

□ آتلار جام قورق دمم

اولین گل جام: سیفیوه شابلالا بازیکن تیم آفریقای جنوبی دقیقه ۵۰ دیدار با مکزیک
آخرین گل جام: آندرس اینیستا از اسپانیا دقیقه ۱۱۷ دیدار با هلند
نخستین گل به خودی: دانیل آگر دانمارکی در دقیقه ۴۶ دیدار با هلند (بازی نهم جام)

آخرین گل به خودی: پارک جو یونگ بازیکن تیم کره جنوبی در دقیقه ۱۷ دیدار با آرژانتین (بازی هجدهم جام)
نخستین پنالتی گل شده: آساموا جیان بازیکن تیم غنا که در دقیقه ۸۵ دروازه صربستان را باز کرد (بازی هفتم جام)
آخرین پنالتی گل شده: روبرت ویتک بازیکن تیم اسلواکی که در دقیقه ۹۰+ دیدار مرحله یک‌هشتم نهایی دروازه هلند را باز کرد(بازی پنجاه و سوم جام)
نخستین پنالتی ازدست‌رفته: لوکاس پودولسکی در دقیقه ۶۰ دیدار آلمان برابر صربستان (بازی بیست و یکم جام)
آخرین پنالتی ازدست‌رفته: زابی اونسو از تیم اسپانیا در دقیقه ۶۲ دیدار با پاراگوئه (بازی پنجاه و هشتم جام)

اولین اخطار: افراین خوارز بازیکن تیم مکزیک در دقیقه ۱۸ مسابقه با آفریقای جنوبی
آخرین و دیرترین اخطار: زایو هرناندز از اسپانیا در دقیقه ۱۲۰ دیدار با هلند (بازی شصت و چهارم جام)
سریع ترین کارت زرد: هومیرتو سوارز بازیکن تیم شیلیی در دقیقه ۲ دیدار با سوئیس (بازی سی و یکم جام)
سریع ترین کارت قرمز: هری کیول از تیم استرالیا در دقیقه ۲۴ دیدار با غنا (بازی بیست و پنجم جام)
دیر ترین کارت قرمز: لوئیس سوارز از تیم اروگوئه در دقیقه ۱۲۰ دیدار با غنا (بازی پنجاه و هشتم جام)
اولین اخراج: نیکلاس لودیرو بازیکن تیم اروگوئه در دقیقه ۸۱ دیدار با فرانسه (دومین مسابقه جام)
آخرین اخراج: جان هایپینگا بازیکن تیم هلند در دقیقه ۱۱۰ دیدار با اسپانیا (بازی شصت و چهارم جام)
کریه برد: کره جنوبی ۲ – یونان صفر (در سومین مسابقه جام)
آخرین برد: اسپانیا یک – هلند صفر
اولین مساوی: آفرقای جنوبی یک – مکزیک یک (دیدار افتتاحیه جام)
آخرین مساوی: سوئیس صفر – هندوراس صفر (بازی چهل و هشتم جام)
کمترین گل خورده: سوئیس یک گل در سه بازی، پرتغال یک گل در چهار بازی، الجزایر و نیوزیلند دو گل در سه بازی، اسپانیا دو گل در هفت بازی
بیشترین گل خورده: کره شمالی با ۱۲ گل و اروگوئه و کره جنوبی با هشت گل
کمترین گل زده: الجزایر و هندوراس بدون گل زده
بیشترین گل زده: آلمان ۱۶ گل زده
کمترین برد: فرانسه، ایتالیا، هندوراس، کره شمالی، نیجریه، الجزایر، کامرون و نیوزیلند بدون برد

