

يوسف
بلايلي في الدوحة
لإجراء
عملية جراحية
في الرباط
الصليبي

ثاني لقاء ودي تحضيري

مصر - الجزائر
(اليوم الساعة 15:00)



وديعة مصيرية لضبط
القائمة النهائية



يومية رياضية جزائرية

الإثنين 17 نوفمبر 2025 الموافق 26 جمادى الأولى 1447 هـ العدد: 1358 الثمن: 30 دج

بوقرة يصر على
تفادي الأخطاء
الدفاعية
السابقة

بروفة أس العرب



بعض الأسماء تبحث
عن التألق للمشاركة
في كأس العرب

بوداوي وعمورة يغيبان عن
وديعة "السعودية" بداعي الإصابة

بيكتوفيش يرفع من
وتيرة العمل ونحو تغييرات
عديدة على التشكيلة أمام السعودية



قال إن برنامجا خاصا سيكون للاعبين
الناشطين في البطولات العربية
نغيز: "تعاملنا مع الإصابات
يايجابية ونسعى للتحضير
جيدا قبل الكان"



بن ناصر وحمام جاهزان لوديعة "الأخضر"

قال إن برنامجا خاصا سيكون للاعبين الناشطين في البطولات العربية

نغيز تعاملنا مع الإصابات بإيجابية ونسعى للتحضير جيدا قبل الكان

عبر نبيل نغيز، مساعد الناخب الوطني، عن رضاه التام بالمستوى الذي ظهر به المنتخب الجزائري خلال الودية الأولى التي جمعتها بمنتخب زيمبابوي، استعدادا بنهايات كأس إفريقيا 2025، والنتيجة التي حققها "الخضر"، مؤكدا أنها كانت مفيدة، ومشيرا إلى أن تريض مدينة جدة يقام في أفضل الظروف، باستثناء شبح الإصابات التي ضرب التشكيلة.

"النقطة السلبية الوحيدة في تريض جدة هي الإصابات"

وتحدث مساعد فلاديمير بيتكوفيتش، عن المرحلة الأولى من تريض جدة بعد خوض المباراة الودية الأولى أمام زيمبابوي قبل ملاقة منتخب السعودية غدا الثلاثاء، مبديا أسفه على تعرض عدد من العناصر للإصابات، وقال في تصريحات للتلقيزيون العمومي الجزائري: "التحضيرات تجري في ظروف جيدة من كل الجوانب، سواء من الإقامة أو الإطعام أو التنقل، وحتى الملاعب وأيضا الجانب اللوجستي، ربما النقطة السلبية الوحيدة والتي أثرت على اللاعبين، هي الإصابات، في مقابل هذا الشيء أفادنا من جهة أخرى، لأنه سمح لنا بالوقوف على وضعية كل لاعب من الناحية الصحية، حتى يكون جاهزا مع ناديه خلال المواعيد القادمة، وخاصة للتحضيرات لكأس إفريقيا".

"خرجنا بعدة فوائد من ودية زيمبابوي ولاعبين سجلوا نقاطا كثيرة"

وأكد نغيز أن ودية زيمبابوي حققت أهدافها، وسمحت للطاقم الفني للوقوف على مدى جاهزية اللاعبين والخروج بعدة فوائد، وقال: "استخلصنا العديد من الدروس، الناخب الوطني كانت له فرصة من أجل تجريب خطة فنية جديدة مع لاعبين جدد، وأيضا هناك لاعبين سجلوا نقاط كبيرة لبناء هذا المنتخب مستقبلا، والنتيجة كانت مرضية ومنتجنا الدافع المعنوي وثقة أكثر لتحضير ودية السعودية في ظروف أفضل".

"توقف البطولات العربية سيكون هاجسا لنا وسنعد برنامجا لتحضير الجميع لـ الكان"

وعاد المدرب الأسبق لمولودية الجزائر، للحديث عن الإصابات التي ضربت عدد من اللاعبين، مشيرا أن الطاقم الفني تعامل معها بإيجابية، وسمحت له بالوقوف على وضعية كل لاعب، وتابع: "وقفنا على حالة كل لاعب من الجانب البدني والمهضر البدني قام باختبارات بدنية تحضيرا للشهر المقبل، كما تعلمون، البطولات العربية ستوقف يوم 28 نوفمبر لإفساح المجال لبطولة كأس العرب 2025 في قطر، لذلك فإن بعض العناصر سيمانون من نقص المنافسة وحجم العمل، عكس البطولات الأوروبية التي ستتواصل، حيث ستكون هناك 6 مباريات قبل انطلاق الكان، اعتقد أن مجموعة من اللاعبين سيستفيدون من عامل المنافسة، عكس مجموعة أخرى، وهذه النقطة التي تبدو صعبة للتحضير لكأس إفريقيا، الأهم بالنسبة لنا هو تحضير الجميع قبل البطولة القارية".

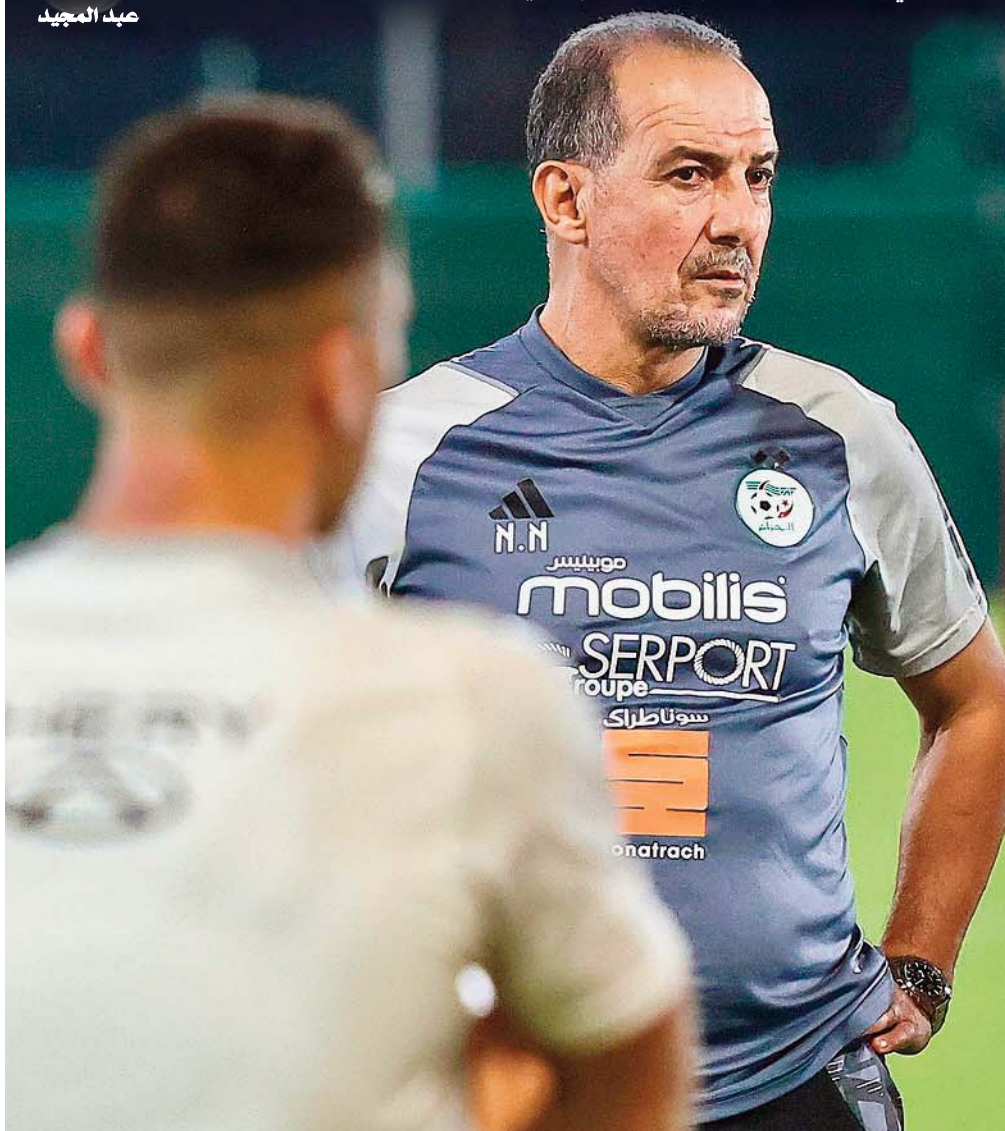
"المدرّب جُزِب خطة جديدة ومنح الفرصة لحد لأكثر من 40 لاعبا حتى الآن"

وعرج ابن مدينة جيجل للحديث عن الجانب الفني والفوائد التي خرج بها بيتكوفيتش من ودية زيمبابوي، مشيرا إلى أن الطاقم الفني استغلها من عدة جوانب، وأردف: "جماعيا كانت للمدرّب فرصة لإجراء خطة جديدة وقمنا بتطبيقها للمرة الثانية، حتى تكون في قمة الجاهزية للكان من جميع النواحي، ونفس الشيء بالنسبة للاعبين، المدرّب منح الفرصة لأكثر من 40 لاعبا طيلة 18 شهر، أتمنى أن تتفاذر مجددا الإصابات وتكون المجموعة حاضرة قبل التحضيرات للمنافسة الإفريقية، وبالنسبة للاعبين الناشطين في البطولات العربية، سنعمل على إيجاد حل في هذا الخصوص".

"قلوبنا مع بلابلي والجزائر كلها تسانده وتدعمه"

وختم نبيل نغيز حديثه بتوجيه رسالة قوية إلى اللاعب يوسف بلابلي الذي تعرض مؤخرا لإصابة خطيرة ستبعده عن الملاعب لفترة طويلة، مؤكدا دعم الطاقم الفني له، وأكمل: "قلوبنا مع يوسف بلابلي، نتمنى له الشفاء العاجل ونحن بجانبه في هذه المرحلة، هو ابننا ونقف معه في هذا الظرف، والجزائر كلها تدعّمه وتسانده، نسأل المولى عز وجل أن تتجح العملية التي سيخضع لها ويعود بسرعة إلى الميادين، لأننا بحاجة للاعب مثل يوسف في بطولاتنا وأيضا بالنسبة للمنتخب الجزائري".

عبد المجيد



ثاني لقاء ودي تحضيري

مصر - الجزائر (اليوم الساعة 15:00)

"الخضر" في آخر "بروفة" قبل كأس العرب

سيكون المنتخب الوطني المحلي، اليوم بداية من الساعة الثالثة بعد الزوال، على موعد مع مواجهة ودية ثانية ضد نظيره المصري، بملعب القاهرة الدولي، ضمن استعدادات المنتخبين لكأس العرب المقرر انطلاقها في الفاتح من شهر ديسمبر المقبل بقطر. وستكون مواجهة اليوم، بمثابة آخر اختبار لأشبال المدرب مجيد بوقرة، قبل الدخول في غمار المنافسة الرسمية بهدف الدفاع عن اللقب العربي الذي توجوا به النسخة القارطة في 2021، وبعد الهزيمة التي تكبدها "الخضر" يوم الجمعة الماضي أمام "الفراعنة" بثلاثية مقابل هدفين سيتعين على الطاقم الفني بقيادة "الماجيك" محاولة تصحيح الأخطاء وتدارك النقصان الذي وقف عليها في الودية الأولى، وخاصة على مستوى الخط الخلفي الذي تعرض لانتقادات لاذعة من قبل الجماهير الجزائرية، بسبب هشاشة الدفاع والأخطاء الفردية الكارثية، بعد الاعتماد على ثنائية أمين مداني وعماد عزّي، في ظل الغيابات العديدة التي ضربت المنتخب، على غرار بدران وإراحة أيوب غزال المتعود على المشاركة كأساسي. وعلى صعيد ذي صلة، وجه الناخب الوطني الدعوة للمدافع الأيسر لفريق شباب قسنطينة، هواري بوش، الذي التحق مساء أول أمس بتريض الفريق بالعاصمة المصرية القاهرة، لتعويض المدافعين نوفل خاسف وعبد القادر بدران المصابان. ومن المقرر أن تشهد التشكيلة الأساسية بعض التغييرات سواء في الدفاع أو وسط الميدان، في محاولة من المسؤول الأول على العارضة الفنية للمنتخب الوطني لإيجاد التوليفة المناسبة قبل الدخول في غمار منافسة كأس العرب المقرر إجراؤها خلال الفترة الممتدة من 01 ديسمبر إلى 18 من نفس الشهر بقطر. كما ستكون ودية مصر بمثابة امتحان حقيقي لبعض العناصر لتأكيد أحييتها في التواجد ضمن القائمة النهائية المعنية بالبطولة العربية، حيث سيكون التريض الحالي بمصر فرصة بالنسبة لـ "الماجيك" لتحديد خياراته في منافسة كأس العرب. وما يتوجب الإشارة إليه، أن المدرب بوقرة، قد صرح بأن القائمة المعنية بالمشاركة في كأس العرب، توجد في مفكرته بنسبة كبيرة، وكل شيء سيتحدد على ضوء التريض الحالي والاجتماع المرتقب بينه وبين فلاديمير بيتكوفيتش في الأيام القليلة المقبلة، من أجل ضبط الألائحة النهائية المعنية بكل من "الكان" وكأس العرب، بناء على الاتفاق الواقع بين الرجلين من قبل. يذكر أن المنتخب الجزائري (حامل لقب النسخة الأولى) تأهل مباشرة إلى نهائيات كأس العرب 2025. وسيخوض "الخضر" المنافسة في قطر ضمن المجموعة الرابعة إلى جانب العراق والفازين من مواجهتي الملحق البحرين - جيبوتي ولبنان - السودان، المقررتين يوم الأربعاء 26 نوفمبر.

عبد المجيد

بعد تألقه اللافت منذ بداية الموسم

مشاركة بلغالي في "الكان" تثير قلق إدارة فيروننا

أيدت إدارة نادي هيلاس فيرونا الإيطالي، قلقها بسبب احتمال غياب اللاعب الدولي الجزائري رفيق بلغالي لأزيد من شهر كامل عن الفريق بسبب مشاركته في نهائيات كأس أمم إفريقيا 2025. ومن المرتقب أن يكون الظهير الأيمن لـ "الخضر" حاضرا ضمن قائمة الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش المعنية بخصوص "الكان" المقرر إجراؤه خلال الفترة الممتدة من 21 ديسمبر حتى 18 جانفي المقبلين، وهو ما يعني إبتعاده عن ناديه الإيطالي لمدة قد تتجاوز الشهر في حال بلوغ رفقاء القائد رياض محرز أدوار متقدمة من المنافسة القارية. وأشارت صحيفة "كورييري دي فيرونا"، التي تهتم بأخبار نادي هيلاس فيرونا، إلى أن إدارة الأخير وإلى جانب الاهتمامات المتزايدة بخدمات رفيق بلغالي من قبل عدة أندية أوروبية، بعد مستوياته الكبيرة منذ بداية الموسم الجاري، أيدت قلقها أيضا، من إمكانية مشاركته مع المنتخب الوطني في كأس أمم إفريقيا، وهو ما سيحرم الطاقم الفني

للنادي الإيطالي من خدمات أحد أكثر لاعبيه فعالية هذا الموسم، مشيرة أن المدرب باولو زانيتي يبحث يدرس من سيحل محله بعيدا عن أي خيارات محتملة في سوق الانتقالات الشتوية المقبلة. ويعد بلغالي، أحد أبرز ركائز نادي هيلاس فيرونا خلال الموسم الحالي، حيث شارك في جميع مباريات الفريق بـ "الكالتشيو" حتى الآن (11 مباراة) بجمع 755 دقيقة، منها 8 كأساسي، وهو ما يعكس الثقة الكبيرة التي يحظى بها من قبل المدرب الإيطالي. ويعتبر اللاعب السابق لنادي ميلان البلجيكي، من بين الخيارات التي يراهن عليها الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش خلال كأس أمم إفريقيا القادمة، وذلك في ظل الإصابات المتكررة التي يعاني منها مدافع السد القطري يوسف عطال، فضلا عن إصابة محمد فارسي التي قللت من حظوظ التواجد في "الكان"، مع الإشارة إلى أن بلغالي الذي تلقى شهر أكتوبر الماضي أول دعوة له لتقمص ألوان "الخضر" شارك حتى الآن في 3 مباريات كلها كأساسي، وأخرها ودية زيمبابوي يوم الخميس الماضي، بمدينة جدة السعودية خلال التريض التحضيري الذي يجريه المنتخب الوطني هناك، كما سيكون اللاعب البالغ من العمر 23 سنة، أمام فرصة أخرى لتأكيد إمكانياته وكسب ثقة التقني السويسري في اللقاء الودي الثاني أمام السعودية هذا الثلاثاء.

عبد المجيد





بوداوي وعمورة يغيبان عن ودية "السعودية" بداعي الإصابة

أكد الاتحاد الجزائري لكرة القدم، أمس الأحد، في بيان رسمي غياب ثنائي المنتخب الوطني، هشام بوداوي ومحمد الأمين عمورة، عن المباراة الودية المقررة غدا الثلاثاء أمام السعودية، بسبب الإصابات التي تعرضا لها خلال تربية نوفمبر الجاري في جدة. وأوضح البيان أن بوداوي، الذي كان يخضع منذ بداية المعسكر لبرنامج تأهيلي خاص نتيجة آلام مستمرة، لم يستطع استعادة جاهزيته بشكل كامل، ما دفعه إلى الانسحاب من اللقاء، كما ذكر البيان أن عمورة يعاني من إصابة طفيفة، وقد تقرر السماح له بالعودة إلى ناديه لمتابعة العلاج وتجنب تفاقم الحالة. وأشارت الفاف، إلى أن هذه الغيابات تأتي ضمن سلسلة من الإصابات التي أثرت على تحضيرات المنتخب، مؤكدا حرص الطاقم الفني بقيادة فلاديمير بيتكوفيتش على حماية اللاعبين وضمان جاهزية الفريق في المباريات المقبلة.. ويشكل غياب اللاعبين ضربة للمنتخب الوطني، الذي يسعى لاستغلال المباريات الودية لاختبار العناصر المختلفة وتحضير الفريق للمنافسات المقبلة، في ظل الضغوطات والإصابات التي ضربت التشكيلة منذ بداية التبرص.

