبار خوردید، آخر پولی در جیب برای غذاهای بیرون نداشتید، و یا حتی بر خلاف میل باطنی تان چشم خودتان را بر روی بسیاری از نیاز هایتان بستید و با حرف هایی از قبیل اینکه فعلا به آن احتیاجی ندارم، خودتان را گول زدید... همه ی این هارا میدانم، اما از آن دوران سخت تا به امروز، فقط یک سال دیگر باقی مانده است، حال مشکل حکم ها و معوقات حل شده و مسئولین ما سینه سپر کرده اند که دیدید خلف وعده نکردیم... اما ای کاش شما مسئولین از دل یک دانشجو معلم خوابگاهی با خبر بودید که چه شب ها از دوری و دلتنگی خانواده تا صبح پلک نزد، آخربه خاطر دوری راه، هزینه ی رفت و آمد را نداشت... از ما که گذشت، ولی تو را بخدا، این ظلم را در حق هیچ دانشجو معلمی نکنید...

یاسمن حاجی زاده، کارشناسی الهیات و معارف اسلامی
پردیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



نامه به سردار سلیمانی

بسم الله الرحمن الرحيم

به نام خداوندی که وعده اش حق است (فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ) ضمن عرض سلام و درود فراوان محضر سردار گرامی اسلام حاج قاسم سلیمانی خبر آزاد سازی البوكمال به عنوان آخرین قلعه ی شجره ی خبیثه ی داعش به گوش همه مان رسید، در پیام شما به رهبر معظم انقلاب خواندیم که طی این شش سال، این گروه تکفیری آمریکایی صهیونیستی بدترین جنایت های ممکن را انجام داد، تمام مردم مسلمان هم شاهد این جنایت ها بودند، واقعا حضور این گروه ملعون در این کشورهای مقدس، رعب و وحشت زیادی ایجاد کرده بود، گرچه این رعب و وحشت با نظر ائمه اطهار

تمامی رزمندگان جبهه مقاومت در سوریه و عراق و خانواده های محترم شان، این پیمان را با شما و رهبر عزیز و گرانقدرمان می بندیم که روحیه ی انقلابی گری، روحیه عدالت طلبی و ظلم ستیزی، روحیه ی حق طلبی و آرمان گرایی را در وجود دانش آموزان این مرز و بوم پرورش دهیم و طبق فرمایش حضرت آقا کار فرهنگی بصیرت افزا انجام دهیم، چرا که معلمان یک سرزمین بیشتر از هر قشر، پاسدار خون شهدای این انقلاب و شهدای مدافع حرم خواهیم بود. این شهدا بودند که امنیت و آرامش را برای مردم به ارمغان آوردند.



از محضر شما سردار گرامی درخواستی مبنی بر گنجاندن این واقعه ی بزرگ در کتاب های درسی داریم، فرزندان جمهوری اسلامی باید با قهرمان های خود آشنا شوند؛ قهرمان هایی که شناختن آن ها در این اوضاع تهاجم فرهنگی و در این اوضاعی که دشمن سعی دارد روحیه مقاومت را از نسل های آینده ما بگیرد و برای این کار سندهایی را برای ملت ها تدوین می کند، سرمایه گذاری های کلان برای ساخت برنامه ها و بازی ها و فیلم ها می کند تا نوجوانان و جوانان ما را غافل کند و در این بین نقش کتاب درسی و معلم و استاد غیرقابل انکار است و قطعا به معرفی قهرمانانی مثل شهید حججی و تمامی شهیدان دیگر و همه ی سرداران غیور و شجاع نیاز مبرم داریم، تقاضای ما فرزندان این کشور و خادمان این مردم از شما این است که از سال تحصیلی جدید مطالبی برای آشنایی فرزندان مان با این واقعه بزرگ و غرور آفرین در کتاب های درسی، گنجانده شود.

و فداکاری و شجاعت سربازان مقاومت، روز به روز کمتر شد و الحمدلله در این سال ها راهپیمایی اربعین در یکی از کشورهای که داعش در آن جا حضور داشت، سال به سال باشکوه تر از قبل برگزار گردید و این از برکت الهی و فداکاری مجاهدان اسلام بود و ان شاء الله به زودی شاهد تحقق این آیه ی شریف باشیم (وَنُرِيدُ أَنْ نَمُنَّ عَلَى الَّذِينَ اسْتُضْعِفُوا فِي الْأَرْضِ وَنَجْعَلَهُمْ أَئِمَّةً وَنَجْعَلَهُمُ الْوَارِثِينَ)

ما دانشجوی معلمان این سرزمین و معلمان آینده ی این مرز و بوم، نهایت سپاس و تشکر را از خدمت شما سردار عزیز و شجاع و متدین و انقلابی و ولایی برای همه ی زحمات شبانه روزی تان برای پایان دادن به شجره ملعونه داعش را داریم و ضمن عرض تبریک به محضر صاحب الزمان (عج) و نائب عزیز شان و شما سردار دلیر و شجاع اسلام و همه مردم مسلمان و ضمن تشکر و قدردانی از فداکاری های شما و تمامی شهدای مدافعان حرم و

یاسمن حاجی زاده، کارشناسی الهیات و معارف اسلامی
پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



