



حكام ألعاب القوى

كتاب للأطفال

نورة طاع الله

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هم حكام ألعاب القوى؟

حكام ألعاب القوى هم الأشخاص الذين ينظمون مسابقات الجري والقفز والرمي، ويتأكدون من أن جميع الرياضيين يشاركون بطريقة عادلة ووفق قوانين اللعبة. يقفون في أماكن مختلفة داخل الملعب، فكل واحد منهم لديه مهمة تساعد على نجاح المنافسة.

يرتدي حكم ألعاب القوى زيًا رياضيًا أو رسميًا مريحًا، مثل قميص خاص بالتحكيم وسروال وحذاء مناسب للحركة، وقد يحمل صافرة أو دفترًا لتسجيل النتائج، ويستخدم إشارات يدوية للتواصل مع اللاعبين والحكام الآخرين.

قبل بداية المسابقات، يتأكد الحكام من جاهزية الملعب والمعدات، مثل مسارات الجري، وأماكن القفز، وأدوات الرمي.

كما يتأكدون من أن المتسابقين يعرفون القواعد والتعليمات التي يجب اتباعها.

في مسابقات الجري، يراقب الحكام انطلاق العدائين من خط البداية، ويتأكدون من التزامهم بمساراتهم وعدم مخالفة القوانين. كما يسجلون أزمنة المتسابقين عند وصولهم إلى خط النهاية بمساعدة أجهزة التوقيت أو فريق التسجيل.

في مسابقات القفز، مثل القفز الطويل والقفز العالي، يراقب الحكام طريقة تنفيذ القفزة، ويتأكدون من احترام القواعد وقياس المسافة أو الارتفاع الذي حققه اللاعب. أما في مسابقات الرمي، مثل رمي الكرة الحديدية أو الرمح أو القرص، فيتابعون مكان سقوط الأداة ويحسبون المسافة التي وصل إليها الرياضي.

يجب أن يكون حكم ألعاب القوى دقيقًا وسريع الملاحظة، لأن بعض النتائج قد تختلف بفارق بسيط جدًا بين المتسابقين. لذلك يستخدم الحكام أدوات وتقنيات تساعد على تسجيل النتائج بشكل صحيح.

كما يجب أن يكون الحكم عادلاً، فلا يفضل لاعباً على آخر، بل يعتمد فقط على القوانين والأداء الذي يقدمه كل رياضي. ويتعاون الحكام مع بعضهم البعض حتى تسير المسابقة بشكل منظم.

