

فوتبال ایرانی: حاشیه ایرانی

□ محمدرضا پولادی

داده امیرقلعه نوعی در مقابله با تیم های عربی؛ ترکیب تیم تان را جدید چرا یکبار هم که شده تشکری از این مربی یا باشگاه استقلال با هفت ملی پوش که ششای آن مهره فیکس تیم بودیادی نکردی؟

شما تا قبل از بازی با قطر بنا به گفته خودتان امید به مرحله پلی آف هم نداشتید به یکباره امیر حسین صادقی و هاشم بیگزاده که حتی یکبار هم به تیم ملی دعوت نکرده بودید را به جمع ۱۱ مرد اصلی تیم آوردید و از بهترین هایتان شدند. در دوبازی با قطر و کره از ترکیبی وسیستم استقلال در جام باشگاههای آسیا بهره بردید ولی بعد از صعود حتی یک تشکر خشک و خالی از کادر فنی تیم استقلال یا سایر باشگاه ها نکردید.

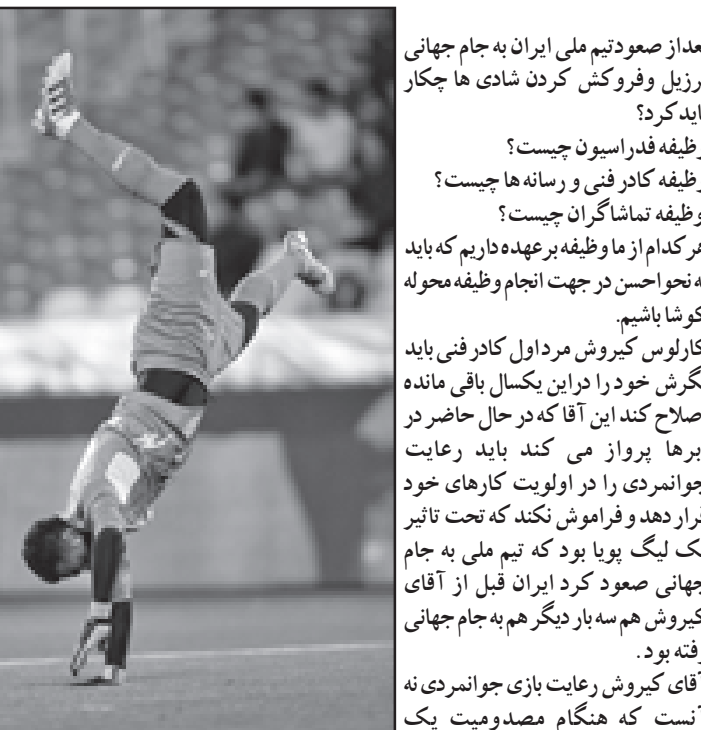
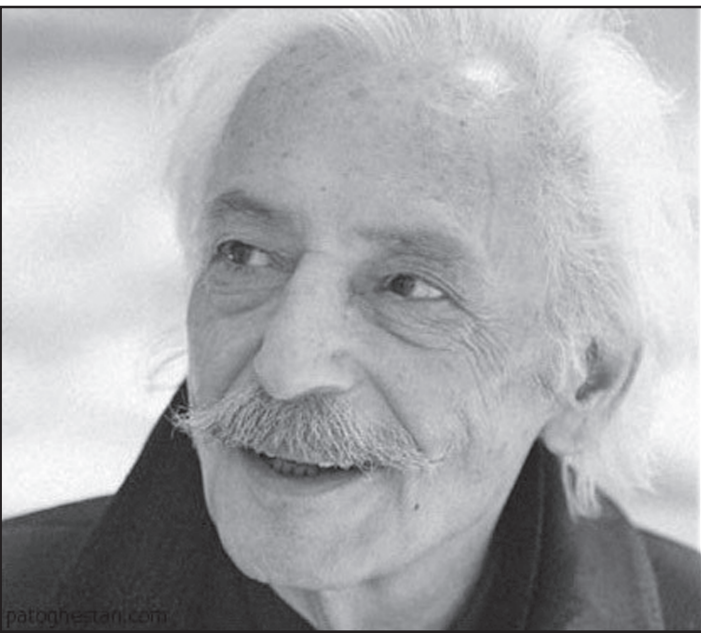
آقای کیروش شما که دم از اخلاق می زنید چرا تا به حال واکنشی به مصاحبه های سراسر توهین دروازه بان سوم تیم ملی نشان ندادید؟ این دروازه بان که بهترین افتخارش در فوتبال ایران ایجاد درگیری با مربیان تیم خود تیم حرف و ایجاد اغتشاش در بازی استیل آذین با پرسپولیس و محرومیت های مدت دار بوده چرا به خود اجازه توهین کردن به جمشید متشایخی که از بزرگان هنر سینما ایران است بخود می دهد چرا تا به حال واکنشی نشان ندادید؟

