



تحلیل جمله از آخرین تلاش‌ها برای راضی کردن طبقه متوسط فکری به مشارکت فعالانه در انتخابات؛

# چرا تکرار تحریریم، خطاست؟



گزارش جمله از چیستی و چرایی ریال دیجیتال؛



۲۲

عین...ی تاکید کرد؛

امارات مبدا انتقال تب‌دنگی به ایران

۲۱

دوره‌های آموزشی مهارتی زمینه‌ساز توسعه ورزش قهرمانی

۲۵

وزیر راه و شهرسازی در نشست سخنگوی دولت خبر داد؛

شناسایی بیش از یک‌صد هزار هکتار زمین برای واگذاری به مردم

۲۰

## روزگار سیاه خودروسازان ایرانی

ایران خودرو، سایپا و پارس خودرو در مجموع زیان انباشته ای حدود ۱۸۷ هزار میلیارد تومانی را در صورت های مالی خود تا پایان ۱۴۰۲ ثبت کردند که رکوردی دردناک است و نشان دهنده وضعیت قرمز در این صنعت پرحاشیه است...



یادداشت

## دوره‌های آموزشی مهارتی زمینه‌ساز توسعه ورزش قهرمانی

دکتر حسین چناری

پژوهشگر و نظریه‌پرداز آموزشی

مرحله سوم- مهارت را خیلی حرفه‌ای و با سرعت بالا انجام دهید. چرا که از نظر فنی سرعت آهسته برای دوربین‌ها انجام می‌شود.

مرحله چهارم- مهارت را با سرعت و در حالت خستگی انجام دهید. به لحظات پایانی در تمام ورزشهای رقابتی فکر کنید: ۲۰ متر آخر یک صد متر آزاد و پنج دقیقه آخر قبل از نیمه در فوتبال. فشار را در تمرینات مهارتی بگنجانید و اطمینان در این زمان خاص مربوط است و توانایی انجام مهارت‌های پایه در هنگام خستگی، کم آبی و کمبود گلیکوژن یک مزیت برتر در همه ورزش‌ها است.

مرحله پنجم- مهارت را با سرعت، در حالت خستگی و تحت فشار انجام دهید. تاکنون چند بار مشاهده کرده‌اید که ورزشکاران اهداف ساده را از دست می‌دهند یا توپ‌ها را رها می‌کنند یا در لحظات حساس مسابقات مرتکب خطا می‌شوند. شکلی نیست که استرس‌ها و چرخش در روانی بر توانایی ورزشکاران برای انجام مهارت‌ها با کیفیت و وقت لازم تأثیر می‌گذارد. عنصر فشار را در تمرینات مهارتی بگنجانید و اطمینان حاصل کنید که جلسات تمرینی چالش‌برانگیزتر و سخت‌تر از محیط رقابتی است که برای آن آماده می‌شوید.

مرحله ششم- مهارت را خیلی حرفه‌ای، با سرعت، در حالت خستگی و تحت فشار به طور مداوم انجام دهید. انجام یک بار مهارت در شرایط مسابقه می‌تواند شانس باشد، اما توانایی انجام آن به طور مداوم در شرایط مسابقه نشانه یک قهرمان واقعی است. متأسفانه بسیاری از ورزشکاران در تمرینات آنها اولین قدم در این فرآیند است. باید توجه داشت ورزشکاران به این دلیل شکست نمی‌خورند که سطح مهارتشان پایین است بلکه آنها در دور رقابت حذف می‌شوند زیرا توانایی شان برای انجام مهارت در شرایط مسابقه ضعیف است و این مسئله اصلی مربیگری است.

هفت مرحله مهارتی وجود دارد که برای موفقیت در هر ورزشی باید در آن پیشرفت داشته باشید. مرحله اول- مهارت را اجرا کنید. این اولین و متأسفانه برای اکثر ورزشکاران آخرین مرحله در برنامه مهارت‌آموزی آنهاست. مربیان تمرینی ارائه می‌کنند، ورزشکاران آن را اجرا سپس آن را بررسی می‌کنند، مربیان تمرینات مهارت را منتقد می‌کنند و معتقدند که اگر ورزشکار بتواند این مهارت را واقعاً به شکلی شایسته انجام دهد و به نظر می‌رسد که در کتاب‌های درسی مربیگری چنین است، پس کار خود را درست انجام داده‌اند. اما تا اینجا حتی سی درصد کار مربی یعنی آموزش مهارت تکمیل نشده است.

