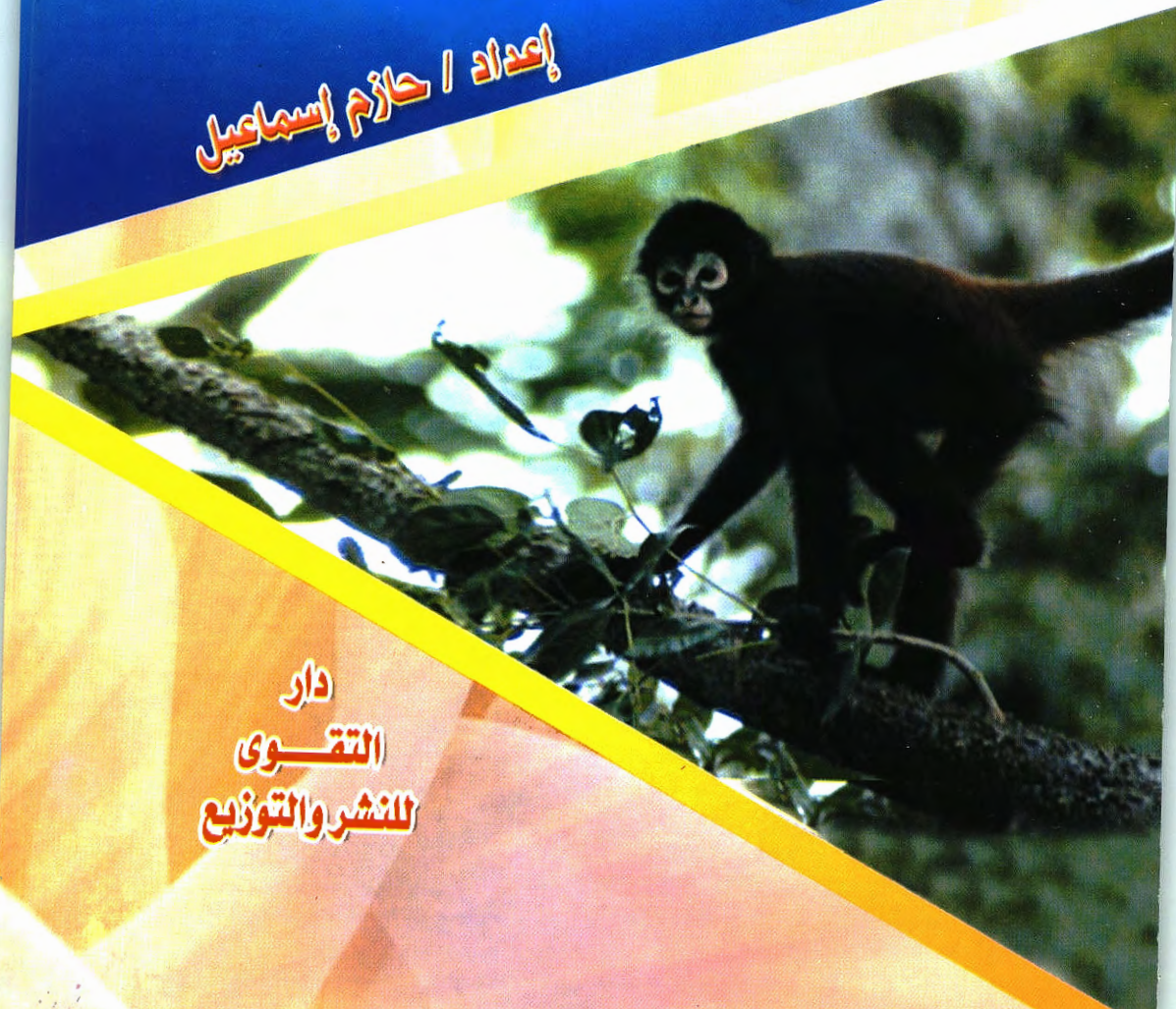


سلسلة أبطال الرياضة في عالم الحيوان

الجمباز

إعداد / حازم إسماعيل

دار
التقوى
للنشر والتوزيع



دار الكتب المصرية
فهرسة أثناء النشر إعداد إدارة الشئون الفنية



السيد، حازم إسماعيل

الجميل / إعداد حازم إسماعيل السيد . - القاهرة :

دار التقوى للنشر والتوزيع ، ٢٠١٠ .

