

طرح استعدادیابی فوتبال نوجوانان اردبیل برگزار شد

**وزیر ورزش با اعلام محدودیت های مالی دولت ؛
راهکار رفع کمبود اعتبار و تکمیل پروژه ها را فروش اراضی مازاد و کمک از بخش
خصوصی عنوان کرد**

تیم تنیس روی میز بانوان اردبیل مقام قهرمانی کشور را کسب کرد

**وزیر ورزش با اعلام محدودیت های مالی دولت ؛
راهکار رفع کمبود اعتبار و تکمیل پروژه ها را فروش اراضی مازاد و کمک از بخش
خصوصی عنوان کرد**

تیم تنیس روی میز بانوان اردبیل مقام قهرمانی کشور را کسب کرد

صفحه ۳

دوشنبه ۵ خرداد ۱۴۰۴

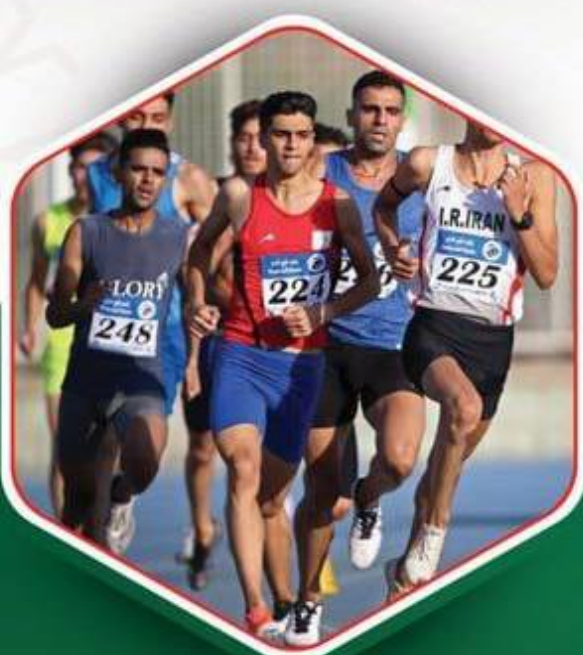
نونهالان ساعت ۱۰ صبح / نوجوانان ساعت ۱۱ صبح

رده نونهالان ماده ۸۰۰ و ۱۰۰۰ متر
رده نوجوانان ماده ۸۰۰ و ۱۵۰۰ متر

رده سنی ۱۱ تا ۱۴ سال

استادیوم پوریای ولی خلخال

به برندگان جوایز و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد



هيات دوو ميدانى شهرستان خلخال

خستگی و استرس در فعالیت های ورزشی

□ خستگی مرکزی

اعمال قدرت عضلات صرف نظر از اینکه دلیل آن مرکزی یا محیطی باشد، افزایش H ناشی از تجزیه اسید لاکتیک منجر میشود بسترهای انرژی کاهش یابد و هموئوستاز عضلانی مثل تجمع H ، کاهش فسفات باعوامل مرتبط با اختلال در چرخه انقباض همراه باشد.

تیر ☐

◆♦ به عنوان عاملی در کاهش خستگی و یک نوع از ریکواری باتمرین (TRAINING RECOVERY) است که به صورت کاهش در حجم کار اجرا می شود در صورتی که شدت آن حفظ شود و به عنوان بهترین راهبرد در حفظ عملکرد است و بهترین نوع ریکواری ارائه شده برای دوندگان مسافت های طولانی و شناگران است. عملکرد بین ۵٪ تا ۶٪ افزایش می یابد و منجر به بهبود عملکرد قلبی تنفسی سوخت و ساز -هورمون و عصب عضله و سیستم روانی، می شود. بهترین زمان ارائه شده برای آن بین ۴ تا ۲۸ روز مطلوب است.

کاهش استرس با ورزش

استرس بر روی ماهیچه‌ها تأثیرات منفی فراوانی می‌گذارد، مخصوصاً در ماهیچه‌های ناحیه صورت، گردن و شانه‌ها که موجب گرفتگی می‌شود و می‌تواند درد پشت یا گردن و سردردهای بدی را برای شما به ارمغان آورد. از دیگر تأثیرات استرس بر بدن ایجاد مشکلاتی همچون سوزش سر دل، یبوست، اسهال، سوزش معده و تکرر ادرار است.

