

راهنمای خرید

ورزشی مفرح که در خود فاصله گذاری اجتماعی دارد

بسته بودن بوستان ها و تمام مراکز ورزشی از یک طرف به این معناست که اعضای خانواده زمان بیشتری را در کنار هم سپری خواهند کرد و از طرف دیگر به این معناست که خانه تنها مکان جست و خیز و تحرک اعضای خانواده است. میل نشینی و به صورت کلی کم تحرکی در این روزها که باعث تجمع انرژی های صرف نشده می شود، در هر گروه سنی خودش را به شکلی نمایان می کند. در کودکان این انرژی تخلیه نشده در قالب پر خاشگری و بهانه جویی نمود پیدا می کند و بزرگ سالان در قالب

سمیه محمدنیا
حنایی
روزنامه نگار



افسردگی و

افزایش چربی های مزاحم خودش را نشان می دهد. در این میان بعضی از خانواده ها باهدف تزیق نشاط و هیجان سالم به فضای خانه اقدام به خرید برخی از کالاهای می کنند. یکی از این کالاهای میزهای پینگ پنگ است. بازی پینگ پنگ از آن دسته بازی هاست که به مهارت هماهنگی عصب و عضله زیادی وابسته است. از دیگر مزایای این ورزش می توان به بی سر و صدا بودن انجام آن به ویژه در محیط های آپارتمانی اشاره کرد. تحرک زیاد و نبود تماس فیزیکی افراد باهم این ورزش را مناسب برای ایام فاصله گذاری اجتماعی نیز کرده است! ابعاد استاندارد میزهای پینگ پنگ ۲/۷۴ در ۱/۵۵ است. این در حالی است که هر بازیکن محدوده مربعی شکل ۲ در ۲ متری را هم برای عکس العمل مناسب لازم دارد. بنابراین قبل از خرید درباره فضای منزلتان بازبینی مجددی داشته باشید. شاید خرید میزهای تاشو بتواند مشکلات شما را در جا دادن میز در خانه مرتفع کند. نکته نهایی به جنس میز برمی گردد، خرید میزهای چوبی با روکش ضد آب از بهترین جنس هایی است که می توان خرید کرد.

انواع میز پینگ پنگ	قیمت (تومان)
تئوپان ساده تاشو	یک میلیون
مالهینه الکترواستاتیک DM2	یک میلیون و ۸۰۰
ام دی اف ضد خش المپیا E1	یک میلیون و ۹۳۰ هزار
PK آکونومی ۵	۴ میلیون و ۸۹۰ هزار
PK ورلد چامپیون	۵ میلیون و ۹۰۰ هزار
ضد آب دونیک رولر اوت دور ۱۰۰۰	۱۱ میلیون و ۸۸۰ هزار

خانه نشینی با طعم تفریحات دهه شصتی ها!

هزینه های تفریحات نوستالژیک

سومین ماه خانه نشینی برای در امان ماندن از کرونا برای هر خانواده ای به یک صورت گذشته است. بعضی از خانواده ها به دلیل گذران زمان زیادی در کنار یکدیگر بیشتر با نقص ها و چالش های هم آشنا شده اند و چه بسا این آشنایی نامیمون باعث شدت گرفتن بروز تفاوت ها و بدفهمی هایی شده است. اما در نقطه مقابل، خانواده هایی هستند که از این چالش روبه روی خود، فرصت خوبی برای افزایش همدلی و تفاهم ساخته اند. بعضی از خانواده ها این دوران را مانند دوران اسارت یا زندگی اجباری در اردوگاه می دانند و می گویند اگر قرار باشد با اعضا (هم سلولی ها) هم سر ناسازگاری داشته باشیم، زندگی مان خیلی تلخ تر از این حرف ها و حتی گاهی غیر قابل تحمل می شود. این خانواده ها سعی در جمع کردن اعضا در کنار هم برای گذران اوقات خوش می کنند. و برای رسیدن به نشاط دسته جمعی از هیچ کوششی فروگذار نیستند. در ادامه با بعضی از بازی های دسته جمعی خانگی آشنا می شویم.

