பூப்பந்தாட்டம்

405

73
- 5 MAR 1985
MADRAS

எஸ். நவராஜ் செல்லையா M.A., D.P.E.
தேசிய விருது பெற்ற நூலாசிரியர்

REFERENCE

ராஜ்மோகன் பதிப்பகம்
தபால் பெட்டி எண் : 4955
தியாகராய நகர் : : சென்னை - 600017

பதிப்பு : மார்ச்சு, 1978

வெளியீடு எண் : 52

விலை ரூபாய் 5-00

உரிமை ஆசிரியருக்கே

நண்பர்கள் அச்சகம்,
சென்னை-600 018.

- 5 MAR 1985
MADRAS

முன்னுரை

தென்னகமெங்கும் சிறப்பாக விளையாடப்படுகின்ற ஆட்டமாக விளங்கி வருவது பூப்பந்தாட்டமாகும். நகர்ப் புறங்களில் மட்டுமல்லாமல் கிராமப் பகுதிகளிலும் கீர்த்தி மிக்க ஆட்டமாக, ஆடுவோரை கிளர்ச்சியுள் ஆழ்த்தி வருவதை நாடே அறியும்.

அத்தகைய அரியதோர் ஆட்டத்திற்கு நூல்வடிவில் இதுவரை எந்தவிதமான குறிப்புக்களும் இல்லாமையை நிறைவேற்றும் வண்ணம், இந்த நூலை எழுதியிருக்கிறேன்.

ஒவ்வொரு விளையாட்டிற்கும் (Game) தனித்தனியாக ஒரு நூலை எழுதவேண்டும் என்று முடிவெடுத்து எழுதிவருவதற்கேற்ப, இந்நூல் வெளிவருகிறது. பூப்பந்தாட்டம் இந்தியா முழுமையும் ஆடப்பட்டாலும், சிறப்பாக தமிழ்நாடு, ஆந்திரம், கர்நாடகம், கேரளம் போன்ற மாநிலங்களில் அதிக அளவில் ஆடப்பட்டு வருகின்றது.

என்றாலும், பூப்பந்தாட்டம் தோன்றியதற்கும், வளர்ந்ததற்குமான ஆதாரங்கள் கிடைக்கப் பெறாமலேயே போயிருக்கின்றன. வாய்வழியாக விதிமுறைகள் வளர்ந்து வந்தது போலவே, வரலாற்றுக் குறிப்புக்களும் பேச்சு வழக்கிலே பேசப்பட்டு காற்றோடு கலந்து போயிருக்கலாம்.

ஏறத்தாழ 1880ம் ஆண்டுக்கு முன்னர், இந்தியாவில் பூப்பந்தாட்டம் போன்ற ஒரு ஆட்டம் ஆடப்பட்டு வந்த தாகவும், அதற்கு 'பூனு' என்ற பெயர் சூட்டப்பட்டிருந்த தாகவும் ஒரு வரலாற்றுக் குறிப்பு உண்டு. அந்தப் பந்தாட்டத்திற்குப் பயன்படுத்தப்பட்ட பந்தானது, கார்க்கு களாலும், பறவைகளின் இறகுகளாலும் ஆக்கப்பட்டிருந்தது.

இந்த ஆட்டத்தை ஆங்கிலேயே இராணுவ அதிகாரிகள் ஆடி மகிழ்ந்து, அவர்கள் இங்கிலாந்துக்குச் சென்றபோது, கூடவே ஆட்டத்தையும் எடுத்துக்கொண்டு போயினர். 1873ம் ஆண்டு, முதன்முதலாக இங்கிலாந்தில் உள்ள பேட் மின்ட்டன் (Badminton) என்ற இடத்தில் ஒரு விருந்தின் போது ஆடிக்காட்டினார்கள். அதற்குப் பிறகு, இந்த ஆட்டம் பேட்மின்ட்டன் என்ற பெயராலேயே அழைக்கப்பட்டு விட்டது.

பேட்மின்ட்டன் என்றால், இறகுகளால் அமைக்கட்பட்ட பந்தினால், டென்னிஸ் ஆட்டத்திற்குரிய ஆடுகள அமைப்பு போல் உள்ள இடத்தில் ஆடப்படுகின்ற இறகுப் பந்தாட்டத் தையே (Shuttle Badminton) குறிக்கும். கம்பளி நூலால் ஆன பந்தினால் ஆடப்படுகின்ற ஆட்டத்தை Ball Badminton என்று அழைக்கின்றனர்.

இரண்டு ஆட்டங்களிலும் ஆடுகின்ற முறை ஒத்தாற் போல்தான் இருக்கிறது. எதிர்ப்பகுதி ஆடுகளத்தில் குறுக்குப் பகுதியில்தான் சர்வீஸ் போடவேண்டும் — ஒரேமுறையில் தான் அடித்தாடிடவேண்டும் என்று இயைந்தாற்போலவே இருக்கின்றதை நாம் அறிவோம். எவ்வாறு கம்பளி நூலால் ஆன பந்து உருவாகி, ஆடுகளம் சற்றே மாறியது என்பதை ஆட்டவல்லுநர்கள்தான் ஆராய்ச்சி செய்ய வேண்டும்.

ஆர்வமுள்ளவர்களை அதிக எழுச்சியுடன் ஈடுபடச் செய் கின்ற திறன் நுணுக்கங்கள் நிறைந்த கவர்ச்சிகரமான ஆட்ட மாகப் பூப்பந்தாட்டம் விளங்கி வருவதால்தான், பெருவாரி

யான இடங்களில் பூப்பந்தாட்டப் போட்டிகளை வசதி படைத்த விளையாட்டில் ஈடுபாடு நிறைந்தவர்கள் நடத்தி வருகின்றார்கள். ஆர்வம் வேறு! ஆடும்முறை வேறல்லவா! விதிமுறைகளுடன் விழுமிய பொறுப்புடன் ஆடினால்தானே, ஆட்டம் வளரும். பொதுமக்களும் விரும்பி வரவேற்றுப் போற்றி, பங்கு பெற்று மகிழ்வார்கள்!

அத்தகைய விழுமிய நோக்கத்தின் அடிப்படையில்தான், பூந்தாட்டத்திற்குரிய அகில இந்திய அளவில் பின்பற்றப்படும் விதிமுறைகளை முதல் பகுதியில் தந்திருக்கிறேன். அடுத்த ஆடுகளம் அமைக்க வேண்டிய முறை, ஆட்டக்காரர்களின் தகுதி, அவர்கள் இடமறிந்து ஆடுகின்ற முறைகள், நாயகமாக விளங்கும் நடுவர்க்குரிய பண்புமுறை கடமைகள், மற்றும் போட்டி விழா நடத்துவோரின் பொறுப்புக்கள் அனைத்தையும் விரிவாகவே எழுதித் தந்திருக்கிறேன்.

பூப்பந்தாட்டத்திற்கான ஒரு முழுநூல் தமிழில் இலக்கியமாக வெளிவருவது நானறிந்தவரை இதுவே முதல்நூலாக இருக்கும் என்ற நம்பிக்கையில், இதை உங்கள் கையில் படைக்கிறேன். முழுநூல் என்றால் முழுமை பெற்றதென்று பொருளல்ல. வடிவில் முழு அளவில் என்றே கொள்ள வேண்டும்.

இந்நூல் முழுமை பெற, ஆட்ட வல்லுநர்கள், அனுபவம் நிறைந்தவர்கள் மற்றும் ஆட்டத்தில் ஈடுபாடு கொண்ட அனைவரிடமிருந்து ஆன்ற கருத்துக்களை ஆவலுடன் எதிர்பார்க்கிறேன். இந்நூலின் முழுமைக்கும் செழுமைக்கும் உங்கள் அன்பையும் ஆதரவையும் எதிர்நோக்கி உங்களிடம் அளிக்கிறேன்.

எனது நூல்களைத் தொடர்ந்து ஆதரித்து வரும் அன்பர்கள் அனைவரும், அரிய முயற்சியால் உருவான இந் நூலையும் ஏற்று ஆதரிப்பார்கள் என்று நம்புகிறேன்.

பராஜ் செல்லையா

-5 MAR 1985
MADRAS

உள்ளே

1. பூப்பந்தாட்டத்தின் விதிமுறைகள்
2. ஆடுகளமும் உதவி சாதனங்களும்
3. கற்றுக்கொள்வோருக்கு கனிவான யோசனைகள்
4. ஆட்டக்காரர்களின் இடமும் ஆடும் முறைகளும்
5. விளையாடும் ஆட்ட முறைகளும் அரிய திறன்களும்
6. இரட்டையர், ஒற்றையர் ஆட்டம்
7. நடுவரின் கடமைகளும் நடத்தும் முறைகளும்
8. பயிற்சியாளர்கள் கவனத்திற்கு!
9. போட்டி நடத்துவோருக்குப் பயன்தரும் குறிப்புக்கள்

எஸ். நவராஜ் செல்லையா, M.A.; D.P.E. ன்

விழுமிய விளையாட்டுத் துறை நூல்கள்

விளையாட்டுக்களின் வரிசை

கால் பந்தாட்டம் (Foot ball)	4	00
கைப் பந்தாட்டம் (Volley ball)	4	00
கூடைப் பந்தாட்டம் (Basket ball)	4	00
வளைகோல் பந்தாட்டம் (Hockey)	4	00
கிரிக்கெட் ஆட்டத்தில் கேள்வி பதில் (Cricket)	4	00
கேரம் விளையாடுவது எப்படி? (Carrom)	4	00
சதுரங்கம் விளையாடுவது எப்படி? (Chess)	4	00
பூப்பந்தாட்டம் (Ball Badminton)	5	00
கோகோ ஆட்டம் (Kho-Kho)	5	00
சடுகுடு ஆட்டம் (Kabaddi)	5	00
நீங்களும் ஒலிம்பிக் வீரராகலாம் (Athletlcs)	6	00
வளையப் பந்தாட்டம் (Tenikoit)	2	50

விளையாட்டுக்களின் வரலாறு

விளையாட்டுக்களின் கதைகள் (பாகம் 1)	4	50
விளையாட்டுக்களின் கதைகள் (பாகம் 2)	4	50
ஒலிம்பிக் பந்தயத்தின் கதை (தேசிய விருது பெற்ற நூல்)	3	00
விளையாட்டுகளுக்குப் பெயர் வந்தது எப்படி?	3	25
விளையாட்டுக்களின் விதிகள்	14	00

விளையாட்டுத்துறையில் பொது அறிவு நூல்கள்

விளையாட்டு விருந்து	5	00
விளையாட்டுக்களின் வினோதங்கள்	3	50
விளையாட்டுகளில் வினாடி வினா விடை	3	00
விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?	5	00
பாதுகாப்புக் கல்வி	2	50

உடலழகுப் பயிற்சி பற்றிய நூல்கள்

நீங்களும் உடலழகு பெறலாம்	3	5(
பெண்களும் பேரழகு பெறலாம்	4	0(
உடலழகுப் பயிற்சி முறைகள்	3	2:
பயன் தரும் யோகாசனப் பயிற்சிகள்	5	0(
தொந்தியைக் குறைக்க சுலபமான வழிகள்	2	2
எதற்காக உடற்பயிற்சி செய்கிறோம்?	2	0

பொழுதுபோக்கு சிறு விளையாட்டுக்கள் (Minor games)

கூடி விளையாடும் குழு விளையாட்டுக்கள்	4	00
ஒரு சிறு நூறு விளையாட்டுக்கள்	5	50

கதை கவிதை நாடக நூல்கள்

நல்ல நாடகங்கள்	2	25
செங்கரும்பு	2	00
நல்ல கதைகள்—பாகம் 1	1	50
நல்ல கதைகள்—பாகம் 2	1	50
நல்ல கதைகள்—பாகம் 3	1	50

கட்டாய உடற்கல்விப் பாடத் திட்டத்திற்கேற்ப உடற்கல்விப் பாட நூல்கள்

மாணவர்களுக்குரிய தமிழ் நூல்கள்

உடற்கல்விப் பாடநூல் 6ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 7ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 8ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 9ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 10ஆம் வகுப்பு	1	50

மாணவியர்க்குரிய தமிழ் நூல்கள்

உடற்கல்விப் பாடநூல் 6ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 7ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 8 ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 9ஆம் வகுப்பு	1	50
உடற்கல்விப் பாடநூல் 10 & 11 ஆம் வகுப்பு	1	75

English books for boys

Physical Education book VI std	1	50
Physical Education book VII std	1	50
Physical Education book VIII std	1	50
Physical Education book XI std	1	50
Physical Education book X std	1	75

English books for girls

Physical Education book VI std	1	50
Physical Education book VII std	1	50
Physical Education book VIII std	1	50
Physical Education book IX std	1	50
Physical Education book X & XI std	1	75

LIBRARY
- 5 MAR 1985
MADRAS

1. பூப்பந்தாட்டத்தின் விதிகள்

-5 MAR 1985
MADRAS

பூப்பந்தாட்டத்தின் முக்கிய விதிகள்

1. ஆட்டக்காரர்களும் வெற்றி எண்களும் (Players & Points)

ஒரு குழுவிற்கு 5 ஆட்டக்காரர்கள் உண்டு. ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் அவரவருக்குரிய பந்தாடும் மட்டையுடன் (Bat) ஆடவேண்டும்.

ஒரு 'முறை ஆட்ட'த்தில் (Game) வெற்றி பெற ஒரு குழு 29 வெற்றி எண்கள் எடுத்தாக வேண்டும்.

2. பந்து (Ball)

பூப்பந்தாட்டத்தில் பயன்படும் பந்தின் எடை யானது $1\frac{1}{8}$ தோலாவுக்குக் குறையாமலும், $1\frac{1}{4}$ தோலா வுக்கு மிகாமலும் இருக்கவேண்டும். பந்தின் விட்ட மானது 2 அங்குலத்திற்குக் குறையாமலும், $2\frac{1}{8}$ அங்கு லத்திற்கு மிகாமலும் இருக்க வேண்டும்.

குறிப்பு: பொதுவாக, $1\frac{1}{4}$ தோலா எடையுள்ள பந்தே சிறந்ததென ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டிருக்கிறது

3. ஆடுகளம் (Court)

பூப்பந்தாட்ட ஆடுகளத்தின்அளவானது–நீளம் 80 அடி, அகலம் 40 அடி. ஆடுகளமானது, நடு ஆடுகளத்

திலே உள்ள **வலைக்கோடு** (Net Line) ஒன்றினால் பிரிக்கப் பட்டிருக்கிறது.

ஆடுகளத்தின் ஒவ்வொரு பக்கத்திலிருந்தும் 3 அடி தூரத்திற்கு மிகாமல் வெளியே பதிக்கப்பட்டிருக்கும் இரண்டு கம்பங்களின் உச்சியில், இரு மூலைகளிலும் இழுத்துக் கட்டப்பட்டிருக்கின்ற வலையானது, அந்த வலைக் கோட்டுக்கு மேலே தொங்கிக் கொண்டிருக்கும்.

ஒவ்வொரு பகுதியின் (Court) முடிவிலும், வலைக் கோட்டுக்கு இணையாக இருபுறமும் 40 அடி தூரத்தில் குறிக்கப்பட்டிருக்கின்ற கோட்டுக்கு **எல்லைக் கோடுகள்** (Boundary Lines) என்று பெயர். எல்லைக் கோடுகளின் மூலைகள், பக்கக் கோடுகளுடன் இணைக்கப்பட்டு, முழு ஆடுகளமாக மாறிவிடுகிறது.

வலைக்கோட்டுக்கு இணையாக இருபுறமும் 3 அடி நீளத்தில் ஒவ்வொரு பகுதியிலும் குறிக்கப்பட்டிருக் கின்ற கோட்டுக்கு **அடித்தெறியும் அடையாள எல்லைகள்** (Serving Crease Lines) என்று பெயர்.

அடித்தெறியும் அடையாள எல்லைக் கோட்டின் சரிபாதியில், பக்கக் கோட்டிற்கு இணையாகக் குறிக்கப் பட்டிருக்கும் கோட்டுக்கு **நடுக்கோடு** (Centre Line) என்று பெயர். இந்த நடுக்கோடானது அடித்தெறியும் அடையாள எல்லைகளை இரண்டு சரிபாதியாகக் கூறு படுத்தி, ஆடுகளத்தை வலப்பகுதி, இடப்பகுதி (Right Court and Left Court) எனப் பிரித்துக் காட்டுகிறது.

ஆடுகளத்தின் மத்தியில், தொங்கிக் கொண்டிருக் கும வலையினுடைய உச்சியின் உயரம் நடுவில் 6 அடி

யாகவும், கம்பங்களுக்கு அருகில் 6 அடி 1 அங்குலமாக வும் இருக்கவேண்டும்.

4. விளையாடும் முறைகள் (Play)

பந்தை அடித்தெறிதல் என்பது (Serving), ஒரு பகுதியில் வலது அல்லது இடது பக்கத்திலிருந்து, மறு பகுதியிலுள்ள எதிர் மூலைவிட்டமாக (Diagonally) அமைந்துள்ள இடத்தில், பந்து விழுமாறு அடித் தெறிவதுதான்.

முதன் முறையாக அடித்தெறிதலைத் (சர்விஸ்) தொடங்குகின்ற ஆட்டக்காரர், தன் ஆடுகள வலப் பகுதியில் இருந்து ஆரம்பித்து, ஒவ்வொரு வெற்றி எண் (Point) எடுத்த பிறகும் பக்கத்தை மாற்றிக் கொண்டு அடித்தெறிதலை செய்யவேண்டும்.

2. இடுப்புக்கும் கீழாக, கை தாழ்ந்துள்ள முறை யிலதான் (Under hand), அதாவது இடுப்பிற்கும் கீழாக வைத்துப் (Below the waist) பந்தை அடித்தெறிய வேண்டும். அவ்வாறு அடித்தெறிகின்ற பந்தானது, வலைக்கு மேலாகச் சென்று, அடுத்த ஆடுகளப் பக்கத் திலுள்ள 'அடித்தெறியும் அடையாள எல்லைக்கு' அப்பால் சென்று விழவேண்டும்.

3. பந்து தரையைத் தொட்டு விடுவதற்கு முன் திரும்ப அனுப்பப்பட வேண்டும்.

4. எந்த ஆட்டக்காரரும் ஒரு முறைக்கு மே பந்தை தொடர்ந்தாற்போல் அடித்தாடக் கூடாது.

5. அடுத்தக் குழுவினர் ஆடத் தயாரா இருக்கும் வரை, அடித்தெறிவோர் (Server) பந்

அடித்தெறியக் கூடாது. அவ்வாறு அடித்தெறிவோர் பந்தை அனுப்புகின்ற நேரத்தில், எதிர்க் குழுவினர் பந்தைத் திருப்பி அனுப்புவதற்கு முயற்சி செய்தால், எதிர்க் குழுவினர் ஆடத் தயாராக இருந்ததாகவே கருதப்படுவார்கள்.

6. விளையாடுகின்ற நேரத்தில், வலக்கோட்டைக் கடப்பதற்கு எந்த ஆட்டக்காரரும் அனுமதிக்கப்படமாட்டார்கள்.

5. ஆட்டத்தில் நிகழும் தவறுகள் (Faults)

தவறுகள் : பந்தை அடித்தெறியும் குழுவிலிருந்து, யாராவது ஒருவர் தவறிழைத்தால், அடித்தெறிவோர் (Server) அந்த வாய்ப்பை இழப்பார். அதே பந்தை ஆடும்போது, எதிர்க் குழுவில் உள்ளவர்கள் யாராவது ஒருவர் தவறிழைத்தால், அடித்தெறிந்த குழுவிற்கு ஒரு வெற்றி எண் கிடைக்கும்.

கீழே குறிப்பிடப்பட்டிருப்பவை எல்லாம் தவறுகளாகும்.

1. அடித்தெறியும் ஆட்டக்காரர், பந்தை அடித்தெறியும்போது, அடிப்பதில் தவறி விடுதல் (Miss the stroke).

2. பந்தை 'மேலே போட்டு' (Over hand) அடித்தல். (அடித்தெறியும்போது, அடிப்பவருடைய இடுப்பளவுக்குக் கீழாகத்தான் பந்து இருக்க வேண்டும். இடுப்பளவுக்கு மேல் பந்து அடித்தாடப் படும்போது தான், தவறென அறிவிக்கப்படும்.)

3. ஆடுகளத்தின் தவறான பக்கத்திலிருந்து (Wrong Court) பந்தை அடித்தெறிதல்.