بیانیه دانشجوی دانشگاه فرهنگیان نسبت به اعلام کردن قدس به عنوان پایتخت رژیم صهیونیستی
انزجار و نفرتمان از اعلام قدس شریف به عنوان پایتخت رژیم اشغالگر اسرائیل آن هم از سوی اصلی ترین حامی
این جنایت گر بزرگ یعنی آمریکا، چیزی نیست که بتوانیم آن را با نوشتن بیان کنیم. ما حامی فلسطین و قدس
شریف و مردمانش هستیم ما حامی آزادی و عدالت هستیم و آزادی فلسطین را روز شماری می کنیم
القدس لنا و این آرمان فراموش شدنی نیست و سکوت و انفعال، بی شرمانه ترین کاری است که می تواند
در این برهه از زمان اتفاق بیافتد و وای به حال جهان اگر بخواهد سکوت و بی طرفی پیشه کند.
اعلام این خبر هشدار می است که به ما متذکر می شود دل خوش کردن به مذاکره و سازش با دشمن برای
حل شدن تمام مشکلات و خلاص و رهایی خیال ساده لوحانه ای بیش نیست و تنها سنگری که برای پیروزی
و تحقق کامل اهداف وجود دارد مقاومت است.
تنها راه حل رهایی و خلاص فلسطین از این طاعون که به جان مردمش افتاده و جان و مال خاکشان را ذره
ذره می بلعد مقاومت است و اتحاد کشورهای اسلامی برای عزمی راسخ و حرکتی جهادی؛ که این مهم فقط
با عمل است که به وقوع می پیوندد نه حرف و شعار.
خرمشهرها در پیش است و سپیده ی پیروزی به یاری خدا نزدیک...



فائزه شجاعی، کارشناسی علوم تربیتی
پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



تلنگر

مدتی پیش، برای انجام کاری به یکی از ارگان های دولتی مراجعه کردم. مردی میانسال هم انجا حضور داشتند که برای کاری مشابه آمده بودند.

ایشان مردی متشخص و از قضا بازنشسته فرهنگی بودند. مسئول مربوطه، رفتاری بی ادبانه با این شخص داشتند و من هم از نزدیک شاهد ماجرا بودم. هیچ چیز برایم جالب تر از حرفی که ایشان به مسئول مربوطه زدند، نبود.



ایشان باناراحتی و در کمال ادب گفتند: امثال شما زیر دست خود ما تربیت شدند و ای کاش که ما در کارمان کوتاهی نکرده بودیم.

بعد از آن خیلی به این جمله فکر کردم و به بار سنگینی که برای تربیت دانش آموزانم در آینده خواهم داشت پی بردم. خداوند یاریمان کند تا در انجام وظیفه ای که در قبال تربیت فرزندان این مرزوبوم خواهیم داشت، نهایت تلاش و همت خود را به کار گیریم تا پس از فراغت از حرفه معلمی، به بارنشستن شکوفه های درخت امید سرزمین مان را به شادی جشن بگیریم.



فاطمه الزهرا افشاری بادجانی، کارشناسی
علوم تربیتی پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



نامه نگاری انیشتین با آیت الله العظمی بروجردی قدس سره
آلبرت انیشتین در رساله ی پایانی عمر خود که آن را در آمریکا و به آلمانی نوشته است اسلام را بر تمامی ادیان جهان ترجیح می دهد و آن را کامل ترین و معقول ترین دین می داند.
این رساله در حقیقت همان نامه نگاری محرمانه ی انیشتین با آیت الله العظمی بروجردی است که توسط مترجمین برگزیده ی شاه ایران و به صورت محرمانه صورت پذیرفته است.
قرآن کریم و احادیثی از نهج البلاغه و بیش از همه بحار الانوار علامه ی مجلسی (که از عربی به انگلیسی و ...

توسط حمیدرضا پهلوی ... ترجمه و تحت نظر آیت الله بروجردی شرح می شده تطبیق داده و نوشته که هیچ جا در هیچ مذهبی چنین احادیث پر مغزی یافت نمی شود و تنها این مذهب شیعه است که احادیث پیشوایان آن نظریه پیچیده "نسبیت" را ارائه داده ولی اکثر دانشمندان نفهمیده اند.

از آن جمله حدیثی است که علامه مجلسی در مورد معراج جسمانی رسول اکرم (ص) نقل می کند که: هنگام برخاستن از زمین دامن یا پای مبارک پیامبر به ظرف آبی می خورد و آن ظرف واژگون می شود.

اما بعد از این که پیامبر اکرم (ص) از معراج جسمانی باز می گردند مشاهده می کنند که پس از گذشت این همه زمان هنوز آب آن ظرف در حال ریختن روی زمین است ... انیشتین این حدیث را از گرانبها ترین بیانات علمی پیشوایان شیعه در زمینه ی "انساب و نسبیت زمان" دانسته و شرح فیزیکی مفصلی بر آن می نویسد... لذتو نسبیت زمان دانسته و شرح فیزیکی مفصلی بر آن می نویسد...



