

<div><div></div><div><div>مرتضی محمصص</div></div></div>

آمادگی جسمانی بالا از دگرگیزی ها جلوگیری می کند

بازی فیزیلی یعنی یک بازی که پایه و اساسش دوستی و احترام باشد. در تمام بازی هایی که یوفا برگزار می کند احترام وجود دارد و این چیزی نیست که تازه باشد. اساس فیزیلی احترام متقابل است و از دیدگاه روانشناسی به آن تاب آوری روانی گفته می شود؛ یعنی هر بازیکنی تحت فشار هم باشد، با کیفیت کاری کند و از گوره در نمی رود. با داوران و بازیکنان حرفه دگرگرن نمی شوید و این موضوعی است که همیشه در کلاس های مربیگری درباره اش صحبت می کنیم.

هر مربی که تیمش را از نظر روانی آماده نکرده باشد، قبل از ورود به زمین بازنده است هر مربی که تیمش را برای روز دربی از نظر روانی آماده نکرده باشد، قبل از اینکه وارد زمین شود بازنده است. برای روزهای بزرگ فوتبال نتیجه بازی از قبل مشخص می شود و این یک نقطه ضعف بزرگ در برخی از تیم هاست. برخی از بازیکنان تحمل و ظرفیت بالایی ندارند و همیشه یک بازی در تمام ۹۰ دقیقه به نفع یک تیم نیست و شرایط بازی مرتب در حال تغییر است. تاب آوری و تحمل است که نتیجه را تغییر می دهد. مونیوینو در این خصوص می گوید هر بازیکنی که اشتباه می کند همان لحظه باید فراموش کند و در غیر این صورت به تیم ضرر می زند.

فشار تمرینات باید ۱۰ برابر فشار بازی های رسمی باشد

نما نمی توانیم با تمرین برابر با فشار بازی خودمان را آماده کنیم و تمرینات از نظر آمادگی جسمانی و تاکتیکی باید ۱۰ برابر بیشتر فعالیت و فشار بازی باشند. اکثر دگرگیزی ها در نیمه دوم است و اشتباهات زیادی صورت می گیرد چون آن بازیکن خسته است. کادر مربیگری برای هر اتفاقی که در تیم رخ می دهد باید جوابگو باشند چون این مربی است که با بازیکنان کاری می کند و او تصمیم گیرنده است.

آیا مربیان ما به تاب آوری و تحمل بازیکنان فکر می کنند؟

این تاب آوری موضوعی نیست که فقط من می گویم و این یک اساس کلی است اما آیا مربیان ما به آن فکر می کنند؟ مثلاً پاتریس اورا، مدافعی که در منچستر و یوونتوس بازی می کرد در مصاحبه ای می گوید زندگی اش در منچستر ساده تر از حضور در یوونتوس بود و وقتی به اینجا آمد با چالش های زیادی مواجه شد. او گفت ماینگین دودین بازیکنان ۱۲ کیلومتر است و اگر یک روز ۹ کیلومتر دیده باشید، باید در روزهای دیگر آن ۳ کیلومتر را جبران کنید. آنها برای خودشان استاندارد گذاشتند و این باعث می شود که بازیکنان تاب آوری بالاتری داشته باشند. نویسنده ای می گوید بازی جدی و نتیجه گر هیچ ارتباطی با بازی جوانمردانه ندارد چون برخورد فیزیکی و دگرگیزی ماهیت یک بازی نتیجه گر است و بازی های جدی و دگرگرنه جنگ بدون تیراندازی است.

کشتار توپ!

بیلسا، سرمربی لیدز تمرینی به نام کشتار توپ را برای بازیکنانش طراحی کرده است. در این تمرین قانونی وجود ندارد و افساید و خطا در کار نیست. بازیکنان ۵ بخش ۵ دقیقه ای بازی می کنند و توپ اگر بیرون برود بلافاصله ول می شود و هیچ بازیکنی اجازه استراحت ندارد و دگرگیزی ها خیلی زیاد است. این تمرین ۱۰ برابر سخت تر از مسابقه است و ببینید این مربیان چقدر سختگیر هستند و راندمان کار بالا از شما می خواهند. وقتی آمادگی جسمانی یک تیم بالا باشد دیگه دعوا و دگرگیری در کار نیست.

