

ورزش

رئیس اداره ورزش و جوانان خاش:

بازی های بومی و محلی نشاط را به جامعه باز می گرداند

گروه ورزش } برگزاری رقابت های ورزشی با مشکلاتی رو به روست اما بازی های بومی و محلی به دلیل آسانی و کم هزینه بودن در برگزاری از دیرباز در میان مردم منطقه جایگاه قابل قبولی داشته است و با برگزاری آن می توان نشاط دوباره را به جامعه تزریق کرد.

به گزارش «سیستان و بلوچستان رئیس اداره ورزش و جوانان خاش در نشست هماهنگی جشنواره بازی های بومی و محلی و جشنواره «داده» در دهه فجر گفت: این جشنواره علاوه بر گرمای داشت ایام پیش رو، ایجاد نشاط و شادابی در میان زنان روستایی در دهه رده های سنی، افزایش مشارکت زنان و دختران روستایی در برنامه های فرهنگی و ورزشی و توسعه و تقویت ارزش های ایرانی، اسلامی منطبق با آیین ها و رسوم سنتی و ملی با روایت کاش است. آسب های اجتماعی را هدف گذاری کرده است.

مسافر شهنازی، با بیان این که در شهناور، ۵۰ سال در روستای نامه به عنوان دا انتخاب و در اختتامیه از او تقدیر می شود، افزود: اجرای دکلمه و شعر با موضوع پیروزی انقلاب، برگزاری مسابقه غذاهای سنتی و مسابقات ورزشی بومی، محلی در میان دانش آموزان دختر در رده های سنی مختلف نیز از جمله برنامه های این ایام در شهرستان است. وی در باره المپیاد ورزشی بیان کرد: این المپیاد با هدف توسعه و تاهین ورزش همگانی و هماهنگ کردن فعالیت های تربیت بدنی و تفریح های سالم، ارتقای سطح سلامت، نشاط و شادایی افراد جامعه برنامه ریزی شده است که به دنبال غنی سازی اوقات فراغت، تشویق و ترغیب مردم و حضور حداکثری آن ها در فعالیت های ورزشی است.

به گفته وی، این المپیاد در هشت رشته ورزشی بینالمللی هدممند، دارت، داج بال، رویایی، شوت بسکتبال، طناب زنی و طناب کشی، والیبال سه نفره، هفت سنگ و یک قل دو قل در رده های سنی جوان و نوجوانان برگزار و در پایان به نفرات اول تا سوم هر رشته به رسم یاد بود جوایزی اهدا می شود.

شد این مسابقات از رسانه ملی پخش زنده داشته باشد که برای اولین بار در کشور است و فرصتی مناسب برای معرفی استان از رسانه ملی شناخته می‌شود.

فعالیت ۲۳ مربی پیلیارد در استان

به گفته وی، ۲۲ مربی بیلیارد در استان فعالیت دارند. کارگزار توچهیی مربیگری دریافت کرده است و بنده به دلیل داشتن مدرک مربیگری درجه یک از مدرسان فدراسیون هستم. در قسمت اداری هم ۱۳ داور با مدرک درجه ۲ در استان فعالیت دارند و در ارتقای رشته بیلیارد نقش مهمی ایفا کردند که حضور یک باشگاه استان در لیگ برتر بیلیارد برای وی توان حاصل آن دانست. وی خاطرنشان می‌کند: به عنوان دبیر هیئت بیولینگ و بیلیارد استان منصوب و محمد عرب نیز در سمت رئیس هیئت زاهدان انتخاب شد و رضوان کیخوار در سمت رئیس بیلیارد چابهار منصوب و فعالیت است که با توجه به نیاز این شهرستان به وجود حداقل یک باشگاه بیلیارد مناسب برای حضور خانوادگی تصمیم بر این شد تا باشگاهی با نظارت و کنترل هیئت بیولینگ و بیلیارد این شهرستان در منطقه ایجاد شود که می‌تواند زمینه ساز ایجاد باشگاه های بیشتر و تشکیل تیم های این منطقه باشد. شاهرخی با اشاره به تخلف یک باشگاه بیلیارد در چابهار و می گوید: سالن بیلیارد آن شهرستان مدتی پیش بدون دریافت مجوز رسمی از هیئت بیولینگ و بیلیارد استان ایجاد و این مدت تخلف هایی نیز گزارش شد که بارها برای دریافت مجوز در آنجا حاضر شده ایم اما هیچ نتیجه ای نداشت، این تخلفات همواره نارضایتی مردم منطقه سبب شد تا اختیاراتی برای مالک باشگاه ارسال شود، اما متأسفانه اثری نداشت، به همین جهت هیئت برای پلمب باشگاه اقدام کرد اما به دلایل متعددی نتوانست این باشگاه پلمب شده را بازتابان آن مالک خواسته ام در عملکرد خود اصلاحاتی بنابرین باشد.

