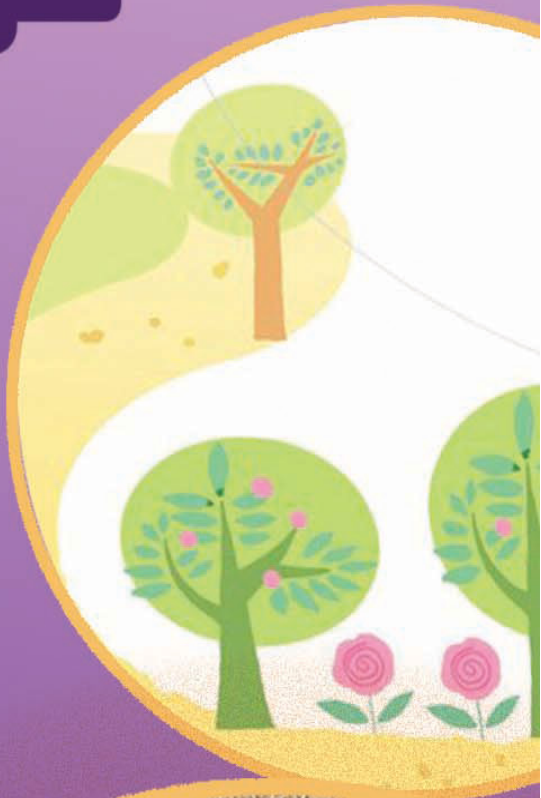


هفته نامه دانش آموزی ۳۳

پیکر

فرصت های شیرین



فہرست مطالب

سفر بہ سیستان و بلوچستان.....	۳
آداب شہر قم.....	۴
سفرنامہ من.....	۵
سرزمین آب انبارها.....	۶
شہر حافظ و سعدی.....	۷
کردستان ایران.....	۸
شہر رشت.....	۹
سفری دیگر.....	۱۰
دارالمومنین.....	۱۱

پدید آورندگان

محیاسادات ریوندی، نازنین زہرا رسایی، سلالہ
زہرا بابا خانی، زینب سادات موسوی، صبا شاہ
احمد قاسمی، زہرا شعرباف، مستورہ شیری،
ثناکوچک پور، نازنین زینب حیدری

سردبیر و طراح: واحد فرهنگی دبستان تزکیہ

سفر به سیستان و بلوچستان

اهالی سیستان و بلوچستان به ویژه در شهرستان‌های خاش و ایرانشهر در بسیاری از مناسبت‌های سال شترسواری می‌کنند

اهالی سیستان از آخرین شب پاییز، یعنی شب چله، در انتظار عید نوروز و نو شدن سال هستند

شاید این استان را به واسطه‌ی نامهربان بودن ابرها سرزمینی یکپارچه خشک بدانید اما این استان پهناور در داخل مرزهای خود چندین اقلیم متفاوت را جای داده است. شمال سیستان تحت تاثیر جریان‌های موسمی هند تابستان‌های طولانی و زمستان‌های کوتاه دارد، اما جنوب استان به واسطه حضور دریای عمان و مناطق کوهستانی، منطقه‌ای گرمسیری و معتدل تر است که در آن برف نیز کشت می‌شود. شاید به همین دلیل است که غذاهای سنتی سیستان و بلوچستان از تنوع بالایی برخوردار است

قوم بزرگ سیستان

اقوامی فارسی‌زبان با لهجه‌ای سیستانی که سفره خوش نقش و نگاری را در پذیرایی از میهمان‌شان برپا می‌کنند، از نمونه غذاهای سفره‌شان می‌توان موارد زیر را نام برد
کشک زرد-آبگوشت زابلی-لندو-املت سوزی-پکوره

غذاهای بلوچی

بلوچ‌های عزیز قومی بزرگ و اصیل هستند که به زبان کهن و شیرین بلوچی صحبت می‌کنند. آنچه بر سر سفره این مردمان مهمان‌نواز خودنمایی می‌کند، جایگاه ویژه میهمان در نزد بلوچ‌ها و هنرمندی بی‌حد و حصر زنان این قوم اصیل است. با هم سری به سفره این قوم بزرگ می‌زنیم

