

جامعة بنها
كلية التربية الرياضية
قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل

نموذج إجابة مادة
تخصص اول مصارعة
الفرقة الرابعة

تاريخ الإمتحان
2014 - 1 - 1

أستاذ المادة
د/ هيثم أحمد إبراهيم محمد زلط

العام الجامعى
2014—2013



الفصل الدراسي الاول
العام الجامعي 2013 / 2014 م
تاريخ الامتحان: 2014 / 1 / 1 م
الدرجة: 60 درجة

كلية التربية الرياضية
قسم: نظريات وتطبيقات رياضات المنازل
امتحان مادة: مصارعة (تخصص اول)
الفرقة: الرابعة
الزمن: ساعتان

اجب عن الاسئلة الاتية

(20 درجة)

السؤال الأول

اذكر المهارات الاساسية السبعة في رياضة المصارعة و اشرح احداها؟

(20 درجة)

السؤال الثاني

اذكر الاصابات الشائعة مع شرح اثنين منها من حيث (الاعراض – التشخيص العلاج) ؟

(20 درجة)

السؤال الثالث

اذكر فيما لا يقل عن عشرون مصطلح باللغة الانجليزية في رياضة المصارعة ؟

(20 درجة)

السؤال الرابع

ضع علامة صح امام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ امام العبارة الخاطئة مع تصحيح الخطأ.

- 1- المرحلة الاولى والثانية تكون جولتين مدة كل جولة 3 دقائق. ()
- 2- يوجد وقت اضافي في المصارعة الحرة فقط. ()
- 3- في حالة انتهاء المباراة (0-0) في المصارعة الرومانية طاقم التحكيم يقوم بتحديد اللاعب الاكثر ايجابية يعتبر هو الفائز. ()
- 4- عندما يصبح الفارق 7 نقاط يعتبر اللاعب فائزا بالتفوق الفني. ()
- 5- عند تنفيذ حركتين بنقطتين يعتبر اللاعب فائزا بالتفوق الفني. ()
- 6- اجلاس الخصم تحت السيطرة بثلاث اطرف تحسب بنقطة واحدة. ()
- 7- في حالة اذا كانت النتيجة (0-0) في المصارعة الحرة يحق لطاقم التحكيم بتحديد اللاعب السلبي ويطبق عليه قاعدة (30ث). ()
- 8- يسمح للاعبين تناول المياة خلال فترة (30ث). ()
- 9- المدرب يطلب حق الاعتراض نيابة عن اللاعب ويكون ذلك خلال دقيقة كحد اقصي. ()
- 10- السلبية الثالثة في المصارعة الرومانية يكون انذار + 2 نقطة للخصم. ()

مع تمنياتي بالتوفيق والنجاح
الدكتور / هيثم زلط



كلية التربية الرياضية
قسم: نظريات وتطبيقات رياضات المنازل
امتحان مادة: المصارعة (تخصص اول)
الفرقة: الرابعة
الزمن: ساعتان

الفصل الدراسي الاول
العام الجامعي 2013/2014 م
تاريخ الامتحان: 1/1/2014م
الدرجة: 60 درجة

الدكتور /هيثم زلط

نموذج الاجابة

اجابة السؤال الاول : -

المهارات الاساسية في رياضة المصارعة

كانت مصطلحات واساليب المصارعة تتنوع بشدة من مكان لآخر ونتيجة لذلك كانت الحركة الواحدة تسمى بأسماء مختلفة ولتقنين التعليمات والمصطلحات الاساسية قسمت هيئة التدريب القومية للاتحاد الامريكي للمصارعة مهارات المصارعة الي سبعة مهارات اساسية لتساعد في تعليم تكنيكات المصارعة كما ان اتقان المصارع لهذه المهارات يعني امكانية تحقيقه المستويات الفنية الرياضية المتقدمة في رياضة المصارعة .

وتتمثل هذه المهارات فيما يلي

- 1- وضع الجسم .
- 2- تحركات المصارع .
- 3- تغير مستوي او طول الجسم .
- 4- الغطس والاختراق.
- 5- الرفع لأعلي .
- 6- الخطو خلفا .
- 7- التقوس خلفا.

المبادئ الأساسية في رياضة المصارعة

أولاً وضع الاستعداد

ويمكن تقسيم وضع الاستعداد الي.

1-وضع الصراع عاليا (وقوفا)

2-وضع الصراع اسفل (ارضا)

ثانيا :المسكات وكيفية التخلص منها.

ثالثا : التحرك علي البساط .

رابعا : مهارة الكوبري .

1- خصائص لاعبي المصارعة.

أ- الخصائص المورفولوجية والبدنية للمصارعين.

ب-الخصائص الفسيولوجية للمصارعين .

ج-الخصائص النفسية للمصارعين .

إجابة السؤال الثاني : -

2- الصابات الشائعة في رياضة المصارعة.

1-الاذن القرنيبية .

2-التهاب الجلد المرضي .

3-الدمامل .

4-السحجات الجلدية .

5-الجزوعات .

6-الكسر والخلع .

7-الضلع المنشدة .

8-قدم الرياضي .