ورزش کردن که موجب آزاد شدن اندورفین‌ها می‌شود، به آرامش عضلات و تسکین تنش بدنی کمک فراوانی می‌کند و با ایجاد حس خوب در شما استرس را کاهش می‌دهد.

☐ خستگی عصبی

❑♦ در طول انقباض پدیدار عضله، ترشح نورون های حرکتی به کمتر از سطح لازم برای تولید نیروی بیشینه می رسد. قشر حرکتی مغز کاهش خروجی و پرون ده را حین خستگی نشان می دهد.

به نظر می‌رسد این خستگی در شرایط گرم بدتر می‌شود چون فرایندهای عصبی به دما حساسند و خواص سوخت و ساز بدن ممکن است تحت تاثیر قرار گیرند.

☐ خستگى، عضلانې

❑♦ هر نوع کاهش توانایی ناشی از ورزش در توانایی برای



طرح استعدادیابی فوتبال نوجوانان اردبیل برگزار شد



طرح استعدادیابی فوتبال نوجوانان اردبیل برگزار شد

مستعد تمام شهرستان‌های تابعه در سامانه استعدادیابی فدراسیون فوتبال ثبت‌نام و در طرح استعدادیابی شهرستان شرکت کردند.

مرحله نهایی طرح استعدادیابی فوتبال نوجوانان انتخابی تیم ملی با شرکت بیش از ۲۰۰ فوتبالیست اردبیلی در مجموعه ورزشی تختی این شهر برگزار شد.

رئیس هیات فوتبال استان اردبیل بیان کرد: در مرحله اول بیش از هزار فوتبالیست از سراسر استان اردبیل در سامانه استعدادیابی فدراسیون فوتبال ثبت‌نام کردند که از میان آنها در مجموع بیش از ۲۰۰ نفر توسط هیات فوتبال شهرستان‌ها و مربیان استعدادیاب شناسایی و برای حضور در مرحله استانی به هیات فوتبال استان معرفی شدند.

رئیس هیات فوتبال استان اردبیل روز شنبه به خبرنگار ایرنا گفت: با اجرای این طرح ۲۴ فوتبالیست از سراسر استان انتخاب و برای حضور در اردوی تیم ملی نوجوانان کشور به فدراسیون فوتبال معرفی شدند.



داشته باشیم.

به گزارش ایرنا، استان اردبیل با بیش از یک میلیون و ۳۰۰ هزار جمعیت و با ۱۲ شهرستان در شمال غربی ایران و همجوار با استان‌های آذربایجان شرقی، زنجان، گیلان و کشور جمهوری آذربایجان قرار دارد.

در این استان بیش از ۴۰۰ هیات و ۴۵۳ باشگاه ورزشی در قالب ۵۳ هیات ورزشی در حال فعالیت هستند.

در مجموع حدود ۶۰ هزار ورزشکار اعم از زن و مرد در استان اردبیل بيمه و سازماندهی شده‌اند که از این تعداد حدود ۴۰ هزار نفر مرد و بیش از ۲۰ هزار نفر بانوان هستند.

نوجوانان ساعت ۱۷ روز دوشنبه دوازدهم خرداد در استادیوم تختی اردبیل برگزار می‌گردد

از بازیکنان نامبرده در ذیل جهت حضور در این اردو دعوت بعمل می‌آید:

- ۱-امیر مهدی حسن پور ۲-امیرمحمد اسد پور ۳-عرشیا شاهی ۴-امیر حسین معمر ۵-یوسف طالب پور ۶-امیرداداش اوغلی ۷-امید عبادتی ۸-امیرمهدی دلیلی ۹-آرمین محمدی ۱۰-محمدطاهاپورفرخ ۱۱-آرمین اصلانی ۱۲-سجاد داداشی ۱۳-سامان محمد علی زاده ۱۴-رضارزم آذر ۱۵-کوروش صبحی ۱۶-امیرمحمدزاده ۱۷-علی ثابتي ۱۸-آرش موسویان ۱۹-پوریامهدی زاده ۲۰-ابولفضل موسی زاده ۲۱-امیر مهدی بالا زاده ۲۲-

صمد نوتاش اظهار کرد: این فوتبالیست‌ها در آینده نزدیک به همراه فوتبالیست‌های منتخب سایر استان‌ها در اردوی تیم ملی نوجوانان کشور حاضر شده و در صورت انتخاب در مرحله کشوری به عنوان اعضای تیم ملی ایران در مسابقات بازی‌های آسیایی شرکت خواهند کرد.