بیشترین برد: اسپانیا و هلند با شش پیروزی
بیشترین تساوی: نیوزیلند با سه تساوی
بیشترین باخت: کره شمالی و کامرون با سه باخت
بیشترین گل زده در یک بازی: پرتغال ۷ – کره شمالی صفر (بازی سی‌ام جام)
کمترین امتیاز: کره شمالی و کامرون بدون امتیاز
بیشترین امتیاز: اسپانیا و هلند با ۱۸ امتیاز
کمترین تفاضل گل: کره شمالی با ۱۱–
بیشترین تفاضل گل: آلمان با تفاضل گل ۱۱+
زودترین پنالتی از دست‌رفته: اسکار کاردوسو بازیکن تیم پاراگوئه در دقیقه ۵۹ دیدار با اسپانیا (بازی شصتم جام)
دیرترین پنالتی از دست‌رفته: آساموا جیان از تیم غنا در دقیقه ۱۲۰ دیدار با اروگوئه (بازی پنجاه و هشتم جام)
سریع ترین گل: توماس مولر بازیکن تیم آلمان در دقیقه سه دیدار با آرژانتین (بازی پنجاه و نهم جام)
دیر ترین گل: آندرس اینیستا از اسپانیا در دقیقه ۱۱۷ دیدار با هلند (فینال)
نخستین گل مردود: جراردو تورادو بازیکن مکزیک در دقیقه ۳۸ بازی با آفریقای جنوبی که به نشان آفساید قبول نشد.
اولین بازیکن دوهگل: دیه‌گو فورلان در دیدار اروگوئه برابر آفریقای جنوبی
اولین و تنها هت‌تریک: گونزالو هیگواین بازیکن آرژنتین در دیدار با کره جنوبی در دقایق ۷۴، ۷۶ و ۸۰ (بازی هجدهم جام)
بهترین تیم جام از نظر جدول رده‌بندی: هلند با شش پیروزی، یک باخت، ۱۲ گل زده و شش گل خورده
بدترین تیم جام از نظر جدول رده‌بندی: کره شمالی بدون پیروزی، سه باخت، یک گل زده و ۱۲ گل خورده
نخستین دیدار که به ضربات پنالتی کشیده شد: پاراگوئه صفر(۵) – ژاپن صفر(۳) مرحله یک هشتم نهایی(مسابقه پنجاه و پنجم جام)
بیشترین کارت زرد در یک دیدار: بازی اسپانیا – هلند با ۱۲ کارت زرد
بیشترین گل‌زده با ضربه سر: گابریل هاینزه از آرژانتین با دو گل
پر کارترین بازیکن: فن درویل، نایجل دی یانگ و جان هاپینگتا از هلند، ویکتور کاسارس از پاراگوئه، فیلیپه ملو و کاکا از برزیل، الکساندر لوکوویچ از صربستان، سه کارت زرد
بیشترین پاس گل: درک کویت از هلند، کاکا از برزیل، باستین شوااین اشتایگر، مسعود اوزیل و توماس مولر از آلمان با سه پاس منجر به گل
بیشترین شوت: آساموا جیان از غنا با ۲۴، داوید ویا از اسپانیا با ۳۱ و دیه‌گو فورلان از اروگوئه با ۳۰ شوت
بیشترین شوت به سمت دروازه: لوئیس سوارز از اروگوئه با ۱۵ شوت، دیه‌گو فورلان از اروگوئه و داوید ویا از اسپانیا با ۱۲ شوت
بیشترین خطا: دیه‌گو پرز از اروگوئه با ۲۰ خطا، مارک فن بومل از هلند و کیسوک هوندا از ژاپن با ۱۹ خطا
بیشترین خطای انجام‌شده روی یک بازیکن: آندرس اینیستا از اسپانیا ۲۵ خطا، مارک فن بومل از هلند ۲۳ خطا و لوئیس سوارز از اروگوئه ۲۳ خطا
بیشترین زمان بازی: مارک فن بومل و مارتن استکنبرگ از هلند، ایگر کاسیاس، جرارد پیکه و خوان کایدولا از اسپانیا، اچیدئو آلوارو، ماکسیم پیررا، فرناندو موسلرا از اروگوئه با ۶۶۰ دقیقه
بیشترین شیرجه: ریچارد کینگسون از غنا با ۲۲ شیرجه، وینسنت انیاما از نیجریه با ۲۱ شیرجه و مانوئل نویر از آلمان با ۲۰ شیرجه
بیشترین کارت زرد توسط یک تیم: هلند ۲۲ کارت زرد، شیلی ۱۳ کارت زرد و اسلواکی با ۱۱ کارت زرد
بیشترین کارت قرمز توسط یک تیم: برزیل، اروگوئه، الجزایر و استرالیا هرکدام با ۲ کارت قرمز
تعداد گل: ۱۴۵ گل در جریان مسابقه و ۱۵ ضربه پنالتی در پایان ۹۰ دقیقه قانونی و ۳۰ دقیقه اضافه
تعداد کارت قرمز: ۱۷ کارت قرمز
تعداد کارت زرد: ۲۴۵ کارت زرد

