

## تعطیلات در خانه

بعضی ها، نوروز سفر می کنن و بعضی ها سفر رفتن در روز های شلوغ رو دوست ندارن. بعضی ها هر روز مهمون دارن یا مهمونی میرن و بعضی هادر شهری دور از فامیل و آشنای ندگی می کنن. شما جزو کدام دسته اید؟ اگر قراره خونه بمونیدو کاری هم برای انجام دادن ندارید، اصلا بد به دل تون راه ندین. کی گفته تو خونه خوش نمی گذره؟ کمی خلاق باشید و استراحت کردن رو با زیاد خوابیدن اشتباه نگیرید. تا لنگ ظهر خوابیدن یعنی افتادن تو سیکل کسالت و بی حوصلگی. بعد سیزده به در میاد و می بینین اصلا تفریح نکردین چون به خاطر خواب زیاد، دل و دماغ هیچ کاری نداشتین. به خودتون اجازه بدین صبح هایکی، دوساعت دیر تر از روال معمول بیدار بشید. بعد دست به کار بشید. نوبتی، خودتون رو به صبحانه هایی که هیچ وقت فرصت درست کردن شون رو نداشتید چون همیشه دیرتون می شده، مهمون کنید. تا موقع ناهار به جای کز کردن گوشه اتاق، خودتون رو با بازی و مسابقه سرگرم کنید. چند تا آهنگ آشنایی کنید؛ بعد از کمی گوش دادن، آهنگ رو قطع کنید تا ببینید کی می تونه بقیه آهنگ رو از حفظ بخونه. می تونید کلی از این بازی ها طراحی کنید. از هوای خوب بعد از ظهر ها غافل نشید؛ به پیاده روی خانوادگی در شهر که برای مدتی از دود و شلوغی دوره یا به ار دوی کتکچاوانه به جاهایی از شهر که هیچ وقت ندیدین شون، حال تون رو جامیاره.



گفتوگوبا دونده نوجوان چاپهاری که با پای برهنه، تا یک قدمی رکورد دنیا رفت

## «یوسین بولت» ما!

کنند؛ آن هم بدون آمادگی قبلی و با پای برهنه. ماجرا وقتی جالب تر می شود که بدانیم رکورد دوی ۶۰ متر دنیا در اختیار یک دونده آمریکایی با زمان ۶/۳۹ ثانیه است. البته رکورد محمد چون در یک برنامه رسمی نبوده هیچ جا ثبت نشده است. ما در آخرین جوانه سال ۹۷ سراغ محمد رفیقم و درباره کار خفن و استعداد عجیبش با هم گپ زدیم.

تمرین کردن، انگیزه پیدا کنم. تا قبل از این اصلا فکر نمی کردم روزی برسد که با دودین معروف بشوم. یعنی اصلا خودم را یک دونده نمی دانستم اما حالا مطمئنم که در رشته دو میدانی، می توانم با سرعت زیاد به سمت هدف هایم بروم و به رویا هایم برسم.»

##### استعدادهای پنهان بچه های سیستان و بلوچستان

حالا که صحبت به مربی و استعداد رسید، از محمد می پرسم دودین یک استعداد ذاتی تکنیک دارد؟ می گوید: «خیلی با فکر می کنند دودین یک استعداد ذاتی است و در این ورزش هیچ چیزی برای یاد گرفتن وجود ندار اما این طور نیست. دودمیدانی هم مثل همه ورزش های دیگر تکنیک هایی دارد که یک دونده باید یاد بگیرد. به نظر من موفقیت در این رشته تا حدودی ذاتی است اما آموزش هم مهم است؛ مثلا دونده باید یاد بگیرد چطور دست و پا هایش را حرکت بدهد تا سرعت بیشتری داشته باشد. خب حالا این استعداد وجود دار اما من نمی دانم برای پرورشش باید چه کار کنم. این شرایط فقط برای من نیست. بچه های سیستان و بلوچستان مثل بچه های استان های دیگر در کارهایی استعداد دارند اما خیلی دیده نمی شوند. بنابراین شاید ندانند چطور می توانند خودشان را به مسئولان یا سازمان های حمایت کننده معرفی کنند و در بعضی از موارد هم فکر می کنند انجام چنین کارهایی بیهوده است و آن را هامی کنند. این طوری استعداد هایمان حیف می شوند».
سازان پرکان نوجوان سیستانی با استعداد دیگری که با پشتک زدن معروف شد، هم مدرسه ای محمد است و مادر جوانه هفته پیش با او گفتوگو کردیم.