4. தவறான பகுதியில் பந்து விழுதல்.

5. நடுக்கோடு, அடித்தெறியும் அடையாளக் கோடு (Serving Crease), பக்கக் கோடுகள் (Side Lines) மற்றும் எல்லைக் கோடுகள் (Boundary Lines) இவற்றில் ஏதாவது ஒரு கோட்டின் மீது பந்து விழுதல்.

6. அடித்தெறியும் அடையாளக் கோட்டிற்கும் வலைக்கும் இடையில் பந்து விழுதல்.

7. தன் முறை வருவதற்கு முன்னதாகவே, ஒரு ஆட்டக்காரர் பந்தை அடித்தெறிதல்.(அதாவது, தன் குழுவின் ஆட்டக்காரர் ஒருவர் பந்தை அடித்தெறியும் வாய்ப்பில் இருந்து ஆடிக்கொண்டிருக்கும்போது, அவர் அந்த வாய்ப்பை இழக்காமல் இருக்கும் பொழுது, (Not out), அவருக்கு முன்னே இவர் பந்தை அடித்தெறிந்து விடுதல்).

8. அடித்தெறிகிற ஆட்டக்காரரின் உடலில் எந்த ஒரு பாகமாவது அல்லது பந்தாடும் மட்டையாவது அடித்தெறிகின்ற நேரத்தில், ஏதாவது ஒரு கோட்டினைக் கடந்து விடுதல் (Cross).

குறிப்பு : கோட்டின்மேல் ஒரு கால் இருந்தாலும், அது ஆடுகளத்திற்கு வெளியே என்றுதான் கருதப்படும்.

9. பந்தை அடித்தெறியும் போது அல்லது பந்தைத் திருப்பி ஆடி அனுப்பும்போது பந்து வலையைத் தாண்டிச் செல்லாதிருத்தல்.

10. வலையின் உச்சியைப் பந்து தொட்டுவிட்டு செல்லுதல்.

11. பந்தாடும்போது மட்டைகள் ஒன்றுடன் ஒன்று மோதிக்கொள்ளுதல் (clash). அதாவது ஆட்டக்காரர்கள் பந்தெடுத்தாடும் நேரத்தில் மட்டைகள் ஒன்றையொன்று தொட்டு மோதிக் கொள்ளுதல்.

12. ஆட்டக்காரர்கள் தங்களது பந்தாடும் மட்டைகளை (bat) வலைக்கு மேல் கடந்து செல்லுமாறு ஆடுதல். அல்லது

பந்தை அடித்தாடும்போது வலைக்கோட்டை மிதித்துவிடுதல்.

13. ஒரே குழுவிலிருந்து, ஒரே சமயத்தில் சேர்ந்தாற்போல் இரண்டு மட்டைகளால் தொட்டாடினுல், அதற்கு இரு முறைத் தொட்டாடல் (Double touch) என்பதாகும். இருமுறைத் தொட்டாடல் தவருகும்.

14. பந்தடித்தாடும்போது ஒரு ஆட்டக்காரர் தன் உடலால், அல்லது உடையால் அல்லது தன் பந்தாடும் மட்டையால் வலையையோ அல்லது வலையை ஏந்தி நிற்கும் அதன் உதவி சாதனங்களையோ தொட்டு விடுதல்.

15. உடல் மீது அல்லது உடை மீது பந்து படுதல்.

16. பந்தை அடித்தெறியும்போது (in serving), அந்த ஆட்டக்காரருடைய உடலின் ஒரு பகுதியோ அல்லது அவரது பந்தாடும் மட்டையோ, ஆடுகளப் பகுதிக்கு வெளியே இருத்தல்.

(கோட்டின் மேல் ஒரு கால் இருந்தாலும், அவர் ஆடுகளத்திற்கு வெளியே இருக்கிறார் என்றே கொள்ளப்படும்.)

17. ஆடுகள எல்லைக் கோடுகளுக்கு வெளியே பந்தை அனுப்பி விடுதல்.

பொதுக் குறிப்புகள் :

1. அடித்தெறியும் போதோ அல்லது விளையாடும் சமயத்திலோ, ஆடுகள எல்லைக்கு வெளியே செல்கின்ற பந்தை எடுத்தாடுவது, அவரவர் விருப்பத்திற்குரிய ஆட்டமாகும்.

2. ஆடுகளத்திற்கு வெளியே செல்கின்ற பந்தை எடுத்தாட முயற்சிப்பது (Attempt), பந்தை ஆடியதற்குச் சமமாகும். அதை, பந்தாடியதாகவே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

3. பந்தை அடித்தெறிய ஒரு ஆட்டக்காரர் முயன்று செயல்பட்டதிலிருந்து பந்து மேலெழும்பி, பின் தரையை தொடுகிற வரைக்கும்.—

அல்லது மேலே கூறிய தவறுகளில் ஏதாவது ஒரு தவறு நேர்கிற வரைக்கும்.—

அல்லது பந்து வலையைத் தொட்டது (Let) என்று நடுவர் கூறுகிற வரைக்கும்

பந்து ஆட்டத்தில் உள்ளதாகவே (Ball in Play) கருதப்படும்.

6. போட்டி ஆட்டத்திற்குரிய விதி முறைகள் (Match)

1. ஒரு பந்தாட்டப் போட்டி, 3 முறை ஆட்டங்களை (Games) அல்லது 5 முறை ஆட்டங்களைக் கொண்டதாகும். மூன்றில் இரண்டு முறை ஆட்டங்களில் வெற்றி பெறுகின்ற அல்லது ஐந்தில் மூன்று முறை வெற்றிபெறுகின்ற குழுவே போட்டியில் வென்றதாக அறிவிக்கப்படும்.

முதன் முதலாக 29 வெற்றி எண்கள் எடுக்கின்ற குழுவே, ஒரு'முறை ஆட்டத்தில்' வெற்றி பெறும்.

ஒவ்வொரு 'முறை ஆட்டம்' முடிந்த பிறகும், குழுக்கள் தங்களது ஆடுகளப்பக்கங்களை (Courts) மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

முன் நடந்த 'முறை ஆட்டத்தில்' வெற்றி பெற்ற குழுவே, தொடர்ந்து வருகின்ற முறை ஆட்டத்தில் 'முதலில் அடித்தெறியும்' வாய்ப்பை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

ஒவ்வொரு ஆட்டத்திற்கிடையிலும், 5 நிமிட நேரம் இடைவேளையுண்டு.

இரண்டு குழுவினரும் ஆளுக்கொரு முறை ஆட்டத்தில் வென்று மூன்றுவது முறை ஆட்டம் நடைபெறுகிற பொழுது (Third game), ஏதாவது ஒரு குழு 8, 15, 22 என்ற வெற்றி எண்களை எடுத்தவுடன், தங்களுடைய ஆடுகளப் பக்கங்களை மாற்றிக் கொண்டு ஆட வேண்டும்.

2. ஆடுகளத்தின் ஒரு பகுதி அல்லது அடித்தெறிதல் இவற்றில் எது வேண்டுமென்பதை, முதல்

'முறை ஆட்டத்தின்' தொடக்கத்திற்கு முன்பு நாணயத்தைச் சுண்டியெறிவதின் மூலம் முடிவு செய்ய வேண்டும்.

நாணயம் சுண்டுவதில் வெற்றி பெறுகிற குழு அடித்தெறியும் வாய்ப்பைத் தெரிந்தெடுத்தால், மற்ற குழு ஆடுகளப் பகுதியைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

(வென்ற குழு பக்கம் வேண்டுமென்றால், அடுத்தக் குழு அடித்தெறியும் வாய்ப்பை மேற்கொள்ள வேண்டும்.)

நாணயம் சுண்டியெறிவதில் வெற்றி பெற்ற குழுவானது விரும்பினால்,எதிர்க்குழுவினருக்கு முதலில் எது வேண்டும் என்பதைத் தெரிவு செய்து கொள்ளும் உரிமையைத் தரலாம்.

முதலாட்டத் தொடக்கத்தில் முதல் முறையாக 'அடித்தெறிந்து' ஆடத் தொடங்கும் (in) குழுவிலே, 3 ஆட்டக்காரர்களே அடித்தெறியும் (சர்விஸ் போடும்) வாய்ப்பைப் பெறுகின்றார்கள். அடுத்து வாய்ப்பு பெறுகின்ற எதிர்க்குழுவினர், 5 பேர்களுக்குமே அடித்தெறியும் வாய்ப்பு கிடைக்கின்றது.

3. போட்டி ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்னதாக, 'மாதிரிப் பந்தாட்டம் (Trial Ball)ஆடிப்பார்க்க, ஒரே ஒரு முறைதான் அனுமதிக்கப் படுவார்கள். மாதிரிப் பந்தாட்டம் ஒரு முறை ஆடிய பிறகு, 'ஆடுங்கள்' (Play) என்று நடுவர் ஆணையிட, முறையான ஆட்டம் தொடங்கி விடுகிறது.

4. மூன்று 'முறை ஆட்டங்களும்' முடியும்வரை, எந்த ஒரு ஆட்டக்காரரையும் ஆட்ட நேரத்தில் மாற்றவோ, அல்லது மாற்றுட்டக்காரர்களை வருவித்து ஆட அழைப்பதோ கூடாது.

5. ஒவ்வொரு போட்டி ஆட்டத்திற்கும் ஒரு நடுவர், இரு கோடு காப்பாளர்கள், வலைக்கான நடுவர் (Net Referee)ஒருவர், வெற்றி எண் குறிப்பாளர் (Scorer) என்று ஆட்ட அதிகாரிகளை நியமிக்க வேண்டும்.

6. ஆடுதற்கேற்ற கால நிலையை அறிந்து சொல்வதற்கும், விளையாடுவதற்கேற்ற வெளிச்சம் இருக்கிறதா என்பதை நன்குணர்ந்து யோசித்துத் தீர்மானம் எடுக்கவும் நடுவரே முழு அதிகாரம் நிறைந்த பொறுப்பேற்றுக் கொண்டிருக்கிறார். ஆட்டத்தைப் பொறுத்தவரை, அவர் எடுக்கும் முடிவே இறுதியான முடிவாகும்.

7. எதிர்பார்த்திராத அல்லது தற்செயலாக நிகழும் இடையூறுகளுக்காக ஆட்டம் நின்று போனால், மீண்டும் ஆட்டத்தைத் தொடங்கிட, அடித்தெறியும் வாய்ப்பை அதே குழுவிற்குத் தந்து (Let), ஆட்டத்தை நடுவர் தொடங்கி வைக்க வேண்டும்.

8. பந்து வலையில் பட்டு விழுந்தது (Let)அல்லது பந்து தவறாக ஆடப்பட்டது (Fault) என்பனவற்றை, மற்ற ஆட்டக்காரர் சுட்டிக் காட்டி, முறையிட்டுக் கேட்டாலும் கேட்காவிட்டாலும், உடனே அறிவிக்க வேண்டியது நடுவரின் கடமையாகும்.

9. 'தவறு' என நடுவர் ஆட்ட நேரத்தில் தவறுதலாக அறிவித்துவிட்டு, உடனே சரியென்று திருத்திக்

கொண்டு, 'தொடர்ந்து விளையாடுங்கள்' என்று சொல்லுகின்ற பொழுது, அந்த நேரத்தில் பந்தை அடித்தாடும் ஆட்டக்காரர் சரியாகத் திருப்பி அனுப்ப இயலாமல் தவறிழைத்து விட்டால், மீண்டும் அதே வெற்றி எண்ணுக்காக (Point), அடித்தெறியும் வாய்ப்பைத் தந்து (Service) ஆட்டத்தைத் தொடங்கிடுமாறு வேண்டும் (Let).

10. **விளையாடுங்கள்** (Play) என்று நடுவர் ஆணை தந்தபிறகு, ஆட மறுக்கின்ற குழு, ஆட்டத்தை இழக்க நேரிடும்.

11. தொடராட்டப் போட்டியை நடத்துகின்ற நிர்வாகக் குழுவின் (Tournament Committee) இணக்கம் இன்றி, போட்டி ஆட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கின்ற நேரத்தில், எந்த நடுவரையும் மாற்றக்கூடாது.

12. கோடுகள் பற்றிய நிகழ்ச்சிகளைப்பற்றி முடிவெடுக்கின்ற உரிமையை கோடு காப்பாளர்களும்; வலையைப் பந்து தொட்டதா என்பனவற்றை ஆய்ந்து முடிவெடுக்கும் உரிமையை வலைக்கான நடுவரும் பெற்றிருக்கின்றார்கள்.

13. வெற்றி எண்களைச் சரியாகக் குறிப்பேட்டில் குறித்துக் கொள்வதுடன், அதைத் தெளிவாக அறிவிக்க வேண்டியது குறிப்பாளரின் (scorer) கடமையாகும்.

14. 10வது விதியில் கூறப்பட்டிருப்பதைத்தவிர, போட்டி ஆட்டத்தில் ஒரு குழு வெற்றி பெற வேண்டுமென்றால், ஒன்று, விளையாடியிருக்க வேண்டும்அல்லது ஏதாவது ஒரு குழு ஆடாமல் தவிர்த்திருக்க (Given up) இருக்க வேண்டும்.

15. எதிர்பாராத காரணங்களினுல் அதாவது கடுமையான மழை, அல்லது போதிய வெளிச்சமின்மை போன்ற சூழ்நிலையினுல் (ஆட்டம் ஆரம்பித்து) இடையிலே நிறுத்தப்பட்டு, தொடர்ந்து 6 மணி நேரத்திற்கு மேல் ஆகிவிட்டால், மறுபடியும் ஆட்டத்தை ஆரம்பிக்க வேண்டும் என்கிற நிலை எழுகிற பொழுது, புதியதாகவே (Fresh Game) ஆட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும்.

6 மணி நேரத்திற்குள்ளாக மீண்டும் ஆட்டத்தைத தொடர்ந்து ஆடவேண்டும் என்ருல், இரண்டு குழுக்களும் ஏற்கனவே எடுத்திருந்த முறை ஆட்டம் இவற்றை வைத்துக்கொண்டு, அதிலிருந்தேதொடர்ந்து ஆட வேண்டும்.

2. ஆடுகள அமைப்பும், உதவி சாதனங்களும்

1, ஆடுகளம் அமைக்கும் விதம் :

பூப்பந்தாட்டத்திற்குரிய ஆடுகளத்தைஅமைப்பது மிக எளிதுதான் என்றாலும், ஆடுகளத்தை உருவாக்கு முன் ஒருசில முக்கியமான குறிப்புக்களைக் கவனித்துச் செய்தால், சிறப்பாக அமையும்.

1. ஆடுகளத்திற்கான திடலைத் தேர்ந்தெடுக்கும் முன்னர், பள்ளம், மேடு, குழி இல்லாத சமதரையாக இடம் இருக்கிறதா என்பதைப் பார்த்துத் தீர்மானிக்க வேண்டும்.

2. இடப்பரப்பின் வசதியைப் பொறுத்து ஆடுகளம் அமையும் என்றாலும், வடக்கு தெற்கு திசைகளில் ஆடுகளத்தின் நீளப் பரப்பு அமைக்க முடியுமா என்பதையும் சிந்தித்து செயல்பட வேண்டும்.

கிழக்கு மேற்கு திசைகளில் ஆடுகளம் அமைந்து விடக்கூடாது என்பதில் அதிகக் கவனம் செலுத்த வேண்டும். சூரிய கிரணங்கள் நேராகப் பாய்ந்து கண்களைக் கூசவைப்பதால், யாராவது ஒரு குழுவினருக்கு ஆட இயலாத அளவுக்குத் தொந்தரவு தருவதாக அமைந்துவிடும் என்பதால், வடக்கு தெற்கு திசை வருவதுபோல் ஏற்பாடு செய்துகொள்ள வேண்டும்.

3. வடக்கு தெற்கு நீளவாட்டில் சரியாக ஆடு களம் அமைக்க இயலாதவாறு மைதானம் அமைந் திருந்தால், சற்று ஏறத்தாழ மாற்றி அமைத்துக் கொள்ள வேண்டும். நேராக சூரிய ஒளி பார்வையில் விழாதவாறு அனுசரித்து, ஏற்பாடுகளைச் செய்து கொள்ளவேண்டும்.

4. ஆடுகளம் அமைக்கவிருக்கும் இடத்திற்கு அருகாமையில் பக்கவாட்டிலோ அல்லது முன் புறத்திலோ, உயர்ந்த கட்டிடங்கள் இருப்பது போல் ஆடுகளம் அமைக்கப் பெற்றால், அதுவே நல்லதோர் ஆடுகளமாக அமைந்துவிடும். அது சூரிய ஒளியைத் தடுத்துவிடும் என்பதனால் மட்டுமல்ல; பந்தின் எடை யானது இலேசாக இருந்து, வலைக்கு மேலே உயரத்தி லேயே ஆடப்பெறுவதால், பந்தின் திசை அடிக்கடி காற்றினால் மாற்றப்படாமல் இருக்க, அடிக்கும் காற் றின் வேகத்தைத் தடுத்துக் காத்து நிற்க, அந்தக் கட்டிடங்கள் உபயோகப்படும்.

5. பக்கவாட்டில் கட்டிடங்கள் தேவை என்பதால் சுவர் ஓரத்திலேயே பக்கக் கோட்டை (Side Line) அமைத்து விடலாம் என்று நினைத்து அமைப்பது தவறாகும். கட்டிடத்திலிருந்து குறைந்தது 5 அடி தூரத்தில் ஆடுகளத்தின் பக்கக்கோடு இருப்பதுபோல் அமைப்பதுதான் அறிவுடைமையாகும்.

ஆட்ட நேரத்தில், உற்சாகமாக ஆடும் ஆட்டக் காரர்கள் பந்தாடும் ஆர்வ நிலையில் தம்மை மறந்து போய் சுவற்றில் மோதிக்கொண்டுவிட நேரிடும் என்ப தால்தான், சுவரையே பக்கக் கோடாகப் பாவிக்கும் எண்ணத்தை விட்டுவிட வேண்டும் என்கிறோம்.

மேலே கூறியவாறு, ஆடுகளத்திற்குரிய இடத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கத் திட்டமிடுவது போலவே, அமைக்கும் முறைகளையும் ஆழ்ந்த கவனத்துடன் அறிந்து கொண்டு செயல்பட வேண்டியது சிறப்புடைத்ததாகும்.

பொதுவாக, சமதரையாகப் பார்த்துத்தான் ஆடுகளத்தை அமைத்து அனைவரும் ஆடுகின்றார்கள். தரை சமனாக இருப்பதுபோல் தோன்றினாலும், இன்னும் முறையாக, தரமாக ஆக்கிக்கொண்டு ஆடினால், ஆடுவதற்கு மிக அருமையான சூழ்நிலையும் அமைந்துவிடும்.

தரமான ஆடுகள மைதானப் பரப்பை அமைத்துவிடுவதற்கு, சற்று கடினமான உழைப்பும், கொஞ்சம் கூடுதலான செலவையும் மேற்கொள்ள வேண்டியிருக்கும். விரும்பி ஏற்றுக் கொண்டு முயற்சி செய்யும், ஆட்டத்தில் பெரும் பற்றும் பாசமும் உள்ள அன்பர்களுக்காக, ஆடுகளம் அமைக்கின்ற விதத்தையும் பதத்தையும் விவரித்திருக்கின்றோம்.

முன்னர் குறிப்பிட்டிருந்தது போல, முதலில் மைதானப் பரப்பைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும், பிறகு, ஆடுகளத்தின் அளவினை மேலோட்டமாகக் (Rough) குறித்துக்கொண்டு, அந்தக் குறிப்பிட்டப் பரப்பளவை குறைந்தது 1 அடி ஆழமாவது அழுந்தக் கொத்திவிட வேண்டும்.

கொத்தித் தோண்டிய மண்ணுள் கலந்து கிடக்கும் கூழாங்கற்கள், சரளைக் கற்கள், பாறைத் துகள்கள் போன்ற கடினமானவற்றை அப்புறப்படுத்திவிட வேண்டும். பின்னர், தோண்டிய பகுதியை சமதளமாக்கி, அதன்மேல் தண்ணீரை நிறையப் பொழிய

வேண்டும் (Pour). அதாவது, 1 அங்குல உயரமாவது தண்ணீர் தேங்கி நிற்பதுபோல் ஊற்றி, அது நன்முகக் காய்ந்தபிறகு, அதன்மேல் நல்ல மென் மணலைத் தூவ வேண்டும். பின்னர், அதிக எடையில்லாத சிறிய கல்லுருளை (Roller) கொண்டு மேலும் கீழுமாக உருட்ட வேண்டும்.

