



مرکز ملی پرورش استعدادهای درخشان  
دانش پژوهان جوان

دبیرستان فرزندگان ۱ دوره اول

# مدرسه تابستانه ۱۴۰۱

دفترچه معرفی کارگاه‌های علمی، پژوهشی، فرهنگی  
و  
کلاس‌های جبرانی آموزشی

**ثبت نام آغاز شد**

زمان برگزاری از هفته آخر تیرماه الی هفته آخر مرداد ماه  
ساعت برگزاری ۸:۳۰ تا ۱۲:۳۰  
روزهای دوشنبه و چهارشنبه  
به صورت حضوری

ثبت نام در وبسایت دبیرستان به آدرس اینترنتی [WWW.farzgu.ir](http://WWW.farzgu.ir)

به نام خداوند جان و خرد

به دانش فزای و به یزدان گرای

که او باد جان تو را رهنمای

دوستان سلام!

سلامی به گرمی آفتاب تابستان پیش رو که با حضور شما در کارگاه‌های مدرسه تابستانه گرم و گرم‌تر خواهد شد. مدرسه تابستانی امسال به صورت حضوری و در روزهای دوشنبه و چهارشنبه یا فقط روز چهارشنبه از ساعت ۸:۳۰ صبح تا ۱۲:۳۰ از تاریخ ۲۹ تیر ماه تا ۳۱ مرداد ماه در دبیرستان برگزار می‌شود. ( هر دانش آموز شرکت کننده در مدرسه تابستانه می‌بایست یکی از گروه‌های «الف» یا «ب» را انتخاب کند. دانش آموزان گروه الف در روزهای دوشنبه و چهارشنبه و در مجموع ۶ زنگ در هفته کلاس خواهند داشت و دانش آموزان گروه ب فقط روزهای چهارشنبه و ۳ زنگ در هفته کلاس خواهند داشت. هر عنوان کلاس یا کارگاه در طول برگزاری مدرسه تابستانه ده جلسه خواهد بود)

پیش‌ثبت‌نام : شنبه ۲۱ خرداد تا جمعه ۲۷ خرداد ماه

هزینه پرداخت کارگاه‌ها و ثبت‌نام نهایی کلاس‌ها متعاقباً اعلام خواهد شد.

لطفاً دفترچه را با دقت مطالعه نمایید، تغییر کارگاه پس از پیش‌ثبت‌نام مجاز نخواهد بود.

برای شرکت در کارگاه‌های تابستانی لطفاً به موارد زیر را با دقت توجه کنید:

- ✚ حضور در کلاس‌ها و کارگاه‌های تابستانی اختیاری است.
- ✚ شما می‌بایست طبق جدول ارائه شده، از میان هر یک از زنگ‌های اول تا سوم یک عنوان کارگاه را انتخاب نمایید و در کارگاه مربوطه شرکت کنید.
- ✚ پس از پیش‌ثبت‌نام، برنامه کارگاه‌های به حد نصاب رسیده به همراه اطلاعیه پرداخت شهریه اعلام خواهد شد.
- ✚ بدیهی است کلاس‌ها در صورت به حد نصاب رسیدن تشکیل خواهد شد و به دلیل ظرفیت محدود اولویت با متقاضیانی است که زودتر ثبت نام خود را تکمیل کنند.

برنامه کلاس‌ها و کارگاه‌های مدرسه تابستانه ۱۴۰۱

زنگ سوم ۱۲:۳۰ تا ۱۱:۲۰	زنگ دوم ۹:۴۵ تا ۱۱:۰۵	زنگ اول ۸:۳۰ تا ۹:۴۰	ساعت روز
دانش مغز ۲	دانش مغز ۱	دانش مغز ۳	<b>گروه الف</b> دوشنبه و چهارشنبه
فلسفه	ورزش (حرکت اصلاحی)	فلسفه علم	
طراحی سایت ۱	مدار منطقی	طراحی سایت ۲	
فتوشاپ ۲	ایلاستریتر	فتوشاپ ۱	
هنرهای نمایشی (تئاتر)	هنرهای نمایشی (بازیگری)	هنرهای نمایشی (نقالی)	
شیمی پژوهی	نانوشیمی	کسبی نو	
نجوم رصدی	اخترزیست	سرگذشت کیهان	
زیست فناوری	رباتیک ۱	بیوانفورماتیک	
طراحی لباس ۲	طراحی لباس ۱	از موجود تا مطلوب	
استراتژی حل مساله ریاضی هفتم	ریاضی جبرانی هفتم	فیزیک جبرانی هفتم	
استراتژی حل مساله ریاضی هشتم	فیزیک جبرانی هشتم	ریاضی جبرانی هشتم	
طراحی اپلیکیشن موبایل	بازی سازی	نوکاوان	
مکالمه انگلیسی ۱	زبان آلمانی ۲	زبان آلمانی ۱	
آشپزی	نقاشی	نقاشی	
ورزش (حرکت اصلاحی)	زبان فرانسه ۱	زبان فرانسه ۲	
	مکالمه انگلیسی ۲	رباتیک ۱	
موشن گرافیک ۱	موشن گرافیک ۲	موشن گرافیک ۱	<b>گروه ب</b> فقط چهارشنبه
مهارت مدیریت مالی	مهارت شروع کننده بودن	مهارت خودشناسی	
رباتیک ۲	فلسفه	نانوشیمی	
نقاشی	فلسفه علم	طراحی لباس	
کافه کتاب	نویسندگی	لحظات ناب رفاقت!	
بازی سازی	مهارت سخنوری و فن بیان	ورزش (حرکت اصلاحی)	
فرانسه ۱	طراحی اپلیکیشن موبایل	مکالمه انگلیسی ۲	
آلمانی ۱	آشپزی		

