

معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش خبر داد؛

## آموزش ۳۰ هزار معلم و دانش آموز در حوزه برنامه نویسی و ساخت بازی های دیجیتال

معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش گفت: طرح ایران دیجیتال با مشارکت وزارت ارتباطات بر گزار می شود تا در قالب آن برای ۵ هزار معلم دوره اول متوسطه آموزش برنامه نویسی و ۲۵ هزار معلم، آموزش ساخت بازی های دیجیتال برگزار شود.

به گزارش ایرنا از وزارت آموزش و پرورش، محمدمهدی کاظمی با اشاره به ضروری بودن فرایند کیفیت بخشی آموزشی و لزوم برنامه ریزی برای آن، اظهار داشت: طرح برنامه نویسی و کدنویسی برای دانش آموزان دوره اول متوسطه با عنوان «ایران دیجیتال» برگزار می شود.

### نکات رفتاری والدین دانش آموزان در سال تحصیلی جدید



یک روانشناس گفت:نمره، تمام استعداد و دارایی فرزند شما نیست و مدرسه نمیتواند تمام توانمندی های آن را کشف کند و به شما نشان بدهد. آریتا محقق روانشناس درباره حال و هوای مهر ماه و عملکرد پدر و مادر ها برای دانش آموزان گفت:ماه مهر حال و هوای خاصی را برای والدین و فرزندان به همراه دارد.قصد داریم به نکاتی اشاره کنیم که نیاز است اگر فرزند شما در آستانه شروع مدارس قرار داردبه آنها توجه کنید.

وی افزود:شاید هیجان انگیز ترین قسمت شروع مدارس خرید لوازم و تحریر باشد که نیاز است چندتا نکته را اینجا درنظر بگیریم.خرید کیف و کفش های فانتزی رو کنار بذارید و کیف و کتونی های استاندارد رو جایگزین کنید.حتما لوازم بهداشتی مثل دستمال کاغذی و دستمال مرطوب و الکل برای ضدعفونی دست ها تهیه کنید ،سعی کنید میز تحریر تهیه کنید و درجایی قرار بدید که نور مناسبی داشته باشد تا فرزندتون موقع انجام تکالیف دچار مشکل نشود. این نکته باعث می شود که فرزند شما موقع انجام تکالیف زود خسته نشود.

وی عنوان کرد:برنامه ی تغذیه ای برای او تهیه کنید که هر روز بتوانید یک تغذیه سالم را برای فرزندتان آماده کنید تا همراه خودش در مدرسه داشته باشد. همچنین از صبحانه ی مقوی غافل نشوید.

در ادامه محقق پیرامون نکات رفتاری والدین و دانش اموزان توضیحاتی ارائه داد.

**مورد اول: خواب کافی و به موقع**

در نظر داشته باشید که خواب کافی و درست یکی از نیازهای اساسی انسان هست و شما زمانی که بهداشت خواب را رعایت نکنید دچار مشکلات زیادی در قسمت های مختلف زندگی خودتون می شوید و خیلی از مشکلات مثل عدم تمرکز، بی انگیزگی و بی توجهی به درس از نبود خواب کافی تاثیر می پذیرد.شما به عنوان والدین باید این نکته را در نظر داشته باشید که ساعت مشخصی را برای خوابیدن در نظر بگیرید و خودتان هم به آن پایبند باشید.

**مورد دوم: مدیریت روابط**

نیاز هست شما تفریحات و دورهمی های خودتان را مدیریت کنید تا این موضوع برای دانش اموز شما چالش ایجاد نکند.

برای مثال شما باید از زمان های امتحانی بچه ها خبر داشته باشید تا در آن زمان رفت و آمدهای غیر ضروری را کنسل کنید تا محیط خانه آرامش کافی برای مطالعه ی فرزند شما نداشته باشد.

**مورد سوم: کمال گرا نباشید**

نمره تمام استعداد و دارایی فرزند شما نیست و مدرسه نمی تواند تمام توانمندی های ان را کشف کند و به شما نشان بدهد.پس به دنبال این نباشید که همیشه و در تمام نقاط درسی بدرخشد.

**مورد سوم: مقایسه ممنوع**

مقایسه در هر سن و موقعیتی آسیب زننده است و اگر شما امروز این کار را باخودتان می کنید احتمالا این ریشه در کودکی شما دارد.زمانی که والدین شما همین رفتار را با شما داشتند.پس سعی کنید این زنجیره ی آسیب زننده را قطع کنید تا همین احساس منفی را فرزند شما تجربه نکند.