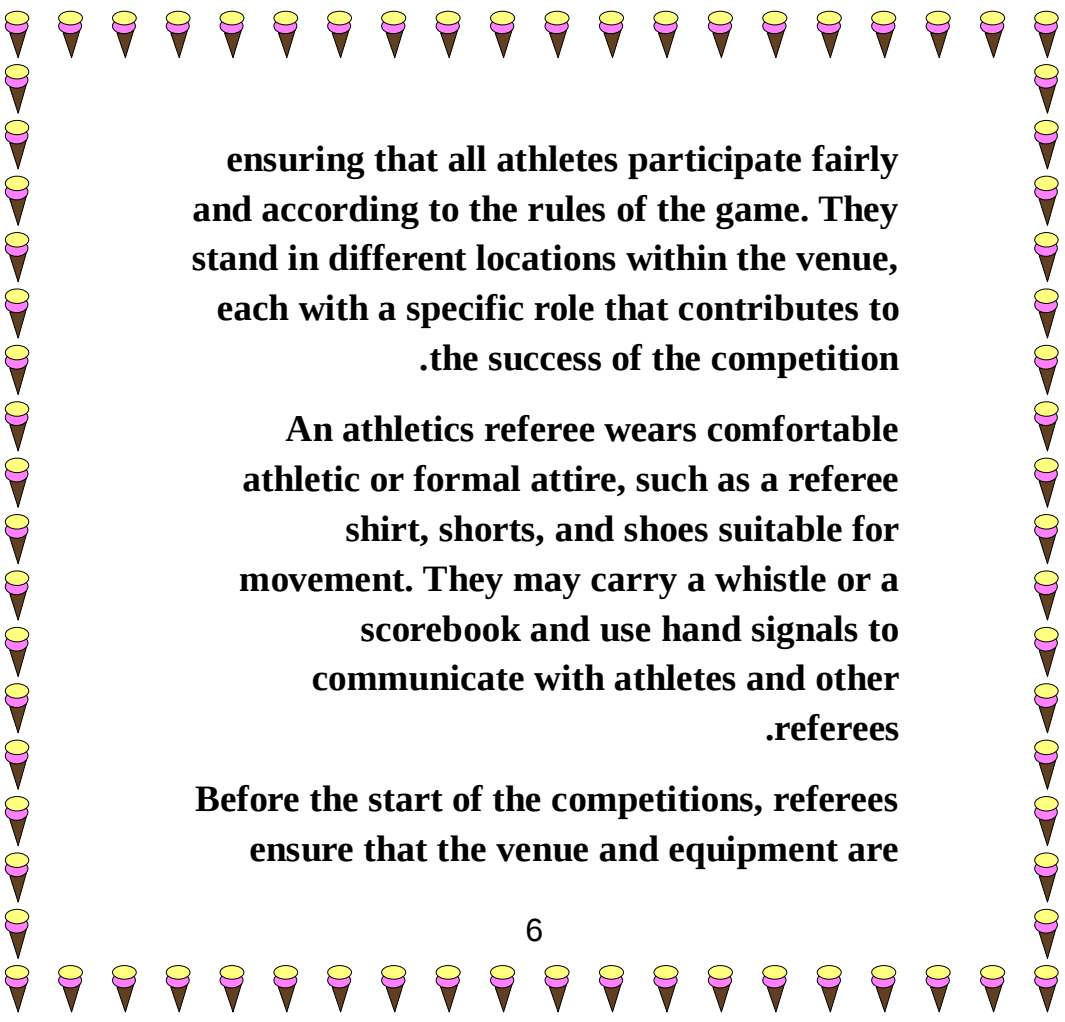
يتدرب حكام ألعاب القوى على قوانين الرياضة المختلفة، ويتعلمون كيفية التعامل مع المواقف التي تحدث أثناء السباقات. كما يطورون مهارات التركيز والانتباه واتخاذ القرارات الصحيحة.

حكام ألعاب القوى يجعلون المنافسات أكثر حماساً وتنظيماً،
فهم يحافظون على العدالة بين الرياضيين ويساعدونهم على
إظهار قدراتهم ومواهبهم. لذلك يعتبرون جزءاً مهماً من عالم
الرياضة، مثل العدائين واللاعبين والمدربين.

هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

**Do you know, my son, who athletics referees
?are**

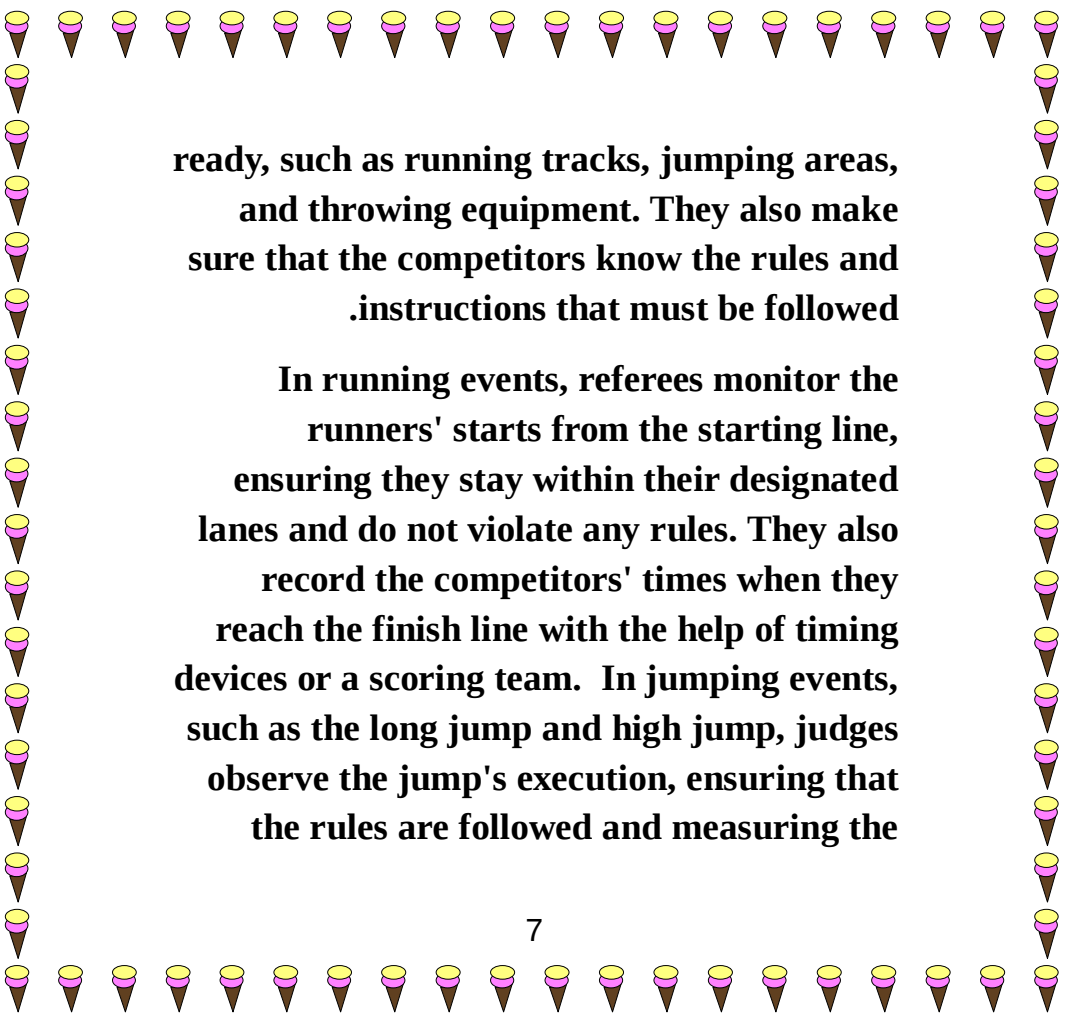
**Athletics referees are the people who organize
running, jumping, and throwing events,**



**ensuring that all athletes participate fairly
and according to the rules of the game. They
stand in different locations within the venue,
each with a specific role that contributes to
.the success of the competition**

