

یادداشت



محمدحسین
مربی اسبق تیم ملی تکواندو

تکواندو به مدیریت و برنامه‌ریزی منسجم وابسته است

نایب قهرمانی تیم ملی تکواندوی مردان آسیا را می‌توان نتیجه‌ای قابل قبول و امیدبخش ارزیابی کرد؛ مقامی که نشان می‌دهد این رشته مسییر خود را به‌درستی طی کرده و با وجود تغییر در کادر فنی نیز توانسته در سطح قاره‌ای به موفقیت دست یابد. تکواندو، برخلاف تصور رایج، ورزشی فردمجور نیست؛ بلکه بیش از هر چیز به ریل‌گذاری اصولی، مدیریت منسجم و برنامه‌ریزی دقیق وابسته است. همین ساختار منظم است که امکان تداوم حرکت در چهارچوب برنامه‌ها را فراهم می‌کند و حتی مانع از اختلال در روند تمرین ملی‌پوشان شده و در نهایت، زمینه‌ساز درخشش آنان می‌شود.

از سوی دیگر، برگزاری منظم لیگ پویا، برنامه‌ریزی هفدمتن مربیان پایه و تلاش هیأت‌های استانی نیز نقش مهمی در ارتقای سطح تکواندو داشته است. حتی در شرایط دشوار ناشی از جنگ تحمیلی و در حالی که فدراسیون با سرپرست اداره می‌شد، برنامه اردوهای تیم ملی زنان بدون وقفه ادامه یافت و مدیریت منسجم، بویژه در دوره هادی ساعی، اجازه نداد روند آماده‌سازی دچار اختلال شود؛ موضوعی که بی‌تردید در کسب نتیجه تیم در مسابقات آسیایی تأثیرگذار بود.

البته این امکان وجود داشت که ملی‌پوشان در مغولستان نتیجه‌ای بهتر نیز رقم بزنند؛ چرا که بسیاری از مدال‌ها در تانیه‌های پایانی و با اختلاف امتیاز اندک، آن هم با امتیازات چهار و پنج‌گانه به دست آمد. هرچند لحظات پایانی در تکواندو تعیین‌کننده است، اما نباید فراموش کرد که امروز دیگر ایران تنها کشور فعال و مدعی این رشته در آسیا نیست. کشورهایی همچون چین و اردن که روزگاری در این عرصه چندان جدی گرفته نمی‌شدند، با سرمایه‌گذاری گسترده خود به جمع مدعیان پیوسته و رقابت را دشوارتر کرده‌اند. از این‌رو، هر روزنگاری که از فرصت‌های مسابقه بهره‌پوشی ببرد، شایسته پیروزی خواهد بود. ملی‌پوشان ایران در رقابت‌های قهرمانی آسیا از برترین‌های کشور بودند و بدون تردید با نمایش‌های درخشان خود در شیاپ‌چانگ ناگویا نیز می‌توانند همان مسیر موفقیت را تکرار کنند؛ چرا که رقبای پیش‌رو همان حریفانی هستند که در مسابقات آسیایی نیز حضور داشتند و تنها نام رقابت تغییر کرده است، نه سطح آن.

نگاه



فاطمه صفریور
سرمری تیم ملی تکواندو قزاقستان

مأموریت دشوار دختران

در ناگویا

هفدهمین دوره مسابقات تکواندوی قهرمانی آسیا را می‌توان یکی از سخت‌ترین ادوار این رویداد دانست؛ چراکه کنفدراسیون تکواندوی آسیا بی‌دلیل اولین بار تصمیم گرفت هوگوپوشان حاضر در این رقابت‌ها، سهمیه‌های بازی‌های آسیایی ناگویا را به مغولستان کسب کنند. همین موضوع سبب شد تمامی کشورها با ترکیب اصلی و بهترین ورزشکاران خود وارد میدان شوند و سطح فنی مسابقات به‌طور چشمگیری افزایش یابد. نمونه روشن این مسأله را می‌توان در تیم چین مشاهده کرد که با حضور قهرمانان جهان و المپیک خود به شیاپ‌چانگ آمد و موفق شد هر پنج سهمیه ناگویا را از آن خود کند.

