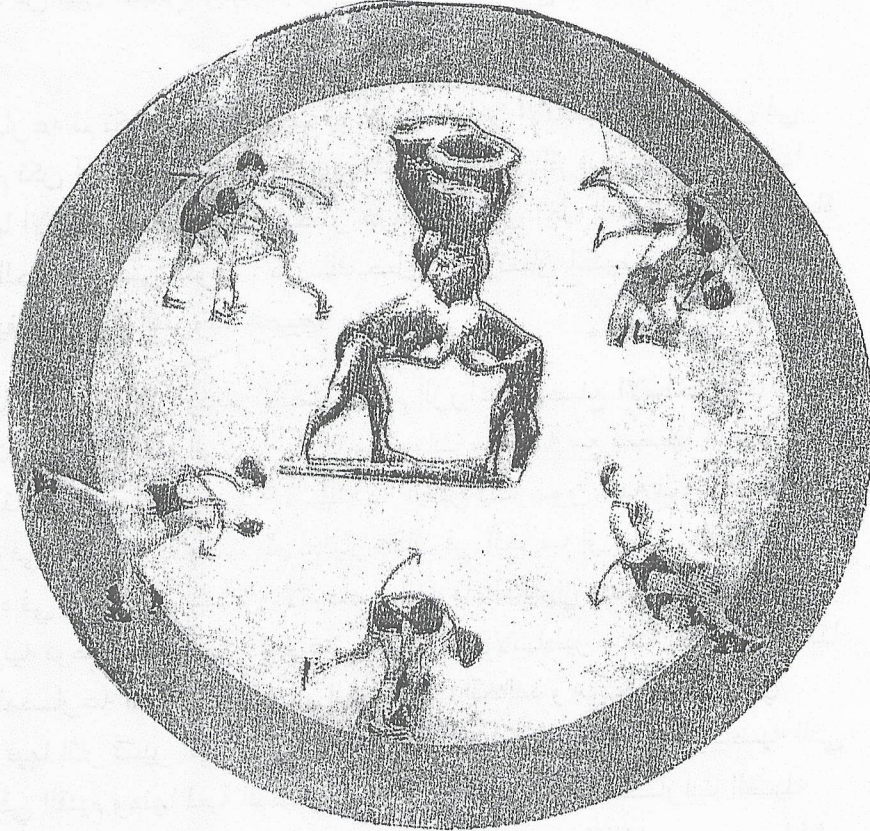


٢٠١٧-٢٠١٨

الإهداء

جامعة البصرة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



محاضرات مادة المصارعة

للعام الدراسي

2018-2017

إعداد

م.م إياد محمد قدوري

م.م علي كاظم عبدالقادر

تاريخ المصارعة في العالم

ان القارئ لتاريخ الانسانيه منذ نشوؤها يرى الحياة في اقدم العصور كانت بدائية لاتعرف الترف والرقي حيث كانت مليئة بالصعاب والمخاطر يشوبها القلق والخوف من المجهول ففي كل يوم بل في كل لحظة في تلك الطبيعه القاسيه كان الموت والدمار يهدد الحياة البشريه من خلال مايحيط بها من حيوانات مفترسه والتي كانت تشاركه القوت ايضا فلقد كان الانسان البدائي يصارع الحياة من اجل البقاء ، ولهذا نرى ان مظاهر الصراع قد ظهرت منذ ظهور الانسان البدائي الاول .

وبالرغم من ان المصارعه لم تكن في ذلك الوقت نوعا من انواع الالعاب التي تمارس في اوقات الفراغ ، كما لم تكن أيضا من الألعاب التي يحتاجها المجتمع للترفيه عن النفس فإنها كانت وسيلة يستخدمها الإنسان البدائي لإبعاد الخطر عن نفسه ومن اجل المحافظه على الحياة اضافة لكونها وسيلة للحصول على القوت ، كل ذلك جعل من الإنسان القديم فردا قويا مؤهلا لممارسة الحي والتكيف مع تلك الظروف الصعبة والشاقة .

ومع تقدم الحياة وبداية اكتشاف النار وتعلم الإنسان القديم أزراعه وصنع الاسلحه للدفاع عن النفس بالاضافه إلى تلاحمه مع ابناء البشريه مكونا مجتمعات مرتبطه مع بعضها البعض بدأت المصارعه تتحول شيئا فشيئا عما كانت عليه ، حيث بدأ الناس يمارسون لعبة المصارعه من اجل اختبار قوتهم ، وفي كثير من الاوقات يتم اختيار القائد في الحرب او رئيس القبيله من خلال ما يبديه من قوه في الصراع ، كما ان الاشخاص الاقوياء يقابلون بالاعجاب والتقدير وكانت اعمالهم البطوليه توصف بالاشعار والاغاني وحكايات الاساطير وهذا بعض ما حدثنا به التاريخ عن لعبة المصارعه اذ اشار الى اولى الحضارات الخالده وهي حضارة وادي الرافدين التي وجدت فيها اثار تشير الى مختلف الانشطة الاجتماعيه و الالعاب الرياضيه التي مارسها الاسان العراقي القديم ومنها لعبة المصارعه ، وقد اعتبرت من الحضارات الصيله وهذا يعني انها لم تشتق من حضاره سابقه لها بل نشأت وتطورت من ثقافات عصور ما قبل التاريخ وان العصر لتاريخي يبدأ بحضارة وادي الرافدين .

واعتبر المؤرخون ان حضارة وادي النيل وحضارة الشرق الاقصى (الحضاره الصينيه) من الحضارات الاصيله ولذلك ليس عن طريق الصدفة ان نجد اثار عديده تمثل انشطه حياتيه مختلفه منها الالعاب الرياضيه يعود تاريخها الى هذه لحضارات .

وسنتناول تاريخ لعبة المصارعة وتطورها باختصار من خلال استعراض اهم الحضارات التي اهتمت بها وصولا للعصر الحديث .

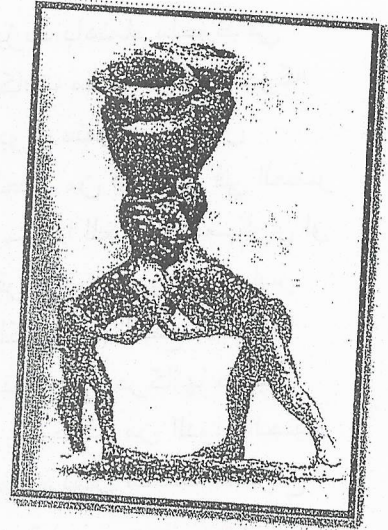
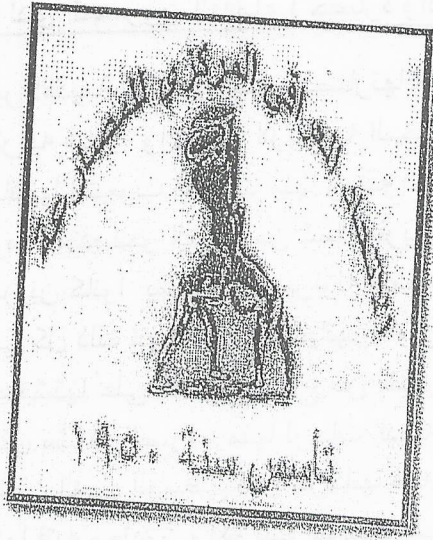
اولا : تاريخ المصارعة عند العراقيين القدماء (حضارة وادي الرافدين) :

في حضارة وادي الرافدين الاصيله التي اعتبرها المؤرخون اولى الحضارات الانسانيه نجد المجتمع السومري الذي اخترع العجله واخترع وطور وسائل الزراعة والصناعه كان يتميز بحبه وتمسكه بالرياضه وخاصه المصارعه وقد تركت لنا اسطورة المصارع كلكامش وغيره من الملوك ما يبرهن ذلك ، حيث اعتبرت اسطورة المصارع كلكامش اقدم نوع من ادب الملاحم البطوليه في تاريخ جميع الحضارات والى هذا فهي اطول ملحمة عرفتها حضارات العالم القديم من خلال الصراع الأسطوري الذي خاضه الملك كالكامش ضد الثور السماوي .

كما ثبت تاريخيا ان الدول المجاورة للعراق القديم قد قامت بتأثير من الحضارة العراقية اولا وانتشرت انتشارا مباشرا وواسعا باتجاه الشرق والغرب كنتيجة حتمية .
وهناك آثار عديدة تبين بشكل قاطع العراقيين القدماء كانوا اول من مارسوا وطوروا الرياضة بشكل عام والمصارعة بشكل خاص ونوجزها بما يلي :

١- ان اقدم اثار للمصارعة ما وجد عام ١٩٣٦ في منطقة خفاجه (قرب ديالى) من قبل الدكتور سييداو احد اساتذة جامعة بنسلفانيا ، وهي عبارة عن تمثال برونزي لمصارعين يحمل كل منهما جره فوق رأسه يعود إلى عصر السلالات الثاني ٢٦٠٠ ق.م ، إن هذا التمثال هو الآن شعار الاتحاد العراقي للمصارعة إذ يدل على فخر العراقيين واعتزازهم باصالة هذه اللعبة العريقة كما في الصور (١-٢) ، كما استطاعة أبعثه الاستكشافية من العثور على اثر آخر يمثل وضعيات الصراع وهو عبارة عن لوح نذري يحتوي على ثلاث وضعيات تمثل الوضعية الأولى القسم التحضيري لمسكه والوضع الثاني يمثل كسر مركز ثقل الخصم في المصارعة الحرة والوضع الثالث يمثل انتهاء المسكه وانتصار القائم بتطبيقها وعدول خصمه بنظره الى الخلف .

صورة تمثل التمثال المكتشف (١) صورة تمثل شعار الاتحاد العراقي للمصارعة (٢)



٢- ومن خلال التنقيبات تم العثور على مسلة بدره المعروفه والتي وجدت في (تل بيرم) الواقع غرب مدينة بدره في ديالى ويعود تاريخ مسلة بدره الى فجر السلالات (عصر دول المدن) ٢٦٠٠ ق.م ، حيث يوجد على جوانب المسلة عدة صور منحوتة بشكل بارز يمثل المشهد الرئيس فيها الخاص بالمصارعة وثانياً إن هذه المشاهد تكون فصولاً منفصلة او أعمالاً متكامله لاحفال ديني او فني حيث ارتبطت الألعاب الرياضية في عهد السومريين بالناحية الدينية ، ان المشهد الموجود في مسلة بدره والخاص بالمصارعه يتكون من مرحلتين الاولى منه يمثل الوضع الابتدائي الذي يعين شكل الوقوف ووضع المسك من اجل اداء المسكه ، والمرحلة الثانيه منه وهي المهمه والتي تمثل وضع داء المسكه التي يظهر فيها واضحا كسر مركز ثقل احدهما من اجل حمله ورميه على الارض وهذا النوع من المسكات هو ما يسمى اليوم بالمصارعة الحرة .

ان المصارعان هنا عراة ويلفان على جسميهما حبل اوباس كالذي يرتديه مصارعوا التروخاته في الوقت الحاضر والمكون من الجلد والى يسار المصارعين يقف رجلان يحمل كل منهما

عصا وان هذين الرجلين يمثلان هيئة التحكيم وان حملهما للعصا يرمز الى نقطتين اساسيتين اولهما السيطرة والسيادة وهذه نقطه مهمه جدا فالحكم يجب ان يسيطر ويفرض سيادته خلال المباراة وفي جميع الالعاب ، كما ان الصفارة غير معروفه قديما ولهذا تستعمل العصا كوسيلة تنبيه او لفك مسكه خاطئة كالذي حدده قانون المصارعه ليومنا هذا حيث اوجب على الحكم فك المسكات التي تشكل خطورة دون استخدام الصافره تجنبا لإيقاف اللعب ، وعلى اليمين هناك مجموعه تفرع الطبول لرفع الهمة والحماس عند المصارعين ... وتحت مشهد المصارعه يوجد اربعة اشخاص ذوي لحي وشعر طويل يمثلون الجمهور والى الجانب الأيسر للمسلة يوجد رجلان واقفان ويتجهان نحو المنظر الرئيس وهو المصارعه ويحملان الماشية وقد تكون جوائز تقدم للفائزين .

إن هذه الآثار التي تم العثور عليها خير دليل على ان المجتمع العراقي كان اول من مارس لعبة المصارعه كما ان هذه الآثار هي برهان لايقبل الشك ان اصل لعبة المصارعه الحرة هي من بلاد وادي الرافدين وهذا مايدعونا بكل فخر الى ان نطالب الاتحاد الدولي للمصارعه بحق بتسميتها بالمصارعه العراقيه او السومريه تخليدا لحضارة وادي الرافدين التي انبثقت منها اولى الحضارات في الوجود .

ثانيا : المصارعة لدى المصريين القدماء (حضارة وادي النيل) :

اشتهرت بلاد مصر القديمة او وادي النيل بحضارتها القديمة اذ تميزت باهتمام ملحوظ في التربيه العامه والتربيه البدنيه والالعاب الرياضيه المختلفه ، حيث كانت مصر منطلقا لحركه رياضيه واسعه تناقلتها الشعوب فاتخذت منها وسيله اجتماعيه وتربويه متميزه كاليونان والاقطار المجاوره الممتده نحو الغرب من شمال افريقيا ، ويشير العديد من الباحثين في العصر الحديث، بان المصريين كانوا يميلون الى مزاوله التمارين البدنيه سواء للغرض العسكري او الديني او الترويحي كل ذلك نتيجة لطبيعة حياتهم الاولى وقبل استقرارهم في دويلات واسر حاكمه تعتمد في معيشتها على الصيد والدفاع عن النفس اذ توجد الكثير من القطع الاثريه واللوحات التي تمثل مشاهد الصراع منها لوحات الدوله القديمه اشترك في حركاتها صبيه صغار ، ولوحات من الدول الوسطى ادى حركاتها فتيه محترفون ولوحات من الدوله الحديثه اشترك في حركاتها فتيه مجندون واهم تلك اللوحات هي لوحه صغيره تمثل مشاهد للصراع عثر عليها في مقبره (بتاح حتب) * ، كما عثر على لوحه في مقبره (بني حسن) فيها ٢١٩ وضعا للصراع لايتشابه بها وضع مع الاخر وتعود الى الالف الثاني ق.م .

ثالثا : المصارعة عند الصينيين (الحضارة الصينيه) :

تعتبر الحضاره الصينيه احدى اقدم حضارات العالم التي حققت انجازات كبيره في خدمه الانسانيه ، واشتهر ابناء الصين القدماء بسياسة العزله والحفاظ على والحفاظ على وحدة الصف ولذلك لم يجد شعب الصين من سلسله جبال الهملايا الشاهقه والشامخه مواقع طبيعيه كافيه لحماية حدوده فلحأت الصين الى تشييد جدارها الشهير الذي امتاز بطوله وفخامته ولما لم يحقق هذا الجدار الغرض المنشود اصدرت فانونا يمنع بموجبه دخول الاجانب الى الصين ولاشك ان سياسة العزله هذه فرضت على الشعب الصيني برمته المحافظه على الجيش الواحد مما أدى إلى ممارسة مختلف الألعاب الرياضيه لغرض تقوية اجسامهم واكتسابهم القوة

والشجاعة واللياقة البدنية ، ومما لا يختلف عليه أن أبناء الصين مارسوا لعبة المصارعة بشكل واسع إذ عرف الصينيون مصارعة (الجوجتسو) لاستخدامها للدفاع عن النفس ضد رجال العصابات المسلحين حيث كانت رياضة المصارعة من الرياضات الشائعة لديهم كما انهم كانوا قبل ٣٠٠٠ سنة يحتفلون بيوم يسمونه يوم المصارعة والذي كانت تزاوّل فيه فنون المصارعة على أنغام الموسيقى وهذا يدل على اهتمامهم الواسع بهذا النوع من الألعاب الرياضية .

رابعاً : المصارعة عند الاغريق (اليونان القديمة) :

كانت التربية البدنية ذات اهمية بالغه لدى الاغريق قياسا بالشعوب الاخرى في تلك المرحلة حيث وجهت للعناية الفائقة بنواحي التدريب البدني لا بغرض اكساب الافراد نمواً متزناً متناسقاً فقط ولكن بهدف التدريب الحربي ايضاً الذي يرمي لاكتساب القوة العضلية والتحمل والمهارة والسرعة ابتغاءً لمزيد من التوسع .. ولقد كانت المصارعة في مقدمة الالعاب التي اهتموا بها اهتماماً واسعاً وكان هدفهم من ذلك اعداد المواطنين اعداداً صحيحاً باكتسابهم اللياقة البدنية والشجاعة للاستفادة منهم كجنود مقاتلين للمشاركة في الحروب والدفاع عن ارض الوطن ، ولقد كانت المصارعة هي قلب الرياضه الاغريقية القديمة وقد عرف الاغريق نوعين من المصارعة هما المصارعة من الوقوف والمصارعة من الوضع الارضي ، وقد مرت المصارعة عند الاغريق بمرحلتين :

- ١- حيث كانت في البداية حرة طليقة من القيد في المسك وعرفت (بالبانكرايشن) وهي مصارعة وحشية خليط من التصارع بالايدي يتخلله كل اساليب الضرب والركل حيث يعكس العنف الوحشي بابعث صورة اذ كان مسموح بالعض والخنق وشد الشعر وخلع المفاصل وكسر الاطراف وسحق او خلع العينين وتنتهي المباراة بموت او استسلام احد المتصارعين .
- ٢- وفي المرحلة الثانية وبمرور الزمن اخذت هذه اللعبة منحاً اخر اذ اهتم ممارسوها بفن الاداء الحركي بعيد عن الاداء الوحشي وكان المصارعون الاغريق يدهنون اجسادهم بالزيت قبل الصراع ويتمرغون بالتراب المقدس وان موسيقى (الفلوت) كانت تعزف اثناء الصراع ، وذكر هومر ان اول من وضع قانون للمصارعة هو (ثيزوس) وهو نجل الملك (اجوس) ملك اثينا سنة ٩٠٠ ق.م وتنص القواعد العامه للمصارعة الاغريقية - اليونانية من الوقوف على ماياتي :

١- تعتبر الرمية صحيحة اذا سقط المصارع على اي جزء من جسمه (المقعد - الظهر - الكتف) .

٢ - تحتسب نتيجة المباراة عادلاً اذا سقط المصارعان على الارض معاً .

٣- يفوز المصارع اذا تمكن من طرح خصمه ارضاً ثلاث مرات صحيحة .

