یادداشت

بهروز

نادیده گرفتن تا کی؟

دیدار تیم های "سیاه جامگان مشهد" با "پرسپولیس تهران" در هفته چهارم لیگ برتر فوتبال کشور در تهران با یک تساوی ارزشمند یک بر یک برای خراسانی ها به پایان رسید تا سیاه جامگان با یک امتیاز مهم از رویارویی با صدرنشین لیگ و تنها نماینده باقی مانده کشورمان در جام باشگاه های آسیا به مشهد باز گردد. در کسب این نتیجه مهم، نمی توان نقش پررنگ "اکبر میثاقیان" و تیم "جوان و باانگیزه اش" را نادیده انگاشت که باعث شدند تیمی که در سه بازی قبلی ۱۰۰ درصد امتیازات را به حسابش واریز کرده بود؛ تنها با یک امتیاز خانگی، متوقف شود.

نکته تاسف بار ماجرا، آن جاست که یک بار دیگر مثل سه بازی اخیر مشکی پوشان مقابل سرخابی های پایتخت (در لیگ ۱۶ و ۱۷) که تیم سیاه جامگان تیم "استقلال تهران" را با همه ستارگانش در تهران متوقف کرد و یا هنگامی که در دو بازی بعدی اش با فاتح لیگ ۱۶ (پرسپولیس تهران) صاحب یک پیروزی و یک تساوی ارزشمند در مشهد و تهران شده است؛ دوباره عواملی چون: قضاوت داور، یا بازی شش روز بعد تیم سرخ پوش و یا دفاعی بازی کردن تیم خراسانی، بهانه ای برای نادیده گرفتن کارآمدی سرمربی دوست داشتنی و یا جسارت و انگیزه بازیکنان جوان تیم استان (که مقایسه مبلغ قرارداد هر یک از بازیکنان دو تیم می تواند بیان کننده "اختلاف طبقاتی" تیم ها و باشگاه های کشورمان باشد) توسط برخی رسانه ها یا طرفداران افراطی قرمزپوشان تهرانی شود. به گفته سرمربی تیم سیاه جامگان، دو بازیکن تیمش در این مسابقه برای اولین بار در عمر فوتبالیشان، در ورزشگاه آزادی مقابل خیل طرفداران تهرانی به میدان رفتند که یکی از این دو (امیرمحمد پناهی) نیز توانست گل تساوی تیم مشهدی را وارد دروازه میزبان نامدار کند. فراموش نکنیم که "میثاقیان" و تیم های جوان و باانگیزه اش با همین جوانان گمنام، بارها و بارها توانسته اند نتایج اعجاب آوری را مقابل سرخابی های تهران تکرار کنند و کسانی که این نتایج را به مسائل جانبی داخل یا خارج از مستطیل سبز ارتباط می دهند؛ در واقع به این جوانان و سرمربی باانگیزه شان ظلم می کنند.

خبر

پیروز

دبیر کمیته فوتسال خراسان رضوی معرفی شد

پیروز- دبیر کمیته فوتسال استان خراسان رضوی معرفی شد. به گزارش روابط عمومی هیئت فوتبال خراسان رضوی، طی حکمی از سوی رئیس این هیئت (دکتر برادران) و با پیشنهاد رئیس این کمیته، "پرویز دانایی" به عنوان دبیر کمیته فوتسال استان منصوب شد.

در گفت وگو با صاحب نظران تاکید شد:

سامان دهی، نیاز سبک های کاراته استان

گزارش

علی ترابی

یکی از رشته های رزمی که بیشترین ورزشکار را به خود اختصاص داده، کاراته است که در حوزه کنترلی و غیر کنترلی سبک های زیادی دارد و همین تعدد سبک ها باعث بروز مشکلاتی برای این رشته رزمی شده است. روز گذشته، مسابقات کاراته سبک کیوکوشین ماتسویی قهرمانی شمال شرق کشور (یادواره شهدای مدافع حرم) با حضور ۲۱۷ ورزشکار از چهار استان، برگزار شد که این مسابقات، بهانه ای شد تا خبرنگار ما با چندتن از صاحب نظران درباره وضعیت سبک های کاراته در محل مسابقات گفت وگوهایی انجام دهد.

