گردونه

ورزش

سرمربی پدیده در واکنش به خطر کسر امتیاز مجدد

مهاجری: گوشت تنمان را آب می کنند!

پیروز- سرمربی تیم فوتبال «پدیده خراسان» معتقد است اتفاقات عجیب و غریب باعث شد سال ۹۶ با حاشیه های زیادی برای او و تیمش به پایان برسد. به گزارش "ورزش سه"، "مهاجری" گفت: هنوز از زیر بار کسر ۶ امتیاز قبلی کمر راست نکردیم که دوباره شایعه سقوط به لیگ دسته یک مطرح می شود و خدا می داند که انگار "گوشت تنمان را آب می کنند"! به هر حال شرایط سختی است و با این اوضاع، نمی توان کار کرد. بارها خواسته ام استعفا کنم ولی دلم نمی آید تیم را رها کنم. وی درباره برگشت پیش کسوت فوتبال استان نیز گفت: با تلاش مرحوم «جهانگیر زنده دل» با تیم ابومسلم مشهد از لیگ منطقه ای تا لیگ کشوری پیش رفتیم و موفق بودیم. متاسفم که در فوتبال استان در سال های اخیر کمتر نامی از وی بود که این، کم لطفی محض به زحمات مرحوم زنده دل بود.

تجلیل از برترین های وزنه برداری استان

بهروز- مراسم تجلیل از برترین های وزنه برداری خراسان رضوی روز گذشته در سالن اجتماعات اداره کل ورزش استان برگزار شد. به گزارش خبرنگار ما در پایان این مراسم که با حضور بزرگان این رشته برگزار شد؛ علی خیر دوست، سها سوهانیان و غلامحسن اسدزاده (در حوزه آقایان) و مهشید برسلانی و صدف تقی پور (در حوزه بانوان) به عنوان برترین مربیان استان در سال ۹۶ معرفی شدند و همچنین از مسئولان وزنه برداری قوچان و فریمان نیز به عنوان برترین هیئت های استان تجلیل شد. این گزارش، حاکی است، رئیس هیئت وزنه برداری استان در این مراسم همچنین احکام مسئولان کمیته های داوران و فنی (بازدار و شاهین) را به آنان اهدا کرد. مهندس قاسمیان با تشکر از حامی مالی هیئت استان (شرکت ساختمانی «صهبا آشیان») گفت: رکن اصلی هر رشته ورزشی، مربیان آن رشته هستند که به همین دلیل نیز باید از زحمات همه مربیان زحمتکش وزنه برداری یاد شود. در بخش دیگری از این مراسم، سرمربی تیم استان از رکوردگیری وزنه برداران نوجوان، جوان و بزرگسال وزنه برداری مشهد خبر داد. «سوهانیان» افزود: آخرین رکوردگیری سال با رشد نسبی رکوردها به ویژه در دسته جوانان همراه بود و «رضاییان» و «زیبایی» دو ورزشکار موفق و برتر بودند که رکوردهای قبلی را ارتقا دادند.

نگاهی تحلیلی به کارنامه یک ساله رشته کشتی

کُشتی استان روی پل!

عکس: آرشیو

گزارش تحلیلی

گروه ورزش

کشتی همیشه رشته ای خاص و متفاوت در خراسان رضوی بوده و هست، چرا که دارای قدمت و پیشینه درخشانی است و در برهه ای از زمان نیز سرآمد دیگر استان های کشور محسوب می شد. با توجه به روزهای پایانی سال ۹۶، گروه ورزش "خراسان رضوی" نیم نگاهی تحلیلی به حال و روز رشته کشتی استان دارد و با این امیدواری به دوستداران این رشته تقدیم می شود که در سال ۹۷ شاهد خارج شدن کشتی از "پل"- نام فنی در کشتی- و ضربه فنی کردن مشکلات آن باشیم.

