گردونه

ورزش

تیم فوتبال «پدیده» در معرض کسر امتیاز!

پیروز- تیم فوتبال "پدیده خراسان" به دلیل شکایت بازیکن خارجی سابقش در خطر کسر امتیاز قرار گرفت. به گزارش مهر، "ایگور پراهیچ" مدافع کنونی تیم "نفت تهران" که فصل گذشته در تیم پدیده مشهد حضور داشت، هنوز بخشی از مطالبات خود را از فصل گذشته دریافت نکرده است؛ به همین دلیل وی از باشگاه پدیده به فیفا(فدراسیون جهانی فوتبال) شکایت کرد. این خبر حاکی است طبق رأی صادر شده، باشگاه پدیده محکوم شده است اگر طی ۱۰ روز آینده برای پرداخت مطالبات اقدامی نکند، کسر امتیاز از این تیم صورت می گیرد.

نایب قهرمانی تیم دوومیدانی بانوان معلول و جانباز استان

پیروز- تیم دوومیدانی بانوان معلول و جانباز استان بین ۲۸ استان حاضر در مسابقات کشور، نایب قهرمان شد. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش استان، این تیم بعد از رقابتی تنگاتنگ توانست مقام دوم کشور را در تهران کسب کند و تیم های خوزستان و یزد هم اول و سوم شدند. نتایج کسب شده خراسانی ها به شرح ذیل بود: پرتاب وزنه کلاس f۵۷ شهین کابلی (مدال طلا)، پرتاب وزنه نشسته کلاس f۵۶ ربابه قدسی (نقره)، پرتاب وزنه ایستاده کلاس f۵۷ مکرم قربانی (طلا)، پرتاب وزنه نشسته در کلاس f۵۳ بهاره خدابخشی (برنز). سرمربی: هانیه امانی، مربی: بهاره صوفی . سرپرست: معصومه عالمی نژاد.

پایان مسابقات بوچیای کشور

میرزاده- نهمین دوره مسابقات قهرمانی بوچیای کشور - نوعی ورزش باتوپ ویژه معلولان جسمی، حرکتی - در بخش آقایان، عصر پنجشنبه گذشته در سالن کارگران مشهد پایان یافت. دبیر انجمن بوچیای کشور به خبرنگار ما گفت: در این رقابت ها که ۲۸ و ۲۹ مهرماه برگزار شد، ورزشکاران ۱۷ استان با یکدیگر به رقابت پرداختند که در مجموع امتیازات، تیم زنجان به مقام قهرمانی رسید. "محمدرحیم" افزود: تیم های مازندران و آذربایجان غربی (به صورت مشترک) دوم شدند و تیم فارس نیز، سوم شد. در حاشیه: ورزشکاران میزبان (خراسان رضوی) هیچ جایی روی سکوهای سه گانه تیمی نداشتند!

پیروزی بانوان بسکتبالیست

پیروز- بانوان خراسانی در نخستین گامشان در لیگ برتر کشور (گروه ب) پیروز شدند. به گزارش ایسنا، این رقابت ها با حضور ۹ تیم آغاز شد که در دیدارهای انجام شده روز نخست، تیم هیئت بسکتبال مشهد ۵۷ بر ۵۵ آرارات اصفهان را مغلوب کرد.

گزارش جلسه

مجید خروشی

نخستین یادواره ۴۰۰ ورزشکار شهید استان در مشهد برگزار شد

پلاک های طلایی

نخستین یادبود ۴۰۰ ورزشکار شهید استان، پنجشنبه گذشته در سالن شهید بهشتی مشهد برگزار شد. به گزارش "خراسان رضوی" در این همایش که با حضور مسئولان ارشد ورزشی و غیر ورزشی استان و مشهد برگزار شد، آیاتی از قرآن کریم توسط "محمد محمدی" ورزشکار جانباز و قهرمان اسبق شنای معلولان جهان تلاوت و سپس زیارت خاصه حضرت رضا(ع) قرائت شد. همچنین سرود جمهوری اسلامی ایران توسط گروه سرود ناجا اجرا شد. در ادامه تنی چند از مسئولان حاضر به ایراد سخنانی درباره ورزشکاران شهید استان پرداختند که مشروح این سخنان با یاد این شهدای گرانقدر که پلاک هایی به رنگ مدال طلا داشتند، تقدیمتان می شود...

