



یادداشت

## آسیب دیدگی و ناآمادگی؛ دو مشکل بزرگ استقلال ۱۵ امتیازی که در دقایق پایانی از دست رفت

از شروع لیگ بیستم تا امروز، استقلال در هر هفته چند بازیکن آسیب دیده و ناآماده داشته. ازوریا غفوری و عارف غلامی تا مسعود ریگی و شیخ دیاباته. این فهرست البته مشتریانی دائمی نظیر سیاوش یزدانی و فرشید اسماعیلی هم دارد که در ماه‌های اخیر بیشتر از اینکه در جلسات تمرینی حضور داشته باشند، راهی کلینیک فیزیوتراپی شده‌اند.

تکته عجیب اینکه کابوس مصدومیت‌های دنباله‌دار فقط به امسال محدود نمی‌شود و با وجود اینکه استقلال در دو فصل اخیر سه کادر فنی و مربی بدنساز مجزا داشته، باز هم تغییر چندانی در میزان آسیب‌دیدگی‌ها دیده نمی‌شود. استقلال در دوره حضور استراماچونی و مربی بدنسازش مارکو کاسر هم دچار چنین مشکلی بود و با آمدن فرهاد مجیدی و یک مربی بدنساز تازه (علی ربانی) باز هم همین وضعیت ادامه داشت.

بحران آسیب‌دیدگی در یک تیم، اتفاقی مختص به فوتبال ایران نیست. آر سنال در دوران مربیگری آرسن ونگر، بارها با معضل مصدومان برتعداد رویه‌رو شد و در همین فصل، لیورپول به شکلی عجیب در گریز بحران آسیب‌دیدگی شده و به طور متناوب از داشتن ۱۳ بازیکن خود محروم بوده. اما درباره چرایی مصدومیت‌های متعدد در استقلال، عوامل مختلف و متعددی را می‌توان برشمرد.

بخشی از این آسیب‌دیدگی‌ها، حاصل تمرین در زمین‌های بی‌کیفیت و با چمن مصنوعی است. استقلال در سال‌های اخیر به جز مقاطعی کوتاه، از داشتن امکانات تمرینی استاندارد محروم بوده و برگزاری تمرین در زمین‌های ناهموار، طبعاً ریسک آسیب‌دیدگی را بالا می‌برد. تکته دیگر عدم پایش مداوم وضعیت آمادگی جسمانی بازیکنان است. اگر به سابقه آسیب‌دیدگی‌ها مراجعه کنید، در برخی اوقات به این واقعیت می‌رسید که بازیکنی که در یک روز خاص مصدوم شده، پیش از آن برای مدتی طولانی تحت فشار شدید بوده و به اندازه کافی استراحت نکرده. در واقع چرخه «تمرین- مسابقه- ریکاوری» در مورد او کامل نشده و فرصتی برای تجدید قوا نداشته است.

مسأله دیگری که در این مدت به استقلال لطمه زده، ناهماهنگی میان برنامه‌های طراحی شده توسط مربی بدنساز تیم با مربی بدنساز شخصی بازیکنان است. در حال حاضر بعضی از فوتبالیست‌ها، مربی بدنساز اختصاصی دارند و گاهی فشار تمریناتی نبوده‌اند و کنار ماندن آنها در مقاطعی از فصل، به بدیده عجیبی نیست.

این فاکتور مهم را هم در نظر بگیریم که بعضی از فوتبالیست‌ها به اقتضای ویژگی‌های فیزیکی خودشان، پیش از سایرین در معرض آسیب‌دیدگی قرار می‌گیرند. در اسکاوا ففلی استقلال، شیخ دیاباته و سیاوش یزدانی در این دسته قرار می‌گیرند و سابقه فوتبالی‌شان نشان می‌دهد که در سال‌های گذشته اصلاً با مصدومیت بیگانه نبوده‌اند و کنار ماندن آنها در مقاطعی از فصل، به بدیده عجیبی نیست.