١٦ ص ؛ ٢٤ سم . - (سلسلة أبطال الرياضة في عالم

الحيوان ؛)

تدمك : ٧٦ ٧ ٥٨٤٠ ٩٧٧

٢ - الألعاب الرياضية

١ - الجمباز

٣ - ألعاب القفز

ب - السلسلة

أ . العنوان

٧٩٦,٤١

اسم السلسلة : أبطال الرياضة
في عالم الحيوان .

الكتاب : الجمباز

المؤلف : حازم إسماعيل السيد

دار

التقوى

للنشر والتوزيع

٨ شارع زكي عبد العاطي

من شارع عمـر بن الخطاب

عرب جسر السويس - القاهرة

تليفون ٢٢٩٨٩٩٤٣١

موبايل ٠١١٦٧٥٤٨٦١

المدير المسئول / محاسب

عبد الناصر إبراهيم إمام

جميع حقوق الطبع والنشر
محفوظة للناشر ولا يجوز إعادة
طبع أو اقتباس جزء منه بدون
إذن كتابي من الناشر .

الطبعة الأولى

١٤٣٣ هـ - ٢٠١٢ م

رقم الإيداع

٢٠١٠ / ١١٨٢٩

I.S.B.N

977-5840-76-7

E-mail : darattakwa62@yahoo.com

الجُمباز رياضة حيّة تجمع بين القوّة والمرونة والسرعة والمهارة . وقد أدرجت هذه الرياضة لأول مرّة كرياضة رسمية في عام ١٩٧٢ م ، وكان ذلك في إطار ألعاب الأولمبياد الخاصة العالمية الصيفية ، وقد تنافس فيها أحد عشر لاعباً في مجموعتين من الألعاب ، وبحلول الألعاب الأولمبية الصيفية لعام ١٩٩٩ م بلغ عدد المتسابقين في هذه الرياضة ٢٨٠ لاعباً مثّلوا ٤٣ برنامج أولمبياد خاص حول العالم . وتضم هذه الرياضة مجموعة متنوعة من الألعاب للرجال والسيدات مع وجود بعض الاختلافات بينهما .

