درس ۱: من با دیگران ارتباط برقرار می‌کنم

مطالعات اجتماعی - پایه پنجم ابتدایی

یک سفر هیجان‌انگیز برای یادگیری مهارت‌های ارتباطی!





Digimoallem.ir

طراحی و تولید محتوا: دیجی معلم (Digimoallem.ir)

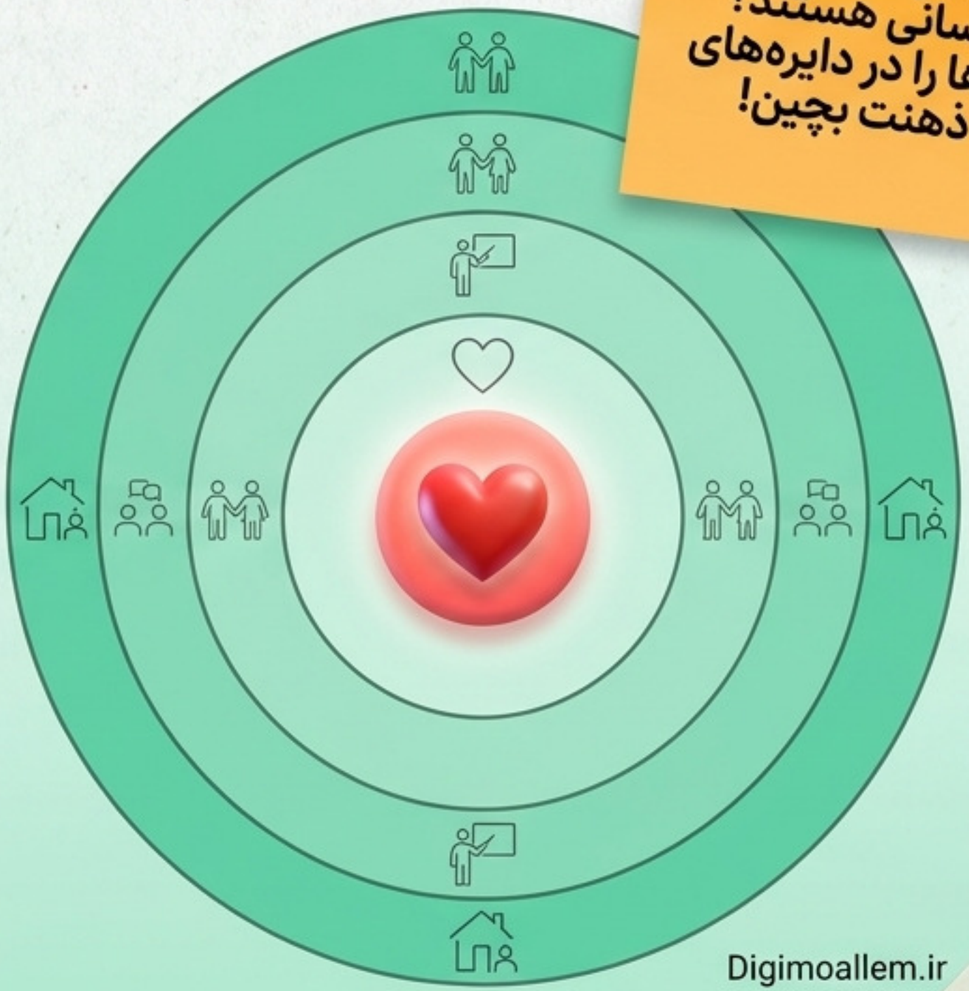
چرا به دیگران نیاز داریم؟

سلام بچه‌های باهوش!
ما انسان‌ها از لحظه تولد با دیگران در ارتباطیم.

آیا می‌دانستید ما برای زندگی فقط به آب، غذا و هوا نیاز نداریم؟
ما به ارتباط با دیگران هم نیازمندیم!
بدون ارتباط، احساس تنهایی می‌کنیم.



به نظرت مهم‌ترین افراد زندگی تو چه کسانی هستند؟ آن‌ها را در دایره‌های ذهنت بچین!