و بالاخره آنچه محققان به آن باور دارند، ریسک آسیب‌دیدگی با استرسی که به ورزشکار تحمیل می‌شود، رابطه‌ای مستقیم دارد. این نکته‌ای است که بعضی از فوتبالیست‌ها آن را تألیف و اذعان می‌کنند در روزی که دچار آسیب‌دیدگی شده‌اند، به لحاظ روانی در شرایط مساعدی نبوده‌اند. مجموعه استقلال در سال‌های اخیر به لحاظ نتیجه‌گیری زیر فشار بوده و همین استرسی که به طور مداوم به تیم تزریق شده، احتمالاً در افزایش تعداد مصدومان این تیم مؤثر نبوده است.

اما فارغ از آسیب‌دیده‌هایی که دست مصدوم فکری را برای تغییر در رنج اصلی می‌بندد، این مسأله را هم فراموش نکنیم که بر اساس آمار و ارقامی که در این ۶ هفته به دست آمده، به نظر می‌رسد استقلال در فاز تمرین و آماده‌سازی، با مشکل مواجه است. ناآماده‌بودن نسبی تیم به لحاظ بدنی، واقعیتی است که فکری هم در گفت‌وگو با خبرنگاران تلویحاً به آن اشاره کرد. استقلال تا امروز در ۲۰ دقیقه پایانی ۱۵ امتیاز از دست داده (۱۵ امتیاز مقابل فولاد و ۲ امتیاز مقابل نفت آبادان) و هر چه به دقیقه ۹۰ نزدیک می‌شویم، بیشتر از آنکه موقعیت ایجاد کند، به حریف موقعیت گلزنی می‌دهد. طبعاً فرصت ناگافی آماد سازی پیش فصل، در این معضل نقش کلیدی دارد اما در لیگی که قرار است همچنان بدون توقف ادامه یابد، تلفیقی از دو مشکل یعنی مصدومیت بازیکنان کلیدی و ناآمادگی این تیم، می‌تواند استقلال را دچار درسر کند.

### عکس نوشت



داریوش شجاعیان در بازی مقابل شهر خودرو کاپیتان استقلال بود، ولی با بازگشت احتمالی وریا او بازوبند را از دست خواهد داد.



درخشش فصل پیش و آن گلزنی‌های متعدد در بازی‌های داخلی و بین المللی حالا به یک عذاب روحی بزرگ برای مهدی تبدیل شده است، همه انتظار دارند قایدی همان باشد که خودش فصل پیش پدید آورد. آیا شماره ۱۰ به روزهای اوج برمی گردد؟



انتظار نداشته باشید و یاد در ترکیب اصلی استقلال بازی کنید. هیچ چیز قطعی نیست چون او تازه از بند مصدومیت رها شده و هم اینکه احمد موسوی به خوبی در ترکیب آبی‌ها درخشیده است. شاید و با تعویضی به میدان برود.



سیاوش یزدانی با اینکه مثل مرادی محروم نیست اما خوب حال بازیکنی که بیرون گود نشسته و برای بازی در ترکیب تیمش لحظه شماری می‌کند را می‌فهمد. سیاوش و بابک با هم دردی مشترک را تجربه می‌کنند؛ دوری از ترکیب...

فکری: درباره ترکیب تیم، روز بازی تصمیم می گیرم

## جام را به صدر نشین هفته آخر می دهند

مربی استقلال از تمریناتی که تیمش در آستانه بازی با ذوب‌آهن برگزار کرده، راضی است. فکری پیش ازین روزا استقلال به سمت اصفهان درباره روند کاری تیمش در روزهای اخیر گفت: «تمرینات منظمی را برگزار کردیم و با اینکه همچنان مصدومانی داریم و این موضوع در کار ما تأثیر گذار است اما تلاش کردیم

به بهترین شکل تمرین کنیم تا به خوبی آماده این بازی شویم». فکری درباره رقیب استقلال در هفته هفتم هم صحبت‌هایی دارد: «ذوب‌آهن تیم خوبی است و جایگاهش را اینجا جل جدول نیست، ما با تیمی مواجه هستیم که قطعاً با انگیزه‌های خاص مقابل استقلال ظاهر می‌شود. این موضوع را من از هفته ابتدایی حس کردم که تمام تیم‌ها با انگیزه‌های خاص مقابل استقلال حاضر می‌شوند به همین دلیل کار ما سخت‌تر می‌شود و باید با هماهنگی بیشتر راهی بازی‌ها شویم». مربی استقلال پیرامون صدرنشینی تیم در هفته ششم و اثرات آن در روحیه بازیکنان نیز گفت: «حفظ

