

تنها نشریه اختصاصی فوتبال پایه



۲۰۰۰۰ تومان

مصاحبه اختصاصی با فرزانه فصیحی

رؤیاهایم را با ریسک واقعی کردم

بازی شماره ۱۰۲ سرخابی‌ها با VAR هم حرفی برای گفتن نداشت
دربی‌گری‌ها بدون فوتبال!

ثبت نام در مدرسه فوتبال راه آهن (سورینت)

آکادمی باشگاه فرهنگی ورزشی راه آهن (سورینت) جهت ترم تابستان و همچنین در طول سال با مربیگری مربیان تیمهای پایه راه آهن (سورینت) دارای مدرک مربیگری از کنفدراسیون فوتبال آسیا (AFC) از علاقمندان به فوتبال ثبت نام می‌کند. نکته قابل توجه اینکه افتتاحیه و اختتامیه این دوره‌ها با حضور مربیان و کادر فنی تیم بزرگسالان راه آهن (سورینت) برگزار می‌شود. همچنین آموزش تخصصی دروازه بانی زیر نظر مربیان کار آمد لیگ برگزار می‌گردد.

بازیکنان مستعد جهت رده های نونهالان ، نوجوانان ، جوانان ، امید و بزرگسالان راه آهن (سورینت) معرفی خواهند شد.

مکان ثبت نام :

۱ - میدان انقلاب - خ کارگر شمالی - رو به روی پمپ بنزین - کوچه لاله - ساختمان امین - طبقه سوم
۲ - میدان پونک - انتهای بلوار میرزا بابایی - تقاطع ستاری شمالی - پلاک ۱۰۷ - مجموعه ورزشی خیریه عمل

مکان تمرین :

(دارای چمن طبیعی با کیفیت عالی و پارکینگ اختصاصی)

میدان پونک - انتهای بلوار میرزا بابایی - تقاطع ستاری شمالی - پلاک ۱۰۷ - مجموعه ورزشی خیریه عمل
آدرس اینترنتی : www.Sorinetsport.ir

شماره تماس : ۸۹۷۳۳۰۱ - ۸۹۷۳۳۰۳

مدارک مورد نیاز جهت ثبت نام :

۱ - ۲ قطعه عکس ۳×۴

۲ - تصویر صفحه اول و توضیحات شناسنامه





ایده ویژن ورزشی

آموزش تخصصی و حرفه ای فوتبال

جهت آماده سازی به تیم های
فوتبال داخلی و خارجی

مدرسه فوتبال از سنین ۶الی ۱۶ سال
آموزش تخصصی و حرفه ای از سنین ۱۳ سال به بالا
شامل تمرینات (مهارت های فردی، تاکتیک، وزنه
حرکات اصلاحی، تمرینات هوازی و غیر هوازی،
تغذیه و تست آناتومی)



زیر نظر اساتید بزرگ فوتبال کشوری
آقایان داریوش یزدانی، بازیکن اسبق تیم ملی و تیم استقلال،
سید اسماعیل منصوری، مربی لیگ فوتبال کشور، دارنده عالی ترین مدرک بین المللی از
کنفدراسیون فوتبال آسیا AFC و از کشور آلمان، عضو مرکز تمرکز و تجسم سازی ورزش در کشور
هندوستان و مشاوران بزرگی همچون عبدالعلی چنگیز بازیکن اسبق تیم ملی و تیم استقلال و مربی
باشگاه العین امارات
عیسی ترائوره، بازیکن اسبق پرسپولیس و تیم ملی کشور مالی و مجید آقاجری مربی باشگاهی آلمان

ورزشگاه دو: ضلع شرقی استاد یوم آزادی

ورزشگاه چهار: فاز ۳ اندیشه

ورزشگاه یک: ونک، خیابان کردستان شمالی

ورزشگاه سه: جنوب تهران، ورزشگاه ولایت

MNSOURI : ۰۹۱۲۲۰۶۴۸۳۳

E -mail: visionsport.idea@yahoo.com

سرخابی‌ها خریدار پیدا کردند



سرمایه‌گذاری سازمان تأمین اجتماعی) و پتروشیمی خلیج فارس در این کار پیشقدم شده‌اند و تمایل به مالکیت سرخابی‌ها دارند.

«شستا سهامدار ذوب آهن است»

موضوعی که در خصوص شرکت شستا وجود دارد این است که این مجموعه، حدود ۵۰ درصد سهام ذوب آهن را در اختیار دارد و عارف نوروزی مدیرعامل شستا با ارسال نامه‌ای به وزارت ورزش و جوانان، خواستار تعیین تکلیف در این خصوص شده و با اشاره به ماده ۱۸ اساسنامه فدراسیون فوتبال و همچنین کنفدراسیون فوتبال آسیا مبنی بر اینکه «هیچ یک از اشخاص حقیقی و حقوقی همزمان نمی‌توانند کنترل و هدایت بیش از یک باشگاه را برعهده داشته باشند در غیر این صورت، تمامیت یک مسابقه یا مسابقات را زیر سؤال خواهند برد» پرسیده با توجه به در اختیار داشتن ۵۰ درصد سهام ذوب آهن، آیا می‌تواند سهام باشگاه پرسپولیس را نیز داشته باشند یا خیر. این در حالی است که با توجه به تیمداری شرکت ذوب آهن در لیگ برتر فوتبال، می‌توان حدس زد که پاسخ وزارت ورزش به این درخواست منفی خواهد بود چرا که مالکیت مشترک غیرقانونی است و وزارت ورزش و جوانان هم روی همین اصل قصد واگذاری سرخابی‌ها را دارد. در این میان، این سؤال مطرح می‌شود وقتی شرکت شستا و مشاورانش از چنین قانونی مطلع هستند، چه دلیلی دارد که برای خرید پرسپولیس پیشقدم شوند؟ چرا که آنها یا باید سهام ذوب آهن را رها کنند یا اینکه قید خرید سهام پرسپولیس را برند. شاید آنها با این کار می‌خواهند خود را از جمع خریداران جدا کنند. در این میان، باید دید پاسخ نهایی وزارت ورزش چیست و آیا در روزهای آینده، شرکت‌های دیگری به‌عنوان خریداران جدید این دو باشگاه جلو می‌آیند یا خیر.

«خاطیان دربی احضار می‌شوند»

در شرایطی که چهار روز از دربی ۱۰۲ بین تیم‌های پرسپولیس و استقلال گذشته، همچنان بازار شکایت این دو باشگاه از یکدیگر داغ است. قرار است اعضای کمیته انضباطی فدراسیون امروز با دریافت گزارش ناظر بازی و همچنین بررسی تمامی مواردی که به داخل زمین مربوط می‌شود، به بررسی پرونده این بازی بپردازند. کمیته اخلاق فدراسیون فوتبال نیز به مصاحبه و بیانیه‌هایی که دو باشگاه خارج از زمین بازی داده‌اند، ورود کرده و افراد خاطی را احضار خواهد کرد.

«مهتاب لطفیان - روزنامه نگار»

با توجه به حساسیت ویژه و پیگیری جدی کنفدراسیون فوتبال آسیا، مالکیت باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس که در حال حاضر ۹۰ درصد آن در اختیار وزارت ورزش و جوانان قرار دارد، باید واگذار شود و هر کدام مالکی مشخص و مجزا داشته باشند تا مشکلی بابت صدور مجوز حرفه‌ای به وجود نیاید و حذف از لیگ قهرمانان آسیا دوباره برای سرخابی‌ها اتفاق نیفتد. وزارت ورزش و جوانان با هماهنگی دولت و سازمان خصوصی‌سازی، سال گذشته ۱۰ درصد از سهام هر دو باشگاه را از طریق بورس به فروش گذاشت که خریداران خرد وارد معاملات شدند، اما حالا با توجه به پیگیری دوباره AFC، باید مسیر این واگذاری سرعت بگیرد. در این میان، کیومرث هاشمی وزیر ورزش و جوانان، سه‌شنبه هفته گذشته در صحبت‌هایی که در تالار شهدای دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران با دانشجویان و اساتید داشت، اعلام کرد: «وزارت ورزش وظیفه‌ای برای تیمداری ندارد، در حالی که سال‌هاست تیم‌های فوتبال استقلال و پرسپولیس را مدیریت می‌کنند، آن هم در شرایطی که قانون اجازه نمی‌دهد حتی یک ریال برای این تیم‌ها هزینه کنیم، البته استقلال و پرسپولیس تا پایان سال به بخش خصوصی واگذار می‌شوند. این اتفاق در حد شعار نخواهد بود و عملیاتی می‌شود و به‌عنوان یک دستاورد بزرگ با راهکارهای سازمان خصوصی‌سازی مدنظر قرار می‌گیرد و یک خدمت بزرگ به ورزش است و باعث می‌شود وزارت ورزش و جوانان به دیگر وظایف اصلی وزارت ورزش بپردازد.» اما پس از دربی پرحاشیه ۱۰۲ که با تساوی ۱-۱ پرسپولیس و استقلال به پایان رسید، خبر جدیدی در راستای واگذاری سرخابی‌ها منتشر شد و سازمان خصوصی‌سازی در بیانیه‌ای از واگذاری ۵۱ درصدی سهام باشگاه‌های استقلال به ارزش ۱۸۰۰ میلیارد تومان و پرسپولیس به ارزش ۲۱۰۰ میلیارد تومان داد. ضمن اینکه معاون اول رئیس‌جمهور نیز نقش اصلی را در این جابه‌جایی مالکیت در باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس برعهده گرفته است. طبیعتاً خرید بلوک ۵۱ درصدی برای خریداران خرد امکان‌پذیر نخواهد بود و در روز ۱۲ دی‌ماه که نوبت اول این آگهی روی تابلوی بورس عرضه می‌شود، باید خریدارانی حضور داشته باشند که هم توانایی خرید عمده سهام را داشته باشند و هم در موضوع اهلیت داشتن و گرفتن تأییدیه که برای دولت حائز اهمیت است، مشکل خاصی نداشته باشند. در این میان، خبر رسید شستا (شرکت

«خمس: دربی با VAR نابرابری بود»

پاکو خمس سرمربی اسپانیایی تراکتور پیش از دیدار با پیکان در نشست خبری این دیدار در هفته سیزدهم لیگ برتر حاضر شد و به سؤالات اصحاب رسانه پاسخ داد. او در خصوص این دیدار گفت: «با تغییر مربی، شیوه بازی پیکان تغییر کرده و این تیم سعی دارد مالکیت توپ بیشتری داشته باشد و بازی‌سازی از عقب را انجام می‌دهد. من به تیم پیکان بابت این انتخاب تبریک می‌گویم، سرمربی خوبی را انتخاب کرده و بازی آسانی نخواهیم داشت.» او درباره اینکه بحث

جدایی محمد حسینی از تراکتور مطرح شده، چنین واکنشی داشت: «درست است که دقایق کمی بازی کرده و فکر می‌کنم شاید حشش بود در برخی از بازی‌ها دقایق بیشتری بازی کند و از ابتدا در ترکیب باشد. اما به عنوان سرمربی کسی را نمی‌خواهم که دلش با تراکتور نباشد. اگر بازیکنی نمی‌خواهد عضوی از مجموعه تراکتور باشد می‌تواند از اینجا برود. بازیکنانی می‌خواهیم که بخواهند در تراکتور باشند و با ما رشد کنند.» خمس درباره اینکه دربی با VAR برگزار شد هم چنین نظر داد: «در فوتبال باید عادل بود و قوانین باید برای همه یکسان باشد. درست است که می‌خواهند آزمایش انجام دهند اما VAR قبل‌تر آزمایش شده و فکر می‌کنم اگر قرار است استفاده شود، باید برای همه باشد و نباید نابرابری در فوتبال باشد.»

«دلیل انفعال فدراسیون چیست؟»

سازمان بازرسی کل کشور مدت‌هاست که با ارسال دو نامه جداگانه به فدراسیون فوتبال خواهان برخورد رکن قضایی فدراسیون با تخلف یکی از اعضای هیأت رئیسه شده اما با وجود گذشت بیش از یک سال از حکم قطعی، شاهد انفعال فدراسیون و بویژه کمیته اخلاق هستیم. به گزارش تسنیم، این فرد که تحت عنوان نماینده باشگاه‌ها وارد هیأت رئیسه شده و اکنون نیز حضورش در هیأت رئیسه به واسطه اتفاقاتی که اخیراً در مورد او رخ داده با حرف و حدیث‌هایی همراه است، طبق رأی قطعی در تاریخ ششم آذر سال ۱۴۰۱ به بازگرداندن ۴۵ میلیون تومان، ۵۵ هزار و ۶۰۰ دلار و ۳۷ هزار و ۶۷۰ یورو محکوم شده است. او البته باید همین مبلغ را که حدود ۵ میلیارد تومان می‌شود به صندوق دولت واریز کند. اکنون این پرسش به وجود می‌آید که دلیل انفعال بیش از حد فدراسیون فوتبال در این پرونده چیست؟ چرا کمیته اخلاق فدراسیون به این ماجرا ورود نکرده و طبق قانون با فردی که محکوم شده برخورد نمی‌کند؟ چرا فدراسیون و رکن قضایی آن در این ماجرا سکوت اختیار کرده‌اند؟ چه عامل یا عواملی وجود دارد که باعث شده فدراسیون فوتبال در اجرای قانون کوتاهی کند؟

افشاریان: نمی توانند هیچ تیمی را به من نسبت بدهند



امهدی لطفی - روزنامه نگار

افشاریان درباره ویدیوی جنجالی که پس از پایان بازی و شخصی که نزدیک به علی خطیر است روی کول او پریده، پاسخ داد: «اولاً باید بگویم که من اصلاً نمی دانستم ایشان چه کسی است. من فکر می کنم هر کسی هست، احتمالاً با آن فیلمبردار هماهنگ کرده است. من اصلاً ایشان را نمی شناختم و واقعا از این حرکت ناراحت شدم و باید با او برخورد می کردم. فقط استرس داشتم که آقای بنیادی فر می خواهد چه تصمیمی بگیرد. با خودم می گفتم آیا پنالتی می گیرد، نمی گیرد، اصلاً تصمیمش درست یا نه؟ من فقط استرس داور را داشتم و نمی توانستم پنهانم. من از آنجایی که ایستاده بودم، اصلاً آقای بنیادی فر را نمی توانستم ببینم که می خواهد چه تصمیمی بگیرد. من یک چیز را برای همیشه می گویم؛ هیچ رنگی، هیچ تیمی و هیچ باشگاهی به من نسبت داده نخواهد شد.»



او در خصوص اینکه چرا کمک داور ویدیویی روی صحنه خطای حامدی فر به روی زاهدی دخالت نکرده است، توضیح داد: «شاید این صحبت محرمانه باشد ولی اینجا آن را مطرح می کنم. بعد از بازی با داوران صحبت کردیم. آن چیزی که عنوان شد، این است که اتاق VAR به داور بازی اعلام کرده یک چلنج معمولی بر سر توپ بوده است. در واقع کمک داور ویدیویی، موعود بنیادی فر را مجاب نکرد تا صحنه را ببیند. به همین دلیل بود که صحنه مورد بازبینی قرار نگرفت. زمانی که داور نتواند تصمیمی بگیرد، کمک داور ویدیویی باید کمک کند که چنین نشد.»

پس از پایان دربی، ویدیویی از خداداد افشاریان رئیس کمیته داوران در جایگاه ویژه استادیوم آزادی منتشر شد که حواشی زیادی را به دنبال داشت. در این ویدیو، او به همراه شخص دیگری که ظاهراً از همراهان وی است، ایستاده در حال تماشای صحنه اعلام پنالتی به سود خطیر با خوشحالی از مقابل افشاریان عبور می کند و فرد دیگر که از نزدیکان مدیرعامل استقلال است، در حرکتی عجیب روی کول رئیس کمیته داوران می پرد و این موضوع حواشی زیادی را به دنبال داشت. هواداران پرسپولیس از این ویدیو با عنوان خوشحالی افشاریان بابت اعلام پنالتی به سود آبی ها یاد کرده بودند. افشاریان درباره قضاوت بنیادی فر و حاشیه های رخ داده به ورزش سه گفت: «با توجه به اتفاقاتی که در این مدت رخ داد و اینکه آیا بازی با کمک داور ویدیویی برگزار می شود یا نه، باعث افزایش حساسیت ها شده بود. مربیان نیز صحبت هایی را مطرح کردند که باعث شد تیم داور با استرس وارد زمین شود. چیزی که به من به عنوان رئیس کمیته داوران، تماشاگران، تیم ها، مربیان و... آرامش داد این است که با استفاده از VAR بهتر می توانیم عدالت را رعایت کنیم ولی خودتان جو بازی را دیدید که چقدر سنگین بود.»

رئیس کمیته داوران ادامه داد: «چیزی که باعث خوشحالی من است، شکستن تابوی استفاده از VAR در مسابقات لیگ برتر بود. همه داشتن به فوتبال و نتیجه دقت می کردند و تنها کسی که استرس داور را داشت، من بودم. دعا می کردم که با VAR تصمیمات درستی گرفته شود و استرس این را داشته باشم. الان خوشحالم که این فناوری را به فوتبال کشور آورده ایم. من پنجشنبه فهمیدم که حتی با وجود استفاده از فناوری کمک داور ویدیویی، کار زیادی داریم. آدم هایی که در اتاق VAR هستند، باید بدانند چه زمانی به داور کمک کنند. ما برای آموزش داوران باید وقت زیادی بگذاریم که داوران ما به حدی برسند که با این تکنولوژی بتوانند به داور کمک کنند. این برعهده کمیته داوران است ولی تیم ها، بازیکنان و مربیان باید به جامعه داور کمک کنند.»

« آغاز هفته سیزدهم لیگ برتر: تراکتور بی تماشاگر بازی می کند! هفته سیزدهم لیگ برتر فوتبال، از امروز با انجام دوما سابقه از ساعت ۱۵ آغاز می شود که در یکی از آنها تراکتور در ورزشگاه خالی از تماشاگر یادگار امام (ره) میزبان پیکان است. سرخپوشان تبریزی در حالی در این مسابقه به میدان می روند که با حکم کمیته انضباطی از داشتن تماشاگر در این بازی محروم هستند. شاگردان پاکو خمس که در بازی قبل شان برابر گل گهر به پیروزی ۱-۰ رسیدند تا دومین برد پیاپی خود را تجربه کنند، با ۲۱ امتیاز در رده چهارم جدول لیگ قرار دارند و امیدوارند در شرایطی که پرشورها را هم کنار خود نمی بینند، به سومین برد متوالی شان دست پیدا کنند. این در حالی است که پیکان با حضور رضا عنایتی هم به بردی دست نیافته و دو مساوی با حضور این مربی به دست آورده که آخرین آن تساوی بدون گل برابر ذوب آهن بود. نتایجی که باعث شده خودروسازان با ۱۰ امتیاز در رده دوازدهم جدول قرار داشته باشند.

نکته جالبی که در این دیدار وجود دارد، احتمال تقابل حامد پاکدل با تیم سابقش است. مهاجمی که خمس او را از تراکتور کنار گذاشت و این بازیکن هم به پیکان رفت و حالا انگیزه زیادی برای اثبات توانایی هایش دارد. در دیگر دیدار، مس رفسنجان در ورزشگاه شهدای مس این شهر، میزبان ملوان است. شاگردان ساکت الهامی در شرایطی پا به این میدان می گذارند که در هفته های اخیر ناکام بوده اند و سه شکست پیاپی داشته اند که آخرین آن با نتیجه پر گل ۴-۱ برابر سپاهان رقم خورد تا این تیم با ۱۴ امتیاز روی پله دهم ایستاده باشد.

آنها باید در این بازی با ملوانی دیدار کنند که در این فصل کاملاً متحول شده و نتایج خوبی گرفته است. البته شاگردان مهدی تارتار در بازی قبل شان در انزلی برابر شمس آذر ۲-۰ بازنده شدند تا پس از ۹ هفته شکست را تجربه کنند. با این حال، ملوان اکنون با ۱۹ امتیاز در رده ششم جدول است و حالا هم به رفسنجان آمده تا باخت قبلیش را جبران کند. گفتنی است سایر مسابقات هفته سیزدهم لیگ برتر، فردا برگزار خواهد شد.

پس از پایان دربی، ویدیویی از خداداد افشاریان رئیس کمیته داوران در جایگاه ویژه استادیوم آزادی منتشر شد که حواشی زیادی را به دنبال داشت.



هفته نامه جام فوتبال

بیرامی، مهدی لطفی، سیاوش علیمرادانی
تحریریه: سعیدمشایخی سعید براتی، علی بیرقدار
مهدی وفاغتش، مهتاب لطفیان، بهاره فیاضی، مهدی

آزادی
عکس: فرشاد عباسی
آدرس: کاوسی، خیابان علامه شهیدی، کوچه کمان، پلاک ۶
تلفن: ۸۸۷۸۱۱۱۱
چاپ: نگار نقش

صاحب امتیاز: موسسه ستارگان طلایی
عقاب توانا
مدیر مسئول: (در حال تغییر)
شورای سردبیری: مرتضی قدیمی، جمشید

رؤیاهایم را با ریسک واقعی کردم



« حال مساعد بازیکن لیگ برتری بعد از سکته قلبی باشگاه لوتون توان اعلام کرد کاپیتان این تیم تمام لاکایر در بازی مقابل بورنموث دچار ایست قلبی شده ولی در حال حاضر شرایط او در بیمارستان پایدار است. به زمین افتادن ناگهانی تام لاکایر، کاپیتان لوتون تاون و بیهوش شدن او در میانه دیدار شنبه این تیم با بورنموث دنیای فوتبال را در بهت و حیرت و نگرانی فرو برد.

بازی که به دلیل این حادثه ناگوار متوقف شده بود در نهایت به شکل قطعی نیمه‌کاره ماند و لیگ برتر اعلام کرد با توجه به اینکه بازیکنان هر دو تیم شرایط روحی لازم برای ادامه بازی را نداشتند بازی نیمه‌کاره رها شده است. بعد از ۱۰ دقیقه پز از هول و هراس که لاکایر روی زمین چمن افتاده بود او با برانکارد از ورزشگاه بیرون برده شد. وقتی سرمربی لوتون تاون به هواداران اطلاع داد که او بیهوش آمده و به محرک‌ها پاسخ می‌دهد هواداران شروع به تشویق کاپیتان‌شان کردند. درحالیکه دنیای فوتبال نگران تام لاکایر است باشگاه لوتون تاون در بیانیه‌ای منشأ مشکل او را ایست قلبی اعلام کرده و گفت او در حال حاضر در بیمارستان و در شرایط پایدار به سر می‌برد.

در بیانیه باشگاه لوتون تاون آمده است: «تیم پزشکی ما تأیید کرد که کاپیتان لوتون در زمین مسابقه دچار ایست قلبی شده است اما در زمانی که او با برانکارد به بیرون از استادیوم منتقل می‌شد هوشیار بود و واکنش نشان می‌داد. او در درون استادیوم مورد معالجه قرار گرفت و ما یک بار دیگر از کادر پزشکی هر دو تیم تشکر می‌کنیم. تام به بیمارستان منتقل شد و به این وسیله به هواداران اطمینان می‌دهیم که او در حال حاضر در شرایط پایدار به سر می‌برد و در حالی که خانواده‌اش کنار او حضور دارند تست‌های بیشتر روی او در حال انجام است. به این وسیله از همه به خاطر حمایت‌ها، نگرانی‌ها و پیام‌های پرمهرشان به لوتون سپاسگزاری می‌کنیم.»

«قهرمان کوراش ایران به شهادت رسید»

احسان بابایی، قهرمان کوراش ایران در حادثه تروریستی راسک به شهادت رسید. نیمه شب پنج‌شنبه یک گروه تروریستی به مقر انتظامی راسک در استان سیستان و بلوچستان حمله کرد که تاکنون ۱۱ نفر از نیروهای فراجا شهید و تعدادی نیز مجروح شده‌اند. در بین شهدای این حادثه نام شهید «احسان بابایی» قهرمان ارزنده کوراش ایران نیز دیده می‌شود. این شهید والا مقام در مسابقات قهرمانی کشور سال گذشته نایب قهرمان شده بود.

خیلی ها بعد از مدال برنز ۱۰۰ متر آسیا، به مدال او در بازی‌های آسیایی خودشان؛ اما خیلی زود حذف شد، همان دور مقدما تی؛ اتفاقی که خودش هم از آن شوکه شد.



اولین بار در تاریخ ایران بوده است. این ارزش کارم را نشان می‌دهد که در بدترین و اسفناک‌ترین دوران این نتایج به دست آمده و خودم بودم و خودم. من هم مسابقات کشورهای اسلامی، هم داخل سالن آسیا هم فضای باز آسیا تک مدال آور بانوان بودم، در مسابقات داخل سالن که تک مدال آور کل تیم بودم و این نشان می‌دهد این شرایط چقدر آسیب زنده است و ما فقط توانستیم از خودمان محافظت کنیم.

«خیلی‌ها از تو در بازی‌های آسیایی توقع داشتند اما چه اتفاقی افتاد که نشد به چیزی که می‌خواهی برسی؟»

شاید باورتان نشود اما هنوز هم داریم در مورد دلایل آن اتفاق بحث و بررسی می‌کنیم. متأسفانه نیم ساعت بعد از مسابقه عده‌ای که حتی یک جلسه تمرین مرا از نزدیک ندیده بودند یا اصلاً به دو سرعت هیچ اشرافی نداشتند یا اصلاً یک سؤال در مورد سیستم کاری‌ام نپرسیده‌اند، خیلی راحت اظهار نظر می‌کردند و می‌گفتند فلان دلیل باعث شد. در حالی که هیچ کس به اندازه خودم، دلسوز من نیست. همیشه دنبال دلایل درست و علمی بودم که دیگر اتفاق نیفتد. اینکه آنقدر هم طول کشیده، هم سؤال شما دلایل بسیار زیادی داشت که بخشی از آن به خودم برمی‌گشت و بخشی هم دست خودم نبود اما تجربه خوبی برایم شد که متأسفانه باید بگویم خیلی خیلی گران برایم تمام شد. مدت‌ها از نظر روحی و جسمی شرایط بدی داشتم اما خوشبختانه خودم را به بهترین شکل بازیابی کردم و آماده ادامه راه هستم.

«اما یک اتفاق خوب افتاد و تو به نمایندگی از کمیسیون ورزشکاران کمیته ملی المپیک ایران در جلسه و بیناری با باخ شرکت کردی، فضای جلسه چطور بود و چه مسائلی مطرح شد؟ چقدر مسائلی که مطرح شد، کاربردی بود؟»

بله نمایندگان کشورها در جلسه با توماس باخ رئیس کمیته بین‌المللی المپیک، درباره مسائل مختلف المپیک صحبت کردند. مسائلی مثل محیط زیست، رفت و آمد شهری، ورزشکاران دوپینگی، تعیین تکلیف ورزشکاران روسیه، نحوه برگزاری مسابقات، افتتاحیه و... مورد بررسی قرار گرفت. خیلی خوب بود و خوشحالم که من هم جزئی از آن جمع بودم. «برای تمرینات باز به صربستان رفتی، با حمایت و کمک فدراسیون رفتی یا شخصی؟ چون مدیر تیم‌های ملی گفته بود که از اردوهای خارجی خبری نیست.»

