

جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

محاضرات مقياس الجودو السداسي الثالث

المحاضرة رقم: 01

تاريخ وفلسفة رياضة الجودو

السنة الجامعية: 2023-2024

الأستاذ: عبد القوي رشيد



محتوى المحاضرة:

1	ماهية رياضة الجودو
2	نبذة تاريخية عن رياضة الجودو
3	مبادئ وآداب وتقاليد رياضة الجودو
4	أهم التعريفات الخاصة برياضة الجودو



ماهية رياضة
الجودة

ماهية الجودو:

هي رياضة يابانية المنشأ، تنتمي الى عائلة الرياضات القتالية، تهدف الى الاستخدام الأمثل لقوة الفرد البدنية والعقلية من أجل الدفاع عن النفس والتنافس بدون أسلحة، عن طريق اسقاط الخصم أو تثبيته أو كسره أو خنقه...أسسها البروفيسور جيغورو كانو (Jigoro kano) سنة 1982.



1938-1860

قانون علم الأخلاق لرياضة الجودو:

وهو احترام الغير

الادب

الشجاعة

وهو فعل كل ما هو عادل

قانون علم
الأخلاق

الأخلاص

وهو التعبير عن تفكيره دون تزييف

الشرف

وهو الوفاء بالعهد

الاحترام

وهو خلق الثقة

التواضع

هو التكلم عن الذات دون عزة نفس

بدلة الجودو

تتكون بدلة الجودو من جاكيت وبنطلون وحزام



البدلة: تُصنع من القطن أو أي مادة مشابهة، ويرتدي كل لاعب لوناً مختلفاً فيجوز أن يرتدي أحدهما اللون الأبيض والآخر اللون الأزرق، ويُسمح للنساء أن يرتدين بلوزة بيضاء، قصيرة الأكمام وطويلة تحت البدلة.

الحزام وطريقة ربطه: يبلغ عرضه حوالي 4 - 5 سم، ويُصنع من مادة متينة غير قابلة للتمزق أو التقطع.

صالة التدريب والمنافسات :



يُغطّي منطقة اللعب بساط مخصّص طوله متران وعرضه متر يُسمّى tatami؛ لامتصاص الصدمات وحماية كلّ لاعب من الضربات والكدمات التي قد تصيبه أثناء اللعب. تبلغ مساحة منطقة اللعب كحدّ أقصى 16×16 م، وكحدّ أدنى 14×14 م. تقسم منطقة اللعب إلى منطقتين هما: منطقة اللعب الأساسيّة وتصل مساحتها كحدّ أقصى 10×10 م وكحدّ أدنى 9×9 م، ومنطقة الخطر التي تُحيط بمنطقة اللعب الأساسيّة.



نبذة تاريخية عن
رياضة الجودو

نبذة تاريخية عن رياضة الجودو

...يعتقد البعض أن لعبة الجودو يابانية الأصل ولكن ترجع نشأتها الى بلاد الصين، حيث كان هناك رجلا من مقاطعة نجازاكي يدرس في الصين اسمه الأستاذ (أكياما أوشيتو) وهناك شاهد مصارعة أهل الصين وأعجب بها.

قام بدراسة ثلاثة (03) مهارات منها، وبعد رجوعه من بلاد الصين الى مقاطعته في اليابان، قام بتعليم المهارات الثلاثة الى أهل مقاطعته، ولم يكتفي بذلك، بل قام بدراسة المهارات الثلاثة وأبتكر منها (28) مهارة.

أنشأ مدرسة لتعليم مهاراته وأطلق عليها اسم (يوشن ريو)، وانتشرت هذه المهارات وأطلق عليها (الجوجيتسو)، وأصبحت مادة أساسية تدرس في معظم المدارس اليابانية. وتعني الجوجيتسو: فن الليونة أو الطريق للخضوع.

