الهام صالحی؛ دونده پارادوومیدانی

الهام صالحی، ملی‌پوش دوومیدانی جانبازان ومعلولان کشورمان در مسابقات قهرمانی جهان موفق به کسب نشـــان نقره شد. صالحی نماینده کشورمان در ماده پرتاب نیزه کلاس F 54 رکورد ۱۷.۰۸ متر را ثبت کرد. همچنین در رقابت پرتاب وزنه کلاس F ۳۴، هادی کائیدی با رکورد ۱۱.۳۵ به مقام سوم رسید وصاحب سهمیه پارالمپیک شد.

نازنین فاطمه عیدیان؛ دونده نوجوان

نازنین فاطمه عیدیان دونده تیم ملی دوومیدانی نوجوانان دختر ایران با کسب طلای آسیا در ماده ۴۰۰ متر با مانع در کویت، تاریخ‌ساز شد. مدال طلای نازنین عیدیان از این نظر حائز اهمیت است که نخستین مدال طـــلای دوومیدانی دختران در آسیا به‌شمار می‌رود. این موفقیت در هیچ رده ســـنی به‌دست نیامده بود.

کسب مدال طلا توسط ناهید کیانی

ناهید کیانی با کسب مدال طلای تکواندوی قهرمانی جهان در سال ۲۰۲۳ تنها مدال‌آور کاروان ۱۵ نفره ایران در این مسابقات نام گرفت و برای نخســـتین بار مدال طلای جهان را برای تکواندوی زنان ایران به‌دست آورد. در ادامه رقابت‌های روز پایانی تکواندوی قهرمانی جهان ۲۰۲۳ در باکو - پایتخت آذربایجان - ناهید کیانی تنها نماینده فینالیست ایران در این مسابقات، در دیدار نهایی وزن ۵۳- کیلوگرم مقابل جو زو از چین به میدان رفت و در پایان با برتری ۲ بر صفر برای نخســـتین بار در تاریخ به مدال طلای جهان برای تکواندوی زنان ایران رسید. کیانی در راند نخست با نتیجه قاطع ۱۴ بر صفر به برتری رسید و در راند دوم نیز با نتیجه ۱۰ بر ۷ پیروز شد تا در مجموع با برتری ۲ بر صفر به مدال طلای جهان برسد. کیانی پیش از این با برتری مقابل رقبای خود از کره جنوبی، مجارستان، کرواسی و روسیه راهی فینال این مسابقات شده بود.

نایب رئیس فدراسیون بدنسازی بانوان:

پوشش‌های جدید اسلامی برای پرورش اندام ارائه می‌شود

به پیشـــنهاد سرپرست کمیته بانوان فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام، نایب رئیس این کمیته انتخاب شـد. بر این اساس ماندانا احمدی دارنده مدرک دکترای فیزیولـوژی ورزشی، به عنـوان نایب رئیس فدراسیون بدنسازی و پـرورش اندام بانوان معرفی شد. احمدی پس از انتخابش از تلاش برای پوشش‌های جدید اسلامی و مناسب جهت استفاده بانوان فعال در حوزه پرورش اندام و رشـته‌های زیرمجموعه آن خبر داد و گفت: «چندان لباس‌های مناسبی برای ورزشـکار زن ایران ارائه نمی‌شـود و به همین خاطر یکی از اهداف، ارائه لباس‌های ورزشی ایرانی-اسلامی در شـاخه پرورش اندام بانوان است. در این راستا، با همکاری برندها و تولیدکنندگان داخلی، برای تولید لباس‌های در شـأن زنان را در دستور کار قرار داده‌اند. احمدی گفت: «با همه اینها تا به امروز بانوان افتخاراتی در این زمینه از جمله فیتنس چلنج، مج اندازی، پاورلیفتینگ و... داشته اند.»