دیگچه - تباهگ - چنگالی - دوغ پا - لنجو - بت ماش

مستوره شیری / پایه سوم

آداب و رسوم شهر قم

مردم قم از گذشته دور به دلیل وجود بارگاه حضرت معصومه (س) و حضور علما در این شهر به عنوان عاشقان و محب اهل بیت شناخته میشدند، هم چنین وجود مسجد مقدس جمکران و حضور ۴۴۰ امامزاده در این شهر این شهر را از دیگر شهرها متمایز کرده است از قدیم خانه هایی وجود داشتند که مراسم عزاداری امام حسین (ع) در آنها برگزار می شد مثل خانه مرحوم حاج کمال، خانه مرحوم اقا میر عبدالله مجتهد برقی، و بعضی تکیه ها که سابقه ۱۵۰ ساله دارند مثل تکیه باغ پنبه و تکیه پنجه علی

هم چنین اجرای مراسم تعزیه، آیین چاووشی خوانی در محرم، و پخش کردن نذری از مراسم های محرم است و یکی از آنها شامی پزان آسید حسین است که همزمان با اربعین حسینی مراسم شامی پزان برگزار میشود، که خانواده آسید حسین ۳۱ سال قبل پسرشان که بینایش را از دست داده بود با نذر به دست آورد

از دیگر آیین های مردم قم مراسم میلاد ائمه (ع) و مولودی خوانی است همچنین یادمان ورود حضرت معصومه (س) از مسیر ساوه به قم یکی دیگر از مراسمها، سر درختی است که برای در امان ماندن باغها از گزند سرما در روستای وشنوه اجرا میشود، که یک گاوی با هزینه اهالی خریداری می شود و دستمال سبزی به سر آن می بندند و در آنجا می گردانند و در آخر گاو را قربانی کرده و حلیم می پزند و بین همه تقسیم می کنند رسم دیگر **کلوخ اندازون** است، در آخرین جمعه ماه مبارک شعبان

برگزار می شود هم چنین شب نشینی در قدیم بعد از افطار در پشت بام های کاه گلی که به دلیل گرمای هوا در آنجا انجام می شد و مراسم خانه تکانی قبل از نوروز قاشق زنی و چهارشنبه سوری هم از دیگر آیین های آنها بوده است
زهرا شعر باف / پایه چهارم

سفرنامه من



من و پدر و مادرم باهم به سمت کرمانشاه رفتیم، از تهران اول باید به ساوه بریم بعد به همدان. من جاده ی همدان تا کرمانشاه را خیلی دوست دارم کوه ها و مناظر زیبایی دارد وقتی وارد کرمانشاه شدیم اول به کوه بیستون رفتیم که بسیار جالب بود. سنگ نبشته بیستون از آثار کرمانشاه در میراث جهانی یونسکو در دامنه کوه بیستون قرار دارد. بعد به سمت شهر کرمانشاه رفتیم دیگه نزدیک ظهر بود، به طاق بستان رفتیم

از جاذبه های تاریخی کرمانشاه طاق بستان است که در زمان خسرو پرویز برای شکار تفریحی کاربرد داشته است

به بازدید رفتیم و بعد از بازدید برای نهار به رستوران رفتیم، غذاهای معروف کرمانشاه دنده کباب، خورش خلال بادام، ترخینه، خورش کنگر و آش عباسعلی هست، که جاتون خالی ما کباب و خورش خلال خوردیم

به ما در کرمانشاه خیلی خوش گذشت، تصمیم گرفتیم به بازار سنتی کرمانشاه بریم و خرید کنیم، سوغات کرمانشاه کاک، نان برنجی، نان خرمايي، روغن کرمانشاهی، نان شکری