پنالتی‌های از دست‌رفته: پنج ضربه در جریان بازی و چهار ضربه در پایان مسابقه
پنالتی‌های گل شده: ۹ گل در جریان بازی و ۱۵ گل در ضربات پایان مسابقه
تعداد تماشاگران ورزشگاه‌ها: ۳۴۹/۳۶۹/۳۰۴ میلیون با میانگین ۴۹۶۷۰ نفر در هر بازی
پیرترین گلزن: گوتامو بلاتکو بازیکن مکزیک ۳۷ سال و ۱۵۰ روز در بازی با فرانسه
جوان ترین گلزن: توماس مولر بازیکن آلمان با ۲۰ سال و ۲۷۳ روز در بازی با استرالیا

□ گلنگاه جام

۵ گل: توماس مولر (آلمان، داوید ویا (اسپانیا)، وسلی اشتنایدر (هلند) و دیه‌گو فورلان (اروگوئه)
۴ گل: میروسلاو کلوژه (آلمان)، گونزالو هیگواین (آرژانتین) و روبرت ویتک (سلواکی)
۳ گل: لوئیس فابیانو (برزیل)، آساموا جیان (غنا)، لوئیس سوارز (اروگوئه) و لاندن داناوان (امریکا)
۲ گل: آندرس اینیستا(اسپانیا)، روبینیو و الانو (برزیل)، لی چونگ یونگ و لی چونگ سو (کره جنوبی)، ساموئل اتوئو (کامرون)، لوکاس پودولسکی (آلمان)، کارلوس تیس (آرژانتین)، خاویر هرناندز (مکزیک)، آلوارو پیرا (اروگوئه)، کیسوک هوندا (ژاپن)، برت هولمن (استرالیا)، آرین روبن (هلند)، کالو اوچه (نیجریه) و تیاگو (پرتغال)

۱۲۳ انگلیسی

اهمیت تیم‌های پزشکی در آماده‌سازی تیم‌ها

لشکر سایه‌ای که قهرمانان را می‌سازد



پیش از شروع مسابقات جام جهانی ۲۰۱۰ آفریقای جنوبی، غیبت بسیاری از ستاره‌ها و چهره‌های مطرح فوتبال جهان در این تورنمنت- به علت آسیب‌دیدگی و مصدومیت- باعث دلسردی بسیاری از هواداران و طرفداران فوتبال شد و انتقاداتی را متوجه مسوولان و برنامه‌ریزان فوتبال اروپا و نیز کارهای پزشکی باشگاهی سراسر جهان (به خصوص اروپا) کرد. غیبت دیوید بکام و دیوید فردیناند در تیم ملی انگلستان، میشائیل بالاک در تیم ملی آلمان، مایکل اسین در تیم ملی غنا و آسیب‌دیدگی‌های آندره ویلر، دیدیه دروگبا و وین رونی و فرناندو تورس و… بر کیفیت تیم‌ها و کل مسابقات تاثیر گذاشت. بیشترین حجم انتقادات متوجه مسوولان یوفا بود که بیشترین تعداد بازیکنان حاضر در جام، در مسابقات باشگاهی زیر نظر آنها بودند و بیشترین مصدومیت هم در همان مسابقات اتفاق افتادند. پروفیسور یان اکستراند رئیس‌انجیب کمیته پزشکی یوفا در این مورد گفته است: «هم مصدومیت‌های ثبت‌شده در اروپا اصلاً بالا نیست. در مجموع در فوتبال حرفه‌ای اروپا در فصل جاری ۱/۱ میلیون ساعت مسابقه و تمرین برگزار شده است که در مجموع ۱۱ هزار مصدومیت در جریان آنها ثبت شده است. این رقم به میزان ساعت‌های حضور بازیکنان در زمین اصلاً زیاد نیست. به طور متوسط ما توقع داریم طی هر فصل در هر باشگاه ۵۰ آسیب‌دیدگی را شاهد باشیم که حدود ۹ تا۱۰ آنها آسیب‌دیدگی جدی هستند. شایع‌ترین آنها هم آسیب عضله هامستر است. باید بگوییم بهبود عملکرد پزشکان و کار درمانی تیم‌های باشگاهی باعث شده با بهبود وضعیت بدنی بازیکنان میزان آسیب‌دیدگی‌ها کمتر شود و زمان بهبودی آنها پس از هر آسیب‌دیدگی هم کاهش یابد. ۱۰ سال قبل مصدومیت‌هایی مثل مصدومیت وین رونی و دیدیه دروگبا باعث می‌شد آنها جام‌های جهانی را از دست بدهند اما کارهای پزشکی آنها را به مسابقات رساندند.»