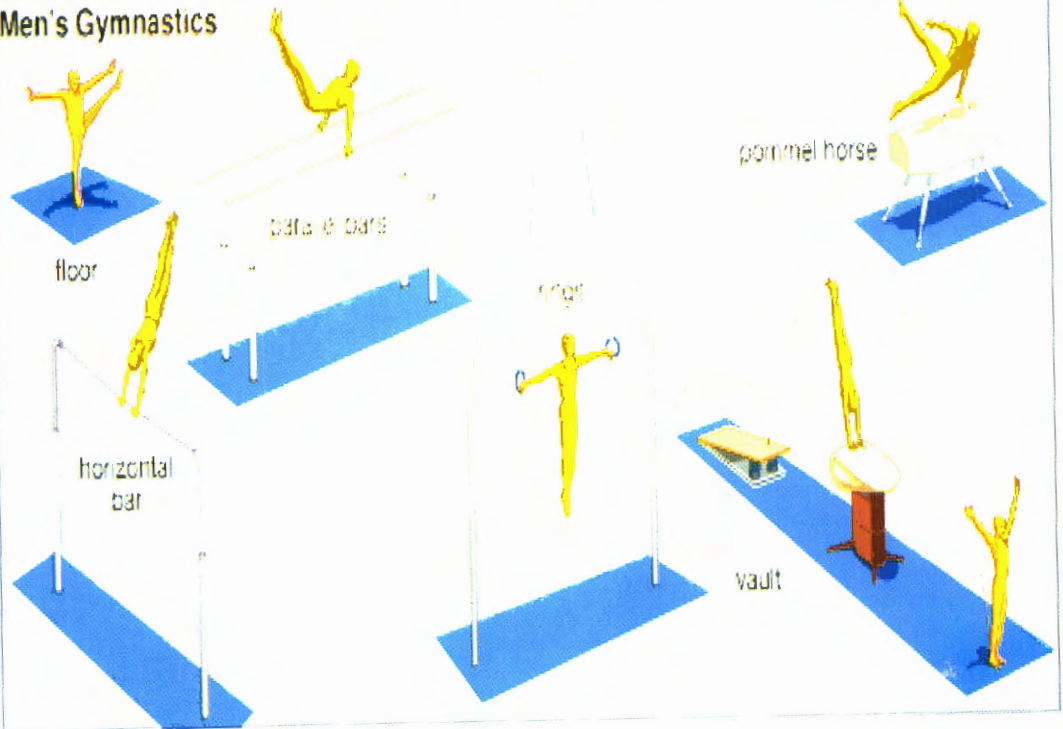


مجموعة ألعاب الجمباز المخصصة للرجال

وألعاب الجُمبَاز هي :
الرَّجَال : حِصَان القَفْز - حِصَان
 الحَلَق - جِهَاز الحَلَق - المُتَوَازِيَيْن -
 الأَرْضِي - العُقْلَة .



Men's Gymnastics



الألعاب المختلفة للرجال



الأنسآت : حصان القفز - العارضتین غیر المتوازیتین - المتوازیتین - الأرضي - العارضة - الكرة أو الطوق أو الصولجان وهي مجموعة من الحركات الإيقاعية تؤدي على أنغام الموسيقى على جهاز الأرضي .



الألعاب المختلفة للسيدات

وستبقى اللعبة الرومانية "ناديا كومانتيشي" بلا شك رمزاً من رموز هذه اللعبة وأفضل من لعب الجُمباز في العالم فهي أول من أحرز الدرجة الكاملة ١٠ درجات على ١٠ درجات وكان ذلك في مُسابقة العارضتين غير المتوازيتين ، وكم كانت دهشة الجماهير حينما شاهدوا أول علامة تظهر على اللوحة بكامل درجاتها ، ولم يكن ذلك من قبيل المصادفة إذ أحرزت الدرجة نفسها سبع مرّات وتوجت بطلة أوليمبياد مونتريال ١٩٧٦م وكان عمرها آنذاك ١٤ عاماً ، والعجيب أنها لم تنل في البطولة التالية سوى المركز الثاني ولم تفز في لعبة منها .



ناديا كومانتيشي على العارضتين



الرياضة في عالم
الحيوان ميدان كبير
متسع تزدهم قائمته
بأبطال القوة
والرشاقة والمرونة
الذين استكملوا أفضل

حالات لياقتهم البدنية ، وهي الوسائل والأساليب التي زودها بها
خالقها لتكتسب عيشها وتتنصر على أعدائها أو تقلت منهم فيكتب
لها النجاة . لقد تحورت أجسامها لئلا عم حياتها على الأشجار أو
بين الأدغال من القدرة الفائقة على التعلق وخفة الحركة وسرعة
التنقل والقفز ، فنجد من القردة ما يسكن الأشجار ولا يهبط على
الأرض مطلقاً ، وهي تستخدم أقدامها وذئولها في الإمساك بفروع
الأشجار وأعصانها ، فهي لا تبارى في التسلق والتعلق والقفز
والحركات البهلوانية حتى عرف كثير منها ببهلوانات الغابة ، وقد
تخصصت حيوانات أخرى كثيرة في الحياة على الأشجار في خفة
وبراعة . وفي بينات أخرى مختلفة نجد المرونة والرشاقة من
العناصر المتوفرة بقوة في حيواناتها ، ففي بيئة السافانا



والأعشاب لا نرى شيئاً يفوق
الغزلان في الرشاقة ، والأمر
نفسه نجده عند الجمل والمها في
الصحراء ، وعند الدببة والثعالب
القطبية في بينات القطبين ، كما
نجد العجائب في عالم الزواحف
والحشرات من تسلق الأسطح
والجدران الملساء والمشي على
الخيوط والحبال والسير في وضع
مقلوب . هيا لندخل عالم العجائب
والغرائب في هذه الرياضة مع
أبطال خارقون من نوع جديد ...
إنه عالم الحيوان ..

