الهامی حالا نگران خودش است

تمرینات تراکتور با نصف تیم

گزارش
آرین یاری

برنامه رقابت های لیگ برتر اعلام شده و تراکتور باید روز هشتم تیرماه از نساجی در تبریز پذیرایی کند. درواقع ۱۷ روز به بازی مانده و یک روز قبل از آن هم که تمرین تیم ها سبک خواهد بود و به این ترتیب تراکتوری ها ۱۶ روز برای انجام تمرین مفید زمان دارند اما آنها با مشکلات بسیاری مواجه هستند و غیبت بازیکنان شان به دلایل مختلف شکل تمرینی این تیم را هم تغییر داده و هنوز نتوانسته اند با تمامی نفرات تمرین کنند و سرمربی تیم از این بابت فوق العاده دلخور است. آزمایش کرونای چند بازیکن این تیم مثبت بوده و تعدادی از بازیکنان خارجی شان هم به تبریز نیامده اند. ساکت الهامی در این باره می گوید: «متأسفانه تست کرونای شش نفر از اعضای تیم ما مثبت است و این موضوع باعث ایجاد ترس و نگرانی در بین اعضای تیم شده است. چند بازیکن ما هم به دلیل شرایط پروازها، امکان سفر به ایران را ندارند، چگونه در چنین شرایطی برای بازی ها آماده شویم؟ الان شش نفر از تیم ما کرونا مثبت هستند، چهار بازیکن دیگر اصلی مان هم به خاطر محدودیت ها و قرنطینه در خارج از کشور هستند و تاکنون امکان حضور در تمرینات را نداشته اند. الان بدون ۱۰ بازیکن اصلی چگونه تیم را برای مسابقات آماده کنیم؟ ما چهار نفر، چهار نفر تمرین می کنیم، با این شرایط چگونه می توان بازی کرد؟ در مورد سایر بازیکنان هم اگر بدون فشار بدنی و آمادگی وارد مسابقات شویم، دچار مصدومیت و کشیدگی می شوند.»

الهامی می داند که در جریان بازی به هیچ وجه نمی توان فاصله را رعایت کرد و بازیکنان در تقابل با هم برخوردها و تماس هایی خواهند داشت: «افسر سلامت به ما تأکید کرده که فاصله اجتماعی را رعایت کنیم، مگر در حین بازی و زدن ضربات کاشته، امکان رعایت فاصله اجتماعی وجود دارد؟ فوتبال بدون برخورد فیزیکی، امکان پذیر نیست. امکان دارد که با تست مجدد، آمار مبتلایان تیم ما بالا برود، شاید بازیکن حین سفر کرونا بگیرد که در چنین شرایطی می تواند تمامی بازیکنان و عوامل درگیر با برگزاری یک مسابقه را به کرونا مبتلا کند. واقعیت این است که نشاط اجتماعی با دادن جام به یک تیم خاص، به جامعه باز نمی گردد، حرف ما جان انسان هاست و این موضوع هم شوخی بردار نیست.»

به نظر می رسد او از اینکه برخی تیم ها مدعی هستند که فقط تدارکات و ماساژورهایشان به کرونا مبتلا شده اند انتقاد دارد و خیلی این ادعا را نمی پذیرد: «نمی دانم چرا در بعضی تیم ها فقط تدارکات مثبت اعلام می شود. ما هم پس از این، جواب تست کرونای بازیکنان را اعلام نخواهیم کرد؛ چراکه با هر تست کرونا، آمار مبتلایان به این بیماری در تیم ما افزایش می یابد و با این شرایط نمی توان وارد مسابقات شد. تست کرونا، اسکن ریه، بحث ضدعفونی، تونل ضدعفونی و... تمرکز را از ما گرفته است. بازیکنان از خانه شان به تمرینات می آیند، پس امکان دارد کرونا را از اعضای خانواده شان به تیم سرایت دهند. تکلیف در چنین شرایطی چیست؟ ابتدا می گفتند که با گرم شدن هوا، کرونا کمتر می شود که کاملاً برعکس شده و اکنون که در خردادماه به سر می بریم، شرایط استان های گرمسیر حادتر شده است مثلاً در مشاغلی همچون نانوایی، رعایت فاصله اجتماعی ممکن بوده، ولی در فوتبال امکان پذیر نیست و اگر یک نفر مبتلا شود، تمامی بازیکنان دو تیم مبتلا می شوند و شرایط در هفته های بعدی بدتر هم می شود. من به شما قول می دهم که از هفته چهارم آغاز دوباره مسابقات، وضعیت خیلی وخیم تر خواهد شد.»