### گفت و گو

### مهدیه دریابگی

استقلال بعد از سال‌ها در هفته‌های ابتدایی صدر نشین شد، شاید به همین دلیل است که این روزها استقلالی‌ها در پوست خود نمی‌کنجند اما همین تکته دغدغه اصلی فکری شده است. فکری می‌داند شاگردانش جوان هستند و اگر فکر کنند همه چیز تمام شده در بازی‌های بعدی حتماً نمی‌توانند خواسته‌های او را اجرایی کنند به همین خاطر این روزها سر تمرین دانا می‌گوید این صدرنشینی مهم نیست در همین راستا روز گذشته سراغ میثم باتو بازیکن سابق استقلال رفتم.

باتو معتقد است برای اینکه در یاد غرور صدرنشینی بخوانند خیلی زود است. باتو در این خصوص انبطور می‌گوید: «این خوب است که استقلال صدر نشین شد اما بابک برد و باخت شرایط صدر نشین کاملاً تغییر می‌کند. استقلال ممکن است با یک باخت چند پله

صدرنشینی کاردشواری است و مایباید عادت کنیم که در چنین شرایطی خودمان را نگه داریم. استقلال بازی‌های سختی در آینده دارد و قطعاً دیگر تیم‌ها هم هر چه از زمان بازی‌ها می‌گذرد بیشتر هماهنگ می‌شوند. البته این قضیه درباره ما هم صدق می‌کند و استقلال هم هر چه از لیگ بگذرد هماهنگ‌تر خواهد شد. در حالی که اعتقاد دارم مایابید خودمان را در صدر جدول حفظ کنیم اما بر این باورم که فقط صدرنشینی در هفته آخر برای ما لذت‌بخش خواهد بود و به این صدرنشینی‌ها یاداشی داده نخواهد شد. به همین دلیل باید تلاش کنیم این روند را حفظ کنیم تا استقلال در همین جایگاهی که دارد، باقی بماند. مایابید مرحله به مرحله جلو برویم.» فکری درباره اینکه آیا در ترکیب اصلی با هم از بازیکنانی استفاده می‌کند که شاید کسی پیش‌بینی نمی‌کند نیز این پاسخ را داده است: «درباره ترکیب بازی، روز بازی تصمیم می‌گیرم. حضور در ترکیب استقلال شانس و بعد در باره اینکه چه نفراتی وارد ترکیب می‌شوند، تصمیم بگیریم. چند مصدوم ما بازگشته‌اند و البته یک مصدوم جدید هم داریم. بر اساس آن تصمیم نهایی اتخاذ خواهد شد.»

در حالی که زمزمه‌هایی مبنی بر حضور دیاباته در بازی با ذوب‌آهن شنیده می‌شد، این بازیکن در تمرین پیش از بازی با رقیب اصفهانی نتوانست در کارهای تاکتیکی شرکت کند تا این بازی مهم را هم از دست بدهد. دیاباته که خیلی دیر به تمرینات تاکتیکی اضافه شد و بخش اعظمی از زمان تمرین پیش فصل را از دست داد در جریان بازی‌های لیگ نیز با مصدومیت مواجه شد تا دقایق اندکی را برای استقلال در لیگ بیستم بازی کند. با توجه به اینکه شیخ بازی با ذوب را از دست داده و دربی نیز نزدیک است، غیبت او در این بازی مهم نیز به یک احتمال جدی تبدیل خواهد شد. البته اگر دربی به دلیل یکسان شدن بازی‌های دو نیم عقب بیفتد شاید دیاباته برای دوم هم مسائل را بررسی کنیم داشته‌اشد. سازمان لیگ قصد دارد بازی‌های پرسپولیس را هم تا قبل از دربی به عدد ۷ برساند تا دو تیم در هفته هشتم در

شیخ مقابل پرسپولیس بازی می‌کند؟

## دیاباته پیش دربی را هم از دست داد

شرایطی که بازی‌های یکسانی انجام داده‌اند، مقابل یکدیگر قرار بگیرند. سازمان لیگ هنوز زمانی را برای بازی سرخابی‌ها تعیین نکرده تا تعداد بازی‌های دو تیم یکسان شود. احتمال می‌رود این دیدار مهم به دو هفته آتی موکول شود و استقلال تا آن زمان با تیمی بازی نکند.

