



قواعد وقانون الملاكمة الفرعونية العربية

قواعد عامة

مادة ١: الغرض

إن الغرض من قانون الملاكمة الفرعونية هو توحيد القواعد وسريانها على جميع الأفراد من كافة المراحل السنية لتحقيق مبدأ العدل وتكافؤ الفرص بين جميع الأفراد.

مادة ٢: التطبيق

جميع هذه اللوائح يجب أن تطبق على جميع المسابقات بدون تعديل أو تغيير في أى جزء من هذه اللوائح المتبعة إلا في حالة واحدة فقط وبعد موافقة مؤسس الملاكمة الفرعونية العربية وأعضاء الاتحاد لهذه الرياضة مثل التميز في العروض الابتكارية أو المجموعات الوهمية (مثل الكاتا في الكاراتيه أو الأسلوب في الكونغ فو).

توضيح ١:- يمكن إجراء تعديل في الأوزان بالنسبة للمراحل السنية أو زيادة أو نقص عدد الحكام أو زيادة أو نقص مدة الجولة أو إضافة عروض قتالية بين شخص وعدة أشخاص أو شخص وشخص بسلاح أو بدون سلاح أو قتال وهمي مثل (الكاتا في الكاراتيه أو البومزا في التايكندو أو الأسلوب في الكونغ فو أو مجموعات القبض الحديدية في الملاكمة الفرعونية وكذلك النشاكو والعصا الحديدية) وهذه المجموعات التى تضاف يجب أن تكون مميزة وسهلة الأداء والحفظ وتكون فعالة، ويقوم بأداء هذه المجموعات أو العروض المتفق عليها مجموعة أفراد لا يقل عددهم عن (١٤ لاعبا) على الأقل ويؤدونها بشكل متناسق وجيد في عرض



مصور فيديو أو (C D) لسهولة المشاهدة عدة مرات ويكون التصوير لهذه العروض من اتجاهين على الأقل، وإذا كان هذا العرض جيداً وفعالاً وسهل الحفظ والأداء يصرف لمن ابتكره وجميع المشاركين معه جوائز تتمثل في شهادة تقدير ودرع أو كأس بالإضافة إلى ميداليات تميز اللاعبين المشتركين في العروض أو المجموعات الوهمية بالإضافة إلى جائزة مالية مناسبة تحدد على حسب العرض. وإذا كان هناك عدة عروض ممتازة وفعالة وسهلة الأداء من عدة أماكن وجهات مختلفة يختار أفضلها ويصرف لكل صاحب عرض نفس المكافآت السابقة بالإضافة إلى اعتماد أفضل العروض أو المجموعات لانعقاد دورات مدربين وحكام تدرس بها هذه المجموعات والعروض، ويقوم بتدريسها مقدم هذه العروض أو المجموعات، كل هذه الأمور قابلة للتفصيل لرفع درجة التميز وروح الابتكار في هذه الرياضة ولكن لا يسمح بالتعديل في ألوان الزي للملاكمة الفرعونية (الأحمر والأبيض والأسود) وكذلك ترتيب الأحزمة وقانون الاختبارات والبطولات مثل العقوبات والإنذارات ومساحة الملعب وغيرها.

ويسرى هذا التطبيق على المراحل السنية المختلفة وهي مقسمة كالتالي:

١- المرحلة الأولى: وهي مرحلة أقل من ١٢ عاماً أي من خمس سنوات حتى ١٢ عاماً.

٢- المرحلة الثانية: وهي أكبر من ١٢ عاماً حتى ١٨ عاماً.

٣- المرحلة الثالثة: وهي أي عمر أكبر من ١٨ عاماً.

مادة ٢ :

أنواع المسابقات للمراحل السنية التالية (تحت ١٢ سنة، ١٢ : ١٨ عاماً، فوق ١٨ عاماً).



يوجد ٣ أشكال لأنواع المسابقات في الملاكمة الفرعونية العربية:

الشكل الأول:- مسابقات تناسب جميع الأعمار السنية ذكورا وإناثا وبدون إيذاء ولها ٣ بطولات مختلفة في الشكل والأداء وهي كما يلي:

١- بطولة المهارة والقوة البدنية وتشمل :

أ- بطوله المشى (١٠ لفات للملعب كرة القدم) لأعلى من سن ٣٠ عاما فما فوق.
ب- بطولة الجرى (من ٥٠ مترا، ١٠٠ متر، لف ملعب كرة قدم بكامله، حتى ١٠ لفات).

ج- الانبطاح أرضا ولعب الضغط باليدين أو اليد الواحده بأشكال مختلفة في زمن معين (كن، قبضة، أصابع اليد الخمسة أو الثلاثة أو الاثنين السبابة و الإبهام، أو ظهر اليد) أو يد واحدة فقط.

د- تمرين بطن (كم تكرارا في الدقيقة الواحدة) واليدان خلف الرأس مشتبكتان والرجلان مثبتتان.

هـ- الوثب العريض (محاولة واحدة فقط لكل متسابق) ولا تحسب نتيجة لأقل من متر في المرحلة الأولى أقل من ١٢ عاما، و ١٤٠ سم، للمرحلة الثانية من ١٢ : ١٨ عاما، والمرحلة الثالثة ١٦٠ سم وتؤدي من الثبات أو من الجرى.

و- العقلة على يدين أو التميز بيد واحدة (وتلعب على زمن ٠,٥ دقيقة أو دقيقة واحدة على الأكثر).

ز- المتوازي (ويلعب أيضا على زمن ٠,٥ دقيقة أو دقيقة على الأكثر) وتسجل كم تكرارا مثل العقلة والبطن.



ح- التحمل (وضع الجلوس الوهمي على الكرسي (مابو) الوقوف على رجل واحدة ورفع الركبة لأعلى للأمام واليدان جانبا (تى شى) الوقفة الوهمية للأمام (شى بى)، الجلوس الوهمي على الكرسي والرجل اليسرى على الركبة اليمنى من أعلى أو من أسفل) وهذه الأوضاع تؤدى على وقت من نصف دقيقة حتى دقيقة، دقيقة ونصف، إلى دقيقتين حسب المرحلة السنية).

ط- شد الحبل: ويكون بشكل فريقين كل فريق لا يقل عدده عن ٣ أفراد على الأقل بين الفريق الأول والثاني خط من منتصف مسافة الحبل ويبدأ شد الحبل بعد سماع كلمة ابدأ أو الصفارة والفائز هو الذى يجذب الفريق الآخر لاتجاهه.

ى- قوة الذراع أو الرست (مصارعة الذراعين) ولا يزيد وقت مسابقتها عن دقيقة فقط.

ك- مهارة كسر الخشب وهى لجميع الأعمار السنية (وتبدأ من سمك ربع سم حتى ١ سم وطول الخشبة ٦٠ سم وعرضها من ٥ : ١٠ سم).

ل- مهارة التصويب بالإبرة وله ٨ أشكال فى الأداء.

١- التصويب من وضع الوقوف من الأمام.

٢- التصويب من وضع الوقوف من الجنب.

٣- التصويب من الأمام من وضع الجلوس على رجل وركبة.

٤- التصويب من الجنب من وضع الجلوس على رجل وركبة.

٥- التصويب من الأمام بعد أداء دحرجة أمامية.

٦- التصويب من الجنب بعد أداء دحرجة أمامية



٧- التصويب من الأمام بعد أداء درجة أمامية من فوق حاجز مثل زميل أو حصان.

٨- التصويب من الجنب بعد أداء درجة أمامية من فوق حاجز.

ملاحظة : بعد الدرجة الأمامية العادية أو من فوق حاجز يقف اللاعب على رجل أمامية مثنية ويرتكز بركبة الرجل الثانية على الأرض.

- المرحلة الأولى تؤدي : ١- جرى ٢- بطن ٣- وثب عريض
٤- التحمل وضع الجلوس الوهمي ٥- شد الحبل ٦- تصويب إبرة

- المرحلة الثانية تؤدي : ١- جرى ٢- تصويب ٣- بطن
٤- وثب عريض ٥- متوازي ٦- التحمل بأشكاله
٧- شد الحبل.

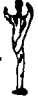
- المرحلة الثالثة تؤدي : ١- مشى ٢- جرى ٣- تصويب إبرة
٤- عقلة ٥- شد حبل ٦- مصارعة الذراعين
٧- كسر خشب.

- بطولة المهارة والقوة البدنية تقسم حسب المرحلة السنوية ويؤدي بها ثلاثة مسابقات فقط فمثلاً من ٥ : ٧ سنوات جرى وشد حبل وتحمل وهكذا من ٨ : ١٠ سنوات.

٢- بطولة العروض (فردي - جماعي)

١- مجموعات القبضة الحديدية الأربعة (الحدين - القاهرة - دهب - الأقصر) وتكون الدرجة من عشر درجات.

٢- مجموعة العصا الحديدية وتؤدي بإسورة مصنوعة من الألوميتال طولها تحت إبط اللاعب أي أقل من الكتف بكف يد تقريباً (ماسورة ستارة ألوميتال).



٣- مجموعة نشاكو لا يقل زمن الأداء الفعلي عن دقيقة واحدة بعد سماع ابدأ أو سماع السفارة وتؤدي في عدة اتجاهات مختلفة من الثبات ومن الحركة بشرط عدم وقوع النشاكو من يد اللاعب على الأرض ويجب تغير اليدين أثناء الأداء ويكون الأداء في الهجوم لأعلى الجذع وأسفله ثم الوقوف بعد سماع قف أو سماع سفارة الوقوف وتكون الدرجة من عشر درجات.

