

المقدمة

من الالعاب الرياضية التي سجل لها التاريخ القديم والحديث احداثا ومسارا حافلا بالانجازات هي لعبة المصارعة . حيث تعد هذه اللعبة من اقدم الالعاب التي زاولتها الاقوام القديمة . لقد تطرقت الرسوم والاثار جدران المعابد والجدران صور فعاليات هذه اللعبة وبكل تفاصيلها الفنية حيث كانت من الالعاب الاولى التي دخلت عالم الالومبياد القديم وكان ذلك في الالومبياد الثامن عشر سنة ٧٠٤ قبل الميلاد وقد سجلت احداثها بكل دقة وموضوعية تامة ليومنا هذا ، مرورا بالعصور الحديثة بضمنها العصور الاسلامية التي شهدت ممارسات فعلية قام بها الرسول (ص) والعديد من الصحابة . لقد حضيت اللعبة بسجل حافل على الرغم من تنوع الاهداف وطرق المزاولة ، وقد استمر هذا الاهتمام التاريخي لهذه اللعبة حتى وقتنا الحاضر . لقد وجدت الدول ضالتها في هذه اللعبة حيث المزيد من المشاركات والحصول على العديد من الالوسمة وحسب الالوزان المتعددة . في البطولات الدولية والالومبية ووفرت لها الاموال الطائلة والتجهيزات والمعسكرات الداخلية والخارجية .

ان المجال الاكاديمي اولى اهمية كبيرة للالعاب الفردية وخاصة العاب المنازلات (الالعاب القتالية) كونها مادة علمية تدخل ضمن المناهج الدراسية الجامعية . وبدورها تكمل المعرفة العلمية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة . ان هذا المؤلف يندرج ضمن الكثير من الجهود الكبيرة التي بذلت من قبل العديد من المختصين والباحثين والذي ساهموا في تأطير هذه اللعبة وفهرسوا طبيعتها ونهجوا مناهجها التعليمية والتدريبية بمزيد من التفصيل التوثيقي المنظم .

لقد حرصت في هذا المؤلف ان اقدم واضيف على ما قدموا زملائي ما استطعت الحصول عليه من بعض المعلومات حديثة فرضتها متغيرات اللعبة وتغير بعض الفقرات القانونية . وكذلك الى الجوانب التربوية المهمة التي لم تحضي بالكثير من الدراسات ، ان القيم التربوية التي يمكن ان تقدمها لعبة المصارعة يمكنها ان تساهم في بناء جيل قوي وملتمزم . لقد تضمن هذا الكتاب ثلاثة عشر فصلا يكمل كل فصل فيه المعلومة العلمية لمجمل المحتوى العلمي لموسوعة اللعبة العملية ، لقد حرصت ان اهتم بالجوانب النظرية التي تساهم في دعم المعلومة العملية لمفردات هذه اللعبة لكي تكتمل الصورة لدى طلبتنا الاعزاء ، فقد احتوت صفحات هذا الكتاب جوانب الانتقاء الاولى والتدريب والتخطيط والاعداد البدني والنفسي وصحة واصابات المصارعة ونبذة مختصرة عن آفة المنشطات ولمحات عن قانون اللعبة لعبة المصارعة . والمتغيرات التي اضيفت الى قانون اللعبة ، ان هذا الكتاب يقدم للمكتبة وللقرء واللاعبين والمدربين الافكار والمعلومات التي تساهم في اتمام العملية التدريبية والتعليمية التي من شأنها رفع مستوى تطور لعبة المصارعة وتقديمها لبقية الالعاب مكتملة المحتوى والمضمون ، اتمنى من الله ان اكون قد قدمت جهدا متواضعا اخدم به زملائي وطلبتي .

والله من وراء القصد

المؤلف

أولاً: لعبة المصارعة الوقائع والتاريخ.

تاريخ اللعبة:

