

كيفية حساب الدرجة (تقييم التمرين) للاعب الجمناستك

تتقسم لجنة التحكيم على كل جهاز في لعبة الجمناستك الفني للرجال إلى لجنتين:
لجنة (Difficulties) D وتتكون من اثنين من القضاة هما : D1 و D2 ويكون D1 رئيسا لها .
ولجنة (Execution) E وتتكون من ستة قضاة هم : (E1 ، E2 ، E3 ، E4 ، E5 ، E6)
ولجنة D هي التي تؤسس درجة المحتوى للتمرين أي المسؤولة عن إيجاد درجة بداية التمرين
للاعب وتكون مسؤوليتها التقييم والتعرف على محتوى التمرين من (قيم الصعوبات - قيمة
متطلبات المجموعة الحركية - قيم الربط)
أما لجنة E فهي التي تقيم محتوى التمرين من حيث الأداء الجمالي الفني (صحة أوضاع الجسم
(بعد استبعاد اعلى و اقل الحسومات من درجة E .

كيفية تقييم الصعوبة :

كل حركة في قانون الجمناستك لها تصنيف حسب قوة وصعوبة الحركة وفقا لهذا الجدول :

الصعوبة	A	B	C	D	E	F	G
قيمتها	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70

والمطلوب من اللاعب أداء من 8 إلى 10 حركات للكبار، ومن 7 إلى 9 حركات لفئة الشباب.

هناك خمس مجموعات حركية كمتطلبات خاصة بكل جهاز حسب نوعية الجهاز ، يجب على

اللاعب أداء حركة واحدة من كل مجموعة على الأقل كمتطلب ويعطى اللاعب 0.50 لكل

متطلب . والحركات التي تؤدي على ذلك الجهاز، على سبيل المثال على جهاز الأرضي منها:

1 - الحركات الغير هوائية أو (الغير أكروبايكية وهي حركات الاتزان والثبات)

2 - الحركات الأكروبايكية الأمامية .

3 - الحركات الأكروبايكية الخلفية .

4 - الحركات الأكروبايكية الجانبية .

5 - حركات النهاية .

أما بخصوص متطلب النهاية والذي يكون ضمن الخمس مجاميع ، فينص القانون على ما يلي :

النهاية ذات صعوبة (A أو B) لا تحقق المتطلب .

النهاية ذات صعوبة (C) يحقق جزء من المتطلب 0.30 .

النهاية ذات صعوبة (D) أو أعلى يحقق المتطلب 0.50 .

أما بالنسبة لفئة الشباب :

النهاية ذات صعوبة (A) لا يحقق المتطلب .

النهاية ذات صعوبة (B) يحقق جزء من المتطلب 0.30 .

النهاية ذات صعوبة (C) أو أعلى يحقق المتطلب 0.50 .

ما عدا منصة القفز فمطلوب من اللاعب أداء قفزة واحدة وفي نهائي الحصان يؤدي قفرتين من مجموعتين مختلفتين.

الربط :

تمنح نقاط الربط فقط للحركات ذات القيمة العالية والتي تؤدي من دون أخطاء وهذه النقاط تخدم الأداء الأفضل. الذي يحتوي على ربط خاص بين الحركات (عندما يربط اللاعب حركتين عاليتي الصعوبة مع بعضهما) . حيث أنها تعطى فقط على جهازي العقلة والحركات الأرضية ولا تكون إلا باتجاه واحد وشرطها أن تكون ربط ما بين حركتين أحدهما صعوبة (D) على الأقل . وعادة تكون قيمة الربط بالأعشار (0.10 ، 0.20) وهكذا.

وفي جهاز الأرضي هناك حكمين للخطوط وميقاتي وفي طاولة القفز يكون هناك حكم خط فقط وتكون مهمتهم إبلاغ حكم D1 في حال تجاوز اللاعب الخط أو الوقت وقيمة الخصم . لجنة (E) المكونة من ستة حكام والتي تكون درجاتها من 10 درجات وحسوماتها تكون بأعشار الدرجات . هي المسؤولة عن تقييم جميع جوانب الأداء الجمالي والفني للتمرين وتحسم على النقص الفني والجمالي في الأداء على سبيل المثال كالثني في الذراعين أو فتح الرجلين في مواضع يجب أن تكون مضمومتين. وهكذا. ويكون الحسم حسب تصنيف الأخطاء :

الخطأ الصغير (0.10) .

الخطأ المتوسط (0.30) .

الخطأ الكبير (0.50) .

السقوط (1.00) .

