



علی قانعی | دبیر تاریخ، بناب

# تجربه موفق من

## تاریخ و علوم انسانی در مدارس

### مقدمه

نحوه نگرش نسبت به علوم انسانی نقش به سزایی در منزلت و جایگاه این علوم در جامعه اسلامی دارد. رشد و تعالی فرهنگ و ارزش‌ها، تکریم کرامت انسانی، تحکیم روابط خانوادگی، تقویت عزت فردی و هویت ملی در گرو پرداختن به انسان و علوم انسانی است. متأسفانه علی‌رغم اهمیتی که رشته علوم انسانی دارد مشاهده می‌شود که دانش‌آموزان مستعد کمترین رشته را برای ادامه تحصیل انتخاب می‌کنند. در مدارس، اغلب، دانش‌آموزان در صورتی که نتوانند نمره مناسبی جهت ورود به رشته‌های علوم تجربی و ریاضی فیزیک کسب کنند، وارد رشته علوم انسانی می‌شوند.

در این پژوهش چگونگی علاقه‌مند ساختن دانش‌آموزان به رشته علوم انسانی و هدایت آن‌ها به این رشته و دروس آن، از جمله درس تاریخ، مورد بررسی قرار گرفته است.

کلیدواژه‌ها: علوم انسانی، تدریس تاریخ، وسایل کمک آموزشی، انگیزه

### توصیف وضعیت موجود و تشخیص مسئله

**الف: وضعیت آموزشی:** دبیرستان نمونه ولیعصر بناب ۳۴۲ نفر دانش‌آموز دارد که تقریباً نیمی از آن‌ها در خوابگاه این مدرسه بیتوته می‌کنند. در سال ۹۲ برای اولین بار رشته علوم انسانی در این مدرسه دایر گردید، و تعداد ۲۰ نفر از دانش‌آموزان با انتخاب رشته علوم انسانی به عنوان اولین گروه این رشته به تحصیل مشغول شدند. سطح درآمد اکثر خانواده‌های دانش‌آموزان پایین‌تر از سطح متوسط بود. از لحاظ تربیتی و انضباطی و تحصیلی مشکل خاصی در این مدارس وجود ندارد و اکثر دانش‌آموزان آن به علت وضعیت خوب تحصیلی با مختصر تلاشی به دانشگاه راه پیدا می‌کنند. اکثر دبیران علاقه‌مند به تدریس در این مدرسه‌اند.

### ب: وضعیت موجود و بیان مسئله:

در اولین جلسه سال تحصیلی ۹۳-۹۲ در کلاس دوم انسانی که برای اولین بار در این



**علاوه بر مطالعه  
چند کتاب در زمینه  
تعلیم و تربیت از  
چند مقاله از مجله  
رشد آموزش تاریخ هم  
استفاده کردم**



مدرسه دایر شده بود، متوجه غیرعادی بودن وضعیت کلاس و بچه‌ها شدم. طرز چینش صندلی‌های کلاس بسیار بی‌نظم بود. سطل آشغال وارونه و قسمتی از محتویات آن پخش شده بود. دانش‌آموزان ظاهراً بسیار بی‌حوصله بودند. بعد از سلام و احوال‌پرسی و تبریک سال جدید تحصیلی، دقایقی در مورد اهمیت و جایگاه رشته علوم انسانی و درس تاریخ صحبت کردم. متوجه شدم که بعضی از بچه‌ها به من نگاه نمی‌کنند، و به سخنانم توجه نمی‌کنند. تصورم از این کلاس غیر از این بود. انتظار داشتم به دلیل تخصصی شدن درس تاریخ که با دایر کردن علوم انسانی در این مدرسه محقق شده بود، وضعیت آموزش این درس بهتر خواهد شد. و آن‌ها زرنگ‌ترین دانش‌آموزان مدرسه خواهند شد. با این حال نمی‌خواستم در موردشان عجولانه قضاوت کنم. بنابراین مسئله را زیاد جدی نگرفتم. چند جلسه رفتار آن‌ها را دقیقاً زیر نظر گرفتم. باز هم آشفتگی کلاس و وضعیت روحی بد بچه‌ها و عدم شادابی و نشاط را مشاهده کردم. ضمن صحبت‌هایی که با سایر همکاران داشتم، آن‌ها نیز از این وضعیت گله‌مند بودند. برایم خیلی مهم بود که علت این وضعیت را بدانم. البته نگرانی اصلی من وضعیت روحی بد بچه‌ها و سردرگمی آن‌ها و شکست طرح دایر کردن علوم انسانی در مدارس خاص بود. بنابراین تصمیم گرفتم بنا به وظیفه خطیر معلمی و احساس مسئولیتی که همانند همه معلمان داشتم به علت‌یابی و در صورت امکان به حل این مشکل و بهبود وضعیت کلاس و دانش‌آموزان پردازم و ذهنیت منفی و نوع نگرش آنان را به رشته علوم انسانی عوض کنم. حال سؤال این بود که: چگونه می‌توانم دانش‌آموزان را به رشته علوم انسانی و درس تاریخ علاقه‌مند کنم؟ چگونه می‌توانم احساس حقارت و ضعف را در دانش‌آموزان از بین ببرم؟ چگونه می‌توانم اعتماد به نفس آن‌ها را بالا ببرم؟

