

زندگی، درک همین اکنون است...

سلام. اینجا «جوانه»، صفحه‌ای ویژه نوجوانان باحال و پرنرژی! حرف‌های ما رو دنبال کنید و باهامون حرف بزنید.
تلفن ما: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰
شماره پیامک ما: ۰۹۹۹۲۰۰
و آدرس تلگرامی مون: @zendegisalam

#حال خوب

حال خوب یعنی توکل به خدای مهربونی که حواسش هست و هوامون رو داره!



تصویر ساز: مریم سادات منصوری

PV! بلوغ، دوره تحولات اساسی

سمانه علویان، مشاور

سال‌های بلوغ، سال‌های رشد همه جانبه است. نه فقط رشد جسمی و جنسی، بلکه رشد روحی، روانی، عاطفی، هیجانی، شناختی، اجتماعی و از همه مهم‌تر، عقلانی! در دختران، معمولاً از ۱۰ یا ۱۲ سالگی و در پسران، از ۱۳ سالگی بلوغ شروع می‌شود و تا ۱۸ یا ۲۰ سالگی ادامه دارد.

در سن بلوغ و سنین نوجوانی، کل وجود شخص متحول می‌شود و در تمام زمینه‌های فیزیولوژیک و روحی، دچار تغییرات بنیادین می‌شود. البته این تغییرات یک شبه و با هم اتفاق نمی‌افتد و در آدم‌های مختلف به شکل‌های گوناگون بروز می‌کند.

اولین نشانه‌های بلوغ، جسمی و ظاهری است اما بیشتر تغییرات در ذهن شما نوجوانان شکل می‌گیرد. البته که منشأ بیشتر این تغییرات، ترشح هورمون‌های شیمیایی است که خودش را در جسم یا رفتار نشان می‌دهد. تحریک پذیری و حساس شدن، احساس بزرگسال بودن، نیاز به تنهایی و استقلال، خودشکوفایی، جست و جوی هویت، بررسی فلسفه وجود، بازبینی اعتقادات، خلاقیت و خودشکوفایی و... همه از جمله تغییرات بلوغ است.

نیازهای جدید

در سنین نوجوانی، یک سری نیازهای جدید در فرد شکل می‌گیرد. اگر جدید هم نیست و از کودکی وجود داشته، حداقل با جنس و عمق تازه بروز می‌کند. مثلاً نیاز به دیده شدن، مورد توجه بودن، محبت دیدن و محبت کردن، مورد قدر دانی قرار گرفتن، نوازش شدن،



با دو نوجوان پژوهشگر آشنا شوید

نگهبانان آب!

الیه توانا- همه

ما می‌دانیم که وضعیت آب بحرانی است. بعضی‌ها فقط نق می‌زنند، بعضی‌ها مصرفشان را اصلاح می‌کنند و دیگران را هم به صرفه جویی تشویق می‌کنند، بعضی‌ها هم کاری می‌کنند کارستان! مثل کیانا حیدری و بهار محدث؛ که وقتی رئیس جمهور در سال ۹۳، بحران آب را در پرسش مهر مطرح می‌کند، می‌روند دنبال مطالعه و پژوهش؛ یک وسیله ساده، اما به در بخور می‌سازند و در جشنواره نوجوان خوارزمی ۹۵-۹۴ رتبه اول کشوری را به دست می‌آورند. با این دو نگهبان نوجوان آب بیشتر آشنا شوید:

جادوی سبز

از بچه‌ها می‌خواهم درباره دستگاهشان توضیح بدهند. بهار می‌گوید: «این دستگاه، یک لوله فلزی است که سیم مسی روکش دار به دورش پیچیده شده است و دو سر سیم به یک باتری وصل می‌شود. وقتی یک لوله آزمایشگاهی حاوی آب را داخل این سیم لوله می‌گذاریم، مولکول‌های آب که در حالت عادی نامنظم هستند، تحت تأثیر جریان مغناطیسی، منظم می‌شوند که اصطلاحاً می‌گوییم آب مغناطیده شده». کیانا بیشتر توضیح می‌دهد: «آب وقتی مغناطیسی می‌شود، خواصش -چگالی، نقطه جوش، میزان حلالیت، کشش سطحی و شکست نور- تغییر می‌کند و



روی رشد و باروری گیاه تأثیر مثبت می‌گذارد. مثلاً وقتی میزان حلالیت آب افزایش پیدا می‌کند، نمک و بی کربنات بیشتری در خودش حل می‌کند؛ بنابراین گیاه برای جذب مواد معدنی به ریشه بلند نیاز ندارد. می‌تواند باریشه کوتاه‌تری این کار را بکند و انرژی و زمان بیشتری صرف رشد ساقه و برگ کند.»

تعطیلات تعطیل!