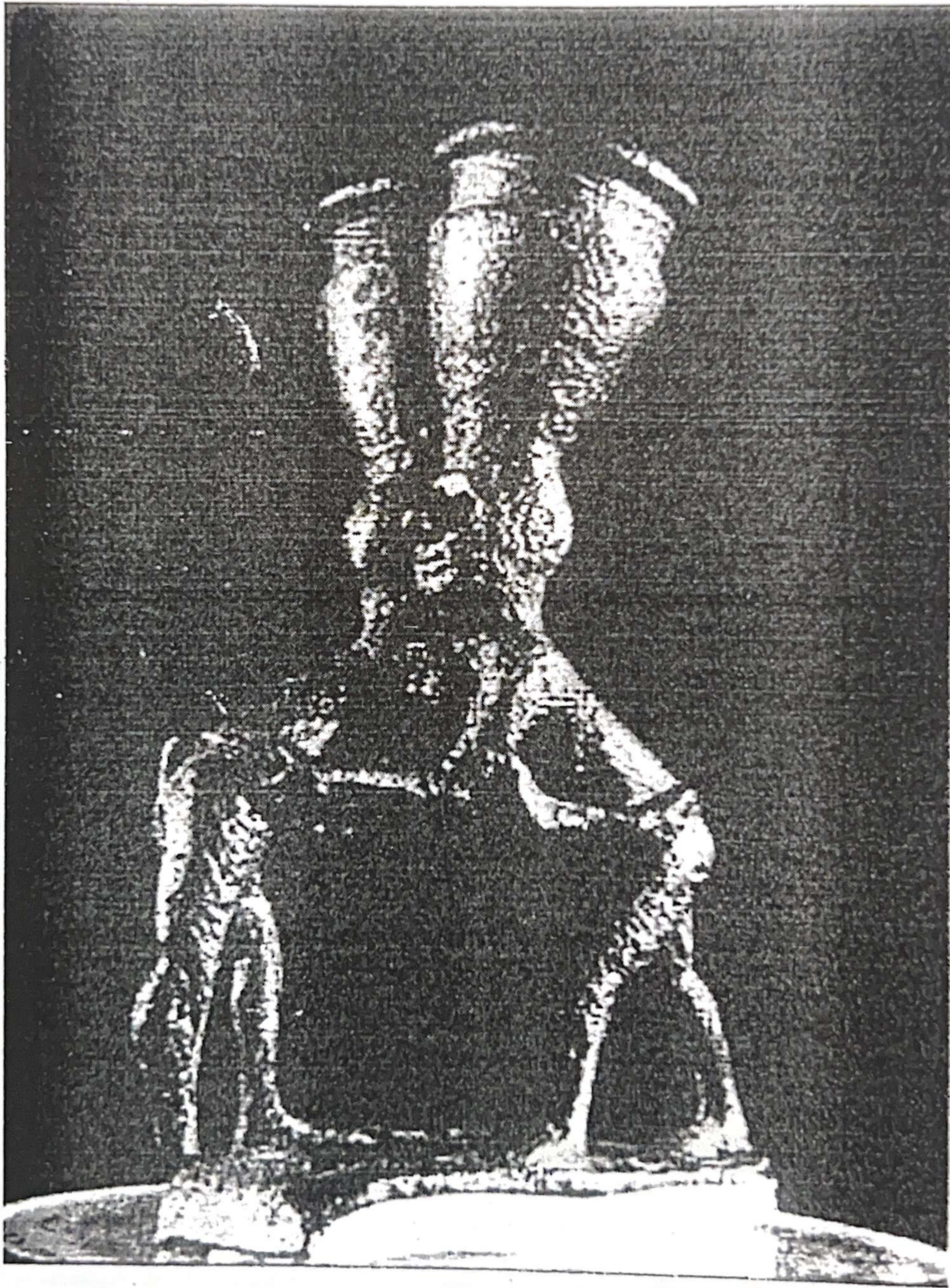
تعد لعبة المصارعة من أهم وأقدم الألعاب الرياضية والتي عرفها ومارسها الانسان القديم . حيث شعر بالحاجة الحقيقية لها لكونها وفرت له احد انماط الحماية الشخصية في دفع الاذى من عالمة الوحشي المملوء بالحيوانات المفترسة والطبيعة القاسية . وكذلك فهم معنى الصراع من اجل البقاء والحصول على امنة وقوته اليومي . لقد وجدت المصارعة القديمة حيث وجد الانسان القديم . ان تطور الحضارة الانسانية رافقها بشكل متوازي تطور اللعبة فنا وقانونا مما اكسبها جمالية الاداء والتنافس . وقد نشأت المصارعة عند الانسان القديم نتيجة تفكيره في ان يكون قويا قادرا على هزيمة منافسية بمهارة وقدرة عالية . وعندما بدأت حياة الجماعة تكتمل اصبح من الواجب ان تهتم هذه الجماعات بتدريب ابناءها على الصراع مع الاهتمام بالجانب الفردي كون ان القتال يعتمد على الفردية . ولهذا كل الاثار اظهرت صور للصراع باليدين مع استخدام الرجلين وحالات الدفع مع استخدام مفرط للقوة وبوحشية واضحة . اساسها البقاء على الحياة والحصول على الموارد الحياتية . لقد اعتمد الانسان القديم على جسمه ويديه في تحقيق الانتصار على خصومه وان الثابت في كل اثار الحضارات تشابه الاهداف والسلوك للعبة المصارعة . ان تعدد الحضارات وتقدمها ساهم بشكل كبير في تطور اللعبة ومنحها فلسفة اللعب فالحضارات القديمة وضعت بصماتها على تاريخ هذه اللعبة ومن هذه الحضارات:

حضارة وادي الرافدين

من الحضارات التي اشرق بها وجه التاريخ هي الحضارة التي قامت في بلاد وادي النهرين هذه الحضارة التي قدمت للانسانية صور مشرقة في كافة مجالات الحياة ، ومن ابرز هذه المجالات هو المجال الرياضي، فقد اكدت الاثار التي تم اكتشافها ان العراقيين القدماء قد مارسوا اغلب الرياضات المعروفة قديما، ومن الالعاب التي برزوا فيها العراقيين هي لعبة المصارعة . وقد وثق المؤرخون هذا التوجه عبر الملحمة الخالدة (ملحمة كلكامش) وعدت هذه الملحمة الاسطورية من اقدم ادب الملاحم الادبية، ذات النفس القصصي البطولي . فهي اطول واكمل اسطورة عرفت في التاريخ القديم،

وقد اثبت العراقيين انهم اول الاقوام التي مارست لعبة المصارعة وفق القوانين البسيطة وقد اثبتت التحريات الاثرية بشكل خاص حيث وجد منطقة خفاجه ديالى (في عام ١٩٣٦ م من قبل بعثة برئاسة

الدكتور سبيدوا من جامعة بغداد وهي عبارة عن تمثال برونزي لمصارعين يحمل كل واحد منهما جرة فوق راسه يعود في عصر ذي ثلاثيات قديماً، تصور مزيم، مصارعان يحمل كل واحد منهما جرة على راسه ويبدو تاريخها في القرنين الثاني والثالث قبل الميلاد وهو شعار الاتحاد العراقي للمصارعة حالياً كما في الصورة (١) الذي يدل على أن العراقيين ليسوا وبشكل واضح مبادئ حقيقية لهذه اللعبة العريقة.



