

بررسی تفاوت استقلال و ذوب آهن



کارشناس فوتبال کشورمان به بررسی شرایط دو تیم ذوب‌آهن و استقلال در آستانه بازی هفته نهم پرداخت.

حسین چرخایی در گفت‌وگو با فارس، در خصوص شرایط تیم ذوب آهن پس از ۸ هفته و در آستانه بازی با استقلال، اظهار داشت: ذوب آهن ثابت کرده خوب دفاع کردن برای یک تیم تصادفی نیست. این تیم در ۸ بازی کار تدافعی را فوق‌العاده انجام داد و تنها ۳ گل خورد‌هاند.

حضور یامگا در فاز دفاعی، ظلم به استقلال است

وی افزود: ذوب‌آهن انصافا در دفاع تیمی و انفرادی عملکرد خوبی دارد. این تیم تا این لحظه نسبت به فصل گذشته خودش هم شرایط بهتری دارد. این نشان می‌دهد که مهدی تارتار با برنامه کار می‌کند. باشگاه ذوب‌آهن بودجه آنجنانی ندارد و این تیم اگر یک پلی میکرو و یک مهاجم خیلی خوب داشت، می‌توانست مدعی کسب سهمیه آسیایی هم باشد.

چرخایی در مورد شرایط استقلال گفت: استقلال روز به روز تیم‌تر و بهتر شد. استقلال الان به روزهای اوج خودش نزدیک شده است. در این تیم اگر

یامگا به محوطه جریمه حریفان نزدیک باشد کارایی بیشتری دارد و شناس گلزنی تیم هم بالا می‌رود. یعنی چیدمان استقلال طوری باشد که یامگا در فاز

هجومی شرکت کند. با حضور این بازیکن در فاز دفاعی متعقدم به خودشان ظلم می‌کنند. او بازیکن باهوشی است و می‌تواند گلزن خوبی هم باشد.

استقلال نیمکت ملتهبی دارد، چه ساینپتو باشد چه نباشد

کارشناس فوتبال تصریح کرد: محمد محبی هم وضعیت خوبی دارد اما الان مهدی قانلی در شرایطی نیست که به صورت کامل بازی کند. در بازی قبلی هم این بازیکن نیمه اول خیلی ثمر ثمر نبود اما در نیمه دوم عملکرد بهتری داشت. با اینحال استقلال برخلاف هفته‌های اول فصل جاری، در حال نزدیک شدن به شرایط خوبش در فصل گذشته است و واقعا فوتبال بازی می‌کند. البته استقلال نیمکت ملتهبی دارد و جو را به هم می‌ریزند. چه ساینپتو روی نیمکت باشد چه نباشد که این مساله به ضررشان است و باید از هیجانات کاذب دوری کنند.

تیم تارتار در هر هشت هفته با تدبیر بوده

چرخایی در مورد تقابل دو تیم در هفته نهم لیگ برتر، عنوان کرد: می‌توانم بگویم تقابل یک مهاجمی با یک تیم با تدبیر است. نمی‌توان گفت ذوب آهن صددرصد تدافعی است. این تیم هم قطعا به دنبال ایجاد خطر روی تیم حریف خواهد بود. تیم مهدی تارتار تاکنون در هر هشت هفته با تدبیر کار کرده، در طرف مقابل هم تیمی حضور دارد که مدعی قهرمانی است و حتما برای کسب سه امتیاز در زمین حاضر می‌شود.

شناسن تساوی دو تیم زیاد است

وی افزود: امسال تعادلی بین خطوط استقلال برقرار شده است. شاید برخی بگویند که این تیم در فاز دفاعی نسبت به سالان گذشته ضعیف تر شده اما نباید فراموش کنیم که نتایج بازی‌ها در شرایط یک تیم به خصوص در بحث گل خوردن، تاثیرگذار خواهد بود.

فصل گذشته این تیم هفته‌ها گل نمی‌خورد. حالا وقتی تیمی در همان هفته اول گل می‌خورد از نظر روحی روانی اثر منفی دارد. فصل قبل استقلال حتی دو مدافع میانی خوبش را از دست داد اما همان روند در این تیم ادامه یافت چون انگیزه و روحیه تیم بالا بود. در کل شناسن برد استقلال بیشتر از ذوب آهن است اما شناسن مساوی در این بازی هم بالا است.

نسخه حال بد ورزشکاران بعد از مصدومیت



راهکارهای مختلفی وجود دارد تا ورزشکاران بتوانند بر هیجانات منفی پس از مصدومیت، غلبه کنند.