முன்னே விளக்கியதுபோல, தண்ணீரை ஊற்றி, காய்ந்ததும் மென் மணலைத் தூவி, மீண்டும் உருட்டி, இவ்வாறு தரைப் பதப்பட்டு வருகிறபோது, கனமான கல்லுருளை கொண்டும் உருட்டலாம், ஆனால், அந்தத் தரையை நன்கு காய்ந்து போகுமாறு விட்டுவிடக் கூடாது. அவ்வாறு காயவிட்டால், தரை பிளவு படவும், விரிசல் அடையவும் கூடும். விரிசல் அடையாமல் தரையைப் பதமாக வைத்திருக்க, தொடக்கத்திலே தரையின் மேற்பரப்பில் அதிகமாக மணலைக் கொட்டி விட்டால், அது தண்ணீரை இழுத்துக்கொண்டு, தரை காய்ந்துவிடாமல் ஈரப் பசையுடன் வைத்துக்கொண்டு விடும்.

முடிந்தால், குறைந்தது மூன்று முறையாவது தண்ணீரை ஊற்றி ஊற்றி மண் போட்டு போட்டு உருட்டி சரிசெய்யலாம்.

இவ்வாறு மைதானப் பரப்பை சரிசெய்துவிட்டால், நமக்கு கடினமுள்ள அதே சமயத்தில் கற்கள் நிரம்பியிராத ஒரு நல்ல ஆடுகளத் தரை கிடைத்துவிடுகிறது. அதுவே, ஆடுவதற்கு நல்லதோர் இயக்கத்தை இதமான முறையிலே அளித்தும் விடுகிறது.

மைதானம் முடிந்துவிட்டதென்றால், அடுத்து நாம் சிந்திக்கவேண்டியது வலைகட்டும் கம்பங்களை எவ்வாறு தயார் செய்வது என்பதுதான்.

கம்பங்கள்

ஆட்டத்திற்கு அத்தியாவசியமானது வலைதான் என்றாலும், அதுபோலவே வலையின் உச்ச உயரமும். வலையினை இழுத்துக் கட்டியிருக்கும்போது, ஆடுகளத்தின் நடுவே, வலை உயரத்தை அளந்து பார்த்தால், 6 அடி உயரம் இருக்கவேண்டும் என்று விதிமுறைகள் குறித்திருக்கின்றன.

பெரும்பான்மையோர், பூப்பந்தாட்ட ஆடுகளத்தை அமைத்துவிட்டு, இருபுறமும் மூங்கில் கம்புகளை நட்டு வைத்து, அதில் வலையைக் கட்டி விடுகின்றனர்.

மூங்கில் கம்புகள் வளையும் தன்மை உடையன என்று எல்லோருக்கும் தெரியும். ஆடும் நேரத்தில், வலையின் உயரம் போதவில்லை என்று எல்லோரும் உணரும்போது, வலைக்கயிற்றை வேகமாக இழுத்து சரிகட்ட முயலும்போது, மௌனமாக மூங்கிலும் தலை வணங்கி வளைந்து கொடுக்கும்.

வளைய வளைய, வலையின் உயரம் நமக்கு உயரமாகக் கிடைக்காமற் போய் விடுகிறது. அத்துடன் கழைக் கூத்தாடி கம்புகள்போல் இருபுறமும் மூங்கில் கம்புகள் காட்சியளிக்கத் தொடங்கிவிடவே, பார்ப்பதற்கு என்னவோ போன்ற மனப்பான்மையை வேறு ஊட்டிவிடுகிறது. அதனால் பூப்பந்தாட்டத்தின் வலைக் கம்பம் என்றால், யாரும் மூங்கில் கம்புகளை பரிந்துரைப்பதில்லை.

முறையான கம்பத்தை நடவேண்டுமென்றால், ஏறத்தாழ 3 அங்குலம் விட்டமுள்ள இரும்புக் குழாய்களை ஊன்றலாம். அல்லது இரும்புக் கம்பங்களைப் பயன்படுத்தலாம். அல்லது சற்றேறக்குறைய 4

அங்குல அகலம், பருமன் உள்ள மரக்கம்பங்களைப் பதிக்கலாம். அல்லது கான்கிரிட் கம்பங்களையும் நட்டுக் கொள்ளலாம். இவைகளை ஏன் குறிப்பிடுகிறோம் என்றால், வலிமையானதாக இருப்பதால், வலிந்து இழுக்கும்போது வளையாது விறைப்பாக இருந்து சிறப்பாகப் பயன்படுகின்றன என்பதால்தான்.

இனி, வளையாக் கம்பங்களைப் பதிப்பது எவ்வாறு என்றும் காணுவோம்.

ஊன்றப் பயன்படும் கம்பங்கள் ஏறத்தாழ $8\frac{1}{2}$ அடி உயரம் இருக்குமாறு வைத்துக் கொண்டால் நல்லது. தரையில் குறைந்தளவு $2\frac{1}{4}$ அடி ஆழத்திலாவது கம்பத்தைப் பதித்தால் தான், உறுதியாக அசைவின்றி இருக்கும். அப்பொழுது கம்பத்தின் உயரமும் 6 அடி 3 அங்குலம் இருக்கும்.

வலையைக் கம்பத்தில் கட்டிவிட்டால், வலைக்கு மேலே அதிக உயரமாகக் கம்பம் நீண்டிருக்கக் கூடாது என்பது ஆட்ட வல்லுநர்களின் அபிப்பிராயமாகும்.

வலைக்கு மேலே துருத்திக் கொண்டு மொட்டையாகக் கம்பம் நிற்பது, ஒரு அருவெறுக்கத்தக்கத் தோற்றத்தை அளிக்கிறது.

நின்றுகொண்டு ஆட்டத்தைக் கண்காணிக்கும் நடுவரின் பார்வையையும், கம்பம் மறைத்து விடுகிறது.

ஆகவே தான், வலைக்கு மேலே அதிகமான நீளம் உள்ளதாகக் கம்பங்களை நிறுத்தாமல், ஒரு 3 அங்குல உயரம் மட்டும் கம்பம் தலை நீட்டிக் கொண்டிருந்தால் போதும் என்று வல்லுநர்கள் கருதுகின்றார்கள்.

ஒரு சில இடங்களில், பக்கம் பக்கமாக இரண்டு ஆடுகளங்களைப் போட்டு அமைத்து விடுவதும் உண்டு. அந்த சமயங்களில், இரும்புக் கம்பங்கள் அல்லது கான்கீரீட் தூண்கள் இருந்தால், இரண்டு ஆடுகளத் திற்கும் பயன்படுவது போல வலையை இழுத்துக் கட்ட ஏதுவாகும். அதற்கு ஏற்றாற்போல் இருபுறமும் கொக்கிகளையும் மாட்டி வைக்கலாம்.

மேலே கூறியனவற்றை மனதில் கொண்டு, கம்பங்களைப் பதிப்பவர்கள் செயல்பட்டால் சிறப்பாக அமைந்துவிடும்

3. வலை

1. வலையின் நீளம் 40 அடியாகவும், அகலம் $2\frac{1}{2}$ அடியாகவும் இருக்க வேண்டும்.

2. வலையின் இடையிடையே அமைக்கப் பெற்றி ருக்கும் இடைவெளிகள் பெரிதாக இருக்கக்கூடாது. ஏனெனில், ஆட்ட நேரத்தில் பந்து இடைவெளிக்குள் புகுந்து போவது தெரியாமற் போய்விடும் அல்லவா! அதனால், இடைவெளியானது 1 அங்குல அகலத்திற்கு மேற்படாதவாறு அமைந்திருப்பது போல் பின்னப்பட் டிருக்க வேண்டும்.

3. வலையின் மேலுயரம் ஏதாவது ஒரு வண்ணத் தில் 2 அங்குல அகலத்தில், நாடாவால் அமைக்கப்பட் டிருக்க வேண்டும்.

வலையின் வண்ணம் வெண்மையானதாக இருக்கலாம். அல்லது வேறு எந்த வண்ணத்தில் இருந்தாலும், ஒரே நிறமாக இருந்தால் நல்லது. அத்துடன் வேறு எந்த

நிறத்தில் வலையைத் தேர்ந்தெடுத்தாலும், அது, ஆடு களத் தரையின் மண் நிறத்திற்கு மாறுபட்ட வண்ணம் உள்ளதாக அமைந்திருந்தால் சிறப்பாக இருக்கும்.

4. பந்து

மஞ்சள் நிறமுள்ள கம்பளி நூலால் முறுக்கிப் பின்னப்பட்டு உருவாக்கப்பட்ட பந்தின் கனமானது $1\frac{1}{8}$ தோலாவிலிருந்து $1\frac{1}{4}$ தோலாவுக்குள் இருக்க வேண்டும்.

பந்தின் அளவானது 2 அங்குலத்திலிருந்து 2½ அங்குலத்திற்கு மிகாத விட்டமுள்ளதாக அமைக்கப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

நல்ல தரமான பந்து என்பது, அந்தப் பந்து கொண்டிருக்கும் **இறுக்கத்திலும் அழுத்தத்தன்மையிலும்,** அது அழுத்தப்பட்டவுடன் விரிவடைந்து கொள்ளும் விறைப்புத் தன்மையிலும்தான் என்பதைக் கொண்டே கண்டு பிடிக்க முடியும்.

அதை எப்படித் தீர்மானிப்பது என்றால். ஒரு பூப் பந்தை எடுத்து, உள்ளங் கையில் வைத்து அழுத்திப் பார்த்தால், கையில் அழுத்தம் நீங்கிய உடனேயே அது தன் பழைய முழு பந்தளவை விரைவில் அடைந்து விடுவதுதான். பழைய மாதிரி ஆகாத பந்தோ அல்லது மிக மெதுவாக உருப்பெறும் பந்தோ, தரமானக அல்ல என்று நாம் கண்டுகொள்ளலாம்.

5. பந்தாடும் மட்டை (Bat)

இனி, பந்தாடும் மட்டையைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வோம். ஒரு தரமான பந்தாடும் மட்டையின் நீள

மானது 2 அடி 1 அங்குலத்திலிருந்து 2 அடி 3 அங்குலம் வரையுள்ளதாக இருக்கும். மட்டையின் பந்தடித்தாடும் தலைப்பாகம் (குறுக்களவு) 8 அங்குலத்திலிருந்து 9 அங்குலம் வரை அகலம் உள்ளதாக அமைந்திருக்கும். ஒரு பந்தாடும் மட்டையின் எடை சாதாரணமாக, 15 தோலாவிலிருந்து 20 தோலாவுக்குள்ளாகத்தான் அமைக்கப்பட்டிருக்கும். விரும்பும் எடையில் வேண்டு வோர் வாங்கி ஆடலாம்.

பந்தாடும் மட்டையை ஒருவர் எவ்வாறு தேர்ந் தெடுக்க வேண்டும் என்ற கேள்வி எழுவது இயற் கையே! அது, தனிப்பட்ட ஆட்களது தனியான விருப் பத்திற்கேற்பவும், ஆடுகின்ற ஆட்டத்தின் தன்மைக் கேற்பவும் மாறுபடும்.

ஒரு குழுவில், முன்னுட்டக்காரர்களாக (Forwards) இருந்து ஆடுபவர், தலைப்பாகம் சற்று கனமுள்ள தாகத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்வார்கள். பின்புறம் நின்று, பின்னுட்டக்காரர்களாக (Back Players) ஆடு கின்றவர்கள் தலைப்புறம் இலேசாக இருக்கும் மட்டையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்வார்கள்.

இவ்வாறு தேர்ந்தெடுக்கும் மட்டையின் தன்மை யும், அது எவ்வாறு செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும் என்பதையும் அறிந்துகொள்வோம். ஒரு மட்டை, கீழ்க் காணும் சிறப்பியல்புகளைப் (Qualities) பெற்றிருக்க வேண்டும்.

1, நல்ல வடிவமைப்பு (Shape)

2. உழைக்கின்ற உறுதி (Strength)

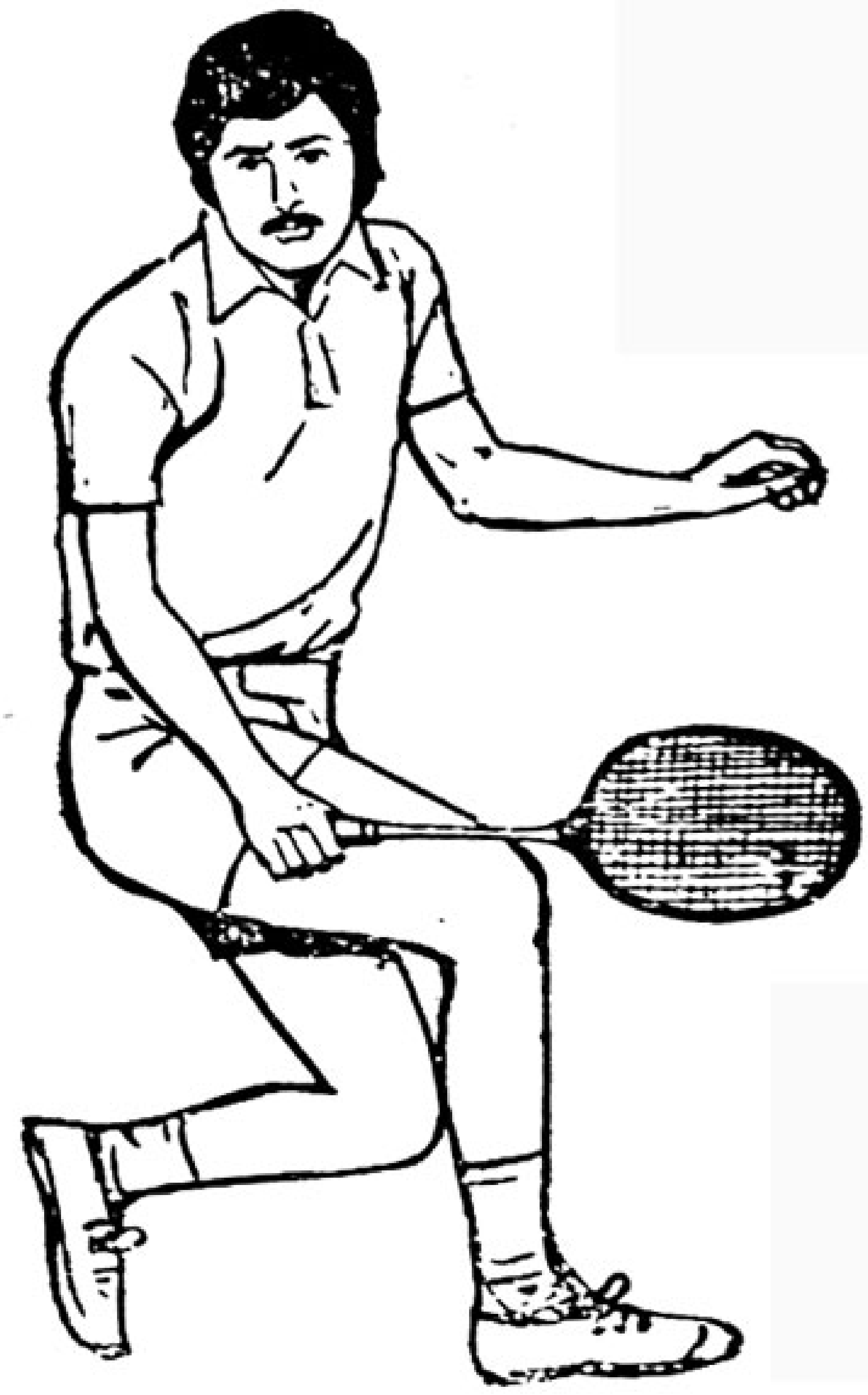
3. வாய்ப்புக் கேற்ப வளையுந் தன்மை(Flexiblity)

4. சமநிலை (Balance)

மட்டையின் வடிவமைப்பைப் பார்க்கும்போதே நன்கு தெரிந்துவிடும். தூக்கிப் பார்த்தால், சமநிலையும் புரிந்து விடும். வளையுந் தன்மையுள்ள மட்டை என்பது மட்டையை சற்று வலிமையுடன் அழுத்தி வளைக்கும் போது Pressure) சிறிதளவு வளைந்து கொடுப்பதாகும்.

அதிகமாக வளைந்து கொடுக்கின்ற அல்லது வளை யுந்தன்மையே அற்று விறைப்பாக இருக்கின்ற மட்டைகள் ஆடுவதற்குப் பயன்படாதவைகளாகும். அவற்றை நாம் ஒதுக்கிவிடுவது நல்லதாகும்.

அவ்வாறென்ருல், ஆட்டக்காரர்கள்விரும்பி ஏற்றுக் கொள்ளக்கூடிய அருமையான மட்டை எது என்று கேட்டால், கைப்பிடிப்புடன் பிடித்தாடும்போது, மணிக் கட்டுக்கு (Wrist) அதிகமான வலியையோ, வேதனையையோ தராத மட்டையே சிறந்த மட்டை என்று சொல்லுகின்ருர்கள் ஆட்ட வல்லுநர்கள்.



3. கற்றுக்கொள்வோருக்கு கனிவான யோசனைகள்

1. ஆட்டத்தின் அருமை

பூப்பந்தாட்டத்தை வேடிக்கை பார்ப்பவர்கள் யாராக இருந்தாலும் சரி, தானும் அந்த ஆட்டத்தை ஆடி மகிழ வேண்டும் என்ற ஆர்வம் எழுவது இயல்பு தான். ஏனெனில், பூப்பந்தாட்டமானது மற்ற விளையாட்டுக்களைப்போல வலிமையானதல்ல. ஆடுவதற்கு மிகமிக எளிமையானது, மென்மையானது, மேன்மையானது, தன்மையானது.

தான் அடிக்கும் பந்தானது அந்தரத்தில் செ... அழகாகக் கீழே இறங்கி வருவதும், பிறர் அடிக்கின்ற பந்தும் அவ்வாறு வரும்போது அதனை எதிர்கொண்டு அடித்தாடும் அழகும் எவரையும் கவர்ந்து விடுகிறது மட்டுமல்ல, மயக்கியும் விடுகிறது. இந்த ஆட்டத்தை ஆடுவதற்கென்று ஆரம்பத்தில் சிறப்பான பயிற்சி யென்ற எதுவும் தேவையில்லை. இயற்கையான திறன் நமக்குள்ளே நிறைந்து கிடக்கும் தன்மையால்தான். இவ்வாறு இயல்பாகவே ஆடி மகிழ முடிகிறது.

ஏற்கனவே ததும்பித் தளும்புகிற இயற்கையான திறனாற்றலை, கொஞ்சம் விதிமுறைகளுடன் பழகிக் கொண்டால், அவ்வாற்றல் தானே தழைத்துக் கொள்ளும். செழித்துக் கொள்ளும்.

பூப்பந்தாட்டத்தில் திடீர்திடீரென்று சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் உருவாகி வருவதை நாம் அடிக்கடி

காண்கிறோம். ஒரு போட்டி ஆட்டம் முடிந்து, மறு போட்டி வருவதற்குள், சிறந்த பல புதிய ஆட்டக் காரர்கள் தோன்றி விடுகிறார்கள் என்றால், அதற்குக் காரணமும் உண்டு. அதாவது பூப்பந்தாட்டத்தை எளிதில் பழகிக் கொள்ள முடியும் என்பதே அந்த அடிப்படை ரகசியமாகும்.

நல்ல ஆட்டக்காரர்களாக வந்தவுடன் தொடர்ந்து பழகிப் பயிற்சி செய்தால் தானே வந்த திறன்வளர்ந்து பெருகும்?' வந்தது போதும் என்று திருப்தியடைந்து விடுகின்றார்கள். பலர் இதற்குமேல் நமக்கு ஆற்றல் வளராது என்று ஆறுதல் அடைந்து கொள்பவர்கள் பலர். இனிமேல் கற்றுக கொள்ள என்ன இருக்கிறது என்ற இறுமாப்புடன் விளையாட்டை ஒதுக்கிவிட்டு உலவுபவர் பலர். இப்படியாகத் திறமையுள்ள ஆட்டக் காரர்களின் எண்ணிக்கை ஏறுவதும் இறங்குவதும் மாறுவதுமாகவே அமைந்துவிட்டிருக்கிறது.