«بهاره فیاضی - روزنامه نگار»
خیلی‌ها بعد از مدال برنز ۱۰۰ متر آسیا، به مدال او در بازی‌های آسیایی خوشبین شدند؛ حتی خودش. اما خیلی زود حذف شد، همان دور مقدما تی؛ اتفاقی که خودش هم از آن شوکه شد. او هنوز در حال بررسی این اتفاق است. می‌خواهد بداند چرا، تا در مسابقات دیگر تکرار نشود. حرف از فرزانه فصیحی دهنده ۱۰۰ متر است که این روزها، طبق برنامه چندسال اخیر، دو، سه ماهی است که در صربستان اردو زده است. دهنده ۱۰۰ متر می‌خواهد باز هم دویدن در المپیک را تجربه کند. با او دو ساعتی گپ زدیم. از همه چیز، دویدن، ازدواجش، رؤیاهایم و هر چیزی که برایش مهم است. حرف‌های دختر دهنده سرعت ایران را بخوانید:

«من فکر می‌کردم امروز جایی که شما تمرین می‌کنید، شیک است. از تمرین در اینجا راضی هستی؟»

اینجا تنها جایی است که ما داریم. کمپ دوومیدانی در ایران. اینجا سالن بدنسازی دارد و کنارش سالن سرپوشیده و پیست فضای باز ۴۰۰ متر است. در واقع تنها مجموعه دوومیدانی برای زنان و مردان ایران است.

«یعنی در مجموعه آزادی جایی برای تمرین شما با شرایط بهتر نیست؟»

تارتان پیست دوومیدانی استادیوم ۱۰۰ هزار نفری آزادی را رنگ کرده‌اند. وقتی تارتان رنگ می‌شود، میخ کفش‌های ما فرو نمی‌رود و روی آن می‌شکند. به همین خاطر قابل استفاده نیست.

«اینجا تمرین دو هم می‌کنی یا فقط بدنسازی است؟»

اینجا بدنسازی می‌کنیم و کنارش سالن است که اگر هوا سرد باشد و بارانی، یا برای تمرین زمستانی آنجا تمرین می‌کنیم و در هوای گرم بیرون در پیست فضای آزاد.

«از شرایط راضی هستی؟»

شما فکر کنید در ۴ سال اخیر دوومیدانی ۷ مدیر عوض کرده، می‌دانید این یعنی چی؟ یعنی هیچ برنامه‌ریزی، چشم انداز، حمایت و آینده‌ای وجود نداشته و ندارد. همه چیز موقتی و باری به هر جهت پیش می‌رود. به نظر من هیچ کس نمی‌تواند در ۶ ماه چیزی را درست کند ولی قطعاً در ۶ ماه خیلی چیزها می‌تواند خراب شود. حالا شما فکر کنید دوومیدانی چه وضعیتی را تحمل می‌کند.

«این به شما هم لطمه زده؟»

جالب است که من تاریخی‌ترین مدال‌ها، نتایج و سهمیه‌ها را این مدت گرفته‌ام. خیلی از آنها برای



سنگین در سرما و گرما.

«امسال برای المپیک ورودی باید بدوی؟»

دلیم می‌خواهد که دوباره در المپیک بدوم، زنگینگ ۵۶ نفر اول سهمیه می‌گیرند. باید در مسابقاتی که امتیاز بالایی دارد، امتیاز جمع کنم. حالا من یک مسابقه با امتیاز دویدم و بقیه مسابقات امتیاز نداشته‌اند. برنامه‌ریزی خوبی داریم و الان در جایگاه مناسبی قرار داریم. باید خیلی هوشمندانه و درست مسابقات را انتخاب کنیم و قدم به قدم پیش برویم.

«الان تو در رنکینگ چه رتبه‌ای داری؟»

هنوز مسابقات فضای آزاد شروع نشده، رنکینگ‌ها مشخص نیست ولی جایگاه خوبی داریم و باید آنها را تثبیت کنیم.

«این شرایط تو را خسته نمی‌کند؟»

متأسفانه این موضوع برای من عادی شده. من از روزی که وارد دوومیدانی شدم گفتمند این فیزیک به درد سرعت نمی‌خورد، بعد قهرمان ایران شدم، گفتمند نه فایده ندارد رکورد ۶۰ را شکستم، گفتمند ۶۰ فایده ندارد. رکورد ۱۰۰ را شکستم، گفتمند رکورد به درد نمی‌خورد اگر منجر به مدال نشود. مدال طلا و نقره آسیا را گرفتم حالا می‌گویند شده ۳۰ سال. من به دلیل اینکه جاهای مختلف خیلی تمرین کردم و شرایط ورزشکاران دیگر را دیدم خیلی زجر می‌کشم. شاید خیلی‌ها ندانند با ورزشکاری نه در سطح من، بلکه بسیار سطح پایین چه طور رفتار می‌کنند، آن وقت در ایران دنبال فرصتی هستند تا تو را حذف کنند. آن هم ورزشکاری مثل من که نه هزینه‌ای دارد، نه حاشیه دارد و مدام هم برای آنها در حال رزومه‌سازی هستیم. واقعاً بعضی وقت‌ها از خودم می‌پرسم مشکل شان چیه؟ کاشکی من مدیر بودم و یک ورزشکار این‌طور داشتم، بدون اینکه کاری برایش بکنم هر روز کارنامه مرا بهتر کند.

«فرزانه فصیحی چه رؤیایی دارد؟»

آن قدر به رؤیاهایم رنگ واقعیت دادم که رؤیاهایم را نزدیک می‌بینم. حالا نمی‌توانم بگویم رؤیایی دارم، دوست دارم در شرایط خوب تمرین کنم.

«تا به حال فکر کردی به اینکه مادر شوی و بچه دار شوی و زمانی که برای ورزش می‌گذاری، شرایط را برایت سخت و سخت‌تر می‌کند؟ به هر حال این هم بخشی از لذت زندگی است.»

ما امن و همسرم خیلی بچه دوست داریم. به آن فکر کرده‌ام و جدی هستیم؛ اما فعلاً شرایطش نیست. چون ورزش برایم مهمتر است. البته قهرمان جهان داریم به اسم شیلی آن فریزر که ۳۵ ساله است و حالا که بچهاش ۵ ساله شده دوباره شروع کرده.

«زندگی شما خیلی متفاوت از بقیه زندگی‌هاست. از این جور زندگی لذت می‌بری؟»

فرزانه: با هم یک، دو، سه؛ آره (با خنده) اگر کسی به عنوان یک آدم عادی از بیرون نگاه کند زندگی غیرمنطقی است که با عقل جور نمی‌آید. اگر کسی این‌طور فکر کرده، فکرش درست بوده. چرا که زندگی ما شرایط خاصی دارد اما من خودم دوست دارم، علاقه‌مندم و عشق آن را دارم. من سال‌ها در حوزه دیگری کار کرده‌ام و از ورزش می‌دانم، از ارتباطات سردر می‌آورم، می‌توانم کار اجرایی کنم و سال‌ها زندگی ورزشی داشتم. ولی جایی پیش می‌آید که یک پروژه صفر تحویل می‌گیری درحالی که خودت هم صفر هستی، حالا باید پروژه را ببری جلو. پروژه‌ای که دغدغه شخصی‌ات می‌شود.

در سال‌های اخیر من هیچ وقت با حمایت ارگان خاصی به اردو نرفتم که این بار استثنا باشد. هر سال روال همین بوده. از اول سال تا حالا فدراسیون ۳ مدیر عوض کرده که یک مدیر دیگر هم در راه است. چه طور می‌شود برای ورزشکار یک برنامه‌ریزی یا حمایت کرد؟ متأسفانه در فصل سرما در تهران شرایط تمرین خیلی سخت است و من سعی می‌کنم شرایط مساعدتری برای تمرین برای خودم مهیا کنم. آلودگی هوا و ترافیک همیشگی که روال ثابت است، خود مجموعه آفتاب هم جای مناسبی برای تمرینات نیست. نور سالن، سرما و وسایل تمرینی مستهلک که مشکل خیلی بزرگی است.

«از فصل قبل راضی بودی؟»

تقریباً به جز یک مورد به همه اهدافی که داشتم رسیدم. طلای ۶۰ متر آسیا، نقره ۱۰۰ متر آسیا و سهمیه قهرمانی جهان اتفاقاتی بود که شاید در ۱۰ سال باید برای من می‌افتاد، اما در یک سال همه آنها را به دست آوردم و به نظرم فوق‌العاده بود.

«چرا دوومیدانی را کنار گذاشته بودی؟»

به خاطر شرایط، من ۸ سال قهرمان ایران بودم ولی روی یک خط صاف مانده بودم، بدون هیچ تغییری. اعزام به مسابقه نداشتیم و نتایج هم نتیجه مد نظرم نبود، به همین دلیل کنار گذاشتم.

«یعنی به خاطر وضعیت فدراسیون شما در جام می‌زدی یا نتیجه خوب نمی‌گرفتی؟»

من نیاز به تغییر داشتم، چرا که بدنم با تمرینات سازگار شده بود. بدن وقتی تغییری تجربه نکند، با تمرینات سازگار می‌شود و به تمرینات جواب نمی‌دهد. من هم نیاز به تغییر داشتم حتی تغییر جوی و مکانی. ولی نمی‌خواستیم آن قبلی‌ها را تکرار کنیم. خودم هم دلم نمی‌خواست. من نمی‌خواستیم در پیست همیشگی اصفهان تمرین کنیم. ما پیست سرپوشیده نداشتیم، حتی زمستان‌ها و در هوای آلوده هم در فضای باز تمرین می‌کردیم و مصدوم می‌شدیم. همه چیز دست به دست هم داده بود تا من دلزده شوم. هرچند من یکی از بهترین مربیان ایرانی را داشتم، آقای مسعود رحمانی که خیلی به من کمک کرد. اما من به تغییر نیاز داشتم.

«از ورزش جقدر پول در آوردی؟»

فقط رشته‌های خاص در ورزش ایران پول ساز هستند.

«مثلاً؟»

فوتبال.

«فوتبال مردان، البته من شنیده‌ام قرارداد فوتبالی زنان هم نسبت به بقیه رشته‌ها خوب است. حالا فوتبال و والیبال، فکر کنم بشود کاری کرد.»

«پس در هر حوزه‌ای وارد شوی که پول نباشد، درست نیست.»

عشق که منطق سرش نمی‌شود. ما را عشق به کارمان تا اینجا کشاند. اینکه چقدر از دوومیدانی درآمد داریم اصلاً درآمدی نبود. فقط عشق و عشق. امیر، همسرم، می‌گفت این کار را برای زندگی‌ام کرده‌ام و دوست ندارم در ۴۵ سالگی زنی حسرت به دل داشته باشم. او دوست نداشت که زنان ورزشکار با ازدواج زندگی ورزشی‌شان تمام شود. حرفش این بود که زنی شادتر داشته باشد و زندگی بهتر و آینده بهتر.

«دوومیدانی رشته خشک و خشنی است؟»

رشته خشکی است و به قول امیر، دوومیدانی ورزش نیست ریاضت است. مثل رشته‌های تیمی نیست که اگر خسته‌ای و حوصله نداری بقیه جور تو را بکشند، فقط و فقط خودت هستی و تمرینات



متأسفانه این موضوع برای من عادی شده. من از روزی که وارد دوومیدانی شدم گفتمند این فیزیک به درد سرعت نمی‌خورد، بعد قهرمان ایران شدم، گفتمند نه فایده ندارد رکوردهایم خوب نیست.



«کروز: ایران تمام شرایط برای قهرمانی را دارد»

اوسیانو کروز، مربی پیشین تیم ملی فوتبال کشورمان و بازیکن سابق تیم ملی پرتغال که بین سال‌های ۲۰۱۴ تا ۲۰۱۹ به عنوان دستیار اول کارلوس کی‌روش در ایران حضور داشت، آخرین بار این مربی را در کادرفنی تیم ملی کلمبیا همراهی کرد. این مربی از اول آگوست ۲۰۲۳ به عنوان سرمربی جدید تیم ملی زیر ۲۰ سال پرتغال فعالیت می‌کند. کروز درباره تیم ملی ایران که زمانی در آن مربیگری می‌کرد، به فارس گفت: «من ۸ سال را در ایران گذراندم و چیزهای زیادی از آن دوران در ذهنم مانده است. همدلی و همبستگی زیادی بین کادر فنی و بازیکنان وجود داشت. تیم فعلی ایران متشکل از بازیکنانی است که به آنها کمک کردم تا به اینجا برسند. بعد از طلایه‌داری زیاد در فوتبال ایران، استعدادی را که این بازیکنان داشتند، دیدیم و با ما به تیم ملی آمدند. دیدن رشد این بازیکنان، دیدن اینکه چگونه پیشرفت کرده‌اند و برخی از آنها به باشگاه‌های بزرگ در سرتاسر جهان راه یافته‌اند، عالی است؛ مانند جهانبخش در فاینورد، آرمون در رم، طارمی در پورتو، یا خود قدوس که چگونه با فوتبال انگلیس ادغام شده است. بنابراین بسیار خوشحالم که به تیم ایران نگاه کرده و می‌بینم که ۹۰ تا ۹۵ درصد تیم فعلی هنوز بازیکنان زمان ما هستند.» او درباره اینکه آیا این بازیکنان می‌توانند بهترین نسل فوتبال ایران باشند، چنین نظر داد: «ممکن است. وقتی من و کارلوس کی‌روش ایران را ترک کردیم، مطمئن بودیم که تیم ملی پتانسیل عظیمی دارد. می‌دانستیم این استعداد انسانی و استعداد فوتبالی تا ۱۰ سال آینده برای تیم ملی هستند و این مورد ثابت شد. این بازیکنان وظایف خود را به خوبی انجام می‌دهند و سال‌های زیادی برای فوتبال بازی کردن فرصت دارند. صادقانه فکر می‌کنم که تیم ایران شایسته قهرمانی در یک رقابت بزرگ برای کشورش است.» کروز در خصوص اینکه آیا این تیم می‌تواند قهرمان جام ملت‌های آسیا شود، عنوان کرد: «از صمیم قلب فکر می‌کنم ممکن است اتفاق بسیار مثبتی برای ایران بیفتد چرا که این تیم تمام شرایط را برای قهرمانی در این مسابقات دارد. استعداد بازیکنان با بلوغ چشمگیرشان مطابقت دارد.» او درباره جدایی کی‌روش از تیم ملی قطر چنین واکنشی داشت: «استش خیلی تعجب کردم زیرا اگر کسی باشد که یک تیم را برای آینده سازماندهی کند، او کی‌روش بود. کاری که ما در ایران انجام دادیم، فوق‌العاده بود. فقط یادتان باشد از جام جهانی برزیل تا جام جهانی روسیه چه شد. در چهار سال یعنی از ۲۰۱۴ تا ۲۰۱۸ فقط دو سه بازیکن در بین ۲۳ بازیکنی که در جام جهانی برزیل حضور داشتند، در لیست ما برای جام جهانی روسیه باقی ماندند.»

بازی شماره ۱۰۲ سرخابی‌ها با VAR هم حرفی برای گفتن نداشت

دربی کری‌ها بدون فوتبال!



ا علی بیرقدار - روزنامه نگار

جهان می‌گذرد، باز هم در بازی‌های مختلفی شاهد رخ دادن اشتباه با وجود داور VAR بوده‌ایم و این موضوع فقط مربوط به لیگ ایران نیست که برای اولین بار از آن در یک مسابقه داخلی استفاده شده است. در جام جهانی ۲۰۲۲ قطر، علیرضا فغانی به دلیل اشتباه در اعلام پنالتی به سود پرتغال در بازی با اروگوئه، شانس قضاوت در ادامه مسابقات را از دست داد و دوحه را ترک کرد. او درباره آن صحنه گفته بود: «تا حد زیادی مردد بودم و دقیقاً نمی‌دانستم باید چه تصمیمی اتخاذ کنم اما اطمینان دو همکار (کمک داوران ویدیویی) باعث شد تا آن اشتباه را مرتکب شوم. چرا که اگر حق با داوران اتناق VAR بود و من تشخیص آنها را نمی‌پذیرفتم، مرتکب اشتباه می‌شدم و برای همین به سود پرتغال اعلام پنالتی کردم.»

«جنجال‌های VAR در لیگ برتر انگلیس»

هشتم مهر و در دیدار تاتنهام و لیورپول با دو تصمیم جنجالی داورى همراه بود که خشم لیورپولی‌ها را برانگیخت. در دقیقه ۳۴ عجیب‌ترین تصمیم داورى این بازی را شاهد بودیم؛ مردود شدن گل لوئیس دیاز. درحالی‌که در تصاویر مشخص بود که او با فاصله زیادی بیرون از افساید بود اما پرچم کمک‌داور بالا رفت. تصاویر تلویزیونی نشان می‌دهد لوئیس دیاز در لحظه پاس محمد صلاح به‌هیچ‌وجه در افساید نبوده و دست‌کم بیست سانتی‌متر با خط افساید فاصله دارد. در روز ۱۳ آبان و در بازی آرسنال برابر نیوکاسل هم درحالی‌که توپ، مشکوک به بیرون رفتن از زمین بازی بود و پس از آن هم می‌شد خطای بازیکن نیوکاسل روی بازیکن آرسنال اعلام شود، گل به ثمر رسید اما VAR روی این صحنه‌ها واکنشی نداشت که اعتراض‌های زیادی را در پی داشت.

«بیانیه و شکایت به جای فوتبال»

در این شرایط، صدودومین مسابقه پرسپولیس و استقلال هم هیچ نشانی از فوتبال زیبا و پرهیجان نداشت و بیشتر جنگ اعصاب و کری‌خوانی بود. این در شرایطی است که هوادارانی که همچنان به فوتبال علاقه‌مند هستند، ظرفیت ورزشگاه در دست تعمیر آزادی را تقریباً تکمیل کرده بودند. آنها با وجود گران بودن بلیت‌ها که در بازار سیاه قیمتش میلیونی عرضه می‌شد، خود را به ورزشگاه رساندند تا تیم محبوب‌شان را تشویق کنند اما صد افسوس که دو باشگاه پرتطرفدار فوتبال ایران که ادعای بهترین بودن دارند، معمولاً مقابل هم بی‌کیفیت‌ترین فوتبال‌ها را به نمایش می‌گذارند که یکی از آنها را در این بازی شاهد بودیم.

دربی ۱۰۲ هرگز آن مسابقه‌ای نشد که هواداران فوتبال انتظارش را داشتند. آنهایی که در هوای سرد و بارانی پنجشنبه پاییزی به ورزشگاه آزادی تهران رفته بودند و یا از پای گیرنده‌ها این مسابقه را دنبال می‌کردند، امیدوار بودند که یک بازی جذاب و زیبا را از پرسپولیس و استقلال ببینند. به‌خصوص اینکه برای نخستین بار، این دیدار با کمک داور ویدیویی برگزار می‌شد و هواداران خانم هم به استادیوم آمده بودند تا برای اولین بار این مسابقه را تماشا کنند. باین‌حال، موضوعی که از ابتدای بازی جلب توجه می‌کرد، اعتراض بازیکنان به تصمیمات موعود بنیادی‌فر بود و در زمان‌های مختلف مسابقه، هرگاه صحنه مشکوکی رخ می‌داد، بازیکنان دو تیم به سمت داور هجوم می‌آوردند که داور را مجاب کنند که از VAR استفاده کند. این درحالی است که با حضور کمک‌داور ویدیویی این یکی از وظایف داور به‌شمار می‌رود که صحنه‌های مشکوک را با اتناق VAR چک کند اما حساسیت بازی و ولع بازیکنان و مربیان از اینکه تمام صحنه‌ها به سودشان سوت زده شود، به حدی زیاد بود که حوصله مخاطب فوتبال‌دوست را سر می‌برد و این ذهنیت را در مردم به‌وجود آورد که با اینکه از کمک‌داور ویدیویی برای اولین بار است که استفاده می‌شود ولی به نظر می‌رسد هنوز جنبه استفاده از این فناوری به وجود نیامده و اگر استفاده از VAR در فوتبال ایران قطعی و رسمی هم بشود، باز هم حاشیه‌های زیادی را در دیدارهای مختلف شاهد خواهیم بود. البته استفاده از کمک‌داور ویدیویی به خودی خود به کمتر شدن اشتباهات داورى کمک می‌کند اما در این مسابقه افتتاحیه VAR در فوتبال ایران، باز هم تیم داورى و کمک‌داوران ویدیویی اشتباهاتی داشتند که صدای دو تیم را درآورد. مثل صحنه‌های پنالتی که استقلال‌ها اعتقاد دارند یکی از آنها گرفته نشد و اگر VAR نبود، دومی هم گرفته نمی‌شد. یا خطایی که امید حامدی‌فر روی شهاب زاهدی انجام داد و کارشناسان داورى معتقدند بازیکن استقلال در دقیقه ۶۰ باید اخراج می‌شد ولی این اتفاق رخ نداد و یا صحنه مشکوکی که در نیمه اول روی مهاجم پرسپولیس پنالتی تشخیص داده نشد.

«اشتباهی که به ضرر فغانی تمام شد»

اشتباهات داورى با وجود VAR در شرایطی با اعتراض سرخابی‌ها به‌خصوص پرسپولیس‌ها که معتقدند برد از آنها گرفته شده همراه بوده که در چند سالی که از استفاده از این فناوری در فوتبال



قرمزها این بازی را خوب آغاز کردند و همان ابتدا هم با ضربه سر شهاب زاهدی به گل رسیدند اما پاشنه آشیل سرخ‌ها باز هم کار دست این تیم داد.



«نوراللهی باز هم پاس گل داد خودنمایی ستاره مغضوب تیم ملی»

احمد نوراللهی پس از اینکه به خاطر اعتراض به سکوتشینی از تیم ملی خط خورد، توانسته بازی‌های بسیار خوبی را در الوحده به نمایش بگذارد. ستاره سابق پرسپولیس در نخستین مسابقه پس از فیفادی جنجالی، مقابل الامارات یک گل دیدنی به ثمر رساند و یک پاس گل هم داد، در بازی برابر النصر هم یک پاس طلائی داد. این هافبک پس از اینکه در بازی با الوصل هم پاس گل داد و باعث به تساوی رسیدن الوحده در آن بازی شد، در جدال حساس تیمش برابر الجزیره در مرحله نیمه‌نهایی لیگ کاپ امارات هم استثنایی کار کرد و با دادن دو پاس گل بهترین بازیکن زمین بود که این روند استثنایی برای پنجمین دیدار پیاپی پس از فیفادی در این بازی نیز برای او دنبال شد. احمد نوراللهی در جدال شش امتیازی شنبه‌شب الوحده برابر العین که با پیروزی ۲ بر صفر تیمش همراه بود، نیز یک پاس گل ۳۰ متری داد.

این در حالی است که الوحده در دیدار مقابل تنها نماینده فوتبال امارات در مرحله یک‌هشتم نهایی لیگ قهرمانان آسیا کار سختی داشت اما توانست در دقیقه ۱۲ روی یک ضدحمله سریع و فرصت‌طلبی عمر خربین از اشتباه مدافع حریف و گلزنی این ستاره سوری پیش بيفتد.

در نیمه دوم نیز نوراللهی در ادامه روند درخشان‌اش، در دقیقه ۵۴ در سمت راست میانه زمین خودی صاحب توپ شد که پاس استثنایی و بلند او کاری کرد تا چهار مدافع العین جا بمانند و زلم‌خان باکائف در موقعیت تک‌به‌تک قرار بگیرد و دومین گل الوحده را به ثمر برساند. الوحده با این پاس طلائی نوراللهی کار العین را یکسره کرد و در نهایت به پیروزی ۲ بر صفر رسید تا ۲۰ امتیازی شود و با یک امتیاز و یک بازی بیشتر نسبت به العین، جایگاه این تیم را در رتبه چهارم جدول لیگ برتر امارات بگیرد. نوراللهی با پاس طلائی در مسابقه مقابل العین، تعداد پاس‌گل‌های این فصل خود در لیگ برتر امارات را به عدد ۴ رساند و در رتبه دوم جدول برترین پاسورها ایستاد. با این شرایط و درخشش بسیار خوبی که او در بازی‌های اخیر الوحده داشته، باید دید قلعه‌نویسی راضی به بازگشت این هافبک مؤثر به تیم ملی می‌شود یا بدون قرار دادن نام او در فهرست جام ملت‌ها، تیمش را راهی قطر می‌کند؟



دربی جهانی در پایتخت ایران



احمد فلاح - روزنامه نگار

باز هم یک دربی دیگر از راه رسید. دیدار شماره ۱۰۲ پرسپولیس و استقلال که از ساعت ۱۶:۱۵ امروز در ورزشگاه آزادی تهران آغاز می‌شود و بدون شک مهم‌ترین مسابقه باشگاهی فوتبال ایران است. بازی ای معوقه از هفته پنجم لیگ برتر که در هوای بارانی برگزار خواهد شد. مسابقه‌ای که هم برای هواداران دو تیم از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است و هم نگاه دیگر علاقه مندان به فوتبال ایران در سراسر دنیا را به خود جلب می‌کند و اینکه یحیی گل محمدی سرمربی سرخپوشان گفته: «دربی یکی از مهم‌ترین بازی‌های جهان است» حرفی به گزافه نیست. چرا که در آماري که در سال ۱۳۹۴ منتشر شد، شهرآورد تهران در رده ۲۴ جهان قرار گرفت و حالا هم اگر چه رنکینگ جدیدی در این باره منتشر نشده اما قطعاً رسانه‌ها در فوتبال آسیا و جهان، نگاه ویژه‌ای به این مسابقه دارند.

«شرایط سرخابی‌ها

پرسپولیس در حالی در این مسابقه به میدان می‌رود که در این فصل نتوانسته اقتدار گذشته‌اش را داشته باشد. قرمزها که در فصل گذشته قهرمان لیگ برتر شدند و با برتری برابر استقلال در فینال جام حذفی، قهرمانی این رقابت‌ها و به طور خودکار قهرمانی سوپر جام فوتبال ایران را به دست آوردند، در این فصل چندان موفق ظاهر نشده‌اند. سرخ‌ها در شش بازی پیاپی در لیگ و آسیا از رسیدن به پیروزی بازماندند که با شکست پرسپولیس مقابل الدحیل به صعود نکردن این تیم به مرحله بعد لیگ قهرمانان آسیا منجر شد. با این حال، شاگردان گل محمدی در بازی آخرشان که در هفته دوازدهم لیگ برتر برگزار شد، موفق شدند برابر هوادار به پیروزی خفیف ۱-۰ صفر دست پیدا کنند تا با ۲۰ امتیاز در رده چهارم جدول قرار بگیرند و حالا امیدوارند با برتری در این دربی، هم رقیب سنتی شان را در یک بازی شش امتیازی شکست دهند و هم اختلاف شان را با صدر کمتر کنند اما آنها حالا باید برابر استقلال قرار بگیرند که با ۲۴ امتیاز صدر جدول را در اختیار دارد. شاگردان جواد نکونام اگر چه پیش فصل پرحاشیه‌ای را تجربه کردند که به تغییرات مدیریتی در این تیم هم منجر شد، اما در داخل زمین موفق بودند و توانستند با کسب امتیازهای لازم در رده نخست قرار بگیرند. البته آبی پوشان پایتخت در چهار بازی اخیر خود در لیگ برتر، تنها در یک بازی



باز هم یک دربی دیگر از راه رسید. دیدار شماره ۱۰۲ پرسپولیس و استقلال که از ساعت ۱۶:۱۵ امروز در ورزشگاه آزادی تهران آغاز می‌شود و بدون شک مهم‌ترین مسابقه باشگاهی فوتبال ایران است.



