

اداره اجتماعی و فرهنگی ناحیه ۸ جلسه مشاوره گروهی پزشکی را در خانه سلامت آسمان‌ها برگزار کرد. به گزارش خبرنگار همشهری محله، این جلسه با هماهنگی واحد سلامت اداره فرهنگی و اجتماعی ناحیه ۸ برای توانمندسازی و ارتقای

سلامت و آگاهی پزشکی شهروندان اجرا شد. در این جلسه مشاوره گروهی ۲۳ نفر از شهروندان محله آسمان‌ها حضور یافتند و پس از ارائه سؤالات مختلف توسط کارشناس، پاسخ‌های مناسب را دریافت کردند.

## اهالی به بازی‌های فکری علاقه‌مندند

تربیت‌بدنی شهرداری منطقه آماری از میزان مشارکت اهالی در فعالیت‌های جسمی و فکری در سال گذشته اعلام کرده است که براین اساس مشخص می‌شود میزان حضور شهروندان در فعالیت‌های ورزشی و بدنی با حضور ۶۸ هزار نفر در بالاترین جایگاه قرار دارد و فعالیت‌های گروهی با حضور ۱۷ هزار نفر کمترین استقبال‌کننده را داشته است. این شاخص‌ها در مقایسه با آمار سال‌های گذشته کاهش نداشته است. همچنین حضور ۴۰ هزار نفر از شهروندان محله در بازی‌های فکری و شرکت ۴۲ هزار نفر در بازی‌های رایانه‌ای شهرداری منطقه نشان می‌دهد اهالی به فعالیت‌های ذهنی و فکری علاقه‌مند هستند.

### محله‌کاری کرده‌اید؟ ارزیابی شما از استعدادهای منطقه چیست؟

بله، در محله مربی هستیم. وسعت منطقه زیاد است و مسلماً من به تنهایی نمی‌توانم تمام مکان‌های مناسب برای آموزش شطرنج را شناسایی کنم. استعدادهای زیادی در منطقه وجود دارد که باید شناسایی شوند. اگر شهرداری بپذیرد حاضرم در زمینه استعدادیابی بازیکنان شطرنج همکاری کنم.

### شهرداری چیست؟

شهرداری یکی از متولیان ورزش همگانی شناخته می‌شود. این نهاد، ورزش را به خانه‌ها برد و توانست تعداد بسیاری از شهروندان را به ورزش علاقه‌مند کند که باید از این اقدام مسئولان قدردانی کرد. شهرداری زمینه ورزش شهروندان را با کیفیت خوب فراهم کرد؛ اما فقط این امر کافی نیست چون ادامه راه شهرداری باید توسط فدراسیون‌ها و سازمان‌های مربوط انجام شود. این نهاد همچنین از ورزشکاران و پیشکسوتان تقدیر می‌کند که خیلی ارزشمند است و باعث تشویق دیگران به ورزش می‌شود.

بسیار عالی است! آقایان افتخارات بسیار ارزشمندی کسب کرده‌اند. تیم ملی بانوان جایگاه سوم آسیا را دارد و در مسابقات المپیک جزء ۱۰ تیم برتر دنیا قرار گرفت. البته این ورزش و به‌طوری کلی عرصه ورزش بانوان کمبودهای زیادی دارد که باید توسط مسئولان رفع شود. بانوان نقش‌سازنده و مؤثری در شکل‌گیری جوامع ایفا می‌کنند ولی در کشور ما سهم کمتری در ورزش دارند. مادران ورزشکار می‌توانند فرزندان ورزشکار تربیت کنند و فرهنگ ورزش همگانی را در جامعه گسترش دهند. توسعه فرهنگ ورزش در جامعه باید از بانوان شروع شود؛ ورزش فقط برای آقایان نیست. ورزش و تندرستی سهم همه افراد جامعه است.

### در این زمینه چه اقداماتی باید انجام شود؟

برای پیشرفت و فرهنگ‌سازی در عرصه ورزش بانوان نیازمند افزایش تعداد ورزشگاه‌های مناسب هستیم. ورزش بانوان نیازمند سرمایه‌گذاری و تبلیغات گسترده است. استعدادها باید شناسایی و هدایت شوند. والدین نیز نقش زیادی در توسعه ورزش بانوان دارند، آنان باید دخترانشان را به ورزش تشویق و برای آنان هزینه کنند. البته فرهنگ ورزش بانوان در منطقه ما نسبت به مناطق دیگر از جایگاه خوبی برخوردار است.

