

برنامج مباراة الألعاب الأولمبية وبطولة العالم في رياضة الجمباز

الأستاذ : أحمد معتوق

معهد التربية البدنية والرياضية

- تستخدم المباريات كدليل للاتحادات الوطنية وكذلك الاتحاد الدولي للجمباز لتحديد المستوى العالمي النخبوي وإثبات القدرة الفردية للفرد والدولة المشاركة التي تربط المستوى الفني بالتقدم الاجتماعي والاقتصادي.

ومن خلال النتائج المسجلة : اثبات تطور الدولة المشاركة.

تعريف الأجهزة الخاصة بالمباراة والتي تكون دليل تطور الدولة من الناحية الصناعية (صناعة العتاد الرياضي).

الأجهزة الخاصة بالجمباز الرياضي رجال حسب التسلسل الأولمبي :

- 1 - الحركة الأرضية على البساط.
- 2 - تمارين على الحصان الحلق
- 3 - تمارين على جهاز الحلق
- 4 - تمارين على حصان القفر
- 5 - تمارين على الأعمدة المتوازية
- 6 - تمارين على العارضة الثابتة

الأجهزة الخاصة بالجمباز الرياضي سيدات حسب التسلسل الأولمبي :

- 1 - تمارين على حصان القفر
 - 2 - العارضتان المختلفتا الارتفاع
 - 3 - خشبة التوازن
 - 4 - الحركات الأرضية على البساط متبوع بالمسبقي
- بالنسبة الأداء تمارين الحركة الأرضية على البساط متبوع بالموسبقي إلزاميا.

الخصائص الرياضية الايقاعية حسب التسلسل الألفي :

1 - تمارين بالهبل

2 - تمارين بالطوق

3 - تمارين بالكرة

4 - تمارين بالصولجان

5 - تمارين بالشريط

يكون أداء التمارين متنوع بالموسيقى التراميا.

يجب أن تؤدي الموسيقى المصاحبة في المباريات الفردية على آلة واحدة بعازف واحد.

وعلى كل حال فالآلات الأتية لا تعتبر آلات منفردة وهي :

1 - آلات الأورق

2 - آلات البيانو الكهربائي أو العادي

3 - آلات التركيبات

4 - النترع الجماعي

بالإضافة الى أن العازف لا يسمح له أن يقاطع العزف الجامعي بالصفيق باليدين.

يمكن أن تكون الموسيقى المصاحبة للتمارين الجماعية بواسطة آلة واحدة أو عدة آلات

(ثلاثي أو رباعي) أو بفريق موسيقى كامل (لوركسترا).

بالنسوي في التمارين الفردي والتمارين الجماعي فالغناء أو الصوت الانساني غير

مسموح به.

برنامج المباراة كما يلي :

1 - مباراة رقم (1) نتيجتها حسب الفريق

2 - مباراة رقم (2) نتيجتها الفرد العام

3 - مباراة رقم (3) نتيجتها الفردي نهائي على الأجهزة.

المشاركة في المباراة على أساس الفرق.

يتشكل الفريق من 6 لاعبين يشاركون باسم الاتحادية الولائية . المشاركة على أساس

فردية لا يزيد عدد المشاركين عن 3 لاعبين بالاتحادات الوطنية.

برنامج مباراة الألعاب الأولمبية وبطولة العالم في رياضة الجيمباز
أحمد معتوق – معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة الجزائر

المباراة رقم 1 بالفريق :

تنظم هذه المباراة على أساس الفرق ويتشكل الفريق من 6 لاعبين وتشمل المباراة بالمرور على 06 أجهزة.

تتكون مباراة الرجال من 12 بند ، ست تمارين اجبارية وست تمارين اختيارية على كل جهاز من الأجهزة.

تتكون مباراة السيدات من 8 بنود أربعة تمارين اجبارية وأربعة تمارين اختيارية على كل جهاز.

السائح التي يتم الحصول عليها هي التي تحدد مركز الفريق وتمثل الأساس للبطولة رقم (2) ورقم (3).

مباراة رقم (2) الفردي العام :

متسابق الذين يحصلون على أعلى الدرجات في المباراة رقم (1) نمد يشتركون في هذه المباراة والتي تتكون من تمارين اختيارية الرجال وأربعة تمارين اختيارية للسيدات.

في حالة التساوي في الدرجات في المركز في البطولة الأولى يتم الاختيار على أساس النتيجة الاجمالية للتمارين الاختيارية.

في حالة تساوي أخرى في الدرجات ، فالاختيار يتم على أساس حساب النتائج الأحدث في المباراة رقم (1) ويعد ذلك حساب أعلى درجة تحصل عليها المتسابق في التمارين الاختيارية في المباراة رقم (1) ب.

تحدد نتائج البطولة رقم (2) بطل الفردي العام.

- مباراة رقم (3) أو نهائي الأجهزة.

تشمل المنافسات على كل أنواع الأجهزة لتحديد الفائز على كل جهاز.

يتم اختيار أحسن ثمانية متسابقين (بحد أقصى 2 متسابق للاتحاد) الذين حصلوا على أعلى متوسط للدرجات على الجهاز أثناء المباراة رقم (1) ليؤدوا تمارين اختيارية على الجهاز المحدد عند التساوي في الدرجات أثناء ترشيح المشتركين في المباراة رقم (2) يتم الاختيار.

على اساس النتيجة الاحسن لمجموع الاختياري في المباراة رقم (1) ب - في حالة التساوي يتم الرجوع الى النتيجة الاجمالية للمباراة رقم (1) (أ - ب) (تأريين اجبارية واختيارية) وبعد ذلك احسن درجة الترين الاختياري ثم الحصول على الجهاز المحدد في المباراة رقم (1).

