

تيطراوي يحظى بالثناء في بلجيكا ويشق طريقه نحو الانضمام إلى "الخضر"

أكد علو كعبه ورد على الانتقادات التي لاحقته في بداياته

موهبة قادمة

زرقان: "هذا سر تظاهمنا وأتوقع أن يحظى بفرصة من بيكوفيتش"



تيطراوي: "سعيد بما أقدمه وأملك مع زرقان نفس الفلسفة"

www.dzair-tube.dz

يومية رياضية جزائرية

الأربعاء 25 ديسمبر 2024 الموافق لـ 24 جمادى الآخرة 1446 هـ العدد: 1130 الثمن: 30 دج

لاعب "الخضر" ينتظر القرار النهائي من اللجنة الطبية

الفصل في مستقبل
بن طالب منتصف
جانفي المقبل



فيما نفي مسؤول الإعلام بنادي الشمال ما يتردد

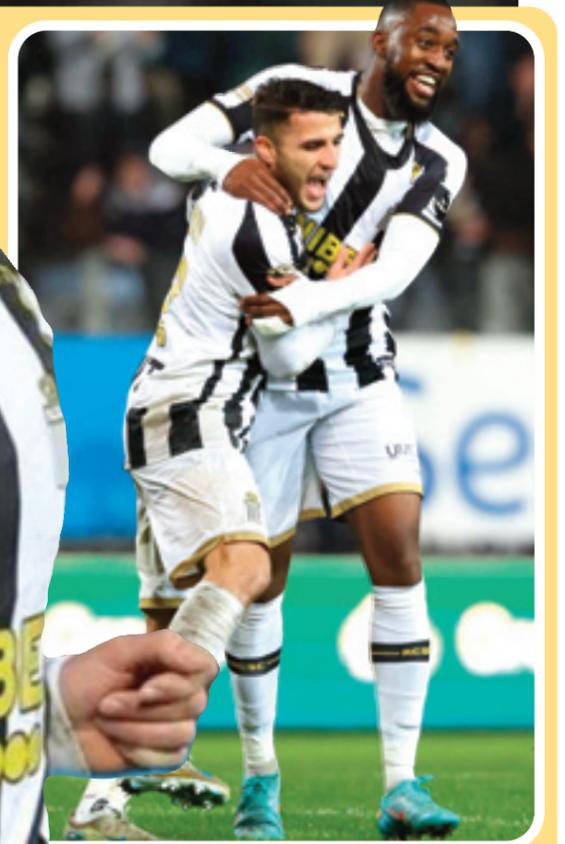
شوبير يؤكد مفاوضات الأهل للتعاقد مع بونجاح



■ رانييري: "محرز لاعب مذهل ولا أدري لماذا اتهموني بكرهه"

لاعب "الخضر" يسابق الزمن للتحاق بمواجهة روما

مدرب ميلان يعلق آمالا كبيرة على بن ناصر



مدرب شارلوروا ريك دي ميل:

"تيطراوي لاعب مثالي ويرغب في النجاح معنا"

يلقى إشادة واسعة في بلجيكا بعد بروزه مؤخرا

مدرب شارلوروا ريك دي ميل: "تيطراوي لاعب مثالي ويرغب في النجاح معنا"

تلقى الدولي الجزائري ياسين تيطراوي، إشادة واسعة في بلجيكا بعد بروزه بشكل لافت خلال الفترة الماضية مع نادي شارلوروا، ونجاحه في كسب ثقة المدرب ريك دي ميل، الذي كشف أثنى كثيرا عليه ووصفه باللاعب الجاد الذي يسعى لكسب مكانته، كما تحدث زميله ومواطنه آدم زرقان عن خصائص خريج أكاديمية بارادو ورغبته في النجاح مع الفريق. وأصبح صاحب 21 عاما، حديث وسائل الإعلام البلجيكية مؤخرا، وصنع لنفسه اسما في ظرف وجيز، بعدما تحول من لاعب بديل إلى عنصر مهم في التشكيلة، حيث قاد شارلوروا السبب الماضي للفوز على سان تروند لحساب الجولة 19 من الدوري البلجيكي الممتاز، بعدما سجل الهدف الثاني، وقال المدرب ريك دي ميل نقلها موقع "dhnnet" البلجيكي، بشأن سر تطور تيطراوي: "إنه لاعب مثالي، فهو لا يتوقف عن التدريب، لقد جاء إلى مكتبي عدة مرات ليسألني عما لتحسين أدائه"، وأضاف: "إنه واحد من أولئك الذين يعملون بجد بشكل يومي. بعد الحصص التدريبية، يكون دائما في قاعة تقوية العضلات. عندما تذهب إلى هذه الغرفة، من المؤكد أنك تراه، يمازج زميله شيخ كيتا. عندما تكون أطلب منه أن يأخذ قسطا من الراحة، فهو لا يريد ذلك".

زرقان: "هذا سر تفاهمنا وأتوقع أن يحظى بفرصة من بينكوفيتش"

من جانبه، عبر آدم زرقان عن سعادته بالمستوى الذي يقدمه زميله ومواطنه تيطراوي مع شارلوروا خلال أول موسم احترافي له خارج الجزائر، خاصة في الفترة الماضية، وقال: "أنا هنا منذ 4 سنوات وجميع الفرق تعرفني، في كل مباراة، لدي لاعب في ظهري عندما يكون الأمر كذلك، فأنت بحاجة إلى لاعب خط وسط يمكنه البحث عن الفرص. يجدها ياسين (تيطراوي) بفضل تحركاته الدائمة، وأعظم ما يميزه هو ارتفاع نسق لعبه"، وختم: "إنه جيد في الصراعات الثنائية أيضا، عندما يتعرض للضغط، يعرف كيفية إخراج الكرات بشكل نظيف بفضل قدرته على اللعب في المساحات الصغيرة" قبل أن يختم، مؤكدا بأنه يستهدف لفت انتباه الناخب الوطني فلاديمير بينكوفيتش والاتحاق بالفريق الأول لـ"الخضر": "أمل أن يشاهد المدرب (فلاديمير بينكوفيتش) مبارياتنا، وهو يحب هذا النوع من اللاعبين، وأعتقد أنه سيتمحه الفرصة قريباً".

تيطراوي: "سعيد بما أقدمه وأملك مع زرقان نفس الفلسفة"

وفي نفس السياق، تحدث تيطراوي عن بداياته في شارلوروا وعلاقته بزميله زرقان وسر التفاهم بينهما رغم أن الثاني لم يلعب سويا في أتلتيك بارادو، وأضاف: "أنا سعيد جدا بما أقدمه، أحاول دائما التقدم نحو الهجوم وخلق التسوق العددي في منطقة الخصم"، وتابع: "لم تكن في نفس الفئات العمرية، وهذا لا يمنعنا من أن نكون أليين لأننا غرنا بنفس الفلسفة، لدينا ارتباط لأننا تعلمنا نفس كرة القدم. إنها طريقة الأكاديمية".

مؤكد أنه كان يشركه في كل المباريات مع ليستر سيتي

رانييري: "محرز لاعب مذهل ولا أدري لماذا اتهموني بكرهه"

أشاد المدرب الإيطالي كلاوديو رانييري مطولا بنجم المنتخب الوطني الجزائري رياض محرز، واصفا إياه باللاعب المذهل وصاحب المستوى الرفيع، مؤكدا أنه عمل ما في وسعه لدفعه من أجل التعلم وتطوير مستواه عندما كان في صفوف نادي ليستر

سيتي الإنجليزي. وتحدث مدرب روما الإيطالي عن قائد "الخضر" الذي سبق له اللعب تحت إشرافه حينما كان مسؤولا على العارضة الفنية لنادي ليستر سيتي، أين ساهم محرز خلال تلك الفترة بشكل كبير في تحقيق المعجزة بالتتويج بلقب الدوري الإنجليزي الممتاز موسم 2015-2016، حيث قال رانييري: "إنه لاعب رائع ومذهل وصاحب مستوى رفيع"، قبل أن يدافع عن نفسه بعد الاتهامات التي طالته بخصوص كره محرز، مستغريا من هذا الأمر رغم أن لاعب الأهلي السعودي الحالي، كان يشارك بشكل أساسي في جميع المباريات آنذاك، مضيفا في تصريحاته لبرنامج خلال بودكاست "إكسترا تايم": "لكن لطالما أدفعه لأنه يريد التعلم، مساعدي قال يوما (المدرّب لا يحب هذا الرجل). محرز كان يلعب في كل مباراة معي، فلا أعلم لماذا كان يقول هذا"، واختتم "لقد كان لاعبا مذهلا كما أنه رجل مدهل". وجدير بالذكر، أن نجم المنتخب الوطني رياض محرز، لعبت تحت قيادة المدرب كلاوديو رانييري، لمدة موسمين (2015 إلى 2017)، ساهم خلال في تحقيق إنجاز تاريخي بتتويج "الثعالب" بلقب "البريميرليغ" لأول مرة في مشوارهم، قبل أن يغادر نحو مانشستر سيتي صيف 2018.

ديميرال: "محرز أكثر لاعب أدخل معه في التحديات"

وعلى صعيد آخر، أكد مدافع نادي الأهلي السعودي ميريح ديميرال، أن الدولي الجزائري رياض محرز هو أكثر لاعب يدخل معه في التحديات في الفريق، وتحدث اللاعب التركي بشكل فكاهي عن نجم "الخضر" مشيرا إلى أن الأخير هو من يتلقى الهزائم منه لكنه يرفض الاعتراف دائما، وواصل حديثه مع المركز الإعلامي للأهلي، "محرز يتحدث كثيرا، لكن أنا من ينتصر في الأخير، عندما اقترب من الانتصار عليه، لا يقبل الخسارة، فيتحدث كثيرا، حتى أنه يعترض ويدعي أنه هو من انتصر".

لاعب "الخضر" ينتظر القرار النهائي من اللجنة الطبية

الفصل في مستقبل بن طالب منتصف جانفي المقبل

كشفت تقارير صحفية فرنسية أمس أن مستقبل اللاعب الدولي الجزائري نبيل بن طالب مع ناديه ليل الفرنسي سيحدد منتصف شهر جانفي المقبل، وذلك بناء على قرار اللجنة الطبية التابعة للاتحاد الفرنسي، في ظل المشاكل الصحية التي يعاني منها على مستوى القلب. وكان متوسط ميدان "الخضر" قد تعرض لازمة قلبية في جوان الماضي، دخل على إثرها في غيبوبة بالمستشفى الجامعي ليل وتم تركيب جهاز مزيل الرجفان له على مستوى القلب، وهو الأمر الذي يمنعه من العودة مجددا إلى المنافسة الرسمية في "الليغ"، وفق قوانين الاتحاد الفرنسي. وأكد رئيس نادي ليل، أوليفيه ليتانغ في تصريحات له الأسبوع الماضي، أن إدارته تقدّمت بمف طبي من أجل الحصول على الضوء الأخضر للعودة مجددا إلى المنافسة بداية عام 2025.

أمس، بأن

وكشف موقع "أر أم سي" الفرنسي، في تقرير له اللجنة الطبية ستحدد مصير نبيل بن طالب بشكل نهائي منتصف شهر جانفي الداخل، وهو التاريخ الذي يترقبه الدولي الجزائري بشغف كبير، خاصة في ظل تلقيه أنباء سارة بخصوص تطور حالته الصحية، بعدما اجتاز مرحلتين من "البروتوكول" العلاج بنجاح، وهو حاليا يتواجد في المرحلة الثالثة تمهيدا للعودة مجددا إلى التدريبات في الأسابيع المقبلة، على أمل أن يكون أول لاعب يشارك بجهاز منظم ضربات القلب في الدوري الفرنسي.

عبد المجيد

في ظل المستويات التي يقدمها مع فينورد منذ بداية الموسم

حاج موسى يحظى بإشادة كبيرة من أسطورة هولندا

حظي اللاعب الدولي الجزائري أنيس حاج موسى، بإشادة كبيرة من قبل أسطورة الكرة الهولندية، رود خوليت الذي اعتبره من بين أبرز مجازات الدوري الهولندي خلال الموسم الحالي، وذلك بفضل مستوياته الباهرة التي قدمها مع ناديه فينورد روتردام. وأكد المدرب السابق لنادي تشيلسي الإنجليزي بأنه من الرائع مشاهدة متوسط ميدان "الخضر" حينما يلعب مبرزا في تصريحات لموقع "زيكو سبورتنج": "إنه (حاج موسى) رائع، لا يزال منفتح الذهن، خاصة عندما يتقدم بالكرة"، وتابع: "إنه لاعب جريء، ويمرر عرضيات جيدة ويمكنه أيضا اللعب على اليمين، إنه يفعل ذلك بشكل جيد"، مشيرا في ذات الصدد أنه لا يمكن التنبؤ بما يفعله حينما يمتلك الكرة، وهي نقطة قوة أي حاج موسى، وأضاف "حقا لاعب رائع لمشاهدته. لا يمكن التنبؤ به أيضا". وتأتي هذه التصريحات من نجم الكرة الهولندية السابق، كاعترا ف صريح بما يقدمه أنيس حاج موسى منذ بداية الموسم الجاري، بحيث أصبح النجم الأول بدون منازع في ناديه فينورد روتردام. وجدير بالذكر، أن الدولي الجزائري الشاب (22 سنة)، خاض 19 مباراة بألوان فينورد هذا الموسم في جميع المسابقات سجل خلالها 6 أهداف وقدم تمريرتين حاسمتين، وهو ما جعل قيمته السوقية ترتفع بشكل رهيب لتصل إلى 12 مليون أورو، بعدما كانت 2 مليون أورو فقط في بداية الموسم.

عبد المجيد

لم يشارك في أي دقيقة خلال الموسم الجاري

زدادكة في طريقه لمغادرة ليل هذا الشتاء

كشفت تقارير إعلامية فرنسية أمس، أن الدولي الجزائري حكيم زدادكة، يقرب من مغادرة نادي ليل خلال فترة التحويلات الشتوية المقبلة، في ظل الفترة الصعبة التي يعيشها وعدم مشاركته مع الفريق الأول طيلة الموسم الجاري. ونشر موقع "أر أم سي. سبور"، تقريرا تحدث فيه عن وضعية بعض لاعبي ليل قبل انطلاق فترة الانتقالات الشتوية شهر جانفي الداخل، ومن بينهم الظهير الأيمن حكيم زدادكة، الذي يتجه لمغادرة الفريق بعد خروجه من حسابات المدرب برونو جينيسيو، حيث لم يشارك في أي مباراة مع الفريق الأول، مكتفيا بالمشاركة في مواجهتين مع الفريق الرديف لنادي الشمال الفرنسي، ما جعل الإدارة تقرر تسريحه رفقة عدد من زملائه، وأضاف المصدر، بأن مسؤولي ليل ينتظرون عرضا مناسباً من أجل تحويل اللاعب هذا الشتاء.