رومینا سالک؛ قهرمان اسکیت

رومینا سالک اســـکیت‌باز جوان ایران در کاپ آزاد اسکیت فری استایل به میزبانی ایتالیا رکورد جهانی اسکیت اسلالوم را شکست. این بازیکن اصلتا نجف آبادی اســـت. او که با هـــدف آمادگی برای مسابقات آسیایی هانگژو در مسابقات کاپ آزاد جهانی ایتالیا شرکت کرده بود توانست مدال طلای مسابقه را از آن خود کند.

آتوسا گلشادنژاد؛ کاراته‌کا

آتوسا گلشادنژاد کاراته‌کایی جوان اســـت که از کرمانشاه به ســـطح اول کاراته ایران رسیده است و عملکرد او در یک سال گذشته حاکی از آینده روشن است. وی در مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۲۱ آلماتی در رده ســـنی زیر ۲۱ ســـال و مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۲۳ ملاکا در رده بزرگسالان به مدال طلا رسید.

گزارش

واکاوی دلایل عدم‌حمایت از ورزش زنان در دوره قبل از پیروزی انقلاب اسلامی

سیاست رضاخان در ورزش زنان

اینکه از کی زنان در ایران به عرصه ورزش ورود کردند به دوران پهلوی برمی‌گردد. البته تا اواخر دوره پهلوی اول، فعالیت چشمگیری نداشتند چرا که فعالیت‌های اجتماعـــی زنان در آن برهه تحت تأثیر فرهنگ و نگرش جامعه بود؛ بنابراین می‌توان اســـتنباط کرد در دوره قاجار شرایط فعالیت اجتماعی بانوان به‌مراتب سخت‌تر بوده اســـت؛ به‌گونه‌ای که زن‌ها حق انجام خیلی از کارها را به‌صورت آشکار نداشتند و ورزش کردن آنها امری بعید و خلاف عرف تلقی می‌شد. حتی صحبت کردن در مورد اهمیت ورزش برای بانوان، عواقب ناگواری به همراه داشت؛ اما در مورد ورزش آقایان در عهد قاجار شرایط فرق می‌کرد. نخستین انجمن ورزشی مختص مردان تحت عنوان «انجمن مؤسسین ورزش» در اواخر قاجار شکل گرفت و میرزا ولی‌خان ورزنده، فارغ‌التحصیل مدرسه ژمناستیک بروکسل نیز به‌عنوان معلم ورزش انتخاب و استخدام شد.

بد نیست بدانید «انجمن مؤسسین ورزش» برای بانوان در نیمه دوم حکومت رضاخان ایجاد شد. رضاخان به‌منظور تحقق علائق ناسیونالیستی خود، از همان ابتدای قدرت، بـــا انتقاد از ضعف جسمانی ایرانیان، ترویج ورزش‌های جسمانی برای ایرانیان به‌ویژه زنان ایرانی را سرلوحه کار خود قرار داد و از طرق مختلف به ترویج ورزش بانوان پرداخت. نخستین کاری هم که انجام‌داد، اقدامـــات فرهنگی و عمرانی بـــود که با صدور دستور فراهم‌سازی زمین‌های ورزشی و احداث استادیوم‌های ورزشـــی و تأسیس انجمن‌های تربیت‌بدنی آغاز شد و با اجباری کردن تحصیل و تدریس علوم ورزشی در تمام مدارس کشور سعی کرد نظام آموزشی را به مسیری سوق دهد که از قافله تمدن گرایی عقب نماند.

یک سال بعد در ســـال (۱۳۰۷) ۳ ساعت ورزش زنانه در هفته برای مدارس بانوان به عنوان برنامه ورزشی جدید مدارس تعیین و انجمن ملی تربیت بدنی در سال (۱۳۱۲) تاسیس شد. این سیاست رضاخانی در حوزه ورزش با برگزاری مســـابقات ورزشی و اعزام ورزشکاران به مسابقات جهانی به نقطه اوج خود رسید.

