میان خط

فصلنامه داخلی دبیرستان فرزانگان۴
پاییز ۱۳۹۷-شماره۱۳- سال چهارم

آنچه در مدرسه مان گذشت

محرمانه ای مهم و خواندنی

اختراعاتی که جایشان در دنیا خالی است

توصیه های مهم مشاوره ای

برترین های فصل

خط خطی های قلم یک فرزانگانی

و ....

مرکز ملی پرورش استعدادهای درخشان و دانش پژوهان جوان
دبیرستان فرزانگان ۴

میان خط

فصلنامه داخلی دبیرستان فرزانگان ٤

پاییز ۱۳۹۷ –شماره۱۳– سال چهارم

مدیر مسئول	**اعظم پشمینه**
مدیر اجرایی	**فائزه زمانی**
سردبیر	**شیرین آقایی**
هیئت تحریریه	**فائزه زمانی ،سالومه حیدر پور، فاطمه مرآتی**
طراح و صفحه آرا	**شیرین آقایی**
همراهان این شماره	**همکاران:فاطمه اقارب پرست،مهدیه محمدی،مهدیه اصلانی**
	دانش آموزان:کیمیا شجاعی،پرنیان خدابخشی، حانیه احمدی،فاطمه کوچکی،صبا محمدنژاند،

آدرس: تهران، خیابان تهران نو، چهار راه خاقانی، کوی زینبیه

تلفن: ۷۷۱۷۰۲۲۳ - ۷۷۱۷۱۱۲۲ -۷۷۱۷۰۸۲۰

رایانامه: farzanegan4@gmail.com

تارنما: www.farzanegane4@gmail.com

نمابر:۷۷۱۱۱۳۱٤

آنچه در لابه لای این خطوط خواهیم دید:

نقطه

اول هر دفتر یاد خدای بزرگ است و نقطه جایی است اول بسم الله قبل از آن که هر حرف دیگری نوشته شود.

۳

خط پررنگ

هدفش یادآوری خط پررنگ زندگیمان است، چیزی از جنس نیایش. خط مهربان خدا که اگر گمش نکنیم راه را می یابیم.

٤

سرخط

چیزی است شبیه سرمقاله، می خواهد بگوید که چرا اینجائیم. حرف هایی که سعی می کنند ، از دل برآیند تا بر دلهایتان بنشینند.

۵

خط خطی

این جا، نوشتن را مشق می کنیم. تلاش های واقعی و صادقانه برای گفتن حرف های دلمان از مجرای کاغذ و قلم.

۶

دست خط

این جا جای آنهایی است که حرف های دلشان را از مجرای هنر گذرانده اند و چاشنی ادب به آن افزوده اند.

۷

پاره خط

این جا پرشی است به دنیای علم، گذری است کوتاه به دستاورد علمی یکی از اعضای این خانواده برای آنکه از هم بیاموزیم.

۸

خط ویژه

خط ویژه همان جایی است که حرکت در آن سریع و بی توقف است . مسیری برای کارهایی بزرگ، اتفاق هایی که نظم زندگی روزمره مان را به هم بزند و کمی دنیایمان را ابلا و پایین کند...

۱۰

خط روی خط

تا به حال صاحبخانه ای را که برای اولین بار میهمان دارد، دیده اید. دوست دارد همه جای خانه اش را به همه نشان بدهد.ما هم با خط روی خط خانه عزیزمان را به همه نشان می دهیم با عینک بچه های مسئولین.

۱۲

خط چین

جای خالی را همیشه باید با گزینه مناسب پر کرد چه در امتحان و چه در مجله میان خط. خط چین جای خالی ماست که با حرفی از جنس مسائل روز جهان ، آن را پگیری می کنیم تا از ما انسانهایی مطلع بسازد.

۱۴

روی خط

همیشه در برنامه های ملی تلویزیون یک نفر روی خط می آید که همه دوست دارند حرف هایش را بشنوند، ما هم این جا جایی گذاشته ایم برای روی خط آمدن کسانی که حرفهایشان برایمان شنیدنی است.

۱۵

خط نو

همه ی ما می خواهیم زندگی خودمان و اطرافیانمان رنگی و زیبا باشد و به آن دنیای زیبا فکرمی کنیم و گاهی ایده هایی به ذهنمان می رسد، شدنی یا نشدنی! کاری که هنوز جای آن در دنیا خالی است.

۱۶

خط مشاور

کسانی هستند که در میانه راه زندگی دستمان را می گیرند،غلط هایمان را خط می زنند و راه بهتر پیمودن مسیر را نشانمان می دهند.

۱۷

خط برتر

بعضی ها دوست دارند جایشان روی خط ها بالا و بالاتر برود، این رفتن راهی دارد .ما فک کردیم می توانیم

تقدیر و تشکر

۱۸

خط پانمام

حکایت ما و شما تمام نشدنی است. این جا به یاد می آوریم که ادامه داریم...

۲۰

نقطه

أَلْحَمْدُ لِلّهِ الاوَّلِ بِلا أَوَّلٍ كانَ قَبْلَهُ، وَ الْآخِرِ بِلا آخِرٍ يَكُونُ بَعْدَهُ.
ستایش خدایی را که اول است بی آنکه پیش از او اولی باشد و آخر است بی آنکه پس از او آخری باشد.

وَ الْحَمْدُلِلّهِ عَلى ما عَرَّفَنا مِنْ نَفْسِه، وَ أَلْهَمَنا مِنْ شُكْرِه، وَ فَتَحَ لَنا مِنْ أَبْوابِ الْعِلْمِ بِرُبُوبِيَّتِه، وَ دَلَّنا عَلَيْهِ مِنَ الْإِخْلاصِ لَهُ فى تَوْحيدِه، وَ جَنَّبَنا مِنَ الْإِلْحادِ وَ الشَّكِّ فى أَمْرِه.
ستایش برای خداست که خود را به ما شناسانید، و شیوه ی سپاسگزاری از خود را به ما آموخت، و درهای علم به پروردگاری اش را به روی ما گشود، و ما را به اخلاص ورزیدن در توحید خود رهنمون ساخت، و از انحراف و شک در ذات مقدس خود نگاه داشت.

وَمْداً نُعَمَّرُبه فى مَنْ حَمِدَهُ مِنْ خَلْقِه، وَ نَسْبِقُ بِه مَنْ سَبَقَ إِلى رِضاهُ وَ عَفْوِه.
ستایشی که با آن در حلقه ی ستایشگرانش در آییم، و به یاری آن پیشی گیریم از همه آنان که در طلب خشنودی و بخشایش او پیش افتاده اند.

حَمْداً يُضى ءُ لَنا بِه ظُلُماتِ الْبَرْزَخِ، وَ يُسَهِّلُ عَلَيْنا بِه سَبيلَ الْمَبْعَثِ، وَ يُشَرِّفُ بِه مَنازِلَنا عِنْدَ مَواقِفِ الاشْهادِ، يَوْمَ «... تُجْزى كُلُّ نَفْسٍ بِما كَسَبَتْ وَ هُمْ لا يُظْلَمُونَ».
ستایشی که به سبب آن، تیرگی های برزخ بر ما آشکار، و راه رستاخیز هموار شود، و در روزی که هرکس به سزای خود برسد و بر کسی ستم نرود،

«يَوْمَ لا يُغْنى مَوْلىً عَنْ مَوْلىً شَيْئاً وَ لا هُمْ يُنْصَرُونَ».
و در روزی که هیچ دوستی به کار دوست خود نیاید و هیچ کس به یاری دیگری نشتابد، ما در پیشگاه گواهان (فرشتگان و پیامبران و امامان علیهم السلام) بلند مرتبه شویم.

حَمْداً يَرْتَفِعُ مِنّا إِلى أَعْلى عِلِّيّينَ فى كِتابٍ مَرْقُومٍ يَشْهَدُهُ الْمُقَرَّبُونَ.
ستایشی نوشته شده در کارنامه ی ما که تا اعلی علیین بالا رود و فرشتگان مقرب خدا بر آن گواهی دهند.

