

"الخضر"
يختتمون
تحضيراتهم اليوم
قبل مواجهة
"الفهود"

www.dzair-tube.dz

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الإثنين 5 جانفي 2026 الموافق لـ 16 رجب 1447 هـ العدد: 1394 الثمن: 30 دج

النائب الوطني يرفض تضخيم
المشاكل التي ضربت دفاع "الخضر"

آيت نوري يواصل الغياب ويتجه
لتضييع مواجهة الكونغو
الديمقراطية

حلول جاهزة

بيتكوفيتش يدرس
تحويل بن سبيعي
إلى الرواق الأيسر

بالميد الأقرب
لمرافقة
ماندي في
المحور



إدارة باريس أف سي تشتري ما
بين 20 و25 مليون أورو لبيعه

قال
يشعل
الصراع
بين أندية
"البريميرليغ"



في ليلة سقوط "مارسيليا"
في "الفيلودروم"

غوييري يعود
إلى الملاعب بعد
3 أشهر من الغياب



اختير أفضل لاعب في مباراة
شيفيلد ونزداي
ريان قلي يسجل أول
هدفين له هذا الموسم
في "الشامبيونشيب"

الحكم حرم تنزانيا
من ركلة جزاء شرعية

المغرب يتأهل
بفضيحة تحكيمية
من العيار الثقيل



المنتخب الوطني

■ مباراة الكونغو الديمقراطية ستلعب على جزئيات

بيتكوفيتش يعوّل على خبرة الكوادر لتجاوز عقبة "الفهود"

دخلت تشكيلة المنتخب الوطني الجزائري المرحلة الأخيرة من الاستعدادات الخاصة بمباراة الكونغو الديمقراطية المقررة غدا الثلاثاء، ضمن الدور ثمن النهائي من كأس أمم إفريقيا 2025، حيث يواصل أشبال الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش التحضير لهذا الموعد الهام بوتيرة عالية ومعنويات مرتفعة، وسط تفاؤل من الجميع بقدرة "الخضر" على تجاوز عقبة "الفهود"، بينما يعول الطاقم الفني على خبرة الكوادر لحجز بطاقة التأهل إلى ربع النهائي.

التجربة ستكون حاسمة في الأدوار الإقصائية

وفي مواجهة يتوقع أن تحسم على جزئيات صغيرة، يراهن "الخضر" على خبرة اللاعبين، لقيادة المنتخب نحو مواصلة المشوار القاري والذهاب إلى أبعد نقطة ممكنة في المنافسة، وسيكون المنتخب الجزائري على موعد مع أول دور في مرحلة خروج المغلوب، وهو ما يتطلب تجهيز اللاعبين على كافة المستويات لاسيما فيما يتعلق بالجانب الذهني وتسيير الضغط الطبيعي المفروض في مثل هذه اللقاءات التي لا تحتمل أي خطأ، وهنا يبرز دور اللاعبين الذين يمتلكون الخبرة والذين بإمكانهم صنع الفارق وتغيير مجريات اللقاء، واقتناص الفرص والعب على التفاصيل الصغيرة، خاصة في غياب أي مجال للتدراك، فالهزيمة يعني الخروج من المسابقة القارية، ولهذا فإن الطاقم الفني ركّز كثيرا على هذه النقطة، وفي هذا الإطار، يشكل التحكم في الضغط والتوتر محورا أساسيا في عمل المدرب خلال المنعرج الأخير من التحضيرات، إذ يعول بيتكوفيتش على خبرة العناصر التي لها تجربة في الميدان الإفريقية والقادرين على ترجيح الكفة لصالحهم في اللحظات الحاسمة.

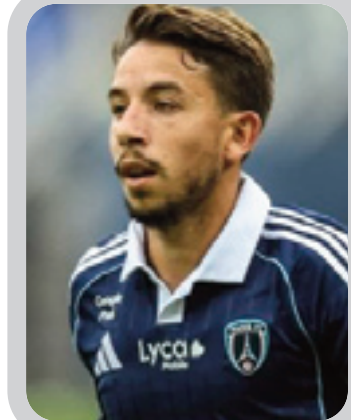
عدة عناصر تعودت على المباريات الكبيرة وسيرافقون الشبان

واختار التقني السويسري في قائمته لتمثيل "الخضر" في العرس القاري على لاعبين شبان وآخرين من ذوي الخبرة الكبيرة، فمن بين 28 لاعبا استدعاهم فلاديمير بيتكوفيتش للنسخة 35، سبق لسبعة عناصر التتويج باللقب القاري سنة 2019 بمصر، ويتعلق الأمر بكل من يوسف عطال ورامي بن سبعيني وعيسى ماندي وإسماعيل بن ناصر وهشام بوداوي ورياض محرز وبغداد بونجاح، وهي نواة صلبة ولاعبين تعودوا على خوض المباريات الكبيرة والملاحظات المشحونة عاطفيا، وهو عامل فاصل في المواعيد القارية، وكذا المواعيد الإقصائية وصعوبتها وأهمية التحلي بالهدوء والحضور الذهني تحت الضغط وهي معطيات تكتسي أهمية خاصة في الأدوار المتقدمة، إذ يعول على هؤلاء اللاعبين مرافقة زملائهم الشبان، وهي خطوة بدأت منذ انطلاق التحضيرات في الجزائر تحسبا لهذه الدورة، ويشارك التعداد الوطني بـ 12 لاعبا شابا جديدا تم استدعاءهم في أول بطولة كبرى لهم مع المنتخب الأول.

المجموعة تملك الإمكانيات للمبور إلى ربع النهائي

ودون شك، فإن المجموعة تمتلك الإمكانيات اللازمة للذهاب بعيدا في المنافسة، والجميع يعي أن الضغط جزء من اللعبة، والجميع يدرك المسؤولية الملقاة على عاتقه لتشريف الألوان الوطنية، وهو ما ظهر في الحصص التدريبية التي تشهد دائما المعنويات العالية والأجواء التي تسودها الجدية والانسجام وروح المجموعة، وتتنجس الحاجة إلى دور الكوادر في مرافقة العناصر الجديدة، بنقل تجربتهم إلى سواء في غرف تغيير الملابس أو أثناء التدريبات والمباريات، من خلال توجيههم ومساعدتهم على التحكم في العواطف واكتساب السلوكيات التنافسية الضرورية في هذا المستوى العالي، أمام منتخب "الفهود" القوي والمنظم، واعتاد على خوض اللقاءات "الخضر" أن العامل الذهني سيكون مفتاحا أساسيا لتجاوز هذا الدور.

عبد المجيد



ردا على الاتهامات التي طالته بخصوص رغبته في اللعب لـ "الخضر"

ماكسيم لوبيز: "لست انتهازيا ومن أكون حتى أرفض دعوة الجزائر...؟"

ردّ اللاعب الفرانكو- جزائري ماكسيم لوبيز على الاتهامات التي طالته مؤخرا بعد التعبير عن رغبته في تقمص ألوان المنتخب الجزائري، نافيا أن يكون انتهازيا أو أنه اتخذ هذا القرار بعد تهيمشه من قبل الطاقم الفني للمنتخب الفرنسي. وكان نجم باريس أف سي الفرنسي، قد فاجأ الجميع، بإعلان رغبته في الانضمام لـ "الخضر" مؤكدا في تصريحات سابقة أنه لن يتوان في اللعب للجزائر في حال ما إذا تلقى دعوة من "الطاف"، وهو ما فسرته الجماهير الجزائرية على أنه رغبة المشاركة بكأس أمم إفريقيا الحالية، وكأس العالم 2026 بعدما تأكد من عدم استدعائه لمصوف "الديكة". وأبدى ماكسيم لوبيز انزعاجه من وصفه بـ "الانتهازي" حيث قال في حديثه مع منصة "لوكاري" الفرنسية حول هذا الموضوع: "لقد كنت متزعجا من تلك الاتهامات والأحكام المسبقة التي أطلقت بحقّي". ونفى ذات المتحدث أن يكون قد رفض أي دعوة للعب مع "الخضر" في فترة سابقة، ليصرح بالقول: "من أكون حتى أرفض منتخب الجزائر، إنه أحد أفضل المنتخبات في إفريقيا"، مؤكدا أنه لم يتحدث عن المنتخب الجزائري من قبل، بالنظر إلى عدم تلقيه دعوة الانضمام إلى صفوف "الخضر" على الإطلاق، إلى جانب عدم وجود أي تواصل مع مسؤولي "الطاف"، وأوضح: "لقد أجبت عن سؤال فقط بخصوص إمكانية حملي لقميص المنتخب الجزائري، بعض الأشخاص يخلطون الأحكام في وقت ربما لن يتم فيه توجيه الدعوة لي أبدا". وكان ماكسيم لوبيز قد أكد في تصريحاته السابقة بأنه مستعد لقبول دعوة المنتخب الوطني حتى بعد مونديال 2026، في مؤشر إيجابي على حسن نيته وإبراز تعلقه بالجزائر البلد الأصلي لوالدته، غير أن الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، فضلت التريث قبل الفصل في إمكانية استدعائه لحمل قميص المنتخب الوطني من عدمه.

عبد المجيد

بعد الانباء عن إمكانية فسخ عقد إعارته لظايله

كوبنهاغن الدنماركي يحسم مستقبل شياخة

قررت إدارة نادي كوبنهاغن الدنماركي بيع الدولي الجزائري أمين شياخة خلال فترة التحويلات الشتوية الجارية، بعد تلقيها عروضاً من قبل عدة أندية أوروبية تتابع مهاجم "الخضر" منذ بداية الموسم الجاري، وكشفت صحيفة "تيسيلاديت" في تقرير لها أمس، أن مسؤولي نادي كوبنهاغن حسمو مستقبل شياخة بشكل نهائي، حيث لن تتوانى الإدارة في بيع المهاجم الجزائري خلال الميركاتو الشتوي الحالي، وأبرزت بأن اللاعب البالغ من العمر 19 سنة سيواصل مشواره مع نادي فايله الدنماركي الذي التحق به خلال الصيف الماضي على شكل إعاره إلى نهاية الموسم، إذ سيخوض شياخة فترة الإعداد الشتوية معه، مشيرة أن عدة أندية تقدمت بالفعل بعروض لمهاجم "الخضر" الذي سجل ستة أهداف في 16 مباراة هذا الموسم، وذكرت صحيفة "تيسيلاديت" سابقاً أن بوروسيا مونشغلادباخ وناديا من الدوري الهولندي الممتاز مهتمان بأمين شياخة، كما ارتبط اسم رين أيضاً بالمهاجم الجزائري الشاب، وحسب المصادر ذاتها، فإن إدارة كوبنهاغن تنتظر عرضا رسميا من أجل أمين شياخة الذي كانت قيمته السوقية تبلغ 10 ملايين أورو الصيف الماضي، غير أن مسؤولي الفريق الدنماركي مستعدون للتفاوض على سعر أقل بعد تراجع قيمته حاليا. وكان أمين شياخة معارا إلى نادي فايله منذ الصيف الماضي، وكان لدى كوبنهاغن بندا يسمح بفسخ العقد في الشتاء، غير أن اللاعب الجزائري سيواصل مقامه مع متذيل ترتيب الدوري الدنماركي في انتظار بيع عقده لأحدى الأندية الأوروبية.

عبد المجيد

إدارة باريس أف سي تشتترط ما بين 20 و25 مليون أورو لبيعه

قبال يشعل الصراع بين أندية "البريمرليغ"

أشعل الدولي الجزائري إعلان قبيل الصراع على خدماته خلال فترة التحويلات الشتوية الجارية، بعد تألقه اللافت مع ناديه باريس أف سي الفرنسي، في أول موسم له في "الليغ 1"، وكشفت تقارير صحفية أمس، أن عدة أندية إنجليزية تتابع ما يقدمه نجم "الخضر" المتواجد حاليا مع المنتخب الوطني في كأس أمم إفريقيا الجارية وقائعه بالمغرب إلى غاية 18 جانفي الجاري، وحسب ما ذكره الصحفي التركي "إكرم كونور"، فإن هناك 3 فرق ناشطة في الدوري الإنجليزي الممتاز، تريد الظفر بخدما الدولي الجزائري خلال فترة التحويلات الشتوية الجارية، وأضاف كونور في منشور عبر حسابه الرسمي على منصة "إكس" (تويتر سابقا)، أن متوسط ميدان "الخضر" يتواجد محل اهتمام كل من كريستال بالاس، سندرلاند وهولهم، الذين يتابعونه باهتمام، مشيرا بأن الفرق الإنجليزية تضغط بقوة في محاولة منها لحسم صفقة قبيل خلال فترة التحويلات الشتوية الجارية، وأبرز المصدر ذاته، بأن إدارة باريس أف سي، لا تمانع في بيع عقد لاعبيها الجزائري، وأنها مستعدة للاستماع إلى العروض في نطاق 20 و25 مليون أورو. وجدير بالذكر، أن قبيل شارك في العمر 27 سنة مرتبط بعقد مع باريس أف سي بعقد إلى غاية جوان 2028، مع العلم أن نفسه ضمن أبرز المواهب الكروية في "الليغ 1" هذا الموسم، وهو ما جعله يخطف أنظار العديد من الفرق الأوروبية فالى جانب الأندية الإنجليزية المذكورة يضعه فريق مارسيليا ضمن أبرز أولوياته في جانفي. وللإشارة، فإن اللاعب الجزائري البالغ من العمر 16 مباراة مع فريقه في الدوري الفرنسي سجل خلالها 6 أهداف وصنع 4 آخرين، لينتصب نفسه ضمن أبرز المواهب الكروية في "الليغ 1" هذا الموسم، وهو ما جعله يخطف أنظار العديد من الفرق الأوروبية فالى جانب الأندية الإنجليزية المذكورة يضعه فريق مارسيليا ضمن أبرز أولوياته في جانفي. وللإشارة، فإن اللاعب الجزائري البالغ من العمر 27 سنة مرتبط بعقد مع باريس أف سي بعقد إلى غاية جوان 2028، مع العلم أن قيمته السوقية تصل إلى 12 مليون أورو حسب موقع "ترانسفير ماركيت" المختص في الأرقام والإحصائيات في كرة القدم. ويراهن إعلان قبيل، على التائق مع المنتخب الوطني خلال كأس أمم إفريقيا الحالية، وهو الذي اكتفى بالمشاركة في دقائق معدودة خلال المواجهة الأخيرة أمام غينيا الاستوائية في الجولة الثالثة من دور المجموعات، حيث يراهن صانع ألعاب "الخضر" على ترك بصمته مع المنتخب والمساهمة في بلوغ أقصى نقطة ممكنة في "الكان".

عبد المجيد



كأس أفريقيا 2025

"الخضر" يختتمون تحضيراتهم اليوم قبل مواجهة "الفهود"

يختتم المنتخب الوطني لكرة القدم، اليوم الإثنين، تحضيراته المكثفة لمواجهة الكونغو الديمقراطية، في ثمن نهائي كأس أفريقيا ويجري "الخضر"، آخر حصة تدريبية لهم في أجواء يسودها التركيز والجدية، حيث يعمل الطاقم الفني على وضع اللسمات الأخيرة قبل ملاقاته الفهود ومن المنتظر أن تكون هذه الحصة خفيفة، مع التركيز أساسا على الجوانب وتصحيح بعض التفاصيل الدقيقة، إلى جانب ضبط التمرکز داخل أرضية الميدان والكرات الثابتة.

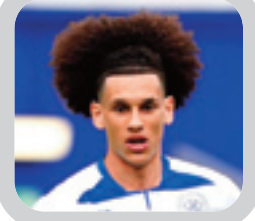
منطقة مختلطة للاعب المنتخب الوطني مع وسائل الإعلام

قبل انطلاق الحصة التدريبية الأخيرة للفريق الوطني، تقرر برمجة منطقة مختلطة، تجمع لاعبي "الخضر" بممثلي وسائل الإعلام، عشية مباراة الكونغو الديمقراطية غدا. ومن المتوقع، أن تشهد المنطقة المختلطة حضور حيماد عبدلي محمد الأمين عمورة ورضوان بركان، لتتبع للصحفيين متابعة تحضيرات اللاعبين عن قرب وأخذ تصريحاتهم حول الاستعدادات للمواجهة المرتقبة. ويدرك المنتخب الجزائري، أهمية مباراة الكونغو الديمقراطية، لا سيما أن أي خطأ قد يعني توديع كأس الأمم الأفريقية مبكرا.

