

الباب الثاني

التطور التاريخي للمسابقات ألعاب القوى

- * مقدمة عامة .
- * نشأة الألعاب الأولمبية .
- * إحياء الألعاب الأولمبية
- * الدور ت الأولمبية الحديثة .
- * اشتراك المرأة في الدورات الأولمبية .
- * تطور مسابقات الميدان والمضمار .

التطور التاريخي لمسابقات ألعاب القوى

مقدمة عامة :

يرجع تاريخ ألعاب القوى إلى تاريخ الانسان نفسه ، فقد كان الأب في العصور الأولى يقوم بتعليم أبنائه العدو السريع والجري لمسافات طويلة وكذلك الوثب للأمام أو لأعلى إلى جانب رمي الأحجار والأرماح بغرض القنص أو الصيد وللدفاع عن النفس حيث كانت حياة الإنسان البدائي تتوقف على قدرته البدنية ومهارته الحركية .

وعندما أخذ الإنسان يخطو نحو الحياة الجماعية القبلية ، كان لابد من قيام بعض الأفراد بتولى السلطة يتمتعون بالقوة البدنية والمهارة الحركية — فظهرت المنافسات الفردية التي تعتمد على القوة والسرعة والتحمل . وبذلك أصبحت المنافسات هي الوسيلة الوحيدة في نظر القوم للوصول إلى السلطة .

ولقد كان من الطبيعي أن يمارس الإنسان الأول هذه الرياضة لأنها الامةداد الطبيعي لتطور نمو الفرد منذ ولادته . فأول ما يفعله الطفل بعد أن يتف على قدميه يمشي ، فإذا ما اشتد عوده يبدأ في الجري ثم العدو فالوثب وأخيراً الرمي . ومن هنا أطلقت على مسابقات ألعاب القوى الحركات الطبيعية الأساسية .

ولم تشير الحفريات أو النقوش القديمة على ممارسة الإنسان الأول لرياضة ألعاب القوى على أنها نشاط تنافسي على مستوى البطولة إلا أيام الاغريق (اليونان القدماء) قبل ظهور المسيحية . ويجد الباحث في تاريخ الفنون الرياضية عند قدماء المصريين اهتمامهم العظيم ببعض مسابقات ألعاب القوى التي تبدو فيما خلفوه من أدوات ونقوش ورسوم في بعض المقابر

وخاصة مقابر بني حسن ومعابد وادى الملوك وادفو وذبندرة وصقارة وفي تل العمارنة — جاءت كلها تفسيراً صادقاً على عنايتهم بتربية النشء وإعداد الشباب للقتال من خلال ممارستهم للعديد من الأنشطة الرياضية .

فقد مارس قدماء المصريين الجرى كما أوضحت لنا نقوشهم على جدار مقبرة (ماحوتى) فى تل العمارنة ، وكان لا يسمح لأولاد الملوك والأمراء بتناول افطارهم إلا إذا قاموا بالجرى مسافة ميلين (شكل ١) كما وجد فى



شكل (١) طريقة الجرى عند قدماء المصريين

هرم سقارة المدرج فى أحد المشاهد الملك (زوسر) وهو يجرى حول مضمار للجرى المنحنى فى عيد ملكه الثلاثين ليثبت للشعب أنه مازال قادراً على الحكم — فقد كان عمره فى ذلك الوقت يناهز السبعين . وقد وجدت وثيقة فى مقبرة (بتاح حتب) فى سقارة أيضاً تشرح طريقة الوثب العالى فى ذلك الوقت ، حيث يجلس لاعبان متقابلان يرفعان أيديهما شبرا شبراً فوق أقدامهم لكى يتخطى المتسابق هذا الارتفاع — هذه الطريقة فى الوثب تستخدم حتى الآن بين أطفالنا فى الريف (شكل ٢) .



شكل (٢) طريقة الوثب العالى من فوق الذراعين عند قدماء المصريين

وتدل الأحاديث في صدر الاسلام أن المسلمين كانوا يقومون بممارسة بعض أنشطة ألعاب القوى مثل المشي والجري والعدو والرمي فقد كان الصحابة يتسابقون في المشي من مكة إلى المدينة المنورة كما أن الحديث عليه السلام النبوي الشريف : «ألا أن القوة الرمي» و «حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمي» . ومن أقوال عمر بن الخطاب : «علمو أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل» . وعن السيدة عائشة رضى الله عنها : «سابقني رسول الله فسبقته ، فلبثنا حتى إذا أرهقني اللحم سبقني فقال : هذه بتلك» .

نشأة الألعاب الأولمبية :

سميت الألعاب الأولمبية نسبة إلى وادى أولمبيا بشبه جزيرة اليونان الذي أقيم عليه جميع الأعياد الرياضية القديمة .

ولقد تعددت الآراء في بداية الألعاب الأولمبية القديمة ، غير أن البحوث التاريخية في الحفريات التي وجدت بوادى أولمبيا تثبت أن تلك الألعاب بدأت في منتصف القرن الثالث عشر قبل الميلاد . ولقد أحاط اليونانيون القدماء نشأة تلك الألعاب بأساطير عديدة كما جاء في أشعار (هوميروس) باليازة. فهذه أسطورة تذهب إلى أن (هرقل) كلفه أحد الملوك بتنظيف اسطبلاته في مقابل اعطائه عشر الحيوانات التي بها . فحول هرقل محرق أحد النهار على الاسطبلات فاكسحت مابها من قاذورات في يوم واحد . ولكن الملك نقض وعده . فثار هرقل وأعد جيشاً هاجم الملك وقتله واعتلى العرش بعده . وفرحاً بانتصاره نظم سباقاً في العدو بين أولاده الأربعة عام ١٢٥٣ ق. م بوادى أولمبيا . وقد توج الفائز بأكاليل الغار

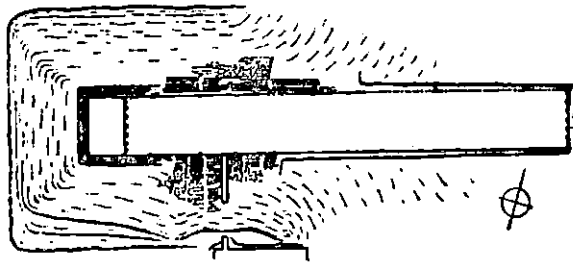
(أغصان نبات الزيتون البرى) كما قرر إقامة هذا السباق كل أربعة أعوام .
ولما كانت البطولة لقباً من ألقاب الشرف في الدولة تزهو بها العئلة
والعشيرة والدويلة فقد بدأت الولايات تتنافس فيما بينها في هذا المجال الرياضي ،
فنظمت الألعاب الأولمبية على شكل دورات كل أربعة سنوات (وهي
الفترة الزمنية لكل احتفالين متتاليين . إذ كانت هذه الفترة عند الاغريق
أساساً لا احتساب الزمن والسنين).

وقد كانت مدة الألعاب الأولمبية بمثابة هدنة دولية تتوقف خلالها
الحروب نظراً لكونها احتفالات شعبية دينية . وترجع بعض المراجع على
أن المسابقات الأولمبية كانت تقتصر على سباقاً واحداً لمسافة ٦٠٠ قدم من أقدم



شكل (٢) طريقة قياس مسافة السباق بواسطة كاهن أغريقى (استاد)

الكاهن (شكل ٣) بطول ساحة المنافسة الواقعة بين تلين متقابلين (شكل ٤)
ورويداً رويداً أدخلت سباقات أخرى حتى أصبح البرنامج الأولمبي
يتضمن عدة مسابقات في العدو والجرى والوثب والرمي بالإضافة إلى المسابقة
الخماسية .