نبود "حامی مالی"

یکی از بهترین ورزشکاران سبک کیوکوشین ماتسویی استان که مقام های زیادی در تورنمنت های بین المللی دارد، به مهم ترین مشکل ورزشکاران اشاره کرد و به خبرنگار ما گفت: یکی از نیاز های اساسی که ورزشکاران کاراته با آن روبه رو هستند، بحث نبود "حامی مالی" است. "یاسر خاوری" افزود: ورزشکاران در تمرینات، سختی های زیادی متقبل می شوند؛ اما موقع اعزام به مسابقات باید با هزینه شخصی عازم رقابت ها شوند و وقتی ورزشکار از نظر مالی مشکل داشته باشد، دیگر باید قید حضور در مسابقات کشوری و یا بین المللی را بزند. یکی از مربیان باتجربه کاراته که "دان ۶" هم دارد، درباره وضعیت این رشته گفت: به ورزشکاران سبک های غیر کنترلی به اندازه ای که در کشور و تورنمنت های بین المللی عنوان و مقامی کسب می کنند، توجهی نمی شود. "رضا دهقان" افزود: هیئت کاراته استان از هر دو سبک کنترلی و غیر کنترلی حمایت می کند، اما با توجه به این که بیشتر اعضای هیئت، از فعالان سبک های کنترلی هستند، به طور ناخودآگاه حمایت و توجه ها بیشتر به سوی سبک های کنترلی متمایل می شود. وی همچنین تصریح کرد: متاسفانه همکاری هیئت کاراته استان با سبک های غیر کنترلی ضعیف است و در بحث هزینه ها کمتر کمک می کند.

عکس: صادق ذباح

ضرورت کنار گذاشتن اختلافات

یکی از پیش کسوتان دیگر نیز که دارای "دان ۵" سبک کاراته کیوکوشین ماتسویی نیز هست، به اختلاف نظرها در کاراته استان اشاره کرد و گفت: کاراته استان اگر می خواهد پیشرفت کند، باید فعالان این رشته رزمی با هم متحد شوند و اختلاف ها را کنار بگذارند. "سیدعباس سیدی" افزود: در کاراته استان، هر کس تمایل دارد برای خودش رئیس باشد که این مسئله باعث پسرفت این ورزش رزمی می شود. وی درباره عملکرد هیئت کاراته استان اظهار کرد: هیئت کاراته استان در برخی حوزه ها ضعیف کار می کند و اگر مسئولان هیئت استان معتقد هستند که در کشور نمره بالایی دارند، باید در عمل هم توانایی خودشان را در استان نشان دهند. وی همچنین خاطرنشان کرد: ناگفته نماند که اطلاع رسانی هیئت فعلی از دوره های قبلی بهتر شده است و فقط توقع داریم که حمایت هایشان هم بیشتر شود.

یکی دیگر از مربیان قدیمی کاراته نیز به "خراسان رضوی" گفت: هم اینک در حوزه بزرگ سالان، کاراته کار قابلی نداریم و آن تعداد معدود ورزشکار مطرح نیز به جمع پیش کسوتان اضافه شده اند و باید زیربنایی و در حوزه نوجوانان و جوانان بیشتر کار کنیم که "زمان بر" هم است. "وحید توطیان" به بی انگیزگی بسیاری از مربیان اشاره کرد و افزود: متاسفانه مربیان کاراته حمایت نمی شوند و پشتوانه ای هم ندارند که همین مسئله باعث بی انگیزه شدن آن ها شده است. وی تصریح کرد: وقتی که مربیان، دیگر کار نکنند و انگیزه ای نداشته باشند، به مرور کاراته استان هم ضعیف می شود.

نیاز به سامان دهی سبک های غیر کنترلی

نماینده و مسئول سبک کیوکوشین کاراته ماتسویی خراسان رضوی نیز درباره سطح این سبک رزمی در استان به خبرنگار ما گفت: سبک کیوکوشین ماتسویی استان از نظر هنر جو و تعداد باشگاه در کشور جایگاه بالایی دارد. همچنین نمایندگی این سبک رزمی در هفت شهرستان هم فعال است. "محمد پورحسن" به وضعیت سبک های غیر کنترلی (آزاد) استان اشاره کرد و افزود: یکی از موضوعات مهمی که باید جزو اولویت های هیئت کاراته استان قرار گیرد، سامان دهی سبک های غیر کنترلی است. چرا که هم اکنون بیش از ۲۰ سبک غیر کنترلی در استان وجود دارد که فعالیت بیشتر آن ها فقط در دو باشگاه خلاصه می شود. وی ادامه داد: در پی همین مسئله، باید اساسنامه ای تدوین شود که وضعیت همه سبک های غیر کنترلی مشخص شود. وی خاطرنشان کرد: سبک های غیر کنترلی در استان ها درآمدزایی خوبی برای هیئت ها دارند، اما در مقابل، حمایت خوبی از آن ها نمی شود.