اجابة السؤال الثالث

أ- اصطلاحات اساسية اثناء المباراة

عربي	ENGLISH	م
يجب ان يتصافح اللاعبان	SALUT	1
دعوة اللاعبان من ركنى البساط الى مركزه للتفتيش عليهما والتصافح ثم العودة الى ركنيهما انتظارا لصفارة الحكم	START	2
يطلب الحكم من اللاعب ان يضع كلتا يديه على ظهر منافسه الجائى أرضا أما فى المصارعة وقوفا فهو أمر بالاتحام (جسم مقابل جسم)	CONTACT	3
يجب على المصارع أن يعدل من وضعة وينتهج اسلوب مصارعة مفتوحة	OPEN	4
الحكم يحذر اللاعب السلبي قبل طلب انذاره لرفضه اتباع الوضع الصحيح فى اللعب أرضا	ATTENTION	5
يجب على المصارع تنفيذ المسكة التى جمعها	ACTION	6
يجب على المصارع ان يرفع رأسه هذا الامر يعطى بواسطة الحكم فى حالة السلبية ووضع الراس الى الامام	HEAD UP	7
الوضع الابتدائى فى اللعب أرضا (او فى الالتحام الاجبارى فى المصارعة الجريكورومان) قبل ان يطلق الحكم صفارته.	POSITION	8
اللعب سوف يستأنف أرضا	ATERRE	9
بضربه يد فوق البساط وأن ينطق الحكم كلمة مكانك place فإنالحكم يذكر ويحذر اللاعب من الهروب خارج البساط	PLACE	10
وضع الخطر	DANGER	11
مسكة غير قانونية او خروج على القواعد الفنية	FAULT	12
احمر سلبى ازرق سلبى ملاحظة تعطى للاعب السلبي ويؤشر بذلك برفع الذراع التى تحمل لون اللاعب المخطئ	PASSIF	13
إشارة الحكم الموضحة لسببية احد اللاعبين الى القاضى ورئيس البساط	REMARK	14
هذة الكلمة تعنى ايقاف المباراة	STOP	15

عربي	ENGLISH	م
هذه الكلمة يجب النطق بصوت مرتفع عندما يدخل اللاعب الى المنطقة السلبية	ZONE	16
عندما يتوقف اللاعب متعمدا او للاصابة او لاي سبب اخر فان الحكم يستعمل هذا التعبير ليطلب من الميقاتي ايقاف ساعته	TIME OUT	17
يجب على اللاعب ان يعود الى منتصف البساط ويستأنف اللعب	CETRE	18
يجب ان يستأنف اللعب وقوفا	UP	19
المسكة صحيحة وقانونية عندما يكون القاضي ورئيس البساط في وضع لايمكنها من متابعة ما يحدث في الناحية الاخرى فإنه يجب على الحكم ان يرفع ذراعه موضحا بأن المسكة داخل البساط وأنها تحققت داخل الحدود	O.K	20
مسكة نفذت خارج البساط	OUT	21
لاستعمل هذه العبارة لتوضيح ان المسكة غير محتسبة	NO	22
تستعمل هذه الكلمة للاشارة بان اللعب هزم بتثبيت الكتفين وعند حدوث التثبيت فإن الحكم ينطق tompe ويضرب البساط بيده ويطلق صفارته ليعلن انتهاء المباراة	TOUCHE	23
نهاية المباراة	FIN	24
صوت المنبه يعلن بداية ونهاية المباراة	GONG	25
طاقم التحكيم	JURY	26

ب-اصطلاحات اساسية اثناء المباراة

ت-

عربي	ENGLISH	م
يجب ان يتصافح اللاعبان	SALUT	1
دعوة اللاعبان من ركنى البساط الى مركزه للتفتيش عليهما والتصافح ثم العودة الى ركنيهما انتظارا لصفارة الحكم	START	2
يطلب الحكم من اللاعب ان يضع كلتا يديه على ظهر منافسه الجاثي أرضا أما فى المصارعة وقوفا فهو أمر بالاتحام (جسم مقابل جسم)	CONTACT	3
يجب على المصارع أن يعدل من وضعة وينتهج اسلوب مصارعة مفتوحة	OPEN	4
الحكم يحذر اللاعب السلبي قبل طلب انذاره لرفضه اتباع الوضع الصحيح فى اللعب أرضا	ATTENTION	5
يجب على المصارع تنفيذ المسكة التى جمعها	ACTION	6
يجب على المصارع ان يرفع رأسه هذا الامر يعطى بواسطة الحكم فى حالة السلبية ووضع الراس الى الامام	HEAD UP	7
الوضع الابتدائى فى اللعب أرضا (او فى الالتحام الاجبارى فى المصارعة الجريكورومان) قبل ان يطلق الحكم صفارته.	POSITION	8
اللعب سوف يستأنف أرضا	ATERRE	9
بضربه يد فوق البيساط وأن ينطق الحكم كلمة مكانك place فإنالحكم يذكر ويحذر اللاعب من الهروب خارج البساط	PLACE	10
وضع الخطر	DANGER	11
مسكة غير قانونية او خروج على القواعد الفنية	FAULT	12
احمر سلبي ازرق سلبي ملاحظة تعطى للاعب السلبي ويؤشر بذلك برفع الذراع التى تحمل لون اللاعب المخطئ	PASSIF	13
إشارة الحكم الموضحة لسبية احد اللاعبين الى القاضى ورئيس البساط	REMARK	14
هذة الكلمة تعنى ايقاف المباراة	STOP	15

عربي	ENGLISH	
هذه الكلمة يجب النطق بصوت مرتفع عندما يدخل اللاعب الى المنطقة السلبية	ZONE	16
عندما يتوقف اللاعب متعمدا او للاصابة او لاي سبب اخر فان الحكم يستعمل هذا التعبير ليطلب من الميقاتي ايقاف ساعته	TIME OUT	17
يجب على اللاعب ان يعود الى منتصف البساط ويستأنف اللعب	CETRE	18
يجب ان يستأنف اللعب وقوفا	UP	19
المسكة صحيحة وقانونية عندما يكون القاضي ورئيس البساط في وضع لايمكنها من متابعة ما يحدث في الناحية الاخرى فإنه يجب على الحكم ان يرفع ذراعه موضحا بأن المسكة داخل البساط وأنها تحققت داخل الحدود	O.K	20
مسكة نفذت خارج البساط	OUT	21
لاستعمل هذه العبارة لتوضيح ان المسكة غير محتسبة	NO	22
تستعمل هذه الكلمة للاشارة بان اللعب هزم بتثبيت الكتفين وعند حدوث التثبيت فإن الحكم ينطق tompe ويضرب البساط بيده ويطلق صفارته ليعلن انتهاء المباراة	TOUCHE	23
نهاية المباراة	FIN	24
صوت المنبه يعلن بداية ونهاية المباراة	GONG	25
طاقم التحكيم	JURY	26

اجابةالسؤال الرابع :

ضع علامة صح امام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ امام العبارة الخاطئة مع تصحيح الخطأ.

