

أنواع المصارعة :

للمصارعة نوعان رئيسيان يعتمدان في البطولات والدورات الأولمبية هما (المصارعة الرومانية والمصارعة الحرة).

1- المصارعة الحرة :

المصارعة الحرة هي نوع من أنواع المصارعة الأولمبية يتم فيها الصراع من وضع الوقوف أو من وضع الصراع الأرضي ولمدة ثلاث دقائق ويسمح فيها باستعمال جميع أجزاء الجسم عدا المناطق المحرمة قانوناً، انظر الشكل رقم 2



شكل (2) إحدى مسكات المصارعة الحرة حيث يسمح مسك الرجل

وللمصارعة الحرة عدة مسكات وفيها يمكن استخدام جميع مسكات المصارعة الرومانية حيث هناك مسكات مشتركة بين النوعين مثل مسكة الحمال بند ومسكة التكه ومسكة الهاف تاف ومسكة الرمي بعد حجز اليد والراس وغيرها، ومن أكثر مسكات المصارعة الحرة شيوعا هي (مسكة العباسية، مسكة الحصير، مسكة السحب، مسكة الانعكاس المضادة، مسكات التقاط القدم أو القدمين معا وغيرها من المسكات).

2- المصارعة الرومانية:

وتعرف بانها نوع من الأنواع الأساسية لمصارعة الهواة و تمارس على المستوى الدولي والاولمبي والهدف الأساس للدفاع يكمن في طرح المنافس ارضا بمساس الكتفين، يتم التنافس بين المصارعين باستخدام المكان من فوق الحزام فقط وهي اول نوع ادخل ضمن الأولمبياد، وايضا تعرف بانها المصارعة التي يمنع فيها مسكك الخصم من رجله وكذلك الرفع او الاعثار بالقدمين ومن مسكاتها هي الرمي من فوق الصدر الأمامي والخلفي والجانبى، مسكة الكنده من الارضى، مسكة الحمال بند، مسكة الرمي بعد حجز اليد والراس وغيرها . انظر الشكل (3)



