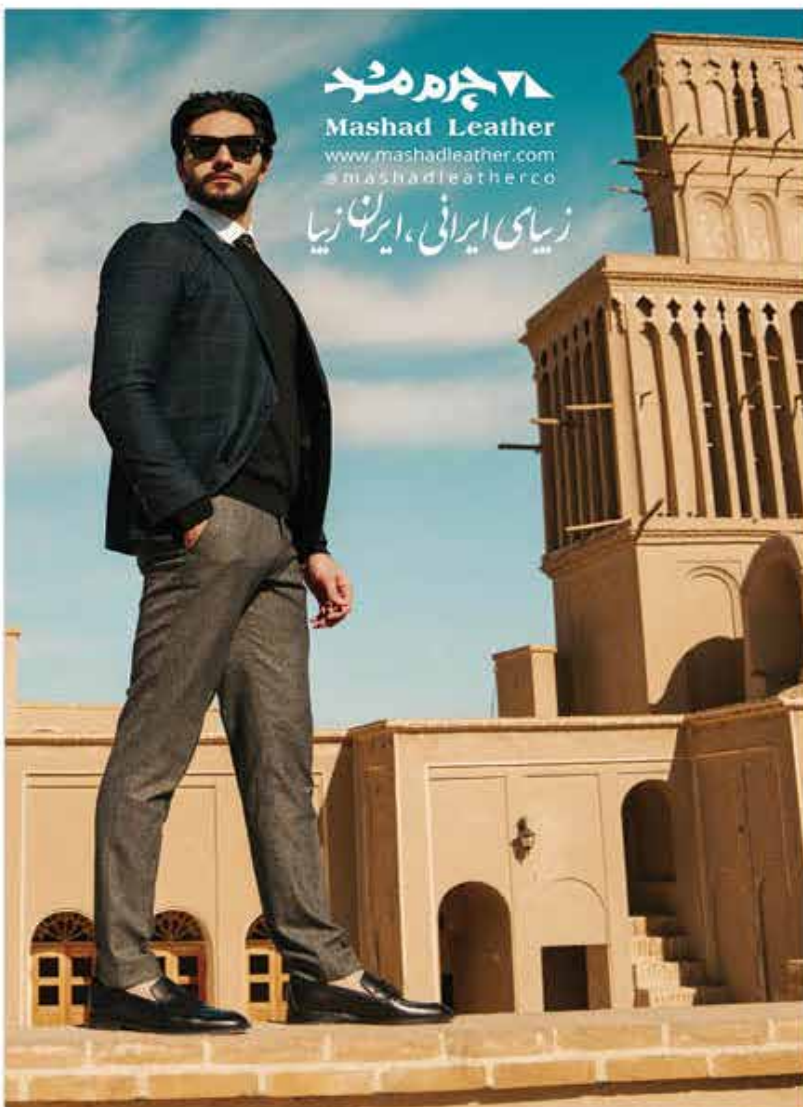
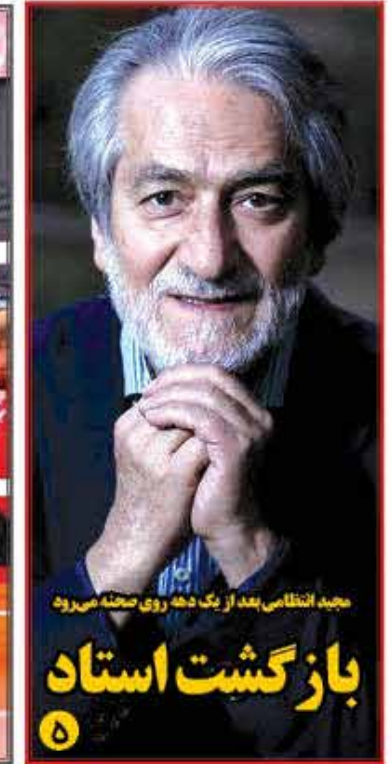


سخنورزنتی

• هفته نامه ورزشی و هنری «سال هشتم» شماره ۸۰۲۸۳ • صفحه ۵۰۰۰ • ۲۳ September 2023
 • پنجشنبه ۲ آذر ۱۴۰۲ • ۹ جمادی الاولی ۱۴۴۵
 • Telegram.me/Nakhostnewsir





توپ و تور

هفته ششم لیگ برتر والیبال باشگفتی نیان مشهد خاتمه یافت

محمد مهدیزاده



هفته ششم لیگ برتر والیبال باشگاه‌های کشور در حالی برگزار شد که باید به هفته نیان مشهد نام گذاشت. در این هفته بازیکنان جوان و گمنام نیان مشهد که هفته گذشته در قلعه عقاب‌ها دست به کار بزرگی زده بودند و تیم پرمهره شهداب یزد را با ملی پوشان ریز و درشت و با شکست بدرقه کرده بودند در هفته ششم هم شگفتی ساز شدند و با پیروزی میلی متری بر تیم با سابقه و دارنده بیشترین عنوان قهرمانی کشور و آسیایی پیکان تهران در پایتخت خوش درخشیدند و تا مکان هفتم جدول خود را بالا کشیدند.

محمد رضا مشهدی بازیکن جوان نیان مشهد با ارایه یک بازی تمام عیار به عنوان بازیکن هفته و در کنار سرمربی خود معرفی شد و در واقع دو هفته‌ای است بازیکنان نیان شگفتی ساز لیگ برتر شناخته شدند.

هفته هفتم لیگ برتر روز یکشنبه ۵ آذرماه پیگیری خواهد شد و بازیکنان نیان مشهد بازی سختی را باید مقابل گیتی پسند اصفهان در مشهد برگزار خواهند کنند که این تیم اصفهانی در زمره سه تیم بالای جدول قرار دارد اما بازیکنان نیان همیشه در خانه سربلند ظاهر شدند و قصد دارند دومین تیم مدعی بالای جدول را هم به مانند شهداب یزد با شکست از قلعه عقاب‌ها بدرقه کنند

کارت زرد

مجمع ۷ هیات ورزشی خراسان برگزار خواهد شد
نخست ورزشی: بنابراین هیات‌های ورزشی با رییس جدید دستخوش تغییرات ناخواسته خواهند شد.
جامعه ورزشی خراسان جنایات صهیونیستی باغزه را به شدت محکوم کردند
نخست ورزشی: گفتیم اگر مدیرکل ورزش خراسان ارژشی باشد بازم شاهد اینگونه حرکات خواهیم بود.
شورای شهر مشهد و حمایت با قدرت از دوچرخه سواری بانوان مشهد
نخست ورزشی: اگر عمر ورزشی اعضای شورای مشهد تداوم داشته باشد ورزش بانوان زنده خواهد ماند.

- صاحب امتیاز و مدیرمسئول: دکتر علی پاکباز خسروشاهی
- زیر نظر شورای سردبیری
- دفتر تهران: پاسداران، بوستان ۸، پلاک ۱۲۰، طبقه ۲ واحد ۷
- تلفن: ۰۲۱-۲۲۷۶۰۸۹۵-۶
- دفتر مشهد: احمدآباد، خیابان قائم، قائم ۱۴، پلاک ۴۶
- تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۳۷۱۱
- نمابر: ۰۵۱-۳۸۴۴۴۰۲ - پیامک: ۳۰۰۷۹۸۱
- کد پستی: ۹۱۸۲۸۳۳۱۹
- ایمیل: nakhost@yahoo.com - Info@nakhostnews.ir
- وب سایت: www.nakhostnews.ir
- کانال اطلاع رسانی: @Nakhostnewsir

مدیرکل ورزش و جوانان خراسان رضوی خبر داد ورزش یاران به میدان می آیند



مجید خروشی

مجمع خیرین و ممولان ورزش یار در اداره کل ورزش و جوانان راه اندازی می شود. مدیرکل ورزش و جوانان خراسان رضوی با اعلام این خبر گفت: با مذاکراتی که با مدیران صنایع، مدیرکل دارایی و صمت برگزار شد مصمم هستیم مجمع خیرین و فعالان عرصه صنعت با عضویت ۲۹ نفر از مدیران صنایع را به زودی تشکیل تا از رهنمودها و حمایت‌های آنان در جهت توسعه ورزش قهرمانی و همگانی بهره ببریم.

