توپ رونق در سبد بسکتبال استان

راشکی

در کنار قامت بلند، عزمشان برای رسیدن به اوج بلندتر است و با وجود کاستی ها توانسته اند بسکتبال استان را همچنان استوار نگه دارند، این را می توان در وصف تلاش بسکتبالیست های استان به کار برد که با وجود همه مشکلات توانسته اند با تکیه بر اراده قوی شان بر مشکل ها چیره شوند و این مهم سبب شده است تا بازی توپ و تور در زمین بسکتبال استان رونقی مجدد پیدا کند، رونقی که شاید هنوز آن گونه که باید رقم نخورده اما توانسته است این ورزش را زنده نگه دارد. سال گذشته بسکتبالیست های استان گلایه های زیادی مطرح می کردند و از نبود حداقل امکانات لازم برای برگزاری تمرین یا مسابقات دوستانه ناراحت بودند، اما امسال شرایط به گونه ای دیگر پیش رفته و توجه بیشتر مسئولان به بسکتبال استان سبب شده است تا توپ رونق در سبد بسکتبال استان قرار گیرد و بتوان شاهد برگزاری مجدد تمرین های منظم یا رقابت های شهرستانی بود. هر چند این رشته در استان جان دوباره گرفته است اما هنوز شهرستان ها در این ورزش چندان فعال نشده اند و فقط زاهدان توانسته است تیم هایی داشته باشد، به نظر می رسد باید برای توسعه این رشته در نقاط مختلف استان هم گام هایی برداشت یا برای شناسایی استعدادهای آن برنامه ریزی شود تا سیستان و بلوچستان بتواند در بسکتبال ایران جایگاه قابل دفاعی به خود اختصاص دهد، البته شاید عملی شدن این مهم با توجه به مشکلات زیر ساختی در ورزش استان زمان بر باشد.

بسکتبالیست ها خانه دارند

رئیس هیئت بسکتبال استان می گوید: چند سالی بود که این رشته در استان رو به نزول بود و دیگر مانند گذشته فعالیت نداشت و تعداد علاقه مندان به بسکتبال با کاهش مواجه بود، اما با اقدام های انجام شده از سال گذشته این رشته جان دوباره گرفت و حرکت رو به جلویی را آغاز کرد و شرایط بسکتبال استان نسبت به سال های گذشته بسیار بهتر شد. «حسین نخعی» می افزاید: یکی از مشکلاتی در سال های قبل، نبود سالن تمرین برای تیم های این رشته بود و فقط سالن ورزشگاه امام علی(ع) در اختیار بسکتبالیست ها قرار می گرفت اما این روزها خانه بسکتبال در این ورزشگاه فعال شده است و ورزشکاران حداقل هفته ای سه جلسه و در هر جلسه به مدت سه ساعت تمرین می کنند. به گفته وی، با این وجود به دلیل نبود فضای ورزشی کافی در استان با فرا رسیدن تابستان رشته های مختلف فعالیت های بیشتری انجام می دهند، به همین دلیل نیاز به احداث سالن ورزشی بیشتر احساس می شود، بنابراین برای رفع نیاز دیگر رشته ها، این سالن در اختیار دیگر رشته ها قرار می گیرد اما در فصل های دیگر سال در اختیار بسکتبالیست‌هاست.

نبود بودجه برای زمین اختصاصی

وی در باره اختصاص زمین در دهکده المپیک زاهدان به بسکتبال می گوید: یکی از برنامه های هیئت در اختیار گرفتن زمین در مجموع دهکده المپیک بود که مکانی در مجاورت زمین تنیس مد نظر قرار گرفت، اما بودجه لازم زمین در دست نبود و این برنامه اجرایی نشد در حالی که وجود آن به توسعه این ورزش کمک شایانی می کرد.

به گفته وی، برگزاری رقابت های بسکتبال نیاز به هزینه هایی دارد که باید فراهم شود اگر به این رشته کمک شود می تواند علاقه مندان زیادی را جذب کند، از طرفی اگر بودجه برای برگزاری مسابقات فراهم نشود افراد کمتری به این رشته جذب می شوند و به دلیل قد بلند و شرایط جسمی مناسب سمت ورزش های دیگر مانند والیبال می روند.