بيتكوفيتش وبن ناصر في ندوة صحفية قبل مباراة "الكونغو"

يعقد الناخب الوطني الجزائري، فلاديمير بيتكوفيتش، اليوم الإثنين، ندوة صحفية بداية من الساعة 11:30 بمقر إقامة الفريق في الرياض، وسيكون برفقته لاعب وسط الميدان إسماعيل بن ناصر. وتأتي هذه الندوة في إطار التحضيرات المكثفة للمنتخب الوطني لمواجهة الكونغو الديمقراطية ضمن دور ثمن النهائي لكأس أمم أفريقيا. ومن المتوقع أن يسلط بيتكوفيتش الضوء على آخر استعدادات "الخضر"، ويحجب على مختلف أسئلة الصحفيين المتعلقة بهذه المواجهة المصرية، في مسعى للدفاع عن سمعة المنتخب على الساحة القارية.

وسيم



اختير أفضل لاعب في مباراة شيفيلد ونزادي ريان قلي يسجل أول هدفين له هذا الموسم في "الشامبيونشيب"

قائد المهاجم الجزائري، ريان قلي، فريقه كوينز بارك رينجرز إلى فوز عريض على حساب شيفيلد وينزادي بنتيجة 3-0، في المباراة التي جرت، أمس الأحد، ضمن الجولة 26 من الدوري الإنجليزي الشامبيونشيب. وظهر قلي بأداء لافت، كان حاسما في الدقائق الأخيرة من اللقاء، مسجلا هدفين متتاليين في الدقيقتين 81 و88، ليؤمن الانتصار لفريقه ويؤكد عزمه على تقديم أفضل ما لديه خلال مرحلة الإياب من بطولة الشامبيونشيب. وبفضل أدائه المميز، اختير رجل المباراة حسب موقع هوسكورد المتخصص في الإحصائيات، حيث نال تنقيط 8.1 من 10، وهو أعلى تقييم في اللقاء. وتعد هذه الثانية أولى أهداف ريان قلي في منافسة الشامبيونشيب هذا الموسم، ما يمنحه دفعة معنوية قوية لمواصلة التآلق في قادم الجولات.

وسيم

منصب الظهير الأيسر صدادع في رأس بيتكوفيتش قبل موقعة "الكونغو الديمقراطية"

يواصل المنتخب الوطني، استعداداته المكثفة لمواجهة منتخب الكونغو الديمقراطية ضمن ثمن نهائي كأس الأمم الأفريقية، وسط حالة من القلق المتزايد حول الرواق الأيسر للدفاع. وأثار غياب ريان آيت نوري، عن الحصة التدريبية الثانية على التوالي بسبب معاناته من زكام حاد، قلق الطاقم الفني بقيادة المدرب السويسري فلاديمير بيتكوفيتش، خاصة وأن لاعب مانشستر سيتي الإنجليزي يعد ركيزة أساسية لا غنى عنها في التشكيل الأساسي لمحاربي الصحراء. غياب آيت نوري أربك حسابات بيتكوفيتش وقلص خياراته الدفاعية، لا سيما في ظل استمرار غياب جوان حجام الذي لم يتعاف تماما. بالإضافة إلى سمير شرقي الذي يعاني هو الآخر من إصابة. وأمام هذه الوضعية الصعبة، يجد بيتكوفيتش نفسه أمام تحد جديد في ظل اعتماد الخضر على خطط تتطلب توازنا دقيقا بين الدفاع والهجوم، في هذا السياق، يبدو رامي بن سبعيني المرشح الأقوى لتولي مركز الظهير الأيسر، بينما يدرس بيتكوفيتش إمكانية الدفع باللاعب بلعيد إلى جانب ماندي في قلب الدفاع، سواء ضمن خطة 3-4-3 أو 3-5-2. يبقى قرار بيتكوفيتش بشأن من سيتولى مركز الظهير الأيسر حاسما، خصوصا أمام منتخب الكونغو الديمقراطية الذي يعتمد على الهجمات المرتدة السريعة، ما يفرض على الخضر الحفاظ على توازن دفاعي والقدرة على تغطية الأطراف بفاعلية.

وسيم

وفقا لتقارير صحفية فرنسية

لا عرض رسمي من مارسيليا لضخم عبدلي

يتواصل الحديث عن مستقبل الدولي الجزائري، حيماد عبدلي، لاعب وسط أوجي، خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية، في ظل الاهتمام الذي يحظى به من عدة أندية فرنسية، أبرزها أولمبيك ليون وأولمبيك مارسيليا. وبحسب ما كشفه موقع Telfoot، فإن حيماد عبدلي محل متابعة من طرف أولمبيك مارسيليا، غير أن إدارة النادي لم تتقدم، إلى حد الآن، بأي عرض رسمي لإدارة أوجي من أجل ضمه في الميركاتو الشتوي. ويرتبط عبدلي بعقد مع أوجي إلى غاية شهر جوان المقبل، ما يضعه أمام خيار مهم بخصوص مستقبله، خاصة مع اقتراب نهاية عقده، ومن المنتظر أن يحسم اللاعب قراره النهائي بعد مشاركته في كأس أمم إفريقيا 2025. ويبقى عبدلي عنصرنا أساسيا في تشكيلة أنجي هذا الموسم، وأحد الأسماء المرشحة لمغادرة النادي في حال وصول عرض مناسب خلال الفترة المقبلة. جدير بالذكر، خاص حيماد عبدلي خلال الموسم الكروي 13 مباراة ضمن الدوري الفرنسي وسجل هدفين.

وسيم

الحكم حرم تنزانيا من ركلة جزاء شرعية

المغرب يتأهل بفضيحة تحكيمية من العيار الثقيل

أثار تأهل المنتخب المغربي إلى الدور المقبل عاصفة من الجدل، ليس بسبب الأداء الفني داخل المستطيل الأخضر، فحسب، بل بسبب قرارات

بعد غياب دام نحو ثلاثة أشهر بسبب الإصابة

تحكيمية وصفتها الجماهير الرياضية بـ "الكارثية" المباراة شأهت حالة تحكيمية أثارت ذهول المتابعين، عندما تعرض مهاجم المنتخب التنزاني في الدقائق الأخيرة لعرقلة واضحة داخل منطقة الجزاء المغربية، ورغم وضوح الالتحام في الإعاداة التلفزيونية، أشار حكم اللقاء باستمرار اللعب، وسط احتجاجات عارمة من الطاقم الفني واللاعبين التنزانيين. المثير للجدل لم يكن قرار الحكم الساحة فحسب، بل الصمت المطبق لفرقة تقنية الفيديو، التي لم تستدع الحكم لمراجعة اللقطة، رغم أن الإعاداة التلفزيونية من مختلف الزوايا أكدت وجود عرقلة صريحة لأحد لاعبي منتخب تنزانيا الذي قدم مباراة بطولية وسيم

عاد النجم الدولي الجزائري، أمين غوييري، إلى أجواء المنافسة الرسمية بعد غياب دام نحو ثلاثة أشهر بسبب إصابة في الكتف استدعت إجراء عملية جراحية. وشارك غوييري في مباراة فريقه أولمبيك مارسيليا أمام نانت في الدقيقة 73، محاولا إعادة الحيوية إلى أداء الفريق، إلا أن ذلك لم يكن كافيا لتغيير مجريات اللقاء، الذي انتهى بخسارة مارسيليا (0-2). ورغم ذلك، تمثل مشاركة غوييري دفعة معنوية كبيرة للفريق ولجماهيره، لما يمتلكه من سرعة ومهارة في المراوغة وتمرير الكرات، وقدرة على قلب موازين المباريات، وهو ما ينتظره المدرب والجمهور في المباريات المقبلة. تأتي هذه العودة في توقيت حاسم، حيث يسعى مارسيليا لتعويض بدايته المتعثرة في الدوري الفرنسي واستعادة موقعه بين فرق الصدارة، ويعتبر غوييري أحد الأوراق الهجومية الأساسية للفريق، لما يمتلكه من سرعة وقدرة على التمرير والتسديد، ما يجعله لاعبا قادرا على صنع الفارق في أي مباراة.

وسيم



بن طالب يفتح النار على التحكيم الفرنسي عقب هزيمة ليل أمام رين:

"واتيليه تسرع في طرد أليكساندرو ورفض العودة إلى تقنية الفار"

أعرب الدولي الجزائري، نبيل بن طالب، متوسط ميدان نادي ليل، عن استيائه العميق من الأداء التحكيمي خلال المواجهة التي خسرها فريقه أمام ملعب رين بنتيجة (2-0)، ضمن منافسات الدوري الفرنسي "ليغ 1". وفي تصريحات صحفية لموقع "lavoiexdunord"، انتقد بن طالب بشدة غياب الحوار فوق أرضية الميدان، قائلا: "المشكلة لا تكمن فقط في طرد أليكساندرو المبكر، بل في استجالة التواصل مع الحكم، لا تملك الحق في الحديث أو النقاش، وهو ما خلق مناخا مشحونا بالتوتر بين الطرفين". وأوضح بن طالب أنه حاول التدخل بصفتة لاعبا قياديا لطلب مراجعة اللقطة عبر تقنية الفيديو قبل اتخاذ قرار حاسم يؤثر على سير المباراة، وأضاف: "لقد اتخذ قراره بسرعة فائقة، طلبت منه التريث والانتظار قليلا للتأكد عبر تقنية "الفار" قبل إصدار قرار بهذا الحجم، لكنه رفض التواصل".

وسيم

البطولة المحلية

بوخلدة أول استقدمات مولودية الجزائر في الميركاتو

أعلنت إدارة نادي مولودية الجزائر، مساء أول أمس، عن التعاقد مع صانع ألعاب مولودية وهران شهر الدين بوخلدة ليكون أول استقدمات الفريق في فترة التحويلات الشتوية الجارية. وكشفت إدارة "العميد" في بيان لها، عن ضم اللاعب المغترب، الذي كان قد تألق في كرحلة الذهاب من الرابطة المحترفة الأولى، بتسجيله 4 أهداف وتقديمه 4 تمريرات حاسمة، في 14 مشاركة مع "الحمراوة"،

وأبرزت إدارة "العميد" أنها مع نظيرتها في بقضي بانتقال الجزائر، على أن يتم تقديمه في الساعات القليلة القادمة. من دون الكشف عن تفاصيل أخرى، ويرتقب أن يشكل اللاعب إضافة فنية لتشكيلة مولودية الجزائر. بالنظر إلى إمكاناته الهجومية وقدرته على صنع الفارق. في وقت يتطلع فيه النادي إلى المنافسة بقوة على مختلف الأهداف المسطرة. وتكون إدارة العميد قد وجدت أخيرا خليفة، أكرم بوراس، الذي انتقل الصيف الماضي للعب بألوان ليفسكي صوفيا البلغاري.

بوصوف ومسوسة ضمن قائمة المسرحين

وعلى صعيد ذي صلة، شرعت إدارة نادي مولودية الجزائر، في ضبط قائمة المسرحين خلال فترة التحويلات الشتوية بقرار من المدرب رولاني موكونا، حيث سيكون الثنائي إسحاق بوصوف وأمين مسوسة على رأس قائمة المغادرين في جانفي، وذلك بعد فشلهم في إقناع الطاقم الفني وحتى الجماهير بمستوياتهما منذ بداية الموسم الجاري، وحسب مصادر مقربة من بيت المولودية فقد توصلت إدارة

رجم إلى اتفاق نهائي مع لاعب الفريق إسحاق بوصوف، من أجل فسخ عقده بطريقة ودية، وهو الذي كان قد التحق بـ "العميد" الصيف الماضي، في صفقة مجانية بعد نهاية عقده مع شباب بلوزداد، ويعقد إلى صيف جوان 2027، إلا أن صاحب الـ 24 ربيعا، فشل في فرض نفسه ضمن مخططات رولاني موكونا، واكتفى بالظهور في 5 مناسبات فقط، بمجموع 47 دقيقة، وبدوره، سيكون أمين مسوسة هو الآخر معنيا بالرحيل وهو الذي يتواجد في مفاوضات مع مسؤولي النادي العاصمي لإيجاد صيغة من أجل تحويله في الميركاتو سواء عن طريق نظام الإعارة أو بيع عقده بشكل كلي لإحدى الأندية الراغبة في ضمه.

سفيان ع.

تسوية رزنامة البطولة المحترفة قمة نارية بين "العميد" و"السياسي" و"الكناري" للانتفاضة أمام الرويسات

تجري مساء اليوم الاثنين، مواجهتين متأخرتين عن الجولة الـ 12 من الرابطة المحترفة الأولى، أين ستكون الفرصة مواتية لنادي مولودية الجزائر من أجل تعزيز صدارة الترتيب حينما يستقبل ضيفه شباب قسنطينة في لقاء مثير لا تقبل القسمة اثنين، فيما ستكون شبيبة القبائل على موعد مع مواجهة أمام الضيف مستقبل الرويسات. ويحتضن ملعب علي لاويانت قمة نارية مفتوحة على كل الاحتمالات حينما يستقبل أشبال المدرب رولاني موكونا النادي الرياضي القسنطيني وعينهم على مواصلة سلسلة نتائجهم الإيجابية، بتحقيق فوز جديد يسمح لهم بتعزيز الصدارة والابتعاد بـ 11 نقطة كاملة عن الوصيف شباب بلوزداد الذي كان قد قلب على نجم بن عكنون مساء أول أمس، لحساب الجولة ذاتها، ويتسلح لاعبو "العميد" بمعنوياتهم المرتفعة بعد العودة بتعادل ثمين من تيزي وزو أمام شبيبة القبائل، ويطمحون لتحقيق فوزهم الـ 11 منذ بداية الموسم الجاري، من أجل تأكيد طموحاتهم، قبل جولة وحيدة على نهاية مرحلة الذهاب. ويدرك المدرب الجنوب إفريقي، أن المأمورية لن تكون سهلة أمام شباب قسنطينة (9 م ب 19 نقطة) الذي تنقل إلى العاصمة بطموح العودة بنتيجة إيجابية، تسمح له بالاقتراب أكثر من كوكبة المقدمة، ويأمل المدرب التونسي، لسعد الدريدي في مواصلة سلسلة نتائجهم الإيجابية مع "السياسي" الذي لم يتعرض لأي هزيمة خلال آخر 3 مباريات، حيث تمكن من جمع 7 نقاط كاملة من فوزين وتعادل في المواجهة الأخيرة أمام اتحاد خنشلة. وفي المواجهة الثانية، سيستقبل نادي شبيبة القبائل، ضيفه مستقبل الرويسات على ملعب حسين آيت أحمد بتيزي وزو، بهدف واحد ولا غير، وهو العودة إلى سكة الانتصارات مجددا وتعويض الخيب في اللقاء الأخير أمام مولودية الجزائر، وسيكون "الكناري" صاحب المرتبة الـ 10 برصيد 19 نقطة، مطالبا بالإبقاء على الزاد كاملا داخل القواعد من أجل الالتحاق بـ "البوديوم"، وتعزيز آماله في إنهاء مرحلة الذهاب ضمن مقدمة الترتيب على الأقل، وذلك بعد تضيق حظوظه في المنافسة على اللقب بنسبة كبيرة في ظل اتساع الفارق بينه وبين الرائد مولودية الجزائر إلى 13 نقطة كاملة، ويحاول المدرب جوزيف زينباور استغلال وضعية مستقبل الرويسات الذي يمر بأزمة نتائج عقدت مأموريته في جدول الترتيب إذ يحتل المرتبة الـ 12 برصيد 16 نقطة، وهو الذي اكتفى بجمع 6 نقاط فقط في آخر 8 مباريات كاملة، بواقع 4 هزائم و3 تعادلات وفوز وحيد، الأمر الذي يضع المدرب شريف حجار تحت الضغط ويفرض عليه الصمود في تيزي وزو بحثا عن "الدكليك" واستعادة ثقة الأنصار مجددا.

سفيان ع.