این کارگروه شکل عملیاتی در حمایت مالی از ورزش را بر عهده خواهد گرفت و در قبال آن ما تلاش خواهیم کرد موانع و مشکلات اقتصادی و اداری پیش رو حامیان مالی را مرتفع کنیم بناسبت با آشتی میان صنعت و ورزش روح و جان تازه‌ای به خدمات متقابل ببخشیم و در این راستا همگی برای توسعه ورزش و حمایت از جوانان و نوجوانان از هیچ تلاشی فروگذار نخواهیم بود.

نیاز داریم برای ایجاد شادابی و نشاط در جامعه همه دستگاه‌های متولی ما را نیز یاری کنند. علیرضا تاج فیروز درباره روسای هیات‌های کم‌کار که چراغ خاموش حرکت می‌کنند گفت: بر اساس فرمت‌هایی که برای سال ۱۴۰۳ در اداره کل ورزش و جوانان تهیه و به روسای هیات‌ها ابلاغ می‌شود موظف هستند برنامه‌های خود را بر اساس این فرمت‌ها به پیش ببرند تا حمایت‌های مالی و زیرساختی ما را داشته باشند و اگر مدیران و روسای هیات‌ها قادر نباشند در چارچوب این فرمت‌ها فعالیت‌های خود را به پیش ببرند از حمایت‌های مستقیم مالی و زیرساختی اداره کل ورزش و جوانان محروم خواهند شد. معتقدم هیات

ها باید در برابر مردم پاسخگو باشند و شرایطی را به وجود آورند که تعامل لازم را با عموم مردم داشته باشند. برای ارزیابی هیات‌ها شاخص‌هایی را در نظر گرفتیم و آن را به روسای هیات‌ها ابلاغ کردیم و کمک‌های مالی و حمایت‌هایمان را بر اساس امتیازات کسب شده از سوی هیات‌ها اهدا می‌کنیم. یکی از اصلی‌ترین این شاخص‌ها را هم به پاسخ‌گویی هیات‌های ورزشی اختصاص دادیم. وی در ادامه به برگزاری مجمع انتخابات ۷ رشته ورزشی که به صورت سرپرست مدیریت می‌شود اشاره و گفت: به زودی مجمع انتخابات ۷ رشته ورزشی را در استان برگزار خواهیم کرد. مجامع رشته‌های مجمع انتخابات روسای ۷ رشته ورزشی تنیس، شطرنج، آمادگی جسمانی، قایقرانی، اسکی، ورزش‌های دریایی و ساحلی و بولینگ و بیلیارد به زودی برگزار خواهد شد. تاج فیروز افزود: با توجه به این که بناسبت حمایت از هیات‌های ورزشی بر اساس میزان عملکرد مدیران و روسای هیات‌ها انجام شود ضروری است که هر چه زودتر هیات‌هایی که با سرپرستی مدیریت می‌شوند روسای خود را بشناسند تا انتظار و توقعات ما از عملکرد هیات‌ها مورد ارزیابی واقعی قرار گیرد. وی در خصوص حضور حامیان ورزش در بدنه ورزش استان یادآور شد: کسانی که به عنوان سرمایه‌گذار و خیر هستند، می‌توانند بیابند و به اتمام پروژه‌ها کمک کنند و ما دست این افراد را به گرمی می‌فشاریم و معتقدیم مدیریت هیات‌های ورزشی باید به دست افراد توانمند هدایت شود. مدیرکل ورزش و جوانان خراسان رضوی بابیان اینکه متأسفانه در حال حاضر قوانین به نفع اسپانسرهای ورزشی نیست افزود: سابقاً در قبال حمایت اسپانسرها از تیم‌های ورزشی به آن‌ها معافیت مالیاتی داده می‌شد، اما این قانون هم برداشته شد. وی خاطر نشان کرد: در این شرایط فقط بُعد تبلیغاتی از قبل حمایت

اسپانسرها از ورزش برایشان می‌ماند که در این رابطه هم متأسفانه رسانه‌های ما همچون صداوسیما حمایت چندانی از تیم‌های ورزشی ندارند. وی به عدم ورود کارخانجات خراسان رضوی در زمینه حمایت از ورزش هم اشاره و خاطر نشان کرد: در برخی استان‌ها که شرایطی مشابه مشهد دارند، می‌بینیم کارخانجات و شرکت‌هایشان برای حمایت از تیم‌های ورزشی پای کار هستند. مثلاً یک معدن در کرمان و یا یک کارخانه در یزد علیرغم اینکه معافیت مالیاتی برای آنها در نظر گرفته نمی‌شود و نیازی هم به کار تبلیغاتی ندارند، اما برای حمایت از تیم‌های ورزشی شهرهایشان وارد می‌شوند. وی تأکید کرد: حتی در تعدادی از استان‌های کشور، شهرداری‌ها و دیگر ارگان‌ها تیم‌داری می‌کنند، اما در خراسان رضوی می‌گویند غیرقانونی است. اگر غیرقانونی است، چرا برای دیگر شهرها این گونه نیست؟ تاج فیروز یادآور شد: شاید تنها تفاوتی که شهرهای دیگر با مشهد دارند، بحث فشاری است که مسوولین این استان‌ها به بخش خصوصی می‌آورند تا از تیم‌هایشان حمایت داشته باشند. وی تأکید کرد: در خراسان رضوی تعداد زیادی کارخانه و شرکت داریم که از امکانات و تسهیلات این استان استفاده می‌کنند، اما در مقابل در بحث مسوولیت‌های اجتماعی خود کاری انجام نمی‌دهند. مدیرکل ورزش و جوانان خراسان رضوی اهرم مورد نیاز برای ورود اسپانسرها به ورزش استان را رابطنی مسوولین ارشد استان و مجمع نمایندگان دانست و گفت: تا زمانی که مسوولین ارشد استان و مجمع نمایندگان به این مسأله ورود نکنند و شرکت‌ها و کارخانجات را مکلف به حمایت از ورزش نکنند اتفاقی نخواهد افتاد. تاج فیروز اضافه کرد: متأسفانه نوع نگاه مسوولین استانی به حمایت از ورزش هنوز جدی نشده و ورزش اولویت آخر بسیاری مسوولین و حتی خانواده‌های مشهدی است.

دعوت بانوی خراسانی به اردوی تیم ملی هندبال

آماده می‌کند این اردو از تاریخ ۳ تا ۷ آذرماه ۱۴۰۲ در تهران برگزار خواهد شد. وی خاطر نشان کرد: برنامه بیست و ششمین دوره این مسابقات مشخص شد و بر اساس این برنامه تیم ملی هندبال بانوان ایران در نخستین دیدار خود روز ۹ آذر از ساعت ۱۸:۳۰ به وقت GMT و ۲۲:۰۰ به وقت ایران به مصاف لهستان می‌رود. ملی پوشان در دومین دیدار خود، ۱۱ آذر از ساعت ۱۹:۳۰ به وقت ایران رودروی آلمان صف‌آرایی می‌کنند و در آخرین دیدار خود در این مرحله از ساعت ۱۹:۳۰ روز ۱۳ آذر مقابل ژاپن به میدان می‌روند.



رحانه برومند

آرزو کیانی آرابانوی هندبالیست خراسانی به تیم ملی هندبال بانوان دعوت شد. رییس هیات هندبال خراسان رضوی با اعلام این خبر گفت: از سوی خدیجه قائم مربی تیم ملی هندبال ایران برای حضور در ششمین اردوی آماده‌سازی از هندبالیست شایسته مشهدی آرزو کیانی آرا دعوت به عمل آمد. رضا علیزاده افزود: تیم ملی هندبال بانوان ایران خود را برای شرکت در مسابقات قهرمانی جهان در دانمارک

شیر مادر و نان پدر حالات



دست یافت و تیم‌های دبیرستان امیر کبیر و هنرستان خیامی به ترتیب رتبه های دوم و سوم را به دست آوردند. این مسابقات در ۱۰ وزن با معرفی نفرات برتر هر وزن پایان یافت. در پایان از هادی عامل پیشکسوت، مجری و معلم اخلاق کشتی کشور با اهدای هدایایی تقدیر و قدردانی به عمل آمد.

