

الرياضة

رئيس مجلس الإدارة
مؤيد اللامي

رئيس التحرير
أ. د. علي الهاشمي

صحيفة رياضية اسبوعية تصدر كل يوم احد
عن نقابة الصحفيين العراقيين

8 صفحات
السعر 500 دينار

تصدر برعاية نادي الصيد

No. (252) - Sunday 2026/4/19

غير مخصصة للبيع

العدد (٢٥٢) - الاحد ٢٠٢٦/٤/١٩

رئيس الوزراء يستقبل رئيس نادي الصيد



استقبل دولة رئيس الوزراء المهندس محمد شياع السوداني في مكتبه الرسمي المهندس الاستشاري الدكتور حسنين فاضل معله رئيس مجلس ادارة نادي الصيد يوم الثلاثاء الماضي الموافق 2026/4/14 وقدم الدكتور حسنين شرحا وافيا عن النشاطات المتنوعة التي تمارس في النادي . ومن الجدير بالذكر ان الدكتور حسنين من الاشخاص الذين يتمتعون بثقافة وخبرة ادارية عالية توفرت من خلال المواقع الوظيفية التي استلمها محليا وعربيا في اليونسكو اضافة الى كونه بطلا في رياضة التنس .

النائب الاول لنقيب الصحفيين الأستاذ مؤيد اللامي يشرف على اجراءات تجديد الهوية الصحفية



تابعت صحيفة الرياضي وعلى مدى ايام اجراءات تجديد هوية نقابة الصحفيين العراقيين الجديدة وفق تسهيلات عديدة وحضور ميداني لفريق عمل النقابة برئاسة النائب الاول لنقيب الصحفيين العراقيين الأستاذ مؤيد اللامي والنائب الثاني الاستاذ جبار طراد وعدد من اعضاء النقابة واختار فريق العمل حديقة النقابة لتسهيل عملية تجديد الهوية بوقت قياسي بمشاركة العديد من الاقسام والشعب الادارية والمالية والقانونية .

نقيب الصحفيين الأستاذ خالد جاسم يشيد بدور صحيفة الرياضي المهني



اشاد الأستاذ خالد جاسم نقيب الصحفيين العراقيين بالاداء المهني لصحيفة الرياضي خلال مسيرتها الصحفية واستقطابها العديد من الكفاءات الاعلامية في اصدارها الاسبوعي وتغطيتها لاهم الاحداث الرياضية المحلية والعربية والدولية جاء ذلك خلال استقباله د.علي الهاشمي رئيس التحرير في مكتبه الرسمي في النقابة الخميس الماضي وثنم الأستاذ خالد جاسم الجهود التي بذلت في إصدار عدد خاص بمناسبة تاهل منتخبنا الوطني بكرة القدم للمونديال للمرة الثانية بتاريخ اللعبة .

25 ايار موعد التحاق لاعبي المنتخب قبل المونديال

أعلن الاتحاد الدولي لكرة القدم عن تحديد 25 ايار المقبل موعدا لالتحاق لاعبي الاندية مع منتخباتهم المشاركة في مونديال أميركا وكندا والمكسيك

ووجه الفيفا برسائل قانصة المنتخبات الوطنية الأولية المشاركة في المونديال في الثالث عشر من الشهر المقبل وتضم بين 35 إلى 55 لاعبا يتم اختزالها في الأول من حزيران بين 23 إلى 26 لاعبا

يشار إلى أن أكثر من 15 لاعبا عراقيا يلعب في دوريات احترافية خارجية ضمن تشكيلة منتخبنا الوطني الذي سيشارك في كأس العالم في حزيران منهم زيدان اقبال وامير العماري وعلي الحمادي وميرخاس دوسكي وابراهيم بابيش ومهند علي وماركو فرج ويوسف الامين وحسين علي وايمار شير وزيد تحسين وريبين سولاقه وغيرهم

9 ايار قرعة كأس آسيا بكرة القدم ومنتخبنا بالتصنيف الثاني

مستويات المنتخبات المشاركة في كأس آسيا 2027

المستوى الاول	المستوى الثاني
السعودية	قطر
اليابان	العراق
ايران	الاردن
كوريا الجنوبية	الامارات
استراليا	عمان
اوزبكستان	سوريا

المستوى الثالث	المستوى الرابع
البحرين	اليمن او لبنان
تايلاند	غيركيزستان
الصين	كوريا الشمالية
فلسطين	اندونيسيا
فيتنام	الكويت
طاجكستان	سنغافورة

حدد الاتحاد الاسيوي لكرة القدم التاسع من الشهر المقبل موعدا لاجراء قرعة كاس الامم الاسيوية المزمع اقامتها في العام 2027 في السعودية ووفق تصنيفات الاتحاد القاري فقد جاء منتخبنا الوطني في التصنيف الثاني مع قطر والامارات والاردن وعمان وسوريا وضم المستوى الأول: السعودية، أستراليا، كوريا الجنوبية، إيران، اليابان، أوزبكستان والمستوى الثالث: البحرين، الصين، فلسطين، قبرغيزستان، تايلاند، طاجكستان والمستوى الرابع: فيتنام، اندونيسيا، الكويت، سنغافورة، كوريا الشمالية، لبنان أو اليمن. وستقام قرعة بطولة كاس آسيا يوم السبت 9 ايار / مايو في منطقة الطريف بمدينة الدرعية في السعودية

همسة قلم

بطولة جامعات العراق لالعاب القوى برعاية المدرجات

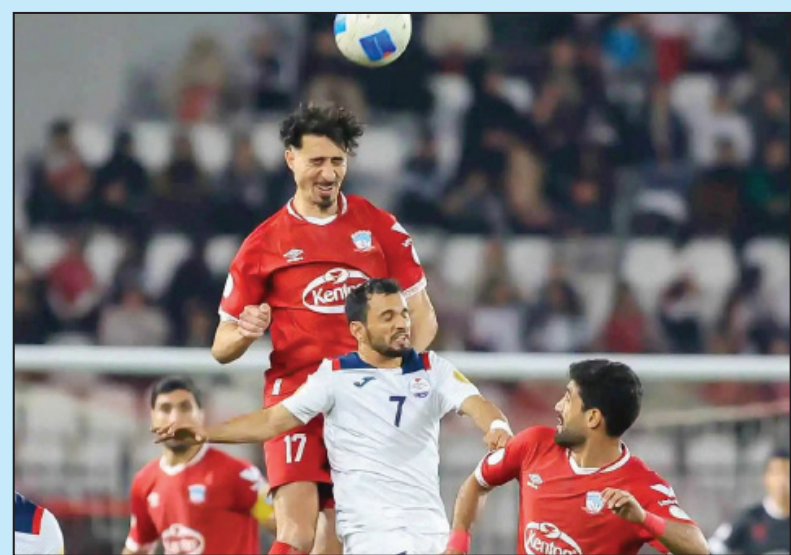


د.علي الهاشمي

العاب القوى تعيش مرضاً خطيراً وتحتاج الى الطبيب المداوي»، عليه يجد الوصفة لإنقاذها من سباتها الطويل ومرضاها المتراكم مع الزمن لتستحق تسميتها عروس الالعاب، فالعروس حزينة في كل ممارساتها وتخفتي الابتسامة عن محياها وتراجع بشكل مخيف، فقد كانت تحتل المركز الثاني بعد كرة القدم فما هي الآن تفتقد لأي مركز توضع فيه يتناسب مع تاريخها وينسجم مع أبطالها الذين طرزت باسمائهم تاريخها على المستويين المحلي والعربي ووصلت الى الفضاء الاسوي. كانت مهرجاناتها تنظم بشكل دقيق تستدعي بطولاتها ممارسات تجريبية تسبقها لتلافي أي خطأ وتحديد دور كل شخص فيها من إداريين وحكام ساحة ومضمار وماسكين ومؤقتين ومدربين ومشاركين، وكانت سباقات التربية ومهرجانات جامعة بغداد والجيش صورا ناصعة في أفق هذه الرياضة التي أنجبت العديد من الأبطال من أجيال مضت، وكانت مدرجات ملعب الكشافة لا تتسع للمتفرجين، وما اكثر الذين تمنعهم أسوارها من الدخول لاكتظاظ مدرجاتها. وفي السباق يحضر المسؤولون وبدرجات رفيعة في الدولة وتتسابق وسائل الإعلام في نقلها مباشرة. لكن ما شاهدته الخميس الماضي الموافق 16 نيسان في بطولة جامعات القطر والتي شاركت فيها 65 جامعة من فوضى عارمة وتنظيم يفتقد الى أبسط القواعد ناهيك عن النتائج المرجوة. ففي هذه المرحلة العمرية للطلبة والتي غالبا ما تكون مفعمة بالحياة والنشاط والحركة والشباب، والتي تعتبر القاعدة التي يرتكز عليها التطور وتحقيق الإنجاز الرياضي تجد الطلبة يحكم ميزاتهم هم المعين الذي يرفد الرياضة العراقية بطاقات متجددة، وللأسف لم تلمس هذا الأمر، وقد يكون التقصير من الجهات المسؤولة عن إعداد الفرق وتدريبها والاكتفاء في المشاركة لكي تدخل في تقييم هذه الكلية أو تلك الجامعة، ناهيك عن الجمهور الذي سمي ملح الرياضة أو اللاعب رقم 12 في كرة القدم مثلا والذي يكون محفرا للإنجاز فقد أقيمت البطولة برعاية المدرجات الفارغة. مطلوب عقد اجتماع موسع للإجابة على سؤال كيفية النهوض برياضة عروس الالعاب وتحديد الجهات المسؤولة عن الاخفاقات، وكيفية التخطيط لانتشال هذه اللعبة قبل فوات الأوان .

اليوم زاخو أمام الشباب السعودي في نصف نهائي كأس الاندية الخليجية

يلتقي فريق زاخو في الساعة الخامسة عصر اليوم الأحد نادي الشباب السعودي في نصف نهائي كأس الاندية الخليجية بكرة القدم في ملعب خليفة الدولي بقطر وستقام اليوم في الدوحة مباراتي نصف نهائي كأس الاندية الخليجية بكرة القدم حيث يلتقي زاخو مع الشباب السعودي على ملعب خليفة الدولي، فيما يواجه الريان القطري القادسية الكويتي على ملعب أحمد بن علي في الساعة الثامنة مساءً. ويتأهل الفائزان إلى المباراة النهائية المقررة يوم 23 من شهر نيسان/أبريل الحالي



وتأهل زاخو إلى نصف النهائي بعد فوزه على سترة البحريني ضمن منافسات دور المجموعات، وتصدر مجموعته برصيد 13 نقطة وكانت لجنة المسابقات في دوري نجوم العراق قد قررت تأجيل مباراة زاخو أمام الميناء ضمن الجولة 29 من الدوري.

الجوية يوسع الفارق مع الوصيف والزوراء خامسا والطلبة يفوز على الغراف

اختتمت امس السبت منافسات الجولة 29 من دوري نجوم العراق لكرة القدم، وواصل فريق القوة الجوية تصدره مسابقة الموسم الحالي برصيد 69 نقطة حيث اسفرت مبارياته امس مع دهوك عن فوزه بهدفين مقابل هدف واحد وحل نادي الشرطة ثانيا برصيد 60 نقطة وتعادل في لقاء الجولة 29 مع الكرامة بهدفين مقابل هدف واحد وحل نادي ديالى على ضيفه النقط ليحصد النقطة 41 وبقي رصيد النقط 37 نقطة في المركز الحادي عشر وتغلب نادي أربيل على ضيفه فريق القاسم بهدفين دون رد واحتل المركز الثالث برصيد 59 نقطة

وفاز الزوراء على ضيفه الكرخ بثلاثية نظيفة رافعا رصيده إلى 54 نقطة بالمركز الخامس وبقي الكرخ سابعا ب45 نقطة وفاز الطلبة على الغراف بثلاثة أهداف مقابل هدف واحد واحتل الطلبة المركز الرابع برصيد 47 نقطة، والغراف في المركز الثالث عشر برصيد 36 نقطة.

بهدف كليهما وفاز فريق ديالى على ضيفه النقط ليحصد النقطة 41 وبقي رصيد النقط 37 نقطة في المركز الحادي عشر وتغلب نادي أربيل على ضيفه فريق القاسم بهدفين دون رد واحتل المركز الثالث برصيد 59 نقطة



دعما لمنتخبنا في المونديال

السلوك الجمعي في ظاهرة التشجيع الرياضي..!



يقدم مركز افرست للاعلام جلسة تشجيعية لمسيرة منتخبنا الوطني في مونديال 2026 وسيحاضر فيها كل من الباحث الاجتماعي د. كمال يوسف ود. علي الهاشمي رئيس تحرير صحيفة الرياضي.. الساعة السابعة والنصف من يوم الاثنين 20-4-2026 .. والدعوة عامة..

الإعلام السعودي يهتم بمحاضرات الدكتور ريسان خريبط

تابع الإعلام السعودي محاضرات الأستاذ الدكتور ريسان خريبط التي ألقاها قبل أيام في مدينة جدة والرياض وأشاد بما قدمه من جهد علمي رصين لتطوير الرياضة العربية بالاستناد إلى تجارب عالمية مثمرة

وأشار الإعلامي السعودي عوض الرقعان في تغطية له لمحاضرة الدكتور خريبط حضرت مساء أمس في جامعة الأعمال والتكنولوجيا في جدة محاضرة بعنوان: دور الإدارة الرياضية في صناعة بطل، تحدث فيها أحد أكبر خبراء الرياضة في العالم، وهو الدكتور ريسان خريبط، ومحاروه الدكتور عبد اللطيف بخاري، وتحدث خلالها عن صناعة هذا البطل في نحو 15 دولة في العالم، وعلى رأسها أمريكا، التي تعتمد على الجامعات في صناعة هذا البطل، بينما روسيا اعتمدت على القومية، في حين الصين تعتمد على المدارس الداخلية والتدريب الشاق والصارم، وألمانيا على الأندية والدراسات العلمية.



وعن صناعة البطل السعودي، وضّح الدكتور أننا نحتاج إلى خطة مناسبة، وفق الفلسفة الوطنية للرياضة، والإمكانات المتاحة، وثقافة المجتمع، وإمكانات الشباب والفتيات، أي خطة مناسبة تختلف عن الدول الأخرى. واهتم الدكتور بإعداد المدربين، لأنهم المصنع الحقيقي للبطل، كما يحتاج المشروع إلى حماية



من التغيرات، والاهتمام بالمدارس والجامعات، والأندية، والمراكز الرياضية المتخصصة من سن 12 وكانت الرياضي قد نشرت في العدد الماضي حواراً مع الدكتور ريسان خريبط بين فيه منهاج رحلته في

اختتام بطولة جامعة ميسان بالرمية

الرياضي / محمود السعد برعاية رئيس جامعة ميسان الأستاذ الدكتور عادل مانع وإشراف قسم النشاطات الطلابية أختتمت فعاليات بطولة (كأس رئيس الجامعة



للرمية) والتي أحتضنتها ملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. وشهدت البطولة مشاركة واسعة ومتميزة جمعت بين السادة الأساتذة والتدريسيين والطلبة، (بمشاركة

كليات الجامعة) كافة وأسفرت نتائج البطولة عن تحقيق فرق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة إنجازاً مميزاً، إذ حصل فريق الأساتذة على المركز الأول، تلاه فريق كلية الإدارة والاقتصاد بالمركز الثاني، ثم كلية التربية الأساسية بالمركز الثالث. كما أحرز فريق طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المركز الأول، وجاءت كلية الإدارة والاقتصاد في المركز الثاني، فيما حلت كلية التربية في المركز الثالث. وعلى صعيد الطالبات، واصل فريق كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة تفوقه بتحقيق المركز الأول، تلاه فريق كلية الإدارة والاقتصاد بالمركز الثاني، ثم كلية الزراعة بالمركز الثالث وفي ختام البطولة كرم رئيس الجامعة الفائزين بالمراكز الأولى بالكؤوس والميداليات التقديرية مثنياً الروح الرياضية العالية

سلامات صاحب عباس



اسرة الرياضي تبتهل إلى الباري الكريم جلت قدرته بأن يشافي ويعافي الكابتن صاحب عباس لاعب المنتخب الوطنية واندية كربلاء والزوراء والهداف التاريخي للدوري العراقي الذي تعرض لكسر قدمه اليمنى في مباراة لرواد الكرة بمحافظة كربلاء.

