

شذرات رياضية



أ. محمد الحسن الرضي

اجعل نفسك وقتاً للرياضة بالمنزل

تلعب الرياضة دوراً أساساً ومهماً في الحياة ولذا أصبحت الدول توليها اهتماماً كبيراً لما تحققة من فوائد كثيرة في كافة المجالات السياسية والاقتصادية والأمنية والاجتماعية والصحية بل إن بعضها جعلها البوابة الإستراتيجية الأولى لبلوغ أهدافها الكبرى ولأن الإنسان هو المحور الرئيس في التنمية بمعانيها الكلية فقد جعلت الرياضة منه - أي الإنسان - مقصدها المصوب نحوه كل مشروعاتها وخططها وبرامجها لأنه يمثل أكبر ثروة في التاريخ الماضي والحاضر ولعل أكبر الحاضرات وأضحها تمت على يديه ومن صنعه. والرياضة بشقها التنافسي لها مؤسساتها ونظمها وتشريعاتها وميادينها، أما ما نحن بصددده في هذا المقال فهو الشق غير التنافسي بما يُعرف بمصطلح الرياضة للجميع وبهذا الفهم فهو يمارسها إكساباً للصحة العامة ومنح الجسم قدرًا من الرشاقة والمرونة والتوازن وهذا يختلف من شخص لآخر وفقاً للسن والزمن والحاجة والنوع وفي السنوات الأخيرة بدأنا نلاحظ وعياً واهتماماً من الجميع بضرورة هذه الممارسة الرياضية وأجمعوا على حصول الفائدة المباشرة وجني ثمارها بعد التجربة الحقيقية ولهذا اتسعت ميادين الممارسة ولعل الكثيرين جعلوا من منازلهم مساحة للرياضة بحيث يمارس الواحد منهم بعض التمارين في فناء الدار أو داخل صالة أو غرفة ، وهناك تمارين يمكن أن تمارس بواسطة أجهزة أو وسائل في الصباح الباكر أو في أي وقت آخر مناسب له ويمكن أن تكون التمارين فردية أو جماعية. وأختم القول بأنك إن لم تكن تمارس الرياضة فمن السهل أن تبدأ الآن بأن تجعل لنفسك وقتاً للرياضة وجرب بعد فترة وجيزة وقس مدى الفائدة التي حصلت عليها والتجربة خير برهان وليس من فعل كمن سمع.

حول مشاركة العرب في الأولمبياد



لحلافي برونزية سباق ٥ آلاف متر، والمغربي علي الزين برونزية سباق ٣ آلاف متر موانع، والمغربية نزهة بدوان برونزية سباق ٤٠٠ متر حواجز، والجزائري عبد الرحمن حماد برونزية مسابقة الوثب العالي، والجزائري سعيد جابر القرني برونزية سباق ٨٠٠ متر، والكويتي فهيد الديحاني برونزية الحفرة المزدوجة في الرماية، والقطري أسعد سعيد سيف برونزية وزن ١٠٥ كلغ في رفع الأثقال، والمغربي الطاهر التمساني برونزية وزن ٥٧ كلغ في الملاكمة، والجزائري محمد علاو برونزية وزن ٦٣ كلغ في الملاكمة، والسعودي خالد العيد برونزية قفز الحواجز في الفروسية.

دورة أثينا ٢٠٠٤:

أحرز المغربي هشام الكروج ذهبية سباق ١٥٠٠ متر وذهبية سباق ٥ آلاف متر، والإماراتي الشيخ أحمد بن حشر آل مكتوم ذهبية الحفرة المزدوجة، والمصري كرم جابر ذهبية وزن ٩٦ كلغ في المصارعة الحرة، والمغربية حسناء بنحسي فضية سباق ٨٠٠ متر، والمصري محمد علي رضا فضية الملاكمة في وزن فوق ٩١، والمصري أحمد إسماعيل برونزية وزن ٨١، والمصري محمد السيد برونزية وزن ٩١ كلغ في الملاكمة، والمصري تامر بيومي برونزية وزن ٥٨ كلغ في التايكواندو، والسوري ناصر الشامي البرونزية في الملاكمة عن وزن ٩١ كلغ.