تقدیر و قدردانی از مجری و معلم اخلاق کشتی به همت پایگاه مالک اشتر و آموزش و پرورش ناحیه یک مشهد برگزار شد. در این همایش که به همراه مسابقات کشتی در میان آموزشگاه‌های این ناحیه برگزار شد، تیم کشتی هنرستان آیت الله خامنه‌ای به مقام قهرمانی

یادداشت

سالتو بارانداز حسن یزدانی خارج از تشک کشتی!

مر نضی رضایی



هادی عامل، ناخوسته، حاشیه عجیبی را برای حسن یزدانی به وجود آورد.

معمولا هر وقت با هادی عامل تماس می گیری و می گویی: «کی گپ بزیمیم؟» می گوید: «زیاد اهل مصاحبه نیستیم؛ چه بگویم؟» خدا رحم کرد که هادی خان قصه ما زیاد اهل مصاحبه نیست اما وقتی مصاحبه می کند زمین و زمان را به هم می ریزد. مثل اظهار نظرش درباره حسن یزدانی و پرده برداری از دلیل او برای شرکت در بازی های آسیایی. اصلا مشخص نیست که این اظهار نظر هم درست است یا نه؟ هادی عامل گفته بود: «من خیلی ظریف گفتم که شان و شخصیت پهلوانان زیر سوال نرود اما اگر بخوایم با صداقت بگویم مهم ترین علت رفتن او به مسابقات بازی های آسیایی همین پاداش گرفتن بوده است. حسن آقا می خواست بعد از این مسابقات ازدواج کند و ازدواج هم هزینه دارد و هر که بامش بیش برفش بیشتر و خانواده محترم عروس خانم هم از قهرمان دنیا توقعاتی دارند.» اصلا آدم می ماند از بعضی اظهار نظرها. حالا افکار عمومی چطور فکر می کنند؟ یعنی حسن یزدانی "ندار" است. آیا سرنوشت زندگی اش به همین پاداش بازی های آسیایی گره خورده بود؟ این همه سال که در کشتی بوده، دستمزد گرفته، قهرمان و نایب قهرمان المپیک شده، پاداش ها و تقدیرها و... همه و همه لنگ همین یک پاداش بازی های آسیایی بود؟ آن هم با کتف مصدوم! اصلا از کجا معلوم بود که او در بازی های آسیایی صد درصد قهرمان می شد؟ کتفش مگر آسیب ندیده بود؛ شاید در همان مسابقه اول و دوم آسبش جدی تری می شد و همه پاداش می رفت روی هوا؛ آن وقت جواب توقعات خانواده عروس را چه کسی می داد؟

آقای عامل عزیز! خدا قوت و خسته نباشی دلاور؛ من و ما و سایر رفقا که شمارا می شناسیم می دانیم که ته دلت چیزی نداری و قطعا این حرف را هم از سر دلسوزی زدی. گفتم تا نشان بدهی که اینجا و بچه های رشته های منهای فوتبال چه شرایطی نسبت به فوتبالی ها دارند و خواستی درد آن ها را نشان بدهی. دم شما گرم! عذرخواهی هم از حسن یزدانی کردید ولی کاری که انجام دادید از خاک کردن او روی تشک کشتی بدتر بود. شما چهره تاثیر گذار هستید و مصاحبه های پتان هم همه جذاب. خیلی ها چشمشان به دهان شما است و هر تکه کلامی که مطرح می کنید تا مغز استخوان جامعه فرو می رود. حسن با کتف آسیب دیده اش خدا را شکر به جایزه اش هم رسید و انشالله که خوشبخت شود، فقط به عنوان یک همکار از شما می خواهیم این بار که خواستید درباره کسی حرف بزنید، چیزی نگویید که غیر از کتفش، از لحاظ روحی هم آسیب ببینید؛ اصلا مثل همه آن دفعاتی که همکاران رسانه های مکتوب با شما تماس گرفته اند بگویید زیاد اهل گفت و گو نیستید و مصاحبه نمی کنید. شیر مادر و نان پدر حلال شما بهترین گزارشگر کشتی ایران.

امیدواری پزشک متخصص به حسن یزدانی یوزپلنگ بر می گردد



پدرام خسروشاهی

جراح سرشناس و عضو هیات ریسه فدراسیون کشتی اعتقاد دارد وضعیت کتف حسن یزدانی پس از عمل خوب است.

در روزهای اخیر و پس از عمل جراحی که روی کتف حسن یزدانی کشتی گیر بزرگ و پرافتخار تیم ملی کشتی آزاد ایران انجام شد شایعات زیادی درباره آینده حرفه ای او مطرح شد. شایعاتی که ترسناک و علاقمندان به ورزش را در ایران نگران کرده است. نگرانی ها وقتی بیشتر شد که کسی مثل علیرضا دبیر هم در این باره حرف های نگران کننده ای زد.

رییس فدراسیون کشتی در این باره گفته بود: «در ۲۰ سال گذشته هیچ پزشکی در ایران نتوانسته ورزشکاری را از کتف جراحی کرده و او را به شرایط آماده بازگرداند. جراحی ها برای زانو نتیجه بخش بوده اما کتف نه. خود من در دوره ای که کشتی می گرفتم از کتف جراحی داشتم و این مشکل را درک می کنم. البته نیاز بود یزدانی جراحی کند و امیدوارم اولین ورزشکاری باشد که کتف عمل می کند و خوب می شود.» حرف های که دبیر زد و واکنش های زیادی در پی داشت. سهراب کیهانی عضو هیات ریسه و پزشک متخصص فدراسیون

کشتی اما نظر متفاوتی داشت. او بلافاصله پس از شنیدن حرف های نگران کننده دبیر گفت: «برای ریکاوری اندام فوقانی و شانه ۶ ماه زمان لازم است و این زمان یک موضوع استاندارد برای افراد عادی است. کسی که صاحب مدال طلای جهان است و توانسته در جهان الگو و پیشرو باشد، یک فرد عادی از نظر ذهنی، بدنی و آناتومی نیست و این عمل الان انجام شده تا بعد از زمان ریکاوری آقای یزدانی به المپیک برسد.» حرف های آن روز کیهانی تفاوت زیادی با حرف های دبیر داشت. امروز هم کیهانی در حاشیه مراسم تجلیل از تیم های ملی کشتی در این باره

هادی رضایی: نه باز نشستی دارم نه بیمه!

دستان خالی مربی قهرمان پرور



سر مربی تیم ملی والیبال نشسته ایران با گلایه از نداشتن حقوق بازنشستگی و بیمه خدمات درمانی بعد از ۳۰ سال کار، مدیرعامل صندوق حمایت از قهرمانان و پیشکسوتان را به مناظره دعوت کرد. هادی رضایی سر مربی تیم ملی والیبال نشسته ایران گفت: با ۳۰ سال سابقه خدمت هنوز نه حقوق بازنشستگی دارد و نه بیمه خدمات درمانی مدیرعامل صندوق حمایت از قهرمانان و پیشکسوتان را به مناظره دعوت کرد.

سر مربی تیم ملی والیبال نشسته با اشاره به سابقه طولانی مدتش در ورزش و نداشتن بیمه گفت: من هادی رضایی اگر به شما بگویم که ۴۰ سال در ورزش هستم ولی بیمه ندارم، باور می کنید؟ خدا شاهد است بیمه ندارم. هم سابقه دارم و هم ۲ بار بازنشسته شده ام اما با ۷ طلای پارالمپیک نه حقوق بازنشستگی دارم و نه بیمه خدمات درمانی! همین الان بروم دکتر باید هزینه ها را به صورت آزاد بدهم. بیمه و بازنشستگی من وظیفه کیست؟ اصلا یک مناظره بین من و رییس صندوق حمایت از قهرمانان و پیشکسوتان برگزار کنید. چرا یک نماینده از ورزش جانبازان و معلولین، نابینایان و کم بینایان در هیات مدیره این صندوق عضویت ندارد؟ مقابل دوربین که نمی توانم دروغ بگویم من با ۹ حضور در پارالمپیک، ۷ طلا، ۲ نقره و سابقه سرمربیگری و ورزشکاری، ماهی یک میلیون و ۱۲۰ هزار تومان از صندوق حقوق می گیرم! حالا حقوق مرا با یک فوتبالیستی که سال ۵۲ بازنشسته شده با یک کشتی گیر بازنشسته قبل از انقلاب مقایسه کنید. وی با تاکید بر این که رفع دغدغه های ورزش کار یک نفر نیست، گفت: مگر یک وزیر به تنهایی چه کاری می تواند انجام دهد؟ وقتی یک آیین نامه وجود داشته