چرا این آقا اجازه توهین کردن به سیدمهدی رحمتی را پیدا می کند و شما سکوت می کنید؟ آقای کیروش این ها همه حاشیه به وجود میاورد و وظیفه شما دور کردن تیم از حاشیه است. آقای کیروش شما هم فراموش نکنید که در ۱۷ امتیاز کسب شده اولیه مهدی رحمتی؛ علی کریمی و هادی عقیبی سهم زیادی داشتند شاید بیشتر از خود شما پس ناجوانمردان است که یادی از آنها نکنی و به یک پیچ تازه بدوران رسیده اجازه دهی که با بزرگتر از خودش به همین راحتی توهین کند و تهمت بزند.

دوست عزیز این گونه رفتارها موجب ایجاد بی اخلاقی در تیم می شود و این نه به نفع شما و نه به نفع تیم ملی و فوتبال ماست. شما بهتر است نگاهی به اردوی تیم ملی در راه جام جهانی فرانسه بیندازید در آن اردو سرمربی تیم ایوبی بود که به مراتب نامدارتر از شما بود ولی با یک حرکت مات بازیکن سالاری شد و...

شما بهتر است که همان طور که در اروپا به دنبال بازیکنانی با ملیت ایرانی هستی نگاهی هم به بازیکنان داخلی و شهرستانی داشته باشی شاید یک بازیکن برد بخورد پیدا کردی نا امید نباش حتما کسی را پیدا خواهی کرد.

ادامه دارد....



بعد از صعود تیم ملی ایران به جام جهانی برزیل و فروکش کردن شادی ها چکار باید کرد؟

وظیفه فدراسیون چیست؟
وظیفه کادر فنی و رسانه ها چیست؟
وظیفه تماشاگران چیست؟

هر کدام از ما وظیفه برعهده داریم که باید به نحو احسن در جهت انجام وظیفه محوله کوشا باشیم.
کارلوس کیروش مرد اول کادر فنی باید نگرش خود را در این یکسال باقی مانده اصلاح کند این آقا که در حال حاضر در ابراه پرواز می کند باید رعایت جوانمردی را در اولویت کارهای خود قرار دهد و فراموش نکند که تحت تاثیر یک لیگ پویا بود که تیم ملی به جام جهانی صعود کرد ایران قبل از آقای کیروش هم سه بار دیگر هم به جام جهانی رفته بود.

آقای کیروش رعایت بازی جوانمردی نه آنست که هنگام مصدومیت یک بازیکن حریف توپ را بیرون بزند شما بعد از صعود در هیچ کدام از مصاحبه هایتان نامی و تشکری از مربیان ایرانی نکردید چرا؟ شما که در سه بازی آخر با تفکرات و اندیشه های امتحان پس

داربی های استقلال، پرسپولیس از ابتدا تا کنون

□ محمدرضا پولادی



اعلام کرد در دقیقه ۱۵ بازی رضا حسن زاده که بعثت در گذشت برادرش شرایط روحی مناسبی نداشت با یک تکل خشن رفت را ناک اوت کرد این خطا جرقه اتفاقات بعدی را زد. بازی در گیرانه و خشن هر دو تیم آن چنان بود که هیچ کدام از دو تیم صاحب موقعیت مناسبی نمی شدند در دقیقه ۴۰ بازی ستار همدانی با یک پاس عمقی لطیفی را راهی دروازه حریف کرد نادر محمدخانی با یک تکل خشن او را روانه ایست تارتان کرد عمر مهنا بلافاصله محمدخانی را اخراج کرد هنوز چند دقیقه از این اخراج نگذشته بود که علی لطیفی (فرد ملکیان) - احمد مومن زاده

