



www.ebtekarnews.com

آخر ابتکار

عکس‌نوش‌ت



عکس: محدثه زارع

مشهد در محاصره گرد و غبار

سبک زندگی

وقتی بازی‌های مجازی تابستان به مدرسه می‌رسد

با گسترش فضای مجازی و بازی‌های دیجیتال، بازگشت دانش‌آموزان به مدرسه پس از تعطیلات تابستانی دیگر تنها یک مسئله آموزشی نیست؛ بلکه گاهی با چالش‌های روانی و رفتاری همراه است که خانواده‌ها و نظام آموزشی باید به شکل جدی به آن بپردازند. چراکه افزایش استفاده کودکان از بازی‌های دیجیتال در این مدت باعث شده مهارت‌های اجتماعی کاهش یابد و اضطراب، بی‌حوصلگی و مشکلات تمرکز در میان دانش‌آموزان به شدت پررنگ‌تر شود. این شرایط، والدین و معلمان را به نقش حیاتی در حمایت و آماده‌سازی تدریجی کودکان برای بازگشت به مدرسه فرا می‌خواند.

گوهری‌سنا انزانی، روان‌شناس کودک و نوجوان در گفت‌وگو با ایسنا، با اشاره به چالش‌های روانی، رفتاری و آموزشی دانش‌آموزان در بازگشت به مدرسه، بر اهمیت آمادگی تدریجی کودکان، نقش والدین و معلمان در مدیریت این مرحله حیاتی تأکید کرد و گفت: سه ماه تعطیلی تابستان به‌ویژه با حضور گسترده بازی‌های دیجیتال، موجب افزایش سطح تحریک‌پذیری، اضطراب و احساس انزوا در کودکان می‌شود و ممکن است با کاهش مهارت‌های اجتماعی، افت تمرکز، بی‌حوصلگی و فراموشی مطالب درسی همراه باشد.

انزانی با اشاره به اینکه ممکن است برخی کودکان به دلیل استفاده بیش از حد از بازی‌های دیجیتال یا فضای مجازی به نوعی اعتیاد رفتاری دچار شوند که انگیزه آنها را برای یادگیری، بازی‌های فیزیکی و مطالعه به شدت کاهش داده و دامنه توجه آن‌ها را کوتاه‌تر کند، افزود: گاهی کودک به اشتباه بیش‌فعال تشخیص داده می‌شود، در حالی که مشکل، ناشی از قرار گرفتن در معرض محتوای سریع و اعتیادآور فضای مجازی است. این روانشناس کودک و نوجوان با اشاره به اثرات تعطیلات بدون برنامه بر وضعیت تحصیلی کودکان گفت: در شروع سال تحصیلی، کودکان ممکن است مطالب گذشته را فراموش کرده باشند. دروس پایه‌ای مانند ریاضی و خواندن نیازمند تمرین دوباره هستند. این درحالی است که مقاومت در برابر تکالیف و حواس‌پرتی افزایش می‌یابد و انگیزه یادگیری کاهش پیدا می‌کند.

در همین راستا انزانی تأکید کرد که والدین باید میان «تنبلی» و «لجبازی» در کودکان تمایز قائل شوند. چراکه لجبازی واکنش احساسی، مقاومت در برابر دستورها، مخالفت فعال، نافرمانی و هدف‌گیری برای جلب توجه است و تنبلی بی‌انگیزگی، خستگی ذهنی، وابستگی به دیگران، تعلل در انجام کار و احتمالاً نشانه‌ای از افسردگی است. هر دو رفتار ممکن است نشانه مشکلات عمیق‌تری مانند اضطراب، افسردگی یا اختلالات یادگیری باشند و نیازمند بررسی تخصصی هستند.

وی در ادامه به ارائه توصیه‌هایی در این زمینه پرداخت و تنظیم ساعت خواب و کاهش تدریجی زمان استفاده از گوشی و بازی دیجیتال، مرور دروس با زمان‌های کوتاه و بدون فشار، افزایش فعالیت‌های اجتماعی و گروهی مانند کلاس ورزش، ایجاد محیط مطالعه منظم و ابزارهای ساده و محدود، استفاده از پاداش‌های غیرمادی مانند برچسب، امتیاز، تشویق کلامی، همراهی والدین در زمان انجام تکالیف و آموزش حس مسئولیت، نه اجبار را از جمله این موارد پیشنهاد کرد.

