

### گفت و گو با همکار شامل در صنعت گاز و قهرمان تکواندو

## ورزش باعث پیشرفت های علمی و شغلی می شود

**مشعل |** تکواندو، ورزش ملی کره جنوبی و دارای بیشترین تعداد ورزشکار در میان ورزش های رزمی در سراسر دنیا است و به عنوان «شاهان ورزش» نامیده می شود. شریات پای تکواندو، بسیار سرعنی است به صورتی که مدتها پیش شریات با در این رشته ورزشی بسیار زیاد بوده و در مقامی به ورزش های رزمی دیگر از آن لحاظ برتری خاصی دارد. این ورزش، بر طرفدار ترین ورزش در جهان است و بیشترین عضو را دارد. محمدعلی پورابراهیمی، رئیس خدمات تکواندو، تقویت فشار گاز در سیرجان، از طرفداران این ورزش رزمی است. وی که کمربند نهم ۶، مربیگری در ۲۴ مرکز آموزشی و دوایر درجه یک از فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران و کمربند شنگی نان ۲۱ مرکز آموزش جهانی تکواندو (KUKKIWON) دارد، تاکنون مقام های قایل توجهی در این رشته کسب کرده است. با همکار تکواندوکار در تناسبات تقویت فشار گاز سیرجان، گفتگویی در خصوص این رشته و فعالیت های ورزشی اش داشته ایم که به ما می خواند.

«با یک بویگویی از خودتان شروع کنید.

متولد سال ۵۷ و ساکن آستان کرمان (شهرستان سیرجان) هستم. مدرک کارشناسی ام را در رشته مدیریت صنعتی در یافت کردم و گواهینامه Advance زبان انگلیسی دارم. متاهلم و یک پسر ۹ ساله به نام رادین دارم. بپرسم کمربند شنگی نان ۱ تکواندو داره و قهرمان آستان کرمان در دهه سنی خودتان است.

«چه سالی وارد صنعت گاز شدید؟

بعد از فارغ التحصیلی از دانشگاه خلیج فارس پارس پشهر در سال ۸۱، در آزمون استخدامی شرکت ملی گاز ایران شرکت کردم و از سال ۸۲ به استخدام این شرکت در آمدم و در سال ۸۸ که به عنوان رئیس خدمات تناسبات تقویت فشار گاز سیرجان مشغول به کار شدم گزار می همکاران در سیرجان هستم. در حوزه ورزش نیز ۱۰ سال دیپر هیات تکواندو ختمگزار می همکاران در سیرجان هستم. در حوزه ورزش نیز ۱۰ سال دیپر هیات تکواندو سیرجان سیرجان بوده و از سال ۹۹ نیز به عنوان دبیر اجرایی تکواندو ایران کرمان فعالیت دارم.

«در چه رشته های ورزشی فعالیت می کنید؟

در رشته های والیبال و شنا تفریحی به صورت نیمه حرفه ای و در رشته تکواندو به صورت حرفه ای فعالیت دارم و در حال حاضر نیز دارای کمربند شنگی نان ۶، مربیگری درجه ۲ و درجه ۱ درجه یک از فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران و کمربند شنگی نان ۲۱ مرکز آموزش جهانی تکواندو (KUKKIWON) هستم و به لطف خداوند متعال نیز بناگویی و سهرستان سیرجان سیرجان دبیر هیات الفملی از سوی فدراسیون تکواندو شده ام که ۱۰ آذر آستان از سوی مدرسان فدراسیون جهانی تکواندو از کره جنوبی در تهران برگزار شد. همچنین از فدراسیون تکواندو جمهوری اسلامی ایران نیز مدرک مربیگری و داوری درجه ۲ دارم.

