

# ملحق لقانون الجمناستك الفني للرجال

المرحلة الثالثة

## البطولات الرسمية للجمناستك

- ١- البطولة التأهيلية للجمباز
- ٢- بطولة الفرقي يتأهل منها ٨ فرق
- ٣- بطولة الفردي العام يتأهل منها ٢٤ لاعب
- ٤- بطولة الفردي الأجهزة يتأهل منها ٦ لاعبين على كل جهاز

### ملاحظة :

اي ٦ لاعبين يتنافس على كل جهاز في ٦ اجهزة فمجموع اللاعبين لبطولة الفردي الاجهزة ٣٦ لاعب يلعب في هذه البطولة .

## (تقسيم الحركات بالنسبة الى فئات اعمار اللاعبين )

- ١- فئة الاشبال ( ٨ - ١١ سنة ) ٥ حركات
- ٢- فئة الناشئين ( ١١ - ١٤ سنة ) ٧ حركات
- ٣- فئة الشباب ( ١٤ - ١٨ سنة ) ٨ حركات
- ٤- فئة المتقدمين ( ١٨ سنة - فما فوق ) ١٠ حركات

### ملاحظة :

هذا التقسيم للحركات معناه كل فئة عمرية يجب ان تؤدي عدد الحركات المطلوب منها في البطولات الرسمية .

## وظائف ومهام الحكام فى الجمناستك :

اولا : لجنة ( D ) مكونة من ٣ حكام ومهامها هي

- تقييم الصعوبات

- تقييم المتطلبات

- تقييم الربط

ثانيا : لجنة ( E ) مكونة من ٥ حكام ومهامها هي

- تقييم الاداء وكتابة الاخطاء

## ( معلومات عامة عن القانون الدولى للجمناستك )

- هنالك فترة احماء قبل كل سباق على اى جهاز هي ٣٠ ثانية عدا جهاز

المتوازي فترته ٥٠ ثانية.

- فترة السلسلة على جهاز الارضية بالنسبة لحكم الميقاتي ٧٠ ثانية للرجال و

٩٠ ثانية للنساء .

- من حق اللاعب اكمال سلسلته الحركية بعد اى سقوط لحين اكمال الجملة

الحركية له وهنالك خصم ١ درجة على كل سقوط .

- وقت البدء للمحاولة الثانية بعد سقوط اللاعب من الجهاز ٣٠ ثانية كحد اقصى .
- انتهاك اللاعب للسلوك خصم ٠,٣ .
- العبث بالأجهزة دون اذن الحكام وتغيير الالبسة خصم ٠,٣ .
- الغياب عن احتفالات التتويج تلغى درجة الفريق او اللاعب من قبل القاضي العام للبطولة .
- عدم التنسيق في الزي الموحد للفريق يخضم ١ درجة من نتيجة الفريق من قبل القاضي العام للبطولة .
- عند لمس اللاعب الجهاز اثناء الاداء يخضم اللاعب ٠,١ .
- عند ضرب اللاعب الجهاز اثناء الاداء يخضم اللاعب ٠,٥ .
- وقف الحركة او سلسلة اللاعب دون سقوط يخضم ٠,٥ .
- السير او النط على الجهاز يخضم ٠,١ .
- لا يحتسب الهبوط على كل جهاز ما لم يثبت اللاعب على قدمه .
- عدم احترام الوقت الرسمي للأحماء يخضم اللاعب الفردي ٠,٣ من درجته و للفرقي يخضم ١ درجة .

- الهبوط برجل واحدة او يد واحدة خارج منطقة بساط الارضية يخصم ٠,١ .

- الهبوط برجلين او يدين اثنين او كامل الجسم خارج منطقة بساط الارضية يخصم ٠,٣ .

- عدم استخدام كامل الخطوط القطرية لمطلوبة لبساط الارضية يخصم اللاعب ٠,٣

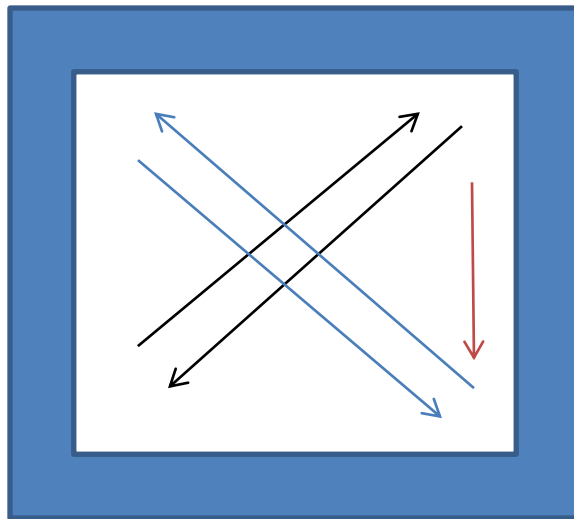
- (١) أ- ب ، (٢) ب - أ

- (٣) أ - ج

- (٤) ج - د ، (٥) د - ج ( الخط الاخير)

د

أ



ب

ج

## الاطاء والصعوبات والمتطلبات

### الاطاء

البسيط	المتوسط	الكبير	السقوط
٠,١	٠,٣	٠,٥	١ درجة

يكون الاداء من ١٠ درجات

### الصعوبات

A	B	C	D	E	F	G	H
٠,١	٠,٢	٠,٣	٠,٤	٠,٥	٠,٦	٠,٧	٠,٨

### المتطلبات

٤ متطلبات لكل مطلب قيمة ٠,٥

المجموع = ٢ درجة

مثال / ما هي درجة صعوبات اللاعب ادى الحركات التالية : ( A , B , C , D , E , F , F ) ؟

$$\text{ج / } 2,7 = (0,1 + 0,2 + 0,3 + 0,4 + 0,5 + 0,6 + 0,6)$$

مثال / ما هي درجة الاداء الفني للاعب ارتكب الابخاء التالية :-

$$2 \text{ (صغير)} \quad 2 \text{ (متوسط)} \quad 2 \text{ (كبير)} \quad 1 \text{ (سقوط)}$$

$$\text{ج / } 1 + (0,5)2 + (0,3)2 + (0,1)2$$

$$2,8 = 1 + 1 + 0,6 + 0,2$$

$$10 - 2,8 = 7,2 \text{ الاداء}$$

مثال / احسب الدرجة النهائية للاعب ادى السلسلة الحركية لجهاز معين وكانت :-

الصعوبات ( A , B , B , C , D , E , F , G , H )

والأخطاء هي صغير (٤) متوسط (٣) كبير (٢) سقوط (١)

علما إن اللاعب ادى المتطلبات الأربعة ؟

$$\text{ج/ الصعوبات } (0,1 + 0,2 + 0,2 + 0,3 + 0,4 + 0,5 + 0,6 + 0,7 + 0,8)$$

$$3,8 =$$

$$\text{الأخطاء } (0,5 \times 2 + 0,3 \times 3 + 0,1 \times 4)$$

$$3,3 = 1 + 1 + 0,9 + 0,4 =$$

$$\text{الأداء } 6,7 = 3,3 - 10$$

$$\text{المتطلبات } 2 = (0,5 \times 4)$$

الصعوبات + المتطلبات + الأداء = درجة اللاعب

$$12,5 = 6,7 + 2 + 3,8$$