«دونده جاما نیکی دوی سرعت و سریع ترین انسان جهان

بازار شب عید هم گرچه گیج ولی داغ است. مغازه ها و بهترین های شان را عوض کرده اند ولی روی شیشه های شان هنوز «تخفیف ویژه» به چشم می خورد. هر بار که بیرون می روی یک نفر بالای پل هوایی دارد تبلیغات را عوض می کند. تابلوها شسته می شوند، رنگ سبز و سفید جدول های کنار خیابان تازه می شود. توی باغچه ها گل های سفید و بنفش کاشته می شود. همه دنبال تقویم سال جدیدند و لحظه دقیق سال تحویل. در خانه مادر بزرگ یک ظرف کوچک سبزه است که رویش پارچه کشیده شده. شکوفه هایی که روی ساقه درخت جا خوش کرده اند انگار به سال می گویند تو حق سرد سرد گرم شدن نداری باید تحویل بشوی. پستت را تحویل بده، بهار پشت در است.



ویدئوی دودین محمد را با اسکن کردن این کد، ببینید.



بعضی ها، نوروز سفر می کنن و بعضی ها سفر رفتن در روز های شلوغ رو دوست ندارن. بعضی ها هر روز مهمون دارن یا مهمونی میرن و بعضی هادر شهری دور از فامیل و آشنای ندگی می کنن. شما جزو کدام دسته اید؟ اگر قراره خونه بمونیدو کاری هم برای انجام دادن ندارید، اصلا بد به دل تون راه ندین. کی گفته تو خونه خوش نمی گذره؟ کمی خلاق باشید و استراحت کردن رو با زیاد خوابیدن اشتباه نگیرید. تا لنگ ظهر خوابیدن یعنی افتادن تو سیکل کسالت و بی حوصلگی. بعد سیزده به در میاد و می بینین اصلا تفریح نکردین چون به خاطر خواب زیاد، دل و دماغ هیچ کاری نداشتین. به خودتون اجازه بدین صبح هایکی، دوساعت دیر تر از روال معمول بیدار بشید. بعد دست به کار بشید. نوبتی، خودتون رو به صبحانه هایی که هیچ وقت فرصت درست کردن شون رو نداشتید چون همیشه دیرتون می شده، مهمون کنید. تا موقع ناهار به جای کز کردن گوشه اتاق، خودتون رو با بازی و مسابقه سرگرم کنید. چند تا آهنگ آشنایی کنید؛ بعد از کمی گوش دادن، آهنگ رو قطع کنید تا ببینید کی می تونه بقیه آهنگ رو از حفظ بخونه. می تونید کلی از این بازی ها طراحی کنید. از هوای خوب بعد از ظهر ها غافل نشید؛ به پیاده روی خانوادگی در شهر که برای مدتی از دود و شلوغی دوره یا به ار دوی کتکچاوانه به جاهایی از شهر که هیچ وقت ندیدین شون، حال تون رو جامیاره.

##### معرفی سرگرمی

ماجر اجویی کاغذی و مجازی

اگر مخاطب پرو پاقرص جوانه باشید، حتما می دانید که این هفته نوبت ستون «مینی پرونده» است. حالا چی شده که قاعده همیشگی را برهم زدیم و از مینی پرونده خبری نیست؟ فکر کردیم چون نوروز نزدیک است، یک بازی باحال و یک کتاب خوب معرفی کنیم تا در تعطیلات سرگرم باشید.

##### هم بازی، هم آموزش

**نام بازی:** Alphabear2: English word puzzle

**سازنده:** SpryFox LLC

**حجم:** ۹۶ مگابایت



«Alphabear» از خانواده بازی های پازلی و آموزشی است و برای کسانی که دوست دارند بدون خسته شدن زبان انگلیسی شان را تقویت کنند، پیشنهاد بدی نیست. در این بازی، باید با انتخاب کردن حروف مجاور، کلمه های معنی دار بسازید؛ به این راحتی هم نیست البته. کلمه های کوتاه و آسان دو، سه حرفی چندان به کارتان نمی آیند، لازم است دنبال واژه های طولانی تر و سخت تری بگردید. حروف، در خانه هایی قرار گرفته اند و در هر خانه، یک شمارشگر وجود دارد. هر بار که از حرف های موجود برای ساختن کلمه جدید خود استفاده نمی کنید، این شمارشگر کم می شود. حواس تان جمع باشد که اگر شمارشگر حرفی به آخر برسد و هنوز از آن استفاده نکرده باشید، آن خانه یخ می زند و به در دسر می افتد. در هر مرحله از بازی، چند تایی خرس پیدا می کنید. کلکسیون خرس ها که پرو پیمان شد، می توانید با آن ها زمان هر مرحله را افزایش بدهید، امتیاز های تان را چند برابر کنید و صفحه بازی را تغییر بدهید. این پازل کلمات، قرار است دامنه لغات شما را گسترش بدهد؛ پس همان اول کاری از سختی بازی ناامید نشوید. البته توقع هم نداشته باشید که این بازی از انگلیسی خواندن در مدرسه و کلاس زبان، بی نیازتان کند. فقط قرار است سرگرم شوید و ذهن تان را به کار بیندازید. Alphabear، برای هر دو سیستم عامل اندروید و آی او اس طراحی شده است.