Digimoallem.ir

موتور محرک ارتباط! (هدف از ارتباط چیست؟)

Digimoallem.ir

اصلاً چرا ما با هم صحبت می‌کنیم؟ وقتی با دیگران ارتباط برقرار می‌کنیم، در واقع می‌خواهیم سه قطعه از پازل ذطنعه از پازل ذهنمان را با آن‌ها در میان بگذاریم:

۳. احساساتمان را ابراز کنیم.

۲. افکار و نظراتمان را به اشتراک بگذاریم.



۱. خواسته‌هایمان را بگوییم.

۱. خواسته‌هایمان را بگوییم.

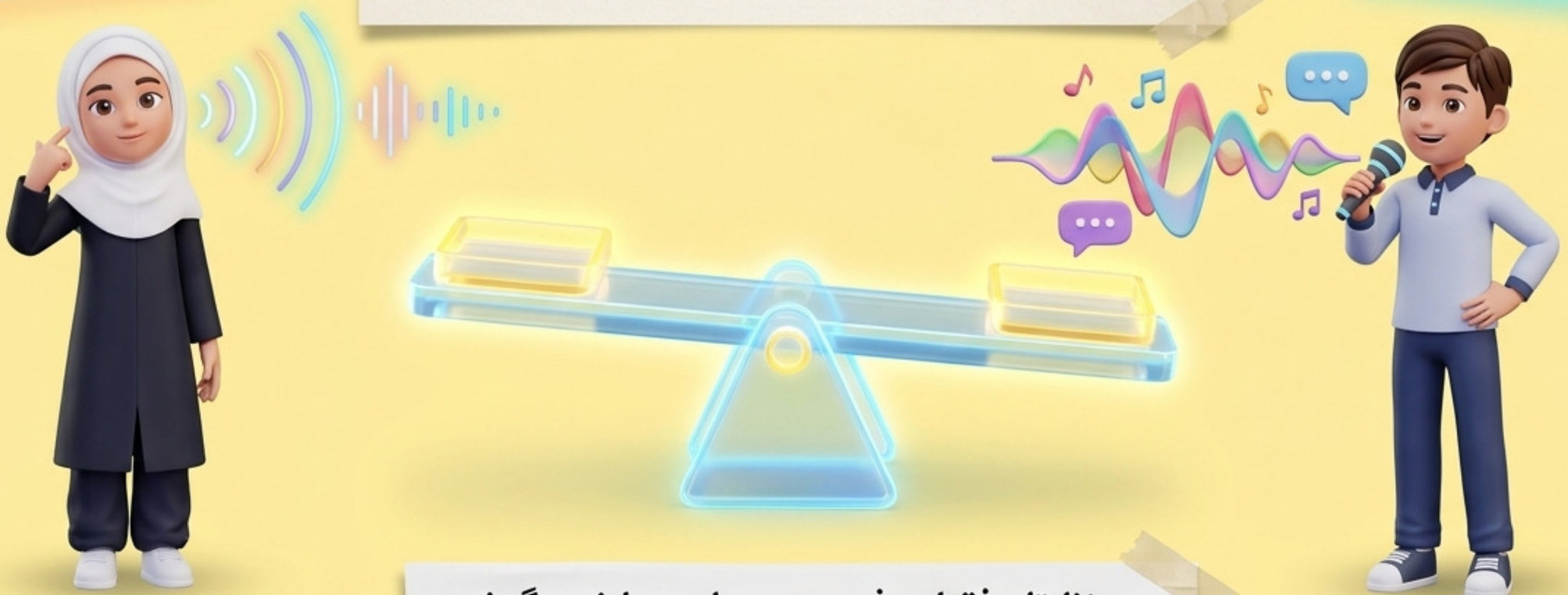
Digimoallem.ir

مهم‌ترین راه ارتباطی: گفت‌وگو!

