



رابطة كرة القدم المحترفة

نادي بارادو / اتحاد الجزائر..

«داربي» مفتوح  
على كل الاحتمالات



Algerie Match

يومية رياضية مستقلة

www.algeriematch.dz

أول يومية وطنية إخبارية تربوية شاملة ، تهتم بكل الفئات وكل الرياضات.

صادي يياتنتر  
رسميا  
مهامه على  
رأس «الكاف»



بلماضي يفتقد نجمين  
مهمين في وديتي  
مصر و الرأس الأخضر



الجزائر تسحب رسمياً  
ملفها من سباق  
تنظيم كأس أفريقيا  
2025 و 2027

الكاف تلتنيد بمننتوار  
الخطر في تصفيات  
«كان 2023»



وفاق سطيف:

المدرّب دوما يطلب  
مباراة ودية لتصحيح  
أخطاء لقاء البيض

# مولودية الجزائر يواجه أزمة إدارية؟

وشرح لهم الوضع داخل النادي، قبل أن يطلب منهم الترخيص لتتجه الأمان العام السابق للاتحاد الجزائري لكرة القدم. من جهته، يصبر ساعد -حسب مصادرنا- على البقاء في منصبه، كما هدد هو الآخر بإيصال صوته إلى الرئيس المدير العام لشركة «سوناطراك» وتقديم شكوى ضد حاج رجم، وهذا ما سيشكل قبضة حديدية بين الرجلين من دون شك، وقد يؤثر في مشوار الفريق في الموسم الحالي.

جدير بالذكر أن فريق مولودية الجزائر قد بدأ الموسم بقوة حينما فاز في الجولة الأولى من الدوري الجزائري على الصاعد الجديد نجم بن عكتون برباعية نظيفة، قبل أن يخسر في الجولة الثانية بنتيجة 2-1 أمام شباب قسنطينة على ملعب الأخير.



أشارت مصادر إعلامية أن العلاقة تدهورت للغاية بين حكيم حاج رجم، رئيس مجلس إدارة النادي، والمدير الإداري محمد ساعد. ووفقاً للمعلومات التي حصل عليها الموقع، حدثت بعض الأمور داخل النادي جعلت العلاقة بين الرجلين تنقطع بشكل شبه كلي، وذلك بسبب اختلاف نخب بينهما بخصوص بعض الأمور المتعلقة بتسيير النادي. ورغم تدخل بعض العقلاء من المسيرين داخل النادي من أجل تلطيف الأجواء بين حاج رجم وساعد وإذابة الجليد بينهما، فإن الرئيس يصبر على استبعاد ساعد من مهامه، ويأت بفكر جدياً في إقالته من منصبه.

ويشير حاج رجم الإجراءات الإدارية من أجل إقالة ساعد من منصبه، حيث تواصل مع مسؤولي شركة «سوناطراك» مالكة النادي

## بن تليخة:

## «التعاقد مع الفتح الرباطي نتيجة إيجابية وسنعمل على التأهل»



فرداً، بحضور جميع اللاعبين، إذ تخلو صفوف الفريق من أي إصابات، وسيعقد جمال السلامي، المدير الفني للفتح، حصنة مرانا وحيدا على أرضية ملعب وهران، الذي سيحتضن المباراة. وتتوجه بعثة الفتح الرياضي من مطار محمد الخامس الدولي بمدينة الدار البيضاء صوب العاصمة تونس، على أن يستقل الوفد طائرة أخرى من تونس العاصمة صوب وهران، بسبب قرار منع الطائرات المغربية من دخول الأراضي الجزائرية.

بسبب الإرهاق الذي عايناه منه، خاصة وأن الفريق منذ مواجهة السوبر قطع مسافات طويلة قبل الذهاب للمغرب». وأوضح بن تليخة: «سنركز على برمجة حصنة تدريبية استرجاعية تحسباً لمباراة العودة للتأهل لدور المجموعات». وبخصوص مواجهة الأياب فإن بعثة نادي اتحاد الفتح المغربي تتشدد رحالها إلى الجزائر مساء يوم الجمعة، لمواصلة استعدادات الفريق للمباراة التي تجمعهم بمضيفه اتحاد العاصمة الجزائري، المقررة يوم الأحد المقبل، لصالح إياب الدور التمهيدي الثاني، من مسابقة كأس الكونفيدرالية الأفريقية لكرة القدم «كاف». بعثة الفتح المغربي تضم 40

أبدي مدرب اتحاد العاصمة عبد الحق بن شيخة، رضاه عن النتيجة المسجلة أمام الفتح الرباطي المغربي بهدف في كل شيخة، برسم ذهاب الدور التمهيدي الثاني المؤهل لدور مجموعات كأس الكونفيدرالية.

وصرح بن شيخة، أمس الأحد لقناة النهار عقب عودة وفد الاتحاد من الأراضي المغربية: «التعاقد ذهاباً أمام الفتح الرباطي يعد نتيجة إيجابية، خاصة وأن المنافس قوي جدا وأبسان على مستويات رائعة في البطولة المغربية هذا الموسم».

وأضاف بن شيخة: «سيطرنا على الشوط الأول من المباراة، لكن مستوى اللاعبين تراجع

## إدارة بلوزداد تعلن إنطلاق بيع تذاكر مواجهة بورانجرز

عبر منصة «تدكرتي». للإشارة فإن الشباب حسم بنسبة كبيرة عبوره للمرة الرابعة على التوالي، إلى مجموعات «الشامبينز ليغ» في انتظار موقعة العودة، التي ستكون فرصة من أجل التأكيد.

لقاء العودة، بعدما كان قد فاز ذهاباً بثلاثية لهدف الأحد الماضي. وكشفت إدارة الشباب عبر حسابها الرسمي على «فيسبوك» إنطلاق بيع تذاكر مباراة العودة، المقررة بملعب «ميلود هفي» بهران بداية من الساعة الثامنة مساء

أعلنت إدارة شباب بلوزداد، عن انطلاق عملية بيع تذاكر، مباراة الدوري التمهيدي الثاني من منافسة رابطة أبطال إفريقيا-يوربتقريب أن يستضيف الشباب لنادي بورنيجرز السيراليوني، يوم 30 سبتمبر الجاري، في

## لافان ينضم لقائمة المرشحين لتدريب «الكناري»

إدارة «الكناري»، إلا أن التقارير التي تحدثت حول رغبة وليد صادي الرئيس الجديد للاتحادية الجزائرية لكرة، في تعيين في منصب مدير فني خلفاً لمصطفى يسكري، قد تغير المعطيات.

وتأتي هذه المستجدات، في ظل عدم اقتناع الإدارة بالعمل الذي يقوم به المدرب بوزيدي وطافه، بعد المستوى الباهت الذي قدمه الفريق في أول جولات من الموسم الكروي الجديد، والنخول دون خطة لعب واضحة، خاصة في اللقاء الأخير أمام بارادو، ما جعل «الكناري» يتعثر على أرضية ميدانه وأمام جمهوره الذي كان يتبنى إضافة ثلاث نقاط أخرى إلى رصيده وتأكيد الفوز المحقق في الجولة الأولى أمام نجم مقرة خارج الديار

تلوش في الاستفادة من خدمات الفرنسي كريستيان غوركوف، يتواجد أيضاً لافان كإبرز اسم من أجل قيادة الطاقم الفني ل«الكناري»، حيث يرى فيه مسؤولو الشبيبة بأنه الرجل المناسب بما أنه يعرف جيدا بيت الفريق وهو الذي أشرف على التشكيلة للقبائل سابقاً في عهد الرئيس شريف ملال موسم 2021/2020، وقاده إلى تأدية موسم كبير عرف من خلاله تتويج الشبيبة بكأس الرابطة في النهائي الذي جمعه بنادي نجم مقرة، إضافة لتواصل إلى نهائي كأس الكاف آنذاك وخسارته أمام الرجاء البيضاوي بنتيجة هدفين مقابل هدف واحد.

ودخل المدرب دينيس لافان ضمن اهتمامات إدارة شبيبة القبائل، بعد التأهل الوطني الأسبق كريستيان غوركوف الذي يعتبر أولوية لدى

يسود الغموض مستقلاً المدرب يوسف بوزيدي على رأس العارضة الفنية لفريق شبيبة القبائل، بعد ارتفاع الأصوات المطالبة بإقالته إثر التعادل الذي حققه الفريق أمام أنتيك بارادو في الجولة الثانية من الرابطة المعروفة الأولى، إذ تشير المعطيات إلى أن مباراة اتحاد خنشلة المقبلة ستكون الأخيرة له، بينما وضعت إدارة «الكناري» عدة أسماء لخلافته، ومن بينها المدرب الفرنسي دينيس لافان، الذي تم تناول اسمه بقوة بعد التأهل الوطني الأسبق كريستيان غوركوف. وكشفت مصادر مقربة من بيت شبيبة القبائل، إلى أن الإدارة وضعت اسم المدرب دينيس لافان ضمن اهتماماتها تحسباً لتوليده العارضة الفنية خلفاً ليوسف بوزيدي، فيد الأخبار التي تحدثت عن رغبة عاشور

مدير النشر / رايح خوردي

الحساب البنكي

ARINAS PROD SARL- Domiciliation bancaire: C.P.A  
103 - Les Halles - Alger- 004 00103 4000009939 30

من أجل إشهاركم توجهوا إلى: المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والإشهار وكالة ANEP، المتواجدة ب 01 نهج باستور-الجزائر.

الهاتف الثابت: 021 73 71 28 / 021 73 76 78 / 021 74 99 81  
الهاتف: 021 73 95 59

البريد الإلكتروني: agence.regie@anep.com.dz  
programmation.regie@anep.com.dz

كل الوثائق التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر

مكتب الشرق / 34، شارع الثورة، العلمة - سطيف

الهاتف: 0553 74 73 94

الفاكس: 036 48 35 90

WWW.ALGERIEMATCH.DZ

CONTACT@ALGERIEMATCH.DZ

S.I.A ALGER مؤسسة الطباعة للوسط

الطباعة مؤسسة الطباعة للشرق

التوزيع / SARL ARINAS PROD

سحب من العدد السابق 2000 نسخة



«الجزائر ماتش» يومية رياضية تصدر عن الشركة ذات المسؤولية المحدودة «أريناس برود» رأس مالها 100000 دج SARL ARINAS PROD

المقر الاجتماعي: 01، شارع عبد العزيز موزاوي - الجزائر. الإدارة والتحرير: 64، تمازينة عيسات إيدر - بني مسوس - الجزائر

الهاتف والفاكس: 023346674

# بلماضي يفتقد نجمين مهمين في وديتي مصر و الرأس الأخضر



الذي ينطلق فيه معسكر المنتخب الجزائري بأرض الوطن، وهذا ما يجعل حضور وناس أمرا مستحيلا، فيما ستكون عودة بن طالب للتدريبات قبل أسبوع واحد من موعد المعسكر، ما يجعل حظوظه في المشاركة بالترخيص ضئيلة بسبب نقص المنافسة.

وغاب بن طالب عن معسكر شهر سبتمبر الجاري، بينما يستمر غياب وناس عن الخضر منذ سبتمبر من العام الماضي، وتعد مباراة جيبيريا الودية على ملعب ميلود هدي بمدينة وهران (1-2 للخضر) هي آخر مباراة شارك بها لاعب ليل، وكان ذلك عندما دخل بديلا لزميله يوسف بلايلي.

ومن المتوقع أن يواجه بلماضي مشكلات في خط وسط الميدان الدفاعي في مواجهتي الرأس الأخضر ومصر، بالنظر إلى نقص الخيارات في ظل غياب بن طالب وإسماعيل بن ناصر، لكنه سيستفيد من عودة حسام عوار الذي غاب عن المعسكر الماضي بسبب الإصابة.

سيفتقد جمال بلماضي، المدير الفني للمنتخب الوطني مرة أخرى، الثنائي نبيل بن طالب وأدم وناس لاجنبي ليل الفرنسي، خلال مواجهتي الرأس الأخضر ومصر الوديتين، والمقررتين يومي 12 و 17 أكتوبر المقبل بمدينة قسنطينة والعاصمة الإماراتية أبو ظبي على الترتيب.

ويعاني وناس وبن طالب من إصابات مختلفتين تعرضا لهما في الفترة الماضية ولم يتعافيا منهما بعد، حيث أكد باولو فونسيكا، مدرب ليل أن عودة الجزائريين لن تكون قبل مطلع الشهر المقبل، وهذا ما يجعل احتمال حضورهما في قائمة بلماضي أمرا مستبعدا للغاية.

وقال فونسيكا في هذا الصدد: «لقد وضعنا برنامجا خاصا لونس؛ لكن سيكون من الصعب مشاركتهما في لقاء التدريبي ضد لانس (يوم 9 أكتوبر)، ربما يعود بعد هذه المواجهة، أما بن طالب فيسبب التدريب مع المجموعة بعد مباراة لوهافر (يوم 2 أكتوبر)».

وستكون عودة وناس إلى التدريبات في اليوم

## مدافع «الخضر» السابق توفيق قرينتي يعبر عن ثقته في صادي

هجومياً جديداً، هو من اللاعبين القادرين على صنع الفارق من أنصاف الفرص، لكن لا يجب أن ننسى الاهتمام بتكوين اللاعبين داخل البلاد». وختم قرينتي تصريحاته بالحدث عن محرز، وقال: «لم يرق لي انتقال رياض محرز للدوري السعودي وهو في سن 31 عاماً، تمنيت استمراره في مانشستر سيتي ورويته يتألق في دوري الأبطال، أنا أتفهم العرض المالي الذي لا يرفض، لكن المنتخب بحاجة لرياض محرز عندما يكون في أفضل أحواله».

الجزائر، ووافق من نجاحه». وتابع المدافع الدولي السابق «أتمنى أن يهتم بالتكوين، ويلزم الأندية بإنشاء الأكاديميات، فلا يعقل أن نبقي ننتظر ما تقدمه لنا المدارس الفرنسية، فياستثناء رئيس اتحاد الكرة السابق خير الدين زطشي، رأينا إهمالاً غير مقبول للمواهب في بلد ينجح باللاعبين الموهبين، أنا منذ 20 سنة أطالب بالتركيز على هذه الجزئية».

وتحدث نور الدين قرينتي عن فوز المنتخب الجزائري على نظيره السنغالي ودياً في داكار، بقوله: «تألمت المنتخب الجزائري أمام السنغال، وكنت سعيداً بالفوز عليهم بمساعديهم وأمام جماهيرهم، هي نتيجة كنا في أمس الحاجة لها، كونها ستعيد الثقة للمجموعة قبل موعد أمم أفريقيا، بلماضي أحسن الصنيع بضحك دماء جديدة، كما أعجبتني الروح التي لعبنا بها».

وأعطى قرينتي رأيه في دورته في داكار، الفرنسي، أمين غويري للمنتخب الوطني قائلاً: «قدوم أمين غويري مفيد، وسيمتخ بلماضي حلاً

شهدت الكرة الجزائرية خلال الفترة الأخيرة العديد من الأحداث، أبرزها على الإطلاق انتخاب وليد صادي رئيساً جديداً لاتحاد الكرة، وبقية الظهور المميز للمنتخب الأول في داكار أمام السنغال ودياً، إضافة إلى القدوم المرتقب للشباب أمين غويري لتشكيلة الخضر، وانتقال رياض محرز للدوري السعودي عبر بوابة الأهلي.

وتحدث المدافع الدولي الجزائري السابق، توفيق قرينتي، في تصريحاته عن هذه التطورات، حيث ثمن انتخاب صادي، وكذلك مستوى المنتخب الوطني في مباراة السنغال، في حين أنه لم يتقبل مغادرة محرز لمانشستر سيتي نحو الأهلي السعودي.

وقال قرينتي حول انتخاب وليد صادي: «عملت مع صادي في مرحلة سابقة خلال عهد الرئيس محمد روراوة عندما كنت مساعداً للمدرب وحيد حاليوزيتش، هو يتمتع بالكفاءة ولديه فكرة جيدة عن الكرة الأفريقية، انتخابه اعتقد في صالح



**الكاف تنبئ بمنتوار الخضر في تصفيات «كان» 2023**

أشاد الاتحاد الإفريقي لكرة القدم «الكاف»، بمشوار المنتخب الوطني، في التصفيات المؤهلة لنهائيات أمم إفريقيا 2023.

ونشر الحساب الرسمي للكاف على «تويتر»، تغريدة جاء فيها: «المنتخب الجزائري حصد 16 نقطة من أصل 18 نقطة متاحة. مشوار مجيد نحو نهائيات امم إفريقيا 2023».

كما أرفق الاتحاد الإفريقي لكرة القدم، هذه التغريدة بمقطع فيديو، ضم بعض أجما اللقطات التي صنعها الخضر في هذه التصفيات».

يذكر أن المنتخب الوطني تأهل لنهائيات «كان» 2023، بعد فوزه في كل مبارياته ضمن هذه التصفيات، باستثناء مباراة العودة أمام تنزانيا، أين اكتفى بالتعادل السلبي.

## وفاق سطيف:

### المدرّب دوما يطلب مباراة ودية لتصحيح أخطاء لقاء البيض

من جهته، أقر قائد تشكيلة وفاق سطيف نسيم بطو في تصريح للنصر، بأن عمال كبيرا مازال في انتظار اللاعبين تحت إشراف الطاقم الفني، مشيداً بأهمية الفوز المحقق أمام مولودية البيض خاصة في غياب الأوصال، الذين دعاهم إلى الوقوف مع النادي في هذه المرحلة الانتقالية الصعبة، بعد تغيير التعداد بنسبة 95 بالمائة تقريبا، مؤكداً عمل الجميع بجد من أجل الوصول إلى المستوى اللازم، والمحافظة على تقاليد الفريق في التنافس على الأدوار الأولى.



لاعبو هذا الفريق في لقاء الجولة الأولى من بطولتهم بسبب قرار منسح النادي من استلام الأجازات بسبب ديون أحكام النزاعات. أ. اللجوء إلى مواجهة منافس من بطولة الدرجة الثالثة، في حال العكس إن فرق الرابطة المحترفة والسقس الوطني الثاني لسهولة مرتبطة بلقاءات رسمية في نهاية هذا الأسبوع.

وبالعودة إلى أداء التشكيلة السطيفية في لقاء مولودية البيض، فإنه لم يرق إلى مستوى التطلعات رغم حصد النقاط الثالث، حسب العديد من المختصين ممن تابعوا المواجهة، خاصة في الشوط الأول الذي كان سيئا في معظم فتراته، قبل تحسن المرود نسبيا في الشوط الثاني، الذي شهد تسجيل هدفين من كرتين شابتين، وتلقى هدف بعد دقيقة واحدة من تسجيل الثاني.

طلب مدرب وفاق سطيف الفرنسي فرانك دوما، برمجة مباراة تحضيرية في نهاية الأسبوع الجاري، بهدف تصحيح النقصان ومراجعة الأخطاء التي دونها مع طاقمه الفني، في المباراة الأخيرة أمام مولودية البيض رغم إيجابية النتيجة المحققة. أكد مصدر حسن الاطلاع للنصر، أن المدرب الفرنسي فرانك دوما دون العديد من النقاط السلبية، خلال مباراة الجولة الثانية من البطولة المحترفة التي فاز فيها أشباله بثنائية مقابل هدف واحد أمام مولودية البيض بملعب الثامن ماي 45، وأنه طلب برمجة مباراة تحضيرية سيهدف من خلالها لتصحيح الأمور، والاستعداد بطريقة أفضل لقاء الجولة الرابعة التي سينقل بموجبها الوفاق لمواجهة مولودية الجزائر، بعد تأجيل مباراته في الجولة الثالثة أمام اتحاد العاصمة بسبب ارتباط المنافس بمواجهة نادي الفتح الرياضي المغربي، في منافسة كأس الاتحاد الإفريقي.

ومن المرجح أن تكون هذه المواجهة يوم السبت المقبل، أمام مولودية العلمة في حال لم يشارك



# حماد يؤكد على «ضرورة إنجاز توسعة لمشروع إنجاز ملعب لكرة القدم ببوسعادة»

تقييم المشروع بتخصيص مبلغ 900 مليون دج، مضيفاً أنه يرتقب أن تتطلق أشغال إنجاز هذا المشروع «خلال الأيام المقبلة»، حيث سيكون بمثابة متنفس لشباب المنطقة. وكشف السيد حماد بأن وزارة الشباب والرياضة ستتكفل بتجهيز القاعة المتعددة الرياضات 500 مقعد ببوسعادة والتي بلغت نسبة أشغال إنجازها 70%.

أكد وزير الشباب والرياضة عبد الرحمان حماد يوم الاثنين بولاية المسيلة على «ضرورة إنجاز توسعة لمشروع إنجاز ملعب لكرة القدم يتسع لـ 15 ألف مقعد ببوسعادة». وخلال معاينته للأرضية المقترحة لمشروع إنجاز هذا الملعب وذلك في ختام زيارة عمل وتفقد قام بها إلى هذه الولاية، أبرز الوزير

## البطولة الافريقية- 2023 لكاتوي كياك :

## نيجيريا تحضن المنافسة اواخر نوفمبر المقبل

تقام البطولة الافريقية المقبلة للكاتوي كياك من 21 الى 27 نوفمبر بألوجا ( نيجيريا ) و الموهلة الى الالعاب الاولمبية 2024 بباريس (فرنسا). حيثما وصلت واج اليوم الاثنين من الاتحادية الجزائرية للتجديف والكاتوي كياك. ومن بين المسابقات المدرجة في برنامج الحدث القاري، ثلثي مسابقات، ستكون موهلة الى اولمبياد باريس، أربع لدى الرجال واربع عند السيدات. حيثما اوضحه نفس المصدر.