در این میان، تیم ملی زنان ایران نیز با ترکیبی جوان و آینده‌دار در این رقابت‌ها حاضر شد و در نهایت، کسب سه سهمیه توسط ناگویا، کیانی، یلدا ولی‌نژاد و مهلا مؤمن‌زاده را می‌توان نتیجه‌ای قابل قبول برای شاگردان مهروز ساعی دانست. با این حال، باید به این نکته نیز توجه داشت که مهلا مؤمن‌زاده در راند دوم برابر حریف قدرتمند چینی شکست خورد و یلدا ولی‌نژاد نیز در دیداری دشوار مقابل «لو» قهرمان المپیک از رسیدن به فینال بازماند. تنها عملکرد مینا نعمت‌زاده محل بحث و تأمل است؛ ورزشکاری که سال گذشته مدال طلای جهان را کسب کرده بود اما در این رقابت‌ها نتوانست در حد انتظار ظاهر شود و از فرم همیشگی خود فاصله داشت. به نظر می‌رسد کاهش وزن شدید، بر توان جسمی و اجرای تکنیک‌های او تأثیر گذاشته و مانع از بروز توانایی‌های واقعی‌اش شده است.

در مقابل، ناھید کیانی بار دیگر نشان داد که فراتر از یک کاپیتان، ورزشکاری با ذهنی متمرکز و مدیریت درون‌مدیانی است؛ او هر زمان که برآرامش ذهنی و تمرکز خود مسلط بوده، بهترین عملکرد ارائه داده و شایستگی‌های خود را اثبات کرده است.

با وجود این، بازی‌های آسیایی برای تیم ملی ایران از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. امید می‌رود دختران تکواندو بتوانند از میان سه سهمیه کسب‌شده، دست‌کم دو مدال ارزشمند به دست آورند؛ به‌شده آنکه حضور در تورنمنت‌های مهم را از دست ندهند. متأسفانه تاکنون از حضور در دو گرندپری ترکیه و ایتالیا بازمانده‌اند که این مسأله می‌تواند از نظر اتمتاریزی و رسیدن به رنکینگ مطلوب تا المپیک آینده اثر منفی داشته باشد. در نهایت، انتظار می‌رود با فراهم شدن شرایط مناسب برای ورزش بانوان، بویژه رشته تکواندو که در مسیر پیشرفت قرار دارد، شاهد حضور پرقدتر و گسترده‌تر نمایندگان ایران در المپیک ۲۰۲۸ لس‌آنجلس باشیم.

«ایران» عملکرد کاروان تکواندو در رقابت‌های قهرمانی آسیا را بررسی می‌کند

فتح قله قهرمانی دور از دسترس نیست

چالش‌هایی همچون کاهش تنوع تکنیکی در حملات، ضعف در مواجهه با ضد حملات سریع رقبای وقت تمرکز در راندهای پایانی، از موانع اصلی در مسیر موفقیت این تیم بوده است. علاوه بر این، شکاف سطح آمادگی میان نفرات اصلی و ذخیره، به‌عنوان یک ضعف ساختاری، در رقابت‌های فشرده تأثیری مستقیم بر نتایج بر جای می‌گذارد.

بر این اساس، تکواندوی بانوان ایران برای حضوری موفق در ناگویا، نیازمند بازسازی فنی و تاکتیکی با تأکید بر سرعت، دقت و تصمیم‌گیری لحظه‌ای، تقویت عمق ترکیب از طریق پشتوانه‌سازی هفدمتن و ایجاد انسجام در کادر فنی در چهارچوب یک برنامه‌ریزی بلندمدت است؛ مسیری که بدون آن، فاصله با رقبای اصلی نه‌تنها کاهش نخواهد یافت، بلکه تثبیت نیز خواهد شد.

