یادداشت

ورزشی های امیدوار

شیرازی – امروز که این مطلب را می خوانید انتخابات پایان یافته است و احتمالاً این را که کاندیدای مورد نظر شما رای آورده است یا نه می‌دانید.

باید دید این انتخاب ها چقدر بر رشد ورزش در سطح ملی و استانی تاثیر مثبت می گذارد.

این روزها همه اهالی ورزش و دوستداران ورزش منتظرند تا ببینند اعضای شورای شهر جدید این بار برای ورزش چه خواهند کرد و چقدر به حمایت این جامعه می آیند.

باید دید بالاخره ورزش به صورت حرفه ای تر هم جزو اولویت های شورای شهر قرار خواهد گرفت؟

باید دید نماینده هایی که برای شهر از سوی مردم انتخاب شده اند چقدر می توانند به وعده های شان عمل کنند و چقدر حواس شان به اهالی ورزش است.

هر انتخابی امیدواری را برای روزهای خوب ورزش کمی بیشتر می کند و باید دید این بار شورای شهری ها حواس شان به ورزش و جوانان هست یا نه.

خبر ورزشی

تنیس جام رمضان

شیرازی – تنیس بازان استان با برگزاری رقابت های جام رمضان به پیشواز رقابت های ورزشی این ماه می روند.

نایب رئیس هیئت تنیس استان به خبرنگار ما گفت: این مسابقات از امروز در ۶ گروه ۴ نفره شامل یک سرگروه و سه تنیس باز از رنک های پایین تر برگزار می شود.

«زهره اسدی» افزود: هر برد ۱۰ امتیاز از جدول رنک هر شهر را به همراه دارد که تا الان ۲۴ تنیسور آقا و ۸ تنیسور خانم برای حضور در این رقابت ها ثبت نام کرده اند.

وی بیان کرد: این مسابقات تا آخر هفته در زمین تنیس شهربازی ادامه خواهد داشت و ورزشکارانی از شهرستان های بجنورد، جاجرم و اسفراین حضور خواهند داشت.

بخشنامه پر حاشیه برای ورزشی ها

شیرازی

کارمندان دولت نمی توانند فعالیتی در هیئت های ورزشی داشته باشند.

این بخشنامه داخلی با اشاره به قانون دوشغله نبودن کارمندان دولتی در خراسان شمالی ارسال شد تا این استان کم بضاعت از نظر نیروی استانی پیشروی طرحی عجیب باشد که البته دستورش از دیوان محاسبات کشور آمده است.

این که هیئت های ورزشی استان مگر منبع درآمد محسوب می شوند که این قانون برای این هیئت ها اجرا شود خود جای بحث دارد ولی این که چرا خراسان شمالی که همیشه دغدغه داشتن نیروی انسانی آگاه در بخش ورزش را دارد این نامه را در قالب بخشنامه داخلی بلافاصله اجرا کرده و پیشتاز این طرح عجیب شده است هم جای سوال دارد.

می گویند این بخشنامه داخلی از سوی معاونت توسعه و پشتیبانی اداره کل ورزش و جوانان استان صادر شده است. در هر حال با اجرای این بخشنامه، می توان گفت که هیئت های ورزشی به کما خواهند رفت و فعالیتشان به شدت تحت تأثیر قرار خواهد گرفت.

یکی از اعضای یکی از هیئت های ورزشی که نمی خواهد نامش عنوان شود و شامل این طرح می شود، می گوید: واقعا نمی دانم این بخشنامه چرا باید در خراسان شمالی اجرا شود.

وی می گوید: این که مسئولیتی را در هیئت به خاطر عشق به آن رشته ورزشی قبول کرده ایم واقعا شغل محسوب می شود که بخواهیم استعفا کنیم؟

وی بیان می کند: برای رفتن از هیئت و رسیدن به زندگی شخصی ام خوشحالم ولی نگران هیئتی هستم که تازه داشت جان می گرفت و حالا نیمی از افرادش باید بروند.

یکی از کارمندان اداره ورزش و جوانان که متصدی یکی از هیئت ها هم هست می گوید: اینجا خراسان شمالی است و نیروهای انسانی که مسلط به مسائل مدیریت ورزشی باشند آنقدر پرتعداد نیستند که با این ورزش ها هماهنگ شوند و من فکر می کنم این تصمیم درستی برای استان نیست.