تقام البطولة الافريقية المقبلة للكاتوي كياك من 21 الى 27 نوفمبر بألوجا ( نيجيريا ) و الموهلة الى الالعاب الاولمبية 2024 بباريس (فرنسا). حيثما وصلت واج اليوم الاثنين من الاتحادية الجزائرية للتجديف والكاتوي كياك. ومن بين المسابقات المدرجة في برنامج الحدث القاري، ثلثي مسابقات، ستكون موهلة الى اولمبياد باريس، أربع لدى الرجال واربع عند السيدات. حيثما اوضحه نفس المصدر.

## عباس ينسحب من تدريب نجم مقرة

أعلن مدرب نجم مقرة عزيز عباس عن استقالته من منصبه بعد مرور جونتين من بطولة الرابطة المحترفة، مسعلا في تصريحه للتصريح قراره بأبسطها، والاختلاف في الروي مع الرئيس بن ناصر، وكذا بروز خلافات معه حول بعض المسائل الداخلية، اعتبرها ال مساعد على مواصلة مهامه من عدم تأهيله واستخراج الإجراء، التي تسمح له بالجلوس على دكة البدلاء. وبعد عباس رابع مدرب يرعى الشفاعة منذ انطلاق بطولة هذا الموسم، بعد كل من عد القانر عراني وننير لكتاوي وبساعطوي، في وقت

أعلن مدرب نجم مقرة عزيز عباس عن استقالته من منصبه بعد مرور جونتين من بطولة الرابطة المحترفة، مسعلا في تصريحه للتصريح قراره بأبسطها، والاختلاف في الروي مع الرئيس بن ناصر، وكذا بروز خلافات معه حول بعض المسائل الداخلية، اعتبرها ال مساعد على مواصلة مهامه من عدم تأهيله واستخراج الإجراء، التي تسمح له بالجلوس على دكة البدلاء. وبعد عباس رابع مدرب يرعى الشفاعة منذ انطلاق بطولة هذا الموسم، بعد كل من عد القانر عراني وننير لكتاوي وبساعطوي، في وقت

## لجنة تأهيل الملاعب تعين ملعب السعيد عمارة بسعيدة

سيكون جاهزا مع أولى لقاءات البطولة خاصة و ان الملعب جاهز على طول ، بعد ان تم تصليح بعض الفئض الخاصة بالأعنين و تجهيز السياج الخارجي للملعب ، حيث تم تسجل لجنة تفحص نظرا لكون الملعب من بين أفضل المراكز الرياضية فيما سيتم العمل على تظاظ و تاركها و هي تعتبر ضرورية من أجل تمكين الفريق المحلي من إجراء لقاءاته بهذا الملعب بسعيدة .

حلت بسعيدة لجنة تأهيل الملاعب لمعاينة ملعب السعيد عمارة حيث ضمت عددا من أعضاء الرابطة ما بين الجهات لكرة القدم إضافة الى ممثل عن فريق مولودية سيدة و كما ممثل عن الرابطة الوطنية المحلية ، ممثل عن الشرطة لأمن ولاية سيدة ، ممثل عن مدير الشباب والرياضة للولاية و ممثل عن الحملة المدنية بحضور رئيس وحدة ملعب السعيد عمارة ، الذي أكد ان الملعب

## تسوية رزنامة الجولة الأولى لبطولة الرابطة الاولى

## نادي بارادو-اتحاد الجزائر.. «داربي» مفتوح على كل الاحتمالات



يواجه نادي بارادو ضيفه فريق اتحاد الجزائر، اليوم الأربعاء بملعب عمر بن رابع، بإتاد البيضاء بالعاصمة على (16,00)، في «داربي» مفتوح على جميع الاحتمالات، ضمن تسوية رزنامة الجولة الأولى لبطولة الرابطة الأولى لكرة القدم المحترفة «موبيليس». يطمح نادي بارادو الى تحقيق أول انتصار له في الموسم، بعد اقتناصه لنقطة الشاهد بتعدي ورو أمام شبيبة القبائل (0-0)، لكن هذه المرة ستكون المهمة أصعب أمام اتحاد الجزائر الذي يعيش أزمه إيمه، بقيادة المدرب الفرنسي، كرونتامارتينس الذي خلف مؤخرا نذير لكتاوي على العارضة الفنية للأكاديمية، سيعتمد «الباك» على صلاية دفاعه لصد هجمات جاره العاصمة مثلما كان عليه الحال في الشفاء الأول أمام «الكتاري». من جانبه، سيخوض نادي «سوسطرة» أول لقاء له في البطولة، بمعنويات عالية تعقب تشيخته للموسم الجديد بالتزاع لقب كأس «السوبر» الافريقي على

حساب الأهلي المصري (0-1) بمدينة الطائف. السعودية يوم 15 سبتمبر. وبعد التنوع بقلب الكاس الافريقية الممتازة، تمكن شيبال المدرب عبد الحق بن شبيخة من العودة بتعادل بطعم الفوز أمام الفتح الرباطي (1-1)، برسم ذهب النور

## أمين عمورة يتألق قبل وديتي مصر والرأس الأخضر

وتمكن لاعب وفاق سطيف السابق من فرض نفسه مع فريقه الجديد من خلال تجربته الجديدة، واستطاع أن يثبت لسمير السني الجزائري أنه لاعب لن يرضى سوى بمكسفة أساسية مع «الخصر»، وهو ما يستحقه عمورة حاليا، خاصة أنه الأكثر جاهزية. ويروى متابعون أنه ومع الأسماء الحالية المتوفرة لدى مدرب «محاربي الصحراء» على مستوى الهجوم، يعد عمورة الأكثر جاهزية وقهالية من حيث الأرقام، كما يعتبر أفضل خيار للتألق الوطني في منصب رأس الحرية أو الجناح الأيسر. وكان يلماضي مدرب «الخصر» - في كل مرة يبرر عدم إثراك عمورة مع المنتخب الجزائري لتفحص خيرة اللاعب الافريقية، أو لصغر سنه، فيل سيفرض عمورة والمنطق أنفسهم في ترضي الخضر القادم، أم أن يلماضي سيكون له رأي آخر فيجدر الذكر، أن عمورة خاض 15 مواجهة مع منتخب بلاده بمعدل 380 دقيقة لعب فقط، حيث سجل هدفين ولم يستقدم أي تمريرة حاسمة لحد الآن.



وأصل محمد أمين عمورة عروضة القوية مع فريقه سانت جيلواز البلجيكي، مسجلا هدفه الثالث في ظرف أربعة أيام فقط، ليضع مدرب منتخب الجزائر جمال بلماضي في وضع حرج، فيقبل أيام قليلة من انطلاق معسكر منتخب الجزائر المرتقب شهر أكتوبر المقبل. ويستعد المنتخب الوطني خلال معسكر أكتوبر لغرض مواجهة وديتين؛ الأولى ضد منتخب الرأس الأخضر بملعب الشبيبة محمد حملاوي في مدينة قسنطينة شرقي العاصمة، قبل شد الرحل إلى الإمارات لملاقاة مصر يوم 16 من الشهر ذاته. عمورة صاحب الـ (23) عامًا، وبعد أن سجل نهاية الأسبوع الماضي هدفا ضد تولوز الفرنسي ضمن فعاليات الدوري الأوروبي، عاد ليبدو على أول ثانية له في الدوري البلجيكي، مؤكدا أنه أفضل المهاجمين المتاحين حاليا ضمن خيارات الجزائر يلماضي، خاصة بعد تراجع مستوى نجم نادي السد القطري بعباد بونجاح والوفاد الجديد على الدوري البرازيلي إسلام سليمان.

## الرياضة المدرسية

تعتبر الرياضة المدرسية المحرك الأساسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي ولعلها من أهم الدعامات للحركة الرياضية وهذه الرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس والثانويات حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح رياضيا في المستقبل بارزا قد يساهم في بناء المنتخبات المدرسية الوطنية وتمثيل بلاده في المحافل الدولية والقارية.

### 1- لمحة وجيزة عن تاريخ التربية البدنية والرياضية:

يرجع تاريخ التربية البدنية والرياضية إلى قديم العصور، إذ نجد أن التربية اليونانية تزخر بالأراء القديمة المتعلقة بشؤون التربية البدنية والرياضية، وقد اعتنت أثينا بالألعاب الرياضية حيث يرى أحد طوالميس 384 ق.م أن تبدأ العناية بالطفل من قبل ولادته كما يرى ضرورة وضع قانون الأزواج يبين من يجوز لهم الزواج أو عدمه، كما يرى أن الأعمال الرياضية يجب أن تكون غايتها ضبط النفس وكبح جماح الشهوات وتحميل صورة الجسم وتكرس العادات الفاضلة لا مجرد القوة الجسمية التي يتباهى بها المعرّمون بالألعاب البدنية، كذلك يجب أن تدرج هذه الأعمال حسب صعوبتها، وأن تبدي الأعمال العنيفة إلا بعد سن المراهقة بثلاث سنوات على الأقل إلا أنه وبعد العهد اليوناني تضمنت العناية بالألعاب لرياضية شيئا فشيئا إلى غاية حلول القرن الثامن عشر وظهور بطل الحركة (جون جاك روسو 1712-1778 م) الذي نادى بالرجوع إلى الطبيعة، ويفصل الطفل عن والديه وإبعاده على المدارس وتركه بين يدي مدرب ذكي يدخل في قلبه حب الطبيعة وجمالها وكتب في كتابه عن كيفية تربية الطفل منذ ولادته حتى سن الخامسة، وجاء أيضا في هذا الكتاب الحث على العناية بالألعاب الرياضية والتمارين البدنية فقد ذكر بأن حجة البدن هي سلامة للعقل وكمال الخلق وأن صاحب الجسم السليم والسقوي هو الشخص المطيع القوي الطبع وقد نادى ببعض المربين سعد (روسو) بضرورة التربية الرياضية ونذكر منهم:

\* جون جاك روسو 1759-1839 م والذي ألف كتابا يحمل عنوان ((التمارين البدنية للأولاد الصغار)) حيث يعتبر البعض مؤسس التمارين المدرسية. وفي النصف الأول من القرن العشرين عمت التربية البدنية والرياضية جميع أنحاء العالم تقريبا وانتشرت في الولايات المتحدة الأمريكية انتشارا واسعا.

حيث أنه يوجد هناك ما يقارب 100 معهد بين جامعة وكلية ويستطيع الطالب الحصول على درجة المدرس في مادة التربية البدنية عدا ذلك فإنه يوجد ما يقارب 24 جامعة يستطيع الطالب فيها القيام بالدراسات العليا وقد ظهر في هذه الجامعات العديد من رجال التربية البدنية: (كيورتون T.cuneton) (كوزين F.cozens) (بوكني (K.Bookwalter) (ميشال (E.Michel) وغيرهم.

**2- مفهوم الرياضة المدرسية في الجزائر:**  
إن الرياضة الدولية في الجزائر هي إحدى الركائز التي يرتكز عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية وهي عبارة عن أنشطة مختلفة ومنظمة وفي شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات وتسهر في تنظيمها وإيجامها (الاتحادية الجزائرية

للرياضة المدرسية) مع عدم نسيان أن هناك تنسيق مع الرابطات الولائية للرياضة المدرسية في القطاع المدرسي ومن أجل تغطية بعض النقص ظهرت هناك (الجمعيات الخاصة بالرياضة المدرسية في المؤسسات التربوية) وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية. إن للرياضة المدرسية مكانة هامة وبعد تربوي معترف به وتسعى على ذلك كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة والرياضة إلى ترقية كل المستويات وإلى تسخير كل الظروف والوسائل اللازمة لتوسيع الممارسة الرياضية في أوساط التلاميذ.

إن هذه العملية يمكنها المساهمة بقطر وافر في تحقيق هذه الغاية وهذا المطلوب من كل المسؤولين المعنيين في اتخاذ الإجراءات اللازمة التي من أجلها يمكن تجسيد الأهداف المتوخاة من هذه العملية المشتركة مبدئيا ومما أعطى نفسا جديدا لممارسة الرياضة في الأوساط المدرسية وهو ما قرره وزارة التربية الوطنية في مقالها حول إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية حسب التعليم رقم 09-95 بتاريخ 1995/02/25 ومن خلال المادتين 6.5 وهو ما أكتته وزارة التربية

مع تطوير كل من: حب النظام بروح التعاون، بروح المسؤولية، تهذيب السلوك، تنمية صفات الشجاعة والطاعة واتخاذ القرارات الجماعية بالإضافة إلى التوافق الحسي الحركي العصبي والعضلي وبهذا يمكن القول بأن ممارسة التربية البدنية تساهم في إعداد رجل السعد من كل الجوانب فالميزة الرئيسية المخصصة من طرف الدولة للرياضة المدرسية لا تعتبر فقط استثمار في الجانب المادي كتحقيق النتائج وإن هو استثمار في الجانب المعنوي للفرد وبالتالي لإصلاح الفرد وهو بالضرورة إصلاح للمجتمع.

### 4- الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضية

الأهداف التالية هي الأكثر شيوعا في قوائم الأهداف العامة للتربية الرياضية لبعض المدارس العالمية:

**أ- التنمية العصبية:**  
تهتم التربية الرياضية في المقام الأول تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال اكتساب اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكيف أجهزة الإنسان من خلال اكتساب بيولوجيا ورفع مستوى كفاءتها الوظيفية لمساعدة الإنسان على القيام بواجباته الحياتية وسرعة الشعور بالثعب

**5- الأهداف الخاصة للتربية البدنية والرياضية**  
التربية البدنية والرياضية قيم عديدة منها— اجتماعية وعقلية / تتحقق بمجرد اشتراك الأطفال في اللعب بل تمتد لتصل توجيهات خاص

مثل الانتباه والتنظيم والعمل الجماعي وهذا لكي تسهل عملية اكتساب الأطفال القدرات البدنية والمهارات الحركية التي يستفيد منها بدنيا وعظليا ويمكن تلخيص أهم العوامل في اكتساب المهارات الحركية:

- إزالة الطائشة غير مفيدة.
- اكتساب الدقة بتركيز الانتباه.
- المساعدة على معالجة مجموعة من الحروف والكلمات.
- السرعة والدقة في الأداء.

ومن بين الأهداف الخاصة للتربية الرياضية ما يلي: بركز الأخطاء على الأهمية الصحية فالمقدر الحركة التي يحصل عليها الطفل في صغره تعكس من الضروريات الصحية الأساسية لتطوير نموه.

**ب- الأهداف التربوية الاجتماعية:**  
تكون التوعية عن طريق الشعور والإحساس والإيمان القوي تجنباً لأي اضطرابات لذلك يلزم وضع برنامج في التربية الرياضية تخدم قابليات الطفل وتعمل على تطويرها من الناحية البدنية والنفسية وتنمية المهارات الفنية والحركية وأهم من ذلك تطوير الجهاز العصبي المركزي بفتح تطوير تنمو عدة قدرات وظائف منها الإدراك والتصوير والتخيل والانتباه.

**ج- التنمية المعرفية:**  
يتصل هذا الهدف بالجانب العقلي والمعرفي وكيف يمكن للتربية الرياضية أن تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتكريب من خلال الجوانب المعرفية المتضمنة في الأنشطة البدنية والرياضية. كما يعلم المهارات الحركية يعتمد في مراحلها الأولية على الجوانب المعرفية والإدراكية.

**د- التنمية النفسية الاجتماعية:** تستفيد التربية الرياضية من المعطيات الانفعالية والوجدانية المصاحبة لممارسة النشاط البدني في تنمية شخصية الفرد تنمية تنتم بالاتزان والشمول والنضج بهدف التكيف النفسي الاجتماعي للفرد مع مجتمعه وتعتمد أساليب ومتغيرات التنمية الانفعالية

في جريدة الخبر تحت عنوان (إجبارية ممارسة الرياضة المدرسية) وقررت الوزارة السابقة جعل ممارسة التربية البدنية والرياضية إلزامية وإجبارية لكل تلميذ مع إعفاء أولئك الذين يعانون من مشاكل صحية أو أخرى تعيق ممارستهم للنشاط الرياضي وجاء هذا القرار بعد توقيع إتفاقية مشتركة بين كل من وزارتي الشباب والرياضة والتربية الوطنية وبين وزارة الصحة والسكان بشأن ممارسة الرياضة في المدارس كما وجهت الوزارة تعليمة تتضمن كيفية الإغناء من ممارسة التربية البدنية في الوسط المدرسي.

ونص القرار السابق ذكره على إستفادة الأطفال الذين لا يستطيعون ممارسة بعض الأنشطة البدنية والرياضية من الإغناء بحيث يتم الإغناء بتسليم طبيب الصحة المدرسية شهادة طبية بعد إجراء فحص طبي للتلاميذ ودراسة ملفهم الصحي المعد من طرف طبيب أخصائي.

### 3- أهداف الرياضة المدرسية بالجزائر:

هناك عدة أهداف أساسية لممارسة الرياضة المدرسية بالجزائر منها:

نمو جسمي نفسي حركي اجتماعي، كما لا يخص ذكر الهدف الاقتصادي وهذا يرفع المرئود الصحي للطفل والهدف الثقافي الذي يسمح للفرد معرفة ذاته



# رغم تعرضه لإصابة أبعده 4 سنوات عاد ليكون المصنف الـ 6 عالمياً أسطورة التنس «أندريه أغاسي» مدرب الأجيال وصاحب الأسلوب الممتع



احتفل عالم التنس بمرور 50 عاماً على مولد أحد أساطير اللعبة، الأمريكي أندريه أغاسي، الذي ولد في 29 أبريل/نيسان 1970، ومر بمراحل صعود وهبوط عديدة خلال مسيرة رياضية رائعة.

وتعرض أغاسي لموقف غريب قبل ظهوره الأول في بطولة نهائية لواحدة من البطولات الأربع الكبرى في 1990. حينها تصرّح أغاسي إلى الله قبل هذه المباراة ليس من أجل حصده لقبه الكبير الأول، لكن للحفاظ على سره المتعلق بارتداء شعر مستعار طويل، حيث تعرض لبعض التلطف واضطر إلى إصلاحه بسرعة باستخدام عدة دبليوس.

وكتب أغاسي في سيرته الذاتية التي نشرها في 2009 «شعري المستعار كان أشبه بسلسلة والشعر الطويل الغريب بالألوان الثلاثة كان أشبه بكرة حديدية تعلق بها». وأضاف «مع كل فترة كنت أتخيل سقوطها في الرمل... كنت أتخيل ملايين المشاهدين يقرؤون في ثلاثين ثوانٍ التفويج ويحدثون بأعينهم، ويحدثون عشرات اللغات واللهجات، ويشاطون كيف سقط شعر أندريه أغاسي من رأسه».

وتأثر أغاسي بهذا الفلق ومنح الإكوادوري أندريس جوميز الوحيد الكبير، بينما أنهى اللاعب الأمريكي تصنيف العام خلف مواطنه الشاب بيت ساميراس الذي افتتح سجله في البطولات الكبرى في 1990. لكن ما حدث كان مجرد البداية للاعب جذب جيلاً جديداً من المشجعين للعبة، بسبب طبيعته الحماسية وأسلوبه الممتع ومحمد لقبه الكبير الأول في ويمبلدون 1992 بعدما قطع المسابقة خلال الفترة 1988-1990 بسبب لائحة ضرورية ارتداء اللون الأبيض. وتوج أغاسي بلقب أمريكا المفتوحة في 1994، ويات حليق الرأس بناء على نصيحة الممثلة بروك شيلتز، التي كانت صديقته في هذا الوقت، ونال لقب أستراليا المفتوحة في 1995 كما أضاف الذهبية الأولمبية في ألعاب أتلانتا 1996.

## مراحل صعود وهبوط

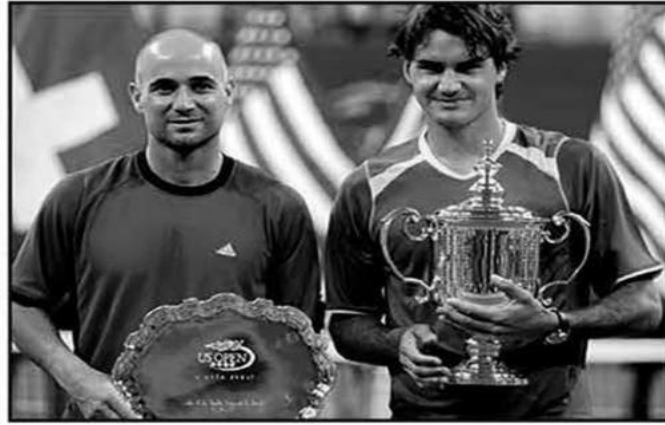
وتزوج أغاسي شيلتز في 1997 لكن مستواه تراجعت بسبب سلسلة إصابات في المعصم لغيبت طويلاً عن المباريات وتراجع للمركز 141 في التصنيف. وخلال تلك الفترة الصباحية، ووفقاً لما كتبه أغاسي في سيرته الذاتية، فقد تعاطى مخدر الميثامفيتامين المعروف باسم كريستال ميث، وكتب على الاتحاد الدولي للتنس للهروب من الإيقاف، ولم يتعرض آنذاك لعقوبة من اتحاد اللاعبين المحترفين. وبعد قضاء فترة في بطولات الدرجات الأدنى من أجل استعادة مستواه، عاد أغاسي أكثر تضجاً وتقدم من جديد في التصنيف ونجح في 1999. خلال إجراءات الطلاق، في استكمال ألقاب البطولات الكبرى حيث توج ببطولة فرنسا المفتوحة.

