

تعيين وليد صادي وزيرا للرياضة

الرجل المنداسب

SPORT

يومية رياضية جزائرية

الثلاثاء 19 نوفمبر 2024 الموافق 17 جمادى الأولى 1446 هـ العدد: 1104 الثمن: 30 دج

نجح
في تسخير
"الفاف" وضمن
عودة الجزائر
إلى مكتب
"الكاف"

خبرة صادي إضافة
نوعية للدبلوماسية
الرياضية
الجزائرية

رئيس "الفاف" لمواصلة
ثورة الجزائر في قطاع
الرياضة

معبـــــرا عن سعادته الكبيرة
بالعودة للمنتخب.. **شايبى:**

"أنا لاعب خلاق وليست لدي
أي مشكلة مع بيتكوفيتش"



بعدما تمت المهمة الأولى بنجاح

"الخضر" يحولون "البوصلة" نحو تصفيات "المونديال"

"الفاف" نجحت في التسويق
لها ببرمجة لقاءات المنتخب
عبر كامل الوطن

"الخضر" يكتشفون
أجواء الملاعب
العالمية في الجزائر



المنتخب واصل مشواره بدون خطأ في تصفيات "الكان"

"الخضر" يحققون مكاسب بالجملة في تريبس نوفمبر



سليماني"، غير أن التقني السويسري كان له كلام آخر.

شايبى يستعيد أجواء المنافسة مع المنتخب

استعاد الدولي الجزائري فارس شايبى أجواء المنافسة مجدداً مع المنتخب الوطني بعد الفترة الصعبة التي عاشها مؤخراً سواء مع المنتخب بإبعاده منذ شهر مارس الماضي بقرار من المدرب فلاديمير بيتكوفيتش لأسباب انضباطية، أو خروجه من مخططات مدربه في إنتراحت فرانكفورت الألماني خلال المباريات الأخيرة من "اليوندسليغا"، لتكون بذلك عودته إلى المنتخب ومشاركته أساسياً في مواجهة أول أمس أمام ليبيريا

بمثابة صفحة جديدة مع "الخضر" ستعكس بشكل إيجابي على مستوياته مع ناديه الألماني.

محرز يستعيد بريقه وعموره "جوكير" ذهبي

وكانت مواجهة ليبيريا فرصة لقائد المنتخب الوطني رياض محرز لاستعادة بريقه مع "الخضر" مجدداً، وذلك بعد تراجع مستوياته في اللقاءات الأخيرة ما جعل الجماهير تطالب باستيعاده من التشكيلة الأساسية، غير أن ما قدمه نجم الأهلي السعودي بملعب تيزي وزو الجديد بتسجيله لهدفه الـ 32 بألوان المنتخب الجزائري وكسر النحس الذي طارده في 12 مباراة كاملة على التوالي، كان بمثابة رذ على الانتقادات التي تعرض لها في وقت سابق، خاصة وكان أحد أفضل اللاعبين في اللقاء، إلى جانب المهاجم محمد الأمين عموره، الذي ظهر بمستويات راقية رغم مشاركته احتياطياً، حيث تمكن من تقديم تمريرة حاسمة لغوري في الهدف الرابع، قبل أن يسجل الهدف الخامس لـ "محاربي الصحراء" بطريقة رائعة، وهو ما جعل المنتخبين يؤكدون بأن مهاجم فولفسبورغ الألماني، يصلح كجوكير حقيقي بالنسبة لبيتكوفيتش، خاصة وأنه لا يقدم نفس المستويات حين مشاركته أساسياً.

مع "الخضر" ويحقق عودة ناجحة بعد غياب طويل عن القائمة، ويكون بذلك ورقة أخرى رابحة في يد الطاقم الفني، خاصة إذا استمر في التألق مع ناديه الفرنسي.

ضمان التقدم في ترتيب "الفيفا"

وبعد نتيجتي غينيا الاستوائية وليبيريا والسيطرة المطلقة على المجموعة الخامسة في تصفيات "الكان" 2025، سيضمن المنتخب الوطني التقدم أكثر في ترتيب "الفيفا" خلال تصنيف شهر نوفمبر الحالي الذي سيصدر في نهاية الشهر الحالي، وهو ما أكد عليه بيتكوفيتش قبل اللقاءين، حينما شدد على ضرورة التعامل بكل جدية مع هذا الموعد، إذ ينتظر أن يرتقي "الخضر" مجدداً بعدما كسبوا أربع مراكز في ترتيب شهر أكتوبر الماضي، ويحتل المنتخب المركز 37 عالمياً.

شياخة يكشف أجواء "الفخر" والأناصر كانوا يتمنون رؤيته أمام ليبيريا

ومن بين المكاسب التي حققها المنتخب الوطني في التبرص الذي اختتم مساء أول أمس بمواجهة ليبيريا، هو مشاركة أمين شياخة لأول مرة بقميص "الخضر"، وذلك للقاء مع مجموعة أمام منتخب غينيا الاستوائية يوم الخميس الماضي بالعاصمة مالابو، ولأن الجماهير الجزائرية كان تتمنى رؤيته بملعب حسين آيت أحمد بتيزي وزو خاصة وأن المواجهة كانت شكلية بالنسبة لـ "محاربي الصحراء" بما أنهم كانوا متأهلين سلفاً، وبالتالي كانت ستكون الفرصة مواتية للوقوف على إمكانيات جوهره نادي كوبنهاغن الدنماركي الذي يصنفه المتابعون بـ "خليفة"

أشرك جميع اللاعبين ماعدا توبة ومانديرا

وبالرغم من اعتماده على العناصر المعتادة والتعامل مع مواجهتي غينيا الاستوائية وليبيريا بكل جدية رافضا إحداث تغييرات على الترتيب، إلا أن المدرب بيتكوفيتش، استغل هذين المواجهتين واعتمد على جل التعداد بإشراك 22 لاعباً من أصل 24 في القائمة (إعفاء مازة وبلومي)، ما عدا الحارس ألتوني مانديرا مفضلاً زميله ألكسندر أوكيدجة وأليكسيس قندوز، وكذا المدافع أحمد توبة الذي لم يشارك ولا دقيقة في المواجهتين، بينما أقحم جميع العناصر الأخرى وأحدث تغييرات في اللقاءين، لتتسع رؤيته بالنسبة للتشكيلة ويكسب نظرة شاملة على اللاعبين فردياً وجماعياً، تحضيراً للتحديات المقبلة التي تنتظر "الخضر" وأهمها تصفيات مونديال 2026 التي ستستأنف شهر مارس المقبل.

عبدلي يخلط الأنظار ويكسب نقاطاً إضافية

ومن بين النقاط المضيئة في فترة التوقف الدولية المنقضية، هي بروز النجم حبيمان عبدلي رغم دخوله بديلاً في الدقيقة 75، حيث استغل هذه الدقائق والفرصة التي منحها إياه بيتكوفيتش، بأفضل طريقة ممكنة بالنظر للمستوى الذي قدمه والاستقرار الذي منحه لوسط الميدان بفضل تمريراته المنقطة، وكانت إحداها حاسمة للبديل الآخر محمد الأمين عموره الذي سجل الخامس، ليؤكد نجم نادي أونيحي أحييته بالتواجد

اختتم المنتخب الوطني الجزائري تصفيات كأس إفريقيا 2025، بأفضل طريقة ممكن ومن جميع النواحي، بعدما اكسح منتخب ليبيريا بنتيجة (5-1)، بملعب "حسين آيت أحمد" بتيزي وزو، في لقاء تاريخي وأجواء خيالية لن تتساها كرة القدم الجزائرية، ليحقق "الخضر" تاهلاً سهلاً وسيطرة مطلقة على المجموعة الخامسة برصيد 16 نقطة على بعد 8 نقاط من الوصيف غينيا الاستوائية وبواقع خمس انتصارات وتعادل مع تسجيل 16 هدف وتلقي هدفين فقط، ما يؤكد العودة القوية لرفقاء القائد رياض محرز تحت قيادة الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، في انتظار استكمال المهمة الأخرى وهي التاهل إلى نهائيات كأس العالم 2026.

بيتكوفيتش يستقر على خطته التكتيكية (3-4)

وخرج المنتخب الوطني بعدة نقاط إيجابية من هذه التصفيات وبالتحديد من المباريات الأخيرة، لاسيما بعد ضمان التأهل قبل جولتين من نهاية المنافسة، إذ عمد الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش على استغلال الظروف ووضع "الخضر" من أجل تجريب خطط تكتيكية ومعينة أكبر عدد من اللاعبين، ويبدو أن التقني اليوسني قد استقر على خطة جديدة من أجل توظيف عناصره تكتيكياً بالنظر لثراء التعداد فيها وبشريا، إذ اعتمد على خطى 3/4/3 التي كانت مناسبة وأتت بثمارها من خلال الاعتماد عليها في عدة مباريات وأخيرا لقاء ليبيريا خاصة مع التغييرات التي أحدثها مقارعة بمباراة غينيا الاستوائية (0-0)، حيث كانت التجاعة الهجومية حاضرة ونشاط كبير في الأطراف مع تحول سريع للدفاع في ظل تواجد عطال يميناً وحجاف على الجهة اليسرى، ليستقر بذلك التقني اليوسني على هذه الخطة والأرجح أنه سيطبقها في المواعيد المقبلة وحسب ظروف المباريات.

"الفاف" نجحت في التسويق لها ببرمجة لقاءات المنتخب عبر كامل الوطن "الخضر" يكتشفون أجواء الملاعب العالمية في الجزائر

دخلت مباراة المنتخب الوطني وضيفة ليبيريا تاريخ كرة القدم الجزائرية، ليس بسبب النتيجة الثقيلة التي فاز بها "الخضر"، وإنما بسبب ملعب "حسين آيت أحمد" الذي احتضنها وولاية تيزي وزو التي استقبلت نجوم الجزائر والجماهير الرائعة، لتكون مواجهة أول أمس، استثنائية بكل المقاييس. ويعتبر ملعب المجاهد الراحل حملاوي وبن عبد المالك بقسنطينة ومصطفى تشاركر بالبلدية، وملعب العقيد لطفي بلمسان والوحدة الإفريقية بمعسكر وملعب أول نوفمبر بباتنة، وأخيرا ملعب الوحدة المغاربية ببجاية، كما أن تيزي وزو هي العاشرة التي تحتضن مباريات المنتخب، لتنتج الاتحادية الجزائرية لكرة القدم برئاسة وليد صادي في تطبيق سياستها بإتاحة الفرصة لإجراء لقاءات "محاربي الصحراء" في كامل ملاعب الوطن المؤهلة من طرف الاتحاد الإفريقي للعبة "الكاف"، وكذا لعدة ولايات لاستقبال المنتخب، هذا بالإضافة إلى التسويق الجيد للملاعب العالمية التي أشرفت الدولة الجزائرية برئاسة الرئيس عبد المجيد تبون على بنائها خلال السنوات الماضية، في نقطة إيجابية أخرى لـ "الفاف" وخطوة لقبية إشادة واستحسان من طرف المتابعين والجماهير على حد سواء، خاصة وأن اللاعبين أجمعوا على روعة الملعب والأجواء، متمنين أن يعودوا مجدداً للعب فيه خلال المواعيد المقبلة.

عبد المجيد

معبرا عن سعادته الكبيرة بالعودة للمنتخب.. شايبى:

"أنا لاعب خلووق وليس لدي أي مشكلة مع بيتكوفيتش"

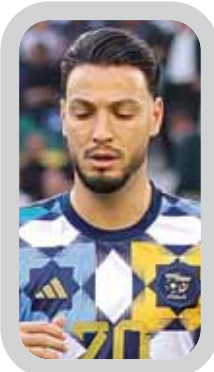
رذ اللاعب الدولي الجزائري، فارس شايبى عن الأنباء التي تحدثت عن استيعاده من صفوف "الخضر" في الفترة الماضية بسبب وجود خلاف بينه وبين الناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، مؤكداً بأنه لاعب خلووق ومتضبط ولم يتسبب في أي مشاكل. وقال شايبى، عقب نهاية لقاء ليبيري، مساء أول أمس، بملعب حسين آيت أحمد بتيزي وزو، في رده على سؤال بخصوص خلافاته مع بيتكوفيتش: "لا لم أدخل في أي صدام مع المدرب، أنا لاعب خلووق ولم أتسبب يوماً في أي مشكلة داخل المجموعة ويمكنكم التحقق من ذلك بسؤال من تريدون"، وتابع لاعب إنتراخت فرانكفورت الألماني كلامه "ليست لدي أي مشكلة مع المدرب، تلك كانت خياراته، والحمد لله أنا سعيد بالعودة الآن"، وشدد: "سعيد جداً بالعودة مرة أخرى إلى منتخب الجزائر.. المنتخب الجزائري شيء عزيز على قلبي"، وللمع فإن شايبى يغيث عن "الخضر" منذ الدورة الدولية الودية شهر مارس الماضي بالجزائر، وهو ما أثار التكهّنات بوجود مشكلة انضباطية كانت وراء معاقبته من قبل المدرب فلاديمير بيتكوفيتش، قبل أن يعيده مؤخراً إلى أجواء المنتخب، وبخصوص مشاركته أمام ليبيريا، قال شايبى "الحمد لله عدت وشاركت أساسياً أمام الجماهير الجزائرية، خاصة أنها المرة الأولى التي تلعب فيها بتيزي وزو"، معبرا في الوقت ذاته عن إعجابه الشديد بالأجواء التي عاشها اللاعبون بتيزي وزو وأردف "الأجواء كانت رائعة والملاعب رائعة أيضاً. أتمنى أن تلعب مباريات أخرى هنا، اللاعبون أعجبهم كثيرا الملعب (ملعب حسين آيت أحمد بحافظة تيزي وزو)". قبل أن يختتم حديثه بتصفيات مونديال 2026، ومباراتي بوتسوانا وموزمبيق شهر مارس المقبل، قائلا "أحمد لله تاهلنا إلى كأس أفريقيا وموعداً إن شاء الله شهر مارس المقبل في تصفيات المونديال"، وأنهى كلامه "هذهنا واضح وهو الفوز في مواجهتي بوتسوانا وموزمبيق لأننا نستهدف التأهل إلى كأس العالم".

عبد المجيد



نسخة "بيتكوفيتش" ... نقاط إيجابية وأرقام استثنائية

حصل رامي بن سيعيني، مدافع بوروسيا دورتموند، على جائزة أفضل لاعب في المنتخب الجزائري خلال التصفيات المؤهلة لكأس الأمم الأفريقية 2025. ويعتمد هذا التكريم، الذي منحه الموقع المتخصص سوفاسكور لى الأرقام الرائعة التي تم جمعها طوال التصفيات. ووفقا لموقع "سوفاسكور" المختص في الأرقام والاحصائيات، فإن بن سيعيني، نال أعلى تقييم مقارنة ببقية زملائه ممن شاركوا بأزيد من 60 دقيقة من مجموع دقائق التصفيات بواقع 7.5. وحسب المصدر ذاته، سجل رامي هدفا وقدم تمريرة حاسمة، مع إظهار صلابته الدفاعية، 321 تمريرة ناجحة (ثالث أفضل ممرر)، 12 كرة مستردة (الأفضل في هذه الفئة)، و 21 تشتيتا حاسما. تؤكد هذه العروض أهمية بن سيعيني ضمن تركيبة فلاديمير بيتكوفيتش. وبالنظر إلى الأحداث المقبلة، خاصة بطولة كأس الأمم الأفريقية في المغرب عام 2025 والتصفيات المؤهلة لكأس العالم 2026، يعد المدافع بأن يكون عنصرا أساسيا في قيادة الفريق الجزائري إلى أفاق جديدة.



وقدم تمريرة حاسمة، مع إظهار صلابته الدفاعية، 321 تمريرة ناجحة (ثالث أفضل ممرر)، 12 كرة مستردة (الأفضل في هذه الفئة)، و 21 تشتيتا حاسما. تؤكد هذه العروض أهمية بن سيعيني ضمن تركيبة فلاديمير بيتكوفيتش. وبالنظر إلى الأحداث المقبلة، خاصة بطولة كأس الأمم الأفريقية في المغرب عام 2025 والتصفيات المؤهلة لكأس العالم 2026، يعد المدافع بأن يكون عنصرا أساسيا في قيادة الفريق الجزائري إلى أفاق جديدة.