يذكر أن زدادكة كان قد انضم إلى نادي ليل صيف 2022، قبل يتم إعارته إلى نادي أوكسير الفرنسي ثم إلى سرقسطة الإسباني، ليعود الصيف الماضي إلى ليل، لكنه لم يحظ بفرصة المشاركة على الإطلاق.

عبد المجيد



استبعد عن تدريبات فريقه "سانت تروند"

براهيمي يصاب بفيروس ويغيب عن لقاء "سيركل بروج"

كشفت تقارير صحفية، أن الدولي الجزائري، بلال إبراهيمي، سيغيب عن صفوف فريقه سانت تروند في الجولة الأخيرة من عمر الدوري البلجيكي، حين يستقبل ضيفه سيركل بروج لإصابته بفيروس. وأفاد موقع "الضوت البلجيكي"، أن نادي سانت تروند قام باستبعاد اللاعب عن التدريبات ومنحه رخصة البقاء في المنزل بسبب معاناته من فيروس. وقال المصدر ذاته، إن بلال إبراهيمي ليس اللاعب الوحيد المصاب بفيروس بل هناك أربعة لاعبين في الفريق وهم ريبوتارو أيتو، وولك جانسانس، راني فان هالدين. وأشار المصدر نفسه، إن غياب الاسماء المذكورة على رأسهم، بلال إبراهيمي، سيصيب صداعا كبيرا لمدرّب سانت تروند، فيليب مازو، الذي كان يعول على تواجد الجميع في ختام مباريات مرحلة الذهاب والإبقاء على نقاط الثلاث على أرضه. للإشارة فإن لاعب الخضر، شارك منذ التحاقه بسانت تروند، في 11 مباراة بمجموع 877 دقيقة، نجح خلالها في تسجيل هدف وصناعة آخر.



وسيم

حازم
إمام نجم منتخب
مصر الأسبق:

"قندوسي لاعب
مهاري، الأحسن في مصر
حاليا ولا أفهم لماذا
الأهلي لا يريد"

اعتبر نجم المنتخب المصري والزمالك سابقا، حازم امام، أن الدولي الجزائري، أحمد قندوسي، لاعب سيراميكيا كليبواترا المعار من الأهلي، أفضل لاعب في البطولة المصرية، مؤكدا أن صاحب الـ 25 سنة قادر على اللعب في أكثر من مركز وهو ما يجعله إضافة نوعية لأي فريق وأوضح حازم امام في تصريحات عبر قناة "أون تايم سبورتنس 2" قائلا: "أحمد قندوسي أفضل صانع ألعاب في مصر في الوقت الحالي، وأحسن من امام عاشور وأحسن من ناصر ماهر". وأضاف: "هناك استمرارية في أداء قندوسي، منذ الموسم الماضي، ويلعب مع المنتخب الجزائري في مركز رقم 6، من أبرز مميزات اللاعب أنه يبدع ويهاجم بشكل جيد، وتابع: "ما يميز قندوسي، أنه لا يحتفظ بالكرة كثيرا ويجيد تمريرة الكرة بشكل جيد، فضلا عن أنه يقوم بالأدوار الهجومية، وواصل: "قندوسي، من أهم صناع اللعب في مصر، لاعب كبير وعنده رؤية". ليختتم تصريحاته بالقول: "عدم عودة قندوسي للأهلي لغز محير جدا جودته نادرة في الكرة المصرية".

وسيم

مدرّب
"ولفرهامبتون"
الجديد يشعل المنافسة بين
آيت نوري و"رودريغو غوميس"

لمح مدرب ولفرهامبتون، فيتور بيريرا، إلى أن المنافسة ستكون قوية بين الدولي الجزائري، ريان آيت نوري، وزميله رودريغو لشغل منصب الظهير الأيسر في الفريق مؤكدا أن لكل واحد منهما خصائص تميزه عن الآخر وأوضح فيتور بيريرا في تصريحات أدلى بها لموقع ولفرهامبتون قبل مباراة مانشستر يونايتد المرتقبة غدا قائلا: "لديه الجودة، بين رودريغو وآيت نوري، لديهما مهارات مختلفة وصفات مختلفة. اعتقد أنه أمر جيد للفريق، تنوع صفات اللاعبين يزيد من مستوى الفريق". وتابع: "عندما تقوم بتغيير لاعب، فإننا نضع صفات أخرى على أرض الملعب، وإذا كانت هذه الصفات تعمل لصالح المجموعة، فهي مناسبة للفريق، ولهذا السبب فإن كرة القدم جميلة. عندما تقوم بتغيير اللاعبين، لدينا صفات أخرى على أرض الملعب، وواصل: "لا أريد، في نفس المركز، لاعبين يتمتعان بنفس المهارات ونفس الصفات، أحب أنهم مختلفون لأنهم يمنحوني الفرصة لتغيير شيء ما". وتنتظر نادي ولفرهامبتون مهمة صعبة عندما يستقبل مانشستر يونايتد غدا الخميس في البوكينغ داي، وهي المباراة التي يتوقع أن يعود فيها ريان آيت نوري إلى التشكيلة الأساسية بعدما غاب عن الجولة الأخيرة من الدوري الإنجليزي.

وسيم

لاعب "الخضر" يسابق الزمن
للحاق بمواجهة روما

مدرّب ميلان يعلق أمالا كبيسة على بن ناصر

ذكرت تقارير صحفية إيطالية، أن عودة متوسط الميدان الجزائري، اسماعيل بن ناصر، لآسي ميلان في هذا الوقت ومباشرة التدريبات مع المجموعة بعد تخلصه آثار الإصابة التي أبعدته لأشهر عن الملاعب، يريح كثيرا التقني البرتغالي ميلان، باولو فونسيكا، ويمنحه العديد من الحلول في خط وسط الروسونيري. وتعافى بن ناصر من الإصابة على مستوى ريلة الساق، والتي أجبرته على إجراء عملية جراحية والخضوع لعلاج مكثف طيلة الفترة الماضية في مصحة "اسبيتار" القطرية. وذكر موقع "ميلان نيوز" في تقرير له، أمس الثلاثاء، أن باولو فونسيكا استعاد أخيرا ورقة مهمة وتمثلة في الدولي الجزائري، اسماعيل بن ناصر، الذي عاد إلى التدريبات الجماعية لميلان بعد أكثر من ثلاثة أشهر من إجراء عملية جراحية في ريلة الساق وكان مدرب ميلان، باولو فونسيكا، قد أوضح في تصريحات ماضية أنه يعلق آمالا كبيرة على بن ناصر خلال الشطر الثاني من الموسم، معتبرا أنه قادر على منح نفس جديد لخط وسط الفريق الأحمر والأسود في حالة عودته لمستواه المعهود. وأشار المصدر نفسه، أنه إذا أعطى لاعب إمبولي السابق إشارات وضمادات إيجابية بشأن حالته البدنية، فقد يقرر ميلان أيضا عدم الدخول في سوق الانتقالات هذا الشتاء من أجل تعزيز صفوفه بلاعب خط الوسط ويحول اهتمامه لتعزيز منصب آخر.

بن ناصر يرفض الراحة ويسابق الزمن لاستعادة
جاهزيته قبل مواجهة روما

رغم الراحة التي منحها، باولو فونسيكا، مدرب ميلان للاعبه، إلا أن القلب النابض للمحاربين، آبي إلا أن يواصل التدريب ومضاعفة العمل. وحسب موقع "ميلان نيوز 24"، فإن بن ناصر، رفض الركون للراحة وتنقل إلى مركز التدريبات "ميلانيلو"، أين أجرى حصة تدريبية رفقة الفرنسي ثيو هيراناندير وهو ما يؤكد عزم "إيسما" على استعادة لياقته للعب مجددا بقميص "الروسونيري". ويحاول بن ناصر الوصول إلى أتم جاهزيته البدنية والفنية حتى يعود إلى التشكيلة الأساسية، فيما تبقى من عمر الموسم، باعتباره لاعبا مهما في الفريق. ومن المتوقع، أن يعود بن ناصر إلى أجواء المباريات بدءا من يوم الأحد، ضد روما في سان سيرو.

فيما نفي مسؤول الإعلام بنادي
الشمال ما يتردد

شويير يؤكد مفاوضات الأهلي للتعاقد مع بونجاح

كشفت تقارير صحفية مصرية، عن مستجدات جديدة بخصوص ملف اللاعب الدولي الجزائري، بغداد بونجاح، حيث، أكدت وجود مفاوضات جادة من جانب مسؤولي نادي الأهلي المصري لضم مهاجم نادي الشمال خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة. ووفقا لما ذكره الإعلامي أحمد شويير خلال تصريحات إذاعية، فإنه تواصل مع مسؤولين من نادي الشمال القطري رغم خروج طه المهيزع في تصريحات ونفى كل ما تردد بشأن حقيقة مفاوضات الأهلي المصري مع بغداد بونجاح وأكد أن اللاعب حاليا يتواجد في العاصمة الفرنسية باريس لقضاء العطلة لكن رئيس النادي قال إن هناك تفاوضا واللاعب في إجازة بمصر. وأضاف المتحدث، رئيس نادي الشمال أكد أن هناك بالفعل مفاوضات من الأهلي المصري للتعاقد مع بغداد بونجاح واللاعب في مصر حاليا لقضاء العطلة. المسؤول الإعلامي لنادي الشمال القطري، كان قد أكد أن الفريق متمسك ببغداد بونجاح، ولا ينوي التخلي عنه سواء للأهلي المصري أو لأي فريق آخر هذا الموسم. وكان اللاعب قد تألق بشكل لافت مع النادي القطري، مما جعله هدفا للعديد من الأندية العربية والأوروبية. ومن المتوقع، أن تشهد الأيام المقبلة تطورات جديدة حول هذا الملف، حيث، يسعى الأهلي إلى حسمها بأسرع وقت. جدير بالذكر، أن بغداد بونجاح يتصدر ترتيب هدافي دوري نجوم أريد في الوقت الراهن برصيد 11 هدفا.

وسيم

بنجامين ويبر المدير
الرياضي لهيرتا برلين،
"مأزة عنصر
مهم في الفريق
ويثبت جودته
أسبوعاً بعد أسبوعاً"

أشاد المدير الرياضي لهيرتا برلين، بنجامين ويبر، بالمستويات المميزة التي يقدمها، الدولي الجزائري، إبراهيم مازة مع النادي من جولة لأخرى، مؤكدا أنه لاعب مهم في المخططات الرياضية لفريق هيرتا برلين. وقال المدير الرياضي لهيرتا برلين للموقع الرسمي للنادي: "إبراهيم مازة يثبت جودته المميزة أسبوعاً بعد أسبوعاً" وتابع: "مازة عنصر مهم في خطط النادي من الناحية الرياضية ولذلك، نحن سعداء جدا لأننا تمكننا من تمديد عقده وتحسينه مثله مثل العديد من اللاعبين الشباب في الفريق". ويعد مازة قطعة أساسية في فريق هيرتا برلين، حيث، لعب في جميع مباريات الفريق هذا الموسم، إذ شارك في 17 مباراة في "البوندسليغا 2"، سجل خلالها 5 أهداف وقدم 4 تمريرات حاسمة بواقع 1359 دقيقة لعب، في حين ارتفعت قيمته السوقية إلى 12 مليون أورو حسب موقع ترانسفير ماركيت المختص في الأرقام والإحصائيات.

وسيم



الحصة التدريبية شهدت غياب رحيم واللاعب بوصوف

هزيمة "القاهرة" تشتت بيت شباب بلوزداد



استأنفت، أمس، تشكيلة نادي شباب بلوزداد، تحضيراتها لمواجهة نادي أولمبيك أقبو، يوم الجمعة المقبل، بملاعب 5 جويلية ضمن فعاليات الجولة الـ 15 للرابطة المحترفة الأولى. وجرت الحصة التدريبية، يوم أمس، بالمدرسة الوطنية للفنقة والإطعام بعين البيان، في أجواء مشحونة، بعد الهزيمة القاسية التي تلقاها الفريق يوم الأحد الماضي أمام نادي الأهلي المصري،

في الجولة الثالثة من دور المجموعات لرابطة الأبطال الإفريقية. وحسب مصادر مطلعة فقد شهدت الحصة التدريبية غياب المدرب المساعد عز الدين رحيم الذي قرر الانسحاب من منصبه بعدما فضل المدرب عبد القادر عمراني الاستعانة بالمدرّب سمير حوحو كمساعد أول، ولم يكن عز الدين رحيم الوحيد الذي قرر مقاطعة الحصة التدريبية، حيث شهدت التدريبات دخول اللاعب إسحاق بوصوف في ملاسقات مع التقني التلمساني، الذي رفض أعذاره من أجل الغياب عن الحصة التدريبية، وهو ما جعل بوصوف يغادر غاضبا ويؤكد بأنه لن يعود مجددا إلى شباب بلوزداد.

عمراني يعرض لإجراء ثورة في التشكيلة أمام أقبو

وعلى صعيد آخر، يتجه التقني التلمساني لإجراء ثورة على التشكيلة الأساسية لـ "السياري" في اللقاء المقبل أمام أقبو، في ظل عدم رضاه على المستوى الذي ظهر به العديد من اللاعبين يوم الأحد الماضي، ما كلف الشباب مهزلة كروية بتلقيه 6 أهداف كاملة 5 منها في الشوط الأول، وحسب مصادر مطلعة، فإن عمراني يتجه لإحالة الحارس الحارس مصطفى زغبة على الاحتياط ومنح الفرصة لفريد شعال، كما سيشهد خط الدفاع هو الآخر تغييرات، بدخول لعواهي وعزي بدلا كل من خاسف وبن عيادة على التوالي، كما يفكر المسؤول الأول على العارضة الفنية في إعادة بلخير إلى التشكيلة الأساسية وإبعاد جالك مبي. وجدير بالذكر، أن نادي شباب بلوزداد يحتل المرتبة الـ 10 برصيد 16 نقطة، يفارق 8 نقاط عن المتصدر شبيبة القبائل مع العلم أنه يمتلك في جعبته 4 مباريات متأخرة تسمح له بالارتقاء لصدارة الترتيب، في حال تحقيق النتائج المرجوة.

