**كرة الماء**

**إعداد الطالب:**

تُعتبر كرة الماء من الألعاب الرياضية التي يتم ممارستها داخل أحواض السباحة ، وذلك بإستخدام كرة مطاطية لقدرتها على الطفو فوق سطح الماء ، ويتنافس عليها فريقان ، وكل فريق يتكون من سبعة من اللاعبين .

**نشأة كرة الماء :**

لقد نشأت هذه اللعبة في الهند، وكان اللاعبون حينها يقومون بركوب ظهور الخيول عند اللعب ، ثم يقومون بتمرير الكرة فيما بينهم بواسطة مضربٍ خشبيّ ، ولكن حين اشتهرت هذه اللعبة في أوروبا تم استبدال الخيول ببراميل الماء ، مع استخدام مضارب خشبيّة قصيرة لتمرير الكرة بين اللاعبين ، بعد ذلك تطورت اللعبة وتم استبدال المضارب الخشبية بمجاديف طويلة ، مع استبدال براميل الماء ببراميل أخرى تأخذ شكل الخيول .

وبعد ذلك اهتم القائمون على اللعبة بتطويرها فقاموا بإلغاء البراميل الخشبية تماماً ، مع اهتمامهم بزيادة عمق المياه ، فأصبح اللاعبون يقومون بتمرير الكرة فيما بينهم أثناء سباحتهم في الماء ، والمرمى في البداية كان قارباً ، ثم تطور الأمر بعد ذلك ليصبح حوضاً ، ثم تطور بعد ذلك إلى مرمى خارج الماء ، ويقف الحارس خارج الماء للتصدي للكرة .

وقد كان هناك صعوبة في إحراز الأهداف ، فتم استبداله بمرمى داخل الماء ، ولقد انتشرت هذه اللعبة بشكل كبير حتى أنها أصبحت من أشهر الألعاب في الرياضات الأولمبية ، ويلعبها الرجال على وجه الخصوص .

**لاعبي كرة الماء :**

يتكون فريق كرة الماء من حارس مرمى وستة لاعبين أساسيين وستة لاعبي احتياط ، ويتميز اللاعبون بإرتدائهم لباساً بحرياً نصفياً ، ومن الأمور غير المسموح بها لهم هي دهن أجسادهم بدهن من الشحوم أو الزيوت ، كما يتم منعهم من ارتداء أي شيءٍ معدني مثل الساعات والخواتم التي قد تؤذي الآخرين ، ويرتدي كل لاعب غطاءً للرأس والأذنين مرقماً ، حيث يرتدي حارس المرمى الرقم 1 بينما باقي أعضاء الفريق يرتدون الأغطية المرقمة من الرقم 2-13 بشكلٍ متسلسل .

ومما يميز الفريقين عن بقية الفرق الأخرى للألعاب الرياضية هو غطاء الرأس ، حيث يرتدي الفريق الأول أغطية رأس زرقاء قاتمة ، بينما يرتدي أعضاء الفريق الثاني أغطية رأس بيضاء ، أما حارس المرمى للفريقين فهو يرتدي غطاء رأس أحمر اللون.

**الكرة والملعب :**

يقومون اللاعبون في هذه اللعبة بإستخدام كرة مطاطيّة مستديرة منفوخة بشكلٍ جيد ، ويكون محيطها من 68 إلى 71 سم ، وتتميز بقدرتها على الطفو فوق سطح الماء ، ويجب أن لا يتسلل الماء بداخلها ، وأن لا يكون بها مواد دهنية ، ويبلغ طول الملعب 30 متراً وعرضه 26 متراً وعمق المياه لا يقل عن 1.8 متراً .

يتم وضع علامات مميزة على جانبي الملعب باستخدام ثلاثة ألوان ، وكل لونٍ يميز خطاً معيناً : فاللون الأصفر يميز خط الأربعة أمتار ويبدأ من خط المرمى، واللون الأحمر يميز خط المترين ويبدأ من خط المرمى، فيما يستخدم اللون الأبيض ليميز خط المرمى وخط المنتصف.

ويتميز المرمى بلونه أبيض ، وتتم صناعته من البلاستيك أو من الخشب أو المعدن ، كما يتم وضع القوائم على طرفي المرمى بشكلٍ عمودي ، وتكون المسافة بينهما من الداخل ثلاثة أمتار ، وارتفاع القائمة عن سطح الماء تسعين سنيمتراً.

**زمن المباراة :**

إن مبارة كرة الماء تتكون من أربعة أشواط ، ومدة كل شوط تكون سبع دقائق فقط ، كما يتبادل الفريقان أماكنهم قبل بداية كل شوط، وويوجد فترة الاستراحة بين كل شوط والآخر مدتها دقيقتين ، ويتم احتساب وقت إضافي مدته ثلاث دقائق في حالة تعادل كلا الفريقين ، ويكون ذلك بعد استراحة خمس دقائق بعد شوطين من المباراة.

**التحكيم :**

مبارة كرة الماء تتكون من اثنين من الحكام ، ويكون بجانبهما مراقب للأهداف ، ويكون مع الحكم صفارة قوية يعلن بها بدء المباراة وبدء الشوط، مع وجود عصا طويلة طولها 70 سم ويكون مثبت في أحد طرفيها علم أزرق اللون والطرف الآخر علم أبيض اللون.