اتحاد العاصمة

إلياس شتي على رأس المسرحين

دخلت إدارة نادي اتحاد العاصمة، في مفاوضات مع المدافع الأيسر إلياس شتي من أجل فسخ عقده خلال فترة التحويلات الشتوية الجارية، وذلك بسبب فشله في تقديم الأضافة المرجوة للفريق خلال النصف الأول من موسم 2025-2026، وكشفت مصادر مقربة من بيت "سوسطار" أن الإدارة وبالتشاور مع المدرب عبد الحق بن شيخة، قررت وضع إلياس شتي على رأس قائمة المسرحين في الميركاتو الجاري، وهو الذي اكتفى بالمشاركة في 12 مباراة في جميع المسابقات بمجموع 761، فيما تراجع مستواه كثيرا بسبب لعنة الإصابات التي عانى منها منذ بداية الموسم، وحسب المصادر ذاتها، فإن المدير الرياضي سعيد عليق يتواجد في مفاوضات مع اللاعب من أجل فسخ عقده الذي ينتهي في جوان 2027، وعلى صعيد ذي صلة، توصلت إدارة اتحاد العاصمة لاتفاق مع متوسط الميدان حسام الدين غشة من أجل تمديد عقده مع الفريق لموسم إضافي، وذلك بالنظر إلى المستويات التي قدمها مع الفريق خاصة في الفترة الأخيرة، التي شهدت تألقه بشكل لافت للأنظار.

بن شيخة يكثف حجم العمل قبل مواجهة وهران

وبعيدا عن الميركاتو، تواصل تشكيلة اتحاد العاصمة تحضيراتها على قدم وساق تحسبا لمواجهة مولودية وهران، المقررة يوم الخميس المقبل، في الجولة الـ 15 والأخيرة من مرحلة الذهاب من الرابطة المحترفة الأولى، وقرر المدرب عبد الحق بن شيخة، تكثيف حجم العمل بمرمجة حصتين تدريبيتين، من أجل رفع جاهزية اللاعبين وتحضيرهم جيدا لملاقاة "الحمراوة" على أمل إنهاء مرحلة الذهاب بفوز ثمين يؤكد استفاقة الاتحاد في الفترة الماضية، وذلك قبل مواجهة مولودية الجزائر في كأس السوبر.

نهائي السوبر" رسميا بدفيلسون مانديلا"

رسمت الرابطة المحترفة لكرة القدم، إجراء نهائي السوبر بين اتحاد العاصمة، والفريق التقليدي مولودية الجزائر، يوم 17 جانفي 2026، بملعب "نيلسون مانديلا" ببراق، وحسب ما جاء في موقع الهيئة الكروية أول أمس، فإن الكأس الممتازة، التي ستجسم البطل المولودية بحامل لقب الكأس الاتحاد، ستنتقل في حدود الساعة 17:00

سفيان ع.

سجل 5 أهداف في آخر 4 مباريات مع شباب بلوزداد

بن حمودة يرتقي إلى صدارة هدافي البطولة

واصل المهاجم التونسي، محمد علي بن حمودة، مستوياته الباهرة مع ناديه شباب بلوزداد، بعدما قاده لفوز جديد مساء أول أمس، على حساب مستضيفه نجم بن عكنون بملعب 20 أوت بالعاصمة، ضمن تسوية رزنامة الرابطة المحترفة الأولى "موبيليس"، وسجل بن حمودة الهدف الأول لـ "أبناء لعقبة" بعد دقائق فقط من نزوله لأرضية الميدان بديلا لقلالاش، معلنا عن افتتاح باب التهديد في الدقيقة 82، قبل أن يضيق زميله رؤوف بن غيث الهدف الثاني، الذي منح الفريق 3 نقاط ثمينة جدا رفعت رصيد الشباب إلى 24 نقطة في وصافة الترتيب بفارق 8 نقاط كاملة عن المتصدر مولودية الجزائر، وأثبت المهاجم بن حمودة أنه المنقذ لنادي شباب بلوزداد، وذلك بعدما سجل 5 أهداف كاملة في آخر 4 مباريات، بواقع ثنائية أمام أولمبيك أقبو، وهدف أمام وفاق سطيف، ومثله أمام مولودية وهران، قبل أن يسجل أول أمس، ضد نجم بن عكنون، ليرفع رصيده لـ 6 أهداف ويرتقي بذلك إلى صدارة هدافي الرابطة المحترفة الأولى، متنافسة مع لاعب شبيبة الساورة، عبد القادر بوطيش. وعبر المهاجم التونسي علي بن حمودة، عن سعادته الكبيرة، بمساهمته مجددا في تحقيق فوز جديد لشباب بلوزداد، قائلا في تصريحاته عقب نهاية مواجهة بن عكنون (2-0): "أواصل العمل بصبر، وفي كل مرة يحتاجني الفريق ساكون جاهزا.. سنستمر معا، لا يمكن للاعب واحد أن يصنع الفريق لوحده، كلنا يد واحدة ومعا سنواصل إلى النهاية".

إدارة "السياري" تنهي مهام يوسف شيبان

على صعيد آخر، أعلنت إدارة فريق شباب بلوزداد، أمس عن اتخاذها قرار جديد، يقضي بإنهاء مهام المنسق العام للفريق يوسف شيبان، ونشرت إدارة الشباب، بيانا عبر صفحتها الرسمية على "فايسبوك"، أعلنت فيه بصفة رسمية، إنهاء مهام يوسف شيبان، كمنسق للفريق الأول، مضيفة بأن هذا القرار، يأتي ضمن الترتيبات الداخلية التي تقوم بها إدارة النادي، في إطار التنظيم، والتطوير المستمر للفريق، يأتي هذا في وقت يطالب فيه عشاق اللونين "الأحمر والأبيض" بتغييرات جذرية على مستوى الإدارة، وتعزيز صفوف النادي العاصمي بأسماء كبيرة بإمكانها تقديم الإضافة المرجوة خلال مرحلة العودة من الموسم الجاري.

سفيان ع.



على
منخبة
بالدوير،



ال الجولة الـ 15 من الرابطة الثانية هواة

شبيبة الأبيار تنتهي مرحلة الذهاب متصدرة "فوق العادة"

أنهى فريق شبيبة الأبيار مرحلة الذهاب من بطولة الرابطة الثانية هواة لكرة القدم، مجموعة وسط-غرب، بأفضل طريقة ممكنة، عقب فوزه خارج الديار أمام أمل الأربعاء بنتيجة (3-1)، لحساب الجولة الـ 15 والأخيرة التي جرت أول أمس، مؤكداً أحقيته في تحقيق لقب البطل الشتوي، معززاً موقعه كمتصدر "فوق العادة".

وبعدما ضمنت المركز الأول في الجولة الـ 14، تمكنت شبيبة الأبيار من حسم المواجهة على ملعب فريق أمل الأربعاء، الذي كان في وضعية صعبة، لترفع رصيدها إلى 35 نقطة، وتحقق تقدماً هاماً في السباق على الصعود. من جانبه، واصل فريق اتحاد الحراش مطاردته للرائد، إثر تحقيقه لفوز مقنع وهام خارج الديار، على وداد مستغانم (3-1)، محافظاً على مركزه الثاني برصيد 31 نقطة. كما حقق رائد القبة عملية موفقة بتغلبه على غالي معسكر بملعب الأخير بنتيجة (1-0)، وهو الفوز الذي يسمح له بالبقاء على مقربة من مركز الوصافة باحتلاله المرتبة الثالثة بـ 29 نقطة، في حين تراجع شباب تيموشنت إلى المركز الرابع عقب خسارته بثلسمان أمام الوداد المحلي (1-0). وفي باقي اللقاءات، "وقع" فريق جمعية وهران على أبرز نتائج الجولة بعد فوزه العريض على الزائر شباب أدرار (3-0)، بينما انتهت مواجهة نصر حسين داي والضيف نجم القليعة بالتعادل السلبي (0-0)، في لقاء متكافئ بين فريقين من وسط الترتيب، وهي النتيجة التي تضع المدرب الجديد لـ"النصرية" مصطفى يسكري في وضع محرج مع الأنصار وتبعد الفريق العاصمي عن صراع الصعود، بتراجعها إلى الصف السابع بـ (23) متأخراً بنقطتين عن النجم، منافسه في هذا اللقاء، صاحب الـ 25 نقطة (الصف الخامس). من جهتها، حققت شبيبة تيارت فوزاً ثميناً على حساب اتحاد بشار جديد (1-0)، الذي يواصل تذييله الترتيب برصيد ست نقاط فقط، فيما يتقدم "التيارتية" إلى الصف الثامن بـ 21 نقطة. وفي أسفل الترتيب، تعقدت وضعية غالي معسكر وأمل الأربعاء، بعدما تجمد رصيدهما عند النقطة الـ 11 عقب جولة جديدة دون فوز، بينما حققت شبيبة تيقصرابن فوزاً ثميناً داخل الديار أمام مولودية سعيدة (1-0). وعقب احتتام الجولة الـ 15، التي أسدلت الستار على مرحلة الذهاب، تنصدر شبيبة الأبيار الترتيب بـ 35 نقطة، متقدمة على اتحاد الحراش (31 نقطة) ورائد القبة (29 نقطة)، في بطولة تبقى مفتوحة على جميع الاحتمالات سواء فيما يخص سباق الصعود أو معركة البقاء. وكانت الجولة الأخيرة من مرحلة الذهاب قد انطلقت يوم الجمعة بإجراء لقاءات مجموعة وسط-شرق، والتي سمحت لاتحاد بسكرة بالحفاظ على الصدارة رغم هزيمته خارج الديار، في حين برز شباب باتنة كابرز ملاحقه مع نهاية مرحلة الذهاب.

مهدي



البطولة الوطنية الشتوية
المفتوحة للسباحة : '

تتويج شباب بلوزداد باللقب في وهران

توج فريق شباب بلوزداد بلقب البطولة الوطنية الشتوية المفتوحة للسباحة، التي اختتمت مساء الجمعة بالمركز المائي للمركب الأولمبي "ميلود هدي" بـ وهران، بعد خمسة أيام من المنافسات القوية التي ميزها مستوى مقبول ومشاركة سباحين دوليين. وفرض سباحو شباب بلوزداد سيطرتهم على مجريات البطولة منذ البداية، حيث لم يتركوا أي فرصة لمنافسيهم، مكتسحين منصات التتويج في العديد من السباقات بفضل خبرة رياضيينهم. وحصد النادي ما مجموعه 49 ميدالية، منها 23 ذهبية و 19 فضية و 7 برونزية. وجاء نادي مولودية الجزائر في المركز الثاني برصيد 40 ميدالية (13 ذهبية، 16 فضية و 11 برونزية)، بينما حل اتحاد الجزائر ثالثاً بـ 22 ميدالية (4 ذهبية، 6 فضية و 12 برونزية). وشهدت البطولة تحطيم 17 رقماً قياسياً وطنياً في الحوض الصغير، فضلاً عن رقم قياسي عربي حققته السباحة مروة مروي في سباق 200 متر ظهر، بتوقيت دقيقتين و 14 ثانية و 45 جزءاً من المائة. وفي منافسات السيدات، تألقت السباحة نسرين مجاهد من مولودية الجزائر، حيث تقلدت خمس ميداليات ذهبية في اختصاصات: 50 متر فراشة، 50 متر على الظهر، 50 متر على الصدر، 100 متر سباحة حرة، و 100 متر أربعة أنواع، كما حطمت رقمين قياسيين وطنيين في سبقي 50 متر على الظهر و 100 متر سباحة حرة. أما لدى الرجال، فقد نال بن زيدون فارس من شباب بلوزداد لقب أفضل سباح في البطولة، بعد فوزه بثلاث ميداليات ذهبية في اختصاصات 100 متر سباحة حرة، و 100 و 200 متر فراشة. من جهته، صرح رئيس الاتحادية الجزائرية للألعاب المائية، نصر الدين زحافي، أنه "راض جداً" عن المستوى الذي قدمه السباحون خلال هذه المنافسة، مشيداً بالأداء المميز للسباحين الدوليين. وشهدت هذه المرحلة من البطولة الوطنية الشتوية المفتوحة، التي نظمتها الرابطة الوهرانية بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية للألعاب المائية ومديرية الشباب والرياضة لولاية وهران، مشاركة 205 سباحاً وسباحة يمثلون 35 نادياً من مختلف ولايات الوطن. واختتمت المنافسة بحفل توزيع الجوائز والميداليات على الفائزين، بحضور أعضاء الاتحادية، وممثلي مديرية الشباب والرياضة لوهران وأعضاء الرابطة.

مهدي



توقف بطولة القسم الثاني هواة من 4 إلى 16 جانفي

أعلنت الرابطة الوطنية لكرة القدم (هواة)، أن مرحلة توقف بطولة الرابطة الثانية هواة بمجموعتيها (وسط-شرق، وسط-غرب)، سيكون في الفترة ما بين 16 و 4 جانفي الجاري، فيما تمتد الفترة الثانية للتسجيلات والانتقالات من 5 جانفي إلى 5 فيفري المقبل. وبعد انتهاء مرحلة الذهاب، بإجراء لقاءات الجولة الـ 15 يومي 2 و 3 جانفي الحالي "ستشهد البطولة فترة راحة تمتد من 4 إلى 16 جانفي 2026، حيث تستأنف البطولة بداية من مرحلة العودة بانطلاق الجولة الـ 16 يوم السبت 17 جانفي 2026، باستثناء الأندية المعنية بالدور الثمن النهائي لكأس الجزائر التي ستلعب مبارياتها المتأخرة يوم الثلاثاء 20 جانفي" حسب ما أوردته الهيئة في بيان لها على موقعها الرسمي. وفيما يخص الفترة الثانية من التسجيلات، فقد أشارت الهيئة أنها ستتمدد من 5 جانفي إلى 5 فيفري 2026، مذكرة بضرورة "التقيد بالنصوص القانونية والإطار التنظيمي للميركاتو، لا سيما المادة 09 من قانون كرة القدم للهواة، حيث لا يتجاوز عدد اللاعبين المتقدمين خمسة لاعبين على الأكثر، على أن لا يتجاوز عدد اللاعبين القادمين من نفس الفريق لاعبين إثنين على الأكثر، كما يسمح بتسريح خمسة لاعبين نحو فرق أخرى، مع الاحتفاظ بحق تعويضهم، شريطة عدم تجاوز العدد الإجمالي 30 لاعبا، مع احترام حصص ستة لاعبين دون 23 سنة" حسب بيان الرابطة. من جهة أخرى، منحت الرابطة جائزة أحسن جمهور في مجموعة وسط-شرق لفريق اتحاد عنابة، فيما تم منح نفس الجائزة في مجموعة وسط-غرب لفريق اتحاد الحراش. بالمقابل، وفي إطار العمل المشترك، قررت الهيئة عقد اجتماع عمل، تشاور و تقييم لمرحلة الذهاب مع رؤساء أندية مجموعة وسط-شرق، يوم الاثنين 5 جانفي 2026 بولاية سطيف، فيما ستجري مع مسؤولي مجموعة وسط-غرب، يوم الأربعاء 7 جانفي 2026 بولاية وهران.

