د هوپو تعلیمي کیسې

څرنګه د ګوتی – نانځکی جوړې کړو
د بزګر ښځه

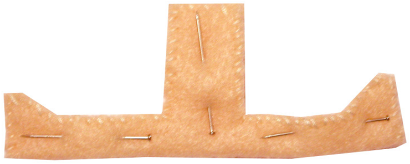
۱ ګام:

۱. تنه له خپلې ګوتی راتاوه کړئ، چې ګوته مو وپوښوي.
۲. بیرته/ خلاصه څنډه یې وګنډئ.

۱ ګام

۲ ګام:

۱. لاسونه راواخلئ، او په اوږدوالي یې په منځ کې قات کړئ.
۲. پرانیستو څنډو په امتداد یې وګنډئ.



۲ ګام

۳ ګام:

۱. لاسونه د تنی پر منځ برابر کړئ.
۲. هغه څنډو پر امتداد یې وګنډئ چې سره یوځای کیږي.

۳ ګام

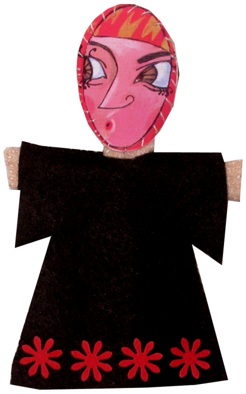
۴ ګام:

۱. د سر ټوټې سره ترتیب او پاسنیو څنډو پر امتداد یې وګنډئ.
۲. د مالوچو غځیدلی غونډسکه په سر کې کیږدئ.
۳. غاړه په سر کې کیږدئ.
۴. پاتې پرانیستی څنډی د سر او غاړی شاوخوا وګنډئ.
۵. د بوډئ مخ رسامي یا نقل یې پرې ځلیښ کړئ.

۴ ګام

۵ ګام:

۱. تنه پر جامو – شا کیږدئ.
۲. جامو – مخ دپاسه کیږئ، مخ او شا برابر کړئ.
۳. د جامو څنډی وګنډئ: اوږی، تخرګونه او ډډی.
۴. د جامو لاندینئ څنډې ښکلې/ سینګار کړئ.



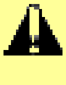
۵ ګام

۶ ګام:

۱. د زړوکي/ پړوني – مخ راواخلئ او د مخ دپاسه د سر پر منځ یې برابر کړئ.
۲. د مخ شاوخوا څو ټکونه ورکړئ تر زړوکي – مخ له سر سره ونښلي.
۳. د زړوکي – شا راواخلئ او د زړوکي – مخ سره یې برابره کړئ.
۴. د زړوکي څنډی سره وګنډئ (د ۶ ګام عکس X نښه وګورئ).

۶ ګام

ښه وخت!



