شور رقابت‌های بومی، محلی شرق کشور در زاهدان

گروه ورزش | شور، هیجان و هیاهوی گروه‌های ورزشی در دهکده المپیک زاهدان هر رهگذری را به سالن دو و میدانی دهکده المپیک دعوت می کند. با ورود به سالن می توان دید که تیم های متعدد ورزشی در گوشه ای مشغول گرم کردن خود هستند تا بتوانند پس از رقابت یکی از سکوها را از آن خود کنند. برخلاف دیگر رقابت های ورزشی در این مسابقات آقایان و بانوان در یک سالن در حال رقابت هستند و این موضوع سبب شد برخی از مردم در روز جمعه به همراه خانواده در سالن برگزاری مسابقات به تماشای رقابت مهیج گروه های ورزشی بنشینند. این جا مکان برگزاری نخستین جشنواره فرهنگی ورزشی بومی محلی شرق کشور به میزبانی زاهدان است.

میزبانی فراتر از انتظار

یکی از ورزشکاران خراسان جنوبی درباره این مسابقات می گوید: در ابتدا تصور چندان مناسبی از میزبانی سیستان و بلوچستان در خاطرم نمی گنجید اما با حضور در استان برخلاف تصوراتم شاهد میزبانی مناسب و رقابت های مهیج بودم که در بسیاری از استان ها این گونه نیست. «محمود صیف اللهی» می افزاید: مسابقات در سطح خوبی برگزار شد اما تعداد تیم های شرکت کننده بسیار کم بود زیرا فقط چهار تیم در قسمت مردان حضور پیدا کردند که دو تیم از سیستان و بلوچستان است.

وی می ادامه می دهد: به دلیل سرمای هوا نیاز بود رقابت ها در مکانی سر پوشیده برگزار شود که پیست دو و میدانی انتخاب شد و این بسیار غافلگیرانه بود چرا که ممکن است به پیست آسیب برسد و در هیچ استان دیگری چنین اقدامی نمی شود.

گلایه از وزن کشی و داوری

یکی از بانوان حاضر می گوید: رقابت ها در شرایط قابل قبولی برگزار شد اما کمبود هایی به ویژه در اسکان وجود داشت که نمی توان گفت فقط سیستان و بلوچستان این گونه است، اما در قوانین وزن کشی، مشکلاتی وجود داشت که تیم ها را ناراحت کرده بود و برخی نیز از این موضوع دچار آسیب شدند. «عاطفه خلعتی» می افزاید: وزن کشی ها مشکل داشت و رقیب ها به درستی مشخص نشدند، به همین دلیل فردی سنگین وزن با فردی سبک وزن با اختلاف ۱۰ تا ۱۵ کیلوگرم وزن رقابت می کرد، در حالی که باید وزن کشی ها حداقل به گونه ای باشد که تفاوت وزن کمتر از پنج کیلوگرم باشد. به گفته وی، در رشته زو، نواقص بسیاری وجود داشت، در این میان اگر حادثه ای رخ می داد کسی پاسخگو نبود و از طرفی برخلاف قوانین اعلام شده در بخش نامه قبل رقابت ها عمل می شد. سرپرست تیم بانوان مشهد نیز در این باره می گوید: قوانین تنظیم شده اولین بار است که در رقابت ها اجرا می شود و بخش نامه ای برای آن شب قبل از رقابت ها به تیم های شرکت کننده اعلام شد و تیم ها با ذهنیت این بخش نامه وارد میدان شدند اما در زمین، قوانین دیگری اجرا شد که همه را سردرگم کرده بود! «بتول امامی» می افزاید: داوری مسابقات بسیار ضعیف بود و به اغلب تیم ها آسیب وارد کرد، در حالی که بهتر بود از داوران با تجربه تری استفاده می شد زیرا بسیاری از داوران این دوره حتی در گرفتن خطاها نیز دچار مشکل بودند و نباید غافل شد که این گونه رقابت ها نیاز به داور توانمند دارد.