٤- يجوز استخدام الأعتار

٥- يجوز استخدام الأرجل .



كما ان المصارعة أصبحت مسابقة رسمية في اولمبياد ٧٠٤ ق.م عندما اقيمت الاولمبياد الثامنة عشر اذ أصبحت المسابقة الخامسة في (البيناثلون) او الخماسي حيث كانت المصارعة هي ورقة الترجيح عندما يتم التعادل في مسابقات الركض والوثب وقذف القرص ورمي الرمح .

خامسا : المصارعة عند الرومان (روما القديمة) :

وقد مارس الرومان العديد من الانشطة الرياضية لكنهم اهتموا بشكل واسع بلعبة المصارعة حيث اعتبروها من الالعاب التي تكسب الفرد القوة والتحمل والشجاعة وقد مرة بمرحلتين أثناء تطورها التاريخي حيث :

١- اقتصر في بادئ الامر على طبقة العبيد التابعين للطبقة الحاكمة والأسرى من اليونانيون - الاغريق - (بعد احتلال الرومان للإغريق) وكانوا هؤلاء يمارسون التدريب البدني العنيف لمحاولة الفوز في سبيل البقاء لان المنافسة تجري في بعض الاحيان بين شخصين يتصارعان حتى الموت سواء باستعمال السلاح او بدونه وفي بعض الاحيان تجري المنافسة بين العبد او الأسير وبين الحيوانات المفترسة فاما ان يصبح طعاما او ينتصر ويستمر في الحياة .

٢- ولكنها لم تستمر على هذا النحو بل تطورت اللعبة وأصبحت فنا وأدخلت الضوابط والقواعد ضمن منهاج التدريب ، وقد ذكر ان عدد مدارس المصارعة في روما لا تقل عن اربع مدارس ويقدر عدد المصارعين الذين كانوا ينتمون الى مدرسة الامبراطور (كاليجولا) بعشرين الف مصارع .

وقد امتزجت المصارعة اليونانية مع المصارعة الرومانية خاصة بعد احتلال الرومان لليونان واثينا وخاصة من خلال طرق المسك والقوانين وبالتالي سميت بالمصارعة اليونانية - الرومانية او (الكريغو - رومان) .

سادسا : المصارعة لدى الفرس (بلاد فارس) :

لقد تأثر الفرس بحضارة وادي الرافدين الاصيله بحكم الجيرة والفتوحات عبر تاريخ طويل فاخذوا من العراقيين القداماء هذا النشاط والعناية التربويه التي تبدا من البيت ، لقد اخضع نظام التربية البدنيه للشبان الى نظام صارم وحازم .

وبخلاف حضارات بلاد وادي الرافدين ووادي النيل فقد اعتمد الفرس التدريب البدني للاغراض العسكريه والتربيه والمعنويه والروحيه اساسا لبناء المجتمع في حين اهتمت الجوانب التربويه والاجتماعيه والصناعيه وغيرها من الجوانب العلميه على المستوى الشعبي ، وفق هذا المفهوم كانت التربية البدنيه تحتل الموقع الاول بشكل عام ولعبة المصارعه بشكل خاص حيث كانت تمارس في الساحات العامه وفق منهاج خاص احد من قبل الدوله ويبدأ مع بلوغ الطفل السنه السابعه عشر من عمره حتى اكماله الخمسين من عمره اذ قسم على المراحل التاليه :

١- من السنه السابعه حتى السنه الخامسه عشره يتعلم فيها الاسس والمبادئ العامه للتدريب البدني العسكري .

٢- من السنة الخامسة عشره حتى سن الخمسين يلتحق في صفوف الجيش .

٣- بعد اكماله الخمسين من عمره يكلف بمهمة التدريب والاشراف .

لقد اخذ ابناء فارس عن ابناء وادي الرافدين مختلف الالعاب الرياضيه وفي مقدمتها لعبة المصارعه ، الا انهم اهتموا بها وطوروها بشكل اوسع وملحوظ اذ اصبحت ممارستها في المقام الاول بين مختلف الالعاب الرياضيه وكانت تمارس قديما في مكان يسمى بالفارسيه (زورخانه) وتعني بيت القوه كون المصارعه تتميز بالقوه والشجاعه .

تاريخ المصارعة في العراق الحديث :

نوجز التطور التاريخي للمصارعة في العراق حديثا في النقاط التالية :

١- في العصر الحديث نالت لعبة المصارعه الاهتمام من العراقيين كما نالته في العصور القديمه ، فهي من الالعاب التي انتشرت على نطاق شعبي واسع في بلادنا من خلال بيوت القوه (الزورخانه) حيث كانت تحتل اماكن عديدة من بغداد والمدن العراقية الأخرى وغالبا ما تكون بالقرب من الاماكن المقدسه اذ ان للعامل الديني اثر كبير في اتساع رقعة اللعبة وانتشارها حيث كانت التدريبات تبدأ بعد قراءة آيات من الذكر الحكيم والصلاة على النبي والادعية الدينية وكانت اولى الزورخانات هي (زورخانه الدهانه - وزورخانه باب الاغا - وزورخانه الكاظمية)

٢- وبعد مشاركة العراق في الدورة الأولمبية التي أقيمت في لندن عام ١٩٤٨ م حدث تطور محدود في الحركة الرياضيه في العراق اذ فكر محبي وممارسي لعبة المصارعه في ايجاد طريقه لتطويرها بما ينسجم والقوانين الدولييه ، وعلى هذا الاساس قدم طلب الى اللجنة الأولمبية العراقيه من قبل المصارع البطل المرحوم عباس الديك ورفاقه بتأسيس أول اتحاد مصارعه عراقي وقد كان في عام ١٩٥٠ م وقد كان البطل عباس الديك اول رئيس له .

٣- وقد شارك العراق في اول دوره عربييه رياضيه عام ١٩٥٣ م والتي اقيمت في الاسكندريه بعدة العاب ومنها المصارعه بثلاثة مصارعين وهي تعتبر اول مشاركته بعد تاسيس الاتحاد العراقي للمصارعة خارج القطر ، واخذت المشاركات في البطولات الدولييه تزداد وتتطور حيث شارك العراق في الدورة الأولمبية في روما سنة ١٩٦٠ م وبعده العاب رياضيه ومنها المصارعه برياضي واحد هو المصارع البطل (قاسم السيد) وتعتبر هذه المبادرة الأولى ونقطة تحول بالمسيرة بشكل عام والمصارعة بشكل خاص .

٤- وخلال عام ١٩٧١ حدثت نقله نوعيه بالغة الاهميه في مسيرة التاريخ الحديث للعبة المصارعه اذ وجد ممارسوا هذه اللعبة امام تغيير جذري في اسلوب التدريب والصراع المتبع وذلك من جراء وضع المناهج العلميه الهادفة الى تطوير اللعبة من خلال اقامة الدورات التدريبيه والتحكيمة لتجاوز مشكلة انعدام وجود الكادر التدريبي والتحكيمة .

كما بدأ الاتحاد بإرسال العديد من المدربين والحكام للمشاركة في الدورات الدولية الخارجية والإطلاع على كل ما هو حديث في التدريب حيث أصبح عدد المدربين العاملين في الأندية والمؤسسات الرياضية أكثر من ١٥٠ مدرباً وكان عدد الحكام الذين يحملون الشارات التحكيمية ١٠٠ حكماً منهم ٣٣ حكماً يحملون الشارة الدولية عام ١٩٧٦ .

وقد توالى الانجازات العراقية في لعبة المصارعة رغم ما عتراها من ضعف بسبب الظروف التي مر بها القطر .

المصارعة في الألعاب الأولمبية :

احتلت لعبة المصارعة مكانه بارزه منذ ظهورها في الالعاب الاولمبية القديمة وحتى العصر الحديث ويمكن ايجاز تاريخها في مرحلتين :

١- مرحلة الالعاب الاولمبية القديمة : احتلت لعبة المصارعة مكانه بارزه في حياة المجتمع الإغريقي اذ كانت قلب الالعاب الرياضي الإغريقية القديمة لاعتقادهم بانها تساعد على اكتساب التوافق بين العقل والبدن واكتسابهم اللياقة البدنية ولذلك دخلت المصارعة عن طريقهم الى الالعاب والمسابقات الاولمبية حيث اصبحت المصارعة مسابقة رسمية في اولمبياد ٧٠٤ ق.م في اثينا عندما اقيمت الاولمبياد الثامنة عشر اذ اصبحت المسابقة الخامسة في (البنثاثلون) او الخماسي حيث كانت المصارعة هي ورقة الترجيح عندما يتم التعادل في مسابقات الركنز والوثب وقذف القرص ورمي الرمح .

وقد حرص المصارعون على تطوير عناصر اللياقة البدنية التي يحتاجها المصارع كالقوة والتحمل والمرونة والرشاقة والسرعة ليتسنى له الفوز ، والمصارعة كانت تعتمد على الجوانب الفنية بالإضافة الى وزن المصارع الذي كان يلعب دوراً مهماً في الصراع وكانت النزالات بين المصارعين تجري بطريق دوري المجموعات خلال التصنيفات ثم تجري النزالات النهائية بين الفائزين الأوائل من تلك المجموعات .

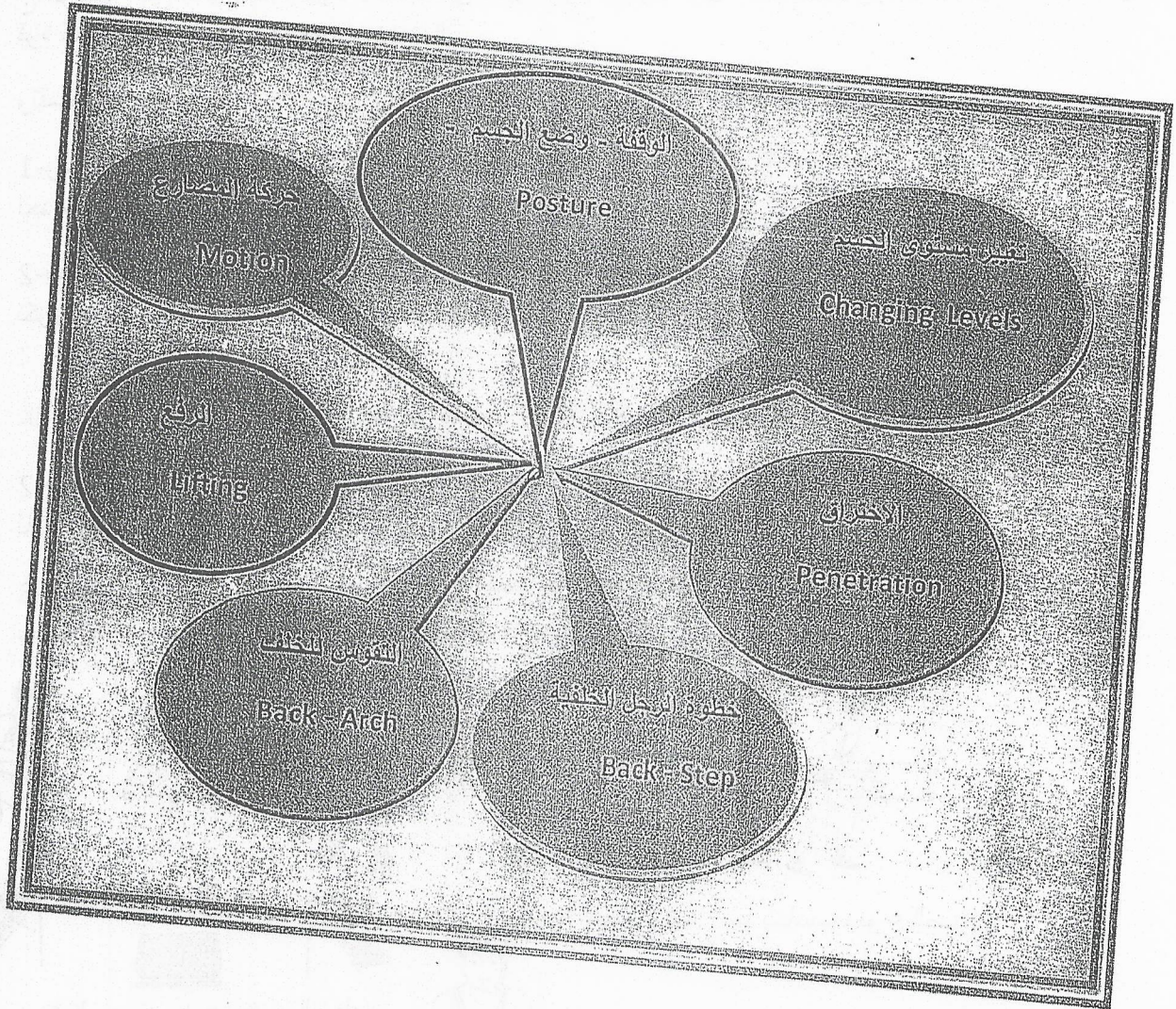
٢- مرحلة الالعاب الاولمبية الحديثة :

في الدورات الاولمبية الحديثه كانت لعبة المصارعة الرومانية احدى الالعاب الرئيسييه فيها منذ دوره الاولى عام ١٨٩٦ م ، حيث لم يكن هناك تقسيم لاوزان المصارعين حيث شارك كل المتنافسين في وزن واحد ، كما ادخلت المصارعة الحرة الى الدورة الاولمبية الثالثه بسانت لويس سنة ١٩٠٤ م وكان احتمال تداخل القرارات التحكيميه بين النوعين في الصراع كبير جدا ن مما دعى المسؤولين الى الفصل بينها قانونيا في دورة الالعاب الاولمبية الرابعة التي اقيمت في لندن عام ١٩٠٨ م

وكانت النزالات ومنذ بداية الدورة الاولى غير محددة بوقت وكانت تجري المنافسه لعدة ساعات بين المتصارعين ، ولغاية دورة باريس سنة ١٩٢٤ م حيث تم تحديد وقت لكل نزال ، واستمر اجراء التغييرات والتطوير على اللعبة في وقت المنافسه واوزان المصارعين اضافة الى الاساليب الاخرى الى عصرنا هذا .

المهارات الأساسية (القاعدية) في المصارعة :

يقسم خبراء تدريب المصارعة في العالم المهارات الأساسية في المصارعة الى سبعة مهارات وذلك تلافيا للاختلافات والتنوع الكبير الذي كان يحدث في الماضي في المصطلحات واساليب المصارعة من مكان لآخر حيث كانت الحركة الواحدة قد تسمى بأربع أسماء ، والمهارات الأساسية السبعة هي : الوقفة ووضع الجسم - حركة المصارع - تغيير مستوى الجسم - الاختراق - الرفع - خطوة الرجل الخلفية - التقوس للخلف وكما موضح في الصورة



صورة للمهارات الأساسية السبعة في المصارعة

ونلاحظ من خلال الشكل أعلاه إن الخبراء وضعوا هذه المهارات داخل دوائر متصلة مع بعضها البعض للدلالة على ارتباط بعضها مع بعض وعدم قدرة أي مصارع على الاستغناء عن أي واحدة منها كما إن وجود أي ضعف في أي من هذه المهارات يؤدي إلى عدم قدرته على أداء الكثير من المسكات الهجومية أو الدفاعية ، حيث إن مجموع هذه المهارات بتشكالتها المتنوعة يؤدي صناعة المسكات في المصارعة .

اولا-وقفه الاستعداد: واحدة من المهارات الاساسية في المصارعة حيث يتحقق هذا الوضع عندما تكون اجزاء الجسم عموديا يمر بمركز ثقل الجسم العام ويسقط في منتصف قاعدة ارتكاز المصارع حيث يعتمد اداء المسكات بالاساس على المهارات الاساسية

ويتضمن الوقوف شروط فنيه يجب مراعاتها وهي :

أ-الراس للاعلى قليلا بحيث يتمكن المصارع من مراقبة حركة المنافس من اعلى الى اسفل

ب- الذراعان بجانب الجسم بوضع انثناء من الكوعين بحيث تشكل زاوية قائمة بين العضد والساعد

ج-الركبتان في حالة انثناء قليلا لامتناس تأثير القوة الخارجة من المنافس وللاستفادة من الانثناء لانتاج قوة كافية لاداء حركة هجومية او دفاعية

وتقسم وقفة الاستعداد الى قسمين

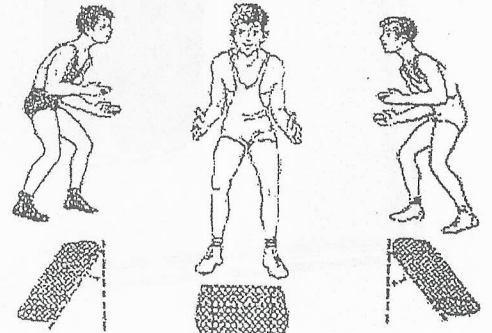
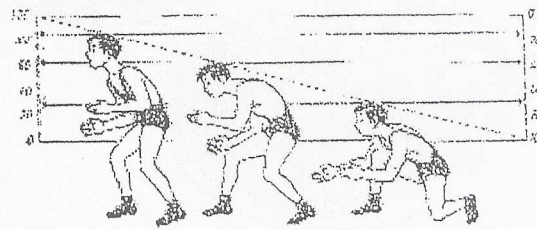
1-وقفه الاستعداد المستوي: تسمى الوقفه المستوية بهذا الاسم لان كلا القدمين موضوعتين بحيث لا تسبق احدهما الاخرى حيث يكون الجسم بحالة من الاتزان التام

2-وقفه الاستعداد غير المستوي: تسبق احدى القدمين الاخرى لذا تسمى الوقفه غير المستوية بهذا الاسم حيث تكون احدى القدمين قائدة وهي القدم الامامية والاخرى هي الارتكاز اي القدم الخلفية وتقسم الى ثلاث اقسام :

-الوقوف العالي : يكون انثناء بسيط في مفصل الركبة وعدم الميل بالجذع للامام

2-الوقوف مع الثني قليلا للامام: يزداد انثناء مفصل الركبة اكثر من النوع السابق مع ميل واضح للجذع للامام

3-الوقوف من الثني النصفى : يزداد انثناء مفصل والاحتفاظ بميل الجسم للامام دون حدوث انثناء مفرط بحيث يكون مستوى عضلتي المقعد اعلى من مفصل الركبة .



