

صاحب امتیاز: شهرداری مشهد
مدیر مسئول: سید میثم موسوی مهر
سر دبیر: سید سجاد طلوع هاشمی
دبیر ضمايم: ارژنگ حاتمی
باتشکر از: فاطمه عامل نیک، مریم شجاعی، زهرا نوبخت
صفحه آرایی: مرجانه باقری ورکیانی
عکاسان: محسن بخشنده، مهدیه غفوریان و حدیث فقیری

تصویر سازی: رضا جنگی
ویراستاری: ایرج طوفان
نشانی: میدان شهدا، نبش دانشگاه ۱
دفتر مرکزی: ۵- ۳۷۲۸۸۸۸۱
نمابر: ۳۷۲۳۸۳۱۰
روابط عمومی: ۳۷۲۴۳۱۱۰
شماره پیامک: ۳۰۰۰۷۲۸۹

مربی تیم ملی بانوان سبک تاکرای کشورمان ازوالیبال و فوتسال مسیر خود را به این رشته تغییر داده است

کاشف استعدادهای پنهان ورزش

شیرین ایران دوست/ پرتاب توپ به هوا و ضربه پای به پشت توپ در ارتفاع حدوداً دوتری!! این حرکت ورزشی را فردی با یک بدن آماده و انعطاف پذیری بالا می تواند انجام دهد. حرکتی که باید برای شروع بازی سبک تاکرا انجام شود و دختران ورزشکار مشهیدی این روزها در سالن ورزشی مادر و کودک این کار را تکرار و با توانمندی بالا انجام می دهند. به دنبال این توانمندی، موفقیت هایی هم وجود داشته که سبب شده است امروز اهی محل تمرین آن ها شویم و با مربی موفقشان هم صحبت شویم.

یک داستان ادامه دار

با قدم هایی محکم و انرژی زیاد از بازیکنان نونهالش که در حال تمرین با آن هاست فاصله می گیرد اما لایه لای صحبت، تمام هوش و حواسش متوجه آن هاست تا اشتباهی نکنند و آسیبی متوجه آن ها نباشد. بهناز احمدنیا مربی تیم بانوان سبک تاکرای خراسان رضوی است و حدود دوازده سال است در این رشته پرهیجان اما کمتر شناخته شده فعالیت دارد. او ۳۶ سال قبل در تایباد متولد شده است و همراهی مادری ورزشی با او سبب شده است تا گریزی به ورزش های مختلف زده باشد.

او توضیح می دهد: مادرم بسیار اهل ورزش بود و در رشته های ورزشی دوره های مربیگری را گذرانده بود. از کودکی هم متناسب با استعداد امان، من و دو خواهرم را به سالن ها و باشگاه های ورزشی می برد.

علاقه ورزشی بهناز و البته همراهی های مادر باعث می شود ورزش های مختلفی را انجام دهد. می گوید: در مسیر ورزش، ابتدا والیبال بازی می کردم. بعدتر سال ها فوتسال بازی کردم و در این رشته موفقیت های زیادی از دوره دانش آموزی تا سطح کشوری کسب کردم. از یک جایی هم مسیرم به سمت سبک تاکرا چرخید و یک داستان ادامه دار برای زندگی ام نوشته شد.

دستچین دختران مستعد سبک تاکرا

بهناز احمدنیا یک شانس بزرگ در زندگی داشته است. اینکه فردی سر راه او قرار گرفته که استعداد او را دیده است. خودش می گوید: خانم فیضی که مربی واز دوستانم بود بازی فوتسال من را دیده بود و معتقد بود من انعطاف بدنی بالایی دارم و کنترل توپ خوبی هم دارم. به همین خاطر من را به این رشته دعوت کرد. بعد از چند جلسه تمرین، فضای این رشته و رقابت

را دوست داشتم و به شکلی اتفاقی بازیکن سبک تاکرا شدم! بهناز پس از حضور در این رشته و نشان دادن استعدادش، در تیم های مختلف استان و کشور بازی کرده است. بهناز احمدنیا پس از بالا و پایین کردن قوانین و تکنیک های سبک تاکرا خیلی زود به سمت مربیگری این رشته رفته و توانسته مدارک مربیگری خود را درجه A بین المللی کسب کند. او حالا شش سالی می شود که جزو کادر فنی تیم های مختلف ملی بانوان سبک تاکرای ایران است و با این تیم ها افتخارات جهانی کسب کرده است. مربی تیم ملی بانوان سبک تاکرای کشور می گوید: بعد از اینکه دوره های مختلف مربیگری را گذراندم و وارد این حرفه شدم، کارهای مختلفی انجام دادم. اما در جایی متوجه شدم استعدادیابی خوبی در این رشته انجام نمی شود. به همین خاطر استعدادیابی دختران را در رشته سبک تاکرا در استان انجام دادم که برای اولین بار در کشور انجام می شد. همین اتفاق باعث شد خیلی زود به کادر فنی تیم ملی اضافه شوم. خوشبختانه در ادامه با تیم ملی در مسابقات جهانی ۲۰۱۶ هند حاضر شدیم و تیم ملی سبک تاکرای بانوان کشورمان سوم جهان شد.

نمایشی دلپذیر با استعدادهای پنهان

بهناز استعدادیابی در سبک تاکرا را مانند سایر رشته های ورزشی حائز اهمیت می داند و می گوید: مادر استعدادیابی ورزشی فقط به رشد یک رشته خاص و پرورش افراد توانمندان حوزه کمک نمی کنیم بلکه شرایطی را فراهم می کنیم تا فرد هم در جامعه به تکامل بهتری برسد و توانایی خود را نشان دهد. در اولین دوره ای که من دختران مستعد سبک تاکرای مشهد را شناسایی کردم و تمرین دادم، بیست نفر را برای مسابقات جوانان کشور در تهران اعزام کردیم و توانستیم سوم کشور شویم. با این نکته که تیم ما از بازیکنان دوازده ساله تشکیل شده بود و بقیه

وارد از مالزی



سبک تاکرا ورزشی کمتر شناخته شده است که مبدأ آن به مالزی برمی گردد. این رشته ورزشی اولین بار در مالزی اجرا شد. در ادامه در تایلند توسعه یافت و شکل امروزی را به خود گرفت. این ها را بهناز احمدنیا در باره این ورزش بیان می کند و می گوید: ورزش سبک تاکرا در تایلند جایگاه ویژه ای دارد و ورزش پادشاهی تلقی می شود. مسابقاتی با همین عنوان برگزار می شود که معتبرترین رقابت ورزش

سبک تاکرا در جهان است. احمدنیا در توضیح قوانین این رشته می گوید: ترکیب تیم هادر این رشته از دوفنره تا چهارنفره وجود دارد. تمام ضربات با پا و سر است و استفاده از دست ممنوع است. نهایت تلاش هم برای عبور یا کنترل توپ منجر به استفاده از شانه خواهد شد. نحوه امتیاز دهی بخش بعدی صحبت بهناز احمدنیا است. او توضیح می دهد: امتیاز دهی مشابه بازی

والیبال است و به ازای لمس زمین حریف توسط توپ، امتیاز کسب می شود. تفاوت این رشته با والیبال در تعداد ضربات یک فکر امتیاز پایانی هر ست و تعداد ست هاست. به این ترتیب که هر بازیکن سبک تاکرا می تواند سه ضربه پیاپی به توپ بزند. تعداد ست های بازی سه ست است و امتیاز پایانی هر ست هم عدد ۲۱. در صورتی که اختلاف دو امتیاز تا ایجاد نشود، امتیاز ۲۵ برنده بازی را تعیین خواهد کرد.