رهبری

رهبر انقلاب در دیدار هزاران نفر از اقشار مختلف مردم در عید سعید غدیر تبیین کردند؛

## ایران قوی و سرافراز با مشارکت حداکثری

رهبر معظم انقلاب اسلامی در عید سعید غدیر در دیدار هزاران نفر از هموطنان، واقعه غدیر را زمینه‌ساز استمرار حاکمیت اسلامی و تداوم الگوی زیست اسلامی برشمردند و با اشاره به برخی فضائل امیرمومنان(ع)، تأکید کردند: مردمی بودن نظام اسلامی و اعتقاد به تأثیر حضور فرد فرد مردم در سرنوشت کشور را از مولای خود آموخته‌ایم.

به گزارش ایسنا، حضرت آیت‌الله خامنه‌ای همچنین با اشاره به انتخابات بسیار مهم روز جمعه، مشارکت حداکثری مردم و انتخاب اصلاح را موجب سرافرازی ملت و جمهوری اسلامی برشمردند و با تبیین ویژگی‌های نامزد اصلاح، آحاد ملت را به حضور در پای صندوق‌های رای فراخواندند و تأکید کردند: هر کس به ایران قوی و سرافراز علاقه‌مند است و هر کس معتقد به حمایت خود آموخته‌ایم، در انتخابات مشارکت کند.

رهبر انقلاب با تبریک «عیدالله‌الاکبر» به همه ملت ایران و مسلمانان جهان، برگزاری جشن‌های مردمی عید شریف غدیر در معابر عمومی را ابتکاری بسیار خوب خواندند و تأکید کردند: هر کس از شکست دادن اسلام را تعبیر بسیار برجسته قرآن در موضوع عید غدیر و اعلام خلافت و ولایت امیرمومنان(ع) برشمردند. ایشان تداوم حاکمیت سیاسی اسلام در پرتو فرمان پروردگار مبنی بر ابلاغ جانشینی و امامت امیرمومنان از زبان مبارک پیامبر(ص) را علت ناامیدی کفار دانستند و افزودند: تداوم حاکمیت و سیاست اسلامی که در امامت جلوه‌گر است، استمرار روح اسلام است. رهبر انقلاب، مقام امامت را از مهمترین شئون انبیا الهی و بالاتر از مقام رسالت خواندند و افزودند: در رسالت، پیامبران، فرامین الهی را برای مردم بیان می‌کنند اما در شأن امامت، پیامبر فرامین الهی را در دل و اندیشه و عمل و کارکرد مردم جاری می‌سازد.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای استمرار حاکمیت اسلامی در پرتوی امامت و ولایت را باعث تداوم الگوی زیست اسلامی برشمردند و گفتند: هدف از تلاش و مبارزات ۲۵۰ ساله آنمه که برخی بزرگان شیعه نیز بعدها دنبال کردند و در عصر حاضر با مجاهدت‌های امام راحل و ملت ایران ادامه یافت، حاکمیت اسلام بود که منجر به گسترش زیست اسلامی در جامعه می‌شود.

ایشان در تبیین خطوط اصلی الگوی زیست اسلامی به «عدالت»، «ان شاء علی الکفار»، «رحمنا بینهم»، «درک رنج و سختی مردم رهبر انقلاب در بیان ویژگی‌های فرد اصلاح گفتند: اصلاح کسی است که در درجه اول به مبانی انقلاب و نظام و به این راه، اعتقاد قلبی و واقعی داشته باشد همچنان‌که شهید خدایت، رئیس عزیز واقعا اعتقاد داشت و متوجه محسوس بود که او با دل و جان و اعتقاد کار می‌کند.ایشان کارآمدی را ویژگی مهم فرد اصلاح خواندند و گفتند: کارآمدی یعنی شب و روز شناسد، دنبال کار باشد، توانایی کار کردن داشته باشد و از عناصر و همکاران خوب استفاده کند.