ناراحتی یکی از اعضای تیم قهرمان

مربی تیم زو سیستان الف می گوید: متاسفانه ورزشکاران استان در روز اعزام به رقابت ها حتی مورد استقبال رئیس هیئت نیز قرار نگرفتند و بدون حمایت پا در میدان گذاشتند که خوشبختانه با تکیه بر توان و اراده خود توانستند سکوی قهرمانی رشته زوی بانوان را به نام استان ثبت کنند. «فاطمه گرگیج» می افزاید: حمایت از تیم های ورزشی در اعزام به رقابت های این چنینی، کمترین توقع ورزشکاران جوان استان از مسئولان و متولیان ورزش استان است. سرپرست تیم کشتی الف سیستان و بلوچستان نیز می گوید: استان توانست در این رقابت ها میزبانی قابل پذیرشی داشته باشد و این موضوع را می توان از میزان رضایت ورزشکاران متوجه شد اما در قسمت اجرایی جشنواره به شکل ضعیفی عمل شد و بخشنامه پیش از رقابت ها در زمین به اجرا در نمی آمد که این موضوع ورزشکاران را سر در گم کرده بود. «مریم دارپرنیا» می افزاید: تیم استان در رشته های هفت سنگ، چوب کشی سنتی و کبدی رقابت کرد و عملکرد شایسته ای نیز داشت و تیم های خارج از استان هم عملکرد مناسبی به نمایش گذاشتند. نباید غافل شد که این مسابقات سبب رشد رشته های بومی و محلی به ویژه کشتی می شود. وی بیان می کند: توان بانوان استان نشان داده است که در رشته کشتی کج گران هم می توانند نمایندگان شایسته ای برای استان باشند، چرا که این رشته با آلیش تفاوت بسیاری ندارد و بانوان به اندازه کافی با آن آشنا هستند.

شناسایی ۱۳۰ بازی بومی در استان

سرپرست اداره کل ورزش و جوانان استان می گوید: برگزاری رقابت های بومی و محلی در استان شرایط خوبی دارد و هیئت بومی استان در این دوره فعالیت های خوبی از خود به نمایش گذاشته و منجر شده است تا ۱۳۰ بازی بومی و محلی در منطقه شناسایی شوند. «امیاری» می افزاید: احیای بازی های سنتی در استان پیام های بسیاری دارد، مردم منطقه در گذشته متناسب با زندگی خود بازی بومی را ایجاد می کردند و امروز نیاز است تا این بازی ها احیا شود. وی بیان می کند: بیش از ۵۱ درصد جمعیت سیستان و بلوچستان را روستاییان تشکیل می دهند و این ناخواسته نیاز استان به رونق بازی های بومی و محلی را بیشتر می کند و می طلبد تا به این قسمت توجه بیشتری شود به همین دلیل این اداره کل نگاه ویژه ای به این بازی ها دارد زیرا در روستاهای استان استعدادهای نهفته بسیاری چون «آرامی» و «درزاده» وجود دارد که با برگزاری این رقابت ها شکوفا می شوند.

هرسال معرفی یک بازی بومی

نایب رئیس فدراسیون ورزش های روستایی و بازی های بومی و محلی هم به خبرنگار ما می گوید: این جشنواره طبق برنامه ریزی انجام شده قرار بود با حضور پنج تیم برگزار شود که متاسفانه دو تیم به ویژه در حوزه آقایان شرکت نکرد و این موضوع تعداد تیم های حاضر را کاهش داد که سبب دلخوری برخی از ورزشکاران حاضر شد. «بهاره بهرامی» می افزاید: این رقابت ها برای اولین بار است که به صورت جشنواره برگزار می شود، همیشه به دلیل پوشش بومی و محلی، بانوان و آقایان ورزشکار در کنار یکدیگر برگزار کننده مسابقات بوده اند و امسال هم در سیستان و بلوچستان برای اولین بار این اقدام رخ داد و مشکلی به همراه نداشت.

