

الفصل الثاني

أولا : الدراسات النظرية :

===

- * ما هية رياضة رفع الاثقال .
- * أهمية رياضة رفع الاثقال .
- * تاريخ رياضة رفع الاثقال ونشأتها .
- * الارقام القياسية لرياضة رفع الاثقال على المستويات المختلفة ومقارنتها بالارقام القياسية المصرية .
- * ما هية التخطيط .
- * التخطيط فى رياضة رفع الاثقال .
 - * المدربين .
 - * الحكام .
 - * الاداريون .
 - * مصادر التمويل .

ثانيا : الابحاث والدراسات المشابهة .

===

أولا : الدراسات النظرية

ماهية رياضة رفع الاثقال :

هي فدرية عضلات الرباع على مواجهة مقاومات خارجية تتميز بارتفاع شدتها كما وأن هدف هذه الرياضة هو رفع الاثقل وزنا من كتل صماء بأقل جهد وأخف بدن ورياضة رفع الاثقال هي احدى الالعاب الاولمبية ويشرف على تنظيمها وإدارتها الاتحاد الدولي لرفع الاثقال ويعترف الاتحاد الدولي لرفع الاثقال برفعتي الخطف SnATCH والرفع الى الصدر ثم النظر Clean and Jerk . ونجري جميع المسابقات وفق قواعد وقانون الاتحاد الدولي . وتتؤدى كلتا الرفعتين باستخدام اليدين ويمنح الرباع ثلاث محاولات فقط فى كل رفعة ويتنافس الرباعون فى الازان المعتمدة بالقانون تبعا لوزان اجسامهم ويعترف الاتحاد الدولي فى أنشطته بثلاث مجموعات من الاعمار

أ - الناشئون : حتى سن ال ٢٠ والحد الأدنى للاشتراك فى البطولات الدولية هو ١٥ عاما .

ب - الكبار : من سن ٢٠ الى ٤٠ عاما .

ج - كبار السن : من سن ٤٠ الى أكثر من ٦٠ عاما .

وهناك عشرة (١٠) فئات لاوزان اللاعبين من الرجال ولجميع المراحل

السنية وتقام جميع مسابقات الاتحاد الدولي طبقا لهذه الفئات ؛ -

١ - حتى	٥٢	كيلو جرام
٢ - من	٥٢	٠١ كيلو جرام حتى
٣ -	٥٦	٠١ رر رر
٤ -	٦٠	٠١ رر رر
٥ -	٦٧	٥٠ رر رر
٦ -	٧٥	٥٠ رر رر
٧ -	٨٢	٥٠ رر رر
٨ -	٩٠	٥٠ رر رر
٩ -	١٠٠	٥٠ رر رر
١٠ -	١١٠	٥٠ رر رر
١٠ -	١١٠	٥٠ رر رر

١٠ - أكثر من

ويجوز لكل دولة الاشتراك بعدد عشرة (١٠) لاعبين بالاضافة الى ثلاثة (٣) لاعبين احتياطيين وذلك فى البطولات العالمية والقارية والالعاب الاقليمية . اما فى الدورات الاولمبية فيكون الاشتراك بعدد عشرة (١٠) لاعبين بالاضافة الى لاعبين (٢) احتياطيين موزعين على مختلف فئات الازان بحيث لا يزيد عن لاعبين فى فئة الوزن الواحد كما لا يجوز للاعب الاشتراك فى أكثر من فئة وزن واحدة فى المباراة وتؤدى جميع مسابقات رفع الاثقال بمجموعات اثقال أولمبية طبقا لمواصفات محددة بمعرفة الاتحاد الدولى لرفع الاثقال .

" أهمية رياضة رفع الاثقال "

تعتبر رياضة رفع الاثقال من الرياضات الرئيسية فى الدورات الاولمبية اذ أنها تتميز بالتحدى بين القوة الكامنة فى الجسم البشرى وبين الكتل الصماء من الاثقال التى لا سبيل للتغلب عليها الا باستخدام أقصى طاقة فنية وعضلية والتدريب عليها يهدف للوصول باللاعب الى أعلى مستوى ممكن من المهارة واللياقة البدنية .

كما أنها تتميز بالصيغة الفردية حيث لا تتشابه الاجسام وتختلف ايضا القدرات البدنية للاعبين ويكون التدريب تبعاً لهذه القدرات .

(٢ : ١٢٤ - ١٣٢)

" وتحقق رياضة رفع الاثقال التامل بين عمل الجهازين العضلى والعصبى وذلك من خلال التدريب والمنافسة نظراً لما تحتاجه الحركات التى يؤدى بها الرباع من توافق وتناسق كبيرين كما تعمل على تنمية الاحساس بالتوقيت حتى يصل الى درجة الالية بتنمية خاصية الحس العضلى واستخدامه بدقة فى أداء الحركة " (١٣٠٤)

" وتنمى السمات الارادية وتخلق الروح الرياضية عن طريق المنافسة وتقوية العزيمة لمحاولة تحقيق النصر " (٢٠١٢٤)

كما أنها توطن العلاقة بين اللاعبين وتخلق روح واسس الصداقة بينهم . وتعنى المفاهيم الانسانية للمتنافسين . وتعمل على تنظيم اسلوب حياتهم كما تمنحهم الملائمة الاجتماعية المرموقة وتتيح للفرد فرص الترويح عن النفس وتهيب له القابلية على الانتاج وعند ما يوفق الرباع فى المنافسات واللقاءات الدولية يكون خير وسيلة اعلامية لبلاده

" وتعتبر رياضة رفع الاثقال احدى وسائل القياس فى المجال الرياضى "

(١٣٠١٤٧)

" واحدى وسائل التقييم " (١٩٠٩٨)

وتمتاز رياضة رفع الاثقال بأن الرباع يمكنه أن يحصل على ثلاثة أوسمة فى مسابقة واحدة (خطف - الكلين والنظر - المجموعة) .
" وقد اتجه العالم الى استخدام رياضة رفع الاثقال فى الميدان الطبى فأصبحت وسيلة علاجية ووقائية وتحقق لممارسيها القوام المثالى وحقلا هاماً فى مجال البحوث العلمية والتجريبية " . (٣٠ . ٢٤)

ولم تقتصر فوائد هذه الرياضة على الرجال فقط حيث اتجهت المرأة لممارستها لتحقيق القوام الرشيق . وبالرغم من أهمية رياضة رفع الاثقال للفرد الا أنه " ظهرت بعض الآراء على أن رياضة رفع الاثقال تعوق النمو وتحد من حركة ممارستها وتخلق تشوهات فى القوام وعلى هذا الاساس فقد عقدت اللجنة الطبية التابعة للاتحاد الدولى لرفع الاثقال Medical committe of international weight lifting federation .

أكثر من اجتماع لمناقشة مثل هذه الآراء والخروج برأى علمى محدد حول هذه الآراء التى انتهت الى التالى :

- ١ - أن أغلب الآراء المطروحة والتى تنادى بعدم صواب الاخذ بمبدأ التدريب المبكر لصغار السن على رفع الاثقال استندت الى ملاحظات وملاحظات فردية خاصة .
- ٢ - لا يوجد شك أن التحميل العالى المستمر فى تمارين رفع الاثقال وبدون فترات راحة كافية يؤدى الى تعرض العمود الفقرى والمفاصل والقلب الى حالة اجهاد وحدوث مضاعفات .

وقد عرضت أكثر من ٢٠٠ مائتى صورة بالاشعة السينية للعمود الفقرى لرياضيين صغار السن ومقارنتها مع رياضيين لرفع الاثقال من نفس مرحلة العمر وتبين عدم وجود أى مضاعفات أو تشوهات فى العمود الفقرى عند صغار السن الذين زاولوا التدريب على رفع الاثقال " (١٠٠)

كما أكد ذلك أيضا ستون مدربا على رأسهم المدرب العالمى فلاميفيف
Flameveev فى التقرير المقدم منهم عن تأثير تدريبات الاثقال على

صغار السن .

حيث تم اختيار مجموعة من صغار السن عدد هم ١٠٠ مائة قسمهم الى
مجموعتين متساويتين عمر كل فرد منهم ١٠ سنوات مارست المجموعة الاولى منها
التمرينات التالية : -

١ - التعليم المهارى للرفعات الكلاسيكية وتمارين رفع الاثقال بالعصى
الخشبية لمدة ثلاثة شهور .

٢ - اجراء تمارين لياقة بدنية عامة (العاب قوى وجمباز)

٣ - اداء تمارين رفع الاثقال بنسبة ٧٠٪ : ٨٠٪ من وزن الجسم لمدة
ثلاثة شهور .

أما المجموعة المقارنة فانها زاولت خلال فترة ستة أشهر تمارين العاب
الكرات والجمباز والعباب الميدان والمضمار وكان عدد الوحدات التدريبية
بمعدل ثلاث وحدات فى الاسبوع وفترة الوحدة التدريبية لا تتجاوز ساعتين .
وبعد فترة الشهور الستة تبين أن مجموعة الاختبار (المجموعة التجريبية)
قد أظهرت النتائج التالية : -

١ - لم تظهر أية تشوهات بدنية .

٢ - أن النمو البدنى الخارجى (الشكل المورفولوجى) كان بقياسات أفضل
من المجموعة المقارنة .

٣ - حدث تطور فى كفاءة عمل الاجهزة الحيوية حيث تم اختبار ذلك بواسطة

Electronometry

٤ - لم تحدث أى مضاعفات فى العمود الفقرى حيث تم التأكد من ذلك

بواسطة Tele-x-Ray-evamination

٥ - ظهر تطور فى القوة العضلية عند مجموعة الاختبار حيث تم قياس ذلك

بواسطة جهاز Evhamometar armal .

٦ - أظهرت نتيجة التدريب زيادة في نمو العظام وخاصة في المادة الصلبة من العظم والنسيج الاسفنجي لنهايات العظام .

٧ - اما فيما يتعلق بتسطح القدم Flate Foot فقد ثبت ان السبب في ظهوره مثل هذه الحالة يعود الى ضعف العضلات القابضة لقوس القدم وليس بسبب التمرين علما بان الاسس الفنيه لاداء الرفعات تستوجب الاستخدام الفعال لعضلات قوس القدم في نهاية حركة امتداد الساقين .

(٤٤ : ٣٧ - ٣٩)

" تاريخ رياضة رفع الاثقال ونشأتها "

رفع الاثقال أهم مظهر من مظاهر القوة فى كل العصور
ففى عصر الحضارات اهتم المصريون القدماء منذ سنة ٣٠٠٠ قبل
الميلاد بممارسة هذه الرياضة وقد اظهرت ذلك الصور المرسومة فى معابد
بنى حسن (١ - ٢١١ - ٢٤٢)

وكانت لتحديات البيئة أثر بالغ فى دفع الانسان لممارسة رياضة رفع
الاثقال وكان النزاع من أجل البقاء أهم الدوافع التى فرضت على الانسان
فى العصور الحجرية ممارسة هذا النوع من النشاط ثم تحولت الى لعبة
ترويحية لا يراز قوته الجسمانية باجتماعاته . (١٥٠٤٤)

وكانت سنة ٧٧٦ قبل الميلاد منطلقا لبدء رياضة رفع الاثقال فى
منطقة ما بين النهرين بالعراق ، حيث اظهرت ذلك آثار بابل .
(١٥ - ٤٣)

ثم جاء الاغريق فى القرن السابع قبل الميلاد حيث انتشرت ممارسة
هذه الرياضة بين الصيادين حيث كانوا يتبارون بحمل القوارب الى أبعد
مسافة فى الماء . (١٥ - ٥٥)

ثم ظهر ميلو الذى عرض قوته بحمل ثور يزن ٤٠٠ كجم على أكتافه
ويدور به حول الملعب . (١٣ - ٤٥)

ثم استخدمها الرومان فى تقوية العضلات والتدريب على العلاجيّة
(٨ - ٩١ - ٩٢)

أما العرب فقد مارسوا رياضة رفع الاثقال عن طريق رفع الاحجار
وغيرها ليشدد بها الجسم ويقوى .

وفى فترة حكم الكنيسة فى القرون الوسطى ابتعد الناس عن التدريب واعتبروها وسيلة لتقوية البدن الذى يؤدي بالتالى الى الرغبة فى الاعتداء على الاخرين وفى عصر الاقطاع استخدمها الفلاحون لاكتساب القوة فى سبيل الثورة ضد الحكام .

" وفى عصر الاسلام استخدمها المسلمون فى بداية نشر الدعوة لتحمل إيذاء المشركين " (١٥٠ ، ١٨١)

" وفى عصر النهضة انتقلت اللعبة الى أمريكا نتيجة لهجرة رواد هذه الرياضة من بعض الدول الاوربية " (١١١ ، ١٤)

" وفى العصر الحديث استخدمت لاعداد المقاتلين ثم بعد ذلك ظهرت تطلعات جديدة لدى رافعى الاثقال حيث اخذوا يتفننون فى الازواج الستى يرفعون بها الاثقال ثم عزت المرأة هذا الميدان وعرضت قوتها فى المسارح وحلبات السيرك . (٤٢ ، ١٥)

" ثم ظهر خلال هذه المرحلة قادة كان لهم الفضل فى تقدم هذه الرياضة حيث وضعوا نظريات للتدريب بالاثقال وطريقة الاداء التى مازالت قائمة حتى الان ومنهم جوزيف اتيليا ، أوجين ساندو ، الشقيقان ساكسون وماكسيست الذى اخترع طريقة القرفصاء بالرفع Squat وجورج هاكنشيبث . (١١١ ، ١٤)

وبعد أن استعرض الباحث العصور التى عاشتها رياضة رفع الاثقال استلزم ذلك التعرض للناحية التاريخية لمسابقات رفع الاثقال .