در ترکیب خود داشت؛ باز یکن ۲۹ ساله ای که در مرز ۲ پای خود را از دست داده بود. وی در خصوص تفاوت پاداش ها در رشته های مختلف نیز عنوان کرد: فاصله جوایز را ناشی از عدم عدالت می دانم و می گویم اگر والیبال نشسته ۱۰ درصد فوتبال است، باید پاداش ۱۰ درصد برایش در نظر گرفته شود نه صفر و صفر صدی. من به بچه ها هم گفته ام نباید خودمان را با فوتبال مقایسه کنیم. رضایی چگونگی ساخته شدن یک والیبالبست تمام عیار از مرتضی مهرزاد را این طور تشریح کرد: وقتی CCN آمریکا با مهرزاد مصاحبه کرد، جمله جالبی گفت و عنوان کرد من از ذلت به عزت رسیدم! چرا این را گفت؟ چون به دلیل ظاهر نامتعارفش قبلا مسخره می شد اما همین جامعه وقتی او قهرمان شد به مهرزاد گل می دهند و با او عکس می گیرند. در گوشه گوشه کشور چنین پتانسیل هایی داریم که می توان آن ها را ساخت ولی متأسفانه ورزش ما فعلا به شکل گلخانه ای اداره ای می شود.

رضایی در خصوص موثر بودن کرسی های بین المللی گفت: من کرسی نایب ریسی فدراسیون پاراوالیبال آسیا و اقیانوسیه را دارم و عضو دایم سازمان جهانی هستم و فکر می کنم غیر از من امینی در واترپلو این عضویت را دارد. باید از این پتانسیل ها استفاده کرد. وی افزود: در مسابقات والیبال نشسته آسیا و اقیانوسیه با حضور ۱۴ کشور به میزبانی چین برگزار شد، ۱۰ داور داشتیم که ۳ داور آن ایرانی بودند. در جمع این ۱۰ داور تنها یک داور خانم حضور داشت که او ایرانی بود؛ این یعنی کرسی و دفاع. این به معنی حضور ۳۰ درصدی داوران ایرانی در یک رویداد بین المللی است.

باشد، همه ملزم به اجرای آن می شود. آیین نامه صندوق قهرمانان و پیشکسوتان ورزشی نیازمند اصلاح است. سر مربی تیم ملی والیبال نشسته در تشریح دلایل موفقیت ایران در تقابل با بوسنی در مسابقات جهانی و کسب هشتمین قهرمانی در خاک این کشور گفت: فارغ از سن و سال، بین یک مربی باتجربه و یک مربی جدید، تفاوت وجود دارد. بالاخره من ۶ فینال پارالمپیک را دیده ام. فینال هایی را هم دیده ام که باخته ام. من به عنوان یک مربی باتجربه ۳۰ ساله باید برای خودم نسخه داشته باشم. باید مطالعه کنم و قدرت تصمیم گیری داشته باشم. در بوسنی فعلا خواستن را به خوبی صرف کردیم. رضایی با اشاره به ترکیب تیم ملی والیبال نشسته ایران گفت: در بازی های پارالمپیک شاید تنها تیمی بودیم که با ۷۰ درصد توان خود رفته بودیم. برای نخستین بار تیم ملی والیبال نشسته جانباز امنیت

خبر

گفتگوی صریح با سید حسین غیائی



عکس: سید جلال حسینی اهرازی

علی شیخ الاسلامی: هفته گذشته سید حسین غیائی معاون سلامت و تربیت بدنی شهرداری مشهد میهمان هفته نامه نخست ورزشی بود. در این گفت و گو مطالب مهمی در باره ورزش مشهد و نقش شهرداری در توسعه ورزش این شهر بیان شد؛ همچنین درباره سیاستهای شورای ششم و ورزش قهرمانی سخنانی بیان گردید. متن کامل این مصاحبه را هفته آینده در نخست ورزشی بخوانید.

برگزاری دیدار تدارکاتی تیم هندبال سرخس در مشهد



خروشی: تیم هندبال نوجوانان سرخس دیداری تدارکاتی را با نماینده قوچان جهت آمادگی بستر برای حضور در دور دوم مسابقات جام آیندگان برگزار کرد. دیدار در سالن کوثر مشهد خانه هندبال خراسان رضوی با تیم هندبال ستارگان قوچان برگزار می شود. در یادار افزود: تیم های ستارگان قوچان نماینده خراسان که خود را برای شرکت در مسابقات لیگ دسته اول باشگاه های کشور آماده می کند در مقابل نوجوانان سرخس که در لیگ آیندگان کشور حضور دارد برای کسب آمادگی بیشتر در مقابل هم قرار خواهند گرفت. این دیدار برای مربیان هردو تیم به خاطر پیدا کردن نقاط ضعف و آماده سازی بازیکنان از اهمیت ویژه ای برخوردار می باشد. تیم نوجوانان سرخس در پایان مرحله رفت و برگشت لیگ آینده سازان کشور با ۱۱ امتیاز بعد از سپاهان موفق شده است به مرحله یک چهارم نهایی لیگ آیندگان صعود نماید و توجه جامعه هندبال کشور را به خود جلب کرده است و در این مرحله می بایست از اول آذرماه در شهرستان سرخس در مقابل تیم های خوب لیگ برتری کشور قرار بگیرد. و تیم ستارگان قوچان حدود ۵ آذرماه در مسابقات لیگ دسته اول باشگاه های کشور به استان یزد اعزام خواهد شد.

به یاد شادروان دکتر سید محمد خرمی
معمار ورزش خراسان



حسین فیضی: گزینه این نسخه از هفته نامه نخست ورزشی، شادروان دکتر محمد خرمی و بازگشت به سال های ۱۳۶۸ تا ۱۳۷۲ می باشد، دوران مدیریت وی در ورزش استان را باید طلایی ترین برشمرد. زیرا این فرهیخته فوق العاده ارزشمند ورزش سرزمین خورشید هشتم توانست در مدت کوتاه تحول بنیادی و شگرفی را در احیا و گسترش ورزش خواستگاه پهلوانی ها و حتی در سطح ایران به وجود آورد. این نابغه کشتی ایران و جهان در کارنامه زرین و درخشان خود از تولد در خرم دژه تا بازگشت به سوی قادر متعال برای رسیدن به کمال و اهداف ارزشمند خود از هرگونه تلاش دریغ نوزید تا حاصل آن آثار ماتمقدم و ماتاخر باشد. بر آن شد باهدف معرفی الگوهای برتر و شاخص ورزش کشور از طریق هفته نامه نخست بخش کوتاهی از زندگی پرتلاش و موفق قهرمان شهیر جهان را به رشته تحریر درآورد تا شایستگی جراح و معمار ورزش نوین و ورزش های سنتی خراسان را به بررسی بنشینیم. استان خراسان که به برکت وجود بارگاه ملکوتی امام رضا (ع) مملو از استعداد های بالقوه است متأسفانه به دلایل نامعلوم تا قبل از این دوره کوتاه در ارزشیابی عملکرد ورزش رتبه ۲۴ کشور را یدک می کشید زنده یاد خرمی این فرهیخته، توانمند با چاشنی های علوم روز، تجربه و بهره جستن از ظرفیت ها، امکانات و پتانسیل های سرشار بر مشکلات پیش رو فائق آمد و در نیل به اهداف به موفقیت های قابل انتظار دست یافت. دانشمند اخلاق محور و پهلوان منش به شایستگی توانست آموخته های علمی ورزشی روز دنیای خود را بعد از پایان تحصیلات و بازگشت از دانشگاه کلرادو آمریکا چاشنی اقدامات خود کند مدیران موفق پس از سپری کردن دور ه مقدماتی با استفاده از تجارب ارزنده و بررسی وضعیت فضای خدمت شامل اعتبارات، هزینه ها، امکانات، ظرفیت ها پتانسیل ها و زیرساخت ها با برنامه ریزی های کوتاه مدت، میان مدت و درازمدت اصولی و مدون گام های موثری را برداشت مساله مهم انتصاب و انتخاب مدیران اصلح در قانون و از لسان بنیانگذار و فصل الخطاب و رهبر معظم انقلاب اسلامی تعریف شده است. در صورتی که حقوق و مطالبات علاقمندان به ورزش با شایسته سالاری و به دست با کفایت مدیران جهادی، ولایی و باتجربه به منصه

رضا عنایتی سرمربی پیکان شد

ایران کار را استارت زد. با این حال حذف زود هنگام از المپیک و در ادامه ناکامی این تیم در بازی های آسیایی، پایان همکاری او با تیم امید را شکل داد. با پایان همکاری پیکان با رسول خطیبی و در شرایطی که نام های زیادی برای حضور روی نیمکت خودروسازان طی ساعات اخیر مطرح شده بودند، در نهایت این باشگاه با رضا عنایتی به توافق دست یافت تا سرمربی اسبق تیم های هوادار تهران، نفت مسجد سلیمان، قشقایی شیراز، سپاه جامگان و... چالش جدیدی را پیش روی خود برای حفظ سهمیه این تیم در لیگ برتر داشته باشد.