### آیا خودتان برای توسعه این ورزش در

## گفت‌وگو با روان‌شناس و کارشناس تربیت‌بدنی درباره کاهش ورزش‌های فکری

### چقدر فکر می‌کنیم؟

بازی و انجام فعالیت‌های فکری یکی از مهم‌ترین دلمشغولی‌های زندگی بشر است. همه افراد فارغ از رنگ پوست و مو یا تعلق به نژاد و قوم خاص در هر جای دنیا که باشند بازی را دوست دارند. «بی‌تا مدرس» روان‌شناس و کارشناس تربیت‌بدنی درباره ضرورت بازی و فعالیت فکری می‌گوید:

«بازی و انجام فعالیت‌های فکری به‌خصوص برای کودکان و نوجوانان آنقدر اهمیت دارد که در اعلامیه جهانی حقوق کودکان که توسط سازمان ملل متحد تنظیم شده و همچنین در اعلامیه حقوق روانی کودک که انجمن بین‌المللی و روان‌شناسی آموزشی تصویب کرده است، حمایت از بازی کودکان، حق استفاده از فرصت‌های کامل بازی، تفریح و تخیل آزاد از جمله حقوق کودکان شناخته شده است.»



وی می‌افزاید: «با توجه به اهمیت بازی در رشد شخصیت و درمان مشکلات عاطفی، روانی و اجتماعی کودکان به این نتیجه می‌رسیم کودکان بسیار به بازی نیاز دارند. بنابراین تمام والدین موظفند شرایط و امکانات بازی را برای کودکان فراهم کنند.» او شطرنج را یک بازی و ورزش مناسب برای تقویت هوش و قدرت تفکر افراد و به‌ویژه کودکان بر می‌شمارد.

### بازی و توسعه روابط اجتماعی

روان‌شناس هم‌محله‌ای درباره تأثیر بازی در رشد اجتماعی کودکان و نوجوانان توضیح می‌دهد: «کودکان در بازی‌های گروهی یاد می‌گیرند که چگونه یکدیگر را قبول داشته باشند، درباره قوانین بازی، توافق و به شکل گروهی بازی کنند.»

وی می‌گوید که همکاری، پیروزی و شکست در بازی‌های جمعی و گروهی به رشد کودکان کمک می‌کند. او می‌افزاید: «کودک هنگام بازی با رفتار بزرگسالان و نقشی که خود باید در آینده ایفا کند آشنا می‌شود و قدرت جسمانی، کلامی، ذهنی و استعداد خود را در برقراری ارتباط با دیگران گسترش می‌دهد.»

### فعالیت فکری برای همه

مدرسی درباره کاهش فعالیت‌های ذهنی و جسمی شهروندان می‌گوید: «یکی از نیازهای جوانان و نوجوانان منطقه بازی و ورزش‌های فکری است، زیرا بیش از ۶۴ درصد اهالی دچار فن‌آوری‌زدگی شده‌اند و تحرک ندارند. استفاده بسیار از ماشین حساب و رایانه در همه کارها، نمونه‌های کوچکی از کمبود فعالیت‌های فکری در بین افراد منطقه است.» وی می‌گوید: «تکنولوژی باعث می‌شود کارکرد ذهن کمتر و شخصیت افراد در اجتماع کمرنگ‌تر شود. به این ترتیب بازی‌های ذهنی مثل شطرنج، حل جدول‌ها یا مسائل ساده حساب باعث رشد هوش و استدلال نوجوانان و جوانان می‌شود. بازی برای بزرگسالان نیز آرامش خاطر را به ارمغان می‌آورد و باعث می‌شود انرژی‌های مثبت را جذب کنند.»

کارشناس هم‌محله‌ای تشریح می‌کند: «همه آدم‌ها حتی زمانی که بزرگ می‌شوند، اشتیاق خاصی بازی دارند. بازی‌هایی مثل گل یا پوچ، مار و پله، هفت سنگ، یک قل دوقل و... بخش عمده‌ای از کودکی‌های بزرگ‌ترهای امروز را به خود اختصاص داده‌اند. این بازی‌ها اکنون کمتر در کوچه‌پس‌کوچه‌های محله انجام می‌شود و جای خود را به بازی‌های رایانه‌ای داده‌اند.»

مدرسی با نام بردن از بچه‌های امروز به‌عنوان بزرگ‌ترهای جامعه فردا می‌گوید: «بچه‌ها برای برخورداری از یک زندگی سالم نیازمند بازی‌ها و تفریح‌های سالم هستند. تأثیر روانی بازی‌های رایانه‌ای به قدری زیاد است که جامعه را به بحرانی اساسی خواهد کشید. رایانه‌ها بی‌تحرکی و آسیب‌های مخرب روانی را برای فرزندانمان به همراه دارند. والدین با معرفی بازی‌های قدیمی و محلی می‌توانند فرزندانمان شاداب و باهوش تربیت کنند.» او تأکید می‌کند که بازی‌های فکری مانند شطرنج و همچنین بازی‌های دسته جمعی جایگزین مناسبی برای بازی‌های رایانه‌ای هستند.

