

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس في تخصص التربية البدنية و الرياضية

تحت عنوان :

دراسة مقارنة لتطور الإنجاز الرقمي الوطني بالمستوى العربي

و الإفريقي و العالمي في مسابقات ألعاب القوى

دراسة مسحية من سنة 1995-2014

إشراف :

د/ رقيق مدني

إعداد الطلبة :

- بن بربار أحمد

- بلياقوت عبد المجيد

السنة الجامعية : 2015/2014

# الإهداء

من قلوب تشع بالدفء و الحنان، من عقول تسعى تطلعا إلى أبرار الأكوان، ومن أرواح متعلقة برب الجلال يطيب لي أن أحمد الله الذي وفقني على إنهاء هذا العمل المتواضع والذي أهديه إلى أعز ما أملك في هذا الوجود أبي و أمي وجدتي ، وإلى كل إخوتي والأهل و الأقارب وإلى كل من يحمل لقب " بن بربار " .

وإلى أصدقائي " أحمد " و " مصطفى " و " عبد الله " و " الغالي " و " عبد الحق " و " خليل " و " نسيم " و إلى زملائي في الدراسة خاصة طلبة معهد التربية البدنية و الرياضية بوهران و معهد التربية البدنية و الرياضية بمستغانم. وإلى كل من يعرفني من قريب أو من بعيد وإلى كل أساتذة معهد التربية البدنية و الرياضية بوهران و مستغانم.

بن بربار أحمد

# الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم الى كل فكر يسبح الله سبحانه و تعالى..... ويجد شاكرا  
في محراب عظمته

اهدي عصارة جهدي الى النور الساطع الذي ينير حياتي الى رمز الحب و العطاء  
الى من دفعتني و علمتني الصبر الى اغلى ما املك اليك امي الحبيبة {حليمة}  
الى من تعب وكد وجد من اجل نجاحي الى من يحمل بين جوارحي تلك المشاعر  
الغالية الذي يوجهني بصمته ابي العزيز {قادة}

الى الفانوس الذي ينير لي ظلمات دربي ومسيرة حياتي ورسم في المرأة الصالحة  
زوجتي {احلام}

الى من ترعرت بينهم ..... الى سندي في الحياة اخوتي و اخواتي خاصة  
الكتكوت {بلال}

الى كل عائلتي بلياقوت و عائلة حجاري

الى كل الاصدقاء بدون استثناء

الى من تحمل معي عناء هذا البحث

الى من عرفهم القلب ولم يكتبهم القلم

بلياقوت عبد المجيد

# الشكر و التقدير

الحمد و الشكر لله على فضله و منه علينا في إتمام هذا البحث المتواضع  
يدعوني واجب الوفاء والعرفان بالجميل أن أتقدم بالشكر العميق إلى الأستاذ  
الفاضل المشرف على هذه الدراسة الأستاذ " مداني رقيق " الذي لم يبخل علينا  
بمعلوماته القيمة وأرائه النيرة والصائبة وتشجيعاته المتواصلة لإنجاز هذا البحث  
كما لا يفوتنا أن نشكر كل من المدير و جميع أساتذة و موظفي معهد التربية  
البدنية و الرياضية- مستغانم-.

كما نشكر جميع الطلبة الذين ساهموا في إجراء

هذا البحث وأقول للجميع وفقنا الله وإياكم لما يحبه ويرضاه.

# " المحتوى "

- الشكر

- الإهداء

- قائمة الجداول

الفصل التمهيدي :

- 1- مقدمة ..... 1
- 2- مشكلة البحث ..... 2
- 3- أهداف البحث ..... 3
- 4- فرضية البحث ..... 3
- 5- أهمية البحث ..... 3
- 6- مصطلحات البحث ..... 4
- 7- الدراسات مشاهمة ..... 7

الباب الأول

الدراسة النظرية

مدخل الباب الأول

## الفصل الأول : (تاريخ ألعاب القوى)

17.....	تمهيد
17.....	1- تاريخ ألعاب القوى
17.....	1-1- نبذة تاريخية
19.....	1-2- المفهوم الحديث
20.....	خلاصة

## الفصل الثاني : (المنافسة الرياضية)

22.....	تمهيد
22.....	2- المنافسة الرياضية
22.....	2-1- مفهوم المنافسة الرياضية
23.....	2-2- المنافسة الرياضية كعملية
24.....	2-2-1- الموقف التنافسي الموضوعي
25.....	2-2-2- الموقف التنافسي الذاتي
25.....	2-2-3- الاستجابة
26.....	2-2-4- النتائج
26.....	2-3- الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية
26.....	2-3-1- المنافسة اختبار وتقييم لعملية التدريب والإعداد
26.....	2-3-2- المنافسة نوع هام من العمل التربوي

- 27..... 2-3-3- المنافسة تتأسس على الدوافع الذاتية والاجتماعية
- 27..... 2-3-4- تسهم المنافسة في الارتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب
- 28..... 2-3-5- ترتبط المنافسات الرياضية بالانفعالات المتعددة
- 28..... 2-3-6- المنافسة الرياضية تثير الاهتمام و التشجيع
- 29..... 2-3-7- المنافسة الرياضية تحدث في حضور مشاهدين
- 29..... 2-3-8- تجري المنافسة طبقا لقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها
- 29..... 2-3-9- تعاضم البث التليفزيوني للمنافسات
- 30..... 2-4- المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية
- 31..... 2-4-1- التطرف في اشتراك الشباب
- 31..... 2-4-2- التوجيه الاجتماعي السيئ
- 32..... 2-4-3- تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دوليا
- 32..... 2-4-4- العدوان و العنف
- 33..... 2-4-5- التعصب
- 34..... 2-4-6- مشكلة الهواية و الاحتراف
- 35..... 2-4-7- الاستثمار السياسي
- 35..... خلاصة

### الفصل الثالث : ( مسابقات ألعاب القوى )

- 37..... تمهيد

37	3- بطولات و مسابقات ألعاب القوى
37	3-1- بطولات ألعاب القوى
37	3-1-1- البطولة العالمية للألعاب القوى
38	3-1-2- البطولة الإفريقية للألعاب القوى
39	3-1-3- البطولة العربية للألعاب القوى
40	3-2- مسابقات ألعاب القوى
40	3-2-1- العدو
58	3-2-2- المشي
59	3-2-3- القفز
67	3-2-4- الرمي
73	3-2-5- الفعاليات المركبة
75	خلاصة

## الباب الثاني

### الدراسة الميدانية

### مدخل الباب الثاني

### الفصل الأول : (منهجية البحث والإجراءات الميدانية)

80	تمهيد
----	-------



80.....	1- منهج البحث
80.....	2- عينة البحث
84.....	3- مجالات البحث
84.....	4- متغيرات البحث
85.....	5- أدوات البحث
85.....	6- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة
85.....	7- الدراسة الإحصائية
88.....	8- صعوبات البحث

## الفصل الثاني : (عرض وتحليل ومناقشة النتائج)

90.....	تمهيد
90.....	1- عرض ومناقشة نتائج الدراسة
90.....	1-1- عرض ومناقشة نتائج مسابقات ألعاب القوى لدى الرجال
102.....	2-1- عرض ومناقشة نتائج مسابقات ألعاب القوى لدى السيدات
	3-1- مقارنة الأرقام الوطنية بالأرقام العالمية والإفريقية والعربية للرجال و السيدات
113.....	
116.....	2- الاستنتاجات
117.....	3- مناقشة الفرضيات
117.....	4- الخلاصة العامة

118..... 5- الاقتراحات و الفرضيات المستقبلية

مصادر و مراجع.

ملاحق.

# قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
40	أحسن الأرقام في مسابقة 100 م للرجال	01
41	أحسن الأرقام في مسابقة 100 م للسيدات	02
42	أحسن الأرقام في مسابقة 200 م للرجال	03
42	أحسن الأرقام في مسابقة 200 م للسيدات	04
43	أحسن الأرقام في مسابقة 400 م للرجال	05
44	أحسن الأرقام في مسابقة 400 م للسيدات	06
45	أحسن الأرقام في مسابقة 800 م للرجال	07
45	أحسن الأرقام في مسابقة 800 م للسيدات	08
46	أحسن الأرقام في مسابقة 1500 م للرجال	09
46	أحسن الأرقام في مسابقة 1500 م للسيدات	10
47	أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م للرجال	11
48	أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م للسيدات	12
49	أحسن الأرقام في مسابقة 5000 م للرجال	13
49	أحسن الأرقام في مسابقة 5000 م للسيدات	14
49	أحسن الأرقام في مسابقة 10000 م للرجال	15
50	أحسن الأرقام في مسابقة 10000 م للسيدات	16
50	أحسن الأرقام في مسابقة نصف الماراتون للرجال	17
51	أحسن الأرقام في مسابقة نصف الماراتون للسيدات	18
51	أحسن الأرقام في مسابقة الماراتون للرجال	19
52	أحسن الأرقام في مسابقة الماراتون للسيدات	20
52	أحسن الأرقام في مسابقة 100 م حواجز	21
53	أحسن الأرقام في مسابقة 110 م حواجز	22
53	أحسن الأرقام في مسابقة 400 م حواجز للرجال	23
54	أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م موانع للرجال	24
54	أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م موانع للسيدات	25
55	أحسن الأرقام في مسابقة 100م تتابع للرجال	26
55	أحسن الأرقام في مسابقة 100م تتابع للسيدات	27
56	أحسن الأرقام في مسابقة 400 م تتابع للرجال	28
57	أحسن الأرقام في مسابقة 400 م تتابع للسيدات	29
58	أحسن الأرقام في مسابقة 20 كم مشي للرجال	30
58	أحسن الأرقام في مسابقة 20 كم مشي للسيدات	31

59	أحسن الأرقام في مسابقة 50 كم مشي للرجال	32
60	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب العالي للرجال	33
61	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب العالي للسيدات	34
62	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الطويل للرجال	35
62	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الطويل للسيدات	36
64	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الثلاثي للرجال	37
64	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الثلاثي للسيدات	38
66	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب بالزانة للرجال	39
66	أحسن الأرقام في مسابقة الوثب بالزانة للسيدات	40
67	أحسن الأرقام في مسابقة رمي الجلة للرجال	41
68	أحسن الأرقام في مسابقة رمي الجلة للسيدات	42
69	أحسن الأرقام في مسابقة رمي الرمح للرجال	43
70	أحسن الأرقام في مسابقة رمي الرمح للسيدات	44
71	أحسن الأرقام في مسابقة رمي القرص للرجال	45
71	أحسن الأرقام في مسابقة رمي القرص للسيدات	46
73	أحسن الأرقام في مسابقة رمي المطرقة للرجال	47
73	أحسن الأرقام في مسابقة رمي المطرقة للسيدات	48
74	أحسن الأرقام في مسابقة العشاري	49
74	أحسن الأرقام في مسابقة السباعي	50
80	أفراد عينة البحث التي شملتهم الدراسة (رجال)	51
82	أفراد عينة البحث التي شملتهم الدراسة (سيدات)	52
90	المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات القصيرة على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند الرجال	53
93	المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات المتوسطة على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند الرجال	54
95	المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات الطويلة على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند الرجال	55
97	المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات الرمي على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند الرجال	56
99	المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات القفز على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند الرجال	57

101	المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقة العشاري على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند الرجال	58
102	المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات القصيرة على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند السيدات	59
104	المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات المتوسطة على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند السيدات	60
106	المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات الطويلة على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند السيدات	61
108	المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات الرمي على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند السيدات	62
110	المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات القفز على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند السيدات	63
112	المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقة السباعي على المستوى الوطني و العربي و الافريقي و العالمي عند السيدات	64
113	الفرق بين الأرقام القياسية الوطنية و الأرقام القياسية العالمية عند الرجال و السيدات	65
114	الفرق بين الأرقام القياسية الوطنية و الأرقام القياسية الإفريقية عند الرجال و السيدات	66
115	الفرق بين الأرقام القياسية الوطنية و الأرقام القياسية العربية عند الرجال و السيدات	67

## 1- المقدمة :

أصبحت دراسة تطور الأرقام القياسية لمسابقات ألعاب القوى تجذب عدد كبير من الباحثين و الدارسين و ذلك لمعرفة سبب هذا التطور، و العوامل التي ساهمت فيه.

حيث أضحى التطور الرياضي سمة من سمات العصر الحديث كونه يعكس بصورة جديدة مدى تطور الدول بحيث كلما كان الإنجاز الرياضي لدولة ما جيدا كانت معظم القطاعات الأخرى التابعة لها جيدة و متطورة.

و تعتبر ألعاب القوى من أعرق الرياضات و أكثرها شعبية حيث تحظى بنسبة كبيرة من المنخرطين و المتبعين و ذلك لكثرة التخصصات فيها مما وسع نطاق المسابقات بهذه الرياضة.

تعرف المسابقة على أنها منافسة أو مواجهة تدور بين متنافسين أو فرق رياضية ضمن قواعد ثابتة في تخصصات معينة، حيث يتم مقارنة أداء الرياضيين و نتائجهم من قبل قضاة أو حكام على أساس معايير و قواعد محددة لكل رياضة، وهذا ما يسمح بتحديد الفائز في المسابقة إذ يعتبر عموما جزء من النخبة لهذه الرياضة.

كما يعرفها 'بوفوار': على أنها تنافس متزامن لشخصين أو مجموعة من الناس في السعي لتحقيق هدف مشترك.

تتطلب ممارسة مسابقات ألعاب القوى المختلفة الارتقاء بمستوى عناصر القوة و السرعة و التحمل و المرونة و الرشاقة و التوافق العصبي العضلي ، كما تؤدي عملية التدريب التخصصية في مسابقاتها المختلفة الى الارتقاء بمستوى النواحي الفسيولوجية من خلال تطوير عمل الجهازين الدوري و التنفسي ، حيث تعتبر

النتائج التي يحققها الرياضي في المنافسة هي التقويم المباشر لمستوى الفورمة الرياضية، كما أنها تعتبر في حد ذاتها التقويم النهائي للموسم الرياضي.

## 2- مشكلة البحث :

تمثل نتائج المسابقات الرياضية أحد أهم المعايير الدالة على مستوى التطور الحاصل للاعب أو الفريق في مختلف الجوانب البدنية و المهارية و الخططية و النفسية ...

و تعتبر ألعاب القوى أحد أهم الألعاب شعبية و انتشارا في العالم و ذلك راجع لتعدد الأنشطة فيها و تنوعها مما يجعلها أكثر اثارة و جذب للممارسين و المتابعين، إضافة إلى تأثيرها الواضح على مختلف النواحي الجسمية البدنية و النفسية و المهارية... مما دفع الهيئات الرياضية الدولية على غرار الاتحاد الدولي للألعاب القوى و الاتحاد الأوروبي للألعاب القوى و الاتحاد الإفريقي للألعاب القوى... إلى برمجة العديد من المسابقات الرياضية على مستوى جميع النواحي و جميع الفئات، والتي تعكس نتائجها مستوى التقدم و الرقي التي وصلت إليه مختلف الدول.

ومن خلال هذا تتجلى مشكلة دراستنا في التساؤلات التالية :

- ما هو المستوى الوطني في ألعاب القوى مقارنة بالمستوى القاري و العربي و العالمي ؟

- ما هي التخصصات التي يتفوق فيها الرياضيون الجزائريون ؟

- ما هي التخصصات التي يتخلف فيها الرياضيون الجزائريون ؟

### 3- أهداف البحث :

نسعى من خلال بحثنا هذا إلى تحقيق الأهداف التالية :

- الاطلاع على مستوى و ترتيب الدول في المنافسات الجهوية و القارية و العالمية في ألعاب القوى.
- تحديد ترتيب و مستوى ألعاب القوى الوطنية في المنافسات العربية و القارية و الدولية .
- المقارنة بين المستويات الحاصلة في المنافسات العربية و الإفريقية و العالمية.

### 4- فرضيات البحث :

نفترض في بحثنا هذا ما يلي :

- 1- تفوق ألعاب القوى الجزائرية محصور في بعض التخصصات.
- 2- تدني الأرقام الوطنية خاصة فعاليات الرمي و القفز في المنافسات الدولية.

### 5- أهمية البحث :

تكمن أهمية بحثنا هذا في :

- التعرف على أحسن الأرقام العالمية و الإفريقية و العربية في مختلف مسابقات ألعاب القوى و مقارنتها بالأرقام الوطنية، حيث شملت دراستنا مناقشة و تحليل هذه الأرقام.
- تعتبر دراستنا لهذا الموضوع مفيدة للمسؤولين و المشرفين على قطاع الرياضة عموما و ألعاب القوى خصوصا و ذلك لكونها تقيم المستوى الوطني.



- إضافة هذا البحث العلمي لإثراء المكتبة لكي يكون مصدرا و مرجعا مفيدا للبحوث المستقبلية في مجال التربية البدنية و الرياضية.

## 6- مصطلحات البحث :

### 6-1- المنافسة الرياضية :

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط رياضي سواء المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية أو المنافسة في مواجهة منافس وجها لوجه أو في وجود منافسين آخرين وغير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية، إن أسمى ما جاءت به الرياضة للبشرية أن جعلت المنافسة في المجال الرياضي ترجع الفوز للأفضل دون أن تترك أثرا سلبيا على نفسية الخاسر وتعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة والضرورة لكل نشاط رياضي حيث أنها الموقف الوحيد لإظهار نتيجة الجهود التدريبية للاعب والجهاز التدريبي و قد يكون ذلك خلال دقائق قليلة وقد يستمر لساعات طويلة.

وهناك بعض التعريفات التي قدمها بعض الباحثين لمفهوم المنافسة :

ومنها التعريف الذي قدمه مورتون دويتش : "هي موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين

المشاركين أو المتنافسين حيث تختلف مكافأة الفائز عن المهزوم ومن أمثلة ذلك أن الفائز يحصل علي

الميدالية الذهبية ويليها الفضية ثم البرونزية أما باقي المتنافسين فلا يحصلون علي مكافآت".

وهناك تعريف آخر : يعرف المنافسة الرياضية بأنها : موقف أو حدث رياضي محدد بقوانين ولوائح وأنظمة

معترف بها وفيها يحاول اللاعب أو الفريق الرياضي إظهار وإبراز أقصى ما لديه من قدرات ومهارات

واستعدادات كنتيجة لعمليات التدريب المنظمة – لمحاولة تحقيق النجاح أو الفوز على منافس أو منافسين آخرين أو لمحاولة تحقيق مستوى الأداء الموضوعي المتوقع من اللاعب أو الفريق الرياضي .

ويعرف أحمد أمين فوزي المنافسة بأنها: " موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك وهذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنيه وعقليه وانفعاليه من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات و تميزها عن قدرات من ينازلهم".

## 6-2- الرقم القياسي :

الرقم القياسي عبارة عن مؤشر إحصائي يقيس التغير النسبي الذي طرأ على ظاهرة معينة، سعرا ، كمية ، قيمة، بالنسبة لأساس معين قد يكون فترة زمنية معينة أو مكانا جغرافيا معينة، حيث تؤخذ قيمة الظاهرة كأساس لحساب الرقم القياسي ،ويسمى الوقت أو المكان الذي تنسب إليه الظاهرة بفترة أو مكان الأساس .

ويعرف أيضا بأنه: رقم نسبي يستخدم لقياس التغير النسبي في أسعار أو كميات أو قيم ظاهرة ما أو عدة ظواهر من فترة زمنية لأخرى أو من مكان لأخر .

و هناك تعريف آخر يعرف الرقم القياسي بأنه : مؤشر إحصائي يوضح المقارنة النسبية بين رقمين أحدهما يستخدم كأساس للمقارنة.

## 6-3- الإنجاز الرياضي :

الإنجاز الرياضي هو أفضل مستوى يحققه اللاعب الذي يعكس مدى استعداداته المختلفة (بدنية، مهارية، خطئية، جسمية، نفسية، عقلية ) .

و يعرف أيضا على أنه الوصول إلى الحد الأقصى من العناصر التي تحدد رفع المستوى في فعاليات الاختصاص مع استعداد عال للمستوى المطلوب .

كما يعرف على أنه يمثل درجة التطور الممكنة لنشاط حركي مسجل في إطار معقد، وهو مرتبط بمجموعة من العوامل منها اللياقة البدنية، القدرات المهارية، التكتيكية و النفسية.

وقدرة الإنجاز الرياضي تمثل درجة التحسن الممكنة لنشاط حركي رياضي مسجلة في إطار معقد و هي مشروطة بجملة من العوامل الخاصة .

و تتميز في قدرة الإنجاز الرياضي، قدرة الإنجاز الفردي و الجماعي .

#### 6-4- التحليل :

للتحليل عدة تعريفات أبرزها ما يلي :

هو تقسيم الشيء إلى أجزائه من عناصر أو صفات أو خصائص، أو عزل بعضها عن بعض، ثم دراستها واحداً واحداً للوصول إلى معرفة العلاقة القائمة بينها وبين غيرها.

هو وصف كمي وكيفي للمحتوى المراد تدريسه، في صورة فئات و وحدات منظمة، يحتوي كل منها على مفردات تشترك في صفات أساسية تميزها عن غيرها .

وهو أحد أساليب البحث العلمي ، والتي تهدف إلى الوصف الموضوعي ، والمنهجي المنظم والكمي

للمضمون الظاهر لمادة الاتصال .

هو تحليل بنية المنهج ، و تجزئته ، و تقسيم ما يتضمنه من معارف ، واتجاهات ، وقيم ومهارات إلى عناصره المكونة ، التي تشمل تحديد الأجزاء المكونة للمحتوى .

هو مجموعة من العمليات الإجرائية ، التي تساعد المعلم على فهم الجوانب المختلفة للمحتوى ، التي تستهدف تحليل أهداف المنهج، وطرائق تدريسه وأنشطته ، ووسائله التعليمية ، وأساليب تقويمه .

و هو عملية تجزئة المادة المتعلمة إلى مكوناتها و عناصرها الأولية لبيان طبيعتها و أسس تكوينها و تنظيمها و تحديد مواطن الشبه و الاختلاف بين عناصرها و ارتباطها ببعضها البعض و استنتاج العلاقة العامة السائدة بينها.