بعد از پایان همکاری رسول خطیبی با پیکان، این باشگاه اکنون با رضا عنایتی برای حضور روی نیمکت این تیم در ادامه فصل به توافق دست یافت. پیکان سومین تجربه سرمربیگری رضا عنایتی روی نیمکت تیم های لیگ برتری خواهد بود و آقای گل اسبق فوتبال ایران بعد از حضور روی نیمکت تیم های هوادار تهران، نفت مسجد سلیمان، اکنون با خودروسازان بار دیگر به لیگ برتر باز خواهد گشت. رضا عنایتی که فصل گذشته هدایت تیم نفت مسجد سلیمان را عهده دار شد، در ادامه به عنوان سرمربی تیم المپیک

تغذیه ورزشی



دوچرخه سواری کودکان
را از چه سنی آغاز کنیم؟

سید بهنام حسینی زهرانی
کارشناس ارشد تربیت بدنی

دوچرخه سواری کودکان، از جهات زیادی برای آن ها سودمند است. این کار علاوه بر جنبه تفریح و بازی، به رشد بخش هایی از مخچه و سیستم عصبی کمک زیادی کرده و توانایی حفظ تعادل را در کودکان بهبود می بخشد. انتخاب دوچرخه مناسب برای هر سن، از نکات کلیدی و مهمی است که در پیشرفت توانایی های همان سن تاثیر دارد.

بهترین سن برای آموزش دوچرخه سواری به کودکان کدام است؟

این سن عدد ثابتی نیست و بسته به رشد مغزی در افراد مختلف باهم متفاوت است. اما اصولاً بین ۳ تا ۵ سالگی را می توان شروع مناسبی برای آموزش دوچرخه سواری کودکان دانست. تسلط کودک بر حرکات ماهیچه ای در این سن و درک کامل کلمات و قابلیت آموختن و به یاد سپردن موضوعات، دست به هم داده و آموزش دوچرخه سواری را آسان تر می کند.

این بازه زمانی در کودکان مختلف باهم متفاوت بوده و بسته به جثه و توانایی ذهنی کودکان می تواند کمتر یا بیشتر باشد.

آیا خرید سه چرخه برای آموزش دوچرخه سواری کار درستی است؟

تهیه سه چرخه کودک برای آموزش دوچرخه سواری کودکان از پیشنهادات مثبتی است که در این زمینه به شما می شود. اگر کودک خردسالی دارید که هنوز توانایی نشستن روی دوچرخه را ندارد، بهترین گزینه برای او داشتن سه چرخه کودک است. این وسیله ضمن حفظ تعادل، ترس کودک از سقوط را مهار کرده و به او فرصت آموختن کامل را می دهد. این نوع سه چرخه ها در مدل های دخترانه و پسرانه ساخته می شوند. گرچه این دو نوع، تفاوت های جزئی دارند، اما انتخاب مدل مناسب با رنگ دلخواه، علاوه بر لذت خاصی که برای کودک در پی دارد، خاطره خوبی نیز در ذهن او باقی می گذارد. این مورد می تواند کار آموختن را به کودک آسان تر و لذت بخش تر نماید.

دوچرخه سواری برای کودکان دارای محدودیت جسمانی چگونه است؟

حتی برای کودکانی که از لحاظ حرکتی محدودیت هایی دارند، دوچرخه کاملاً ممنوع نیست! جالب است بدانید کاربرد سه چرخه به ترمیم و تقویت بخش هایی از مغز کمک می کند که ارتباط بین اعصاب حسی و حرکتی را بر عهده دارند. برای این مورد، توصیه می شود کار را با سه چرخه ویژه و تحت نظر آغاز کنید. با افزایش توانایی کودک می توان در مراحل بعد و به تدریج دوچرخه سواری کودکان را با دوچرخه های مخصوص آموزش داد. گاهی با والدین روبرو می شویم که بابت موضوع یاد نگرفتن دوچرخه سواری کودکان خود نگران هستند. این که با وجود تهیه دوچرخه و فضای مناسب در سنین بسیار پایین، اما کودک آن ها نسبت به همسالان خود در آموختن این مهارت عقب است آن ها را مضطرب کرده است.

مجید انتظامی بعد از یک دهه روی صحنه می‌رود

بازگشت استاد



ارکستر موسیقی ملی ایران، «همراه با خاطره‌ها» برگزیده آثار مجید انتظامی را به رهبری وی در تالار وحدت روی صحنه می‌برد. رویداد «همراه با خاطره‌ها» برگزیده آثار استاد مجید انتظامی با همراهی ارکستر ملی ایران و رهبری وی قرار بود سال گذشته به مناسبت هفته دفاع مقدس در تالار وحدت به روی صحنه برود اما به دلیل شرایط نامناسب، این رویداد لغو شد، حالا قرار است این رویداد ۱۵ آذرماه ساعت ۲۱:۳۰ در تالار وحدت اجرا شود. رویداد «همراه با خاطره‌ها» با اجرای برگزیده آثار استاد انتظامی پس از یک دهه دوری از صحنه با همکاری مشترک بنیاد رودکی، انجمن موسیقی ایران و دفتر موسیقی معاونت هنری وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی برگزار می‌شود.

سمفونی حماسه خرمشهر، از کرخه تا راین، آژانس شیشه‌ای، بوی پیراهن یوسف، دیوانه‌ای از قفس پرید، آرزوی بزرگ، ترن، دوئل، شیخ بهایی و زال و سیمرغ (بچه‌های کوه آلپ) قطعات این اجرا هستند؛ این در حالی است که اجرای قطعه سمفونی خرمشهر به شکل کامل، برای نخستین بار صورت می‌گیرد.

در این رویداد، ارکستر موسیقی ملی ایران با ترکیبی از سازهای ایرانی و کلاسیک و همراهی گروه کر بنیاد رودکی، خاطره‌انگیزترین آثار مجید انتظامی را می‌نوازد. مجید انتظامی موسیقیدان، آهنگساز، نوازنده ابوا و رهبر ارکستر متولد ۱۳۲۶ در تهران است. وی در دوره ابتدایی آغاز به فراگیری موسیقی کرد و یک سال پس از گرفتن دیپلم هنرستان وارد ارکستر سمفونیک شد و زیر نظر آنتوان کاتلوس ابوا، آموخت. انتظامی سلفژ، تئوری و هارمونی را نزد ثمنین باغچه‌بان و مصطفی کمال پورتراب آموزش دید و نخستین نت موسیقی را به کمک پورتراب نوشت.

انتظامی فارغ‌التحصیل کنسرواتوار برلین است. نخستین تجربه موسیقی تصویری او با ساخت موسیقی فیلم کوتاه «زال و سیمرغ» در سال ۱۳۵۶ بود و با فیلم «سفر سنگ» به‌طور حرفه‌ای کار ساخت موسیقی فیلم را آغاز کرد. انتظامی حدود یکصد موسیقی فیلم و حدود ۱۰ موسیقی صحنه‌ای نوشته است.