- 1- المرحلة الاولى والثانية تكون جولتين مدة كل جولة 3 دقائق. () العبارة خاطئة
مدة الجولة 2 دقيقة في المرحلة الاولى والثانية
- 2-يوجد وقت اضافي في المصارعة الحرة فقط. () العبارة خاطئة
لايوجد وقت اضافي في المصارعة الرومانية ولا الحرة
- 3- في حالة انتهاء المباراة (0-0) في المصارعة الرومانية طاقم التحكيم يقوم بتحديد اللاعب الاكثر ايجابية يعتبر هو الفائز. () العبارة صحيحة
- 4- عندما يصبح الفارق 7 نقاط يعتبر اللاعب فائزا بالتفوق الفني. () العبارة صحيحة
- 5- عند تنفيذ حركتين بنقطتين يعتبر اللاعب فائزا بالتفوق الفني. () العبارة خاطئة
عند تنفيذ حركتين بثلاث يكون فائزا بالتفوق الفني
- 6- اجلاس الخصم تحت السيطرة بثلاث اطرف تحسب بنقطة واحدة. () العبارة خاطئة
تحسب 2 نقطة
- 7-في حالة اذا كانت النتيجة (0-0) في المصارعة الحرة يحق لطاقم التحكيم بتحديد اللاعب السلبي ويطبق عليه قاعدة (30ث). () العبارة صحيحة
- 8-يسمح للاعبين تناول المياة خلال فترة (30ث). () العبارة صحيحة
- 9-المدرّب يطلب حق الاعتراض نيابة عن اللاعب ويكون ذلك خلال دقيقة كحد اقصي. ()
العبارة خاطئة
حق الاعتراض ويكون ذلك خلال (5 ثواني) كحد اقصي
- 10-السلبية الثالثة في المصارعة الرومانية يكون انذار + 2نقطة للخصم. () العبارة خاطئة
انذار + نقطة

1- للمصارعة الرومانية فقط

- مباريات المصارعة الرومانية يفوز بها الفائز بجولاتان الجولة تتكون من دقيقتان 90ثانية للوضوح وقوفا 30ثانية للوضع ارضا المصارع صاحب الكلتش مسموح له الاختيار بين وضع الجنب والرفع او الوضع الخلفي وقوفا او ركبة واحدة على البساط واليدان تلمس كتف الخصم.

الكلنش:

في المصارعة الرومانية بعد مرور دقيقة في الوضع وقوفا يتم جلوس اللاعب الخاسر بالنقاط او بالطس في حالة عدم الحصول على نقاط في الوضع ارضا لمدة نصف دقيقة ويتم تغير الوضع في النصف الدقيقة الباقية من زمن الجولة 2 دقيقة يتم تحذير اللاعب المخالف لوضع الكلنش مرة واحدة ويعاقب اللاعب الجالس ارضا بالانذار 2 نقطة للخصم وتم تكرار الوضع مرة اخرى اذا حدث مخالفة من اثناء اخذ حركة (الربو) للاعب المعتلى بنفس العقوبة اما اذا حدثت المخالفة من اللاعب المعتلى وذلك بتعدى جزء من قدمة الخط يتم تحذيرة مرة واحدة ويعاقب بانذار نقطة للخصم يشترط حصول اللاعب المعتلى اثناء 30 ثانية على اى نقاط فنية وفي حالة انتهاؤها بدون ذلك يحصل على انذار نقطة للخصم .

في المصارعة الحرة بعد انتهاء زمن الجولة 2 دقيقة بدون حصول على اى نقاط فنية يتم عمل كلنش لمدة 30 ثانية واللاعب الخاسر يقف وسط دائرة بدء المصارعة متقدما باحد ارجلة ويمسك اللاعب الفائز من وسط الركبة بتشبيك يديه على ان تكون راسة بالداخل او من الخارج ويضع الخصم يديه على كتف الخصم ويوقف الحكم المباراة في حالة الحصول على اى نقطة فنية واذا انتهت 30 ثانية بدون نقاط فنية يحصل الفائز على انذار نقطة لخاسر الطس ويفوز بالجولة .

- في جميع جولات المصارعة الفائز خلال 90 ثانية يكون له الافضلية في الكلنش واذا لم يسجل نقاط خلال 90 ثانية في موقف مماثل لو المصارع المعتلى لم يتقدم للوضع يستأنف الصراع للوضع وقوفا مرة اخرى لنهاية الجولة في نهاية الدقيقتان يعلن الفائز في الجولة.

- عند نهاية 90 ثانية وكانت النتيجة التعادل

الكلنش في الجولة الاولى يكون لصالح اللاعب الاحمر واذا تكرر الوضع في الجولة الثانية يكون لمصلحة اللاعب الازرق لو سجل اللاعب المعتلى انقاط يفوز بالجولة واذا لم يستطع تسجيل نقاط يحصل عليها اللاعب التحتى على نقطة ويفوز بالجولة .

لو فاز لاعب بجولة وكانت النتيجة الـ 90 ثانية فى الجولة الثالثة

اختيار اللاعب المعتلى او التحتى يكون للمصارع الذى يفوز باكبر عدد من النقاط فى مجموع الجولتان الاولى والثانية مجتمعين لو كان للمصارعان نفس عدد النقاط الافضليات الاتية تاخذ فى الاعتبار :

1- عدد الانذارات

2- قيمة الحركات

3- القرعة

اذا لم تسجل نقطة خلال الـ 30 ثانية يحصل اللاعب التحتى على نقطة ويعلن فائز للمباراة .

امثلة:

احمر	ازرق	
3	-	الجولة الاولى
-	3	الجولة الثانية
1	<u>1</u>	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

الازرق سجل النقط الاخير خلا الـ 90 ثانية فى الجولة الثالثة يستحق الكلنش اذا لم يسجل خلال الـ 30 ثانية لا يعاقب

احمر	ازرق	
111	3	الجولة الاولى
2	1	الجولة الثانية
1	-	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

الاحمر هو صاحب الكلنش اذا لم يسجل الـ 30 ثانية لا يعاقب

احمر	ازرق	
3	-	الجولة الاولى
1	2	الجولة الثانية
-	-	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

الاحمر اكثر نقلت فنية فى مجموع الجولتين الاولى والثانية له الاختيار ليكون المصارع المعتلى او التحتى خلال ال 30 ثانية لو المارح المعتلى لم يسجل نقاط خلال ال 30 ثانية يفوز خصمة بنقط.