سرمربی: سکومورخوف
پرسپولیس: داود فناپی - افشین پیروانی - مهدی هاشمی نسب - بهروز رهبری فر - هادی مهدوی کیا - حمید استیلی (حامد کاویانپور) - نادر محمدخانی (کاپیتان) - علیرضا امامی فر - پیمان رافت (بنام سراج) - ادموند بزیک (مهدی تارتار)

سرمربی: علی پروین
شرح بازی:
یکی از خشن ترین دربی های برگزار شده تا به امروز دربی چهل و هفتم بود. هر دو تیم که با همه قوای ممکنه وارد زمین شده بودند در همان دقائق ابتدایی بازی هادی مهدوی کیا با یک پاس زیبا رافت را در یک موقعیت مناسب قرار داد و ضربه زیبا او را طباطبایی با کمک دیرک دروازه دفع کرد و توپ برگشتی رو در شلوغی وارد دروازه آنها کردند ولی داور گل را نپذیرفت و دلیل آنرا خطای مهاجمین قرمز پوش بروی طباطبایی

دیدار چهل و هفتم

جمعه دوم مهرماه ۱۳۷۸
ورزشگاه آزادی
بازی رفت لیگ آزادگان
استقلال صفر پرسپولیس صفر
داور: عمرالمهنا با کمک های: عبدالله القیصیل و محمد سعد نجیب هر سه از عربستان سعودی
اخطار: رضا حسن زاده - جواد زرینچه - محمدرضا مهدوی - علیرضا اکبر پور (استقلال)
اخراج: اسماعیل هلالی و نادر محمدخانی (پرسپولیس)



تماشاگر: ۱۰۰ هزار نفر
استقلال: هادی طباطبایی - سهراب بختیاری زاده - جواد زرینچه (کاپیتان) - رضا حسن زاده (محمد رضا مهدوی) - محمد نوازی (علیرضا اکبر پور) - ستار همدانی - بهزاد داداش زاده - فرهاد مجیدی - علیرضا نیکبخت واحدی - علی لطیفی (فرد ملکیان) - احمد مومن زاده
سرمربی: سکومورخوف
پرسپولیس: داود فناپی - افشین پیروانی - مهدی هاشمی نسب - بهروز رهبری فر - هادی مهدوی کیا - حمید استیلی (حامد کاویانپور) - نادر محمدخانی (کاپیتان) - علیرضا امامی فر - پیمان رافت (بنام سراج) - ادموند بزیک (مهدی تارتار)

سرمربی: علی پروین
شرح بازی:
یکی از خشن ترین دربی های برگزار شده تا به امروز دربی چهل و هفتم بود. هر دو تیم که با همه قوای ممکنه وارد زمین شده بودند در همان دقائق ابتدایی بازی هادی مهدوی کیا با یک پاس زیبا رافت را در یک موقعیت مناسب قرار داد و ضربه زیبا او را طباطبایی با کمک دیرک دروازه دفع کرد و توپ برگشتی رو در شلوغی وارد دروازه آنها کردند ولی داور گل را نپذیرفت و دلیل آنرا خطای مهاجمین قرمز پوش بروی طباطبایی

خانواده

رابطه والدین با فرزندان

رابطه ی والدین با فرزند، اولین و مهمترین عاملی است که در اخلاق و رفتار آینده ای او موثر است. یکی از مهمترین مسائل در زمینه ی رابطه ی والدین با فرزندان این است که والدین بتوانند رابطه ی گرم و صمیمی با کودک برقرار کنند. برقراری رابطه ی صمیمانه با کودک، نیازهای مهم روانی کودک از جمله نیاز به محبت، امنیت و همدلی را برآورده می کند. احترام همراه با محبت و مهریانی، شیوه ی تربیتی بسیار موثری است که هم به پیدایش صمیمیت می انجامد و هم رشد هم جانبه ی شخصیت کودک را تامین می کند.