حَمْداً تَقَرُّ بِه عُيُونُنا إِذا بَرِقَتِ الابْصارُ، وَ تَبْيَضُّ بِه وُجُوهُنا إِذَا اسْوَدَّتِ الابْشارُ.
ستایشی که در روز خیره شدن چشم ها از ترس قیامت، دیدگان ما بدان روشنی گیرد، و آن گاه که عده ای سیه روی گردند، ما بدان روسپید شویم.

حَمْداً نُعْتَقُ بِه مِنْ أَليمِ نارِ اللّهِ إِلى كَريمِ جِوارِ اللّهِ.
ستایشی که ما را از آتش دردناک خدا برهاند و در کنار بخشش همواره اش بنشاند.

حَمْداً نُزاحِمُ بِه مَلائِكَتَهُ الْمُقَرَّبينَ، وَ نُضامُّ بِه أَنْبِياءَهُ الْمُرْسَلينَ فى دارِ الْمُقامَةِ الَّتى لا تَزُولُ، وَ مَحَلِّ كَرامَتِهِ الَّتى لا تَحُولُ.
ستایشی که ما را با فرشتگان مقرب او همنشین سازد، و در سرای جاویدی که پیوسته باقی است، و در جایگاه پر نعمتی که هرگز دگرگون نشود، ما را با پیامبرانی که فرستاده همدوش و همنفس گرداند.

وَ الْحَمْدُ لِلّهِ الَّذى اخْتارَ لَنا مَحاسِنَ الْخَلْقِ، وَ أَجْرى عَلَيْنا طَيِّباتِ الرِّزْقِ.
ستایش برای خداست؛ او که زیبایی های آفرینش را برای ما برگزید، و روزی های پاک و نیکو را به سوی ما روان گردانید،

وَ جَعَلَ لَنَا الْفَضيلَةَ بِالْمَلَكَةِ عَلى جَميعِ الْخَلْقِ، فَكُلُّ خَليقَتِه مُنْقادَةٌ لَنا بِقُدْرَتِه، وَ صائِرَةٌ إِلى طاعَتِنا بِعِزَّتِه.
و ما را بر همه ی آفریدگان برتری بخشید و بر آنان چیرگی داد. پس اینک هر آفریده ای به توانایی او فرمانبردار ماست، و به یاری او در اطاعت ما ناچار.

فراز هایی از نیایش حضرت سجاد (ع) در صحیفه سجادیه

خط سرخ

سپاس خدای را که پروردگار جهانیان است و درود خدا بر پیغمبر ـ صلی الله علیه و آله ـ و همه خاندان او باد. راست گفت خدای سبحانه که فرمود: «سزای کسانی که مرتکب کار زشت شدند زشتی است، آنان که آیات خدا را تکذیب کردند و به آن ها استهزاء نمودند.» ای یزید آیا گمان می بری این که اطراف زمین و آفاق آسمان را بر ما تنگ گرفتی و راه چاره را بر ما بستی که ما را به مانند کنیزان به اسیری برند، ما نزد خدا خوار و تو سربلند گشته و دارای مقام و منزلت شده ای؟! آیا فراموش کرده ای قول خداوند متعال را «گمان نکنند آنان که کافر گشته اند این که ما آنها را مهلت می دهیم به نفع و خیر آنان است، بلکه ایشان را مهلت می دهیم تا گناه بیشتر کنند و آنان را عذابی باشد دردناک»

آیا این از عدالت است که تو، زنان و کنیزگان خود را پشت پرده نگه داری ولی دختران رسول خدا (ص) اسیر باشند؟ پرده حشمت و حرمت ایشان را هتک کنی و صورتهایشان را بگشایی، دشمنان آنان را شهر به شهر ببرند، بومی و غریب چشم بدانها دوزند، و نزدیک و دور و وضیع و شریف چهره آنان را بنگرند در حالی که از مردان و پرستاران ایشان کسی با ایشان نبوده و چگونه امید می رود که مراقبت و نگهبانی ما کند کسی که جگر آزادگان را جویده و از دهان بیرون افکنده است، و گوشتش به خون شهیدان نمو کرده است. (کنایه از این که از فرزند هند جگر خوار چه توقع می توان داشت) چگونه به دشمنی با ما نشتابد آن کسی که کینه ما را از بدر و احد در دل دارد و همیشه با دیدهٔ بغض و عداوت در ما می نگرد.

و با چوبی که در دست داری بر دندانهای ابو عبدالله (ع) سید جوانان اهل بهشت می زنی. چرا این شعر نخوانی حال آن که دل های ما را مجروح و زخمناک نمودی . آن گاه پدران و نیاکان خود را ندا می دهی و گمان داری که ندای تو را می شنوند. زود باشد که به آنان ملحق شوی و آرزو کنی کاش گنگ بودی نمی گفتی آنچه را که گفتی و نمی کردی آنچه را کردی.

بارالها بگیر حق ما را و انتقام بکش از هر که به ما ستم کرد و فرو فرست غضب خود را بر هر که خون ما ریخت و حامیان ما را کشت. ای یزید! به خدا سوگند نشکافتی مگر پوست خود را، و نبریدی مگر گوشت خود را و زود باشد که بر رسول خدا (ص) وارد شوی در حالتی که بر دوش داشته باشی مسئولیت ریختن خون ذریهٔ او را، و شکستن حرمت عترت و پاره تن او را و کافی است تو را خداوند از جهت داوری و کافی است محمد (ص) تو را برای مخاصمت و جبرئیل برای یاری او و معاونت.

و بزودی آن کس که کار حکومت تو را فراهم ساخت و تو را بر گردن مسلمانان سوار نمود، بداند که پاداش ستمکاران بد است و در یابد که مقام کدام یک از شما بدتر و یاور او ضعیف تر است. و اگر مصایب روزگار مرا بر آن داشت که با تو مخاطبه و تکلم کنم ولی بدان قدر تو را کم می کنم و سرزنش تو را عظیم و توبیخ تو را بسیار می شمارم، این جزع و بی تابی که می بینی نه از ترس قدرت و هیبت توست، لکن چشمها گریان و سینه ها سوزان است.

ای یزید! هر کید و مکر که داری بکن، هر کوشش که خواهی بنمای، هر جهد که داری به کار گیر، به خدا سوگند هرگز نتوانی نام و یاد ما را محو کنی، وحی ما را نتوانی از بین ببری، به نهایت ما نتوانی رسید، هرگز ننگ این ستم را از خود نتوانی زدود، رای توست و روزهای قدرت تو اندک و جمعیت تو رو به پراکندگی است،در روزی که منادی حق ندا کند که لعنت خدا بر ستمکاران باد.

سپاس خدای را که اول ما را به سعادت و مغفرت ثبت کرد و آخر ما را به شهادت و رحمت فائز گرداند، از خدا می خواهیم که ثواب آنها را کامل کند و بر ثوابشان بیفزاید، و برای ما نیکو خلف و جانشین باشد، که اوست خداوند رحیم و پروردگار ودود، و ما را کافی در هر امری و نیکو وکیل است.»

قسمت هایی از سخنرانی حضرت زینب (س) پس از واقعه عاشورا.

سرخط

آدمیـزاد اسـت دیگر؛دائمـا درحـال تغییر!مـی گوینـد بعـد از ۴۰ روز ،آدم بـه شـرایط جدیـدش عـادت مـی کند.حتـی اگـر عزیزترینـت را هـم از دسـت داده باشـی بعـد چهـل روز بـه نبودنـش عـادت مـی کنی.عـادت مـی کنـی کـه وقتـی صدایـش مـی کنی،بـا سـکوت پاسـخ دهـد؛ امـا مـا هنـوز عـادت نکـردی کـه وقتـی مـی گویی"اَلسَّـلامُ عَلَیْـکَ یـا اَباعَبْدِ اللّٰه"صدایی به گوشت نرسد.

.....

