

تمرین باجنبه بودن

دقت کردین با بعضی هانمیشه حرف زد؟ کافیه به انتقاد کوچولو از شون بکنی تا سریع شروع کنن به شلوغ کاری و دفاع کردن از خودشون انگار که نتو دادگی، محکوم شدن. قاعده (در باره مشکلات حرف بز) استثنائا در باره این آدم‌ها جواب نمیده؛ هر باز خوردی رو توهین و بی انصافی قلمداد می کنن؛ در نتیجه، مشکل حل کنه نمیشه هیچ، یک چیزی هم بد هکار شون میشی و اون وقت توهستی که باید به خاطر کار نکرده از شون عذر خواهی کنی. ارتباط برقرار کردن با این آدم‌ها کار آسونی نیست ولی کار راحت اینه که خودمون جزو این گروه نباشیم. آدم‌های بی منطق انتقادناپذیر همیشه طلب کار، دایم تنش ایجاد می کنن؛ برای این که آروم باشیم و حال خودمون و بقیه رو بد نکنیم، بهترین کار اینه تا جای ممکن از این آدم‌ها فاصله بگیریم؛ قدم بعدی اینه که وقتی تشخیص دادیم این خلصت خوبی نیست، سعی کنیم توی خودمون از بین بیریمش. چطور؟ کافیه بدو نیم هر ایراد و انتقاد و پیشنه‌های، شخصیت مارو هدف نگرفته؛ طرف مقابل فقط دلش می‌خواد، رابطه اش رو با ما بهبود بخشه و مشکلات رو بدون در دسر حل کنه. وقتی کسی پیش خودش آدم محتر میه‌واز خودش، رضایت داره و حالش با خودش بد نیست، می‌تونه بین نقد دوستانه و مخرب، تفاوت قائل بشه و مدام فکر نکنه در معرض توهین و بی احترامی قرار گرفته. به همین راحتی!

گپ و گفت با حال و خواندنی با چند کبدی کار قهرمان نوجوان

بازی محلی، ورزش جهانی

مهین ساعدی | روزنامه نگار



هیچ چیز در دنیای منی توالد مثل بازی و ورزش هیچان انگیز باشد، حالا فکر کنید رشته‌ای وجود داشته باشد که هم ورزش و مهارت باشد، هم بازی و خوش گذرانی. «کبدی»، همان ورزش رو بایی است که همه‌ای ها را با هم دارد. این

ورزشی برای دوست داشتن آدم‌ها

از شدت عشق و علاقه «زهر اعبادی» به رشته اش هر چه بگویم، کم است. خودش توضیح می دهد: «من عاشق کبدی ام، چون به من همدلی و دوست داشتن آدم‌ها را یاد داد. از کلاس چهارم دبستان ورزش می‌کنم اما دو سالی هست که به صورت حرفه‌ای کبدی کار می‌کنم و به خاطر وجود مسئولان هیئت و مربی خوبی که داریم، روز به روز بیشتر عاشق‌اش می‌شوم. کبدی یک بازی چندوجهی مهیج و تقریبا شبیه «راگبی» است. من برای این رشته خیلی سختی کشیدم چون خانواده‌ام در ابتدا راضی نبودند، یک سال و نیم سختی کشیدم و بالا رده وقتی به تیم ملی دعوت شدم، آن‌ها هم راضی شدند.

حالا با خیال راحت به ورزش مسورد علاقه‌ام می‌پر دارم. روزهای اول خانواده‌ام به من می‌گفتند آخر این چه جور رشته‌ای است! من همان موقع به خودم قول دادم تمام تلاشم را به کار بگیرم و حالا این نتیجه‌اش است که خانواده به من اقتضار خدا را شکر راضی‌ام!»

تجربه‌های بند انگشتی

اسپیکر بسازی

بازار، پر است از اسپیکرهای رنگارنگ و متنوع اما بهترین‌های شان هم به پای اسپیکری که خودت درست می کنی، نمی‌رسند؛ چون برای ساختنش زحمت می‌کشی و کلی خلاقیت خرج می کنی. یک قوطی خالی نوشابه، هندز فری، میخ و چکش همه چیزهایی است که برای درست کردن اسپیکر ت لازم داری.



قوطی را خالی کن، داخلش را خوب بشوی و کاملا خشک کن. سپس بودن قوطی، ممکن است به هندز فری آسیب بزند. بعد با میخ و چکش، ته قوطی چند تا سوراخ پراکنده ایجاد کن. می‌دام خودت از پشش برمی آیی اما در این مرحله چکش کاری، اگر از یک نفر کمک بگیری خیالت راحت تر است.