صنایع دستی: گلیم، گیوه، جاجیم، نمد

انواع وسایل موسیقی: دف، تار، تنبور، سه تار

ما مقداری از وقتمون را در بازار گذرانیدیم

کرمانشاه یکی از بزرگترین شهر کرد نشین

ایران است. دارای آب و هوای معتدل و کوهستانی

است از شهرهای تاریخی و فرهنگی ایران است

مردم بسیار مهربان و خون گرمی دارد

سالانه زهرا باباخانی / پایه دوم

سرزمین آب انبار ها

یزد سرزمین آب انبار ها
بادگیر ها و کوچه های آشتی کنان است
خاکی، کویری که تاریخی چند هزار ساله را در خود دارد
این استان که روی کمر بند خشک جهانی قرار گرفته است
تابستان هایی خشک، گرم و طولانی و زمستان هایی سرد و تقریباً مرطوب دارد
خشکی استان باعث شده کشاورزی تنها در برخی مناطق آن رواج داشته باشد
بعضی محصولات این استان را انار، پسته، غلات، پنبه، چغندر قند، کنجد و خرما بافق
تشکیل می دهند بیشتر شهرهای این استان قدمتی بسیار دارند و آثار باستانی با اهمیتی
را در دل خود جای داده اند
یزد، میبد، اردکان، مهریز، تفت، ابرکوه، ابوذر و بافق برخی از این شهر ها کویری هستند مرکز
استان یزد، شهر یزد می باشد
یزد، اولین شهر خشکی جهان است و به این خاطر که بافت سنتی آن دست نخورده
باقی مانده است مورد توجه بسیاری از گردشگران ایرانی و خارجی می باشد
آب انبار شش بادگیری، آتشکده ی بهرام، مجموعه ی امیرچخماق، مسجد جامع کبیر
باغ دولت آباد، زندان اسکندر و بازار خان تنها نمونه هایی از دیدنی های شهر است
غذا ها و خوراکی های سنتی این استان کهن کم نیست
آش شکلی و آش گندم شهرت خاصی در یزد و همچنین میان گردشگران دارند
حلوا ارده، کیک یزدی، قطاب، باقلوا و پشمک نمونه هایی از سوغات این شهر می باشد
آداب و رسوم عزاداری در ایام محرم باعث میشود تا گردشگران زیادی در این روزها
راهی استان یزد شوند تا شاهد مراسم عزاداری باشند
محیاسادات ریوندی / پایه سوم

آداب رسوم مردم شیراز در ایام نوروز

مردم شیراز به خصوص شهرستان شیراز از ۱۵ روز پیش از تحویل سال نو، به استقبال آن می‌روند. مردان با تهیه شیرینی و تنقلات و زنان با دوختن و تهیه لباس نو برای خود و فرزندان و همچنین خانه تکانی مشغول هستند

در گذشته مردم خود شیرینی درست می‌کردند و عمدتاً نان شیرین می‌پختند. نان شیرین را بعد از این که از تنور بیرون می‌آوردند تا هنوز نرم و تازه بود، چند بار تا می‌زدند تا به صورت یک مربع به اندازه کف دست درآید

این نان بعد از چند دقیقه تَرَد و بسیار شکننده می‌شد. غیر از این نوع نان شیرینی، شیرینی دیگری درست نمی‌شد. اغلب، وسایل پذیرایی عید تنقلاتی مانند برنجک، آخِرک و دنگو بود

فرهنگ و خصوصیات اخلاقی شیرازی ها

از جمله معروف ترین ویژگی اخلاقی مردم شیراز عطوفت و مهربانی یا در فرهنگ عامه لوطی گری و با مرامی است. شیرازی ها بسیار با هم نوع خود مهربان هستند و در کار خیر و کمک به نیازمندان از یک دیگر پیشی می‌گیرند. از دیگر ویژگی های معروف و خصوصیات اخلاقی بسیار خوب شیرازی ها، شاد بودن و به نوعی خوش گذرانی آن ها محسوب می‌شود. مردم خون گرم شیراز بسیار شاد و پر نشاط می‌باشند و هیچگاه اهل ناراحتی و ناامیدی نبوده‌اند. این یک ویژگی بسیار مثبت است که مردم دیگر نقاط ایران هم باید از شیرازی ها یاد بگیرند