صورة (١)

وكذلك فقد وجدت هذه تيجة عند آخر من الآثار ومن أبرزها لوح ذي مثر ثلاث وضعيات لحالة الصراع فقد مثلت توضعيه الأولى حركة قسم تحضيرية للمكبة، وتليها التوضعيه الثانية حيث كسر لمركز ثقل الخصم فقد كانت توضعيه الثالثة انتهاء نزال واستسلام الخصم من خلال استسلام الخصم وترك النزال بنصرة تخلف قد تكون دليل على الاستسلام كما تبين في الصورة (٢).



صورة (٢)

كما تم أيضا العثور على لوح نذري من حجر الكلس عرضه ٦٠ سم وعليه مصارعون في وضع التحضيري للمسكة. يعود إلى لوح وجد في مدينة شيكاغو الأمريكية، وكذلك ومن خلال الجولات الأثرية عثر على مسلة أثرية مهمه هي مسلة بدة المشهورة والتي وجدت في (تل بيزم) الواقع غرب مدينة بدة في محافظة ديالى حاليا. وهذه المسلة يعود تاريخها إلى فجر السلاات سنة ٢٦٠٠ قبل الميلاد وقد وثقت هذه المسلة في أحد جوانبها صور منحوتة وبارزة لما يبدو على أنه احتفال ديني يتضمن نزالات للمصارعة. ففي هذا المنظر والذي يتكون من مرحلتين الأولى وضع تحضيرية (المسك الأولى للمسكة ونية الجزء الرئيسي وهي حركة كسر لمركز الثقل) وعلم ما يبدو أن هذه المسلة وثقت لصور احتفالية دينية تقام بها ومن ضمن طقوسها لعبة المصارعة فقد وثقت الصور لشخص يحملون الطبول وقد يكون لوح من التشجيع ووجود أشخاص يراقبون وأغلب الظن أنهم متفرجون وكذلك وجود أشخاص ذوي نحي طويلة وشعر رأس طويل وهم على ما يبدو ضيوف يقدمون الجوائز والهدايا وأن هناك حكام

للمسكة يتعاون بشخصية قوية ومسؤولين عن تنظيم المناسبات. لقد أثبتت هذه الآثار بأن العراقيين استطاعوا أن يؤسسوا لهذه اللعبة قواعدها الأولى ومفهومها الحقيقي كما في صورة (٣).

حضارة وادي النيل والفراعنة:

وتعد من أقدم الحضارات التي عرفها التاريخ . وقد مارس المصريون القدماء لعبة المصارعة منذ أكثر من ٥٠٠ سنة وسجلوا من خلال اثارهم الكثير من الحركات والمسكات على جدران مساكنهم وعلى جدران المعابد والمقابر وخاصة في مقابر (بني حسن) الواقعة بالقرب من مدينة المينا بصعيد مصر .

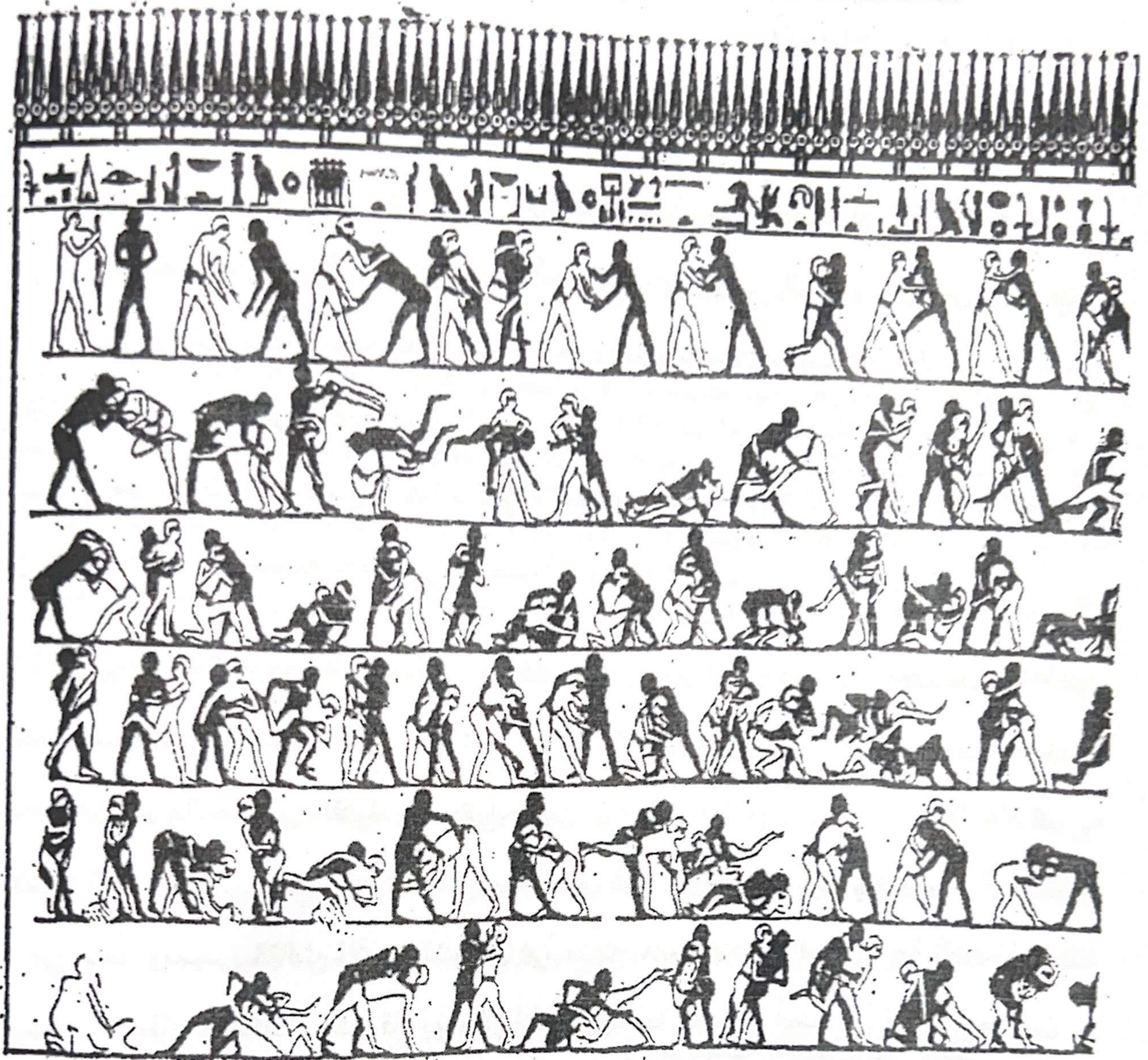
وقد بقت المصارعة تمارس لفترة طويلة من قبل المصريين (من ٢٧٨٠-١٠٨٠) ومن الآثار التي تؤيد ذلك هو اللوح الاثري والذي يمثل مجموعة حركات للاطفال منذ بداية الخليفة وأرتبطت المصارعة بالانسان منذ أن وطأت قدمه الارض فنحن نعلم أبناء سيدنا آدم عليه السلام حينما قتل قابيل هابيل وذلك باستخدام بعض أساليب الصراع فنجد أن المصارعة ملازمة للانسان منذ الحياة البدائية الأولى حينما كان يستخدمها في اقتناص فرائسة من الحيوانات ويستخدمها كغذاء أو يستخدمها في الدفاع عن مراعية وممتلكاته ضد الحيوانات المتوحشة أو اعداؤه من البشر وكان لزاما عليه أن يستخدم المصارعة في ذلك الوقت. ولكن عندنا تكونت القبائل والجماعات وسار لكل قبيلة هدف وهو حب البناء والسيطرة والتملك والتوسع فبدأت كل قبيلة تنظم وتستعد وتدريب علي الاعداد البدني والمصارعة حتي تستطيع أن تتغلب أو تدافع عن نفسها وممتلكاتها من مراعي وأغنام وأولاد وغيرها من الاشياء.