٤- القتال المتفق عليه بين زميل وزميل أو زميل وزميلين أو عدة زملاء وهو يكون من ابتكار كل مدرب وتحسب الدرجة من عشر درجات لكل فريق مشارك في القتال المشترك.

* إذا تعادل اللاعبان في درجات العروض السابقة (مجموعات القبضة الحديدية الأربعة أو مجموعة العصا الحديدية أو النشاكو أو القتال المتفق عليه) فيكون الفيصل بالآتي:-

٥- الجمباز وأداء مجموعة حركات مختلفة من الـ ٣٦ الأساسية في الملاكمة الفرعونية ويمكن إضافة المزيد من الحركات الخلفية حسب حرية اللاعب ودرجة إتقانه في مدة زمنية لا تزيد عن دقيقة وتسجل له درجة من عشر درجات، والأفضل التنوع في الحركات والثبات في الأداء وصعوبة الأداء وإذا تعادل بعض اللاعبين كذلك في درجات يؤخذ العدد المتبقى لإجراء مسابقة فيصل جديدة وهي:

٦- الجري الفيصل بمسافة لفة واحدة للمعب كرة قدم أو مائة متر أو خمسين متراً حسب رأى حكام المباراة.



٣- بطولة القتال الخفيف

وهذه البطولة تناسب جميع الأعمار السنية للرجال والبنات حتى ١٢ سنة فقط.

قانون هذه البطولة: ممنوع الضرب في الرقبة والرأس من أى اتجاه أو حتى اللمس ولو عن طريق الخطأ وكذلك ممنوع الضرب فيما يلي:

ممنوع الضرب في الخصية أو في مفصل الركبة من أى اتجاه ولو حدث ذلك يحسب إنذار بخسارة ٣ نقاط، ممنوع الضرب بالرأس أو الكوع أو الركبة ولو على سبيل الخطأ. يحسب إنذار بخسارة ٣ نقاط.

أماكن الضرب: يسمح باللكم فى أى مكان بالجذع ويحسب الضرب فى العضد والكتف ولا يحسب فى الساعد أو أسفل الحزام باليد ولكن يسمح بالرجل.

المسموح: وتحسب النقطة فى اللكم بأى مكان بقبضة اليد (مثل الظهر) وبطن اليد أو أعلى القبضة أو أسفل أو أمام القبضة).

يسمح بالضرب ببطن الرجل فى قصبة الرجل ومشط القدم وأعلى الركبة فقط ويحسب نقطة للضربة، وبحافة الرجل الخارجية فى قصبة الرجل أو الفخذ أو أى مكان فى الجذع أو العضد، وبقصبة الرجل أعلى الركبة فى الفخذ أو الجذع فى أى مكان فقط وغير ذلك إنذار.

تستخدم جميع الركلات الأمامية والجانبية والخلفية فى الأماكن المسموح بها فقط ويحذر الضرب فى الأماكن الممنوعة.

الممنوع: يطرد من هذه البطولة أى متسابق يضرب زميله بقوة مرتين فى الجولة الواحدة لأن الهدف هو إظهار المهارة القتالية فقط وسرعة رد الفعل فى الهجوم والدفاع والتحكم فى توصيل أكبر عدد من الضربات للخصم دون إيذائه.



احتساب النقاط : أى لكمة تساوى نقطة، أى ركلة أسفل الحزام تساوى نقطة أى ركلة أمامية أو جانبية أعلى الحزام تساوى (٢) نقطتين، أى ركلة خلفية أعلى الحزام تساوى ٣ نقاط ويسمح بجميع الضربات الطائفة باليد أو بالقدم مع مراعاة عدم استخدام أى قوة فى القتال سواء باليد أو القدم، والهدف فقط هو إظهار المهارة الحركية وسرعة توصيل الضربة قبل الزميل والتحكم فى الأداء.

الأوقية : لا يسمح بلبس أى أوقية فى هذه البطولة غير القفازات ولللاعب الحرية فى ارتداء واقى الخصية.

المسك : ممنوع المسك بأى شكل من أشكاله وإذا حدث يحسب لفت نظر بخسارة نقطتين.

بطولة القتال العنيف من سن ١٤ عاما حتى سن ٣٦ عاما للرجال فقط **شروط هذه البطولة :**

الأوقية: واقى اليد (القفاز)، واقى الصدر، واقى مشط القدم وقصبة الرجل، واقى الخصية ويكون واقى الخصية بحرية اللاعب.

الأماكن الممنوعة: ممنوع الضرب بالكوع أو الركبة أو الرأس والذى يفعل ذلك يعاقب بإنذار بخصم ٣ نقاط.

المسك: يمنع المسك بشتى أشكاله وإذا حدث يحسب لفت نظر للماسك بخصم (٢) نقطتين.

الحضن: يسمح بالتحضين لاستخدام ركلة أمامية أو خلفية فقط وفى فترة زمانية لا تزيد عن خمس ثوان وإذا زاد الوقت عن خمس ثوان بدون استخدام ركلة تحسب لفت نظر للحاضن بخسارة (٢) نقطتين.



اللكمات: جميع اللكمات تكون في منطقة الجذع فقط والعضد والكتف فقط من اليد وتحسب بنقطة واحدة.

الركلات: جميع الركلات أسفل الحزام والمسموح بها تحسب بنقطة واحدة ويسمح بالضرب بقصبة الرجل وكعب القدم.

جميع الركلات الأمامية والجانبية أعلى الحزام في الأماكن المصرح بها فقط تحسب بنقطتين.

جميع الركلات الخلفية والدائرية مع اللف (٣٦٠) في منطقة الجذع أو العضد تحسب بـ ٣ نقاط وكذلك جميع الضربات الطائرة تحسب بـ ٣ نقاط.

ويمنع ضرب اللاعب بعد وقوعه على الأرض وإذا حدث ذلك يحسب إنذار بخصم ٣ نقاط من الضارب.

يسمح بالدفاعات العنيفة بالساعد فقط ضد قصبة الرجل أثناء هجوم الخصم بالرجل أو اليد ولا يسمح بالضرب في الكوع أو المفاصل.

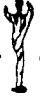
بطولة قتال المحترفين وهى للحزام المصرى الثانى فقط

شروط هذه البطولة :

السن لا يقل عن عشرين عاما والحصول على الحزام المصرى الأول على الأقل.

الأوقية: القفازات فقط، ويسمح بارتداء واقي الخصية حسب رغبة اللاعب وكذلك واقي مشط وقصبة الرجل حسب الرغبة.

الممنوع: ممنوع الضرب في الرأس أو الرقبة من أى اتجاه وممنوع الضرب في العمود الفقرى كله وممنوع الضرب في الخصية وممنوع الضرب في المفاصل وخاصة مفصل الركبة من أى اتجاه وممنوع الضرب في الرأس من أى مكان.



المسموح: مسموح القتال بالقبضة من أى مكان والساعد والكوع فى الترقوة وغيرها من الجذع يسمح باستخدام الركبة فى البطن والصدر والضلع فقط ويسمح باستخدام جميع الركلات عدا قبضة الرجل أسفل الركبة.

الحضن أو المسك : يسمح بالحضن من الكتف أو العضد فقط لاستخدام الركبة فى مدة زمنية لا تزيد عن أربع ثوان وكذلك المسك .

اللكمات: جميع اللكمات تستخدم فى منطقة الجذع والعضد والكتف فقط وتحسب بنقطة واحدة.

الركلات: جميع الركلات أسفل الحزام تحسب بنقطة واحدة وجميع الركلات الأمامية والجانبية فى الجذع أعلى الحزام تحسب (٢) نقطتان وجميع الركلات الخلفية بأشكالها تحسب بـ ٣ نقاط.

تابع الممنوع : ممنوع مهاجمة اللاعب بعد وقوعه على الأرض لأى سبب وإذا حدث يحسب إنذار بخصم ثلاث نقاط.

تابع المسموح : مسموح باستخدام الدفاعات العنيفة بالساعد أو الكوع ضد هجوم الخصم بالرجل أو اليد ولا يسمح بالهجوم فى مفصل الكوع أو الركبة لأى سبب وإذا حدث يحسب إنذار بخصم ٣ نقاط.

اللكمات : جميع اللكمات تستخدم فى منطقة الجذع والعضد والكتف فقط وتحسب بنقطة واحدة.

الركلات : جميع الركلات أسفل الحزام تحسب بنقطة واحدة وجميع الركلات الأمامية والجانبية فى الجذع أعلى الحزام تحسب (٢) نقطتان وجميع الركلات الخلفية والركلات الطائرة بأشكالها تحسب بـ ٣ نقاط.



مادة ٤: مستويات الأوزان

تتم جميع المسابقات بنظام أوزان معينة لمراحل سنوية فمثلا المرحلة الأولى وهى مرحلة البراعم وهى تبدأ من سن خمس سنوات وحتى ١٢ عاما تتم من باب تكافؤ الفرص بين اللاعبين بالشكل التالى: المرحلة من سن خمس سنوات وحتى سن ٨ سنوات تشترك تحت البراعم (أ) ولها جميع الأوزان الـ ١٥ التالية، وسن ٩ سنوات و ١٠ سنوات تسمى براعم (ب)، و ١١، ١٢ عاما براعم (ج).