میگوینـد بعـد چهـل روز عزا،سـیاه پوشـیدن کراهـت دارد.امـا حسـین(ع) از ایـن قافلـه حسـابش جـدا اسـت.هنوز بعـد از گذشـت سـال هـا بـرای اربعیـن حسین(ع)سـیاه مـی پوشـی و پیـاده بـه سـمت حرمـش حرکـت مـی کنـی و زیرلب"لَقَدْ عَظُمَـتِ الرَّزِیَّـهُ، وَ جَلَّـتْ وَ عَظُمَـتِ الْمُصیبَـهُ بِـکَ عَلَیْنـا وَ عَلی جَمیعِ اَهْلِ الاِسْلامِ"زمزمه می کنی.

.....

چهـل روز ضربـدر ۱۳۷۹ سـال!عدد بزرگـی میشـود! امـا بـه پـای بزرگـی حسـین(ع) نمیرسد.سـیاه پوشـیدن بـرای حسـین(ع) بعـد ایـن همـه سـال نـه تنهـا کراهـت ندارد،کـه کمتریـن حرکـت عاشـقانه ای اسـت کـه بـرای معشـوق میشـود انجـام داد.معشـوقی کـه نیسـت امـا قلبـت مـا بـا هـر بار شنیدن اسمش تند میزند.

.....

دسـت هـای حسـین (ع) تکیـه گاهـی بـرای علـی اصغـر بـود ،آغـوش اش پناهگاهـی امن‌بـرای رقیـه؛ شـانه هـای مردانـه اش خلوتـی بـرای گریـه هـای زینـب و قلـب بزرگش ، تپنده برای عاشقانش بود . عشق حسین (ع)

آن قـدر بـزرگ اسـت کـه مهـم نیسـت چـه ملیتـی داشـته باشـی،حتی بـه نظـر مـن لازم نیسـت مسـلمان باشی!.کافیسـت یک بار اسمش را زمزمه کنی تا قلبت بلرزد.

.....

آسـان نیسـت از حسـین(ع)و اهـل بیتـش بنویسی.آسـان نیسـت بنویسـی حسـین(ع) تشـنه لـب شـهید شـد امـا مهـر مـادرش آب بود.آسـان نیسـت از غـم زینـب(س) روی تـل زینبیـه نوشت.آسـان نیسـت از کیلومتـر هـا دورتـر بـا چشـم هایـی خیـس بخونی"اَلسَّـلامُ عَلَیْـکَ یـا اَبـا عَبْـدِ اللّٰه، وَ عَلَـی الاَرْواحِ الَّتـی حَلَّـتْ بِفِنائِـکَ، عَلَیْـکَ مِنّـی سَـلامُ اللّٰهِ اَبَـدًا مـا بَقیـتُ وَ بَقِیَ اللَّیْلُ وَ النَّهارُ، وَ لا جَعَلَهُ اللّٰهُ آخِرَ الْعَهْدِ مِنّی لِزِیارَتِکُمْ"

.....

شهادت سید جوانان اهل بهشت تسلیت باد
شیرین آقایی
فارغ التحصیل ۱۳۹۵

خط خطی

کیمیا شجاعی
دانش آموز پایه هشتم

مگر مادر چونان کوثر نداری
مگر بابا چونان حیدرنداری

چرا در این همه غوغا تو تنها
مگر ۷۲ یاور نداری

چرا گشتی تو غمگین ماه زهرا
مگر غم خوار چون خواهر نداری

چرا خشکیده لب های رقیه
مگر عباس مه پیکر نداری

چرا بی یاوری در این هیاهو
مگر شه زاد چون اکبر نداری

چرا یکه به خیمه بازگشتی
مگر شش ماهه چون اصغر نداری

مگر نه آب مهر مادرت بود
چرا میراث از مادر نداری

پرنیان خدابخشی
دانش آموز پایه هشتم

به نام صاحب محشر
و چرا کود ک من آب ندارد ؟ و رقیه دل بی تاب ندارد ؟
نکند دیگر علمدار نیاید ؟ بخدا اصغر من تاب ندارد ...
نکند ،عمری ،عربی ، باز بخواهد به تن همسر

نکند شمر بخواهد که به میدان بیاید ؟ به خدا زینب من جان ندارد ... دل غمخوار ندارد ...
نزنیدش ،نزنیدش؛ به خدا همسر من ، یاور دین سر ندارد

تو چه خواهی از این پیکر اربا اربا شده ، به خدا همسر من یاور دین سر ندارد ...نکند سر بنهانید جلوی دخت سه ساله که دگر تاب ندارد ؛ به خدا نیست روا ،نیست روا ، نیست روا در هیچ دین و دعا .

برهانید برهانید ؛ طفل صغر سر به بیابان بنهاده ز غم اهل و دیارش
علی اصغر ، قاسم و اکبر که دگر نیست نشانند ، ولی آن گوشه لشگر دختری پیر شده از غم مهدی (عج) ...

و طویرج که دگر دیر رسیدند و دراین ولوله محشر
مردکی دنبال زرودرد شراب است در اردوی پیمبر ...

برهانید ، برهانید ... سر درین قافله عشق نماندست به پیکر ...وکنون حسین مانده و یک سلسله لشگر...

همه دارند غم یک گل پرپر...و یاور ندارد زینب کبری دراین همهمه محشر ....

دست خط

مهدیه محمدی
دبیر ادبیات

انتظار

در زمان دوری از یار غائبمان، همسفرِ انتظار می شویم. انتظار ما را همراه خود به سفری طولانی می برد؛ سفری پر بیم و امید.

درمسیر سفر گاه به ایستگاهی می رسیم به نام امیدواری. عطر نفس های مست کننده ی امید، آسمان دیده هایمان را آفتابی می کند. اما گاه به بن بست ناامیدی می رسیم و جغد شوم ناامیدی، بالهای کبوتر اشتیاقمان را در هم می شکند؛ آسمان چشمان منتظرمان در دوری از یار منتظَر ابری می شود و می بارد.

در این مسیر پر مشقت، گاهی انتظار، چنان ما را درخم کوچه هایش سر می گرداند که خودش نیز از این سر گردانی خسته شده و درهمان کوچه های بی انتها، تنها و بی پناه رهایمان می کند.

اما انتظار گاهی چهره ی مهربانش را نمایان می کند و همراه و همسفر خوبی می شود برای دل های خسته ما؛ او با نوشاندن پیمانه ای از عشق، جان دوباره ای به ما می بخشد و بیابان تشنه قلبمان را سیراب می کند.

وعده دیدار، بهترین رهاورد این سفر است که با نگاه پر معنایش ، به دل ارزانی می کند: " اندکی صبر سحر نزدیک است " و این طراوتی آتشین در دلمان می آفریند.

به نام خدایی که وعده هایش بر حق اند و تحققشان قطعی ست...

مولای من...آقایی که وعده ی بر حق خدایی...

از پشت تمام دلتنگی ها و دوری ها...از میان تمام خطاها و کج رفتن ها...کوله بار توکلم را برداشته ام که به دنبال شما راه بیافتم...شما که راهتان صراط مستقیم است...شما که اصلا خود صراط مستقیمید...

مولای من...آقایی که وعده ی محقق خدایی...

شما که از پدرم بر من دلسوزتر و از مادرم برمن مهربان ترید...من امید بسته ام به وعده ی خدا که شما خواهید آمد...و همه ی این دردها تمام خواهند شد... و انتقام مظلومین و مستضعفین تمام تاریخ گرفته خواهد شد....و صلح و دوستی بر زمین گسترده خواهد شد...و زمین نعمت های مخفی اش را نمایان خواهد کرد...و شما...عادل ترین حکمران زمین خواهید بود...و خوشبختی و آرامش زندگی هایمان را فرا خواهد گرفت...

مولای من...آقایی که وعده ی تحقق یافتنی خدایی...