شكل (٤) أول استاد في تاريخ الألعاب الأولمبية القديمة

وتعتبر أول دورة أولمبية أقيمت في العصور القديمة عام ٧٧٦ ق.م. توالى بعدها الدورات كل أربعة أعوام أيام الاغريق حتى عصر الامبراطورية المقدونية سنة ١٤٦ ق.م. اقيمت خلالها حوالى ٣٠٠ دورة رياضية . بعد ذلك أصبحت اليونان مقاطعة رومانية، وبالتبعية تضاءلت مزايا البطولات وتدهورت قيمة الرياضة عندما برز الاحتراف فى الرياضة، فذهبت عنها روح الهواية فتشوهت الفكرة الأولمبية. كما تحولت بعد ذلك إلى حرفة تجارية إلى أن أصدر الامبراطور الرومانى (تيودور ستوس) عام ٣٩٤ م بالغاءها نهائياً .

والجدير بالذكر أن ننوه على برنامج الألعاب الأولمبية القديمة لمدة أسبوع :

اليوم الاول : كان مخصصاً للاحتفالات الدينية تذبج خلاله القرابين تقريباً من الآله (زيوس) متبوعاً بمسيرة نسائية إلى زوجته (أليس) لمسافة ٣٠ كم حيث تترتل الأناشيد الجنائزية حول ضريح (أخيليس) بطل حرب طروادة بعد ذلك يقسم اللاعبون بأنهم احراراً وليسو عبيداً وأنهم من أصل اغريقى — كما تعلن شروط المسابقات .

اليوم الثانى : تقام سباقات فى العدو والجري لمسافة ٢٠٠ ياردة (أى ٦٠٠ قدم من أقدام الكاهن) بطول ساحة اللعب . وتطلق كلمة (إستادا) على هذه المسافة . ومن هنا سميت الملاعب بالاستاد الرياضى . كما كانت تقام أيضاً مسابقة العدو ذهاباً وإياباً داخل الاستاد وكذلك لمسافة ١٦ ، ٢٤ شوطاً (شكل ٥) .



شكل (٥) طريقة العدو عند الإغريق القدماء .

اليوم الثالث : وكان مخصصاً للخماسي (البتائلون) ويتكون من : الوثب الطويل + رمى الرمح + عدو ٢٠٠ ياردة + رمى القرص + المصارعة (شكل ٦) .



شكل (٦) بعض رسوم للمسابقة الخماسية قديماً .

اليوم الرابع : مباريات المصارعة والملاكمة .
اليوم الخامس : لسباقات الجرى والمصارعة بين الأولاد الناشئين .
اليوم السادس : لسباقات العجلات الحربية بين الجنود .
اليوم السابع : وهو اليوم الختامي للدورة الأولمبية والخاص بتتويج الفائزين .

إحياء الألعاب الأولمبية :

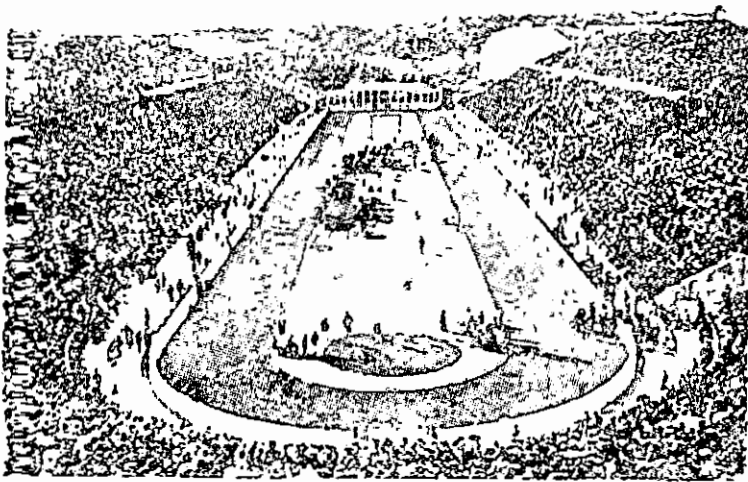
كان (جوتز موتر) رائد النهضة الرياضية في ألمانيا في أوائل القرن التاسع عشر أول من فكر في إحياء الألعاب الأولمبية القديمة لاجابته المتديد بالتاريخ الرياضي للاغريق (اليونان القدماء) فدعى إلى إحيائها ولكنه لم يجد آذاناً صاغية . وقد اقتضى أثره من بعده (أرنست كورتس) الألماني فتحمس الكثير لفكرته دون الوصول إلى نتيجة عملية إلى أن تبني هذا الموصوع بعد عامين (ايفانجيليس زاباس) اليوناني حيث تبرع بمبلغ أمكن به إقامة أول ألعاب هيلينية عامة بشوارع أثينا عام ١٨٥٩م نظراً لعدم وجود إستاند حاص

لهذا الغرض . وتضمن البرنامج نفس برنامج آخر دورة أقيمت قديماً عام ٣٩٤ ق.م. أقيمت بعد ذلك عدة دورات عام ١٨٧٠ - ١٨٧٥ - ١٨٨٨ - ١٨٨٩م اشترك في تنظيمها الألمان .

وعلى أثر هزيمة فرنسا أمام بروسيا (ألمانيا) في ذلك الوقت عام ١٨٧٠م فكر البارون الفرنسي (بير دى كوبرتان) في رفع الروح المعنوية بين الشباب عن أثر الهزيمة ، من خلال الأنشطة الرياضية فسعى لدى وزير المعارف الفرنسي وظفر بتأييده . ولما كان الألمان قد كشفوا عن تاريخ الألعاب الأولمبية القديمة فقد خطر للبارون الجمع بين النظم الرياضية الحديثة والنظم اليونانية القديمة في إنشاء دورات رياضية دولية لتوطيد الصداقة بين شباب الدول . فقد قام بالقاء المحاضرات والندوات وعقد المؤتمرات لتنفيذ فكرته حتى نظم في باريس عام ١٨٩٤م مؤتمر عام لهذا الغرض تقرر فيه إقامة مباريات رياضية كل أربعة أعوام على نظام الألعاب الأولمبية القديمة يشترك فيها شباب جميع دول العالم بصرف النظر عن اللغة والدين واللون وشعارها في المنافسة (الأقوى - الأسرع - الامهر) . كما تقرر إقامة أول دورة أولمبية حديثة عام ١٨٩٦م بمدينة أثينا باليونان اعترافاً لما كان لها من مجد عظيم في الماضي .

تكفل (أفيروف) اليوناني الذي كان يشتغل بالتجارة في الاسكندرية بإنشاء أول استاد حديث لإقامة الدورة الأولمبية الأولى بأثينا يتسع لنحو ٧٠ ألف متفرج . وقد جاء هذا الاستاد مثلاً رائعاً يجمع بين البساطة والفن (شكل ٧) .