به پیروزی رسیده‌اند و سه تساوی بیرون از خانه داشته‌اند که باعث شده شش امتیاز را از دست بدهند. استقلال پس از تساوی با ذوب آهن، در آخرین مسابقه‌اش هم برابر فولاد به تساوی بدون گل دست یافت و حالا به دنبال این است که پرسپولیس را شکست دهد تا هم جبران شکست‌های فصل گذشته‌اش برابر این تیم را کرده باشد و هم جایگاه اولی‌اش را حفظ کند.

«مصدومان و غایبان

پرسپولیس در این فصل با انبوهی از مصدومیت‌ها مواجه بوده و بازیکنان مختلفی را به دلیل آسیب‌دیدگی از دست داده است. مرتضی پورعلی گنجی و یاسین سلمانی، نمونه‌ای از این بازیکنان هستند که رباط داده‌اند و فصل را تقریباً از دست داده‌اند. به این جمع باید وحید امیری را هم اضافه کرد که مدت هاست دور از میادین به سر می‌برد. او به این مسابقه نرسید و حضور در جام ملت‌های آسیا را هم از دست داد تا احتمالاً در نیم فصل دوم به جمع سرخپوشان بازگردد. امید عالیشاه کاپیتان قرمزها هم گاه و بیگاه مصدوم بوده و بازی‌هایی را از دست داده است اما به گفته یحیی به این مسابقه می‌رسد و می‌تواند به میدان برود.

در استقلال هم دست نکونام در بازی‌های اخیرش تا حدودی بسته شده. چرا که محمدحسین مرادمند مدافع این تیم مصدوم شده و در این دربی هم غایب خواهد بود. در این شرایط، ایمان سلیمی دیگر مدافع استقلال هم در بازی با فولاد از ناحیه چشم و کتاله ران دچار آسیب‌دیدگی شد و اعلام شد به این بازی نمی‌رسد و باید دید در نهایت او در این مسابقه به میدان خواهد رفت یا خیر.

«ستاره‌های تأثیرگذار

در پرسپولیس، علیرضا بیرانوند بدون شک یکی از مهم‌ترین بازیکنان این تیم به شمار می‌رود. دروازه‌بان ملی‌پوشی که در فصل نقل و انتقالات تا آستانه پیوستن به استقلال هم پیش رفت و مذاکره‌اش با آبی‌ها سر و صدای زیادی را به راه انداخت اما در نهایت در این تیم ماندنی شد و حالا هم با شش کلین شیت در رده دوم بهترین دروازه‌بان‌های این فصل قرار دارد. در خط دفاع این تیم هم گئورگی گولسیانی و محمدحسین کنعانی زادگان جزو مهره‌های اصلی پرسپولیس به شمار می‌روند و در خط هافبک هم سروش رفیعی و میلاد سرلک حضور دارند.

«مداخله پلیس در درگیری مجیدی و داور: قاییدی بهترین مهاجم لیگ امارات شد

اتحاد کلباء که فرهاد مجیدی را به عنوان سرمربی روی نیمکتش دارد، شنبه شب گذشته در حالی که مهدی قایدی را هم در ترکیب خود داشت، مقابل الوصل با نتیجه ۲-۱ شکست خورد. اما بازگشت مجیدی به استادیوم خاطره انگیز زعبیل الوصل که در آن روزهای شیرینی از دوران بازیگری‌اش را سپری کرده بود، به غیر از باخت برابر صدرنشین لیگ امارات، با اتفاق‌های دیگری نیز همراه بود. چرا که مجیدی و دستیارش یعنی میگوئل تکسیرا با کارت قرمز سزار راموس داور مکزیکی اخراج شدند و حتی پای پلیس نیز به میان آمد! داستان اعتراضات مجیدی به داوری، از وقت‌های تلف شده نیمه اول آغاز شد. جایی که قایدی در محوطه جریمه الوصل سرنگون شد ولی داور اعتقادی به پنالتی نداشت. در نیمه دوم هم صحنه مشکوک به پنالتی دیگری رخ داد و با وجود آنکه کمک داور ویدیویی از داور خواست برای بازیکنی صحنه کنار زمین بیاید اما او تصمیم خود را تغییر نداد و به کارت زرد بسنده کرد که این مورد نیز اعتراض نیمکت کلباء را به دنبال داشت. در وقت‌های تلف شده نیز یکی از مدافعان الوصل اخراج شد و چندباری نیز بازی از جریان افتاد ولی داور تنها به اعلام شش دقیقه زمان تلف شده بسنده کرد که در همین مدت زمان نیز بازی چند باری از جریان افتاده بود ولی در نهایت و پس از سپری شدن ۹۷ دقیقه، داور به نشانه پایان بازی در سوت خود دمید. در این میان، داور با اعتراض تکسیرا او را با کارت قرمز جریمه کرد که در این لحظه نیز فرهاد خود را به صحنه رساند که داور یک کارت قرمز را به مجیدی نشان داد که این موضوع خشم سرمربی ایرانی کلباء را افزایش داد. در آن لحظات افراد نزدیک به صحنه فقط در تلاش بودند مجیدی را از داور بازی دور کنند. پلیس حاضر در ورزشگاه نیز سریعاً خود را به محل درگیری رساند تا طرفین را از یکدیگر جدا کند. در نهایت در شرایطی که مجیدی و دیگر اعضای نیمکت کلباء به داوری معترض بودند، تصاویر تلویزیونی مسابقه به پایان رسید. گفتنی است پس از پایان این مسابقه، سازمان لیگ برتر امارات به معرفی بهترین بازیکنان لیگ این کشور پرداخت که بنا بر اعلام سلطان آل علی خبرنگار اماراتی، قایدی با کسب بیشترین امتیاز در بخش هجومی به عنوان بهترین مهاجم لیگ انتخاب شد. قایدی در شرایطی در لیگ امارات درخشش خوبی داشته که در اردوهای اخیر به تیم ملی دعوت نشد و باید دید امیر قلعه‌نویی سرمربی ایران در نهایت نام او را در فهرست نفرات اعزامی به جام ملت‌های آسیا قرار خواهد داد یا خیر.

جنگ حذفی قبل از لیگ



مهتاب لطفیان - روزنامه نگار

۴-۲ از پیش رو برداشت. گل گهر هم با هدایت قلعه نویی، مس شهربابک را ۲-۱ و فولاد را ۱-۰ شکست داده تا راهی این مرحله شود. پرسپولیس و گل گهر، تاکنون هفت بازی با این تیم کرده‌اند که چهار برد برای قرمزها و سه مساوی حاصل آن بوده است. البته این دو تیم در جام حذفی فصل ۹۴-۱۳۹۳ هم برابر هم قرار گرفته‌اند که پس از تساوی ۱-۱ در وقت‌های قانونی و اضافه، پرسپولیس در ضربات پنالتی ۳-۲ برنده شد تا به این ترتیب سیرجانی‌ها هنوز برابر پرسپولیس به پیروزی نرسیده باشند. در بازی‌های این دو تیم در لیگ برتر ۲۴ گل رد و بدل شده که سهم پرسپولیس ۱۷ گل و سهم سیرجانی‌ها هفت گل بوده است. پرسپولیس با شش قهرمانی و دو بار حضور در فینال، دومین تیم پرافتخار جام حذفی است و گل محمدی هم دو بار قهرمانی این رقابت‌ها با ذوب آهن را جشن گرفته و باید دید او و شاگردانش در دومین تقابل دو تیم در جام حذفی چه نتیجه‌ای خواهند گرفت.

«قهرمان فصل قبل جام حذفی مقابل پیکان»

پیش از بازی پرسپولیس- گل گهر و از ساعت ۱۷، نساجی در ورزشگاه شهید وطنی قائمشهر، مقابل پیکان قرار می‌گیرد. قهرمان فصل گذشته جام حذفی، در شرایطی میزبان این مسابقه است که حال و روز خوبی ندارد. تیم شهر خسته که حالا کارلوس هرناندز را به عنوان سرمربی در اختیار دارد، در آخرین بازی اش در لیگ، مقابل صنعت نفت ۴-۰ شکست خورد تا مدیران باشگاه بازیکنان و مربیان تیم را ۱۰ درصد از مبلغ قراردادشان جریمه نقدی کنند و حالا باید دید این مربی اسپانیایی می‌تواند اولین بردش با قائمشهری‌ها را جشن بگیرد و قهرمان فصل گذشته جام حذفی همچنان شانس کسب جام را در این فصل داشته باشد یا خیر. در سمت مقابل، خودروسازان هم شرایط مناسبی ندارند و در آخرین بازی شان ۱-۰ مغلوب تراکتور شدند. نساجی هم با مربیگری حمید مطهری، فجر شهید سپاسی و آومینیوم را شکست داده و پیکان هم برای رسیدن به این مرحله دو تیم لیگ دویی استقلال خوزستان و نود ارومیه را از پیش رو برداشته است. بازی رفت و برگشت نساجی و پیکان در لیگ برتر بدون گل و ۱-۱ مساوی شد.

مأموریت مربیان تیم ملی امیر قلعه‌نویی سرمربی تیم ملی، به دستیارانش مأموریت داد تا دو دیدار مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی را از نزدیک زیر نظر بگیرند. بر اساس این هماهنگی، حمید مطهری دیدار تیم‌های پرسپولیس و گل گهر را زیر نظر خواهد گرفت و آندرانیک تیموریان و علی اصغر قربان‌علی‌پور دیدار نساجی و پیکان را خواهند دید. قسمت دوم سه‌گانه پرسپولیس و گل گهر امروز به نمایش در می‌آید. دو تیمی که پس از برگزاری بازی رفت که در سیرجان برگزار شد، باید از ساعت ۱۸:۱۵ در ورزشگاه آزادی تهران، بازی‌شان در مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی را برابر هم انجام دهند. دیداری که قضاوت آن را سید وحید کاظمی به همراه کمک‌هایش حسین ظهیری و دانیال باشند بر عهده خواهد داشت. سرخپوشان پایتخت، در شرایطی در این مسابقه به میدان می‌روند که در هفته چهاردهم لیگ برتر، موفق شدند تیم تحت هدایت امیر قلعه نویی را با گل‌هایی که محمد عمری و سینا اسدبگی روی شوت‌های از راه دور و زیبا به ثمر رساندند، ۲-۰ شکست دهند. حالا اما جام حذفی از راه رسیده که قاعده‌های خاص خود را دارد و باید دید این بار چه تیمی، دست پر از میدان خارج می‌شود. نکته دیگری هم که این مسابقه را از بازی قبل متمایز می‌کند، حضور سعید الهویی به عنوان سرمربی گل گهر است که جانشین قلعه نویی روی نیمکت سیرجانی‌ها شده است. این بازی از این جهت اهمیت بیشتری پیدا می‌کند که پرسپولیس به عنوان یکی از مدعیان اصلی قهرمانی لیگ، باید ۲۲ اردیبهشت و در هفته بیست و نهم لیگ دوباره به مصاف گل گهر برود و برای همین فضای این بازی را می‌توان به بازی ۱۲ روز دیگر دو تیم نیز تشبیه کرد. شاگردان یحیی گل محمدی در حالی در این مسابقه به میدان می‌روند که توانستند با پیروزی ۱-۰ در دربی پایتخت، با ۵۷ امتیاز صدرنشین لیگ برتر شوند و حالا برای ادامه بازی‌هایش در لیگ و جام حذفی، روحیه‌ای دو چندان پیدا کرده است اما گل گهر برابر هوادار به تساوی ۱-۱ رسید تا با ۴۵ امتیاز در جایگاه پنجم جدول باشد. پرسپولیس برای رسیدن به این مرحله، تیم اصفهانی ون پارس را پس از تساوی ۲-۲ در ضربات پنالتی ۴-۱ شکست داد و سپس سپاهان را در اصفهان



مأموریت مربیان تیم ملی امیر قلعه نویی سرمربی تیم ملی، به دستیارانش مأموریت داد تا دو دیدار مرحله یک چهارم نهایی جام حذفی را از نزدیک زیر نظر بگیرند.



«کی‌روش به دنبال قطری شدن جزاوی!»

قطر، میزبان جام جهانی ۲۰۲۲ و جام ملت‌های ۲۰۲۳ آسیا، حالا با مربیگری کارلوس کی‌روش، به دنبال بازسازی و ساخت تیمی جوان و آینده دار است تا به واسطه آن خود را به قدرت‌های برتر فوتبال آسیا نزدیک کند. در این میان، گویا اولین بازیکنی که توجه کی‌روش به او برای حضور در قطر و تغییر تابعیت جلب شده، محمدامین جزاوی، کاپیتان تیم جوانان ایران و ستاره فولاد است. علیرضا منصوریان سرمربی فولاد که به صورت ویدئویی میهمان برنامه «شب‌های فوتبالی» بود، در این باره چنین توضیح داد: «بله. ما هم شنیده‌ایم ولی قطع به یقین بازیکن ملی خودمان است و امیرخان (قلعه‌نویی) نظر بسیار مثبتی روی او دارد. خود جزاوی هم می‌خواهد تحت هر شرایطی زیر پرچم کشور خودمان فوتبال بازی کند. بالاخره شایعاتی است و اگر هر تیم عربی او را داشته باشد، بهترین امکانات را فراهم می‌کند، اما ما نمی‌گذاریم از کشور خارج شود و باید در کشور خودمان باشد.»

«تمجید ستاره مراکشی از طارمی»

طارق السکتوی هافبک سابق مراکش و پورتو به تمجید از مهدی طارمی ستاره تیم ایران پرداخت. به گزارش نشریه «اوجوگو» پرتغال، السکتوی که یکی از هواداران طارمی در پورتو است، حالا که بحث‌های زیادی در مورد جدایی طارمی در پایان فصل مطرح می‌شود و الهلال عربستان با پیشنهادی نجومی به سراغ ستاره ایرانی آمده، درباره طارمی گفت: «طارمی همه چیز را برای موفقیت دارد. او ویژگی‌های فوق‌العاده‌ای دارد و ۳۰ ساله بودن معنایی ندارد. تا زمانی که به خوبی از خودش مراقبت کند، می‌تواند برای باشگاه پورتو یا باشگاه دیگری مفید باشد. او این هنر را دارد.» وینگر سابق مراکشی با اشاره به ماه رمضان که طارمی چندی پیش با روزه‌داری پشت سر گذاشت، عنوان کرد: «اولین چیزی که باید به آن توجه کرد این است هر بازیکن مسلمانی که ماه رمضان را روزه می‌گیرد از سنین پایین به آن عادت کرده به همین خاطر این وارونگی را به خوبی می‌گذراند. اما من همچنین می‌دانم که فوتبال بازی کردن مهم است تا بفهمیم چه کسی در اطراف ما است و چه کسی به ما کمک می‌کند، زیرا مدیریت دوره نیاز به دقت در خوردن و نوشیدن بازیکنان دارد.»

دستگرمی شرایط میزبانی از تیم‌های پرهوادار را ندارد



امهدی لطفی - روزنامه نگار

در روزهای گذشته مکان برگزاری تیم‌های پیکان و پرسپولیس در هفته بیست و هفتم مسابقات لیگ برتر به یکی از چالش‌های سازمان لیگ فوتبال تبدیل شد. در ابتدا پیکان به عنوان میزبان این دیدار خواستار برگزاری بازی در ورزشگاه انقلاب کرج بود که با توجه به مخالفت شورای تأمین استان البرز با برگزاری دیدار پیکان و استقلال از هفته بیست مسابقات در این ورزشگاه، احتمال می‌رفت که این شورا با برگزاری دیگر دیدار تیم پرهوادار هم در این ورزشگاه مخالفت کند. در این شرایط پیکانی‌ها بی‌میل نبودند که این دیدار در ورزشگاه آزادی برگزار شود اما این موضوع باعث اعتراض استقلال، دیگر تیم مدعی قهرمانی شد و آنها اعلام داشتند که سازمان لیگ وظیفه دارد شرایط مساوی برای تمامی تیم‌ها فراهم کند. سهیل مهدی، مسئول کمیته مسابقات سازمان لیگ در مصاحبه‌ای اعلام کرد قرار بود دیدار استقلال مقابل پیکان نیز با یک روز تأخیر در ورزشگاه آزادی برگزار شود اما عدم پیگیری از سوی آبی‌ها باعث شد این مسابقه در ورزشگاه دستگرمی برگزار شود. این صحبت‌های مهدی با واکنش باشگاه استقلال همراه شد و فرشید سمیعی سخنگوی این باشگاه گفت: «باشگاه استقلال شدت عدم پیگیری برای انجام بازی با پیکان در ورزشگاه آزادی را تکذیب می‌کند. ما پیگیری مجدانه‌ای انجام دادیم اما گفته شد؛ طبق قانون باشگاه پیکان دو استادیوم معرفی کرده، استادیوم اول انقلاب کرج و استادیوم دوم دستگرمی که شورای تأمین با استادیوم دوم بدون حضور تماشاگر موافقت کرده و به این ترتیب امکان برگزاری بازی در استادیوم آزادی نیست.» وی افزود: «الان هم ما اجرای عدالت، اصول اخلاقی و جوانمردی را انتظار داریم و خواستاریم. امیدوارم مسئولان فدراسیون فوتبال و سازمان لیگ دقیقاً طبق ماده ۵۱ آیین‌نامه انضباطی که بر اساس آن کلیه مقامات رسمی فوتبال کشور باید به اصول اخلاقی، یکپارچگی و جوانمردی پایبند باشند، رفتار کنند.» بر همین اساس دیروز خبری روی خروجی سایت فدراسیون فوتبال قرار گرفت که بر اساس آن بازی حساس پیکان - پرسپولیس در ورزشگاه شهید دستگرمی یا همان پاس قوامین در شهرک

اکباتان برگزار خواهد شد. فدراسیون فوتبال در تیتراژ این خبر بدون اشاره به برگزاری این دیدار در دستگرمی نوشت: «دیدار تیم‌های پیکان و پرسپولیس تهران در هفته بیست و هفتم روز شنبه ۱۶ اردیبهشت ماه از ساعت ۱۸ در ورزشگاه پاس قوامین برگزار می‌شود و هادی تلاوتی به عنوان ناظر در این دیدار حضور دارد.» علاوه بر این فدراسیون فوتبال در این خبر، اشاره‌ای به حضور یا غیبت تماشاگران نداشت اما آنهایی که این استادیوم را دیده‌اند، می‌دانند اگر قرار باشد بازی در دستگرمی برگزار شود، خبری از حضور تماشاگران نخواهد بود؛ موضوعی که قطعاً باعث ضرر و زیان یحیی و شاگردانش خواهد بود. بر همین اساس باشگاه پرسپولیس در نامه‌ای به سازمان لیگ و فدراسیون فوتبال، تأکید کرد اگرچه باشگاه پیکان به عنوان میزبان این حق را دارد ورزشگاه محل بازی را انتخاب کرده و پرسپولیس هم مشکلی با محل بازی نخواهد داشت اما به موازات آن حضور تماشاگران در این بازی نیز حق باشگاه پرسپولیس است و نباید بی‌دلیل از ورود تماشاگر به استادیوم ممانعت کرد.

در این بین عباس تیموری، دبیر هیأت فوتبال استان تهران در گفت‌وگو با خبرنگار «جام فوتبال» در خصوص برگزاری این دیدار حساس در ورزشگاه دستگرمی اعلام داشت: «سازمان لیگ تا این لحظه هیچ مکاتبه‌ای با هیأت فوتبال استان نداشته و نامه مکتوبی برای ما نیامده است. با توجه به بازدهایی که پیش از این انجام شده یکسری ایرادات از این ورزشگاه گرفته شد که این ایرادات هنوز پابرجاست.» او در خصوص ایرادات این ورزشگاه اظهار می‌کند: «این ایرادات در بحث حضور هواداران است که هیأت فوتبال و شورای تأمین استان اعلام داشتند که این ورزشگاه شرایط پذیرایی از هواداران را ندارد. ورزشگاه دستگرمی در بحث حضور هواداران مشکلاتی همچون پارکینگ و گیت‌های ورودی تماشاگران دارد و این موضوع مانع حضور هواداران می‌شود. ما از دستگرمی به گونه دیگری استفاده می‌کنیم و مثلاً چند روز پیش دیدار تیم‌های هوادار و گل‌گهر را که هوادار ندارند برگزار کردیم اما دستگرمی شرایط میزبانی از تیم‌های پرهوادار پرسپولیس و استقلال را ندارد.»

در روزهای گذشته مکان برگزاری دیدار تیم‌های پیکان و پرسپولیس در هفته بیست و هفتم مسابقات لیگ برتر به یکی از چالش‌های سازمان لیگ فوتبال تبدیل شد.



«کریمی: وکیل استراماچونی به خاطر ۲۴۰۰ یورو طلب کرد باشگاه استقلال که توانست پس از رایزنی‌های زیاد و انجام هماهنگی‌های لازم منابع مالی برای پرداخت بدهی‌های خارجی را فراهم کند هنوز با مشکلات مالی ریز و درشتی مانند پرداخت مطالبات بازیکنان تیم روبه‌روست که هرچند به اندازه بدهی به استراماچونی نیستند اما به هر حال باید پرداخت شوند تا در آینده در سراز نشوند. در جلسه مدیران استقلال با رئیس کمیسیون اقتصادی مجلس شورای اسلامی که با حضور مدیران عامل چند بانک و همچنین نماینده شرکت همراه اول برگزار شد، قرار شد این شرکت به خاطر تبلیغاتی که استقلال انجام داده بود برای حل مشکلات مالی همکاری و مبلغی را به این باشگاه پرداخت کند اما با وجود قول و قرارهای که در جلسه مذکور گذاشته شده، هنوز هیچ خبری از این همکاری نیست. گفتنی است حجت کریمی، سرپرست باشگاه استقلال با انتشار متنی در اینستاگرام توضیحاتی در خصوص پرداخت بدهی‌های خارجی ارائه کرد. در بخشی از متن منتشر شده، آمده است: «هواداران عزیز در جریان باشند با وجود پرداخت نزدیک به یک میلیون و ۶۰۰ هزار یورو بابت بدهی استراماچونی، به خاطر ۲ روز تعطیلی کشور قطر به دلیل عید فطر، انتقال پول استراماچونی با تأخیر همراه بود. وکیل ایشان اعلام کرد که چون پول را دیر پرداخت کردید باید ۲۴۰۰ هزار یورو بابت این دو روز پرداخت کنید! مربی‌ای که کمتر از یک نیم فصل سرمربی استقلال بود کل مطالبات ۲ فصل به اضافه دو روز تأخیر را هم گرفت! ضمن اینکه اگر بدهی استراماچونی پرداخت نمی‌شد، باید روزانه بالای ۱۰۰ میلیون تومان خسارت می‌دادیم ولی خوشبختانه جلوی این اتفاق گرفته شد.»

حذف پاکدامن در گزند پریکس سنئول

علی پاکدامن کاپیتان تیم ملی شمشیربازی سابر ایران در گزند پریکس سنئول با باخت مقابل نفر اول رنکینگ جهان حذف شد. او دیروز در جدول اصلی مسابقات، اول انتقام باخت قهرمانی آسیا را از شمشیرباز قزاقستانی گرفت و بعد حریف انگلیسی‌اش را برد و به مرحله یک هشتم نهایی رسید. اما با باخت ۱۵-۹ مقابل ساندر و بازنده گرجستانی اول رنکینگ جهان حذف شد.

وسواس بیشتر برای انتخاب تیم داوری



ابرهه فیاضی - روزنامه نگار

به قضاوت داور بازی سپاهان و ملوان در لیگ برتر اعلام کرد. در این نامه از فدراسیون فوتبال و کمیته داوران خواسته شده توجه بیشتری نسبت به اشتباهات داوری نشان بدهند. همچنین سپاهان از این کمیته درخواست کرد اقداماتی در نظر بگیرند تا داوران با دقت بیشتری قضاوت کنند تا در هفته‌های حساس باقی‌مانده چنین اشتباهاتی تکرار نشود و سرنوشت قهرمانی را تحت تأثیر قرار ندهد.

«خسروی: کمیته داوران کار خودش را انجام می‌دهد»

علی خسروی، عضو کمیته داوران فدراسیون فوتبال در خصوص نگرانی‌های تیم‌ها در خصوص مسائل داوری به خبرنگار «جام فوتبال» می‌گوید: «همیشه این نگرانی در هفته‌های پایانی وجود داشت و حالا با توجه به رقابت میلیمتری برای قهرمانی، این حساسیت‌ها بیشتر و بیشتر شده است اما تیم‌ها بدانند که کمیته داوران کار خودش را انجام می‌دهد. این کمیته در این هفته‌های پایانی آماده‌ترین داورها را از نظر جسمانی، ذهنی و... برای بازی‌های مهم انتخاب می‌کند تا این داوران بهترین قضاوت‌ها را داشته باشند. تیم‌ها در این هفته‌های پایانی باید کار خود را بکنند و بدانند که این بیانیه‌ها و نامه‌ها در قضاوت داوران تأثیری ندارد.»

او صحبت‌های خود را این‌گونه ادامه می‌دهد: «نگاه‌ها به مسائل داوری یکسان نیست و داوران به گونه دیگری به موضوع داوری نگاه می‌کنند؛ آنها می‌خواهند بهترین قضاوت‌ها را داشته باشند. این صحبت‌هایی که در رسانه‌ها در خصوص صحنه‌های حساس بازی می‌شود، به دلیل تفسیرهای مختلف افراد است که البته در دنیا هم این ناهماهنگی‌ها وجود دارد. در روزهای گذشته یوفا (اتحادیه فوتبال اروپا) جلسه‌ای برگزار کرد که در این جلسه خواستار این بود که بالاخره با موضوع خطای هند چه کاری باید بکنند؟ جالب اینجاست که بازیکنانی همچون وحید هاشمیان و مهدی مهدوی‌کیا هم در جلسه یوفا حضور داشتند. این یعنی هنوز موضوع خطای هند کاملاً برطرف نشده است و هر کس به زعم خود این خطا را اعلام می‌کند.»

این عضو کمیته داوران در ادامه به ادعای استقلال‌ها در خصوص خطای هند گنورگی گولسیانی در دربی اشاره می‌کند و می‌گوید:

واکنش داور چهارم دربی به شایعه پنالتی استقلال در روزهای گذشته در فضای مجازی نقل قولی از وحید کاظمی، داور چهارم دربی ۱۰۰ پایتخت، با این مضمون منتشر شد: «در رابطه با صحنه دقیقه ۴ (پنالتی) شنیدم که ابوالفضل (کمک داور) از طریق هدست به پیام‌حیدری گفت پنالتی است اما حیدری (داور وسط) گفت خودم به صحنه نزدیک‌ترم.» پس از این موضوع وحید کاظمی ضمن تکذیب این نقل قول اظهار داشت: «به هیچ وجه چنین نقل قولی از طرف من صحت ندارد و آن را به شدت تکذیب می‌کنم.»

ماراتن بیست و دومین دوره مسابقات لیگ برتر فوتبال به روزهای پایانی خود نزدیک می‌شود. این در حالی است که هفته بیست و هفتم مسابقات با حساسیت بالا در تهران و اصفهان برگزار شد که این دو دیدار در واقع جنگ صدرنشینان لیگ برای نزدیک شدن به جام قهرمانی بود. در تهران استقلال دربی را با یک گل مقابل حریف سنتی خود واگذار کرد و دیدار سپاهان و ملوان هم با تساوی یک گل به پایان رسید تا پرسپولیس صدر جدول را تصاحب کند. با وجود گذشت چند روز از دیدارهای این هفته تیم‌های استقلال و سپاهان در قالب بیانیه و نامه اعتراضات خود را در خصوص داوری به کمیته داوران اعلام داشتند و حال باید دید در ۳ هفته پایانی لیگ این کمیته چه واکنشی نسبت به این اتفاقات خواهد داشت.