وسيم

بداية رحلة العودة إلى الملاعب...

يوسف بلايلي في الدوحة لإجراء عملية جراحية في الرباط الصليبي

وصل الدولي الجزائري يوسف بلايلي، مهاجم الترجي التونسي، إلى العاصمة القطرية الدوحة، لإجراء عملية جراحية دقيقة على مستوى الرباط الصليبي، بعد الإصابة الخطيرة التي تعرض لها في الركبة اليمنى. وحسب مصادر مطلعة لموقع "وين وين"، فقد توجه اللاعب، أمس الأحد، إلى مستشفى "أسيبتار" الرياضي، حيث أجرى جلسة تقييم دقيقة مع الطبيب المشرف على حالته. وركز اللقاء على دراسة وضعه الصحي والتأكد من جاهزيته لإجراء العملية خلال الأسبوع الجاري دون أي تأخير. وخلال الاستشارة الطبية، أطلع الطبيب على تفاصيل إصابة بلايلي بعد سقوطه المؤلم على ركبته اليمنى، وناقش اللاعب مع الفريق الطبي كافة خطوات التدخل الجراحي وخطة العلاج والتأهيل التي ستبدأ مباشرة بعد العملية، وأكد المصدر أن إجراء العملية في أقرب فرصة خلال هذا الأسبوع يعد خطوة أساسية لتسريع رحلة إعادة التأهيل الطويلة. الرسائل الداعمة لم تتوقف، فالمنتخب الوطني والاتحاد الجزائري أكدوا وقوفهم الكامل إلى جانب يوسف بلايلي، فيما شددت إدارة الترجي على تمسكها باللاعب، مؤكدة أن عقده سيظل ساريا وأنه "ابن النادي" مهما طالت فترة الغياب.

وسيم



تركيز بدني وتكتيكي...

المنتخب الوطني يواصل استعداداته لمواجهة "السعودية"

يواصل المنتخب الوطني الجزائري استعداداته المكثفة للمباراة الودية المرتقبة أمام المنتخب السعودي، وسط أجواء مفعمة بالتركيز والثقة، خاصة بعد عودة عدد من الركائز الأساسية إلى التدريبات بشكل طبيعي، وعلى رأسهم إسماعيل بن ناصر وجوان حجام، اللذان أثارا القلق في ودية زيمبابوي قبل أن يؤكدوا تعافيهما الكامل.

بن ناصر وحجام جاهزان لودية "الأخضر"

تلقى الطاقم الفني للمنتخب الوطني، بقيادة السويسري، فلاديمير بيتكوفيتش، دفعة قوية قبل مواجهة الودية أمام السعودي، المقررة غدا الثلاثاء، بعد تأكد جاهزية الثنائي إسماعيل بن ناصر وجوان حجام للمشاركة، وذلك عقب المخاوف التي أثيرت بشأن حالتهم الصحية خلال لقاء زيمبابوي الماضي وكان متوسط ميدان ميلان قد غادر أرضية الميدان في الدقيقة 68، فيما اضطر مدافع يونغ بويز السويسري للخروج في الدقيقة 69، وسط قلق كبير بعد نقله على نقالة عقب نهاية المباراة، كما ظهر التأثير واضحا على بن ناصر أثناء مغادرته الملعب، وهو ما زاد من الشكوك حول إمكانية لحاقه بالمواجهة القادمة. غير أن الحصة التدريبية الرئيسة التي خاضها "الأخضر" بعد يوم الراحة، جاءت بإخبار مطمئنة، حيث شارك اللاعبان بشكل طبيعي دون أي مؤشرات سلبية، ليؤكدوا تعافيهما وقدرتهما على خوض اللقاء الودي القادم.

بيتكوفيتش يرفع من وتيرة العمل مع التركيز على الجانب التكتيكي

ويركز الطاقم الفني، خلال التحضيرات الحالية على معالجة أبرز النقاط التي ظهرت في اللقاء الأخير مع رفع النسق البدني للاعبين وإدخال جملة من الورشات الفنية التي تهدف إلى تحسين التمرکز، وسرعة الانتقال بين الخطوط، وعلى رأسها الفاعلية الهجومية والانتشار السليم في وسط الميدان، إضافة إلى تحسين ردة الفعل الدفاعية في الكرات الثابتة. كما يعمل المدرب على خلق انسجام أكبر بين اللاعبين العائدين والجدد، بهدف رسم صورة أوضح عن التشكيلة المثالية التي ستكون قادرة على تحمل المسؤولية في المواعيد القادمة، خصوصا في ظل ارتفاع مستوى المنتخبات المنافسة قاريا.

تغييرات مرتقبة على التشكيلة

وتشير المعطيات الأولية إلى أن الناخب الوطني سيجري تعديلات مهمة على التشكيلة التي لعبت أمام زيمبابوي، في محاولة لتجريب أكبر عدد من اللاعبين والوقوف على جاهزيتهم البدنية والفنية قبل الدخول في الاستحقاقات الرسمية المقبلة. ومن بين الأسماء المرشحة بقوة للعودة إلى التشكيل، الحارس أليكسيس قندوز الذي ينتظر أن ينال فرصة اللعب أساسيا، إلى جانب المدافع المخضرم عيسى ماندي، وصانع الألعاب حسام عوار، إضافة إلى القائد رياض محرز الذي استعاد كامل جاهزيته البدنية بعد خضوعه لبرنامج خاص. هذه الخيارات تمنح الطاقم الفني خيارات أكبر، وتسمح له ببناء رؤية أوضح حول معالم التشكيلة الأساسية التي سيعتمد عليها في المواعيد القادمة، خاصة مع تزايد المنافسة بين اللاعبين في أغلب المراكز.

أجواء إيجابية ورغبة قوية في الظهور بشكل أفضل

وتسود مركز تحضيرات "الأخضر" أجواء مريحة ورغبة قوية لدى اللاعبين في إقناع الطاقم الفني بنيل ثقة المشاركة، حيث ظهر الجميع بانضباط كبير خلال التدريبات، مدفوعين برغبة لإظهار صورة المنتخب القوية وتقديم أداء مقنع أمام منافس محترم مثل المنتخب السعودي الذي يحضر بدوره لاستحقاقات مهمة، كما يهدف المنتخب الوطني من خلال هذه الودية إلى تصحيح بعض الجوانب التي برزت في لقاء زيمبابوي، خصوصا على مستوى الانتشار داخل الملعب، وتنشيط الجانب الهجومي، وتحسين الفعالية في إنهاء الهجمات، وهي أمور اعتبرها الطاقم الفني ضرورية قبل خوض المباريات الرسمية القادمة. وينتظر أن تختتم التحضيرات بحصة أخيرة عشية اليوم، يضع خلالها الطاقم الفني اللمسات النهائية على الخطة والتشكيلة المنتظرة لمواجهة "الأخضر" السعودي، في اختبار ودي مهم قبل دخول المنافسة الرسمية.

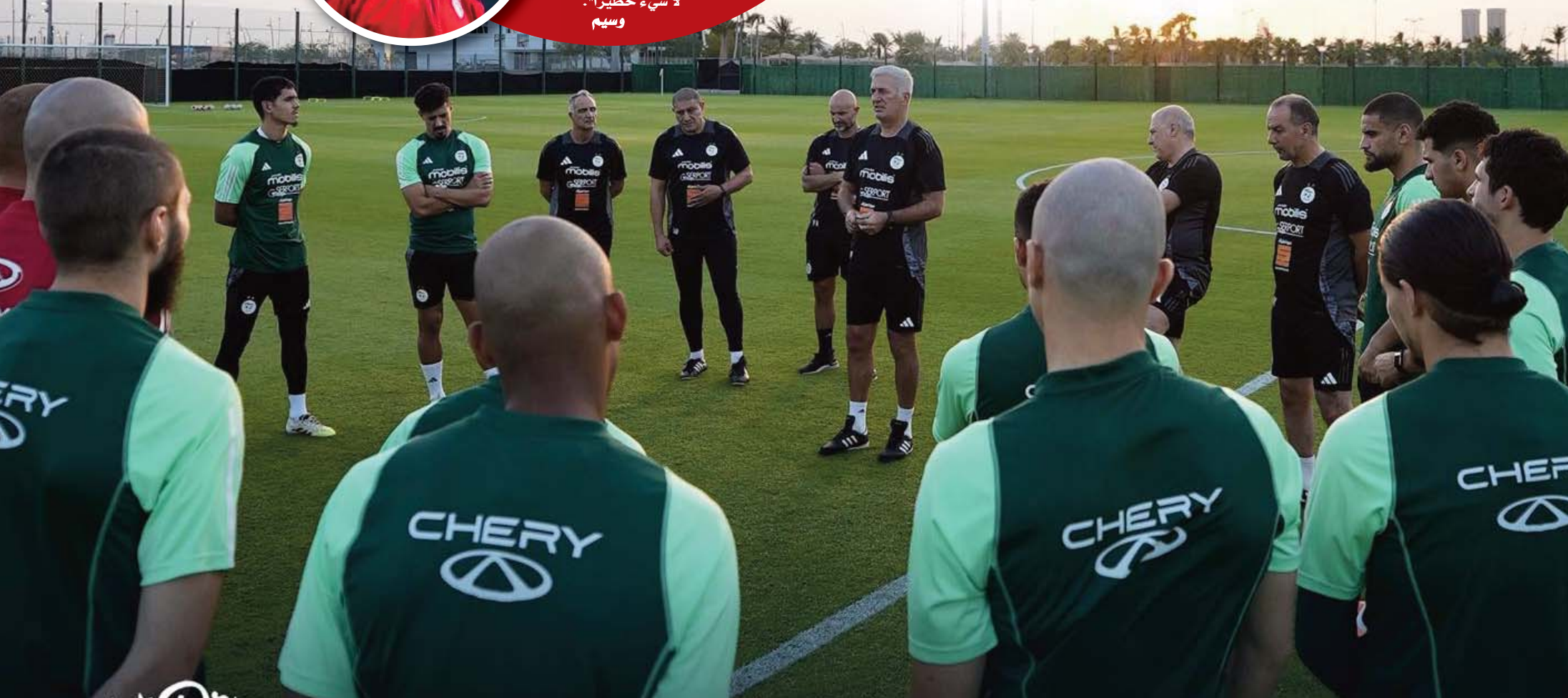
وسيم

بعد
عودته للملاعب
مع غانغون - صهييب ناير:

"الإصابات مرهقة لكن سعادتي بالملاعب لا توصف"

عاد المدافع الجزائري، صهييب ناير، ليسجل حضوره مع الفريق الأول لغانغون بعد أربعة أشهر كاملة من الغياب عن الميدان بسبب إصابة معقدة في الكاحل، مؤكدا جاهزيته ورغبته القوية في استعادة مستواه المجهود. ناير، الذي شارك في مواجهة كأس فرنسا أمام لوكمبيني، بدا سعيدا ومتحمسا عقب عودته، حيث عبّر عن ارتياحه الكبير لاستعادة أجواء المنافسة. وقال اللاعب في تصريحات لقناة نادي غانغون، عقب اللقاء: «بصراحة- اللعب مع الفريق الأول أو حتى مع الرديف شيء يمتدح متعة كبيرة، نحن لاصوب كرة قدم، وطبيعي أننا نريد اللعب فقط»، قبل أن يضيف: «الإصابات أمر مرهق جدا بالنسبة لنا، لذلك أشعر بسعادة حقيقية بعد عودتي». ورغم عودته القوية، لم يخف ناير أن بعض الألام لا تزال ترافقه عقب العملية، لكنه شدد على أنها آلام طبيعية وغير مثيرة للقلق، وقال: «حين أجريت العملية أخبروني بأن بعض الألام ستستمر، خاصة عند ضرب الكرة بقوة، أو عند الاحتكاكات المباشرة، أو خلال سوء الإبعاد، كنت أتوقع ذلك، وما شعرت به اليوم مجرد ألم بسيط، لا شيء خطير».

وسيم



البطولة المحلية

■ بعد سقوط ورقة التونسي الشابي

إدارة وفاق سطيف في مفاوضات متقدمة مع الصربي ميتشو

تسابق إدارة نادي وفاق سطيف الزمن من أجل حسم خليفته المدرب توفيق روايح الذي غادر منصبه رسميا الأسبوع الماضي، حيث كشفت مصادر مقربة من بيت النادي السطايفي، أنّ المدير الرياضي عز الدين أعراب دخل في مفاوضات مع مدرب صربي للإشراف على العارضة الفنية للفريق فيما تبقى من الموسم الكروي الجاري. وحسب ذات المصادر، فقد وصلت إدارة "النسر الأسود"، إلى مرحلة متقدمة في مفاوضات مع التقني الصربي ميلوتان سريديوفيتش، بعد اتفاق الطرفان على أغلب تفاصيل العقد، مشيرة أنّ النادي السطايفي أرسل دعوة رسمية لـ "ميتشو" من أجل القدوم إلى الجزائر لترسيم الأمور، حيث من المرتقب أن يكون التوقيع خلال الأيام القليلة المقبلة. ويمتلك التقني الصربي خبرة كبيرة في كرة القدم الإفريقية وهو الذي سبق له تدريب العديد من الأندية، على غرار أورلاندو بيراتس الجنوب إفريقي، الزمالك المصري، المريخ والهلال السوداني، يونغ أفريكانز التنازي، فضلا عن منتخبات رواندا، أوغندا، زامبيا وليبيا، وهو ما سيساعد وفاق سطيف كثيرا، من أجل العودة مجددا إلى الساحة الإفريقية مجددا. يأتي هذا في وقت سقطت فيه ورقة المدرب التونسي لسعد الشابي بصفة رسمية، رغم تواصل الطرفان لاتفاق نهائي، وحسب ما ذكرته صحيفة "ديوان اف ام" أمس فإن لسعد الشابي جردة لن يدرّب وفاق سطيف رغم الاتفاق الرسمي والتوقيع الإلكتروني على العقد، ويعود سبب تراجع لسعد الشابي عن تدريب أصحاب اللونين "الأبيض والأسود" إلى ظروف عائلية بعد مرض زوجته مما أدى إلى سفره بصفة مستعجلة إلى النمسا. ويعمل المدير الرياضي عز الدين أعراب على إنهاء ملف المدرب الجديد في أسرع وقت ممكن، وذلك قبل العودة إلى أجواء المنافسة الرسمية يوم الخميس المقبل، بمواجهة مولودية وهران، لحساب الجولة الـ 12 من الرابطة المحترفة الأولى. ويحتل النادي السطايفي المرتبة الـ 12 في جدول الترتيب العام، برصيد 11 نقطة، بفارق نقطة وحيدة عن المركز الـ 14 المؤدي إلى السقوط إلى القسم الثاني في نهاية الموسم.

سفيان ع.

قبل مواجهة الهلال السوداني في "الشامبينز ليغ"

منزلة وبانغورا يعودان إلى التدريبات بعد 3 أشهر من الغياب

زفت إدارة مولودية الجزائر خبرا سارا لأناصر الضيق، بعد الإعلان عن عودة الثاني عبد القادر منزلة ومحمد ساليو بانغورا، إلى أجواء التدريبات الجماعية، بعد تخلص اللاعبين من الإصابات، وخضوعهما لتدريبات فردية شاقة، وهي المستجدات التي ستريح حتما المدرب رولاني موكوينا الذي عانى كثيرا بسبب كثرة الغيابات جراء الإصابات المتكررة. وكان اللاعبان قد أصيبا خلال فترة التحضيرات التي سبقت الموسم الحالي، ما جعلهما خارج حسابات الطاقم الفني الجديد بقيادة المدرب الجنوب إفريقي، رولاني موكوينا، ونشرت إدارة نادي مولودية الجزائر، سهرة السبت فيديو عبر المنصات الرقمية للضيق، يظهر عودة المدافع منزلة والمهاجم بانغورا إلى التدريبات مع المجموعة، أين لقي الثاني ترحابا كبيرا من زملائهما وكذا الطاقم الفني، حيث ستشكل هذه العودة إضافة نوعية لبطل الجزائر في الموسمين الماضيين، إذ سيخفف منزلة الضغط على ثنائي محور الدفاع عبد اللاوي وغزالة اللذين شاركوا في كل المقابلات منذ بداية الموسم، فيما سيعود هدايف الفريق بانغورا إلى منصب رأس الحربة وهو الذي توهج بشكل لافت منذ التحاقه بالنادي منتصف الموسم الماضي، ويمتدح الحلول للتقني الجنوب إفريقي الذي لا يزال يبحث عن التوليفة، بالنظر للتغيرات الكثيرة التي يجريها على التشكيلة بسبب الغيابات الاضطرارية بداعي الإصابات، إذ لم يتدرّب الفريق لحد الآن بتعداد مكتمل منذ بداية الموسم الحالي. وتأتي هذه الأخبار السارة في وقت يستعد فيه "العميد" لدخول منافسة دور المجموعات لرابطة أبطال إفريقيا بمواجهة الهلال السوداني، يوم 21 نوفمبر الجاري، على ميدان ملعب أمأهورو بمدينة كينغالي بداية من الساعة 15:00 بالتوقيت الجزائري، حيث سيشهد الفريق الرحال غدا الثلاثاء إلى العاصمة الرواندية، علما بأن النادي العاصمي يناقش ضمن المجموعة الثالثة التي تضم أيضا صن داوونج الجنوب إفريقي ونادي لوبوبو الكونغولي. ويصمم النادي على بداية موسم مثالية حيث يتصدر جدول ترتيب الرابطة المحترفة برصيد 22 نقطة من ثماني مباريات مع امتلاكه ثلاث مباريات متأخرة، فضلا على بلوغ دور مجموعات رابطة أبطال إفريقيا.

