ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
دوشنبه • ۸ بهمن ۱۳۹۷
۲۱ جمادی الاول ۱۴۴۰ • ۲۸ ژانویه ۲۰۱۹
شماره ۲۰۲۴
۱۲۴۸

# زندگی سلام

گفت‌وگو با ۴ ملی‌پوش سابق درباره حساسیت ضربات پنالتی، به بهانه روزهای حساس جام ملت‌ها

# استرس ویرانگر پنالتی‌ها

مازیار حکاک | روزنامه‌نگار

**پرونده**

دروازه تیم ملی کشورمان در جام ملت‌های آسیا تا قبل از شروع بازیِ امشب، باز نشده و ژاپن هم تمام‌بازی‌هایش را با اختلاف یک گل برده است. آن‌ها فقط در دور گروهی، ۳ گل دریافت کردند و هر دو بازی مرحله حذفی شان را بدون گل خورده به پایان رساندند. همه این آمار و ارقام، نشان دهنده احتمال زیاد برد تیم ملی کشورمان در ۹۰ دقیقه یا کشیده شدن بازی به ضربات پنالتی است. ضرباتی که خاطرات خوبی از آن در دوره قبلی جام ملت‌های آسیا نداریم. به همین بهانه با چهار ملی پوش کشورمان درباره شانسی بودنِ گل شدن یا گرفتن پنالتی‌ها، استرس قرار گرفتن درون دروازه یا پشت توپ در ماراتنِ پنالتی‌ها، بهترین پنالتی‌زن‌های تاریخ ایران و پیش بینی‌شان از نتیجه بازی ایران و ژاپن، سوالاتی کرده‌ایم که در ادامه خواهید خواند.

## محمد نصرتی: پنالتی، شانسی نیست به شرطی که بیرانوند روبه‌رویتان نباشد!

زننده گل صعود تیم ملی کشورمان در جام جهانی ۲۰۰۶ درباره پیش بینی‌اش از نتیجه بازی ایران و ژاپن می‌گوید: «تا این لحظه تیم ملی کشورمان عملکرد خیلی خوبی داشته است و به جز بازی با عراق، افزون بر کسب نتیجه، کیفیت بازی‌مان هم بسیار بالا بوده است.»

**اخیرا که در پنالتی‌ها خوش شانسیم**

بازیکن سابق پرسپولیس و پیکان درباره این که چرا تیم ملی کشورمان در ماراتن پنالتی‌ها بدشانس است، می‌خندد و می‌گوید: «اخیرا که خیلی در پنالتی‌ها خوش شانس هستیم. در چند دوره قبلی جام ملت‌ها در پنالتی‌ها شانس نداشتیم البته به نظر من، این بازی به پنالتی نمی‌کشد چون تیم ما بسیار سرحال‌تر است.»

**پنالتی شانسی نیست اما...**

نصرتی درباره شانسی بودن پنالتی‌ها می‌گوید: «شانسی نیست و شما باید ضربه خوبی به توپ بزنید تا گل شود البته گاهی شما خوب می‌زنید اما دروازه‌بانی مانند بیرانوند روبه رویتان هست که کارتان سخت می‌شود. همچنان که کار برای کریس رونالدو هم در جام جهانی سخت و در نهایت، نشدنی شد. در ضمن، جواد نکونام و علی دایی بهترین پنالتی زن‌های ایران بوده‌اند که تقریبا ۱۰۰ درصد پنالتی‌هایشان را گل می‌کردند.»