## 7- الدراسات المشابهة :

تمهيد :

تعتبر الدراسات المشابهة من أهم المحاور التي يجب على الطالب أن يتناولها و يثري بحثه من خلالها و الهدف منها يكمن في تحديد ما سبق إتمامه و خاصة ما يتعلق بمشكلة البحث المطلوب دراسته و ذلك لإتاحة الفرصة للطالب لإنجاز بحثه على نحو أفضل و معرفة المشكلات التي لا زالت في حاجة إلى الدراسة وما الذي ينبغي إنجازه وعلى هذا الأساس اجتهد الطالب في جمع دراسات علمية للاستفادة من نتائجها و جديدها في هذا البحث العلمي على نحو أفضل.

## 7-1- الدراسة الأولى :

اسم و لقب الباحث : الدكتور عبد الحميد مطر.

عنوانها : دراسة تحليلية للأرقام القياسية العالمية و الأولمبية و الآسيوية و العربية و الخليجية لمسابقات ألعاب القوى و دلالتها بالنسبة للأرقام القياسية الكويتية.

مشكلة البحث :

ما هي مكانة الأرقام القياسية الكويتية بالنسبة للمستويات العالمية، الأولمبية، الآسيوية، العربية، الخليجية؟

هدف البحث :

-مقارنة الأرقام القياسية الأولمبية و الآسيوية و العربية و الخليجية بالأرقام القياسية العالمية لمسابقات ألعاب القوى للرجال.

- مقارنة الأرقام القياسية الكويتية بالأرقام القياسية العالمية و الأولمبية و الآسيوية و العربية و الخليجية في مسابقات ألعاب القوى للرجال.

- ترتيب الأرقام القياسية الكويتية لمسابقات ألعاب القوى قيد البحث من حيث تقاربها من المستويات العالمية و الأولمبية و الآسيوية و العربية و الخليجية

فرضيات البحث :

-تواضع الأرقام القياسية الكويتية على المستوى العالمي و الأولمبي و الآسيوي و العربي و الخليجي.

منهج البحث :

استخدم الباحث نمط التحليل المكتبي الوثائقي كأحد أنماط المنهج الوصفي.

عينة البحث :

تمثل عينة البحث الأرقام القياسية العالمية و الأولمبية و الآسيوية و العربية و الخليجية و الكويتية لثلاث و عشرون مسابقة من مسابقات ألعاب القوى للرجال.

أدوات البحث :

- تم حصر الأرقام القياسية العالمية و التحقق منها من المراجع و الدوريات الخاصة بألعاب القوى للهواة.

- المراجع الخاصة بنتائج الدورات الأولمبية.

- المراجع و الدوريات الخاصة بالاتحادات القارية و الأهلية.

أهم نتيجة توصل إليها الباحث :

- تدني الأرقام القياسية الكويتية مقارنة بالأرقام القياسية العالمية في جميع مسابقات ألعاب القوى للرجال و

خاصة مسابقات 20 كلم مشي، القرص و الزانة و العشاري، المطرقة و الرمح و الجلة.

- تقارب الأرقام القياسية الكويتية من الأرقام القياسية العالمية و الأولمبية و الآسيوية و العربية في بعض

المسابقات مثل 100 م عدو، الوثب الثلاثي، 800 م جري، 400 م حواجز، 4\*400 م تتابع.

أهم توصية :

- العمل على دراسة أسباب تطور الأرقام القياسية العالمية و الأولمبية و محاولة الاستفادة من أنظمتها للنهوض بمستوى مسابقات ألعاب القوى للرجال.

- ضرورة الاهتمام بمسابقات العدو و الوثب الثلاثي لتقاربهم مع الأرقام القياسية العالمية.

التعليق على هذه الدراسة :

تشارك هذه الدراسة مع دراستنا في عينة البحث و لو أننا نختلف على المستوى الإفريقي و الخليجي، إضافة إلى أن الأدوات التي استخدمناها تقريبا نفسها المستخدمة في هذه الدراسة، أما فيما يخص النتائج المتوصل إليها فتشارك الدراستين في بعضها كضعف الأرقام الوطنية مقارنة بالعالمية في معظم المسابقات خصوصا 50 كلم مشي، القرص و العشاري ، الزانة.

نقد هذه الدراسة :

- التطرق لمسابقات الرجال دون السيدات عكس دراستنا التي تطرقت لهما معا.

- تحتوي دراستنا كونها حديثة أرقام قياسية جديدة.

## 7-2- الدراسة الثانية :

اسم و لقب الباحث : وليد أحمد رحالة.

عنوان الدراسة : دراسة تنبؤية لمدى تطور الأرقام القياسية الأردنية و العربية و الآسيوية و العالمية في

مسابقات ألعاب القوى للرجال.

مشكلة البحث :

ما هو المستوى المتوقع الذي يجب أن يحققه متسابقو مسابقات ألعاب القوى على المستوى الأردني و العربي و الآسيوي و العالمي لعام 2010 و لعام 2012.

هدف البحث :

- التطور الحاصل للأرقام القياسية الأردنية و العربية و الآسيوية و العالمية في مسابقات ألعاب القوى للرجال خلال الفترة من 1998 و لغاية 2008.

- الفروق بين الأرقام القياسية على الصعيد الأردني و العربي و الآسيوي و العالمي في مسابقات ألعاب القوى للرجال خلال الفترة من عام 1998 و لغاية عام 2008.

فرضيات البحث :

- تفهقر ألعاب القوى الأردنية مقارنة بألعاب القوى العالمية و الآسيوية و العربية.

- تحسن المستويات الرقمية المستقبلية لمسابقات ألعاب القوى رجال على الصعيد الأردني و العربي و الآسيوي و العالمي لعامي 2010 و 2012.

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي.



عينة البحث :

تمثلت عينة البحث في الأرقام العالمية و الآسيوية و العربية و الأردنية في مسابقات ألعاب القوى من سنة 1998 إلى سنة 2008.

أهم نتيجة توصل إليها الباحث :

إمكانية تحسين الأرقام القياسية الأردنية و العربية و الآسيوية و العالمية لبعض فعاليات المضمار و الميدان.

أهم توصية أوصى بها الباحث :

ضرورة التخطيط و التدريب العلمي لتحسين الأرقام القياسية الأردنية.

التعليق على هذه الدراسة :

تشارك دراستنا مع هذه الدراسة في المقارنة بين الأرقام على مختلف المستويات حيث توصلنا إلى نتيجة واحدة و هي ضعف الأرقام العربية على المستوى العالمي و هناك اختلاف طفيف في عينة البحث و كذا الأدوات المستخدمة في البحث.

نقد هذه الدراسة :

- ركزت هذه الدراسة كثيرا على التنبؤ بالمستويات الرقمية المستقبلية.

- أهملت هذه الدراسة مسابقات السيدات.

- وجود بعض الأخطاء في الأرقام القياسية المحققة.

# الباب الأول

# الدراسة النظرية

## مدخل الباب الأول :

تطرقنا إلى تقسيم هذا الباب إلى ثلاث فصول حيث قمنا بتخصيص الفصل الأول لتاريخ ألعاب القوى، كما تضمن الفصل الثاني مفهوم المنافسة الرياضية، أما الفصل الثالث فاشتمل على مسابقات ألعاب القوى.

# الفصل الأول

(تاريخ العاب القوى)

تمهيد :

اشتمل هذا الفصل بصفة عامة التطرق لمختلف الأحداث الهامة من نشأة و تطور رياضة ألعاب القوى إلى أول البطولات التي أقيمت ومختلف التغيرات التي طرأت على هذه الرياضة.

## 1-تاريخ ألعاب القوى :

### 1-1- نبذة تاريخية :

تعتبر ألعاب القوى أقدم أنواع الرياضة التي مارسها الإنسان، حيث تمتاز بنشاط بدني نشأ مع الحياة الفطرية للإنسان في تلك العصور القديمة، وكان مستعدا دائما للصراع مع رفقاءه و مع الحيوانات المفترسة في سبيل العيش و البقاء و كان يعيش على صيد الحيوانات... و يسكن البراري و الكهوف... و يتسلق الجبال و يهبط الوديان متخذًا من الحجارة سلاحا له و هذا كله يتطلب من الإنسان أن يكون قوي البنية، و سريع الجري كي يتمكن من الالتحاق بفريسته و قادرا على الرمي لاقتناصها، و قادرا على القفز لتعدي القنوات و الحواجز التي تعترضه، و من هنا يمكننا القول أن هذه الحركات الطبيعية قد نشأت مع الإنسان منذ طفولته، وتتضمن فروعًا متعددة مثل المشي والجري والقفز والوثب والرمي والدفع تحت اسم (فن الأتلاتيكا) . عرفها أحد اختصاصي الطب الرياضي بقوله: إذا كان الإنسان يمشي بعضلاته، ويجري برئتيه، ويسرع بقلبه، فإنه يصل إلى الهدف بذكائه .

ورياضة ألعاب القوى انتشرت في الحضارات القديمة، فعرفتها الصين والهند، وبلاد ما بين النهرين، وجزيرة كريت منذ ثلاثين قرنا أو يزيد.

اشتق اسمها من اللغة اليونانية القديمة، وأطلق على مجموع ألعاب القوى كمصطلح رياضي، وذلك منذ سنة 600 ق.م. عندما ظهر هذا المصطلح في كتابات "بندارس" و "جلادياتورك" واستقر في كتابات "بليينوس"

كمصطلح رياضي شائع الاستعمال والدلالة.

جرت مسابقات ألعاب القوى لأول مرة في بلاد اليونان سنة 1453 ق.م. في نطاق الألعاب الأثينية التي كانت طليعة الدورات الأولمبية.

وكانت هذه الرياضة تمارس خلال الاحتفالات الدينية، فاكتمبت بعدا روحيا إضافة لبعدها الرياضي، ابتداء من سنة 1500 ق.م. وكانت أساس الألعاب الأولمبية القديمة التي اقتصر في دورات كثيرة على ألعابها وحدها.

لم تكن ألعاب القوى في ذلك الزمن، تمارس على النحو الذي نعرفه اليوم، فمسابقات المسافات الطويلة في الجري، كانت تقاس بعدد المرات التي يجتاز العداء فيها الملعب ذهابا وإيابا، وأقصر مسافة في سباقات الجري كانت 27 ، 192م، أي طول الملعب. أما الوثب الطويل، فكان يمارس على أنغام المزمار، وقد حمل المتسابق بيديه أثقالا تزيد الحركة صعوبة. وكان القرص يقذف من فوق منصة من التراب تعلو قليلا عن الأرض. أما الرمح فكان يصوب نحو أهداف عالية أو أرضية والعبء في إصابة الهدف لا في المسافة التي يجتازها الرمح.

وعندما استولى الرومان على بلاد الإغريق، وكانوا أقل تقدما ومستوى حضاريا من الإغريق، فنقلوا الثقافة الفكرية اليونانية واحترموا الثقافة الرياضية كثيرا، لأن ألعاب القوى بصفة أساسية تبني أجسام الجنود وتساعدهم على القتال بشكل جيد .

استمرت ألعاب القوى وزميلاتها من الألعاب الرياضية الأخرى مزدهرة حتى سنة 393م حين رأى القيصر الروماني (سيوديسيوس) وجوب إيقاف الألعاب الأولمبية وتحريمها، لما كان يرافق هذه الألعاب من شعائر وعبادات وثنية لا تتفق وأصول الديانة المسيحية ولما تمثله هذه الألعاب من تمجيد للقوة وأبطالها يفوق تمجيد الرسل والقديسين ولأنها أخيرا وسيلة من وسائل التدريب العسكري الباعث للحروب والمسبب للخراب.

فانطفأت بذلك الشعلة الأولمبية، وركدت الرياضة طويلا. لتعود فتزدهر وتنتشر من جديد في العصور الوسطى، معتمدة على مجتمع الفروسية الذي ساد الأشراف، فنمت وأصبحت هدفا أساسيا. وصارت ألعاب القوى جزءا من التربية العامة للشباب الذين تدربوا على الجري والوثب والرمي. وتباروا في هذه الألعاب أثناء مسابقات الفروسية.

## 1-2- المفهوم الحديث :

أما المفهوم الحديث لهذه الرياضة فقد تأصل في إنكلترا، وتحديدا في عشرينات القرن الماضي، عندما بدأ الشباب الإنكليزي، يبدون اهتماما فائقا بالرياضة، ويستفسرون عن ظواهرها العظيمة، ويشتركون بأعداد كبيرة في برامج المسابقات المتنوعة .

فنظم معهد أكسترا بجامعة أكسفورد أول وأكبر مسابقة منفردة وذلك عام 1850 .

وفي عام 1866 نظمت أول بطولة إنكليزية، وبهذا بدأت الحركة الرياضية الجديدة، فتكونت الاتحادات الرياضية وأنشئ الاتحاد الإنكليزي لألعاب القوى سنة 1880 وأسهمت بريطانيا بقوة بنشر هذه الرياضة في عدد من البلدان الأخرى حيث اشترك عدد كبير من الرياضيين في مسابقات دولية. فأقيمت في نيويورك أول مسابقة عالمية، وفي عام 1896 اشتركت إحدى عشرة دولة في أولمبياد أثينا، وكانت ألعاب القوى إحدى ألعابها الأساسية.

وفي سنة 1913 تأسس الاتحاد الدولي لألعاب القوى، ومنذ ذلك الوقت والأرقام القياسية العالمية تتعزز سنة بعد سنة، حتى أصبح العالم يعتقد أن الإمكانيات البشرية لا تقف عند حدود، ما دامت التقنية وطرق التدريب في تقدم مستمر.

كما أصبحت ألعاب القوى في أيامنا الحاضرة مقياسا لحضارة الشعوب و تطورها و اعتبرت الرياضة



الأساسية في العالم و ركننا هاما من أركان التعليم فهي تدخل في جميع برامج و مناهج المدارس بمراحلها المختلفة و كليات المجتمع و الجامعات.

خلاصة :

تعتبر ألعاب القوى من الرياضات التي مارسها الإنسان منذ العصور القديمة، شهد هذه الرياضة عدة وقائع و أحداث عبر التاريخ من بطولات و مسابقات كانت الغاية منها إثبات الذات و التفوق، إلى أن وصلت إلى ما هي عليه في وقتنا الحاضر بحيث يعكس التفوق في هذه الرياضة التطور العلمي والتكنولوجي للجانب المتفوق.

# الفصل الثاني

( المنافسة الرياضية )

## تمهيد :

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة و الضرورية لكل نشاط رياضي، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة العوامل الطبيعية أو المنافسة في مواجهة منافس وجها لوجه أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين و غير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية .

## 2-المنافسة الرياضية :

### 2-1- مفهوم المنافسة الرياضية :

هناك العديد من التعريفات التي قدمها بعض الباحثين لمفهوم المنافسة. ومن بين التعريفات الباكرة لمفهوم المنافسة التعريف الذي قدمه "مورتون دويتش" (1969م) الذي أشار فيه إلى أن المنافسة بصفة عامة هي موقف تتوزع فيه المكافآت بصورة غير متساوية بين المشتركين أو المتنافسين. و هذا يعني أن مكافأة الفائز في المنافسة تختلف عن مكافأة غير الفائز أو المهزوم، و من أمثلة ذلك تكون مكافأة الفائز في بطولة ما هي الميدالية الذهبية و مكافأة المهزوم هي الميدالية الفضية ومن يليهما يحصل على الميدالية البرونزية، أما باقي المتنافسين فلا يحصلون على أية ميداليات.

كما أشار "دويتش" إلى أن هدف كل منافس يختلف عن هدف المنافس الآخر و يتعارض معه، ففي الرياضة مثلا يكون هدف اللاعب هو الفوز على منافسه، في حين يكون هدف المنافس أي اللاعب الآخر هو هزيمة اللاعب.

و هذا التعريف الذي قدمه "دويتش" كان أساسيا للمقارنة بين عمليتي المنافسة و التعاون على أساس أن التعاون على عكس التنافس يقصد به أن المشاركين يقتسمون المكافآت بصورة متساوية أو طبقا لإسهامات كل فرد و ليس كما هو الحال في المنافسة.

وقد عارض بعض الباحثين في علم النفس الرياضي (ديان اجل) (1995م) التعريف السابق على أساس أنه لا يساعد كثيرا في فهم المنافسة الرياضية التي تتطلب أكثر من التوزيع غير المتساوي للمكافآت، ومن ناحية أخرى فإن التعاون ليس هو نقيض التنافس في الرياضة، إذ إن المنافسات الرياضية تتطلب في نفس الوقت التعاون بجانب التنافس. و أبلغ مثال على ذلك هو تعاون أفراد الفريق الرياضي بعضهم مع البعض لمحاولة التنافس مع الفريق الآخر، وفي نفس الوقت التنافس بعضهم مع البعض الآخر في إطار الفريق الواحد لتحقيق أفضل مستوى ممكن.

و يمكن تعريف المنافسة الرياضية بأنها : موقف أو حدث رياضي محدد بقوانين و لوائح و أنظمة معترف بها، و فيها يحاول اللاعب الرياضي أو الفريق الرياضي إظهار و إبراز أقصى ما لديه من قدرات و مهارات و استعدادات كنتيجة لعملية تدريب منظمة لمحاولة تحقيق النجاح أو الفوز على المنافس أو منافسين آخرين أو محاولة تحقيق مستوى الأداء الموضوعي المتوقع من اللاعب أو الفريق الرياضي.

## 2-2- المنافسة الرياضية كعملية :

أشار راينر مارتنز 1994 م إلى أنه لكي نستطيع الفهم المتكامل للمنافسة الرياضية ينبغي علينا النظر إليها على أنها عملية تتضمن العديد من الجوانب و المراحل في إطار مدخل التقييم الاجتماعي.

وفي ضوء ذلك يعرف المنافسة بأنها: العملية التي تتضمن مقارنة أداء اللاعب الرياضي طبقاً لبعض المستويات في حضور شخص آخر على الأقل. وهذا الشخص يكون على وعي بمحركات المقارنة و أن يكون بمقدوره تقييم عملية المقارنة.

و يلاحظ أن التعريف الذي قدمه "مارتنز" ينحو نحو اعتبار المنافسة الرياضية على أنها موقف إنجاز اجتماعي نظراً لأن مواقف الإنجاز تتطلب تقييم الأداء في ضوء مستوى معين.

كما أشار "مارتنز" إلى أن هناك أربعة مراحل في إطار المنافسة الرياضية كعملية ترتبط كل منها بالأخرى و تتأثر بها وهي :

- الموقف التنافسي الموضوعي.

- الموقف التنافسي الذاتي.

- الاستجابة.

- النتائج.

## 2-2-1 الموقف التنافسي الموضوعي :

إن الموقف التنافسي الموضوعي يعتبر بمثابة الشرط الأول الضروري لبدء عملية المنافسة، فكما أشار "مارتنز" في تعريفه للمنافسة فإن الموقف التنافسي الموضوعي ينبغي أن يتضمن مقارنة الأداء بمستوى معين و وجود شخص آخر على الأقل يستطيع أن يقوم بتقييم هذه المقارنة.

وعلى ذلك ففي حالة توافر هذه المتطلبات فعندئذ يمكن لعملية المنافسة أن تبدأ.

## 2-2-2- الموقف التنافسي الذاتي :

يتضمن الموقف التنافسي الذاتي إدراكات و تفسيرات و تقييمات اللاعب للموقف التنافسي الموضوعي. وفي هذه المرحلة تلعب الجوانب الذاتية للاعب دورا هاما مثل قدرات اللاعب المدركة و مدى ثقته في نفسه و دافعيته ومدى أهمية المنافسة بالنسبة له ومدى تقديره لمستوى المنافس أو المنافسين وغير ذلك من العوامل الشخصية و الفروق الفردية الأخرى.

فعلى سبيل المثال قد يشترك لاعب في منافسة ما على أساس اكتساب الخبرة، في حين قد يشترك لاعب آخر في نفس المنافسة على أساس الفوز بالمركز الأول.

و قد أشار "ديانا جل" 1995 م إلى أن سمة التنافسية و القلق التنافسي يمكن اعتبارهما من بين أهم العوامل الشخصية التي تؤثر بصورة واضحة على إدراك و تقييم الفرد لعملية المنافسة، وهذا التقييم الذي يعتبر بمثابة الموقف التنافسي الذاتي هو الذي يحدد استجابة الفرد للمنافسة، فعلى سبيل المثال فإن اللاعب الذي يتميز بسمة التنافسية بدرجة عالية يميل إلى الاشتراك في المواقف التنافسية بالمزيد من الدافعية لتحقيق الإنجاز بدرجة أكبر من اللاعب الذي يتسم بدرجة أقل من سمة التنافسية.

## 2-2-3- الاستجابة :

مرحلة الاستجابة تتضمن إما الاستجابات الفسيولوجية مثل زيادة نبضات القلب أو زيادة إفراز العرق في اليدين أو الاستجابات النفسية مثل الدافعية أو الثقة بالنفس أو الشعور بالتوتر أو القلق أو الضيق أو الاستجابات السلوكية التي تتمثل في الأداء أو السلوك العدواني مثلا.

## 2-2-4- النتائج :

المرحلة الأخيرة في عملية المنافسة هي النتائج و التي تتضمن النتيجة الظاهرة في الرياضة التنافسية و هي الفوز أو الهزيمة. و يرتبط الفوز و الهزيمة بمشاعر النجاح و الفشل و لكن العلاقة بينهما ليست علاقة أوتوماتيكية، أي أن النجاح لا يعني الفوز كما أن الهزيمة لا تعني الفشل.

فقد يشعر اللاعب بالنجاح بعد أدائه الجيد بالرغم من هزيمته من منافس أقوى منه، كما قد يشعر اللاعب بالفشل عقب أدائه السيئ بالرغم من فوزه على منافسه.

## 2-3- الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية :

يمكن تلخيص أهم الخصائص التي تتميز بها المنافسة الرياضية على النحو التالي :

## 2-3-1- المنافسة اختبار و تقييم لعمليات التدريب و الإعداد :

إن عملية التدريب الرياضي بمفردها لا تنطوي على أي معنى و لكنها تكتسب معناها من ارتباطها بإعداد اللاعب بدنيا و مهاريا و خططيا و نفسيا لكي يتحقق أفضل ما يمكن من مستوى في المنافسة الرياضية. في ضوء هذا المفهوم تكون المنافسة الرياضية ما هي إلا اختبار و تقييم لنتائج عمليات التدريب و الإعداد الرياضي المتعدد الأوجه.