او با بیان اینکه طرح استعدادیابی فوتبال هر سال در سه مرحله شهرستان، استان و ملی برگزار می‌شود، اضافه کرد: با برنامه ریزی هیات فوتبال استان در مرحله اول بازیکنان

نوتاش با بیان اینکه امیدواریم بعد از استعدادیابی کشوری شاهد انتخاب فوتبالیست‌های اردبیلی و حضور آنها در تیم ملی باشیم، ادامه داد: استعدادیابی سایر رده‌های سنی نیز پس از اعلام فدراسیون فوتبال در استان اردبیل برگزار خواهد شد. وی شناسایی افراد مستعد را یکی از اولویت‌های هیات فوتبال استان اردبیل ذکر کرد و گفت: برای رسیدن فوتبال اردبیل به جایگاه حقیقی خود باید همیشه و در همه حال توجه ویژه‌ای به رده‌ای سنی پایه



بیشترین ورزشکاران بیمه شده در استان اردبیل مربوط به رشته ورزشی فوتبال است.

نفرت انتخابی برای مرحله دوم طرح استعدادیابی تیم ملی نوجوانان استان اردبیل

مرحله نهایی طرح استعدادیابی فوتبال نوجوانان انتخابی تیم ملی با شرکت بیش از ۲۰۰ فوتبالیست اردبیلی در مجموعه ورزشی تختی این شهر برگزار شد.

مرحله دوم طرح استعدادیابی تیم ملی

- آرهم اخوت ۲۳-مبین اعلائی ۲۴-ارسلان شاهین ۲۵-امیر رضاعلی زاده ۲۶-سهیل حبیبی ۲۷-امیرمحمد کاویانی ۲۸-متین وحید ۲۹-محسن سیابی ۳۰-آرشام شایگان ۳۱-علی رضاولدی ۳۲-مبین خاکپور ۳۳-محمد بهرامی نژاد ۳۴-امیرعباس داداش زاده ۳۵-امیرمحمد کرامت ۳۶-رضامهر نژاد ۳۷-علی رضا پروین ۳۸-فرنام فرجی ۳۹-مهدی شیخ زاده ۴۰-امیرمهدی علینژاد ۴۱-محسن عیوضی ۴۲-متین دوستی ۴۳-ارشیانظری ۴۴-حسام روح نواز ۴۵-مانی کوهی ۴۶-مهدی کریمی ۴۷-عرفان کمالی ۴۸-آرمین صالحی ۴۹-احسان میرجعفری ۵۰-حسین بادین ۵۱-امیرمحمد جودی ۵۲-بنیامین ایراندوست ۵۳-احسان آذری ۵۴-وفانیک نفس ۵۵-علیرضا سیفی ۵۶-سهیل یادگاری

وزیر ورزش با اعلام محدودیت های مالی دولت؛ راهکار رفع کمبود اعتبار و تکمیل پروژه ها را فروش اراضی مازاد و کمک از بخش خصوصی عنوان کرد



با توجه به وجود محدودیت مالی در دولت، تنها راهکار مناسب برای رفع کمبود اعتباری و تکمیل پروژه های عمرانی استفاده از ظرفیت مولد سازی و فروش اراضی مازاد با کاربری ورزشی همچنین استفاده از توان و ظرفیت بخش خصوصی است.

در این سفر یک روزه، دکتر دنیامالی به همراه سید غنی نظری، معاون حقوقی، امور مجلس و استان های وزارت ورزش و جوانان، مسعود امامی یگانه، استاندار اردبیل، کریمی، معاون سیاسی امنیتی استانداری و مدیرکل ورزش و جوانان، از پروژه های نیمه تمام ورزشی در شهرستان خلخال بازدید کردند.