حكم غيني لإدارة مواجهة الهلال

وفي سياق متصل، أسندت لجنة التحكيم في الاتحاد الإفريقي لكرة القدم، مهمة إدارة مباراة الهلال السوداني ومولودية الجزائر، لحساب الجولة الأولى من دور مجموعات رابطة الأبطال، للحكم الغاني تشارلز بينلي بولو، بحسب ما أعلنت عمه إدارة "العميد"، وذلك بمساعدة مواطنيه، بول كودزو أتيمكا ونيوفيلوس أبرينغا أكوغري، بالإضافة للحكم الرابع بليس ياو سلورم.

الإدارة تبرم عقد شراكة جديد

إلى ذلك، تواصل إدارة مولودية تحركاتها لضمان مداخلة مالية جديدة للفريق، وذلك بعدما أعلنت أمس، عن توقيع عقد شراكة جديدة مع شركة "إفري" الجزائرية لإنتاج المياه المعدنية، في خطوة لتعزيز المكانة المالية للنادي العاصمي وتوفير دخل جديد إضافي ضمن مشروعها الاحترافي، حيث أصبحت "إفري" ثالث ممول للنادي بعد "أوريدو" و"هيسانس".

سفيان ع.

اتحاد العاصمة

محروزي إلى مستشفى "أسبيتار" لتلقي علاج مكثف

تنقل مدافع اتحاد العاصمة ريان محروزي أمس إلى قطر لإجراء فحوصات طبية معمقة وتلقي برنامج علاجي مكثف بمستشفى "أسبيتار"، متخصص في الطب الرياضي، بعد إصابته على مستوى العضلة الضامة، حسب ما أفاد به النادي الناشط في بطولة الرابطة المحترفة الأولى عبر حساباته على مواقع التواصل الاجتماعي. وقد شكرت إدارة النادي العاصمي في بيانها "الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وعلى رأسهم مسؤولها الأول وليد صادي، على الجهود الكبيرة المبذولة لتسهيل نقل اللاعب إلى مستشفى أسبيتار، وهي المبادرة التي كانت له أثر إيجابي كبير على معنويات محروزي وتحفيزه لمواصلة برنامج العلاج". كما تمتنت إدارة نادي "سوسطارة" الشفاء العاجل للاعب ريان محروزي والعودة القوية للمشاركة مع الفريق بأفضل جاهزية. ويعاني الظهير الأيمن لنادي اتحاد الجزائر، البالغ من العمر 21 عاما، من ألم في العضلة الضامة أبعده عن الملاعب لأكثر من شهر حيث اعتبرت الإدارة الإصابته طفيفة، لكنها أصبحت مصدر قلق حقيقي للاعب، الذي يعد عنصرا أساسيا في تشكيلة المدرب عبد الحق بن شيخة. ويحتل اتحاد العاصمة حاليا المركز السادس في ترتيب بطولة الرابطة المحترفة الأولى برصيد 14 نقطة ومبارتين متأخرتين.

سفيان ع.

مراد العقبي يوافق على تدريب اتحاد خنشلة

كشفت تقارير صحفية أمس، بأن إدارة اتحاد خنشلة توصلت لاتفاق نهائي مع المدرب التونسي مراد العقبي، من أجل تولي زمام العارضة الفنية فيما تبقى من الموسم الجاري خلفا للمدرب جيلالي بهلول. وكانت إدارة الرئيس وليد بوكرومة، قامت خلال الأسبوع الماضي، بفسخ عقد بهلول بالتراضي، بسبب التراجع الكبير في نتائج الفريق الذي اكتفى بفوز وحيد و4 هزائم خلال آخر 5 مباريات له في الرابطة المحترفة الأولى. وأكد موقع "ديوان أف أم" التونسي، أنّ المدرب مراد العقبي اتفق رسميا مع رئيس نادي اتحاد خنشلة من أجل توليه مهمة تدريب الفريق، فيما تبقى من الموسم، مشيرة أنه ومن المنتظر أن يباشر العقبي مهامه هذا الأسبوع، استعدادا لمواجهة شبيبة الساورة يوم السبت المقبل، برسم الجولة الـ 12 من الرابطة المحترفة الأولى، يشار إلى أنّ العقبي درب سابقا نادي اتحاد خنشلة سنة 2023 في 5 مباريات حيث فاز في 3 وهزم في 2 قبل أن يغادر بسبب اجتيازه لاختبارات شهادة "الكاف برو" بتونس.

سفيان ع.



الوناس قواوي يعزز الطاقم الفني لـ "الحواتمة"

أعلنت إدارة ترجي مستغانم، مساء أول أمس، عن انضمام الحارس الدولي السابق الوناس قواوي إلى الطاقم الفني لفرقها الناشط في بطولة الرابطة الأولى لكرة القدم، حيث سيتولى منصب مدرب الحراس في تجربة جديدة له ضمن مجال التدريب. ويأتي هذا الاستقدام يوما واحدا بعد تعاقد النادي مع المدرب التونسي حاتم ميساوي، الذي يخلف زميله نذير لكاناوي. وكان الأخير قد التحق بالترجي منتصف الموسم الماضي وساهم في إنقاذه من العودة إلى الرابطة الثانية، التي غادرها الترجي في نهاية موسم 2023 - 2024. وجاءت انطلاقة الترجي هذا الموسم دون التطلعات، إذ يحتل الفريق المرتبة الـ 15 وما قبل الأخيرة برصيد 8 نقاط بعد مرور 11 جولة، حقق خلالها انتصارتين وتعادلين مقابل سبع هزائم. وسيوافج الترجي في الجولة المقبلة فريق اتحاد الجزائر بملاعب بومزراق بالشلف، وذلك بعد غلق ملعب الرائد فراج بمستغانم لإخضاعه لعملية إعادة تهيئة، خاصة على مستوى أرضيته ذات العشب الطبيعي.

سفيان ع.

مباراة مقدمة عن الجولة الـ 12 من الرابطة المحترفة

ترجي مستغانم - اتحاد العاصمة (اليوم سا 16:00)

"سوسطارة" لاستعادة نغمة الانتصارات والترجي أمام حتمية التدارك

يحتضن ملعب محمد بومزراق في الشلف، مساء اليوم، بداية من الساعة الرابعة، مواجهة واحدة بين ترجي مستغانم وضيغه اتحاد العاصمة، في مباراة مقدمة عن الجولة الـ 12 من الرابطة المحترفة الأولى والتي ستتواصل فعاليتها أيام 20، 21 و22 نوفمبر. ترجي مستغانم (المركز الـ 15 بـ 8 نقاط)، الذي تجرع مرارة الهزيمة في مبارياته الخمس الأخيرة، ليس أمامه أي مجال للخطأ أمام تشكيلة النادي العاصمي (المركز الثامن بـ 14 نقطة) التي سجلت من جهتها سلسلة أربع مباريات دون الهزائم في كل المنافسات. إدارة ترجي مستغانم التي تعاقدت يوم السبت مع المدرب التونسي حاتم الميساوي خلفا لنذير لكاناوي بعد سلسلة النتائج السلبية، تأمل أن يحمل هذا التغيير على العارضة الفنية للفريق النتائج المرجوة وأن يعيد الترجي للسكة الصحيحة. أما اتحاد العاصمة الذي يشرف على تدريبه، عبد الحق بن شيخة، فسوف يخوض هذا الموعد بنية الحفاظ على ديناميكيته الإيجابية ومواصلة حصص النتائج الموفقة، لا سيما وأن الفوز سيسمح لأصحاب اللوئين "الأحمر والأسود" بالتموقع غير بعيد عن ثلاثي المقدمة قبل إجراء اللقاءين المتأخرين للنادي العاصمي. ويطمح رفقاء غشة الذين تعادوا في الجولة الماضية أمام شباب بلوزداد في الداربي، إلى استعادة نغمة الانتصارات مجددا، ورفع معنوياتهم قبل دخول غمار منافسة كاس "الكاف"، وذلك يوم الأحد المقبل أمام سان بيدرو الإيفواري برسم الجولة الأولى من دور المجموعات. للإشارة، أنه تم نقل هذه المباراة إلى ملعب بومزراق بالشلف بسبب أشغال الترميم الجارية حاليا بملعب محمد بن سعيد بمستغانم.

سفيان ع.



بعد تتويجهن بكأس السوبر

صادي يهنئ سيدات شبيبة القبائل

هنأ رئيس الاتحاد الجزائري لكرة القدم "الضاف"، وليد صادي، سيدات فريق شبيبة القبائل، نظير تتويجهن بلقب كأس السوبر 2025. ونشر الاتحاد الجزائري لكرة القدم، عبر صفحته الرسمية، رسالة التهنئة التي وجهها صادي، باسمه، ونياحة عن أعضاء مكتبه القيادي، لسيدات شبيبة القبائل. كما حرصت "الضاف"، على التذكير، بأن فريق شبيبة القبائل لسيدات، كان قد توج نهاية الموسم الماضي، بلقب كأس الجزائر. وكان فريق شبيبة القبائل قد توج بكأس الجزائر الممتازة للسيدات 2025، عقب فوزه على فتيات أقبو، مساء أول أمس بنتيجة (0-1) في اللقاء الذي جرى بملاعب مصطفى تشاكر.



بالبلدية. وسجلت هدف الشبيبة، اللاعبة البديلة نادية إيوانوغان، في الدقيقة (79) عقب كرة مرتدة من مخالفة ارتطمت بالعارضة الأفقية لحارسه فتيات أقبو. وبقيادة المدربة نعيمة لعوادي، اللاعبة الدولية السابقة، تتمكن شبيبة القبائل من تحقيق ثنائية كأس الجزائر والكأس الممتازة لهذه السنة. وحقت سيدات "الكناري" لقب الطيبة 24 لكأس الجزائر (كبريات). بعد فوزه في النهائي الذي جرى مطلع ماي الفارط بملاعب تشاكر بالبلدية أيضا، على نفس الفريق، فتيات أقبو بنتيجة (3-1). وتجمع مباراة الكأس الممتازة حامل لقب البطولة الوطنية مع الفريق المتوج بكأس الجزائر من كل سنة. وفي البطولة الوطنية، للقسم الأول (سيدات) لكرة القدم، تحتل الشبيبة حاليا المرتبة الخامسة برصيد 9 نقاط ناقص مباراة، في الوقت الذي تحتل فيه فتيات أقبو الصف الثاني بمجموع 12 نقطة ناقص مباراة كذلك، وهذا بعد مرور خمس جولات.

مهدي

تحضيرا لبطولة العالم 2025:

المنتخب الوطني للكراتي دو في تربص تحضيري بفوكة

يخوض المنتخب الوطني للكراتي دو تربصا مغلقا بمركز تحضير المنتخب الوطنية بفوكة (تيبازة)، تحسبا لبطولة العالم للكراتي دو، في الفريدي أكابر (كومييتي وكاتا)، المقررة من 27 إلى 30 نوفمبر الجاري بمصر. وجاء في بيان الاتحادية، "سيرف التربص التحاق الرياضيين المتأهلين في اختصاصي الكاتا والكومييتي تباعا، إلى غاية اكتمال التعداد النهائي للمنتخب، وذلك في إطار البرنامج التحضيري المسطر لهذه المنافسة العالمية". ويتواصل هذا التربص إلى غاية موعد سفر الوفد الوطني إلى القاهرة، في خطوة تهدف إلى ضمان أفضل جاهزية بدنية وفنية قبل دخول غمار بطولة العالم". وستكون الجزائر ممثلة بـ 11 مصارعا في بطولة العالم للكراتي دو. وسيشارك المنتخب الوطني في منافسات الكومييتي بخمس مصارعات لدى السيدات وهن: سيليا ويكان (وزن أقل من 50 كلغ)، لويزة أبوريش (أقل من 55 كلغ)، خديجة غلام (أقل من 61 كلغ)، كريمة مكاي (أقل من 68 كلغ) وشيماء أوديرة (أكثر من 68 كلغ). أما لدى الرجال، فسيمثل الجزائر كل من: أيوب أنيس حلاسة (أقل من 67 كلغ)، أسامة زيد (أقل من 75 كلغ)، فلاح ميدون (أقل من 84 كلغ) وحسين داخي (أكثر من 84 كلغ). وفي منافسات الكاتا، ستكون الجزائر ممثلة بكل من: ريمان دحلب ويوسف زياد. وتعد بطولة العالم 2025 للفريدي للكراتي دو، الموعد الأبرز على الساحة الدولية، إذ تجمع أفضل 32 مصارعا من كل فئة وزن على مستوى العالم. وتتصدر قائمة المشاركين دول على غرار مصر، أستراليا، إيطاليا واليابان التي ستشارك كل منها بفريق كامل مكون من 12 رياضيا، فيما تأتي الجزائر في المرتبة الموالية بـ 11 مصارعا، تليها كل من فرنسا وإيران بعشرة مشاركين لكل منهما.

مهدي

ترتيب أحسن الأندية الإفريقية لسنة 2025:

أربعة فرق جزائرية ضمن الأندية العشرين الأولى قاريًا

تتواجد أربعة أندية جزائرية من الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس"، ضمن أفضل الأندية الإفريقية العشرين الأولى لسنة 2025، حسب الترتيب الذي كشف عنه الاتحاد الدولي لتاريخ وإحصائيات كرة القدم. ويتصدر نادي مولودية الجزائر، حامل لقب البطولة الوطنية للموسمين الماضيين، ترتيب الأندية الجزائرية الأربعة باحتلالها المركز 12 إفريقيًا، بمجموع 97.5 نقطة، متبوعة بفريقها الدائم، اتحاد الجزائر، حاملة كأس الجزائر والمتواجد في المركز 13 برصيد 93 نقطة. أما شباب بلوزداد الذي أخفق في نهائي كأس الجزائر للموسم 2025، واحتل المركز الثالث في ترتيب البطولة الوطنية، فيتواجد في الصف 14 بمجموع 92 نقطة. الفريق الجزائري الرابع المتواجد ضمن الأندية الإفريقية العشرين الأوائل لسنة 2025، فهو شباب قسنطينة الذي نشط الدور نصف النهائي لكأس الكونفدرالية، حيث جاء في المركز 15 بـ 78 نقطة. واحتل الناديان المصريان نادي بيراميدز (235.5 نقطة)، حامل لقب كأس رابطة أبطال إفريقيا، والأهلي المصري (190.5 نقطة).

القسم الوطني الأول لكرة الطاولة

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

مهدي

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

المرتبعتان الأوليان لأحسن الأندية الإفريقية، متبوعين بالترجي التونسي الذي يلعب له الدوليان الجزائريان محمد أمين تونغاي ويوسف بلايلي والذي حل ثالثا في الترتيب القاري.

إعانة

مالية تفوق

15 مليون دج

لفائدة سريع

غليزان

استفادت إدارة نادي سريع غليزان من إعانة مالية من السلطات المحلية للولاية، بقيمة 15 مليون دينار، حسب علم أمس من هذا النادي الناشط في بطولة ما بين الجهات لكرة القدم (مجموعة الغرب). وتأتي هذه المساعدة في سياق رياضي إيجابي بالنسبة لهذا الفريق، الذي يقدم موسما ناجحا بشكل لافت. ويحقق "السريع" حاليا مسارا مميزا، إذ يتصدر البطولة برصيد 22 نقطة، متقدما بفارق نقطتين عن ملاحقه المباشر، اتحاد سيدي محمد بن علي. ويسجل الفريق حصيلة قوية، بسبع انتصارات وتعادل واحد ودون أي هزيمة منذ بداية الموسم. وتغذي هذه الديناميكية الإيجابية طموحات كبيرة، إذ يهدف "السريع" إلى العودة إلى الرابطة الثانية، التي غادرها منذ ثلاثة مواسم، بعد عام واحد فقط من فقدائه آنذاك مكانته ضمن أندية النخبة. وتامل إدارة السريع، برئاسة العائد محمد حمري، أن تساهم هذه الإعانة المالية في استقرار وضعه النادي، وتعزيز التشكيلة، ودعم مسار فريق عازم على استعادة مكانته في أعلى مستوى لكرة القدم الجزائرية، وفق نفس المصدر.