## سرگذشت کیهان

در این دوره با هم به سراغ داستان کیهان می‌رویم؛ این که کیهان از کجا آمده و به کجا میره. به بیان دیگر، قصد داریم ابعاد و اندازه‌های کیهان را بررسی و اندازه‌گیری کنیم، و به پرسش‌هایی مثل «کیهان چگونه به وجود آمده است؟» و «از بیگ‌بنگ تا امروز چه تغییراتی کرده است و چه دوره‌هایی را از سر گذرانده است؟» پاسخ بدهیم. همچنین در این دوره نظریه انبساط عالم و چگونگی روند آن و همچنین نقطه پایانی این روند انبساطو بررسی می‌کنیم. یعنی به این پرسش پاسخ می‌دهیم که این انبساط تا چه زمانی ادامه خواهد داشت. و بعد، به سراغ مهمترین جز تشکیل دهنده عالم هستی، یعنی ستارگان، می‌رویم و با نحوه تولد، زندگی و مرگ آنها آشنا می‌شویم.

در طول دوره به فراخور موضوع و علاقه‌مندی شما فعالیت‌های جانبی دیگری مانند داستان‌نویسی علمی-تخیلی، برنامه‌نویسی با کامپیوتر، ساخت ماکت و... خواهیم داشت. از شما دعوت می‌کنیم در این سفر شگفت‌انگیز با ما همراه باشید.

## افت‌زیست‌شناسی

با نگاه به منظره پرستاره آسمان شب و تفکر درباره وسعت و بزرگی عالم شاید برای شما هم پیش آمده باشه که از خودتون بپرسید آیا در این دنیای بزرگ ما انسان‌ها تنها هستیم؟ منشأ حیات ما از کجا بوده؟ آیا گونه دیگری از ما در جای دیگری از منظومه شمسی یا حتی فراتر از اون وجود داره؟ ساختار و بدن اونها به پیچیدگی بدن ماست؟ یا از ما هم هوشمندتر و پیشرفته‌تره؟ گونه‌های دیگه گیاهی و زیستی چطور هستند؟ اگر ما بخوایم در جای دیگه‌ای زندگی کنیم بدن ما تاب و تحمل داره و مشکلات جسمی فضاوردان چه چیزهایی هستن؟

مجموعه این سوال‌ها در اختر زیست‌شناسی دنبال میشه. در حقیقت اختر زیست‌شناسی حوزه تحقیق مشخصی نداره و تلفیقی از چندین حوزه علمی است. در این دوره سعی داریم تا به سوالات این حوزه پاسخ دهیم. با رویکرد زیستی و نجومی به بررسی آزمایشات فضایی و مشکلات فضاوردان بپردازیم و ژنوم موجودات فضایی و زمینی رو بررسی کنیم.

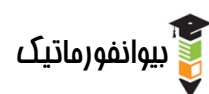
## نجوم (صدی)

منظره آسمان شب یکی از هیجان‌انگیزترین و پر رمز و راز ترین تصاویری هستش که بشر تاکنون باهاش رو به رو بوده. مواجهه با آسمان شب همواره منشأ کنجکاوی‌های بزرگ انسان و سرچشمه‌ی ماجراجویی‌های علمی بوده.

در این دوره می‌خواهیم به سراغ همین کنجکاوی‌ها و ماجراجویی‌ها بریم. هدف ما در اصل بررسی اینه که چه اجرامی رو میتونیم رصد کنیم و برای این کار به چه ابزارهایی نیاز داریم. به عنوان مثال، با اجرام آسمانی و ویژگی‌هایش آشنا می‌شویم؛ درباره انواع تلسکوپ‌ها یاد می‌گیریم و با آنها رصد می‌کنیم و کار با اونهارو به طور عملی یاد می‌گیریم؛ همچنین تاریخچه‌ی ابزارهای رصدی رو مرور می‌کنیم و تا جایی پیش می‌رویم که در پایان دوره، می‌تونیم در گروه‌های مختلف و به کمک هم بعضی از این ابزارها رو بسازیم.

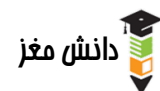


زیست‌شناسی به مطالعه موجودات زنده مثل باکتری‌ها، گیاهان جانوران و حتی انسان می‌پردازد. برای انجام یک پژوهش خوب در زیست‌شناسی باید به دقت به اطرافمون نگاه کنیم. دقت کردن قدم اول در راه جستجو در دنیای موجودات زنده است. فعالیتی که میتونه از ما یه محقق خلاق با ایده‌های ناب در زمینه پژوهش بسازه. زیست‌شناسی گرایش‌های مختلفی داره و ما در این کارگاه با انواع گرایش‌ها آشنا میشیم و به یکی از آزمایشگاه‌های مرتبط با این حوزه سر خواهیم زد. ما میتونیم توی این دوره به ایده‌هاتون بالا و پر بدیم، نحوه جستجوی علمی رو یاد بگیریم و شما رو برای انجام یک پژوهش لذت‌بخش در حوزه بیوتکنولوژی یاری کنیم.