«بیانیه استقلال و سپاهان»

باشگاه استقلال با اشاره به اشتباهات داوری علیه آبی‌پوشان در بیانیه‌ای اعلام داشت: «استقلال در طول فصل بارها و بارها شکایت خود را نسبت به وضعیت داوری به فدراسیون فوتبال و سازمان لیگ اعلام کرد و به دفعات اعلام کردیم که هیچ تیمی به اندازه استقلال در این فصل از داوری ضرر نکرده است، ولی نه گوش شنوایی بود و نه اراده‌ای برای تغییر اشتباهات. علی میرزابیگی از کارشناسان داوری در برنامه «ورزشگاه» هم اعلام کرد که شش پنالتی استقلال در این فصل اعلام نشده و استقلال بیشترین ضرر را از این بابت متحمل شده است.»

علاوه بر استقلال باشگاه سپاهان هم با ارسال نامه‌ای خطاب به سازمان لیگ، فدراسیون فوتبال و کمیته داوران اعتراض خود را نسبت

«گل محمدی: مهم‌ترین بازی‌های ما برای گرفتن جام باقی‌مانده است»

یحیی گل محمدی سرمربی پرسپولیس در نشست خبری پیش از دیدار تیمش مقابل گل‌گهر در جام حذفی گفت: از بچه‌ها خواستم تمرکزشان روی این بازی باشد. هنوز نه اتفاق خاصی در جام حذفی و نه لیگ برتر برای ما نیفتاده و اصلی‌ترین بازی‌ها و مهم‌ترین بازی‌های ما برای گرفتن جام باقی‌مانده است. بهتر است خیلی زود بازی قیل را فراموش کنیم و به از حال و هوای دربی بیرون بیایم و به بازی مقابل گل‌گهر فکر کنیم. امیدوارم بازی خوبی انجام دهیم و از این مرحله عبور کنیم. او به اظهار نظرها درباره تعداد اشتباهات داوری به سود یا ضرر تیم‌ها مطرح شده، چنین واکنشی داشت: ما از یک دوران خیلی سخت عبور کردیم و الان یک جایگاه خوب داریم. بعضی از دوستان هستند که در تلویزیون و رسانه‌ها تعلقات رنگی خاص خودشان را دارند. حواشی بازی قیل را فراموش می‌کنیم و فقط تمرکزمان باید روی این بازی باشد. اگر هر کسی آمار بخواهد ما می‌توانیم آمار دقیقی از تصمیمات داوری علیه‌مان بدهیم، اما الان وقتش نیست. اینکه قبل از بازی با مصاحبه‌ها بخواهیم روی داور فشار بیاوریم یک کار خیلی غیر حرفه‌ای است. از همه داوران می‌خواهیم تمرکز خوبی در بازی‌ها داشته و اصلاً توجهی به این مصاحبه‌ها و بیانیه‌ها نداشته باشند. گل محمدی درباره اینکه یک روزنامه‌خبر از پیشنهاد ۵۰ میلیاردی یک باشگاه صنعتی به او داده، عنوان کرد: الان آخر لیگ است و خیلی‌ها دوست ندارند تیم ما موفق شود. حرف‌ها و گمانه‌زنی‌های خاصی مطرح می‌شود ولی اینکه بخواهند تیم را به حاشیه بکشاند، ما عادت کردیم. اینها بیشتر جنبه شیطنت دارد و می‌خواهند تمرکز تیم ما را بهم بزنند. اجازه بدهیم فوتبال راه خودش را برود و از تعلقات رنگی بیرون بیایم. در تیم ما بازیکنان، مربیان و مدیران کار خودشان را انجام می‌دهند و ان‌شاءالله لیگ با خوبی و خوشی به پایان می‌رسد. گل محمدی درباره حضور حمید مطهری در کادر فنی تیم ملی و اینکه گفته می‌شود مجتبی حسینی نیز یکی از گزینه‌های اصلی هدایت تیم امید است، یادآور شد: هر دو از مربیان زحمتکش و کاری هستند و از مربیانی به شمار می‌آیند که با جوان‌ها خوب کار می‌کنند. آمار و ارقام نشان می‌دهد که از لحاظ فنی از بهترین مربیان ایران هستند. به مطهری تبریک می‌گویم و به نظرم حقش بود و برای او آرزوی موفقیت می‌کنم. اگر هم تیم امید را به مجتبی حسینی بسپارند به نظرم بهترین تصمیم فوتبالی را می‌گیرند. آنها زحمات زیادی در فوتبال کشیدند و حقشان است که در سطح اول ملی کار کنند.



ما راتن بیست و دومین دوره مسابقات لیگ برتر فوتبال به روزهای پایانی خود نزدیک می‌شود. این در حالی است که هفته بیست و هفتم مسابقات با حساسیت بالا در تهران و اصفهان برگزار شد که این دو دیدار در واقع جنگ صدرنشینان لیگ برای نزدیک شدن به جام قهرمانی بود. در تهران استقلال دربی را با یک گل مقابل حریف سنتی خود واگذار کرد و دیدار سپاهان و ملوان هم با تساوی یک گل به پایان رسید تا پرسپولیس صدر جدول را تصاحب کند. با وجود گذشت چند روز از دیدارهای این هفته تیم‌های استقلال و سپاهان در قالب بیانیه و نامه اعتراضات خود را در خصوص داوری به کمیته داوران اعلام داشتند و حال باید دید در ۳ هفته پایانی لیگ این کمیته چه واکنشی نسبت به این اتفاقات خواهد داشت.



«الهویی: امیدوارم داور بهترین فرد زمین باشد»

سعید الهویی سرمربی گل گهر در خصوص دیدار تیمش مقابل پرسپولیس گفت: «هفته گذشته سعی کردیم چه از لحاظ تاکتیکی و چه ذهنی خودمان را آماده بازی در جام حذفی برابر پرسپولیس کنیم. از لحاظ تاکتیکی و بدنی شرایط خوبی داریم. همه بازیکنان را در این بازی در اختیار داریم. هم ما و هم کادرفنی پرسپولیس این اعتقاد را داریم که داور بازی باید بهترین عملکردش را داشته باشد. اینکه کدام تیم پیروز می‌شود بستگی به پلن‌های بازی دو تیم و اجرای آن دارد. خیلی برای ما مهم است تیمی که شایسته‌تر با پیروزی، از زمین خارج شود و داور اشتباه تأثیرگذاری در جریان بازی نداشته باشد. نبود VAR کار را برای داور سخت کرده و اشتباهات داوران بیشتر از قبل دیده می‌شود. در بازی‌های قبل اشتباهات داور باعث شد که دو امتیاز از دست دهیم ولی ما بعد از بازی‌ها، از داورها حمایت می‌کنیم. امیدواریم داور بهترین فرد در درون زمین باشد و با تصمیماتش کمک کند که تیم بهتر و شایسته‌تر پیروز شود.»

«استقرار سازمان بازرسی در فدراسیون فوتبال»

لقمان کیاپاشا، بازرس کل امور ورزش، جوانان و میراث فرهنگی سازمان بازرسی ضمن تأکید بر اهمیت نظارت فدراسیون فوتبال بر اجرای مقررات، دستورالعمل‌ها و بخشنامه‌های صادره در خصوص قراردادهای بازیکنان و کادرفنی باشگاه‌ها گفت: «یکی از مسائل مهم، مسأله تعیین مبلغ قراردادهای بازیکنان و کادرفنی باشگاه‌ها و افزایش بی‌رویه آن در قالب دستمزد و امتیاز (آفر- آپشن) به بازیکنان و مربیان است. گزارش‌های واصله بیانگر آن است که در فصل جاری لیگ برتر، باشگاه‌ها بویژه باشگاه‌های دولتی و صنعتی قراردادهای غیرمتعارف با بازیکنان منعقد کرده‌اند که نسبت به سنوات گذشته رشد چندین برابری داشته است. بر همین اساس به منظور بررسی نحوه انعقاد قراردادهای بازیکنان و کادرفنی در فوتبال کشور، هیأت بازرسی در فدراسیون فوتبال مستقر شده است.»

«بسکتبالی‌ها به نیمه نهایی رسیدند»

برنامه مرحله نیمه نهایی لیگ برتر بسکتبال روز دوشنبه ۱۱ اردیبهشت برگزار می‌شود. بعد از راهیابی چهار تیم شهرداری گرگان، ذوب آهن، نفت آبادان و کاله امل با شکست تیم‌های آویژه صنعت پارسای مشهد، مس کرمان، مهران تهران و مس رفسنجان، برنامه نیمه نهایی اعلام شد. طبق برنامه روز دوشنبه شهرداری گرگان میزبان نفت آبادان است و کاله امل از ذوبی‌ها پذیرایی می‌کند. پنجشنبه همین هفته هم بازی دوم برگزار می‌شود.



به نظر دستیار عطایی، حتی باید از اختلاف سلیقه نیز برای پیشرفت استفاده کرد: «نمی‌دانم سال قبل چه توافقی بین عطایی و توتولو بود و چه صحبت‌هایی با هم انجام دادند، اما در نهایت تفاهم نداشتند و قطع همکاری کردند.»



در ۳ هفته باقیمانده اشتباهات داور را به حداقل برساند، می‌گوید: «نقش کمیته داوران در ۳ هفته باقیمانده بسیار حساس است و این کمیته با توجه به خصوصیتی که داوران دارند، باید داورانی را انتخاب کند که کمتر تنش داشتند. در این بین کمک داوران هم نقشی حساس دارند و باید کمیته داوران در چیدمان داور و سواس بیشتری به خرج دهد. وظیفه کمیته داوران در این هفته‌ها بسیار سنگین‌تر است.» «داوران باید در کمال آرامش باشند و استرس نداشته باشند برای همین باید کمیته داوران امکانات را در اختیار این داوران قرار دهد تا با آرامش کامل در مسابقه حاضر شوند. علاوه بر این استفاده از داوران باتجربه هم باید یکی از اولویت‌های کمیته داوران برای انتخاب داور باشد. کمیته‌های انضباطی و قضایی هم باید از ناظران ویژه برای بازی‌های مهم استفاده کنند و کمیته انضباطی هم با صدور اطلاعیه‌های اعلام کند که برای خاطیان این دیدارها بیشترین مجازات را در نظر خواهد گرفت تا در این ۳ هفته شاهد بی‌نظمی در هیچ حوزه‌ای نباشیم.»

«هرکسی تفسیرهای مختلف در خصوص خطای هند گولسیانی دارد و این تفسیرها متفاوت است. سال ۲۰۲۱ قانون به این صورت بود که زمانی توپ به بدن بازیکن و پس از آن به دست بخورد، هندی اتفاق نیفتاده است. برخی از خطاها را می‌بینیم که VAR هند تشخیص داده در صورتی که خطایی اتفاق نیفتاده است.» خسروی در خصوص ادعای آبی‌پوشان در خصوص اینکه ۶ پنالتی آنها در این فصل گرفته نشده است، بیان می‌کند: «تیم‌های دیگر هم چنین ادعایی دارند که چند پنالتی آنها توسط داوران گرفته نشده است و این تنها مختص به یک تیم خاص نیست. گراهام پل، داور نامدار انگلیسی می‌گوید که فوتبال را به خاطر همین چالش‌ها دوست دارم و در واقع این اشتباهات داور هم جزو جذابیت‌های فوتبال است.»

«فنایی: وظیفه کمیته داوران در این هفته‌ها بسیار سنگین‌تر است»

محمد فنایی، داور مطرح و بازنشسته فوتبال کشورمان هم در پاسخ به این سؤال خبرنگار «جام فوتبال» که کمیته داوران چگونه می‌تواند

افشار دوست: تجربه متئوس به کار تیم می‌آید

که برنامه‌ریز و دستیارش باشد. به طور حتم عطایی برای انتخاب دستیارش نه فقط یاناس که از افراد مختلفی مشورت گرفته است.» مربی تیم ملی شماره‌گذاری روی دستیار سرمربی را اشتباه می‌داند: «اصلاً مهم نیست یک نفر دستیار اول باشد یا دوم. این تفکر ما اشتباه است. شاید بعضی از دوستان ناراحت شوند ولی می‌خواهم بدانم ژاپن، ایتالیا، برزیل، لهستان و فرانسه صاحب والیبال اشتباه می‌کنند ستاره‌ها را روی نیمکتشان دارند؟ فیلیپ بلین که روزی کمک ناگایچی ژاپنی روی نیمکت این کشور بود و حالا همه کاره آن است، وقتی نفر سوم تیم بود مشکلی وجود داشت؟ زمانی والیبال ژاپن روی کاکل ناگایچی می‌چرخید و بعد نفر سوم روی نیمکت تیمش بود. چه ایرادی دارد که یک نفر، اول، دوم یا چهارم باشد؟ مهم این است که همه با انجام درست وظایفشان به سرمربی کمک کنند. سرمربی در هر تیم نفر اول است و نظر نهایی را می‌دهد، چه بسا نفر چهارم وظیفه مهم‌تری را به عهده بگیرد. این تقسیم‌بندی تنها ذهنیت مربیان را در باشگاه یا تیم ملی به هم می‌ریزد. مهم این است که مربی بلد باشد تحلیل یا کمک کند. حتی کسی ممکن است مخالف باشد اما کمک بزرگی به مربی کند.»

محمود افشار دوست مربی تیم ملی دلیل انتخاب متئوس لهستانی را به تجربه او ربط می‌دهد: «قطعاً سرمربی تیم ملی باید جواب دهد، اما همه می‌دانند امسال تیم ملی سال سختی دارد و هرکسی چه ایرانی و چه خارجی سرمربی تیم ملی می‌شد به خاطر رقابت‌های خیلی مهم تیم، برای حفظ و ارتقای جایگاه تیم ملی در دنیا و صعود به المپیک راهی جز تقویت کادرفنی تیم نداشت. رویکرد بهروز عطایی هم برای حفظ آمادگی بدنی و ذهنی بازیکنان، استفاده از همه ظرفیت‌های داخلی و خارجی والیبال بود. از همان روز اول استفاده از مربی خارجی که هم مدیریت برنامه‌ریزی و هم تجربه حضور در تورنمنت‌های مختلف را داشته باشد، مطرح بود. پاول نیز تجربه خیلی خوبی از کار کناره‌نین سرمربی سابق تیم ملی لهستان دارد و حتی عناوین خوبی هم دارد. امیدوارم به‌عنوان نفر جدید، با فضای والیبال ایران و تیم ملی هماهنگ شود و به تیم و بچه‌ها در تکنیک و تاکتیک کمک کند.» به نظر دستیار عطایی، حتی باید از اختلاف سلیقه نیز برای پیشرفت استفاده کرد: «نمی‌دانم سال قبل چه توافقی بین عطایی و توتولو بود و چه صحبت‌هایی با هم انجام دادند، اما در نهایت تفاهم نداشتند و قطع همکاری کردند. به هر حال مسئولیت فنی تیم ملی با عطایی است و کادرفنی باید کنار هم کار کنند. برای همکاری اول دو طرف باید همدیگر را قبول داشته باشند و درجه دوم کار فنی است. همیشه در هر کاری اختلاف سلیقه وجود دارد، اما می‌تواند برگ برنده و تکمیل‌کننده افراد باشد. به هر حال چالش اختلاف نظر فنی و سلیقه به پیشرفت بهتر کمک می‌کند.» افشار دوست نمی‌داند تا چه حد مشاوره یاناس مربی بدنساز تیم، در توافق سرمربی تیم با دستیار لهستانی‌اش تأثیرگذار بوده است: «نمی‌دانم و نمی‌توانم در این باره صحبت کنم. شک نکنید بهروز عطایی گزینه‌های مختلف را بررسی کرده و در نهایت با این مربی به توافق رسیده است»



عمل قلب باز کار دست نهرودی داد

بعد از پناهندگی حسین ثوری، با روی کار آمدن روح‌الله حسینی به عنوان سرپرست، حسین نهرودی جایگزین علیرضا استکی در تیم ملی شد. کارشناسان زیادی همان موقع نسبت به سن بالای نهرودی انتقاد داشتند و با توجه به عمل قلب باز سرمربی ۷۰ ساله تیم ملی، نگران حضور او کنار رینگ برای همراهی بوکسورها بودند. حالا در آستانه مسابقات جهانی آنچه کارشناسان از آن می‌ترسیدند اتفاق افتاد، تیم ملی عازم تاشکند شد اما خبری از سرمربی نبود. در حالی که همه منتظر بودند نهرودی پدر بوکس ایران را بعد از ۱۱ سال، مجدداً کنار رینگ ببینند، پزیشک او به خاطر عمل قلب بازی که قبلاً انجام داده بود، به نهرودی اجازه پرواز نداد. حالا همایون امیری و محمود نهنانی دستیاران نهرودی امانتدار او در رینگ تاشکند خواهند بود و سرمربی، بوکسورها را مجازی کوچ خواهد کرد. در حالی که این نقد به فدراسیون وارد است که چرا از قبل فکر چنین روزهایی را نکرده بود، ابراهیم موسوی مدیر تیم‌های ملی، از انتخاب نهرودی دفاع کرد و معتقد است لغو لحظه آخری پرواز مستقیم، همه چیز را به هم ریخت: «نهرودی قبلاً عمل قلب باز انجام داده بود، تیم اول قرار بود با پرواز مستقیم، یک راست به تاشکند برود اما لحظه آخر پرواز لغو شد و قرار شد تیم اول به ترکیه برود و بعد از ۸ ساعت ترانزیت، راهی تاشکند شود. پزشک نهرودی، طولانی بودن این پرواز را برای او خطرناک دانست و ما هم نخواستیم ریسک کنیم. از طرفی هم تاریخ انقضای پاسپورت او تمام شده بود و ایشان دیر اقدام کردند، خلاصه همه چیز دست به دست هم داد تا نهرودی در این مسابقات حضور نداشته باشد.» او در واکنش به انتقادات برای انتخاب نهرودی گفت: «منتقدانی که به سن نهرودی انتقاد دارند، خیلی چیزها را نمی‌دانند. او الان سه ماه است که بالای سر بچه‌ها بوده و کوچک‌ترین مشکلی نداشتیم. او سابقه حضور در ۴ المپیک را دارد و مگر می‌شود به این راحتی از کنار اسم او گذشت که حالا آقایان به حضور او در تیم ملی، انتقاد می‌کنند. اصلاً نگران نیستیم، مطمئن باشید اگر جای نگرانی بود فکری می‌کردیم.»

امیری و نهنانی از مربیان خوب ما هستند و الان چندین سال است که در اردوها کنار ملی‌پوشان هستند، در این مسابقات هم به‌خوبی از پس کار برمی‌آیند.» بی‌شک نهرودی شناسنامه بوکس ایران است، بوکسورهای نسل‌های مختلفی وام‌دار او هستند و نمی‌شود به این راحتی از کنار او گذشت، اما بهتر بود فدراسیون با دید بازتری دست به انتخاب می‌زد و از قبل فکر این روزها را می‌کرد.



رقابت‌های لیگ برتر به اوج هیجان رسیده و سه تیم بالای جدول، جدال حساسی بر سر کسب عنوان قهرمانی دارند. در حالی حاضر، پرسپولیس با ۵۷ امتیاز در صدر است و سپاهان هم با ۵۶ امتیاز در رده دوم قرار دارد و استقلال هم با ۵۵ امتیاز، جایگاه سوم را به خود اختصاص داده است. در این شرایط، سخت می‌توان پیش‌بینی کرد که چه تیمی قهرمان لیگ بیست و دوم می‌شود. جلال چراغپور، کارشناس فوتبال در خصوص این شرایط، به «جام فوتبال» گفت: «در پیش‌بینی‌ها چند آیتم را باید در نظر بگیریم و گزینه این پیش‌بینی علمی نمی‌شود و نظر، علاقه و تعصب در آن دخیل می‌شود. نکته اول این است که تیم‌های پیش روی این سه تیم یک جور نیستند و متفاوتند که این بسیار تأثیرگذار است. ضمن اینکه تیم‌ها، ساختار، بازیکنان و مربیان مختلفی دارند که این تفاوت‌ها را به وجود می‌آورد. مثل تورنمنت نیست که همه در یک گروه باشند و همه با هم بازی کنند که بگوییم انگلیس - ولز این طور شد، ایران - انگلیس آن طور شد و آمریکا - ولز این طور می‌شود.» او با بیان اینکه ما در بازی پرسپولیس و استقلال با اتفاق تازه‌ای مواجه شدیم، مثال جالبی زد: «مربیان مانند خلبان‌هایی هستند که می‌خواهند هواپیماهای بوئینگ ۷۴۷ را بلند کنند. هر تیمی بوئینگ ۷۴۷ و هر مربی واقعاً خلبان است. بنابراین اگر در شرایط خاصی که در آسمان به وجود می‌آید، خلبان تسلط روی مکانیزم آن هواپیما نداشته باشد، سانحه به وجود می‌آید. تیم‌ها تا وقتی که در زمین تمرین هستند، مانند هواپیمایی هستند که روی باند نشسته است اما وقتی به استادیوم می‌روند و در مسابقه مقابل تماشاگر قرار می‌گیرند، مانند آغاز لحظه پرواز است. کدام خلبان تسلط بیشتری دارد؟ آن کسی که هواپیمایش را بهتر می‌شناسد. حالا کدام مربی تسلط دارد؟ آن کسی که ساختار فوتبالی تیمش را بشناسد.» چراغپور ادامه داد: «ما در دربی به وضوح دیدیم که شناخت مربی استقلال از تیمش، بیش از ۴۰ درصد نیست و چون با مربی‌ای مواجه شد که ۸۵ الی ۹۰ درصد تیمش را می‌شناسد و خواص بازیکنانش را می‌داند، در این مواجهه شکست خورد و یحیی گل محمدی برنده شد.» این کارشناس به بیان جزئیات بیشتری از آنالیز دربی پرداخت: «در این دیدار، مهدی قایدی در سمت چپ خط حمله بازی می‌کرد. این در حالی است که او برای موفقیت یک ترکیب دو نفره می‌خواهد. مثل زمانی که شیخ دیاباته کنارش بود. اصلاً علت اصلی اوج گرفتن قایدی در فوتبال ایران، دیاباته بود که این بازیکن



بررسی وضعیت سه تیم مدعی قهرمانی لیگ در گفت‌وگو با جلال چراغپور

یحیی از سایننتو و مورایس به تیمش مسلط‌تر است



علی بیرقدار - روزنامه نگار

به او پاس می‌داد و گل می‌زد و او به این پاس می‌داد و گل می‌زد. حالا تفاوت‌های آندره آ استراماچونی را با ریکاردو سایننتو ببینید. این مربی از پیمان بابایی در نوک حمله استفاده کرد. در حالی که او نوک نیست. بابایی با بدنش و سینه نمی‌تواند استپ کند و بچرخد و نه حرکت انفجاری می‌کند. در حالی یک توپ انفجاری به عیسی آل کثیر رسید و دیدید چه کار کرد. البته حادثه‌هایی رخ داد و آن صحنه برای استقلال قطعاً پنهانی بود. ممکن است آقای پیام حیدری بگوید ندیدیم یا بازیکن سر خورد ولی با هر قاعده و قانونی آن صحنه پنهانی بود. اما اگر از آن صحنه عبور کنیم، بابایی تنها یک بار به توپ ضربه زد و همه بار حمله روی دوش قایدی رفت.»

در بیشتر بازی‌های استقلال، امیر ارسلان مطهری فیکس بود ولی این بار بابایی در ترکیب اصلی قرار گرفت. آیا این به همان شناخت ۴۰ درصدی سایننتو برمی‌گردد؟ چراغپور به این سؤال پاسخ داد: «بله همین‌طور است. شما می‌دانید مطهری چه کاره است و چه توپی را می‌زند و چه را نه. حالا سایننتو از بابایی چند بار از ابتدای فصل به صورت فیکس استفاده کرده است؟ کم. بعد در پرفشارترین بازی و در دیداری که مشخص است میانه زمین استقلال یارگیری می‌شود و نمی‌تواند توپ پخش کند، تغییرات می‌دهند. بعد استقلال، یک طراح نمی‌خواهد که پاس در عمق یا ضربدری بدهد؟ روزبه چشمی می‌تواند این کار را انجام دهد؟ خیر. پشت آنها عارف غلامی بود که یک کارت گرفت و یک کارت دیگر هم می‌توانست بگیرد. بنابراین غلامی، چشمی و بابایی در ترکیب استقلال دچار مشکل هستند. آیا مربی این تیم شناخت داشته است؟ به اینها باید به تعویض غلط هم اضافه کرد. زمانی که تیم عقب است، جعفر سلمانی دفاع چپ بیرون می‌رود و رضا میرزایی دفاع راست و راست پا به جای او می‌آید. من بی‌طرف هستم ولی اسم این کار را عدم شناخت تیم خودی می‌گذاریم. البته آن بازی که استقلال شش گل می‌زند یا تیم‌های دیگر را می‌برد، باید گفت که مهره‌های استقلال واقعاً کارآمد هستند. خود قایدی یک تیم است اما وقتی سایننتو مقابل تیمی مانند پرسپولیس که مربی‌اش تیمش را خوب می‌شناسد، هر چه اشتباه بود، انجام داد.» چراغپور یادآور شد: «در سمت مقابل، یحیی بازیکن سریع و انفجاری‌اش را بیرون نگه داشت و از مهدی عبدی در ترکیب اصلی استفاده کرد. عبدی مدافعان استقلال را خسته کرد و وقتی انرژی‌اش تمام شد، آل کثیر را وارد میدان کرد. ضمن اینکه مصدومیت کوین یامگا هم مشکلات استقلال را بیشتر کرد.»



بازیکنان ما برای دربی تحت فشار بودند!



