

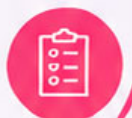
با ایران توشه
یک قدم جلوتر
باش!



همه چیز
برای موفقیت
تو!



ایران توشه، مرجع دانلود فایل های کمک آموزشی دانش آموزان و کنکوری ها



دانلود رایگان آزمون های آزمایشی
قلمچی، خیلی سبز، گاج و ...



دانلود رایگان گام به گام تمامی دروس



دانلود رایگان نمونه سوالات امتحانی
(نوبت اول و دوم) و امتحانات نهایی



دانلود رایگان جزوه های کمک آموزشی
و شب امتحانی

Google

دانلود گام به گام دوازدهم تجربی ایران توشه

دانلود گام به گام دوازدهم تجربی ایران توشه

کافیست هر فایلی که نیاز دارید
را در گوگل به این صورت جستجو کنید:

فایل مورد نیاز + ایران توشه

مثال:

دانلود گام به گام دوازدهم تجربی ایران توشه



irantooshe.ir



t.me/irantooshe



گام به گام کار و فناوری هفتم - پودمان پنجم

اشتراک‌گذاری اطلاعات

فهرست

۱	صفحه ۴۶ پرسش — تأثیر نوآوری در زندگی	۴
۲	صفحه ۴۶ پرسش — گام اول: شناخت موضوع «نوآوری»	۵
۳	صفحه ۴۷ کار کلاسی — جمع‌آوری اطلاعات برای شناخت موضوع نوآوری	۶
۴	صفحه ۴۷ فعالیت — طرح کلی پرونده‌ی ارائه‌ی نمایشی	۷
۵	صفحه ۴۹ کار کلاسی — تکمیل اطلاعات صفحه‌های طراحی شده	۸
۶	صفحه ۴۹ کار کلاسی — ایجاد اسلایدها و درج محتوای آن‌ها	۹
۷	صفحه ۴۹ کار کلاسی — روش دیگر درج تصویر	۹
۸	صفحه ۵۰ کار کلاسی — ذخیره‌کردن پرونده در پوشه‌ی گروه	۱۰
۹	صفحه ۵۰ کار کلاسی — درج فیلم در اسلایدها	۱۰
۱۰	صفحه ۵۰ کار کلاسی — ایجاد پیوند میان اسلایدها	۱۱
۱۱	صفحه ۵۰ کار کلاسی — درج دکمه‌ی تعاملی	۱۱
۱۲	صفحه ۵۱ کار کلاسی — جلوه‌های نمایشی روی اسلایدها و اجزای آن‌ها	۱۲

۱۳ صفحه ۵۱۰ کار کلاسی — بررسی نمادهای زبانه Animations ۱۳

۱۴ صفحه ۵۱۰ کار کلاسی — درج پس زمینه در اسلایدها ۱۴

۱۵ صفحه ۵۱۰ کار کلاسی — ذخیره و نمایش پرونده گروه در کلاس ۱۴

۱۶ صفحه ۵۱۰ کار غیرکلاسی — ۱. آلبوم عکس ۱۵

۱۷ صفحه ۵۱۰ کار غیرکلاسی — ۲. گزارش یک محصول از پودمان های کسب و کار، کار با چوب یا پرورش گیاه ۱۵

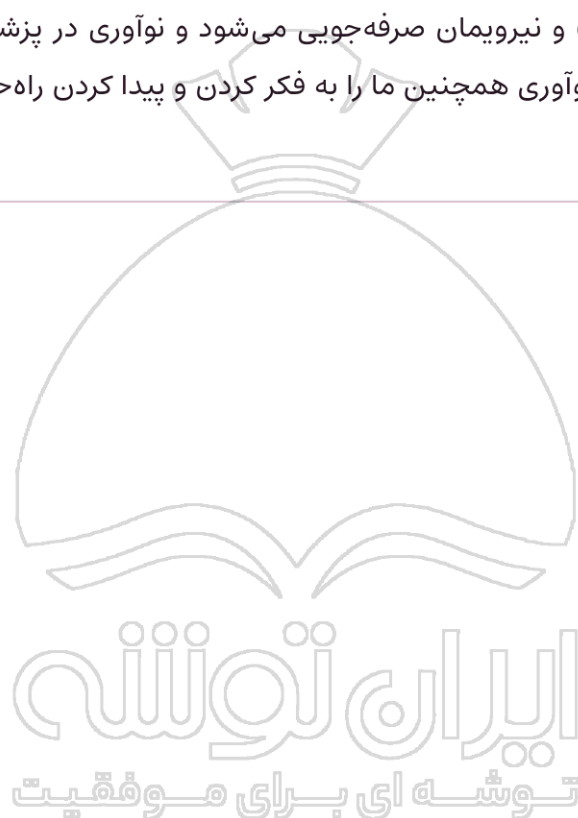
۱۸ صفحه ۵۱۰ کار غیرکلاسی — ۳. گزارش از درس تفکر و سبک زندگی ۱۶

