

## روزنامه کثیرالانتشار سراسری ارک



|                             |             |
|-----------------------------|-------------|
| <b>* دوشنبه</b>             |             |
| <b>* ۲۳ مرداد</b>           | ۱۳۹۶        |
| <b>* ۱۴ آگوست</b>           | ۲۰۱۷        |
| <b>* سال: بیست و هفتم</b>   |             |
| <b>* شماره (سای): ۴۱۷۸</b>  |             |
| <b>* ایر می یندینجی ایل</b> |             |
| <b>* صفحه ۱۱</b>            | <b>ورزش</b> |

### مقاله

## ورزش و موسیقی

گردآورنده: فریدون افشار

اذمه از شماره قبل:

ورزش و موسیقی در مورد ورزش و موسیقی سابقه آن بیشتر به بازیهای بومی ، محلی و سنتی و رقص های آئینی بازمی گردد و در همه اعصار ما شاهد ارتباط تکانتک بین ورزش و موسیقی و هنر بوده ایم .

در فرهنگ ایرانی ورزش به ویژه در شکل ورزش باستانی آمیخته با هنر و ادب و موسیقی بوده است و ضرب مرشد ریتم ورزش را شکل داده است و ورزشکاران با ضرب ۸مرشد به وجد آمده و در جهت تقویت قوای جسمی و روحی خود کوشیده اند .

ورزش باستانی بعنوان میراث فرهنگی مشترک ما و مردم منطقه است . ورزش باستانی در افغانستان به نام ضرب و میل معروف است . این ورزش در افغانستان علاوه بر ضرب با سازهای محلی دیگری اجرا می شود . در کشتی های محلی باجوچه در خراسان و یا کشتی های سنتی در گیلان و یا در مراسم چوب بازی در استان فارس، همواره شاهد آمیختگی فعالتهای ورزشی با موسیقی از گذشته های دور در کشورمان بوده ایم.

پژوهش و موسیقی پژوهش ها نشان می دهد که ورزشکاران از شنیدن موسیقی در حین انجام ورزش و حرکات ورزشی و تمرینات فیزیکی لذت می برند . خواه این موسیقی با شور و حال زیاد باشد و یا یک نوع موسیقی آرام ، بسیاری مواقع مشاهده می شود که ورزشکاران در طول انجام حرکات تمرینی و ورزشی از گوشی های یک واکمن صدای آن را می شنوند .

شنیدن موسیقی برایشان رضایت بخش و آرامش دهنده است. بسیاری از ورزشکاران بر این باورند که موسیقی در دستیابی به آرامش و راحتی آنان اریلکسیشن ( Relaxationبه آنها کمک می کند. همانگونه که در تمرینات ایروبیك و یا هوازی مدرن شاهد هستیم این تمرینات با استفاده از ریتمهای مناسب و الزم برای بازدهی یکنواخت در عملکرد ورزشی موثر است. نظیر چنین برنامههایی را می توانید روزانه در برنامههای صبحگاهی و نرمش صبحگاهی تلوویزیون مشاهده نمایید.

موسیقی ایرانی مجموعه ای غنی از ملودی های باستانی در مورد موسیقی ایرانی بایستی اشاره کرد این موسیقی به مجموعه بسیار غنی از ملودیهای باستانی ایران اتالشق می شود که خواستگاه آن فرهنگ و تمدن سرزمین ایران بوده است. این ملودی ها از دیرباز و از کهن ترین ادوار تاریخی حداقل ۳۵۰۰ سال قبل از میلاد به روش سینه به سینه به طور فرهنگ شفاهی از نسلی به نسل دیگر منتقل شده است در جریان این انتقال از تحوالت اجتماعی ، سیاسی و اقتصادی زمان خود تاثیر پذیرفته است.

در اواخر دوران قاجار توسط خاندان فراهانی علی اکبر فراهانی وپسرانش میرزا عبدهلعل و میرزا حسین قلی موسیقی ایرانی سازماندهی و بر اساس پیوند هم خانوادگی و مالخطات فنی در قالب هفت دستگاه و پنج آواز و تعداد زیادی گوشه ( ۲۰۰الی ۴۰۰) تحت عنوان ردیف تدوین شده است. این ردیف با عنوان ردیف سازی بنام رویایان خود مثل میرزا عبدهلعل، میرزا حسین قلی ، موسی خان معروفی و علی اکبرخان شهنازی شناخته می شود که اصلی ترین رپراتور آموزشی موسیقی ۹ ایرانی محسوب می گردد.

