

کاپیتان‌های ایران در تاریخ جام ملت‌های آسیا مرور شد

چند رکورد برای یک بازیکن



مسعود شجاعی بازیکنی است که در جام ملت‌های پیش رو وظیفه کاپیتانی تیم کی‌روش را برعهده دارد. بازوبند کاپیتانی فقط یک تکه پارچه نیست. بر اساس این که چه کسی آن را بر بازویش می‌بندد ارزش و اعتبار متفاوتی پیدا می‌کند.

تیم ملی ایران در سال‌های اخیر همواره کاپیتان‌های کارزماتیک داشته است. بازیکنانی که هر کدام اعتبار و شخصیت ویژه‌ای داشته و حضور آنها وزنه روحی و فنی برای ایران در تورنمنت‌ها و بازی‌های مختلف بوده است.

به گزارش وبسایت نود، یکی از نقاط ضعف تیم ملی ایران در یکی، دو سال اخیر را شاید بتوان معضل نداشتن کاپیتان دانست. بعد از رفتن جواد نکونام بازوبند کاپیتانی به مسعود شجاعی رسید اما فیکس نبودن او در بعضی از بازی‌ها باعث شد تا این بازوبند دست به دست شده و ما یک کاپیتان واحد در روسیه نداشته باشیم. در جام ملت‌های آسیا هم مسعود شجاعی کاپیتان اول ایران است و احسان حاج‌صفی و انصاری فرد و دژاگه گزینمه‌های بعدی. در دوره‌های مختلف کدام بازیکنان این وظیفه سنگین را برعهده داشتند؟

جواد نکونام

در دو جام ۲۰۱۵ و ۲۰۱۱ کاپیتان ایران بود. نکونام در اولین جامی که بازوبند کاپیتانی را بر بازو بست سردمدار اختلاف با سرمربی تیم بود و اختلاف او و چند بازیکن دیگر با افشین قطبی در آن تیم حاشیه‌هایی را بوجود آورد. برخلاف جام ملت‌های سال بعد که رابطه نکونام و سرمربی تیم ملی، کارلوس کی‌روش به قدری ویژه بود که حتی شایعاتی را در مورد نقش او در خط خوردن بعضی از بازیکنان مطرح کرد.

مهدی مهدوی کیا

او در حالی که جام ملت‌های آسیا ۲۰۰۷ آمد که به تازگی از مرز صد بازی ملی رد شده بود بازوبند را هم بر بازو بست و با روحیه بسیار بالا و آمادگی فنی پای به این رقابت‌ها گذاشت. مهدوی کیا اولین بازیکنی بود که توانست به رکورد ۴ دوره حضور در جام ملت‌های آسیا برسد. قبل از مهدوی کیا فقط دو بازیکن در قاره‌ی آسیا بودند که ۴ بار در جام ملت‌های آسیا حضور داشته‌اند؛ عدنان الطالابی بازیکن امارات و لی مینگ بازیکن چین.

علی دایی

علی دایی در دو سال ۲۰۰۴ و ۲۰۰۰ بازوبند ایران را بر بازو بست، او در سال ۲۰۰۰ که برای اولین بار کاپیتان تیم

او در این جام یک پنالتی برای ایران را در مرحله نیمه‌نهایی از دست داد تا خاطره بدی از آن جام برای او رقم بخورد.

سبروس قایقران

در سال‌های ۱۹۹۲ و ۱۹۸۸ کاپیتانی شایسته برای تیم ملی بود و یکی از محبوب‌ترین و بااخلاق‌ترین بازیکنانی بود که بازوبند کاپیتانی را تصاحب کرد.

در جام ۱۹۸۴ محمد پنجعلی، ۱۹۸۰ ناصر حجازی، ۱۹۷۶ پرویز قلیچ‌خانی، ۱۹۷۲ مصطفی عرب و ۱۹۶۸ حسن حبیبی این وظیفه را برعهده داشتند.