من ایمان دارم به قول خداوند که فرمود زمین را بندگان صالحش به ارث می برند...پس دست بیعت به سمت شما می آورم و سهم خودم را در تحقق این وعده ها به عهده می گیرم و تعهد می کنم مسلمانی ام را...و قول می دهم که کم نیاورم در سختی ها و سربالایی های زندگی...و بدخواه کسی نباشم...و دوستدار شما و پدران بزرگوارتان باشم...و دشمنی با دشمنان شما را پیشه ام سازم...و دروغ و دغل را از زندگی ام دور کنم...فرزند شایسته ای باشم و امیدم به رحمت خداوند را فراموش نکنم...

و قول می دهم که هر گاه خودم را در مسیری دور از شما دیدم...نترسم...و توکل کنم و به شما پناه بیاورم...

من در انتظار دیدن شما...و بودن در رکاب شما به وعده هایم عمل می کنم...و ایمانم به وعده ی خدا را حفظ می کنم...

پاره خط

فاطمه کوچکی
صبا محمدی نژاد

درسال‌های اخیر باگسترش زندگی صنعتی، مصرف غذاهای آماده وسرخ‌شده، افزایش چشمگیری یافته است.غذاهای سرخ‌شده سرشار از روغن بوده که عامل بروز مشکلاتی نظیر چاقی، بیماری‌های قلبی، دیابت وسرطان میباشند.باتوجه به نگرانی‌های موجود نسبت به ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی در اثر مصرف محصولات بامحتوای روغن بالا و مضرات چندین بار سرخ کردن(سرطان زایی)، کاهش جذب روغن محصولات سرخ‌شده مورد توجه می‌باشد.سیب زمینی سرخ‌شده درمیان اسنک‌ها(غذاهای میان‌وعده) سهم بازار قابل توجهی دربین مصرف‌کنندگان به ویژه جوانان به خود اختصاص داده‌است. از این رو این پژوهش در راستای کاهش جذب روغن توسط سیب زمینی با استفاده از اسیدهای آلی، در نتیجه افزایش سلامت بدنی، کاهش هزینه برای خرید روغن در صنعت سرخ کردنی و سود اقتصادی، آزمایش هایی انجام شد. نتیجه آزمایش های مذکور نشان می‌دهد اثر پوشش‌دهی اسیدها بر روی سیب‌زمینی بدون تغییر مزه، سبب کاهش قابل توجه مقدار روغن جذب شده می‌شود.

آنزیم بری و پوشش های هیدروکلوئیدی باعث کاهش درصد جذب روغن، افزایش رطوبت و همچنین افزایش تردی بافت در خلال سیب زمینی می‌شود. آنزیم بری در محلول کلرید کلسیم میزان جذب روغن در خلال سیب زمینی راکاهش می‌دهد. انجام آنزیم بری در محلول کلرید کلسیم باعث افزایش معنی داری در رطوبت خلال می‌شود .

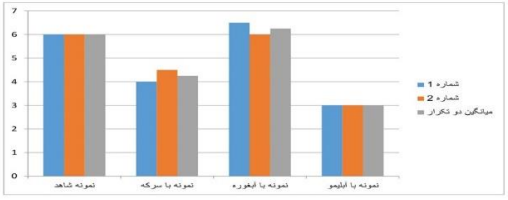
صمغ ها گروهی از هیدروکلوئیدها هستند که به منظور کاهش جذب روغن در سطح محصولات سرخ شده قرار میگیرند.با افزایش غلظت صمغ ویسکوزیته صمغ افزایش می‌یابد و با افزایش نرخ برش ویسکوزیته ظاهری صمغ ها کاهش می‌یابد. افزایش غلظت پوشش همچنین منجر به کاهش جذب روغن و افزایش راندمان سرخ کردن در نمونه های پوشش دار می‌شود. نمونه های پوشش دار بافت داخلی نرم تر و پوسته ترد تری دارند. از نظر کیفیت روغن، روغن مورد استفاده برای نمونه شاهد دچار اکسایش بیشتری می‌شود.

روش غوطه وریدر آزمون حسی بیشترین مطلوبیت بافت را به خود اختصاص می‌دهد.
با توجه به مطالب بالا و مطالعه های انجام شده تصمیم گرفته شد که در این پژوهش در راستای کاهش جذب روغن توسط سیب زمینی و یافتن یک روش آنزیم بریو یک پوشش‌دهنده مناسبکار شود. با انجام آزمایش و خطا و مطالعه‌های فراوان نتیجه آن شد که از آب جوش برای آنزیم بری و از اسیدهای طبیعی مانند آبیلمو ، آبغوره و سرکه می شود.

سوال: آیا پوشش‌دهی سیب زمینی توسط اسیدهای مذکور تاثیری بر کاهش جذب روغن در سیب‌زمینی‌ها سرخ شده دارد؟
فرضیه: پوشش‌دهی سیب زمینی توسط اسیدهای مذکور باعث کاهش قابل توجه روغن جذب شده در سیب‌زمینی‌ها می‌شود.

مرحله ۱: هشت نمونه صد گرمی از سیب‌زمینی های یکسان خلال شده تهیه می‌کنیم که هر دو تای آنها مربوط به یک نمونه هستند.
مرحله۲: هر کدام را جداگانه به مدت دو دقیقه و نیم درون آب جوش قرار میدهیم تا آنزیم بری بشوند.
مرحله۳: به کمک یک دستمال آب اضافی را می‌گیریم.
مرحله۴: به غیر از نمونه شاهد هر یک دو صد گرم را در یک اسید به مدت ژنج ثانیه غوطه‌ور میکنیم.
مرحله۵: دوباره اسیدهای اضافی را با دستمال می‌گیریم.
مرحله۶: حالا هر یک را به صورت جداگانه درون صد میلی لیتر روغن مخصوص سرخ کردنی که معادل هفتاد و هشت گرم است و به مدت دو و نیم دقیقه روی دمای صد و هشتاد درجه سانتی گراد حرارت دیده، به مدت شش دقیقه سرخ می‌کنیم.
مرحله۷: روغن اضافی را از آنها به وسیله آبکش فلزی می گیریم.
مرحله۸: سیب زمینی های سرخ شده را به صورت جداگانه درون صد و پنجاه گرم هگزان به مدت دوازده ساعت قرار میدهیم و بعد از دوازده ساعت که هگزان روغن را درون خود حل کرد سیب زمینی هارا خارج کرده و درپوش محلول هگزان و روغن را باز میکنیم تا زیر هود شیمیایی هگزان بپرد و روغن باقی بماند. سپس با استفاده از سرنگ روغن جذب شده هر یک را اندازه می‌گیریم.

	مقدار روغن جذب شده شماره۱	مقدار روغن جذب شده شماره ۲	میانگین دو تکرار
نمونه شاهد	۶ میلی لیتر	۶ میلی لیتر	۶ میلی لیتر
نمونه با سرکه	۴ میلی متر	۴.۵ میلی لیتر	۴.۲۵ میلی لیتر
نمونه با ابغوره	۶.۵ میلی لیتر	۶ میلی لیتر	۶.۲۵ میلی لیتر
نمونه با ابلیمو	۳ میلی لیتر	۳ میلی لیتر	۳ میلی لیتر



با توجه به نتایج به دست امده مشخص شد که در بین اسید های آلی آبیلمو بیشترین تاثیر را بر کاهش جذب روغن دارد و سرکه نیز مانند آبلیمو اما کمتر باعث کاهش جذب روغن می شود ، اما آبغوره نه تنها از مقدار روغن جذب شده نکاست بلکه کمی هم به آن افزود.
پس می توان با استفاده از اسید های آلی و قوطه ور کردن سیب زمینی ها قبل از پخت برای مدت زمان معینی درون آنها میزان روغن جذب شده را کاهش داد که این کار سلامت و صرفه و سود اقتصادی را به دنبال خواهد داشت. در بین اسید های آلی آبیلمو بیشترین تاثیر را بر کاهش جذب روغن دارد.