مهدي

2025

سنة التجديد وإعادة بعث كرة القدم الجزائرية

تميزت سنة 2025 بالنسبة لكرة القدم الجزائرية بالتجديد وإعادة بعث هذه الرياضة، وذلك بفضل عودة المنتخب الوطني إلى نهائيات كأس العالم بعد غياب دام 12 عاما، إضافة إلى التحسن اللافت لكرة النسوية. فبعد غياب المنتخب الوطني عن نسختي مونديال روسيا 2018 وقطر 2022، عاد "الخضر" إلى نهائيات كأس العالم، وهو هدف أصبح أولوية عقب عملية إعادة الهيكلة التي انطلقت منذ قدوم الناخب الوطني، فلاديمير بيتكوفيتش، في مارس 2024. وتحت قيادة التقني السويسري-البوسني، استعاد المنتخب الوطني استقراره واتسجابه ونجاعته، وهو ما بدا جليا في الأشهر الأخيرة. وقد أنهى "محاربو الصحراء" التصفيات المؤهلة لمونديال 2026 في صدارة مجموعتهم بـ 25 نقطة، متقدمين بشكل مريح على منتخبي أوغندا والموزمبيق اللذين حصلا على 18 نقطة لكل منهما. وبفضل هذا المسار القوي واللافت، استعاد المنتخب هويته التكتيكية وأسلوب لعبه المتوازن بين الانضباط والفعالية الهجومية، مع بروز جيل جديد من المواهب، على غرار إبراهيم مازة (باير ليفركوزن) والمهاجم محمد أمين عمورة (فولفسبورغ)، هداف التصفيات برصيد 10 أهداف. وقد أشمرت هذه الديناميكية تأهلا مستحقا إلى نهائيات كأس إفريقيا للأمم 2025 التي يشارك فيها المنتخب الوطني بعزيمة محو آثار نسختي 2021 و 2023 اللتين شهدتا إقصاء مبكرا من الدور الأول. ويعيدا عن العودة القوية لمنتخب الذكور، شهدت سنة 2025 بروزا لافتا لكرة القدم النسوية، حيث أنهت سيدات المنتخب الوطني بقيادة المدرب فريد بن ستييتي مشوارهن في الدور ربع نهائي من كأس إفريقيا للأمم 2024 (التي كانت قد تأجلت إلى 2025) في إنجاز غير مسبوق. وتوقفت المغامرة عند عتبة المربع الذهبي بعد مواجهة قوية أمام منتخب غانا انتهت بالتعادل السلبي (0-0) قبل الخسارة في ركلات الترجيح (2-4). ورغم ذلك، منحت هذه المشاركة زخما جديدا للمنتخب النسوي الجزائري الذي بات أكثر طموحا قبل المواعيد القارية لسنة 2026. وبعد أشهر قليلة فقط، أكدت زميلات اللاعبات لبنا بوساحة (نادي الاتحاد السعودي) هذا التطور بإقصاء منتخب الكامبرون القوي في الدور التصفيي الأخير المؤهل لـ"كان 2026" بعد الفوز عليه ذهابا وإيابا، وعلى صعيد منافسات الأندية، سجلت الفرق الجزائرية نتائج متباينة خلال سنة 2025 بين نجاحات لافتة وتعثرات غير منتظرة. ففي منافسة رابطة أبطال إفريقيا، بلغ فريق مولودية الجزائر الدور ربع النهائي قبل الإقصاء أمام أورلاندو بيراتس الجنوب إفريقي بنتيجة (0-0 ذهابا و 0-0 إيابا)، وهي نتيجة تبقى مشجعة للعميد الذي توج بلقب البطولة الوطنية للمرة الثانية تواليا. بالمقابل، لم يتمكن فريق شباب بلوزداد، الذي سجل مشاركته الرابعة تواليا في رابطة الأبطال (وهو رقم قياسي لكرة الجزائرية)، من الذهاب بعيدا بعد خروجه من مرحلة المجموعات إثر احتلاله المركز الثالث في المجموعة الثالثة. وفي كأس الكونفدرالية الإفريقية، تألق نادي شباب قسنطينة بوضوئه لأول مرة في تاريخه إلى الدور نصف النهائي بعد أن أقصى في ربع النهائي حامل اللقب، اتحاد الجزائر. بضريرات الترجيح (3-4) بعد انتهاء مباراتي الذهاب والإياب بنتيجة (1-1). وخلال النسخة الحالية، تمكنت الأندية الجزائرية الأربعة المشاركة في المنافسات الإفريقية من بلوغ دور المجموعات، مولودية الجزائر وشبيبة القبائل في رابطة الأبطال واتحاد الجزائر وشباب بلوزداد في كأس الكونفدرالية، وهو أيضا إنجاز جديد.

مهدي

راموس قد يعود إلى الدوري الفرنسي من بوابة "باريس أف. سي"

7 أرقام قياسية يغازلها ميسي لتعزيز إرثه في 2026

رسخ ليونيل ميسي مكانته كأحد أعظم لاعبي كرة القدم في التاريخ. والآن، في سن الثامنة والثلاثين، يمكن اعتبار هذه المرحلة الأخيرة من مسيرته بمثابة جولة احتفالية، وحتى مع اقترابه من نهاية مسيرته، لا يزال بإمكان الأسطورة الأرجنتينية أن يكتب اسمه في سجلات التاريخ. ومع اقتراب كأس العالم، قد يكون 2026 هو العام الأخير في مسيرة ميسي الرائعة، فما هي الأرقام الـ 7 القياسية والإنجازات التي يمكن أن يضيفها ميسي إلى إرثه في 2026.

الحذاء الذهبي مرتين متتاليتين

يملك كل من بريكي، وتاييلور تويلمان، وجيف كانينجهام، وبرادلي رايت-فيليبس جائزتي حذاء ذهبي في الدوري الأميركي، لكن لا يوجد لاعب يملك 3 جوائز، أو توج هدافا للدوري لموسمين متتاليين، وبعد فوزه بجائزة الحذاء الذهبي للمرة الأولى برصيد 29 هدفا في الموسم العادي لعام 2025، يمكن لميسي أن يصبح أول لاعب في تاريخ الدوري الأميركي يحتفظ بالجائزة عام 2026، بعدما أصبح في الموسم الماضي، أول لاعب يحصل على جائزة أفضل لاعب في الدوري لموسمين متتاليين.

الكأس رقم 50

يعد ميسي بالفعل اللاعب الأكثر تتويجا في تاريخ كرة القدم، ويمكنه رفع كأسه الخمسين الكبرى في عام 2026، حيث فاز بـ 47 لقبا خلال مسيرته الكروية التي شهدت تتويجه بلقب أو أكثر في كل عام تقريبا. وفي 2026، سينافس ميسي مع الأرجنتين على لقب كأس العالم، وكأس «فيثاليسيم» (بطل أوروبا ضد بطل كوبا أميركا)، بينما يتنافس مع إنتر ميامي على درع المشجعين، وكأس الدوري الأميركي، وكأس الدوري، وكأس أبطال الكونكاكاف.

كأس أبطال الكونكاكاف

بعد أن قاد إنتر ميامي للفوز بكأس الدوري الأميركي الموسم الماضي، هناك لقبين فقط فشل ميسي في الفوز بهما، بينما اللقب الوحيد الذي لم يفز به خلال مسيرته في أوروبا هو كأس فرنسا، حيث أقصي باريس سان جيرمان على يد نيس ومرسيليا خلال موسمين قضاهما في فرنسا. أما اللقب الآخر فهو كأس أبطال الكونكاكاف، وهي النسخة الأوروبية من دوري أبطال أوروبا.

وتأهل إنتر ميامي الموسم الماضي حاملا لقب درع المشجعين، ووصل إلى الدور نصف النهائي، لكنه خسر بنتيجة 5-1 في مجموع المباراتين أمام غريمه فانكوفر وايتكابس. وسيحصل على فرصة أخرى هذا العام، بعد أن تأهل مجددا لمرحلة ثمانية وأثلاثين في نهائي كأس الدوري الأميركي.

كأس العالم مرتين

رفع العديد من اللاعبين كأس العالم مرتين، معظمهم من منتخب إيطاليا عامي 1934 و1938، ومنتخبى البرازيل الفائزين عامي 1958 و1962، لكن لم يسبق لأي منهم أن فعل ذلك كقائد في كلتا المناسبتين، وفاز كل من الإيطالي جوزيبي مياتزا (1938)، والبرازيلي بيليني (1958)، وماورو (1962)، وكافو (2002)، إضافة إلى الأرجنتيني دانييل باساريلا (1978)، بكأس العالم مرتين، لكن كل منهم قاد منتخبه مرة واحدة فقط. في حين يسعى ميسي ليصبح أول من يرثي شارة القيادة في انتصارين متتاليين بكأس العالم.

الكرة الذهبية التاسعة

ويملك ميسي بالفعل 3 كرات ذهبية أكثر من كريستيانو رونالدو، و5 كرات أكثر من أي لاعب آخر في تاريخ هذه الجائزة المرموقة، ولم يدرج اسمه حتى ضمن القائمة المختصرة المكونة من 30 لاعبا في الموسمين الماضيين. رغم قيادته منتخب الأرجنتين للفوز بكوبا أميركا 2024، إلا أن هذا الإنجاز لم يسلط عليه الضوء. نظرا لأن تأثيره الفردي لم يكن بنفس قوة تأثيره في كوبا أميركا 2021 وكأس العالم 2022، حيث توج بالكرة الذهبية السابعة والثامنة.

ومنذ نيمار مع سانتوس عام 2011، لم يدرج أي لاعب من خارج أوروبا ضمن القائمة المختصرة للكرة الذهبية.

ومن الناحية الفنية، فاز ميسي بالكرة الذهبية الثامنة كلاعب في إنتر ميامي، ولكن ذلك كان عن مشاركته في كأس العالم، وقضى نصف ذلك العام مع باريس سان جيرمان، وإذا استطاع ميسي قيادة الأرجنتين للفوز بكأس عالم أخرى، فقد نراه يتوج باللقب التاسع كخاتمة رائعة لمسيرة كروية أسطورية.

أول قائد و4 ألقاب متتالية

يتشارك المنتخب الأرجنتيني حاليا بإنجازا تاريخيا نادرا مع إسبانيا، حيث فاز بكأس العالم بين لقبين قاريين كبيرين، وهذان المنتخبان فقط هما اللذان حققا هذا الإنجاز في كرة القدم الدولية، ولا تزال سلسلة انتصارات الأرجنتين متواصلة. بقيادة ميسي، قد يحقق منتخب الأرجنتين إنجازا أكبر بالفوز بـ 4 ألقاب كبرى متتالية الصيف المقبل.

هداف الركلات الحرة في التاريخ

يحتاج ميسي إلى تسجيل 10 أهداف من الركلات الحرة في عام 2026 ليتجاوز الرقم القياسي المطلق الذي يحمله البرازيلي مارسيلينيو كاريوكا، المتخصص في الركلات الثابتة، وللمقارنة، سجل الأرجنتيني 3 أهداف من الركلات الحرة في عام 2025. لكنه تمكن من تسجيل 10 أهداف من الركلات الحرة في عام 2018. إذا استعاد ميسي تلك اللسمة السحرية، فالأمر ليس مستحيلا.

ويحتل ميسي حاليا المركز الرابع في قائمة أفضل الهادفين عبر التاريخ برصيد 69 هدفا من الركلات الحرة، خلف أسطورة ليون، جونيديو بيرنامبوكانو (72 هدفا)، والبرازيلي روبرتو ديناميت (75 هدفا).

كرة القدم وسيلة عيش.. لاعبون خارج حسابات النجومية



يشكل الآلاف من لاعبي كرة القدم جزءاً من منظومة ضخمة يتحرك فيها الكثير من المال، لكن هنا لا تتمحور الطموحات حول الوصول إلى النخبة، بل حول لعب كرة القدم بوصفه مصدر للعيش. ولا يشمل روتين هؤلاء اللاعبين تدريبات جماعية يومية ولا تنقلات إلى مقرات الأندية، ولا صحافيين يلاحقون تفاصيل حياتهم اليومية، لكن في عطلة نهاية الأسبوع تتشابه حياتهم كثيرا مع حياة لاعبي كرة القدم المحترفين، إذ يخرجون للعب مباراة مقابل مبالغ مالية تتيج لهم، في الغالب، العيش منها. إنهم عمال كرة القدم، لاعبون ينتمون إلى ما يُعرف بـ«الدرجة ب»، في منظومة تتشابه داخلها عناصر معينة، هي الشفط والمال وميادين الأحياء الشعبية.

وبحسب تقرير موقع قناة تي واي سي الأرجنتينية، تدفع العديد من أندية الدوريات الداخلية في مقاطعة بوينس آيرس ما بين 300 و400 ألف بيزو (بين 206 إلى 275 دولاراً أميركياً) عن كل مباراة لكل لاعب، وهو ما يتحول شهريا (ما لم تؤد الأمطار إلى تأجيل إحدى الجولات) إلى راتب يقارب 1.200.000 بيزو (825 دولاراً أميركياً). هذا المبلغ يكون خالياً من النفقات، وفي حال لزم الأمر يتكفل النادي أيضاً بمصاريف السفر والتنقل والإقامة. وقال لاوتارو كاو، المدافع المولود في ترينكي لاوكين، والذي يلعب في نادي مدينته، بعد أن مثل العديد من الأندية بهذه الطريقة: «أعيش في لابلاتا وأسافر في عطلة نهاية الأسبوع. المال مهم جداً، لأنه وإن لم يسمح لك بإحداث فارق اقتصادي كبير، فإنه بالنسبة لشخص يقترب من الاعتزال مثلاً يعني تعزيز الدخل الأساسي من عمل آخر».

صحيح أنه في عالم كرة القدم غير الرسمي لا يتقاضى الجميع المبالغ نفسها، وقد تكون الفوارق واضحة جداً. وتتنوع الاتفاقات، التي غالبا ما تكون شفوية ومن دون عقود، فهناك لاعبون لم يشاركوا يوماً في بطولات الاتحاد الأرجنتيني لكرة القدم ويتقاضون أكثر من آخرين لديهم ماضٍ في درجات الصعود، لأن هناك عاملاً ملموساً يحدد ما يجب أن يتقاضاه كل لاعب، أداءه داخل أرضية الملعب، وهي كفة كثيراً ما لا تميل لصالح المحترفين.

وأضاف كاو، البالغ من العمر 24 عاماً: «هناك أندية ولاعبون يتفقون على راتب شهري، وآخرون على أجر عن كل مباراة. يدخل كل عطلة أسبوع أموال دراسية الجامعية، إلى جانب مساعدة عائلتي، لكنني أعلم أن هناك زملاء أكبر خبرة، لديهم مداخيل أفضل، وبعضهم يعيش من ذلك».

ويتزايد عدد لاعبي كرة القدم الذين مزوا بأندية تاريخية في درجات الصعود ويلعبون اليوم في الدوريات الإقليمية، لكن التغيير الأبرز في السنوات الأخيرة هو أن كثيرين منهم شباب وأمامهم مسيرة طويلة. أسباب اختيار هذا الطريق قد تكون عديدة، حاول سانتياغو فيثيو تقديم تفسير لها: «بعد فيا سان كارلوس اخترت مواصلة الدراسة. ذهبت للعب في دوري بيهواخو، وكان الفارق الاقتصادي، إن صح التعبير ضئيلاً، لكنني كنت ألعب فقط أيام الأحد. بذلك المال مؤثّر آخر عامين من دراستي، ودفعت الإيجار وعشت. أحيانا تأتي القرارات من هنا. الآن استقررت في روكي بيريث، حيث وُلدت، وألعب في نادي الحي». ويعني الخروج من ذلك الإطار، والانضمام إلى الدوريات الإقليمية أيضاً، مزيداً من الراحة، لمن يرغبون في مواصلة اللعب، إذ يتدرب كثيرون بمفردهم وفق خطط تدريب عن بُعد، لكن بما يتناسب مع أوقاتهم. ولم تعد كرة القدم هي التي تنظم حياتهم، كما يحدث عندما يكونون جزءاً من نادٍ محترف، ويضطرون للتكيف مع تدريبات الجماعة وروتينات أخرى مرهقة

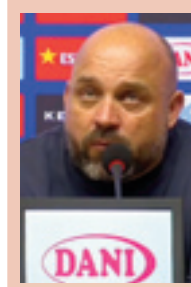
برقم تاريخي .. خوان غارسيا يكرر إنجاز تير شتيغن في الليغا

قاد خوان غارسيا حارس مرمى برشلونة، فريقه لتحقيق الانتصار في الديربي ضد إسبانيول بهدفين دون رد، ضمن منافسات الجولة 18 من الدوري الإسباني. وبحسب شبكة "أوبتا" للأحصائيات، يعد خوان غارسيا أول حارس مرمى لنادي برشلونة يكمل ست تصدييات في مباراة بالدوري الإسباني دون أن يستقبل أي هدف منذ مارك أندريه تير شتيغن ضد ريال سوسيداد في نوفمبر 2023 (أيضا ست تصدييات). وحقق خوان غارسيا جائزة رجل المباراة، بعد الأداء المذهل الذي قدمه ضد فريقه السابق، رغم هجوم جماهير إسبانيول ضده وهتافاتهم ضده.