" فعندما استؤنفت الالعاب الاولمبية الحديثة باثينا عام ١٨٩٦ تضمنت برامجها رياضة رفع الاثقال مارسها اللاعبون بنوعين فقط من الرفعات هى الرفع باليد الواحدة وباليدين معا ولم تكن المنافسات بين اللاعبين تبعا لفئات أوزانهم التى لم تكن معروفة فى ذلك الوقت وفى عام ١٩٢٠ انشئ الانحداد الدولى العام لرياضة رفع الاثقال وذلك لرعاية شؤون اللعبة وفى عام ١٩٠٨ ، ١٩١٢ الغيت رياضة رفع الاثقال من هاتين الدورتين حتى تم اعادتها

واستؤنفت عام ١٩٢٠ بالدورة الاوليمبية التي اقيمت بانفرس ببلجيكا وذلك بفضل المشروع الذي عرضه الاتحاد الفرنسى العام لرفع الاثقال الذى احيى هذه الرياضة على أسس دولية وقواعد تحكمها وكانت جميع المنافسات تقام بخمسة أوزان فقط هى الريشة والخفيف والمتوسط وخفيف الثقيل والثقيل (١٨ - ١١) ثم اضيفت الى الرفعات السابقة رفعة الخطف باليد الواحدة فاصبحت ثلاث رفعات بحيث يرفع الرباع النظر باليد الواحدة بعكس اليد التى يرفع فيها الخطف .

" وفى عام ١٩٢٢ اقيمت بطولة العالم فى تالين Tallin حيث اشتملت المسابقة على خمسة أنواع من الرفعات فقد اضيفت رفعة الضغط باليدين ورفعة الخطف باليدين الى الرفعات السابقة وجرت المسابقة بنفس الفئات الوزنية السابقة .

وفى عام ١٩٢٣ اقيمت بطولة العالم فى فينا وقد ألغيت رفعة الخطف باليد الواحدة فى هذه المسابقة واقتصرت على أربعة أنواع من الرفعات وبنفس الفئات الوزنية السابقة .

وفى عام ١٩٢٤ اقيمت الدورة الالاسمبية فى باريس بفرنسا حيث اعيدت رفعة الخطف باليد الواحدة الى المسابقة وجرت بنفس النظام الذى كانت عليه عام ١٩٢٢ .

وفى عام ١٩٢٥ عقد المؤتمر الدولى الذى ألغى رفعتى الخطف باليد الواحدة والنظر باليد الواحدة وذلك بسبب التشوهات التى يحدثها التدريب عند الرفع باليد الواحدة بالاضافة الى الجهد الذى يبذله الرباع بأداء ١٥ خمس عشرة محاولة فى المسابقة .

وفى عام ١٩٢٨ اقيمت الدورة الالاسمبية فى امستردام بهولندا بالرفعات الثلاث التى أقرت فى مؤتمر براغ عام ١٩٢٥ وجرت المسابقة بخمس فئات وزنية كالسابقة . واستمرت المسابقات العالمية والدورات الالاسمبية بنفس النظام السابق من الرفعات والفئات الوزنية وذلك عام ١٩٣٢ فى الدورة الالاسمبية

التي اقيمت فى لوس انجلوس بأمريكا .

وفى عام ١٩٤٧ اقيمت بطولة العام بفيلا ديلفيا بأمريكا حيث اضيف وزن آخر هو لغاية ٥٦ كيلو جرام سمي بوزن الديك وذلك علاوة على الاوزان السابقة .
وفى عام ١٩٥١ أضيف وزن متوسط الثقيل لغاية . ٩ كيلو جرام . وذلك فى البطولة التي اقيمت بميلانو بايطاليا وفى عام ١٩٦٩ اقيمت بطولة العالم فى وارسو بتسعة أوزان حيث اضيف وزن الذبابة لغاية ٥٢ كيلو جرام ووزن فوق النقييل اكثر من ١١٠ كجم وذلك تنفيذاً للقرار الذى اتخذه الاتحاد الدولى فى اجتماعه خلال الدورة الاولمبية بالمكسيك عام ١٩٦٨ وفى عام ١٩٧٢ اقيمت الدورة الاولمبية فى ميونخ وقرر الاتحاد الدولى الغاء رفعة الضغط باليدين بسبب مشاكل التحكيم أولا والألام التي تنتج نتيجة التهاب المنطقة القطنية فى العمود الفقرى ثانيا وفى عام ١٩٧٦ أقيمت الدورة الاولمبية بمونتريال بكندا وقرر الاتحاد الدولى اضافة وزن دون الثقيل لغاية . ١٠ كجم علاوة على الاوزان السابقة .

(٣٠ : ٢٩ - ٣١)

جدول (١)
التعديلات التي ادخلت على الرفعات والاوزان في الودارات المختلفة

التاريخ	عدد الرفعات	عندد الاوزان	اسلوب الاداء	ملاحظات
١٨٩٦-١٩٠٦	اثنان	_____	الرفع بيد واحدة - الرفع باليدين	
١٩٢٠	ثلاثة	حس الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - الثقيل	الرفع بيد واحدة - الرفع باليدن - النظر بيد واحدة يعكس اليد التي يرفعها الحظف .	اصفت رفعة الخطف بيد واحدة
١٩٢٢	حس	حس الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - الثقيل	الرفع بيد واحدة - الرفع باليدين - النظر بيد واحدة يعكس اليد التي يرفعها الحظف - الضغط باليدين - الحظف باليدين	اضيفت رفعة الصغط باليدين ورفعة الخطف باليدن
١٩٢٣	اربع	حس الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - الثقيل	الرفع بيد واحدة - الرفع باليدين - النظر بيد واحدة يعكس اليد التي يرفعها الحظف - الصغط باليدين	الغى رفعه الحظف باليد الواحدة
١٩٢٤	خمس	حس الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - الثقيل	الرفع بيد واحدة - الرفع باليدين - النظر بيد واحدة يعكس اليد التي يرفعها الحظف - الصغط باليدين - الحظف باليدين	اعيد رفعه الحظف باليد الواحدة
١٩٢٥	ثلاثة	حس الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - الثقيل	الرفع باليدن - الصغط باليدن - الحظف باليدين	الغى رفعه الحظف باليد الواحدة والنظر باليد الواحدة
اصبحت الودارات الاليمبية والمصارفات العالمية نفس النظام من عام ١٩٢٨ حتى بداية عام ١٩٤٧				
١٩٤٧	ثلاثة	ستة الديك - الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - الثقيل	الرفع باليدن - الصغط باليدن - الحظف باليدن	اصف وزن الديك الى الاوزان الساعة لغاية ٦ كجم
١٩٥١	ثلاثة	سبعة الديك - الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - متوسط الثقل - الثقيل	الرفع باليدن - الصغط باليدن - الحظف باليدن	اضيف وزن متوسط الثقل الى الاوزان السابعة لغاية ٩ كجم .
اصبحت الودارات الاليمبية والمصارفات العالمية نفس النظام من عام ١٩٥١ حتى بداية ١٩٦٩				
١٩٦٩	ثلاثة	سبعة ديك - الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - متوسط الثقل - الثقيل فوق الثقل	الرفع باليدن - الصغط باليدن - الحظف باليدن	اصف وزن الدانة "لعانة ٥٢ كجم" ووزن فوق الثقيل اكثر من ١٠ كجم ليصعد الى اوزان سبعة وذلك تفيد القرار الاحاد الذي اذول خلال دورة المكسيك عام ٦٨
اصبحت الودارات الاليمبية والمصارفات العالمية نفس النظام من عام ١٩٦٩ حتى بداية عام ١٩٧٢				
١٩٧٢	اثنان	تسعة ديك - الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - متوسط الثقل - - الثقيل - فوق الثقل	الرفع باليدن - الحظف باليدن	الغى رفعه الصغط باليدن سفدا لقرار الاحاد الذولى .
١٩٧٦	اثنان	عشرة ديك - الريشة - الخفيف - المتوسط خفيف الثقل - متوسط الثقل - - الثقيل - فوق الثقل	الرفع باليدن - الحظف باليدن	اصف وزن دوق الثقل "لعانة ١٠ كجم" .
اصبحت الودارات الاليمبية والمصارفات العالمية نفس النظام من عام ١٩٧٦ الى عام ١٩٨٦				

رياضة رفع الاثقال فى مصر الحديثة :

ظهرت هذه الرياضة فى مصر وانتشرت حتى أصبحت رياضة شعبية يمارسها الكثيرون حتى فى غياب أدواتها الأساسية من أقرص أو جمل فبمقدور كل هاو ومحب لزيادة قواه أو اظهارها عمل ما يريد من أثقال يدوية تصلح لكل رفعات هذه الرياضة .

وقد بدأت نهضتنا الحديثة فى مجال رياضة رفع الاثقال فى مصر بظهور الاتحاد المختلط للنادية الرياضية والذي أنشأه (المسيو انجليو بولوناكسى) بالاشتراك مع مجموعة من الاجانب الغير متخصصين فى هذا اللون من النشاط ورغم ذلك ظهرت فئة من الرباعين المصريين الذين توجوا البطولات الدولية حتى أصبحوا روادا فى هذه الرياضة .

وظل هذا الاتحاد سيطرا على جميع أنواع الرياضة بمصر حتى عام ١٩٢٨ وخلال هذه الفترة تم اعداد ثلاثة وفود لتمثيل مصر دليا فى الدورات الاولمبية اعوام ١٩٢٠ ، ١٩٢٤ ، ١٩٢٨ وحققوا نتائج طيبة خلال هذه اللقاءات . وبعد هذه الدورات تفصل ظل هذا الاتحاد الاجنبى عن هذه الرياضة وبدأت حركة التمير تأخذ طريقها حتى النهاية . (٦ : ٢٤ - ٢٥) وبدأت الجهود المخلصة من أبناء مصر.تشرع فى تأسيس اتحاد مصرى مستقل خاص لرياضة رفع الاثقال .

وفى عام ١٩٣٠ تم انشاء الاتحاد المصرى لرفع الاثقال .
واشتركت الاندية المصرية الاتية فى تأسيسه :

نادى مصر الرياضى - نادى الشيبية - النادى الاولمبى بالاسكندريسة
نادى مصر بالاسكندرية - نادى الشبان بطنطا - نادى أسيوط - نادى الشبان
المسيحية - نادى الالعاب (بوكالينى) - النادى الاهلى .

وكان لجهود بعض الغائمين على رئاسة هذا الاتحاد ثمرات تفتحت عنها بطولات نالتها مصر بجدارة واستحقاق حتى أصبحت مصر عميدة رياضة رفع الاثقال فى العالم وذلك بسيادتها فى اللقاءات الدولية والدورات الاولمبية واحرازها الدرجات والالقاب والارقام القياسية التى لم تتحطم الا حديثا .

وليس أدل على ذلك سوى النتائج التي تضمنتها الجداول التالية :

جدول (٢)

نتائج مصرفي الدورات الاولمبية واعداد المشتركين (٢٥ : ١٤ - ٦٨)
في رياضة رفع الاثقال

السنة	اسم الفائز	الوزن	المركز	اسم الدورة	مجموع المشتركين	الدبلومات
١٩٢٠	حامد سامي	الخفيف	-	انفيس	١	
١٩٢٤	حامد سامي	المتوسط	الرابع	باريس	١	د بلوم شرف
	سيد نصير	خ ثقيل	الاول	امستردام		
١٩٢٨	مختار حسين	المتوسط	السابع	امستردام	٢	
	صالح سليمان	الريشة	الثان	برلين		
	ابراهيم شمس	الريشة	الثالث	برلين		
	محمد مصباح	الخفيف	الاول	برلين		
	ابراهيم مسعود	الخفيف	السادس	برلين		د بلوم شرف
	خضر التونسي	المتوسط	الاول	برلين		
	وصيف ابراهيم	خ الثقيل	الثالث	برلين		
	محمد جعيصة	خ الثقيل	الثامن	برلين		
١٩٣٦	مختار حسين	الثقيل	الخامس	برلين	٨	د بلوم شرف
	عبد الحميد يا قوت	الديك	التاسع	لندن		
	محمود فياض	الريشة	الاول	لندن		
	ابراهيم دسوقي	الريشة	الثاني عشر	لندن		
	ابراهيم شمس	الخفيف	الاول	لندن		
	عطية محمد	الخفيف	الثاني	لندن		
	خضر التونسي	المتوسط	الرابع	لندن		د بلوم شرف
	محمد صالح	خ الثقيل	الحادي عشر	لندن		

تابع جدول (٢)