جدة والرياض بدعوة من جامعات عربية للحديث عن ملفات مهمة تخص صناعة البطل الاولمبي والاجواء المناسبة لتحقيق ذلك مع التطرق إلى أهم التجارب العالمية بهذا الشأن

بمعنى أن كل ميدالية ذهبية 45 مليون دولار، أي بمعنى لكل شيء ثمن لصناعة هذا البطل وكانت الرياضي قد نشرت في العدد الماضي حواراً مع الدكتور ريسان خريبط بين فيه منهاج رحلته في

من التغيرات، والاهتمام بالمدارس والجامعات، والأندية، والمراكز الرياضية المتخصصة من سن 12 وكانت الرياضي قد نشرت في العدد الماضي حواراً مع الدكتور ريسان خريبط بين فيه منهاج رحلته في

رحلة قلم

شهر ساخن بالأحداث



كاظم الطائي

لن يكون الشهر المقبل عادياً في تاريخ كرة القدم المحلية والدولية فقد انيطت بايامه إقامة العديد من الأنشطة الرياضية المهمة التي يترقبها المتابع بشغف

الاتحاد الدولي لكرة القدم حدد ايار موعداً لإرسال تشكيلات المنتخبات الوطنية للمشاركة لمونديال أمريكا وكندا والمكسيك الأولية والنهائية وتتضمن أسماء 48 فريقاً وصلوا لكأس العالم قبل انطلاق النهائيات في حزيران المقبل وحدد الثامن والعشرين من ايار موعداً لتفريغ اللاعبين من انديتهم والاتحاق بمنتخباتهم قبل المونديال واعلن الاتحاد الاسيوي لكرة القدم عن موعد إقامة قرعة بطولة الامم الاسيوية التي ستقام في السعودية في العام 2027 في التاسع من ايار ووزعت المنتخبات المشاركة الى تصنيفات عديدة تبعاً لموقعها الدولي والقاري قبل إجراء القرعة في الثالث والعشرين من الشهر المقبل ستجرى انتخابات المكتب التنفيذي لاتحاد الكرة وسط ترقب وانتظار لما ستسفر عنه العملية الديمقراطية في ظل ارتفاع مديات التحدي والمنافسة على مناصب الرئاسة والنائبين والأعضاء وعدد المتقدمين للترشيح بلغ 41 عضواً من الهيئة العامة

منتخبات العالم ستتشغل بجولات مكوكية لترميم تشكيلاتها ودعم خطوطها وبيان الجاهزية الكاملة للمونديال ومنها منتخبنا الذي سيبدأ التدريبات في اتون ايار في ملعب البصرة وتحديد لقاءات دولية تعده لكأس العالم ولن تنتهي أنشطة ايار بهذا القدر من التفاصيل ففيه الكثير من الأحداث ناملها سعيدة لرياضتنا أن شاء الله.

معاقبه الزوراء ونادي دجلة

لجنة الانضباط توقف لاعب الشرطة محمود المواس



عراقي وقررت اللجنة "فرض غرامة مالية على نادي الزوراء قدرها عشرة ملايين دينار عراقي استناداً لأحكام المادة (1-49-12) من اللائحة المذكورة آنفاً، مبيته أن "القرار صدر باتفاق الأزاء قابلاً للاستئناف"

على صعيد آخر عدت لجنة الانضباط فريق نادي دجلة الجامعة خاسراً أمام نطف البصرة بنتيجة 5 صفر في مباراة الدور ربع النهائي في دوري الصالات تحت 19 عاماً لقيامه بجزج اللاعب جاسم محمد جاسم لاعب الكهرياء السابق بكرة القدم للساحات المكشوفة خلفاً للوائح الرياضية وفرضت على نادي دجلة عقوبة مالية

واوضح "التقرير وجود هتافات غير لائقة صدرت من جمهور نادي الزوراء، وبعد انتهاء المباراة حاولوا الدخول الى أرضية الملعب للاحتفال، إلا أن القوات الأمنية منعتهم، وكانوا يثيرون المتاعب لقوات أمن الملاعب وهم أفراد قليلون"

وبين أن "لاعب نادي الشرطة (محمود المواس) أثناء تبديله في الدقيقة 65، أشار الى الجمهور بحركة معيبة، مما أثار حفيظة جمهور الزوراء، حسب الفيديو المتداول في وسائل التواصل الإجتماعي".

وقررت اللجنة، "حرمان لاعب نادي الشرطة (محمود المواس) من اللعب مع فريقه (مباراتين) مع غرامة مالية قدرها خمسة ملايين دينار

قررت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم، إيقاف لاعب نادي الشرطة المحترف السوري محمود المواس، وتغريمه مالياً بسبب سلوكه، وكذلك تغريم نادي الزوراء، وذلك بسبب ما جرى في المباراة الأخيرة بين الفريقين.

وأشار بيان لجنة الانضباط، أن "اللجنة اجتمعت لمناقشة الشكاوى المقدمة من قبل إدارة نادي الزوراء ضد إدارة نادي الشرطة واللاعب محمود المواس يطلب فيها اتخاذ الإجراءات القانونية بحق اللاعب، وتقرير مراقب مباراة الناديين في دوري نجوم العراق التي أقيمت على أديم ملعب الشعب الدولي، وانتهت بفوز نادي الزوراء (1-2)".

ملفات لاطوى ..

البطل الأولمبي محمد طاهر



سلمان الحمداني

علاقتي مع البطل محمد طاهر ليست علاقة لاعب بمدرّب.. إنما أبعد من ذلك.. عندما كان عضواً في المكتب التنفيذي.. وكنت أنا مديراً لمكتب الأمانة العامة.. وتم ترشيح السيد محمد مشرفاً ورئيساً للهيئة المؤقتة لبناء الأجسام بناء على مقترح وتوصية مني.. حيث كانت هناك مشاكل واختلافات كبيرة في اتحاد بناء الأجسام في ذلك الوقت.. إن تسمية السيد محمد مشرفاً على بناء الأجسام واتحادات أخرى ليس امراً منطلقاً من عملية سد فراغ.. إنما كان منطلقاً من رؤيا سديدة ومحضنة بسجل رياضي عامر بالطاء والنجاحات.. منذ أن بدأ هذا الرجل مسيرته الأولى مع رياضة رفع الأثقال.. الذي أعطاهما الكثير ومنحها نجاحات لم تتوقف عند حد معين ولا يزال اليوم يجاهد من أجل هذه اللعبة.. وكان من الطبيعي كي يكون عضواً في المكتب التنفيذي.. كخبرة ناضجة ونجاح مسيرته في اللعبة.. ولن يكن اختياره من قبلي ومن قبل الأمانة العامة.. إلا دليل على الرؤيا السليمة الناضجة الموضوعية التي كانت الأمانة العامة انذاك حريصة على حل المشاكل والخلافات والنقاطات.. بروح رياضية مع جميع الاتحادات الرياضية لكي يستمر عطائهم وينجاح متواصل.. استطاع محمد طاهر رباعنا الأمل أن يحقق إنجازات موقفة.. أكدت التواصل بين محمد طاهر البطل المتميز ومحمد طاهر الإداري والفني.. القادر على تحقيق النجاح في أي ميدان رياضي يعمل به.. بل أنه أضاف كسباً جديداً لاماً لعطائه ومثابرته.. وأصبح صورة ونموذج لكل من يريد أن يعمل بتفوق.. ويبقى وجوده اليوم في اتحاد رفع الأثقال ورابطة الرواد والنقابة.. ديلاً عن أن هذه المؤسسات الرياضية بحاجة إلى عناصر من هذا الطراز.. تعمل بتفاني وأخلاص وأخلاق عالية من أجل رياضة العراق.. وتقدمها بروحية منضبطة واعية.. قادرة على المنافسة والتقدم إلى الأمام.. واصفاً المسؤولية الرياضية في مقدمة مسيرته.. التي أكدت مرة أخرى.. أنه ينتمي إلى عائلة رياضية.. لا هاجس أمامها إلا التفوق والنجاح في أي موقع.. ولا يفوتني أن أذكر بأن محمد طاهر رافقتني في الدورة الأولمبية لوس انجلس عام ١٩٨٤ بصفة لاعب وكنت أنا انذاك مدرباً لمنتخب رفع الأثقال.. تمنياتنا له أن يكون أكثر ألقاً ونجاحاً.. ويبقى النموذج للمنتج القيادي الناجح..

متى يتخلص دورينا من هذه الظاهرة؟

مع تأهل منتخبنا للمونديال وضرورة ان يتحول واقع كرتنا بكافة مفاصله نحو الأفضل على المستويين الشخصي والفني واتخاذ العقوبات الانضباطية تجاه اي تصرف يمثل خروجاً عن الضوابط وادعا بعدم تكرار المخالفات ، أخذين بنظر الاعتبار ان اغلب القرارات التي يتخذها الحكام الذي لا ننكر وجود بعض القرارات التي اجتهدت شخصية بل استناداً الى قوانين مع اعتماد تقنية الفار لحسم الكثير من الحالات الجديلة في الوقت الذي لا ننكر وجود بعض القرارات التحكيمية التي بحاجة إلى وقفة تأمل من أجل أن لا تكون مبرراً لدى البعض للاعتراض وخروج المباريات عن الصورة الجميلة التي نتمنى مشاهدتها فيها.

عبر إسماء كروية تركت أثراً ايجابياً واعطت المعنى الجميل للتميز على مستوى الأداء والسلوك . الواقع غير المسر في ملاعبنا من التصرفات غير المسيطر عليها والتي غدت بمثابة الظاهرة التي تركت أثراً سلبياً على الدوري وبالتالي التأثير على الاستمتاع بمبارياته بل تعطي صورة سيئة عن ملاعبنا وهي بحاجة إلى وقفة جادة من كافة الأطراف ومنها إدارات الأندية فضلاً عن أهمية اقامة ندوات توعوية تثقيفية بالإشارة إلى آثارها السلبية كونها تخرج عن نطاق السلوك الرياضي المنضبط الملتزم بالقوانين المقررة بالروح الرياضية العالية وصولاً الى الاحترافية عاكسة الوجه الجميل عن دورينا وكرتنا بصورة عامة خاصة

التصرفات تأتي في بعض الأحيان من أسماء لها قلبها في الساحة الكروية بعضها في تشكيلة المنتخب الوطني او منتخبات الدول التي يلعبون لها بالنسبة للمحترفين فهؤلاء جميعهم من المفترض أن يكونوا مثلاً يحتذى به يتسمون بأعلى درجات الهدوء والأتزان في السلوك أخذين بنظر الاعتبار ان الرياضة حب وطاعة واحترام وتتطلب الانضباط والالتزام الذي يعكس الوجه الجميل والمثالي للرياضي بارفع صورته أسوة بذلك الذي نتلمسه بعدد من اللاعبين والمدربين الذين يتسمون بالهدوء في تصرفاتهم في دورينا بعدم انجرارهم وراء العاطفة الجياشة لاعتمادهم الحكمة في اي تصرف او حركة يخطونها وملاعب أخرى في بلاد المعمورة على مر تاريخها

يتمنى تلمس النتائج الإيجابية وهو حق مشروع ولكن ذلك لا يبرر هذه السلوكيات المثيرة في ملاعبنا التي وصلت احياناً إلى محاولة الاحتكاك بالعضة سعياً منها للتأثير عليهم والسعي للحصول على قرارات مغايرة وهي بواقعتها تثير الجمهور وتربك سير المباريات ومن ثم قد تؤدي إلى تداعيات سلبية لا نتمنى مشاهدتها وقد تخرج هذه المباراة وتلك عن مسارها الطبيعي وتشهد في احيان كثيرة اشهر البطاقة الصفراء او الحمراء على هذا اللاعب او ذاك وربما المدرب او الإداري وما ينتج عنه من عقوبات و فراق يتركونه في المباراة القادمة بالأهمية التي تمثلها بعض الأسماء ومن ثم الشعور بالندم الذي لا يجدي نفعا ، الملفت ان تلك



أمير إبراهيم

أسوة بالموسم السابقة ما زال دوري نجوم العراق هذا الموسم يشهد الكثير من حالات الاعتراض على قرارات الحكام من قبل اللاعبين والمدربين والإداريين عبر تصرفات أفعالها . صحيح ان من يمثل هذا الفريق وذاك

صوتك الانتخابي



صبيح العويني

في ظل التهافت الانتخابي المحموم لانتخاب المكتب التنفيذي لاتحاد كرة القدم وما رافق ذلك من صراع المصالح الشخصية وتنازع المواقع ومن أجل توطي المسؤولية القيادية لا شخص تتمثل في صفاتهم الكفاءة والمهنية والنزاهة والوطنية وابعاد العناصر الوصلية والطائرين على المشهد الرياضي الكروي ، الذين لعبوا دورا سلبي على نطاق اثاره المشاكل والتقاطعات التي تجلت في اكثر من مشهد كمؤشرات على عدم الشعور بالمسؤولية، وفق هذه المعطيات تتطلب العملية الانتخابية لانتخاب رئيس واعضاء المكتب التنفيذي لاتحاد الكرة التركيز على صوت الناخب باعتباره طرفا فاعلا ومؤثرا باتجاه بلورة ونضوج مشروع وطني كروي لرسم معالم تطور ورفي الكرة العراقية على اكثر من صعيد .

وفق تداعيات مشهد التنازع والتقاطع بين اعضاء المكتب التنفيذي لاتحاد الكرة ومن اجل انتشال الكرة العراقية من مستنقع التنازع والتقاطع للوصول بها الى بر الاصلاح والتغيير وتصحيح المسارات الخاطئة بادر الكابتن هادي مطنش كما خبرناه ينظر للاحداث الرياضية وللمشهد الكروي بعين ثاقبة ورؤيا موضوعية وافكار سديدة وطروحات ذات قيمة عالية من حيث الحلول والمعالجة ، وهو بهذا الحس الوطني والحرص على سلامة الكرة العراقية بعث برسالة الى اعضاء الهيئة العامة لاتحاد الكرة كخارطة طريق لوضع الناخبين امام مسؤوليتهم التاريخية تجاه الوطن ومستقبل الكرة العراقية .

الرسالة تناولت العديد من المبادئ والقيم الرياضية اذ يحث للتعاطف بعبء الضوابط والمعايير والسلوكيات والثوابت كما ورد في مضمون الرسالة :

انكم تتحملون مسؤولية كبيرة ألا وهي التصويت لافضل بعيدا عن التكتلات والتقاطعات وعن ما يجري خلف الكواليس اقولها وبصراحة من يبيع صوته يؤثر في مسيرة كرة القدم وضعوا الرجل المناسب في المكان المناسب وسيخلدكم التاريخ كما خلد الابطال من قبلكم ستعرض عليكم الاموال والوعود والايفادات وعود كثيرة قد تسيل لعاب بعضكم فيبيع صوته ويخسر نفسه وضميره وبلده).

شكرا لصاحب الرسالة وشكرا لمن يعي ويدرك محتوى الرسالة والخزي والعار لمن يضع صوته موضع البيع والشراء وتبا لمن يشار اليه بخيانة الامانة.