مدرّب إسبانيول بعد الخسارة أمام
برشلونة:

ستحرفون كلامي إذا تحدثت عن خوان غارسيا

أدلى مانولو غونزاليس، المدير الفني لفريق إسبانيول، بتصريحات عقب خسارتهم في مباراة يوم السبت ضد نظيره برشلونة، في ديربي كتالونيا، في بطولة الدوري الإسباني لكرة القدم. واستضاف ملعب "كورنيليا إل برات" مباراة



فريقي برشلونة وإسبانيول، في الجولة 18 من الليغا، حيث حقق حامل اللقب فوزا بهدفين دون رد. وقال غونزاليس، في تصريحات نشرتها شبكة "lagradaonline" الإسبانية: "أنا فخور جدا بالفريق والجماهير، سعيد جدا، لكنني غاضب لأننا كنا قادرين على الفوز، لكن المباراة أفلتت منا". وأضاف: "يجب أن نكون حازمين مع أنفسنا، لقد لعبنا جيدا لكن كان علينا الفوز اليوم، أنا غاضب لأن الفريق يجب أن يفوز على أي خصم، كانت مباراة اليوم حاسمة، لكنها أفلتت منا". وواصل: "الصحافة؟ أتمنى أن تعتذر بعض وسائل الإعلام عن كذبتها وادعائها أنني أشرت الجدل قبل الديربي، أمل أن يعلموا أنني لن أذهب لإجراء مقابلة معهم". وفيما يتعلق بهدف برشلونة في الوقت القاتل، قال: "لقد كانت هجمة تأخرنا فيها في رد الفعل ولم نتدخل في الوقت المناسب، بحسب لهم ذلك، وقد سجلوا لأنهم يمتلكون لاعبين مميزين، لقد صنعنا فرصا واضحة، لكن عليك التسجيل، خاصة ضد خصم بهذا المستوى". وحول الأجواء في غرفة الملابس، قال: "إنهم غاضبون، الفريق يستحق أكثر من ذلك، لكن هذا لا يكفي، نحتاج للفوز، لا للخسارة أو التعادل، أردنا الفوز اليوم، ونفاد محبطين لأننا لم نتمكن من تحقيقه". وفيما إذا كان يمكن القول إن فوز برشلونة غير عادل، قال: "لم ينتصروا بطريقة غير عادلة، سيأتي يوم نفوز فيه، مهما كان أداؤك جيدا، إذا لم تسجل، فلن تستحق الفوز، كنا قريبين من الفوز اليوم وصنعنا العديد من الفرص، لكن إن لم تنه الهجمات، فلن نفوز، الأمر بهذه البساطة". وفيما يخص خوان غارسيا، قال: "لن أتحدث عنه، سيحرفون كلامي، حاولت تهدئة الأمور في المؤتمر الصحفي السابق، فنشروا عنوانا يقول إنني أثرت المشاكل في الديربي، لن أتحدث عن خوان لأنهم سيحرفون كلامي".

برشلونة يتحرك لضم مدافع بورنموث في جانفي

يتحرك نادي برشلونة للتعاقد مع مدافع فريق بورنموث الإنجليزي، ماركوس سينسي، في فترة الانتقالات الشتوية الجارية، من أجل ترميم الخط الخلفي لكتيبة الألمان هانز فليك. البارسا اتخذ القرار بتسريع قراراته في الميركاتو من خلال جلب سينسي، تلبية لطلب فليك، مستغلا فرصة انتهاء عقد اللاعب مع بورنموث في يونيو القادم، ما يعني إمكانية ضمه بسعر منخفض. ولا يريد برشلونة الانتظار للصيف، والدخول في مزاد مع أندية إنجلترا وإيطاليا على ضم اللاعب، الذي يبلغ من العمر 28 عاما، ما قد يغري اللاعب برواتب مرتفعة لا يستطيع البارسا مجاراتها بسبب الوضع المالي. وسيكون بورنموث مرحبا بفكرة بيع عقد سينسي الآن بدلا من فقدانه بالمجان في نهاية الموسم، ووفقا لشبكة فيتشافيس الإسبانية فإن فليك يريد سينسي نظرا لنضجه الكروي وإمكانية تقديمه مستويات فورية مع الفريق. وأوضحت الشبكة أن ما أعجب فليك في سينسي هو قدرته المميزة على قراءة

فليك يكشف دور ريال مدريد في فوز برشلونة بديربي كتالونيا

قال هانزي فليك، مدرب برشلونة، إن فريقه لا يستحق الفوز الذي حققه على إسبانيول بنتيجة 2-0. مساء السبت، في ديربي كتالونيا ضمن منافسات الدوري الإسباني. أكد فليك في تصريحات أبرزتها صحيفة (موندو ديبورتيفو) "بصراحة لا نستحق هذا الفوز، لأن إسبانيول كان أفضل طوال المباراة، وقدم أداء رائعا، لست راضيا عن أداء الفريق لمدة 80 دقيقة". واستدرك "ولكن في آخر 10 دقائق، نجحنا في تسجيل هدفين، وحققنا الفوز، وأنا سعيد بالنقاط الثلاث، والبدلاء صنعوا الفارق". ولمح المدرب الألماني "هناك أمور عديدة بحاجة لتغيير، لا أريد الخوض في تفاصيل". واصل "لم يكن من السهل علينا العودة بعد الاستراحة، ولكن هذا الفوز يمنحنا ثقة أكبر، ورسالة مهمة لمنافسينا في الدوري، لقد انتصرنا بعد معاناة". وانتقل هانزي فليك للإشادة بحارس مرمى الفريق، جوان غارسيا، قائلا "إنه من أفضل حراس المرمى في العالم، أنا سعيد بتواجده معنا، وسعيد بقرار التعاقد معه". واصل مدرب برشلونة "في مثل هذه المباريات الصعبة، يبرز دور وأهمية حارس المرمى، جوان غارسيا يؤدي بثقة وهدوء بفضل عمله مع مانولو (مدرّب إسبانيول) الذي يؤدي عملا رائعا مع فريقه". وختم هانزي فليك "ريال مدريد لديه أيضا حارس مرمى رائع، وكذلك جميع الفرق الكبيرة".

رغم الفوز بالديربي .. فيرمين لوبيز ينتقد أداء برشلونة!

أكد فيرمين لوبيز، لاعب برشلونة، أهمية الفوز الذي حققه الفريق على حساب إسبانيول بنتيجة (2-0) في ديربي كتالونيا، مشددا على أن الفريق عرف كيف يحسم المباراة رغم عدم تقديم أفضل أداء له، مساء السبت، ضمن منافسات الجولة 18 من الليغا. وقال فيرمين في تصريحات عقب اللقاء، التي نقلتها صحيفة "ماركا" الإسبانية: "كنا نعلم أن الفوز مهم جدا، خاصة في مباراة ديربي وما تعنيه للجماهير. ربما لم نقدم أفضل مبارياتنا، لكننا نجحنا في استغلال الفرص التي أتاحت لنا، وهذا هو الأهم". وتحدث لاعب برشلونة عن دوره داخل الفريق، سواء شارك أساسيا أو كبديل، قائلا: "يجب على الجميع مساعدة الفريق، سواء كنت أساسيا أو على مقاعد البدلاء. أنا سعيد جدا بمساهمتي وبالوصول على النقاط الثلاث". كما خص فيرمين حارس المرمى خوان غارسيا بإشادة كبيرة، بعد مستواه المميز في اللقاء، موضحا: "خوان كان رائعا. نعلم جميعا أنه حارس مرمى كبير. المباراة كانت صعبة عليه بسبب الضغط، لكنه قدم أداء ممتازا. نحن سعداء جدا بوجوده معنا كلاعب في برشلونة". وعن صراع المنافسة على لقب الدوري الإسباني، تحفظ فيرمين في وصف برشلونة بالمرشح الأول، مؤكدا أن المشاور لا يزال طويلا، بقوله: "لا أعلم إن كنا المرشحين أم لا، الليغا طويلة جدا، لكننا حاليا نعيش فترة جيدة، وعلينا الحفاظ على هذا الإيقاع ومواصلة توسيع الفارق مع ريال مدريد".

أولمو: أنا في غاية السعادة .. وجوان غارسيا مذهل

أشاد داني أولمو، نجم برشلونة بزميله جوان غارسيا حارس مرمى الفريق بعد الفوز الصعب على إسبانيول بنتيجة 2-0. مساء السبت، في ديربي كتالونيا بالدوري الإسباني. قال أولمو في تصريحات عقب اللقاء "غارسيا كان مذهلا، وقدم مباراة رائعة أمام فريقه السابق، وحافظ على نظافة شبائكه، إنه إضافة قوية لنا، وسيقدم لنا المزيد". وأضاف "لقد قدم إسبانيول مباراة رائعة، ونحن أيضا، وفي النهاية سجلنا هدفين، والآن حان الوقت للتركيز على مباراة السوبر". تابع اللاعب الإسباني الدولي "أنا في غاية السعادة، لأنني سجلت هدفا، فهو فرصة رائعة للاحتفال بالعام الجديدة". وأشار إلى أن فوز برشلونة بهدفين للبدلاء، يؤكد

رسالة مهمة بضرورة أن يتحلى الجميع بالتركيز سواء الأساسيين أو البدلاء. قال داني أولمو "نحن فريق واحد، نفوز معا، ونخسر معا، وفي النهاية يجب على الجميع ترك بصمة". وختم تصريحاته "أنا بحالة جيدة، وإصابتي الأخيرة مجرد سوء حظ، وأحاول العمل دائما بنفس القوة والعزيمة والإصرار". وحاز البارسا على إسبانيول بهدف روبرت ليفاندوفسكي وأولمو بعد تمريرتين حاسمتين من فيرمين لوبيز، وذلك بعد مشاركة الثلاثي في الشوط الثاني.



برشلونة وبايرن ميونخ يتنافسان على صفقة دفاعية



يتطلع نادي برشلونة الإسباني لتعزيز خط دفاع الفريق، تحت قيادة المدرب الألماني هانز فليك، ويضع عينه بالفعل على صفقة مميزة منافسا عدة أندية بما في ذلك بايرن ميونخ.

ويسعى برشلونة للتعاقد مع قلب دفاع حيث يواصلون بحثهم عن بديل لأندرياس كريستensen، الذي تعرض مؤخرا لقطع جزئي في رباط ركبته اليسرى. وبحسب ما ورد في موقع "فوت ميركاتو"، برز تياغو غابرييل لاعب فريق ليتشي الإيطالي، كهدف محتمل لبرشلونة، في إطار سعيهم المستمر لتعزيز الدفاع.

يلعب تياغو غابرييل في مركز قلب الدفاع، ويتواجد حاليا مع فريق ليتشي، وكان عنصرا أساسيا في خط دفاع الفريق الإيطالي، ويتميز بقدراته في الكرات الهوائية، بالإضافة إلى بنيته الجسدية القوية.

وأبدى كل من برشلونة وبايرن ميونخ اهتماما بخدمات تياغو غابرييل، لكن ليتشي ليس متحمسا للتخلي عن لاعبه خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية. ولن ينظر ليتشي في أي عروض لتياغو غابرييل إلا إذا كان مغريا للغاية، بحسب ما أكد التقرير الوارد. وتبلغ القيمة السوقية لتياغو 15 مليون يورو وفقا لموقع ترانسفير ماركيت، ويمتد عقده مع ليتشي حتى عام 2027.

بايرن ميونخ يفقد نوير وكييمش في استعداداته لاستئناف الدوري الألماني

يغيب القائد مانويل نوير، واللاعب يوشوا كييمش، عن بداية العودة للتدريبات يوم الأحد، ضمن تحضيرات فريقهما بايرن ميونخ لانطلاق الدور الثاني من الدوري الألماني، حسبما أعلن النادي الذي يتصدر المسابقة. وقال بايرن ميونخ أن الثنائي تدريبا بشكل منفرد، حيث يتعافى كييمش من إصابة في الكاحل، كانت تؤثره منذ نوفمبر الماضي، أما نوير فيعاني من تمزق في ألياف عضلة الفخذ، وهي الإصابة التي تلقاها في ديسمبر الماضي.

وغائب الثنائي عن آخر مباريات بايرن في 2025 ضد هايندهايم والتي فاز فيها فريقهما 4 / صفر يوم 21 ديسمبر. بايرن حامل اللقب يتصدر الدوري الألماني بفارق 9 نقاط عن أقرب ملاحقيه، بينما سيكون اللقاء الأول في 11 يناير كانون الثاني ضد فولفسبورغ.

دورتموند يحسم موقفه من مستقبل جوب بيلنغهام

حسم نادي بوروسيا دورتموند موقفه من مستقبل جوب بيلنغهام (20 عاما)، بعد البداية الصعبة التي عاشها اللاعب الإنكليزي منذ انتقاله إلى الدوري الألماني، إذ أكد الفريق تمسكه بمشروع تطويره، وعدم التراجع عن الرهان عليه، في وقت تزايدت فيه التساؤلات عن مردوده الفني، وقدرته على فرض نفسه سريعا. ويواجه جوب بيلنغهام تحديات واضحة، منذ انضمامه قادما من سندرلاند الإنكليزي، في صفقة كبيرة قياسا بتجربته، إذ عانى قلة المشاركات الأساسية، واكتفى بهدف وحيد في مختلف المسابقات، وتلقى بطاقة حمراء زادت من حدة الانتقادات الموجهة إليه. ومع ذلك، اختار دورتموند التمسك بخياراته، بدل البحث عن حلول سريعة في سوق الانتقالات، وفقا لما نشرته صحيفة ديلي ميل البريطانية. ويرفض مسؤولو النادي الألماني الربط بين صعوبة البداية والحكم المبكر على مستقبل اللاعب، معتبرين أن التأقلم مع إيقاع "البوندسليغا" ومتطلبات فريق يناهض على أعلى المستويات يحتاج إلى وقت وصبر، فيما يؤمن الجهاز الفني بأن بيلنغهام يمتلك الخصائص البدنية والفنية، التي تسمح له بالتطور، شرط منحه الثقة والاستمرارية.

وقرر دورتموند، في هذا السياق، عدم التعاقد مع لاعب وسط جديد، خلال فترة الانتقالات الشتوية، رغم التخلي عن أحد عناصره في الخط ذاته، في إشارة واضحة إلى قناعة الإدارة بقدره جوب بيلنغهام على سد الفراغ وفرض نفسه تدريجا، ويعكس هذا القرار رغبة النادي في حماية اللاعب من ضغوط إضافية قد تعرقل مسار تطوره. ويسود الرهان داخل أروقة النادي على الأداء الذي يقدمه بيلنغهام في التدريبات، إذ يُصنف على أنه أحد أكثر اللاعبين التزاما وجدية، وسط اعتقاد بأن هذا العمل سيترجم إلى مردود إيجابي في المباريات الرسمية متى تحرر من التوتر واكتسب الثقة اللازمة. وفي المقابل، تثير الأجواء المحيطة باللاعب بعض الجدل، خصوصا بعد الحديث عن تدخلات من محيطه العائلي، عقب بعض القرارات الفنية، وهو ما دفع إدارة دورتموند إلى التشديد على قواعد الانضباط، واحترام صلاحيات الجهاز الفني، في محاولة لعزل اللاعب عن أي صراعات جانبية. ويصير جوب بيلنغهام، من جانبه، على أنه لا يعيش في ظل شقيقه جود، بل يسعى لبناء مساره الخاص داخل ناد عرف تاريخيا بصقل المواهب الشابة، ويبدو أن دورتموند يشاركه هذا التوجه، واضعا ثقته في مشروع طويل المدى، عنوانه الصبر، وتفادي الأحكام المتسارعة، ومنح اللاعب فرصة حقيقية لإثبات ذاته رغم البداية الصعبة.