۱۹ صفحه ۵۱۰ کار غیرکلاسی — ۴. گزارش ویتامین ها و رابطه آنها با سلامتی ۱۷



نوآوری چه تأثیری در زندگی شما دارد؟

نوآوری زندگی ما را آسان تر، سریع تر و بهتر می کند. برای نمونه، با نوآوری هایی مانند تلفن همراه و اینترنت می توانیم در چند ثانیه با دیگران ارتباط بگیریم، اطلاعات پیدا کنیم و درس بخوانیم؛ با وسایلی مانند یخچال و ماشین لباس شویی در وقت و نیرویمان صرفه جویی می شود و نوآوری در پزشکی باعث درمان بیماری ها و سلامت بیشتر ما می شود. نوآوری همچنین ما را به فکر کردن و پیدا کردن راه حل های تازه برای مشکلاتمان وادار می کند.



شناخت موضوع

پاسخ دادن به موارد زیر، به شما در رسیدن به جواب پرسش بالا کمک می‌کند:

نوآوری چیست؟

چرا نوآوری اهمیت دارد؟

نمونه‌هایی از نوآوری کدام‌اند؟

نوآوران چه ویژگی‌هایی دارند؟

چگونه می‌توان نوآوری را تقویت کرد؟

تأثیرات نوآوری در زندگی شما کدام‌اند؟

نوآوری در چه شغل‌هایی وجود دارد؟

- نوآوری چیست؟ نوآوری یعنی پدید آوردن یا بهبود دادن یک ایده، محصول، روش یا خدمت به شکلی تازه که مفید باشد و مشکلی را حل کند.
- چرا نوآوری اهمیت دارد؟ زیرا کشور را به سمت توسعه می‌برد، باعث ایجاد شغل و ثروت می‌شود و کیفیت زندگی مردم را بهتر می‌کند.
- نمونه‌هایی از نوآوری: تلفن همراه هوشمند، لامپ کم‌مصرف (ال‌ای‌دی)، خودروی برقی، پنل خورشیدی، چاپگر سه بعدی و بسته‌بندی‌های قابل بازیافت.
- ویژگی‌های نوآوران: کنجکاوی بودن، پرسشگری، خلاق بودن، شکست را نشانه‌ی یادگیری دانستن، تلاش و پشتکار، آمادگی برای پذیرفتن دیدگاه‌های تازه و کار گروهی.
- راه‌های تقویت نوآوری: مطالعه و یادگیری، پرسش کردن و تجربه کردن، فرصت دادن به ایده‌های تازه، کار گروهی، برگزاری جشنواره و مسابقه و حمایت از ایده‌پردازان.
- تأثیرات نوآوری در زندگی ما: آسان‌تر شدن کارها، صرفه‌جویی در وقت و هزینه، آموزش بهتر، ارتباط سریع‌تر و درمان بهتر بیماری‌ها.
- نوآوری در چه شغل‌هایی وجود دارد؟ تقریباً در همه‌ی شغل‌ها؛ مانند پزشکی، مهندسی، کشاورزی، صنعت، آموزش، هنر، رایانه و کارآفرینی.

جمع‌آوری اطلاعات برای شناخت موضوع نوآوری

در گروه خود اطلاعات مورد نیاز برای شناخت موضوع را جمع‌آوری کنید و آن‌ها را در جدول ۱-۵ بنویسید.