وی از برگزیدگان هشتمین همایش چهره‌های ماندگار در سال ۱۳۸۹ است و سال ۱۳۹۳ به‌عنوان جهادگر عرصه فرهنگ و هنر نشان افتخار دریافت کرده است. انتظامی با دریافت چهار سیمرغ بلورین برای فیلم‌های «بای سیکل ران»، «روز واقعه»، «آژانس شیشه‌ای» و «دیوانه‌ای از قفس پرید» مشترکاً به همراه حسین علیزاده و محمدرضا علیقلی برنده بیشترین سیمرغ بلورین در بخش بهترین موسیقی متن جشنواره فیلم فجر است. سمفونی‌های «ایثار»، «انقلاب اسلامی»، «خرمشهر»، «صلح»، موسیقی متن سریال «شیخ بهایی»، «آواز مه»، «کلاه پهلوی»، «تنهاترین سردار»، «مردان آنجلس» و فیلم‌های «ترن»، «بوی پیراهن یوسف»، «از کرخه تا راین»، «مریم مقدس»، «و آسمانی آبی» و «جایی برای زندگی» از دیگر آثار انتظامی است.

خبر

نمایشگاه گروهی حامی ۲ در نگارخانه پایتخت معنوی



سرورهادیان: نمایشگاه گروهی نقاشی و نقاشی خط حامی ۲ از امروز در نگارخانه پایتخت معنوی برگزار شد. برگزار کننده این نمایشگاه گفت: تعداد ۴۶ هنرمند با ۶۶ اثر در این نمایشگاه حضور دارند. مریم رحمتی افزود: تکنیک این آثار رنگ روغن، سیاه، قلم، اکریلیک، آبرنگ، مداد رنگی می باشد و شاهد سبک های رئال، هایپر رئال، امپرسیونیسم، کالیگرافی و... در این نمایشگاه می باشیم. وی تصریح کرد: هنرمندان شرکت کننده در این نمایشگاه در گروه سنی ۱۸ الی ۵۸ سال می باشند.

بازدید دانشجویان رشته عکاسی از روزنامه شهر آرا مشهد



سید جلیل حسینی زهرایی: جمعی از دانشجویان درس (عکس و رسانه) از مرکز آموزش عالی علمی کاربردی غیردولتی فرهنگ و هنر واحد یک خراسان رضوی به همراه استاد مربوطه از روزنامه شهر آرا مشهد بازدید کردند. در این حضور دانشجویان از قسمت های مختلف روزنامه از جمله، فضای مجازی، واحد هنری، صفحه آرای، تحریریه و... بازدید کردند. که در هر قسمت از سوی مسولین مربوطه توضیحاتی داده شد. در پایان این بازدید دانشجویان در جلسه ای با حضور سردبیر بخش عکس به گفتگویی صمیمانه نشستند و استاد محسن بخشنده به سوالات دانشجویان پاسخ داد.

دنبال نوشته

ای بهترین مدافع زن های روزگار

س. سروش مهر

یثرب هنوز هم که هنوز است یاد توست با عطر یادگار تو در کوچه های شهر ای بهترین مدافع زن های روزگار بابای خوب حضرت زهرا، سراج شهر آن لحظه ای که عرش به شوق تو می گریست کل جهان بگفت: خوش آمد بهار شهر آن لقمه های ساده ی پاک تو بود که شد خون حیدری علی مرتضی ی شهر رویای مردم است زمان حیات خویش یک قطره از وضوی تو ای مصطفی شهر همچون گلی که بر دل مرداب می رود اینجا شدی نماد سران کلان شهر در روزگار مردم نامرد و مرده دل ناگه شدی تو در دلشان مقتدای شهر

پرفروش ترین فیلم تاریخ سینمای ایران کدام است؟
عقاب ها همچنان بر قله



فیلم نشسته و به عبارتی از هر ۶ ایرانی، ۱ نفر در دهه ۶۰، به تماشای فیلم ساموئل خاچیکیان رفته است. حالا چگونه فیلمی که کمتر از ۲ میلیون مخاطب دارد، می تواند ادعا کند که در جدول ترین ها، جایگاهی دارد؟ بنابراین پارامترهایی چون تعداد مخاطبان یک فیلم یا درصد گرفتن مخاطبان از میزان جمعیت کشور نشان می دهد که یک فیلم تا چه اندازه پرفروش و پراقبال بوده است.

نباید فریب اعداد میلیاردی را خورد

با افزایش هزینه تولید یک فیلم و البته بالا رفتن تورم سالیانه، دیگر فروش های میلیاردی، نمی تواند مزیتی برای یک فیلم باشد. در شرایط کنونی یک فیلم با ۲۴۰ هزار مخاطب، می تواند به مرز ۱۰ میلیارد فروش برسد که فضیلتی برای آن اثر محسوب نمی شود. تا امروز، ۱۰ فیلم از اکران ۱۴۰۲ بیشتر از ۱۰ میلیارد فروخته اند و بر این آمار تا پایان امسال، قطعاً افزوده خواهد شد. جمعیت امروز ایران، ۸۸ میلیون نفر است و تعداد مخاطبان فسیل، تقریباً یک چهارم جمعیت کشور است یعنی از هر ۱۴ نفر، ۱ نفر به تماشای فسیل نشسته است بسیاری از اخباری که حول برخی آثار یا محوریت پرفروش ترین و پرمخاطب ترین شکل می گیرد، جنبه تبلیغاتی داشته و در گیشه کلی سینمای ایران، محلی از اعراب ندارند. بنابراین نباید فریفته فروش های چندمیلیاردی شد و در نگاه نخست، به تعداد مخاطب یک فیلم نگاه کرد و بر همان مبنا، نسبت به میزان فروش و استقبال مردم از آن اثر گمانه زنی کرد.

طی سالیان اخیر، فسیل توانسته با این تعداد مخاطب، خود را تا اندازه های دومین فیلم پرمخاطب و پرفروش تاریخ سینمای ایران بالا بکشد. ملاقات خصوصی هم پرمخاطب ترین و پرفروش ترین فیلم اجتماعی پساکروناوی است و بنابراین فیلم ها باید با استقبال بسیار خوبی مواجه شوند تا بتوانند از رکورد این آثار عبور کنند. بنابراین یک بار برای همیشه باید این فرمول واحد را برای عنوان ترین در سینمای ایران لحاظ کرد تا از انتشار آمار کذب جلوگیری کرد و آدرس اشتباه به مخاطبان و دوستداران سینما نداد.

دوستداران سینما طی ماه های اخیر با آمار ضدونقیضی راجع چند فیلم روی پرده مواجه شده اند؛ آمارهایی که آن آثار را به عنوان پرفروش ترین و پرمخاطب ترین معرفی می کند و هیچ پشتوانه آماری موثقی هم در این اعداد و ارقام لحاظ نمی شود اما خوب است یک بار برای همیشه فرمول واحد استقبال از یک فیلم را مرور کنیم فرمولی که بر تعداد مخاطب و نسبت جمعیتی سوار است. این روزها و با جان گرفتن سینماها، برخی رسانه ها آمار سازی هایی راجع به پرفروش ترین و پرمخاطب ترین فیلم های تاریخ سینما منتشر کرده و یک اثر را مثلاً پرفروش ترین فیلم تاریخ سینما برمی شمردند و این خبر، به شکلی باورنکردنی در شبکه های اجتماعی می چرخد و دست به دست می شود. به عنوان مثال یک فیلم به فروشی معادل ۲۰ میلیارد می رسد و چون کمتر فیلمی تا دو سال گذشته به چنین فروشی رسیده بودند، آن فیلم را به عنوان پرفروش ترین فیلم اجتماعی تاریخ سینما عنوان می کنند بدون اینکه در این آمارگیری، تعداد مخاطب یا تورم سالیانه را لحاظ کنند. آن ها تنها رقم گیشه را مشاهده می کنند و با خود می گویند چون ما به عدد مثلاً ۲۰ میلیارد تومان رسیده ایم و فیلمی به این گیشه نرسیده پس ما پرفروش ترین فیلم فلان بازه تاریخی سینما هستیم. به همین طرز مضحک، یک فیلم جزو ترین ها قرار گرفته و عملاً یک جو رسانه ای حول آن فیلم شکل می گیرد حال آن که در واقعیت شاید آن فیلم جزو ۱۰۰ فیلم پرفروش اول تاریخ سینمای ما هم نباشد.