بستکبال بانوان رو به رونق

نایب رئیس هیئت بسکتبال هم می گوید: این روزها بسکتبال شرایط بهتری از گذشته دارد و به روزهای پر رونق خود بازگشته است و در قسمت بانوان هم متقاضیان بیشتری به این رشته جذب شده اند، این مهم سبب شده است تیم های متعدد در رده های سنی مختلف تمرین های آماده سازی خود را برگزار کنند. «لیلا آسیابانی» می افزاید: با توجه به برنامه اعلام شده فدراسیون بسکتبال اواخر مرداد ماه رقابت های قهرمانی بسکتبال نوجوانان کشور برگزار می شود و بسکتبالیست های نوجوان استان هم به این رقابت ها اعزام خواهند شد و امیدواریم بتوانند با دست پر به استان بازگردند. به گفته وی، سالن تمرین موضوعی است که همه رشته ها به نوعی با آن رو به رو هستند اما بانوان بسکتبالیست استان این امکان را دارند تا در سالن بانوان دهکده المپیک در دو نوبت صبح و عصر تمرین کنند، این در حالی است که زمان تمرین عصر ها ثابت است اما در نوبت صبح محدودیت هایی وجود دارد.

وی بیان می کند: یکی از موضوع های موجود برای ورزش بانوان استان امکان دسترسی آن ها به مجموعه ورزشی دهکده المپیک است به همین دلیل وجود یک سالن برای بسکتبال بانوان در مرکز شهر احساس می شود که در این باره اقدام هایی انجام شد و سالن ورزشی اداره راه و ترابری به عنوان یکی از گزینه های موجود در دست اقدام است.

فعالیت ۲۷۹ بانوی بسکتبالیست

نایب رئیس هیئت بسکتبال استان می گوید: رشته بسکتبال در گذشته چندان مورد توجه بانوان قرار نمی گرفت، اما مدتی است که مورد توجه قرار گرفته و سال گذشته ۲۷۹ بانوی علاقه مند و فعال در این رشته بیمه ورزشی شدند و این آمار نسبت به سال ۹۵ رشد ۱۵۰ نفری داشته که نشان دهنده تغییر نگاه و علاقه بیشتر بانوان به این رشته است.

وی بیان می کند: در بسکتبال استان فعال نبودن این رشته در شهرستان ها را می توان مهم‌ترین مشکل دانست که در حوزه بانوان هم به چشم می خورد و هیئت برای رفع آن برنامه ریزی هایی داشته و در تلاش است تا هیئت های شهرستان ها را هم فعال کند. به گفته آسیابانی، فعال شدن این رشته در شهرستان‌ها هم با مشکلاتی رو به روست که نبود داور و مربی را می‌توان مهم‌ترین آن دانست، به همین دلیل برای رفع آن برنامه ریزی شد و سرانجام طبق تصمیم گیری انجام شده در هیئت اواخر مرداد ماه یا اوایل شهریور ماه دوره توجیهی بسکتبال برای علاقه مندان به این رشته با حضور مدرسان فدراسیون برگزار می شود.

وی ادامه داد: پس از دوره توجیهی بر اساس برنامه تنظیم شده در آبان ماه امسال دوره مربیگری درجه سه بسکتبال برگزار می شود و افرادی که در دوره توجیهی حضور داشته اند در این دوره شرکت می کنند، سپس مربی های آموزش دیده در شهرستان های استان به کار گرفته می شوند اما برای این برنامه تصمیم گرفته شد تا افراد بومی ساکن در شهرستان ها در این دوره شرکت کنند و پس از این تصمیم به هیئت های شهرستان ها ابلاغ شد تا افراد بومی علاقه مند را معرفی کنند. وی می افزاید: برای رونق بیشتر بسکتبال در شهرستان های استان روسای هیئت ها معرفی شده اند و در برخی شهرستان ها هم هیئت فعال شده و برای اولین بار یک بانوی بسکتبالیست هم به عنوان رئیس هیئت برای مهرستان معرفی شد که امیدوارم بتواند حداقل در حوزه بانوان این ورزش را توسعه دهد.

طی یک سال گذشته هیئت بسکتبال استان فعالیت های بیشتری از خود نشان داده و توانسته است، از شرایط نابسامانی که آن را در کنار هیئت های غیر فعال استان قرار داده بود، خارج شود و طی روزهای گذشته نیز رقابت های بسکتبال نوجوانان استان را برگزار کرد، این نشان می دهد توجه به رشته های ورزشی و فراهم کردن حداقل های مورد نیاز ورزشکاران می تواند استان را در حوزه توسعه ورزش قهرمانی در میان استان های کشور به جایگاه مطلوبی برساند.