جدول ۱-۵- برخی اطلاعات در مورد نوآوری

اعضای گروه	کلیدواژه	اطلاعات به دست آمده
عضو ۱	تعریف نوآوری، اهمیت نوآوری	نوآوری یعنی ایجاد یا بهبود یک ایده یا محصول به شکلی تازه و مفید. نوآوری باعث پیشرفت کشور و ایجاد شغل می‌شود.
عضو ۲	نمونه‌های نوآوری، ویژگی‌های نوآوران	نمونه‌ها: تلفن همراه، لامپ کم‌مصرف و خودروی برقی. نوآوران کنجکاو، خلاق و پرتلاش‌اند و از شکست نمی‌هراسند.
عضو ۳	راه‌های تقویت نوآوری	مطالعه، پرسشگری، تجربه کردن، کار گروهی و شرکت در جشنواره‌ها و مسابقه‌های ابتکار و خلاقیت.
عضو ۴	نوآوری در شغل‌ها، نوآوری در طبیعت	نوآوری در پزشکی، کشاورزی، صنعت و ...؛ الهام گرفتن از طبیعت، مانند ساخت هواپیما با الهام از پرواز پرندگان.

پیش از تهیه یک پرونده ارائه نمایشی، یک طرح کلی روی کاغذ بکشید و در آن، ضمن دسته‌بندی مطالب، تعداد صفحه‌ها، مطالب هر صفحه، محل متن و تصویرها در صفحه و ارتباط بین صفحه‌ها را مشخص کنید.

نمونه طرح کلی برای پرونده «نوآوری» (۹ اسلاید):

شماره اسلاید	مطالب و محل آن‌ها	ارتباط با صفحه‌های دیگر
۱	عنوان «نوآوری» وسط صفحه	—
۲	فهرست مطالب (متن)	پیوند به اسلایدهای ۳ تا ۸
۳	اهمیت نوآوری (متن)	برگشت به اسلاید ۲
۴	نوآوری چیست؟ (متن)	برگشت به اسلاید ۲
۵	چند مثال از نوآوری (عنوان بالای صفحه، تصویر نمونه‌ها وسط صفحه)	برگشت به اسلاید ۲
۶	ویژگی‌های نوآوران (متن)	برگشت به اسلاید ۲
۷	نوآوری در طبیعت (عنوان بالا، تصویر وسط صفحه)	برگشت به اسلاید ۲
۸	نوآوری در شغل‌ها و راه‌های تقویت آن (متن)	برگشت به اسلاید ۲
۹	تهیه‌کنندگان، منابع و عبارت «پایان»	—

تکمیل اطلاعات صفحه‌های طراحی شده

در گروه خود، اطلاعات مربوط به هر پرسش را در صفحه‌های مربوط به آن وارد کنید.

بسم الله الرحمن الرحيم
نوری

اهمیت نور آوری
کشور می‌تواند با نور آوری به سوی توسعه حرکت کند.
نور آوری سبب ایجاد شغل و ثروت در کشور می‌شود.
(برگشت به صفحه ۲)

اهمیت نور آوری (پیوند به صفحه ۳)
نور آوری چیست؟ (پیوند به ص ۴)
چند مثال از نور آوری (پیوند به ص ۵)
با نور آوران (پیوند به ص ۶)
ویژگی نور آوران (پیوند به ص ۶)
نور آوری درجه شغلی و چوداد دارد (پیوند به ص ۶)
چگونه می‌توان نور آوری را تربیت کرد؟ (پیوند به ص ۶)
شاهده نور آوری در طبیعت (پیوند به ص ۶)

نور آوری چیست؟
....
(برگشت به صفحه ۲)

چند مثال از نور آوری
تصویر نمونه‌هایی از نور آوری
(برگشت به صفحه ۲)

نور آوری چگونه می‌تواند در طبیعت مشاهده شود؟
....
....
منابع:
• وبگاه شبکه ملی مدارس ایران (رهش)
پایان

آیا در طبیعت می‌توان نور آوری مشاهده کرد؟
تصویر نور آوری در طبیعت
(برگشت به صفحه ۲)

پایان

نمونه اطلاعات اسلایدها:

- اسلاید ۴ («نور آوری چیست؟»): نور آوری یعنی ایجاد یا بهبود یک ایده، محصول یا روش به شکلی تازه که مشکلی را حل کند.
- اسلاید ۵ («چند مثال از نور آوری»): تصویر چند نمونه مانند تلفن همراه، لامپ کم مصرف، خودروی برقی و پنل خورشیدی.
- اسلاید ۶ («ویژگی‌های نور آوران»): کنجکاوی و پرسشگری؛ خلاقیت؛ تلاش و پشتکار؛ نهراسیدن از شکست؛ کار گروهی.