### گردآوری اطلاعات

ابتدا با مدیر مدرسه در این مورد صحبت کردم. او گفت که این بچه‌ها به دلیل معدل

پایین نمی‌توانسته‌اند، رشته‌های علوم پایه را انتخاب کنند. برایم شنیدن معدل پایین در یک مدرسه نمونه کمی عجیب بود، با اندکی بررسی فهمیدم این دانش‌آموزان جزو پذیرفته‌شدگان اصلی نبوده‌اند و در مرحله تکمیل ظرفیت به این مدرسه راه پیدا کرده‌اند. واقعیتی تلخ بود که همه تصورات اولیه‌ام را در مورد وضع تحصیلی خوب آن‌ها به هم ریخت. از معاون اجرایی مدرسه خواش کردم که اجازه دهد کارنامه خرداد سال قبل بچه‌ها را بررسی کنم و هدفم را به ایشان گفتم. با مشاهده کارنامه‌ها متوجه شدم فقط ۹ نفر از آنان قبولی خرداد هستند، میانگین نمرات هم در کل متوسط بود. از خود بچه‌ها خواستم علت این وضعیت را توضیح دهند و نظراتشان را بیان کنند. با شنیدن نظرات آن‌ها متوجه شدم که هیچ علاقه‌ای به رشته علوم انسانی و برخی دروس مانند تاریخ ندارند. به جز سه نفر بقیه اعلام کردند به ناچار این رشته را انتخاب کرده‌اند. بیشترشان نگران آینده شغلی خود بودند. و علاوه بر این از سخت بودن دروس حفظی علوم انسانی هم اعلام نگرانی می‌کردند. برایم خیلی مهم بود که بتوانم این نگرش را در آن‌ها عوض کنم و وضعیت روحی آنان را بهبود ببخشم!

با مشاور مدرسه صحبت کردم و موضوع بی‌علاقگی و بی‌انگیزگی دانش‌آموزان کلاس دوم انسانی را برای او مطرح کردم و نظراتش را جویا شدم. برخی از همکاران تخصصی رشته علوم انسانی اعلام کردند که به بنده کمک خواهند کرد. مقالات و مباحثی را که به موضوع پژوهش مرتبط بود مطالعه کردم و نهایتاً رفتم سراغ خود دانش‌آموزان که موضوع اصلی این طرح بودند. از آن‌ها درخواست کردم نظرات خود را بیان کنند و علل این بی‌حوصلگی، عدم رغبت به درس، ناامیدی، بی‌انگیزگی، سردرگمی و نبودن شور و نشاط خود را بیان کنند؛ و چون رغبتی به صحبت کردن نشان ندادند از آن‌ها خواستم نظرات خود را روی کاغذ بنویسند.