١- تاريخ اللعبة عند (القدماء المصريين):

ويعتبر المصريون من أقدم الشعوب التي زاولت رياضة المصارعة وهناك الكثير من الدلائل التي تشير إلي ذلك بل وتؤكدده وهي النقوش التي وجدت في آثارنا القديمة والمتعددة مثل الآثار التي وجدت في مقابر (بني حسن) المنيا وتوضح هذه النقوش والرسومات التي علي جدران هذه المعابد المسكات والخطافات لرياضة المصارعة الحرة التي نزاولها الآن ، حيث توجد لوحه بها ٢٤٠ حركة من الحركات المستخدمة في عصرنا هذا. فلا مانع حينما نقول أن الفراعنة هم أول من وضع أسس رياضة المصارعة الحرة وحتى الآن تتسب هذه الرياضة إليهم حيث يطلق عليها المصارعة الفرعونية ، وكان القدماء المصريون يعقدون حلقات المصارعة يوميا في المعابد وكانت تمارس علي الارض وكانت ملابسهم في ذلك الوقت عبارة عن جلود واقية للعورة أو في بعض الاوقات الأخرى كان يزاولونها وهم عراة.

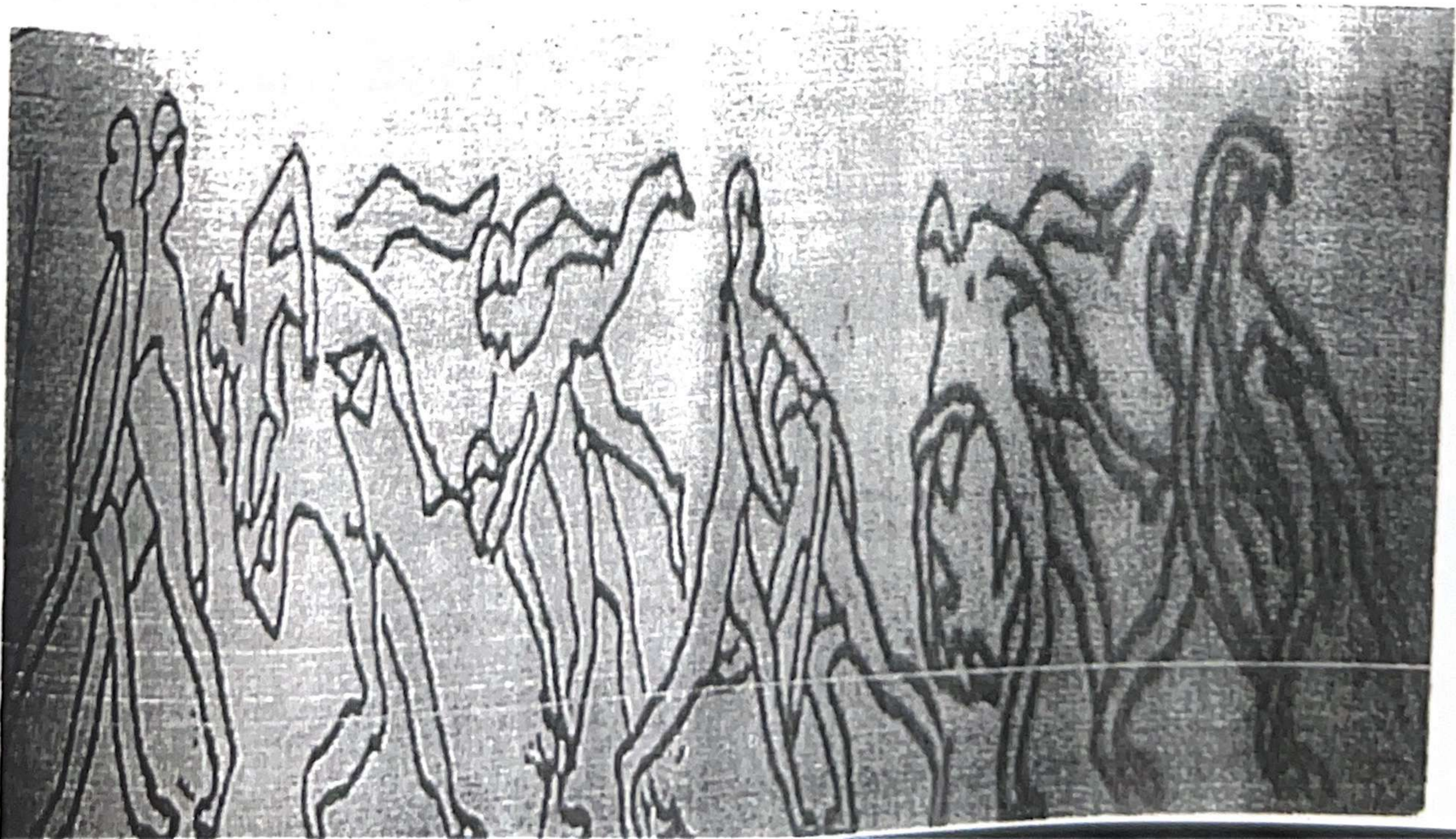
ومن الثابت أن قدماء المصريين كان لهم فضل السبق في هذا المضمار بل جعلوا منها لعبة رياضية شيقة مارسها الصغار والكبار كما هو مسجل في عدة نقوش واضحة لصور علي آثارهم وبدراسة تلك الصور دراسة علمية نجد أنها تشتمل علي أغلب الحركات الحديثة للمصارعة اليونانية الرومانية والحرّة ، وقد بلغ عدد الحركات المسجلة علي جدران مقبرة الأمير باكت من الأسرة الحادية عشر في الفترة بين ٢٠٤٠ - ١٩٩١ ق.م ببني حسن بمدينة المنيا مائة وتسعة وعشرون مسكة ممصارعة ، كنما وجد أيضاً في نفس الفترة لوحة مكونة من ثمانية اسطر تحتوي علي ١٢١ مسكة مصارعة حرّة للأمير خيتي ، بمقبرته بجوار الأمير باكت ببني حسن ، كما يحتوي متحف بروكسل ببلجيكا تحت رقم ٤٨٤٦ لوحتين لمصارعين وجدت أصلاً في منطقة عرب البرج المصرية ، ويرجع تاريخها إلي ٢٠٠٠ ق.م .