این بازدید به منظور بررسی وضعیت پروژه های ورزشی و تسریع در روند تکمیل آنها صورت گرفت. همچنین، اعضای هیات همراه در جلسه شورای اداری شهرستان حضور یافته و درباره مسائل و چالش های موجود در حوزه ورزش و جوانان بحث و تبادل نظر کردند. وحید کنعانی نماینده مردم شریف خلخال و کوثر در مجلس شورای اسلامی در جلسه شورای اداری شهرستان خلخال که با حضور وزیر ورزش و جوانان و استاندار اردبیل برگزار شد ضمن خیر مقدم گویی، اهم مشکلات حوزه ورزش در خلخال را به شرح ذیل مطرح و خواستار توجه وزیر محترم و تخصیص اعتبار لازم جهت تکمیل پروژه ها شدند.

توسعه زیرساخت های ورزشی شهرستان از جمله:

احداث سکوی تماشاگر، سرویس بهداشتی، حصارکشی و پیست دور میدان و رختکن ورزشگاه پوریای ولی

تکمیل سالن ورزشی روستای اندبیل که در دیدار با وزیر ورزش در تاریخ ۱۴۰۳/۸/۲۱ دستور تامین ۷ میلیارد تومان داده شده بود

تکمیل سالن ورزشی روستای لمعه دشت

توجه به بیمه و حق الزحمه هیات های ورزشی و تامین مینی بوس جهت اعزام ورزشکاران خلخال و کوثر

تامین نیروی انسانی اداره ورزش و جوانان خلخال و کوثر

تامین اعتبار زمین چمن مصنوعی شهر هشجین و شهرکلور

تامین اعتبار تعمیر و تجهیز سالن های ورزشی روستاهای خلخال و کوثر

تعویض کف پوش مستعمل سالن های ورزشی تامین اعتبار برای تقویت هیت های ورزشی (دومرحله از وزارت برای دو شهرستان اخذ

وی همچنین گفت: در حوزه تجلیل از قهرمانان ورزشی ضعیف عمل کردیم و با تجلیل به موقع و مناسب از قهرمانان ورزشی ملی و بین المللی این استان ضعف های گذشته را باید جبران کنیم.

استاندار اردبیل اظهار داشت: سهولت واگذاری اماکن ورزشی در اختیار دولت به بخش بانوان که ۵۰ درصد از جمعیت استان را تشکیل می دهند نیز باید در دستور کار اداره کل ورزش و جوانان استان اردبیل قرار گیرد. وی با اشاره به برنامه ریزی های انجام شده برای تحقق شعار سال افزود: هم اکنون ۵۲ مجوز بی نام برای واگذاری فرصت های سرمایه گذاری به سرمایه گذاران شناسایی شده و آماده واگذاری است.

وزیر ورزش و جوانان در سفر امروز خود به خلخال به همراه وحید کنعانی، نماینده مردم شهرستان های خلخال و کوثر در مجلس شورای اسلامی، سید غنی نظری معاون پارلمانی وزیر ورزش و جوانان، رضا کریمی معاون سیاسی امنیتی استاندار اردبیل و جمعی از مسئولان اجرایی مرکز استان و شهرستان خلخال از زیرساخت های ورزشی شهر خلخال بازدید کرد.

وزیر ورزش و جوانان در حاشیه این بازدید گفت: با توجه به وجود محدودیت مالی در دولت، تنها راهکار مناسب برای رفع کمبود اعتباری و تکمیل پروژه های عمرانی استفاده از ظرفیت مولد سازی و فروش اراضی مازاد با کاربری ورزشی همچنین استفاده از توان و ظرفیت بخش خصوصی است.

دنیامالی با اشاره به تاکید مقام معظم رهبری به سران سه قوه برای استفاده از ظرفیت مولدسازی گفت: توصیه من به مسئولان استانی استفاده از این ظرفیت برای تامین اعتبارات مورد نیاز جهت تکمیل پروژه های ورزشی نیمه تمام است.