مدرب اليد وسام ذياب بضيافة الرياضي

بغداد / كريم قحطان

اعرب مدرب كرة اليد وسام ذياب عن سعادته لتجربة الاحتراف الاولي له خارج العراق والتي كانت مع نادي الشباب اللبناني والتي اعتبرها ناجحة بكل تفاصيلها وقال المدرب الشاب وسام ذياب : بعد انسحاب نادي الناصرية من الدوري العراقي تمت مفاطحتي

من قبل نادي الشمال القطري ونادي الشباب اللبناني - حارة صيدا للاشراف على تدريب فريق كرة اليد وبعد دراسة العقدين تم اختيار نادي الشباب اللبناني حيث تمت اجراءات توقيع العقد في بداية شهر شباط ٢٠٢٥ اي قبل انطلاق الدوري اللبناني بأسبوع باشرت بتدريب الفريق وكانت فترة اعداده سريعة ورغم ذلك تمكنت من تشخيص مكامن القوة

وتقاط الضعف في المراكز وتم العمل على تلافيها والاعلان عن جاهزية الفريق لخوض مباريات الدوري مبينا بان ادارة النادي قد تعاقدت معي لتدريب ثلاث فئات المتقدمين والناشئين وفريق البنات وتم تقسيم العمل لتدريب هذه الفئات على مدار الاسبوع

وخلال قيادتي لفريق الرجال في مباريات الدوري تمكن الفريق من تحقيق الفوز على نادي الميرة بنتيجة (٢٦-٢٢) وفوج اطفاء بيروت(٢٢-١٢) ومارالياس (٢٤-١٩) والوفاق(٢٦-١٩) ليتصدر النادي الترتيب خلال الالوار الاولي حيث ضمن التأهل لخوض مباريات المربع الذهبي قبل انتهاء المرحلة الاولي بثلاثة ادوار

وكانت مباراتنا مع نادي الوفاق في ديربي لبنان افضل مباراة حيث شهدت حضورا جماهيريا رهيبا....

واشار الى ان هذه التجربة ممتازة واثبت فيها النجاح وتمكنت من نقل الخبرات التدريبية العراقية الى الدوري اللبناني معتبرا هذا النجاح هو امتداد لنجاحاته في العراق التي كسب من خلالها ثمانية القاب على مستوى الناشئين ليساهم



رئيس الاتحاد السابق الذي كان صاحب الفضل الكبير بعد ان منحه فرصه الانضمام للكارناتريبي للمنتخب الوطني. كما كان الدكتور احمد والدكتور ياسر وجيه سبب رئيسي في تسهيل اموري لعودتي الى بلدي خاصة بعد غلق المطارات بسبب احداث الحرب الاخيرة عموما هي التجربة الاحترافية الاولي لي وكانت اكثر من رائعة خضتها في لبنان اما تعامل الادارة والجمهور والاعلام معي فهو ممتاز جدا

في رفق المنتخب الوطنية بالعديد من اللاعبين بالإضافة الى النتائج التي حققها مع الفريق الاول بالدوري الممتاز والنخبة لنادي الناصرية وتترين ومنتخبات تربية ذي قار بالإضافة الى كأس بطولة زون الشام والخليج الاولي وبرونزية العرب حيث. كنت في سنة ٢٠٢٢ مدرب مساعد للمنتخب الوطني للأشبال .

وختم المدرب الشاب وسام ذياب حديثه معربا عن شكره للدكتور احمد رياض

عطا العاني شخصية رياضية عسكرية بارزة ومؤسس فريق المشاة بكرة القدم



محمد نجم الزبيدي

يدور في ذاكرتي رموز ونجوم بارزة استطاعت ان تنهض بالرياضة على صعيد الجيش والعراق ، ومن هؤلاء النجوم و الرموز البارزة و المتألقة وخرجت العديد من الرياضيين ساكنب

نبذة مختصرة عن اللواء المتقاعد عطا العاني الذي يعد من ابرز ضباط الالاعاب على صعيد الجيش العراقي الباسل الى جانب زملائه من ضباط الالاعاب المتألقين امثال اللواء المتقاعد الشخصية الرياضية الفذة خالد توفيق لازم والراجلين العميد حسين علي النوح و طه حمو والعقيد شوقي عبود وعبد الإله محمد حسن والعميد محمد علي قاسم والعقيد فلاح طه واخرين

يتصف عطا العاني بالقوة و الشجاعة والقدرة على تنفيذ واجباته بدقة متميزة وعليه انني اعترز بهذه الشخصية الرياضية العسكرية لكوني كنت ممثل العاب الفرقة السادسة قوات سعد منذ عام 1970 الى عام 1973 واستطيع القول ان عطا العاني قوي الإرادة

و العزيمة عصبي المزاج على الحق ، واستطاع عطا العاني ان يبحر بسفينة الرياضة في قيادة الفرقة السادسة من خلال اقامة الاستعراضات الرياضية السنوية للفرقة المذكورة وكذلك المشاركة بها في استعراضات الجيش الرياضية العسكرية وان عطا العاني تسنم مهمة ضابط العاب الفرقة السادسة من اللواء المتقاعد خالد توفيق لازم وان الفرقة حصلت على العديد من بطولات الجيش

الرياضية المختلفة وكان عطا العاني يعد الشخص الذي قام بتأسيس فريق المشاة بكرة القدم وان ذلك الفريق قارع الفرق العراقية في دوري المؤسسات في ذلك الوقت هذا غيض من فيض ما عرفته عن اللواء المتقاعد عطا محمد صالح العاني في مجال الرياضة



في ختام الجولة الثامنة والعشرون من منافسات دوري كرة القدم الممتاز.. الجولان وغاز الشمال يقتربان من التأهل لدوري النجوم وثلاث فرق تتصارع لتفادي شبح الهبوط



وتعادل في تسع وخسر في اثنتي عشر مواجهة وسجل لاعبيه اثنان وعشرين هدفا فيما استقبل حارس مرماه تسعا وعشرين هدفا .. وقف فريق البيشركة بالمركز السادس عشر برصيد تسعا وعشرين نقطة تحققت له من فوز بست مباريات في حين تعادل بأحد عشر منها وخسر مئتها وسجل واحد وعشرين هدفا مقابل سبعا وعشرين أخرى دخلت مرماه.

وتساوى فريقا الفهد والكاظمية بنقاطهما الثلاثة والثلاثين الا ان فارق الاهداف رجح الفهد ليحتل المركز الحادي عشر بعد ان حقق الفوز بسبع مباريات وتعادل في اثنتي عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا في حين دخلت مرماه اثنان وثلاثين هدفا.. وكان المركز الثاني عشر من نصيب الكاظمية الذي تغلب بثمانية مباريات وتعادل في تسع أخرى وخسر احد عشر لقاءا وسجل عشرين هدفا في حين سجلت بمرماه تسعا وعشرين هدفا.

واستقر فريقا الحشد الشعبي والرمادي بالمركزين الثالث عشر والرابع عشر وبرصيد إحدى وثلاثين نقطة الا ان فارق الاهداف رجح كفة الأول الذي حقق الفوز بخمس مباريات وتعادل في ستة عشر مواجهة وخسر سبع لقاءات وتساوى برصيد الاهداف المسجلة له وعليه والتي بلغت ثلاثة وعشرين هدفا.. بينما تمكن منافسه الرمادي من تحقيق الانتصار بسبع مباريات وتعادل كان من نصيب عشر والخسارة بأحد عشرة مواجهة وسجل اثنان وعشرين هدفا

والتعادل في خمسة عشر منها والخسارة بثلاث فقط وسجل لاعبيه سبعة ثمانين هدفا ..

ووقف فريق نبط البصرة بالمرتبة السادسة برصيد تسع وثلاثين نقطة حيث فاز في تسع مباريات وتعادل في اثنتي عشر لقاءا وخسر في سبع مواجهات وسجل لاعبيه تسعا وعشرين هدفا بينما سجل اربعا وعشرين هدفا في مرماه.. وجمع فريق الناصرية سابع الترتيب ثمانين وثلاثين نقطة فقد تغلب بتسع مباريات وتعادل في إحدى عشر وخسر ثمانية وستة عشر هدفا وثلاثين هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا وحل فريق نبط الوسط ثامنا بسبع وخسر مئتها وتعادل بعشر منها وسجل بمرمي الخصوم ستا وعشرين هدفا.. ويتبعه بتسلسل القائمة فريق البصري بأربعة وثلاثين نقطة والذي فاز بسبع مباريات فقط من مجموع مبارياته الثمانية والعشرين فيما تعادل بثلاثة عشر مواجهة وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

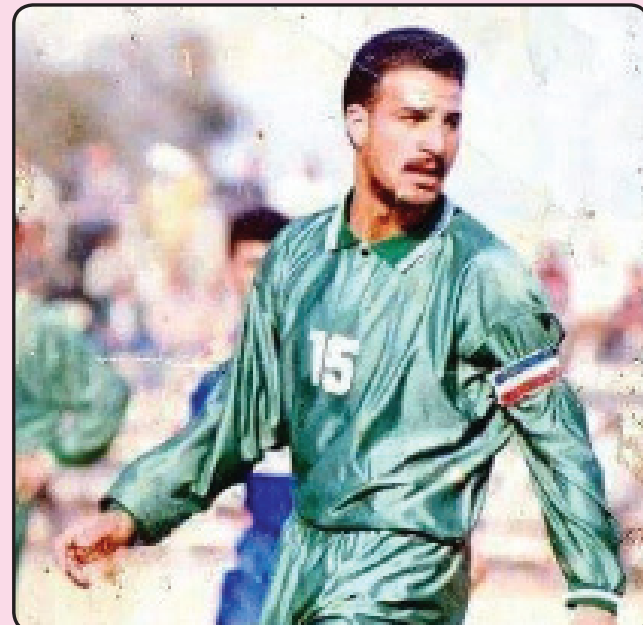
ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

ووقف فريق الحسين بمنتصف القائمة بنقاطه الاربعة والثلاثين كذلك محتلا المركز العاشر من فوز بسبع مواجهات وتعادل بثلاثة عشر لقاءا وخسر ثمانية وستة عشر هدفا ودخلت إحدى وثلاثين هدفا بمرماه

خليفة هادي احمد يروي محطاته الرياضية



محمود السعد

اللاعب والمدرب قائد ماجد / مساعد مدرب نبط ميسان قال عنه هادي احمد انه خليفتي لما امتاز به من مؤهلات حظيت بالاعجاب لان يكن لاعبا عاديا ذلك الفتى الذي كان يصطحبه والده للتدريب في الساحات العامة في مدينة العمارة وبالتحديد في محلات العروبة والاسكان الشعبيتان ونات الكثافة السكانية حتى وقع عليه نظر مدرب الانتصار الشهيد احمد مكي ليختاره لاعبا موهوبا وهو يداعب معشوقته كرة القدم امام انظار والده الذي يتابعه بشغف ليستمر مع هذه الفرق مشاركا في جميع البطولات المحافظة وانديتها ورفقها

البدايات وسرعة الاختيار

يقول الكابتن قائد ماجد البداية كانت مع الفرق الشعبية وبالتحديد مع فريقى الانتصار و العروبة وكان ذلك عام 1990 وبعد عامين من اللعب لهذه الفرق سرعان ما وقع الاختيار من قبل الادنية ومثلت فرق الاندية للشباب وبعدها لعبت مع نادي ميسان في الدرجة الثالثة والثانية ولكن سرعان ما مثلت نادي العمارة في الدوري العراقي تحت اشراف المرجوم زكي طارش وبعد ذلك تم استدعائي من قبل نادي الشرطة في فترة الاعداد للموسم الثاني الى لاعب تمرنت وتدربت مع الشرطة ما يقارب أكثر من شهر وتم اختياري في اللعب لنادي الشرطة عام ١٩٩٥ وكان المدرب الدكتور كاظم الربيعي ثم بدأت بطولة ودية في بغداد من ثمانية فرق استعدادا

للدوري واشتركت فيها وقدمت مستوا جيدا في حينها **من الشرطة الى الميناء والاولمبي** ويضيف الكابتن قائد بعد انضمامي الى نادي الشرطة فكانت مباراتنا الشرطه مع الكرخ في ملعب الصناعة وكان الكابتن هادي احمد في وقتها موجود في الملعب يشاهد المباراة بعد انتهاء المباراة مباشرة أرسل لي اللاعب قيس عيسى ليلبغني برغبة الكابتن هادي احمد للانضمام النادي الميناء مع التكفل بكل شيء من عقد ورواتب وعلى الفور وافقت وقبل بداية الدوري تقريبا بأسبوع تم الاستغناء والتحق مع نادي الميناء وبعدها شاركت مع المنتخب الأولمبي تقريبا أكثر من ثلاث شهور أعداد

وعلى موحى ومزهر رحيم وعلى شينشل ومحمد حسين ومجموعة كبيرة من لاعبي شرطة ميسان وبعد الإصابة اتجهت للتدريب وحصلت على الشهادة التدريبية فئة c في عام ٢٠١٧ والشهادة التدريبية فئة B في عام ٢٠٢٥ وتم استدعائي من قبل ادارة نادي نبط ميسان في المرحلة الثانية لكوني مساعدا للكابتن علي عبد الجبار في دوري نجوم العراق وكان الكابتن قائد ماجد قد رشح اسود الرافدين للفوز على الفريق البوليفي وخطف الترشيح لكأس العالم وفي ختام حديثه شكر ادارة نبط ميسان والعب شرطة ميسان وشكر خاص لجريدة الرياضي الغراء لاتاحتها الفرصة



فضاءات سيكولوجية

العلاقة بين التدريب الذهني والاسترخاء العضلي



الدكتور عبد الكريم ناعم

الاسترخاء العضلي التدريجي ركيزة أساسية في التدريب الذهني ، حيث يربط بين الهدوء والتوتر والقلق ، تتضمن هذه التقنية شد العضلات ثم ارخائها بشكل منهجي مما يساعد على التخلص من التوترات غير المرغوب فيها ، وتحسين الأداء وزيادة الوعي بجسمك .

أهمية الاسترخاء العضلي في التدريب الذهني :

• عزل الدماغ عن المشتتات (التركيز على العضلات يقلل من السيالات العصبية الدماغية غير المرغوب فيها) .
• تحقيق استرخاء عقلي (الاسترخاء الجسدي يمهّد الطريق لحالة من الهدوء الذهني) .

• تعزيز التصور العقلي (يسهل الاسترخاء عملية التدريب الذهني والتصور العقلي) .

• تخفيف التوتر والقلق (يساعد في تقليل الاستجابات الفسيولوجية للتوتر مثل زيادة ضربات القلب) .

• تعزيز الوعي الجسدي (يساعد في تمييز الفرق بين حالة انقباض العضلات (التوتر) وحالة الاسترخاء).

خطوات تطبيق الاسترخاء العضلي :

١. الاستعداد... البحث عن مكان هادي واجلس او استلقي بشكل مريح ، مع ملابس مريحة .

٢. الشد والإرخاء ... شد مجموعة عضلية واحدة مثل (اليد) بقوة لمدة 10-15 ثوان ثم إرخاء فجأة بعمق لمدة 20...10 ثانية .

٣. التدرج ... انتقل من مجموعة عضلية أخرى عادة من القدمين صعوداً الى الوجه أو العكس .

٤. التركيز ... ركز على الفرق بين الشعور بالتوتر والشعور بالاسترخاء.

يساعد هذا التدريب على تحسين الصحة النفسية والجسدية وزيادة القدرة على التركيز .

المفاهيم العلمية للياقة الصحية

وتعد أحدي أهم ركائز الحياة السليمة والمتوازنة، وتمثل القدرة على أداء الأنشطة اليومية بكفاءة وبدون تعب، فضلاً عن الحفاظ على صحة الجسم والعقل، ويتأثر الإنسان بشكل شامل من خلال ممارسة النشاط البدني والاهتمام بالتغذية السليمة. كونها عاملاً مهماً في تعزيز نوعية الحياة، إذ تساهم في تقليل مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة مثل أمراض القلب والسكري وارتفاع ضغط الدم، فضلاً عن ذلك، تلعب اللياقة الصحية دوراً كبيراً في تحسين الصحة العقلية والتقليل من التوتر والقلق.

والتي تساهم في زيادة قوتها وحجمها، والعضلات القوية تدعم الهيكل العظمي وتساعد في الحفاظ على وظائف الجسم بشكل صحيح. تقوية العضلات تقلل من خطر الإصابة بحسن التوازن والتنسيق، وتعزز القدرة على أداء الأنشطة اليومية بكفاءة.