وی بیان می کند: می شد محترمانه تر و با تقدیر و تشکر از زحمات چند ساله این موضوع را مطرح کرد ولی این نوع اطلاع دادن برای استعفا خیلی ناپسند بود.

رئیس هیئت جودو و کوراش استان که این طرح شامل حال او نمی شود می گوید: در دستگاه دولتی مشغول به کار نیستم و این طرح شامل حال من نمی شود ولی فکر می کنم این طرح و یک سری برنامه ها یک موج و احساس است.

کوروش خسرویار می افزاید: اگر این بخشنامه باشد خیلی تغییر ها باید ایجاد شود و این به نفع ورزش نیست.

وی بیان می کند: مسئولیت در هیئت ورزشی شغل محسوب نمی شود که بخواهند قانون دو شغله ها را اجرایی کنند، همه اش عشق است و علاقه شخصی.

وی تصریح می کند: حالا اگر اداره کل آن قدر بودجه دارد که می تواند حقوقی برای رئیس هیئت ها تعیین کند که به عنوان یک شغل محسوب شود خیلی هم خوب است ولی فکر نمی کنم این قدر بودجه داشته باشد.

وی اظهار می دارد: به طور کلی این طرح را هیچ کجای دنیا ندیده ام.

رئیس هیئت فوتبال استان نیز می گوید: آدم هایی را که بخواهند با مبلغ ناچیز و گاهی با هیچ در هیئت ها فعالیت کنند نداریم و در نظر بگیرید حالا که این افراد را قرار است کنار بگذاریم چه افرادی را باید جایگزین کنیم.

حسین جعفرزاده هم که شامل این طرح نمی شود و کارمند دولتی هم محسوب نمی شود می افزاید: یکی از اعضای هیئت به خاطر این طرح کنار رفت و برایم عجیب است که چرا این گونه شد.

> همه این ها را می دانیم و ما هم دغدغه اش را داریم که اگر همکاران ما در کار نباشند ورزش دچار چالش می‌شود و نگرانیم که بخواهند این بخشنامه را برای تمام کارمندان اداره‌ها اجرا کنند

وی عنوان می کند: به طور حتم کیفیت کار پایین می آید و البته خیلی موارد دیگر هم می تواند اتفاق بیفتد و زمانی که می خواهند به طور جدی این بخشنامه را عملی کنند با مشکلاتش مواجه می شوند.

معاون توسعه و پشتیبانی نیروی انسانی اداره کل ورزش و جوانان استان در همین ارتباط می گوید: سال ۸۴ قانون ممنوعیت دو شغله ها مطرح شد که این موضوع برای هیئت های ورزشی اجرایی نمی شد ولی چندی پیش نامه ای از سازمان امور استخدامی کشور برای مجلس فرستاده شد و نامه ای از دیوان محاسبات به دست ما رسید که همکاران و کارکنان دولت حق ندارند در هیئت های ورزشی فعالیت کنند و این قانون فعلاً برای کارکنان اداره ورزش و جوانان استان اجرایی شود وگرنه برخورد قانونی با متخلفان خواهد شد که به همین خاطر مجبور به صدور بخشنامه داخلی شدیم.

«احمدی» که در حال حاضر جانشین مدیرکل ورزش و جوانان استان نیز هست بیان می کند: این طرح برای استان ما اصلا طرح خوبی نیست و من هم به این واقفم و به همین خاطر نامه ای را برای توضیح شرایط استان به وزارت خانه ارسال کرده ام که هنوز پاسخی نیامده است.

وی یادآور می شود: این بخشنامه را برای حفظ حرمت همکارانمان صادر کردیم که تا آخر اردیبهشت استعفا کنند و در حال حاضر ۸ نفر هم استعفا کرده اند ولی ۶۸ نیرو در هیئت های ورزشی داریم. وی تصریح می کند: می دانیم که بخش خصوصی و مردم برای اداره هیئت های ورزشی نمی آیند و همکاران ما بدون دریافت مبلغی فعالیت می کنند. همه این ها را می دانیم و ما هم دغدغه اش را داریم که اگر همکاران ما در کار نباشند ورزش دچار چالش می شود و نگرانیم که بخواهند این بخشنامه را برای تمام کارمندان اداره ها اجرا کنند. وی ادامه می دهد: خیلی ها پرسیده اند چرا این بخشنامه در بقیه استان ها اجرایی نشده است که نمی دانم چرا دیوان محاسبات روی استان ما تاکید داشته است.