بیوانفورماتیک چیست؟!؟

بیوانفورماتیک یک دانش بین رشته‌ای است که شامل روش‌ها و نرم‌افزارهایی برای فهم اطلاعات زیستی است و به عنوان یک دانش بین رشته‌ای، به منظور تجزیه و تحلیل و تفسیر اطلاعات زیست‌شناسی است. در این کارگاه ابتدا با مفاهیم پایه‌ی زیست‌شناسی و شیمی و فیزیک آشنا میشیم و به جای استفاده از آزمایشگاه‌های حقیقی آزمایش‌هامونو در کامپیوتر شخصی‌مون با نرم‌افزارهای بیوانفورماتیکی انجام میدیم و مسائل مختلف زیست‌شناسی و بیماری‌های ژنتیکی رو در سطح مولکولی را بررسی میکنیم.



**سطح ۲ و سطح ۳ این کارگاه مفصّوص دانش آموزانی است که به ترتیب سطح ۱ و سطح ۲ را در مدرسه گذرانده اند.**

دانش مغز، کلاس علوم اعصاب برای آمادگی آزمون برین‌بی است. این آزمون توسط دکتر نوربرت میسلینسکی در سال ۱۹۹۹ در دانشگاه مریلند کشور آمریکا پایه‌گذاری شده است. هدف از این آزمون علاقه‌مند کردن دانش-آموزان به یادگیری در مورد مغز و کارکردهای مغزه. منبع آموزشی این درس دو کتاب دانش مغز و حقایق مغز است که به زبان فارسی موجود است. در این کلاس در مورد سلول عصبی، داروها و مواد مخدر، چگونگی ادراک جهان توسط حواس، یادگیری و حافظه، انواع بیماری‌های مربوط به مغز و عوامل موثر بر مغز و ... صحبت میشه. در کلاس اصطلاحات هم به زبان فارسی و هم انگلیسی ارائه می‌شه، چرا که آزمون مرحله دوم به صورت انگلیسی برگزار می‌شه. علاوه بر این سعی شده همراه مباحث، فیلم‌ها و مباحث آموزشی مربوط به زندگی واقعی برای درک بهتر مغز و کارکردهای آن گنجانده بشه. راستی این کارگاه رو به همه کسانی که در رویداد مدرسه تابستانی دانش مغز جشنواره ابن‌سینا شرکت کردن، پیشنهاد می‌کنیم.



از سالهای خیلی دور که علم شیمی کشف شد و آدم‌ها فهمیدند مواد چه خواصی دارند، علاقه‌مند شدند که مواد کم‌اهمیت رو به مواد با ارزش تبدیل کنند. همین موضوع پایه‌ی خیلی از مباحث شیمیایی شد و از اون روز به بعد، شیمیست‌ها یکی از کارهایی که خیلی دوست دارند، درست کردن مواد جدید با خاصیت‌های کاربردی و عالی شد! تو کلاس پژوهش شیمی ما می‌خواهیم با روند کار پژوهشی تو مباحث شیمی آشنا بشیم و سعی کنیم کاربردهای خوب برای مواد ایجاد کنیم و به درد بشریت بخوریم!



نانو، یک کلمه یونانی هست به معنای کوتوله! این روزها واژه‌ی "نانو" خیلی به گوش‌مون خورده و تقریباً کسی نیست که از جوراب های نانو و کاربردهای دیگر نانو بی‌اطلاع باشه. اما جالبه بدونید این اطلاعات ما، حتی یک دهم از کاربردهای نانو تو زندگی روزمره رو هم شامل نمیشه! نانوفناوری یکی از چهار علم پیشروی دنیاست و اینکه بدونیم چه کارهایی میتونیم با این علم بکنیم، خیلی هیجان‌انگیزه! ما قراره تو این کلاس بیشتر با علم نانو آشنا بشیم و بتونیم کاربردهای مختلفی از این علم تو زندگی روزمره‌مون داشته باشیم. راستی این کارگاه رو به همه کسانی که در رویداد مدرسه تابستانی و نمایشگاه دستاوردهای نانو شرکت کردن، پیشنهاد می‌کنیم.



ریاضیات علم مدل‌دهی به سایر علومه؛ یعنی زبان مشترک نظریات علمی سایر علوم، علم ریاضی هستش و امروزه اگر علمی رو نتونیم به زبان ریاضی بیان کنیم، علم نیست. ریاضیات برخلاف تصور بعضی از افراد یکسری فرمول و قواعد نیست که همیشه و در همه جا بتونیم ازش استفاده کنیم بلکه ریاضیات، درست فهمیدن صورت مسئله و درست فکر کردن برای رسیدن به جوابه و برای به دست آوردن این توانایی، باید صبر و پشتکار لازم رو داشته باشیم تا بتونیم حتی به مدت چندین ساعت در مورد یک مسئله‌ی ریاضی فکر کنیم و درنهایت با ابتکار و خلاقیت اونو حل کنیم. حل یک معادله ریاضی، هنگامی که همه اعداد به ما داده میشه، کار آسونیه. اما در طرف مقابل، با داشتن یک صورت مسئله توصیفی، هنگامی که شروع به خواندن مسئله می‌کنیم، حل مسئله دشوارتره. گاهی ترکیب ساده چند کلمه در قالب یک جمله مسئله را دشوار نشون میده و گاهی باعث ایجاد اضطراب ریاضی میشه. اما چطور می‌تونیم به خودمون کمک کنیم تا با اعتماد به نفس مسئله رو حل کنیم؟ با یادگیری حل گام به گام و به صورت سازمان یافته مسائل، استراتژی‌ها و ابزار لازم رو برای حل مسئله‌ها به روش بسیار مؤثرتری در اختیار خواهیم داشت. در کارگاه‌های استراتژی‌های حل مساله به شما کمک میشه با روش‌های حل مساله و تکنیک‌های اون در قالب مساله‌های متفاوت و کاربردی آشنا بشین. همچنین اصول ورزش ذهن جهت تقویت حافظه به شما آموزش داده میشه.