از کیانا و بهار درباره روند کارشان می‌پرسیم. بهار می‌گوید: «باورتان می‌شود ما تمام تابستان از صبح تا شب توی آزمایشگاه مدرسه روی طرحمان کار می‌کردیم؟ حتی جمعه‌ها! البته کارمان قبل‌تر از آن شروع شده بود و موقع امتحانات خرداد که همه فکر و ذکرشان درس است، ما هم درس می‌خواندیم، هم تحقیق می‌کردیم». بهار دوست دارد مهندسی شیمی نانو بخواند و روی در و دیوار اتاقش، اسم دانشگاه صنعتی شریف را چسباند، تاپادش نرود هدفش چیست و باید حسابی تلاش کند. کیانا هم که عاشق معماری است و از همین الان همه خانم مهندس صدایش می‌کنند، ادامه می‌دهد: «ما خواستیم بگوییم که باسن کم هم می‌شود کارهای بزرگ کرد. البته بقیه هم خیلی کمکمان کردند؛ هم مدیرمان که مدرسه را کاملاً در اختیار ما گذاشته بود، هم خانم پاشایی، معلممان که همیشه کنارمان بود.»

عکاس: مهرداد دهقانی
تصویر ساز: لیلیا تیموری نژاد

فیلم نوجوان

چارلی و کارخانه شکلات‌سازی

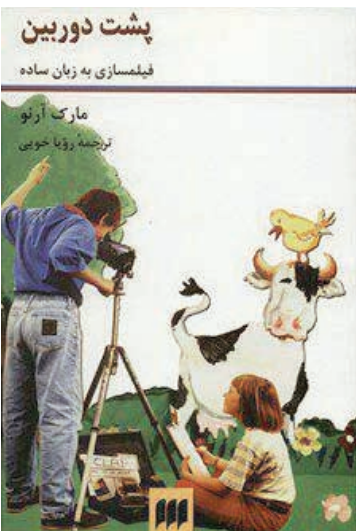
یک فیلم دیدنی و خفن و به یادماندنی به نویسندگی یکی از بهترین نویسندگان نوجوان «رولد دال» و ساخته یکی از خلاق‌ترین کارگردانان دنیا «تیم برتون»! قصه پرسی نوجوان به نام «چارلی» که در کنار پدر و مادر و پدر بزرگ و مادر بزرگش در اوج فقر و تنگدستی، زندگی آرامی دارد. چارلی عاشق شکلات است اما به اندازه‌ای فقیر است که فقط می‌تواند سالی یک بار شکلات بخورد. تا این که یک خبر شگفت‌انگیز، صاحب عجیب کارخانه شکلات‌سازی شهر، پنج بلیت بازدید از کارخانه جذابش را در پنج شکلات تولید کارخانه‌اش پنهان کرده و بچه‌های خوش شانس صاحب شکلات‌ها، می‌توانند به تور بازدید از کارخانه بروند... «چارلی و کارخانه شکلات‌سازی» با بازی «جانی دپ» در نقش آقای ویلی وانکا و «فردی هایمور» در نقش چارلی، سال ۲۰۰۵ میلادی تولید شده، ولی همچنان دیدنی است.



کتاب نوجوان

پشت صحنه فیلم‌سازی

اگر بهتان بگویم کتابی وجود دارد که مراحل و فن‌های فیلم‌سازی را به زبان ساده توضیح داده، باورتان می‌شود؟ کتابی برای نوجوان‌ها که نه چند جلدی است، نه حجیم، نه پر از اصطلاحات سخت و سنگین. مارک آرنو، نویسنده کتاب «پشت دوربین: فیلم‌سازی به زبان ساده»، همه چیز را خیلی خودمانی در این کتاب برایتان نوشته است؛ از ایده اولیه و نوشتن فیلمنامه تا انتخاب بازیگران و تدوین و مونتاژ و نمایش. نگران واژه‌هایی مثل میزانشن، سکانس و دکوپاژ هم نباشید. پشت دوربین، مثل یک فرهنگ لغت تخصصی (البته خیلی مختصر)، شما را با اصطلاحات خاص فیلم‌سازی آشنا می‌کند تا موقع خواندن کتاب‌های جدی‌تر یا تماشا می‌پشت صحنه فیلم‌های مورد علاقه تان، گیج نشوید. آرنودر کتاب هیجان‌انگیزش، مشاغل مرتبط با سینما را هم به صورت خلاصه معرفی کرده است؛ همان‌هایی که در تیتراژها به چشمتان خورده و معنی‌اش را دقیقاً نمی‌دانستید؛ مثل منشی صحنه، تکنیسین فنی، طراح صحنه و... خلاصه اگر عاشق فیلم‌سازی هستید یا یک فیلم‌بین حرفه‌ای، خواندن این کتاب را به شدت توصیه می‌کنم. پشت دوربین را انتشارات کیمیا با قیمت ۱۶ هزار تومان منتشر کرده است.



رازهای موفقیت در امتحانات!