احمد فلاح - روزنامه نگار

دربی ۱۰۰ همانند دربی‌های دیگر با برخی حواشی همراه بود که مهم‌ترین آن مربوط به ریکاردو ساپینتو بود. سرمربی استقلال پس از پایان دیدار با پرسپولیس دوان دوان به سمت تیم دآوری رفت و چند جمله بیان کرد؛ جملاتی که به هیچ وجه قابل ترجمه نبود و حتی باشگاه استقلال هم از برنامه «فوتبال برتر» درخواست کرد که صحبت‌های ساپینتو را در این برنامه ترجمه نکند. علاوه بر این روز سه‌شنبه وزیر ورزش در مجمع عمومی باشگاه استقلال از این باشگاه به دلیل ریخت و پاش‌های بی‌مورد انتقاد کرد. حجت کریمی، سرپرست باشگاه استقلال در گفت‌وگو با «جام فوتبال» در خصوص دربی بیان می‌کند: «بازی خوبی بود و بچه‌ها زحمت خود را کشیدند. ما در یکی دو صحنه از دآوری متضرر شدیم و این موضوع هم یکی از عوامل باخت مان در دربی بود. البته باید بگویم پیش از دربی استقلال با برخی حواشی مواجه شد. مشکلاتی که استقلال در یک ماه گذشته داشت، باشگاه‌های دیگر نداشتند. استقلال با حواشی مدیریتی و موضوعاتی که در خصوص حذف از آسیا مطرح شد، روبه‌رو بود. این موضوعات باعث شد بازیکنان ما برای دربی تحت فشار باشند و نتوانند بازی خود را انجام دهند. با وجود این به بازیکنان و تیم فنی خسته نباشید می‌گویم چرا که تلاش خود را انجام دادند اما متأسفانه تلاش‌شان به ثمر نرسید.» او در ادامه بیان می‌کند: «استقلال با وجود باخت در دربی، شانس قهرمانی دارد و هنوز چیزی تمام نشده است. تلاش مدیریت، کادر فنی و بازیکنان تیم این است که در بازی‌های باقیمانده بهترین نتایج را کسب کنیم. سه بازی تا پایان فصل داریم و باید این سه بازی را با پیروزی به پایان برسانیم. ممکن است همه چیز تغییر کند و اتفاقات دیگری در پایان فصل رقم بخورد. هر کاری از دست مان بریاید برای شادی هواداران انجام می‌دهیم.» سرپرست استقلال در خصوص برگزاری مجمع عمومی باشگاه که روز سه‌شنبه برگزار شد، می‌گوید: «مجمع باشگاه برگزار شد و در این مجمع وزیر ورزش صحبت‌هایی داشتند و ما هم درخواست خود را از وزارت بیان کردیم. حقیقتاً وزیر ورزش و جوانان همیشه و در همه حال از ما حمایت می‌کند و از همین جا به وزیر محترم ورزش خسته نباشید می‌گویم. با تصمیم وزارت ورزش اعضای هیأت مدیره طبق روال فعلی به کار

خود ادامه خواهند داد و فعلاً شاهد هیچ تغییری نخواهیم بود. اگر قرار به تغییری هم باشد، در روزهای آینده اتفاق می‌افتد.» کریمی این‌گونه به صحبت‌های وزیر ورزش و صحبت‌های ساپینتو پس از پایان بازی با داوران واکنش نشان داد: «این هزینه‌ها بوده و باشگاه استقلال چنین هزینه‌هایی داشته اما این هزینه‌ها مربوط به الان نیست. حقیقتاً این موضوع را باید مدیران سابق پاسخ دهند و بگویند چرا این‌گونه هزینه کردند. در خصوص صحبت‌های ساپینتو با داوران باید بگویم که او بعد از بازی کاملاً تحت فشار بود و در این شرایط صحبتی کرد و از داور ناراحت بود. او مربی متعصبی است و تعصب زیادی به استقلال دارد و با تعصب کار خود را دنبال می‌کند.» سرپرست باشگاه استقلال در ادامه می‌افزاید: «باشگاه استقلال از تلاش‌ها و زحمات ریکاردو ساپینتو سرمربی ارزشمند خود تشکر و قدردانی می‌کند. برخی‌ها برای ساپینتو حواشی‌ای ایجاد می‌کنند و این افراد بدانند حاشیه‌هایی که سعی می‌کنند برای او درست کنند، بی‌فایده است و باشگاه حمایت کامل خود را از سرمربی‌اش اعلام می‌کند. او با قدرت به کار خود ادامه خواهد داد و مدیریت هم همه‌جوره از او حمایت خواهد کرد. امیدواریم نتیجه این حمایت‌ها قهرمانی استقلال در پایان فصل باشد.» او در خصوص شادی عجیب علیرضا بیرانوند پس از پایان بازی که به نشانه بریدن سر استقلال دست خود را روی گلو قرار داد، می‌افزاید: «شادی بیرانوند خیلی زشت بود و از او انتظار نمی‌رفت که چنین حرکتی انجام دهد. او بازیکن ملی است و باید همانند یک بازیکن ملی عمل کند. به هر حال از او به خاطر آن حرکت زشت شکایت کردیم و باید ببینیم کمیته انضباطی چه جریمه‌ای برای او در نظر خواهد گرفت.» کریمی در پاسخ به این سؤال که آیا فصل آینده ساپینتو در استقلال به کار خود ادامه خواهد داد، می‌گوید: «مشخص نیست و آخر فصل وضعیت او مشخص می‌شود. در حال حاضر به این فکر می‌کنیم که بتوانیم در پایان فصل نتیجه خوبی بگیریم و در واقع هدف خود ساپینتو قهرمانی با استقلال است و برای رسیدن به این مهم خیلی تلاش می‌کند. در حال حاضر در تلاش هستیم بزودی بتوانیم بخش دیگری از مطالبات بازیکنان را پرداخت کنیم تا بازیکنان بدون دغدغه به کار خود ادامه دهند و برای قهرمانی تیم تلاش کنند.»

در بی ۱۰۰ همانند دربی‌های دیگر با برخی حواشی همراه بود که مهم‌ترین آن مربوط به ریکاردو ساپینتو بود.



سنایی: هزینه بلیت را از جیب دادیم دختران ورزشکار در این سال‌ها زره پوشان با موانع زیادی جنگیدند و اولین‌های زیادی را رقم زدند. حالا نوبت به دختران هاکسی روی یخ رسیده است، آنها برای اولین بار در تاریخ، امروز در مسابقات قهرمانی آسیا به میدان می‌روند تا فارغ از هرنتیجه‌ای تاریخ‌سازی کنند، دخترانی که کم‌تر دیده شدند اما یک لحظه هم بال پروازشان را نیستند و به گفته خودشان در راه یخ که عشق اولشان است، بخشی از هزینه این اعزام را هم از جیب می‌دهند تا رؤیایشان رنگ فراموشی نگیرد.

اعظم سنایی کاپیتان و مربی تیم ملی هاکسی روی یخ درباره این اتفاق تاریخی می‌گوید: «من و کل تیم بابت این اتفاق تاریخی هیچ‌ان زده و خوشحال هستیم. تا ۳ سال پیش حتی زمین یخ هم در ایران نداشتیم و بازی روی یخ آرزویمان بود. بابت این اتفاق خوشحال و سرشار از انگیزه هستیم.»

او به درخشش تیمش در تایلند مطمئن است: «این روزها بیشتر از هر چیزی حس امیدواری در من زندگی می‌کند. ما بعد از این همه سال انتظار، این اتفاق را رقم زدیم. کار سختی داریم چراکه رقبایمان همگی باتجربه هستند و ما کم تجربه‌ترین، اما این چیزها برایمان مهم نیست و برای مدال به تایلند می‌رویم و از جان مایه می‌گذاریم.» به گفته سنایی، ملی پوشان بخاطر عدم لغو اعزام، بخشی از هزینه سفر را خود گردن گرفته‌اند: «ما در ایران یک انجمن هاکسی روی یخ داریم که زیر نظر کاوه صدقی فعالیت می‌کند. او تا الان در حد توان برای این رشته زحمت کشیده است اما متأسفانه بخشی از هزینه سفر جور نشد و روی دوش بازیکنان افتاد و مجبور شدیم هزینه بلیت را از جیب بدهیم تا اعزام مان لغو نشود.» ملی پوش هاکسی روی یخ حالا حمایت مسئولان را می‌طلبد: «از سن پایین با اسکیت و یخ آشنا شدم، این شد که از ۱۲ سالگی تا الان که ۳۰ سالم است نتوانستم از این رشته دل بکنم. خیلی‌ها معتقدند هاکسی رشته خشنی است اما این طور نیست و بهتر است بگوئیم این رشته جدی است. باید از کادرفنی و کاوه صدقی تشکر کنم که حامی همیشگی دختران هاکسی روی یخ بوده‌اند. می‌خواهم این را بگویم که ما و مسئولان این رشته، از حیطة مسئولیت‌ها و وظایفمان هم فراتر عمل کردیم، در تایلند هم لحظه‌ای کم نمی‌گذاریم، می‌ماند حمایت مسئولان که امیدوارم با دید وسیع‌تری به این رشته نگاه کنند.»



آموزش تکنیکی - تاکتیکی تالیسی ۸ پاسی و کنترل (دریافت توپ)

۱- پاس در طول زمین و کنترل

سازماندهی:

۵ بازیکن در هر تمرین که در دو نیمه زمین انجام می شود شرکت می کنند.

مناطق ایستادن بازیکنان علامت گذاری می شوند (با مخروط یا خط کشی). شروع تمرین با یک توپ و بعد با ۲ توپ انجام می شود.

شیوه:

بازیکن A یک پاس به بازیکن B می دهد و به سمت بازیکن B می دود تا با او جابه جا شود. بازیکن B توپ را کنترل کرده و به بازیکن C پاس می دهد، و به سمت این بازیکن می دود و جایش را با بازیکن C عوض می کند. بازیکن C توپ را به بازیکن D جهت کنترل پاس می دهد و بازیکن D بعد از کنترل، توپ را به بازیکن A1 پاس می دهد. بعد از پاس دادن جایگاههای بازیکنان عوض می شود. بر طبق دستورالعمل مربی، جهت پاسها عوض می شود.

تغییرات:

در تمرین باید روی گوناگونی پاسها کار شود. و انواع پاس ها بین بازیکنان ردوبدل شود. بعد چند بار تکرار تمرین با ۲ توپ انجام می گیرد. تمرین می تواند کمی پیچیده تر شده و از پاس مستقیم، پاس عرضی، و پاس تک ضرب در طول تمرین استفاده کرد طبق شکل توسط بازیکنان



۲- پاسهای کوتاه و بلند

سازماندهی:

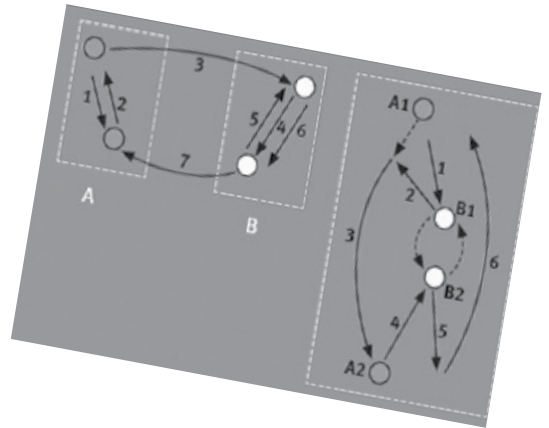
۴ بازیکن در هر تمرین شرکت می کنند. مناطق با قیف یا با خط چین علامت گذاری شده اند.

شیوه تمرین:

بازیکنان A در محدوده مشخص شده خود حرکت کرده و پاسهای مستقیم به یکدیگر می دهند بعد از اینکه ۳ تا ۴ پاس بین آنها ردوبدل شد، هر بازیکنی که صاحب توپ بود به یکی از بازیکنان گروه B پاس بلند ارسال می کند. بازیکنان گروه B بعد از کنترل توپ به همدیگر پاس می دهند (پاس مستقیم) و بعد از ۴ تا ۵ پاس توپ را با پاس بلند به بازیکنان گروه A ارسال می کنند. پاسها باید با هر دو پا دریافت شوند.

تغییرات:

بازیکن A1 توپ را به بازیکن B1 پاس داده و دریافت می کند، بازیکن A1 به سمت توپ حرکت کرده و توپ را با یک پاس بلند برای بازیکن A2 می فرستد. همین تمرین بین بازیکن A2 و بازیکن B2 نیز انجام می شود. (بازیکنان گروه B بعد از دادن هر پاس تک ضرب جایشان را با هم عوض می کنند).



۳- پاسهای مختلف و کنترل

سازماندهی:

۲ گروه شامل (۶ تا ۸) بازیکن در این تمرین شرکت می کنند.

مناطق علامت گذاری شده است. هر گروه با یک توپ کار می کنند.

شیوه تمرین:

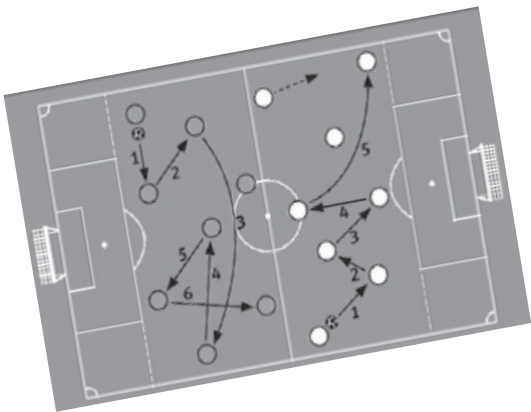
توپ در زمین بین بازیکنان با دادن پاسهای مختلف ردوبدل می شود. بازیکنان در زمین خود شروع به حرکت می کنند و بازیکنان نزدیک به هم از پاسهای کوتاه استفاده می کنند مثل بازیکنان (۱ به ۲) بعد از ۳ پاس کوتاه یک پاس بلند ارسال می شود. بازیکنان باید حتما در حال حرکت کردن باشند.

تغییرات:

۲ گروه به صورت فشرده با هم بازی می کنند.

بازیکنان سعی می کنند به بازیکن خودی که با لباس خود با دیگران متمایز شده پاس کاری کند.

بازی با ۱ تا ۳ توپ قابل اجرا است.



۴- ۸ در مقابل ۸ یا (۶ در مقابل ۶) بازی با دروازه بانان

سازماندهی:

۲ تیم شامل ۸ بازیکن به همراه دو دروازه بان با دروازه

توپ به تعداد لازم

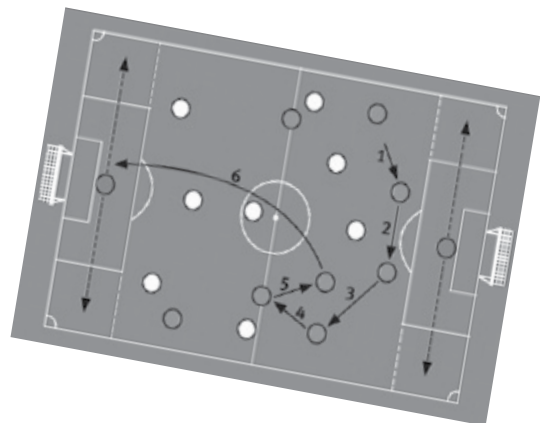
ابعاد: ۴۰*۶۰

به همراه قیف تمرینی و کاور در دورنگ

تغییرات:

هر تیم بعد از ۱۵ پاس یک گل محسوب می شود و امتیاز می گیرد.

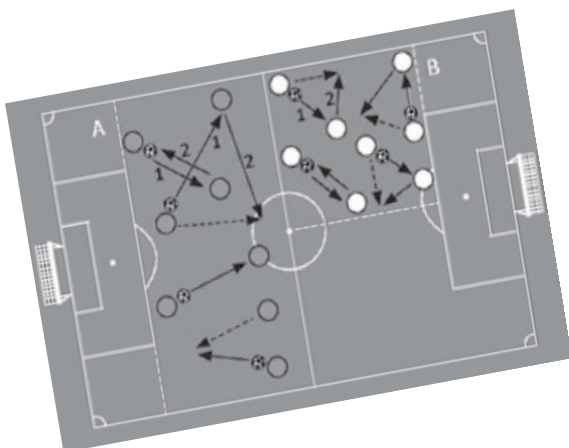
تعداد پاسها باید به ۲۵-۳۰ درصد برسد.



آموزش تکنیکی - تاکتیکی تماشایی:

پاس و کنترل (دریافت توپ)

۱- دریافت توپ و دادن پاسهای کوتاه و بلند



سازماندهی:

۸ بازیکن در ۲ گروه در این تمرین شرکت می کنند. بازیکنان به صورت جفت (۲ نفره) با هم کار می کنند. هر ۲ نفر با یک توپ کار می کنند. مناطق با خط کشی مشخص شده است و شامل زمین (A و B) است. در زمانهای مشخص زمینهای بازیکنان تعویض می شود.

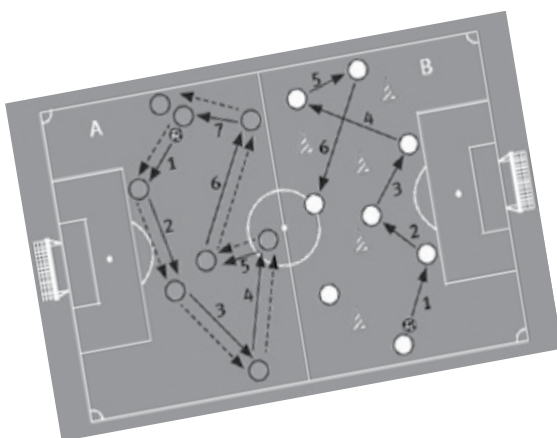
شیوه:

بازیکنان به صورت ۲ نفره با داخل پا و بیرون پا با هم پاس کاری و (۱ و ۲) می کنند. بازیکنان جهت کنترل توپ با بیرون پا یا داخل پا حرکت می کنند. بازیکنان به صورت پویا در زمین حرکت کرده و به یکدیگر پاس می دهند (در زمین B بازیکنان به یکدیگر پاس کوتاه می دهند) در زمین A بازیکنان ضمن دادن پاس کوتاه از پاس بلند نیز استفاده می کنند.

تغییرات:

دادن انواع پاسها در مسیرهای مختلف. دادن پاسهای هوایی جهت کنترل با سینه.

۲- دریافت توپ، دادن پاس و جابه جاشدن در موقعیتهای مختلف



سازماندهی:

۲ گروه شامل ۷ تا ۸ بازیکن در هر نیمه زمین تمرین می کنند. هر گروه با یک توپ کار می کند. در زمین B ۵ تا ۶ قیف مطابق شکل در زمین استفاده می شود.

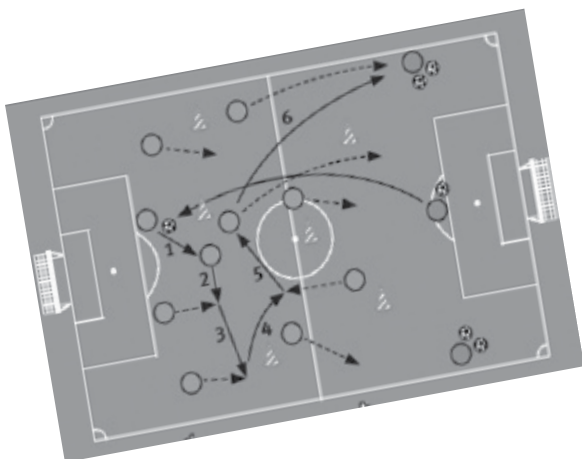
شیوه:

در زمین B تمرین به صورت ایستا انجام می شود. بازیکنان در موقعیتهای خود ایستاده، و خود را جهت دادن پاس و دریافت توپ در مسیر حرکت توپ قرار می دهند. بازیکنان با دادن پاسها با بیرون پا و داخل پاسی می کنند پاسهای صحیح به هم تیمی های خود بدهند. در زمین A تمرین به صورت پویا انجام می شود. بدین صورت که بازیکنان با دادن هر پاس جای خود را با بازیکن دریافت کننده عوض می کند.

تغییرات:

افزایش سرعت بازی. بازیکنان در زمین B از پاسهای تک ضرب استفاده می کنند. بازیکنان در موقعیت خود باقی می مانند اما دائما برای گرم نگه داشتن بدن خود در حال حرکت در جا هستند.

۳- پاس و جابه جایی توپ در کل تیم



سازماندهی:

۱۱ بازیکن پستیهای مختلف را انتخاب می کنند و در جای خود مستقر می شوند. ۲ تا ۳ دروازه بان فقط برای شروع بازی با پا (همانطور که در شکل مشخص شده) در جای خود مستقر می شوند. ۵ تا ۶ قیف به صورت نامنظم مطابق شکل در زمین گذاشته می شود

شیوه:

یکی از دروازه بانان از نقطه شروع بازی توپ را به جریان می اندازد. بوسیله یک حرکت ترکیبی بازیکنان برای رسیدن به گل تلاش می کنند. تیم توپ را دنبال می کند، مناطق را اشغال و دائما در حال حرکت هستند. پاسهای متناوب ردوبدل می کنند و آهنگ بازی را مشخص می کنند. مربی می تواند در جریان بازی تیم را رهبری کند.

تغییرات:

قیف ها را جهت بالا بردن دقت بازیکنان و تلاش بیشتر آنها و در دست داشتن مالکیت توپ به هم نزدیکتر می کنیم. ۲ تا ۵ حریف را برای دفاع کردن اضافه می کنیم. زمان بازی و تعداد پاس را تا رسیدن به گل محدودتر کرده و سرعت حرکت بازیکنان را اضافه می کنیم. همچنین این تمرین را می توان با ۷ تا ۹ بازیکن انجام داد.

۴- تمرین ۴ در مقابل ۴ و ۸ در مقابل ۸ + ۲ بازیکن آزاد که برای هر دو تیم بازی می کند.

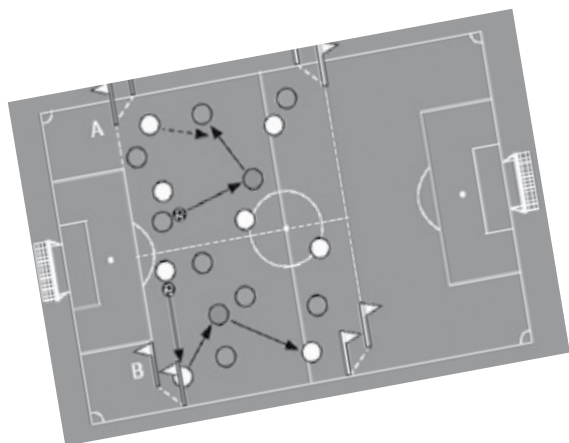
سازماندهی:

۲ تیم شامل ۸ بازیکن به همراه ۲ بازیکن بی طرف (دروازه بان) بازی می کنند.

زمین مسابقه به دو قسمت تقسیم و علامت گذاری شده است (A و B) و در هر زمین ۲ دروازه کوچک مطابق شکل نصب می شود.

شیوه:

بازیکنان به صورت ۴ به ۴ در هر منطقه (زمین) بازی می کنند بازیکن بی طرف برای هر تیمی که صاحب توپ باشد بازی می کند. بازیکن بی طرف فقط می تواند یک ضربه به توپ بزند. هر تیمی که صاحب توپ است بعد از ۶ پاس می تواند به یکی از دروازه ها حمله و گل بزند. (گل نباید توسط بازیکن بی طرف باشد). هر گدام از تیم ها باید از هر دو دروازه دفاع و بعد از تصاحب توپ به هر دو دروازه حمله کنند. بعد از انجام این تمرین بازیکنان می توانند به صورت ۸ به ۸ در کل منطقه بازی کنند. هر یک از بازیکنان بی طرف در یک منطقه باقی می مانند. در این تمرین بازیکنان بعد از ۱۰ پاس می توانند به دروازه ها حمله و گل به ثمر برسانند. یک تیم به ۲ دروازه حمله و از ۲ دروازه دفاع می کند.





داور هفته

علی دهقانی متولد سال ۱۳۶۳ تهران، از دوران تحصیل علاقه شدیدی به کار داورى داشتند. کلاس داورى درجه ۳ را در سال ۱۳۸۲ طی نمودند و از همان سال شروع به کار داورى نمودند. از آن جمله: داور مسابقات بازیهای پایه نونهالان، نوجوانان، جوانان، امید و باشگاههای تهران. در سال ۱۳۸۳ به درجه ۲ و در سال ۱۳۸۶ به درجه یک داورى ارتقا یافتند. در کشور مالزی درجه ملی را کسب نمودند و اولین داور لژیونر ایرانی بود که بازیهای جنوب شرق را قضاوت کرد. ضمن سابقه قضاوت مسابقات سوپر لیگ، لیگ برتر، جام ریاست جمهوری و مالزیاکاپ کشور مالزی را در کارنامه کار خود دارد.



تغذیه در ورزش



اسد عابدینی
مربی تیم منتخب بانک ملت

در ادامه بحث تغذیه هفته قبل، یک بازیکن برای تمرین یا مسابقه نیاز دارد که بداند قبل از ورزش و بعد از ورزش و بعد از ورزش از چه موادی و چگونه استفاده نمایند.

خصوصیات یک برنامه غذایی مناسب:

- ۱- کیفیت مواد غذایی
- ۲- تعادل در مصرف
- ۳- کنترل کالری مطابق با فعالیت های مربوطه
- ۴- میانه روی در مصرف انواع قندها چربیها و پروتئین ها
- ۵- تنوع غذایی

لازم است بدانیم هیچ رژیم غذایی وجود ندارد که موجب قهرمانی یک ورزشکار گردد بلکه رعایت رژیم صحیح و منطقی شرایط را برای ایجاد حداکثر آمادگی جسمانی و انجام مطلوب وظایف محوله مهیا می سازد.

مهمترین عوامل موثر بر تغذیه ی یک بازیکن عبارتند از:

- ۱- سن ورزشکار (تغذیه ی یک بازیکن نوجوان با تغذیه ی یک بازیکن بزرگ سال حتما فرق دارد)
- ۲- پست ورزشکار (مثلا تغذیه ی یک گلر با یک هافبک وسط قطعا متفاوت خواهد بود)
- ۳- نوع مواد مصرفی در بازیکنان هم متفاوت است.
- ۴- زمان مصرف مواد غذایی هم متفاوت می باشد (تغذیه ی تیم ما وقتی که ساعت ۳ بعد از ظهر در یک هوای گرم بازی داریم با تغذیه ی برای یک بازی ساعت ۶ صبح و یک هوای خنک و بهاری خیلی متفاوت است)
- ۵- خیلی مهم است که فاصله ی زمانی صرف غذا تا شروع تمرین یا مسابقه را بدانیم و از چگونگی مصرف مواد غذایی در دسترسمان نیز اطلاعات لازم را داشته باشیم تا بتوانیم بهترین بهره لازم را ببریم.
- ۶- مکان مسابقه هم بسیار مهم است.

البته نباید از عادت های غذایی بازیکنان صرف نظر کرد. تغذیه در هنگام سفرها و اردوها (عوامل موثر در هضم و جذب و بیوسنتز و اسهال و عواقب مصرف احتمالی برخی غذاها و نوشیدنی ها... به آسانی گذشت)

منابع اصلی انرژی در بدن عبارتند از:

قند ها، چربی ها و پروتئین ها اما نباید از تاثیرات آب، الکترولیت ها و ویتامینها چشم پوشی نمود.

مهمترین نقش مواد قندی در بدن عبارتند از:

- الف) تامین انرژی سوختی بدن
 - ب) ذخیره سازی پروتئین ها
 - ج) چاشنی سوخت و ساز چربی ها
 - چ) سوخت و ساز دستگاه عصبی
- بایستی بدانیم اولین سوختی که برای یک ورزشکار مورد نیاز می باشد مواد قندی (کربوهیدراتها) می باشد.

منابع مهم قندها عبارتند از:

مواد نشاسته ای (نان، ماکارونی، برنج، غلات، سیب زمینی)، قند موجود در میوه جات، لبنیات و سبزیجات. برخی از مواد مثل کشمش، خرما، توت و... که سرشار از مواد قندی مورد نیاز بدن می باشند و بسیاری از مواقع برای تامین انرژی مورد نیاز در دسترس ترین منابع انرژی میباشند. پس از قندها باید از نقش چربی ها گاهی لازم را داشته باشیم. چربی ها بزرگترین منبع ذخیره ی انرژی در بدن هستند و از اعضای حیاتی بدن محافظت می کنند ضمنا عایق بدن در برابر سرما هستند.

منابع مهم چربی ها عبارتند از:

مواد خوراکی چرب و روغنهای موجود گیاهی و جانوری.

نقش پروتئینها در بدن:

ساختن عضلات را می سازند یعنی در اسکلت و ساختن بدن وجود دارند. لازم است بدانیم در بدن انسان اول قندها مصرف میشوند سپس چربیها و نهایتا پروتئین ها، یعنی تا زمانی که در بدن قند یا چربی هست پروتئین مصرف نمی شود.