سرعت مبارزات، تغییرات مداوم در قوانین داوری و بهره‌گیری گسترده رقبای تحلیل‌داده و ویدئو، فضایی را رقم زده که موفقیت در آن مستلزم ارتقای ابزارهای علمی، تحلیل دقیق‌تر حریفان و آمادگی ذهنی در سطح بالاتر است. در بخش بانوان، تیم ایران با کسب یک مدال طلا توسط ناهید کیانی در وزن ۵۷- کیلوگرم و یک مدال برنز توسط یلدا ولی‌نژاد در وزن ۶۲- کیلوگرم، در نهایت پس از تیم‌های چین، تایپه، کره جنوبی و چین در جایگاه چهارم آسیا قرار گرفت. این نتیجه در حالی رقم خورد که تیم بانوان ایران در دوره پیشین بازی‌های آسیایی در رتبه ششم ایستاده بود؛ از این رو، صعود به جایگاه چهارم هرچند نشان‌دهنده‌ی پیشرفت نسبی است اما همچنان فاصله با قدرت‌های برتر قاره را به وضوح نمایان می‌کند. بررسی فنی عملکرد بانوان نشان می‌دهد

مستمر شاخص‌های فنی است. عملکرد ملی‌پوشان مرد حاکی از بلوغ ساختاری تیم است؛ مدیریت هوشمندانه راندها، بهره‌گیری دقیق از امتیازات لحظه‌ای، تنوع در اجرای تکنیک‌ها بویژه در ضربات چرخشی و ضد حملات و توانایی کنترل ریتم مبارزه، از مهم‌ترین نقاط قوتی بود که در این رقابت‌ها به چشم آمد. این موفقیت در شرایطی رقم خورد که تغییر در کادر فنی و غیبت چهره‌ای چون مجید افلاکی می‌توانست به افت عملکرد منتهی شود، اما هدایت علی تاجیک نشان داد تکواندوی مردان ایران به مرحله‌ای از ثبات رسیده که بیش از آنکه متکی به افراد باشد، بر یک سیستم منسجم تکیه دارد. با این حال، مسیر پیش‌رو بویژه در بازی‌های آسیایی ناگویا چالش‌هایی پیچیده‌تر را پیش روی این تیم قرار می‌دهد؛ افزایش

آوردند؛ یاسین ولی‌زاده در وزن ۵۴- کیلوگرم به مدال نقره رسید و امیررضا صادقیان در وزن ۸۰- کیلوگرم نیز یک مدال برنز کسب کرد. در این میان، امیرسینا بختیاری که خارج از ترکیب رسمی تیم ملی و با دعوت اتحادیه تکواندوی آسیا در مسابقات حضور یافته بود، موفق به کسب مدال طلا شد، با این حال مطابق مقررات، مدال وی در جدول رسمی تیمی محاسبه نشد.

پیش از هر زمان دیگری نیازمند بازنگری فنی و مدیریتی به نظر می‌رسند. در بخش مردان، تیم ملی ایران با کسب سه مدال طلا، یک نقره و یک برنز و ایستادن بر سکوی نایب‌قهرمانی آسیا، بار دیگر ثبات خود در سطح اول قاره را به نمایش گذاشت. ابوالفضل زندی در وزن ۵۸- کیلوگرم، مهدی حاجی موسایی در وزن ۶۳- کیلوگرم و آرتین سلیمی در وزن ۸۷+ کیلوگرم، سه طلای ارزشمند ایران را به دست

مرتضی کریمی، عضو کمیته فنی فدراسیون تکواندو در گفت‌وگو با «ایران»:

تیم ملی در مسیر موفقیت حرکت می‌کند

بانوان دیگر رنگ تفریح رقبای قاره کهن نیستند



مرتضی کریمی، عضو کمیته فنی فدراسیون تکواندو



در ورزش هیچ نتیجه‌ای را نمی‌توان صرفاً روی کاغذ قطعی دانست. شرایط روز مسابقه، آمادگی ذهنی ورزشکار و حتی اتفاقات پیش‌بینی‌نشده می‌تواند سرنوشت‌ساز باشد. ممکن است روز مسابقه، روز موفقیت برای تکواندوکاران نباشد. در تکواندو، جزئیات و لحظات نقش تعیین‌کننده‌ای دارند، بنابراین باید منتظر ماند و دید شرایط چگونه پیش خواهد رفت.