### پیشینه تحقیق

علاوه بر مطالعه چند کتاب در زمینه تعلیم و تربیت از چند مقاله از مجله رشد آموزش



تاریخ هم استفاده کردم:

مقاله خانم ناهیدقلانی چاپ شده در رشد آموزش تاریخ شماره ۲۷ با عنوان: «چگونه دانش آموزان را به درس تاریخ علاقه مند کردم؟» روش های پیشنهادی او تقریباً در کلاس من نیز امکان عملیاتی شدن داشت. مقاله خانم فریده افضلان چاپ شده در رشد آموزش تاریخ شماره ۱۹ با عنوان: «دانش آموزان و تاریخ» که بیشتر در زمینه تعالی رفتاری و شخصیتی دانش آموزان می باشد. مقاله خانم نازنین موفق چاپ شده در رشد آموزش تاریخ شماره ۴۱ با عنوان: «ایجاد انگیزه برای فراگیری بیشتر درس تاریخ» پیشنهادهای خوبی برای ایجاد انگیزه مطرح کرده است.

مقاله خانم دکتر طویلی فاضلی پور چاپ شده در رشد آموزش تاریخ شماره ۲۵ با عنوان: «ویژگی های کلاس یادگیرنده.» که سبک های روان شناختی مختلف یادگیری دانش آموزان رشته علوم انسانی را مورد بررسی قرار داده است.

و بالاخره سیاست های کلی ایجاد تحول در نظام آموزش و پرورش کشور ابلاغی ۱۳۹۲/۲/۵. مجموعه این مطالب را مطالعه و اهدافم را به دستورالعمل های این سیاست نزدیک کردم.

### تجزیه و تحلیل و تفسیر داده ها

جمع بندی اطلاعات و داده ها نشان داد که وضعیت پیش آمده از علل زیرناشی شده است:

۱. ناآشنایی با رشته علوم انسانی
۲. ذهنیت منفی نسبت به دروس حفظی علوم انسانی مانند درس تاریخ
۳. نگرانی از آینده شغلی خود
۴. روش های سنتی تدریس دروس علوم انسانی و یک نواخت بودن کلاس
۵. بی توجهی به رشته علوم انسانی در جامعه و عدم معرفی صحیح این رشته.
۶. عدم علاقه مندی به رشته علوم انسانی
۷. جایگاه ضعیف رشته علوم انسانی در جامعه

### انتخاب راه جدید به صورت موقت

با وجود اینکه دانش آموزان این کلاس از

پذیرفته شدگان اصلی آزمون ورودی مدارس نمونه نبودند و نمرات سال قبل آن ها متوسط بود، اما انتظار می رفت قرار گرفتن آن ها در جو و فضای مدرسه نمونه می توانسته انگیزه های مطالعه را در آن ها تقویت کند. اما وضع روح و روانی خاص آن ها مشکل را پیچیده می نمود. بنابراین تصمیم گرفتم ابتدا نگرش و دید آنان را نسبت به این رشته تغییر دهم و در آن ها انگیزه و امید را تقویت کنم. از مشاور مدرسه درخواست کمک کردم. لازم بود موقع تدریس درس تاریخ با استفاده از روش های نوین تدریس در بچه ها شور و شوق مطالعه و علاقه مندی ایجاد کنم. بنابراین اولین اقدام تغییر نگرش بچه ها به این رشته و درس تاریخ بود. که از طریق موارد فوق صورت گرفت.

### اجرای طرح جدی و نظارت بر آن

بعد از اینکه اطلاعات خوبی را در زمینه ایجاد انگیزه و علاقه در دانش آموزان از طریق منابع علمی و منابع اینترنتی و اساتید و مشاوران آموزشی به دست آوردم، ابتدا چیدن صندلی های کلاس را عوض کردم و به کمک بچه ها آن ها را به صورت نیم دایره چیدیم. می خواستم کلاس متفاوت از سایر کلاس ها باشد. با مطالعه مقالات مجلات رشد تاریخ و یا از طریق سایت های اینترنتی با آخرین روش های نوین تدریس تاریخ آشنا شدم. با

دانش آموزان را برای  
بازدید از مسجد  
تاریخی مهرآباد، موزه  
مردم شناسی و موزه  
سکه بناب بردم