أما في تل العمارنة وجدت لوحة تضم مسكات لأشخاص غير معروفين ولكن من المصريين القدماء الأسرة الثامنة عشر التي حكمت في الفترة بين ١٥٥٤ - ١٣٠٦ ق.م ، ويعرض فلي المتحف المصري صورة لمصارعين من المصريين القدماء الأسرة العشرين ١١٨٦ - ١٠٨٥ ق.م تمثل الالتحام في المصارعة. وقد ثبت أيضاً أن المصريين القدماء هم أول من أرسوا قواعد التحكيم لهذه الرياضة ، وقد ثبت ذلك في معبد رمسيس الثالث الأسرة العشرين في مدينة هابو غرب الأقصر لوحة المصارعين وحكطم يوجههم لاختفاء المسكات ، كما قام بهذه الرياضة الرياضية الصغار أيضاً من قدماء المصريين وقد ثبت ذلك في لوحات من مقبرة بتاريخ حتب من عهد الأسرة الخامسة التي حكمت مصر خلال المدة من ٢٤٧٠ - ٢٣٢٠ ق.م تبين مصارعة الفتيان وكل هذه الآلة تبرهن علي أن المصريين القدماء هم أول من مارسوا لعبة المصارعة بنوعيتها ولهم الفضل الأول في وضع القواعد لها ومن الوفاء أن نكرم قدماء المصريين بأن تسمي المصارعة الحرّة بالمصارعة الفرعونية مثل التكريم الذي أطلق علي النوع الآخر من المصارعة. كما في صورة (٤)



صورة (٥)

كذلك اثبتت المصيرت الاثرية في هذه المقابر مستوى متطور للمصارعة لدى المصريين فقد عرفوا
ومارسوا اساليب المصارعة مثل الصراع من الوضع العلي والارضي كما في صور (٥-٦)



الحضارة الرومانية والإغريقية.

لم تقتصر رياضة المصارعة قديماً على العراقيين والمصريين بل انتقلت إلى باقي الشعوب عبر العصور وأن المصارعة التي وصلت لنا في العصر الحديث تعود في أصولها إلى الإغريق الذين اهتموا بالرياضة في سبيل بناء فرد قوي البنية، وقام الشعراء الإغريق بتمجيد هذه الرياضة ودخلت في الأساطير الإغريقية، وكانت أشهرها المعركة التي حدثت بين زيوس وكرونوز عام ٧٧٦ ق.م وانتصر فيها "زيوس" وأقيمت الاحتفالات الدينية والرياضية تخليداً لهذه الذكرى. وأشار الباحثين إلى أن الإغريق عرفوا نوعين من المصارعة، الأول يكون المتصارعين في بدايتها واقفين، والثاني يكون المتصارعين في بدايتها جالسين، وعندما احتل الرومان بلاد الإغريق أشرفوا على عرضها. وقد كانت ساحت التدريب وحببة المصارعة في العصر اليوناني والروماني، التي كان يطلق عليها اسم "البلايستر". لكن في العصر الروماني اختلف شكل رياضة المصارعة وهدفها عنها عند الإغريق، فكانت عبارة عن مسابقات دموية، كان لابد من أحد يقتل الآخر، وكان "الكولسيوم" مكان هذه المسابقات، وبدأت فكرته كمكان للجزارة وذبح البهائم والمنافسة على ذبحها ثم استبدلوا البهائم بالعبيد أو من حكم عليهم بالإعدام. إلا أن الغرض من ممارسة هذه الرياضات ومن إنشاء هذه المباني يختلف عند الرومان، فلم يكن الهدف الرئيسي لديهم من اللياقة والقوى البدنية، فقد اعتبروا أن التردد على الجمازيا، كما فعل شباب الإغريق بغرض التمرين والتسلية، أمر مشينا بالنسبة للتقاليد الرومانية، وضياح للوقت ومن أسوأ الأفعال اللاأخلاقية كما كان "العري الكامل" المعتاد بمسابقات البلايستر "مدرسة المصارعة" أمراً لا يتفق مع أخلاق الرومان وتقاليدهم.