کمیک



• در درس فوآندن افراد نکلید



• در شومی کردن مد و اندازه نگه دارید



• بازی را زیادی هدی نگیرید



• در کمک کردن هم زیاده روی نکلید



دوستان خوب

نوجوانان، سلام! حال تون چطوره؟ نتیجه درخشان کاروان خیلی خوبیم. یک دلیش، نتیجه درخشان کاروان ورزشی کشورمون در بازی های پار آسیایی جا کار آوردند. تیم های ملی ایران، در چندین رشته کلی مدال به دست آوردند. چیزی که باعث شد همه ما بهشون افتخار کنیم و یادمون بمونه آدم وقتی دلش بخواد به هدفی دست پیدا کنه، هیچ چیزی جلودارش نیست. دمو ورزشکارهای پار آسیایی مون و همه کسانی که با انگیزه و قدرت، رویاها و آرزوهاشون رو دنبال می کنن، گرم جانانه، امیدوار به بزودی خبر موفقیت های بزرگ دوست های نوجوونش رو بشنوه.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

رشته با منشأ بومی و محلی، تاریخچه دور و درازی داره؛ با این که چند سالی است که به صورت جدی وارد شاخه های ورزشی شده اما همیشه در کشور های آسیایی مثل ایران و هند و پاکستان طرفدار داشته است. دو تیم ۱۲ نفره (هفت نفر توی زمین و پنج نفر، رزرو) در دو نیمه ۲۰ دقیقه ای نفس گیر، در حالی که مرتباً عبارت «کبدی کبدی» را تکرار می کنند، با انجام حرکات حمله و دفاع و جابه جایی باید بتوانند با لمس یا گرفتن یار تیم مقابل

تورفرز با نفر ما یید کبدی!

«آیناز فرزانه فر» سرماخورده بود اما طوری برای بازی هیجان داشت که فقط از یک ورزشکار واقعی و اصیل برمی آید. آیناز درباره رشته اش می گوید: «کبدی شاید در نگاه اول یک بازی شبیه همان زو باشد اما واقعیت این است که این رشته گروهی کلی شور و انرژی به شما منتقل می کند، جوان کاملاً دوستانه و صمیمی است؛ چون چیزی که باعث موفقیت در این رشته می شود، همدلی و همکاری است. کبدی، ورزشی مخصوص چابک ها و با نشاط هاست. من هم مثل بچه ها و احتمالاً مثل خیلی های دیگر، اوایل که به واسطه معلم ورزش مان با این رشته آشنایی پیدا کردم، با مخالفت مواجه شدم. پدرم اصلاً موافق این رشته نبود اما خدا را شکر کم کم راضی شد و حالا همه چیز خوب است.»



آثار شما



چند طرح

این خودکار
شبها
برای چشم های تو
خون گریه می کند
بر روی این کاغذ های پاره پاره!

این شعر
از ژرفای وجودم
به بیرون فوران کرده است
نگاه کن!
واژه های پرند
دسته دسته کوچ می کنند
به جایی سرسبز!

چشمات
دستانت
اصلاً خودت!
دورترین فاصله ها
را با من داشت
مثل همین خانه و بیرهو!

شاعر: حسین بازپور، ۱۷ ساله

شما هم اگر دستی به قلم دارید، شعرا، یادداشت ها و داستان های تان را برای جوانه بفرستید تا با نام و عکس خودتان در جوانه چاپ شود.



آر ش ۱۶ ساله
میگه: «حال خوب یعنی دوستان خوبی داشته باشی و یک روز تعطیل با آن ها لحظه های خوب و شادای را بگذرانی.»

دریچه

پرنندگان چطور به «کریستف کلمب» در کشف آمریکا کمک کردند؟



فصل پاییز وقت مهاجرت پرنندگان است. در این فصل پرنندگان به سمت جنوب حرکت می کنند؛ اما آیا می دانید آن ها چطور مسیر خود را پیدا می کنند؟ همه مامی دانیم حیوانات و پرنندگان در بعضی جنبه ها حواس قوی تری از ما دارند. این حواس قوی در جهت یابی هم به کمک شان می آید. پرنندگان می توانند میدان های مغناطیسی اطراف کره زمین را تشخیص دهند. دانشمندان معتقدند به احتمال قوی، همین حساسیت پرنندگان درباره میدان های مغناطیسی است که در به کمک شان می آید. پرنندگان می توانند میدان های

اما شاید برسید این موضوع چه ربطی به کریستف کلمب و قاره آمریکا دارد؟ وقتی کریستف کلمب در سال ۱۴۹۲ میلادی نزدیک قاره آمریکا شد، دسته بزرگی از پرنندگان مهاجر را در آسمان مشاهده کرد که به طرف جنوب غرب در حال پرواز هستند. او از جهت پرواز پرنندگان متوجه شد آن ها به خشکی نزدیک شده اند؛ بنابراین جهت حرکت خود را به سمت جنوب غرب تغییر داد و در مسیر پرواز پرنندگان قرار گرفت. این همراهی او با پرنندگان باعث شد به جای ساحل «فلوریدا» در «هاهاما» پیاده شود و این زمینه ساز کشف قاره آمریکا شد.