- اسلاید ۷ («آیا در طبیعت می‌توان نوآوری مشاهده کرد؟»): تصویر نمونه‌هایی مانند الهام گرفتن ساخت هواپیما از پرواز پرندگان و الهام گرفتن چسب‌های ولکرو از خار گیاهان.
- اسلاید ۸ («نوآوری در شغل‌ها و راه‌های تقویت آن»): نوآوری در پزشکی، کشاورزی و صنعت دیده می‌شود. برای تقویت آن باید مطالعه، پرسشگری، تجربه و کار گروهی داشت.
- اسلاید ۹: نام اعضای گروه و منابع (مانند وب‌گاه شبکه ملی مدارس ایران «رشد» و عبارت «پایان»).

کار کلاسی

صفحه ۴۹

۶

ایجاد اسلایدها و درج محتوای آنها

با کمک دوستانتان، اسلایدهای گزارش را ایجاد و محتوای مربوط به هر یک را درج کنید. نوع، رنگ، اندازه و سبک قلم متن اسلایدها را به سلیقه خود تعیین کنید.

- ۱. نرم‌افزار PowerPoint را اجرا می‌کنیم؛ اسلاید عنوان (Title slide) خودکار ساخته می‌شود و عنوان «نوآوری» را در آن می‌نویسیم.
- ۲. برای ساختن اسلاید تازه، در زبانه Home روی New Slide کلیک می‌کنیم و در کادر متن آن، مطالب را می‌نویسیم.
- ۳. متن را انتخاب می‌کنیم و در گروه Font از زبانه Home، نوع قلم (Font)، اندازه قلم (Font Size)، رنگ (Font Color) و سبک قلم (پررنگ B، کج I و زیرخط دار U) را به دلخواه تعیین می‌کنیم.
- ۴. همین کار را برای همه اسلایدها تکرار می‌کنیم.

کار کلاسی

صفحه ۴۹

۷

روش دیگری برای درج تصویرها بیابید.

- روش معمول درج تصویر، رفتن به زبانه Insert و کلیک روی Pictures است. روش‌های دیگر:
- کلیک روی نماد تصویر در وسط کادر محتوای اسلاید (هنگامی که اسلاید دارای کادر محتواست)؛
 - کپی کردن تصویر از جای دیگر (Ctrl+C) و چسباندن آن روی اسلاید (Ctrl+V)؛
 - کشیدن و رها کردن (Drag and Drop) پرونده تصویر از پوشه به اسلاید؛
 - استفاده از Online Pictures در زبانه Insert برای جست‌وجوی تصویر در اینترنت؛
 - گرفتن عکس از صفحه نمایش با Screenshot.

ذخیره کردن پرونده در پوشه گروه

در پوشه گروه خود پوشه‌ای با نام مناسب برای اسلایدهای نمایشی ایجاد کنید و پرونده نمایشی گروه خود را در آن ذخیره کنید.

۱. در پوشه گروه، کلیک راست می‌کنیم و New ← Folder را برمی‌گزینیم و نام مناسبی مانند «اسلایدهای نوآوری» را برای آن می‌نویسیم.
۲. در نرم‌افزار PowerPoint روی File ← Save As کلیک می‌کنیم (یا کلیدهای Ctrl+S را می‌زنیم).
۳. پوشه‌ای را که ساخته‌ایم انتخاب می‌کنیم، نام پرونده را (مثلاً «نوآوری») می‌نویسیم و روی Save کلیک می‌کنیم.

با کلیک روی نماد ، به دلخواه در برخی از اسلایدها فیلم مناسب درج کنید.

۱. اسلاید مورد نظر را انتخاب می‌کنیم.
۲. روی نماد فیلم در کادر محتوا کلیک می‌کنیم؛ یا از زبانه Insert گزینه Video ← This Device را برمی‌گزینیم.
۳. پرونده فیلم مناسب را از رایانه انتخاب می‌کنیم و Insert را می‌زنیم.
۴. برای دیدن فیلم، اسلاید را به نمایش می‌گذاریم و روی فیلم کلیک می‌کنیم؛ در زبانه Playback می‌توان تنظیم‌هایی مانند خودکار پخش شدن (Start) و میزان صدا را تغییر داد.

این فایل توسط سایت ایران توشه تهیه شده است.

irantooshe.ir



با کمک دوستانتان در گروه، پیوندهای میان اسلایدها را ایجاد کنید.