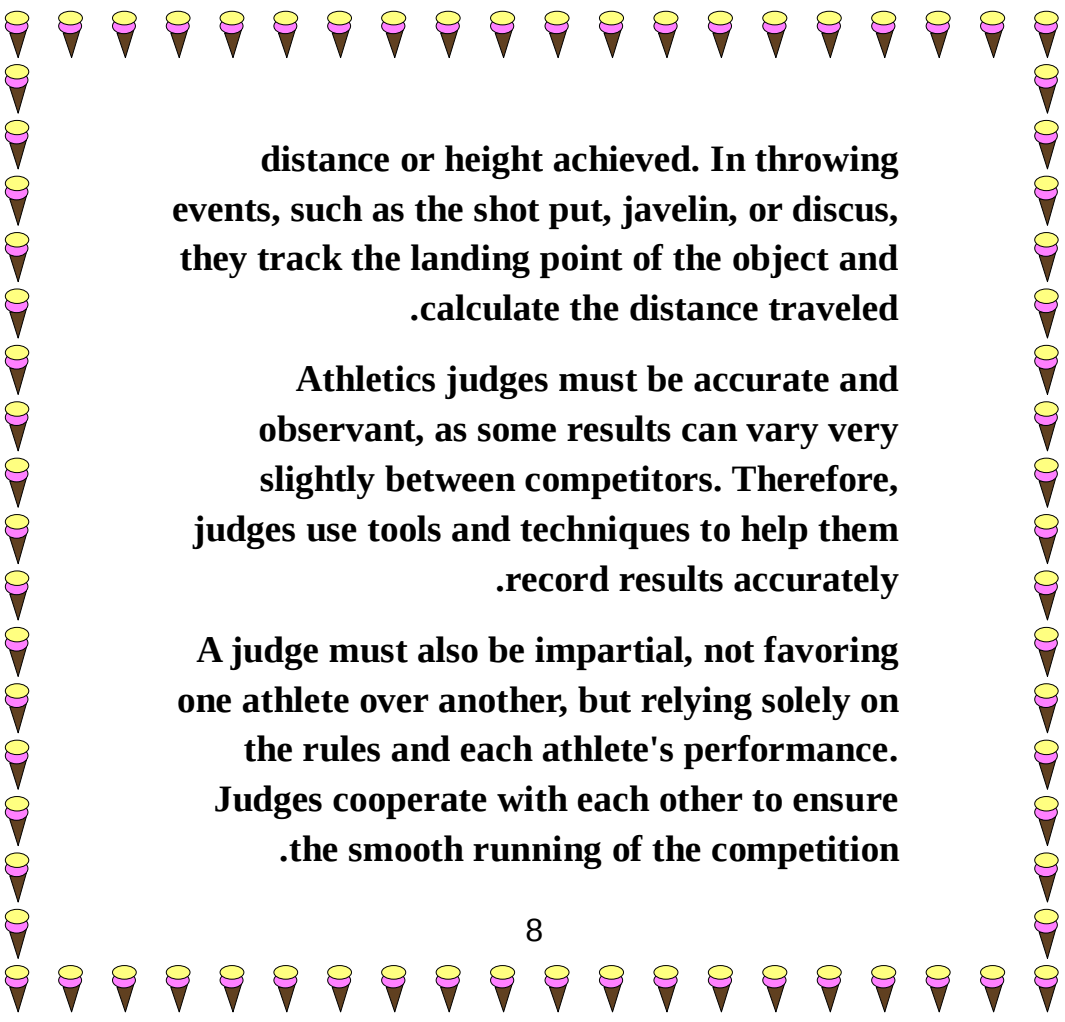
**An athletics referee wears comfortable
athletic or formal attire, such as a referee
shirt, shorts, and shoes suitable for
movement. They may carry a whistle or a
scorebook and use hand signals to
communicate with athletes and other
.referees**

**Before the start of the competitions, referees
ensure that the venue and equipment are**



**ready, such as running tracks, jumping areas,
and throwing equipment. They also make
sure that the competitors know the rules and
.instructions that must be followed**