سجل الحركات البهلوانية

قرد الجيبون



من أبطال الأكروبات بين سگان الأدغال ، له قُدرة فائقة على التعلُّق والتثقل بين الأشجار ، يستطيع أن يلف ذراعَيْه بزاوية ١٨٠ ° كما أنه يتفوق على غيره من القُرد بقدرته على سحب ذراعَيْه للخلف مسافة أطول ، كما أن عضلات الكتف ووصلة الكوع مكونان بطريقة تسمح بامتصاص الصدمات ، وعظام العضد طويلة ورفيعة وعظام الذراع السفلى أطول من عظام ذراعه العليا ، ويده مُستطيلة تشبه الخطاف لثمَّكته من الإمساك بالفروع بقوة . وهو عندما يتنقل بين العُصون بطريقة المروحة حيث يستبدل يداً مكان الأخرى بسرعة كبيرة تدفعه الأرجحة الواحدة مسافة ٣



أمتار ، كما أنه من أبرع القُرد في التسلُّق فهو يستطيع أن يسير على قدمَيْه ويستخدم يديه في التوازن ويصيد الطيور بقفزة خاطفة ويضعه في قبضة قدميه حتى يمسك القرع بيده ويحدث ذلك في ثوان قليلة ، كما أنه يستطيع القفز مسافات تتراوح بين ٨-١٠ أمتار بين الأشجار .

قرد التمارين



أصغر القردة حجماً لا يزيد طوله عادة عن ١٥ سنتيمتراً ويسكنون غابات الأمازون بأمريكا الجنوبية ، ويُعتبر من أعظم بهلوانات الغابة بها، فهو من أكثر القردة خفة ومهارة في التسلق والقفز وهو رغم صغر حجمه يستطيع أن يقفز بين الأشجار قفزة يصل طولها إلى ١٣,٧ متراً .

قرد عنكبوتي



قرد عنكبوت

سُمي هذا النوع من القردة بهذا الاسم نظراً لشبهه الكبير به فهو قليل حجم الرأس والجذع لكنه طويل الأطراف بصورة كبيرة ، كما أن ذيله طويل ينتهي بعضو للإمساك بالأفرع ، وهو من أكثر القردة قدرة في التكيف على الحياة على الأشجار لكنه لا يجيد السير على الأرض لطول أقدامه الشديدة .

كنغر الأشجار



مِنْ أَرْشَقِ الْحَيَوَانَاتِ الَّتِي
تَعِيشُ عَلَى الْأَشْجَارِ ، وَهُوَ أَصْغَرُ
مِنَ الْكُنْغَرِ الْأَرْضِيِّ وَيَخْتَلِفُ عَنْهُ
فِي أَنْ قَدَمَيْهِ الْأَمَامِيَّيْنِ ثَمَائِلَانِ
الْخَلْفِيَّيْنِ فِي الطُّولِ ، وَثَمَكْنَهُ
قَبْضَتَي يَدَيْهِ الْقَوِيَّتَيْنِ اللَّتَانِ
تَنْتَهِيَانِ بِمَخَالِبِ حَادَّةٍ مِنَ الْإِمْسَاكِ
بِقُوَّةٍ بِالأَشْجَارِ وَيَسْتَطِيعُ أَنْ يَقْفِزَ
بَيْنَ فُرُوعِ الْأَشْجَارِ مَسَافَةً تَصِلُ
إِلَى ٩ أمتارٍ فِي الْقَفْزَةِ الْوَاحِدَةِ ،

وَمِنْ عَادَاتِهِ أَنَّهُ إِذَا حُوْصِرَ فَوْقَ الْأَشْجَارِ أَنْ يَقْفِزَ عَلَى الْأَرْضِ مِنْ
أَرْتِقَاعٍ كَبِيرٍ قَدْ يَصِلُ إِلَى ١٥ مِثْرًا حَيْثُ أَنْ أَقْدَامَهُ تَنْتَهِي بِوَسَائِدِ
قَوِيَّةٍ يَبْطِنُهَا مِنْ أَسْفَلِ جِلْدِ حَشِنٍ يُمَكِّنُهَا مِنَ الْهُبُوطِ بِسَلَامٍ .

تارسييس

ليمور أندريس



حَيَوَانٌ شَجَرِيٌّ فِي حَجْمِ
الْفَأْرِ يَسْتَطِيعُ الْقَفْزَ ٥ م
بَيْنَ الْأَشْجَارِ بِمَهَارَةٍ



حَيَوَانٌ مِنَ
الْلِيمُورِيَّاتِ
كَبِيرِ الْحَجْمِ
نَوْعًا طَوْلُهُ
١٢٠ سَم
وَيَسْتَطِيعُ

الْقَفْزَ ٥ أمتارٍ بَيْنَ أَفْرُعِ الْأَشْجَارِ
بِمَهَارَةٍ وَسُرْعَةٍ كَبِيرَةٍ .