غويري وبن بوط خارج القوائم النهائية لجوائز "الكاف"

غابت الجزائر عن جميع القوائم النهائية، المرشحة للفوز بجوائز "الكاف" لعام 2024، وفق ما أعلنت عنه، أمس الأحد، الكونفدرالية الأفريقية لكرة القدم. وغادر الدولي الجزائري، أسامة بن بوط، حارس مرمى فريق اتحاد العاصمة، القائمة القصيرة الخاصة بجائزة أحسن لاعب وأفضل حارس في القارة السمراء وكشف الاتحاد الإفريقي لكرة القدم، عبر حسابه الرسمي على منصة إكس تويتر سابقا القائمة المختصرة، للمرشحين لجائزة أفضل لاعب داخل القارة السمراء لسنة 2024، والتي شهدت غياب اسم أسامة بن بوط كما غاب بن بوط أيضا، عن القائمة النهائية لحراس المرمى المرشحين من طرف "الكاف"، لجائزة الأفضل لسنة 2024. من جهة أخرى، خرج مهاجم المنتخب الوطني، أمين غويري، من القائمة المختصرة لأفضل لاعب أفريقي لعام 2024، والتي شهدت تواجد المغربي أشرف حكيمي، لاعب باريس سان جيرمان، والجنوب أفريقي رونوين ويليامز، حارس صن داونز، والغيني سيهرو غبراسي لاعب بوروسيا دورتموند، والنيجييري أديمولا لوكمان لاعب أتلانتا الإيطالي، والإيفواري سيمون دينجرا لاعب برايتون. وسيعلن الاتحاد الإفريقي لكرة القدم عن اسم الفائز، في الـ 16 من ديسمبر المقبل، علما أن جائزة العام الماضي، قد نالها المهاجم الدولي النيجيري فيكتور أوسيمين.

وسيم

خمس انتصارات وتعادل واحد في تصفيات "الكان"

تمكن المنتخب الجزائري لكرة القدم، من التأهل إلى نهائيات كأس أفريقيا 2025، عن جدارة واستحقاق، مسجلا حصيلة مميزة من الأرقام القياسية. وأبهر المنتخب الجزائري المتتبعين في المواجهة الأخيرة أمام ليبيريا، أين فاز على هذا الأخير بخمسة مقابل هدف في الجولة الأخيرة من التصفيات الأفريقية. وأهم ما ميز مشوار "الخضر" تحت قيادة بيتكوفيتش، هو الحفاظ على السجل الخالي من الهزائم في تصفيات كأس الأمم الأفريقية 2025، ما سمح لهم بتعزيز صدارتهم للمجموعة الخامسة برصيد 16 ويحقق المدرب فلاديمير بيتكوفيتش أول أهدافه منذ تعيينه لتدريب "الخضر" شهر مارس الماضي، وينجح في إعادة الفريق إلى الواجهة في عشر لقاءات قاد خلالها الأفناك.

خمس انتصارات وتعادل واحد في تصفيات "الكان"

وبلغة الإحصائيات، حقق المنتخب الوطني في عهد المدرب البوسني، أرقام رائعة، حيث كانت المباراة التي فاز بها أمام ليبيريا، أول أمس، هي العاشرة له على رأس الطاقم الفني لـ "الخضر". ويملك "الخضر" حصيلة إيجابية في التصفيات، حيث خاضوا ست مباريات، فازوا في خمس منها وتعادلوا في واحدة، في وقت سجلوا فيه 16 هدفا وتلقوا هدفين فقط، مع تسجيل انتصارات خارج الديار، ما يؤكد التفوق الواضح لرجال بيتكوفيتش على منافسيهم في المجموعة الخامسة. ويبرز أيضا نجاح بيتكوفيتش في إيجاد التوازن بين الخططين، رغم الشكوك التي حامت حول دفاع "الخضر" بعد أول تجربتين للمدرب السويسري شهر مارس الماضي في وديتي بوليفيا وجنوب أفريقيا.

الهجوم مع "بيتكو" يوقع 25 في 10 لقاءات

ودائما مع لغة الأرقام، سجل هجوم المنتخب الوطني بقيادة، فلاديمير بيتكوفيتش، 25 هدفا، فيما تلقت شبك الخضر 10 أهداف من أصل عشرة مقابلات خاضها بمختلف المسابقات، المتمثلة في الدورة الدولية الودية للفيفا وتصفيات كأس العالم 2026 وتصفيات أمم أفريقيا 2025. وبلغ معدل النقاط التي حصدها المنتخب الجزائري مع المدرب السويسري 2.30 نقطة في المباراة، وهو أيضا معدل مرتفع للغاية.

الاعتماد على المجموعة لا على الأسماء

المدرب بيتكوفيتش وطاقمه يصرون على روح المجموعة والاعتماد على الكتلة البشرية بدل الفرديات والأسماء وهو ما أثبتته مسيرة المنتخب الوطني في تصفيات كأس الأمم الأفريقية 2025، التي استمرت لتست مباريات كاملة، حيث، قام فلاديمير بيتكوفيتش، بتوظيف 29 لاعبا، وسط منافسة شرسة على المراكز الأساسية من حراسة المرمى إلى خط الهجوم، ما يؤكد النهج الذي يعتمد عليه التقني السويسري منذ توليه زمام العارضة الفنية للمحاربين.

تنوع تكتيكي ..

والملاحظ، أن النسخ الوطني لـ "الخضر"، فلاديمير بيتكوفيتش، على اللعب بخطته المفضلة 3-4-3، التي صنعت قصة نجاحه مع منتخب سويسرا لسنوات طويلة، وارتأى المدرب السويسري الاعتماد على هذا الرسم التكتيكي في مبارياتي غينيا الاستوائية وليبيريا. كان بيتكوفيتش يبدأ مبارياته مع الأفناك في الفترة السابقة بخطة 3-4-3 ثم 4-4-2 قبل الانتقال إلى الخطة المفضلة لديه، ما يؤكد حسمه النهائي لأفكاره التكتيكية.

المهمة القادمة هو التأهل إلى المونديال

وبالرغم من أن التأهل إلى أفريقيا 2025، هو من ضمن أهداف الطاقم الفني، إلا أنه ليس انجازا كبيرا خاصة وأن الفريق الوطني معتاد على المشاركة بصفة منتظمة في العرس الإفريقي، غير أن الجميع في بيت المنتخب وكذا الجماهير الجزائرية، تحلم بالتواجد في مونديال 2026 بالولايات المتحدة الأمريكية والمكسيك وكندا، بعد تضييع مونديال 2018 بروسيا والمونديال العربي بقطر 2022، الذي لا يزال يشكل حسرة لمشاق "الخضر"، ما يجعل المهمة القادمة للناخب الوطني هي الأصعب والأهم أيضا، خاصة بعد تلقي الهزيمة في الجولة الثالثة من التصفيات على يد غينيا داخل الديار، بالرغم من التدارك سريعا بعدما أمام أوغندا، إلا أن الحذر يبقى مطلوبا ولن تكون الأمور سهلة، لاسيما في ظل تقاسم الصدارة مع موزمبيق مع الأفضلية لـ "الخضر" من جانب فارق الأهداف.

بعد تمت المهمة الأولى بنجاح

"الخضر" يحولون "البوصلة" نحو تصفيات "المونديال"

سيحول المنتخب الوطني بقيادة، فلاديمير بيتكوفيتش، بوصلته صوب تصفيات كأس العالم 2026، التي سيستأنفها "الخضر" شهر مارس القادم، بعدما تمكن من تحقيق أول أهدافه، ببلوغ نهائيات كأس أفريقيا 2025، عن جدارة واستحقاق عقب تصدره المجموعة الخامسة برصيد 16 نقطة. وأنهى "الخضر" التصفيات، بفوز كاسح على منتخب ليبيريا بنتيجة خمسة أهداف لهدف، في المباراة التي جرت الأحد الماضي على ملعب حسين آيت أحمد بتييزو. وبالرغم من التأهل المبكر، إلى نهائيات "كان 2025"، إلا أن مواجهتي غينيا الاستوائية وليبيريا كانتا محطتان مهمتان بالنسبة للناخب الوطني فلاديمير بيتكوفيتش، من أجل مواصلة التحضيرات للعودة بقوة شهر مارس القادم، خلال استئناف تصفيات مونديال 2026 والتي تشهد تنافسا شرسا، رغم تصدر "الخضر" المجموعة السابعة برصيد 9 نقاط، بعد مرور أربع جولات لحد الآن، مسجلا ثلاثة انتصارات وخسارة واحدة. ويعي، فلاديمير بيتكوفيتش، أن وصول المنتخب الجزائري لنهائيات كأس أفريقيا للمرة 21 ليس بالإنجاز، وإنما الرهان الكبير سيكون بافتكاك بطاقة التأهل إلى المونديال، وتحقيق ما عجز عنه سالفه جمال بلماضي الذي فشل في هدفه الأسمى الذي وضعت له الطاف آنذاك. تجدر الإشارة، إلى أن المنتخب الجزائري سيعود لاستئناف رحلة التصفيات المونديالية، بمواجهة منتخب بوتسوانا في التاسع عشر من مارس المقبل، ثم باستضافة الموزمبيق بعدها بثلاثة أيام في ختام مواجهات الجولة السادسة لتصفيات القارة السمراء المؤهلة لكأس العالم أمريكا الشمالية 2026.

وسيم



البطولة المحلية

لا حديث بين اللاعبين سوى عن الفوز

مولودية الجزائر تدخل أجواء الداربي

دخل لاعبو نادي مولودية الجزائر، أجواء الداربي العاصمي المرتقب أمام نادي شباب بلوزداد يوم غد الأربعاء، في قمة الجولة العاشرة من الرابطة المحترفة الأولى. حيث يراهن رفقاء نعيجي على البقاء على وتيرة الانتصارات من أجل تعزيز صدارة البطولة وتأكيدهم طموحاتهم في الدفاع عن لقب الموسم الماضي. وعادت تشكيلة "العميد" أول أمس، إلى أجواء التحضيرات بمرکز بمرکز التحضيرات "بابا حمود" بزرالدة، بمعنويات في السماء، بعد استفاقتهم من يوم راحة، عقب الفوز الثمين الذي عادت به النادي من البيض أمام المولودية المحلية في الجولة الماضية، ليضع بذلك رفقاء المهاجم الدولي أندي ديلور حدا لتنظيف النقاط خلال المواجهتين السابقتين داخل الديار أمام كل من أولمبيك أقبو واتحاد بسكرة. أين ضيعت المولودية 4 نقاط ثمينة جدا بتعادلتها مع الفريقين المذكورين بملعب 5 جويلية الأولمبي. وشدد التقني الفرنسي أمير بوميل، في اجتماعه باللاعبين على ضرورة طي صفحة مولودية البيض، والتفكير في الداربي الذي سيكون مهما جدا، مؤكدا أن وضعية شباب بلوزداد في مؤخرة جدول الترتيب العام لا تعكس قوة الفريق الذي يسعى بدوره لمواصلة الانتفاضة، وهو الأمر الذي سيزيد الضغط أكثر على لاعبي المولودية الباحثين عن تحقيق ثاني انتصار لهم داخل القواعد هذا الموسم، وتقادي العودة إلى نقطة الصفر مجددا.

بوراس مهدد بالغياب عن الداربي

وعلى صعيد آخر، يتجه متوسط ميدان مولودية الجزائر أكرم بوراس لتضييع فرصة مواجهة ناديه السابق شباب بلوزداد، بسبب معاناته من الإصابة، التي كانت حرمته من اللقاء الأخير، الجمعة الفارطة، أمام المضيف مولودية البيض. وكشفت مصادر مقربة من بيت "العميد" أن الفحوصات التي خضع لها بوراس، لم تكن مطمئنة بعدما تأكد بأنه لم يتعاف بشكل نهائي من الإصابة التي عانى منها على مستوى أسفل الظهر، وهو ما سيحجب المدرب أمير بوميل على إبعاده عن مخططاته في الداربي. وفي السياق ذاته، ستشهد مواجهة الغد، غياب اللاعب بسبب الإصابة، وهو الذي كان قد تلقى الأخير بشكل اضطراري، معاناته من إصابة في الكاحل، جعلته غير قادر على الركض، حيث من المنتظر أن يقدم الطاقم الفني على منح الفرصة للمدافع المدافع الايفواري، أنتوني باجوا، الذي سيكون أمام فرصة حقيقية لتأكيد إمكانياته على أمل ضمان مكانة أساسية في الفريق. سفيان ع.

إدارة بسكرة تستعد للتخلي عن المدرب زغدود

كشفت مصادر مقربة من بيت اتحاد بسكرة، أن إدارة الأخير تستعد للتخلي عن المدرب منير زغدود بسبب النتائج السلبية التي حققها الفريق منذ بداية الموسم الكروي الجاري، وآخرها الهزيمة المخيبة أمام نادي أولمبي الشلف داخل القواعد برسم الجولة التاسعة للرابطة المحترفة الأولى. وحسب ذات المصادر، فإن إدارة الرئيس عبد القادر تريجة شرعت بالفعل في البحث عن خليفة، للمدرب منير زغدود، قبل الإعلان رسميا عن فسخ العقد بينهما. مشيرة أن مسؤولي أبناء "الزيبان" تلقوا عدة مقترحات ومن المنتظر أن يتم تفصل في هوية خليفته خلال الساعات المقبلة. وجدير بالذكر، أن اتحاد بسكرة يحتل المرتبة الـ 13 برصيد 9 نقاط من فوزين، و3 تعادلات و4 هزائم حتى الآن، يشارك تقطين فقط عن صاحب المركز الأخير في جدول الترتيب العام مولودية البيض. سفيان ع.

التحضيرات تجري بتعداد مكتمل

عودة المصابين تريخ عمران قبل مواجهة "العميد"

يواصل نادي شباب بلوزداد، تحضيراته على قدم وساق استعدادا للداربي العاصمي أمام نادي مولودية الجزائر. يوم غد الأربعاء لحساب الجولة الـ 10 للرابطة المحترفة الأولى، في مواجهة يسعى من خلالها "أبناء لعقبة" لتحقيق ثاني فوز لهم هذا الموسم بعد الانتصار الثمين الذي عادوا به من مستغانم في الجولة الماضية. وسيستفيد الطاقم الفني لشباب بلوزداد، من عودة جميع المصابين لأول مرة في منذ انطلاق الموسم الحالي، بعدما عانت التشكيلة من إصابات كثيرة، بسبب التحضيرات الصيفية المتواضعة، وهو الأمر الذي من شأنه أن يوفر حولا عديدة للمدرب عبد القادر عمراي، على أمل مواصلة النتائج الإيجابية وتأكيده انتفاضة الفريق، وذلك لمغادرة المركز الأخير في جدول الترتيب، والاقتراب شيئا فشيئا من فرق المقدمة، ويدرك التقني التلمساني، جيدا أن مواجهة اليوم ستكون مهمة جدا بالنسبة لأبناء لعقبة وذلك أمام بطل الموسم الماضي والمرشح للدفاع عن لقبه بقوة من جهة، وكذا تأكيد استفاقتهم وطموحاتهم في المنافسة على اللقب، لا سيما وأن التعثر في لقاء الداربي سيعيد الفريق إلى نقطة الصفر ويزيد الضغط أكثر على الطاقم الفني واللاعبين.

علية بيع تذاكر الداربي تنطلق اليوم

تنطلق، اليوم عملية بيع تذاكر مباراة مولودية الجزائر وشباب بلوزداد، المقررة غدا الأربعاء، بملعب 5 جويلية 1962 الأولمبي. وسيتم طرح 50 ألف تذكرة للبيع، يكون نصيب جماهير كل ناد منها 25 ألف تذكرة، بلونين مختلفين. وسيتم بيع تذاكر جماهير المولودية، على مستوى شبابيك ملعب 5 جويلية 1962، بينما تتم عملية بيع تذاكر جماهير الشباب على مستوى شبابيك ملعب 20 أوت 1955. وتنطلق عملية البيع اليوم، بداية من الساعة السابعة صباحا وتنتهي عند نفاذ التذاكر.