**مورد چهارم: حرف زدن راجع به مشکلات اش را به فرزندتان یاد بدهید**

این موضوع بسیار مهمی هست که فرزند شما انقدری به شما اعتماد داشته باشد که بتواند مشکلات اش را با شما درمیان بگذارد.تا اگر به هر دلیلی مورد آزار و اذیت قرار گرفت بتواند شمارا در جریان بگذارد تا بتوانید هرچه سریع تر اقدام کنید.

**مورد آخر**

در انجام تکالیف به فرزندتان فشار نیآورید.اگر به هیچ عنوان برای انجام آنها همکاری نمی کند حتما از یک روانشناس کودک و نوجوان کمک بگیرید تا علت ریشه یابی شود.

## جامعه



عضو شورای معاونان وزارت آموزش و پرورش ادامه داد: باتوجه به آغاز برنامه های کیفیت بخشی از دوره اول متوسطه، یک سنجنش ملی از عملکرد دانش آموزان صورت می گیرد که در سال تحصیلی قبل بیش از ۳ میلیون

دانش آموز شرکت کردند و در گام اول، تبیین نتایج، اعلام به مدارس و برنامه ریزی برای توانمندسازی معلمان با ۴ عنوان درسی ریاضی، علوم تجربی، فارسی و عربی انجام شد.

وی با اشاره به پیش بینی آموزش های برنامه نویسی و کدنویسی برای دانش آموزان دوره اول متوسطه تصریح کرد: با مشارکت وزارت ارتباطات طرحی به نام «ایران دیجیتال» منعقد شده که در آن برای ۵ هزار معلم دوره اول متوسطه آموزش برنامه نویسی و ۲۵ هزار معلم، آموزش ساخت بازی های دیجیتال برگزار شود.

معاون آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش در پایان ضمن اشاره به تجهیز بیش از هزار کارگاه رایانه در دبیرستان های دوره اول متوسطه گفت: یکی از ماموریت های مهم آموزش و پرورش توجه به موضوع هوش مصنوعی و متاورس (متاورس یا فراجهان فرضیه ای از آینده اینترنت است که از محیط های مجازی سه بعدی آنلاین غیرمتمرکز و پایدار تشکیل می شود) بوده و تمام تلاش مان این است که دانش آموزان توانایی فراگیری آموزش های لازم را داشته باشند.

# خطرات فرهنگ رژیم غذایی روی سلامت روانی و جسمی زنان ایرانی

عبادی می افزاید: برخی از نوجوانان دختر در این سنین به علت حساس بودن به وزن بدن مصرف قرص های لاغری، روی می آورند، رژیم های غذایی سخت و بدون مشورت با متخصص تغذیه عوارض جانبی نامطلوبی نظیر تهوع، تحمل نکردن سرما، ریزش مو، مشکلات پوستی، سنگ کیسه صفرا و نامنظمی سیکل قاعدگی را به همراه دارد.

**حذف چربی ها ممنوع**

این کارشناس تغذیه تاکید می کند: رژیم های سخت غذایی روی قاعدگی دختران جوان تاثیر گذاشته و باعث بی نظمی آن می شود، در این گونه رژیم های غذایی معمولا مصرف چربی ها حذف می شوند در حالی که چربی ها مهمترین منبع تامین انرژی هستند و لازم است ۳۰ درصد انرژی مورد نیاز روزانه از چربی ها تامین شود.

وی می گوید: بنابراین حذف چربی ها اگر چه ممکن است در کوتاه مدت موجب لاغری شود ولی بروز کمبود ویتامین های محلول در چربی در دراز مدت مثل ویتامین های A، E، D، K مشکلات متعددی از جمله مشکلات پوست، مو، کاهش سرعت رشد و غیره را بدنبال دارد.

عبادی اضافه می کند: رژیم های سخت و طولانی مدت باعث کمبود ویتامین ها و مشکلات جسمی جدی می شود اما در این میان نباید پیامدهای روحی را از یاد برد که در اکثر موارد نگران کننده و متأسفانه شایع است، این افراد در اغلب موارد به جایی می رسند که از تغذیه دوری می کنند و در این شرایط لذت غذا خوردن، حس گرسنگی و سیری جای خود را به ترس های جدی می دهند که در طولانی مدت قابل تحمل نیست.