مهدي



البطولة الوطنية للفروسية:

تتويج فريق الحرس الجمهوري باللقب بتيارات

توج فريق الحرس الجمهوري للجزائر العاصمة بلقب البطولة الوطنية للفروسية "الأمير عبد القادر" للفروسية حسب الفرق، التي أقيمت السبت بميدان الفروسية "الأمير عبد القادر" لتيارات. في سياق 100 كلم المخصص للخيول 6 سنوات وما فوق و فرسان النخبة نال المركز الأول الفارس محمد الربيعي من نادي مركز الأمير عبد القادر لتيارات على صهوة الجواد "ترقي"، متقدما على كل من سي صالح عبد الكريم من فريق الحرس الجمهوري الذي كان ممثليا "فال الخير" والفارس حفصاوي عبد الرحمان من نادي مزرعة تربية الخيول لاسيندا البلدية على "فهرة". وفي فئة الأواسط على المسافة نفسها، عادت المرتبة الأولى للفارس ريان ربيحي ممثليا الجواد "شباب" من جمعية أولاد الأمير عبد القادر لتيارات، أمام كل من بن يوسف وليد على الجواد "فلور دور" وعائش عاشور منصف ممثليا الجواد "الحواطير" من مزرعة تربية الخيول لاسيندا للبلدية. وفي الترتيب حسب الفرق، جاء في المرتبة الأولى فريق الحرس الجمهوري للجزائر العاصمة يليه في المركز الثاني نادي مزرعة تربية الخيول لاسيندا للبلدية وجمعية أولاد الأمير عبد القادر بتيارات في المركز الثالث. هذه البطولة، المنظمة من طرف الاتحادية الجزائرية للفروسية بالتنسيق مع جمعية الأمير عبد القادر للفروسية، سجلت مشاركة 27 فارسا من عشرة نوادي من الوطن.

مهدي

زين الدين زيدان يقود منتخب فرنسا بعد انتهاء كأس العالم 2026

كشفت تقارير صحفية أن زين الدين زيدان يستعد لتولي منصب المدير الفني لمنتخب فرنسا الأول، حال حدوث أي تغيير داخل الجهاز الفني بقيادة ديديه ديشامب خلال الفترة المقبلة.

ويخوض منتخب فرنسا آخر اختباراته في تصفيات أوروبا المؤهلة لبطولة كأس العالم 2026، عندما يحل ضيفا ثقيلا على منتخب أذربيجان في السابعة مساء اليوم الأحد على ملعب توفيق بهراموف.

وقالت صحيفة "أس" الإسبانية، إن زين الدين زيدان سيكون المدرب الجديد لفرنسا بمجرد انتهاء كأس العالم 2026.

وأضافت الصحيفة أنه مع اقتراب نهاية عقد ديشامب بعد كأس العالم 2026، تتزايد التوقعات بأن تكون الفترة القادمة موعدا لعودة "زينو" إلى عالم التدريب من بوابة منتخب فرنسا.

وأكدت الصحيفة أن زيدان يتابع الدوري الفرنسي والبطولات الأوروبية الكبرى بشكل مكثف، ويجري تقييمات دقيقة للاعبين والخطط التكتيكية الممكنة، تحسبا لتوليهِ المهمة رسميا. وتشير المصادر إلى أن نجم ريال مدريد السابق وضع بالفعل تصورا أوليا حول هيكلية الفريق، حال تم تعيينه.

ويمتلك زيدان سجلا تدريبيا استثنائيا مع ريال مدريد، حيث قاد الفريق للتتويج بثلاثة ألقاب متتالية في دوري أبطال أوروبا بين عامي 2016 و2018، إلى جانب عدة ألقاب محلية وقارية أخرى. تأهل المنتخب الفرنسي رسميا إلى نهائيات كأس العالم 2026 بعد الفوز الساحق على أوكرانيا 4-0 في الجولة الخامسة بملعب حديقة الأمراء في باريس، ليضمن الصدارة ويبعد بفارق 6 نقاط عن أقرب المنافسين.

نيمار يقود سانتوس للفوز على بالميراس في الدوري البرازيلي

استعاد نيمار داس سيلفا بريقه وأمجاده وتقمص دور البطل ولعب دورا محوريا في فوز فريقه سانتوس على العملاق بالميراس بهدف قاتل دون رد، ليتقدم "الأبيض والأسود" بخطى ثابتة في جدول ترتيب الدوري البرازيلي لكرة القدم، أملا في البقاء بين مصاف الكبار خلال الموسم المقبل 2026. وكما جرت العادة في السنوات الأخيرة، استمرت معاناة سانتوس حتى بوجود اللاعب المخضرم الذي عجز خلال الفترة الماضية عن العودة إلى المسار الصحيح. وانتظر جمهور سانتوس لعدة أشهر متتالية، حتى يستعيد هدايا منتخب البرازيل التاريخي أفضل مستوياته لإنقاذ الفريق من الهبوط، وكان النجم المخضرم البالغ من العمر 33 عاما على قدر التوقعات في أمسية بالميراس المثيرة والدرامية في قمة الجولة 33 من عمر المسابقة. بعد أسبوع مليء بالجدل تعرض خلاله لانتقادات لاذعة، قدم نيمار كل ما لديه فوق أرضية الملعب وكان على وشك هز شباك متصدر جدول ترتيب الدوري المحلي بالميراس المنقوص من لاعبيه المتألق فيكتور روكي، الموجود ضمن قائمة المدرب الإيطالي المخضرم كارلو أنشيلوتي في منتخب البرازيل.

في الشوط الأول تحديدا، كان نيمار حاضرا بقوة في كل هجمات سانتوس الذي بدا وكأنه هو من ينافس على اللقب أمام بالميراس المتراجع بشكل ملحوظ كحال الفرق المتنافسة في مناطق الهبوط. وحسب بيانات موقع "سوفاسكور"

العالمي للأرقام والإحصائيات، حصل نجم برشلونة الإسباني السابق على ثاني أعلى تقييم في المباراة بـ 7.7 من 10 خلف زميله الحارس المتألق غابرييل برزاو (7.9). ولمس اللاعب العائد إلى سانتوس من الهلال السعودي، الكرة 82 مرة وقام بـ 3 مرارات، لكنه خسر الاستحواذ في 22 مناسبة وارتكب 5 أخطاء، وبلغت دقة تمريراته 84%، ولم يهز الشباك ولم يقدم تمريرة الهدف الحاسمة، بحسب المصدر ذاته. وفي الدقائق الأخيرة، تراجع سانتوس بشكل ملحوظ في محاولة للحفاظ على نقطة التعادل كخيار أفضل من الخسارة قبل أن تبلغ الإشارة ذروتها بهدف درامي حمل توقيع الأرجنتيني بنجامين رولاهيزار بعد نزوله بديلا بـ 3 دقائق فقط.

ليسدد بقدمه الأضعف كرة مقوسة داخل شباك بالميراس.



لينيكير: ميسي الأفضل في التاريخ.. ورونالدو هدايا مذهلة



يرى أسطورة الكرة الإنجليزية جاري لينيكير، مهاجم إنجلترا السابق، أن ليونيل ميسي هو أفضل لاعب في تاريخ كرة القدم خلال مقابلة حصرية مع الصحفي



ديفيد فاينلسون على قناة (TUDN México)، استغل لينيكير اللقاء للحديث عن أعظم لحظات مسيرته، بدءا من كأس العالم 1986 ومارادونا، وصولا إلى أبرز نجوم العصر الحالي مثل ميسي وكريستيانو وهالاند. استعاد لينيكير ذكرياته في كأس العالم 1986 بالمكسيك، حيث سجل 6

أهداف خلال 5 مباريات، مشيرا إلى أنه رغم هذه الإنجازات، يتأسف للطريقة التي انتهت بها البطولة، قائلا: "سجلت الهدف الذي لا يتذكره أحد في ربع النهائي"، في إشارة إلى هدفه في مرمى الأرجنتين في المباراة نفسها التي سجل فيها مارادونا هدفه باليد، وأفضل هدف في القرن". وأضاف لينيكير أن مسيرته تغيرت بعد تلك البطولة، إذ قادته عروضة المميزة للانتقال إلى نادي برشلونة. وحول الهدف الأسطوري لمارادونا، أوضح لينيكير أنه لم يتمكن من رؤيته من أرض الملعب، قائلا: "لم أزلني كنت في الطرف الآخر من الملعب. زملائي عرفوا بما حدث لأنه كان واضحا جدا، وعندما شاهدته على التلفزيون كان أمرا مؤسفا بالنسبة لنا". وأشار لينيكير إلى أنه لا يحمل أي ضغينة تجاه مارادونا، الذي يعتبره واحدا من أفضل لاعبي التاريخ بفضل أهدافه مثل الهدف الثاني في مرمى إنجلترا، حيث راوغ نصف الفريق الإنجليزي ليُسجل الهدف الأكثر تذكرا في تاريخ الموندiales، "الأفضل في التاريخ" بالنسبة له. وأردف: "لدي بعض المشاكل مع الحكام، لأنني اعتقد أن مساعد الخطر رأى الهدف، لكنهم خافوا قليلا من إخبار الحكم". وعلى الرغم من اعترافه أن الهدف لم يكن ليحتسب لو كان هناك تقنية الفار، إلا أنه يعارض استخدامها. وعما وصفه بـ "هدف كل العصور لمارادونا"، قال لينيكير: "رايته من الطرف الآخر، لكنه كان شيئا مميزا جدا. اعتقد أن هذه هي المرة الوحيدة في الملعب التي فكرت فيها بالتصفيق للفريق الآخر أو لاعب ضدنا. لكن هذا الهدف كان معجزة. إنه أفضل هدف في كل الأوقات، لأنه هدف استثنائي، وحدث في مباراة مهمة جدا".

في السنوات الأخيرة، أصبح جاري لينيكير من أشد المعجبين بالأسطورة ليونيل ميسي، واعتبره "أفضل لاعب على الإطلاق"، كما أشاد بإمكانات رونالدو التهديدية. وقال لينيكير: "إنه لأمر مذهل ما فعله اللاعبان (ميسي ورونالدو) على مدار عشرين عاما، ومع المنافسة بينهما أيضا".

بالنسبة لي، أفضل لاعب في كل الأوقات هو ميسي، لقد فاز بكل شيء، وفعل كل شيء، ويؤدي أشياء مذهلة على أرض الملعب. لكن كريستيانو أيضا لاعب عظيم، وهداف مذهل". اختتم لينيكير بالحديث عن أحد أفضل المهاجمين في الوقت الحالي، إيرلينج هالاند، واصفا إياه بأنه "آلة لتسجيل الأهداف"، قبل أن يعبر عن أسفه لعدم اختياره مسار التجنيس واللعب مع المنتخب الإنجليزي.

يعد جاري لينيكير أحد أبرز مهاجمي كرة القدم الإنجليزية في التاريخ، ومن القلائل الذين تركوا بصمة لا تنسى في بطولات العالم، قبل أن يتحول إلى شخصية إعلامية بارزة بعد اعتزاله. ولد لينيكير في 30 نوفمبر 1960 في مدينة ليستر الإنجليزية، وبدأ مسيرته الكروية في شباب نادي ليستر سيتي، الذي شهد انطلاق موهبته الكبيرة في تسجيل الأهداف.

دي لا فوينتي: أتواصل مع ريال مدريد . . وكل الاحترام لتركيا

رفض لويس دي لا فوينتي، مدرب منتخب إسبانيا، الاحتفال مبكرا بالتأهل إلى مونديال 2026، رغم الفوز الكبير على جورجيا برعاية نظيفة، مؤكدا أن الفريق ما زال بحاجة إلى إكمال المهمة حتى النهاية لضمان التأهل حسابيا. ويحتل منتخب إسبانيا صدارة مجموعته برصيد 15 نقطة، بفارق 3 نقاط عن الوصيفة تركيا. وقال دي لا فوينتي في تصريحات لقناة "تيلديبورت" الإسبانية: "احتراما للمنافس، ولجميع المنتخبات، وخاصة تركيا، علينا الحفاظ على تواضعنا، لن نعتبر شيئا محسوما قبل أن يتحقق رياضيا، يجب أن نواصل بنفس العقيلة حتى النهاية". وأبدى دي لا فوينتي فخره الشديد بالمجموعة الحالية من اللاعبين، بعد مسار تصفيات يكاد يكون مثاليا، مؤكدا أن ما تحقق ثمرة عمل متواصل، "لدينا سبب كبير لنشعر بالفخر تجاه هؤلاء اللاعبين. أنا محظوظ بقيادة جيل يمتلك هذه الجودة التاريخية. ما زال أمامنا الكثير، وما زلنا نرغب في تحقيق المزيد وتحسين النتائج. إنه أمر رائع أن أقود مجموعة شابة لا تتوقف عن العمل من أجل التطور".

وتطرق المدرب إلى ملف الإصابات الذي ضرب صفوف المنتخب خلال المعسكر، مؤكدا أن هذا الوضع فتح الباب لفرص جديدة للاعبين آخرين: "الإصابات تمنح الفرصة لوجوه ربما لم تكن ستظهر في ظروف أخرى، وهذا هو سر نجاح كرة القدم الإسبانية: الاندية تعمل على تطوير لاعبين من مستوى عال، ونحن نتمتع بنتائج هذا العمل. هناك جهد كبير من الاندية واللاعبين والاتحاد في عملية الاختيار والإعداد". وعلق دي لا فوينتي على استبعاد هويسن بسبب مشكلة عضلية خفيفة، مشددا على أن صحة اللاعب هي الأولوية دائما: "يعاني من انزعاج طفيف، الأولوية كما هو الحال دائما هي حماية اللاعب. نحن على اتصال مستمر مع أطباء ريال مدريد، وراينا أن من الأفضل منحه الراحة. سرى حالته غذا ونقيّمها مع طاقمنا الطبي وطبيب النادي". كما تحدث المدرب عن المباراة المقبلة ضد تركيا في ملعب "لا كارثوخا" في إشبيلية، داعيا الجماهير إلى الحضور بكثافة ودعم المنتخب في محطة قد تكون الحاسمة: "أتمنى أن يظهر اللاعب بصورة استثنائية، بجو من أجواء إشبيلية المعتادة. اللاعبون يستحقون ذلك، والتأهل إلى المونديال يستحق ذلك. نريد أن يرى كل الجمهور ملعبا ملتحا خلف المنتخب. إشبيلية لا تخذل أبدا، وأتمنى أن يكون الأمر كذلك مرة أخرى".

نجم إسبانيا: معادلة راموس ودي ستيفانو حلم . . ولم نحسم التأهل

عبر فيران توريس نجم منتخب إسبانيا عن سعادته بالفوز الكبير على جورجيا برعاية نظيفة، مؤكدا في الوقت نفسه أن بطاقة التأهل إلى مونديال 2026 لم تحسم رسميا بعد، وأن الفريق مطالب بالحفاظ على التركيز حتى اللقاء الأخير. ويحتل منتخب إسبانيا صدارة مجموعته برصيد 15 نقطة، بفارق 3 نقاط عن الوصيفة تركيا. وأكد فيران توريس، الذي قدم مباراة مميزة وسجل هدفا وصنع آخر، أن اللقاء كان شبيهة مثالي بالنسبة لـ "لا روخا"، قائلا: "كان لقاء كاملا من جميع الجوانب. نغادر بثقة وبشعور جيد، ورغم أن التأهل لم يصبح محسوما حسابيا بعد، فإن تركيزنا الآن على المباراة الأخيرة". وشدد توريس على ضرورة عدم الاستهانة بالمنافسين: "لا يجب أن نعتبر التأهل أمرا مفروغا منه. علينا ألا نرتكب خطأ الثقة الزائدة، فالأمر لا يزال يعتمد علينا". وتوقف لاعب برشلونة عند بلوغه حاجز 23 هدفا دوليا مع المنتخب، معتبرا ذلك خطوة تاريخية في مسيرته: "أن أكون ضمن أفضل عشرة هدافين في تاريخ المنتخب، وأن أعال اسماء بحجم سيرجيو راموس وألريدو دي ستيفانو- هذا حلم. يجب ألا يتوقف الطموح أبدا". كما تحدث عن لحظة الهدف الذي صنعه له أوبارزايال، موضحا: "كانت لعبة سريعة جدا- ميكيل انطلق في المساحة ووضع لي الكرة بشكل رائع".

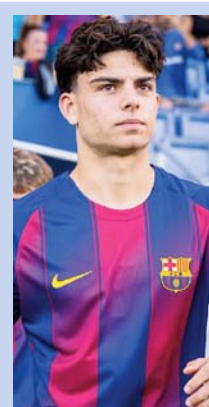


لاعب برشلونه يغلق باب التكهّنات حول مستقبله

حسم المهاجم السويدي الشاب، رونى باردجي، موقفه من التكهّنات المتزايدة حول مستقبله مع برشلونه خلال سوق الانتقالات الشتوية، مؤكدا أنه لا يفكر مطلقا في الرحيل، وأن تركيزه ينصب بالكامل على التطور داخل الفريق الكتالوني. ووفقا لصحيفة "سبورت" الإسبانية، جاءت تأكيدات اللاعب بشأن مستقبله لتغلق الباب أمام الاندية المهتمة بخدماته، وتضع نهاية للجدل الدائر خلال الأسابيع الماضية. وإلى جانب موهبة باردجي الكبيرة، وسنه الذي لا يتجاوز 19 عاما، أثبت اللاعب أنه يملك قدرا لافتا من النضج خارج الملعب. وقد أحدث وصول باردجي إلى برشلونه تأثيرا واضحا، إذ تمكن بعد غياب دام نحو عام بسبب الإصابات، من إظهار مستوى فني جيد كلما نال الفرصة، ونجح في كسب ثقة المدرب هانز فليك، الذي يعتبره أحد ضمانات مستقبل الفريق. واستغل باردجي الدقائق القليلة التي حصل عليها بأفضل شكل ممكن. وحتى فترة التوقف الدولي الحالية، خاض اللاعب 173 دقيقة فقط في الدوري الإسباني، من خلال مشاركتين أساسيتين، بالإضافة إلى 22 دقيقة في مباراتين بدوري الأبطال.