بهترین راه ارتباط ما آدم‌ها کلام و گفت‌وگو است. یک گفت‌وگوی خوب مثل یک بازی جذاب دو نفره است که دو طرف اصلی دارد:

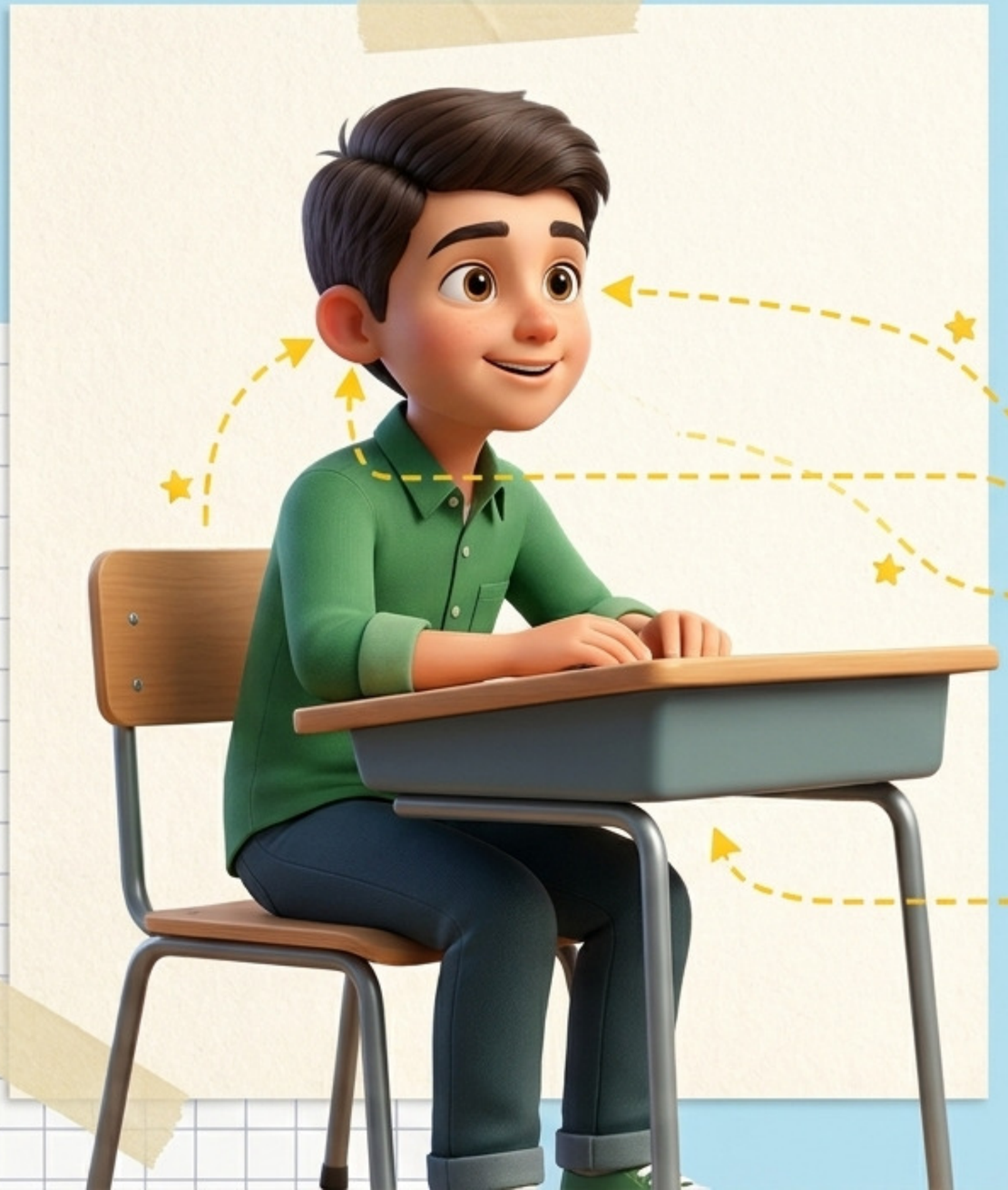
🎤 گوینده: کسی که صحبت می‌کند.

👂 شنونده: کسی که گوش می‌دهد.