بازیکنان می گویند ما پول نمی خواهیم و هر چقدر که دوست دارید، جریمه مان کنید. نمی توانم که با زور اسلحه بازیکنان را به تمرین بیاورم

از نظر سرمربی تراکتور مقایسه وضعیت برگزاری لیگ در کشورهای صاحب فوتبال و حرفه ای با لیگ ما صحیح نیست: «فوتبال ایران شرایط اجرای پروتکل بهداشتی لیگ آلمان را ندارد. به عنوان مثال از تیم ها درخواست شده که رختکن ها را ضدعفونی کنند که این موضوع شدنی است اما من تمرینات تیم منچسترسیتی را نگاه می کردم که اعضای تیم در نصف زمین تمرین می کردند و نصف دیگر زمین با استفاده از دستگاه مخصوص و موادی که به چمن آسیب نرساند، ضدعفونی می شد در حالی که کشورمان این امکانات را ندارد. گل محمدی رئیس محترم اداره کل ورزش و جوانان به درستی گفته که برگزاری مسابقات فوتبال در شرایط کنونی یعنی خودکشی. بنده نظرات بازیکنان و هواداران مان را گفتم، ما نمی توانیم بدون فوتبال زندگی کنیم ولی شرایط باید به گونه ای باشد که از فوتبال سود و لذت ببریم اما نه به هر قیمتی.»

البته او نگران وضعیت خودش هم شده و دلایلش هم منطقی به نظر می رسد: «شما تصور کنید که ۴۸ ساعت مانده به آغاز بازی، تست کرونای چند بازیکن ما مثبت اعلام شود، نمی توانیم که به یکباره سیستم بازی را عوض کنیم، به جای بازیکنان کلیدی، از چه کسانی استفاده کنیم؟ خوشبختانه تاکنون تست من منفی بود ولی اگر سرمربی تیم به کرونا مبتلا شود، در این وضعیت تکلیف چیست؟ طبیعی است که هیچ تیمی نمی تواند بدون سرمربی موفق شود. نمی توانیم به بازیکنان اجبار کنیم، بازیکنان به من می گویند که ما پول نمی خواهیم و هر چقدر که دوست دارید، جریمه مان کنید، ما در چنین وضعیتی چه کار کنیم؟ نمی توانم که با زور اسلحه بازیکنان را به تمرین بیاورم.»

ساکت اما با همه این گلایه ها به عملکرد خودش در تراکتور نمره قبولی می دهد: «بنده از روزی که آمده ام، تیم ما بیشترین امتیازات را کسب کرده است و هیچ تیمی بهتر از ما نیست. جزو چهار تیم جام حذفی و هم امتیاز با تیم دوم جدول در لیگ برتر هستیم.»

الهامی در پایان صحبت هایش هم اشاره ای به تلاش های مالک باشگاه برای بهبود هر چه بیشتر شرایط تیمش دارد: «بعضی دوستان می گویند که ما باید از منافع تیم مان حمایت کنیم که درست می گویند، ولی من هم باید از تیم خودم حمایت کرده و پاسخگوی مردم آذربایجان و تمام طرفداران تراکتور باشم. من هم باید از مالک باشگاه که یک تنه مقابل همه ایستاده، حمایت کنم. جا دارد از همین جا از مالک باشگاه مان تشکر کنم؛ چراکه از نظر مالی و امکانات بهترین شرایط را نسبت به سایر تیم ها داریم. هیچ کدام از تیم ها موفق به برگزاری اردوی خارجی در نیم فصل مسابقات نشدند، ولی ما به خاطر خصوصی بودن، اردوی خارجی برگزار کردیم.»

آمار بدنی مطلوب بازیکنان در شروع لیگ آلمان

لیگ برتر می تواند از بوندس لیگا الگو بگیرد؟

یادداشت
پوریا جراحی ■ بدنساز

بوندس لیگا اولین لیگ مهم اروپایی بود که ادامه مسابقات را پس از وقفه ناشی از شیوع ویروس کرونا برگزار کرد. این وقفه، نگرانی را برای تیم ها و مربیان ایجاد کرده بود که پس از شروع مسابقات کیفیت بازیکنان و تیم ها دچار افت محسوسی شود. به ویژه دغدغه و نگرانی اصلی در مورد شرایط جسمانی بازیکنان بود اما حالا آمارهای منتشر شده از وضعیت جسمانی بازیکنان و تیم ها نشان می دهد که شروع مجدد لیگ بر عملکرد بدنی بازیکنان و تیم ها تأثیر بزرگی نداشته است.

جدول زیر میانگین ۳ فاکتور کل دوندگی (مسافت طی شده)، میانگین تعداد استارت های انفجاری و میانگین تعداد دویدن های شدت بالا را برای ۲۵ هفته اول بوندس لیگا (قبل از کرونا) و ۵ هفته اخیر یعنی هفته های ۲۶ الی ۳۰ (بعد از کرونا) نشان می دهد.