وی خاطرنشان می کند: در هر صورت منتظر پاسخ نامه ای که فرستاده ایم هستیم.

رویدادهای ورزشی

رقابت های شنا در بجنورد

رقابت های شنای استان از سوی انجمن شنای کارگران خراسان شمالی در رده های سنی مختلف در استخر کارگران بجنورد برگزار می شود.به گزارش خبرنگار ما، این مسابقات دوم خرداد ماه برگزار خواهد شد که شرکت کنندگان باید ۵ هزار تومان ورودی برای حضور در این مسابقات بپردازند.

همایش پیاده روی در ۲روستا

برومند– به مناسبت ایام شعبانیه همایش پیاده روی خانوادگی در ۲ روستای اسلام آباد و انصار مانه و سملقان برگزار شد.

سرپرست اداره ورزش و جوانان مانه و سملقان با بیان این مطلب به خبرنگار ما گفت: در این همایش ۳۰۰ نفر از مردم این ۲ روستا پیاده روی خود را از محل گلزار شهدای اسلام آباد آغاز و در امامزاده سید ابراهیم انصار به پایان رساندند.

«یونس کریمان» هدف از برگزاری این همایش را ایجاد روحیه نشاط و شادابی مردم روستا دانست و افزود: در پایان این مراسم به ۲۰ نفر از برگزیدگان جوایز نفیسی اهدا شد.

کوتاه محض اطلاع

شیرازی – سلام به ورزشکاران، ورزش دوستان و اهالی ورزش استان.

این خبر خوش ۸ هزار تایی شدن عظیم قیچی ساز آن هم در دم دمای انتخابات شاید خیلی ربطی به استان ما نداشته باشد ولی آن قدر هیجان انگیز و خوشحال کننده هست که مهمان صفحه ورزش خراسان شمالی شود.

ماجرا از آن قرار است که قیچی ساز پا بر قله ۸۵۱۶ متری لوتسه در هیمالیا گذاشت و با این صعود ارزشمند به باشگاه هشت هزار متری های جهان پیوست تا افتخاری باشد برای ورزش ایران و پرچم ایران را باز هم بالا ببرد.

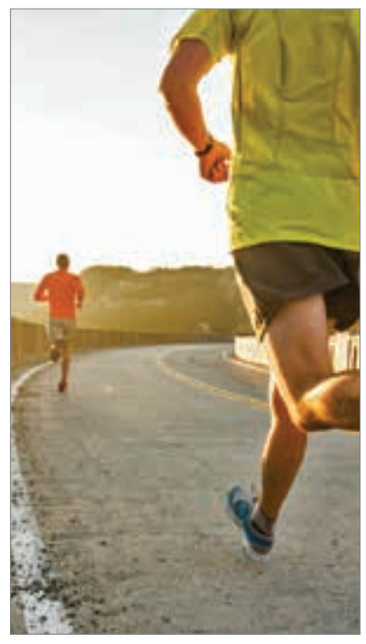
یادمان نرفته که استان ما نیز چند کوهنورد حرفه ای دارد که به قله های بالای ۸ هزار هم صعود کردند.

نمونه آن حسین بهمنیار که در چند متری صعود به اورست اسیر توفان شد و رویای اورست را به زمانی دیگر موکول کرد.

این صعود برای اهالی کوهنوردی انگیزه و امید را برای صعود های ۸ هزار متری به طور حتم بیشتر خواهد کرد.

اینجا ورزش ...

اثرات ورزش بر روح و روان



در حین انجام فعالیت بدنی، تولید یک ماده شیمیایی از بدن به نام "سروتونین" بیشتر می شود. کاهش سروتونین در بدن با افسردگی مرتبط می باشد و داروهای ضد افسردگی نیز در جهت افزایش این ماده در بدن عمل می کنند. بنابراین در میان افرادی که به طور مرتب ورزش می کنند، به ندرت می توان شخص افسرده‌ای یافت.