ب- تقوية العظام: إن التمرينات التي تحمل وزن الجسم مثل رفع الأثقال والقفز تعزز كثافة العظام، وهذا يمكن أن يقلل خطر هشاشة العظام والإصابات المرتبطة بها، إن تقوية العظام يعد خاصة هامة للأشخاص في مرحلة الشيخوخة، إذ يمكن أن تساعد في الحفاظ على قوة العظام وتقليل مخاطر الكسور.

وإلا يمكن تحقيق تقوية العضلات والعظام بواسطة الاداء البدني للتمرينات التالية:

1- تمارين القوة: مثل رفع الأثقال، استخدام مقاومة الجسم، وتمارين القرفصاء.

2- التمارين الهوائية مثل الركض وركوب الدراجة، والشي السريع.

3- ضمان التغذية السليمة تناول البروتين والكالسيوم وفيتامين (د) الهامة لصحة العظام والعظام تحسين اللياقة العقلية والرؤية.

4- النشاط البدني المنتظم يعزز صحة القلب والأوعية الدموية ويزيد من قدرتها على ضخ الدم ونقل الأكسجين إلى الأنسجة،

التوتر وزيادة الشعور بالسعادة، كما أن اللياقة العقلية تلعب دوراً حاسماً في تعزيز التركيز وزيادة الإنتاجية.

وعلى الصعيد الاجتماعي، يمكن للنشاطات الرياضية أن تكون وسيلة للتواصل الاجتماعي ويساهم في بناء مجتمع أكثر صحة ونشاطاً ويظهر من هنا، أن اللياقة الصحية تمثل عنصراً أساسياً في جودة الحياة وسعادتنا الشخصية. لذا فإن تأثير اللياقة الصحية على الصحة البدنية تلعب دوراً حاسماً في تحسين وصيانة الصحة البدنية.

بعض الطرق التي تؤثر بها اللياقة الصحية على الصحة البدنية :

1- تقوية العضلات والعظام: ويتم ذلك من خلال ممارسة التمرينات الرياضية بانتظام، يمكن تعزيز قوة العضلات وتحسين كثافة العظام، مما يقلل من خطر الإصابة بالكسور وأمراض العظام مثل هشاشة العظام وتعد تقوية العضلات والعظام جزءاً هاماً من اللياقة البدنية وتأثيرها على الصحة العامة، وعلى العموم نضع بين أيديكم بعض المعلومات حول أهمية تقوية العضلات والعظام والتي يمكن من خلال تحقيقها التوصل إلى:

• تقوية العضلات: فمن خلال ممارسة التمرينات التي تستهدف العضلات

التي تساهم في زيادة قوتها وحجمها، والعضلات القوية تدعم الهيكل العظمي وتساعد في الحفاظ على وظائف الجسم بشكل صحيح. تقوية العضلات تقلل من خطر الإصابة بحسن التوازن والتنسيق، وتعزز القدرة على أداء الأنشطة اليومية بكفاءة.

ب- تقوية العظام: إن التمرينات التي تحمل وزن الجسم مثل رفع الأثقال والقفز تعزز كثافة العظام، وهذا يمكن أن يقلل خطر هشاشة العظام والإصابات المرتبطة بها، إن تقوية العظام يعد خاصة هامة للأشخاص في مرحلة الشيخوخة، إذ يمكن أن تساعد في الحفاظ على قوة العظام وتقليل مخاطر الكسور.

وإلا يمكن تحقيق تقوية العضلات والعظام بواسطة الاداء البدني للتمرينات التالية:

1- تمارين القوة: مثل رفع الأثقال، استخدام مقاومة الجسم، وتمارين القرفصاء.

2- التمارين الهوائية مثل الركض وركوب الدراجة، والشي السريع.

3- ضمان التغذية السليمة تناول البروتين والكالسيوم وفيتامين (د) الهامة لصحة العظام والعظام تحسين اللياقة العقلية والرؤية.

4- النشاط البدني المنتظم يعزز صحة القلب والأوعية الدموية ويزيد من قدرتها على ضخ الدم ونقل الأكسجين إلى الأنسجة،



البروفيسور الدكتور سعد منعم النعمي رئيس تحرير مجلة علوم الرياضة الدولية جامعة اورول/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

من الأمور الواجب التركيز عليها ونحن في خضم استخدامات التكنولوجيا في سباقات عملنا اليومي وممارسة نشاطاتنا الحياتية بأسلوب سلس، من خلال استخداماتنا لتكنولوجيا، مما يتولد لدى الفرد الاعتماد الذاتي على التكنولوجيا للأداء مستلزماتنا اليومية والتي تؤثر سلباً على اللياقة الصحية للفرد، لذا توجب علينا توضيح المفاهيم العلمية، بهدف تجاوز سلبيات تلك الاستخدامات، والابتعاد أو تجاوز أمراض العصر من خلال أداء تمارين بسيطة تبعدنا عن تلك الأمراض المرافقة لاستخدامات التكنولوجيا. فإن المقصود باللياقة الصحية والتي

مدرب المقدادية برفع الأثقال صبيح حلحيل : استعداداتنا تتواصل للاستحقاقات المقبلة



"نتائج جيدة"

وكشف حلحيل : أن فرق النادي للفئات العمرية حققت نتائج جيدة في بطولات المحافظة أبرزها الحصول على المركز الأول لبطولة فئة الناشئين التي جرت ببداية العام الحالي وهي دليل على إن الكادر التدريبي يسير وفق منهج معد وبالالاتجاه الصحيح.

"تأهيل القاعة"

واختتم حديثه بالتأكيد إلى حاجة القاعة الرياضية للمركز التدريبي إلى عملية تأهيل واسعة كونها قديمة وتحتاج إلى من يمد العون للاعبين النادي لغرض ترميمها لتعود كما كانت سابقاً حاضنة ليس للاعبين فقط بل لكافة لاعبي الألعاب الأخرى.

لأعب من أبناء المدينة حضوراً مميزاً في البطولات العربية والآسيوية وتمكن من إيجاد مساحة واسعة للرياضيين تصرفت المشهد الرياضي العراقي لسنوات طوال.

"إنتشار واسع"

مستكملاً: أن ما يشهده على ذلك هو الانتشار الواسع للعبة في المحافظة وخاصة بين أندية المقدادية وشهربان وديالى والخالص التي ترك لاعبيها بصمات واضحة في البطولات التي شهدت مشاركتهم.

"دورات تطويرية"

واستدرك بالقول : ولغرض زيادة معلوماته التدريبية والأطلاع على آخر ما توصل اليه علم الحديث الخاص برفع الأثقال فإنه شارك بدورات تطويرية ويطمح للدخول بأخرى مستقبلاً ليكون على تواصل دائم بكل ما يخص اللعبة.

الوحدات التدريبية للوصول للجاهزية التامة للبطولات القادمة لارتقاء منصات التتويج.

"عشرون لاعباً"

وأشار مدرب فريق المقدادية أن مجموع اللاعبين المضمون في الوحدات التدريبية يبلغ عشرين لاعباً مختلِف فئات الأندية والناشئين والشباب والمتقدمين ويشكلون الدعامات الأساسية للفريق في أي استحقاق قادم وكونهم يتمتعون الآن بأفضل حالات الجاهزية بعد أن تأقلموا على الوحدات التدريبية التي تجربها لهم.

"طموح مدرسة لرفع الأثقال"

وأوضح : إنه يمتلك طموح تأسيس مدرسة خاصة برفع الأثقال تستقبل فئات البراعم والناشئين ليتمكن بها من ردف الأندية والمنتخبات الوطنية باللاعبين المميزين خاصة بعد أن حقق أكثر من

رعد شرفي :

أشاد مدرب فريق نادي المقدادية للفئات المفتوحة برفع الأثقال الكابتن صبيح حلحيل بالدمع المقدم والمتابعة المستمرة من قبل إدارة النادي ووقوفها على كل الاحتياجات التي من شأنها النهوض بواقع اللعبة وصولاً لمنصات التتويج التي لم يبتعد عنها لاعبوها والتي تمكن من تصدير العديد من اللاعبين للأندية البغدادية والمنتخبات الوطنية بمختلف فئاتها.

"استعداد متواصل"

وأضاف في حديث خص به "الرياضي" إن فرق النادي تواصل الاستعداد للاستحقاقات القادمة بواقع وحدتين تدريبيتين صباحية ومسائية بالمرکز التدريبي التابع للاتحاد المركزي لرفع الأثقال الكائن ببنابنة النادي وحيث هناك إندفاع كبير من قبل اللاعبين في

أميرة كاظم أيقونة ألعاب القوى واسم عراقي تألق في المحافل الدولية

كما أحرزت ثلاث ميداليات في بطولة العالم التي أقيمت في هولندا، إضافة إلى ميدالية فضية في بطولة الصين الدولية، ولا بد أن أشير إلى مشاركتها في بطولة تونس الدولية ثلاث مرات، وهي من البطولات ذات المستوى العالي نظراً لمشاركة العديد من الدول العالمية فيها، حيث تمكنت خلالها من تحقيق ميدالية ذهبية، وميداليتين فضيتين، وأربع ميداليات برونزية، واليوم، ومع اعترافها اللعب، تكون رياضة أصحاب الهمم في العراق قد فقدت واحدة من أبرز لاعباتها على الصعيدين المحلي والدولي، لكن مسيرتها ستبقى حافزاً وداغماً للأجيال القادمة مواصلة طريق الإنجاز والعطاء،



الشارقة على ثلاث ميداليات، وكذلك في بطولة العالم التي أقيمت في الإمارات نالت ثلاث ميداليات وفي عام 2011، حصلت في بطولة

الميدالية الذهبية في البطولة العربية التي أقيمت في المغرب عام 2003، وفي عام 2004، أحرزت ثلاث ميداليات ذهبية في بطولة أسيوط الدولية، كما حققت في العام نفسه ميداليتين ذهبيتين في الدورة العربية العاشرة التي استضافتها الجزائر،

أما في عام 2006، فقد تمكنت من إحراز ميداليتين ذهبيتين وأخرى برونزية في بطولة آسيا التي أقيمت في ماليزيا، وفي بطولة الإمارات الدولية، حصلت على ميداليتين ذهبيتين وأخرى فضية، إضافة إلى ثلاث ميداليات ذهبية في بطولة كرواتيا الدولية،

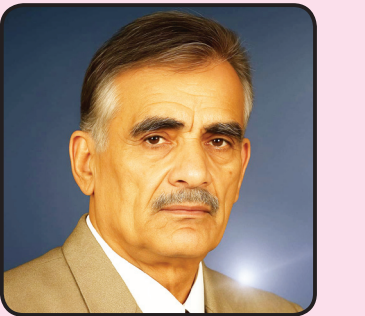
كما حققت في بطولة التشيك الدولية ميداليتين فضيتين وميدالية

اعداد / رحيم عودة

رياضية مميزة لا تحتاج إلى مقدمة أو تعريف كونها تعد أشهر من نار على علم كما يقال في رياضة ألعاب القوى البارالمبية العراقية بعد أن صالت وحالت في الميادين العربية والقارية وحتى العالمية بعد أن اقترنت باسمها الكثير من الانتصارات العراقية في المحافل الدولية لتؤكد لنا أنها الأبرز على الساحة العراقية أنها البطلة الدولية أميرة كاظم، ومن خلال مسيرتها الطويلة في رياضة ألعاب القوى فقد شاركت في العديد من البطولات الدولية، وحققت خلالها عدداً كبيراً ومميزاً من الأوسمة المختلفة، وكان من أبرزها حصولها على

اساطير الرياضة في الاعظمية..

اللاعب "جمولي" من أبرز مدافعي كرة القدم العراقية في منتصف القرن العشرين



عادل سرحان العبيدي

آنذاك. لا توجد معلومات عن نشاطه الرياضي موثق إلا قليل جداً رحمه الله وغفر له ، قمة برونزه كانت أواسط الخمسينات من العقد الماضي عندما لعب ضمن فريق الحرس الملكي (و كان برتبة رئيس عرفاء) بعد أن اكتشفه مدرب الفريق المرحوم أسما عجل محمد ، أعجب به الوصي عبد الإله كثيراً ، فأرسله إلى الهند للاشتراك بدورة عسكرية هندية ، وعند عودته مُنح رتبة ملازم وقتي في الجيش العراقي ، تدرج بالرتبة العسكرية حتى وصل لرتبة رائد و احيل على التقاعد بتلك الرتبة ، متوفاً الجنة ..

تطور مستواه سريعاً ليصبح من أعمدة خط الدفاع.

أسلوبه وأهم إنجازاته كان مدافعاً صلباً يتميز القوة في الالتحامات

رغم أنه مدافع، سجل بعض الأهداف مثل أندية عراقية بارزة في ذلك الزمن.

لا توجد معلومات مؤكدة أنه احترف خارج العراق، إذ في تلك الحقبة كان الاحتراف الخارجي نادراً جداً للاعبين العراقيين.

معظم مسيرته كانت داخل العراق، حيث هو اللاعب الوحيد الذي وضع له نصب تذكاري مقابل الباب الرئيسي للملعب الكشافة الذي يقع في الكسرة

نبذة مختصرة عن حياته

وُلد في بغداد، ونشأ في منطقة الكسرة، حيث بدأت علاقته بكرة القدم من الأثرقة الشعبية.

برزت موهبته مبكراً، فكان يلعب في ملعب الكشافة الذي كان مركزاً مهماً لاكتشاف المواهب في تلك الفترة.

عُرف بلقبه "جمولي" بين الجماهير وزملائه.

بدأ اللعب بشكل هاوٍ مع فرق محلية في بغداد.

لفت الأنظار بقوته البدنية وصلابته الدفاعية، فتم ضمه إلى أندية معروفة

المانشي عمار وهيب يمنح البطلة نور داوود سلمان شهادة إجازة التدريب..

خطوة نوعية لدعم المرأة في "الكيكوشنكاوي" العراقية

الكيكوشنكاوي بأسمى آيات التهاني والتبريكات إلى المدربة نور داوود سلمان، متمنين لها دوام التفوييق والنجاح، ومزيداً من التألق والعطاء في خدمة وتقدم رياضة الكيكوشنكاوي محلياً وقارياً.

تسعى من خلاله إلى نشر ثقافة القوة الداخلية والانضباط والثقة بالنفس بين أوساط النساء والفتيات في المجتمع العراقي. وبهذه المناسبة، تتقدم الأوساط الرياضية واتحاد

Beyond" يعد من الصروح الرياضية الواعدة في منطقة الحارثية، حيث يعنى بتدريب الفتيات والناشئات على فنون الدفاع النفسي وفق أصول الكيكوشنكاوي، بإشراف مباشر من البطلة نور التي

والآسيوي للكيكوشنكاوي، المانشي عمار عدنان وهيب، الذي أشاد بالمستوى الفني والانضباطي العالي الذي أظهرته البطلة نور طوال مسيرتها، مؤكداً أن هذه الشهادة تأتي ضمن خطة شاملة لتطوير الكوادر التدريبية المؤهلة، وإعداد جيل جديد من المدربين القادرين على حمل الرسالة الرياضية للعبة.

وتعد نور داوود سلمان واحدة من أبرز البطلات على مستوى العراق، كما أنها من الحكام المتميزين في لعبة الكيكوشنكاوي، بفضل ما تمتلكه من خبرة ميدانية عالية، وسجل رياضي حافل بالإنجازات المحلية والدولية، إلى جانب قدراتها التحكيمية التي أهلتها لقيادة العديد من النزلات الحاسمة بحرفية وعدالة.

