

دورة بناء اجسام IFBB

٢٠٢٢/١٠/٢٩

مقدمة: الغاية من دورات التحكيم التي يقيمها الاتحاد السوري الحر.

اعداد كوادر تحكيمية للتنظيم البطولات ضمن قوانين ناظمة يضعها الاتحاد الدولي لبناء الاجسام IFBB

العنوان: عمل الحكم_ تعريف الحكم وصفات الحكم مع لباس.**تعريف الفئات المشاركة_ عمل حكام لجنة الميزان_ عمل حكام الطاولة_ حكم صالة الاحماء حكم المسرح وعمله_ حكام السكرتارية وعمل رئيس لجنة الحكام العليا****عمل الحكم:** يكلف الحكم بتنظيم البطولات ضمن القوانين الناظمة من الاتحاد الدولي ومراقبة الأكثر أخطاء في بناء الاجسام.**تعريف الحكم وصفاته:** ان يكون العمر ما دون ال ٣٠ عام وما فوق أن يكون ملم بالقوانين الدولية للبناء الاجسام IFBB أن يكون لديه سرعة جيدة في إدارة شؤون التحكيم وأن يتحلى بالصفات المحمودة ويكون شخص ذو سمعة حسنة. ويكون لديه سرعة في اتخاذ القرار ويكون لديه القدرة على القراءة الدقيقة_ الشجاعة / قد نرى بعض الحكام جنباء لا يستطيعون اتخاذ القرارات /_ ومن صفاته ان يكون سليم من الامراض وأن يكون امين لديه نزاهة في التحكيم لأداء عمله بكفاءة وفعالية. وان يتقيد بلباس المعتمد من قبل الاتحاد.**لباس الحكم:** يكون قميص ازرق وبنطال اسود او قميص ابيض**تعريف الفئات المشاركة ؛ فئات (_ الفيزيك_ فئة الكلاسيك فيزيك و_ فئة ٢١٢ و ٢١٢ اولمبيا_ وفئة الوزن المفتوح بدي بلدنك)****يضاف ان الاتحاد الدولي لكمال الاجسام انقسم قسمين:****ايليت: بطولات الهواة والشركات****وبروليج: بطولات الاحتراف****حكام لجنة الميزان وعملن عدد ٣:** عملهم مراقبة أسماء واوزان اللاعبين والتأكد من العمر وتسجيل الأسماء وتنظيمهم ضمن سكورات. ومراقبة الاجسام والمعايير للقبول في البطولة.**حكم صالة الاحماء:** مراقبة اللاعبين والاطفاء من لباس وصبغة والتأكد على ارقام اللاعبين وتجهيزهم للصعود الى المسرح على حسب التسلسل المدون.**حكم المسرح:** تأكيد على اللاعبين بالاسم والرقم وترتيب اللاعبين

إعطاء الإيعازات بالمرحلة الأولى الدورانات ال ٤ الطبيعية

الإشراف على العرض الحر بالترتيب

إعطاء الإيعازات بالمرحلة الثالثة ضمن نتائج الحكم بالتمايز بالوضعيات ال ٧ الاجبارية

بعد الانتهاء من المنافسة يتم جمع السكورات من حكم الطاولة واعطائها للجنة الحكام العليا



دورة بناء اجسام IFBB

٢٠٢٢/١٠/٢٩

حكام الطاولة: عدد الحكام من لل ٧ لل ٩ لل ١١ حسب حجم قوة المشاركة يحدد الاتحاد عدد الحكام. عملهم استبعاد الأكثر أخطاء وانتقاء الجسم المثالي وترتيب الاعبين من الأولى الخ الاعبين على حسب التصنيف

معيار التحكيم او طرق التحكيم. على الشكل التالي

١_ الوضوح والتحديد العضلي بمعنى النشاف:

٢_ الكتلة العضلية:

٣_ التناسق:

٤_ التناسب:

٥_ الحضور على المسرح

عمل حكم السكرتارية الاول: اخذ نتائج حكام الطاولة وتدوينها ضمن السكور وحذف اعلى نتيجة واقل نتيجة وجمع النتائج وتصنيف الاعبين على حسب النتائج من الأولى الخ... لاعب

مهمة حكم السكرتارية الثاني: استلام السكورات والتدقيق بالمجموع وتصنيف الاعبين وجمع نتائج الاعب بالإضافة للترتيب نقاط الاعبين بالترتيب. مع تصنيف البيوتات او الأندية المشاركة نقاط الاعبين على الشكل التالي:

اول نقطة الثاني ١٤ نقاط الثالث ١٢ الرابع ١٠ الخامس ٨ السادس ٦ السابع ٤ الثامن ٣ التاسع ٢ العاشر ١

مهمة حكم السكرتارية الثالث: كتابة الشهادات

يضاف للبطولة عدة القاب.

١_ **بطل الابطال** ويكون من ضمن المراكز الأولى على حسب ووزنه

٢_ **بطل أجمل** عارض حر ويكون من بين المصنفين

في حال تعادل الاعبين بجمع النتائج. يعاد تحكيم

في حال تعادل الفرق بالأرقام: نأخذ أكثر مراكز اول او نأخذ أكثر مراكز ثاني

في حال تعادل الثالث نعطي ثالث مكرر.

لا يجوز للحكم التحدث لأي أحد كان.