وجذب أغاسي الأضواء من جديد حيث انضم لنادي الصقوة ويات يقارن بلعبين مثل فريد بيرير ودون بادج العام في صدارة التصنيف بعد التفوق على مواطنه تود مارتن في نهائي أمريكا المفتوحة.

وقدم أغاسي أفضل مستويات مسيرته وتزوج ببطولة أستراليا المفتوحة ثلاث مرات بين 2000 و2003 ليرفع رصيده إلى ثمانية ألقاب في البطولات الأربع الكبرى، ويجتاز جون مكنرو وماتس فيلاندر.

وتزامن صعود أغاسي بقوة مع الارتباط العاطفي بالألمانية شتييفي جراف، المصنفة الأولى عالمياً سابقاً في منافسات التنس للسيدات، حيث تزوج في 2001 وورثت بطلين. ويات أغاسي أكبر لاعب يتصدر التصنيف العالمي وعمره 33 عاماً، لكن هذا الرقم حطمه روجر فيدرر في وقت لاحق، بينما توج اللاعب الأمريكي بلقبه رقم 60 في بطولات المحترفين في 2005 في لوس أنجلوس.

وبسبب إصابة في الظهر، انتهت مسيرة أغاسي المذهلة بعد عام واحد في بطولة أمريكا المفتوحة. وتولى أغاسي لفترة قصيرة تدريب فوكاي ديوكوفيتش من 2017 وحتى بداية 2018 لكنه يقضي أغلب وقته الآن في المشاركة في مساندرات تعليمية وكذلك في مؤسسته الخيرية في نيفادا بالولايات المتحدة.



طريقة لذلك هي التحدث.

## حياة أندريه أغاسي الشخصية

في عام 1997، تزوج من الممثلة بروك شيلتز لكنها انفصلت بعد عامين تقريباً. وفي عام 2001، تزوج من لاعبة التنس الألمانية المحترفة شتييفي جراف ولهما طفلان.

## حقائق سريعة عن أندريه أغاسي

في عام 1994، أسس أندريه جمعية أندريه أغاسي الخيرية التي تساعد المحتاجين والشباب في لاس فيغاس والتي منحت له كل من جائزة رابطة محترفي التنس وجائزة آرثر آش للشجاعة في عام 1995. في عام 2009، نشرت سيرته الذاتية والتي حصلت على المرتبة الأولى في قائمة أفضل الكتب بيعاً في جريدة نيويورك تايمز كما فاز بجائزة جوائز الرياضة البريطانية في عام 2010.

في عام 2011، تم إدراجها في «قاعة الشهرة الدولية للتنس» في رود آيلاند. بطولات الفرانك سلام الثمانية التي فاز بها هي: أستراليا المفتوحة للأعوام 1995 - 2000 - 2001 - 2003، وفرنسا المفتوحة لعام 1999، وويمبلدون في عام 1992، والولايات المتحدة المفتوحة لعامي 1994 - 1999. يعتبر العام 1995 هو العام الأفضل له في تاريخ مسيرته، حيث فاز في ثلاثة وسبعين مباراة مقابل تسعة خسارات فقط.

## أجاسي صاحب الأسلوب الممتع يحتفل بميلاده الـ 50



في العام 1998، تحسنت مسيرته المهنية عن العام السابق بعد مشاركته في بطولات Challenger Series حيث أرتفع ترتيبه إلى المرتبة السادسة على العالم. في العام التالي فاز ببطولتين كبيرتين من بطولات غراند سلام وهما بطولة فرنسا المفتوحة وبطولة الولايات المتحدة المفتوحة، وفي الفترة ما بين عام 2000-2003، فاز بالبطولات الثلاث لاستراليا المفتوحة، حيث يُعد لقب العام 2003 هو اللقب الثامن والأخير من البطولات الأربعة الكبرى التي فاز بها.

في عام 2006 توقف عن اللعب مؤقتاً نتيجة إصابته في الكاحل وتعرضه لمشاكل صحية في الظهر والساقين، وفي سبتمبر من ذلك العام، خسر في المباراة الأخيرة مع منتخب ألمانيا في بطولة الولايات المتحدة، إلا أنه حصل على تصفيق حار لمهنته الطويلة والرائعة في التنس. بعد تقاعده لعب لفرسك حريات فيلاندنيا وكذلك مركز علاج السرطان في بطولة التنس الأمريكية.

## أشهر أقوال أندريه أغاسي

هناك عدة طرق للحصول على القوة، وأحياناً تكون أفضل طريقة لذلك هي التحدث.  
ربما لا أعرف حتى الآن كيف أكون سعيداً وألعب بشكل جيد في نفس الوقت.  
كم هو جميل أن تحلم بينما أنت مستيقظ.  
هناك عدة طرق للحصول على القوة، وأحياناً تكون أفضل طريقة لذلك هي التحدث.  
ربما لا أعرف حتى الآن كيف أكون سعيداً وألعب بشكل جيد في نفس الوقت.  
كم هو جميل أن تحلم بينما أنت مستيقظ.  
هناك عدة طرق للحصول على القوة، وأحياناً تكون أفضل

احتفل عالم التنس بمرور 50 عاماً على مولد أحد أساطير اللعبة، الأمريكي أندريه أغاسي، الذي ولد في 29 أبريل/نيسان 1970، ومر بمراحل صعود وهبوط عديدة خلال مسيرة رياضية رائعة.

وتعرض أغاسي لموقف غريب قبل ظهوره الأول في بطولة نهائية لواحدة من البطولات الأربع الكبرى في 1990. حينها تصرّح أغاسي إلى الله قبل هذه المباراة ليس من أجل حصده لقبه الكبير الأول، لكن للحفاظ على سره المتعلق بارتداء شعر مستعار طويل، حيث تعرض لبعض التلطف واضطر إلى إصلاحه بسرعة باستخدام عدة دبليوس.

وكتب أغاسي في سيرته الذاتية التي نشرها في 2009 «شعري المستعار كان أشبه بسلسلة والشعر الطويل الغريب بالألوان الثلاثة كان أشبه بكرة حديدية تعلق بها».

## نبذة قصيرة للاعب موهوب بالفطرة «أغاسي»

أندريه أغاسي هو لاعب تنس أمريكي محترف، معروف في الأوساط العالمية من خلال ألقابه الثمانية في البطولات الكبرى (Grand Slam). كان أغاسي مهتماً بالتنس في سن مبكرة من طفولته وبدأ بالاحتراف في سن المراهقة. في الإسم الأولي من حياته المهنية رفض الإشتراك في بطولة ويمبلدون نتيجة قوانين البطولة، لكنه تراجع في وقت لاحق عن رايه وبدأ بالمشاركة في البطولات حيث استمر بالفوز بعدة ألقاب غراند سلام. امتدت مسيرة هذا اللاعب الاستطوري لعقدين من الزمن نال فيها العديد من الألقاب والأوسمة.

لا يزال حتى وقتنا الحالي مصدر الإلهام للاعبين التنس في جميع أنحاء العالم، لكنه اضطر في نهاية الأمر إلى التقاعد عن اللعب نتيجة تعرضه إلى مشاكل صحية في العمود الفقري بعد العديد من الإصابات.

## بدايات أندريه أغاسي

ولد أندريه كيرك أغاسي في شهر أبريل عام 1970 لوالديه المالك الأولمبي السابق إيمانويل مايك أغاسي من مدينة لاس فيغاس بولاية نيفادا في الولايات المتحدة الأمريكية ترك المدرسة في سنة الثالثة عشر من عمره والتحق بكلية نيك بوليتيري Nick Bollettieri للتنس في ولاية فلوريدا.

## إنجازات أندريه أغاسي

في عام 1986، أصبح اللاعب أندريه أحد لاعبي التنس المحترفين حيث لعب في مدينة كاليفورنيا بولاية كاليفورنيا. وفي عام 1987، حصل على نجاحه الأول في بطولة أمريكا المفتوحة التي أقيمت في جزيرة إيتاناريا في البرازيل، حيث نال على المرتبة الخامسة والعشرين في ترتيب اللاعبين على مستوى العالم. تبع هذا النجاح ستة انتصارات في عام 1988 مما ساهم في تثبيت مكانته في عالم التنس. وفي عام 1990، كان من ضمن فريق الولايات المتحدة الذي فاز بكأس ديفيس للتنس، وفي نفس العام حصل على كأس ماسترز للتنس. تعرض أغاسي لانتقادات شديدة لادانه بين عامي 1990 و1991، نتيجة خسارته بثلاث بطولات غراند سلام. لكن في عام 1992، أثبت أندريه جدارته أمام منتقديه بفوزه بأول لقب له في بطولة غراند سلام بعد فوزه في المباراة النهائية في ويمبلدون في مدينة لندن أمام منافسه الكرواتي غوران إيفانيسيفيتش.

في عام 1993، شارك في حدث سينسبذاتي ماسترز الذي يقام في الولايات المتحدة الأمريكية حيث فاز باللقب الفردي والزوجي إلى جانب اللاعب التشيكي بيتر كوردا. وفي عام 1994، فاز على نظيره الألماني مايكل شستينش في بطولة الولايات المتحدة المفتوحة.

صعد أندريه للمرة الأولى في مسيرته إلى المرتبة الأولى عالمياً بعد فوزه في بطولة أستراليا المفتوحة عام 1995، بالإضافة إلى حصوله على سبعة ألقاب وفوزه في نفس العام بثلاث بطولات في دوري الماسترز وهو عبارة عن تسعة بطولات سنوية تقام حصرياً في أوروبا وأمريكا الشمالية.

في عام 1996، فاز بالميدالية الذهبية في فئة فردي الرجال في الألعاب الأولمبية التي أقيمت في مدينة أتلانتا الأمريكية. لكن مرت مسيرته الرياضية في ركود في العام التالي حيث لعبه أربعة وعشرين مباراة فقط وذلك نتيجة إصابات المتكررة في المعصم، أدى ذلك إلى تراجع تصنيفه العالمي من المرتبة الأولى إلى المرتبة المائة والواحدة والأربعون.



## سامبراس و أجاسي... ثنائي هيمن على عالم التنس

من أفضل الثنائيات التي مرت على تاريخ التنس، هي المنافسة القوية بين الأمريكيين بيت سامبراس وأندريه أجاسي، اللذين وصلوا صدارة التصنيف العالمي في تسعينيات القرن الماضي. ونجح سامبراس في امتلاك الرقم القياسي كأكثر من أعلى صدارة التصنيف العالمي مع 286 أسبوعاً، قبل أن يحطم روجر فيدرر هذا الرقم، بينما تواجد أجاسي في الصدارة لمدة 101 أسبوع. وتتمتع الثنائي بأسلوب لعب وحالة مزاجية مختلفة، وتقابل 34 مباراة في الفترة ما بين عامي 1989 و2002، ونجح خلالها سامبراس في الفوز بـ 20 مباراة.

وفي بطولات الجرائد سلام، تقابل في 5 نهائيات، حسم منهم سامبراس 4 مباريات، وجاءت المواجهة الأولى في نهائي أمريكا المفتوحة عام 1990، وحينها كان أجاسي المرشح للفوز، ومع ذلك وصل سامبراس مسيرته المميزة بعد إقصاء إيفان ليندل وجون ماكنرو ليتغلب على أجاسي في النهائي. وجاءت المواجهة الثانية في نهائي الجرائد سلام بأستراليا المفتوحة 1995، وفاز حينها أجاسي في 4 مجموعات.

وفي واحدة من مواجهات الثنائي التي جاءت في ربيع نهائي أمريكا المفتوحة عام 2001، فاز سامبراس (6-7) و(7-6) و(7-6) ولم يتمكن أي لاعب من كسر إرسنال الآخر طوال المباراة.

أما آخر مباراة بينهما كانت في نهائي أمريكا المفتوحة 2002، وكانت المواجهة الأولى بينهما في نهائي البطولة منذ عام 1995 والذي حسمه سامبراس، وفاز سامبراس بذلك اللقاء والذي كان الأخير في مسيرته في الاحتراف، أما أجاسي اعتزل اللعب في 2006.

2006، تأهل بيكر للأوار الرئيسية للبطولة من الأدوار التمهيديّة، والتقى أجاسي في الدور الثالث للبطولة، وتغلب عليه في مباراة من 4 مجموعات لتكون آخر مباراة لأجاسي قبل اعتزاله اللعب. وأوضح بيكر الذي يعمل الآن مدرّساً بجامعة ميتشجن «كانت أول مشاركة لي في بطولة أمريكا المفتوحة، وكان أحد أحلامي هو مواجهة أجاسي مجدداً. وحدث هذا بهذه الطريقة. أمر هائل بالطبع». وأضاف بيكر «كانت ليتهمة، فوزي عليه كان خطاً سعيداً. بعد المقابلة التلفزيونية صادرت الملعب وأصبحت كل الأضواء مسلطة عليه». واعترف بيكر أن أجاسي كان المثل الأعلى له منذ الطفولة.

## سفيبولينا: أجاسي مثلي الأعلى..

### ورولان جاروس حلمي

كشفت الأوكرائية إيلينا سفيبولينا، المصنفة السادسة بين لاعبات التنس المحترفات، اليوم السبت، أنها تفضل اللاعب الأمريكي السابق، أندريه أجاسي.



بها كثيراً». وتطرق أجاسي للحديث عن مسيرته الثانية بعد اعتزاله التنس قائلًا: «بدأت أدير مؤسستي وأنشط في العمل الخيري، لدي روح قتالية، وساعدت نفسي في الإقلاع عن التدخين، كل هذا أعطاني الثبات للبدء في تصور ما أريد أن أكون الآن». وحتم أندريه: «التنس كان فرصة عظيمة ليحمل هذه المهمة حققة واقعة، لا أعرف لما لا يفعل الآخرون، باستثناء أي رياضة تستهلك الكثير». وكان نوفاك دجوكوفيتش المترقب على عرش التصنيف العالمي، قد توج مؤخرًا بلقب بطولة ويمبلدون المفتوحة للتنس ثالث بطولات غراند سلام.

و احتفظ الصربي نوفاك دجوكوفيتش المصنف أول بلقب بطولة ويمبلدون، حارماً السويسري روجيه فيدرر الثاني من إنجاز أن يصبح أكبر بطل في تاريخ الغراند سلام، وذلك بالفوز على الأحد بعد النهائي الأطول في تاريخ البطولة (7-6 (7-5) و6-1 و6-7 (7-4) و4-6 و13-12 (7-3) ورفع دجوكوفيتش رصيده إلى 5 ألقاب في البطولة الإنجليزية و16 في الغراند سلام بعدما أنقذ نقطتين في المجموعة الخامسة الحاسمة كاتلاً كلفينين بجعل فيدرر الذي يحتفل سبتمبر بميلاده 38، أكبر لاعب يتوج بلقب إحدى بطولات الغراند سلام. وأصبح دجوكوفيتش أول بطل يحتفظ بلقب الدورة الإنجليزية منذ عام 2015، حين حقق الصربي نفسه هذا الأمر بفوزه في النهائي على فيدرر بالذات للعام الثاني توالياً، حارماً الأخير من تعزيز رقمه القياسي كأكثر اللاعبين تتويجاً في ويمبلدون (8) والغراند سلام (20) على السواء. وبعد أن أصبح خلال النسخة الحالية من ويمبلدون أول لاعب أو لاعبة يحقق الفوز في 350 مباراة أو أكثر (353) في الغراند سلام وأول من يحقق 100 فوز أو أكثر (101) في البطولة الإنجليزية أو أي من البطولات الكبرى، كان فيدرر يعني النفس بتخطي رقم الأسترالي كين رزوول كأكثر بطل في تاريخ الغراند سلام (كان يبلغ 37 عاماً و62 يوماً حين توج عام 1972 ببطولة أستراليا)، لكنه سقط أمام دجوكوفيتش للمرة الخامسة توالياً و26 من أصل 48 مواجهة بينهما.

وكان نهائي الأحد جولة العام الماضي 2019 تاريخياً، ليس لأنه أصبح الأطول في تاريخ البطولة الإنجليزية وحسب بعدما استغرق 4 ساعات و57 دقيقة، متفوقاً على نهائي 2008 الذي فاز به نادال على فيدرر بالذات في 4 ساعات و48 دقيقة، بل لأنه حسم في المجموعة الخامسة بشوط فاصل بعد

وجاءت تصريحات صاحبة الـ 24 عاماً، خلال حوار صحفي، قبل مشاركتها في بطولة مدريد المفتوحة للتنس. وبدأت اللاعبة سعادتها بالمشاركة في البطولة، وأكدت أنها «بطولة رائعة ومنظمة بشكل مثالي... أستمتع بها كثيراً، لأن هناك الكثير من الأشخاص يتابعونها، والجمهور هنا عاطفته جياشة». ورداً على سؤال حول لاعبها المفضل، قالت «أندريه أجاسي هو مثلي الأعلى، لقد ترعرعت وأنا أشاهد مبارياته.. كنت أشاهده نادف في ملاعب كبيرة، وكان حلمي أن أصبح مثله، وأن أنافس العديد من الأشخاص، وأفوز ببطولات كبرى». ومن بين اللاعبين، أكدت أنها تحب البلجيكيين، كيم كلايسترز وجوستين هينين، وكذلك الشقيقتين الأمريكيتين سربينا ويليامز ونيكوليتا بيكر، عن أكثر البطولات التي ترغب في الفوز بها، هذا العام، أكدت سفيبولينا أنها تتطلع للتتويج بلقب رولان جاروس. وأوضح «إنها بطولة لها مكانة خاصة بالنسبة لي.. لقد بلغت فيها ربع النهائي مرتين، وفزت في فئة الشباب». وأضافت الأوكرائية «حين كنت صغيرة، كانت من بين البطولات القليلة التي تمكنت من متابعتها على شاشة التلفزيون، بسبب فارق التوقيت». وواصلت «التلفزيون الأوكرائي كان لديه حق البث لهذه البطولة فحسب، وشاهدت الكثير من المباريات.. إنني أحلم بالتتويج بها منذ زمن طويل». وعن ريفيقها العاطفي، لاعب التنس أيضاً، الفرنسي جابل مونفيس (32 عاماً والمصنف الـ 18 عالمياً)، أكدت أنه «لاعب عظيم حقق الكثير خلال مسيرته.. نتشاطر العديد من أمور التنس سوياً، وأتعلم منه الكثير».

## ورولان جاروس

واستمرت سفيبولينا «من الرائع أن تكون مع شخص يفهمك إلى حد كبير، ويعيش نفس موقفك، تحت ذات الضغط والشهرة». **أندريه أجاسي: «لم أتمنى مواجهة نوفاك دجوكوفيتش»** سئلت أسطورة كرة المضرب الأمريكي المعتزل، أندريه أجاسي عن اللاعب الذي كان يرغب في مواجهته خلال مسيرته مع عالم الكرة الصفراء. وأندريه أجاسي الفائز بثماني ألقاب في البطولات الأربع الكبرى «غراند سلام»، أشار إلى أنه لم يواجه الصربي نوفاك دجوكوفيتش المصنف الأول

ومنذ المواجهة الأولى بينهما وحتى نهائي أمريكا المفتوحة 1995، تعادل الثنائي في المواجهات المباشرة (8-8).

ومن نهائي أمريكا المفتوحة 1995 وحتى عام 1999، تفوق سامبراس في المواجهات (9-3) أمام أجاسي. وفي وقت اعتزال الثنائي، حمل سامبراس الرقم القياسي كأكثر من توج ببطولات الجرائد سلام بـ 14 لقباً محطماً رقم بورن بورج بـ 11 لقباً في العصر الحديث، وروي إيمرسون بـ 12 لقباً في كل العصور، إلا أن ذلك الرقم حطمه فيدرر بـ 20 لقباً، ونادل (19 لقباً) ودجوكوفيتش (17 لقباً).

أما أجاسي كان ثالث أكثر من توج بالألقاب في العصر الحديث، والخامس بشكل عام وقت اعتزاله، وكان ثاني لاعب بعد رود ليفر يتوج بكل ألقاب الجرائد سلام في العصر الحديث.

وبعد أجاسي من بين اثنين فقط تمكنوا من الفوز بكل بطولات الجرائد سلام إضافة إلى الذهب الأولمبي، إلى جانب نادال، أما سامبراس فشل في التتويج بلقب رولان جاروس، مكتفياً بالوصول إلى نصف النهائي.