أوضاع الجسم وقوفا بما يتناسب ونوع الصراع

شكل: يوضح وضع الرجلين



وضع الجسم وقوفاً مع الثني قليلاً

ثانيا :حركة المصارع

من المهارات الاساسية في المصارعة حيث ان القدرة على التحرك بشكل مناسب مهمه للقدرة الهجومية والدفاعية والمناوره والاحتفاظ بوضع جيد للجسم عند الحركة يعتبر اكثر اهميه حيث يجب المحافظة على اتزان الجسم ووضعه الاساسي حتى لا تحدث اي اخطا يستفاد منها الخصم للقيام بحركات هجوميه .

ومن مميزات الحركة الصحيحة للمصارع :

1-يتحرك المصارع نحو الاتجاه المراد الحركة نحوه من خلال تقديم الرجل القاندة زحفا" وتتبعها الرجل الارتكاز

2-المسافه بين القدمين لا تتجاوز عرض الكتفين

3-وضع الجذع عمودي قريب فوق الرجلين

4-تتبع قدم الارتكاز القدم القاندة مباشرة بعد استقرار القدم القاندة

ويكون التنقل الى خمسة جهات وكما ياتي

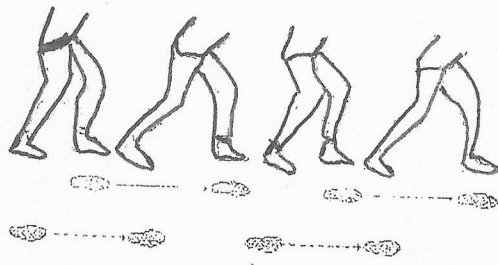
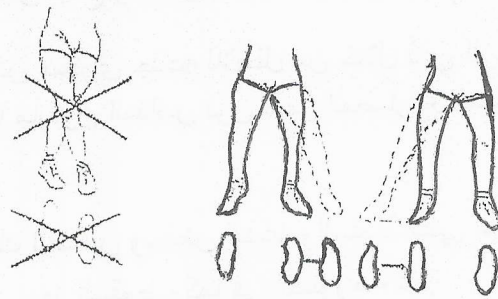
أ-التحرك للامام:تنقل القدم المتقدمه (القانده) ثم بعدها قدم الارتكاز

ب-التحرك للخلف:يتم نقل القدم الخلفيه بعدها قدم الارتكاز

ج- التحرك لليمين:يتم نقل القدم اليمنى اولا جهة اليمين يتبعها القدم اليسرى

د- التحرك لليسار:يتم نقل القدم اليسرى ثم يتبعها القدم اليمنى

هـ-التحرك بتغيير اتجاه الدوران:تثبيت مشط القدم الاماميه كمحور ارتكاز ثم تنقل القدم الخلفيه زحفا بحركة دائريه للجهة المطلوب التحرك اليها .



شكل يوضح حركة القدمين لعدة إتجاهات

ثالثاً: خطوة الرجل الخلفية : back - step

تعني هذه المهارة قدرة المصارع المهاجم على نقل قدمه الامامية بزاوية مناسبة امام الخصم ثم الارتكاز عليها والدوران ١٨٠ درجة وتتبعها القدم الخلفية في نفس لحظة الدوران وبجانبيها بحيث يكون ظهر المصارع المهاجم بمواجهة جذع منافسه من الامام .

يعتبر الاداء الصحيح لهذه المهارة الاساس في نجاح رميات الجزء العلوي من الجسم (الرميات من فوق الظهر) ، وتعني هذه المهارة الخطوة التي يقوم المصارع المهاجم بالاتجاه المعاكس (للخلف) مع يقف جذعه الى الخلف بحيث يصبح جذعه يواجه منافسه ، فالرميات في المصارعة تعتبر جدا . وخاصة في المصارعة الرومانية ومثيره للججمهور وغالبا ما يتم رفع المنافس مباشرة على الظهر ورميه للوصول الى لمس الاكتاف او للحصول على النقاط الممنوحة حيث تقويم هذه الرميات (٤ نقاط)

ومن خلال الصور (٣٥-٤٠) ادناه نلاحظ الخطوات الاساسية لمهارة خطوة الرجل الخلفية مع زميل وهمي :

أ - يقف المصارع المهاجم بوضع وقفة الاشتباك امام منافسه وكما في الصورة ٣٥ .

ب - ينقل المصارع قدمه الى الامام بين قدمي المنافس بزاوية مناسبة مع قدمه الخلفية (الارتكاز) وكما في الصورة ٣٦ .

ج - تبدأ الحركة بقيام المصارع المهاجم بالدوران على مشط القدم الامامية وفي نفس اللحظة يخطوا المصارع للخلف بسحب قدمه الخلفية (الارتكاز) ويضعها بجانب الامامية ويكون الدوران ١٨٠ درجة بحيث يصبح ظهر المصارع المهاجم مواجهها وملاصقا لجذع الخصم من الامام مع بدء المهاجم بخفض جذع واستمرار مسك المنافس باليدين وكما في الصورة ٣٧-٣٨ .

د - يستمر المهاجم في خفض مستوى جذعه للأسفل من خلال ثني الركبتين استعداد لعملية الهبوط على البساط وغالبا ما يكون المنافس فوق ظهر المصارع المهاجم في هذه المرحلة وكما في الصورة ٣٩ .

و - يستمر المهاجم في مسك المنافس وخفض جذعه والسقوط على البساط على احد جانبيه مع استمرار مسك المنافس حتى بعد السقوط وكما في الصورة ٤٠ .

واهم شروط نجاح اداء مهارة خطوة الرجل الخلفية وبالتالي نجاح الرميات هي :

- ١- ان كفاءة المصارع في اداء مهارات وضع الجسم والحركة وتغيير مستوى الجسم اهم اسباب نجاح اداء مهارة خطوة الرجل الخلفية .
 - ٢- ان خفض مستوى الجسم في الخطوه الاولى يعد امرا حاسما لنجاح مهارة خطوة الرجل الخلفية .
 - ٣- يجب ضم القدمين الى بعضهما للمساعدة في اتخاذ وضع الارتكاز وزيادة مد الركبتين للحد الاقصى .
 - ٤- يجب ان يكون المصارع مستعدا للهبوط حيث غالبا مايكون المنافس على ظهره بعد الرمي لمحاولة تثبيت الكتفين .
- ومن اهم المسكات والرميات التي تعتمد على مهارة خطوة الرجل الخلفية هما :
- أ - رمي المنافس من فوق الظهر بحجز الراس والذراع .
 - ب- رمي المنافس من فوق الظهر بحجز ذراع المنافس .

رابعاً - القوس للخلف (تقوس الظهر) back - arch :

تعتبر هذه المهاره الاساسية في المصارعة الطريق الاساس لاكثر الرميات والمسكات اثاره في رياضة المصارعه كما في مسكات خطف المنافس المختلفة سواء الخطف بالمواجهه او الخلفي او الجانبي وكثير من المسكات المتنوعه الاخرى ، كما ان هذه المهارة هي الاساس التي تعتمد عليها اخر وسيلة دفاعية للمصارع ضد تثبيت كتفيه عندما يستخدم المصارع القوس على البساط والاستناد على راسه وقدميه ضد تثبيت الاكتاف في حالات الصراع الارضي المتنوعه .

وهناك نوعين من القوس في المصارعة هما :

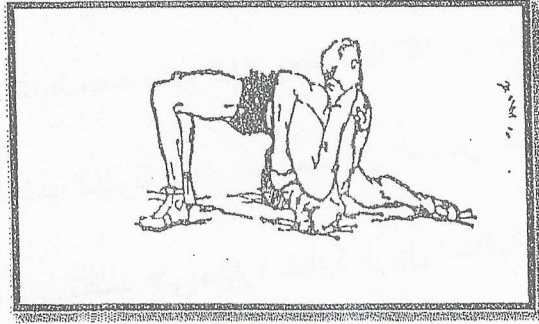
- أ - القوس الهجومي (القوس للخلف) :
- وكما ذكرنا سابقا هي المهارة الاساسية التي من خلالها يؤدي المصارع اهم واصعب المسكات في المصارعة وهي مسكات الخطف بانواعها المختلفة وتقيم هذه المسكات (٤-٥) نقاط
- ب - القوس الدفاعي او الجسر (القوس الارضي) :

من المهارات الاساسيه والضروريه جدا في المصارعه هو عمل القوس او (الجسر) الذي يؤديه المصارع من اجل الدفاع عن مسكه يحاول فيها المهاجم ان يضغط عليه لتمس كتفيه البساط وتعلن خسارته ويتم عمل القوس من خلال ارتكاز المصارع على الراس والقدمين ليشكلتا مثلثا متساوي الساقين مع تقوس الجسم للاعلى فالارتكاز على الراس يكون على مقدمته اي على (الجبهة) اما القدمان يجب ان تشيران للامام عند الارتكاز والمسافه بينهما باتساع الحوض على ان لا تنقل الزاويه المحصوره بين الفخذ والساق ٩٠ درجه ، كما يتخذ الجذع شكل القوس الى الاعلى لاسكانية ابعاد الكتفين عن المساس بالبساط (لان الكتفين نقطة الهزيمه) .



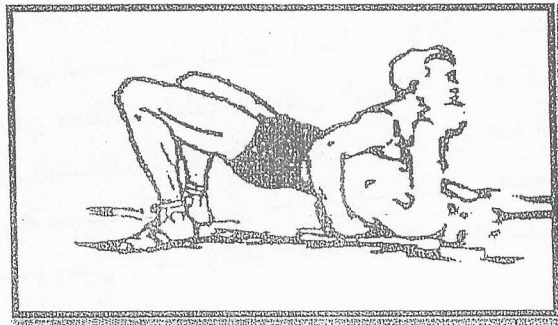
ان المصارع الذي لايجيد هذه المهارة او يكون ضعيف في أداءها يكون معرضا للهزيمة بلمس الكتفين عند تعرضه للوضع الخطر ، وبطبيعة الحال فاتح عمل القوس هو اخر وسيله دفاعيه ، ويقسم الى ثلاثة انواع هي :

١- القوس العالي : ويكون نقطتي استناد جسم المصارع فيه على جبهته وقدميه وتكون الزاوية المحصورة بين الفخذ والساق ٩٠ درجة مع تقوس كبير للظهر الى الاعلى وكما في الصورة



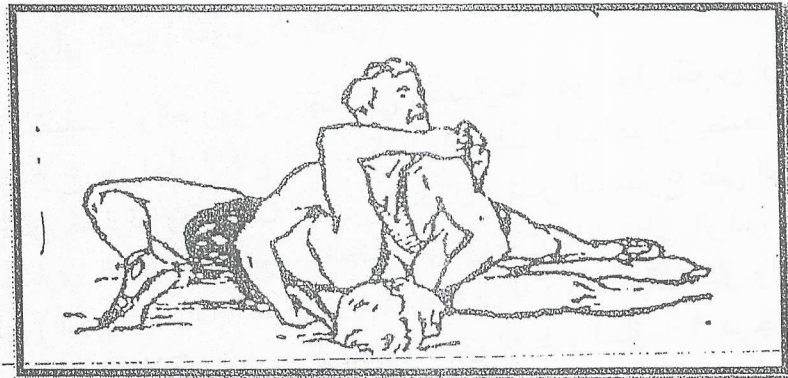
صورة القوس العالي

٢- القوس الواطئ : ويكون نقطتي استناد جسم المصارع فيه على قمة راسه وقدميه وتكون الزاوية المحصورة بين الفخذ والساق اقل من ٩٠ درجة مع تقوس قليل للظهر الى الاعلى وكما في الصورة



صورة القوس الواطئ

٣- النصف قوس : في هذا القوس يستند المصارع على احدى كتفيه وجانب من راسه ويتبادل عملية الاستناد على كتفيه على ان لا يستند عليهما في نفس الوقت مع دوران جسمه مرة لليساى واخرى لليمين بالعبور على راسه وهكذا وكما في الصورة



صورة النصف قوس

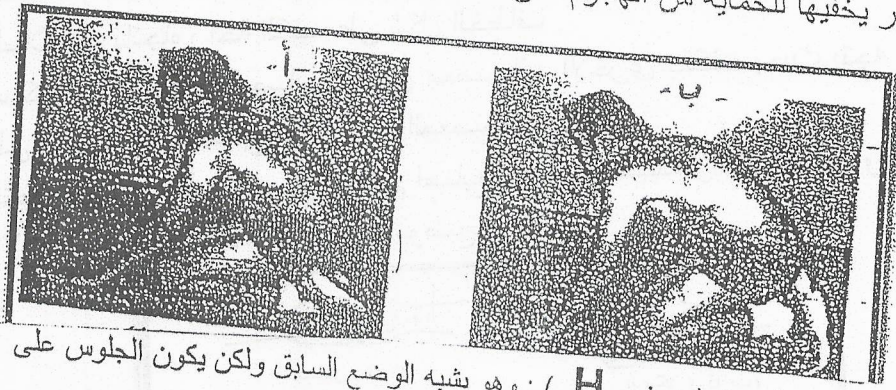
: هناك وضعان أساسيان تتفرع منهما بقية الأوضاع وهما

أ - وضع الجلوس الأرضي ب - وضع الانبطاح على البساط (الفلات) Flat .

أ - وضع الجلوس الأرضي :

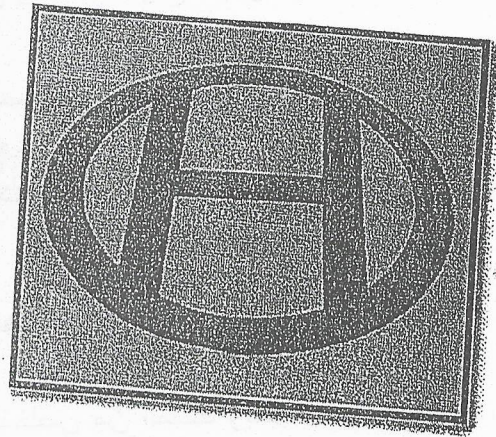
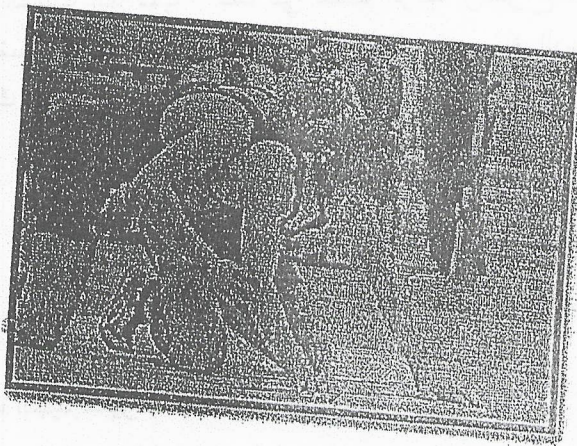
هو وضع دفاعي في لعبة المصارعة وهناك نوعان معروفان هما :

١- وضع الجلوس الأرضي الكلاسيكي : هو وضع دفاعي وهو يعتبر وضع البدايه للمصارع على البساط قبل انطلاق الصفاره (وهو يستخدم في حالات خاصة في المصارعة مثل الانذارات حيث يعاقب المصارع صاحبه الانذار بالجلوس وحسب طلب المصارع المنافس ويكون المصارع المنافس خلفه مباشرة) ، وتبين الصورتين (١٠-١١) الأوضاع المثلى لوضع الصراع أرضا حيث يكون الاستناد على الكفين بفتحته مناسبة وضم الفخذين والقدمين للداخل حيث يعتمد بعض المصارعين الى غلق القدمين واخفاءها تحت المقعد كما في صورته (١١) والبعض الاخر يخفيها للحماية من الهجوم على مفصل القدم كما في الصور (١٠) .



٢- وضع الجلوس الأرضي الحديث (حرف H) : وهو يشبه الوضع السابق ولكن يكون الجلوس على

حرف H داخل الدائرة المركزية حيث توضع اربع علامات حول الحرف ويضع المصارع يديه وركبتيه على هذه العلامات او الدوائر ، ويجبر حرف H المصارع على ان يباعد بين ركبتيه ويديه للمسافة المطلوبة كما انه يمنع المصارع من ضم قدميه الى بعضها او اخفائها تحت المقعد كما في الوضع الاول وكما في الشكلين (١٤-١٥) .



الوضع الأرضي الدفاعي الحديث

صورة حرف H في الدائرة المركزية

ب - وضع الانبطاح على البساط (الفلات) Flat : وهو الوضع الذي يلي عادة وضع الجلوس الأرضي السابق حيث يندفع المصارع بعد صافرة الحكم بالانبطاح على البساط ويكون راسه مرفوع ويباعد بين رجليه ويديه ومستلدا على كفيه وذلك ليوسع قاعدة ارتكازه ليمنع المنافس من رفعه للاعلى وكذلك يبتني احدى رجليه ليمنع المنافس من اداء مسكات الرول وغيرها

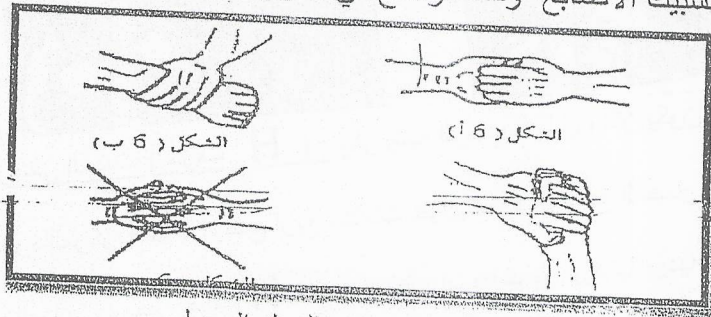
المسك في المصارعة (الاشتباك مع الخصم) :

هناك العديد من انواع المسك والاشتباك في المصارعة تبعا لنوع المسكة التي يراد تنفيذها ضد الخصم ولكثرة عدد المسكات (الاداء الفني) في المصارعة لكلا النوعين فانه من العسير ان يتم تحديد نوعا واحدا من المسك لجميع انواع المسكات ، ففي المصارعة الرومانية يختلف المسك فيها عن المصارعة الحرة لاختلاف انواع المسكات فعند اطلاق الحكم الصافره لبدء النزال يتقدم المصارعان للتلاحم ومسك بعضهما البعض في المصارعة الرومانية وذلك لان المسك تحت الحزام ممنوع في المصارعة الرومانية وبالتالي فان الهجمات على القدمين ممنوعة ، اما في المصارعة الحرة فان التلاحم المباشر يكون قليلا في اغلب الاحيان وذلك لمحاولة كل مصارع فيها حماية رجليه من الهجمات عليها .