و طی مسافتی در آب های آزاد چهارپاره برآمده ریزی شد، این نوع همایش در کشور برگزار نشده است و می توان آن را اولین همایش بانوان ایران نامید اما برای برگزاری این همایش به حداقل هایی نیاز است که باید قبل از برگزاری آن فراهم شود.

نوی افروز: در این همایش بانوان قایقران علاوه بر طی مسافت تعیین شده اقدام به پاک سازی دریا می کنند.

برترین‌های بیلارد کشور در راه زاهدان



چهار فعال است که تنها باشگاه این رشته در جنوب استان محسوب می شود ولی مشکلاتی دارد و در صورت رفع بارها خواهد ماند اما به زودی باشگاه هیئت بیلبارد نیز در این شهر راه اندازی می شود. وی بیان می کند: چند سالی است که بیلبارد به عنوان یکی از رشته های المپیک معرفی شده و این موضوع اهمیت توسعه آن در استان را بیشتر کرده است، در همین زمینه طی روزهای اخیر طرح توجهی تشکیل باشگاه بیلبارد در هیئت استان تنظیم و مقرر شد این طرح در اختیار چند سرمایه گذار متقاضی قرار گیرد که این صورت تعداد باشگاه های بیلبارد استان افزایش خواهد یافت و می توان حتی لیگ استان را نیز راه اندازی کرد.

زاهدان، میزبان برترین های رنکینگ ایران

رئیس هیئت بولینگ و بیلارد ادامه می دهد: برای

برنامه ریزی برای اولین همایش قایقرانی بانوان در آب های آزاد

شناسایی نشده است اما طی دو ماهه اخیر برگزاری دوره «فانمطه علیاده» افزود: در این دوره میان آموزش استعدادهای نوجوان شرکت کردند و در میان آن‌ها استعدادهای شناسایی شد که با توجه به شرایط تمرینی این نوجوانان در امواج دریای عمان و سواحل چابهار می

گروه ورزش } اولین همایش قایقرانی بانوان کشور در آب های آزاد به مناسبت دهه فجر در چابهار برنامه ریزی شد که در صورت فراهم شدن حداقل های مورد نیاز برگزار می شود.

مسئول برگزاری همایش قایقرانی بانوان به خبرنگار ما گفت: سیستان و بلوچستان در رشته قایقرانی قابلیت‌ها و ظرفیت‌های فراوانی دارد که متأسفانه آن گونه که باید

جدول ویژه
شنبه تا چهارشنبه

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

واژگان کمتر اما
پهیز از پرسش
سوز (ناخوابسته)
در این جدول،
مایه افزایش
بار آموزشی آن
شده است.
برخی سوال‌ها،
از مطالب روزنامه
خراسان روزهای
قبیل طراحی
شده است.

۱- (۶حرفی) مهاجم ارو گوه ای پی اس جی که به بهترین گلزن تاریخ این باشگاه و ششتر رکورد همتای سوئدی اش رسید.

۲- (۶حرفی) در شرایطی که هفته هاست بحث درباره انتقال او با میانتگ به مطرح شده ولی هنوز دو باشگاه بر سر انتقال به توافق نرسیده اند.

۳- (۵حرفی) این مهاجم تیم ملی ایران از برنامه ویدئو چک که از شبکه ورزش پیش می شود شکیلا کرد.