## 2-3-2- المنافسة نوع هام من العمل التربوي :

ينبغي ألا ننظر إلى المنافسة الرياضية على أنها نوع من أنواع الاختبار و التقييم لعمليات التدريب الرياضي و الإعداد الرياضي المتكامل المتوازن فحسب، و لكنها أيضا نوع هام من العمل التربوي الذي يحاول فيه

المدرّب الرياضي إكساب اللاعب الرياضي أو الفريق الرياضي العديد من المهارات و القدرات و السمات الخلقية و الإرادية و محاولة تطوير و تنمية مختلف السمات الإيجابية للاعب الرياضي أو الفريق كسمات المنافسة الشريفة و اللعب النظيف و الخلق الرياضي و احترام المنافسين و الحكام.

### 2-3-3- المنافسة تتأسس على الدوافع الذاتية و الاجتماعية :

في المنافسة يحاول اللاعب أو الفريق الرياضي إحراز الفوز و تحقيق النجاح و تسجيل أحسن ما يمكن من المستوى. ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للاعبين فحسب مثل تحقيق الذات و الحصول على إثابة أو مكاسب شخصية بل إن الأمر يرتبط أيضا بالدوافع الاجتماعية مثل الإعلاء من شأن أو سمعة الفريق الرياضي أو النادي الرياضي الذي يمثله اللاعب أو الفريق أو حسن تمثيل الوطن في المنافسات على المستوى الدولي.

### 2-3-4- تسهم المنافسة في الارتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب :

إن إعداد اللاعب أو الفريق الرياضي للاشتراك في المنافسات الرياضية يتطلب ضرورة الارتقاء بمستوى جميع أجهزة اللاعب كالجهاز العضلي و الجهاز الدوري و الجهاز العصبي و غير ذلك من مختلف أجهزة الجسم وبالتالي الارتقاء بمستوى جميع الوظائف البدنية و الحركية و العقلية و النفسية حتى يستطيع اللاعب استخدام هذه الوظائف المختلفة بأقصى قدر من الفعالية لتحقيق أفضل ما يمكن من المستوى في ضوء هذه التنمية الشاملة و المتزنة و المتكاملة لجميع الأجهزة و الوظائف الحيوية للاعب.



## 2-3-5- ترتبط المنافسات الرياضية بالانفعالات المتعددة :

قد لا يحدث في أي نوع من أنواع النشاط الإنساني ظهور العديد من الاستجابات الانفعالية التي تختلف في نوعيتها و شدتها و قوتها مثلما يحدث في المنافسات الرياضية. فالمنافسة الرياضية مصدر خصب للعديد من المواقف الانفعالية المتعددة و المتغيرة نظرا لارتباطها بتعدد مواقف خبرات النجاح و الفشل و تعدد مواقف الفوز أو التعادل أو الهزيمة من لحظة لأخرى في غضون المنافسة الرياضية الواحدة أو من خلال المنافسات الرياضية المتعددة. وقد يكون لهذه الجوانب الانفعالية فائدتها، إذ إن المجهود الذي يبذله اللاعب في المنافسة الرياضية و ما يرتبط بذلك من تغيرات فسيولوجية مصاحبة للانفعالات تساعد على تقوية مختلف الأجهزة الحيوية للاعب، ومن ناحية أخرى قد يكون لهذه الجوانب الانفعالية مضارها حيث التأثير السلبي على سلوك و أداء اللاعب أو الفريق الرياضي.

## 2-3-6- المنافسة الرياضية تثير الاهتمام و التشجيع :

نادرا ما يكون في حياة الفرد أو الجماعة ما يحظى بالكثير من الاهتمام و الثناء و التشجيع و الاعتراف مثلما يحدث في مجال المنافسة الرياضية، و خاصة على المستوى القومي أو الدولي أو العالمي. و كثيرا ما يلاحظ اهتمام القيادات العليا في الدولة بالمنافسات الرياضية و نتائجها و يواظبون على حضورها و خاصة المنافسات الدولية و ما يرتبط بذلك من تقدير و رعاية و تحفيز و دافعية، و خاصة في حالات النجاح و الفوز في هذه المنافسات الرياضية.

## 2-3-7- المنافسة الرياضية تحدث في حضور مشاهدين :

تتميز المنافسات الرياضية بحدوثها في حضور المشاهدين، الأمر الذي قد لا يحدث في كثير من فروع الأنشطة الإنسانية، بالإضافة إلى الأعداد الهائلة من المشاهدين الذين يحضرون المنافسات الرياضية في بعض الأنشطة الرياضية ذات الشعبية الجارفة، ككرة القدم مثلا و الذي قد يقدر بما يقارب مائة ألف مشاهد. و يختلف تأثير المشاهدين على اللاعبين إيجابا أو سلبا طبقا للعديد من العوامل، كما أن العديد من اللاعبين و المدربين يضعون لعامل الجمهور أو المشاهدين الكثير من الاعتبار، و لا يخفى علينا ما لهذا الاعتبار من عبء واضح يقع على كاهل اللاعب الرياضي بجانب الأعباء الأخرى.

## 2-3-8- تجري المنافسة طبقا لقوانين و لوائح و أنظمة معترف بها :

تجري المنافسات الرياضية طبقا لقوانين و لوائح و أنظمة معترف بها و ثابتة و معروفة والتي تحدد الأسس والقواعد المختلفة للجوانب الفنية و التنظيمية لأنواع نشاط و سلوك اللاعبين، وبذلك تجبر اللاعبين و الفرق الرياضية على احترامها و العمل بمقتضاها، و من ناحية أخرى تضمن المقارنة العادلة و التنافس الشريف المتكافئ بين المستويات الرياضية بعضها البعض الآخر.

## 2-3-9- تعظم البث التليفزيوني للمنافسات :

تتسابق المحطات التليفزيونية لنيل حق بث المنافسات الرياضية الهامة التي تقام في مختلف الدول و ما يرتبط بذلك من استمتاع ملايين المشاهدين بمشاهدة هذه المنافسات على الهواء مباشرة، بالإضافة إلى ارتباطه بالعامل الاقتصادي الهام الناتج عن طريق عملية البث التليفزيوني، بالإضافة إلى إشباع رغبات الجماهير في

معرفة نتائج هذه المنافسات في وقت حدوثها بدلا من انتظارهم لقراءة نتائجها بعد حدوثها بفترات طويلة نسبيا.

## 2-4- المظاهر السلبية للمنافسة الرياضية :

قد ينظر البعض إلى المنافسة من حيث إنها صراع يستهدف الفوز و التفوق على الآخرين، كما قد يرى المتنافس في منافسيه خصوما له.

كما قد ينظر البعض إلى المنافسة الرياضية نظرة فيها الكثير من المغالاة عندما لا يرون في المنافسات الرياضية سوى السبق الجنوني لتسجيل الأرقام و التفوق و الفوز، و يتناسون أن الوصول إلى المستوى الرياضي العالي جانب هام من الجوانب التي يسعى إليها المجتمع، و لكنها بطبيعة الحال ليست الهدف الأوحد.

و قد تكون للمنافسة الرياضية بعض الجوانب السلبية حين تتسم بالعنف الزائد و العدوان العدائي و الاضطرابات الانفعالية للمتنافسين، أو حينما يحدث بين متنافسين يختلفون اختلافا كبيرا في قدراتهم و مهاراتهم مما يجعل الفوز أو النجاح مقصورا على فريق معين منهم، أو حينما ينقلب التنافس الرياضي إلى تنافس عدواني أو صراع للوصول إلى الصدارة.

و ينبغي علينا مراعاة أن الطابع الذي تتميز به المنافسات الرياضية إذا ما أحسن استثماره، و إذا ما تم في حدود الأسس و القواعد التربوية التي تؤكد ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي و اللعب النظيف و قبول الأحكام و التواضع و عدم الغرور فإنه يصبح من بين أهم القوى المحركة التي تدفع الأفراد إلى ممارسة النشاط الرياضي و التي تحفزهم للوصول إلى المستويات الرياضية العالية.

و فيما يلي عرض لبعض الأخطار التي ترتبط بالمنافسة الرياضية و خاصة في قطاع رياضة البطولات أو المستويات، و يمكن تلخيصها كما يلي :

#### 2-4-1- التطرف في اشتراك الشباب :

إن البالغين بل الأطفال أيضا يشكون بتزايد مستمر في المنافسات الرياضية، وهذا

تطور طبيعي و محبب و لكن يجب أن نتجنب التطرف في التمرين وفي الاشتراك في المسابقات وفي الأهمية التي نعطيها للنتائج، فهذا التطرف قد يشكل تهديدا لصحة النشء و الشباب و توازنهم النفسي.

#### 2-4-2- التوجيه الاجتماعي السيئ :

قد يتوهم الرياضيون الشباب أن الكثير من فرصهم في بناء حياتهم و حياة أسرهم متوقف على النجاح الذي يجرزونه في المنافسات الرياضية و ما يجنونه من ورائها، وهذا بسبب ما يتلقون من نصح خاطئ من الآخرين، و لكنهم لا ينجحون في تحقيق هذه التصورات إلا في فرص نادرة للغاية. وحتى إذا تم ذلك فإن وظيفتهم في مجال الرياضة قد لا تكون أفضل وسيلة للوصول إلى التحقيق الكامل لشخصيتهم ، فإذا كان أحد الأبطال قد وصل إلى مرتبة رياضية عالية على المستوى القومي و الدولي و بالتالي يستطيع أن يكسب عيشه فإن الآلاف الآخرين الذين يجذبهم الأمل الواهي في الشهرة القصيرة الأجل فينقطعون مبكرين عن دراستهم أو تدريبهم المهني ليدركوا متأخرين للغاية أنهم اختاروا الطريق الخطأ و عرضوا مستقبلهم للخطر و الضياع.

## 2-4-3- تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دوليا :

يعتبر تعاطي الرياضيين للعقاقير المنشطة المحرمة دوليا من أخطر ما يمكن على الصحة و يعد بمثابة غش يتنافى مع الروح الرياضية. و في الوقت الحالي تكافح الهيئات الرياضية الدولية و اللجنة الأولمبية الدولية للقضاء على ظاهرة تعاطي العقاقير المنشطة المحرمة دوليا و التي تهدف إلى الفوز غير الشريف في المنافسات الرياضية من أجل الإبقاء على أمانة التنافس و الحفاظ على القيم التربوية و الفوائد النفسية للرياضة.

## 2-4-4- العدوان والعنف :

أشار بعض المؤرخين في المجال الرياضي إلى أنه منذ أن وجدت الرياضة كان العدوان و العنف ملازمين لها سواء في ألعاب الإغريق القدامى أو الرومان أو مبارزات القرون الوسطى أو الملاكمة بدون قفاز حتى الإجهاز على المنافس.

و كانت المنافسات قديما أو بمعنى أصح كانت المذابح قديما تتميز بالقوة و الدموية كما حاولت السلطات الدينية التصدي لها عبر العصور الغابرة.

وفي العصر الحديث بذلت المحاولات الجادة لتهديب الرياضة و أصبحت لها قوانينها و لوائحها و أنظمتها و مؤسساتها التي تحاول الحد إلى أقصى مدى من مظاهر العدوان و العنف في المنافسات الرياضية، إلا أن الشواهد أشارت إلى استمرار العدوان و العنف في عدد كبير من المنافسات الرياضية.

و ينبغي علينا أن نفرق بين نوعين من العدوان و العنف في مجال التنافس بين الفرق الرياضية هما : العدوان والعنف بين لاعبي الفرق الرياضية المتنافسة داخل نطاق الملعب، و عدوان وعنف المتفرجين أو المشاهدين

للمنافسة الرياضية داخل المدرجات و خارجها. وهناك علاقة متبادلة بين هذين النوعين من العدوان والعنف نظرا لما تتميز به المنافسات الرياضية من خصائص.

## 2-4-5- التعصب :

التعصب اتجاه عدائي ضد شخص ينتمي إلى جماعة ما، لا لسبب سوى أنه ينتمي إلى هذه الجماعة، أي أنه يتصف بالصفات التي تتصف بها هذه الجماعة والتي تثير اعتراض صاحب الاتجاه العدائي.

و للتعصب صور كثيرة، فمنه التعصب العنصري، كما هو الحال ضد الزنوج في أمريكا أو ضد السود في جنوب إفريقيا، وفي المجال الرياضي التعصب لفريق معين أو التعصب ضد فريق معين.

و التعصب في الرياضة هو مرض الكراهية العمياء للمنافس وفي نفس الوقت هو مرض الحب الأعمى لفريق المتعصب. و هو حالة يتغلب فيها الانفعال على العقل فيعمي البصيرة حتى أن الحقائق الدامغة تعجز عن زلزلة ما يتمسك به المتعصب فردا أو جماعة.

و السمات النفسية للمتعصب توضح أنه يميل للعدوان على الآخرين أو على الأشياء أو على نفسه. و يتصف بجمود الفكر و عدم المرونة و يتأثر بسهولة بأصحاب مراكز السلطة أو بالإعلام و يشعر بالقلق إلا أنه قد يكتبه و يسقطه على الجماعة التي يتعصب ضدها كما نجده متطرفا في الفرح عند النصر أو الفوز، و التطرف في الحزن عند الفشل، كما أنه دائم التبرير لأي هزائم.

و التعصب مكتسب و متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد، من الوالدين ومن وسائل الإعلام المختلفة و من المدرسة و النادي و من زملائه و من غيرهم.

و من الطبيعي أن يفتخر ناد أو مدينة أو بلد بالفوز الذي أحرزه بأمانة أحد لاعبيه أو فرقة، و أن يعتبر ذلك شرفا للمجتمع ذاته و لكن يجب ألا يصبح هذا الفخر على أي مستوى تعصبا. و التعصب شعور خطر قد يؤدي إلى قلب الملعب الرياضي إلى ميدان مغلق حيث يكون اللاعبون الذين صمموا على الفوز مهما يكن في صراع أمام جماهير متعصبة دون نظام أو امتثال، فالواقع أن هدف الرياضة هو توضيح المثل الأعلى للعب الرياضي و تشجيع التفاهم بين المجموعات الإنسانية، و لذا فإن التعصب على كافة المستويات أمر خطير يجب القضاء عليه.

و هناك بعض الحكومات التي شجعت التعصب لاستغلال البطولات الرياضية لخدمة مصالحها السياسية، و هي بذلك قد أسهمت في توسيع الخلافات الدولية في عالم الرياضة و عرقلتها أحيانا عن تحقيق أسمة مهمة سلام إنسانية.

## 2-4-6- مشكلة الهواية و الاحتراف :

تتطلب رياضة المنافسات تضحيات كبرى، فإذا أراد البطل أن ينجح عليه أن يتقبل تطبيق النظام الصارم في حياته اليومية و تكريس جزء كبير من وقته للتدريب و الاشتراك في المباريات، و في معظم الرياضات لم يعد من الممكن علميا للاعب الذي يود أن يصل إلى القمة أن يمارس وظيفته طوال الوقت، نتيجة لذلك يواجه البطل الرياضي و أسرته مشاكل متعددة يصعب حلها بشكل عام مع وجود القوانين الحالية لرياضة البطولة.

و في دول عديدة نجد أن هذه القوانين تلزم اللاعب الاختيار بين الهواية و الاحتراف ولا يستطيع البطل تحت التجربة أن يصبح محترفا لأن مستواه لا يكفي لمواجهة أفضل الأبطال. و إذا ظل هاويا فإنه غالبا ما

تواجهه صعوبات في توفير الوقت الضروري لإحراز تقدم ملموس، و من ثم فإذا التزم بالقوانين فإنه يخاطر بعدم تمكنه من تأمين نجاحه الرياضي و مستقبله في الحياة.

وقد أدى عدم مسايرة القوانين الحاضرة إلى انتهاكها من جانب الكثير من القادة و اللاعبين الرياضيين في معظم الأنشطة الرياضية.

و انتشرت بصف خاصة "الهواية المزيفة" أو "الهواية المقنعة" لتشكّل خطراً على المثل العليا للرياضة وهي الولاء و الصدق بين صفوف اللاعبين. إن البطل الرياضي عندما يقوم بالكذب أو الخداع فإنه يصبح نموذجاً مؤسفاً للشباب و يحط من شأن الرياضة في أعين أولئك المهتمين بتكوين الإنسان و تقدمه و رقيه.

## 2-4-7- الاستثمار السياسي :

قد تنظر بعض الدول إلى المنافسات الرياضية على أنها مجال خصب للاستثمار السياسي و محاولة لاستخدام نتائج هذه المنافسات كحلبة للصراعات الإيديولوجية أو الاقتصادية و محاولة لعملية "تسييس الرياضة" أي اعتبار أن الرياضة هي بالدرجة الأولى سياسة.

### خلاصة :

تعد المنافسة الرياضية عملية انتقاء و تصنيف للرياضيين حيث من خلالها نحكم على مستوى كل واحد منهم، إذ تتميز بعدة خصائص و يرتبط أداء الرياضي فيها بعدة عوامل، كما تجذب إليها المشاهدين عكس كثير من الأنشطة الإنسانية الأخرى، ورغم كل هذا تتخللها سلبيات كثيرة أطفت عليها بعض المظاهر السيئة.



# الفصل الثالث

(بطولات و مسابقات ألعاب

القوى)

تمهيد :

تعتبر ألعاب القوى من أقدم الرياضات وأكثرها شعبية ترجع ممارستها إلى العصور القديمة، وذلك لما تتضمنه من فروع متعددة مثل المشي و الجري و القفز و الرمي وبالتالي تعدد المسابقات بها، كما أنها تتميز بنشاط واسع يجري بالملعب أو داخل الصالات وكذا خارج الملعب، تكتسي أهمية كبيرة لكونها تعتبر مقياس تقدم و تطور الدول.

كما يعتبر الاتحاد الدولي لألعاب القوى المسئول الأول عن تنظيم كل الأحداث و الفعاليات الخاصة بهذه الرياضة و فيما يلي بعض البطولات الدولية و الإقليمية و المسابقات المعترف بها من طرف هذه الهيئة.

### 3- بطولات ومسابقات ألعاب القوى :

#### 3-1- بطولات ألعاب القوى :

#### 3-1-1- البطولة العالمية للألعاب القوى :

- مفهوم البطولة : البطولة العالمية للألعاب القوى هي الحدث الذي ينظمه الاتحاد الدولي للألعاب القوى وهو واحد من أكبر الأحداث الرياضية في العالم، كانت تنظم كل أربع سنوات في السابق، لكن هذا الموقف تغير في عام 1991 ومنذ ذلك الحين تنظم كل سنتين.

يشرف عليها الإتحاد الدولي للألعاب القوى بحيث يعد المسئول الأول عن تنظيم و تسيير البطولة كل مرة تقام في مكان معين، تعرف مشاركة خيرة الرياضيين من مختلف أنحاء العالم وتشهد حضور جماهيري كبير و متابعة إعلامية مميزة.

نظمت أول دورة سنة 1983 م إذ كان عدد المنافسات فيها 41 منافسة، بدأ مع مرور الوقت يزداد عدد المنافسات إلى أن وصل إلى 47 منافسة منذ 2005 م إلى يومنا هذا، حيث نظمت حتى الآن 14 طبعة.

**- الاتحاد الدولي للألعاب القوى: المؤسسة المسؤولة عن اتحادات ألعاب القوى التي تحكم و تنظيم المسابقات الدولية.**

تم إنشاء المؤسسة سنة 1912 خلال مؤتمر في دورته الأولى في ستوكهولم، من جانب ممثلي 17 من الاتحادات الوطنية لألعاب القوى، واختاروا لها اسم الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة، تم تغيير الاسم إلى الاسم الحالي في مؤتمر 2001، عندما تم الاستعاضة عن هواة.

رغم أن الاتحاد تأسس سنة 1912، ولكنه لم يبدأ الاهتمام بتسويق الرياضة تجارياً إلا في بداية الثمانينات، حيث بدأ يقيم بطولات للعالم، بالإضافة إلى دورات مختلفة أخرى تقدم جوائز مادية. يتشكل الاتحاد الدولي لألعاب القوى من 6 اتحادات قارية و 212 عضو في الاتحادات الوطنية.

### **3-1-2- البطولة الإفريقية للألعاب القوى :**

**- مفهوم البطولة :** هي مسابقة مفتوحة ينظمها الإتحاد الإفريقي للألعاب القوى كل سنتين بحيث يشارك فيها أفضل الرياضيين الأفارقة.

انطلقت سنة 1979 م بحيث نظمت أول بطولة بداركار، أما آخر بطولة فنظمت سنة 2014 م بمراكش إذ تعتبر هذه البطولة رقم 19.

يعد الإتحاد الإفريقي الهيئة المسيرة و المنظمة لهذه البطولة وذلك بالمشاركة مع الإتحاد الدولي للألعاب القوى كما تعتبر البطولة مؤهلة إلى البطولة العالمية للألعاب القوى.

- الاتحاد الأفريقي لألعاب القوى : مؤسسة مسؤولة عن إدارة ألعاب القوى الإفريقية. وهي تنظم الأحداث الكبرى مثل دورة الألعاب الأفريقية والبطولات الأفريقية. وقد تأسست في عام 1973. مقرها بالسنغال، تضم 52 اتحادية وطنية ( الأعضاء ).

### 3-1-3- البطولة العربية للألعاب القوى :

مفهوم البطولة : مسابقة رياضية يتنافس فيها مختلف الرياضيين العرب سواء أفرقة أو آسيويين، تقام كل سنتين ( في الأعوام الفردية )، يعد الإتحاد العربي للألعاب القوى هو المسئول عليها و ذلك بعد استشارة الإتحاد الدولي للألعاب القوى.

نظمت أول بطولة سنة 1977 م في دمشق وآخر بطولة سنة 2015 م بالبحرين إذ تعتبر هذه الأخيرة رقم 19، تهدف إلى نشر و تنشيط اللعبة في الوطن العربي و كذا العمل على رفع المستوى الفني للاعب العربي.

بصفته المسئول الأول عن البطولة يقوم الإتحاد العربي للألعاب القوى باختيار الدولة المنظمة و الموافقة على تاريخ إجرائها و يقوم أيضا بتأمين جوائز البطولة.

- الإتحاد العربي للألعاب القوى : هو هيئة مستقلة ذات شخصية اعتبارية مرجعيته الإتحاد العربي للألعاب الرياضية، تأسس بتاريخ 1975/03/15 بالرباط ( المغرب )، المقر الرئيسي للاتحاد هو مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، يهدف إلى تدعيم العلاقات بين الاتحادات الأعضاء وتقديم النصح والمشورة وتسوية ما قد ينشأ بينها من خلافات.  
يتكون من الجمعية العمومية وهي السلطة العليا فيه، مجلس الإدارة، لجنة الأمور المستعجلة ( المكتب التنفيذي )، الأمانة العامة، اللجان الفرعية المعاونة.