## بيكر يتذكر ليلة سقوط أجاسي في بطولة أمريكا

أعرب نجم التنس الألباني السابق، بليا مين



بيكر، عن أسفه للدور لعبه في نهاية مسيرته الأسطورة الأمريكية أندريه أجاسي عام 2006. ويحتفل أندريه أجاسي، بعد غد الأربعاء، بعيد ميلاده الخمسين. وبهذه المناسبة، قال بيكر «ارتبكت قليلاً لأنه خسر أمامي، لم أستمع ثقيل هذه الحقيقة أنه خسر أمامي وليس أمام اندي روديك أو لاعب أكبر». وخلال بطولة أمريكا المفتوحة عام

## الاتحاد يعلن إصابة بنزيما ويحدد مدة غيابه عن الملاعب



أعلن نادي الاتحاد السعودي إصابة المهاجم الفرنسي كريم بنزيما، وذلك في بيان رسمي نشره يوم الاثنين. وقال النادي المنتمي إلى مدينة جدة إن بنزيما (35 عاما) تعرض لإصابة على مستوى عضلة الفخذ اليمنى خلال التدريبات الصباحية ليوم الاثنين، وسيحتاج إلى برنامج تأهيلي وراحة لمدة تصل إلى أسبوع.

وقرر بنزيما نفسه نجما فوق العادة في الموسم الجاري (2023-2024) من الدوري السعودي للمحترفين "دوري روشن" مع الاتحاد، عندما سجل 3 أهداف وقدم تمريرتين حاسمتين من 6 مباريات خاضها. وأسهم بنزيما في اعتلاء الاتحاد صدارة الدوري السعودي بمشاركة في تسجيل 5 أهداف، إذ يحتل "النمر" المركز الأول على اللوحة بواقع 18 نقطة من 6 انتصارات وخسارة وحيدة، بعد مرور 7 أسابيع من المسابقة.

وسيغيب بنزيما عن مواجهة الطود الثلاثاء 26 سبتمبر في دور الـ32 من كأس خادم الحرمين الشريفين، كما سيغيب أيضا عن مباراة الفجاء يوم 29 من الشهر ذاته بالجولة الثامنة من الدوري السعودي.

## رغم الانطلاقة القوية.. تشافي يبشر برشلونة بالمهاجم الجديد



يعمل تشافي هيرنانديز، مدرب برشلونة الإسباني، على تدعيم صفوف فريقه بكل الأرواق المتاحة، من أجل إعادته إلى سابق عهده والمنافسة على كل البطولات. وكان المدرب الشاب استل بطولته مع برشلونة مطلع العام الحالي، بالتوقيع بكأس السوبر الإسباني، قبل أن ينهي الموسم بطلا للدوري الإسباني بعد غياب 3 سنوات. وقام النادي الكتالوني بدعم صفوفه في الانتقالات الصيفية الأخيرة بالحدود من الصفقات المميزة، حيث قام بضم الألماني إريك غونترغان من مانشستر سيتي الإنجليزي، والإسباني إنيغو مارتينيز من أتلتيك بلباو الإسباني في صفتين مجتبتين، بينما ضم مواطنه أوريول روميو من جيرونا الإسباني مقابل 3.4 مليون يورو. بينما ضم برشلونة البرتغاليين جواو فيليكس من مواطنه أتلتيكو مدريد، وجواو كاستيلو من مانشستر سيتي على سبيل الإعارة، والذين قدما مستويات مميزة في انطلاقتها مع الفريق. ورغم تلك الصفقات المميزة، فقد فتح تشافي الباب أمام إمكانية استقدام المهاجم البرازيلي فيكتور روكي في سوق الانتقالات الشتوية في حقه المقبل، على الرغم من الوضع الاقتصادي الذي يمر به النادي الكتالوني. وقال مدرب برشلونة، في مؤتمر صحفي عشية مباراة الفريق أمام ماينوركا في الجولة السابعة من الدوري الإسباني: "تظل إمكانية ضم روكي في يناير قائمة"، وذلك رغم الإصابة التي تعرض لها اللاعب مؤخرا مع فريقه أتلتيكو برانابنسي البرازيلي. وكان المهاجم صاحب الـ18 عاما غادر مباراة فريقه أمام إنترناسيونال يوم الجمعة الماضي في الدوري البرازيلي بعد 11 دقيقة من انطلاقتها، بسبب تعرضه لالتواء في الكاحل، مما سيبعده عن الملاعب لنحو 8 أسابيع. وعلى الرغم من أن إصابة فيكتور روكي أفلقت برشلونة في البداية، ولم تكن تدعو للتفكير، فإن الفحوصات أكدت أنه لن يخضع لجراحة. وقال تشافي في هذا الصدد: "لقد تحدثت مع الأطباء بشأن إصابته، وأكدوا أنه لن يحتاج لعملية جراحية، وسيخضع للعلاج فقط كي يتعافى بشكل جيد". يذكر أن برشلونة تعاقب مع فيكتور روكي في جويلية الماضي، بعد مبتدئ لـ6 أعوام لتقطع الطريق أمام الأندية الراغبة في ضمه، على أن ينتقل إلى الفريق في 2024.

# ليفربول يجدد عقد لاعبيه اليوناني تسيميكاس

وبلهجة المدينة. وأعلن النادي في بيان رسمي عبر موقعه عن تجديد عقد اللاعب، قائلا: "نرحبنا بالإعلان أن كوستاس تسيميكاس وقع عقدا جديدا طويلا الأمد مع ليفربول".

ومن جانبه، قال تسيميكاس لموقع النادي: "الشعر بسعادة بالغة لوجودي هنا، ولتمديد عقدي. أشعر أن كل التضحيات والعمل الذي قمت به بدأ يؤتي ثماره. هذا يقيني متحمسا تماما لما هو قادم. كما قلت في العديد من المقابلات، هذا الفريق لديه الكثير والكثير من الأثياف لتحقيقنا معا وأردت أن أكون جزءا منه منذ البداية الأولى".

وأضاف اللاعب البالغ من العمر 27 عاما: "المزيد من النجاح والمزيد من العمل والمزيد من البطولات. بالنسبة لي، الشيء الأكثر أهمية هو الفوز بالألقاب، والالتزام في كل موقف، وأن أكون جزءا من كل هذا".

واختتم الدولي اليوناني حديثه قائلا: "أعتقد أن هذا الفريق لديه إمكانيات كبيرة جدا للفوز بالمزيد من الألقاب وسنستمر لتحقيق ذلك. أعتقد أن الجميع جاهزون بنسبة 100% ويركزون على المباريات المقبلة والجميع مستعدون لتحقيق أشياء كبيرة في المستقبل".

جدير بالذكر أن تسيميكاس قد انضم إلى صفوف الرينز في أوت عام 2020 قادما من نادي أولمبيكوس اليوناني، في صفقة بلغت قيمتها 13 مليون يورو. وشارك الظهير في 63 مباراة منذ انضمامه إلى كتيبة بورغن كلوب، ونجح في تقديم 12 تمريرة حاسمة لزملائه، لكنه لم يسجل أول أهدافه الرسمية بقميص اليفر حتى الآن.



وأعلن نادي ليفربول الإنجليزي رسميًا اليوم الاثنين، أن لاعب الفريق الأول لكرة القدم الدولي اليوناني كوستانتينوس تسيميكاس، قد وقع على عقد جديد طويل الأمد مع النادي.

ونشر ليفربول مقطع فيديو للاعبه عبر حسابات النادي الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي، مصحوبًا بعبارة: "سكاوزر يوناني" في إشارة إلى ارتباط اللاعب بليفربول

## بسبب دي يونغ.. برشلونة يضع بيدري على «خط النار»



مدرب برشلونة، غييرمو سولير، في تصريح صحفي يوم 22 أكتوبر المقبل، في الجولة العاشرة من الدوري الإسباني. بعد ذلك سيحصل بيدري على المزيد من الدقائق خلال مواجهة شاختار دونيتسك الأوكراني، بعد 3 أيام، في الجولة الثالثة من مجموعات دوري أبطال أوروبا. وسيكون التحدي الأكبر لبيدري هو قدرته على المشاركة في مباراة الكلاسيكو يوم 28 أكتوبر لتشرين الأول، لا سيما وأنها ستكون

تسببت الهولندي فرنكي دي يونغ، لاعب وسط برشلونة الإسباني، في فرار جديد من النادي الكتالوني تجاه لاعبه الإسباني بيدري. وتعرض دي يونغ للإصابة خلال فوز برشلونة على سيلتا فيغو بنتيجة 3-2، يوم السبت الماضي، على ملعب لويس كومبانيس، في الجولة السادسة من الدوري الإسباني. وأكدت الفحوصات التي أجريت بعد المباراة أن دي يونغ يعاني من إصابة في الكاحل ستسبب في غيابه عن برشلونة لفترة تتراوح من 5 إلى 7 أسابيع على أقل تقدير. ولن يكون دي يونغ قادرا على العودة إلى برشلونة، عندما يواجه غريمه التقليدي ريال مدريد، يوم 28 أكتوبر لتشرين الأول المقبل، في الجولة الـ11 من الدوري الإسباني.

إصابة دي يونغ صفت من أزمة برشلونة في وسط الملعب، لا سيما في ظل غياب لاعب الوسط الأخرى الإسباني بيدري، والذي يغيب منذ أوت الماضي بسبب الإصابة أيضا.

موقع «fcbarnonoticias» المهتم بأخبار برشلونة أكد أن النادي الكتالوني قرر تسريع عملية عودة بيدري إلى الملاعب، بسبب الإصابة التي تعرض لها دي يونغ. وبحسب الموقع الإسباني، فإن عودة بيدري كان من المفترض أن تكون في منتصف شهر أكتوبر المقبل على أقل تقدير، غير أن برشلونة يرغب في التحليل تلك العودة.

ويحفظ النادي الكتالوني لزيادة الاحمال حتى يعود بيدري خلال فترة التوقف الدولي المقبلة، والتي ستكون قبل النصف الثاني من شهر أكتوبر المقبل. الإسباني تشافي هرنانديز،

## بيرهوف يثق في نجاح ناغلسمان مع المنتخب الألماني

استمر طوال 18 عاما، وذلك عقب الخروج من دور المجموعات بكأس العالم. وجرى توزيع المهام التي كان يتولاها بيروهوف على أكثر من شخص، ويشترك في القيام بها فولر وكذلك أندرياس ريتنج المدير الإداري الجديد. ويستهل المنتخب الألماني مشواره تحت قيادة ناغلسمان عبر المباراتين الوديعتين المقررتين أمام الولايات المتحدة والمكسيك يومي 14 و17 أكتوبر المقبل، على الترتيب.

دور المجموعات بكأس العالم 2022 في قطر، وعدم تحقيق أي فوز خلال آخر خمس مباريات تحت قيادته. وقال بيروهوف إن تولي تدريب منتخب وطني يختلف عن تدريب أحد الأندية، لكنه يثق في ناغلسمان البالغ من العمر 36 عاما. وأضاف بيروهوف أن ناغلسمان سيحظى بدعم جدي من جانب رودولف فولر المدير الرياضي للاتحاد الألماني. وكان بيروهوف قد رحل عن الاتحاد الألماني في ديسمبر الماضي بعد عمل

قال أوليفر بيروهوف المدير السابق للمنتخبات في الاتحاد الألماني لكرة القدم "جوليان واحد من أبرز المدربين الألمان، لا شك في هذا. كل خير يعرف أنه مستعد بالتأكيد وأنه مدرب جيد". وأعلن الاتحاد الألماني يوم الجمعة الماضي تعيين ناغلسمان، المدرب السابق لوفنهايم ولانزوغ وبارن ميونخ، منيرا فنيا للتحقق خلفا لهانزي فليك الذي أقبل من المنصب بسبب سلسلة من النتائج المتواضعة، منها خروج المنتخب من



# كبار البريميرليغ يبدؤون غمار المنافسة على كأس الرابطة

## «فضيحة الشهر».. كوارث تشيلسي تهدد جائزة عمرها سنوات بالإلغاء



بقت إحدى الجوائز التي مُنحت في نادي تشيلسي الإنجليزي منذ سنوات مهددة بالإلغاء، بسبب النتائج السلبية التي يعاني منها الفريق مؤخرا.

تشيلسي دخل الموسم الجديد 2023-2024 على أمل إغلاق الموسم الكارثي الماضي 2022-2023 والدخول في حقبة جديدة تحت قيادة المدرب الجديد الأرجنتيني ماوريسيو بوكيتينو، بعد تدعيم صفوف الفريق بالعديد من اللاعبين.

ولكن على الرغم من الإنفاق الضخم على الصفقات الجديدة، إلا أن أداء تشيلسي كان ضعيفا، ليقع حاليا في المركز الـ14 في جدول ترتيب البريميرليغ، بعدما أنهى الموسم الماضي في المركز الـ12. وجاء الفوز الوحيد لتشيلسي في الدوري الإنجليزي هذا الموسم على ملعب «ستامفورد بريدج» أمام لوتون تاون الصاعد حديثا، مقابل هزائم وتعاديلين، ليجمع 5 نقاط فقط من 6 مباريات. وتعرض «البلوز» للخسارة الثالثة، الأحد، على ملعب «ستامفورد بريدج» أمام أستون فيلا، الذي صعد إلى المركز السادس بفضل هدف أولي واتكنز.

وفشل الفريق اللندني في تسجيل أي هدف للمباراة الثالثة على التوالي، بعد الهزيمة أمام توتنهام فورست 0-1، والتعادل 0-0 مع بورنموث يومي 2 و17 سبتمبر الجاري.

وأصبح تشيلسي معرضا الآن لإلغاء التصويت على جائزة هدف الشهر لشهر سبتمبر، خاصة أن الفريق لم يسجل أي هدف هذا الشهر، وبالتالي لا يوجد ما يمكن وضعه في قائمة التصويت للمشجعين. لكن لا يزال لدى تشيلسي مباراة واحدة أخرى قبل دخول شهر أكتوبر المقبل، ولكن ذلك سيكون ضد برايتون في كأس رابطة المحترفين يوم الأربعاء المقبل. وستمثل تلك المباراة الضحية أمام برايتون الفرصة الأخيرة أمام تشيلسي للتعويض عن الشباك، بعد 3 مباريات كانت كل المحاولات فيها فاشلة.

## نجم نيوكاسل مطلوب في الدوري السعودي



قالت شبكة توك سبورت (talkSPORT) البريطانية يوم الإثنين، إن هناك 3 أندية من الدوري السعودي للمحترفين «موري روشن» يتنافسون للتعاقب مع مهاجم نيوكاسل يونايتد، كالوم ويلسون (31 عامًا). وكان ويلسون جدد تعاقده مع نيوكاسل يونايتد منتصف سبتمبر الجاري، إلى صيف 2025، ومع ذلك، فإن مستقبل اللاعب المخضرم قد يبدو خارج أسوار ملعب (سفات جيمس بارك) عطفًا على الاهتمام السعودي المتصاعد. من المعلوم أن ملكية نيوكاسل التت إلى صندوق الاستثمارات العامة السعودي (PIF) منذ عام 2021 مقابل 415 مليون دولار، وقد تأسست العلاقات بين المملكة والنادي عندما وقع عقد رعاية مع شركة (صلة) السعودية قبل أشهر. أندية الدوري السعودي حصلت بالفعل على نجم من نيوكاسل يونايتد بعد انتقال ملكية النادي الملقب بالـ(ماغينيس) إلى صندوق الاستثمارات العامة، عندما تعاقده الأمل مع الفرنسي الآن سان ماكسيمين الصيف الماضي. لم يحدد المصدر أسماء الأندية السعودية الثلاثة المهمة بالتعاقب مع ويلسون، غير أنه ذكر اسم نادي القادسية الذي ينقل في الدرجة الثانية، والذي يتولى أسطورة كرة القدم الإنجليزية روبي فالور منصب مدير كرة القدم فيه. ينشط ويلسون مع نيوكاسل منذ صيف 2020 عندما وقع من بورنموث مقابل 22 مليون يورو، وقد سجل في الموسم الحالي من الدوري الإنجليزي الممتاز 4 أهداف من 6 جولات، ويمتلك إجمالاً 42 هدفا من 89 مباراة بكل البطولات.

دوري أبطال أوروبا. وسيحاول يونايتد استغلال عملي الأرض والجمهور لمصاحبة جماهيره، قبل استضافة كريستال بالاس بالذات السبت المقبل في الدوري المحلي. وتبرز قمة نيوكاسل ومانشستر سيتي الأربعاء في ختام مباريات الدور الثالث. وضرب نيوكاسل بقوة في مباراته الأخيرة في الدوري عندما سحق مضيفة شيفيلد يونايتد بثماتية أهداف نظيفة، لكن مهمته أن تكون سهلة أمام مانشستر سيتي الذي يعرّج خارج السرب في الدوري حيث يتصدر بالعلامة الكاملة في ست مراحل. والتقى الفريقان في 19 أغسطس الماضي في المرحلة الثانية من الدوري وفاز سيتي بصعوبة 1-0. ويخوض ليفربول، المظرد المياشر لسيتي في الدوري، اختبارا سهلا نسبيا أمام ليدستر سيتي من التشارمبيونشيب (المستوى الثاني)، ساعيا إلى فوزه السابع تواليا في مختلف المسابقات.

### مهمة سهلة

ويحل أرسنال ضيفا على جاره برنتفورد المتواضع في مهمة في المتناول بالنظر إلى النتائج المخيبة لأصحاب الأرض الذين لم يتدقوا طعم الانتصارات في مبارياتهم الأربع الأخيرة. وسيحاول رجال المدرب الإسباني ميكل أرتيتا استعادة التوازن بعد التعادل المخيب أمام الجار اللندني الآخر توتنهام 2-2 في الدوري بعدما تقدموا مرتين. وتبرز أيضا قمة تشيلسي المترجع أداءه وانتعج في الدوري أمام مضيفة المتألق برايتون ثالث البريميرليغ. ويحل رجل المدرب الأرجنتيني ماوريسيو بوكيتينو المركز الرابع عشر بفوز واحد وتعاديلين وثلاث هزائم أخرى على أرضه أمام أستون فيلا 0-1، علما أنهم لم يحققوا الفوز في المباريات الثلاث الأخيرة. ويتلقى أستون فيلا مع إيفرتون في مواجهة لا تخلو من أهمية، ويتلقى بورنموث مع ستوك سيتي (المستوى الثاني)، وفولهام مع نوريتش سيتي (المستوى الثاني)، ويحل وست هام يونايتد ضيفا على ليتكون سيتي (المستوى الثالث).



توتنهام وتوتنهام فورست وشيفيلد يونايتد خالي الوفاض.

### الدفاع عن اللقب

يستهل مانشستر يونايتد حملة الدفاع عن لقبه بمواجهة كريستال بالاس في واحدة من ست مواجهات بين أندية الدوري الممتاز. وكان يونايتد توج باللقب الموسم الماضي بفوزه على نيوكاسل بهدفين نظيفين. ويحل الشياطين الحمر في المباراة بمعنويات عالية نسبيا بعد استعادتهم للنعمة الانتصارات بالفوز على المضيف بيرنلي 1-0 السبت وذلك بعد ثلاث هزائم متتالية في مختلف المسابقات آخرها أمام بايرن ميونخ الألماني 3-4 في الجولة الافتتاحية لدور المجموعات لمسابقة

## أرسنال يتلقى دفعة معنوية قبل مواجهة بورنموث



تلقي نادي أرسنال الإنجليزي دفعة معنوية قبل مباراته المقبلة بنهاية هذا الأسبوع أمام نادي بورنموث في الدوري، والتي تأتي بعد تعادل الفريق مع غريمه توتنهام هوتسبير بهدفين لمثليهما أمس الأحد في ديربي لندن. وكتفى كل من الغارز والسبيرز باقتسام نقاط المباراة بعدما فزطت كتيبة ميكل أرتيتا في ثلاث نقاط كانت في المتناول، لولا الهفوات الدفاعية والإصابات، حيث تعرض الوافد الجديد ديكلان رايس لإصابة في ظهره دفعت أرتيتا لاستبداله بين شوطي المباراة. وأكد أرتيتا في المؤتمر الصحفي عقب المباراة أن رايس يشعر بألم في ظهره ليتم استبداله وإدخال جورجينو، ليرتكب الأخير خطأ فادحا منح الضيوف هدف التعادل. لكن وقتا لسا أفادت به تقارير صحفية بريطانية، فإن إصابة اللاعب البالغ من العمر 24 عامًا ليست خطيرة إذ عانى من تشنج في الظهر فقط، ومن المتوقع أن يعود للمشاركة أمام بورنموث يوم السبت القادم. ويرغب أرتيتا في تجنب المفاجآت في الفترة المقبلة، حيث يعاني الفريق بالفعل من عدة إصابات، أبرزها إصابة الظهير الهولندي بورين تيمبر بقطع في الرباط الصليبي، كما يقب عن الفريق أيضا كل من غابرييل مارتينيلي ولياندرو تروسادو وتوماس بارتي.

سيلعب النادي اللندني 4 مباريات في الأيام الـ13 المقبلة، ما سيدفع المدرب الإسباني للسدورة في المباراة الأقل أهمية، وهي مباراة التور الثالث لكأس البطولة الإنجليزية ضد برينتفورد يوم الأربعاء، حيث إنه من غير المرجح أن يخاطر باللاعبين الأساسيين في الفريق الأول.