الأوزان لمرحلة البراعم ابتداء من خمس سنوات وحتى ١٢ عاما أولاد وبنات:

تحت ١٧ ك ١٩ ك ٢١ ك ٢٣ ك ٢٥ ك ٢٧ ك ٢٩ ك ٣١ ك

تحت ٣٣ ك ٣٦ ك ٣٩ ك ٤٢ ك ٤٥ ك ٤٨ ك ٤٨+ ك (مفتوح)

ملاحظة: الأولاد تلاعب الأولاد، و البنات تلاعب البنات.

ومن باب تكافؤ الفرص للمرحلة الثانية وهى مرحلة البلوغ ابتداء من سن ١٢ عاما وحتى ١٨ عاما فهى تتم أيضا على ٣ مراحل كما فى مرحلة البراعم وهى:

أ، ب، ج وهذه المرحلة تسمى مرحلة الشباب فمثلا: من سن ١٢ حتى ١٤ سنة تسمى الشباب (أ)، وفوق ١٤ عاما وحتى ١٦ عاما تسمى مرحلة الشباب (ب) وفوق ١٦ عاما وحتى ١٨ عاما تسمى مرحلة الشباب (ج) وهذه المرحلة تضم ١٩ ميزانا وهى كما يلى:

الأوزان لمرحلة الشباب ابتداء من سن ١٢ عاما وحتى ١٨ عاما

تحت ٢٧ ك ٣٠ ك ٣٣ ك ٣٦ ك ٣٩ ك ٤٢ ك ٤٤ ك ٤٨ ك ٥٢ ك

تحت ٥٦ ك ٦٠ ك ٦٤ ك ٦٨ ك ٧٢ ك ٧٦ ك ٨٠ ك ٨٥ ك ٩٠ ك

أعلى من ٩٠ ك (مفتوح)



أما مرحلة الرجال فهي مقسمة إلى مرحلتين اثنتين فقط رجال (أ) وهى من سن ١٨ عاما وحتى ٢١ عاما والمرحلة الثانية وهى مرحلة الرجال (ب) وهى أى عمر فوق ٢١ وزنا وهم كالتالى:

الأوزان للرجال فوق عمر ١٨ عاما

تحت وزن ٤٦ ك ٥٠ ك ٥٥ ك ٦٠ ك ٦٥ ك ٧٠ ك

تحت وزن ٧٥ ك ٨٠ ك ٨٥ ك ٩٠ ك ٩٥ ك + ٩٥ ك (مفتوح)

مادة ٥ : عملية الميزان

- يجب على كل متسابق أن يكون لائقا طبياً قبل دخول أى مسابقة وذلك من خلال كشف به أسماء اللاعبين معتمد ومختوم بختم الهيئة المشاركة ويكون على مسئولية طبيب تلك الهيئة وإدارى الفريق أو مدرب الفريق وذلك ليكون كل لاعب مشتركا فى المسابقة لائقا طبياً للمشاركة.

- تتم عملية وزن المتسابقين بواسطة المقاتلى والمسجل والمذيع وبالتعاون مع مجموعة القضاة (الحكام) ويجوز للمدرب أن يحضر عملية الميزان دون أى تدخلات منه.

- تتم عملية وزن المتسابقين مرة واحدة فقط فى يوم المسابقة ويتم الانتهاء من عملية الميزان قبل ساعة كاملة من بدء المسابقات على الأقل وتتم عملية وزن اللاعبين الذكور، فى حالة مرحلة سنية بينطلون تدريب فقط ومن أراد أن يرتدى أى شىء آخر مثل تى شيرت أو غيره فله الحرية فى ذلك، أما البنات فيجب ارتداء الزى الكامل وهو بدلة التدريب أثناء عملية الميزان واشترآ البنات من سن ٥ سنوات وحتى عمر ١٢ عاما فقط فى المسابقات القتالية للملاكمة الفرعونية العربية، ويجوز للبنات المشاركة فى بطولات العروض المختلفة وكذلك بطولة المهارة والقوة البدنية.



- تتم عملية وزن اللاعبين مرة واحدة فقط ويسجل وزن اللاعب في الأوراق الرسمية للمسابقة ومن يتأخر عن الميزان يعتبر منسحباً من البطولة ولا يجوز رد اشتراكه ولا يوجد استثناءات في ذلك.

- تبدأ عملية الميزان من المستوى الأقل وزناً ويسمح للمتسابق بالتنافس في المستوى الذى دخل فيه إذا كان وزنه أقل من المستوى المحدد (أى يجوز للاعب الاشتراك في ميزانه أو الميزان الأعلى مباشرة إن أراد اللاعب ذلك بحريته ولا يجوز الاشتراك في الميزان الأقل أو الأعلى من المستوى التالى له.

- يتم تجهيز مكان منفصل لعملية وزن الإناث حتى ١٢ عاماً ويتم اختيار سيدة من قبل اللجنة المنظمة للمسابقة إن أمكن ذلك للقيام بعملية الميزان مع إشراف عضو لجنة التحكيم - يحذر على أى متسابق استخدام أى عقاقير منشطة أو مواد كيميائية منشطة موضحة في نشرة اللجنة الأولمبية الدولية، وإذا ظهر تعاطى أحد اللاعبين لأى من هذه العقاقير وتم الكشف على المتسابق الذى شك فيه أحد أعضاء لجنة التحكيم أو بلغ عن أنه تعاطى مواد منشطة مخدورة وثبت بعد الشك صحة التعاطى تلغى نتيجته وينتقل مركزه للمتسابق الذى يليه فى الترتيب.

مادة ٦: التوزيع وعمل القرعة

ينظم برنامج المسابقة طبقاً للوقت الفعلى لها ويتم تنظيم المسابقة بالشكل التالى:

تبدأ المسابقة من الساعة ٩ صباحاً وتنتهى الساعة ١١ مساءً.

- يتم الميزان من الساعة ٩ صباحاً وينتهى الساعة ١١ صباحاً.

- من الساعة ١١ حتى الساعة ١٢ ظهراً راحة للمتسابقين يتم عمل القرعة (البولة) للبطولة.

يبدأ اللعب للمتسابقين ابتداء من الساعة ١٥, ١٢ ظهراً وحتى الساعة ٣, ٣٠ عصرًا.



يتوقف اللعب من الساعة ٣,٣٠ حتى ٤ لتناول الغداء للسادة الحكام والمدرّبين وغيرهم وكذلك الصلاة.

يبدأ اللعب من الساعة ٤,٠٠ وحتى الساعة ١١ م .

تبدأ المسابقات من المستويات الأكثر عدداً والأقل أو الأخف وزناً في البداية، لا يسمح بمقابلة متسابق لزميله في نفس الدور الأول من نفس هيئته وميزانها واحد إلا إذا لم يتوافر في المتسابقين منافس آخر في نفس الوزن ونفس المرحلة، وإذا حدث ذلك ووجد متسابق من هيئة أخرى في نفس الوزن يتم عمل قرعة جديدة.

يحضر القرعة (البولة) السادة المدربون أو الإداريون وتعطى نسخة لهم إذا أمكن ذلك.

يتواجد في القرعة (رئيس الحكام أو مساعده، مندوب اللجنة المنظمة، مدير المسابقة، جميع أعضاء مجموعة التحكيم، مدرب أو إداري كل فريق) ويعطى لهم نسخة إن أمكن ذلك.

أعضاء مجموعة التحكيم تتكون من (رئيس الحكام، مساعده، رئيس القضاة، أربعة قضاة للأجناب، حكم حلقة، مذيع).

ماده ٧ : الدخول والخروج من أرض الملعب وإجراءات المباراة

- النداء على اللاعبين: يتم النداء على اسم اللاعب ٣ مرات وقبل ثلاث دقائق على الأقل من بدء المباراة والمتسابق الذى لا يظهر في الملعب في خلال دقيقة واحدة من زمن بدء المباراة، ويكون مرتديا الزى الرسمى مع الأوقية الخاصة بالبطولة يتم اعتباره منسحباً ولا استثناء.

- دخول الملعب: بعد إتمام التفتيش على الزى وأوقية اللاعب من قبل لجنة التحكيم بمجرد النظر إلى المتسابق يتم دخولهم إلى مكان الانتظار وبصحبة مدرب أو إداري واحد فقط.



- بدء ونهاية المباراة: كل جولة من جولات المباراة تبدأ بكلمة ابدأ يعلنها حكم الحلقة وينهى المباراة بكلمة (قف) وذلك بعد سماع إشارة البدء والإيقاف من الميقاتى إلى حكم الحلقة.

- الإجراءات قبل بدء وبعد انتهاء المباراة :

يواجه المتسابقون حكم الحلقة ثم رئيس الحكام (الجالس على مائدة التحكيم) ويقومون بأداء التحية له بتوجيه كف اليد اليمنى له ثم لبعضهما وينطقون أثناء كل توجيه لحكم الحلقة، لرئيس الحكام، للزميل المتسابق لفظ (بسم الله) في بداية المباراة، ويتم توجيه بطن قبضة اليد اليمنى لحكم الحلقة ثم لرئيس الحكام ثم للزميل المتسابق في نهاية الجولة ونطق لفظ (الحمد لله). وفي نهاية المباراة يقوم رئيس القضاة بتوجيه إشارة إلى حكم الملعب لإعلان نتيجة المباراة وذلك عن طريق رفع يد اللاعب الفائز، وإذا كان المتسابق الفائز غير قادر على الوقوف نتيجة إصابة لا قدر الله فيعلن حكم الملعب اللاعب الفائز عن طريق رفع يده من الناحية المخصصة للاعب الفائز، ثم يسلم اللاعبون على بعضهم في نهاية المباراة بعد إعلان النتيجة عن طريق التصافح باليد ثم خروج اللاعبين من الملعب.