### 3-2- مسابقات ألعاب القوى :

#### 3-2-1- العدو :

- سباق 100 متر: هي أقصر مسافة سباق تقام منافساتها في المضامير المفتوحة، يتم تخصيص حارة لكل عداء، يجب الالتزام بالخط و الجري في خط مستقيم.

شهد هذا السباق تطور هائل بحيث أصبحت الأرقام تتساقط مع مرور السنين إذ عند الرجال كان أحسن رقم في الستينات هو 10,06 ثا حققه الأمريكي "بوب هايس" بطوكيو سنة 1964، و في سنة 1983 بكولورادو تمكن الأمريكي "كالفين سميث" من تسجيل زمن قدره 9,93 ثا، و شهدت سنة 1991 رقما جديدا قدره 9,86 ثا حققه الأمريكي "كارل موريس" بطوكيو، استمرت الأرقام بتحسن إلى أن حقق العداء الجامايكي "يوسين بولت" أحسن رقم لحد الآن سنة 2009 ببرلين و قدره 9,58 ثا.

أما عند النساء كان أحسن توقيت في السبعينيات بحوزة الألمانية "أنغريث ريشتير" قدره 11,01 ثا حققته سنة 1976 بمونتريال، و في سنة 1984 تمكنت الأمريكية "افلين أشفورد" من تسجيل 10,76 ثا بزيورخ، وشهدت سنة 1988 تسجيل الرقم القياسي من طرف الأمريكية "فلورنس غريفيت جوينر" في إنديانا بولس و قدره 10,49 ثا إذ مازال هذا الرقم صامدا إلى يومنا هذا.

الجدول رقم (1) : أحسن الأرقام في مسابقة 100 م للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
يوسين بولت	جامايكا	2009/08/16	برلين	9,58 ثا
تايسون غاي	و.م.أ	2009/09/20	شنغهاي	9,69 ثا
أسافا بول	جامايكا	2008/09/02	لوزان	9,72 ثا

يوهان بلاك	جاميكا	2012/06/29	جاميكا	9,75 ثا
------------	--------	------------	--------	---------

الجدول رقم (2) : أحسن الأرقام في مسابقة 100 م للسيدات.

العداءة	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
فلورنس غريفيت جوينر	و.م.أ	1988/07/16	اينديانا بوليس	10,49 ثا
كارميليتا جيتز	و.م.أ	2009/09/20	شنغهاي	10,46 ثا
ماريان جونس	و.م.أ	1998/09/12	جوهانسبورغ	10,65 ثا
شيليان فراس	جاميكا	2012/06/29	كينجستون	10,70 ثا

- سباق 200 متر: وهذا السباق من السباقات السريعة ويمر السباق في منحني واحد من الملعب، بحيث يتم تخصيص حارة لكل عداء.

عرف هذا السباق تحسن واضح في الوقت مع مرور الزمن بحيث عند الرجال حقق العداء الأمريكي "طومي سميث" زمن قدره 19,83 ثا سنة 1968 بمكسيكو، وفي سنة 1979 تمكن الإيطالي "بيترومينا" بمكسيكو من تسجيل 19,72 ثا، وشهدت سنة 1996 رقم جديد سجله الأمريكي "مايكل جونس" في أتلانتا قدره 19,32 ثا، استمر هذا التحسن إلى أن حقق الجامايكي "يوسين بولت" أفضل توقيت لحد الآن قدره 19,19 ثا سنة 2009 ببرلين.

أما عند النساء فكان أحسن رقم في بداية السبعينات هو 22,21 ثا أحرزته البولونية "ايرينا زوينسكا" سنة 1974 بيبوتس دام، حطم هذا الرقم سنة 1979 عن طريق الألمانية "ماريتا كوش" حيث سجلت 21,71 ثا، وفي سنة 1988 تمكنت الأمريكية "فلورنس غرفيت جوينر" بسيول من تحقيق أحسن رقم لحد الآن وهو 21,34 ثا حيث مازال هذا الرقم صامدا إلى يومنا هذا.

الجدول رقم (3) : أحسن الأرقام في مسابقة 200 م للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
يوسين بولت	جامايكا	2009/08/20	برلين	19,19 ثا
يوهان بلاك	جامايكا	2011/09/19	بروكسيل	19,26 ثا
مايكل جونسن	و.م.أ.	1996/08/01	أتلانتا	19,32 ثا
والتر ديكس	و.م.أ.	2011/09/16	بروكسيل	19,53 ثا

الجدول (4) : أحسن الأرقام في مسابقة 200 م للسيدات.

العداءة	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
فلورنس غرفيت جوينر	و.م.أ.	1988/09/29	سيول	21,34 ثا
ماريان جونسن	و.م.أ.	1998/09/11	جوهانسبورغ	21,62 ثا
مارلين أوتي	جامايكا	1991/09/13	بروكسل	21,64 ثا

أليسون فليكس	و.م.أ	2012/06/30	أوجن أور	21,69 ثا
--------------	-------	------------	----------	----------

- سباق 400 متر: وهو السباق المتوسط بين المسافات القصيرة والمسافات المتوسطة. وتعتبر من أقسى أنواع السباقات (ويسمى سباق الموت) لأن العداء مضطر أن يركض مسافة 400 م كما لو أنه يركض مسافة 100 م، وبنفس السرعة والقوة .

شهد هذا التخصص تحسن جلي في النتائج المحققة من طرف العدائين بحيث عند الرجال حقق الأمريكي "لي إيفانز" توقيت 43,86 ثا سنة 1968 بمكسيكو، تم تجاوز هذا الرقم من طرف الأمريكي الآخر "هاري رينولد" سنة 1988 بزيورخ إذ سجل 43,29 ثا، وفي سنة 1999 بأشبيلية تمكن العداء الأمريكي "ميشال جونسون" من تسجيل أحسن رقم لحد الآن و قدره 43,18 ثا حيث مازال هذا الرقم صامدا.

أما عند النساء فان الرقم القياسي بحوزة الألمانية "ماريتا كوش" حققته سنة 1985 إذ سجلت 47,60 ثا ، عجزت الكثير من العداءات عن تحطيم هذا الرقم بحيث أحسن توقيت في الألفية الجديدة يعود الأمريكية "سانيا ريشاردروس" في 2006 بأثينا قدره 48,70 ثا.

الجدول رقم (5) : أحسن الأرقام في مسابقة 400 م للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
ميشال جونسون	و.م.أ	1999/08/26	اشبيلية	43,18 ثا
هاري رينولد	و.م.أ	1988/08/17	زيورخ	43,29 ثا



جيزيمويرينر	و.م.أ	2007/08/31	أوساكا	43,45 ثا
-------------	-------	------------	--------	----------

الجدول (6) : أحسن الأرقام في مسابقة 400 م للسيدات.

العذاءة	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
ماريتا كوش	ألمانيا	1985/10/06	كانبيرا	47,60 ثا
جارميلا كراتشوفيلوفا	جمهورية التشيك	1983/08/10	هال سينكي	47,99 ثا
ماريا جوسي بيرز	فرنسا	1996/07/29	أتلانتا	48,25 ثا

- سباق 800 متر: وهو سباق من سباقات المسافات المتوسطة في الجري ويجب على العذاء أن يجتاز مسافة المضمار مرتين متتاليتين، تجمع هذه المسابقة بين السرعة و قوة الاحتمال و التكتيك.

عرفت هذه المسابقة تحسن نوعي في المستوى العذاءين بحيث كان أحسن رقم في السبعينات بحوزة البريطاني

"سيباستيان كو" حيث حقق 1,42,33 د سنة 1979، لم يصمد هذا الرقم كثيرا إذ في سنة 1984

تمكن الكيني "سامي كوسكي" من تسجيل 1,42,28 د بكون، وفي سنة 1997 حقق الدنمركي

"ويلسون كيبكتور" 1,41,24 د، أما أحسن رقم فيعود للكيني "دافيد روديشا" سجله بلندن سنة

2012 قدره 1,40,91 د. أما عن السيدات فان الرقم القياسي يعود للتشيكية "جارميلا

كراتشوفيلوفا" منذ سنة 1983 بميونخ اذ حققت 1,53,28 د، مازال هذا الرقم صامدا إلى يومنا هذا

حيث أن أحسن رقم في الألفية الجديدة للكينية "بامبلا جليمو" سجلته سنة 2008 بزورخ قدره

1,54,01 د.

الجدول رقم (7) : أحسن الأرقام في مسابقة 800 م للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
د 1,40,91	لندن	2012/08/09	كينيا	دافيد روديشا
د 1,41,24	كولن	1997/08/24	الدمرك	ويلسون كيكتور
د 1,41,73	فيرانز	1981/06/10	بريطانيا	سيباستيان كو
د 1,41,73	لندن	2012/08/09	بوتسوانا	نيجل أموس

الجدول رقم (8) : أحسن الأرقام في مسابقة 800 م للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
د 1,53,28	ميونيخ	1983/07/26	جمهورية التشيك	جارميلا كراتشوفيلوفا
د 1,53,43	موسكو	1980/07/27	الاتحاد السوفياتي	نادزدا ألزرينكا
د 1,54,01	زيورخ	2008/08/29	كينيا	باميلا جليمو

-سباق 1500 متر: سباق من المسافات المتوسطة، يعرف مشاركة العديد من عدائي 800 متر.

أحسن رقم في هذا السباق عند الرجال لدى المغربي "هشام الغروج" الذي أحرز 3,26,00 د سنة 1998 بروما، محطما بذلك رقم الجزائري "نور الدين مورصلي" الذي سجل 3,27,37 د سنة 1995 بنيس .

أما عند السيدات فان أحسن رقم في سنة 1980 كان بجوزة السوفياتية "تاتيانا كزانكينا" قدره 3,52,47 د، صمد هذا الرقم حتى سنة 1993 أين حققت الصينية "يونكسياكو" أحسن رقم حتى الآن ببيكين قدره 3,50,46 د.

الجدول رقم (9) : أحسن الأرقام في مسابقة 1500 م للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
هشام الغروج	المغرب	1998/07/14	روما	3,26,00 د
برنارد لاغات	كينيا	2001/08/24	بروكسل	3,26,34 د
نور الدين مورصلي	الجزائر	1995/07/12	نيس	3,27,37 د
سيلاص كيلاغت	كينيا	2014/07/18	موناكو	3,27,64 د

الجدول رقم (10) : أحسن الأرقام في مسابقة 1500 م للسيدات.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
يونكسياكو	الصين	1993/09/11	بيكين	3,50,46 د
بو جيانغ	الصين	1997/10/18	شنغهاي	3,50,98 د

3,51,34 د	شنغهاي	1997/10/18	الصين	ينغليا لانغ
-----------	--------	------------	-------	-------------

- سباق 3000 متر: هو سباق من السباقات المتوسطة، يعرف سيطرة شبه كلية للعدائين الأفارقة.

صاحب الرقم القياسي في هذا السباق هو الكيني "دانيال كومان" إذ أحرز سنة 1996 وقت قدره 7,20,67 د محطما بذلك رقم الجزائري "نور الدين مورصلي" الذي حقق في سنة 1994 وقت قدره 7,25,11 د، و رغم ظهور عدائين مميزين في الألفية الجديدة على غرار الجزائري "علي سيف سعيد" الذي حقق 7,25,02 د سنة 2012 إلا أنهم عجزوا عن تحطيم الرقم القياسي.

أما عند السيدات فالرقم القياسي بحوزة الصينية "جونيكسيا وانغ" منذ سنة 1993 حيث حققت بيبكين وقت قدره 8,06,11 د، عجزت العداءات الأخريات عن تحطيمه حيث أن أحسن رقم في السنوات الأخيرة هو 8,20,68 د حققته الكينية "هولان أونساندو أبيري" سنة 2014 .

الجدول رقم (11) : أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
دانيال كومان	كينيا	1996/09/10	ريتي	7,20,67 د
هشام الغروج	المغرب	1999/09/03	بروكسل	7,23,09 د
علي سيف سعيد	الجزائر	2000/08/18	موناكو	7,25,02 د
هايلي جبريسيلاسي	إثيوبيا	1998/08/28	بروكسل	7,25,09 د

الجدول رقم (12) : أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
8,06,11 د	بكين	1993/09/13	الصين	جونيكسيا وانغ
8,12,18 د	بكين	1993/09/13	الصين	يونكسيا كو
8,16,50 د	بكين	1993/09/13	الصين	لينليز هانغ

- سباق 5000 متر: هذه المسابقة مشابحة لسباق dolikhos الأولمبي القديم وكان يتكون من 25 لفة حول الملعب تقريبا حوالي 4800 متر.

عرف هذا السباق تحطيم عدة أرقام اذ عند الرجال حقق الكيني "دانيال كومان" سنة 1997 ببيروكسيل رقم قياسي قدره 12,39,74 د ، لم يصمد هذا الرقم إلا سنة واحدة إذ سنة 1998 تمكن الإثيوبي "هايلي جبريسيلاسي" من تحقيق 12,39,36 د وعرفت سنة 2004 رقما جديدا للأثيوبي "كينينيسا بكيلي" قدره 12,37,35 د، إذ مازال هذا الرقم صامدا.

أما عند السيدات فان الرقم القياسي بحوزة الإثيوبية "ترونيش دبابا" منذ 2008 حيث حققت 14,11,15 د.

الجدول رقم (13) : أحسن الأرقام في مسابقة 5000 م للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
د 12,37,35	هنغلو	2004/05/31	إثيوبيا	كينينيسا بكيلي
د 12,39,36	هيلسنكي	1998/06/13	إثيوبيا	هايلي جبريسيلاسي
د 12,39,74	بروكسل	1997/08/22	كينيا	دانيال كومان

الجدول رقم (14) : أحسن الأرقام في مسابقة 5000 م للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
د 14,11,15	أوسلو	2008/06/06	إثيوبيا	ترونيش دبابا
د 14,12,88	ستوكهولم	2008/07/22	إثيوبيا	ميسيريت ديفار
د 14,20,87	ستوكهولم	2011/07/29	كينيا	فيفيانا شيروبيوت

-سباق 10000 متر: من السباقات الطويلة، بحيث يعتبر أطول السباقات التي تجرى داخل الملعب.

الجدول رقم (15) : أحسن الأرقام في مسابقة 10000 م للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
د 26,17,53	بروكسل	2005/08/26	إثيوبيا	كينينيسا بكيلي
د 26,22,75	هنغلو	1998/06/01	إثيوبيا	هايلي جبريسيلاسي
د 26,27,85	بروكسل	1997/08/22	كينيا	باول ترغات

الجدول رقم (16) : أحسن الأرقام في مسابقة 10000 م للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
29,31,78 د	بكين	1993/09/08	الصين	جونكسيا وانغ
29,53,80 د	النمسا	2009/06/14	إثيوبيا	مسلاش ملكامو
29,54,66 د	بكين	2008/08/15	إثيوبيا	تيرونش ديبابا

- سباق نصف الماراتون : هو اختبار تحمل في رياضة ألعاب القوى وتبلغ مسافته 1،21 كلم أو ما يعادل نصف مسافة الماراتون. ولكنه غير مدرج في ألعاب القوى المشهورة كالألعاب الأولمبية وبطولة العالم لألعاب القوى، ولكن من 1992 إلى 2005 بدأت تقام بطولة عالمية لنصف الماراتون حيث نظمها الاتحاد الدولي لألعاب القوى، لتستبدل بالبطولة العالمية للعدو على الطرقات بمسافة تقدر ب 20 كلم.

الجدول رقم (17) : أحسن الأرقام في مسابقة نصف الماراتون للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
58,23 د	لشبونة	2010/03/21	اريتريا	زرسناي تاديس
58,33 د	هولاندا	2007/03/17	كينيا	صاموال كانو
58,46 د	فيلا دلفيا	2011/09/18	كينيا	ماثيو كيكواش

الجدول رقم (18) : أحسن الأرقام في مسابقة نصف الماراتون للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
1,05,09 سا	برشلونة	2015/02/15	كينيا	فلورينسا جيبيت
1,05,50 سا	رأس الخيمة	2014/02/16	كينيا	ماري جييكوسغوي
1,06,09 سا	رأس الخيمة	2013/02/15	كينيا	لوسيانغوي كابو

-سباق الماراتون : يتم إجراء سباق الماراتون على الطرق العامة، والمسافة الرسمية للسباق منذ عام 1924م هي 42,195 كم.

الجدول رقم (19) : أحسن الأرقام في مسابقة الماراتون للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
2,02,57 سا	برلين	2014/09/28	كينيا	دينيس كيبروتو
2,03,13 سا	برلين	2014/09/28	كينيا	إيمانوال كيشيرشير
2,03,38 سا	برلين	2011/09/25	كينيا	باتريك ماكو



الجدول رقم (20) : أحسن الأرقام في مسابقة الماراتون للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
2,15,25 سا	لندن	2003/04/13	بريطانيا	باولا راديسليف
2,18,20 سا	شيكاغو	2011/10/09	روسيا	ليليا شيوخوفا
2,18,37 سا	لندن	2012/04/22	كينيا	ماري جييكوسغوي

-سباق 100 متر حواجز: سباق لسيدات إذ تخصص حارة لكل متسابقة و في كل حارة 10 حواجز يجب تخطيطها.

الجدول رقم (21) : أحسن الأرقام في مسابقة 100 م حواجز.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
12,21 ثا	بيلاروسيا	1988/08/20	بيلاروسيا	يوردان كادنكفا
12,25 ثا	دراما	2014/07/06	بيلاروسيا	غينكا زاغورشفا
12,26 ثا	اشبيلية	1992/06/06	روسيا	لودميلا

-سباق 110 متر حواجز: سباق لرجال إذ تخصص حارة لكل متسابق و في كل حارة 10 حواجز يجب تخطيطها.

الجدول رقم (22) : أحسن الأرقام في مسابقة 110 م حواجز.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
أريس مريت	و.أ.م	2012/09/07	بروكسل	12,80 ثا
دايرن روبس	كوبا	2008/06/12	أوس ترافا	12,87 ثا
كسيانغ لي	الصين	2006/07/11	لوزان	12,88 ثا

-سباق 400 متر حواجز: تكون الحواجز أقل ارتفاعا في مسابقة 400 م ح عن الحواجز في مسابقتي 110 م ح و 100 م ح. ويقوم كل متسابق بالعدو في الحارة المخصصة له، ويقوم العداء باجتياز عدد (10) حواجز.

الجدول رقم (23): أحسن الأرقام في مسابقة 400 م حواجز للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
كيفن يونغ	و.م.أ	1992/08/06	برشلونة	46,78 ثا
إدوين مزييس	و.م.أ	1983/08/23	كبلنز	47,02 ثا
بريان برنسن	و.م.أ	2004/07/16	و.م.أ	48,51 ثا

-سباق 3000 متر موانع: على المتسابق أن يجتاز مسافة السباق ويؤدي خلال ذلك 28 وثبة مانع و 7 قفزات موانع مائة . في سباق الموانع يكون المانع المائي الرابع في الترتيب من كل دورة. أما ارتفاع المانع فيجب أن يكون 0,914 م . أما طول وعرض حوض الماء بما في ذلك المانع فيجب أن يكون 3,66 م.

الجدول رقم (24) : أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م موانع للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداء
7,53,63 د	بروكسل	2004/09/03	قطر	سيف سعيد شاهين
7,53,64 د	موناكو	2011/07/22	كينيا	بريمين كيروب
7,54,31 د	روما	2011/05/31	كينيا	باول كيبسيل

الجدول رقم (25) : أحسن الأرقام في مسابقة 3000 م موانع للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءة
8,58,81 د	بكين	2008/08/17	روسيا	غولنارا غالكيينا
9,05,02 د	ستوكهولم	2012/08/17	روسيا	يوليا زاروبفا
9,06,57 د	أوساكا	2007/08/27	روسيا	اكاترينا فولكوففا

- سباق التتابع : ويعتبر من أمتع المسابقات في ألعاب القوى وأكثرها تشويقاً وإثارة، للحماسة، ويتألف الفريق في هذا النوع من المسابقات من أربعة لاعبين، يركض كل منهم المسافة المقررة سواء أكانت 100 م أو 400 م، ويحمل المتسابق من كل فريق عصا، وهي عبارة عن أنبوبة ملساء مجوفة ذات مقطع دائري مصنوعة من الخشب أو المعدن ولا يزيد طولها عن 300 ملم ولا يقل عن 280 ملم أما محيطها فيتراوح بين 120 ملم، و 130 ملم، ولا يقل وزنها عن 50 غراما ويجب أن تدهن بلون مناسب ليسهل رؤيتها

أثناء السباق. هذه العصا يحملها المتسابق طيلة السباق إلى أن يسلمها إلى زميله في منطقة التسلم والتسليم، وإذا سقطت من يده فيجب أن يستعيدها نفس الرياضي الذي أسقطها .

الجدول رقم (26) :أحسن الأرقام في مسابقة 100م تتابع للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العدائين
36,84 ثا	لندن	2012/08/11	جمايكا	نستا كارتر-ميشال فراير-يوهان بلاك- يوسين بولت
37,04 ثا	لندن	2012/08/11	و.م.أ	ترل كيمونس- جوستين غاتلين- تايسون غاي-ريان بايل

الجدول رقم (27) :أحسن الأرقام في مسابقة 100م تتابع للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءات
40,82 ثا	لندن	2012/08/10	و.م.أ	تيانا بارتولتا-أليوسن فليكس-بيانكا كنيث-كارمليتا

				جنت
41,29 ثا	موس كفا	2013/08/18	جمايكا	كري روسل - كرون - شيلونيك لافرت - شيليان
41,37 ثا	كانبرا	1985/10/06	ألمانيا	سيلك غلاديش مولر - صابين غونثر - انغريد لانغ - مارليز غوهر

الجدول رقم (28): أحسن الأرقام في مسابقة 400 م تتابع للرجال.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العدائين
2,54,29 د	شتوتغارت	1993/08/22	و.م.أ	أندرو فالمون - كوينسي واتس - هاري رينولد - ميشال جونسون
2,56,60 د	أتلانتا	1996/08/03	بريطانيا	ايوان توماس - جامي بوالش - مارك ريشاردسون - روجر

				بلاك
د 2,56,72	لندن	2012/08/10	البهاماس	كريس برون - بينز - ميشال - رامون سيلر

الجدول رقم (29): أحسن الأرقام في مسابقة 400 م تتابع للسيدات.