شكل (3) يوضح كيفية التماسك في المصارعة الرومانية فقط من الاعلى

تجهيزات لعبة المصارعة

اولا/ بساط المصارعة

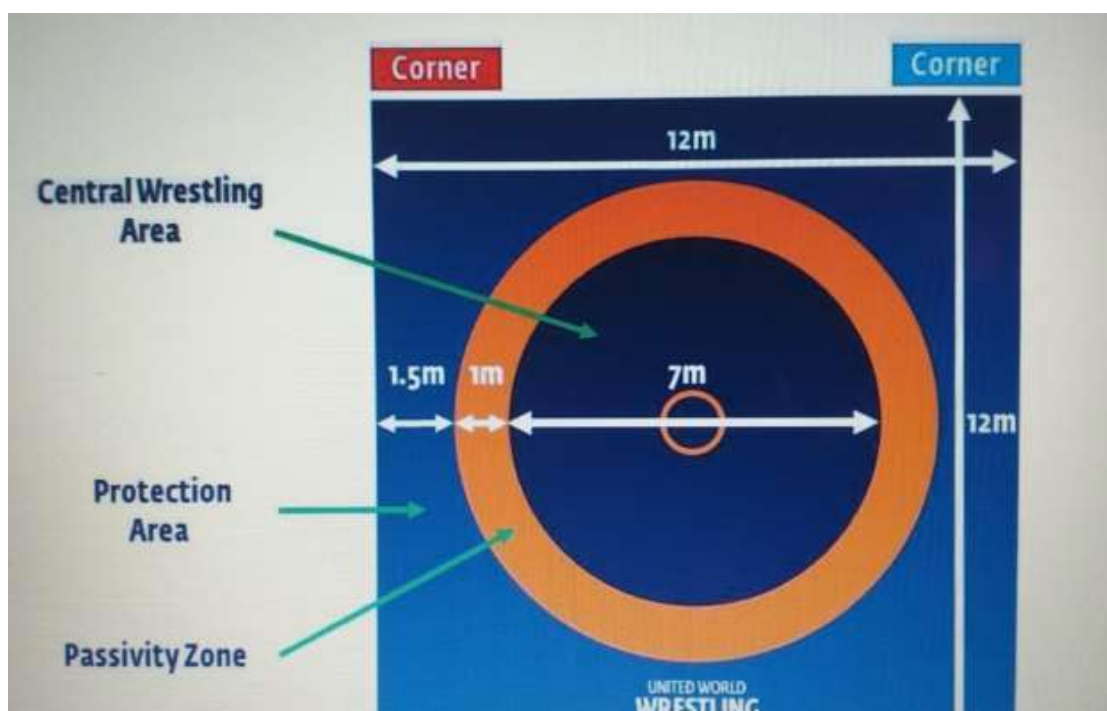
يتكون بساط المصارعة من عدد من القطع التي يتم ترتيبها بحيث تكون متلاصقة فيما بينها ولا يوجد أي فراغ بين القطع حتى لا يتسبب في اعاقه أو عرقلة المصارعين اثناء النزال ويكون سمك القطعة الواحدة من (4-6 سم) ويغطي هذه القطع غطاء املس ومسطح ولا يوجد فيه أي عائق ممكن أن يسبب اصابة لاحد المصارعين وهذا الغطاء يكون مخطط عليه ميدان الصراع وكما في الشكل رقم (4) ، ويكون بساط المصارعة بشكل كامل مع منطقة الوقاية والأمان مربع الشكل طول الضلع (12م) ويلون ركنين على ضلع واحد من البساط احدهما باللون الازرق ويمثل جهة المصارع بالمايوه الازرق والركن الاخر يكون باللون الاحمر ويمثل جهة المصارع بالمايوه الأحمر، اما مناطق البساط فهي 4 مناطق وهي:

1-منطقة البداية: وهي الدائرة المركزية التي تكون في منتصف البساط وتكون بقطر (1م) و الخط الذي يحددها يكون بسمك (10سم) وعادة يكون باللون الاحمر وتسمى بمنطقة البداية لان المصارعين في بداية النزال يقفان على حدودها لبدء النزال عند انطلاق صافرة البداية من حكم الوسط

2-منطقة الصراع: وهي الدائرة التي تكون محصورة بين منطقة البداية وبين المنطقة السلبية وتكون بقطر (7م) وتسمى بمنطقة الصراع لان اغلب مواقف النزال والصراع تكون في هذه المنطقة.

3-المنطقة السلبية: و هي دائرة الزون التي تكون بعرض (1م) وتسمى بالمنطقة السلبية او الخطر لان الصراع عليها يكون خطر وقد يخسر المصارع نقطة اذا خرج من حدود الخط الذي يحددها.

4- منطقة الوقاية والامان: وهي المنطقة المحيطة وتكون بحدود ال(150سم) من جميع جهات ميدان الصراع وتسمى بمنطقة الأمان لحماية المصارعين وتوفير السلامة في حال الخروج خارج حدود ميدان الصراع اثناء تنفيذ احدى مسكات المصارعة.



شكل (4) يوضح بساط المصارعة

ثانيا/ ملابس وتجهيزات المصارع

هناك تجهيزات اساسية للمصارع يجب ان يجهز بها المصارع اثناء البطولات الرسمية والدولية وهي:

1- الزي الرسمي (المايوه): يجب أن يرتدي المصارع المايوه وهو عبارة عن زي من قطعه واحدة مطاط ملتصق على جسم المصارع ويكون اما باللون الاحمر او باللون الأزرق، من الأعلى يكون بدون اكمام بحيث يظهر مفصل الكتف وكذلك منطقة عظم الترقوة والربع العلوي الوسط من الصدر ومن الاسفل يصل إلى منتصف الفخذ تقريبا وكما في الشكل (5)، وفي البطولات الدولية يوضع علم البلاد على المايوه من الأمام وفي الخلف اسم البلاد مختصر من ثلاثة حروف.