اولویت اصلی با تعداد مخاطب است

فیلم سینمایی عقاب ها ساخته ساموئل خاچیکیان بر مبنای همین شاخص، پرمخاطب ترین فیلم تاریخ سینمای پس از انقلاب ایران، عقاب ها است که ۸ میلیون و ۶۰۰ هزار مخاطب داشت. رتبه دوم به فسیل کسب کرده است. بگذار زندگی کنیم، اخراجی ها ۲، هزار و گذرگاه ترکیب ۵ فیلم پرمخاطب سینمای هستند نخستین مشخصه حرفه ای که می توان از طریق آن نسبت به واژه هایی چون پرمخاطب ترین یا پرفروش ترین اثری اظهار نظر کرد، در نظر گرفتن تعداد مخاطبان یک فیلم است. این تعداد مخاطبان

بدون توجه به میزان تورم و قیمت بلیت، ملاک ارزنده ای برای تعیین میزان استقبال از یک فیلم است. بر مبنای همین شاخص، پرمخاطب ترین فیلم تاریخ سینمای پس از انقلاب ایران، عقاب ها است که ۸ میلیون و ۶۰۰ هزار مخاطب داشت. رتبه دوم به فسیل اختصاص دارد که ۶ میلیون و ۵۲۲ هزار مخاطب جذب کرده است. بگذار زندگی کنیم یا ۵ میلیون و ۴۳۷ هزار مخاطب اخراجی ها ۲ یا ۵ میلیون و ۳۳۳ هزار و گذرگاه با ۴ میلیون و ۷۲۷ هزار مخاطب، ترکیب ۵ فیلم پرمخاطب سینمای پس از انقلاب ایران را تشکیل می دهند. بنابراین هر وقت فیلمی خواست ادعای ترین داشته باشد، باید تعداد مخاطب را لحاظ کند و آن زمان اعلام کند که جزو پرمخاطب ترین و یا پرفروش ترین فیلم است. وگرنه ملاک قرار دادن گیشه ریالی آثار، کودکانه ترین روشی است که برای اثبات پرفروشی اثر آن هم بدون در نظر گرفتن تورم سالیانه به کار برده می شود.

ملاک قرار دادن در صد شمول مخاطب به نسبت جمعیت کشور

یکی دیگر از روش های تشخیص یک فیلم پرمخاطب، نسبت گرفتن تعداد مخاطبان یک فیلم به نسبت جمعیت کشور است. به عنوان مثال جمعیت امروز ایران، ۸۸ میلیون نفر است و با توجه به مخاطب ۶ میلیون و ۵۰۰ هزار نفره مخاطبان فسیل می توانیم این گونه ادعا کنیم که این میزان، تقریباً یک چهارم جمعیت کشور است و به اصطلاح، از هر ۱۴ نفر، ۱ نفر به تماشای فسیل نشسته است. در مورد عقاب ها نیز اگر متوسط جمعیت کشور را طی سالیانی که این فیلم بر روی پرده بوده، ۵۰ میلیون نفر در نظر بگیریم، متوجه می شویم که یک ششم جمعیت کشور به تماشای این

سئو چیست؟

و بالذت بیشتری از وبسایت شما استفاده می کنند. افزایش محبوبیت و اعتماد؛ با ظاهر شدن در صفحات اول نتایج جستجو و بالا بودن رتبه وبسایت شما، محبوبیت و شناخت آن بهبود می یابد. این باعث ایجاد اعتماد بیشتر کاربران نسبت به وبسایت شما و افزایش احتمال بازگشت آن ها می شود. افزایش فروش و درآمد؛ با افزایش ترافیک و جذب کاربران هدف، احتمال افزایش فروش و درآمد نیز بالا می رود. سئو کردن سایت به شما امکان می دهد با رقابت قوی تر در بازار و جذب مشتریان بیشتر فروش خود را افزایش دهید. هزینه های تبلیغاتی کاهش می یابد؛ با بهبود رتبه و شناخت وبسایت شما در نتایج جستجو، نیاز به تبلیغات پرداختی کاهش می یابد. شما می توانید در موقعیت های بالای نتایج جستجو را به صورت طبیعی به دست آورید و نیاز به هزینه های بیشتری برای تبلیغات نخواهید داشت. به طور خلاصه، سئو کردن سایت باعث افزایش رتبه، ترافیک و جذب کاربران هدف، بهبود تجربه کاربری و افزایش محبوبیت وبسایت شما می شود و در نهایت باعث افزایش فروش و درآمد شما خواهد شد.

نمایش به کاربران ارایه می دهند. موتورهای جستجو معروف مانند گوگل، بینگ و یاهو محبوبیت بسیاری دارند که با وارد کردن کلمات مورد جستجو در آن ها، نتایج مرتبط و مرتب شده بر اساس ارزش وبسایت ها و مطالب آن ها نمایش داده می شود. موتورهای جستجو ابزاری قدرتمند هستند که به ما کمک می کنند تا به راحتی و با سرعت به اطلاعات مورد نیازمان دسترسی پیدا کنیم.

مزایای سئو چیست؟

سئو کردن سایت مزایای متعددی برای وبسایت شما دارد. این مزایا عبارتند از: افزایش رتبه در نتایج جستجو؛ با بهینه سازی وبسایت خود، احتمال ظاهر شدن در بالاترین موقعیت ها در نتایج جستجو افزایش می یابد. این باعث افزایش ترافیک آلی و جذب کاربران بیشتر به وبسایت شما می شود. بهبود تجربه کاربری؛ سئو کردن سایت بهبودی قابل توجه در تجربه کاربری ایجاد می کند. با بهینه سازی ساختار و نمایش صفحات، زمان بارگیری سریع تر، محتوای مرتب و قابل دسترسی و تجربه کاربری بهتر، کاربران به راحتی



سید معین امامی میبیدی

سئو یا بهینه سازی موتورهای جستجو به مجموعه ای از تکنیک ها و روش های استراتژیک اطلاق می شود که هدف آن بهبود جایگاه و رتبه وبسایت در نتایج موتورهای جستجو مانند گوگل است. با استفاده از تکنیک های سئو، می توان جذب ترافیک ارگانیک، افزایش بازدید وبسایت در جستجوها، بهبود تجربه کاربری و افزایش اعتماد مخاطبان و موتورهای جستجو را به دست آورد. به طور خلاصه، سئو به شما کمک می کند تا وبسایت خود را به شکلی بهینه و مطلوب در معرض مخاطبان هدف قرار دهید و در نتایج جستجو بهبود قابل توجهی را تجربه کنید.

موتور جستجو چیست؟

موتور جستجو سیستمی است که به وسیله آن کاربران قادرند در اینترنت به جستجوی اطلاعات و محتواهای مختلف بپردازند. موتورهای جستجو با استفاده از الگوریتم های خاص، میلیاردها صفحه وب را فهرست می کنند و بر اساس کلمات کلیدی و سایر عوامل، صفحات مناسب را برای

خبر

گپی با اردشیر کاظمی!

پیر مردی که کم می خندد

تاکید دارد که پیرترین بازیگر ایران نیست و از ما می خواهد که همین جابجایی کنیم. گویا این ادعا در برخی منابع اینترنتی به اشتباه منتشر شده و مثل خیلی مطالب دیگر، عده ای از روی دست دیگری کپی کرده اند. با این حال به تاریخ امروز در تقویم هنر و تایید خودش، زاردرز اردشیر کاظمی است؛ پیرمرد شیرین فیلم ها و سریال های ایرانی که در عین جدیت، با طنز نهفته در چهره و حرکاتش همه را شیفته خود می کند.

اوایل امسال بود که به سراغش رفتم تا با او گپی بزیم. از همان ابتدا تاکید کرد که «همه مرا پیرترین بازیگر ایران خطاب می کنند اما باور نکنید اشتباه است و من پیرترین نیستم!» کاظمی که همیشه با چهره صامتش و در کمال جدیت مخاطب را می خنداند، در آن روزها در حال استراحت بود اما می گفت اگر کار خوبی پیشنهاد شود بازی می کنم؛ خستگی و کپولت سن برایم معنی ندارد. اغلب ما او را به عنوان مسن ترین بازیگر سینما و تلویزیون ایران می شناختیم و تاریخ تولدش در بسیاری از رسانه ها سال ۱۲۹۹ قید شده بود؛ با این حساب ۱۰۲ سال را باید رد کرده باشد؛ اما وقتی این نکته را با او در میان گذاشتیم، بی درنگ پاسخ داد: من متولد ۲۹ آبان ۱۳۱۷ هستم. نمی دانم چرا به اشتباه تاریخ تولدم این گونه در همه جا عنوان شده است. نمی دانم می شود اصلاح کرد یا خیر. همه به من می گویند پیرترین بازیگر اما من پیر نیستم. او ادامه داد: البته مردم به من لطف دارند و مرا دوست دارند. من هم همه را دوست دارم اما لطفا شما بگویید که من پیرترین نیستم. کاظمی با سریال «یادداشت های کودکی» پریسا بخت آور (همسر اصغر فرهادی) در سال ۱۳۸۰ وارد عرصه بازیگری شد و پس از آن در «قارچ سمی» رسول ملاقلی پور بازی کرد. همکاری او با بخت آور بعدها در «دایره زندگی» هم تکرار شد. او در این سال ها حضوری فعال در سریال های سروش صحت داشته است. برای او حساب سروش صحت با همه جداست؛ «من در این سال ها با کارگردان های زیادی کار کرده ام. افرادی مثل سروش صحت، کیانوش عیاری، محمدحسین لطیفی و خیلی های دیگر؛ سال هاست در این عرصه مشغولم چه سینما و چه تلویزیون اما از میان همه این ها با سروش خیلی راحت. سروش حسابش از بقیه جداست. او را دوستش دارم و خیلی راحت.»