**من مطمئنم این بازی را می‌بریم**

ملی‌پوش سابق کشورمان درباره احتمال دفاعی بازی کردن ژاپن در این بازی می‌گوید: «اخیرا رئیس فدراسیون ژاپن مصاحبه‌ای کرده و گفته است که ما به دنبال بازی زیبا نیستیم و فقط به دنبال نتیجه هستیم البته به شما بگویم که ژاپن و کره جنوبی به این نتیجه رسیده‌اند که فقط جام جهانی برای‌شان اولویت دارد. الان شما فکر می‌کنید که چند درصد مردم دنیا جام ملت‌های آسیا را می‌بینند؟ ژاپن و کره به همین دلیل در این جام دست به جوان گرایی زده‌اند. با وجود این میانگین سنی تیم ما هم خیلی خوب است و به نظرم تمام این بازیکنان در جام جهانی آینده حاضر خواهند بود. من مطمئنم بازی را می‌بریم، آن‌ها هم زرنگ شده‌اند و چون می‌دانند که زورشان به ما نمی‌رسد، احتمالا با لایه‌های فشرده دفاعی در مقابل ما صف آرایی خواهند کرد و چشم به ضدحمله‌ها خواهند داشت که امیدوارم به نتیجه نرسند.»

## اسماعیل حلالی: پنالتی زدن یک رگ بیعاری می‌خواهد!

بازیکن باسابقه پرسپولیس تهران و تیم ملی کشورمان که سابقه بازی در برابر ژاپن را هم دارد، در پاسخ به این سوال که به نظرتان در بازی سختی که با ژاپن خواهیم داشت، چه خواهیم کرد؟ می‌گوید: «به نظر من خیلی بازی سختی نداریم. درست است که ژاپن حریف قابل احترامی است اما از لحاظ تیمی، فکر نمی‌کنم به گرد ایران هم برسد و تیم ما قابلیت‌های زیادی دارد.»

**پنالتی زدن و پنالتی گرفتن یک هنر است**

این بازیکن که از پنالتی‌زن‌های موفق در زمان خودش محسوب می‌شود، درباره استرس پنالتی زدن می‌گوید: «پنالتی زدن و پنالتی گرفتن یک هنر است. درست است که با تمرین این قابلیت را می‌توان بهبود بخشید اما تا حد زیادی یک هنر است. ما در چند سال اخیر، حداکثر دو پنالتی زن حرفه‌ای داشته‌ایم بنابراین اگر قرار باشد در این بازی پنج تا پنالتی بزنیم و شاید بیشتر، متاسفانه ضعف‌هایی داریم البته یک حسنِ بزرگ ما داشتن بیرانوند است که یک پنالتی‌گیر حرفه‌ای و ماهر است. بچه‌ها حتما برای پنالتی‌ها، تمرین می‌کنند اما این تمرین‌ها، حداکثر ۲۰ درصد در موفقیت تیم تاثیر گذار است و خیلی مشکل ما را حل نمی‌کند بنابراین من آرزو می‌کنم بازی به پنالتی نکشد و در ۹۰ دقیقه، بازی را ببریم.»

**نداشتن استرس در گل شدن پنالتی خیلی موثر است**

حلالی درباره بهترین پنالتی‌زن‌های تاریخ فوتبال کشورمان می‌گوید: «بهترین پنالتی‌زن قرن، نادر محمدخانی بود چون بغل پاهای فوق‌العاده‌ای می‌زد. بعد از او، مجتبی محرمی، حمید درخشان، محسن عاشوری، بهروز رهبری‌فرد هم خوب پنالتی می‌زدند البته پنالتی زدن یک رگ بیعاری می‌خواهد! بازیکن نباید به خودش بگوید که اگر گل نشد، فوتبال برای من تمام می‌شود. مثلا علی انصاریان، تبحر فوق‌العاده در زدن پنالتی نداشت ولی چون خیلی خونسرد بود و می‌گفت: «مثلا اگه بزنم بیرون، چی میشه؟»، از بی‌خیالی زیاد و نداشتن استرس، بیشتر پنالتی‌هایش را گل می‌کرد.