وی با اشاره به هزینه بر بودن ساخت سالن ها و

اماکن ورزشی، حرکت به سمت استفاده از رشته های ورزشی ارزان و راحت همانند سایر مناطق دنیا را به مسئولان استان اردبیل پیشنهاد کرد و افزود: راه اندازی رشته های ورزشی ساحلی از جمله رشته های ورزشی کم هزینه است که می تواند در همه مناطق میهن اسلامی مورد استفاده قرار بگیرد.

وزیر ورزش و جوانان با بیان اینکه در ایران اسلامی برای تجلیل از قهرمانان المپیک و پارالمپیک سه برابر هدایای جهانی جوایز اهدا می شود، گفت: سقف این جوایز برای قهرمانان المپیک و پارالمپیک در آمریکا ۳۲ هزار دلار در چین ۲۷ هزار دلار است و این در حالی است که در ایران این مبلغ ۷۰ تا ۸۰ هزار دلار یعنی چندین برابر ارزش جوایز کشورهای بزرگ جهان است.

وی با قول مساعد برای کمک به تکمیل پروژه های نیمه تمام ورزشی خلخال افزود: ظرفیت اقلیمی خلخال می تواند این شهر را تبدیل به قطب اسکی شمال غرب کشور بکند. دنیامالی همچنین گفت: لازمه استفاده از ظرفیت این رشته ورزشی در خلخال استفاده از توان مالی بخش خصوصی به همراه کمک دولت به ایجاد زیرساخت های مورد نیاز است. وزیر ورزش و جوانان ادامه داد: سرانه ورزشی ۸۶ صدم درصدی خلخال مطلوب نیست و این در حالی است که سرانه ورزشی شهرستان کوثر در جنوب استان ۲ متر مربع و بیش از دو برابر سرانه کشوری است.

در این بازدید، وزیر ورزش و جوانان به سرانه ورزشی شهرستان کوثر اشاره کرد و گفت: سرانه ورزشی شهرستان کوثر بیش از دو متر مربع است که این رقم دو برابر سرانه کشوری می باشد. این آمار نشان دهنده توجه ویژه مسئولان محلی به توسعه ورزش و فراهم کردن امکانات مناسب برای شهروندان است.

دنیامالی همچنین بر اهمیت تجهیز، نگهداری و توسعه اماکن ورزشی شهرستان کوثر تأکید کرد و افزود: توسعه ورزش همگانی یکی از اولویت های ماست و باید تلاش کنیم تا تمامی اقشار جامعه بتوانند از امکانات ورزشی بهره مند شوند.

وی همچنین به موفقیت شهرستان کوثر در اجرای طرح ملی پیاده روی گامبران اشاره کرد و گفت: این شهرستان موفق به کسب عنوان شهرستان اول در کشور در این طرح شده است که نشان دهنده فعالیت های مؤثر و برنامه ریزی های خوب در حوزه ورزش همگانی است.



جناب آقای حاج مسعود هوشمند (پیشکسوت محترم فوتبال استان اردبیل)
بدینوسیله درگذشت برادر گرامیتان را به حضرت تعالی و خانواده محترم معزی تسلیت عرض می نمایم واز درگاه خداوند منان برای آن مرحوم طلب مغفرت و برای حضرت تعالی وبازماندگان صبر مسئلت داریم.

هادی صباغی / کمال کرامت

مسابقات دو و میدانی قهرمانی شهرستان خلخال برگزار شد

محمد طاهای جباری با زمان ۰۰:۰۳:۲۴ مقام سوم

۱۰۰۰ متر نونهالان:

محمد رضا شهنوازی با زمان ۰۰:۰۳:۴۷ مقام اول

محمد پادیاب با زمان ۰۰:۰۳:۵۵ مقام دوم
حسین نیک پور با زمان ۰۰:۰۴:۰۶ مقام سوم

۸۰۰ متر نوجوانان:

امیر علی کریم پور با زمان ۰۰:۰۲:۴۴ مقام اول

امیر علی بیرامی با زمان ۰۰:۰۲:۵۶ مقام دوم

امیر مهدی نوبخت با زمان ۰۰:۰۳:۰۴ مقام

به مناسبت سالروز آزادسازی خرمشهر یکدوره مسابقه دو و میدانی رده سنی نونهالان و نوجوانان در ۴ ماده در پیست شهید سردار سلیمانی پوریای ولی خلخال برگزار شد

