یادداشت

بهروز

تبعات یک "تصمیم"!

جامعه ورزش استان هنوز در شوک ناشی از کوچ ناگهانی ستاره ملی پوش جودوی استان به یک رشته ورزشی ترکیبی غیر مجاز در ایران(ترکیبی از چند رشته ورزشی مثل: بوکس، کاراته، جودو، کشتی کج و... که به دلیل خشونت بسیار زیاد هنوز در کشورمان مجوز فعالیت ندارد) به سر می برد. رشته ای که در آن، مثل کشتی کج و... هدف اصلی، پر کردن جیب های دست اندر کاران آن در قبال شرط بندی های آنچنانی است که در این میان، قسمتی از سود سرشار ناشی از این مبارزات مرگبار نیز - پس از پرداخت سهم برگزار کنندگان - به جیب مبارزان آن می رود. خط شکن ورود ورزشکاران ساکن ایران به چنین رشته هایی در سال های اخیر "امیر علی اکبری" کشتی گیر ملی پوشی بود که پس از محرومیتش به خاطر "دوپینگ" قید فعالیت ورزشی در ایران را زد و اکنون پول زیادی را با فعالیت در این رشته ورزشی غیر مجاز در خارج از ایران به جیب می زند. اما بی گمان "جواد محجوب" دومین قهرمان ورزشی کشورمان است که برای فرار از تنگناهای مالی (که خودش بارها از آن گلایه کرده بود) ابتدا به کشتی چوخه وسپس به این رشته غیر مجاز در ایران، روی آورد. سوال این است که آیا تنگنای مالی، مستمسک و بهانه خوبی برای اخذ هر تصمیمی است؟ فعالیت در یک رشته که در معتبرترین آوردگاه های ورزش جهان و المپیک ها، هنوز به خاطر حاشیه ها و هویت نامعلومش به رسمیت شناخته نمی شود؛ آن هم برای یک ورزشکار که جایگاه ثابتی در تیم ملی کشورش دارد، قطعا جای سوال دارد و اشکالاتی را متوجه پشت پرده چنین "تصمیمی" می کند. کسب درآمد و پول، شاید انگیزه خوبی برای فعالیت یک ورزشکار باشد، اما قطعا نباید تمام هدف و آرمان یک ورزشکار شایسته شود؛ چرا که در آن صورت، دستیابی به پول و ثروت، عبور ورزشکار را از هر خط قرمزی، ممکن خواهد کرد و به جای ارتقا، زمینه سقوط ورزشکار را فراهم خواهد آورد.

اخبار کوتاه

پیروز- مدیرعامل سیاه جامگان گفت: برای حضور محکم در لیگ بعدی، جلسه ای نیز با مسئولان استان برگزار خواهیم کرد. *قدرت بهادری ملی پوش تیم فوتسال فرش آرای مشهد، قرارداد خود را با این تیم به مدت یک فصل دیگر تمدید کرد. *طی مراسمی روز گذشته، از پلاک افتخار "حسین طهرانی" پیشکسوت داوری کشور و نخستین داور بین المللی فوتبال استان با حضور مسئولان ورزشی و شهری مشهد رونمایی شد. *مسابقات چهار جانبه فوتسال یادواره شهید "حجت کاظمی" در شهرداری منطقه ۴ مشهد برگزار شد.

قوچان، ایشان زاده/ "ابوالفضل قلیچی" پدیده دوومیدانی قوچان، در یک اقدام غیر منتظره و عجیب با عقد قرارداد رسمی به تیم فوتبال جوانان "یاران میثاقیان" مشهد در دسته یک جوانان کشور پیوست!

گفت و گو

ترابی

چهره ماندگار ورزش زورخانه ای در گفت و گو با "خراسان رضوی":

مرشدان برای همه زنگ نزنند!

شیرخدا: مشهد، انتخاب اولم برای مسافرت است

عکس: وحید بیات

شاید کمتر کسی باشد که صدای "چهره ماندگار" ورزش زورخانه ای کشور را از رادیو و تلویزیون نشنیده باشد. همان کسی که چندین نسل با ضرب و اشعار حماسی اش خاطره ها دارند. استاد "عباس شیر خدا" که زمانی هم محله جهان پهلوان تختی بود، ارادت بسیاری به امام رضا(ع) دارد و سالانه چند بار به پابوسی امام هشتم(ع) مشرف می شود. وی در هر سفر به مشهد، به خاطر علاقه اش برای خراسانی ها ضرب می گیرد و حماسه سرایی می کند. وی که این روزها دوران ۸۳ سالگی عمر خود را می گذراند، در سفر اخیرش به پایتخت معنوی کشور با روی خوش و به خاطر علاقه ای که به روزنامه "خراسان" دارد، گفت و گویی با ما انجام داد که تقدیم خوانندگان می شود.