شكل (5) يوضح الزي الرسمي الخاص بلعبة المصارعة (المايوه)

2- حذاء المصارعة: يجب أن يرتدي المصارع حذاء خاص بلعبة المصارعة ويكون بكعب مرن ورقيق يحتوي على تجاويف لضمان عدم ترحلق المصارع على البساط، ويجب أن لا يحتوي على أي عائق أو جزء معدني قد يسبب ضرر للمصارعين وكما في الشكل (6).



شكل رقم (6) يوضح الحذاء الخاص بلعبة المصارعة

3- منديل : يجب أن يحمل المصارع منديلا من القماش تحت المايوه وهو من التجهيزات الاساسية في لعبة المصارعة. ويمكن أن يستخدم المصارع واقي للركبة خفيف اما رباط الركبة الضاغط فلا يسمح به الا بأمر من الطبيب ، ويجب أن يكون جسم المصارع نظيف وغير مدهون بمواد دهنية او زيتية ويجب أن لا يكون فيه عرق أي يجب ان يجفف جيدا قبل الدخول الى البساط، ويجب أن تكون الاظافر مقلمة ويمنع لبس الاساور، الخواتم، القلادة والأقراط وكذلك يجب أن يكون المصارع حليق الرأس واللحية او يكون الشعر بمستوى لا يسبب ضرر أثناء اشتباك المصارعين.

احتساب النقاط

لعبة المصارعة يعتمد الفوز فيها على تسجيل اكثر عدد من النقاط على الرغم من الحالات التي تنهي المباراة مباشرة كصرعة الكتف وغيرها، الذي يقوم بمنح النقاط هو حكم البساط الذي يشير بأصابع كفيه للنقاط وكل كف يكون مخصص لمصارع من المصارعين حيث يرتدي الحكم في معصمه الايمن اشارة زرقاء تشير للمصارع بالمايوه الأزرق وفي المعصم الايسر اشارة حمراء تشير للمصارع بالمايوه الأحمر ، فعندما يطبق المصارع بالمايوه الازرق مسكة معينة تستحق تنقيط يشير الحكم الى تلك النقطة بيده اليمنى وهكذا، الحكم يمنح نقاط من نقطة واحدة والى خمسة نقاط وذلك حسب المسكات التي يطلقها المصارع وحالات اللعب اثناء سير المباراة ويتم احتساب النقاط حسب الاتي:

1- نقطة واحدة

يمنح الحكم نقطة واحدة في حالات عدة منها:

- اذا خرج المصارع خارج دائرة الزون يخسر نقطة بحيث يجب أن تخرج كامل قدمه من الدائرة حتى وان كانت قدم واحدة من القدمين ويجب أن تكون الحالة بدون تعمد من قبل المصارع الذي خرج هذا في حالة الوقوف أما في حالة الصراع الأرضي من وضع الخاك او وضع الخطر فاذا خرج رأس المصارع خارج الزون يخسر نقطة
- يخسر المصارع نقطة واحدة في حالة اعتراض المدرب الخاص به وكان الاعتراض خاطئ، حيث يسمح للمدرب الاعتراض على قرار معين من قرارات الحكم وإعادة التصوير وذلك من خلال رمي دمية مخصصة لذلك في وسط البساط عندها الحكم يقوم بإيقاف المباراة وارجاع التصوير من قبل اللجنة الخاصة بذلك اذا كان الاعتراض صحيح يطبق اما اذا كان خاطئ فيخسر المصارع نقطة واحدة
- اذا انتهت فترة ال(30 ثا) التي يعطيها الحكم ولم تسجل أي نقطة في حالة اللعب السلبي بعد ان يحدد المصارع السلبي وانتهاء ال 30 ثا يخسر المصارع السلبي نقطة واحدة هذا في المصارعة الحرة أما المصارعة الرومانية فبالإضافة إلى النقطة يجلس المصارع بوضع الخاك.