وی می افزاید: ترس از شکست در پیروی از رژیم غذایی و اضافه وزن موجب اضطراب، فشارها و تنش های روحی، اختلالات عصبی و بی اشتهایی در دختران می شود.

**مصرف زیاد مایعات باور غلط رژیم لاغری**

وی تاکید می کند: رژیم های غذایی غلط که شامل مصرف زیاد مایعات است به دلیل رقیق شدن خون و اختلالات الکترولیتی، کمبود شدید سدیم و کمبود پروتئین ایجاد می شود که با علائمی مانند حالت تهوع، گیجی، سرگیجه و در موارد شدید کما همراه است.

وی اضافه می کند: در رژیم های غذایی ماهی، تخم مرغ، سبزیجات و دیگر غذاهای دریایی وجود ندارد و از اسیدهای چرب امگا ۳ و امگا ۶ بی بهره است سلامت قلب و عروق، چشم و عملکرد ذهنی به خطر می افتد.

**مدیرکل دفتر توانبخشی آموزشی سازمان بهزیستی خبر داد:**

## تحويل ۲۰ هزار دستگاه سمعک به افراد دارای معلولیت شنوایی

آموزش ۴۲۵ مترجم ناشنوایان



امکانات مناسب برای ایفای نقش شهروندی طراحی و برنامه ریزی شده است. طی سال گذشته بالغ بر ۴۲۵ نفر مترجم متقاضی فراگیری زبان اشاره ایرانی آموزش دیده اند و بیش از ۷۷۰۰ مورد اعزام مترجم برای پیگیری و رفع نیازهای ناشنوایان در سطح کشور صورت گرفته است. نوع پرست دربارۀ خدمات وحمایت های اشتغال برای ناشنوایان نیز اظهار داشت: طی سال ۱۴۰۲ مجموعه خدمات اشتغال بهزیستی برای افراد دارای معلولیت شنوایی مشتمل بر خدمات خوداشتغالی و کارفرمایی، حق بیمه کارفرمایی و نیز خوش فرمایی حدود ۶۳۰۰ مورد بوده است.

وی اضافه کرد: علاوه بر این در سال ۱۴۰۲ بیش از ۱۸ هزار نفر از دانش آموزان دارای معلولیت شنوایی از کمک هزینه تحصیلی برخوردار شدند و حدود ۲۴۰۰ نفر از دانشجویان دارای معلولیت شنوایی شهریه دانشجویی دریافت می کنند.

به مشارکت آنان در جامعه طراحی و ارائه می شود که در حال حاضر در ۱۲۵ مرکز توانبخشی به ۵۳۰۰ نفر تونخواه دارای معلولیت شنوایی خدمات هنردرمانی ارائه می شود.

نوع پرست اظهار داشت: همچنین ۳۷ گروه نمایشی افراد دارای معلولیت شنوایی در کشور فعال است که با دریافت حمایت های مالی از سازمان بهزیستی ضمن شرکت در جشنواره های تئاتر استانی و منطقه ای و اجراهای عمومی سالیانه به منظور حضور در سایر جشنواره های هنری کشوری نیز مورد حمایت قرار می گیرند.

**تسهیلگری اشتغال برای ۶۳۰۰ ناشنوا**

مدیرکل دفتر توانبخشی آموزشی، حرفه ای و توانپزشکی سازمان بهزیستی کشور گفت: اعزام و تربیت مترجمین زبان اشاره به منظور زمینه سازی و افزایش دسترسی گروه ناشنوایان به فرصت های اجتماعی، اقتصادی و بهره مندی از

### اعزامی های آبان و آذر ماه عجله کنند

**امکان انتخاب سازمان محل خدمت**



مشاور عالی فرمانده قرارگاه مرکزی مهارت آموزی کارکنان وظیفه نیروهای مسلح گفت: برابر ضوابط ابلاغی، سربازان ماهری که قبل از اعزام به خدمت در سامانه سخا ثبت نام کنند، می توانند از مشوق هایی استفاده و از عنوان مربی و کمک مربی برخوردار شوند.