ويذكر أن مركز "Noor and"



بغداد - منى احمد الجبوري

في خطوة تعكس الاهتمام المتزايد بدور المرأة في المجالات الرياضية والدفاع عن النفس، وضمن مساعي دعم الكفاءات النسوية وتمكينها في رياضة الكيكوشنكاوي، تم منح شهادة إجازة التدريب المعتمدة إلى البطلة نور داوود سلمان، المدربة في مركز "Noor and"

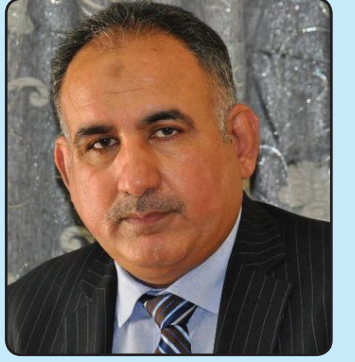
"Beyond" بمنطقة الحارثية في العاصمة بغداد.

جاء هذا التكريم بحضور ومباركة رئيس الاتحاد العراقي



من خزين الذاكرة..

المدرسة الزورائية.. كيف تأسست.. ومتى خرجت عن مسارها التأسيسي؟



كاتب / زيدان الربيعي

وهذه القاعدة تأسست لوجود لاعبين معروفين في الفريق أمثال المرحوم علي كاظم، حازم جسام، ثامر يوسف، حساني علوان، سعد عبد الحميد، فتاح محمد، إبراهيم علي، عليوي حسين، الحارسان جلال عبد الرحمن، وكاظم خلف وغيرهم. اعتمد فريق الزوراء بعد إبعاد مؤسس مدرسته الكروية الراحل جرجيس الياس عن تدريبه، على المدرب الراحل سعدي صالح، وهو لاعب دولي سابق، مع وجود الراحل أنور جسام كمدرّب مساعد له، وقد نجح الزوراء في تقديم هويته كفريق مهم، لاسيما بعد أن انضم له لاحقا النجم الكبير فلاح حسن، ومن ثم اللاعب الشاب عادل خضير، الذي كان يلعب بطريقة عصرية، ثم تواجد معه ٣ لاعبين شباب مهمين هم كل من: الراحل عبد الإله عبد الواحد، الراحل سعد جاسم، مهدي جاسم، كما برز معه المدافع الشاب عدنان درجال، ليصبح الفريق متكاملًا ويقدم لمحات كروية رائعة جداً معززة بنتائج كبيرة وأهداف جميلة، مما زاد من قاعدته الجماهيرية. الراحل أنور جسام، أكد في لقاء معي، «لقد تعلمت من المدرب الراحل جرجيس الياس أشياء

إن هناك ما يشبه الإجماع في الشارع الكروي العراقي، أن نادي الزوراء مدرسة كروية حقيقية رفدت المنتخبات الوطنية والفرق الأخرى بالكثير من اللاعبين المميزين الذين ما زالت أسمائهم تذكر مع كل حديث عن منتخب عراقي مميز، أو لاعب مهم. هذه المدرسة أول من أسهم بتأسيسها، هو المرحوم جرجيس الياس، عندما كان مدرباً لفريق السكك، الذي تحول غالبية لاعبيه إلى فريق النقل بعد أن تم تأسيس نظام جديد للدوري المحلي، ثم تحول لاعبو فريق النقل إلى فريق الزوراء، وهو الاسم الذي أطلقه مؤسس النادي الراحل عدنان أيوب صبري العزي، ومن بدايات تأسيسه تمكن فريق الزوراء من تأسيس قاعدة جماهيرية واسعة جداً في داخل البلد،

كثيرة تخص العملية التدريبية، إذ برغم أن هذا الرجل لم يكمل تعليمه الأكاديمي، إلا أنه كان يعمل بطريقة رائعة جداً في التدريب، ولديه قدرات هائلة جداً في اكتشاف اللاعبين الموهوبين». وأضاف، «لذلك اعتمدت في عملي التدريبي مع فريق الزوراء على ذات الأسلوب الذي كان يعتمده جرجيس الياس، ولاسيما في موضوع جعل الزوراء مدرسة كروية تكتشف المواهب وترعاها وتقدمها للمنتخبات الوطنية». وفي تصريح تلفزيوني آخر قال أنور جسام: إن «المرحوم سعدي صالح، لم يكن من أبناء المدرسة الزورائية، بل كان طارئاً على فريق الزوراء، لذلك كنت أنا الذي أعمل في تدريب الفريق، ولكن النجاح كان يحسب له، مما جعلني أترك الفريق لمدة زمنية، ثم تسلمت مهمة تدريب الفريق بعد إبعاد المرحوم سعدي صالح عنه». وقد بقي أنور جسام مدرباً لفريق الزوراء حتى موسم ١٩٨٢-١٩٨٤، ثم غادر الفريق بعد أن تمت تسميته مدرباً لفريق



الشيخ

الشباب، وبعد مغادرة جسام لتدريب الفريق، مر الزوراء بأزمة كبيرة جداً، حيث انخفض مستواه وتراجعت نتائجه تحت إشراف المدرب رشيد راضي، الذي له فضل كبير على الفريق من خلال إشرافه على تدريب فريق شباب النادي، ورفده للفريق الأول بمواهب عديدة، لذلك استعانت إدارة الزوراء بالمدرب المعروف المرحوم واثق ناجي، ليصبح ثاني من مدرب يعمل مع الزوراء من غير أبنائه، لكن ناجي لم ينجح في مهمته، وكاد الزوراء يتعرض إلى الهبوط لدوري الدرجة الثانية، لولا تلافى الأمر من قبل إدارة النادي عندما



الجوية ٢-١، جعل إدارة النادي تستغني عنه، وتسد المهمة لشيوخ المدربين الراحل عمو بابا، الذي نجح معه، لكن الظروف كانت في غير صالحه، ليحصل على المركز الثاني في ترتيب الدوري. وبرغم أن الزوراء استغنى عن عمو بابا وأعاد أنور جسام مرة أخرى لتدريب الفريق وقام الأخير بإجراء تغييرات كبيرة في صفوفه، إلا أنه لم يستمر معه طويلاً، ليعود عمو بابا مجدداً لقيادته ويحصل على لقب

الدوري والكأس. بعد تواجد مدربين من خارج الزوراء، فقد الزوراء أسلوبه المعروف باللعب القصير وتبادل اللاعبين لمراكزهم، وهناك يوضح مؤسس النادي العزي بالقول: إن «فقدان الزوراء لأسلوبه يعود إلى تواجد مدربين من خارج أسواره، ولو رجعنا إلى الماضي لنجد أن كل من أنور جسام وفلاح حسن وعلي كاظم هم أبناء الزوراء، وفي ذات الوقت هم تلامذة جرجيس الياس، لذلك قاموا بتوريث أسلوب لعب الفريق لكل الأجيال، بينما المدربين الذين جاؤوا من خارج النادي، فكل واحد منهم عمل بأسلوبه التدريبي الخاص». في نهاية الموضوع لا يمكن تجاوز الدور الكبير للمدرب التربوي والمثرف على لعبة كرة القدم في نادي الزوراء الكابتن داود العزاوي، لأنه أسهم من خلال عمله مع منتخبات المدارس والناشئين والشباب في رفد الزوراء بمجموعة مواهب كروية رائعة في مقدمتهم الراحل أحمد راضي.



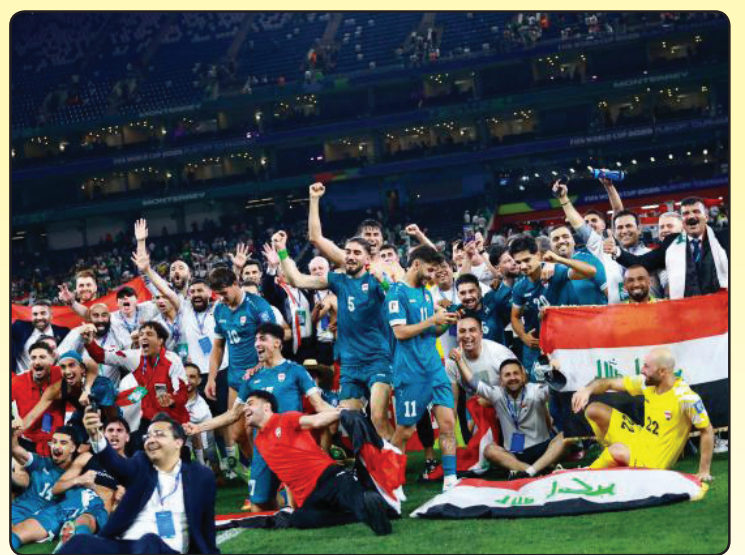
رب ضارة نافعة في التوفيق والتأهل للمونديال



د. كاظم الربيعي

* صحح الاتحاد خطاه الجسيم بالتعاقد مع كاساس، وتعاقد مع المدرب الأسترالي الخبير ارنولد والذي قاد الفريق للمباراة مع كوريا الجنوبية والاردن في نهاية التصفيات الأولى والتي ترشح منها كوريا الجنوبية والاردن الذي استفاد من نتائجنا السلبية وضيعنا أسهل فرصة تاريخية للتأهل واجبرنا إلى الذهاب إلى الملحق الأول. * تكمن الفوائد التي حصل عليها منتخبنا الوطني رغم حرب الأعصاب والتي عايشتها الجماهير العراقية الرائعة والصابرة ورغم الصعوبات والمشاكل والتقاطعات الإدارية بين أعضاء الهيئة الإدارية ورئيس الاتحاد ومن هذه الفوائد مايلي :- ١- اكتمال صفوف المنتخب العراقي من خلال الاستقرار المتدرج في تشكيلة المنتخب. ٢- متابعة المدرب ارنولد لدوري الكرة العراقي المضغوط وتواجده المستمر في الملاعب ومشاهدة اللاعبين عن قرب ومتابعة اللاعبين المحترفين خارج العراق. ٣- استفاد المنتخب كثيرا من المباريات في الملحق الأول مع السعودية واندونيسيا وفي الملحق الثاني مباراتان مع منتخب الإمارات ثم تأهلنا إلى الملحق الأخير مع بوليفيا ومباريات بطولة العرب الأخيرة وكسبنا منها خبرة كبيرة واستقرار في التشكيلة. ٤- خاض المنتخب مباراة مفصلية تحت الضغوط النفسية استفدنا من نقاط مهمة :- أ- المعسكر التدريبي الناجح في المكسيك مبكرا وتعود الفريق على

اللعاب في الأجواء والتأقلم تحت ظروف نقص الأوكسجين. ب - الاستفادة من خوض بوليفيا وسورينام وعدم حصول بوليفيا الفاشل على الاستشفاء الكامل لخوض مباراته مع منتخبنا. ج - كشفت أوراق منتخب بوليفيا في مباراته مع سورينام أمام مدرب منتخبنا ارنولد والذي تابع المباراة وكشف نقاط القوة والضعف عند منتخب بوليفيا. هـ - من خلال الفترة الإيجابية



التي قاد المدرب ارنولد المنتخب، خاض الفريق مباريات التصفية ومباريات بطولة العرب واستقر المدرب من خلالها على التشكيلة الأساسية المستقرة والتي ستخوض مباراتنا في المجموعة الحديدية (التروييج وفرنسا والسنگال). ٦- تأهل المنتخب بعد ٤٠ عاما وبعد تحديات متتالية خلقت الإثارة والمتعة والسعادة لجماهيرنا واستفاد اللاعبين من التحضيرات المهمة للمونديال

وارتفعت الثقة وخلق علاقة رائعة معنويات راقية بين اللاعبين والكار التريبي. ٧- الاستفادة الكبيرة للاعبين والكار التريبي من الدعم المعنوي والمالي والمكافآت الجزية (بيوت سكن وهدايا أخرى) من قبل رئيس الوزراء السيد محمد شياع السوداني ومحافظ البصرة و مسؤولين رسميين ومن محبين متمكين آخرين ومع تكريم معنوي تاريخي بنصب

تأثير العامل النفسي على اللاعب ...



كاتب / عبد الكريم ياسر

تؤثر الحالة النفسية بشكل مباشر وحاسم على أداء اللاعب حيث يساهم الاستقرار العاطفي والثقة بالنفس في رفع مستوى الأداء والتركيز بينما يؤدي القلق والخوف من الفشل والضغط التنافسية إلى تراجع الأداء البدني والذهني مما قد يسبب أخطاء فنية وضعف التركيز ودائما ما يكون هذا الأمر حاضرا في أغلب لاعبي كرة القدم. لذا لابد من وجود مع الفريق شخص مختص يعمل مع الكادر الإداري ويجسد المامه فيما يخص علم النفس على أرض الواقع من خلال التعامل مع اللاعبين ... ما دفع بي لكتابة هذه المقدمة هو ما حصل مع لاعب منتخبنا الوطني وهادفا ايمن حسين الذي تعاقدت معه إدارة نادي الكرمه ليكون قائدا وهادفا لفريقهم في دوري النجوم لكن ما حصل هو عكس المتوقع تماما إذ أن اللاعب ايمن منذ بداية الدوري لم يكن موفقا مع فريقه الجديد على الإطلاق بل غاب وكأنه لم يكن مشاركا بغض النظر عن عدم مشاركته ببعض المباريات بسبب الإصابة ... ولكن بعد تسجيله هدف الفوز مع المنتخب الوطني في مباراة الملحق وبهذا الهدف تأهل منتخبنا إلى نهائيات كأس العالم عاد اللاعب ايمن حسين ليس إلى سابق عهده بل عاد للأفضل بكثير وهذا ما وضع في مباريات نادي الكرة الأخيرة التي يسجل بها الهداف ايمن اجمل الاهداف ويقدم أداء متع جدا وهنا تكمن أهمية العامل النفسي لدى اللاعب ومؤازرته من قبل الجمهور ودعمه من قبل المسؤول ليقدم كل ما يمتلك بداخله من ابداع داخل المستطيل الأخضر ... والأمانة المهمة لابد من ذكر بعض المشاهد وذكر اسماء لشخصيات كانت فاعلة بهذا الجانب فمن منا لا يتذكر مدرب منتخبنا السابق الكابتن حكيم شاكر الذي كان يتعامل مع لاعبيه بعيدا عن الجانب الفني تعامل الأب لأبنائه وفعلنا لقب من قبل لاعبيه بالأب الروحي لهم وخير دليل مشاهدتنا للاعب الصعاب أن صح التعبير عنه الكابتن يونس محمود كيف كان عند تسجيله الأهداف يسارع لتقبيل رأس مديبه حكيم شاكر وهذا يؤكد طرحنا في تفعيل العامل النفسي لدى اللاعب يجعله مبدعا ومقاتلا في الملعب من أجل تقديم ما يرضي الجميع وأولهم مديبه. كذلك هناك مشهد كنا نتابعه لدى إداري الفرق المخضرمين الذين لم يفارقهم السجل الشخصي للاعبيه مدونا به السيرة الذاتية لكل لاعب وجميع المعلومات الخاصة به ويعاقلته بل مدون معلومات تخص اللاعب مع البيئة التي يعيش بها وعند السؤال عن ماذا كل هذه المعلومات يأتي جواب الإداري من أجل معرفة كل شاردة وواردة تخص اللاعب وعلى إثر هذا يتم التعامل معه إداريا ...

والتركيز فيه على :- ١- دعوة اللاعبين بعد انتهاء الدوريات المحترفة في شهر مايس وتفريغ اللاعبين المحترفين في هذا المعسكر بعد الاستشفاء. ٢- يجب تفريغ اللاعبين المحليين الذين يشاركون في الدوري العراقي في شهر مايس وبخمس وقت التحاق اللاعبين المحترفين بالمعسكر الذي يقام في مكان مميز تتوفر به متطلبات النجاح. ٣- من الان يقرر اتحاد الكرة تحديد وتقريب مباريات الأندية التي تضم عدد كبير من اللاعبين في المنتخب كالزوراء والشرطة وبخاصة المباريات الجماهيرية القوية. ٤- إجراء مباريات تجريبية خلال فترة المعسكر مع منتخبات قوية مشابهة لأسلوب فرق مجموعتنا مثل اسبانيا وفريق من أفريقيا. ٥- ضرورة أن تصب مسألة انتخابات اتحاد الكرة في خدمة منتخبنا الوطني وإبعاد كل التقاطعات السلبية المؤثرة. ٦- الاختيار المثالي للوفد الإداري والإعلامي المشاركون في المونديال وإبعادهم تماما عن أماكن تدريب وتواجد المنتخب لإبعاد الضغوطات وتطوير التركيز النفسي والذهني والتكتيكي لمنتخبنا المشارك وكما حدث مع الوفد المرافق لمنتخبنا الوطني الأخير في المكسيك. ٧- الاختيار المناسب لأسلوب وتكتيك المنتخب العراقي ضد هذه المنتخبات والنجاح بتقديم أسلوب يضمن الضهور بأداء رائع يسر الجماهير بعيدا عن النتائج ومحاولة أن يكون الحصان الأسود في البطولة.