## ریاضی و فیزیک جبرانی پایه هشتم

این کلاس انتخابی برای شما دانش‌آموزانی پیش‌بینی شده که برای تثبیت و جبران یادگیری مفاهیم ریاضی و یا فیزیک پایه هشتم که در سال تحصیلی تدریس شد، احساس نیاز می‌کنین.

## ریاضی و فیزیک جبرانی پایه هفتم

این کلاس انتخابی برای شما دانش‌آموزانی پیش‌بینی شده که برای تثبیت و جبران یادگیری مفاهیم ریاضی و یا فیزیک پایه هفتم که در سال تحصیلی تدریس شد، احساس نیاز می‌کنین.

## رباتیک

**سطح ۱ این کارگاه مفصوص دانش‌آموزانی است که سطح ۱ این کارگاه را در مدرسه گذرانده اند. این دوره با هدف شرکت در مسابقات دافلی و بین المللی و به عنوان پایه برای سال‌های بعد برگزار می‌شود.**

رباتیک سطح ۱، مقدماتی: در این بخش یک سخت‌افزار کامل طراحی شده به نام GB-board انجام میشه. این برد آموزشی شامل سنسورهایی به عنوان ورودی، یک پردازشگر آردوینو، یک کیبورد ۴\*۴ و یک نمایشگر LCD است که هم میتونه پایه انجام آزمایشات الکترونیک و برنامه‌نویسی باشه و هم پروژه‌های متعددی رو روی اون پیاده‌سازی کنیم.

ب) رباتیک سطح ۲، پیشرفته: در این دوره طراحی و ساخت ربات‌های فوتبالیست سبک وزن و سپس وزن آزاد آموزش داده میشه.

## موشن گرافیک

**دانش‌آموزان گروه ب علاقمند به شرکت در کارگاه سطح ۱، باید هم زنگ اول و هم زنگ سوم را انتفاب کنند. سطح ۲ این کارگاه مفصوص دانش‌آموزانی است که سطح ۱ این کارگاه را در مدرسه گذرانده اند.**

موشن‌گرافیک روشی برای ارتباط با مخاطبه تا بتونیم اطلاعات خسته کننده رو همراه با تصویر، موسیقی و استفاده از افکت‌ها، به محتوایی جذاب تبدیل کنیم و مفاهیم پیچیده رو به سادگی به مخاطب انتقال بدیم. ما از موشن‌گرافیک برای خلق تبلیغات، ارائه‌های آمار و ارقام پیچیده، تیتراژ فیلم‌ها، ارائه‌های کلاسی، ویدئو‌هایی همراه متن و مانند آن استفاده می‌کنیم.

در این کلاس، با نرم‌افزارهای افترافکت، فتوشاپ و پریمیر در راستای موشن‌گرافیک آشنا میشیم و در پایان قادر خواهیم بود که ویدئوهای استاندارد برای عرضه در رسانه تولید کنیم. سیستمی که برای این کلاس لازم داریم، سیستم‌هایی هستند که برای استفاده از نرم‌افزارهای مولتی مدیا مناسب باشند.

## سطح ۲ این کارگاه مفصوص دانش‌آموزانی است که سطح ۱ این کارگاه را در مدرسه گذرانده اند.

روزانه به سایت‌های زیادی سر می‌زنیم که هر کدام به شکلی برامون جذاب هستند و ممکنه ما را به این فکر بیندازن که این سایت‌ها چطور ساخته شدن؟ اگه به چند سال قبل برگردیم و نگاهی به اولین سایت‌های منتشرشده در وب بیندازیم، می‌بینیم که صفحات آن‌ها تنها از چند المان ساده و ابتدایی تشکیل شده. از قدیم تا امروز، تکنولوژی‌های مختلفی در جذاب کردن فرآیند طراحی وب تاثیرگذار بوده‌اند، اما اگر بگوییم تمام این تکنولوژی‌ها به HTML منتهی می‌شون باور می‌کنین؟ در این مسیر همراه ما باشید تا کشف کنیم HTML چیه و چطور این همه سال در دنیای وب جایگاه خودش رو حفظ کرده.