مادة ٨ : الملابس وأدوات الوقاية

في بطولة القتال الأولى (بدون ايذاء) لا يرتدى المتسابقون أوقية في بطولة القتال العنيف الثانية: يرتدى المتسابقون قفاز (واقى لليد) وهوجو (واقى للصدر) وشنكار كامل (واقى مشط القدم وقبضة الرجل) ويحق له ارتداء واقى الخصية أو بدون (له حرية في ذلك).

في بطولة الاحتراف وهى البطولة الثالثة: يرتدى المتسابقون قفازا فقط ولهم الحرية في ارتداء واقى الخصية أو لا.



يدخل المتسابق حلقة النزال ويرتدى فنلة وبنطلوناً قصيراً أسفل الركبة بشبر أو أعلى الأرض بشبر ويجب أن يكون واسعاً (ولون الفنلة والبنطلون لون واحد أحمر أو أبيض أو أسود).

مادة ٩: تعليمات وإشارات المسابقة

تعطى إشارة الاستعداد قبل بداية كل جولة بخمس ثوان، ويصفر الميقاتى لبدء أو إيقاف اللعب.

يتابع اللاعبون نداءات وإيماءات الحكم على الحلقة للبدء أو الإيقاف وذلك بالنظر إلى كف الحكم أو قبضته اليمنى ونطقه ابدأ أو وقف أثناء المباراة، وعند حدوث مشاكل أثناء اللعب يعطى رئيس الحكام إشارة للميقاتى لوقوف اللعب.

عندما يحصل اللاعب على إنذارين فى الجولة أو ستة لفت نظر فى الجولة أو خلال المباراة أو ثلاثة إنذارات فى المباراة الواحدة يصفر المسجل لإيقاف اللعب لفوز اللاعب الآخر.

فى نهاية كل جولة يطلق رئيس الحكام أو الميقاتى صفارته ليعلن قضاة الأجانب نتيجة المباراة.

يجب على قضاة الأجانب التركيز أثناء المباراة وعدم التحدث مع الآخرين وعدم التحرك من أماكنهم المخصصة لهم أثناء سير المباراة لإعلان النتيجة السليمة.

يجب على اللاعبين احترام وطاعة قرارات الحكام وأى اعتراض يقدم من السادة المدربين أو الإداريين يقدم مكتوباً مع رسم اعتراض متفق عليه خلال ساعتين يرد فى حالة صحة الاعتراض.

عندما يبدأ الحكم فى العد على أحد اللاعبين يجب على اللاعب الآخر أن يتعد مترين على الأقل بعيداً عن خصمه وذلك فى بطولة القتال العنيف أو بطولة الاحتراف.



عندما يعطى الحكم إشارة (قف) لإيقاف المباراة يأخذ كلا اللاعبين خطوة للخلف.

عندما يعلن الحكم نهاية المباراة لا يخرج اللاعبون (عدا المصاب) إلا بعد إعلان النتيجة ويسلم كلا اللاعبين على الآخر.

يبقى المدرب والطبيب في مقعديهما، ومسموح للمدرب بإعطاء النصائح في أثناء وقت الراحة بين الجولات وممنوع الصياح والتعليقات أثناء اللعب وإلا أعطى الحكم لفت نظر إلى اللاعب بسبب مدربه.

يسمح للمتسابق بالانسحاب أثناء المباراة برفع يده إذا أراد وذلك نتيجة إصابة أو جرح أو أى سبب آخر.

يسمح للمتسابق بالانسحاب من الملعب لعدم التكافؤ بينه وبين خصمه في بطولة القتال العنيف وبطولة الاحتراف.

يعتبر اللاعب منسحباً إذا لم يتواجد على الحلقة بعد النداء عليه ثلاث مرات أو انصرافه بعد النداء عليه ولم يظهر على الحلقة أو في أثناء المباراة ويمكن للمدرب أن يقف ويعطى إشارة بعدم استمرار لاعبه في المباراة.

مادة ١٠: الأجزاء المسموح الضرب فيها والممنوع الضرب فيها

مسموح الضرب في الجذع كله والعضد والفخذ وأسفل الركبة (منطقة السمانة وقصبة الرجل).

ممنوع الضرب في أى مكان بالرأس أو الرقبة أو العمود الفقري أو الخصية أو المفصل من أى اتجاه.



مادة ١١: الفوز المتكامل

في حالة عدم التكافؤ بين اللاعبين يمكن لحكم الحلقة بعد موافقة رئيس الحكام أن يعلن فوز اللاعب الأكفأ والمسيطر في الهجوم نظراً للتفاوت الكبير في المستوى عن اللاعب الآخر.

يفوز اللاعب بالمباراة في البطولة العنيفة الثانية أو بطولة الاحتراف الثالثة. في حالة الضربة القاضية إذا سقط الخصم أرضاً بسبب ضربة في مكان مسموح الضرب فيه ويبقى اللاعب ساقطاً لمدة ١٠ ثوان أو استطاع الوقوف في الثانية أو العدة الثامنة ولكن دون وعى يعتبر مهزوماً.

يمكن أن يفوز اللاعب بالمباراة بعد موافقة رئيس الحكام إذا أصيب بسبب هجوم خطأ من خصمه وقرر الطبيب أنه لا يستطيع اللعب مرة ثانية، فيحرم المهاجم من البطولة ويخسر مركزه الذي حصل عليه نتيجة الضرب الخطأ أو إصابة خصمه في مكان غير مسموح الضرب فيه، واللاعب المصاب يحرم من تكملة المباريات إذا كان لديه لعب في نفس اليوم ويحتفظ بالمركز الذي حصل عليه، أما إذا كان له لعب في يوم آخر غير اليوم الذي أصيب فيه فيستطيع تكملة اللعب حتى الفوز بالمراكز الأولى إذا استطاع اللعب وكانت حالته الصحية تسمح بذلك.

يفوز اللاعب بالجولة إذا خرج خصمه مرتين متتاليتين خارج الحلقة بمفرده. يفوز اللاعب بالمباراة إذا أخذ خصمه إنذارين في نفس الجولة أو ٣ إنذارات خلال المباراة.

يفوز اللاعب بالجولة إذا اكتسب خصمه بضربة قاضية ٣ مرات في مكان مسموح الضرب فيه واستطاع تكملة الجولة وعد عليه الحكم ٨ ثوان ثلاث مرات في نفس الجولة.

يفوز اللاعب بالمباراة إذا أخذ خصمه عدد ٦ لفت نظر في الجولة أو المباراة.



الفوز بثلاث نقط في الحالات الآتية:

- خروج الخصم خارج الحلقة أثناء المباراة لأى سبب.
- سقوط الخصم أرضاً من ضربة في مكان مسموح الضرب فيه أو بسبب كنسة أمامية أو خلفية أو مقص أرضى في قدم الخصم.
- إذا أخذ الخصم إنذاراً أو إذا عد الحكم ٨ ثوان على اللاعب في الجولة.
- بأى ضربة رجل خلفية في الجذع أو العضد أعلى الوسط ويكون مسموح الضرب فيه.

الفوز بنقطتين في الحالات الآتية:

- أى ضربة رجل أمامية أو جانبية في مكان مسموح الضرب فيه أعلى الوسط في الجذع أو العضد.
- لفت النظر للخصم بسبب (صياح اللاعب أو صراخه أثناء القتال - توجيه المدرب للاعبه أو تعليقه في أثناء سير المباراة - أو مسك الخصم من أى مكان في أثناء الهجوم لأنه ممنوع المسك).
- إذا ضرب اللاعب زميله بعد وقوع الزميل على الأرض يخسر نقطتين، لذا فإنه ممنوع ضرب الخصم بعد وقوعه على الأرض فيما عدا حالة هجوم الطرفين في نفس الوقت وأحدهما وقع وضربه الآخر في أثناء الوقوع فلا يحسب شيء، أما بعد الوقوع فيجب أن يتركه اللاعب الآخر.

الفوز بنقطة واحدة في الحالات الآتية:

- أى لكمة في الجذع أو العضد.
- أى ركلة أسفل الحزام في الفخذ أو أسفل الركبة.



عدم الحصول على نقط في حالة:

- خروج اللاعبين معا خارج الحلقة أو سقوطهما معا على البساط.
- إذا نجح اللاعبان في إيصال الضرب في أى مكان مسموح بها في وقت واحد.
- ضرب الجزء السفلى من القدم و يقوم الخصم بالدفاع برفع الركبة أو صد الضربة.
- هجوم الخصم بكنسة أمامية أو خلفية وقام اللاعب بضربه في مكان مسموح الضرب به أو ضغطه لأسفل أو كتم الكنسة أثناء القتال.
- لكم الخصم بالقبضة أثناء التحضين (ويسمح بالتحضين للهجوم بركلة خلفية أو أمامية من الثبات أو مع النط.
- هجوم الخصم بحركة طائرة وسقط أرضا دون وصول الضربة في الجذع أو العضد.