■ ■ ■

سلامت بازیکنان و آمادگی جسمانی آنها، تلاش برای مصدوم نشدن آنها و در صورت مصدوم شدن درمان مناسب و سریع آنها بخشی از وظایف کارهای پزشکی کنار تیم‌ها است اما همه آن نیست. شاید بد نباشد حیطه عملکردی کادر پزشکی تیم‌ها را از زبان جرج بیلائور، متخصص کایروپراکتیک که در دو دوره جام جهانی عضو کادر پزشکی تیم ملی ایالات متحده بوده، بخوانید: «در سال ۱۹۹۲ بود که تیم ملی فوتبال ایالات متحده یک گروه کامل تخصصی را در کنار تیم ملی فوتبال خود تشکیل داد و من هم از سال ۱۹۹۳عضو این گروه تخصصی شدم. گروه ما یک گروه کامل پزشکی بود که زیر نظر دکتر مندلیام فوق‌تخصص ارتوپد و بسیار مشهور در حیطه طب ورزشی کار می کردیم. این تیم شامل مربی مخصوص بدنسازی با تخصص در برنامه‌ریزی‌های طولانی‌مدت، مربی بدنساز مخصوص انجم تمرینات سبک روزمره و گرم کردن و سرد

نگاهی به دلایل ناکامی انگلیس در جام جهانی

هیاهوی بسیار برای هیچ

«سه شیرها» چندان اهل غرش نبودند. عنوان‌های «هدعی» و «تامزد اصلی قهرمانی» انگار پرونده جام را پیش از شروع آن برای مردان فابیو کاپلو بسته بود. انگلیس به‌رغم نمایش قدرتمندانه‌ای که در بازی‌های مرحله مقدماتی داشت تا پیش از جام ضربات مهلکی را دریافت کرد. از رسوایی اخلاقی جان تری و اشنلی کول گرفته تا آسیب‌دیدگی کلیدی‌ترین بازیکنان این تیم. هر کدام به نوبت شوک‌های را بر پیکره این وارد کردند. مورد جان تری با تصمیم کاپلو مبنی بر سپردن بازوبند کاپیتانی به ریو فردیناند پایان یافت اما داستان تازه آغاز شده بود. کاپیتان ریو در عین بدشانسی اصلا به جام نرسید و کاپلو مجبور شد نه فقط یک مدافع دیگر را به تیم دعوت کند بلکه وظیفه کاپیتانی را به استیون جرارد بسپارد. این تغییر و تحولات تا حدی در کاهش سطح ثبات انگلیس موثر بود اما نه در آن حد و با سیرک ضعیفی که در جام به راه انداختند صدای اعتراضی تماشاگران خشمگین خود را هم بلند کردند. کاروان مدعی؛ مغمو، سرفراکنده و دست‌خالی به جزیره برگشت اما واکنش‌ها تند و احساسی نبودند. آنها تقصیرها را مثل اکثر تیم‌هایی که شکست خورده‌اند و مسوولیت ناکامی را نمی‌پذیرند، به گردن مربی یا یکی دو ستاره از تیم انداختند. اتحادیه فوتبال انگلیس با حمایت از فابیو کاپلو راه را برای تحلیل دقیق دلایل ناکامی این تیم در جام جهانی و بررسی علل ضعف تیمی و فردی مردانش باز گذاشته است. برخی از این علل به شرح زیرند.