الجولة الأولى من دور المجموعات لكأس "الكاف" الغامبي لامين جاميح لإدارة لقاء سوسطارة" وأورابا يوناتيد البوتسواني

عبرت الاتحادية الإفريقية لكرة القدم، طاقم تحكيم غامبي بقيادة الحكم الرئيسي لامين جاميح، لإدارة المقابلة التي ستجمع بين اتحاد الجزائر و نادي أورابا يوناتيد البوتسواني المقررة في 27 نوفمبر (20 و 20 سا) بملعب 5 جويلية الأولمبي، لحساب الجولة الأولى (المجموعة الثالثة) من كأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم. وسيساعد لامين جاميح في مهامه كل من مصطفى بوجانغ (المساعد الأول) وعباس باه (المساعد الثاني)، بالإضافة إلى الحكم الرابع عمر صلاح من غامبيا كذلك. واقتطع اتحاد الجزائر، تأشيرة التأهل إلى مرحلة المجموعات من كأس الكونفدرالية الإفريقية بعد تجاوزه لملعب التونسي (الهزيمة في مقابلة الذهاب ب 0-1) و (الفوز في مقابلة العودة ب 2-0). وتجمع المقابلة الثانية في المجموعة الثالثة بين اساك ميموزا الايفواري و نادي جراف السنغالي. ومن جهته، سيواجه ممثل الجزائر الثاني في كأس الكونفدرالية، شباب قسنطينة منافسه النادي الصفاقسي التونسي في 27 نوفمبر بملعب حمادي العقربي بـرادس (تونس) على الساعة الـ 17:00، برسم الجولة الأولى من المجموعة الأولى. وعينت لجنة التحكيم التابعة للكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم طاقم تحكيم مصري لإدارة مباراة النادي الصفاقسي بقيادة الحكم الرئيسي محمود البنا بمساعدة كل من الحكم المساعد الأول، سامي محمد أبوزيد لهلال والحكم المساعد الثاني، يوسف وحيد يوسف، بالإضافة إلى الحكم الرابع محمود ناجي أحمد ناجي موسى. يذكر أن شباب قسنطينة الذي أدى مشوار دون خطأ في الدورين التمهيديين للمنافسة بتحقيقه أربع انتصارات، كان قد تاهل إلى مرحلة المجموعات على حساب نادي نسواتريمان بالفوز عليه ذهابا ب (2-0) وإيابا ب (1-0). وتجمع المقابلة الثانية في المجموعة الأولى المقررة يوم الأربعاء 27 نوفمبر بين نادي سيمبا التنزاني و برافو دو ماكير الأنغولي على الساعة الـ 14:00 بتوقيت الجزائر. سفيان ع.

مولودية وهران

إريك شيل يشدد الهجة مع اللاعبين ويطالب بنقاط خنشة

رفع الطاقم الفني لنادي مولودية وهران، حجم التدريبات استعدادا لمواجهة نادي اتحاد خنشلة، يوم الجمعة المقبل، لحساب الجولة العاشرة من الرابطة المحترفة الأولى، وذلك لتجهيز لاعبيه من الناحية البدنية، بعد المستوى الباهت الذي قدمه الفريق في المواجهة الأخيرة أمام أولمبيك أقبو، والتي شهدت تكبد المدرب الفرانكو مالي إريك شيل أول خسارة له مع الفريق منذ توليه زمام العارضة الفنية خلفا ليوسف بوزيدي. وكشفت مصادر مقربة من بيت "الحمراوة" أن المدرب شيل لم يتقبل الخسارة، خاصة وجاءت في الوقت بدل الضائع في المباراة. ليعزف الفريق في نقطة التعادل حيث شدد الهجة مع اللاعبين في اجتماعه بهم قبيل انطلاق الحصة مساء أول أمس، مطالبا بضرورة الانتفاضة أمام خنشلة والعودة إلى سكة الانتصارات مجددا. وفي ذات الصد، قرر الطاقم الفني برمجة حصتين تدريبيتين أسس واليوم، على أن تعود التشكيلة إلى معدل حصة تدريبية واحدة، وذلك بعدما وقف على النقص الموجودة على المستوى البدني للعديد من اللاعبين. من جانب آخر، عاد بوخلدة وحميدة إلى التدريبات بشكل منفرد تحسبا للمواجهة القادمة، وذلك بعد التعافي تدريجيا من الإصابة، حيث يواصل الثاني مرحلة التأهيل البدني في حين تبقى مشاركتهما من عدمها تبقى غير واضحة. ومن المنتظر أن يفصل الطاقم الفني في ذلك قبل نهاية الأسبوع، وبالمقابل، فإن غياب الثاني عرجي وشاذلي في حكم المؤكد وهما اللذان لم يتعافيا بعد من الإصابة، لينضما بذلك إلى كل من كروم وعربيي المعاقبان فضلا عن عليان المتواجد مع المنتخب العسكري. سفيان ع.



شبيبة القبائل

"الكناري" يواجه بارادو وديا الخميس المقبل

برمج الطاقم الفني لنادي شبيبة القبائل، مباراة ودية أمام أمام أتليتيك بارادو يوم الخميس المقبل، ابتداء من الساعة الثالثة مساء بتيزي وزو، ضمن تحضيرات الفريق استعدادا للعودة إلى المنافسة بداية الشهر المقبل. وكشفت الصفحة الرسمية للنادي القبائلي، عن برمجة لقاء ودي بين "الكناري" و"البالك"، بعد غد الخميس، يطلب من المدرب عبد الحق بن شيخة الذي يهدف لابقاء لاعبيه ضمن أجواء المنافسة، بعد تأجيل مبارياتهم في البطولة الوطنية، بسبب تواجد العديد من لاعبي الفريق مع المنتخب الوطني العسكري، ويتعلق الأمر بكل من بركان وعمرش و معمر وادم رجم، سيف بن راجع، عجوط ومعطي الله. ومن المقرر أن يمنح المدرب بن شيخة، الفرصة لأكثر عدد ممكن من اللاعبين في اللقاء الودي، وخاصة أولئك الذين لم يشاركوا كثيرا في المباريات السابقة، أمثال متوسط الميدان شكال والمدافع المحوري دريس والمهاجم الصاعد مالكي للوقوف على إمكانياتهم ورؤية ما إذا كانوا قادرين على تقديم الإضافة اللازمة للفريق خلال المباريات القادمة. ويتخوف الطاقم الفني لشبيبة القبائل، من بقاء لاعبيه بدون منافسة لمدة 20 يوما كاملا، حيث تعود آخر مباراة لعبها زملاء بوعالية إلى 09 من نوفمبر الجاري أمام نادي اتحاد العاصمة، فيما يرتقب أن يعود النادي القبائلي إلى أجواء المباريات الرسمية نهاية هذا الشهر أمام نادي شبيبة الساورة لحساب الجولة الـ 11 من الرابطة المحترفة الأولى. وجدير بالذكر، أن الشبيبة تحتل المرتبة السادسة في جدول الترتيب العام، بـ 13 نقطة بفارق 3 نقاط عن الرائدات مولودية الجزائر واتحاد العاصمة، مع العلم أن أشبال بن شيخة لا يزال في جعبتهم مباراة متأخرة. سفيان ع.



كأس أمم إفريقيا للأمم للسيدات

المنتخب الجزائري يتعرف على منافسيه يوم 22 نوفمبر المقبل



أعلنت الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم "كاف" عن إجراء عملية سحب قرعة نهائيات كأس إفريقيا للأمم للسيدات 2024، يوم الجمعة 22 نوفمبر الجاري، بمشاركة 12 بلداً من بينهم الجزائر. وستنطلق عملية سحب القرعة في تمام الساعة 20:00، بالتوقيت الجزائري (19:00 بتوقيت غرينتش)، وستبث مباشرة على القنوات التلفزيونية الكبرى في إفريقيا وعلى المستوى الدولي، بالإضافة إلى منصة البث الرقمية الخاصة بـ "كاف" CAF TV. يضيف نفس المصدر: ستكشف عملية سحب القرعة، مصير 12 منتخباً من أفضل المنتخبات الوطنية للسيدات في إفريقيا، خلال المنافسة القارية. وستقام النسخة 13 من كأس إفريقيا للسيدات في الفترة الممتدة من 5 إلى 26 يوليو 2025. جدير بالذكر أن المنتخب الوطني الجزائري للسيدات اقتطع تذكرة التأهل إلى نهائيات كأس إفريقيا للأمم (المؤجلة إلى 2025) في ديسمبر من السنة الماضية بعد فوزه على بورندي ذهاباً وإياباً (1-5، 1-0)، وهما اللقاءان اللذان أجريا بلعب 5 جوليتي بالجزائر العاصمة. ويعود الفريق الوطني النسوي بذلك إلى الساحة القارية القاري الهام، أجرى المنتخب الوطني الجزائري، تحت قيادة المدرب فريد بن ستيتي، مباراتين وديتين أمام نظيره النيجيري في 26 و29 أكتوبر الفارط، انهزم فيهما على التوالي (0-2) بكيتي و (1-4) بلاغوس. الجدير بالذكر، أن منتخب جنوب إفريقيا هو حامل اللقب القاري، بعد تتويجه في الطبعة الفارطة التي جرت عام 2022. قائمة الدول المتأهلة: الجزائر- بوتسوانا- جمهورية الكونغو الديمقراطية- غانا- مالي- نيجيريا- السنغال- جنوب إفريقيا- تنزانيا- تونس- المغرب- و زامبيا.

من أفضل المنتخبات الوطنية للسيدات في إفريقيا، خلال المنافسة القارية. وستقام النسخة 13 من كأس إفريقيا للسيدات في الفترة الممتدة من 5 إلى 26 يوليو 2025. جدير بالذكر أن المنتخب الوطني الجزائري للسيدات اقتطع تذكرة التأهل إلى نهائيات كأس إفريقيا للأمم (المؤجلة إلى 2025) في ديسمبر من السنة الماضية بعد فوزه على بورندي ذهاباً وإياباً (1-5، 1-0)، وهما اللقاءان اللذان أجريا بلعب 5 جوليتي بالجزائر العاصمة. ويعود الفريق الوطني النسوي بذلك إلى الساحة القارية القاري الهام، أجرى المنتخب الوطني الجزائري، تحت قيادة المدرب فريد بن ستيتي، مباراتين وديتين أمام نظيره النيجيري في 26 و29 أكتوبر الفارط، انهزم فيهما على التوالي (0-2) بكيتي و (1-4) بلاغوس. الجدير بالذكر، أن منتخب جنوب إفريقيا هو حامل اللقب القاري، بعد تتويجه في الطبعة الفارطة التي جرت عام 2022. قائمة الدول المتأهلة: الجزائر- بوتسوانا- جمهورية الكونغو الديمقراطية- غانا- مالي- نيجيريا- السنغال- جنوب إفريقيا- تنزانيا- تونس- المغرب- و زامبيا.

تسوية رزنامة القسم الثاني هواة

رائد القبلة واتحاد الحراش للاقترب من المتصدرين

يسعى فريقا رائد القبلة واتحاد الحراش إلى الفوز في لقاءيهما المتأخرين، عن الجولتين الثامنة والتاسعة أمام جمعية وهران وجمعية الخروب اليوم وغداً نوايا، من أجل الاقتراب أكثر من متصدري مجموعتي وسط-غرب ووسط-شرق. في مجموعة وسط-غرب، يعول فريق رائد القبلة على الظفر بالنقاط الثلاث أمام ضيفه جمعية وهران في المباراة المتأخرة عن الجولة الثامنة بلعبه -الشهيد بن حداد- بالقبلة، مستغلاً عودة جمهوره بعد استنفاد العقوبة، من أجل تقليص الفارق عن المتصدر نجم بن عكنون (22) والالتحاق بمركز المطاردة رفقة شبيبة تيارت (19)، علماً أن النادي "القبلي"، المتواجد في الصف الثالث، يحوز على 16 نقطة في الرصيد. نفس الرغبة في الانتصار تحذو الضيف جمعية وهران (15)، صاحب المركز الخامس رفقة شبيبة الأبيار، للاقترب من المقدمة وتعويض الخسارة المرة التي تلقاها في اللحظات الأخيرة أمام رائد الترتيب، نجم بن عكنون (1-0) في الجولة السابقة. من جهة أخرى، سيشهد ملعب 20 أوت 55 بالعاصمة، "داربي" عاصمي قوي، بين نصر حسين داي (المرتبة 14، 8) والجار شبيبة الأبيار (المركز 5، 15)، حيث يسعى كل طرف إلى انتزاع الفوز بأهداف متباعدة. وستلعب المباراة بدون حضور الجمهور. في الوقت الذي تسعى فيه شبيبة الأبيار إلى تقليص الفارق عن المتصدر وملاحقه قصد تدارك ما فاتها من تعثرات، فإن الفوز بالنسبة لـ "النصرية" بات حتمية لا ممانس منها، من أجل مفادرة منطقة الخطر التي تتواجد فيها، حيث تحتل الصف الـ 14 بثماني نقاط فقط، مع العلم أنها لم تتذوق طعم الانتصار منذ الجولة الثانية. أما في مجموعة وسط-شرق، ولحساب لقاء متأخر عن الجولة التاسعة، فسيتكون الملاحق فريق اتحاد الحراش (21) أمام اختيار جدي عندما يحل ضيفاً، على جمعية الخروب (المركز 5، 15) الساعية هي الأخرى إلى تحسين مركزها في الترتيب العام. ويأمل "الحراشي" في العودة بانتصار ثمين يسمح لهم بتقليص الفارق عن الرائد مستقبل الرويوسات (25) إلى نقطة وحيدة وتضييق الخناق عليه بهدف بحث "الإثارة" مجدداً حول السباق على ورقة الصعود. بالمقابل، يتطلع "الخروبي" إلى مواصلة "بصم" الانتاج الخرابية والحق الهزيمة الأولى بالضيف "الحراشي"، الذي لم يسقط منذ بداية الموسم، أملاً منهم في الارتقاء إلى المرتبة الثالثة التي يتواجد فيها حالياً فريق اتحاد عنابة (18). جدير بالذكر أن الجولة الثامنة عن مجموعة وسط-غرب جرت يومي الجمعة والسبت 1 و2 نوفمبر الحالي، أما الجولة التاسعة عن مجموعة وسط-شرق فقد لعبت يومي الجمعة والسبت 8 و9 نوفمبر.

مهدي



تعيين وليد صادي وزيرا للرياضة

أعلن الناطق الرسمي برئاسة الجمهورية القائمة الجديدة للحكومة التي عرفت تعيين وليد صادي وزيرا للرياضة في إطار سلسلة التعديلات التي قام بها رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون. وتم تعيين رئيس الاتحادية الجزائرية لكرة القدم، وليد صادي في منصب وزير للرياضة، خلفاً لسابقه حماد عبد الرحمان، في خطوة أثار استحسن الشارع الرياضي الجزائري بالنظر إلى الخبرة الكبيرة التي يمتلكها الرجل الأول في مبنى دالي إبراهيم، وذلك على مدار 15 سنة كاملة في الرياضة بصفة عامة وكرة القدم على وجه الخصوص سواء مع الأندية التي عمل بها أو "الكاف" بعدما شغل سابقاً منصب عضو في المكتب الفدرالي، إلى أن تولى الرئاسة في سبتمبر 2023.

صادي لمواصلة ثورة الجزائر في قطاع الرياضة

ومن شأن تعيين رئيس "الكاف" وليد صادي كوزير للرياضة أن ينعكس بشكل إيجابي، على الرياضة الجزائرية، التي شهدت ثورة حقيقية في السنوات الماضية منذ تولي رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون سدة الحكم في 2019، وذلك على مستوى المنشآت التحتية التي استفادت منها الجزائر بتشييد عدة مرافق رياضية وملاعب بمواصفات عالمية، في صورة ميلود هدي بوهرا، نيلسون مانديلا ببراق، علي لابوات بالدوير، حسين أيت أحمد بتيزي وزو، وهي الملاعب التي جعلت من الجزائر عاصمة حقيقية للرياضة على الصعيد الإفريقي، العربي والمتوسط.