«از چه سالی در صنعت گاز فعالیت دارید و ورزش خود را از چه زمانی شروع کردید؟

چه مقام هایی به دست آورده اید؟  
در دوران کودکی و قبل از شروع مدرسه، چندسالی در رشته زمینسانگ فعالیت کردم و سپس از دوران راهنمایی و دبیرستان در رشته های چون فوتبال (دروازه بان)، والیبال، کشتی آزاد و شانس فعالیت داشتم و مقام های استانی نیز در شنا و کشتی به دست آوردم. بعد از ورود به دانشگاه در سال ۷۷ از طریق برق یک از همکارانم به نام مالک جانی که آن زمان در باشگاه تکواندو نزدیک دانشگاه به عنوان ارشد فعالیت داشت، با رشته رزمی تکواندو آشنا شدم. پس آن بود که به صورت حرفه ای وارد این ورزش پربافتار و المپیکی شدم.

در سطح استان های لوپشهر و کرمان، چند مقام قهرمانی دارم. در سطح کشوری نیز

توانستم در سال ۷۹ نایب قهرمان دانشجو جوان کشور شوم. در سال ۸۰ هم قهرمان دانشجو جوان کشور شدم و در همان سال مقام سوم مسابقات قهرمانی جوانان و نوزادگان کشور را کسب کردم. در سال ۸۱ در رقابت های قهرمانی کشور در بازی مافیل فیملال با حرفه ای از زنجان بازی داشتم که متأسفانه از ناحیه زانوئی پای راست بشدت آسیب دیدم و همین آسیب دیدگی باعث شد تقریباً ۶ ماه از ورزش دور باشم. بعد از آن هم با شرکت در دوره های داوری و مربیگری تکواندو وارد این عرصه شدم. همچنین در طول مدت خدمت در منطقه ۶ عملیات انتقال گاز ایران عضو تیم والیبال و شای منطقه نیز بودم و در المپیاد شرکت ملی گاز ایران در سال ۸۹ توانستم در ماده ۵۰ متر فوراغه مقام چهارم را به دست بیاورم.

«ورزش چه تأثیری بر پیشرفت های علمی و شغلی شما داشته است؟  
از قدیم گفته اند «عقل سالم در بدن سالم است» و مطمئناً کسی که بدن سالمی داشته باشد، با آسودگی خیال و ذهنی بازتری می تواند سراغ درس برود. ورزش در زندگی شخصی و موفقیت اجتماعی من، تأثیر بسیار چشمگیری داشته و از این حیث همیشه خداوند را شاکرم.

«چه توصیه ای به جوانان دارید که مسیر پیشرفت و ترفی در حوزه ورزشی را سریع تر دنبال کنند؟

هر چند در جایگاهی نیستیم که بتوانیم توصیه ای به جوانها داشته باشیم؛ اما تنها موضوعی که همیشه در کلانیه هایم نیز به شاگردم توصیه می کنم، این است که با برنامه ریزی صحیح در زندگی باید درس و ورزش را به پیش برد. یکی از روش های دیگری که می تواند فرفی هم نمی کند درس میگرداند و ورزش، شاید یک انسان تک بعدی بتواند برای جامعه و دیگران مفید باشد؛ اما مطمئناً در زندگی شخصی و خانوادگی خود نمی تواند به معنای واقعی گفته مقید و پیشرفت داشته باشد. در حال حاضر هنر جوانان باشگاه با مربیان، مربیان و ۴ و عنوان های قهرمانی استانی و کشوری، دارای تحصیلات عالی هستند. یکی از شاگردانم با کمربند شنگی نان ۳ در حال حاضر دانشجو سال آخر رشته تخصصی از نوبدی دانشگاه علوم پزشکی شیراز است و تعداد زیادی از هنر جوها هم نیز تحصیل کرده مقطع کارشناسی، ارشد و دکترا در رشته های مهندسی مکانیک، برق، عمران، تربیت بدنی و... هستند. شاید در که موفقیت های هنر جوها هم در مسابقات و دوره های آموزشی را می بینم. این موضوع برایم بسیار لذت بخش تر از زمانی است که خودم موفقیتی را کسب می کنم.