## مانشستر يونايتد يجهز خطة طوارئ لترميم مركز الحراسة في الشتاء

زمت وسائل إعلام، الإثنين 25 سبتمبر /الزل، أن حارس المرمى السلوفيني لفرانكو كوشتيتش قد يتركه نادي أرسنال في سوق الانتقالات الشتوية المقبلة طبقا لفادة من منصة فيتافس (fichajes) الإسبانية، فلن مانشستر يونايتد قد يجهز خطة لترميم مركز حراسة المرمى في الشتاء، بعد الانطلاقة المخيبة لحارس مرماه الجديد، الكاميروني أندريه أونانا. وأظهر أونانا (27 عامًا) مستويات باهتة مع (الشياطين الحمر) بتلقيه 10 أهداف من 6 جولات في الدوري الإنجليزي الممتاز، ما أدى إلى تراجع الفريق إلى الترتيب التاسع على التالفة بواقع 9 نقاط حسب المصدر، منح أوبلاك إدارة مانشستر يونايتد الضوء الأخضر لمباشرة المفاوضات مع نظيرتها في التكتيكو مدريد، لرغبة الحارس صاحب الـ56 مباراة دولية في حوض تجربة احترافية جديدة.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة الاتصال

إعلان

تحت إشراف رئاسة الجمهورية السيد عبد المجيد تبون، وبمناسبة اليوم الوطني للصحافة الموافق لـ 22 أكتوبر من كل سنة، تعان وزارة الاتصال، عن تنظيم الطبعة التاسعة لجائزة رئيس الجمهورية للصحفي المحترف.

تتمحور مواضيع هذه الطبعة حول أحد المواضيع التالية:

- «الجزائر الجديدة وإشكالية الأمن الغذائي والمائي»
- «الجزائر الجديدة: تمكين الطاقات الشبابية والشواتر الإبداعية»
- «الأمن الطاقي وأبعاده الجيو سياسية»

تهدف هذه الجائزة إلى تشجيع وترقية الإنتاج الصحفي الوطني بكل أشكاله وإلى التحفيز على التميز والإبداع والاحتراف، والتأسيس لقائمة الاستحقاق وكذا مكافأة أحسن الأصنام الصحفية المنجزة إما فرديا أو جماعيا ذات الصلة بالمواضيع المقترحة.

ويهدف، بفعل باب الترشح للراغبين في المشاركة حسب الفئات التالية:

- الإعلام المكتوب: المذلل، الروبوتاج، التحقيق، التحليل.
- الإعلام التلفزي: الروبوتاج، التحقيق، التوثيق.
- الإعلام الإذاعي: الروبوتاج، التحقيق.
- الإعلام الإلكتروني: الأبحاث التي تم نشرها عبر المواقع الإلكترونية.
- التصوير: الصورة الفوتوغرافية، الرسم الصحفي أو الكاريكاتور.

شروط المشاركة:

- أن تكون الأعمال المرشحة للجائزة قد نشرت أو بثت خلال الفترة مابين 22 أكتوبر 2022 و 10 أكتوبر 2023.
- أن يكون المترشح من جنسية جزائرية.
- أن يثبت ممارسة المهنة في وسيلة إعلامية لمدة ثلاث سنوات على الأقل.
- أن لا يكون عضوا في لجنة التحكيم.
- يمكن المشاركة في الجائزة بشكل فردي أو جماعي.
- لا يمكن للمترشح أن يشارك بأكثر من عمل واحد في إحدى الفئات المبينة أعلاه.
- يمكن للمترشح في فئة الصورة أن يشارك بأكثر من عمل.
- لا يمكن للفائزين بجائزة الصحفي المحترف المشاركة في المسابقة بمنتجاتها إلا بعد مرور مدة ثلاث سنوات عن تتويجهم.

يكون ملف الترشيح من:

- 03 نسخ من الأعمال المشاركة بها،
- نسخة من بطاقة الهوية،
- نسخة من البطاقة المهنية،
- شهادة عمل تثبت خبرة ثلاث سنوات المنصوص عليها،
- إستمارة الترشيح التي يمكن تحميلها من موقع الوزارة: <https://ministerecommunication.gov.dz>

ترسل ملفات المشاركة إلى رئيس لجنة التحكيم لجائزة رئيس الجمهورية للصحفي المحترف، عن طريق البريد العادي على العنوان التالي: وزارة الاتصال، صندوق بريد رقم 474، بن مراد رايس، الجزائر، أو تودع بقصر وزارة الاتصال، المكتب رقم 701 لقطاع السنج.

كما يمكن إرسال الملفات عبر البريد الإلكتروني على العنوان التالي: [Prxidupresident@ministerecommunication.gov.dz](mailto:Prxidupresident@ministerecommunication.gov.dz)  
آخر أجل لاستلام الملفات يوم 10 أكتوبر 2023.

ANEP GRATUIT | يومية " الجزائر ماتش " العدد: 1090 بتاريخ 27 سبتمبر 2023

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة النقل

مديرية النقل لولاية توفرت

إعلان عن توظيف

يعلن مدير النقل لولاية توفرت عن فتح مسابقة على أساس الشهادة للانتعاك بالرتب المبينة أدناه بعنوان سنة 2023:

الترشيح	شروط الالتعاك	الرتبة	نقط التوظيف
01	مترشحي العائزين على شهادة مهندس دولة في الطيران المدني والأرصاد الجوية، أو شهادة معادلة لها.	مهندس دولة في الطيران المدني والأرصاد الجوية	مسابقة على أساس الشهادة
02	مترشحي العائزين على شهادة مهندس دولة في النقل البري، أو شهادة معادلة لها.	مهندس دولة في النقل البري	
01	مترشحي العائزين على شهادة مهندس دولة أحد الاختصاصات: 1- فرع الهندسة المدنية (جميع الاختصاصات)، 2- فرع العمران، 3- فرع تهيئة (عمران وتهيئة حضرية، تسيير المدن والتنمية المستدامة)، 4- فرع تهيئة الإقليم (تهيئة الإقليم وإدارة المخاطر الكبرى، تهيئة وتنمية المناطق الريفية خر خطية، تخطيط إقليمية ونظام المعلومات الجغرافية المخاطر الطبيعية تهيئة العمران) 5- فرع جغرافيا وتهيئة الإقليم (تهيئة المدن، تهيئة وعمران فرع التهيئة الحضرية، فرع التقنيات الحضرية، تهيئة المناطق الريفية والتنمية المستدامة) 6- فرع تسيير التقنيات الحضرية (الإدارة البيئية والتنمية المستدامة، تسيير المدن، إدارة المخاطر الطبيعية في الوسط الحضري، المدينة وحركة المرور في المدن تسيير المدن والتنمية المستدامة) 7- فرع تهيئة حضرية (المدينة ومشروع حضري) 8- فرع تهيئة (إدارة التهيئة) 9- فرع علوم الأرض (التهيئة الإقليمية والتنمية المستدامة، البيئة الجغرافية، هيدروجيولوجيا، تهيئة الإقليم). مهندس دولة في المنشآت التقنية وتجهيز المباني أو شهادة معادلة لها.	مهندس دولة في السكن والعمران	
01	مترشحي العائزين على شهادة مهندس دولة في الإعلام الآلي أو شهادة معادلة لها.	مهندس دولة في الإعلام الآلي	
06	مترشحي العائزين على شهادة مهندس دولة في النقل البري والتسيير في اختصاصات المعقول والعلوم الإدارية والعلوم الاقتصادية والنقل البري أو شهادة معادلة لها.	مفتش رئيسي في النقل البري	
05	مترشحي العائزين على شهادة الدراسات الجامعية التطبيقية المسلمة من طرف جامعة التكوين المتواصل أو شهادة تقي سام في التخصصات الآتية: - إعلام أو للتسيير - تسيير وإقتصاد المؤسسات - المحاسبة والمالية - المحاسبة والتسيير - القانون العقاري - التسيير العمومي - قانون الأعمال - قانون العلاقات الاقتصادية الدولية - تجارة دولية - التسويق - تسيير الموارد البشرية - علم النفس.	معلق رئيسي لإدارة	
01	مترشحي العائزين على الملفات في التخصصات التالية: شهادة الدراسات الجامعية التطبيقية المسلمة من طرف جامعة التكوين المتواصل في الإعلام الآلي شهادة تقي سام في الإعلام الآلي شهادة مديرج مغل المسلمة من طرف المؤسسة الوطنية لتنظيم الإعلام الآلي، شهادة تقي سام في الشبكات والأنظمة المعلوماتية، شهادة تقي سام في صيانة تجهيزات الحاسوب.	تقي سام في الإعلام الآلي	
01	مترشحي العائزين على الملفات في التخصصات التالية: شهادة الدراسات الجامعية التطبيقية المسلمة من طرف جامعة التكوين المتواصل في المحاسبة أو في المحاسبة والتسيير المالي للمؤسسات أو في المحاسبة والتسيير أو في المحاسبة والمالية. شهادة تقي سام في تسيير المخزونات أو في المحاسبة أو في المحاسبة والتسيير أو في المحاسبة والمالية شهادة الاقتصاد والمقانون.	محاسب إدارة رئيسي	

يحتوي ملف الترشيح على الوثائق التالية:

- طلب خطي للمشاركة في المسابقة يحمل عنوان ورقم هاتف المترشح.
- شهادة عمل تثبت الخبرة المهنية المكتسبة له صلة مع منصب العمل المراد شغفه، ومؤشر عليها من قبل هيئة الضمان الاجتماعي بالنسبة للخبرة المكتسبة في القطاع الخاص.
- نسخة من المؤهل أو الشهادة المطلوبة مرفقة بكشف النقاط المنعلق بالمسار الدراسي أو التكويني.
- شهادة تثبت هذه العمل المؤدى من طرف المترشح في إطار جهازي الإبداع المهني والاجتماعي للشباب حاملي الشهادات (مرفقة بعقد الإدماج) عند الاقتضاء.
- مع صورة شخصية.
- شهادة الإلمام بالقديم الولاية.

✦ بالنسبة لرتبة تقي سام يجب إرفاق الملف بكشف نقاط المسار التكويني وشهادة مدرسية (03 ثانوي)، وإثبات مدة التكوين المتبع.

✦ تودع الملفات كاملة لدى مديرية النقل لولاية توفرت خلال خمسة عشر (15) يوم عمل ابتداء من أول ظهور الإعلان في البويعات الوطنية.

✦ يتعين على المترشحي الناجحين في رتبة مفتش رئيسي في النقل البري متابعة تكوين تخصصي بالمدرسة الوطنية لتطبيق تقنيات النقل البري بباننة، خلال فترة تريض لمدة تسعة (9) أشهر.

✦ يتعين على المترشحي الناجحين جانبا، قبل تعيينهم استكمال مفهم الإداري بالوثائق التالية:

- نسخة من شهادة إثبات الوضعية تجاه الخدمة الوطنية.
- شهادة طبية.
- صورتان (2) شمسيتان.
- شهادة عالية بالنسبة للمترشحي المترشحين.

ANEP réf.2330003036 | يومية " الجزائر ماتش " العدد: 1090 بتاريخ 27 سبتمبر 2023



الجزائر ماتش

الثابت: 023346674

الجوال: 0555879734

البريد الإلكتروني: CONTACT@ALGERIEMATCH.DZ

الموقع الإلكتروني: www.algeriematch.dz

من أجل اشهاركم توجهوا الى:

المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والاشهار وكالة ANEP،

المتواجدة بـ 01 نهج باستور-الجزائر.

الهاتف الثابت: 021 73 71 28

/ 021 73 76 78 / 021 74 99 81

الفاكس: 021 73 95 59

البريد الإلكتروني: agence.regie@anep.com.dz

programmation.regie@anep.com.dz

الموقع الإلكتروني: www.algeriematch.dz

## الأسوأ منذ 45 عاما..

# ما هي أسباب انتكاسة تشيلسي المستمرة؟

كيف يمكن المقارنة بين بوكيتينو ومدربي تشيلسي الآخرين؟

أخفق بوكيتينو في تحسين المسيرة السلبية التي بدأها تشيلسي تحت قيادة غراهام بوتز، واستمرت تحت قيادة المدرب المؤقت فرانك لامبارد، ففي أول 6 مباريات مع المدرب الأرجنتيني في الدوري الإنجليزي الممتاز، سجل «البلوز» 5 أهداف فقط، وفاز مرة واحدة مقابل الخسارة 3 مرات. ويعد ذلك أفضل قليلاً من الولاية الثانية التي قضاها لامبارد على رأس الفريق بعد عودته، والتي شهدت تسجيل 7 أهداف والحصول على 4 نقاط في أول 6 مباريات، قبل أن يحتل المركز 12. أما بوتز فقد سجل الفريق تحت قيادته 9 أهداف وحصد 11 نقطة في أول 6 مباريات له. بينما حصل توماس توخيل، الذي فاز بـ3 ألقاب خلال فترة ولايته في ستامفورد بريدج، على 14 نقطة في أول 6 مباريات له في الدوري الإنجليزي الممتاز، ومع ندرة الأهداف التي تعيق تقدم فريق بوكيتينو حالياً، يأمل المدرب البالغ من العمر 51 عاماً في حل تلك الأزمة بأسرع وقت لقلب الأمور.

ماذا بشأن كل الأموال التي أنفقها تشيلسي على الصفقات؟

أنفقت مجموعة «كونسورتيوم كليرليك كابيتال» التابعة للأمريكي تود بولي مالك تشيلسي، أكثر

حصد تشيلسي 5 نقاط فقط من أول 6 مباريات في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم، وهي أسوأ بداية له في الموسم منذ عام 1978. وتوكت خسارة تشيلسي أمام أستون فيلا 0-1، يوم الأحد، السيفري في المركز الـ14. جدول ترتيب البريميرليغ، لتتد مسيرته الخالية من الفوز إلى 3 مباريات في شهر سبتمبر الجاري، دون أن يسجل أي هدف.

وفي ضوء ذلك، سلطت وكالة الأنباء البريطانية «PA»، الضوء على الأسباب الكامنة وراء مشاكل الفريق اللندني خلال الفترة الحالية. عانى فريق تشيلسي الشاب بقيادة المدرب الأرجنتيني ماريو بوكيتينو من المشاكل في البداية، حيث جاء فوزه الوحيد في الدوري الإنجليزي أماما لوتون الصاعد حديثاً بنتيجة 3-0.

وأهدر مهاجمو تشيلسي العديد من الفرص المحققة أمام المرمى، كما أن المهاجم الجديد نيكولاس جاكسون أضاع 7 فرص مؤكدة في 6 مباريات، مكتفياً بتسجيل هدف واحد فقط. وأظهر «البلوز» علامات واعدة لاستضافة في بعض الأحيان، لكن الأخطاء الفردية والتغييرات المشكوك فيها في التشكيل ستزيد الضغط على بوكيتينو، الذي كان يتوقع أن يسلك مساراً مغايراً تماماً بعد إنشاق الفريق أكثر من مليار جنيهه استرليني على تدعيم صفوفه منذ ماي 2022.

من 450 مليون جنيهه استرليني على الصفقات هذا الصيف، ليحطم النادي الرقم القياسي في سوق الانتقالات على مستوى بريطانيا مرتين منذ يناير/كانون الثاني الماضي.

وأبرم تشيلسي عدة تعاققات أبرزها ضم لاعبي خط الوسط إنزو فرنانديز ومويسيس كايسيدو، حيث كلف اللاعب الإكوادوري خزائن النادي نحو 115 مليون جنيهه استرليني قادماً من صفوف برايتون، ليصبح أعلى لاعب في تاريخ الدوري الإنجليزي، لكن جاءت بداية كايسيدو متباينة في ستامفورد بريدج، وظهر بأداء سيء في أول براتون في الدور الثالث لكأس رابطة المحترفين الإنجليزي (كأس كارابو) يوم الأربعاء، وديربي غرب لندن أمام فولهام في ملعب «كرايفن كوتاج» -بالدوري الإنجليزي- يوم الإثنين المقبل. وتشمل المهمة الصعبة لتشيلسي اللعب أمام كل من أرسنال وتوتنهام ومانشستر سيتي المقبلة في البريميرليغ.

وبالتالي سيحتاج الفريق اللندني إلى تحسين مستواه إذا لم يرغب في الابتعاد أكثر عن سباق التأهل لبطولة دوري أبطال أوروبا للموسم الثاني على التوالي، بعدما احتل المركز الـ12 في الدوري الإنجليزي خلال الموسم الماضي 2022-2023.

## صدامات نارية مرتقبة في كأس الرابطة الإنجليزية

يبدأ كبار الدوري الإنجليزي الممتاز، وأبرزهم مانشستر سيتي بطل الدوري وأوروبا ومانشستر يونايتد حامل اللقب وأرسنال وليفربول، غمار المنافسة على لقب كأس الرابطة الأندية الإنجليزية المحترفة في كرة القدم، يومي الثلاثاء والأربعاء بخصومهم الدور الثالث، وفضلاً عن الرباعي سيتي ويونايتد وأرسنال وليفربول، يبدأ كل من نيوكاسل (الوصيف) وبرايوتون وأستون فيلا ووست هام يونايتد مشوارهم في المسابقة. وشاركت الأندية الـ12 الأخرى في البريميرليغ اعتباراً من الدور الثاني، وبقي منها تسعة فقط؛ هي وولفرهامبتون وكريستال بالاس ولوتون تاون وبورنموث وبرينتفورد وإيفرتون وبيرنلي وتشيلسي وفولهام، فيما خرج كل من توتنهام ونوتينغهام فورست وشيفيلد يونايتد حملة الدفاع الوفاض، ويستهل مانشستر يونايتد حملة الدفاع

عن لقيه بمواجهة كريستال بالاس، في واحدة من ست مواجهات بين أندية الدوري الممتاز. وكان مانشستر يونايتد توج باللقب الموسم الماضي بفوزه على نيوكاسل بهدفين نظيفين. ويدخل «الشياطين الحمر» المباراة بمعنويات عالية نسبياً بعد استعادتهم لنغمة الانتصارات بالفوز على المضيف بيرنلي (0-1) السبت، وذلك بعد ثلاث هزائم متتالية في مختلف المسابقات آخرها أمام بايرن ميونخ الألماني (3-4) في الجولة الافتتاحية لدور المجموعات لمسابقة دوري أبطال أوروبا. وسيحاول يونايتد استغلال عامل الأرض والجمهور لمصاحبة جماهيره، قبل استضافة كريستال بالاس بالذات السبت المقبل في الدوري المحلي. وتبرز قمة نيوكاسل ومانشستر سيتي الأربعاء في ختام مباريات الدور الثالث، والتقى الفريقان

في 19 أغسطس/ آب الماضي في المرحلة الثانية من الدوري وفاز سيتي بصعوبة 0-1. وضرب نيوكاسل بقوة في مباراته الأخيرة في الدوري عندما سحق مضيفه شيفيلد يونايتد بثمانية أهداف نظيفة، لكن مهمته لن تكون سهلة أمام مانشستر سيتي الذي يغرد خارج السرب في الدوري؛ إذ يتصدر بالعلامة الكاملة في ست مراحل. ويخوض ليفربول، المطارد المباشري لسيتي في الدوري، اختباراً سهلاً نسبياً أمام ليستر سيتي من التشامبينشيب (المستوى الثاني)، ساعياً إلى فوزه السابع توالياً في مختلف المسابقات. ويحل أرسنال ضيفاً على جاره برينتفورد المتواضع في مهمة في المتناول بالنظر إلى النتائج المخيبة لأصحاب الأرض الذين لم يتدقوا طعم الانتصار في مبارياتهم الأربع الأخيرة. وسيحاول رجال المدرب

الإسباني ميكل أرتيتا استعادة التوازن بعد التعادل المخيب أمام الجار اللندني الآخر توتنهام 2-2 في الدوري بعدما تقدموا مرتين. وتبرز أيضاً قمة تشيلسي المتراجع أداء وتنتائج في الدوري أمام ضيفه المتألق برايتون ثالث البريميرليغ. ويحتل رجال المدرب الأرجنتيني ماريو بوكيتينو المركز الرابع عشر بفوز واحد وتعادلين وثلاث هزائم آخرها على أرضهم أمام أستون فيلا 0-1، علماً أنهم لم يحققوا الفوز في المباريات الثلاث الأخيرة. ويلتقي أستون فيلا مع إيفرتون في مواجهة لا تخلو من أهمية؛ فيما يواجه بورنموث نادي سوك سيتي (المستوى الثاني)، وفولهام ضد نوريتش سيتي (المستوى الثاني)، ويحل وست هام يونايتد ضيفاً على لينكولن سيتي (المستوى الثالث).

## رغم أخطائه..

# مدرب يوفنتوس يتمسك بجهود الحارس تشيزني

قصد يوفنتوس سجله الخالي من الهزيمة، بالاعتز 2-4 أمام ساسولو في دوري الدرجة الأولى الإيطالي لكرة القدم، بعد أداء متواضع من الحارس فويتشيك تشيزني، لكن المدرب ماسيميليانو أليغري تمسك بلاعبه البولندي لخوض مباراة ليتشي اليوم الثلاثاء. ويتحمل تشيزني مسؤولية هدفين من ثلاثة أهداف لفريق ساسولو، وقيل أن يسجل زميله فيديريكو غاتي هدفاً غريباً بالخطأ في مرماه، ليقتضي على أمال السيدة العجوز في العودة يوم السبت الماضي.