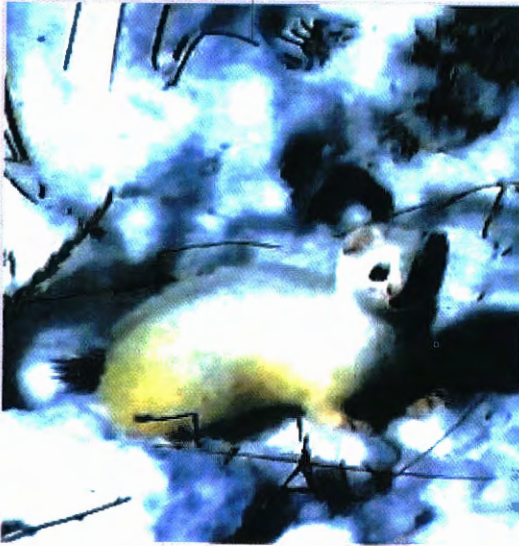
صحاب مهارات من طراز فريد القار



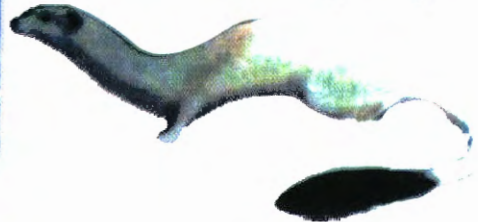
لديه توافق مذهل بين جهازيه العضلي والعصبي ، وهو يجيد التسلق والقفز بشكل رائع ، ولديه مرونة هائلة تمكنه من تسلق الحوائط والحيال والأسلاك والأعمدة والأشجار ، وهو يستطيع أن يقفز عمودياً ٦٠ - ٩٠ سم ونحو ٢٠ سم رأسياً ، أن ينفذ من أضيق الفتحات .



قواقم



من أشهر حيوانات فصيلة ابن عرس في الصيد والتسلق ، ومن عاداته الغريبة أنه عندما يقوم بالصيد يأتي بسلسلة من الحركات البهلوانية يسحر بها الفريسة .



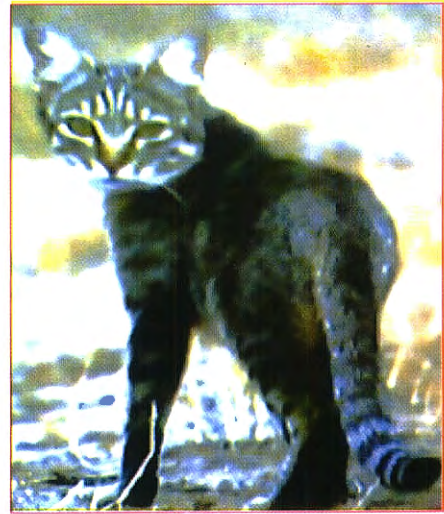
هل القطط لها ٧ أرواح

يَقُول النَّاسُ أَنَّ الْقِطَطَ لَهَا ٧ أَرْوَاحَ
فَهَلْ هَذِهِ الْعِبَارَةُ صَحِيحَةٌ؟

إِذَا اسْتَمَعْنَا إِلَى جَوَابِ الْعِلْمِ سَتَعْرِفُ
يَقِينًا عَدَمَ صِحَّتِهَا ، فَالْقِطُّ حَيَوَانٌ
جِسْمُهُ بَالِغُ الْمُرُونَةِ يُمَكِّنُهُ مِنْ