برای روشن شدن موضوع به این مثال توجه کنید: اگر فردی را بدون هیچ غذایی فقط با مقداری آب بر روی قایقی قرار دهیم پس از چند روز می بینیم که هنوز این فرد زنده مانده است، در حالی که قند بدن او تمام شده است و هیچگونه چربی هم در بدن او وجود ندارد، پس او چگونه هنوز زنده مانده است. درست حدس زدید این فرد از پروتئین موجود در ساختمان عضلات خودش استفاده نموده است البته نباید این وضعیت زیاد ادامه پیدا کند چرا که اگر این فرد به مدت طولانی بدون غذا بماند با مشکلات عدیده ای روبه رو خواهد شد.

منابع مهم پروتئینی هم عبارتند از:

- ۱- تخم مرغ
 - ۲- گوشت های سفید و قرمز
 - ۳- فرآورده های گیاهی مثل فندقی پسته بادام گردو
- از سوختن ۱ گرم پروتئین ۴ کیلو کالری و از سوختن ۱ گرم قند هم ۴ کیلو کالری انرژی آزاد می گردد، در حالی که از سوختن ۱ گرم چربی ۹ کیلو کالری انرژی آزاد می گردد و اینجاست که ارزش غذایی و نقش انکار ناپذیر چربی ها برای ما مهم و حیاتی است. تغذیه روز قبل از مسابقه ساعت به ساعت و لحظه لحظه ی زمانها برای بازیکن ما حیاتی است. با مصرف مواد غذایی پر کربوهیدرات با شاخص قندی پایین ذخایر گلیکوژنی عضلات کبد و خون را کامل کنید (مواد قندی با شاخص قندی پایین موادی هستند که به محض مصرف آنها قند خون خیلی کند بالا می رود مثل انجیر خشک، خرمای خشک، توت خشک و کشمش خشک و...)

بهترین نوع مایع برای استفاده و جذب

مایع قندی ۲ تا ۸ درصد میباشند و اگر مایع قندی بالای ۸ درصد باشد به این دلیل مفید نیست که در جذب آب از دستگاه گوارش اختلال ایجاد می کند. با خوردن مواد غذایی حاوی فیبرهای گیاهی انرژی کل مصرفی را در وعده های غذایی بعدی کاهش می دهیم. افزایش مصرف فیبر گیاهی سبب کاهش جذب کلسیم، آهن، منیزیم، فسفر و سایر عناصر معدنی می گردد. از خوردن حبوبات و سبزیجاتی که مقدار زیادی فیبر دارند و گاز و نفخ ایجاد میکنند مثل لوبیا، نخود، باقالی، کلم و کاهو و... خودداری کنید. حتما برای دریافت مایعات برنامه داشته باشید چرا که ممکن است به دلایل مختلف به خصوص استرس دریافت مایعات را به میزان لازم فراموش نمایید. هدف از خوردن قبل از مسابقه پیشگیری از گرسنگی در حین مسابقه "ذخیره ی گلیکوژن" و فراهم کردن انرژی مورد نیاز بدن می باشد.



تغذیه در روز مسابقه

از انجام هر گونه فعالیت شدید بدنی جدا خودداری کنید، زیرا باعث کاهش عملکرد در حین مسابقه میگردد. ۱ تا ۲ ساعت قبل از مسابقه از خوردن مواد قندی با شاخص قندی بالا (موادی هستند که به محض مصرف قند خون بالا می رود مثل شکلات، شیرینی، نوشابه یا شربت و چای شیرین...) جدا خودداری کنید تا با کاهش عملکرد بازیکن روبرو نشوید. یک رژیم غذایی ایده ال برای روز مسابقه ۷۰ تا ۸۰ درصد مواد قلیایی و ۲۰ تا ۳۰ درصد مواد اسیدی می باشد.

غذاهای سازنده مواد قلیایی عبارتند از:

میوه ها، سبزیجات پخته و شیرین، نشاسته و ماست شیرین که عبارتند از کربوهیدراتها و غذاهای سازنده ی مواد اسیدی عبارتند از چربی ها و پروتئین ها در عین حال نباید از نقش اصلی و اساسی و تعیین کننده ی آب و الکترولیت ها و ویتامین ها غافل شد. از خوردن غذاها و نوشیدنی هایی که به آنها عادت ندارید خودداری کنید. برای هضم مواد نشاسته ای در بدن به شرایط قلیایی و برای هضم مواد پروتئینی به شرایط اسیدی نیاز می باشد پس از درم خوردن امتناع نمایید. سه تا سه ساعت قبل از بازی غذا مصرف کنیم چون قند خون پایین می آید و برای تامین قند خون از آمیوه ی ۲ تا ۸ درصد استفاده می کنیم تا قند مورد نظر تامین گردد. برای هضم و جذب غذاهای پر چرب و پر پروتئین زمان زیادی لازم است و به بازیکن ما احساس پری و سنگینی دست می دهد پس مصرف غذاهای پر کربوهیدرات که در مقایسه با غذاهای پر چرب و پر پروتئین سریعتر هضم می شوند توصیه می گردد.



گفت و گو با رحیم یوسفی
بازیکن سابق تیم ملی ایران
و پرسپولیس و پیشکسوت
فوتبال ایران

توجه به فوتبال پایه

باعث پشرفت فوتبال کشور می شود

یانه حداقل نگاه نمی کند به اینکه آن بازیکن بزرگتر از او باشد یا نه. اگر پول نگیرند آیا می توانند باشگاه را اداره کنند؟

باشگاههایی که دارند بازیکن در لیگ برتر جذب می کنند، طبق نظریه فیفا باید پایه ها را داشته باشند، وگرنه اجازه بازی را به آنها نمی دهند. به علاوه اینکه فدراسیون فوتبال دارد هزینه های این پایه ها را می دهد. مثلاً همین تیم پرسپولیس برای رده پایه ها مبلغ ۳۰۰۰۰۰۰۰ تومان پول می گیرد. در آخر کار هم به مربی که برای پایه ها زحمت می کشد مبلغ ناچیزی پرداخت می کنند. مربیان پایه ای که بر روی بازیکنان پایه کار می کنند و زحمت می کشند تا به رده های دیگر بروند، آن باشگاه تعداد اندکی از آنها را جذب می کند، مابقی آنها که رویشان زحمت کشیده شده را اوت می کنند و از جاهای دیگر جایگزین می کنند. این مسئله باعث می شود که روز به روز فوتبال پایه ها ضعیف تر شود. در ثانی یک مربی پایه نمی داند که فردا هم در آن باشگاه حضور دارد یا خیر. در واقع می توان گفت یک مربی پایه می آید زحمت خود را روی آن تیم پایه می کشد، زمانیکه می خواهد نتیجه آن را ببیند بعد از چند سال ایشان را اخراج می کنند. اگر می خواهند آن مربی پایه را اخراج کنند، مشکلی نیست حداقل فرد زحمت کشیده دیگری را بیآورند برای مربیگری پایه ها. نه اینکه کسی را بیآورند که حداقل یکبار هم از کنار آن تیم رد نشده باشد.

تیم های خصوصی در این بین چطور باید در آمد داشته باشند؟

به نظر من در این مورد باید شخصی که باشگاه خصوصی دارد، خودش باید هزینه کند بازیکنی که خوب است استعداد دارد و پولی ندارد به آن کمک کند. بازیکنی هم که پول دارد از آن کمک گرفته شود. اما الان فوتبال کشور ما روی آورده به طرف پول. از بازیکنانی که پدر و مادرشان پول دارند، آن پول می گیرند و بچه شان را نگاه می دارند، اما آنها هیچکدام استعداد دارند و پول ندارند در این بین می سوزند و از بین می روند.

سطح داوری پایه های تهران را چطور ارزیابی می کنید؟

سطح داوریها بسیار ضعیف است اما برگزاری مسابقات خوب است. مثلاً در یک مورد بازی با تیم استقلال سطح داوری آن چنان ضعیف بود، با اعتراضی که آنها کردند باعث شد اینجانب راز چند بازی محروم کنند.

چه راهکاری برای درست شدن فوتبال کشور مان دارید؟

در آن کار اگر می خواهیم فوتبالمان درست شود، باید پایه ها را درست کنیم. بیشتر افراد مسئول در فوتبال کشور ما می خواهند در تیم های شان ستاره داشته باشند تا و پتر نشان خوب باشد. اما باید گفت که ستاره خوب است ولی باید از ستاره ها کار کشید. در فوتبال الان تکنیک بالا رفته، اما یک بازیکن زور شوت زدن ندارد و نمی تواند از موقعیت استفاده کند و گل بزند.

بهترین خاطره ورزشی؟

در آن موقع توانایی این را نداشتیم که سوار اتوبوس شویم تا چه برسد به هواپیمای به همین خاطر هم وقتی که سوار هواپیمای می شدیم از خنده روده بر می شدیم و همینطور دائم می خندیدیم. احساس می کردیم که در خوابیم، چون آن موقع پول و امکانات خیلی کم بود و آن زمان یک پیراهن تیم ملی را تا ۱۷۰۰۰ تومان می خریدیم.

فرق باشگاههای الان با گذشته؟

در آن موقع باشگاه پرسپولیس با یک تاکسی اداره می شد، توپ و امکانات داخل باشگاه بود و بازیکنها با یک تاکسی می آمدند داخل باشگاه، تمرین می کردند و می رفتند. هیچ بازیکنی مثل حالا که هر کس یک مدیر برنامه، مدیر مالی و..... دارد نداشته. در واقع باشگاههای آن روز با توجه به اینکه امکاناتی نداشتند، اعتبارشان بیشتر بود.

ولی الان با این همه امکانات، اعتبار و کیفیت باشگاه آن زمان را هم ندارند. الان در بعضی از رده ها بازیکنانی قرارداد می بندند که حتی تا آن زمان هم آن بازیکن را ندیده بودند. در باشگاه الان در رده پایه ها مربیانی می آورند که حتی طرف نمی داند پایه یعنی چه. اما افرادی که در این راه استخوان خرد کرده اند را می اندازند بیرون.

جایگاه پیشکسوت در فوتبال کشور ما چگونه است؟

به نظر من جایگاه پیشکسوت الان ما پارکها هستند و حتی این پیشکسوتان به خاطر درآمد زندگی مجبورند با ماشین شخصی و تاکسی کار کنند. در کشور ما حتی اسطوره های فوتبال مثل علی دایی را خرد می کنند، ولی در عوض به یک مربی خارجی بها می دهند و برای یک پیشکسوت هیچ ارزش و اهمیتی قائل نیستند. حتی در زمان بازیها در استادبومها این پیشکسوتان را نمی شناسند و نمی دانند که اسم طرف هم چیست.

رحیم یوسفی متولد ۱۳۴۱ متاهل دارای دو فرزند پسر، پسر بزرگتر دانشجوی رشته زبان و پسر کوچکتر در حال تحصیل در مدرسه هنرستان، فوتبال را از سال ۱۳۵۵ پس از تست در تیم راه آهن، از این تیم شروع کرد. ابتدا در تیم نوجوانان و سپس در تیم جوانان. مربی او فرشاد پیوس، مجتبی خیر اندیش، محمود سجادی و محبی همبازی بودند. در این سال تیم جوانان راه آهن در بازی مقابل تیم پاس، قهرمان باشگاههای تهران شد. وی از تیم راه آهن منتخب تیم تهران شد و توانستند در کشور مقام اول را کسب نمایند. و بعد از آن به اردوی تیم ملی کشور فراخوانده شد. تیم ملی نوجوانان ایران در همین سال در دهکده المپیک اردو زده بود و در بازیهای تورنمنت روسیه مقام سوم را کسب نمود. در تیم ملی نوجوانان ایشان با بازیکنانی مثل: ناصر محمد خانی، شاهرخ بیانی، علی کرم سوری، عبادزاده، ابراهیم مافی، جمشید آبیاری و امیر خانی همبازی بودند. تیم ملی وقتی که از این بازیها برگشتند قرار شد که به کشور فرانسه اعزام شود که به دلیل انقلاب این کار انجام نشد. سال ۱۳۵۶ به تیم بزرگسالان راه آهن انتقال یافتند. به دلیل شرایط انقلاب تا سال ۱۳۵۹ بازی انجام نمی شد. در خلال این مدت ایشان خودشان به تمرینات ادامه دادند. تا اینکه در این سال تیمی تشکیل شد بنام منتخب تهران به مربیگری رضا وطن خواه، که این تیم در مسابقاتی که در شهر مشهد برگزار شد، قهرمان گردید. پس از این مسابقات ایشان به تیم بزرگسالان شاهین دعوت شد و ۲ سال در این تیم بازی کرد و در سال ۱۳۶۱ تیم شاهین به مربیگری ناصر ابراهیمی قهرمان جام حذفی باشگاههای تهران شد. در خدمت سر بازی به تیم ژاندارمری در رینه مشغول بازی شد، آن سال تیم ژاندارمری توانست مقام قهرمانی جام حذفی باشگاههای تهران را کسب کند. بعد از اتمام خدمت سر بازی یعنی آخر سال ۱۳۶۳ و سال ۱۳۶۴ در تیم بزرگسالان بانک ملی مشغول بازی شد. بعد از تیم بانک ملی به تیم استقلال رفتند و حدود ۵ ماه در این تیم تمرین کرد ولی به دلایلی به تیم پرسپولیس رفتند و تا سال ۱۳۷۱ در باشگاه پرسپولیس بازی کرد. سال ۱۳۷۱ از این تیم بیرون آمد و به مدت دو سال (۱۳۷۲ و ۱۳۷۳) در تیم پورا ماندند. پس از آن دو سال هم در تیم فجر سپاه، یکسال شهر داری تبریز، یکسال مسعود هرمزگان و دو سال الکتریک دماوند و بیمه ایران بودند و در تیم بیمه ایران یکسال هم مربیگری کردند. وی به مدت ۵ سال در تیم فوتبال پایه نوجوانان پرسپولیس مربیگری کردند و امسال هم با آمدن کادر جدید در باشگاه پرسپولیس عذر ایشان را خواستند.



تفاوت فوتبال پایه های قدیم با پایه های حالا در چیست؟

فوتبال پایه های قدیم با حالا اصلاً قابل قیاس نیست. در گذشته تیمهایی مثل راه آهن، بانک ملی و خیلی از تیم های دیگر خودشان سازنده بودند و بازیکن می ساختند. آن موقع مثل امروز پولی در کار نبود، هر کسی بازی خوبی می کرد جذب می کردند. ولی الان چون پول به میان آمده، هر کسی پول داشته باشد می تواند فوتبالیست شود.

آن زمان در رده پایه تمرینات خوبی انجام می شد، تمامی فوتبالیست های آن موقع خود ساخته بودند، استعداد ذاتی داشتند و بازیکنها خودشان زحمت می کشیدند، زمانیکه یک بازیکن ۹۰ دقیقه بازی می کرد وضعی در بازی داشت خودش می آمد روی آن ضعف کار می کرد و آن ضعف را برطرف می کرد. الان به خاطر این فوتبال پایه ها درست نمی شود که پای پول به میان آمده، یک مربی برای اینکه یک بازیکن را جذب کند، اول نگاه می کند که پدر یا مادر آن بازیکن پول می دهد



نداشتن زمین و امکانات عمده ترین مشکلات تیم داری

سطح مسابقات در سال گذشته بهتر از سالهای قبل بود و امیدوارم با مساعدت هیات فوتبال امسال بهتر از سال گذشته هم بشود.

1 سطح داوری مسابقات بر گزار شده در فصل گذشته چطور بود؟

داوری مسابقات در بعضی از موارد دچار افتهای شدیدی می شود ولی با درایت آقای رجبو سرپرست کمیته داوران، یزدانی سرپرست کمیته نظارت بر داوران و همکاران ایشان این مشکلات حل می شد و طبق گفته این آقایان امسال دقت بیشتری مخصوصاً در زمینه پایه انجام خواهد شد.

2 اهداف تیم تان در سال ۱۳۹۱ چیست؟

امیدوارم در سال آتی بتوانیم با تجربیاتی که از سال گذشته بدست آورده ایم در تمامی رده های سنی مختلف و در دسته اول و دوم حوزه جنوب غرب تهران با توجه به تمرینات که در استادپوم تختهی برقرار شده است بهتر ظاهر شویم.

3 نظر تان در مورد استفاده از صغر سنی در تیم ها چیست؟

در مورد صغر سنی باید بگویم دزدی آن هم در روز روشن و حق نوجوانان و جوانان را ضایع کردن. هیات فوتبال استان اگر در مورد مدارک سسجلی بازیکنان مقداری دقت نظر داشته باشد عمده ایرادهایش برطرف می شود.

4 چه مشکلاتی در تیم داری با آنها مواجه هستید؟

نداشتن زمین و امکانات، هزینه بالای زمینهای چمن مشکلات عدیده ای برای تیم داری بوجود آورده اند.

5 بزرگترین مشکلاتی که مربیان پایه دارند؟

بزرگترین مشکل مربیان پایه پایین بودن دستمزد و تامین نبودن زندگی از لحاظ مالی است.

6 چه توصیه ای برای دیگر مربیان دارید؟

من از مربیان دیگر خواهش می کنم از نظر اخلاقی به بازیکنان کمک کنند تا بتوانیم بازیکنان نمونه ای به جامعه فوتبال کشورمان تحویل دهیم.

7 ویژگیهای یک مربی چیست؟

یک مربی خوب باید دارای اخلاق حسنه، رفتار مناسب، روابط عمومی خوب و سلامت فکر باشد. تا بتواند روزانه حداقل سه ساعت در مورد فوتبال تحقیق کند و آن را در اختیار شاگردانش قرار دهد.

8 تیم از نظر شما یعنی چه؟

از نظر من تیم یعنی خانواده بعد از خانواده یک مربی با بازیکنان خود سرکار دارد باید بتوانیم آنچنان بازیکنانی تربیت کنیم که الگوی جامعه فوتبال کشور ما باشند.

9 چه ملاکی برای انتخاب بهتر بنها دارید؟

بهترینها را می توان از نظر فنی، اخلاقی، تحصیل و ظاهر در یک جا انتخاب کنیم.

10 مشکلات فوتبال کشور ما چیست؟

اهمیت ندادن به فوتبال رده های پایه در باشگاههای کشور، باعث شده مشکلات زیادی برای فوتبال کشور ما ایجاد شود و همینطور نقل و انتقال بازیکنان.

11 برگزاری مسابقات از طرف هیات فوتبال استان تهران چگونه است؟

بازیهایی که توسط خود هیات فوتبال برگزار می شود (دسته اول) ایراد کمتری از آسیا وین دارد. به نظر من اگر طوری می شد که بازیهای آسیا وین را خود هیات فوتبال برگزار می کرد بهتر بود.

12 حرفهای پایانی؟

در پایان از مجله شما خواهشمندم با همین صداقت به کار خود ادامه دهد تا حرفهای فوتبال پایه ما به گوش شنوندگان فوتبال و مسئولین آن برسد.



احمد صادقی نیک متولد ۱۳۴۳ تهران، متاهل دارای دو فرزند دختر، فوتبال را از محله اتابک ورزشگاههای شهید باباخانی، شهید عباسی و گود شهرزاد در سال ۱۳۵۷ شروع کردند. در سال ۱۳۵۹ در حین جنگ تمحیلی با حضور در جبهه های جنگ توسط آقای احسان حاجی بیگی به باشگاه وحدت تهران به مربیگری آقای مجید جلالی معرفی شدند. اولین مربی فوتبالی زندگی ایشان آقای عباس صادقی نیک برادر بزرگترشان بود که توانست بازیکنانی خوبی در سطح تیم های ملی امید، جوانان و مطرح ایران تحویل جامعه دهند.

در دوران خدمت مقدس سربازی در تیم استقلال رشت مشغول بازی شد، در این حین به جبهه جنگ اعزام شد و در باشگاه ژاندارمری خوزستان زیر نظر آقای کوبتی پور به فوتبال خود ادامه دادند. پس از پایان خدمت سربازی در سال ۱۳۶۶ توسط آقای رمضان قوتی در شهرری شروع به مربیگری فوتبال نمود. پس از حدود ۷ سال مربیگری، سال ۱۳۷۳ در کلاس مربیگری درجه C آسیا زیر نظر آقایان محمص، جلالی، صالح و خداداد مدرک مربیگری خود را دریافت نمود.

در سال ۱۳۷۴ با تیم پارس بنفشه در رده جوانان قهرمان تهران شدند و در رده نوجوانان، این تیم در تهران سوم شد. حدود ۸ سال به علت گرفتاری خانوادگی از فوتبال دور شدند و مجدداً در سال ۱۳۸۱ شروع به مربیگری در تیم های آتش نشانی، ابومسلم، فاطر، تهران، شهید خوش زبان، ارزش و راه آهن نمود.

از سال ۱۳۸۵ الی ۱۳۹۱ با ثبت مدرسه فوتبال پدیده یاران نیک در ورزشگاه تختهی مشغول آموزش فوتبال به نونهالان و نوجوانان است. در سال ۱۳۸۹ توسط آقای دکتر شیرازی رییس هیات فوتبال استان تهران به عنوان سرپرست تیم ملی در منطقه یک کشور در کنار آقایان اکبر محمدی، فناپی، وحید امیری، دهقانپور، علی گیوه ای و رضا مهد جوانام وظیفه می کند.

سطح مسابقات در فصل گذشته چطور بوده؟



آکادمی فوتبال پدیده یاران نیک

گفت و گویا علی کلی وندی

مربی تیم امید پارسه، قهرمان فصل گذشته لیگ برتر

ونفر اول مربی برتر تهران از سوی کانون مربیان پایه

هدفم از کار مربیگری کمک به کشف استعدادها در فوتبال است

آدرس محل برگزاری (ورزشگاه ها) مسابقات لیگ برتر و دسته یکم استان تهران

- ۱- ورزشگاه شهید چمران
شادآباد-خیابان ۱۷ شهریور-خیابان شهید کریمی-
جنب گوشتریان-ورزشگاه شهید چمران
- ۲- ورزشگاه پیام
پل سید خندان-خیابان شریعتی-جنب مخابرات-
ورزشگاه پیام
- ۳- ورزشگاه شهید فرخی باقر شهر
شهری - باقر شهر - خیابان یادگار امام - مجموعه
ورزشی ایثار گران جنب پارک عطر سیب
- ۴- ورزشگاه شهدای شمیران نو
میدان رسالت - خیابان هنگام - بعد از میدان الغدیر
انتهای دیوار سازمان آب خیابان سمت چپ مجموعه
ورزشی شهدای شمیران نو
- ۵- ورزشگاه نفت تهرانسر
تهرانسر-خیابان باشگاه-خیابان نهم-ورزشگاه نفت
تهرانسر
- ۶- مجموعه ورزشی امام رضا (ع)
یافت آباد - انتهایی بلوار الغدیر - خیابان عمرانی -
ورزشگاه ۱۰ هزار نفری امام رضا
- ۷- ورزشگاه پیکان شهر
اتوبان تهران کرج - پیکان شهر
- ۸- مجموعه ورزشی مرغوبکار (۲)
نازی آباد - خیابان هزار دستگاه - مجموعه ورزشی
مرغوبکار
- ۹- ورزشگاه شهید اسماعیلی
یافت آباد - خیابان بازار آهن - ورزشگاه شهید
اسماعیلی
- ۱۰- مجموعه ورزشی آیت الله سعیدی
خیابان ۱۷ شهریور - بعد از میدان خراسان - اتوبان
آهنگ - مجموعه ورزشی آیت الله سعیدی
- ۱۱- مجموعه ورزشی شهرداری قدس
شهر قدس - میدان قدس - جنب بهشت فاطمه -
ورزشگاه ۲۵ هزار نفری شهرداری قدس
- ۱۲- ورزشگاه سهند خزانه
خیابان شهید رجایی - بین فلکه دوم و سوم - تیش
مترو-ورزشگاه سهند خزانه
- ۱۳- ورزشگاه ۵ آذر
پایین تر از درب اصلی ورزشگاه تختی سمت راست
- خیابان شهید فهمیده
- ۱۴- ورزشگاه فکوری
میدان آزادی و روبروی ایستگاه اتوبوس تندرو شرکت
واحد شهرک شهید فکوری - مجتمع ورزشی فکوری
- ۱۵- ورزشگاه ثبت احوال
بعد از پل ساوه - ترسیده به پل هوایی سمت راست
ورزشگاه ثبت احوال
- ۱۶- ورزشگاه طالقانی
خیابان شهید رجایی - بعد از خیابان ۱۳ آبان - ورزشگاه
طالقانی
- ۱۷- ورزشگاه شهید هرندی
خیابان شوش - میدان هرندی - خیابان هرندی -
ورزشگاه هرندی
- ۱۸- مجموعه ورزشی شهید موهوبی
خیابان جانبازان غریبی - خیابان ابراهیم نژاد
- خیابان شهید دارانی - خیابان تقی بی
- ۱۹- ورزشگاه مدرس
شهری - خیابان شهید رجایی - جنب ایستگاه
متروی شهری - خیابان ثبت احوال
- ۲۰- ورزشگاه شهید فراهانی
انتهای خیابان ۱۷ شهریور - خیابان منصور - جنب
مدرسه
- ورزشگاه مطهری
خرانه بخارایی - فلکه سوم شهرک بعثت - چهارراه
مطهری

جالب اینکه ما در تمام رده ها موفق عمل کردیم. تیم نونهالان، نوجوانان و جوانان ما توانستند در سه تیم بالای جدول قرار بگیرند که تنها تیم مقاومت توانست در چهار رده مدعی باشد.

سطح دآوری مسابقات برگزار شده در فصل گذشته چطور بود؟

سطح دآوریها نسبتا خوب بود. مشکل دآوری ما این است که از یک سبک پیروی نمی کنند و سلیقه ای عمل می شود. ما داورهایی داشتیم که خیلی کم سوت بودند و سرعت بازی گرفته نمی شد، در ضمن در بعضی بازیها داور با سوت زدنهای متوالی سرعت و هیجان بازی را می گرفت، که باعث افت سطح بازی می شد. در کل امیدوارم داورها باعث سرعت دادن به بازی و بالا بردن هیجان و کیفیت بازی شود تا فوتبالی لذت بخش و جذاب شود.

هدفتان از کار مربیگری چیست؟

کمک به کشف استعدادها و شکوفایی این استعدادها در زمان کمتر بوده و می باشد. هدف دیگر من این است که به عنوان مربی راه صحیح را به بازیکنان نشان داده و فقط از آنها بازی نخواهم و نکات مهم را به آنها بیاموزم، تا به ایده آل های خود برسند. مربیان عزیز باید بدانند باید مثل یک معلم در کنار فوتبالی، درس خوب زندگی کردن را به بازیکنان بیاموزند.

مشکلات تیم داری که با آنها مواجه هستید چیست؟

بزرگترین مشکل این است که ما تیم داری می کنیم نه باشگاه داری. ما باید اول باشگاه داشته باشیم. باشگاهی که ثبات دارد، زمین وسخت افزای لازم برای رشد و تعالی بازیکنان را دارد، باشگاهی که هیات مدیره تصمیم گیرنده است نه یک شخص.

مشکلاتی که مربیان در رده های پایه دارند؟

عمده ترین مشکل مربیان پایه این است که از مربی نتیجه می خواهند. در حالیکه باید نتیجه در وهله ی دوم باشد. یعنی در رده پایه ما باید ابتدا سازندگی داشته باشیم به جای نتیجه گرایی. در آخر فصل از مربیان خود بخواهیم به بالا بردن سطح کیفی بازیکنان و رشد تواناییهای آنها فکر کنند نه نتیجه بازیها.

ویژگیهای یک مربی خوب؟

مربی باید متخصص و عاشق باشد و همیشه به فکر رشد و تعالی خود و بازیکنانش باشد.