இது போன்ற ஒரு சோக நிலை, புதிதாகத் தோன்றும் பூப்பந்தாட்டக்காரர்களிடையே நிகழக்கூடாது என்பதுதான் நமது ஆசை. ஆகவே, கற்றுக் கொள் கின்ற இளைஞர்கள், பெண்கள், தொடர்ந்து ஆடி, தேர்ந்து செழித்து, புகழ் பெற்று விளங்குமாறு வாழ் வதே இந்த ஆட்டத்திற்கு நாம் செய்யும் அரிய தொண்டாகும்.

புதிதாக ஆட்ட முறைகளைப் பழகிக் கொள்வோர், தொடக்கத்திலே தவறாகப் பழகிக் கொள்ள ஆரம்பித் தால், வளர்ச்சிக்குன்றிப் போகும். ஏதோ முன்னேற்றம் கிடைப்பதுபோல் முதலில் தோன்றினாலும், என்னதான் முயன்றாலும், எதிர்பார்க்கின்ற பலன் கிடைக்காமலே

போய்விடும். அதன் பயனுக. மனச் சோர்வும் மனக் கிலேசமும் மிகுதியாகி, வெறுப்புணர்வு பீறிட்டுக் கிளம்பி விடும்.

ஆகவே, ஒரு பயிற்சியாளரை அணுகிக் கற்றுக் கொள்வதற்கு முன்னர், கீழே குறிப்பிட்டிருக்கும் குறிப்புக்களைக் கற்று அதன் வழி நடந்து கொண்டால், தவறினைத் தவிர்த்துக் கொண்டு தைரியமாக வெற்றி நடைபோடலாம் என்ற நம்பிக்கையில் தந்திருக்கிறோம்.

2. பந்தாடும் மட்டையைப் பிடித்தல் (Grip)

பந்தாடும் மட்டையைப் பிடித்தாடுவது ஒரு அழகான கலை நுணுக்கம் நிறைந்த செயலாகும். ஆகவே; கீழே காணும் முறைகள் எல்லாம் உங்கள் பிடித்தாடும் நுணுக்கங்களை சீர்பெறத் காண்டும் தன்மைகளாகும்.

அவரவர்க்கு ஏற்றவாறு, ஏதுவாக இருக்கும் தன்மையில், ‘இப்படிப் பிடித்துக் கொண்டிருந்தால் ஆட நன்ருக இருக்கும்’ என்கிற திருப்தியான உணர்வினை ஊட்டுகின்றவாறுதான் உங்கள் கைப் பிடிப்பு அமைய வேண்டும்.

ஒரு சிலர், பந்தாடும் மட்டையை மிகவும் கெட்டியாகப் (Tightly) பிடித்துக் கொண்டே ஆடுவார்கள். அப்படி அவர்கள் பிடித்துக்கொண்டிருப்பது மிகவும் ஜாக்கிரதையாகஇருக்கிறோம்,என்றநினைவுடன் இருப்பதாக அர்த்தம். இவ்வாறு உறுதியாகப் பற்றிப் பிடித்துக்கொண்டிருப்பதானது, இறுக்கமாகப் பிடித் திருக்கும் விரல்களுக்கு வலியையும் கஷ்டத்தையும் உண்டாக்குவதுடன், மணிக்கட்டுப் பகுதிகளுக்கும்

வேதனையைத் தந்து, பந்தை அடித்தாடுகின்ற அந்த நேரத்தில், சரியாக அடித்தாடிவிட முடியாதவாறு செய்து விடும்.

அழுத்தி இறுக்கமாகப் பிடிக்கும் பழக்கத்தை வளர்த்துக் கொள்ளாமல், முதலில் பந்தாடி மறுபுறம் அனுப்பி, பிறகு தன்னிடத்திற்குப் பந்தானது திரும்பி வரும்வரையிலுள்ள இடைவேளை நேரத்தில், பந்தாடும் மட்டையிலிருந்து கைப்பிடியை சற்றுத் தளர்த்திப் (Relax) பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்த முறை யானது, மீண்டும் பந்தை வலிமையாக அடித்தாட உதவி செய்யும். இல்லையேல், கை வலிப்பது போலவோ, அல்லது மட்டையானது கையின் ஈரப் பசையில் நழுவிச் செல்வது போலவோ இருக்கும் உணர்வு ஏற்படும்.

பந்தாடும் சமயத்தில் மட்டுமே, கொஞ்சமாக மட்டையை இறுக்கமாகப் பிடித்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுது, பந்தை சரியான திசைக்கு (Direction) அடித்தாடி அனுப்பவும், அல்லது வரும் பந்தை சரியாக எடுத்தாடி விடவும் கூடிய நல்ல சூழ்நிலையை இம்முறை உருவாக்கும்.

எப்பொழுதும் பந்தாடும் மட்டையை ஆடு வதற்குத் தயாராக இருப்பதுபோல் தான் பிடித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். மட்டையை கீழே தொங்க விட்டுக் கொண்டோ அல்லது மாற்றி மறு கையில் பிடித்துவைத்துக்கொண்டோ இருந்துவிட்டு, பந்து தனக்கருகில் வந்தவுடன் மட்டையை உயர்த்தி ஆட முயல்வது தவறான ஆட்ட முறையாகும்.

எப்பொழுதும் ஆடுவதற்குத் தயாராக இருப்பது போல், பந்தாடும் மட்டையை முன்புறமாக உயர்த்திப்

பிடித்த நிலையில் வைத்துக் கொண்டு ஆடுகிற பழக்கத்தையே தொடக்கத்திலிருந்தே பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

எப்பொழுதும் மட்டையைத் தூக்கிப் பிடித்துக் கொண்டு 'தயார் நிலையில்' (Steadiness) இருப்பது கடினம் தான். மணிக்கட்டும் வலிக்கத்தான் செய்யும். அதற்கும் ஒரு மாற்று வழி உண்டு. இன்னொரு கையின் துணையுடன், மட்டையை உயர்த்திப் பிடித்துக் கொண்டு நின்றால், மட்டையின் எடை இரு கையிலும் சமமாகப் பரவி விழுந்திருக்கும். பந்து தன்னிடம் திடீரென்று வந்து விடுகிறபோது, உடனே சரியான முறையில் எடுத்தாட இந்த அமைப்பு முறை உதவியாகவும் இருக்கும்.

ஆகவே, பந்தாடும் மட்டையை சரியாகப் பிடிக்கின்ற நல்ல பழக்கத்தை தொடக்கத்திலிருந்தே முறையாகப் பின்பற்றி பயில்வது சிறப்பான ஆட்டத்தை அளித்துவிடும்.

பூப்பந்தாட்டத்தில், பந்து அடிக்கடி வந்து வந்து போகின்ற ஆட்டமாக இருப்பதால், எப்பொழுது ஒருவருக்குப் பந்து வரும் என்று யாராலும் கணிக்க முடியாததாகையால், ஆடுவதற்குத் தயாராகவே நின்றிருக்க வேண்டும் என்பதையும் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

3. அடித்தெறியும் சர்விஸ் முறை (Service)

பூப்பந்தாட்டத்தில் சர்விஸ் என்பது மிகவும் முக்கியமான திறன் நுணுக்கமாகும் (Skill). இதற்கு அதிக அக்கறையும் ஆழ்ந்த கவனமும் தேவையாகும்.

ஒழுங்காக சர்விஸ் போடாததினாலேயே எத்தனையோ குழுக்கள் தங்களது வெற்றி வாய்ப்பை இழந்து போயிருக்கின்றன. ஏனெனில், எதிர்க் குழுவிடம் சரியாக சர்விஸ் போட்டு அதில் வெற்றி பெற்றால் தானே வெற்றி எண் (Point) பெறமுடியும்!

கற்றுக் கொள்ளும் ஆரம்ப காலத்தில், சர்வீஸ் போட முயல்பவர்கள் பந்தை சரியாக எதிர்ப்புறம் அனுப்பவேண்டும் என்பதில் தான் கண்ணும் கருத்து மாக இருப்பார்கள். தன் கையில் உள்ள பந்திலும், மறுகையில் உள்ள பந்தாடும் மட்டையிலுமே பார்வை இருக்கும். சர்விஸ் போட்டால் போய் சேருமோ சேராதோ என்ற பயமும் படபடப்பும் இருக்கும். அந்தப் படபடப்பில், மட்டையில் பந்து சரியாக அடி படாமலும் போய்விடும்.

கையிலே பந்தை எடுத்து சர்விஸ் போடுகையில், தான் விரும்பும் எதிர்க்குழு பகுதிக்கு, எதிர்நோக்கும் திசைக்கு, எந்த உயரத்தில் பந்தை அனுப்ப வேண்டும் என்பனவற்றை அனுமானித்து அனுப்புகின்ற ஆற்றலுக்கு முதலில் **தன்னம்பிக்கை** (Self Confidence) வேண்டும்.

இந்தத் தன்னம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்ள **சுவா பயிற்சி முறையைப்** (Wall Practice) பின்பற்ற வேண்டும் என்று வல்லுநர்கள் கூறுகின்றார்கள். உயர்ந்துள்ள சுவற்றின் மேல் பந்தை அடித்தால் அது எவ்வாறு திரும்பி வருகிறது, எவ்வாறு அடித்தால் அது எவ்வாறு செல்கிறது; அவற்றில் மோதியபின் அது எவ்வாறு சுழன்று (Spin) வருகிறது; அதனை எப்படி அடிநால் திரும்பவும் நாம் எதிர்பார்க்கிற இடத்திற்குப்

போகுமா என்பன போன்ற திறன் நுணுக்கங்களை இன்னொரு ஆட்டக்காரர் துணை இல்லாமலேயே, மிக எளிதாகக் கற்றுக் கொள்ளும் வாய்ப்பினை சுவர்ப் பயிற்சி அளிக்கின்றது.

இவ்வாறு பந்தினை லாவகமாகக் கையாளுகின்ற (Handle) திறன் வந்துவிட்டால், நினைத்த இடத்திற்கு தவறிப் போகாமல் பந்தை அனுப்புகின்ற ஆற்றல் தானாகவே வந்து விடும். அதற்குப் பிறகு விதவிதமாக சர்விஸ் போடவும், எதிராளிகளை ஏமாற்றி இடம் பார்த்து சர்விஸ் போடவும், எதிராளிகள் எடுக்க முடியாது திணறிப் போகின்ற அளவுக்கு சர்விஸ் போடவும் திறன்கள் தாமாகவே வந்து உங்களை தஞ்சம் அடைந்து விடும்.

அதை அடுத்து, ஆடுகளத்தின் ஒரு பக்கத்தி லிருந்து வலையைத் தாண்டி மறுபுறத்திற்கு நினைத்த இடத்திற்குப் போவதுபோல, பல இடங்களுக்கும் சர்விசை தன்னம்பிக்கையுடன் போட்டுப் பழக வேண்டும். அதன்பின்னர், தனக்கு எந்த மாதிரியான சர்விஸ் இயல்பாக நன்றாக வருகிறது என்பதைக் கண்டு கொண்டு அதிலே நன்கு தேர்ச்சி பெறவேண்டும்.

4 பந்தாடும் திறமை

பந்தை எடுத்தாடுவதற்கு, கையில் உள்ள மட்டையை, பந்தை நோக்கி வீசி அடித்தாடிவிட்டால் போய்விடும் என்ற நினைவு தவறானதாகும். அதற்கு **கால் ஆட்சித் திறனும்** (Foot Work) இணைந்து வந்தால் தான் முடியும்.

சரியான உடல் இயக்கம் (Movement) இருந்தால் தான், செயலும் ஒழுங்காக அமையும். கன்னு பின்னு

என்று வளர்ந்த கரும்புபோல நின்று கொண்டு, ஆட முயற்சித்தால், பந்து எங்கேயாவது போகுமே ஒழிய, எதிர்பார்த்து அமையும் இடத்திற்குப் போகாது. நமக்கு ஏமாற்றமே மிஞ்சும்.

ஆகவே, இப்படி பந்தை எடுத்து ஆடும்போது, இந்தக்கால் இவ்வாறு இங்கேதான் இருக்கவேண்டும் என்பது மிகவும் முக்கியமான அடிப்படை விதிமுறை யாகும். அதனைக் காண்போம்.

பந்தாடும் மட்டைக்கு இருபுறங்கள் உண்டு (Side). அதனை முன்புறம் என்றும், பின்புறம் என்றும் கூறு வார்கள். கையில் பந்தாடும் மட்டையைப் பிடித்துக் கொண்டு நிற்கும்போது, எதிர்ப்பகுதியை நோக்கி இருக்கும் மட்டையின் பகுதி முன்புறம் ஆகும். தனது குழுபகுதியைப் பார்த்திருக்கும் பகுதி மட்டையின் பின் புறம் ஆகும்.

வருகின்ற பந்தை முன்புறத்தால் எடுத்தாடினால், **முன்கைப்புற ஆட்டம்** (Fore Hand Play) என்பார். பின்புறப் பகுதியினால் எடுத்தாடினால் அதனை **பின்கைப்புற ஆட்டம்** (Back Hand Play) என்பார்கள்.

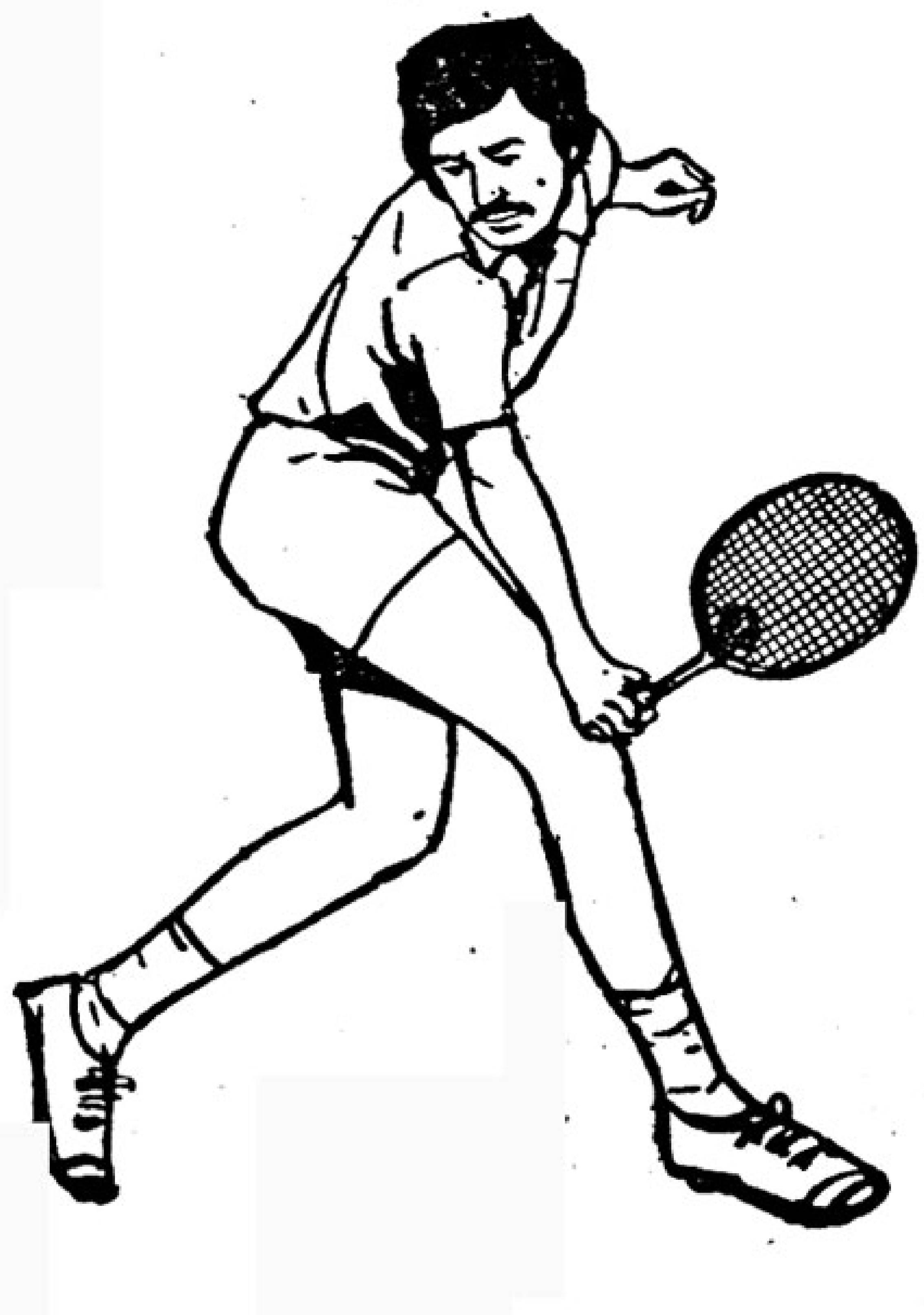
நேராக வரும் பந்தை (Straight Ball) முன்கைப் புறத்தில் எடுத்தாடுவதில் எந்தவிதமான பிரச்சினையும் இல்லை. எல்லோரும் இயல்பாக, முடிந்தால் தவறில் லாமல் கூட நேராக ஆடிவிடலாம். பக்கவாட்டில் (Side) வருகின்ற பந்தை ஆடும்போதுதான் சற்று கஷ்டமாக இருக்கும்.

மீண்டும் ஒரு விளக்கம் கூறினால், இம்முறை ஆட்ட மானது இன்னும் தெளிவாக விளங்கும் என்று கருது.

கிறோம். ஆட இருக்கின்ற ஒருவரின் வலப்புறத்திற்கு வரும் பந்தை மட்டையின் முன்புறத்தால் ஆடுவதை முன்கைப்புற ஆட்டம் என்கிறோம். அவ்வாறு அவர் ஆடிடும்போது அவரது வலதுகையால் பந்தடிப்போர் என்றால், முன்கைப்புற ஆட்டம் ஆடும்போது அவரது இடதுகால் முன்னே வந்திருக்க வேண்டும். அதாவது மட்டையைப் பிடித்திருக்கும் கை நீளுவதற்கு இணையாக இடதுகால் வந்திருக்க வேண்டும்.

அதேபோல், இடப்புறத்தில் பந்து வரும்போது எடுத்தாடுகின்ற போது, மட்டையின் பின்புறத்தில் எடுத்தாட வேண்டியிருக்கும். அப்போது, ஆடுபவரின் வலது கால் முன்னே வந்திருக்கும்.

(படம் காண்க)



இடது கைப்புறத்தில் வருகின்ற பந்தை மட்டையின் பின்புறத்தில் ஆடுகிறபோது, வலதுகா

முன்னே வந்திருக்கிறது. அதேபோல், மட்டையின் முன்புறத்தில் ஆடும்போது, வலதுகை செல்கின்ற பக்கத்தில் இடதுகால் முன்னே வந்திருக்க வேண்டும். வலையை நோக்கித் தோள்புறம் சென்றிருக்கிறது. வலதுகால் முன்னே வந்திருக்கிறது. உடலானது பந்தை ஏந்தி அடிக்கும் வகையில் ஏதுவாக வளைந்து வந்திருக்கிறது. இவ்வாறு உடல்நிலை நெகிழ்ந்து வந்தால்தான், பந்தைத் தவறின்றி சரியாக, சரியான இடம் பார்த்து அனுப்ப முடியும். இந்த ஆட்டமுறை ஆழ்ந்த பயிற்சியினால் மட்டுமே பெற முடியும். ஆடப் பழகிப் பயன் பெறுக.

தங்களிடம் பந்து வராமல், சற்று முன் தள்ளி விழும்போது, ஓடிப்போய் எடுத்தாடுவதாக இருந்தாலும், அல்லது பின்புறமாகப் (தலைக்கு பின்புறம்) போவதை பின்னால் ஓடிப்போய் எடுத்தாடுவதாக இருந்தாலும் சரி, இந்தக் கால் ஆட்சித்திறனை எப்பொழுதும் கடைப் பிடித்தே ஆடவேண்டும். அதுவே நல்ல ஆட்டக்காரருக்குரிய ஆட்ட லட்சணமாகும்.

இந்த கால் ஆட்சித் திறனாற்றலைப் பெறுவதற்கு, மிகவும் கடினமாகப் பயிற்சி செய்யவேண்டும். உண்மையாக உழைத்துப் பெற வேண்டிய ஒன்றாகும். இதனை, அவற்றில் பந்தை அடித்து எதிர்த்து வரும்போது ஆடி ஆடிக் கற்றுத் தேர்ந்திட வேண்டும்.