دورة بكين ٢٠٠٨:

أحرز التونسي أسامة الملولي ذهبية سباق ١٥٠٠ متر حرة في السباحة، والسوداني إسماعيل أحمد إسماعيل فضية سباق ٨٠٠ متر في ألعاب القوى، والمغربية حسناء بنحسي برونزية سباق ٨٠٠ متر في ألعاب القوى، والمغربي جواد غريب فضية سباق الماراتون في ألعاب القوى، والجزائري عمار بنيخلف فضية وزن تحت ٩٠ كلغ في الجودو، والمصري هشام مصباح برونزية وزن تحت ٩٠ كلغ في الجودو، والجزائرية ثريا حداد برونزية وزن ٥٢ كلغ في الجودو.

دورة لندن ٢٠١٢:

أحرز الجزائري توفيق مخلوفي ذهبية سباق ١٥٠٠ متر في ألعاب القوى، والتونسي أسامة الملولي ذهبية سباق ١٠ كلم في المياة الحرة في السباحة، والمصري كرم جابر فضية وزن ٨٤ كلغ في المصارعة اليونانية الرومانية، والمصري علاء الدين أبو القاسم فضية سلاح الشيش في رياضة المبارزة، والتونسية حبيبة الغربي ذهبية سباق ٣ آلاف متر موانع في ألعاب القوى، والبحرينية مريم جمال فضية سباق ١٥٠٠ متر في ألعاب القوى، والتونسي أسامة الملولي برونزية سباق ١٥٠٠ متر حرة في السباحة، والمنتخب السعودي برونزية قفز الحواجز في الفروسية، والقطري ناصر العطية برونزية في الرماية، والمغربي عبد العاطي إيغيدير برونزية سباق ١٥٠٠ متر في ألعاب القوى، والكويتي فهيد الديحاني برونزية القرب في الرماية، والقطري معز برشم برونزية الوثب العالي في ألعاب القوى.

أحرز المغربي سعيد عويطة ذهبية سباق ٥ آلاف متر، والمغربية نوال المتوكل ذهبية سباق ٤٠٠ حواجز، والسوري جوزف عطية فضية في المصارعة اليونانية-الرومانية، والمصري محمد علي رشوان فضية في الجودو، والجزائري مصطفى موسى برونزية لوزن تحت ٨١ كلغ في الملاكمة، والجزائري محمد زاوي برونزية لوزن تحت ٧٥ كلغ في الملاكمة.

دورة سيول ١٩٨٨:

أحرز المغربيان إبراهيم بوطيب ذهبية سباق ١٠ آلاف متر وسعيد عويطة برونزية سباق ٨٠٠ متر، وحصل مواطنهما عبد الحق عشيق على برونزية في الملاكمة، فيما نال الجيبوتي أحمد صالح برونزية في سباق الماراتون.

دورة برشلونة ١٩٩٢:

أحرز المغربي خالد السكاح ذهبية سباق ١٠ آلاف متر، والمغربي رشيد لبصير فضية سباق ١٥٠٠ متر. ونالت الجزائرية حسبية بوالمرقة ذهبية سباق ١٥٠٠ متر، والقطري محمد سليمان برونزية سباق ١٥٠٠ متر. كما أحرز الجزائري حسين سلطاني برونزية في الملاكمة لوزن الريشة، والمغربي محمد عشيق برونزية في الملاكمة لوزن الديك.

دورة أتلانتا ١٩٩٦:

أحرز الجزائري نور الدين مرسلتي ذهبية سباق ١٥٠٠ متر، والسورية غادة شعاع ذهبية مسابقة السباعية، والجزائري حسين سلطاني ذهبية الوزن الخفيف في الملاكمة، والجزائري محمد بحاري برونزية وزن تحت ٧٥ كلغ في الملاكمة، والتونسي فتحي الميساوي برونزية في وزن تحت ٦٣ كلغ في الملاكمة، والمغربي خالد بولامي برونزية سباق ٥ آلاف متر، والمغربي صلاح حيسو برونزية سباق ١٠ آلاف متر.

دورة سيدني ٢٠٠٠:

أحرزت الجزائرية نورية بنعبدة مراح ذهبية سباق ١٥٠٠ متر، والسعودي هادي صوغان فضية سباق ٤٠٠ متر حواجز، والجزائري علي سعيد سيف فضية سباق ٥ آلاف متر، والمغربي هشام الكروج فضية سباق ١٥٠٠ متر، والمغربي إبراهيم

دورة أمستردام ١٩٢٨:

أحرز سيد نصير ذهبية رفع الأثقال للوزن الخفيف الثقيل، وإبراهيم مصطفى ذهبية المصارعة اليونانية-الرومانية للوزن الخفيف الثقيل، وفريد سميكة فضية الغطس من المنصة الثابتة وبرونزية الغطس من المنصة المتحركة، وجميعهم يحملون الجنسية المصرية.