السنة	اسم الفائز	الوزن	المركز	اسم الدورة	مجموع المشتركين	الدبلومات
١٩٤٨	حنفي مصطفى	الثقيل	الخامس	لندن	٨	د بلوم شرف
	كمال محجوب	الديك	الخامس	هلسنكي		د بلوم شرف
	سعيد جودة	الريشة	الخامس	هلسنكي		د بلوم شرف
	خضر التونسى	الخفيف	السادس	هلسنكي		د بلوم شرف
	اسماعيل رجب	المتوسط	الرابع	هلسنكي		د بلوم شرف
	محمد عبد الكريم	خ الثقيل	التاسع	هلسنكي		
	محمد جعيصة	الثقيل	-	هلسنكي		
١٩٥٢	محمد صالح	م. الثقيل	الرابع	هلسنكي	٧	د بلوم شرف
	حسنى عباس	الريشة	السادس	روما		
	مصطفى الشلقاني	الريشة	العاشر	روما		
	محمد فوزى رسمى	الخفيف	الثاني عشر	روما		
	خضر التونسى	المتوسط	-	روما		
	محمد عامر الحنفي	المتوسط	التاسع	روما		
	محمد عبد الكريم	خ. الثقيل	-	روما		
١٩٦٠	محمد ابراهيم	خ الثقيل	الرابع	روما	٧	د بلوم شرف
	محمد حرييت	الديك	الحادى عشر	طوكيو		
	حسنى عباس	الريشة	الثامن	طوكيو		
	صالح حسين	الخفيف	التاسع	طوكيو		
	محمد عامر	خ الثقيل	الثالث عشر	طوكيو		
١٩٦٤	محمد ابراهيم	ف الثقيل	السادس	طوكيو	٥	
	محمد حرييت	الديك	-	المكسيك		
	بكر بسام	م. الثقيل	الحادى عشر	المكسيك		

تابع جدول (٢)

السنة	اسم الفائز	الوزن	المركز	اسم الدورة	مجموع المشتركين	الديبلومات
١٩٦٨	جابر حافظ السيد حافظ محمد رمضان محمد يوسف أحمد فؤاد على ابراهيم حسونة محمود محبوب ابراهيم أبو كليله حامد سليمان اشرف امام	م . الثقيل ذباية الديك الريشة المتوسط خ . الثقيل خ . الثقيل م . الثقيل م . الثقيل القفيل	السابع عشر الثاني عشر الثالث عشر العاشر الخامس عشر الخامس الثالث عشر — الخامس عشر —	المكسيك لوس انجلوس لوس انجلوس لوس انجلوس لوس أنجلوس لوس أنجلوس لوس أنجلوس لوس أنجلوس لوس أنجلوس لوس أنجلوس	٣	
١٩٨٤	مسعد التابعى	ف . الثقيل	السادس	لوس أنجلوس		

الدورات الاولمبية التي لم تشترك فيها جمهورية مصر العربية :

- الدورة العشرون ميونيخ ١٩٧٢
للمهجوم الفدائي الفلسطيني على البعثه
الاسرائيليه
- الدورة الحادية والعشرون مونتريال ١٩٧٦
تضافا مع الدول الافريقيه ضد التمييز العنصرى
- الدورة الثانية والعشرون موسكو ١٩٨٠
للاحتجاج على الاعتداء الروسى على افغانستان

جدول (٣)

الارقام الاولمبية والمصرية في الدورات المختلفة لرياضة رفع الاثقال في الفترة من عام ١٩٢٠ الى عام ١٩٨٤ (٢٥ ، ٤٦)

الوزن الدورة	الدبابنة		الديك		الرشقة		الخفيف		المتوسط . خ . ثقيل			م . الثقيل		تحت الثقيل		فوق الثقيل		
	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري	اولمبي مصري									
١٩٢٠							٢٥٧ر٥											
١٩٢٤									٤٤٧ر٥	٤٩٢ر٥								
١٩٢٨									٣٦٠	٣٦٠	٣٠٢ر٥	٣٣٥						
١٩٣٦									٣٦٠	٣٧٥	٢٨٧ر٥	٢٨٧ر٥	٣٤٢ر٥	٣٤٢ر٥	٣٠٥	٣١٢ر٥		
١٩٤٨									٣٥٠	٤١٧ر٥	٣٨٠	٣٩٠	٣٦٠	٣٦٠	٣٣٥	٣٣٢ر٥	٣٧٥	٣٠٧ر٥
١٩٥٢									٣٣٥	٤١٧ر٥	٣٨٢ر٥	٤٠٠	٣٤٢ر٥	٣٣٢ر٥	٣٦٥	٣٣٧ر٥	٢٩٥	٣٦٥
١٩٦٠									٣٣٥	٤٢٧ر٥	٤٤٥	٤٤٥	٣٥٧ر٥	٣٤٧ر٥	٣٣٥	٣٧٢ر٥	٢٩٥	٣٤٥
١٩٦٤									٤١٧ر٥	٤١٧ر٥	٤٧٥	٤٤٥	٣٨٢ر٥	٤٣٢ر٥	٣٤٥	٣٤٧ر٥	٣٣٥	٣٥٧ر٥
١٩٦٨									٤٢٥	٤٣٥	٤٨٥	٤٧٥	٣٨٠	٤٣٧ر٥	٣٤٠	٣٩٢ر٥	٣٣٠	٣٣٥
١٩٨٤	٢٣٥	٢١٠							٣٣٥	٣٣٥	٣٥٥	٣٢٠	٣٣٠	٣٥٥	٢٨٢ر٥	٢٣٠	٢٣٥	٣٩٠

- من الجدول (٢ ، ٣) يتضح أنه : -
- اشتركت مصر فى عشر دورات اولمبية من مجموع الدورات التى عقدت من عام ١٩٢٠ الى ١٩٨٤ وعدد ها ١٤ دورة وذلك فى رياضة رفع الاثقال .
 - فى عام ١٩٢٠ اقيمت الدورة الاولمبية السابعة بانفرس واشتركت مصر فيها بلاعب واحد فى وزن الخفيف ولم يحصل على أية مراكز .
 - فى عام ١٩٢٤ اقيمت الدورة الاولمبية الثامنة بباريس واشتركت مصر فيها بلاعب واحد فى وزن المتوسط وحصل على المركز الرابع علاوة على د بلوم شرف .
 - فى عام ١٩٢٨ اقيمت الدورة الاولمبية التاسعة بأستردام واشتركت مصر فيها بلاعبين وحقق فيها اللاعب سيد نصير الرقم القياسى الاولمبى وحصلت مصر على أول ميدالية ذهبية فى دورة اولمبية لوزن خفيف الثقيل .
 - فى عام ١٩٣٦ اقيمت الدورة الاولمبية الحادية عشر ببرلين واشتركت مصر فيها بعدد ٨ ثمانية لاعبين تنافسوا على خمسة أوزان وحقق رباغان منهما رقمان قياسيان أولمبيان فى وزنى الخفيف والمتوسط وحصلت مصر على ميداليتين ذهبيتين ود بلومين شرفيين .
 - فى عام ١٩٤٨ اقيمت الدورة الاولمبية الرابعة عشرة بلندن واشتركت مصر فيها بعدد ٨ ثمانية لاعبين حقق رباغان منهما رقمان قياسيان أولمبيان وحصلت مصر على ميداليتين ذهبيتين علاوة على د بلوم شرف .
 - فرضت مصر سيادتها على وزن الخفيف فى دورتين أولمبيتين متتاليتين هما دورة برلين ١٩٣٦ ، لندن ١٩٤٨ .
 - فى عام ١٩٥٢ اقيمت الدورة الاولمبية الخامسة عشرة بهلسنكى واشتركت مصر فيها بعدد ٧ سبعة لاعبين تنافسوا على سبعة أوزان ولم تحقق مصر أية مراكز متقدمة وكان أفضلها المركز الرابع لوزنى المتوسط ومتوسط الثقيل وحصلت مصر فيها على خمسة د بلومات شرفية .
 - فى عام ١٩٦٠ اقيمت الدورة الاولمبية السابعة عشرة بروما واشتركت مصر فيها بعدد ٧ سبعة لاعبين تنافسوا على خمسة أوزان والمركز الوحيد المتقدم كان

- لوزن فوق الثقيل واحتل المركز الرابع وحصلت مصر على دبلوم شرف .
- فى عام ١٩٦٤ اقيمت الدورة الالولمبية الثامنة عشرة ببطوكيو واشتركت مصر فيها بعدد ٥ خمسة لاعبين تنافسوا على خمسة أوزان وكان المركز الوحيد المتقدم هو المركز السادس لوزن فوق الثقيل وحصلت مصر على دبلوم شرف واحد .
- فى عام ١٩٦٨ اقيمت الدورة الالولمبية التاسعة عشرة بالمكسيك واشتركت مصر فيها بعدد ثلاثة لاعبين تنافسوا على وزنين ولم تحقق مصر أية مراكز متقدمة .
- فى عام ١٩٨٤ اقيمت الدورة الالولمبية الثالثة والعشرون بلوس انجلوس واشتركت مصر فيها بعدد ١٠ عشرة لاعبين تنافسوا على ثمانية أوزان وكان المركز الوحيد المتقدم هو السادس لوزن فوق الثقيل .
- اشتركت مصر بأكبر عدد من الرباعين فى دورتى ١٩٣٦ ، ١٩٤٨ مما يدل على أن المستوى كان مرتفعا بالدرجة التى تسمح بالاشتراك وحسن التمثيل
- أقل عدد من الرباعين المصريين الذين اشتركوا فى دورات أولمبية كان عام ١٩٢٠ ، ١٩٢٤ حيث اشتركت مصر بلاعب واحد فقط فى كل منهما وفى دورتى ١٩٢٨ ، ١٩٦٨ اشتركت مصر بلاعبين اثنين فى منافسات وزنين .
- لم تحصل مصر على ميداليات فى منافسات رفع الاثقال فى الدورات الالولمبية بعد دورة ١٩٤٨ .
- اعداد اللاعبين المصريين الذين اشتركوا فى منافسات رفع الاثقال تناقص تدريجيا بعد دورة ١٩٥٢ وارتفع فى عام ١٩٨٤ ولكن لم تتحقق النتائج المرجوة .

جدول (٤)

المجموعات القياسية المصرية و الاولمبية فى رفع الاثقال والنسبة المئوية للزيادة

عام ١٩٤٨ ، و عام ١٩٨٤ (٢٥ - ٤٦)

الوزن	المجموعات القياسية المصرية		مقدار الزيادة بالكيلو جرام	المجموعات القياسية الاولمبية		النسبة المئوية للزيادة	مقدار الزيادة بالكيلو جرام	النسبة المئوية للزيادة	زيادة الرقم الالومبى عن الرقم المصرى
	١٩٤٨	١٩٨٤		١٩٤٨	١٩٨٤				
الديك	١٩٧٥	٢٣٥	٣٧٥	١٩%	٢٠٢٥	٢٧٥	٧٢٥	٣٥٨%	٤٠ كجم
الريشة	٢٤٠	٢٥٧٥	١٧٥	٧٣%	٢٤٠	٢٩٠	٣٢٥	٢٠٨%	٣٢٥ كجم
الخفيف	٢٦٢٥	٢٧٠	٧٥	٢٩%	٢٦٢٥	٣٤٢٥	٧٢٥	٣٠٤%	٧٢٥ كجم
المتوسط	٢٦٠	٢٩٥	٣٥	١٣%	٢٧٢٥	٣٦٠	٦٥	٣٢١%	٦٥ كجم
خ . الثقيل	٢٥٢٥	٣٢٠	٦٧٥	٢٦٧%	٢٨٧٥	٤٠٠	١١٢٥	٣٩١%	٨٠ كجم
م . الثقيل	غير مدرج	٣٢٧٥	-	-	-	٣٨٢٥	-	-	٥٥ كجم
الثقيل	٢٦٥	٣٤٢٥	٧٧٥	٢٩٢%	٣١٥	٣٩٥	٨٠	٢٥٤%	٥٢٥ كجم

- من الجدول (٤) يتضح ان :- (٢٥ : ٧٧)
- * الجدول شمل مجموع رفعتى الخطف و النظر بما يتمشى مع القانون الحالى للعبة وقد كان عدد الرفعات سابقا ثلاث اعتبارا من دوره ١٩٢٨ حتى دوره ١٩٧٢ وقد حذفت رفعه الضغط من مجموعات دوره ١٩٤٨ حتى يمكن مقارنه المستويات و ما طرأ عليها منذ دوره ١٩٤٨ و حتى دوره ١٩٨٤ .
- * تم القياس بالنسبة لعدد ستة اوزان و هى التى اقيمت فيها المنافسات اولمبيا فى دوره ١٩٤٨ و زادت الى سبع اوزان عام ١٩٥٠ بعد اضافته وزن متوسط الثقيل ثم اصبحت حاليا عشرة اوزان حيث اضيفت اوزان الذبابه و تحت الثقيل و فوق الثقيل
- * تم قياس معدلات تحسن المجموعات اعتبارا من عام ١٩٤٨ حيث كانت الدول تتساوى تقريبا فى المنهج العلمى للتدريب و الامكانيات حتى ذلك الوقت ثم حدثت الفجوه الهائله نتيجة تطور علم الطب الرياضى و خاصه فى دول المعسكر الشرقى .
- * متوسط الزيادة المئوية المنسوبه للتحسن فى المجموعات المصرية ١٦ر٤ % بينما يصل المتوسط فى المجموعات القياسية الاولمبية الى ٣٠ر٦ % أى ما يعادل ضعف نسبة التحسن فى المجموعات المصرية تقريبا خلال ٣٦ عام و ذلك يدل على ان المجموعات القياسية الاولمبية تطور الى الأفضل بصورة اسرع مما يحدث للمجموعات القياسية المصرية .
- * اعلى نسبة تحسن فى المجموعات المصرية خلال ٣٦ عاما كانت فى وزن الثقيل حيث بلغت ٢٩ر٢ % يليها فى التحسن وزن خ . الثقيل حيث بلغت ٢٦ر٧ % ثم وزن الديك حيث بلغت ١٩ % .
- * اقل نسبة تحسن فى المجموعات المصرية خلال ٣٦ عاما كان فى وزن الخفيف حيث بلغت ٢ر٩ % يليها فى نسبة التحسن وزن الريشة حيث بلغت ٧ر٣ % ثم وزن المتوسط حيث بلغت ١٣ر٥ % .