தடுத்தாடுவதும் தாக்கி ஆடுவதும் (Defence & Offence)

தடுத்தாடுதல்

தாக்கி ஆடும் திறமைக்கு முன், தடுத்தாடும் கலையில் வல்லவராக விளங்கவே ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் முயற்சிக்க வேண்டும்.

வருகின்ற பந்தை விரும்பிய இடத்திற்கு, எதிர் ஆடுகளப்பகுதிக்கு முன்கைப் புறமாக அல்லது பின் கைப்புறமாக எளிதாக அனுப்பி ஆடுவது.

பந்தை மேலெழும்பிச் செல்லுமாறு உயர்த்தி (Lob விருப்பிய இடத்திற்குப் போய் சேருமாறு அனுப்ப ஆடுவது.

எடுத்தாட முடியாத கோணங்களில் (Awkwar Angles) பந்து வந்து விடுகிற பொழுது, கடினமான நிலையை உண்டுபண்ணிய அந்தப் பந்தை சரியாக எடுத்தாடி அனுப்பி விடுவது.

மேலே கூறியது போன்ற தடுத்தாடும் ஆட்ட முறைகளை விருத்திப் பண்ணிக் கொள்கின்ற வகையில் தீவிர கவனம செலுத்துதல் வேண்டும். இந்தத் திறன் நுணுக்கங்கள் எல்லாம் அடைவதற்கு சிறந்த முன்னுணரும் அறிவான மதிநுட்பம் (Sense of Anticipation) வேண்டும்.

பந்து வருகின்ற வேகத்தையும், செல்லுகின்ற திசையினையும், எங்கே போகிறது, எங்கே போய்விழும் என்ற கணிக்கின்ற ஆற்றலையும், பயிற்சிக்காக ஆடு கின்ற பொழுதே வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

தாக்கி ஆடுதல்

இவ்வாறு பந்தின் போக்கினைக் கணித்தாடும் முறை கைக்குக் கிடைத்துவிட்டால், அதன்பிறகே அடித்தாடும் ஆற்றலுக்கு முயலவேண்டும்.

தாக்கி ஆடுகின்ற ஆட்டமான, அடித்தாடும் ஆட்டத்தை ஆட முயல்பவர்கள், எடுத்த எடுப்பிலே

வேகமாகப் பந்தை அடிக்கவும், அதை விரும்பிய இடத்திலே போய் விழுமாறு செய்யவும் முடியும் என்று ஆசைப்பட்டால், கையில்லாதவள் பரத நாட்டிய முத்திரைகாட்ட வேண்டும் என்று ஆசைப்பட்ட கதையாகிப் போகும்.

ஒவ்வொரு படியாக ஏறித்தான் மாடியை அடைய வேண்டுமே தவிர, ஒரேயடியாகத் தாவிக்குதித்து ஏறுவேன் என்று யாராவது முயற்சி செய்தால், முடிவு என்ன ஆகும் என்பதுதான் உங்களுக்குத் தெரியுமே! அதுபோலவே, ஒவ்வொரு திறனையும் (Skill) படிப்படியாகக் கற்று, பழகி, தெளிந்து, தேர்ந்து, பின்னரே முதிர்ச்சியும் எழுச்சியும் பெறவேண்டும் என்பதைப் பழகும் ஆட்டக்காரர்கள் மறந்து விடவே கூடாது.

அடித்தாட ஆசைப்படும் ஆட்டக்காரர்கள், முதல் படியாக, வருகிற பந்தைத் **தள்ளி** (Push) ஆடவேண்டும். மட்டையின் நடுவிலே பந்து சரியாக படுவது போல் பழகிக் கொண்டு தள்ளி ஆடத் தொடங்கிய பிறகு, கொஞ்சம் **வேகத்தை** (Force) அதில் கூட்டி தள்ளி ஆட வேண்டும். தள்ளும் வேகம் சரியாக அமைந்துவிட்டால், அடித்தால் பந்து சரியாகப் போகும் என்ற தன்னம்பிக்கையும் வந்து விட்டால், அதன் பிறகே **அடித்து** Hit) அனுப்ப வேண்டும்.

அடித்தாடும் ஆற்றல் கொஞ்சம் வந்தவுடன், நினைத்த இடத்திற்கு எதிர்க்குழுவிற்கு அனுப்ப முடியாமற் போனாலும், எதிர்க்குழு ஆடுகளத்தில் போயாவது விழுகிறதே அல்லது போய் விழுந்தால் போதும் என்ற திருப்தியுடன் ஆடவேண்டும். அவ்வாறு பெறுகிற மன திருப்தியே மனோ வலிமையையும் தெரியக்கையும் உண்டுபண்ணும்.

அதன் பின்னர், ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்திற்குப் பந்தை அனுப்புவது போன்ற குறிக்கோளுடன், அந்த இடத்தை நோக்கி அடித்தாடிப் பழகவேண்டும்.

அவ்வாறு அடித்தாடி பழகியபின், பந்தை சரிந்தும் சுற்றியும் போவது போல வெட்டி ஆட (Cut) வேண்டும். அதையே வேகமாக அனுப்புவது போலவும் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். இந்த முறையிலே பல அடித்தாடும் முறைகள் (Strokes) உள்ளன. அவற்றை பின்பகுதிகளில் விவரித்திருக்கிறோம். புரிந்து கொண்டு சிறப்பாக பழகிக்கொள்ளவும்.

6. பழகும் ஆட்டக்காரர்களுக்கு சில அறிவுரைகள் :

1. ஆட்டத்திறன்களைப் பழகிக் கொள்ளும் ஆட்டக்காரர்கள் ஆடப்பழகிக் கொள்ளும்போது, எடுத்த உடனே எதிராட்டக்காரரை எப்படியாவது ஏமாற்றிவெற்றி எண்கள் (Points) எடுத்து விட வேண்டுமென்றோ அல்லது அடாவடி அடித்தாவது ஆட்டத்தில் வெற்றிபெற வேண்டும் என்ற நோக்கத்துடனோ ஆடக் கூடாது.

2. ஆட்ட முறைகளையும், பந்தை எடுத்தாடும் விதிகளையும், பந்தை அடித்தாடும் தந்திரக்கலைகளையும் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆர்வமும் நோக்கமுமே ஆட்டக்காரர்கள் மனதில் எப்பொழுதும் நிறைந்திருக்கவேண்டுமே அல்லாது, வெற்றிக் குறிக்கோளையோ, அல்லது எதிராளிகளை குழப்பத்தில் ஆழ்த்தும் வழிமுறைகளையோ மனதில் கொள்ளாமல் பயில வேண்டும். அப்பொழுதுதான், பண்புகள் மிளிரும் ஆட்டக்காரர்களாகப் பிற்காலத்தில் புகழ் பெற்று விளங்க முடியும்.

3. ஆட்ட நேரத்தில், தான் இழைக்கின்ற தவறுகள் என்னென்ன என்பனவற்றை அறிந்து கொண்டு, அவற்றைத் தவிர்த்து விடவேண்டும். தவிர்த்து விடுவதற்கும் ஏற்ற முறைகளை மேலும் தெரிந்தவர்கள் மூலம் கற்றுக் கொள்வதுடன், அவற்றையே முழுமூச்சுடன் பின்பற்றி ஒழுகி வர வேண்டும்.

4. பொழுது போக்குவதற்காக ஆடினாலுங்கூட, ஆட்டத்தை முறையாகவே, விதிகளைத் தழுவிய நிலையினில் தான் ஆடவேண்டுமே தவிர, ஏனோ தானோ வென்று ஆடுவதும், குறுக்கு வழிகளைப் பின்பற்றுவதும், மட்டரகமாக நடந்துகொள்வதும் வளர்ச்சியைக் கெடுத்துவிடும்.

ஆடுகளம் என்பதும் கோயில் போலத்தான். வாழக்கைக்கு வேண்டிய நல்ல பண்புகளையும், சிறந்த தேகாரோக்கியத்தையும், உண்மையான மகிழ்ச்சியையும் ஆடுகளம் வழங்குவதால், தெய்வத் திருக்கோயில் முன் நல்லதை நினைத்து நல்லதையை கேட்க விழைதல் போல, நல்லனவற்றையே நினைந்து ஆடப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

5. உண்மையான ஆர்வத்தால்தான் உற்சாகம் அதிகமாகும். உள்ளம் மகிழும் உற்சாகத்தில் செய்யும் காரியங்களிலே தான் உள்ளம் ஒன்றிப்போய் ஒருமித்த ஈடுபாடு நிறையும். இணையில்லா ஈடுபாட்டுடன் விளையாடும் பொழுதுதான், இனிய பல திறன் நுணுக்கங்களை எளிதாகவும் இயல்பாகவும் கற்றுக் கொள்ள முடியும்.

அத்தகைய ஆற்றல்மிகு கிளர்ச்சி நிலையில் தான், சாகசங்கள் மிகுதியாகும். தந்திரங்கள் விளங்கும். சாமர்த்தியங்கள் விரிவடையும். ஆகவே, ஆட்ட அடிப்படைத் திறன்கள் அனுபவத்தினாலேயே அளவிலாது கிடைக்கின்றன என்னும் அரிய மொழியினை உணர்ந்து, பழகுவோர் பயன் பெற வேண்டும்.

6. அடித்தெறிந்து வழங்கும் 'சர்வீஸ்' போட்டே வெற்றி எண்களைப் பெற்றுவிடவேண்டும் என்று ஆசைப்படுவதும், அபிலாஷையில் துடிப்பதும் தவறாகும். அதற்காக அதிகமான முயற்சியை மேற்கொள்வது வழுக்கல் பாறையில் செருப்பணிந்து நடக்க முயல்வது போலாகும்.

அடித்தெறியும் சர்வீஸ் மட்டுமே ஆட்டமல்ல. அந்த சர்வீசானது வெற்றி எண் எடுத்திட ஒரு வழியே தவிர, அதுவே வெற்றியை விளைத்துத் தரும் சித்துவேலை என்று எண்ணிவிடக் கூடாது. அதனால், சர்விசை ஆயுதமாகப் பயன்படுத்த விரும்புவது போலவே, ஆடும் முறைகளிலும் அதிகக் கவனம் செலுத்திட வேண்டும்.

7. நீங்கள் சிறந்த ஆட்டக்காரராக வரவேண்டும் என்ற விருப்பத்தால் நண்பர்கள் அறிவுறை கூறுவார்கள். நல்லனவற்றையே கேட்டுக்கொள்ளவேண்டும். பயிற்சியாளர் ஆட்டமுறைகளைக் கற்றுத் தருவார். அவற்றைக் கேட்டுத் தெரிந்து கொள்வதுடன் மட்டும் திருப்தியடைந்து விடக் கூடாது. தானும் அதைப் பின்பற்றிப் பழகிக் கொள்ளும் முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

அத்துடன் நில்லாது, சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் ஆடுகின்ற போட்டி ஆட்டங்களைப் பார்த்து, அவர்கள் கையாளுகின்ற ஆட்ட முறைகளையும் புரிந்து கொண்டு தாங்கள் ஆடிப்பழகும் சமயங்களில் எல்லாம், என்னென்ன முறைகளைக் கையாள முடியுமோ, அவற்றையெல்லாம் பின்பற்றிட முயல வேண்டும்.

7. போட்டி ஆட்டத்தில் பங்குபெறும் பொழுது :

ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரருக்கும் போட்டி ஆட்டத்தில்(Match) பங்குபெற வேண்டும் என்றஆவல் அளவில்லாமல் உண்டாவது இயற்கையே. நன்றாக ஆடத்தெரிந்தபிறகு தான் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டால் தானே நன்றாக விளையாட வரும் என்று வாதம் புரியவும் இடம் இருக்கிறதே!

போட்டி ஆட்டங்களில், பழகும் ஆட்டக்காரர் களுக்கு விளையாட வாய்ப்பு வந்துவிட்டால், அதனை சமாளிக்கும் விதத்தில்தான், சக்திகள் பெருகிடும். பயிற்சிக்காக ஆடும்பொழுது விதம் வேறு. போட்டியில் இருந்து ஆடும்போது தரம் வேறு.

பயிற்சியில் ஆடும்போது, தெரிந்தவர்கள் எதிரிலே நின்று ஆடுபவர்களாக இருப்பதால் எவ்வாறு ஆடுவார்கள், அவர்கள் ஆட்டமுறைகள் அனைத்தும் நன்றாகத் தெரிய வாய்ப்புண்டு. போட்டி ஆட்டத்தில் எதிராட்டக்காரர்கள் ஆடுகின்றார்கள் என்றால், அவர்கள் புதியவர்கள் என்பதால், ஆட்டமும் நமக்குப் புதிராகத்தானே இருக்கும். அவர்கள் ஆட்டம் புரியாத நிலையில் நின்று கொண்டிருக்கும்போது. சுற்றி வேடிக்கை பார்க்கும் ரசிகர்களின் கூட்டம் வேறு,

கத்திக் கூச்சல் போட்டு கலாட்டா பண்ணிக் கொண்டிருக்கும்.

தானே ஆடிடத் திணறிக் கொண்டிருக்கும் போது, தம்மை கேலி செய்யக் கூட்டம் ஒன்று இருக்கிறபோது, புதியஆட்டக்காரர்களுக்கு சூழ்நிலை வேதனையாக மட்டுமல்லாமல், சோதனையாகக்கூட இருக்கும். குழப்பம் மிகுதியாக ஆக, நடுக்கம் ஏற்பட, நைசாக ஆட்டத்தை விட்டு வெளியேறி வந்துவிடுவோமா என்ற நப்பாசை கரையானாய் அரித்துக் கொண்டிருக்கும்.

இதுபோன்ற சூழ்நிலையில் 'தைரியமே புருவ லட்சணமாய்' கொண்டு, தன்னம்பிக்கை இழக்காமல் எவ்வாறு ஆடி முடிப்பது என்பதை பழகும் ஆட்டக் காரர்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும் என்பதற்காக கீழே காணும் குறிப்புரைகளைத் தந்திருக்கிறோம்!

1. எக்காரணத்தை முன்னிட்டும், ஆடுகளத்திற்கு வெளியே நின்று கொண்டு வேடிக்கை பார்ப்பவர்களின் கூச்சலையும், குழப்பம் தரும் கேலி மொழிகளையும் செவி மடுக்காமல், வெளியில் எதுவும் நடக்காதது போலவே பாவித்துக்கொண்டு, ஆடுகின்ற ஆட்டத்திலேயே கண்ணுங் கருத்துமாக இருந்து ஆட வேண்டும். அதாவது, பரபரப்புப் பார்வையாளர்களை ஒரு பொருட்டாகப் பாவிக்காமல், பதட்டப்படாமல் உங்களுக்குத்தெரிந்த, உங்களால் முடிந்த ஆட்டத்தை உற்சாகமாக ஆடிக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

2. எப்பொழுதும் பந்து போய்வரும் திசைப்பக்கமாகவே கண்ணுங் கருத்தும் செல்ல வேண்டும். 'பந்து தனக்குத்தான் வரப்போகின்றது' என்பதுபோல நினைத்துக்கொண்டு, எப்பொழுதும் தயாராக இருக்க

வேண்டும். நன்றாக ஆடவேண்டும் என்ற ஒரே நினை வுடன் (Concentration) நின்று ஆடினால், மனம் தடு மாறச் செய்யும் எந்தச் சூழ்நிலையும் ஆட்டக்காரர்களை ஒன்றும் செய்துவிடாது.

3. ஆட்டத்தில் தனக்குரிய பங்கு என்ன? என் பதை யூகித்துக்கொண்டு, அதன்படி ஆடிவிட்டாலே, அது சிறந்த ஆட்டமாக அமைந்துவிடும். அதாவது. தனக்கு சர்விஸ் வாய்ப்பு கிடைக்கும்போது தவறிழைக் காமல் (Fault) போடுதல்; தனக்கு வருகின்ற பந்தை எதிர்ப்பகுதிக்கு பின்புறம் போவதுபோல அனுப்பி விடுதல்; எதிர்க் குழுவில் மைய ஆட்டக்காரர்க்கும் (Centre Player) முன்னாட்டக்காரர்களுக்கும் (Forwards) கிடைக்காதவாறு, பின் ஆட்டக்காரர்களுக்கிடையே அனுப்பி வைத்தல்.

339338

மேலே கூறியவாறு, தன்னிடம் வரும் பந்தை ஆடி அனுப்பிவிட்டால், உங்கள் குழுவிற்கு நீங்களே அதிக நன்மையைச் செய்தவராகின்றீர்.

796.323 NAV

4. பிறரைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல், மற்ற அநா வசியமாக ஆட்டக்காரர்கள்மீது குற்றத்தைச் சாட்டி விட்டு தப்பித்துக்கொள்ள முயலாமல், தான்செய்கின்ற ஒவ்வொரு செயலுக்கும் நியாயம் கற்பிக்க முயலாமல், தன் குழுவிற்குப் பயன்படும் நல்ல ஆட்டக்காரர் என்று பிறர் கூறும் வண்ணம் ஆடிட வேண்டும்.

REFERENCE

5. ஒரு முறை தவறிழைத்தாலும், மீண்டும் அதே தவறைச் செய்யாத வண்ணம் எச்சரிக்கையோடு ஆடி வந்தால், நீங்கள் உங்கள் குழுவில் முக்கியமான ஆட்டக்காரரர்க நாளாவட்டத்தில் இடம் பெற்று விடுவீர்கள்.

PUBLIC LIBRARY
- 5 MAR 1985

6. எப்பொழுதும், எதிர் ஆட்டக்காரர்கள மிகவும் சாமர்த்தியசாலிகள், அவர்களிடம் நம் ஆட்டம் செல்லாது, ஜம்பம் பலிக்காது என்று எடைபோட்டுக் கொண்டு ஆடுவது எவ்வளவு தவருன ஆட்டமோ, அதுபோலவே எதிராட்டக்காரர்களுக்கு அவ்வளவு நன்ருக ஆடத் தெரியாது என்று தாழ்வாக நினைத்துக் கொண்டுபோய் நிற்பதும் மிகவும் தவருன ஆட்ட முறையாகும்.

7. தன்னம்பிக்கை இல்லாமல், தாழ்வு மனப்பான் குடன் நின்று கொண்டு, 'நம்மால் முடியுமா? என்று தளர்ந்து போய் ஆட முயல்வதும் தவருகும். அது போன்ற நினைவை முளையிலேயே கிள்ளி எறிந்துவிட வேண்டும்.

8. தான் ஆடுகின்ற பந்தானது, எதிர்க் குழுவின ருக்குத் தவறில்லாமல் அனுப்பிட முடியும் என்ற நம்பிக்கையுடன் ஆட வேண்டும். அனுப்ப முடியுமா? அனுப்பினுல் போகுமா என்ற அதைரியத்துடன், அரை மனதுடன் ஆடவேகூடாது. பயந்தாடுவதும் தவறு. அரைமனது ஆட்டம் அபத்தமாகவே முடியும்.

9. கடைசி வெற்றி எண் வரையிலும் போராடிக் கொண்டு ஆடுகின்ற ஆட்டமே சிறந்த ஆட்டமாகும். எதிர்க் குழுவினர் இரண்டொரு வெற்றி எண்கள் அதிகம் எடுத்தவுடனேயே, வேகம் குறைந்துபோய், விவேகம் இழந்த செயல்களுடன் தொய்ந்து போன நெஞ்சுடன் ஆட்டத்தைத் தொடர்வது வீரர்களுக்குரிய இலக்கணமல்ல. ஆகவே, வெற்றிக்காகவே ஆட்டம் என்றில்லாமல், விளையாட்டுக்காகவே விளையாட்டு என்ற பெருந்தன்மைமிக்கப் பேராண்மையுடன் ஆட வேண்டும்.

10. தன் வலியறிந்து மாற்ருன் வலி தெரிந்து போரிடும் மன்னர்களைப்போல தன் திறமையை அறிந்துகொண்டு மாற்ருர் ஆட்ட முறையினைப் புரிந்து கொண்டு, அதற்கேற்றவாறு ஆடுவதுதான் பார்வையாளர்களைத் தங்கள் பக்கம் இழுத்துக் கொள்ளும் காந்த சக்தியான கவர்ச்சிமிக்க ஆட்டமாகும்.

