

حاشیه ورزش

دغدغه بیمه ای مربیان
آمادگی جسمانی

وحدانی- یکی از مربیان هیئت ورزش های همگانی خراسان شمالی از مهم ترین مشکلات مربیان رشته های مختلف این هیئت را نداشتن بیمه ورزشی و حمایت نکردن از آن ها بیان می کند.

فاطمه عصمتی، دارنده مدرک مربیگری آمادگی جسمانی، پیلاتس و فیتنس فیوژن از هیئت ورزش های همگانی با بیان این که ۳ سال در این هیئت به فعالیت ورزشی و مربیگری پرداخته است، از زحمات رئیس هیئت ورزش های همگانی تشکر و ابراز امیدواری می کند: مشکلات مربیانی که در دوران کرونا از فعالیت در باشگاه و کسب درآمد بازماندند با حمایت مسئولان برطرف شود.

وی با اشاره به مشکلات مربیانی که در این رشته ورزشی فعالیت دارند، می گوید: مربیان هیچ حمایت کننده ای ندارند تا اگر روزی برای آن ها اتفاقی افتاد، حمایت شوند.

وی با بیان این که نداشتن بیمه بیکاری مهم ترین دغدغه مربیان است اما به هیچ یک از مربیان این بیمه تعلق نمی گیرد، تصریح می کند: اگر به ما مربیان بیمه بیکاری تعلق می گرفت، در این روزهای سخت که در خانه به سر می بریم، کمک هزینه ای برای گذران زندگی مان بود.

وی می افزاید: صنف مستقلی نداریم که در هنگام مشکلات به طور مستقیم به آن مراجعه کنیم.

عصمتی، به زیرشاخه های متعدد آمادگی جسمانی اشاره می کند و می گوید: برخی مربیان به این حرفه عشق می ورزند و با تمام سختی هایی که در این راه وجود دارد با دل و جان مبارزه می کنند، هر چند این حرفه ورزشی شیرین است ولی باز هم مشکلات خاص خودش را دارد.

وی می افزاید: آمادگی جسمانی مادر تمام ورزش های همگانی و آمادگی جسمانی و تندرستی در واقع کیفیت و حالت مناسب بدن از نظر عضلانی، جسمی، فکری و روانی است.

به گفته وی، با انجام صحیح ورزش های آمادگی جسمانی می توان نقاط ضعف بدن را که حتی تحت عوامل وراثتی است، بهبود بخشید.

«عصمتی» با بیان این که آمادگی جسمانی مناسب و تندرستی کامل بدن موجب جلوگیری از پیری زودرس، کمک به خواب بهتر و رفع اختلالات خلقی، سلامت عضلات اسکلتی، جلوگیری از پوکی استخوان، حجیم شدن صحیح عضلات ماهیچه ای، پایین آمدن درصد چربی ها و تغییر بافت های بدن برای جلوگیری از بیماری های التهابی می شود، می افزاید: فردی که بتواند با تمام توانایی خود به طور مرتب ورزش کند از سلامت روان کامل بهره می برد.

وی تأکید می کند: امروزه افرادی که به گونه ای با ورزشکاران سر و کار دارند به خوبی می دانند بهره گیری از زحمات توان فرسای ورزشکار و مربی به پیروی از اصول علمی، انضباط و جدیت در به کارگیری یافته های علمی وابسته است.

سوزه ویژه



پیست بین المللی، نیاز قایقرانی استان

سیما وحدانی- برگزاری اردوهای استعدادیابی برای شناسایی ورزشکاران مستعد و علاقه به رشته قایقرانی در سال های اخیر باعث شد ورزشکاران بیشتری به سمت و سوی این رشته بایند و اعضای هیئت و کمیته استعدادیابی ورزشکاران مستعد بیشتری را شناسایی کنند. «عطا زارعی» از ورزشکارانی است که سال گذشته در اردوهای استعدادیابی شرکت کرد و موفق شد به تیم ملی جوانان راه پیدا کند. وی در نهایت به رقابت های آسیایی تایلند رفت و در جایگاه چهارم قرار گرفت. «زارعی» پیش از این با ورزش غریبه نبود و در رشته کشتی فعالیت داشت اما شاید هیچ وقت تصور نمی کرد روزی قایقران شود و حضور در رشته قایقرانی پس از شرکت در اردوهای استعدادیابی نشان می دهد خراسان شمالی نیاز مبرم به برگزاری این اردوها دارد تا بیش از پیش امثال «عطا» شناسایی شوند و در تیم های ملی شاهد حضور و افتخار آفرینی ورزشکاران هم استانی باشیم.

