خراسان شمالی
روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان شمالی

برنز برای بانوی تکواندو کار استان

شیرازی - بانوی تکواندو کار استان در رقابت های قهرمانی کشور به میزبانی تهران خوش درخشید. به گزارش خبرنگار ما، «افسانه محمد پور» نماینده خراسان شمالی در سومین دوره مسابقات تکواندوی ناشنوایان قهرمانی کشور ، در جایگاه سوم ایستاد. این رقابت ها در خانه تکواندوی تهران در ۴ وزن المپیکی برگزار و افسانه محمد پور در بخش کیوروگی و در وزن ۵۷- کیلوگرم موفق به کسب مدال برنز شد.ورزشکاران ناشنوای استان طی سال های اخیر توانسته اند مقام های بسیار خوبی به دست آورند که این نشان از توانایی بالای آن ها در این بخش دارد. ورزشکاران ناشنوای استان در دو بخش بانوان و آقایان حضور فعال تری نسبت به گذشته در عرصه ورزش دارند و مقام های کشوری و حتی بالاتر را از آن خود کرده اند.

حلقه های گمشده ورزش بانوان

عوض زاده

چندی پیش بود که طی آیینی در مجتمع فرهنگی، هنری غدیر شیروان، ورزشکارانی از این شهر که در سال ۹۵ موفق به کسب مدال در مسابقات قهرمانی کشور یا مسابقات در سطوح بالاتر شده بودند معرفی شدند و مورد تجلیل قرار گرفتند؛ مراسمی غرور آفرین که می شد قهرمانان مختلف یک سال گذشته را در یک قاب به تصویر کشید اما این قاب، یک نکته مهم را در خود جای داده بود و آن اینکه از ۲۳ قهرمان کشوری که در قالب هیئت های ورزشی مختلف توانسته بودند در سطوح اشاره شده مدال آور باشند فقط یک بانو حضور داشت.

حمایت کافی نیست

یک مربی کاراته، حمایت ناکافی از طرف مسئولان و خانواده ها، تعدد رشته های سبکی، مشکلاتی که خود خانم ها برای اعزام به مسابقات با آن ها روبرو هستند و نبود آگاهی کافی در بین برخی ورزشکاران را از عواملی می داند که درپیش روی بانوان شیروانی برای کسب مقام های قهرمانی قرار دارد.«نسیم مهرپرور» با بیان این که خانم ها، آزادی عمل آقایان را ندارند، تصریح می کند: یک خانم تا به مرز حرفه ای و حضور در مسابقات رده های سنی امید و بزرگسالان می رسد به خصوص در شهرهای کوچک، درگیر زندگی زناشویی و از ورزش حرفه ای دور می شود.وی که نایب رئیسی هیئت کاراته و شطرنج خراسان شمالی را در کارنامه خود دارد و از سال ۸۰ نایب رئیس هیئت کاراته شیروان می باشد و داور ملی کاراته است در رابطه با ورزش های رزمی که بسیاری از آقایان توانسته اند در سال ۹۵ برای شیروان مقام کسب کنند می گوید: در سبک هایی که مسابقات کشوری آن عموما در هر وزن دو یا سه نفر شرکت کننده دارد و شرکت کنندگان حتی اگر ببازند هم مقام کسب می کنند در بازگشت با بنرهای تبریک و حمایت مالی از طرف برخی ادارات و اشخاص مواجه می شوند در حالی که بعضی از مسئولان از ماجرا خبر ندارند که این موضوع باعث بی رغبتی ورزشکارانی می شود که به صورت حرفه ای و اصولی کار می کنند و شاید نتوانند تا سال ها مقامی کسب کنند.