وقال أليغري للصحفيين: «أمام ساسولو، لم يكن الأداء سيئاً، لكن دافعنا بشكل سيئ وارتكبنا بعض الأخطاء الفردية غير المبررة. في يوفنتوس علينا التعايش مع الضغوط وتحمل المسؤولية». وأضاف: «يجب أن يحافظ غاتي على هدوته، فهو بدأ مسيرته منذ فترة قصيرة. باقي الأخطاء يمكن أن تحدث، ربما ليس بنفس شكل مباراة السبت لكنها تحدث. تشيزني حارس أوروبي من الطراز الرفيع وقضى ليلة سيئة، وسيكون الحارس الأساسي وسيلعب اليوم، رغم أنني أدرك مدى

أهمية (ماتيا) بيرين كحارس». ومع رحيل لاعبين أصحاب خبرة مثل ليوناردو بونوتشي وخوان كوادرو وأنخيل دي ماريا، تعرض أليغري لتساؤلات بخصوص افتقار الفريق لشخصية القائد. وقال مدرب يوفنتوس: «لدينا دانيلو وهناك تشيزني ثم اليكس ساندرو. رغم أنه يعاني من إصابة، هناك أيضاً (دانييلي) روجاني الذي نصح كثيرًا»، مضيفاً: «نحن نفتقد الخبرة مقارنة بالموسم الماضي، لكننا اكتسبنا السرعة والحصان».

وسجل فيديريكو كييزا ودوسان فلاهوفيتش أربعة أهداف لكل منهما في أول خمس مباريات، ويستعين على أليغري الآن اتخاذ قراره بشأن إمكانية استبعاد أحدهما من التشكيلة الأساسية. وقال أليغري: «يؤدي كييزا بشكل رائع، وهو حاضر بقوة حالياً. سأحتاج إلى تقييم الموقف. لقد بذل جهداً هائلاً يوم السبت، كما فعل فلاهوفيتش». ويحتل يوفنتوس المركز الرابع بفارق خمس نقاط عن إنتر ميلان المتصدر، وسواجه ليتشي الذي لم يتعرض لأي هزيمة ويأتي ثالثاً.

## هانفتشو 2022 : ناصر العطية واتق من فرص قطر في الرماية



أعرب النجم القطري متعدد المواهب، ناصر العطية، عن ثقته بالمنافسة على ميدالية في رياضة الرماية، ضمن دورة الألعاب الآسيوية المقامة هنا في هانفتشو الصينية. ويشترك العطية في مسابقة السكيت للفردى والفرق، أملاً في إحراز ذهبيته الأولى في الفردى، بعد نيله برونزية نسخة غوانجو 2010، طمأن أن المسابقة تشهد مشاركة العديد من الرياضيين العرب من بينهم حامل اللقب الكويتي منصور الرشيدى، وعنه عبد الله حامل برونزيتين أولمبيتين في فردي السكيت. ويملك العطية (52 عاماً) في جعبته ذهبيتين في السكيت للفرق في بوسان 2002 وغوانجو 2010، فيما حصد برونزية في ألعاب لندن الأولمبية عام 2012. وإلى نجاحاته في الرماية وهواة ركوب الخيل، يملك "سوبرمان" مسيرة خارقة ومتنوعة في الرياضات الميكانيكية. أحرز لقب رالي دكار الصحراوي خمس مرات أعوام بين 2011 و2023، وهو صاحب الرقم القياسي في عدد مرات إحراز بطولة الشرق الأوسط للرايات (18). أحرز ثلاثة ألقاب عالمية في فئتي سيارات الإنتاج (بي دبليو آر سي) عام 2006 مع سوبارو، و"دبليو آر سي 2" عامي 2014 و2015 مع فورد ثم شكودا. وقاد العطية لقيادة بي إن سبورتس القطرية الإثنتين، عشية بدء المنافسات الثلاثة: "نحن أقوياء في الفرق. لو عدنا إلى بطولة العالم، نتوقنا على جميع الآسيويين لكن الظروف تختلف اليوم". وتابع العطية: "من بين المنافسين، هناك الكويت والصين تايبيه، والأجزاء متقلبة بين رطوبة، ومطر، وأجواء باردة. غذا سوف نركز في البطولة".

## ميدالية تاريخية للكويت في المبارزة بدورة الألعاب الآسيوية



أحرزت الكويت أول ميدالية في تاريخها في رياضة المبارزة ضمن الألعاب الآسيوية، بعد فوز يوسف الشعلان برونزية مناسقات الحسام "فردى"، اليوم الإثنين في ألعاب هانفتشو الصينية. وتعدّ هذه الميدالية الأولى للكويت على مستوى المبارزة في "العرس القاري"، منذ انطلاق مشاركتها في 1974. ونجح الشعلان (24 عاماً) في تجاوز عدّة لاعبين قبل ولوج نصف النهائي وضمان الميدالية البرونزية على أقلّ تقدير، حيث فاز 5-3 مباريات في دور المجموعات، ثم تغلب على مواطنه محمد عبد الكريم 11-15 في دور ال16، والكازخي أرتيوم سركيسيان 10-15 في ربع النهائي. وفي نصف النهائي، قدم الشعلان بداية جيدة، لكن خصمه الكوري المميز بونجيل غو، حسم المواجهة 10-15، طمأن أن الخاسرين في دور ال4 يحصلان على ميدالية برونزية. وتعدّ غو (34 عاماً) من أبرز الرياضيين العالميين في هذه المسابقة، إذ يحمل اللقب في آخر 3 نسخ، وأحرز ذهبيتين أولمبيتين في 2012 و2020 مع الفرق. وكان الشعلان قد بلغ دور ال32 في كأس العالم للمبارزة 2023 في مدينة ميلانو الإيطالية في أواخر جويلية الماضي، وكان متوقفاً على نطاق واسع في الكويت أن يخطف ميدالية في هانفتشو.

# ساکاري تصعد للمركز السادس في التصنيف العالمي للتنس



البيلاروسية أرينا سابالنيكا في المركز الأول برصيد 9266 نقطة البولندية ايجا شيفوتنيك في المركز الثاني برصيد 8195 نقطة الأمريكية كوكو جوف في المركز الثالث برصيد 6165 نقطة الأمريكية جيسكا بيجولا في المركز الرابع برصيد 5755 نقطة الكازاخستانية ايلينا ريباكيينا في المركز الخامس برصيد 5665 نقطة اليونانية مارييا ساكاري في المركز السادس برصيد 4360 نقطة التونسية أنس جابر في المركز السابع برصيد 3875 نقطة التشيكية ماريكا فوندروسوفا في المركز الثامن برصيد 3830 نقطة التشيكية كارولينا موكوفا في المركز التاسع برصيد 3765 نقطة الفرنسية كارولين جارسيا في المركز العاشر برصيد 3335 نقطة.

شهد التصنيف العالمي للاعبات التنس المحترفات في نسخته الصادرة يوم الإثنين صعود اليونانية مارييا ساكاري من المركز التاسع إلى السادس، وترجع التشيكية ماريكا فوندروسوفا من المركز السادس إلى الثامن. وجاء ذلك عقب تتويج ساكاري بلقب بطولة غوادالاخارا المفتوحة للتنس في المكسيك بالفوز على الأمريكية كارولين دولهيد في المباراة النهائية الأحد. وشهدت نسخة التصنيف الصادرة اليوم أيضاً تراجع التشيكية كارولينا موكوفا من المركز الثامن إلى التاسع، بينما صعدت الفرنسية كارولين جارسيا من المركز الحادي عشر إلى العاشر على حساب التشيكية بربورات كريتشكوفا. وجاء ترتيب اللاعبات في المراكز العشرة الأولى بنسخة التصنيف العالمي الصادرة اليوم الإثنين 25 سبتمبر (أيلول) 2023 كما يلي:

## بعد مهاجمتها لاتحاد التنس... ريباكيينا تنسحب من بطولة طوكيو



وكانت ايلينا ستيكينا مشوارها في البطولة منذ الجولة الأولى أمام ليندا نوسكوفا، في حين أن كارولين جارسيا ستبدأ مبارياتها في البطولة

أثارت نجمة التنس العالمية ايلينا ريباكيينا، الجدل بعد أن هاجمت اتحاد لاعبات التنس المحترفات، من خلال حسابها على منصة "إكس" (تويتر سابقاً)، بسبب عدم منحها بطاقة "ممي" في بطولة طوكيو، رغم أنها المصنفة الأولى في المسابقة الدولية. وكشف موقع "وي لوف تنس" الأمريكي، الإثنين، أن اللاعبات الكازاخستانية لم تكف بالاحتجاج فقط بل اختارت الانسحاب من البطولة، حيث نقل الموقع تصريحاتها: "أنا أسفة جداً لاضطراري إلى الانسحاب من طوكيو هذا العام، كنت أتطلع حقاً إلى هذا الحدث وأحب المدينة، لكن يجب أن أعطي الأولوية لصحتي ولباقي البدنية، أحتاج إلى وقت للعودة إلى قدراتي بنسبة كاملة". وجاء احتجاج اللاعبات المصنفة رقم 5 عالمياً، بعد أن قرر اتحاد لاعبات التنس المحترفات، إعفاء اللاعبات الفرنسية كارولين جارسيا من خوض الدور الأول في البطولة، بعد أن استغفرت من بطاقة "بسي"، وذلك لمنحها الوقت الكافي للسفر من المكسيك إلى القارة الآسيوية، إثر وصولها للدور نصف النهائي في بطولة "غوادالاخارا"، وهو قرار لم يعجب ريباكيينا.

## أبوظبي تستضيف بطولة "بلاست بريمير" الإلكترونية

تستضيف أبوظبي بطولتي النسختين الثانية من بطولة "بلاست بريمير" الإلكترونية العالمية، في 16 و17 ديسمبر (كانون الأول) بـ"الاتحاد أرينا" في جزيرة ياس. يشهد الحدث منافسات بين 8 من أفضل الفرق العالمية في لعبة "كانونتر سترايك"، ويبلغ إجمالي جوائز البطولة مليون دولار. ويتصدر فريق G2 المتوج بلقب النسختين الأولى من البطولة قائمة المرشحين للفوز باللقب مجدداً، وفاز بجائزتين عالميتين هذا العام.



# قصة الملاكم بوكاس جونيور: من الفقر والعيش بمخيم للاجئين إلى حلم التواجد في الأولمبياد



يمتلك بوكاس جونيور نجيبكي، الملاكم الكاميروني البالغ من العمر 24 عامًا، قصة مثيرة للاهتمام، بعد أن سافر عبر أفريقيا عندما كان مهاجرًا، واستقر في أحد مخيمات اللاجئين، قبل أن يتجه في الوصول إلى إسبانيا.

بوكاس، وهو مواطن من دولا، كان يعمل في اللحام عندما كان طفلاً، وغادر الكاميرون عندما كان عمره 13 عامًا فقط، عبر دول أفريقيا جنوب الصحراء للوصول إلى المغرب، وأصبح لاجئًا في معسكر بستانة، قبل أن يتمكن من السفر إلى إسبانيا حيث مارس الملاكمة. وحول هذا قال في تصريحات لموقع قناة "تي واي سي" الأرجنتينية: "لقد غادرت صغيرًا جدًا، في عام 2011. كان عمري 12-13 عامًا. لم أذهب إلى المدرسة مطلقًا. لقد تعلمت العمل في اللحام عندما كان عمري 9 سنوات. عندما كنت صغيرًا، ولم تكن أسرتي تعلم ذلك". وأضاف حول معاناته مع الفقر: "لم يكن لدينا ما يكفي من الطعام ولم أذهب إلى المدرسة". وكان صديقه المغربي يهدف إلى الوصول إلى المغرب، وحول هذا تابع: "أخذني صديقي خلفه. وقال لي إن الوضع أفضل هناك".

## الوصول إلى أوروبا

سافر بوكاس عمليًا إلى نصف أفريقيا، حيث مرز بنينجريا والنيجر والجزائر، حتى وصل إلى البلاد المظلة على مضيق جبل طارق، وأوضح قائلًا: "لقد كنت هناك

لمدة ثلاث سنوات. ولا يوجد عمل، وعليك أن تعول نفسك". في البداية، حاول ركوب القارب مرتين: وفي المرة الأولى قبضت عليه الشرطة. وحول هذا تابع: "توجد خمسة أو ستة أشخاص في قارب العبور إلى إسبانيا. لقد حاولت مرتين. الشرطة المغربية قبضت عليّ في البحر. وضعنا في القارب في الساعة الثامنة ليلاً. أمضينا الليل كله في البحر بالمجاديف. بقينا هناك حتى الساعة 9 صباحًا، عندما أُلقت الشرطة القبض علينا في البحر".

وبعد ذلك، نجح في الوصول إلى بستانة، حيث أمضى ستة أشهر في مخيم للاجئين. وأوضح في تصريح للموقع ذاته: "إنه مثل السجن. عليك أن تظل هناك لفترة من الوقت حتى يتمكنوا من رؤية سلوكك". أخيرًا، تمكن من السفر إلى مدريد، وأصبح مهتمًا بالملاكمة. يقول: "ذهبت للبحث عن عمل في البناء، من دون أوراق أو تأمين أو أي شيء. لمدة أربعة أو خمسة أشهر. وبالقول الذي كتبه، دفعت للاشتراك في صالة ألعاب رياضية لرفع الأثقال". وقرب منزله، كان هناك صالة ألعاب رياضية للملاكمة، وفي تلك اللحظة وجد مهنته الجديدة وكشف: "لقد أعطاني ذلك فرصة للمضي قدمًا. عشت أيامًا لم يكن لدي فيها أي شيء لأكله". وبعدها تلقى مساعدة من أحد أقاربه، حيث وجد عملاً في صالة للألعاب الرياضية في ملعب رايو فايكانو، حيث واصل تعلم الملاكمة، وهي الرياضة التي تحقق له نتائج رائعة اليوم.

## التمرّد داخل الفريق الواحد يشعل منافسات فورمولا 1



عزّ البريطاني جورج راسيل، سائق فريق مرسيدس المشارك في بطولة العالم "فورمولا 1"، عن غضبه بسبب استراتيجيته فريفة خلال سباق اليابان، المرحلة 16 من بطولة العالم التي أقيمت الأحد. وأكد موقع "إر.إم.سي" الفرنسي، الأحد، أن راسيل مستاء من المعاملة التي يجدها من فريقه الذي يمنح الأفضلية دائماً لزميله لويس هاميلتون، مما يمنعه من تحقيق أفضل النتائج، وخلال ليلة 16 من السباق أوشك ثاني مرسيدس على التصادم، حيث دفع هاميلتون زميله للخروج عن المسار.

وفي نهاية السباق، طلب راسيل الذي حل سابعاً، من فريقه أن لا يضغط عليه هاميلتون الذي كان يوجد خلفه حتى يمكنه المحافظة على إبطائه ومناقشة الإسباني كارلوس ساينز من فريق فيراري، ولكن هاميلتون واصل الضغط والتقدم على الفريق، وهو ما غضب مجدداً راسيل، الذي اعتبر أن هاميلتون لا يتصرف كفريق واحد. وشهد السباق أيضاً غضباً من الإسباني سايينز، الذي اعتبر أن استراتيجيته فريفة فيراري غير عادلة، وتعطي الأفضلية لشارل لوكليرك، وهو ما منعه من تحقيق نتيجة أفضل من المركز السادس، وهي المرة الثالثة التي يعبر خلالها الإسباني عن غضبه من قرارات فريقه، وحصل على المركز السادس في نهاية السباق بعدما توج في المرحلة السابقة مقابل حصول لوكليرك على المركز الرابع. كما عزّ الفرنسي بيير غاسلي عن غضبه بعدما طلب منه فريقه أن يسمح لزميله إسبانيا أن يكون بنجاحه، وهو قرار لم يرض غاسلي الذي كان يريد الدفاع عن مركزه، ولم يكن مقتنعاً بطلب الفريق طالما أنه يريد كسب المنافسة داخل الفريق.

وأشعل التنافس داخل الفريق الواحد سباق الهند بعدما سيطر الهولندي ماكس فيرستابن على هذه المرحلة ومنح فريقه "ريد بول"، اللقب السادس في بطولة الصائغين.

## هاجرتي يفوز برئاسة الاتحاد الدولي للتنس



فاز الأمريكي ديفيد هاجرتي برئاسة الاتحاد الدولي للتنس لولاية جديدة مدتها أربعة أعوام، وذلك في الانتخابات التي أجريت خلال الاجتماع السنوي للاتحاد، والذي عقد الأحد بمدينة كانكون في المكسيك.

وتفوق هاجرتي على منافسه الألماني ديتلوف فون أرنيم 318-118 من حيث عدد الأصوات، وسيداً ولايته الثالثة في رئاسة الاتحاد الدولي، والتي تستمر حتى عام 2027. أما فون أرنيم فيسكون واحداً من 14 عضواً بمجلس إدارة الاتحاد الدولي للتنس. وجاءت الانتخابات في أعقاب موجة انتقادات وجهت لهاجرتي بعد أن اضطر الاتحاد الدولي لألغاء المبكر لصفقة بقيمة مليار دولار مع مجموعة مستثمرين، تتعلق بحق بطولة كأس ديفيز لفرق التنس. ودخل فون أرنيم، رئيس الاتحاد الألماني للتنس، المنافسة على رئاسة الاتحاد الدولي، وكان المنافس الوحيد لهاجرتي، لكن الأخير فاز بولاية جديدة في المنصب الذي يشغله منذ ثمانية أعوام.

## الصين تقطع بث بعض مباريات الرياضات الإلكترونية



الصين، إشعار مقرر خاص بالبرامج يفيد بأنه لن يكون هناك بث للمباريات

قطعت الصين البث الحي لبعض مباريات الرياضات الإلكترونية في دورة الألعاب الآسيوية في هانغتشو، مما يلقي بظلاله على ساحة ألعاب الفيديو الاحترافية التي تكدر بملفات الدولارات.

ووفقاً لما أوردته وكالة بلومبرغ لاتباء نقلاً عن مصادر مطلعة، تم إبلاغ منصات ألعاب الفيديو الصينية بما في ذلك تينسنت هولدنجز وهويابث فقط الدور نصف النهائي والنهائي للألعاب متعددة اللاعبين مثل "أونر أوف كينغز" و"لغ أوف ليجنڈز".

وقالت المصادر التي طلبت عدم الكشف عن هويتها وهي تناقش مسائل خاصة، إن المخاوف بشأن إيمان الإنترنت في سبب جزئي في هذا التوجه.

وتسبب الإشعار الذي صدر في اللحظة الأخيرة في ارتباك بين جمهور الرياضات الإلكترونية الصيني البالغ عدده 400 مليون، والذين أملاوا في البداية متابعة البث عند انطلاق دورة الألعاب آسي.

وتظهر على منصة هوياب، وهي أكبر مقدم الخدمات البث التنفسي لألعاب الفيديو في

# الرياضة مطالب صحي وقائي للجميع

بطبيعة الإنسان البشرية دائما يحاول مقاومة الأمراض أو الإصابات بفعل البيئة المرحة لجسمه من دون أن يكون ذلك في فكره أو عامل مقترضة أكثر ازمة في حال تعرضه لأي مشكلة صحية مثلا عندما يصاب بالعلم يمتنع عن شرب السوائل الباردة يبحث عن علاج لكنه لم يفكر ان يفتر ما هو مناسب لجسمه ويفوق جهازه المناعي يبحث يصاب بما لم يتوقعه كذلك احببت أقول ان الرياضة ليست حلا جذريا لمشاكل البدانة أو أمراض الإجهاد العصبي أو النموي نلجا إليها فقط في ما بعد المشكلة لذلك.