ولقد تضمن برنامج الدورة الأولى المسابقات التالية للرجال :
١٠٠م - ٤٠٠م - ١٥٠٠م - ١١٠م حواجز - الماراثون لمسافة ٤٢,١٩٥ كم -



شكل (٧) أول إستاد أقيم عليه الألعاب الأولمبية الحديثة ١٨٩٦م بأثينا
 الوثب الطويل — الوثب العالى — الوثبة الثلاثية — القفز بالزانة — دفع
 الجلة — قذف القرص .

الدورات الأولمبية الحديثة :

- ١ — الأولى عام ١٨٩٦ بمدينة أثينا باليونان .
- ٢ — الثانية عام ١٩٠٠ بمدينة باريس بفرنسا .
- ٣ — الثالثة عام ١٩٠٤ بمدينة سانت لويس بأمريكا .
- ٤ — الرابعة عام ١٩٠٨ بمدينة لندن بإنجلترا .
- ٥ — الخامسة عام ١٩١٢ بمدينة استكهولم بالسويد .
- ٦ — لم تقام الدورة السادسة المقرر انعقادها عام ١٩١٦ بسبب نشوب الحرب العالمية الأولى فى ذلك الوقت .
- ٧ — السابعة عام ١٩٢٠ بمدينة انفرس ببلجيكا .
- ٨ — الثامنة عام ١٩٢٤ بمدينة باريس بفرنسا .
- ٩ — التاسعة عام ١٩٢٨ بمدينة امستردام بهولندا .

- ١٠ — العاشرة عام ١٩٣٢ بمدينة لوس انجلوس بأمريكا .
- ١١ — الحادية عشر عام ١٩٣٦ بمدينة برلين بألمانيا .
- ١٢ — لم تقام الدورة الثانية عشر المقرر انعقادها عام ١٩٤٠ بسبب الحرب العالمية الثانية .
- ١٣ — لم تقام الدورة الثالثة عشر المقرر انعقادها عام ١٩٤٤ بسبب الحرب العالمية الثانية .
- ١٤ — الرابعة عشر عام ١٩٤٨ بمدينة لندن بإنجلترا .
- ١٥ — الخامسة عشر عام ١٩٥٢ بمدينة هلسنكي بفنلندا .
- ١٦ — السادسة عشر عام ١٩٥٦ بمدينة ميلبورن بأستراليا .
- ١٧ — السابعة عشر عام ١٩٦٠ بمدينة روما بإيطاليا .
- ١٨ — الثامنة عشر عام ١٩٦٤ بمدينة طوكيو باليابان .
- ١٩ — التاسعة عشر عام ١٩٦٨ بمدينة المكسيك بالمكسيك .
- ٢٠ — العشرون عام ١٩٧٢ بمدينة ميونخ بألمانيا الاتحادية .
- ٢١ — الواحدة والعشرون عام ١٩٧٦ بمدينة مونتريال بكندا .
- ٢٢ — الثانية والعشرون عام ١٩٨٠ بمدينة موسكو بالاتحاد السوفيتي .

اشترك المرأة في الألعاب الأولمبية :

كان محرمًا على النساء الاشتراك في الدورات الأولمبية القديمة أو حتى مجرد الحضور لمشاهدتها — إذ كان الاشتراك في الألعاب مقصوراً على الرجال فقط نظراً لتنافسهم وهم مجردون من ملابسهم تماماً .

ومما ذكر من تفاصيل عن أول دورة أولمبية قديمة عام ٧٧٦ ق.م. أن أربعة وعشرون فتاة كن يقمن بترتيل الأناشيد الدينية تقريباً للالهة

زيوس رب الألعاب الأولمبية . ولقد اشتركت الفتيات الاغريقيات في ألعاب خاصة بهم فقط تضمنت الجرى لمسافة ٥٠٠ قدم أى ١٦٠ م .

وقد حدث في أحد الدورات القديمة أن أم أحد الأبطال اصرت عى مشاهدة ابنها وهو يتنافس ، فتنكرت في زي الرجال ودخلت الوادى الأولمبي واتخذت مكاناً لها بين المشاهدين . وما أن انتهت المباراة بفوز ابنها حتى نسيت نفسها فاندفعت نحوه تعانقه فانكشف الغطاء من على رأسها فاعتبرها الكاهن أنها قد خرجت عن القواعد والقوانين الأولمبية المقدسة وقدمت للمحاكمة بعد أن انقلها المنظمون من أيدي الجمهور .

وقد قامت المرأة بمجهودات جبارة لامكان اشتراكها في الأعياد الأولمبية الحديثة حتى أقر المؤتمر الرياضى المتعقد خلال الدورة الأولمبية بباريس عام ١٩٢٤م السماح باشتراك المرأة في مسابقات ألعاب القوى في الدورة التالية لها عام ١٩٢٨م بامستردام . وكان البرنامج يتضمن : ١٠٠م - ٨٠٠م - ٤ × ١٠٠م - الوثب العالى - قذف القرص . أضيفت بعد ذلك عدة مسابقات في كل دورة حتى أصبحت بالصورة التى نراها الآن .

تطور مسابقات الميدان والمضمار :

تطورت مسابقات ألعاب القوى على اختلاف أنواعها قديماً وحديثاً من ناحية طريقة الأداء ومن حيث الأداة المستخدمة . وهنا سنتناول هذا التطور التاريخى لكل مسابقة على حدة .

١ - سباقات المشى الرياضى

ظهر المشى لمسافات طويلة في الحروب والغزوات وكذلك في الهجرات الجماعية كأساس للانتقال من مكان لآخر أو من بلد إلى بلد أخرى .

ولم تكن هناك سباقات للمشى معروفة فى التاريخ القديم حتى أن برنامج الألعاب الأولمبية القديمة خلى من هذه السباقات . ولكنها أدخلت فى الألعاب الأولمبية الحديثة عام ١٩٠٨ فى الدورة الرابعة بلندن حيث أقيم سباقين ؛ الأول لمسافة ٢٥٠٠ م والثانى لمسافة ١٠ ميل أما فى الدورة الخامسة باستكهولم عام ١٩١٢ أدخل سباق ٣٠٠٠ م بالإضافة إلى سباق ١٠ كم . ولم يقام أى سباق للمشى فى الدورة التاسعة بامستردام عام ١٩٢٨ . وفى الدورة العاشرة ببلوس انجىلوس عام ١٩٣٢ اضيف سباق ٥٠ كم مشى للبرنامج الاولمبي ، واستمر الحال كذلك حتى اضيف أيضاً سباقاً لمسافة ١٠ كم لبرنامج الدورة الرابعة عشر بلندن عام ١٩٤٨ . ولكن فى الدورة السادسة عشر بمليورن عام ١٩٥٦ استبدل سباق ١٠ كم بسباق لمسافة ٢٠ كم . وقد استقر البرنامج الاولمبي على سباقين فقط مسافة كل منهما ٢٠ ، ٥٠ كم .

٢ - سباقات المسافات القصيرة

كان العدو قديماً من أهم السباقات التى تجرى فى الأعياد الأولمبية القديمة وتشغل بال الكثيرين سواء من المتسابقين أو المتفرجين أو المثاليين (شكل ٨) .



شكل (٨) أسلوب العدو قديماً

ويرجع ظهور مسابقات العدو إلى (هرقل) الذى أنشأ أول سباق فى التاريخ بين اخوته الأربعة لمسافة ٦٠٠ قدماً من أقدامه . وظل برنامج الأعياد الأولمبية القديمة لمدة ١٣ دورة متتالية مقتصرأ على هذا السباق بطول الاستاد ولمسافة ٢٠٠ ياردة تقريباً .

