



دارنده مقام قهرمانی بین‌المللی کاراته در گفت‌وگو با

استعدادها فدای بی‌پولی می

گل دفتر

۵۶

فهمیه شهری
خبرنگار شهر آرا محله

می‌کرد؛ اما در هر
علاقه ویژه‌ای به این
سه درجه پیشرفت
ویژه مربی به او
خوبی در
موفق
مدار
بعد
که او
می
مقام
صورت
اکنون
دارد انگ
به صورت
نمی‌گذرد

دوران کودکی روزهای سرنوشت‌سازی
دارد. بسیاری از آنچه که ما اکنون
هستیم و آنچه که نیستیم ریشه در
همین دوران کودکی دارد.
برای حمیده هادی،
ورزشکار موفق محله

آزادشهر، که اکنون در سن ۲۱ سالگی،
دو مقام قهرمانی بین‌المللی و دو
نائب قهرمانی بین‌المللی دارد، همه
چیز از دوران کودکی شروع شد؛ آن
موقع که ۵ ساله بود و مادرش او را
به کلاس‌های ژیمناستیک فرستاد
تا بخشی از انرژی کودکی‌اش
تخلیه شود. از همان موقع او به
ورزش علاقه‌مند شد. مدتی هم
کلاس اسکیت رفت. ۱۰ ساله که شد،
نزدیک منزلشان باشگاهی بود که
در آن کلاس‌های کاراته دایر می‌شد.
برای گذراندن اوقات فراغت‌ش در ایام
تابستان از مادرش خواست او را
در این کلاس‌ها ثبت نام
کند. ابتدا فقط برای
وقت گذرانی در این
کلاس‌ها شرکت

همین از دست دادن مسابقه خاطره‌ای تلخ را در ذهن او
ثبت می‌کند. حالا او که در مسابقات انتخابی آسیایی مقام
اول را به دست آورده است باید برای این دوره از مسابقات آماده
شود بنابراین تمرینات سنگینش را آغاز می‌کند. هر چه در باره
زمان دقیق مسابقه پرس و جو می‌کند پاسخ مشخصی دریافت
نمی‌کند فقط می‌گویند احتمالاً در مالزی باشد. بعد هم که
باشیوع کرونا همه برنامه‌ها به هم می‌ریزد و همچنان معلوم
نیست این مسابقات کی برگزار شود.
حمیده هادی در این باره می‌گوید: یکی از مسائل مهمی که
به ورزشکاران رشته‌های مختلف انگیزه می‌دهد مسابقات
است. اکنون که نمی‌دانیم مسابقات کی برگزار می‌شود انگیزه
من ورقیام برای تمرین کردن خیلی کم شده و آن‌طور که باید
انرژی لازم را نداریم.

گذراندن دوره‌های آموزش مربیگری

او در این سال‌های اخیر، کنار تمرینات کاراته، به دلیل
تأکیدهای مربی‌اش دوره مربیگری و داوری را هم گذرانده

است. هادی دوست داشت پس
از کسب قهرمانی در دوره‌های
مربیگری و داوری شرکت کند،
اما مربی‌اش بسیار او را تشویق
می‌کند که از همین زمان وارد
این عرصه شود، بنابراین سال
۹۶ پس از گذراندن دوره‌های
لازم، مدرک درجه ۳ مربیگری
را از هیئت کاراته استان دریافت
می‌کند. قبل از این، به خاطر

علاقه‌ای که به رشته اسکیت دارد، اجازه مربیگری این رشته
را در سال ۹۵ می‌گیرد. هم‌زمان در کلاس‌های مربیگری
ژیمناستیک نیز شرکت می‌کند تا این دوره‌ها را هم گذرانده
باشد.

پس از کسب مدارک، مدتی در باشگاه تخته‌ی‌خانه کاراته، این
رشته را تدریس می‌کند. در یکی از باشگاه‌های بولوار توس هم
کاراته و ژیمناستیک آموزش داده است. در رشته اسکیت نیز
به صورت خصوصی تدریس داشته است.

او سپس در راستای هدف خودش که عضویت در تیم ملی
و کسب مقام قهرمانی است، ترجیح می‌دهد بر تمرینات
متمرکز شود؛ اما اکنون که می‌بیند معلوم نیست مسابقات چه
تاریخی برگزار شود، دوباره در فکر مربیگری است و البته اگر
بتواند در درجه اول دوست دارد خودش مجوز تأسیس باشگاه
را بگیرد و در آن به آموزش کاراته بپردازد. به عقیده او در مشهد
باشگاه‌ها و مربیان متعددی در حال آموزش کاراته هستند اما
تعداد مربیان و باشگاه‌های خوبی که به صورت حرفه‌ای این
کار را انجام دهند کم است.

این ورزشکار به نداشتن نماینده از مشهد در تیم ملی اشاره
می‌کند و می‌افزاید: طی ۱۰ سال اخیر افرادی از مشهد برای
تیم ملی کاراته دعوت به اردو شده‌اند؛ اما عضوی در تیم ملی
نداشته‌ایم که همین موضوع می‌تواند نشان‌دهنده این باشد
که آموزش‌های حرفه‌ای کاراته در مشهد یا انجام نمی‌شود یا
بسیار کم است.

او همچنین مربیگری اسکیت را در سر دارد. البته تاکنون این
کار را انجام داده؛ اما در نظر دارد مدرک مربیگری حرفه‌ای
این رشته را هم به دست آورد چرا که همچنان علاقه زیادی
به آن دارد.