موسیقی ایرانی بمعنای واقعی در اصل موسیقی است که در شکل بدیع و خالص برگرفته و ملحم از ردیف بوسیله هنرمندان ناب و راستین اجرا و تولید می شود. (سنت و موسیقی ایرانی –عین اهل مسیب زاده) ضرورت تدوین ومعرفی علمی موسیقی زورخانه ای یکی از نیازهای موجود ورزش کشور با توجه به شکل گیری فدراسیون بین المللی ورزش باستانی موضوع استاندارد سازی ورزش باستانی است و در این خصوص الزم است اساتید و هنرمندان موسیقی ایرانی درخصوص تدوین و معرفی علمی موسیقی زورخانه ای اقدام نمایند و پژوهش در این زمینه یکی از نیازهای مهم خواهد بود که در این خصوص از همکاری هنرمندان استقبال می نمایم.

ورزش باستانی میراث نیاکان بایستی توجه داشت هر عنصر فرهنگی نه تنها ارزش ملی و محلی دارد بلکه بخشی از گنجینه جهانی بشری است و متعلق به کل جامعه انسانی است در بین عناصر فرهنگی که در هجوم سیل گونه فرهنگ غرب قرار گرفت و کمترینگ شده است ورزشهای زورخانه ای منحصر به فرد است...

ادامه دارد

### نفرات تکواندو بانوان آذربایجان شرقی برای مسابقات

### کشوری نهایی شد

سرویس خبری روزنامه ارک- با برگزاری سومین مرحله اردوی آمادگی و انتخابی تکواندو کاران نوجوانان بانوان استان آذربایجان شرقی، نفرات برتر این تیم برای اعزام به مسابقات کشوری مشخص شدند.به گزارش روابط عمومی هیئت تکواندو استان آذربایجان شرقی، سومین مرحله انتخابی تیم تکواندو نوجوانان بانوان استان در سالن هیات تکواندو برگزار و نفرات نهایی برای حضور در تیم منتخب استان جهت شرکت در مسابقات کشوری به شرح زیر اعلام شد.

**نفرات برتر بشرح ذیل می باشد:**

وزن اول:الناز اره جانی\* وزن دوم: کیمیا بهروزگنج\* وزن سوم: هانیه خیاری\* وزن چهارم: راحله زینالی \* وزن پنجم: آیدا بهره وران \* وزن ششم: زهرا خیالی\* وزن هفتم: کیمیا محمدی\* وزن هشتم: ساناز صدرالدینی \* وزن نهم: ثمنین پرتوی\* وزن دهم: هدیه اسمعیل پور گفتنی است مرحله سوم اردوی آمادگی تکواندو کاران نوجوانان بانوان از پنجشنبه هفته گذشته آغاز شده و تا روز ششم شهریور نیز ادامه دارد.

## پیروزی هیجان انگیز ایران بر چین

در این بازی حساس ایگور

کولاکویچ همچون بازی اول ریسک نکرد و با ترکیب عبادی پور، مرندی، معروف، موسوی، قانمی و غفور بازی را آغاز کرد و در ادامه از بازیکنان ذخیره خود بنا به شرایط بازی استفاده کرد.

تیم ایران با پیروزی مقابل چین از دو بازی به دو برد دست یافت و چین با سه بازی دو برد و یک باخت در کارنامه خود ثبت کرد.رقابت های انتخابی مسابقات قهرمانی ۲۰۱۸ جهان از ۱۹ تا ۲۳ در سالن حسین رضازاده اردبیل برگزار می شود.

تیم های ایران، کره جنوبی، چین، قطر و قزاقستان در این رقابت ها به مصاف هم می روند و در نهایت دو تیم برتر به رقابت های قهرمانی جهان که سال آینده در میزبانی ایتالیا و بلغارستان برگزار می شود، راه پیدا خواهد کرد.



سرویس خبری روزنامه ارک- تیم والیبال کشورمان در ادامه مسابقات والیبال انتخابی قهرمانی جهان با برتری مطلق از سد بلنندقامتآن چین گذشت تا یک گام به صعود نزدیک شود.

به گزارش مهر، تیم ملی والیبال ایران در دومین بازی خود در رقابت های والیبال انتخابی قهرمانی جهان به مصاف تیم چین رفت که در پایان به برد مقتدرانه سه بر صفر دست یافتند.