وی با اشاره به نقش والدین در ایجاد امنیت روانی، تصریح کرد: والدین باید در این زمینه نقش حمایتی و غیرقضاوت‌گر خود را ایفا کنند؛ گوش دادن فعال به احساسات کودک، بدون تحقیر یا سرزنش، پرهیز از مقایسه، تهدید و فریاد، آموزش مهارت‌های اجتماعی، مسئولیت‌پذیری و بیان احساس، اختصاص ۱۵ تا ۳۰ دقیقه وقت با کیفیت روزانه برای کودک، الگوسازی رفتاری در مدیریت خشم، برنامه‌ریزی، حل تعارض و یادگیری از جمله وظایف والدین است. انزانی یادآور شد: کودک باید احساس کند بدون قید و شرط دوست‌داشتنی و پذیرفته‌شده است. این پایه سلامت روان و پیشرفت تحصیلی اوست.

این روانشناس کودک و نوجوان در ادامه به نقش کلیدی معلمان در بازگشت به فضای مدرسه اشاره کرد و گفت: نقش معلم نیز فراتر از آموزش است. معلمان باید تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان را بشناسند، از برچسب‌زنی، مقایسه و فشار نمره‌محور بپرهیزند، از ابزارهای دیداری، بازی، ویدیو و گروه همیار استفاده کنند و دانش‌آموزان را در مسئولیت‌های کلاس مشارکت دهند.

انزانی ارتباط مستمر و شفاف بین والدین و معلمان را حیاتی دانست و توصیه کرد: استفاده از ابزارهای ارتباطی شفاف مانند پیامک، ایمیل یا اپلیکیشن، برگزاری جلسات فردی و گروهی با رویکرد همدلانه، اطلاع‌رسانی منظم و معتزانه درباره وضعیت دانش‌آموز، اجتناب از سرزنش متقابل و تبدیل ارتباط به شرارتی حمایتی، دعوت والدین به مشارکت در فعالیت‌های مدرسه و کارگاه‌های آموزشی از جمله موارد لازم در ارتباط والدین با معلمان است. معلم و والدین، هر دو در یک جبهه هستند؛ برای حمایت از کودک؛ رابطه سالم آن‌ها چرخه‌ای از اعتماد، آرامش و رشد را برای دانش‌آموز به همراه دارد.

ماشین بازی

هیوندای الکسیو E۰ برقی به دنبال رقابت با چینی‌ها



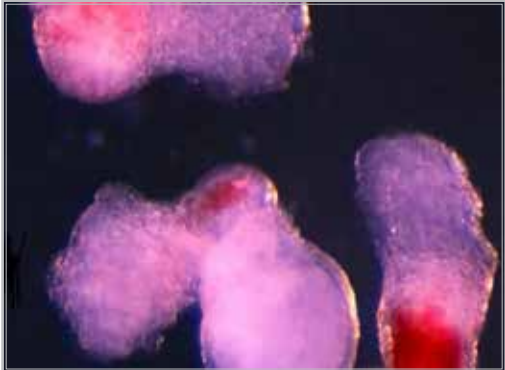
اولین شاسی‌بلند برقی هیوندای برای بازار چین با پیمایش ۷۲۲ کیلومتر و طراحی منحصربه‌فرد، آماده رقابت با بزرگان این بازار می‌شود.