امان از حاشیه های تمام نشدنی

در سال ۹۶ نیز انبوهی از حاشیه های ریز و درشت در این رشته وجود داشت. یکی از مهم ترین حاشیه های کشتی استان که از دیرباز وجود داشته و حتی کارشناسان هم به آن اذعان دارند، اختلافات ریشه دار در میان اصحاب این رشته و به خصوص مربیان است که باعث شده تا این رشته از روزهای اوج خود فاصله بگیرد و دیگر نتواند به جایگاه اصلی خود بازگردد. متاسفانه نبود اتحاد و همدلی لازم بین پیش کسوتان و مربیان باعث شده تا تمرکز لازم بر قهرمان پروری وجود نداشته باشد و کارهایی انجام شود که خروجی نتیجه بخشی برای کشتی استان ندارد. برخی مربیان حاضر نیستند که شاگردان خود را در اختیار تیم استان قرار دهند که این مسئله باعث می شود تا کشتی گیران آینده دار کمتر دیده و حمایت شوند و البته هستند معدود مربیانی که برای رشد و پیشرفت شاگردان خود، با تیم های منتخب استان در رده های مختلف همکاری می کنند.

رفت و آمد روسا

یکی دیگر از مسائل مهمی که بر پیکره کشتی استان مثل سال های گذشته ضربه وارد کرد، نبود مدیریت صحیح و پایدار است. خرداد ۹۶ بود که هیئت کشتی استان بازهم دچار تغییر و تحول مدیریتی شد و "محمود یعقوبی" پس از دو سال، به دلایل شخصی استعفا کرد تا کشتی باز هم بدون سکاندار بماند. (هر چند که یکی از پیش کسوتان استان- «زینل زینل نیا»- مدتی سرپرستی هیئت را قبول کرد؛ اما این رفت و آمد ها باعث شد تا قید برنامه بلند مدت برای پیشرفت کشتی زده شود. آذرماه اما فردی به عنوان رئیس جدید هیئت استان آمد که از جنس کشتی بود و مسئولیتی نیز در شورای شهر داشت که باعث امیدواری جامعه کشتی استان شد. هر چندوی در برهه ای از زمان وارد میدان شد که کار سختی در پیش دارد و انتظارات از وی هم زیاد است و از آن جا که از مدیریت وی نیز فقط سه ماه می گذرد نمی توانیم ارزیابی دقیق و شاخصی از کارش داشته باشیم. حال باید دید نگرش و دیدگاه مدیریتی وی با توجه به مسئولیتش در شورای شهر، چه رهاوردی می تواند، برای این رشته مهم ورزشی داشته باشد.

روند موفقیت در رده های پایه

کشتی استان هر چند که در رده سنی بزرگسالان افت زیادی داشته و تنها "احمد میرزاپور" و "مسلم نادری خادم" را در کشتی پهلوانی و فرنگی دارد؛ اما طی سال ۹۶ موفقیت کشتی گیران رده پایه خیلی بهتر از رده سنی بزرگسالان بود. امسال ورزشکارانی همچون: محمد متقی نیا، مصطفی نجفی، وحید دادخواه، رضا مقدسی و... مدال های خوبی در رقابت های قهرمانی آسیا و جهان کسب کردند که نشان از آینده خوب کشتی استان دارد که باید بیشتر به آن ها توجه شود. همچنین بانوان نیز در بخش کشتی کلاسیک که به تازگی راه اندازی شده، عملکرد خوبی داشتند. گرچه برای پیشرفت و افتخار آفرینی بیشتر باید مدیریتی منسجم و با برنامه وجود داشته باشد که نیاز به زمان دارد.

میزبانی و حضور در لیگ برتر

در سال ۹۶، مشهد میزبانی رویداد مهم "کشتی پهلوانی" کشور را داشت که این گونه میزبانی ها قطعا باعث ایجاد انگیزه و رقابت بین کشتی گیران می شود و فضایی برای نمایش توانایی آن ها به وجود می آورد که جزو عملکرد مثبت کشتی استان محسوب می شود. از طرفی، مهم ترین و برترین فعالیت های کشتی خراسان رضوی، حضور در لیگ برتر کشور است که در این بخش، تیم خراسان رضوی امسال با کشتی گیران بومی و با بودجه اندک روانه لیگ برتر کشتی بزرگسالان کشور شد که نتوانست مقامی در خور استان کسب کند. هر چند که تیم نوجوانان استان هم در لیگ برتر کشور حضور داشت که در رشته آزاد مقام دوم و فرنگی و پهلوانی هم مقام سوم را کسب کرد.