۱. در اسلاید فهرست (اسلاید ۲)، متن یکی از موارد فهرست (مثلاً «اهمیت نوآوری») را انتخاب می‌کنیم.
۲. در زبانه Insert روی Link کلیک می‌کنیم (یا کلیک راست و Link).
۳. در پنجره باز شده گزینه Place in This Document را انتخاب می‌کنیم، اسلاید مقصد (اسلاید ۳) را برمی‌گزینیم و OK می‌زنیم.
۴. همین کار را برای همه موارد فهرست و همچنین برای عبارت «برگشت به صفحه ۲» در هر اسلاید انجام می‌دهیم.
۵. در نمایش اسلایدها با کلیک روی متن پیوندی، به اسلاید مورد نظر می‌رویم.

در گروه خود روی یک اسلاید دکمه تعاملی درج کنید و به بررسی عملکرد آن بپردازید.

۱. اسلاید مورد نظر را انتخاب می‌کنیم.
 ۲. در زبانه Insert روی Shapes کلیک می‌کنیم و از پایین فهرست، در بخش Action Buttons یکی از دکمه‌ها (مانند دکمه خانه یا فلش‌های برگشت و بعدی) را برمی‌گزینیم.
 ۳. روی اسلاید می‌کشیم تا دکمه ساخته شود؛ پنجره Action Settings باز می‌شود.
 ۴. در زبانه Mouse Click گزینه Hyperlink to را انتخاب می‌کنیم و مقصد را تعیین می‌کنیم: اسلاید بعدی (Next Slide)، قبلی (Previous Slide)، اولین اسلاید (First Slide)، یک اسلاید دلخواه (Slide...) و ... سپس OK می‌زنیم.
- عملکرد: دکمه تعاملی هنگام نمایش اسلایدها با کلیک (یا نزدیک شدن موشواره در زبانه Mouse Over) ما را به اسلاید مورد نظر می‌برد و ترتیب نمایش اسلایدها را مدیریت می‌کند. با دکمه «خانه» می‌توان از هر اسلاید به اسلاید فهرست برگشت.

پس از مشاهده فیلم «جلوه‌های نمایشی»، کار کلاسی زیر را انجام دهید.
روی اسلایدها و اجزای آن‌ها جلوه‌های نمایشی قرار دهید و سعی کنید گزینه‌های بیشتری را بیابید و آن‌ها را بررسی کنید.

جلوه نمایشی اسلاید (انتقال اسلاید): در زبانه Transitions یکی از جلوه‌ها مانند Wipe، Push، Fade یا Split را انتخاب می‌کنیم. گزینه‌های دیگر: Effect Options (جهت جلوه)، Sound (صدا)، Duration (مدت جلوه) و Advance Slide (رفتن به اسلاید بعد با کلیک یا پس از زمان معین).
جلوه نمایشی اجزای اسلاید: متن یا تصویر را انتخاب می‌کنیم و در زبانه Animations یک جلوه برمی‌گزینیم. چهار نوع جلوه وجود دارد:

- ورودی (Entrance): ورود جزء به اسلاید؛ مانند Fly In و Fade، Appear؛
 - خروجی (Exit): خروج جزء از اسلاید؛
 - تأکیدی (Emphasis): جلب توجه با تغییر اندازه یا رنگ؛
 - مسیر حرکت (Motion Paths): حرکت جزء در مسیری دلخواه.
- با کلیک روی Effect Options جهت و شیوه جلوه، و با Start آغاز آن (با کلیک، همراه قبلی یا بعد از قبلی) تعیین می‌شود. حتماً جلوه‌ها را با اجرای نمایش اسلایدها (F5) ببینید و از جلوه‌های زیاد و شلوغ پرهیز کنید.

در ریبون زبانه «Animations»، روی نمادهای متفاوت کلیک کنید و عملکرد آن‌ها را مورد بررسی قرار دهید.