۴- (۴حرفی) چند روزی است که بحث همکاری کارلوس کی روش با یک خصوصی ایرانی نقل محافل ورزشی است.

۵- (۵حرفی) نوعی شعر

۶- (۵حرفی) کمک رسانی

۷- (۴حرفی) با گریه می شنوید

۸- (۵حرفی) یک سال از فسخ قرارداد درک باثرن (مربی اهل این کشور) با فدراسیون سکتبال می گذرد.

۹- (۵حرفی) این مهاجم برزیلی تیم فوتبال پاری سن ژرمن در خصوص موضوع

پنالتی های تیمش شفاف سازی کرد.

۱۰- (۴حرفی) نام پیامبر خاتم (ص)

۱۱- (۳حرفی) درجه حرارت

۱۲- (۷حرفی) دومین نشست هیئت اجرایی کمیته ملی المپیک برگزار شد که موضوعات مربوط به بازی های آسیایی این کشور در دستور کار جلسه قرار داشت.

۱۳- (۵حرفی) کم نور

۱۴- (۵حرفی) اسطوره ای ترین دروازه بان کنونی دنیای فوتبال که هر چند رنشن بالاتر می رود گران تر می شود!

۱۵- (۵حرفی) این مهاجم کارمنوی که دو روز پیش برای پیوستن به تیم استقلال وارد تهران شد، تست پزشکی داد و مشکلی نداشت.

۱۶- (۴حرفی) بعد از نامه اش به اعضای شورای فنی ملی می های کشتی آزاد، خودش سرمربی شد.

۱۷- (۸حرفی) از حیوانات منقرض شده

۱۸- (۵حرفی) کشور از جنوب شرقی اروپا

۱۹- (۳حرفی) روشناسی

۲۰- (۴حرفی) بسیار رقیب خودمانی

The figure shows a 10x10 grid of letters used for a word search puzzle. The letters are arranged as follows:

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P | F | A | F | A | G | I | V | F | S |
| F | F | A | I | G | I | V | F | F | S |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |
| F | V | G | I | F | F | A | I | S | A |

To the right of the grid is a box containing the Persian text "پاسخ ها".

به این ترتیب بابرش زدن
دایره و تقسیم آن به چهار
قسمت و جابه جایی تکه ها
می توان مربع را نمایش داد.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۱۱/۱۰]

مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

«مجموع ارقام» یک سرگرمی جذاب با قوانین ساده است که فقط به «منطق» و «جمع» نیاز دارد. سابقه پیدایش آن به بیش از ۶۰ سال پیش در آمریکای غربی می‌گردد اما ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی‌ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب‌شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم‌ناما کارو (Kakuro) پر طرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» با سرگرمی‌های منطقی شبیه‌ان، سرعت پردازش ذهن را بالا می‌برد. به همین دلیل محققان از این قبیل سرگرمی‌ها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی آلزایمر» یاد می‌کنند.

● قانون

خانه‌های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:

۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.

۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون‌ها با عدد سفید بالای‌اش برابر شود.

۳) رقمی که در هر تکه می‌نویسید تکراری نباشند.

● برای حل کافی است:

- * ابتدا اسراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده باشد.
- * از حل تکه‌هایی که فقط ۱ یا ۲ خانه دارند آغاز کنیم.
- * از ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کمرنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه‌ها خط‌بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.

● برای راهنمایی، «مجموع ارقام» را در اینترنت و شبکه‌های اجتماعی جست‌وجو کنید.

درست


تادرست

● جمع ارقام هر تکه افقی، برابر با عدد سفید چپ‌جمع ارقام هر تکه عمودی، برابر با عدد سفید بالایی باشد.


جدول ویژه

که تنها گزینه موجود را برای بعضی اعداد سفید نشان می‌دهد.


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



زمان پیشنهادی 10 دقیقه بسیار ساد



زمان پیشنهادی 30 دقیقه متوسط



زمان پیشنهادی 50 دقیقه بسیار سخت

هر روز

قانون:

ارقام 1 تا 9 را طوری در خانه‌های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع 3 در 3 هیچ رقمی تکراری نباشد.

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

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

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