مابیند از این شیوه ی موثر که مورد توجه همه ی روانشناسان و علمای تعلیم و تربیت است غفلت کنیم. مطالعه ی شیوه ی زندگانی پیامبر اکرم صلی الله علیه و واله وسلم و امامان معصوم علیهم السلام نشان می دهد که قرن ها قبل از آنها این مساله به عنوان موضوع اصلی روانشناسی کودک و نوجوان مطرح و در برخوردهای این بزرگان با کودکان و نوجوانان به دقت مورد توجه بوده است.

پیامبر اکرم «ص» چنان روابط گرم و صمیمانه ای با کودکان داشت که آنان بی هیچ دغدغه ای با او به بازی می پرداختند. همبازی شدن با کودکان، با آنها به گردش و تفریح رفتن، وقت بیشتری را با آنها به صحبت و گفتگو مصرف کردن و بالاخره با محبت و احترام با آنها رفتار کردن در پیدایش صمیمیت موثر است.

■ **با فرزندان به بازی و جست و خیز بپردازید**
با کودکان خود بازی های کودکانه کنید. زمستان ها با برف، آدم برقی بسازید و از برف بازی لذت ببرید. شاید نتوانید هم پای او بدهید و تحرک داشته باشید. حضور شما، نیروی پایداری را در کودکان افزایش می دهد و دلیلی برای خنده و شادی هر دو شما خواهد شد. بچه ها از اینکه می توانند بیشتر بپرند و سریع تر بدوند، احساس غروری می کنند و با آزاد کردن انرژی درونی شان، احساس شادی و نشاط می کنند. برای رسیدن به صمیمیت باید از عواملی که موجب از بین رفتن صمیمیت و پیوند قلبی می شوند پرهیز کرد. اهانت و تحقیر کودک، سرزنش های مداوم و انتقادهای بیجا از مهم ترین عواملی هستند که بذر کینه و نفرت را در دل کودک می پاشند

■ **با صدای بلند بخندید**
لطیفه بگویید. داستان های طنز و خنده دار و شعرهای شاد بخوانید. به دنبال سرگرمی های شاد بگردید. کاری کنید تا صدای خنده فرزندتان بلند شود. آن وقت خواهید دید که با خنده او شما هم خواهید خندید. خندیدن شما تاثیر فراوانی بر جسم و جان شما می گذارد و بسیاری از فشارهای روانی کاهش پیدا می کنند. اکسیژن بیشتری به بدنتان می رسد و با روحیه بهتری به حل مشکلات می پردازید. کودکان موفق، کودکان شادند و کودکان شاد، کودکان موفقند. همه کودکان به زمانی برای تخلیه بار هیجانی، زنگ تفریح و بازی های شادی بخش نیاز دارند. دیدن پرواز پرندگان، حرکت ابرها و دقت در محیط اطرافشان هم می تواند به نوعی تفریح به شمار آید.

■ **بلند پروازی را فراموش کنید**
اگر پدر و مادر هدف معقول و قابل دسترسی برای فرزند خود تعیین کنند و

برای آنکه زیبا باشید از این میوه ها غافل نشوید



◆ **گوجه فرنگی**
پوست گوجه فرنگی را کنده، آن را ریزریز کنید و بر صورت بمالید. گوجه فرنگی خاصیت پاک کنندگی موثر پوست را دارد همچنین باعث بسته شدن منافذ باز پوست می شود.

◆ **پرتقال**
آب پرتقال را بگیرد و با یک قاشق سوپ خوری ماست بدون نمک مخلوط کنید. روی صورت به جز اطراف چشم بمالید. بعد از ۱۰ دقیقه صورتتان را با آب سرد بشویید.

◆ **سیب زمینی**
بهترین راه برای برطرف کردن حلقه های سیاه اطراف چشم، استفاده از سیب زمینی است. سیب زمینی بزرگی را در مخلوط کن بیندازید، آب خمیر به دست آمده را بگیرد و تقاله مانده را ۲ قسمت کرده و برای ۱۰ دقیقه روی ۲ چشم بگذارید.