11. ஓரிரு வெற்றி எண்கள் எதிர்க் குழுவைவிட அதிகம் எடுத்தவுடன், அல்லது ஒரு 'முறை ஆட்டத்தில்' வெற்றி பெற்றவுடன், தம்மைப் பெரிய ஆளாக எண்ணித் தற்பெருமை கொண்டு எதிரிகளை இலேசாக மதிப்பதும், எள்ளி நகைப்பதும் அறிவுடையோரின் பண்புகளல்ல. அது பண்பிழந்தோரின் இழிந்த செயலாகும். ஆடுகின்ற ஆட்டத்தை மதித்தும். ரசித்தும், பிறரும் ரசித்து மகிழும் வண்ணம் ஆடுகின்ற ஆட்டமே போற்றுதற்குரியதாகும்.

மேலே விவரித்துக் கூறப்பெற்றக் குறிப்புரைகள் எலலாம், விரும்பி வந்து ஆட்டத்தில் ஈடுபட்டு, விருத்தி செய்து பேரும் புகழும் பெறுவதுடன், மகிழும் குண நலன்மிக்க இளைஞர்களுக்கும், பூப்பந்தாட்ட நேயர்களுக்காகவுந்தான்.

பத்து வயதில் தொடங்கி எழுபது வயதுவரை தொடர்ந்து விளையாடி வருகின்ற பூப்பந்தாட்ட வீரர்கள் எத்தனையோ பேர் உண்டு. பூப்பந்தாட்டப் போட்டிகளில் வயோதிகர் வாலிபர் என்ற வித்தியாசமே இல்லாமல், விளையாடி வருவதைப் பார்த்தால், பூப்பந்தாட்டம் வாழ்நாள் முழுவதும் தொடர்ந்து வந்து துணைநிற்கும் என்பதையே நிரூபித்துக் காட்டி வருகிறது.

4. ஆட்டக்காரர்களின் இடமும் ஆடும் முறைகளும்

விரும்பினால் அதிகமாக ஓடி ஆடி, துள்ளிக் குதித்து, விரைவிலேயே களைத்துப் போகின்ற அளவிலும் ஆடலாம். வேண்டாம் என்றால் மிக அமைதியாக நின்ற இடத்தில் இருந்தே, நிதானமாக பயிற்சி செய்வது போன்ற தன்மையில் நின்று கொண்டு மகிழ்ச்சிக்காகவும் ஆடலாம். இப்படிப் பட்டதோர் இனிய நிலையானது பூப்பந்தாட்டத்தில் நிறைய உண்டு என்பதை ஆடுகின்ற அனைவரும் உணர்ந்துகொண்டிருக்கின்றார்கள்.

அத்தகைய அரிய ஆட்டத்தைப் பயில்பவர்கள், பண்பாளர்களாக (Gentlemen) விளங்கிட, தொடக்க நாட்களிலேயே தவறில்லாமல், முறைகேடில்லாமல் பயிற்சிபெற்று எழுச்சி பெற வேண்டும் என்ற நோக் கத்தினால்தான் கூறியிருக்கிறோம். படிப்பதுடன்நின்று விடாது, பழக்கத்திலும் நிறையப் பெற்று நிறைகுட மாகத் திகழ வாழ்த்துகிறோம். வெற்றி பெறுக இந்த லட்சியத்தில் என்று தொடங்கியும் வைக்கிறோம்.

1. சேர்ந்தாடும் சிறப்பு

பொதுவாக, பூப்பந்தாட்டப் போட்டி ஆட்டம் என்றாலே, அது ஐவர் ஆட்டமாகத் (Fives)தான் அமைந்திருக்கும். ஒற்றையர், இரட்டையர் ஆட்டங்கள் என்று இருந்தாலும், ஐவர் ஆட்டத்தில்தான் சேர்ந்தாடும் ஒற்றுமையை அதிகமாகக் காண முடிகிறது.

சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் ஐந்து பேர்களைத் தேர்ந்தெடுத்து சேர்த்து ஒரு குழுவாக அமைத்துவிட்டால், அந்தக் குழுவே வெற்றி பெற்றுவிடும் என்று நினைப்பது உண்மையல்ல. அது வெல்வது கடினமே! ஏனென்றால், அவர்கள் ஐவரும் ஒருவரை ஒருவர் அனுசரித்து சேர்ந்து இணைந்து ஆடுவது என்பது மிகக் கடினமான காரியமே! அதற்கும் ஒரு காரணம் உண்டு.

தான் தான் சிறந்த ஆட்டக்காரர் என்ற நினைவில், மற்றவர்களுக்குரிய பந்தைப் போய் எடுக்கமுயல்வதும், அதே சமயத்தில் தன் இடத்தைக் கோட்டைவிடுவதும், பிறர் தவறிழைத்தால் கோபித்துக்கொள்வதும் இப்படியாக உள்ளுக்குள்ளே பேதம் புரையோடிப் போய் புகைந்து கொண்டிருப்பதே காரணமாகும்.

அதே சமயத்தில், சேர்ந்து ஆடும் திறனுள்ள, ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொண்டிருக்கும் ஐக்கிய மனப்

பான்மை அமைந்த (Understanding) சாதாரண ஆட்டக்காரர்கள் ஐவர் இருக்கின்ற குழுவிற்கு, மிக எளிதாக வெல்லக்கூடிய வாய்ப்புக்கள் நிறைய உண்டு. பசுக்கள் சேர்ந்து சிங்கத்தை விரட்டிய கதையும், புறாக்கள் ஒன்று சேர்ந்து வலையோடு வானத்தில் பறந்த கதையும்தான் நமக்கு தெரிந்த கதையாயிற்றே!

கருத்தொருமித்த குழு ஒற்றுமையும், கூடி விளையாடும் குணாதிசயம் மிக்கவர்களையே தேர்ந்தெடுப்பது நல்லதென்ற உண்மை நமக்குப் பளிச்சென மனதில் பட்டாலும், சேர்ந்தாடக்கூடிய ஒரு குழுவை எப்படி அமைப்பது என்ற ஓர் வினாவும் சேர்ந்தே எழுகிறது. அது இயற்கைதானே. அந்தக் கேள்விக்குரிய விடையாக, எவ்வாறு ஆட்டக்காரர்களைத் தேர்ந்தெடுப்பது என்பது பற்றி இனி ஆராயலாம்.

ஒரு குழுவில் 5 ஆட்டக்காரர்கள் இருந்து ஆடு கின்றார்கள் என்றால், அவர்களின் நின்றாடும் இடங்களை நாம் முதலில் காண்போம்.

முன்னாட்டக்காரர்கள் இருவர் (Forwards)

பின்னாட்டக்காரர்கள் இருவர் (Back Players)

மைய ஆட்டக்காரர் ஒருவர் (Centre Player)

இனி, ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரின் இடத்தையும், அவருக்குரிய தகுதிகள் என்னென்ன என்பதையும் தெரிந்து கொள்வோம்.

முன்னாட்டக்காரர்கள் (Forwards)

முன்னாட்டக்காரர்கள் இரண்டு பேர் என்பது நமக்குத் தெரியும். அவர்களில் ஒருவர் இடப்புற முன்னாட்

டக்காரர் (Left Forward). இன்னொருவர் வலப்புற முன்னாட்டக்காரர் (Right Forward) என்ற பெயருடன் அந்தந்த இடத்தில் நின்று ஆடுகின்றார்கள்.

இவர்கள் இருவரும் வலையோரத்தில் நின்று ஆடுகின்றார்கள். கோட்டையின் முன்னே நின்று காக்கும் சிப்பாய்களைப் போல, இவர்களின் கடமை அமைந்திருக்கின்றது.

அவர்கள் இருவரும் எவ்வாறு ஆடவேண்டும் என்ற முக்கிய குறிப்புக்களாகச் சிலவற்றைக் கீழே கொடுத்திருக்கிறோம்.

1. எதிர்க்குழுவினர் அடித்தாடி வருகின்ற பந்தை வலைக்கு மேலே தடுத்தாடுவதில் (Shut) நல்ல சமர்த்தர்களாகவும், சாதுர்யம் நிறைந்தவர்களாகவும் இருக்க வேண்டும்.

2. அதேபோல், வலைக்கருகிலும் தங்களுக்கு அடிப்பதற்கேற்ற உயரத்தில் வருகின்ற பந்தை வலிமையாக அடித்து, எதிராட்டக்காரர்களை எடுத்தாட முடியாமல் திணரவைத்து, வெற்றி எண்களைப் பெற்றுத் தருகின்ற வீரர்களாகவும் விளங்க வேண்டும்.

நல்ல முன்னாட்டக்காரர் இருந்தால், எதிராட்டக்காரர்கள் அச்சமுடன் தான் ஆடவேண்டும் என்ற நன்மொழிக்கேற்ப, முன்னாட்டக்காரர்கள் தங்களைத் தேர்ச்சியுற்றவர்களாக ஆக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

3. எதிராளி சர்விஸ் போடும்போது, வலையோரமாக நின்று இடம் பார்த்துப் (Placing) போடாதவாறு காத்துக்கொண்டு (Cover) ஆடவேண்டும்.

அதேபோல், வலையோடு உராய்ந்துகொண்டு வருவது போலவும் சிலர் சர்விஸ் போடுவார்கள். அதனையும் மிகவும் எச்சரிக்கையுடன் இருந்து எடுத்தாட வேண்டும்.

4. எதிராளி சர்விஸ் போடும் நேரத்தில், தனது புரங்கரின் ஆடுகளப் பகுதியில்(Partner's court) நிற்கும் போது, அவரது இடத்தையும் காத்து நின்று ஆடி விட்டு, சர்விஸ் போட்டு முடிந்து ஆட்டம் தொடங்கிய வுடனே, தான் ஆடக்கூடிய இடத்திற்கும் ஓடிவந்து, வரப்போகிற பந்தை எடுத்தாடுவதற்குத் தயாராக இருக்கவேண்டும்.

5. எதிராட்டக்காரர்கள் அடித்தாடுகின்றார்கள் என்றால், எப்பொழுதும் பக்கக் கோடுகள் (Side Lines) பக்கமாகத்தான் இருக்கும். ஆகவே, பக்கக் கோடு களுக்கும் தனக்கும் இடையே அதிக இடைவெளி விட்டுவிடாமல் இடத்தைக் காத்து நின்று ஆட வேண்டும்.

பக்கக் கோட்டின் பக்கமாக வருகின்ற பந்தை தடுத்தாடுவது மிகக் கஷ்டமான காரியம் என்பதால், ஒவ்வொரு முன்னாட்டக்காரரும் தனது பக்கக் கோட்டின் பகுதியையே காத்து ஆடிட வேண்டும்.

ஆடுகள மத்தியிலே வருகின்ற பந்தானால், மைய ஆட்டக்காரர் எளிதாக எடுத்தாடி விடுவார். ஆகவே, முன்னாட்டக்காரர்கள் இருவரும் ஒருவருக்கொருவர், இப்படித்தான் ஆடவேண்டும்,இன்ன நேரத்தில் இன்ன இடத்தைத்தான் காத்து ஆடவேண்டும் என்று முன் கூட்டியே திட்டமிட்டு பேசிக்கொண்டு செயல்படுதல் வேண்டும்.

6. இரண்டு முன்னுட்டக்காரர்களுக்கும் இடையில் வலையோரமாக, மைய ஆட்டக்காரர் பின்னுல் நிற்கும் போது, அவராலும் ஓடிவந்து எடுக்க முடியாதவாறு பந்தை எதிராளிகள் இடம் பாாத்துப் போடும்போது, இடப்புறத்தில் இருக்கும் முன்னுட்டக்காரர்தான் ஓடி வந்து எடுக்கவேண்டும். வலப்புறத்தில் இருப்பவர் ஓடி வந்து எடுக்கக்கூடாது. அவரால் நன்ருக எடுக்க முடியாத நிலையில் தானே இருக்கிருர்! ஆகவே, அது போன்ற பந்தை, இடப்புற ஆட்டக்காரர் தான் எடுத்தாட வேண்டும். முன்கைப் புறத்தில் (Fore hand) இவரால்தான் எடுத்தாட முடியும் என்பதுவே முக்கிய காரணமாகும்.

7. சில சமயங்களில், முன்னுல் நின்ருடும் ஆட்டக் காரர்களுக்குத் தங்களுக்கு பந்து வருவது போல்தான் தோன்றும். ஆனுல், அது பின்புற ஆட்டக்காரர்கள் எளிதாக எடுத்தாடுவதற்கு ஏற்ற நிலையில் போகும். அல்லது மைய ஆட்டக்காரர் மிக சௌகரியமாக நின்ருடக் கூடிய தோதுவில் இருக்கும். அத்தகைய சூழ்நிலையை உணர்ந்து, பந்தினை பின்னுல் இருப்பவர் களுக்கு விட்டாடுவதுதான் நல்ல ஆட்ட முறையாகும்.

அவ்வாறின்றி, தானே எடுத்தாடிட வேண்டும் என்ற நினைப்பில், அடிக்கடி பின்னுல் நிற்பவர்களிடம் போய் மோதிக்கொள்வது ஆட்ட அமைப்பினையே சீர் குலைத்துவிடும். ஆட்டத்தின் ஒழுங்கு முறையும் மாறி குழப்பமான நிலைக்கும், கொந்தளிக்கும் உணர்வுகளுக் கும் இடம் கொடுத்துவிடும் என்பதால், முடிந்தவரை தனது இடத்தைக் காத்து, தவறின்றி ஆடிக் கொள்வதுதான் புத்திசாலித்தனமான ஆட்டமாகும்.

8. பந்தை வலிமையாக அடித்தாலும் சரி, அல்லது மெதுவாகத் தள்ளி அனுப்பினாலும் சரி, எதிர்க் குழுவினர் பகுதியில் ஆளில்லாத இடம் பார்த்து (Gap) அனுப்புவதுதான் முறையான ஆட்டமாகும்.

இத்தகைய பண்புள்ள முன்னாட்டக்காரர்களை ஒரு குழு தன்னகத்தே கொண்டிருந்தால், மிக அருமையான தொரு ஆட்டத்தை ஆடிக் காட்டுவதுடன் சிறப்பான வெற்றியையும் அடைய முடியும் என்று உறுதியாகக் ....றலாம்.

3. **பின்னாட்டக்காரர்கள்** (Back Players)

ஒரு குழுவின் வெற்றிக்கும் தோல்விக்கும், பின்னாட்டக்காரர்கள் இருவருமே பெரிதும் காரண கர்த்தாக்களாக அமைந்திருக்கின்றார்கள்.

அவர்களது பணி எப்பொழுதும் அடித்தாடும் ஆட்டம் (Offence) அல்லது எடுத்தாடி அனுப்பும் ஆட்டமாகவே அமைந்திருக்கும் (Defence).

வருகிற பந்தை எடுத்தாடி எதிர்க்குழுவிற்குரிய கடைசிக் கோட்டின் பக்கமாகவே அனுப்பிவைத்து, அவர்கள் (தவறாக) ஆடி தங்களது முன்னாட்டக் காரர்களுக்கு அல்லது மைய ஆட்டக்காரருக்கு அடிப் பதற்கு ஏற்றவாறு அமைவதுபோல, நல்ல வாய்ப்பினை ஏற்படுத்தித் தருவதுதான் இவர்களது ஆற்றல் மிகுந்த அரும் பணியாகும்.

அதற்காக அவர்கள் இருவரும் பந்தை உயர்த்தி உயர்த்தியே (Lob) அனுப்பிக் கொண்டிருக்க வேண்டுமா என்றால், அப்படி அல்ல. வாய்ப்பு

கிடைக்கும் போதும், வகையாகப் பந்து அடிப்பதற்கேற்ற அமைப்பில் வரும் போதும், பந்தை அடித்தாடலாம்.

இவ்வாறு சக்தி படைத்த பின்னுட்டக்காரர்கள், தங்கள் கடமையை உணர்ந்து, கண்ணுங் கருத்துமாகப் போற்றி ஆடிவிட்டால், ஆட்டம் அழகாக அமைவதுடன், ஆர்ப்பாட்டமான வெற்றியையும் நல்கி விடும்.

இனி, அவர்கள் ஆடவேண்டிய முறைகளைக் காண்போம்.

1. பின்னுட்டக்காரர்களில் ஒருசிலர், கடைக் கோட்டுக்கு (End Line) அருகில் நின்று கொண்டு, சர்வீஸ் போடுவது உண்டு. ஆனால், ஐவர் ஆட்டத்தில் நடு ஆடுகளத்தைக் கடந்து, கொஞ்சம் முன்னே வந்து நின்று சர்வீஸ் போட்டால் நல்லது.ஏனெனில் முன்னே வந்து நின்று, எதிர்க்குழுவினர் எப்படி நிற்கிறார்கள்; எங்கே பந்தை அனுப்பினால் அதை எடுக்க அவர்களுக்குள் குழப்பம் நேரிடும் என்பதை அறிந்து கொண்டால், அதற்கேற்ப நன்றாக சர்வீஸ் போட வாய்ப்பு கிடைக்கும்.

2. பந்து அடிக்கடி வந்து போகின்ற ஆட்ட நேரத்தில், தனக்கு முன்னே நிற்கின்ற முன்னுட்டக் காரர் அல்லது மைய ஆட்டக்காரர் இடம் மாறிப்போய் (Out of Position) நின்று விடுவதுண்டு. அப்படி நின்று விடுகின்ற நிலையில், அவர்கள் இடத்திற்குப் பந்து திடீரென்று வந்து விட்டால், அவர்களால் சரியாக எடுத்தாடிட கஷ்டமாகப் போய், தவறிவிடவும் நேரிடும். அதனால், இதுபோன்ற தருணங்களில் அவர்களைத

இடங்களையும் (தேவையான பொழுது மட்டுமே. எல்லா நேரங்களிலும் அல்ல) காத்து நின்று ஆடுவது நல்ல தாகும்.

3. ஆட்ட நேரத்தில் ஆர்வத்தின் காரணமாக தங்களையறியாமல், முன்னாட்டக்காரர்கள், பந்தைப் பார்த்துக்கொண்டே பின்னால் அதிக தூரம் இறங்கி வந்து ஆடுவது உண்டு. இதுபோல் அடிக்கடி நேர்வதும் உண்டு. அவ்வாறு வந்து ஆடும்போது, அவர்கள் மேல் ஆத்திரப்படாமல் அறிவுரை கூறி; அவர்கள் இடத்தில் போய் நின்று நிதானமாக ஆடு ... று செய்வது நல்ல ஆட்டக்காரர்களின் பண்பாகும்.

4. பின்னால் இறங்கி வந்து ஆடிவிடுகின்ற முன்னாட்டக்காரரின் இடத்திற்கு, பந்து திடீரென்றும் திரும்பி வரும். அப்பொழுது பின்னால் வந்தவரால், முன்னே ஓடிச் சென்று பந்தை எடுத்தாட முடியாத அவல நிலையும் உண்டாகும். அப்பொழுது, அவரிடத்தைக் காத்து நின்றாடுவது பின்னாட்டக்காரர்களின் தலையாய கடமையுமாகும்.

5. பந்தை எப்பொழுதும் உயர்த்தி ஆடுவது(Lob) (இதை குடை விரிப்பது என்று கூறிக் கொள்வார்கள் ஆட்டக்காரர்கள்) நல்லதோர் ஆட்டம் என்றாலும், எதிர்க் குழுவின் முன்னாட்டக்காரர்கள், மைய ஆட்டக்காரர் இவர்களிடம் பந்து கிடைக்காத வண்ணம், கடைக் கோட்டைக் குறிவைத்து ஆடுவதுதான் சிறப்பான ஆட்டமுறையாகும்.

6. எப்பொழுதாகிலும் வலிமையாகப் பந்தை அடித்தாடலாம் என்று முன்னர் கூறியிருந்தோம். அவ்வாறு அடித்தாட எண்ணும்போது, ஒன்றை

நினைவில் கொள்ள வேண்டும். பின்னுட்டக்காரர்கள் கடைக் கோட்டிற்கு அருகில் நிற்கிறபோது வருகிற பந்தை அடித்தாடுகின்ற சமயத்தில், எதிர்க் குழுவின் முன்னுட்டக்காரர்கள் வலையோரத்தில் தங்கள் மட்டைகளை உயர்த்திப் பந்தைத் தடுத்தாடத் தயாராக இருப்பார்கள். அப்பொழுது, பந்து அவர்களிடம் சிக்கிக் கொள்ளும். ஆகவே, நன்ருக அடிக்க முடியும் என்ற நிலையில் பந்தை அடித்தாடுவதே புத்திசாலித்தனமான ஆட்டமாகும்.