تیم از نظر شما یعنی چه؟

از نظر من تیم یعنی یک گروه یا خانواده ای که همه با هم برای رسیدن به یک هدف واحد، تلاش و همکاری می کنند. باید از این تلاش و همکاری لذت نیز ببرند، چون در کاری که لذت نباشد رشدی وجود ندارد. خانواده ای که در بر، باخت، خنده و غم با هم هستند.

مشکلات فوتبالی کشور ما را در کجا می بینید؟

اهمیت ندادن به فوتبالی رده های پایه از مربی تا بازیکن. یعنی اگر پولی هست برای بزرگسالان است، اگر شخصیتی هست، اگر زمینی هست، اگر پزشکی هست، اگر تغذیه ای هست، اگر پاداشی هست، اگر اخباری یا رسانه ای هست در کل هر چیزی که وجود دارد برای بزرگسالان است و بس. این تبعیض قائل شدن باعث پسرقت فوتبالی می شود.

حرفهای پایانی؟

با تشکر از تمام کسانی که برابرم زحمت کشیده اند به خصوص پدر، مادرم و خانواده و با متشکر از شما که این فرصت را در اختیار بنده قرار دادید.

علی کلی وندی متولد ۱۳۵۴، متاهل دارای دو فرزند بنام های امیر حسین ۱۴ ساله و امیر عباس ۱۱ ساله

فوتبال خود را در سال ۱۳۶۷ از زمین های خاکی شهید باباخانی زیر نظر مهدی احمدپور آغاز کرد. در سال ۱۳۶۸ به تیم فوتبال کانون شهید مطهری پیوست. در سال ۱۳۷۰ به تیم نوجوانان بانک ملی زیر نظر آقای احمد شفیع به تمرینات خود ادامه داد و در سال بعد آن هم در تیم جوانان بانک ملی زیر نظر آقای علی دوستی و یعقوب حاصلی، به فوتبال خود ادامه داد. صسال ۱۳۷۵ شروع مربیگری او در تیم جوانان و امید بانک ملی بوده است و در حال حاضر دارای مدرک مربیگری درجه ۸ آسیا می باشند. سابقه مربیگری در تیم های بانک ملی، استقلال، کوثر و داماش را در کارنامه کار خود دارد. مقامهایی که ایشان به عنوان بازیکن در طول این سالها به دست آورده به شرح زیر می باشد: سال ۱۳۷۰ سوم نوجوانان تهران به همراه بانک ملی، سال ۱۳۷۱ سوم جوانان تهران به همراه بانک ملی، سال ۱۳۷۲ قهرمان امید و جوانان بانک ملی (جام مرحوم دهداری)، سال ۱۳۷۳ قهرمان جوانان تهران به همراه بانک ملی و سال ۱۳۷۴ سوم امیدهای تهران به همراه بانک ملی.

مقامهایی را که در کسوت مربیگری در طول این سالها به دست آورده به شرح زیر است:

سال ۱۳۷۶ دوم جوانان تهران در باشگاه بانک ملی، سال ۱۳۷۷ قهرمان جوانان تهران در باشگاه بانک ملی، سال ۱۳۷۸ قهرمان لیگ و جام حذفی تهران در باشگاه بانک ملی، سال ۱۳۷۹ دوم جوانان تهران در باشگاه استقلال، سال ۱۳۸۰ مقام سوم امیدهای تهران بدر باشگاه بانک ملی، سال ۱۳۸۱ چهارم امیدهای تهران به همراه تیم کوثر، سال ۱۳۸۱ قهرمان دسته دوم جوانان تهران به همراه تیم کوثر، سال ۱۳۸۶ سوم گروه امید کوثر، سال ۱۳۸۸ سوم امیدهای تهران در باشگاه تیم داماش، سال ۱۳۹۰ قهرمان امید تهران به همراه تیم داماش. ضمنا ایشان در سال ۱۳۹۱ از طرف کانون مربیان پایه ایران، به عنوان سومین مربی برتر کشوری و اولین مربی برتر تهران معرفی شدند.

سطح مسابقات در فصل گذشته چطور بوده؟

سطح مسابقات به دلیل رقابت بیسن ۵ تیم: نفت، پیکان، استیل آدین، مقاومت و داماش که تا روز آخر ادامه داشت بالا بود. تعداد تیمها هنگام شروع ۱۹ تیم بود و در پایان با ۱۸ تیم تمام شد. چون تعداد تیمها زیاد بود کیفیت بعضی بازیها در حد جوانان نبود.

شرایط قهرمانی فصل گذشته را چگونه ارزیابی می کنید؟

شرایط قهرمانی در فصل گذشته برای ما سخت بود، زیرا در شروع کار ۷ بازیکن اصلی فصل گذشته را از دست داده بودیم و چون سن بازیکن عوض نشده بود. تیمهای رقیب تقویت شدند، ولی ما به خاطر شرایط باشگاه از این آرم نتوانستیم استفاده کنیم.

در طول فصل گذشته هم باشگاه از تحت پوشش داماش خارج و تحت پوشش پارسه قرار گرفت. این جابه جاییها و شرایط جدید، روی بازیکنان تاثیر منفی گذاشت. ولی همگی از این شرایط منفی استفاده مثبت کردیم و با همت و تلاش بازیکنان توانستیم قهرمانی مسابقات را از آن خود کنیم.



تیم فوتبال امید پارسه



مدرسه فوتبال جهان گستر با مدیریت آقای غلامرضا سرخه ای (دروازه بان اسبق فوتبال ایران و مربی سابق تیم های فوتبال نونهالان و نوجوانان) و مربیگری آقای علی اکبر ممی پور و مجید قنبریان در مسابقات تهران - برزیلیا که در سال گذشته برگزار شد، در سه رده به مقام قهرمانی و یک رده به مقام نایب قهرمانی نائل شد.



بر دیاقرب از جمله نوآموزی است که در مدرسه پند به تحصیل و در مدرسه فوتبال جهان گستر تحت آموزش فوتبال می باشد.



محمد مهدی جوادی، فزند کامل جوادی قهرمان سابق پرورش اندام کشور می باشد، که عزم خود را برای ادامه دادن راه پدر در عرصه قهرمانی در رشته فوتبال جزم کرده است.

منتخب بانک ملت تیم فوتبال



مدرسسه فوتبال سند خندان



در تیم‌های پایه داشته باشند. هدف دیگر، ترغیب فرزندان به تفریحی سالم در خارج از خانه و فراهم کردن محله‌ای شاد، پاک و ورزش محور است. در پایان ایشان از مجله جام برتر، شهر دار محترم منطقه

۱۶ آقای مهدی اندری، آقای تیمورزاده و خانم صالحی که فرصت خدمتگداری به نوباوگان و فراهم کردن، کمال تشکر را دارند. یادآوری می‌شود که این مجموعه در تابستان جاری از تمام مناطق تهران جهت ثبت نام دعوت به عمل می‌آورد.

شماره تماس: ۵۵۳۳۳۸۱۳
شماره تماس: ۰۹۱۳۶۰۸۴۳۳۳-۰۹۱۳۳۴۶۷۱۲۵-

بسیار اندک ثبت نام به مبلغ ۴۰۰۰ تومان برای یک ترم تابستانی می‌باشد که در مقایسه با ارقام نجومی مدارس دیگر شمال و جنوب تهران، هزینه بسیار پایینی را متوجه خانواده‌ها می‌کند.

اهدای لباس و اقدام به بیمه ورزشی ثبت نام کنندگان و در صورت ازدیاد شرکت کنندگان تغذیه، از دیگر فاکتورهای مهم مجموعه می‌باشد. در این مدرسه فوتبال بر نفس مسئله آموزش پایه تاکید فراوان می‌شود، بطوریکه به جد سعی بر آن است که ظرف دو سال آینده خروجی قابل اطمینانی به جهت بازی

این مدرسسه فوتبال با پشتیبانی معاونت فرهنگی اجتماعی شهرداری منطقه ۱۶ تهران و با همکاری آقای تیموری (معاونت) و خانم صالحی (مسئول ورزش شهر داری منطقه ۱۶) به فعالیت خود در زمینه آموزش پایه فوتبال ادامه می‌دهد.

مدیریت مجموعه آقای حسین کوهستانی است که هدف اصلی این مجموعه را چنین عنوان کرده‌اند: با توجه به فرار گرفتن مجموعه در منطقه محروم قصد آن دارند که علاقه‌مندان و مستعدین را با کمترین هزینه ثبت نام نمایند. از نکات قابل توجه این مجموعه، هزینه



تیم فوتبال یاران سامان مهر

میلاد مظلومی، داود ملکی، امیر حسین علیپور، رضا محمدی، سعید قاصدی، حسین انصافی، علی تقی زاده، علیرضا حسینی، علیرضا جعفری عارف، امیر رحیم پور، آرمان شمسایی، امیر حسین علیزاده، محمد حسین کیا، محمد امین شیر، مهدی مددی، احمد رضا محمد قلی، محمد تقی زاده، مهدی رحمانی، علی محمودی، شهاب چاوشی، میلاد رستمی، محمد بابایی، امیر حسین عظیمی، محمد رضا پاشایی، محمد رضا شفیع آبادی، علی شفیع آبادی، مهدی امیدی، علیرضا ملایی، امید رضا کوده، سید نیما ارفع، مصطفی حقیقی، امیر حدادی، رضا سفیدان، امیر محمد قاسمی، محمد مهدی رمضان زاده، علیرضا عباسی، علیرضا پور محمدی، علی دمر چلی، مهدی فیضی زاده، محمد حسین اله مرادی، اشکان حسن علیزاده، ممد علی اسماعیل نژاد، نیما اکبری نژاد، نیما پور اسماعیلی، علیرضا عروجی
مدیر تیم: محمد محمدزاده سرپرست: سعید رسایی مربیان: وحید عسگری و آرش قاسمی شماره تماس جهت جذب بازیکن: ۰۹۳۳۵۹۸۷۳۳۲-۰۹۱۹۴۱۸۲۶۶۷



تیم فوتبال نونهالان ۱۴ سال لیگ برتر پاریسیان

محمد علی اکبری، امیر ترحمی، محمد امین شجاعی، دانیال نجاتی فر، جعفر پور مهدی، محمد رضا شکری، امیر شاهنواز، محمد اصلانی، حمید قره باغی، سهیل قلی پور، مهدی جرج، کاوه جوانمردی، حامد قاسمی، علی بهشتی، سعید همتی، علیرضا سلیمانی، احمد احمدی، پناهی، محمد نادری، عرشیا آذر هوش، امیر حسین مکیبری، عرفان سرافراز، مهدی عبدالله زاده، علیرضا غلامی، محمد رضا غلامی، امیر خزائی، مجید اشرفی، امیر خدمتی، علی نجفی، امید ایمانی، مرتضی نور آذر
سرپرست: سلیم نجاتی سرمربی: علیرضا آشفته مربی: اشکان دهقان شاد مدیر فنی: قاسمی مربی گلرها: انوشیروان رضایی مشاور: مرتضی نور آذر
این تیم با بهره گیری از بازیکنان مستعد خود را برای حضور قدرتمند در مسابقات این فصل آماده می کند.

تمرین چابکی

تعال، قدرت، هماهنگی و استقامت، همگی از عناصر ضروری چابکی به شمار می‌روند. توانایی تغییر جهت در سرعت‌های ۵۰ تا ۱۰۰ درصد با زوایای مختلف بدن و در پیل با دو پا به صورت متناوب نیازمند ویژگی‌های جسمانی متعددی است. چابکی تا حدودی، یک مهارت ذاتی است. با وجود این، بازیکنان می‌توانند، میزان چابکی خود را به مقدار قابل توجهی بهبود بخشند. چابکی در فوتبال، شامل توانایی بدن برای تغییر حرکات سریع در شرایط متغیر و غیر قابل پیش‌بینی بازی است؛ البته، در بعضی موارد این واژه با واژه هماهنگی اشتباه گرفته می‌شود. چابکی دارای کارایی و تاثیر بیشتر در الگوهای حرکتی معین می‌باشد. چون تغییر ناگهانی حرکات، باعث غیر قابل پیش‌بینی شدن آن می‌شود، چابکی، مقیاس توانایی برای محدود کردن زمان بین تصمیم‌گیری و اجرای حرکت می‌باشد. همانطور که می‌دانید، مقیاس چابکی یک ورزشکار، چیزی بیش از پریدن او از روی یک مخروط است. به طور مثال، در پیل کردن مدافع در موقعیت تک به تک، سطح متوسطی از چابکی را به نمایش می‌گذارد؛ اما، سطح عالی چابکی را می‌توان در حرکت مدافعی مشاهده کرد که حریف مستقیم خود را زیر نظر دارد، توپ را از او می‌دزدد و پس از در پیل دو یا سه بازیکن حریف، هدفی را برای پاس دادن در زمین حریف انتخاب می‌کند. هر قدر که تعداد متغیرها افزایش یابد بر دشواری کار نیز افزوده می‌شود. خلاصه اینکه، چابکی، نیاز به توانایی برای تغییر سریع الگوهای حرکتی دارد؛ درست زمانیکه بازیکن درگیر موقعیت‌های غیر قابل پیش‌بینی بازی است، باید بتواند سریعاً تصمیم بگیرد و حرکات یا مهارت‌های خود را با بیشترین کارایی ممکن به اجرا بگذارد. تمرین چابکی، باعث افزایش سطوح مهارتی یک فوتبالیست می‌شود. در لحظاتی از یک مسابقه فوتبال، درجات چابکی در قسمت‌های مختلف زمین بازی روی می‌دهد، اتفاقات متفاوتی در نزدیک و دور از توپ رخ می‌دهد و بلافاصله محیط از یک سمت به سمت دیگر زمین تغییر می‌کند. این تغییرات محیطی مستلزم تصمیم‌گیری سریع است و بهبود چابکی، باعث ارتقای مهارتی بازی می‌شود. خلاصه اینکه، تعریفی روشن از عناصر کلیدی چابکی، برای ما روشن خواهد کرد که چگونه تمرینات فشرده به پیشرفت یک فوتبالیست کاملاً سرحال و آماده کمک می‌نمایند.

از این تمرینات در تمامی طول سال می‌توان استفاده کرد منتها، حجم این تمرینات در زمان‌های مختلف، متفاوت است. در خارج فصل بازیکنان باید -۲۳ بار از این تمرینات در برنامه هفتگی خود استفاده کنند؛ اما، در داخل فصل زمان بیشتری به تمرینات مهارتی و راهبردهای بازی اختصاص می‌یابد؛ بنابراین، تمرینات آمادگی به یک یا دو بار در هفته محدود می‌شود.

تغییر جهت

تغییر جهت به معنی حرکت با یک یا چند گام از جهتی به جهت دیگر می‌باشد. تست واقعی تغییر جهت دار در سرعت‌های بالا و با ترکیب تغییرات متنوع، یکی پس از دیگری انجام می‌شود. تماشای حرکات مارکواچوری در هنگام حمله که با چرخش و تنه زدن‌های خود در گوشه زمین اقدام به فرار می‌کند، جدا جالب و دیدنی است.

هماهنگی

هماهنگی، مکانیسم عضلانی سازمان یافته در اجرای مجموعه‌ای از حرکات است. پیشرفت مهارت‌ها در عبور از موانع، تغییر جهت و مانور در هوا، افزایش هماهنگی را به همراه دارد. اجرای مجموعه‌ای از حرکات و تمرینات و سپس تغییر شرایط یا درجه دشواری آن‌ها، باعث به تعویق افتادن چابکی خواهد شد.

تصمیم‌گیری

تشخیص زمان، شرایط و چگونگی تغییر الگوی حرکتی، تنها به مدد تجربه حاصل می‌شود. اجرای تمرینات هماهنگی، چابکی و یادگیری بر اساس موقعیت‌های ویژه بازی، باعث بهبود فرایند تصمیم‌گیری از طریق تلقین آگاهی خواهد شد.

آمادگی جسمانی

انجام تمریناتی است که باعث افزایش بیشتر چابکی بدن می‌شود. قدرت و آمادگی جسمانی مطلوب به ورزشکار کمک می‌کند تا هنگام اجرای تمرینات به سختی تلاش کند. چنانچه، خستگی در حین تمرین حاصل شود، منجر به اجرای غلط تمرینات می‌گردد و تلاش ورزشکار هیچ سودی را به همراه نخواهد داشت. همچنین، ورزشکاران ناآآماده با خطر مصدومیت در حین تمرین و مسابقه مواجه خواهند شد. تمرینات بهبود حرکتی، اغلب، ساده تر از آن است که مردم فکر می‌کنند. تمرکز روی الگوهای حرکتی پایه و کسب تجربه و مهارت، منجر به اجرا و کاربرد بهتر حرکات در حین مسابقه خواهد شد.



۱-۶- تمرین چهار گوش

هدف:

افزایش توانایی تغییر جهت در فواصل و سرعت‌های مختلف، با مکانیک صحیح؛

روش اجرا:

در سراسر طول تمرین جهت صورتان به یک سمت باشد.

۱- دوی سریع رو به جلو

۲- حرکت جانبی (دویدن

پهلوی) به چپ با سر خوردن پاشنه به پاشنه

۳- گام ریز به عقب (پدال زدن به عقب) با فشار پای چپ

۴- حرکت جانبی به راست با فشار پای چپ، به صورت پاشنه به پاشنه و بدون جهش. هنگامی که به نقطه شروع رسیدید حرکت را بدون توقف و در جهت مخالف آن مجدداً تکرار کنید. انجام تمرین در هر دو جهت یک تکرار محسوب می‌شود.

حجم تمرین:

مخروط‌ها را به فاصله ۳ تا ۱۰ یاردی (۳ تا ۹ متر) از یکدیگر قرار دهید. این تمرین را می‌توانید با ۵ تا ۱۰ تکرار و ۳ تا ۵ ست انجام دهید. استراحت مناسب بین تکرارها به شما اجازه می‌دهد تا تمرین را به شیوه صحیح انجام دهید. دوره استراحتی کوتاهتر، باعث کارایی بهتر تمرین خواهد شد.

تغییر تمرین:

۱- جهت تاکید بیشتر بر استقامت، بر ابعاد محوطه تمرین بیفزایید.

۲- جهت تاکید بر سرعت از محوطه‌ای با ابعاد کوچکتر استفاده نمایید.

۳- می‌توانید تغییرات سرعت را با تغییر مربع به مستطیل کنترل کنید. و نیز برای کار سرعتی، دویدن پهلوی و یا گام ریز به عقب (پدال زدن به عقب) از ضلع بزرگ محوطه تمرین استفاده نمایید.

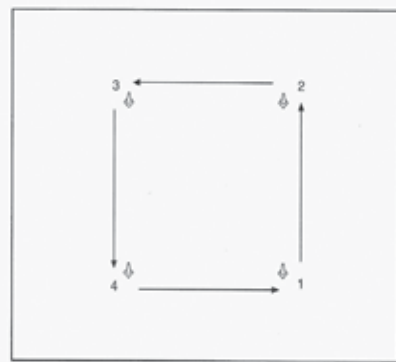
۴- بازیکنی می‌تواند ضربه زدن، پاس دادن و سر زدن را با قرار دادن چند توپ در هر تغییر جهت تمرین کند.

۲-۶- دویدن جانبی (دویدن پهلوی)

هدف: افزایش آمادگی در حرکات جانبی، حرکت و تغییر جهت؛

شیوه اجرا:

در سراسر طول تمرین صورتان به یک جهت باشد.



۱- حرکت جانبی به چپ را با سر خوردن پاشنه به پاشنه و بدون جهش انجام دهید
۲- روی پای چپ قرار بگیرید و به راست حرکت کنید. حرکت از راست به چپ یک تکرار محسوب می شود.

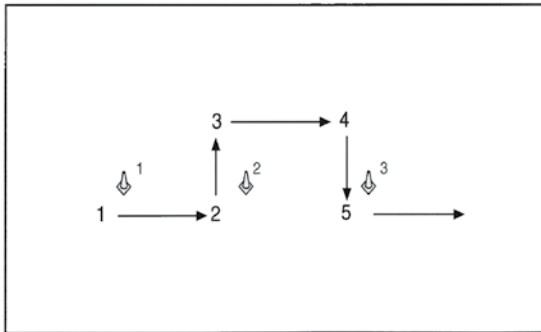
حجم تمرین:

مخروط ها را به فاصله ۳ تا ۱۵ یارد (۳ تا ۱۴ متر) از یکدیگر قرار دهید؛ این تمرین را می توانید با ۱۰ تا ۲۰ تکرار و ۵ تا ۱۰ ست انجام دهید. استراحت مناسب بین تکرارها، باعث اجرای صحیح تمرین خواهد شد. دوره استراحتی کوتاهتر نیز کارایی تمرین را افزایش خواهد داد.

تغییر تمرین:

۱- جهت تأکید بیشتر بر استقامت، بر فاصله بین مخروط ها بیفزایید.
۲- اگر تأکید تمرین بر سرعت است، می توانید از فاصله مخروط ها بکاهید.
۳- اگر در حالت چمباتمه، بیش از حد بنشینید و از زاویه مفصل زانو بکاهید، عضلات چهار سر ران تقویت می شوند.
۴- بازیکن می تواند ضربه زدن، پاس دادن و هس زدن را با قرار دادن چند توپ در هر تغییر جهت تمرین کند

۲- به سمت جلو بدوید و حرکت را با پای راست شروع کنید.
۳- مجدداً از پشت مخروط دویدن پهلوی (سر خوردن پاشنه به پاشنه) به راست انجام دهید.
۴- حرکت گام ریز به عقب را با حرکت پای راست خود انجام دهید.
۵- این بار دویدن پهلوی به سمت راست را با فشار پای چپ خود انجام دهید، و تمرین را به همین شکل تا پایان ادامه دهید. انجام تمرین در هر دو جهت، یک تکرار محسوب می گردد.



۵-۶- حرکت ترکیبی دویدن و سر خوردن جانبی

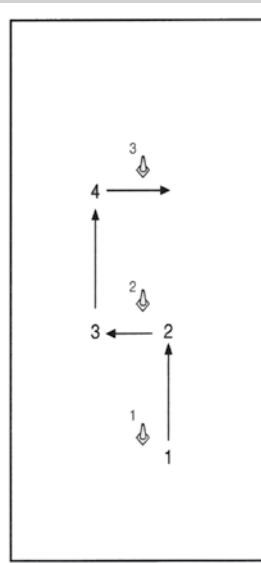
شیوه اجرا: تعدادی مخروط را در مسیری مستقیم، با فواصل منظم قرار دهید. در تمامی مسیر تمرین، جهت صورت خود را به یک سمت نگه دارید.

۱- حرکت را از سمت راست مخروط و با دویدن سریع به سمت مخروط شماره ۲ شروع کنید.
۲- با حرکت پای راست خود، به سمت چپ حرکت کنید.

۳- این بار با استفاده از پای چپ خود، از پشت مخروط به سمت جلو بدوید.

۴- دویدن پهلوی به سمت راست را با استفاده از پای چپ خود تکرار کنید. حرکات جانبی را حتماً به صورت سرخوردن و بدون جهش انجام دهید.

۵- این حرکات را تا کامل شدن تمرین تکرار کنید.



حجم تمرین: مخروط ها را به فاصله ۱ تا ۵ یارد از یکدیگر قرار دهید. این تمرین را با ۱۰ تا ۲۰ مخروط و برای ۵ تا ۱۰ ست انجام دهید.

استراحت مناسب بین تکرارها به بازیکنان اجازه می دهد، تا تمرین را به شیوه صحیح انجام دهند. دوره استراحتی کوتاهتر، باعث کارایی بهتر تمرین می شود.

تغییر تمرین:

با تغییر فاصله بین مخروط ها می توانید بر سرعت، آمادگی و عمل باها تأکید بیشتری داشته باشید؛ برای مثال، اگر مخروط ها به فاصله یک یارد از یکدیگر قرار داشته باشند، گرچه ممکن است که کار، سرعت کمتری داشته باشد؛ اما، بیشتر دشواری آن متوجه حرکات باها خواهد شد.

حال اگر مخروط ها را به فاصله ۵ یارد از یکدیگر قرار دهیم، سرعت کار افزایش می یابد و نیز تأثیر معنی دارتری بر آمادگی بدنی ورزشکار دارد.

۶-۶- حرکت فیگوریت یا هشت انگلیسی

هدف: بهبود عملکرد پاها و قابلیت تغییر جهت در زوایای غیر از ۹۰ درجه؛

شیوه اجرا:

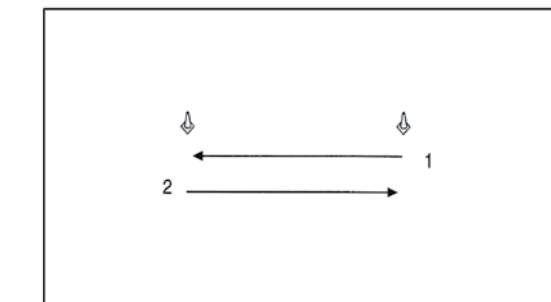
سازماندهی این تمرین دقیقاً مثل تمرین چهار گوش (تمرین مربع) می باشد.
۱- حرکت را از قسمت پایین سمت راست مربع آغاز کنید و با سرعت به سمت جلو بدوید.
۲- سرخوردن جانبی به راست (دویدن پهلوی) را با حرکت پای چپ خود تا رسیدن به مخروط بعدی انجام دهید.

۳- از پای راست بچرخید و به سرعت به سمت مخروط بعدی بدوید.
۴- این بار نیز با پای راست، حرکت سرخوردن (دویدن پهلوی) به چپ و نقطه آغاز تمرین را تکرار کنید. تمامی حرکات سرخوردن را به صورت پاشنه به پاشنه و بدون جهش انجام دهید.

حجم تمرین:

مخروط ها را در فاصله ۵ یاردی از یکدیگر قرار دهید. تمرین را با ۵ تا ۱۰ تکرار و برای ۳ تا ۵ ست اجرا کنید.

تغییر تمرین:



۳-۶- حرکت دویدن به سمت جلو و عقب

هدف: افزودن بر توانایی تغییر جهت از جلو به عقب. این انتقال در میانگین سرعت های بالا بسیار مشکل است؛ بنابراین، بازیکنان باید روی کارکرد پاها و موقعیت صحیح بدن تأکید نمایند.

شیوه اجرا:

در سراسر طول تمرین جهت صورتتان به یک سمت باشد.

۱- دوی سرعت رو به جلو
۲- گام ریز به عقب (پدال زدن به عقب)، هنگام انتقال نیرو و به مرحله گام ریز به عقب تا حد امکان از تعداد گام های خود کم کنید. هر دوی سرعت و گام ریز به عقب یک تکرار محسوب می گردد.

حجم تمرین:

مخروطها را به فاصله ۳ تا ۱۵ یارد (۳ تا ۱۴ متر) از یکدیگر قرار دهید؛ این تمرین را با ۵ تا ۱۰ تکرار و ۵ تا ۱۰ ست انجام دهید. استراحت مناسب بین تکرارها به شما اجازه می دهد، تا تمرین را به شیوه صحیح انجام دهید. دوره استراحتی کوتاهتر، باعث کارایی بهتر تمرین خواهد شد.

تغییر تمرین:

۱- می توانید فاصله بین مخروط ها را جهت تأکید بیشتر بر استقامت افزایش دهید.
۲- برای افزایش سرعت کار، از فواصل کوتاهتر استفاده کنید.
در اغلب تمرینات می توان از یک علامت شنیداری برای نشان دادن تغییر جهت ها، استفاده کرد؛ همچنین، مربی برای تغییر زمان کاری و نیز افزودن ویژگی عکس العمل به تمرین خود می تواند از سوت و یا کف زدن استفاده نماید.