قهرمانی آسیا نشان‌دهنده قرار گرفتن تیم در مسیر درست است. در ورزش هیچ نتیجه‌ای را نمی‌توان صرفاً روی کاغذ قطعی دانست. شرایط روز مسابقه، آمادگی ذهنی ورزشکار و حتی اتفاقات پیش‌بینی‌نشده می‌تواند سرنوشت‌ساز باشد. ممکن است روز مسابقه، روز موفقیت برای تکواندوکاران نباشد. در تکواندو، جزئیات و لحظات نقش تعیین‌کننده‌ای دارند، بنابراین باید منتظر ماند و دید شرایط چگونه پیش خواهد رفت.

آیا در میان ملی‌پوشان، تکواندوکاری بود که شایستگی کسب مدال را داشت اما از رسیدن به آن بازماند؟

محمدحسین یزدانی از جمله تکواندوکاران توانمند و قدرتمندی است که می‌توانست به مدال برسد، اما در تانیه‌های پایانی مبارزه نتیجه را واگذار کرد و از رسیدن به مدال بازماند. این مسأله شاید به جزئیات مربیگری در لحظات حساس بازگردد؛ جایی که سرمربی باید با تجربه و تصمیم‌گیری دقیق در کنار شیاپ‌چانگ، روند مبارزه را تغییر دهد و شرایط را به سود ورزشکار برگرداند. البته علی تاجیک نیز تمام توان خود را به کار گرفت، اما شاید در برخی لحظات نیاز به حمایت روحی و تاکتیکی بیشتری احساس می‌شد.

با توجه به تکرار قهرمانی مهدی حاجی موسایی، آیا می‌توان او را نسبت به سایر ملی‌پوشان در مسیر المپیک یک گام جلوتر دانست؟

حاجی موسایی و زندی در واقع رقابت نزدیکی با یکدیگر دارند و همین رقابت و کری‌خوانی میان آنها باعث شده روند پیشرفتشان سرعت بگیرد. در مقابل، برخی از قهرمانان مانند مه‌ران برخورداری و آرتین سلیمی پس از کسب مدال المپیک ۲۰۲۴ پاریس تا حدی دچار افت انگیزه و تمرکز در تمرینات شده‌اند. به همین دلیل در دوره قبل قهرمانی آسیا نیز نتیجه مطلوبی نگرفتند. البته سلیمی تا حدی به شرایط بازگشته، اما هنوز با سطح ایده‌آل خود فاصله دارد.

با توجه به ناگامی تیم ملی بانوان در رقابت‌های مغولستان، آیا باید نگران عملکرد آنها در بازی‌های آسیایی باشیم؟ اگر به نتایج نگاه کنیم، مشخص می‌شود بانوان ایران مقابل نفرات برتر آسیا شکست خورده‌اند. با این حال، ترکیب تیم در این دوره جوان‌تر شده و کم‌تجرب‌تر نیز در نتایج بی‌تأثیر نبوده است. با وجود این شرایط، کسب سه سهمیه برای بازی‌های آسیایی و ارتقای چند پله‌ای جایگاه تیم نکات مثبتی محسوب می‌شود.

حذف زودهنگام مینا نعمت‌زاده را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

این اتفاق واقعاً ناامیدکننده بود. گفته می‌شود او با مصدومیت در مسابقات حاضر شده بود، اما اگر چنین شرایطی وجود داشت، بهتر بود اصلاً در رقابت‌ها شرکت نمی‌کرد تا هم به خودش آسیب نرسد و هم جایگاه یک ورزشکار جوان بی‌دلیل اشغال نشود. با این حال امیدوارم این تجربه برای او درس مهمی برای آینده باشد تا با آمادگی بیشتری برای المپیک آماده شود.

عملکرد مهروز ساعی را در رأس تیم ملی تکواندوی بانوان چگونه ارزیابی می‌کنید؟ مهروز ساعی طی یکی، دو سال اخیر روندی رو به رشد داشته و تجربه‌های ارزشمندی کسب کرده است. او نسبت به گذشته پخته‌تر شده و این موضوع در عملکرد تیم بانوان نیز قابل مشاهده است. تیم ملی بانوان دیگر رنگ تفریح رقیب نیست و توانسته جایگاه خود را ارتقا دهد. در صورت ادامه این روند، می‌توان به آینده تکواندوی بانوان امیدوار بود.