7. பின்னுட்டக்காரர்கள் எப்பொழுதும் கடைக கோட்டிற்கு அருகில் நின்று ஆடுபவராகையால், கடைக்கோட்டைக் கடந்து பந்து வெளியே போகிறதா அல்லது பக்கக் கோட்டிற்கு அப்பால் வெளியே போகிறதா என்பதையெல்லாம் கவனமாகப் பார்த்து, சரியான முடிவெடுத்து, உடனே சக ஆட்டக்காரர் களுக்கும் தெரிவித்து, உதவி, ஆடிட வேண்டும்.

இவ்வாறு முடிவெடுப்பதற்கு நிதான புத்தியும் ஆழ்ந்த அனுபவமும் வேண்டும். போட்டி ஆட்டப் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும்போது, மனதில் படபடப்ட ஏற்பட்டு, அதன் பயனுக உணர்ச்சி வசப்பட்டிருக்கிற நிலையில், கோட்டுக்கு வெளியே போகின்ற பந்தையுப் எடுத்தாடி விடுபவர்கள் பலர் உண்டு.

அதனுல், பந்தின் போக்கையும் வரும் வேகத்தை யும் கணித்து, அதன் பின்னரே முடிவெடுக்க வேண்டும் என்பதை பின்னுட்டக்காரர்கள் மறந்துவிடக் கூடாது. அவர்களது சிறப்பான பொறுப்பை உணர்ந்து ஆடி பெருமை பெற வேண்டும்.

4. மைய ஆட்டக்காரர் (Centre Player)

ஒரு குழுவில் இருக்கும் ஐந்து ஆட்டக்காரர்களில், அது தடுத்தாடும் ஆட்டமாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது அடித்தாடும் ஆட்டமாக இருந்தாலும் சரி, நன்றாக ஆடக் கூடிய ஆட்டக்காரரே மைய ஆட்டக்காரராக இடம் பெறுகிறார்.

ஆடுகின்ற திறமையுடன், தனது கடமையைச் சரிவர உணர்ந்தவர்களும், குழுவினை நடத்திச் செல்லும் பெரும் பொறுப்பினை உணர்ந்து ஏற்றுக் கொள்ளும் ஆற்றல் படைத்தவர்களும் மட்டுமே சிறந்த மைய ஆட்டக்காரர்களாக விளங்க முடியும்.

மற்ற ஆட்டக்காரர்களைப் போல, ஆடுகளத்திற்குள் நுழைந்து, தனது ஆட்டத்தை ஆடிவிட்டுப் பொறுப்புக் கழிந்துவிட்டதென்று, தட்டிக் கழித்து விட்டுச் செல்கின்ற தன்மையில் அமைந்துவிடுகின்றதல்ல இவரது பணி.

இவர் தனது குழுவின் ஆக்க சக்தியாகவும், ஊக்க சக்தியாகவும் திகழ்கிறார். தனது சக ஆட்டக்காரர்களை உற்சாகப்படுத்தி, ஒற்றுமைப்படுத்தி, ஒருநிலைப் படுத்தி, அவர்களது முழுத்திறமையையும் பரிபூரணமாக வெளிப்படுத்தி விளையாடுகின்ற மனோநிலையையும் திறமையையும் கொண்டுவரும் தூண்டுகோலாகவும் விளங்குகிறார்.

மைய ஆட்டக்காரர் மற்ற ஆட்டக்காரர்களுக்குத் துணையாக, பக்கபலமாக இருக்கிறார். அப்படி இருந்து தான் ஆடவேண்டும். ஆனால், 'தனக்கு இணையான ஆட்டக்காரர் வேறு யாருமில்லை' என்ற இறுமாப்பு

கொண்டு, மற்ற ஆட்டக்காரருடைய மனோநிலையையும் ஆட்டத்தையும் கெடுத்துவிடுகின்ற தன்மையில் இவர் இருந்துவிடக் கூடாது.

ஒரு குழுவின் சிறந்த ஆட்டத்தை வெளிக் கொணரும் பொறுப்பும் செயல் சிறப்பும் இவருக்கு இயல்பாகவே அமைந்திருக்க வேண்டும் என்பதால், அதற்கேற்ற குணாதிசயங்களை இவர் வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இல்லையென்றாலும் வளர்த்துக் கொண்டாக வேண்டும்.

பிறரது தவறுகளை சுட்டிக் காட்டித் திட்டிக் கொண்டேயிருப்பதைவிட, அவற்றைத் தவிர்த்து ஆடுமாறு கூறி, தட்டிக் கொடுத்து ஆடச் செய்கின்ற தன்மையுள்ளவராகவும் விளங்கிட வேண்டும். இவ் வாறாக, 'அவரது ஆடும் பணி ஆட்ட நேரத்தில் எவ்வா றெல்லாம் இருந்திட வேண்டும் என்பதையும் விரிவாகத் தந்திருக்கிறோம். அவற்றைப் பின்பற்றி, பெருமை யுடைய ஆட்டக்காரர்களாகத் திகழுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

1. ஆட்ட நேரத்தில், முன்னாட்டக்காரர்கள இருவரும் வலைக்கருகே நின்று ஆடுவதைப் போல, இவரும் வலையோரத்தில் நின்று ஆடவேண்டும். அப்பொழுது இவர் மூன்றாவது முன் ஆட்டக்காரர் போல இருந்து ஆடவேண்டும். அதுபோன்ற சூழ்நிலை எப்பொழுது வரும் என்றால், பந்தானது எதிர்க்குழு வினரின் கடைக்கோட்டுப் பகுதிக்கு(பின்னால்) போகும் பொழுது, அங்கிருப்பவர் அடித்தாடி பந்தை அனுப்பு கின்ற தருணத்தில், இவ்வாறு மைய' ஆட்டக்காரர் வலையோரத்தில் நின்று ஆடுவதுதான் சாலச் சிறந்த

முறையாகும். அதனால், இவரை 'மூன்றுவது முன்னுட்டக்காரர்' என்ற சிறப்புப் பெயரிட்டு அழைப்பதும் உண்டு.

2. எதிர்க் குழுவினர் சர்விஸ் போடும்பொழுது, இவர் தனது ஆடுகளப் பகுதியில் தகுந்த சௌகரியமான ஒரு இடத்தைத் தேர்ந்தெடுத்துக்கொண்டு (Convenient Position) நின்றுகொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான், வருகிற பந்தை வலிமையாக அடித்தாட (Hit) முடியும்.

சில சமயம், சர்விஸ் பந்து எடுக்க முடியாதவாறு கஷ்டமாக இருப்பதுபோல் வந்தாலும், அதை பத்திரமாக எதிர்க்குழு பகுதிக்கு அனுப்பிவிடவாவது முடியும். ஆகவே, தான் விரும்புகின்றவாறு (இஷ்டப்பட்ட) கண்ட இடத்தில், நிற்காமல், நன்றாக ஆடுவதற்கு ஏற்ற வசதியான இடம் பார்த்து நிற்கும் பொறுப்பு இவருக்குரியதாகும்.

3. எதிர்க்குழுவின் ஆட்ட முறைக்கு ஏற்ப, தனது குழுவில் உள்ள ஆட்டக்காரர்கள் ஈடுகொடுத்து ஆட முடியாமற் போகிறபொழுது, உடனே தனது ஆட்டக்காரர்களது இடங்களை மாற்றி நிற்க வைத்து ஆடுகின்ற மாற்றுட்ட முறையான (Minor Changes), சிறு சிறு மாற்று அமைப்பு முறை சிலவற்றையும் ஆட்டத்தில் அவ்வப்போது கடைப்பிடித்து ஆடவேண்டியதுஅவசியமாகும். அதாவது, தனது குழுவின் வெற்றி வாய்ப்பு அதனால் பிரகாசமடையும் என்பதை அனுசரித்தே அத்தகைய இட மாற்றத்தையும் செய்ய வேண்டும்.

4. தனது குழுவில் (மிகச்) சாதாரண ஆட்டக்காரர்கள் இருந்தால், அவர்கள் ஆடுகின்ற முறையை

யும், அன்றைய ஆட்ட நிலையையும் கண்காணித்து, அவர்கள் எடுப்பதற்கு சிரமமான பந்தாக இருந்தாலும் அல்லது தன்னால் அந்தப் பந்தை நன்றாக எடுத்தாடி அனுப்ப முடியும் என்றவாறு இருந்தாலும், அதை ஆடி விடுவதுதான் நல்லதாகும். தனது குழுவின் குறையை நிறைவு செய்து ஆடுவது இவரது தலையாய கடமை யாகும். மிகமிக அத்யாவசியமாகும்.

5. தன் ஆடும் பகுதிக்கு வெளியே பந்து போகிறது என்றால் அதற்கான எச்சரிக்கைக் குரலை எழுப்புவதி லிருந்து (Caution), குறிப்பிட்ட பந்தை யார் யார் எடுத் தாட வேண்டுமென்று குறிப்பிட்டு சொல்வதுவரை, மைய ஆட்டக்காரர் அறிவித்து ஆடுவது நல்ல ஆட்ட முறையாகும். இவ்வாறு செய்வது குழப்பமான ஆட்ட நிலையில் இருந்து குழுவை மீட்டுத் தரும். குழு ஆட்டக் காரர்களுக்கும் ஒரு தைரிய உணர்வை ஊட்டிவிடும். எப்படி ஆடவேண்டும் என்பதையும் வழிகாட்டிவிடும்.

6. இவர் அடிக்கின்ற பந்தை அடித்தாடிதான் அனுப்பிட வேண்டும். எடுத்தாடி அனுப்ப வேண்டிய பந்தை, எடுத்தாடியே அனுப்ப வேண்டும். பிறர் பாராட்ட வேண்டும், பெரிய ஆட்டக்காரர் என்று புகழ வேண்டும் என்ற கற்பனை மனப்பான்மையில், வருகிற எல்லா பந்தையுமே அடித்தாடி அனுப்புவது தவறு அனுப்ப முயல்வதும் தவறு.

அதேபோல, ஆடத் தொடங்குவதற்கு முன்பே பயந்து கொண்டு, 'அடித்தால் பந்து போகுமோ, போகாதோ' என்று ஐயப்பட்டுக் கொண்டு, எல்லா பந்தையும் எடுத்து அனுப்பிக்கொண்டே இருப்பதும் தவறான ஆட்ட முறையாகும்.

தனிப்பட்ட ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரின் ஆடும் முறையையும், அவர்கள் ஆடுகின்ற விதங்கள் பற்றியும் மேலே விவரித்திருந்தோம். இனி, ஒரு குழுவானது சிறந்த முறையில் ஆடுவதற்கு, அவர்கள் என்னென்ன செய்ய வேண்டும், எந்தெந்த முறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும் என்பதையும் கவனிப்போம்.

ரு. சிறந்த குழுவாக செயல்பட

1. ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் தன் ஆட்டத்தைப் பற்றியும் தன் திறமையைப் பற்றியும் தெரிந்து வைத்துக்கொண்டிருப்பதுபோலவே, தன் சக ஆட்டக்காரர்களான பாங்கர்களின் (Teammates) ஒவ்வொருவருடைய ஆட்டத் திறமையை பற்றியும், அவர்களது ஆட்டக் குறைபாடுகள் (Weakness) பற்றியும் அறிந்து வைத்திருக்க வேண்டியது மிகமிக அவசியமாகும்.

2. ஒவ்வொருவருடைய குறைபாடுகளைத் தவிர்த்து ஆடுவது போன்ற வகையில் எவ்வாறு செயல்பட வேண்டும் என்பதை பயிற்சி காலத்தில் (Practice) பழகும் பொழுதே பேசி, ஆடும் வகையைத் திருத்திக்கொண்டு ஆடிட வேண்டும்.

3. ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் தனது திறமையை மட்டும் அல்லாது, உரிமையையும், உயர்ந்த கடமையையும் தெரிந்து வைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

4. முதலில் தனது இடத்தை ஒழுங்காகக் காத்துக் கொண்டு ஆட வேண்டும். அதற்குப் பிறகே, தனது பாங்கர்களின் இடத்தைக் காத்து ஆடுவதற்கு முயற்சி செய்ய வேண்டும். இல்லையேல், தன் இடமும் காலியாகப்போய், பிறர் இடத்தைக் காக்கப் போய், அவர்,

எடுப்பதையும் கெடுத்து, தன் இடத்தையும் கோட்ட விட்டு, ஆட்டத்தையே குட்டிச் சுவராக்க நேரிடும்.

5. எந்த ஒரு ஆட்டக்காரரும், தன் பாங்கர் தவறுத ஆடுகின்ற சமயத்தில் ஆத்திரப்படக்கூடாது. 'என் னடா, இப்படி ஆடி ஆட்டத்தைக் கெடுக்கிறார்களே' என்ற மனச் சோர்வும் அடைந்துவிடக் கூடாது. எந்த சமயத்தில் அவர்கள் தவறிழைக்க நேர்ந்தது என்பதை எண்ணிப் பார்த்து, மீண்டும் அவர்கள் அதுபோல் தவறிழைக்காமல் ஆடக்கூடிய தைரியத்தையும் தன்னம்பிக்கையையும் ஊட்ட வேண்டும்.

6. ஒரு குழுவிற்கு வலிமையானது, ஒருவருக் கொருவர் பிறரது தவறுகளை சுட்டிக்காட்டித் திட்டிக் கொண்டிருப்பதால் மட்டும் வந்துவிடாது. தவறுகளைத் தவிர்த்து, திறமையாக ஆடச் செய்வதால் மட்டுமே தான் வரும் என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும்

7. சில சமயங்களில், ஒருவருக்கு வரும் பந்தை, இன்னொருவர் வந்து எடுத்தாடி விடுவது உண்டு. அப்படி ஆடுவதானது, தன்னால் அந்தப் பந்தை நன்றாக ஆடமுடியும் என்ற நல்லுணர்வினால்தான் என்பதை இவர் உணர்ந்து கொண்டு, கோபப்படாமல் ஆடவேண்டும். இது போல், ஒருவருக்கொருவர்விட்டுக் கொடுத்துக்கொண்டு, குழுவின் சிறப்பான வெற்றிக் காகத் தியாக மனப்பாங்குடன் ஆடவேண்டும்.

சர்விஸ் போடுவதற்கு முன்னர், தனது குழு வினர் அனைவரும் ஆடுவதற்குத் தயாராக இருக்கின் றார்களா என்பதை ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் நன்கு கவனித்த பிறகே போடுகின்ற பயிற்சி முறையினைக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

8. தன் ஆட்டக்காரர்கள் யாவரும் தயாராக இல்லாத நிலையில் சர்விஸ் போட்டு, எதிராட்டக்காரர் உடனே திருப்பி அனுப்பிவிடுகிற ஆட்டத்தை எடுத்தாட முடியாமல் தன் குழு போய்விட்டால், அது (தவறான) தோல்விக்கே செலுத்திக்கொண்டு போய்விடும். ஆகவே, தயார்தானு என்பதைப் பார்த்துக் கொண்டு சர்விஸ் போடுவது நல்ல பழக்கமாகும்.

9. ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும், எதிராட்டக்காரர் போடுகின்ற சர்விசுக்கு ஏற்ப, தாங்கள் நிற்கும் இடத்தை (அனுசரித்து) மாற்றி அமைத்து நின்று ஆடுவதற்கும் பழகிக்கொள்ள வேண்டும். அந்த சர்விஸ் எடுக்கப்பட முடியாத அளவுக்கு, தாங்கள் முயன்றும் எட்டாத இடத்தில் விழுவதுபோல், ஆட்டக்காரர்கள் தங்களுக்குள் இடைவெளி விட்டு நிற்கக்கூடாது. ஆட்ட நேரத்தில் மிகவும் சுறுசுறுப்பாக இருந்து ஆட வேண்டும்.

10. ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரும் தனக்குத்தான் பந்து வருகிறது என்பதாக நினைத்துக்கொண்டு, ஒவ்வொரு விநாடியும் ஆடுவதற்குத் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

தன்னை நோக்கிப் பந்து வரவில்லையென்றாலும், தனது பாங்கர் அந்தப் பந்தை எடுத்தாட முனையாமல் தவறிப் போகின்ற நேரத்தில் அதனை தான் எடுத்து அனுப்பக்கூடிய சந்தர்ப்பமும் ஏற்படலாம். ஆகவே, எப்பொழுதும் பந்தெடுத்து ஆடக்கூடிய தயார்நிலையில் (Steady) இருப்பது நல்லது.

11. இருக்கின்ற ஆட்டக்காரர்களில் சுமாராக ஆடக்கூடியவர்களை வலப்புற ஆடுகளப் பகுதியில்

(Right court) நிற்கச் செய்து ஆடவிடவேண்டும். அப்பொழுதுதான், தன் இடத்தையும் காத்துக் கொண்டு, அத்துடன் சுமாரான ஆட்டக்காரர்கள் இடத்தையும் காத்து ஆடுவதற்கு வசதியாக இருக்கும்.

வலப்புற ஆடுகளப் பகுதியில் நின்றுடும் ஆட்டக் காரர்கள், நேராக வரும் பந்தையும், தங்கள் வலப் புறமாக வரும் பந்தையும் எளிதாக எடுத்தாடி விட முடியும். இடப் புறமாக வரும்போது தானே எடுத் தாடுவது கஷ்டம்! அப்படி பந்து வந்தால், அதை மைய ஆட்டக்காரரோ அல்லது இடப்புறத்தில் நிற்கும் ஆட்டக்காரரோ யாராவது ஒருவர் எடுத்தாடிவிடுவார். அதனால்தான் அவர்களை ஆடுகளத்தில், வலப்புறப் பகுதியில் நிறுத்தி வைக்க வேண்டும் என்கிறோம்.

12. தேவையானால், குழுவினர் சரியாக ஆடி முடிக்க, ஆட்டக்காரர்களின் இடத்தை மாற்றி அமைத் துக் கொள்ளலாம் என்று முன்னர் கூறியிருந்தோம். அதற்காக, ஆடும் இடத்தை அடிக்கடி மாற்றிக் கொண்டிருக்கக் கூடாது. அவ்வாறு மாற்றத் தொடங்கினால்,'உள்நாட்டுக் குழப்பத்தை' உண்டாக்கி விடுவதுடன், எதிராட்டக்காரர்களுக்கும் தங்களுடைய இயலாமையையும் ஆட்டக் குறைபாட்டையும் வெளிப் படுத்திக் காட்டுவதாகவும் அமைந்துவிடும். அதனால், எதிராட்டக்காரர்கள் இன்னும் தைரியமாக ஆடவும், ஓர் உற்சாகமான ஆட்டத்தை ஆடிவிடத் தூண்டு கோலாகவும் அமைந்து விடும்.

13. எதிராட்டக்காரர் இடுகின்ற சர்வீஸ் பந்தானது நடுக்கோட்டில் விழும் என்ற சந்தேகம் இருந்தால், எடுக்காமல் விட்டு விடலாம். எடுக்க வேண்டும் என்ற நிலை வந்தால், அதை 'இடப்புற

ஆடுகளத்தில் (Left court) இருக்கும் ஆட்டக்காரரே வந்து எடுத்தாடவேண்டும். ஏனென்றால், அது அவருக்கு முன்கைப் புறத்தில் (Fore Hand) எடுத்தாடக்கூடிய வகையில் அமைந்திருப்பதே காரணமாகும்.