إضافة كبيرة للدبلوماسية الرياضية الجزائرية

ويمتلك رئيس أعلى هيئة كروية في للجزائر، خبرة كبيرة سواء على الصعيد المحلي في تسيير الاتحادية الجزائرية التي تولى رئاستها قبل عام بدلاً من جهيد زفيرف، فضلاً عن علاقاته الكبيرة في القارة الإفريقية، والتي لعبت دوراً كبيراً في عودة الجزائر إلى دوايب الحكم بالكاف، في ظل ترشحه وحيداً لتولي عضوية اللجنة التنفيذية للاتحاد الإفريقي خلال الانتخابات المزمع إجراؤها شهر مارس من العام المقبل بالعاصمة المصرية القاهرة، وهو الأمر الذي ستستفيد منه الجزائر لتقوية نفوذها أكثر في "الكاف"، هذا بالإضافة إلى الدور الكبير الذي يلعبه الرئيس وليد صادي في تقوية الدبلوماسية الرياضية الجزائرية في الساحة الإفريقية.

نجاح باهر في تسيير "الكاف"

وجدير بالذكر، أن رئيس "الكاف" وليد صادي، حقق نجاحاً باهراً في تسيير الاتحادية الجزائرية منذ تولي زمام الأمور خلفاً لجهيد زفيرف في سبتمبر من العام الماضي، حيث تمكن في ظرف وجيز من تصحيح الأوضاع المالية التي شهدت زفترات كبيرة منذ عهدة الرئيس الأسبق خير الدين زطشي، وهو ما كبد "الكاف" خسائر مالية، وأغرقها في ديون كبيرة، هذا بالإضافة إلى إصلاح المشاكل التي كانت تعاني منها الكرة الجزائرية، في ظرف أشهر فقط، بعد تبنيه استراتيجية ناجعة أعادت الأندية الجزائرية إلى الواجهة وقدمت أحسن صورة عن البطولة الوطنية، كل هذه العوامل ستجعل من رئيس "الكاف" عنصراً فاعلاً في الحكومة الجديدة.

صادي يقود الجزائر إلى "الكاف"

وإضافة إلى ما ذكرناه سابقاً، كشفت مصادرنا بأن وزير الشباب والرياضة وليد صادي سيواصل ممارسة مهامه كرئيس للاتحادية الجزائرية لكرة القدم بشكل عادي، كما سيعمل على قيادة الجزائر للعودة مجدداً إلى دوايب "الكاف" بعد 7 سنوات عجاف، غاب فيها التمثيل الجزائري في أعلى هيئة كروية في إفريقيا.

أبرز الانجازات التي حققها وليد صادي:

- لقب البطولة العربية للأندية البطلة و البطولة الوطنية لموسم 2007 مع وفاق سطيف بعد غياب ألقاب مدة 23 سنة .
- عضو المكتب الفيدرالي مدير المنتخبات الوطنية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم من 2009 إلى 2017.
- ساهم في تأهل الخضر مرتين متتاليتين لكأس العالم 2010م و 2014م .
- التأهل إلى نهائيات كأس أمم إفريقيا 4 مرات سنوات 2010م ، 2013م ، 2015م ، 2017م .
- كما أصبحت الاتحادية الجزائرية من بين أغنى الاتحادات الإفريقية وأحسنها في التسيير .
- رئيس بعثة الجزائر في كأس العالم جنوب إفريقيا 2010م و البرازيل 2014م .
- رئيس بعثة الجزائر في الألعاب الأولمبية ريو دي جانيرو بالبرازيل 2016م .
- رئيس بعثة الجزائر في كأس إفريقيا 2010 - 2013 - 2015 - 2017م .
- عضو في لجنة التسويق وحقوق البث للاتحاد الإفريقي لكرة القدم من سنة 2010م إلى غاية سنة 2016م .
- عضو في لجنة تطوير كرة القدم في الإتحاد العربي لكرة القدم من سنة 2011م إلى غاية سنة 2015م .
- وليد صادي هو من مثل الجزائر في الضيفا في أحداث مصر، وقام بدور فعال في طريقة شرح و الدفاع عن الملف وبسببه كسبت الجزائر القضية .
- انتخاب وليد صادي رئيسا للفاف في سنة 2023 .
- رئيس الجمهورية يعين وليد صادي وزيرا للرياضة في سنة 2024 .
- بعد غياب دام 7 سنوات..الجزائر تطرق أبواب العودة الى دوايب الكاف مجددا عن طريق وليد صادي..بحيث سيكون صادي عضوا في المكتب التنفيذي للكاف خلال سنة 2025 باعتبارده المترشح الوحيد في الانتخابات .

ميسي: عانيت بسبب زيدان

أشاد الأسطورة الأرجنتيني ليونيل ميسي، نجم إنتر ميامي الحالي وبرشلونة السابق، بالأسطورة الفرنسي زين الدين زيدان، نجم ريال مدريد السابق. وقال ميسي عن زيدان، في تصريحات نقلها الصحفي "فابريزيو رومانو": "بالنسبة لي، هو أحد أعظم اللاعبين في التاريخ، لقد كنت معجبا به دائما". وأضاف: "كنت أتابعه كثيرا في ريال مدريد، لقد عانيت منه لأنه كان من مدريدا". وختم: "لقد كان دائما لاعبا مختلفا وأنيقا، كما تميز بطول القامة. هو ساحر أيضا، إذ كان لديه كل شيء". ولعب زين الدين زيدان في ريال مدريد بين 2001 و 2006 حيث اعتزل، بالتزامن مع بدايات ميسي في برشلونة قبل فترة الصعود التدريجي للبرغوث في عصر برشلونة الذهبي.

اتفاق "سري" بين غوارديولا ورونالدو لتدريب البرازيل

كشفت تقارير صحافية إسبانية، أن الإسباني بيب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي الإنجليزي، يعقد اتفاقا سريا مع رونالدو نازاريو، أسطورة البرازيل السابق، لتولي تدريب منتخب البرازيل. ولا يزال مستقبل غوارديولا مع مانشستر سيتي، حامل لقب الدوري الإنجليزي في المواسم الأربعة الماضية، غامضا. في ظل قرب انتهاء عقده وعدم توقعه لعقد جديد مع النادي حتى الآن. وعبر غوارديولا في وقت سابق من هذا العام عن رغبته في تدريب منتخب وطني في كأس العالم أو كأس أوروبا أو كوبا أميركا، بحسب صحيفة "ديلي ميل". وذكرت "ديلي ميل" نقلا عن "سبورت" الإسبانية، أن رونالدو، أسطورة البرازيل وريال مدريد، جعل غوارديولا الشخصية المحورية في مساعيه ليصبح الرئيس القادم للاتحاد البرازيلي، ووعده بتعيينه مدربا لمانشستر سيتي إذا تم انتخابه. ويشير التقرير إلى أن رونالدو سيتطلع إلى جلب غوارديولا إلى البرازيل في عام 2026، بعد عام واحد من انتهاء عقده مع مانشستر سيتي.

ويقال إن رونالدو يحظى بدعم العديد من الشخصيات البارزة في كرة القدم البرازيلية، بما في ذلك أندريس سانشير رئيس كورينثيانز السابق.

وكان غوارديولا مرتبطا بقوة بتولي تدريب البرازيل، ونفى الرئيس الحالي إنالدو رودريغيز، إجراء أي اتصال مع الإسباني هذا الأسبوع.

وقال رودريغيز لشبكة "إي إس بي إن": على الرغم من أنه أحد أعظم المدربين في العالم، إلا أنه لم يكن هناك أي محاولة من جانب الاتحاد البرازيلي لإجراء أي اتصال. ولعب رونالدو وغوارديولا سويا مع برشلونة لمدة موسم واحد 1996-1997، تحت قيادة المدرب بوبي روبرسون الذي ضم جهازه الفني جوزيه مورينيو كمساعد و مترجم، حيث فاز الثنائي بثلاثة ألقاب حينها.

روماريو يقود أساطير برشلونة للفوز في مباراة خيرية بالبرازيل

تغلب فريق أساطير برشلونة، على فريق "بيليه بيكينو برينسيبي" بنتيجة (2-1) في المباراة الخيرية التي أقيمت في مدينة كوريتيبا البرازيلية، والتي جمعت نجوما مثل بطلي العالم روماريو وكافو، اللذين سطرا تاريخا في عالم كرة القدم. افتتح ريفالدو، الذي اختاره الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" أفضل لاعب في العالم 1999، التسجيل لأساطير برشلونة في الدقيقة 13، وتعادل ريتشارليسون للضيق الآخر في الشوط الثاني، وسجل الأرجنتيني خافيير سافيولا هدف الفوز للبارسا قبل نهاية المباراة بقليل. وعاد روماريو لارتداء قميص النادي الكتالوني بعد 30 عاما من فترة كان فيها أحد أهم الهادفين وأيقونات برشلونة، لكن هذه المرة لم يتمكن من التسجيل وانضم إليه لاعبون برازيليون ودوليون آخرون مروا ببرشلونة، من بينهم الإسبانيان تشافي، وخيسوس أنجوي، والفرنسي فريديريك ديهو، والإيطالي فرانكيسكو كوكو، اللذين كانوا تحت قيادة الإسباني ألبرت فيرير.

أما بالنسبة لفريق "بيليه بيكينو برينسيبي" فقد شارك فيه نجوم برازيليون سابقون لعبوا مع المنتخب البرازيلي ونجوم من دول أخرى مثل الأرجنتيني أندريس داليساندرو، والأوروغواياني دييجو لوجانو، والذين قادهم المدرب مانو مينيزيس. وسيمت توجيه الأموال التي جمعت من المباراة الخيرية إلى مؤسسة نادي برشلونة لكرة القدم ومعهد بيليه بيكينو برينسيبي للأبحاث، والذي يهدف إلى تقليل وفيات الأطفال والشباب من خلال البحث في الأمراض المعقدة.

سانتوس يتفق مع نيمار على العودة هذا الشتاء

ترددت أنباء جديدة عن توصل النجم البرازيلي نيمار دا سيلفا لاتفاق يعيده إلى فريقه الأسبق سانتوس، عند فتح الميركاتو الشتوي 2025، وإنهاء مسيرته على الأراضي السعودية مع فريق الهلال. رفض نادي الهلال التفریط في نيمار بعد الإصابة التي ألتمت به مع منتخب البرازيل في تصفيات كأس العالم 2026، خلال شهر أكتوبر 2023، ومنحه وقته للتعافي من إصابة الرباط الصليبي، إلا أن اللاعب تعرض لانتكاسة جديدة في أكتوبر 2024 بإصابة عضلية ستعده لمدة 6 أسابيع أخرى بالإضافة للسنة التي غابها. وكان الهلال على استعداد لاستمرار نيمار بسبب رغبة النادي في أن يقود الهجوم خلال كأس العالم للأندية الموسم، المقرر له في الولايات المتحدة الأميركية صيف 2025. لكن صحيفة آس المدريدية كتبت عن اتصالات جادة بين سانتوس ونيمار، وبحسب إدعاء الصحفي الأرجنتيني سيزار لويس ميرلو، فإن الاتفاق قد تم بالفعل بين الطرفين وأنه "من المقرر لقاء نيمار بجمهور سانتوس مرة أخرى خلال أسابيع قليلة من الآن". أوضح الصحفي أن عودة نيمار إلى البرازيل أصبحت أقرب من أي وقت مضى، حيث يعمل سانتوس منذ أشهر على التعاقد معه بعد التمكن من الصعود إلى الدوري البرازيلي الممتاز. تابع حديثه "توصل سانتوس إلى اتفاق مع نيمار"، مضيفا أن ثمة مساعي لـ"إنهاء" عقده مع الهلال. واحتل سانتوس المركز 17 في الدوري البرازيلي (سيرى 1) موسم 2023، ليهبط رفقة أندية جوياس وكوريتيبا وأميركا إلى الدرجة الثانية، لكن الفريق انتفض سريعا باحتلال المركز الأول في (سيرى ب) بفارق 4 نقاط عن ميراسول وغريميو نوفوريزونتينو. وتريد إدارة سانتوس تقديم هدية إلى الجمهور باستعادة نيمار في الموسم الكروي الجديد 2025 للمنافسة على اللقب والعودة إلى المنافسات القارية سريعا.

أجاسك يستعيد شعاره القديم في الذكرى 125 لتأسيسه

استعاد أجاسك أمستردام شعاره القديم، بعدما اعتمد شعاراً آخر منذ 34 عاماً، بالتزامن مع إحيائه الذكرى 125 لتأسيس النادي. ووضع أجاسك الشعار القديم خارج ملعبه، مع الاستعداد لتنظيم مباراة بين أساطير النادي وأساطير ريال مدريد. وقال مينون خيلين الرئيس التنفيذي لأجاسك: "يحتفل أجاسك بالذكرى 125 لتأسيسه في 18 مارس، وتضمن الاحتفالات الإعلان عن عودة الشعار الكلاسيكي". وأضاف: "نعلم أن معظم مشجعي النادي كانوا يرغبون في ذلك منذ سنوات، وشعرنا بأن الذكرى 125 تأسيسنا كانت اللحظة المثالية لإعادة الشعار الكلاسيكي". وتابع: "إعادة الشعار الكلاسيكي ستكون بمثابة تكريم لتاريخنا الفني، وإلهاما للمستقبل، مستقبلا يعتمد على كل ما نعتز به في نادينا". وسيضع أجاسك الشعار القديم على قمصانه، بدءاً من موسم 2025-2026.

أسطورة هولندا ينصح دي يونغ بمغادرة برشلونة

نصح رافاييل فان دير فارت، أسطورة منتخب هولندا، مواطنه الشاب فريكي دي يونغ بمغادرة برشلونة والعودة من جديد لفريقه القديم أياكس أمستردام.

وجاء حديث فان دير فارت بعد مشاركة دي يونغ مع منتخب هولندا في المباراة التي فازوا فيها على المجر برباعية نظيفة يوم السبت الماضي.

وقال فان دير فارت، في تصريحاته نقلتها صحيفة آس الإسبانية، «دي يونغ لعب مباراة رائعة أمام المجر، ولكن يمكنه ويجب عليه أن يؤدي بصورة أفضل».

وتابع أيقونة الطواحين البرتغالية: «دي يونغ حقق الكثير في مسيرته، ولكن في الوقت الراهن عليه المحافظة على لياقته البدنية». وأضاف: «دي يونغ لاعب رائع يمكنه أن يقدم إفاضة كبيرة للمنتخب الهولندي». وأكمل حديثه بالقول: «لو كان الأمر بيدي كنت سأقول له إن عليه العودة إلى البيت (أياكس أمستردام)، هو لا يحتاج لمزيد من التقلبات».

ويبلغ دي يونغ من العمر 27 سنة، ويجيد اللعب في مركز لاعب الوسط المحوري، وينتهي تعاقدته مع برشلونة في جوان 2026. ولعب دي يونغ بقميص

برشلونة في 220 مباراة في كافة المسابقات، سجل فيه 17 هدفا، وصنع 21 هدفا، لزملائه.

تصريح رسمي يبشر جماهير برشلونة بشأن عودة تير شتيغن

كشف تقرير صحفي إسباني، نبأ سارا لجماهير برشلونة بشأن حارس الفريق، مارك أندريه تير شتيغن. وتعرض تير شتيغن، لإصابة بتمزق في الرباط الصليبي للركبة، خلال مباراة برشلونة وفاريزال، يوم 22 سبتمبر الماضي، التي انتهت بفوز البارسا بنتيجة 5-1. وخضع تير شتيغن لعملية جراحية، ولم يتم تحديد وقت دقيق للشفاء، لكن التوقعات كانت تشير إلى صعوبة عودته للعب هذا الموسم. وبناء على تلك التقارير الطبية، فإن برشلونة تعاقد مع البولندي فيوتشيك تشيزني، حارس مرمى يوفنتوس السابق، بعد إقناعه بالعودة عن قرار الاعتزال. ومع ذلك، وبحسب صحيفة "سبورت" الكتالونية، فقد زف رودي فولر، المدير الرياضي للاتحاد الألماني لكرة القدم، والذي زار تير شتيغن في برشلونة مؤخرا، أنباء جيدة لمشجعي البارسا. وأشار فولر، إلى أن هناك فرصة لعودة تير شتيغن إلى الملاعب قبل نهاية الموسم الجاري. ويخضع تير شتيغن لعلاج مبتكر باستخدام الخلايا الجذعية تحت إشراف الطاقم الطبي لفريق برشلونة. وأضافت الصحيفة، أن العلاج يستهدف تسريع عملية تعافي تير شتيغن بعد إصابته الخطيرة. وأوضحت أنه بعد استخراج الخلايا الجذعية من نخاع العظام، يتم معالجتها في مختبرات معتمدة قبل إعادة زرعها في جسم الحارس خلال 48 ساعة. وأشارت إلى أن هذه التقنية تمنح اللاعب فرصة للتعافي بشكل أسرع والبدء في تدريبات بدنية مكثفة في وقت مبكر مما كان متوقعا.