التوقيت	المكان	التاريخ	البلد	العداءات
د 3,15,17	سيول	1988/10/01	الاتحاد السوفياتي	تاتيانا لدوفسكايا - أولغا نازاروفا - ماريا كولشونوفا - أولغا فلاديكينا
د 3,15,51	سيول	1988/10/01	و.م.أ	دنيان هورد - ديان ديكسون - فالريا بريسكو - فلورنس غريفيث
د 3,15,92	ارفورت	1984/06/03	ألمانيا	غسين والتر - صابين بوش - داغمار روبسام - ماريتا كوش

### 3-2-2-المشي :

وهي الرياضة الأكثر طبيعية بالنسبة لجميع المنافسات في ألعاب القوى، ولكنها محكومة بقانون بسيط ينظمها ولقد دخلت هذه الرياضة إلى الألعاب الأولمبية منذ عام 1968 وتم تعريف رياضة المشي بأنه التقدم بخطوات مع المحافظة على أن لا ينقطع الاتصال بالأرض. ويجب في كل خطوة أن تكون القدم المتقدمة لمسابق قد لامست الأرض قبل أن تغادر القدم الخلفية الأرض. في الألعاب الأولمبية وكذلك في السباقات الدولية الكبرى يتم ترتيب السباق 50 كلم مشي بحيث يضمن وصول أول متنافس عند غروب الشمس تقريبا حتى يمكن له التمتع بأفضل حال .

الجدول رقم (30) : أحسن الأرقام في مسابقة 20 كم مشي للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
يوسوكو سوزوكي	اليابان	2015/03/15	اليابان	1,16,36 سا
سرغي موروزوف	روسيا	2008/06/08	سارا نيك	1,16,43 سا
يوهان دينيز	فرنسا	2015/03/08	ارلس	1,17,02 سا

الجدول رقم (31) : أحسن الأرقام في مسابقة 20 كم مشي للسيدات.

العداءة	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
الميرا ألبكوف	روسيا	2015/02/27	سوشي	1,24,47 سا
أوليمبيدا ايفانوف	روسيا	2001/03/04	أدلس	1,24,50 سا

أولغا كانيسكينا	روسيا	2009/02/28	أدلى	1,24,56 سا
-----------------	-------	------------	------	------------

الجدول رقم (32) : أحسن الأرقام في مسابقة 50 كم مشي للرجال.

العداء	البلد	التاريخ	المكان	التوقيت
يوهان دينيز	فرنسا	2014/08/15	زيورخ	3,32,33 سا
نيزهغو رودوف	روسيا	2008/05/11	شبوكساري	3,34,14 سا
ماتج توث	سلوفاكيا	2015/03/21	دودينس	3,34,38 د

### 3-2-3- القفز :

- الوثب العالي : وهي رياضة تعتمد على قدرة الرياضي على الوثب عاليا من فوق عارضة، شرط عدم إسقاط العارضة من فوق الحامل. ويتم هذا الوثب عن طريق الاقتراب والارتقاء بأية طريقة من الجسم .  
طريق الاقتراب : لا يجب أن يقل طولها عن 20 مترا .

وتستعمل في الوثب العالي الأجهزة التالية :

- القوائم : يمكن استخدام أي نوع من القوائم أو الأعمدة بشرط أن تكون صلبة، ومزودة بحوامل

للعارضة، مثبتة فيها، وتكون المسافة بين القائمين أربعة أمتار على الأقل .

- العارضة : العارضة من الخشب أو المعدن أو أي مادة أخرى مناسبة ويجب أن تكون دائرية المقطع طولها

يتراوح بين 3,98 م و 4,02 م ووزنها 2 كلغ كحد أقصى .



- حاملا العارضة : يجب أن يكونا مستويين ومستطيلي الشكل، عرض كل واحد منهما 40 ملم وطوله 60 ملم .

- منطقة الهبوط : ويجب أن لا يقل طولها عن 5 أمتار وعرضها 3 م .  
طريقة تصنيف اللاعبين : تحسب لكل متنافس أحسن وثبة من وثباته .

الرقم القياسي في هذه المنافسة عند الرجال للكوبي "خافيير سوتومايور" منذ سنة 1993 حيث حقق مسافة 2,45 متر ، مازال هذا الرقم صامدا حيث أحسن رقم في السنوات الأخيرة حققه القطري "معتز برشم عيسى" بقفزة قدرها 2,43 متر.

أما عند السيدات فأحسن رقم يعود للبلغارية "ستيفكا كستادينوفا" منذ سنة 1987 قدره 2,09 متر.

الجدول رقم (33) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب العالي للرجال.

الرياضي	البلد	التاريخ	المكان	المسافة
خافيير سوتومايور	كوبا	1993/07/27	سلامانكا	2,45 متر
معتز برشم عيسى	قطر	2014/09/05	بروكسيل	2,43 متر
باتريك سوبيرغ	السويد	1987/06/13	ستوكهولم	2,42 متر

الجدول رقم (34) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب العالي للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
2,09 متر	روما	1987/08/30	بلغاريا	ستيفكا كستادينوفا
2,08 متر	زغرب	2009/08/31	كرواتيا	بلانكا فلاسيك
2,07 متر	برلين	1984/07/20	بلغاريا	ليودميلا أندونوفا

- الوثب الطويل : يحتاج لاعب الوثب الطويل إلى قدرة كبيرة من السرعة والارتقاء والوثب الطويل، عملية فنية معقدة، تحتاج إلى صفات حركية وبدنية متعددة، يبذل لاعبها أقصى جهده للوصول إلى أقصى مسافة خلال الوثب الأفقي، وتتم الوثبة بأربع مراحل هي : (الاقتراب -الارتقاء -الطيران -الهبوط). وتحسب للاعب أحسن وثبة من جميع وثباته، وعددها ثلاث .

لوحة الارتقاء : يحدد مكان الارتقاء بلوحة في مستوى طريق الاقتراب. طريق الاقتراب طولها 45 مترا على الأقل . لا تقل المسافة بين لوحة الارتقاء ونهاية منطقة الهبوط عن عشرة أمتار. توضع لوحة الارتقاء بحيث لا تقل المسافة بينها وبين حافة منطقة الهبوط عن متر واحد. وتصنع هذه اللوحة من الخشب . يتراوح طولها بين 1,21 م و 1,22 م أما عرضها فيتراوح بين 19,8 سم و20 سم وأقصى عمقها 10 سم ويجب أن تطللى باللون الأبيض .

منطقة الهبوط : الحد الأدنى لعرضها 2,75 م.

قياس مسافة الوثبة : تقاس جميع الوثبات من أقرب أثر تركه أي جزء من جسم أو أطراف المتنافس في منطقة الهبوط .

كان الرقم القياسي في هذا التخصص عند الرجال للأمريكي "بوب بيامو" منذ سنة 1968 م بقفزة قدرها 8,90 متر، تمكن سنة 1991 الأمريكي الآخر "مايكل باويل" من تحقيق رقم جديد هو 8,95 متر إذ مازال هذا الرقم صامدا حتى الآن.

أما عند السيدات فأحسن قفزة بحوزة السوفياتية "غالينا تشيستياكوف" حيث حققت 7,52 متر سنة 1988.

الجدول رقم (35) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الطويل للرجال.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضي
8,95 متر	طوكيو	1991/08/30	و.م.أ	مايكل باويل
8,90 متر	مكسيكو	1968/10/18	و.م.أ	بوب بيامو
8,87 متر	طوكيو	1991/08/30	و.م.أ	كارل لويس

الجدول رقم (36) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الطويل للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
7,52 متر	لينن غراد	1988/06/11	الاتحاد السوفياتي	غالينا تشيستياكوف

7,49 متر	نيويورك	1994/05/22	و.م.أ	جاسكي جونيركيري
7,48 متر	نويراندنبورغ	1988/07/09	ألمانيا	هيكى دريشسليير

-الوثب الثلاثي : الوثبة الثلاثية من المسابقات المشوقة والمرغوبة، إلا أنها صعبة وشديدة التأثير على الأجهزة والمفاصل والعضلات، كان يطلق على الوثبة الأولى حجلة، والثانية خطوة، والثالثة وثبة، غير أن هذه التسمية تغيرت واستبدلت باسم الوثبة الثلاثية .

تؤدي هذه المسابقة بثلاث وثبات متتالية: الوثبة الأولى والثانية تؤدي بقدم واحدة وتؤدي الثالثة، بالقدمين معا. أهم خطواتها الفنية هي : الاقتراب، ثم الارتقاء، والمشي في الهواء، والهبوط .  
تحسب للمتنافس في المباراة أحسن وثبة من بين جميع وثباته .

قواعد الوثبة الثلاثية : تؤدي الوثبة بحيث يهبط الواصل أولا على نفس القدم التي أدى بها الارتقاء وفي الخطوة يهبط على القدم الأخرى التي يأخذ بها الوثبة التالية بعدها . حسب الوثبة فاشلة، إذا لمس الواصل الأرض أثناء الوثب بالقدم الحرة . فيما يتعلق بنقط الفشل الأخرى يمكن تطبيق قواعد الوثب الطويل .

طريق الاقتراب : طول طريق الاقتراب 40 مترا كحد أدنى وعرضها 1,22 م .

مكان الارتقاء : يحدد مكان الارتقاء بلوحة موضوعة في مستوى طريق الاقتراب، وعلى بعد لا يقل عن 13 مترا من منطقة الهبوط. ويجب أن تكون المسافة بين لوحة الارتقاء ونهاية منطقة الهبوط 21 مترا كحد أدنى. أما منطقة الهبوط فيجب أن لا تقل عن 2,75 م .

قياس الوثبة الثلاثية : تقاس جميع الوثبات من أقرب أثر في منطقة الهبوط تركه أي جزء من جسم أو أطراف المتنافس إلى خط الارتقاء .

أحسن رقم في هذا التخصص عند الرجال للبريطاني "جونتان إدوارد" منذ سنة 1995 حيث حقق قفزة قدرها 18,29 متر.

أما لدى السيدات فان أحسن رقم يعود للأوكرانية "إنيسا كرافيتس" سنة 1995 إذ حققت قفزة قدرها 15,50 متر.

الجدول رقم (37) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الثلاثي للرجال.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضي
18,29 متر	غوتبورغ	1995/08/07	بريطانيا	جونتان ادوارد
18,09 متر	أتلانتا	1996/07/27	و.م.أ	كني هاريسن
18,04 متر	موسكفا	2013/08/18	فرنسا	تدي تامغو

الجدول رقم (38) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب الثلاثي للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
15,50 م	غوتبورغ	1995/08/10	أوكرانيا	إنيساك رافيتس
15,39 م	بكين	2008/08/17	الكاميرون	فرانسوا سميانغو

تايانا لبادفا	روسيا	2004/06/04	ايراکلي	15,34 م
---------------	-------	------------	---------	---------

- الوثب بالزانة : وهي رياضة يحتاج ممارستها إلى قوة عضلية ومرونة فائقة، حتى يستطيع حمل العصا المصنوعة من (الفير كلاس) والجري بها، ثم الارتقاء وتعدية الحاجز . وتتم طريقة القفز بالعصا بمراحل فنية مختلفة ومتعددة، يجب أن يجيدها اللاعب ليصل إلى المستوى المناسب وهي : مسكه الزانة-الاقتراب - الغرس والارتقاء وتقوس الزانة -الانتقال للزانة وتكوين الحرف (ل) -سحب الجسم للأعلى والارتقاء العلوي والدوران للجسم-عبور العارضة-الهبوط.

الأجهزة المستعملة :

عصا القفز : للمتنافس الحق في استخدام عصاه الخاصة ، بعد موافقة اللجنة تصنع العصا من أية مادة أو خليط من المواد، وبأي طول أو قطر على أن يكون سطحها أملس .

الاقتراب - الارتقاء - منطقة الهبوط : يجب أن لا يقل طول مسافة الاقتراب عن 40 مترا ولا يقل عرض الطريق عن 1,22 متر. أما الارتقاء بالقفز بالعصا، فيتم من صندوق مصنوع من مادة صلبة مناسبة. ويجب أن يكون مطمورا حتى مستوى الأرض، أما مساحة الهبوط، فعبارة عن مربع ضلعه لا يقل عن 5 أمتار. القوائم : يمكن استخدام أي نوع أو شكل من القوائم أو الأعمدة على أن تكون من مادة صلبة، أما المسافة بين القائمين فتتراوح بين 40,30 م و 4,37 م .

العارضة : تصنع العارضة من الخشب أو المعدن أو أية مادة أخرى مناسبة ويجب أن تكون دائرية المقطع، طولها يتراوح بين 4,48 م و 4,52 م والحد الأقصى لوزنها 2,25 كلغ .

الصندوق: يصنع الصندوق من بعض المواد الصلبة، طوله متر واحد وعرضه 60 سم.

صاحب الرقم القياسي في هذا التخصص هو الأوكراني "سيرجي بوبكا" حيث حقق 6,14 متر سنة 1994 .

أما عند السيدات أحسن رقم يعود للروسية "يلينا ايزينبايفا" إذ حققت 5,06 متر سنة 2009.

الجدول رقم (39) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب بالزانة للرجال.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضي
6,14 متر	سستريار	1994/07/31	أوكرانيا	سيرجي بوبكا
6,05 متر	أثينا	1999/06/16	روسيا	ماكسيم تاغاسف
6,05 متر	ادمنتن	2001/08/09	أستراليا	دميتري ماركف

الجدول رقم (40) : أحسن الأرقام في مسابقة الوثب بالزانة للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
5,06 متر	زيورخ	2009/08/28	روسيا	يلينا ايزينبايفا
4,92 متر	الأروغواي	2008/07/06	و.م.أ	جنيفر سوهو
4,90 متر	هنغلو	2013/06/08	كوبا	ياريسلي سيلفا

### 3-2-4-الرمي :

- رمي الجلة : تدفع الكرة (الجلة) من الكتف، ويبد واحدة فقط. عندما يأخذ المتنافس مكانه في الدائرة استعدادا للرمي، يجب أن تلمس الكرة الذقن أو تكون ملتصقة قرب الذقن .  
تقاس طول الرمية من أقرب علامة أحدثتها الكرة في الأرض إلى الحافة الداخلية لمحيط الدائرة و تؤخذ جميع القياسات مباشرة بعد كل رمية .

ترتيب المتسابقين أو المتنافسين لأخذ محاولاتهم يتم بإجراء القرعة. إذا كان عدد المتنافسين أكثر من ثمانية أشخاص، يعطى لكل لاعب ثلاث محاولات، وإذا كان عدد المتنافسين أقل من ثمانية فيعطى لكل متنافس ست محاولات .

الكرة : تصنع من الحديد الصلب أو من النحاس، أما وزنها لمسابقات الرجال، فيبلغ 7,257 كلغ، ووزنها لمسابقات النساء يبلغ 4 كلغ .

دائرة الرمي : تصنع أرضية الدائرة من الإسمنت أو الإسفلت أو أية مادة لا تساعد على الانزلاق، وطول قطرها من الداخل 2,135 م .

صاحب الرقم القياسي في هذا التخصص هو الأمريكي "راندي بارنز" منذ 1990 اذ حقق 23,12 متر، أما عند السيدات للسوفياتية "ناتاليا ليسوفسكانا" حيث حققت رمية قدرها 22,63 متر سنة 1995.

الجدول رقم (41) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي الجلة للرجال.

الرياضي	البلد	التاريخ	المكان	المسافة
راندي بارنز	و.م.أ	1990/05/20	لوس أنجلس	23,12 متر
ولف تيمرمان	ألمانيا	1988/05/22	هانيا	23,06 متر



ألساندرو اندري	إيطاليا	1987/08/12	ايطاليا	22,91 متر
----------------	---------	------------	---------	-----------

الجدول رقم (42) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي الجلة للسيدات.

الرياضية	البلد	التاريخ	المكان	المسافة
ناتاليا ليسوفسكانا	الاتحاد السوفياتي	1884/06/07	موسكفا	22,63 متر
إلونا برياسنيك	ألمانيا	1980/05/11	بوت سدام	22,45 متر
هلنا فيسينغروفا	جمهورية التشيك	1977/08/20	نيترا	22,32 متر

- رمي الرمح : يرمى الرمح أثناء المنافسات، لتحقيق أطول مسافة بطريقة خاصة، تتباطئ فيها سرعة الاقتراب والأوضاع الفنية الخاصة، التي تساعد الرمح لاكتساب أقصى قوة انطلاق لأطول مدى ممكن .

الخطوات الفنية لرمي الرمح : تمر طريقة رمي الرمح بمراحل فنية متعددة يجب على اللاعب أن يجيدها، ليصل إلى المستوى المناسب وهي : مسك الرمح - حمله - وقفة الاستعداد - الاقتراب - خطوات الرمي - الإرسال - الاحتفاظ بالتوازن بعد الرمي .

شروط الرمي : لا تعتبر الرمية صحيحة، إلا إذا لمس نصل الرمح المعدني الأرض قبل أي جزء آخر منه. ولا تحتسب المحاولة محاولة إذا كسر الرمح في أي وقت أثناء أداء الرمية.

ولكي تعتبر الرمية صحيحة يجب أن يسقط الرمح داخل الحدود الداخلية لخطي قطاع الرمي، وعرض كل منهما 5 سنتيم. تقاس كل رمية بعد عملية الرمي فوراً من أقرب أثر تركه سنان الرمح على الأرض حتى الحد الداخلي لقوس الرمي .

طريق الاقتراب : ينبغي أن لا يزيد طولها عن 36,5 م ولا يقل عن 30 متراً .

الرمح : يتألف الرمح من ثلاثة أجزاء هي : الرأس، الجسم، وحبل المقبض. أما وزنه فمقداره 800 غرام للرمح الذي يستعمله للرجال و 600 غ للرمح الذي يستعمله النساء.

صاحب الرقم القياسي في هذا التخصص هو التشيكي "جان زيليزني" حيث حقق سنة 1996 رمية قدرها 98,48 متر.

أما صاحبة الرقم القياسي هي التشيكية "بربورا سبوتكوفاف" إذ حققت رمية قدرها 72,28 متر سنة 2008.

الجدول رقم (43) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي الرمح للرجال.

الرياضي	البلد	التاريخ	المكان	المسافة
جان زيليزني	جمهورية التشيك	1996/05/25	جنا	98,48 متر
أكي بارفيانن	فلندا	1999/06/26	كورتان	93,09 متر
سرغيماف كارف	روسيا	2002/06/30	شيفيلد	92,61 متر

الجدول رقم (44) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي الرمح للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
72,28 متر	شتوتغارت	2008/09/13	جمهورية التشيك	بربورا سبوتكوفاف
71,99 متر	دياغو	2011/09/02	روسيا	ماريا أباكومفافي
71,70 متر	هلسنكي	2005/08/14	كوبا	أليسدايليس مينيندز

- رمي القرص : لكي يحصل لاعب القرص على أطول مسافة ممكنة يجب أن ينطلق القرص بأقصى سرعة ممكنة، وبزاوية معينة، ويعتمد رمي القرص على النواحي الفنية التالية : وقفة الاستعداد - حمل القرص - الأرجحة الاستعدادية للدوران - الدوران - الانطلاق - التخلص وحفظ التوازن .

قواعد رمي القرص : تطبق في رمي القرص قواعد رمي الكرة الحديدية نفسها، وحتى تكون المحاولة صحيحة، يجب أن تسقط الأداة في نقطة بين الحدين الداخليين لخطي مقطع الرمي. أما القرص فيرمى من دائرة قطرها 2,50 م .

القرص : يصنع القرص من الخشب أو من مادة أخرى مناسبة، ويحيط به إطار معدني ذو حد دائري . وزن القرص الذي يستعمله الرجال 2 كلف أما القرص الذي تستعمله النساء فوزنه كلف واحد .

الرقم القياسي في هذا التخصص يعود للألماني "يورغن شولت" سنة 1986 اذ حقق 74,08 متر.

أما لدى السيدات فأحسن رقم بحوزة الألمانية "غابرييل راينش" حيث حققت 76,80 متر سنة 1988.

الجدول رقم (45) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي القرص للرجال.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضي
74,08 متر	ألمانيا	1986/06/06	ألمانيا	يورغن شولت
73,88 متر	كاوناس	2000/08/03	ليتوانيا	فيرجيليجوس ألكنا
73,38 متر	السويد	2006/09/04	استونيا	غرد كانتر

الجدول رقم (46) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي القرص للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
76,80 متر	ألمانيا	1988/06/09	ألمانيا	غابرييل رانيش
74,56 متر	نيترا	1984/08/26	جمهورية التشيك	زدنكا سيلهافا
74,56 متر	ألمانيا	1989/07/23	ألمانيا	إلك ويلودا

- رمي المطرقة : تؤدي جميع رميات المطرقة من داخل سياج أو قفص حرصا على سلامة المتفرجين والحكام والمتنافسين .

القفص : اتساع فتحته ستة أمتار وتبعد عن مستوى مركز دائرة الرمي مسافة قدرها 4,20 م، ويصنع من سبعة إطارات من الشبك عرض الواحد منها 2,74 م، ويصان باستمرار، لكي يكون قادرا على إيقاف مطرقة وزنها 7,260 كلغ، وذات رأس قدرة 11 سم، وتتحرك بسرعة تصل إلى 29 م في الثانية .

دائرة الرمي : قطرها الداخلي 2,135 م .

المطرقة : تتألف المطرقة من الأجزاء التالية :

الرأس المعدني، ويصنع من الحديد الصلب السلك، ويجب أن يكون مفردا غير موصول، مصنوعا من الصلب ولا يقل قطره عن 3 ملم، ولا يتمدد أثناء رمي المطرقة.

المقبض : يصنع من حلقة أو حلقة مزدوجة، ويجب أن تكون صلبة، وبدون مفاصل من أي نوع .

مواصفات المطرقة القياسية :

وزنها : يتراوح بين 7,265 كلغ و 7,285 كلغ .

طول المطرقة : طولها ابتداء من منتصف المقبض، يتراوح بين 117,5 سنتم، و 121,5 سنتم و وقطر رأسها يتراوح بين 11 سنتم و 13 سنتم .

طريقة اللعب: يتم ترتيب المتنافسين لأخذ محاولاتهم بإجراء القرعة، يرمي اللاعب المطرقة من الدائرة، وحتى تكون الرمية صحيحة، يجب أن تسقط المطرقة داخل الحدين الداخليين لخطي مقطع الرمي، وهما الخطان الشعاعان الممتدان من مركز الدائرة بزواوية مقدارها 40 درجة .

وتستخدم نفس القوانين المرعية الإجراء في رمي القرص والكرة الحديدية، بالنسبة للعدد المحاولات، وقياس المسافة التي تجتازها المطرقة .

