گردونه

ورزش

برگزاری مسابقات کشتی باچوخه در چناران

باقری- یک دوره مسابقات کشتی باچوخه پنجشنبه گذشته در شهرستان چناران برگزار شد. در این رقابت ها، «امین جعفرزاده»، «یزدان حسن پور»، «محمد صبوری» و «حسن گروهی»، به ترتیب، قندهای اول، دوم، چهارم و پنجم را تصاحب کردند و قند دوم نیز با تساوی چوخه کاران، بر زمین ماند. در خور ذکر است در حاشیه این رقابت ها، «جواد محجوب»، عضو تیم ملی جودو نیز که مدت زیادی از میادین چوخه دور بود، با تشویق هواداران این رشته ورزشی، در کنار گود حاضر شد و قول داد دوباره با قدرت در این میادین حاضر شود.

اردوی تیم بسکتبال سه نفره دانشجویان کشور در مشهد

نخستین اردوی آمادگی تیم بسکتبال سه نفره دانشجویان برای شرکت در مسابقات لیگ جهانی بسکتبال، به میزبانی دانشگاه پیام نور خراسان رضوی در مشهد آغاز شد. به گزارش روابط عمومی دانشگاه پیام نور استان، این اردو با شرکت ۱۲ نفر از دانشجویان منتخب که اکثر آنها را دانشجویان پیام نور خراسان رضوی تشکیل می دهند، تا ۱۴ شهریور ماه در مشهد پیگیری می شود.

شطرنج باز مشهدی، نفر اول جوانان آسیا شد

شطرنج باز مشهدی به عنوان بهترین شطرنج باز جوان آسیا در سال ۲۰۱۵ معرفی شد. به گزارش روابط عمومی فدراسیون شطرنج، در سومین مراسم سالیانه تقدیر از برترین های شطرنج آسیا که نهم شهریور در شهر «العین» مقر فدراسیون شطرنج آسیا برگزار شد، «مسعود مصدق پور» شطرنج باز مشهدی به عنوان برترین شطرنج باز جوان آسیا در سال ۲۰۱۵ انتخاب شد.

اخبار کوتاه

ورزش

*کاپیتان تیم ملی فوتبال دستی بانوان گفت: فقط ۲ میز استاندارد فوتبال دستی در استان خراسان رضوی وجود دارد. «مریم پارسا» در گفت و گو با تسنیم افزود: از این ۲ میز، یکی از آنها متعلق به خود من است که آن را با هزینه شخصی وارد کرده ام و دیگری نیز در مجموعه «آبفای مشهد» قرار دارد.

خروشی- معاون تربیت بدنی و سلامت اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی در مراسم افتتاح سالن ورزشی امام خمینی (ره) در منطقه کوهسرخ کاشمر از افتتاح ۷۲۴۸ متر مربع فضای ورزشی، طی ۶ ماه نخست امسال در آموزش و پرورش استان خبر داد.

در گفت و گو با بازیکن خراسانی تیم ملی بسکتبال جوانان عنوان شد

بازی در لیگ های اروپایی را بیشتر از مسابقات NBA دوست دارم

گفت و گو

میرزاده

در روزهای آغازین مردادماه، ایران میزبان رقابت های قهرمانی بسکتبال جوانان آسیا بود که تیم ملی جوانان ایران در این رقابت ها توانست با کسب عنوان قهرمانی، جواز حضور در رقابت های جهانی را به دست آورد. «ابوالفضل سیدی»، تنها بازیکن خراسانی تیم ملی جوانان است که با بازی قابل قبول خود در این مسابقات، نقش مهمی در موفقیت تیم ملی داشت. پس از پایان این بازی ها، سیدی در تحریریه «خراسان رضوی» حضور یافت و پاسخگوی سؤالات گروه ورزش بود. آنچه در ادامه آمده، حاصل گفت و گوی «خراسان رضوی» با این ورزشکار جوان است.