جای خالی اسپانسر

«قاسمی» یک مربی ورزش کونگ فو نیز نبود فضای مناسب تمرین، نبود مربی با مدارج بالا، عدم حضور حامیان مالی در ورزش بانوان و نیز ساز مخالف بعضی از افراد را مهم ترین عوامل در مقابل بانوان برای انجام ورزش قهرمانی می داند و می افزاید: وقتی به دلیل نبود حامیان مالی یک ورزشکار برای شرکت در مسابقات سنگین قهرمانی کشور با مینی بوس اعزام می شود مطمئنا توان و انگیزه اش کاهش می یابد. مسئول ورزش بانوان اداره ورزش و جوانان شیروان نیز در این رابطه می گوید: در شیروان در حدود ۳ هزار و ۳۰۰ بانو به ورزش می پردازند که هزار و ۷۰۰ نفر دارای بیمه ورزشی هستند. «آزاده صمدیانی» تصریح می کند: بیشتر بانوان به رشته های همگانی مانند ایروبیک، پیلاتس و نیز شنا می پردازند و فعالیت آنها در رشته های رقابتی کمتر است. وی در رابطه با آیین تجلیل از قهرمانان شیروان با بیان این مطلب که تجلیل شوندگان از بین افرادی بودند که در رشته های معتبر فدراسیونی مقام کسب کرده بودند گفت: تعدادی از بانوان شیروانی در کونگ فو موفق به کسب مدال های کشوری شده بودند که چون در رشته های سبکی بودند نامی از آنها برده نشد. «صمدیانی» عدم ایجاد انگیزه از طرف هیئت های استان، عدم حمایت کافی برای اعزام تیم های بانوان به رقابت های کشوری و کمبود مربیان مجرب و کار آزموده را از دلایل کم بودن مدال آوران بانو می داند و می افزاید: شاید مهم ترین عامل در کاهش قهرمانی بین بانوان، خصوصی سازی اماکن ورزشی باشد که بیشتر مربیان و باشگاه داران را برای جبران هزینه ها از توجه به کیفیت به کمیت سوق داده است.

> وقتی به دلیل نبود حامیان مالی یک ورزشکار برای شرکت در مسابقات سنگین قهرمانی کشور با مینی بوس اعزام می‌شود مطمئنا توان و انگیزه اش کاهش می یابد

محدودیت ها برای ورزش قهرمانی

رئیس اداره ورزش و جوانان شیروان نیز با اشاره به محدودیت هایی که بانوان نسبت به آقایان در انجام ورزش قهرمانی دارند می گوید: خوشبختانه در شیروان در بخش آقایان انگیزه، خودباوری و تحریک لازم برای ورزش حرفه ای تا حدودی ایجاد شده است هر چند به حدی که انتظار و استعداد داریم نرسیده است اما سیر صعودی آن تا حدی راضی کننده است.«علی خالق زاده» در مورد ورزش بانوان اظهار می دارد: در بخش همگانی و عمومی ورزش بانوان پیشرفت خوبی داشته است اما در بخش قهرمانی اصلا راضی کننده نیست. وی ادامه می دهد: پایین بودن سرانه ورزشی در خراسان شمالی و شیروان باعث شده که تا حدودی حق بانوان تضییع شود و شرایط کنونی اجازه نمی دهد که زمان های تمرینی مناسبی را در سالن ها در اختیار بانوان قرار دهیم. وی با بیان این که در شیروان تعداد بانوانی که متقاضی انجام ورزش در سطح حرفه ای هستند نسبت به کل جمعیت بانوان شهر بسیار کم است می گوید: مطمئنا باید هیئت های ورزشی و مربیان خانم و همچنین بنده و همکارانم در اداره ورزش و جوانان تلاش کنیم تا شرایط را برای ورزش قهرمانی در بخش بانوان بهبود دهیم تا بانوان بیشتری انگیزه ادامه فعالیت در سطح قهرمانی و حرفه ای را داشته باشند.

استعداد در ورزش های انفرادی

این داور بین المللی کشتی تصریح می کند: تاریخ ورزش شیروان نشان داده است که در ورزش های انفرادی استعداد بیشتری داریم ولی برعکس بانوان شیروانی بیشتر به رشته های تیمی علاقه‌مند هستند و چون تعدادشان کم است در نتیجه تشکیل یک تیم در حد قهرمانی سخت می شود زیرا وقتی می خواهیم یک تیم در رشته های تیمی تشکیل دهیم باید در هر پست چند نفر داشته باشیم که رقابت ایجاد شود و فرد آماده تر را انتخاب کنیم ولی در شیروان برای تشکیل یک تیم، حتی تعداد نفرات را به سختی جمع می کنیم.وی با بیان این که بسیاری از رشته هایی که ورزشکاران در بخش آقایان در شیروان توانسته اند مدال های کشوری و بالاتر کسب کنند مربوط به رشته هایی است که تا حد زیادی فقط مختص آقایان است و در بخش بانوان خیلی فعال نیست می گوید: بنده برای هر گونه کمک و همکاری با هیئت های ورزشی برای توسعه ورزش بانوان آمادگی دارم ولی در این مسیر نیاز شدید به کمک سایر مسئولان شهرستان به ویژه فرمانداری، شورای شهر و شهرداری و آموزش و پرورش داریم. وی خاطر نشان می کند: البته ناگفته نماند که در شهرهای کوچک بانوان کمتر به ورزش قهرمانی علاقه نشان می دهند که خود این مسئله هم کار را برای برنامه ریزی سخت می کند.