کشتی شهرستان ها

کشتی شهرستان ها نیز نسبت به چند سال گذشته تا حدودی روند رو به رشد داشت و شهرهای قوچان، نیشابور، چناران، خواف، فریمان، سبزوار، تربت حیدریه، سرخس و... ورزشکاران خوبی داشتند که با وجود کمبود امکانات، سهمی در پیشرفت کشتی استان دارند. ادامه تعطیلی سالن مرحوم صحرایی (سعدآباد) مشهد نیز در سال ۹۶ به دلیل ترمیم و به سازی انتقادهای زیادی را به همراه داشت که پس از دو سال هنوز هم تکمیل نشده است که امیدواریم در سال آینده باز گشایی شود. به هر حال، انتظار از کشتی استان زیاد است و به همین دلیل دیگر نباید گذاشت کشتی خراسان رضوی در گیر حاشیه ها شود؛ چرا که این مسئله به بدنه جامعه کشتی استان ضربه می زند و نسل آینده را می سوزاند...

اخبار

ورزش

قهرمانی تیم فوتسال نونهالان «آبشار عاطفه های تربت جام»

تربت جام، اعلمی/ تیم فوتسال نونهالان "آبشار عاطفه های شهرستان تربت جام" در مسابقات قهرمانی کشور در تهران، به مقام قهرمانی دست یافت. به گزارش خبرنگار ما در این مسابقات تیم ها در دو گروه سه تیمی و یک گروه چهار تیمی به رقابت پرداختند که تیم تربت جام در دیدار نهایی مقابل نونهالان قزوین با غلبه بر حریف در ضربات پنالتی عنوان قهرمانی را به خود اختصاص داد. اسامی تیم قهرمان: سینا شجاعی، احمد نظری، اشکان ابراهیمی، امین رحیمی، الیاس ترک محمودی، محمدحسین ذاکری، پوریا سرورعظیمی، امیرحسین داوری، یاسین میرزایی نژاد، مهدی مجلس آرا و یوسف پیشقدم. مربیان: حسین وحسن سرورعظیمی، سرپرست: رضا محبتی.

سومی آسیا توسط دونده گنابادی

پیروز- دونده گنابادی به همراه تیم ملی دوی صحرانوردی جوانان ایران به مقام سوم آسیا دست یافت. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان استان، در رقابت ۸ کیلومتر "امیرحسین صفری" با ثبت زمان ۲۸/۳۷ توانست نقش پررنگی در موفقیت تیم ملی دوی صحرانوردی داشته باشد. شایان ذکر است وی فرزند خبرنگار با سابقه "روزنامه خراسان" در گناباد است.

اخبار

کوتاه

پیروز- مراسم یادبود پیش کسوت فقید فوتبال استان (زنده یاد جهانگیر زنده دل) صبح و عصر امروز (یک شنبه) با حضور جامعه ورزش استان از ساعت ۹ تا ۱۱ و ۱۴:۳۰ تا ۱۶:۳۰ در مسجد الزهرا (س) واقع در حاشیه خیابان احمدآباد مشهد برگزار می شود. *رئیس هیئت نجات غریق و غواصی استان از آماده باش استخرها و پارک های آبی مشهد در تعطیلات نوروز خبر داد. *در پایان مسابقات تنیس جام آدینه در مشهد، میلاد شجاعان و پدرام توکلی به ترتیب عناوین اول و دوم را در رده سنی زیر ۱۴ سال کسب کردند و محسن طاهری و محمدرضا پیراسته در رده سنی آزاد اول و دوم شدند. *در پایان مسابقات شنای موزون در تهران، در دو رده ۱۶-۱۷-۱۸ سال و ۱۹ سال به بالا: تیم باشگاه هاشمی نژاد مشهد با امتیاز ۲۷۴ قهرمان شد. *"تفتیان" نفر پنجم جهان و بهترین دونده آسیا، روز گذشته در میان استقبال مردم تربت حیدریه، وارد زادگاهش شد و مورد استقبال همشهریانش قرار گرفت.