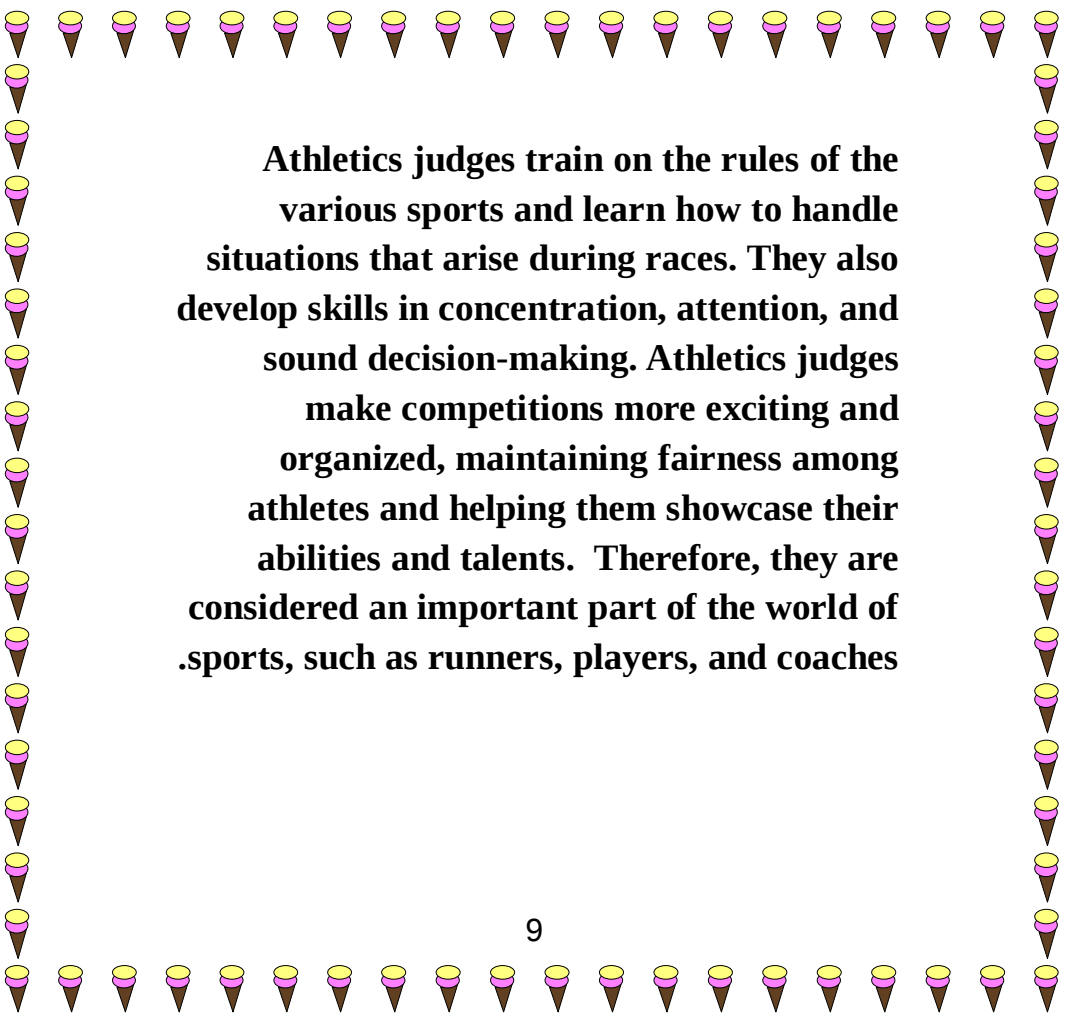
**In running events, referees monitor the
runners' starts from the starting line,
ensuring they stay within their designated
lanes and do not violate any rules. They also
record the competitors' times when they
reach the finish line with the help of timing
devices or a scoring team. In jumping events,
such as the long jump and high jump, judges
observe the jump's execution, ensuring that
the rules are followed and measuring the**



distance or height achieved. In throwing events, such as the shot put, javelin, or discus, they track the landing point of the object and .calculate the distance traveled

Athletics judges must be accurate and observant, as some results can vary very slightly between competitors. Therefore, judges use tools and techniques to help them .record results accurately

A judge must also be impartial, not favoring one athlete over another, but relying solely on the rules and each athlete's performance. Judges cooperate with each other to ensure .the smooth running of the competition

A decorative border of ice cream cones surrounds the text. The border consists of 20 cones on each of the four sides (top, bottom, left, and right), for a total of 80 cones. Each cone has a brown wafer cone, a pink swirl, and a yellow swirl.

Athletics judges train on the rules of the various sports and learn how to handle situations that arise during races. They also develop skills in concentration, attention, and sound decision-making. Athletics judges make competitions more exciting and organized, maintaining fairness among athletes and helping them showcase their abilities and talents. Therefore, they are considered an important part of the world of sports, such as runners, players, and coaches