## پرویز برومند: با حضور بیرانوند، نگران ماراتن پنالتی‌ها نیستم!

دروازه‌بان سابق تیم ملی کشورمان درباره احتمال به پنالتی کشیده شدن بازی ایران و ژاپن می‌گوید: «من احساس می‌کنم که این بازی به پنالتی کشیده نمی‌شود اما اگر هم کشیده شود، دروازه‌بان تیم ملی ما، این قدر به ما اعتماد به نفس داده است که من فکر می‌کنم در ضربات پنالتی هم می‌توانیم، موفق باشیم و من نگران ماراتن پنالتی‌ها نیستم.»

**پنالتی ۵۰-۵۰ است**

برومند در پاسخ به این سوال که در دوره‌های اخیر به غیر از ۲۰۱۱، تیم ملی ما همیشه در پنالتی‌ها مغلوب شده هم می‌گوید: «پنالتی ۵۰-۵۰ است. ۵۰ درصد به دروازه‌بان ارتباط دارد و ۵۰ درصد به زننده ضربه و از این نظر که ما در دروازه کسی را داریم که اعتماد به نفس لازم را دارد و این که در دروازه بانی روح و روان خیلی تاثیر دارد، به نظرم این بار تیم متفاوتی خواهیم داشت.»

**بیرانوند پنالتی عمانی‌ها را شانسی گرفت**

برومند که خودش سال‌ها دروازه‌بان بوده و بارها پنالتی گرفته است، درباره شانسی بودن پنالتی گرفتن‌های بیرانوند می‌گوید: «ببینید پنالتی گرفتن چند حالت دارد. یکی حالت ۵۰-۵۰ کردن است که فکر می‌کنم در بازی آخر، این اتفاق افتاد و شانسی هم حالا آن بازیکن همان جا زد. یکی هم دروازه‌بان‌ها تا آخرین لحظه می‌ایستند و بعد حرکت می‌کنند. وقتی با تیم استقلال در جام پرچم ترکمنستان شرکت کرده بودیم، در بازی فینال بازنیت روسیه، کار به ضربات پنالتی کشیده شد و من در آن بازی سه ضربه پنالتی را مهار کردم و قهرمان شدیم.»

## علی موسوی: شانس، حرف اول و آخر را در پنالتی‌ها می‌زند

بازیکن تیم ملی کشورمان که در تیم‌های باشگاهی بایرلورکوزن آلمان و استقلال بازی کرده است، درباره ژاپن می‌گوید: «این تیم هنوز هیچ برگه برنده‌ای رو نکرده است و رو به روی ایران، باید ۱۰۰ درصد توانمندی‌هایش را نشان دهد و گرنه از همین حالا باید با جام وداع کند.»

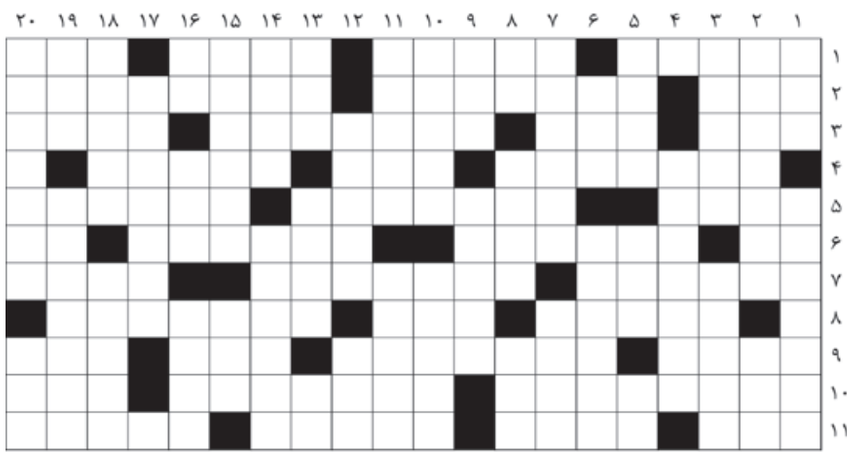
**امیدوارم بازی به پنالتی نکشد**

موسوی درباره احتمال به پنالتی کشیده شدن این بازی هم می‌گوید: «در این جام فقط ایران و قطر هستند که چابکی لازم را برای قهرمانی دارند. با این حال به نظرم اگر این بازی به پنالتی بکشد، آن‌ها خیلی حرفه‌ای هستند. مانباید دل خوش کنیم که پنالتی رونالدو را گرفتیم البته اگر کیفیت بازی ایران در حد اندازه چند بازی اخیرش باشد، ما تیم برتر میدان خواهیم بود.»