أراوخو يتدرب على مصيدة فليك

دخل الأوروغواياني رونالد أراوخو، مدافع برشلونة، المرحلة النهائية من برنامج تعافيه من الإصابة. كان أراوخو تعرض لإصابة في بداية جويلية خلال ربع نهائي كوبا أمريكا، لذا خضع لعملية جراحية في فنلندا تحت إشراف الدكتور لاس لامباين لعلاج إصابة في وتر العضلة الخلفية للفخذ الأيمن. ووفقا لصحيفة "سبورت" الإسبانية، عملية تعافي أراوخو تسير بشكل جيد للغاية، وسيتم تسريع الجدول الزمني لعودته. وفي الأيام المقبلة، سيقرر أراوخو بالتنسيق مع الجهاز الفني والخدمات الطبية، موعد انضمامه للتدريبات الجماعية، مع بدء التفكير في عودته للملاعب. ومن المؤكد أنه لن يشارك في مباراة برشلونة أمام سيلتا فيجو على ملعب بالاييدوس، سيعود خلال ديسمبر، مع التركيز على ريال مايوركا وريال بيتيس. ويحظى أراوخو من المدرب هانز فليك، الذي يرى فيه وضوريا للفريق، ومع ذلك، سيتعين لاستعادة مكانه في الدفاع، الذي يقدم بوجود كوبارسي، وإينيجو مارتينيز في كوندو وبالدي في الأظهرة. وأحد أبرز الحالي هو التنظيم الدفاعي المميز؛ حيث متقدم يوقع المنافسين في متكرر. ويعتبر برشلونة الفريق الأكثر تسببا في بفارق كبير مقارنة الدوري الأوروبي ويحرص أراوخو على أن تماما عند عودته يشارك منذ فترة في تحليل الفيديو التي المدرب الألماني مع التحسين تنفيذ مصيدة تناعم المدافعين المنافسين في

لكنه مواجعتي بثقة كبيرة مدافعا مميزا عليه القتال أداء مميزا حاليا قلب الدفاع. وجول ملامح هوية الفريق يتميز بخط دفاعي مصيدة التسلسل بشكل تحت قيادة فليك حالات التسلسل بجميع فرق الكبرى. يكون جاهزا للملاعب، لذا جلسات يعقدها اللاعبين التسلسل وضمان الأربعة لإيقاع الفخ.

جماهير برشلونة تترقب قرار فليك في "الملف الشائك"

منذ انضمامه إلى برشلونة، لدرجة أنها تفكر في تقديم عرض لتجديد عقده. وذكرت أنه رغم أن تشيزني وقع مع برشلونة ليكون الحارس الأساسي، إلا أنه لم يشارك حتى الآن منذ انضمامه للبارسا قبل أكثر من شهر. واستدعي تشيزني للمرة الأولى مع برشلونة أمام إشبيلية لكنه لم يلعب، ومنذ ذلك الحين، دخل قائمة الفريق في 6 مباريات تحت قيادة فليك، لكنه لم يحصل على دقيقة لعب واحدة. وقالت الصحيفة: "نقطة فليك باينياكي بينيا لم تتغير، رغم أن الحارس الإسباني لم ينجح في إنهاء الجدل حول مركز الحراسة في برشلونة، حيث خاض 11 مباراة مع الفريق الأول هذا الموسم، وتلقت شباكه 10 أهداف بمعدل يقارب هدفا واحدا في كل مباراة، بينما نجح في الحفاظ على نظافة شباكه 5 مرات". وأضافت: "خلال فترة التوقف الدولي الحالية، بقي حارسا برشلونه في العاصمة الكتالونية للتدرب مع اللاعبين غير المستدعين لمنتخباتهم، وسيمتج فليك بعض الأيام راحة للاعبين، لكن سيخصص أيضا عدة أيام للتدريبات التي تركز على جاهزية الحراس". واختتمت: "بحلول هذه الأيام، سيمر شهر ونصف منذ توقيع تشيزني مع برشلونة، وهي فترة تكفي لاستعادة لياقة المباريات. ومع ذلك، فإن القرار النهائي حول من سيحرس عرين برشلونة سيظل بيد فليك الذي سيبقي بينيا الحارس الأساسي، وسيكون ظهور تشيزني الأول في جانفي مع بداية مشاركة البارسا في كأس الملك".

تنتظر جماهير برشلونة، معرفة قرار هانز فليك، مدرب الفريق، بشأن هوية الحارس الأول للبارسا خلال الفترة المقبلة. ووفقا لصحيفة "سبورت" الإسبانية، أظهر فليك حتى الآن حذرا في التعامل مع الموضوع الحساس الخاص بهوية الحارس الأول هذا الموسم. وأشارت إلى أن فليك أبقى على إينياكي بينيا كحارس أساسي؛ لأنه استحق الحصول على فرصته، وثانيا لأن الحارس البولندي كان بحاجة إلى استعادة لياقته البدنية بعد إعلان اعتزاله بالصيف الماضي. وأوضحت أن إدارة برشلونة راضية عن سلوك تشيزني

برشلونة يستقر على تجديد عقد "المنقذ"

أفاد تقرير صحفي إسباني، بأن برشلونة يستهدف تجديد عقد أحد لاعبي الفريق خلال الفترة المقبلة. وبحسب صحيفة "ماركا" الإسبانية، فإن برشلونة يستعد لتقديم عقد جديد لحارسه البولندي، فيوتشيك تشيزني، يمتد لموسم إضافي. وكان برشلونة قد تعاقد مع تشيزني قبل شهرين، لإنقاذ الفريق من فراغ مخيف في مركز حراسة المرمى، بعد إصابة مارك أندريه تير شتيغن، وذلك بعقد يمتد حتى صيف 2025. وأضافت الصحيفة، أنه رغم عدم خوض تشيزني أي مباراة مع برشلونة منذ انضمامه، لكن النادي الكتالوني سعيد بتكيف الحارس البولندي وقبوله لدور الحارس الثاني خلفا لإينياكي بينيا. وتعتقد إدارة برشلونة أن بقاء تشيزني مع الفريق، سيكون أمرا إيجابيا، لكي يمتلك الفريق ثلاثة حراس مرمي جيدين. وأشارت الصحيفة أيضا، إلى إمكانية رحيل بينيا في الصيف المقبل، خاصة مع نهاية عقده في صيف 2026، وبالتالي بقاء تشيزني وقتها سيكون أمرا ضروريا.

ثورة ناغلسمان.. عودة الروح للألمان بعد عصر النكسة

عانى المنتخب الألماني من فترات مخيبة بين عامي 2016 و2022 تحت قيادة يواكيم لوف وهانز فليك، حيث تراجعت نتائج الفريق بشكل مخيف. وودع المانشافت، كأس العالم من دور المجموعات في نسختين متتاليتين 2018 و2022، إضافة إلى الخروج مبكرا من يورو 2020 من ثمن النهائي، والفشل في اجتياز مرحلة المجموعات في دوري الأمم الأوروبية في أي مناسبة وبالتالي كانت ألمانيا بحاجة إلى ثورة كبيرة للعودة إلى الطريق الصحيح، ولم تجد أفضل من الشاب جولييان ناغلسمان، ليعيد الروح إلى المنتخب من جديد. وأصبح ناغلسمان، عند توليه المهمة، ثاني أصغر مدرب للمنتخب الألماني بعمر 36 عاما، خلف أوتو نيرز الذي درب ألمانيا بعمر 34 عاما في 1926.

بدء الثورة

عانت ألمانيا من نتائج باهتة في التوقف الدولي لنوفمبر 2023 بالسقوط أمام النمسا (0-2) وتركيا (2-3)، وفي تلك الفترة، اعتمد ناغلسمان على العناصر المتاحة، ولم يكن لديه، الوقت الكافي للعمل مع الفريق. وقال ناغلسمان عن تلك الفترة "كانت مباريات نوفمبر مؤلمة، خضنا مباراتين سيئتين، حاولنا التكيف والتجربة، وبالطبع لم يكن لدينا الكثير من الوقت، وإذا قمنا بتغيير كل شيء على الفور، فهذه ليست الطريقة الصحيحة". أما بعد فترة نوفمبر، فعلق عليها ناغلسمان بقوله "كنا بحاجة ملحة إلى التغيير دون أن يقول الجميع إننا نغير كل شيء". وتابع "كان من الواضح أن المهمة الأكبر كانت إعادة تشكيل الفريق بطريقة لا تكفي فقط باستدعاء أفضل اللاعبين، بل استدعاء الذين يتناسبون مع بعضهم البعض، والذين يظهرون أنفسهم من خلال أدوارهم ويمكنهم التعامل مع تلك الأدوار بشكل جيد".

عودة كروس

من أهم مراحل ثورة ناغلسمان، إعادة توني كروس من الاعتزال الدولي لإعادة بناء الفريق من حوله. وقال ناغلسمان عن ذلك "توني كروس لاعب محوري بالنسبة لنا، حيث يمكن إعطاء الكرة له في أي وقت، وهو عنصر مهم للجميع وخاصة للصفار". وأظهرت عودة كروس للمنتخب الألماني من جديد، اقتناعه التام بمشروع ناغلسمان، وبالفعل أعاد كروس، الكثير من التوازن للفريق.

استبعاد النجوم

لم يتخوف ناغلسمان، عند الإعلان عن قائمة ألمانيا ليورو 2024، من استبعاد بعض الأسماء الكبيرة، التي لم تكن تضيف للماكنات، أي شيء في الفترة الأخيرة، على غرار نيكلاس سولي وماتس هوميلز وليون جوريتسكا وجولييان براندت، إضافة إلى سيرجي غنابري. وبدأ الاعتماد على الوجوه الجديدة المتألقة في البوندسليغا، أمثال فالديمار أنتون وماكسيميليان ميتلشتيت وكريس فوهريتش ودينيز أوندا، إضافة إلى نجوم باير ليفركوزن الذين توجوا باللقب، على غرار جوناثان تاه وفلوريان فيرتز وروبرت أندريش.

قناعة ناغلسمان

يملك ناغلسمان، مجموعة أفكار، أحدث من خلالها، ثورة في المنتخب الألماني، ويكفي النظر إلى مباراة البوسنة الأخيرة في دوري الأمم، كأبرز مثال على ذلك، ففي ذلك اللقاء وصل استحواد ألمانيا على الكرة إلى 73% ونسبة الأهداف المتوقع تسجيلها 4.03، كما مرر لاعبو ألمانيا الكرة 694 مرة، من بينهم 60 لمسة داخل منطقة جزاء الخصم. وفي الكثير من الأحيان تواجد 8 لاعبين من ألمانيا في الأمام وفي مناطق قريبة للغاية من منطقة الجزاء، حيث واجه ناغلسمان "حافلة البوسنة" المتواجدة في الخلف بحافلة ألمانيا في الأمام في لحظات من الجنون. ويرغب ناغلسمان في تقديم أسلوب لعب يماثل كرة القدم التي تقدمها الأندية، على الرغم من صعوبة ذلك، في ظل عدم تدريب لاعبي المنتخب الألماني لوقت طويل مع بعضهم البعض، للوصول إلى ذلك التناغم. وعقب الإعلان عن قائمة يورو 2024، أكد ناغلسمان على نهجه بقوله "لا نلعب كرة قدم خجولة، بل نلعب بشجاعة وثقة في النفس، ولذلك اخترنا النهج الهجومي".

مثلث الرعب

وجد ناغلسمان، ضالته في خط الهجوم، عبر الثلاثي جمال موسيالا وفلوريان فيرتز وكاي هافيرتز، حيث يمنح الثلاثي، التنوع المطلوب في أسلوب لعب المانشافت. ومع اتجاه ناغلسمان للهيمنة التامة والاستحواد على الكرة، يجيد موسيالا وفيرتز، الاحتفاظ بالكرة تحت الضغط الكبير، بينما يتميز هافيرتز في التحولات السريعة، وبالتالي يقدم حلا مختلفا للماكنات في المباريات الصعبة.

تغير ملحوظ

حقق ناغلسمان، نتائج إيجابية في 2024، حتى أن الخروج من ربع نهائي اليورو، الذي استضافته ألمانيا على أرضها، وعلى الرغم من مرارته، اعتبره البعض نجاحا، بفضل المستوى المميز للماكنات في البطولة، وقدرتهم على جذب الجماهير للانتفاف حول الفريق من جديد. ووقع ناغلسمان في 2024 على 10 انتصارات و3 تعادلات، ولم يتلق سوى هزيمة واحدة، ليبدأ مرحلة جديدة يفرض الهيمنة التامة على المباريات، كما حدث أمام البوسنة والهركس مؤخرا في دوري الأمم. بالفوز بسبائية. وعن ذلك الانتصار، قال لوثر ماتيس أسطورة الكرة الألمانية السابق "هذه واحدة من أفضل المباريات التي شاهدتها للماكنات على الإطلاق، وباتت ألمانيا رفقة ناغلسمان قريبة من العودة إلى قمة العالم مرة أخرى". وتابع "لم تكن البوسنة مقياسا حقيقيا للمنتخب الألماني، ولكن في الماضي القريب كنا نواجه أوقاتا صعبة في الكثير من الأحيان ضد نفس الخصوم، فقبل عام واحد ربما انتهت تلك المباراة بنتيجة (2-1) بدلا من (7-0)". ولفت "قدم الألمان كل ما هو صحيح فيما يتعلق بكرة القدم الحديثة، سواء في المستوى الدفاعي، حيث لم تكن هناك تحديات كبيرة، أو على المستوى الهجومي بتسجيل 7 أهداف بطريقة رائعة".

بناء جيل جديد

من أبرز نقاط قوة ناغلسمان، حرصه على بناء جيل جديد للمنتخب الألماني، فبعد استفادته من خبرة توماس مولر وكروس في اليورو، أعلن العديد من النجوم، اعتزالهم اللعب دوليا، أمثال توير ومولر وغوندوغان. وبدأ ناغلسمان، مرحلة البناء، ولكن في وقت ليس بالصعب كما كان في 2023، بل استفاد من زخم اليورو والحالة المميزة للمنتخب الألماني، من أجل منح الثقة للجميع. وظهر ذلك في منحه الفرصة للعديد من الأسماء، والتي ردت على تلك الثقة، بتقديم مستويات مميزة في أرض الملعب، على غرار أوندا وأوليفر بومان وجيمي ليوبلينغ وأنجيلو ستيلر وألكسندر بافلوفيتش. بل باتت ألمانيا تمتلك اثنين من المهاجمين، بعدما عانت في ذلك المركز في السنوات الأخيرة بتواجد نيكلاس فولكروغ وتيم كليندينست.

تكليل الجهد

بات الهدف القادم لناغلسمان، تكليل ذلك العمل، بحصد الألقاب، وبعد نجاحه في تخطي دور المجموعات بدوري الأمم للمرة الأولى، سيكون الهدف هو التتويج بلقب البطولة في صيف 2025، تمهيدا للهدف الأهم، وهو العودة إلى الواجهة من جديد في مونديال 2026.

لوف: قطعت وعدا غير مسبوق لموسيالا

كشف يواكيم لوف، المدرب السابق للمنتخب الألماني، عن قيامه بأمر غير مسبوق، من أجل إقناع جمال موسيالا، نجم بايرن ميونخ، بتمثيل ألمانيا بدلا من إنجلترا. وقال لوف، حسبما نقل موقع "سكاي ألمانيا": "للمرة الوحيدة في مسيرتي التدريبية رفقة المنتخب الوطني، قطعت وعدا للاعب.. وعدته (موسيالا) بأنه سيكون بكل تأكيد متواجدا في اليورو عام 2021، إذا قرر الالتحاق بنا". ونشأ موسيالا في إنجلترا، وكانت أمامه فرصة تمثيل الأسود الثلاثة، لكنه قرر الانضمام لألمانيا.