حسن خوب اسباب بازی های قدیمی

تفاوتی که اسباب بازی های قدیمی با انواع مدرن و امروزی اش دارد در چند نکته خلاصه می شود. در واقع اسباب بازی های قدیمی بر خلاف اسباب بازی های امروزی برای تعداد افراد بیشتری طراحی شده است. مثلاً در بازی منج به صورت همزمان چهار نفر سرگرم می شوند در حالی که در بازی های دیجیتالی تنها یک نفر از بازی لذت می برد. اسباب بازی های قدیمی بسیار ارزان قیمت تر از انواع مدرن هستند. در اسباب بازی های قدیمی افراد نقش بیشتری بازی می کنند و قوانین بازی ها ساده و نسبتاً انعطاف بالاتری دارد، و این مورد در کنار رقابتی و دسته جمعی بودن بازی ها باعث می شود که برنده حسن واقعی پیروزی را بجشد. در بازی های قدیمی خبری از خشونت نیست. در واقع حداکثر خشونت به زدن مهره های حریف در بازی ها ختم می شود! و در آخر در اسباب بازی های قدیمی چون والدین با آن ها خاطره دارند و از زیر و بم بازی باخبر هستند بهتر و بیشتر با اعضا تعامل می کنند و باعث می شود سر شوق آیند و همه لذت ببرند.

منج و مارپله تجربه شکست و پیروزی

حتماً همه شما صفحات مشبک مارپله را به خاطر دارید. هر خانه برای خودش شگفته ای برای بازیکنان داشت. گاهی پایه نردبان بود و شمار بالا می برد و گاهی نیش مار بود و سقوط تان را ابتدای بازی رقم می زد. بازی مارپله از جمله بازی های نسل قدیم است که در آن بازیکن ها با یک مهره و یک تاس به جنگ مارها می رفتند. این بازی خواهر دو قلو منج بود! چرا که روی دیگر صفحه مارپله، صفحه بازی جذاب منج بود که در آن بازیکن ها در رقابتی تنگاتنگ سعی در خانه بردن مهره های خود می کردند. تعداد بازیکن های منج بین دو تا چهار نفر بودند. بازی به ظاهر ساده منج، پیچیدگی های استراتژیکی هم دارد که چنانچه بازیکن از آن ها بهره برده بود با کمی چاشنی شانس می توانست برنده بازی شود. منج در دنیای



امروزی همچنان از بازی های بر طرفدار محسوب می شود تا جایی که بازی آنالین منج با عنوان منچرز قابل نصب روی سیستم عامل ویندوز و اندروید به بازار آمده است. همان طور که گفتیم از مزایای بازی های قدیمی ارزان قیمت بودن آن ها است. قیمت صفحات منج و مارپله در بازار از ۲۰ هزار تومان تا سقف ۵۰ هزار تومان است.

فوتبال دستی کنسول مکانیکی بازی

شاید کمتر کسی بداند که بازی فوتبال دستی دارای لیگ و حتی مسابقات جهانی است، اما واقعیت این است که فوتبال دستی برای خودش در عرصه ورزش جایگاهی دارد. بازی با فوتبال دستی آدم را از این دنیا به یک باره می کند و به دنیای خوب کودکی می برد. زمانی که فوتبال دستی برای بچه ها در حد یک کنسول بازی کیف می داد. فوتبال دستی ها در انواع مختلف و سایز های متنوع در بازار وجود دارد و همین تنوع باعث شده است که خانواده ها با هر سطح درآمدی بتوانند از پس هزینه خرید این کنسول بازی مهیج بر آیند. فوتبال دستی های کوچک دارای ۶ میله و در نهایت ۱۰ آدمک برای دو طرف بازی است. اما در انواع بزرگ تر و حرفه ای تر تعداد میله ها به ۱۰ عدد و آدمک ها به ۲۲ نفر افزایش می یابد. در فوتبال دستی های کوچک خبری از پایه، امتیاز شمار یا حتی تور دروازه نیست در حالی که در فوتبال دستی های بزرگ همه این ها از قابلیت های کنسول به شمار می آید. در هنگام خرید فوتبال دستی ضمن دقت به کیفیت قطعات آن به مسائل ایمنی هم توجه کنید. ایمن ترین نوع فوتبال دستی آن هایی است که دسته میله طرف مقابل از لبه فوتبال دستی بیرون نیاید و میله ها به صورت کشویی در هم باشند. انواع ساده فوتبال دستی در بازار از حدود ۵۰ هزار تومان شروع می شود و تا ۵۰۰ هزار تومان می رسد. اما انواع حرفه ای و به اصطلاح باشگاهی فوتبال دستی از یک میلیون تا ۳ میلیون تومان قیمت می خورد.