در نگاه اول شـــاید این طور برآورد شود ورزش کردن بانوان امری تأثیر گذار در سلامت جامعه اســـت اما باید گفت رضاخان با کشف حجاب و ترویـــج ورزش‌های متنوع در کشـــور آن هم با لباس‌های عمدتا نیمه‌برهنه لطمه زیادی به هویت ایرانی اسلامی کشور زد.

دکتر زهره طالبی، رئیس فدراسیون انجمن‌های ورزشی و انجمن راگبی:

به استانداردهای لازم رسیده‌ایم

مژگان مهرابی / روزنامه‌نگار

بانوان ورزشـــکار ما در چند دهه اخیر خوش درخشـــیده‌اند و توانســـته‌اند بارها در مســـابقات جهانی، المپیک و پارالمپیـــک موفق شـــوند. مهم‌تر از پیروزی‌های پی در پی، پوشـــش کامل بانوان ماســـت که در جوامع بین‌المللی توانسته الگوی خوبی برای دیگر زنان ورزشکار دنیا باشد. اما موضوع جالبی که دانستنش خالی از لطف نیست، مراحل طراحی و تولید لباس تیم‌های ملی بانوان کشورمان است که روند آن جذابیت خودش را دارد. موضوع گفت‌وگوی ما با زهره طالبی، عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد و رئیس فدراسیون انجمن‌های ورزشی هم در همین زمینه است؛ اینکه طراحان لباس چه نکاتی را باید مدنظر داشته باشند تا بانوان بتوانند با پوشش کامل ورزش کنند.

برای طراحی لباس ملی بانوان ورزشـــکار چه ارگان یا ارگان‌هایی نظارت دارند؟

لبـــاس بانوان مهم‌تریـــن ابزار برای حضـــور آنها در مسابقات اســـت. ایده طراحی لباس را مربی‌های هر رشته ورزشی براساس نوع تحرکی که بازیکن‌ها دارند ارائه می‌دهند. طرح‌ها به‌دست کارشناسان طراحی سپرده شده تا ایده‌ها را روی پارچه پیاده کنند. بعد از آماده‌شـــدن لباس، طرح به وزارت ورزش و بخش بانوان ارجاع می‌شـــود. درصورت تأیید مســـئولان ذیربط وزارت ورزش، لباس ملی بانوان تولید خواهد شد.

برای طراحی لباس ورزشی بانوان چـــه نکاتی درنظر گرفته شده است؟ مهم‌ترین نکته‌ای که مورد توجه کارشناسان ورزشی است؟

لباس باکیفیت می‌تواند نقش تأثیر گذاری در موفقیت ورزش بانوان داشته باشد. استفاده از هر نوع لباسی برای ورزش کردن مناسب نیســـت، انتخاب هر نوع لباس ورزشی صرفا به این علت که برای یک ورزش طراحی شده است نیز مناســـب نبوده و در انتخاب آن باید یک‌ســـری فاکتورها را مورد توجه قرار داد. اصلی‌ترین فاکتور در انتخاب لباس ورزشی مناسب، کیفیت آن است. چون لباس مســـتقیم با بافت بدن ارتباط دارد بنابراین جنس آن نباید به پوســـت بدن آســـیب بزند. در زمان ورزش کـــردن و تمرین بدنی به‌دلیل بالا رفتن سوخت‌وساز بدن دمای بدن افزایش پیدا می‌کند. اگر جنس لباس مناسب نباشد ورزشکار دچار مشـــکل می‌شـــود. از این‌رو طراحان لباس از پارچه‌ای استفاده می‌کنند که با تعریق بدن رطوبت را جذب کند و برای مدت زمان بیشتری خشک و خنک بماند. نکته دیگر توانایی بالایی برای خارج کردن هوای گرم داخل لباس داشته باشد یا به‌عبارتی تنفس خوبی داشته باشد. بعد از کیفیت لباس، استحکام و سبکی آن اســـت. لباس حین تحرک بدنی و کشیده‌شـــدن ممکن است آســـیب ببیند. بنابراین باید محکم و در عین حال کم‌وزن باشد. ســـنگین‌بودن لباس باعث می‌شود ورزشکار نتواند خوب بدود یا تلاش کند. نکته دیگر اینکه تولید لباس‌ها براساس شرایط آب و هوایی منطقه صورت می‌گیرد.