معاون استاندار: شهدای ورزشکار الگوهای راستین جامعه ورزش هستند

در بخشی از این مراسم، معاون اجتماعی، سیاسی و امنیتی استانداری خراسان رضوی ابتدا با اشاره به واقعه عظیم عاشورا اظهار کرد: عاشورا تنها این نبود که در سال ۶۱ هجری قمری به وقوع بپیوندد و به ظاهر تمام شود، بلکه این واقعه عظیم در اندیشه تاریخ جهان ثبت شده است. سید "جواد حسینی" افزود: باید در همه تاریخ و زمان ها، امام حسین(ع) را "سفینه نجات" دانست. همه ورزشکاران شهید نیز در عرصه دفاع مقدس این پیام عاشورا را نشان دادند. وی افزود: امروز باید از فرصت ها استفاده کنیم و رشادت ها و ایثارگری های شهدا را از زبان همرزمان، اسرا و خانواده های آنان ثبت و ضبط کنیم. "حسینی" با اشاره به این فرمایش مقام معظم رهبری که "زنده نگه داشتن یاد شهدا، کمتر از شهادت نیست" گفت: یاد و خاطره شهدای دفاع مقدس به ویژه شهیدان ورزشکار استان خراسان رضوی را گرامی می داریم و هر یک از این شهدا را الگو می دانیم. الگو گرفتن از رفتار این شهدا برای جامعه سازی و انسان سازی در ورزش ما ضروری است. وی تاکید کرد: به فرموده مقام معظم رهبری باید گنجینه های دفاع مقدس را آشکار کنیم تا بدین وسیله انقلاب اسلامی گسترش پیدا کند و جامعه ساز شود.

رئیس کمیسیون فرهنگی مجلس: ورزشکاران شهید، پیروزمندان واقعی همه میادین هستند

رئیس کمیسیون فرهنگی مجلس نیز در قسمتی از مراسم تجلیل از ۴۰۰ بهار همیشه جاوید ورزش خراسان رضوی گفت: برگزاری مراسم تجلیل از ورزشکاران شهید در هفته تربیت بدنی، ظرفیت ایثارگری رزمندگان را به نمایش می گذارد. حجت الاسلام "نصرا... پژمان فر" افزود: در حماسه دفاع مقدس جوانان ما نشان دادند که در کنار فعالیت های نظامی، می توانند فضای با نشاط، فرهنگی و ورزشی خوبی را هم تجربه کنند. وی یادآور شد: زمانی که در لشکر ۵ نصر (در سال های دفاع مقدس) حضور داشتم، بازیکنان و ورزشکاران فوتبالیست حضور داشتند و با برنامه ریزی و پشتکار زیادی مسابقات فوتبال را میان گردان ها، سازمان دهی می کردند و رزمندگان ورزشکار نیز همراه با کسب مدال ها و نشان های ورزشی خود به عنوان الگوی جوانمردی، مروت، صبر و مقاومت در رقابتی سالم، برنده واقعی میادین ورزشی و غیر ورزشی بودند. "پژمان فر" خاطر نشان کرد: در آن زمان، نوع مسابقات و عملکرد این عزیزان کاملا متفاوت بود با آن چه امروز در میدان های ورزشی شاهد هستیم و ورزش، رقابتی "تعالی بخش" بود که امیدواریم این ایده ها و تفکرات در فضای جامعه ورزشی امروز ما نیز نهادینه شود.

مدیر کل ورزش: همایش یادبود ورزشکاران شهید، با هدف معرفی الگو برگزار شد

مدیر کل ورزش استان نیز در ابتدای این همایش ضمن خیر مقدم به حاضران گفت: برای نخستین بار اداره کل ورزش و جوانان با همکاری شورای شهر و شهرداری، بنیاد شهید، بنیاد حفظ آثار و بسیج ورزشکاران، اقدام به برگزاری و تجلیل از ۴۰۰ ورزشکار شهید خراسان رضوی کرد که امیدواریم توانسته باشیم جایگاه این شهدا را پاس بداریم. "کوروش صبوریان" هدف از برگزاری این مراسم را تجلیل از خدمات ارزنده شهدای ورزشکار در هفته تربیت بدنی دانست و گفت: امیدوارم این قبیل مراسم هر سال با کیفیت بهتری برگزار شود و این شهیدان با هدف الگوپردازی، در جامعه ورزش مدنظر قرار گیرند.