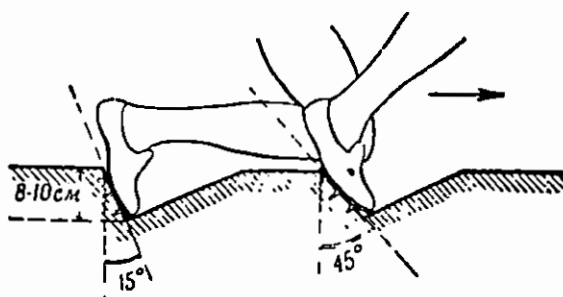
ولقد اشتركت النساء فى بعض مسابقات ألعاب القوى ومن أهمها سباق العدو لمسافة ١٦٠ متراً إذ كن يجريين بقميص أبيض طويل وشعور مسترسة وكانت الفائزة تتوج بتاج محلى بالزهور .

وكانت تتم عملية بدء السباقات عند الاغريق القدماء بالاصطفاف خلف خط محفور فى الأرض عند بداية المضمار . تطورت هذه الطريقة بعد ذلك إلى وضع أعمدة عند خط البداية يقف بجوار كل عمود متسابق . وفى القرن الثالث قبل الميلاد كانت طريقة البداية تقتضى بأن يقف المتسابقون خلف جبل يرتفع إلى مستوى الوسط يتم اسقاطه على الأرض إيداناً بانطلاق المتسابقون .

وقد استمرت عملية البدء العالى مدة طويلة حتى عام ١٨٨٨ ميلادية - بعدها استخدم العداء الأمريكى (شارلز) طريقة البدء المنخفض مستعيناً بحفرتين لارتكاز القدمين (شكل ٩) وفى عام ١٩٢٧ اخترعت مكعبات البداية المستعملة الآن بواسطة شخص ألماني ، انتشرت بعد ذلك عام ١٩٤٠ ومن فوائدها :

١ - أنها لا تترك أثراً على الأرض بعد رفعها بخلاف الحفر التى تتلف الأرض .

٢ - كما أنها لا تضيق وقتاً عند نصبها بعكس الحفر التى تستغرق وقتاً طويلاً عند الحفر .



شكل (٩) طريقة البداية باستخدام الحفر

٣ - لها جدار ثابت يعطى للمتسابقين دفعاً قوياً بعكس الحفر التي قد تنهار أثناء الدفع

٣ - سباقات التتابع

ظهر هذا النوع من السباقات في الدورات الأولمبية القديمة إذ كان المتسابق يحمل أثناء جريه مشعلاً يحرص على عدم اطفائه حتى نهاية السباق لأنه كان يقام ليلاً رابع أيام الدورة - حيث كان يقوم المتسابق الأول في الترتيب بتسليم الشعلة إلى من يليه .. وهكذا حتى تصل الشعلة إلى نهاية السباق .

كما ظهر هذا النوع من السباقات قديماً عند العرب إذ كانت وسيلة انتقال الرسائل من مكان إلى آخر عن طريق فرسان يحملونها على ظهور خيولهم لتسليمها في النهاية إلى أصحابها . ولما كانت هذه العملية تستغرق وقتاً طويلاً خصوصاً أثناء الحروب ، فقد عدلوا فيها حتى عملوا مناطق متعددة على طول الطريق تتم فيها عملية تسليم وتسلم الرسائل وكذلك لتغير الخيول والفرسان . وقد كانت الرسائل في ذلك الوقت مطوية تشبه إلى حد كبير عصا التتابع المستعملة الآن .

ولقد أدخلت سباقات التتابع إلى برنامج الألعاب الأولمبية الحديثة في الدورة الرابعة بنندن عام ١٩٠٨ م حيث كانت تؤدي بأن يجري كل لاعب

من المتسابقين الأربعة المسافات الآتية بنفس الترتيب (٢٠٠-٢٠٠-٤٠٠-٨٠٠ م أما في الدورة الخامسة باستكهولم عام ١٩١٢ تغيرت وأصبحت على النحر الذى نراه عليه الآن ؛ ٤×١٠٠ م ، ٤×٤٠٠ م . وفي الدورة العاشرة بلوس أنجلوس عام ١٩٣٢ م أدخل سباق ٤×١٠٠ م لبرنامج السيدات - واستمر الحال على ذلك حتى أضيف سباق ٤×٤٠٠ م للسيدات أيضاً .

٤ - سباقات الحواجز

لم تكن سباقات الحواجز معروفة قديماً ولكنها ظهرت في إنجلترا حديثاً حيث كانت تؤدي لمسافة ١٢٠ ياردة يتخللها ١٠ حواجز فقط توضع بعرض الحارات . تطور بعد ذلك شكل الحواجز حتى أصبحت منفصلة بحيث ترص في حارة كل متسابق ١٠ حواجز مستقلة عن باقي الحارات .

ولقد أدخل سباق ١١٠ م حواجز ضمن برنامج الدورة الأولى بأثينا عام ١٨٩٦ م أما في دورة باريس عام ١٩٠٠ م اضيف سباق ٢٠٠ م و ٤٠٠ م حواجز ولقد ألغى سباق ٢٠٠ م حواجز من دورة لندن عام ١٩٠٨ م وكذلك سباق ٤٠٠ م حواجز من دورة استكهولم عام ١٩١٢ . ولكن في دورة انتورب عام ١٩٢٠ أصبحت سباقات الحواجز قاصرة على مسافتي ١١٠ م ، ٤٠٠ م فقط . والجدير بالذكر أن سباق ١١٠ م حواجز يدخل ضمن برنامج المسابقة العشارية للرجال كما أدخل سباق ٨٠ م حواجز للسيدات ضمن برنامج الدورة العاشرة بلوس أنجلوس عام ١٩٣٢ وقد أدخل أيضاً ضمن برنامج المسابقة الخماسية للسيدات (في دورة طوكيو عام ١٩٦٤ م) . أما في دورة ميونخ عام ١٩٧٢ فقد استبدل سباق ٨٠ م حواجز بسباق ١٠٠ م حواجز وأصبحت لمسافة أيضاً في المسابقة الخماسية للسيدات هي ١٠٠ م حواجز . وأضيف سباق ٤٠٠ م حواجز للسيدات أخيراً للبرنامج الأولمبي .

٥ - سباق ٣٠٠٠م موانع

ظهرت سباقات الموانع قديماً في إنجلترا حيث كان النبلاء والأغنياء يخرجون على شكل جماعات لمطاردة الثعالب على ظهور خيولهم لمسافات طويلة ، متخطين القنوات ومجتازين الموانع التي تقع في طريقهم بحثاً عن الثعالب لاصطيادها - إذ كانت هذه المطاردة في ذلك الوقت نوعاً من الرياضة للأغنياء والميسورين .

تطور بعد ذلك هذا النوع من المنافسة حتى أصبح شائعاً بين الرياضيين ولكن بدون استخدام الخيول والثعالب ، إذ كانوا يجرون لمسافات مختلفة الأطوال يعبرون خلالها الموانع الطبيعية والقنوات المائية التي تعترض طريقهم .