**در طول جلسات  
برای بچه‌ها مطالبی  
را درباره جایگاه  
و اهمیت رشته  
علوم انسانی بیان  
می‌کردم. از سخنان و  
رهنمودهای بزرگان  
کشور برای توسعه  
این رشته برای ایشان  
می‌گفتم.**



مطالعه و آمادگی خوب در کلاس حاضر می‌شدم. البته این مورد کار همیشگی ام بود. چرا که مثل دکتر کیوان «اعتقاد دارم معلم تاریخ در درجه اول باید کتابخوانی منتقد باشد. معلم تاریخ باید فرهنگی باشد و فرهنگی ترین معلم کلاس‌ها باید معلم تاریخ باشد» (کیوان، رشد تاریخ، شماره ۸). در طول جلسات برای بچه‌ها مطالبی را درباره جایگاه و اهمیت رشته علوم انسانی بیان می‌کردم. از سخنان و رهنمودهای بزرگان کشور برای توسعه این رشته برای ایشان می‌گفتم. روش‌های صحیح مطالعه دروس علوم انسانی و درس تاریخ را برای ایشان توضیح می‌دادم. و از آن‌ها می‌خواستم در کلاس به توضیحاتم به دقت گوش دهند. سعی می‌کردم مطالب درس را خشک و بی حاشیه توضیح ندهم. هدفم این بود که «فضا سازی تاریخی» انجام دهم. (کیوان، همان) وقتی وارد کلاس می‌شدم بعد از سلام و احوال‌پرسی و حضور و غیاب آن‌ها با اسم کوچکشان کم‌کم آن‌ها را از فضای درس ساعت قبلی خارج و وارد فضای درس تاریخ می‌کردم. تصاویر و نقشه‌های مرتبط با درس را که قبلاً آماده کرده بودم بر روی دیوار نصب می‌کردم. ده تا بیست دقیقه مطالب درس را برای ایشان توضیح می‌دادم و در حین توضیح نکات مهم درس و برخی از واژه‌ها و اصطلاحات سخت درس را به همراه معنی‌شان بر روی تخته می‌نوشتیم. در توضیح برخی درس‌ها سعی کردم حالت بیان مطالب، زبان حماسی باشد. از خود دانش‌آموزان نیز کمک می‌گرفتم. با توجه به اینکه خودم در دوران دانش‌آموزی و دانشجویی عضو گروه تئاتر بودم، و چند دوره در کلاس‌های «فن بیان» شرکت کرده بودم، در این زمینه تخصص داشتم. حالت بیان مطالب و حرکت دست‌ها و راه رفتن را طوری تنظیم می‌کردم که بچه‌ها را مجذوب مطالب درس و تدریس کنم. تلاشم این بود که آن‌ها را به فضای تاریخی - حماسی ببرم. بچه‌ها را به چهار گروه پنج نفره تقسیم کردم. و بر هر گروه نام یکی از مشاهیر ایران را، که در کتاب تاریخ بود، نهادم و قرار گذاشتم که هر ماه نام گروه‌ها به نام مشاهیری که خودشان انتخاب می‌کردند تغییر کنند. بعد از اتمام توضیح مطالب از گروه‌ها درخواست می‌کردم خودشان سؤالات درس را استخراج کنند. به کار

گروه‌ها نظارت می‌کردم. بعد از یک فرصت ده دقیقه‌ای که به آن‌ها می‌دادم، سرگروه‌ها سؤالات را بر روی برگه‌هایی نوشته و تحویل من می‌دادند. کتاب‌هایی را مرتبط با نام مشاهیر انتخابی گروه‌ها در اختیارشان می‌گذاشتم و از آن‌ها می‌خواستم در فاصله‌ای که من سؤالات استخراج شده آن‌ها را بررسی می‌کنم کتاب را مطالعه کنند و یکی از اقدامات مهم از مشاهیر را در کلاس بازگو کنند. با هماهنگی مدیر مدرسه برنامه‌ریزی کردم و دانش‌آموزان را برای بازدید از مسجد تاریخی مهرآباد، موزه مردم‌شناسی و موزه سکه بناب بردم. بسیار از این بازدید لذت بردند. هدفم این بود که با گوشه‌هایی از تاریخ فرهنگ و تمدن کشورمان آشنا شوند. از اوایل آذرماه به آن‌ها گفتم از این به بعد در درس‌هایی خاص از لوح فشرده و نرم‌افزارهای آموزشی استفاده خواهیم کرد. مانند ایران باستان، ایرانیکا، مستند مومیایی و تاریخ جهان. بسیار احساس خوشحالی کردند. یکی از مشکلات نگارنده در این مرحله تصور نادرستی بود که بچه‌ها از کاربرد کامپیوتر در تاریخ داشتند. آن‌ها ابتدا تصور می‌کردند باید فیلم سینمایی با موضوعات تاریخی تماشا کنند. ولی با توضیحاتی که دادم به تدریج به ارزش و اهمیت نرم‌افزار پی بردند. هر چند که برخی مواقع فیلم‌های تاریخی مانند محمد رسول‌الله (ص) را که مرتبط با درس بود تماشا می‌کردیم.