اخبار ورزشی

مسابقات فوتسال

شیرازی - مسابقات استانی فوتسال در رده سنی زیر ۱۲ سال با حضور ۱۰ تیم در بجنورد برگزار شد.به گزارش خبرنگار ما، در این مسابقات تیم هایی از اسفراین، جاجرم، شیروان و ۷ تیم از بجنورد شرکت داشتند که به صورت دو حذفی طی دو روز با یکدیگر رقابت کردند.این مسابقات به میزبانی سالن ۱۲۰۰ نفره مجموعه ورزشی شهید علیدخت بجنورد برگزار شد که تیم جاجرم به مربی گری ملیحه باکرم، تیم شیروان به مربی گری زهرا فدایی و تیم شهید علیدخت بجنورد به مربی گری میترا محمدی مقام های اول تا سوم را از آن خود کردند.همچنین هفته دوم لیگ بانوان استان در رده سنی بزرگسالان به میزبانی اسفراین برگزار شد که در بازی اول تیم شیروان ۱۱ بر یک تیم جاجرم را شکست داد و در بازی دوم تیم بجنورد ۵ بر یک هیئت فوتبال اسفراین را از پیش رو برداشت. هفته سوم این رقابت ها جمعه هفته جاری به میزبانی شیروان برگزار خواهد شد.

هفته یازدهم لیگ فوتسال

شیرازی - هفته یازدهم لیگ فوتسال استان در سالن ۱۲۰۰ نفره مجموعه ورزشی شهید علیدخت بجنورد برگزار شد.مسئول کمیته فوتسال هیئت فوتبال استان به خبرنگار ما گفت: هفته یازدهم این لیگ با حضور ۸ تیم در استان پیگیری شد که دو تیم از شیروان، یک تیم از جاجرم، یک تیم از گرمه، یک تیم از اسفراین و ۳ تیم از بجنورد شرکت داشتند.محسن خالصی افزود: در پایان این هفته و سه هفته مانده به پایان این بازی ها تیم پیروزی شهرداری شیروان با ۲۴ امتیاز در رده اول جدول قرار گرفت و تیم آلاداغ بجنورد با ۲۰ امتیاز در رده دوم ایستاد و تیم متال استیل بجنورد با ۱۷ امتیاز در جایگاه سوم قرار گرفت.

رویدادهای ورزشی

درخشش در پاورلیفتینگ

معینی - ورزشکاران خراسان شمالی توانستند در مسابقات پرس سینه قدرتی و تک لیفت کشوری، انتخابی اوکراین خوش بدرخشند. رئیس هیئت پاورلیفتینگ استان گفت : حسین خواجه ورزشکار جاجرمی در وزن ۷۳کیلو گرم در تک لیفت قدرتی با ثبت رکورد ۲۵۲/۵ مقام اول و سیاوش بافکر در وزن ۹۰کیلو گرم با رکورد ۱۷۹ در پرس سینه قدرتی مقام سوم را به دست آوردند. نیکو نژاد افزود: علی کیوان در وزن ۱۲۰+ کیلوی نوجوانان در پرس سینه و تک لیفت مقام اول و محمد بابایی در وزن ۸۳ کیلو گرم مقام سوم پرس سینه کشوری را از آن خود کردند.

معرفی ورزشکاران برتر دانش‌آموز

علی نیا- مسابقات ورزشی دانش آموزان دختر در استان روز های پنج شنبه و جمعه برگزار شد و در روز نخست این مسابقات شطرنج بازان استان به رقابت پرداختند که دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی دوره دوم بجنورد و مقطع متوسطه اول، مقام نخست را کسب کردند و در روز دوم مسابقات بسکتبال و والیبال برگزار شد و دانش آموزان دختر بجنورد در مقطع متوسطه در این ۲ رشته مقام نخست را کسب کردند. کارشناس مسئول تربیت بدنی دختران استان و مسئول برگزاری مسابقات دانش آموزان دختر گفت: در این مسابقات، آموزشگاه شهدای فرهنگی از شهرستان بجنورد مقام اول، آموزشگاه گوهر شاد از شهرستان شیروان مقام دوم و آموزشگاه ریحانه از شهرستان اسفراین مقام سوم را کسب کردند.