شرکت جوینت ونچر پکن-هیوندای رسماً اعلام کرد که پیش‌فروش الکسیو E۰، اولین شاسی‌بلند تمام برقی خود برای بازار چین را از

الهام به‌وضوح در چراغ‌های جلوی مربعی شکل که از ۱۵۲ واحد LED تشکیل شده‌اند، دیده می‌شود. دستگیره‌های در مخفی و خط سفید شیب‌دار از ستون B به بعد، ظاهری مدرن و آیرودینامیک به این خودرو بخشیده‌اند. هیوندای الکسیو E۰ با ابعاد ۴٫۶۱۵ میلی‌متر طول، ۱٫۸۷۵ میلی‌متر عرض و ۱٫۶۷۵ میلی‌متر ارتفاع و فاصلهٔ محوری ۲٫۷۵۰ میلی‌متر، در دو نسخه محرک جلو و چهارچرخ محرک عرضه می‌شود. نسخهٔ تک‌موتوره (محرک جلو) قدرتی معادل ۲۱۵ اسب بخار تولید می‌کند، درحالی‌که نسخهٔ دوموتوره با افزودن یک موتور ۹۸ اسب بخار در محور عقب، عملکردی قوی‌تر ارائه می‌دهد. این شاسی‌بلند برقی با سه ظرفیت باتری مختلف از ۶۴٫۲ تا ۸۸٫۱ کیلووات ساعت عرضه خواهد شد که برد پیمایشی متنوعی از ۵۱۸ تا ۷۲۲ کیلومتر (بر اساس استاندارد CLTC) را فراهم می‌کند. به لطف فناوری شارژ سریع، باتری این خودرو تنها در ۳۷ دقیقه از ۳۰ درصد به ۸۰ درصد شارژ می‌شود. در داخل کابین، یک نمایشگر یکپارچهٔ ۲۷ اینچی با وضوح ۴K قرار دارد که شامل صفحه‌نمایش مرکزی و نمایشگر سرگرمی برای سرنشین جلو است. هیوندای با حذف دکمه‌های فیزیکی از کنسول میانی و ارائهٔ نمایشگر هدآپ به‌صورت استاندارد، فضایی کاملاً دیجیتال و مدرن ایجاد کرده است. مغز سیستم اطلاعات و سرگرمی این خودرو، تراشهٔ قدرتمند کوالکام اسنپ‌دراگون SA۸۳۹۵P است. همچنین، ۲۹ محفظهٔ اشیاء مختلف در سراسر کابین برای راحتی بیشتر سرنشینان تعبیه شده است.

عرضهٔ الکسیو E۰ بخشی از استراتژی «در چین، برای چین و به سوی جهان» هیوندای است. این شرکت قصد دارد طی چهار سال آینده، سالانه دو تا سه خودروی انرژی نو (شامل مدل‌های تمام برقی، پلاگین‌هیبریدی و بردافزا) در کلاس‌های سدان، شاسی‌بلند و MPV به بازار عرضه کند. گفتنی است که پکن-هیوندای در ماه سپتامبر با فروش ۱۷٫۸۷۱ دستگاه، رشد ۸ درصدی سالانه و ۱۹ درصدی ماهانه را تجربه کرده است.

دانشمندان خون انسان را در آزمایشگاه ساختند



آزمایش‌ها نشان داد که این سلول‌های بنیادی رشد یافته در آزمایشگاه می‌توانند به انواع مختلف خون، از جمله سلول‌های ایمنی مانند سلول‌های T تبدیل شوند. پروفیسور عظیم سوانی، نویسنده ارشد این مقاله، می‌گوید: این مدل، روش جدید و قدرتمندی را برای مطالعه تکوین خون در جنین اولیه انسان ارائه می‌دهد. اگرچه هنوز در مراحل اولیه است، اما توانایی تولید سلول‌های خونی انسان در آزمایشگاه، گامی مهم به سوی درمان‌های ترمیمی آینده است.

این یافته‌ها پیشرفت مهمی در درک چگونگی آغاز زندگی انسان و چگونگی ترمیم آن محسوب می‌شوند.