برای تولید لباس‌های ورزشی بانوان، به استانداردهای لازم رسیده‌ایم؟

بلـــه. خوشـــبختانه توانســـته‌ایم در تولیـــد لباس به استانداردهای جهانی برسیم؛ آن هم با رعایت شئونات اسلامی که مهم‌ترین موضوع است. البته اهمیت طراحی خوب لباس ورزشکاران زن فقط خاص کشور ما نیست و هر ســـال همه تولیدکنندگان ورزشی دیگر کشورها هم تلاش می‌کنند بهتریـــن و باکیفیت‌ترین لباس را طراحی کنند.

آیا این لباس‌ها مانعی برای شرکت‌کردن بانوان ورزشکار در مسابقات جهانی، المپیک و پارالمپیک ایجاد نمی‌کند؟

خیر. مســـئله پوشـــش بانوان ورزشـــکار ما در جوامع بین‌المللی جاافتاده اســـت. در خیلی از موارد احساس کردم‌ام آنقـــدر که بعضی از مردم کشـــور خودمان نگاه محدودیتی به پوشش بانوان ورزشکار دارند در کشورهای آسیایی و اروپایی چنین دیدگاهی وجود ندارد. موقعیت ایران در دنیا مشخص است و همه کشورها می‌دانند ما به‌دلیل مسلمان‌بودن، به مسائل اعتقادی پایبند هستیم. تنها زمانی کارشناسان ورزشی مسابقات جهانی درباره پوشش بانوان ما نظر می‌دهند که بخواهند لباس تیم ملی را بررسی کنند، آن هم برای اینکه جنس و نوع دوخت لباس در داوری کردن شبهه‌ای ایجاد نکند. به‌طور مثال برای بانوان ما مقنعه‌های خاصی طراحی شده که حین بازی به هیچ عنوان جابه‌جا نمی‌شـــود و از سر نمی‌افتد. کشورهای خارجی به این نوع حجاب ورزشکاران ایرانی احترام می‌گذارنـــد. حتی خیلی از کشـــورها از ما الگو گرفتند. چندی پیش تیم ســـپک‌تاکرای بانوان ما (یک بازی ترکیبی از والیبال و فوتبال) در مســـابقه جهانی مالزی شرکت کردند. مســـئولان ورزشی تیم مالزی از لباس بازیکنان ما خیلی استقبال کردند.

شرکت‌کردن در مســـابقات آن هم با لباس‌های بلند و پوشـــیده کار راحتی نیســـت. به‌خصوص هنگام دویدن که گرمای زیادی تولید می‌شود و بازیکن را دچار مشکل می‌کند. آیا پیش آمده بانوی ورزشکاری از این موضوع گله‌مند باشد؟

در سخت‌بودن دویدن و تحرک کردن با چنین لباس‌هایی شکی نیست. بعضا باید ورزشکار یک لباس پوشیده زیر لباس ملی‌اش بپوشد. دشـــوارتر اینکه بازیکن، علاوه بر تمرکز برای مغلوب کردن حریف باید مراقب پوشـــش خود باشد که مبادا حین بازی، لباسش آسیب ببیند یا پاره شود. با همه این تفاسیر، هدف بانوان ما را یافتن به تیم ملی و موفقیت در مسابقات جهانی و المپیک است. از این‌رو برای بالابردن پرچم ایران همه ســـختی‌ها را به جان می‌خرند. پوشش اسلامی در لباس بانوان ورزشکار محدودیتی را ایجاد نمی‌کند.