الا ان ذلك لا يدل على ان هذه المجموعات لم تتطور كما حدث فى
الاوزان الاخرى ويرجع ذلك الى ان وزن الريشة والخفيف كانتا متطورتين
اساسا حيث كانتا عام ١٩٤٨ هما المجموعتين القياسيتين الاولمبيتين .

جدول (٥)
نتائج الرباعين المصريين في البطولات العالمية (٣٠:٢٤-٣٥) (٢١)

السنة	اسم البطولة	مكان اقامتها	اسم الرباعي	الوزن	المجموعة	المركز
١٩٣٠	اوروسا	مونبج	السيد نصير	الثقل	٣٧٥ كجم	الاول
١٩٣١	اوروسا	لكسبورج	عطية محمد عبد الجليل يوسف	الريشة الخفيف	٢٨٢ر٥ ٣٠٠	الاول الثالث
			عتر عرفة مختار حسين	المتوسط خ. الثقل	٢٢٧ر٥ ٣٥٧ر٥	الثالث الاول
			السيد نصير	الثقل	٢٩٧ر٥	الاول
١٩٣٨	العالم	فيينا	عطية محمد	الخفيف	٢٤٢ر٥	الثاني
١٩٤٦	العالم	باريس	محمود فياض خضر التونسي اسماعيل رجب محمد جعيسنة	الريشة المتوسط المتوسط الثقل	٢٨٧ر٥ ٢٧٧ر٥ ٣٥٠ ٢٩٥	الثاني الاول الرابع الثالث
١٩٤٩	العالم	لاهاي	كمال محبوب محمود فياض ابراهيم شمس خضر التونسي	الديك الريشة الخفيف المتوسط	٢٩٥ ٢٢٢ر٥ ٣٥٢ر٥ ٢٩٧ر٥	الثاني الاول الاول الاول
١٩٥٠	العالم	باريس	كمال محبوب محمود فياض عطية محمد خضر التونسي العربي عوض	الديك الريشة الخفيف المتوسط خ. الثقل	٢٩٧ر٥ ٢٢٧ر٥ ٣٥٠ ٤٠٠ ٣٨٥	الثالث الاول الثاني الاول الثالث
١٩٥١	العالم	ميلانو	كمال محبوب سعد حليفة جودة ابراهيم شمس خضر التونسي العربي عوض محمد ابراهيم صالح محمد جعيسنة	الديك الريشة الخفيف المتوسط خ. الثقل م. الثقل الثقل	٢٩٢ر٥ ٣١٠ ٢٤٢ر٥ ٢٨٧ر٥ ٢٨٧ر٥ ٢٩٥ ٤٠٧ر٥	الثالث الاول الاول الثالث الرابع الثاني الثالث
١٩٥٣	العالم	استكهلم	كمال محبوب سعيد جودة خضر التونسي اسماعيل رجب فهمي الجهمي محمد ابراهيم صالح	الديك الخفيف المتوسط المتوسط خ. الثقل م. الثقل	٢٩٥ ٣٥٥ ٢٧٢ر٥ ٢٦٢ر٥ ٣٨٥ ٤٠٠	الثاني الثالث الرابع الخامس الثالث الثالث
١٩٥٤	العالم	فيينا	كمال محبوب علي محبوب سعيد جودة خضر التونسي فهمي الجهمي محمد ابراهيم	الديك الريشة الخفيف المتوسط خ. الثقل م. الثقل	٢٩٥ ٣١٢ر٥ ٣٥٥ ٢٧٢ر٥ ٢٨٢ر٥ ٤٠٢ر٥	الرابع الخامس الثاني الرابع السادس الخامس
١٩٥٥	العالم	ميونخ	كمال محبوب علي محبوب سعيد جودة فهمي الجهمي	الديك الريشة الخفيف خ. الثقل	٣٠٧ر٥ ٢٢٧ر٥ ٣٦٥ ٢٩٢ر٥	الخامس الثالث الثاني السادس

تابع جدول (٥٥)

السنة	اسم البطولة	مكان اقامتها	اسم الريساع	الوزن	المجموعة	المركز
١٩٦٢	العالم	بودابست	حسنى عباس صالح حسين محمد عامر الخنفي محمد محمود ابراهيم	الريشة الخفيف خ . الثقيل الثقيل	٣٤٢ر٥ ٣٦٧ر٥ ٤٠٢ر٥ ٤٧٧ر٥	السابع السادس الثامن الخامس
١٩٦٣	العالم	استكهلم	محمد السيد حريرت صالح حسين	الديك الخفيف	٣١٠ ٣٨٠	السادس السادس
١٩٦٦	العالم	برلين	حسنى عباس	الريشة	٣٢٠	الرابع عشر
١٩٦٩	العالم	وارسو	مصطفى عبد الحلوم بكر بسام	الذبابه م . الثقيل	٢٩٢ر٥ ٤٥٧ر٥	الثاني عشر التاسع
١٩٧٠	العالم	(كولومبس، اوهايو) امريكا	مصطفى عبد الحلوم بكر بسام جابر حافظ	الذبابه م . الثقيل الثقيل	— ٤٦٠ ٤٨٠	لم يكمل المباره التاسع الحادي عشر
١٩٧٧	العالم	(سنوتجارت) المانيا ٥٠٠	احمد محمد ود مشعل بكر بسام عبد الرازق احمد على	الديك تحت الثقيل ف . الثقيل	٢٢٢ر٥ ٢٣٠ ٢٣٢ر٥	الثالث عشر الرابع عشر الحادي عشر
١٩٧٩	العالم	(سالونيك) اليونان	ابراهيم ابو كليسة جابر حافظ عبد الرازق احمد على	م . الثقيل ف . الثقيل ف . الثقيل	— ٢٢٠ —	لم يكمل المباره العاشر لم يكمل المباره
١٩٨٢	العالم	(لوبليانا) يوغسلافيا	منولى حمودة محمد احمد يوسف محمد عبد الله جابر حافظ	الذبابه الريشة المتوسط ف . الثقيل	٢٠٠ ٢٥٠ ٢٨٧ر٥ ٢٢٥	الرابع عشر الخامس عشر العشرون الثاني عشر
١٩٨٣	العالم	موسكو	السيد محمد حافظ محمد احمد يوسف محمد احمد عباس احمد فؤاد ابراهيم حسونة ابراهيم ابوكليه اسرف امام رضا البطوطي	الذبابه الريشة الخفيف المتوسط خ . الثقيل م . الثقيل تحت الثقيل الثقيل	٢١٥ ٢٦٠ ٢٧٥ ٢٩٥ ٢٢٥ ٢٢٥ ٢٣٠ ٢٢٥	السادس العاشر السابع التاسع السابع الخامس الثامن —

من الجدول (٥) يتضح أنه :

- اشتركت مصر فى عدد ١٩ تسع عشرة بطولة عالمية و أوروبية من عام ١٩٣٠ الى عام ١٩٨٣ .
- فى عام ١٩٣٠ اقيمت بطولة اوربا بميونخ اشتركت مصر فيها برباع واحد فقط وحقق المركز الاول فى وزن الثقيل .
- فى عام ١٩٣١ اقيمت بطولة اوربا بلكسمبورج واشتركت مصر فيها بعدد ٥ خمسة رباعين تنافسوا على خمسة أوزان و حقق ثلاثة رباعين منهم المركز الاول فى اوزان الريشة ، خ الثقيل ، الثقيل .
- فى عام ١٩٣٨ اقيمت بطولة العالم بفيينا و اشتركت مصر فيها برباع واحد فقط و حقق المركز الثانى فى وزن الخفيف .
- فى عام ١٩٤٦ اقيمت بطولة العالم بباريس و اشتركت مصر فيها بعدد ٤ اربعة رباعين تنافسوا على ثلاثة اوزان حقق رباعون وزن المتوسط المركز الاول و الرابع و وزن الريشة المركز الثانى و وزن الثقيل المركز الثالث .
- فى عام ١٩٤٩ اقيمت بطولة العالم فى لاهى و اشتركت مصر فيها بعدد ٤ اربعة رباعين تنافسوا على اربعة اوزان حقق ثلاثة منهم المراكز الاولى فى اوزان الريشة و الخفيف و المتوسط و المركز الثانى فى وزن الديك للرباع الاخير .
- فى عام ١٩٥٠ اقيمت بطولة العالم فى باريس واشتركت مصر فيها بعدد ٥ خمسة رباعين تنافسوا على خمسة اوزان حقق اثنان منهم المراكز الاولى فى اوزان الريشة و المتوسط و المركز الثانى لوزن الخفيف و الثالث لوزنى الديك و خفيف الثقيل .

- فى عام ١٩٥١ أقيمت بطولة العالم فى ميلانو واشتركت مصر فيها بعدد ٧ سبعة ربايعين تنافسوا على سبعة اوزان حقق اثنان منهم المراكز الاولى فى وزنى الريشة و الخفيف و المركز الثانى لوزن م . الثقيل و المركز الثالث لاوزان الديك و المتوسط و الثقيل .
- فى عام ١٩٥٣ أقيمت بطولة العالم باستكهلم واشتركت مصر فيها بعدد ٦ ستة ربايعين تنافسوا على خمسة اوزان حقق ربايع منهم المركز الثانى لوزن الديك و ثلاثة منهم حققوا المركز الثالث لاوزان الخفيف و خفيف الثقيل و متوسط الثقيل و المركز الرابع و الخامس لوزن المتوسط .
- فى عام ١٩٥٤ أقيمت بطولة العالم بفيينا واشتركت مصر فيها بعدد ٦ ستة ربايعين تنافسوا على ستة اوزان حقق ربايع وزن الخفيف المركز الثانى و ربايعى وزن الديك و المتوسط المركز الرابع و ربايعى وزن الريشة و متوسط الثقيل المركز الخامس و ربايع وزن خفيف الثقيل المركز السادس .
- فى عام ١٩٥٥ اقيمت بطولة العالم بميونخ واشتركت مصر فيها بعدد ٤ اربعة ربايعين تنافسوا على اربعة اوزان حقق ربايع وزن الخفيف المركز الثانى و ربايع وزن الريشة المركز الثالث و ربايع وزن الديك المركز الخامس و ربايع وزن خفيف الثقيل المركز السادس .
- فى عام ١٩٦٢ اقيمت بطولة العالم ببودابست واشتركت مصر فيها بعدد ٤ اربعة ربايعين تنافسوا على اربعة اوزان حقق ربايع وزن الثقيل المركز الخامس و وزن الخفيف المركز السادس و وزن الريشة المركز السابع و المركز الثامن حققه ربايع وزن خفيف الثقيل .
- فى عام ١٩٦٣ اقيمت بطولة العالم باستكهلم واشتركت مصر فيها بربايعين تنافسا على وزنى الديك و الخفيف و حقق كل منهما المركز السادس .

- فى عام ١٩٦٦ اقيمت بطولة العالم ببرلين اشتركت مصر فيها برباع واحد فقط لوزن الريشة و حقق المركز الرابع عشر .
- فى عام ١٩٦٩ اقيمت بطولة العالم بوارسو و اشتركت مصر فيها برباعين تنافسا على وزننى الذبابة و متوسط الثقيل و حقق رباع وزن الذبابة المركز الثانى و رباع متوسط الثقيل المركز التاسع .
- فى عام ١٩٧٠ اقيمت بطولة العالم فى كولومبس و اوهايو بامريكا و اشتركت مصر فيها بثلاثة رباعين تنافسوا على ثلاثة اوزان لم يكمل المباره رباع وزن الذبابة كما حقق رباع وزن متوسط الثقيل المركز التاسع و رباع وزن الثقيل المركز الحادى عشر .
- فى عام ١٩٧٧ اقيمت بطولة العالم باشتوتجارت بالمانيا الغربيه و اشتركت مصر فيها بثلاثة رباعين تنافسوا على ثلاثة اوزان حقق رباع وزن الديك المركز الثالث عشر و رباع وزن تحت الثقيل المركز الرابع عشر و رباع وزن فوق الثقيل المركز الحادى عشر .
- فى عام ١٩٨٢ اقيمت بطولة العالم فى لوبليانا بيوغسلافيا اشتركت فيها مصر بعدد ٤ اربعة رباعين تنافسوا على اربعة اوزان حقق رباع وزن الذبابة المركز الرابع عشر و رباع وزن الريشة المركز الخامس عشر و رباع وزن المتوسط المركز العشرين و رباع وزن فوق الثقيل المركز الثانى عشر .
- فى عام ١٩٨٣ اقيمت بطولة العالم بموسكو و اشتركت فيها مصر بثمانية رباعين تنافسوا على ثمانية اوزان حقق رباع وزن الذبابة المركز السادس و رباع وزن الريشة المركز العاشر و رباع وزن خفيف الثقيل المركز السابع و رباع وزن المتوسط المركز التاسع و رباع وزن متوسط الثقيل المركز الخامس و رباع وزن تحت الثقيل المركز الثامن و رباع وزن الثقيل لم يحقق شيئا .

- فرضت مصر سيادتها على وزن الثقل في بطولتى اوربا عام ١٩٣٠ ،
١٩٣١ .
- وعلى وزننى المتوسط و الريشة فى بطولات العالم و اوربا اعوام ١٩٣١ ،
١٩٤٦ ، ١٩٤٩ ، ١٩٥٠ ، ١٩٥١ .
- وعلى وزن الخفيف فى بطولة العالم اعوام ١٩٤٩ ، ١٩٥١ .
- آخر مركز أول حصلت عليه مصر كان عام ١٩٥١ فى بطولة العالم بميلانو
- أقل عدد من الرباعيين اشتركت به مصر فى البطولات الاوروبية والعالمية
كان أعوام ١٩٣٠ ، ١٩٣٨ ، ١٩٦٣ ، ١٩٦٦ ، ١٩٦٩ حيث كان
اشتركت بها برباع واحد أو اثنين على الاكثر فقط .
- اشتركت مصر بأكثر عدد من الرباعيين فى بطولات العالم أعوام ١٩٥٣ ،
١٩٥٤ ، ١٩٨٣ ولم يحقق رباعوها آية مراكز متقدمة .