به هر حال این مسأله بیش از هر بازیکنی به سود دیاباته است تا شاید در این بازی با گلزنی به ترکیب تیمش بازگردد و هفته‌ها غیبت خود در ترکیب تیمش جبران کند. دیاباته فصل پیش با اینکه بازی‌هایی را از دست داد اما سرانجام با ۱۵ گل زده، آقای گل لیگ برتر شد تا استقلال پس از سال‌های متمدادی صاحب یک آقای گل شود. هنوز گلی به ثمر نرسانده و دیگر مهاجمان استقلال نیز شرایط آنچنان مناسبی ندارند و در جدول گلزنان دیده نمی‌شوند. این در حالی است که منشا در صدر جدول گلزنان لیگ برتر قرار گرفته است.



بازی با ذوب را در پیش دارد، این بازی را جطور ارزیابی می‌کنید؟ بازیکن سابق استقلال در این باره می‌گوید: «سیاهان همیشه گریه سیاه پرسپولیس است و استقلال هم گریه سیاه ذوب! چون بازی هم در اصفهان برگزار می‌شود قطعاً شرایط برای استقلال سخت است. استقلال‌ها باید تلاش کنند که صدرنشینی‌شان حفظ شود.» این روزها بابت بازی آسیایی پرسپولیس فضایی برای بین هواداران سرخابی زیاده شده و بعضاً استقلالی‌ها به خاطر اتفاق سال ۹۲ که هواداران پرسپولیس، کره‌ها را تشویق کردند دست دارند حریف پرسپولیس برنده شود. این فشار جطور شما از بازی می‌کنید؟ باتو در پاسخ می‌گوید: «کسی که اصالت داشته باشد می‌داند پرسپولیس یک تیم ایرانی است و باید برای موفقیتش دعا کرد. بعضی‌ها برای فالو جمع کردن متأسفانه کارهایی می‌کنند که آدم حاج و واج می‌ماند. من که آرزوی کتم پرسپولیس برنده شود چون نماینده ایران است و باعث افتخار ایران می‌شود اگر قهرمان شود.»

## استقلال

## ۶

## ایران ورزشته

### نگاه فنی

تغییر روش بازی استقلال  
از ۴-۴-۴ به ۳-۳-۴؟

آنچه در بازی با شهر خودرو چندان مورد توجه قرار نگرفت، تغییر روش بازی استقلال بود. محمود فکری با اینکه مانند بازی‌های قبل از چهار دفاع استفاده کرد اما تغییراتی جزئی را در خط میانی و خط حمله ایجاد کرد تا استقلال روش تازه‌ای را مقابل شهر خودرو تجربه کند.

در این بازی فکری که دو بازیکن کلیدی خود به نام ریگی و غفوری را در اختیار نداشت از بازیکنانی در ترکیب اصلی استفاده کرد که پیش از این هرگز در ترکیب اصلی بازی نکرده بودند.

مهدی مهدی‌پور، سیحان خاقانی و داریوش شجاعیان، ۳ بازیکنی بودند که در لیگ بیستم هیچ‌گاه در ترکیب اصلی به میدان نرفته بودند. در این میان خاقانی وضعیت ناامیدکننده‌تری در قیاس با دیگر بازیکنان استقلال داشت اما سرمربی استقلال به این بازیکن میدان داد تا تحولی تازه در چیدمان استقلال ایجاد شود. رویکرد جدید فکری سبب شد استقلال تا حدی به لحاظ تاکتیکی بهتر از بازی‌های قبل ظاهر شود. حال شاید اخراج معصومی بازیکن تیم شهر خودرو در باز شدن لایه‌های دفاعی تیم شهر خودرو تأثیر به سزایی گذاشت و استقلال تا حدی راحت‌تر توپ را در میدان به چرخش درآورد اما به واقع این نوع چیدمان استقلال بود که تا حدی آزادی عمل بیشتری را در خط میانی و خط حمله ایجاد کرد. پیش‌تر فکری از چهار هافبک مرکزی استفاده می‌کرد که انتخاب این نوع بازی سبب می‌شد تا تجمع بازیکنان در خط میانی بیشتر شود اما بازی با ۳ هافبک استقلال را به سستی برد که خط حمله فعال‌تر شود. گلی که خاقانی به ثمر رساند در حقیقت حاصل تحرک و خلاقیت بیشتر خط حمله بود. اما نکته مهم‌تر در بازی با پرس شهر خودرو، این بود که استقلال توانست بعد از هفته‌ها هادام به پاس مستقیم گل کند.