وی تصریح کرد: این مسابقات از سوی معاونت تربیت بدنی و سلامت اداره کل آموزش وپرورش استان به میزبانی بجنورد برگزار شد. وی بیان کرد: دارندگان مقام های اول هر مقطع تحصیلی به عنوان نمایندگان خراسان شمالی به مسابقات قهرمانی مدارس کشور درجشنواره دختران دانش آموز اعزام خواهند شد. وی با اشاره به مسابقات والیبال دانش آموزان دختر استان گفت: هنرستان محمودیه از شهرستان بجنورد مقام اول، آموزشگاه شاهد نرجس از شهرستان اسفراین مقام دوم و آموزشگاه نمونه دولتی الزهرا(س) از شهرستان شیروان مقام سوم را کسب کردند. وی با اشاره به این که مسابقات استانی دانش آموزان دختر هم چنان ادامه دارد، بیان کرد: شهرستان جاجرم نهم ماه جاری، میزبان رشته شنا، شهرستان گرمه نهم اسفند میزبان رشته تنیس روی میز و شهرستان شیروان دهم اسفند ماه میزبان رشته های طناب زنی و بدمینتون خواهند بود.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۱۲/۸]

معمای شطرنج

یکشنبه ها و چهارشنبه ها

زمان پیشنهادی ۵ دقیقه — بسیار ساده

در این صفحه بازی شطرنج که نیمه کاره رها شده است، یکی از بازیکنان که اتفاقا نوبتش هم رسیده است می تواند حریفش را با دو حرکت مات کند.

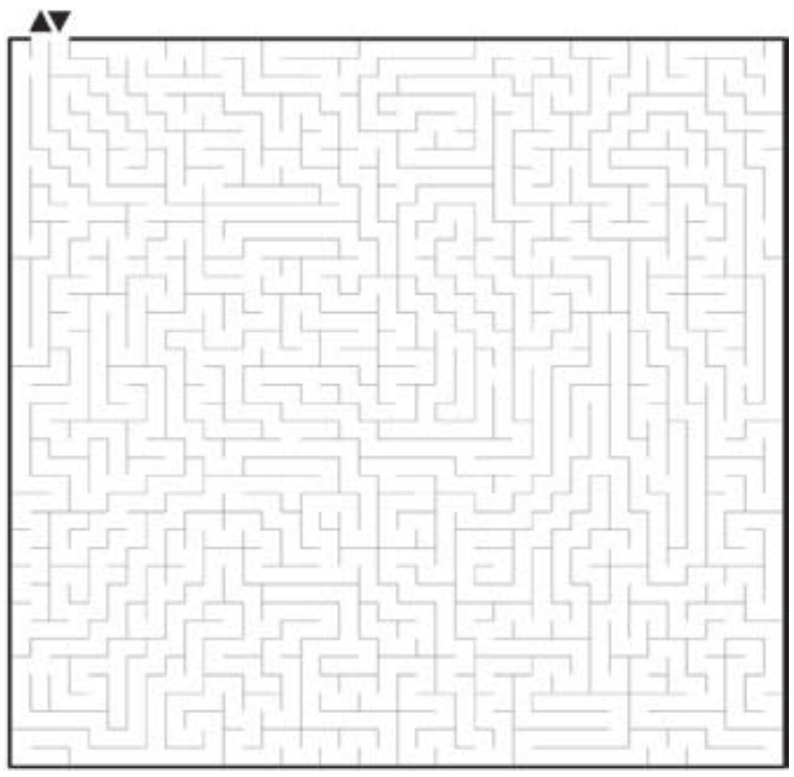
شما بگویید کدام بازیکن این موقعیت را دارد و چطور می تواند حریفش را مات کند؟!

جهت حرکت مهره های سفید از پایین به بالا تعریف شده است.

نقش‌یابِ مارپیچ

یکشنبه ها و چهارشنبه ها

زمان پیشنهادی ۲۵ دقیقه — ساده



در این مارپیچ یک تصویر پنهان شده است.

برای کشف تصویر، «یک خط شکسته مارپیچ» بیابید که از ورودی مارپیچ وارد شود و از خروجی مارپیچ بیرون برود.

این خط باید بدون شاخه و دوراهی باشد. وقتی مسیر صحیح پیدا شد آن را پررنگ کنید تا تصویر را ببینید.