چه خبر؟

محققان به دنبال راهی برای آپلود اطلاعات در مغز



دنیا یی ر تصویر کنید که برای یادگیری نیاز به صرف وقت ندارید و فقط کافی است همه اطلاعات مورد نیاز را به مغز خود آپلود کنید، دقیقاً شبیه فیلم های علمی و تخیلی. به تازگی دانشمندان راهی تازه برای انجام این کار یعنی آپلود کردن اطلاعات به مغز انسان یافته اند؛ به گفته آن ها این روش به اندازه به خواب رفتن ساده و بدون درد است. دانشمندان که در «HRL information and system sciences laboratory» واقع در کالیفرنیا فعالیت می کنند، قصد دارند به وسیله روش های الکتریکی مغز انسان را برای یادگیری تحریک کنند. این روش با استفاده از کلاه ویژه انجام می شود که روی سر قرار می گیرد.

سریع ترین خودروی جهان را بشناسید

توربیناتور ۲ (Turbinator)، سریع ترین خودروی جهان با انتقال قدرت پیشرانه به چرخ هاست؛ توربیناتور که در زمان ۸ ثانیه با کمک سیستم کنترل کشش ۱/۶ کیلومتر سطح نمکی را طی می کند، با استفاده از ترمز بادی متوقف می شود. این خودروی قدرتمند، در جدیدترین آزمایش نهایت سرعت پس از گذشت دو دقیقه و ۱۹ ثانیه و طی کردن ۱۲/۵ کیلومتر، به سرعت ۸۱۰ کیلومتر بر ساعت رسید. باید توجه داشت این سرعت با خودرویی که از سیستم انتقال قدرت پیشرانه به چرخ استفاده می کند، ثبت شده است. پیشرانه این خودرو، توربین گازی با قدرت ۵۰۰۰ اسب بخار است. تمام این قدرت به هر چهار چرخ خودرو با طول ۱۱ متر و وزن ۲۲۴۵ کیلوگرم منتقل می شود.

معرفی بازی

معمای ساختمان مخروبه



نام بازی: ۴۱۱۴۸
سازنده: مهدی فتایی
حجم: ۱۹ مگابایت
۴۱۱۴۸، یک بازی اپیزودیک از خانواده بازی های معمایی و ماجراجویانه و البته ترسناک است. ماجرا با به هوش آمدن پسر جوانی در یک ساختمان متروک و مخروبه شروع می شود. پسر، گذشته خودش را فراموش کرده است و حتی اسمش را هم به یاد نمی آورد. نشانه ها، سقف منفرجه شده تالار و سردری که از ضربه خوردن به سر پسر حکایت می کند، می گوید در زمان بیهوشی پسر، اتفاقاتی غیر عادی رخ داده است اما چه اتفاقاتی؟ او در این ساختمان چه کار می کند؟ چطور می تواند از این جا خلاص شود؟ با تحقیق و گشت و زنی پسر برای جواب دادن به این سوال هاست که بازی وظیفه شما به عنوان گیرم شروع می شود. مکان های مخفی و شخصیت های عجیب و اتفاقی های ترسناک و رازآلود، چیزهایی است که در ۴۱۱۴۸ با آن مواجه خواهید شد و همین هاست که بازی را هیجان انگیز می کند. شما با استفاده از راهنمایی نوشتاری و باز کردن گر معماها باید به پسر کمک کنید گذشته اش را به یاد بیآور و دواموریتش را انجام بدهد. نورپردازی اصولی و صداگذاری دقیق، شمارا با جریان قصه و حال و هوای بازی به خوبی همراه می کند. ۴۱۱۴۸، نه فقط در بین بازی های ایرانی جایگاه قابل قبولی دارد که در سطح جهانی هم، می شود. رویش حساب کرده؛ این بازی به زبان انگلیسی ترجمه و در گوگل پلی، عرضه شده است. اگر دلتان برای کمی هیجان تنگ شده است و دوست دارید حواس جمعی تان را محک بزنید و اندروید گوشی تان هم چهار به بالاست، ۴۱۱۴۸، را دانلود کنید.



زندگی سلام
پنجشنبه
۲۶ مهر ۱۳۹۷
شماره ۵۱۱۶

جوانه
پنجشنبه ها بخوانید