به نظرتان فقط حرف زدن مهم است یا خوب گوش دادن هم مهارت می‌خواهد؟

ارائه شده توسط
دیجی معلم - Digimoallem.ir



رازهای یک «شنونده‌ی طلایی»

وقتی کسی با ما صحبت می‌کند، چطور نشان دهیم
که به او توجه داریم؟

- **به گوینده نگاه کنیم.**
  (تا احساس نکند از حرف‌هایش خسته شده‌ایم!)
- **کلام او را قطع نکنیم.**
  (صبر کنیم حرفش کاملاً تمام شود.)
- **خوب دقت کنیم.**
  (حواسمان به کار دیگری نباشد.)
- **تشویقش کنیم.**
  (گاهی سرمان را تکان دهیم یا برای ادامه
  صحبت سؤال بپرسیم.)

Digimoallem.ir
Digimoallem.ir
Digimoallem.ir

رازهای یک «گوینده‌ی عالی» 🗣️

برای اینکه بقیه دوست داشته باشند به حرف ما گوش کنند، باید:

- ✅ **به شنونده نگاه کنیم.**
- ✅ **صدای مناسب داشته باشیم.** (نه خیلی بلند، نه خیلی آرام، نه تند و نه کند.)
- ✅ **واضح صحبت کنیم.** (منظورمان را روشن بیان کنیم.)
- ✅ **زمان مناسب را انتخاب کنیم.** (مزاحم کسی که مشغول کار است نشویم!)
- ✅ **مؤدب باشیم!** (استفاده از: لطفاً، خواهش می‌کنم، معذرت می‌خواهم.)

Digimoallem.ir



طراحی انحصاری
دیجی معلم -
Digimoallem.ir

زنگ تمرین! جای خالی را پر کن ✍️



رضا با عمویش صحبت می‌کند که ناگهان تلفن زنگ می‌زند. به عمویش چه می‌گوید؟

موقعیت ۲: رضا با عمویش صحبت می‌کند که ناگهان تلفن زنگ می‌زند. به عمویش چه می‌گوید؟

💡 پاسخ ما:
«عمو جان، معذرت می‌خواهم، اجازه می‌دهید من چند لحظه تلفن را جواب بدهم؟»

Digimoallem.ir

Digimoallem.ir



فهیمه در کتابخانه یک مجله می‌بیند ورق بزند. به خانم کتابدار چه می‌گوید؟

موقعیت ۱: فهیمه در کتابخانه یک مجله می‌بیند و می‌خواهد ورق بزند. به خانم کتابدار چه می‌گوید؟

💡 پاسخ ما:
«ببخشید خانم، لطفاً اجازه می‌دهید من این مجله را بردارم و نگاه کنم؟»

Digimoallem.ir

Digimoallem.ir

زنگ تمرین! جای خالی را پر کن ✍️



تولید شده در وب‌سایت
دیجی معلم - Digimoallem.ir -

آزاده :۴ میاط در حیاط می‌دود و تنه‌اش به یک دانش‌آموز کلاس دوم می‌خورد. چه می‌گوید؟

موقعیت ۴: آزاده در حیاط می‌دود و تنه‌اش به یک دانش‌آموز کلاس دوم می‌خورد. چه می‌گوید؟

💡 پاسخ ما:
«وای، خیلی معذرت می‌خواهم! اصلاً حواسم نبود. حالت خوب است؟»

Digimoallem.ir

Digimoallem.ir



موقعیت ۳: امین در اتوبوس جایش را به یک پیرمرد. چه می‌گوید؟

موقعیت ۳: امین در اتوبوس جایش را به یک پیرمرد می‌دهد. پیرمرد تشکر می‌کند. امین در جواب چه می‌گوید؟

💡 پاسخ ما:
«خواهش می‌کنم پدرجان، بفرمایید بنشینید.»

Digimoallem.ir

Digimoallem.ir

حباب نامرئی ما! (حریم شخصی)🛡️

حریم شخصی محدوده‌ای است که هیچ‌کس نباید بدون اجازه وارد آن شود!

🏠 **مثال:** خانه ما حریم شخصی ماست و کسی بی‌اجازه وارد آن نمی‌شود.

