

## «تربیت سالم» یا «انضباط مثبت»



■ ساره قادری

مدیر پیش دبستان و دبستان دخترانه علامه طباطبائی - واحد تجریش

احساس تعلق، احترام و همکاری متقابل بنا شده است. اولیا و نیز مربیان از طریق رویکرد «تربیت سالم» به کودکان فرصت می دهند تا در نشست‌های خانوادگی و کلاسی، احساسات مثبت یا منفی خود را بیان کنند، از اشتباهات خود بیاموزند و برای حل مسایل به دنبال راهبرد مناسب بگردند. نتیجه این مدل در دراز مدت، تقویت مهارت‌های «خود آگاهی» و «خود ارزشمندی»، «حل مساله»، «تعامل» و در نهایت «پرورش کودکانی بهتر» برای آینده‌ای بهتر است.

برخی از والدین و حتی معلمان در شیوه‌های تربیت، کنترل و مدیریت کودکان، نواقصی احساس می کنند. از میان رویکردهای روانشناسی و با توجه به نتایج تحقیقات در این زمینه، به نظر می رسد امروزه شیوه «تربیت سالم» یکی از شیوه‌های موثر برای کمک به اولیا و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت باشد. «تربیت سالم» که گاهی با نام «انضباط مثبت» شناخته می شود، تلاش می کند تا کودکان را از طریق تقویت انگیزه‌های درونی به «خود تصحیحی» و «خود انضباطی» برساند. «تربیت سالم» این است که این رویکرد بر مبنای تقویت

### اولیای دانش آموزان علامه‌ای نظر می دهند

## جای چه برنامه‌هایی در مدرسه خالی است؟

■ **واحد تهرانپارس؛ دبستان دخترانه**  
**مادر «تیکافلاخ پور»:** پیشنهاد می کنم زمان آموزش زبان در مدرسه بیشتر شود. با توجه به اینکه آموزش زبان‌های خارجی به تکرار احتیاج دارد، اختصاص روزانه یک ساعت به این درس بسیار موثرتر از این است که بچه‌ها یک روز در میان ۲ ساعت زبان بخوانند.

■ **واحد پاسداران؛ دبستان پسرانه**  
**مادر «آرین نصری»:** جداسازی کلاس‌های هنری در بخش ساخت کاردستی و نقاشی، خلاقیت دانش آموزان را بیشتر می کند. مدرسه همچنین می تواند بعد از ساعات درسی، کلاس‌های زبان برگزار کند یا با آموزشگاهی قرارداد داشته باشد تا بچه‌ها را به آنجا بفرستیم. به نظر من برگزاری هر کلاسی که خلاقیت، مهارت، هوش و نگاه هنری دانش آموزان را تقویت کند در مدرسه لازم است.

■ **واحد تجریش؛ دبستان پسرانه**  
**مادر «آوا ریزی»:** بهتر است کلاس‌هایی برای آشنایی بچه‌ها با فرهنگ و سنت‌ها برگزار شود.  
**مادر «نیکی محمدی خوشبخت»:** به دلیل این که بردن اردوهای خارج از تهران مسئولیت زیادی دارد، پیشنهاد می کنم اردوها در مدرسه برگزار شود.

■ **واحد پاسداران؛ پسرانه دوره دوم**  
**پدر «علیرضا نامنی»:** جای مراسمی با حضور کادر اجرایی مدرسه و اولیا دانش آموزان با نام «جشن کارنامه» در واحد پاسداران خالی است. این برنامه دو سال قبل برگزار می شد ولی در سال جاری برگزار نمی شود.  
**مادر «عرفان ریاضتی»:** جای خالی کتابخانه‌ای بزرگ شامل کتاب‌های مهم ادبیات ایران و جهان در مدرسه احساس می شود.

■ **واحد شریعتی؛ پسرانه دوره دوم**  
**پدر «پارسا خلیلی»:** به نظر من برنامه‌های تفریحی و زیارتی، کوهنوردی یک روز در هفته و برنامه‌های ورزشی خارج از محیط مدرسه باید افزایش پیدا کند. چنین برنامه‌هایی روحیه دانش آموزان را تقویت می کنند و انگیزه‌شان برای درس خواندن را بالا می برد.

■ **واحد نیاوران؛ دبستان پسرانه**  
**مادر «رامتین قلیچ خانی»:** برگزاری کلاس شطرنج برای بچه‌ها خیلی خوب است.  
**مادر «کیان ملا باشی»:** برای سال آینده و آمادگی بچه‌ها برای تغییر مقطع، کلاس‌های پیشرفته درس‌های علوم و ریاضی برگزار شود.

■ **واحد میرداماد؛ پسرانه دوره اول**  
**مادر «ایلیا حبیضی»:** شناخت استعداد بچه‌ها باید مهمترین هدف مدرسه باشد. تقویت کلاس‌هایی مثل هوافضا و کلاس‌های هنر می تواند به دانش آموزان کمک کند که استعدادهايشان را بشناسند و واحد آشناسان را بر اساس آن انتخاب کنند.

■ **واحد آشناسان؛ پسرانه دوره اول**  
**مادر «شایان چیت ساز خویی»:** به نظر من جای کلاس «مهارت‌های زندگی» در درس‌های بچه‌ها خالی است. زنگ‌های ورزش هم اگر بیشتر شود برای دانش آموزان بهتر است.

■ **واحد فرمانیه؛ پسرانه دوره اول**  
**مادر «مانی لولسو»:** کلاس‌های رباتیک و جلسه‌های آموزش خانواده بیشتر شود.

■ **واحد گلستان؛ پسرانه دوره اول**  
**مادر «امیر محمد روح نواز»:** برگزاری کلاس‌های مشاوره‌ای و موضوعات اخلاقی و رفتارهای اجتماعی و همچنین تقویت مهارت‌های دوست‌یابی برای بچه‌ها مفید خواهد بود.  
**مادر «نیکان فرخی»:** کلاس‌هایی برگزار شود که دانش آموزان در زمینه استفاده از رایانه توانا تر شوند.

# هنوز اسم سیارکم را انتخاب نکرده‌ام

■ گفت‌وگو با دانش آموزی که یک جرم خطرناک برای زمین را کشف کرده است ■

سروش مهدی آبادی، دانش آموز پایه نهم دبیرستان دوره اول علامه طباطبائی - واحد فرمانیه در کمپین بین‌المللی جستجوی سیارک‌ها، موفق شده است تا سیارکی را کشف کند. متن زیر حاصل گفت و گوی «هفت و نیم» با این دانش آموز علامه‌ای است.

آن را کشف کرده می‌تواند برایش اسم انتخاب کند. سیارکی که من پیدا کردم تایید مرحله اول و دوم را گرفته است و منتظر تایید مرحله سوم هستیم ولی هنوز اسمی برای سیارک انتخاب نکردم.