وعن المقارنة بين موسيالا ومواطنه فلوريان فيرتز، قال لوف، "كلاهما من الطراز العالمي وعمره صغير.. يتمتعان بإبداع لا يصدق، وقوة هائلة في موقف واحد ضد واحد، كما أنهما خطيران أمام المرمى، وحظيا بمغامرة مميزة في آخر عام أو عامين". وأردف، "من الصعب تخيل الفريق من دونهما، لأنهما يشكلان المباراة، ويكون من الصعب على الخصوم توقع ما سيقومان به عند تقدمهما للأمام".

ظلم كين.. بايرن ينافس 5 عمالقة في صفقة صيفية

يستعد بايرن ميونخ، للتعاقد مع بديل يساند مهاجمه الإنجليزي هاري كين، خلال الميركاتو الصيفي المقبل. وأبدى بايرن ميونخ اهتمامه بالتعاقد مع مهاجم جديد، في ظل عدم وضوح الرؤية بشأن مستقبل ماتياس تيل. وبحسب موقع "فوتبول إيطاليا"، فإن بايرن ميونخ مهتم بضم المهاجم الكندي جوناثان ديفيد، نجم ليل الفرنسي، في الصيف المقبل. ويقدم ديفيد موسما مميزا

مع ليل، حيث سجل 13 هدفا وصنع 2 في 19 مباراة. وينتهي عقد ديفيد مع ليل، بنهاية الموسم الجاري، وعلى ما يبدو فقد اتخذ قرارا بعدم التجديد. ولا يعد بايرن ميونخ الوحيد الساعي لحسم صفقة ديفيد، فقد ارتبط اسم اللاعب بالانتقال لصفوف آرسنال وكذلك جوفنتوس وبرشلونة وميلان وإنتر ميلان.



غوارديولا يستقر على وجهته الجديدة

أفاد تقرير صحفي إسباني، بأن بيب غوارديولا، المدير الفني لمانشستر سيتي، عقد اتفاقا سريا بشأن وجهته المقبلة، عقب الرحيل عن ملعب الاتحاد. وينتهي عقد بيب مع سيتي، بنهاية الموسم الجاري، دون توصل لاتفاق بشأن التجديد، ولكن هناك محاولات من جانب بطل البريميرليغ لتجديد عقده لموسم آخر. وبحسب صحيفة "سبورت" الكتالونية، فإن بيب غوارديولا اتفق مع رونالدو نازاريو داليمبا، أسطورة البرازيل، على قيادة منتخب السيليساو في المستقبل. وسبق أن صرح غوارديولا في وقت سابق، بأنه يرغب في تدريب منتخب وطني، وقيادته خلال بطولة دولية كبرى مثل كأس العالم أو اليورو. وأضاف التقرير، أن رونالدو سيلحاول إحضار غوارديولا للبرازيل في عام 2026، بعد نهاية كأس العالم. وأشار التقرير، إلى أن رونالدو وعد رئيس الاتحاد البرازيلي، بأنه سيقنع غوارديولا بتولي قيادة منتخب السيليساو في المستقبل.

أرسنال يختار خليفة مهندس الصفقات إيدو

ذكرت شبكة "سكاي سبورتس" أن إدارة أرسنال الإنجليزي ترغب في التعاقد مع لويس كامبوس المدير الرياضي الحالي لتفريق باريس سان جيرمان الفرنسي لتعويض رحيل إيدو غاسبار. وكان البرازيلي إيدو قد رحل عن منصب المدير الرياضي لأرسنال قبل أسبوعين من الآن في مفاجأة من العيار الثقيل، حيث يعتبر أحد دعائم مشروع الفائز مع المدرب الإسباني ميكيل أرتيتا. وكشفت التقارير الصحفية عن السبب وراء رحيل إيدو المفاجئ بعد تلقيه عرضا مغريا من مجموعة أندية إيفانجيلوس ماريناكيس المالكة لتوتنجهام فورست وأوليمبياكوس وريو آفي. وأكملت الصحيفة أن أرسنال يضع عينه على لويس كامبوس المدير الرياضي لباريس لا ستكمال ما بدأه إيدو، وقد يوافق على عرض النادي اللندني، خاصة وأن عقده مع باريس سينتهي في الصيف المقبل.

هل يلجأ بوغبا إلى مانشستر يونايتد؟

كشف تقرير صحفي، حقيقة لجوء الفرنسي بول بوغبا إلى ملاعب مانشستر يونايتد، من أجل خوض تدريباته عليها، بعد فسخ تعاقد مع جوفنتوس. وكان جوفنتوس قد فسخ تعاقد مع بوغبا، رغم قرار تقليص عقوبة إيقاف اللاعب من 4 سنوات إلى 18 شهرا، تنتهي في مارس المقبل. وبحسب شبكة "سكاي سبورتس"، فإن بول بوغبا لن يتدرب في ملعب كارينجتون، الخاص بناديه السابق المان يونايتد ولا يخطط بوغبا للتدرب في أي ناد الآن، لأنه يعمل في ميامي بشكل يومي، في انتظار الانضمام لصفوف فريق جديد. وبمجرد توقيعه لناد جديد، سيكون بوغبا جاهزا للذهاب وخوض التدريبات هناك من جانفي، ثم اللعب بداية من مارس. وأكد التقرير، عدم وجود اتصالات أو محادثات جارية مع مانشستر يونايتد، من أجل عودة بوغبا إلى قلعة أولد ترافورد.

بيلينغهام يشكر من أعاد له الابتسامة مع المنتخب الإنجليزي

وجه جود بيلينغهام، لاعب المنتخب الإنجليزي، الشكر للمدرب المؤقت لي كارلسلي، الذي سيرحل عن منصبه، بعدما أعاد الابتسامة على وجهه أثناء اللعب لمنتخب بلاده. وانتهت الست مباريات التي تولى فيها كارلسلي تدريب المنتخب الإنجليزي، بشكل رائع بعدما فاز الأسود الثلاثة على أيرلندا (5-0) على ملعب ويمبلي، ليضمن عودة الفريق للمستوى الأول في دوري أمم أوروبا. وساهم بيلينغهام بشكل كبير في هذا الفوز، حيث مرر 3 تمريرات حاسمة وحصل على جائزة رجل المباراة، وفعل كل شيء باستثناء تسجيل الأهداف. وظهر الإحباط على وجه نجم ريال مدريد في بعض الفترات في بطولة أمم أوروبا التي أقيمت الصيف الماضي، التي شهدت وصول المنتخب الإنجليزي للمباراة النهائية، لكنه أثنى على كارلسلي لمساعدته في الاستمتاع باللعب الدولي مرة أخرى. وكتب بيلينغهام على "إنستغرام": "أوجه شكرا كبيرا إلى لي وجهازه على عملهم خلال هذه المعسكرات القليلة". وأضاف: "استعدت ابتسامتي أثناء ارتدائي قميص المنتخب الإنجليزي. أنا ممتن للغاية". وأعرب كارلسلي، الذي عمل مع بيلينغهام في منتخب تحت 21 عاما، عن إعجابه بقدرات اللاعب القيادية. وقال "دائما ما يلعب بمسؤولية. أعلم أننا نراها خلال المباريات فقط، لكنه يفعل هذا خلال التدريبات. يقوم بتوجيه الآخرين من خلال سلوكه. إنه شخص رائع يجب أن يكون متواجدا لأن الناس يرغبون في أن يصبحوا مثله والتنافس معه". وأضاف "رأيتم الليلة أن هناك مستوى من اللاعبين الذين ينضمون إلى الفريق والذين يرفعون بالتأكيد من مستوى الأداء".

مدرب إنجلترا: أداؤنا هجومى ومثير للدهشة

أبدى لي كارلسلي، المدير الفني المؤقت لمنتخب إنجلترا، سعادته بقيادة (الأسود الثلاثة) للعودة إلى المستوى الأول، في دوري أمم أوروبا. وأنهى منتخب إنجلترا حقبة كارلسلي بصورة مميزة، من خلال فوزه الكاسح (5/0) على ضيفه أيرلندا، مساء الأحد، في الجولة السادسة (الأخيرة) بالمجموعة الثانية، ضمن المستوى الثاني للمسابقة القارية، والتي شهدت أيضا فوز اليونان (2/0) على مضيفتها فنلندا. وارتفع رصيد منتخب إنجلترا إلى 15 نقطة في صدارة المجموعة، ليحظر بورقة الترشح مباشرة للمستوى الأول، في النسخة المقبلة للبطولة، متفوقا بفارق الأهداف على أقرب ملحقه، منتخب اليونان، والذي أصبح يتعين عليه خوض الملحق. وقال كارلسلي عقب المباراة، التي أقيمت على ملعب (ويمبلي) العريق، بالعاصمة البريطانية لندن: "كنت أريد أن يكون أداء الفريق مثيرا للمشاهدة، وذا نغمة هجومية". وأردف: "كنت أرى اللاعبين يقومون بذلك، يوما بعد آخر في ملعب التدريب... والآن رأينا ذلك (على أرض الملعب)".

"طاقة كبيرة"

ومن جانبه، علق الدولي الإنجليزي، هاري كين، على فوز منتخب بلاده، قائلا: "إنه انتصار مهم للغاية بالنسبة لنا حقا.. كان الشوط الأول صعبا، لكننا خرجنا من الشوط الثاني بطاقة أكبر بكثير، وأنهينا عن جدارة". بدوره، قال مارك بولينغهام، الرئيس التنفيذي للاتحاد الإنجليزي لكرة القدم: "حقق لي (كارلسلي) الهدف الرئيسي، من المباريات الست التي خاضها مع الفريق هذا الخريف، وقادنا للصعود إلى المستوى الأول من دوري الأمم مجددا". وتابع: "لقد استمتع اللاعبون حقا بالعمل مع لي وفريقه.. أحدث تأثيرا حقيقيا في منصبه المؤقت".

وبعدما حقق 5 انتصارات من 6 مباريات، سيعود كارلسلي الآن إلى منصبه الدائم، كمدير فني لمنتخب إنجلترا للشباب (تحت 21 عاما)، فيما يبدأ الألماني توماس توخيل، مدرب منتخب إنجلترا الجديد، مهمته مع الفريق في جانفي المقبل.

عقبة أمام مانشستر يونايتد في صفقة أوسيمين

أبدى نادي مانشستر يونايتد رغبته في التعاقد مع المهاجم النيجيري فيكتور أوسيمين، ولكن ناديه جالاتا سراي التركي لن يجعل الأمر سهلا. ويلعب أوسيمين حاليا على سبيل الإعارة مع غالاتا سراي لنهاية الموسم، ولكنه يرتبط مع نابولي بعقد يمتد حتى جوان 2026. وأشارت تقارير إنجليزية إلى أن مدرب مانشستر يونايتد الجديد روبن أموريه طلب التعاقد مع أوسيمين خلال الميركاتو الشتوي. وبحسب التقارير فإن إدارة اليونايتد عرضت على إدارة نابولي صفقة تبادلية ينتقل بموجبها النجم الهولندي الشاب جوشوا زيكرزي إلى الباريتنوبي في مقابل انتقال أوسيمين لمسرح الأحلام في جانفي. ويتمسك غالاتا سراي ببقاء أوسيمين معهم حتى نهاية عقد الإعارة في يونيو المقبل، ولن يكون الفريق التركي مرحبا بفكرة رحيل الهدف النيجيري في منتصف الموسم. ونقل تقرير نشره موقع فوتبول إيطاليا تصريحاً للمدرب غالاتا سراي أوكان بوروك، قال فيه: «أوسيمين يميل إلى البقاء هنا حتى نهاية الموسم». وتابع: «أوسيمين يرغب في البقاء، وأخبرني بذلك منذ البداية، هناك شرط في عقده (يتيح له الرحيل في جانفي)، ولكن الأمر لا يهم لأنه قال أنه سيبقى». وأضاف المدرب التركي: «اللاعب هو من يتخذ القرار في النهاية، وأوسيمين قال إنه سيبقى هنا، هو قال الأمر ذاته منذ اللحظة التي وصل فيها». وتبقى آمال اليونايتد قائمة في صفقة أوسيمين في حالة الانتظار إلى نهاية الموسم خلال الميركاتو الصيفي.



بيدرو: سعيد بمسيرتي الكروية ولكن ينقصها التتويج مع لاتسيو

أشاد بيدرو بمسيرته الكروية الناجحة مع نادبي برشلونة وتشيلسي ومنتخب إسبانيا موضحاً أنه "لم يتوقع أبداً" أن يحقق كل هذا النجاح ولكنه يريد "الفوز ببعض الألقاب مع لاتسيو". بلغ المهاجم المخضرم 37 عاماً في يوليو، ويبدو أنه كاد ينهي فترة وجوده على أرض الملعب في السنوات الأخيرة. ومع ذلك، فقد ساهم حتى الآن هذا الموسم بستة أهداف وصنع هدفين في 12 مباراة بين الدوري الإيطالي والدوري الأوروبي. وكان آخر أهدافه هو الفوز في اللحظات الأخيرة على نادي بورتو والذي حافظ من خلاله على سجل أكويل المثالي في الدوري الأوروبي. حيث احتل صدارة الجدول. وقال بيدرو في تصريحات لبرنامج "ال ديا" الإسباني: "أنا سعيد، وأشعر بحالة جيدة ولم أتوقع أبداً الفوز بـ25 لقباً في مسيرتي، بما في ذلك دوري أبطال أوروبا وكأس العالم واللعب لاثنتين من أفضل الفرق في التاريخ، إسبانيا وبرشلونة". وأضاف: "لقد كان شرفاً لي أن أدافع عن ألوان تشيلسي، والآن أنا سعيد بالتواجد في لاتسيو. ربما لم أحظ بقدر كبير من التقدير في وسائل الإعلام، لكن اعتقد أنني لن أتمكن من معرفة ذلك إلا بعد اعتزالي. لقد قدمت الكثير من التضحيات، لكن عندما ينتهي كل هذا، سأحتفظ بحب الناس لي. هذا هو الأهم". وكان انتقاله إلى لاتسيو مفاجئاً إلى حد ما، حيث جاء فعلياً مجاناً عبر مدينة روما إلى لاتسيو في عام 2021. وقال: "من الواضح أنني أرغب في الفوز بشيء ما مع لاتسيو، لأنني فزت بالألقاب في جميع مواسمي باستثناء تلك التي قضيتها في إيطاليا. وأود أن أفعل ذلك هنا أيضاً لأن لاتسيو نادٍ تاريخي، وله تاريخ مشابه لتشيلسي أو برشلونة".

وواصل: "أدرك أن الأمر أكثر صعوبة هنا بسبب مجموعة متنوعة من العوامل، لكننا نؤدي بشكل جيد ونتصدر الأوروبي، لذا سرى إلى أي مدى سنصل. بلا شك، يعد الفوز بكأس أخرى "عندما يحين الوقت، سأتنحى جانباً بكل حذر، الأمر صعباً، ولكن ليس أكثر أو أقل مما فعله زملائي في الفريق".

اعتزال ماتس هوملز في يد كلاوديو رانييري

ذكرت شبكة "سكاي سبورت" أن الألماني ماتس هوملز مدافع روما الإيطالي الحالي وبايرن ميونيخ وبوروسيا دورتموند السابق يفكر في اعتزال كرة القدم بشكل نهائي. وانتقل ماتس هوملز صاحب 35 عاماً للعب في صفوف روما خلال سوق الانتقالات الصيفية في صفقة انتقال حر عقب انتهاء عقده مع بوروسيا دورتموند. ولم يحصل ماتس هوملز على فرصة اللعب مع روما بشكل أساسي حتى الآن، ولكن الأمور قد تتغير مع المدرب المخضرم كلاوديو رانييري الذي سيتولى تدريب الفريق حتى نهاية الموسم. وأشارت الشبكة إلى أن ماتس هوملز على استعداد لاعتزال كرة القدم إذا لم يمنحه كلاوديو رانييري الفرصة للمشاركة باستمرار مع الفريق. وأكملت "سكاي" أن هوملز أيضاً لا يستبعد فكرة الانتقال لفريق آخر في جانفي، ولكن الفكرة الأكبر هي اعتزال كرة القدم. ويمتلك المدافع الألماني صاحب الـ 35 عاماً، عقداً مع روما لمدة عام واحد مع إمكانية التجديد لعام إضافي. وكان روما قد عين قبل أيام قليلة كلاوديو رانييري مديراً فنياً جديداً للفريق، خلفاً للصربي إيفان يوريتش، والذي أقيل من منصبه بسبب سوء النتائج المحققة.