فاطمه عطائی، کارشناسی علوم تربیتی
پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



مصاحبه با رتبه برتر جشنواره قرآن و عترت



لطفا خودتان را کامل معرفی کنید و بگویید در چه رشته ای کسب رتبه کرده اید؟

افسانه کبودانی دانشجوی رشته علوم تربیتی ورودی سال ۹۴ هستم و در پرویس فاطمه الزهرا اصفهان تحصیل می کنم و در رشته احکام رتبه دوم ملی را کسب کردم.

چی شد که این رشته را انتخاب کردید؟

علاقه زیادی به دانستن احکام دینی داشتم و حتی تابستان هم گاهی احکام دینی و قرآنی را مطالعه می کردم عوامل موفقیت تان چه مواردی هستند؟ مطالعه از روی علاقه زیاد.

بهترین باور برای موفقیت چیست؟

اگر در حد توانت تلاش کنی و به خدا توکل نمایی حتما به آنچه می خواهی می رسی.

دیدگاهتان در مورد قرآن و عترت چگونه است؟ قرآن و عترت هردو بهترین راه هدایت هستند.

سطح مسابقات را چگونه ارزیابی می کنید؟

در برخی مقاطع بسیار دشوار است و لازم است افراد بر مفاهیم و مطالب اشراف کامل داشته باشند.

آیا دانشگاه حمایت های لازم از شما برای شرکت در مسابقات را داشت؟

خانم دکتر سهرابی عزیز توجه لازم را نمودند.

از ایشان و دکتر علویان و حراست گرمی به خاطر همراهی شان کمال تشکر را دارم.

توصیه شما برای بهتر شدن جشنواره های قرآنی چیست؟

بهتر است شرکت کنندگان لااقل یک روز قبل از مسابقه در شهر میزبان حضور داشته باشند تا کیفیت عملکردشان بالا رفته و بخاطر خستگی راه زحماتشان هدر نرود.

آیا به دانشجویان توصیه می کنید که در این مسابقات شرکت کنند؟

بله قطعاً، دانشجویانی که اکثراً با رتبه های عالی در دانشگاه فرهنگیان وارد شدند توانایی شرکت در مسابقه و کسب بهترین رتبه ها را خواهند داشت.

به عنوان سخن آخر چه حرفی برای خوانندگان نشریه دارید؟ امیدوارم که امسال شاهد حضور تک تک دانشجو معلمان عزیز در مسابقات باشم و رتبه های برتر مسابقات در سطح ملی از دانشگاه های فرهنگیان باشد.



عالیه باقری کارشناسی علوم تربیتی
پردیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



علل دین گریزی جوانان و گرایش آنان به فرهنگ غرب و راهکارهای مقابله با آن

دین گریزی جوانان همواره دغدغه هایی را برای رهبران دینی و خانواده های متدین بوجود آورده و تهدیدی برای نسل جوان محسوب می شود. لذا مقاله حاضر، ابتدا به تبیین مفهوم دین از منظر علامه طباطبائی و شهید مطهری پرداخته سپس با مشخص نمودن منشا دین، به شبهاتی که در این خصوص در اذهان ایجاد گردیده پاسخ می دهد. هدف این پژوهش، یافتن و استخراج بخشی از عوامل دین گریزی بوده و به بررسی و استقصای ناقصی از این عوامل از منظر دین پرداخته شده است. عواملی چون؛ فقر معرفتی به مقولات دینی، عدم تعقل، خصوصی سازی دین و... مهم ترین یافته های این تحقیق حاکی از آن است که دین گریزی مقوله تک علیتی نیست و علل متعددی در تحقق آن موثرند، هرچه از عقلانیت فاصله گرفته شود به همان نسبت با دین فاصله خواهد افتاد و فضایل و رذایل اخلاقی آدمیان در دین گریزی آنها موثر است. در پایان نیز به بیان ضرورت ها و بایستگی هایی هابی پرداخته شده که مربیان و رهبران دینی جهت رفع دین گریزی و گرایش جوانان به فرهنگ غرب باید آنها را در بستر جامعه بکار گیرند.

کد مقاله : Elites17-03120228

تاریخ : ۹۶/۰۸/۱۷

گواهی پذیرش مقاله

بدین وسیله گواهی می شود مقاله با عنوان:

علل دین گریزی جوانان و گرایش آنان به فرهنگ غرب و راهکارهای مقابله با آن

نگارنده

عالیه باقری



در جلد دوم شماره پنجم (آذر ماه ۹۶) مجله نخبگان علوم و مهندسی طی مراحل کامل داوری پذیرفته و منتشر خواهد گردید. پیشرفت روز افزون شما را از خداوند منان مسئلت داریم.



مجله نخبگان علوم و مهندسی

ISSN 2538-581X



منصوره حکمی فرد، کارشناسی علوم تربیتی
پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



معرفی کتاب

دوران سالمندی و پیری خود را تصور کنید؛ به این فکر کنید که هنوز می‌توانید عملیات ریاضی را به صورت ذهنی انجام دهید؛ می‌توانید برای سایر اعضای خانواده ی خودتکیه گاهی در زمان مشاوره و تصمیم گیری ها باشید و از همه مهم تر، به آلازیمر دچار نشده اید.

این یک تصویر ایده آل نخواهد بود، به شرطی که شما همین حالا از مغز خود درست استفاده کنید.