## ■ در کلاس نجوم چه دانشی یاد گرفتیم؟

در این سه سال مطالب زیادی یاد گرفتیم. مثلاً کار با تلسکوپ و ویژگی‌های اجرام آسمانی و خیلی مطالب دیگر. اگر رویداد نجومی مثل ماه گرفتگی در پیش باشد ما در کلاس در مورد آن رویداد حرف می‌زنیم و در واقع از همه اتفاقات روز نجوم با خبر هستیم. قصد دارم در رشته برنامه‌نویسی ادامه تحصیل بدهم و در آینده روی نرم افزارهای مرتبط با نجوم و شبیه سازی آسمان کار کنم. یک دوربین دو چشمی هم دارم که با آن از آسمان شب عکاسی می‌کنم. هر وقت که به آسمان پرستاره (البته نه در شهر تهران) نگاه می‌کنم، محو زیبایی آن می‌شوم و تا کسی من را صدا نکند چشمم از آسمان برنمی‌دارم. علم نجوم هر روز در حال پیشرفت است و ناشناخته‌های زیادی در آن وجود دارد مثل ماده تاریک یا انرژی تاریک. دوست دارم در مورد این ناشناخته‌ها تحقیق کنم

و جواب سوالاتی که هنوز  
پا سخی  
برایش پیدا

از سال پنجم ابتدایی به نجوم علاقمند شدم. وقتی متوجه شدم که رشته نجوم جزو برنامه‌های پژوهشی مدرسه است، خیلی خوشحال شدم. در همان سال در کمپین جستجوی سیارک‌ها شرکت کردم. این کمپین تحت نظر ناسا برگزار می‌شود و هدفش پیدا کردن اجرامی است که احتمال برخورد به زمین را دارند. میلیون‌ها سیارک در کمربند سیارکی وجود دارد. ناسا از دانشجویان و دانش آموزان سراسر جهان کمک می‌گیرد تا این اجرام را پیدا کنند.

## ■ سیارک خطرناک چطور پیدا شد

عکس‌هایی که یک تلسکوپ در هاوایی تهیه می‌کند، از طریق نرم افزار مخصوص به دست شرکت‌کنندگان در کمپین می‌رسد. برای بررسی، چهار عکس با هم ارسال می‌شود. اگر جرمی ۵ ویژگی داشته باشد به عنوان جرم مشکوک شناخته می‌شود. این پنج ویژگی عبارتند از: در هر چهار عکس قابل تشخیص باشد، حرکت داشته باشد، حرکت آن روی یک خط صاف یا مورب باشد، شکل آن تقریباً کروی باشد و روشنایی آن از میزان خاصی کمتر باشد. من یکی از این اجرام را پیدا کردم و برای استاد راهنمایم ارسال کردم.

## ■ سیارک خطرناک در حال بررسی است

روند تایید سیارک خطرناک سه مرحله دارد. اول تایید استاد راهنما، سپس تایید سازمان IASC (International Astronomical Search Collaboration) است که بین یک تا دو سال طول می‌کشد. در مرحله سوم، سیارک تا ۵ سال بعد رصد می‌شود و اگر مورد تایید قرار گیرد، جزو اجرام خطرناک طبقه‌بندی شده و کسی که



نشده را بدهم.





نگاهی کوتاه به نحوه خرید و فروش خودروها

## چطور ماشین خوبی بخریم؟

حرفه‌ای که با انواع خودرو و ویژگی‌های فنی و ظاهری‌شان سروکار داشته باشد، معمولاً برای نوجوانان جذاب است. یکی از این حرفه‌ها، خرید و فروش خودرو در نمایشگاه‌های ماشین است. «علیرضا یوسفی‌نما» پدر دانش‌آموزان «ماهان» و «کیان» از پیش‌دبستان و دبستان علامه طباطبایی - واحد پاسداران حدود ده سال است که خرید و فروش ماشین انجام می‌دهد. او در این مصاحبه تجربیاتش را با علامه‌ای‌ها به اشتراک می‌گذارد.

اما با تغییر تابش زاویه نور مشخص می‌شود. اگر می‌خواهید راحت‌تر خرید و فروش انجام دهید، رنگ سفید را انتخاب کنید. بعد از سفید، رنگ‌های مشکی و خاکستری طرفداران بیشتری دارند.

### ■ چقدر درآمد دارد؟

میزان درآمد حرفه خرید و فروش اتومبیل، بستگی به خریدار دارد. اگر بازار خوب باشد حدود ۱۵ ماشین در یک ماه و اگر بازار خوب نباشد ۴ یا ۵ ماشین می‌فروشیم. سود فروش هر خودرو هم به قیمت آن بستگی دارد اما از ۲ تا ۳ میلیون تومان شروع می‌شود و در ماشین‌های خارجی به ۴۰ تا ۵۰ میلیون تومان هم می‌رسد. مبلغ مصوب در معامله ماشین یک درصد مبلغ نهایی است که فروشنده و خریدار به صورت مشترک آن را پرداخت می‌کنند.

### ■ چطور خوب ماشین بخریم؟

برای اینکه خودروی خوبی بخریم ابتدا باید برند مورد نظرمان را با توجه به علاقه و پولمان انتخاب کنیم. سپس باید از فروشنده ماشین مطمئن باشیم. برخی ماشین‌ها ممکن است مشکلات حقوقی داشته باشند. برای خرید ماشین‌های خارجی با کارشناس مشورت کنید. کارشناس ماشین می‌تواند هم در بحث حقوقی، هم فنی و هم بدنه خودرو به شما کمک کند. کارشناسی بدنه و موتور به‌صورت تجربی با دیدن و شنیدن صدای موتور انجام می‌شود و هم با دستگاه. مشکل اصلی در بسیاری از ماشین‌ها، رنگ‌شدگی بخشی از بدنه ماشین است. جایی از ماشین که به صورت دستی رنگ شده است با رنگ کارخانه تفاوت دارد. این تفاوت با نگاه نخست اصلاً مشخص نیست

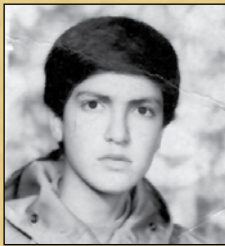
### ■ تجربه، علاقه، تیزبینی

برای موفقیت در حرفه خرید و فروش اتومبیل باید همزمان به مسائل حقوقی خرید و فروش، مسائل فنی و موتوری و وضعیت بدنه ماشین مسلط باشیم. بعضی از ماشین‌ها ممکن است شماره شاسی و سند سالمی نداشته باشند. اگر نتوانیم این ایرادات را تشخیص دهیم نمی‌توانیم خرید و فروش موفق داشته باشیم.

فردی که وارد این حرفه می‌شود باید مقداری از صافکاری، نقاشی و مکانیکی خودرو، سررشته داشته باشد تا بتواند کارشناسی خوبی از نظر قیمت انجام دهد. داشتن علاقه، کسب تجربه و تیزبینی، از شما یک فروشنده و خریدار خوب خودرو می‌سازد.



## یاد شهید

دانشجوی پزشکی  
شهید بهشتی

شهید محمد عبدالحسینی در تاریخ ۱۱ اسفند ۱۳۴۷ در خانواده‌ای مذهبی دیده به جهان گشود. از کودکی به حفظ سوره‌های قرآن و آموختن نماز پرداخت. دوران تحصیل را با موفقیت پشت سر گذاشت و همواره از شاگردان ممتاز مدرسه بود.