**پنالتی‌ها ۵۰-۵۰ است**

بازیکن سابق تیم ملی که در جام ملت‌های آسیای ۹۶ هم توپ زده است، درباره شانسی بودن گل شدن پنالتی می‌گوید: «پنالتی همه‌اش ۵۰-۵۰ است. بازیکن و دروازه‌بان، هر کدام یک طرف را انتخاب می‌کنند تا موفق شوند. به خصوص اگر دروازه‌بان توپ را بگیرد که ستاره می‌شود البته برای موفق شدن در زدن یا گرفتن پنالتی، اعتماد به نفس و روحیه هم بسیار مهم است اما در نهایت، شانس حرف آخر را می‌زند.»

## جدول سخت [شماره ۵۳۱]



طراح جدول: بیژن گورانی

**افقی:**

۱ – آش آرد – رمانی از جومپا لاهیری، نویسنده ادبیات هند – خواهش – عارضه توقف اعمال حرکتی در اعضای بدن ۲ – پدر عرب – تنگه‌ای در کشور ترکیه – از آثار بلا منازع سینمای وسترن که فیلمی تماشایی با کارگردانی هاوارد هاکس است ۳ – چروک پارچه – دوستی – پایتخت موریتانی – عظیم ۴ – از ساز های زهی – جاده آهنی – پرنده مهاجر ۵ – شهری در شمال غربی ایتالیا – شاعر فریومدی قرن هشتم – ماوراء النهر ۶ – ردیف – ادرار را از کلیه به مثانه هدایت می‌کند – سیاستمدار اتریشی قرن نوزدهم – اصل هر چیز ۷ – ضیافت – داستانی بلند نوشته محمود دولت آبادی – وقت خود را به بطالت گذراندن ۸ – نعش – درخت سقز – محجوب و مودب ۹ – پراکندگی – پایتخت سیرالئون – چند رأی – مسمار ۱۰ – ایالتی در آمریکا – کالری متر – هرگز م... تو از لوح دل و جان نرود ۱۱ – یک نفر – از مشتقات نفت – استواری در اندیشه و اراده – هادی الکتریسیته