صبا شاه احمد قاسمی / پایه چهارم

کردستان ایران



کردستان یه شهر کرد
نشین و کرد زبانه غرب کشور می باشد
آیین های این شهر : میر نوروزی و کوسه
گردی، میر میرین یا امیر بهادری که همه برای نوروز
است

مراسم سمنو پزان یا قلعه قروه که مراسم زنانه است که ۱۵ هر
ماه برگزار می شود و متعلق به حضرت فاطمه (س) است و مراسم
روضه ودعا است
مراسم پیر شالیار هر سال، بهمن ماه، آغاز چله کوچک، طی سه مرحله و
سه هفته انجام می شود
بازی ها: کلاوریزان، هیله مارانی، تخم مرغ شکستن
غذاها: خوراک، آتش دوغ، شوروا، ترخینه، آتش کردی، کباب کردی، کلانه
جاهای دیدنی: مسجد جامع، خانه کرد، بازار، اورامانات، دریاچه
زریوار، پل گاران آبشار گوپله، بانه، روستای پلکانی پالنگان
سوغاتی: گلیم و قالی، گیوه، شیرینی
کنجدی، برساق، سقز، کارهای چوبی

شهر رشت



رشت، یکی از شهرهای بسیار بزرگ ایران است. شهر رشت به خاطر همسایگی اش با دریای خزر، آب و هوای معتدل خزری دارد. شهری بسیار سرسبز است که در مرکز استان گیلان واقع شده است مردم رشت به زبان گیلکی صحبت می کنند

رشت انواع واقسام بازارهای مختلف و مراکز خرید کوچک و بزرگ دارد در برخی مناطق این شهر، خصوصاً در روستاها، زنان گیلکی لباس سنتی با دامن های چین دار و رنگارنگ به همراه جلیقه و روسری می پوشند

سوغاتی این شهر شامل انواع واقسام تولیدات سنتی، محصولات خوراکی تازه، انواع ترشیجات، زیتون، ماهی شور، کلوچه های سنتی، شیرینی های مختلف، صنایع دستی ساخته شده از چوب و بسیاری از وسایل دیگر می باشد

معروف ترین غذاهای رشت عبارتند از: کال کباب، انواع ماهی، ترش تره، اشپل کوکو، اناربیج، باقلاقاتق، سیرقلیه، واویشکا، شامی رشتی و یک عالمه غذاهای خوشمزه ی دیگر است

رشت جاذبه های گردشگری زیادی دارد از جمله: میدان شهرداری رشت، آرامگاه میرزا کوچک خان جنگلی، پارک جنگلی سراوان، بازار رشت، پارک ملت رشت و خیلی جاهای دیدنی دیگری دارد