در این جشنواره در هر دو قسمت آقایان و بانوان مسابقات کشتی، چوب کشی و طناب کشی برگزار شد

به گفته وی، برگزاری این گونه رقابت ها سبب می شود که مردم بیشتر با بازی های بومی و محلی آشنا شوند و هر بار یک بازی که فراموش شده است در مسابقات معرفی شود، امسال هم مسابقات چوب کشی که رقابت های جهانی نیز دارد به ورزشکاران معرفی شد و حاضران با آن آشنا شدند. وی اظهار می کند: در این دوره از مسابقات برای اولین بار زو، وارد رقابت ها شد در حالی که در گذشته کبدی اجرا می شد اما این رشته که مسابقه بومی است و از گذشته در این استان وجود داشت به اجرا در آمد و علاوه بر آن در هر دو قسمت آقایان و بانوان مسابقات کشتی، چوب کشی و طناب کشی برگزار شد، رقابت های هفت سنگ مهارتی هم که رشته ای بین المللی است و مسابقات جهانی دارد در این جشنواره شرکت کنندگانی داشت. وی بیان می کند: نگاه‌های منفی از منطقه برداشته شده است، نبود تیم های بیشتر در این جشنواره تنها به دلیل منطقه ای بودن آن است در حالی که اگر رقابت ها ملی بود بدون تردید همه هیئت های کشور ملزم به حضور بودند، اما از طرفی برگزاری رقابت های ملی و بین المللی در استان نیاز به تعامل سیاسی استاندار با وزارت ورزش و جوانان و فدراسیون دارد و اگر استان بخواهد می تواند میزبان این رقابت ها باشد که مهمترین نکته، تامین بودجه و هماهنگی های مورد نیاز است، برگزاری آن دور از دسترس نیست و فدراسیون قادر به انجام آن است. وی بیان می کند: برای رفع مشکل بعد مسافت استان ها در کشور به گونه ای برنامه ریزی شده است تا هیئت ها شرکت کنندگان خود را از شهرهای نزدیک به استان برگزار کننده رقابت ها، اعزام کنند.

نایب رئیس فدراسیون ورزش های روستایی و بازی های بومی و محلی: نبود تیم های بیشتر در این جشنواره تنها به دلیل منطقه ای بودن آن است در حالی که اگر رقابت ها ملی بود بدون تردید همه هیئت های کشور ملزم به حضور بودند

تیم استان در جشنواره بومی محلی شرق کشور نایب قهرمان شد

گروه ورزش | تیم های خراسان جنوبی و سیستان و بلوچستان «الف» به مقام قهرمانی و نایب قهرمانی جشنواره بازی های بومی و محلی شرق دست یافتند. به گزارش «سیستان و بلوچستان»، در پایان این رقابت ها در مسابقات آقایان، در چوب کشی وزن ۸۰ - عادل عبدالهی از خراسان جنوبی، سجاد کیخا از سیستان و بلوچستان «ب» و حسین شیبک از سیستان و بلوچستان «الف»، در ۹۰- کیلوگرم حسین شیخ زاده از سیستان و بلوچستان «الف»، حسین خزایی از خراسان جنوبی و حسین کندری از سیستان و بلوچستان «ب»، در کشتی کچ گردان هادی نادریان از سیستان و بلوچستان «الف»، مجتبی کهنسال از خراسان جنوبی و سلیمان هرمان زایی از سیستان و بلوچستان «ب» عناوین اول تا سوم را از آن خود کردند. در رقابت های تیمی در خسو خسو سیستان و بلوچستان «ب»، خراسان جنوبی و سیستان و بلوچستان «ب» و در طناب کشی خراسان جنوبی، سیستان و بلوچستان «ب» و «الف» اول تا سوم شدند. در مسابقات بانوان، در طناب کشی وزن ۷۰- فاطمه قاسمی از کرمان، معصومه یوسفی از خراسان جنوبی و نازنین خیرخواه از سیستان و بلوچستان «ب»، در ۸۰- کیلوگرم لیلا خواجه عبدالهی از خراسان جنوبی، سیده فاطمه جبارزاده از خراسان رضوی و در هفت سنگ مهارتی معصومه شهریاری از خراسان جنوبی، فهیمه تیرگی از کرمان و فاطمه بختیاری از خراسان رضوی اول تا سوم شدند. در رقابت های تیمی، خراسان رضوی و جنوبی به همراه سیستان و بلوچستان رده های اول تا سوم طناب کشی را به خود اختصاص دادند و در زو، سیستان و بلوچستان «الف»، خراسان جنوبی و خراسان رضوی اول تا سوم شدند.