انتقلت هذه السباقات إلى مضمار الجري أخيراً وأدخلت ضمن برنامج الألعاب الأولمبية الحديثة في الدورة الثانية بباريس عام ١٩٠٠ لمسافة ٢٥٠٠م و ٤٠٠٠م . أما في الدورة الثالثة بسانت لويس عام ١٩٠٤ فقد كانت لمسافة ٢٥٠٠م فقط . ولكن المسافة تغيرت حتى أصبحت لمسافة ٢٣٠٠م في دورة لندن عام ١٩٠٨ - ثم ألغيت في دورة استكهولم عام ١٩١٢ ثم عادت للظهور في دورة انتورب عام ١٩٢٠ لمسافة ٣٠٠٠م واستمر الحال على ذلك حتى يومنا هذا .

٦ - سباقات اختراق الضاحية

لم تكن سباقات اختراق الضاحية معروفة أيام الاغريق ولكنها عرفت في وسط أوروبا إبان القرن الثامن عشر . ولقد أدخلت ضمن برنامج الألعاب الأولمبية الحديثة في الدورة الثانية بباريس عام ١٩٠٠م حيث كانت لمسافة ٥ كيلو تؤدي بين الفرق . وفي دورة سانت لويس عام ١٩٠٤ كانت لمسافة ٤ ميل للفرق . وفي دورة لندن عام ١٩٠٨ كانت لمسافة ٣ ميل للفرق ، أما في

دورة استكهولم عام ١٩١٢ فقد كانت لمسافة ٣ كيلومتر الفرق ، ٨ كيلومتر الفرق ، ٨ كيلومتر الفرق . ولكن في دورة آنتورب عام ١٩٢٠ ودورة باريس عام ١٩٢٤ كانت سباقاتها لمسافة ٣ كيلومتر ، ١٠ كيلومتر ، ١٠ كيلومتر فردي ألغيت بعد ذلك من الدورات الأولمبية حتى يومنا هذا .

٧ - قصة سباق الماراتون

في عام ٤٩٠ ق.م. أرسل ملك الفرس (داريوس) القائد (هيبياس) وهو أحد طغاة أثينا السابقين على رأس جيش ليحتل أثينا فنزل هيبياس بجيشه إلى (ماراثون) وهو سهل يبعد عن أثينا زهاء ٢٦ ميلا ، ليتقدم من هناك إلى أثينا لاحتلالها .

فارسل الأثينيون (فيديبديس) أحد الأبطال الأولمبيين السابقين كرسو حتى يتمكنوا من الحصول على نجدة من سبارطة ، فجرى البطل وعبر الأنهر وتسلق الجبال حتى وصل إلى سبارطة . فانتفض أهلها لنجدة الاثينيين ثم عاد بعد ذلك إلى أثينا ليتنظم في خدمة الجيش اليوناني .

صمم جيش الفرس على احتلال أثينا خلسة عن طريق البحر فتقدم الاثينيون بقوات كبيرة شطر الجبل فقطعوا خط الرجعة على جيش الفرس بعد أن قضوا على ٢٠ ألف مقاتل في سهل ماراثون ، وهنا كلف جيش أثينا المنتصر بطولهم (فيديبديس) لبشر أهالي أثينا بالانتصار فجرى البطل مسافة ٢٦ ميلا باقصى سرعة حتى وصل إلى أثينا وهو يلهث قائلا (افرحوا لقد انتصرنا) ثم سقط جثة هامدة .

أما فكرة ضم هذا السباق إلى برنامج الأعياد الأولمبية الحديثة عام ١٨٩٦ م يرجع إلى العرض الذي قدمه ميشيل بريال أحد مندوبي فرنسا في

مؤتمر سنة ١٨٩٤ لإحياء الأعياد الأولمبية القديمة إلى البارون كوبرتان
محي الأعياد الأولمبية الحديثة معلنا إهدائه درعاً لهذا السباق تخليداً للعمل البطولي
الذى قام به البطل الأولمبي القديم (فيديبديس) . ومنذ ذلك الوقت حتى
حتى الآن يقام سباق الماراثون وطوله ٤٢,١٩٥ كم فى الألعاب الأولمبية .

٨ - مسابقة الوثب الطويل

ظهر هذا النوع من الرياضة عند الاغريق (اليونان القدماء) عندما
كانوا فى حاجة إلى عبور الترع والخنادق التى تعترض طريق تقدمهم أثناء
الحروب والغزوات . لم تكن مسابقة الوثب الطويل مستقلة بذاتها أول الأمر فى
برنامج الأعياد الأولمبية القديمة ، بل كانت ضمن برنامج المسابقة الخماسية للرجال
إذ كانت تجرى من الثبات ثم أصبحت من الجرى (الاقتراب) وذلك فى
القرن السادس قبل الميلاد . وقد كان مكان الارتقاء محددًا بحربة أو عمود
ملقى على الأرض قبل حفرة الرمل (بمناطة خط) وأحياناً كان يوضع عمود
مثبت فى الأرض على أحد جانبي الحفرة (على أن تبدأ عملية الارتقاء عندهما
تصل إحدى قدمي اللاعب على امتداد العمود) .

كان يحمل المتسابق فى كلتا يديه قبل الارتقاء أثقالاً من الحجارة يتراوح
وزنها بين ١.٤٨ - ٤,٦٤٩ كج بغرض تقوية مرجحة الذراعين أثناء الارتقاء
ولعدم فقدان اتزان الجسم فى الهواء وأثناء عملية الهبوط . ويسمح للمتسابق
بقذف الأحجار خلفه. بعد ارتقاؤه مباشرة حتى يخف وزنه .

ومن الطريف أن مسابقة الوثب الطويل بالذات أيام الاغريق كانت
تقدم أثناء عزف الموسيقى (لم يعرف حتى الآن سبب ذلك) . (شكل ١٠) .



شكل (١٠) أسلوب الوثب الطويل قديماً

كانت مسابقة الوثب الطويل ضمن برنامج الألعاب الأولمبية الحديثة الأولى بأثينا عام ١٨٩٦ م . كما أن هذه المسابقة للرجال والسيدات تدخل ضمن برنامج المسابقة الخماسية للسيدات والعشارى للرجال .

٩ - الوثبة الثلاثية

قيل أن مسابقة الوثبة الثلاثية أول مانشأت أيام الاغريق . ولكن بتحليل نتائج اللاعبين في هذه المسابقة وجد أن الرقم المسجل آن ذاك كان ١٥ م . وهذا مستحيل !... إذا كان الحكام يجمعون مسافة المحاولات الثلاثة المسموح بها لكل لاعب في الوثب الطويل . ومن المرجح أن الوثبة الثلاثية نشأت في اسكتلندا وانجلترا في أعيادهم الخاصة نظراً لاهتمامهم الشديد بالحجل والوثب واجمع بينهما في رقصاتهم وألعابهم ومنافساتهم .

أدخلت الوثبة الثلاثية كمسابقة في الدورة الأولمبية الأولى بأثينا عام ١٨٩٦ - ولم ينص القانون على طريقة الأداء - فقد أديت بالنسبة للفائزين الثلاثة الأوائل على النحو التالى :

الأول : حجلة + حجلة + وثبة .

الثاني : حجلة + خطوة + وثبة .

الثالث : خطوة + خطوة + وثبة .

حدد القانون بعد ذلك طريقة الأداء كالاتى : حجلة + خطوة + وثبة .

ويرجع الفضل فى التقدم الرقمى فى الوثبة الثلاثية إلى اليابانيين فى الثلاثينيات وابراريلين ثم البولنديين فالسوفيت فى الخمسينات .