لاعب لايبزيغ يفسخ عقده مع الفريق للتفرغ لعائلته

بايرن يتعاقد مع الجوهرة الغامبية بارا سابوكو

أعلن نادي بايرن ميونخ الألماني، تعاقد مع المهاجم الشاب الغامبي بارا سابوكو ندياي، حتى نهاية الموسم على سبيل الإعارة، قادما من أكاديمية غامبيتوس ستارز أفريكا. وقال النادي البافاري، في بيان: "تعاقد نادي بايرن ميونخ مع لاعب خط الوسط الهجومي بارا سابوكو ندياي على سبيل الإعارة من نادي غامبيتوس ستارز أفريكا". وتابع: "وقع اللاعب (18 عاما) عقدا يمتد حتى 30 جوان 2026، ونظرا لإصابة طفيفة، لن ينضم إلى تدريبات الفريق الأول إلا بعد بدء فترة الإعداد للدور الثاني من الموسم". وتقع أكاديمية غامبيتوس ستارز أفريكا لكرة القدم في غامبيا وتتعاون منذ عام 2023 مع ريد أند غولف لكرة القدم، وهو مشروع مشترك بين نادي بايرن ميونخ ونادي لوس أنجلوس لكرة القدم.

قرر كيفن كامبل، لاعب لايبزيغ، الرحيل عن صفوف الفريق نهاية الشهر الحالي، بعد ثمان سنوات ونصف السنة قضاهما بقميص النادي، وذلك لأسباب عائلية. أعلن لايبزيغ، السبت، موافقته على فسخ التعاقد مع كامبل (35 عاما)، مشيرا إلى إقامة تكريم خاص للاعب عند استضافة بايرن ميونخ في 17 يناير (كانون الثاني). لعب كامبل 283 مباراة مع لايبزيغ، سجل خلالها 13 هدفا وصنع 23 أخرى، وتوج بلقب كأس ألمانيا مرتين، لكن تراجع معدل مشاركته هذا الموسم بظهوره بديلا للدقائق قليلة في 3 مباريات. قال كامبل، في بيان للنادي الألماني: «سأحتفظ بذكرات 8 سنوات ونصف السنة مع هذا النادي في قلبي، لقد وجدت استقبالا حافلا، وحققنا إنجازات، وتوج الفريق بأول ألقابه، وتجاوزنا الفترات الصعبة بفضل تماسك الفريق».

أضاف: «لقد مر الوقت سريعا، وهو ما يؤكد أنني كنت سعيدا هنا على المستويين الشخصي والإنساني، وأنا حزين لانتهاء هذه الرحلة، لكنني فخور بما حققته». تابع: «لا أستبعد العودة إلى الملاعب مجددا، ولكن لن تكون خطوة منطقية في الوقت الحالي، لأنني أريد التفرغ للبقاء بجوار أقرب الناس لي». وأشار: «فقدان أخي بشكل مفاجئ جعلني أدرك قيمة قضاء الوقت مع المقربين منا، لقد أدركت بعد سنوات أهمية العودة إلى بلادي، خاصة أن حالة والدي الصحية ليست جيدة، وأريد قضاء المزيد من الوقت معه، فهي فرصة لا تعوض». وشدد كيفن كامبل: «إنها خطوة صعبة بالنسبة إلي، لكن بعض القرارات في الحياة أهم من كرة القدم، لم أخجل رحيلي بهذه الطريقة، لكنني أشعر بالارتياح، لأن هناك أولويات أخرى مختلفة عن كرة القدم». من جانبه، قال مارسيل شيفر، المدير الرياضي لنادي لايبزيغ: «لقد ترك كيفن بصمة قوية طوال وجوده معنا».



فابريغاس يعلق على أنباء ارتباطه بتدريب تشيلسي



علق الإسباني سيسك فابريغاس، المدير الفني لكونمو الإيطالي، على أنباء إمكانية توليه تدريب تشيلسي خلفا للإيطالي إنزو ماريكا. وأعلن تشيلسي، إقالة ماريكا عن تدريب الفريق، في اليوم الأول من العام الجديد 2026. وقاد ماريكا

تشيلسي في 92 مباراة، حيث فاز في 55 وتعادل في 16 وتلقى 21 خسارة. وقال سيسك، في تصريحات لشبكة "توتو ميركاتو ويب" الإيطالية: "ليس لدي ما أقوله، أنا مدرب كمو حاليا وأتمنى الاستمرار هنا لمدة طويلة". ولعب فابريغاس في صفوف تشيلسي خلال الفترة من 2014 وحتى 2019. وقال تشيلسي في بيانه: "يمكننا أن نعلن انفصالنا عن المدرب إنزو ماريكا بالتراضي". وأضاف البيان: "خلال فترة توليه قيادة الفريق، قاد ماريكا تشيلسي إلى تحقيق لقب دوري المؤتمر الأوروبي وكأس العالم للأندية، وهي إنجازات ستبقى جزءا مهما من تاريخ النادي في السنوات الأخيرة، ويتقدم النادي له بالشكر على جهوده وإسهاماته". وختم: "مع بقاء أهداف مهمة يتنافس عليها الفريق في 4 بطولات مختلفة، من بينها السعي للتأهل إلى دوري أبطال أوروبا، يرى كل من ماريكا وإدارة النادي أن إحداث تغيير في الوقت الحالي يمنح الفريق أفضل فرصة لإعادة الموسم إلى المسار الصحيح".

نجم برازيلي يفري مانشستر يوناييتد

يراقب مانشستر يونايتد إلى جانب فريق ميلان وعدد من أندية دوري روشن السعودي للمحترفين النجم الواصل راين لاعب نادي فاسكو دا غاما البرازيلي. وأظهر راين 19 عاما أداء مميزا مع فريقه، سجل 23 هدفا في 98 مباراة على مستوى الفريق الأول حتى الآن، مما جعله يحظى باهتمام عدة أندية كبرى حول العالم. ووفقا لما ذكره الصحفي لدى صحيفة "أس" الإسبانية إدواردو بورجوس عبر موقع إكس، فإن بعض الأندية السعودية تتابع عن كثب وضع راين، رغم أن الصفقة ستكون باهظة الثمن، إذ يربطه فاسكو دا غاما بشرط جزائي قيمته 80 مليون يورو.

رغم أن الصفقة قد تكون معقدة ومكلفة، إلا أنها من نوع الصفقات التي يجب أن يسعى النادي الإنجليزي صاحب التاريخ العريق لتحقيقها. ووفقا لموقع كوت أوفسايد "يرى محللون أن الشياطين الحمر المتجدد بقيادة المدير الفني روبين أمورييم بحاجة لتعزيزات نوعية تستهدف المواهب الشابة ذات المستقبل الكبير" على غرار راين. وتابع: "حتى لو لم يكن سعره 80 مليون يورو مبرزا في الوقت الحالي، فهناك احتمال أن يتمكن النادي من التفاوض لخفض السعر نوعا ما، وبالتالي قد تكون الصفقة تستحق الاستثمار الكبير في موهبة شابة". راين يمتلك القدرة على اللعب في الجناح ويمكنه أيضا أن يكون رأس حربة، مما يجعله لاعبا مرنا يمكن أن يحدث تأثيرا هوريا في تشكيلة مانشستر يونايتد، خصوصا في الوقت الذي يعاني فيه الفريق في هذا الجانب تحت قيادة أمورييم خلال الموسم الجاري.

كريستال بالاس يحبط مخطط ريال مدريد

أفاد تقرير صحفي إنجليزي، أول أمس، بأن كريستال بالاس ينوي تعقيد مهمة ريال مدريد في ضم لاعبه. وكانت تقارير صحفية قد أشارت إلى أن الإنجليزي آدم وارتون، لاعب وسط كريستال بالاس، ضمن الأهداف المستقبلية لريال مدريد. وتآلق وارتون بشكل لافت في الموسم الماضي، وهو ما جعله هدفا لأندية ريال مدريد وليفربول ومانشستر يونايتد. وبحسب شبكة "توك سبورت" الإنجليزية، فإن كريستال بالاس يسعى جاهدا لتجديد عقد وارتون ومنعه من الرحيل في الصيف المقبل. ويمتد عقد وارتون مع كريستال بالاس حتى صيف 2029. وأضاف التقرير، أنه في حال فشل كريستال بالاس في تجديد عقد وارتون، فإن اللاعب سيرحل في الصيف المقبل مقابل 65 مليون جنيه إسترليني، وفقا لاتفاق بين الطرفين. وأكد التقرير، أن كريستال بالاس سيسمح برحيل وارتون خلال الصيف المقبل، حال تلقى لاعب الوسط الشاب عرضا من أحد الأندية الكبرى المشاركة في دوري أبطال أوروبا.

ويسعى ريال مدريد لتعزيز وسط ملعبه، خاصة بعد اعتزال الألماني توني كروس وعدم تعويضه.

ولا يعد وارتون هو اللاعب الوحيد من صفوف كريستال بالاس المرتبط بالانتقال إلى ريال مدريد، وإنما هناك أيضا مواطنه مارك جويهي الذي ينتهي عقده بنهاية الموسم الجاري.

رايس يحقق رقما جديدا بالدوري الإنجليزي.. وساكا يعادل سجل فابريغاس

قاد الدولي الإنجليزي، ديكلان رايس، فريقه آرسنال لتحقيق فوز هام على مضيفه بورنموث، بنتيجة 2-3، أول أمس، على ملعب فيتاليتي، ضمن لقاءات الجولة 20 للبريميرليغ. وسجل ثلاثية آرسنال كلا من غابرييل ماجاليس، وديكلان رايس (هدفين). وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فقد سجل ديكلان رايس أول ثنائية له في الدوري الإنجليزي الممتاز، وذلك في مباراته رقم 296 في البطولة. وجاء الهدف الثاني لرايس، من صناعة البديل بوكايو ساكا، الذي هياها الخالي من منطقة بدوره في شبكة "سكواكا" للإحصائيات، فقد ساهم ساكا بشكل مباشر في نفس عدد التي ساهم بها سيسك فابريغاس في الدوري الإنجليزي (105). ولا يتفوق على ساكا سوى خمسة لاعبين فقط من آرسنال في عدد المساهمات بالدوري الإنجليزي الممتاز.

أليستر: ليست لديه أي حظوظ للتويج بالبريميرليغ

أوضح أليكسيس ماك أليستر، نجم نادي ليفربول، حظوظ فريقه في الفوز بلقب الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم، والذي يشهد منافسة كبيرة مع أستون فيلا، ومانشستر سيتي وآرسنال. ويتواجد ليفربول في المركز الرابع في ترتيب الدوري الإنجليزي الممتاز، بعد انتهاء الدور الأول، حيث يتصدر آرسنال ترتيب المسابقة المحلية.

ليفربول حصل على لقب الدوري الإنجليزي الممتاز الموسم الماضي، لكن الأمور تبدلت هذا الموسم وشهد مستوى الريدر تراجعاً واضحاً. واعترف ماك أليستر في تصريحات إلى شبكة سكاي سبورتنس، أن فرصة ليفربول في الفوز بالدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم أصبحت صعبة للغاية. ويرى ماك أليستر، أن قوة آرسنال ومانشستر سيتي ساهمت بشكل كبير في ابتعاد ليفربول عن فرصة التتويج بلقب الدوري الإنجليزي هذا الموسم. وقال ماك أليستر: "لا توجد فرص كثيرة أمام ليفربول للاحتفاظ باللقب، يؤسفني قول ذلك لكن الأمر واضح تماماً، آرسنال في أوج عطائه، ومانشستر سيتي قريب جداً، لكننا لسنا قريبين منهم من حيث الأداء أو النتائج، لذا لا أرى أننا سنغفوز باللقب مجدداً". وأضاف

أرتيتا: طريقة تجاوز غابرييل لخطئه مذهلة

أبدى مدرب آرسنال، ميكيل أرتيتا، سعادته الكبيرة بالفوز الصعب الذي حققه فريقه على مضيفه بورنموث بنتيجة (2-3)، مساء السبت، ضمن منافسات الجولة العشرين من الدوري الإنجليزي الممتاز. وأشاد أرتيتا بشخصية لاعبيه وقدرتهم على التعامل مع واحدة من أكثر مباريات الجولة تعقيدا. وفي تصريحات لشبكة "سكاي سبورتنس" عقب اللقاء، قال أرتيتا: "أنا سعيد جدا، كنا نعرف صعوبة هذه المباراة، إنهم فريق يهددك باستمرار. إنهم جيّدون جدا، وجعلنا الأمور أصعب على أنفسنا عندما استقبلنا الهدف الأول، لكنني أحب شخصية الفريق". وخاض مدافع آرسنال غابرييل ماغالهايس بداية عاصفة، بعدما تسبب بهدف للفريق الخصم عبر تمريرة خاطئة، قبل أن يسجل بنفسه هدف التعادل. وعن ذلك قال أرتيتا: "أحب شخصية غابرييل، الطريقة التي تجاوز بها تلك الحالة مذهلة فعلا، وهذا يقول الكثير عن مدى تطورنا. الفريق وجد طريقة لهزيمتهم، وهذا انتصار ضخم". وتوقف مدرب آرسنال عند شخصية غابرييل والدور القيادي الذي يقدمه داخل الملعب، حيث قال: "عندما نتحدث عن لاعبين يظهرون السلطة ويفرضون سيطرتهم، فهذا لاعب يمثل ذلك في هذا الفريق. لهذا السبب هو مهم جدا. يجب أن نقود بالقوة، لا يمكنك أن تطلب ذلك من بقية اللاعبين ثم يحدث شيء ما. أعتقد أن ما حدث اليوم مثال رائع". كما أشاد أرتيتا بالمستوى الكبير الذي قدمه ديكلان رايس، صاحب هدفين في اللقاء، مؤكدا أن مشاركته لم تكن مضمونة حتى وقت متأخر، قائلا: "للاعب آخر قدّم الكثير خلال الأيام القليلة الماضية ليجعل نفسه متاحا اليوم، ولم نكن نعرف إلى متى سيكون جاهزا. لقد دفع نفسه إلى أقصى حد ممكن، والفريق كوفئ بهدفين رائعين". وأضاف مدرب آرسنال عن إنجاز رايس الشخصي في اللقاء: "أعتقد أنها المرة الأولى التي يسجل فيها هدفين في مباراة واحدة في الدوري الإنجليزي الممتاز، لذا نعم، إنه يوم رائع يستحق أن يتم ذكره".

واختتم الدولي الأرجنتيني: "لذا، يؤلمني الأمر، فقد تغيرت أمور كثيرة عن الموسم الماضي، والوضع ليس مثاليا، لكن هذا هو واقعنا وعلينا تقبله ومواصلة العمل على التحسن". ليفربول يمر بوضعية صعبة للغاية خلال هذا

الموسم، حيث انخفض مستوى عدد من نجوم الفريق وعلى رأسهم إضافة إلى فيرجيل فان دايك، وإبراهيم كوناتي. كما عانت الصفقات الجديدة مع ليفربول هذا الموسم، ومن بينها الكسندر إيزاك، والذي تعرض لإصابة على مستوى أوتار الركبة ستبعده عن صفوف الريدرز لعدة أشهر.



جوفنتوس يدرس ضم كييزا على سبيل الإعارة

أفادت صحيفة "لا غازيتا ديلو سبورت" أن الجناح الإيطالي فيديريكو كييزا أبدى اهتمامه بالعودة إلى جوفنتوس، النادي الذي غادره في 2024، رغم أنه لا يضغط لمغادرة ليفربول في الوقت الحالي، ويستفيد كييزا من وقت لعب أكبر هذا الموسم مقارنة بالموسم الماضي، رغم أنه ليس لاعباً أساسياً دائماً في تشكيلة الفريق الإنجليزي.

ويأتي اهتمام جوفنتوس بكييزا لتعزيز صفوف الفريق الهجومية، حيث يدرس النادي إمكانية ضمه على سبيل الإعارة خلال سوق الانتقالات الشتوية الحالي، مع الأخذ في الاعتبار أن كييزا قد يلتقي مجدداً بالمدير لوتشيانو سباليتي والمدير جورجيو كييليني، الذين فاز معهم ببطولة أوروبا 2021.

وكان كييزا قد انتقل إلى ليفربول في يوم إغلاق سوق الانتقالات لعام 2024، في عهد كريستيانو جيانتولي كمدير رياضي وتياغو موتا كمدير لجوفنتوس، لكن الوضع تغير الآن مع الإدارة الفنية الجديدة في تورينو.