تشکیل خون، درجه‌ای قدرتمند به رشد اولیه انسان می‌گشاید. نیویان می‌گوید: مدل جدید ما، رشد خون جنین انسان را در آزمایشگاه شبیه‌سازی می‌کند. این مدل، چگونگی تشکیل طبیعی سلول‌های خونی در طول جنین‌زایی انسان را روشن می‌کند و پیشرفت‌های پزشکی بالقوه‌ای را برای غربالگری داروها، مطالعه رشد اولیه خون و سیستم ایمنی و مدل‌سازی اختلالات خونی مانند لوسمی ارائه می‌دهد. سلول‌های بنیادی مورد استفاده برای ساخت همتوئیدها می‌توانند از هر سلول انسانی گرفته شوند که درجه‌ای به سوی پزشکی شخصی‌سازی‌شده می‌گشاید. روزی، پزشکان می‌توانند خونی تولید کنند که کاملاً با بدن بیمار سازگار باشد و از خطرات رد پیوند جلوگیری شود. روش‌های موجود برای ایجاد سلول‌های بنیادی خون بر ترکیبات پیچیده‌ای از پروتئین‌های رشد متکی هستند. در مقابل، این رویکرد به سلول‌ها اجازه می‌دهد تا رشد خود را هدایت کنند و هم سلول‌های خونی و هم سلول‌های قلبی ضریان‌دار را در یک سیستم تشکیل دهند، دقیقاً مانند آنچه در طبیعت در نظر گرفته شده است.

واحدهای سازنده حیات

زیر میکروسکوپ، همتوئیدها ریتمی فوق‌العاده طبیعی را دنبال می‌کنند. تا روز دوم، آنها سه لایه تشکیل می‌دهند که شامل اکتودرم، مزودرم و اندودرم است که بافت‌های بنیادی هستند که تمام اندام‌ها و سیستم‌ها را شکل می‌دهند. تا روز هشتم، سلول‌های ضریان‌دار قالب پدیدار می‌شوند. تا روز سیزدهم، کلهای قرمز خون ظاهر می‌شوند.

«آپ»تکار

موتورولا موتو G۱۰۰ با اسنپدراگون ۷S نسل ۲ و باتری ۷ هزار میلی آمپر ساعتی معرفی شد

موتو G۱۰۰ با قیمت حدود ۱۸۸ دلار در چین عرضه می‌شود.

موتورولا موتو G۱۰۰ با تراشه اسنپدراگون ۷S نسل ۲ و باتری ۷ هزار میلی‌آمپر ساعتی به‌عنوان یک گوشی میان‌رده قدرتمند و با شارژدهی طولانی وارد بازار می‌شود.

موتورولا در ماه ژوئیه موتو G۸۶ Power را با نام جدید موتو G۱۰۰ پرو در چین معرفی کرد. این شرکت حالا از موتو G۱۰۰ پرده برداشته که با باتری حجیم و سخت‌افزار میان‌رده طراحی شده و با بهبودهای سخت‌افزاری و قیمت مناسب، اکنون گزینه‌ای مناسب برای افرادی است که به‌دنبال عملکرد قابل اعتماد و دوام طولانی باتری هستند.

براساس گزارش‌ها، موتو G۱۰۰ دارای نمایشگر ۶٫۷۲ اینچ Full HD+ LCD رزولوشن ۲۴۰۰ * ۱۰۸۰ پیکسل و نرخ تازه‌سازی ۱۲۰ هرتز است. این صفحه نمایش حداکثر ۱۰۵۰ نیت روشنایی ارائه می‌دهد و با پشتیبانی از DC dimming باعث کاهش خستگی چشم می‌شود. این گوشی همچنین مجهز به بلندگوهای استریو دوگانه برای تجربه صوتی متوازن است.

در بخش سخت‌افزار، موتو G۱۰۰ از تراشه اسنپدراگون ۷S نسل ۲ بهره می‌برد که با فناوری ۴ نانومتری تولید شده و عملکرد و مصرف انرژی بهینه‌ای ارائه می‌دهد. این گوشی با ۱۲ گیگابایت حافظه رم LPDDR۴X و ۲۵۶ گیگابایت حافظه داخلی UFS ۲٫۲ عرضه می‌شود، اما از کارت حافظه microSD پشتیبانی نمی‌کند.

باتری این گوشی ظرفیت ۷ هزار میلی‌آمپر ساعت دارد و از شارژ سریع ۳۰ وات از طریق پورت USB Type-C پشتیبانی می‌کند. سیستم‌عامل آن اندروید ۱۵ است و با رابط کاربری نزدیک به نسخه استوک موتورولا اجرا می‌شود که عملکرد روان و بدون لگ را تضمین می‌کند.