عملکرد	گروه یا نماد
نمایش پیش‌نمایش جلوه بدون اجرای کل نمایش	Preview
انتخاب جلوه برای شیء انتخاب شده؛ مانند Fly In، Fade، Appear	Animation (فهرست جلوه‌ها)
تعیین جهت یا شیوه اجرای جلوه (مثلاً از بالا یا از چپ)	Effect Options
افزودن جلوه دوم یا بیشتر به همان شیء	Add Animation
نمایش فهرست جلوه‌های اسلاید و تغییر ترتیب آن‌ها	Animation Pane
تعیین این که جلوه با کلیک روی چه چیزی آغاز شود	Trigger
کپی کردن جلوه از یک شیء به شیء دیگر	Animation Painter
شروع جلوه: با کلیک (On Click)، همراه قبلی (With Previous) یا بعد از قبلی (After Previous)	Start
مدت اجرای جلوه و مدت تأخیر قبل از شروع	Delay و Duration
جلو یا عقب بردن ترتیب اجرای جلوه‌ها	Reorder Animation

پس از مشاهده فیلم «درج پس زمینه»، کار کلاسی زیر را انجام دهید.
برای اسلایدهای خود پس زمینه درج کنید و عملکرد سایر گزینه‌های پنجره «Format Background» را بررسی کنید.

برای درج پس زمینه: در زبانه Design روی Format Background کلیک می‌کنیم (یا روی اسلاید کلیک راست و Format Background). گزینه‌های پنجره:

- Solid fill: پر کردن پس زمینه با یک رنگ؛
- Gradient fill: پر کردن با رنگ‌هایی که به تدریج در هم می‌روند؛
- Picture or texture fill: استفاده از یک تصویر یا بافت (مثل چوب یا کاغذ) به عنوان پس زمینه؛
- Pattern fill: پر کردن با طرح‌های تکراری؛
- Transparency: میزان شفافیت پس زمینه؛
- Hide background graphics: پنهان کردن تصاویرهای زمینه قالب؛
- Apply to All: اعمال همین پس زمینه بر همه اسلایدها؛
- Reset Background: برگرداندن پس زمینه به حالت اولیه.

پرونده پاورپوینتی را که در گروه خود ساخته‌اید، در پوشه گروه ذخیره کنید و آن را در کلاس برای دوستانتان نمایش دهید.

- ۱. پرونده را با File ← Save (یا Ctrl+S) در پوشه گروه ذخیره می‌کنیم.
 - ۲. در کلاس، پرونده را باز می‌کنیم و در زبانه Slide Show روی From Beginning کلیک می‌کنیم (یا کلید F5 را می‌زنیم).
 - ۳. با کلیک موشواره، کلید فلش یا دکمه‌های تعاملی و پیوندها، میان اسلایدها حرکت می‌کنیم.
 - ۴. برای خروج از نمایش، کلید Esc را می‌زنیم.
- هنگام ارائه، فقط نکات مهم را روی اسلایدها بخوانید و توضیحات را به صورت شفاهی بیان کنید.

با تهیه اسلایدهای نمایشی، یک آلبوم عکس از تصاویر دلخواهتان بسازید.

۱. در PowerPoint از زبانه Insert روی Photo Album ← New Photo Album کلیک می‌کنیم.
۲. روی File/Disk کلیک می‌کنیم، عکس‌های دلخواه را انتخاب می‌کنیم و Insert می‌زنیم.
۳. در پنجره، چیدمان عکس‌ها (Picture layout)، مثلاً یک عکس یا چند عکس در هر اسلاید) و قاب عکس را تعیین می‌کنیم و Create می‌زنیم.
۴. برای هر اسلاید، عنوان یا توضیح کوتاه می‌نویسیم و جلوه‌های نمایشی و پس‌زمینه را اضافه می‌کنیم و پرونده را ذخیره می‌کنیم.

گزارشی از محصولی که در یکی از پودمان‌های زیر تهیه کرده‌اید، به صورت اسلایدهای نمایشی در کلاس برای هم‌کلاسی‌های خود ارائه دهید:

الف) کسب و کار

ب) کار با چوب

پ) پرورش گیاه

نمونه ساختار اسلایدها برای محصول «جامدادی چوبی» از پودمان کار با چوب (برای محصول‌های دیگر نیز همین ساختار را به کار ببرید):

۱. اسلاید عنوان: نام محصول، نام گروه و نام معلم؛
۲. فهرست مطالب با پیوند به اسلایدها؛
۳. معرفی محصول و کاربرد آن؛
۴. مواد و ابزارهای به کار رفته (مثلاً چوب، اره، سمباده، چسب چوب، رنگ)؛
۵. مراحل ساخت به ترتیب، همراه تصویر هر مرحله؛
۶. نکات ایمنی هنگام کار؛
۷. تصویر محصول نهایی و نظر گروه درباره کیفیت کار؛
۸. نتیجه‌گیری، تقدیر از اعضای گروه و عبارت «پایان».