ارادت به امام رضا(ع)

استاد "عباس شیر خدا" درباره ارادتش به امام رضا (ع) می گوید: با توجه به ارادت خاصی که به امام رضا(ع) دارم، سالانه چندین مرتبه به شهر مشهد سفر و برای محرومان و دردمندان دعا می کنم. چرا که کرامات و عنایات این امام معصوم(ع) را همیشه در زندگی خودم جاری می بینم. وی می افزاید: مشهد نسبت به دیگر شهرهای کشور برای من متفاوت است و اگر بخواهم برنامه سفر داشته باشم، ترجیح می دهم که به مشهد سفر کنم. مشهدی ها خیلی به من محبت دارند و همیشه برایشان دعا می کنم. هر موقع به مشهد سفر می کنم، دوستانی هستند که ضرب زورخانه برایم می آورند و در برنامه های مختلف شرکت می کنم. وی درباره برنامه های این روزهایش می گوید: همچنان مثل دوران جوانی، سحرخیز هستم و بعضی مواقع هم در برنامه های صبحگاهی تلویزیون و رادیو با نواختن ضرب زورخانه ای، مردم را به ورزش و سحرخیزی دعوت می کنم.

افتخار همنشینی با بزرگان ورزش

وی با اشاره به ورزش باستانی و زورخانه ای استان می گوید: از زمان های گذشته با بسیاری از پهلوان های استان خراسان رضوی همچون وفادار، گلکار، سخدری، شورورزی و ... آشنایی نزدیک داشتم. هر کدام از این پهلوانان متواضع و با مرام بوده و جزو افتخارات ورزش این استان هستند که جایگزینی هم ندارند. استاد "شیر خدا" می افزاید: من با "علی باغبانباشی" پیشکسوت دوومیدانی خراسان رضوی هم رفاقت دارم. در زمان گذشته، کشتی و ورزش زورخانه ای این استان در کشور سرآمد بود، اما با توجه به جایگاهی که قبلا در این رشته داشت، باید بیشتر از این ها به این ورزش پهلوانی توجه شود. برایم جالب است که تا کنون و طی سال هایی که به مشهد سفر کرده ام، هنوز رئیس هیئت ورزش های باستانی و زورخانه ای این استان را ندیده ام!

اهمیت ترویج ورزش زورخانه ای

وی در ادامه به اهمیت ورزش زورخانه ای اشاره می کند و می افزاید: بدون شک ورزش باستانی و زورخانه ای در فضایی متفاوت از دیگر رشته ها، انجام می شود و همیشه ذکر صلوات بر محمد و آل محمد و اسامی ائمه اطهار (ع) در این ورزش جاری است. فضای ورزش باستانی، ویژگی های متفاوتی دارد که جدای از بحث سلامت جسم، باعث سلامت روح هم می شود. همچنین خصوصیات این ورزش طوری است که روحیه دلاوری و جوانمردی را نیز به جوانان القا می کند. وی ادامه می دهد: متاسفانه این رشته با وجود ویژگی های متفاوتی که دارد، با برخی مشکلات نیز روبه رو است و هنوز ورزش زورخانه ای در بین مسئولان جایگاه خاصی ندارد و به آن کمتر توجه می شود. باید این ورزش را در بین جوانان ترویج داد تا فرهنگ پهلوانی و جوانمردی را یاد بگیرند. هر چند که امروزه نسل جوان نسبت به گذشته بیشتر به این ورزش اهمیت می دهند، اما فرهنگ سازی ما خیلی ضعیف است.