إنتر يضغط على ليفربول لضم كييزا

كشفت صحيفة "توتوسبورت" الإيطالية، أن نادي إنتر ميلان مستعد لمطالبة نادي ليفربول الإنجليزي بالتعاقد مع لاعبه فيديريكو كييزا على سبيل الإعارة في جانفي المقبل. وكانت هناك أنباء متداولة خلال الأيام القليلة الماضية تفيد بأن الدولي الإيطالي سيسعى إلى الانتقال على سبيل الإعارة لاستعادة لياقته البدنية، حيث لم يشارك إلا نادراً منذ انتقاله إلى أنفيلد. وتوضح الصحيفة أن رئيس إنتر بيبي ماروتا يتخذ موقفاً استباقياً في طلب كييزا على سبيل الإعارة لمدة ستة أشهر في موسم الانتقالات في جانفي ويعاني المهاجم متعدد المهارات والقادر على اللعب في أكثر من مركز من نفس المشكلة التي واجهها طوال مسيرته في السنوات الأخيرة، وهي أنه كلما بدا أنه يقترب من اللياقة البدنية الكاملة، ستظهر مشكلة عضلية لإبطاء العملية مرة أخرى. ولهذا السبب شعر جوفنتوس بالإحباط وفصل أن يخسره مقابل 12 مليون يورو فقط بالإضافة إلى المكافآت بدلاً من تقديم عقد جديد. كما أبدى روما وميلان اهتمامهما بضم كييزا في يناير على سبيل الإعارة، رغم أنهما في كل هذه الحالات سيحتاجان إلى مشاركة ليفربول في تحمل جزء من راتبه، والذي يبلغ 7.5 مليون يورو في الموسم.

عودة تونالي إلى سان سيرو تثير دعوات الرجوع إلى ميلان

ظهرت دعوات في إيطاليا مطالبة بعودة ساندرو تونالي إلى نادي ميلان، بعدما تواجد على أرض ملعب سان سيرو في صفوف منتخب إيطاليا لمواجهة فرنسا في دوري الأمم الأوروبية. ووفقاً لمواقع صحفية إيطالية فقد دفع هذا إلى المزيد من الدعوات لمغادرة نيوكاسل يونايتد والعودة إلى ميلان. وستكون هذه هي المرة الثانية التي يلعب فيها تونالي في "ملعبه" القديم منذ انضمامه إلى نيوكاسل. كانت المرة الأولى في دوري أبطال أوروبا عندما زار نيوكاسل ميلان في دوري الأبطال وانتهت بالتعادل السلبي في نهاية المطاف في بداية الموسم الماضي. وبحسب التقارير التي سبقت المباراة، فمن المتوقع أن يحظى باستقبال حار من جماهير سان سيرو عندما ينزل المنتخب الإيطالي إلى أرض الملعب ضد فرنسا. لم يخف اللاعب البالغ من العمر 24 عاماً حبه لميلان، ويميل المشجعون إلى إلقاء اللوم على النادي وليس اللاعب نفسه بشأن قرار قبول عرض نيوكاسل الصيف الماضي. كانت هناك دعوات في نقاط مختلفة هذا الموسم لإعادة تونالي إلى ميلان، ومع ذلك، فإن التقارير الواردة من كوريري ديلو سبورت توضح أن حقيقة إعادة شراء تونالي من نيوكاسل ستكون مناوراً معقدة للغاية لأسباب مالية. ويظل عقد الدولي الإيطالي مرتبطاً مع سانت جيمس بارك حتى صيف عام 2028.

فلا هوفيتش: في صربيا لا أَدافع ولا أركض مثلما هو الحال في جوفنتوس

أرسل دوسان فلا هوفيتش رسالة واضحة إلى تياغو موتا مدرب فريق جوفنتوس، موضحاً لماذا من السهل عليه اللعب مع منتخب صربيا ونهجم التكتيكي. وسجل اللاعب البالغ من العمر 24 عاماً تسعة أهداف في 16 مباراة حتى الآن هذا الموسم مع اليوفي بالإضافة إلى تمريرة واحدة. ورغم أنه لم يسجل في مباراة التعادل 1\1 مع سويسرا في دوري الأمم الأوروبية لكنه قدم التمريرة الحاسمة لهدف التعادل لألكسا تيرزيتش بعد أن أضاع ألكسندر ميتروفيتش ركلة جزاء. وقال فلا هوفيتش في حديثه: "الأمر أسهل بالنسبة لي بعض الشيء عندما يكون هناك مهاجم آخر، لأن ميتروفيتش يحتفظ بالكرة ويشارك في المواجهات الهوائية". وواصل: "كما أن المدرب لا يطلب مني الكثير من المهام الدفاعية، لذا فإن هذا يجعل الأمر أسهل أيضاً. مع لياقتي البدنية، حيث لا أركض كثيراً، عندما أركض لا أكون في حالة جيدة في إنهاء الهجمات". وربما تثير هذه التصريحات الجدل في نادي جوفنتوس، خاصة وأنها تصريحات لا تختلف كثيراً عن ما قاله في الموسم الماضي عندما كان ماسيميليانو أليغري مدرباً للفريق.

سباليتي: هزيمة إيطالية أمام فرنسا مُحبطة.. ولكن

- قال المدرب الإيطالي لوتشيانو سباليتي، مدرب منتخب إيطاليا، إن الهزيمة أمام فرنسا بنتيجة 3-1 في دوري أمم أوروبا مُحبطة، ولكنه تسمك بالإيجابيات التي خرج بها الأزوري. وكانت المباراة التي استضافها ملعب سان سيرو في ميلانو قد شهدت ثلاثية فرنسية سجلها كلا من أدريان رابيو "هدفين" ولوكاس ديني "هدف"، فيما سجل هدف إيطاليا الوحيد أندريا كامبياسو. وقال سباليتي، في تصريحات نقلها موقع فوتبول إيطاليا،: "تلقينا هدفاً في بداية اللقاء من ركلة ركنية، ومن بعد ذلك حاولنا فرض أسلوبنا، ربما تكون مصادفة أننا تلقى الكثير من الأهداف عبر الركلات الثابتة". وتابع: "المباراة كانت متوازنة، وكان يبدو أننا قادرين على العودة في أجواء التنافس، ولكن بعد ذلك تلقينا هدفاً من ركلة ثابتة، وكان من الصعب إيجاد المساحة بعد تكتل لاعبي فرنسا". وأكمل: "ما تسبب لنا في أغلب المشاكل هو أداء لاعبي الوسط وطريقة تعاملهم مع الكرة، كنا بحاجة لمزيد من الجودة في الاستحواذ على الكرة، واستخلاصها في المساحات الضيقة، نحن لم نقم بما هو كفاية في هذا الشأن". وأضاف سباليتي: "التقييم العام للفترة الأخيرة كان إيجابياً بلا شك". وتابع: "لقد رأينا بعض الأشياء الجيدة اليوم أيضاً، ولكن بوضوح هذه الهزيمة ستسبب في بعض المشاكل فيما يتعلق بالثقة، ولا ينبغي أن نحرمنها هذه الهزيمة من الإيمان بقدراتنا، لأننا أظهرناها في بعض الأحيان".



مارتن يكتب التاريخ في موتو جي بي .. قصة دراج كان قريباً من الاعتزال

توج الدراج الإسباني من فريق براماك، جورج مارتن (26 عاماً)، بطلاً للعالم للمرة الأولى في مسيرته، في منافسات موتو جي بي، رغم أنه احتل المركز الثالث، في الجولة الأخيرة التي أقيمت الأحد في برشلونة، وعاد المركز الأول إلى بطل العالم في آخر عامين، الإيطالي فرانچيسكو بانيابا، الذي فاز بـ 11 سباقاً في هذا الموسم، ورغم ذلك خسر بطولة العالم، بينما فاز السائق الإسباني في ثلاثة سباقات فقط، متقدماً بفارق 10 نقاط عن الإيطالي في الترتيب النهائي للبطولة. ونجح مارتن في قلب الطاولة على بانيابا في النصف الثاني من الموسم، فبعد الراحة الصيفية، كانت نتائج أفضل في السباق السريع "سبرينت" وكذلك في مختلف المراحل، حيث لم يكن يلهث وراء الانتصارات، بقدر ما كان ينجح في حصد النقاط، بينما كان بانيابا مهووساً بالمركز الأول، وهو ما جعله يتعرض لحوادث أفقدته نقاطاً كانت تبدو في متناوله، ولم يقدر على تعويضها في النهاية رغم أنه توج في آخر ثلاث مراحل من البطولة، وأنهى الموسم بقوة. وعوض مارتن فشله في الموسم الماضي، حيث كان يبدو قريباً من حصد اللقب العالمي، ولكنه تعثر في الجولات الأخيرة، مقابل عودة قوية من بانيابا الذي حقق نتائج مميزة في آخر المراحل، ولكن السيناريو تكرر مجدداً في الموسم الحالي، ولكن بنهاية سعيدة للإسباني الذي دخل التاريخ معيدا الإسبان إلى التتويج ببطولة العالم. وكزم جورج مارتن بلقب "السائق المبتدئ لموسم 2021"، خلال أول ظهور له في فئة موتو جي بي، ومع ذلك فقد عاش حينها موسماً صعباً للغاية، فإثناء سباق الجائزة الكبرى في البرتغال، كان ضحية لحادث مروع أصيب فيه بالإغماء، ووصفه في تصريحات نقلتها صحيفة ويست فرانس الفرنسية، "أتذكر أنني كنت في طريقي إلى العودة بعدها فقدت كل شيء، لا أتذكر أي شيء آخر. لقد كان ألماً لا أتمناه لأي شخص، لأنه كان فظيلاً. عندها فكرت في ترك كل شيء"، وقد كشف لاحقاً، أنه خلال فترة العملية فقد ما يصل إلى ثمانية كيلوغرامات بسبب الاكتئاب. ولم تكن الدراجات النارية، أول رياضة يمارسها مارتن في بدايته مسيرته، حيث كان محباً للتنس وكذلك الرياضات القتالية، قبل أن يوجه اهتمامه لاحقاً إلى الدراجات النارية، إذ كان محباً للنجيم الإيطالي، وأسطورة هذه الرياضة، فالنتينو روسي، وبعدها أصبح يشجع الإسباني جورج لوبينزو. وكادت مسيرته أن تأخذ منعطفاً خطيراً، عندما كان في الثقات الدنيا، في عام 2013، وعمره 15 عاماً، حين عانى مشكلات مالية، في ظل قلة الرعاية الذين كانوا مقتنعين بموهبته، مما أدى إلى عدم المراهنة على نجاحه، وعلى إثرها فكر في الاعتزال سريعاً والابتعاد عن هذه الرياضة، لكن فوزه في بطولة ريد بول في عام 2014، أنقذه ومنحه فرصة ثانية. كما يعرف مارتن بشخصيته القوية وسرعة الانفعال، لكن هذا لم يمنعه من إقامة علاقات جيدة خارج المضمار، كما هو الحال مع مافريك فينياليس وأليكس إسبارغوارو، حيث أقتعه صديقه بالانضمام إلى أوبريليا في عام 2025، كما أن علاقته مع فرانچيسكو بانيابا تعتبر جيدة رغم التنافس القوي بينهما في آخر عامين، ولكن عندما يدخل الحلبة، لا يقدم أية هدايا، مع العلم أنه أصبح أول سائق يتوج بالبطولة من دون أن يكون ضمن الفريق الرسمي، وذلك منذ فالنتينو روسي في عام 2001.

مارسيلو يواجه مصيراً غامضاً بسبب "تعطيلات إدارية"

لا يزال مصير المدافع البرازيلي مارسيلو (36 عاماً) مع فريقه فلومينينسي معلقاً، رغم إعلان النادي عن فسخ عقده منذ أيام بسبب خلافه مع مدرب الفريق، إلا أن الملف لم يُحسم إدارياً، وبالتالي فإن مارسيلو يبقى لاعباً في صفوف النادي البرازيلي إلى حين التوصل إلى حلول بشأن التعقيدات التي توجب إغلاق الملف نهائياً، رغم الاتفاق بين اللاعب وإدارة النادي على فسخ العقد.

وكشفت صحيفة غلوبو البرازيلية، السبت، تفاصيل تعطل فسخ عقد مارسيلو مع فريقه فلومينينسي رسمياً، حيث أشارت إلى أن بعض التعقيدات الإدارية تعطل عملية تسوية الاتفاق بشأن فسخ العقد، من بينها بعض البنود التي تتعلق أساساً بعقود الرعاية، حيث لم يقع تجاوز نقاط الاختلاف، بما أن العقد يمنح لاعب ريال مدريد سابقاً الحق في الحصول على نسبة من مبيعات النادي من الأقمصة التي تحمل رقمه، ولهذا لم ترسل إدارة النادي الاتحاد البرازيلي لتؤكد عملية فسخ العقد إلى حين تسوية جميع النقاط بشكل نهائي. وشهدت المباراة أمام فريق غريميو خلافاً كبيراً بين المدرب ومارسيلو الذي كان يستعد للدخول بديلاً قبل أن يدخل في مشادة مع مدربه الذي دفعه بطريقته لم تعجب الظهير الأيسر، ويدوره، قام المدرب بالتراجع عن إقحامه وأمره بالعودة إلى مقاعد الاحتياط، وهو تصرف زاد في تشنج اللاعب ودفعه إلى طلب الرحيل عن النادي، بعد أن عاد إليه منذ مدة قصيرة، وبالفعل، بعد ساعات قليلة من نهاية اللقاء، عُقد اجتماع حاسم جرى فيه الاتفاق على فسخ العقد. وينتهي عقد مارسيلو مع فريقه البرازيلي بنهاية العام الحالي، حيث بات المدافع صاحب التتويجات التاريخية مرشحاً لخوض تجربة أخيرة في مسيرته خلال النصف الثاني من العام الحالي، باعتبار أنه مطلوب من بعض الأندية في الدوري الإسباني، بعد أن ترك أثراً مميزاً خلال تجربته التاريخية مع ريال مدريد.

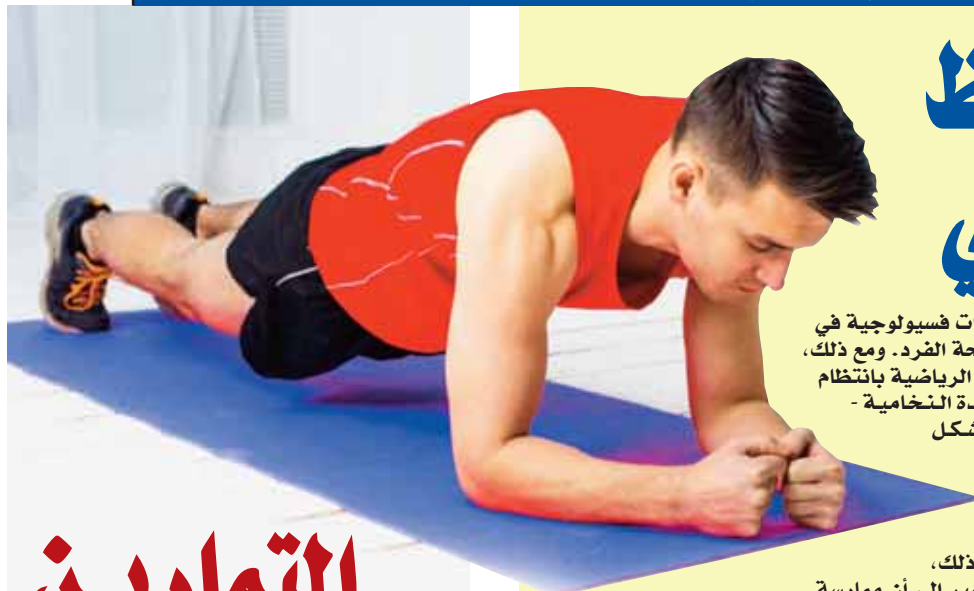
حارسة مرمرى منتخب ألمانيا تعلن عن إصابتها بالسرطان

صدمت حارسة منتخب ألمانيا ونادي بايرن ميونخ، ماريا غروس (23 عاماً)، الجماهير الرياضية في بلادها، بعدما أعلنت إصابتها بمرض السرطان، وغيبها عن الملاعب لفترة غير محددة، بسبب خضوعها لعلاج يتطلب وجودها الدائم في المستشفى. ونقلت صحيفة بيلد الألمانية، يوم السبت، عن غروس، قولها: "لم أتوقع نهائياً أن أعاني مرض السرطان، ووجود ورم خبيث في جسدي، بهذه السن المبكرة، لكن بمساعدة الجميع ودعم عائلتي والجماهير الرياضية، فإني مصممة على تحقيق الانتصار ضد هذا المرض، وسأغيب حالياً عن الملاعب لفترة غير محددة". وتلعب حارسة منتخب ألمانيا ونادي بايرن ميونخ، ماريا غروس، مع العملاق البافاري، منذ عام 2019، وحققت لقب منافسات الدوري الألماني للسيدات في ثلاث مناسبات، ما جعلها تتلقى الدعوة لتمثيل المنتخب الأول، لكنها غابت عن خوض المواجهات، نتيجة خضوعها في الفترة الأخيرة لعملية جراحية في اللوزتين. وأوضحت حارسة منتخب ألمانيا ونادي بايرن ميونخ، "أنا متأكدة من تلقي دعم الجميع، سأعود مرة أخرى إلى الملاعب، بعد الانتصار على هذا المرض اللعين".