در حاشیه:

*نماهنگ های زیبایی از ذکر خاطرات ورزشی به همراه تصاویر شهدای ورزشکار در این مراسم پخش شد که لحظات معنوی را در همایش ایجاد کرد.

*حاج "سید مهدی قیاسی" پیشکسوت ارزنده و سرشناس فوتبال استان درباره سجایای اخلاقی شهید "نورا... کاظمیان" و شهید "ابراهیم محبوب" فوتبالیست های شهید خراسان رضوی مطالبی بیان کرد.

*در این مراسم، همچنین از دو کتاب: کتاب عکس "سکوی شهادت" و "فرهنگ شهدای ورزشکار خراسان رضوی" رونمایی شد.

*بیش از ۲۰۰ نفر از خانواده شهدای ورزشکار مشهد و شهرستان ها - با وجود برخی مشکلات ناشی از سفر و مشکل جسمانی - در این مراسم حضور داشتند که مورد تقدیر مدیر کل ورزش و جوانان خراسان رضوی قرار گرفتند.

*وصیتنامه شهید "ناصر فضلی" به صورت نمادین توسط پدرش قرائت شد.

*در پایان مراسم، با اهدای لوح و تندیس جشنواره به همراه هدایایی از خانواده های ۴۰۰ شهید ورزشکار مشهد و شهرستان های استان تجلیل شد.

عکس ها: میثم دهقانی

از میان خبرها

ورزش

رئیس کمیته فوتسال استان:

۳ موتوره برای افزودن سهمیه لیگ برتر کشور تلاش می کنیم

پیروز- رئیس کمیته فوتسال خراسان رضوی گفت: خوشحالم که فوتسال استان در فصل جاری لیگ دسته اول کشور با حضور نمایندگان فریمان، مقاومت مپ شهرداری مشهد و فردوسی، ۳ موتوره برای افزایش سهمیه لیگ برتر تلاش می کند. "مصطفی نعمتی" در گفت و گو با پایگاه خبری فوتسال افزود: راه اندازی چرخه استعدادیابی از مهم ترین ابزارها برای پشتوانه سازی است که با توجه به توانایی خراسانی ها و سهم بسزایی که تاکنون در موفقیت های تیم ملی فوتسال داشته اند، این حرکت در خراسان رضوی، حرکتی جدی است.

اخبار

کوتاه

تربت حیدریه، غضنفری- رئیس اداره ورزش تربت حیدریه از برگزاری کلاس یک روزه ارتقای داوری در ۸ رشته از بازی های بومی محلی در این شهرستان خبر داد. * به مناسبت هفته تربیت بدنی، همایش پیاده روی بانوان تربت حیدریه از مقابل هلال احمر به سمت بوستان پیشکوه شهرستان برگزار شد.

پیروز- تعدادی از خبرنگاران نیشابوری با هدف همدلی و توجه بیشتر مردم و مسئولان شهرستان به جوانان محروم حاشیه شهر، در یک مسابقه فوتبال نمادین به مصاف جوانان این منطقه رفتند.

ناسخ- مسابقات قهرمانی فوتسال و والیبال نواحی مقاومت بسیج استان از پنج شنبه گذشته در تایباد آغاز شد.

تربت جام؛ اعلمی- به مناسبت هفته تربیت بدنی، همایش پیاده روی خانوادگی در تربت جام برگزار و در پایان به قید قرعه به ۲۰ شرکت کننده دوچرخه اهدا شد.

فریمان، اصغری- همایش دوچرخه سواری هفته تربیت بدنی از مقابل اداره ورزش تا سد تاریخی فریمان به مسافت ۲۰ کیلومتر برگزار شد.

بردسکن، نوری- به مناسبت هفته ورزش، همایش دوچرخه سواری با شرکت ۵۰ نفر از فرهنگیان در بردسکن برگزار شد.

* همچنین به همین مناسبت با حضور مسئولان آموزش و پرورش، اداره ورزش و دانشگاه آزاد اسلامی واحد بردسکن از پیشکسوتان تربیت بدنی آموزش و پرورش شهرستان تجلیل به عمل آمد.