آغاز فعالیت های ورزشی

متولد سال ۷۷ هستم. چند سال است که پدرم را از دست دادم و به همراه مادر و برادرم زندگی می کنم. دانش آموز سال سوم هنرستان در رشته تربیت بدنی هستم. در مقطع اول دبستان که در مدرسه «شمس الشموس» ناحیه ۵ مشهد تحصیل می کردم، محمد ضیائیان دبیر ورزش مدرسه، مرا برای فعالیت در رشته ورزشی بسکتبال تشویق کرد. با حمایت های این دبیر ورزش، بسکتبال را در سالن «شهید باهنر» شروع کردم و عضو تیم بسکتبال مدرسه شدم. از آن زمان به بعد در مسابقات آموزشگاه های مشهد و همچنین کشوری حضور فعالی داشتم تا این که در مقطع اول راهنمایی به باشگاه «مهدیار شرق» به مربیگری «جواد جعفری» پیوستم.

حضور در رده های مختلف تیم ملی

با حمایت جواد جعفری، به «بندر کنگ» در هرمزگان رفتم و ۲ سال برای تیم «البدر» به مربیگری «محمدرضا اسلامی» بازی کردم. اول دبیرستان را در گرگان گذراندم و برای تیم بزرگسالان «سولن بهشت هیرکان» به مربیگری «محمد ایزدپناه» بازی کردم که در مسابقات دسته یک کشور، نایب قهرمان شدیم. سال بعد از آن به تبریز رفتم و در تیم «شهرداری تبریز» در مسابقات دسته یک کشور بازی کردم. پس از آن به تهران رفتم و به تیم «دانشگاه آزاد اسلامی» به مربیگری «مصطفی هاشمی» پیوستم که هم اکنون نیز عضو این تیم تهرانی هستم. از اول راهنمایی، در رده های مختلف تیم ملی نونهالان، نوجوانان و جوانان حضور داشتم.

بهترین خاطره ورزشی

هم اکنون هیئت استان و مشهد، امکانات خوبی در اختیار دارد و تشکیل خانه بسکتبال نیز به رشد بسکتبال استان کمک کرده است. زمانی که به سالن شهید باهنر در مشهد می رفتم، سقف سالن کوتاه بود و حتی نمی توانستیم شوت سه امتیازی بزنیم. اما الان وضعیت این سالن خیلی بهتر شده است. در پست «گارد رأس» بازی می کنم و توپ را بین سایر بازیکنان پخش می کنم. الگوی ورزشی من «دوین وید» بازیکن باشگاه «میامی هیت» در رقابت های NBA است. هر چند نسبت به هم تیمی هایم، قامت بلندی ندارم، اما در پست خودم موفق بوده ام. بهترین خاطره ورزشی من، قهرمانی در رقابت های جوانان آسیا در تهران است که مقدمه حضور در بازی های جهانی بود. بازی ما برابر چین، بازی حساسی بود که موفق شدیم این تیم را شکست دهیم.

> همزمان با اردوی تیم ملی جوانان در مشهد، برایم حاشیه ایجاد کردند

بهبود آسیب دیدگی

در مرحله گروهی رقابت های قهرمانی جوانان آسیا در تهران دچار مصدومیت شدم و به همین دلیل نتوانستم در بازی های پایانی تیم ملی را همراهی کنم؛ اما به لطف خدا و کمک مربیان این آسیب دیدگی رو به بهبود است. تمام سعی خودم را می کنم که در مسابقات جهانی، عضو مؤثری برای تیم ملی جوانان باشم.

حاشیه سازی

قبل از بازی های قهرمانی آسیا در اردوی تیم ملی در مشهد حضور داشتم که برایم حاشیه ای درست کردند که با نظر رئیس فدراسیون بسکتبال از تیم ملی حذف شدم. اما در نهایت، با وساطت «درک بائرمن» سرمربی تیم ملی بسکتبال بزرگسالان که مدیر فنی تیم ملی جوانان نیز هست، به تیم ملی بازگشتم و به مسابقات اعزام شدم.