نخستین نشست هم اندیشی فرهیختگان فرهنگی سادات برگزار شد

مجید خروشی: نخستین نشست هم اندیشی فرهیختگان و فعالان فرهنگی و اجتماعی سادات خراسان رضوی برگزار شد. بر اساس این گزارش در نخستین جلسه هم اندیشی فرهیختگان و فعالان فرهنگی و اجتماعی سادات خراسان رضوی که در سالن همایش های بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی هم زمان با شب میلاد عمه مکرمه سادات حضرت زینب (س) برگزار شد. آیت الله سید هاشم حسینی بوشهری رییس جامعه مدرسین حوزه علمیه قم و حجت السلام والمسلمین حمید شهریاری دبیر کل مجمع جهانی تقرب مذاهب سلامی به ایراد سخنرانی پرداختند.

سومین رویداد حرکت انسانی در مشهد

سید جلیل حسینی زهرایی: به گزارش واحد رسانه ای بنیاد حرکت انسانی، سومین رویداد انتقال تجربه، جمعه سوم آذرماه با حضور چهره های مطرح در حوزه های مختلف اجتماعی در سالن همایش های هتل نوین برگزار می شود. استاد کیوان ساکت (چهره هنری) محمد درویش (فعال محیط زیست) سجاد سالاروند (سرپرست دوندگان بدون پای ایران) عبدالله یزدانبخش (چهره اقتصادی) مهدی ربوندی (فعال اجتماعی) سخنرانان این رویداد هستند. تمامی درآمدهای رویداد صرف حمایت از تحصیل دانش آموزان خواهد شد.

لیلا بوشهری بازیگر سینما:

تغییر زندگی به خاطر یک دزدی!



با وجود اینکه فرد سارق از همکاران سینمایی ام بود و زندگی من را به شدت دچار بحران کرد اما بعد از فوت شدنش او را بخشیدم و هرگز نامی از این همکار نبردم و نمی برم. بوشهری در این باره که چرا در عرصه سینما کم کار شده؟ اظهار داشت: کارها شکل دیگری به خود گرفته و تهیه کننده ها و کارگردان ها به سمت دیگری رفته اند؛ در گذشته سینمای مانگاتیوی بود و بازیگران هم به درستی انتخاب می شدند چون سینمای نکاتیو و خود نکاتیو برای تهیه کننده بسیار هزینه بر بود اما با شروع سینمای دیجیتال این اتفاق تقریباً از بین رفت و بازیگران به راحتی انتخاب می شوند و این راه را برای ورود بسیاری از بازیگران و حتی نا بازیگران به این عرصه باز کرد و این هم ناگفته نماند که دیجیتال شدن سینما باعث ورود برخی به این عرصه شد که حتی ساده ترین مفاهیم بازیگری و کارگردانی را نمی دانستند و فقط به دنبال کاسی بودند.

در کوبیر مرگ گرمور کاراکتر خودم بودم بوشهری که در کنار بازیگری در زمینه چهره پردازی

لیلا بوشهری بازیگر سینما، تئاتر و تلویزیون با اشاره به ماجرای یک سرقت که منجر به تغییر مسیر زندگی اش شد، گفت: بازیگری را از بازی در یک سکانس عبوری و بدون دیالوگ (هنروری) آغاز نکردم. مدت ها اتود و کار در نمایش های مختلف در تئاتر برایم تجربه ارزشمند بود. لیلا بوشهری که شروع فعالیت تئاتر او در ۱۵ سالگی به عروس دریا (سعید بهروی ۱۳۷۰) و در سینما به جهنم سبز (اسماعیل براری ۱۳۷۴) به عنوان نقش اصلی این اثر برمی گردد، در گفت و گو با ایرنا اظهار داشت: گذراندن دوره حرفه ای فیلم سازی با اساتید مهم آن دوره از جمله مرحوم آتیلا پسیانی بهرام بیضایی و ... همچون گنجینه و سرمایه ای ارزشمند برایم بود که توانستم با بازی در نقش های مختلف از آموزش آن ها وام بگیرم. قبل از این که برای بازی در جهنم سبز انتخاب شوم ۱۴ سالگی آموزش بازیگری می دیدم و در هنرستان هنرهای تجسمی نیز گرافیک، مجسمه سازی و نقاشی را گذرانده بودم. بر این اساس گرمور چهره خود را در این فیلم به عهده گرفتم.

یک سرقت مسیر زندگی ام را عوض کرد

بازیگر فیلم سینمایی حکم (مسعود کیمیایی ۱۳۸۳) به اثرات یک حادثه سرقت اشاره کرد که منجر به تغییر مسیر زندگی اش شد و گفت: به خاطر همین سرقت من دچار مشقاتی شدم که باعث شد برخی کارهای تصویر را که اصلاً مشتاق هم نبودم بپذیرم.

زندگی اجتماعی زودرس و پر معنا



پدرام خسروشاهی

یک جامعه چند فرهنگی آماده می کند. - تقویت مهارت های ارتباطی: این امر شامل یاد دادن مهارت های گفتاری و شنیداری موثر، احترام به دیگران، تشویق به اظهار نظر بدون ترس و آموزش و یادگیری نحوه ای ارتباط بهتر است. - آموزش تحمل و مدیریت استرس: یاد دادن به کودکان چگونگی مدیریت استرس، تفکر مثبت و توانایی تحمل مواقع دشوار برای آنان بسیار حیاتی است. با توجه به این موارد، آموزش این مهارت ها به کودکان نقش بسیار موثری در زندگی اجتماعی آن ها و به توسعه جوامعی سالم و پویا ایفا می کند.

کنند، آن ها را برای زندگی اجتماعی زودرس و پر معنا آماده می کنند. این مهارت ها به کودکان کمک می کند تا با موقعیت های مختلف اجتماعی امروزی و آینده بهتر سروکار داشته باشند. آموزش مهارت های حل اختلاف: یاد دادن به کودکان در مورد نحوه ای مدیریت و حل اختلافات به آن ها کمک می کند تا در زمان بزرگسالی، در مواجهه با مسایل اجتماعی و حتی در محیط کار، مهارت های لازم را داشته باشند. - پذیرش تفاوت ها: آموزش به کودکان در مورد احترام به تفاوت ها، فرهنگ ها و دیدگاه های مختلف، آن ها را برای زندگی در

تربیت کودکان با تاثیر گذاری بر روند زندگی اجتماعی آن ها، یکی از مسایل حیاتی در پرورش انسان های سالم و موفق است. تربیت فرزندان در واقع از تاثیر بسزایی بر رفتار، ارزش ها، تفکرات و روابط اجتماعی آینده ای آن ها است. تشویق به همدلی و همکاری: زمانی که والدین به کودکانشان یاد می دهند که با دیگران همکاری و همدلی



پیک موتوری احمد آباد

اولین در منطقه
بزرگ ترین در مشهد با ۲۳ سال سابقه

کد اشتراک:

عضو رسمی
اتحادیه: ۱۱۰۰

مدیریت: حمید راد
۰۹۱۵۵۵۹۰۶۳۳

۳۸۴۱۸۵۸۵

۸۴۴۴۷۴۱ - ۸۴۴۱۶۴۱ - ۸۴۴۱۵۴۱