از طرفی با ورزش کردن، تولید "اندورفین" و "اپی نفرین" و "سیتوکین‌ها" نیز افزایش می یابد و این مواد به طور طبیعی باعث بالا بردن سطح هوشیاری و روحیه عمومی فرد می شود و احساس انرژی و شادابی بیشتری را برای انجام کارهای روزمره زندگی به شخص ورزشکار اعطا می کند.

مسلماً یک شخص ورزشکار با تنبلی و کسالت بیگانه است و علاوه بر داشتن هیکلی متناسب و خوش فرم از روحیه بالا و شادابی نیز برخوردار است و این موفقیت، ارتباطات وی را در زندگی روزمره، چه در خانواده و چه در اجتماع یا محیط کار تضمین می کند.

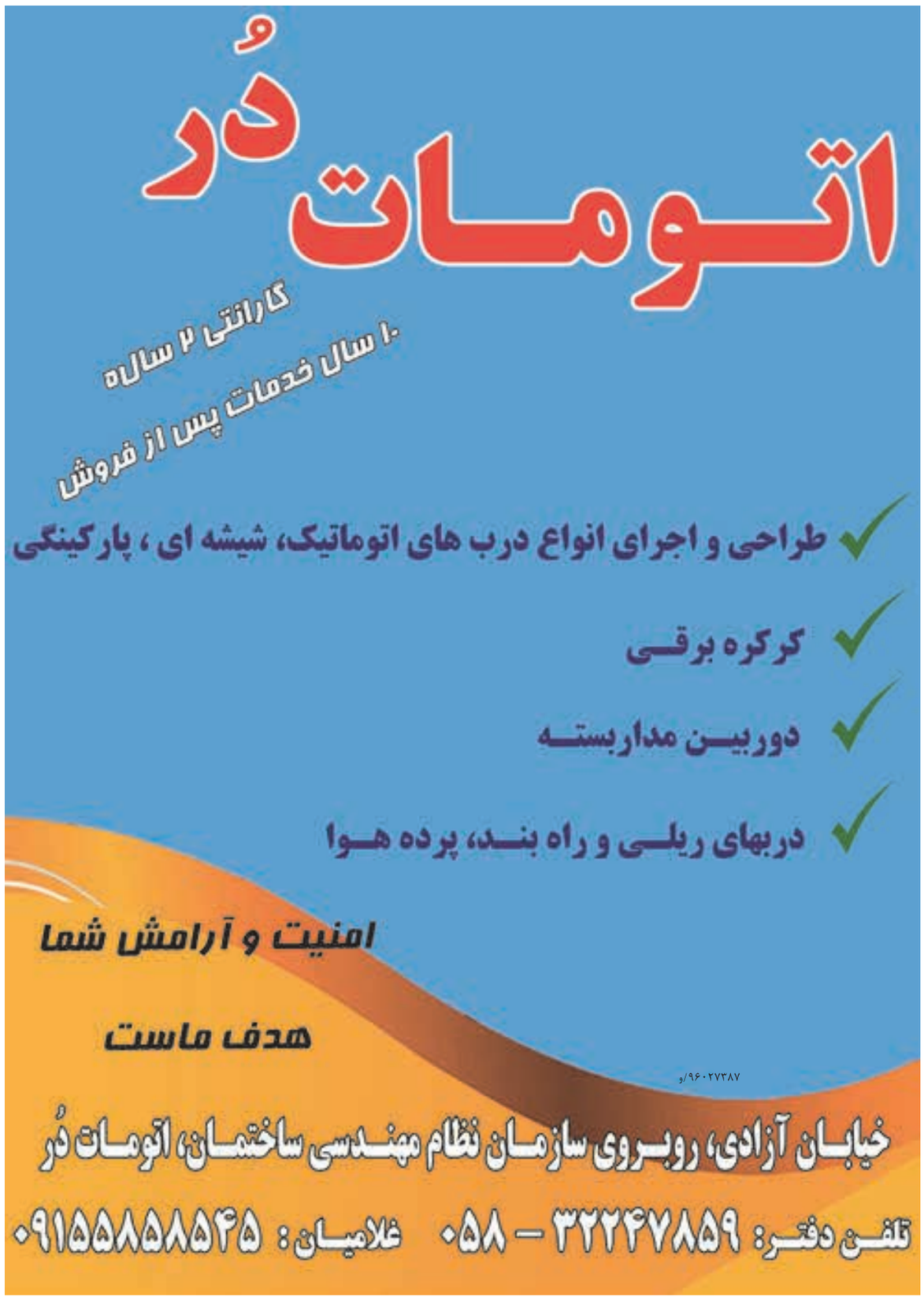
مسلماً کارفرمایان در استخدام افراد، این معیارهای مهم را در نظر خواهند گرفت. بنابراین یک شخص سالم و تندرست، از موقعیت و پیشرفت شغلی بهتری نسبت به افراد چاق و کم تحرک برخوردار خواهد بود.