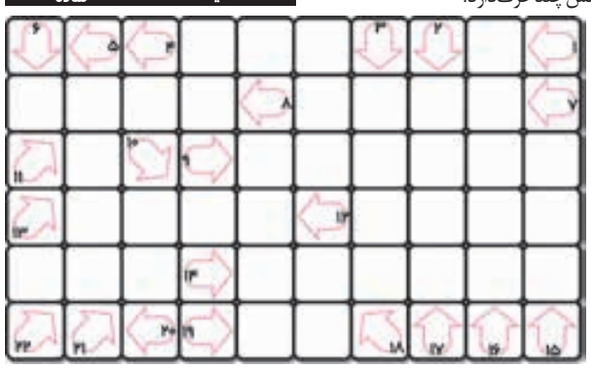
جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۱۲/۲۷]

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

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.

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده



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-(۷ حرفی) این ادویه دارای خواص ضد التهابی، ضدعفونی کننده و آنتی اکسیدانی است، در نتیجه با عفونت مقابله می کند.
۲-(۳ حرفی) یکی از مشکلات جدی و شایع در دوران سالمندی، زخم بستر یا زخم فشار است که می تواند با .....شدید و عفونت همراه باشد و گاهی به مرگ منجر شود.
۳-(۵ حرفی) به چه نحو؟
۴-(۲ حرفی) گونه
۵-(۲ حرفی) بیماران مبتلا به تنگی کانال نخاع با ایستادن و راه رفتن نیز در ناحیه کمر، احساس درد می کنند و این درد در اندام های تحتانی و ..... منتشر می شود.
۶-(۶ حرفی) هر نوع تزریق در ناحیه ستون فقرات کمری باید در اتاق عمل تحت مونیتورینگ فلوروسکوپ و تحت شرایط.....انجام شود.
۷-(۶ حرفی) برای درمان زخم بستر از روغن..... استفاده کنید که دارای اسیدهای چرب است.
۸-(۳ حرفی) زخم بستر، بیشتر در جاهایی از بدن رخ می دهد که فشار بیشتری را تحمل می کند. شایع ترین نقاط،.....، ستون فقرات، قسمت پایینی کمر، شانه و آرنج است.
۹-(۵ حرفی) کوچک و مختصر
۱۰-(۴ حرفی) عسل ضدعفونی کننده طبیعی است و باعث تسکین و بهبود زخم می شود. ضمنا باعث کاهش.....زخم هم خواهد شد.
۱۱-(۳ حرفی) چاق و فربه
۱۲-(۵ حرفی) روغن کانولا سرشار از اسیدهای چرب تک زنجیره ای اشباع نشده است و برای مبتلایان به چاقی و.....تاثیرات مفیدی دارد.
۱۳-(۴ حرفی) سوراخ و شکاف
۱۴-(۷ حرفی) خواباندن شانه حریف در کشتی
۱۵-(۵ حرفی) روغن کانولا حاوی تنها ۷ درصد چربی اشباع شده است که میزان آن از روغن..... هم کمتر است.
۱۶-(۶ حرفی) چشم به راه بودن
۱۷-(۴ حرفی) سودمند
۱۸-(۳ حرفی) پیامبر عرب
۱۹-(۷ حرفی) امام جماعت
۲۰-(۳ حرفی) مرگ
۲۱-(۵ حرفی) ۷۰ درصد مبتلایان به تنگی کانال نخاعی خفیف با تزریق دارو بهبود می یابند و نیازی به انجام.....ندارند.
۲۲-(۳ حرفی) عنوان و کنیه