الْوَثْبِ وَتَحْمِيلِ السَّقَطَاتِ مِنَ الْأَمَاكِنِ الْمُرْتَفِعَةِ مَا
لَيْسَ لِغَيْرِهِ ، وَلَدَيْهِ قُدْرَةٌ فَائِقَةٌ عَلَى تَحْمِيلِ
الصَّدْمَاتِ ، وَهِيَ إِذَا سَقَطَتْ مِنْ مَكَانٍ عَالٍ تَضْرِبُ
الْهَوَاءَ بِذَيْلِهَا وَتُلَوِّي جِسْمَهَا وَتَعْتَدِلُ لِتَسْقُطَ عَلَى
أَقْدَامِهَا بَعْدَ أَنْ تَمُدَّ أَقْدَامَهَا إِلَى أَقْصَى امْتِدَادٍ وَتَرْفَعُ
جِزْعَهَا قَدْرَ اسْتَطَاعَتِهَا فَإِذَا لَامَسَتْ الْأَرْضَ تَمْتَصُّ
الصَّدْمَةَ بِمَهَارَةٍ شَدِيدَةٍ ، وَيُسَاعِدُهَا عَلَى ذَلِكَ
هَيْكَلُهَا الْعَظْمِيُّ الْمَرْنُ
الْمُكَوَّنُ مِنْ ٢٥٠
عَظْمَةٍ مَرْنَةٍ ، كَمَا أَنَّ
عِظَامَ الثَّرْقُودَةِ غَيْرَ
كَامِلَةِ النُّمُوِّ مِمَّا يُتِيحُ
لأَقْدَامِهَا الْأَمَامِيَّةِ حُرِّيَّةَ
كَبِيرَةٍ فِي الْوَثْبِ
وَالْعُدُوِّ ، وَتَبْطُنُ
أَقْدَامُهَا وَسَائِدَ ثَقِيَّهَا
مِنْ هَذِهِ الصَّدْمَاتِ ،
لِهَذَا لَا تُصَابُ الْقِطَطُ



عَادَةً بِأَدَى بِسَبَبِ السَّقُوطِ أَوْ الْوُثْبِ مِنْ ارْتِفَاعَاتٍ كَبِيرَةٍ .

أبطال الأكروبات في عالم الحيوان

الثعابين



الثَّعَابِين مِنْ أَمْهَرِ الْكَائِنَاتِ الْحَيَّةِ فِي التَّسَلُّقِ ،
حَتَّى أَضْحَمَ أَنْوَاعُهُ تُجِيدُ التَّسَلُّقَ عَلَى الْأَشْجَارِ
بِمَهَارَةٍ فَائِقَةٍ ، فَالْأَصْلَةُ الْهَدْيِيَّةُ الَّتِي قَدْ يَصِلُ
طُولُهَا إِلَى ٧,٥ م تَصْنُطَادُ فَوْقَ الْأَشْجَارِ الْقُرُودَ
وَالطُّيُورَ ، وَهُنَاكَ ثَعَابِينُ تَعِيشُ عَلَى الْأَشْجَارِ
مِثْلَ ثُعْبَانِ الشَّجَرِ الْأَفْرِيقِيِّ يَسْتَطِيعُ أَنْ يُعَلِّقَ فِي
الْهَوَاءِ ثُلُثَ جِسْمِهِ أَثْنَاءَ تَسَلُّقِهِ لِلْأَشْجَارِ ، وَمِنْ
أَشْهَرِ الثَّعَابِينِ الْمُتَسَلِّقَةِ ثُعْبَانُ الْمَامْبَا الْأَخْضَرِ
الَّذِي يُشَبِّهُ فُرُوعَ الْأَشْجَارِ تَمَامًا .

بِوَا رَأْسِ الْكَلْبِ يُمَسِّكُ بِفَرْعِ شَجَرَةٍ وَيَبْقَى فِي وَضْعٍ
مَقْلُوبٍ مُتَدَلِّيًا مِنْ أَحَدِ الْفُرُوعِ لِيَصِيدَ الْأَسْمَاكَ .

ثُعْبَانُ يَتَسَلَّقُ
فَرْعَ شَجَرَةٍ
لِلْوُصُولِ إِلَى
الطَّائِرِ النَّسَاجِ
فِي عَشَّةِ .