الرياضة ليست شكلا من كماليات الحياة أو للتسلية في أوقات الفراغ أنا أنكلم من منطلق ان الرياضة أو بذل مجهود بدني بشكل يومي تقريبا هو مطلب صحي وقائي لأسباب عدة منها أسلوب الحياة التي يعيشها الغالبية من الاعتماد على مواصلات في التنقل وفي المنزل يوجد هناك عمالة منزلية والأهم من هذا كله السؤل الغذائي السوي في الغالبية لذلك كانت اعطب أمراض هذا العصر السكر في شكاله وضعف الدم الشرياني وأمراض الربو والحساسية يكاد لا يخلوا بيت من أحداها وفي حالة ربح جمعهم للطبيب سيوصف لهم الدواء وفي نفس الوقت ينصحهم بالرياضة المناسبة فلماذا ننظر في هذه المرحلة التي في الغالب يكون الجسم فيها متفكنا من السكر في وضعه الذي الراحة لماذا لا تكون البداية من قبل ذلك بكثير كعامل وقائي في حال حتى لو أصيب الشخص فيكون لديه بنية قوية خلايا نشطة والأنا سوف أذكر نوع من أنواع الرياضة أفضلها في البداية وهي التنفس العميق وهي تفيد كثيرا مرضى الحساسية والربو وبأخذ وضع الوقوف منتصب وفرد الزراعين ووضع الكفين على الخصر في البداية أخذ نفس عميق من الأنف وإخراجه من الفم مع شم الانتظام على عشر مرات تؤخذ متتابع مع ملاحظة أن كمية الهواء الداخل أقل من الهواء الخارج بهذا التمرين استلذت من الهواء في أقصى حوصلة من الرئة وفي نفس الوقت يعمل على شد البطن والصدر وتكسر العملية بزيادة بوميا بغير الاستطاعة وتفصل أن تكون في وسط هواء متحرك طبيعي معها سوف تكون حالة أزمة الربو أقل عرضة أو أسرع في العبور منها مع تعنياتي للجميع بدوام الصحة والعافية

## ممارسة النشاط الرياضي:

- عدم ممارسة الرياضة تجعل عضلات جسمك دائما في حالة ارتخاء وضعف. ويصعب على القلب والرئة أن يقومًا بوظيفتهما بصورة جيدة وأن تصاب المفاصل بضعف ويمكن إصابتها بسهولة. فلة النشاط له خطورته الكبيرة مثل خطورة التنخين.
- الرياضة تحمي من الأمراض:
- أجسامنا تحتاج وتنشوق إلى الحركة والتمارين. التمارين اليومية هامة جدا للبقاء البدنية والصحة الجيدة فهي تقلل من خطورة الإصابة بأمراض القلب، السرطان، ارتفاع ضغط الدم، السكر وأمراض أخرى. الرياضة أيضا تساعد على بقائك في مظهر جيد، وعدم ظهور التجاعيد مبكرا.
- الرياضة تساعدك على الصبر والتحمل:
- عند ممارسة الرياضة يبدأ الجسم في استهلاك الطاقة الموجودة في العضلات. التمارين الرياضية تساعد على التحمل والصبر، وذلك عن طريق تدريب جسمك على أن يكون أكثر مرونة وحركة مستخدما كمية طاقة أقل.
- الرياضة تقوي العضلات:
- الرياضة تقوم بتكوين العضلات وتشكيلها وتقوم بتغذية العظام والأربطة لتحمل المزيد من القوة. مع ممارسة الرياضة لن تشعر فقط بالجسم الصحي ولكن بالشكل الأضواء لمظهر جسمك.
- زيادة مرونة الجسم:
- أنواع التمارين التي تقوم بتشد الجسم، تكون مفيدة لتكوين قوام جيد فهي تجعل الجسم في حالة مرونة لتسهيل عملية الاتواء والانحناء وجمع حركات الجسم المختلفة.
- زيادة مرونة الجسم عن طريق الرياضة تقلل فرص الإصابات وتحسن عملية التوازن والتنسيق في الجسم، إذا كنت تشعر بالألم في الرقبة أو في الجزء العلوي من الظهر، أو تشعر بالتوتر والشد العصبي، فيقومك ببعض التمارين الخفيفة لتشد الجسم تجعل عضلات الجسم في حالة ارتخاء وتشرق بألوانها.
- التحكم في وزن الجسم:
- الرياضة هي مفتاح التحكم في وزن الجسم، لأنها تساعد على حرق السعرات الحرارية الزائدة. وبالتالي بقاء الجسم دائما في وزن وشكل جيد.

ليس هناك من أفراس مسخرية تجعل شيايب الإنسان يتجند ويصبح أكثر رشاقة وأكثر قوة وسرعة وسعادة لكن ربما كنت مخطئا لأنه هناك نداء واحد يجب عليك أن تتناوله خلال تطبيقك للحمية (ريجيم) والصحة للتعلم من أسنن وليس يجب أن تتناوله كل يوم ليكون فعالا وهذا النداء اسمه الرياضة.

على خلاف الكثير من الخبراء الذين ينصحون بالرياضة



القوية فترة طويلة مدة أربعة أو خمسة أيام في الأسبوع، يمكن ممارسة الرياضة المعتدلة بكميات أكبر شرط أن تكون كل يوم.

فهي تشمل المشي مدة 15 أو 20 دقيقة كل يوم أو السباحة أو ممارسة الرياضة الهوائية كل يوم أو تطبيق برنامج تمارين حركات رياضية في المنزل مرة واحدة في اليوم كل يوم. وذلك بيقف بعيدا عن الطبيب ويحفظ شيايبك وقوتك. وليس ممن الضروي الإفراط في الرياضة فقد يكون المشي السريع كافيا ويجب ممارسته كل يوم.

ولا ترق نفسك في السبع الأبدني من الرياضة بحقن اللقطة.

ولقد أخذت إحدى مراكز الأبحاث في الولايات المتحدة الأمريكية الخاصة بالرياضة الهوائية أن المشي مسافة ميلين في اليوم في غضون «30» أو «40» دقيقة يحقق مستوى معتدل من اللياقة البدنية التي تعطيكم شعورا جيدا يتجاوز معه جسدك. وتشير الدراسات إلى أن مستويات الكوليستيرول عند أولئك الذين يمشون كثيرا في أقل مما عليه عند الذين لا يمارسون المشي إلا قليلا.

## أهمية الرياضة والتمارين

- 1- تحرق المزيد من الوحدات الحرارية وتسبح لك بالمزيد من الأكل.
- 2- تخفض مخاطر الإصابة بمرض القلب وبعض أمراض السرطان.
- 3- تعطيكم شعورا جيدا عن نفسك بحيث تصبح متزكيا ووايا مما تأكله والكمية التي تأكلها.
- 4- تخفض مستوى الإجهاد.
- 5- تحسن مستوى سكر الدم.
- 6- تحسن قدرة اليرتئين.
- 7- تحسن وظيفة القلب والأوعية الدموية.
- 8- تزيد قوة العضلات.
- 9- تخفض مستوى الكوليستيرول.
- 10- تحافظ على مرونة المفاصل وقوة العظام.
- 11- تحسن التوازن الجسدي مما يمنع السقطات والإصابات الأخرى.
- 12- تمنع حصول الإمساك.
- 13- تحسن النوم.
- 14- تخفض من الكلية والإرهاق.
- 15- تحسن القدرة على التفكير والتذكر.
- 16- تحسن المظهر وتعطي وجهيا.
- 17- تجدد الشيايب وتعطي سنا بيولوجيا أصغر من السن الزمني.

وإذا لم تكن كل هذه الأسباب كافية لسك فقد ظهر أن الرياضة تحسن نوعية الإجمالية للحياة، فعندما يكون شعورك الجسدي جيدا تميل إلى صنع تغييرات تؤدي لشعور نفسي أفضل بشكل عام.

**لماذا الرياضة الخفيفة أفضل؟**

إن المطلوب من صاحب الحمية أن يمارس الرياضة الخفيفة لأنها دواء ولا يجب تناول جرعات زائدة من هذا الدواء أي الإفراط في الرياضة. وحتى لو أحببت ممارسة الرياضة لا يجب أن تمارسها بشكل زائد والأهم من كل ذلك أن تبدأ بتقييد برنامجك الرياضي بالتدريج حتى تتماشي قدرتك وقوة الإجمالك عند ببطء وبالسرعة التي تتناسب.

أما بالنسبة إلى الإكثار من الرياضة خاصة الصعبة

أحد أنواع الغذاء كان الغذاء المعادي المختلط والتوع التي يستند إلى تناول البروتينات والدهون بشكل أولي والغذاء الثالث هو الغذاء الغني بالكربوهيدرات المركبة والقليل من البروتينات. كانت نتيجة الاختلاف في الأداء الرياضي مذهشة بحيث تضاعفت قدرة الإجمالك عند الذين تناولوا النوع الأخير من الغذاء.

ومؤخرا حصلت اختبارات عدة في مجال الطب الرياضي أو طب الرياضة بين أشخاص ناشطين رياضيا وأشخاص محترفين في مختلف أنواع الرياضة. وأشارت كل الاختبارات ضمن أنواع مختلفة من الغذاء بأن قلة البروتينات تخفف إجهاد الجسد حيث استنتج أاف النرويجيين فيه يصعب أقل ويحصل أفضل أفضل لوظائف العضلات فضلا عن استعمال أفضل للجليكوجين المخزن في العضلات.

فالمجد يستعمل أول الكربوهيدرات المخزنة فيه يليها استعماله والدهون المخزنة وأخيرا البروتينات وذلك للحصول على الطاقة التي يحتاجها. وخلايا العضلات التي تنشط خلال أي نشاط رياضي تملأ بفعالية أقوى وتعطيك المزيد من القوة عندما تتمكن من استعمال الجليكوجين المخزن بشكل محدود وبطريقة مقصدة.

سما لتغلب الخيمية (ريجيم) الخفية بالكربوهيدرات وقلية البروتينات وعضلاتك للشحاذ الذي تقوم به يعتمد على مدى قدرة عضلاتك على استعمال مخزون الطاقة التي تحتاجها وبدلا من تبديد الطاقة الأضوية (في إطار تحويل الطعام إلى مادة حية وطاقة) في ضم البروتينات يستمد هذا الجسد الوقود الكافي للرياضة مباشرة من الكربوهيدرات المستعمل ضمنا إما كأكلة وما تمارسه من نشاط يمتد جانبا بشكل كامل لجعل جسدك أكثر قدرة وحيوية وحيد من قبل.

والرياضة تزيد إنتاج الأحمات التي تسهل إفراق الطاقة وتضخم خلايا العضلات في الجسد بحيث يزيد معدل الأيض عندك أي يتم تحويل الطعام بسرعة أكبر إلى وقود. والنتيجة هي أن تسهل السنج الجسدي والذي من الذين تزيد وتختص نسبتها من الدهن. وهذا التغير في النسبة بين السنج الدهني والسنج غير الدهني هو سبب رشاقته الجديدة حتى لو لم تفقد كثيرا من وزنك.

## صالح عديدة للرياضة

- هناك مئافع عديدة للرياضة يمكن أن نجنيها منها:
- 1- الدفاع: كلما زدت من ممارسة الرياضة يزيد إدراكك بأنه بإمكانك فعل المزيد. وإذا خسرت حوالى 2 كيلوغرام من وزنك ومارست المشي مسافة مليون في اليوم، سوف تتكشف أنك تستمتع حقًا بحفك ولياقتك الجديدة.
  - 2- أن الرياضة تخفف من شيايبك للطعام، بعد المشي أو السباحة يستبد أن رغبتك في الأكل هي أضعف.
  - 3- الرياضة تجعلك تحرق طاقة الوحدات الحرارية بسرعة أكبر بعد ممارسة النشاط وهذا صحيح لأن الرياضة تزيد من سرعة الأيض أو تحويل الطعام إلى طاقة وتبقى مرتفعًا لمدة ست أو ثمانية ساعات بعد التوقف والتمارين وانتهائه. وهذا يعني أن جسدك يتابع عملية إحراق الوحدات الحرارية التي كانت تحصل خلال التمرين. لذلك وحتى لو كنت جالسًا على كرسي في المكتب بعد ثلاث ساعات على انتهاء التمرين أو المشي فإنتك تتابع حرق الوحدات الحرارية أكثر من اليوم الذي لا يحصل فيه أي تمرين.
  - 4- زيادة القدرة: مع فقدانك لبعض الكيلوغرامات وفقًا للحمية (ريجيم) المضادة للقدم في السن، سوف تجد من الأسهل ممارسة الرياضة لأنك لا تحمل وزنا كبيرا. فإذا خفضت وزن أجسامهم من 90 كيلوغراما إلى 75 كيلوغراما مثلا، فإنه من خلال وزنه الجديد هذا يصبح لا يحرق العدد ذاته من الوحدات الحرارية كما كان يحصل في الوزن الأول. فكلما انخفض الوزن قل إفاق الطاقة خلال ممارسة الرياضة.
  - 5- زيادة الطاقة: معظم الحميات الاقتصادية تستنزف طاقتك لأن الطعام الذي يعطيك طاقة الإسمار متنوع حسب تلك الحميات. لذلك تشعر بالضعف من الإنخفاض المفاجيء في الوحدات الحرارية المستهلكة. لكن في الحمية (ريجيم) المضادة للقدم في السن لا تتسرح بالأرراق لأن الكربوهيدرات المركبة والألياف التي تحصل عليها بموجب الحمية (ريجيم) متوافرة للجسد على شكل طاقة مباشرة أكثر مما توفره البروتينات. ومع ممارستك للرياضة تضع قورا العناصر الغذائية قيد الاستعمال في جسدك بحيث تزيد الدهن غير الضرورية أو المواد السامة المؤذية لذلك عليك تخصيص «15» دقيقة في اليوم للرياضة ولا يهم كيف تكون ممارستك للرياضة، بل المهم أن تمارسها وحسب. والطريقة الوحيدة لنجاح خطة الأكل الجديدة هي التأكد من إرفاقها بالرياضة لأنها وحدها لا تنضمسان من أجل الوصول إلى الصحة الجيدة وإبطاء عملية التقدم في السن بحيث تبدو أصغر سنا فلا وجود للحمية (ريجيم) المفادسة بدون الرياضة.

## التفاعل بين الريجيم والريضة

في عام 1980 في الولايات المتحدة الأمريكية أعلنت الهيئات الطبية أهمية الغذاء الغني بالكربوهيدرات والقليل بالبروتينات للأداء الرياضي والقدرة على احتمال ذلك الأداء. وقد نصحت هذه الهيئات بأن نسبة 70 بالمئة من إجمالي الوحدات الحرارية اليومية على شكل كربوهيدرات مركبة تعطي أفضل النتائج للرياضة.

الرياضيون ليسوا فقط الذين يستفيدون من الحمية (ريجيم) القليلة البروتينات والغنية بالكربوهيدرات. وليس من الضروي أن تكون رياضيا محترفا لتستفيد من الحمية (ريجيم) وتعمل جسدك يقوم بوظائفه بصورة وفعالية مثل الألة.

وفي سنة سابقة كان أحد الأطباء قد أثبت العلاقة بين الغذاء الغني بالكربوهيدرات وقسرة الرياضيين على تحسين قدرتهم على الإجمالك وذلك في إطار دراسة على ثلاثة مجموعات من الأشخاص طلب إليهم تناول ثلاثة أنواع مختلفة من الغذاء مدة ثلاثة أو أربعة أيام.

# الرياضة والصحة العامة وما مدى تأثيرها في حياة الفرد والمجتمع

تشرح كلما زادت كمية الدماء التي تصل لعنق ما زيادة أكثافته على الأداء وهذا ما تحققة الرياضة بصفة عامة كما أن التمرين الرياضي يساعد في إفراز المخ لمواد كيميائية مثل الأندورفين التي تجعل الإنسان يشعر بالارتياح والعمق والسعادة . قديماً قبل العقل السليم في الجسم السليم .

## أثر الرياضة على تنمية عناصر اللياقة البدنية :

نتيجة لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة والحركات المستمرة لعمل العضلات تنمو لدى الفرد عناصر اللياقة البدنية الأساسية كالقوة السرعة التحمل المرونة الرشاقة التوازن .. الخ مما يرفع الكفاءة البدنية للفرد لمواجهة متطلبات الحياة اليومية بالإضافة إلى القيام بالأنشطة الرياضية مواجهة الطوارئ .

أثر الرياضة على الجهاز العصبي : ممارسة الرياضة يكون لها أثر واضح على الجهاز العصبي ويتضح ذلك فيما يلي :  
● الرياضة تعمل على تحديد المسارات العصبية بحيث تشارك في العمل العضلي العضلات التي يتطلبها العمل بالفعل دون غيرها مما يمنع حدوث حالات الإجهاد الشديد مع المساهمة في تحقيق آتسبائية الحركة وزيادة كفاءة العمل العضلي .  
● الرياضة تعمل على الارتفاع بعمل الجهازين العصبي والعصبي وزيادة التوافق والتنسيق بينهما مما يحقق تكامل الأداء الحركي وتوافقه .  
● الرياضة تعمل على تنمية الإحساس الحركي الجيد وتحقيق التوازن بين عضلات الكف والامتداد والكتف وتوافق الحركي الجيد وتسرع في الاستجابة الحركية وتأخر ظهور التعب . هذا فضلاً على أن الرياضة تساهم بدرجة كبيرة في التخلص من ضغط الحياة المعاصرة والحد من حالات القلق والتوتر العصبي .

## أثر الرياضة على الناحية الاجتماعية .

أثر التكيف البشري يجب أن يتفق مع البيئة الاجتماعية ومع ما تتطلبه من مطالب وإحتمالات اجتماعية . ولما كان المجتمع مطالب بأن التربية الرياضية الحية رد لامتلاء مع هذه المطالب والمبادئ الرياضية تعد صورة مصغرة من مبادئ الحياة .  
أثر الرياضة على عقلية النمو : من المعروف أن لكل مرحلة سنية معينة معدلات نمو خاصة بها (طول الجسم - طول الإصفراف - العمر السوسولوجي - العمر العقلي .. الخ) وعلى الرغم من أن يتعرفوا على المميزات الخاصة بكل مرحلة سنية حتى يتمكنوا من التخطيط براج نشاطاتهم بحيث تلبي رغبات واحتياجات الأفراد الذين يعولون معهم واطمنين في أذهنهم بعض الحقائق الهامة .

ولكن الهدف من هذا الكلام هو إضاح أن العمل في المجال الرياضي ليس وليد الصدفة ولكن لابد وأن يكون المدرب أو المرشد لدية من العلم والخبرة ما يمكنه من إقناع هذا العمل .

ما هي أهمية تمارين القوة ؟  
تقوم أنشطة تريب القوة strength training ، مثل رفع الأثقال ، على تقديت سريعة قصيرة من الجهد ، حيث يؤدي هذا التدريب إلى حرق السعرات الحرارية وبناء العضلات وتقويتها .

وتشتمل منافع تمارين القوة على زيادة كثافة العظام وقوية المفاصل وتحسين التوازن والثبات ووضعيفة الجسم . كما تزيد من القدرة على القيام بالمهام اليومية دون تعب كبيراً وتكون زيادة كثافة العضلات كغاية بتسهيل حرق السعرات الحرارية ، حتى عندما يكون الجسم في حالة راحة .

● هل يحتاج الشخص إلى تمارين شد والتطويق؟ يساعد شد والتطويق stretching على تقليل التوتر العضلي، ويحسن المرونة والوضعية، ويقلل من احتمال الإصابة .

وحتى يجري شد بشكل صحيح وأمن، يجب تعديل العضلات ببطء إلى أن يشعر الشخص بمقاومة، والمقاومة هي النقطة التي يشعر عندها الشخص بجهد أو مسحب طفيف، وعندئذ يجب التوقف والمحافظة على الشد لمدة 10 إلى 20 ثانية من دون تغيير زيادة أو نقصاناً .

خلال التطويق أو الشد، يجب أن يتفحص الشخص بشكل منتظم وببطء، ولكن، من دون حبس الأنفاس، كما يجب التأكد من إتمام العضلات قبل تطويقها، وأفضل وقت للقيام بالتطويق هو بعد التمرين، عندما تكون العضلات في أوج ليونتها .

الرياضة البدنية تقيد الجسم كثيراً وتؤدي إلى:  
- التقليل من نسبة الإصابة .



- بسر ض
- تحكم أفضل بنسبة سكر في الدم السكري
  - التقليل من نسبة الإصابة بأمراض القلب والشرايين والكوليسترول
  - المحافظة على الوزن
  - التقليل من الإصابة بالبرد
  - ذاكرة أفضل
  - نوم أفضل
  - المحافظة على المفاصل
  - زيادة الثقة بالنفس
  - تحكم أفضل بالعضلات والتوتر
  - زيادة الحيوية المتوية

## فوائد الرياضة للصحة الجسدية

توفر الرياضة مجموعة من الفوائد الصحية للجسم ومنها:  
● تحدد الرياضة من الإصابة بالعديد من الأمراض المزمنة، كضغط الدم، وارتفاع الكوليسترول، والدهون الثلاثية، ومرض السكري، إذ يمكن لها أن تخفف من عوامل خطر الإصابة بها، أو تقللها بنسبة كبيرة بحسب ما جاءت به جمعية القلب الأمريكية .  
● تساعد على فقدان الوزن أو المحافظة على الوزن، إذ توصي الكلية الأمريكية للنشاط الرياضي بممارسة من 150 إلى 250 دقيقة من النشاط البدني المعتدل الشدة أسبوعياً للوصول إلى الوزن المثالي .  
● تزيد من لياقة الجسم، والكتلة العضلية .  
● تساعد على بناء كتلة عظمية كبيرة، وتقلل من خطر الإصابة بمرض هشاشة العظام (Spine-Health) .  
● تحسن مرونة الجسم، وتزيد ليونته وتحمله لتلقيام بمختلف المهام .

## فوائد الرياضة للصحة النفسية

من الآثار النفسية لممارسة الرياضة ما يلي:  
● تساعد ممارسة الرياضة على تحسين المزاج، وتعزز الشعور بالراحة والاسترخاء، فالأشخاص في النشاط البدني يحفز إفراز المواد الكيميائية التي تجعل الإنسان يشعر بالراحة والسعادة .