احمر	ازرق	
3	-	الجولة الاولى
-	3	الجولة الثانية
-	-	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

يقوم الحكم باجراء قرعة بواطة الكرة الخاص به يكون هو المعتلى اجباريا واذا لم يسجل نقاط خلال ال 30 ثانية سوف يفوز خصمه بنقطة فنية ويفوز بالمباراة

احمر	ازرق	
5	-	الجولة الاولى
-	3	الجولة الثانية
1	<u>1</u>	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

المصارع الازرق سجل النقطة الاخيرة فى ال 90 ثانية من الجولة الثالثة هو يفوز بالكلنش ولا يعاقب اذا لم يسجل نقاط خلال ال 30 ثانية

احمر	ازرق	
20	11	الجولة الاولى
3	111	الجولة الثانية
-	-	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

المصارع الازرق له حق اختيار الوضع يكون المصارع المعتلى او التحتى المصارع التحتى اذا لم يسجل نقاط يحصل على خصمه نقطة ويفوز بالمباراة .

احمر	ازرق	
2	1	الجولة الاولى
1	2	الجولة الثانية
-	-	عند نهاية 90 ثانية فى الجولة الثالثة

يقوم الحكم باجراء قرعة بواسطة الكرة والمصارع الذى يختار لون الكرة الخاص به هو يكون المعتلى اجباريا واذا لم يسجل نقاط ال30 ثانية سوف يفوز خصمه بنقطة فنية ويفوز بالمباراة .

2- طاقم التحكيم

التكوين:

فى جميع المسابقات يتكون طاقم التحكيم لكل مباراة من :
رئيس بساط – حكم – قاضى – اى ثلاثة حكام مؤهلين – تم اختيارهم حسب قواعد التحكيم الدولية.
فى المسابقات الرسمية للاتحاد الدولى يتم التعيين مراقب وله وظائف موضحة بالمادة الخاصة بالمراقب.
ممنوع منعا باتا استبدال اى حكم اثناء سير المباراة الا فى حالة توعك صحى جسيم وواضح.
لايجوز باى حالة من الاحوال ان يضم طاقم التحكيم حكمان من جنسية واحدة بالاضافة الى انه ممنوع منعا باتا ان يكون ضمن طاقم التحكيم حكما من نفس جنسية احد طرفى المباراة.

الواجبات العامة:

1- يؤدى الحكام جميع واجبتهم المنصوص عليها فى هذه القواعد التى تحكم ممارسة مسابقات المصارعة اى نصوص خاصة قد تصدر لتنظيم مسابقة معينة .
وواجبات طاقم التحكيم هو متابعة كل مباراة باكبر قدر من الانتباه وتقييم خطفات كلا اللاعبين حتى تاتى النتائج المسجلة فى بطاقة تسجيل النقط الخاصة بالقاضى معبرا تعبيراً صحيحاً عن سير المباراة .

2- رئيس البساط والحكم والقاضى يقدرون الخطوات كل على حدة لكى يكونوا فى النهاية قررا نهائيا كما يجب على الحكم والقاضى ان يتعاونوا تحت ادارة رئيس البساط الذى يقوم بتنسيق طاقم التحكيم .

3- انه من واجبات طاقم التحكيم ان تاخذ على عاتيقها كل الاعمال الخاص بالحكم كتقدير ومنح النقط وتوقيع واعلان الجزاءات المنصوص عليها بهذه القواعد.

4- بطاقة تسجيل النقط الخاصة بكل من القاضى ورئيس البساط يسجل بها كافة النقط التى استحققت على الخطفات والمسكات التى نفذها اللاعبان بالاضافة الى الانذارات ملاحظات السلبية والاتهام ويجب ان يتم التسجيل بعناية بالغة وفى الاماكن المخصصة لمختلف مراحل المباراة كما يجب التوقيع على هذه البطاقة من رئيس البساط والقاضى .

5- اذا لم تنته احدى المباريات بتثبيت الكتفين فان القرار يجب ان يعطى بواسطة رئيس البساط الذى يجب ان مبنيا على اساس تقدير كافة المسكات والخطفات لكلا المتنافسين سجلة من البداية الى النهاية على بطاقته وكذا على بطاقة القاضى .

6- جميع النقاط التى يقدرها القاضى يجب اعلانها للجمهور فور حدوثها سواء عن طريق العلامات اليدوية او اللوحة الالكترونية او باى وسيلة اخرى .

1- يجب على الحكام استعمال اصطلاحات الاتحاد الدولى والتى تتناسب مع دورهم فى قيادة المباريات وهم ممنوعون من التحدث الى اى شخص اثناء المباراة الا فيما بينهم عندما تستدعى الضرورة اجراء مداولة ولذلك لتادية عمله على الوجه الاكمل .

الحكم:

1- الحكم هو المسئول عن قيادة المباراة على البساط والتى يجب ان يديرها طبقا القانون .

2- يجب عليه فرض احترامه على المتنافسين وان يمارس سلطاته كاملة حتى طيعا او امره وتعليماته فورا كما يجب عليه ادارة المباراة دون ان يسمح باى تدخل خارجى غير قانونى غير مناسب .

3- يعمل الحكم فى تعاون وثيق مع القاضى وعلية ان ينفذ واجباته فى ملاحظة المباراة وفرض سلطاته كامله ويمنع التدخل الغير مقدر للمواقف تبدا المباراة وتنتهى بصفارة الحكم .

4- مطلوب من الحكم ان يرتدى على معصمه الايسر اسورة من القماش الاحمر واخرى زرقاء على معصمة الايمن وهو يحدد باصابعة عدد النقاط المستحقة عن المسكة بعد تنفيذها سواء برفع الذراع اليمين اذا كان اللاعب فى اللون الازرق هو الذى سجل النقط او يرفع الزراع اليسرى اذا كان اللاعب الذى يرتدى اللون الاحمر هو المستحق .