این کتاب که توسط اعضای پژوهشکده ی علوم شناختی نوشته شده، در ۱۶ پله تمرینات متنوعی را برای مغز شما طراحی کرده است.

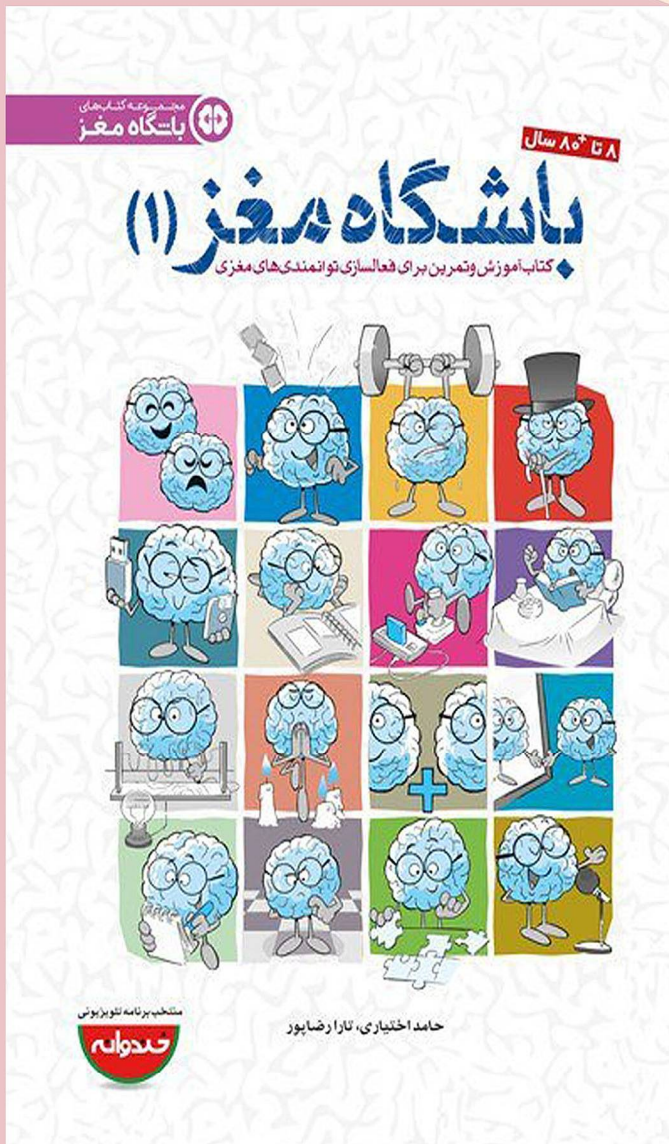
پس برای داشتن مغزی فعال و سالم، در باشگاه ورزش مغز ثبت نام کنید، همین امروز!

نویسندگان: حامد اختیاری، تارا رضا پور

ناشر: مهرسا

نوبت و سال چاپ: چهارم، ۱۳۹۵

شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه





حمیده احسانی، کارشناسی زبان انگلیس
پروفسور فاطمه الزهرا (س) اصفهان



ضرب المثل زبان انگلیسی

Every language has its own collection of wise sayings. They offer advice about how to live and also transfer some underlying ideas, principles and values of a given culture society/. These sayings are called "idioms" - or proverbs if they are longer. The English language is the mother tongue of the global media. To understand English clearly, one should know not only its standard vocabulary but also its different styles, proverbs, sayings, and idioms. Mastering idioms means you're using and understanding the language more like a native speaker would. The tough part about mastering idioms is that knowing all the individual words may not help you to understand the meaning of the phrase. These commonly used idioms and sayings can help to speak English by learning English idiomatic

Idioms

The early bird catches the worm



(The one who is early will be successful)
I always come to work early. The early bird catches the worm.

سحر خیز باش تا کامروا باشی!

Idioms

Snake in the grass



(A secretly faithless friend)

It's upsetting to learn that someone you once viewed as a good colleague is in fact a snake in the grass.

آب زیر کاه

Idioms

A bookworm



(Someone who reads a lot)

My sister is a bookworm. My sister is always at the library reading and learning.

کسی که علاقه افراطی به مطالعه کتاب دارد، خرخون

Idioms

When pigs fly



(Something is not likely to happen)

My friend will be more serious about job and her life when pigs fly.

آب زیر کاه



پرویس یزدانی کارشناسی آموزش کودکان استثنایی
پرویس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



ترم یک

که غذایش به سلامت ببرد
و غذایی بسیار
که به همسایه ی خود می بخشم
و اتاقی دادند
که اتاقم پر از بی فرشیست
حرف هایم همه شوخیست
بیخشد اگر من معلم هستم
و اگر خاطرتان جمله مکدر باشد
سر پرستم خوب است مهربان و دلسوز
و اساتید گل سر سبد باغ خیالم هستند
درس خواندن مشکل
نمره هامان آباد
درس هامان آباد
و همه اهل سعادت آباد

ترم یک می باشم
و پرویس نامم
و اتاقم آخر
آخره این همه، چند طبقه
پله هایی نه زیاد
و کلاسی آن طرف تر از کوه
تدریسی که مرا می خواند
گربه های دم سلف
دلبران می برد و ترس
محال است هرگز
گربه ها رقص کنان هم طرفت می آیند
و غذا در دستت
رد شدن چون گذر از پل صراط است ولی
خوش به حال شاعر