وفي عام (1882) قام السيد (جيجور كانو شيهان) بدراسة وتحليل هذه المهارات حيث حذف منها المهارات الخطيرة وأضاف إليها بعض المهارات الفنية المبتكرة المرنة وأطلق عليها اسم الجودو حيث أن كلمة الجودو تتكون من مقطعين:

دو - DO



الفن

جو - JU



المرونة

فن المرونة



الجودو - JUDO

جيجور كانو شيهان jigoro kano shihan

(1860-1938)

- ولد عام 1860م وهو الابن الثالث للمواطن الياباني "مارشبا جيرو ساكو كانو" في بلدة ميكا جو ماتشي.
- كان جيجور قويا بطبيعته يتمتع ببنية قوية وبكثير من المواهب، فمنذ طفولته وتحت تأثير والديه امن واعتقد بأنه يجب عليه أن يكرس حياته من اجل الخير للإنسانية والمجتمع.
- كان تلميذ يانو سوكي فودا (Yanosuke Fukuda) أستاذ مدرسة تينجين شينيو للجوجيتسو.
- في عام 1871م ذهب الى طوكيو وهو في الحادية عشر من العمر من اجل الدراسة ثم التحق بجامعة طوكيو في عام 1878م في كلية الآداب تحذوه الرغبة في أن يصبح ذا شأن من رجال السياسة بالولاية.

بعض صور مؤسس رياضة الجودو - جيفورو كانو -



77 سنة



45 سنة



25 سنة

تابع دراسته كطالب بالدراسات العليا في الفلسفة وعمل كمدرس بكلية جاكشوم.
ثم تابع تعلم فن الجوجيتسو في مدرسة (كيتو) على يد ليكوبو تسونو تشي.

واهم ما صرح به في هذا المجال: إنه ليس هناك في العالم أفضل من العمل
والمساهمة من أجل التربية. فالتدريس لشخص واحد ينتشر الى ملايين من الناس،
والنتيجة التربية لجيل ما سوف تترك أثرا بعيد لمئات الاجيال القادمة.

وانطلاقا من هذا الاقتناع قام بتدريب مئات الالاف من القادمين من الشباب وأصبح
ينظر اليه كرمز حيوي للتربية في اليابان.

قام بإنشاء أول مؤسسة علمية لدراسة وتعليم فنون الجودو وأطلق عليها إسم
(الكودوكان)، وكلمة الكودوكان تتكون من ثلاثة مقاطع الأول (كو) وتعني تعليم
والثاني (دو) وتعني الفن والثالث (كان) وتعني (جامعة).

فكلمة "الكودوكان" تعني (الجامعة التي تقوم بتعليم فن الجودو)





حدث مهم في رياضة الجودو:

يلعب العاشر من يونيو 1886م دورا كبيرا في نمو واتساع معهد الكودوكان بل انتشار رياضة الجودو داخل امبراطورية اليابان كلها، ففي هذا اليوم تقابل فريق الكودوكان وفريق احدى المدارس الجوجيتسو الشهيرة امام **مدير الشرطة الياباني** الذي اراد من هذا اللقاء التنافسي أن يحدد إحدى المدرستين أحق بشرف تدريب رجال الشرطة، وأثمر اللقاء عن فوز (9) لاعبين من الكودوكان وتعادل العاشر. وكان هذا الحدث هو نقطة التحول، وتوج باعتراف الشعب بها واستنادها الى أرض صلبة.