يَسْتَطِيعُ ثُعْبَانُ (بُومَزْ لَانْجِ)
تَسَلُّقَ الْأَشْجَارِ وَاقْتِنَاصَ
الطُّيُورِ مِنْ أَعْشَاشِهَا

أبطال



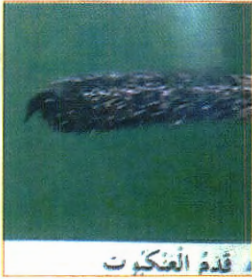
المتشي علي الحبال

عنكبوت



أمهر المخلوقات في السير على

الحبل فهو يمشي على خيط رفيع جداً سُمكه جزء من ٤٠٠٠ جزء من شعرة رأس الإنسان لكن قوته تفوق قوة الفولاذ ٥ مرات فلو صنعنا ضفيرة منه سُمكها ٢,٥ سم لاستطاعت حمل ثقل مقداره ٧١ طناً، والعنكب البتاءة تسير على هذه الخيوط بسهولة، والعنكب لها ٣ أزواج من المغازل تخرج من ٧ غدد بالبطن وتنتج أنواع كثيرة من الخيوط أهمها خيط يستخدمه كخيط أمان مثل لاعبو السيرك أو مُسلكي الجبال .



قدم العنكبوت

حلزون

يستطيع الحلزون (القوقع) أن يسير على شقيرة موسى دون أن يصاب بأذى أو الأشواك أو خيط عنكبوت بمهارة شديدة ، وهو يفرز

مادة غروية

ينزلق

عليها .



قدرات خاصة

برص



البرص يُمكنه
المشي على
الرُجَّاج لأنَّ أصابعه
تنتهي بممصّات .

ذباب



يَسْتَطِيع الذَّبَابُ
المشي على
أكثر الأسطح
نُغُومَةً كَالرُّجَّاج ، وَيُمْكِنُهُ
أَنْ يَسِيرَ عَلَى الْحَوَائِطِ
مَقْلُوباً لَأَنَّ أَقْدَامَهُ تَنْتَهِي
بِمَمصّات وخطاطيف

عرونة فائقة

ابن عرس

أخطبوط

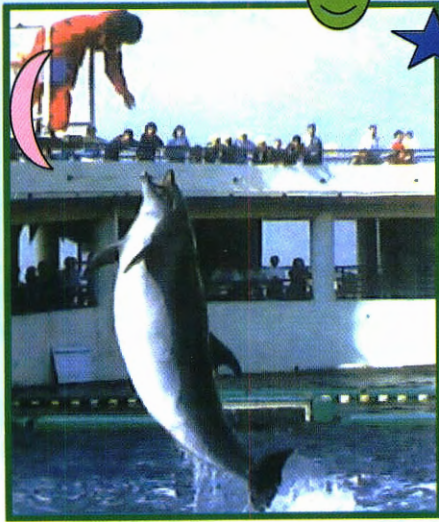


رأسه صغير لا يتجاوز
وزنه ٣٠ - ٧٠ جراماً
وهو أصغر بكثير من حجم
الجسم لذا يستطيع الحيوان
أن يتغذى من حلقة ضيقة
بسهولة ويسر .



أذكى الفقاريات فقد نجح في
اختبارات الذكاء التي أجراها
العلماء في المعمل فهو قادر
على التعلم ، وهو يمتاز
بقدرته على النفاذ من أضيق
الثقوب .

السيرك



نَجَحَتْ كَثِيرٌ مِنَ الْحَيَوَانَاتِ وَلَاقَتْ شُهْرَةً
وَأَسِيعَةً فِي السَّيْرِكِ حَتَّى صَارَ بَعْضُهَا
يُنَافِسُ الْمَشَاهِيرَ الْمَعْرُوفِينَ مِنَ النَّاسِ ،
فَكَثِيرٌ مِنَ الْحَيَوَانَاتِ ثَبَتَ بِالتَّجَرُّبَةِ
قُدْرَتَهَا الْفَرِيدَةَ عَلَى التَّعَلُّمِ عَلَى رَأْسِ
هَذِهِ الْقَائِمَةِ الدَّلَافِينَ وَالشَّمْبَانْزِي
وَالْكِلَابِ وَالْأَسُودَ وَالْبَبُورَ وَكِلَابَ الْبَحْرِ
وَالْبَبْغَاوَاتِ ، وَإِنْ كَانَتْ أَدَّكَاهَا عَلَى



الْإِطْلَاقِ
الْعُورِيلا لِكَيْتُهَا
خَجُولَةً وَلَيْسَ
لَدَيْهَا حُبُّ
الظُّهُورِ
كَالشَّمْبَانْزِي .