إلى غاية استكمال التحقيق في فضيحة "حملوي"

لجنة الانضباط تبقى ملف "السياسي" ومقرة مفتوحا

أبقت لجنة الانضباط التابعة لرابطة كرة القدم المحترفة، ملف قضية مباراة شباب قسنطينة ونجم مقرة، عن الجولة 14 من بطولة المحترف الأول، مفتوحا. وكشفت اللجنة، في بيان نشره الموقع الرسمي للرابطة، اليوم الثلاثاء، أنها تركت ملف المباراة مفتوحا إلى غاية صدور قرارات اللجنة الفدرالية للتحكيم، بعد الاستماع لثلاثي التحكيم الذي أدار المباراة بقيادة لطفي بوكواسة. كما أشارت، إلى إلغاء البطاقات الحمراء التي أشهرها الحكم بوكواسة بحق الفريقين، بعد الضوضى التي أعقبت قراره بإلغاء الهدف الذي سجله النادي الرياضي القسنطيني، في آخر أنفاس المباراة. بالإضافة إلى هذا، تقرر تغريم النادي القسنطيني بـ 6 ملايين سنتيم، بسبب استعمال اللاعبين النارية، مقابل 4 ملايين سنتيم للنجم، بسبب سوء سلوك الفريق. كما قررت ذات اللجنة معاقبة فريق اتحاد خنشلة، بمباراة واحدة من دون جمهور. وغرامة بقيمة 20 مليون سنتيم، بسبب تلقي الفريق ثالث انذار. نتيجة رمي مقذوفات على أرضية الملعب في مواجهة الضيف اتحاد بسكرة. ولحساب ذات اللقاء تم تغريم ثلاثي بسكرة، نصر الدين خوالد ولخضاري عادل وبوزيان محمد أمين. بـ 10 ملايين سنتيم، بسبب الاحتجاج على قرارات الحكم. مع توقيف هذا اللاعب بورحلة سعيد، إلى غاية جلسة الاستماع المقررة هذا الخميس.

شبيبة الساورة

الأنصار يقتحمون التدريبات ويطالبون اللاعبين بنقاط "السياسي"

سجل أنصار شبيبة الساورة، حضورهم في ملعب 20 أوت ببشار تزامنا مع عودة الفريق إلى التدريبات حيث عبروا عن غضبهم من خلال الدخول إلى أرضية الميدان ومنع اللاعبين من إجراء الحصة التدريبية إلى غاية الاستماع لمطالبهم بعد سلسلة النتائج السلبية التي لاحقت الفريق في الجولات الأخيرة وأدت إلى تراجعهم لمنطقة الخطر. وحسب ما نقلت الصفحة الرسمية للنادي، انتقد أنصار شبيبة الساورة اللاعبين وجه لوجه مع مطالبتهم بتبديل القميص والعمل إلى إعادة الفريق للسكة الصحيحة من جديد وهي نفس الانتقادات التي تم توجيهها للطواقم الفني. وطالب أنصار شبيبة الساورة إدارة الفريق بتسريح اللاعبين الذين لم يقدموا أي إضافة للفريق والذين ثبت تخاذلهم في أداء واجباتهم اتجاه الفريق مع ضمان تدعيمات نوعية في مرحلة التحولات الشتوية المقبلة. وأكد الأنصار وقوفهم مع الفريق بمناسبة لقاء هذا الجمعة أمام شباب قسنطينة في إطار الجولة الـ 15 من البطولة، مطالبين اللاعبين برفع التحدي وتحقيق الانتصار الذي يبقى الفريق بحاجة ماسة إليه.

سفيان ع.

زاوي مدير أولمبي الشلف:

"نقاط شبيبة القبائل مهمة لنا للتأهيل جيدا للكأس"

شدد مدير نادي أولمبي الشلف سمير زاوي، على ضرورة تحقيق الفوز في مواجهة المقبلة أمام نادي شبيبة القبائل، يوم السبت المقبل، بملعب محمد بومورق، لحساب الجولة الـ 15 والأخيرة من مرحلة الذهاب للرابطة المحترفة الأولى. وقال زاوي في تصريحات نقلتها الصفحة الرسمية للأولمبي أمس: "حققنا نقطتين ثميتين خارج القواعد، وعلينا التأكيد في مواجهة شبيبة القبائل، وواصل ستكون مواجهة أمام راند ترتيب البطولة، فريق الشبيبة يلعب جيدا خارج القواعد، سنعمل على التحضير بطريقة جيدة". وبرز ذات المتحدث بأن الفوز ضروري من أجل إنهاء مرحلة الذهاب بـ 20 نقطة والاقتراب شيئا فشيئا من ضمان البقاء وتابع "ببلوغ 20 نقطة نستطيع القول أننا وصلنا إلى الهدف الذي سطرناه في بداية الموسم". وأردف ذات المتحدث "النقاط الثلاث ستعطينا القوة أكثر من الجانب النفسي والمعنوي، وستساعدنا كثيرا لخوض مباراة الكأس بباريحية"، وفي ختام تصريحاته، أكد سمير زاوي أن مواجهة السبت المقبل ستشهد عودة بعض اللاعبين من الإصابات، وهو ما سيشكل عاملا مهما لتحقيق الفوز فضلا عن إجراء اللقاء بالشلف وبحضور الجماهير المطالبة بدعم اللاعبين في آخر مباراة لهم لسنة 2024. سفيان ع.

نعيجي مهدد بالغياب بسبب الإصابة

خالد بن يحيى في ورطة قبل مواجهة مقرة

مواجهة الهلال السوداني في 05 جانفي بنواكشوط

وعلى صعيد آخر، حددت الاتحادية الإفريقية لكرة القدم، تاريخ 05 من جانفي المقبل، لإجراء مواجهة الجولة الرابعة من دور المجموعات لأبطال إفريقيا بين مولودية الجزائر، ومستضيفه الهلال السوداني، وكشفت الصفحة الرسمية لنادي الهلال، أن اللقاء سيجرى يوم الأحد 5 جانفي بالعاصمة الموريتانية نواكشوط ابتداء من الساعة العاشرة ليلا بتوقيت الجزائر، في مواجهة سيكون زملاء المهاجم أندري ديبلور مطالبين خلالها بالتدارك والعودة بنتيجة إيجابية تبقى آمالهم في التأهل إلى ربع النهائي، بعد الهزيمة المخيبة في لقاء الذهاب بالجزائر.

سفيان ع.

بزرالدة، لمواصله تلقي العلاج رفقة الطاقم الطبي الذي يعمل على تجهيزه سريعا، وأبرزت الإدارة العاصمية، بأن مشاركة نعيجي، من عدمها في لقاء يوم غد الخميس، ستحدد في غضون الساعات القليلة المقبلة، غير أن مصادر مطلعة، كشفت بأن المدرب بن يحيى، قرر إعفاء لاعبه من سفرية مقرة. ويعد نعيجي أحد أبرز لاعبي "العميد" منذ الموسم الماضي وكان له دور كبير في التتويج بلقب الرابطة المحترفة الأولى، غير أن مستواه تراجع في الفترة الأخيرة على غرار كل لاعبي الفريق. ويعاني حامل لقب البطولة من تذبذب كبير في النتائج هذا الموسم دفع إدارة النادي إلى إجراء تغيير في الطاقم الفني وذلك بالاستئجار بالتقني التونسي خالد بن يحيى. وجدير بالذكر، أن مواجهة الغد، ستشهد أيضا غياب كل من محمد زوغرانا وزكرياء دراوي بنسبة كبيرة جدا، بسبب عدم تعافيهما من الإصابة.

تلقى مدير نادي مولودية الجزائر خالد بن يحيى، أبناء غير سارة قبل مواجهة نجم مقرة يوم الخميس المقبل، لحساب الجولة الـ 15 للرابطة المحترفة الأولى. وكشفت إدارة النادي العاصمي، بأن لاعبا زكرياء نعيجي يعاني من تمزق عضلي خفيف على مستوى الفخذ الأيمن، بسبب الإصابة التي كان قد تعرض لها في آخر مواجهة أمام أولمبي الشلف، لينضم بذلك، إلى القائمة المطولة من لاعبي العميد، الذين عانوا من الإصابات في النصف الأول من الموسم الجاري. وغاب نعيجي عن تدريبات المولودية، الخاصة بمواجهة نجم مقرة حيث كشفت إدارة الفريق، بأن خريج مدرسة أتليتيك بارادو، سجل حضوره بمركز تدريبات العميد "بابا حمود"



المرحلة النهائية للألعاب الوطنية لسبعينية ثورة نوفمبر المجيدة : ولاية الجزائر تحتضن الموعد من 25 إلى 29 ديسمبر

تحتضن ولاية الجزائر فعاليات المرحلة النهائية للألعاب الوطنية لسبعينية اندلاع ثورة نوفمبر المجيدة 1954-2024، الخاصة بالرياضات الفردية، في الفترة الممتدة من 25 إلى 29 ديسمبر، حسبما بيان لمديرية الشباب والرياضة. وجاء في البيان: "في إطار برنامج وزارة الرياضة المسطر للاحتفال بالذكرى السبعين لاندلاع الثورة التحريرية، تم تعيين ولاية الجزائر لاحتضان فعاليات المرحلة النهائية للألعاب الوطنية لسبعينية اندلاع ثورة نوفمبر المجيدة 1954-2024". ويخص هذا الموعد الرياضات الفردية: ألعاب القوى، الملاكمة، الجمباز، الجيدو، الكاراتي، دو، السباحة، تنس الطاولة، المصارعة، البادميونتون، رياضات ذوي الاحتياجات الخاصة والصم اختصاص ألعاب القوى".

برنامج الألعاب:

حفل الافتتاح يوم 26 ديسمبر (سا 14:00) بالقاعة البيضاوية.
28 ديسمبر (سا 10:00): ألعاب القوى بملعب الساطو بدالي ابراهيم
27 ديسمبر (سا 10:00): الجمباز بقاعة باب الزوار
27 و28 ديسمبر (سا 10:00): السباحة بالمسبح الأولمبي أول ماي
27 و28 ديسمبر (سا 10:00): تنس الطاولة بالمركز النسوي بين عكنون
27 و28 ديسمبر (سا 10:00): البادميونتون بقاعة المقارية
26 إلى 28 ديسمبر (سا 10:00): الملاكمة بقاعة حرشة حسان
27 و28 ديسمبر (سا 09:00): الكاراتي دو بالقاعة البيضاوية
27 و28 ديسمبر (سا 15:00): الجيدو بالقاعة البيضاوية
27 و28 ديسمبر (سا 10:00): المصارعة بالقاعة البيضاوية
27 ديسمبر (سا 10:00): ذوي الاحتياجات الخاصة (ألعاب القوى) بملعب الساطو بدالي ابراهيم
27 ديسمبر (سا 10:00): الصم (ألعاب القوى) بملعب الساطو بدالي ابراهيم.
مهدى

ستشارك بـ13 متسابقا الجزائر حاضرة في البطولة العربية لدراجات المضمار

تشارك ثمانية منتخبات عربية من بينها الجزائر في البطولة العربية لدراجة المضمار، المقررة بالقاهرة من 25 إلى 28 ديسمبر، حسبما أعلنته الاتحادية الجزائرية للدراجات. يشارك في هذه البطولة حوالي 150 رياضي ورياضية واداري وفتي من مختلف الفئات العمرية ويتنافسون في (44) سباق ومنافسة في البطولة العربية. والجدير بالذكر بأن الاتحاد العربي قام بتسجيل هذه البطولة كسابقاتها في رزنامة الاتحاد الدولي (UCI) ويديرها حكم دولي معتمد من الهيئة الدولية للدراجات. وتشارك النخبة الوطنية في الموعد العربي بـ 13 متسابقا من بينهم ثلاث فتيات تحت قيادة الناخب الوطني عبد الباسط حناشي، بمساعدة الميكانيكيين، فؤاد حمزة وكمال بن قانيف، فضلا عن المعالج اسماعيل لالوشي. ويتواجد المنتخب الوطني بالعاصمة القاهرة منذ يوم الأحد للتأقلم مع الظروف قبل دخول غمار البطولة.

قائمة الدراجين:

الإناث:
ملاك مشاب، سهام بوضبع (نادي الروبية) و يامنة بويقور (أمل المالح).
الأوساط ذكور:
أنس رياحي (أمل المالح)، صالح حمزيوي (مولودية الجزائر)، عبد الحميد شربايل (اتحاد القنطرة)، يازيد عبد الرحيم بن حليم (نادي الروبية)، محمد حمزاوي (نادي بئر توتة).
أكابر ذكور:
الخصيب ساسان (مولودية الجزائر)، محمد نجيب عسال، عبد الله ميموني (مدار برو تيم)، زاكي بوار وحمزة مقنوش (مجد القرارة).
مهدى

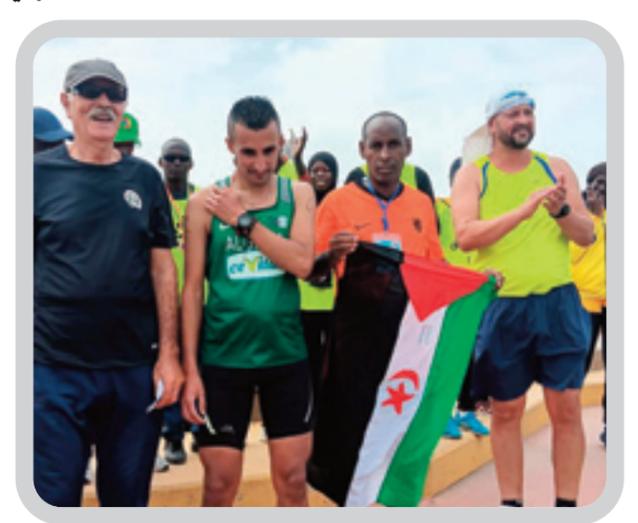
رئيس رابطة وهران للدراجات الهوائية كريم غرابيو: التركيز على مضاعفة المنافسات الرياضية لصالح الفئات الشابة



تعهد أمس رئيس رابطة وهران للدراجات الهوائية، كريم غرابيو، الذي أعيد انتخابه مؤخرا للعهدة أولمبية رابعة على التوالي (2024-2028)، بالعمل على مواصلة تطوير هذه الرياضة من خلال التركيز على الفئات الشابة. وصرح ذات المسؤول لواج، "تشكل الثقة المتجددة في شخصي من طرف أعضاء الجمعية العامة لرابطتنا حافزا إضافيا لي ولأعضاء المكتب التنفيذي لمضاعفة الجهود والعمل على تطوير الاختصاص". ودعا ذات المسؤول الأندية الرياضية الهوائية الرائدة بالولاية، على غرار مولودية وهران، إلى إنشاء فروع مخصصة للدراجات الهوائية لصلل المواهب الشابة. ويخصص البرنامج الذي يعتزم تنفيذه خلال العهدة الأولمبية الجديدة، قبال رئيس رابطة وهران للدراجات إنه سيركز على تنظيم مسابقات مخصصة للفئات الصغرى، وهي "سياسة تندرج في إطار استراتيجية التكوين التي تعتمد عليها رابطتنا منذ عدة سنوات". كما ذكر أنه فضلا عن هذه المنافسات الوطنية و الجهوية، فإن رابطته ستشجع في التحضير لسباق الجائزة الكبرى لمدينة وهران مقرر تنظيمه في مايو المقبل بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للاختصاص. ودعا هذا الدراج الدولي السابق في الأخير أسرة رياضة الدراجات في وهران إلى "التجند بهدف إعادة الاعتبار لهذه الرياضة"، معربا عن أمله في مرافقة المؤسسات الاقتصادية المحلية للأندية المحدودة الإمكانيات، من خلال إبرام عقود رعاية معها.
مهدى

ذهبية للجزائريين وفضية للجمهوريين الصحراوية في الألعاب الإفريقية العمالية

سيطر الجزائري والجمهوريين الصحراوية، على سباق 10 آلاف متر، ضمن منافسات الألعاب الإفريقية العمالية، الجارية حاليا في العاصمة السنغالية "داكار". وتوجت الجزائر، بذهبية سباق 10 آلاف متر، بفضل العداء مهدي ثابت. الذي سبق له وأن توج بنفس المسابقة في تظاهرة "صحراء ماراطون" الدولية. بينما عادت وصافة السباق، الذي جرى أول أمس الأحد، إلى عداء الجمهورية الصحراوية، الشيخ سيدي الطالب، الذي أهدى بلاده أول ميدالية في الألعاب الإفريقية العمالية.



