



تحریریه: ۰۷۶۳۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۰۸)
 آگهی‌ها: ۰۷۶۳۲۲۹۴۶۲ - ۰۷۶۳۲۲۹۶۷۵۱ (داخلی ۱۰۵)
 فکس شبانه‌روزی: ۰۷۶۳۲۲۹۴۶۳
 آدرس دفتر مرکزی: بندر عباس، خیابان امام خمینی، جنب بانک رفاه
 وبسایت: www.sobhesahal.com / اینستاگرام: sobhesahal.kids

صاحب امتیاز: شرکت تعاونی صبح ساحل
 مدیر مسئول: الهام کریمی
 سردبیر: مهربان رشیدی
 دبیر ضمیمه کودک: هانی هادی‌نژاد
 طراح و صفحه آرا: پرنیان بلوچی

ماهنامه کودک ساحل، شماره ۱۰، چهارشنبه ۲۴ آبان‌ماه ۱۴۰۲

بازی در منزل

مربی: بهاره رستگار

نام بازی: بازی با میله

سلام سلام ورزشکارهای نازنین اومدم با به بازی ساده و هیجان انگیز. وسایل بازی: میله کوتاه و سبک، لیوان یکبار مصرف چهار عدد این بازی برای دقت، تمرکز و افزایش عکس العمل بسیار عالیست ابتدا میله را با دست راست در وسط و جلوی پای خود بگذارید سعی کنید میله را به صورت ایستاده سر جای خود نگه دارید تا هنگامی که دست خود را از روی میله برمیدارید، میله در سر جای خود به صورت ایستاده باشد، سپس لیوان‌ها را با دست چپ از سمت چپ میله به سمت راست میله جابجا کنید، یک بار دیگر میله را با دست چپ نگه دارید و لیوان‌ها را با دست راست خود از سمت راست میله به سمت چپ میله جابجا کنید.

لذت ببرید و شاد باشید

محیط زیست

دلفین‌ها

دلفین‌ها باهوش‌ترین حیوانات کره زمین هستند و یکی از شگفتی‌های ذاتی آنان نام گذاری برای فرزندان شان است.

دلفین‌ها با هم حرف می‌زنند و به رفتارهای محبت آمیز نسبت به یکدیگر واکنش مثبت نشان می‌دهند. هر دلفین بالغ با توجه به سن، جنس و چینه اش روزانه بین ۱۰ تا ۱۸ کیلوگرم ماهی مصرف می‌کند. در ایران پارک دلفین‌های کیش سال ۱۳۷۸ تاسیس شد و در طول این ۲۰ سال شش دلفین در این پارک متولد شده است.

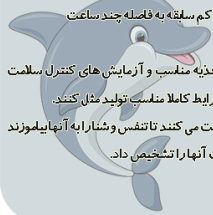
آخرین دلفین متولد شده در پارک دلفین‌های کیش دنی نام دارد که سه سال پیش متولد شد. یکی از دلفین‌های تازه متولد شده خواهر یا برادر دنی است.

معمولاً دلفین‌ها در فضای غیر از محیط طبیعی (اسارت) زاده می‌شوند و شرایط مجموعه دلفین‌های کیش کاملاً مطابق با محیط طبیعی و زندگی دلفین‌هاست بنابر این دو دلفین مادر در یک رویدادی کم سابقه به فاصله چند ساعت صاحب فرزند شدند.

دمای مناسب محیط و آب، کیفیت مطلوب آب و عمق مناسب حوضچه‌ها، تغذیه مناسب و آزمایش‌های کنترل سلامت موجب شده است دلفین‌ها در فضای غیر از محیط طبیعی باردار شوند و در شرایط کاملاً مناسب تولید مثل کنند.

دلفین‌های مادر پس از زایمان روحیه تدافعی دارند و کاملاً از فرزندان محافظت می‌کنند تا تنفس و شنا را به آنها بیاموزند. در این شرایط نمی‌توان به دلفین‌های تازه متولد شده نزدیک شدن تا جنسیت آنها را تشخیص داد.

در حال حاضر ۸ دلفین در این مجموعه نگهداری می‌شود



آشپزی

مربی: معصومه سالاری

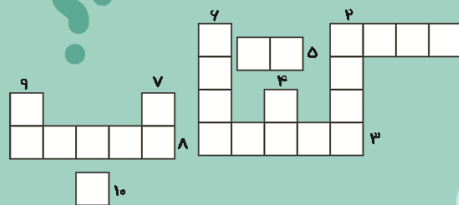
اول تخم مرغ و وانیل و شکر را ۵ دقیقه هم میزنیم تا حساسی پف دار و کرم رنگ بشه روغن و شیر را اضافه میکنیم و کمی هم میزنیم سپس آرد و بکینگ پودر را مخلوط میکنیم و به مواد اضافه میکنیم و با همزن دستی مخلوط میکنیم مواد را به دو قسمت مساوی تقسیم میکنیم و به یک قسمت آرد و به قسمت دیگر پودر کاکائو اضافه میکنیم و مخلوط میکنیم.

مواد را در دو قیف جدا ریخته و با هم در قالب پای سیب که کف آن کپسول روغنی انداخته ایم میریزیم و در فری که از یک ربع قبل با دمای ۱۸۰ درجه روشن کرده ایم به مدت ۲۰ دقیقه میپزیم



تخم مرغ ۲ عدد
 شکر ۱۱۰ گرم
 وانیل نصف ق چ
 آرد ۱۴۰ گرم
 بکینگ پودر ۱ ق چ
 شیر ۴۵ گرم
 روغن ۸۵ گرم
 ۱ قاشق پودر کاکائو
 (برای قسمت کاکائویی)
 ۲ قاشق آرد
 (برای قسمت ساده)

جدول



- ۱- من یارم هیرانم
- ۲- فصل اول سال
- ۳- شهرت نیست
- ۴- چاشنی ساندویچ
- ۵- گل سفالگری
- ۶- امروز نیست
- ۷- شهرت یارنی
- ۸- به دندان میزنیم
- ۹- تردید
- ۱۰- دومین نغمه موسیقی