باید و نباید مرشدی

وی درباره جایگاه "مرشد" در زورخانه ها می گوید: ورزش باستانی، بدون مرشد، صفایی ندارد. برای همین مرشدان در زورخانه ها جایگاه بسیار بالایی دارند. "شیرخدا" در ادامه به ویژگی های مرشدان اشاره می کند و می افزاید: مرشد در مرحله اول باید خودش ورزشکار باشد و در وسط زورخانه "میل" (یکی از ابزارهای ورزش زورخانه ای) به دست بگیرد. مرشد باید ارشاد کننده، دست پاک و انسانی سالم در جامعه و اخلاق مدار باشد و صفات خوب داشته باشد. وی ادامه می دهد: در بعضی مواقع مشاهده می کنیم که برخی مرشدان اشعاری در زورخانه ها می خوانند که اصلا با روح این رشته سنخیتی ندارد. اشعاری که مرشدان انتخاب می کنند باید حماسی و در مدح ائمه اطهار (ع) باشد. همچنین برای هر کسی که وارد زورخانه می شود، زنگ نزنند. زنگ، فقط برای کسی است که "صاحب زنگ" باشد و در این زمینه باید دقت داشت. وی با اظهار تاسف از وضعیت نه چندان خوب جایگاه مرشدان خاطر نشان می کند: امروزه می بینم که مرشدان زورخانه ها با مشکلات زیادی روبه رو هستند. چرا که خیلی ها بیمه نیستند و برای امرار معاش با مشکل روبه رو هستند. همین مسئله باعث می شود که جوانان کمتر به این رشته روی بیاورند و حتی مرشدان هم دیگر انگیزه ای برای ادامه کار نداشته باشند.

رازهای محبوبیت

وی در پاسخ به این سوال که چه عواملی باعث شد که عباس شیر خدا، در کشور محبوبیت داشته باشد، می گوید: اول این که همیشه سعی کردم در زندگی، خودم باشم و منت کسی بر سرم نباشد. از همان دوران جوانی آبرو و شخصیت برایم خیلی مهم بود. در طول دوران زندگی، در خیلی از مراسم ها به هر دلیلی شرکت نمی کردم. در تمام عمرم تلاش کرده ام که از آلودگی ها به دور باشم. به عنوان نمونه زمانی مدیر یک شرکت معتبر آدامس سازی به من پیشنهاد کرد تا شعری در تبلیغ آن محصول بخوانم. با این که پول خوبی هم پرداخت می کرد، اما قبول نکردم. چرا که معتقدم عباس شیر خدا، متعلق به مردم است و نباید در خدمت شخص خاصی باشد.

گردونه

ورزش

دوچرخه سوار خراسانی در چین طلایی شد

پیروز- دوچرخه سوار خراسانی در فینال ماده "کایرین" در چین، صاحب مدال طلا شد. به گزارش مهر، در دومین روز رقابت های جام چین، "محمد دانشور" رکابزن ملی پوش استان در فینال به مصاف رقبای خود رفت که در پایان، مدال طلا را از آن خود کرد. دانشور پیش از این نیز مجوز حضور در ماده اسپرینت را به دست آورده بود که این رقابت ها جنبه ورودی مسابقات جهانی سال ۲۰۱۷ را دارد.

آغاز اردوی تیم ملی تیر و کمان جانبازان و معلولان

پیروز- دومین مرحله تمرینات تیم ملی تیراندازی با کمان جانبازان و معلولان در مشهد آغاز شد. به گزارش فارس، این تمرینات به منظور آمادگی برای حضور در تورنمنت رنکینگ جهانی جمهوری چک و مسابقات جهانی چین تدارک دیده شده است. رکوردهای ثبت شده توسط کمانداران، ارزیابی می شود و آنها تا ۱۴ خرداد ماه به سرپرستی محمدرضا هراتی در اردو خواهند بود. زهرا دلخوش، زهره ابراهیمی و راضیه شیرمحمدی کمانداران خراسانی دعوت شده به این اردو هستند.

جدایی سرمربی "فرش آرا"

پیروز- سرمربی تیم فوتسال "فرش آرای مشهد" از این تیم جدا شد. به گزارش فارس، "مجید مرتضایی" که ۴ سال هدایت زرد پوشان مشهدی در لیگ برتر فوتسال را بر عهده داشت، پس از جلسه با مسئولان باشگاه، از هدایت فرش آرای مشهد کنار رفت. هیئت مدیره فرش آرای مشهد چند روز قبل، خبر توافق با این مربی را اعلام کرده بودند، اما پس از اینکه در بخش خرید بازیکنان مدنظر مرتضایی با مشکلاتی روبه رو شدند، همکاری خود را با وی، قطع کردند.