البطولة العربية العسكرية للملاكمة:

انطلاق المنافسة بالجزائر بمشاركة 35 ملاكما يمثلون ست دول

افتتحت، أول أمس، فعاليات البطولة العربية العسكرية للملاكمة في طبعتها الثالثة (23 إلى 26 ديسمبر)، بمرکز تجمع وتحضير الفرق الرياضية العسكرية الشهيد مسعود بوجريو، بالناحية العسكرية الأولى، بالجزائر العاصمة، تحت إشراف الاتحاد العربي للرياضة العسكرية، بمشاركة 35 ملاكما يمثلون ست دول. وأشرف السيد اللواء محمد الصالح بن بيشة، الأمين العام لوزارة الدفاع الوطني، على مراسم افتتاح البطولة العربية العسكرية، التي يشارك فيها إلى جانب الجزائر البلد المستضيف، منتخبات المملكة العربية السعودية، قطر، فلسطين، ليبيا وتونس، بمجموع (35) ملاكما، منهم 13 يمثلون الجزائر. وانطلقت مراسم الافتتاح بحضور أعضاء من الحكومة، مديرين مركزيين بوزارة الدفاع الوطني وأركان الجيش الشعبي، ممثلي السلك الدبلوماسي للبلدان المشاركة، رئيس الاتحاد العربي للرياضة العسكرية لجامعة الدول العربية وممثلي اللجان التابعة للاتحاد. بالإضافة إلى رؤساء الوفود الرياضية للمنتخبات المشاركة و شخصيات رياضية وطنية. وفي كلمته الافتتاحية، أكد السيد اللواء الأمين العام لوزارة الدفاع الوطني على أن مشاركة مختلف الدول العربية في هاته البطولة ستكون بمثابة داعم قوي للعلاقات الأخوية بين الجيوش والشعوب العربية قائلا: "إنني على يقين أن مشاركتكم في البطولة العربية العسكرية للملاكمة في طبعتها الثالثة ستحقق النتائج الإيجابية المرجوة، كما أنها ستدعم أكثر العلاقات الأخوية والودية بين جيوش وشعوب الدول الأعضاء في الاتحاد العربي للرياضة العسكرية". وقبل أن يعلن السيد اللواء الأمين العام لوزارة الدفاع الوطني، الافتتاح الرسمي للمنافسة العربية، باسم السيد الفريق أول الوزير المنتدب لدى وزير الدفاع الوطني رئيس الجيش الشعبي، السيد شنقرية، ألقى رئيس لجنة تنظيم البطولة العربية العسكرية الثالثة للملاكمة للاتحاد العربي للرياضة العسكرية، جابو أمحمد عبد الحق، كلمة رحب فيها بضيوف الجزائر والحضور، قبل أن يحبل الكلمة إلى رئيس الاتحاد العربي للرياضة العسكرية لجامعة الدول العربية، العميد ركن يوسف دسمال مبارك الكواري، الذي عبر عن شكره للجزائر على تنظيم هذه البطولة، وعلى توفيرها كل الوسائل المادية والبشرية لإنجاح هذه الأولمبية، على مستوى مركز تجمع وتحضير الفرق الأولى، بحضور رؤساء الوفود وممثلي هذه المنافسات، حيث تم إجراء عملية الإجراءات التنظيمية. و

عربية ذات مستوى والصدقية بين الرياضيين العسكريين للقوات المسلحة للدول العربية.
مهدى

الاتحادية الجزائرية للسباحة : تنظيم الجمعية العامة الانتخابية يوم السبت 28 ديسمبر

سيتم تنظيم الجمعية العامة الانتخابية للاتحادية الجزائرية للسباحة يوم السبت 28 ديسمبر الجاري، حسبما كشفت عنه الأمانة العامة للهيئة الفدرالية. وحسب بيان الاتحادية، سيتم التعرف على أسماء المترشحين لمنصب الرئاسة وكذلك لعضوية المكتب الفدرالي بعد اجتماع لجنة الطعون أمس الثلاثاء. ومعلوم أن أعضاء الجمعية العامة قد صادقوا يوم 16 ديسمبر الجاري بالإجماع على التقريرين الأدبي والمالي للموسم الرياضي 2024 وكذلك على حصيلة العهدة الأولمبية 2021-2024. يذكر أن العهدة الأولمبية 2021-2024، قد شهدت ترأس ثلاثة أسماء للاتحادية الجزائرية للسباحة، ويتعلق الأمر ب: عبد الكريم بوزادو (انتخب في 2021)، يحيى شريف محمد (سبتمبر 2023) ونصر الدين نصر الدين زحافي (مارس 2024).
مهدى



مستقبل مجهول... زيدان يخالف رغبة عمالقة أوروبا

كشفت تقرير صحفي إسباني، عن خطة الفرنسي زين الدين زيدان، المدير الفني السابق لريال مدريد، بشأن خطوته المستقبلية. ولم يتول زيدان، قيادة أي فريق منذ رحيله عن تدريب ريال مدريد، في صيف 2021. وبحسب صحيفة "ماركا" الإسبانية، فإن زيدان ما زال مصمما على رفض أي عرض تقدم له للعودة للتدريب. وأشارت الصحيفة، إلى أن زيدو تلقى عرضا من أندية مانشستر يونايتد وجوفنتوس وباريس سان جيرمان وبايرن ميونخ، ولكنه شكر الأندية على اهتمامها ورفض العروض. ويقيم زيدان حاليا في مدريد ومتابعه أطفاله في المدرسة، ويكسروتنينه فقط بكسر روتينه فقط بـ"السفر إلى باريس، أو جنوب فرنسا لزيارة أكاديميته "Zidane Five Club". لتعليم الأطفال كرة القدم. وأوضحت الصحيفة، أن زيدان لديه أفكار واضحة، وهي العمل في مشروعين فقط هم ريال مدريد ومنتخب فرنسا، ولكن إذا تلقى عرضا من فريق لديه مشروع رائد ومختلف للغاية يمكن أن يجعله يعيد حساباته. وأضافت الصحيفة، أن زيدان الذي استعاد علاقته الجيدة مع فلورنتينو بيريز، رئيس ريال مدريد، يدرك أن العودة للميرنجي حاليا مستحيلة، ويعلم أنه ليس من بين المرشحين لخلافة المدرب الإيطالي كارلو أنشيلوتي مستقبلا. كما أن ديديه ديشامب جدد عقده مع منتخب فرنسا حتى كأس العالم 2026، لذلك فهو يتعامل مع الأمر بهدوء.

من هاينكس إلى رانيري... مدربين مخضرمون عادوا من الاعتزال لإنقاذ أندية

واصل نادي روما، تحت قيادة المدير الفني المخضرم، الإيطالي كلاوديو رانيري (73 عاما)، والذي تولى المنصب في شهر نوفمبر الماضي، نتائجه المميزة، خلال الفترة الأخيرة، وذلك عقب فوز "الجيالوروسي" على نادي بارما، بنتيجة خمسة أهداف دون مقابل، في اللقاء الذي جمعهما يوم الأحد على ملعب الأوتومبيكو في العاصمة الإيطالية، ضمن منافسات الأسبوع الـ17 من "الكالتشيو"، لترفع بذلك كتيبته "الذئب" رصيدها إلى 19 نقطة، وتحتل المركز العاشر في جدول الترتيب.

وصنع رانيري الحدث، خلال الأسابيع القليلة الماضية، بعدما وافق على العودة من الاعتزال لتدريب نادي روما، خلفا للمدرب المقال، الكرواتي إيفان يوريتش، وذلك عقب إعلان اعتزاله التدريب قبل عدة أشهر من الآن، وبالتحديد في 21 ماي الماضي، بعد مسيرة استمرت نحو 30 عاما، لينجح خلال فترة قصيرة في إعادة الفريق إلى الطريق الصحيح، رغم البداية الصعبة، إثر تلقيه الخسارة أمام نابولي وأتلانتا في مسابقة الدوري الإيطالي، ثم التعادل مع توتنهام هوتسبيرز الإنجليزي، في الدوري الأوروبي لكرة القدم، قبل أن ينجح "الجيالوروسي" في الفوز على فريقه ليتشي وسبورتينغ براغا في "اليوروبا ليغ"، إلا أنه تعرض للهزيمة مجددا أمام نادي كومو، ثم تغلب على فريقه سامبدوريا وبارما في "الكالتشيو".

ولا يُعتبر رانيري الذي سبق له تدريب نادي روما في فترتين سابقتين، الأولى بين عامي 2009 و2011، والثانية في عام 2019، وخاض العديد من التحديات في الدوريات الأوروبية الكبرى، على غرار إيطاليا وإنكلترا وإسبانيا وفرنسا، بما فيها إنجازه التاريخي إثر فوزه بلقب البريميرليغ، مع لستر سيتي في موسم 2015-2016، أول مدرب مخضرم يعود إلى أجواء التدريب من جديد بعد إعلان اعتزاله، إذ سبقه العديد من الأسماء الكبيرة في عالم المستديرة، أبرزهم المدرب الألماني، يوب هاينكس (79 عاما)، الذي أعلن رحيله عن نادي بايرن ميونخ، في نهاية موسم 2012-2013، بعد ما حقق ثلاثية تاريخية تتمثل في الدوري الألماني وكأس ألمانيا ودوري أبطال أوروبا، ولكن بعد مرور نحو أربع سنوات، تلقى عرضا من أجل العودة لتدريب النادي البافاري، خلفا للإيطالي كارلو أنشيلوتي، إثر إقالته من منصبه في تلك الفترة، ولم يتردد هاينكس في قبول الدعوة من أجل إنقاذ النادي، وتولى قيادة "البافاري" حتى نهاية موسم 2017-2018.

ومن جانبه، عاد المدرب البرازيلي الشهير، فيليب سكواري (76 عاما)، إلى مقاعد البدلاء من جديد، عقب قرار اعتزاله التدريب، الذي استمر عدة أشهر فقط، بعدما قرر في بداية الأمر وضع حد لمسيرته التدريبية، التي استمرت لأكثر من 40 عاما، وذلك إثر نهاية تجربته مع نادي أتليتيكو باراناينسي البرازيلي، الذي قاده للوصول إلى نهائي كوبا ليبرتادوريس في أكتوبر من عام 2022، قبل أن يوافق في صيف العام 2023 على قيادة فريق أتليتيكو مينيرو في البرازيل أيضا، واستمر هناك لعدة أشهر، قبل إقالته من منصبه في شهر مارس المنصرم، مع الإشارة إلى أن سكواري له تدريب العديد من الأندية

والمنتخبات العالمية، بما فيها البرازيل والبرتغال، وأندية، تشلسي الإنجليزي وغيره وبياميراس البرازيليان، إضافة إلى قوائم تشو إيفرغراندي الصيني. وأعلن المدرب الفرنسي، جون لويس غاسيه (71 عاما)، اعتزاله التدريب، بعد نهاية رحلته المؤقتة مع نادي أولمبيك مارسيليا، مع انتهاء منافسات الموسم الكروي الماضي، قبل أن يعود إلى الملاعب مرة أخرى في شهر أكتوبر 2024، وهذه المرة من بوابة فريق مونبلييه الفرنسي، إذ حل مكان المدرب المقال من منصبه، ميشيل دير زاكاريان، في ظل توالي النتائج السلبية، علما بأن غاسيه، الذي أقبل من منصبه مدربا لمنتخب ساحل العاج، خلال مشاركته في بطولة أمم أفريقيا لكرة القدم، التي أقيمت مطلع العام الجاري، أشرف على تدريب نادي مونبلييه في مناسبتين سابقتين، وبالتحديد خلال موسمي 1999-2001 و2016-2017.

فاران نجم خطف الأضواء من الاعتزال المبكر إلى التنكر لمؤازرة فريقه السابق

واصل النجم الفرنسي السابق رافاييل فاران (31 عاما) خطف الأضواء، رغم اعتزاله عالم كرة القدم بعد تجربة لم يُكتب لها النجاح مع نادي كومو الإيطالي. وكان ملعب بولارت ديليبليس، أحد أكثر الملاعب فخامة ومزية في كرة القدم الفرنسية، شاهداً على تجربة حرص نجم ريال مدريد السابق على القيام بها خلال لقاء فريقه السابق لانس وضيفه باريس سان جيرمان، في دور الـ32 من مسابقة كأس فرنسا، بحسب تقرير صحيفة سبورت الإسبانية.

ولم يتوقف لاعب مانشستر يونايتد السابق عن تشجيع ناديه في مباراة انتهت بفوز كتيبة المدرب الإسباني لويس إريكي بركلات الترجيح. وظهر فاران متخفيا في الملعب متنكرا بقبعة ووشاح، ما جعل من المستحيل على الجماهير الحاضرة في الملعب ملاحظة وجوده. وسلط الدولي الفرنسي الضوء، عبر حساباته بمواقع التواصل الاجتماعي، على الأجواء الصاخبة في الملعب، مستعيدا ذكريات حقبة غابرة كان فيها أحد أبرز المدافعين الواعدين في كرة القدم الفرنسية في سن 18 عاما فقط.

وفي وقت سابق، أعلن قلب الدفاع اعتزاله، في أكتوبر الماضي، عن عمر يناهز 31 عاما فقط، بعد مسيرة مليئة بالإنجازات، سواء على مستوى النادي أو على المستوى الدولي، على الرغم من عدم تحقيق رغبته في الاعتزال في ناديه السابق لانس، الفريق الذي بدأ فيه، وحصل معه على عقد مع ريال مدريد.

وفي أفريل الماضي، أثار اللاعب الجدل بعد تصريحاته بخصوص الأزمات التي تعرض لها طوال مسيرته الاحترافية، واضطراره إلى اللعب في العديد من المناسبات، رغم أنه كان يعاني الارتجاجات في دماغه، واصابات أخرى لا تظهر أعراضها للجماهير.

وتحدث فاران إلى صحيفة ليكيب الفرنسية كاشفاً العديد من المعطيات عن معاناته، وهو ما أثار جدلاً كبيراً في فرنسا، بعد أن أعاد النقاش بخصوص معاناة اللاعبين المحترفين. وقال فاران في تصريحاته: "يمكنني أن أتحدث عن أسوأ المباريات في مسيرتي، هناك على الأقل مناسبتان تعرضت قبل خوضهما لارتجاج، الأولى كانت قبل أيام قليلة من اللقاء ضد ألمانيا في ربع نهائي كأس العالم عام 2014، والثانية مع ريال مدريد ضد مانشستر سيتي في دور الـ16 من دوري أبطال أوروبا 2020".

