

## خارج از گود

## شادی برای نصف جهان!

**گروه ورزش:** اولین قهرمانی سوپر جام در وترین افتخارات فولاد مبارکه سپاهان به ثبت رسید. تیم‌های فوتبال فولاد مبار که سپاهان و پرسپولیس روز جمعه ۲۸ دی‌ماه از ساعت ۱۵ در سوپر جام فوتبال ایران در اراک مقابل یکدیگر به میدان رفتند که این دیدار با نتیجه یک بر صفر به سود فولاد مبارکه سپاهان به پایان رسید. ترکیب تیم فولاد مبارکه سپاهان عبارت بودند از: پیام نیازمند هادی محمدی، حسین گودرزی، صالح حمدانی، آریا یوسفی، محمد دانشگرو، استیون انزوزنی، رضا اسدی، مهدی لیموچی، محمد کریمی و رضا شکاری. در نیمه اول این دیدار فولاد مبارکه سپاهان در دقیقه ۳ بازی توسط استیون انزوزنی به گل رسیدند در ادامه بازی پرسپولیس‌ها برای گل‌زنی تلاش کردند اما بدون فایده بود و نیمه اول با نتیجه یک بر صفر به سود شاگردان کارترون به پایان رسید. در نیمه دوم هم دو تیم حملاتی روی دروازه یکدیگر انجام دادند و شاگردان کریم باقری موقعیت خوب گل‌زنی هم داشتند که پیام نیازمند مانع گل‌زنی سرخ‌ها شد. داور هفت دقیقه وقت اضافه برای نیمه دوم در نظر گرفت که دو تیم موفق به باز کردن دروازه یکدیگر نشدند و سپاهانی‌ها با گل تک انزوزنی پیروز این دیدار شدند این نخستین قهرمانی تیم فولاد مبارکه سپاهان در تاریخ رقابت‌های سوپر جام ایران و اولین قهرمانی باتریس کارترون با طلایی‌پوشان به‌شمار می‌رود.

## ادامه صدر نشینی دختران سپاهان در لیگ ووشو جوانان

**گروه ورزش:** هفته دوم لیگ برتر ووشو جوانان دختر با ادامه صدرنشینی فولاد مبارکه سپاهان پایان یافت. هفته دوم لیگ برتر ووشو جوانان دختر جام جزایر سه‌گانه همیشه ایرانی در آگامی ملی ووشو بر گزار شد که در پایان تیم فولاد مبارکه سپاهان صدرنشینی خود را حفظ کرد. دختران سپاهان در این هفته به ترتیب از سد تیم‌های بهمن پارس ووشو مشهد،باشگاه قهرمانان زنجان، هیئت ووشو البرز و هیئت ووشو گذشتند. در پایان هفته دوم فولاد مبارک سپاهان ۲۱ با امتیاز و تفاضل ۰٫۱، بهمن پارس ووشو مشهد ۲۱ با امتیاز و تفاضل ۴٫۱ و هیئت ووشو بندر ماهشهر با ۱۲ امتیاز و تفاضل ۲٫۷ به ترتیب در رده‌های اول تا سوم جدول قرار گرفتند.

## اعزام ۲ ذوب‌آهنی و یک سپاهانی به جام ملت‌های آسیا

**گروه ورزش:** اسامی بازیکنان تیم ملی فوتبال جوانان ایران برای اردوی متصل به اعزام جهت حضور در جام ملت‌های زیر ۲۰ سال آسیا مشخص شد. اردوی متصل به اعزام تیم ملی فوتبال جوانان ایران از تاریخ دوم تا پنجم بهمن سال جاری در مرکز ملی فوتبال برگزار می‌شود. ازاین‌رو حسین عبدی اسامی ۲۹ بازیکن را برای حضور در این اردو مشخص کرد که حسام نقری و محمدعلی باغیان از ذوب‌آهن و سینا معظمی‌تبار از سپاهان به تیم ملی دعوت شدند.تیم تیم فوتبال جوانان ایران پنجم دی راهی دبی امارات خواهد شد تا از آنجا عازم شهر شژن چین برای حضور در جام ملت‌های جوانان آسیا شود.