## مدار منطقی

می‌خوایم همراه با هم، درس مدار منطقی و طراحی دیجیتال که از درس‌های اساسی در رشته مهندسی کامپیوتر، برق و مهندسی پزشکی هست رو به صورت مبحث به مبحث جلو ببریم. به طور خلاصه می‌تونیم هدف این درس رو «آموزش تکنیک‌های طراحی و پیاده‌سازی سیستم‌های پیچیده» بدونیم. چرا طراحی مدار منطقی رو یاد بگیریم؟ جواب‌های زیادی برای این سوال مهم هست، اما این دو دلیل خیلی مهم هستند: نگاه عمیق‌تر به داخل کامپیوتر؛ تفاوت یک راننده غیر فنی با راننده مطلع؛ با آگاهی از منابع سخت‌افزاری می‌تونیم بهتر برنامه بنویسیم؛ مهارت طراحی و ساخت سیستم‌های دیجیتال رو کسب کنیم. چون می‌بینیم که وسایل اطراف ما به سرعت در حال دیجیتالی شدن هستن.

## کارگاه بازی‌سازی

بازی‌سازی، چیزی که اکثر ما از کودکی به آن علاقه‌مند بودیم و دوست داشتیم یک روزی بازی‌های مورد علاقه‌مان را طراحی کنیم، اگر هنوز هم به این زمینه علاقه‌مندی، این کارگاه فرصت خوبی برای کسب تجربه! امروزه بازی‌سازی و به خصوص بازی موبایل جزو یکی از پردرآمدترین مشاغل حال حاضر دنیاست، یک بازی از اجزا و بخش‌های بسیار زیادی تشکیل شده است، گرافیک خوب، داستان سرگرم‌کننده، سناریو جذاب، صداگذاری مناسب، اصول روانشناختی و... پس این کارگاه اولین قدم برای ورود به دنیای مهیج و جذاب بازی‌سازی!

## کارگاه طراحی اپلیکیشن موبایل

در سال‌های اخیر و با رشد تکنولوژی، تلفن همراه به عنصری تاثیرگذار در زندگی همه ما تبدیل شده و با روی کار آمدن اپلیکیشن‌های مختلف موبایل، انجام بسیاری از کارها به راحتی قابل انجام شده. تمامی کسب و کارها با داشتن یک اپلیکیشن کاربردی می‌توانند ارتباط نزدیک‌تر و قوی‌تری با کاربران خود برقرار کنند. همچنین با طراحی اپلیکیشن می‌توان از تمامی رقبا سبقت گرفت و در عصر دیجیتال با قدرت بیشتری حضور داشت. این کلاس فرصت خوبی که اپلیکیشن موبایل طراحی کنیم. البته تمرکز بیشتر روی سیستم عامل اندرویده.



## سطح ۲ این کارگاه مفصّل دانش آموزانی است که سطح ۱ این کارگاه را در مدرسه گذرانده اند.

فتوشاپ یک نرم افزار جادویی است، یک ابزار قدرتمند که قابلیت های بالا و هیجان انگیزش باعث شده در بسیاری از حرفه ها استفاده شود.

کاربردهای فتوشاپ وسیع و ممکنه هر کسی در هر رشته ای که فعالیت می کنه در حد رفع نیازهای خود از فتوشاپ استفاده کنه.

فتوشاپ یکی از محبوب ترین نرم افزارهای ویرایشگر تصاویره که در دامنه ی بسیار وسیعی از فعالیت های گرافیکی کاربرد داره. کاربران به وسیله ی این نرم افزار، تصاویر مختلف و ویرایش می کنن، برش میزنن، تغییر رنگ میدن و بسیاری از کارهای متفاوت دیگه رو هم می تونن انجام بدن.

به وسیله ی فتوشاپ حتی می تونیم عکس های سیاه و سفید قدیمی رو به عکس های رنگی تبدیل کنیم. نرم افزار فتوشاپ بر اساس لایه ها کار می کنه و با استفاده از این ویژگی می تونیم با ایجاد تغییر در تنظیمات لایه های مختلف موجود در تصویر، میزان وضوح تصاویر و افزایش بدیم و تصاویری با وضوح و کیفیت بیشتر ایجاد کنیم. کار کردن با فتوشاپ به دلیل داشتن ابزار گوناگون فرصت آزمون و خطارو در اختیار شما قرار میده و باعث افزایش خلاقیت شما میشه.

در عصر فناوری ما با نرم افزارها زندگی می کنیم. اونها شکل دهنده روندهای متفاوت حرفه ای زندگی ما هستن و در جنبه های متعددی می تونن به ما کمک کنن. نرم افزارهای کامپیوتری مختلفی در حال حاضر در دسترس هستن و هر کدوم با قابلیت های منحصر به فرد خود، در زمینه به خصوصی کاربرد دارن. تنوع بالا و گسترش روز افزون این همه برنامه و نرم افزار نشون میده که تا چه میزان ظهور اونها توانسته رویکردهای حرفه ای و تخصصی رو تغییر بده و به سمت موفقیت آمیزتری سوق بده. در نتیجه، آشنایی با کاربردهای آن در زندگی روزمره و در زمینه های تخصصی مختلف، خالی از لطف نیست.

ADOBE ILLUSTRATOR یک نرم افزار گرافیکی بُرداری فوق العاده برای کارهای ترسیمی، طراحی و نقاشی برای کاربران مبتدی و حرفه ای هست که به کمک این نرم افزار می تونید مواردی از قبیل طراحی کارت ویزیت، آرم، لوگو، سربرگ، پاکت نامه، لیبل (برچسب)، تراکت، کاتالوگ، بروشور، بیلبرد، مجله، روزنامه، تقویم، جلد کتاب، جلد سی دی، جعبه انواع کاور، کارت پستال، عناصر صفحات وب، پوستر، کاغذ کادو و ... را به زیبایی انجام دهید.