● تحافظ على المهارات العقلية الأساسية مع تقدم الإنسان في العمر، تحسن التركيز، وتعزز التفكير النقدي، والتعلم، واتخاذ القرارات، إذ أظهرت الأبحاث أن القيام بمزيج من الأنشطة البدنية، والأنشطة التي تركز على تقوية العضلات لمدة 30 دقيقة، ويعدل ثلاث إلى خمس مرات في الأسبوع في توفير هذه الفوائد الصحية العقلية .

● تقلل من التوتر والاكتئاب وتخفف من ضغوط الحياة اليومية، والتورط في الأفكار السلبية، إذ تقلل الأخيرة من مستويات هرمونات التوتر في الجسم، وتخفف إنتاج هرمون الأندورفين الذي يقضي على شعور الإجهاد والتعب .  
● تعزز الثقة بالنفس، وتحسن من تقدير الفرد لذاته، من خلال زيادة قدرته وقدرته على التحمل، وإنجاز كافة المهام سواء أكانت خارج الملعب أو بداخله .

● تبني شخصيات قيادية، إذ كشفت الدراسات التي أجريت في المدارس الثانوية عن وجود علاقة بين المشاركة الرياضية والصفات القيادية لدى اللاعبين، بسبب وجود الفرصة للتدريب، أو محاولة الفوز أو الخسارة معاً وخصوصاً في الألعاب الجماعية ككرة القدم، وكرة السلة .

## أهمية وفوائد الرياضة للصحة الذهنية

تقول سيليا ريتشارسون المديرة بمؤسسة الصحة العقلية "إن التمارين يمكنها أن تساعد الناس جسدياً واجتماعياً وبيولوجياً وذهنياً" فالرياضة لا تقيد الجسم فحسب بل تساعد بشكل فعّال في تنشيط القدرات الذهنية و قدرة الإنسان على التركيز والتفكير وذلك لأن سريان الدم بالجسم يكون في مستويات جيدة والقلب والشرايين والأوردة تعمل بقدرات عالية مما يحسن من وصول الأكسجين عبر الدم للمخ بصورة أفضل وذلك لا يحتاج

لا تجوز ممارسة الرياضة بعد تناول وجبة ثقيلة إلا بعد 2-3 ساعات، فإذا مارس الشخص نشاطاً

رياضياً بعد تناول وجبة كبيرة مثلاً، فمن المحتمل أن يشعر بتشنج في المعدة وغثان والزحاح .

## الفوائد السريعة لممارسة الرياضة

- تعمد التمرينات الرياضية من العوامل الأساسية لتحسين صحة الأفراد واكتساب اللياقة البدنية والوقاية من بعض الأمراض، وتختلف الفوائد المكتسبة منها باختلاف الممارسة ومدتها وعدد مراتها في الأسبوع . كما التغذية السليمة وممارسة النشاط الرياضي وجهان لعملة واحدة وهي الصحة .  
- أما أبرز هذه الفوائد فتتمثل في زيادة نبضات القلب وتدفق الدم المحمل بالأكسجين والعناصر الغذائية لإنتاج الطاقة لجميع أعضاء الجسم، كما تساعد على التنفيس بعمق مما يزيد كمية الأكسجين واعطاء طاقة أكبر لحمل العضلات من الرنة، والتخفيف من اضطرابات ومشاكل الدورة الشهرية، وتقليل الآم تصلب المفاصل والأمراض المزمنة مثل الروماتيزم، وزيادة القدرة الجسمية في أداء الأعمال اليومية دون الشعور بالتعب والإجهاد، وتحسين المزاج والسلوك .

## الفوائد على المدى البعيد

أما فوائد ممارسة الرياضة بعيد المدى فتتمثل في تقوية جهاز السدورة الدموية بما يحتويه من القلب والشرايين وتقليل الإصابة بأمراض تصلب الشرايين، وزيادة حجم الألياف العضلية وينتج عنها زيادة القوة العضلية، والتقليل من فرص الإصابة بأمراض الشيخوخة، كما أن التمرينات الرياضية الهوائية (المشي، السباحة، ركوب الدراجة، القفز بالحبل) تزيد من مستوى الكوليسترول الجيد في الدم وتخفض الكوليسترول الضار، وتساهم في زيادة كثافة وقوة العظام وزيادة امتصاص الكالسيوم والإقلال من فقدان العناصر المعدنية .

## علاقة ممارسة المشي بالتمتع بالصحة

إن ممارسة الرياضة والمشى والجري والنشاط البدني لا يساعدون في الحفاظ على جسم صحي فقط وإنما يعززون قوة التماغ والقدرة على التفكير وقوية الذاكرة والتركيز بسبب تأثيرها في زيادة نسبة الأوكسجين بالدم وتحسين أداء النوروة الدموية، حيث أثبتت الدراسات من جامعة Illinois، بأن المشى لمدة 40 دقيقة ثلاث مرات بالأسبوع يعزز القدرات العقلية ويقلل تأثيرات العمر على التركيز والذاكرة .

متى نمشي؟  
من الممكن البدء برياضة المشى في أي عمر وكلما كان في وقت مبكر من العمر تكون النتائج أكثر إيجابية في نمو الجسم السليم وتعزيز القدرات العقلية في التفكير والتركيز وكذلك قوة الذاكرة .

كما أن ممارسة المشى مع تقدم العمر تساعد في محاربة تأثيرات كبر السن على الجسم كآلام المفاصل والخرق والتهنسين، ولكن لا تزيد من القدرات العقلية بشكل كبير مثل البدء بها في سن مبكرة (المراحل الدراسية)، لذلك يجب التعود على ممارستها منذ الصغر .

## فوائد الرياضة والحركة

الرياضة تلعب دوراً أساسياً في أي حماية يمكن اتباعها فهي مفيدة للجسم البشري وتؤدي إلى تقليل نسبة الإصابة بمرض السكري وأمراض القلب والشرايين، وتحافظ على الوزن المثالي وعلى ذاكرة أفضل كما أنها تزيد الثقة بالنفس، حيث أثبتت دراسة بريطانية أن الرياضة تساعد على إفراز المخ لمواد كيميائية مثل «الاندرفين» التي تجعل الإنسان يشعر بأنه في حال أفضل، كما أن هناك العديد من ألعاب الرياضة التي تتميز بالتنسيق مثل كرة القدم والقفز العالي وسباق الحواجز .  
ولممارسة الرياضة لست في حاجة إلى قضاء ساعات في صالة التمارين الرياضية، كل ما تحتاجه هو إضافة القليل من الحركة للروتين اليومي. أثبتت الدراسات الحديثة أن

سوف تقدم لجميع فرقنا الكرام موضوع مهم وشامل وهو بحث كامل عن الرياضة والصحة العامة وما مدى تأثيرها في حياة الفرد والمجتمع .

## مفهوم الرياضة

الرياضة هي مجهود جسدي عادي أو مهارة تُمارَس بموجب قواعد تنفق عليها بهدف الترفيه أو المنافسة أو التمتع أو التميز أو تطوير المهارات أو تقوية الثقة بالنفس أو الجسد . واختلفت الأهداف من حيث اجتماعها أو انفاردها يميز الرياضات ، بالإضافة إلى ما يعنيه اللاعبون أو الفرق من تأثير على رياضتهم .  
التربية البدنية هي الجانب المتكامل من التربية يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسدياً وعقلياً واجتماعياً وجدائياً عن طريق الأنشطة البدنية المُختارة التي تتناسب مع مرحلة النمو، والتي تُمارَس بالشرف بقيادة صالحة لتحقيق أسمى القيم الإنسانية وذلك عن طريق التربية الرياضية بأسرع بكثير وأعمق دلالة بالنسبة لحياة الإنسان من كونه مجرد صحة البدن أو الثقافة البدنية أو التمرينات والتدريبات البدنية أو الألعاب الرياضية، فهو مجال من مجالات التربية الشاملة التي تشكل التربية الرياضية ميداناً حياً منه مشيراً إلى أن برامجه ليست مجرد تدريبات تؤدي ولكنها بالترافق قيادة مؤهلة تساعد على جعل حياة الإنسان ملائمة لمتطلبات العصر .

## نشأة الرياضة

تدل الآثار المصرية على أن المصريين القدماء كانوا يمارسون أنواعاً من الرياضة منها العصارعة والرص، ولا شك أن الرياضة أثبتت نفسها كعامل مهم لتدريب المحاربين . وقسي كثير من اللوحات صور لقراعة مصر وهم يمارسون صيد الأسود والغزلان بالقوس أثناء ركوبهم عرباتهم الحربية .  
وتدل آثار العصر اليوناني مثل الملعب الأولمبي بليونان، على أن العديد من الرياضات كانت تنظم لها المسابقات للمشاركين من بين البلاد اليونانية . وقد استوحيت العديد من الرياضات من الأنشطة التي قام بها الإنسان البدائي مثل:  
- مطاردة الفريسة من أجل لقمة العيش فقد استوحى منها رياضة العدو الرماية .  
- التقزز لتجاوز الكوارث الطبيعية وقد استوحى منه رياضة القفز .  
- السباحة في البحر، وصيد الأسماك وقد استوحى منها رياضة السباحة .  
- استعمال الخيل للثقل وقد استوحى منها رياضة سباق الخيل .  
وهناك أيضاً الرياضات التي كان يمارسها الصينيون منذ آلاف السنين حيث كانوا يلعبون كرة القدم بالحديد .

## علاقة الرياضة بالصحة وأثرها على بعض أجهزة الجسم .

الصحة : هي ذلك البناء السليم المتكامل للفرد دينياً، عقلياً، نفسياً، واجتماعياً، وليس فقط خلو الجسم من الأمراض والشواهد .  
التربية الرياضية : هي ذلك الجزء المتكامل من التربية الذي تهدف إلى تكوين المواطن النافع من الناحية البدنية، والعقلية، والانفعالية والاجتماعية وذلك من خلال ممارسة ألوان النشاط البدني واختبرت بغرض تحقيق هذه الأهداف .

## مما تقدم نجد إن التربية الرياضية حين تسعى إلى تحقيق أهدافها التربوية فإنها تعمل أساساً على تحقيق الصحة بمفهومها الشامل الذي يتضمن الصحة البدنية، العقلية، النفسية والاجتماعية .

● أثر الرياضة على القوام :  
القوام المثالي هو ذلك الوضع الذي يسمح فيه بأعلى كفاءة لأعضاء الجسم وأجهزة المختلفة . وعن القوام تكسرت للجنة الفرعية في مؤتمر الملط بالبيت الأبيض أنه العلاقة الميكانيكية بين مختلف أجهزة الجسم الهيكلية والحيوية والمصيبة، وقوام الإنسان ما هو إلا هيكل عظمي يتكون من مجموعات مختلفة من المفاصل ويغشي الهيكل العظمي مجموعة من العضلات . وتحرك هذه الأعضاء أجهزة حيوية بداخل الجسم تتحكم في حركاتها وأدائها . وهذا التركيب المتكامل للجسم الإنساني يعمل في تعاون وتناسق لكي يؤدي كل إنسان رسالته في الحياة .

## ما هو الوقت الأنسب لممارسة الرياضة؟

ليس هنالك وقت مناسب لممارسة الرياضة، بل يعتمد ذلك على طبيعة الفرد وظروفه .  
ولكن، هناك حاجة إلى الاستماع إلى الجسد حيث يشعر بعض الناس بصعوبة ذلك في الصباح، في حين قد يفزع آخرون من التسربير ويقومون بالجرى لمسافة 15 كم تقريبا .

# الجزائر تسحب رسمياً ملفها من سباق تنظيم كأس أفريقيا 2025 و 2027



أعلنت الجزائر رسمياً انسحابها من سباق الترشح لاحتضان إحدى بطولات كأس أمم أفريقيا 2025 أو 2027، وذلك قبل أيام قليلة على موعد الإعلان الرسمي من طرف الاتحاد الأفريقي لكرة القدم «الكاف» عن هوية المنظمين للنسختين المقبلتين.

وأكد الرئيس الجديد للاتحاد الجزائري لكرة القدم «فاف» وليد صادي، في تصريح حصري للتلفزيون العمومي الجزائري أن «الجزائر تسحب رسمياً ملف ترشحها لتنظيم كأس أفريقيا 2025 و 2027».

القرار الذي اتخذته الرئيس وليد صادي يعكس حقيقة الشجاعة الكبيرة التي يمتلكها الرجل، في وقت يعرف الجميع أن الاتحاد الأفريقي لكرة القدم محتطف وليد صادي رفض بيعع الأوهام لـسجلنايين، و قرر التسقدم خطوة بخطوة نحو الأمام في سبيل تحقيق النجاح والتفوق لترتيب البيت وإعادة النهوض بكرة القدم الجزائرية ثم استعادة نفوذ الجزائر على الساحة الإفريقية والعالمية هو ما يتوجب القيام به في الوقت الحالي. الجزائر لن تخسر بضايح تنظيم «الكان» وعكس ذلك ستكون القارة الإفريقية الخاسر الأكبر من هذا القرار، بعدما ضعت مرافق ومثبات رياضية بمقاييس عالمية لا تمتلكها أي دولة أخرى في القارة «السمر».

وكانت الجزائر قد أعلنت في وقت سابق عن ترشحها رسمياً لاحتضان نسخة

من أجل إعادة تنظيم وتنشيط كرة القدم في الجزائر، مجددة في الوقت ذاته التزامها الثابت بالمشاركة في تطوير كرة القدم الإفريقية. كما استغلت الاتحادية الفرصة من أجل توجيه شكرها إلى الأسرة الكروية الإفريقية، على تفهمها لقرارها بالانسحاب من سباق احتضان «كان» 2025 و 2027. مشيرة في الأخير، إلى أن هذه الخطوة لا تعني بأي حال من الأحوال عدم التزام الجزائر بالرياضة الأكثر شعبية في القارة.

2025 و 2027. وكانت «الفاف» قد أعلنت صبيحة الثلاثاء، رسمياً عن انسحاب الجزائر، من سباق الترشح لاحتضان المحفلين القاريين، عشية الإعلان عن البلدان الفائزة بشرف التنظيم. وفي بيان نشرته عبر موقعها الإلكتروني، أكدت هيئة وليد صادي، بأن هذا الانسحاب، يأتي بسبب النهج الجديد الذي تتبعه الفاف في استراتيجية تطوير كرة القدم في الجزائر، مميزة بان «الفاف» ستتركز بعد ذلك، جهودها

للاتحاد بقيادة الرئيس وليد صادي، الذي يرغب في التفرغ لمهام أهم من تنظيم «الكان»، فضلاً عن أن فترة رئاسة صادي الحالية تنتهي بنهاية العام 2024، أي قبل وقت قليل فقط من انطلاق نهائيات «كان 2025». وتكشف أسباب الانسحاب من سباق احتضان «كان» 2025 و 2027 كشفت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم «فاف» عن الأسباب التي دفعتها نحو اتخاذ قرار بالانسحاب من احتضان كأس أمم إفريقيا لتستغني

«كان 2025» قبل أن تترشح بعد ذلك لاحتضان النسخة التي تليها عام 2027، وحسباً هذا في ظل التطور الكبير للبلاد في البنى التحتية الرياضية، خاصة بعد تشييد العديد من الملاعب الجديدة وفق مقاييس عالمية بالإضافة إلى إعادة تجهيز وتجديد بعض الملاعب القديمة في مدن مختلفة. وكانت مصادر إعلامية، في وقت سابق قد أكدت أن السبب الرئيسي الذي يدفع الاتحاد الجزائري إلى سحب ملفي ترشحه هو انتخاب مكتب تنفيذي جديد

## هل يدفع غويري ثمن قراره باللعب للجزائر؟

يعيش المهاجم الجزائري، أمين غويري، ظروفاً صعبة مع ناديه رين الفرنسي في آخر المباريات، حيث هبطت أسهمه عند مدرسه برونو جينيسيو بشكل رهيب، وهذا يأتي موازاة مع قراره بالانسحاب للمنتخب الجزائري بداية من مسكر أكتوبر/ تشرين الأول المقبل. ووفقاً لموقع «فوتبول 365»

الفرنسي، الاثنان، فإن غويري يدفع على الأرجح ثمن قراره باللعب للمنتخب الجزائري، خاصة مع التصريحات المفاجئة التي كان قد أدلى بها قبل أيام المدير الرياضي لنادي رين، فلورين موريس، عندما كشف أن هذا اللاعب لم يتخذ قراره النهائي حول المنتخب الذي سيتمهلاً مستقبلاً.

## صادي يبايتر رسمياً مهامه على رأس «الفاف»



رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، «قد قدم تصوره لتطوير كرة القدم الجزائرية والنهوض بها، وهو ما أكد عليه السيد الرئيس، مقدماً له هتافيه وتشجيعاته لتحقيق هذا الهدف» وسيمثل الرئيس الجديد للفساف من أجل تجسيد الأهداف التي سطرها للنهوض بالكرة الجزائرية، على اعتبار أنه سيستكمل ما تبقى من السعده الأولمبية 2021-2025، والتي بدأها كل من شرف الدين عمارة وجبيذ زيفزف

تسلم الرئيس الجديد للاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وليد صادي، أمس الثلاثاء بمقر «الفاف» بدالي إبراهيم (الجزائر العاصمة)، مهامه رسمياً. وجرى مراسم تسليم وإستلام المهام بين وليد صادي والرئيس السابق للاتحادية جبيذ زيفزف بحضور أعضاء من المكتب الفدرالي الجديد والقديم. وسيعتد المكتب التنفيذي الجديد برئاسة وليد صادي، أول اجتماع له الثلاثاء المقبل. وكان صادي، الذي حظي باستقبال من

## تألق ياسين براهيمي يحرر الناخب الوطني...!

وقد 3 تمريرات حاسمة، بما يعني أنه أسهم بشكل مباشر في 10 أهداف كاملة من أصل 13 هدفاً سجلها نادي الغرافة هذا الموسم في المقابل لعب السنة الماضية 19 مباراة أسهم فيها بـ17 مرة بين التسجيل والتمريرات الحاسمة. أفضل موسم يُعتبر الموسم الأول الذي لعبه براهيمي في الدوري القطري قلماً من نادي بورتو البرتغالي الأفضل مقارنة بالموسم التالي، حيث تمكن من تسجيل 15 هدفاً في الدوري برافعة نايه السابق الريان، كما قدم 5 تمريرات حاسمة حولها زملائه إلى أهداف. وخاض نجم الجزائر في موسمته الأول 1950 دقيقة في الدوري في 22 مباراة، بينما لعب الريان ثلاثة مواسم تأتي في مجملها فكانت المحصلة 25 هدفاً و12 تمريرة حاسمة. التحق براهيمي الموسم الماضي بصوف الغرافة وواصل معه التألق، حيث سجل 7 أهداف ووقد 10 تمريرات حاسمة خلال 1643 دقيقة لعبها في 19 مباراة.



للخضر، مجدداً لدى جماهير الجزائر بعد السنوات القوية التي قضاها في الفترة الأخيرة ضمن مناهات الدوري القطري. وحقق اللاعب صاحب الـ33 عاماً أرقماً رائعة مع نايه الغرافة خلال الموسم الحالي، حيث سجل 9 أهداف وأدى 5 تمريرات حاسمة خلال 6 مباريات خاضها في جميع المسابقات. واستعد نجم الأسبق لوبورتو البرتغالي أفضل مستوياته البنينة والفنية في الفترة الأخيرة، مما جعله محل إشادة كثيرة من قبل الملاحظين والمشاهدين في الجزائر. وشهدت الفترة الأخيرة تألقاً لافتاً لنجوم الجزائريين المضمزين، حيث تألق سقيان فيغولي بشكل لافت في الدوري التركي مما فتح أمامه أبواب «الخضر» مجدداً. معادلة رقم الموسم الماضي تمكن براهيمي من معادلة الرقم الذي سجله السنة الماضية طوال موسم كامل مع الغرافة، وذلك بتسجيله سبعة أهداف بعد مرور أربع جولات فقط من عمر الدوري. ولعب ياسين 4 مباريات، بما يعادل 360 دقيقة سجل فيها 7 أهداف

يكتف جمال بلماضي، مدرب المنتخب الوطني، جيوده خلال الفترة الحالية من أجل الاستقرار على القائمة شبه النهائية لتفريق التي سيشارك في كأس أمم أفريقيا المقبلة. وتحتضن كوت نينوار النسخة رقم 34 من المسابقة الأبرز في القارة الأوراسية. خلال السقرة الممتدة بين 13 جانفي و11 ففري 2024، وأخرج نجم الجزائري المضمزم ياسين براهيمي، مدرب منتخب بلاده، قبل أشهر قليلة من ضربة بداية كأس أمم أفريقيا «كوت نينوار 2023». ويتعرف بطل أفريقيا في مناسبتين على منافسيه في دور المجموعات لكأس أمم أفريقيا يوم 12 أكتوبر المقبل، تاريخ إجراء القرعة بعاصمة كوت نينوار أيدجسان، ويمتلك المنتخب الوطني مخزوناً كبيراً من اللاعبين المثاقن في أوروبا وفي العالم العربي، وهو ما يصعب من مهمة جمال بلماضي لاختيار اللاعبين الذين سيثقلون «الخضر» في نهائيات كأس أمم أفريقيا. ارتفعت أسهم المضمزم ياسين براهيمي، أحد أفراد الجيل الذهبي