رقابت ۲۱۷ ورزشکار

وی همچنین در ادامه با اشاره به مسابقات کاراته سبک کیوکوشین ماتسویی قهرمانی شمال شرق کشور که دیروز در سالن "شهدای شهرداری مشهد" برگزار شد گفت: این رقابت ها با حضور ۲۱۷ ورزشکار از استان های خراسان رضوی، شمالی، جنوبی، سمنان و سیستان و بلوچستان در رده های مختلف سنی خردسالان، نوجوانان، جوانان، امید و بزرگ سالان با استاندارد های بین المللی برگزار شد. "پورحسن" افزود: این رقابت ها با یک سری محدودیت هایی انجام شده که هدف از آن بالا بردن سطح کیفیت بوده است و گرنه بیش از ۳۰۰ نفر در این مسابقات شرکت می کردند. وی اظهار کرد: برای اولین بار و براساس استانداردهای بین المللی در این مسابقات به جای پنج داور از سه داور استفاده کردیم. وی اضافه کرد: قهرمانان هر رده سنی مهرماه به مسابقات کشوری که در البرز برگزار می شود، اعزام می شوند. وی در ادامه نفرات اول برخی مسابقات را به این شرح اعلام کرد: رده سنی خردسالان: مهدی شجاعی، شایان امینی، امیرحسین فروتن، امیرعلی مشهدی، امیرحسین ریحانی، علی قربانی، محمد بلوچ. رده سنی نوجوانان: مهدی ایراندوست، سیدهادی حسینی، مهدی محسنی، سجاد رضایی، ابراهیم برفرازی- رده سنی جوانان: مهدی رضایی، ایمان رزاقی، علی افتاده، حمیدرضا صفدری، هادی گلزاری و جواد معافی.

اخبار

ورزشی

رونمایی از نخستین کارت ویژه هواداران تیم فوتبال "پدیده"

پیروز- آیین رونمایی از نخستین کارت هواداری تیم فوتبال پدیده برگزار شد. به گزارش سایت رسمی این باشگاه، در این مراسم که با حضور تقی گرجی نیا (رئیس هیئت مدیره)، حمیدرضا کریمویی (مدیر عامل)، اعضای کادر فنی، بازیکنان و همچنین مسئولان استانی موسسه اعتباری "کوثر" برگزار شد، "کوثر کارت" هواداری به صورت رسمی رونمایی شد. این گزارش، حاکی است هواداران باشگاه پدیده می توانند با افتتاح حساب در یکی از شعب این موسسه اعتباری، کوثر کارت هواداری خود را دریافت کنند و بلافاصله بعد از فعال شدن کارت ها از مزایای آن بهره مند شوند.

درخشش ورزشکاران پاورلیفتینگ و پرورش اندام استان

پیروز- مسئول کمیته پاورلیفتینگ هیئت بدن سازی و پرورش اندام استان گفت: برای اولین بار در تاریخ پاورلیفتینگ و پرس سینه خراسان رضوی، ورزشکاران ما با ۹ مدال خوش رنگ از مسابقات کشوری به استان بازگشتند. به گزارش پایگاه خبری اداره کل ورزش و جوانان خراسان رضوی، "بهزاد محمدپور" اظهار کرد: تیم پرس سینه "اوتانای مشهد" که با ۱۱ ورزشکار در مسابقات کشوری شرکت کرد، زحمات یک ساله ورزشکاران خراسانی و برنامه ریزی های هیئت بدن سازی استان را با دریافت پنج مدال طلا و یک اوراقی، دو مدال نقره، دو مدال برنز و یک مقام سومی تیمی در مسابقات کشوری به نتیجه رساند. شایان ذکر است حامی مالی تیم اعزامی به این رقابت ها "مجموعه ورزشی اوتانای مشهد" بود.