مادة ١٢: الأخطاء والجزاءات

- الإنذارات: خصم ٣ نقاط لأى هجوم باليد أو القدم في الرأس أو الرقبة أو الخصية أو مفصل الركبة في أى مكان فيها مهما كانت درجة الهجوم قوية أو خفيفة، وكذلك خصم ٣ نقاط في حالة الهجوم بكعب القدم في العمود الفقري في أى مكان به.
- أى هجوم بالكوع أو الركبة في البطولة الأولى (بدون إيذاء) أو البطولة الثانية ويصرح بالهجوم بالكوع و الركبة في بطولة الاحتراف فقط.
- عدم إطاعة أوامر حكم الحلقة أو السلوك التهكمى من الحكم أو من الخصم بعد التحذيرات المسبقة من حكم الحلقة.
- تجاهل إشارات الحكم في إيقاف المباراة ويصر اللاعب على الهجوم قبل إعطاء الإشارة ببدء اللعب.



لفت النظر: خصم نقطتين في حالة

- إعطاء تعليمات من المدرب إلى اللاعب أو تعليقات إلى اللاعب في أثناء سير المباراة.
 - تعليقات اللاعب في أثناء المباراة أو طلب التوقف للراحة بينما الخصم في وضع هجوم ناجح أو ضرب الخصم بعد وقوعه على الأرض أو مسكه أو دفاع هجوم الخصم بالمسك.
 - افتعال الحركات المضحكة أثناء المباراة كالرقص أو غيره.
 - اللاعب الذى يعد عليه الحكم حتى رقم ٨ (أى ثمانى ثوان) يخسر نقطتين.
- الحرمان من اللعب وخسارة المباراة (الطرد من المباراة)**
- اللاعب الذى يعاقب بإنذارين خلال الجولة الواحدة أو ٣ إنذارات خلال المباراة كلها.
 - اللاعب الذى يعد عليه الحكم ٨ ثوان ثلاث مرات خلال الجولة أو المباراة.
 - اللاعب الذى يعد عليه الحكم حتى ١٠ ثوان (أو حتى الرقم ١٠).
 - اللاعب الذى يعاقب بعدد ٦ لفت نظر مختلفين خلال الجولة أو المباراة.
- طرد: اللاعب الذى يتعمد إيذاء الخصم عن قصد ولو لمرة واحدة سواء بالضرب فى الوجه أو الخصية عن قصد واضح.**
- طرد: يجرم من البطولة كلها اللاعب الذى يتعاطى المخدرات أو المنشطات أو يستنشقه خلال وقت الراحة أو التحايل لذلك.**
- طرد: يجرم من اللعب أو البطولة كلها اللاعب الذى يصدر منه سوء خلق واضح.**



إشارات التحكيم للحكم وعلى ورق التسجيل للحكام:

النقط	النتيجة	علامة التسجيل	إشارة الحكم
مكسب نقطة: الفوز بنقطة	/		
مكسب ٢ نقطتين: الفوز بنقطتين	+		إشارة إلى اللاعب الفائز بإصبعي السبابة والوسطى.
مكسب ٣ نقاط: الفوز بثلاث نقط	3		إشارة إلى اللاعب الفائز بـ ٣ أصابع.
مكسب المباراة: الفوز المتكامل	@1		يرفع الحكم يد الفائز لأعلى.
خسارة نقطتين: لفت نظر	*		يشير الحكم إلى اللاعب بكف يده كاملة.
خسارة ٣ نقاط: إنذار	#		يشير الحكم بأصبع اليد السبابة إلى اللاعب.
خسارة المباراة الطرد كلها:	x		يشير الحكم بقبضة اليد اليمنى لأسفل إلى اللاعب المطرود.

* تعطى إشارات التحكيم باليدين (اليد اليمنى إلى اللاعب الأول واليد اليسرى إلى اللاعب الثاني) وذلك في حالة النقط فقط أما إشارات الفوز ولفت النظر والإنذار والطرد تكون باليد اليمنى فقط على اللاعب المراد.

مادة ١٣ : إداريو المسابقة وواجباتهم

تشكيل إداري المسابقة :

- مندوب من الاتحاد.

- رئيس الحكام ومساعد أو اثنين له.

- الحكام (القضاة) مجموعة لكل مباراة تتكون من قاضى الحلقة وأربعة حكام أجناب وميقاتى ومسجل نقط ونتائج المباراة ومذيع والمجموعة الطبية (وتتكون من رئيس أطباء وطبيين معه أو طبيب واثنين تمرىض معه).



واجبات إداري المسابقة :

مندوب الاتحاد : مراقب عام لكل أحداث البطولة يكتب تقريراً للاتحاد عن أحداث البطولة بكل السلبيات والإيجابيات دون تدخل منه.

رئيس الحكام: مسئول عن المظهر العام للبطولة مثل أرض الملعب، الأدوات، الأوقية، الأجهزة، أدوات التسجيل والقرعة.

- مسئول عن حل المشاكل التي تنشأ أثناء البطولة طبقاً لنظام وقواعد البطولة وليس له الحق في تعديل نظامها وقواعدها، يتخذ إجراء توجيه مجموعة الحكام وتغييرهم في حالة الضرورة، وله الرأي النهائي عن كل ما يختلف فيه الحكام.

- يختبر ويشير ويعلن نتائج المباريات ويلاحظ المباريات ويوجه حكم الحلقة والمقاتلي والمسجلين.

عند وقوع مشكلة تحتاج لعلاج له الحق في إيقاف المباراة وإصلاح الخطأ وخاصة إذا حدث ذلك الخطأ من أحد قضاة الأجناب أو حكم الحلقة فله الحق أن يغير النتيجة لصالح المنتصر الفعلي وهو الوحيد الذي يقرر نتيجة المباراة ويوقع على نتيجة كل مباراة.

- يقدم تقريراً مكتوباً إلى المسؤولين في الاتحاد.

مساعد رئيس الحكام: يساعد رئيس الحكام في عمله ويحل محله في حالة غيابه.

حكم الحلقة: ينفذ القواعد بحزم ووضوح ويدير اللعب ويحمي اللاعب من الإصابات، يقرر النقاط بأصابع يده إلى اللاعب الفائز أو الخروج أو (الأخطاء) مثل الإنذار أو لفت النظر ويعلن نتيجة المباراة.

قضاة الأجناب : يحسبون ويسجلون النقاط والملاحظات حسب القواعد المنظمة وعدد أخطاء كل لاعب.



- يعلنون في وقت واحد العلامة الملونة (الأحمر أو الأسود) إشارة إلى اللاعب الفائز (ركن أحمر أو ركن أسود) مع إشارة رئيس القضاة في نهاية المباراة.
- يمكن سؤالهم عندما يكون قرار حكم الحلقة غير واضح أو إذا لم يشاهد موقفا معينا في المباراة بوضوح أو عند التباس أمر على حكم الحلقة.
- المسجل: تسجيل المباراة ورقمها وأسماء اللاعبين وأعداد الأخطاء التي تحدث وإيماءات وإشارات حكم الحلقة وتسجيل نتيجة المباراة طبقا لنتائج قضاة الأجانب.
- استدعاء المتسابقين قبل بدء المباراة بعشرين دقيقة وفحص ملابسهم وأوقيتهم في بطولة القتال العنيف.
- يتلقى طلبات الاعتراض ويخطر بها رئيس الحكام.
- المسئول عن عمل القرعة (البولة) والأوزان ووزن اللاعبين في مختلف المراحل السنية.
- المقاتلي: يختبر صلاحية ساعة التوقيت وهو المسئول عن زمن كل جولة وزمن الراحة وإعلان بداية وانتهاء كل جولة بإطلاق الصفارة.
- المذيع: تقديم البطولة والقضاة واللاعبين والنداء على اللاعبين والتنبيه على بداية ونهاية المباريات والموازين المختلفة وأسماء المشتركين في كل وزن.
- رئيس المجموعة الطبية ومساعدوه: مسئول عن الإشراف الطبي على المسابقة وإعطاء الاقتراحات للجنة المسابقة لمن يكون غير لائق بسبب إصابة أو مرض.
- إسعاف وعلاج أى إصابة تحدث خلال المباريات المختلفة.
- تفقد وفحص من تعاطى المنشطات.
- اختيار شهادة الاختبار البدني المقدمة من المتسابقين ووجوب وجوده في أثناء عملية الميزان وذلك لشكه في أحد اللاعبين وإجراء التحاليل لمن تصدر منه أشياء تشكك في تعاطيه لمنشط أو وجود مرض معد أو خلافه.



مادة ١٤ : إيقاف اللاعب مؤقتاً

- إصابة اللاعب أو إذا تعرضت المباراة لحدوث مشكلة طارئة مثل انقطاع الإضاءة أو هبوب عاصفة أو خلل في بساط الملعب (الحلقة).
- خروج اللاعبين أو أحدهما خارج بساط الملعب، أو معاقبة اللاعب في أثناء المباراة (بإنذار أو لفت نظر).

مادة ١٥ : طرق تسجيل ترتيب الفائز والمهزوم

يرمز للأخطاء بالآتى

لفت النظر = * = خسارة نقطتين.

الإنذار = # = خسارة ثلاث نقط.

الطرء = x = خسارة المباراة كلها.

مادة ١٦ : الفوز والهزيمة

- تتقرر نتيجة كل مباراة طبقاً لنتائج قضاة الأجناب الأربعة ويقررها رئيس الحكام وهو الذى يعلن النتيجة وبيده الترجيح إذا اختلف حكمان أو لرأى فنى عال ويوضح السبب.