یک تیم حرفه ای به روانشناس فوتبال احتیاج دارد

تمرینات ما جقدر سخت تر از بازی های اصلی است؟ بازیکن باید در تمرینات آماده بازی شود. ما باید ببینیم تمرینات مان چگونه است و ما اگر از نظر کیفیت جسمانی در سطح بالایی باشیم و تحمل روانی داشته باشیم در مقابل مشکلات به دنبال داوران، حرفه و نیمکت حرفه نمی روم و تمرکز بالاست. آنها در باید در تمرینات سخت تر از روز بازی کار کنیم که بتوانیم در شرایط بازی کیفیت قابل قبولی را از نظر اخلاقی و از نظر فنی ارائه دهیم. البته تضمینی برای برد نیست اما همه تیم ها مقابل این تیم سختگوش مشکل پیدا خواهند کرد. دوندگی دست خود بازیکن است و عدم آمادگی باعث این مشکلات می شود. این واقعیت فوتبال است و این پیام را می خواهیم به مربیان و بازیکنان فوتبال برسانیم. یک تیم حرفه ای به روانشناس فوتبال احتیاج دارد و در درجه اول، کادر فنی باید به روانشناس همسوا باشد و گفت وگو کند نه اینکه برای بازیکنان کلاس روانشناسی بگذارند.

فوتبال آسیا

علی کریمی از الدحیل رفتنی شد



علی کریمی ها فایک ایرانی تیم فوتبال الدحیل قطر از این تیم رفتنی شد. به نقل از روزنامه رایبه، علی کریمی و سه میله آسیایی تیم الدحیل قطر که در نقل و انتقالات زمستانی سال رفت، نتوانسته عملکرد چشمگیری داشته باشد و انتظار می رود فصل بعد در الدحیل نباشد. کریمی در واقع بازیکن تیم القطر است که در نقل و انتقالات زمستانی به این تیم گذشته به صورت قرضی راهی الدحیل شد.

سیستم جدید عراق در دیدار دوستانه با تاجیکستان

سرمربی تیم ملی فوتبال عراق، در دیدار دوستانه با تاجیکستان، تیمش را با سیستم جدید به میدان فرستاد و بازیکنان این تیم سیستم دفاع سه نفره را تمرین کردند. تیم ملی فوتبال عراق دوشنبه شب در نخستین بازی تدارکاتی اردوی بصره به مصاف تاجیکستان رفت و باتساوی بدون گل متوقف شد. به مصاف تاجیکستان رفت که نتیجه دفاع کاتانسن در حال تمرین سیستم دفاع سه نفره برای حضور در اداه مسابقات مقدماتی جام جهانی است. تیم ملی عراق با ۱۱ امتیاز صدرنشین گروه سوم مسابقات مقدماتی جام جهانی و رقیب اصلی ایران در این گروه به شمار می رود.

مدافع تیم ملی عراق:

برای بازی با بحرین آماده ایم

تیم ملی فوتبال عراق دوشنبه شب در یک بازی دوستانه به مصاف تیم ملی تاجیکستان رفت. این بازی در نهایت باتساوی بدون گل به پایان رسید. عراق یکی از رقبای تیم ملی کشورمان است. انتخابی جام جهانی ۲۰۲۲ است که در حال آماده سازی برای حضور در ادامه مسابقات به میزبانی بحرین است.

علی عدنان مدافع تیم ملی عراق بعد از این تساوی گفت: «در این بازی عملکرد خوبی داشتیم ولی

بررسی جامع جلال چراغپور درباره بازیکنان دعوت شده از سوی اسکوچیچ:

خطر بالقوه‌ای لیست تیم ملی را تهدید می کند



بهنام میرزاهران

دراگان اسکوچیچ اسامی بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران برای شرکت در اردوی کیش و حضور در تور برکشت رقابت های انتخابی جام جهانی را اعلام کرد. براساس لیست اعلام شده از سوی اسکوچیچ، بازیکنان حاضر در تور برکشت رقابت های انتخابی جام جهانی به شرح زیر خواهند بود:

علیرضا بیرانوند، امیر علمداره، پیام نیازمند، محمدرضا اختری، شجاع خلیل زاده، محمدحسین کتعمانی زادگان، مرتضی پورعلی گنجی، مجید حسینی، صادق حمرمی، میلاد محمدی، جعفر سلمانی، دانیال اسماعیلی فر، احسان حاجی صفی، احمد نوراللهی، سعید عزت‌اللهی، کمال کامیابی‌نیا، وحید امیری، علی قلنی زاده، سامان قدوس، علیرضا جهانبخش، مهدی ترابی، سردار آزمون، مهدی طارمی، کریم انصاری فرد، کاوه رضایی و مهدی قلیبی.