رقابت کونگ فوکاران در زاهدان

مسابقات قهرمانی کونگ فوی استان در زاهدان برگزار شد. دبیر هیئت کونگ فو و هنرهای رزمی استان به خبرنگار ما گفت: در این دوره از رقابت ها که با عنوان انتخابی استان در رده سنی بزرگسالان به روش آزاد برگزار شد ۴۰ شرکت کننده در قالب چهار تیم از زاهدان «الف» و «ب»، خاش و اسماعیل آباد رقابت کردند. «بهروز گمشادزهی» افزود: نفرات برتر این رقابت ها در قالب تیم منتخب استان برای شرکت در مسابقات فدراسیونی که ۲۵ اسفند ماه برگزار می‌شود عازم خوزستان می شوند.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۱۰/۳۰]

معمای شطرنج

شنبه ها و سه شنبه ها

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — متوسط

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.

معمای مجموع ارقام

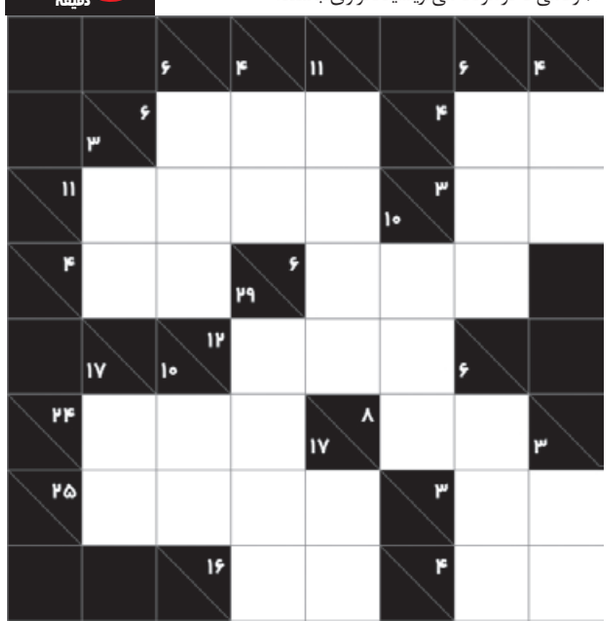
شنبه ها و سه شنبه ها

«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 آمریکا برمی گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم با نام کاکرو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی های منطقی شبیه آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می برد. به همین دلیل محققان از این قبیل سرگرمی ها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی آلزایمر» یاد می کنند.

ساده — زمان پیشنهادی ۲۰ دقیقه

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 ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.
۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.

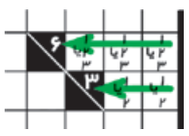


برای راهنمایی، «معمای مجموع ارقام» را در اینترنت و شبکه‌های اجتماعی جست‌وجو کنید.

برای حل کافی است:

* از رقم صفر استفاده نکنیم.
* جمع ارقام هر تکه افقی، برابر با عدد سفید چپ و جمع ارقام هر تکه عمودی، برابر با عدد سفید بالایی باشد.
* رقم تکراری در تکه ای نباشد.

* هرگز حدس نزنیم! بلکه قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن، با خودمان مرور کنیم.
* ابتدا سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده باشد.
* از حل تکه هایی که فقط ۲ یا ۳ خانه دارند، آغاز کنیم.
* ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی و کم‌رنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.



* بدانیم هر معما فقط و فقط یک پاسخ صحیح دارد.

مجموع	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۳	۲	۱+۲
۴	۲	۱+۳
۱۶	۲	۷+۹
۱۷	۲	۸+۹
۶	۳	۱+۲+۳
۷	۳	۱+۲+۴
۲۳	۳	۶+۸+۹
۲۴	۳	۷+۸+۹
۱۰	۴	۱+۲+۳+۴
۱۱	۴	۱+۲+۳+۵
۲۹	۴	۵+۷+۸+۹
۳۰	۴	۶+۷+۸+۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود را برای بعضی اعداد سفید نشان می دهد

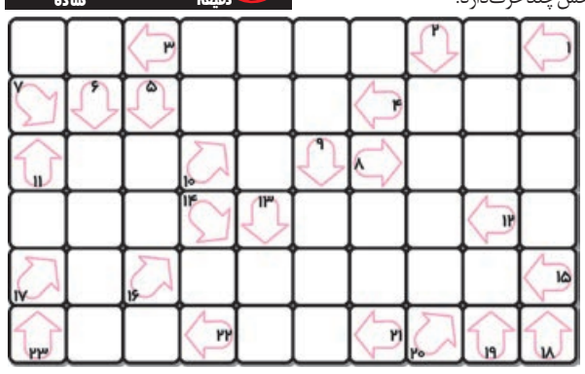
جدول ویژه

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

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.