دورة برلين ١٩٣٦:

أحرز خضر التونسي ذهبية رفع الأثقال للوزن المتوسط، ومحمد مصباح ذهبية رفع الأثقال للوزن الخفيف، وصالح سليمان فضية رفع الأثقال لوزن الريشة، وإبراهيم شمس برونزية رفع الأثقال لوزن الريشة، وإبراهيم واصف برونزية رفع الأثقال للوزن الخفيف الثقيل، وجميعهم مصريون.

دورة لندن ١٩٤٨:

أحرز إبراهيم شمس ذهبية رفع الأثقال للوزن الخفيف، ومحمود فياض ذهبية رفع الأثقال لوزن الريشة، وعطية حمودة فضية رفع الأثقال للوزن الخفيف، ومحمود حسن فضية المصارعة اليونانية-الرومانية لوزن الديك، وإبراهيم عرابي برونزية المصارعة اليونانية-الرومانية لوزن خفيف الثقيل، وجميعهم مصريون أيضا.

دورة هلسنكي ١٩٥٢:

أحرز اللبناني زكريا شهاب فضية المصارعة اليونانية-الرومانية لوزن الديك، واللبناني خليل طه برونزية المصارعة اليونانية-الرومانية للوزن الوسط، والمصري عبد العال راشد برونزية المصارعة اليونانية-الرومانية لوزن الريشة.

دورة روما ١٩٦٠:

أحرز المغربي عبد السلام الراضي فضية سباق الماراتون، والمصري عثمان السيد فضية المصارعة اليونانية-الرومانية لوزن الذبابة، والمصري عبد المنعم الجندي برونزية الملاكمة لوزن الذبابة، والعراقي عبد الواحد عزيز برونزية رفع الأثقال للوزن الخفيف.

دورة طوكيو ١٩٦٤:

أحرز التونسي محمد القمودي فضية سباق ١٠ آلاف متر، ومواطنه حبيب قلحية برونزية الملاكمة لوزن الخفيف الوسط.

دورة مكسيكو ١٩٦٨:

أحرز التونسي محمد القمودي ذهبية سباق ٥ آلاف متر وبرونزية سباق ١٠ آلاف متر.

دورة ميونيخ ١٩٧٢:

أحرز التونسي محمد القمودي فضية سباق ٥ آلاف متر، واللبناني محمد الطرابلسي فضية رفع الأثقال للوزن المتوسط.

دورة موسكو ١٩٨٠:

أحرز اللبناني حسن بشارة برونزية المصارعة اليونانية-الرومانية لوزن فوق الثقيل.

دورة لوس أنجلوس ١٩٨٤:

المدينة الرياضية حلم الرياضيين بالسودان



هذا في العام الفين وستة أي قبل عشر سنوات بالتمام والكمال . اليوم وعند مروري بالقرب من المدينة الرياضية لاحظت حركة دؤوبة من قبل الكثير من العمال الذين يعملون في بناء السور الخارجي للمدينة والآليات الثقيلة والرافعات الكبيرة في بعض جنبات الإستاد الأولمبي بالمدينة لرفع الدشم الخرسانية بالنسبة للمدرجات ، كما قرأت أن وزارة الشباب والرياضة قد أقرت باستحالة استرجاع الأراضي المعتدى عليها من مساحة المدينة الرياضية، وقطعت بإكمال العمل خلال العام ٢٠١٦ م. وأكد وزير الشباب والرياضة "حيدر جالوكوما" في تصريحات جديدة الدولة في إكمال المدينة في المساحة المتبقية (٤٠٦) آلاف متر مربع. وأعلن عن تخصيص مبلغ (٥٧) مليوناً بالموازنة الجديدة لإكمال العمل. وقال نسعى لزيادتها. كما تحدد موعد الافتتاح لهذه المدينة الا وهو الثلاثون من يوليو القادم .



د : السموال عبد الله عثمان

منذ عهد ليس بالقرب كنا نسمع عن المدينة الرياضية السودانية وعن الحلم الكبير والوردي وما نقرأه في الصحف الرياضية وما تنقله لنا وسائل الإعلام المسموعة والمرئية عن تلك المدينة الرياضية وفي الحقيقية عندما توجهت إليها رأيت هيكل خرسانيًا ضخماً حتى سائق السيارة التي كنا نستقلها علق بالقول (هذه المدينة الرياضية عظيمة جداً بس لو اكتملت) كان