

# ریکین چاره‌ساری و ریگری کرنی ل به‌ربه لا قبونا پلنگ بازی:



1. دروست کرنا چالاکین هه‌فیشک دنا فبه‌را قوتابیین خودان ناین و نه‌ته‌وه و بیروبوچوئین جودا.
2. به‌لافکر و پیشکیشکرنا هشیاری (توعه) بین گریدای بشی بابه‌تی فه ژلایی ماموستا و راویژکاران فه بو قوتابیان.
3. ئافاکرنا که‌سایه‌تیا قوتابی ب درئییا سالا خاندنی کو کیماسیین هه‌فپولین خو نه‌که‌ته جهی ترانه‌پیکرنی.
4. ماموستاییین قوتابخانی خودان که‌سایه‌تیه‌ک بین کو هه‌می قوتابیان وه‌کی نیک ببینن بین به‌چا‌ف وه‌گرتنا بیه‌مال، ناین، ره‌گه‌ز و هه‌ر تشته‌کی دی.
5. ساخکرنا هه‌لکه‌فتین ناینی و نه‌ته‌وی بین جودا لئاف قوتابخانی دا، داکو قوتابی فی‌ری ریگری کرنا بیره‌وه‌رین هه‌فدوو بین.
6. ریگری کرنا هه‌ر جوره‌کی پلنگ بازی دنا ف قوتابخانی دا و هه‌ر ده‌می جوره‌ک دیت نیکسه‌ر بهیته‌ راه‌ستاندن و چاره‌سه‌رکرن، دا نه‌بیته‌ دیارده‌ دنا ف قوتابیان دا.
7. په‌یدا کرنا که‌ش وه‌ه‌وایه‌کی خیزانی بین ساخله‌م دیر ژ توندوتیژی و سزادانی.
8. دفتیت سه‌میان به‌رده‌وام چا‌قدیریا وی تشتی بکه‌ت نه‌وی زاروک ب به‌رده‌وامی به‌ری خو دده‌تی.
9. کارکرن لسه‌ر ئافاکرنا که‌سایه‌تیه‌کا بهیز بو زاروکی و زیده‌کرنا باوه‌ریا وی بخو.
10. ل دوماهین ل ده‌می هه‌ر بویه‌ر هاته‌ دیتن بین پلنگ بازی دفتیت هه‌ردوو لا بهینه‌ ره‌وانه‌کرن (حاله) بو که‌سه‌کی تابه‌تمه‌ند د بویاری ده‌روونی و ره‌فتاری دا.

پلنگ بازی د قوتابخانان دا یا بویه  
بابه‌ته‌کی مه‌ترسیدار و بویه‌گه‌ف (ته‌هید)  
له‌سه‌ر سلامه‌تیا قوتابی ژلایی ته‌ندروستیا  
ویا ده‌روونی و ئاستی خاندنی و فی‌ربوونی  
و هه‌روه‌سا دروست کرنا په‌یوه‌ندیین هه‌قالینی  
د ئافا قوتابخانی و ژده‌ره‌قی قوتابخانی دا.



# نځه گهرين پلنگ بازي

## نځه گهرين خيزاني:

خيزان روله کي مهزن دبنيټ د زيده کرنا ډياردی دا لده ف زاروکی، و نځه د زږيت بو ريکا خه لته يا په روه ده کرنی و شيوای سزادانی و هه روه سا بکارتينانا توندوتيزی د په روه ده کرنی دا دبنيته نځه گهر بو ډي ره فتاری

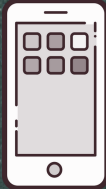


## ژينگه ها قوتابخانی:

قوتابخانی ژي روله کي سهره کي يی هه ی د زيده بوون و به لاقبوونا ډي ډياردی دا لناف قوتابیان، ته فه ژي يو هندي فه دگهریت کو قوتابخانه ب شيوه کي باش ب رولنی خو نا رابيت لسهر فيرکرن، ريغه برن و راويژکاری کرنا قوتابیان لسهر ريژگرتنا ماموستا و قوتابیان و بيروبوچونين که سين بهرامبه ر

## ته کنولوجيا و سوشيال ميديا:

ته کنولوجيا ب گشتی و سوشيال ميديا ب تايه تي به لاقبوونا ډي ډياردی لناف قوتابیان دا ب ساناهيتر ليکريه، ته فه ژي ژبه رکوو سوشيال ميديا و نه و فلم و زنجيره يين به ربه لاق هه می کافا زاروکی هاندهن کو بيته که سه کي به يز و ب ده سته لات، و که له ک جارا نه ف جوړه فلم و فيديو يين به ربه لاق ډين زاروکی هاندهن کو توندوتيزی بکاربنيټ داکو بشيت کونترولنی لسهر که سين ده وروبه ر بکه ت



## نځه گهرين دهروونی و جفاکی:

نه بوونا دهروونه کي نارام ل ده ف تاکی دبته پالده ر بو نه فني ډياردی. و ديسان جفاک ژيک دبته په دابوونا پلنگ بازي، و دبته نځه گهر کو جيوای دناقبره را چيښين جفاکی دا په ډي ا ببت.

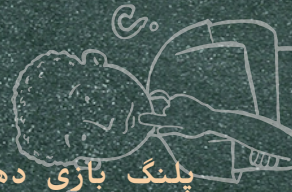


# شيوه و جوړين پلنگ بازي

1. پلنگ بازي زاره کی (ناخفتنی).
2. پلنگ بازي له شی.
3. پلنگ بازي اهه ستان (دهروونی).
4. پلنگ بازي اهه لکته روونی.

# پلنگ بازي چيه؟

پلنگ بازي دهيته پينا سه کړن کو کاودانه که زاروک يان قوتابی تيدا توشی هه ولين دووباره بين قوتان، هيرشين له شی ناخفتنی ژلاين قوتابيه کي ديشه يان کومه کا قوتابیان و پتريا جاران نه ف کاودانه رویدده ت ژلاين که سه کي به يز تر بو سه ر که سه کي ژوی لاوتر چ ژلاين له شی فه يان دهروونی فه يان هه روه وکا، و نه ف جوړه هيرشه کاریگه ريين نه ريبيين دهروونی بين دوم دريژ لپشت خو دهيلن لسهر (هه روه و لایه نا ) که سی پلنگ بازي دکه ت و که سی توش دبتي



# بوچی زاروک يان قوتابی پلنگ بازي نه نجام دده ت؟

