

چشم و هم چشمی برای جهش تحصیلی

وی با اشاره به این که از جهش تحصیلی فرزندم من و پدرش راضی هستیم، ادامه می دهد: این در حالی است که فرزندم تمایلی به جهش تحصیلی نداشت و ترجیح می داد با همسالان خودش باشد. یکی دیگر از والدینی که فرزندش جهش تحصیلی داشته است، می گوید: زیرساخت های لازم برای جهش تحصیلی در دوران ابتدایی باید فراهم و در صورت امکان برای دانش آموزانی که علاقه مند هستند کلاس های مخصوص دانش آموزان جهشی به صورت متمرکز برگزار شود.

وی که تمایلی به معرفی خود ندارد، ادامه می دهد: فرزندم در بین دانش آموزانی مشغول به تحصیل شده که یک سال از او بزرگ تر هستند و به لحاظ روانی کمی آسیب دیده است. وی بیان می کند: در مدارس تیزهوشان بیشتر دانش آموزان در یک سطح هستند و راحت می توانند تبادل اطلاعات کنند و کمتر با مشکل مواجه می شوند این در حالی است که دانش آموزانی که برای جهش تحصیلی اقدام می کنند در محیط مدارس عادی تحصیل می کنند که بی انگیزگی رادر بین آنان تقویت می کند. رئیس آموزش و پرورش استثنایی خراسان

شمالی در این باره می گوید: جهش تحصیلی در مقطع ابتدایی یکی از روش های تسریع آموزشی است و برای دانش آموزی توصیه می شود که به واسطه تفاوت قابل ملاحظه هوشی و توانایی های ذهنی در صورت حضور در بین همسالان، کلاس رایش کسالت آور و خسته کننده است. «متقیان» می افزاید: توصیه روان شناسان بیشتر بر روش غنی سازی است و اجبار دانش آموزان به تحصیل در کنار افرادی که از نظر سنی و جته از آن ها بزرگ تر هستند، کمتر توصیه می شود زیرا ممکن است در سازگاری با همکلاسی ها مشکلاتی داشته باشند و این امر باعث ایجاد استرس و کاهش رغبت به تحصیل در دانش آموزان می شود. وی اظهار می کند: در آموزش کودکان تیزهوش نقش خانواده ها حیاتی است و برنامه های آموزش این کودکان باید محرک خلاقیت، انگیزه و توانایی های آنان باشد.

وی از غنی سازی هوش به عنوان یکی از روش های آموزش به کودکان یاد می کند و ادامه می دهد: در این روش معلم عمق برنامه درسی را زیاد می کند و جزئیات بیشتری را به آن ها می آموزد و دانش آموزان عمیق تر و کامل تر مطالعه و ارتباط



تزیینی

درد که در دوران تحصیل جهش تحصیلی داشته باشد بدون آن که بدانند، این اقدام آنان چنان چه از روی اجبار باشد چه لطمه هایی به فرزندشان وارد می کند. یکی از والدینی که فرزندش سال گذشته جهش تحصیلی داشته است، می گوید: باید نسبت به همسن و سالانش پیشرو باشد. یکی از راه هایی که به این منظور به ذهنشان خطور می کند، جهش تحصیلی است. در این بین برخی خانواده ها هم تردید دارند که آیا جهش تحصیلی باعث موفقیت بیشتر فرد می شود؟ این روزها بازار جهش تحصیلی در بین برخی خانواده کنیم. شیرینی ها را به مدت ۱۵ دقیقه در طبقه وسط فر قرار می دهیم تا آماده شود.

بعضی از والدین همیشه وضعیت تحصیلی فرزندشان را تحت نظر دارند و با خود می گویند با توجه به هوش و استعدادی که فرزندشان دارد نباید وقتش هدر برود و زدن پودر بادام را نیز به آرامی اضافه می کنیم و هم می زنیم. به وسیله یک کاغذ روغنی سینی فر را می پوشانیم و مواد را با قیف یا به صورت گلوله ای روی سینی می چینیم و با پودر پسته و غم است. نباید بگذاریم احساسات تحت تاثیر خشم قرار گیرد. احساسات را باید درک و آن ها را شناسایی کنیم تا بتوانیم به راحتی کنترل آن ها را به دست بگیریم.

۷ سال اول



تربیت کودک

والدین با کنترل احساسات خود می توانند امور منزل را بهتر مدیریت کنند و کودک را طوری آموزش دهند تا در هنگام رویارویی با مشکلات در آینده بهتر عمل کند. کودکان به خصوص در سنین پایین تر از والدین خود بسیار تاثیر می پذیرند و والدین با افزایش اطلاعات خود در مورد شیوه تربیت فرزندان می توانند عملکرد بهتری در زمان رویارویی با مشکلات فرزندانشان داشته باشند.

والدینی که در شرایط خشم و ناراحتی می توانند احساساتشان را کنترل کنند نه تنها می توانند در تربیت فرزندانشان بهتر عمل کنند بلکه بر خود نیز مسلط تر می شوند و زندگی شادتری خواهند داشت. خشم یک واکنش دفاعی به ترس، درد و غم است. نباید بگذاریم احساسات تحت تاثیر خشم قرار گیرد. احساسات را باید درک و آن ها را شناسایی کنیم تا بتوانیم به راحتی کنترل آن ها را به دست بگیریم.