5- يجب على الحكم الا يتردد فى الاتى:

- تحذير اللاعب او اللاعبين السلبيين .
- ايقاف المباراة فى الوقت المناسب ليس قبله وليس بعده .
- بين اذا كانت المسكة التى نفذت عند حافة البساط محتسبه من عدمه
- يعد بطريقة ظاهرة الى 5 ثوان التى يكون اللاعب فيها فى وضع الخطر ويعطى اللاعب المسيطر النقطة الاضافية المستحقة على هذا الوضع .
- يشير وينطق بكلمة بوش بعد التحقق من موافقة القاضى وفى حالة تعذر ذلك فيجب الحصول على موافقة رئيس البساط لكى يتقرر ان اللاعب قد تم تثبيت كتفيه فانه يجب ان يتم تثبيت كلا الكتفين على البساط فى وقت واحد ويجب على الحكم ان ينطق فى ذهنه كلمة بوش ثم يرفع يديه لياخذ راي القاضى او رئيس البساط ثم يضرب البساط براحته ويطلق صفارته بعد ذلك
- يوضح للقاضى ورئيس البساط – دون ايقاف المباراة – اللاعب الذى يعتبره سلبيا والحصول على الموافقة يعلن هذا السلبية للمصارع المخطئ مطبقا الاجراءات الصحيحة .

يجب على الحكم ان يحرص على:

- 1- الا يقترب كثيرا من المصارعين فى حالة اللعب وقوفا حتى تتاح له فرصة ملاحظة السيقان وبالعكس فانه يقترب منهما فى حالة اللعب ارضا .
- 2- يامر بسرعة ووضوح الوضع الذى يجب ان تستأنف فيه المصارعة وقوفا او ارضا - وعلية ان يعيد اللاعبان الى وسط البساط واقدامهم داخل الدائرة المركزية.

- 3- يجب الا يظل مقتربا من اللاعبين حتى لا يحجب الرؤية عن القاضى او الجمهور وبالاخص عند احتمال حدوث تثبيت الكتفين .
- 4- الايسمح للمصارعين بالراحة اثناء المباراة بادعاء مسح المرق او تنظيف الانفلا او ربط الحذاء او ادعاء الاصابة.

وفى هذه الحالة عليه ان يقوم بايقاف المباراة بالاشارة اى الميقاتى :

- 1- ان يكون قادرا على تغيير مكانه من اتجاه الى اخر على البساط او حوله فى اى لحظة وخاصة عند الانبطاح الفورى ارضا ليستطيع ان يلاحظ جيدا التثبيت المحتمل .
- 2- يحدث اللاعب السلبى على الصراع الايجابى دون ايقاف المباراة وان يتخذ لنفسه دائما مكانا يعوق محاولات الهروب من البساط.
- 3- ان يكون جاعزا فطلاق صفارته عندما يقترب المصارعان من حدود البساط.

والحكم مطالب ايضا:

- 1- ان يعطى اهتماما خاصا فى ملاحظة ارجل المصارعينفى المصارعة الجريكورمان .
- 2- الزام المصارعين بالبقاء على البساط حتى اعلان نتيجة المباراة .
- 3- فى كافة الاحوال حيث يكون الاتفاق ضروريا يطلب راي القاضى اولا والذى تحدد كانه عند حافة البساط فى مواجهة رئيس البساط .
- 4- اجراء عملية التصويت بوضوح بالاشتراك مع طاقم التحكيم لصالح اوضح فى حالة اتخاذ قرار يختص بالاستبعاد او بالفوز .
- 5- اعلان المصارع الفائز بعد موافقة رئيس البساط .

يجب على الحكم بناء على طلب رئيس البساط ايقاف لمباراة واعلان الفوز بالتفوق الفنى عندما تكون النتيجة فارق 10 نقط فنية بين كلا اللاعبين وفى هذه الحالة يجب على الحكم انتهاء انتظار الخطفية والخطفة المضادة ويصبح الوضع محايد لايقاف المباراة ثم يتم اعلان النتيجة استطلاع راي الفائز عن الاكتفاء بهذه النتيجة او رغبته فى استكمال الوقت .

القاضي :

- 1- القضي مسئول عن كل الواجبات الواردة بالقواعد العامة .
- 2- يجب عليه ان يتابع سير المباراة عن كثب وبكل انتباه دون ان يسمح بقطع انتباه باى طريقة ويجب عليه تقدير النقاط لكل خطفة وان يدونها فى بطاقة تسجيل النقاط الخاصة به وذلك بعد موافقة الحكم او رئيس البساط كما يجب ان يدلى برأيه فى جميع الاوضاع.
- 3- يتابع كل خطفة وبناء على ما يؤشر به الحكم وفى حالة الخلاف يؤخذ بترجيح رئيس البساط ويسجل عدد النقاط للمسكة المعينة فى بطاقة التسجيل كما يدخل النتيجة على لوحة النقاط التى بجواره والتى يجب ان تكون واضحة للصارعين والجمهور .
- 4- يعطى راية فى اللعب السلبي او يقوم بنفسه بتحديدية.
- 5- القاضي يوافق على تثبيت الكتفين وايضا يؤشر للحكم بوقوعها .
- 6- اذا لاحظ القاضي شئى ما اثناء المباراة ووجد انه يجب لفت نظر الحكم الذى لم يكن فى امكانه رؤيته او ملاحظته يتحتم على القاضي ان يفعل ذلك برفع العلامة الذى يحمل نفس لون لباس المصارع المعنى حتى ولو لم يساله الحكم عن راية وفى جميع الظروف يجب على القاضي ان ينبه الحكم الى اى شئى يبدو غير طبيعيا او غير قانونيا اثناء المباراة او فى سلوك اللاعبين.
- 7- يجب على القاضي ان يوقع على بطاقة تسجيل النقاط فور استلامها وفى نهاية المباراة يجب ان يسجل بوضوح نتيجة المباراة على بطاقة التسجيل بان يشطب اسم اللاعب المهزوم ويكتب اسم الفائز .
- 8- قرارات القاضي والحكم سارية المفعول دون تدخل رئيس البساط فى حالة تطابقهما فيما عدا اعلان الفوز بالتفوق الفنى فيلزم موافقة رئيس البساط .
- 9- يجب ان توصى بطاقة تسجيل النقاط الخاصة بالقاضي بالوقت التى انتهت فيه المباراة فى حالة تثبيت الكتفين التفوق لواضح التسليم.....الخ.
- 10- تسهيلا لمهمة القاضي فى متابعة المباراة وخصوصا فى الاوضاع الحرجة فقد اعطيت لهصلاحية تغيير مكانة والتحرك على طول ضلع البساط الذى يوجد به المكان المخصص له فقط.
- 11- يجب على القاضي ان يسجل فى بطاقة تسجيل النقاط حرف p فى كل مرة يحصل فيها المصارع على تحذير للسلبية .
- 12- يجب عليه ايضا ان يضع خط تحت النقاط التى حصل عليها كل مصارع نتيجة خطف البرم .
- 13- الانذار بسبب الهروب من البساط مسكة غير قانونية الهروب من المسة الشراسة المتعمدة عدم التنفيذ الصحيح للوضع الابتدائى فى الوضع ارضا سوف تدون بوضع علامة 0 فى الخانة المخصصة للاعب المخطئ