١٠ - مسابقة الوثب العالى

إذا كان لابد لنا من تتبع التطور المهارى لمسابقة الوثب العالى . فالجدير بالذكر أن أول طريقة أستخدمت فى القرن التاسع عشر هى (الطريقة المقصية) . وفى هذه الطريقة يتم الارتقاء بالقدم البعيدة عن العارضة على أن يتخذ اللاعب رضع الجلوس خلال العبور .

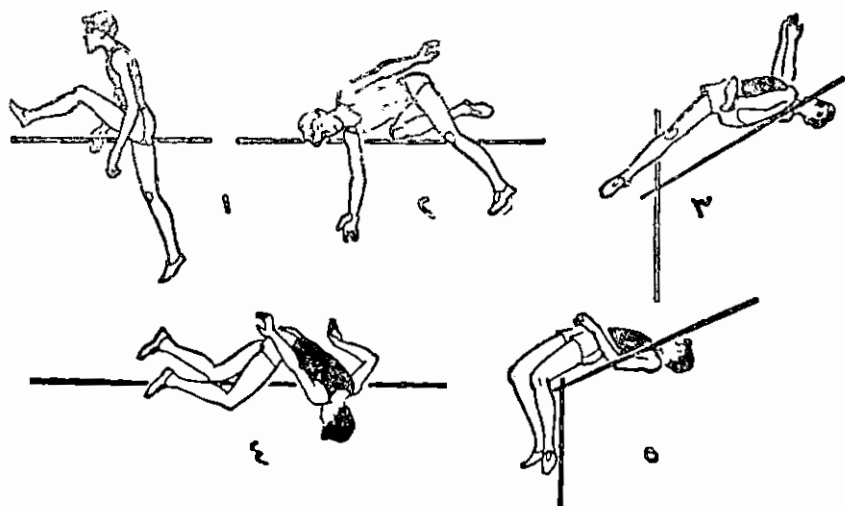
وفى عام ١٨٩٥م أستعمل متسابق أمريكى (الطريقة الشرقية) وهى شبيهة إلى حد ما من الطريقة المقصية مع إختلاف فى زاوية الإقتراب (وهى عمودية على العارضة) ، وطريقة إجتيازها بخفض الجرع للهبوط على نفس قدم الارتقاء .

وقد أستمر الوثب بالطريقة الشرقية فترة طويلة إلى أن تمكن أحد اللاعبين الأمريكان عام ١٩١٢ من تعدية العارضة وهو فى وضع الرقود على جانبه للهبوط على نفس القدم ، سميت بعد ذلك (بالطريقة الغربية) .

وفى عام ١٩٣٦ طور أحد اللاعبين الأمريكان الطريقة الغربية عن طريق إجتياز العارضة وهو مواجهها لها للهبوط على قدم الرجل الحرة ، سميت (بالطريقة السرجية) لوجه الشبه بينها وبين طريقة ركوب الفارس على السرج .

ومنذ عام ١٩٥٠ طور العلماء السوفييت والأمريكان هذه الطريقة وخاصة الأقتراب والإرتقاء حتى أن رقم العالم تحطم عدة مرات حتى وصل إلى ٢٨,٢٨ م.

وفي الدورة الأولمبية بالمكسيك عام ١٩٦٨ حصل اللاعب الأمريكي (فوس بيري) على المركز الأول مستخدماً (طريقة التقوس) حيث يجتاز اللاعب العارضة بظهره للهبوط على الكتفين . ومنذ ذلك الوقت إنتشرت هذه الطريقة بشكل سريع حتى أن ٧٠٪ من لاعبي العالم من الرجال والسيدات يستخدمون هذه الطريقة لسهولة لها — كما بطل إستعمال الطريقة : المقصية — الشرقية — الغربية نهائياً في البطولات وبالتالي عند تعليم النشء وبقي إستعمال الطريقة : السرجية — التقوس (شكل ١١) .



شكل (١١) تطور طرق أداء تعدية العارضة (المقصية — الغربية — الشرقية — السرجية — التقوس)

عملية القفز بالعصا الزان كانت مستخدمة قديماً في الحروب والغزوات لعبور القنوات أو الخنادق أى أن طريقة القفز كانت للأمام لإجتياز المسافات وليس بغرض تخطى الارتفاعات .

ولكنها ظهرت كمنافسة في إنجلترا وإسكتلندا وخاصة في اعياد الحصاد بين الفلاحين المزارعين - حيث كانت الأداة المستعملة في القفز لتخطى العارضة هي (المذراة) على أن يتم هبوط المتسابق على أكوام القش . إستبدلت (الشوكة) المثبتة في نهاية عصا (المذراة) بسن من الحديد بغرسه في الأرض قبل عملية القفز وذلك عام ١٨٦٦ م . بعد ذلك إستخدم صندوق خشبي مثبت في الأرض أمام قائمى القفز فبطل إستخدام السن الحديدى المثبت في نهاية عصا القفز . ولقد طور اللاعب الفرنسى (فرناندو جوندرو) طريقة القفز التى كانت شائعة بين فلاحى إنجلترا وهى طريقة القرفصاء إلى طريقة مبتكرة يكون فيها اللاعب فى وضع موازى للعارضة مثل العلم على الصارى - وبذلك تمكن من تخطى العارضة على إرتفاع ٣,٧٤ م . وفى عام ١٩٠٨ إستخدم اللاعب الأمريكى (البرت) عصا من (بوصى البامبو) ، ومنذ ذلك التاريخ أصبح للاعبين الأمريكان الفضل فى تطور طريقة القفز وتطور صناعة الزانة وتذكر على سبيل المثال اللاعب (ورمردام) الذى تمكن خلال المدة من عام ١٩٣٩ حتى عام ١٩٤٣ . من تحطيم الرقم العالمى العديد من المرات .

تمكن السريديون من تصنيع الزانات المعدنية (من خامة الألمنيوم) عام ١٩٤٨ وبطل إستعمالها بعد دورة روما الأولمبية عام ١٩٦٠ نتيجة لإستخدام الزانة الفبر أو المصنعة من الألياف الزجاجية .

ويرجع الفضل في التقدم بالمستوى الرقى العالمى إلى تطور صاعة الزانات وبالتالي تطور طريقة الأداء الفنية فى القفز .

١٢ - مسابقة دفع الجلة

لم تكن مسابقة دفع الجلة مدرجة ضمن برنامج الالعاب الاولمبية القديمة ، وإنما أدخلت فى الدورة الاولى للاعياد الاولمبية الحديثة باثينا عام ١٨٩٦ م .

ويرجع الفضل الأول فى ظهور مسابقة دفع الجلة إلى الانجليز أنفسهم حيث كانوا يستعملون قديماً مدافع ثقيلة توضع على دوائر مد كوكبة قطرها سبعة أقدام . وكانت هذه المدافع تدفع قذائف كروية الشكل من الحديد زنة الواحدة ١٦ رطلا . وبمرور الوقت تطور شكل المدافع فبطل استعمالها ، وبعد ازالتها من أماكنها بقيت الدوائر وكذلك القذائف فتسابق الشباب على دفع هذه الكرات الحديدية من داخل تلك الدوائر بهدف قياس مقدار قوتهم بالنسبة لقوة المدافع .