أنواع البلايستر "مدرسة المصارعة"

الديموقراطية الأثينية تمخضت عن العديد من البلايستر التي يملكها أفراد؛ مما يوحى بانتشار هذه المباني، نظراً لإقبال الناس على تدريب أولادهم ويعكس هذا مدى الوعي الثقافي في هذا العصر، فكان الهدف من التمرينات الرياضية هو إكساب أجسامهم رشاقة وجمال، وبالنسبة للدولة كان الهدف من وراء التدريب البدني هو إعداد الشباب للحرب وانقسم لعدة أنواع في فترة عصر الإغريق والرومان.

في العصر الإغريقي انقسم البلايسترإ إلى:

البلايسترإ عام:

جزء أساسي من مؤسسة "الجمنازيون" معهد التدريبات البدنية العام، كما أطلق أيضًا على عدد من مباني الجمنازيا صغيرة الحجم بأثينا "بلايسترإ". استخدمت أيضًا لاجتماع أشخاص من جميع الأعمار.

بلايسترإ خاصة:

ظهرت بلايسترإ غير ملحقة بمؤسسة الجمنازيون، قائمة بذاتها، خاصة بمن أسسها وكانت ملحقة بمنزل المدرب وتعرف بأسماء أصحابها، كما تذكر بعض المصادر الأدبية أنه خلال القرن الرابع ق.م.

البلايسترإ الرومانية:

لم يكن لدى الرومان مكانا يضاهاي الجمنازيا والبلايسترإ اليونانية؛ وبنهاية العصر الجمهوري (٥٠٩-٢٧ ق.م) بدأ أغنياء الرومان، في محاكاتهم للإغريق، ببناء أماكن للتمرين بفيلاتهم، وقد أطلقوا عليهم اسم جمنازيا وبلايسترإ بلا اختلاف، وهو ما ظهر جليًا في وصف فثروففوس للجمنازيا اليوناني تحت اسم بالبلايسترإ.

عمارة البلايسترإ وفقًا لفتروففوس:

وقد اشار المنقبون ، كيف كان تصميم "مدرسة المصارعة " حيث يصف فيثروففوس، مهندس معماري في عهد يوليوس قيصر، البلايسترإ، بأنه يتخذ فناء التدريب بالشكل المربع أو المستطيل، ويحيطه بطول الجهات الأربعة صف أعمدة يشكل أروقة، عادة لها عمق مزدوج للحماية من الطقس السيء، وقد أقيمت بالأروقة الثلاثة الأخرى دخلات تمثل صالات واسعة زودت بمقاعد للجلوس.

واهتمت الحضارة الرومانية بإنشاء الحمامات العامة أكثر من اهتمامها بالتدريب البدني، كمنهج تعليمي بخلاف ما كان كائنا في الحضارة اليونانية، وإن أقيمت مبان ملحقة بالبلايسترإ فهي مباني ملحقة بالأساس بالحمامات، أي هامشية لمن شاء من مرتادي الحمامات ممارسة بعض التمرينات البدنية قبل الاستحمام.

البلايستر في الإسكندرية

إلى أنه في منطقة كوم الدكة في الإسكندرية نتج عن أعمال حفائر جنوب الرواق الجنوبي للحمامات الكشف عن بقايا لأساسات حائط ضخيم يسير باتجاه شمال-جنوب، وفي نهايته الشرقية ظهر عامود من الرخام وكذلك ثلاثة أجزاء منفصلة من الحائط، وتم الكشف عن حائط آخر يقع جنوبا من كتل ضخمة من الحجر الجيري، الذي يؤكد أن الحائط المكتشف هو بالفعل الحائط

الجنوبي الخارجي لمجمع الحمامات، وهكذا يكون المخطط الخارجي لساحة التدريب البلايستر محدد على الأرض.

المبنى المدرج الكبير بمنطقة كوم الدكة

ثار جدل كبير حول تحديد هوية ووظيفة المبنى المدرج، فقد أطلق عليه مسرح قاعة مسابقات وتدريب على موسيقى، وقاعة استماع، ومجلس شيوخ، أو حتى حلبة مصارعة.

بلايستر ماريا (ب):

كشفت البعثة المصرية التي تجري حفائرها في منطقة الحمام الروماني بمنطقة ماريا (ب) الأثرية غرب الإسكندرية عن صالتيين مشيدتين بكتل من الحجر الجيري، تمثل امتدادا للحمام الروماني، بالإضافة إلى اكتشاف حوض استحمام (مغطس) تستخدم الصالتيان المكتشفتان للتمرينات الرياضية التي كانت لها أهميتها في العصر الروماني.