14- فى كل مرة يوجد بها التحام يجب عليه ان يدون k فى خانة اللاعب الذى التحم اولا ويضع دائرة حول رقم النقطة المستحقة .

رئيس البساط:

- 1- لما كانت المهام المكلف بها رئيس البساط فى غاية الاهمية فقد تحمل مسؤولية تطبيق جميع الواجبات المنصوص عليها فى قواعد اللعبة .
- 2- ينسق بين اعمال الحكم والقاضى .
- 3- يامر بالوقت الممتد للمباراة فى جميع الاحوال المنصوص عليها فى القواعد.
- 4- يلتزم بمتابعة المباريات باهتمام بالغ ولا يسمح بان يشد انتباه اى شىء اخر وان يقوم بتقييم سلوك وتحركات الحكام الاخرين طبقا للقواعد .
- 5- فى حالة وجود اى خلاف فى الراى بين الحكم والقاضى فمهمته ان يعلن رايه لحسم النتيجة ولتقرير عدد النقاط او تثبيت الكتفين.
- 6- فى اى الاحوال لايجوز لرئيس البساط ان يكون البادئ فى اعلان الراى ويجب انتظار راي القاضى والحكم وليس له الحق فى فرض قرارة .
- 7- فى المباريات التى لايوجد بها مراقب له الحق فى حالة المخالفة الجسيمة فى فى ايقاف المباراة وان يطلب الاسباب التى دفعت لاتخاذ قرار الحكم او القاضى وبع المداولة مع الحكم والقاضى يمكن باغلبية الاصوات تعديل القرار فورا.
- 8- وبوجه عام فيجب على رئيس البساط ان يكون قادرا على تطبيق مهاراته الفنية المتميزة كما هو وارد بالفصل المختص بقواعد الحكام والقضاة الدوليين.

القيمة المستحقة للمسكات والخطفات:

نقطة واحدة:

- للمصارع الذى يضع منافسه ارضا ويدور خلفه وان يسيطر عليه فى هذا الوضع (ثلاث ارتكازات: يدان وركبة او ركبتين ويد واحدة).
- للمصارع الذى يؤدى خطفة صحيحة وقوفا او ارضا ولا تتسبب فى وضع المنافس فى وضع الخطر .
- للمصارع الذى يعتلى خصمة ويدور خلفه ويسيطر عليه .
- للمصارع الذى يسيطر على خصمه ويطره الى الاستناد او الدوران على راع او ذراعين على امتدادهما بشرط ان تكون كتفية مواجهة للبساط . للمصارع الذى قام خصمة بعرقلة بطريقة غير مشروعة وتمكن الولى برغم من ذلك من تنفيذ خطفة .

- للمصارع المهاجم الذى يهرب خصمه من البساط او للمسكة او يرفض البداية او ينفذ مسكة غير قانونية او يرتكب اعمال الخشونة .
- فى المصارعة ارضا اذا استطاع اللاعب الذى تحت السيطرة التامة لخصمة او فى الوضع الابتدائى النهوض والاستدارة وجها لوجه مع منافسه فى وضع هجومى .
- ولكى نشجع ونقدر المسكات المحببة للمشاهدين والتي يبذل فيها مجهود فنى كبير فان طاقم التحكيم سوف يمنح نقطة اضافية لاي مسكة يتم رفعها من الارض وتسبب بان يفقد المنافس كل اتصاله بالارض فى هذه الحالة يمنح الحكم اللاعب 5 او 3 نقط المستحقة عن الخطفة ثم يمنح اللاعب بعد ذلك النقطة الاضافية .

نقطتين:

- للمصارع الذى يتمكن من تنفيذ مسكة صحيحة من اللعب ارضا ويتمكن من وضع خصمة فى وضع الخطر او اللمسة اللحظية .
- للاعب الذى يتدحرج خصمة على كتفيه .
- للمصارع المهاجم الذى يقوم منافسة بالهروب من المسكة بان يرمى نفسه خارج البساط فى وضع الخطر.
- للمصارع المهاجم الذى قام منافسة بعرقلة بمسكة غير قانونية ومنعة من تادية خطفته او تثبيت الكتفين .
- للمصارع المدافع اذا لمست كتفى المهاجم البساط لمسة لحظية او تدحرج على كتفيه اثناء تنفيذ المسكة
- للمصارع المدافع الذى يتمكن من ايقاف خصمة فى وضع الخطر اثناء قيام المهاجم بتنفيذ خطفة
- للمصارع الذى يرفض خصمة الاتحام بطريقة قانونية.

ثلاث نقاط:

- للمصارع الذى ينفذ مسكة من اللعب وقوفا مع رفعة بسيطة تسبب فى وضع منافسة راس فى وضع الخطر الفورى.

- لاى مسكة ينتج عنها رفع المنافس عن الارض مع بدى بسيط حتى ولو تواجد اللاعب الخاطف مرتكزا على الركبة اوركبتين بشرط ان ينزل المنافس راس فى وضع الخطر .