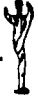
- إذا تساوت نتيجة اللاعبين يكون الفائز كالتالى حسب الترتيب.

(الأقل إنذاراً والأقل لفت نظراً والأقل وزناً طبقاً للوزن قبل المسابقة الأقل سناً حسب الأشهر).

- إذا استمر التعادل فى كل ما سبق تضاف جولة فاصلة بنفس القواعد.

مادة ١٧ : الترتيب والجوائز

- يكون الترتيب مباشراً لخروج المغلوب والتصفية تكون حتى دور الثمانية أى من الأول حتى الثامن.



- يمنح الفائز بالمركز الأول شهادة تقدير وميدالية ذهبية وجائزة مالية نقدية.
- يمنح الفائز بالمركز الثاني شهادة تقدير وميدالية فضية وجائزة مالية نقدية.
- يمنح الفائز بالمركز الثالث شهادة تقدير وميدالية برونزية.
- يمنح اللاعبون الفائزون بالمركز الرابع حتى الثامن شهادة تقدير فقط.

الدرع العام أو كأس البطولة:

تحسب نتائج الدرع العام أو كأس البطولة للمناطق (المحافظات على مستوى الجمهورية)، أو الهيئات مثل الأندية ومراكز الشباب والهيئات المشاركة طبقا لعدد النقاط الحاصلين عليها في جميع البطولات (أى في جميع المراحل السنية تحت ١٢ عاما ومن ١٢ حتى ١٨ عاما وفوق ١٨ عاما) وذلك لكل بطولة على حدة مثل بطولة عدم الإيذاء بالثلاث مراحل لها، وبطولة القتال العنيف، أما بطولة الاحتراف فلا تدخل في الدرع العام ولكن اللاعب الفائز بالمركز الأول فقط له شهادة تقدير وميدالية ذهبية وكأس وجائزة نقدية، أما اللاعب الفائز بالمركز الثانى فله شهادة تقدير وميدالية فضية وجائزة نقدية، أما اللاعب الفائز بالمركز الثالث فله شهادة تقدير وميدالية برونزية وجائزة نقدية، أما اللاعب الفائز بالمركز الرابع فله شهادة تقدير وجائزة نقدية..... وذلك حتى المركز الثامن وذلك في بطولات الاحتراف فقط في الملاكمة الفرعونية فله شهادة تقدير وجائزة مالية.

ويتم احتساب النتائج في الكأس أو الدرع العام على أساس النقاط وفي حالة التساوى في النقاط يرجح الحاصل على ميداليات ذهبية أكثر ثم فضية فقط على الأساس التالى: -



المركز الأول	٧	نقاط
المركز الثاني	٥	نقاط
المركز الثالث	٤	نقاط
المركز الرابع	٣	نقاط
المركز الخامس	٢	نقطة
المركز السادس	١	نقطة

مادة ١٨ : نداءات وإشارات الحكم

عند دخول اللاعبين يكون اللاعبان خارج الحلقة ويكون الحكم في وسط الحلقة ثم يشير الحكم بيده اليمنى إلى اللاعب الأبيض ويده اليسرى إلى اللاعب الأسمر ويشير إلى وسط الحلقة وذلك لدخول اللاعبين ويكون خروج اللاعبين بعد إعلان نتيجة فوز أحدهما على الآخر ويسلم كل لاعب على الآخر بعد إعلان النتيجة. وضع ثابت: بعد دخول اللاعبين يقفان في وضع ثابت أى تكون اليدين جانباً بجوار الفخذ والقدمان مضمومتين.

وضع الاستعداد للقتال: عندما يشير الحكم بأصبعه السبابة لأعلى وسط اللاعبين ويقول لفظ استعد وتكون الإشارة باليد اليمنى.

وضع البدء للقتال والتوقف عن القتال تكون فيهما الإشارة واحدة وهى رفع اليد اليمنى لأعلى بإشارة الأصبع السبابة لأعلى ثم النزول وسط اللاعبين لأسفل (أى من أعلى لأسفل) فى بدء القتال ونهايته، وعند البدء يكون لفظ بداية القتال بكلمة (ابداً) وعند توقف القتال يكون لفظ التوقف بكلمة (قف).

عند خروج اللاعبين خارج الحلقة يشير الحكم بأصبع اليد اليمنى السبابة ويشير إلى خارج الحلقة، أما إذا خرج اللاعبان خارج الحلقة يشير إليهما الحكم بإصبعي اليد اليمنى وهى السبابة والوسطى ويشير من الحلقة إلى خارج الحلقة.



سقوط اللاعبين أو أحدهما أرضاً: إذا سقط لاعب يشير إليه الحكم بالقبضة ثم يفتح يده ويشير بالأصابع إلى الأرض وذلك بيده اليمنى أما إذا سقط اللاعبان فيشير إليهما الحكم بالقبضتين اليمنى واليسرى ويفتحها ويشير بكفى اليدين إلى الأرض .

العد على اللاعب من ضربة قاضية أو غيرها: يواجه الحكم أحد اللاعبين على الحلقة ويوجه له القبضتين للأمام ويفرد أصابعه واحداً تلو الآخر مبتدئاً بأحد أصابع يده اليمنى ثم يده اليسرى وإذا أراد أحد اللاعبين تكملة اللعب فيجب رفع يديه أو إحداهما إشارة إلى إرادته في تكملة اللعب وذلك قبل أن يعد الحكم رقم ٩ فيكون آخر إنذار للعد هو رقم ٨ فيمكن أن يستمر اللاعب ويأخذ عقاب لفت النظر أى يخسر نقطتين (٣ مرات)، وإذا عد الحكم على اللاعب ٨ ثوان أى حتى العد إلى رقم ٨ (٣ مرات) في المباراة يخسر اللاعب المباراة كلها، أما إذا زاد الحكم في العد عن رقم ٨ فيجب أن يستمر في العد حتى رقم ١٠ وبذلك يخسر المباراة.

مادة ١٩: الحلقة وأدواتها

مسابقات النزال (القتال): مساحة الحلقة ٨م × ٨م يضاف إليها متران أمان فيكون المساحة الكلية للبساط ١٢ متراً × ١٢ متراً، ويصنع البساط بمراتب مصنعة من الأسفنج المضغوط أو الفل أو مادة الكنفس.

علامات اللعب وتحديد المواقع: موقع حكم الملعب يبعد ١٥٠ سم إلى الخلف من نقطة منتصف الملعب في الاتجاه المقابل (لنضدة رئيس الحكام ومساعديه) وتوضع له علامة تسمى علامة حكم الملعب.

موقع حكام الأركان الأربعة محدد عند زوايا الحلقة الأربعة ويبعد عن البساط بمسافة ٥٠ سم خارج كل ركن من الأركان الأربعة وموجه لنقطة منتصف الملعب (كل حكم على كرسى).



موقع رئيس الحكام على بعد ١٠٠ سم من أمام الحلقة مباشرة وموجه إلى منتصف الحلقة ويكون جالساً على كرسى وأمامه منضدة ويكون بجواره أربعة أشخاص هم الميقاتى والمذيع ومسجل النتائج والطبيب وهو يتوسطهم.

موقع المتسابقين والمدربين (يكون مع كل متسابق مدرب واحد ويكون معه على بعد ١٠٠ سم من الحلقة وكل لاعب يجلس على كرسى فى منتصف الحلقة أمام حكم الحلقة ويكون مع كل لاعب مدربه الذى يعطيه التوجيهات أثناء فترة التجهيز والراحة بين الجولات ويجلس مكان لاعبه أثناء المنافسة ويكون مكانهم عن يمين ويسار الملعب من الوسط.

مسابقات العروض والقوة البدنية والمهارات الفردية: تؤدى هذه المسابقات وكذلك اختبارات الأحزمة فى الملاكمة الفرعونية العربية فى ملعب كبير يشترط وجود أجهزة عقلية وأجهزة المتوازي ومراتب أسفنج مضغوط، ويمكن أن تؤدى هذه المسابقات فى ملعب كرة قدم أو ملعب خماسى، أما بالنسبة لبطولات العروض بالنشاكوا والعصا الحديدية ومجموعات القبضة الحديدية الأربع والقتال المتفق عليه تكون على بساط من الموكيت طوله ١٢ متراً وعرضه ١٠ أمتار.

مادة ٢٠: المتسابقون (اللاعبون)

مؤهلات المتسابقين (اللاعبين)

أن يكون للاعب كارنيه خاص باتحاد الملاكمة الفرعونية العربية موضح فيه بياناته: اسمه وسنه وهيئته وعنوانه ورقم قيده بالاتحاد.

أن يكون حاملاً لدرجة حزام ويكون له كارنيه خاص بدرجة حزامه.

ملابس اللاعبين وأدواتهم وكذلك زى المدربين.

على المتسابق ارتداء الزى الخاص بالملاكمة الفرعونية العربية وهى البدلة الكاملة وتتكون من نوعين: بدلة سمراء وبها خطوط حمراء على الصدر ونهاية كم



الجاكت و نهاية البنطلون من أسفل وياقة الجاكت وعلى أزرار الجاكت يوضع خطان أبيض + تى شيرت لون واحد أسفل البدلة.