أنا في أيد أمينة، ولدي ما أريده حالياً"، فيما أكدت إدارة العملاق البافاري وقوفها إلى جانب عائلة النجمة الشابة، في هذه المحنة الصعبة، التي تعد صدمة لجميع الجماهير الرياضية في البلاد. واختتمت الصحيفة بالإشارة إلى أن إدارة بايرن ميونخ تحركت مباشرة، وقررت إتاحة الخدمات الطبية في الفريق أمام غروس، كي تستفيد من الاستشارات والعلاج الطبي، بالإضافة إلى تمديد عقدها، حتى الثلاثين من شهر جوان عام 2026، ما يعني دعماً كبيراً لصاحبة الـ 23 عاماً، التي ستبتعد عن الملاعب لوقت طويل للغاية.



كيفية الحفاظ على النشاط البدني



الإجهاد النفسي إلى تغيرات فسيولوجية في الجسم، تلحق الضرر بصحة الفرد. ومع ذلك، ثبت أن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام تقاوم نشاط محور الغدة النخامية - الكظرية، وبالتالي تشكل جبهة حماية تمنع الاستجابة للإجهاد العام الناتج عن تزايد القلق النفسي. بالإضافة إلى ذلك، هناك أيضا أدلة قوية تشير إلى أن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام مفيدة لمن يعانون من الاكتئاب واضطرابات ما بعد الصدمة. وتعد آلية التأثير معقدة، لكنها قد تنطوي على حدوث تحسينات في وظيفة الناقل العصبي للجهاز العصبي المركزي، بما في ذلك النظام الدوباميني وبيتا إندورفين. في حالة عدم وجود أي أدوات رياضية محددة، فإن أفضل شكل من برامج التمارين التي يمكن ممارستها بالمنزل هي تمارين "وزن الجسم"، مثل الضغط والرفصاء والرقص واليوغا. وتشتمل تمارين "وزن الجسم" على الرفصاء والرفصاء برجل واحدة، والضغط، وتمرين الاستلقاء مع مد الرجلين وثني الركبتين، والتمارين الأساسية مثل البلانك/ الجسر، والوثب بالنجوم، وتمرين بربريز، والاندفاع مع المشي، وحتى تمارين الجري في المكان. وباستخدام الحد الأدنى من المعدات، يمكن القيام بتمارين مثل نط الحبل أو صعود الدرج. ويمكن استعمال مواد مثل الكتب أو زجاجات المياه أو الأظعمة كبديل للأوزان. ويمثل الرقص شكلا رائعا للتمارين الرياضية المرححة والسهلة، ولكنه يجب أن يكون بوتيرة شديدة لرفع معدل نبضات القلب. وتشكل تمارين اليوغا كذلك شكلا ممتازا من أشكال التمارين الرياضية التي يمكن أن تؤدي في المنزل، حيث تعد تمارين قوية وهوائية صعبة. وهناك العديد من برامج التمارين الرياضية المنزلية على موقع اليوتيوب. ويظهر البحث السريع عن "التمارين المنزلية" أو "أفكار تمارين وزن الجسم" أو "التمارين الداخلية" أو "تمارين اليوغا المنزلية" آلاف التمارين التي تتنوع من حيث شدتها ومدتها. أداء تمارين رياضية يجد أدنى 20 دقيقة خلال الجلسة الواحدة بمعدل 3 مرات في الأسبوع (ولكن أداء التمارين الرياضية ولو لمرة واحدة في الأسبوع أفضل من الامتناع عن أدائها بالمرة نظرا للظروف غير المواتية) لأن التمارين الرياضية تحسن من معدل نبض القلب والتنفس. ويجب أن تكون شدة التمارين مساوية للمشي السريع، ويجب أن تتأكد من الحفاظ على الاستمرارية خلال أداء التمارين. فعلى سبيل المثال، حاول الحفاظ على معدل نبض قلب وتنفس مرتفع لمدة 20 دقيقة مستمرة قبل الحصول على الراحة أو الاستراحة. ويمكن للأشخاص الذين يتمتعون بمستويات لياقة بدنية متقدمة ممارسة التمارين عالية الشدة. ويشتمل هذا النوع من التمارين على التدريب لفترات أقصر (بمعدل يتراوح من 2 إلى 10 دقائق)، وأداء تمارين رياضية عالية الشدة يتخللها فترات استراحة. وتؤدي هذه التمارين إلى رفع معدل نبض القلب والتنفس والإحساس بالتعب البدني، وهو ما يؤدي في النهاية إلى الشعور بالحاجة إلى التوقف أو الإبطاء. وهناك العديد من أشكال التمارين عالية الشدة، ولكن نقطة الانطلاق البسيطة والأساسية يجب أن تبدأ على النحو التالي:

أداء تمارين الإحماء البسيطة لمدة 10 دقائق، وبعدها أداء التمارين عالية الشدة أو الشديدة جدا، ثم أداء تمارين معتدلة الشدة أو (تمارين الاستشفاء) لمدة تتراوح ما بين دقيقتين إلى ثلاث دقائق، مع تكرار هذه التمارين بمعدل يتراوح ما بين 4 - 6 مرات، ومن ثم قضاء من 5 - 10 دقائق في أداء التمارين المعتدلة. الالتزام بشكل أكثر صرامة بإرشادات التباعد الاجتماعي أثناء أداء التمارين الرياضية، لا سيما إذا كنت تؤدي تمارين المشي أو الجري في الخارج، والابتعاد عن الآخرين أثناء أداء التمارين بسبب ارتفاع معدل التنفس في هذه الفترة. ومن المهم الحفاظ على رطوبة الجسم مع اقتراب فصل الصيف، وتجنب أداء التمارين خلال ساعات النهار الحارة.

يؤدي النشاط البدني المنتظم إلى تحسن الصحة والرفاهية العامة لأفراد المجتمع. وتوفر التمارين الرياضية المعتدلة، مثل المشي السريع، والتمارين الشديدة مثل الهولة أو الجري، فوائد واسعة تشمل تقليل خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، والسكتة الدماغية، وارتفاع ضغط الدم، والنوع الثاني من داء السكري، والسمنة، والسرطان، ومرض الانسداد الرئوي المزمن. وقد ثبت كذلك أن النشاط البدني المنتظم مفيد في علاج الأمراض النفسية مثل الاكتئاب. وفي الحقيقة، يُعدّ الخمول البدني من أهم عوامل الخطر المرتبطة بحدوث هذه الأمراض المزمنة وتفاقمها، ويفرض تهديدا متزايدا يتمثل في ارتفاع احتمالات إصابة الأصحاء بهذه الأمراض في وقت لاحق من حياتهم. ولهذا السبب، من المهم للناس الحفاظ على أداء التمارين الرياضية بانتظام، للوقاية من الأمراض المزمنة، أو الحد من آثارها الضارة. ومع انتشار فيروس كوفيد-19، أصبحت هذه التوصيات أكثر أهمية لأن البيانات المتوافرة حاليا عن الفيروس تظهر بوضوح أن الأفراد المصابين بحالات صحية مزمنة يكونون أكثر عرضة للإصابة به. ولهذا السبب، فإننا ننصح أفراد المجتمع بالحفاظ على صحتهم خلال فترة انتشار الفيروس. ونظرا لإغلاق مراكز اللياقة البدنية والأندية الصحية، هناك طريقتان أساسيتان يمكن للجماهير من خلالهما الحفاظ على النشاط البدني بانتظام، وهما أداء التمارين الرياضية في المنزل أو في الخارج، مع الحفاظ على التباعد الاجتماعي. وحسبما ذكرت من قبل، يمثل أداء التمارين الرياضية في المنزل أو الخارج، عندما يكون هذا الأمر ممكنا، خيارا جيدا. من المهم أن نفهم أولا أن هناك نوعان من المناعة هما: المناعة الفطرية والمناعة المكتسبة. وتشير المناعة الفطرية إلى آليات دفاعية غير محددة تساعدنا في مكافحة مجموعة متنوعة من مسببات الأمراض، بما في ذلك الفيروسات، والبكتيريا، والكانائن الأولية. وتشير المناعة المكتسبة إلى تطوير الأجسام المضادة (الجلوبينات المناعية) التي تعمل مثل "ذاكرة" جزيئية لمسبب أمراض محدد. وتتطور المناعة المكتسبة فقط عن طريق التعرض لمسبب أمراض محدد أو عبر الحصول على لقاح. ويجب ملاحظة أن فيروس SARS-cov2 (الفيروس الذي يسبب كوفيد-19) هو فيروس "مستجد". ويعني هذا أنه ليس هناك أي إنسان قد اكتسب مناعة ضد هذا الفيروس من قبل. ولهذا السبب، لن تؤدي ممارسة التمارين الرياضية بمفردها إلى تطوير مناعة مكتسبة ضد هذا الفيروس. ولكن من المعروف أن أداء التمارين الرياضية بانتظام يعزز وظيفة جهاز المناعة الفطري. ويعني ذلك أن التمارين الرياضية في حد ذاتها لا يمكن أن تقي الشخص من التعرض للإصابة بفيروس كوفيد-19 إذا أصيب بفيروس SARS-cov2، ولكنها ستساعد الشخص في مكافحة الإصابة بفيروس كوفيد-19، وستخفف من حدة المرض. وعلى الرغم من عدم وجود تمارين رياضية محددة تعزز من جهاز المناعة الفطري، فإن الاستمرار في أداء التمارين الهوائية المعتدلة إلى الشديدة بانتظام يمثل عنصرا أساسيا لتقوية جهاز المناعة. ونحن ننصح بأداء 150 دقيقة من التمارين الرياضية الهوائية في الأسبوع، وهو ما يعادل أداء تمارين المشي السريع لمدة 40 دقيقة بواقع 4 مرات في الأسبوع. التمارين الهوائية المعتدلة إلى الشديدة هي أفضل شكل للتمارين الرياضية التي تعزز أداء الجهاز التنفسي. وقد ثبت أن هذا الشكل من التمارين يحسن من قوة العضلات التنفسية وتحملها، بالإضافة إلى تحسين قدرة الرئتين على امتصاص الهواء، والتدفق الضعيف للهواء من خلال المسالك الهوائية الكبيرة والصغيرة. ويمكن أن يكون التوقف أو الامتناع عن التدخين أكثر فائدة لتحسين صحة الجهاز التنفسي عن مجرد أداء التمارين الرياضية بمفردها. ونحن نوصي بشدة بالإقلاع عن التدخين وأداء التمارين الرياضية بانتظام. لا شك أن ممارسة النشاط البدني بشكل منتظم يحسن الصحة النفسية بأشكال متعددة. ومن المعروف عن التمارين الرياضية على وجه الخصوص أنها تبطل مفعول التأثير الضار بالصحة الناتج عن الضغط النفسي. وخلال هذه الفترة الاستثنائية، يشعر العديد من الأفراد "بضغط نفسي" نتيجة المخاوف المتعلقة بسلامتهم الشخصية، وأمنهم المالي، وعدم اليقين تجاه المستقبل. ويعمل هذا النوع من التوتر على تنشيط محور "الغدة النخامية - الكظرية"، الذي يساعد على تحويل

التمارين الرياضية ودورها في زيادة التركيز

هناك بعض التمارين الرياضية التي تساهم في تقوية الذاكرة وزيادة التركيز مثل ارتداء الملابس بعيون مغمضة، والمشاركة في إعداد الطعام مع وضع سدادات في الأذن، تغيير الروتين اليومي الذي نعيش فيه مثل تغيير الطريق التي نسير فيها بشكل يومي والبحث عن طرق أخرى وكذلك تغيير المحلات التي تعودنا الشراء منها، بالإضافة إلى تمارين الحروف وهو محاولة استخدام جميع الحروف يوميا وذكر اسم بلد أو ممثل يبدأ بحرف معين. أثبتت الدراسات في الأونة الأخيرة الدور الذي تلعبه في النشاط البدني في تقوية الذاكرة ومقاومة النسيان. حيث أظهرت الدراسات أن يساهم النشاط البدني بشكل كبير في تقوية الذاكرة، خاصة في منتصف العمر عندما تبدأ الذاكرة في المرحلة الضعيفة، عندما يتقدم العمر، تضعف الخلايا العصبية التي تزود الدماغ بالدم بسبب تدهور الدورة الدموية. وبالتالي يبدأ الدماغ يعاني من نقص الدم، مما يؤدي إلى النسيان، ويظهر هنا دور النشاط البدني الذي يمارسه الشخص، مما يساعد على تحفيز الدورة الدموية. لذا فإن التمرين بشكل مستمر يساعد في تجديد خلايا الدماغ، وخاصة الخلايا المسؤولة عن تخزين المعلومات، ويساهم أيضا في تكوين خلايا جديدة ويزيد معدل ضخ الدم في خلايا الدماغ. مما يحافظ على قوة الذاكرة وتركيزها ويقلل من النسيان. هناك بعض التمارين التي تساهم في تقوية الذاكرة وزيادة التركيز، مثل ارتداء الملابس بعيون مغلقة، والمشاركة في إعداد الطعام باستخدام سدادات الأذن، تغيير الروتين اليومي الذي نعيش فيه، مثل تغيير الطريقة التي نذهب بها يوميا والبحث عن طرق أخرى، وكذلك تغيير الأماكن التي اعتدنا على الشراء منها، بالإضافة إلى تمارين الحروف، وهو محاولة استخدام جميع الحروف يوميا وذكر اسم الدولة أو الفاعل الذي يبدأ بحرف حرف، حيث يساهم هذا التمرين في زيادة القدرة العقلية ويحول الدماغ إلى عمل دائم. بالعين فقط بدون استخدام قلم، فهو يساعد على تحفيز الدماغ، والتحكم في الإدراك البصري، وتقوية الذاكرة، وتحت على زرع مادة رمادية فيها، وهي مادة تؤثر بشكل كبير على الذاكرة والقدرات بالنسبة للعقلية، فإن الجري يساعد أيضا على نمو آلاف خلايا الدماغ التي تحسن الذاكرة.



المدير العام : **مجدوب بن صالح**

الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني**

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

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 - قارايدى عمارة برقم 05-الجزائر-

البريد الإلكتروني:

Dzairtube13@gmail.com

SPORT
يومية رياضية جزائرية

من أجل اشارككم توجعوا إلى،
المؤسسة الوطنية للاتصال، النشر والأشهار وكالة
ANEP، المتواجدة ب01هـج 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
programmation.regie@anep.com.dz
agence.urain@anep.com.dz
agence.annala@anep.com.dz
agence.ouragla@anep.com.dz
agence.constantine@anep.com.dz



لإشهاراتكم:

📍 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

تابعونا على
مواقع التواصل الاجتماعي:

