روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی

اتحاد ملت

Etehademelat
@etehade_mellat

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی
اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی
دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدآبادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹
پست الکترونیک: etehademelat.ir / ایمیل: etehademelat.ir@gmail.com
سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۲۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷/ سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

گوناگون
چهارشنبه ۳۰ مهر ۱۴۰۴
شماره ۲۰۶۷
۲۹ ربیع‌الثانی ۱۴۴۷
۲۲ اکتبر ۲۰۲۵

چرخه ادامه‌دار ناکامی مربیان در پرسپولیس

هلکوپتر سقوط می‌کند؟

اتحادملت - گروه ورزش؛ بررسی تغییرات مربیگری در دو دهه اخیر پرسپولیس نشان می‌دهد که تاریخ بار دیگر در حال تکرار شدن است.

در هفته هفتم لیگ بیست‌وپنجم، پرسپولیس نه تنها نتوانست پیروزی‌ای کسب کند بلکه نخستین شکست فصل را نیز تجربه کرد. تیم محبوب هواداران با پنج امتیاز از پنج بازی اخیر به یکی از ناکام‌ترین تیم‌های این هفته تبدیل شد. این نتایج باعث شده تا نیمکت تیم بیش از همیشه متزلزل شده و نگرانی‌ها نسبت به آینده افزایش پیدا کند. وحید هاشمیان، با میانگین ضعیف ۱.۱۴ امتیاز در هر بازی، ممکن است به جمع مربیان ناکام و برکنارشده تاریخ باشگاه بپیوندد، جایگاهی که پیش‌تر یحیی گل‌محمدی و برانکو ایوانکوویچ دوران موفقیت‌آمیزی برای آن رقم زده بودند.

در پرسپولیس تغییرات زودهنگام در کادر فنی کمتر دیده شده، اما نه بی‌سابقه. برخلاف استقلال که در سال‌های اخیر بارها با تغییرات سریع مواجه بوده، مدیریت پرسپولیس معمولاً صبورتر عمل کرده است. به عنوان مثال، در تاریخ لیگ برتر این تیم ۱۵ بار فصل را با مربی آغازکننده به پایان رسانده است. تنها یک بار تغییر مربی در هفته هفتم اتفاق افتاده که شرایط آن با وضعیت فعلی هاشمیان تفاوت اساسی داشت. با این حال، ضعف تاکتیکی، افت بدنی بازیکنان و مشکل جدی در گلزنی، زمزمه‌هایی درباره تغییر کادر فنی را به گوش رسانده است. اگر دیدار آینده برابر ذوب‌آهن نیز نتیجه مناسبی نداشته باشد، احتمال تصمیم‌گیری در این زمینه وجود دارد.

به طور سنتی، نیم‌فصل گزینه منطقی برای تغییر مربی در پرسپولیس محسوب می‌شود. معمولاً مدیران این زمان را برای بازسازی ترکیب و هماهنگ شدن بازیکنان جدید مناسب می‌دانند. نمونه‌های تاریخی زیادی نیز از این موضوع وجود دارد، از تغییرات در فصل ۹۲-۹۱ و جایگزینی یحیی گل‌محمدی به جای ژوزه پرتغالی تا بازگشت گل‌محمدی در لیگ نوزدهم به جای کالدرون. سایر نمونه‌ها همچون حضور دنیزلی به جای حمید استیلی یا هدایت کوتاه مدت کریم باقری نیز نمونه‌های مرتبط دیگری هستند. اکنون پرسپولیس دوباره بر سر دوراهی قرار گرفته: صبر یا اتخاذ یک تصمیم سخت؟ در حالی که هنوز به نیمه فصل نرسیده‌ایم، بررسی گزینه‌های جایگزین آغاز شده است. اوسمار ویرا، مربی سابق برزیلی تیم، بیش از دیگر نام‌ها مورد توجه قرار گرفته. او پیش‌تر با سبک هجومی و نظم تاکتیکی توانسته بود هواداران را تحت تأثیر قرار دهد و برخی امیدوارند بازگشت او بتواند به حل مشکلات تیم کمک کند. با وجود این، برکناری هاشمیان کار ساده‌ای نیست. او یکی از مربیان ایرانی است که تجربه بین‌المللی قابل توجهی دارد و سال‌ها نیز در تیم ملی دستیار بوده است. بازی حساس هفته هشتم برابر ذوب‌آهن ممکن است آخرین فرصت او برای اثبات خود در راه حفظ جایگاهش باشد.

دوراهی همیشگی پرسپولیس؛ صبر یا تصمیمی دشوار؟

در حال حاضر، دوباره شرایطی مشابه گذشته پیش روی پرسپولیس است. با وجود اینکه هنوز تیم به نیمه فصل نرسیده، اخبار حاکی از آن است که گزینه‌های احتمالی جایگزینی برای سرمربی در حال بررسی‌اند. نام اوسمار ویرا، مربی برجسته برزیلی که پیش‌تر هدایت تیم را بر عهده داشته، بیش از دیگران شنیده می‌شود. ویرا در دوره قبلی با تاکتیک‌های منظم و بازی تهاجمی‌اش تحسین شده بود و هواداران امیدوارند که در صورت بازگشت، همان انسجام و کیفیت را بازگرداند. اما کنار گذاشتن وحید هاشمیان تصمیم ساده‌ای نیست؛ او جزو معدود مربیان ایرانی با تجربه بین‌المللی است که سال‌ها دستیاری در تیم ملی را نیز در کارنامه دارد. با این وجود، مدیران باشگاه ترجیح داده‌اند تا برای بازی حساس هفته هشتم مقابل ذوب‌آهن آخرین فرصت را به او بدهند.

خاطرات پرفرازونشیب؛ از قطبی تا دایی

تاریخ پرسپولیس پر است از تغییراتی که میان‌مدت و کوتاه‌مدت روی نیمکت پاسخ مثبتی نداشته‌اند. نمونه‌های زیادی از این تغییرات بی‌ثمر در گذشته ثبت شده است: افشین قطبی که پس از قهرمانی فراموش‌نشدنی در لیگ هفتم نتوانست در فصل بعد دوام بیاورد و جای خود را به افشین پیروانی و نلو وینگادا داد، دو انتخابی که سرانجام خوشی برای تیم نداشتند. در لیگ چهاردهم باز هم تغییرات متعدد نیمکت کاملاً بی‌نتیجه بود؛ علی دایی، حمید درخشان و در نهایت برانکو ایوانکوویچ سرمربیان تیم بودند، اما آن سال به یکی از بدترین فصول پرسپولیس تبدیل شد. حتی در لیگ نهم، زمانی که علی دایی جانشین زلاتکو کرانچار شد، یا چهار سال قبل از آن که آری هان جایگزین علی پروین شد، این جابه‌جایی‌های پیاپی تنها به بی‌ثباتی فنی و روحی انجامید و موفقیت ملموسی به همراه نداشت.

بازی حساس پرسپولیس برابر ذوب‌آهن به نقطه عطفی برای وحید هاشمیان تبدیل شده است. مدیران باشگاه نمی‌خواهند عجولانه عمل کنند، اما نتایج ضعیف و ادامه‌دار ممکن است آن‌ها را مجبور به تصمیمی جدی کند

آزمونی تعیین‌کننده؛ ذوب‌آهن یا خداحافظی زودهنگام

با مرور تمام این تجربیات ناخوشایند، بازی حساس پرسپولیس برابر ذوب‌آهن به نقطه عطفی برای وحید هاشمیان تبدیل شده است. مدیران باشگاه نمی‌خواهند عجولانه عمل کنند، اما نتایج ضعیف و ادامه‌دار ممکن است آن‌ها را مجبور به تصمیمی جدی کند. هاشمیان در حالی به بازی هفته هشتم می‌رسد که رکورد سریع‌ترین اخراج سرمربی در پرسپولیس همچنان متعلق به علی دایی است (هفته هفتم). با این حال، تفاوت عمده اینجاست که دایی پس از تقریبا دو فصل کار و ۳۷ بازی لیگ برتری کنار گذاشته شد، اما هاشمیان هنوز یک فصل کامل را به پایان نرسانده است.

پرسپولیس؛ میان ثبات یا تحول

پرسپولیس امروز بر سر دوراهی مهمی قرار دارد؛ تلاشی برای بازگرداندن آرامش و ثبات یا اقدامی سریع برای ایجاد تغییر. تاریخ نشان داده که تصمیمات احساسی در این باشگاه اغلب نتیجه مطلوبی نداشته است. با این حال، اگر روند فعلی امتیازگیری تیم اصلاح نشود، بعید است مدیران باشگاه بتوانند برابر فشار هواداران و رسانه‌ها مقاومت کنند. دیدار مقابل ذوب‌آهن شاید فرصتی برای آغاز دوباره و احیای پرسپولیس باشد و شاید هم پایان مأموریت هاشمیان روی نیمکت سرخ‌ها. سرنوشت پرسپولیس به این بازی گره خورده است.

زندگی بهتر

ادویه‌های مفید برای سلامتی مغز

سلامت روان نیز به اندازه سلامت جسم مهم است و در هر سنی می‌توان با رعایت بعضی توصیه‌ها و ترفندهای ساده، عملکرد مغز را تقویت کرد.

به گزارش خبرآنلاین، مطالعات نشان می‌دهد که تغذیه تاثیر قابل‌توجهی در پیشگیری از تحلیل شناختی دارد. در این زمینه گنجاندن بعضی از ادویه‌ها در رژیم غذایی روزانه به جوان‌ماندن مغز کمک می‌کند و تا ۷ سال عملکرد مغز را بهبود می‌بخشد.

به گزارش بهداشت نیوز، در ادامه این مطلب به معرفی ادویه هایی پرداخته ایم که گنجاندن آنها در برنامه غذایی روزانه می تواند از تحلیل های شناختی جلوگیری کند. این ادویه ها عبارتند از:

زردچوبه

زردچوبه پرمصرف‌ترین ادویه در دنیاست که علاوه بر آشپزی به‌دلیل خواص درمانی به‌ویژه تاثیر ضدالتهابی شناخته می‌شود. ثابت شده که مصرف زردچوبه قابلیت‌های شناختی را بهبود می‌بخشد و امید به زندگی را افزایش می‌دهد. براساس مطالعات، زردچوبه حافظه را تقویت می‌کند و احتمال بیماری‌های استحاله‌ای مغز مانند آلزایمر را کاهش می‌دهد و نقش محافظ در برابر تحلیل شناختی مرتبط با سالمندی دارد. زردچوبه خواص آنتی‌اکسیدانی دارد که به طول عمر کمک می‌کند.

زنجبیل

زنجبیل از قرن‌ها پیش به‌دلیل خواص درمانی کاربرد داشته است. براساس مطالعات اخیر نیز مصرف زنجبیل با بهبود توجه، حافظه و قابلیت واکنش در بزرگسالان و کودکان، عملکرد مغز را تقویت می‌کند. زنجبیل همچنین التهاب و استرس اکسایشی که عامل پیری سلولی است را نیز کاهش می‌دهد.

دارچین

دارچین خواص بی‌نظیری دارد که می‌توان به بهبود قابلیت شناختی اشاره کرد. مطالعات تاثیر دارچین در افزایش قابلیت‌های مغز به‌خصوص توجه و تمرکز در زمان اشتغال را نشان می‌دهد. همچنین دارچین با کاهش التهاب مغز و بهبود حساسیت به انسولین نقش محافظ در برابر تحلیل شناختی دارد.

هل

هل علاوه بر عطر دلنشین، خواص درمانی دارد که از جمله آنها تاثیرات قوی ضدالتهابی است که از استرس اکسایشی رادیکال‌های آزاد در بافت مغز جلوگیری می‌کند. به‌علاوه، مطالعات نشان می‌دهد که هل خستگی ناشی از عوامل استرس‌زا در زمان اشتغال و تحصیل را کاهش می‌دهد و هوشیاری و تمرکز را تقویت می‌کند.

میخک

میخک ادویه‌ای با عطر تند و بومی نواحی گرمسیری آسیای جنوبی و آفریقای شرقی است. مطالعات نشان می‌دهد که عصاره میخک ترکیبات آنتی‌اکسیدانی دارد که با رادیکال‌های آزاد مغز مقابله می‌کند و زمینه بروز بیماری‌هایی نظیر آلزایمر و پارکینسون را کاهش می‌دهد.

زیره

زیره یکی از بهترین منابع آنتی‌اکسیدانی است که با اثر رادیکال‌های آزاد مقابله می‌کند و در نتیجه در افزایش طول عمر و محافظت از نورون‌های بافت مغز موثر است. این تاثیرها باعث می‌شود تا حافظه، تمرکز و یادگیری تقویت شود.

رازیانه

رازیانه سبزی معطر است که می‌توان در انواع سالاد و سوپ استفاده کرد. البته مصرف آن در کنار طعم دلچسب، خواص آنتی‌اکسیدانی قوی دارد و با رادیکال‌های آزاد مقابله می‌کند. مطالعات علمی نیز نشان می‌دهد که مصرف رازیانه قابلیت شناختی را بهبود می‌دهد و به‌خصوص تمرکز و حافظه را تقویت می‌کند.

داستان مصور

هنرمند: محمدعلی رجبی

سکوت مدعیان حقوق بشر

اینفوگراف

مضرات لوازم آرایشی