

## الختر

### وسایل مورد نیاز:

تجهیزات خاصی مورد نیاز نیست و معمولاً از لباس و کفش معمول ورزشی استفاده می گردد

### بازیکنان:

الختر در بین مردان به صورت انفرادی (مبارزه تن به تن) و به صورت تیمی حداقل ۳ نفره - ۵ نفره و ۷ نفره انجام می شود. خروس جنگی اصطلاحی است که دستها روی سینه و زیر بغل قرار می گیرد و به صورت رقابتی بین بانوان و دختران انجام می شود و به حالتهای انفرادی (نفر به نفر) و تیمی این ۳ نفر یا ۵ نفره انجام می شود. علت اینکه تیم ها بصورت فرد است که در نهایت نتیجه بازی مساوی نگردد.

### زمان بازی :

زمان اتمام بازی نا محدود و منوط به مبارزه تمام نفرات دو تیم با یکدیگر می باشد .

### زمین بازی :

این بازی در زمینی به طول ۳۰ متر و عرض ۲۰ متر انجام میشود و پوشش آن به طور معمول از جنس خاک یا چمن است.

### شرح بازی :

۱. این روش را مبارزه عمومی دو تیم یا جنگ مغلوبه نامیده اند که مانند مسابقات والیبال گاهاً ۳ بار تکرار می شود و تیمی که در دو نوبت برنده شود برنده نهایی است .

۲. روش دوم نیز مسابقه تن به تن یا نفر به نفر است که هر حریفی که به میدان می آید به صورت یک پا (یک لنگه) به صورت انفرادی مبارزه میکند و در صورت برنده شدن در میدان باقی می ماند و پای خود را رها نمی کند . گاهی مشاهده شده است که ممکن است یک نفر بدون اینکه دستش را از پایش رها شود چند نفر را شکست دهد .

امتیازات: چنانچه در حین مبارزه دستی که پارا گرفته رها شود خطا محسوب گردیده و از دور مسابقه خارج می شود و امتیاز منفی محسوب می گردد و بازی بین نفرات دیگر آغاز می شود. خارج شدن از زمین بازی امتیاز منفی محسوب می گردد و فردی که از زمین بازی خارج شده از دور بازی حذف و بازی بین نفرات دیگر ادامه خواهد یافت. هرگونه ضربه از طرف هر بازیکنی که به حریف مقابل صدمه بدنی وارد نماید و بصورت عمدی باشد خطا محسوب می گردد و خاطی برای بار اول کارت زرد و برای دوم کارت قرمز خواهد گرفت و بازیکن خطا کار بازنده محسوب می گردد و امتیاز از دست می دهد اگر یکی از بازیکنان در حین مبارزه به زمین برخورد کند ولی پنجه پا از دستش رها نشود با بلند شدن فرد از زمین بازی ادامه خواهد داشت هر بازیکنی که در حین مبارزه چه با ضربه حریف و چه بدون ضربه حریف پای خود را رها کند بازنده یک امتیاز به نفر مقابل داده خواهد داشت.

پس از انجام مراسم قرعه کشی دو تیم در انتهای زمین بازی با گرفتن پنجه های پا به وسیله دست مخالف (مثلاً با انگشتان دست راست پنجه های پای چپ را بهم قفل میکنند) و با علامت داور مسابقه آغاز می شود

هر دو تیم سعی می کنند با هل دادن حریف، جا خالی دادن، تعادل حریف را بهم بزنند هر نفری که تعادلش بهم بخورد و زانویی که در دست دارد به زمین بخورد و یا اینکه پنجه های دستش از پایش رها شود بایستی از زمین خارج شود و یک امتیاز از دست می دهد در پایان هر مسابقه هر تیمی که موفق شود، تمامی افراد تیم مقابل را شکست دهد برنده بازی است و به تعداد نفرات باقی مانده تیم خود امتیاز می گیرد.

اتمام بازی زمانی خواهد بود که تمام نفرات باهم بازی نموده باشند. هر بازیکنی که در حین بازی و یا بعد از بازی از مقررات تخطی نماید برابر مقررات با وی رفتار خواهد شد. هر گونه اعتراض یا صحبت با داوران حین انجام مسابقه از طرف بازیکنان یا سرپرست یا مربی خطا محسوب شده و برابر رای داور ۱ امتیاز به تیم مقابل داده خواهد شد. زدن هرگونه ضربه از گردن به بالا ممنوع می باشد و داور درباره آن تصمیم گیری خواهد نمود. در صورت تساوی امتیازات دو تیم با نظر مربیان یک نفر از هر تیم با یکدیگر مبارزه می کنند.

### کادر داوری :

تعداد داوران چهار نفر میباشد، که یک نفر به عنوان داور اصلی و دو نفر به عنوان کمک داور (در صورتیکه ۷ نفره بازی شود) انجام وظیفه می نمایند و یک نفر منشی امتیازات دو تیم را ثبت مینماید.