ضربة لـ فليك . . إصابة لاعب برشلونه وغيابه شهرين

تعرض أحد لاعبي فريق برشلونه للإصابة والتي تمثل ضربة قوية للنادي الكتالوني والمدرّب هانز فليك، حسبما ذكرت تقارير صحفية إسبانية. وذكرت صحيفة "سبورت" الإسبانية أن لاعب فريق برشلونه



الرديف، تشافي إسبارت، تعرض لإصابة أثناء مشاركته في التدريبات، حيث سيغيب عن الملاعب لمدة شهرين تقريبا. وأوضحت أن إسبارت يعاني من مشكلة على مستوى ركبته اليمنى، ولم يعرف بعد ما إذا كان الرباط قد تأثر أم لا، ويرغب الجهاز الطبي في توخي الحذر قبل إصدار تشخيص نهائي. وأشارت إلى أن الظهير الأيمن كان يمثل لاعبا موفوقا به تحت قيادة المدرب هانز فليك، حتى أنه ضمه إلى تشكيلة الفريق الأول في المباريات الأخيرة، رغم أنه لم يلعب دقيقة واحدة. وأفادت أن هانز فليك والطاقم الفني يقدران اللاعب بالنظر إلى طريقته قراءته للمباريات والحويوة التي يضيفها، ولكن تلك الإصابة تمثل انتكاسة خطيرة لتطوره، حيث كان من المتوقع أن يحصل على وقت لعب في الفترة المقبلة.

وكان هدف فليك أن يكون إسبارت بديلا ممتازا لـ جول كوندي، الذي لعب دقائق كثيرة ذلك الموسم، ويحتاج إلى راحة، ولكن إصابته ستجبر برشلونه على إعادة النظر في خططه ويضعه في مأزق جديد في فترة معقدة بالفعل.

هل ينتقل إلى ريال مدريد؟ . . كوناتي يرد

تهرب إبراهيم كوناتي، مدافع ليفربول، من الإجابة المباشرة عن سؤال حول احتمالية انتقاله إلى ريال مدريد، في صفقة حرة عقب نهاية الموسم الجاري، على غرار انتقال ترينت ألكسندر أرنولد وكيليان مبابي إلى الميرينغي. وينتهي عقد كوناتي، البالغ من العمر 26 عاما، في 30 جوان المقبل، دون وجود اتفاق للتجديد، ما أثار موجة واسعة من التكهّنات حول مستقبله. وسئل كوناتي، عن شائعات مغادرة ليفربول والانتقال لريال مدريد، فقال: "رأيت الكثير من تلك الشائعات... لا يزال وكلاشي يتفاوضون مع ليفربول، وسأخذ قرارا، وأمل أن أعلنه قريبا جدا". ويعاني المدافع الفرنسي من تذبذب في الأداء هذا الموسم، وتعرض لانتقادات بعد مستواه خلال خسارة ليفربول أمام مانشستر سيتي (3-0)، فسي البريميرليغ، حين تسبب في ركلة جزاء أهدرها هالاند، قبل أن يسجل اللاعب نفسه الهدف الافتتاحي.

بدأ برشلونه، في التوقيع عن مدافعين جدد، لتعزيز خط دفاع الفريق في صيف 2026، بعد رحيل إنيغو مارتينيز، عدم حسم مصير

مستقبل أندرياس كريستينسن.

ورحل مارتينيز لصفوف النصر، في الميركاتو الصيفي الماضي، بينما ينتهي تعاقد كريستينسن بنهاية الموسم الجاري.

وبحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو" الإسبانية، فقد سافر مسؤولون من برشلونه إلى ألمانيا، لمتابعة بعض الأسماء

المرشحة لتعزيز دفاعات الفريق. ويأتي على رأس تلك الأسماء، ثنائي بايرن ميونخ وبوروسيا دورتموند، داويت أوباميكانو ونيكو شلوتربك. وأوضحت

الصحيفة، أن اهتمام برشلونه بشلوتربك يبدو جديا، خاصة وأن عقد اللاعب صاحب الـ 25 عاما ينتهي في صيف 2027، وقد رفض عرض دورتموند للتجديد. وإذا تمسك اللاعب بموقفه، سيكون دورتموند مضطرا لبيع الصيف المقبل، من أجل تحقيق ربح مادي.

أما أوباميكانو، فينتهي عقده في ميونخ، بنهاية الموسم الحالي، ما يجعله متاحا للتوقيع بداية من جانفي المقبل، ومن ثم ضمه مجانا في صيف 2026. إلا أن برشلونه سيكون مضطرا لمنافسة قوية مع ريال مدريد وباريس سان جيرمان وليفربول، من أجل ضم المدافع

الدولي الفرنسي. ولفتت الصحيفة، إلى أن الإدارة الرياضية للبرسا، بقيادة البرتغالي ديكو، تعتقد أن ثنائي بايرن ودورتموند هو الأبرز لتعزيز دفاعات الفريق.

برشلونه يستهدف ثنائي بايرن ودورتموند



لاعب دورتموند يعرض خدماته على أندية الدوري السعودي

يسعى أحد نجوم فريق بوروسيا دورتموند الألماني، لخوض تجربة الاحتراف في الدوري السعودي بداية من يناير المقبل. وحسب صحيفة "بيلد" الألمانية فإن وكيل أعمال الغيني سيرهو غيراسي لاعب بوروسيا دورتموند قد عرض خدمات موكله على عدد من أندية دوري روشن السعودي. ويتطلع غيراسي، للانضمام إلى أحد أندية الدوري السعودي خلال فترتي الشتاء والصيف من العام المقبل. وأشارت الصحيفة الألمانية إلى أن غيراسي يتقاضى راتبا قيمته 9 ملايين يورو مع دورتموند، ويرغب وكيله في الحصول على راتب يتراوح ما بين 15 و18 مليوناً حال ذهابه إلى الدوري السعودي. ويرتبط المهاجم الغيني، بعقد ساري مع دورتموند حتى جوان 2028 بعد انضمامه في صيف 2024 قادما من شتوتغارت بمقابل 18 مليون يورو. ويضع نادي دورتموند، شرطا جزائيا في عقد غيراسي يتيح له الانتقال للأندية الأوروبية بقيمة 50 مليون يورو. ويتجه نادي دورتموند، في الوقت الحالي، لبيع المدة المتبقية من عقد الغيني غيراسي بمقابل 80 مليون يورو. وتبلغ قيمة مهاجم شتوتغارت السابق، 45 مليون يورو ويرتبط اسمه بالانتقال إلى برشلونه بحسب موقع ترانسفير ماركت. وخاض غيراسي، 65 مباراة مع فريق بوروسيا دورتموند بكافة البطولات وسجل 45 هدفا وصنع 13 تمريرة حاسمة.

سلوفاكيا تتحدى ألمانيا لبلوغ المونديال

بعد الفوز في الوقت بدل الضائع، يتطلع لاعبو المنتخب السلوفاكي لكرة القدم لمباراتهم أمام المنتخب الألماني المقرر إقامتها اليوم، من أجل حسم التأهل المباشر لبطولة كأس العالم، التي تقام في أميركا وكندا والمكسيك. وقال ستانيسلاف لوبوتكا، لاعب المنتخب السلوفاكي عقب الفوز بهدف نظيف على منتخب إيرلندا الشمالية: «من الرائع أننا سنتنافس مع ألمانيا على التأهل المباشر للمونديال في النهاية». وسجل توماس بوبتشيك هدف الفوز في الدقيقة الأولى من الوقت بدل الضائع للمباراة، علما بأنه شارك بديلا في الدقيقة 88. وقبل الهدف ألقى حكم الفيديو هدفين للمنتخب السلوفاكي، أحدهما بسبب التسلل والآخر بسبب لمسة يد. وقال بوبتشيك: «حملت بمشاركتي الأولى، لكن ليس يظهر ناجح بهذا الشكل. لم أكن لأتخيل بداية أفضل. لأكون صريحا، لم أكن أعلم ما إذا كنت أحلم أم لا». ويحتل المنتخب السلوفاكي المركز الثاني برصيد 12 نقطة قبل خوض المباراة الأخيرة أمام ألمانيا اليوم في لايبزيغ. ويتصدر المنتخب الألماني المجموعة برصيد 12 نقطة، بعد فوزه على منتخب لوكسمبورغ بهدفين نظيفين، بفارق الأهداف أمام سلوفاكيا، ويكفي المنتخب الألماني التعادل للتأهل مباشرة لكأس العالم في أميركا وكندا والمكسيك. وقال لوكاس هاراسلين، لاعب سلوفاكيا: «من الممكن أن تكون مباراة مفتوحة أمام ألمانيا، ربما لم يكونوا يتوقعون التنافس معنا على بطاقة التأهل المباشر للمونديال».

سعيد الملا يغادر معسكر منتخب ألمانيا وينضم لمنتخب الشباب

غادر المهاجم الشاب سعيد الملا، معسكر منتخب ألمانيا الأول ليعود إلى منتخب أقل من 21 عاما، حسبما أعلن الاتحاد الألماني لكرة القدم، أول أمس. وتم استدعاء الملا / 19 عاما / وهو لاعب فريق كولون لقائمة المنتخب الألماني بشكل مفاجئ قبل مواجهة لوكسمبورج أمس الجمعة والتي انتهت بفوز ألمانيا / 2 صفر / في تصفيات كأس العالم. لكنه لم يشارك في تلك المباراة. وكان يولييان ناغلسمان، المدير الفني للمنتخب الألماني، قال إن الملا قد يذهب إلى منتخب أقل من 21 عاما بعد مباراة لوكسمبورج. ويخوض منتخب ألمانيا للشباب مواجهة أمام جورجيا الثلاثاء، وذلك ضمن تصفيات أمم أوروبا. على الجانب الآخر، سيكون عدم الخسارة أمام سلوفاكيا في لايبزيغ اليوم أمرا كافيا لضمان تأهل المنتخب الأول إلى نهائيات كأس العالم وقال ناغلسمان إن الملا أثار إعجابه وأعطى انطباعا جيدا عنه في الحصص التدريبية. وتم استدعاء اللاعب فقط لغياب كريم أديمي الموقوف أمام لوكسمبورج. فيما سيسمح للاعب دورتموند بالمشاركة في مواجهة سلوفاكيا. ويواصل أسان أوديرواجو، لاعب لايبزيغ، التواجد في قائمة الفريق وذلك قبل المباراة الأخيرة بتصفيات المونديال، وقد يكون اللاعب رقم 21 الذي يشارك للمرة الأولى تحت قيادة ناغلسمان.



منتخب ألمانيا في مرمى الانتقادات

تعرض منتخب ألمانيا لكرة القدم، بقيادة المدرب جولييان ناغلسمان، لانتقادات واسعة من وسائل الإعلام المحلية بعد الفوز الصعب على لوكسمبورج بنتيجة 2-0 في المباراة التي أقيمت الجمعة الماضية ضمن تصفيات كأس العالم 2026. ورغم الانتصار، لا يزال الفريق الألماني بحاجة إلى مباراة حاسمة لتحقيق الفوز ضد سلوفاكيا وتأكيد صدارة المجموعة وضمان بطاقة التأهل إلى البطولة المقامة في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا والمكسيك. وجاءت الانتقادات حادة بعد الأداء المخيب للفريق في الشوط الأول من المباراة، حيث أشار موقع "Fussball Transfers" إلى أن منتخب لوكسمبورج كان الأفضل على أرض الملعب، وأن ألمانيا نجت من استقبال أهداف قبل نهاية الشوط الأول بحظ كبير. كما أشارت صحيفة "بيلد" إلى أن الدفاع بقيادة القائد جوناثان تاه بدا مرتعشا، فيما كان الهجوم بعد عودة الدولي ليروي ساني غير فعال بشكل عام. ومنحت الثنائي الدفاعي تقييمهما 5 من أصل 6 درجات، في حين أن أفضل تقييم في الإعلام الألماني هو 1 والأسوأ 6. وسلطت الصحف الضوء أيضا على أداء الحارس أوليفر باومان، الذي لمس الكرة 33 مرة في الشوط الأول، وهو عدد قريب من لمسات المهاجمين سيرج غنابري ونيك فولتماده مجتمعين. واعتبر موقع "كيكر" أن ثنائية فولتماده أنقذت ألمانيا من ليلة كانت لتصبح صفحة مظلمة في تاريخ الأبطال الأربعة لكأس العالم، مشيرا إلى تراجع القادة عن أداء دورهم المطلوب على أرض الملعب. من جانبه، أقر المدرب ناغلسمان بعد المباراة بأن الفريق بدأ الشوط الأول بشكل سيء، وأن لوكسمبورج كان قريبا من التسجيل، لكنه أوضح أن أداء الشوط الثاني كان أفضل، وسيطر فيه الفريق على اللعب وسجل هدفين واستحق الفوز. وأكد فولتماده هدف المباراة، أن الشوط الأول كان "سيئ من ناحية السيطرة".

يذكر أن ألمانيا تحتاج فقط إلى التعادل في المباراة المقبلة أمام سلوفاكيا لضمان التأهل لكأس العالم 2026، لكنها ستضطر لإظهار أداء أفضل بكثير لتحقيق ذلك.

بايرن ميونخ يُنجز خطوة هائلة في ملف الصفقة الهولندية

أنجز نادي بايرن ميونخ خطوة هائلة في سياق الوصول لتوقيع النجم الهولندي الياح جيفايوريد لاعب فينورد روتردام. ويأتي اهتمام بايرن ميونخ بخدمات ريد في ظل رغبة الإدارة في تقوية الصفوف بأقوى الصفقات الممكنة. وأشار الصحفي الموثوق في أخبار الكرة الألمانية فلوريان بلاتنبرغ إلى أن المحادثات بين إدارة بايرن ميونخ والدائرة المقربة من ريد أحرزت تقدما. ولفت بلاتنبرغ إلى أن المسؤولين البارزين في بايرن ميونخ ماكس إيبيرل وكريستوف فرويند يشاركان في مفاوضات الوصول لتوقيع ريد. وأوضح الصحفي الخبير أن بايرن ميونخ لم يتوصل بعد إلى اتفاق بشأن ريد، وهو ما يفتح الباب أمام منافسة قوية من عدة أندية في إنجلترا. وستجيب الفترة المقبلة عن السؤال بشأن مصير جيفايوريد في ظل المعطيات الراهنة. ويبلغ ريد من العمر 19 سنة، ويجيد اللعب في مركز الظهير الأيمن، وينتهي عقده مع فينورد في جوان 2029. ولعب ريد بقميص الفريق الأول

لنادي فينورد في 49 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيهم 4 أهداف وصنع 11 هدفا

فولتماده يعلق على إهانة رومينيغاه

مع تسارع إيقاع المعسكر الألماني قبل محطة سلوفاكيا الحاسمة في تصفيات كأس العالم 2026، تزايدت القصص الجانبية التي تصنع مشهد المنتخب داخل وخارج الملعب.

فبين انتقالات مثيرة للجدل، وتعليقات إعلامية مشتعلة، واستدعاءات مفاجئة لمواهب صاعدة، وجد سعيد الملا نفسه في قلب الأضواء. قبل أن يعود سريعا إلى منتخب تحت 21 عاما. ومن جانبه، قال نيك فولتماده، مهاجم نيوكاسل، عن استقباله من لاعبي بايرن ميونخ في صفوف المنتخب الألماني، عقب انتقاله إلى النادي الإنجليزي، بحسب صحيفة "بيلد" الألمانية: «عندما وصلت إلى المنتخب الوطني، هنأني الجميع. لاعبو بايرن أيضا هنأوني».

عندما يرون لاعبا يخطو خطوة إلى الأمام، تحصل على التهانى.. كان هذا هو الحال بالنسبة لني أيضا. لم تكن هناك أي تعليقات سلبية. لا سيما أن ظروفه كانت خاصة". وعلق المهاجم الدولي الألماني على تصريح أسطورة بايرن ميونخ، كارل هاينز رومينيغاه، بأن شتوتغارت "وجدوا أغبياء لدفع رسوم الانتقال"، قائلا: "زملائي في الفريق علقوا على ذلك، أما أنا فلم أعلق.. اعتقد أن هذا كان الشيء الصحيح الذي يجب القيام به".

وواصل: "لقد أثير الكثير حول اسمي، وبايرن، ورسوم الانتقال خلال الصيف، كانت هذه قصة الصيف.. للاجابة على سؤالك: عناوين الصحف في كل مكان قالت أغبياء، لكنني قرأت بيان السيد رومينيغاه بالكامل، لقد كان بالتاكيد مؤسفا إلى حد ما، لكنه لم يكن بهذا القدر من الدرامية".



رد مثير من هالاند بشأن وجهته المحتملة بعد الرحيل عن مانشستر سيتي

أبدى إيرلينغ هالاند مهاجم منتخب النرويج استعداداه لمواجهة منتخب إيطاليا غداً في تصفيات أوروبا المؤهلة لكأس العالم 2026. وكان منتخب النرويج قد حسم صعوده لكأس العالم، حيث يحتل المركز الأول عن مجموعته برصيد 21 نقطة خلال 7 جولات من 7 انتصارات. بينما يحتل منتخب إيطاليا المركز الثاني برصيد 18 نقطة من 6 انتصارات خلال 7 مباريات وتعرض لهزيمة واحدة. وسئل هالاند عن إمكانية اللعب في الدوري الإيطالي ورد في تصريح نشرته "فوتبول إيطاليا": "أحب هذا البلد، لعبت مباريات جيدة حقاً". وأضاف مهاجم وهداف مانشستر سيتي: "لا أحد يعلم ما قد يحدث في المستقبل، أنا في وضع جيد الآن ولكن لا يمكن لأحد أن يقول لا". ويقدم الدولي النرويجي أداء مميزاً مع ناديه ومنتخب بلاده، ويسعى لمواصلة هذا الأداء المميز ضد إيطاليا في تصفيات أوروبا المؤهلة لكأس العالم.