يمكننا ان نقسم المسك الى نوعين هما :

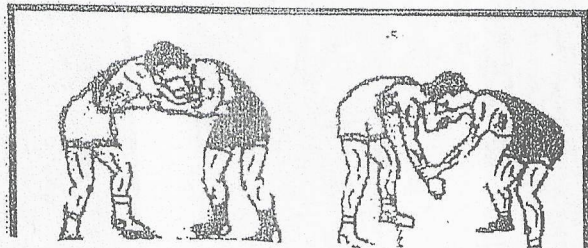
١- المسك البسيط : ويتم باحدى الطرق التالية :

- ❖ مسك السلاميات : يقوم المصارع بتشبيك سلاميات اصابع اليدين عن طريق ثني السلاميات باتجاه راحة الكف على شكل الخطاف .
- ❖ مسكة الرفع : يقوم المصارع بقبض معصم اليد الاخرى بالكف بحيث يتجه الابهام الى اسفل وبقيّة الاصابع تلتف حول المعصم من الاعلى .
- ❖ تشبيك الكفين : يقوم المصارع بضم اصابع اليدين ثم تشبيك راحتي الكفين وضرورة الانتباه بعدم تشبيك الاصابع وكما موضح في الصورة



صورة توضح المسك البسيط

٢- المسك المركب : كما في مسك الرقبة والذراع من اعلى العضد ، او مسك الذراع من العضد والرقبة ، او مسك الرسغ والرقبة او مسك الرسغ وعضد الذراع الاخر من الاسفل او مسك خلف العضد والخصر .

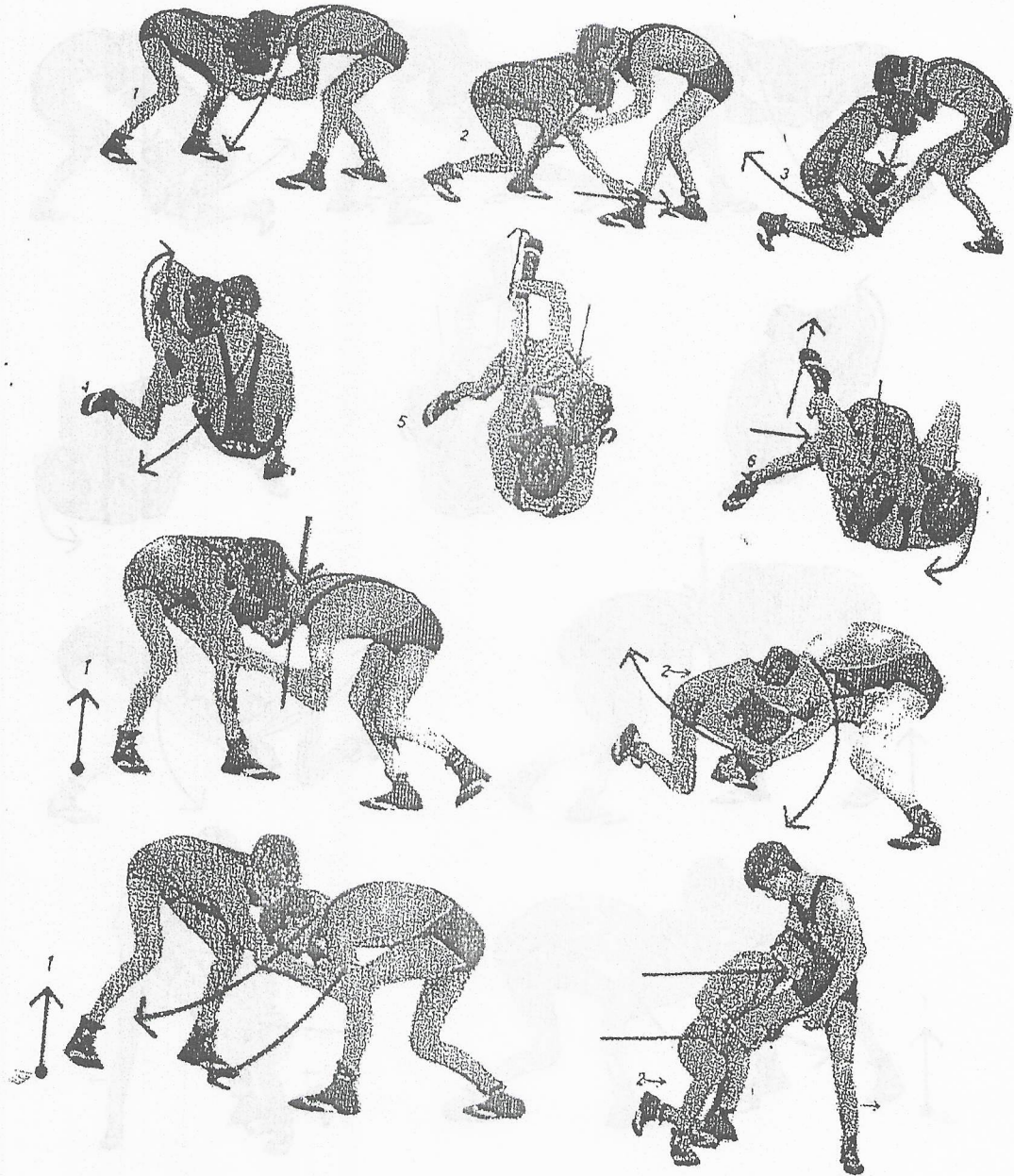


وللمسك الجيد مميزات منها :

- تشتيت انتباه المنافس من خلال تفكيره فقط في التخلص من المسك وبذلك يفقد وقفته الصحيحة وقد يؤدي الى اختلال توازنه .
- المسك الجيد يفقد المنافس قدرا من نشاطه مما يؤدي الى مضاعفة المجهود المطلوب اثناء النزال .
- يقوم المصارع المهاجم من خلال المسك الجيد باداء الحركات والمسكات الفنية نتيجة لوجود الثغرات التي تحدث من المنافس لقيامه بحركات غير مجديه للتخلص من المسك .

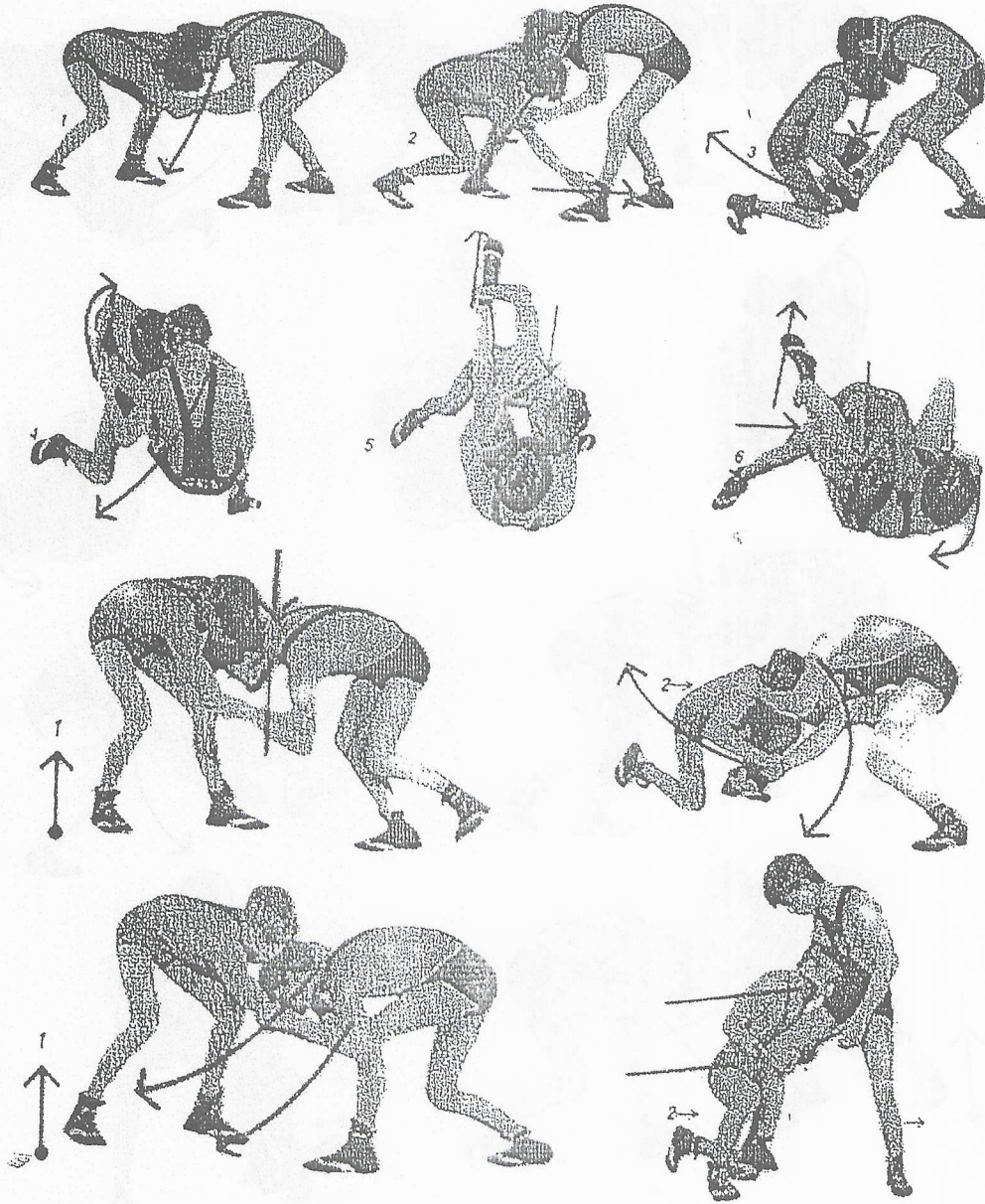
خامساً: مهارة تغيير مستوى الجسم

يقوم المصارع بتغيير مستوى الجسم اما من الاسفل الى الاعلى او من الاعلى الى الاسفل لاستغلال انصب وضع هجومي يحقق له الهدف حيث يكون ضغط اللاعب على جسم المنافس للامام والى الاسفل ليستقطه على صدره او يضغط عليه من الاعلى الى الاسفل ليستغل رد فعله



خامساً: مهارة تغيير مستوى الجسم

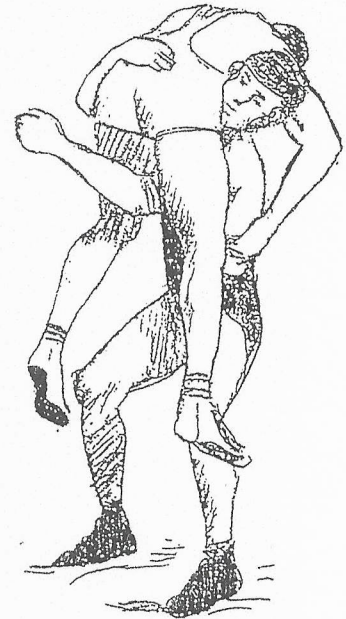
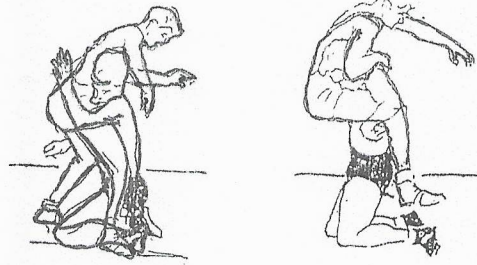
يقوم المصارع بتغيير مستوى الجسم اما من الاسفل الى الاعلى او من الاعلى الى الاسفل لاستغلال انصب وضع هجومي يحقق له الهدف حيث يكون ضغط اللاعب على جسم المنافس للامام والى الاسفل ليستقطه على صدره او يضغط عليه من الاعلى الى الاسفل ليستغل رد فعله



سلسلة: الرفع

هذه المهارة تشير الى قدرة المصارع على رفع المنافس عن البساط وجعله يفقد قاعدة الارتكاز وتعتبر مهارة الرفع من المهارات المهمة الهجومية والدفاعية وتنفيذ الكثير من الرميات حيث ان اللاعب يمنح نقاط لبعض المسكات التي تتضمن رفع المنافس وميزة الرفع ان المدافع عند رفعه عن البساط يفقد توازنه وبالتالي لا يستطيع القيام بهجوم مضاد وهناك شروط لرفع المنافس يجب تحقيقها وهي :

- 1- استخدام قوة الرجلين والحوض لرفع المنافس والمهاجم قريب من المدافع
- 2- عدم رفع المنافس بالاعتماد على الطرف العلوي فقط وقوة الظهر لان ذلك سيؤدي الى الاحباط والم الظهر
- 3- رفع المنافس عن طريق خفض الجسم وثني الركبتين للأسفل ودفع الحوض تحت مستوى جذع المنافس



١٨/٣/٦

التعليم
مدرسة الحكيم

٢٠٥٠

١٧

قانون المصارعة

القانون الدولي بالمصارعة

المصارعة ككل الألعاب الرياضية تخضع لقواعد منظمة يتكون منها قانون اللعب ومن خلاله يحدد كيفية الممارسة وتحقيق الفوز (بنهيب الكتفين) أو (الفوز بالنقاط) على المنافس ، هذه النظم والقواعد تطبق على كافة أنواع الصراع والمعروف بالمصراع الحديث تحت إشراف وإدارة الاتحاد الدولي للمصارعة ال (FILA) .

يمكن الاختلاف فيما بين المصارعة الرومانية والمصارعة الحرة جوهريا بالاتي :

المصارعة الرومانية :

يمنع منعاً باتاً مسك المنافس من تحت الحزام (الوسط) أو استعمال الأرجل بفاعلية عند تنفيذ المسكات .

المصارعة الحرة :

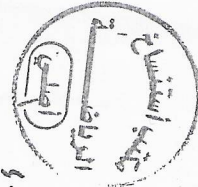
يسمح فيها بمسك المنافس من الأرجل أو استعمالها عند تنفيذ المسكات بكل أنواعها .

المصارعة النسائية :

يمنع منعاً باتاً تنفيذ مسكات الدبل كلاته (ودبل نلسن) ويسمح بتنفيذ المسكات حسب أنواع الصراع

المصارعة الفلكلورية :

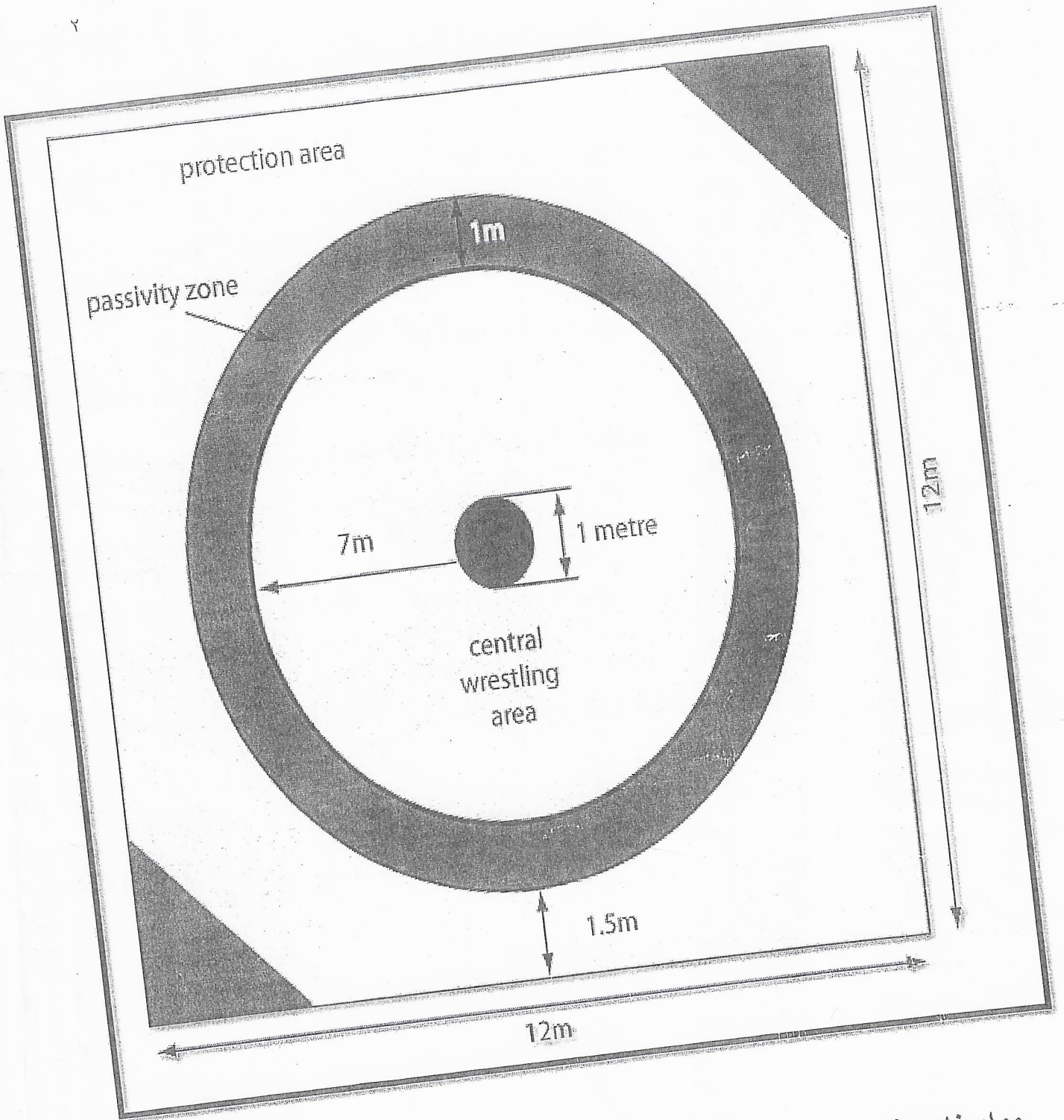
تدار بواسطة قوانين خاصة توضع من قبل البلدان التي تمارسها .



قانون المصارعة
المرحلة الثالثة

م.م. علي كافي

م.م. اياد محمد



مواصفات وقياسات البساط :

• يصنع البساط من مادة اللباد المضغوط ، ويكون على شكل دائرة قطرها (٩) م وحاط بمنطقة حماية من نفس نوعية البساط عرضها (١٢٠ - ١٥٠ سم) م كقياس دولي في البطولات الدولية والاولمبية ، اما سمك البساط ٥ - ١٠ سم .

• يحيط بالبساط من الداخل رباط احمر يسمى (منطقة السلبية) او الزون ويكون عرضها (١) م وهي جزء من البساط .

• البساط الداخلي للصراع مساحته تكون (٧) م وتسمى منطقة (اللعب الايجابي) .