خط ویژه

فائزه زمانی
معاون پژوهشی

طبق بازدیدهای انجام شده از پروژه ی «طراحی و ساخت موتور موشک سوخت مایع»و کسب تاییدیه های گوناگون از سازمان های مرتبط، مقرر شد دانش آموزان در اجتماع کاری سازمان صنایع هوافضا، در حضور متخصصین این سازمان، این پروژه ها را ارائه نمایند.

در این دیدار، در تاریخ ۲۲ آبان ماه ۹۷ دانش آموزان ارائه ی شایسته ای از روند این پروژه داشتند و فیلم مستند مربوط به این روند را نمایش دادند. پس از آن، متخصصین این سازمان، پس از ابراز خرسندی از انجام چنین کاری توسط دانش آموزان، سواالتی را در زمینه ی ادامه ی این پروژه پرسیدند و گفتگویی میان دانش آموزان و متخصصین این سازمان شکل گرفت.

سپس در رابطه با ارتباط میان مدرسه و صنعت و استفاده از ظرفیت و خالقیت دانش اموزان گفتگو شد.

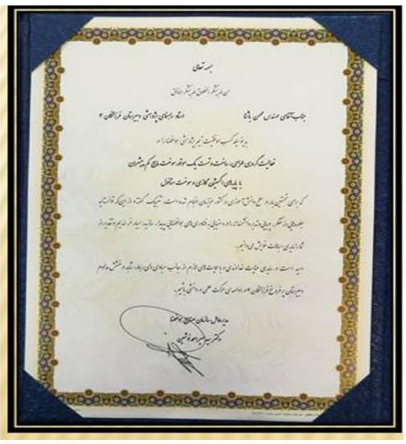
در پایان مقرر شد این سازمان پروپوزال مربوط به یکی از مسائل خود را جهت فعالیت دانش آموزان ارائه فرمایند. همچنین جهت حمایت از پروژه ی انجام شده و تامین امکانات الزم برای انجام فاز دوم این پروژه اقدام نمایند.

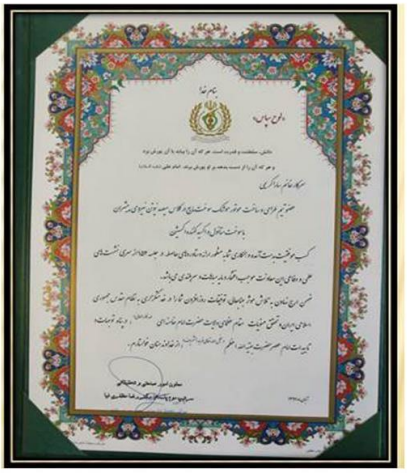
در نهایت دانش آموزان بخشی از تجهیزات موشکی و موتورهای موجود در یکی از سوله های این سازمان را مشاهده کردند و با این تجهیزات آشنا شدند.

در پی حضور دانش آموزان در اجتماع کاری سازمان صنایع هوافضا و کسب تایید از این سازمان، دانش آموزان برای حضور در جلسه ی علمی دفاعی وزارت دفاع در معاونت امور تحقیقاتی در روز ۲۹ آبان ماه دعوت شدند.

در این دیدار، دانش آموزان با حضور سردار دلشاد، و متخصصین بخش های مختف این وزارتخانه، ارائه ی شایسته ای از روند این پروژه داشتند و فیلم مستند مربوط به این روند را نمایش دادند. پس از آن، متخصصین این وزارتخانه و مدعوین محترم، پس از ابراز خرسندی از انجام چنین کاری توسط دانش آموزان، سواالتی را در زمینه ی ادامه ی این پروژه پرسیدند و گفتگویی میان دانش آموزان

و متخصصین شکل گرفت. همچنین هر یک از این عزیزان در رابطه با چگونگی حمایت از این دانش آموزان نظرات خود را بیان فرمودند. در این جلسه متخصصین بخش های گوناگون و سازمان های مرتبط از جمله موسسه تحقیقاتی دفاعی، دانشگاه مالک اشتر، نمایندگان سازمان صنایع هوافضا و .... حضور داشتند.





گزارش شرکت در مسابقات روبوکاپ آسیا و اقیانوسیه ۲۰۱۸

دومین دوره مسابقات روبوکاپ آسیا و اقیانوسیه، امسال به میزبانی کشور عزیزمان در جزیره ی کیش در روزهای ۱۴ تا ۱۸ آذرماه برگزار گردید.

تیم رباتیک دبیرستان فرزانگان چهار نیز پس از شرکت در کلاس های فوق برنامه جهت آمادگی در این مسابقات ، در ۳ لیگ گوناگون این مسابقات شرکت کردند.

Rescue agent simulation

Rescue simulation virtual robot

Cospace secondary

دانش آموزان پس از انجام مسابقات در طول چهار روز، موفق به کسب رتبه اول ارائه فنی در لیگ **Rescue agent simulation**

و رتبه سوم در لیگ **Rescue simulation virtual robot** شدند.

گزارش همایش سلول های بنیادین(سالن اجلاس سران)

بخش دانش آموزی سومین جشنواره ملی و کنگره بین المللی سلول های بنیادی و پزشکی بازساختی با تکیه بر استفاده از ظرفیت ممتاز دانش آموزان برای ترویج و بومی‌سازی این دانش در جامعه توسط معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری با مشارکت آموزش و پرورش با رویکرد ی نو از ۷ تا ۱۰ آذرماه ۹۷ در سالن همایش های بین المللی جمهوری اسلامی ایران (اجلاس سران) برگزار گردید

دانش آموزان فرزانگان چهار نیز از این جشنواره بازدید نمودند. همچنین یکی از دانش آموزان که در گردهمایی کشوری شکوفایی و خلاقیت سلول های بنیادی در روزهای ۹ و ۱۰ آبان ماه در استان البرز (قطب کشوری سلول های بنیادی) شرکت کرده بود به عنوان تنها برگزیده ی دانش آموزان سمپاد شهر تهران در این کنگره پروژه ی خود را ارائه نمود.

خط روی خط

کمیته پژوهشی

واحد آموزش

واحد فرهنگی

واحد پژوهش

واحد فرهنگی

-برگزاری مراسم ویژه بازگشایی مدارس

-برگزاری اردو های بازدید از باغ موزه دفاع مقدس،سینما آزادی و اردوی بولینگ و اردوگاه شهید فهمیده و اردو دانشگاه تهران

برگزاری مراسم ویژه محرم حسینی:

برگزاری مراسم پرفیض زیارت عاشورا در نمازخانه، با حضور مداح اهل بیت سرکار خانم قاسمی

همکار ی گسترده دانش آموزان در قالب طرح خادمان حسینی

برگزاری گفتمان دینی در راستای معرفی نهضت عظیم عاشورا با همکاری امام جماعت مدرسه

دعوت از جناب اقای دکتر صداقتی رزمنده هشت سال دفاع مقدس و دعوت از سرکارخانم کاتبی پرستار هشت سال دفاع مقدس

شرکت در مراسم تشییع پیکرهای شهدای گمنام در شهرک زینبیه

برگزاری مسابقه مشاعره در وصف اهل بیت وامام حسین (ع) در روز ۸ مهر سالروز بزرگداشت مولوی

-حضور پرشور دانش آموزان با همراهی مدیریت محترم در راهپیمایی ۱۳ آبان

-برگزاری بیست ویکمین انتخابات شورای دانش آموزی

-برگزاری مراسم متنوع صبحگاه:

تلاوت قرآن دسته جمعی سوره هفته ،پخش سرود جمهوری اسلامی ایران ،اجرای پادکست، دعای فرج ،تشکیل حلقه های معرفت،تمرین سرود دستجمعی، برگزاری کلاس تدبر در قرآن ،قرائت زیارت عاشورا و سایر ادعیه

-گرامیداشت هفته قرآن:

دعوت از **حنانه دلفی** حافظ برجسته کشور،برگزاری محفل انس با قرآن،برگزاری مسابقه و اهدای جوایز