در این کلاس با شیوه نقالی در هنرهای نمایشی آشنا می شین، مهارت های خاص این شیوه، از جمله نوع خاصی از گویش و فن بیان مخصوص نقالی رو می آموزید، حرکات نمایشی در نقالی رو یاد می گیرین و اتودهای نمایشی در زمینه نقالی به صورت عملی خواهیم داشت.

## هنرهای نمایشی (بازیگری)



در این کلاس به صورت عملی مهارت‌های بازیگری از جمله (حرکات بدن، فن بیان، تربیت حس، تخیل، تمرکز) را تمرین می‌کنید و می‌آموزید، در کنار این آموزش‌ها و تمرینات عملی اتودهای نمایشی مرتبط با هر آیت‌م را خواهیم داشت تا به درک و شناخت عملی بیشتر و بهتری در زمینه هنر بازیگری برسین.

## هنرهای نمایشی (تئاتر)



در این کلاس با هنر تئاتر (نمایش) آشنا میشین، تمریناتی عملی در شاخه‌های مختلف هنرهای نمایشی (از جمله تئاتر صحنه‌ای، نمایشنامه خوانی، قصه گوئی، پانتومیم) به صورت مجزا خواهیم داشت تا به شناخت مناسبی درباره قواعد هنری هر شاخه برسید، همچنین به صورت مختصر با کارگردانی و طراحی میزانشن در هنرهای نمایشی آشنا میشین.

## زبان فرانسه / زبان آلمانی



با انتخاب کلاس‌های زبان فرانسه و یا زبان آلمانی می‌تونید طی دوره ده جلسه‌ای؛ مقدمات آشنایی با این زبان‌ها رو با شیوه‌ای نوین یاد بگیرید. در طی این کلاس‌ها با گرامر، لغات، تلفظ و نوشتار زبان فرانسه و یا آلمانی در قالب فعالیت‌های گروهی آشنا میشین. ظرفیت کلاس‌ها محدود است.

## مکالمه زبان انگلیسی



با انتخاب کلاس مکالمه زبان انگلیسی می‌تونید طی دوره ده جلسه‌ای؛ مکالمه انگلیسی را در قالب فعالیت‌های گروهی حول موضوعات مختلف و جذاب تمرین کنید. ظرفیت کلاس محدود است.

## طراحی لباس



در این دوره ۱۰ جلسه‌ای به صورت خلاصه با مباحثی از طراحی لباس آشنا میشیم که تک تک مباحث به صورت مجزا میتونن یک دوره‌ی جامع را شامل بشن.

مبانی طراحی اولیه لباس، شناخت پارچه‌ها، رنگ‌شناسی در طراحی لباس، تکنیک‌های رنگ آمیزی و جنسیت سازی پارچه‌ها، خلاقیت در طراحی، شناخت الگو پایه، و آشنایی با طراحان مطرح دنیای پوشاک از مباحثیه که در این دوره مطرح میشه.

## کارگاه کسبی نو

برای اینکه یک خانوم دکتر، مهندس، معلم، تاجر، نویسنده، بازیگر و هنرمند منحصر بفردی بشین، و در هر حوزه‌ای که هستین، بدرخشین، بهتره همین الان که بهترین فرصت هست، توشه مهارت‌های خودتون رو پر کنید! قطعاً یکی از مهارت‌هایی که همه ما آدما باید یاد بگیریم، مهارت کارآفرینی هستش... چون دانش و مهارت‌هایی که قراره تو حوزه کارآفرینی و کسب و کار یاد بگیرین، مثل یک چک سفید امضا میمونه که شما می‌تونین بعدها در هر شغل و موقعیتی که قرار گرفتین، به اندازه نیازتون ازش استفاده کنین. دخترای گل، شما تو کلاس کسبی‌نو یاد می‌گیرین چطوری یه ایده ناب پیدا کنین، و بعدش یه استارت‌آپ فوق‌العاده رو طراحی و راه‌اندازی کنین. بنابراین خانم‌های دکتر و مهندس هم می‌تونن از همین الان برای راه‌انداختن کسب و کار رویایی آینده‌شون، مهارت‌ها و تکنیک‌های لازم رو یاد بگیرن... راستی این کارگاه رو به همه کسانی که در **رویداد کارآفرین شو جشنواره ابن‌سینا** شرکت کردن، پیشنهاد می‌کنیم.

## نویسندگی فلاق

کلاس نویسندگی خلاق همون طور که از اسمش پیداست میخواد جریان خلاقیت در نوشتن رو آزاد کنه و کمک کنه نویسندگی درون‌مان را بیدار کنیم و خوب به حرف‌ها و رویاهاش گوش بدیم. میخوایم ببینیم چطور میشه دغدغه‌ها و احساسات‌مونو تبدیل به متن کنیم. تکنیک‌های نوشتن یک داستان خوب رو یاد بگیریم و کنار هم، یه عنوان یک جمع نگاه جدیدی به تجربه‌ی جذاب زندگی داشته باشیم.

## کافه کتاب

در این کارگاه به موضوعات و محتوای کتاب‌های جذاب و نگاه خلاقانه و متفاوت‌تری خواهیم داشت و تجربه جدیدی از کتاب‌خوانی و نقد کتاب را در کنار هم و با فضایی متفاوت کسب خواهیم کرد.