ایشان همچنین افزودند: دولت سیزدهم از دولت‌هایی بود که از ظرفیت‌های کشور به خوبی استفاده کرد و اگر این دولت ادامه می‌یافت احتمال زیاد می‌دادم بسیاری از مشکلات اقتصادی حل شود. رهبر انقلاب در بیان ظرفیت‌های مهم کشور گفتند: انبوه جمعیت جوان و هوشیار، توانمندی‌ها، هوش و استعداد ذاتی ایرانی، معادن عظیم و متنوع، موقعیت جغرافیایی، مرزهای طولانی آبی، تعداد بالای همسایگان، بازارهای بزرگ منطقه‌ای، بازار ۸۰ میلیون داخلی، تنوع اقلیمی، شبکه ریلی و جاده‌ای، توانمندی‌های فنی جوانان در امر مسکن، جاده، سد و صنعت، مناطق آزاد تجاری و میراث‌های فرهنگی و تمدنی از جمله ظرفیت‌های کشور است. ایشان افزودند: ویژگی‌ها و توانمندی‌ها و معتقد هم ظرفیت بسیار



مهمی هستند؛ حتی اگر برخی از آنها در ظاهر پایبندی درستی به شرح نشان ندهند.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با انتقاد از تصور برخی سیاسیون کشور مبنی بر تاخیر بودن از آویزان شدن به این قدرت یا آن قدرت دنیا برای پیشرفت و توهم اینکه همه راه‌های پیشرفت از آمریکا می‌گذرد، گفتند: کسانی که چشمشان به خارج از مرزها است، اجازه نخواهد داد که سرنوشتشان را در دیگران بنویسند.

ارتباط با دنیا، گفتند: ما از اول به دنبال ارتباط با همه دنیا به جز یکی دو استثنا بودیم و اتفاقاً در دولت‌هایی مانند دولت شهید رئیسی که به شدت به مبانی پایبند بودند، ارتباطات بین‌المللی کشور هم تقویت شد.

ایشان چشم ندوختن به بیگانگان را به معنی شجاعت و استقلال ملی خواندند و گفتند: با وجود این دو مؤلفه، ملت ایران توانایی و شخصیت و قدرت خود را نشان می‌دهد و احترام آن در دنیا بیشتر خواهد شد. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در پایان دو توصیه مهم خطاب به مردم و نامزدها بیان کردند.

ایشان در توصیه اول با اشاره به شعار «ایران قوی و سرافراز»، گفتند: ایران قوی طرفداران خیلی زیادی دارد؛ البته قوی بودن ایران فقط به داشتن انواع موشک نیست -که ما انواع و اقسام مفید و کاربردی آن را هم داریم- بلکه قوی بودن، ابعاد علمی، فنی، اقتصادی و سیاسی هم دارد که یکی از ابعاد بسیار مهم آن، حضور در میدان سیاست و انتخابات است. رهبر انقلاب تأکید کردند: بنابراین هر کس علاقه‌مند به ایران قوی است باید در انتخابات شرکت کند و هر کس معتقد به لزوم حمایت از نظام جمهوری اسلامی است، باید در این زمینه اهتمام مضاعف داشته باشد.

ایشان در توصیه بعدی خطاب به نامزدهای انتخابات ریاست جمهوری، از آنها خواستند با خداوند عهد کنند که در صورت کسب مسئولیت، طرفی‌ان و کارگزاران خود را از کسانی انتخاب نکنند که ذره‌ای با انقلاب اسلامی زاویه دارند.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با تأکید به نامزدها مبنی بر اینکه هر فردی ذره‌ای با انقلاب و امام و نظام اسلامی زاویه داشته باشد به درد شما نمی‌خورد و همکار خوبی برای شما نخواهد بود، گفتند: کسی که دلپسته آمریکا باشد و تصور کند بدون لطف آمریکا نمی‌شود قدم از قدم برداشت و همچنین کسی که به راهبر دین و شریعت بی‌اعتنایی کند، همکار و مدیر خوبی نیست. بنابراین همکاری انتخاب کنید که اهل دین، شریعت، انقلاب و اعتقاد کامل به نظام اسلامی باشند.

ایشان افزودند: اگر با نیت خالص و عهد با خدای متعال در انتخابات کار و فعالیت کردید، همه کارهایتان نزد خداوند حسنه است و ثواب خواهد داشت.