دور خیز حضور در لیگ برتر بسکتبال کشور

پیروز- در یک نشست صمیمی قرار شد با حمایت مجموعه فروشگاه های زنجیره ای "باما" و اداره کل ورزش و جوانان استان، یک تیم از خراسان رضوی در لیگ برتر بسکتبال کشور حضور داشته باشد. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، مهندس علی نبوی (مدیرعامل فروشگاه های زنجیره ای باما) و علیرضا پوررضایی (رئیس هیئت بسکتبال استان) روز گذشته با مدیر کل ورزش و استان دیدار و گفت و گو کردند که در این دیدار، صبوریان به خاطر حمایت مجموعه فروشگاه های زنجیره ای باما از تیم بسکتبال "پارسای مشهد" در لیگ دسته اول کشور از مدیرعامل این مجموعه تقدیر و قدردانی کرد.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۳/۳]

معمای شطرنج

یکشنبه ها و چهارشنبه ها

زمان پیشنهادی ۵ دقیقه — بسیار ساده

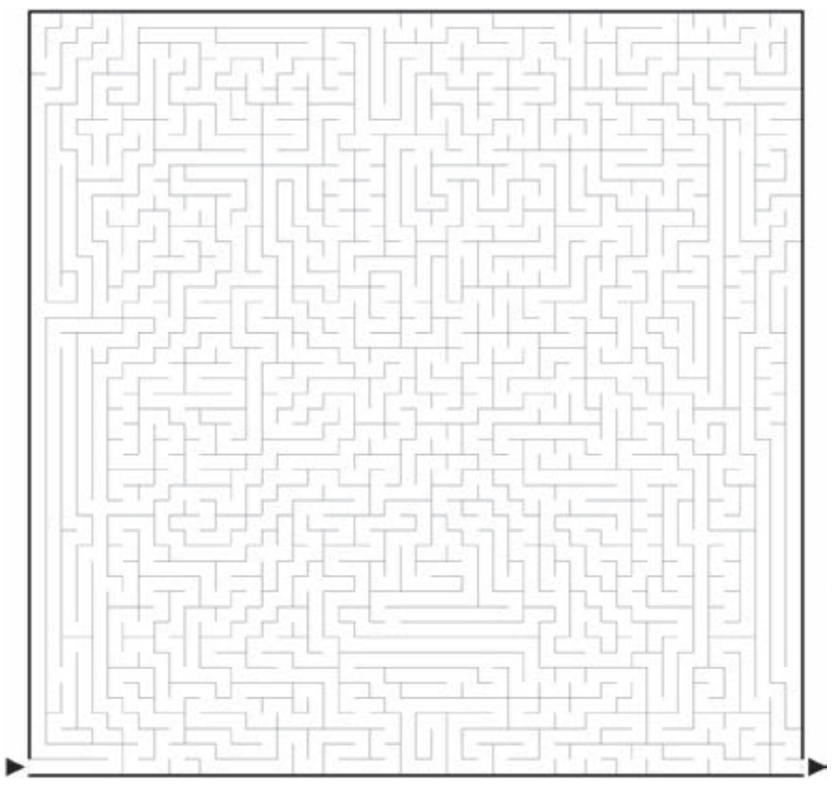
قانون: در این صفحه بازی شطرنج که نیمه کاره رها شده است، یکی از بازیکنان که اتفاقا نوبتش هم رسیده است می تواند حریفش را با دو حرکت مات کند.

شما بگویید کدام بازیکن این موقعیت را دارد و چطور می تواند حریفش را مات کند؟!
جهت حرکت مهره های سفید از پایین به بالا تعریف شده است.

نقش یاب مارپیچ

یکشنبه ها و چهارشنبه ها

زمان پیشنهادی ۲۵ دقیقه — ساده



قانون: در این مارپیچ یک تصویر پنهان شده است.
برای کشف تصویر، «یک خط شکسته مارپیچ» بیابید که از ورودی مارپیچ وارد شود و از خروجی مارپیچ بیرون برود.

این خط باید بدون شاخه و دوراهی باشد.
وقتی مسیر صحیح پیدا شد آن را پررنگ کنید تا تصویر را ببینید.