فرشته نبی زاده کارشناسی تربیت بدنی
پدیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



استانداردهای کوله پشتی مناسب دانش آموزان

برای اندام فوقانی است و فشار بر آنها می تواند باعث بی حسی، درد تیرکشنده و آزردهای اندام فوقانی شود. بندهای کوله پشتی باید بطور متقارن تنظیم و حتما به صورت دوطرفه استفاده شوند تا با حفظ تعادل بدن از انحراف ستون مهره ها جلوگیری شود. کوله های جیب دار، امکان توزیع وسایل و در نتیجه پخش وزن بار را بیشتر می کند. البته مهم ترین فاکتور در این بخش توجه و نظارت مداوم والدین بر محتوای کوله است تا دانش آموزان وسایل اضافه حمل نکنند. پیشنهاد می شود هر دوره حمل کوله پشتی بیش از ۳۰ دقیقه نباشد و در صورت نیاز از استراحت متناوب بهره برد. کودکان احساس خود را حین استفاده از کوله پشتی بیان می کنند؛ به همین دلیل والدین در صورت گلايه، مشاهده راه رفتن نادرست یا قرمزی در ناحیه سرشانه ها، باید علت آزردهای را برطرف کنند. خانواده ها از کودکی به فرزندان خود آموزش دهند که اشیاء را به درستی از روی زمین بردارند؛ یعنی به جای خم شدن به صورت نشسته و با کمترین فاصله از کوله پشتی آن را بلند کنند تا فشار کمتری بر ناحیه ستون فقرات وارد شود. همچنین باید وسایل سنگین تر را نزدیک به محور مرکزی بدن قرار داد؛ به طوریکه نزدیک به مرکز ثقل بدن باشد.

صفحه های رشد در دختران تا حدود ۱۱ سالگی و در پسران تا حدود ۱۵ سالگی باز است و حمل نادرست کوله پشتی می تواند در ایجاد اختلالات ساختاری موثر باشد.

درباره ویژگی های کوله پشتی مناسب برای دانش آموزان باید به چه مواردی دقت کنیم؟؟؟؟ تولیدکنندگان باید به تولید کوله پشتی ارگونومیک تشویق شوند تا در کنار جنبه ظاهری کالا، سلامت مصرف کننده نیز تامین شود. محل قرارگیری این کیف ها باید در پشت باشد و اگر به کوله کمری تبدیل شود، در درازمدت می تواند منجر به تغییر شکل ستون فقرات به صورت افزایش گودی پشت، قوس گردنی و کمری می شود. همچنین درباره چگونگی انتخاب کوله پشتی باید نظر داشته باشیم که: کوله پشتی باید چرمی یا برزنتی باشد تا علاوه بر استحکام، همگونی لازم با محتویات داخلی را حفظ کند.

اندازه آن نیز باید متناسب با جثه دانش آموز باشد؛ به طوری که پس از آویختن آن حدود سه سانتی متر بالاتر از خط کمر قرار گیرد و بندهای آن طوری تنظیم شود که کوله را در ناحیه پشتی قرار دهد. کوله پشتی و محتویات آن باید کمترین وزن را به بدن دانش آموز وارد کند و بیش از ۲ تا ۱۰ درصد وزن فرد نباشد. برای مثال وزن کوله پشتی به همراه وسایل موجود در آن برای دانش آموزان ابتدایی ۲.۵ تا سه کیلوگرم و برای دانش آموزان مقطع راهنمایی و دبیرستان هفت تا ۱۰ کیلوگرم است.

همچنین باید دو بند ضخیم داشته باشند تا بیشترین سطح تماس را با بدن فرد داشته و همه وزن روی دو ناحیه کوچک تحمیل نشود؛ به ویژه ناحیه سرشانه که محل عبور اعصاب و عروق مهم



فرشته نبی زاده کارشناسی تربیت بدنی پودیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



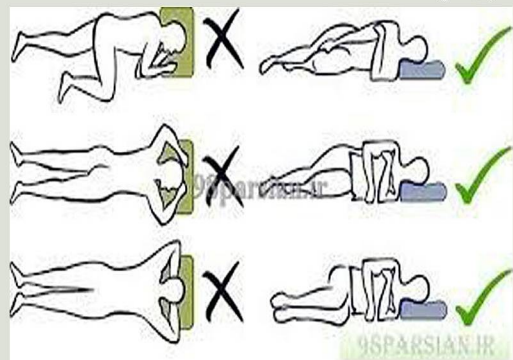
• وضعیت های نادرست خوابیدن:

– خوابیدن روی شکم:

اینگونه خوابیدن موجب افزایش قوس کمری و اختلال در تنفس می شود فرد مجبور است که صورت خود را به یک سمت بچرخاند و عضلات یک سمت گردن در حالت کشیده و سمت دیگر در حالت کوتاه شد قرار می گیرند. اگر فرد بلافاصله بعد از خوردن غذا بخوابد و خوابیدن او رو به شکم باشد این شیوه خوابیدن می تواند در هضم غذا اشکالاتی به وجود آورد. بسیاری از افراد خوابیدن رو به شکم را از عوامل ایجاد کننده درد گردن، بی حسی دست، سر درد و سر گیجه میدانند. سعی کنید هرگز روی شکم نخوابید، اگر بدلیل کمردرد حاد ناگزیر از این کار هستید حتماً یک بالش کوچک زیر شکم یا تنه قرار داده و یک پا را کمی خم کنید و بالش زیر سر نگذارید.

