

## الصبيح: أحب «الجريش» في الفطور والسنبوسة في السحور

أكد أن مواجهة جمعية سلا المغربي من أجمل ذكرياته الرمضانية

وأكد الصبيح أن لكل شخص ذكريات في طفولته إلا أن الأجل فيها هي التي كنا نخادع فيها الوالدين ونذهب لسأكل ونُدعي في الفطور بأننا صائمين والذي لا نعرفه هو أن والدنا كنا نعلمنا مشيراً إلى أن هذه الأمور كانت عادة ما تحدث ما بين سن الـ 7 والـ 10 سنوات. وتعني الصبيح أن تنتهي كل المشاكل والازمات الرياضية مع هذا الشهر الفضيل وأن تتصافي النفوس من أجل مصلحة الكويت أولاً وأخيراً.

عبدالعزيز جاسم

الكرة في الاندية فشهد رمضان هو الشهر المميز لهم بالنسبة لممارسة الكرة ويظهر من خلاله مواهب مميزة قد تستفيد منها الاندية مستقبلاً. وذكر الصبيح أنه لا ينسى «مواجهتي جمعية سلا المغربي في البطولة العربية موسم 2005، عندما تأهل الكويت على حسابهم بنظام الذهاب والإياب للدور ربع النهائي»، مبيناً أن هناك العديد من المباريات التي لعبها في صغره وكان لها أثر كبير في تطور مستواه إلا أن المباراة الوحيدة التي مازالت في الذاكرة هي التي لعبها أمام جمعية سلا.

التشريب والجريش والهريس بينما يفضل أن يكون السحور مشمولاً بأشياء خفيفة مثل الجلي والشورية والسنبوسة لأنه لا يفضل أن يكون الأكل ثقيلاً قبل النوم. وأضاف أنه في رمضان يحرص على متابعة البرامج الدينية وكذلك المسلسلات والبرامج الفكاهية، مشيراً إلى أن الأجل من الذي سبق ذكره هو الزيارات العائلية بالإضافة إلى الديوانية بصفة شبه يومية. وأشار إلى أنه لا يفضل اللعب أو التدريب في رمضان بعكس الأيام العادية أما بالنسبة للذين لا يمارسون



الصبيح يحجز صالح البريكي



«صخرة» دفاع «الأبيض» أحمد الصبيح أمام القادسية (هاني الشمري)

قال مدافع نادي الكويت أحمد الصبيح أن شهر رمضان له طقوس خاصة لسدى الجميع أهمها العبادة والتقرب إلى الله ومن ثم زيارة الأصدقاء والأقارب، مشيراً إلى أن وقت الفراغ يكون قليلاً في هذا الشهر الفضيل لذلك يجب أن يتم توزيع الوقت بطريقة تجعل من الوقت مفيداً. وبين الصبيح أنه يفضل المشي قبل الفطور بساعة ومن ثم يعود لقراءة القرآن حتى موعد الفطور والذي يكون في منزل والديه، مشيراً إلى أنه يحب أن يأكل في الفطور

شركة الملا وبهاني للسيارات  
تتمنى لكم  
**رمضان مبارك**  
ونقدم لكم أفضل  
الأسعار على الإطلاق!



دودج تشارجر ابتداءً من **7,777** دك  
صيانة مجانية لمدة سنتين / 40,000 كم (ايهما اقرب)



دودج تشالنجر ابتداءً من **8,999** دك  
صيانة مجانية لمدة سنتين / 40,000 كم (ايهما اقرب)



دودج دورانجو ابتداءً من **8,499** دك  
سبعه مقاعد كبيرة



جيب\* جراند شيروكي ابتداءً من **9,999** دك



جيب\* رانجلر ابتداءً من **8,499** دك  
محرك وجير جديدان لقيادة سلسه  
• ضمان المصنع لمدة 5 سنوات