به گزارش ایسنا، چالش‌های جسمانی و روانی را برای ورزشکاران به همراه دارد و ورزشکاران آسیب دیده ممکن است هیجانات منفی شدیدی مانند افسردگی، اضطراب، پریشانی، عدم اعتماد به نفس و نا امیدی را تجربه کنند؛ همچنین این شرایط بر بازگشت دوباره ورزشکار به صحنه رقابت نیز اثر گذار است، با این حال سوال پیشی می‌آید که ورزشکار چگونه می‌تواند بر این هیجانات چیره شود؟

در این رابطه مندی رداک هادسون و همکارانش در تحقیقات خود از چهار مشخصه مشترک در بین ورزشکارانی که با روحیه قوی موفق شده بودند بر آسیب دیدگی‌های خود فائق شوند، نام بردند.

تقویت سایر جنبه‌ها، ورزشکاران با روحیه قوی، ذهنیت مثبتی را اتخاذ می‌کنند که به آن‌ها یک حس خود کنترلی مناسب را منتقل می‌کند؛ این دسته از ورزشکاران تلاش می‌کنند سایر جنبه‌های مهم ورزشی خود نظیر قدرت جسمانی، تغذیه و تمرینات روانی را تقویت کنند.

تداوم ارتباطات: این دسته از ورزشکاران ارتباط خود با هم تیمی‌ها، مربیان، کمیته آموزشی، دوستان و...را به طور موثری حفظ و از کناره گرفتن انرژی و نسبت به تیم و سیستم پشتیبانی آن، اجتناب می‌کنند. فعالیت جایگزین: آنها همچنین به جای درگیرکردن خود با بی‌تحریکی، فعالیت‌های جایگزین موثری نظیر نوعی آموزش، تحصیل یا سرگرمی دلخواه را می‌یابند.

نگرش مناسب: به جای چشم‌اندازی منفی، نگرش و بازخورد بسیار مثبتی را نسبت به بازگشت خود به صحنه رقابت اتخاذ می‌کنند و این را با امید به بازگشت دوباره و آسیب ندیدن مجدد نشان می‌دهند.

بر اساس این مطلب که از سوی فرزانه موسوی و افسانه صنعت کاران تهیه شده و از سوی فدراسیون پزشکی ورزشی در اختیار ایسنا قرار گرفته، آمده است: برای برخورد مناسب با آسیب دیدگی‌ها به همراه یک ذهنیت روانی قوی باید به موارد زیر توجه داشت.

نکته شماره ۱:

افکار خود را بر آنچه توانایی انجامش را دارید متمرکز کنید و بهتر است یک یا دو جنبه از فعالیت ورزشی خود را که می‌توانید آن‌ها را طی فرایند بازتوانی بهبود بخشید؛ شناسایی و سعی کنید به صورت روزانه روی این جنبه‌ها کار کنید.

نکته شماره ۲:

این موضوع را در نظر داشته باشید با وجود اینکه دوست دارید با همان سطح پشتکار و اطمینانی که قبل از آسیب دیدگی خود داشته‌اید به صحنه ورزش بازگردید اما این موضوع، غالبا برای ورزشکاران پس از آسیب دیدگی امری دشوار است و هنگامی که پس از بازتوانی به صحنه رقابت‌ها باز می‌گردید و با احتیاط بیشتری بازی می‌کنید، تمایل دارید که تنش و حساسیت بیشتری را نسبت به ناخیه آسیب دیده خود داشته باشید که همین مسئله، خطر آسیب دیدگی مجددتان را افزایش می‌دهد.

دیدارهای هفته نهم لیگ برتر فوتبال امروز با انجام ۴ مسابقه دنبال می‌شود که پرسپولیس میزبان مس رفسنجان است و گل گهر صدرنشین به مصاف نساجی خواهد رفت. به گزارش فارس، دیدارهای هفته نهم لیگ برتر امروز و فردا برگزار می‌شود. مهم‌ترین ویژگی این هفته صدرنشینی تیم گل‌گهرسیرجان است. قلعه نویی توانست بالاتر از تیم‌های مدعی مثل استقلال، پرسپولیس و سپاهان بایستد. با این حال اگر نساجی بتواند از گل گهر امتیاز بگیرد ممکن است زمینه ساز صدرنشینی پرسپولیس با سپاهان را فراهم کند.

نگاهی به بازی‌ها می‌اندام؛

گل‌گهرسیرجان – نساجی مازندران

تقابل مریپانی از دو نسل متفاوت

دو تیم یک نقطه مشترک دارند و آن هم پیروزی پرگل مقابل نفت مسجدسلیمان است.

البته گل گهر بعد از باخت به استقلال بسا پیروزی ۵ گلــه مقابل نفت ریکاوری کرد و نساجی بعد از برد پرگل مقابل ذوب آهن در یک بازی سرد و کسل کننده بدون گل متوقف شد. این دیدار تقابل دو نسل متفاوت از مریبان فوتبال ماست.