امسال مسعود شجاعی کاپیتان اول تیم کارلوس کی‌روش است. بازیکنی که شاید بازیکن فیکس ایران در تمام بازی‌ها نباشد اما وظیفه کاپیتانی‌اش را باید در تمام بازی‌ها و حتی

ملی شد هنوز آقای گل جهان نشده بود اما با ۸ گلی که در جام ملت‌های آسیا ۱۹۹۶ زد بیشترین تعداد گل زده یک بازیکن در جام ملت‌های آسیا را به ثمر رساند. دایی به عنوان بازیکن تیم بایرن مونیخ همان زمان هم حساسی نام بزرگی در آسیا محسوب می‌شد.

محمد خاکپور

کاپیتان تیم ملی ایران در جام ملت‌های آسیا ۱۹۹۶ یکی از ارکان اصلی تیمی بود که در این رقابت‌ها به میدان رفت و همه را شگفت‌زده کرد. در این دوره قرار بود احمدرضا عابدزاده بازوبند کاپیتانی را بر بازو ببندد اما مصدومیت انگشتان دست او و نیمکت‌نشینی‌اش در اکثر بازی‌ها باعث شد تا این وظیفه به دوش محمد خاکپور گذاشته شود. البته

خارج از زمین مسابقه انجام دهد. وظیفه‌ای که او حالا با تجربه فعلی‌اش به خوبی با آن آشناست. شجاعی تنها بازیکن تیم ملی ایران است که سه دوره حضور در جام جهانی را تجربه کرده و به همراه مهدوی کیا و دایی از معدود بازیکنانی که چهارمین جام ملت‌های خود را هم تجربه می‌کند. دو جام معتبر که حضور در آنها برای کاپیتان تیم ملی در امارات به پایان می‌رسد. بهترین پایان برای او که با حضور در هفتمین جام به اولین بازیکن رکورددار تیم ملی تبدیل می‌شود فقط و فقط یک جام می‌تواند باشد. جامی که شجاعی شایسته بالاترین آن است و امیدوار است که این رکوردشکنی با شکستن یک طلسم ۴۰ ساله همراه باشد و این دو افتخار بزرگ همزمان در کارنامه فوتبالی‌اش ثبت شود.



باورهای اشتباهی که شادی را از شما می‌گیرد

شادی بزرگ‌ترین آرزوی هر فردی است. شاید فکر کنید که شادی به سادگی به دست نمی‌آید اما در واقع این ماییم که گاهی با افکارمان آن را از خود دور می‌کنیم. باورهای رایجی در میان ما وجود دارد که موجب می‌شود مدام احساس ناراحتی کنیم، اگر بدانیم که این باورها اشتباهند و زاویه دیدمان را تغییر دهیم، زندگی شادتری را تجربه خواهیم کرد.

شادی من وابسته به دیگران است

یکی از اشتباهات رایجی که در مورد شادی وجود دارد، این است که ما تصور می‌کنیم شادی‌مان وابسته به رفتار و حرف‌های دیگران است. اگر چه ما در کنار دیگران احساس شادی و خوشبختی بیشتری خواهیم کرد اما این بدین معنی نیست که خوشحالی ما به آنها گره خورده است. به بیان دیگر، آنها تنها زمانی می‌توانند در حال و روز ما تاثیرگذار باشند که خودمان بخوایم. ما زمانی خوشحال خواهیم بود که ترس، نگرانی و مشکلات خود را بتوانیم در زمان حال حل کنیم. اگر ذهن ما از افکار منفی خالی باشد، جای برای خوشحالی باز می‌شود. بنابراین بهتر است که در زمان حال زندگی کنیم و به دیگران نیز این اجازه را ندهیم که مانع از خوشحالی‌مان شوند.

من زمانی خوشحال خواهم بود که به هدفم برسم

یکی دیگر از باورهای غلطی که در مورد خوشحالی وجود دارد این است که ما تنها زمانی که به خواسته‌هایمان برسیم خوشحال خواهیم بود. به عنوان مثال با خودمان می‌گوییم که اگر در کارمان پیشرفت کنیم، اگر پولدار شویم، اگر خانه بخریم یا به مسافرت برویم... خوشحال خواهیم بود، غافل از اینکه نمی‌دانیم عمرمان را به انتظار روزی که شاید هیچوقت نیاید، تلف کرده‌ایم. این مشکلی است که تقریباً همه ما با آن دست و پنجه نرم می‌کنیم. به این علت که از آینده بی‌خبریم، اما اگر یاد بگیریم که با داشته‌هایمان خوشحال باشیم و حسرت روزهای نیامده را نخوریم، زندگی شادتری را نیز تجربه خواهیم کرد.