بعد از بازی اول با مس رفسجان دیگر هیچ گلی روی پاس مستقیم بازیکنان استقلال نشده و گل‌هایی که به ثمر رسید یا حاصل ضربات کاشته بود یا اشتباه مدافعان حریف در بازی با شهر خودرو اما داستان گلزنی‌های استقلال تغییر کرد و آبی‌ها با دو پاس مستقیم منجر به گل زمین بازی را ترک کردند که همین پیشرفت می‌تواند فکری را برای به کارگیری دوباره از روش آن بازی مقابل ذوب‌آهن ترغیب کند. بازی با روش ۴-۳-۳ از این منظر که استقلال توفیقات بیشتری در بازی با شهر خودرو به دست آورد به احتمال زیاد مقابل ذوب تکرار خواهد شد.

### خبر کوتاه

## بازوبند کاپیتانی دوباره به وریا می‌رسد

تیم استقلال در ادامه روند آماده‌سازی خود از ساعت ۱۳ دیروز تمرینات خود را برای بازی با ذوب‌آهن یکپارچه کرد. فرشید اسماعیلی به دلیل محرومیت انضباطی همچنان در تمرینات این تیم غایب است. تکلیف این بازیکن بعد از بازی با ذوب‌آهن مشخص می‌شود. سعید لطفی مدافع اسبق استقلال با حضور در ورزشگاه نفت تهراسر نظاره گر برنامه‌های تاکتیکی آبی‌پوشان شد. در ابتدای تمرین، بازیکنان استقلال بعد از حدود ۳۰ دقیقه کارهای سرعنی ویدنی، به چهار گروه تقسیم شدند. دو گروه بازیکنان تهاجمی و دو گروه بازیکنان دفاعی، هرک در تیمی از زمین، زیر نظر کادر فنی به مرور تاکتیک‌های طراحی شده پرداختند. محمد نادری مثل روز گذشته تمرینات اختصاصی پرداخت. وریا غفوری و مسعود ریگی مثل یکی، دو روز گذشته در تمرینات گروهی حضور داشتند. این بازیکنان مشکلی برای همراهی استقلال در بازی با ذوب‌آهن ندارند. همچنین سیاوش یزدانی نیز در تمرین در برنامه‌های گروهی آبی‌پوشان حضور داشت. استقلال با هدایت محمود فکری روز جمعه در هفته هفتم لیگ برتر به مصاف ذوب‌آهن اصفهان می‌رود.

## همدانی: فکری با بازیکن سالاری مقابله می‌کند

استقلال فصل‌ها صدر نشین و از بحران رد شده است. ستار همدانی هافبک سابق استقلال در مورد پیروزی دوبر صفر استقلال برابر شهر خودرو و صدرنشین شدن این تیم در لیگ بیستم انبطور می‌گوید: «با اینکه هنوز از شکل بازی استقلال انتقاد می‌شود اما اعتقاد دارم این تیم هفته به هفته بهتر خواهد شد و نتایج قابل قبولی کسب خواهد کرد. مهاجمان استقلال شروع خوبی داشتند، یک گل زود هنگام زدند و توانستند از اخراج بازیکن حرفه‌ای استفاده کرده و در دقایق پایانی نیمه اول به گل دوم دست پیدا کنند. در نیمه دوم هم با اینکه شهر خودرو ۱۰ نفره بود، تلاش می‌کرد به گل دست پیدا کند، آنها در چند موقعیت خطرناک صاحب فرصت شدند که مظاهری آماده درون دروازه باعث شد شهر خودرو به گل دست پیدا نکند.» همدانی در مورد رفتارهای غیر حرفه‌ای فرشید اسماعیلی هم می‌گوید: «به فکری تبریک می‌گویم که با بازیکن سالاری مقابله می‌کند را فرسید اسماعیلی باید بداند که در چه تیمی بازی می‌کند. قرار نیست اگر بازیکنی عملکرد قابل قبولی داشت، خودش را تافته جدا یافته بداند.»