یک طرف قلعه‌نویی کهه پرفتخارترین مربی لیگ برتر است و روی نیمکت نساجی هم حمید مطهری جوان و با انگیزه حضور دارد که سال‌ها در لیگ برتر دستیار مربیان مختلف از گل‌محمدی تا مجید جلالی بوده است.

پرسپولیس– مس رفسنجان

نبرد گلزنان خارجی در روز صد جیحی

پرسپولیس بعد از باخت خانگی بــه تراکتور تبریز در اصفهان مقابل سپاهان هم بازی مطلوبی ارایه نکرد و بیشتر

هفته نهم لیگ بر تر

دیدار پرسپولیس و استقلال با حریفان سر سختشان



برای نباختن در میدان حضور داشت تا گرفتن سه امتیاز، این تیم اکنون به دنبال بازگشت به صدر است ولی حریفش تیمی سختکوش است که در رده پنجم جدول ایستاده، مس رفسنجان با ۶ تساوی بعد از ذوب با آهن بیشترین مساوی لیگ را دارد اما یکی از تیم‌های بدون باخت لیگ برتر است و شکست دادش کار دشواری است.

این مسابقه صدمین مسابقه‌ای است که گل‌محمدی روی نیمکت پرسپولیس در لیگ برتر می‌نشیند و دوست دارد صدمین بازی در مربیگری‌اش را با برد پشت‌ سر بگذارد. مس رفسنجان اما می‌خواهد همچنان یکی از سه تیم شکست ناپذیر لیگ باقی بماند.

صنعت نفت آبادان – سپاهان اصفهان؛

به دنبال صدر در خارج از خانه

نفت آبادان با فیروز کریمی سرمربی جدید یک مساوی و

حسرت بزرگ برای پیراهن طلایی که از دست رفت



مسائل به نظرم نتیجه‌ای که کسب کردم شاید از پیراهن طلایی هم بالاتر بود، چون آماده سازی خوبی نداشتم و مسابقه تدارکاتی هم نرفته بودیم.

صفرزاده با اشاره به اینکه به احتمال زیادی سال آینده لژیونر می‌شوم، گفت: پس از تور ایران – آذربایجان با یکی دو تیم اروپایی و آسیایی صحبت کردم و اگر توافقی حاصل شود سال آینده خارج از کشور رکاب خواهم زد.

وی در مورد اینکه تیم آینده اروپایی خواهد بود یا آسیایی افزود: حضور در اروپا به دلیل داستان‌هایی که در بحث ویزا وجود دارد سخت است و بنابراین باید همه جوانب را بسنجیم. یکی دو تیم آسیایی هم هستند و همانطور که گفتم با هر تیمی توافقی حاصل شود، قرارداد می‌بندم.

رکابزن المپیک با اشاره به اینکه فدراسیون با زورگویی و تهدید دوچرخه المپیک را از من گرفت، تاکید کرد: دوچرخه را کمینته ملیگک به رکابزن المپیک داده بود و این جزو اموال فدراسیون نبود، اما هاشم کندی تیم را تهدید به کسر امتیاز کرد و من هم برای اینکه حواشی کمتر شود، دوچرخه را به آنها دادم.

روزی ۱۰ هزار دلار پاداش فیفا به باشگاه‌ها برای هر بازیکن ملی‌پوش

۴۰ میلیون دلار در سال ۲۰۱۰، ۷۰ میلیون دلار در سال ۲۰۱۴ و سپس ۲۰۹ میلیون دلار در سال ۲۰۱۸ به باشگاه‌ها رسید. این وجوه بین فدراسیون‌های ملی فوتبال تقسیم و سپس بین باشگاه‌ها توزیع می‌شود. فیفا محاسبات مالی را بر اساس تعداد بازیکنان انتخاب شده توسط ۲۲ کشور شرکت کننده و تعداد مجموع روزهای حضور بازیکنان در اردوی جام جهانی انجام می‌دهد.

در سال ۲۰۱۸ از دو هفته منتهی به بازی افتتاحیه حضور بازیکنان در تیم‌های ملی محاسبه شد و هزینه آن به حساب فدراسیون‌ها واریز شد. محاسبه برای یک بازیکن یک روز پس از حذف کشورش از جام جهانی به پایان می‌رسد. میزان درآمد باشگاه‌های پیشرو از فیفا در روسیه ۲۰۱۸ منچستر سیتی (۱۶ بازیکن) - ۵۰.۰۳.۴۴۰ دلار رئال مادرید (۱۵ بازیکن) - ۴.۸۱۳.۸۳۰ دلار تاتنهام هاتسپر (۱۲ بازیکن) - ۴.۲۸۵.۷۹۲ دلار بارسلونا (۱۴ بازیکن) - ۴.۱۴۵.۹۵۰ دلار پاری سن ژرمن (۱۲ بازیکن) - ۳.۸۹۴.۰۸۰ دلار نکته جالب تیم الهلال است که بازیکن در تیم ملی عربستان داشت که در دور گروهی حذف شد و این تیم عربستانی بیش از دو میلیون دلار کسب کرد.