هیچ اتفاق خوبی نخواهد افتاد

برخی از افراد با نگاه بدبینانه‌ای که دارند، زندگی را به کام‌شان تلخ می‌کنند. آنها مدام با خودشان می‌گویند که در زندگی هیچ شانس‌ی نداشته‌اند و از این پس هم هیچ اتفاقی خوبی نخواهد افتاد. متأسفانه همین تصور باعث می‌شود که چنین افرادی مدام بد بیابند. در واقع افکار ما بر اتفاقات زندگی‌مان تاثیرگذارند. همین نگاه منفی باعث می‌شود که ما چشمانمان را به روی زیبایی‌های زندگی ببندیم و به همه چیز نگاهی منفی داشته باشیم. اما اگر این عینک بدبینانه را از چشم‌هایمان دور آوریم، خواهیم دید که اطرافمان پر است از اتفاقات خوبی که می‌تواند ما را تبدیل به فردی شاد و سرزنده کند.

افکار منفی، بد است

یک باور اشتباهی که اکثر ما داریم این است که تا زمانی شادیم که افکار منفی در ذهن‌مان جای نگیرند. در واقع به محض اینکه فکری منفی می‌کنیم، شادی از زندگی‌مان می‌رود، در حالی که واقعیت چیز دیگری است. ما نمی‌توانیم از شر افکار منفی خلاص شویم اما قدرت آن را داریم که آنها را از خود دور کنیم. به عنوان مثال زمانی که ما افکارمان احساسات منفی‌مان را به زبان می‌آوریم یا که آنها را می‌نویسیم، در واقع به شیوه‌ای در حال دور کردن آنها از خودمان هستیم اما اگر آنها را نادیده بگیریم و مدام سرکوب‌شان کنیم، نمی‌توانیم علت و ریشه آنها را ببینیم. در این شرایط آنها در ناخودآگاه ما می‌مانند و هیچوقت رهای‌مان نمی‌کنند. بهترین روش برای مقابله با احساسات، به چه مثبت و چه منفی، این است که به آنها فرصت بیان دهیم. تا زمانی که این احساسات به دیگران آسیب نرسانند، ما می‌توانیم ترس، نگرانی و ناراحتی‌مان را بیان و از این طریق آنها را از خودمان دور کنیم.

همه چیز باید تحت کنترل من باشد

ما همیشه در تلاشیم تا تمام وقایع اطرافمان را کنترل کنیم. به همین دلیل است زمانی که شکست می‌خوریم، ناراحت و ناامید می‌شویم و احساس می‌کنیم که شادی در زندگی‌مان جایی ندارد، اما باید این واقعیت را بپذیریم که کنترل تمام امور، غیرممکن است. در حقیقت ما تنها می‌توانیم تنها رفتارها و رفتارهای خودمان تسلط داشته باشیم. از این رو به جای این که زمان‌مان را بیهوده صرف کنترل چیزهایی که از توان ما خارج است کنیم، بهتر است که روی افکار خودمان کار کنیم و همیشه این جمله را با خودمان تکرار کنیم: «همه چیز بر وفق مراد من پیش خواهد رفت.»

گوشی هوشمند تاشو ال جی در راه است؟

پاییز سال جاری ال جی تایید کرد که در حال کار روی یک گوشی با صفحه نمایش تاشو است. برخی از شایعات که سریعاً تکذیب شدند خبر از معرفی این گوشی در رویداد CES ۲۰۱۹ می‌دادند. حال و بر اساس اطلاعات جدیدی، از این دستگاه که پتنت تازه ال جی هم احتمالاً به آن مربوط می‌شود در سه ماهه سوم ۲۰۱۹ رونمایی خواهد شد.