– خوابیدن به پهلو:

در صورتی که فرد روی سطح نرم بخوابد بدن در داخل آن سطح نرم فرو می رود و در طول خواب در یک وضعیت نادرست قرار می گیرد تکرار این حالت می تواند در درهای عضلانی و مفاصل را به دنبال داشته باشد و منجر به بروز تغییر شکل در ستون فقرات می شود. همچنین استفاده از بالش کوتاه و یا بلند نیز عوارض مشابهی را به دنبال خواهد داشت.



– خوابیدن به پشت:

اگر فردی روی سطح کاملاً سفت یا نرم بخوابد و یا از بالش بلند استفاده کند با ناراحتی های عضلانی و مفصلی به ویژه در ناحیه گردن مواجه خواهد شد.

– وضعیت های درست خوابیدن:

بهتر است که از تخت خواب های خوب استفاده نمایید بنابراین موارد زیر را می توان توصیه کرد:

(۱) اگر تخت خوابی تشک فنری دارد بهتر است که آن تشک روی یک سطح چوبی قرار گیرد زیرا ماهیت فنری طوری است که به مرور زمان شل می شود و روی تشک فرورفتگی به وجود می آورد و به همین علت باید همواره آن ها را بازرسی کرد.
(۲) تخت خواب ها باید مطابق با قوس های بدن ساخته شوند و در صورت لزوم باید از حمایت کننده هایی نظیر بالش استفاده کرد افرادی که روی زمین می خوابند بهتر است که از دو عدد پتو استفاده کنند و روی زمین سفت نخوانند و بالش مورد استفاده بایستی نرم باشد.

– خوابیدن به پهلو:

فرد باید بالش استفاده نماید که مهره های گردنی را در امتداد مهره های پشتی نگه دارد این بالش نباید کوتاه تر یا بلند تر باشد زیرا هر دو حالت مشکلاتی را برای ناحیه گردن ایجاد خواهد کرد. افرادی که دارای لگن پهنی هستند مخصوصاً خانم ها بایستی بین دو پا بالشی قرار دهند تا از اعمال کشش روی عضلات طرفی ران جلوگیری به عمل آید و همچنین در این افراد برای حفظ مهره های در وضعیت درست یک بالش کوچک در پهلو قرار گیرد.

– خوابیدن به پشت:

بالش مورد استفاده بایستی طوری باشد که فشاری به عضلات و مهره های گردن اعمال نکند و آن ها را در یک وضعیت درست نگه داری کند به طوری که قوس گردنی حفظ شود.

نحوه ی صحیح راه رفتن، نشستن، خوابیدن

نحوه ی صحیح راه رفتن

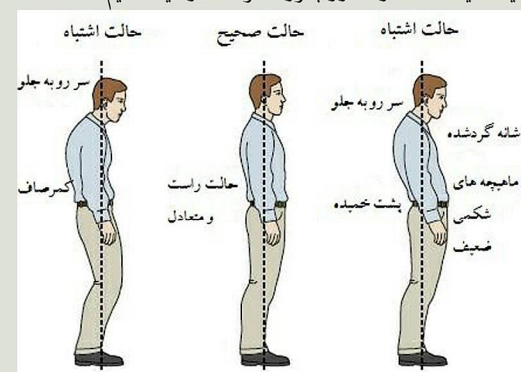


۱- هنگام راه رفتن باید دو تا پا نزدیک به هم قرار بگیرند. چون اگر اگر فاصله ی دوتا پا از هم زیاد باشد آدم کمر درد و غیره می گیرد و زود خسته میشه. اگر توجه کنید، پیرزن ها یا پیرمرد هایی که همیشه کمرشان را به دست می گیرند و از درد کمر می نالند، هنگام راه رفتن فاصله بین پاهایشان به اندازه ی یک دره است و... بنابراین وقتی راه می روید، فاصله ی بین پاهایتان را به حداقل برسانید.

۲- شخصی که بصورت استاندارد راه می رود، وقتی گام بر میدارد، اول پاشنه پا را از زمین جدا کرده و بعد قسمت جلویی و سپس انگشتان پا را از زمین جدا می کند. بعد پای را که از زمین جدا کرده با فاصله ی عرضی کمی از پای که بر روی زمین استوار است و فاصله ی طولی مناسبی از پای که بر روی زمین استوار است، آنرا قرار می دهد.

۳- شخصی که راه رفتن استاندارد دارد، برای آنکه پای که از زمین جداست و می خواهد آنرا بر روی زمین بگذارد و با پای دیگر گامی بردارد، استاندارد را رعایت می کند.

در اینجا هم اول باید پاشنه ی پا را بر روی زمین بگذاریم، بعد قسمت کفی پا و در نهایت انگشتان را با زمین تماس می دهیم. باید همیشه استانداردها رو بطور ناخود آگاه رعایت کنیم.