به غیر از یک افت کوچک در میزان کل دوندگی (۷/۱۱۵ در برابر ۲/۱۱۶)، دو فاکتور دیگر یعنی تعداد سرعت (۳/۲۲۷ در برابر ۳/۲۲۰) و دویدن های شدید (۴/۷۱۲ در برابر ۱/۶۸۹) نسبت به قبل افزایش مختصری هم داشته اند. در حقیقت عملکرد بدنی تیم های بوندس لیگا تفاوت خاصی نسبت به قبل از وقفه لیگ نداشته است. نکته قابل توجه اینکه عملکرد تیم ها در ۵ هفته اخیر (پس از کرونا) در مقایسه با ۵ هفته ابتدایی لیگ بسیار مطلوب تر بوده است.

سوای میانگین کلی، آمارهای جزیی در مورد عملکرد هفته به هفته هر تیم در این ۳ فاکتور نشان می دهد که عملکرد جسمانی تیم ها پس از وقفه، تفاوت خاصی با قبل از تعطیلی لیگ ندارد.

دلیل اصلی حفظ عملکرد تیم ها پس از این وقفه در ۳ فاکتور مهم می توان جست وجو کرد:

۱- کنترل دقیق بازیکنان و برنامه ریزی برای تمرینات انفرادی آنها در طی تعطیلی لیگ

۲- دوره بندی مناسب تمرینی و متدهای تمرین های به روز برای شروع تمرینات پس از وقفه

۳- برنامه ریزی مطلوب برای مواجهه با فشردگی و جلوگیری از خستگی و افت عملکرد پس از شروع مجدد لیگ

این موارد مهم و کلیدی می تواند مورد توجه فوتبال ایران قرار گیرد. طبیعتاً امکانات بهتر به روند بهتر این مسأله کمک می کند اما مهم تر از امکانات، داشتن یک برنامه ریزی دقیق، جامع و مناسب است.

مصاحبه

با ماسک نشستند و می گویند بازی کنید

مظاهری: دیگر تست کرونا نمی دهم

رشید مظاهری دروازه بان تراکتور که مثل دیگر اعضای تیمش مخالف ادامه مسابقات است، حالا می گوید دیگر تست کرونا نمی دهد: «براساس جواب تست PCR قطعاً شش نفر از تراکتور به کرونا مبتلا شده اند که با توجه به ارتباط بین بازیکنان، امکان ابتلای سایر اعضای تیم به کرونا بسیار بالاست، از طرفی هر چقدر هم اعضای تیم ها کرونا می گیرند، متولیان امر اهمیتی نمی دهند و اصلاً برایشان مهم هم نیست؛ پس من هم بعد از این، تست کرونا نمی دهم و صرفاً تمریناتم را انجام می دهم تا روزی که مغلوب بیماری شوم و خیال آقایان راحت شود. دقیقاً از آن روزی که خبر شیوع کرونا در کشورمان منتشر شده، همسر و دو فرزندم از خانه بیرون نرفته اند و در قرنطینه هستند، ما حتی در تعطیلات عید هم به دیدار خانواده مان نرفتیم، پس خدای نکرده اگر یک نفر از اعضای خانواده من به کرونا مبتلا شوند، مقصر کسانی هستند که دستور شروع مسابقات را صادر کردند، آن موقع رشید مظاهری کوتاه نمی آید. اگر در فوتبال برخورد بین بازیکنان نباشد، بدن آماده نمی شود، رباط و تمامی مفصل ها با تمرینات پرفشار و برخوردها آماده می شوند.» مظاهری با انتقاد از مهرزاد خلیلیان مسئول ورزش در ستاد مبارزه به کرونا ادامه می دهد: «آقای خلیلیان خون شما رنگین تر از خون ماست؟ چند روزی کنار ما تمرین کنید، اگر اتفاقی برای بازیکنان و خانوده شان رخ دهد، نهایتش می گویید «متأسفم»، شما که چیزی برایتان مهم نیست، اصلاً از چیزی هم نمی ترسید. چند روزی با تراکتور و تیم هایی که امکانات ندارند، تمرین کنید تا ارزیابی بهتری از وضعیت داشته باشید.» دروازه بان ملی پوش تراکتور با تأکید بر اینکه آقایان با ماسک نشسته اند و دستور شروع مسابقات را می دهند، می گوید: «آقای خلیلیان ۴۸ ساعت قبل از صدور دستور آغاز مسابقات، اعلام کرد «شروع لیگ برتر، بمب بیولوژیکی است» چطور شد که پس از ۴۸ ساعت مجوز شروع بازی ها را دادید؟ شما در فاصله دومتری، ماسک می زنید، ما در زمین فوتبال چگونه ماسک بزنیم؟ چگونه با هم برخورد نکنیم؟ بازیکنان باید یارگیری کنند، عدم برخورد، با روح فوتبال در تناقض است. برخی ها می گویند تمامی مشاغل کارشان را شروع کرده اند، چرا فوتبال شروع نمی شود؟ واقعیت این است که هیچ کدام از مشاغل و رشته های ورزشی همچون فوتبال پر برخورد نبوده و امکان رعایت فاصله اجتماعی و استفاده از ماسک در فوتبال وجود ندارد.»