الشكل الثانى: بدلة بيضاء وبها خطوط حمراء أو سوداء على الصدر وياقة الجاكت ونهاية كم الجاكت ونهاية رجل البنطلون (والمدرب يرتدى بنطلوناً أسود وجاكت أبيض أو العكس) وللمدرب الحرية فى وضع الخطوط الحمراء أو السوداء على الجاكت والبنطلون، المهم هو ارتداء بنطلون أسود وجاكت أبيض أو العكس بنطلون أبيض وجاكت أسود وتى شيرت أسفل البدلة.

* ويمكن تعديل الزى على حسب درجة حزام اللاعب كما سيتضح فيما بعد.

أدوات المتسابقين :

الأوقية فى بطولات التزال العنيفة وهى واقى الصدر (الهوجو) أو القفازات وهى واقى اليد وواقى القدم ومشط القدم (الشنكار) وله الحرية فى ارتداء واقى الخصىة.

أدوات بطولات العروض والاختبارات: النشاكوا، العصا الحديدية وتصنع من ماسورة ستائر من الألوميتال بطول كتف اللاعب، خشب مقاسات نصف سم أو ربع سم أو ١ سم حسب المسابقة، إبر التصويب، جهاز المتوازى، جهاز عقلة.

ملحوظة: ارتداء البدلة الكاملة أثناء البطولات والعروض وخاصة مجموعات القبضة الحديدية أو مهارة تكسير الخشب أو الطوب، أساسيات اللياقة البدنية اختبارات القوة والسرعة والمرونة وأساسيات القتال (باليد و الرجل و طرق الدفاع لهجوم الخصم) ارتداء البنطلون والتى شيرت يكون لاختبارات قتال الشوارع وعروض النشاكوا والعصا الحديدية والإبرة والجمباز و بطولات القتال.

ملابس الحكام: صيفاً قميص أو تى شيرت لونه أبيض وبنطلون أسود وحذاء أسود خفيف، شتاء بدلة سمراء مكونة من بنطلون أسود وحذاء أسود خفيف وشراب أبيض و قميص أبيض أو بلومز أسود أو أبيض.



- الملعب وأماكن الحكام والمسؤولون:

١- رئيس الحكام وبجواره الميقاتى والمسجل والمذيع والطبيب .

٢- حكام الأركان.

٣- حكم الحلقة.

٤- المدربون.

٥- المتسابقون.

قواعد وقانون الاختبارات لدرجات الترقى فى أحزمة الملاكمة الفرعونية :

تنقسم درجات الترقى فى الملاكمة الفرعونية العربية إلى ١٤ درجة يتم التعبير عنها بلون الحزام ورقمه الذى يرتديه اللاعب ويحصل على شهادة الحصول على هذا الحزام، ولكل درجة من هذه الدرجات مجموعة من المعارف والمعلومات وأساليب الأداء، يتم اختبار اللاعب فيها بواسطة لجنة مكونة من مندوب اتحاد الملاكمة الفرعونية العربية والحكام والمدربين ذوى خبرة وكفاءة عالية. والجدول التالى يبين درجات الأحزمة وألوانها المختلفة.

* وللتعرف أكثر على الأحزمة فى الملاكمة الفرعونية العربية يرجع إلى كتاب الجزء الثانى وهو بعنوان الكاراتيه وشبح الملاكمة الفرعونية العربية.



م	لون الحزام	الرمز على الصدر	الدرجة
١	الأحمر ١ (أحمر وبه خط)	★	٩
٢	الأحمر ٢ (أحمر وبه خطان)	★★	٨
٣	الأحمر ٣ (أحمر وبه ٣ خطوط)	★★★	٧
٤	الأبيض ١ (أبيض وبه خط)	نسر	٦
٥	الأبيض ٢ (أبيض وبه خطان)	نسر ★	٥
٦	الأبيض ٣ (أبيض وبه ٣ خطوط)	نسر ★★	٤
٧	الأسود ١ (أسود وبه خط)	نسر ★★★	٣
٨	الأسود ٢ (أسود وبه خطان)	سيفان متقاطعان	٢
٩	الأسود ٣ (أسود وبه ٣ خطوط)	سيفان متقاطعان ونسر	١
١٠	المصري ١ (أحمر ونهاية طرف الحزام علم مصر)		١
١١	المصري الثاني (أبيض ونهاية طرف الحزام علم مصر)		٢
١٢	المصري الثالث (أسود ونهاية طرف الحزام علم مصر)		٣
١٣	المصري الرابع (لا يرتدى أحزمة) له الحرية		٤
١٤	المصري الخامس (لا يرتدى أحزمة) له الحرية		٥



لكل درجة حزام من الأحزمة الـ ١٤ السابقة في الملاكمة الفرعونية، يوجد درجة من ١٠٠ وتقدير لهذه الدرجة وحصول على مركز ولكي يتضح ذلك إليك الجدول الآتي:

م المرحلة	الدرجة	المركز	التقدير	الجوائز	ملاحظات
١	١٠٠	الأول	امتياز مع مرتبة الشرف	شهادة + ميدالية + جائزة مالية أو عينية	
٢	٩٢	الأول	امتياز	شهادة + ميدالية	
٣	٨٢	الثاني	جيد جدا	شهادة + ميدالية	
٤	٧٠	الثالث	جيد مرتفع	شهادة + ميدالية	
٥	٦٥	الرابع	جيد	شهادة فقط	
٦	٥٥	مشترك	مقبول	شهادة فقط	



تعطى هذه المراكز والتقدير في اختبارات الأحزمة و بطولات (مسابقات) العروض والقوة البدنية والمهارية فقط والميداليات تعطى فقط في مسابقات العروض ومسابقات النزال ولا تعطى في مسابقات الأحزمة، ويمنح اللاعب الحائز على المركز الأول بتقدير امتياز مع مرتبة الشرف على شهادة تقدير وجائزة مادية تتمثل في (نقود، ملابس تدريب أو أوقية، كتب قيمة، هدايا أخرى).

وفيما يلي نموذج توضيح لمتطلبات الترقى لكل درجة من درجات الأحزمة الموضحة سابقة الذكر من المعلومات المطلوبة في الجانب النظرى والمهارات المطلوبة في الجانب العملى من الملاكمة الفرعونية العربية ابتداء من الحزام الأحمر ٩ وحتى الحزام المصرى ٣ في جزء آخر خاص للاختبارات وإليك نموذج لذلك:

أولاً: متطلبات الترقى إلى درجة الحزام الأحمر ٩

مدة التدريب المطلوبة: ٣ شهور من بداية التدريب على الأقل.

أسئلة الجزء النظرى

١- تحت ١٢ عاماً مرحلة البراعم (١) من ٤ : ١٢ عاماً.

أ - فسيولوجيا: ماهى أدق الأجهزة وأعظمها تعاوناً وتكاملاً؟ أجهزة جسم الإنسان والآية ٢١ من سورة الذاريات دلت على ذلك : ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ سبحانه الله إن جميع أجهزة جسم الإنسان تتعاون وبمنظام على الدقة ليحيا الإنسان حياة حرة باختياره يأكل ويشرب ويخرج وينام كما يريد.

ب- إسعافات: ما أفضل الآراء التى قيلت عن الطب والتداوى؟ الوقاية خير من العلاج.

ج- التغذية ما هو قانون الغذاء الصحى أو الوجبة الصحية؟ قوله تعالى في سورة الأعراف الآية (٣١): ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾.



٢- الجزء العملى أ- (اللياقة البدنية) ٢٥ درجة

أ- القوة: وضع الانبطاح أرضاً على كف اليد والثبات دقيقة دون حركة (٥ درجات).

ب- السرعة: الجرى بسرعة ٨٠ متراً سباق ١٠ أفراد ويتم تصفية بين الأول والثانى حتى الخامس على مستوى جميع المرحلة (١٠ درجات).

ج- المرونة: الوسط الأمامى والركبة مستقيمة تشبيك اليدين على الأرض مع الثبات (١٠ درجات).

الجزء العملى ب- (فنيات القتال) ٣٠ درجة

فنيات اليد - الضرب بكف اليد فى الوجه (يمين - شمال). ٥ درجات.

- الدفاع بكف اليد ضد الوجه. ٥ درجات.

- أداء اللكمة المستقيمة ودفاعها لأسفل. ١٠ درجات.

فنيات القدم - الضرب ببطن الرجل فى قصبة رجل الخصم. ٥ درجات.

- الضرب بالركبة فى بطن الخصم بالرجل (ى - س) ٥ درجات.

الشكل العام والقانون. ٣٠ درجة.

- الالتزام بالزى والنظام العام. ٢٠ درجة.

- ثقافة قانونية: عند أداء التحية فى بداية التمرين ماذا تقول؟ ١٠ درجات.