جدول (٦)

مقارنة الأرقام القياسية المصرية بالأرقام القياسية العالمية
و النسبة المئوية للزيادة

خلال الفترة من عام ١٩٢٨ إلى عام ١٩٥٠
و الفترة من عام ١٩٥٠ إلى عام ١٩٨٧

الوزن	المجموعات القياسية المصرية		مقدار الزيادة بالكيلو جرام	المجموعات القياسية العالمية		النسبة المئوية للزيادة	مقدار الزيادة بالكيلو جرام	النسبة المئوية للزيادة	
	١٩٤٨ حتى ١٩٥٠	١٩٨٧ حتى ١٩٥٠		١٩٤٨ حتى ١٩٥٠	١٩٨٧ حتى ١٩٥٠			١٩٤٨ حتى ١٩٥٠	١٩٨٧ حتى ١٩٥٠
ديك	٢١٧٥	٢٤٠	٢٢٥	٢٢٥	١٠ر٣ %	٢٢٥	٣٣ر٣ %	٧٥	٣٠٠
ريشة	٢٤٠	٢٦٥	٢٥	٢٤٠	١٠ر٤ %	٢٥	٣٩ر٦ %	٩٥	٣٣٥
خفيف	٢٦٢ر٥	٢٩٧ر٥	٣٥	٢٦٢ر٥	١٣ر٣ %	٣٥	٣٤ر٢ %	٩٠	٣٥٢ر٥
متوسط	٢٧٥	٣١٥	٤٠	٢٧٥	١٤ر٥ %	٤٠	٣٧ر٣ %	١٠٢ر٥	٣٧٧ر٥
خ . ثقيل	٢٧٧ر٥	٣٢٢ر٥	٤٥	٢٨٥	١٦ر٢ %	٤٥	٤٢ر١ %	١٢٠	٤٠٥
م . ثقيل	٢٨٢ر٥	٣٤٢ر٥	٦٠	٣٠٢ر٥	٢١ر٢ %	٦٠	٣٩ر٧ %	١٢٠	٤٢٢ر٥
فوق الثقيل	٢٨٢ر٥	٣٦٧ر٥	٨٥	٣١٧ر٥	٣٠ %	٨٥	٤٦ر٥ %	١٤٧ر٥	٤٦٥

يتضح من جدول (٦) الآتى :

- * التفوق المصرى فى رياضة رفع الاثقال خلال الفترة من عام ١٩٢٨ الى عام ١٩٥٠ و ذلك بسيادتهم فى ثلاثة أوزان هى الريشة، الخفيف ، المتوسط
- * تطور الارقام القياسية المصرية منذ عام ١٩٥٠ حتى عام ١٩٨٧ لا يتناسب مع التطور الواضح للارقام القياسية العالمية .
- * نسبة زيادة المجموعات القياسية المصرية تتراوح ما بين ١٠.٣٪ كحد أدنى ، ٣٠٪ كحد أقصى فى جميع مجموعات الازان و ذلك خلال الفترة من عام ١٩٥٠ حتى عام ١٩٨٧
- * نسبة زيادة المجموعات القياسية العالمية تتراوح ما بين ٣٣.٣٪ كحد أدنى ، ٤٦.٥٪ كحد أقصى فى جميع مجموعات الازان .
- * أعلى معدل تقدم فى المجموعات القياسية المصرية أو العالمية هو وزن فوق الثقيل . خلال ٣٧ عام .
- * أقل معدل تقدم فى المجموعات القياسية المصرية او العالمية هو وزن الديك و ذلك خلال نفس الفترة .
- * إبتداءً من عام ١٩٥٢ لم تحظ مصر بأى رقم قياسى عالمى .
- * إنحصرت المنافسة فى الارقام القياسية العالمية بين الدول الأسيوية . روسيا التى تفوقت فى ثلاثة اوزان هى خ . الثقيل ، م الثقيل ، و فوق الثقيل .
- * بلغاريا التى تفوقت فى ثلاثة أوزان هى الديك و الريشة و المتوسط .
- * ألمانيا الشرقية فى وزن واحد هو الخفيف .
- * تطورت المجموعات القياسية المصرية فى مجال رفع الاثقال بنسبة ١٦.٦٪ و ذلك فى الفترة من عام ١٩٥٠ الى عام ١٩٨٧ .

* تطورت المجموعات القياسية العالمية فى مجال رفع الاثقال بنسبة ٣٩ ٪
و ذلك فى الفترة من عام ١٩٥٠ الى عام ١٩٨٧ .

و يعنى ذلك ان المجموعات القياسية المصرية لكى تصل الى مستوى
الارقام القياسية العالمية اذا تقدمت بنفس معدلات التقدم السابقة فانه
سيكون بعد مضى ٨٧ سنة اى عام ٢٠٧٤ ميلادية تقريبا ، و قطعاً خلال
هذه الفترة سوف تصل المجموعات العالمية الى أرقام اكبر مما عليها الآن .

احتسبت معدلات نمو المجموعات بداية من عام ١٩٥٠ حيث ان معظم
الدول كانت متساوية فى المنهج العلمى والامكانيات تقريبا . كما تم القياس
بالنسبة لعدد سبعة اوزان فقط لان الاوزان فى هذا الوقت كانت سبعة
زيدت حديثاً الى عشرة .

من الجدول السابق يتضح ان :-

* أكثر الاوزان حيويه منذ انشاء الاتحاد المصرى لرفع الاثقال كان وزن متوسط الثقيل حيث تطورت أرقامه أربع عشرة مرة . كذا وزن خفيف الثقيل وتطورت ارقامه ثلاث عشرة مرة . ثم وزن الخفيف احدى عشرة مرة .

* اكثر الاعوام ازدهارا فى تاريخ اللعبة بمصر كان عام ١٩٧٣ حيث تحطم خلاله ارقام ثمانية اوزان . ثم عام ١٩٧٤ حيث تحطم خلاله ستة اوزان ثم عامى ٧٦ ، ١٩٨٤ حيث تحطم خلالها ارقام خمسة اوزان . ثم اعوام ١٩٣١ ، ٦٢ ، ٧٥ ، ٨٤ حيث تحطم خلال كل عام منها ارقام اربعة اوزان ثم اعوام ١٩٣٦ ، ٤٩ ، ٥١ ، ٦٩ ، ٧٢ ، ٧٨ ، ٧٩ ، ٨٠ ، ٨٦ .

حيث تحطم خلال كل عام منها أرقام ثلاثة اوزان وفى اعوام ١٩٤٧ ، ٤٨ ، ٥٠ ، ٥٢ ، ٥٥ ، ٦٠ ، ٧٠ ، ٧١ ، ٨١ تحطم خلال كل عام منها ارقام وزن واحد .

اما عام ١٩٦٠ فلم يسجل بها آيه رقم .

جدول (٨)

مقارنة بين الأرقام القياسية لدورات البحر المتوسط والأرقام القياسية المصرية
من عام ١٩٥١ حتى عام ١٩٨٧

الأرقام القياسية									الفئة
المجموعة			النظر			الخطف			
موطن صاحب الرقم وتاريخه	البحر المتوسط	مصر	موطن صاحب الرقم وتاريخه	البحر المتوسط	مصر	موطن صاحب الرقم وتاريخه	البحر المتوسط	مصر	
اليونان ١٩٧٩	٢٣٠	٢٢٢,٥	اليونان ١٩٧٩	١٢٧,٥	١٢٥,٥	اليونان ١٩٧٩	١٠٢,٥	١٠٠	٥٢ ك
فرنسا ١٩٧٩	٢٤٢,٥	٢٤٠	فرنسا ١٩٧٩	١٣٧,٥	١٣٧,٥	إيطاليا ١٩٨٧	١١٠	١٠٣,٥	٥٦ ك
إسبانيا ١٩٨٧	٢٧٠	٢٦٥	فرنسا ١٩٧٩	١٤٧,٥	١٥٥	إسبانيا ١٩٨٧	١٢٢,٥	١١٤	٦٠ ك
فرنسا ١٩٨٩	٣٠٠	٢٩٧,٥	فرنسا ١٩٧٩	١٦٧,٥	١٦٥	فرنسا ١٩٧٩	١٣٥,٥	١٣٣	٦٧,٥ ك
إيطاليا ١٩٨٧	٣٢٠	٣١٥	إيطاليا ١٩٨٧	١٨٠	١٧٨	لبنان ١٩٨٣	١٤٥	١٤٥	٧٥ ك
اليونان ١٩٧٩	٣٤٢,٥	٣٢٢,٥	اليونان ١٩٧٩	١٩٢,٥	١٨٠	اليونان ١٩٧٩	١٥٠	١٥٢,٥	٨٢,٥ ك
اليونان ١٩٧٩	٣٥٠	٣٤٢,٥	اليونان ١٩٧٩	٢٠٢,٥	١٩٥	اليونان ١٩٧٩	١٦٥	١٥٤	٩٠ ك
إيطاليا ١٩٨٣	٣٨٥	٣٤٢,٥	إيطاليا ١٩٨٣	٢١٠	١٩٥,٥	إيطاليا ١٩٨٣	١٧٥	١٥٣,٥	١٠٠ ك
إيطاليا ١٩٨٧	٤٢٠	٣٥٥	إيطاليا ١٩٨٧	٢٣٠	٢٠٠	إيطاليا ١٩٨٧	١٩٠	١٦٠	١١٠ ك
اليونان ١٩٨٣	٣٧٠	٣٦٧,٥	سوريا ١٩٨٣	٢٠٧,٥	٢٠٣	اليونان ١٩٨٣	١٧٠	١٦٧,٥	١١٠ + ك

يتضح من الجدول السابق

بالنسبة للارقام القياسية في رفعة الخطف :

- * تفوقت اليونان في اربعة ارقام قياسية في اوزان ال ٥٢ ك ، ٨٢ر٥ ك ، ٩٠ ك + ١١٠ ك .
- * تفوقت ايطاليا في ثلاث ارقام قياسية في اوزان ال ٥٦ ك ، ١٠٠ ك ، ١١٠ ك .
- * تفوقت فرنسا في رقم قياسي واحد في وزن ال ٦٧ر٥ ك كذلك لبنان في وزن ال ٧٥ ك .

اما بالنسبة للارقام القياسية في رفعة النظر :

- * تفوقت اليونان في ثلاثة ارقام قياسية في اوزان ال ٥٢ ك ، ٨٢ر٥ ك ، ٩٠ ك .
- * تفوقت ايطاليا في ثلاثة ارقام قياسية في اوزان ال ٧٥ ك ، ١٠٠ ك ، ١١٠ ك .
- * تفوقت فرنسا في ثلاثة ارقام قياسية في اوزان ال ٥٦ ك ، ٦٠ ك ، ٦٧ر٥ ك
- * تفوقت سوريا في رقم قياسي واحد و ذلك في وزن + ١١٠ ك .

اما بالنسبة للارقام القياسية لمجموعة الرفعات :

- * تفوقت اليونان في اربعة ارقام قياسية في اوزان ال ٥٢ ك ، ٨٢ر٥ ك ، ٩٠ ك + ١١٠ ك .
 - * تفوقت ايطاليا في ثلاثة ارقام قياسية في اوزان ال ٧٥ ك ، ١٠٠ ك ، ١١٠ ك .
 - * تفوقت فرنسا في اثنين من الارقام القياسية هي ال ٥٦ ك ، ٦٧ر٥ ك .
 - * تفوقت اسبانيا في رقم واحد من الارقام القياسية و هو فئة ال ٦٠ ك .
- و من العرض السابق للارقام القياسية لدورات البحر الابيض حتى عام ١٩٨٧
- وضحت شدة المنافسة بين دول حوض البحر الابيض وخصوصا اليونان التي حققت خلال هذه الدورات احدا عشر رقما قياسيا .

جدول (٩)

سجل الارقام القياسية الافريقية حتى عام ١٩٨٧

المجموعة			النظر			الخطف			الفئة
موطن صاحبه	تاريخ تسجيله	الرقم	موطن صاحبه	تاريخ تسجيله	الرقم	موطن صاحبه	تاريخ تسجيله	الرقم	
مصر	١٩٨٦	٢٢٢ر٥	مصر	١٩٨٦	١٢٥	مصر	١٩٨٦	١٠٠	ك ٥٢
مصر	١٩٨٤	٢٤٠	مصر	١٩٨٦	١٣٧ر٥	تونس	١٩٨٧	١٠٥	ك ٥٦
مصر	١٩٨٦	٢٦٥	مصر	١٩٨٦	١٥٥	نيجيريا	١٩٨٧	١١٨	ك ٦٠
مصر	١٩٨٧	٢٩٧ر٥	مصر	١٩٨٦	١٦٥	نيجيريا	١٩٨٤	١٣٨ر٥	ك ٦٧ر٥
مصر	١٩٨٦	٣١٥	مصر	١٩٨٧	١٨٧	مصر	١٩٨٧	١٤٥	ك ٧٥
نيجيريا	١٩٨٤	٣٢٧ر٥	نيجيريا	١٩٨٤	١٨٧ر٥	مصر	١٩٨٤	١٥٢ر٥	ك ٨٢ر٥
مصر	١٩٨٧	٣٤٢ر٥	مصر	١٩٨٦	١٩٥	مصر	١٩٨٧	١٥٤	ك ٩٠
نيجيريا	١٩٨٣	٣٥٥	نيجيريا	١٩٨٣	١٩٥ر٥	نيجيريا	١٩٨٤	١٧٢ر٥	ك ١٠٠
نيجيريا	١٩٨٤	٣٦٠	نيجيريا	١٩٨٤	٢٠٢ر٥	مصر	١٩٨٧	١٦٠	ك ١١٠
مصر	١٩٨٧	٣٦٧ر٥	نيجيريا	١٩٨٧	٢٠٥	مصر	١٩٨٧	١٦٧ر٥	ك ١١٠+

يتضح من الجدول السابق.