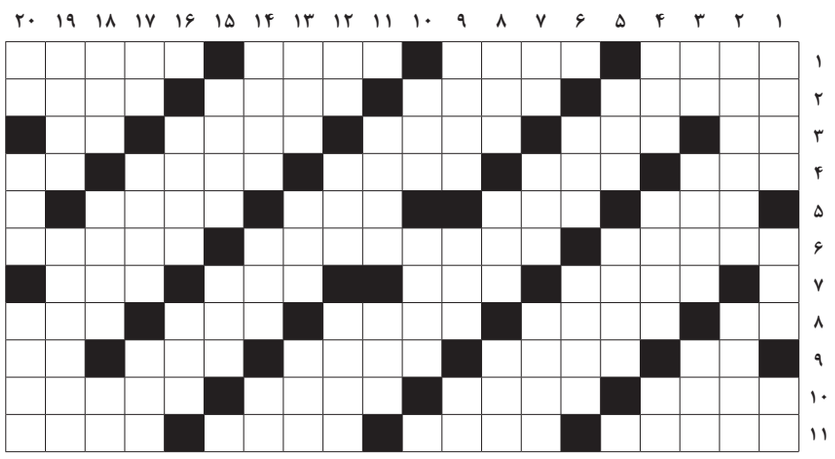
**عمودی:**

۱ – درخت انگور – مجموع پروتون‌ها و نوترون‌های موجود در هسته اتم ۲ – نوعی حساسیت ناشی از گرده گیاهان – پسندیده ۳ – آقای فرانسوی – رایگان ۴ – حیران و سرگردان ۵ – مفید ترین سرگرمی دنیا – شهری در ایالت تورینگن آلمان – دشنام دادن ۶ – نوعی آچار سرکج – گیاهی زینتی که گل‌های آن خاصیت آرام بخشی دارد ۷ – ترسیده – واحد بین المللی فرکانس ۸ – باب روز – برگزیده از هر چیز – سخنان بیمار تب دار ۹ – برکت سفره – جانشینی ۱۰ – شاعر دربار سلطان سنجر – آب ورز ۱۱ – فاقد شتاب – ارائه دهنده خدمات بهداشتی و درمانی در روستاها ۱۲ – اقلیتی مذهبی – روکار ساختمان ۱۳ – از مزه‌ها – شجاع – از خواهران بروته ۱۴ – نزدیک بین – با صداقت ۱۵ – از ذره‌های ریز داخل اتم – پایتخت سوئیس ۱۶ – مهم ترین عامل در پراکندگی و شکل گیری روستاهای ایران – محرمانه – مادر حضرت اسماعیل(ع) ۱۷ – روز قیامت ۱۸ – ولرم – علم طلسمات ۱۹ – درخت انجیر معابد – سنبل الطیب ۲۰ – موی سفید و سیاه – پروردگار عالم

حل جدول شماره ۵۳۰

| | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ | ۱۶ | ۱۷ | ۱۸ | ۱۹ | ۲۰ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | گ | ش | ت | ■ | ل | ا | ی | و | م | ه | ■ | س | ا | ا | ط | ع | ■ | ■ | س | ف |
| ۲ | چ | و | ب | ل | ا | ی | چ | ر | خ | گ | ذ | ا | ش | ت | ن | ■ | ز | و | ق | ا |
| ۳ | ب | ■ | ■ | ی | و | ز | ی | ■ | ا | س | ا | س | ■ | م | ز | ب | و | ر | ■ | پ |
| ۴ | ر | س | و | ا | ی | ی | ■ | ر | ک | ی | ن | ■ | م | ا | و | ق | ع | ■ | پ | ی |
| ۵ | ی | م | ا | م | ■ | ت | م | س | خ | ر | ■ | پ | ا | م | ی | ر | ■ | پ | س | د |
| ۶ | ■ | ا | ی | ت | م | ■ | ا | ت | و | ک | ر | ا | س | ی | ■ | ه | ر | ا | ت | ■ |
| ۷ | ن | ن | ر | ■ | م | ی | ن | ا | ب | ■ | س | ی | ا | ت | ل | ■ | ا | ه | ن | گ |
| ۸ | ا | ه | ■ | ک | ا | ر | د | ک | ■ | ر | ی | م | ل | ■ | ا | ز | و | ر | ی | ت |
| ۹ | س | ■ | ا | ر | ت | ق | ■ | ت | ا | ت | ا | ■ | د | ل | پ | ر | ■ | ■ | ■ | و |
| ۱۰ | ز | ن | ج | د | ■ | ا | ب | ر | و | ب | ا | ل | ا | ا | ن | د | ا | خ | ت | ن |
| ۱۱ | ا | و | ر | ی | و | ن | ■ | ت | ف | ع | ل | ■ | چ | ن | گ | ه | ■ | ز | ا | ■ |