او در سال ۱۳۶۲ دوره متوسطه را در دبیرستان مفید تهران آغاز کرد و در کنار آن فعالیت‌های سیاسی و مذهبی خود را در مساجد امام جعفر صادق (ع) و امام علی ابن ابیطالب (ع) ادامه داد. این شهید بزرگوار برای اولین بار در سال ۶۴ و در حالی که تنها ۱۷ سال سن داشت، عازم جبهه‌های نبرد شد. وی پس از گذراندن دوره متوسطه، در کنکور سراسری سال ۱۳۶۶ شرکت کرد. پس از آن بلافاصله عازم جبهه شد و در عملیات نصر ۳ دلاورانه از میهن دفاع کرد. پس از اعلام نتایج کنکور همان سال، در رشته پزشکی دانشگاه شهید بهشتی پذیرفته شد. شهید عبدالحسینی در عملیات‌های فکه، محرم، کربلای ۴، نصر ۴، بیت المقدس ۶ و پاکسازی کردستان حضور داشت. او سرانجام در روز عاشورای حسینی یعنی چهارم مرداد سال ۱۳۶۷ در سن ۱۹ سالگی به محضر مولای خود راه یافت.

منبع: سایت شهدای نخبه و سایت دانشگاه شهید بهشتی

جشنواره قرآنی «بهشت انس» هشت ساله شد

آغاز جشنواره  
قرآنی علامه‌ای‌ها

و همخوانی برگزار شده است. در این دوره نیز رشته نقاشی برای دانش‌آموزان دبستانی به رشته‌های جشنواره اضافه شده است. همچنین با اضافه شدن رشته روخوانی قرآن تعداد بیشتری از دانش‌آموزان می‌توانند در جشنواره شرکت کنند.

دانش‌آموزان برای شرکت در جشنواره قرآنی «بهشت انس» می‌توانند به سایت این جشنواره به آدرس [www.alamehjashnvarah.ir](http://www.alamehjashnvarah.ir) مراجعه نمایند. در این سایت تمام منابع لازم برای شرکت کردن در مسابقات، بارگذاری شده است. دانش‌آموزان از طریق ارسال ویدیو در مرحله اول جشنواره شرکت می‌کنند و در صورت کسب نمره لازم از داوران، به مسابقه فینال و مراسم اختتامیه جشنواره که روز ۱۳ اسفند برگزار خواهد شد، دعوت می‌شوند.



برگزاری هشتمین دوره جشنواره قرآنی «بهشت انس» برای دانش‌آموزان پایه پیش دبستان تا پایه یازدهم مجتمع فرهنگی، آموزشی علامه طباطبائی آغاز شد.

جشنواره قرآنی بهشت انس از سال ۱۳۹۰ در مجتمع فرهنگی، آموزشی علامه طباطبائی برگزار می‌شود. به جز دوره اول، در هر دوره بیش از ۲۰۰۰ نفر/ رشته در این جشنواره بزرگ شرکت کرده‌اند. هشتمین دوره این جشنواره در رشته‌های قرائت قرآن، روخوانی قرآن، حفظ قرآن، اذان، مفاهیم، نهج البلاغه، احکام، اطلاعات عمومی و نقاشی در اسفندماه جاری برگزار می‌شود. همچنین همکاران و اولیای محترم می‌توانند در این جشنواره شرکت کنند.

در دوره‌های اخیر رشته‌های متفاوتی مانند وبلاگ نویسی، راهاندازی کانال در شبکه مجازی و تواشیح

# سوالات آزمون جامع چگونه طراحی می‌شوند؟

حتماً بارها برایتان اتفاق افتاده که در آزمونی که فکر می‌کردید نمره کامل را می‌گیرید، به یک یا چند سوال، غلط پاسخ داده‌ایم. این پاسخ‌های اشتباه، گاهی به خاطر یاد نگرفتن مباحث نیست، بلکه ممکن است مربوط به بی‌دقتی یا افتادن در تله سوال باشد. در این شماره دبیران طراح سوالات آزمون‌های جامع، نکاتی را در مورد نحوه طراحی سوال با شما در میان گذاشته‌اند. با توجه به این نکات در آزمون جامع بعدی نمره بهتری کسب خواهید کرد.

## چه مهارت‌هایی مورد سوال است؟

حمیده صفارهرندی - دبیر عربی

واحد پاسداران دخترانه

مهم‌ترین فاکتورهایی که در طراحی سوالات درس عربی مورد توجه قرار می‌گیرد عبارتند از «مهارت واژه‌شناسی»، «مهارت ترجمه»، «مهارت شناخت و کاربرد قواعد»، «مهارت درک فهم و مکالمه». سوالات بر اساس این ۴ مهارت طرح می‌شوند. در امتحان ترم سوالات از متن خود کتاب درسی و یا شبیه آن طراحی می‌شوند تا دانش‌آموزان با خطری آسوده سوالات را پاسخ دهند.

## دو نکته درباره طراحی سوالات فیزیک

مهدی زارعی - دبیر فیزیک

واحد پاسداران دوره اول

طراحی سوال در درس فیزیک با توجه به ماهیت این درس، با دروس دیگر کمی تفاوت دارد. مطالعه فیزیک دو وجه دارد. وجه اول مفاهیم فیزیکی شامل قوانین، اصول، آزمایش‌ها و مطالب مفهومی و وجه دوم کاربرد ریاضی در فیزیک و قدرت حل سوالات است. برای موفقیت در آزمون‌های فیزیک باید این دو وجه همزمان در نظر گرفته شود. من به عنوان طراح سوال سعی می‌کنم از هر دو بخش استفاده کنم. البته تکیه بیشتری بر مفاهیم و تجزیه و تحلیل مفهومی فیزیک دارم.

## رویکرد کمی و کیفی در طراحی سوالات

روزبه دربندی - دبیر مطالعات اجتماعی

واحد پاسداران دوره اول

در طراحی سوالات درس مطالعات اجتماعی سعی می‌کنم به موارد زیر توجه کنم: کاربردی و عملکردی بودن سوالات، بررسی میزان دقت و اعتماد به نفس و خلاقیت دانش‌آموز، داشتن رویکرد کمی (مقداری) و محاسباتی به مفاهیم در کنار کیفی بودن مطالب و ارزیابی قوه تشخیص و نیز حافظه دانش‌آموز. توجه به این نکات با هدف ارزیابی میزان یادگیری دانش‌آموز و نه صرفاً مطالب آموزش داده شده به او انجام می‌شود.

## در تله سوال نیفتید!

علیرضا دیده خانی - دبیر فارسی

واحد آشناسان

تله‌های سوالات امتحانی، انواع مختلفی دارند مثل تله در صورت سوال و تله در گزینه‌ها. یکی از انواع تله‌ها در سوال، قرار دادن فعل یا کلمه منفی در صورت سوال است. سوال در این گونه تست‌ها اکثراً با فعل منفی مطرح می‌شود. در این نوع سوالات با وجود این که زیر فعل خط کشیده شده ولی دانش‌آموزان به آن دقت نمی‌کنند. مورد بعدی که طراحان سوال در ایجاد تله در سوال از آن استفاده می‌کنند استفاده از گزینه‌های انحرافی است که در ظاهر به جواب نزدیک است.