نقش یابِ مارپیچ

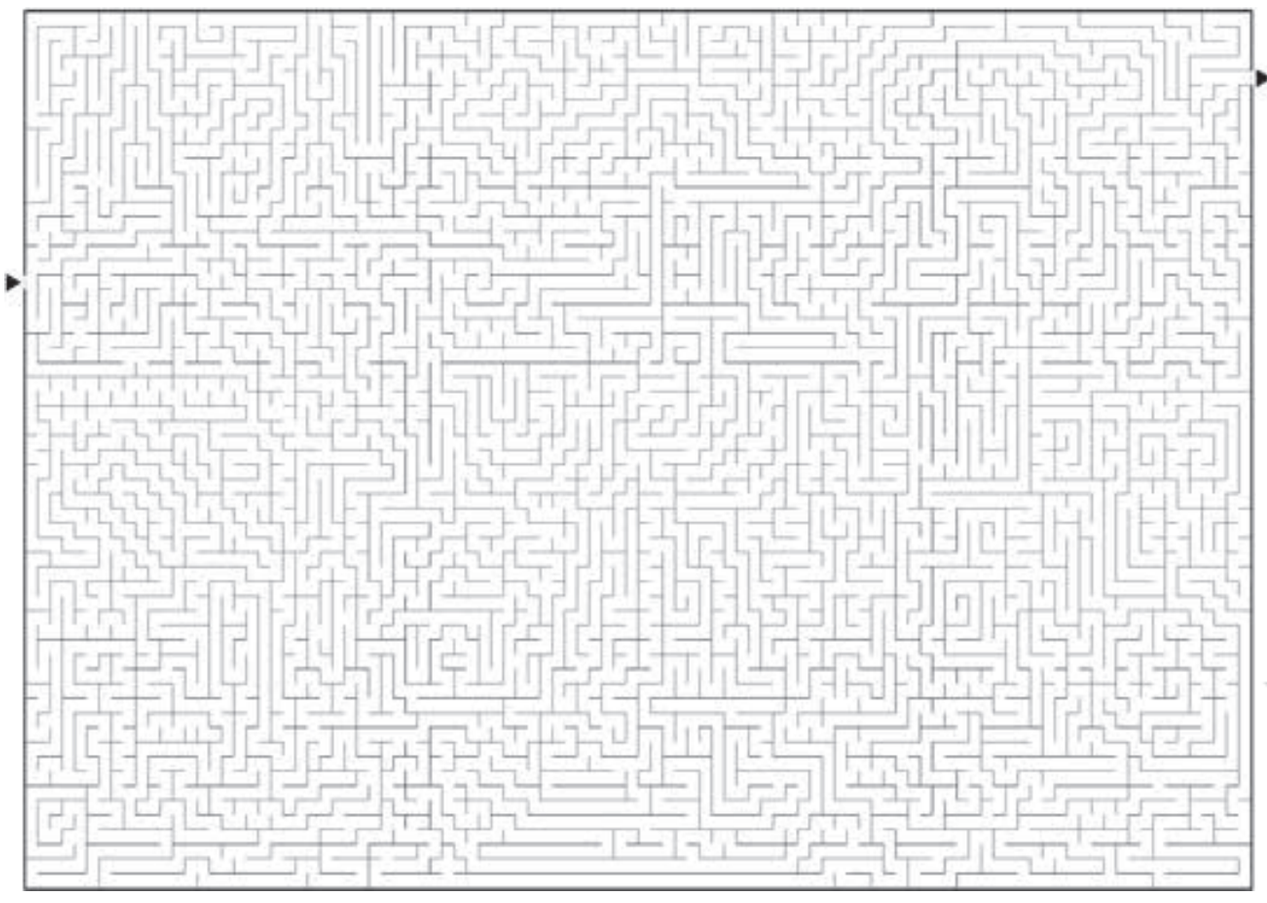
یک شنبه ها و چهارشنبه ها

زمان پیشنهادی ۳۵ دقیقه — متوسط

فرق این مارپیچ با دیگر نمونه های مشابه این است که در آن 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 می شود در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بست را با خطوط کم رنگ مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید.



سودوکو

هر روز

قانون: ارقام ۱ تا ۹ را طوری 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 ۵۰ دقیقه — بسیار سخت

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

زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — بسیار ساده

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

پاسخ ها

وزیر سفید به g۸ می رود. سیاه در حرکت بعدی مات است: اگر اسب سیاه حرکت کند وزیر سفید به e۸ می رود تا سیاه مات شود. اگر رخ سیاه چپ به a۲ برود وزیر سفید باز دن همین رخ، سیاه را مات می کند. اما اگر رخ سیاه به b۳ برود وزیر سفید به a۸ می رود تا سیاه مات شود. اگر هم سرباز سیاه ردیف b پیشروی کند، وزیر سفید به c۴ می رود تا سیاه مات شود.