بازی در باشگاه های اروپایی

هر چند بازی کردن در لیگ های اروپایی، سخت تر از مسابقات NBA است، اما دوست دارم در لیگ های اروپایی بسکتبال خود را ادامه دهم. با توجه به این که ۱۸ سال دارم و آخرین سال بازی من در تیم ملی جوانان است، تلاش می کنم مثل رده های سنی قبلی در تیم ملی حضور مؤثری داشته باشم. در پایان از «محمد ضیائیان» به عنوان اولین مربی و «عیسی ممدوحی»، رئیس سابق هیئت بسکتبال استان که در موفقیت های من نقش فراوانی داشتند، تشکر می کنم.

از میان خبرها

ورزش

کسب رتبه سوم تیم ژیمناستیک دانش آموزان استان در کشور

خروشی- تیم ژیمناستیک دختران مقطع متوسطه اول استان، در بیست و هفتمین دوره مسابقات ورزشی دانش آموزان کشور در سنندج مقام سوم را کسب کرد. رئیس هیئت ورزش دانش آموزی استان به خبرنگار «خراسان رضوی» گفت: در این رقابت ها که با حضور ۱۰ تیم برگزار شد، تیم خراسان رضوی با کسب ۱۴۲ امتیاز مقام سوم را به خود اختصاص داد. به گفته «رضا علیزاده»، تیم های تهران و البرز، در جایگاه های اول و دوم این رقابت ها قرار گرفتند.

کسب نتیجه تساوی در دربی دوستانه

میرزاده- رقابت تیم های فوتبال پدیده و سیاه جامگان در یک دیدار دوستانه، با نتیجه تساوی پایان یافت. در این رقابت که پنجشنبه گذشته، در ورزشگاه ثامن الائمه(ع) مشهد برگزار شد، دو تیم همشهری، پدیده و سیاه جامگان، به مصاف هم رفتند که در پایان، به نتیجه تساوی یک بر یک، رضایت دادند.

۲ انتصاب در جودو استان

دبیر و مسئول کمیته مربیان هیئت جودو و کوراش استان، معرفی شدند. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش استان، رئیس هیئت جودو و کوراش استان در جلسه معرفی دبیر جدید هیئت گفت: اگر می خواهیم جودو رشد و پیشرفتی داشته باشد، باید دانش فنی مربیان را ارتقا دهیم. «محمودی» در نشست معارفه دبیر جدید هیئت جودو و کوراش استان اظهار کرد: برای پیشرفت جودو، لازم است مربیان در استان و کشور فعال شوند و نباید دیدگاه های شخصی باعث شود که شایستگان نتوانند به جودو کمک کنند. در خور ذکر است در این جلسه، «محمد خالقی» به عنوان دبیر و «رسول زارع» به عنوان مسئول جدید کمیته مربیان این هیئت معرفی شدند.

عضو تیم کوهنوردی خراسان رضوی:

هزینه سفر به قله «پوبدا» را با چک شخصی ۱۰ میلیون تومانی پرداخت کردم

نوری- عضو تیم کوهنوردی خراسان رضوی در بازگشت از صعود به قله "پوبدا" در قرقیزستان گفت: هزینه سفر به قله "پوبدا" را با چک شخصی ۱۰ میلیون تومانی پرداخت کردم. "مجید زحمتکش" کوهنورد اهل شهرستان خلیل آباد در گفت و گو با خبرنگار "خراسان رضوی" با بیان این که بیش از ۵ سال است که صعودی به این قله نشده بود، خاطرنشان کرد: این سفر، ۱۵ میلیون تومان هزینه داشته است که برای انجام آن، ۱۰ میلیون تومان چک شخصی در اختیار هیئت کوهنوردی استان قرار دادم و ۵ میلیون تومان هم از فرمانداری شهرستان و اداره ورزش و خیران شهرستان خلیل آباد کمک گرفتم.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

«مجموع ارقام» یک سرگرمی جذاب با قوانین ساده است که فقط به «منطق» و «جمع» نیاز دارد. سابقه پیدایش آن به بیش از ۶۰ سال در آمریکا برمی گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم با نام کاکورو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی های منطقی شبیه آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می برد. به همین دلیل محققان از آنها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی پیشگیری از آلزایمر» یاد می کنند.

قانون

خانه های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:

۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.

۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.

۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.

اگر برای حل کردن این جدول راهنمایی خواستید:

باتوجه به تقاطع ۱۷ و ۱۶ و جدول ویژه، رقم این خانه ۹ است و سطر و ستونش هم پُر می شود.

جدول ویژه می گوید ستون ۱۷ با ۸ و ۹ باید پُر شود، اما با ارقام قبلی، ۸ نمی تواند بالا باشد.

دوخانه سطر ۳۰ پُر شده. طبق جدول ویژه باید جای ۶ و ۷ پیدا شود که با ارقام قبل پیداست.

با ارقام قبل، دوخانه پایینی ستون ۳۰ پُر شد. جدول ویژه می گوید این خانه باید با ۸ یا ۹ پُر شود که البته ۹ در سطر ۱۱ اصلا قابل پذیرش نیست.

دوخانه دیگر سطر ۱۱ فقط باید با ۱ و ۲ پُر شود. اما در این خانه حتما باید ۲ نوشت! چون اگر در ستون ۱۹ ۱ بنویسیم، دو رقم دیگر شرانمی شود کامل کرد.

برای حل هر معما کافی است:

*از رقم صفر استفاده نکنیم.

*جمع ارقام هر تکه برابر با عدد سفید سمت چپ یا بالایش باشد.

*از ارقام تکراری در یک تکه استفاده نکنیم.

*هرگز برای حل کردن این معما حدس نزنیم! قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن رقم، مرور کنیم.

*ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کمرنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.

*اول سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده است.

*از حل تکه های ۲ و ۳ تایی آغاز کنیم.

*بدانیم معما فقط یک جواب دارد.

حل گام به گام یک نمونه

جدول ویژه می گوید: ۴ باید ۳+۱ باشد و ۳ هم فقط می تواند ۲+۱ باشد. پس مجبوریم خانه آبی تقاطع را با رقم ۱ پُر کنیم. پس جای ۳ و ۲ هم قطعی است. همین تقاطع ۳ و ۴ در آن سوی جدول هم ۳ خانه را پُر کرد.

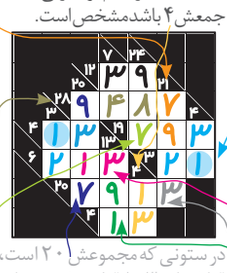
جدول ویژه می گوید: در سطری که مجموعش ۶ است، باید ۱ و ۳ هم باشد اما باید ۳ را در خانه راست نوشت تا در ستونش تکراری نشود.

ستونی که جمعش ۱۳ است دو رقم لازم دارد که جمع شان ۱۰ باشد. فقط ۳ راه داریم: ۲+۸ و ۴+۶ و ۱+۹. اما ۲ و ۸ و ۴ و ۶ و ۹ هیچ کدام نباید در خانه پایینی باشند چون مجموع ارقام آن سطر باید ۴ شود! پس ۱ در خانه پایین می آید و مجبوریم در خانه بالایی ۹ را بنویسیم.

مجموع	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۳	۲	۱و۲
۴	۲	۱و۳
۱۶	۲	۷و۹
۱۷	۲	۸و۹
۶	۳	۱و۲و۳
۷	۳	۱و۲و۴
۲۳	۳	۶و۸و۹
۲۴	۳	۷و۸و۹
۳۰	۴	۶و۷و۸و۹
۱۱	۴	۱و۲و۳و۵
۲۹	۴	۵و۷و۸و۹
۳۰	۴	۶و۷و۸و۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود در مورد بعضی از اعداد سفید نشان می دهد.

حالا تکلیف ۳ و ۱ هم در ستونی که باید جمعش ۴ باشد مشخص است.



در ستونی که مجموعش ۲۰ است، قبلا جای ۳ و ۱ قطعی شده و برای پرکردنش ۲ رقم می خواهیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می گوید چاره ای جز نوشتن ۷ و ۹ نداریم. البته ۹ که در خانه پایینی به دلیل تکراری شدن ممنوع است پس ۹ در بالا و ۷ در خانه پایینی جامی گیرد.