حمیده هادی به نقش مربی در پیشرفت ورزشکار اشاره و
بیان می‌کند: این مربی است که به ورزشکار انرژی می‌دهد
و وقتی او برای ورزشکار وقت می‌گذارد، ورزشکار احساس
مسئولیت بیشتری می‌کند. اینکه من دوره‌های مربیگری را رفتم
فقط به دلیل اصرار مربی‌ام بود. همچنین اگر یک روز به عنوان
مثال برای تمرینات خواب می‌مانم وقتی می‌دیدم مربی‌ام
تماس می‌گیرد و پیگیر است که من تمریناتم را به موقع انجام
دادم یا نه، باعث می‌شد توجه بیشتری به تمریناتم داشته باشم.

امیدی که جایگزین مقام شد

یازده ساله که بود اولین مسابقات کشوری برگزار می‌شود، اما
در آن هیچ مقامی کسب نمی‌کند. از آنجایی که در خودش
استعداد و علاقه زیادی می‌دید به جای ناامید شدن تمریناتش
را بیشتر می‌کند. دوباره که مسابقات استانی برگزار می‌شود
در آن رتبه اول را به دست می‌آورد. تا سیزده سالگی مدام در
مسابقات استانی شرکت می‌کرد و مقام به دست می‌آورد و
برای اولین بار عازم مسابقات بین‌المللی می‌شود؛ اما در آن
مقامی کسب نمی‌کند. سال بعد، وقتی چهارده ساله بود برای
دومین بار عازم مسابقات بین‌المللی می‌شود و این بار مقام
سوم را به دست می‌آورد. او در پانزده سالگی مقام دوم مسابقات
بین‌المللی کاراته را کسب می‌کند و ۲ ماه بعدش که در مشهد
مسابقات کشوری برگزار می‌شود مقام اول را از آن خودش
می‌کند. او از این پس دیگر در مسابقات استانی شرکت
نمی‌کند و بر مسابقات کشوری و بین‌المللی متمرکز می‌شود.
تاکنون هفده سالگی در مسابقات بین‌المللی کاراته مقام

دوم را به دست می‌آورد و بعد
از آن چون در آستانه کنکور قرار
داشته کمتر به ورزش و بیشتر به
درسی می‌پردازد. در این دوران
تمریناتش را انجام می‌دهد، اما
در مسابقات شرکت نمی‌کرده
است. ابتدا در رشته ادبیات
دانشگاه قبول می‌شود. دو ترم را
در آن می‌گذراند، اما می‌بیند که
علاقه چندانی به این رشته ندارد،

بنابراین تغییر رشته می‌دهد و وارد تربیت بدنی می‌شود. از ۱۹
سالگی دوباره تمرینات کاراته را به صورت حرفه‌ای از سر
می‌گیرد، اما به خاطر وقفه‌ای که در این مدت در تمریناتش
بوده احساس می‌کند نفس کافی را ندارد. با توصیه و راهنمایی
مربی‌اش علاوه بر تمرینات روزانه، در کلاس‌های دوومیدانی
شرکت می‌کند تا بدین وسیله قدرت سیستم هوازی بدنش را
افزایش دهد. او دیگر نه به مسابقات کشوری، بلکه به تیم ملی
و مسابقات آسیایی فکر می‌کند. به گفته خودش صبح تا شب
مدت زیادی از وقتش را صرف تمریناتش می‌کرد تا دوباره
آمادگی‌های لازم را به دست آورد.

جاماندن از مسابقات کاراته وان

۲ سال پیش در حالی که نوزده ساله بود مسابقات انتخابی
آسیایی در تهران برگزار می‌شود که در آن مقام اول را به
دست می‌آورد. این روز برای او خاطره‌ای شیرین و تلخ را
رقم می‌زند. او در حالی که صبح جمعه باید برای مسابقات
انتخابی آسیایی تهران می‌بود، شب جمعه باید خودش را
به قائم شهر می‌رساند تا در مسابقات کاراته وان شرکت
کند. او مدت‌ها تمرین کرده بود تا در این مسابقات مقام
به دست آورد و نتیجه تلاشش را ببیند. در مسابقه انتخابی
آسیا به دلیل تأخیر در برگزاری مسابقات، به جای ۸ صبح
ساعت ۲ ظهر او وارد میدان مسابقه می‌شود. وقتی مقام
اول را به دست می‌آورد خستگی از تنش بیرون می‌رود و
خاطره‌های شیرین در یادش می‌ماند؛ اما باید تا ۷ شب
خودش را به قائم شهر می‌رساند تا بتواند در مسابقات
کاراته وان که برایش خیلی مهم بود شرکت کند. همراه
دایی‌اش جاده‌های تهران تا قائم شهر را طی می‌کند؛
اما با وجود عجله زیادی که داشتند ساعت ۹ به آنجا
می‌رسند و سرداوری می‌گوید نیم ساعت پیش اسمت را
صدا زدیم و حضور نداشتی. هر چه صحبت می‌کند و
از آن‌ها می‌خواهد اجازه دهند حتی با وزن‌های بالاتر از
خودش مسابقه دهد، موافقت نمی‌کنند و سرانجام او این
مسابقات را از دست می‌دهد. هادی خیلی دوست داشت
بتواند در این مسابقات شرکت کند چون به گفته خودش
سطح آن بالاتر است و تجربه خیلی خوبی برایش بود؛ اما