یک فرد سالم و ورزشکار قطعاً به طور ناخودآگاه از سیگار دوری می کند، چون در می یابد با ورزش به اکسیژن بیشتری نیاز دارد، ولی سیگار یا مواد مخدر به وضوح انرژی وی را کم و او را ضعیف تر می کند. بنابراین خود به خود برای پیشرفت در امور ورزشی خویش و برای انجام تمرینات، از این مواد دوری می جوید.

از طرفی، در یک محیط ورزشی سالم، از این گونه افراد و آلودگی ها کمتر می توان اثری یافت و احتمال ابتلای چنین افرادی به آلودگی های اجتماعی بسیار پایین است و به دلیل روحیه ورزشی از بسیاری ناهنجاری های دیگر اجتماعی، که با خلق و خوی جوانمردی و ورزشکاری همخوانی ندارد، پرهیز می کنند.

تعریف ورزش تنها در افزایش فعالیت جسمانی خلاصه نمی شود.بسیاری از ورزش‌های امروزی نظیر پینگ پنگ، اسکیت، اسکی، بسکتبال، شنا و... حرفه ای هستند و نیاز به یاد گیری و حتی مربیان مجرب دارند و کار فکری زیادی را نیز می طلبند.بنابراین ورزش‌های امروزی تنها یک فعالیت جسمی ساده نیستند، بلکه قابلیت‌های پیچیده مغز را در امور مختلف از جمله هماهنگی، چالاکی و سریع بودن، درست عمل کردن و درست تصمیم گرفتن را تقویت می کنند. به گونه ای که در یک شخص غیر ورزشکار این قابلیت های مغز، خاموش می ماند و به تدریج ذهن تنبل و سست می شود و این گونه افراد، بیشتر تمایل دارند در یک گوشه بنشینند و در فکر فرو روند!

به طور کلی می توان گفت ورزش در کلیه اجزای جسم و ذهن و در تمامی مراحل زندگی انسان تأثیر غیرقابل انکار و به سزایی دارد.



ورزش

صفحه ورزش را می توانید ۴ روز در هفته در روزنامه خراسان شمالی بخوانید.

همچنین می توانید درد دل ها، مطالب علمی، نظرات، انتقادها و پیشنهادهای خود را در مورد اوضاع ورزش استان و صفحه ورزش از طریق شماره تلفن های دفتر روزنامه خراسان شمالی و یا ایمیل shomalinews@gmail.com باعنوان «صفحه ورزش» ارسال کنید.

فروشی

یک واحد ۲۰۰ متری

از مجتمع ۳ واحدی کوچه انرژی

طبقه اول شخصی ساز

۰۹۱۵۱۸۴۲۲۶۴ جعفری

۹۶۰۳۷۶۳۴/و

شرکت بیمه معلم نمایندگی صدقی یک نفر کارمند دفتری خانم با شرایط ذیل استخدام می نماید:

- دارای مدرک لیسانس
- مسلط به ICDL و کامپیوتر
- دارای سابقه کار در امور صدور و شناخت کامل بیمه نامه ها
- دارای روابط عمومی بالا
- با حقوق ثابت و پورسانت

مراجعه حضوری از ساعت ۱۸ الی ۲۰

آدرس محاسبه و پذیرش: بجنورد - خیابان قیام روبروی قیام ۱۹ نرسیده به فروشگاه اتکا

تلفن: ۰۹۱۵۷۷۸۱۲۸۸ - ۰۵۸۳۲۲۴۵۰۸

۹۶۰۳۹۵۶۵/و