ولقد مرت مسابقة دفع الجلة بمراحل عدة خلال الالعاب الاولمبية الحديثة ، فبعد أن كانت مسابقة دفع الجلة مستقلة بذاتها فى الدورة الاولمبية الاولى باثينا عام ١٨٩٦ فقد اضيفت الى برنامج المسابقة العشارية فى الدورة الثالثة بسانت لويس عام ١٩٠٤ م . وفى الدورة الرابعة بلندن عام ١٩٠٨ م الغيت المسابقة العشارية ولكن بقيت مسابقة دفع الجلة مسابقة مستقلة بذاتها أما فى الدورة الخامسة باستكهولم عام ١٩١٢ م اضيفت مسابقة أخرى من نفس النوع وهى دفع الجلة باليد اليمنى ثم باليسرى على أن تجمع المسافتان إلى بعضهما لتحديد الفائز . كما عادت المسابقة العشارية التى تحتوى على دفع الجلة بيد واحدة . ومنذ الدورة السابعة بانتورب عام ١٩٢٠ م استمرت

مسابقة دفع الجلة كمسابقة مستقلة بذاتها الى جانب كونها ضمن برنامج المسابقة العشارية والخماسية للسيدات عام ١٩٦٤ . أما من حيث تطور طريقة الأداء الفنية ، فقد كانت الجلة تدفع أولاً من الثبات ثم بعد ذلك من الحركة الجانبية بفضل الالمان والفنلنديون ، وأخيراً طورها اللاعب الامريكى (اوبراين) ابتداء من عام ١٩٥٢ حتى أصبحت تدفع بطريقة الزحف للخلف ولكن الروس تمكنوا من دفع الجلة من الدوران مؤخراً .

١٣ - مسابقة قذف القرص

تعتبر مسابقة قذف القرص من المسابقات القديمة المدرجة ضمن برنامج الألعاب الأولمبية القديمة أيام الاغريق كمسابقة مستقلة بذاتها فضلاً عن كونها ضمن برنامج المسابقة الخماسية .

وقد كان القرص قديماً عبارة عن ثقل مسطح من الحجر ، ولكنه تطور بعد ذلك فى القرن الخامس والسادس قبل الميلاد وأصبح من البرنز . وقد اختلفت الاقراص من حيث الشكل والوزن من عصر الى عصر ومن دولة الى أخرى لعدم وجود موازين ثابتة لدى الاغريق القدماء ، ولكن وزن القرص بصفة عامة كان يتراوح بين ١,٣٥ - ٤,٧٥ كيلو جرام بالنسبة لاحجام وأوزان المتسابقين .

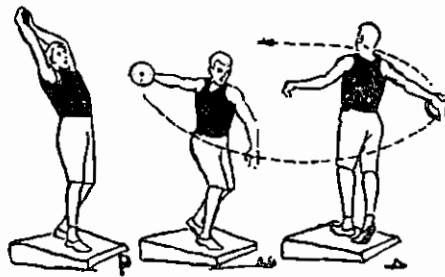
أما طريقة قذف القرص آن ذاك فكانت للامام أى من الثبات أو من مكان مرتفع عن سطح الارض ، إذ كان المتسابق يقف وقدمه اليسرى للامام (شكل ١٢) . هذه القاعدة كانت مائلة لأعلى وبارتفاع ٦ سم أما طريقة الرمى فكان يطلق عليها الطريقة الهيلينية (أو الحرة) .

ولقد أدخلت مسابقة قذف القرص ضمن برنامج الاعياد الاولمبية الحديثة فى دورة أثينا عام ١٨٩٦ م كمسابقة مستقلة إذ كانت الطريقة



شكل (١٢) أسلوب رمى القرص قديماً .

المستخدمة هي الطريقة اليونانية القديمة التي كان يطلق عليها اسم الطريقة الهيلينية (شكل ١٣) . وفي الدورة الثالثة بسانت لويس عام ١٩٠٤ م لم تدرج مسابقة قذف القرص ضمن برنامج المسابقة العشارية واستبدلت بمسابقة رمى



شكل (١٣) الطريقة الهيلينية في قذف القرص (الحرّة)

الثقل . ولكن في الدورة الرابعة بلندن عام ١٩٠٨ أصبح للقرص مسابقتين مستقلتين عن بعضهما كل واحدة تختلف طريقة أدائها عن الأخرى ، فأدّولى كانت ترمى بالطريقة الحرّة والثانية بالطريقة اليونانية القديمة . أما في الدورة الخامسة باستكهولم عام ١٩١٢ فقد أقيمت مسابقتين لقذف القرص ، الأولى ترمى بالطريقة الحرّة والثانية فقد كان المتسابق يرمى القرص مرة باليد اليمنى ومرة باليسرى على أن تجمع المسافتين لبعضهما لتحديد الفائز ، فضلا عن كونها إحدى مسابقات المسابقة الخفاسية والعشارية للرجل .

وفي الدورة السابعة والثامنة عامي ١٩٢٠، ١٩٢٤م أصبحت مسابقة قذف القرص مسابقة مستقلة بذاتها ترمى بيد واحدة وكذا ضمن برنامج المسابقة الخماسية والعشارية . ولكن المسابقة الخماسية ألغيت في الدورة التاسعة بامستردام عام ١٩٢٨ م .

أما من ناحية تطور طريقة الأداء الفنية خلال الألعاب الأولمبية الحديثة فالسويديون أول من رموا القرص من الدوران المحوري عام ١٩١٠ م من داخل دائرة قطرها ٢,٥٠ م — كانت أول الأمر من الحشائش ثم أصبحت من اللحم المدكوك عام ١٩٢٤م وبعد ١٩٤٨ م أصبح الرمي من دائرة مدكوكة بالاسمنت المسلح . وابتداء من عام ١٩٢٤ م كان رمي القرص من الدوران دورة ونصف ثم أصبحت دورة و $\frac{3}{4}$ عام ١٩٤٨ م .

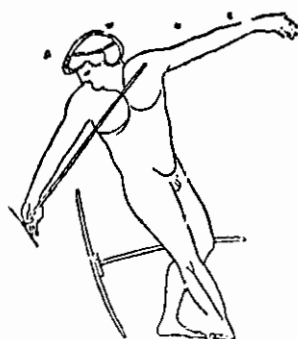
١٤ — مسابقة رمي الرمح

استعمل الإنسان الأول الحربة كسلاح لصيد الحيوانات وللدفاع عن النفس إذ كانت الحراب في ذلك الوقت مصنوعة من فروع الاشجار المستقيمة والمدببة من الأمام .

أما في العصر الحجري الأول والثاني فقد أضيف إلى الحربة الخشبية سن مدبب من الحجارة الصلبة حتى تكون أكثر تأثيراً .

ولقد ظهرت مسابقة رمي الحراب ضمن برنامج الاعياد الأولمبية القديمة حيث كانت تؤدى عملية الرمي من فوق ظهور الخيل لأصابة هدف معين ، بعد ذلك أصبحت عملية الرمي تتم من منطقة عالية بطول مسافة الاقتراب لإصابة كرة موضوعة على عمود خشبي .. ولكن في القرن الرابع قبل الميلاد أصبحت مسابقة رمي الرمح ضمن برنامج المسابقة الخماسية وليست كمسابقة

مستقله بذاتها ، إذ كان يقتضى من اللاعب رمى الرمح داخل دائرة مرسومة على الأرض ، أى أن عملية الرمي كانت للدقة والنشان (شكل ١٤)



شكل (١٤) طريقة رمى الرمح قديماً

تطور بعد ذلك شكل الرمح حتى أصبح مصنوع من الخشب مثبت في نهايته سن معدنى مدبب ، كما كانت طريقة الرمي تؤدي بواسطة شريط من الجلد يلف حول منتصفه يتدلى عند نهايته عروة يدخل المتسابق إصبعيه السبابة والوسطى أو السبابة فقط لكي يساعده على رمي الرمح بقوة مصحوب بدوران محوري للمحافظة على إتزانه في الهواء — وبمرور الزمن أصبح هذا الشريط من الحبال ملفوف حول منتصفه وبمثبتة مقبض له .