◆ **زردآلو**
هسته زردآلو را شکسته و با لوسیون بدن ترکیب کنید و هم بزیند تا خمیر یکدستی به دست آید. این خمیر اثر لایه برداری ملایم برای صورت دارد. توجه داشته باشید که هسته زردآلو، هسته محکمی است و هسته شیری رنگ چیزی است که شما به آن احتیاج دارید، پس باید هسته زردآلو را بشکنید.

◆ **آووکادو**
آووکادو رسیده را به صورت خمیر در آورده و به عنوان ماسک صورت از آن استفاده کنید. آن را بر صورت مالیده و بعد از ۱۰ دقیقه بشویید. برای رهایی از یف چشم، با استفاده از پارچه ای کتانی، کیسه ای درست کرده، داخل آن را پوره آووکادو بریزید و به آرامی روی چشم بمالید.

◆ **گیلاس**
عد ۱۰ گیلاس نارس را در مخلوط کن بریزید، آب آن را با یک قاشق سوپ خوری جو دوسر خشک مخلوط کنید و به عنوان ماسک ۵ دقیقه روی صورت قرار دهید. برای لایه برداری پوست هم، آب گیلاس را با یک قاشق سوپ خوری نمک دریا مخلوط کرده و با آن پوست را ماساژ دهید.

مجاهدی که به رضایت خداوند می اندیشد، از کثرت دشمنان نیروی مضاعف می گیرد!

افلاطون

چرا آب دوغ خیار را فراموش کرده اید؟

فصل گرما که فرا می رسد اشتهایمان نسبت به خوردن غذاهای گرم و



پرکالری کاسته شده و بیشتر به دنبال غذاهایی سبک، کم حجم، خنک و در عین حال اشتها آور هستیم. ○ **تغذیه آب دوغ خیار**
فصل گرما که فرا می رسد اشتهایمان نسبت به خوردن غذاهای گرم و پرکالری کاسته شده و بیشتر به دنبال غذاهایی سبک، کم حجم، خنک و در عین حال اشتها آور هستیم.

در میان غذاهای ایرانی آب دوغ خیار از این مزایا برخوردار است. این غذای حاضری بسیار خوش طعم با ظاهری دلنشین بوده که از ایام قدیم محبوبیت خاصی در میان تمامی اقوام ایرانی داشته است. ارزش تغذیه ای این غذای ساده و سنتی با توجه به مواد غذایی که در تهیه آن استفاده می شود بسیار زیاد است و غذایی مناسب برای فصول گرم سال محسوب می شود، زیرا عطش را رفع کرده، مفرح جان بوده و اشتهای رفته مان را احیا می کند، به گزارش جام جم آنلاین، این غذا معمولاً از ترکیب ماست با دوغ، خیار رنده شده، سبزی خوردن (ریحان، ترخون، نعنا و ترپچه)، گردو و کشمش به همراه یخ و نان تهیه می شود، البته برخی خانواده ها از خامه نیز در این غذا استفاده می کنند.

چای دارچین برای سردرد

مصرف دارچین و به ویژه چای دارچین یکی از مهمترین نوشیدنی های برای کاهش دردهای عضلانی و درد سراسر است. این گیاه ضد درد تأثیری همانند قرص های مسکن و بروفن دارد و می تواند دردها را کاهش دهد. اگر دچار سردرد، سرگیجه، استفراغ شدید یا حتی در فصل تابستان دچار گرمادگی شدید هستید حتماً بعد از آنکه از بیرون به خانه خود رسیدید یک نوشیدنی چای با طعم دارچین مصرف کنید و با مصرف این نوشیدنی تمام خستگی های شما به یکباره از بدنتان خارج می شود. وقتی سردرد و ... و عوارض آن زندگی روزمره تان را با اختلال مواجه می کند، حتماً با دارچین یا عرق دارچین می توانید سلامت و شادابی خود را حتی در مواقع سختی و مشکلات حفظ کنید.