2- نقطتين

تحتسب النقطتين في حالات عديدة منها:

- تحتسب نقطتين للمصارع الذي يطبق مسكة معينة بحيث يجبر منافسه على الجلوس (وضع الخاك) .
- تحتسب نقطتين للمصارع الذي يطبق مسكة من وضع الصراع الارضي بحيث يلامس بها اكتاف المنافس للبساط (اللمس اللحظي) كمسكات (الرول، النصف رول، والعباسية، الرول الامامي و غيرها من المسكات
- تحتسب نقطتين للمصارع الذي يطبق مسكة من الوقوف ولا تتم بالشكل الصحيح أي أن المنافس لا يسقط على اكتافه او ظهره.
- تحتسب نقطتين على المصارع الذي يخرج خارج دائرة الزون متعمدا أي بقصد الهروب من المنافس .
- تحتسب نقطتين على المصارع في حالة توجيه اذار اليه نتيجة سوء السلوك او ما شابه.

3- اربع نقاط

تحتسب اربع نقاط للمصارع الذي يطبق مسكة من الوقوف بحيث يسقط منافسه على أكتافه بشكل مباشر بسرعة وانسيابية وجمالية في الحركة كمسكات (الحمال بند، الرمي بالورك مع حجز الذراع والرأس، الخطف الجانبي و غيرها من المسكات) انظر الشكل (7) .



شكل (7) يوضح الرمي بحجز الذراع والرأس وتحتسب للمصارع الذي ينفذها اربعة نقاط

4- خمسة نقاط

وهو أعلى تقييم يمنحه الحكم في المباراة وتحتسب خمسة نقاط للمسكات الفنية التي تطبق من الوضع العالي والتي تكون فيها جمالية وفنية عالية وتسمى بالمسكات الفنية العالية ومنها مسكات الرمي من فوق الصدر بأنواعها، بحيث يتم رمي المنافس مباشرة من الوضع العالي على البساط و تلامس اكتافه البساط اللمس اللحظي و اذا تم تثبيته عندها تنتهي المباراة، وعادة تطبق في المصارعة الرومانية انظر الشكل (8)



شكل (8) يوضح مسكة الرمي من فوق الصدر وتحتسب للمصارع

الفوز في المباراة

يفوز المصارع في المباراة في الحالات الآتية

1- يفوز المصارع الذي يجمع أكثر عدد من النقاط أثناء المباراة من بداية الجولة الأولى وإلى نهاية الجولة الثانية

2- يفوز المصارع الذي يصرع منافسه (بصر عة الكتف) أي تثبيت منافسه، يفوز بالمباراة مباشرة وتنتهي المباراة لصالحه حتى ولو في بدايتها.

3- يفوز المصارع بالفارق الفني أي فرق ب(8 نقاط) عن منافسه في المصارعة الرومانية، و فرق ب(10 نقاط) عن منافسه في المصارعة الحرة، تنتهي المباراة مباشرة لصالحه حتى ولو كانت في بدايتها.

4- يفوز المصارع في حالة عدم حضور منافسه بعد النداء الثالث.

5- يفوز المصارع في حالة إصابة المنافس إصابة بليغة وقرر الطبيب المختص بأنه لا يستطيع إكمال المباراة، وهنا يجب الانتباه إلى نقطة في حال أن المصارع تعتمد في إصابة منافسه فإنه يخسر المباراة ويعتبر المصارع الذي أصيب هو الفائز.

6- يفوز المصارع في حالة طرد المنافس بسبب حصوله على (3 انذارات)

7- في حالة التعادل فإن المصارع الذي سجل آخر نقطة هو الفائز بشرط أن يكون أما متعادل مع منافسه من حيث المسكات الفنية أو يكون أكثر من منافسه في عدد المسكات الفنية التي نفذها أثناء النزال.

بعد فوز المصارع و انطلاق صافرة الحكم يقوم الحكم بإعلان المصارع الفائز وذلك بمسك أيدي المصارعين بحيث يكون المصارع بالمايوه الأزرق على يمين الحكم و المصارع بالمايوه الأحمر على يسار الحكم بعد ذلك يقوم الحكم برفع ذراع الفائز.