۴-۶- حرکت مار پیچ جانبی

هدف: توسعه و بهبود حرکت پاها و ایجاد تعادل در حرکات جانبی با رو به جلو؛

شیوه اجرا:

تعدادی از مخروط ها را در یک خط مستقیم و در فواصل مساوی از یکدیگر قرار دهید. جهت صورت در تمام طول تمرین به یک سمت باشد.

۱- از پشت مخروط، دویدن پهلوی بدون جهش و به سمت راست انجام دهید.

۱- در طول تمرین، باید جهت نگاهتان به یک سمت باشد؛ درست مانند مدافعی که به توپ نگاه می‌کند.

۲- حرکت را در جهتی دیگر انجام دهید

۳- در هر مسیر مکانیک‌های حرکت را تغییر دهید.

(برای مثال: گام ریز به عقب، سر خوردن و دوی سرعت)

۴- بازیکن می‌تواند ضربه زدن، پاس دادن و سر زدن را با قرار دادن چند توپ در هر تغییر جهت تمرین کند.

۶-۸- حرکات الفبای انگلیسی

هدف: بهبود تغییر جهت در جهت‌های مختلف؛

شیوه اجرا:

یکی از حروف بزرگ الفبای انگلیسی را انتخاب کنید، و آن را با خطوط مستقیم روی زمین رسم کنید (برای مثال: A, E, F, H, ...)

۱- کار را از سمت راست شروع کنید.

۲- جهت‌ها را مشخص کنید.

۳- مکانیک‌های حرکت را (مثل: گام ریز به عقب، دویدن پهلوی و دویدن سریع) مشخص کنید.

۴- تعیین تعداد تکرارها و میزان استراحت اینتروال؛ برای تمرین ضروری است. هر قدر تمرین دشوارتر باشد، تکرارها کمتر و دوره استراحتی آن طولانی‌تر است؛

برای مثال، برای حرف (L) مراحل زیر را انجام دهید:

۱- دویدن پهلوی به سمت چپ به فاصله ۵ یارد تا مخروط شماره ۲ (بدون جهش)؛

۲- از مخروط شماره ۲، دوی سرعت تا مخروط شماره ۳؛

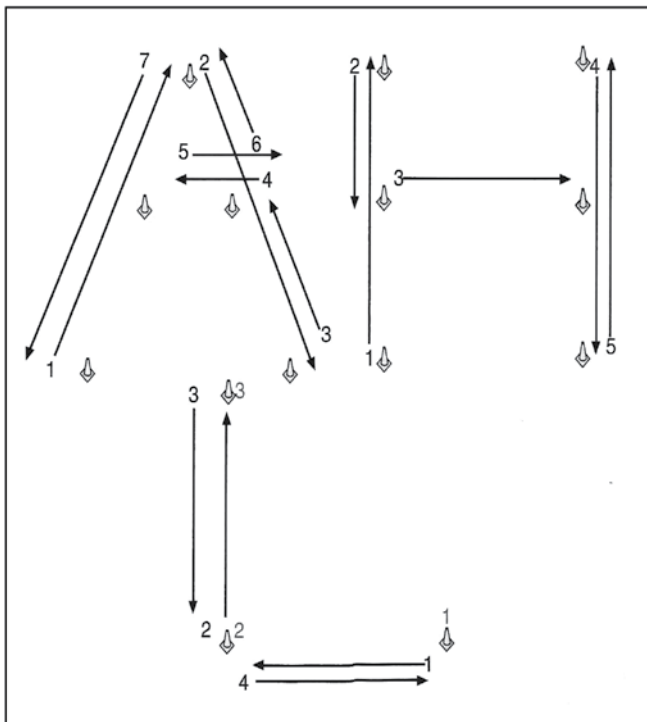
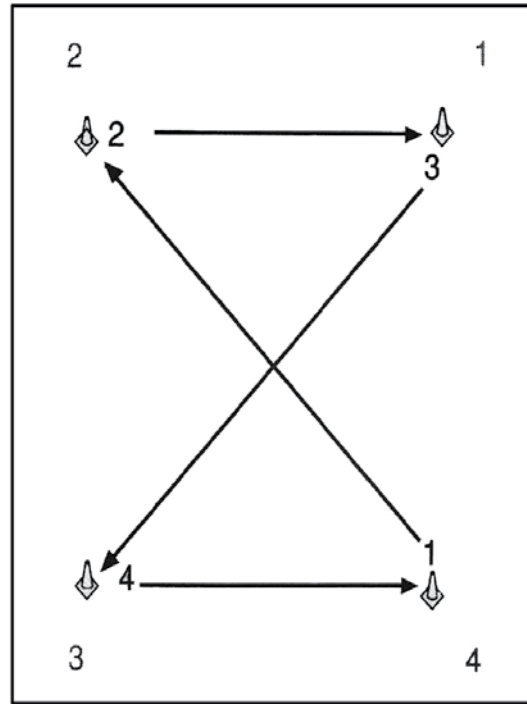
۳- از مخروط شماره ۳، گام ریز به عقب تا مخروط شماره ۲؛

۴- از مخروط شماره ۴ تا مخروط شماره ۳ دویدن پهلوی با فشار پای راست و بدون جهش؛

تمام این مراحل یک تکرار محسوب می‌شود.

حجم تمرین:

تعداد تکرارها و دوره‌ها بستگی به اندازه حروف و تعداد حرکات انجام شده دارد.



۶-۷- تمرین V

هدف: تأکید بر چرخش‌ها در زاویه ۴۵ درجه؛

شیوه اجرا: ۳ مخروط را مانند شکل زیر در زاویه ۴۵ درجه قرار دهید.

۱- با سرعت به سمت مخروط سمت چپ بدوید.

۲- با گام ریز به عقب، به سمت نقطه شروع برگردید.

۳- مراحل ۱ و ۲ را بدون توقف و در جهت مخالف انجام دهید. انجام یک دوی سرعت و یک گام ریز به عقب در هر دو جهت، یک تکرار محسوب می‌شود.

حجم تمرین:

مخروط‌ها را به فاصله ۱۰ تا ۱۵ یارد (۳ تا ۹ متر) از یکدیگر قرار دهید؛ تمرین را برای ۵ تا ۱۰ تکرار و ۳ تا ۵ ست انجام دهید. استراحت مناسب بین تکرارها، باعث انجام درست تمرین می‌شود. دوره استراحت کوتاه‌تر، کارایی تمرین را افزایش می‌دهد.

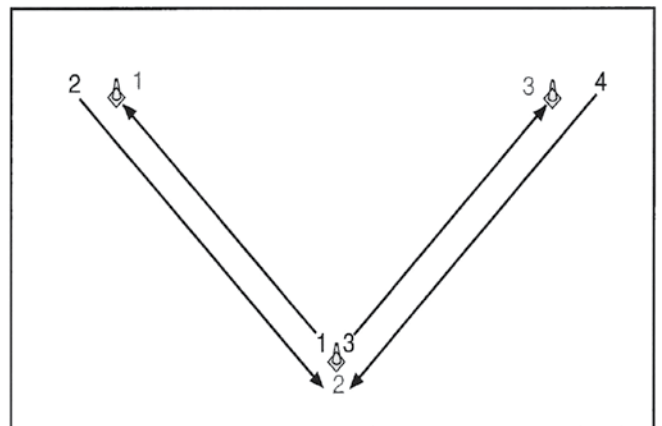
تغییر تمرین:

۱- مکانیک‌های دویدن را تغییر دهید (برای مثال: دویدن پهلوی و دوی سرعت را در اولین مرحله، به جای دوی سرعت و گام ریز به عقب استفاده نمایید)

۲- می‌توانید از یک توپ برای ضربه زدن، پاس دادن و سر زدن استفاده کنید.

چابکی و انعطاف پذیری

چابکی به توانایی تغییر مسیر دادن به طور ناگهانی اطلاق می‌شود. توانایی چرخش سریع، جا خالی و گام برداری به طرفین حاکی از هماهنگی خوب حرکتی که در یک آزمون دوی چابکی استاندارد شده به نمایش در می‌آید. مشاهده (ایلی نوبیز)) بازیکنان ((دالاس تورنادو)) بالای ۹۹/۹۵ درصدی نرم‌های (هنجارهای) آزمون بوده است. این آزمون بهتر از هر آزمون دورانی دیگری که برای قدرت، توان و انعطاف پذیری استفاده می‌شود، بازیکنان فوتبال را از افراد معمولی متمایز می‌کند. درک این موضوع آسان است: زیرا بازیکنان فوتبال برای عبور از حریف باید قادر به اجرای جاخالی و اجرای حرکات مارپیچ باشند. انعطاف پذیری عامل ایمنی مهمی در فوتبال است. سنجش انعطاف پذیری از راه آزمون‌های تشخیص استعداد آسیب دیدگی سودمند است. تجربه و تحلیل شماری از آزمون‌های آمادگی بازیکنان بازی‌های انگلستان نشان می‌دهد که انعطاف پذیری تعدادی از حرکات مفصل ران، می‌تواند از وقوع آسیب‌ها جلوگیری کند. سختی عضله، به ویژه در عضلات گروه همسترینگ و نزدیک کننده‌ها منجر به افزایش خطر آسیب دیدگی عضله در بازیکنان حرفه‌ای سوئد شده است. دو سوم بازیکنان مذکور از ارزش‌های انعطاف پذیری ضعیف تری نسبت به غیر ورزشکاران برخوردار بوده‌اند. این موضوع احتمالاتی از نوعی سازگاری است، زیرا این امر همچنین می‌تواند بیانگر کم توجهی به تمرین‌های انعطاف پذیری در برنامه‌ی تمرینی باشد. دامنه‌ی حرکتی ضعیف تری هم در مفصل مچ پای بازیکنان لیگ ژاپن و انگلستان مشاهده شده هر چند در بین بازیکنان حرفه‌ای انگلستان دروازه بان‌ها مستثنی بوده‌اند. بازیکنان ژاپن نسبت به گروه مرجع، انعطاف کمتری در اینورشن (چرخش انگلستان پا به طرف داخل)، اورشن (چرخش انگلستان پا به طرف خارج)، پلانتر فلکشن (انگشتان پا در امتداد ساق پا قرار گرفتن) و دورسی فلکشن (خم شدن انگشتان پا روی ساق پا) داشته‌اند. این موضوع احتمالاً نشان دهنده پاسخ‌سازی بافت‌های نرم اطراف مچ پا است که پایداری مفصل را تضمین می‌کند.





آموزش تکنیکی - تاکتیکی پایه هفتم و هشتم

شوت زنی به دروازه

۱- دویدن با توپ و شوت (با داخل پا)

سازماندهی:

تمرین در ۲ ایستگاه انجام می شود. هر ایستگاه متشکل از ۶ تا ۸ بازیکن است.

۲ دروازه بان که فقط در ایستگاه A کار می کنند. در این تمرین ۱۲ کیف، ۲ دروازه بزرگ و ۳ دروازه کوچک و تعدادی توپ نیاز است.

شیوه:

ایستگاه A: بازیکنان باید به ترتیب و با علامت دادن به دروازه بان از بین موانع با توپ حرکت کرده و به طرف دروازه شوت بزنند (این کار را باید با هر دو پا انجام دهند).

ایستگاه B: بازیکنان به شکل‌های مختلف (پاس کاری، حرکت پا به توپ، حرکت مارپیچ و غیره) به سمت دروازه های بدون دروازه بان حرکت کرده و شوت می زنند.

تغییرات:

در تمرین باید از انواع شوت‌های مختلف اعم از (داخل پا، بیرون پا روی پا) استفاده کنند.

در ایستگاه B: بازیکن باتوپ و ۲ بازیکن بدون توپ برای ردو بدل کردن پاسها به دیگران کار می کنند. بازیکنان بعد از ۱ تا ۲ پاس شوت می کنند.



۲- شوت مستقیم به سمت دروازه با دویدن به سمت توپ

سازماندهی:

یک گروه شامل ۶ تا ۸ بازیکن در هر زمین، و دو دروازه بان که در هر کدام از دروازه ها قرار می گیرند. دو دروازه بزرگ و تعدادی توپ و کیف در بازی احتیاج است.

شیوه:

زمین A:

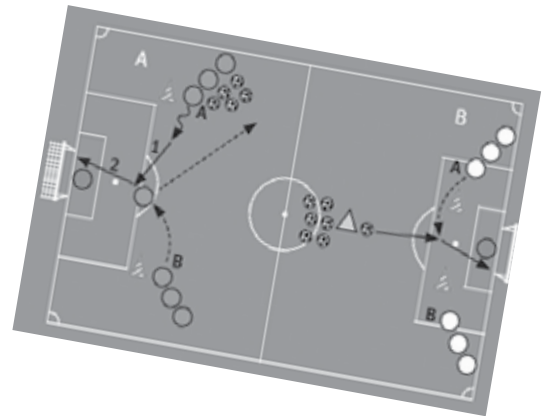
بازیکن A توپ را به بازیکن B پاس داده و بازیکن B به سمت توپ حرکت کرده و آن را به سمت دروازه شوت می کند. بعد از هر پاس و شوت بازیکنان پست‌های خود را عوض کرده و جابه جایی می شوند. بعد از چند شوت به سمت دروازه عملکردها از یک سمت به سمت دیگر عوض می شود.

زمین B:

مربی توپ را بین قیفها برای بازیکنان A یا B پاس می دهد یکی از این بازیکنان دویده و توپ را به جهت مخالف دروازه شوت می زند.

تغییرات:

بازیکن A با توپ با بازیکن B بازی می کند. بازیکن B بعد از دریافت توپ آن را به سمت بازیکن A پاس می دهد تا بازیکن A برای شوت زدن اقدام کند.



۳- شوت به طرف دروازه در حالت پرس

سازماندهی:

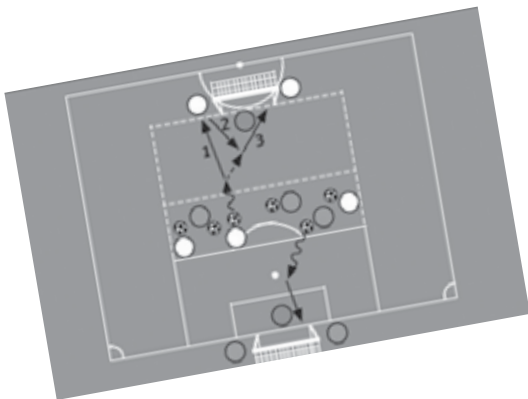
۲ گروه شامل ۳ تا ۵ بازیکن به همراه ۲ دروازه بان در این تمرین شرکت دارند. زمین به وسیله خط کشی علامت گذاری شده است. هر بازیکن با یک توپ کار می کند. به هر بازیکن یک شماره داده می شود. هر تیم ۲ بازیکن اضافه دارد که در کنار دروازه قرار می گیرند.

شیوه:

هر بازیکن با توپ خود در میانه میدان شروع به حرکت می کند. وقتی که مربی شماره بازیکنان را می خواند، بازیکنان صاحب آن شماره که از تیم‌های (سیاه و سفید) می باشند به سمت محوطه جریمه و منطقه پنالتی رفته و به سمت دروازه شوت می زنند. آنها از آند با پای دلخواه شوت کنند. مربی تصمیم گیرنده میزان و سطح درگیری است.

تغییرات:

بازیکنان به سمت منطقه پنالتی حرکت کرده و یک پاس کوتاه به بازیکن اضافی می دهند بازیکن اضافی توپ را به سمت بازیکن اول پاس می دهد برای شوت مستقیم. بازیکن اضافی توپ را با دست برای بازیکن می فرستد که در هوا یا به طور نیمه هوایی شوت کند.



۴- بازی مقابل ۴، ۳ مقابل ۳ + دروازه بانها

سازماندهی:

دوتیم متشکل از ۴ بازیکن + ۲ دروازه بان
۴ بازیکن اضافی برای هر تیم، منطقه بازی علامتگذاری شود

دروازه

شیوه:

بازی با ضرب نامحدود

بازیکن های اضافه یک ضرب بازی می کنند (یا دو ضرب) و نمی توانند توپ را به یکدیگر پاس دهند.

بازیکنان با اطراف بازی کنند.

تغییرات:

شوت مستقیم به دروازه در منطقه حمله

شوت مستقیم به دروازه پس از اینکه یکی از بازیکنان اضافه توپ را مهار کرد و پاس داد.

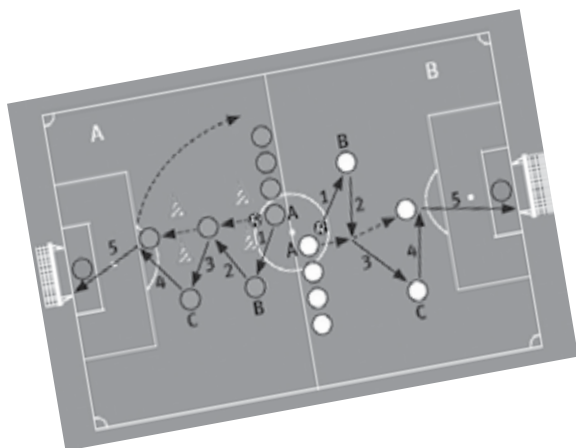
شوت مستقیم به دروازه از نیمه خودی بازیکن شوت زنده.



آموزش تکنیکی - تاکتیکی تالیسی:

شوت زنی به دروازه پس از یک پاس

۱- شوت به سمت دروازه بعد از یک پاس به عقب



سازماندهی:

گروهها ۶ تا ۸ بازیکن در هر تیم تمرین می کنند. قیف و توپ به تعداد لازم. تمرین با ۲ دروازه و دروازه بان انجام می شود.

شیوه (زمین A):

بازیکن A با بازیکن B یک، دو می کند (قیف نقس مانع را بازی می کند) و بعد از دریافت توپ از بازیکن B همین کار را با بازیکن C انجام می دهد. بازیکن C توپ را به بازیکن A پاس داده و بازیکن A توپ را به سمت دروازه شوت می کند و بعد به صورت آرام به سمت عقب برمی گردد. توپ می بایستی از سمت چپ به سمت راست حرکت داده شود. مسافت شوت می بایستی با تاکید جایگاه شوت به صورت متفاوت انجام شود. بازیکنان توپ را به یکدیگر پاس داده و جای خود را با یکدیگر عوض می کنند.

تغییرات (زمین B):

بازیکن A توپ را به بازیکن B پاس می دهد. بازیکن B توپ را به سمت عقب به بازیکن A پاس می دهد. بازیکن A بعد از دریافت، با بازیکن C یک، دو می کند. بازیکن A بعد از پاس بازیکن C توپ را به سمت دروازه شوت می کند. بازیکنان جاهای خود را به محض اینکه فعالیت کامل می شود عوض می کنند.

۲- شوت به سمت دروازه بعد از پاس به عقب



سازماندهی:

یک گروه شامل ۶ تا ۸ بازیکن و یک دروازه بان در هر تمرین شرکت دارند. تمرین با یک دروازه و تعداد مشخصی توپ انجام می پذیرد.

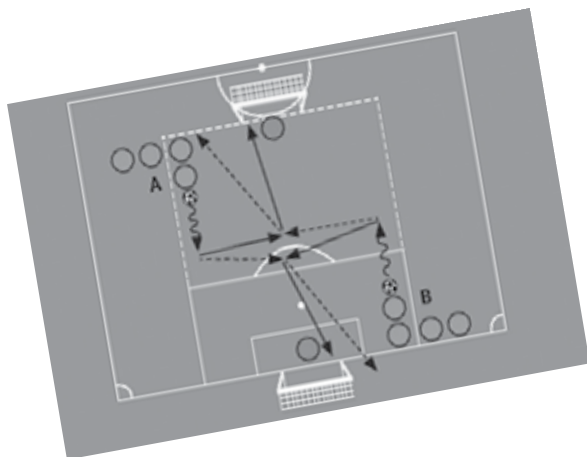
شیوه:

بازیکن A به بازیکن B پاس می دهد و B به C، بازیکن C توپ را به سمت عقب برای بازیکن A رها می کند که به سمت دروازه شوت کند. بازیکن A بعد از شوت جایش را با بازیکن C و بازیکن C جایش را با بازیکن A عوض می کند. بازی بعد از تعویض جاها در طرف دیگر که بازیکن D قرار گرفته و برعکس انجام می گیرد.

تغییرات:

بعد از یک پاس از بازیکن B به C، به سمت بازیکن A رفته و به عنوان یک مدافع عمل می کند

۳- شوت به سمت دروازه بعد از دویدن سریع و پاس در حرکت



سازماندهی:

دو گروه شامل ۴ تا ۵ بازیکن به همراه ۲ دروازه بان. مناطق علامتگذاری شده به علاوه ۲ دروازه و ۲ عدد توپ.

شیوه:

بازیکنان A و B با توپ به طرف مرکز جلو حرکت می کنند و به سمت مرکز زمین به یکدیگر پاس متقاطع می دهند. بازیکن A به طرف توپ که توسط بازیکن B پاس داده شده است حرکت کرده، توپ را کنترل می کند، و آن را به سمت دروازه شوت می کند. بازیکن B نیز همین کار را با دروازه دیگر انجام می دهد. بازیکنان بعد از کنترل توپ به سمت دروازه شوت می کنند. بعد از شوت کردن بازیکنان جاهای خود را عوض می کنند.

تغییرات:

مسیر پاسها بایستی متغیر باشد. برای اینکه بین تیمها رقابت ایجاد شود بعد به سمر رساندن ۶ گل یک امتیاز به تیم داده می شود.

۴- بازی ۴ مقابل ۴، ۳ مقابل ۳

سازماندهی:

دو تیم هر کدام متشکل از ۴ بازیکن + دو گروه از ۴ بازیکن اضافی + دو دروازه بان علامت گذاری منطقه بازی + دو دروازه

تعدادی توپ

شیوه:

بازی نامحدود (تعداد ضربات) و تمام کنندگی سریع حداکثر ۵ پاس بین تیم، با اضافه کردن نفراتی که روی خط قرار گرفته و به عنوان بازیکن اضافه می توانند فقط یک ضربه به توپ بزنند.

یک بازیکن باید همیشه در منطقه دفاعی باقی بماند.

یک امتیاز برای به ثمر رساندن هر گل، و ۳ امتیاز برای به ثمر رساندن هر گل از منطقه دفاعی

تغییرات:

به ثمر رساندن یک گل قبل از ردوبدل کردن سه پاس، ۲ امتیاز به ارمغان می آورد، اما حداقل یک پاس می بایست رد و پندل شود.



حس تحریرک پذیری و تمرین تعادل



توپ را روی زمین با پا حرکت دهید (چپ-راست یا عقب و جلو)



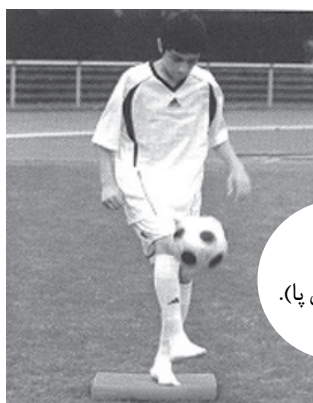
توپ روی زمین- حرکات هماهنگ با پا در اطراف توپ (دایره، به شکل هشت).



متعادل نگه داشتن توپ روی سر در حالت ایستاده.



متعادل نگه داشتن توپ روی سر در حالت ایستاده.



کار با توپ (ران و روی پا).



کار با توپ (ران و روی پا).



پاس دادن روی زمین با داخل پا (چپ/راست). پاس دادن با داخل پا.



ایستادن روی یک ساق پا (چپ یا راست) + پرتاب کردن و گرفتن توپ با هر دو دست (فواصل مختلف: از خیلی نزدیک تا ۳ متر دورتر). گرفتن و پرتاب کردن

تمرینات با توپ و یک یار



تمرینات گروهی گروه سه نفره (یک بازیکن روی تشکچه اسفنجی، ۹۰ درجه)

دو بازیکن به صورت چرخشی توپ را برای یاری که در وسط قرار گرفته پرتاب می کنند. بازیکنی که در وسط قرار گرفته توپ را یک ضرب یا بعد از کنترل کردن آن برمی گرداند.

تکنیک های کنترل توپ: سینه، ران، داخل پا، روی پا.
تکنیک های پاس دادن: داخل پا، روی پا، ضربه تمام چرخشی.



پرتاب کردن در جهت های مختلف

- * به سمت چپ و راست.
- * تا ارتفاع زانو.
- * به طرف سینه، روی سر.



کنترل توپ (سینه، ران، روی پا، سر) + گرفتن و به عقب پرتاب کردن. سینه. ران. سر.



تغییر:

کنترل توپ (سینه، ران، روی پا) + پاس به عقب.
سر ضرب (داخل پا، روی پا، ضربه ی تمام چرخشی) و شیرجه با سر. داخل پا. ضربه سر.

تغییر:

هر دو بازیکن توپ را با سر بزنند.

ادامه این مطلب را در شماره بعد مجله بخوانید.

برگرفته شده از کتاب فوتبال کنترل صحیح توپ
ترجمه: محسن اسماعیل زاده

گروه های سه نفره (یک بازیکن روی تشکچه اسفنجی، ۱۸۰ درجه)

بازیکن قرار گرفته در وسط حدود ۱۸۰ درجه می چرخد.
کنترل توپ:

قفسه سینه یا ران.

تکنیک های پاس دادن:

داخل پا، روی پا، ضربه ی تمام چرخشی، سر.

گروه های سه نفره (همه بازیکنان روی تشکچه اسفنجی)

سه بازیکن در یک مثلث بر روی تشکچه اسفنجی هستند و توپ را به همدیگر پاس می دهند.
* پرتاب - ضربه سر به بازیکن کناری - گرفتن.

* پرتاب - ضربه با داخل پا (سر ضرب) به بازیکن کناری - گرفتن.

* پرتاب - ضربه تمام چرخشی (سر ضرب) به بازیکن کناری - گرفتن.



هنرستان تربیت بدنی

علوم و فنون

تخصصی ترین
هنرستان در
معرفی زمینه ها و
عناوین شغلی رشته
تربیت بدنی و
علوم ورزشی

فرصتی استثنایی برای دانش آموزان
علاقه مند به تحصیل در رشته **تربیت بدنی**
اول عمومی، دوم و سوم تربیت بدنی



بکارگیری مربیان برجسته کشور ✓
استفاده از امکانات ورزشگاه های معتبر تهران ✓
امکان ادامه تحصیل تا مقطع دکترا ✓

خیابان طالقانی، بعد از چهارراه بهار، کوچه آفتاب

۷۷۵۰۲۵۹۲-۷۷۶۳۹۰۶۰

www.dloomfonoon.com

موسسه ورزشی

سپنتا

اوج ایرانیان

www.fcsepanta.ir



موسسه ورزشی سپنتا

شماره ثبت: ۳۵۲۴۵
شماره ملی: ۱۴۰۰۴۶۶۴۲۲۸



**موسسه ورزشی سپنتا برگزار می کند:
آکادمی حرفه ای دروازه بانی
آموزش تخصصی و حرفه ای دروازه بانی
زیر نظر مربیان لیگ برتر**

با مدیریت داریوش اسفندیاری

۰ ۹ ۱ ۹ ۳ ۶ ۵ ۲ ۷ ۲ ۰

۸ ۸ ۸ ۳ ۷ ۰ ۱ ۴

مجموعه ورزشی شهید کشوری