##### رویای قهرمان دریاها

**نام کتاب:** ماجراجوی جوان

**نویسنده، مترجم:** ژاک سرون، محمد قاضی

**ناشر:** کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

«ژاواو»، قهرمان قصه ماجراجوی جوان، اولین بار در ۹ سالگی به مدرسه می رود. فقر خانواده ژاواو، باعث شده است او از درس و مدرسه عقب بماند. وقتی هم که بالاخره سر از مدرسه در می آورد، با مسخره شدن ها و بد رفتاری های همکلاسی هایش مواجه می شود. در این فضای ناراحت کننده، شنیدن یک کلمه امیدبخش می تواند اوضاع را تغییر بدهد؛ معلم ژاواو، او را ماجراجو صدا می کند. خب چی از این بهتر؟ ژاواو هم در رویاها و آرزو هایش خود را ناخدای کشتی بزرگی می بیند که شجاعانه از دریا های تاریک عبور می کند. ماجراجوی جوان که دلش می خواهد روزی قهرمان دریاها شود با پسرک خانواده ثروتمندی آشنا می شود. این دوستی مسیر زندگی ژاواو را عوض می کند؛ آن دو، ژاواو و میگل، پی می برند که می شود از تاریکی ها گذر کرد و به سرزمین روشنی و امید پا گذاشت اما چطور؟ حرف زدن درباره این چیز ها خیلی ساده است ولی از عهده هر کسی بر نمی آید. ژاواو و میگل، چطور ی قهرمان زندگی خودشان می شوند؟

### ۹۷ خود را چگونه گذرانید؟

می گذرانید

ایده و اجرا: صابری - مرادی

نظرتون راجع به سال ۹۷ چیه؟

تو سینما به کم از «هزارابا» و «فتنه کار» و «قانون مهری» شوخی ۱۸+ یاد گرفتیم و هشم و گوشمون باز شد

با تماشای فندوانه یاد گرفتیم با تقلید صدای مگس و کلاغ می شه هزمنند و گمدین شد

افلاس مفتلاس هم که همیشه هست. نمک زدگیه!

عوضش دلار ۸ هزار تومن ارزون شد. ۲۰ بود شد ۱۲. هرا این هیزهای مثبت (و نه کمین؟)

راست می گه! منی مون تماشای تلوزیون با ارسال ستاره فلان مربع می تونیم برنده کلی عایزه بشیم در مالی که قبلا نپوهمون ها فقط شبکه ۴ الهی قمشه ای می دیدن

بنظر من تلخ ترین اتفاق سال ۹۷، درگذشت مرضی پاشایی، هادی نورهی، استیو مایر، استیون هاپکینک و ویلیام شگسپییر بود

تو هیتل اکه از بافت افلاحتی به زاین و جواهرای همیشگی و شستسن کنه ها تو استادیوم ها بگذریم. سال غیلی غویی بود

من می شوام برم هلندا فن پیچ برای سمر قریشی برنم و توش عکس های انلار شاکردوست رو بخارم تا پنجم خالپر هذب کنه. تبلیغ بگورم و بکونم پیچ آزاده صمدی رو بخرم

من می شوام کمتر تلوزیون بینم. وون تماشای تلوزیون واقعا به مدیریت فلانی آدم نظمه می رزه و از فلانی علقب می مونم. همین طور از بانی های رایانه ای. همین طور بلای موبایل!

من می شوام زمان «برادران کارامازوف» رو بشنم و بخش های جالبش رو جدا کنم به عنوان سمن بزرگان با اسم مسین پنامه بخارم تو گروه خامیلیمون

من دوست ندارم مثل دوست هام که دوست دارن با موباشون شما رو بر کار بزارن تا دوست هامشون بفندن. موباش چدم.

ایشللا اکه آبهی مونم به عباس آقا بعله بگه. برنامه من اینه که برنامه ها رنگ اول ورزش داشته باشیم

برنامه من ره مدرسه معلوم می کنه ولی فکر کنم شنبه ها رنگ اول ورزش داشته باشیم

برنامه من اینه که اکه آبهی مونم به عباس آقا بعله بگه. برنامه من اینه که برنامه ها رنگ اول ورزش داشته باشیم

برنامه من اینه که اکه آبهی مونم به عباس آقا بعله بگه. برنامه من اینه که برنامه ها رنگ اول ورزش داشته باشیم