- للمنافس الذى ينفذ خطفى ذات مدى كبير ولم يتمكن من وضع منافسة فى وضع الخطر افورى المباشر .

ملحوظة:

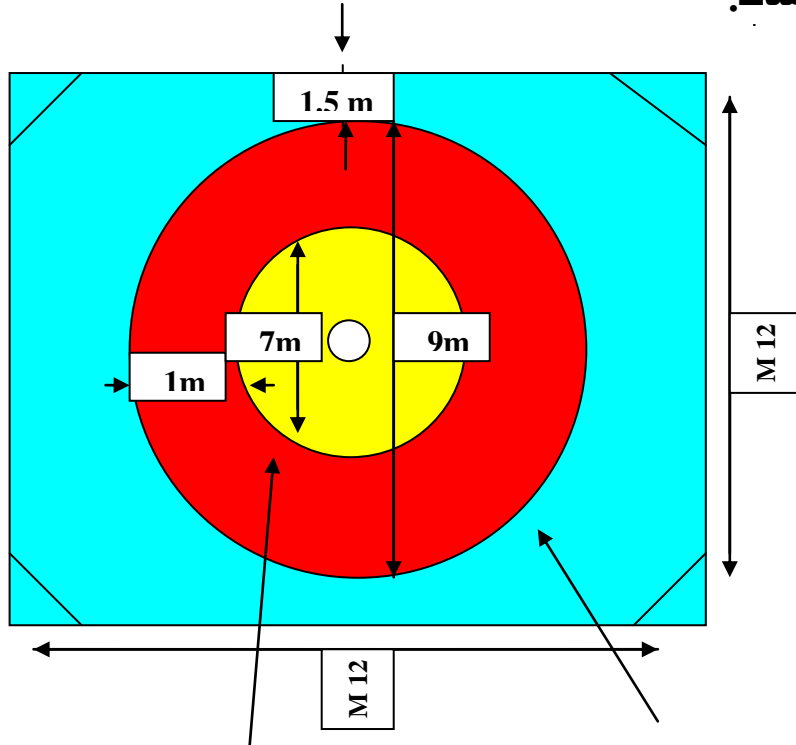
اذا ظل اللاعب المخطوف اثناء تنفيذ المسكة متصلا بالارض بواسطة احد يديه ووصل الى الارض راس فى وضع الخطر الفورى المباشر فان منافسة يحصل ايضا على ثلاث نقاط .

5نقاط:

تعتبر مسكة يستحق عنها خمس نقاط:

- جميع المسكات ذات المدى الواسع الذى يتم تنفيذها من الوضع وقوفا وتسبب فى وضع المنافس راس فى وضع الخطر الفورى .

3-البساط:



البساط من الطراز المعتمد من الاتحاد الدولي قطره 9 امتار ومحاط بحافة عرضها 1.5 متر من سمك البساط واستخدامه اجباريا فى جميع المسابقات الآتية: الدورات الاولمبية بطولات وكؤس المسابقات الدولية من داخل الدائرة التى قطرها 9 امتار يتم دهان الحافة الداخلية بعرض متر واحد باللون الاحمر والتى تشكل جزء من مسطح الصراع .

ولتميز المسطحات المختلفة للبساط يمكن الاسترشاد بالرسم الآتى :

- الجزء الداخلى من البساط المحاط بالمنطقة الحمراء يطلق عليها مسطح الصراع المركزى (قطرها 7 امتار) .

- المنطقة الحمراء :منطقة سلبية (عرضها متر واحد).

- الحافة : المنطقة الواقية (1.5 متر عرض).

- فى الدورات الاولمبية و بطولات العالم والبطولات القارية يجب وضع البساط فوق منصة لايزيد ارتفاعها عن 1.10 متر وممنوع استعمال الحبال والاعمدة .

- اذا كان البساط موضوعا فوق منصة وكان عرض مسطح الوقاية والمنطقة الحرة اقل من مترين فان جوانب المنصة يجب ان تكون منحدره بميل 45 درجة

وفى جميع الاحوال يجب ان تكون المنطقة الحرة حول مسطح الوقاية مكسوة بمادة لينة وان تكون مثبتة بعناية وذات لون مخالف للون البساط.

يكون للبساط غطاء من قماش القلوع ويجب غسله وتطهيرها قبل كل فترة من فترات المسابقة تجنباً للعدوى كما يجب ان تكون حلقاته المعدنية مكسوة غير ظاهرة .

ومن ناحية اخرى فان الابسطة الحديثة لها غطاء مصقول ناعم وليست به اى خشونة او حلقات بارزة ولا يسبب خدوش وبالرغم من ذلك فانه يجب اتباع كافة دواعى الاحتياطات الصحية .

ترسم فى منتصف البساط دائرة قطرها الداخلى متر واحد ومحيطها بعرض 10سم ومدهونة باللون الاحمر شأن المنطقة المحيطة بمسطح الصراع .

تدهن الزويتان المتجاورتين علي جانب البساط بلون اللاعبين (احدهما باللون الاحمر والاخرى باللون الازرق)

واخيرا يجب ان يوضع البساط بطريقة توفر حوله مساحة واسعة تسمح بسير المباريات بطريقة طبيعية .