## فلسفه

فلسفه وقتی شکل می‌گیره که انسان‌ها شروع می‌کنن به پرسیدن: «این جهان از چه چیزی تشکیل شده است؟»، «آیا هر موجودی و هر اتفاقی علتی داره؟»، «چرا می‌گیریم یه کاری خوبه یا بده؟»، «چطور می‌تونیم جهانو بشناسیم؟» و بعد سعی می‌کنن برای سوال‌هاشون پاسخی پیدا کنن، برای پاسخ‌هاشون استدلال کنن، از استدلال‌هاشون دفاع کنن و ایرادهای پاسخ‌هاشونو برطرف کنن. در کلاس فلسفه می‌خوایم با خوندن نظرات فیلسوفان از دوران باستان تا مدرن ببینیم چه پرسشی فلسفیه، چطور باید به پرسش‌های فلسفی پاسخ بدیم و برایشون استدلال کنیم و چطور باید پاسخ‌هایی رو که به پرسش‌های فلسفی داده میشه نقد کنیم. همچنین، در ضمن خوندن نظرات فیلسوف‌ها می‌خوایم یاد بگیریم یک متن/ جستار فلسفی و به طور کلی علمی چطور باید نوشته بشه و ارائه دادن و بحث کردن دربارهٔ مسائل فلسفی رو تمرین کنیم.



به کلاس فلسفه‌ی علم خوش اومدی!

شاید از قبل با فلسفه آشنا باشی، شاید هم نباشی. در هر صورت اینجا می‌تونی در کنار بقیه راجع به اینکه علم چیه حرف بزنی. اگه با فلسفه آشنا باشی می‌دونی که موضوع فلسفه، پرسش‌های اساسی زندگیه. یه سری پرسش اساسی همیشه از قدیم تا الان ذهن آدم‌ها رو درگیر کرده. پرسش از هستی، ارزش‌ها، معرفت، و خیلی موضوع‌های ریز مربوط به این عنوان‌های کلی. غیر از این عنوان‌های کلی، هر کسی که داره توی زمینه‌ی خاصی کار می‌کنه، ممکنه برایش پرسش‌هایی پیش بیاد و بهشون فکر کنه تا با زمینه‌ی کار خودش بیشتر آشنا بشه. مثلاً ممکنه بعضی از هنرمندا به این فکر کنن که اصلاً هنر یعنی چی و به کی می‌گن هنرمند. ممکنه برای افراد دین‌دار یا حتی افراد بی‌دین این پرسش پیش بیاد که اصلاً دین یعنی چی. این‌جوری یه سری شاخه‌های فرعی توی فلسفه به وجود می‌آد که بهشون می‌گیم: «فلسفه‌های مضاف». یعنی موضوعی خاص به فلسفه اضافه شده. مثلاً فلسفه‌ی هنر و فلسفه‌ی دین. فلسفه‌ی علم هم یه فلسفه‌ی مضافه.

توی فلسفه‌ی علم با هم به پرسش‌هایی شبیه این فکر می‌کنیم: «علم چیه و شبه‌علم یعنی چی؟»، «آیا علم واقعیت رو به ما نشون میده؟»، «آیا با آزمایش میشه نظریه‌ها رو اثبات کرد؟»، «وقتی از مشاهده حرف می‌زنیم منظور ما چیه و آیا همه‌مون یه چیز رو مشاهده می‌کنیم؟»، «آیا علم برای زندگی بشر کافیه؟»، «آیا دانشمندا در برابر استفاده‌های نامناسب از کشف‌ها و اختراعاتشون مسئولن؟». اگه این جور پرسش‌ها فکرت رو مشغول می‌کنن و دوست داری نظرت رو درباره‌ی اون‌ها به بقیه هم بگی، حتماً توی این کلاس برات جا هست. بیشتر وقت جلسه‌ها به گفت‌وگو درباره‌ی این موضوع‌ها می‌گذره. گاهی هم ممکنه یه تیکه‌ی کوتاه از یه فیلم رو ببینیم یا با هم یه داستان یا کتاب بخونیم.

امیدوارم از وقتی که توی این کلاس در کنار هم خواهیم بود لذت ببری.

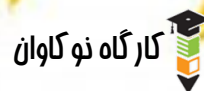
## مهارت فودشناسی Self-knowledge skills

برای رسیدن به آینده‌ای خوب، رسیدن به موفقیت‌های تخصصی، شاد بودن و ... نیاز داریم تا خودمونو بشناسیم و برای این شناخت باید زمان و انرژی صرف کنیم. تا زمانی‌که ندونیم چه کسی هستیم و چه نقطه ضعف‌ها و قوت‌هایی داریم، تمام کارها، تصمیم‌گیری‌ها و عمل‌های بعدی ما در واقع در تاریکی اتفاق افتاده که ممکنه با کمک شانس برای ما خوب باشه و یا ممکنه بد باشه. با شناخت خودمون احتمال تکیه بر شانس رو کم می‌کنیم و با تکیه بر آگاهی و علم پیش میریم.

## مهارت مدیریت مالی Money or Budgeting skills

گرچه پول مهم‌ترین مساله در زندگی نیست، اما مطمئناً برای یک زندگی راحت و رسیدن به موفقیت تا حد زیادی حیاتی هستش. آشنایی با بودجه بندی و یادگیری مدیریت مالی به شما کمک می‌کنه تا در کنار دانستن ارزش پول، بتونید اونو آگاهانه‌تر خرج و پس انداز کنید و برای آینده برنامه‌ریزی کنید.