شروط الاشتراك أرقام 1 - 2 - 3 :

اللاعبون المرشحون للمباريات 2 ، 3 ملزمون بالاشتراك في المباراة رقم (2) ولكي يشتركوا في المباراة رقم (3) يجب ، بالإضافة الى الشروط الأخرى ، أن يحصلوا في البطولة رقم (2) على حد أدنى للمجموع 40 درجة بالنسبة للرجال وحد أدنى 24 درجة بالنسبة للسيدات.

يعتدل الترشيح للاشتراك في المباراة رقم (3) التزاما بالاشتراك في المباراة. اللاعبون المرشحون للاشتراك في أكثر من أكثر أجهزة يأهلون المنافسة على ثلاث أجهزة فقط أو أقل حسب اختيارهم ويجب أخطار مديري المباراة بقرارهم فورا حتى يمكن تأهيل اللاعب الذي يلعب في الرتبة.

يتم اختيار لاعبان احتياطيان على كل جهاز طبقا للترتيب ويجب أن يكون مستعدين لكي يحلا على أي لاعب يعتذر ، واللاعبان الاحتياطيان يلعبان في مكان اللاعب المعتذر. اذا اعتذر لاعب مرشح للبطولة رقم (3) لاسباب قهرية فيمكن لاتعماده أن يرشح بدلا منه أحد لاعبيه على ان يكون اللاعب المرشح حاصلا على نتيجة احسن من اول لاعب احتياطي.

الاتحادات مطالبة باختيار منتظمي البطولة بأسماء لاعبي المشتركين في النهائيات في الوقت المحدد.

تشكيل مجموعات المباراة ونظم العمل :

أ - مباراة رقم (1) أ - التارين الاجبارية.

يشكل لاعبو الفردي في ستة على لاعبين على أساس أن لاعبي البلد الواحد يكونوا في مجموعة واحدة - وتعرف هذه المجموعة باسم «الفرق المختلطة».

بالنسبة للرجال : تعمل الفرق الوطنية و«الفرق المختلطة» في تسعيات من ستة مجموعات بينما بالنسبة للسيدات تكون في تسعيات مصغرة من ستة مجموعات.

برنامج مباراة الألعاب الأولمبية وبطولة العالم في رياضة الجمباز
أحمد معتوق – معهد التربية البدنية والرياضية - جامعة الجزائر

نظام عمل المجموعات وتحديد الفرق بالنسبة للمجموعات وتعيين الجهاز الذي سيبدأ عليه الفريق يقرر سحب القرعة.

يتم نظام العمل أيضا بسحب القرعة الفريق صاحب الرقم الأقل يبدأ بالحركات الأرضية في حالة الرجال وبحضان الففز في حالة السيدات.

ب - مباراة رقم (1) ب - التمارين الاختيارية :
يتم تشكيل المجموعات في هذه المباراة طبقا للنتائج التي تم الحصول عليها في المباراة رقم (1) أ، ويتبع نظام الترتيب التسلسل من الفريق ذو المجموع الكلي للدرجات أقل حتى الفريق ذو المجموع الكلي للدرجات أعلى.

يتم التسميم ونظام العمل على هذا الأساس مع شرط أن المجموعتين الأخيرتين يتكونا من الفرق الكاملة فقط.

بخصوص الفرق المختلفة ، يتم تحديد وضع لاعبي الفردي الى مجموعات العمل بواسطة اللجنة الفنية مع الوضع في الاعتبار النتائج التي حصل عليها هؤلاء اللاعبين في المباراة رقم (1) أ.

ج - مباراة رقم (2) - مباراة الفردي العام :
اللاعبون المؤهلون الاشتراك في المباراة رقم (2) طبقا للنتائج التي تم الحصول عليها في المباراة رقم (1) يشكلوا في ستة مجموعات كل مجموعة من ستة لاعبين.
يتم التشكيل بواسطة الاقتراع الذي يستخدم أيضا في تحديد الجهاز الأول ونظام العمل البرنامج يكون كالآتي :
رجال :

رقم الاقتراع	المجموعة	الجهاز الذي تبدأ به
1	6	المجموعة المباراة
7	12	تمارين الحركات الأرضية
	2	تمارين حضان الحلق

تمرين الحلق	3	18	13
تمرين حصان قفز	4	24	19
تمرين التوازن	05	30	25
تمرين العارضة الثابتة	6	36	31

سيدات :

تأريين حصان القفز	1	9	1
تأريين المارستان مختلفتا الارتفاع	2	18	10
تأريين خشبة التوازن	3	27	19
تأريين الحركات الأرضية	4	36	28
جهاز سمان للتمر في			
الدوره الثانية			
عشبة التوازن	4	42	19
تأريين أرضية	5	20	52
توقف مؤقت، تبدأ على جهاز	6	36	31
حصان القفز في			
الدوره الثانية).			

دورة مجموعات السيدات الستة على الأربع أجهزة تكون كالتالي :

حصان قفز	التوازي ويختلف الارتفاع	توقف مؤقت	عارضة	تأريين أرضية	توقف مؤقت
1	2	3	4	5	6
6	1	2	3	4	5
5	6	1	2	3	4
4	5	6	1	2	3
3	4	5	6	1	2
2	3	4	5	6	1

تبدأ المباراة الالاعه الحاصلة على أصغر رقم في المجموعه على أن تلعب في المركز الأخير على الجهاز التالي حتى تكون الدورة صحيحة وتتبع باقي المجموعات هذا التسلسل.
المرجع العلمي: تطلعات الاتحاد الدولي للمجياز الاستاذ: أحمد ممتوق معهد التربية البدنية والرياضية