مسابقات در رده نونهالان جمعا ۲۶ نفر ماده ۸۰۰ متر ۱۶ نفر و ماده ۱۰۰۰ متر ۱۰ نفر و در رده نوجوانان جمعا ۲۴ نفر در ماده ۸۰۰ متر ۱۰ نفر و ماده ۱۰۰۰ متر ۱۴ نفر شرکت کننده برگزار شد

نفرات برتر به ترتیب زیر مشخص شدند: ۸۰۰ متر نونهالان:

امیر علی فتحی با زمان ۰۰:۰۳:۰۸ مقام اول
محمد کسری محیطی با زمان ۰۰:۰۳:۱۶ مقام دوم



هیات دو و میدانی شهرستان خلخال

علی اصغر بیابانی با زمان ۰۰:۰۶:۰۳ مقام سوم

۱۵۰۰ متر نوجوانان:

در پایان این مسابقات با حضور مدیر کل ورزش و جوانان استان اردبیل و هیات همراه حکم قهرمانی و جوایز نفرات برتر اهدا شد

سوم

یاسین نظری با زمان ۰۰:۰۵:۴۷ مقام اول
امیر حسین بخشی با زمان ۰۰:۰۵:۵۵ مقام دوم

تیم تنیس روی میز بانوان اردبیل مقام قهرمانی کشور را کسب کرد

خواهد شد .

ایران با کاروانی متشکل از ۱۶۰ نفر، شامل ۹۵ ورزشکار و دیگر اعضای تیم به این رقابتها اعزام خواهد شد.

سما شهبازی اولین بانوی تنیس باز اردبیلی است که به بازیهای المپیک ناشنویان راه پیدا کرده است.

سما شهبازی از اردبیل با کسب عنوان قهرمانی در رقابتهای تنیس روی میز ناشنویان کشور جواز حضور در رقابت های المپیک ۲۰۲۵ توکیو را بدست آورد.

بازیهای المپیک ناشنویان ۲۰۲۵ آبان سال جاری به میزبانی ژاپن برگزار خواهد شد .

ایران با کاروانی ۱۶۰ نفره، متشکل از ۹۵ ورزشکار و دیگر اعضای تیم شامل مربیان، پزشکان و دیگر عوامل پشتیبانی، به این رقابتها اعزام خواهد شد.

شهبازی اولین بانوی تنیس باز اردبیلی بازیهای المپیک ناشنویان خواهد بود.



رقابت های تنیس روی میز ناشنویان کشور در بخش بانوان با قهرمانی تیم اردبیل و کسب جواز حضور در رقابت های المپیک ۲۰۲۵ ژاپن توسط سما شهبازی به پایان رسید.

این مسابقات از سوم تا پنجم خرداد ماه به میزبانی استان اردبیل و در سالن ورزشی شهید دیرین برگزار شد و در آن، تیم های مختلفی از استان های

اردبیل، تهران، آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی، قزوین، فارس، خوزستان، هرمزگان، کردستان، خراسان رضوی شرکت کردند .

در بخش تیمی بانوان، تیم اردبیل مقام قهرمانی را کسب کرد و تیم های کردستان و فارس به ترتیب نائب قهرمان و مقام سوم شدند.

در بخش انفرادی بانوان، ۲۵ بازیکن به صورت دورهای و حذفی با یکدیگر رقابت کردند که در نهایت سما شهبازی موفق به کسب مقام اول و جواز حضور در المپیک ناشنویان ۲۰۲۵ ژاپن شد. مریم کشتی آرا از فارس مقام دوم را به دست آورد و لیلا شجاعی از اردبیل و فاطمه مهربان پور از

قزوین به طور مشترک مقام سوم را کسب کردند.

در این مراسم، مدال و کاپ قهرمانی با حضور رزاق پور مدیرکل بهزیستی استان و

سلطانی معاون امور بانوان اداره کل ورزش و جوانان به تیم ها و مقام آوران اهدا شد.

بازی های المپیک ناشنویان ۲۰۲۵ در آبان ماه سال جاری به میزبانی ژاپن برگزار