گفت‌وگو با بهار غفارزاده، طراح لباس ورزشی بانوان

لباس مناســـب برای ورزش همگانی نـــداریم

جامعه ورزشی ما کم طراح لباس ندارد؛ کسانی که همواره در تلاشند تا بهترین و باکیفیت‌ترین لباس ورزشی را برای بانوان تولید کنند. یکی از آنها بهاره غفارزاده است که در این زمینه ایده‌های خلاقانه‌ای دارد. او کارشناس ارشد مدیریت ورزشی است و علاوه بر فعالیت در حوزه ورزش، لباس ورزشی برای بانوان طراحی می‌کند. غفارزاده هدف از این کار را حضور پررنگ دختران و زنان کشورمان در اجتماع می‌داند. این بانوی طراح معتقد است، اگر زنان جامعه ما پوشش کامل و اسلامی داشته باشند، می‌توانند به راحتی در فضاهای ورزشی نرمش کنند.

ورزش همگانی برای بانوان

ورزش همگانی، مقوله‌ای است که در جامعه ما آنطور که باید جدی گرفته نمی‌شود. این درصورتی اســـت که مقام معظم رهبری به قرار دادن ورزش همگانی در برنامه زندگی مردم تأکید کرده‌اند. البته یکی از دلایل کم‌رغبتی بانوان به ورزش کردن در ملأ عام حفظ پوشـــش آنها اســـت. بهار غفارزاده درباره این موضوع می‌گوید: «برای ورزش همگانی پوشش مناسبی تعریف نشده اســـت. همین عاملی است که بانوان محجبه نتوانند در فضای باز فعالیت کنند. درصورتی که اغلـــب ما می‌دانیم ورزش کـــردن تا چه انـــدازه می‌تواند به ســـلامت جســـم و روان ما کمک کند.» به‌گفته غفارزاده، سرمنشـــأ بیماری‌های قلبـــی عروقی، دیابت، چاقی و... عدم تحرک بدنی اســـت. او ادامه می‌دهـــد: «تحرک و جنب و جوش مزیت دیگری برای بانوان دارد. آنها را بانشاط می‌کند. مادری که شاد و سرحال باشد می‌تواند انرژی خود را به دیگر افـــراد خانواده انتقال دهد. پس می‌توان گفت ورزش کردن یکی از ملزومات زندگی بانوان است.»

طراحی لباس برای بانوان ورزشکار

خود غفارزاده از کودکی بـــه ورزش رو آورده و همچنان در زمره ورزشکاران است. شنا تمرین می‌کند. او چند ســـالی اســـت به طراحی لباس ورزشی ویژه بانوان رو آورده و دلیل جالبی برای این کارش دارد: «از همان دوره کودکی و نوجوانی دوست داشتم با لباس پوشیده نرمش کنم. بعدها که بزرگ شدم بی بردم خیلی از خانم‌ها به‌دلیل مناسب‌نبودن پوشـــش از ورزش کردن دوری می‌کنند. از این‌رو دست به‌کار شدم و ایده‌هایی را که در ذهن داشتم روی کاغذ آوردم. برای تیم‌های ملی طراحی لباس انجام شـــده بود اما متأسفانه برای ورزش همگانی لباسی که با شئونات اسلامی همخوانی داشته باشد تولید نشده بود.»

برای اطلاع‌رسانی بیشتر نمایشگاه برگزار کنیم

غفـــارزاده بـــرای ورزش همگانـــی طراحی‌های چشمگیری انجام داده است. او دلخور از نبود مراکز مخصوص عرضه پارچه برای دوخت لباس ورزشی به نکته مهمی اشـــاره می‌کند: «برای تولید نه پارچه مناسبی در بازار هست نه مرکزی که بتوان از آنجا خرید کرد. اگر هم پارچـــه مرغوب بخواهیم تهیه کنیم بسیار گرانقیمت است. نه برای تولیدکننده و نه خریدار صرفـــه اقتصادی ندارد.»

این طراح لباس، معتقد اســـت برای تشویق بانوان به ورزش باید زمینه آن فراهم شود. او پیشنهاد می‌دهد: «برای افزایش آگاهی مردم چه خوب است که در نمایشگاه‌ها و رویدادها لباس‌های ورزشی را در معرض نمایش مردم قرار دهیم.»