- يتوسط البساط دائرة تسمى (الدائرة المركزية) قطرها (١) م سمك الخط فيها (١٠) سم ، وتكون ملونة بالخط الاحمر ، اضافة الى انه تكون الزوايا المتقابلة للبساط باللونين الاحمر والازرق .
- اثناء البطولات الدولية والرسمية ينبغي ان يرفع البساط فوق منصة مرتفعة لا يزيد عن (١١٠) سم ولا تقل عن (٥٠ سم) ويمنع استعمال الاعمدة والحبال ، واذا كان ارتفاع منطقة الحماية فوق المنصة اقل من (٢) م فيجب ان تكون جوانب المنصة منحدره بزاوية (٤٥) درجة .
- يكون لون منطقة الحماية مختلف عن لون البساط ، اما ارضية البساط فتكون مغطاة بغطاء ناعم (امس الوجه) ومثبت جيدا في اماكنه من خلال حلقات معدنية غير ظاهرة .
- في المصارعة الرومانية يجب ان تكون دائرة المركز (بداية الصراع) محاطة بخط عرضه (١٠ سم) من ١ متر يتم فيها رسم خطين متعامدين عرض (٢ سم) كما يوجد خطين بينهما (٤٠ سم) خط اليدين الداخلية وخط الركبتين

ملابس المصارعين :

- عند بدء كل مباراة على المصارع أن يظهر على حافة البساط مرتديا مايوه من قطعة واحدة من اللون المحدد لكل منهما (احمر أو أزرق) ويمنع اختلاط الألوان .
- في المصارعة الرومانية للمصارع الحق في ارتداء مايوه قطعة واحدة يغطي من القدم وحتى الكتفين أو يغطي الفخذين والركبة أما في المصارعة الحرة فيكون المايوه إلى منتصف الفخذ ويكون لاصقا للجسم ومعتمد من (FILA) وعليه علم بلده - باج - على الصدر وحروف بلده على الظهر بحجم ١٠ سم ويكتب اسم العائلة بالحروف اللاتينية حجم ٤-٧ سم في أعلى أو نصف دائرة حول اختصار اسم البلد .
- يسمح للمصارع بارتداء واقي خفيف للركبة ، وعلى المصارع ان يحمل منديل منديلا اثناء مدة المباراة وان يبرزها للحكم لغرض العلاج .
- يكون حذاء المصارع نصف بوت من الجلد اللين وبدون اربطة او تثبيت الاربطة بشريط لاصق وان تكون مثبة حول الكاحل ، ويكون الحذاء خالي من الكعب او اي نعل يحتوي على مسامير او بزييم او اي جسم ويمنع السير على البساط بغير احذية المصارعة .
- يمنع ارتداء واقية الاذن او الخوذة الصلبة ويسمح بالاصناف المطاطية اللينة والمعتمدة وفي التعديل الخاص بالمصارعة النسائية يفرض الحكم على المصارعات ذات الشعر الطويل ارتداء خوذة الاذن او تقصير شعرها حيث لايسمح الحكم بايقاف الصراع لربط احدى المصارعات شعرها .

• يجب على الحكم عند عملية الوزن ان يفحص المصارع للتأكد من انه يطبق هذه المادة وعليه انذار المتسابق وفي حالة عدم تصحيح مظهره لن يسمح له بالعب .

- اذا دخل المتسابق في وضع غير منضبط فان طاقم التحكيم يمنحه دقيقة واحدة على الاكثر لتصحيح مظهره واذا انقضت المدة دون إصلاح الخطأ فيعتبر مهزوما .
- الممنوعات :
 - ١- يمنع ارتداء شعار او اختصار بلد اخر .
 - ٢- يمنع ارتداء الضمادات على المعصمين او الكاحلين الا في حالة الاصابة بناء على وصفة الطبيب ، ويجب ان تغطي الضمادة بأشرطة مطاطية .
 - ٣- يمنع دهان الجسم بأي مادة دهنية او زيتية .
 - ٤- يمنع صعود المصارع على البساط وهو يتصعب عرقا في بداية النزال او بداية الجولات
 - ٥- يمنع ارتداء اي شيء قد يسبب ضررا للمنافس من الخواتم او الاساور .
 - ٦- يمنع ارتداء صدرية بها اجزاء معدنية بالنسبة للنساء .

رخصة اللاعبين

- يجب أن يكون في حوزة كل اللاعبين لكل الفئات العمرية المشاركين في كافة أنواع الألعاب الاولمبية ، كؤوس العالم ، وبطولات وكؤوس والعب القارات والأقاليم والدولية البطاقة أو الرخصة الدولية (وهي رخصة أو هوية تعريفية لكل مصارع لمنع التزوير في الأعمار) ويتم تسليمها عند عملية الوزن إلى الممثل الرسمي عن عملية الوزن الذي يقوم بتسليمها بدوره إلى مندوب الاتحاد الدولي (FILA) ، وبعد تدقيقها يرجعها إلى إداري الفريق ويجب ان يكون الطابع الدولي (الرخصة) ساري المفعول لنفس العام .
- بمجرد حيازة المصارع على الاجازة الدولية (الطابع الدولي) يعتبر مؤمن عليه بالتكاليف المالية للعلاج الطبي في المستشفيات في حالة حدوث اصابة ناتجة عن مشاركته في البطولة

جدول يبين أسماء الفئات والأعمار المسموح بها في المنافسات الدولية

اسم الفئة	العمر المسموح به
School boy طلاب المدارس	١٤-١٥ سنة (تقرير طبي وتصريح بموافقة الوالدين لعمر ١٣ سنة)
Cadets الفتيان	١٦-١٧ سنة (تقرير طبي وتصريح بموافقة الوالدين لعمر ١٥ سنة)
Juniors الشباب	١٨-٢٠ سنة (تقرير طبي وتصريح بموافقة الوالدين لعمر ١٧ سنة)
Seniors المتقدمين	٢٠ سنة فما فوق
Veterans الرواد	فوق ٣٥ سنة (الكبار)

تغيير جنسية المصارعين :

- المصارعون الذين يرغبون بالمشاركة في مسابقة دولية باسم بلد جديد يجب عليهم الانتظار لمدة سنتين بعد مشاركتهم في آخر مسابقة مع بلدانهم الأصلية (السابقة) .
- يتم تغيير جنسية المصارعين لمرة واحدة فقط ولا يسمح بتغيير الجنسية لأي بلد آخر أو الرجوع لبلداهم الأصلي .
- كل مصارع يشترك في البطولات الدولية يعتبر قد فوض (FILA) في حق تصويره لنشرها أو أي مقطع فيديو بقصد الارتقاء بمستوى اللعبة وفي حالة امتناع المصارع عليه أن يوضح سبب ذلك وقد يشطب من المسابقة .

جدول يبين الفئات والأوزان في المنافسات الدولية

عدد أوزان الفئات	متقدمين		شباب	فتيان	طلاب مدارس
	الحررة	رومانية			
١	٥٥ كغم	٥٧ كغم	٤٦-٥٠ كغم	٣٩-٤٢ كغم	٢٩-٣٠ كغم
٢	٦٥ كغم	٦٧ كغم	٥٥ كغم	٤٦ كغم	٣٥ كغم
٣	٧٥ كغم	٧٧ كغم	٦٠ كغم	٥٠ كغم	٣٨ كغم
٤	٨٥ كغم	٨٧ كغم	٦٦ كغم	٥٤ كغم	٤٢ كغم
٥	٩٥ كغم	٩٧ كغم	٧٤ كغم	٥٨ كغم	٤٧ كغم
٦	١٢٥ كغم	١٣٠ كغم	٨٤ كغم	٦٣ كغم	٥٣ كغم
٧			٩٦ كغم	٦٩ كغم	٥٩ كغم
٨			٩٦-١٢٠ كغم	٧٦ كغم	٦٦ كغم
٩				٨٥ كغم	٧٣ كغم
١٠				٨٥-١٠٠ كغم	٧٣-٨٥ كغم

نظام المنافسة: (خاصة بالمنافسة لسن حور) كترضا لا عيب
 يجري نظام المسابقة عبر نظام الإقصاء المباشر أي بنظام (المغلوب) مع العدد المثالي للمصارعين (٤٠ - ٨ - ١٦ - ٣٢ - ٦٤) ، وفي حالة عدم وجود الرقم المثالي للمصارعين فيتم اللعب لمباريات التأهيل .

يتم ترتيب المصارعين طبقا للأرقام العشوائية التي سحبت من قبلهم عند عملية الوزن وجميع المصارعين الذين خسروا مع المصارعين الاثنتين الذين يتنافسون على المركزين النهائيين (الأول والثاني) .

يقسم كل من الخاسرين من المصارعين الذين سيلعبان النهائي إلى مجموعتين في (دور الترضية) ويتم تصفيتهم كل على حدة ويحصل الفائز الأخير على الميدالية النحاسية والخاسر يحصل على المركز الخامس .

كل فئة وزن واحد يجب أن تبدأ وتنتهي المنافسات على نفس البساط في نفس اليوم ويتم إجراء الوزن لفئة في اليوم السابق للمنافسات .

١- إذا كان عدد المصارعين أكثر من (٥) تتم المنافسة على النحو التالي :

أ - ادوار التأهيل ب - التصنيفات (خروج المغلوب) ج - الترضية د - النهائي .

٢- تجري منافسات الوزن الواحد المكونة من (٥) مصارعين أو أقل بالنظام الآتي :

كل مصارع يجب إن يتنافس مع زملائه بالوزن أي بطريقة الدوري فيما بينهم .

جدول يوضح التنافس لمجموعة مكونة من خمسة مصارعين

الدور	مباريات المصارعين حسب رقمه
الأول	<p>٥ ينتظر</p>
الثاني	<p>٥ ينتظر</p>
الثالث	<p>٥ ينتظر</p>
الرابع	<p>٥ ينتظر</p>
الخامس	<p>٥ ينتظر</p>

معايير التصنيف مجموعة الدوري (الخمسة وأقل)

• يتم استخدام المعايير الآتية :

- ١- الأكثر فوزا .
- ٢- الأكثر نقاط ترتيب .
- ٣- إذا تساوى مصارعين في نقاط الترتيب ، ستحدد مباراتهما مباشرة الفائز ويكون الأول يليه الخاسر .

٤- إذا تساوى أكثر من مصارعين (ثلاثة) في نقاط الترتيب فالتفاضل بينهم يكون بتحديد اللاعب الأسوأ وحسب المعايير الآتية حتى يبقى مصارعين فينظر إلى نتيجة اللقاء المباشر بينهما .

• تحديد المصارع الأسوأ بين ثلاثة مصارعين :

- ١- الأقل انتصارا بالكتف (٥ نقاط ترتيب) .
 - ٢- الأقل فوزا بالتفوق الفني في منافسات البطولة .
 - ٣- الأقل نقاط فنية سجلها في البطولة كلها .
 - ٤- الأكثر نقاط فنية سجلت عليه في البطولة كلها .
- وعند استمرار التعادل بين المصارعين ينظر إلى اللقاء المباشر بينهما والفائز هو الأول والثاني هو الخاسر .

معايير التصنيف مجموعة الدوري (الخمسة وأقل)

مثال : صنف المصارعين حسب نتائجهم من المركز (الأول إلى الخامس) ؟

المصارعون	النتيجة (الفائز)
١ × ٢ ٣ × ٤ ٥ ينتظر	١ ٣
١ × ٥ ٣ × ٢ ٤ ينتظر	١ ٢
١ × ٤ ٢ × ٥ ٣ ينتظر	٤ ٢
١ × ٣ ٥ × ٤ ٢ ينتظر	١ ٥
٤ × ٢ ٥ × ٣ ١ ينتظر	٢ ٣

المركز	نقاط فنية عليه	نقاط فنية له	فوز بالتفوق الفني	فوز بالكثف	نقاط الترتيب	فوز	المصارع
الأول					٤	٣	١
الثاني					٤	٣	٢
					-	٢	٣
					٥	١	٤
					-	١	٥

• ومن خلال النتائج أعلاه يمكننا تصنيف المصارعين حسب نتائجهم كما في الجدول التالي :
حيث نلاحظ ان مصارع رقم ١ و ٢ قد تساوى بعدد مرات الفوز وبنقاط الترتيب ولذلك بالرجوع الى المباراة بينهما نرى ان مصارع رقم ١ قد فاز على رقم ٢ ولذلك يكون هو الاول و مصارع ٢ هو الثاني .

• في حالة تساوي ثلاثة مصارعين في عدد مرات الفوز :
مثال : كانت النتائج بين المصارعين الثلاثة كما في الجدول ادناه :

المركز	نقاط فنية عليه	نقاط فنية له	فوز بالتفوق الفني	فوز بالكثف	نقاط الترتيب	فوز	المصارع
الاول	-				٣	١	١
	٥		-	-	٣	١	٢
الثاني	٤	-	-	-	٣	١	٣

حيث نلاحظ ان المصارعين ارقام ١ و ٢ و ٣ قد تعادلووا في عدد مرات الفوز وفي نقاط الترتيب ولذلك نلجا الى تحديد اسوء المصارعين وقد تبين ان اسوء المصارعين الثلاثة هو مصارع رقم ٢ لانه اكثر المصارعين الذين سجلت عليهم اعلى نقاط فنية (٥) نقاط وبالتالي نفاضل بين مصارع رقم ١ و ٣ ويكون رقم ١ الاول لانه اقل المصارعين الذين سجلت عليهم نقاط فنية (صفر) وبالتالي يكون رقم ٣ هو الثاني وهكذا

مثال : إذا كان عدد المصارعين المشاركين ٢٢ مصارعا فكيف يتم تنظيم الأدوار بينهم ؟

ج / العدد المثالي سيكون ١٦ حيث هو اقرب إلى ٢٢ مصارع

ثم نستخدم المعادلة التالية :

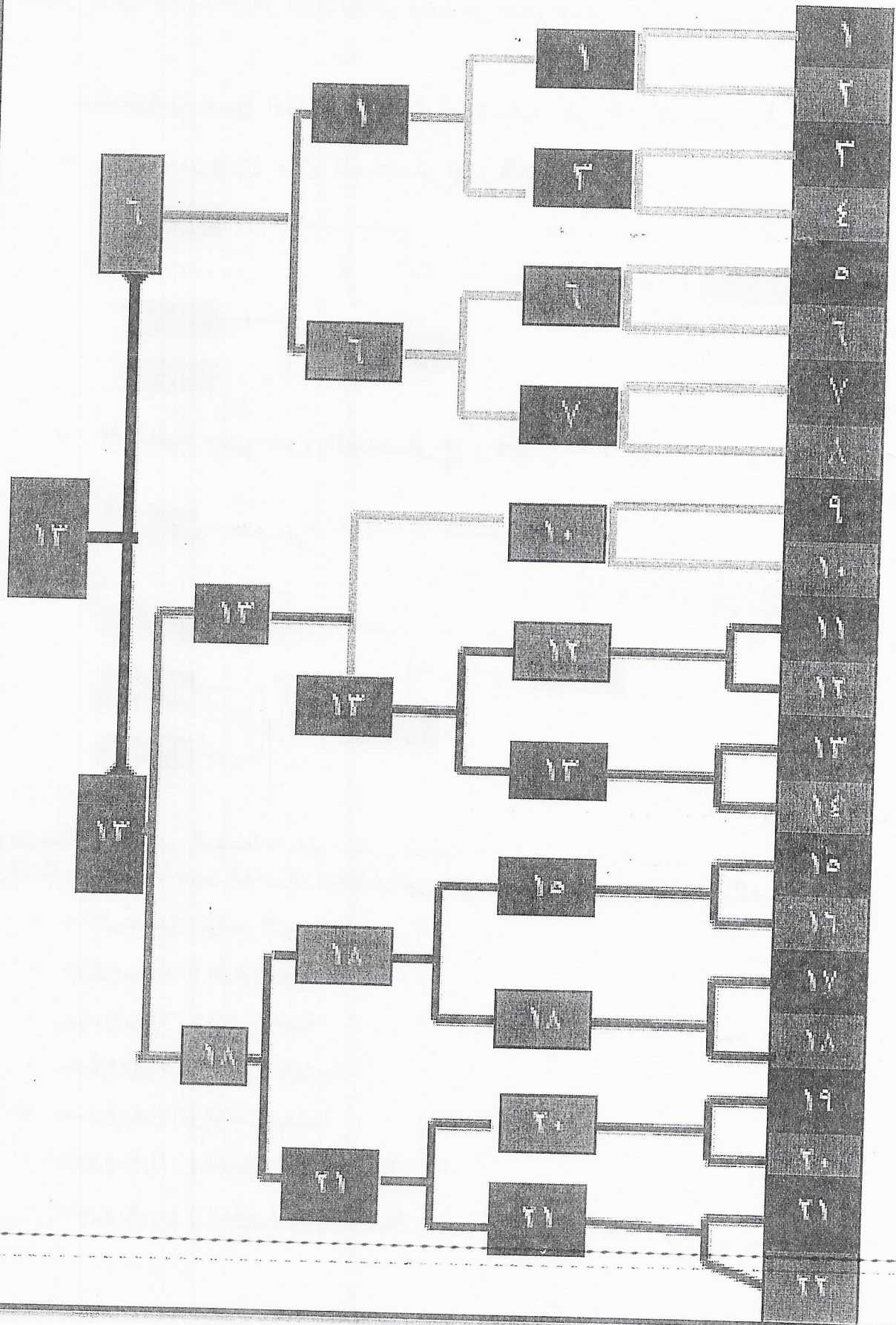
$$2 \times (\text{عدد المصارعين} - \text{العدد المثالي}) \times 2$$

$$\text{أي } 2 \times (22 - 16) \times 2$$

$$12 = 2 \times 6 =$$

أي انه (١٢) مصارع سيبدأون ادوار التأهيل وكما يلي في المخطط ادناه :