شنا کوچک پور
پایه پنجم



سفری دیگر

استان

سمنان استانی در شمال ایران

است بخشی از این استان کوهستانی و بخش

دیگر آن بیابانی گرم و خشک است مناطق حفاظت شده

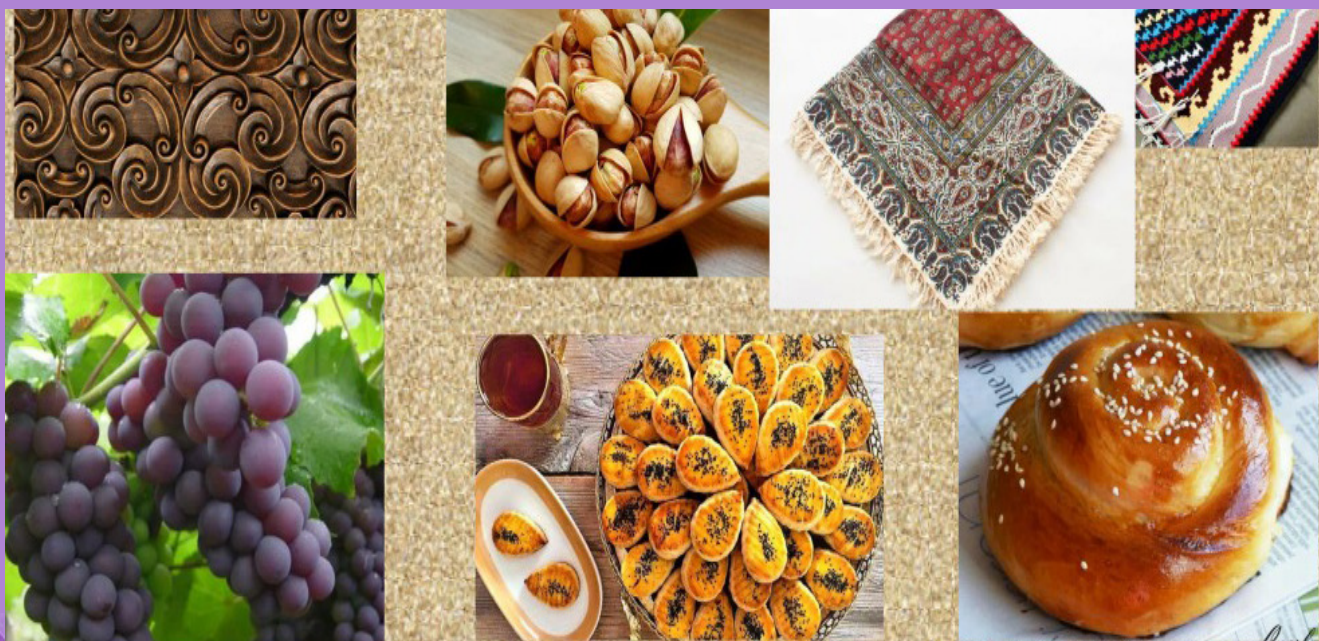
این استان زیستگاه جانوران و گیاهانی است که بعضی از آنها در

هیچ نقطه دیگر دنیا پیدا نمی شوند از جمله می توان از گربه پلاس، گربه

شنی، کاراکال، یوزپلنگ، پلنگ و گورخر نام برد

سمنان، گرمسار، دامغان، ایوانکی، شاهرود چند شهر از شهرهای مهم این

استان هستند



سوغاتی های استان

یگانه نقدی / پایه چهارم

این استان به دارالمومنین معروف است و برای نخستین بار نوای اذان از شهر نهند به گوش ایرانیان رسیده است، مردم این استان با آداب و اعتقادات خود همیشه بر این باور بوده‌اند که رعایت این آداب، سبب حفظ هویت فرهنگی و تاریخی آن‌ها خواهد بود

از نظر مردم‌شناسی تمام نقاط استان و به ویژه ساکنان اطراف کوهستان الوند دارای اعتقادات ویژه‌ای هستند و این آیین‌ها و اعتقادات به تناسب در زمان‌های مختلفی از سال به جای آورده می‌شود

آیین‌های بهاره و تابستانی مانند جشن گندم‌زار، آیین چیدن گندم، همچنین جشن‌های باستانی در پاییز و زمستان مانند جشن‌های برداشت گندم و کوسه گلین از آن جمله است

از دیگر آداب و رسوم مردم این استان آداب و رسوم مذهبی است. مردم استان در ماه مبارک رمضان، ماه محرم و به ویژه در دهه اول آن، آداب خاص و ویژه‌ای دارند

شهر همدان به عنوان مرکز استان از قدمت تاریخی فراوانی برخوردار است که آن را دروازه تاریخ نیز نامیده‌اند. این شهر به عنوان یکی از پنج شهر فرهنگی، تاریخی کشور انتخاب شده است

عمده‌ترین جاذبه‌های گردشگری شهرستان همدان عبارتند از: غار علی‌صدر، تپه تاریخی هگمتانه، آرامگاه بوعلی سینا، آرامگاه باباطاهر، گنبد علویان، مجسمه شیر سنگی، برج قربان، استرومردخای، سد اکباتان، تپه عباس‌آباد، مسجد جامع همدان، بازار سنتی همدان، کتیبه و آبشار گنج‌نامه، باغ نظری، مقبره امام‌زاده عبدالله ع

اغلب ساکنان این استان مسلمان و پیرو مذهب شیعه جعفری هستند

نازنین زهرا رسائی / پایه اول