## گردآوری اطلاعات

مدیر و مشاور و چند تن از همکاران رشته علوم انسانی همان مدرسه را از نتایج اقداماتم آگاه ساختم. مدیر مدرسه بعد از حضور در کلاس و شنیدن رضایت بچه‌ها و مشاهده شور و شوق آن‌ها در شورای دبیران از من تشکر کردند. دیگر وضعیت دانش‌آموزان خوب شده بود. مقایسه نمرات اوایل سال با نمرات کنونی نشانگر بهبود وضعیت آن‌ها بود. مشاور مدرسه بعد از چند جلسه‌ای که با آن‌ها برگزار کرده بود. پیشرفت تحصیلی و افزایش امید و انگیزه و اعتماد به نفس در دانش‌آموزان را در مقایسه با اوایل سال تأیید کرد. شادابی و نشاط و امیدواری در چهره‌هایشان نمایان بود. در زنگ تفریح بچه‌ها



در صحبت‌های خود با دانش‌آموزان رشته‌های ریاضی و تجربی اقدامات مشاهیر ایران و مشاغل مربوط به علوم انسانی را با غرور خاصی بازگویی کردند. در همین حال من در مرحله اول آزمون دکترا قبول شدم، فرصت خوبی برای ایجاد انگیزه بیشتر در دانش‌آموزان پیش آمده بود.

## ارزشیابی تأثیر اقدام پژوهی و تعیین اعتبار آن

در پایان نیم سال اول سال تحصیلی نمرات درس تاریخ شانزده نفر از بچه‌ها ۲۰ بود و چهار نفر هم نمراتشان بین ۱۷ و ۱۸ بود. در حالی که در هفته سوم مهرماه که امتحان کتبی گرفته بودم، آن هم از سه درس، تنها دو نفره ۲۰ گرفتند و بقیه نمرات بین ۱۲ و ۱۶ بود. (اعتباریابی از طریق نمرات) احساس رضایت مدیر و همکارانی که در آن کلاس تدریس داشتند. تأیید پیشرفت تحصیلی و رفتار آن‌ها توسط مشاور و رضایت مندی همکاران و کادر مدرسه در جلسه شورای دبیران از بهبود وضع کلاس و دانش‌آموزان موفقیت این طرح را تأیید کرد. (اعتباریابی از طرف همکاران) رضایت والدین از وضع روحی فرزندانشان و تغییر رفتار آن‌ها نشان از موفق بودن این طرح داشت (اعتباریابی از طرف اولیا) خلاصه رفتارها و نتایج اقداماتم را با یکی از اساتید روان‌شناسی در میان گذاشتم و او نیز با توجه به سخنانم و شواهدی که ارائه دادم این طرح را موفقیت‌آمیز خواند. (اعتباریابی آکادمیک). در اعتبار این مطالعه همین بس که رشته علوم انسانی در این مدرسه تثبیت شد و دانش‌آموزان با ابتکار خود تصمیم گرفتند به دانش‌آموزان پایه اول که قرار بود سال بعد به پایه دوم بروند. انتخاب این رشته را توصیه کنند.