قابلیت استفاده بازیکنان در قالب قبلی تیم ملی

جلال چراغپور، کارشناس فوتبال کشورمان از دو زاویه این لیست را بررسی می کند. او در گام اول گفت وگوا خبرنگار ایران ورزشی درباره اسامی بازیکنان دعوت شده به تیم ملی اینطور می گوید: «براساس آنچه در این لیست دیده می شود، به نظر می رسد که اسکوچیچ بتواند از درون این لیست از ساختاری استفاده کند که بازیکنان قبلا در آن بازی می کردند و او می تواند معماری داخلی تیمی را پیش از ۸۵ درصد براساس چیزی بزند که به بلوغ بازی رسیده اند. این افراد مجموعه بازیکنانی هستند که در قالب قبلی تیم ملی مدت ها در کنار یکدیگر بازی کرده اند و اگر سرمربی تیم ملی بخواهد می تواند در همان قالب قبلی از آنها استفاده کند. به عنوان مثال ترکیب کتعمانی زادگان، پورعلی گنجی و مجید حسینی، بیش از این حسینی می تواند ۳ دفاع مرکزی باشند و ۲ پستون راست و چپ هم با حضور میلاد محمدی و احسان حاجی صفی درست شود.»

قابلیت استفاده از سیستم های سنتی یا مدرن

کارشناس فوتبال کشورمان در ادامه به سیستم های مختلفی که با این لیست می توان از آنها بهره برد اشاره می کند: «لیست اسامی اعلام شده برای تیم ملی قابلیت ششوری در سیستم های مختلف را دارد. با استفاده از این لیست هم می توان سیستم ۳-۲-۲-۲ را که سیستم سنتی تر است را پیاده کرد و هم سیستم های مدرن اسه دفاع مرکزی استفاده کرد. به دلیل حضور مهدی قلیبی در لیست تیم ملی، قابلیت استفاده از سیستم ۳-۲-۳ در ۴ در این لیست دیده می شود. بدون اینکه از تجربه قبلی تیم ملی استفاده کنیم، حتی می توانیم با مهاجم سه میله اصلی، به عنوان مثال انصاری فرد و کاوه رضایی می توانند مهاجمان تیم باشند و از قلیبی به عنوان مهاجم سایه استفاده شود. یا حتی سردار آزمون مهاجم

هدف باشد و مهدی قلیبی مهاجم سایه. این ترکیب، ترکیب علی دابی و خداداد عزیزی را در بازی مقابل استرالیا داعی می کند که بسیاری هم جور شده بودند و ترکیب مثبتی بود و در نهایت به گلی منجر شد که خداداد عزیزی به تیم ملی استرالیا، بسیار دیده می شود. مثال دیگری برای این موضوع علیرضا جهانبخش است. او در میان بازیکنان دیده بازی نکرده و اصلا مدت هاست که در تیم خودش نیمکت نشین است یا حاجی صفی در تیم خودش هم دیگر حاجی صفی سابق بازیکنانی مانند حاجی صفی، سامان قدوس، قلیبی زاده یا حتی در لیگ قهرمانان آسیا بازی کرده و دیده شده اند. زاچاگین بازیکنانی که در لیگ های دنامارک با سوئد بازی کرده اند و فوتبال آنها دیده شده است و با سایر بازیکنان هماهنگی لازم دارند. به همین دلیل می توان گفت در این لیست، همگن بودن تیم ملی به اندازه کافی در نظر گرفته نشده است. این افراد می توانند بافت فوتبال تیم ملی را ناهمگون کنند.»