خلال تلك الفترة كان التأثير اليوناني قوى وواضح ويبدو استمراره فترة الإحتلال الروماني لمروى. حيث كشفت أعمال الحفائر بالحمامات؛ ما يشبه البلايستر اليونانية، مثل الجمنازيون السفلى ببريني؛ لكن البقايا الأثرية غير كافية من هذا البناء المبكر ليسمح بإعادة بناءه. انالمصارعة اليونانية الرومانية أو الإغريقية الرومانية هي نوع من المصارعة التي يمارسها الناس في أنحاء العالم. ودخلت في المنافسات في أول مهرجان حديث للألعاب الأولمبية سنة ١٨٩٦، وكانت إحدى المسابقات في كل منافسات الألعاب الأولمبية منذ سنة ١٩٠٨. ويحصل المصارع على نقاط بحسب أدائه في ثلاث جولات مقسمة إلى دقيقتين قد تنقضي مبكراً إذا ما حدث سقوط تثبيت. ويمنع في هذا النوع من المصارعة الإمساك

تحت الخصر وهذا هو الفيصل بينها وبين المصارعة الحرة، وهي شكل آخر من المصارعة في الألعاب الأولمبية. وهذا التقييد أسفر عن التأكيد على الرميات لأن المصارع لا يستطيع استخدام العثرات في إيقاع الخصم على الأرض أو تجنب رمية بلكمة خطافية أو بالقبض على ساقى المنافس. أما حركات سحب اليد والاحتضان المطوّق وقبضة الطوق التي قد توجد في المصارعة الحرة، فلها أهمية أكبر بكثير في المصارعة اليونانية الرومانية. وعلى وجه التحديد، تستخدم رمية تعرف باسم سوبليكس وفيه يرفع المصارع الهجومي خصمه بتقوس لأعلى في حين يسقط إلى الوراء على رقبته ليصطدم كتفا الخصم بالفرشة. وحتى على الفرشة، لا بد أن يجد طرفًا عدة لقلب كتفي خصمه إلى جهة الفرشة وطرحه أرضًا، ومنها (على سبيل المثال لا الحصر) تقنيات تعرف باسم تطويق الجسد واللي الشديد. طبقًا للاتحاد الدولي لأساليب المصارعة (FILA)، تعد المصارعة اليونانية الرومانية سادس ستة أشكال رئيسية لمنافسات مصارعة الهواة التي تمارس في يومنا هذا على مستوى العالم. الأشكال الخمسة الأخرى هي المصارعة الحرة والتشابك بالأيدي/مصارعة الاستسلام ومصارعة الشواطئ، ومصارعة جميع الحركات، ومصارعة آسيا الوسطى/مصارعة الحزام/المصارعة الشعبية.

ان المصارعة اليونانية الرومانية أو الإغريقية الرومانية هي نوع من المصارعة التي يمارسها الناس في أنحاء العالم. ودخلت في المنافسات في أول مهرجان حديث للألعاب الأولمبية سنة 1896، وكانت إحدى المسابقات في كل منافسات الألعاب الأولمبية منذ سنة 1908. ويحصل المصارع على نقاط بحسب أدائه في ثلاث جولات مقسمة إلى دقيقتين قد تتقضي مبكرًا إذا ما حدث سقوط تثبيت. ويمنع في هذا النوع من المصارعة الإمساك تحت الخصر وهذا هو الفيصل بينها وبين المصارعة الحرة، وهي شكل آخر من المصارعة في الألعاب الأولمبية. وهذا التقييد أسفر عن التأكيد على الرميات لأن المصارع لا يستطيع استخدام العثرات في إيقاع الخصم على الأرض أو تجنب رمية بلكمة خطافية أو بالقبض على ساقى المنافس.

قواعد المصارعة اليونانية الرومانية

هناك نوعان من المصارعة الأولمبية، على الرغم من أن القواعد لكليهما متطابقة تقريبًا. الاختلاف الرئيسي هو أنه في المصارعة اليونانية الرومانية، لا يجوز للمصارع مهاجمة خصمه تحت الخصر أو استخدام ساقيه في التعثر أو الرفع أو تنفيذ حركات أخرى. في الأسلوب الحر، يتم استخدام كل من الذراعين والساقين لتنفيذ عمليات الحجز. تتكون المسابقة من فترتين مدة كل منهما ثلاث دقائق. بين الفترتين سيكون استراحة لمدة ٣٠ ثانية. يعتبر تسجيل النقاط تراكميًا، مما يعني أنه سيتم إضافة النقاط التي تم تسجيلها في كلتا الفترتين معًا لتحديد الفائز. يمكن للمصارع أن يفوز بالسقوط الفني من خلال إظهار التفوق قبل نفاذ الوقت. الحد الأدنى للفوز بالسقوط الفني هو تقدم ١٠ نقاط في المصارعة الحرة و ٨ نقاط في المصارعة اليونانية الرومانية. يمكن للمصارع أيضًا الفوز بالمباراة تلقائيًا عن طريق تثبيت خصمه.

يختلف هذا الشكل عن الألعاب الأولمبية الأخيرة والتي تميزت بنظام تسجيل أكثر قابلية للمقارنة مع الملاكمة أو التتس: أقيمت ثلاث فترات مدتها دقيقتان وحاول المصارعون الفوز بفترات فردية في تتسيق "أفضل اثنين من أصل ثلاثة". مع اقتراب المصارعة من الإقصاء من البرنامج الأولمبي، تم تصميم تغيير تتسيق دورة ألعاب ريو لجعل التسجيل أسهل، بالإضافة إلى تشجيع الهجوم الهجومي الأكثر اتساقًا. (في ظل النظام القديم، غالبًا ما كان المصارعون يتراجعون ويلعبون بشكل دفاعي أكثر عندما يقودون نحو نهاية الفترة). يطلب من كلا المصارعين أن يبذلوا دائمًا جهدًا شاملاً. المصارعون الذين يظهرون أقل من مجهود كامل يعتبرون "سلبيين". يمكن أن يحدث هذا لأن المصارع يكون حذرًا ويفضل الهجوم المضاد وينتظر الخصم للتحرك أو يحاول تجنب المخاطر ويحمي الصدارة أو أنه متعب. يمكن اعتبار أحد المصارعين أو كليهما سلبيًا. تصبح السلبية واضحة عندما يقوم المصارع: لا يحاول أو ينفذ أي تحفظات، مقتنع فقط بتحديد جهود الخصم ومنع عمليات الحجز أو يعطي الانطباع بعدم محاولة بدء عمليات حجز فعالة أو يمسك الخصم بإحدى يديه أو بكلتا يديه لمنع من المصارعة. إذا اعتقد الحكم أن المصارع يتصرف بالسلب، فإنه يُصدر تحذيرًا شفهيًا لهذا المصارع في المخالفة الأولى. في المصارعة الحرة، في المخالفة الثانية، يتم وضع المصارع السلبي على "ساعة تسديد" مدتها ٣٠ ثانية. إذا لم يسجل أي من المصارعين في نهاية تلك الثواني الثلاثين، فسيتم منح خصم المصارع السلبي