حالا در آخرین خانه از سطری که جمعش ۲۰ است باید ۳ نوشت.

در این ستون که مجموعش ۲۱ است جای ۲ و ۳ از قبل مشخص است پس باید دو رقم پیدا کنیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می گوید فقط باید از ۷ و ۹ استفاده کنیم. پس ۹ که در خانه بالایی تکراری می شود را پایین می نویسیم و ۷ هم به خانه بالایی می رود.

این دو رقم نارنجی دلیلی شدند که این ۷ سبز رنگ را برای تکمیل سطری که جمعش ۱۹ است بنویسیم.

برای تکمیل سطری که جمعش ۲۸ است فقط می توانیم ۸ و ۴ را اضافه کنیم اما ۸ را نمی شود در خانه چپ نوشت چون جمع ستونش باید ۷ باشد! پس ۸ در خانه راست و ۴ در چپ جامی گیرد.

دو رقم باقیمانده سیاه هم که ۳ و ۹ هستند با استناد به ارقام قبل مشخص می شوند تا این نمونه کاملا حل شود.

قانون: خانه های خالی را با ۱ تا ۶ پُر کنید

طوری که هیچ رقمی:

در سطر خودش تکراری نباشد.

در ستون خودش تکراری نباشد.

در مستطیل قرمزش تکراری نباشد.

پیشنهاد به کلاس چهارمی ها تا ششمی ها

		۳	۶		
	۱			۵	۲
	۲		۵		
۳	۶				
۵		۲		۱	
۱				۳	

قانون: خانه های خالی را با ۱ تا ۴ پُر کنید

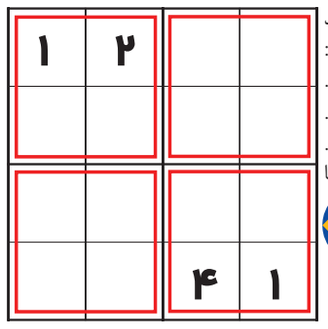
طوری که هیچ رقمی:

در سطر خودش تکراری نباشد.

در ستون خودش تکراری نباشد.

در مربع قرمزش تکراری نباشد.

پیشنهاد به کلاس اولی ها تا سومی ها



قانون: ارقام ۱ تا ۹ را در خانه های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ رقمی تکراری نباشد.

		۶	۵					
۷		۳		۸				۲
	۱		۲					
۳					۲		۸	۷
	۲						۴	
۶	۸		۴					۳
					۴		۷	
۱				۷		۳		۸
					۶	۱		

هر روز

سودوکو و کیدوکو (سودوکوی کودکان)

پاسخ های شماره گذشته

لطفا نظر، انتقاد و پیشنهادتان را درباره بخش جدول و سرگرمی به شماره ۲۰۰۰۹۹۹ پیامک کنید.

شکل چیده شدن سکه ها طوری که هر سکه با چهار سکه دیگر تماس داشته باشد، در تصویر مشخص شده است.

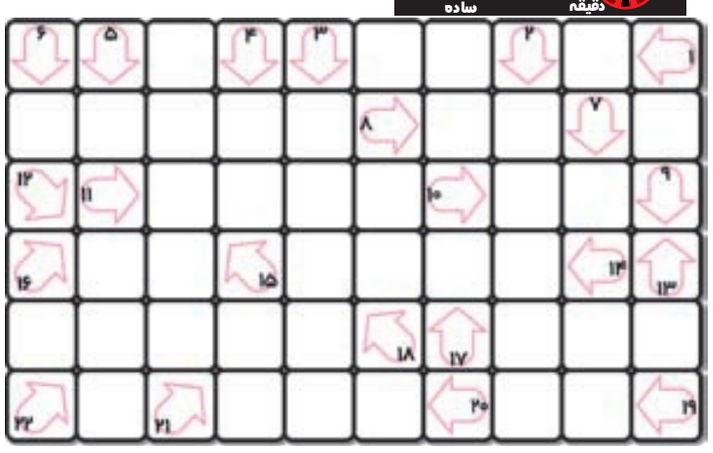
(شکل راست: نمای از بالا و شکل چپ: نمای کناری)