اخبار

کوتاه

پیروز- به مناسبت سالروز ورود آزادگان به میهن، عصر پنج شنبه گذشته همایش پیاده روی خانواده های شاهد و ایثارگر در "بوستان خورشید" مشهد برگزار شد. *مهسا سعادت، طاهره اوژن و فاطمه کشمیری از استان به اردوی تیم ملی بسکتبال با ویلچر دعوت شدند. *سینا غلام پور، آریانسیمی شاد و علی فتحی سه شناگر خراسان رضوی برای حضور در مسابقات داخل سالن آسیا به تیم ملی دعوت شدند. *مدیرکل ورزش و جوانان استان در پیامی ۲۶ مرداد ماه سالروز ورود آزادگان سرافراز به میهن اسلامی را تبریک گفت. *"خسرو دلیر" کاپیتان و سرمربی خراسانی اسبق تیم ملی جودو و سرمربی کنونی تیم ملی و مدیر تیم های ملی کوراش کشور به عنوان مشاور هیئت و مدیر تیم های جودو و کوراش استان در رده های سنی مختلف منصوب شد. *مدیر توسعه فدراسیون جهانی تنیس در منطقه غرب و آسیای میانه معتقد است از نظر امکانات برای رشته تنیس، مشهد در وضعیت مناسبی قرار دارد.

فریمان، اصغری/ پیاده روی خانوادگی گرامی داشت سالروز ورود آزادگان به میهن در فریمان برگزار شد.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۵/۲۸]

«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 کاکرو (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.

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.

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

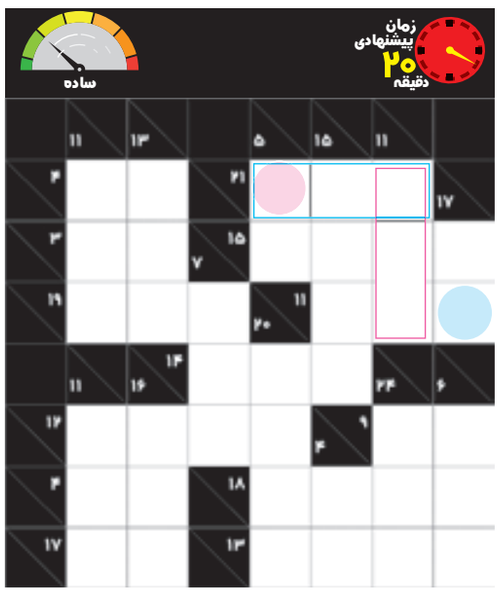
قانون

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 ستون ۱۷ باید با ۹+۸ پُر شود ولی در سطر ۱۱ نمی توان ۹ نوشت. پس ۹ در خانه بالا و ۸ در خانه پایین قرار می گیرد.

بزرگترین رقم که در ستون ۵ می توان نوشت، ۴ است که کوچکترین رقمی است که در سطر ۲۱ مقدور است! پس تقاطع ۴ است و زیر آن ۱ داریم.

برای تکمیل سطر ۲۱، به ۹+۸ نیاز داریم. ۹ در خانه راست (که ستون ۱۱ است) ممنوع است. پس ۸ در خانه راست و ۹ هم وسط می آید.

حالا ستون ۱۱ به ۲+۱ نیاز دارد، ۱ در خانه وسط است و ۲ پایین است. کل محدوده پُر شد.

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.

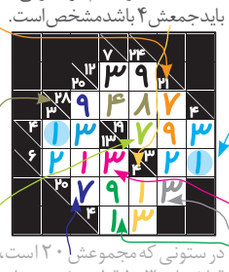
جدول ویژه می گوید: در سطری که مجموعش ۶ است، باید ۱ و ۳ هم باشد اما باید ۳ را در خانه راست نوشت تا در ستونش تکراری نشود.

ستونی که جمعش ۱۳ است دو رقم دارد که جمع شان ۱۰ باشد. فقط ۳ راه داریم: ۲+۸ و ۴+۶ و ۱+۹. اما ۱ و ۸ و ۴ و ۶ و ۹ و 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.

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
۳	۴	۱و۲و۳و۴
۱۱	۴	۱و۲و۴و۵
۲۹	۴	۵و۷و۸و۹
۳۰	۴	۶و۷و۸و۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود در اعداد 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 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.