آیا می‌توان گفت کم‌تجربگی سرمری جدید در برخی لحظات حساس مسابقه تأثیرگذار بوده است؟

در واقع باید به سرمربی به‌عنوان یک رهبر کامل نگاه کرد، نه صرفاً یک مربی. اگر این نگاه در میان ملی‌پوشان و کادر فنی شکل بگیرد و ارتباطی عاطفی و حرفه‌ای میان آنها برقرار باشد، شرایط تیم نیز بهبود خواهد یافت. از سوی دیگر، فدراسیون نیز باید حمایت بیشتری از تیم ملی داشته باشد تا مسیر موفقیت هموارتر شود. پس از بازگشت تیم از مغولستان نیز بدون شک کمیته فنی در شناسایی تخصصی، نقاط ضعف و قوت تیم را بررسی خواهد کرد.

از میان مدال‌آوران طلایی، کدام ورزشکاران را شانس اصلی موفقیت در المپیک ۲۰۲۸ می‌دانید؟ بدون اغراق، ابوالفضل زندی، مهدی حاجی موسایی و آرتین سلیمی در صورت حفظ روند پیشرفت خود، شانس بالایی برای کسب مدال در المپیک ۲۰۲۸ خواهند داشت.

تیم ملی تأکید می‌کند این مربی در اولین تجربه خود، با وجود حفظ مسیر قبلی، عملکرد قابل قبولی داشته اما همچنان برای مدیریت شرایط حساس و تغییر نتیجه در لحظات سخت، به تجربه بیشتری نیاز دارد. به گفته او، تیم ملی تکواندوی مردان ایران برای بازی‌های آسیایی ۲۰۲۶ در وضعیت مطلوبی قرار دارد.

نیز به دست می‌آید و نتیجه می‌توانست بهتر از این باشد. با توجه به شرایط رقابت‌ها، این موفقیت را تا چه اندازه حاصل ثبات فنی و تاجه میزان تحت تأثیر تغییرات اخیر در کادر مربیگری می‌دانید؟

این نتیجه قطعاً جای قدرانی دارد. علی تاجیک نیز که پیش‌تر در کنار مجید افلاکی فعالیت می‌کرد، با ادامه همان مسیر نتوانست در این رقابت‌ها موفق ظاهر شود. با این حال، اگر مسائل حاشیه‌ای و تغییرات در کادر فنی رخ نمی‌داد، بدون شک تیم ملی مردان توانایی

با توجه به نتایج قهرمانی آسیا، آیا می‌توان تیم ملی مردان را از هم‌اکنون مدعی اصلی در بازی‌های آسیایی ۲۰۲۶ ناگویا دانست؟ بدون تردید کسب مدال‌های طلا در

نیز به دست می‌آید و نتیجه می‌توانست بهتر از این باشد.

با توجه به شرایط رقابت‌ها، این موفقیت را تا چه اندازه حاصل ثبات فنی و تاجه میزان تحت تأثیر تغییرات اخیر در کادر مربیگری می‌دانید؟

این نتیجه قطعاً جای قدرانی دارد. علی تاجیک نیز که پیش‌تر در کنار مجید افلاکی فعالیت می‌کرد، با ادامه همان مسیر نتوانست در این رقابت‌ها موفق ظاهر شود. با این حال، اگر مسائل حاشیه‌ای و تغییرات در کادر فنی رخ نمی‌داد، بدون شک تیم ملی مردان توانایی

عملکرد تیم ملی تکواندوی مردان ایران که با کسب چهار مدال طلا، یک نقره و یک برنز منجر به نایب‌قهرمانی در رقابت‌های آسیایی شد را چگونه ارزیابی می‌کنید؟ تیم ملی تکواندوی مردان ایران پس از چند سال رکود، روند رو به رشدی را آغاز کرده و روزبه‌روز در حال پیشرفت است. این روند را باید تا حد زیادی نتیجه پیگیری‌های هادی ساعی برای خروج تیم از شرایط رکود دانست. هرچند کسب چهار مدال طلا، یک نقره و یک برنز و عنوان قهرمانی آسیا نتیجه‌ای ارزشمند است، اما اگر تغییرات جزئی و حواشی اخیر در تیم وجود نداشت، احتمالاً مدال‌های بیشتری

مجید افلاکی، سرمری سابق تیم ملی تکواندو در گفت‌وگو با «ایران»:

غفلت کنیم از آسیا عقب می‌مانیم

پرسا غفاری / مجید افلاکی، سرمری سابق تیم ملی تکواندو، با اشاره به موفقیت مردان ایران در مغولستان گفت: «همان‌طور که انتظار می‌رفت، ملی‌پوشان بسیار خوب ظاهر شدند و فوق‌العاده عمل کردند. با تریک به کادر فنی، بازیکنان و مردم خوب کشور امیدوارم روی مسوخ مدال‌ها سوار نشویم و با بهترین شرایط بدنی و ذهنی در دیگر مسابقات ظاهر شویم.» تیم ملی مردان ایران در مسابقات قهرمانی آسیا – مغولستان نتوانست صاحب ۴ مدال طلا و یک مدال برنز شود، اما به واسطه محسوب نشدن مدال طلای امیرسینا بختیاری، پس از کره جنوبی در رده دوم ایستاد. او در گفت‌وگو با «ایران» در خصوص نایب‌قهرمانی شاگردان علی تاجیک می‌گوید: «در مغولستان فوق‌العاده عمل کردیم و علی تاجیک با همان

مفقوده‌ای که بارها به تکواندوی ایران آسیب زده است.

هرچند برخی از تکواندوکاران فعلی در اردوهای تیم ملی حضور دارند، اما هنوز تا رسیدن به پختگی کامل فاصله دارند و نمی‌توانند با اطمینان در بخش‌های اصلی بدانند. از سوی دیگر، افزایش مهارت‌های فنی و تاکتیکی ملی‌پوشان باید به‌گونه‌ای باشد که آنها همواره در فضای رقابتی و چالشی قرار بگیرند؛ چراکه تکواندوی جهان دیگر محدود به چند قدرت سنتی نیست.

امروز ازبکستان، کره جنوبی، اردن و چین با برنامه‌ریزی دقیق، به مدعیان جدی تکواندوی جهان تبدیل شده‌اند و از همین حالا برای بازی‌های آسیایی ۲۰۲۶ ناگویا هدف‌گذاری کرده‌اند. ایران نیز اگر می‌خواهد دوباره روی

رومی نسل آینده است.

اکنون بهترین مسیر برای تکواندوی ایران، تمرکز جدی بر جوانانی است که توانایی حضور موفق در گرندپری‌ها و حتی المپیک را دارند. استعدادهایی که می‌توانند آینده این رشته را تضمین کنند، اما برای رسیدن به ثبات و موفقیت جهانی، نیازمند رقابت مستمر و برنامه‌ریزی اصولی هستند.

برگزاری انتخابی‌های شفاف و رقابتی می‌تواند یکی از مهم‌ترین ابزارهای پیشرفت باشد؛ اتفاقی که سال‌هاست جای خالی آن در تیم ملی احساس می‌شود. انتخابی عادلانه نه‌تنها انگیزه نسل جوان را افزایش می‌دهد، بلکه باعث می‌شود ملی‌پوشان همواره خود را در کورس رقابت ببینند و از حاشیه‌های امنیتی دور بمانند؛ همان حلقه

به‌مراتب پایین‌تر می‌آید. در این میان، نباید از ماجرای سنینا بختیاری نیز به‌سادگی عبور کرد؛ تکواندوکاری که با وجود کسب مدال طلا به‌دلیل آنکه در ترکیب اصلی تیم ملی قرار نداشت و با دعوت کنفدراسیون آسیا در مسابقات حاضر شده بود، امتیاز طلایش برای ایران محاسبه نشد. طلایی که می‌توانست سرنوشت قهرمانی آسیا را به سود ایران تغییر دهد. در مقابل، تصمیم کادر فنی برای حضور رادین زینالی در وزن منفی ۷۴ کیلوگرم، نتیجه‌ای متفاوت رقم زد و حسرت یک عنوان قهرمانی را برای تکواندوی ایران باقی گذاشت. اگر سه طلای ارزشمند زندی، حاج موسایی و سلیمی را کنار بگذاریم، عملکرد کمی تیم ملی تنها به یک طلا، یک نقره و یک برنز محدود می‌شود؛ آماري که نشان می‌دهد تکواندوی ایران بیش از