«کاش می‌شد همه‌ی سوال‌های مغزم رو با یه فرمول ریاضی و یکم خلاقیت حل کنم...»

زیر لب این جمله رو میگم و گوشه‌ی رو پرت میکنم رو تخت....

بوی ماکارونی مامان کل خونه رو گرفته. حال خوب آخرین امتحان ترم و شروع تابستون با این بو و باد خنک کولر تکمیلیه...

دراز می‌کشم روی زمین رو به روی کولر و چشمامو می‌بندم، تصویر دختری که توی استادیوم کتک خوردن میاد جلوی چشمم، بعد به جشنواره کن فکر میکنم، یعنی ایران جایزه می‌گیره؟ اصلا بگیره یا نگیره مگه مهمه؟ کشورها که فقط مرزهای سیاسی اند....

نفس عمیقی میکشم و سرم رو برمیگردونم و به تابلوی ونکوک خیره میشم .... اسمون با اون عظمتش بازم منو گرفت... یعنی میشه دانشگاه استنفورد درس بخونم؟ بعد برم ناسا و آخخخخخ فضا ....

هوووو!!!! احساس میکنم آرزوهام داره تبخیر میشه اینجا..

سرمو تکون میدم یه جوری که هر چی خیر و اتفاق و ارزوست از تو گوشام بریزه رو فرش...

با نیشگون مورچه به خودم میام که تهش چی.... می‌دونم تو دنیا آدم از هر چی بتونه فرار کنه از خودش نمی‌تونه.

باید یه روز بتونم از پس همه‌ی حرفای توی سرم بر بیام.

رشته افکارم رو مامان پاره می‌کنه:

«پاشو دختر غذا آمادست.»

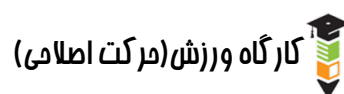
بلند میشم و کتابی که مثلا میخواستم بخونم رو میزارم رو میز؛ یهو نوشته اول کتاب می‌خوبم کرد: «اگر چرایی امری

را ادراک کنی، چیستی و چگونگی‌اش را به خوبی فهم خواهی کرد.»

صدای مامان بلندتر شد:

دختر ررررر غذا سرد شد....

پس افکار من چی؟



همه ما به دلیل فعالیت‌های تکراری روزانه و نوع کارمون دچار عدم تعادل‌های عضلانی میشیم (اگر زمینه وراثتی هم داشته باشیم که این مسئله بدتر هم می‌شه) و این عدم تعادل‌های عضلانی می‌تونن مشکلات متعددی از جمله قوز پشتی، گردن به جلو، شانه نابرابر، گودی کمر، زانوی ضربدری، زانوی ایکس، زانوی پراتتزی یا کمانی یا پراتتزی، کف پای صاف و ... رو برامون به همراه داشته باشن اما نگران نباشید حرکات اصلاحی اینجا میتونه به کمکتون بیاد و ..

## کارگاه نقاشی

نقاشی یکی از رشته‌های اصلی هنرهای تجسمی است و قدمتش شش برابر زبان نوشتاریه. برخی از پژوهشگران معتقدند اولین نقاشی‌های یافت‌شده در غارها نشون میده که انسان‌های اولیه با کشیدن نقش حیوانات و شکارشان به نوعی خود را آماده نبرد با آن‌ها می‌کرده‌اند.

قدیمی‌ترین نقاشی‌ها در جهان که متعلق به حدود ۳۲۰۰۰ هزار سال پیش می‌باشد، در گروه شاپو فرانسه قرار دارد. این نقاشی‌ها که با استفاده از افرای قرمز و رنگ‌دانه سیاه، حکاکی و رنگ شده‌اند، تصاویری از اسب‌ها، کرگدن‌ها، شیرها، بوفالوها و ماموت‌ها را نشان می‌دهند. این‌ها نمونه‌هایی از نقاشی در غار هستند که در اغلب نقاط جهان وجود دارند. در این کارگاه به این هنر جذاب می‌پردازیم.

## کارگاه آشپزی

وقتی انسان هزاران سال پیش آتش را کشف کرد، آشپزی به وجود اومد. در قدیم با انداختن تکه‌ی خام غذا در آتش غذا درست می‌کردند و صبر می‌کردن تا پخته بشه. با گذشت زمان، آشپزی ویژگی فرهنگی بسیار رایجی شد و به این ترتیب هر کشور برای خود نوع خاصی از آشپزی را داشته و داره که بسیار هم متنوع و گوناگونه. مثلاً کشورهای آسیای میانه غذاها و طرز پختشان شبیه هم دیگه است و کشورهای اروپایی و آمریکایی هم همین‌طور. آشپزی یک فناوری، مهارت و حتی یک هنر برای تهیه غذا، چه با استفاده از گرما و حرارت چه بدون استفاده از آن. آشپزی که در متون قدیمی به آن خوالیگری می‌گفتند، عمل آماده‌کردن مواد غذایی برای مصرف است. در این کارگاه خوشمزه قراره با این هنر بیشتر آشنا بشیم و تجربه‌هایی به دست بیاریم.