کاپلو با وسواس ناکتیک می‌پرد
تازه بعد از بازی الجزایر بود که شاگردان فابیو کاپلو بعد از جراتی که جان تری به خرج داد، به کردن، دستیار بدنسازی که در ماساژ و ماساژدرمانی تخصص داشت، یک فوق تخصص پا، یک متخصص فیزیولوژی انسانی، یک روانشناس تحصیلکرده در رشته روانشناسی ورزش، یک مشاور تغذیه، یک مربی مخصوص انجام ورزش‌های قدرتی، یک متخصص حرکات انعطافی، یک پزشک عمومی و یک متخصص تغذیه بود. ما در روز اول جمع شدن بازیکنان در اردوی تیم ملی آنها را مورد بررسی کامل قرار دادیم. جدا از معاینات کلی آنها مورد معاینه ارتوپدی تمام اندام‌ها، معاینه کایروپراکتیک ستون فقرات و معاینه فوق تخصص پاها قرار گرفتند و برای هر فرد با توجه به وضعیت او یک پرونده تشکیل شد. سپس در فاصله سه ماه مانده به شروع جام جهانی ما تمام نفرات را در کلینیک فوق تخصصی دکتر کوپر در دالاس مورد بررسی قرار دادیم. در این مرکز ما بازیکنان را از لحاظ حجم اکسیژن تنفسی در دقیقه، میزان پرش عمودی درجا، نسبت چربی بدن به کل وزن، تست قلبی روی تردمیل، میزان مسافت دویده شده طی ۱۲ دقیقه (همان تست کوپر معروف) و… مورد بررسی قرار دادیم و پس از انجام این تست‌ها نقاط قوت و ضعف هر بازیکن را در پرونده آنها ثبت کردیم و به صورت گروهی برای برطرف کردن آنها برنامه‌ریزی کردیم… فکر می‌کنم

سال پنجم ■ شماره ۱۰۱۱ ■ چهارشنبه ۲۳ تیر ۱۳۸۹

بازیکنی از درد به خود می‌پیچد، روی زمین می‌افتد، پزشک تیم از سویی و ماموران حمل برانکاردر از سوی دیگر وارد زمین می‌شوند، بازیکن مصدوم با برانکاردر بیرون برده می‌شود، پزشک تیم با اسپری بی‌حس‌کننده و خنک‌کننده پای بازیکن مصدوم را بی‌حس می‌کند و او به زمین بازی برمی‌گردد… روی یک توب هوایی دو بازیکن به هوا بلند می‌شوند، آرنج یکی لب یا گونه یا ابروی آن یکی را می‌شکافد، خون بیرون می‌زند، این بازیکن هم بیرون برده می‌شود. پزشک با بخیه زدن یا گذاشتن گاز استریل روی زخم بازیکن را به زمین می‌فرستد… این تصاویر معمولی است که شما از پزشکان همراه تیم‌های فوتبال در ذهن دارید، اما آیا تنها عملکرد آنها همین اسپری زدن و گذاشتن گاز استریل روی زخم‌ها است؟ در جام جهانی ۲۰۱۰ آفریقای جنوبی کمتر کسی از پزشکان حاضر در کنار تیم‌ها، از کارهای متخصص پزشکی و از عملکرد آنها صحبت کرد، اما کارشناسان و آنهایی که از نزدیک سطح اول فوتبال جهان را لمس کرده‌اند، اهمیت تیم‌ها و کارهای متخصص و حرفه‌ای پزشکی را که در کنار تیم‌ها هستند، می‌دانند. این مطلبی است در مورد اهمیت این تیم‌های در سایه در پیروزی‌های تیم‌های آشکار.