تمرین در منزل

«زارعی» که هم اکنون زیر نظر مربی تیم ملی تمرینات خود را در منزل برای حفظ آمادگی انجام می دهد، ابراز امیدواری می کند: به زودی کرونا پایان یابد و در مسابقات آسیایی و جهانی که امسال پیش رو داریم بتوانیم افتخار آفرینی کنیم. وی می گوید: مسابقات قهرمانی آسیا در چین و رقابت های جهانی امسال جزو مهم ترین اولویت های من بود که عمده تمرکز تمریناتم برای قهرمانی در این دو مسابقه بود و معتقدم توانایی و ظرفیت مدال آوری در این دور رقابت را دارم. وی به فراهم کردن امکانات لازم برای تمرینات توسط هیئت قایقرانی استان اشاره می کند که با تمام قوا برای تمریناتش زمینه سازی شده و از هیچ اقدامی برای موفقیت بیشتر این ورزشکار دریغ نشده است. «زارعی» اظهار می کند: از سال ۸۱ خراسان شمالی فعالیت قایقرانی داشته است اما متأسفانه در برهه ای از زمان با وجود داشتن قهرمان آسیا و جهان به این رشته ورزشی کم توجهی شد و سال ها در رکود به سر برد و قهرمانان استان پراکنده شدند. به گفته وی، استان ظرفیت برگزاری رقابت های بین المللی قایقرانی را دارد و این در گرو ساخت پیست بین المللی در سد است که پروژال آن آماده و در دست مسئولان استانی است تا با اندکی توجه خراسان شمالی را قطب برگزاری این رقابت ها کنند. وی می افزاید: امسال مسابقات آسیایی را پیش رودارم که در خود آمادگی لازم را برای قهرمانی می بینم و برنامه های تمرینی خود را با هدف حفظ آمادگی و جلوگیری از افت بدنی انجام می دهم.

درخشش با اردوهای بیشتر استعدادیابی

این قایقران ۱۷ ساله معتقد است: برگزاری اردوهای استعدادیابی می تواند سبب شود قایقرانان بیشتری از استان داشته باشیم و بتوانیم در رقابت های متعدد بدرخشیم. «زارعی» تأکید می کند: بعد از کرونا برنامه های فدراسیون اعلام می شود و طبق تقویم مسابقات متعددی را در پیش خواهیم داشت.

رئیس هیئت خبر داد:

فعالیت ۵ سبک فعال کونگ فو در استان

سطح بالای مربیان و داوران بین المللی

وی از سطح قابل قبول و مسرت بخش مربیان این هیئت ابراز رضایت می کند و معتقد است: خراسان شمالی کونگ فو خبر می دهد. «همت افزا» در گفت و گو با خبرنگار ما نیز داور بین المللی و مدرس داریم.

نبود خانه اختصاصی کونگ فو

وی نبود خانه اختصاصی کونگ فو و فعالیت کونگ فوکاران در سالن های خصوصی را از مهم ترین دغدغه های فعالان این رشته ورزشی بیان می کند. رئیس هیئت کونگ فو استان تأکید می کند: تمرینات در مکان های غیر استاندارد پیگیری می شود و عمدتاً زیرزمین خانه ها و پیلوت روستاهای علی آباد، بیدک و گریوان به این رشته ورزشی اختصاص یافته است و نشان می دهد علاقه مدندان مستعد در این رشته ورزشی قابل توجه هستند. «همت افزا» ضمن تأکید بر این که قبلاً این رشته ورزشی به عنوان ورزشی خشن شناخته شده بود، اظهار می کند: در سال های اخیر استقبال از این ورزش بیشتر از قبل شده است و اجازه ضربات سنگین به ورزشکار داده نمی شود.

به گفته وی، اگر امکانات و توجه به این رشته ورزشی بیشتر شود مدال آوری نیز در سطح قابل قبولی خواهد بود. وی به بخشی از عناوینی که در سال ۹۸ توسط کونگ فوکاران استان کسب شد اشاره می کند و می افزاید: کسب عنوان مقام سوم و وزن آزاد توسط «روح ا... الهی» در مسابقات فدراسیونی قهرمانی کشور کونگ فو و هنرهای رزمی به میزبانی استان کردستان در آبان سال گذشته، کسب یک مدال طلا توسط «محدثه حق پناه» و یک مدال نقره توسط «مبینا صادقی» در مسابقات قهرمانی فدراسیون کونگ فو انتخابی تیم ملی و کسب مقام سوم تیمی جوانان فدراسیون تنها گوشه ای از افتخار آفرینی کونگ فوکاران استان است.