## مسئله را مهندسی کنید

مجتبی معظمی - دبیر ریاضی

واحد آشناسان

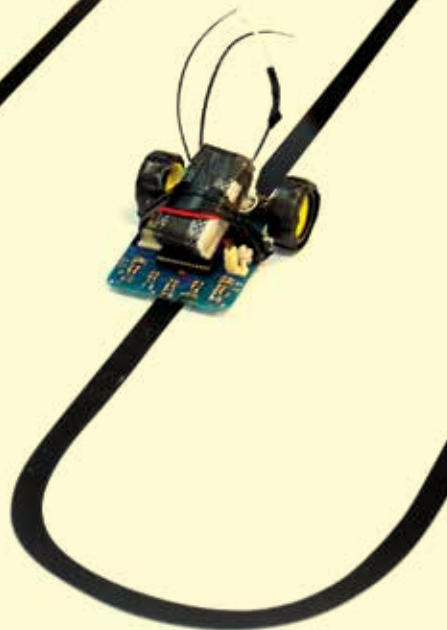
در درس ریاضی برای آزمون جامع سوالاتی طراحی نمی‌شود که محاسبات طولانی داشته باشد. بیشتر جنبه خلاقیت حل سوال را در نظر می‌گیریم چرا که مهارت حل مسئله برای طراحان سوال مهم است. در طراحی سوال فقط از یک مبحث استفاده نمی‌شود بلکه تلفیقی از چند مبحث تدریس شده مورد سوال قرار می‌گیرد. دانش‌آموز برای پاسخ دادن به این سوالات باید مسئله را مهندسی کند، از مجموعه دانسته‌هایش استفاده کند و به جواب برسد.



# برگزاری جشنواره ۷۰۰ نفره علمی، پژوهشی

برای ثبت نام در جشنواره به سایت [atfcup.ir](http://atfcup.ir) یا مسئول آموزش واحدتان مراجعه کنید

۶



دبیرستان دوره اول علامه طباطبایی واحد آشناسان روزهای ۲۸ و ۲۹ فروردین سال ۱۳۹۹ میزبان صدها دانش آموز، داور، مربی و کارشناس در رشته های مختلف علمی و پژوهشی است. یکی از بزرگترین و قدیمی ترین جشنواره های پژوهشی در سطح کشور، که با نام جشنواره علمی، پژوهشی علامه طباطبایی (ATFCUP) برگزار می شود. این جشنواره همه رشته ها و گرایش های پژوهشی مجتمع را در برمی گیرد و فرصتی برای نمایش آموخته ها، مهارت ها و دستاوردهای دانش پژوهان علامه ای در هر رشته و در هر مقطعی است. همچنین این جشنواره فرصت خوبی فراهم خواهد ساخت تا دانش آموزان از مدارس مختلف، در یک اجتماع علمی و صمیمی بتوانند یافته ها و نتایج تحقیقات خود را ارائه کرده و به اشتراک بگذارند.

## ■ حضور ۹ رشته علمی و پژوهشی در جشنواره

جشنواره علمی، پژوهشی علامه طباطبایی در ۹ رشته برگزار می شود. رشته رباتیک در لیگ های «ربات فوتبالیست»، «ربات امدادگر»، «امداد فضای مشترک»، «ربات ورزشی»، «ماموریت غیرممکن»،



در دوازدهمین دوره جشنواره علمی، پژوهشی علامه طباطبایی برای اولین بار، دانش آموزان مقطع دبستان هم شرکت می کنند. مسابقات دبستانی ها در رشته لگو برگزار می شود.

متقاضیان ثبت نام در جشنواره علمی، پژوهشی علامه طباطبایی برای ثبت نام می توانند به سایت [atfcup.ir](http://atfcup.ir) مراجعه کنند. علاوه بر این، دانش آموزان علامه ای می توانند از طریق مسئولان آموزشی در مدارس، در مسابقه ثبت نام کنند.



«ربات جنگنده سطح شیب دار» و «ربات مسیریاب مقدماتی» در جشنواره حضور دارند. در رشته هوافضا دانش آموزان در لیگ های «گلایدر»، «موشک آبی» و «هاورکرافت» رقابت می کنند. مانسین گلدبرگ، سازه ماکارونی، برنامه نویسی و ساخت بازی رایانه ای دیگر رشته های جشنواره علمی، پژوهشی علامه طباطبایی است.

در بخش همایش علوم، دانش آموزان با تنظیم و ارائه مقاله با هم رقابت می کنند. مقاله ها در سه رشته نانو، پزشکی و نجوم مورد ارزیابی و قضاوت داوران و کارشناسان بنام این رشته در سطح کشور قرار می گیرند.

## ■ ۷۰۰ شرکت کننده در جشنواره

سال گذشته حدود ۶۰۰ شرکت کننده از مدارس مختلف شهر تهران در این جشنواره شرکت کردند. پیش بینی می شود تعداد شرکت کنندگان در این دوره به بیش از ۷۰۰ نفر برسد.



در نخستین سمینار سلامت مجتمع چه گذشت؟

## «من، شما، او»

### ■ آشنایی با سبک آشپزی ایرانی

«داود کشاورز»، سرآشپز گروه غذایی «هفت و نیم»، در بخش دیگر سمینار درباره سبک‌های آشپزی گفت: «آشپزی ایرانی در کنار سبک چینی و رومی یکی از مهمترین سبک‌های آشپزی در جهان است. ویژگی‌های این سبک تنوع در مواد اولیه و نوع پخت غذاها است.» بخش پایانی صحبت‌های او راهکارهایی برای داشتن غذاهایی خوشمزه و در عین حال سالم بود. کشاورز یک دستور ساده غذایی با استفاده از زرشک به جای استفاده از سس‌های مایونز را هم برای اولیا تشریح کرد. گروه غذایی «هفت و نیم» به‌عنوان مرکز تخصصی تهیه غذای دانش‌آموزی، حامی مالی برگزاری این سمینار بود.

سلامت «من، شما، او؛ مهمانی ما برای یک دوست»، ابتدا تعریفی از چاقی ارائه کرد و سپس به دلایل ایجاد مشکل اضافه وزن در افراد خانواده پرداخت. معرفی طرح «بشقاب غذای من» و بررسی ویژگی‌های تغذیه سالم بخش اصلی صحبت‌های کارشناس تغذیه در این سمینار بود. «متخصصان تغذیه با طراحی یک بشقاب، مواد غذایی که هر فرد باید در وعده غذایی مصرف کند را مشخص کرده‌اند. این بشقاب از پنج بخش تشکیل شده است که فرد می‌تواند در هر وعده غذایی از آن‌ها استفاده کند. محتویات این بشقاب شامل ۳۰ درصد غلات، ۲۰ درصد میوه، ۳۰ درصد سبزیجات، ۲۰ درصد پروتئین و یک لیوان لبنیات کم‌چرب تشکیل می‌دهد.»