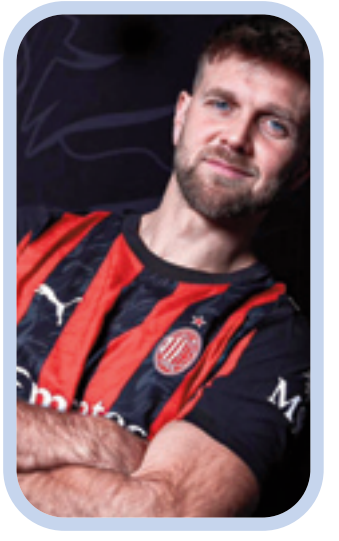
ويواجه جوفنتوس تحديات تتعلق بموقف ليفربول، الذي يبدو متردداً في الموافقة على إعارة كييزا لمدة ستة أشهر، كما أن مستقبل اللاعب قد يتأثر بموقف محمد صلاح في الفريق.

ويبقى مستقبل فيديريكو كييزا في أنفيلد مفتوحاً، ومن المتوقع أن تُحدد الخطوة القادمة وفقاً للمفاوضات بين الناديين ورغبة اللاعب في العودة إلى جوفنتوس.

فولكروغ: أشعر بالارتياح في ميلان

قال المهاجم الألماني نيكولاس فولكروغ، إنه يشعر فعلاً وكأنه في منزله، مع فريق ميلان الإيطالي لكرة القدم، بعدما خاض أول دقائق له في الدوري الإيطالي، بعد ساعات قليلة من تأكيد انتقاله من فريق وست هام الإنجليزي. وانضم فولكروغ (32 عاماً) لميلان على سبيل الإعارة لنهاية الموسم، الجمعة، مع خيار الشراء النهائي. وشارك بديلاً لرافاييل ليوا في الدقيقة 69 من المباراة التي فاز فيها ميلان على كالياري، وهو الانتصار الذي جعل الفريق يتصدر جدول الترتيب. وكتب فولكروغ في منشور على «إنستغرام»: «مشاركة أولى مثالية، وبداية مثالية في العام الجديد»، وأضاف: «تشرفت للغاية بلعب مبارياتي الأولى

على الفور! أشعر فعلاً بالراحة، رغم أن مبارياتي الأولى على أرض ميلان لم تأت بعد. لا أستطيع الانتظار». وأبدت وسائل الإعلام الإيطالية إعجابها بأداء فولكروغ، حيث ذكرت صحيفة «لا ريبوبليك» إن ميلان «أصبح لديه أخيراً مهاجم حقيقي»، بينما أعربت صحيفة «كورييري ديلو سبورت» عن اعتقادها بأن «مشكلة المهاجم على وشك أن تحل». ويأمل فولكروغ أن يقوم بإحياء مسيرته مرة أخرى مع ميلان، بعدما قضى 18 شهراً في وست هام، حيث تعرض لعدة إصابات وشارك في 29 مباراة فقط، سجل خلالها 3 أهداف. هذه العروض القوية ربما تساعد فولكروغ في العودة إلى صفوف منتخب ألمانيا في قائمة كأس العالم هذا العام. ولعب فولكروغ 24 مباراة دولية سجل فيها 14 هدفاً، وكانت آخر مشاركاته في جوان الماضي.



غاسبريني: رومالم يخرج ضعيفاً رغم الخسارة... وأهدار الفرص ليس صدفة

أكد جيان بيبرو غاسبريني أن روما لم يتأثر سلباً بالخسارة 1-0 على يد أتلانتا، رغم اعترافه بأن الفشل المتكرر في استغلال الفرص أصبح فريقه قَدَمَ مباراة جيدة وخلق فرصاً عديدة أمام خصم الحسم. وأشار المدرب إلى أن المباراة خُسمت بتفاصيل مصلحة روما، رافضاً تحميل باولو ديبالا المسؤولية عن محققة. كما شدد على أن أتلانتا فريق متماسك بُني عبر روما لا يزال في بداية مشروعه. وختم غاسبريني تكرار الخسائر من دون تسجيل أهداف «ليس مؤكداً ضرورة العمل على تحسين الفاعلية في المرحلة المقبلة».

سباليتي بعد التعادل أمام ليتشي:

"قدمنا مباراة قوية وديفيد يحظى بثقتي"

أكد لوتشيانو سباليتي، مدرب فريق جوفنتوس، أن فريقه قدم أداءً قوياً بشكل عام رغم الاكتفاء بالتعادل 1-1 أمام ليتشي، مشدداً في الوقت ذاته على دعمه الكامل للاعبه جونانان ديفيد عقب إهداره ركلة جزاء.

وقال المدرب: «نحتاج إلى تحسين اختياراتنا داخل الصندوق. أوصلنا الكرة إلى مناطق خطيرة مرات عديدة في الشوطين الأول والثاني، لكننا لم ننجح في اللمسة الأخيرة. هذا هو الجانب الذي يجب أن نتطور فيه». ورغم فقدان نقطتين على أرضه، حرص مدرب جوفنتوس على إبراز الجوانب الإيجابية في الأداء، مضيفاً: «لعبنا مباراة جيدة، بل جيدة جداً. النتيجة دائماً ما تصنع الفارق، لكن كان هناك تطور واضح في مستوانا».

وعن ركلة الجزاء المهددة، دافع سباليتي بضوة عن لاعبه جونانان ديفيد، رافضاً تحميله المسؤولية أو إثارة الجدل حول هوية المنفذ. وقال: «ديفيد مسدد ركلات جزاء ويجيد تنفيذها. اتخذ القرار الصحيح بالتسديد في المنتصف، لكنه لم يرفع الكرة بالشكل الكافي».

كما أشار إلى وجود أكثر من خيار داخل الفريق لتنفيذ ركلات الجزاء، موضحاً: «لوكاتيلي مسدد ركلات جزاء، ويلديز كذلك. هذه تتخذ في لحظة، وسط أجواء القارات

المباراة وضغطها، وليس كما يبدو من الخارج». وفي ختام حديثه، شدد سباليتي على ضرورة طي صفحة اللقاء سريعاً والتركيز على ما هو قادم، قائلاً: «هذه المباراة انتهت، لم نغز بها وتعالنا. لكن إذا واصلنا اللعب بهذا الشكل سنحقق العديد من الانتصارات. الآن علينا أن نضمن الفوز في المباريات المقبلة».

دانيالو يفتح باب العودة إلى جوفنتوس بعد الاعتزال

أكد البرازيلي دانيالو، لاعب جوفنتوس السابق وفلامنغو الحالي، أن اليوفي سيظل دائماً بيته الأول، مشدداً على استعداده التام للعودة إلى صفوف النادي في أي دور مستقبلي بعد اعتزاله كرة القدم، إذا طلب منه ذلك، دون تردد. وجاءت تصريحات دانيالو خلال تواجده في ملعب أليانز ستاديوم بمدينة تورينو، على هامش مباراة جوفنتوس أمام ليتشي في الدوري الإيطالي، حيث عبر عن مشاعره القوية تجاه النادي وجماعه، مؤكداً أن العودة إلى هذا المكان أعادت إليه الكثير من الذكريات والانفعالات.

وأوضح المدافع البرازيلي أنه يشعر بتوتر نابع من المشاعر، مشيراً إلى أن مسيرته مع جوفنتوس كانت مليئة بالتحديات واللحظات المميزة، التي أسهمت بشكل كبير في تطوره كلاعب وشخصية كروية. وأضاف أن كرة القدم لا تخطط دائماً كما نريد، بل تعتمد على العمل اليومي والاجتهاد المستمر، وهو ما حاول الالتزام به طوال مسيرته. وتطرق دانيالو إلى علاقته بزملائه السابقين، وعلى رأسهم جليسون بريمر، الذي احتفل بخوض مباراته رقم 100 مع اليوفي، معتبراً أن إشادة بريمر به مصدر فخر كبير له. ودليل على التأثير الإيجابي الذي يمكن أن يتركه اللاعب داخل غرفة الملابس. كما أشار إلى أن رحيله عن جوفنتوس قبل عام لم يكن قراراً شخصياً، مؤكداً أن الظروف داخل النادي آنذاك لعبت دوراً في ابتعاده، لكنه عبر عن امتنانه للإدارة الحالية، التي تعاملت مع الأوضاع بعقلية مختلفة وأكثر هدوءاً، ما أتاح له فرصة العودة وتوديع الجماهير بشكل يليق بتاريخه. وأكد دانيالو أن جوفنتوس نادٍ لا يشبه غيره، وأن اللعب بقميصه يحمل مسؤولية كبيرة، موضحاً أن النادي علمه معنى الدفاع عن القميص والعب من أجل الجماهير وكل من ينتمي لهذا الكيان. وهو ما ترك أثراً لا يمحى في مسيرته. وعن مستقبله، كشف دانيالو أن عقده مع فلامنغو يتبقى فيه عام واحد، ولا يعلم ما إذا كان سيواصل اللعب بعده، لكنه شدد على أن العودة إلى جوفنتوس في أي منصب إداري أو فني تظل خياراً مطروحاً بقوة بالنسبة له، مؤكداً أن النادي سيبقى جزءاً لا يتجزأ من حياته. واختتم دانيالو حديثه بتوجيه رسالة مؤثرة إلى جماهير جوفنتوس، معرباً عن شكره العميق لدعمهم في أصعب الفترات، مؤكداً أن حبهم سيظل راسخاً في قلبه، حتى وإن لم يعد يرتدي قميص الفريق داخل الملعب.

فيورنتينا يطرق باب روما لخطف بالدانزي

دخل نادي فيورنتينا في مفاوضات جادة مع روما من أجل التعاقد مع لاعب الوسط الهجومي توماسو بالدانزي، وذلك بحسب ما كشفه الصحفي الإيطالي الموثوق نيكولو شيرا، في إطار سعي «الفيولا» لتعزيز قدراته الهجومية.

اللاعب البالغ من العمر 22 عاماً يحظى باهتمام واضح من إدارة فيورنتينا، حيث تدور حالياً مناقشات بين الناديين حول شروط الصفقة المحتملة، سواء من حيث القيمة المالية أو صيغة الانتقال، في ظل رغبة فيورنتينا في استغلال قلة مشاركاته اللاعب مع الزئاب. بالدانزي كان قد انضم إلى روما في فيفري 2024 قادماً من إمبولي مقابل 10 ملايين يورو، إلا أن موسمه الحالي لم يشهد اعتماداً كبيراً عليه، إذ شارك في 10 مباريات فقط وسجل هدفاً واحداً، ما فتح الباب أمام فكرة رحيله بحثاً عن دور أكبر.

وتسعى فيورنتينا لاستثمار موهبة بالدانزي الفنية وقدرته على صناعة الفارق بين الخطوط، بينما يدرس روما خياراته بعناية، في انتظار ما ستسفر عنه المفاوضات خلال الفترة المقبلة، خاصة مع ازدياد الخيارات الهجومية في صفوف الفريق العاصمة.

داخل الملعب.

فيرستابن يفوز بجائزة الأفضل في فورمولا 1 رغم تتويج نوريس

اختار مديرو الفرق المشاركة في منافسات "فورمولا 1"، سائق فريق ريد بول، الهولندي ماكس فيرستابن (28 عاماً)، أفضل سائق لموسم 2025، متفوقاً على سائق مكلارين، البريطاني لاندو نوريس، الذي توج بطلاً للعالم للمرة الأولى



في مسيرته. وكما جرت العادة، وضع مديرو الفرق قائمة بأفضل عشرة سائقين لموسم 2025، وتصدر ماكس فيرستابن القائمة، ومع ذلك، فقد انتزع لاندو نوريس (مكلارين) اللقب من الهولندي، حامل اللقب أربع مرات متتالية (2021، 2022، 2023، 2024)، متفوقاً على منافسه ريد بول، بفارق نقطتين فقط (423 مقابل 421). وبحسب موقع "آر.أم.سي" الفرنسي، الثلاثاء، فقد حصل فيرستابن، الذي نال لقب سائق العام للمرة الخامسة على التوالي، على المركز الأول، متقدماً على سائقي مكلارين، البريطاني نوريس والأسترالي أوسكار بياستري، وهو ما يعكس موقعهما في ترتيب السائقين.

وهيمن فريق مكلارين طوال الموسم، لكنه كاد يخسر لقب السائقين بعد بعض الخيارات الاستراتيجية في نهاية الموسم، إذ تمكن فيرستابن من قيادة سيارة كانت في الواقع أقل تنافسية.

وفاز بستة من آخر تسعة سباقات جائزة كبرى، ما وضع ضغطاً هائلاً على نوريس في سباق جائزة أبوظبي الكبرى الأخير، بالتالي يعتبر حصول الهولندي على المركز الأول، في نظر مديري الفريق، انتصاراً له، ولكنه في الوقت نفسه ضربة قوية لنوريس.

وحل البريطاني جورج راسل (مرسيدس) في المركز الرابع، متقدماً على المخضرم فرناندو ألونسو (أستون مارتن)، وجاء الإسباني كارلوس ساينز (ويليامز) في المركز السادس، بينما تراجع شارل لوكلير من إمارة موناكو، صاحب المركز السابع، أربعة مراكز مقارنة بعام 2024، ودخل سائقان جديداً قائمة العشرة الأوائل: البريطاني أوليفر بيرمان (هاس، المركز الثامن) والفرنسي إيزاك حجار (ريسينغ بولز، المركز التاسع).

وبعدما حقق أول صعود له على منصة التتويج في بريطانيا، أكمل الألماني نيكو هولكنبرغ (ساوبر) قائمة العشرة الأوائل، والتي غاب عنها البريطاني لويس هاميلتون (فيراري)، صاحب المركز السادس في ترتيب السائقين في مؤشر جديد على التراجع الذي شهدته مسيرته بانتقاله إلى فيراري حيث كان الموسم كارثياً.

وجرى تحديد الترتيب بناء على تصويت عشرة من مديري الفرق، الذين قدموا قائمة بأفضل عشرة سائقين لديهم لهذا العام، ثم منحت "فورمولا 1" النقاط بنفس طريقة الموسم (يحصل الأول في كل قائمة على 25 نقطة، والعاشر على نقطة واحدة) قبل جمعها لتحديد النتيجة النهائية، وشارك في التصويت كل من أندريا ستيللا (مكلارين)، وتوتو وولف (مرسيدس)، وجيمس هولز (ويليامز)، ولان بيرمان (ريسينغ بولز)، وفريق إدارة أستون مارتن، وأياو كوماتسو (هاس)، وجوناثان ويتلي (ساوبر)، وستيف نيلسن (ألبين).

جوشوا ينجو من الموت.. حادث سير خطير في نيجيريا

تعرض الملاكم البريطاني أنطوني جوشوا (36 عاماً)، لإصابات متفرقة في أنحاء جسده ونجا من الموت إثر حادث سير مروّع في نيجيريا، اليوم الاثنين، أسفر عن مقتل شخصين آخرين، فيما نقل بطل الوزن الثقيل السابق إلى أحد المشافي القريبة. وذكرت صحيفة ديلي ميل البريطانية أن جوشوا كان يستقل سيارة دفع رباعي، اصطدمت بشاحنة متوقفة على الطريق السريع بين لاغوس وإيبادان، الأمر الذي جعل بطل الوزن الثقيل السابق يتعرض لإصابات متفرقة بجسده نتيجة الزجاج المتناثر، لينقل إلى أحد المشافي القريبة على الفور، فيما أعلن عن مقتل شخصين في مكان الحادث، في حين فتحت السلطات النيجيرية تحقيقاً رسمياً لمعرفة تفاصيل ما حدث. وتابعت أن أنطوني جوشوا وصل إلى أحد المشافي في نيجيريا وتلقى الإسعافات الأولية اللازمة، بعدما ظهر صاحب الـ 36 عاماً في حالة نفسية سيئة ومصدوما بسبب قوة الحادث المروّع الذي أدى لمقتل شخصين، ويُنظر في الوقت الحالي التقرير الطبي، بالإضافة إلى نتيجة التحقيق الرسمي، من أجل معرفة ما حدث بالتفصيل. وختمت الصحيفة تقريرها بالإشارة إلى أن أنطوني جوشوا سافر إلى نيجيريا من أجل زيارة عائلته في شمال غربي البلاد، وكان يجلس في المقعد خلف السائق، ويرافقه شخص آخر لحظة وقوع الحادث المميت، فيما كان حراسه الشخصيون يتبعونه في سيارة منفصلة، لكن عطلة صاحب الـ 36 عاماً تبخرت في الوقت الحالي بعدما نجا من الموت، وسيخضع لفترة علاج حتى يتم التأكد من سلامته.