«خانواده چه نقشی در کسب موفقیت های شما داشته و مشوق اصلی شما در ورزش چه کسی را می دانید؟

عظمتنا حضور بلندبندم در ورزش خیلی به ما در عنوان بازیکن و چه به عنوان مربی با داور، بدون محبت و از خود گذشتگی خانواده غیرممکن است. بنابراین از همین جا دست اغشای خانواده ام را می بوسم که اگر در کارهای ما پشتیبانی و فداکاری های این عزیزان نبود، من نمی توانستم به این موفقیت های هر چند اندک در ورزش دست پیدا کنم. مشوق اصلی من در ورزش، موم پرانم بودم و با اینکه احضات دانه ای برای شرکت در ورزش است؛ کشیدند؛ اما متأسفانه قسمت نبود که مهاجم موفقیت های ورزشی من باشند و این یکی از حسرت های بزرگ من در زندگی است.

«در مدت زمان دستنمایی به این مقام ها به چه چالش هایی مواجه شدید؟  
در دورانی که بازیکن بودم و فعالیت های زیادی را متحمل می شدم؛ چون واقعاً سطح تکواندو ایران بر خلاف نتایج این دو سه سال اخیر بسیار بالاست، به گونه ای که در مسابقات قهرمانی کشور، در هر وزن حداقل دو سه بازیکن قهرمان آسیا و جهان حضور دارند که برای رسیدن به سکو باید با آنها رقابت کرد و پیروزی در آن، تمرینات سخت و فشار دانه ای را می طلبد. ورود به بدنی برجاست و سخت مربیگری و داوری، تقریباً با استخدام در شرکت ملی گاز ایران مغفان شد. برای شرکت در مسابقات، دوره های آموزشی و آزمون های مختلف، مغفان با مخالفت های اداره و در سدهای خاص آن روبرو بودم.

«بهرین اتفاق و خاطره دوران ورزشی نان را بگوئید.  
خیلی روزی در اساتذگان آقایان فتح و شیرین شایه شمرین تر بین آن قبوی همزمان من ۴ و ن از هنر جوها هم در آزمون ارتقای کمربند مرکز آموزش جهانی تکواندو بود که در سال ۲۰۲۰ از سوی مستحقان کرمانی برگزار شد.



در دورانی که بازیکن بودم واقعا مشقت های زیادی را متحمل می شدم؛ چون سطح تکواندو ایران برخلاف نتایج این دو سه سال اخیر بسیار بالاست به گونه ای که در مسابقات قهرمانی کشور در هر وزن حداقل دو سه بازیکن قهرمان آسیا و جهان حضور دارند که باید برای رسیدن به سکو با آنها رقابت پیدا کنیم

«آیا در حوزه ورزشی انگوی خاصی دارید؟  
در زمینه ورزش تکواندو سعی کردم هادی ساعی را برانگیز ترین فرد در این رشته ورزشی است. انگوی خودم فراتر از هم.

«آیا زمانی که وارد این رشته شدید به قهرمانی فکر می کردید؟  
واقعیت این است که اصلاً فکر نمی کردم تکواندو برایم آنقدر جذاب باشد که بخوام هم تمام دوران جوانی ام را صرف آن کنم.

«آیا هیچ وقت انگیزه ای برای ادامه ورزش از دست دادید؟  
دلیلی ورزشی حرفه ای، بخصوص رشته های انفرادی، از فراز و نشیب زیادی برخوردار است. زمانی تمرینات سختی را پشت سر می گذارید و برای کسب بهترین عنوان در مسابقات پیش رو خودتان را آماده می کنید؛ اما زمان مسابقه با یک فرعه خیلی به یاد بازی های ابتدایی با یک مصدومیت شدید مواجه می شوید، یا بر اثر یک غفلت بازی را واگذار شما بر رفته است. بنابراین برای دوام در ورزش، داشتن اهداف بزرگ و بلندمدت و دنبال انگیزشی کافی، اجباری است.