این پتنت که در ۶ دی منتشر شده، یک دستگاه که شامل صفحه نمایش منعطف در بخش بیرونی خود می‌شود را توصیف می‌کند. نکته جالب در رابطه این پتنت این است که صفحه نمایش این گوشی در محلی که خم شده است نیز قابل استفاده خواهد بود. دو حفره در بالا و پایین دستگاه دیده می‌شود و این در حالی است که حفره کوچک‌تری هم در سمت چپ وجود دارد. در ضمن و با وجود آن که پتنت، یک گوشی هوشمند تاشو را به تصویر می‌کشد، سمت راست این دستگاه هنگام تا شدن حالتی خمیده دارد.

اگر کاربران بخواهند از دستگاه به عنوان یک تبلت استفاده کنند، می‌توانند از طریق کشیدن قسمت عقبی به راست، به راحتی این موبایل را باز کنند. نکته قابل توجه در مورد این پتنت به مکانیسم منحصر به فرد لولای بین دو صفحه نمایشگر بر می‌گردد که هنگام باز شدن، از سمت چپ گوشی ۱ اینچ به اندازه عرض صفحه نمایش اضافه می‌کند. مطابق انتظار، هنگام باز شدن گوشی سیستم عامل هم با فرم جدید خود را سازگار می‌کند و از قسمت‌های اضافه شده برای نمایش جزئیات تازه‌ای استفاده خواهد کرد. در بخش جداگانه‌ای، پتنت جدید ال جی چند طرح بندی جالب دوربین دستگاه را شرح می‌دهد. در یکی از آنها دوربین در قالب مجموعه‌ای ماتریس مانند عمل می‌کند که اجازه گرفتن چند عکس از زوایای مختلفی را می‌دهد. در طرح دیگر نیز گرفتن تصاویر سه بعدی توسط دوربین به تصویر کشیده می‌شود.

در حالت خوشبینانه چند بالا توصیف گوشی هوشمند تاشو ال جی خواهند بود، از سمت دیگر مست است این موارد تنها پتنت جدیدی از ال جی باشند و حتی محصول ذکر شده هیچ وقت به تولید نهایی نرسد. پیش از این هم این کمپانی اعلام تجاری تازه‌ای را به سمت رسانده بود که به دستگاه‌هایی با صفحه نمایش تاشو مربوط می‌شدند.

ایران به دنبال حفظ رکورد تاریخی خود در جام ملت‌های آسیا

ایران در طول تاریخ جام ملت‌های آسیا بیشترین تعداد آقای گل مسابقات را دارد. به گزارش وب سایت نود، تیم ملی ایران یکی از پرافتخارترین تیم‌های تاریخ جام ملت‌های آسیاست و رکوردهای زیادی به نام این تیم ثبت شده است. ایران در ادوار این رقابت‌ها همیشه گلزنان برجسته‌ای داشته است و در ۷ دوره از ۱۷ دوره این بازیها آقای گل مسابقات از ایران بوده است و هیچ کشوری به اندازه ایران این عنوان را به خود اختصاص نداده است. کره جنوبی نیز با ۵ آقای گل در رتبه دوم جای دارد.

آقای گل‌های ایران در جام ملت‌های آسیا

ایران اولین حضور خود را در سال ۱۹۶۸ تجربه کرد که همایون بهزادی با ۴ گل آقای گل مسابقات بازیها شد. در دوره بعدی در ۱۹۷۲ حسین کلانی با ۵ گل به تنهایی این عنوان را کسب کرد. جام ملت‌های ۱۹۷۶ سه آقای گل مشترک داشت که ۲ آقای گل از ایران بودند که غلامحسین مظلومی و ناصر نورایی با ۳ گل به این موفقیت رسیدند. در سال ۱۹۸۰ هرچند نور قهرمانی های ایران پاره شد ولی بهتاش فریبا با درخشش خیره کننده و زدن ۷ گل آقای گل مسابقات شد در دوره بعد نیز وضعیت به همین منوال بود و شاهرخ بیانی و ناصر محمدخانی با ۳ گل بهترین گلزنان مسابقات شدند. پس از آن دو دوره در آقای گلی بازیکنان ایران وقفه ایجاد شد تا اینکه در جام ملت‌های ۱۹۹۶ علی دایی

همه چشم‌ها را به خود خیره کرد و با ۸ گل آقای گل مسابقات شد این بیشترین تعداد گلی است که یک بازیکن در یک دوره از بازیها را به نام خود ثبت کرده است. پس از آن علی کریمی در سال ۲۰۰۴ با ۵ آقای گل مسابقات شد تا آخرین آقای گل ایرانی بازیها باشد.