## تکواندوکاران ایران ۵ مدال کسب کردند

سرویس خبری روزنامه ارک- روز نخست از اولین دوره جام ریاست فدراسیون جهانی تکواندو با کسب یک طلا، یک نقره و سه برنز برای نمایندگان کشورمان به پایان رسید.

به گزارش مهر به نقل از روابط عمومی فدراسیون تکواندو، این دوه از مسابقات با حضور ۳۰۷ تکواندوکار از ۱۹ کشور در سالن یونیورسال تاشکند جریان دارد که در پایان روز نخست از رقابتهای رده سنی بزرگسالان احمد محمدی در وزن ۸۷- کیلوگرم موفق به کسب مدال طلا و سجاد مردانی در وزن ۸۷+ کیلوگرم مدال برنز گروه مردان را کسب کردند.

### گفتگو با حمید محمدی قهرمان کیک بوکسینگ استان



خبرنگار روزنامه ارک- روستای فرکوش از توابع شهرستان سراب همواره ورزشکاران با استعداد به ورزش استان معرفی نموده است در همین راستا گفتگویی با حمید محمدی قهرمان کیک بوکسینگ استان انجام دادیم که می خوانیم:

اینجانب حمید محمدی فرکوشی ساکن روستای فرکوش از شهرستان سراب هستم.

متولد سال ۱۳۶۳،در دوران کودکی به ورزش فوتبال علاقه داشتم ولی با دیدن فیلمهای مبارزات تاپسیون آمریکایی علاقمند به رشته کیک بوکسینگ شدم در شهر سراب با قهرمان این رشته آقای امین اکبری آشنا شدم و تمام موفقیتهایم را تا به حال مدیون ایشان هستم.

**افتخارات**

۵ دوره مقام اول استانی -مقام

### تبریز میزبان رقابت های کشتی آزاد و فرنگی

### خردسالان و نونهالان قهرمانی کشور

کیلوگرم برگزار خواهد شد. وی افزود : مسابقات نونهالان در اوزان ۲۸-۳۲-۳۵-۳۸-۴۲-۴۷-۵۳-۵۹-۶۶-۷۳-۸۵تبریز خواهد شد.رییس اداره ورزش و جوانان شهرستان تبریز گفت : رقابت های کشتی آزاد و فرنگی خردسالان و نونهالان قهرمانی کشور در تبریز برگزار خواهد شد .

مقصودی اظهار داشت : مسابقات خردسالان در اوزان ۲۸-۳۰-۳۲-۳۵-۳۸-۴۲-۴۷-۵۳-۵۹-۶۶-۷۳-۷۳-۸۵تبریز برگزار خواهد شد .

### در خشنی بوکسورهای نونهال آذربایجان شرقی در رقابت های بوکس قهرمانی کشور

بوکس همدان برگزار شد. در این رقابت ها، استان های سراسر کشور با سهمیه مشخص از سوی فدراسیون حضور یافتند که استان آذربایجان شرقی با دو سهمیه دهد.

## طلای کاتای تیمی به ایران رسید

سرویس خبری روزنامه ارک- روز دوم از رقابتهای کاراته جام وحدت و دوستی با کسب دو مدال طلا توسط کاتاروهای ایران و آذربایجان آغاز شد.به گزارش مهر، در ادامه این رقابتها که در ارومیه جریان دارد رقابتهای کاتای تیمی و انفرادی برگزار شد. در رقابتهای کاتای انفرادی در حضور بهترین های ایران، کاتاروی آذربایجان طلا گرفت. ابوالفضل شهرجردی، امیربهادر تدین، علی زند و داود شاهچراغی کاتاروهایی بودند که طعم شکست را در مسابقات جام وحدت و دوستی چشیدند.البته شاهچراغی در کنار بخش صوف اوغلو از ترکیه به نشان برنز دست پیدا کرد. رومن حیدراف دارنده ۲ برنز اروپا و نفر یازدهم رنکینگ جهانی از آذربایجان در دیدار نهایی قربانعلی پور از کشورمان را شکست داد و طلا گرفت. وی پیش از رسیدن به فینال موفق شده بود علی صوف اوغلو نایب قهرمان اروپا در سال ۲۰۱۷ و ابوالفضل شهرجردی نفر سوم کشورهای اسلامی درسالچاری را با نتایج مشابه ۴ بر صفر شکست دهد.در کاتای تیمی، تیم کاتای ایران با ترکیب ابوالفضل شهرجردی، میلاد دلپخون و علی زند موفق شد به مدال طلای این دوره از رقابتها دست یابد. تیم شاهین با ترکیب سهند اسلامی، فراز طایفه نجاران و جواد سیف اله زاده بر سکوی دوم قرار گرفت. تیم دانشگاه آزاد اسلامی با ترکیب امیربهادر تدین، روزبه روشنی و سهیل ساجدی فر سوم شدند. این دوره از مسابقات به میزبانی ارومیه جریان دارد.