وأردف أيضا: "خلال عشر سنوات، لم أرغب أبداً في التحدث عن ذلك، لأنه قد يبدو اعتذاراً، ولم أرغب أبداً في أن يبدو الأمر كأنني أبحث عن تبرير لبعض المصاعب التي واجهتني خلال مسيرتي، والحقيقة أنني لم أكن أبحث فعليا عن أي تبرير من أجل الدفاع عن نفسي".



فلامنغو ويتخلى عن مدافعه دافيد لوييز

لن يجدد فلامنغو البرازيلي لكرة القدم عقد مدافعه الدولي السابق المخضرم دافيد لوييز (37 عاما) بعدما أمضى 4 مواسم معه، وفقا لما أعلن نادي ريو دي جانيرو على مواقع التواصل الاجتماعي. وينتهي عقد لوييز مع فلامنغو الذي انضم إليه في سبتمبر 2021 وفرض نفسه أساسيا، نهاية العام الحالي. وخاض مدافع تشيلسي الإنجليزي وباريس سان جيرمان الفرنسي السابق 132 مباراة مع فلامنغو وأحرز معه ألقاب كأس ليبرتادوريس في عام 2022، وكأس البرازيل عامي 2022 و2024 وبطولة ولاية ريو دي جانيرو. كتب النادي البرازيلي، يعلن نادي فلامنغو أنه قرر عدم تجديد عقد المدافع دافيد لوييز الذي تم إبلاغه بذلك، الأحد، نحن ممتنون للغاية للرياضي على تضافيه واحترافيته والألقاب التي حققها بألوان قميصنا. نتمنى له التوفيق والنجاح الكبير في الخطوات التالية من مسيرته المهنية. وأضاف: شكرا دافيد لوييز! أنت جزء من تاريخ منغوا. استهل لوييز مسيرته في فيتوريا وانتقل إلى أوروبا في سن مبكرة. في القارة العجوز، لعب لصالح بنفيكا البرتغالي وسان جرمان وتشلسي وأرسنال. كما ارتدى قميص منتخب بلاده في 57 مباراة دولية، وسجل 3 أهداف.

بايرن ميونخ يُزاحم برشلونه في سباق الصفقة المميزة

دخل نادي بايرن ميونخ في سباق الوصول لتوقيع النجم الإسباني نيكولاس ويليامز، لاعب أتلتيك بيلباو، والذي يحظى أيضا باهتمام نادي برشلونه. وكان نادي برشلونه قد وضع اسم ويليامز في أهدافه التعاقدية الصيف الماضي، ولكن الظروف الاقتصادية للنادي أجلت إتمام الصفقة. وبحسب تقرير نشره موقع فوتبول إسبانيا فإن نادي بايرن ميونخ يراقب ويليامز تمهيدا لإمكانية التقدم بعرض من أجل ضمه. ويأتي اهتمام بايرن ميونخ بخدمات ويليامز في ظل اقتراب عدد من أجنحة الفريق الهجومية من الرحيل، ومن بينهم برايان زاراغوزا. وأشار التقرير إلى أن نادي أتلتيك بيلباو لن يكون بمقدوره منع ويليامز من الرحيل في حالة تفعيل الشرط الجزائي الذي تبلغ قيمته 58 مليون يورو. ويجذب ويليامز اهتمام نادي باريس سان جيرمان أيضا، بجانب عدد من أندية الدوري الإنجليزي، وستجيب الفترة المقبلة عن السؤال بشأن وجهته الجديدة. ويبلغ ويليامز من العمر 22 سنة، ويجيد اللعب في مركز الجناح الهجومي الأيسر، وينتهي تعاقد مع بيلباو في جوان 2027. ولعب ويليامز بقميص بيلباو في 145 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 22 هدفا، وصنع 31 هدفا لزملائه.

أزنو: أرفض مغادرة بايرن

تحدث المغربي آدم أزنو، عن مستقبله مع بايرن ميونخ، مسلطا الضوء في الوقت ذاته على ظهوره الأول مع المنتخب المغربي، هذا العام. وقال أزنو عن مستقبله، في تصريحات لصحيفة "بيلد" الألمانية: "في الوقت الراهن لا أريد الرحيل على سبيل الإعارة، في رأيي هذا ليس أفضل خيار لمدة 6 شهور فقط، ربما يكون ذلك خيارا في الصيف". وأضاف: "الأمر سيتوقف على الشهور المقبلة حتى نهاية الموسم، وما هو الأفضل بالنسبة لتطوري". وعلق على عام 2024، بالقول: "كان عاما رائعا بالنسبة لي، خضت أول مباراة لي في البوندسليغا، وأول مواجهة مع المنتخب المغربي، قفزت قفزة كبيرة وحققنا كل الأهداف التي وضعناها لننسى هذا العام". وعن زملائه في المنتخب المغربي، أكد "إبراهيم دياز وأشرف حكيمي ساعداني كثيرا، الأختي، منحاني الصبر إليه خطواتك القدم وبالنظر إلى خططه في عام القتال للتواجد يمثل تحديا

والهدوء الذي تحتاج كلاعب شاب في الأولى بكرة الاحترافية".

2025، أوضح: "أريد مع الفريق الأول، هذا كبيرا في بايرن".

براندت: مباراة فولفسبورغ تلخص موسم دورتموند

يرى جولييان براندت، متوسط ميدان بوروسيا دورتموند، أن المستوى المتذبذب الذي قدمه فريقه في الفوز على مضيفه فولفسبورغ بنتيجة (1-3) في البوندسليغا، يلخص موسم الفريق حتى الآن. وقال براندت في تصريحات لشبكة "DAZN": "تمثل تلك المباراة نصف العام الذي مررنا به بشكل كبير، قدمنا شوطا أول جيدا للغاية وسجلنا 3 أهداف ووضعنا أنفسنا في موقف رائع". وأضاف: "يجب أن يمتدح التقدم (0-3) الكثير من الدعم لمواصلة اللعب طوال المباراة، ولكن مرة أخرى عانيتنا من بطاقة حمراء خارج ملعبنا وأصبحنا نطاردهم كثيرا واستقبلنا هدفا سادجا، وبعيدا عن هجمة مرتدة واحدة أو اثنتين، لم ندافع إلا قليلا ولم نلعب بشكل جيد". وتابع: "علينا أن نلعب بثقة وبنضج أكبر، هذا من الأسباب التي جعلتنا نضقد الكثير من النقاط، بالطبع هذا انتصار جيد للغاية، وعندما نعود للعمل يوم 2 جانفي المقبل، لن يتحدث أحد عن الشوط الثاني أمام فولفسبورغ وسترکز على المستقبل". وأتم جولييان: "علينا مع ذلك الاستمرار في تذكير أنفسنا بالسبب الذي جعلنا لا نحتل المركز الثاني أو الثالث أو الرابع أو الخامس أو السادس".

كين "فخور" بعرض كؤوسه في متحف بايرن ميونخ

أعرب هاري كين عن فخره الكبير بعرض إنجازاته وانضم كين لصفوف بايرن ميونخ في صيف 2023 قادما من توتنهام هوتسبير، وقدم مستويات تهديفية مميزة ولكن لم يكملها بالتتويج بأي لقب بعد رفقة العملاق البافاري. ومن بين مقتنيات كين المعروضة في متحف الباييرن الحذاء الذهبي الذي توج به

والذي يمنح لأفضل هداف في الدوريات الأوروبية، إضافة إلى الكأس الذي حصده كهداف للدوري الألماني بعد تسجيله 36 هدفا في البوندسليغا الموسم الماضي. وكتب كين عبر حسابه على إنستغرام: "فخور برؤية بعض من الكؤوس التي توجت بها في موسمي الأول رفقة الباييرن في متحف الباييرن بأليانز أرينا، وبالطالني أشكركم وأتطلع لعام 2025". عبر النجم الإنجليزي هاري كين، عن فخره بعرض إنجازاته مع بايرن ميونخ في المتحف الخاص بالفريق داخل ملعب أليانز أرينا. كين انضم لباييرن ميونخ في صيف 2023 قادما من توتنهام هوتسبير، وقدم أداء تهديفيا ممتازا في موسمه الأول. المقتنيات المعروضة تشمل الحذاء الذهبي كأفضل هداف في الدوريات الأوروبية، إضافة

للحذاء الذي حصده كهداف للدوري الألماني برصيد 36 هدفا العام الماضي.

وكتب كين على إنستغرام: "فخور برؤية كؤوسي في متحف الباييرن بأليانز أرينا. أنا وأسرتي نشعر بأننا في بيتنا في ميونخ. أشكركم وأتطلع لعام 2025".

بايرن ميونخ ينظم بطولة كأس بيكنباور

أعلن نادي بايرن ميونخ الألماني، أنه سينظم بطولة كأس بيكنباور، التي ستقام للمرة واحدة يوم 17 مارس المقبل ضمن احتفالات النادي بذكرى مرور 125 عاما على تأسيسه، وذلك بمشاركة أساطير الأندية الأوروبية. وستقام البطولة بمشاركة فرق من اللاعبين السابقين لأندية ريال مدريد وميلان وبوروسيا دورتموند وشوتجارت وغيرها من الأندية الأوروبية الكبرى.

وستجرى مباريات البطولة داخل الصالة المغلقة بنادي بايرن ميونخ، وستخصص جميع عوائدها إلى مؤسسة فرانز بيكنباور. وقال بايرن في بيانته "من خلال هذه البطولة، سيكرم بايرن ميونخ مع أكبر أندية كرة القدم في أوروبا مرة أخرى أهم شخصية في تاريخ نادينا بطريقة خاصة ضمن احتفالات الذكرى السنوية لتأسيس النادي". وتوفي بيكنباور في 7 جانفي

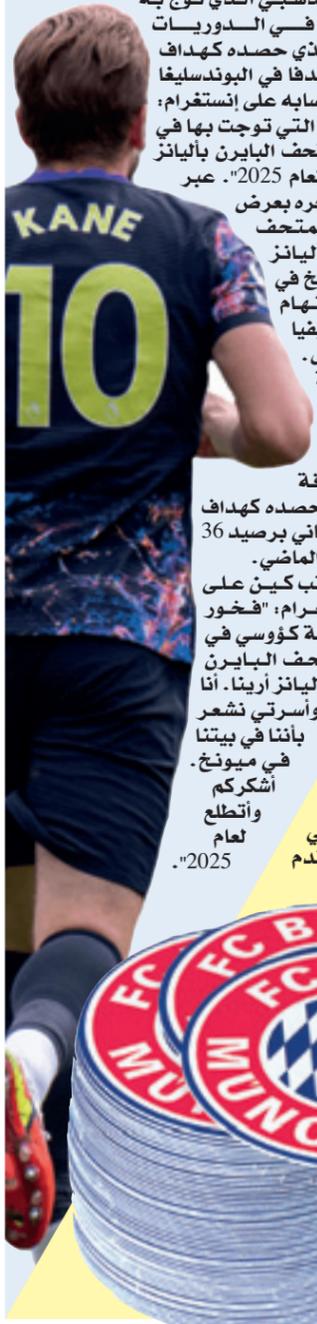
الماضي عن عمر ناهز 78 عاما، وتوج بعدد كبير من الألقاب مع بايرن، ثم أصبح رئيسا للنادي، وفاز بكأس العالم لاعبا ومدربا وكان رئيسا للجنة المنظمة لكأس العالم 2006 التي استضافتها ألمانيا. من جانبه قال يان كريستيان دريسن الرئيس التنفيذي لباييرن ميونخ "لولا فرانز بيكنباور لما تحققت قصة نجاح هذا النادي، وسيبقى اسم بيكنباور مرتبطا ارتباطا وثيقا دائما بهذا النادي".

بايرن ميونخ مهتم بجوهرة دورتموند

يتطلع بايرن ميونخ، للتعاقد مع لاعب، من صفوف غريمه بوروسيا دورتموند. وبحسب شبكة "سكاي ألمانيا"، فإن بايرن يراقب الإنجليزي جيمي جيتنز، مهاجم بوروسيا دورتموند.

وأضافت أن جيتنز (20 عاما) يأتي على رأس قائمة المطلوبين في بايرن ميونخ، خلال الميركاتو الصيفي المقبل. وأكدت "فينست كومباني المدير الفني لباييرن ميونخ، وماكس إيبرل المدير الرياضي، يشيدان بجيتنز داخليا، ويعتقدان أنه يناسب طريقة لعب النادي". وأشارت "جيتنز على علم باهتمام بايرن ميونخ". وكشفت "لا فرصة لانتقال اللاعب إلى بايرن في جانفي المقبل، وستتم مناقشة الأمر في الصيف، اعتمادا على مدى جدية البافاري والفرق الإنجليزية المهمة بالمهاجم، وكذلك مدى رغبته في الرحيل".

وضم بايرن، سابقا، عديد اللاعبين المتألقين من صفوف دورتموند، أبرزهم روبرت ليفاندوفسكي، نجم برشلونه الحالي.



فان دايك: لا يوجد موعد نهائي لتجديد عقدي مع ليفربول

علق المدافع الهولندي فيرجيل فان دايك، على تأخر مفاوضات تجديد عقده مع نادي ليفربول، الذي ينتهي في الصيف المقبل. وقال فان دايك، في تصريحات أبرزتها صحيفة "ميرور" البريطانية: "لا يوجد أي موعد نهائي على الإطلاق. سأرى ما يحمله المستقبل، وأركز بالكامل على مواجهة ليستر سيتي". وأضاف: "أرقام محمد صلاح تتحدث عن نفسها. إنه رياضي مميز للغاية. لقد قدم أداء رائعاً للنادي، ونأمل أن يقدم أفضل مواسمه على الإطلاق، ويظل مهماً بأهدافه وتميزاته الحاسمة". وتابع: "دائماً ما نحتاج من صلاح أداء متكاملاً، لأن العمل الدفاعي الذي يمكنه تقديمه أيضاً مهم جداً بالنسبة لنا كخطف دفاع أخير". لكن عندما سئل إذا كان صلاح سيتمكن من تقديم نفس المستوى بالموسم المقبل، اكتفى فان دايك بالرد: "لا أعلم". وواصل: "لقد كنا هنا من قبل (تصدر البريميرليغ في رأس السنة)، وفعلنا ذلك. وخسرنا مرتين بفوارق ضئيلة للغاية. المفتاح أن نأخذ كل مباراة على حدة". واختتم: "أن تكون في صدارة الدوري في عيد الميلاد سيجعل عيد الميلاد مميزاً لكل مشجعي ليفربول حول العالم، لكننا نريد أن نكون هناك أيضاً في شهر ماي المقبل".