## آغاز طرح رایگان آموزش تنیس در مدارس کشور

رئیس فدراسیون تنیس کشورمان گفت: طرح آموزش رایگان مربیان ورزش مدارس در دستور کار قرار گرفت تا بتوانیم تنیس را به فضاهای آموزشی برده و استعدادهای این رشته را شناسایی کنیم.
به گزارش صداوسیما، دواد عزیزی از همکارای فدراسیون تنیس با معاونت تربیت‌بندی و سلامت وزارت آموزش‌وپرورش خبر داد و تأکید کرد: بعد از تشکیل کمیته‌های مرتبط در فدراسیون تنیس و فعالیت کمیته JTI که با بازخورد بسیار خوبی همراه بود، زنگ تنیس در مدارس به اجرا درآمد که نتایج قابل‌قبولی به همراه داشت.

او ادامه داد: در گام بعدی طی پیشنهادی به معاونت تربیت‌بندی و سلامت وزارت آموزش‌وپرورش اقدام کردیم بر اساس بند سوم از اصل ۳ قانون اساسی مبنی بر اهمیت آموزش، پرورش و تربیت‌بندی رایگان برای همه اقشار در تمامی سطوح، این فدراسیون آمادگی دارد در راستای عمل به قانون اساسی کشور و همچنین رسالت و چشم‌انداز خود در جهت توسعه زیربنای ورزش در مدارس، به‌صورت رایگان معلمین ورزش را آموزش دهد تا این طرح به‌صورت سراسری در کشور به اجرا درآید. رئیس فدراسیون تنیس ادامه داد: با پیگیری‌های فدراسیون و تلاش‌هایی که صورت گرفت، مکاتبات اداری از سوی صادق ستاری‌فرد، معاونت تربیت‌بندی و سلامت وزارت آموزش‌وپرورش با مدیران کل استانی در این حوزه انجام و هیئت‌های استانی ما نیز آماده هستند تا به‌صورت رایگان، معلمین ورزش را آموزش بدهند تا این رشته وارد فضای مدرسه شده و استعدادهای تنیس در سنین کم شناسایی شوند که با اجرای این طرح می‌توانیم با ایجاد شرایط مناسب، زمینه حضور نتایجان تنیس را در چرخه ورزش فراهم کنیم.
عزیزی تأکید کرد: در سال‌های نه‌چندان دور تعریف صحیحی از تنیس نشده و این ذهنیت در باور مردم شکل گرفته که این ورزش مختص به افراد خاص است و به‌اصطلاح، ورزشی لاکچری به‌شمار می‌رود. اما در سونوات گذشته سعی کردیم این رویکرد را تغییر و با کاهش هزینه‌ها، امکان حضور افراد مستعد در این ورزش فراهم کنیم.

تلفن ارتباط خوانندگان: ۰۲۶۲۹۳۷۵۰

# ورزش



**نیازمند در فتح سوپر جام بازیگر نقش اصلی بود**

# دست مطمئن پیام تکیه‌گاه قابل اتکای سپاهان

گل‌زنی ناکام گذشت. درحالی‌که حملات پرسپولیس برای جبران تک گل این بازی ادامه داشت، پیام نیازمند در دقیقه ۷۷ ضربه سر الملود را به کرنر فرستاد. در دقیقه ۷۹ درحالی‌که سپاهان زیر فشار پرسپولیس عقب کشیده بود، پیام نیازمند با یک فوق واکتش ضربه سر علی علیپور را از تیر طاق دروازه بیرون کشید و تا بار دیگر پرسپولیس در گل‌زنی ناکام باشد. در آخرین ثانیه‌های این دیدار درحالی‌که همه منتظر شنیدن سوت پایان بازی بودند، اشتباه مدافعان سپاهان، علیپور را در پشت محوطه جریمه صاحب توپ کرد که شوت عالیپور با واکتش نیازمند همراه شد تا آخرین شانس پرسپولیس برای بازگشت به این دیدار هم ناکام بماند. نیازمند ناکام ماند و دروازه‌بان سپاهان مانع گل‌زنی اورونوف شد. در دقیقه ۶۸ نیز ارسال توپ به محوطه جریمه سپاهان با اشتباه مدافعان این تیم همراه بود و توپ در یک رکت‌فور بگشت به عیسی آل کثیر رسید که این بار نیز نیازمند با خروج به‌موقع آل کثیر را در هفته دوازدهم فصل لیگ برتر نتوانست به دو گلین‌شیت