### ■ ارتباط چاقی و مسائل روحی

«مهرنوش دارینی»، متخصص روانشناسی و رئیس انجمن اولیا و مربیان واحد فرمانیه، حرف‌هایش را با تأثیرات شرایط روانی افراد در ایجاد اضافه وزن آغاز کرد: «تحقیقات جدید نشان داده است که چاقی و لاغری بیش از اندازه، عوامل روحی و روانی دارند. بنابراین برای تناسب اندام باید در کنار تغذیه درست به تحرک و اصلاح سبک تغذیه، به شرایط روحی و ذهنی‌مان هم توجه داشته باشیم.» دارینی چند راهکار ساده برای اصلاح سبک زندگی ارائه داد: «سبک زندگی نوجوانان متأثر از دوستان، جامعه و خانواده است. اصلاح سبک زندگی و سبک غذاخوردن می‌تواند از جمع دوستان آغاز شود. باید از بستر مدرسه در شکل‌دهی رفتار همسالان به ویژه در بحث تغذیه استفاده کرد. برای اینکه بخواهیم فردی باشیم که تا الان نبودیم، باید کارهایی را انجام دهیم که تا الان نکرده‌ایم.»

نخستین سمینار سلامت «من، شما، او؛ مهمانی ما برای یک دوست»، جمعه ۱۸ بهمن، با حضور اولیا و دانش‌آموزان، اعضای انجمن اولیا و مربیان و مدیر و معاونان دبیرستان دوره اول علامه طباطبایی - واحد فرمانیه در مجموعه فرهنگی دزاشیب برگزار شد. «او» مخفف اضافه وزن است و بدن ما یکی از نزدیک‌ترین دوستان‌مان در طول عمرمان است.

در این سمینار دو ساعته که به همت انجمن اولیا و مربیان واحد فرمانیه و حمایت گروه غذایی «هفت و نیم» برگزار شد، یک کارشناس تغذیه، یک متخصص روانشناسی سخنرانی کردند و سرآشپز گروه غذایی «هفت و نیم» نیز ضمن ارائه توضیحات کوتاهی درباره مکاتب آشپزی، دستور غذایی یک سس سالم را ارائه کرد. هدف از برگزاری این سمینار، آشنایی دانش‌آموزان و خانواده‌ها با مضرات اضافه وزن و همچنین پیشگیری و درمان اصولی آن بود.

### ■ به بدن مان توجه کنیم

«کوروس احمدی‌پور» از اعضای انجمن اولیا و مربیان واحد فرمانیه، در ابتدای مراسم ضمن خیرمقدم به خانواده‌ها گفت: «بچه‌های امروزی به خاطر درس‌خواندن‌های زیاد و انجام بازی‌های کامپیوتری کم‌تحرک شده‌اند. تغذیه‌هایمان هم پر از مواد قندی و چربی‌های اضافه است. برگزاری چنین سمینارهایی، دانش‌آموزان و خانواده‌هایشان را متوجه اهمیت بدن‌شان و حفظ تناسب اندام می‌کند، موضوعی که هدف اصلی این سمینار است.»

### ■ از هر ماده غذایی چقدر بخوریم؟

«مارال ذبیحی»، کارشناس تغذیه، در نخستین سمینار





# به علامه نگاه کن

■ بازدید از نمایشگاه فعالیت‌ها و دستاوردهای مجتمع علامه طباطبائی پیش از شرکت در جلسات توجیهی ثبت نام

متقاضیان ثبت نام در مدارس دوازده گانه علامه طباطبائی برای سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹، از اواخر دی ماه در گروه‌های حدود ۱۲۰ نفره به ساختمان مرکزی مجتمع علامه طباطبائی واقع در دبیرستان دوره اول علامه طباطبائی - واحد آشناسان دعوت شده‌اند تا با فعالیت‌ها، دستاوردها و نحوه ثبت نام در پیش دبستان‌ها و دبستان‌های علامه طباطبائی (واحدهای پسرانه نیاوران و پاسداران؛ دخترانه تهرانپارس و تجریش) و دبیرستان‌های دوره اول علامه طباطبائی (واحدهای پسرانه میرداماد، آشناسان، فرمانیه، گلستان، پاسداران، دخترانه پاسداران) و دبیرستان‌های پسرانه دوره دوم علامه طباطبائی (واحدهای پاسداران و شریعتی) آشنا شوند. دانش آموزان به همراه پدرها و مادرها، پیش از شرکت در جلسات توجیهی، از نمایشگاه دستاوردها و فعالیت‌های مجتمع علامه طباطبائی بازدید می‌کنند و ضمن آشنایی با اهداف و برنامه‌های متنوع مدارس علامه طباطبائی، پاسخ سوالاتشان را می‌گیرند. تاکنون هفت گروه از نمایشگاه بازدید کرده‌اند. جمعه نهم اسفندماه، سه گروه ۱۲۰ نفره دیگر به نمایشگاه و جلسات توجیهی دعوت شده‌اند.



▲ بازدید دانش آموزان و اولیا متقاضی ثبت نام در مدارس دوازده گانه علامه طباطبائی از نمایشگاه دستاوردها



▲ برگزاری جلسه توجیهی ثبت نام



▲ پژوهشگران نوجوان در غرفه رباتیک



▲ نمایش ۱۸ شماره ماهنامه «هفت و نیم» در نمایشگاه دستاوردها و برگزاری مسابقه



▲ انتشارات «هفت و نیم» ناشر کتاب‌های آموزشی





▲ نمایش فعالیت‌های فرهنگی، آموزشی علامه‌ای‌ها



▲ گروه غذایی «هفت و نیم» مورد توجه بازدیدکنندگان



▲ تندیس‌های جهانی در نمایشگاه دستاوردها



▲ ارائه دستاوردهای پژوهشی در غرفه پزشکی



▲ بازسازی مدارس با «چکاد»



▲ آشنایی با فعالیت‌های دبستان‌های علامه طباطبایی

► برگزاری سالانه جام جهانی فوتبال رایانه‌ای





راه‌هایی برای حل مشکل «اعتماد به نفس پایین»

# وابسته به نظر دیگران نباشیم



محمد رضا میبدی  
کارشناس مسئول آموزش مجتمع علامه طباطبایی

برای حل هر مشکل باید سه مرحله را به تفکیک طی می‌کردیم.

- ۱- شناخت اجزا و ریشه‌های مشکل (تفکر تحلیل)
  - ۲- فهرست کردن انواع راه‌حل‌ها (تفکر خلاق)
  - ۳- نقد راه‌حل‌ها و انتخاب راه‌حل مناسب (تفکر انتقادی).
- مشکلی که این بار قصد بررسی آن را داریم مساله «اعتماد به نفس پایین» است.

■ بعضی افراد در جمع نظرشان را مطرح نمی‌کنند. آن‌ها همیشه ساکت هستند و خودشان را مثلا با تلفن همراه سرگرم می‌کنند. بعضی‌های دیگر با هر صحبتی موافقت می‌کنند و توانایی «مخالفت و نه گفتن» را ندارند. برخی هم انتقادپذیر نیستند و اشتباهاتشان را همواره توجیه می‌کنند و تقصیرات را به گردن دیگران می‌اندازند. ممکن است افرادی را هم دیده باشید که همیشه خودشان را با بقیه مقایسه می‌کنند و با منفی‌بافی پایین‌تر از همه می‌دانند.