لوبيتيفي يخشى تكرار سيناريو ليستر سيتي

يأمل الإسباني جولين لوبيتيفي، المدير الفني لوست هام يونايتد، في تجنب الهزيمة أمام فريق آخر مع مديره الجديد، حينما يحل ضيفاً على ساوثهامبتون، الخميس المقبل. وخسر وست هام أمام ليستر سيتي (3/1)، أوائل الشهر الجاري، في المباراة الأولى للمدرب الهولندي الجديد للشعبان، رود فان نيسستروي. وأجرى ساوثهامبتون أيضاً تغييراً في منصب المدير الفني، حيث أقال راسل مارتن، ومنح سيمون راسك المهمة بشكل مؤقت، في المباراة التي انتهت بالتعادل السلبي مع فولهام، يوم الأحد. وسيعين نادي القديسين المدرب الكرواتي، إيفان يورشيتش، المدير الفني السابق لروما، على رأس الفريق بداية من مباراة وست هام. وفي هذا الصدد، قال لوبيتيفي: "لقد رأيتهم يلعبون أمام فولهام، وفي مباريات أخرى، لديهم لاعبيون أصحاب إمكانيات رائعة". وأضاف: "مع وجود مدرب جديد، تكون هناك طاقة كبيرة بين اللاعبين، لقد رأينا ذلك في مواجهة ليستر، وستكون مباراة صعبة للغاية بالنسبة لنا، لا شيء آخر في ذهننا". ويحتل الهامرز المركز الـ14، في جدول ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز، برصيد 20 نقطة.

تحديد مدة غياب ماونت عن مانشستر يونايتد

كشفت تقرير صحفي إنجليزي، عن مدة غياب ماسون ماونت، لاعب مانشستر يونايتد، بعد تعرضه للإصابة. وعانى ماونت من إصابات متعددة منذ انتقاله إلى الشياطين الحمر العام الماضي، فشارك في 33 مباراة فقط من أصل 77 خاضها فريقه على مدار هذه الفترة. وتعرض ماونت لإصابة في الدربي ضد مانشستر سيتي مطلع الأسبوع، أجبرته على مغادرة ملعب الاتحاد بعد 15 دقيقة من بداية المباراة، وأكد مديره روبن أموريه أنها ستؤذي لغيابه عن الملاعب لمدة أسابيع. وبحسب صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، فإن ماونت سيغيب لمدة 10 أسابيع بسبب "فرفر تمدد الركبة". وانتقل اللاعب البالغ 25 عاماً ليونايتد من تشيلسي، مقابل 55 مليون جنيه إسترليني، وشارك في أربع مباريات فقط بالدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم. وكان ماونت قد وجه رسالة لجماهير يونايتد، عقب تعرضه لهذه الإصابة، عبر حسابه على "إنستغرام"، حيث كتب: "لا يمكن للكلمات أن تصف مدى الدمار الذي أشعر به الآن. ربما يمكنكم رؤية النظرة على وجهي وقتها. كنت أعرف ما يعنيه ذلك". وأضاف: "مشجعو مانشستر يونايتد، ربما لا تعرفوني جيداً حتى الآن، لكن هناك شيء واحد أستطيع أن أضمنه لكم، أنني لن أستسلم أو أفقد الثقة أبداً". واختتم: "لقد هذا من قبل، لكنني سأستمر في لدي، وسأتجاوز هذه الفترة الصعبة ولن أتوقف حتى أحقق ذلك".

نيفيل: خسارة يونايتد ستقذ أموريه من فخ الخداع

يعتقد لاعب مانشستر يونايتد السابق غاري نيفيل، أن هزيمة الفريق 3-0 أمام بورنموث مساء الأحد، ستكون "إيجابية للغاية" بالنسبة للمدرب روبن أموريه. وبعد فوز دراماتيكي على مانشستر سيتي وعرض قوي ضد توتنهام في كأس الرابطة في منتصف الأسبوع، قدم يونايتد أداءً محبطاً ضد بورنموث يوم الأحد في الدوري الإنجليزي الممتاز. وأكد نيفيل، أن أموريه سيكون لديه فهم أفضل للاعبين الذين يمكن الاعتماد عليهم بعد هذه الهزيمة. وفي حديثه عبر البودكاست الخاص به، قال نيفيل: "اعتقد أنه أمر إيجابي للغاية أن يرى روبن أموريه ما لديه". وأضاف: "في الماضي، كانت هناك أوقات يمكن أن يُخدع فيها المرء ليعتقد أن لديه مجموعة أفضل من اللاعبين، بسبب النتائج الالئمة والتقدم في الدوري. لكنهم الآن بعيدون كل البعد عن ذلك في كل شيء". وتابع: "يريد أموريه اللعب بطريقة 3-4-3، لكن سيتعين عليه تغييرها. لقد أعطى الجميع فرصة من خلال تدوير الفريق ولا أعتقد أنه سيكون هناك الكثير ممن شاهدتهم وفكر في اختيارهم". وأردف: "إنهم جميعاً متوسطو المستوى، ولا أعرف كيف حدث ذلك، إنهم أفضل مما يظهرونه، دعنا نكون واضحين". وأردف: "أمام المدرب 6 أشهر لمشاهدة عروض اللاعبين، إنه يرى ما تابعه مشجعو مانشستر يونايتد لمدة 10 سنوات، ولا بد من إصلاح الثقافة". وأكمل: "إنه وقت عصيب حقاً، لا يوجد الكثير مما يعجبك في الأداء أو الطريقة التي يلعبون بها. إنهم جميعاً شباب يبذلون قصارى جهدهم". وأكد: "هذا ليس هجوماً شخصياً، لكنهم ليسوا جديدين بما يكفي لهذا".

أموريه يشكك في موقف راشفورد

علق البرتغالي روبن أموريه، المدير الفني لمانشستر يونايتد، على موقف مهاجم الشياطين الحمر ماركوس راشفورد، بعد تجميده. وغاب راشفورد عن آخر 3 مباريات لمانشستر يونايتد، أمام مانشستر سيتي وتوتنهام وبورنموث، بقرار من روبن أموريه، لأسباب انضباطية. وألمح راشفورد (27 عاماً) مؤخراً لرغبته بالرحيل، وخوض تجربة جديدة خارج مانشستر يونايتد، علماً بأنه يرتبط بعقد في أولد ترافورد حتى صيف 2028. وتعليقاً على المقابلة الصحفية التي أجراها راشفورد مؤخراً وقال فيها إنه مستعد "لخوض تحد جديد"، قال أموريه في تصريحات لقناة "سكاي سبورتنس": "إنه موقف صعب". وتحدث عن تأثر قرار اللاعب بالمحيطين به، قائلاً: "أتفهم أن الكثير من الأشخاص يحيطون باللاعبين، ومن ثم يتخذ اللاعبون خيارات لا تصدر عنهم في بعض الأحيان". وتابع: "يمكنني وضع الأمور في نصابها الصحيح، وأنا موجود دائماً لمساعدة ماركوس راشفورد أو أي لاعب آخر". وأضاف: "عليهم أن يفعلوا ما يجب عليهم فعله، واعتقد أنهم اختاروا إجراء هذه المقابلة لأن الأمر لا يقتصر على ماركوس فقط، وأنا أتفهم ذلك". وتابع: "بالنسبة لي كمدير، أركز على الأداء وطريقة التدريب، وأعتقد أن هذا هو الأفضل بالنسبة لي، وسيهتم النادي بباقي الأمور عندما يحين الوقت". وختم: "في الوقت الحالي، أركز على تطوير ماركوس، ونحن بحاجة إلى لاعب موهوب مثله، وأنجاهل في الوقت الراهن أمر المقابلة وأركز على ما أراه على أرض الملعب".

العلاقة بين فونسيكا وثيو هيرنانديز على صفيح ساخن

صب باولو فونسيكا المدير الفني لميلان، الزيت على النار، فيما يخص موقفه مع الدولي الفرنسي ثيو هيرنانديز الظهير الأيسر للفريق.

واستبعد فونسيكا، ثيو، من تشكيل ميلان الأساسي في آخر مباراتين، في ظل عدم رضاه عن أداء المدافع، بل انتقد سلوكه، مما تسبب في حالة من التوتر.

ويحسب صحيفة "لاغازيتا ديللو سبورت"، فإن فونسيكا أضاف المزيد من التوتر للعلاقة

الحساسة مع ثيو هيرنانديز. وتابعت "فونسيكا أخبر ثيو، بأنه غير سعيد بموقفه الحالي، وجاء ذلك أمام مجموعة من زملائه بالفريق الإيطالي".

وأضافت أن المدرب يتجه للاعتماد

على أليكس

خيمينيز

مجددا في

مركز الظهير

الأيسر بدلا

من ثيو،

خلال

مواجهة روما،

الأحد المقبل.

والنوهت

الصحيفة أن عقد ثيو

مع ميلان سينتهي في عام 2026، ولذلك

سيكون على العملاق الإيطالي، حسم

مستقبله.



ماروتا يرد الهجوم على مالك ميلان.. ويتفاخر بالنجمتين

هاجم بيبي ماروتا، رئيس نادي إنتر ميلان، جيري كاردنالي مالك الغريم التقليدي ميلان بسبب تصريحات الأخير ضد نيراتزوري.

وصرح كاردنالي هذا الأسبوع بأن إنتر فاز بالدوري الإيطالي بينما كان يعاني من الإفلاس.

ويشير مالك ميلان إلى إخفاق شركة سونينج الصينية المالكة لإنتر سابقا، في سداد قرض لصندوق أوكترى الأمريكي، الذي آلت إليه ملكية نيراتزوري حاليا. ورد ماروتا عبر قناة "سكاي سبورت إيطاليا": "لم أكن أرغب في التعليق، لكنني أشعر الآن أنه من واجبي الرد". وأضاف: "هذه تصريحات غير مناسبة، تظهر عدم احترام لهيبة وصورة النادي، أعتقد أن كاردنالي ارتكب بعض الشيء". وتابع: "صحيح أنه في السنوات السابقة، واجه المساهم الأكبر (سونينج) بعض الصعوبات المالية، لكنها كانت مصحوبة بدعم من أوكترى الذي يمتلك النادي اليوم، ويضع المبادئ التوجيهية للمضي قدما".

وأكمل ماروتا، "الطريقة التي يدار بها إنتر مختلفة تماما الآن، نحن نلتزم باللعب المالي النظيف، والتراخيص الوطنية الصارمة جدا

فيما يتعلق بالمعايير الاقتصادية، وخفضنا الخسائر من 246

مليون يورو إلى 46 مليونا فقط في العام الماضي". وواصل

متفائرا: "وبما أننا في أعياد الميلاد، فيجب أن نشير

إلى أننا النادي الوحيد في مدينة ميلانو الذي يحمل

نجمتين على قميصه". كان النيراتزوري قد

توج بلقب سكوديتو في الموسم الماضي

ليصل إلى 20 لقباً ويضع النجمة الثانية

على قميصه. ولا يزال ميلان

يبحث عن نجمته الثانية

التي لا يفضلها عنها

سوى سكوديتو

وحيد، للتساوي

مع

إنتر.

فلا هوفيتش

يعبر عن إحباطه

بعد قرار موتا

عبر الصربي دوسان فلا هوفيتش، مهاجم يوفنتوس، عن إحباطه بعد قرار مديره تياغو موتا، باستبداله خلال مواجهة مونزا، بالجولة 17 من الدوري الإيطالي.

دوسان شارك أساسيا وخرج في الدقيقة 85 بقرار من موتا، ليدفع بصامويل ميانجولا بدلا منه، لكنه فشل في إحداث تأثير واضح بسير اللقاء، بعدما غابت بصمته على الأداء الهجومي للبيانكونيري

وذكرت صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية، أن دوسان عقب خروجه من أرض الملعب، كان في حالة إحباط شديدة حتى أنه قام بمسك الشنكار (واقي للساق) وألقاه بجوار مقاعد البدلاء،

كما أطلق بعض الكلمات الغاضبة.

وفسرت الصحيفة أسباب غضب دوسان، موضحة أنه

ربما كان غاضبا من مديره الذي لم يسمح له بإنهاء

المباراة، حيث كان قادرا على ذلك، وربما كان

يسبب الاحتكاك القوي مع مدافع مونزا بابلو

ماري، وعدم احتساب الحكم ركلة جزاء

لصالحه.

وسلطات الضوء على الأرقام الضعيفة

لفلا هوفيتش خلال مواجهة مونزا،

وأشارت إلى أنه لم يكن له أي

تأثير، فلم يسجل أي هدف ولم

يكن له أي تسديدة بين

الخشبيات الثلاث، وله

تسديدة واحدة فقط خارج

إطار المرمى، وخلق

فرصتين، وخسر الكرة 12

مرة.

أكد سيموني إنزاغي مدرب إنتر ميلان، أن فريقه حقق انتصارا ثمينا على كومو في الدوري الإيطالي، موضحا أن لاعبيه قدموا "أداء ناضجا".

وأشعل إنتر سياق المنافسة على صدارة جدول ترتيب الدوري الإيطالي، عقب فوزه (0-2) على ضيفه كومو، بملعب (جوزيبي مياتزا)، ضمن منافسات المرحلة الـ 17 للمسابقة، ليختتم مبارياته عام 2024 على أفضل وجه، بعدما واصل صحوته في البطولة.

وافتح كارلوس أوجوستو التسجيل لإنتر في الدقيقة 48، قبل أن يضيف ماركوس تورام الهدف الثاني في الدقيقة الثانية من الوقت المحتسب بدلا من الضائع، ليحقق الفريق الملقب ب(الأفاعي) فوزه الـ 11 في المسابقة خلال الموسم الحالي والرابع على التوالي.

وقال إنزاغي عقب المباراة "يتعين علي أن أشيد بأداء لاعبي كومو. لقد أظهروا الشخصية، وبيدوا الكثير من الجهد. ومع ذلك، لم نسمح لهم بالحصول على العديد من الفرص".

وأضاف إنزاغي "لقد جعل الملعب الأمر أكثر صعوبة بالنسبة لنا لأنه لم يكن

مثاليا كما هو الحال عادة، لكننا قدمنا أداء ناضجا، ولعبنا كفريق واحد".

وأوضح المدرب الإيطالي في تصريحاته، التي نقلها الموقع الإلكتروني الرسمي لإنتر "كنا ندرك أنه يمكننا الفوز بالمباراة من خلال زيادة الإيقاع في

الشوط الثاني، وضرينا في اللحظة المناسبة".

وشدد إنزاغي "إننا بحاجة لمواصلة هذا الأداء والاستمرار على نفس النهج في التعامل مع اللقاءات المقبلة، لاسيما في ظل

خوضنا الكثير من المباريات في الفترة المقبلة".

وأثنى مدرب إنتر على أداء تورام، حيث قال "لقد عمل

جنباً إلى جنب مع زملائه في الفريق والجهاز الفني بشكل

جيد وانسجم مع مبادئنا منذ البداية. إنه لاعب جيد

ويواصل التحسن".