در بازی های قدیمی خبری از خشونت نیست. واقع حداکثر خشونت به زدن مهره های حریف در بازی ها ختم می شود!

شطرنج بازی کاملاً استراتژیک محور

بازی با قدمت شطرنج نیز می تواند یکی از سرگرمی هایی باشد که برای ساعتی کسالت خانه نشینی در این ایام را کاهش دهد. در واقع شطرنج بیشتر از آن که یک بازی باشد یک صفحه عملیات استراتژیکی کهن است که قدمتی به درازای ۱۵۰۰ سال دارد. این بازی فکری دارای محاسنی است که همین محاسن باعث شده است بسیاری از اندیشمندان و کسانی که همیشه در معرض تصمیم گیری هستند، دایم در حال بازی شطرنج باشند. از جمله مزایای بازی شطرنج می توان به بالا بردن توانایی برنامه ریزی عملیاتی و گام به گام، برای رسیدن به اهداف اشاره کرد. دیگر مزیت این بازی توجه حداکثری بازیکن ها به جوانب نتایج تصمیم های شان است. افزایش توانایی ذهن خوانی طرف مقابل نیز از جمله مزایای این بازی است که مانند کلاس درسی افراد را برای زندگی پویاتر و موفق تر آماده می کند. قیمت صفحات شطرنج بسیار متنوع است. انواع کاغذی با مهره های پلاستیکی قیمتی حدود ۱۵ تا ۳۰ هزار تومان دارند. مدل مغناطیسی شطرنج هم در بازار است که در مواقعی که کوچولوها در منزل حضور دارند می تواند، خوب باشد. قیمت این نوع حدود ۲۵ تا ۵۰ هزار تومان است. اما انواع لاکچری و چوبی شطرنج با مهره های خراطی شده و صفحه معرق کاری شده قیمتی حدود ۵۰۰ تا یک میلیون تومان دارد.



دبرنا آموزش غیر مستقیم اعداد

بازی دبرنا نیز از آن بازی هایی بود که می توانست برای مدت طولانی افراد و بچه ها را درگیر خودش بکند. بازی با چند عدد کارت مستطیل شکل که روی برخی از خانه هایش عددی درج شده بود و بشکه های شماره دار صورت می گرفت. در این بازی هر بازیکنی که می توانست زودتر از بقیه خانه های عدد دارش را با اعدادهای خوانده شده با نخود یا لوبیا پر کند، برنده می شد. این بازی ساده و در عین حال مهیج زمانی پای ثابت محافل بچه درس خوان ها بود! بچه هایی که می توانستند اعداد را بخوانند و با عکس العمل سریع لوبیاها را در جای خود بگذارند در نهایت زودتر از بقیه فریاد دبرنا را برمی آوردند. این بازی دسته



جمعی محدودیتی جز توانایی خواندن و شناخت اعداد و رقمی نداشت بنابراین طیف وسیعی از بازیکن ها را در بر می گرفت. شاید بازار کمی سخت باشد و برای پیدا کردن آن باید به چند مغازه سر بزنید اما قیمت دبرنا در بازار در محدوده قیمتی ۲۰ تا ۴۰ هزار تومان است.