



جامعة المستقبل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



جمناستك أجهزة

المرحلة الثانية

م.م محمود سعيد

م.م زيد امير

م.م لينا محي

م ٢٠٢٢



جمناسك أجهزة
الماضرة الاولى

تاريخ الجمباز

تعد الحركات التي مارسها الإنسان لاجتياز الموانع والأجهزة المختلفة بدء الجمباز بالعصور القديمة، حيث كان الإنسان مضطراً للتعایش مع الطبيعة، فكان مضطراً للتسلق والتوازن والجري والوثب والاستعراض أمام الملوك في أثناء حفلات المبارزة واستمر الأمر كذلك حتى القرنين الماضيين حين بدأ الإنسان الأوروبي يشعر بالحاجة الماسة لممارسة النشاط الرياضي الهادف إلى رفع اللياقة العامة وتنشيط أجهزة الجسم المختلفة . وبرز (كوت موث) الألماني و (لينخ) السويدي و (أموردون) الفرنسي و (سلياس) السويسري أشهر العاملين في هذا المجال؛ إذ وضعوا أساس الجمباز وافتتحت أول ساحة للجمباز عام ١٨١٣ في برلين بإشراف المربي (يان) الذي أصدر أول كتاب عن الجمباز باسم (فن الجمباز). ووزع يان المشاركين على مجموعات متجانسة عمرياً وعدادياً. وانتشرت هذه الساحات بسرعة حتى زاد عددها في ألمانيا على الستين. ومع ازدياد نفوذ قادة هذه الساحات تم اعتقال (يان) عام ١٨١٩ ، وصدر قرار يمنع الجمباز فتحول منذ ذلك التاريخ إلى الصالات . وفي عام ١٨٨١م تأسس الاتحاد الدولي للجمباز تحت اسم الاتحاد الأوروبي في مدينة ليفا البلجيكية، وكان سوبروس البلجيكي أول رئيس له. ثم تزايد عدد الاتحادات المنتسبة له من أوروبا فأصبح اسمه الاتحاد الدولي، ثم تتالي انتساب دول العالم من خارج أوروبا، وكان أولها كندا عام ١٨٩٩ كما بدأت الدول العربية بالانتساب له وكان أولها مصر عام ١٩١٠ وسورية عام ١٩٥٦ وهكذا تتالت بقية الدول العربية. والجمباز هو التمرينات أو المهارات التي تؤدي على الأجهزة التي تطورت من عهد " يان " (أبوالجمباز) حتى أصبحت على صورتها الحالية في عصرنا هذا.

ويعتبر الجمباز ناحية هامة في التأثير على النشاط البدني لما له من فضل على جميع أجهزة الجسم وبما يتضمن له من تناسق كما يعمل على زيادة التوافق العضلي

العصبي ويسهل عملية التحكم على عضلات الجسم . وتعريف كلمة (جمباز) ترجع أولا إلى عصر اليونان ونستطيع القول بأنها تسمية يونانية وأصلها كلمة (جنوس) أي التدريب العاري حيث كان التدريب بدون ملابس وظل هذا التعريف موجودا حتى استعمال (جونس موتى) وغيره (يان) وأسماءه (tunnen) وأطلق على جميع التمرينات وظل حتى هذا الوقت يطلق على الجمباز في ألمانيا هذا الاسم ويعرف عندنا بالجمباز (تمرينات على الأجهزة والجمباز الحديث يهدف إلى تربية الفرد جسمانيا وعقليا حيث انه يصلح لكل فرد وفي كل مرحلة من مراحل نموه كما انه يدخل ضمن بعض برامج العلاج الطبيعي في إصلاح بعض التشوهات كما انه ينمي في الشخص الشجاعة والنظام والمساعدة المتبادلة والعزيمة والإحساس بالناحية الجمالية.

لمحة تاريخية عن الجمناستك في العراق

° في عام ١٩٢٨ وبمناسبة اقامة لقاء رياضي في المصارعة وفي منطقة الكاظمية تحديدا قام ثلاثة لاعبين بتقديم عرض يتضمن بعض الحركات الاكروبايكية التي لها علاقة قليلة بالحركات الجمناستيكية في الوقت الحاضر حيث اقتصرت تلك الحركات على الاداء الحركات الارضية وللرجال فقط .

° في عام ١٩٥٤ تاسس المعهد العالي للتربية الرياضية حيث اصبح درس الجمناستك من الدروس المنهجية المقررة وكانت للرجال فقط .

° وفي ١٩٦٧ اقيمت اول بطولة للجمناستك باشراف المديرية العامة للتربية الرياضية وجرت بين محافظات القطر لطلبة المدرس الثانوية وتحدد السباق بالحركات الارضية وجهاز منصة القفز .

° في عام ١٩٧٢ تاسس اول اتحاد للجمناستك في العراق يضم رئيس واعضاء وبصورة رسمية حيث أقامه البطولات ومتابعه شؤون للاعبين .

- وفي عام ١٩٧٥ انضم العراق للاتحاد الدولي للجماز وفي ١٩٧٧ تمت المشاركة في اول مؤتمر دولي والذي عقد في العاصمة الايطالية روما .
- وفي عام ١٩٨٠ اصبح العراق عضوا في اللجنة التنفيذية للاتحاد الدولي بانتخاب (د.صائب العبيدي) ممثلا له في دورة الالعاب الأولمبية في موسكو.