محصول، مواد و مراحل را باید بر پایه کار واقعی گروه خودتان جایگزین کنید؛ برای محصول کسب و کار، بخش «قیمت و بازاریابی» و برای پرورش گیاه، بخش «نگهداری و آبیاری» را به اسلایدها بیفزایید.

گزارشی را که درباره موضوع‌های زیر در درس تفکر و سبک زندگی تهیه کرده‌اید، به صورت اسلایدهای نمایشی تهیه کنید و در کلاس برای هم‌کلاسی‌های خود ارائه دهید:

الف) تفکر

ب) عدل و انصاف

پ) عقل، دانایی و تجربه

هر گزارش را در حدود پنج تا هفت اسلاید تهیه می‌کنیم: عنوان، فهرست، تعریف، اهمیت، نمونه‌ها یا داستان کوتاه، نتیجه‌گیری و منابع. نمونه‌ای از نکته‌های اسلایدها:

- الف) تفکر: تفکر یعنی به کار بردن عقل برای شناخت و حل مسئله؛ اهمیت: پیشرفت انسان و پرهیز از کار بی‌فکر؛ نمونه: اندیشیدن پیش از تصمیم‌گیری؛ در قرآن کریم به تفکر و اندیشیدن بسیار سفارش شده است.
- ب) عدل و انصاف: عدل یعنی هر چیز را در جای خودش قرار دادن و حق هر کس را به او دادن؛ انصاف یعنی درباره دیگران همان‌طور قضاوت کنیم که دوست داریم درباره ما قضاوت شود؛ نمونه: رعایت نوبت، تقسیم برابر مسئولیت‌ها در کار گروهی.
- پ) عقل، دانایی و تجربه: عقل ما را از نادرست جدا می‌کند؛ دانایی از یادگیری و تجربه از انجام دادن کارها به دست می‌آید؛ هر سه برای تصمیم درست لازم‌اند.

این‌ها نکته‌های نمونه‌اند؛ محتوای گزارش شما باید با مطالب درس تفکر و سبک زندگی کتاب خودتان هماهنگ باشد.

ایران تو نشه
توشه‌ای برای موفقیت

در درس علوم، مطالبی دربارهٔ انواع ویتامین‌ها و رابطهٔ آن‌ها با سلامتی بدن می‌خوانید. گزارشی از مطالبی که در این باره آموخته‌اید، تهیه کنید و به شکل اسلایدهای نمایشی در کلاس ارائه دهید (راهنمایی: برای تکمیل اطلاعات مورد نیاز، از وب‌گاه «وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی» به آدرس behdasht.gov.ir استفاده کنید).

نمونهٔ اسلایدها:

۱. عنوان: «ویتامین‌ها و سلامتی»؛
۲. ویتامین‌ها چیستند؟ مواد مغذی‌ای که بدن به مقدار کم به آن‌ها نیاز دارد و خودش نمی‌تواند به اندازهٔ کافی بسازد، پس باید از غذا گرفته شوند؛
۳. ویتامین A: برای بینایی و پوست؛ منبع: هویج، جگر، تخم‌مرغ و سبزی‌های زرد و نارنجی؛
۴. ویتامین‌های گروه B: برای تأمین انرژی و سلامت دستگاه عصبی؛ منبع: نان سبوس‌دار، حبوبات، گوشت و لبنیات؛
۵. ویتامین C: برای مقاومت بدن در برابر بیماری و سلامت لثه؛ منبع: مرکبات، کیوی و فلفل دلمه‌ای؛
۶. ویتامین D: برای جذب کلسیم و استحکام استخوان‌ها؛ منبع: نور خورشید، ماهی و تخم‌مرغ؛
۷. ویتامین‌های E و K: ویتامین E برای سلامت سلول‌ها (مغزها و روغن‌های گیاهی) و ویتامین K برای لخته شدن خون (سبزی‌های برگ‌دار)؛
۸. نتیجه: تغذیهٔ متنوع و سالم، بهترین راه تأمین ویتامین‌هاست؛ منبع: وب‌گاه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.

این فایل توسط سایت ایران توشه تهیه شده است.

توشه ای برای موفقیت

irantooshe.ir