لوكاكو يُواصل الغياب عن صفوف نابولي.. هل خرج من حسابات كونتي؟

لم يظهر المهاجم البلجيكي، روميلو لوكاكو (32 عاماً)، في صفوف نادي نابولي الإيطالي، منذ بداية الموسم، بعدما حرّمته الإصابة المشاركة مع الفريق في مباريات "الكالتشيو" ودوري أبطال أوروبا، رغم أن التوقعات الأولى كانت تشير إلى أنه سيكون حاضراً مع الفريق منذ نهاية الشهر الماضي، وترك هذا الغياب غموضاً بشأن عدم منحه الفرصة من قبل المدرب أنطونيو كونتي. وتزايدت الشكوك بشأن مستقبل لوكاكو مع تائق اللاعب الدنماركي، راسموس هويلوند مع الفريق، ونقل موقع آل فوت البلجيكي، الاثنين، تصريحات كونتي بشأن غياب لوكاكو عن المباريات، وعدم مشاركته في مباريات "السوبر" الإيطالي، رغم أنه شارك مع الفريق في الرحلة إلى السعودية، وقال عن ذلك: "نأمل أن يعود لوكاكو ودي بروين إلى لياقتهم في أسرع وقت ممكن، لكن علينا التحلي بالصبر. لا ينبغي الاستهانة بإصاباتهما. علينا الانتظار لنرى كيف ومتى سيعودان". وحسب مصادر الموقع البلجيكي، يتوخى كونتي الحذر، خصوصاً مع غياب لاعبين مؤثرين: أليكس ميريت وفرانك أنغيسا وبيلي غليمور بداعي الإصابة. ويُعد روميلو لوكاكو لاعباً أساسياً في الفريق، وليس من قبيل الصدفة أنه سافر إلى السعودية للمشاركة في كأس السوبر، التي فاز بها نابولي قبل أسبوع. لكن نابولي يفضل عدم المخاطرة، ما يسمح له بالتركيز الكامل على موسم 2026، ذلك أن فريق الجنوب تنتظره تحديات عديدة، وأهمها الدفاع عن لقب الدوري الإيطالي، الذي توج به في الموسم الماضي.



الاستحمام والرياضة ودورها في خفض ضغط الدم

الاستحمام والرياضة تساعدان الإنسان خفض ضغط الدم، فالاستحمام بالماء البارد والساخن على التوالي ينشط دوران الدم في الجسم، لكن بفضل إنهاء الاستحمام بالماء البارد كما ينصح المختصون، كما أن الأنواع المختلفة من رياضة التحمل مثل الجري، ركوب الدراجة، السباحة والاسكواش تساعد على تعديل ضغط الدم المنخفض. الأشخاص الذين يعانون من انخفاض مزمن في ضغط الدم عليهم الاهتمام أيضا بنظام غذائي متوازن بالإضافة إلى الحصول على مستويات متوازنة من الملح والمعادن، والمهم أيضا شرب الماء بشكل كافٍ أي من لترين إلى ثلاث لترات من الماء يوميا، ومن السوائل المناسبة أيضا المياه المعدنية الغنية بالصوديوم والشاي الأخضر وشاي الفواكه، أما القهوة والشاي الأسود لهما تأثير لفترة زمنية قصيرة فقط، كما يدعي الدكتور سميت. انخفاض في ضغط الدم في حد ذاتها ليست خطيرة لكن المصابون بها قد يتعرضون إلى الإغماء والسقوط، ومن العلامات المميزة لانخفاض في ضغط الدم هي السواد حول محيط العين والدوخة، وخصوصا حدوث صداع عند الاستيقاظ السريع كما يقول الدكتور سميت. ردة فعل الجسم لانخفاض في ضغط الدم هو أيضا زيادة في معدل ضربات القلب، تعرق أو برودة الأشخاص المعنيين، والأعراض الأخرى لانخفاض في ضغط الدم هي الكسل والتعب، طنين في الأذنين، برودة في اليدين والقدمين، والأرق. عتمد كثير من الناس في علاج ارتفاع ضغط الدم على تناول الحبوب. إلا أن دراسات علمية أثبتت أن الاستحمام يساعد على تعديل ضغط الدم. ما دفع الأطباء في مشفى إيمانوثيل في برلين إلى اعتماد هذه الطريقة لعلاج حالات ارتفاع ضغط الدم. وبحسب الدراسات فإن لأحواض الاستحمام تأثير إيجابي على ضغط الدم، إذ يتوجب على المرء الاستلقاء في حوض الاستحمام مرتين في الأسبوع لمدة 45 دقيقة. وأن يكون الماء دافئا والحوض واسعا وكفي للغوص فيه حتى الرقبة. فالحرارة توسع الأوعية الدموية وتخفض ضغط الدم مباشرة. إذ يساعد الماء وضغطه على الجسم في استمرار اتساع الأوعية. الأشخاص المعرضون لانخفاض في ضغط الدم هم جيل الشباب وخصوصا الفتيات منهم. كما أن هناك احتمال الإصابة بانخفاض في ضغط الدم عند الحوامل والنساء اللواتي يعانين من اضطرابات في الأكل وأيضا عند المسنين النحفاء. لذا ينصح بممارسة الرياضة باعتدال من أجل مواجهة خطر الإصابة بانخفاض ضغط الدم.

الفوائد الجسدية لممارسة المراهقين الرياضة

مبكرة. وتوصلت دراسة أميركية أنجزت في وقت سابق إلى أن اللياقة البدنية تجعل أداء المراهقين أفضل من الذين يعانون من الكسل الشديد في أغلب أوقاتهم. وأكدت أن اللياقة البدنية لها تأثيرات إيجابية على الصحة الجسدية والعقلية، مشيرة إلى أن الذين يتمتعون بلياقة بدنية عالية، يؤدون وظائفهم أفضل بكثير من الذين يشعرون بالكسل المستمر، في ما يخص التواحي الدراسية أو الاختبارات التي يمرون بها في دراستهم. المراهقون كانوا أكثر ميلا للإقلاع عن التدخين عند اشتراكهم في برنامج شمل اللياقة الامتناع عن التدخين، ولزيادة عدد الأيام التي مارسوا فيها 30 دقيقة على الأقل من التمارين. وأوضحت هورن أن الدراسة تقدم دليلا آخر على فائدة التمارين التي يمكن أن يحصل عليها المراهقون الذين يحاولون الامتناع عن التدخين. وخلص الباحثون الذين حللوا بيانات عن عدد المرات التي مارست فيها النساء الرياضة خلال فترة المراهقة إلى أن النشاط لمدة 1.3 ساعة في الأسبوع له تأثير إيجابي مع تقدمهن في السن. وقالت إن التمرينات خلال فترة المراهقة مرتبطة بتراجع خطر الوفاة بين النساء في منتصف أعمارهن أو أكبر. وأثبتت أن النساء اللواتي كن نشطات بدنيا خلال أعوام مراهقتهن كن أقل عرضة بنسبة 16 بالمئة للوفاة بالسرطان وأقل عرضة بنسبة 15 بالمئة للوفاة نتيجة كل الأسباب الأخرى. ومن جانبها تنصح المراكز الأميركية لمكافحة الأمراض والوقاية منها بأن يقوم الأطفال والمراهقون ما بين سن (6-17 سنة) بنشاط بدني لمدة 60 دقيقة يوميا.

مبكرة. وتوصلت دراسة أميركية أنجزت في وقت سابق إلى أن اللياقة البدنية تجعل أداء المراهقين أفضل من الذين يعانون من الكسل الشديد في أغلب أوقاتهم. وأكدت أن اللياقة البدنية لها تأثيرات إيجابية على الصحة الجسدية والعقلية، مشيرة إلى أن الذين يتمتعون بلياقة بدنية عالية، يؤدون وظائفهم أفضل بكثير من الذين يشعرون بالكسل المستمر، في ما يخص التواحي الدراسية أو الاختبارات التي يمرون بها في دراستهم. المراهقون كانوا أكثر ميلا للإقلاع عن التدخين عند اشتراكهم في برنامج شمل اللياقة الامتناع عن التدخين، ولزيادة عدد الأيام التي مارسوا فيها 30 دقيقة من التمارين، وقالت إن عوامل اللياقة البدنية تلعب دورا كبيرا في تحديد مستوى ذاكرة الإنسان والقدرة على التعلم المستمر. وأوضحت الدراسة أن الأشخاص الذين يداومون على أداء التمارين والاهتمام بصحتهم يحققون مستويات عالية من اختبارات الذكاء والعقل. وأن الذين لا يهتمون بصحتهم البدنية، يحققون مستويات منخفضة في نفس الاختبارات، الأمر الذي يثبت أن الصحة البدنية تؤثر بشكل فعال على الصحة العقلية والنفسية للإنسان. هذا وأظهرت دراسة سويدية ارتفاع احتمال العيش لفترة أطول بالنسبة للرجال الذين كانوا مقتولي العضلات في فترة مراهقتهم. وبيّنت الدراسة التي درست حالة أكثر من مليون مراهق على مدى أربعة وعشرين عاما أن المراهقين الذين كانت قوتهم العضلية أضعف في القديمين والساعدين والقبضة ترتفع لديهم مخاطر الموت المبكر. وأشارت إلى أن القوة العضلية تعكس اللياقة البدنية العامة. وأوضحت أن الاهتمام ببناء العضلات يجعل الإنسان يعيش مدة أطول، كما أن الضعف في اللياقة البدنية والقوة العضلية أحد عوامل الموت المبكر. فالرجال الذين كانوا شديدي البدانة أو التحافة تتساوى الاحتمالات السيئة بالنسبة إليهم خلال مراحل حياتهم، خاصة إذا كانت معدلات القوة العضلية أضعف لديهم. بينما ترتفع احتمالات النجاة من الوفاة المبكرة بالنسبة للرجال الأقوياء البنية حتى لو كانوا يعانون من زيادة في الوزن. وكانت نسبة المراهقين الذين تمتعوا بقوة عضلية عالية ضمن المعدلات المطلوبة في بداية الدراسة تتراوح بين 20 إلى 35 بالمئة، وانخفضت لدى هذه النسبة الخسائر والتدخين السلبية الطبيعى ونسبة الخسر إلى الألفاظ والتمارين السلبية والاستهلاك اليومي من الفواكه والخضراوات) ومعدلات الوفاة. رصدت الدراسة 5282 حالة وفاة، من بينها 2375 حالة إضر الإصابة بالسرطان و1620 حالة وفاة إضر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. بعد فترة متابعة بلغت في المتوسط 12.9 سنة. وبغض النظر عن العوامل الاجتماعية والاقتصادية في مرحلة الكبر، أظهرت نتائج الدراسة أن ممارسة الرياضة في مرحلة الشباب ساعدت على خفض خطر الوفاة في الكبر إضر الإصابة بالسرطان بنسبة 16 بالمئة، وإضر الأسباب الأخرى بنسبة 15 بالمئة. كما أن ممارسة الرياضة في مرحلة الشباب ومرحلة الكبر أسهمت أيضا في خفض خطر الوفاة في سن مبكرة بنسبة 20 بالمئة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أهمية تشجيع الشباب على ممارسة الرياضة والأنشطة الحركية للحد من معدلات الوفاة المبكرة. كما أكدت على أن الوقاية ينبغي أن تبدأ في سن

لا بُد من التنويه على أن ممارسة الرياضة تتلخص بممارسة مجهود بدني تقليدي أو ممارسة مهارة محددة تربطها مجموعة من القواعد المحددة، والهدف من الرياضة التميز، المتعة، الترفيه وتطوير المهارات والمنافسة، وتضم الرياضة كم هائل من التمارين والمهارات مثل اليوغا، الجمباز، الفروسية، السباحة، المشي، الركض، رفع الأثقال، الوثب الطويل والقصير، كرة اليد، كرة السلة والعديد من الأنشطة الرياضية الأخرى. إن انخفاض مستويات اللياقة البدنية وزيادة مؤشر كتلة الجسم أمر منتشر بين المراهقين في جميع أنحاء العالم، ومن المهم أن تتم الإشارة على أنه من المهم أن يقوم المراهقين بممارسة الرياضة بمعدل ثلاثين دقيقة كل يوم؛ وذلك لأن الرياضة والحركة لهما دور في الحد من زيادة الوزن والسمنة، ورفع مستوى النشاط والتقليل من إمكانية التعرض للإصابات مع التقدم بالعمر. تساعد ممارسة الرياضة بعض الأفراد على النوم بشكل أفضل، والتخلص من مشاكل الأرق التي تزعج العديد من الأفراد؛ حيث أن هذا يؤدي إلى التعزيز من نشاط الفرد في اليوم التالي لممارسة التمارين الرياضية بشكل أفضل. تؤدي ممارسة الرياضة إلى التحسين من شكل الجسم؛ حيث أن الأفراد الذين يمارسون الرياضة يحرقون مزيد من السعرات الحرارية أكثر من الأفراد الذين لا يفعلون ذلك، ولا بُد من التنويه على أن حرق السعرات الحرارية يؤدي إلى التخلص من الدهون المتراكمة في الأماكن المزعجة في الجسم خصوصا للمراهقين، مثل منطقة البطن والأرداف. تؤدي ممارسة التمارين الرياضية إلى فقدان الوزن، خفض خطر الإصابة ببعض الأمراض؛ حيث أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى الحفاظ على وزن صحي يقلل من إمكانية التعرض لتطوير بعض الأمراض بما في ذلك السكري من النوع الثاني وارتفاع ضغط الدم؛ حيث أن هذه الأمراض التي اعتادت أن تكون موجودة في الغالب في الكبار، وأصبحت أكثر شيوعا في سن المراهقة. أثبتت دراسة أميركية حديثة أن ممارسة الرياضة في مرحلة الشباب تحد من خطر الوفاة بسبب أمراض القلب والسرطان في الكبر. وقيمت الدراسة بيانات 75 ألف سيدة تقريبا، تتراوح أعمارهن من 40 إلى 70 سنة. واشتملت هذه البيانات على معلومات مفصلة عن الأنشطة الرياضية في المرحلة العمرية من 13 إلى 19 سنة وعوامل حياتية في مرحلة البلوغ (مثل الوزن الطبيعي ونسبة الخسر إلى الألفاظ والتدخين السلبية والاستهلاك اليومي من الفواكه والخضراوات) ومعدلات الوفاة. رصدت الدراسة 5282 حالة وفاة، من بينها 2375 حالة إضر الإصابة بالسرطان و1620 حالة وفاة إضر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. بعد فترة متابعة بلغت في المتوسط 12.9 سنة. وبغض النظر عن العوامل الاجتماعية والاقتصادية في مرحلة الكبر، أظهرت نتائج الدراسة أن ممارسة الرياضة في مرحلة الشباب ساعدت على خفض خطر الوفاة في الكبر إضر الإصابة بالسرطان بنسبة 16 بالمئة، وإضر الأسباب الأخرى بنسبة 15 بالمئة. كما أن ممارسة الرياضة في مرحلة الشباب ومرحلة الكبر أسهمت أيضا في خفض خطر الوفاة في سن مبكرة بنسبة 20 بالمئة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أهمية تشجيع الشباب على ممارسة الرياضة والأنشطة الحركية للحد من معدلات الوفاة المبكرة. كما أكدت على أن الوقاية ينبغي أن تبدأ في سن

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

الطبع: SAMPRAL
TD DIFFUSION COMMUNICATION
رقم الحساب البنكي:
al salam bank algeria
03801603323071300789

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

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

SPORT
يومية رياضية جزائرية

من أجل اتماركم توجهوا إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة ANEP، المتواجدة بـ01 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.vraie@anep.com.dz
agence.annuaire@anep.com.dz
agence.ouargla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz



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