- تفوق الرباعين المصريين فى رفعة الخطف فى ستة ارقام قياسية فى اوزان ٥٢ ، ٧٥ ، ٨٢ر٥ ، ٩٠ ، ١٠٠ ، ١١٠ كجم
- تفوق ثلاثة رباعين من نيجيريا فى رفعة الخطف لثلاثة ارقام قياسية فى اوزان ٦٠ ، ٦٧ر٥ ، ١٠٠ كجم .
- تفوق الرباع التونسي فى رفعة الخطف فى وزن ٥٦ كجم .
- تفوق الرباعين المصريين فى رفعة النظر فى ستة ارقام قياسية فى اوزان ٥٢ ، ٥٦ ، ٦٠ ، ٦٧ر٥ ، ٧٥ ، ٩٠ كجم .
- تفوق اربعة رباعين من نيجيريا فى رفعة النظر لثلاثة ارقام قياسية فى اوزان ٨٢ر٥ ، ١٠٠ ، ١١٠ ، ١١٠ كجم .
- تفوق الرباعين المصريين فى الارقام القياسية للمجموعات لفئات اوزان ٥٢ ، ٥٦ ، ٦٠ ، ٦٧ر٥ ، ٧٥ ، ٩٠ ، ١١٠ كجم .
- تفوق ثلاثة رباعين من نيجيريا فى الارقام القياسية للمجموعات لفئات اوزان ٨٢ر٥ ، ١٠٠ ، ١١٠ كجم .

جدول (١٠)

الرقم القياسى المصرى و تطوره و النسبة المئوية للزيادة

بداية عن عام ١٩٧٣ الى عام ١٩٨٧ (٢١)

م	الوزن	الرقم القياسى السابق	تاريخ التسجيل	الرقم القياسى الحالى	تاريخ التسجيل	عدد السنوات	الزيادة فى الوزن	نسبة الزيادة
١	٥٢	٢١٢ر٥	١٩٧٦	٢٢٢ر٥	١٩٨٦	١٠	١٠	٪ ٤٧
٢	٥٦	٢٣٥	١٩٨١	٢٤٠	١٩٨٤	٣	٥	٪ ٢
٣	٦٠	٢٥٠	١٩٧٣	٢٦٥	١٩٨٦	١٣	١٠	٪ ٤
٤	٦٧ر٥	٢٧٠	١٩٧٣	٢٩٧ر٥	١٩٨٧	١٤	٢٧ر٥	٪ ١٠٠ر٢
٥	٧٥	٢٩٥	١٩٨١	٣١٥	١٩٨٦	٥	٢٠	٪ ٦ر٨
٦	٨٢ر٥	٣٠٥	١٩٧٦	٣٢٢ر٥	١٩٨٤	٨	١٧ر٥	٪ ٥ر٧
٧	٩٠	٣٣٥	١٩٧٣	٣٤٢ر٥	١٩٨٧	١٤	٧ر٥	٪ ٢ر٢
٨	١٠٠	٣٣٥	١٩٧٨	٣٤٢ر٥	١٩٨٧	٩	٧ر٥	٪ ٢ر٢
٩	١١٠	٣٤٢ر٥	١٩٧٩	٣٥٥	١٩٨٧	٨	١٢ر٥	٪ ٣ر٦
١٠	فوق ١١٠	٣٤٠	١٩٧٦	٣٦٧ر٥	١٩٨٧	١١	٢٧ر٥	٪ ٨ر١

من الجدول السابق يتضح التالي :-

١- ان بعض الارقام تطورت تطورا نسبيا بما لا يتناسب مع التطور العالمى أو المحلى المطلوب .

فبعض الازان لم تتحطم الا بعد ١٤ سنة مثل وزننى ٦٧٥ كجم ، ٩٠ كجم والزيادة لا تتناسب مع الفترة البينية بين الرقمين السابقين والحاليين .

٢- الزيادة فى جميع الازان لا تتعدى نسبتها ١٠.٢ ٪ كحد اقصى وبعضها وصل الى ٢ ٪ وذلك فى فترة ١٤ سنة

وفى رأى الباحث ان هذا التخلف الواضح و التقدم الحثيث فى المستوى الرقمى لمسابقات رفع الاثقال لدليل كاف على ان هناك معوقات كثيرة فى المجال تحول دون تطور المستوى الرقمى بما لا يتناسب مع طبيعة العصر .

و من التحليلات السابقة لمستوى الارقام القياسية المصرية لرياضة رفع الاثقال و مقارنة هذه الارقام بالمستويات الدولية المختلفة و مدى تطورها .

يمكن استنتاج الآتى :-

- الارقام الدولية على كافة المستويات تتطور بصورة سريعة .

- الارقام القياسية العربية و الافريقية طفرت فى هذا المجال بما يهدد بالمنافسة و تحقيق التفوق على المستويات المصرية .

- ان المستويات المصرية بعضها يتطور و لكن بصورة لا تتناسب مع التطورات الدولية و العالمية فى مجال اللعبة و على فترات متباعدة .

التخطيط فى المجال الرياضى :

ولكى يتسنى لنا التخطيط فى رياضة رفع الاثقال يجدر بنا القاء الضوء على ماهية التخطيط من وجهة نظر الادارة فالتخطيط يعنى تجميع الحقائق و المعلومات و تحليلها ثم ترتيب خطوات العمل .
" و التخطيط عنصر اساسى من عناصر الادارة و له اولويه على جميع عناصر الادارة الاخرى اذ لا يمكن تنفيذ اعمال على خير وجه دون تخطيط مسبق له فالتخطيط مرحلة التفكير التى تسبق اى عمل و التى تنتهى عادة بانخاذ القرارات المتعلقة بما يجب عمله و كيف يتم و متى يتم " . (٧ ، ١٦٠) .

و يعرفه عبد الكريم د رويش و ليلا تكللا بأنه
" ان التخطيط اسلوب علمى و عملى للربط بين الاهداف و الوسائل المستخدمة لتحقيقها و رسم معالم الطريق الذى يحدد جميع القرارات و السياسات و كيفية تنفيذها مع محاولة التحكم فى الاحداث عن طريق اتباع سياسات مدروسة محددة الاهداف و النتائج " . (٩ ، ٢٢٩) .

يوه يعد الباحث ان عنصر التخطيط فى مجال رياضة رفع الاثقال يمكن ان يشتمل على ما يلى :-

أ - تحديد الاهداف أو اقرارها :-

فى حدود الاهداف العامة يتطلب وضع اى خطه رياضية لاي نشاط عامة و رياضة رفع الاثقال خاصه تحديد الاهداف العريضة و التى ينبثق منها اهدافا فرعيه بواسطتها يمكن الوصول الى الاهداف المطلوبه و هو ما يسمى بالاهداف المسلسلة .

ب - رسم السياسات :-

يتعرض العمل لكثير من المشاكل المتكرره لذلك فان اتخاذ قرار معين فى احدهما يمكن ان يتبع فى مثيلاتها بعد ذلك دون الانتظار لاتخاذ قرار جديد فعند تنفيذ خطة رياضة رفع

الاثقال لا بد ان يسبق التنفيذ وضع قواعد وتعليمات وارشادات لتوجيه تصرفات العاملين فى المجال دون الحاجة الى الرجوع لاخت قرارات جديده .

ج - اقرار الاجراءات :-

بالرغم من ان السياسات التى توضع قواعد ثابتة مرشده تحدد ما يجب عمله و مالا يجب عمله دون التعرض للخطوات التفصيلية . فعند التخطيط لرياضة رفع الاثقال يجب ان يوضع فى الاعتبار وضع لوائح و انظمه تتضمن الخطوات التفصيلية تكون مرشدا لجميـع العاملين بالمجال على كافة مستوياتهم بحيث يضمن سلامة و حسن سير العمل و فى اطار الاهداف المرجوه .

د - وضع البرامج الزمنية :-

يتطلب التخطيط فى مجال رياضة رفع الاثقال ان يوضع برنامجا زمنيا لتنفيذ كل جزئيه من اجزاء العمل وذلك لتقسيم الاعمال المطلوبه و تسلسلها الزمنى فى التنفيذ و تحديد الوقت اللازم لكل منها و تحديد وقت البداية و النهاية .

كما يتطلب التخطيط فى مجال رياضة رفع الاثقال دراسة تكلفة تنفيذ الخطة و تحديد بنود الصرف و مصدر التمويل و ذلك ضمن اطار الخطه الموضوعه .

و التخطيط فى مجال رياضة رفع الاثقال له مزايا عديده منها تحقيق جزء من الاهداف التى تسعى اليها الخطه العامة للدولة كما انه يعمل على التمرين فى بعد النظر و القدره على تجاوز الحاضر و اتباع الطريقة العلمية لاكتشاف المشكلات و دراستها و العناصر الواجب استخدامها لتحقيق الاهداف و كيفية استخدام هذه العناصر و خط السير و المراحل المختلفه الواجب المرور بها و الوقت اللازم لتنفيذ هذه الاعمال كما و ان التخطيط يحقق الرقابة

الداخلية والخارجية على التنفيذ و يسهل من خلال التخطيط ومتابعة العمل و حل ما يعترضه من مشكلات وبيعت الطمأنينة للأجهزة العاملة بالمجال سواء اداريين او فنيين او لاعبين وذلك عن طريق التخطيط الزمنى الذى يستطيع الفرد عن طريقة التنبؤ بما يصل اليه مستقبلا .

كما وان التخطيط الجيد بالاتحاد العام لرفع الأثقال يعمل على الاستغلال الامثل لجميع الطاقات البشرية بالاتحاد او العاملين بالمجال كذا استغلال جميع الموارد المادية على اكمل وجه وينمى مصادرها .

ويمكن القول ان نجاح عملية التخطيط فى الرياضة عامه وفى مجال رفع الاثقال خاصه يتوقف على الآتى :-

١- تحديد الاهداف المطلوب الوصول اليها سواء نشر اللعبة فى جمهورية مصر العربية ورفع مستواها او لاعداد الفرق الاهلية التى تمثل جمهورية مصر العربية فى الدورات و البطولات العالمية وذلك خلال الفترة المخطط لها .

٢- رسم السياسات و القواعد التى تحكم تصرفات العاملين فى المجال .

٣- تحديد العناصر كما ونوعا الواجب استخدامها لتحقيق الاهداف سواء كانت هذه العناصر (مادية او ادوات) أو بشرية (حكاما- مدربين- اداريين - لاعبين) .

٤- تقرير الخطوات و الاجراءات التفصيلية التى تتبع فى تنفيذ مختلف العمليات .

٥- مرونة الخطة وقابليتها للتعديل بما يتلاءم مع الظروف المتغيره .

٦- تقييم الخطة و متابعتها بمعنى ضرورة التقييم الدورى المستمر لادراك نواحي القوة فى الخطة وتنميتها ونواحي القصور وتلافيها حتى يمكن النهوض برياضة رفع الاثقال و اللحاق بركب التقدم فى المجال .

التدريب و المدربون :

" ان التدريب الرياضى اصبح الان مهنة معترف بها فى كافة دول العالم المتقدمة حيث انشئت لها المعاهد المتخصصة لاعداد وتأهيل المدربين واصبح العمل فى هذه المهنة يرتبط بمستويات فنية مقننة وفقا لمستويات برامج الاعداد والصقل التى يجتازها المدرب ، ويعتبر مجال التدريب الرياضى فى مصر ميدانا مفتوحا على مصراعيه لكل من يرغب للعمل فيه بصرف النظر عن مدى توفر عناصر النجاح اللازمه له و دون حاجه لترخيص بمزاولة هذا العمل من جانب الاتحادات الرياضية المختصة و بدون شروط او ضوابط تحكم العمل فى هذا المجال ونتيجة لذلك لا يقبل على مهنة التدريب كفاءات كثيرة كما لا يمكن على الكثير من الاتحادات الرياضية حصر المدربين العاملين فى الميدان و التعرف على مستوياتهم و مصادرها تأهيلهم و كافه البيانات الضرورية اللازمه للشهوض بهذه المهنة .

هذا و قد قام مؤخرًا المركز القومى لاعداد القادة بدراسة عن المدربين العاملين فى الحقل الرياضى و تشير النتائج الاولية لهذه الدراسة الى الآتى :-

١- اجمالى عدد المدربين ١٦١٨ مدربا فى ١٤ لعيبه يعملون فى انديه ٢٥ محافظة التى تزيد عن ١٠٠ نادى رياضى اى بنسبة ٣ مدربين لكل نادٍ

٢- توزيع المدربين على المحافظات :

تضمنت بيانات الحصر ٢٥ محافظة كانت اكثر المحافظات حظا فى عدد المدربين هى محافظة القاهرة حيث بلغ عدد المدربين بها ٢٨٩ مدربا بنسبة ١٧ ٪ تقريبا من العدد الكلى للمدربين فى حين كان اقل عدد للمدربين فى محافظة البحر الاحمر حيث يوجد بها ٣ مدربين و فى حين لا يوجد بمحافظة سينا ١ مدرب واحد .