4- النقاط الفنية

نقطة واحدة:

- للمصارع الذى يضع منافسه ارضا ويدور خلفه وان يسيطر عليه فى هذا الوضع (ثلاث ارتكازات: يدان وركبة او ركبتين ويد واحدة).
- للمصارع الذى يؤدى خطفة صحيحة وقوفا او ارضا ولا تتسبب فى وضع المنافس فى وضع الخطر .
- للمصارع الذى يعتلى خصمة ويدور خلفه ويسيطر عليه .
- للمصارع الذى يسيطر على خصمه ويطره الى الاستناد او الدوران على راع او ذراعين على امتدادهما بشرط ان تكون كتفية مواجهة للبساط . للمصارع الذى قام خصمة بعرقلة بطريقة غير مشروعة وتمكن الول برغم من ذلك من تنفيذ خطفة .
- للمصارع المهاجم الذى يهرب خصمه من البساط او للمسكة او يرفض البداية او ينفذ مسكة غير قانونية او يرتكب اعمال الخشونة .
- فى المصارعة ارضا اذا استطاع اللاعب الذى تحت السيطرة التامة لخصمة او فى الوضع الابتدائى النهوض والاستدارة وجها لوجه مع منافسه فى وضع هجومى .
- ولكى نشجع ونقدر المسكات المحببة للمشاهدين والتي يبذل فيها مجهود فنى كبير فان طاقم التحكيم سوف يمنح نقطة اضافية لاي مسكة يتم رفعها من الارض وتسبب بان يفقد المنافس كل اتصاله بالارض فى هذه الحالة يمنح الحكم اللاعب 5 او 3 نقط المستحقة عن الخطفة ثم يمنح اللاعب بعد ذلك النقطة الاضافية .

نقطتين:

- للمصارع الذى يتمكن من تنفيذ مسكة صحيحة من اللعب ارضا ويتمكن من وضع خصمة فى وضع الخطر او اللمسة اللحظية .
- للاعب الذى يتدحرج خصمة على كتفية .
- للمصارع المهاجم الذى يقوم منافسة بالهروب من المسكة بان يرمى نفسه خارج البساط فى وضع الخطر .
- للمصارع المهاجم الذى قام منافسة بعرقلة بمسكة غير قانونية ومنعة من تادية خطفة او تثبيت الكتفين .
- للمصارع المدافع اذا لمست كتفى المهاجم البساط لمسة لحظية او تدحرج على كتفية اثناء تنفيذ المسكة
- للمصارع المدافع الذى يتمكن من ايقاف خصمة فى وضع الخطر اثناء قيام المهاجم بتنفيذ خطفة

- للمصارع الذى يرفض خصمة الاتحام بطريقة قانونية.

ثلاث نقاط:

- للمصارع الذى ينف مسكة من اللعب وقوفا مع رفعة بسيطة تسبب فى وضع منافسة راس فى وضع الخطر الفورى.
- لاي مسكة ينتج عنها رفع المنافس عن الارض مع بدى بسيط حتى ولو تواجد اللاعب الخاطف مرتكزا على الركبة اوركبتين بشرط ان ينزل المنافس راس فى وضع الخطر .
- للمنافس الذى ينفذ خطفى ذات مدى كبير ولم يتمكن من وضع منافسة فى وضع الخطر افورى المباشر .

ملحوظة:

اذا ظل اللاعب المخطوف اثناء تنفيذ المسكة متصلا بالارض بواسطة احد يديه ووصل الى الارض راس فى وضع الخطر الفورى المباشر فان منافسة يحصل ايضا على ثلاث نقاط .

5نقاط:

تعتبر مسكة يستحق عنها خمس نقاط:

- جميع المسكات ذات المدى الواسع الذى يتم تنفيذها من الوضع وقوفا وتسبب فى وضع المنافس راس فى وضع الخطر الفورى .
- الخطفة التى تنفذ من اللعب ارضا بان يرفع منافسة عن الارض وينفذ خطفة ذات مدى واسع وينتج عنها وضع الاخير فى وضع الخطر الفورى المباشر خطفة فنية كبرى .

نقاط الترتيب المستحقة عقب المباراة :

نقاط الترتيب :

- 1- نقاط الترتيب التى يحصل عليها اللاعب بعد كل مباراة التى تحدد ترتيبه النهائى
- 2- نقاط الترتيب عند نهاية المباراة .

4 نقاط للفائز وصفر للمهزوم :

- الفوز بتثبيت الكتفين.

4 نقاط للفائز وصفر للمهزوم :

- التفوق بالتفوق الفني (10نقط فرق) دون ان ان يسجل المهزوم اى نقط فنية .
- الفوز للاصابة .
- التسليم .

الترتيب	النقط	الترتيب	النقط
الاول	10	السادس	5
الثانى	9	السابع	4
الثالث	8	الثامن	3
الرابع	7	التاسع	2
الخامس	6	العاشر	1

- الانسحاب .

- الاستبعاد .

4 نقط للفائز ونقطة واحدة للمهزوم فى الحالة الاتية :

- الفوز بالتفوق الفني (10نقط) وان يكون المهزوم قد سجل نقطا فنية .

3 نقط للفائز وصفر للمهزوم :

- عندما تنتهى المباراة بالفوز بالنقط والفائز قد يكون سجل ثلاث نقاط فنية بصفة اجبارية على الاقل خلال الوقت الرسمى او الوقت الممتد دون ان يسجل المهزوم اى نقطة فنية .
- عندما يعلن الفوز بقرار تحكيمى دون تسجيل النقاط الثلاث نقاط اجبارية او اذا كانت النتيجة التعادل حتى نهاية الوقت الممتد وكان كلا اللاعبين قد سجلا نقاط فنية .

اللاعبون الثلاثة الاوائل لكل فئة وزن يشتركون فى مراسم التتويج ويحصل كل منهم

على ميدالية وشهادة حسب ترتيبه

1- الاول الذهب

2- الثانى افضة

3- الثالث البرونز

فى بطولات العالم الفائز الاول يتسلم حزام بطولة العالم (انظر لائحة الفوز بالجوائز)
(المصارعون الحاصلون على المراكز 4 - 10 يتسلم كل منهم شهادة .

5- انواع الفوز فى المباراة :

- هى الكتف – الاصابة والانسحاب – الاسبعاد – مخالفة القواعد او 3 اذارات
- التفوق الفنى – بالنقاط الفوز بالجولتين ويكون الفارق من 1 الى 5 نقطة فنية).
- اذا نفذ المصارع حركة فنية عالية ب5 نقاط سوف يعلن فوزة بالجولة مهما كانت نقاط الجولة فى حالة التساوى فى الجولة فى النقاط الفنية لاعلان الفائز يجب النظر الى عدد الاذارات وفق الحركات ثم اخر نقطة فنية فى الجولة .

مع تمنياتي بالتوفيق والنجاح

الدكتور / هيثم زلط