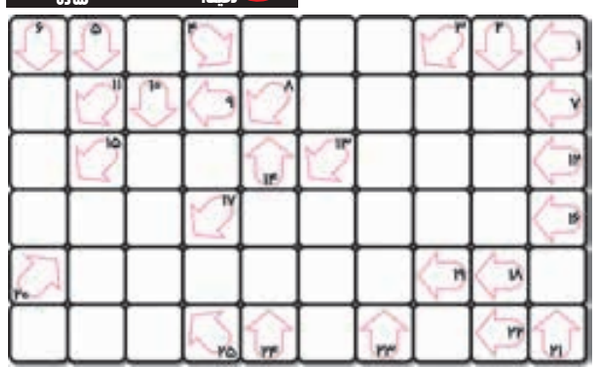
دو رقم باقیمانده سیاه هم که ۳ و ۹ هستند با استناد به ارقام قبل مشخص می شوند تا این نمونه کاملا حل شود.

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-(۸ حرفی) مدیر نظارت بر محصولات بهداشتی گفت: عرضه شیر خشک اطفال تنها در ..... و با برچسب اصالت و کدرهگیری مجاز است.

۲-(۵ حرفی) اگر دچار افزایش سردی بدن هستید، از مصرف ترشی، کدو، هندوانه و ماهی بپرهیزید و از دمنوش های گرم مانند..... استفاده کنید.

۳-(۲ حرفی) گلی پرطرفدار

۴-(۳ حرفی) اگر از سیاهی و چروک دور چشم رنج می برید، از مصرف بی رویه..... خودداری کنید.

۵-(۵ حرفی) گیاه دارویی خود رو با گل های آبی

۶-(۴ حرفی) رزماری خواص بسیاری، از جمله خواص آنتی اکسیدانی و ضد التهابی دارد و کاهش دهنده..... و قند خون است.

۷-(۵ حرفی) شفقت و مرحمت کردن و تفقد

۸-(۴ حرفی) نتایج بررسی ها نشان می دهد نوزادانی که دچار افت قند خون هستند، در دوران کودکی با مشکلات..... مواجه می شوند.

۹-(۴ حرفی) سقف فروریخته

۱۰-(۳ حرفی) صدای مگس

۱۱-(۲ حرفی) کاهش وزن افراد در سه حالت ممکن است اتفاق بیفتد، از بین رفتن توده چربی، از دست دادن..... بدن و از دست رفتن عضلات.

۱۲-(۴ حرفی) هوس زن حامله

۱۳-(۴ حرفی) ابزار گرمایش خانه های قدیم

۱۴-(۳ حرفی) مرغ سعادت

۱۵-(۲ حرفی) برای درمان های مبتنی بر «اصلاح سبک زندگی»، پیشنهاد شده است که افزایش فعالیت بدنی، حداقل..... دقیقه باشد که متوسط، در بیشتر روزهای هفته داشته باشیم.

۱۶-(۵ حرفی) برای سالم غذا خوردن، می توان به کاهش مصرف چربی های..... ، چربی های ترانس و کلسترول اشاره کرد.

۱۷-(۳ حرفی) پایتخت یونان

۱۸-(۲ حرفی) غرغر کردن

۱۹-(۴ حرفی) مصرف کنندگان این نوشیدنی افزایش ۱۰۹ کالری را در میزان کالری های دریافتی روزانه خود تجربه می کنند.

۲۰-(۴ حرفی) جهان فانی

۲۱-(۶ حرفی) قله بلند ایران

۲۲-(۹ حرفی) می گویند کور از خدا می خواهد

۲۳-(۴ حرفی) کاهش وزن در حالت طبیعی باید در ماه «حدوددوتا..... کیلوگرم» باشد.

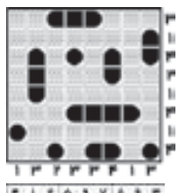
۲۴-(۴ حرفی) رفیق پیچ

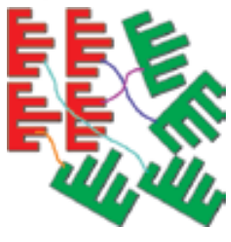
۲۵-(۳ حرفی) از مصالح ترکیبی ساختمانی

پاسخ ها

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

رمزواژه یابی: رفتار کارلوس کی روش!





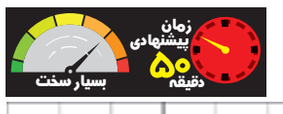
تکه های مشابه در این تصویر مشخص هستند.

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.



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

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

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