أوراق طبية رياضية

التأهيل والمجتمع

(تكلمة)



د. فالح فونيس

تكلّمنا في الأسبوع الماضي عن الخدمات الصحية والتأهيلية التي تقدمها وزارتا الصحة والشباب والرياضة، بالإضافة إلى معاهد التربية البدنية وعلوم الرياضة، إلى الرياضيين والمجتمع الأسترالي. اليوم سنكمل بحث المقارنة الذي بدأناه ونتكلم عن نفس تلك الخدمات ولكن في مجتمع ودولة أخرى هي الصين الشعبية.. يبلغ عدد سكان الصين مليار و 39 مليون نسمة، وقد كانت الخدمات الصحية في فترة التسعينات من القرن الماضي على المستشفيات والمراكز الطبية الحكومية. منذ عام 2009 تحول النظام الصحي وخدماته على تغطية شركات التأمين والبرنامج الطبي الأساسي العام، والخدمات الصحية الاحتياطية. هذا ويخضع أكثر من 95% من المواطنين إلى التأمين الصحي الإلزامي، ولا يوجد في الصين نظام تحويل المرضى من الأطباء العاملين حيث يحق لأي مواطن المراجعة المباشرة إلى المراكز الصحية أو الاختصاصيين.

تختلف الصين عن أستراليا بسرعة الزيادة في عدد السكان، وهذا يؤدي إلى زيادة نسبة المواطنين الكبار في السن، حيث بين إحصاء أجرى عام 2020 بأن عدد المواطنين الذين تزيد أعمارهم عن 60 سنة بلغ 255 مليون نسمة (17.8% من سكان الصين). أما أهم الحالات المرضية التي تؤدي إلى الوفاة فهي أمراض الجهاز القلبي الدماغي والعائي (الجلطات الدماغية)، بالإضافة إلى السرطانات الخبيثة وأمراض الجهاز التنفسي المزمنة. استناداً إلى ذلك فقد أصدرت الحكومة الصينية برنامج "خطة حياة الصين الصحية في عام 2030"، وتتضمن هذه الخطة برنامج عام للياقة البدنية للمواطنين، وتم طبع ونشر دليل النشاطات واللياقة البدنية للمجموع المختلفة للمواطنين، آخذين بنظر الاعتبار التأثيرات المناخية والطبيعية والفيزيائية. ويتضمن البرنامج الدمج بين النشاط البدني والعلاجات الدوائية. ويعتمد البرنامج على التمارين المحسوبة علمياً لغرض تطوير اللياقة البدنية والصحة العامة، بالإضافة إلى منع والوقاية من الأمراض المزمنة والإعتماد على البرامج التأهيلية في العلاج. وتم على هذا الأساس وضع برامج تدريبية وتأهيلية إلى الرجال والنساء حسب الإمكانية البدنية ضمن المراحل العمرية المختلفة، ابتداءً من الأطفال إلى الشباب وصولاً إلى كبار السن، إضافة إلى برامج خاصة لذوي الاحتياجات الخاصة حسب نوعية الإعاقة وتصنيفاتها. المشكلة الرئيسية في تطبيق هذه البرامج هي كبر حجم العينة التي تتعدى المليار نسمة مقابل عدم كفاية الكوادر العلمية المتخصصة في مجال التدريب والتأهيل.

من المهم أن نوضح هنا بأن خريجي كليات التربية والتربية الرياضية وكلية الطب، بالإضافة إلى خريجي بعض الدورات الخاصة المتعلقة بالرياضة والنشاط البدني المجتمعي، وخريجي معاهد الدراسات العليا المتخصصة، يكونون مهنيين لوضع وتطوير البرامج الصحية التأهيلية للأفراد أو المجموعات من المواطنين الأصحاء أو المصابين بالأمراض المزمنة أو معاقلي الحوادث. وقد طبقت هذه البرامج التأهيلية حسب تعليمات وزارة التربية الصينية منذ عام 2004. وهذا وهناك كليات خاصة تمنح درجة البكالوريوس بعد دراسة لمدة أربعة سنوات، يتضمن المنهج الدراسي فيها مواضيع في التربية البدنية ومعلومات أساسية في الطب والتأهيل البدني والعلاجي والخدمات الطبية المجتمعية العامة والوقاية من الإصابات. ومنذ وضع البرامج اعلاه في عام 2004 قامت الجهات العلمية في وزارة التربية بتطوير البرامج التأهيلية والعلاجية واستحداث برامج جديدة متطورة وخاصة في السنوات الخمسة الأخيرة. وتفيد المعلومات المتوفرة بأنه في العام 2017 وصل عدد المعاهد التي تُخرّج مثل هؤلاء المتخصصين إلى 72 معهد وجامعة منها 15 معهد للتربية البدنية المتخصصة، و 27 معهد طبي، و 13 معهد لتخريج المرشدين، و 17 جامعة متعددة التخصصات. هذا ويقدر عدد المتخصصين في التأهيل الرياضي العلاجي الذين يحتاجهم الصين بأكثر من 350 ألف شخص، علماً بأن هؤلاء يعينون بعد تخرجهم ضمن ملاكات وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية التي تسمح لهم بالعمل مع المواطنين ضمن البرامج المعتمدة من قبل وزارة التربية ووزارة الصحة ووزارة الشباب والرياضة.

أن هؤلاء المدربين المتخصصين لا يعملون في مجال الرياضة التنافسية أو الرياضة المدرسية، بل فقط في مجال الرياضة المجتمعية، حيث تتحد جهودهم في تنظيم وإدارة النشاطات الرياضية المجتمعية، وتطوير الممارسة الرياضية للمواطنين عبر المحاضرات والندوات التثقيفية، وتنفيذ البحوث الرياضية المجتمعية، وإدارة المنتديات الرياضية التجارية، بالإضافة إلى العمل في مجال الإدارة الوقائية والصحية العامة، ويعمل المدربون المتخصصون عادة مع كبار السن والأطفال ومع المصابين بالأمراض المزمنة، بالإضافة إلى المواطنين ذوي الاحتياجات الخاصة.

مما في المجال الرياضي فتمّون الصين المدربين الرياضيين (Athletic Trainers) منذ فترات طويلة، إلا أن هذا التخصص قد تم تثبيته كتحصيص معترف به منذ عام 2015 فقط، ويتضمن تخصصهم وعلمهم مع الرياضيين الهواة والمحترفين في مجال الاسعافات الأولية والوقاية من الإصابات الرياضية والتأهيل الرياضي بعد المرض أو الإصابة والإشراف العام على صحة الرياضيين خلال التدريب والبطولات والوطنية والدولية. الخلاصة.. تهتم الحكومة الصينية بوضع الخطط المتطورة لمشاركة عامة الشعب بالنشاطات البدنية والرياضية، وتنظيم الممارسة الرياضية التأهيلية حسب القواعد العلمية والاحترافية والعالمية. واستناداً إلى ذلك يتمتع "أخصاصيو الرياضة المجتمعية" و "المدربون الرياضيون" باحترام المجتمع الصيني لما يقدمونه من فائدة كبيرة للمواطنين. ومع ذلك فإن علاقتهم وتأثيرهم على ارتفاع مستوى الصحة العامة لازالت تخضع للمناقشة مع التخصصات الدقيقة الطبية والرياضية لغرض تطوير الفائدة المتأتمية من عملهم التخصصي في المجتمع من الناحيتين النظرية والعملية. ومع كل هذه الخدمات المؤثرة والمفيدة للمجتمع، تبقى الوزارات المتخصصة ذات العلاقة مستمرة في إجراء البحوث العلمية النظرية والعملية، وتحليل الاحصائيات المتعلقة بالخدمات التي تقدمها البرامج التأهيلية والرياضية العلاجية، لغرض الوصول إلى أقصى الطموح في تطوير الصحة العامة للمجتمع وبالتالي إلى تطوير المستوى الرياضي الصيني عالمياً.

عزيزي القارئ.. في حلقتي اليوم والأسبوع الماضي تكلّمنا باختصار عن الرياضة والنشاط البدني للمجموعات وكيفية تطويرها للوصول إلى مجتمع صحي، وتطبيق المثل القديم "العقل السليم في الجسم السليم". حيث أن المجتمع الصحي لابد وأن ينتج شباباً أصحاء يمكنهم تقديم الإنجاز عالي المستوى سواء في الحياة العامة أو في العمل أو الرياضة، وبالتالي نستطيع أن نحول الإحلام بالتفوق الرياضي في المحافل الدولية والأولمبية إلى حقيقة واقعة.

بعد ان أصبحت الكرة في (ملعب) الهيئة العامة ..

المسؤولية في أعناقكم .. واختيار " التوليفة " المتجانسة سانحة أمامكم !

قصاصة الورق الانتخابية بحاجة الى " يقظة ضمير " !!



تلك التي لجأت إلى بعض التصرفات التي لا تليق بعضو الاتحاد خصوصاً من يفترض ليس فقط في كارييرها وإنما حتى إلى أبسط مفاهيم الثقافة العامة التي تجعله غير مؤهلاً إطلاقاً لتبوء مثل هذا المنصب

متجانسة ومتوافقة للعمل وليس العكس!، بحيث تبدأ الخلافات ومن ثم الصراعات منذ اليوم الأول من المباشرة بالعمل

متجانسة ومتوافقة للعمل وليس العكس!، بحيث تبدأ الخلافات ومن ثم الصراعات منذ اليوم الأول من المباشرة بالعمل

** الفسحة واسعة في الاختيار !

نعم.. في كل منصب هناك أكثر من مرشح.. وهو الأمر الذي يمنح كل عضو في الهيئة العامة فسحة واسعة في الاختيار!، لاسيما وأن هناك الكثير من الشخصيات المحترمة التي رشحت كي تنال ثقة الهيئة العامة التي يتوجب عليها أن تعي هذه المرة تحديداً .. أهمية منح الثقة للشخصية

متجانسة ومتوافقة للعمل وليس العكس!، بحيث تبدأ الخلافات ومن ثم الصراعات منذ اليوم الأول من المباشرة بالعمل

متجانسة ومتوافقة للعمل وليس العكس!، بحيث تبدأ الخلافات ومن ثم الصراعات منذ اليوم الأول من المباشرة بالعمل

المكتب التنفيذي الجديد!.. خصوصاً وأن الخيارات أصبحت أمامها واضحة أيضاً، إذ هناك أكثر من مرشح في كل منصب.. أي بإمكانها أن تختار من تجده رجل (رجال) هذه المرحلة التي تستوجب أن تدي أصواتها لمن ترى أنه جدير بنيل الثقة (وبما يمليه الضمير) من قناعة راسخة بأن الاختيار هو للشخص الذي يخدم الكرة العراقية ويخطط لمستقبلها بعيداً عن المصالح الشخصية الضيقة التي سارت عليها الكثير من الانتخابات السابقة التي جرت على وفق القاعدة الشاذة (شيلني وأشيلك)!

متجانسة ومتوافقة للعمل وليس العكس!، بحيث تبدأ الخلافات ومن ثم الصراعات منذ اليوم الأول من المباشرة بالعمل

متجانسة ومتوافقة للعمل وليس العكس!، بحيث تبدأ الخلافات ومن ثم الصراعات منذ اليوم الأول من المباشرة بالعمل



يعقوب ميخائيل / كندا

لم تكن نتمنى ان تجري (معمعة) الانتخابات في هذا التوقيت، لان في الحقيقة أهم مايشغلنا بعد التأهل هو موضوع المنتخب الوطني واستعداداته لكأس العالم، وليس أشغال المنتخب والشراع الرياضي مرة أخرى بالعملية الانتخابية ولكن، (ما في اليد حيلة) كما يقولون!، فالانتخابات يجب ان تجري وتحسم بأسرع وقت كي لا ينقضي (نعيش) في دوامة الصراعات حتى ان كانت غير موجودة حالياً بعد تأهل المنتخب!!، ولكنها ستظهر حتماً بعد حين، وبالذات اذا تم تأجيل الانتخابات بحسب بعض الانباء المتداوله وهو الشيء الذي لا نتمناه قطعاً!!

** أقطعوا دابر المصالح الشخصية

اليوم وبعد ان أغلق باب الترشيح أصبحت الاسماء واضحة امام الهيئة العامة التي نعتقد ان الكرة أصبحت (ملعبها)!!، أي بأختيار العناصر التي تستحق ان تكون ضمن تشكيلة

محرز على صفيح الرحيل: صفقة فرنسية تشعل أوروبا وتهز عرش دوري روشن!

وهنا تتجدد المعركة الحقيقية: هل يختار محرز "الراحة"... أم يعود إلى "النار" التي صنعت اسمه؟ السيناريو الأخطر: ماذا لو تمت الصفقة؟ إذا حدث الانتقال، فالتداعيات ستكون مدوية: على فرنسا: استعادة نجم عالمي دفعة إعلامية وتسويقية هائلة على السعودية: ضربة معنوية لمشروع النجوم بداية تساؤلات عن استمرارية الاستقطاب على محرز: عودة إلى قلب المنافسة اختبار أخير لمسيرته الكبيرة القرار الذي سيكتب الفصل الأخير محرز اليوم لا يقرر انتقالاً... بل يكتب الفصل الأخير من قصة استثنائية. إما أن يبقى في حيث الراحة والثراء... أو يعود إلى حيث المجد والضجيج والخلود. وفي كلتا الحالتين... العالم يترقب. لأن تحرك محرز... لا يُغيّر نادياً فقط، بل يُحرّك سوقاً كاملاً.



هدفه: تحويل الدوري إلى قوة عالمية جذب النجوم الكبار إعادة تشكيل سوق الانتقالات لكن الآن، ومع الحديث عن عودته لأوروبا، يطرح السؤال نفسه بقوة: هل بدأ الزيف العكسي لنجوم دوري روشن؟ إذا رحل محرز، فالأمر لن يكون مجرد انتقال محرز إلى السعودية لم يكن مجرد صفقة، بل جزء من مشروع ضخ

تعي أن استعادة الهيبة لا تكون إلا عبر نجوم صنعوا المجد الحقيقي. وهنا يظهر اسم محرز... اللاعب الذي تكون في فرنسا، واشتعل في إنجلترا، وتلقى عالمياً.

لكن السؤال الأخطر: هل هذه مجرد محاولة... أم بداية صفقة تعيد محرز إلى قلب أوروبا؟

فرنسا لا تبحث عن لاعب عادي... بل عن قائد يغير موازين فريق كامل. محرز ليس مجرد صفقة... بل مشروع تأثير من ليستر سيتي إلى مانشستر سيتي... من لاعب مغومر إلى أسطورة أفريقية... محرز لم يكن يوماً رقماً في قائمة، بل كان دائماً: صانع لحظات حاسمة عقل تنكبي داخل الملعب لاعب يحسم المباريات من لمسة واحدة هذا النوع من اللاعبين لا يُطلب... بل يُخطف حين تتاح الفرصة. دوري روشن في اختبار حقيقي انتقال محرز إلى السعودية لم يكن مجرد صفقة، بل جزء من مشروع ضخ



بهاء تاج الدين أحمد خبير المصارعة العراقية

في عالم كرة القدم، لا تتحرك الصفقات الكبرى بصمت... بل تصنع من همسات تتحول إلى زلازل. واليوم، يقف اسم رياض محرز في قلب عاصفة جديدة قد تعيد رسم خريطة النجوم بين أوروبا والخليج، بعد تسريبات مؤكدة عن اهتمام نادٍ فرنسي بانتشاله من دوري روشن السعودي.