نقطة ويتلقى المصارع السلبي تحذيراً. إذا لم يسجل أي من المنافسين بعد أول دقيقتين من الفترة الافتتاحية لمباراة حرة، فإن الحكم ملزم بتعيين مصارع سلبي ووضعه على ساعة التسديد.

في المصارعة اليونانية الرومانية، بعد التحذير اللفظي الأول للسلبية، يمكن للمصارع النشط أن يختار ما إذا كان سيواصل المباراة في وضعية الوقوف أو الأرض، لأي انتهاكات لاحقة للسلبية، ستكون هناك أيضاً نقطة تُمنح للمصارع النشط. عندما تنتهي مباراة المصارعة اليونانية الرومانية بالتعادل السلبي، يمنح الحكم الفوز لأي مصارع يعتبره الأكثر نشاطاً في النهاية.

الحضارة الصينية واليابانية والفارسية.

كانت الصين اول البلدان الاسيوية التي عرفت المصارعة وزاولتها كنشاط ومنذ ٣٠٠٠ سنة وكانت الصبغة الدينية هي الصبغة الغالبة في الاحتفالات التي يقيمونها ويمارسون لعبة المصارعة فيها وكذلك عرفوا بعض انواع النزالات الخاصة بهم اما اليابانيون فقد عرفوا المصارعة وكانت لها شعبيه واسعة لديهم وقد اقاموا اول المنافسات سنة ٢٢ ق.م. اما في بلاد فارس فان مفهوم المصارعة امتد الى مفهوم اعمق حيث الاعداد البدني والاستعداد لدى الجنود واقيمت لهذه المهمة البطولات .

الحضارة الاسلامية.

المصارعة هي فن من الفنون القتالية التي عرفها الإنسان على شكل منازلات عفوية ، ثم تطوّرت لتصبح فن يعتمد على القوة والقدرة، حيثُ مارسها القدامى بشكل منافسات بين السكان أدتها الحضارات القديمة، حيثُ استخدمتها في تأسيس برنامج التدريبات العسكرية. والمصارعة وهي رياضة تحكمها القواعد والقوانين وتُعدّ غير ثابتة ولكنها قانون متغيّر وفيه تعديل مستمر، وذلك التعديل نتيجة لزيادة شعبية اللعبة ولزيادة الإثارة والمتعة بها وجعلها أكثر ديناميكية. إن طبيعة حياة العرب القاسية ألزمتهم على التدريب والمغالبة والمدافعة؛ ليستطيع الفرد منهم المقدرة على منازلة الخصم ومغالبته ليصرعه؛ ولذلك درّبت القبائل العربية جاليتها على أن تجعل حفلاتهم حين تتعقد ليلاً، بممارسة الفتية والشباب للمنافسة البدنية. وكانوا يمارسون الملاعبة وهي أن يتنافس فردين ويحاول كل منهما أن يوقع زميله على الأرض. ومارسوا الشفزية وهي الخداع في الصرع مع الخصم بلوي رجله أو لوي رأسه تحت الأبط،

وصراعه بهذه الحيلة، كذلك منها الشفلة وهي الدفع من الظهر، والظاهرية وهي الطرح على الظهر، والهضة وهي أن يصرع خصمه ثم يجثو عليه. وعندما دخل الدين الإسلامي إلى الجزيرة العربية زاد

الاهتمام بالمصارعة وخاصة أن الدين الحنيف شجّع هذه الرياضة، وحرص المسلمون على ممارستها. ويحكى أن العرب كانوا يسمون البطل في المصارعة بالعجار أو العرنة، ويعتقد البعض أن تسمية بلدة عرنة في أقصى الجنوب الغربي من سوريا يرجع إلى أنها اشتهرت بالمصارعة والمصارعين، حيث اتسم أهلها بقوة الجسم والعضلات. وكل هذه الأنواع تمثل الأنواع الفنية للمصارعة في العصر الحالي، واستمرت العناية بهذا التدريب والممارسة منتشرة في القبائل حتى دعمها الإسلام. ويذكر عن الرسول صلي الله عليه وسلم أنه كان على سفر فالتقى برجل يدعي "ركانه الزبيدي" ولا يصارع أحداً إلا وصرعه حتى اشتهر على مستوى الجزيرة العربية كلها، فدعاه ركانه إلى المصارعة سخرية من الرسول صلي الله عليه وسلم فأجابته الرسول وصرعه حتى صارعه، فدعاه الرجل الثاني فصرعه الرسول أيضاً وكذلك الثالث فاندحش الرجل من قوة الرسول وقدرته على التصارع، فانطلق الرجل ونطق بالشهادة ودخل الإسلام حيث أن العرب كانوا يؤدون المصارعة وهم يلبسون السروال وكانت تمارس في حلقات من الرمل.