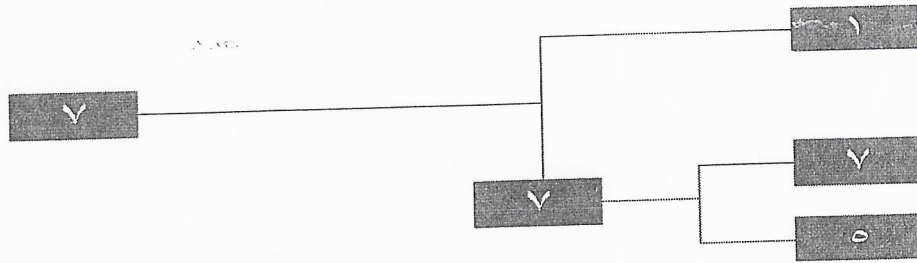
ادوار التهيئة والتصفيات



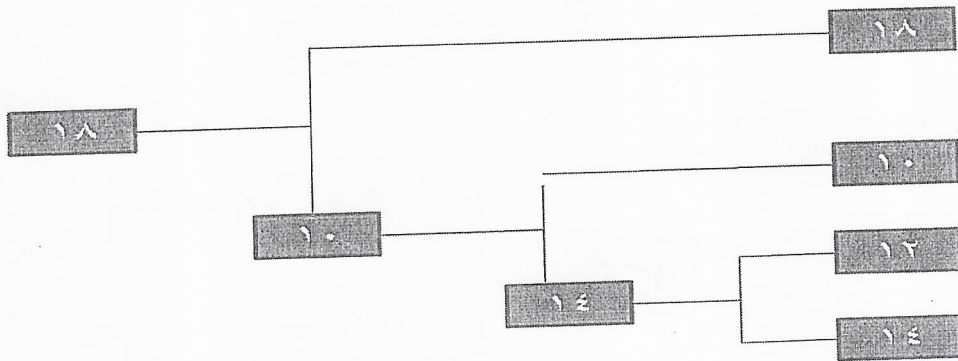
ومن خلال النتائج الظاهرة في المخطط اعلاه نلاحظ ان مصارع رقم ١٣ هو البطل وصاحب المركز الاول اما مصارع رقم ٦ سيكون صاحب المركز الثاني لانه خسر النهائي ، اما ادوار الترضية وتحديد المركز الثالث والخامس فيكون من خلال عمل التصنيفات مع المصارعون الخاسرون من صاحب المركز الاول والثاني وكل على حده وكما موضح في المخطط ادناه :

مخطط يوضح ادوار الترضية وتحديد المركز الثالث والخامس

• الخاسرون من المصارع رقم (٦)



• الخاسرون من المصارع رقم (١٣)



ومن خلال النتائج في المخطط السابق سيكون المصارعين ارقام ٧ و ١٨ أصحاب المراكز الثالث والثالث مكرر بينما يكون الخاسران منهما ارقام ١٠ و ١ صاحب المركز الخامس والخامس مكرر

• وبالتالي سيكون الترتيب النهائي كالآتي :

- مصارع رقم ١٣ (الأول) ذهبية
- مصارع رقم ٦ (الثاني) فضية
- مصارع رقم ٧ (الثالث) برونزية
- مصارع رقم ١٨ (الثالث) برونزية
- مصارع رقم ١ (الخامس) شهادة تقديرية
- مصارع رقم ١٠ (الخامس) شهادة تقديرية

ومما سبق قمنا بتصنيف المصارعين من المركز الاول الى الخامس ، ويبقى المطلوب تصنيف المصارعين الخاسرين من المركز السابع إلى الأخير (إي إلى العاشر كحد اعلي) ونقوم بتصنيفهم وفقا للمعايير ادناه :

• يتم ترتيب المصارعين من السابع إلى الأخير طبقا (لأكثر نقاط ترتيب) وفي حالة التعادل ينظر للاتي :

١- الأكثر فوزا بتثبيت الأكتاف .

٢- الأكثر فوزا بالتفوق الفني .

٣- الأكثر نقاطا فنية سجلت له في منافسات البطولة .

٤- الأقل نقاطا فنية سجلت عليه في منافسات البطولة .

٥- إذا تساوى مصارعين في النقاط أعلاه فأنهم يحصلون على نفس الترتيب .

بالعودة للمخطط الأول السابق نفترض ان نتائج المصارعين الخاسرين والباقيين كانت كالآتي :

المركز	نقاط فنية عليه	نقاط فنية له	تفوق فني له	تثبيت كتف له	نقاط ترتيب	المصارع
	٤	-	-	-	٤	٥
	-	-	-	-	٥	١٤
التاسع	-	٥	-	-	١١	١٢
العاشر	٤	٥	-	-	١١	٢
	٤	-	-	-	٨	٣
	٥	-	-	-	٨	٤
	-	-	-	-	٦	٨
	-	-	-	-	٧	٩
	٤	-	-	-	٥	١١
الثامن	-	٥	-	-	١٣	١٥
	٥	-	-	-	٥	١٦
	-	-	-	-	٤	١٧
	-	-	-	-	٤	١٩
	-	٤	١	-	١١	٢٠
السابع	-	٤-٤	-	١	١٣	٢١

ومن خلال النتائج الظاهرة في الجدول اعلاه وبالعودة للمعايير السابقة الذكر نلاحظ ان المصارعين ارقام ٢١ و ١٥ تساويا في نقاط الترتيب الا ان مصارع رقم ٢١ هو السابع لان لديه فوز بالكتف وبالتالي يكون مصارع ١٥ الثامن ، كما نلاحظ ان المصارعين ارقام ١٢ و ٢ تساويا بنقاط الترتيب وبالنقاط الفنية (٥) نقاط الا ان المصارع رقم ١٢ هو التاسع لانه اقل من الاخر في النقاط الفنية المسجلة عليه وبالتالي يكون رقم ٢ العاشر .

وبعد ترتيب المصارعين من المركز (الاول الى العاشر) فرديا ، يتم منح كل منهم عدد النقاط وحسب مركزه كما مبين في الجدول الاتي :

جدول يوضح النقاط الممنوحة للمصارعين في مسابقات الفردي (للوزن الواحد) من الأول إلى العاشر :

النقاط الممنوحة له	الترتيب حسب المركز
١٠	الأول
٩	الثاني
٨	الثالث - الثالث
٦	الخامس - الخامس
٤	السابع
٣	الثامن
٢	التاسع
١	العاشر

ان الجدول اعلاه يوضح النتائج لوزن واحد فقط خلال البطولة (مثلا نتائج وزن ٦٥ كغم فقط) ، ثم توحد النتائج فرقيا في جميع الاوزان ولكل الفرق المشاركة في البطولة ويحسب لكل فريق حسب المراكز التي حققها في البطولة (الاوائل او الثواني او الثالث وهكذا ..) وتجمع نقاطه الكلية في جميع الاوزان ليظهر مركزه فرقيا وكما موضح في الجدول ادناه :

جدول يوضح ترتيب النتائج فرقيا (لجميع الاوزان)

المجموع الكلي للنقاط	المجموع الكلي للنقاط في الأوزان					اسم الفريق
	٧٤ كغم	٦٦ كغم	٦٠ كغم	٥٥ كغم	٥٠-٤٦ كغم	
٤٧	٨	٩	١٠	١٠	١٠	أمريكا
٤٦	١٠	١٠	٨	٩	٩	روسيا
				وهكذا	٨	أوكرانيا
						أذربيجان
						تركيا

من خلال الجدول اعلاه يتم وضع نقاط كل فريق على حده في كل وزن بناء على نتائج مصارعيه في البطولة ثم يتم جمع نقاطه الكلية في جميع الأوزان لاستخراج موقعه فرقيا ، ومن يكون له اكبر عدد من النقاط يكون صاحب المركز الاول وهكذا ، وفي حالة التساوي بالنقاط يكون صاحب اكبر عدد من المراكز الاولى يتم ترتيبه اولا وهكذا ...

• ملاحظات مهمة :

- لا يعطى ترتيب للمصارعين الذين خسروا بسبب الوحشية أو الخروج عن السلوك الرياضي
- إذا لم يقدم احد المصارعين نفسه على البساط لأي سبب كان سواء كان ذلك في ادوار التأهيل أو النهائيات فإنه يعتبر خاسرا ولا يعطى ترتيب باستثناء الذين يحملون تقارير طبية

عملية وزن المصارعين :

- يجب تقديم القائمة النهائية بأسماء المصارعين إلى سكرتارية اللجنة المنظمة للبطولة بواسطة إداري الفريق بدون تأخير وتكون قبل ٦ ساعات من بدء عملية الوزن ولا يقبل أي تعديل بعد ذلك .
- لا يقبل أي لاعب لإجراء عملية الوزن ما لم يجرى له الفحص الطبي ويكون قبل ساعة من عملية الوزن .
- في جميع المسابقات يتم إجراء الوزن مرة واحدة لكل فئة وزن .
- يرتدي المصارعون (المايوه) عند اجراء عملية الوزن وبدون أحذية ويحملون معهم شهادة الكشف الطبي والبطاقة الدولية (الرخصة) وجواز السفر او اثبات الشخصية المعتمد
- خلال الفترة المحددة لعملية الوزن يحق للمصارع اجراء الوزن اي عدد من المرات كل في دوره .
- لا يمنح المصارع أي وزن تعويضي عن لباس المصارعة ويجب أن يكون المصارع مقلم الأظافر وحليق الذقن إذا لم يمضي عليها أكثر من ثلاثة أشهر .
- في المسابقات التي تستمر يومين أو ثلاثة أيام يتم وزن المتنافس المعني في السابق لمباريات وزنه فقط .

سحب القرعة :

- تتم عملية ازدواج اللاعبين لكل دور حسب الوضع الرقمي الذي يحدد لكل منهم بواسطة سحب القرعة عند إجراء عملية الوزن قبل المباريات .
- يجب أن تتم عملية سحب القرعة علنا وباستخدام منهاج هرقل (هيركليز) وان يكون عدد الأرقام مطابقا لعدد المصارعين الذي اجري الفحص الطبي .
- يقوم اللاعب التي تم وزنه بسحب رقمه بنفسه ويتم ادخال الرقم فورا على اللوحة الموضوعية على مرأى الجمهور وكذلك ادخاله قائمة الوزن وقائمة البداية .

- اذا لاحظ المسؤول عن عملية الوزن والقرعة اي خطأ في تطبيق النظام الموضح انفا ، فانه يقوم بالغاء عملية سحب القرعة الخاصة بهذا الوزن ويعاد سحبها مرة اخرى .
- يجب إصدار نشرة تحتوي على المنهاج والجدول الزمني للمباريات وكذلك النتائج المتحققة ليسهل على المتسابقين متابعته في أي وقت .
- اذا تخلف مصارع او اكثر عن عملية الوزن او استبعد لزيادة الوزن فانه يتم اعادة ترتيب المصارعين بعد عملية الوزن ووضعهم في قائمة ثابتة بطريقة تصاعدية (الأصغر ثم الأكبر وهكذا) يتم ترتيب المصارعين في الشكل الاتي : رقم ١ - رقم ٢ - رقم ٣ - رقم ٤ - رقم ٥ - رقم ٦ ..

اعضاء هيئة التحكيم :

- في كافة انواع المسابقات يتكون طاقم التحكيم لكل نزال من :
 - رئيس البساط واحد .
 - حكم الوسط واحد .
 - القاضي واحد .
- يمنع منعاً باتاً استبدال اي حكم اثناء سير المباراة الا في حالة التوعك الصحي الكبير والواضح .
- يجب أن لا يضم طاقم التحكيم حكمان من جنسية واحدة او ان يضم طاقم التحكيم حكماً من جنسية احد طرفي المباراة .
- جميع قرارات هيئة التحكيم باغلبية اثنين الى واحد او بالاجماع باستثناء لمسة الكتفين يجب ان يكون رئيس البساط متفق عليه .
- لا يحق لرئيس البساط اعادة الفيديو الا في حالة (الاعتراض) ومع (لجنة الجوري) هيئة المحلفين .
- هيئة المحلفين للاستئناف (الجوري) هي مجموعة من الخبراء في مجال التحكيم تتمثل وظيفتها في ضمان التطبيق الامثل للقواعد الصارمة خلال المسابقات الهامة لل (FILA) مثل الالعاب الاولمبية وبطولات العالم والبطولات القارية وكاس العالم وبطولات الجائزة الكبرى .

الواجبات العامة لهيئة التحكيم

- تتولى هيئة التحكيم جميع الواجبات المبينة في القانون الدولي للمصارعة والتعليمات الخاصة بسير المنافسات وواجبهم تتبع المنافسة بانتباه من البداية وحتى النهاية وان يحكموا على جميع الأعمال بحيث تعكس نتائج ورقة التسجيل سير المنافسة بشكل مضبوط .
- يقيم رئيس البساط والحكم والقاضي المسكات والخطفات كل على حدة ويجب على الحكم والقاضي ان يتعاونوا تحت ادارة رئيس البساط الذي ينسق عمل هيئة التحكيم .
- من واجبات هيئة التحكيم ان تاخذ على عاتقها كل الاعمال المتعلقة بالتحكيم كتقدير ومنح النقاط وتوقيع الجزاءات .
- بطاقة التسجيل تكون لدى القاضي ورئيس البساط لتسجيل كافة النقاط التي استحققت على الخطفات والمسكات التي تفذها المصارعان اضافة الى الانذارات - السلبية وان يتم التسجيل عليها بعناية فائقة وفي الاماكن المخصصة لها لمختلف مراحل المباراة والتوقيع عليها من قبل رئيس البساط والقاضي .
- اذا لم تنتهي احدى المباريات بتثبيت الكتفين فان قرار الفوز يجب ان يعطى بواسطة رئيس البساط الذي يجب ان يكون مبنيا على اساس تقدير كافة المسكات لكلا المتنافسين التي تم تسجيلها من البداية للنهاية على ورقة تسجيل القاضي ومتطابقة مع ورقته .
- يجب اعلان جميع التي يقدرها القاضي الى الجمهور فور حدوثها سواء عن طريق العلامات اليدوية او الالكترونية او بأي وسيلة اخرى .
- ينبغي على الحكام استعمال اصطلاحات للاتحاد الدولي التي تتناسب مع دورهم في قيادة المباراة وهم ممنوعون من التحدث مع اي شخص اثناء المباراة الا فيما بينهم عندما تستدعي الضروري ذلك لغرض المداولة .
- في حالة تقديم اعتراض من قبل المدرب وبتأييد اللاعب تشاهده هيئة التحكيم على شاشته كبيرة وهو جالسون في مواقعهم ولمرة واحدة والذي توافق عليه لجنة الجوري يتم تصحيحه

ملابس الحكام :

- إن هيئة الحكام تشمل (الحكام - القضاة - رؤساء البساط - مراقبي البساط) يجب أن يرتدوا الملابس الآتية في البطولات الدولية :
- جاكيت كحلي كلاسيكي مع شعار FILA .
- بنطلون رصاصي مع حزام اسود .
- قميص بأكمام طويلة أو قصيرة ازرق فاتح .
- ربطة صفراء بشعار FILA .
- جوارب سوداء وحذاء اسود خفيف وبدون كعب .
- يجب ان تكون الملابس أنموذجا ومعتمدة من قبل (FILA) ، وعلى هيئة التحكيم أن لاتحمل اسم راعي البطولة أو أي إعلان ومع ذلك يسمح لهم بوضع الرقم الخاص بهم واسم راعي البطولة الموافق عليه من قبل الاتحاد الدولي .

أولاً : واجبات حكم البساط :

- الحكم هو المسؤول عن قيادة المباراة على البساط ويجب أن يديرها وفق القانون .
- على الحكم أن يفرض احترامه ويمارس سلطته على المصارعين بحيث لا يتأخرون عن تنفيذ تعليماته ولا يسمح بأي تدخل خارجي غير قانوني .
- أن يعمل بالتعاون الوثيق مع القاضي تحت إدارة رئيس البساط ، وتعلن صافرته بدء النزال ونهايته .
- للحكم الحق وحده في توجيه الإنذار بعد التباحث مع القاضي وهذا يشمل أيضا التوجيهات للمصارعين بالرجوع إلى وسط البساط في حالة خروجهم واستئناف اللعب بعد الاتفاق مع القاضي ورئيس البساط في حالة الضرورة .
- يرتدي الحكم في معصمه الأيسر شارة حمراء وفي الأيمن زرقاء ، ويقوم الحكم بتحديد النقاط المسجلة لكل مسكة من خلال الإشارة بإصبعه (عندما تكون المسكة صحيحة وضمن حدود البساط وكذلك عندما يكون احد المصارعين في الوضع الخطر ...) إلى القاضي ورئيس البساط مبينا النقاط المعطاة لكل مسكة وبالذراع اليمنى لحساب المصارع باللون الأزرق أو بالذراع اليسرى للمصارع باللون الأحمر .

❖ على الحكم عدم التباطؤ في الحالات التالية :

- ١- تحذير وتحديد المصارع او المصارعين السليبين أول ٣٠ ثا .
- ٢- إيقاف النزال في الوقت المناسب ليس قبل أو بعد .
- ٣- يشير الحكم بكلمة (توش touch) بمعنى تماس الكتفين بعد التحقق من موافقة القاضي ورئيس البساط لكي يتقرر أن المصارع قد تم تثبيت كتفيه على البساط (يرفع الحكم ذراعه لأخذ موافقة رئيس البساط حصرا ثم يضرب البساط براحة كفه ويطلق صافرته) .
- ٤- يعد الحكم (٥) ثواني أو (ثلاثة عدات) عندما يكون احد المصارعين محبوس في الوضع الخطر ويعطي للمصارع المسيطر نقطة إضافية مستحقة لهذا الوضع .
- ٥- يبين أن المسكة التي نفذت على البساط صحيحة أم لا .

❖ ويجب على الحكم أن يحرص على :

- عدم الاقتراب كثيرا من المصارعين في حالة اللعب وقوفا حتى تتاح له فرصة ملاحظة الأرجل (في المصارعة الرومانية) اما في اللعب الأرضي فيمكن التقرب منهما .
- لايسمح للمصارعان بالراحة أثناء النزال بادعاء مسح العرق أو تنظيف الأنف أو ربط الحذاء وإنما يقوم بإيقاف المباراة بالإشارة للميقاتي .

▪ أن يكون الحكم قادرا على تغيير مستوى جسمه بالوقوف أو الانبطاح لمراقبة المصارع ويتخذ لنفسه مكانا يعوق محاولات الهروب من البساط .

▪ عندما يأمر المصارعان بالعودة إلى وسط البساط عليه أن يقرر حالا من أن المباراة ستستمر وقوفا أو أرضا (القدمان تكون في دائرة الوسط) .