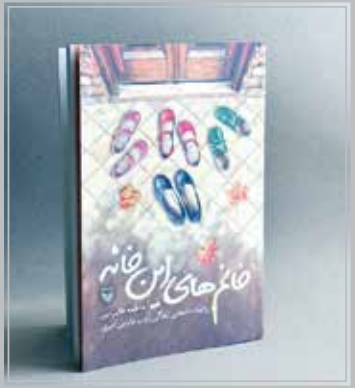
در زمینه عکاسی، موتو G۱۰۰ مجهز به سنسور اصلی ۵۰ مگاپیکسلی Sony LYT ۶۰۰ و لنز ۸ مگاپیکسلی فوق‌عرض ماکرو در پشت است. دوربین جلویی ۳۲ مگاپیکسلی برای عکس‌های سلفی و تماس‌های ویدیویی تعبیه شده است. دیگر ویژگی‌ها شامل پشتیبانی از NFC، حسگر اثر انگشت جانبی، سیستم خنک‌کننده گرافیتی و مقاومت در برابر گردوغبار و پاشش آب با استاندارد IP۶۴ است. ابعاد گوشی ۱۶۶٫۲۳ * ۷۶٫۵ * ۸٫۶ میلی‌متر، وزن ۲۱۰ گرم و بدنه پشتی از چرم ناو ساخته شده که حس لوکس و مرغوبی به دستگاه می‌دهد.

نسخه مجهز به ۱۲ گیگابایت رم و ۲۵۶ گیگابایت حافظه داخلی این گوشی با قیمت حدود ۱۸۸ دلار عرضه می‌شود و در سه رنگ Emerald Black، Sky Blue و Obsidian Black، در دسترس است.



ویترین

«خانم‌های این خانه» منتشر شد



کتاب «خانم‌های این خانه» اثر عاطفه طالب‌پور از سوی انتشارات سوره مهر منتشر شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، «خانم‌های این خانه» روایت داستانی زندگی زینب بابایی امیری و دخترانش است. آن‌ها در روزهای پیش از انقلاب به فعالیت‌های انقلابی پرداخته و در دوره پیروزی انقلاب نیز با جهاد سازندگی و دیگر سازمان‌های انقلابی همکاری داشته‌اند. همچنین با وقوع جنگ تحمیلی، این خانواده تلاش‌های خودشان تو صف مردم جا می‌کردن. همون مرده ها و بچه ها جنگ‌زده‌ای که به شهر بجنورد می‌آمدند، داشتند. «خانم‌های این خانه» روایت داستانی فداکاری‌ها و تلاش‌های زنانی است که بخشی از متن کتاب «خانم‌های این خانه»:

نویسنده این اثر در مقدمه کتاب به مسیر تألیف و انتشار آن اشاره کرده و از سختی‌های انجام مصاحبه با افراد اصلی کتاب مانند زینب بابایی امیری سخن گفته است؛ چراکه این بانوی مجاهد، در سال ۱۳۹۷ از دنیا رفت و ادامه کار چندماهه دچار اختلال شد و پس آن، طالب‌پور با گذر از چالش‌های روحی دیگر که برای خانواده‌اش رخ داد، گفت‌وگو با دختران زنده‌باد بابایی را ادامه داد و برای دیدن هر کدام از آن‌ها سفر کرد و در نهایت این اثر پس از چندین‌سال تلاش به ثمر نشست و منتشر شد.

بخشی از متن کتاب «خانم‌های این خانه»:

یک گوشمان به رادیو بود یکی هم به دهان حاج‌آقا هم‌ان‌نواز. هر روز راهپیمایی بودیم، هر روزم زیادتر مشدیم. اما به عده بودن که خودشان را بعد از چهار ماه می‌آمدیم، اما بعداً خودشان نشان دادن. اینا واقعاً انقلابی نبودن. انتشارات سوره مهر، کتاب «خانم‌های این خانه» به قلم عاطفه طالب‌پور را در ۵۱۴ صفحه و بهای ۶۴۵ هزار تومان منتشر کرده است.