جام جهانی راهکارهای مختلفی برای مقابله با این مساله در پیش گرفتند. برای مثال برزیل سه هفته قبل از شروع مسابقات به آفریقای جنوبی سفر کرد تا بازیکنان این تیم با شرایط تطابق پیدا کنند. تیم ملی امریکا هم دو هفته قبل از برگزاری اولین مسابقه خود در کشور میزبان ساکن شد تا امکان تطبیق با شرایط را به بازیکنان خود بدهد. فرانسوی‌ها در شهر مرتفع تیرژن در دامنه کوه‌های آلپ اردو زدند، ایتالیایی‌ها به شهر سستریا رفتند که در زمستان‌ها محل مراجعه عاشقان اسکی می‌شود و پرتغالی‌ها در اتریش اردو زدند. اما جالب‌ترین اتفاق در مورد تیم ملی امریکا افتاد که چند بازیکن این تیم به صلاح‌دید کادر پزشکی این تیم در چادر کم‌اکسیژن (تنت با فشار کم اکسیژن) قرار گرفتند. این چادرها چادرهایی مخصوص هستند که در آنها اکسیژن کمتری نسبت به هوای معمول وجود دارد، فرد هر شب در این چادرها می‌خوابد و کمبود اکسیژن باعث می‌شود بدن آنها در واکنش به کمبود اکسیژن سلول‌های قرمز بیشتری بسازد و این موجب می‌شود عملکرد آنها در روزهای بعد و پس از چند شب خوابیدن در این چادرها بسیار بهتر شود و در واقع بدن آنها با شرایط متفاوت از ارتفاع تطبیق پیدا کند.

کادر فنی و حتی مسوول برنامه‌ریزی تفریحی بود. جالب این است که برخی اخبار تاییدشده حاکی از این بود که آلمان‌ها بین ۶۰ تا ۷۰ نفر را به عنوان همراه در کنار تیم ملی خود داشتند که این افراد جدا از اعضای فدراسیون فوتبال آلمان بودند که در این تورنمنت به عنوان میهمان حضور داشتند. ■ ■ ■



◀ **انگلیسی**

۲۷ و امتیاز از ۳۰ امتیاز ممکن. اما رسانه‌هایی که ۲۰۱۰ را سال درخشش انگلیس خوانده بودند ضعف‌های بزرگ کاپلو را به عنوان یک مربی نادیده گرفتند یعنی مسابقات قهرمانی و مراحل حذفی. هیچ‌کس به این مساله توجه نکرد که کاپلو به‌رغم موفقیت‌هایی که در لیگ‌های اروپایی داشته طی ۱۵ سال اخیر فقط یک جام را بالای سر برده؛ سوپرجام ایتالیا که معادل آن در انگلیس بالاتر از جام خیریه نیست. او سه فینال پیاپی لیگ قهرمانان را تجربه کرده اما حاصل چه بوده؟

شاید بررسی سوابق او می‌توانست انگلیسی‌ها را متقاعد کند که کاپلو معجزه‌ای نمی‌تواند بکند.

سقوط دسته‌جمعی

اگر بازیکنان انگلیس ذره‌ای به بازی تیمی اعتقاد داشتند، اگر حاصل کارشان بهتر از این می‌شد حداقل با سربلندی بیشتر به خانه‌هایشان بازمی‌گشتند. خط دفاعی آشفته‌حال بی‌خبر از خط میانی بازی کرد و مردان میانی انگار خرج خودشان را از مهاجمان سوا کرده بودند. این از هم‌سخننگی به تمامی زوایای بازی انگلیس دروازه‌بانی اولین مشکل بزرگ این تیم بود که تودی ذوق می‌زد.

تقصیرهای زیادی را به گردن رابرت گرین انداختند اما مشخص است که در صورت داشتن یک سنگربان مطمئن هم آشفته‌بازار خط دفاعی معادلات را دوباره برهم می‌زد. همیشه از اشتباه درسی برای یاد گرفتن وجود دارد اما بعد از کرواسی ۲۰۰۷ و پرتغال ۲۰۰۴ و ۲۰۰۶ درس جدیدی هم برای عبرت گرفتن انگلیسی‌ها باقی مانده؟

کاپلو در هر بازی کنار زمین آن همه فریاد کشید و خودش را به در و دیوار زد اما به نظر می‌رسید بازیکنان دیگر گوش‌شان به این حرف‌ها به‌هکار نبود.

نویدبخش آینده‌ای روشن بود؛ هشت برد متوالی