## نتایج پنجمین روز بسکتبال کاپ آسیا

را با اختلاف یک امتیاز و با نتیجه ۷۶ بر ۷۵ مغلوب کرد.در پایان رقابت های این گروه تیم نیوزیلند در صدر گروه قرار گرفت و تیم های لیبان و کره جنوبی دوم و سوم شدند و قزاقستان نیز در رتبه آخر قرار گرفت.اما در گروه چهارم این مسابقات تیم ژاپن با نتیجه قاطع ۹۲ بر ۵۹ بر هنگ کنگ غلبه کرد.در دومین بازی این گروه، استرالیا نیز در سومین برد پیاپی خود تیم تایوان را با امتیاز ۹۰ بر ۵۰در هم کوبید.

درخشش استرالیا و نیوزیلند در مسابقات کاپ آسیا در حالی است که این دو تیم نخستین تجربه خود را در این رقابت ها شاهد هستند.

این مسابقات امروز نیز در گروه های یک و دو ادامه پیدا می کند که در مهمترین دیدار، تیم ملی ایران با تیم اردن مسابقه خواهد داد.

با روشن شدن نتایج بازی های فردا، بازی های مرحله یک چهارم نهایی هم مشخص خواهد شد. مسابقات بسکتبال کاپ آسیا تا ۲۹ مرداد در ورزشگاه نهاد نوفل در استان جبل لبنان ادامه خواهد داشت.



سرویس خبری روزنامه ارک- پنجمین روز مسابقات بسکتبال کاپ آسیا در حالی سپری شد که بازی های گروهی در گروه های سه و چهار به پایان رسید. در این میان استرالیا با کسب سه پیروزی قدرتمندترین تیم این مسابقات بوده است.

به گزارش ایرنا، در گروه سوم، تیم ملی لبنان میزبان مسابقات تیم قزاقستان را با نتیجه ۹۶ بر ۷۴ شکست داد.این دومین پیروزی لبنان و سومین شکست قزاق ها در این مسابقات بود.

در دیگر مسابقه این گروه کره جنوبی تیم نیوزیلند



برابر حریفان خود از گردونه رقابت ها خارج شدند.

در پایان این رقابتها نفراتی که موفق به کسب مدال شوند جواز حضور در رقابتهای قهرمانی آسیا را در سال ۲۰۱۸ کسب می کنند.

### لیگ برتر فوتسال بانوان

### به تعویق افتاد

سرویس خبری روزنامه ارک- لیگ برتر فوتسال بانوان پس از بازگشت ملی پوشان از بازی های داخل سالن آسیا برگزار می شود.

به گزارش ایسنا، سیزدهمین دوره رقابت های لیگ برتر فوتسال بانوان که قرار بود اواخر مرداد ماه برگزار شود به دلیل حضور تیم ملی در بازی های داخل سالن آسیا به تعویق افتاد و مسابقات لیگ پس از بازگشت ملی پوشان از بازی های داخل سالن آسیا برگزار شود.

تیم های پالایش نفت آبادان، ملی حفاری ایران، دانشگاه آزاد اسلامی تهران، دختران کویر کرمان، بازرگانی امیر نوشهر، شهرداری رشت، می رشت سپید رود، شهرداری البرز زنجان، کارا شیراز، سپاهان اصفهان، سایپا تهران، پیروزی کامیاران، استقلال ساری و مس رفسنجان ۱۴ تیم حاضر در سیزدهمین دوره لیگ برتر فوتسال بانوان هستند.

در این دوره از پیکارها ۱۴ تیم به صورت رفت و برگشت (۱۳ هفته رفت - ۱۳ هفته برگشت) به رقابت با یکدیگر می پردازند و طبق آیین نامه جدول امتیازات کلی در دور رفت و برگشت، دو تیم آخر (تیمهای سیزدهم و چهاردهم) به مسابقات دسته یک فصل بعد سقوط خواهند کرد.

