



نگاهی به تاریخچه کاریکاتورهای ورزشی در ایران و جهان
واژه «کاریکاتور» از عبارت «کاریکاره» ایتالیایی، به معنی بار کردن، جریمه کردن و توبیخ کردن گرفته شده است. در اسپانیایی هم عبارت «کاراتره» به معنای «صورت» است. با توجه به اینکه عمده‌ترین بخش هر کاریکاتور صورت انسان‌هاست، می‌توان پی‌برد که چرا به این هنر «کاریکاتور» می‌گویند.

آگوستینو کاراچی، نقاش ایتالیایی قرن هفدهم، اولین هنرمندی بود که برای سرگرمی خود و دوستانش از چهره آن‌ها، کاریکاتور می‌کشید. اما کشیدن اولین کاریکاتورهای ورزشی به دورانی بازمی‌گردد که مسابقات المپیک، ستارگان درخشانی را به عالم ورزش معرفی کردند. از اولین ورزشکارانی که مدل کاریکاتورها شدند، می‌توان به «جانی ویسمولر» شناگر آمریکایی، اشاره کرد که به دلیل درخشش در استخر و سرعت بالای شنا، با کوسه‌ها مقایسه می‌شد. بعدها هنر کاریکاتور در کشورهای گوناگون جهان، از جمله ایران، رواج پیدا کرد.

نخستین کاریکاتورهای ورزشی ورزشکاران ایرانی در اواخر دهه ۱۳۲۰ کشیده شد؛ زمانی که وزنه‌برداران کشورمان راهی سوئد شده بودند تا رقابتی دوستانه با وزنه‌برداران این کشور برگزار کنند. یک دهه بعد و در سال ۱۳۳۸، احمد دلو که کاریکاتورهای سیاسی‌اش معروف بود، تصویری از غلامرضا تختی کشید که روی جلد کیهان ورزشی به چاپ رسید.

اما اولین کاریکاتورپست ایرانی که به شکل تخصصی به کاریکاتور

ورزشی روی آورد، احمد عبداللهی‌نیا بود. او که متولد سال ۱۳۲۴ است، کشیدن کاریکاتور را به صورت حرفه‌ای از سال ۱۳۴۷ و از هفته‌نامه توفیق آغاز و از ابتدای دهه ۱۳۵۰ با کیهان ورزشی همکاری کرد. وی چهار دهه است که به صورت منظم برای این مجله کاریکاتور می‌کشد. نخستین مجله اختصاصی کاریکاتور ورزشی را در ایران جواد علیزاده تأسیس کرد. او از دهه ۱۳۶۰ به انتشار گاه‌نامه‌های فوتبالی مرتبط با جام جهانی فوتبال پرداخت و سرانجام مجله «طنز و کاریکاتور» را تأسیس کرد؛ مجله‌ای که از لحاظ محتوا (کاریکاتور ورزشی) در جهان نظیر نداشت.

بسیاری از افراد برای کم کردن وزن به صورت خودسرانه به انتخاب رژیم غذایی دست می‌زنند. این افراد تصور می‌کنند با این کار، بدنی متناسب با وزنی کم پیدا خواهند کرد. اما بسیاری از این رژیم‌های غذایی برای بدن ضرر دارند، زیرا به نیازهای بدن در آن‌ها توجه نشده است. اگر در اطراف خود کسی را دیدید که چنین کاری می‌کند، این نکات را به او یادآور شوید:

نباید کردن بدن با رژیم غذایی غلط!



تنها ایرانی که بهترین پینگ‌پنگ‌باز جهان شد

زمانی که **امیر احتشام زاده**، به دلیل مصدومیت در مسابقات فوتبال دبیرستان، برای مدتی پینگ‌پنگ بازی کرد، کسی فکر نمی‌کرد که او به بزرگ‌ترین پینگ‌پنگ‌باز تاریخ ایران تبدیل شود. اما احتشام‌زاده در سال ۱۳۲۹ در ۱۶ سالگی اولین حضور خود را در مسابقات جهانی این رشته تجربه کرد. از آن زمان به بعد، همواره کاپیتان تیم ملی بود. او و هم‌تیمی‌هایش بهترین نتایج تاریخ پینگ‌پنگ ایران را به ارمغان آوردند؛ از جمله مقام سوم تیمی بازی‌های آسیایی توکیو (۱۹۵۸) و عنوان درخشان نهمی جهان در سال ۱۹۶۳.

اما بهترین عنوان انفرادی امیر زمانی بود که در مسابقات جهانی ۱۹۵۷ (۱۳۳۶ ش) تمام رقبای خود را شکست داد و جایزه بهترین پینگ‌پنگ‌باز سال ۱۹۵۷ را از آن خود کرد. بعدها حمید و مجید، دو فرزند امیر، به عضویت تیم ملی پینگ‌پنگ ایران درآمدند و به مدت سه دهه دیگر نام احتشام‌زاده‌ها را در پینگ‌پنگ ایران حفظ کردند. مجید نماینده پینگ‌پنگ ایران در المپیک ۲۰۰۰ سیدنی بود.



• رژیم‌های خودسرانه، علاوه بر سوزاندن بیش از حد چربی، باعث از بین رفتن توده عضلانی نیز می‌شوند. در واقع، بدن برای تأمین انرژی مورد نیاز خود شروع به سوزاندن عضلات می‌کند و پس از قطع رژیم، بافت چربی جایگزین بافت عضلانی خواهد شد.



• بدتر از همه فشاری است که قلب متحمل می‌شود. اگر در یک ماه بیش از شش کیلوگرم از وزن خود کم کنید، بلافاصله بعد از کنار گذاشتن رژیم، این وزن کم شده برمی‌گردد. در حالی که همین کم شدن و اضافه شدن‌های ناگهانی وزن، لطمه جبران‌ناپذیری به قلب خواهد زد.



• پس بهتر است از تمامی گروه‌های غذایی به میزان متعادل استفاده کنید. همچنین فراموش نکنید، ورزش کردن به طور منظم کمک بسزایی به کاهش وزن می‌کند.



• وزن با رژیم شاید در ظاهر کم شود، اما در علم تغذیه به آن کاهش وزن نمی‌گویند؛ چون فقط آب بدن کاهش یافته است.



• گرسنگی بیش از حد و همچنین، حذف یک یا چند وعده غذایی، از دیگر راهکارهای اشتباهی است که این افراد برای لاغر شدن در پیش می‌گیرند.



• با ادامه رژیم نادرست، پس از مدتی فرد به دلیل کاهش دریافت مواد غذایی، مانند پروتئین‌ها، دچار ریزش مو می‌شود. همچنین، به سبب اینکه بدن آب زیادی از دست می‌دهد، پوست افتاده و شل می‌شود همچنین یکی از شایع‌ترین عوارض جانبی لاغر شدن خودسرانه، تشکیل سنگ «کیسه صفرا» است.