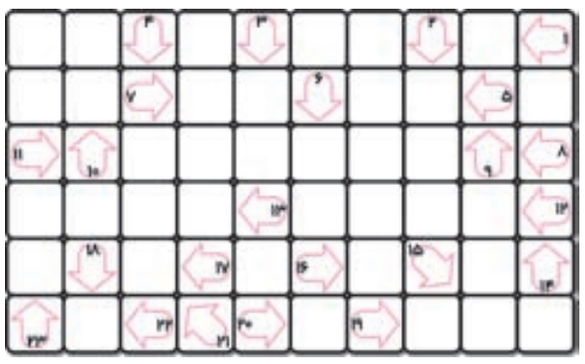
پیشنهاد: در هر دوراهی، مسیرهای انحرافی بن بست را با خطوط کمرنگ مشخص کنید تا به اشتباه نیفتید.

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

قانون: پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودِ خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده



واژگان کمتر اما پرهیز از پرسش هرز (ناخواسته) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

۱-(۹ حرفی) اکنون متأسفانه این وسیله تمام لحظات جوانان را پر می کند که حداقل ضرر آن، بازداشتن از کتاب و فکر و تحلیل است.

۲-(۶ حرفی) یکی از سرگرمی های پرطرفدار جامعه امروز است که سبب شده سرمایه گذاری های زیادی روی این رشته انجام بگیرد و گردش مالی زیادی صرف سرگرمی مرتبط با آن شود.

۳-(۶ حرفی) رونالدو فوتبالش را از تیم اسپورتینگ شروع کرد، بعد در این تیم ستاره شد و به رئال مادرید پیوست.

۴-(۵ حرفی) چون افراد دارای گروه خونی AB در برابر ..... مقاوم هستند، عملکردشان کمتر دچار مشکل می شود. دلیلش هم ثابت ماندن میزان کورتیزول بدن برای مدت طولانی است.

۵-(۲ حرفی) به نقل از سایت ام اس ان، فرد با این گروه خونی معمولا مستعد ابتلا به زخم معده است.

۶-(۴ حرفی) سرزمین ووطن

۷-(۵ حرفی) محل نمایش فیلم بر پرده

۸-(۵ حرفی) از سیارات منظومه شمسی

۹-(۳ حرفی) با کلاه در زمستان دیده شده

۱۰-(۳ حرفی) پول فلزی

۱۱-(۴ حرفی) در این ایام از خرید نوع نیمه خندان آن خودداری کنید زیرا در اثر شوک حرارتی کیفیت آن پایین آمده است.

۱۲-(۵ حرفی) در مثل با لرز همراه است.

۱۳-(۵ حرفی) از کشورهای پرتنش خاورمیانه

۱۴-(۴ حرفی) زنانی که گروه خونی A دارند برای مدت زمان طولانی تری قدرت باروری دارند. دلیلش هم تولید ..... حتی در سن بالاست.

۱۵-(۲ حرفی) برای این که فشار خونتان را در سطح عادی نگه دارید، باید ..... مورد نیاز بدن تان را تامین کنید.

۱۶-(۵ حرفی) حالت رو به بهبود پس از بیماری

۱۷-(۴ حرفی) فرستاده عرب

۱۸-(۲ حرفی) تکیه کلام تعجب خانم ها

۱۹-(۴ حرفی) مصرف بسیاری از داروها در زمان بارداری می تواند باعث ایجاد اختلالات سندرومی در نوزادان شود که بخشی از این سندروم ها شامل مشکلات ..... است.

۲۰-(۳ حرفی) تاب و توان

۲۱-(۳ حرفی) از نگاه بسیاری او تکنیکی ترین بازیکن فوتبال دنیا (شاید در تمام دوران ها) است.

۲۲-(۳ حرفی) درخت انگور

۲۳-(۶ حرفی) مغازه ای بامشتری صبح زود

سودوکو

هر روز

قانون: ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ رقمی تکراری نباشد.

زمان پیشنهادی ۵۰ دقیقه — بسیار سخت

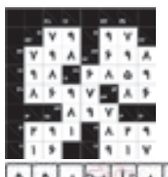
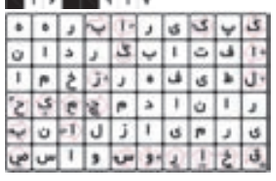
۹		۱				۴		
			۷					
۳		۶		۸				۷
	۲		۶					
		۴		۱		۵		
					۵		۹	
۱				۹		۸		۶
		۳				۹		۲

زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه — ساده

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

پاسخ ها

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