خروشی- پنجمین دوره مسابقات هندبال بانوان محلات در ۴ رده سنی در مجموعه کوثر مشهد آغاز شد.

طرقبه، عابدخراسانی- مسابقات رشته های دراگون بت، کانوپولو و اسکی روی آب با حضور بیش از ۸۰ نفر در چالیدره برگزار شد.

میرزاده- مسابقات استانی دوچرخه سواری کوهستان روز گذشته در پارک طبیعت شاندیز برگزار شد. «فخار زاده» مدیر روابط عمومی هیئت دوچرخه سواری خراسان رضوی گفت: این مسابقه در مسافت ۵ کیلومتر و در ۲ رده سنی جوانان و بزرگسالان برگزار شد.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۸/۱]

«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 پیش 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 کاکرو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» با 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.

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

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:

جدول ویژه می گوید سطر ۱۶ از ۷+۹ تشکیل می شود اما طبیعتا ۹ در ستون ۹ ممنوع است! پس این سطر و ستون پُر شدند.

جدول ویژه می گوید سطر ۲۴ با ۷+۸+۹ پُر می شود. اما ۹ اگر در خانه چپ باشد، در ستونش تکراری می شود و در ستون وسط هم مجاز نیست. چون جمع ستون باید ۸ شود. پس در خانه سمت راست است.

حالا باید جای ۸ را در این سطر پیدا کرد که طبیعتا در ستون ۸ نیست. پس کل ارقام محدوده پُر شد.

جدول ویژه می گوید سطر ۱۶ به ۷+۹ نیاز دارد و ستون ۲۳ به ۶+۸+۹. پس تقاطع به ۹ نیاز 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 هیچکدام 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.

ردیف	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۴	۲	۱+۳
۴	۲	۱+۳
۱۶	۲	۷+۹
۱۷	۲	۸+۹
۶	۳	۱+۲+۳
۷	۳	۱+۲+۳
۲۳	۳	۲+۸+۹
۲۴	۳	۲+۸+۹
۳	۴	۱+۳+۴+۹
۱۱	۴	۱+۳+۵+۹
۲۹	۴	۱+۲+۵+۹
۳۰	۴	۱+۲+۶+۹

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

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.

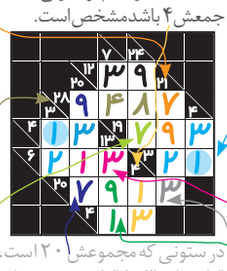
*ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کمرنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.

*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.

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 پر کردنش 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 سبزرنگ را برای تکمیل سطری که جمعش ۱۹ است بنویسیم.

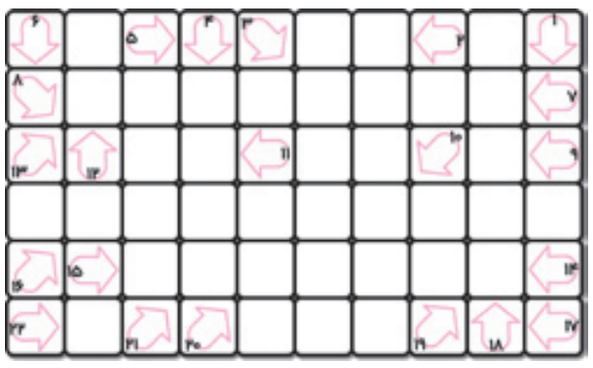
برای تکمیل سطری که جمعش ۲۸ است فقط می توانیم ۸ و ۴ را اضافه کنیم اما ۸ را نمی شود در خانه چپ نوشت چون جمع ستونش باید ۷ باشد! پس ۸ در خانه راست و ۴ در چپ جامی گیرد.

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

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.



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-(۳ حرفی) این ماده باعث تغذیه و نرم شدن چشم می شود. هر بار که پلک می زنید در واقع با کمک آن چشم را پاک سازی و مرطوب می کنید.

۲-(۴ حرفی) چوب سوختنی

۳-(۶ حرفی) سبزیجاتی که مانند کلم، برگ چغندر و اسفناج برگ سبز دارد، حاوی این ماده است که به نرمی مدفوع کمک می کند تا از روده آسان بگذرد.

۴-(۴ حرفی) افراد سرماخورده می توانند با مصرف پخته شده این ریشه، از آنتی بیوتیک طبیعی بسیار قوی آن بهره مند شوند.