نایب رئیس هیئت بسکتبال: این روزها بسکتبال شرایط بهتری از گذشته دارد و به روزهای پر رونق خود بازگشته است

رئیس هیئت بسکتبال استان: چند سالی بود که این رشته در استان رو به نزول بود و مانند گذشته فعالیت نداشت و تعداد علاقه مندان به بسکتبال روز به روز کاهش پیدا می کرد، اما با اقدام های انجام شده از سال گذشته این رشته جان دوباره گرفت و حرکت رو به جلویی را آغاز کرد و شرایط بسکتبال استان نسبت به سال های گذشته بسیار بهتر شده است

استقبال از بانوی وزنه بردار نایب قهرمان کشور

گروه ورزش

بانوی وزنه بردار استان پس از نایب قهرمانی کشور در بازگشت به زاهدان مورد استقبال مسئولان ورزشی و مردم قرار گرفت. رئیس هیئت وزنه برداری استان به خبرنگار ما گفت: در پایان رقابت های قهرمانی وزنه برداری بانوان کشور، ریحانه قاسمی توانست با نشان دادن عملکردی مناسب، مقام نایب قهرمانی را به خود اختصاص دهد و در کنار کسب این عنوان به تیم ملی نیز دعوت شد. «محمد اسحق نارویی» افزود: در این دوره از رقابت ها استان دو نماینده داشت که فقط ریحانه قاسمی توانست در دسته ۵۳ کیلوگرم بزرگسالان روی سکو قرار گیرد،این دومین مدال کشوری این بانوی وزنه بردار استان به شمار می رود. به گفته وی، رشته وزنه برداری بانوان به تازگی در استان فعال شده و با توجه به استعدادهای شناسایی شده و موفقیت های ریحانه قاسمی، این رشته می تواند به یکی از ورزش های مدال آور برای استان تبدیل شود به همین دلیل طرح هایی برای شناسایی استعدادهای جدید در میان بانوان استان برنامه‌ریزی خواهد شد.

جزینک قهرمان کبدی استان شد

رقابت های کبدی نوجوانان استان با قهرمانی کبدی کاران جزینک به کار خود پایان داد.رئیس هیئت کبدی استان به خبرنگار ما گفت: در این مسابقات پنج تیم از زاهدان، زابل، زهک، نیمروز و جزینک در دو روز به مصاف هم رفتند که در پایان نوجوانان جزینک و زاهدان توانستند با ارائه عملکردی بهتر از دیگر تیم ها خود را به فینال برسانند.«سعید مقدم بقا» افزود: در دیدار نهایی این مسابقات، نوجوانان جزینک عملکرد بهتری نسبت به مرکزنشینان استان از خود به نمایش گذاشتند و با شکست زاهدان به مقام قهرمانی دست یافتند و تیم زاهدان نیز نایب قهرمان شد، کبدی کاران زابل هم توانستند رده سوم مسابقات را در اختیار بگیرند. به گفته وی، کبدی یکی از رشته های بومی استان شناخته می شود که از استعدادهای زیادی برخوردار است و برگزاری این گونه رقابت ها می تواند سبب شکوفایی آن ها شود از طرفی با توجه به وجود تیم های قدرتمند کبدی در آسیا پرورش استعدادهای استان می تواند به تیم ملی هم کمک شایانی کند.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۷/۵/۱۶]

معمای شطرنج

شنبه ها و سه شنبه ها

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — 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.

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 محبوب‌شان (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

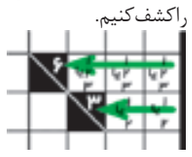
خانه‌های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:
۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.
۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.
۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.

	11	23	16	9	16		
20							
32						35	20
16				15	24 17		
		7 24				9	
	24 17					16 17	
16			23				
17				16			

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

برای حل کافی است:

*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 کنیم و کمرنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.



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

مجموع	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۳	۲	۱و۲
۴	۲	۱و۳
۱۶	۲	۷و۹
۱۷	۲	۸و۹
۶	۳	۱و۲و۳
۷	۳	۱و۲و۴
۲۴	۳	۶و۸و۹
۱۳	۳	۶و۶و۱
۱۰	۳	۱و۳و۶
۱۱	۳	۱و۳و۷
۲۹	۴	۵و۷و۸و۹
۳۰	۴	۶و۷و۸و۹

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

سودوکو

هر روز

زمان پیشنهادی ۵۰ دقیقه — بسیار سخت

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

زمان پیشنهادی ۳۰ دقیقه — متوسط

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

زمان پیشنهادی ۱۰ دقیقه — بسیار ساده

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

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.