## چالش‌ها و امکانات ورزش باهوش مصنوعی



موفق به حضور در باشگاه‌ها و مراکز تخصصی تحت‌نظرمربان نمی‌شود، با ورزش کردن در خانه می‌تواند برنامه زندگی خود را بهبود ببخشد. ورزش‌های خانگی با برنامه‌های تمرینی ویژه برای جلوگیری از هرگونه آسیب و داشتن تجهیزات مختلف انجام می‌شود و لازمه آن داشتن یک برنامه‌های در هر زمان یک مربی کاربلد است تا بتواند برای شرایط مختلف فرد برنامه تمرینی مناسب طراحی کند و ارائه دهد، اما امروزه وبگاه‌های مختلف و اپلیکیشن‌های هوش مصنوعی جدیدی در زمینه ورزش ایجاد شده است که با ارائه رژیم غذایی و برنامه تمرینی بسیاری از هزینه‌ها را کاهش داده و کمک بسیاری به مدیریت زمان افراد کرده است تا افراد با چنین برنامه‌هایی در هر زمان و مکانی بتوانند به فعالیت‌های ورزشی خود بپردازند. اینگونه برنامه‌ها بسیارند و ممکن است معایب و مزایایی داشته باشند که استفاده از آن‌ها نیازمند علم است، البته چنین برنامه‌هایی قابل‌بررسی و استفاده هستند و باید دیدنظر کارشناسان ورزشی و دراپطعیا آن‌ها چیست. یکی از برنامه‌هایی که به دو صورت وب و اپلیکیشن در اختیار کاربران برای ساخت ورزش‌های مختلفی

## در فدراسیون بدنسازی چه می‌گذرد؟



وزیر ورزش، بر روی برگزاری مجمع انتخاباتی در اس وقت تأکید شده بود، اما ظاهراً سرپرست فدراسیون کارهای مهمتری نسبت به برگزاری انتخابات در دستور کار خود قرار داده است! یکی از

دوشنبه ۱۰ بهمن ۱۴۰۳ | **سال بیست و یکم** | شماره ۵۹۳

# صفا امروز

## ورزش ایران

## فوتسال ایران روی نیمکت صداوسیما

بخش تلویزیونی بازی‌های لیگ فوتسال نه‌تنها در افزایش درآمد و حمایت اسپانسرها تأثیر بسزایی دارد، بلکه در جذب تماشاگران و جهانی‌شدن رقابت‌ها نیز نقشی حیاتی ایفا می‌کند. لیگ‌های معتبر با پخش زنده گسترده بازی‌ها، به رشد قابل‌توجهی دست یافته‌اند. روز گذشته در اقدامی عجیب دیدار مس سونگون و گیتی‌پسند از تلویزیون پخش نشد و دوربین‌های صداوسیما این مسابقه را پوشش ندادند. به گزارش ایسنا، رقابت‌های هفته نوزدهم لیگ برتر فوتسال، دیروز برگزار شد که گیتی‌پسند و مس سونگون به مصاف یکدیگر رفتند و این دیدار با پیروزی گیتی همراه بود. این دیدار که به ال کلاسکوی فوتسال ایران معروف است و هواداران زیادی دارد، از رسانه ملی پخش نشد و دوربین‌های صداوسیما این مسابقه حساس و مهم را پوشش ندادند. این در حالی است که پخش تلویزیونی به یکی از ارکان اصلی موفقیت لیگ‌های فوتسال در جهان تبدیل شده است. درحالی‌که لیگ‌های معتبر آسیاتیا، برزیل، پرتغال و ایتالیا از این امکان برای افزایش درآمد و جذب مخاطب استفاده می‌کنند. لیگ فوتسال ایران همچنان در این بخش از ظرفیتهای خود بهره‌برداری نکرده است. این مسئله نه‌تنها بر رشد اقتصادی لیگ ایران تأثیر منفی گذاشته؛ بلکه باعث محدودشدن تعداد تماشاگران و حمایت‌های مالی از این لیگ شده است. در لیگ‌های فوتسال اسپانیا و برزیل، پخش تلویزیونی به یکی از منابع اصلی درآمدی این لیگ‌ها تبدیل شده است. در اسپانیا، درآمد سالانه از پخش تلویزیونی به ۲۰ میلیون یورو می‌رسد که به‌طور قابل‌توجهی به افزایش جذب اسپانسرهای بزرگ کمک کرده است. در برزیل نیز پخش تلویزیونی لیگ فوتسال به درآمدی بالغ بر ۸ میلیون دلار در سال منجر شده است. این درآمد نه‌تنها باعث رشد مالی لیگ شده بلکه به توسعه بازار فوتسال در سطح جهانی کمک کرده است. با جذب اسپانسر‌ها لیگ برزیل به یکی از پرطرفدارترین لیگ‌های فوتسال در دنیا تبدیل شده است. لیگ فوتسال ایران از پخش تلویزیونی بسیار محدود برخوردار است و این مشکل باعث کاهش تماشاگران داخلی و کمبود حمایت‌های مالی شده است. برای نمونه، بازی گیتی‌پسند و مس سونگون که در این فصل به‌شدت حساس بود، پخش زنده نداشت.