جيب\* شيروكي ابتداءً من **6,999** دك

2012/1922 / 2012/1925



يحيى توريه وكولو توريه في مباراة مع ساحل العاج

### عائلة «توريه» العاجية قدّمت للملاعب النجوم الأشقاء يحيى وكولو وإبراهيم

قدمت عائلة «توريه» العاجية المسلمة للملاعب النجوم الأشقاء يحيى وكولو وإبراهيم توريه حيث تزامن الشقيقان يحيى وكولو توريه الموسم الماضي في مان سيتي بطل الدوري الإنجليزي والمنتخب العاجي بينما يلعب إبراهيم في نادي الاتحاد السوري. ويعتبر يحيى كولو توريه (31 سنة) الاخ الكبير في عائلة توريه وكان قد بدأ مسيرته الكروية مع أرسنال الإنجليزي، ولعب معهم حتى عام 2009 ثم انتقل إلى مان سيتي الإنجليزي صيف 2009/2010 وهو الآن كابتن فريقه اللقب بـ«السيتيزن» ويحمل الرقم 28. ويلقب يحيى بـ«الملك كولو»، ويمتاز بالقوة البدنية الرهيبة والارتقاءات العالية، وصفة نادراً ما تجدها في قلب الدفاع وهي: «السرعة الكبيرة وردة الفعل السريعة». يمتاز هذا اللاعب بقيادته وأخلاقه العالية داخل وخارج الملعب ولذلك تم تعيينه قائداً لفريق مان سيتي منذ انتقاله إليه، وقد بدأ باللعب مع منتخب ساحل العاج لكرة القدم في عام 2000. يذكر أن يحيى مسلم محافظ على أداء الصلوات، أعطي هو وزملاؤه اللاعبين المسلمون في فريق أرسنال، جدولاً خاصاً لأداء التمارين والنظام الغذائي في شهر رمضان احتراماً لعقيدتهم الإسلامية من قبل مدرب الفريق الفرنسي ارسين فينغر. وقد انتقل في صيف عام 2009 لنادي مان سيتي ولم يتم الذكر عن قيمة الصفقة وقيل أنها وصلت إلى 15 مليون جنيه استرليني. ويحيى أو ياي توريه هو شقيق كولو توريه، وكذلك شقيق مهاجم نادي دونيتسك الأوكراني السابق إبراهيم توريه الذي انتقل إلى نادي الاتحاد السوري. ويبدأ ياي اللعب مع نادي أسك ميموسا منذ 1996 حتى عام 2003 والذي انتقل إلى نادي بيفيرين البلجيكي واستمر هناك لمدة سنتين وانتقل لنادي ميتالوره دونيتسك الأوكراني ولم يفض سوى موسم واحد ورحل في سنة 2005 إلى نادي أولمبيكوس اليوناني الذي كان يضم نخبة من النجوم أمثال البرازيلي ريفالدو والبراغوياني كاستيو وأحرز معهم لقب الدوري اليوناني ثم انتقل إلى نادي موناكو الفرنسي وانتقل بعد ذلك إلى نادي برشلونة وحقق دوري أبطال أوروبا والدوري الإسباني وكأس الملك وكأس السوبر الأوربي وكأس السوبر الإسباني، وأخيراً كأس العالم للأندية التي أقيمت في أبوظبي وانتقل عام 2010 إلى نادي مان سيتي الإنجليزي. وكان ياي توريه قد أهدى سداسية برشلونة التاريخية لجميع المسلمين الذين تابعوه حين قال: «أنا فخور جداً بتحقيق هذا الإنجاز وأريد أن أهديه لكل المسلمين الذين تابعوني وتمنوا لي الحظ السعيد». بينما رفض تسلم زجاجة خمر تمنح لأفضل لاعب في مان سيتي الموسم الماضي نظراً لكونه مسلماً.

أحمد حسين

### نصائح للرياضيين

#### القلق وتأثيره على سلوك اللاعب

تعد حالة القلق إحدى الظواهر المهمة في التأثير على سلوك اللاعبين بصورة عامة وقائد الفريق بصورة خاصة كونه المسؤول المباشر عن تنفيذ خطط اللعب وتوجيه طاقات اللاعبين لاستخدامها بصورة مثلى في تحقيق الاهداف للفريق.

وتوجه علماء النفس منذ فترة طويلة إلى دراسة المجموعات الانسانية ودورها في تكوين شخصية القائد الناجح وتحديد سلوكه والعوامل المؤثرة عليه وذلك لمعالجة المشاكل التي تواجهه وبالتالي تواجه الفريق الذي يقوده وفقاً للمواقف والظروف المختلفة، ولا يخفى علينا ان حاجة الفريق الرياضي للقائد المؤهل لقيادته بصورة علمية سعيًا نحو تحقيق أهدافه هو مسعى القائمين على شؤون اللعبة، والمنطق يقول ان اول هذه القيادات (القائد الميداني المباشر) هو رئيس الفريق الذي تتطلب مسؤوليته وتأثيره على الفريق ان يتمتع بقلق معتدل مع توافر شرط آخر مهم هو رضاه عن دوره القيادي للفريق وتجسيد كل من القلق والرضا باتجاه ايجابي يؤدي إلى زيادة دافعية الفريق وتحقيق انماط مثلى من السلوك القيادي الذي يقتيده اللاعبون الآخرون، ونظراً لوجود مقياس الرضا عن دور رؤساء الفرق للالعاب الجماعية. والقلق المرتبط بالاستثارة الفسيولوجية للجسم الناتجة عن التقويم السلبي للتغيرات البدنية الحاصلة للجسم من خلال جفاف الفم وسرعة النبض وعدم انتظامه وكثرة التعرق الذي يؤدي إلى التعب البدني.

• تسجيل وتأمين مجاناً • أفضل عروض للتأمين • تسهيلات على جميع شركات التمويل

شركة الملا وبهاني للسيارات د.م.م. الرّي: 1885500 • الأحمدي: 23987000 • بيت التمويل الكويتي: 24397729

أوقات العمل في معرض الرّي: من السبت إلى الخميس - 8:00 صباحاً إلى 9:00 مساءً ; الجمعة - 4:00 إلى 8:00 مساءً  
نستقبلكم في رمضان، من السبت إلى الخميس بين 9 صباحاً والواحدة ظهراً ومن 8 مساءً حتى منتصف الليل؛ الجمعة، من 8 صباحاً حتى منتصف الليل

DODGE Jeep NHTSA