## نتایج

۱. دانش‌آموزان ضمن آشنا شدن با رشته علوم انسانی نسبت به این رشته نگرش مثبتی پیدا کردند و از انتخاب این رشته ابراز رضایت نمودند. و دیگر در مقایسه خودشان با دانش‌آموزان علوم پایه همان مدرسه احساس ضعف و حقارت نداشتند.
۲. انگیزه، امیدواری به آینده و اعتماد به نفس در آن‌ها تقویت شد.
۳. نحوه صحیح مطالعه دروس علوم انسانی را یاد گرفتند.
۴. نگرش دانش‌آموزان به درس تاریخ و سایر دروس علوم انسانی بهتر شد.
۵. با تاریخ فرهنگ و تمدن و مشاهیر ایران آشنا شدند.
۶. یادگیری عینی و تجسمی درس تاریخ برای بچه‌ها بسیار لذت بخش گردید.
۷. شناخت مشاهیر و شخصیت‌های ملی ایران در حوزه علوم

انسانی باعث احساس لذت در درس تاریخ و درک کلی مطلب شد.

۸. فضا سازی در توضیح دروس، متناسب با همان درس، قدرت یادگیری را در دانش‌آموزان بالا برد.
۹. واگذاری بخشی از وظایف معلم به دانش‌آموزان مانند استخراج سؤالات درس، تهیه واژه‌نامه و مشارکت دادن آن‌ها در امور کلاسی باعث افزایش انگیزه آن‌ها گردید.

۱۰. رفتار دلسوزانه معلم و مهر و محبت ورزیدن به دانش‌آموزان باعث اعتقاد قلبی بچه‌ها به معلم و در نتیجه تأثیرگذاری بیشتر معلم بر دانش‌آموزان شد.

۱۱. آشنایی دانش‌آموزان با مشاهیر و شخصیت‌های ملی رشته علوم انسانی باعث ایجاد انگیزه و احساس غرور در آن‌ها گردید.