به گزارش ایرنا از فرماندهی قرارگاه مرکزی مهارت آموزی کارکنان وظیفه نیروهای مسلح، سردار موسی کمالی اظهار داشت: برابر ضوابط ابلاغی، سربازان ماهری که قبل از اعزام به خدمت در سامانه سخا ثبت نام کنند از مشوق هایی همچون یک ماه کسر خدمت، انتخاب سازمان محل خدمت، بخشش اضافه خدمت، یک ماه مرخصی تشویقی، اعطای یک درجه بالاتر، تعویق اعزام، استفاده به عنوان مربی و کمک مربی برخوردار می شوند.

وی با بیان اینکه در این طرح مشمولان به ۴ دسته تقسیم می شوند گفت: این ۴ دسته شامل، گروه پزشکی و پیرا پزشکی- فارغ التحصیلان مقاطع مختلف دانشگاه ها، فارغ التحصیلان دیپلم هنرستان فنی و کاردانش و دارندگان گواهینامه مهارتی ۸۰ ساعت به بالا هستند. سردار کمالی بیان کرد: مشمولان اعزامی آبان و آذر برای برخورداری این مشوق ها می توانند در سامانه سخا ثبت نام کنند مهلت ثبت نام مشمولان اعزامی آبان تا ۱۰ مهر و آذر تا ۵ آبان است.

مشاور عالی فرمانده قرارگاه مرکزی مهارت آموزی کارکنان وظیفه نیروهای مسلح تاکید کرد: فارغ التحصیلان مقاطع مختلف دانشگاه ها به جز گروه پزشکی علاوه بر ثبت نام در سامانه سخا باید مدارک خود را در سامانه کارآمد وزارت علوم بارگذاری کنند.

### تفاهمنامه توسعه همکاری های پست و پیام رسان بله منعقد شد



تفاهم نامه توسعه همکاری های پست و پیام رسانه بله به امضای معاون وزیر و مدیرعامل شرکت ملی پست و مدیرعامل پیام رسان بله رسید.

این سند همکاری شامل ایجاد باجه های مجازی پستی در پیام رسان بله، جستجوی رهگیری مرسولات و اعلام وضعیت مرسوله به مشتری، اخذ نوبت آنلاین برای مراجعه به دفاتر پستی، ارائه خدمات مربوط به کدپستی نظیر اخذ گواهی کد پستی با قابلیت پرداخت آنلاین در بله و اخذ کدپستی از آدرس و بالعکس است.

دیگر بندهای این تفاهم نامه، ایجاد قابلیت دریافت کدپستی جدید، دریافت موقعیت دفاتر پستی، دریافت موقعیت نزدیک ترین دفتر پستی، درخواست احراز نشانی توسط کاربر، ارائه خدمات مربوط به تجارت الکترونیک ۲۰ فروشگاه مجازی آنلاین در بستر تجارت الکترونیک شرکت ملی پست، با توجه به فعالیت حدود دو هزار فروشگاه مجازی در بستر تجارت الکترونیک شرکت ملی پست، و ایجاد قابلیت ارتباط با فروشندگان در بستر این پیام رسان بله می باشد.

تفاهمنامه توسعه همکاریهای پست و پیام رسانه بله به امضای معاون وزیر و مدیرعامل شرکت ملی پست و مدیرعامل پیام رسان بله رسید.

این سند همکاری شامل ایجاد باجه های مجازی پستی در پیام رسان بله، جستجوی رهگیری مرسولات و اعلام وضعیت مرسوله به مشتری، اخذ نوبت آنلاین برای مراجعه به دفاتر پستی، ارائه خدمات مربوط به کدپستی نظیر اخذ گواهی کد پستی با قابلیت پرداخت آنلاین در بله و اخذ کدپستی از آدرس و بالعکس است. دیگر بندهای این تفاهمنامه، ایجاد قابلیت دریافت کدپستی جدید، دریافت موقعیت دفاتر پستی، دریافت موقعیت نزدیکترین دفتر پستی، درخواست احراز نشانی توسط کاربر، ارائه خدمات مربوط به تجارت الکترونیک ۲۰ فروشگاه مجازی آنلاین در بستر تجارت الکترونیک شرکت ملی پست، با توجه به فعالیت حدود دو هزار فروشگاه مجازی در بستر تجارت الکترونیک شرکت ملی پست، و ایجاد قابلیت ارتباط با فروشندگان در بستر این پیام رسان بله میباشد.