الجدول رقم (47) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي المطرقة للرجال.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضي
86,74 متر	شتوتغارت	1986/08/30	الاتحاد السوفياتي	يوري سيديخ
86,04 متر	درسدن	1986/07/03	الاتحاد السوفياتي	سرغي ليتفينف
84,90 متر	مينسك	2005/07/21	بيلاروسيا	فاديمد فياتفسكي

الجدول رقم (48) : أحسن الأرقام في مسابقة رمي المطرقة للسيدات.

المسافة	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
79,58 متر	برلين	2014/08/31	بولونيا	أنيتا ودراسزي
79,42 متر	هال	2011/05/21	ألمانيا	بتي هايدلر
78,80 متر	موس كفا	2013/08/16	روسيا	تاتيانا ليسنكو

### 3-2-5- الفعاليات المركبة :

- العشاري : تتكون مسابقة العشاري من 10 فعاليات مختلفة وتقام على مدى يومين متتاليين، يتم توزيع النقاط على كل رياضي حسب ترتيبه في كل فعالية، ويتم جمع النقاط لوضع الترتيب النهائي بعد آخر مسابقة، واللاعب الفائز هو الذي جمع أكبر عدد من النقاط.

اليوم الأول(100 م ، القفز الطويل ،رمي الجلة ، القفز العالي ، 400 م).

اليوم الثاني(110 م ح ،رمي القرص ،القفز بالزانة ،رمي الرمح ، 1500 م).

الجدول رقم (49) : أحسن الأرقام في مسابقة العشاري.

النقاط	المكان	التاريخ	البلد	الرياضي
9039	أوجن	2012/06/23	و.م.أ	أشتون أوتن
9026	غوتزيس	2001/05/21	ج التشيك	رومان صبرل
8994	براها	1999/07/04	ج التشيك	توماس دفراك

- السباعي : هي مسابقة ألعاب قوى خاصة للسيدات، ويعادلها العشاري لدى الرجال، تم إحلالها بدلا من مسابقة الخماسي عام 1984 وتقام على مدى يومين متتاليين. تتكون من 7 فعاليات مختلفة، يتم توزيع النقاط على كل رياضي حسب ترتيبه في كل فعالية، ويتم جمع النقاط لوضع الترتيب النهائي بعد آخر مسابقة.

اليوم الأول(100 م ح ،القفز العالي ،رمي الجلة).

اليوم الثاني(القفز الطويل ،200 م ،رمي الرمح ،800 م).

الجدول رقم (50) : أحسن الأرقام في مسابقة السباعي.

النقاط	المكان	التاريخ	البلد	الرياضية
7291	سيول	1988/09/24	و.م.أ	جاكي جوينركيرسي
7032	أوساكا	2007/08/26	السويد	كارولينا كليفت
7007	بريانسك	1989/06/11	الاتحاد السوفياتي	لاريسا تورشنسكايا

## خلاصة :

يميل معظم الناس لمتابعة أو ممارسة رياضة ألعاب القوى كونها رياضة ذات اختصاصات مختلفة وبالتالي تتعدد المسابقات فيها وهذا ما أظفا عليها كثيرا من المتعة والتشويق وذلك لأن المجال التنافسي فيها كبير .



# الباب الثاني

# الدراسة الميدانية

## مدخل الباب الثاني :

تتضمن الباب الثاني فصلين حيث قام الطالب الباحث بعرض مفصل لمنهجية البحث وإجراءاته الميدانية في الفصل الأول، بينما تضمن الفصل الثاني عرض وتحليل النتائج ومناقشتها إضافة إلى مقارنة النتائج بالفرضيات مع طرح مجموعة من الاستنتاجات ، والتطرق إلى خلاصة عامة وفي الأخير أبرزنا أهم التوصيات لأخذها بعين الاعتبار.

# الفصل الأول

(منهجية البحث والإجراءات

الميدانية)

## تمهيد :

لكل دراسة علمية أسس علمية دقيقة يبني عليها الباحث انطلاقته في عملية البحث و الدراسة، حيث تكون بمثابة المرشد الذي يوجهه حتى تتم الدراسة بدقة و موضوعية.  
و بدورنا نحن الباحثان اعتمدنا على مجموعة من الأسس لكي نبني عليها دراستنا.

## 1- منهج البحث :

تختلف المناهج من بحث لآخر باختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه، و منه حسب طبيعة بحثنا هذا و الأهداف التي نود الوصول إليها ارتأينا استخدام المنهج التاريخي وذلك لملائمته لدراستنا.

## 2- عينة البحث :

حسب طبيعة دراستنا تمثلت عينة البحث في الرياضيين المتفوقين في مختلف البطولات (الوطنية، العربية، الإفريقية، العالمية) في فعاليات ألعاب القوى الساحة و الميدان وشملت الجدول التالي :

الجدول رقم (51): أفراد عينة البحث التي شملتهم الدراسة (رجال).

المستوى	الوطني	العربي	الإفريقي	العالمي
100م	Mustapha Kamel Selmi	Samuel Francis(QAT)	OlusojiFasuba(NI G)	UsainBolt(JA M)
200م	Malik- Khaled Louahla	Femi Ogunode(QAT)	Frank Fredericks(NAM)	UsainBolt(JA M)

Michael Johnson(USA)	Isaac Makwala(BOT)	Yousef Ahmed Masrahi(KSA)	Malik-Louahla	400م
David Rudisha(KEN)	David Rudisha(KEN)	Abubaker Kaki(SUD)	Djabir Saïd-Guerni	800م
Hicham El Guerrouj(MAR)	Hicham El Guerrouj(MAR)	Hicham El Guerrouj(MAR)	Noureddine Morceli	1500م
Daniel Komen(KEN)	Daniel Komen(KEN)	Hicham El Guerrouj(MAR)	Ali Saïdi-Sief	3000م
KenenisaBekele(ETH)	KenenisaBekele(ETH)	Brahim Lahlafi(MAR)	Ali Saïdi-Sief	5000م
KenenisaBekele(ETH)	KenenisaBekele(ETH)	Ahmad Hassan Abdullah(QAT)	KhoudirAggoune	10000م
Dennis KiprutoKimetto(KEN)	Dennis KiprutoKimetto(KEN)	Jaouad Gharib(MAR)	Rachid Ziar	الماراتون
Yusuke Suzuki(JPN)	Hatem Ghoula(TUN)	Hatem Ghoula(TUN)	Abdelwahab Ferguène	20 كلم مشي
Yohann Diniz(FRA)	Marc Mundell(RSA)	Hatem Ghoula(TUN)	Abdelwahab Ferguène	50 كلم مشي
WilhemBelocian(FRA)	LehannFourie(RSA)	Mathieus Jouda(SUD)	Othmane Hadj Lazib	110 م حواجز
Danny Harris(USA)	Samuel Matete(ZAM)	Ibrahim Al-Hamaidi(KSA)	Miloud Rahmani	400 م حواجز
SaifSaaeedShaheen(QAT)	BriminKipruto(KEN)	SaifSaaeedShaheen(QAT)	Laïd Bessou	3000 م موانع
Ashton Eaton(USA)	Willem Coertzen(RSA)	Larbi Bouraada(ALG)	Larbi Bouraada	العشاري

Javier Sotomayor(CUB)	Jacques Freitag(RSA)	Mutaz Essa Barshim(QAT)	Abderrahmane Hammad	القفز العالي
Mike Powell(USA)	Godfrey Khotso Mokoena(RSA)	Mohamed Al Khuwalidi(KSA)	Issam Nima	القفز الطويل
Jonathan Edwards(GBR)	Tarik Bouguetaïb(MOR)	Tarik Bouguetaïb(MAR)	Lotfi Khaïda	القفز الثلاثي
Sergey Bubka(UKR)	Okkert Brits(RSA)	Mohamed Kabiba(MAR)	Lakhdar Rahal	القفز بالزانة
Randy Barnes(USA)	Janus Robberts(RSA)	<u>Sultan Abdulmajeed Alhabashi(KSA)</u>	Jean-Marie Djébaïli	رمي الجلة
Jürgen Schult(GDR)	Frantz Kruger(RSA)	Ahmed Ghazzali(EGY)	Oualid Boudaoui	رمي القرص
Yuriy Sedykh(URS)	Mostafa Al-Gamel(EGY)	Mostafa Al-Gamel(EGY)	Hakim Toumi	رمي المطرقة
Jan Zelezný(CZE)	Ihab Abdelrahman el-Sayed(EGY)	Ihab Abdelrahman el-Sayed(EGY)	Ahmed Mahour Bacha	رمي الرمح

الجدول رقم (52): أفراد عينة البحث التي شملتهم الدراسة (سيدات).

العالمي	الإفريقي	العربي	الوطني	المستوى المسابقة
Florence Griffith-	Blessing Okagbare(NGR)	Rokia Elghasra(BHR)	Souheir Bouali	100م

Joyner(USA)				
Florence Griffith-Joyner(USA)	Evette de Klerk(RSA)	Rokia Elghasra(BHR)	Yasmina Azzizi	م200
Marita Koch(GDR)	FalilatOgunkoya(NGR)	Noual Moussa(SUD)	Zahra Bouras	م400
JarmilaKratochvílová (TCH)	Pamela Jelimo(KEN)	Hasna Benhassi(MAR)	HassibaBoulmerka	م800
Yunxia Qu(CHN)	HassibaBoulmerka(ALG)	HassibaBoulmerka(ALG)	HassibaBoulmerka	م1500
Junxia Wang(CHN)	Hellen Obiri(KEN)	Zahra Ouaziz(MAR)	Souad Aït Salem	م3000
TiruneshDibaba (ETH)	TiruneshDibaba(ETH)	Zahra Ouaziz(MAR)	Souad Aït Salem	م5000
Junxia Wang(CHN)	MeselechMelkamu(ETH)	AsmaeLeghzaoui(MAR)	Souad Aït Salem	م10000
Paula Radcliffe(GBR)	Mary Keitany(KEN)	Asmae Leghzaoui(MAR)	Souad Aït Salem	الماراتون
Elmira Alembekova (RUS)	Grace WanjiruNjue(KEN)	Chaïma Trabelsi(TUN)	Bahia Boussad	20 كلم مشي
Yordanka Donkova(BUL)	Glory Alozie(NGR)	Yasmina Azzizi(ALG)	Yasmina Azzizi	م 100 حواجز
YuliyaPechenkina (RUS)	Nezha Bidouane(MAR)	Nezha Bidouane(MAR)	Houria Moussa	م 400 حواجز
Gulnara Galkina(RUS)	EuniceJepkorirKerich(KEN)	Habiba Gharbi(TUN)	Amina Betiche	م 3000 موانع
Jackie Joyner-Kersey(USA)	Margaret Simpson(GHA)	Yasmina Azzizi(ALG)	Yasmina Azzizi	السباعي
StefkaKostadinova (BEL)	HestrieCloete(RSA)	GhadaChaa(SRY)	Sara Bouaoudia	القفز العالي
Galina	Chioma	Ghada	Baya Rahouli	القفز الطويل



Chistyakova (URS)	Ajunwa(NGR)	Chaa(SRY)		
Inessa Kravets(UKR)	Françoise Mbango Etone(CAM)	Yamilé Aldama(SUD)	Baya Rahouli	القفز الثلاثي
Elena Isinbaeva(RUS)	Elmarie Gerryts(RSA)	Laila Benyousef(TUN)	Sonia Halliche	القفز بالزانة
NatalyaLisovsk aya (URS)	Vivian Chukwuemeka (NGR)	Nada Kaaouar(JRD)	Yasmina Azzizi	رمي الجلة
Gabriele Reinsch(GDR)	Elizna Naude(RSA)	MoniaKari(TUN)	Aïcha Dahmous	رمي القرص
Anita Wlodarczyk (POL)	Amy Sène(SEN)	Marwa Houcine(EGP)	Amina Saada	رمي المطرقة
BarboraŠpotáko vá (CZE)	Sunette Viljoen(RSA)	Aida Selam(TUN)	FaïzaKadri	رمي الرمح

### 3- مجالات البحث :

- البشري : تمثل في الأبطال الوطنيين والدوليين في ألعاب القوى وعددهم (102).

- المكاني : معهد التربية البدنية والرياضية - مستغانم - .

- الزماني : بدأنا العمل من يوم 01 جانفي 2015 - 18 ماي 2015.

### 4- متغيرات البحث :

لا يوجد متغيرات في بحثنا هذا كوننا ندرس أرقام مجردة عبارة عن مقاييس ثابتة.

## 5- أدوات البحث :

- المصادر باللغة العربية.
- المصادر باللغة الأجنبية.
- الدراسات والبحوث السابقة.
- موقع الاتحاد الدولي لألعاب القوى.
- موقع الاتحاد الإفريقي لألعاب القوى.
- موقع الاتحاد العربي لألعاب القوى.
- موقع الاتحاد الوطني لألعاب القوى.
- الموسوعات المختلفة من الانترنت و الكتب.

## 6- الأسس العلمية للاختبارات المستخدمة :

استخدمنا في بحثنا أرقام رياضية مأخوذة من جهات موثوقة ، حيث أن هذه الأرقام ثابتة ذات دلالة موضوعية لا تتأثر بأي أساس.

## 7- الدراسة الإحصائية :

علم الإحصاء هو ذلك العلم الذي يبحث عن جميع البيانات، تنظيمها، عرضها، تحليلها واتخاذ القرار بناءا عليها.

من أجل تحليل الأرقام المحققة في مختلف المستويات كان لازماً التعامل بالعمليات الإحصائية التالية :

- حساب الفرق بين الرقم الوطني وكل من الرقم العالمي، الرقم الإفريقي، الرقم العربي.

( الرقم العالمي - الرقم الوطني = الفرق بين الرقم العالمي و الوطني ).

( الرقم الإفريقي - الرقم الوطني = الفرق بين الرقم الإفريقي و الوطني ).

( الرقم العربي - الرقم الوطني = الفرق بين الرقم العربي و الوطني ).

- حساب نسبة الفرق بين الرقم الوطني وكل من الرقم العالمي، الرقم الإفريقي، الرقم العربي.

الرقم العالمي ← 100 بالمئة.

الفرق 1 ← س

س = (الفرق 1 \* 100) / الرقم العالمي.

الرقم الإفريقي ← 100 بالمئة.

الفرق 2 ← ع

ع = (الفرق 2 \* 100) / الرقم الإفريقي.

الرقم العربي ← 100 بالمئة.

الفرق 3 ← ص

ص = (الفرق 3 \* 100) / الرقم العربي .

- س : هو نسبة الفرق بين الرقم الوطني و الرقم العالمي .

- ع : هو نسبة الفرق بين الرقم الوطني والرقم الإفريقي .

- ص : هو نسبة الفرق بين الرقم الوطني والرقم العربي .

- الفرق 1 : هو الفرق بين الرقم الوطني و الرقم العالمي .

- الفرق 2 : هو الفرق بين الرقم الوطني والرقم الإفريقي .

- الفرق 3 : هو الفرق بين الرقم الوطني والرقم العربي .

حساب النسبة المئوية للرقم الوطني إلى كل من الرقم العالمي، الرقم الإفريقي، الرقم العربي .

م 1 = ( 100 بالمئة - س ) .

م 2 = ( 100 بالمئة - ع ) .

م 3 = ( 100 بالمئة - ص ) .

- م 1 : هو النسبة المئوية للرقم الوطني إلى الرقم العالمي .

- م 2 : هو النسبة المئوية للرقم الوطني إلى الرقم الإفريقي .

- م 3 : هو النسبة المئوية للرقم الوطني إلى الرقم العربي .

## 8- صعوبات البحث :

- قلة المصادر والمراجع.
- ضيق الوقت.
- عدم التمكن من الحصول على الدراسات المشابهة.
- نقص الخبرة باعتبارها أول دراسة في هذا المجال.
- صعوبة الحصول على الأرقام من المصادر الموثوقة.

# الفصل الثاني

(عرض و تحليل ومناقشة

النتائج)

تمهيد :

تطرقنا في هذا الفصل إلى عرض وتحليل الأرقام العربية و الإفريقية و العالمية و مقارنتها بالرقم الوطني و ذلك في مختلف مسابقات ألعاب القوى، و من هذا خرجنا بمجموعة من الاستنتاجات و التوصيات.

## 1- عرض و مناقشة نتائج الدراسة :

### 1-1- عرض و مناقشة نتائج مسابقات ألعاب القوى لدى الرجال :

- الجري :

الجدول رقم (53) المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات القصيرة على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند الرجال.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضي	البلد
100 م ثا/أجزاء الثانية	الوطني	10,34	مصطفى سالمي	الجزائر
	العربي	09.99	ساموال فرانسيس	قطر
	الإفريقي	09,85	أوسحي فاسوبا	نيجيريا
	العالمي	09,58	أوسيان بولت	جامايكا
200 م ثا/أجزاء الثانية	الوطني	20,62	مليك الوحلة	الجزائر
	العربي	20,06	فيمي أغوندي	قطر
	الإفريقي	19,68	فرانك فريدريك	ناميبيا
	العالمي	19,19	أوسيان بولت	جامايكا

الجزائر	مليك الوحلة	45,13	الوطني	400 م ثا/أجزاء الثانية
السعودية	يوسف أحمد مصرحي	44,43	العربي	
بوتسوانا	إسحاق ماكوالا	44,01	الإفريقي	
و.م.أ	مايكل جونسون	43,18	العالمي	
الجزائر	عثمان حاج لزيب	13,46	الوطني	110 م حواجز ثا/أجزاء الثانية
السودان	تود ماتيس جود	13,45	العربي	
جنوب إفريقيا	ليهان فوربا	13,24	الإفريقي	
و.م.أ	أريس ميرت	12,80	العالمي	
الجزائر	ميلود رحامي	49,34	الوطني	400 م حواجز ثا/أجزاء الثانية
السعودية	ابراهيم الحمايدي	48,94	العربي	
زامبيا	صامويل ماتيتي	48,76	الإفريقي	
السعودية	داني هاريس	48,02	العالمي	
الجزائر	/	39,89	الوطني	100 م تتابع ثا/أجزاء الثانية
السعودية	/	38,98	العربي	
نيجيريا	/	37,94	الإفريقي	
جاميكا	/	36,84	العالمي	



- يتضح من خلال الجدول (53) أن الرقم الوطني في مسابقة 100 م رقم متواضع مقارنة بالرقم العربي و بمقارنته مع الرقم الإفريقي والرقم العالمي يظهر لنا أنه ضعيف و بعيد كل البعد عن المستوى العالي حيث لا يسمح حتى بالمشاركة في الملتقيات الدولية و ذلك لتدني مستواه.

- نلاحظ من خلال الجدول (53) أن الرقم الوطني في مسابقة 200 م متواضع و دون المستوى و ذلك بمقارنته مع كل من الرقم العربي و الرقم الإفريقي و الرقم العالمي إذ يجب مراجعته لمعرفة أسباب هذا التدهور.

- باستعراض الأرقام القياسية في مسابقة 400 م نلاحظ أن الرقم الوطني ضعيف مقارنة بالرقم العربي و الإفريقي و العالمي و لا يسمح حتى بالمشاركة في الملتقيات الدولية لبعده عن المستوى العالي.

- من خلال الجدول (53) يتضح أن الرقم الوطني في مسابقة 110 م حواجز قريب جدا من الرقم العربي مع تفوق طفيف لهذا الأخير أما بالمقارنة مع الرقم الإفريقي و الرقم العالمي نكتشف مدى ضعف الرقم الوطني في هذا التخصص.

- نلاحظ من خلال الجدول (53) أن الرقم الوطني في سباق 400 م حواجز متواضع و بعيد كل البعد عن الرقم العربي و الرقم الإفريقي و كذا الرقم العالمي حيث لا يأهل للمشاركة في الملتقيات الدولية.

- يتضح من الجدول (53) أن الرقم الوطني في سباق 100 م تتابع متواضع و بعيد كل البعد عن الرقم العربي و الرقم الإفريقي و كذا الرقم العالمي حيث يجب مراجعته لمعرفة أسباب هذا التأخر.

الجدول رقم (54) المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات المتوسطة على المستوى الوطني و العربي و

الإفريقي و العالمي عند الرجال.

البلد	الرياضي	الانجاز	المستوى	التخصص
الجزائر	جابر سعيد القرني	01,43,09	الوطني	800 م
السودان	أبو بكر كاكي	01,42,69	العربي	د/ثا/أجزاء ثا
كينيا	دافيد روديشا	01,40,91	الإفريقي	
كينيا	دافيد روديشا	01,40,91	العالمي	
الجزائر	نور الدين مرسلي	03,27,37	الوطني	1500 م
المغرب	هشام القروج	03,26,00	العربي	د/ثا/أجزاء ثا
المغرب	هشام القروج	03,26,00	الإفريقي	
المغرب	هشام القروج	03,26,00	العالمي	
الجزائر	علي سعيد سيف	07,25,02	الوطني	3000 م
المغرب	هشام الغروج	07,23,09	العربي	د/ثا/أجزاء ثا
كينيا	دانيال كومان	07,20,67	الإفريقي	
كينيا	دانيال كومان	07,20,67	العالمي	
الجزائر	لعيد بيسو	08,10,23	الوطني	3000 م موانع
قطر	سيف سعيد شهين	07,53,63	العربي	د/ثا/أجزاء ثا
جنوب إفريقيا	برمين كبروتو	07,53,64	الإفريقي	

قطر	سيف سعيد شهين	07,53,63	العالمي	
-----	---------------	----------	---------	--

- يتضح من الجدول (54) أن الرقم الوطني في مسابقة 800 م يتأخر عن الرقم العربي بأجزاء الثانية أما بالمقارنة مع الرقم الإفريقي فانه أفضل من الرقم الوطني مع العلم أن أحسن رقم عالمي يعود للعداء صاحب أحسن رقم إفريقي.

- من خلال الجدول (54) نلاحظ أن الرقم الوطني في سباق 1500 م رقم جد مقبول و مشرف و ذلك بفضل العداء نور الدين مرسللي اذ يحتل رقمه المركز الثاني عربيا و الثالث إفريقيا و عالميا و يبقى من أحسن الأرقام في هذا التخصص، كما يوجد نخبة من العدائين الوطنيين الجيدين في هذا التخصص على غرار توفيق مخلوفي.

- نلاحظ من خلال الجدول (54) أن الرقم الوطني في مسابقة 3000 م لا يبعد كثيرا عن الرقم العربي و الرقم الإفريقي و العالمي حيث شهد هذا التخصص تألق عدة عدائين جزائريين على غرار نور الدين مرسللي و علي سيف سعيد.