وفيما يتعلق بالمهاجم الأرجنتيني لاوتارو مارتينيز،

قال إنزاغي "إنه قائدنا وستحت أمامه عدة فرص

الليلة. إنه يحتاج للمحافظة على ثقته في قدراته

حتى يتمكن من الاستمرار في التسجيل كما كان

يفعل دائما. يجب أن يظل هادئا، مدركا تماما أن

فريقه يفوز ولديه دعم الجميع".

مونزا يطيح بنيستا ويعيّن بوكيتي

أعلن مونزا متذبل الدوري الإيطالي، إقالة مديره أليساندرو نيستا من منصبه، بعدما حقق الفريق انتصارا واحدا فقط منذ بداية الموسم، وتعيين سالفاتوري بوكيتي مدربا جديدا. وتولى نيستا، المدافع الإيطالي الدولي السابق الذي لعب للاتسيو وميلان، تدريب مونزا

المدرّب رافاييلي بالادينو لتدريب فيورنتينا. وكانت هذه أول مهمة تدريبيه لنيستا في الدوري الإيطالي. وخسر مونزا 1-2 أمام ضيفه

جوفنتوس أمس الأحد ليتلقى الهزيمة الثالثة تواليا والتاسعة بعد 17 مباراة في الدوري. ولم يحقق مونزا أي انتصار في آخر

تسع مباريات منذ فوزه الوحيد هذا الموسم على فيرونا في أكتوبر الماضي. وأعلن فيورنتينا أن بوكيتي مساعد مدرب فيرونا السابق وقع عقدا مع النادي حتى جوان 2027. وكانت

تجربة بوكيتي الوحيدة السابقة كمدرّب عندما تولى مسؤولية تدريب فيرونا مؤقتا في 2022، بعدما تم

تصعيده لفترة وجيزة من تدريب فريق الشباب بالنادي. وخسر بوكيتي ست مباريات قاد فيها فيرونا

من بينها الهزيمة أمام مونزا. ويحل مونزا ضيفا على بارما يوم السبت المقبل، وهو الفريق الذي يحتل المركز 16 في جدول الترتيب برصيد 15

نقطة متقدما بخمس نقاط على مونزا.

إطار المرمى، وخلق فرصتين، وخسر الكرة 12 مرة.



استهداف مدرب بالرصاص في إسبانيا بسبب خيارات فنية

استهدف مجهول، الأحد، بالرصاص الحي مدرب ناد هاو ثم تذكر هويته، بمدينة فالنسيا، عندما كان في منطقة جان بيرديكس، وذلك لأسباب من المرجح أن تعود لخيارات فنية تتعلق بتجاهله لاعبا وإبعاده من المشاركة في إحدى المباريات.

ورجحت وسائل إعلام أوروبية أن عملية إطلاق النار هي امتداد لما يحدث في إسبانيا خلال الفترة الأخيرة، فكثيراً ما يتوجه أولياء لاعبين للتعبير عن غضبهم من عدم منح الفرصة لأبنائهم، عبر استعمال العنف. وكشف موقع راديو يورو 1 الفرنسي، الاثنين، أن شهود عيان أكدوا أن المتهم فز على متن سيارة مسروقة، بعدما استهدف المدرب بالرصاص بنية قتله، فيما كشفت التحقيقات الأمنية الأولية أن المتهم أطلق تسعة أعيرة نارية من عيار 5.56 ملميمترات، ما يعني أنه استعمل سلاحاً حربياً، لم يتبين نوعه حتى الآن.

وعثر رجال الأمن على السيارة المسروقة التي فز بها المجرم وهي محروقة، إذ حرص على ألا يترك أي أثر لبصماته من أجل إخفاء هويته، لتفادي إلقاء القبض عليه وسجنه، فيما لم يتحرف عليه أحد من الشهود لأنه أخفى وجهه أيضاً لحظة هجومه، في وقت يواصل فيه الأمن الإسباني عمليات البحث والتحري للحصول على دليل يكشف المتورط في الحادثة.

وأضاف الموقع نفسه أن السبب قد يعود لخيارات المدرب الفنية، وإبعاده أحد اللاعبين من تشكيلة الفريق في إحدى المباريات، وهو ما أثار غضب والده أو أحد أفراد عائلته، ودفعه إلى محاولة ارتكاب جريمة قتل.

وتتكرر أحداث مشابهة في دول أوروبية عدة، من بينها فرنسا، إذ سجل الأمن حادثة مشابهة شهر نوفمبر، حينها أقبل ولي لاعب على حرق سيارتين تعودان لمدرربي نادي هوت غارون، بضواحي مدينة تولوز، بسبب غضبه من عدم استدعاء نجله لخوض مباراة في كرة القدم.

وأعلن نادي فيل جوييف عن إيقاف نشاطه، العام الماضي، بعد تلقي مديريته تهديدات وتعرضه للضرب من ولي لاعب، مع العلم أن نجله يلعب في فئة أقل من 12 عاماً، ولا يزال يتعلم أجدديات الكرة.

وهو التعصب الذي أضحى يشكل تهديداً لأي مدرب في كل مرة، خاصة في الأندية التي تنتمي إلى الدوريات السقلى، في منافسات الهواة و

الدوريات الجهوية.

فتربخشة يعلن خضوع جوزيه مورينيو لعملية جراحية

كشف نادي فتربخشة التركي، عن خضوع المدير الفني للفريق، البرتغالي جوزيه مورينيو، لعملية جراحية ناجحة لاستئصال المرارة. وكان جوزيه مورينيو قد صرح قبل إجراء العملية بأنها بسيطة، دون الكشف عن تفاصيل إضافية بشأن موعد تعافيه أو عودته مرة أخرى. وأوضحت التقارير الصحفية أن الجراحة أجريت في وطنه البرتغال بواسطة فريق طبي متخصص من أجل العودة سريعاً للفريق. وأكد النادي التركي عبر بيان نشره على صفحاته الرسمية، وجاء كالتالي: «نتمنى الشفاء العاجل لمديرنا جوزيه مورينيو، الذي أجرى اليوم عملية جراحية ناجحة في بلاده البرتغال، المدرب يتمتع بحالة صحية جيدة ونتمنى له عودة سريعة إلى الملاعب». يذكر أن مورينيو سيخضع لفترة راحة قصيرة قبل العودة لاستكمال مهامه التدريبية مع الفريق. وقبل يوم من العملية، كتب مورينيو عبر حساباته الرسمية: «إلى جميع المشجعين الذين يشعرون بالقلق، أطمئنكم أن الأخبار المتداولة عن حالتي الصحية مبالغ فيها، إنها مجرد عملية جراحية بسيطة وسريعة».

كريستيانو رونالدو يسخر من ميسي في مقطع فيديو

سخر البرتغالي كريستيانو رونالدو نجم نادي النصر السعودي، ضمنياً من خصمه المطلق ليونيل ميسي، في مقطع فيديو مصور عبر قناة صاروخ ماديرا الرسمية في منصة يوتيوب (UR CRISTIANO). وظهر رونالدو (39 عاماً) برفقة مستر بيست صاحب أكبر وأهم قناة في يوتيوب، في ملعب "الأول بارك" بالعاصمة السعودية الرياض، حيث يجريان مسابقات تحد في كرة القدم مع بعض الأصدقاء.

قال مستر بيست في مقطع الفيديو، إن نولان -أحد الأصدقاء في التحدي- يعتقد أن ميسي هو الأفضل في التاريخ، ليرد كريستيانو رونالدو عليه: «من يقول إن ميسي أفضل مني؟» قبل أن يتفجر ضاحكاً بسخرية. لاقت سخريه النجم البرتغالي من ميسي رواجاً كبيراً في منصات التواصل الاجتماعي، لا سيما من مشجعي رونالدو، وفي المجمل شاهد الحلقة أكثر من مليوني شخص بعد بثها في قناة رونالدو عبر اليوتيوب بساعات قليلة. يقضي رونالدو عطلة نصف السنوية حالياً، ويستأنف مبارياته في الدوري السعودي للمحترفين يوم 9 جانفي المقبل، حينما يستضيف النصر خصمه الخلود في الجولة 14 من دوري روشن.

منذ انتقاله إلى النصر في جانفي 2023، كرس رونالدو نفسه كأحد ألمع نجوم كرة القدم السعودية، وسجل 74 هدفاً من 83 مباراة يقميص النادي العالمي في كل البطولات، فضلاً عن تقديم 18 تمريرة حاسمة أخرى. ويأمل أفضل لاعب في العالم 5 مرات في قيادة النصر إلى لقب الدوري السعودي الغائب عن خزائنه منذ 2019، حيث أخفق رونالدو في حصد اللقب خلال موسمه مع النادي العاصمي، واكتفى باحتلال الوصافة في كليهما.

فريق ألماني يُساند لاعبه بعد إهانات عنصرية

عاش اللاعب الإنكليزي، دابو أفولايان (27 عاماً)، لحظات صعبة في الأيام الأخيرة، بعد تعرضه لإهانات عنصرية على شبكة الإنترنت، مما دفع ناديه سانت باولي الألماني إلى التضامن معه، من خلال نشر بيان إدانة، وكذلك التطرق إلى إمكانية اتخاذ إجراءات قانونية، في محاولة للوصول وملاحقة المتورطين في هذا الأمر. وقال نادي سانت باولي، في حساباته الرسمية على وسائل التواصل الاجتماعي: «يدين نادي سانت باولي الإهانات العنصرية، التي تعرض لها لاعبنا دابو أفولايان على منصات التواصل الاجتماعي، بأقوى العبارات الممكنة، نحن ندرس جميع السبل لاتخاذ إجراءات قانونية ضد هذه الإهانات والتهديدات»، في حين قال رئيس النادي، أوكي غولتس: «مثل هذه التعليقات ليست آراء أو جرائم تافهة، هي محتوى كراهية إجرامي، وبصفتنا ممثل نادي سانت باولي، نود أن نعطي عزيزي دابو كل الدعم الممكن، سوف نقف معاً أمام خطاب الكراهية المثير للاشمئزاز هذا، تضامناً الكامل مع دابو». وجاء بيان سانت باولي وكلمات رئيس النادي، بعدما فضح أفولايان من خلال منشورات، العبارات المهينة، التي تعرض لها على حسابه في «إنستغرام»، عقب الفوز الذي حققه الفريق على شتوتغارت، أمس السبت، بهدف دون مقابل، وقال: «مرحباً بكم في حياة لاعب كرة قدم من أصحاب البشرة السمراء في 2024»، مع العلم أن مباريات كرة القدم في السنوات الماضية تشهد أفعالا وهتافات عنصرية رغم كل الحملات المناهضة لهذه الأفعال. ويدا أفولايان، الذي ولد في بريطانيا، ممارسة كرة القدم ميكراً، حين انضم لفريق المنطقة، هارو سانت ماريز، ليلعب مع فئة أقل من خمس سنوات، ثم بدأ يتقدم تدريجياً، حين لعب مع تشلسي في سن التاسعة، بعدما رفض فرصة اللعب مع أرسنال، لكنه عانى قصر قامته في مراهقته، وكان مقيداً باللعب في مركز الجناح، ليترك «البلوز» في سن الرابعة عشرة، ثم انتقل إلى كندا، وقضى هناك بعض الوقت في فريق تورنتو الاحتياطي في دوري الدرجة الأولى وكذلك دوري التطوير الممتاز، وعلى الرغم من أنه كان لديه 16 عاماً فقط، فقد سحبت له فرصة التدريب مع لاعبين أمثال جيرمين ديفو ومايكل برادلي، وجوزي ألتيدور وسيباستيان جيوفينكو. وفي عام 2017 لعب لصالح نادي سوليهال مورز ثم التحق بصوف ويستهام يونايتد، لكنه لم يأخذ فرصة حقيقية لإثبات نفسه، فاعير لأندية، أولدهام أثليتيك ومانزفيلد تاون وبولتون، الذي أقدم على شراء عقده في عام 2021، وسجل له 15 هدفاً في 66 مباراة، مما دفع نادي سانت باولي للتعاقد معه.

نصائح رياضية للتغلب على ضيق التنفس



من الممكن أن يلهث بعض الأفراد بعد ممارسة التمارين الرياضية لأن لديهم مشاكل في الرئة؛ حيث أن الرئة القوية شرط أساسي لتنفس فعال وهادئ عند ممارسة الرياضة، وفي هذا المقال سنتحدث عن أهم النصائح الرياضية لتمرين الرئتين وتحسين من عملهما. هناك الكثير من الأسباب التي قد تؤدي إلى الإصابة بضيق التنفس، منها عدم أخذ القدر الكافي من الأكسجين، وانخفاض نسبة الهواء الذي يستنشقه كل من الأنف والضم، مما يعمل على بذل الجهد الأكبر في الحصول على نسبة أكبر من الأكسجين، كما قد يحدث ضيق التنفس بسبب وصول نسبة منخفضة من الأكسجين إلى مجرى الدم، مما يتسبب في الإصابة بالأسهال الرئوي المزمن.. وفيما يلي أبرز أسباب ضيق التنفس وكيفية علاجه بالأعشاب والتمارين. من المهم أن يقوم الفرد بالتركيز على طريقة التنفس؛ حيث أن ممارسة تمارين الإطالة مرتين في الأسبوع الواحد لمدة 4 أشهر يساهم في تمديد أجنحة الرئتين، وأفضل طريقة لممارسة الإطالة هي تطبيق الوضعية الستة التي تسمى "اشتافا يوغا"؛ حيث أن عمل الرئة يتطور بجميع الأنشطة التي يركز فيها الفرد تضكيره على عملية التنفس. من المهم أن يقوم الفرد بالحصول على دهون أو ميثا 3 بعد الانتهاء من ممارسة الرياضة؛ حيث تحسن دهون أو ميثا 3 وتزيد من عمل الرئتين بنسبة 64%، من المهم أن يقوم الفرد بتدريب عضلاته؛ حيث من الممكن أن يقوم بممارسة المشي السريع، كما أنه من الممكن ممارسة تمارين التحمل لأنها تحسن من قدرة الجسم على التحمل مما يفيد في تقوية الرئتين والتنفس، ومن الممكن أن يتم تدريب عضلات التنفس عن طريق التركيز على التنفس العميق ورياضة اليوغا، ومن الممكن ممارسة رياضة السباحة. من المهم أيضا أن يقوم الفرد بممارسة الرياضة عن طريق الصعود إلى الأماكن المرتفعة؛ حيث كلما ارتفع المكان عن سطح البحر قلت كمية الأكسجين فيه، وهذا يساهم في أخذ نفس عميق يسمح بتنظيم عمل الرئتين بصورة أفضل. من المهم أن يقوم الفرد بتبوية الرئة عن طريق ممارسة ركوب الدراجة ثلاثية مرات في الأسبوع الواحد. من المهم أن يقوم الفرد بحبس النفس؛ حيث أثناء الوقوف في الراحة بين التمارين من المهم أن يتم أخذ نفس عميق وحبسه مدة 15 ثانية، مع تكرار هذه العملية 3 مرات على الأقل. كما يجب أن يأخذ الفرد حمام البخار بعد الانتهاء من ممارسة الأنشطة والتمارين الرياضية؛ حيث أن بعض الأشخاص من الممكن أن يقوموا بممارسة العدو لأمتار قليلة وإذا بهم يلهثون غير قادرين على المواصلة، وهناك عدة أسباب من الممكن أن تؤدي إلى ظهور مثل هذه الحالة؛ حيث من الممكن أن تكون الرئة ملبنة بالبكتيريا التي استقرت هناك، وحمام البخار سوف يؤدي إلى التخلص من هذه البكتيريا. يمكنك اتباع بعض التمارين المختلفة المفيدة في التخلص من مشكلة ضيق التنفس، مثل تغيير الوضعية، مثلا إذا كنت جالسا يمكنك الاستلقاء أو الوقوف، وفي المجلد فإن أفضل وضعيات التخلص من مشكلة ضيق التنفس الجلوس مستقيما مع الانحناء أماما وتشبثت الساعدين على يدي المقعد. الشهيق يساعد على تعبئة القصبات الهوائية بنسبة جيدة من الأكسجين، ثم قم بالزفير بشكل بطيء عبر الفم، ويعد هذا التمرين من أفضل تمارين القضاء على ضيق التنفس؛ حيث يساعد على عودة الأكسجين إلى نسبته الطبيعية في الدم، تعتبر تمارين الاسترخاء فعالة أيضا في القضاء على مشكلة ضيق التنفس، حيث تجنبك التوتر الناتج عن الضغوط النفسية، بالإضافة إلى تمارين التأمل مثل اليوغا، من التمارين الفعالة في التغلب على مشكلة ضيق التنفس.