د بزګر ښځه د ادریس شاه لیکنه، د روز ماري سانتیاګو رسامي، ۱۹۹۸ چاپ حقوق

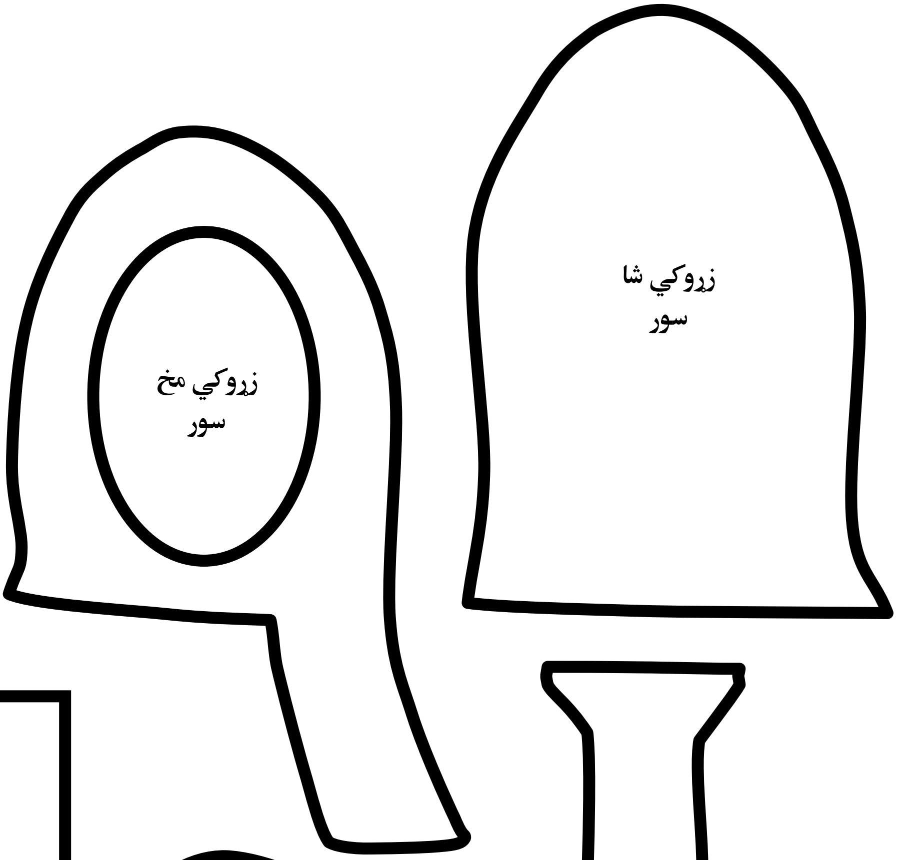
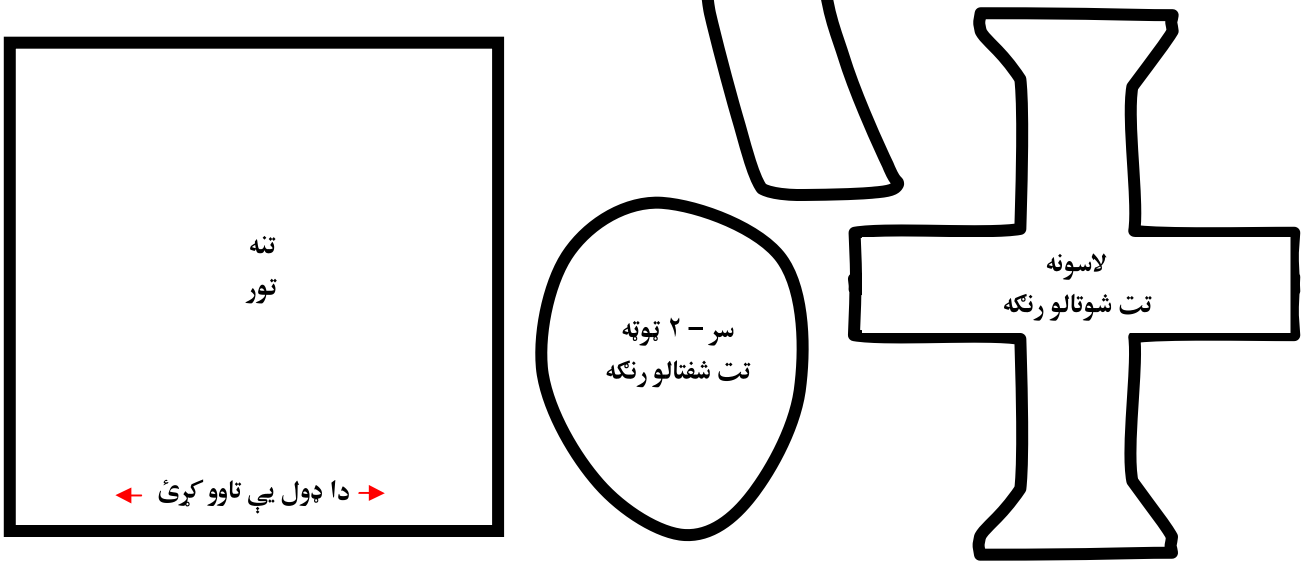
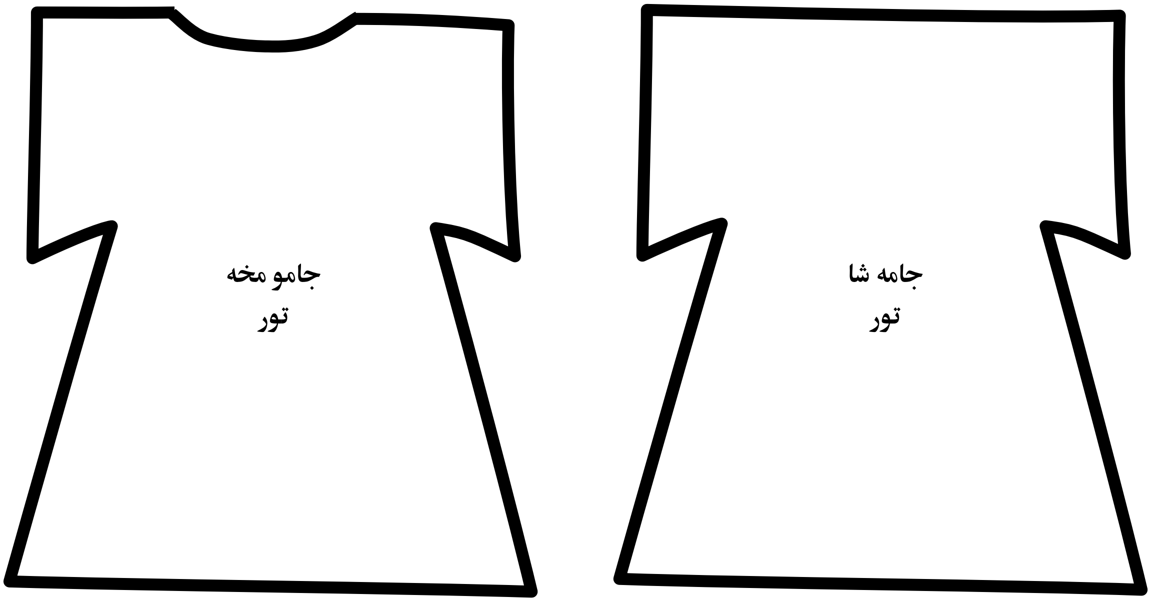
پاملرنه/ احتیاط: ځان له ټپي کیدو وساتئ! که اړتیا وي د مشرانو څارنه توصیه کیږي. پدې پروژه کې له قیچي سره پرېکول، د ګنډلو تیرې ستنی کارول او تیره استنجاقونو کارول شامل دي!

ګوته – نانځکی مواد او ترتیب/ نخچې ټوټې

مواد:

۱. مالوچو غونډسکه
۲. لمځی: تور، نصواري، تت شوتالو رنګه، خرمايي، سور او سپين
۳. مارکرۍ، ښه ليکونکي: تور او سور
۴. ګنډلو ستن
۵. قيچي
۲. سنجاقونه
۷. تار

اختياري:

۱. د ښځې مخ نقل
۲. د زړوکي مخ ته ځليښ

يادونه: د کاغذ نښلولو هنر ځليښ ښه کار کوي