این موضوع نه‌تنها موجب از دست‌رفتن تماشاگران در داخل کشور می‌شود؛ بلکه فرصت‌های جذب اسپانسرهای جهانی را نیز از لیگ ایران می‌گیرد. فدراسیون فوتبال ایران که در گرفتن حق پخش تلویزیونی ناتوان است باید پیگیری باشد که با پخش‌شدن بازی‌های فوتسال از رسانه ملی، حداقل جذب اسپانسر برای تیم‌ها صورت بگیرد. داده‌های این گزارش و طرح گرافیکی، بر اساس تحلیل‌های موجود و اطلاعات منتشر شده توسط رسانه‌ها و گزارش‌های عمومی، توسط هوش مصنوعی ارائه شده و به‌عنوان آمار تقریبی برای توصیف وضعیت درآمدی لیگ ایران در نظر گرفته شده است. اگر لیگ فوتسال ایران بخواهد از مزایای پخش تلویزیونی بهره‌برداری کند و در مسیر حرفه‌ای شدن قرار گیرد، باید در اولین گام به توسعه پخش تلویزیونی بازی‌ها توجه بیشتری داشته باشد. افزایش پخش بازی‌ها تنها باعث جذب اسپانسرهای بزرگ و افزایش درآمد می‌شود؛ بلکه به گسترش مخاطبان داخلی و خارجی و توسعه بازار فوتسال ایران در سطح جهانی نیز کمک می‌کند.

## انتظار ما از والیبال قهرمانی در ناگو با است

معاون فرهنگی و توسعه ورزش قهرمانی و حرفه‌ای وزارت ورزش و جوانان گفت: انتظار ما از والیبال، قهرمانی در بازی‌های آسیایی و حضور قدرتمند در المپیک ۲۰۲۸ لس‌آنجلس است.

به گزارش ایرنا، سید محمد شروین اسبقیان در حاشیه مجمع فوق‌العاده فدراسیون والیبال در جمع خبرنگاران اظهار کرد: امروز انتخابات هیئت‌تربیسه فدراسیون که از گذشت باقی‌مانده بجا انجام شد. این اتفاق خوبی بود؛ زیرا دیگر با وضعیت سرپرستی اداره کارهای فدراسیون انجام نمی‌شود. او ادامه داد: میلاد تقوی، رئیس فدراسیون والیبال بعدی برنامه‌های خودش را اعلام کرد و امیدواریم مجمع رسمی از اوایل سال ۱۴۰۴ شاهد باشیم. از والیبال توقع زیادی داریم و باید به گذشته که بسیار افتخار داشت، بازگردد. قهرمانی بازی‌های آسیایی و حضور قدرتمند در المپیک ۲۰۲۸ را از والیبال انتظار داریم. معاون وزیر ورزش با اشاره به مخالفت مجمع با رأی‌گیری برای ریاست افتخاری محمدرضا فوروزنی در فدراسیون والیبال، عنوان کرد: اصولاً باید قبل از مطرح‌شدن مسائل در مجمع، در دستور جلسه اعلام شود و طبق رأی‌گیری انجام شده، این موضوع به دستور جلسه اضافه نشد. همه می‌دانیم که داورزنی یکی از مدیران خوب و مشاور وزیر ورزش است که زحمت زیادی برای رشته والیبال کشیده است. او همچنین گفته‌وزیر ورزش به دنبال تربیم و تخصص بودجه فدراسیون‌هاست. بودجه‌های عمومی، اختصاصی که کمک کمیته المپیک و تجهیزات شرکت نفت را برای فدراسیون‌ها برنام‌ریزی کردیم، بودجه اختصاصی که به کمک مجلس باید پرداخت می‌شد، با پیگیری وزیر ورزش انجام شد. اسبقیان در مورد تغییراتی که از سوی سرپرست فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام، انجام شد توضیح داد: توصیه ما به سرپرستان این است که تغییراتی انجام نشود و کارهای فدراسیون تا زمان برگزاری انتخابات انجام شود. بعضی مواقع سرپرست فدراسیون همکاری لازم از کارمندان فدراسیون را نمی‌بیند و برای پیش‌بردن کارها مجبور به دست‌زدن به برخی تغییرات می‌شود. سرپرست موقت است و با حکم وزیر منصوب می‌شود و این مسئله نیازمند تأیید هیئت رئیسه نیست.