ممارسة الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة

ليس من المفترض أن يتوقف الأشخاص ذوو الاحتياجات الخاصة عن ممارسة الرياضة. بارك الله لنا منذ أن خلقنا ببركات عديدة لا تعد ولا تحصى. خلق الله الإنسان في أفضل شكل وأفضل توضيح. خلق الله له نعمة البصر، نعمة اللمس، نعمة المشي، نعمة اليدين، نعمة اليدين والعديد من النعم التي لا تعد ولا تحصى. وقد ميز الله الإنسان منذ أن خلقه من سائر المخلوقات وفضله على سائر المخلوقات وسخر منه في عبادته وطاعته وشكره على بركاته وصبره على مصائبه لذلك الكثير منا أصحاب المحاكمات والمحاكمات حيث يميز الله خدامه بالمريض والشكر، وبالتالي سنتحدث اليوم عن مجموعة مهمة في مجتمعنا وهي فئة ذوي الاحتياجات وسنسلط الضوء على حياتهم ومن هم؟ كيف هي حياتهم؟ وماذا يمارسون؟ العديد من الأسئلة التي سنقوم بإدراجها والإجابة عليها لهذه المجموعة من المجتمع لا تقل أهمية عن أي فئة أخرى، ولكن على العكس من ذلك، أثبتت هذه المجموعة أنها الأكثر نجاحا ونجاحا في الظروف الصعبة والقهر والغزو. الصعود وتسلق القمم الصعبة بعزم وإرادة وليس الاستسلام واليأس للواقع، ولكن التحدي والنجاح هي أساس تصميمهم الذي لا مثيل له. يختلف موضوع تحديد الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة بين الأطباء والمعلمين ومقدمي الخدمات الاجتماعية ومعلمي علم النفس، ولكن الجميع يتفقون على أن ذوي الاحتياجات الخاصة هم مجموعة من الأشخاص الذين لا يمكنهم الاستمرار في حياتهم يعيشون بشكل طبيعي ويحتاجون إلى رعاية خاصة واهتمام مستمر لتلبية احتياجاتهم وحققهم في المساواة مع أقرانهم في المجتمع دون تمييز ولهم الحق في التعليم والعمل والرعاية على النحو المنصوص عليه في جميع المبادئ والمواثيق والقوانين الدولية دون تمييز. اليوم، الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة لديهم القدرة على المنافسة والتحدث عن أنفسهم الخاصة بهم هناك حاجة لمن يتحدثون عنها، لذلك يتنافسون مع الآخرين في جميع المجالات في العلوم والعمل والإبداع والرياضة والفنون وعلوم الطب والهندسة وجميع المجالات دون توقف، لكننا سنتعامل بشكل خاص مع الرياضة التي يمارسها ذوي الاحتياجات الخاصة. الرياضة لذوي الاحتياجات الخاصة ضرورية لهم، لأنهم هم الوحيدون الذين يعبرون عن مخاوفهم ويزيلون ما بداخلهم رغم الإعاقة التي يعانون منها، بالإضافة إلى ذلك، تساعد الرياضة في دمجهم. في المجتمع بطريقة لائقة وفخورة بدخول سوق المنافسة مع الآخرين حيث يوجد الكثير والكثير من الرياضيين ذوي الاحتياجات الخاصة الذين فازوا بميداليات ذهبية وميداليات برونزية وميداليات فضية ودروع فخرية والعديد من الهدايا والجوائز العينية، بسبب زيادة الاهتمام والرعي بهذه الفئة من خلال المجتمع حيث تعتبر الرياضة من الأشياء الضرورية التي تحافظ على صحة الأشخاص المعاقين وتبنيهم عقليا وجسديا. الفرصة متاحة لجميع ذوي الاحتياجات الخاصة لتسريع من أجل أن يكونوا جزءا فعالا من النظام الرياضي معاناتهم والقدرة على التنافس مع جميع الفئات. لا يعني أنه إذا كنت شخصا معوقا فلا يمكنك فعل أي شيء بل على العكس، هناك هو الكثير الذي يمكنك القيام به وهناك الكثير من الأشياء التي تنتظرك لإثبات وجودك. على الرغم من أن جسمك ليس بصحة جيدة ويحتوي على جسم رياضي يمكنه التحرك في مجتمعتك بطريقة فعالة ومثيرة للإعجاب، فإن الرياضة ستساعدك في اندماجك في المجتمع ويمكنك أن تشعر برغبتك في الانطواء والعزلة ولكن عليك التفكير مرة أخرى لتكون قادرا على بناء شخصيتك وجعلها شخصية كاملة مثلك، لذلك عليك المثابرة والتنافس في جميع المجالات وإثبات وجودك أينما كنت، وتعمل الرياضة على تحسين الصحة العقلية للأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل كبير، مما يساهم بشكل كبير لحياة أفضل. كانت الألعاب محدودة في البدايات لرمي القوس والسهم ذوي الإعاقات الحركية، وماذا شجع على ظهور الألعاب لذوي الاحتياجات الخاصة وسن القوانين والتشريعات والنصوص الدستورية التي تضمن لهم الحق في ممارسة جميع حقوقهم كمواطنين، لها حقوق وواجبات الأمر، الأمر الذي ساعد المفكرين والتربويين إزداد نمو المجتمعات بحيث ينظر المجتمع اليوم إلى ذوي الاحتياجات الخاصة من منظور مختلف ونهج آخر كأفراد لهم حقوق وواجبات لهم، مساوية لهم وبقية المجتمع. هناك الكثير من الألعاب التي يمكن أن يلعبها ذوي الاحتياجات الخاصة والتي تقام كل عام وتنافس، مثل ألعاب الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة الأولمبية، والتي تقام كل عام في دولة مختلفة حيث يوجد ما يقرب من 23 رياضة معترف بها رسميا، فهي مثل الألعاب الرياضية وكرة السلة على الكراسي المتحركة وكرة القدم ورفع الأثقال والمبارزة بالسيف والكرة الطائرة والطائرات الشراعية والبوشية والرقص على الكراسي والتزلج الشمالي والجمباز وركوب الدراجات وركوب الخيل، كرة الهدف، الرماية، القوس، والعديد من الرياضات التي يمارسها اليوم نظراتهم من الرياضة حول العالم ويمارسها الأشخاص الطبيعيون. هناك أيضا رياضات تحت الاعتراف الدولي ويتم دراستها في مجموعات مختلفة مع إعاقات حركية وبصرية وسمعية وألعاب أخرى، حيث يتم تنظيم دورات وفرق تنافسية تتنافس حول اللقب العالمي للرياضة ذات الاحتياجات الخاصة حيث أثبتت هذه الفئة عبر التاريخ ونجاحها وهناك أسماء مكتوبة بأحرف ذهبية في عالم التائق مع ذوي الاحتياجات الخاصة مثل ليز هارتل، امرأة مشلولة وتنافس رجال في سياق الخيل وهناك الجنسية الأمريكية جيف فلوت في الأسلوب الحر بعد أن فقد 80% من السمع في أذنيه، هناك بولا فاننوتا في رمي السهام والعديد ممن كتبوا أسماءهم ودخلوا التاريخ على الرغم من إعاقته، والتي لم ولن توقف تصميمهم والإرادة الحرة، هم مثل الطيور على الرغم من إعاقته. الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة هم مجموعة وعنصر جميل يكملان مجتمعاتنا وأن علينا مسؤولية كبيرة في رعايتهم ورعايتهم وتقديم المساعدة لهم كبشر ولديهم كيانهم ولديهم العواطف والمعاقون ليسوا معوقا الظروف محببة أنت وتحد والطريقة

من الممكن أن يلهث بعض الأفراد بعد ممارسة التمارين الرياضية لأن لديهم مشاكل في الرئة؛ حيث أن الرئة القوية شرط أساسي لتنفس فعال وهادئ عند ممارسة الرياضة، وفي هذا المقال سنتحدث عن أهم النصائح الرياضية لتمرين الرئتين وتحسين من عملهما. هناك الكثير من الأسباب التي قد تؤدي إلى الإصابة بضيق التنفس، منها عدم أخذ القدر الكافي من الأكسجين، وانخفاض نسبة الهواء الذي يستنشقه كل من الأنف والضم، مما يعمل على بذل الجهد الأكبر في الحصول على نسبة أكبر من الأكسجين، كما قد يحدث ضيق التنفس بسبب وصول نسبة منخفضة من الأكسجين إلى مجرى الدم، مما يتسبب في الإصابة بالأسهال الرئوي المزمن.. وفيما يلي أبرز أسباب ضيق التنفس وكيفية علاجه بالأعشاب والتمارين. من المهم أن يقوم الفرد بالتركيز على طريقة التنفس؛ حيث أن ممارسة تمارين الإطالة مرتين في الأسبوع الواحد لمدة 4 أشهر يساهم في تمديد أجنحة الرئتين، وأفضل طريقة لممارسة الإطالة هي تطبيق الوضعية الستة التي تسمى "اشتافا يوغا"؛ حيث أن عمل الرئة يتطور بجميع الأنشطة التي يركز فيها الفرد تضكيره على عملية التنفس. من المهم أن يقوم الفرد بالحصول على دهون أو ميثا 3 بعد الانتهاء من ممارسة الرياضة؛ حيث تحسن دهون أو ميثا 3 وتزيد من عمل الرئتين بنسبة 64%، من المهم أن يقوم الفرد بتدريب عضلاته؛ حيث من الممكن أن يقوم بممارسة المشي السريع، كما أنه من الممكن ممارسة تمارين التحمل لأنها تحسن من قدرة الجسم على التحمل مما يفيد في تقوية الرئتين والتنفس، ومن الممكن أن يتم تدريب عضلات التنفس عن طريق التركيز على التنفس العميق ورياضة اليوغا، ومن الممكن ممارسة رياضة السباحة. من المهم أيضا أن يقوم الفرد بممارسة الرياضة عن طريق الصعود إلى الأماكن المرتفعة؛ حيث كلما ارتفع المكان عن سطح البحر قلت كمية الأكسجين فيه، وهذا يساهم في أخذ نفس عميق يسمح بتنظيم عمل الرئتين بصورة أفضل. من المهم أن يقوم الفرد بتبوية الرئة عن طريق ممارسة ركوب الدراجة ثلاثية مرات في الأسبوع الواحد. من المهم أن يقوم الفرد بحبس النفس؛ حيث أثناء الوقوف في الراحة بين التمارين من المهم أن يتم أخذ نفس عميق وحبسه مدة 15 ثانية، مع تكرار هذه العملية 3 مرات على الأقل. كما يجب أن يأخذ الفرد حمام البخار بعد الانتهاء من ممارسة الأنشطة والتمارين الرياضية؛ حيث أن بعض الأشخاص من الممكن أن يقوموا بممارسة العدو لأمتار قليلة وإذا بهم يلهثون غير قادرين على المواصلة، وهناك عدة أسباب من الممكن أن تؤدي إلى ظهور مثل هذه الحالة؛ حيث من الممكن أن تكون الرئة ملبنة بالبكتيريا التي استقرت هناك، وحمام البخار سوف يؤدي إلى التخلص من هذه البكتيريا. يمكنك اتباع بعض التمارين المختلفة المفيدة في التخلص من مشكلة ضيق التنفس، مثل تغيير الوضعية، مثلا إذا كنت جالسا يمكنك الاستلقاء أو الوقوف، وفي المجلد فإن أفضل وضعيات التخلص من مشكلة ضيق التنفس الجلوس مستقيما مع الانحناء أماما وتشبثت الساعدين على يدي المقعد. الشهيق يساعد على تعبئة القصبات الهوائية بنسبة جيدة من الأكسجين، ثم قم بالزفير بشكل بطيء عبر الفم، ويعد هذا التمرين من أفضل تمارين القضاء على ضيق التنفس؛ حيث يساعد على عودة الأكسجين إلى نسبته الطبيعية في الدم، تعتبر تمارين الاسترخاء فعالة أيضا في القضاء على مشكلة ضيق التنفس، حيث تجنبك التوتر الناتج عن الضغوط النفسية، بالإضافة إلى تمارين التأمل مثل اليوغا، من التمارين الفعالة في التغلب على مشكلة ضيق التنفس.



المدير العام: **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

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

من أجل إشراككم توجها إلى
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة
ANEP، المتواجدة ب10 نهج باستور-الجزائر.
الهاتف الثابت:
020.05.20.91 / 020.05.10.42
الهاتف:
020.05.13.45 / 020.05.11.48 / 020.05.13.77
البريد الإلكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
agence.iran@anep.com.dz
agence.anna@anep.com.dz
agence.onargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

الطبع: **SAMPRAL**
TD DIFFUSION COMMUNICATION
03801603323071300789

رقم الحساب البنكي:
al salam bank algeria
03801603323071300789

الفاكس:
023-78-57-70
الهاتف:
0541-76-26-27

العنوان:
مستشفى القبة - زاوهن - قاردي عمارة بارقم 05-الجزائر-
البريد الإلكتروني:
Dzairtube13@gmail.com

يومية رياضية جزائرية



لإشهاراتكم:

تابعونا على
مواقع التواصل الاجتماعي:

📍 Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-IA: 16420540136
Nif: 002016100092016

☎ 00213 (0) 23 78 57 70

🌐 www.dzair-tube.dz 📧 dzairtube13@gmail.com