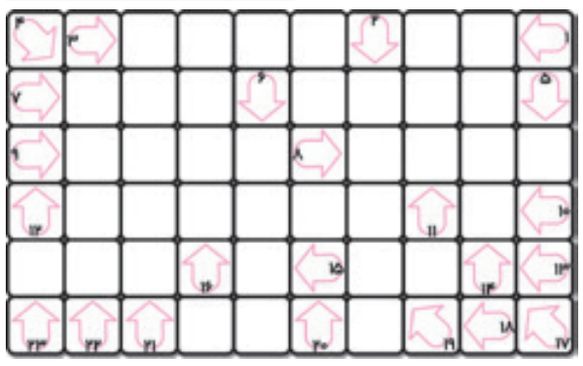
جدول ویژه

شنبه تا چهارشنبه

زمان پیشنهادی ۱۵ دقیقه — ساده

قانون:

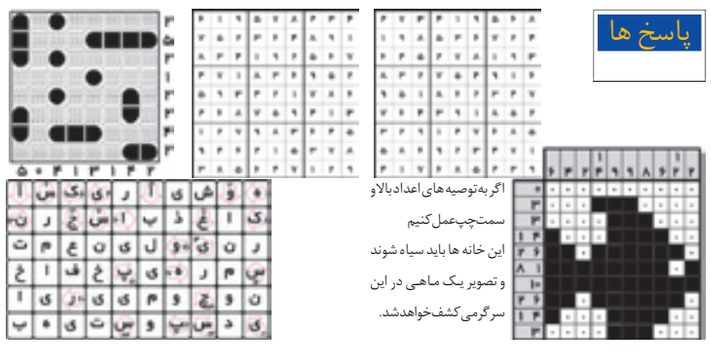
پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خودِ خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.



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) با وجود در خشش خیره کننده اش در جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه، او این روزها در پرسپولیس تهران روزهای خوبی را سپری نمی کند.
۲-(۶ حرفی) این دروازه بان تمایل به جدایی از سایپا دارد اما با شگاه سایپا نمی خواهد بازیکن خود را از دست بدهد.
۳-(۳ حرفی) آلیاژی از آهن و کربن
۴-(۵ حرفی) به همراه دژاگه، پس از توافق با مالک باشگاه شان قرارداد های سه ساله خود را در هیئت فوتبال آذربایجان شرقی ثبت کردند.
۵-(۴ حرفی) اواسط تیر تا اواسط شهریور فصل صعود به قله دماوند محسوب می شود و در این مدت کوهنوردان زیادی سمت منطقه های.....و رینه مازندران می آیند.
۶-(۵ حرفی) پدر و مادر
۷-(۶ حرفی) خواننده مسن و خوش صدای ایرانی
۸-(۵ حرفی) داد و ستد و معاوضه
۹-(۴ حرفی) ویران
۱۰-(۵ حرفی) تیم فوتبال بارسلونا رسما اعلام کرد این بازیکن را از بایرن به خدمت گرفته است.
۱۱-(۴ حرفی) قاضی ورزشی
۱۲-(۴ حرفی) بذل کردن
۱۳-(۳ حرفی) نرم دلی
۱۴-(۵ حرفی) این بازیکن استقلال بعد از نمایشی ضعیف در هفته اول لیگ هجدهم، بازی دوم تیمش را از روی نیمکت تماشا کرد.
۱۵-(۶ حرفی) از مشکلات فعلی جوانان کشور
۱۶-(۴ حرفی) کمیته اخلاق فدراسیون در جدیدترین حکم خود، او و مسلمان را تا اطلاع ثانوی از هر گونه فعالیت فوتبالی محروم کرد.
۱۷-(۴ حرفی) آینه برجسته
۱۸-(۶ حرفی) فلسطینی ها پس از یک ماه اعتراض و تحریم علیه این شرکت به خاطر اسپانسری فدراسیون فوتبال رژیم صهیونیستی، این شرکت را مجاب به انصراف کردند.
۱۹-(۳ حرفی) دستگاه سوراخ کننده
۲۰-(۳ حرفی) خطایی در بسکتبال
۲۱-(۶ حرفی) بعد از درخشش او در جام جهانی و نقش مهمش در رسیدن بلژیک به نیمه نهایی، بار دیگر شایعاتی درباره پیوستن او به رئال مادرید مطرح شد.
۲۲-(۴ حرفی) او لیگ هجدهم را با جنجال و حاشیه آغاز کرده و حالا غایب بزرگ صنعت نفت در دو هفته آغازین لیگ لقب گرفته است.
۲۳-(۳ حرفی) سرازیری

پاسخ ها



اگر به توصیه های اعداد بالا و سمت چپ عمل کنیم این خانه ها باید سیاه شوند و تصویر یک ماهی در این سرگرمی کشف خواهد شد.