-برگزاری مانور زلزله

-برگزاری مراسم المپیاد ورزشی

-گرامیداشت روز ۱۲ آذر-روز قانون اساسی

-برگزاری مراسم اربعین حسینی
-برگزاری مراسم ۲۸ صفر

-برگزاری مراسم ماه ربیع:
فضاسازی،مراسم امامت امام زمان (عج)،جشن میلاد پیامبر اکرم(ص) و امام جعفر صادق (ع)

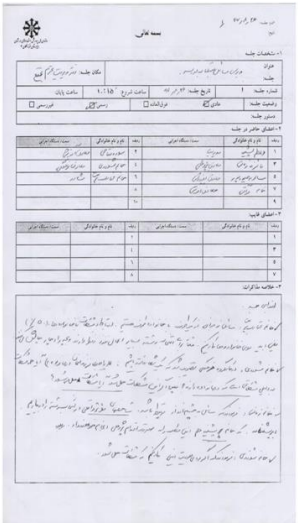
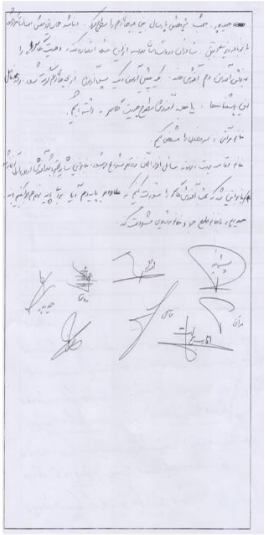
واحد آموزشی

-برگزاری کلاس های ریاضی و فیزیک پیشرفته و تقویتی
-برگزاری کلاس IMC
-برگزاری آزمون های جامع و ارائه کارنامه
-برگزاری جلسات هدایت تحصیلی با حضور دکتر مهاجری
-معاینه پو یکلوز
-جرای کارسوق پزشکی
-برگزاری اولین مرحله طرح مدام
-برگزاری آزمون جشنواره نوجوان خوارزمی
-انجام تست سلامت روان و برگزای کارگاه آموزشی -مهارت معنوی و سلامت روان
-تقدیر و تشکر از همکاران(خانم ها پرورش ؛حاجی ؛فرخی،ورشاویان) به علت انتقال تجربیات
-برگزاری کارگاه آموزشی ارزشیابی فرآیندی
-برگزاری کارگاه آموزشی طرح درس ملی
-گرامیداشت روز آزمایشگاه

واحد پژوهش:

-برگزاری مراسم معارفه
-استارتاپ چکاوک
-ارزیابی و داوری طرح های دانش آموزان در سطح مدرسه با معیارهای قابل قبول
-ارائه موفقیت ها توسط دانش آموزان موفق در جلسات انجمن، شورای دبیران و شورای مدرسه
-کلاس های فوق برنامه"فرابرنامه" پایه یازدهم رباتیک جهت شرکت در مسابقات آسیایی
-فوق برنامه فیزیک جهت شرکت در مسابقات IYPT
-برگزاری کارسوق های ژنتیک ،فیزیک و علوم اعصاب
-شرکت در دومین جشنواره ملی دانش آموزی گیاهان دارویی

کمیته پژوهشی:

خط چین

مهدیه اصلانی
معاون فرهنگی دوره اول

ما و مُحرمِ ابا عبدالله (ع)

تا به حال خیلی عمیق به این فکر نکرده ام که چرا سال هجری قمری که براساس هجرت رسول الله (ص) تدوین شده با ماهی آغازمیشود که خون عزیز رسول در آن ریخته شده است ؟!

تا به حال خیلی عمیق به این فکر نکرده ام که رابطه مستقیم من و امام حسین (ع) کجای تاریخ بهم پیوند می خوره؟!

تا به حال خیلی عمیق به این فکر نکرده ام که چه تفاوتی بین روضه های دهه اول و دوم و سوم محرم هست؟!

تا به حال خیلی عمیق به این فکر نکرده ام که تفاوت شخصیتهایی مثل زهیر و حر و حبیب و نافع و ..... چیست؟!

تا به حال خیلی عمیق به این فکر نکرده ام که برای من مثلا بچه هیئتی روضه حضرت عباس(ع) سال ۹۶ با روضه حضرتعباس سال ۹۷ چه تفاوتی کرده است؟!

تا به حال خیلی عمیق به این فکر نکرده ام که تفاوت حزن برای اباعبدالله با حزن و غم از دست دادن اعضای خانواده در کجاست؟! (هر چند که از بزرگان زیاد شنیده ایم که این حزن حاصلش فرح است....)

اصلا تا به حال به این فکر نکرده ام که کجای این غم زیباست؟! کجای واقعه کربلا جمیل است ؟! و این چگونه نگاه کردن است کهزیبا می بیند؟!

یا چرا سر مبارک امامم بالای نیزه آیات خاصی از قرآن رو تلاوت میکند؟! مانند آیه ۹ سوره مبارکه کهف

" أَمْ حَسِبْتَ أَنَّ أَصْحَابَ الْكَهْفِ وَالرَّقِيمِ كَانُوا مِنْ آيَاتِنَا عَجَبًا"

"آیا گمان کردی اصحاب کهف و رقیم از آیات عجیب ما بودند؟! "

این که تا به حال به چه چیزهایی عمیق فکر کرده ایم و به چه چیزهایی عمیق فکر نکرده ایم نکته مهمی است، اما نکته ای که در اینچند سطر برای من مهم بود این است که چقدر از فکرهایم ، تفکر شده تا بنیان عقلم را بسازد و پرورش دهد.

تفکر و تدبر در لایه های مختلف زندگی من به عنوان موجودی که خداوند خلقتش را تحسین کرده است رکن اساسی است ، حالاینکه میزان رشد و تعالی منِ انسان کاملا وابسته به همین تفاوت انسان و حیوان است .

و منِ انسان تکلیف شده ام به خواندن و فهمیدن تا امروزم با دیروزم متفاوت گردد، و این تفاوت در هم در عرض زندگیست و همدرِ طولش....

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا/ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا /قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا *

قسم به جان آدمی و آن کس که آن را (آفریده و) منظم ساخته/سپس فجور و تقوا (شر و خیرش) را به او الهام کرده است/ که هرکس نفس خود را پاک و تزکیه کرده، رستگار شده

*سوره مبارکه شمس آیات ۷الی ۹

روی خط

مصاحبه با حانیه احمدی-برنده مدال طلای expo science asia ۲۰۱۸-ساخت کرم ضد آفتاب نانو

دانش آموز پایه دهم

خودت رو معرفی می کنی؟

-حانیه احمدی هستم دانش آموز رشته تجربی پایه دهم

ایده پروژه از کجا به ذهنت رسید؟

کرم های ضدآفتاب درخانواده من مصرف بالایی داشت و دکتر به مادرم پیشنهاد کرده بود برای جلوگیری لک های پوستی از کرم ضدآفتاب استفاده کند ولی من طبق مطالعتم متوجه شدم که در حقیقت خیلی از کرم های ضدآفتاب با **spf** واقعی عرضه نمی شوند و به علاوه ماندگاری بالایی هم ندارند بنابراین تصمیم گرفتم یه کرم ضد آفتاب جدید معرفی کنم.

از چه زمانی شروع به کار روی پروژه کردی؟

-از مهر سال پیش شروع کردم و تا اواخر اردیبهشت تقریبا طرح نهایی رو به دست اوردم.

برنامه های مدرسه چه تاثیری روی موفقیت تو داشت؟

حقیقتا اگر مدرسه ام پژوهش محور نبود شاید هیچوقت وارد پژوهش نمیشدم در حقیقت اصل پروژه با تلاش مسئولین مدرسه رقم خورد و همیشه مواد مورد نیاز هم فراهم بود.

رشته مورد علاقه ات؟آیا می خواهی همین پروژه رو ادامه بدی یا وارد یک کار جدید بشی؟

--مدال طلای مسابقات **expo science** از نظر من مهر تایید این کار بود و از نظر من این پروژه به نتیجه و هدف خودش رسیده و من به دنبال پروژه جدیدی خواهم بود و البته من برای دانشگاه رشته پزشکی را ترجیح میدهم.