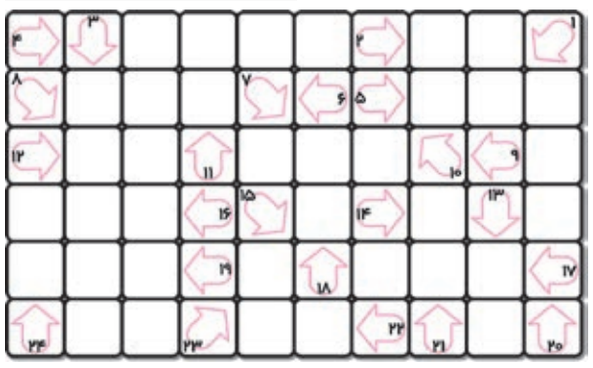
پیشنهاد: در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بست را با خطوط کمرنگ مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید.

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

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



واژگان کمتر اما پرهیز از پرسش هرز (ناخواسته) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

۱-(۴ حرفی) آب گازدار یا آب کربناته یا آبی است که در آن دی اکسید کربن تحت فشار حل شده باشد و منابع منیزیم و کلسیم بدن را خالی می کند.
۲-(۳ حرفی) رود
۳-(۵ حرفی) از فواید این میوه کاهش کلسترول و تنظیم سطح قند خون است و برای افرادی که در معرض خطر بیماری های قلبی هستند مفید است.
۴-(۸ حرفی) نمایشگاه نقاشی
۵-(۴ حرفی) این نوع از حبوبات، منبع ایزوفلاون ها است و برای کاهش سرطان های حاصل از افت هورمون ها و علایم خونریزی زنان مفید است.
۶-(۵ حرفی) ساده سازی روال
۷-(۲ حرفی) هنگامی که درگیر بیماری هستید، ویتامین ..... مصرف کنید تا قدرت سیستم ایمنی بدنتان افزایش پیدا کند.
۸-(۵ حرفی) سالن
۹-(۵ حرفی) چای پررنگ، فست فود، خوب نجویدن غذا، قاطی خوری، استفاده از ..... و نمک و آب همراه غذا از عوامل ریفلاکس معده است.
۱۰-(۳ حرفی) از قله های ایرانی
۱۱-(۳ حرفی) نیمروز
۱۲-(۵ حرفی) انجام ورزش هوازی با افزایش اندازه هیپوتالاموس ارتباط دارد. هیپوتالاموس منطقه ای از مغز است که با یادگیری و..... ارتباط دارد.
۱۳-(۳ حرفی) درختی در انواع مجنون و عاقل!
۱۴-(۴ حرفی) این میوه اسپرم را در بر ابر تخریب رادیکال های آزاد محافظت و احتمالا از بروز سرطان دهانه رحم در زنان پیشگیری می کند.
۱۵-(۳ حرفی) یاری کردن
۱۶-(۳ حرفی) روغن ناسالم غذاهای سرخ شده عمر تان را کوتاه می کند، موجب مسدود شدن شریان های.... و افزایش کلسترول بدن نیز می شود.
۱۷-(۴ حرفی) کرم ابریشم تولید می کند.
۱۸-(۳ حرفی) ریفلاکس معده یا بازگشت غذا به ....، همراه با احساس درد و سوزش سر معده، شایع ترین عارضه گوارشی در ایران است.
۱۹-(۴ حرفی) دردناک عربی
۲۰-(۵ حرفی) از مناصب و مدارج نظامی
۲۱-(۴ حرفی) کشوری در شمال غربی اروپا
۲۲-(۷ حرفی) متخصص و خبره در رشته ای
۲۳-(۳ حرفی) زنانی که در معرض عفونت های قارچی هستند با محدود کردن مصرف ..... و غذاهای شیرین، بهبود قابل توجهی می یابند.
۲۴-(۳ حرفی) مُصر و پیگیر

سودوکو

هر روز

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 هیچ رقمی تکراری نباشد.

زمان پیشنهادی ۴۰ دقیقه — سخت

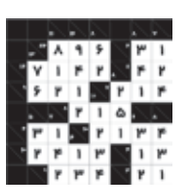
			۲	۹				
								۸
	۱	۶						۱
	۵							۶
					۳			
		۷				۴		
			۵					۹
							۱	۳
						۳		۲

زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه — ساده

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

پاسخ ها

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