## منابع

۱. ابرانی و بختیاری، یوسف و ابوالفضل؛ روش تحقیق عملی، تهران: لوح زرین. (۱۳۸۶)
۲. باتزا، پرمودا؛ اندیشه‌های خردمندانه برای دگرگونی و موفقیت، ترجمه پیونه بازرگان، تهران: فروری. (۱۳۸۶)
۳. بصیری، حسن؛ نگاهی به واقعیت‌ها، تقابل احساس و اندیشه، رشد آموزش راهنمایی، دوره ۱۲. (۱۳۸۶)
۴. تقی‌پور، ظهیرعلی؛ مقدمه‌ای بر برنامه‌ریزی آموزشی، تهران: آگاه. (۱۳۷۱)
۵. جوانمرد، غلامحسین؛ هشیاری و مغز، تهران: ساوالان. (۱۳۷۱)
۶. دلاور، علی؛ روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی، تهران: نشر ویرایش، (۱۳۷۹)
۷. فونتاننا، دیوید؛ روان‌شناسی در خدمت معلمان (شخصیت و اخلاق)، ترجمه صغری ابراهیمی قوام، تهران: منادی تربیت. (۱۳۸۲)
۸. قاسمی پویا، اقبال؛ راهنمای عملی پژوهش در عمل، تهران: پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش، (۱۳۸۹)
۹. عصار، علی‌رضا؛ نوجوانان و جوانان ایرانی، بیم‌ها و امیدها، ماه‌نامه آموزش و تربیت بیوند، شماره ۲۶۱. (۱۳۸۰)
۱۰. سیف، علی‌اکبر؛ روان‌شناسی پرورشی نوین، (روان‌شناسی یادگیری و آموزش)، تهران: آگاه. (۱۳۸۰)
۱۱. شریعتمداری، علی؛ اصول تعلیم و تربیت، تهران: دانشگاه تهران. (۱۳۷۷)
۱۲. لطف‌آبادی، حسن؛ روان‌شناسی رشد، نوجوانی، جوانی، بزرگ‌سالی، تهران، سمت. (۱۳۸۱)
۱۳. رسولی، عیسی، طرح اقدام پژوهی، (۱۳۸۲)
۱۴. مجله رشد آموزش تاریخ، شماره‌های ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲۲، ۱۱۲۳، ۱۱۲۴، ۱۱۲۵، ۱۱۲۶، ۱۱۲۷، ۱۱۲۸، ۱۱۲۹، ۱۱۳۰، ۱۱۳۱، ۱۱۳۲، ۱۱۳۳، ۱۱۳۴، ۱۱۳۵، ۱۱۳۶، ۱۱۳۷، ۱۱۳۸، ۱۱۳۹، ۱۱۴۰، ۱۱۴۱، ۱۱۴۲، ۱۱۴۳، ۱۱۴۴، ۱۱۴۵، ۱۱۴۶، ۱۱۴۷، ۱۱۴۸، ۱۱۴۹، ۱۱۵۰، ۱۱۵۱، ۱۱۵۲، ۱۱۵۳، ۱۱۵۴، ۱۱۵۵، ۱۱۵۶، ۱۱۵۷، ۱۱۵۸، ۱۱۵۹، ۱۱۶۰، ۱۱۶۱، ۱۱۶۲، ۱۱۶۳، ۱۱۶۴، ۱۱۶۵، ۱۱۶۶، ۱۱۶۷، ۱۱۶۸، ۱۱۶۹، ۱۱۷۰، ۱۱۷۱، ۱۱۷۲، ۱۱۷۳، ۱۱۷۴، ۱۱۷۵، ۱۱۷۶، ۱۱۷۷، ۱۱۷۸، ۱۱۷۹، ۱۱۸۰، ۱۱۸۱، ۱۱۸۲، ۱۱۸۳، ۱۱۸۴، ۱۱۸۵، ۱۱۸۶، ۱۱۸۷، ۱۱۸۸، ۱۱۸۹، ۱۱۹۰، ۱۱۹۱، ۱۱۹۲، ۱۱۹۳، ۱۱۹۴، ۱۱۹۵، ۱۱۹۶، ۱۱۹۷، ۱۱۹۸، ۱۱۹۹، ۱۲۰۰، ۱۲۰۱، ۱۲۰۲، ۱۲۰۳، ۱۲۰۴، ۱۲۰۵، ۱۲۰۶، ۱۲۰۷، ۱۲۰۸، ۱۲۰۹، ۱۲۱۰، ۱۲۱۱، ۱۲۱۲، ۱۲۱۳، ۱۲۱۴، ۱۲۱۵، ۱۲۱۶، ۱۲۱۷، ۱۲۱۸، ۱۲۱۹، ۱۲۲۰، ۱۲۲۱، ۱۲۲۲، ۱۲۲۳، ۱۲۲۴، ۱۲۲۵، ۱۲۲۶، ۱۲۲۷، ۱۲۲۸، ۱۲۲۹، ۱۲۳۰، ۱۲۳۱، ۱۲۳۲، ۱۲۳۳، ۱۲۳۴، ۱۲۳۵، ۱۲۳۶، ۱۲۳۷، ۱۲۳۸، ۱۲۳۹، ۱۲۴۰، ۱۲۴۱، ۱۲۴۲، ۱۲۴۳، ۱۲۴۴، ۱۲۴۵، ۱۲۴۶، ۱۲۴۷، ۱۲۴۸، ۱۲۴۹، ۱۲۵۰، ۱۲۵۱، ۱۲۵۲، ۱۲۵۳، ۱۲۵۴، ۱۲۵۵، ۱۲۵۶، ۱۲۵۷، ۱۲۵۸، ۱۲۵۹، ۱۲۶۰، ۱۲۶۱، ۱۲۶۲، ۱۲۶۳، ۱۲۶۴، ۱۲۶۵، ۱۲۶۶، ۱۲۶۷، ۱۲۶۸، ۱۲۶۹، ۱۲۷۰، ۱۲۷۱، ۱۲۷۲، ۱۲۷۳، ۱۲۷۴، ۱۲۷۵، ۱۲۷۶، ۱۲۷۷، ۱۲۷۸، ۱۲۷۹، ۱۲۸۰، ۱۲۸۱، ۱۲۸۲، ۱۲۸۳، ۱۲۸۴، ۱۲۸۵، ۱۲۸۶، ۱۲۸