■ شاید خودتان هم این مشکلات را داشته باشید. این‌ها تنها برخی از نمودهای مشکل اعتماد به نفس پایین است که می‌تواند منجر به بروز مشکلات بزرگی شود: از خورده شدن حق‌مان توسط دیگران تا شکست و مسائل روحی و روانی. اما ریشه این مشکل چیست و چگونه می‌توان آن را حل کرد؟

■ اولین علتی که می‌تواند این مشکل را پدید بیاورد «گرفتن بازخوردهای منفی» به‌خصوص در دوران کودکی است. وقتی اولین بار کاری را انجام می‌دهیم و به ما می‌گویند که غلط بود، به دنبال روش درست آن می‌گردیم. اگر بیست بار کاری را انجام دادیم و هربار فقط گفتند غلط است، کم‌کم ممکن است به این نتیجه برسیم که ما هرگز توانایی انجام آن کار را نداریم. این یعنی از بین رفتن اعتماد به نفس. در این مواقع دوره حل می‌تواند به ما کمک کند: ۱- تجربه موفقیت‌های کوچک ۲- گرفتن بازخوردهای توصیفی همراه با راه‌حل اصلاح.

■ دومین علتی که می‌تواند باعث کاهش اعتماد به نفس شود، «بی‌توجهی دیگران» است. وقتی که کاری را خوب انجام می‌دهیم و دیگران توجهی به ما نمی‌کنند، ما را نمی‌بینند. پس از مدتی به این نتیجه می‌رسیم که شاید اینکار، اصلا مهم نیست یا من آن را درست انجام نمی‌دهم. برای حل مشکل باید سیستم قضاوت و پاداش خود را درونی کنیم نه این که وابسته به نظر دیگران باشیم. همچنین قابلیت خود را در جاهای مختلف عرضه کنیم.

■ سومین عاملی که می‌تواند مسبب اعتماد به نفس پایین باشد، «حمایت نادرست دیگران در مواجهه ما با مشکلات» است. حمایت درست و اصولی باید از افراط و تفریط دور باشد؛ نبود حمایت همان قدر خطرناک است که حمایت‌های بی‌جا. زیرا هر دو باعث از بین رفتن اعتماد به نفس می‌شود. حمایت درست یعنی به ما کمک کنند تا بتوانیم خودمان مشکلاتمان را حل کنیم.

■ آخرین عاملی که در بروز اعتماد به نفس پایین، نقش ایفا می‌کند تاثیر اجتماع است که می‌تواند منجر به نظام ارزشی نامناسب و تخریب اعتماد به نفس شود. مثلا اگر جامعه‌ای مرتب تبلیغ کند که زیبایی مهم‌ترین چیز است. شما زیبا نباشید، به تدریج اعتماد به نفستان در سایر امور هم کم می‌شود.





# ممنونم! اما می‌بخشمت

نویسنده داستان کوتاه: ایلیا رشیدی نژاد - دانش‌آموز پایه نهم - واحد آشناسان

برگه‌ها را برداشت و با عجله از اتاق خارج شد. مطمئن بود که طرحش جواب می‌دهد. «نیک» تا آن روز زندگی سختی داشت، اما می‌دانست که قرار است زندگیش از این رو به آن رو شود. از شانس بدش ترافیک سنگین بود و تاکسی هم پیدا نمی‌شد. با هر ترتیبی بود به شرکت رسید. یک ساعت تا معارفه طرحش وقت داشت. قرار بود شرکت «تسلا» ماشین جدیدی بسازد و «نیک» از یک شرکت کوچک بود. شوق زیادی داشت. آن روز تولدش بود و می‌دانست که قرار است کادوی خوبی بگیرد. باران شدیدی می‌بارید و هوا بد بود. نوبت او شد. در را باز کرد و از تعجب آب دهانش را قورت داد. با استرس زیاد طرحش را در ۲۰ دقیقه توضیح داد. دیگر خوش بین نبود. رییس «تسلا» بزرگترین رقیبش در مدرسه بود که «نیک» او را اذیت می‌کرد. او فکر نمی‌کرد روزی «جک» به اینجا برسد. یک ماه گذشت و تمام طرح‌ها ارائه شدند. فقط ۵ نفر برای مصاحبه دوم انتخاب شدند. «نیک» هم جزو آن‌ها بود. طرح «نیک» به‌عنوان برترین طرح انتخاب شد و او به عنوان کارمند جدید شرکت «تسلا» انتخاب شد. اما هنوز متعجب بود که چطور «جک» او را انتخاب کرده است.

او از «جک» پرسید: چگونه به اینجا رسیدی؟

«جک» جواب داد: اول از همه از تو ممنونم که به من کمک کردی به اینجا برسم.

«نیک» گفت: اما چطور؟

«جک» جواب داد: هر دفعه که درباره موضوعی به من طعنه می‌زدی! من خودم را در آن موضوع بهتر و قوی‌تر کردم. اینطور بود که خودم را به اینجا رساندم.

«نیک» گفت: به هر حال من را ببخش.

«جک» پاسخ داد: ممنونم و می‌بخشمت.



کتابهای پرفردار و جذاب نوجوانان و کودکان دهه‌های ۵۰ و ۶۰

# قصه‌های مشترک دو نسل

دو دهه پیش‌تر، تسب کتابخوانی مخصوصا در بین کودکان و نوجوانان فراگیر بود. بسیاری از مجموعه کتاب‌هایی که آن روزها ویژه نوجوانان منتشر می‌شد، هنوز هم چاپ می‌شوند. در این شماره از ماهنامه «هفت و نیم» تعدادی از این کتاب‌ها را به خوانندگان عزیز معرفی می‌کنیم. شاید در کتابخانه منزل‌تان چندتایی از این کتاب‌ها را پیدا کنید.

## قصه‌های مجید

نام قصه‌های مجید که می‌آید خیلی از بزرگ‌ترها یاد مجموعه داستان پنج جلدی هوشنگ مرادی کرمانی می‌افتند. مجید نوجوانی اهل کرمان است، پدر و مادر خود را از دست داده و با مادر بزرگش، بی‌بی، زندگی می‌کند. آنان با حقوق باز نشستگی پدر بزرگ روزگار می‌گذرانند ولی بی‌بی با یافتن ژاکت و فروش آن‌ها و مجید با کار در نانوائی در بعدازظهرها و ایام تابستان کمک خرج خانه هستند. او در برخی از درس‌ها ضعیف است ولی انشا خوب می‌نویسد و آرزو دارد روزی نویسنده شود. او زیاد کتاب می‌خواند و عاشق فیلم و بازیگری است. مجید با سادگی و شیرین‌زبانی و حاضرجوابی‌اش در مدرسه و خانه باعث می‌شود خنده بر لب‌تان بیاید. نخستین جلد از این مجموعه در سال ۱۳۵۳ منتشر شده است.



## قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب

مهدی آذر یزدی در سال ۱۳۳۵ داستان‌های کهن ایرانی را به زبان امروز برای کودکان بازنویسی کرد. این داستان‌ها در قالب مجموعه قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب در ۸ جلد چاپ شده است. قصه‌های کلیله و دمنه، مرزبان نامه، سندباد و قابوسنامه، مثنوی، شیخ عطار، گلستان و ... در این مجموعه بازنویسی شده است. این اثر ارزشمند به زبان‌های مختلفی ترجمه شده است و چند نسل از بچه‌های ایران با داستان‌های شیرین آن خاطره دارند.