امیدوار به آقای گل پس از ۱۵ سال

پس از سال ۲۰۰۴ همان طور که تیم ملی موفق به حضور در جمع ۴ تیم برتر آسیا نشد در کسب عنوان آقای گلی نیز ناکام ماند ولی این دوره وضعیت تیم ملی به گونه ای است که امیدها را برای پایان بخشیدن به ناکامی ادوار اخیر زنده شده و به جز آن می‌توان خوش‌بین بود که باز هم آقای گل مسابقات ایرانی باشد. گروه‌بندی مسابقات نیز به گونه‌ای است که به آقای گل شدن ایرانی‌ها کمک می‌کند. تیم ملی در ۲ بازی نخست باید با تیم‌های چین و ویتنام روبه‌رو شود. این ۲ تیم سابقه درخشانی در فوتبال آسیا ندارند و با توجه به شرایط جدول ایران برای سرگروهی محکوم به پیروزی پرگل برابر این تیم‌هاست تا شانس آقای گل شدن مهاجمان تیم ملی بیشتر شود. مهدی طارمی و سردار آزمون دو مهاجم اصلی تیم ملی در بازیهای تدارکاتی اخیر تیم ملی آماده نشان دادند تا امیدواری به کسب عنوان آقای گلی بیش از پیش شود.

کاهش التهاب ناشی از ام‌اس با کمک سلول‌های ایمنی روده

از روده به مغز حرکت کنند، راه جدیدی را در بررسی بیماری‌های مربوط به التهاب عصبی نشان می‌دهد و می‌تواند گامی به سوی ارائه درمان‌های جدید برای تعدیل یا توقف ام‌اس و اختلالات مربوط به آن باشد.

این پژوهش جدید بیش از ارائه پاسخ، سوالاتی را در مورد سلول‌های ایمنی روده، پدید آورده است. پژوهشگران هنوز از وجود باکتری خاصی در تولید این سلول‌ها و یا نقش میکروبیوم روده در آغاز بیماری‌های التهاب عصبی روده مطمئن نیستند. آنها قصد دارند این پژوهش را برای یافتن نتایج بالینی در مورد ام‌اس ادامه دهند.

جن گومرمان، از نویسندگان این پژوهش گفت: اگر ما بتوانیم واکنش این سلول‌ها را درک کنیم، ممکن است از عهده درمان ام‌اس با تعدیل میکروبیوم‌های روده نیز برآیم. این راه، بسیار ساده‌تر از رساندن دارو به مغز است.

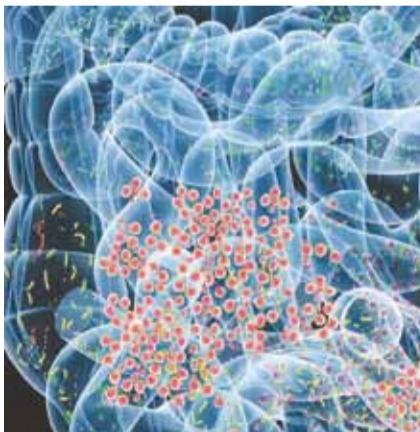
پژوهشگران با بررسی نمونه مدفوع بیماران دریافتند سطح ایمنوگلوبولین‌های هنگام فصل بودن التهاب ناشی از ام‌اس، پایین‌تر است. همچنین در بررسی روی موش‌ها مشخص شد افزایش سلول‌های ایمنوگلوبولین‌های، با ارائه بینش جدیدی در مورد ارتباط روده و مغز نشان می‌دهد که شاید روده، منبع سلول‌های ایمنی باشد که التهاب مغز را در بیماری ام‌اس کاهش می‌دهند.