خبر

۵ تیر، آغاز فعالیت پایگاه های سنجش

علی نیا- پنجم تیرماه فعالیت پایگاه های سنجش سلامت جسمانی و آمادگی تحصیلی نوآموزان بدو ورود به دبستان آغاز می شود. رئیس آموزش و پرورش خراسان شمالی با اشاره به این که سامانه نام نویسی الکترونیکی دانش آموزان (سناد) برای ثبت نام نوآموزان در مدارس تاکنون آماده نبوده و نوبت گیری در سامانه سنجش بعد از ثبت نام نوآموزان در سناد امکان پذیر است، افزود: تاریخ شروع فعالیت های پایگاه های سنجش سلامت جسمانی و آمادگی تحصیلی نوآموزان بدو ورود به دبستان از دوم تیرماه به پنجشنبه یافت. «متقیان» تعداد پایگاه های سنجش سلامت جسمانی را ۱۲ مورد بیان و اظهار کرد: در هر شهرستان یک پایگاه سنجش و در بجنورد ۲ پایگاه فعالیت خواهد داشت. وی یادآور شد: در حال حاضر پیش دبستانی ها برای سنجش مراجعه نکنند و نوآموزان بدو ورود به دبستان و یازماندگان از سنجش مراجعه کنند.



مکمل امگا ۳

علوی- مصرف مکمل امگا ۳، بدون مشورت با متخصص ممنوع است. عضو هیئت علمی دانشگاه و متخصص تغذیه دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با تاکید بر این مطلب افزود: مصرف خودسرانه مکمل امگا ۳ ممکن است عواقب جبران ناپذیری را برای فرد به دنبال داشته باشد بنابراین به هیچ عنوان توصیه نمی شود. دکتر «دعایی» افزود: امگا ۳ برای آن که بتواند عملکرد مناسبی داشته باشد به آنتی اکسیدان نیاز دارد که دارای ماهیت ویتامینی است و اگر آنتی اکسیدان به اندازه کافی در بدن نباشد چربی امگا ۳ ممکن است باعث بروز مشکلات قلبی یا سرطان شود. وی تاکید کرد: برای دریافت امگا ۳ بهتر است از منابع طبیعی آن نظیر گردو، ماهی و روغن های بدون پالم استفاده شود. وی اضافه کرد: بهترین منابع غذایی اسید چرب امگا ۳، انواع ماهی و آبریان، تخم کدو، کتان و گردو است. در واقع منبع امگا ۳ در ماهی هایی مانند ماهی آزاد، قزل آلا، تن، اسقمری و شاه ماهی وجود دارد. در گیاهان نیز روغن های سویا، آفتابگردان، دانه کتان و گردو، فندق و کنجد حاوی امگا ۳ هستند.

تسکین دهنده سرفه

علوی- گیاه دارویی «خاس» از خانواده ای به همین نام است که به شکل درختچه می روید. یک کارشناس گیاهان دارویی درباره خواص دارویی این گیاه گفت: برگ و میوه گیاه «خاس» به دلیل دارا بودن مواد موثری مانند ایلوسین، تان، صمغ، موم، ماده تلخ، گلوکوزید، ساپونین، اسید کافئیک و رزین خواص دارویی مختلفی دارد. «مسعود معمارپانی» ادامه داد: از این گیاه به عنوان تسکین دهنده سرفه و درمان کننده مالاریا و التهاب برونش ها استفاده می شود. وی افزود: گیاه «خاس» مقوی عمومی بدن است و برای درمان روماتیسم نیز استفاده از آن توصیه می شود. به گفته وی، بهتر است روزانه مقدار ۳ تا ۶ گرم از این گیاه و ۳ بار به شکل دم کرده استفاده شود.



رز طلایی

رستوران ، تالار ، سفره خانه سنتی

سفره خانه سنتی با ظرفیت ۵۰ نفر در ۱ سالن

رستوران با ظرفیت ۲۱۰ نفر در ۲ سالن

تالار رز طلایی با ظرفیت ۸۵۰ نفر در ۲ سالن

طرح ویژه رز طلایی همراه با ثبت اشتراک

برنج ۱۰۰٪ ایرانی اعلاء گوشت تازه همراه با دورچین منو غذایی بیرون بر با نرخ ویژه :

جلو جوجه کباب	۱۰/۰۰۰ تومان
جلو کباب لقمه	۱۰/۰۰۰ تومان
جلو کباب کوبیده	۱۰/۰۰۰ تومان
جلو مرغ سرخ شده	۱۰/۰۰۰ تومان
جلو اکبر جوجه	۱۰/۰۰۰ تومان

تلفن سفارش : ۰۵۸-۳۲۲۵۸۹۵۱

آدرس : بلوار معلم، نبش معلم ۱۵ حدفاصل میدان آزادگان و میدان امام رضا(ع)