### توافق نگونام با خونه به خونه

سرویس خبری روزنامه ارک- هدایت تیم خونه به خونه به جواد نگونام سپرده شد. به گزارش آنا، جواد نگونام

کاپیتان سابق تیم ملی فوتبال، سرمربی تیم فوتبال خونه به خونه مازندران شد. وی با عقد قراردادی دوساله هدایت این تیم لیگ یکی را برعهده گرفته است.علیرضا امامی فر پیش از این هدایت این تیم را برعهده داشت. خونه به خونه در هفته اول لیگ دسته اول مقابل مس رفسنجان به تساوی رسیده بود.

**تحلیل از آقای علی بقایی خبرنگار روزنامه ارک درهفته خبرنگار توسط مدیرکل ورزش و جوانان استان**



### جهان ورزش

### رنال مادرید فاتح ال کلاسیکو

### در سوپر جامها

سرویس خبری روزنامه ارک- رنال مادرید بیشترین قهرمانی هایش در سوپر جام اسپانیا را برابر بارسلونا به دست آورده است.

به گزارش ایسنا و به نقل از آس، رنال مادرید قهرمان لالیگا و بارسلونا قهرمان کوبا دلری در دو بازی رفت و برگشت سوپر جام اسپانیا را برگزار می کنند؛ دیدار رفت بامداد دوشنبه در توکمپ بر گزار می شود.

در تقابل های دو تیم در این بازی ها مادرید توانست پنج بار جام قهرمانی را بالای سر ببرد. سفیدپوشان فرصت دارند که دومین جام خود از شش گانه را به دست آورند. آن ها نخستین جام فصل را با شکست منچستر یونایتد در سوپر جام اروپا بالای سر بردند.

### پیروزی منچستر سیتی

### در خانه برایتون

سرویس خبری روزنامه ارک- تیم فوتبال منچستر سیتی در جدال برابر برایتون به ۳ امتیاز خارج از خانه دست یافت.

به گزارش مهر، تیم فوتبال منچستر سیتی در نخستین بازی فصل خود برابر برایتون به میدان رفت و میزبان خود را ۲ بر صفر شکست داد. سرخپو آگنوو (۷۰) و لوئیس دانک ( ۷۵) - گل به خودی) زنده گل های منچستر سیتی بودند.

### صعود آسان بایرن مونیخ

### و دورتموند در جام حذفی

سرویس خبری روزنامه ارک- تیم های فوتبال بایرن مونیخ و دورتموند نخستین بازی خود در جام حذفی باشگاههای آلمان را با بردی آسان پشت سر گذاشتند. به گزارش مهر، تیم فوتبال بایرن مونیخ در نخستین بازی خود در جام حذفی آلمان در زمین کمبتنسر به میدان رفت و این تیم را با پنج گل شکست داد.

رابرت لواندوفسکی (۲۰ و ۶۰)، کینگرلی کومن (۵۱)، فرانک ریربی (۷۹) و متس همولس (۸۹) زنده گل های بایرن مونیخ بودند.

دورتموند نیز مقابل تیم ویلازینگن به پیروزی ۴ بر صفر سید. پیر امریک اوپامیانگ در این بازی سه گل زد و با هت تریک خود ستاره میدان بود.

### وداع تلخ اسطوره جامائیکایی

### از دنیای قهرمانی

سرویس خبری روزنامه ارک- مدال طلای رقابت های دوی ۴ در ۱۰۰ متر امدادی مردان به تیم بریتانیا رسید. به گزارش خبرنگار پایه و آبی گروه ورزش باشگاه خبرنگاران جوان در ادامه رقابت های دو میدانی قهرمانی جهان در لندن و در مسابقات دوی ۴ در ۱۰۰ متر امدادی مردان، تیم بریتانیا به مدال طلا رسید.تیم های آمریکا و ژاپن هم به ترتیب دوم و سوم شدند.

همچنین یوسین بولت که پیش از این مدال برنز دوی ۱۰۰ را از آن خود کرده بود در مسابقه فینال به عنوان نفر چهارم تیم جامائیکا دچار کشیدگی عضله شد و از رقابت بازماند تا بدین ترتیب این دوندۀ نامدار جامائیکایی پس از کسب ۱۹ مدال طلا،نقره و یک برنز در مسابقات جهانی و المپیک در آخرین رقابت دوران حرفه ای اش تواند به مدالی دست یابد، تا با چشمانی اشکبار برای همیشه از دنیای قهرمانی خداحافظی کند.