صدام بين أموريوم ويونايتد بشأن راشفورد

تلقت برشلونة دفعة معنوية مهمة بشأن مستقبل مهاجمه ماركوس راشفورد، بعدما اتضح وجود خلاف في مانشستر يونايتد بشأن عودته إلى "أولد ترافورد". ويأتي هذا التطور في وقت يبدي فيه النادي الكتالوني رضاه التام عن أداء اللاعب منذ وصوله، ما يعزز فرص تفعيل خيار شراء عقده في نهاية الموسم.

ووفقاً لصحيفة "سبورت" الإسبانية، اتسمت بداية ماركوس راشفورد هذا الموسم مع برشلونة بالتألق والانتظام، حيث قدم المهاجم الإنجليزي، الذي انضم في الصيف الماضي على سبيل الإعارة من مانشستر يونايتد، مستويات مميزة خلال فترة غياب رافينيا المصاب، وسجل أرقاما لافتة. ويُعد راشفورد، إلى جانب إريك غارسيا، فقط من شارك في جميع مباريات برشلونة هذا الموسم، كما يحتل المركز الثاني في عدد الدقائق بعد المدافع الإسباني. وخاض المهاجم الإنجليزي 16 مباراة، أحرز خلالها 6 أهداف وقدم 9 تمريرات حاسمة. هذه المعطيات، في حال استمرارها، ستدفع الإدارة الرياضية في برشلونة إلى اتخاذ موقف واضح بشأن تفعيل خيار الشراء المتاح في عقد اللاعب. وتؤكد تقارير إنجليزية إلى أن قيمة خيار الشراء تتراوح بين 30 و 35 مليون يورو، بينما يرى ديكو، المدير الرياضي للبارسا، أن لديه سببين قويين للتفاوض على خفض المبلغ، الأول هو رغبة راشفورد الواضحة في الاستمرار مع برشلونة، إذ عبر عن سعادته الكبيرة في النادي والمدينة منذ وصوله. وكان قد انتظر عرض برشلونة في الصيف الماضي أثناء محاولات النادي للتعاقد مع نيكو ويليامز. أما السبب الثاني فيربط مباشرة بموقف مانشستر يونايتد، لأنه بحسب الصحافة المحلية في مانشستر، لا يفكر النادي نهائياً في استعادة راشفورد، الذي أعير الموسم الماضي أيضاً إلى أستون فيلا. وكشفت صحيفة "مانشستر إيڤينينغ نيوز" عن اجتماع جمع بين ملاك النادي والبرتغالي روبن أموريوم، المدرب الحالي للشياطين الحمر، حيث تم إبلاغه بأن اللاعب ضمن خطط الموسم المقبل، فيما أكد أموريوم بدوره أنه لا يرغب في وجود راشفورد داخل تشكيلته تحت أي ظرف.

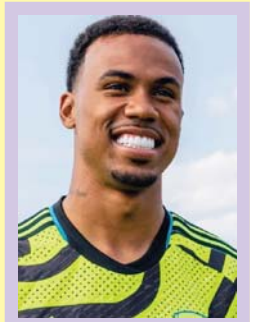
وكان الدولي الإنجليزي، قد خاض 426 مباراة مع مانشستر يونايتد، سجل خلالها 138 هدفاً، قبل أن يغادر النادي الذي نشأ فيه نتيجة خلافات مع المدرب البرتغالي.

صفقة تاريخية.. ليفربول يحدد بديل صلاح

بات اسم النجم الفرنسي مايكل أوليسيه، جناح بايرن ميونخ يتردد في ملعب أنفيلد بالأونة الأخيرة ترديد اسم واحد أكثر من غيره، ويات محور الحديث بين جماهير ليفربول وإدارته. ويتحرك النادي الإنجليزي العريق بسرعة لتنفيذ خطته الاستراتيجية الهادفة إلى إيجاد بديل مثالي للنجم المصري محمد صلاح، الذي يقترب، أكثر من أي وقت مضى، من مغادرة الفريق بعد سنوات من التألق والنجاح. ويمر أوليسيه، البالغ من العمر 23 عاماً، بأفضل فتراته الكروية مع بايرن ميونخ، حيث نجح في فرض نفسه كأحد أبرز المواهب الصاعدة وأكثرها إبداعاً في سماء كرة القدم الأوروبية، فقد قدم اللاعب الفرنسي مستويات لافتة، جعلته أحد أكثر العناصر تأثيراً في منظومة الفريق البافاري منذ وصوله إلى الدوري الألماني. بالنسبة لليفربول، لا يُنظر إلى مايكل أوليسيه كمجرد صفقة لتعويض رحيل نجم كبير مثل محمد صلاح، وفقاً لما ذكره موقع "فيتشاجيس" الإسباني، بل باعتباره ركيزة لمرحلة كروية جديدة، وقادراً على قيادة المشروع الرياضي للنادي في الحاضر والمستقبل. ويدرك مسؤولو ليفربول أن الفريق مقبل على تغييرات كبيرة، وأن وجود لاعب يمتلك مهارات هجومية متنوعة وقدرة على صناعة الفارق سيكون أساسياً لاستعادة التوازن وتحقيق الاستمرارية.

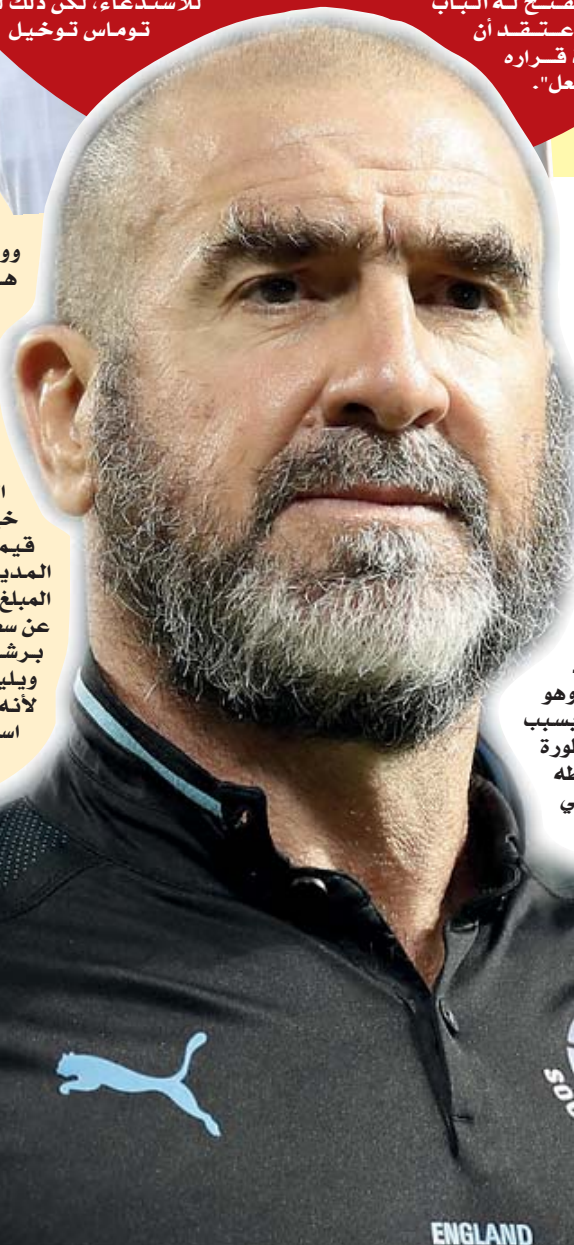
ضربة قوية لأرسنال قبل موقعة توتنهام

اضطر مدافع أرسنال، غابرييل ماجاليس، لمغادرة مباراة منتخب بلاده البرازيل مع السنغال، التي أقيمت أول أمس على ملعب الإمارات في لندن، وانتهت بفوز السيليساو وديا (2-0)، وذلك بسبب إصابة في الفخذ. وغادر اللاعب الملعب قبل نهاية الشوط الأول، وهو يعاني من آلام واضحة، ما أثار قلق الجهاز الفني لأرسنال، مع اقتراب استئناف منافسات البريميرليغ، خاصة أن غابرييل يعد عنصراً أساسياً في منظومة دفاع المدير الفني، ميكيل أرتيتا. كما شارك غابرييل بانتظام مع منتخب البرازيل خلال الأشهر الماضية. ولم يصدر أي تحديث رسمي بشأن طبيعة الإصابة أو مدة غياب غابرييل، حتى الآن. على أن يخضع للمزيد من الفحوصات فور عودته إلى النادي. وستمثل هذه الإصابة ضربة قوية لأرسنال - إذا أدت إلى غياب اللاعب - حيث يستعد الفائز حالياً لمباراة الدربي اللندني مع توتنهام، المقررة ضمن منافسات الدوري الإنجليزي الممتاز.



روني يجبط غريليش بشأن كأس العالم

تتزايد المؤشرات على ابتعاد جاك غريليش نجم إيفرتون عن دائرة اختيارات المنتخب الإنجليزي قبل أشهر قليلة من انطلاق كأس العالم 2026 المقرر إقامتها في الولايات المتحدة وكندا والمكسيك. الصيف المقبل. يأتي ذلك رغم الانتعاش الفني الذي يعيشه اللاعب مع إيفرتون خلال موسم الأول في ملعب "هيل ديكنسون" الجديد. وقد جاءت تصريحات النجم الإنجليزي السابق واين روني لتزيد من قتامة المشهد بالنسبة لغريليش، بعدما أكد أن فرصه في دخول القائمة باتت معدومة، وأن من الأفضل له "أن يبدأ بحجز عطلته الصيفية من الآن". جريليش، البالغ من العمر 30 عاماً، يعيش واحدة من أفضل فتراته منذ زمن على مستوى الدوري الإنجليزي؛ فقد أسهم بصناعة أربعة أهداف وتسجيل هدف مع إيفرتون منذ انتقاله إليه من مانشستر سيتي بنظام الإعارة. ومع ذلك فإن توماس توخيل، المدير الفني للمنتخب الإنجليزي، تجاهله تماماً في القائمة الأخيرة لمباراتي صربيا واليابان، رغم انسحاب أنتوني جوردون للإصابة، وهو ما أثار الكثير من التساؤلات حول مستقبل اللاعب الدولي. وآخر مشاركة لغريليش مع المنتخب كانت قبل أكثر من عام تحت قيادة المدرب المؤقت لي كارسلي. ومع تبقي تجمع دولي واحد فقط قبل إعلان القائمة النهائية لكأس العالم، تبدو العودة شبه مستحيلة، خاصة مع كثرة الخيارات التي يمتلكها توخيل في مركز الجناح. واين روني كان مباشراً وحاداً في تقييمه لحالة غريليش، حيث قال في حديثه عبر برنامج "ذا واين روني شو": "يمكن لجاك غريليش أن يحجز عطلته الصيفية من الآن، لأنه لن يكون ضمن قائمة المنتخب". وأضاف موضحاً الدليل الذي يستند إليه: "كنا نتوقع أن إصابة أنتوني جوردون ستفتح له الباب بحديث. أعتقد أن اتخذ قراره بالفعل".



كانتوننا؛ أفضل تشجيع ناد صغير على مانشستر يونايتد

وجه أسطورة مانشستر يونايتد، إريك كانتونا، انتقادات لاذعة لإدارة النادي والأجواء الحالية داخل أولد ترافورد، مؤكداً أن ما يحدث داخل الفريق العريق، دفعه للتفكير بأنه لو كان مشجعاً عادياً، لاختار الانتماء لناد صغير في الدرجات الأدنى، بدلاً من اليونايتد الذي صنع مجده، وخلص اسمه في عالم كرة القدم. ولا يزال كانتونا، البالغ من العمر 59 عاماً، أحد أبرز أساطير المانيو، بعد أن قاد الفريق خلال التسعينيات نحو 4 بطولات للدوري الممتاز، ولقبين في كأس الاتحاد الإنجليزي تحت قيادة السير أليكس فيرغسون. ورغم اعتزاله المبكر عام 1997 وهو في سن الثلاثين فقط، إلا أن مكانته في قلوب الجماهير بقيت ثابتة، سواء بسبب شخصيته المميزة أو تأثيره الفني الهائل على حقبة تاريخية من النادي. لكن الأسطورة الفرنسية يبدو اليوم أكثر ابتعاداً عن النادي الذي طالما أحبه، إذ عبر عن إحباطه المتزايد من اتجاهات الإدارة الحالية، وتحديدًا بعد دخول رجل الأعمال البريطاني جيم راتكلف شريكاً جزئياً في ملكية النادي، وتعيين روبين أموريوم مديراً فنياً ضمن مشروع إعادة البناء. كشف كانتونا خلال عرض مباشر، نقلت صحيفته تيليغراف، أبرز ما جاء فيه، أنه عرض العودة إلى مانشستر لمساعدة النادي في مرحلة إعادة البناء، وأنه كان مستعداً لتجديد مشاريعه الفنية والشخصية مؤقتاً في سبيل خدمة المان يونايتد، لكن طلبه لم يجد أي اهتمام من الإدارة. وقال كانتونا "لدي العديد من المشاريع والشغف في حياتي، لكنني فكرت بأنه لأجل عامين أو ثلاثة، يمكنني وضع كل ذلك جانبا ومحاولة تقديم شيء لهذا النادي، الذي منحتني كل شيء. لكنهم لم يبدوا مهتمين. فعلت ما علي فعله، لذلك لم أعد أشعر بالذنب. حاولت جهدي، وهذا يكفي".

بوليسيتش: ميلان يستهدف الدوري.. وسأعتزل في هذا الموعد

بونبي: ما فعله لاوتارو في إنتر استثنائي



ناقش الفرنسي أنجي يوان بونبي، المهاجم الشاب المنتقل حديثاً لصفوف إنتر ميلان، بداياته في ملعب سان سيرو والجوانب التي يسعى لتحسينها في أدائه، والدروس المستفادة من زملائه في الفريق ومن مدربه كريستيان كييفو، وكذلك من زملائه في خط الهجوم، لاوتارو مارتينيز، وماركوس تورام، وفرانشيسكو بيو إسبوزيتو.

انضم بونبي إلى صفوف إنتر في صيف 2025 قادماً من بارما، حيث سبق له اللعب تحت قيادة كريستيان كييفو قبل أن ينتقل الثاني إلى النادي اللومباردي. وأجرى اللاعب الفرنسي حواراً مع صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" الإيطالية، تحدث خلاله عن انتقاله إلى إنتر وموسمه الأول الواعد مع النيراتزوري. بلغت قيمة صفقة انتقال بونبي إلى إنتر 23 مليون يورو، بالإضافة إلى المكافآت، وسجل حتى الآن 4 أهداف في 11 مباراة بالدوري الإيطالي، على الرغم من أنه لم يكن لاعباً أساسياً دائماً في تشكيلة الفريق. ويشير الإحصاء إلى أن فقط هakaan تشالانوغلو وريكاردو أورسوليني سجلا أهدافاً أكثر منه في الكالتشيو هذا الموسم، ما يعكس تأثيره الكبير رغم مشاركته المحدودة.

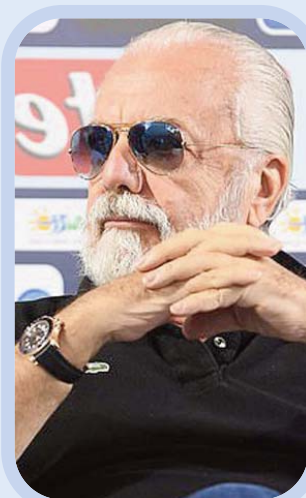
تحدث بونبي عن بدايته مع إنتر قائلاً: "أدركت أن الأمر يحتاج بعض الوقت لفهم أين أنا، وفي أي نادي ألعب، ولأدرك حجم هذا النادي الكبير. بمجرد استيعابك لذلك، تبدأ في فهم مستوى الفريق الذي يتطور باستمرار.. إنتر ميلان فريق متطلب للغاية، ويطلب مني دائماً تقديم المزيد، لكن شعوري رائع، وأنا أعلم باستمرار".

وحول الجوانب التي يشعر أنه بحاجة لتحسينها، قال المهاجم الفرنسي الشاب: "أثناء اللعب وظهري للمرمى، أضيع أحياناً كرات سهلة. أعمل على تحسين ضرباتي الرأسية وقدرتي على التحمل، خصوصاً أننا نلعب كل ثلاثة أيام، ويجب أن نكون دائماً في جاهزية عالية. بشكل عام، كل شيء يمكن تحسينه دائماً، وهذا جزء من تطوري كلاعب".

أكد بونبي أن الدعم الذي وجدته من زملائه في الفريق ساعده على التأقلم بسرعة، خاصة مع الناطقين بالفرنسية مثل هنريك مخيتاريان. وأضاف: "لقد ساعدني ماركوس تورام كثيراً، ليس فقط منذ انضمامنا إلى إنتر، فقد كانت نصائحه مفيدة بالفعل منذ أيام بارما. إنه يدفعني دائماً للأمام، كما يضع زملائي الإيطاليون، الذين يريدون مني تقديم أفضل ما لدي دون أي تراجع في مستواي".