رمز سرگرمی واژه یابی: جمهوری اسلامی ایران

۵	۹	۷	۳	۴	۱	۶	۸	۲
۲	۴	۸	۵	۶	۹	۱	۳	۷
۶	۳	۱	۸	۷	۲	۴	۵	۹
۸	۶	۴	۷	۲	۵	۹	۱	۳
۱	۵	۳	۴	۹	۶	۷	۲	۸
۹	۷	۲	۱	۳	۸	۵	۴	۶
۴	۱	۹	۶	۸	۳	۲	۷	۵
۳	۲	۵	۹	۱	۷	۸	۶	۴
۷	۸	۶	۲	۵	۴	۳	۹	۱

واژه یابی

پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خود خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.



این جدول واژگان کمتری نسبت به انواع کلاسیک دارد، اما کلمات هر ز (ناخواسته) به آن تحمیل نشده است، لذا از بار آموزشی مناسبی برخوردار است. بسیاری از سوال ها، از مطالب روزهای گذشته روزنامه خراسان طراحی شده است.

۱-(۸ حرفی) مدیرعامل صندوق تامین خسارت بدنی بیمه مرکزی گفت: با وجود سهم بالای موتورسیکلت ها در تصادف های رانندگی، ۹۰ درصد آن ها فاقد این مدرک هستند.

۲-(۵ حرفی) وزیر صنعت در مراسم آغاز خط تولید سامسونگ در کرج، فعال شدن صنعت را مشروط به وارد کردن چنین افرادی از خارج دانست.

۳-(۶ حرفی) رأی آری به خروجش از اتحادیه اروپا، آن قدر آسمان اتحادیه را غبار آلود کرده که برخی از اعضای اتحادیه از نفس های آخر آن می گویند.

۴-(۵ حرفی) کاوشگر Juno ناسا از فاصله ۲۴۰۰ کیلومتری اتمسفر ابری این سیاره عبور کرد. تاکنون فضاپیمایی تا این حد به این سیاره نزدیک نشده.

۵-(۶ حرفی) جشن روز ملی یوزپلنگ آسیایی عصر چهارشنبه گذشته در بوستان توحید این شهر از استان خراسان جنوبی برگزار شد.

۶-(۶ حرفی) پهلوان و دلاور

۷-(۵ حرفی) دارایی های هر شخص

۸-(۴ حرفی) حرف مثلثی الفبای یونانی

۹-(۴ حرفی) محققان کشور با استفاده از عصاره این ریشه خوراکی و «مریم گلی» پمادی برای درمان سوختگی عرضه کردند.

۱۰-(۳ حرفی) خراش و جراحت پوستی

۱۱-(۵ حرفی) جارو کش و سپور

۱۲-(۴ حرفی) گمانه زنی ها حاکی از این است که این سرکرده فرقه تروریستی منافقین به عناصر خود در آلبانی ملحق شده است.

۱۳-(۴ حرفی) صفت خداوند بسیار بخشنده

۱۴-(۴ حرفی) تکه ای برای دوختن پارگی پارچه

۱۵-(۴ حرفی) دوست و همنشین

۱۶-(۴ حرفی) داروی روی زخم

۱۷-(۵ حرفی) محققان آمریکایی سامانه ای طراحی کرده اند که ۱۰ ثانیه قبل از وقوع این حادثه، به کاربران گوشی های هوشمند، هشدار بدهد.

۱۸-(۵ حرفی) جونا آرام و غیر طبیعی

۱۹-(۴ حرفی) محققان ایران به سرپرستی دکتر ابوعلی گلزاری موفق شدند از پودر این گیاه؛ در مدت ۲۰ دقیقه، نفت خام تولید کنند.

۲۰-(۵ حرفی) این عنصر علاوه بر استحکام استخوان و دندان، با تاثیر در «موتور خانه سلول» (میتوکندری) نقشی در حافظه، یادگیری و توانایی شناختی ایفا می کند.

۲۱-(۳ حرفی) خواسته و رغبت

۲۲-(۳ حرفی) عار، خفت، بدنامی