نکات سؤال برانگیز لیست تیم ملی

لیست اسامی بازیکنان دعوت شده از سوی اسکوچیچ اما نکات سؤال برانگیز و نگران کننده ای هم در آن می توانند خطری بالقوه باشند برای مسابقه حساس این تیم مقابل تیم ملی فوتبال بحرین. جلال چراغپور ضمن اشاره به موضوع، دربار نکات سؤال برانگیز لیست به خبرنگار ایران ورزشی می گوید: «از جمله سؤالاتی که در هنگام مشاهده این لیست به چشم می خورد این است که اگر کمال کامیابی نیا به تیم ملی دعوت شده، چرا باید عزت‌اللهی دعوت شود؟ کمال کامیابی نیا یک هافبک دفاعی کامل است. ضمن اینکه او در لیگ قهرمانان آسیا مقابل تیم های عربی بازی کرده و شناخت خوبی از نوع بازی آنها دارد. به جای عزت‌اللهی می توانستم

بررسی جامع جلال چراغپور درباره بازیکنان دعوت شده از سوی اسکوچیچ:

خطر بالقوه‌ای لیست تیم ملی را تهدید می کند



هافبک دیگری را دعوت کنیم که نمی خواهم نامش را بگویم اما در پست هافبک دفاعی در فوتبال داخلی بازی می کند، رشد هم کرده و از عزت‌اللهی که کمتر بازی کرده، می توانست برای تیم ملی مضرتر باشد. مثلاً از این قبیل موارد در این لیست بسیار دیده می شود. مثال دیگری برای این موضوع علیرضا جهانبخش است. او در میان بازیکنان دیده بازی نکرده و اصلا مدت هاست که در تیم خودش نیمکت نشین است یا حاجی صفی در تیم خودش هم دیگر حاجی صفی سابق بازیکنانی مانند حاجی صفی، سامان قدوس، قلیبی زاده یا حتی در لیگ قهرمانان آسیا بازی کرده و دیده شده اند. زاچاگین بازیکنانی که در لیگ های دنامارک با سوئد بازی کرده اند و فوتبال آنها دیده شده است و با سایر بازیکنان هماهنگی لازم دارند. به همین دلیل می توان گفت در این لیست، همگن بودن تیم ملی به اندازه کافی در نظر گرفته نشده است. این افراد می توانند بافت فوتبال تیم ملی را ناهمگون کنند.»

اشباهاتی که می تواند آسیب برساند

بعد از اشاره به نکات سؤال برانگیز لیست تیم ملی، جلال چراغپور به اشتباهاتی اشاره دارد که می توانند موفقیت تیم ملی فوتبال ایران در مسابقات پیش رو را به خطر بیندازد: «در لیست اعلام شده تیم ملی، افرادی حضور دارند که گرچه انتخاب آنها اشتباه نیست اما روی لبه تیغ انتخاب شده اند. طوری که اگر در ۱۰ نفره بازیکنان، تنها یک یا دو اشتباه باشد، بافت روانی که در فوتبال تیم های تراتور، فولاد، استقلال و پرسپولیس در لیگ قهرمانان آسیا

دردسری که عدم به روزرسانی آیین نامه های داخلی فدراسیون به راه انداخت

رای کمیته انضباطی به سود سایپا اشتباه است؟



ایران هم ترجمه آن را عیثاً به عنوان ماده ۶۱ قرار داده بودند.»

او همچنین تأکید می کند: «فیفا در سال ۲۰۱۹ میلادی مصادیق را حذف کرد اما فدراسیون فوتبال هنوز فرصت نکرده آیین نامه داخلی خود را که مربوط به ماده ۲۲ آیین نامه انضباطی فیفا است وارد آیین نامه های انضباطی داخلی خود کند چون طبق اساسنامه قبلی باید آیین نامه ها در مجمع مشخص می شد. تشکیل مجمع هم به درازا کشید و مجبور شدیم همان آیین نامه سال ۹۷ را اجرا کنیم.» در نهایت نظر نسیرزاده این است که در این مورد ما باید به مقررات داخلی مراجعه کنیم: «ما زمانی باید به مقررات فیفا مراجعه کنیم که در آیین نامه خودمان اصلاً مصادیق نداشته باشیم. در واقع زمانی مجاز به توجه به قوانین بین المللی هستیم که آیین نامه ساکت باشد. ما اگر می خواستیم این مسابقه را سه بر صفر می کردیم اول باید مقررات را