الحكم مطالب أيضا :

- ١- في المصارعة الرومانية عليه مراقبة أرجل المصارعين بصورة خاصة .
- ٢- إلزام المصارعين بالبقاء على البساط لحين إعلان النتيجة .
- ٣- إعلان المصارع الفائز بعد موافقة رئيس البساط .
- ٤- يجب على الحكم بناء على طلب البساط إيقاف المباراة وإعلان الفوز بالتفوق الفني بفارق (١٠) نقاط في المصارعة الحرة وفارق (٨) نقاط بالمصارعة الرومانية في أي جولة ، وفي هذه الحالة يجب عليه ان ينتظر عملية الهجوم والهجوم المضاد وإيقاف المباراة عند الوصول إلى الوضع المحايد .
- ٥- إجراء عملية التصويت بوضوح بالاشتراك مع طاقم التحكيم لصالح أو ضد حالة اتخاذ قرار بالفوز أو الاستبعاد .
- ٦- للحكم الحق في طلب العقوبات ضد من يخالف القواعد القانونية وضد استخدام الوحشية .

ثانيا : واجبات القاضي :

- القاضي مسؤول عن كل الواجبات الواردة بالقواعد العامة للعبة .
 - عليه أن يتابع سير المباراة عن كثب دون أن يسمح بقطع انتباهه بأي ظرف وان يقدر النقاط لكل خطفه ويدونها في بطاقة التسجيل وبعد موافقة الحكم أو رئيس البساط كما يجب أن يدلي برأيه في جميع الأوضاع .
 - يتابع كل خطفة وبناءا على ما يؤشر به الحكم (ويقارنه بتقديره الشخصي) وخلاف ذلك يؤخذ بترجيح رئيس البساط ويسجل عدد النقاط المقدره للمسكة المعينة في بطاقة التسجيل كما يدخل النتيجة على لوحة التتقيط التي بجواره ويجب أن تكون واضحة للمصارعين وللجمهور .
 - القاضي يوافق على تثبيت الكتفين (touch) وأيضا يؤشر للحكم بوقوعها .
- إذا لاحظ القاضي شيء ما أثناء الصراع ووجد انه يجب لفت نظر الحكم الذي لم يكن بإمكانه رؤيته أو ملاحظته (تثبيت كتفين ، مسكة غير قانونية ، وضع سلبي) يتحتم عليه أن يفعل ذلك برفع (الخشبة أو المضرب) الذي يحمل نفس لون لباس المصارع المعني حتى ولو لم يسأله الحكم عن رأيه ، وفي جميع الظروف يجب على القاضي أن ينبه الحكم إلى أي شيء يبدو غير طبيعي أو غير قانوني أثناء المباراة أو في سلوك المصارعين .

- على القاضي أن يوقع على بطاقة تسجيل النقط فور استلامها وفي نهاية المباراة يجب أن يسجل بوضوح نتيجة المباراة على بطاقة تسجيل النقاط وان يشطب اسم المصارع المهزوم ويكتب اسم الفائز وبلده .
- قرارات الحكم والقاضي سارية المفعول ونافاذة دون تدخل من رئيس البساط في حالة تطابقها فيما عدا إعلان الفوز بالتفوق الفني أو التثبيت بالكتفين حيث يلزم موافقة رئيس البساط .
- يجب أن تحتوي ورقة التوقيط الخاصة بالقاضي وبطريقة دقيقة الوقت الذي انتهى به النزال في حالة الفوز بتثبيت الكتفين ، التفوق الفني ، الانسحاب الخ .
- من أجل تسهيل مراقبة المباراة وخاصة في الوضعيات الخطرة يسمح للقاضي بالحركة بجانب حافة البساط من جهته .
- القاضي ايضا يجب ان يحدد الفائز في المباراة وذلك عن طريق البيانات التي سجلها .
- التنبيه والانذارات بسبب الهروب من البساط والمسكات غير القانونية والهروب من المسكة والهروب من البساط والخشونة المتعمدة وعدم التنفيذ الصحيح للوضع الابتدائي في الوضع الأرضي يمنح صاحب الانذار علامة (O) في الحقل المخصص لذلك .

ثالثا : واجبات رئيس البساط :

- يتحمل مسؤولية تطبيق جميع الواجبات المنصوص عليها في قواعد اللعبة .
- ينسق بين عمل الحكم والقاضي .
- يلتزم بمتابعة المباريات باهتمام بالغ ولا يسمح بان يشد انتباهه شيء آخر ويقوم بتقييم سلوك وتحركات الحكام الآخرين طبقا للقواعد .
- في حالة وجود أي خلاف في الرأي بين القاضي والحكم فان مهمته أن يعلن رأيه لحسم النتيجة ولتقرير عدد النقط أو تثبيت الكتفين .
- لايجوز لرئيس البساط أن يكون البادئ في إعلان رأيه ولكن يجب انتظار رأي الحكم والقاضي وليس له الحق في فرض قراره .
- يجب على رئيس البساط اعلان موافقته على تثبيت الكتفين .
- له الحق بايقاف المباراة في حالة المخالفة الجسيمة وان يقوم بطلب الأسباب التي دفعت الحكم أو القاضي لاتخاذ القرار وبعد المداولة مع الحكم والقاضي واذا لم يغير احدهم قراره فانه يعرض الامر على لجنة الجوري .

• عندما يرى المدرب خطأ في التحكيم اثناء المباراة فانه يطلب حق الاعتراض وعلى رئيس البساط الانتظار لحدوث موقف محايد لايقاف النزال وسؤال المصارع بموافقته او لا ، ثم

• يقوم بمراجعة الفيديو في نفس الوقت مع الحكم والقاضي فيعطي الحكم قراره اولا ثم القاضي ثم رئيس البساط ، وفي حال اتفاق رئيس البساط مع الحكم والقاضي مع قرارهم فان لجنة الجوري لاتتدخل والقرار نهائي في هذه الحالة الا اذا كان هناك خطأ فادحا فان لجنة الجوري تتخذ القرار الذي يكون نافذا ونهائيا .

رابعاً : لجنة الجوري :

• تتكون بقرار من رئيس الاتحاد الدولي او من ينوب عنه وتتألف من ثلاثة أفراد يتم اختيارهم من المحاضرين وأعضاء لجنة الحكام والخبراء الذين لهم دراية بالتحكيم وفقاً لاختلاف المباريات وجنسية المصارعين .

• لكل بساط لجنة جوري خاصة به وهي مسؤولة عن تطبيق قواعد المصارعة الدولية وتوجيه هيئة التحكيم قبل اعلان المصارع الفائز ويتم تكليف عضو واحد من كل لجنة كمنسق ومسؤول عن اعلان قرار لجنة الجوري نيابة عنها وعلى لجنة الجوري متابعة الاخطاء التحكيمية او الادارية او توقيت المباراة او التنقيط فيها .

• عضو لجنة الجوري المكلف بالتنسيق يلفت انتباه رئيس البساط الى تصحيح الوضع ، واذا لاحظت لجنة الجوري ان رئيس البساط تجاهل اعتراض احد المدربين ولم يوقف المباراة فان منسق لجنة الجوري يتدخل للطلب من رئيس البساط ايقاف النزاع فوراً بعد الانتهاء من المسكة والوصول للوضع المحايد .

• لايسمح للجنة الجوري اثناء عرض الفيديو التحدث الى طاقم التحكيم التي يجب ان تتخذ قرارها بمفردها وباستقلالية تامة توصلهم الى قرار بالاغلبية شرط ان يكون رئيس البساط ضمن الاغلبية او الاجماع .

• وفي هذه الحالة لا يحق للجنة الجوري التدخل الا اذا كان هناك سوء سلوك من طاقم التحكيم او خطأ جسيماً فان لجنة الجوري تستدعي رئيس البساط للمكان المخصص لهم ويراجعوا الفيديو مرة اخرى ويتخذوا قرارهم النهائي وبعدها لا يحق الاستئناف مرة اخرى .

• على رئيس البساط ان يلجا الى لجنة الجوري في حالة عدم اتفاقه مع الحكم والقاضي ويكون القرار النهائي للجنة الجوري .

• يجب ان تكون لدى لجنة الجوري مجموعة من (المضارب) الملونة كما هي عند القاضي ورئيس البساط ليعلنوا قرارهم بوضوح امام الجميع .

• عدم استئناف القرارات التي تؤخذ بموافقة رئيس البساط مع القاضي مع الحكم والقاضي ولجنة الجوري باي حال من الاحوال .

• لجنة التحكيم الخاصة بالاتحاد الدولي لها الحق باستبعاد اي عضو من اعضاء هيئة التحكيم او لجنة الجوري اذا حدث خطأ فادحا في تطبيق قواعد اللعبة .

• على لجنة الجوري تقويم عمل الحكام وتقديم تقرير مكتوب الى الاتحاد الدولي للمصارعة .

القرار والتصويت :

• يعلن الحكم عن قراره برفع ذراعه مؤشرا بإصبعه عدد النقاط المستحقة بوضوح وإذا كان الحكم والقاضي متفقان فإن القرار يعتبر نافذا وليس لرئيس البساط الحق بفرض رايه أو تعديل أي قرار ، أما في حالة المخالفة الجسيمة للقواعد على رئيس البساط اجراء المشاورة معهم .

• عند عملية التصويت فإن القاضي ورئيس البساط يعبران عن ذلك بواسطة اللوحات وعددها (١١) لوحة وملونة بألوان مختلفة الأبيض والأزرق والأحمر وتكون كالتالي :

- لوح مضرب ابيض عدد ١

- خمسة مضارب باللون الأحمر ، اربعة منهم مرقمة (١-٢-٤-٥) لتعيين النقاط الممنوحة والاخير غير مرقم يستعمل للإنذارات ولجذب انتباه المصارع المعني .

- خمسة مضارب باللون الازرق بنفس ترتيب النقطة السابقة .

- ملاحظة : رئيس البساط يعلن عن رايه فقط عند اختلاف الراي بين القاضي وحكم البساط

لوحة القرار :

• عند ملاحظة حدوث أي وضع فإن القاضي والحكم يقومون بتقدير النقاط والإنذارات وملاحظات السلبية وكما موضح في الجدول أدناه :

R تعني نقاط المصارع ذو اللون الأحمر .

B تعني نقاط المصارع ذو اللون الأزرق .

0 تعني صفر - لا يستحق نقاط

TOUCH تعني تثبيت الاكتاف

جدول يوضح قرارات الهيئة التحكيمية

قرار الحكم	قرار القاضي	قرار رئيس البساط	القرار النهائي
R 1	R 1	لايتدخل	R 1
B 2	B 2	لايتدخل	B 2
R 4	-----	لايتدخل	R 4
B 5	B 5	لايتدخل	B 5
R 0	R 0	R 0	R 1
B 2	B 2	B 2	B 4
R 2	B 2	R 2	R 2
TOUCH	TOUCH	TOUCH	TOUCH
-----	TOUCH	-----	TOUCH
TOUCH	-----	TOUCH	TOUCH

نقاط الترتيب :

نقاط الترتيب الممنوحة الى المصارع بعد كل مباراة هي التي تحدد الترتيب النهائي للبطولة وهي كالاتي :

- ❖ ٥ نقاط للفائز وصفر للخاسر (٥ - ٠) في حالات :
الفوز بالكتف - الفوز بالإصابة - الفوز بالانسحاب - الفوز بالتسليم - الفوز بالاستبعاد .
- ❖ ٤ نقاط للفائز وصفر للخاسر (٤ - ٠) في حالات :
الفوز بالتفوق الفني والخاسر لم يسجل اي نقاط فنية اي (٢ او ٤ او ٥) نقاط .
- ❖ ٤ نقاط للفائز ونقطة للخاسر (٤ - ١) في حالات :
الفوز بالتفوق الفني والخاسر سجل نقطة فنية او عدة نقاط اي (٢ او ٤ او ٥) نقاط .
- ❖ ٣ نقاط للفائز وصفر للخاسر (٣ - ٠) في حالات :
عندما يفوز المصارع في نهاية المباراة ومنافسه لم يسجل اي نقطة .
- ❖ ٣ نقاط للفائز ونقطة واحدة للخاسر (٣ - ١) في حالات :
عندما يفوز المصارع في نهاية المباراة ومنافسه سجل نقطة واحدة او اكثر .
- ❖ صفر للمصارعان (٠ - ٠) في حالة :
في حال إقصاء المصارعين لمخالفتهم القواعد .

مدة المباراة :

- لطلاب المدارس والفتيان والشباب جولتين مدة كل جولة دقيقتين بينهما (٣٠) ثانية للراحة .
- للمتقدمين والكبار جولتين مدة كل منهما ثلاثة دقائق بينهما راحة لمدة (٣٠) ثانية .
- يجب أن تنتهي المباراة بفوز احد المصارعين .
- يجب عرض لوحات التوقيت في جميع المسابقات وعرض النتائج من الصفر الى نهاية وقت المباراة وباللونين الاحمر والأزرق وإعلان الفائز إجباريا وعند حصول تثبيت الكتفين يجب ان توقف المباراة تلقائيا واعلان الفائز فورا .

النداء إلى البساط :

يتم النداء على المصارع بصوت واضح للصعود على البساط ، ولايجوز ان ينادى على المصارع قبل مرور (١٥) دقيقة من اخر نزال خاضه ، ويسمح بالنداء ٣ مرات يفصل بين نداء واخر (٣٠) ثانية ، واذا لم يقدم المصارع نفسه بعد النداء الثالث يستبعد من المسابقة ولايحصل على ترتيب ويعتبر خصمه فائز بالانسحاب ويتم النداء باللغة الانكليزية والفرنسية .

ملاحظة :

إذا حضر المصارع قبل اتمام النداءات الثلاث وملابسه غير مستوفية الشروط يمنح دقيقة واحدة كحد أقصى لتصحيح وضعه .

إيقاف المباراة :

- إذا وجد المصارع نفسه مضطرا لطلب توقف المباراة لطلب العلاج أو أي سبب مقبول فيحق للحكم إيقاف الصراع وعند توقف المباراة يظل المصارعان وقوفا في الركن المخصص لكل منهما ويمكن وضع منشفة على أكتافهم وتلقي النصائح من المدربين .
- إذا استعصى استئناف المباراة لاسباب طبية فان القرار يتخذ بمعرفة الطبيب المسؤول الذي له الحق في اخذ الوقت الكافي دون التقيد بالدقيقتين وبعدها يخطر المدرب ورئيس البساط الذي يؤمر بإيقاف المباراة .
- يجوز لرئيس البساط إيقاف المباراة في حالة وقوع خطأ جسيم من قبل القاضي أو الحكم أو في عملية التفتيط لطلب المداولة .
- إذا توقفت المباراة نتيجة تعمد المصارع إصابة خصمه ففي هذه الحالة يتم استبعاد المخطئ ويعلن فوز المصاب .
- في حال طلب المصارع إيقاف المباراة دون إصابة مرئية او بدون نزف دموي واضح يمنح منافسة نقطة واحدة .
- إذا لم يسمع الحكم صوت المنبه فعلى رئيس البساط التدخل والقاء قطعة اسفنج على البساط حتى ينبه الحكم .
- كل فعل يحدث اثناء صوت المنبه يعتبر نافذا اما اذا حدث بين صوت المنبه وصافرة الحكم فلا يعتبر نافذا .

إيقاف واستئناف المباراة :

- عند إيقاف اللعب في وضعيتي الصراع وقوفا او أرضا يستأنف دائما اللعب في وسط البساط وقوفا .
- يجب إيقاف الصراع واستئنافه وسط البساط في الحالات التالية :

- ١- إذا لامست قدم واحدة منطقة الأمان (خارج البساط) . في الصراع
- ٢- إذا كان الصراع أرضا ورأس احد المصارعين خارج البساط .

ملاحظة - (إذا خرج الرأس - أو ثلاثة أجزاء من الجسم فيعتبر اللعب بالخارج - أما إذا خرجت الرجل فقط فيكون اللعب بالداخل)

٣- اذا أعاق احد المصارعين احد منافسه بحركة غير قانونية في الوضع الأرضي يعطى انذار ونقطة او اثنين لمنافسه و يستأنف اللعب وسط البساط .

٤- في حال طلب احد المدربين الاعتراض يأمر رئيس البساط بوقف الصراع في الوضع المحايد لمشاهدة الفيديو ويستأنف اللعب من وسط البساط (الدائرة المركزية) .

أنواع الفوز :

• تنتهي المباراة بتثبيت الكتفين معا على البساط ، أو بالانسحاب ، أو بثلاث إنذارات لمصارع ، أو انتهاء الوقت الرسمي للمباراة ، أو بالتفوق الفني بالنقاط .

إذا انتهت المباراة بالتعادل بين المصارعان يعلن الفائز من له اقل قيمة من الانذارات ثم من حصل على اعلى قيمة من النقاط الفنية (٢-٤-٥) وأخيرا من حصل على اخر نقطة في المباراة وكم موضح في الجدول التالي :

جدول يوضح حالات التفضيل بين المصارعين في حالة تعادلهما في مجموع النقاط

الفائز	الإجراءات	ترتيب النقاط	
		للأزرق	للأحمر
الأزرق	حصول المصارع على اخر نقطة	١١١	١١١
الأحمر	حصول المصارع الاحمر على نقطتين بالرغم من حصول الازرق على اخر نقطة	١١١	١٢
الأزرق	حصول المصارع الاحمر على اكثر انذارات من الازرق بالرغم من حصوله على اخر نقطة	١١١	١١١ ٠٠
الأحمر	المصارع الازرق حاصل على نقطتين الا انه حاصل على انذار عكس الاحمر	١٢	١١١
الأزرق	تعادل المصارعان في عدد النقاط والانذارات الا ان المصارع الازرق حاصل على نقطتين بالرغم من حصول المصارع الاحمر على اخر نقطة .	٢١	١١١
الأزرق	تعادل المصارعان بالنقاط والانذارات الا ان المصارع الازرق حصل على اخر نقطة	١١١	١١١ ٠٠
الأزرق	المصارع الاحمر حصل على اخر نقطتين الا ان الازرق صاحب المسكة الفنية التي ادت الى حصوله على نقطتين وفي نفس الوقت ادت الى حصول المصارع الاحمر على نقطتين خطأ نتيجة لمس الاكتاف للازرق (تشجيع للعب الهجومي) .	٢	٢

الاعتراض :

- يطلب المدرب الاعتراض من مكانه دون الدخول الى البساط او الاقتراب من القاضي او رئيس البساط او ارتكاب سلوك غير مقبول وخلاف ذلك يجوز رفض الاعتراض .
- اثناء عرض الحركة يمنع النقاش بين اعضاء هيئة التحكيم وتعرض الحالة مرة واحدة ويعلن الحكم قراره اولا ثم القاضي من مكانه بالادوات المتاحة واذا تفق رئيس البساط معهم لاتدخل لجنة الجوري إلا إذا رأيت مخالفة كبيرة .
- اذا اختلف رئيس البساط مع الحكم والقاضي يجب طلب مشورة هيئة الجوري والتي تعرض الحركة على الفيديو وهنا يكون لجنة الجوري نافذا ولايجوز الطعن فيه .