عرض التمرين له حد اقصى 10 درجات وللتمرين القصير يتم تطبيق الاتي :

7 حركات أو اكثر	10 درجات
6 حركات	6 درجات
5 حركات	5 درجات
من 1 إلى 4 حركات	2 درجة
ليس هناك حركات	صفر

إذا الدرجة النهائية = مجموع درجة D + مجموع درجة E

كيفية اختيار العشر حركات :

إذا قام اللاعب بأداء اكثر من عشر حركات على الجهاز فان لجنة D ستقوم باحتساب 9 حركات فقط على الجهاز مع حركة الهبوط فتكون 10 حركات ، وتحذف الحركات الزائدة والمكررة .

ويتم اختيار ال 10 حركات على الشكل التالي :

- 1- الهبوط أولاً .
- 2- يتم احتساب افضل 9 حركات خلال الأداء من الصعوبة الأعلى للصعوبة الأوطأ من كل مجموعة يتم اختيارها .
- 3- لا تحسب اكثر من 4 حركات من كل مجموعة .
- 4- إذا احتوى الأداء على حركات اكثر من 10 يتم الاختيار لمصلحة اللاعب .

وكمثال تطبيقي على كيفية احتساب درجة اللاعب (تقييم التمرين) لنقم بتحكيم الاتي :

قام لاعب بأداء الحركات التالية :

$$A^1 + B^1 + B^{11} + B^{111} + B^{111} + B^{111} + C^{111} + C^{1V} + C^{1V} + D^V + F^1$$

أولاً : نقوم بإيجاد درجة البداية للاعب

الخطوة الأولى : نقوم بإيجاد قيم المجموعات الحركية . المطلوب هنا تحقيق اللاعب خمس

مجموعات حركية وتعطى لكل مجموعة حركية قيمة 0.50

الخطوة الثانية : نقوم بإيجاد افضل عشر حركات على أن يكون الهبوط رقم 1 ونوجد بجانبه افضل 9 حركات للاعب .

الخطوة الثالثة : نوجد قيم ال 10 حركات .

الخطوة الرابعة : نظيف قيمة الأداء الجمالي والفني 10 درجات الممنوحة للجنة E .


ثانيا : نقوم بإيجاد الدرجة النهائية للاعب

الخطوة الأولى : نقوم بحذف اعلى واقل درجة من الدرجات الممنوحة من لجنة E .

الخطوة الثانية : نقوم بجمع الأربع درجات المتبقية .

الخطوة الثالثة : نقوم بأخذ متوسط الأربع درجات للحصول على الحسم المطلوب من العشر درجات لهذه اللجنة .

تطبيق ما سبق على المثال السابق :

$$A^1 + B^{111} + B^{11} + B^{111} + B^{111} + B^{111} + C^{111} + C^{1V} + C^{1V} + D^V + F^1$$


0.1		0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.6
-----	--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

1- في المثال السابق أن المجموعات الحركية قد تحققت من اللاعب لذا سيمنح قيمة

المجموعات الحركية 2.50 ، لان قيمة المجموعة الحركية الواحدة = 0.50 .

2- الحركة الخامسة من نفس المجموعة ستلغى .

3- نقوم بإعطاء كل صعوبة درجتها " قيمتها" المستحقة والمنصوص عليها بالقانون

وستصبح قيمة الصعوبات المستحقة للاعب 2.8 .

4- نقوم بإضافة ال 10 درجات الممنوحة للجنة E ، اذا ستصبح درجة بداية التمرين

للاعب هي 15.30 .

الخطوة الحاسمة لإيجاد الدرجة النهائية للاعب :

لنفرض أن قضاة اللجنة (E) قاموا بعمل الحسومات التالية :

$$E1 \text{ قام بحسم } = 2.0$$

$$E2 \text{ قام بحسم } = 5.0$$

$$E3 \text{ قام بحسم } = 2.0$$

$$E4 \text{ قام بحسم } = 1.0$$

$$E5 \text{ قام بحسم } = 3.0$$

$$E6 \text{ قام بحسم } = 6.0$$

❖ نقوم في هذه المرحلة بحذف اعلى حسم واقل حسم أي بمعنى أننا سنقوم بحذف درجتي القاضيين $E, 6E4$.

❖ سنقوم بعد ذلك بجمع بقية درجات القضاة المتبقين والتي سيكون مجموع درجاتهم يساوي 12.0 .

❖ بعدها سنقوم بإيجاد المتوسط الحسابي لهذه النتيجة عن طريق تقسيم النتيجة 12.0 على 4 أي على عدد الأربعة قضاة الذين تم قبول درجاتهم وبذلك تصبح قيمة الحسم الكلي من لجنة (E) = 3.0 درجة .

❖ نقوم بطرح هذه الدرجة من درجة البداية والتي كانت درجتها 15.30 لتكون كالتالي

$$12.30 = 3.0 - 15.30$$

وهي الدرجة النهائية التي سيحصل عليها اللاعب .