- باستعراض الأرقام القياسية في مسابقة 3000 م موانع نلاحظ أن الرقم العربي هو الأحسن عالميا و بمقارنة الرقم الوطني مع هذا الرقم و كذا الرقم الإفريقي نكتشف مدى تواضعه و بعده عن المستوى العالمي.

الجدول رقم (55) المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات الطويلة على المستوى الوطني و العربي و

الإفريقي و العالمي عند الرجال.

البلد	الرياضي	الانجاز	المستوى	التخصص
الجزائر	علي سعيد سيف	12,50,86	الوطني	5000 م
المغرب	إبراهيم لحلافي	12,49,28	العربي	د/ثا/أجزاء الثانية
إثيوبيا	كينينسا بيكلي	12,37,35	الإفريقي	
إثيوبيا	كينينسا بيكلي	12,37,35	العالمي	
الجزائر	خودير عقون	27,58,03	الوطني	10000 م
قطر	أحمد حسن عبد الله	26,38,08	العربي	د/ثا/أجزاء الثانية
إثيوبيا	كينينسا بيكلي	26,17,53	الإفريقي	
إثيوبيا	كينينسا بيكلي	26,17,53	العالمي	
الجزائر	رشيد زيار	02,09,54	الوطني	الماراثون
المغرب	جواد غريب	02,05,30	العربي	سا/د/ثا
كينيا	دانيس كميوتو	02,02,57	الإفريقي	
كينيا	دانيس كميوتو	02,02,57	العالمي	
الجزائر	عبد الوهاب فرقان	01,22,52	الوطني	20 كلم مشي
تونس	حاتم غولة	01,19,02	العربي	سا/د/ثا
تونس	حاتم غولة	01,19,02	الإفريقي	

اليابان	يوسوكي سوزوكي	01,16,36	العالمي	
الجزائر	حميمد رحوي	04,19,15	الوطني	50 كلم مشي
تونس	حاتم غولة	03,58,44	العربي	سا/د/ثا
جنوب إفريقيا	مارك مونديل	03,55,32	الإفريقي	
فرنسا	يوهان دينيز	03,32,33	العالمي	

- من خلال الجدول (55) نلاحظ تقارب كبير بين الرقم الوطني والرقم العربي في تخصص 5000 م ، أما بمقارنة الرقم الوطني مع الرقم الإفريقي يتضح وجود فرق كبير بينهما ، نخص بالذكر أن الرقم الإفريقي هو نفسه أحسن رقم عالمي إذ تعرف هذه المسابقة سيطرة شبه كلية للعدائين الأفارقة خصوصا الإثيوبيين و الكينيين.

- باستعراض الأرقام القياسية في سباق 10000 م نلاحظ أن الرقم الوطني بعيد نوعا ما عن الرقم العربي ، وبعيد كل البعد عن الرقم الإفريقي الذي هو نفسه أحسن رقم عالمي و هذا راجع إلى التفوق الملحوظ للعدائين الأفارقة في هذا التخصص.

- يتضح من الجدول (55) أن الرقم الوطني في الماراتون متواضع مقارنة بالرقم العربي و ضعيف مقارنة بالرقم الإفريقي الذي هو نفسه أحسن رقم عالمي.

- من خلال الجدول (55) نلاحظ أن الرقم الوطني في مسابقة 20 كلم مشي دون المستوى مقارنة بالرقم العربي الذي هو نفسه الرقم الإفريقي ، و بمقارنته بالرقم العالمي هناك فرق شاسع بينهما و ذلك يعود لقلة ممارسة هذا الرياضة في الجزائر.

- يتضح من الجدول (55) أن الرقم الوطني في مسابقة 50 كلم مشي متواضع مقارنة بالرقم العربي و الرقم الإفريقي ، أما بمقارنته مع الرقم العالمي فيمكن اعتباره ضعيف بحيث يوجد فرق شاسع بينهما.

- الرمي :

الجدول رقم (56) المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات الرمي على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند الرجال.

البلد	الرياضي	الانجاز	المستوى	التخصص
الجزائر	جون ماري جبايلي	19,07	الوطني	رمي الجلة
السعودية	سلطان الحبشي	21,13	العربي	م/سم
جنوب إفريقيا	جانوس روبرت	21,97	الإفريقي	
و.م.أ	راندي بارنيس	23,12	العالمي	
الجزائر	وليد بوداوي	55,04	الوطني	رمي القرص
مصر	عمر أحمد الغزالي	66,58	العربي	م/سم
جنوب إفريقيا	فرانتز كروغير	70,32	الإفريقي	
ألمانيا	جورغن سشولت	74,08	العالمي	
الجزائر	حكيم تومي	74,76	الوطني	رمي المطرقة
مصر	مصطفى الجمل	81,27	العربي	م/سم
مصر	مصطفى الجمل	81,27	الإفريقي	

إ.السوفياتي	يورين سيديخ	86,74	العالمي	
الجزائر	أحمد ماهور باشا	70,20	الوطني	رمي الرمح م/سم
مصر	إيهاب عبد الرحمان	89,21	العربي	
مصر	إيهاب عبد الرحمان	89,21	الإفريقي	
ج.التشيك	جان زيليزني	98,48	العالمي	

- من خلال الجدول (56) نلاحظ أن الرقم الوطني في مسابقة رمي الجلة رقم متواضع وضعيف وذلك مقارنة بالرقم العربي و الرقم الإفريقي و الرقم العالمي.

- يتضح من الجدول (56) أن الرقم الوطني في مسابقة رمي القرص ضعيف وذلك عند مقارنته مع الرقم العربي و الرقم الإفريقي و الرقم العالمي، حيث لا يسمح حتى بالمشاركة في المنافسات الدولية.

- نلاحظ من خلال الجدول (56) أن الرقم الوطني في مسابقة رمي المطرقة متواضع مقارنة بالرقم العربي الذي هو نفسه الرقم الإفريقي، أما بالمقارنة مع الرقم العالمي فهو رقم ضعيف و بعيد كل البعد عن المستوى العالي.

- من خلال الجدول (56) يتضح أن الرقم الوطني في مسابقة رمي الرمح بعيد عن المستوى و ذلك مقارنة الرقم العربي و الإفريقي و الرقم العالمي وهذا ما يعكس واقع هذه الرياضة في وطننا.

- القفز :

الجدول رقم (57) المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات القفز على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند الرجال.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضي	البلد
القفز العالي م/سم	الوطني	02,34	عبد الرحمان حماد	الجزائر
	العربي	02,43	معتز عيسى برشم	قطر
	الإفريقي	02,38	جاسكو يفرنتاغ	جنوب إفريقيا
	العالمي	02,45	خافيير سوتومايور	كوبا
القفز بالزانة م/سم	الوطني	05,34	لخضر رحال	الجزائر
	العربي	05,45	محمد كريب	المغرب
	الافريقي	06,03	أكريت بريتس	جنوب إفريقيا
	العالمي	06,14	سيرغي بوبكا	أوكرانيا
القفز الطويل م/سم	الوطني	08,26	عصام نيما	الجزائر
	العربي	08,48	محمد الخوالدي	السعودية
	الإفريقي	08,50	غودفريخوستو	جنوب إفريقيا
	العالمي	08,95	ميكي باول	و.م.أ
القفز الثلاثي	الوطني	16,92	لطفى خايدا	الجزائر



م/سم	العربي	17,37	طارق بوغويتاب	المغرب
	الإفريقي	17,37	طارق بوغويتاب	المغرب
	العالمي	18,29	جوتتان ادوارد	بريطانيا

- نلاحظ من الجدول (57) أن الرقم الوطني في مسابقة القفز العالي بعيد عن الرقم العربي لكون هذا الأخير رقم جيد، أما بالنسبة للرقم الإفريقي فلا يوجد فرق كبير بينه و بين الرقم الوطني، وبمقارنته مع الرقم العالمي يظهر أنه ضعيف و دون المستوى.

- يتضح من الجدول (57) أن الرقم الوطني في مسابقة القفز بالزانة قريب من الرقم العربي مع تفوق طفيف لهذا الأخير، أما مقارنة بالرقم الإفريقي فهناك تفوق معتبر لهذا الأخير و بالنسبة للرقم العالمي فان الرقم الوطني ضعيف مقارنة به.

- باستعراض الأرقام القياسية في مسابقة القفز الطويل نلاحظ أن الرقم الوطني أقل من الرقم العربي و الرقم الإفريقي ولكن بفرق طفيف، أما بالمقارنة مع الرقم العالمي فانه يوجد فرق كبير بينهما هذا ما يكشف تواضع الرقم الوطني .

- يتضح من الجدول (57) أن الرقم الوطني في مسابقة القفز الثلاثي أقل من الرقم العربي لكن لا يوجد فرق كبير بينهما ونشير إلى أن الرقم العربي هو أحسن رقم إفريقي ، و بمقارنة الرقم الوطني مع الرقم العالمي نكتشف مدى تواضع المستوى الوطني في هذا التخصص .

- الفعاليات المركبة :

الجدول رقم (58) المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقة العشاري على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند الرجال.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضي	البلد
(النقاط)	الوطني	8332	لعربي بورعدة	الجزائر
	العربي	8332	لعربي بورعدة	الجزائر
	الإفريقي	8343	ويليام كويرتزن	جنوب إفريقيا
	العالمي	9039	أشتون إتون	و.م.أ

- يتضح من خلال الجدول (58) أن الرقم الوطني في مسابقة العشاري هو أحسن رقم عربي و بمقارنته بالرقم الإفريقي نجد تفوق طفيف لهذا الأخير، و بمقارنته بالرقم العالمي فهو بعيد كل البعد عن المستوى العالمي.

1-2- عرض و مناقشة نتائج مسابقات ألعاب القوى لدى السيدات :

- الجري :

الجدول رقم (59) المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات القصيرة على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند السيدات.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضية	البلد
100 م ثا/أجزاء ثا	الوطني	11,61	سهير بوعلي	الجزائر
	العربي	11,12	رقية الغسرة	البحرين
	الإفريقي	10,79	بلسينغ أكغبرا	نيجيريا
	العالمي	10,49	فلورنس جوينر	و.م.أ
200 م ثا/أجزاء ثا	الوطني	23,38	ياسمين عزيزي	الجزائر
	العربي	22,65	رقية الغسرة	البحرين
	الإفريقي	22,06	إفتيك لرك	جنوب إفريقيا
	العالمي	21,34	فلورنس جوينر	و.م.أ
400 م ثا/أجزاء ثا	الوطني	52,98	زهرة بوراس	الجزائر
	العربي	51,19	نوال الحاك موسى	السودان
	الإفريقي	49,10	فاليلا أغونكوبا	نيجيريا
	العالمي	47,60	ماريتا كوش	ألمانيا

الجزائر	ياسمين عزيزي	13,02	الوطني	100 م حواجز ثا/أجزاء ثا
الجزائر	ياسمين عزيزي	13,02	العربي	
نيجيريا	غلوري ألوزي	12,44	الإفريقي	
بيلاروسيا	يوردان كادنكفا	12,21	العالمي	
الجزائر	حورية موسى	56,66	الوطني	400 م حواجز ثا/أجزاء ثا
المغرب	نزهة بدوان	52,90	العربي	
المغرب	نزهة بدوان	52,90	الإفريقي	
روسيا	يولينا بيشينكنا	52,34	العالمي	
الجزائر	/	46,70	الوطني	100 م تتابع ثا/أجزاء ثا
المغرب	/	46,05	العربي	
نيجيريا	/	42,39	الإفريقي	
و.م.أ	/	40,82	العالمي	

- يتضح من خلال الجدول (59) أن الرقم الوطني في مسابقة 100 م رقم متواضع مقارنة بالرقم العربي، و بمقارنته بالرقم الإفريقي و كذا الرقم العالمي نلاحظ أنه ضعيف و دون المستوى إذ لا يسمح حتى بالتأهل إلى المسابقات العالمية .

- نلاحظ من خلال الجدول (59) أن الرقم الوطني في مسابقة 200 م متواضع و دون المستوى و ذلك بمقارنته مع كل من الرقم العربي و الرقم الإفريقي و الرقم العالمي .

- من خلال الجدول (59) نلاحظ أن الرقم الوطني في مسابقة 400 م قريب من الرقم العربي مع تفوق هذا الأخير، أما مقارنة بالرقم الإفريقي و كذا الرقم العالمي يمكن اعتباره ضعيف و بعيد عن المستوى العالي

- باستعراض الأرقام القياسية في مسابقة 100 م حواجز نلاحظ أن الرقم الوطني أحسن رقم عربي و بمقارنته بالرقم الإفريقي و الرقم العالمي فأتهما أفضل منه .

- يتضح من الجدول (59) أن الرقم الوطني في سباق 100 م تتابع قريب من الرقم العربي مع تفوق طفيف لهذا الأخير، أما بالمقارنة مع الرقم الإفريقي و الرقم العالمي فإنه بعيد كل البعد عنهما و يمكن اعتباره ضعيف مقارنة بهما.

الجدول رقم (60) المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات المتوسطة على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي - و العالمي عند السيدات.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضية	البلد
800 م د/ثا/أجزاء ثا	الوطني	01,58,72	حسيبة بولمرقة	الجزائر
	العربي	01,56,43	حسنا بن حسي	المغرب
	الإفريقي	01,54,01	باملا جليمو	كينيا
1500 م د/ثا/أجزاء ثا	العالمي	01,53,28	جارميلا كراتشوفيلوفا	ج. التشيك
	الوطني	03,55,30	حسيبة بولمرقة	الجزائر
	العربي	03,55,30	حسيبة بولمرقة	الجزائر

الجزائر	حسيبة بولمركة	03,55,30	الإفريقي	3000 م د/ثا/أجزاء ثا
الصين	يونكسيا كو	03,50,46	العالمي	
الجزائر	سعاد آيت سالم	08,47,99	الوطني	
المغرب	زهرة وعزيز	08,26,64	العربي	
كينيا	هلن أبيري	08,21,14	الإفريقي	
الصين	جونيكسيا وانغ	08,06,11	العالمي	
الجزائر	أمينة بتيش	09,29,20	الوطني	3000 م موانع د/ثا/أجزاء ثا
تونس	حبيبة غريبي	09,10,36	العربي	
كينيا	إيونيك كرتيش	09,07,14	الإفريقي	
روسيا	غولنارا غالكيننا	08,58,81	العالمي	

- يتضح من الجدول (60) أن الرقم الوطني في مسابقة 800 م أضعف من الرقم العربي و الرقم الإفريقي وكذا الرقم العالمي .

- من خلال استعراض الأرقام القياسية في مسابقة 1500 م نلاحظ سيطرة واضحة للجزائر بحيث الرقم الوطني هو أحسن رقم عربي و أحسن رقم إفريقي ، أما بمقارنته مع الرقم العالمي فان الفرق بينهما ليس كبيرا بحيث يعتبر الرقم الوطني من أحسن الأرقام حتى الآن وهذا بفضل العداة حسيبة بولمركة.

- نلاحظ من خلال الجدول (60) أن الرقم الوطني في مسابقة 3000 م بعيد عن الرقم العربي بزمن معتبر اذ يتقدم هذا الأخير عنه، وبمقارنته مع الرقم الإفريقي فإنه متواضع قاريا و بمقارنته بالرقم العالمي يمكن اعتباره رقم ضعيف و دون المستوى .

- نلاحظ من خلال الجدول (60) أن الرقم الوطني في مسابقة 3000 م موانع يتخلف عن الرقم العربي و الرقم الإفريقي حيث يمكن اعتباره متواضع مقارنة معهما، أما بالمقارنة مع الرقم العالمي فإن الرقم الوطني يعتبر ضعيف و بعيد كل البعد عن المستوى العالي.

الجدول رقم (61) المقارنة بين الانجازات المحققة في السباقات الطويلة على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند السيدات.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضية	البلد
5000 م د/ثا/أجزاء ثا	الوطني	15,07,49	سعاد آيت سالم	الجزائر
	العربي	14,32,08	زهرة وعزيز	المغرب
	الإفريقي	14,11,15	ترونيش دبابا	إثيوبيا
10000 م د/ثا/أجزاء ثا	العالمي	14,11,15	ترونيش دبابا	إثيوبيا
	الوطني	32,13,15	سعاد آيت سالم	الجزائر
	العربي	31,16,95	أسماء الغزاوي	المغرب
	الإفريقي	29,53,80	مسلس ملكامو	إثيوبيا
	العالمي	29,31,78	جونكسيا وانغ	الصين

الجزائر	سعاد آيت سالم	02,25,08	الوطني	الماراتون
الجزائر	سعاد آيت سالم	02,25,08	العربي	سا/د/ثا
كينيا	ماري كيتاني	02,18,47	الإفريقي	
بريطانيا	باولا راديسليف	02,15,25	العالمي	
الجزائر	ياسمين عزيزي	01,39,53	الوطني	20 كلم مشي
تونس	شيماء الطرابلسي	01,35,33	العربي	سا/د/ثا
كينيا	غراس وأنجيرو	01,34,19	الإفريقي	
روسيا	إلميرا ألبكيفا	01,24,27	العالمي	

- من خلال الجدول (61) نلاحظ أن الرقم الوطني في سباق 5000 م متواضع و دون المستوى وهذا بمقارنته مع الرقم العربي و الرقم الإفريقي و العالمي و هذا ما يكشف المستوى الضعيف للعداءات الجزائريات في هذا التخصص .

- يتضح من الجدول السابق أن الفرق بين الوطني و الرقم العربي في مسابقة 10000 م ليس كبيرا، أما بمقارنة الرقم الوطني بالرقم الإفريقي و الرقم العالمي فأنتهما يتفوقان عليه تفوقا واضحا .

- باستعراض الأرقام القياسية في الجدول (61) في مسابقة الماراتون نلاحظ أن الرقم الوطني أحسن رقم عربي، أما بالمقارنة مع الرقم الإفريقي و العالمي نستخلص أنه ضعيف و بعيد عن المستوى العالي .



- يتضح من الجدول (61) أن الرقم الوطني في مسابقة 20 كلم مشي رقم متواضع مقارنة بالرقم العربي و الرقم الإفريقي أما بمقارنته مع الرقم العالمي يتضح مدى ضعفه و بعده الكبير عن المستوى العالمي.

- الرمي :

الجدول رقم (62) المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات الرمي على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند السيدات.

البلد	الرياضية	الانجاز	المستوى	التخصص
الجزائر	ياسمين عزيزي	16,16	الوطني	رمي الجلة
الأردن	ندى قعوار	17,83	العربي	م/سم
نيجيريا	فيغيانا شوكومكا	18,43	الإفريقي	
إ.السوفيياتي	ناتاليا ليسوفسكايا	22,63	العالمي	
الجزائر	عائشة دحموس	53,54	الوطني	رمي القرص
تونس	منية كاري	61,64	العربي	م/سم
جنوب إفريقيا	إليزنا ناود	64,87	الإفريقي	
ألمانيا	غابرييل رينش	76,80	العالمي	
الجزائر	أمينة سعد	59,20	الوطني	رمي المطرقة
مصر	مروة حسين	68,48	العربي	م/سم
السنغال	آمي سين	69,70	الإفريقي	

بولونيا	أنيتا ولودارسزيك	79,58	العالمي	
الجزائر	فايزة قادري	47,92	الوطني	رمي الرمح م/سم
تونس	عايدة سلام	60,87	العربي	
جنوب إفريقيا	صونت فيلجون	69,53	الإفريقي	
ج.التشيك	باربورا سبوتاكوففا	72,28	العالمي	

- من خلال الجدول (62) نلاحظ أن الرقم الوطني في مسابقة رمي الجلة لا يتخلف كثيرا عن الرقم العربي وكذا الرقم الإفريقي، ولكن بمقارنته مع الرقم العالمي نلاحظ تفوق ملحوظ لهذا الأخير .

- نلاحظ من خلال الجدول السابق أن الرقم الوطني في مسابقة رمي القرص متواضع مقارنة بالرقم العربي وكذا الرقم الإفريقي، أما بالمقارنة مع الرقم العالمي نكتشف مدى ضعف و تدني المستوى الوطني في هذا التخصص .

- يتضح من خلال الجدول (62) أن الرقم الوطني في مسابقة رمي المطرقة متواضع مقارنة بالرقم العربي و كذا الرقم الإفريقي، أما بالمقارنة مع الرقم العالمي فان الرقم الوطني ضعيف .

- نلاحظ من خلال الجدول (62) أن الرقم الوطني في مسابقة رمي الرمح متواضع مقارنة بالرقم العربي، أما بالمقارنة مع الرقم الإفريقي و الرقم العالمي فانه ضعيف و بعيد عن المستوى العالمي .

- القفز :

الجدول رقم (63) المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقات القفز على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند السيدات.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضية	البلد
القفز العالي م/سم	الوطني	01,85	سارة بوعودية	الجزائر
	العربي	01,87	غادة شعاع	سوريا
	الإفريقي	02,06	هيس تري كلوتي	جنوب إفريقيا
القفز بالزانة م/سم	العالمي	02,09	ستفكا كوستادينوفا	بلاروسيا
	الوطني	03,70	ليندا مزياني	الجزائر
	العربي	04,30	ليلي بن يوسف	تونس
القفز الطويل م/سم	الإفريقي	04,42	إلماري غريتس	جنوب إفريقيا
	العالمي	05,06	إلينا ايزينبايفا	روسيا
	الوطني	06,70	بايا رحولي	الجزائر
القفز الثلاثي	العربي	06,77	غادة شعاع	سوريا
	الإفريقي	07,12	شيوما أجونوا	نيجيريا
	العالمي	07,52	غالينا تشيستياكوف	إ.السوفيياتي
القفز الثلاثي	الوطني	14,98	بايا رحولي	الجزائر

السودان	ياميلي الداما	15,28	العربي	م/سم
الكاميرون	فرانسوي زمانغو	15,39	الإفريقي	
أكرانيا	إنيسا كرافيتس	15,50	العالمي	

- نلاحظ من خلال الجدول السابق أن الرقم الوطني في مسابقة القفز العالي قريب من الرقم العربي حيث لا يوجد فرق كبير بينهما، أما بالمقارنة مع الرقم الإفريقي و الرقم العالمي فإنهما يتفوقان عليه بشكل واضح وهذا ما يدل على تواضعه و بعده عن المستوى العالي .

- يتضح من خلال الجدول (63) أن الرقم الوطني في مسابقة القفز بالزانة متواضع مقارنة بالرقم العربي وكذا الرقم الإفريقي، أما بمقارنته مع الرقم العالمي فيمكن اعتباره ضعيف و بعيد كل البعد عن المستوى العالي .