وأشار بونبي إلى أن وجود مدربه السابق في بارما، كريستيان كييفو، على رأس إنتر، ساهم في تسهيل انتقاله. وقال: "المدرّب ما زال الشخص نفسه، يدير الأمور بنفس الطريقة، ويطلب مني دائماً أن أكون متاحاً لزملائي، وأن ألعب من أجل الفريق أولاً". وعن شعوره عند تسجيل هدفه الأول في ملعب سان سيرو، قال بونبي: "كانت المرة الأولى لي مع بارما، وكنت مذهولاً من حجم الملعب، شعرت أنه لا ينتهي أبداً، واللحظة تحطفت الأنفاس. الأمر مختلف تماماً مع إنتر، كنت محظوظاً بالتسجيل مباشرة ضد تورينو، وبين هذا الزئير والضجيج، لم أسمع أي شيء بعد الآن، كل شيء يصبح مجرد عاطفة". وعن اللحظة التي قرر فيها الانضمام إلى إنتر، أوضح بونبي: "خلال مباراة بارما وإنتر العام الماضي، والتي انتهت بالتعادل 2-2، فاجأني أستوني وقال لي 'انضم إلينا العام المقبل'، بدا الأمر وكأنه تحذير! لكنني كنت سعيداً جداً، فقد رأيت كيف أن بيكيتش وأتشيريبي يقدمون دائماً مثالا في التدريبات، وهم يساعدونك على التقدم".

رئيس نابولي يشن هجوماً على "فيفا" و"يوييفا" بسبب فيروس الإصابات



وجه رئيس نابولي الإيطالي، أورييلو دي لورينتيس (76 عاماً)، انتقادات لاذعة للهيئات الكروية الدولية، وبالتحديد للاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" والأوروبي "يوييفا"، بعد سلسلة جديدة من الإصابات التي ضربت الفريق خلال فترة التوقف الدولي، وشملت الكاميروني فرانك أنغيسا، وقبله لاعب منتخب كوسوفو أمير رحمان، ما أثار غضبه ودفعه للمطالبة بإصلاحات جذرية لضمان سلامة لاعبيه وحماية أندية الدوري من الاستنزاف بسبب المباريات الدولية المكثفة.

وقال رئيس نابولي، دي لورينتيس، إن الوضع الحالي غير عادل للأندية، التي تتحمل كامل عبء رواتب اللاعبين بينما يتعرضون لمخاطر الإصابات خلال المشاركة مع المنتخبات الوطنية، إضافة إلى ضغوط جدول المباريات المكثف، ليضيف في تصريحات أبرزتها صحيفة فوتبول إيطاليا، أمس الجمعة: "ذهب رحمان إلى منتخب بلاده فعاد مصاباً، وأنغيسا أيضاً عاد مصاباً، لا يمكن الاستمرار بهذا الشكل، عندما تكون هناك بطولات دوري، يجب أن نصل إلى النهاية دون انقطاعات، نحتاج إلى عدد أقل من الضرق، وعدد أقل من المباريات".

ويهدف دي لورينتيس إلى الحصول على تعويض عن اللاعبين الذين يتعرضون للإصابات أثناء مشاركتهم مع المنتخبات الوطنية، ورغم وجود نظام لتعويض الأندية عن الإصابات الخطيرة، فإن فكرة فتح نافذة انتقالات خاصة لجلب بديل تعتبر مقترحة جذرياً وجديداً، كما يقترح دي لورينتيس حصر أيام التوقف الدولي في نهاية الموسم فقط، دون أي توقّعات خلال المنافسات، وأكمل رئيس نابولي حديثه بالقول: "اللاعبون يتقاضون رواتبهم من الأندية، والأندية يجب أن تقرر ما إذا كانت ستسمح برحيلهم للمنتخبات أم لا، وإذا أصيب لاعب مشاركته مع المنتخب، يجب فتح نافذة انتقالات جديدة وتعويضنا، لكن يبدو أن فيفا ويوييفا لا بالدوريات المحلية".

ويواجه المدير الفني لنادي نابولي، الإيطالي أنطونيو كونتي، سلسلة من الغيابات المؤثرة في التشكيلة بسبب الإصابات، إذ خسر خدمات البلجيكيين روميلو لوكاكو وكيفن دي بروين لعدة أشهر نتيجة تمزقات عضلية في الفخذ، ثم أصيب فرانك أنغيسا، وتم تشخيص إصابته بتمزق بدرجة عالية خلال مشاركته مع منتخب الكاميرون في الملحق الأفريقي، ولن يعود حتى عام 2026، فيما أصيب المدافع أمير رحمان خلال التوقف الدولي السابق، وعاد أخيراً إلى أجواء المنافسة بعد غياب طويل، ما يزيد الضغوط على نابولي خلال منافسات الموسم الكروي الجاري.

سبالييتي يحسم موقفه من رحيل فلاهوفيتش عن جوفنتوس

رفض الإيطالي لوتشيانو سبالييتي، المدير الفني الجديد لنادي جوفنتوس، فكرة التخلي عن المهاجم الصربي دوسان فلاهوفيتش خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة، رغم انتهاء عقد اللاعب مع "السيدة العجوز" بنهاية الموسم. وبحسب ما أوردته صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت"، الإيطالية، فقد شدد سبالييتي على ضرورة استمرار فلاهوفيتش المهاجم الصربي يمثل جزءاً أساسياً من مشروعه الفني، خصوصاً التي قدمها خلال الفترة الماضية. وأوضحت الصحيفة أن سبالييتي أحد ركائز جوفنتوس التي لا يمكن التفريط فيها، رغم الاهتمام يحظى به اللاعب من عدة أندية أوروبية، على رأسها برشلونة الساعين لتعزيز خط الهجوم بمهاجم قادر على صناعة الفارق. كما أشارت التقارير إلى أن جوفنتوس يستعد مفاوضات تجديد العقد مع اللاعب، في محاولة لقطع أمام الراغبين في ضمه، وضمان استمراره ضمن المشروع الجديد الذي يقوده سبالييتي. وبهذا الموقف، يكون المدرب الإيطالي قد وضع حداً للشائعات التي تتردد حول مستقبل فلاهوفيتش، مؤكداً رغبته في الحفاظ على هداف الفريق للموسم المقبل.

لبدء الطريق

قال الأمريكي كريستيان بوليسيتش، جناح ميلان، أن لقب الدوري الإيطالي يظل هدفاً رئيسياً للفريق هذا الموسم، مشيراً إلى أن لاعبي الروسونيري ما زالوا يؤمنون بالصدارة رغم الصعوبات. وقال بوليسيتش، في مقابلة مع شبكة "Cbs Sports": "نستهدف لقب الدوري بالتأكيد. لا أريد النظر إلى الجانب السلبي، كيف سيكون الأمر إذا لم نفز. كانت هناك مواسم لم أفز فيها بأي شيء، لكننا أنجزنا الكثير من الأمور الجميلة. لكن عندما تفوز بهذا اللقب، لا يوجد أفضل من ذلك، فهذا يعني أنك نلت خير مكافأة". وكان مدرب ميلان ماسيميليانو أليغري، قد صرح قبل مواجهة بارما (2-2) السبت الماضي، بأن "الطريق ما زال طويلاً، ويجب على الفريق تحقيق أهداف صغيرة مثل الفوز بالمباريات بشكل متتابع للوصول إلى الهدف الأكبر، وهو التواجد بين الأربعة الأوائل. وهذا لا يعني استبعاد أفضل نتيجة وهي الفوز بلقب الدوري".

خلال فترة التوقف الحالية، لم ينضم بوليسيتش إلى منتخب بلاده، بعد أن تعرض للإصابة الشهر الماضي. وعلى الرغم من مشاركته لمدة 20 دقيقة أمام بارما، نجح ميلان في إبقائه مع الفريق للتحضير بأفضل شكل ممكن لمواجهة الديربي ضد إنتر يوم الأحد المقبل.

وأوضح بوليسيتش: "أجرينا محادثات جيدة، ولا أعتقد أنه كان من الصواب أن أذهب للمنتخب وألعب هناك مباراتي الأولى. أريد فقط التأكد من أن لدي الوقت المناسب للعناية بنفسني والتحقق من أن أوتار الفخذ بحالة جيدة. لذلك أعتقد أن هذا كان القرار الأفضل للجميع في هذه اللحظة".

انطلق بوليسيتش بقوة، مسجلاً 6 أهداف في 8 مباريات بين الدوري الإيطالي وكأس إيطاليا، مؤكداً: "ربما أنا في أفضل لحظة بدنية في مسيرتي، وإذا كانت هذه ذروتي، أريد الاستمتاع بها".

كما تحدث عن مدينة ميلانو قائلاً: "أحب الثقافة الإيطالية، الناس، والطعام جيد جداً؛ هل تتفوق على لندن؟ بالتأكيد".

وعن زميله لوكا مودريتش، أضاف النجم الأمريكي: "من الصعب معرفة الوقت المناسب للاعتزال، لكن اليوم أرى أن أمامي على الأقل نحو 10 أعوام أخرى. بالإضافة إلى ذلك، الآن يوجد لوكا في غرفة الملابس؛ يبلغ 40 عاماً ويقدم أداءً على أعلى مستوى. أتساءل، كيف يفعل ذلك، وأمل أن أكون مثله".

خلال

يهتمان إطلاقاً

ميسي يتسبب في 70 إصابة وسط الجماهير بأنغولا



سجل حضور النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي (38 عاماً) في أنغولا حدثاً استثنائياً، لكنه تحول إلى فوزٍ خطير خارج ملعب 11 نوفمبر في العاصمة لواندا. وتسبب الدفاع والزحام في إصابة 70 مشجعاً، بعدما حاولت مجموعات من الجماهير اقتحام بوابات الملعب بالقوة، لمشاهدة مباراة منتخب بلاده أمام "التانغو"، إذ أكد المعهد الأنغولي للطوارئ الطبية أن 23 من المصابين تعرضوا لإصابات جسدية نتيجة الدفاع والسقوط تحت الأقدام، في حين تلقى 47 آخرون رعاية طبية بسبب الصداق وارتفاع ضغط الدم، وهو ما ربطته السلطات بالحرارة والتوتر الشديدين عند المداخل. وأدت محاولات الجماهير اقتحام الملعب إلى تزايد الاحتكاكات مع الشرطة الأنغولية، التي اضطرت لإغلاق بعض البوابات لأسباب أمنية، وفقاً لما ورد في صحيفة أبولا البرتغالية، اليوم السبت. وواجه المشجعون غضباً كبيراً، بعد منعهم من الدخول، لعدم امتلاك التذاكر أو بسبب حمل أغراض محظورة مثل الحقائب والقبعات. وأدى ذلك إلى لحظات من الفوضى والتدافع والصراخ، لكن لم تسجل أي اعتقالات، رغم حدة الاشتباكات. وتفاعل ميسي مع أجواء المباراة، وشارك في تدريبات المنتخب الأرجنتيني قبل انطلاق اللقاء، في محاولة لتهدئة الأمور داخل الملعب. ورغم حضور النجم العالمي، فقد تصاعدت حدة التوتر خارج الملعب، ما جعل الحدث محور اهتمام وسائل الإعلام المحلية والدولية، وقد ربط كثيرون بين الحماس الجماهيري الشديد وظهور "البولغا"، لكن المسؤولية المباشرة للإصابات كانت نتيجة التدافع والزحام، وليس اللاعب نفسه. وشهدت المباراة حضوراً مكثفاً من الجماهير، إذ بلغت سعة الملعب 50 ألف متفرج، بينما طرح الاتحاد الأنغولي لكرة القدم 48 ألف تذكرة فقط. وخلق هذا الفرق ضغطاً هائلاً عند المداخل، ما ساهم في وقوع الإصابات، كما أوضح المشرفون على تنظيم المباراة أن التدابير الأمنية كانت كافية داخل الملعب، لكن التدفق الكبير للجماهير خارج البوابات فاق كل التوقعات. وسجلت وسائل الإعلام لحظات من الاحتفالات قبل المباراة، حين حاولت الجماهير الاحتفال بالذكرى 50 لاستقلال أنغولا، لكن التدافع الشديد والخوف من فقدان مكان داخل الملعب أفسدا هذه الأجواء. وأكدت السلطات أن التحقيقات مستمرة لضمان تطبيق إجراءات أمنية أكثر صرامة في الفعاليات المقبلة. وأثبت حضور ميسي في أنغولا أنه يجذب الجماهير بشكل هائل، لكنه كشف أيضاً عن هشاشة التنظيم في مواجهة التدفق الجماهيري الكبير. ويمثل هذا الحدث درساً مهماً للمنظمين حول أهمية إدارة الحشود وتطبيق إجراءات صارمة، لضمان سلامة المشجعين، في جميع المباريات الدولية المقبلة.



ماركيز لوبيز يرد على منتقدي قطر: احجزوا طائرة وستعرفون روعة الحياة هنا

أكد المدرب السابق لمنتخب قطر لكرة القدم، الإسباني بارتولومي "تانتين" ماركيز لوبيز (63 عاماً)، أنه يعيش تجربة استثنائية في الدوحة، رداً على كل الانتقادات، بعدما واصل مسيرته التدريبية الناجحة مع نادي قطر، إثر إنجازه التاريخي مع "العنابي". واستعاد المدرب المخضرم، في حديثه لصحيفة ماركا الإسبانية، اليوم الخميس، رحلته مع الكرة القطرية، التي وصفها بأنها "قصة نجاح مليئة بالتحديات واللمحات العاطفية". وتحدث ماركيز لوبيز عن علاقته بالدوحة، منذ توليه تدريب فريق الوكرة، ثم الإشراف على منتخب العنابي، قبل الانتقال لتدريب نادي قطر، قائلاً: "جئت قبل سنوات لتدريب فريق في الدرجة الثانية هو الوكرة، وصعدنا به إلى الدرجة الأولى، وشاركنا في دوري أبطال آسيا ثلاث مرات متتالية، بعدها حالفني الحظ، وفزت بكأس آسيا مع المنتخب، ثم في تصفيات المونديال الأخيرة كان الهدف كبيراً جداً، التأهل المباشر إلى كأس العالم من المرحلة الأولى، ولم نتجح، ثم جاء لويس غارسيا وجولين لوبيتيجي، لكنني أتفهم القرار تماماً، وأنا ممتن لمسؤولي الاتحاد القطري على المعاملة الرائعة رغم الإقالة". وأكد ماركيز لوبيز أنه كان سعيداً بعدما قاد موطنه لوبيتيجي منتخب قطر للتأهل إلى كأس العالم 2026، في الولايات المتحدة الأمريكية وكندا والمكسيك، قائلاً: "بالتأكيد كنت سعيداً جداً، أولاً لأن من حقق ذلك هو مدرب إسباني، وثانياً لأن قطر تستحق ذلك، فهي تستثمر كثيراً في الرياضة، قد يكون البعض شعر بالضيق، لكنني لم أشعر بذلك قط، بل كنت فخوراً وسعيداً، وأعتبر نفسي جزءاً من هذا الإنجاز". وعن حظوظ قطر في نهائيات كأس العالم المقبلة، قال ماركيز لوبيز: "أعتقد أن غولدين سيجدد دماء المنتخب ببعض اللاعبين، لكن القاعدة الأساسية يجب أن تبقى كما هي، لأن الخيارات هنا محدودة نسبياً". وأضاف حول مواجهة محتملة بين قطر وإسبانيا: "هذا سيكون أمراً كبيراً جداً، قطر تعرف مكانها، واللاعب القطري مقاتل ولديه روح عالية، لكن إسبانيا في مستوى عالمي آخر. ومع ذلك، في كرة القدم كل شيء ممكن، فوز قطر بكأس آسيا مرتين كان شبه مستحيل، ومع ذلك تحقق". كما عرج المدرب الإسباني على مستقبله، بعدما حقق كل شيء، وأصبح محبوباً في قطر بفضل إنجازاته السابقة، بما في ذلك التتويج بلقب كأس آسيا عام 2024، فقال: "في الحقيقة كنت أنوي التوقف قبل ثلاث سنوات، لكنني وقعت عقداً جديداً لعامين هنا، ومع ذلك هناك شيء واحد مؤكد، بعد قطر سأعود إلى منزلي". وواصل المدرب البالغ من العمر 63 عاماً حديثه: "نعم، أصبحت محبوباً في قطر، وهذا ما أشعر به فعلاً من الناس. القطريون ودودون ولطيفون جداً، وهناك انسجام كبير بين الإسبان والقطريين، كثيرون يقولون أشياء سلبية عن قطر، لكن يجب أن يأتوا إلى هنا ليروا الحقيقة، دائماً أقولها: من ينتقد قطر.. فلماذا طائرة ويقض هنا عشرة أيام فقط، وسيتغير رأيه تماماً، حدث هذا مع أصدقائي، الحياة هنا ممتازة". واختتم ماركيز لوبيز حديثه بالتأكيد أن النجاحات الكبرى لكرة القدم القطرية ارتبطت بحضور المدربين الإسبان، إذ توج العنابي بلقب كأس آسيا مرتين، تحت قيادة فيليكس سانشيز وتيتين ماركيز، فيما تأهل رفاق أكرم عفيف إلى المونديال مع لوبيتيجي، ليقول مدرب نادي الوكرة في هذا الصدد: "ليس صدفة، فالمدرب الإسباني يتمتع بإعداد عال جداً على كل المستويات".