نحوه صحیح نشستن

بهترین حالت نشستن پشت میز این است که کمی بدن را به عقب متمایل کنیم، به طوری که زاویه ی بین ران ها و تنه حدود ۱۳۵ درجه شود. البته از آنجایی که این زاویه ممکن است باعث سر خوردن ما به عقب و حتی افتادن شود (اگر تکیه گاهی نداشته باشیم)، محققان به ۱۲۰ درجه هم رضایت داده اند. آنها می گویند این گونه نشستن می تواند باعث کاهش کمر درد شود.

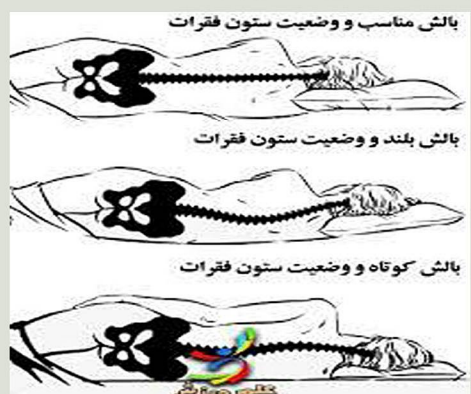
به گفته ی این محققان ۳۲ درصد مردم بیش از ۱۰ ساعت را در روز، به صورت نشسته سپری می کنند و نیمی از آنان حتی برای صرف ناهار نیز، میز خود را ترک نمی کنند و دو سوم مردم زمانی که از کار به منزل با می گردند، باز هم می نشینند. علاوه بر این، بررسی ها نشان داده است که یک سوم افراد به همین علت، یعنی بد نشستن های طولانی، از کمر درد رنج می برند.

نحوه صحیح خوابیدن

• خوابیدن:

افراد حدود هشت ساعت از شبانه روز را در حالت خوابیده به سر می برند و این زمان در مورد کودکان بیشتر است.

اگر فرد وضعیت صحیحی در هنگام خواب نداشته باشد فشار های زیادی روی مفاصل و عضلات او وارد خواهد شد و چه بسا زمینه ساز تغییر شکل نیز بشود.





فائزه معینی، کارشناسی علوم تربیتی

پردیس فاطمه الزهرا (س) اصفهان



به یاد شهدای کشتی سانچی

چقدر زود فراموش شدند، چقدر زود از خاطره ها محو شدند ولی هم اکنون هم میتوان بوی مرگ را از سراسر این سرزمین استشمام کرد. سرزمینی که انگار قصد ندارد لباس عزای خود را در آورد و همواره سوگوار فرزندان خود است. انسانها گاهی در هوای زنده بودن مرگ را از خاطر خواهند برد گاهی برای سالیان دراز عمر طوماری از آرزو ها و برنامه ها خواهند داشت. گاهی مرگ اقتدر دور به نظر می رسد که ندیدن صبح روز جدید برایشان دور از باور است... می گویند آخر زمان که برسد خداوند انسان های سفید و پاکش را گلچین کرده و پیش خود خواهد برد و انسان های خاکستری و سیاه می مانند و یک دنیا بدی... اقتدر بد که ندانی از بد بودنش به کجای این کره ی خاکی پناه ببری... اقتدر بد که همه ی آدمها تنها شوند و سرانجام روزی یاد خدا در دلشان زنده شود و دست بر دامن خدا شوند تا گره گشای مشکلاتشان او باشد... سیل گناهانمان زیاد است به حدی که حتی شرممان میشود به چشمان امام زمانمان نگاه کنیم. غفلت زندگیمان را فرا گرفته است و از حکمت اتفاقات پی در پی خیریم ولی اینک صبر را برای مادران و پدران و همسران و فرزندان پاک آن ها از خداوند خواستاریم. شاید تصورش هم سخت باشد که میان آن همه آب باشی ولی قطره ای از آن همه آب نتواند تو را از بین شعله ها نجات دهد. خیلی سخت است در سرزمین غریب جایی که حتی بانگ فریادت به گوش هیچ کس نمی رسد غریبانه جان بسپاری و شاید خیلی سخت تر باشد که دوستان جلوی چشمانت جان بدهند و کاری از دست تو ساخته نباشد و حتی در باورت هم نمی گنجد که این بار بار آخری است از همسر و فرزندت خدا حافظی می کنی و آن ها را می بینی و دیگر

باز گشتی در کار نخواهد بود.

کسی می گفت آنگاه که آدم عزیزی را از دست می دهد و می بیند که عزیزش را میان خروار ها خاک قرار می دهند سردی خاک باعث می شود که نسبت به او سرد شود و آرام آرام از او دل بکند.

اما وقتی عزیزت میان آن همه موج خروشان، در دل دریای بیکران، لابه لای شعله های آتش سوزان گم شود و تو سالها چشمانت به در باشد و منتظر اثری، ردی، و حتی بویی باشی میدانی یعنی چه؟ هیچ کس این را درک نخواهد کرد. حتی همه کسانی که مدتی تحت تاثیر بودند و آتششان داغ... اما دیری نپایید که این آتش داغشان به یک باره خاکستر شد...