٣- المؤهلات العلمية للمدربين :-

عدد المدربين بين مؤهل اقل من المتوسط و بدون مؤهل ٤٤٣ مدربا
اي بنسبة ٢٧ ٪ تقريبا من العدد الكلى للمدربين و منهم ٢١٦ مدربا
بدون مؤهل علمى اي بنسبه ١٣ ٪ تقريبا فى حين كان عدد المدربين
الحاصلين على مؤهلات عالية ٤٧٢ مدربا اي بنسبه ٢٨ ٪ تقريبا .

٤- دراسات التدريب :-

ظهر ان عدد المدربين الذين لم يحصلوا على اى دراسات فى التدريب
٧٠٤ مدربا اي بنسبه ٤٣ ٪ تقريبا فى حين كان عدد المدربين
الحاصلين على دراسات دولية هو ٣٢ مدربا اي بنسبه ٢ ٪ تقريبا .

٥- التاريخ الرياضى للمدرب كلاعب :-

عدد المدربين الذين لم يمارسوا اللعبة التى يقومون بالتدريب فيها
٣٠٦ مدربا اي بنسبه ١٩ ٪ تقريبا .

فى حين كان عدد الذين مارسوا اللعبة على المستوى الدولى ١٤٢ مدربا
اي بنسبه ٩ ٪ تقريبا . هذه الرؤيه تؤكّد الحاجة الملحه الى صقل المدربين
العاملين فى المجال الرياضى حاليا واعداد القيادات الجديدة فى حقل
التدريب الذى يعتبر احد الدعائم الاساسية اللازمه لقيادة المجتمع
الرياضى و وفق خطه قوميه تكفل توفير الكوادر اللازمة للعمل فى هذا المجال
و التى تتوافر فيها عناصر النجاح و توحيد مصادرتأهيلهم مع وضع ضوابط
تضمن عدم مزاوله هذا العمل الا بموافقة الاتحادات الرياضيه المعنية .

(٢٦ : ٣٢ - ٣٣) .

الحكام :

التحكيم فى أى رياضة من الرياضات يعتبر من النواحي الاساسية التى
تؤدى الى نجاح و انتشار هذا النوع من النشاط - فالتحكيم الممتاز يدعو

اللاعبين الى الاجاده فى الاداء و التركيز فى اللعب و الانضباط داخل ميدان النشاط و لا يكون للاحتجاجات دور و لا يعرف الاحساس بالظلم طريقة الى الممارسين و التحكيم السيئ له مساوىء عديدة و كثيره تطفى على كل القيم المستفاده من ممارسة النشاط الرياضى بعامه و رياضة رفع الاثقال بخاصه فقد يوءدى الى السلوك غير الرياضى فى الملعب و يكون نتيجة ذلك انعدام الروح الرياضيه التى تعنى الاحترام الصادق للقوانين المكتوبه و غير المكتوبه و يتطلب من اللاعب ان يسلك سلوكا كريما تجاه منافسه و ان يلتزم بأدق نظام فيما يتعلق بالتحكيم و ان براعى الهدوء فى النصر و الهزيمة على السواء . . . فالروح الرياضه هى اساس الرياضه و هى التى تعطىها صفتها الكريمة و التى قد تصل آثارها الطيبه الى مدى ابعد من حدود الملعب اذ تصبح امانه الرجل الرياضى المخلص مثلا للجميع فى الحياة اليوميه و بالتالى قد تصبح الروح الرياضيه عن طريق رياضة رفع الاثقال اسلوب حياة .

و الحكم يمكن أن ينمى هذه الروح الرياضيه و ان يقضى عليها ، فلنا ان نتصور المجتمع بدون روح رياضيه ، أى مجتمع يفتقر الى كل هذه القيم السالف ذكرها ، من هنا كانت أهمية الحكم . (٢٩ : ٢٥ - ٢٦) .

و الحكم فى الالعاب الرياضيه يعنى :-

" هو ذلك الفرد الذى يتولى مسئولية ادارة المباريات الرياضيه . و سوف تظل مواد القانون لمختلف الالعاب و الانشطة الرياضيه صماء ما لم يتفهم الحكم بأسلوب علمى الغرض من هذه القواعد ، و ان يقوم بتطبيقها و يضع يده على حكمة المشرع فى اصدا رها ، و يكون اكثر فطنه فى التطبيق .

و الحكم فى الانشطة الرياضيه المعترف بها من اللجنة الاولمبية الدوليه و التى تعتبر أعلا هيئة رياضيه فى مجال الهواة فى العالم ، لا بد و ان يكون هاويا غير ساعيا للمكسب المادى ، و هدفه نحو ادارة المباريات الرياضيه هو اشباع حبه و هوايته الرياضيه .

كما تطرق مؤتمر النهوض بالرياضة الى الاوضاع القائمة حاليا للحكام بصفه عامة فى ج . م . ع حيث خرج بالنتائج التالية :-

- ١- ضعف اعداد وتأهيل الحكام بما يتناسب و صعوبه هذه المهمة .
- ٢- عدم تناسب بدلات التحكيم فى اللعباث المختلفة .
- ٣- عدم تناسب بدلات التحكيم و صعوبه المهمة الملقاة على عاتقهم رغم ظروف و أوضاع العاملين فى هذا المجال من المدربين والاداريين و ذلك بحكم طبيعة عملهم فى التحكيم و توفير حد ادنى من الاعداد و التأهيل وفق مستويات و اختبارات مقننه مرتبطة باللجان والهيئات الدولية - و من هنا فمازال التحكيم فى مصر يواجه العديد من المشاكل و هو فى حاجه الى ضوابط للعمل به و الى مزيد من الاعداد و التأمين للعاملين به . هذا فيما يتعلق بالحكم بصفه عامة فى جميع اللعباث " . (٢٩ : ٢٥ - ٢٦) .

الاداريون :-

الادارة تلعب دورا هاما بالنسبة للمجال الرياضى عامة و مجال رياضة رفع الاثقال خاصة لذا يجب علينا التعرض للادارة قبل الحديث عن الاداريين .

و قد عرفها فردريك تايلور F.Taylor " ان فن الادارة هو المعرفة الصحيحة لما تريد من الرجال ان يقوموا بعمله وروؤيتك اى ملاحظتك و مباشرتك اياهم و هم يعملونه بافضل الطرق و ارضعها ثمنا " .

و عرفها اوى تيد O. Tidd " توجيه الناس المشتركين معا فى عمل للوصول الى هدف مشترك " .

كما عرفها كيمبال Kimball " ان الادارة تشمل جميع الواجبات و الوظائف التى تختص أو تتعلق بانشاء

المشروع من حيث تمويله ، ووضع سياساته الرئيسية وتوفير مايلزمه من معدات واعداد لتكوين الاطار التنظيمى الذى يعمل فيه ، وكذلك اختيار الرؤساء والافراد الرئيسيين " . (٧ ، ١١) .

وتلعب الادارة دورا هاما فى مجال رياضة رفع الاثقال حيثأنه من عوامل النجاح لاي مشروع من المشروعات وجود الادارى الجيد الذى يعمل بأسس ومبادئ تنظيمية وادارية علمية سليمة . فالادارى فى مجال رفع الاثقال تقع عليه مسئولية تحقيق الهدف من ممارسة هذا النشاط وذلك باستخدام الامكانيات المادية والبشرية المتاحة ويتوقف نجاح الادارى فى مجال رياضة رفع الاثقال على خبرته السابقة سواء كان لاعبا او مدربا أو حكما لهذا تتم تعديل لائحة النظام الاساسى للاتحادات الرياضية واشترطت فى احدى موادها لعضو مجلس الادارة " ان يكون قد وصل الى مستوى الدرجة الاولى على الاقل فى اللعبة التى يشرف عليها الاتحاد أو وصل الى مستوى الدرجة الاولى على الاقل فى تحكيم لعبة الاتحاد أو ان يكون عضوا بمجالس ادارات المنظمات الدولية والخاصة بهذه الرياضة اما بالنسبة لاعضاء مناطق الاتحادات فان احدى شروط عضوية ادارة هذه المناطق تنص على ان يكون قد وصل الى الدرجة الثانية فى تحكيم اللعبة التى تشرف عليها المنطقة " . (٣٥)

ومن المحتم ان تتوفر لادارى الفريق قدرات ادارية خاصة تمكنه من التنسيق بين المدربين واللاعبين والهيئة للوصول للاهداف المحددة وذلك بالاشتراك مع المهتمين بالمجال بتوزيع المهام على الجميع ويكون هو المسئول عن اصدار القرار وما احوجنا فى ذلك الوقت للأخذ بسبل التطور الادارى فى مجال رياضة رفع الاثقال لا مكان هسايره التطور الحضارى واللاحاق بركب التقدم فيه ويعرف حسن شلتوت ، حسن سيد معوض الادارى بانه :
" هو الفرد الذى يشغل مركزا من المراكز ذات المسئولية فى المنظمة وهو بهذا الوضع يتولى اختصاصات محددة تلقى عليه بمسئوليات، تتطلب انجازات

على هدى السياسة العامة الموضوعية وفى نطاق الخطة المحددة التى يلتزم بتنفيذ الجزء الداخلى منها فى نطاق اختصاصه " . (٤ : ١٣ - ١٤) .

ويرى الباحث ان الادارى فى مجال رياضة رفع الاثقال هو ذلك الفرد الذى يقوم بإدارة النشاط فى هذا المجال من خلال الهيئات الرياضية التى تمارس رياضة رفع الاثقال ويقع على عاتقه مسئولية تحقيق اهداف محددة من ممارسه هذه الرياضة باستخدام الامكانات المتاحة افضل استخدام .

مصادر تمويل الرياضة فى القطاع الاهلى والحكومى :

مصادر التمويل :

- يتم تمويل النشاط الرياضى فى مصر من مصدرين اساسيين :-
- ١- ما تخصصه الدولة للوحدات والهيئات الحكومية المركزية والمحلية من اعتمادات الرياضة ضمن موازاناتها السنوية .
 - ٢- ما تخصصه الهيئات الرياضية والاجتماعية لاغراض الرياضة من مصادر غير حكومية من خلال ممارستها للانشطة الخاصة بها .

١- مصادر التمويل الحكومى وحجمه : (٣٦)

يقدر حجم التمويل التى تدبره الجهات الحكومية من موازاناتها لاغراض الرياضة فى العام الحالى ٨٦ / ٨٧ فى ضوء البيانات المتاحة نحو ٢٣٣٧٥٤٢٠ موزعة على النحو التالى :-

أ - مبلغ ٢٢٣٤٤٢٠ مليون جنيه موزعة بموازنة جهاز الرياضة للمشروعات التى تنفذ محليا وقوميا منها ٣٣٨٤٢٠ جنيه التغطية مرتبات ومكافآت القائمين بتنفيذ الانشطة الرياضية على المستويين .

، مبلغ ٧٠٢٥٠٠٠ مليون جنيهاً مدرجة بموازنة جهاز الرياضة لاعانة الهيئات الخاصة والاجهزة الرياضية والمصروفات المتعلقة بمختلف اوجه النشاط الرياضى وذلك بنسبة ٣٠ ٪ من اجمالى مخصص حجم التمويل .

، مبلغ ١٤١١٦٠٠٠ مليون جنيهاً اعانات للمنشآت الرياضية المختلفة بنسبة ٦٠ ٪ من جملة التمويل المخصص للرياضة .

٢- مصادر التمويل الاهلى وحجمه :-

" تتمثل مصادر الموارد الغير حكومية التى تحصل عليها الهيئات الرياضية فيما يلى :-

- حصيلة اشتراكات الاعضاء .
- حصيلة ايرادات الحفلات و المباريات و منتجات الهيئة .
- التبرعات و الهبات و الوصايا بشرط موافقة الجهة الادارية المختصة .
- الايرادات الاخرى التى توافق عليها الجهة الادارية المختصة . (٣٣)

و حيث ان الهيئة يختلط بها جميع الانشطة الممثلة لجميع المجالات " مجال رياضى - مجال ثقافى - مجالى فنى - مجال اجتماعى " .

لهذا يتعدرت توافر الاحصاء الدقيق لتحديد حجم ما يخص الاغراض الرياضية فقط من هذا المصدر بالهيئة علاوة على ذلك فان هناك مصادر اخرى اهلية تستفيد بها الهيئة مثل :

أ - رسوم حصيلة المراهنات التى توزع بمعرفة جهاز الرياضة على الهيئات الرياضية .

ب - ما يخص الرياضة بالهيئات من حصيلة صناديق الخدمات بالمحافظات وعموماً كما سبق فان حجم الحصيلة الاجمالية للتمويل الاهلى لا تزيد كثيراً عما هو مخصص بموازنة جهاز الرياضة والاجهزة الحكومية الاخرى .

مدى كفاية تمويل الرياضة بمصر :

- " أن الاعتمادات التي تخصصها الدولة للرياضة و التي تدرج على سبيل الحصر في موازنه كل جهة يتم تقدير حجمها على اساس ان الرياضه احد انشطة الخدمات العامة و لا ينظر اليها بصفتها نشاط انتاجي و هي بذلك لا يتقرر لها آيه زيادة الا بالقدر الذي يفى بالمطالبات الطارئة او الحد الادنى من الزيادة التي قد يتطلبها ضرورة ارتفاع الاسعار و هو امر لا يتفق مع الاهداف العامة التي نأمل الوصول اليها عن طريق نظره الدولة للرياضة و التي يتعين تغييرها جذريا بمعنى ان ينظر اليها باعتبار انها من العناصر الاساسية لزيادة الانتاج و لدخل بمصر .