رونالدو بين سياراته الفارهة وطائرتة الخاصة.. رفاهية لا تعرف الحدود

رونالدو بأن "بوغاتي" هي علامته المفضلة، ويراه "من فئة مختلفة تماماً"، تعكس عشقه للسرعة والتميز. وكشف النجم البرتغالي، في تقرير سابق لصحيفة سبورت الإسبانية، عن فلسفته المختلفة في اقتناء السيارات، مؤكداً أنه لا يرى فيها وسيلة للتنقل، بل فرصة للاستثمار. وفي عام 2018، وخلال فترته مع يوفنتوس، اشترى رونالدو تحفته النادرة "بوغاتي تشينيتو ديبيتشي" بقيمة 9.6 ملايين يورو، وهي واحدة من عشر سيارات فقط في العالم، بقوة 1600 حصان. ومن بين سياراته المفضلة أيضاً: بوغاتي شبرون (2.5 مليون يورو)، وبوغاتي فيرون الأسود (1.7 مليون يورو)، إلى جانب لامبورغيني أفينيتادور، ماكلايرين سينتا، فيراري أف 12 تي دي أف، وبنيتلي فلاينغ سبير، في مزيج يجمع بين السرعة والفخامة والتصميم الفريد، ليؤكد مكانته باعتباره أحد أبرز جامعي السيارات الفاخرة في العالم. يعيش رونالدو حالياً في مجمع فاخر بالرياض، يتمتع بأعلى مستويات الأمن والخصوصية. ورغم امتلاكه أسطولاً من السيارات، فإن الكثير منها يبقى غير مستخدم، في مرأيه الفسيح بالسعودية. كذلك كان لجورجينا رودريغيز دور واضح في إثراء مجموعته، إذ أهدته أكثر من سيارة رولز رويس خلال السنوات الماضية، لتصبح شريكته في الثراء، كما هي في النجاح.

خاصة لراحة الطاقم، وحمام فخم. كذلك زوّدت الشركة الطائرة بتقنيات حديثة، لتقليل تأثير الاضطرابات الجوية، ما يجعل الرحلة أكثر سلاسة وهدوءاً. وبذلك يضيف رونالدو إلى سجل حياته الفاخرة فصلاً جديداً من الرفاهية المطلقة، إذ يمتد عالمه المترف من أسطول سياراته الفارهة على الأرض إلى سماء العالم بطائرتة الخاصة، في مشهد يلخص حياة نجم يعيش المجد داخل الملعب وخارجه. ومع انتقاله إلى نادي النصر السعودي، تضاعفت ثروته كثيراً، خصوصاً مع ما يملكه من سلسلة استثمارات ناجحة في مجالات الفنادق والمطاعم والعلامات التجارية الخاصة. لكن رغم كل ذلك، يبقى رونالدو عاشقاً حقيقياً لعالم السيارات، وهو الشغف الذي لا يخفيه أبداً. وكان أول مقتنياته الفاخرة سيارة بورشه كايين بقيمة نحو 76 ألف يورو، لكن شغفه لم يتوقف عندها، إذ امتلأ مرأبه لاحقاً بأكثر من 40 سيارة خارقة من طرازات نادرة وفاخرة. ويعترف

بقيمتها نحو 50 مليون يورو. توصف طائرة رونالدو بأنها فندق فاخر بأجنحة، إذ تعدّ من أكثر الطائرات تجهيزاً وتطوراً في فئتها، وتحتوي على نظام ترفيه متكامل بتقنية "فور كي"، وإضاءة ذكية تعمل وفق الإيقاع اليومي للجسم، إلى جانب نظام صوتي متطور يحمل اسم لاو بيررا، لتوفير أقصى درجات الراحة والرفاهية في الأجواء. تتميز الطائرة بإمكانية التخصيص الكامل، حسب رغبة مالكيها، وهو ما قام به رونالدو بالفعل. فمن خلال موقع الشركة المصنعة، يمكن تحديد توزيع المقاعد وغرف الاجتماعات، واختيار النمط الداخلي، سواء كان عصرياً أو كلاسيكياً، وحتى تصميم الشكل الخارجي للطائرة ولون خطوطها. لا يقتصر الأمر على الفخامة الجمالية فحسب، إذ تحتوي الطائرة على مطبخ مجهز بالكامل، وفرن وثلاجة ومنطقة

يمتلك النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو (40 عاماً) ثروة هائلة بكل المقاييس، تقدّر بنحو 1.2 مليار دولار، وفق موقع سيلبرتي نيت ورث، وهو ما يمنحه القدرة - كما أكد بنفسه - على شراء أي شيء يرغب فيه في العالم. وفي مقابلة تلفزيونية مع الإعلامي بيرس مورغان، كشف النجم البرتغالي عن أغلى ما اشتراه في حياته، قائلاً: "إنها طائرة. امتلكت طائرات منذ أن كنت في الثلاثين من عمري، لكنني استبدلتها أخيراً، وكانت صفقة مكلفة بعض الشيء". وبحسب تقرير صحيفة ماركا الإسبانية اليوم الأربعاء، فإن "الدون" يحلق في سماء الفخامة، بطائرتة الخاصة من طراز بومباردير غلوبال أكسبرس 6500، التي بلغت



فوائد ممارسة الرياضة على معدة فارغة

تمزق عضلات الفخذ الخلفية

هناك ثلاثة عضلات تشغل الجزء الخلفي من الفخذ، وهذه العضلات تبدأ من أسفل الحوض عند المقعدة وتنتهي في أعلى عظمة الساق وتعمل أساسا على ثني مفصل الركبة. وقد تصاب هذه العضلات بتمزق جزئي بسيط أو تمزق كلي، وهذه الإصابة كثيرا ما تحدث في الرياضيين وخصوصا الذين يشاركون في الألعاب الرياضية التي تتطلب الجري والقفز مثل كرة القدم والعب القوي. كما أنها شائعة في الرياضيين في عمر المراهقة حيث يكون نمو العظام سريعا بينما لا تنمو العضلات بنفس المعدل، وأن السبب الرئيسي في حدوث التمزق هو زيادة الحمل على العضلات وقد يحدث ذلك عندما تتمدد العضلات فوق طاقتها أو يتم انقباضها فجأة بقوة. وهناك عوامل عدة يمكن أن تزيد من احتمالات حدوث التمزق بما في ذلك قصر وعدم ليونة العضلات، ولذا يجب إتباع برنامج رياضي على مدار السنة يشمل تمارين إطالة العضلات، ضعف العضلات، فالعضلات الضعيفة أقل قدرة على التعامل مع الإجهاد في التمارين وأكثر عرضة للإصابة. التعب وإجهاد العضلات يقلل من قدرة العضلة على امتصاص الأحمال مما يجعلها أكثر عرضة للإصابة. وقد يحدث التمزق في الألياف العضلية أو في الأوتار الموجودة في نهاية العضلة. وفي بعض الحالات قد يقوم الوتر بشد جزء من العظام معه أثناء التمزق. عند حدوث التمزق يحدث ألم حاد مفاجئ في الجزء الخلفي من الفخذ مما يسبب التوقف السريع عن الجري والقفز على الساق السليمة أو الوقوع، بالإضافة لذلك قد يحدث تورم بالفخذ خلال الساعات القليلة الأولى بعد الإصابة كدمات أو تلون الجزء الخلفي من الفخذ والساق تحت الركبة خلال الأيام القليلة الأولى ضعف في قوة عضلات الركبة يمكن أن يستمر لأسابيع. وعادة ما يتم تشخيص هذه الحالة بمعرفة التاريخ المرضي للإصابة وبالكشف الالكلينيكي على المريض وملاحظة موضع الألم والزرقان، وقد يلجأ الطبيب لعمل أشعة إذا كان هناك شك في حدوث شد لجزء من العظام. وفي بعض الأحيان قد يتم اللجوء للرنين المغناطيسي للتأكد من التشخيص وتحديد درجتها. تشير الأبحاث أن ثلثي هذه الإصابات يمكن تجنبه باتباع تمارين التقوية المناسبة في صالات الألعاب، كما أنه يجب عمل إحماء مناسب قبل المباريات مباشرة وذلك بالهرولة البطيئة ثم الجري لمسافات قصيرة بصورة متقطعة حتى يزداد تدفق الدم للعضلة وتستعد للعب المباراة. وهناك تمرين ممتاز يمكن عمله بعد الإحماء لزيادة استعداد العضلة، حيث يقوم اللاعب بالجلوس على ركبته أثناء قيام المدرب بتثبيت الكاحل على الأرض، ثم يبدأ اللاعب في الميل للأمام ببطء حتى يقترب صدره من الأرض مستخدما عضلات الفخذ الخلفية لتجنب سقوطه للأمام. إلى أن يصبح غير قادر على المقاومة فيسقط إلى الأرض مستندا على كفيه إلى أن يلامس صدره الأرض. ثم يقوم بدفع نفسه إلى وضع الجلوس على الركبة مرة أخرى وإعادة التمرين. ويجب أن يتم عمل هذه التمارين بصورة تدريجية تماما لإعطاء الفرصة الكاملة للعضلات للتقوية على ألا تتجاوز الزيادة الأسبوعية في التمرين 10% من أحمال الأسبوع السابق. كما يجب ملاحظة أن تدريبات الإطالة الشديدة قبل المباريات قد تضعف العضلات وتزيد من فرص تعرضها للإصابة. يختلف العلاج وفقا لسن المريض ونوع التمزق وموضعه واحتياجات المريض من ممارسة الرياضة، والهدف من أي علاج - غير الجراحية أو الجراحية - هو المساعدة على العودة إلى جميع الأنشطة التي كان يقوم بها المريض. العلاج التحفظي وعادة ما يلتزم التمزق بهذا النوع من العلاج وهو يشمل الراحة، وقد يوصي الطبيب باستخدام العكازات لتجنب وضع الوزن على الساق، واستخدام كمادات باردة لمدة 20 دقيقة عدة مرات في اليوم ولكن لا تضع الثلج مباشرة على الجلد. أربطه ضاغطة لمنع التورم وحدوث تجمع دموي، وقد يوصي الطبيب بارتداء جبيرة للركبة لفترة وجيزة لمساعدتها على الشفاء، ورفع القدم المصابة بحيث يكون مستواها أعلى من مستوى القلب عند النوم وذلك لتخفيف التورم، ويمكن البدء في العلاج الطبيعي عند زوال الألم الشديد والتورم وذلك بهدف التدرج في زيادة مدى الحركة وقوة العضلات وزيادة مرونة العضلات. قد يتم اللجوء للتدخل الجراحي في الحالات التي يحدث بها شد لجزء من العظام حيث يتم تحريك العظام إلى موضعها السليم وتثبيتها بمسامير إلى أن تلتئم، حالات التمزق الكامل للعضلات حيث يتم خياطة القطع.

تناولت مشروبا وهميا ولم تكن تعلم بذلك، وبعد التمرين تناول المشاركون الذين لم يحصلوا على شيء مشروب الطاقة والمجموعة الأخرى تناولت المشروب الوهمي. ستمر هذا الروتين لمدة ستة أسابيع، ووجد الباحثون أن كلا المجموعتين حسنتا من لياقتهن الرياضية وضيعتا محيط الخصر. ومع ذلك فإن الدراجين الذين مارسوا الرياضة على معدة فارغة قاموا بحرق ضعف كمية الدهون من الأشخاص الذين تناولوا المشروب قبل الرياضة. وعموما تشير هذه النتائج إلى أنه من المحتمل أن تحصل على المزيد من حرق السعرات الحرارية دون الزيادة في شدتها أو مدتها عن طريق التمرين قبل وجبة الإفطار. وإن أسباب زيادة حرق السعرات الحرارية على الأرجح لأن المجموعة التي مارست الرياضة على معدة فارغة اضطرت أجسادهم للجوء لمخازن الطاقة الداخلية للحصول على الوقود بما في ذلك الدهون المخزنة في العضلات، ومن المثير للاهتمام أن الأشخاص الصائمين لم يشعروا بأنهم استنزفوا أكثر من المجموعة الأخرى وفقا لأقوالهم بعد كل تمرين. والمفتاح الرئيسي هو الصيام لفترة طويلة عن الطعام ومن ثم ممارسة الرياضة ولا يوجد فرق بين فترة الليل أو النهار. لذا إذا كنت ترغب في تحفيز جسمك وزيادة مستوى الحرق لديك استيقظ مبكرا وابدأ ممارسة رياضتك المفضلة لكن الدكتور يحذر إذا كان جدولك لا يسمح من ممارسة الرياضة على معدة فارغة فلا تعرقها ويضيف بأن أي نشاط بدني هو مفيد للجسم وهو أفضل من لا شيء. قد يكون هذا أمرا مثيرا للدهشة، ولكن ممارسة الرياضة في الصباح تساعد على تعزيز القدرة على النوم ليلا، لأنها تعمل على ضبط إيقاعات الساعة البيولوجية للجسم، وتزودك بالطاقة اللازمة خلال النهار. وبالتالي تعمل على تحسين النوم ليلا. إن ممارسة التمارين الرياضية قبل الفطور تمد الجسم بالطاقة وتحسن سريان الدم، كما أنها تخلصه من الإدمان على السكر والكافيين، وهي من أسوأ العادات الضارة بصحة القلب، وبالتالي تساعد في الحفاظ على صحة القلب. إن البدء بممارسة التمارين الرياضية صباحا يعزز صحة العقل ويقوي الذاكرة، كما يساعد على زيادة تدفق الدم إلى الدماغ، مما يحمي من خطر الإصابة بالخرف، وتساعد ممارسة الرياضة صباحا على تهدئة الأعصاب وبالتالي تقلل مستوى التوتر، وهذا التأثير يبقى حتى نهاية اليوم. وإن ممارسة التمارين الخفيفة صباحا مثل المشي وغيرها، يساعد في الحصول على جهاز مناعي قوي، مما يحسن الأجسام المضادة، القدرة على مقاومة من أنواع العدوى.

يستخدم جسم الإنسان الطاقة المخزنة لديه بينما يكون نائما ليلا خلال عملية الميتابوليزم. وتساعد ممارسة التمارين الخفيفة صباحا قبل الفطور على إعادة شحن الجسم وتعزيز مستوى الطاقة مجددا، ولا تنسى ضرورة الحصول على فطور صحي بعدها أيضا إن ممارسة الرياضة على معدة فارغة يساعد على حرق المزيد من الدهون، لذلك تعتبر خيارا جيدا للأشخاص الذين يسعون لانقاص أوزانهم سريعا، لأنهم بحاجة إلى التخلص من السعرات الحرارية التي يتم حرقها بالمقارنة مع السعرات الحرارية المستهلكة. عند ممارسة الرياضة على معدة فارغة، تستطيع المعدة عمل تغيرات هرمونية تساعد على حرق الدهون وتعمل على بناء عضلات، ويمكن بعدها تناول فطور صحي غني بالبروتين لزيادة فاعلية التمارين في تكوين عضلات صحية. يعتبر السكري من أكثر الأمراض الخطيرة والمتزايدة، ولكن ممارسة الرياضة قبل الفطور تساعد على الحماية من عدم تحمل الجلوكوز ومقاومة الأنسولين، ويساعد ذلك في السيطرة على سكر الدم وخاصة لدى مرضى السكري النوع الثاني. إن القيام بممارسة أنواع التمارين البسيطة مثل المشي، وثب الحبل، الركض، السباحة واستخدام جهاز المشي من أفضل الأشياء التي يمكن القيام بها قبل الفطور لتنظيم سريان الدم والتحكم في مستوى ضغط الدم، مما يساعد في الوقاية من الإصابة بارتفاع ضغط الدم. التمارين الرياضية تحسن من صحتنا لكن تشير الأبحاث إلى أن الأشخاص يستجيبون بشكل مختلف للتمارين المتماثلة، فحتى لو كان الجميع يقومون بنفس التمارين فإن بعض الأشخاص يصبحون أكثر خفة من غيرهم وبعضهم يفقدون وزنا أكبر أو يسيطرون بشكل أكبر على معدل السكر في دمهم. ويعتقد معظم العلماء أن الوراثة والوجبات الغذائية والعوامل الجسدية والمزاجية لها دور كبير في حياتنا وهي تشكل كيفية تفاعل أجسامنا مع التمارين، لكن بعض العلماء يشبهون في أهمية توقيت الوجبة حيث أن العضلات تحتاج إلى سكر أو دهون أثناء التمرين، ويمكن أن يأتي من آخر وجبة تناولتها أو من المخزون الموجود في أجسادنا. بعض هذه الدهون تشكل مشاكل خاصة إذا ما تراكمت أكثر من اللازم. فهي تساهم في مقاومة الأنسولين وارتفاع مستويات السكر في الدم وزيادة مخاطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني والحالات الأيضية الأخرى. لذلك قام الباحثون في إنجلترا وغيرها من المؤسسات في التساؤل عما إذا كان توقيت الوجبة قد يؤثر على مقدار الدهون التي تحرقها العضلات أثناء التمارين. وللنظر في القضية قاموا بتجنيد 30 رجلا من ذوي الوزن الزائد، اختبر الباحثون اللياقة البدنية لهم وحساسية الأنسولين وتم تقسيمهم لثلاث مجموعات، الأولى كانت كعنصر تحكم واصلوا حياتهم المعتادة، وبدأت المجموعتان بممارسة الرياضة في الصباح ثلاث مرات أسبوعيا مع تتبع لمعدل ضربات القلب وكمية الدهون والسكر التي أحرقوها. كما تم منح مجموعة مشروب طاقة قبل ساعتين من ممارسة الرياضة، والمجموعة الأخرى

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني** | المدير العام: **مجدوب بن صالح**

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

من أجل اشارككم توجها إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة ANEP، المتواجدة بـ 01 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.ereg@anep.com.dz
agence.uran@anep.com.dz
programming.ereg@anep.com.dz
agence.annaba@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz

الطابع: SAMPRAL
TD DIFFUSION COMMUNICATION
الفاكس: 023-78-57-70
الهاتف: 0541-76-26-27

رقم الحساب البنكي: al salam bank algeria
03801603323071300789

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

العنوان: مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة برقم 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