تیم ملی فردا عازم کیش می شود

بازیکنان تیم ملی فوتبال ایران برای برگزاری اردو جهت شرکت در رقابت های مقدماتی جام جهانی، ظهر دیروز (سه شنبه) در هتل المپیک حاضر شدند. دوشنبه شب لیست نهایی تیم ملی فوتبال ایران برای حضور در رقابت های مقدماتی جام جهانی ۲۰۲۲ و جام ملت های آسیا ۲۰۲۳ اعلام شد که طبق برنامه از دیروز پیش اعلام شده، ملی پوشان باید دیروز (سه شنبه) در محل هتل المپیک جهت برپایی اردو حاضر می شدند.

ساز هماهنگی های ایجاد شده، بازیکنان تیم ملی در محل هتل المپیک جمع شدند. جعفر سلمانی بازیکن پورتیوونتره برتغال نخستین بازیکنی بود که وارد هتل

شد.

براساس اعلام پزشکی تیم ملی، بیش از اعزام تیم به اردوی کیش، سلامت جسمانی بازیکنان چک می شود و آنها برای حضور در این اردو آماده خواهند شد.

تیم ملی فوتبال ایران بعد از تمرین دو روزه در هتل المپیک تهران، فردا (ششم خرداد) برای برپایی اردوی آماده سازی پیش از حضور در بحرین، به کیش سفر خواهد کرد.

گفته می شود نواقصی که در آخرین بازدید اسکوچیچ از زمین تمرین کیش بیان شده بود، برطرف شده و کمپ تمرینی آماده میزبانی از ملی پوشان است.

زیر چاپ

۲

ایران ورزشنته

فوتبال زنان

پس از قضاوت در انتخابی جام جهانی مردان

زری فتحی: همه از قضاوتم شوکه شدند

داور زن بین المللی فوتبال ایران می گوید بعد از قضاوت در انتخابی جام جهانی در منطقه آسیا همه تیم ها از اینکه یک داور زن عملکرد خوبی داشته، شوکه شدند. زری فتحی داور بین المللی فوتبال ایران یکشنبه، ۲ خرداد به عنوان داور دوم، انتخابی جام جهانی مردان قضاوت کرد. او به همراه گلاره ناظمی و ابراهیم محرابی افشار به عنوان سه نماینده ایران به مسابقات انتخابی دعوت شده اند و اکنون در امارات حضور دارند. فتحی تجربه قضاوت دیدار تیم های مردان را اینطور بیان می کند:

«تجربه بسیار دلچسب و خوبی است چون برای اولین بار در آسیا، یک داور خانم بازی مردان را قضاوت کرد، حتی روز گذشته هم در جلسه ای که داشتیم در این مورد صحبت کردند و گفتند زمانی که روز قبل از مسابقه اسامی داوران را اعلام کردیم، مربیان و سرپرستان تیم ها واکنش نشان دادند که چگونه یک داور زن می تواند بازی را قضاوت کند اما بعد از مسابقه خیلی شوکه و سورپرایز شده بودند که یک زن تا این حد خوب قضاوت می کند. او در مورد جاشن های که زنان برای قضاوت مسابقات مردان دارند، می گوید: «فکر می کنم همین که یک داور

باجواب وارد این عرصه می شود، نگاه ها به این سمت می رود که چگونه یک داور زن باجواب قضاوت های مردان را قضاوت کند اما بعد از اینکه به هتل برگشتم بازخوردهای خوبی از مربیان، سرپرستان و حتی بازیکنان گرفتم که بر اینم خیلی لذتبخش بود.» فتحی همچنین تأکید می کند: «اینجا همه متعجب می شوند که یک زن ایرانی به این خوبی قضاوت می کند اما منی خواهم این قابلیت ها را به تمام دنیا نشان بدهم.»

فتحی که معلم ورزش است و در مقطع ابتدایی کار می کند به واکنش داتمنش از خود پس از قضاوت دیدار تیم های لبنان و ویتنام اشاره می کند: «وقتی اخبارم در فضای مجازی رو، تلویزیون منتشر می شود، تشنگ ترین بازخوردهایم را از شاگردان می گیرم. این جبهه که خوشحال می شوند و به من افتخار می کنند، تلاشم دو برابر می شود. دوست دارم همیشه گویو تلاش کنم. ما دانش آموزانی که من را آموختی خود قرار داده اند به این دیدگاه برسند که یک خانم هم می تواند در سطح بالا موفق باشد.»