برای بقیه ی بچه ها چه توصیه ای برای انتخاب موضوع و کار کردن روش داری؟

-از نظر من بهترین موضوع پژوهشی میتواند بهینه سازی پر مصرف ترین کالاهای جهان یا طرحی برای رفع مشکلات جهان مثل آلودگی هوا باشد.

برای این که کسی بخواد یک پروژه خوب را به ثمر برساند باید از کجا شروع کند؟

-به نظر من اولین قدم برای کلید زدن یک پروژه موفق مطالعه کامل درباره موضوع و پایه و اساس طرح و پیشینه طرح می تواند باشد.

در کنار پروژه چجوری درس خواندی؟هماهنگ کردن این دوتا برات مشکل نبود؟

شاید یکی از مهم ترین درس هایی که پژوهش به من داد مدیریت زمان بود.در هفته روزهای دوشنبه و پنج شنبه به پژوهش اختصاص داده بودم و درس های روز هایی که پژوهش داشتم را از قبل می خواندم تا آن روز با ارامش خاطر به کارم بپردازم.

امیدواری این پروژه تا کجا ادامه پیدا کند؟

-من از پروژه تا رسیدن به تولید حمایت میکنم و الان هم به دنبال ثبت اختراع هستم.

اگر بخواهی برای دوستات یک نصیحت کوچک داشته باشی ،چه چیزی می گویی؟

-باید به دوستای گلم بگویم که پژوهش هرچقدر هم که مسیر دشواری داشته باشد، پایان شیرینی دارد .حتی اگه طرح پژوهشی یه نتیجه ای نرسد اطلاعات بسیار زیاد و جدیدی درباره رشته های مختلف به دست می آورید.

.

. امیدوارم همه‌شان موفق باشند.

خط نو

گرامیداشت هفته ریاضیات در مجتمع فرزانگان۴ با حضورجناب آقای دکتر نقشینه استاد دانشگاه امیرکبیر

بعد از پایان جلسه و ارائه نظر به بازیها توسط دکتر نقشینه خانم حیدرپور معاونت محترم پایه یازدهم از آقای دکتر نقشینه سوال هایی پرسیدند که سوال و پاسخ آن در زیر آمده است:

آقای دکتر نقشینه با توجه به این که شما در المپیاد جهانی ریاضی مدالٍ کسب کرده اید و سمپادی بودید چرا در ایران ماندید؟ قطعاً از کشورهای مختلف مانند آمریکا و کشورهای اروپایی و از دانشگاه های معتبر برای شما به آسانی پذیرش می آمد چرا شما در ایران ماندید؟ پاسخ به این سوال از این جهت برای ما اهمیت دارد که دانش آموزان ما از سال دهم و شاید متاسفانه از سالهای قبل به **apply** فکر می کنند و شاید اگر جای شما بودند در ایران نمی ماندند شما چطور با درجه علمی که داشتید در ایران ماندید؟

–خوشحالم بچه های شما به **apply** فکر می کنند چون خیلی ها بدون فکر کردن، آن را انجام می دهند و سپس ادامه دادند: ما الان در یک جمع حدود ۲۰۰ نفره هستیم من افکار بچه های شما را نمی شناسم، اگر تعداد محدودتر بود و ما می‌توانستیم بحث و گفت و گوی چند نفره داشته باشیم با هم صحبت می کردیم. من دلایل خودم را داشتم شاید دلایل من برای خودم مهم باشد. الان هم دلایل خودم را دارم و خوشحالم از این که در ایران مانده ام ولی من باید بدانم بچه های شما چگونه فکر می کنند.

اولین دانش آموز گفت: من اگر بودم به این دلیل از کشور می رفتم که این جا به استعدادها و توانمندیها اهمیت نمی دهند، اجازه نمی دهند نخبگان مسئولیت بگیرند و کار کنند و ...

آقای دکتر خواستند اگر کسی علت دیگری غیر از علت این دانش آموز دارد بگوید تعدادی دانش آموز دست بلند کردند و و یک نفر انتخاب شد: او گفت من بعضی مشاغل را دوست دارم که به خانم ها اجازه نمی دهند آنها را انجام دهند مثل شغل پلیس شدن، خلبان شدن و ...

آقای دکتر گفتند: به نظر من دلایل این دو دانش آموز از یک دسته بود. اجازه بدهید من دلایل خودم را برای ماندن در ایران در سال ۷۱ عرض کنم.

پدر من استاد دانشگاه در رشته ریاضی است. من از کودکی با محیط های دانشگاهی آشنا بودم و به راحتی می توانستم از دانشگاه های معتبر پذیرش بگیرم از طرفی من مدال المپیاد ریاضی جهانی داشتم و می توانستم مثلاً برق شریف بخوانم ولی من ریاضی را دوست داشتم و به این دلیل ریاضی شریف را انتخاب کردم. تفکر من آن زمان این بود که برای کشورم مفید باشم البته هنوز از ماندنم در کشور راضی هستم و هر روز بر این عزم راسخ تر می شوم و من حتی برای ادامه تحصیل از کشور خارج نشدم تا دکترا هم در ایران خواندم، علتش هم این بود: از آنجا که پدرم استاد ریاضی بودند و من اساتید ریاضی زیادی دیده بودم، تحلیل من این بود که ما اساتید زیاد و برجسته ای از لحاظ علمی در کشور داریم ولی با هم مشارکت و کارگروهی ندارند هر کدام پیشرفتهای زیادی در شاخه ای دارند. من تصمیم گرفتم در ایران بمانم و در ایران تا دکترا درس خواندم و تصمیم گرفتم ارتباط بین اساتید و دانشگاه ها را زیاد کنم و تا جایی که می توانم برای کشورم مفید باشم.

من به تصمیم شما کار ندارم در ایران بمانید یا نمانید ولی از شما می خواهم قبل از گرفتن هر تصمیمی خوب فکر کنید، به نتایج تصمیم تان خوب فکر کنید. به احساس واقعی تان فکر کنید. اصلاً اگر به زندگی فردی و ... کار نداشته باشیم. ببینید چه چیزی به شما احساس خوبی از زندگی می دهد،

خط مشاور

فاطمه اقارب پرست
مشاور

سمفونی انگیزه بخشی به نام ارزش‌ها
رزش‌هایی که انتخاب کرده‌اید نقشه راهی است برای نجات زندگی خود از دست خشم.
ارزش‌ها کمکتان می کنند همچنان روی مسائل متمرکز بمانید وقتی احساس کردید که حس خشم در بدنتان به اوج رسیده می توانید دست از کار بکشید؛ آن احساس را مشاهده کنید و سپس به ارزش هایتان گوش بسپارید.
آنها کمک میکنند با انتخاب اقدامات مناسب به اهداف مورد نظرتان نزدیک تر شوید نه دورتر.
برشی از کتاب زیستن با ریتم زندگی و نه با آهنگ خشم.

«میخ طویله در ذهن»
شما وقتی به جاهایی مثل مناطق روستایی هندوستان که برای سواری و بارکشی از فیل استفاده می شود می روید، فیل های بزرگ و تناوری را می بینید که پایشان با یک تکه چوب یا یک میخ طویله کوچک به زمین زنجیر شده که براحتی قادرند آن را از زمین بکنند و خود را آزاد کنند، با این حال، این کار را نمی کنند. آنها همچنان آرام و سربراه با زنجیر کوچکی بر پا زندگی می کنند و هیچ کجا نمی روند، اما چرا؟

جواب این است که فیل بانان این مناطق، از همان طفولیت، زنجیری را به پای بچه فیل می بندند و سر آن را به میخ طویله ای وصل می کنند و میخ را در خاک می کوبند تا بچه فیل نتواند فرار کند. حیوان بینوا مدتی تلاش می کند تا خود را آزاد سازد و وقتی که از خلاصی ناامید شد دست از تقلا می کشد و تسلیم می شود.
اما سوال این است که وقتی فیل به بزرگسالی و نیرومندی رسید چطور؟ معلوم است که میخ طویله نحیف، قدرت نگه داشتن فیلی تنومند را ندارد. پس در آن زمان با چه وسیله ای فیل را به بند می کشند؟ جواب این است که با میخ طویله ای که در ذهن اوست!