به گفته وی، تیم جوانان هیئت کونگ فو و هنرهای رزمی خراسان شمالی با ۹ ورزشکار به مسابقات فدراسیونی قهرمانی و انتخابی تیم ملی کونگ فو کشور در منطقه آزاد اروند (خوزستان) شرکت کردند که این دوره از مسابقات با حضور ۳۲ تیم از سراسر کشور در قالب ۳۰ استان برگزار شد که استان خراسان شمالی توانست در بین مدعیان اصلی کشور جایگاه سوم را به خود اختصاص دهد. «همت افزا» به مقام های انفرادی کسب شده اشاره می کند و می افزاید: ۳ طلا، یک نقره و یک برنز این رقابت ها به خراسان شمالی رسید و «امیرحسین منصوری» مدال طلا، «علی کوهستانی» مدال طلا، «علی یوسفی» مدال نقره و «آرش نورانی» مدال برنز بر گردن آویختند. رئیس هیئت کونگ فو استان به حضور در المپιάد استعداد های برتر این رشته و اضافه می کند: تیم های اعزامی هیئت کونگ فو و هنرهای رزمی استان به مسابقات کشوری المپιάد استعداد های برتر به شهرستان شهرکرد در استان چهارمحال بختیاری اعزام شدند که «زهرا قوانلویی» مقام دوم وزن ۴۸ کیلوگرم و «نازنین عطاردی» مقام سوم وزن ۴۴ کیلوگرم را به دست آورد.

کسب مدال های رنگارنگ
در المپیاد استعداد های برتر

وی می افزاید: در المپیاد استعداد های برتر مدال های رنگارنگ بسیاری کسب کردیم اما سال ۹۹ فدراسیون کونگ فو از فهرست رشته های المپیاد استعداد های برتر کنار گذاشته شد. به گفته وی، در سطح نوجوانان و جوانان استان کونگ فو کاران مستعدی داریم که امید به مدال آوری آن ها قابل توجه است، اما مدال آوران به حمایت بیشتری نیاز دارند. به گفته «همت افزا» سال ۹۸ سال پر مدالی برای هیئت کونگ فو خراسان شمالی بود که در مسابقات فدراسیونی نیز مدال های خوبی کسب شده است.

سرمایه گذاری اندک
برای جودوی بانوان

کرده اند و می طبلد فدراسیون به بخش بانوان جودو کار توجه ویژه ای داشته باشد. وی اعتقاد دارد: برگزاری رقابت های لیگ، سطح ورزشکاران استان را ارتقا می دهد این در حالی است که فدراسیون چنین مسابقاتی را برای بانوان برگزار نکرده است. وی با بیان این که اعضای هیئت جودوی خراسان شمالی سطح بین المللی دارند و رئیس هیئت و مربیان آن بهترین الگوهای این رشته در استان به شمار می روند، می افزاید: «گوروش خسرویار» رئیس هیئت و «مهنان» مربی مجرب این رشته سطح جودوی استان را ارتقا داده اند و از بهترین الگوهای جودو به شمار می روند. «پاکروح» با بیان این که تصور عمومی این است که جودو رشته ای مردانه است، می افزاید: این ورزش در صد آسیب پذیری محدودی دارد و نسبت به بسیاری از رشته های دیگر نمی توان گفت خشن است یا مردانه اما تصور غلط باعث شده چندان بانوان به این رشته ورزشی سوق پیدا نکنند.

نداشتن مربی

وی از دیگر مشکلات جودوی بانوان را نداشتن مربی می داند و می افزاید: کمبود مربی و کارآموز از مهم ترین عوامل رشد نکردن این رشته در بخش بانوان به شمار می رود. وی تغییر پی در پی روسای فدراسیون جودو را دلیل دیگر رشد نکردن جودوی بانوان بیان می کند.

کمبود مربی و کارآموز از مهم ترین عوامل رشد نکردن جودو در بخش بانوان به شمار می رود

وی از سال ۸۶ قضاوت در لیگ های کشور را در کارنامه خود دارد و برای توسعه این ورزش و روی سکو رفتن جودوکاران استان با تمام قوا فعالیت کرده است. وی در گفت و گو با خبرنگار ما می افزاید: در استان سرمایه گذاری چندانی در بخش بانوان جودوکار نداشتیم در حالی که خراسان شمالی دغدغه خراسان شمالی در این رشته شناخته شده است و باید بیش از پیش به این رشته ورزشی بها داد اما انکار این قهرمانی ها فقط منوط به بخش آقایان است و بانوان کمتر مورد توجه قرار گرفته اند.

ظرفیت بالای جودوی بانوان

«بتول پاکروح» داور ممتاز جودوی استان که مدرک مربیگری جودو را در کارنامه خود دارد، توانسته عنوان سومی مسابقات منطقه ۹ کشور، عنوان قهرمانی کشور در سال ۹۷ و مقام دوم درده سنی بزرگ سالن را کسب کند.