## جدول متوسط [شماره ۷۳۲۰]



طراح جدول: مریم احمدی

**افقی**

۱ – رکاب – مجلس روسیه – فراز – حمد ۲ – رسانه شنیداری – سبزی سالاد – تازه رسیده – زاپاس ۳ – خیس – پایین – سعی – شهری در استان مرکزی – صنم ۴ – بدهی – نی میان تهی – آهسته – مدیر – بنیان ۵ – یاروی مشهدی – فرومایه – ترس – سخندان ۶ – ترازو – میرزا محمد تقی‌خان فراهانی – زن پارسای مسیحی ۷ – برابر – مقعر – آتش – سگ بیمار ۸ – درون – شخم – موش خرما – منقار پرنده – راز ۹ – تیر پیکان دار – پاک – ازرق – عدل – جانشین او ۱۰ – گل دندان – دوا – صدا – خوانده شده ۱۱ – گلدسته – شیون – فراخ – برنا

**عمودی**

۱ – اشعه – از ادوات ورزش باستانی – تکرار حرف ۲ – مکنت – رسم و عادت ۳ – اسم آذری – ازسبزی‌های معطر – عمارت ۴ – لغزنده – حاشیه کتاب – اگر ۵ – پایتخت اروپایی – باد خنک ۶ – جوانمرد – دور بازی ۷ – قورباغه درختی – پرچم – برنج فروش ۸ – تیره – ملح – صدای مهیب ۹ – رام – رفیق – پرگویی ۱۰ – از حروف الفبا – جاری ۱۱ – شماره استاندارد بین المللی کتاب – سازمان جاسوسی شیطان بزرگ ۱۲ – از خواهران بروته – سرازیری – مارکی برای کامیون ۱۳ – نزر – سلاح کاشتنی – نومیدی ۱۴ – چاه‌ها – بخشی از پا – جامه و کسوت ۱۵ – خواب – نهر ۱۶ – نرم تن دریایی – سقف دهان ۱۷ – خط کش مهندسی – اسود – خلوت ۱۸ – آموختنی لقمان – ربیع – آب روستایی ۱۹ – بی نظیر – جزیره‌ای در اقیانوس اطلس ۲۰ – جسم – زنبیل – ضرر

حل جدول شماره ۷۳۱۹

| | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ | ۱۶ | ۱۷ | ۱۸ | ۱۹ | ۲۰ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | س | ا | م | و | ر | ا | ی | ی | ف | ■ | س | ت | ی | و | ا | ■ | ل | ا | س | د |
| ۲ | د | ب | ل | ■ | س | ر | م | ■ | ا | ی | ن | س | ■ | ا | ن | ا | ■ | ش | ن | ا |
| ۳ | ی | ر | ■ | چ | ا | م | ■ | ا | م | ن | ■ | ب | ا | ر | ■ | ا | ل | و | ا | ر |
| ۴ | د | ■ | ن | ا | م | ■ | ر | و | ا | ■ | ن | ی | ر | ■ | ب | ا | د | ا | ب | ا |
| ۵ | ■ | د | ا | ر | ■ | س | ت | ا | خ | ر | ا | ن | ■ | ب | ر | ی | ر | ن | ■ | ی |
| ۶ | ب | ر | ی | ■ | ک | ا | و | ر | ■ | د | ر | ■ | ک | ی | س | ت | ن | ■ | ر | ا |
| ۷ | خ | و | ■ | ت | ت | ا | ل | ش | ■ | س | س | ی | و | ن | ■ | م | ■ | ب | ی | ■ |
| ۸ | ش | ■ | ح | ر | ی | م | ■ | ت | ا | و | ■ | ا | ز | ا | ■ | ■ | ک | و | ل | ا |
| ۹ | ن | د | ا | م | ■ | ت | ن | ن | ر | ■ | ب | ن | ه | ■ | ا | ر | ■ | د | س | و |
| ۱۰ | د | و | ر | ه | ■ | ر | ی | ه | ■ | ت | ر | ا | ■ | ا | ت | ر | ب | ■ | و | ا |
| ۱۱ | ه | ر | س | ■ | س | و | م | ا | ت | ر | ا | ■ | ز | ا | ر | ب | ک | س | ت | ن |