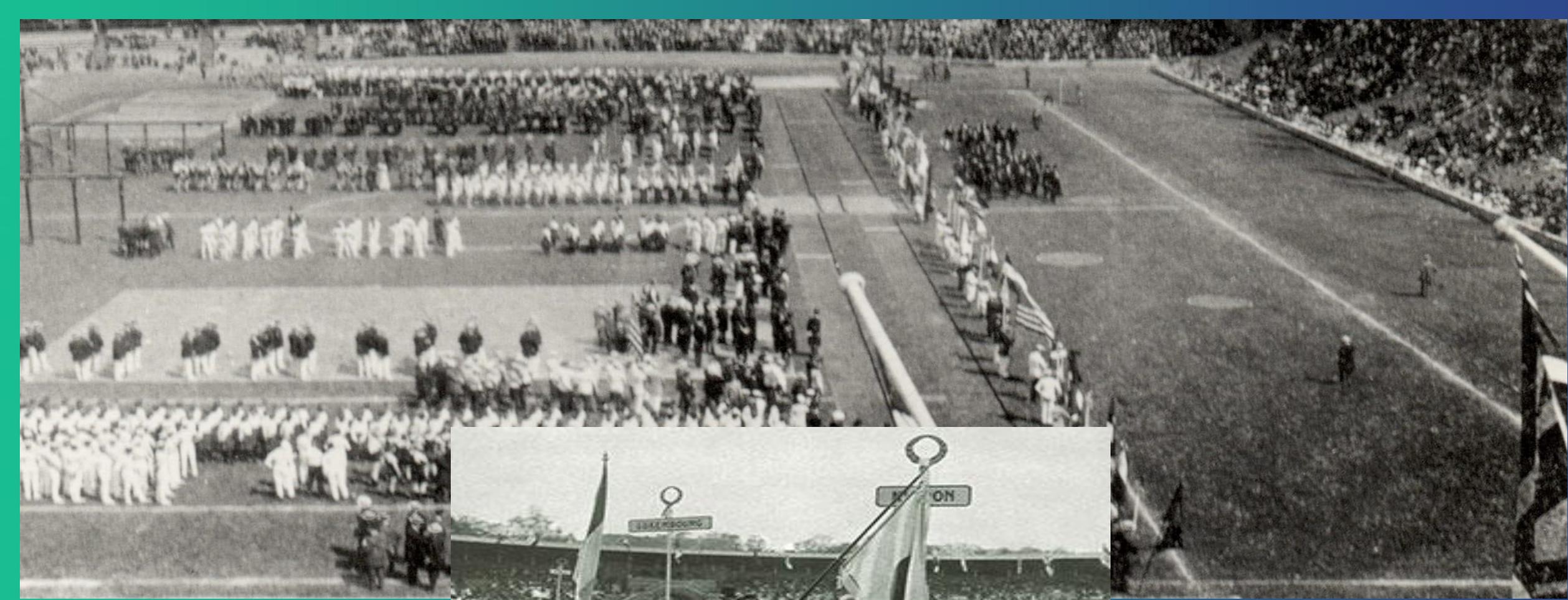
1902
كلف السيد (جيجوركانو) الأستاذ (ياماشيتا) للسفر الى أمريكا وقام بتعليم فنون الجودو لطلبة الكلية الحربية.

1912
شاركت اليابان في الألعاب الأولمبية التي أقيمت في ستوكهولم في السويد وكان الأستاذ (جيجوركانو) ممثل عن رياضة المصارعة.

1934
سافر الاستاذ (أبي) الى فرنسا مندوبا عن الكودو كان لتعليم فنون الجودو هناك.

1938
سافر الأستاذ (كوزومي) الى إنجلترا وقام بتعليم فنون الجودو هناك ثم قام بفتح مدرسة لتعليم فنون الجودو وأطلق عليها اسم (جودوكواي).

1952
تشكل الاتحاد الدولي للجودو برئاسة الأستاذ (ريسي كانو) وكان يضم (17) دولة.



أولمبياد ستوكهولم 1912 في السويد ، أول دورة ألعاب أولمبية شاركت فيها اليابان (كانو شيهان على اليسار)

نبذة عن تاريخ الجودو في الجزائر:

ادخل الفرنسيون خلال فترة الاحتلال عدة رياضات من بينها الجودو ، لكن كانت ممنوعة من الممارسة بالنسبة للجزائريين وهذا لأسباب سياسية وأمنية حسيةهم. لكن بعد الاستقلال بدأ هذا الفن يستهوي العديد من المواطنين الشغوفين لتعلمه. فقد ساهم كل من المغتربين الممارسين للجودو العائدين إلى أرض الوطن والفرنسيين الذي بقوا في بلادنا إلى جانب الاقلية التي مارست الجودو في سرية ابان الاحتلال على إعطاء دفع حقيقي لهذه الرياضة ببلادنا.

في سنة 1963م تأسست الاتحادية الجزائرية للرياضات القتالية التي تشمل الجودو والكراتي وبعد ذلك انضمت الايكندو إلى المجموعة. كان عدد ممارسي الجودو وقتها حوالي 3 آلاف ممارس عام 1964م ليصبح حاليا حوالي 20 ألف ممارس.