واکنش جالب فرمانی به غیبت در فهرست تیم ملی!

درحالی که سه روز از آغاز دور دوم تمرینات آماده سازی شاگردان مریم ایران دوست در تیم ملی فوتبال بزرگسالان زنان می گذرد، همچنان شایعات زیادی درباره حضور یا عدم حضور لژیونر فوتبال زنان در این اردو وجود دارد. جالب آنکه اشتباه از آنجا آغاز شد که در فهرست قبلی، نام فرمانی به عنوان بازیکن تیم شارلورا درج شده بود اما برای اردوی دوم نام او در جمع بازیکنان تهران قرار گرفته بود.

این مساله باعث شده تا در بسیاری از جراید و مطبوعات، خبر غیبت سؤال برانگیز فرمانی در اردوی تیم ملی مطرح شود، به این حال صبح دیروز (سه شنبه) باسمن فرمانی با انتشار پیامی اینستاگرامی که در آن تصویری از لیست مدعوی به اردوی تیم ملی بود، در کنار نام خود تیگ سبز دانه ایچینجن به شایعات درباره غیبت خود در تیم ملی واکنش نشان بدهد.

جالب آنکه با اعلام فهرست نهایی تیم ملی مشخص شد که علی قلی زاده در جمع مسافران به منامه حضور دارد و حال این زوج فوتبال ایران به صورت همزمان باید در اردوی تیم حضور داشته باشند. فرمانی خود را برای سفر به پلاروس با تیم ملی فوتبال زنان آماده می کند و از سوی دیگر، قلی زاده در جمع مسافران به بحرین قرار دارد.

است که اگر چیزی پیش بینی نشده بود، به آیین نامه انضباطی فیفا مراجعه شود. در یک مورد هم کمیته انضباطی می تواند به هیات رئیسه فدراسیون مراجعه کند؛ جایی که حتی در آیین نامه فیفا هم چیزی گفته نشده باشد.»

عبداللهی در واکنش به اعتراض باشگاه استقلال هم تأکید می کند: «چرا استقلال همان موقع اعتراض نکرد؟ قاعدتاً برای اعتراض فرصت ۲۴ ساعته تعیین شده است و استقلال در این مهلت تعیین شده شکیان نکرده است.»

بنیابه درخواست باشگاه بیکان، ارجاع این پرونده به کمیته استیناف می تواند تکلیف نهایی را روشن کند اما آنچه اهمیت دارد، به روز شدن آیین نامه های داخلی فدراسیون فوتبال باعث ایجاد چنین ابهام هایی شده است و با توجه به اصلاح اساسنامه این ضرورت احساس می شود که هر چه سریع تر برای به روزرسانی آیین نامه های داخلی و مطابقت آنها با آیین نامه های فیفا اقدام شود.

قطعی در تابستان از این تیم جدا خواهد شد. در روزهای گذشته گمانه زنی های زیادی در خصوص آینده این مدافع ایرانی در رسانه ها منتشر شد. حسینی که گفته می شد از تیم های زیادی در اروپا و حتی ایتالیا پیشنهاداتی دارد، هنوز به صورت رسمی آینده خود را مشخص نکرده است. بوراک زینی خبرنگار روزنامه گاتزتا دامگا ترکیه در نوبتی از تیم های خواهان مجید حسینی برده برداشت. طبق ادعای این خبرنگار، تیم های ترکیه ای آنا دمیراسپور، گورنتیه، قاسم پاشا، باشاک شهپرو فاتح کاراگومرورک به همراه روبین کاران روسیه و الغرافه قطر تیم هایی هستند که قصد دارند تا حسینی را برای فصل بعد به خدمت بگردند. آنا دمیراسپور همان تیمی است که تا آستانه به خدمت گیری پیام صادقان نیز پیش رفت ولی این انتقال شکل نگرفت. چندی پیش بود که روزنامه الشرق قطر از حضور حسینی در لیگ ستارگان این کشور خبر داد.