تیم‌های ملی خود ۱۰ هزار دلار به باشگاه‌های بازیکنان واریز می‌کنند. در جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه، فیفا ۲۰۹ میلیون دلار(حدود ۱۵۷ میلیون پوند) تحت برنامه مزایای باشگاه خود بین باشگاه‌های فوتبال در سراسر جهان توزیع کرد. هرچه یک باشگاه بازیکنان بیشتری در جام جهانی داشته باشد درآمد بیش‌تری تحت این طرح کسب خواهد کرد.

فیفا برای هر بازیکن روزانه ۱۰ هزار دلار به باشگاه‌های آن‌ها اختصاص داده است.

این بدان معناست که باشگاه‌های لیگ برتری مانند چلسی که ۲۰ بازیکن در جام جهانی دارند بیش‌ترین سود را از دوری سنستارهای خود خواهند برد. یا منچستر سیتی که در جام جهانی قبلی بیش از ۵ میلیون دلار به دست آورد این بار ۱۷ بازیکن در قطر دارد. منچستر یونایتد ۱۸، تاتنهام ۱۷ و آرسنال ۱۴ بازیکن در قطر دارند. رئال مادرید و بارسلونا نیز که به ترتیب ۱۵ و ۱۴ نماینده در سال ۲۰۱۸ داشتند، احتمالاً سهم قابل توجهی به دست خواهند آورد.

ایسن بدان فیفا از جام جهانی ۲۰۱۰ آفریقای جنوبی به منظور به رسمیت شناختن باشگاه‌هایی که بازیکنان خود را برای این مسابقات آزاد کردند اجرائی شد.



باشگاه‌های بازیکنان حاضر در جام جهانی به ازای هر روز برای هر بازیکن ۱۰ هزار دلار کسب خواهند کرد.

گل‌محمدی: حضور مریبان بزرگ و بازیکنان خارجی رقابت‌ها را جذاب کرده است



هر جذب تیم‌ها کمک می‌کنند و کیفیت لیگ از پارسلان بهتر بتواند کم‌ترین مشکلات را داشته باشد قهرمان می‌شود.

همه به تیم‌ها کمک می‌کنند و کیفیت لیگ از پارسلان بهتر شده است. حضور مریبان بزرگ و بازیکنان خارجی رقابت‌ها

تصمیم مهم کی‌روش برای اردوهای تیم ملی

احتمال تغییر در فهرست ملی‌پوشان لیگ بر تری

کنند و خود کی‌روش نیز رصد دقیقی روی لیگ برتر خواهد داشت. بر همین اساس درهای تیم ملی به روی هیچ بازیکن لیگ برتری بسته نشده و احتمال تغییر در لیست نفرات دعوت شده به اردوی ارزیابی فنی در هفته‌های آتی زیاد خواهد بود. کادرفنی تیم ملی برای حفظ انگیزه بازیکنانی که توانایی حضور در این تیم را دارند چنین تصمیمی گرفته و ممکن است در اردوهای بعدی، بازیکنان جدیدی فراخوانده شوند.

که قرار است همراه با لژیونرها در جام جهانی ۲۰۲۲ قطر شرکت کنند، انجام بدهد. با این وجود از اردوی تیم ملی خیر رسیده که این موضوع صحت ندارد و کادرفنی تیم ملی برای هیچ یک از نفراتی که در مرحله اول اردو حضور داشتند، ضمانتی برای حضور در جام جهانی در نظر نگرفته است. قرار است کادرفنی تیم ملی مانند دو هفته اخیر لیگ برتر، در دیدارهای پیش‌رو قبیل از جام جهانی همچنان وضعیت بازیکنان داخلی را با حضور در ورزشگاه‌ها بررسی

فاز نخست اردوی ارزیابی فنی تیم ملی فوتبال کشورمان از شنبه تا دوشنبه این هفته برگزار شد و ۱۶ بازیکن لیگ برتری دعوت شده به این اردو پس از برگزاری سه جلسه تمرینی در ساختمان پک، با انجام یک تمرین در زمین چمن شماره دو مرکز ملی فوتبال، به کار خود در این فاز پایان دادند. در روزهای اخیر مسائلی درباره اینکه کارلوس کی‌روش قرار است از بازیکنانی که در اردوی اخیر حضور داشتند، انتخاب نهایی اش را برای بازیکنان لیگ برتری