ليس مجرد خبر عاب... بل قبلة كروية موقوتة. فرنسا تستدعي ابنها الضال... فهل يعود؟

الأندية الفرنسية، التي فقدت بريقها أمام المد اللاتفي للدوريات الصاعدة، بدأت

ثقافة رياضية ...

القدرة الانفجارية في المهارات الرياضية



القوة مضروبة في الزمن ومقسومة على المسافة. ويشترط لتوافر القدرة الانفجارية في الفرد ما يأتي: 1. درجة عالية من القوة العضلية. 2. درجة عالية من السرعة. 3. درجة عالية من المهارة الحركية التي تهوي أسبابها بالتكامل بين عامل القوة العضلية وعامل

القدرة المضروبة في الزمن ومقسومة على المسافة. ويشترط لتوافر القدرة الانفجارية في الفرد ما يأتي: 1. درجة عالية من القوة العضلية. 2. درجة عالية من السرعة. 3. درجة عالية من المهارة الحركية التي تهوي أسبابها بالتكامل بين عامل القوة العضلية وعامل

منبهات الجهاز العصبي . والقدرة الانفجارية عبارة عن مزج دقيق وفعال بين القوة والسرعة ونقص من السرعة ذلك الجانب المتفجر Explosive . وفي هذا المزج يشترط توفر معدلات عالية من القوة وكذلك السرعة، أي بذل القوة بشكل متفجر (بسرعة) . إن من اشتراطات القدرة الانفجارية القدرة على دمج القوة مع السرعة في قالب واحد وهذا لا يعني بالضرورة أن اللاعب الذي يتمتع بسرعة عالية مستقلة وقوة عالية مستقلة أيضاً أنه يتمتع بمكون القدرة الانفجارية تلقائياً إذ يتطلب الأمر أن يكون لديه القدرة على مزجها معاً في قالب واحد وهذا يتطلب الكثير من المرن والتدريب . والقدرة الانفجارية نوع من أنواع القوة العضلية، وبناء على ما تقدم من توضيح وتعريف للقدرة الانفجارية فالمعادلة الخاصة بها يمكن حصرها وتحديدها بأنها

أقصى قدر من القوة التي يمكن انتاجها في أقصر وقت ممكن، وهي ضرورية للرياضات التي تتضمن دفعات سريعة من النشاط مثل القفز، الركض السريع، أو رفع أو قذف ثقل أو رمي رمح أو قرص... الخ من الفعاليات والحركات الرياضية. ويقصد بها أيضاً:

القدرة اللحظية لعضلة واحدة أو لمجموعة عضلية على اخراج أقصى انقباض عضلي لمرة واحدة بأسرع زمن ممكن. إن ظهور هذا الشكل من القوة في كل عضلة مرتبط بتنظيم نشاطها أثناء الانقباض لمرة واحدة وتصغيرها الأقصى (قصر العضلة عند الذني) وبمشاركة أكبر عدد ممكن من الوحدات الحركية أثناء أعلى درجات الانقباض إذ تزداد قوة انقباض العضلة كلما زادت عدد الوحدات الحركية التي تُحفّز بواسطة



الحكم الدولي الدكتور محمد الوزني

من الظواهر المختلفة والعديدة في الحياة العامة إنجاز فعل أو عمل معين في ظرف زمني قد يكون قصيراً أو خلاف ذلك، وينطبق هكذا حال على أداء حركة أو مهارة في الألعاب الرياضية التي تتطلب أو تستوجب التنفيذ في أقصر وقت لضرورات الفوز وتحقيق الهدف المطلوب. هذا الفعل القوي والسريع هو ما يُعرّف في المجال الرياضي بالقدرة الانفجارية. والقوة أو بالأحرى القدرة الانفجارية كتعريف هي:

لمحات تاريخية رياضية

نادي الهومنتمن .. منجم الرياضة الأرمينية



د. سلوان فرنييس يوسف

فكرة السيد سمرجيان وأرشاك يسايان مدرس التربية الرياضية في كلية بغداد خلال الفترة (1930 - 1948) وكذلك كان مسؤول الرياضة في جمعية الشبيبة الأرمينية. كانت فكرة هذا النادي مستلهمة من نادي الهومنتمن الأرميني في بيروت والذي ساند سمرجيان والنادي في بغداد ماديا ومعنويا. كان موقع النادي الأرميني في كعب سارة وترأس الهيئة الإدارية هوفهانييس سمرجيان، وأرشاك يسايان مسؤول النشاط الرياضي. نشاطات النادي كانت في مدرسة الأرمين الأملية الشرقية في كعب سارة وتأسس فرع للنادي في كعب الكيلاني وكركوك والموصل بعدما تم دمج فرع كعب الكيلاني بالفرع الرئيسي في كعب سارة. المختار سمرجيان أصبح رئيس النادي للفترة (1949 - 1972) حيث صرف من ماله الخاص لتأسيس ديوممة هذا النادي. تأسست في النادي فرق للالعاب الرياضية المختلفة للرجال والنساء في الكرة الطائرة وكرة السلة وكرة القدم (تنس الطاولة) وكذلك نشاطات الكشافة، حيث كان النادي من رواد تأسيس الحركة الكشفية في العراق.



استنجاها من عائلة الشبيبي قرب القصر الأبيض في شارع النضال حيث تم إنشاء ابنية لإدارة النادي وصالة صغيرة للفعاليات المختلفة وملعب واحد لكرة السلة والطائرة. استمر مقر النادي في هذا الموقع لغاية 1982 لينتقل إلى مقره الجديد في برك السعدون ومن ثم تمت إضافة الأرض المجاورة له في عام 1988 لتصبح مساحة أرض النادي 9000 متر مربع، وفيه صالة مغلقة للالعاب الرياضية وقاعات وغرف أخرى للنشاطات الرياضية والاجتماعية. هذه الأرض كانت ملكاً للجنة الأولمبية العراقية التي قدمت للنادي الأرميني مجانا لإشغالها. توسعت نشاطات النادي الرياضي خلال هذه السنوات لتشمل فرق الدرجة الأولى والشباب والناشئين والأشبال للبنات والرجال في الالعاب الرياضية التالية: الكرة الطائرة، كرة السلة، كرة المنضدة، التنس الأرميني، الريشة الطائرة، المبارزة،

بعدها تأسست اندية الهومنتمن في البصرة والموصل وزاخو وتم تنظيم مهرجانات سنوية رياضية وكشافية واجتماعية لأندية الهومنتمن في العراق والتي كانت تستمر لعدة أيام تتنافس فيها فرق هذه الأندية للحصول على قصب السبق في هذه المباريات التي ساهمت في صقل مواهب اللاعبين والالعاب وضخم لفرق العراق الوطنية والجامعات العراقية وغيرها من الفرق. المقر الجديد للنادي كان على أرض تم

تأسس النادي الأرميني الرياضي (الهومنتمن) في بغداد في عام 1949 ليصبح منجما للرياضة الأرمينية في العراق لتخريج أبطال في الالعاب الرياضية المختلفة. وقبل تأسيس النادي كانت هناك لجنة رياضية في كعب سارة في بغداد في 1940 تحت رعاية المختار هوفهانييس سمرجيان والتي رعت النشاطات الرياضية في كعب سارة وكعب الكيلاني في بغداد. ومن الفرق الكروية الشعبية الأرمينية التي كانت معروفة في كعب الكيلاني مثل فريق كامل، فريق ماسيس، فريق بوتوريك. وبعد انتقال العوائل الأرمينية من كعب الكيلاني إلى كعب سارة تأسست عدة فرق أخرى لكرة القدم مثل فريق أريفليك (الشرق)، فريق كايتر (الشرارة). نجاح هذه الفرق الشعبية شجع على تأسيس النادي الأرميني الرياضي الذي كانت

من ارشيفي الخاص



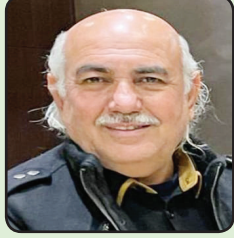
رزاق كشكول

محمود و خالد برخاس وطارق عبد الامير و اباد حسين وسمايل محمد و محمد صادق و باقر الحيدري و ثوري سلمان و صباح عنبر و وائق اسود و مبيض خضر و عادل حبيب و كريم جوجي و شاكر شمخي و ستار جواد و اباد محمد علي و وليد خالد و يحيى مجيد و محمد عبد الرحمان وسعدي يونس وقيس عبد علي و سليم ملاح و سلام علي و سمير مطشر . واعلن السيد داود العزاوي مدرب المنتخب سيكون التمرين في الساعة التاسعة كل صباح جمعة في الإدارة المحلية في المنصور حسب الخطة التي وضعها الاتحاد وسيزود اللاعبين بل هويات لمشاهدة جميع المباريات كرة القدم عن جريدة الرياضي عام ١٩٧٤.

نعود إلى تاريخنا الرياضي والكروي الخالد تسمية ناشئة منتخب بغداد بكرة القدم انتهى السيد داود العزاوي من تسمية ناشئة منتخب بغداد بكرة القدم لتوسيع قاعدة اللعبة ولللاعبين هم فلاح مهدي و جمال علي وفوزي

الحلقة 101

مفهوم كرة القدم .. تحديات العقل السياسي العربي!



حسين الذكر

هذا الراي - الصحفي - موجه بالاساس الى النخب السياسية العربية قبل الرياضيين عامة والمختصين بالشان الكروي خاصة..

ثمة مفارقة هنا تفرض نفسها من وجوه.. فالمقال سيق على انه كروي متخصص فيما الخطاب الى جهات ليست متخصصة خاصة.. كما انه يشير الى تقسيم ما بعنوان رياضة واخرى كرة قدم خاصة..!

هنا لا نريد الخوض بتفاصيل تركب الفهم السياسي سيما العربي منه الذي برغم تعدد قنوات الاستشارة والراي فيه فضلا عن المؤسسات القطاعية المختصة والخبرة التراكمية والاموال الموظفة.. الا ان اغلب ان لم تكن جميع دولنا العربية لم تستوعب مفهوم كرة القدم العالمية بعد..

صحيح ان الرياضة مفهوم اعم وينبغي الإشارة اليه باعتبار ملف كرة القدم جزء منه.. الا ان الوقائع العامة للعبة في التبع والاحصاء وتخصيص الميزانيات والحركة السوقية والتأثير على الراي العام ومساحات المشاركة مع تعددها وتنوعها المحلي والإقليمي والقاري والعالمي جعلها توجه ضربة ساحقة لبقية الالعاب الرياضية بتنوعها ومساقاتها منذ بداية القرن الواحد والعشرين حتى الان بل ان جميع المؤشرات تؤكد بان الهوة قابلة للتوسع بين كرة القدم وبقية أخواتها بما يمكن ان نسماه بالانقراض الدينامي..

للاسف الكثير من بلدان العرب ما زالت تؤمن باعتقاد راسخ ان اللعبة الشعبية او الجماهيرية الاولى هي ممارسة للتباري والتنافس البريء ويمكن الاعادة منها اقتصاديا وفي العلاقات وشيء من دبلوماسيةيتها الناعمة.. وتلك حدود قد تخطاها الزمن السرعة والتواصل تقريبا..

فكرة القدم او الشغف العالمي المتفاعل فيها كاداة ساحرة تخطت المعقول منذ تزواج الكمبيوتر والانترنت لتفريخ عشرات البرامج الاتصالية التي صبت باتجاه واحد بعزز فرص الاستثمار الامثل لتوظيف مقدرات الراي العام لقضايا مفصلية هامة لا يمكن ان تقف عند حدود معينة ثقيلة كانت او ناعمة.. ما يياس اليه - قصدا او سهوا - ان الكثير من الدول العربية برغم صرفها الملايين و مليارات الدولارات لكنها اخفقت حد الفشل المروع باستثمار امثل لتوظيف كرة القدم كمصدر قوة حقيقي يضاف الى عناصر قوة الدولة الامنية والاقتصادية والثقافية تحديدا فضلا عن بقية الملفات..

القضية برمتها لا تتعلق بما يمكن ان نسماه بالجهل او التسفيه المتعمد او قصدية فشل الذات المؤسساتية او الوطنية منها..

بل نعتقد - ايضا جامزين - بان الخلل يكمن بغموض المفهوم الكروي العولمي وخطا توظيفه لدرجة ان اغلب الدول العربية ما زالت تعتقد ان افضل من يدير هذا الملف هم النجوم من اهل اللعبة لاعبين او مدربين وغيرهم.. وهنا تكمن علية مقتل المفهوم فضلا عن طريقة علاج عقمه الذي لم تدركه استثمارات العرب بعد..

نامل التوفيق التام لحكوماتنا العربية وبقية مؤسساتنا الكروية العزيزة من تطوير البات عملها ولو ينسب ما باتجاه صحيح حول مفهوم كرة القدم العولمية كاداة ملف يعد جزء اساس من مصادرة القوة الحديثة للدول فضلا عن مضمون فنون اللعبة ..

تسمية منتخب ناشئة بغداد بكرة القدم

انتهى السيد داود العزاوي من تسمية لاعبي منتخب الناشئين الذي قرر اتحاد كرة القدم تشكيله لتوسيع قاعدة اللعبة

رزاق كشكول

والاعراب مهدي وجمال علي وفوزي محمود وخالد برخاس وطارق عبد الامير و اباد حسين وسماعيل محمد ومحمد صادق و باقر الحيدري وثوري سلمان و صباح عنبر و وائق اسود و مبيض خضر و عادل حبيب و كريم جوجي و شاكر شمخي و ستار جواد و اباد محمد علي و وليد خالد و يحيى مجيد ومحمد عبد الرحمن وسعدي يونس وقيس عبد علي وسليم ملاح و سلام علي و سمير مطشر .

رزاق كشكول

مركز شباب الكرخ والهندسة التكنولوجية في مباراة ودية بكرة القدم ينطلق عصر الجمعة المثل فرقا شباب الكرخ والهندسة التكنولوجية على ملعب مركز شباب الكرخ بتكبير السيد عدنان الجوزي .

فرق للأشبال

في مركز شباب الكرخ تم في مركز شباب الكرخ فرق للأشبال بكرة قدم لسن دون ١٥ عاما وانيطت مهمة اعدادها بالسيد سعدي صالح اللاعب الدولي السابق وخرج معبد الأبيدالتدريب في دورته الأخيرة .

ما الذي سنعهده للمنتخب؟

تكون ثروة وطنية، ومواهب تتواجد في المنتخب في مناسباته المختلفة.

ولنا أن ندرک أيضاً ما يمكن الاستعداد له من ترتيبات متنوعة وجوانب مختلفة، ومنها التشيد الذي سيعلن قبل بدء البطولة، والذي يمثل رمزية العراق من جنوبيه إلى شماله، فضلاً عن الشكل الذي سيظهر به منتخبنا، من ملابس وما شابه ذلك.

ولنا أن نعي أهمية تلك البطولة في حضورها ورمزيتها، لنكون خير منتخب يمثل العراق.

تقع على عاتق الاتحاد العراقي لكرة القدم مسؤولية كبيرة في تشكيل رؤية متينة حول ما سيقدّمه من استعدادات جمّة على جميع الأصعدة.

لنا أن نضع نصب أعيننا مسؤولية ما سنقدّمه، تارة فيما يتعلق بالمنتخب نفسه، وتارة أخرى فيما يتعلق بالجوانب الفنية وما شابه ذلك.

يحتاج المنتخب العراقي إلى أن يعكس نفسه بالصورة التي تلتقي به، كإدارة وكادر تدريبي، فضلا عن اللاعبين؛ فاللاعبون ثروة



د. أمير الهاشمي

يحتاج المنتخب العراقي إلى جملة من الأمور التي يجب أن يؤدبها قبل انطلاق نهائيات كأس العالم.

كي لا يكون منتخبنا رقما تكميليا...