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-(۸ حرفی) برای تقویت حافظه ۵۰ گرم ..... را با گوشت کوب بکوبید (آسیاب نکنید) و با ۳۰۰ گرم عسل چند گیاهی مخلوط و آن را میل کنید.
۲-(۳ حرفی) نداشتن تغذیه مناسب و سالم، رعایت نکردن تدابیر حفظ سلامت، مصرف قرص های ..... و مواد کارخانه‌ای به اصطلاح غنی‌سازی شده همه دست به دست هم داده‌اند تا حافظه‌ها ضعیف شود.
۳-(۳ حرفی) سگ بیمار
۴-(۶ حرفی) جعبه دنده
۵-(۵ حرفی) براندازی حکومت با قوای نظامی
۶-(۴ حرفی) دانش آموزان یا دانشجویان که داشتن حافظه خوب، ابزار ارتقای سطح دانش آن هاست، از ضعیف بودن حافظه خود می نالند و برای افزایش آن دست به دامن این طب می شوند.
۷-(۴ حرفی) برای تقویت حافظه هر روز نیم ساعت ..... بجوید. توجه کنید جویدن در این زمینه موثر است نه بلعیدن!
۸-(۴ حرفی) برای تقویت حافظه از روغن ارده (روغنی که بعد از این که ..... را ارده کردند از آن روغن تهیه می کنند) در غذاهایتان استفاده کنید.
۹-(۴ حرفی) برای تقویت حافظه گردو بخورید و ..... را بدون گردو نخورید.
۱۰-(۳ حرفی) زودشکن
۱۱-(۳ حرفی) تازه و جدید و بدیع
۱۲-(۵ حرفی) ماه دود کردنی!
۱۳-(۳ حرفی) گرمی و حرارت
۱۴-(۲ حرفی) اندوه
۱۵-(۷ حرفی) نداشتن تمرین برای افزایش تمرکز باعث می شود با افزایش سن، بیماری ..... بیش از گذشته گریبان گیر سالمندان شود.
۱۶-(۵ حرفی) برای تقویت حافظه باید ..... را سالم کنید، به ویژه از روغن ناسالم استفاده نکنید.
۱۷-(۳ حرفی) حق نفی رای دیگران
۱۸-(۶ حرفی) چین خوردگی های فرورفته زمین
۱۹-(۵ حرفی) جدا کردن پنبه از دانه
۲۰-(۳ حرفی) از میوه های آب دار تابستانی
۲۱-(۴ حرفی) امام صادق (ع) فرمودند: سه چیز، فراموشی را از بین می برد و حافظه را زیاد می کند: خواندن ....., مسواک زدن و روزه گرفتن.
۲۲-(۴ حرفی) باطل کننده
۲۳-(۴ حرفی) نداشتن ..... مناسب و کافی، باعث کاهش و ضعف حافظه می شود.

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

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

زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

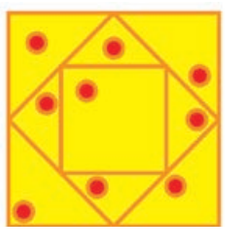
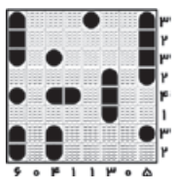
		۴	۳		۲		۷	
		۸	۷			۴		۳
	۵							
۷				۸		۲		
	۲	۶		۷		۳	۱	
		۳		۱				۶
							۹	
۴		۲			۵	۶		
	۷		۸		۶	۵		

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — بسیار ساده

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

پاسخ ها

همانطور که می بینید، اگر دو مربع جدید را به این ترتیب رسم کنیم، هر نقطه درون یک محدوده جداگانه قرار خواهد گرفت و هیچ دو نقطه ای در محدوده مشترک نخواهند بود.



رمزواژه یابی: نقل و انتقالات نیم فصل