- اما بالنسبة للمصادر غير الحكومية فان نظره المبدئية لها تبين بجلاء انها تعتمد اساسا على دخل المباريات الرياضية التي تقيمها الاندية و الاتحادات و ما تحصل عليه الاندية من حصيلة الحفلات و التبرعات و مازالت الحصيلة في هذا المجال محدوده . و ان كان الامر يتطلب دراسه العوائق التي تحد من تلك الحصيله و العمل على تنميتها .

- اما الاشتراكات في النوادي فانها تخضع للقرارات و التشريعات التي تصدرها الحكومة في هذا الشأن و بالتالي فان امكانيه رفع او زيادة هذه الاشتراكات لا يتحقق الا في الحدود التي تسمح بها الدولة .

- و فيما يتعلق بمصدر حصيلة المراهنات فهو جزء يسير لا يتجاوز ٢٠ ٪ من قيمة المراهنات و تبلغ نصف مليون جنيه .

و في ضوء ما تقدم تعتبر مصادر التمويل المخصصه للرياضة سواء كانت حكومية او اهلية فهي مصادر تقليدية لم يطرأ عليها التطوير المناسب كما ان الحصيلة و ان كانت تتزايد من سنه الى اخرى و خاصة في الاعوام الاخيرة الا انها تزيد بمعدلات طفيفة .

اما من ناحية مدى كفاية هذه الموارد سواء كانت حكومية او اهلية لسد حاجة النشاط الرياضى و اعداد الافراد والمجموعات للاشتراك فى الدورات والمسابقات الرياضية على المستوى المحلى والدولى فان الآراء تجمع على ان الرياضية لم تنل نصيبها العادل من الموارد حتى تتمكن من أداء دورها.

(٢٨ - ٣) .

هذا فيما يتعلق بميزانية الرياضة عامة ومدى كفاية تمويلها

بج ٤٠٢٠ .

اما فيما يتعلق بميزانية الاتحاد العام لرفع الاثقال عن عام ١٩٨٥ / ١٩٨٦

فبدراستها يتضح التالى :

٣٠٠٠٠	برامج النشاط المحلى	(لاقامة بطولات محلية عدد ها ثمانية)
١٨٠٠٠	مراكز لتدريب الناشئين	(عشرة مراكز تدريب + معسكر صيفى)
٨١٠٠٠	اجهزه و ادوات	(مجموعات اثقال اوليمبية - طبلية - ميزان اليكترونى - جهاز تحكم اليكترونى)
٩٠٠٠٠	اعداد الفرق القومية	(معسكرات قومية - معسكرات ناشئين)
	بالداخل	
١٢٠٠٠	اجتماعات ومؤتمرات دولية	(عدد ها أربعة)
٣٠٠٠٠	مصروفات الاتحاد الادارية	(ايجار - اجور و مكافآت - مطبوعات . الخ)
١٣٦٠٠	اعانات للمناطق	(عدد المناطق ٢٤ منطقة)
٣٢٠٦٠٠	الاجمالى	

وبالنظر الى ميزانية الاتحاد العام لرفع الاثقال يتضح انها لا يمكنها تحقيق الهدف سواء كان هذا الهدف عاما و هو نشر رياضة رفع الاثقال وجعلها رياضة للجميع او هدفا خاصا وهو الوصول الى مرتبة البطولة و مسابقة التقدم العالمى فى هذا المجال خاصة وان الاجهزة و الادوات المعاونه باهظة التكاليف علما بان المخصص لها مبلغ و قدرة ٨١٠٠٠ .

وان الاتحاد يتبعه أربع وعشرون منطقة ، و مائه وسبعه نواحي ، وثمانية وسبعون مركزا للشباب ، و اربع هيئات اخرى وعشرة مراكز لتدريب الناشئين .

و من هذا يطرح الباحث سؤالاً .

هل هذه الاعتمادات تتناسب مع الأهداف المطلوب تحقيقها في رياضة رفع الأثقال ؟

ثانيا : الأبحاث والدراسات المشابهة

الدراسة الاولى :

- بعض مشكلات الرياضة بمصر واقتراحات علاجها ، (٧٠) ،
تضمنت الدراسة التي قام بها اسماعيل حامد عن مشاكل الرياضة بمصر
الآتى :-
١- المشاكل فى قطاع التعليم :
- قلة الامكانيات .
 - عدم مناسبة مكانه مدرس التربية الرياضية مع الدور الذى يقوم به .
 - وجود نظام اكثر من فترة واحدة فى المدارس مما يقلل من استفادته التلاميذ .
 - بناء المباني فوق الملاعب وفى افنية المدارس مما يقلل من المساحات المطلوبه للنشاط الرياضى .
 - عدم تخصص مدرس التربية الرياضية فى بعض الالعاب مما يجعله غير قادر على تعليم التلاميذ لها .
 - الغاء نظام الحوافز الرياضية بالمدارس الثانوية للراغبين فى الالتحاق بالجامعات .
 - انتشار العديد من المفاهيم الخاطئه عن الرياضة والتربية الرياضية .
 - الاستعانة بمدرس التربية الرياضية غير المتخصص بتحكيم المباريات .
 - تجاهل وسائل الاعلام بالدور الحيوى الذى يلعبه مدرس التربية الرياضية فى اعداد المواطن الصالح .
 - عدم صرف بدل طبيعة عمل لمدرس التربية الرياضية .
 - انخفاض المستوى الصحى للتلاميذ .
 - اشتراك اللاعب فى اكثر من لعبة واحدة .
 - العجز الشديد فى مدرسى التربية الرياضية .
 - قلة المنافسات بين المدارس .

٢- المشاكل فى قطاع البطوله (القطاع الاهلى) :

- عدم قدرة الاتحادات الرياضية على التعامل بحرية بعيدا عن الروتين المعقد مع القطاعات الاخرى .
- اهتمام وسائل الاعلام بكرة القدم على حساب الالعاب الاخرى .
- اهتمام كلية التربية الرياضية بابحاث لا تخدم القطاعات العاملة فى قطاع الهيئات الاهلية .
- عدم وجود خطط تعمل بها الاتحادات الرياضية .
- انعدام التنسيق بين الهيئات المختلفة .
- وجود العديد من المشاكل بين العاملين فى هذا القطاع .
- قيام غير المتخصصين بمهنة التدريب .
- ضعف مستوى بعض الحكام .
- هجرة افضل العناصر من المدربين للبلاد العربية .
- تولى بعض العناصر غير المتخصصة مسئوليات هامة فى المجال الرياضى
- العمل فى ظل لوائح و قوانين غير ثابتة .

٣- المشاكل فى قطاع اعداد القاده :

- كثرة الطلاب فى كليات اعداد القاده مع قلة الامكانيات .
- قلة اعضاء هيئة التدريس و مساعدتهم .
- حرمان العديد من الابطال من الالتحاق بكليات التربية الرياضية نظرا للتقيد بشرط مجموع الدرجات العلمية فى الشهادة الثانوية العامة .
- عدم التخطيط فى مجال البحث العلمى بما يسهم فى خدمة كافة قطاعات الرياضة بالدولة .
- عدم اقتناع العاملين بالاتحادات الرياضية بالدور الذى يمكن ان تقوم به المعاهد العلمية لخدمة الرياضة .

الدراسة الثانية :

" دراسة لبعض العوامل التى أدت الى تخلف مستوى رياضة التجديف فى جمهورية مصر العربية" . (٢٧)

قام بها منتصر ابراهيم طرفه للحصول على درجة الماجستير من كلية التربية الرياضية للبنين بالاسكندرية - جامعة حلوان عام ١٩٨٠ .

استهدفت الدراسة التعرف على بعض العوامل و الاسباب التى ادت لتخلف رياضة التجديف فى ج . م . ع .

و لتحقيق هذه الاهداف اتبع الباحث الاجراءات التالية :-

- * اتبع المنهج المسحى .
- * اشتملت عينه البحث على :
 - ١٥٣ لاعبا و ١٣ مدربا و ١٣ اداريا بالإضافة الى ٣ خبراء .
- * واستخدم الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات و قد توصل الباحث الى عدد من النتائج اهمها :

- عدم وجود تعاون بين الاجهزة المختلفة من اجل التخطيط لرفع مستوى رياضة التجديف فى ج . م . ع .

- عدم مناسبة دور الاتحاد العام المصرى للتجديف فى اعداد المدربين و صقلهم بالرغم من وجود نسبة من المدربين غير المؤهلين و ذوى المؤهلات العلمية المتواضعة مما يترتب عليه من اخطاء و عشوائيه فى التدريب و تخطيطه على المستوى الرياضى للاعب التجديف .

- ضيق قاعدة الممارسين من الناشئين و بالتالى قاعدة الاختيار .

- لا يوجد اهتمام من قبل الاجهزة المعنية بالتنوعىة الرياضية و نشر رياضة التجديف و عدم كفايه قوارب التجديف فى ج . م . ع .

الدراسة الثالثة :

" معوقات رياضية الجميزار للبنين فى ج .م .ع . " قام بها عبد الحميد غريب شرف للحصول على درجة الماجستير من كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان عام ١٩٨٢ . (٢٩)

استهدفت الدراسة التعرف على اهم المعوقات التى أدت الى عدم تقدم رياضة الجميزار للبنين فى ج .م .ع .

ولتحقيق هذه الاهداف اتبع الباحث الاجراءات التالية :-

- * اتبع المنهج المسحى .
- * اشتملت عينه البحث على :
٥٩ خبيراً مسئولاً ، ١٧ لاعبا دوليا .
- * واستخدم الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات وقد توصل الباحث الى عدد من النتائج اهمها :-
تعتبر الامكانيات المعوق الاول الذى يعترض رياضة الجميزار للبنين فى ج .م .ع . للآتى :-
أ - عدم وجود ميزانية تلبى احتياجات هذه الرياضة .
- عدم توفير الاجهزة الرئيسية و المساعدة فى التدريب وعدم وجود الملاعب الكافية .
- ب - يعتبر التخطيط المعوق الثانى الذى يعترض رياضة الجميزار فى ج .م .ع . للآتى :-
- عدم وجود برنامج تدريبي مناسب لمراحل السن المختلفة .
- خلو الخطة السنوية من البرامج التدريبية .
- عدم تقويم الخطة و برامجها بصورة دورية .
- ج - يعتبر المدرب المعوق الثالث لرياضة الجميزار فى ج .م .ع . وذلك للآتى :-

- قلة عدد المدربين ونقص مستواهم الفنى والعلمى وعدم تفرغهم ورايتهم اجتماعيا .
- عدم الاعتراف بمهنة التدريب .
- عدم اشتراك الاطباء المتخصصين فى هذه الرياضة .

الدراسة الرابعة :

مشاكل العمل فى مجال التدريب واعداد القاده (٢٤ : ٣ - ٧)
جاء فى الدراسة التى اعدّها حليم المنيرى عن المشاكل التالية فى مجال
التدريب واعداد القاده .
١- اعداد المدربين :

- تعدد جهات اعداد المدربين ادت الى :-
 - التداخل و الازدواج فى العمل .
 - التكرار و مضيعة الوقت والميزانيات .
 - التضارب و التناقض فى اساليب و معلومات التدريب .
 - البلبلة فى صفوف العاملين فى مجال التدريب .
- ٢- مهنة التدريب والاجور :
 - عدم تناسب اجور المدربين ذوى الدرجة الواحدة فى نفس اللعبة .
 - عدم تناسب اجور المدربين فى اللعيبات المختلفة .

٣- التدريب و المدربون :

- لا توجد ضوابط للترخيص بالعمل فى هذا المجال .
- لا توجد مستويات محددة و معترف بها للعاملين فى هذا المجال .
- يتعذر على الاتحادات حصر المدربين العاملين فى مجال اللعبة .

- عدم اقبال الكثير من الكفاءات على مهنة التدريب .

٤- الاداريون :

- عدم وجود شروط او ضوابط تحكم العمل في هذا المجال بما يتفق وكونه عملا تربويا قياديا .
- عدم وجود برامج لاعداد الاداريين اسوة ببرامج المدربين و الحكام .
- يعمل في هذا المجال نوعيات عديدة لا يربط بينهم وحدة الاعداد او التأهيل و بعضهم ليس له تاريخ رياضى .

٥- الحكام :

- ضعف اعداد و تأهيل الحكام بما يتناسب وصعوبة هذه المهمة .
- عدم تناسب بدلات التحكيم فى اللعبات المختلفة .

من الدراسات السابقة يرى الباحث مايلى :-

اتفاق الدراسات على عدم مواكبة المستوى الرياضى فى جمهورية مصر العربية مع المستويات الدولية المختلفة وان هناك العديد من المعوقات التى تحول دون التقدم للمستويات العالية و بحصر هذه المعوقات المتعلقة برياضة رفع الاثقال و التى تم تصنيفها الى صفات متقاربه و ردها الى احدى المعوقات الاساسية التالية :-

- ١- معوقات خاصة بالامكانات .
- ٢- معوقات تتعلق باللاعبين .
- ٣- معوقات تتعلق بالمدربين .

- ٤- معوقات تتعلق بالحكام .
 - ٥- معوقات تتعلق بالاداريين
 - ٦- معوقات تتعلق بالادارة و التنظيم و التخطيط .
 - ٧- معوقات تتعلق بالعوامل الاخرى .
- و كانت هذه المعلومات هي الاساس الذي اعتمد عليه الباحث لبناء الاستبيان في مرحلة الاولى .