هذا مثال لاختبار الحزام الأحمر ٩ لمرحلة البراعم.

obeikandi.com



مراجع الملاكمة الفرعونية العربية

القرآن الكريم والسنة المطهرة

في علوم التدريب :

- ١- علم التدريب الرياضي د/ محمد حسن علاوى دار المعارف الطبعة الثالثة عشرة ١٩٩٤ .
- ٢- أصول التربية البدنية والرياضية، / الرياضة والألعاب ج ١ د/ أمين أنور الخولى دار الفكر العربى .
- ٣- موسوعة التمرينات الرياضية د/ عبد المنعم سليمان برهم، د/ محمد خيس أبو نمرة الجزء الأول دار الفكر للنشر والتوزيع - عمان - الأردن.
- ٤- تدريب الأثقال د/ عبد العزيز النمر، د/ ناريان الخطيب مركز الكتاب للنشر ١٩٩٦ .
- ٥- الأسس العامة للصحة والتربية الصحية د/ سليمان أحمد حجر، د/ محمد السيد الأمين مكتبة ومطبعة الغد ١٩٩٨ .
- ٦- الطريق إلى البطولة فى موسوعة الووشو (الكونغ فو) الجزء الأول والثانى والثالث المدرب الدولى / أحمد إبراهيم بكر - طبعة مركز الكتاب للنشر (طبعات ١٩٩٩ - ٢٠٠١ - ٢٠٠٣).
- ٧- تعليم وتدريب الملاكمة د/ إسماعيل حامد عثمان، د/ محمد عبد العزيز النمر، د/ ضياء الدين محمد العزب، د/ عاطف مغاورى شعلان ١٩٩٧ - مطبعة دار السعادة.
- ٨- القواعد العلمية والفنية لرياضة التايكواندو د/ أحمد سعيد زهران ٢٠٠٤ .
- ٩- الجودو أصول ومناهج جمال محمد سعد ١٩٩٠ .
- ١٠- أساسيات المصارعة د/ سليمان على إبراهيم، د/ أحمد عبد العزيز معارك ١٩٩٧ .
- ١١- الإطالة العضلية د/ عبد العزيز النمر، د/ ناريان الخطيب، عمرو السكرى - طبعة مركز الكتاب للنشر ١٩٩٧ .
- ١٢- القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضية د/ محمد صبحى حسانين الجزء الأول دار الفكر العربى الطبعة الثالثة ١٩٩٥ .



- ١٣- القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية د/ محمد صبحى حسانين الجزء الثانى دار الفكر العربى الطبعة الرابعة ٢٠٠٠.
- ١٤- الرمى فى ألعاب القوى د/ السيد حسن شلتوت، د/ صدقى أحمد سلام دار المعارف ١٩٨٣.
- ١٥- الموسوعة العلمية فى التدريب الرياضى ج ١ د/ طلحة حسام الدين، د/ وفاء صلاح الدين، د/ مصطفى كامل أحمد، د/ سعيد عبد الرشيد - مركز الكتاب للنشر ١٩٩٧.
- ١٦- الجمباز د/ أحمد الجداوى مطبعة الاستقلال الكبرى - المجلس الأعلى لرعاية الشباب.
- ١٧- موسوعة الجمباز العصرية د/ عبد المنعم سليمان برهم الطبعة الأولى دار الفكر للطباعة النشر والتوزيع - عمان - الأردن ١٩٩٥.
- ١٨- ٩٩ تمريناً للقوة العضلية والمرونة الحركية لجميع الأنشطة الحركية د/ محمد نصر الدين رضوان، د/ أحمد المتولى منصور مركز الكتاب للنشر الطبعة الأولى ١٩٩٩.
- ١٩- التمرينات والتمرينات المصورة د/ صلاح الدين محمد سليمان.
- ٢٠- الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة فى الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية د/ قاسم حسن حسين دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع - عمان - الأردن ١٩٩٨.
- ٢١- فسيولوجى التدريب والرياضة (سلسلة المراجع فى التربية البدنية والرياضية ٣ د/ أبو العلا أحمد عبد الفتاح دار الفكر العربى. "وهو من المراجع التى اعتمدت عليها كثيراً فى الفسيولوجي".
- ٢٢- فسيولوجى جسم الإنسان (ثقافة طبية) عايدة عبد الهادى الطبعة الأولى ٢٠٠١ دار الشروق للنشر والتوزيع - عمان - الأردن "وهو من المراجع التى اعتمدت عليها كثيراً فى الفسيولوجي".
- ٢٣- فسيولوجى التدريب الرياضى د/ محمد حسن علاوى، د/ أبو العلا أحمد عبد الفتاح دار الفكر العربى الطبعة الأولى ١٩٨٤.
- ٢٤- علم النفس الرياضى د/ محمد حسن علاوى الطبعة الثالثة ٢٠٠٢ مركز الكتاب للنشر.
- ٢٥- علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات د/ أسامة كامل راتب الطبعة الثالثة ٢٠٠٠ دار الفكر العربى.



٢٦- سيكولوجيا التدريب والمنافسات د/ محمد حسن علاوى الطبعة السادسة ١٩٨٧ دار المعارف.

٢٧- علم النفس أسسه وتطبيقاته التربوية د/ عبد العزيز القوصى الطبعة الرابعة مكتبة النهضة المصرية.

٢٨- فى النفس بحوث مجمعة فى التحليل النفسى د/ مصطفى زيور رائد التحليل النفسى فى الوطن العربى ١٩٨٢، تقديم د/ أحمد فائق.

٢٩- مجموعة رسائل هامة للخاصة والعامة ١ إعلام الأمة الإسلامية بخطورة العادة السرية هشام سيد حداد دار الاستقامة ١٩٩٦.

٣٠- قانون الاتحاد الدولى للكونغ فو عام ١٩٩٥، ودراسة الحكام الدوليين بالصين عام ١٩٧٧.

فى علوم الإسعافات والطب الرياضى :

١- دور المدرب واللاعب فى إصابات الرياضة الوقاية والعلاج عبده السيد أبو العلا ١٩٨٤ مؤسسة شباب الجامعة.

٢- الإسعافات الأولية لك ولأسرتك فى أى مكان تأليف د/ زغلول مهران د/ عادل عین شوكة الكاتب / محمد يوسف الزهرى ١٩٩٨. مركز الأهرام للترجمة والنشر.

٣- المبادئ الأساسية للإسعافات الأولية د/ محمود فتحي صقر د/ فاطمة مختار الشرقاوى مكتبة العلم والإيمان- دسوق كتابة ومراجعة محمد يوسف الزهرى.

٤- الموسوعة الشاملة فى الطب البديل د/ أحمد مصطفى متولى دار ابن الجوزى ٢٠٠٥.

٥- موسوعة الطب البديل د/ أبو العلا أحمد عبد الفتاح، د/ محمد صبحى حسانين مركز الكتاب للنشر الطبعة الأولى ٢٠٠٠.

٦- منهج السنة النبوية فى تربية الإنسان د/ بدير محمد بدير الطبعة الثالثة ١٩٩٢ مكتبة الدعوة الإسلامية بالمنصورة.

٧- منهج السنة النبوية فى رعاية الصحة د/ بدير محمد بدير الطبعة الأولى ١٩٩٣ مكتبة الدعوة الإسلامية بالمنصورة.

٨- الطب الرياضى والعلاج الطبيعى د/ أسامة رياض، د/ إمام حسن محمد النجمى مركز الكتاب للنشر الطبعة الأولى ١٩٩٩.



- ٩- دليلك إلى الطب الرياضي ترجمة د/ محمد قدرى بكرى، ثريا نافع. تأليف جاب ميركن، مرشال هوفمان الطبعة الأولى مركز الكتاب للنشر الطبعة الأولى ١٩٩٩.
 - ١٠- الطب الرياضي وألعاب القوة د/ أسامة رياض الطبعة الأولى مركز الكتاب للنشر ١٩٩٩.
 - ١١- الموسوعة الطبية الكاملة للأسرة (المجلد الأول والثاني) اسبغمند ستيفن لمر، ترجمة انس الرفاعي الطبعة الأولى ١٩٨٧ دار الثقافة قطر الدوحة (دار الفكر بدمشق).
 - ١٢- المرشد الطبى فى الإسعافات الأولية د/ مدحت القطان، د/ سالم محمد سالم المؤسسة المصرية العامة للأدوية - مطابع دار المعارف بمصر.
 - ١٣- مبادئ الإسعاف الأولى - جمعية الهلال الأحمر المصرية - دار الكتاب العربى للطباعة والنشر ١٩٦٦.
 - ١٤- المرشد الطبى الحديث مجموعة من الأطباء ساهموا فى وضع الكتاب باللغة العربية وأشرف على إعداد الكتاب د/ ماهر بشاى.
 - ١٥- الوجه لطلبة الجراحة - جراهام هيل و أندرو هيل - ترجمة د/ عبد العزيز حسن الصائغ - الرياض فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية - جامعة الملك سعود ١٩٩٩.
 - ١٦- مذكرة فى الإصابات الرياضية والتدليك د/ محمد عبد العزيز حداد.
 - ١٧- الإصابات بالملاعب والمصنع والمنزل د/ فؤاد عبد العزيز حسن دار الفكر العربى ١٩٨١.
- فى علوم التغذية :**
- ١- التغذية للرياضين د/ كمال عبد الحميد إسماعيل، د/ أبو العلا أحمد عبد الفتاح، د/ محمد السيد الأمين مركز الكتاب للنشر، الطبعة الأولى ١٩٩٩ م.
 - ٢- التغذية والصحة للحياة والرياضة د/ محمد محمد الحماحى مركز الكتاب للنشر الطبعة الأولى ٢٠٠٠ م.
 - ٣- العلاج بالتليينة عبد الكريم التاجورى مطابع مركز فجر ١٩٩٩.
 - ٤- التغذية الدليل الكامل، باتريك هولفورد، ترجمة مركز التعريب والبرجمة الدار العربية للعلوم ٢٠٠٠.
 - ٥- الغذاء خير دواء طب الطبيعة حسن الحفناوى، الوليد للطباعة والنشر ١٩٩٤.
 - ٦- التداوى بالأعشاب والنباتات الطبيعية لابن مفلح المقدسى إعداد عكاشة عبد المنان الطبيى دار القلم للتراث.