- باستعراض الأرقام القياسية في الجدول (63) نلاحظ أن الرقم الوطني في مسابقة القفز الطويل قريب من الرقم العربي مع تفوق طفيف لهذا الأخير، وبمقارنته مع الرقم الإفريقي نلاحظ تفوق ضئيل لهذا الأخير. و بالمقارنة مع الرقم العالمي يتضح مدى تواضع و ضعف الرقم الوطني .

- يتضح من الجدول (63) أن الرقم الوطني في مسابقة القفز الثلاثي أضعف من الرقم العربي و الرقم الإفريقي و الرقم العالمي هذا ما يدل على تدني المستوى الوطني في هذا التخصص مقارنة مع المستوى العالي.

- الفعاليات المركبة :

الجدول رقم (64) المقارنة بين الانجازات المحققة في مسابقة السباعي على المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي عند السيدات.

التخصص	المستوى	الانجاز	الرياضية	البلد
السباعي (نقاط)	الوطني	6392	ياسمين عزيزي	الجزائر
	العربي	6942	غادة شعاع	سوريا
	الإفريقي	6423	مارغارت سينبسون	غانا
	العالمي	7291	جاكي جوينر- كيرسي	و.م.أ

- يتضح من الجدول (64) أن الرقم الوطني في السباعي رقم ضعيف و متواضع مقارنة مع الرقم العربي و الرقم الإفريقي و كذا الرقم العالمي إذ نلاحظ فرق هائل بين الرياضيات الجزائريات و نظيرآتهن على المستوى الإقليمي و الدولي.

### 1-3- مقارنة الأرقام الوطنية بالأرقام العالمية والإفريقية والعربية للرجال والسيدات:

الجدول (65) : الفرق بين الأرقام القياسية الوطنية و الأرقام القياسية العالمية عند الرجال و السيدات.

النسبة المئوية للفروق بين الأرقام الوطنية و العالمية و النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى العالمية للسيدات		النسبة المئوية للفروق بين الأرقام الوطنية و العالمية و النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى العالمية للرجال		الفروق		المسابقات
النسبة المئوية للأرقام الوطنية الى العالمية	النسبة المئوية للفرق	النسبة المئوية للأرقام الوطنية الى العالمية	النسبة المئوية للفرق	الفروق (ثا)،(م)	الفروق (ثا)،(م)	
89,32 %	10,68 %	92.10 %	7.90 %	0.76	1,12	100 م
90,44 %	9,56 %	92.55 %	7.45 %	1.43	2,04	200 م
88,70 %	11,30 %	95.48 %	4.52 %	1.95	5,38	400 م
95,20 %	4,80 %	97.84 %	2.16 %	2.18	5,44	800 م
97,90 %	2,10 %	99.44 %	0.66 %	1.37	4.84	1500 م
91,38 %	8,62 %	99.01 %	0.99 %	4.35	41,88	3000 م
93,38 %	6,62 %	98.22 %	1.78 %	13.51	56,34	5000 م
90,89 %	9,11 %	93.63 %	6.37 %	100.50	161,37	10000 م
92,82 %	7,18 %	94.35 %	5.65 %	417	583	الماراتون
81,72 %	18,28 %	91.82 %	8.18 %	376	926	20 كلم مشي
/	/	78.03 %	21.97 %	2802	/	50 كلم مشي
94,36 %	5,64 %	96.50 %	3.50 %	16.60	30,39	3000 م موانع
93,37 %	6,63 %	94.92 %	5.08 %	0.65	0,81	100 /110 حواجز
91,75 %	8,25 %	97.35%	2.75 %	1.32	4,32	400 م حواجز
85,60 %	14,40 %	91.72 %	8.28 %	3.05	5,88	100 م تتابع
88,52 %	11,48 %	95.51 %	4.49 %	0.11	0,24	القفز العالي
73,12 %	26,88 %	86.97 %	13.03 %	0.80	1,36	القفز بالزانة
89,10 %	10,90 %	92.90 %	7.10 %	0.69	0,82	القفز الطويل
96,65 %	3,35 %	92.51 %	7.49 %	1.37	0,52	القفز الثلاثي
71,41 %	28,59 %	82.48 %	17.52 %	4.05	6,47	رمي الجلة
69,71 %	30,29 %	74.30 %	25.70 %	19.04	23,26	رمي القرص
74,39 %	25,61 %	86.19 %	13.81 %	11.98	20,38	رمي المطرقة
66,30%	33,70 %	71.28 %	28.72 %	28.28	24,36	ارمي الرمح

- يتضح من خلال الجدول (65) تفوق المستوى العالمي على المستوى الوطني في جميع مسابقات ألعاب

القوى. كما يتضح تقارب المستوى الوطني من المستوى العالمي في مسابقات ( 800م، 1500م،

3000م، 5000م، 10000م، 400م حواجز) عند الرجال، وفي مسابقات (800م، 1500م) عند

السيدات، بحيث لا تفوق نسبة الفرق 5 بالمائة.

أما بالنسبة لباقي المسابقات فنلاحظ أن نسبة الفرق بين المستوى الوطني و المستوى العالمي كبيرة خصوصا في مسابقات القفز و الرمي .

الجدول (66) : الفرق بين الأرقام القياسية الوطنية و الأرقام القياسية الإفريقية عند الرجال و السيدات.

النسبة المئوية للفرق بين الأرقام الوطنية و العالمية و النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى الإفريقية للسيدات			النسبة المئوية للفرق بين الأرقام الوطنية و العالمية و النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى الإفريقية للرجال			الفرق المسابقات
النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى الإفريقية	النسبة المئوية للفرق	الفرق (ثا)،(م)	النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى الإفريقية	النسبة المئوية للفرق	الفرق (ثا)،(م)	
92,40 %	7,60 %	0,82	95.03 %	4.97 %	0.49	100 م
94,02 %	5,98 %	1,32	95.22 %	4.78 %	0.94	200 م
92,10 %	7,90 %	3,88	97.46 %	2.54 %	1.12	400 م
95,87 %	4,13 %	4,71	97.84 %	2.16 %	2.18	800 م
100 %	00 %	00	99.33 %	0.67 %	1.37	1500 م
94,64 %	5,36 %	26,85	99.01 %	0.99 %	4.35	3000 م
93,38 %	6,62 %	56,34	98.22 %	1.78 %	13.51	5000 م
92.23 %	7,77 %	139,35	93.63 %	6.37 %	100.50	10000 م
95,42 %	4,58 %	381	94.35 %	5.65 %	417	الماراتون
94,10 %	5,90 %	334	95.15 %	4.85 %	230	20 كلم مشي
/	/	/	89.93 %	10.07 %	1423	50 كلم مشي
95,97 %	4,03 %	22,06	96.50 %	3.50 %	16.59	3000 م موانع
95,34 %	4,66 %	0,58	98.44 %	1.66 %	0.22	100 /110 حواجز
92,89 %	7,11 %	3,76	98.81 %	1.19 %	0.58	400 م حواجز
89,83 %	10,17 %	4,31	94.86 %	5.14 %	1.95	100 م تتابع
89,81 %	10,19 %	0,21	98.32 %	1.68 %	0.04	القفز العالي
83,71 %	16,29 %	0,72	82.66 %	11.44 %	0.69	القفز بالزانة
94,10 %	5,90 %	0,42	97.18 %	2.82 %	0.24	القفز الطويل
97,34 %	2,66 %	0,41	97.41 %	2.59 %	0.45	القفز الثلاثي
87,68 %	12,32 %	2,27	86.80 %	13.20 %	2.90	رمي الجلة
82,53 %	17,47 %	11,33	78.36 %	21.64 %	15.22	رمي القرص
84,94 %	15,06 %	10,50	91.99 %	8.01 %	6.51	رمي المطرقة
69,10 %	30,90 %	21,43	78.69 %	21.31 %	19.01	رمي الرمح

- يتضح من خلال الجدول (66) تفوق المستوى الإفريقي على المستوى الوطني في جميع مسابقات ألعاب

القوى ماعدا مسابقة 1500 م للسيدات، التي يعد أحسن رقم فيها الرقم الوطني.

كما يتضح وجود فرق ضئيل جدا بين المستوى الوطني والمستوى الإفريقي في مسابقات ( 400م،

800م، 3000م، 5000م، 400م حواجز، 110م حواجز، القفز الطويل، القفز الثلاثي، القفز

العالي) عند الرجال، ومسابقة القفز الثلاثي عند السيدات.

أما فيما يخص باقي المسابقات نلاحظ أن نسبة الفرق كبيرة بين المستوى الوطني والمستوى الإفريقي

خصوصا مسابقات الرمي.

الجدول (67) : الفرق بين الأرقام القياسية الوطنية و الأرقام القياسية العربية عند الرجال و السيدات.

النسبة المئوية للفروق بين الأرقام الوطنية و العالمية و النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى العربية للسيدات			النسبة المئوية للفروق بين الأرقام الوطنية و العالمية و النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى العربية للرجال			المسابقات
النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى العربية	النسبة المئوية للفرق	الفروق (ثا)،(م)	النسبة المئوية للأرقام الوطنية إلى العربية	النسبة المئوية للفرق	الفروق (ثا)،(م)	
95,59 %	4,41 %	0,49	96.50 %	3.50 %	0.35	100 م
96,88 %	3,12 %	0,73	97.21 %	2.79 %	0.56	200 م
96,50 %	3,50 %	1,79	98.42 %	1.58 %	0.70	400 م
98,03 %	1,97 %	2,29	99.61 %	0.39 %	0.40	800 م
100 %	00 %	00	99.33 %	0.67 %	1.37	1500 م
95,79 %	4,21 %	21,35	99.56 %	0.44 %	1.93	3000 م
95,94 %	4,06 %	35,41	98.22 %	1.78 %	13.51	5000 م
95,35 %	4,65 %	85,90	95.00 %	5.00 %	79.95	10000 م
97,89 %	2,11 %	180	96.49 %	3.51 %	264	الماراتون
95,46 %	4,54 %	260	95.15 %	4.85 %	230	20 كلم مشي
/	/	/	91.41 %	8.59 %	1231	50 كلم مشي
96,20 %	3,80 %	20,83	96.50 %	3.50 %	16.60	3000 م موانع
100 %	00 %	00	99.93 %	0.07 %	0.01	100 /110 حواجز
92,89 %	7,11 %	3,76	99.18 %	0.82 %	0.40	400 م حواجز
98,59 %	1,41 %	0,65	97.67 %	2.33 %	0.91	100 م تتابع
98,93 %	1,07 %	0,02	96.30 %	3.70 %	0.09	القفز العالي
86,05 %	13,95 %	0,60	97.98 %	2.02 %	0.11	القفز بالزانة
98,97 %	1,03 %	0,07	97.41 %	2.59 %	0.22	القفز الطويل
98,04 %	1.96 %	0,30	97.41 %	2.59 %	0.45	القفز الثلاثي
90,63 %	9,37 %	1,67	90.25 %	9.75 %	2.06	رمي الجلة
86,86 %	13,14 %	8,10	82.67 %	17.33 %	11.54	رمي القرص
86,45 %	13,55 %	9,28	91.99 %	8.01 %	6.51	رمي المطرقة



رمي الرمح	19.01	21.31 %	78.69 %	12,95	21,27 %	78,73 %
-----------	-------	---------	---------	-------	---------	---------

- يتضح من خلال الجدول (67) أن الأرقام الوطنية جيدة مقارنة مع العربية في معظم المسابقات باستثناء مسابقات (الرمح، المطرقة، القرص) بحيث يعتبر الرقم الوطني في سباقات (800م، 1500م، 3000م، 110م و400م حواجز) عند الرجال قريب جدا من الرقم العربي إذ نسبة الفرق بينهما لا تتجاوز 1 بالمئة، كما يعتبر الرقم الوطني في سباقات (1500م، 100م حواجز) عند السيدات أحسن رقم عربي.

## 2- الاستنتاجات :

- تخلف الأرقام الوطنية في السباقات القصيرة (100م، 200م، 400م، 100م و110م حواجز، 400م حواجز، 100م تتابع) في المسابقات الدولية.

- الرقم الوطني في مسابقة 1500م عند الرجال و السيدات، يعد من أحسن الأرقام العالمية.

- هناك فرق ضئيل بين الأرقام الوطنية والأرقام العربية وذلك في معظم المسابقات.

- ضعف مستوى إنجاز الرياضيين الجزائريين في التخصص القفز.

- تدني مستوى الرياضي الوطني في تخصص الرمي.

- وجود فرق كبير بين المستوى الوطني والمستوى العالمي في عديد التخصصات خاصة 20كم مشي، 50

كم مشي، القفز بالزانة، رمي الرمح، رمي القرص، رمي الجلة، رمي المطرقة.

- تواضع الأرقام الوطنية مقارنة بالأرقام الإفريقية وذلك في معظم المسابقات.

- أحسن الإنجازات الوطنية تنحصر عموما في السباقات المتوسطة.

### 3- مناقشة الفرضيات :

**الفرضية (1)** : تفوق ألعاب القوى الجزائرية محصور في بعض التخصصات.

من خلال نتائج الجداول رقم (64) و (65) و (66) و (67) و (68) و (69)، التي توضح تأخر ألعاب القوى الوطنية في جل التخصصات ماعدا بعض السباقات المتوسطة، يمكن القول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

**الفرضية (2)** : تدني الأرقام الوطنية خاصة فعاليات الرمي و القفز في المنافسات الدولية.

من خلال نتائج الجداول (65) و (66) و (68) و (69)، و التي توضح تدهور الأرقام الوطنية في فعاليات الرمي والقفز مقارنة بالأرقام الإفريقية و العالمية، يمكن القول أن الفرضية الأولى قد تحققت.

### 4- الخلاصة العامة :

من خلال مقارنة الأرقام القياسية الوطنية مع الأرقام القياسية العربية و الإفريقية و العالمية نستخلص ما يلي:

رياضة ألعاب القوى الوطنية تتخبط في عدة مشاكل من سوء التخطيط والتسيير ونقص كفاءة المدربين وكذا إهمال فئة الناشئين وقلة المرافق، حيث انعكس هذا كله على أداء الرياضيين في الملتقيات العربية والإفريقية والعالمية، إذ عجزوا عن ترك بصمتهم في مختلف المسابقات و اكتفوا بالمشاركة فقط.

حيث نلاحظ ضعف الأرقام الوطنية في معظم مسابقات ألعاب القوى ماعدا مسابقة 1500م التي تعتبر الشجرة التي تغطي الغابة بحيث يشهد هذا التخصص تألق وطني ربما يعود لسبب وراثي أو طبيعي و ماعدا

ذلك فإن المستوى الوطني بعيد كل البعد عن المستوى العالمي، لذلك يجب مراجعة الأسباب التي أدت إلى هذا التدهور.

## 5- الاقتراحات أو الفرضيات المستقبلية :

- دراسة أسباب تراجع مستوى بعض المسابقات عربية و إفريقية لتصحيح الخلل.
- الاهتمام بالناشئين لزيادة أعداد الممارسين لرياضة ألعاب القوى بمختلف منافساتها.
- استقدام مدربين ذوي مستوى عالي لإعداد وتأهيل الرياضيين المميزين والذين يأمل أن يحققوا إنجازات رقمية جيدة.
- البحث عن السبل الكفيلة لتحسين الأرقام الوطنية على المستوى العالمي.
- استخدام الأدوات و التجهيزات الحديثة في عملية التدريب.

- مصادر و مراجع :

المصادر باللغة العربية :

1- الأستاذ الدكتور ريسان خريبط مجيد و الدكتور عبد الرحمان مصطفى الأنصاري: ألعاب القوى، الدار العلمية الدولية 2002

2- الدكتور محمد حسن علاوى : علم نفس التدريب و المنافسة الرياضية، دار الفكر العربي.

3- الدكتور شبيب نعمان السعدون : موسوعة ألعاب القوى العالمية، دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع.

4- الدكتور كمال جميل الرضي : الوثب العالي، دار وائل للنشر.

5- عبد العزيز فهمي هيكل : مبادئ الإحصاء التطبيقي، بيروت دار الجامعة 1994.

6- عبد الباسط محمد حسن : أصول البحث الاجتماعي 1976.

7- عثمان محمد : موسوعة ألعاب القوى، دار القلم للنشر و التوزيع الكويت، ط1، 1990.

8- حسين عبد الجواد : ألعاب القوى سباقات الجري، دار العلم للملايين 1998.

9- خير الدين علي عويس، أحمد ماهر أنور، محمد كمال حفيفي : ألعاب القوى (ميدان و مضمار) دار الفكر العربي.

10- دكتور زكي محمد درويش، دكتور عادل محمود : موسوعة ألعاب القوى فن العدو و التتابع.

11- إبراهيم السكار: "موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.

12- بسطويسي أحمد بسطويسي: "سباقات المضمار ومسابقات الميدان (تعليم- تكتيك- تدريب)"، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

13- خير الدين علي عويس، أحمد ماهر أنور، محمد كامل عفيفي: "ألعاب القوى (ميدان و مضمار)"، دار الفكر العربي القاهرة.

14- زكي محمد درويش، عادل محمود عبد الحافظ: "فن العدو و التتابعات"، دار المعارف، القاهرة، 1997م.

15- سعد الدين أبو الفتوح الشرنوبلي، عبد المنعم إبراهيم هريدي: "مسابقات الميدان والمضمار (مضمار- مسافات متوسطة- ضاحية - دفع جلة - وثب عالي)"، مكتبة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 1998م.

16- فراج عبد الحميد توفيق: "النواحي الفنية لمسابقات العدو والجري والحواجز الموانع (التكنيك- العمل العضلي- الإصابات الشائعة- القانون الدولي)" موسوعة ألعاب القوى (1)، ط1، دار الوفاء للنشر، الإسكندرية 2004م.

17- فراج عبد الحميد توفيق: "النواحي الفنية لمسابقات الوثب والقفز (التكنيك- العمل العضلي- الإصابات الشائعة- القانون الدولي)" موسوعة ألعاب القوى (2)، ط1، دار الوفاء للنشر، الإسكندرية 2004م.

18- نبيلة أحمد عبد الرحمن وآخرون: "مسابقات الميدان والمضمار للآنسات (الوثب والرمي)"، دار الفنية للطباعة والنشر، الإسكندرية.

19- كمال جميل الرضي: "الجديد في ألعاب القوى"، دائرة المكتبة الوطنية بالأردن، الجامعة الأردنية، 1998م.

المصادر باللغة الأجنبية :

20- Athlétisme les lancers :dominiquedaumail avec la participation de frédéricaubertédition revue G.T.S 2004.

21- la marche : de la randonnée a la compétition RubertRervet / leon – yvesbohain collection sport + enseignement 1982.

22- Brand schubert1992 : the olympic games in Barcelona-A general Analysis. New studies in athletics, june 1993.

23- Passeport-Sauts 2003 , Yohann Fortune.

24- Passeport-Coures 2005 , Jean Baptiste Lureau.

25- Passeport-Lancers 2003 , Claude Prodhomme.

مصادر من الانترنت:

26- موقع الإتحاد الدولي للألعاب القوى.

27- موقع الإتحاد الإفريقي للألعاب القوى.

28- موقع الإتحاد العربي للألعاب القوى.

29- موسوعة ويكيبيديا.

## **Résumé d'étude**

le titre de l'étude est :

L'étude comparative de l'évolution et la réalisation numérique national sur le niveau arabe, africain et mondial dans les concours d'athlétisme.

Le but de l'étude est de sélectionner et classer selon le niveau les jeux et les compétitions nationales et arabes, intercontinental. l'objectif est de réaliser les meilleurs performances sur le niveau d'athlétisme algérien inclus dans quelques disciplinés et spécialistes.

Selon quelques prototype pris permis les compétiteurs portants

Les meilleurs performances sur le niveau national et son pourcentage de 80 % et selon l'étude comparative est la meilleur réalisation au niveau national en ce qui concerne le niveau arabe, africain une faible différence s'ajuste entre des chiffres national et les chiffres arabe dans la plupart des jeux et concours sportifs. On a suggéré la recherche dans les méthode et technique pour améliorer les chiffres national sur le niveau mondial.

Et de prendre en considération les nouvelles recrues pour augmentes les nombres en compétitions et les praticiens dans les des différentes disciplines sportives.

## **The summary of the study :**

Title of this study is a comparative study of the development of the national performance with the Arabic, African and international ones in the athletics competitions.

The objective of the study is to define the rank and the level of the national athletics in the Arabic, continental and international competitions.

The goal of the study is to make the Algerian athletics the best which is now only in specific specialties.

The sample on which the study is set, is about the best sportsmen in the different championships (national, Arabic, African and international) in athletics games where the best sportsman was chosen in each specialty in the national, Arabic, African and international levels with a percentage in comparing the results and the most important conclusion we have set is that the best national performances are generally in the medium running in the international level, and concerning the African and Arabic level, there is a small difference between the national numbers and the Arabic ones in the majority of the competitions.

We suggest looking for the useful methods to improve the national numbers in the international level and caring for the youngest categories to increase the number of the athletics sportsmen in all specialties.



## ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة هو دراسة مقارنة لتطور الإنجاز الرقمي الوطني بالمستوى العربي و الإفريقي و العالمي في مسابقات ألعاب القوى، هدف الدراسة تحديد ترتيب و مستوى ألعاب القوى الوطنية في المنافسات العربية و القارية و الدولية، الفرض من الدراسة هو تفوق ألعاب القوى الجزائرية محصور في بعض التخصصات، العينة التي أقمنا عليها الدراسة تتمثل في الرياضيين المتفوقين في مختلف البطولات (الوطنية، العربية، الافريقية، العالمية) في فعاليات ألعاب القوى حيث تم اختيار أحسن رياضي في كل تخصص من المستوى الوطني و العربي و الإفريقي و العالمي، نسبتها 80 بالمئة، استخدمنا في مقارنة النتائج النسبة المئوية ، و أهم استنتاج خرجنا به هو أن أحسن الإنجازات الوطنية تنحصر عموما في السباقات المتوسطة على المستوى الدولي أما بالنسبة للمستوى الإفريقي و العربي يوجد فرق ضئيل بين الأرقام الوطنية والأرقام العربية وذلك في معظم المسابقات، واقترحنا البحث عن السبل الكفيلة لتحسين الأرقام الوطنية على المستوى العالمي، و الاهتمام بالناشئين لزيادة أعداد الممارسين لرياضة ألعاب القوى بمختلف منافساتها.