الوضع الخطر :

تعتبر وضعية المصارع خطرة اذا كون ظهره مع البساط زاوية اقل من (٩٠) درجة ويدافع بالقسم العلوي من جسمه كي لايمس كتفيه البساط يمكن للمصارع ان يقاوم باسناد راسه او احد الكتفين والمرفقين .

الحالات التالية تعتبر خطرة :

- ١- في حالة الدفاع ياخذ المصارع وضع القوس (الجسر) لتجنب تثبيت الكتفين .
 - ٢- المصارع يدافع وظهره مواجه للباط ويستند على مرفق او مرافقين او يتبادل الاستناد عليهما من اجل ان لاتمس كتفاه البساط .
 - ٣- حينما يستند المصارع على كتفاه والكتف الاخر تتعدى الخط العمودي اي تكون زاوية اقل من ٩٠ درجة (زاوية حادة) .
 - ٤- عندما يكون المصارع في وضع اللمسة اللحظية اي تمس كتفاه سوية البساط لاقبل من ثمانية .
 - ٥- في حال تدرج المصارع على كتفيه .
- اذا كون ظهر المصارع مع البساط زاوية مقدارها (٩٠) درجة فان هذا الوضع لايعتبر وضعيه خطرة .

المسكة الفنية الكبرى (المدى الواسع) :

يعتبر الفعل او المسكة (فنية كبرى) عندما يقوم المصارع بتنفيذها من وضع الوقوف او الوضع الارضي وادت الى :

- فقدان المنافس وبصورة كلية اي تماس مع البساط .
- يتمكن من السيطرة على منافسه .
- يجعل منافسه يؤدي في الهواء دورة كاملة ويصطحبه الى البساط بوضع الخطر المباشر .

ملاحظة :

- تقييم هذه المكسات (٤ او ٥) نقاط تبعا لوضعية سقوط المنافس ووضع جسم المصارع المهاجم
- اذا حدث اثناء تنفيذ المصارع المسكة (ذات التكنيك العالي) ومست كنفاه البساط فيمنح النقاط الفنية المستحقة عن المسكة (٤ او ٥) نقاط ويحصل منافسه على (٢) نقطة بسبب اللمسة اللحظية اثناء تنفيذ مسكته .

القيمة المستحقة للمسكات والرميات :

لكل مسكة يؤديها المصارع درجة تقييم تتراوح بين (١ او ٢ او ٤ او ٥) تبعا لنوع التكنيك وصعوبة أدائها وكلما كان المجهود المبذول من المصارع في اداء المسكة عاليا وكانت نسبة تعرض منافسه للوضع الخطر اكبر كان تقييم المسكة اعلى وكما مبين ادناه :

اولا : (نقطة واحدة) تمنح في الحالات التالية :

- ❖ مصارع يصطحب منافسه الى الوضع الارضي بالمرور من خلفه وان يبقيه في هذا الوضع ويسيطر عليه ويكون للمصارع المهاجم (ثلاث نقاط تماس مع البساط ، ذراعين وركبة او ركبتيين وذراع) .
- ❖ المصارع الذي يؤدي مسكة صحيحة سواء كان ذلك وقوفا او في الوضع الارضي ولا تتسبب وضع المنافس في حالة (الوضع الخطر) .
- ❖ للمصارع الذي يعتلي منافسه ويدور خلفه ويسيطر عليه .
- ❖ للمصارع الذي يسيطر على منافسه ويجبره الى الاستناد والدوران على ذراع او ذراعين على امتدادهما بشرط ان تكون كتفيه مواجهة للبساط .
- ❖ للمصارع الذي قام منافسه بعرقلته بحركات قانونية وتمكن بالرغم من ذلك من تنفيذ مسكته . (كما يرمو سبه الحرة منه او ار كده بطريقه حكيمه)
- ❖ للمصارع المهاجم الذي يهرب منافسه من البساط او من المسكة او يرفض المبادرة او ينفذ مسكة غير قانونية او يرتكب اعمال الخشونة . (الاثر)
- ❖ للمصارع الذي يحتفظ بمنافسه لفترة (٥) ثواني في الوضع الخطر .
- ❖ للمصارع الذي تخرج قدم منافسه بالكامل الى منطقة الامان (خارج البساط) .
- ❖ للمصارع الذي يصر منافسه على اللعب السلبي في الحرة او الرومانية . (اللبس ، الاثر)
- ❖ للمصارع الذي يطلب منافسه الاعتراض وبعد الفحص لم تتغير النتيجة ، اي (كان قرار هيئة التحكيم صحيح ومؤكد من البداية) .

ثانيا : (نقطتين) تمنح في الحالات التالية :

- ❖ للمصارع الذي يتمكن من تنفيذ مسكة صحيحة في اللعب الارضي ويضع منافسه في (الوضع الخطر) او اللمسة اللحظية . (كما يرمو سبه الحرة او ار كده بطريقه حكيمه)
- ❖ للمصارع المهاجم الذي يجعل منافسه يتدحرج على اكتافه . (كما يرمو سبه الحرة او ار كده بطريقه حكيمه)
- ❖ للمصارع المدافع الذي يتمكن من ايقاف منافسه في الوضع الخطر اثناء قيام المصارع المهاجم بتنفيذ مسكته (مسكة الرمي) .

❖ للمصارع المدافع اذا لامست كتفي المهاجم البساط (لمسة لحظية) او تدحرج على كتفيه اثناء تنفيذ المسكة .

~~المصارع المهاجم الذي يلمح منافسه بمرقاته بمسكة غير قانونية ومنه عن قاطبة~~
~~مسكة تثبيت الكتفين~~

ثالثا : (أربع نقاط) تمنح في الحالات التالية :

❖ للمصارع الذي يقوم باداء مسكة من اللعب وقوفا مع رفعة بسيطة تتسبب في وضع منافسه في الوضع الخطر المباشر (لمس الاكتاف) .

❖ للمصارع الذي يؤدي مسكة ينتج عنها رفع المنافس عن البساط مع مدى بسيط حتى لو ارتكز على ركبته او ركبتيه شرط ان يسقط المنافس في الوضع الخطر المباشر (لمس الاكتاف) .

❖ للمصارع الذي يؤدي مسكة ذات مدى واسع (فنية عالية) ولم يتمكن من وضع منافسه في الوضع الخطر المباشر (لمس الاكتاف) .

❖ للمصارع الذي يؤدي مسكة ذات مدى واسع (فنية عالية) ضد منافسه الذي لم يفقد اتصاله بالارض بواسطة يديه وسقط في وضع الخطر المباشر (لمس الاكتاف) .

رابعا : (خمس نقاط) تمنح في الحالات التالية :

❖ جميع المسكات ذات المدى الواسع التي تؤدي من الوضع وقوفا وتتسبب في اسقاط المنافس مباشرة في الوضع الخطر الفوري ولمس الاكتاف (فنية عالية) .

❖ في حال رفع المنافس عن البساط في اللعب الارضي وتنفيذ المسكة ذات المدى الواسع (فنية عالية) ونتج عنها سقوطه في وضع الخطر الفوري المباشر ولمس الاكتاف .

تثبيت الكتفين :

- يعتبر (تثبيت الكتفين) صحيحا عندما يتمكن المصارع من تثبيت كتفي منافسه على البساط مدة كافية (مدة قصيرة) تسمح للحكام من التأكد من السيطرة الكلية لتثبيت الكتفين ، ولكي يصبح تثبيت الكتفين صحيحا عند حافة البساط فانه يجب ان تكون كتفي المصارع في نفس الوقت بالكامل فوق البساط كما يجب أن لا يكون رأسه ملامس لسطح الوقاية (خارج البساط) .

- تثبيت الكتفين فوق سطح الوقاية (خارج البساط لايعترف به) .

- اذا سقط المصارع على كتفيه (تثبيت الكتفين) نتيجة لمخالفته القانون او قيامه بتنفيذ مسكة ممنوعة فان التثبيت يعتبر نافذا .

- يعتبر تثبيت الكتفين صحيحا اذا أعلنه الحكم وايده القاضي ورئيس البساط وتأييد رئيس البساط واجبا في كل الاحوال .

- اذا لم يعلن حكم البساط تثبيت الكتفين وكان هذا التثبيت صحيحا وايده القاضي ورئيس البساط فان اعلان الفوز بالكتف يصبح قانونيا .

- في كل الاحوال يجب ان لا يضرب الحكم البساط الى بعد موافقة رئيس البساط على التثبيت .
- من غير المسموح به طلب الاعتراض في حال حدوث تثبيت الكتفين الذي وافق عليه رئيس البساط بعد الحكم او القاضي .

التفوق الفني :

هو ان يصل الفارق في النقاط بين المصارعين الى مستوى يؤدي الى انتهاء النزال بينهما فوراً وفي اي وقت من النزال او في اي جولة ، ويختلف الفارق في النقاط في المصارعة الرومانية والحررة وكما يلي :

- ١- وصول الفارق بين المصارعين الى (٨) نقاط في المصارعة الحررة وفي هذه الحالة تنهى المباراة ويعلن المصارع الفائز .
 - ٢- وصول الفارق بين المصارعين الى (١٠) نقاط في المصارعة الرومانية وفي هذه الحالة تنهى المباراة ويعلن المصارع الفائز .
- حيث يقوم رئيس البساط والقاضي بتثبيته الحكم ويعلن الحكم المصارع الفائز وتأييد رئيس البساط اجبارية .

المنطقة السلبية (الزون) :

- تبين منطقة (الزون) او المنطقة السلبية وتحدد وتظهر المصارع السلبية وتفيد في انتهاء الصراع النمطي السلبية قرب حافة البساط .
- جميع مسكات الهجوم والهجوم المضاد التي بدأت من الوضع وقوفا في منطقة الصراع المركزية سارية المفعول بغض النظر عن المكان الذي انتهت فيه سواء (منطقة الصراع المركزية او منطقة الزون او خارج البساط) .
 - في حال انتهاء المسكة (الرمية) في منطقة الوقاية (خارج البساط) يتم ايقاف الصراع ويعود المصارعان الى منتصف البساط وقوفا وتمنح النقاط وفقا للقيمة المستحقة للمسكة .
 - في حال ملامسة كتفي المصارع المهاجم لمسة لحظية خارج البساط اثناء قيامه باداء مسكة يحصل منافسه على نقطتين ويستأنف اللعب وقوفا وسط البساط .
 - في حال اداء المسكات في منطقة الصراع المركزية يمكن للمصارعان الدخول الى المنطقة السلبية بثلاث أو أربع أرجل وهم في حالة التحرك المستمر ويمكنهما اداء المسكات في جميع الاتجاهات شرط ان لا يحدث توقف ظاهر اثناء قيامهم باداء مسكاتهم (دفع ، تعطيل ، سحب ، تدافع) .
 - اي فعل او مسكة يجب ان لا تبدأ في وضع الوقوف من المنطقة السلبية الا اذا كانت قديميها داخل المنطقة السلبية ففي هذه الحالة يسمح الحكم بمرور وقت محدد بانتظار تطور المسكة .
 - اذا لم يقوم المصارعان باداء اي فعل داخل المنطقة السلبية وبقيها بداخلها بثلاث واربع أرجل فان الحكم يأمرهما بالعودة الى وسط البساط .

- في جميع الاحوال في اللعب وقوفا لحظة خروج قدم واحدة للمصارع المهاجم الى سطح المنطقة الواقية (اي خارج البساط والمنطقة السلبية) يجب على الحكم بصفة اجبارية ايقاف المباراة فورا (وتحتسب نقطة للمصارع المدافع) .

- عند خروج قدم المصارع المدافع خارج البساط وكان المهاجم في طور اداء مسكة اي في حال الاستمرارية فان المسكة تعتبر صحيحة وتمنح النقاط حسب تقدير المسكة .

- عند تخطي قدم احد المصارعين الى المنطقة السلبية (الزون) على الحكم اجباريا ان ينطق بكلمة (zone) وعند سماعها مباشرة يجب على المصارعان العودة فورا الى منطقة الصراع المركزية (الايجابية) دون فك اشتباكهم .

- تعتبر جميع مسكات الهجوم والهجوم المضاد التي تبدا فوق المنطقة السلبية (الزون) وانتهت خارج البساط صحيحة ويقزر الحكم والقاضي النقاط المستحقة ويوقف النزال ويعود المصارعان للصراع وقوفا من الدائرة المركزية .

- يحق للمصارع المهاجم في الوضع الارضي من اتمام مسكته اذا خرج من المنطقة السلبية اثناء ادائها شرط ان تكون كتفي المنافس ورأسه داخل المنطقة السلبية (الزون) حتى لو خرجت اربع ارجل خارج البساط .

المصارعة السلبية :

تعتبر رياضة المصارعة من الرياضات التي يكون فيها مبدا المجازفة والايجابية من المبادئ الاساسية طوال فترة الصراع ، والسلبية والتي تعني (رفض احد المصارعين او كلاهما الاشتباك والصراع مع المنافس ومحاولة الهروب منه) موجودة في المصارعة وقوفا او ارضا ولهذا السبب على الحكم تشجيع وحث المصارع السليبي على الاشتباك والصراع الايجابي مع منافسه واذا لم يستجب فان الحكم يتخذ الاجراءات التالية :

في المصارعة الرومانية :

- خلال ٩٠ ثانية الاولى في الجولة الاولى تتبع الاجراءات التالية :
- ١- خلال ٣٠ ثانية الاولى من الصراع على الحكم تعيين المصارع السليبي وتنبهه بموافقة القاضي ورئيس البساط دون ايقاف الصراع .
 - ٢- في حال استمرار التعادل (بدون نقاط) واستمر المصارع السليبي في سلبيته يوقف الحكم النزال ويخير الحكم منافسه باللعب ارضا (الجلوس بالدائرة المركزية) او اللعب وقوفا .
 - ٣- في حال استمرار التعادل واستمر المصارع السليبي في لعبة يوجه الحكم انذار وتمنح نقطة لمنافسه .
- (لا تنتهي ٩٠ ثانية الاولى بدون نقاط) .

في المصارعة الحرة :

- خلال ١٢٠ ثانية الاولى في الجولة الاولى تتبع الاجراءات التالية :
- ١- خلال ٣٠ ثانية الاولى من الصراع على الحكم تعيين المصارع السليبي وتنبهه .
 - ٢- في حال استمرار التعادل (بدون نقاط) واستمر المصارع السليبي في سلبيته يوقف الحكم النزال وينبهه ويمنح الحكم اللاعب السليبي ٣٠ ثانية لتنفيذ الهجوم او الحركة .
 - ٣- في حال استمرار السلبية يوقف الحكم النزال ويعطي الحكم المصارع السليبي انذار ويمنح نقطة لمنافسه .
- (لا تنتهي ١٢٠ ثانية الاولى بدون نقاط) .

مسكات غير قانونية في المصارعة :

- يمنع بصفة قطعية اداء المصارعين للمسكات والافعال الاتية :
- مسك الشعر ، الاذنين ، الاعضاء التناسلية ، شد الجلد ، العض ، لي اصابع اليدين والقدمين ، لي الذراع الى الخلف بزواوية اكثر من ٩٠ درجة ، تجميع الذراع من العضد بشكل يؤثر على رسغ الذراع .
 - الرفض ، النطح بالراس ، الخنق ، الدفع ، استعمال مسكات تعرض حياة المنافس للخطر او تسبب له كسرا او خلع اطرافه او وطأ الجسم بالقدمين او لمس الوجه بين الحاجبين وخط الفم .
 - غرز الكوع او الركبة في صدر او بطن المنافس .
 - مسك الزاس او الرقبة بكلتا الذراعين وجميع الاوضاع التي ينشا عنها الخنق ويسمح بالمسك بذراع واحدة فقط .
 - مسك الرقبة وحدها بكلتا الذراعين او بذراع واحد مهما كان اتجاه تنفيذ المسكة .
 - مسكة الراس المزدوجة (دابل نلسن) اذا نفذت الى الامام او بتدخل الساقين على اي جزء من اجزاء جسم المنافس .
 - وضع ذراع المنافس خلف ظهره والضغط عليه ليكون الساعد بزواوية حادة .
 - تنفيذ اي مسكة تعرض العمود الفقري للخطر .
 - لايجوز رمي المنافس في الوضع المقلوب (راسه يكون للاسفل) كما في مسكة (الرمي من فوق الصدر الى الخلف) يجب ان يكون الرمي الى احد الجانبين ولايجوز رمي المنافس فورا من اعلى للاسفل (غرزه) دون ان يلمس جزء اخر من اجزاء جسم المصارع المنفذ بخلاف قدميه للبساط قبل جسم المصارع المنافس .
 - يمنع رفع المنافس وهو في وضع الجسر (القوس) ثم القائه مرة اخرى على البساط اي (صدمه) ويمنع ايضا دفع الجسم باتجاه الراس .
 - وبصورة عامة اذا اراد مضارع تنفيذ مسكة وتمت عرقلة ومنعه من أداءها قبل الخصم بمسكة غير قانونية فان الحكم (يوقف النزال - ويعطي المصارع المهاجم استحقاق المسكة من النقاط - وينذر المصارع المخطئ - ويجلسه بالوضع الارضي) .
 - اما المصارع الذي يتمكن من تنفيذ المسكة مع العرقلة الغير قانونية من قبل المنافس فان الحكم (يوقف النزال - ويعطي المصارع المهاجم استحقاق المسكة من النقاط - مع اعطاء نقطة اضافية اخرى - وينذر المصارع المخطئ - ويجلسه بالوضع الارضي) .

الانذار في المصارعة :

- ١- الانذار للعب السلبي حيث ينبه المصارع السلبي ثم تؤخذ موافقة رئيس البساط ويوقف اللعب وينذر المصارع السلبي وتمنح نقطة لمنافسه ويستأنف اللعب وكما موضح في موضوع اللعب السلبي في المصارعة الرومانية والحررة .
- ٢- الانذار نتيجة الهروب من المسكة بصورة مباشرة ومتعمدة حيث تتبع نفس الاجراءات في الفقرة السابقة (نقطة للمنافس مع انذار للمصارع المخطئ) .
- ٣- الانذار نتيجة اللعب الخشن ضد المنافس او سوء السلوب حيث تعطى (نقطة للمنافس مع انذار للمصارع المخطئ) .
- ٤- المصارع الذي يحصل على ثلاث انذارات يستبعد من النزال ويعتبر خاسرا ومنافسه الفائز بغض النظر عن نتيجة النقاط .