وفي سنة 1965م، انخرطت الجزائر في الاتحادية الدولية للجودو الذي تأسس في 1952
وفي سنة 1984م تأسست الاتحادية الجزائرية للجودو.

وتعتبر الجزائر منذ الالعب الإفريقية التي احتضنتها بلادنا عام 1978م من عمالقة
هذه الرياضة قاريا كما استطاع مصارعونا من افتكاك نتائج جد مشرفة على الصعيد
الدولي

وأهمها ميداليتي بن يخلف الفضية وحاداد البرونزية في ألعاب بكين 2008م.

أهم المصارعين الجزائريين:

عمار بن يخلف سليمان سواكري صورية حداد صونية عسلة

مبادئ وآداب
وتقاليد رياضة
الجودو

مبادئ كانو للجودو

سي ريوكو زينيو

sei-ryoku-zenyo:

الاستثمار الاقتصادي للعقل
والبدن



جيتا كيوي

jita-kyoei:

التعاون والتفهم المتبادل
للوصول إلى سعادة الجميع

آداب تقاليد الجودو:

يوجد لدى ممارسي رياضة الجودو تقاليد قديمة وعريقة، عرفت منذ القدم وورثته الاجيال عن اليابانيين القدماء، الى جانب قانون ينظم ممارستها، ومن بين هذه التقاليد ما يلي:

- ضرورة احترام مكان التدريب الدوجو (Dogo).
- ضرورة الاحتفاظ بالأقدام نظيفة، وتجنب ارتداء أية أحذية على البساط. والمحافظة على تنظيفه بشكل دوري.
- تأدية التحية عند الدخول الى البساط او الخروج منه والى المدرب أو اللجنة المنظمة.
- يجب أن يكون الجلوس على البساط أثناء التدريب موحد (وضع الجثو أو وضع التربيعة).

- الاهتمام بالنظافة الشخصية، ومنها الاهتمام بنظافة البدلة الجودوجي وأن تكون أظافر الأيدي والأرجل قصيرة.
- عدم ارتداء أي جسم صلب كالخواتم والساعات وأساور المعصم التي تعرض المنافس للإصابة.
- التأكد من السلامة العضوية للاعب بأجراء كشف طبي دوري، للتأكد من خلو اللاعب من الامراض المعدية التي تنتقل بالملامسة.
- على الجمهور الهدوء اثناء التدريب والمنافسات.
- على اللاعب ان يحترم مدربه ويطيع تعليماته وارشاداته، ويكن له الولاء وان لا يناقش قرارات الحكم او يعترض عليها.
- على اللاعب عدم التهور في استعمال فنون اللعبة كحركات الخنق والكسر أثناء التمرين.

أهم التعريفات
الخاصة برياضة
الجودو

تعريف جيجوركانو " هو طريقة الاستخدام الأمثل لقوة الفرد عقلية والبدنية بالتدريب على فنون الهجوم والدفاع وبذلك يستطيع الفرد غرس القيم الروحية وبالتالي الارتقاء بالحواس المستخدمة في هذه الطريقة "

قد عرف (كوزومي kozomi) " رياضة الجودو بأنها نوع من أنواع الدفاع عن النفس فهي شكل من أشكال المصارعة وأسلوب للقتال بدون سلاح "

تعريف ايهاب عيفي " هو رياضة من الرياضات التنافسية ذات الاداء السريع وتتميز بالتفاعل والديناميكية طوال فترة المباراة وتتميز بالهجوم المستمر على المنافس للحصول على النقطة الكاملة (ايون).

تعريف ياسر عبد الرؤوف " هو مصارعة يابانية دفاعية هجومية تهدف الى الفوز على المنافس ببلوغ اقصى مقدرة بأقل مجهود مستخدما فنون الجودو المختلفة مثل الرمي من اعلى واللعب الأرضي للحصول على نقطة الكاملة (ايون) لإنهاء المباراة أو درجة أقل منها مع الاستمرار في اللعب لمدة خمس دقائق".

التعريف القانوني للجودو:

تعريف عبد الحلیم محمد " هو فن يهدف الى رمي المنافس على ظهره بقوة وسرعة في اللعب من أعلى أو تثبيته لمدة (25) ثانية أو خنقه أو كسره في اللعب الارضي "



سَأْكَ