چرا گاهی احساس می کنیم نمی توانیم درست تصمیم بگیریم؟

گاهی افراد در شرایط سخت و حساس، احساس می کنند نمی توانند به خوبی تصمیم بگیرند. زیرا در شرایط بحرانی اعتماد به نفس خود را از دست می دهند. گاهی نیز به خاطر تصمیم های اشتباهی که در گذشته گرفته‌اند نمی‌توانند به خود اعتماد کنند. همین امر موجب شک و تردید فرد شده و فرد احساس می کند قدرت تصمیم گیری خود را از دست داده است. مشاوره روانشناسی به شما کمک می کند تا واقع بینانه تر با احساسات منفی خود روبه رو شوید.

خط برتر

سرکار خانم پرورش ،دبیر محترم متوسطه ۱کسب عنوان معلم پژوهنده برگزیده استانی در بیست و یکمین دوره معلم پژوهنده با پژوهش "چگونه توانستم با به کاری گیری مفاهیم تئوری انتخابی در کلاس درس عربی رابطه ای خوب برقرار کنم"

سرکار خانم علیزاده ،دبیر محترم متوسطه ۲؛کسب عنوان معلم پژوهنده برگزیده استانی در بیست و یکمین دوره معلم پژوهنده با پژوهش"چگونه توانستم با به کار گیری روش های آموزشی، مبتنی بر خلاقیت و تلفیق دو رویکرد آموزشی آندارژگوی و پداژگوی،دانش آموزان دختر پایه دهم دبیرستان فرزانگان ۴ را در حل مسائل هندسه ۱ توانمند سازم؟"

افتخارات ورزشی

کسب مقام اول کشوری در مسابقات پرش از ارتفاع توسط دانش آموز کیانا کرمی وفا ، پایه هشتم ،

کسب عنوان مدرسه قهرمان و مقام اول در رشته فوتسال توسط دانش آموزان متوسطه یک ، و راهیابی آنان به مسابقات استانی

کاپیتان تیم : یکتا محمدیان

دروازه بان : سارا مدبری فر

اعضای تیم : روژین جمال الدینی ، آیناز سرلک ، پرنیان بهرامی ، زهرا نقدی فر ، هیوا سراج ، فاطمه زهرا حیدری ، آتنا رضایی ، حسنا شاملو ، کیمیا صلواتچی ، مبینا بخشی و مهدیه تهامی

کسب مقام اول منطقه در مسابقات دارت توسط دانش آموز زهرا خزعلی

کسب مقام دوم منطقه در مسابقات دارت توسط دانش آموز فاطمه محمدی

کسب مقام اول منطقه در مسابقات شطرنج توسط دانش آموز نگین واشقانی

کسب مقام اول منطقه در رشته بسکتبال و ورود به مرحله استانی توسط دانش آموزان:سارا طهماسبی،نگار باقری،سپیده گل زاده،سیده سبا قریشی،ریحانه اصغری، مهسا خدابنده، نرجس خیری، مهرا نوری، رضوانه طیبی نیا،نگار هرزندی

کسب مقام اول مسابقات تنیس روی میز منطقه ای و راهیابی به مسابقات استانی توسط مهدیه علمداری

کسب مقام دوم مسابقات تنیس روی میز تیمی توسط دانش آموزان مهدیه علمداری ،زهرا امیرراضی،یگانه احسان

برترین های آزمون گزینه دو پایه یازدهم

آزمون شماره یک رشته ریاضی

فاطمه صفری
نفر سوم

مهسا گودرزی
نفر دوم

مینا خواجا صالحانی
نفر اول و نفر ۷ کشوری

برترین های آزمون گزینه دو پایه دهم

آزمون شماره یک رشته ریاضی

عاطفه میرزاخانی
رتبه سوم و رتبه
۳۰ کشور

نگار فاطمی
رتبه دوم و رتبه
۲۵کشور

غزل آشفته دل
رتبه اول و رتبه
۳ کشور

آزمون شمار یک رشته تجربی

فاطمه کوچکی
نفر سوم

روژینا لطفی
نفر دوم

فاطمه مشایخی
نفر اول

آزمون شماره یک رشته تجربی

هانیه محمد رحیمی
رتبه سوم و رتبه
۲۶ کشور

یاسمین قاضی زاده
رتبه دوم و رتبه
۱۹کشور

سارا رمضانی
رتبه اول و رتبه
۱۸کشور

آزمون شماره دو رشته ریاضی

سارا هنرور
نفر سوم

فاطمه صفری
نفر دوم

مینا خواجه صالحانی
نفر اول و رتبه ۸ کشور

کسب مدال نقره توسط دانش آموزان زهرا داوودی و النا امید و دیپلم افتخار توسط دانش آموز نسترن حسینی راد پایه هشتم در المپیاد زیست

کسب مدال نقره توسط دانش آموز نسترن حسینی راد و مدال برنز توسط دانش آموزان زهرا داوودی و النا امید پایه هشتم ، در المپیاد ریاضی (مسابقات جایزه بزرگ خانه ریاضی

آزمون شمار دو رشته تجربی

ملیکا امینی
نفر سوم

یاسمن قربانپور
نفر دوم

فاطمه مشایخی
نفر اول و رتبه ۳ کشور

فرهنگی

کسب رتبه دوم شب شعر عاشورایی فرزانگان یک توسط کیمیا شجاعی

خط ناتمام

به برداشت زنانه از قصه ی عاشورا فکر می کنم.
به یک به یک زنانی که داستان حضورشان یا نقششان را خوانده ام.
به ام البنین، که وقتی خواست چیزی بپرسد، از چهار پسری که فرستاده بود، چیزی نپرسید، پرسید "حسین چه شد؟"
به ام سلمه. که امانت ها نزد او بود. به فاطمه، دختر بزرگ امام که وصیت های امام را او دریافت کرد.
به زینب. به لیلا. به سکینه. به همه شان.
و به مادر وهب.

به همه ی جمله هایی فکر می کنم که خوانده ام از این که امام، زنی را از میانه ی میدان، به خیمه بازگردانده و گفته که جهاد، بر زنان نیست.
به این "جهاد بر زنان نیست" فکر می کنم. که می شود اول خیال کرد که یک جور لطف است مثلا. یک جور تصور کم توانی یا هر چیزی از این دست.
اما قصه را که بخوانی،
انگار که چیز دیگری است.
انگار که آنکه از او انتظار می رود بعد از جنگ زنده بماند، آنکه از او انتظار می رود بتواند عزیزانش را یک به یک بدرقه کند و حتی ترغیب کند به یاری پسر دختر پیامبر، آنکه باید بتواند همه ی قصه را به خاطر بسپارد که بعد، شرح بدهد و داغش را زنده نگه دارد، آنکه برایش، این تکلیف در نظر گرفته شده که سر بر نیزه شده را ببیند و به اسیری گرفته شود و همه چیزش را از دست بدهد و از فردای خودش بی خبر باشد،
زن است.
انگار که از زن، انتظار می رود که همه ی این ها برایش رخ بدهد و از اعتقادش، کناره نگیرد.
انگار که از زن، انتظار رفته که هر چه دید، از عشق، برنگردد.

و لابد که کسی را بیش از توانش، تکلیف نمی کنند..

و زنی محو تماشاست ز بالای بلندی.
الف قامت او دال..
و همه هستی او در کف گودال...

فائزه زمانی
معاون پژوهشی

توانا بود هر که دانا بود
رب ادخلنی مدخل صدق واخرجنی مخرج صدق