ولقد عرف المصريون القدماء رمي الحراب في الصيد وفي الحروب والغزوات كما عرفه العرب أيضاً قبل الاسلام .

ومن الآيات القرآنية التي خصت بالذكر أهمية الارماح :

«يا أيها الذين آمنوا ليبلونكم الله بشيء من الصيد تناله أيديكم ورماحكم»

ومن الاحاديث النبوية :

«إن الله يؤيد بها وبرماح القن الدين ويمكن للمسلمين في البلاد»

وعن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال :
«ألا إن القوة في الرمي»، «من تعلم الرمي ثم تركه فليس منا» ، «حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرمي .» .
وإذا عدنا إلى الأعياد الأولمبية الحديثة ، فإننا نجد أن مسابقة رمي الرمح كانت ضمن برنامج الدورة الرابعة بلندن عام ١٩٠٨ م في صورة مسابقتين مستقلتين عن بعضهما :

الأولى كانت بالطريقة الحرة والثانية بالطريقة اليونانية القديمة — وتمتضى الطريقة الحرة من اللاعب مسك الرمح بأحد أصابع اليد من طرفه السفلى لقفذه أبعد مسافة ممكنة ويرجع ظهور هذه الطريقة الى السويديين . أما الطريقة اليونانية القديمة فكانت بمسك الرمح من منتصفه ورميه من الثبات أو من الجرى .

وفي الدورة الخامسة باستكهولم عام ١٩١٢ أقيمت مسابقتين لرمي الرمح ، كانت الأولى بالطريقة الحرة السالفة الذكر والثانية برمي الرمح مرة باليد اليمنى والأخرى باليد اليسرى على أن تجمع المسابقتين لتحديد الفائز .
(هذه الطريقة ابتكرها الاسكتلنديون) . كما كانت مسابقة رمي الرمح ضمن برنامج المسابقة الخامسة والعشارية وذلك في عام ١٩١٢ ، ١٩٢٠ ولكن في الدورة التاسعة بهولندا عام ١٩٢٨ ألغيت المسابقة الخامسة وبقيت العشارية ، كما ألغيت كذلك طريقة الرمي باليدين منذ عام ١٩٢٠ .

أما من ناحية تطور طريقة الأداء الفنية فيرجع الفضل الى السويديين والفنلنديين الذين برزوا في صنع الأرماع من المعدن بالاضافة إلى الطريقة الفنية في الرمي بعد ذلك ظهر النرويجيون عام ١٩٥٦ . والجدير بالذكر أن

الدول الاسكندنافية برزت بصفة خاصة فى هذه المسابقة لأنهم يعتمدون على الأرماع فى صيد الاسماك وفى عام ١٩٥٦ تمكن أحد اللاعبين الأسان (لويس ايرسكوبنى) من رمى الرمح مسافة ٩٧,٥٤ م بطريقة الدوران المحورى بالرغم من أن رقم العالم فى ذلك الوقت كان ٨٥,٧١ م إلا أن هذه الطريقة وهذا الرقم لم يقره الاتحاد الدولى لألعاب القوى لمخالفة طريقة الأداء لقانون المسابقة .

١٥ - مسابقة إطاحة المطرقة

ظهرت مسابقة رمى المطرقة فى القرن الثامن عشر باسكتلندا وانجلترا بين الحدادين وعمال المناجم مستخدمين فى ذلك مطارقهم العادية التى تتكون من ذراع من الخشب وفى نهايته رأس ثقيلة من الصلب تزن ١٦ رطل انجليزى . وقد كان العمال يقومون بتنظيم مافسات فيما بينهم خارج ساعات العمل وفى أوقات فراغهم وكذلك فى أعيادهم القومية .

تطورت على مر السنين شكل الأداة وكذلك طريقة رميها حتى أصبحت بالشكل الذى نراه الآن . فبعد أن كانت ترمى من الثبات أصبحت ترمى من الدوران المحورى على القدمين . ويرجع الفضل فى تطوير طريقة الأداء إلى اللاعبين الايرلنديين والأمريكان وأخيراً لللمان والروس .

أدخلت مسابقة إطاحة المطرقة ضمن برنامج الأعياد الأولمبية بباريس عام ١٩٠٠ ، وإستمر الحال على ذلك حتى يومنا هذا — كما أدخلت ضمن المسابقة العشارية فى دورة سانت لويس عام ١٩٠٤ فقط ثم ألغيت بعد تلك من هذه المسابقة .

١٦ - المسابقات المركبة

عرفت المسابقة الخماسية أيام الاغريق القدماء حيث كانت تتألف من خمس مسابقات هي :

- ١ - الوثب الطويل من الثبات وباستخدام الحجارة .
- ٢ - رمى الرمح من الثبات لإصابة الهدف .
- ٣ - عدو مسافة ٢٠٠٠ م تقريباً .
- ٤ - قذف القرص الحجري من الثبات .
- ٥ - المصارعة .

ولكن في السوارت الأولمبية الحديثة أدخلت المسابقة العشارية في الدورة الثالثة بسانت لويس عام ١٩٠٤ م حيث كانت تشمل السباقات والمسابقات الآتية :

عدو ١٠٠ ياردة + دفع الجلة + الوثب العالى + جرى ٨٨٠ ياردة + إطاحة المطرقة + القفز بالزانة + عدو ١٢٠ ياردة حواجز + رمى الثقل + الوثب الطويل + جرى الميل .

ولكنها ألغيت في الدورة الرابعة بلندن عام ١٩٠٨ م ثم أعيدت في الدورة الخامسة باستكهولم عام ١٩١٢ م على النحو التالى :

اليوم الأول :

عدو ١٠٠ م + الوثب الطويل + دفع الجلة + الوثب العالى + عدو ٤٠٠ م .

اليوم الثانى :

عدو ١١٠ م حواجز + قذف القرص + القفز بالزانة + رمى الرمح + جرى ١٥٠٠ م .

كما أدخلت المسابقة الخماسية للرجال أيضاً وتشمل :
للوثب الطويل + رمى لرمح + عدو ٢٠٠ م + قذف القرص + جرى ١٥٠٠ م
ولقد أستمروا الحال على ذلك حتى ألغيت المسابقة الخماسية فقط في الدورة
التاسعة بامستردام عام ١٩٢٨ م . ولكن في الدورة الثامنة عشر بطوكيو
عام ١٩٦٤ م أدخلت المسابقة الخماسية ضمن برنامج مسابقات السيدات وهي
تشمل :

برنامج اليوم الأول :
١٠٠ م حواجز + دفع الجلة + الوثب العالي .
برنامج اليوم الثاني :
الوثب الطويل + عدو ٢٠٠ م . واستبدل سباق ٢٠٠ م بسباق ٨٠٠ م .