«برای دستنمایی به مقام، چند ساعت در روز تمرین می کنید و برای رسیدن به این کسب افتخارات ورزشی از چه چیزهایی گذشته اید؟  
در حال حاضر تمام وقت صرف آموزش می شود؛ اما یک بازیکن تکواندو برای رسیدن به سکوهای کشوری، باید حداقل ۳ ماه روزی ۸ ساعت تمرینات اختصاصی بلدسازی، تکنیکی و تاکتیکی داشته باشد و دراست های زیادی در بخش تغذیه، برنامه ریزی و... را متحمل شود.

«در پایان از نکته ای باقیمانده، بگوئید.  
ضمن تشکر از چابکدلی و سایر همکاران محترم متان در نشریه که وقتتان را در اختیار منده فرار دادید، امیدوارم کسی اثر یک روز از خدمت در شرکت ملی گاز ایران مانده باشد. شاید این باشم که ورزش و ورزشکار در این سازمان به جایگاه واقعی خودشان برسند و مسوولان به امر مهم ورزش به عنوان اختصاصی بلدسازی، بااهمیت، اولویت دار و همسو با اهداف و مقدرات سازمانی نگاه کنند و برای تمامی همکاران سازمانی و تلاشگران در صنعت نفت و گاز آرزوی سلامت و پیروزی دارم.

### برگزاری مسابقات فوتسال بسیج ادارات در خاتگیران



یک دوره مسابقات فوتسال به تناسبت هفته بسیج از آذرماه ۱۴۰۰ در شرکت بهره برداری نفت و گاز شرق و به همت امور ورزش و تربیت بدنی و بسیج شرکت در منطقه خاتگیران برگزار شد. که بعد از یک ماه مسابقات دوراهی و حذفی در حضور پرشور همکارانی و علاقه مندان ورزش فوتسال در محل سائن ورزشی شهرک نفت شهید تندگویان برگزار شد. در مسابقه فینال، تیم بسیج نفت «ب» موفق شد با نتیجه ۵ بر یک بر تیم بسیج گاز غلبه کند و به مقام قهرمانی دست یابد. تیم بسیج نفت «الف» هم در مسابقه رده بندی دوم موفق شد با نتیجه ۲ بر ۳ شکست خفگ موزی و کسب مقام سوم شود.

### صعود دختران پالایش نفت آبادان به پلی آف

دیدار تکسب و در عین حال جذاب، حرفه شدهی خود را با نتیجه نزدیک ۳ بر ۲ شکست دهد.



شکردان تکسب علوانی در این دیدار با نتیجه ۳ بر ۲ زاعی، کافه توانستند با پیروز شدن کار و بازیان و زهرای کانی در نیمه اول کار حرفه با سکو سه کنند. در مقابل تیم بسیج مشهد با ساجده نعمتی در هر نیمه یک گل زد در نهایت، بازی با نتیجه ۲ بر ۳ به سود پالایش نفت آبادان پایان یابد.

تیم فوتسال پالایش نفت آبادان به یقینی با بازگشتن اصلی خود نظیر سهیلا معلومی، معصومه کچی و حدیث رحیمی استراحت داده بود. پالایش نفت آبادان با این پیروزی ۲۲ امتیاز شد و در صدر جدول تکبند شد. ۳ هفته بعد از پیروزی ۳ هفته بعد از پیروزی ۳ هفته موقف شد ۳ هفته زودتر، صعود شهرستان آبادان، میزبان تیم بسیج کامل منهد بود که موفق شد در یک

تیم فوتسال پالایش نفت آبادان به یقینی با بازگشتن اصلی خود نظیر سهیلا معلومی، معصومه کچی و حدیث رحیمی استراحت داده بود.