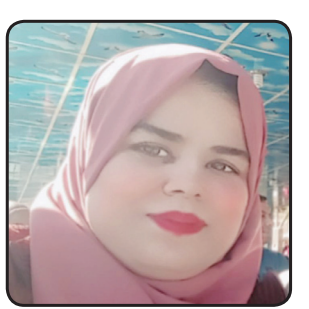
ليقدموا كل ما يمتلكون من أداء متمع أداء رجولي كما عرف عن العراقيين يصنعون الإنجاز من رحم المعاناة ...

يتطلب خلال ما تبقى من أيام تفصلنا عن تلك المباريات يتطلب إقامة تجمع للاعبينا في معسكر خارجي وإقامة أكثر من مباراة تجريبية مع فرق على مستوى عالمي بغية الاحتكاك وإزالة الرهبة من لاعبيننا في اللعب مع الكبار ...

وؤكد هذا يتم بالاتفاق مع مدرب منتخبنا الذي هو أدري بما يتطلب من حيث الجانب الفني كونه مدربا جيدا اثبت كفاءته من خلال

الصفحة وفتح صفحة جديدة فيها الاعداد والاستعداد لمبارياتنا أمام منتخبات عالمية مثل النرويج والسنغال وفرنسا وبلا أدنى شك هي مهمة صعبة لكنها غير مستحيل الخروج منها بفوز أو تعادل والوصول إلى المرحلة الثانية وهذا ليس بصعب على اسود الرفادين لذا كي لا تكون مجرد رقم تكميلي علينا أن نكون على أتم الجاهزية...

ولهذا يتوجب على اتحاد كرة القدم والحكومة العراقية المتمثلة بوزارة الشباب وكذلك اللجنة الأولمبية بل على عامة العراقيين أن نقف خلف أبناء العراق الغياري ومؤازرتهم



كاتب / اشجان العبيدي

بعد فوز منتخبنا الوطني في مباراة الملحق على منتخب بوليفيا وتأهلنا إلى نهائيات كأس العالم في المكسيك والفرحة الكبيرة التي شهدتها بلدنا وعمامة الشعب اعتقد على القائمين الان طي هذه

الارسنال يسقط على ارضه والسيتي يلاحقه على امل تجاوزه في الدوري الانكليزي



عادل حيدر حسون

غلته من الأهداف الى أكثر من أربعة حيث انتهى شوط المباراة الأول بتقديم لينز بهدفين نظيفين عن طريق لاعبه نوا اكافور في الدقيقة 5 و 29 ورغم طرد لاعب اليونانيد الأرجنتيني ليساندرو مارتينيز في الدقيقة السادسة والخمسين الا ان لاعب مانشستر كاسيميرو تمكن من تقليص الفارق بتسجيله هدف فريقه الوحيد عند الدقيقة 69 ورغم الهزيمة فقد حافظ مانشستر يونايتد على مركزه الثالث برصيد 55 نقطة وهو ذات الرصيد لمنافس لاتون فيلا الذي تعادل خارج ملعبه امام نوتنغهام فوريست بهدف واحد لكل منهما.

بطل دوري الموسم الماضي فريق ليفربول تمكن من التقدم وأصبح على بعد ثلاث نقاط فقط من صاحبي المركزين الثالث والرابع بعد تحقيقه فوزا سهلا على ضيفه فولهام اللندني بهدفين نظيفين ليحافظ على مركزه الرابع بانثنتين وخمسين نقطة. فريق تشيلسي اللندني يواصل نتاجه السلبية والحيرة رغم نشاطه الكبير في سوق الانتقالات الصيفية الماضية



يبدو ان الارسنال يعاود ذات النهج وهو التعثر خلال الامتار الأخيرة من المسابقة وكما فعلها لثلاثة مواسم متتالية والغريب في الامر ان فريق مانشستر سيتي هو المستفيد دائما من تعثر الارسنال. فقد أخفق فريق الارسنال المتصدر من الحصول على نقاط مباراته الأخيرة والتي جرت على ارضه وبين جماهيره امام فريق بورنموث عندما خسر اللقاء بهدفين مقابل هدف واحد ليحافظ على صدارته للقائمة بسبعين نقطة مقابل 64 نقطة لصالح مطارده مانشستر سيتي الذي حقق انتصارا كبيرا خارج ملعبه وبثلاثة نظيفة على فريق تشيلسي اللندني مع افضلية السيتي لبعبه مباراة واحدة أقل من الارسنال. فريق مانشستر يونايتد صاحب المركز الثالث سقط هو الآخر على ملعبه الاول ترافولد وبين جماهيره امام ضيفه لينز يونايتد بهدفين لهدف واحد بعد ان أضع لينز فرص سهلة ومحقة كان يمكن ان ترفع

غير المتفائلين لا يهتمون بمشاركة منتخبنا في المونديال القادم



كتابة : د. عدنان لفتة

يرفعوا سكاكينهم ويوغلوا في طعناتهم، يفتشون عن الأخطاء قبل أن ترتكب، ويضخّمون الهفوات قبل أن تنسى. في لغتهم، لا مكان للأمل، ولا مساحة للتجربة. كل شيء محسوب مسبقاً بالفشل، وكأنهم كتبوا النهاية قبل أن تبدأ الحكاية. فاصبوا بمقتل بعد تأهل منتخبنا وفوزه على بوليفيا، تاهت السننهم وكلماتهم بعضهم اختفى بعيداً عن الشاشات والتغريدات وآخرون واصلوا تمردهم مرددين أن ما تحقق ليس انجازاً ولا يمكن الاعتماد به طاماً ان المشاركة الآسيوية وصلت الى تسعة منتخبات والمونديال برمته قائم على 48 فريقاً من مختلف الكرة الأرضية

في كل منعطف كبير، لا يغيب صوت الظلال. هناك دائماً من يختار الوقوف عند حافة الضوء، لا ليحتفي به، بل ليشكك في وجهه. ومع اقتراب مشاركة العراق في كأس العالم 2026، عاد هؤلاء إلى الواجهة؛ المتشائمون الذين يرون في كل خطوة نحو الحلم عثرة، والمتفائلون الذين يقتاتون على تقليل الفرح.

استحوذوا قليلاً

ما يغيب عن هؤلاء أن كرة القدم ليست معادلة جامدة، بل قصة إنسانية مليئة بالمفاجآت. العراق، الذي عبر سنوات من التحديات، لم يصل إلى هذه اللحظة صدفة. خلف هذا التأهل حكايات تعب، وعرق لاعبين، وإصرار

هم لا ينظرون إلى المنتخب بوصفه فريقاً يمثل شعباً، بل كفرصة لإثبات صحة شكوكهم. بعد أن كانوا يعيشون على حلم انكسار منتخبنا وخافقه كي

يبالغون في تعظيم شؤون فرنسا والنرويج والسنغال ولا يفكرون بفريقنا وحظوظه



شعب اعتاد أن يحول الأمل إلى أغنية، والهزيمة إلى بداية جديدة. هو نتاج جهود تحسب للكاين عدنان درجال الذي قاوم كل محاربه حتى أولئك الرياضيين داخل مواقع الاتحاد كانوا يريدون سقوطه كي يؤكدوا انه المقصر والملام الذي يتحمل كل اجزاء الاخفاق والعتثرات المتتمرون يختبئون خلف شاشاتهم، يطلقون سهامهم بلا مسؤولية، ينسون أن كلماتهم قد تصيب معنويات لاعبين يحملون على عاتقهم حلم وطن. هم لا يرون في المنتخب إلا نتيجة، بينما يرى فيه الآخرون رمزاً للانتماء، ومرآة للأمل في زمنٍ ممتلئ بالضغوط. أما المتشائمون، فهم أسرى تجارب سابقة، يخشون خيبة جديدة، فيختارون الوقوف في منطقة أمانة: التوقع الأسوأ. لكنهم بذلك يحرمون أنفسهم من متعة الحلم، ومن لحظة الانتصار إن جاءت. ورغم ضجيجهم، يبقى صوت المرحلات والانتقياء أعلى. هناك، حيث القلوب تهتف قبل

لعبونا يسابقون الزمن لاجل حضور عراقي يسجله التاريخ

كلام الناس

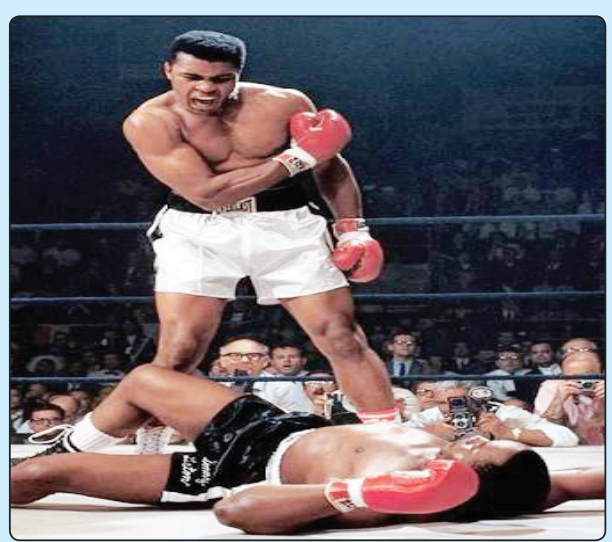
نجلة رفعت اسم العراق بيد واحدة !!



هشام السلطان

قبل ايام قليلة صدر عن دار الدكتور للعلوم الادارية والاقتصادية كتابي الذي يحمل الرقم (10) بين الكتب الرياضية التي اصدرتها منذ عام 2007 وحتى عام 2026. الكتاب الجديد يحمل عنوان مميز هو "نجلة رفعت اسم العراق نسخة الاولى لمؤلفه الصحفي هشام السلطان يوم الخميس الماضي بحضور مميز من الاعلام والصحافة الرياضية العراقية ورياضيين ومهتمين بالرياضة العراقية الاحتفاء بالكتاب جعل الحاضرين يتعرفون عن قرب بلاعبة تنس الطاولة البارالمبي اللاعبة الذهبية نجلة عماد الفتاة التي تحدد المستحيل لتكون عنواناً للامل وقُدوة للاشخاص لاسيما ان هذه الفتاة كانت قد تعرضت في طفولتها وهي بعمر (3) سنوات لانفجار في سيارة والدها حيث كانت نجلة جالسة في السيارة !! نجلة عماد اصبحت اليوم ايقونة رياضة تنس الطاولة ان تمكنت عام 2024 ان تحصل على الوسام الذهبي في الدورة البارالمبية التي اقيمت في العاصمة الفرنسية باريس لتصبح اول رياضية عراقية تحصل على وسام ذهبي في الدورات البارالمبية. وبذلك تحدد نجلة الازهاق واصبحت اليوم واحدة من اشهر البنات العراقيات بادبها وسلوكها مع الناس وهي سعيدة ان تكون قدوة للاعبات من اجل تحقيق الانجازات الرياضية للعراق في لعبة تنس الطاولة وذلك ما تسعى اليه لاسيما انها حالياً تلعب مع الاصحاء وتمثل نادي الكهرباء الذي يترأسه السيد علي الاسدي بينما مع المعوقين تمثل اتحاد تنس الطاولة البارالمبي .. الستم معي ؟

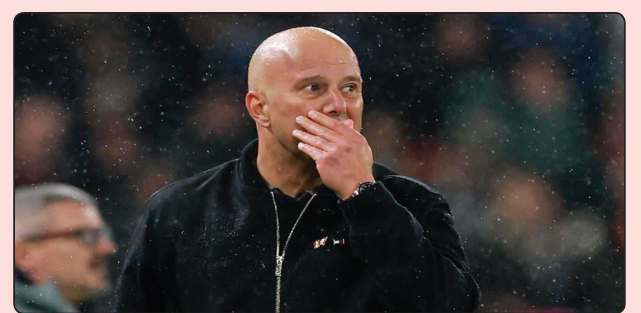
عندما أسقط محمد علي كلاي «الوحش»



أسقط محمد علي كلاي سوني ليستون سنة ألف وتسعمائة وأربع وستون، وجورج فورمان سنة ألف وتسعمائة وأربع وسبعون، حيث فاز بالضربة القاضية في زائير، وفاز بالضربة القاضية في الجولة الثامنة على فورمان الملقب بالوحش الذي لا يقهر، مستخدماً استراتيجية الجبل المنصوب لاستنزاف قوته.

رحل عن فريقه رسمياً.. مرشح قوي لخلافة سلوت في ليفربول

ارتبط اسم المدرب الإسباني بكل من كريستال بالاس، الذي قد يفقد مدربه أوليفر غلاسز، وأتلتيك بلباو الباحث



رسمياً.. ميسي يعلن شراء نادي إسباني

أعلن ليونيل ميسي، أسطورة نادي برشلونة، ومنتخب الأرجنتين، ونجم إنتر ميامي الحالي، عن شرائه لأحد الأندية الإسبانية، ليصبح مالكاً له.

القانون الرياضي

الاستثمار الرياضي والقانون

الدكتور صالح المالكي

كيليان مبابي وكأس العالم لحظة خاصة

إن نجاحات الحصول كأس العالم تحسم بشكل جماعي، من خلال الاستمرارية والعقلية، لدينا طموح كبير، ولكن أيضاً تواضع لمعرفة أن لا شيء مضمون.

تدخل رئيس البرازيل يحسم موقف نيمار من المشاركة في كأس العالم



يبدو أن مشاركة نيمار في كأس العالم ٢٠٢٦ ذات أهمية وطنية في البرازيل، فبالنسبة للرئيس لويس إيناسيو لولا دا سيلفا، لا يزال المهاجم البالغ من العمر ٣٤ عاماً يمتلك القدرة على قيادة بلاده للفوز

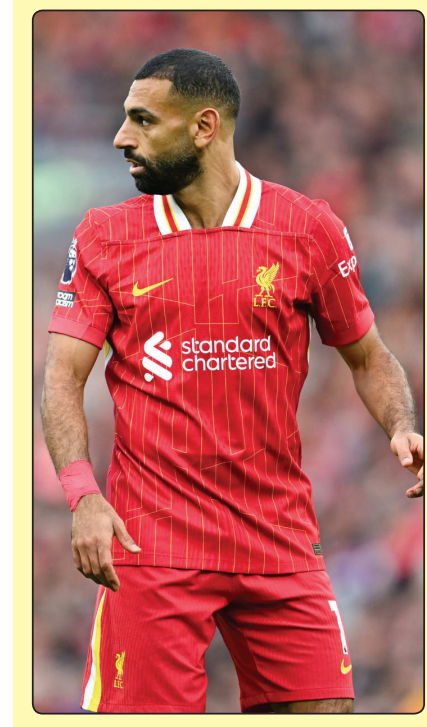
صورة وذكرى ...

بالمنتخب الوطني مشاركته في دورة الألعاب الآسيوية في طهران عام 1974. وفي عالم التدريب كان نجاحه في تدريب منتخب شباب الأردن الخليل في سبعينيات القرن الماضي. علي هاشم الخليل خريج كلية التربية الرياضية عام 1971 وهو من عائلة رياضية معروفة.. أخوه الأكبر المرحوم منذر الخليل كان عميداً للكلية.. وأخوه المرحوم فاروق الخليل كان لاعب المنتخب الوطني لكرة السلة. كانت بدايته مع نادي الأعظمية ومنه تم اختياره لمنتخب بغداد والكلية وجامعة بغداد. منتصر يوسف - زهير محمد صالح.



لن تسير وحدك أبداً:

تواجد اللاعب محمد صلاح على مقاعد البدلاء ولم يبدأ أساسياً، والتقطت كاميرات «برايم فيديو» اللاعب المصري وهو جالس رفقة زملائه ويستمتع لغناء جماهير ليفربول «لن تسير وحدك أبداً».



رئيس التحرير: كاسم الطائي
نائب رئيس التحرير: سكرتير التحرير: احمد الموسوي
Email: alriyadhnewspaper@gmail.com
alriyadhnewspaper
+9647739543631
طبعت في مطبعة الإنس . موبايل: +964770000183

الرياضة
صحيفة رياضية اسبوعية تصدر كل يوم احد عن نقابة الصحفيين العراقيين