۵-(۳ حرفی) هنگام خواب تمامی عضلات اندام های بدن به جز عضلات این عضو فلج می شود. علتش پیشگیری از لگدزدن در خواب یا ایجاد واکنش فیزیکی است.

۶-(۶ حرفی) صندوق کودکان سازمان ملل است که گفت: بیش از ۸۳ درصد کودکان زیر ۲ سال جهان از تغذیه مناسب برای رشد مغز برخوردار نیستند.

۷-(۸ حرفی) برای تهیه این غذای ایرانی ابتدا خلال پوست پرتقال و نارنج را دوبار در آب بجوشانید و آن را به مدت ۶ ساعت در آب خنک بگذارید.

۸-(۳ حرفی) واحد طول پنج انگشتی

۹-(۵ حرفی) به طور روزانه ۱۰۰ میلی گرم از این ماده (که در ۳ پیمانه شیر هست) برای بدن مادر باردار لازم است.

۱۰-(۴ حرفی) پوسته گندم و جو

۱۱-(۳ حرفی) زمان خواب، این عضو حیاتی بدن هنوز در حال کار کردن است و آثار یک روز پر مشغله و سخت را تر میم و بدن را برای روز بعد آماده می کند.

۱۲-(۳ حرفی) لطیفه

۱۳-(۳ حرفی) چسبناک از شیرینی زیاد

۱۴-(۵ حرفی) از غذاهای مردانه!

۱۵-(۶ حرفی) آخر تابستان

۱۶-(۳ حرفی) این نوع چای سرشار از نوعی آنتی اکسیدان گیاهی است که یبوست و اختلال عملکرد معده و کبد را برطرف می کند.

۱۷-(۵ حرفی) همسان و مثل هم هستند

۱۸-(۶ حرفی) از غذاهای معروف در خراسان

۱۹-(۳ حرفی) قبیله و طایفه

۲۰-(۴ حرفی) از رنگ های رنگین کمان

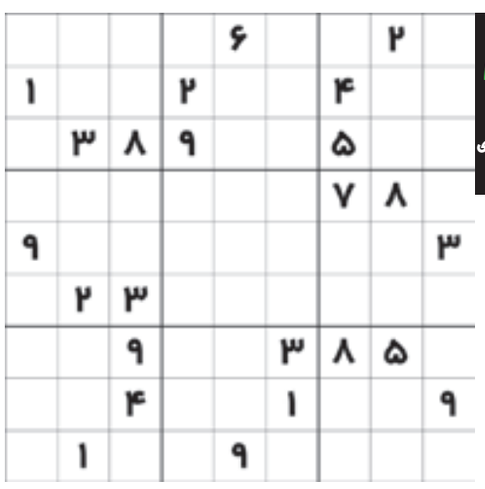
۲۱-(۶ حرفی) دریاچه ای مهم با وضعیت نگران کننده در ایران

۲۲-(۶ حرفی) پلیس این کشور اروپایه سرقت تلفن همراه و کفش های پناهجویان در اردوگاه موسوم به زاغه جنگل در شمال فرانسه، متهم شده است.

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 رقمی تکراری نباشد.



کیدو کو (سودوکو کودک)

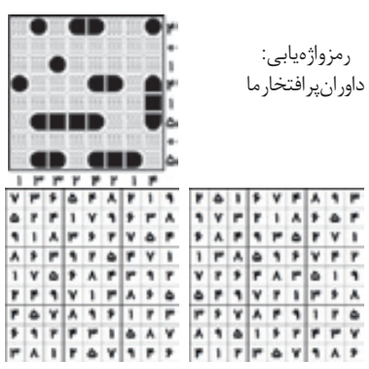
هر روز

قانون: خانه های خالی را با ۱ تا ۶ پُر کنید، طوری که رقمی: در سطر خود، در ستون خود و در مستطیل قرمزش تکراری نباشد.

	۲		۳		۵
۳					۲
	۳	۴			
		۲	۱		۳
					۴
۵		۱			
	۴			۵	

نمونه های متنوع کیدو کو را برای گروه های سنی مختلف در اینترنت جست و جو کنید.

پاسخ ها

همانطور که در شکل مشخص است، دو تکه زرد رنگ و آبی رنگ، یکسان و قابل انطباق هستند.

رمزواژه یابی: داوران پرافتخار ما