و دوباره باز گشتند به خانه اول برای جمع کردن پول و مقام و ثروت و ذره ذره حطام دنیا... سرانجام اینهمه بدی راه به کجا خواهد برد؟؟؟ هر شب در آسمان سرزمینم ایران! ستاره ها دنباله دار خواهند شد... این سنبل گم شدن ستاره ها و مرگ آن هاست... روزی که آموزگار شدم...

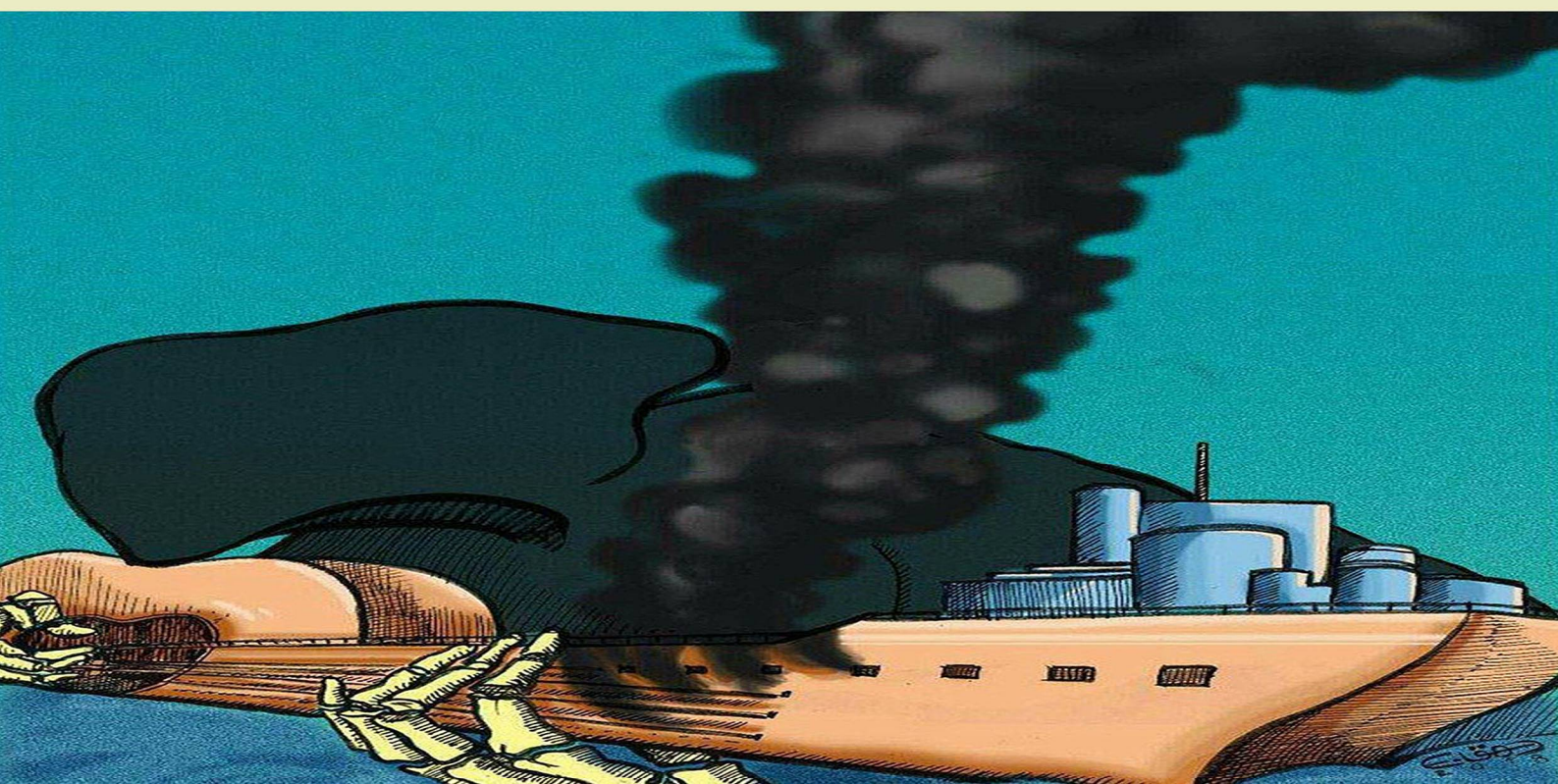
درس های زیادی برای آموختن خواهم داشت... از فاجعه منا و پلاسکو و آتش نشان ها از معدن، زلزله، شهیدان مدافع حرم، همه و همه... به دانش آموزانم راه و رسم خوب بودن را می آموزم تا مانند ما شاهد پرپر شدن جوانان سرزمین شان نباشند... و مبادا که خدا از دستشان دلخور شود. خداوند! بخشش و فضیلت را بر ما عطا کن

برکت را به زندگیمان برگردان

باران رحمت را بر ما بباران

شادی و سرخوشی قدیم را بار گردان

که تو مهربان ترینی ای خدای مهربان



می خیزی و می تازی و می نازی و می آبی

در کل جهان مدینه فاضله می سازی و می آبی

هر جمعه به عشق مهدی یک منطری گوید

بر شیعه دل سوخته ات یک نظر اندازی و می آبی

بسم الله الرحمن الرحیم
الحمد لله رب العالمین
والصلاة والسلام على سيدنا محمد
والآله الطيبين الطاهرين
أجمعين