بر اساس این پژوهش جدید، سلول‌های ایمنی موجود در روده می‌توانند پادتن‌هایی موسوم به ایمنوگلوبولین‌های تولید کنند. ایمنوگلوبولین‌ها، دسته‌ای از مولکول‌های زیستی هستند که در سیستم ایمنی فعالیت می‌کنند. سلول‌های

پژوهشگران آمریکایی و کانادایی در بررسی جدیدی دریافتند که شاید سلول‌های ایمنی روده بتوانند التهاب ناشی از ام‌اس را کاهش دهند.

به گزارش ایسنا و به نقل از گیزمگ، شاید درک ارتباط میان روده و التهاب مغز، یکی از هیجان‌انگیزترین موضوعات جدید در حوزه پژوهش پزشکی باشد. بررسی جدید پژوهشگران دانشگاه تورنتو و دانشگاه کالیفرنیا، سان‌فرانسیسکو، با ارائه بینش جدیدی در مورد ارتباط روده و مغز نشان می‌دهد که شاید روده، منبع سلول‌های ایمنی باشد که التهاب مغز را در بیماری ام‌اس کاهش می‌دهند.

بر اساس این پژوهش جدید، سلول‌های ایمنی موجود در روده می‌توانند پادتن‌هایی موسوم به ایمنوگلوبولین‌های تولید کنند. ایمنوگلوبولین‌ها، دسته‌ای از مولکول‌های زیستی هستند که در سیستم ایمنی فعالیت می‌کنند. سلول‌های



کفش‌های جدید برای لامبورگینی اوروس!

با اینکه لامبورگینی اوروس یک شاسی‌بلند فول سایز همچون کادیلاک اسکالید نیست اما گلگیرهای آن دارای قوس‌های چرخ بزرگی است که به این ترتیب می‌توانید رینگ و لاستیک‌های بزرگ را زیر خودرو نصب کرده و البته نگرانی‌ای از بابت ظاهر خودرو نداشته باشید.

البته رینگ‌های ۲۴ اینچی پنج برج در دوپل فورجیاتو TEC ۳.۹ بکار رفته در این خودرو که طراحی لبه داخلی دارند ماجرای دیگری دارند و شاید لامبوسی مورد بحث ما اوقات سختی را داشته باشد چراکه ظاهر استوک ولی گیرای اوروس تحت تأثیر این رینگ‌ها قرار می‌گیرد.

رینگ‌های مورد بحث به سری تکنیکی فورجیاتو تعلق داشته و تنها با ابعاد ۲۴ اینچی در دسترس هستند. این رینگ ساز سفارشی ظاهر محصول خود را به هر شکلی که مالک بخواهد درمی‌آورد و از رنگ‌های متفاوت برای لبه‌های داخلی و بیرونی استفاده می‌کند.

اما از نظر ما نسخه استاندارد لامبورگینی اوروس چندانی نیازی به رینگ‌ها و کیت‌های افترمارکتی ندارد چراکه خود این خودرو کاملاً گیرا و باهت بوده چراکه اوروس در ظاهر خود از ویژگی‌های طراحی سوپرکارهای این برند سود برده است. البته برخلاف سوپرکارهای مشهور لامبورگینی، این شاسی‌بلند از پیش‌رانه ۸ سیلندر ۴ لیتری توئین توربو با قدرت ۶۵۰ اسب بخار و گشتاور ۸۵۰ نیوتون متر استفاده کرده و نیروی این قلب آهنین از طریق گیربکس ۸ سرهمته اتوماتیک به هر چهار چرخ منتقل می‌شود.

همان‌گونه که انتظار می‌رود، این سوپر شاسی‌بلند از نظر پرفورمنس چیزی کم ندارد. شتاب صفر تا ۱۰۰ کیلومتر در ساعت اوروس تنها در ۳.۶ ثانیه ثبت شده و شتاب صفر تا ۲۰۰ کیلومتر در ساعت آن نیز برابر با ۱۲.۸ ثانیه است. حداکثر سرعت این گاو قه‌بلند ایتالیایی نیز برابر با ۳۰۵ کیلومتر در ساعت است.