## رمان‌های ژول ورن

ژول ورن، پدر ادبیات علمی و تخیلی است. او در قرن ۱۹ از سفر به ماه و زیر دریا و اعماق زمین سخن گفت. او می‌خواست با یک کشتی به هند برود اما پدرش مانع شد. او به پدرش گفت: از این به بعد فقط در رویایم سفر می‌کنم. کتاب‌های او جزو پرفردارترین کتاب‌ها در دهه‌های ۶۰ و ۷۰ بودند و هر کودک و نوجوانی در آن دوران با نام او آشنایی داشت. در زمان‌هایی که جلوه‌های ویژه در سینما تا این اندازه پیشرفت نکرده بود، بچه‌ها با خواندن کتاب‌های ژول ورن در ذهنشان به ماجراجویی می‌رفتند. «بیست‌هزار فرسنگ زیر دریا»، «دور دنیا در هشتاد روز»، «جزیره اسرارآمیز»، «میشل استروگف»، «سفر به مرکز زمین»، «از زمین تا ماه»، «دیوار چین»، «اژدهای دریایی» و ... از آثار معروف او هستند.





# تولد نمره‌ها

را دقیق بخوانند. خواندن این پرونده، که مروری است اجمالی بر اهم مسائل مرتبط با «ارزشیابی آموزشی»، به معلمان، مشاوران، مدیران و کادر مدارس نیز پیشنهاد می‌شود. این اما، تنها یک شروع است. آغازی برای توجه جدی به نحوه ارزشیابی آموزشی دانش‌آموزان.

در این پرونده ضمن آشنایی با انواع ارزشیابی علمی و تاثیر آن بر چگونگی رشد آموزشی دانش‌آموزان، تجربیات برخی معلمان علامه‌ای در این باره را خواهید خواند. تولد نمره‌ها، جدا از نحوه پاسخگویی ما، حاصل روش‌های ارزشیابی است.

یکی از ماموریت‌های «شورای عالی آموزش» مجتمع فرهنگی، آموزشی علامه طباطبایی، بررسی شیوه‌های ارزشیابی آموزشی دانش‌آموزان و تدوین کاراترین روش‌های ارزشیابی، برای اجرا در مدارس دوازده‌گانه مجتمع است.

آشنایی با روش‌های ارزشیابی صحیح و دقیق آموزشی، هم به شیوه تدریس و ارزشیابی معلمان کمک می‌ند و هم در نحوه درست درس خواندن، به دانش‌آموزان کمک می‌کند. خانواده‌ها نیز می‌توانند ضمن آشنایی با این روش‌ها، نظارت دقیق‌تری بر فعالیت آموزشی مدارس و دانش‌آموزان داشته باشند. پس، پیشنهاد می‌کنیم دانش‌آموزان و خانواده‌ها این پرونده





# اگر به همه نمره ۲۰ بدهیم کار خوبی است؟

■ تشریح انواع ارزشیابی‌های آموزشی دانش‌آموزان



محمد رضا مبدی  
عضو شورای عالی آموزش مجتمع علامه طباطبائی

همه ما از تدریس معلمان خاطرات خوبی داریم. اما وقتی اسم امتحان می‌آید یا دچار استرس و نگرانی می‌شویم یا ناگهان ذهنمان به این سوال فلسفی می‌رسد که اصلاً چرا امتحان می‌دهیم و اگر امتحان نبود چه می‌شد؟ جدی‌ترین علتی که ما در کارهای مختلف از جمله یادگیری باید به ارزشیابی بپردازیم این است که می‌خواهیم بررسی کنیم تا چه حد به اهدافمان نزدیک شده‌ایم. برای این منظور انواع ارزشیابی و آزمون وجود دارد.

## ۱- انواع ارزشیابی (آزمون) از نظر موضوع

- آزمون‌هایی که هوش یا استعداد بالقوه دانش‌آموز را می‌سنجد، مانند تست هوش ریون (Raven).
- آزمون‌هایی که سواد و قابلیت‌های شناختی بالفعل دانش‌آموز را می‌سنجد، مانند آزمون‌های پیشرفت تحصیلی و درسی.
- آزمون‌هایی که هدف آنها سنجش ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموز و نظرات و علایق اوست، مانند انواع تست‌های شخصیت‌شناسی. این آزمون‌ها پاسخ درست ندارند.
- آزمون‌هایی با تعداد سوالات کم اما سخت، مانند المپیادها که قصد دارند قدرت دانش‌آموز در مواجهه با سوالات سخت را بسنجند.
- آزمون‌هایی با سرعت بالا که قصد آزمون مهارت و تمرکز دانش‌آموز را دارند.
- آزمون‌هایی که دانش و شناخت، نگرش و احساسات و علایق، رفتارها و عادات‌های دانش‌آموز را می‌سنجند. نظام فعلی آموزش و پرورش کشور بیشتر به دنبال ارزشیابی از دانش و شناخت دانش‌آموزان است.

## ۲- ارزیابی از نظر زمان و هدف

- معلمان به چهار دلیل مختلف و در چهار زمان مختلف از دانش‌آموزان امتحان می‌گیرند.
- آزمون قبل از شروع تدریس؛ هدف آزمون این است که دبیر با سطح علمی و میزان تسلط دانش‌آموزان به پیش نیازهای آن مبحث آشنا شود. مهم‌ترین هدف این آزمون طراحی آموزشی است. به این آزمون‌ها «ارزشیابی آغازین» می‌گویند. آزمون تعیین سطح زبان انگلیسی یکی از متداول‌ترین نوع این آزمون است.
  - آزمون بلافاصله بعد از تدریس دبیر؛ هدف آزمون این است که دبیر از فهم مطالب توسط دانش‌آموزان ارزیابی داشته باشد. به این آزمون‌ها «ارزشیابی تکوینی» می‌گویند. کویزهای انتهای هر زنگ از این نوع آزمون‌ها هستند.
  - آزمون برای تشخیص مطالبی که اکثر دانش‌آموزان در فهم آن‌ها دچار مشکل شده‌اند. در این نوع آزمون دبیر تنها یک هدف را می‌سنجد تا متوجه شود که مشکل دانش‌آموزان در کدام مبحث است. این نوع آزمون «ارزشیابی تشخیصی» نام دارد.
  - آزمون‌هایی که در پایان یک دوره آموزشی برگزار می‌شود. هدف آزمون این است که مشخص کند آیا دانش‌آموزان صلاحیت ورود به دوره آموزشی بعدی و سال آینده را دارند یا نه. لازمه این نوع آزمون‌ها این است که شخصی غیر از دبیر مربوطه سوالات را طراحی و تصحیح کند که متأسفانه در نظام آموزش و پرورش ایران کمتر به آن عمل می‌شود. نام این نوع از آزمون‌ها، «آزمون‌های تراکمی و پایانی» است.



گزارش پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پایه اول تا ششم دبستان علامه طباطبائی - واحد پاسداران به اولیای دانش‌آموزان ارائه شد. در این جلسات آموزگاران پایه، مشاور روانشناسی و معاون مدرسه حضور داشتند و درباره دپارتمان مهارت‌های زندگی و برنامه‌های مدرسه در ادامه سال تحصیلی نیز طرح موضوع شد.