🤫 **یک قانون مهم:** افراد دوست ندارند دیگران درباره مسائل خصوصی‌شان (مثل درآمد پدر، پول توجیبی، یا روابط خانوادگی) سؤال کنند. ما حق نداریم کنجکاوی کنیم و وارد حریم شخصی آن‌ها شویم!

Digimoallem.ir



Digimoallem.ir

حریم شخصی در دنیای اینترنت 💻

سوال مأموریت: در ارتباط غیرحضوری (اینترنت) چه مواردی از حریم شخصی را باید رعایت کرد؟

پاسخ ایمنی:

🚫 **اطلاعات ممنوعه:** هرگز نباید اطلاعات شخصی خود مثل: نام کامل، سن، شماره تلفن، رمز عبور، آدرس خانه یا مدرسه را به افراد ناشناس در اینترنت بدهیم!

🚫 **عکس‌های خصوصی:** به هیچ وجه عکس‌های شخصی و خانوادگی خود را برای غریبه‌ها ارسال نمی‌کنیم.



آموزش‌های بیشتر در:
Digimoallem.ir

Digimoallem.ir

کارآگاه باش! کدام قانون رعایت نشد؟ 🔍

۱. ناهید ناراحت است و حرف می‌زند، اما دوستش مدام کتاب ورق می‌زند.

۲. پدر مشغول تعمیر ماشین است، مرتضی برایش ماجرای فوتبال تعریف می‌کند!

۳. معلم سوال پرسیده و سوسن جواب می‌دهد، یک نفر بدون اجازه وسط حرف می‌پرد.

۴. شخصی در اینترنت آدرس و شماره تلفن شما را می‌پرسد.

❌ (عدم دقت و توجه به سخنان گوینده)

❌ (عدم انتخاب زمان مناسب برای گفت‌وگو)

❌ (قطع کردن حرف گوینده)

❌ (عدم حفظ حریم شخصی)



Digimoallem.ir



زبان مخفی آدم‌ها! (ارتباط غیرکلامی)😐

بچه‌ها، می‌دانستید ما حتی بدون حرف زدن هم به دیگران پیام می‌دهیم؟ به این نوع ارتباط، ارتباط غیرکلامی می‌گویند.

چگونه کار می‌کند؟

- با تکان دادن سر (برای تأیید حرف دیگران)
- با حرکات دست و بدن
- و از همه مهم‌تر با حالت‌های چهره! ما با چهره‌مان نشان می‌دهیم که شاد، غمگین، متعجب یا عصبانی هستیم.

چهره‌خوانی! (آزمون احساسات) 😄😲😰

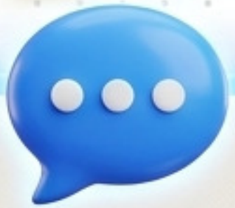
آیا می‌توانی حالت‌های چهره را مثل یک متخصص تشخیص دهی؟



شادی (شماره ۳)	تعجب (شماره ۴)	عصبانیت (شماره ۷)	خجالت (شماره ۲)	اندوه (شماره ۵)

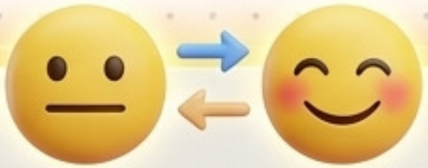
Digimoallem.ir

خلاصه مأموریت ما در درس اول! 🏆



ستون ۱: کلامی (گفت‌وگو)

گوینده و شنونده‌ی خوبی باشیم. مؤدبانه، با صدای مناسب و در زمان مناسب حرف بزنیم و با دقت گوش دهیم.



ستون ۲: غیرکلامی

مراقب حالت‌های چهره و حرکات بدن خود باشیم؛ چون آن‌ها هم با دیگران حرف می‌زنند!



ستون ۳: حریم شخصی

به حریم خصوصی دیگران (در دنیای واقعی و اینترنت) احترام بگذاریم و کنجکاوی بی‌جا نکنیم.



خسته نباشید بچه‌ها!

حالا شما یک متخصص ارتباط هستید!



برای دانلود آموزش‌های بیشتر به وب‌سایت دیجی‌معلم سر بزنید: Digimoallem.ir