می‌دهد و موجب بهبود شرایط ورزشکاران می‌شود.

### ۷ خلق بهترین سبک ممکن

مری بن‌سازترین مسیر تصریح می‌کند. هوش مصنوعی با آنالیز سبک شخص، بهترین سبک ممکن را برای وی انتخاب می‌کند. همچنین اصلاح وضعیت راز زیبایی و به شما در بهبود تقریبی برای توصیف وضعیت درآمدی لیگ ایران در نظر گرفته شده است. اگر لیگ فوتسال ایران بخواهد از مزایای پخش تلویزیونی بهره‌برداری کند و در مسیر حرفه‌ای شدن قرار گیرد، باید در اولین گام به توسعه پخش تلویزیونی بازی‌ها توجه بیشتری داشته باشد. افزایش پخش بازی‌ها تنها باعث جذب اسپانسرهای بزرگ و افزایش درآمد می‌شود؛ بلکه به گسترش مخاطبان داخلی و خارجی و توسعه بازار فوتسال ایران در سطح جهانی نیز کمک می‌کند.

### ۷ هوش مصنوعی خستگی و ضعف ورزشکار را تشخیص می‌دهد

او تأکید می‌کند: چنین برنامه‌هایی که بر اساس هوش مصنوعی هستند با الگوریتم‌های ویژه می‌توانند خستگی و ضعف در عضلات ورزشکاران را تشخیص دهند و گزارش وضعیت دهند. از موارد دیگر که می‌توان به آن اشاره کرد، تحلیل عضلات و عملکرد نقاط ضعف و ارائه راه‌حل‌های مختلف برای کاهش درد و مصدومیت است.

### ۷ هوش مصنوعی از تجزیه و دانش یک پزشک واقعی بر خوردار نیست

کارشناس بدن‌سازنی کشورمان خاطرنشان می‌کند: هوش مصنوعی در بدن‌سازی کاربرد بسیاری دارد و این گونه است که ربات پس از بررسی ارتباطات بین داده‌ها، الگوهای خاصی را کشف می‌کند و بر اساس آن الگوها، تمرینات مختلف را به ورزشکاران پیشنهاد می‌دهد؛ برای مثال داده‌های ربات، نمایانگر این بود که برای ازبین‌بردن چربی شکم نیاز به روزی ۱۵ تا ۳۰ دقیقه تمرین است و با ارائه و پیشنهاد بعضی تمرینات ترکیبی تا حدودی نتخار شمری را ایفا می‌کند.

زمینه‌ها به شما کمک کند، همچنین آنالیزهای مختلفی

مناسب یا تمرین تخصصی برای یک قسمت خاص است،

اپلیکیشن WWW.MUSCLEWIKI.COM است که با ساختار مختلف بدنی زنان و مردان در صورت‌های مختلف پیشرفته

تا مبتدی برای همه قسمت‌های بدن برنامه گوناگون طراحی می‌کند که بررسی این سایت خالی‌ازلطفه نیست.

### ۷ ورزش‌سازگان می‌توانند تمریناتشان را شخصی‌سازی کنند

امین پارسل، کارشناس بدن‌سازی کشورمان می‌گوید: ورزشکاران با چنین برنامه‌هایی می‌توانند تمریناتشان را شخصی‌سازی کنند. تمریناتی که مربیان ورزش به شما ارائه می‌دهند، بر اساس علم ورزش و وضعیت فعلی شما و آن چیزی است که می‌خواهید به آن دست پیدا کنید. این کارها باهوش مصنوعی قابل اجراست و می‌توانیم به‌عنوان مربی شخصی از آن استفاده کنیم.
او می‌افزاید: بررسی عملکرد ورزشکاران در تمرینات و مسابقات بسیار مهم است که هوش مصنوعی می‌تواند در این زمینه‌ها به شما کمک کند، همچنین آنالیزهای مختلفی می‌دهد.