**واحد پاسداران  
دبستان**



## ۳- انواع ارزشیابی از نظر شرط قبولی

- آزمون‌ها از نظر شرط قبولی دو نوع هستند. آزمون‌هایی که «ملاکی» هستند، به عنوان مثال هر نفری که نمره بالای ۱۲ در آزمون بگیرد قبول می‌شود. ممکن است در این آزمون همه قبول شوند و یا هیچ کس قبول نشود. عملکرد هر دانش‌آموز به صورت فردی بررسی می‌شود و نمره‌های دانش‌آموزان بر عملکرد هم تأثیری ندارد.
- نوع دیگر آزمون‌ها وابسته به هنجار یا رتبه هستند. این آزمون‌ها رقابتی هستند و عملکرد افراد در مقایسه با هم سنجیده می‌شود. مثال واضح این نوع از آزمون‌ها، کنکور سراسری است.

## ۴- انواع ارزشیابی از نظر نحوه تفسیر نتایج

- نوعی از ارزشیابی وجود دارد که در آن عملکرد فعلی دانش‌آموز با عملکرد قبلی او مقایسه می‌شود. به عنوان مثال دو نفر نمره ۱۸ گرفته‌اند، اما یکی از آن دو در ارزشیابی قبلی نمره ۱۶ گرفته و این نمره برایش پیشرفت محسوب می‌شود. دیگری در ارزشیابی قبلی نمره ۲۰ گرفته و در این آزمون روند نزولی دارد. به این نوع ارزشیابی «ارزشیابی ارزش افزوده» گفته می‌شود.

## ۵- ارزشیابی از نظر شکل

- وقتی اسم آزمون می‌آید تصویر مداد، خودکار و کاغذ در ذهن‌مان نقش می‌بندد. اما ابزارهای مختلفی برای سنجش میزان یادگیری وجود دارد.
- مصاحبه یا پرسش شفاهی.
- آزمون عملکردی و ثبت رفتار آزمون‌دهنده.
- جمع‌آوری مجموعه فعالیت‌های آزمون‌دهنده در طول یک دوره و ارزیابی روند (کارپوشه‌های دانش‌آموزان مقطع ابتدایی).

در آزمون‌های مرسوم که کتبی برگزار می‌شود سوالات مختلفی وجود دارد که دبیران، با توجه به شرایط و مزایا و معایب هر نوع از سوالات، از آن‌ها استفاده می‌کنند. سوالات صحیح/غلط، سوالات جور کردنی، سوالات جای خالی، سوالات تستی چهار گزینه‌ای و سوالات تشریحی نمونه‌هایی از انواع سوالاتی هستند که در آزمون‌های خوب و استاندارد از آن‌ها استفاده می‌شود. آشنایی با انواع ارزشیابی به شما در یادگیری بهتر مطالب و ثبت عملکرد بهتر در آزمون‌ها کمک می‌کند. حال که پا به دنیای ارزشیابی گذاشته‌ایم و انواع آزمون‌ها را شناختیم، دو سوال اساسی مطرح می‌کنیم.

## به پاسخ این سوالات فکر کنید.

- آیا اگر دبیر به همه دانش‌آموزان نمره ۲۰ بدهد کار خوبی کرده است؟
- از یک سوال خوب چه انتظاری دارید؟

فضای مخرب رقابتی یا ارزشیابی خلاق؟

# سنجش هوش‌های چندگانه



محسن ابرجی  
عضو شورای عالی آموزش مجتم

بخش از آزمون احساس توانایی و اعتماد به نفس داشته باشد. مثلاً می‌توانیم آزمون را به طور همزمان در چند کلاس که از قبل آماده شده‌اند برگزار کنیم و دانش‌آموزان خودشان انتخاب کنند به چه ترتیبی به سراغ کلاسها و سوالات بروند. فعالیت‌های دیگری که می‌توان در آزمون گنج‌ناید عبارتند از:

- تفسیر عکس، نمودار و نقشه
- توصیف مشاهده پدیده علمی
- حل مساله مفهومی و معماگونه
- تنظیم و سوار کردن یک آزمایش ساده
- دادن ایده‌هایی به صورت صوتی در سالن مجموعه
- ایستگاه کار گروهی و به اشتراک گذاشتن ایده‌ها
- رده بندی یا تفسیر یک دسته‌بندی خاص برای طبیعت

## روز شماری برای آزمون بعدی!

ارائه پروژه‌های ساده و تنظیم کارهای دیواری هم از جمله کارهایی است که می‌تواند جریانی از پرسشگری را در دانش‌آموزان نهادینه کند. همچنین معلم می‌تواند با مطرح کردن پرسش‌های باز، راه خیال‌ورزی را برای بچه‌ها باز بگذارد. فراموش نکنیم که بسیاری از پرسش‌ها در حوزه دانش پاسخ منفرد و دقیقی ندارند. حتی پاسخ‌ها در طول تاریخ ممکن است برای یک پرسش واگرا باشند. بنابراین در کنار آزمون‌های کلاسیک و رتبه دار، دست کم برای یک بار در هر سال تحصیلی می‌توانیم لذت «خودآزمایی» در یک فعالیت علمی را به بچه‌ها نشان دهیم. شاید در ذهنشان این واقعیت شکل بگیرد که جهان علم در سایه کار گروهی رشد می‌کند و از طرفی هر کس دارای استعدادی است که می‌تواند شکوفا شود. در این روش شاید هر دانش‌آموز بهانه‌ای برای افتخار و رشد اعتماد به نفس پیدا کند و به جای استرس، برای آزمون بعدی درس علوم روزشماری کند.

یکی از مشکلات امروز در برخی مدارس، ایجاد فضای مخرب رقابتی بر خلاف هدف‌های تربیتی اصولی است. در مدارس هدف این است که دانش‌آموزان در مسیر پرورش و ارتقای دوستی و تفکر قرار گیرند. اما معمولاً نتیجه آزمونهای مقایسه گر، روحیه دانش‌آموزان را تخریب و در مواردی کمک به شکل‌گیری فضای رقابتی ناسالم می‌کند.

شاید در مواردی این وضعیت گریز ناپذیر باشد ولی می‌توان دانش‌آموزان را در مسیری هدایت کرد که متوجه شوند فرایند کسب آگاهی و فکر کردن چنان پیچیده است که تنها در «سایه خرد» جمعی دست یافتن به آن امکان پذیر است. طبق نظریه هوش‌های چندگانه هوارد گاردنر (Gardner)، تنوع هوش در میان افراد جامعه تنها به هوش منطقی محدود نمی‌شود. با این حال سنجش در مدرسه تنها به هوش منطقی دانش‌آموزان محدود شده و توجه زیادی به دیگر توانایی‌های دانش‌آموزان نمی‌شود.

## توجه به سنجش و شیوه‌های چندگانه

هر ایده‌ای که جنبه‌های بیشتری از هوش‌های چندگانه را در جریان آزمون بسنجد، مورد توجه است. یکی از ایده‌های مناسب برای این منظور، جدا از آزمون‌های همیشگی و متداول در مدارس، برگزاری کارآزمون است. در این میان درس علوم تجربی که تمام زمینه‌های علم را در بر می‌گیرد، بستر خوبی برای خلاقیت‌ورزی و خروج نسبی از این وضعیت نامناسب است. منظور از کار آزمون، طراحی سلسله فعالیت‌هایی که بتواند جنبه‌های گوناگون توانایی دانش‌آموز را ارزیابی کند. طوری که هر دانش‌آموز دست کم در یک یا چند