பின்கைப்புறமாக (Back Hand) எடுத்தாட வேண்டிய மற்ற ஆட்டக்காரர் வந்து குழப்பிவிடக் கூடாது. இதுபோன்ற ஆட்டமுறையை, பயிற்சி ஆட்ட நேரத்தின் போதே பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

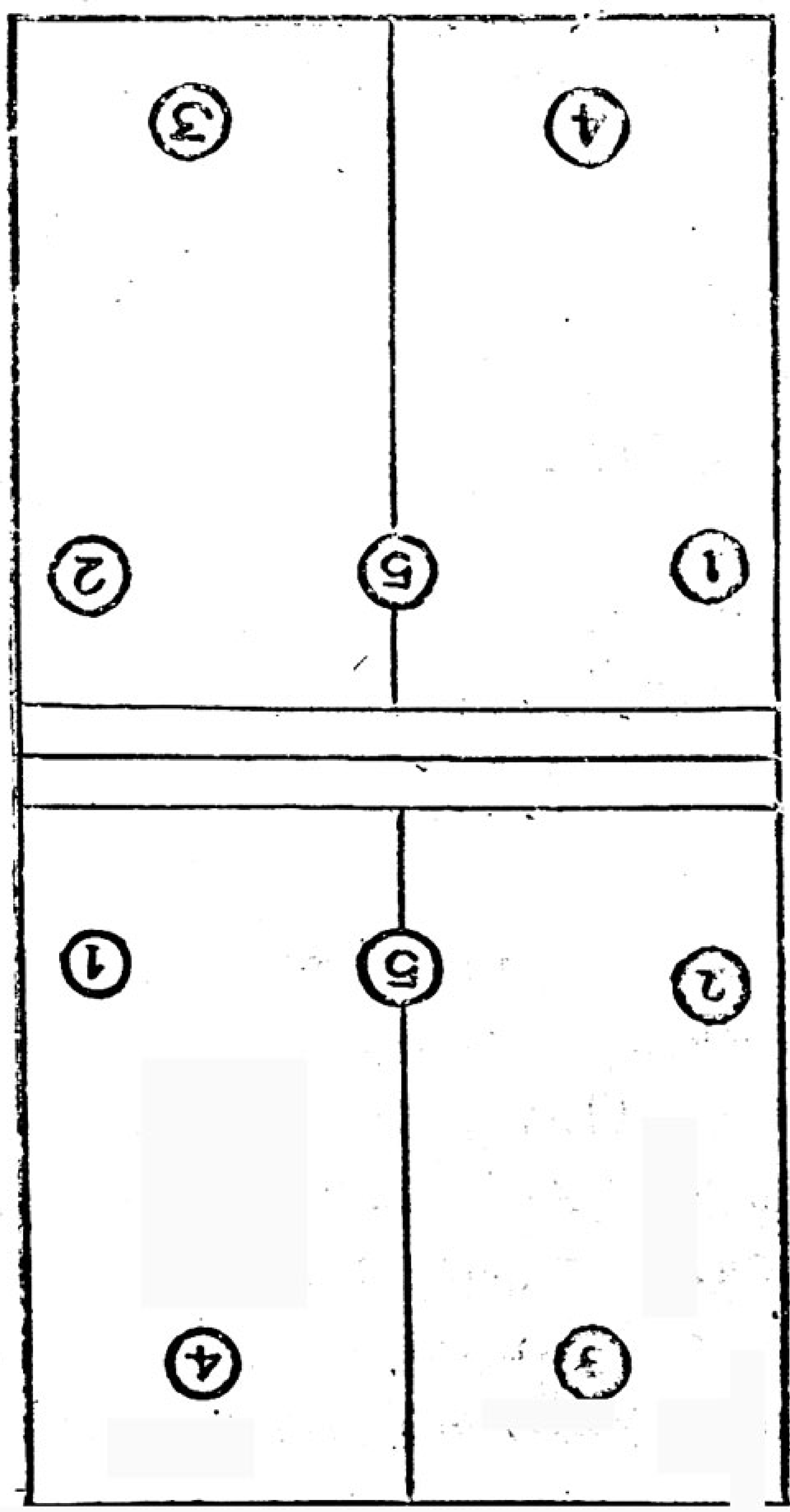
4. மைய ஆட்டக்காரர் ஆடுகளத்தின் முன்னும் பின்னும் சென்று ஆடக்கூடிய வாய்ப்பினை உடையவராக விளங்குகிறார். அப்பொழுது, அவர் இருந்து ஆடக்கூடிய இடம், சில நேரங்களில் காலியாகவும் இருக்க நேரிடும். அல்லது அவரால் திரும்பிவந்து தன்னிடத்தில் விழுகின்ற பந்தை எடுக்க இயலாத சூழ்நிலையும் ஏற்படலாம். அப்பொழுது என்ன செய்வது? மற்ற நான்கு பேரும் ஓடிவந்து அந்தப் பந்தை எடுப்பதென்று முயன்றால், நிச்சயம் குழப்பமே ஏற்படும். ஆகவே, அதை யார் எடுப்பது என்பதைத் தான் பயிற்சி ஆட்டத்தின் போது பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

மைய ஆட்டக்காரர் கடைக்கோட்டின் (பின்புறமாக) பக்கம் சென்று பந்தை ஆடி விட்டு அங்கேயே நின்று விடுகிற பொழுது, மைய ஆடுகளத்திற்கு உடனே பந்து வந்துவிட்டால், அதனை மைய ஆட்டக்காரரால் நிச்சயம் எடுத்தாட முடியாது. அதனால், அந்தப் பந்தை அவருக்கு அருகாமையில் உள்ள பின்னாட்டக்காரர் ஒருவரே எடுத்தாட வேண்டும்.

மைய ஆட்டக்காரர் பக்கக் கோட்டிற்கருகில்போய் ஆடிவிட்டு, மீண்டும் தன் இடத்திற்கு வர இயலாத போது, அந்த இடத்தை அருகில் உள்ள முன்னாட்டக் காரர் ஒருவரே எடுத்தாட வேண்டும்.

இவ்வாறு ஒருவருக்கொருவர் உடனிருந்து உதவி செய்து ஆடவேண்டும்.

ஆட்டத் தொடக்கத்தில் ஒவ்வொரு குழுவின் ஆட்டக்காரர்கள் ஐவரும் நிற்கின்ற நிலையினை படத் தில் காணலாம்.



15. எந்தப் பந்தை யார் ஆடவேண்டும் என்பதை தேர்ச்சியுள்ள ஒரு ஆட்டக்காரராவது அல்லது மைய ஆட்டக்காரராவது அடிக்கடி குரல் கொடுத்துக் கொண்டே இருக்கவேண்டும். அதுபோலவே, ஆடுகளத்தை விட்டு வெளியே போகின்ற பந்திற்கும் கவனக்குரல் கொடுத்துக் கொண்டே இருக்கவேண்டும். அதுபோலவே, ஆடுகளத்தை விட்டு வெளியே போகின்ற பந்திற்கும் கவனக் குரல் கொடுத்துக் கொண்டு ஆடச்செய்ய வேண்டும்.

இவ்வாறு ஐந்து ஆட்டக்காரர்கள் ஆடுகின்ற சேர்ந்து விளையாடும் ஆட்ட முறையினைப் பற்றி தெரிந்து கொண்டோம். இனி, ஒற்றையர் ஆட்டத்தில் (Singles) தனி ஒருவர் எவ்வாறு ஆடவேண்டும்; இரட்டையர் ஆட்டத்தில் (Doubles) இருவர் சேர்ந்து எவ்வாறு கூடி ஆடவேண்டும் என்ற முறைகளைப் பற்றியும் பின்வரும் பகுதியில் தெரிந்துகொள்வோம்.

ஒவ்வொரு ஆட்டத்திலும் ஆடுகின்ற முறையில் மாற்று வழி கொண்டு ஆடினால்தான், ஆட்டம் சோபிக்கும். சிறப்பாகவும் ஆட வாய்ப்பிருக்கும்.

5. ஆட்ட நுணுக்கமும் அரிய திறன்களும்

ஆட்ட நுணுக்கம் (Strokes)

பூப்பந்தாட்டம் விரைவாகப் பந்தையனுப்பி ஆடுகின்ற ஓர் ஆட்டமாகும். கைப்பந்தாட்டம் போல, நிதானமாக மூன்று முறை ஆடி எதிர்க்குழு பகுதிக்கு அனுப்புகின்ற ஆட்டம்போல் அல்லாமல், உடனே விரைவாகத் திருப்பி அனுப்புகின்ற தன்மையில் அமைந்திருப்பதால், பல வகைகளில் ஆடிப் பந்தை அனுப்பினால்தான், எதிராளியைத் திணறச்செய்து, எளிதாக வெற்றி எண் பெறமுடியும்.

பூப்பந்தாட்டத்திலும் பந்தை அனுப்பும் முறைகளில் பல வகையான திறன் நுணுக்கங்கள் இருக்கின்றன. அவ்வளவையும் ஒரு ஆட்டக்காரர் கற்றுத் தேர்ந்துவிட்டால், அவரே சிறந்த ஆட்டக்காரர் என்பதில் யாருக்குமே ஐயம் இருக்காது. ஆனால், அத்தனை திறன் நுணுக்கங்களிலும் தேர்ந்து விடுவது என்பது அவ்வளவு எளிதல்ல.

பின்வரும் ஆட்டத்திறன் நுணுக்கங்களில் ஏதாவது ஓரிரண்டு அடித்தாடும் முறைகளையும், எடுத்தனுப்பும் வகையினையும் கற்றுக்கொண்டு, ஆட்ட நேரத்தில் இடத்திற்குத்தகுந்தாற்போல் ஆடிவிட்டால், நல்ல ஆட்டக்காரர் என்ற புகழை வெகு சீக்கிரமே பெற்று விடலாம்.

நல்ல ஆட்டக்காரர் என்ருல், தான் கற்றுக் கொண்டிருக்கும் ஆட்டக் கலை நுணுக்க முறைகளை அந்தந்த சந்தர்ப்பத்திற்கேற்றவாறு ஆடி, அதிகமான வெற்றி எண்களைப் பெறுகிருர் என்பதாகும். புதிதாகக் கற்றுக் கொள்ளும் இளைஞர்கள், எல்லாவற்றிலும் சிறப்புற விருத்தியடைய வேண்டும் என்று விரும்பு வார்கள். விருப்புவதில் ஒன்றும் தவறில்லை.

அத்தனை முறையிலும் ஆசைப்பட்டு அவ... வேக்காடுபோல ஆகிவிடாமல், எந்த ஆட்டமுறை தனக்கு எளிதாக வருகிறதோ, அதனை நன்கு பழகி, தொடர்ந்து மெருகேற்றி வந்தால், சிறந்த ஆட்டக் காரர் ஆகலாம். ஆகவே, புதிய ஆட்டக்காரர்களுக்கு உதவும் பொருட்டு, ஆட்ட முறைகளில் உள்ள சில நுணுக்கங்களையும், முக்கிய குறிப்புக்களையும் கொடுத் திருக்கிரேும். படித்தும், பழகியும் பயன்பெறுக என்று அழைக்கிரேும்.

1. சர்விஸ் போடும் போது (Service)

சர்விஸ் என்பது மிக முக்கியமான திறன் நுணுக்கமாகும். பலர் இதனை பொருட்படுத்தாது எதிர்க்குழு பகுதிக்குள் பந்தை அனுப்பும் ஒரு சம்பிர தாயமான செயல் என்றே நினைத்துக் கொண்டிருக் கிருர்கள். அது தவருன கருத்தாகும்.

சர்விஸ் போட்டு, அது ஒழுங்காக எதிர்க்குழு விற்குப் போனுல் தான், வெற்றி எண் பெறமுடியும்.

வேறு சிலர், சர்விஸ் போட்டே வெற்றி எண் பெற வேண்டும் என்ற துடிப்பில், கஷ்டமான, தவறுகள் நேர்கின்ற சர்விஸ் முறைகளை பின்பற்றுகின்ருர்கள்

ன்ன சர்விஸ் என்று பேசி, சர்விசைப் பொருட் டுத்தாமல் ஆடுகின்றவர் இழைக்கின்ற தவறு எப்படி ன்னிக்க முடியாததோ, அதே போல, சர்விசை கடுமை ாகப் போடப் போகிறேன் என்று, தவறுகள் ழைப்பதுமாகும்.

அதனால், நன்றாக சர்விஸ் போடவேண்டுமென்றால், ன்ன செய்யலாம்? என்று கேட்கத் தோன்றுகின்ற ல்லவா!

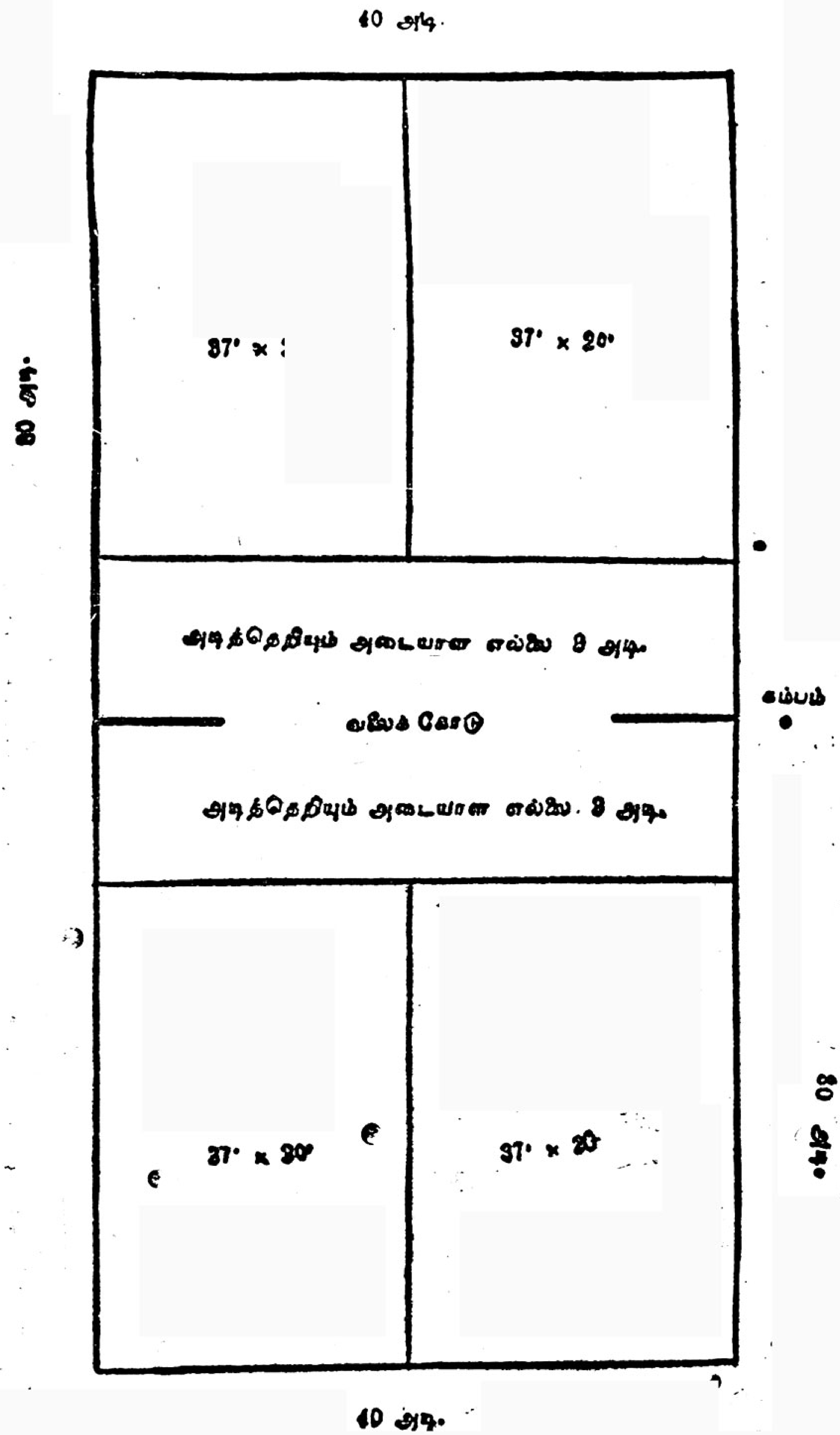
1. சர்விஸ் போடும்போது, எதிராட்டக்காரர் அல்லது எதிராட்டக்காரர்கள் தாங்கள் நின்று கொண் டிருக்கும் இடத்தில் இருந்தே எடுத்தாடுவதுபோல போடாமல், அவர்கள் தங்களது இடத்தைவிட்டு நகர்ந்து சென்று எடுத்தாடுவது போலவே போட வேண்டும்.

2. அவ்வாறு எடுக்கும்போதுகூட, வலிமையாக எடுத்தாடிவிட முடியாமல், அனுப்பிவிட்டால் போது மானது என்ற அளவில் அவர்கள் நிலைமை ஆவது போல, இடம் பார்த்துப் போட வேண்டும்.

3. வலைக்கருகில் பந்து மெதுவாக விழுவதுபோல படும் சர்விஸ் (Low Service), எப்பொழுதும் பயன் தருவதில்லை. எப்பொழுதோ ஒரு முறை பயன்தரும் என்பதால், அதையே விடாப்பிடியாக கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொண்டு, சர்விஸ் போடுவது நல்ல முறை யல்ல. ஆகவே, இந்த சர்விஸ் முறையை அடிக்கடி போடாமல் தவிர்த்து ஆடவும்.

4. நடு ஆடுகளத்திற்குப் போவதுபோல சர்விஸ் போடுவது, சர்விஸ் போடும் குழுவை சங்கடத்திற்

பூப்பந்தாட்ட ஆடுகளம்



குள்ளாக்கிவிடும். ஏனெனில் அது போன்ற பந்தை, எதிராட்டக்காரர்கள் எளிதாக அடித்து ஆடி முடித்து விடுவார்கள்.

5. கடைக் கோட்டருகில் உள்ள பகுதிக்கு சர்விஸ் பந்து போவதுபோல, பந்தை உயர்த்திப் போடுகின்ற முறை நல்ல சர்விஸ் முறையாகும்.

6. அவ்வாறு போடாத பொழுது, எதிர் ஆட்டக் காரர்களிடையே விடப்பட்டிருக்கும் இடைவெளி (Gap) பார்த்து அங்கு போய் பந்து விழுவது போன்ற தன்மையில் போட வேண்டும். அதையும் எதிர் ஆட்டக் காரர் மிகவும் சிரமப்பட்டு எடுத்தாடும் நிலையில் இருந்தால் மிகவும் நல்லதாகும்.

7. பந்தை சுழல விட்டுப் போடுவதும் (Twist) அல்லது மிக உயரமாகப்போய் வருவதுபோல போடு வதும் (High) ஒரு சிலரால்தான் முடியும். அதுவும், அதிகமான பயிற்சிக்குப் பிறகே பெறக்கூடிய பரிசாகும்.

அதுபோலவே, வலையோரத்தில் எதிர்க்குழு பகுதி யில் பந்தை மெதுவாக இடுவதற்கும், மிகவும் தேர்ந்த திறன் வேண்டும். அது, பந்தைக் கையாளும் கெட்டிக் காரத்தனத்தால்தான் கிடைக்கும். இதுபோல் சாமர்த் தியமாகப் போடத் தெரியாவிட்டால், அதை கையாளா மல் இருப்பது நல்லதாகும்.

ஆகவே, மேற்கூறிய சர்விஸ் முறைகளில் உங்களுக்கு எந்த முறை எளிதாக வருகிறதோ, அதையே பழக்கப்படுத்திக் கொண்டு, ஆழ்ந்த பயிற்சி யில் ஈடுபட்டு, விருத்தி செய்துகொள்ள வேண்டும்.

2. பந்தை உயர்த்தி ஆடுதல் (Lob or Float)

பந்தை உயர்த்தியவாறு எதிர்க்குழு ஆடுகளப் பகுதிக்கு அனுப்பி விடுவது ஒரு அரிய கலையாகும். இது பத்திரமாக எடுத்தாடும் ஆட்டத்தின் தலையாய பகுதியாகும்.

இதற்குத் தேவை தன்னையும் மீறி பீறிட்டுக் கிளம்பி விடாத பொறுமைபுணர்வு (Patience). எதிர்க்குழு பகுதிக்குத் தவறில்லாமல் அனுப்பி விடக்கூடிய அளந்தாடும் திறன் (Judgement).

பந்தை அடிக்கலாம் என்ற உள்ளுணர்வின் ஊக்கக் குரல். அடித்தால் நிச்சயம் வெற்றி எண் கிடைத்து விடும் என்ற தைரியத்தின் ஆணை. தன்னம்பிக்கையின் சவால். எல்லாம் சேர்ந்து கொண்டு பொறுமை யுணர்வைப் பிய்த்தெடுத்துவிடும். என்றாலும் 'பொறு மனமே பொறு' என்று மனதைக் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டு, பொறுமையாகப் பந்தை உயர்த்தி அனுப்பி விடுவதால், எத்தனையோ பயன்கள் உண்டு.

1. ஆட்ட நேரத்தில் எதிராளியின் ஆட்ட வேகத்திற்கும் விநயத்திறகும் தாக்குபிடிக்க முடியாமல் நிலைகுலைந்து போயிருக்கின்ற நேரத்தில், அதிலிருந்து மீண்டு வந்து, சரியான ஆட்டத்திற்குத் தன்னை சரிசெய்து கொள்ள, இவ்வாறு உயர்த்தி ஆடும் முறை கைகொடுத்து உதவுகிறது.

2. தனக்கு சரியாக ஆட்டம் பிடிக்காத நிலையில், அடித்தாடி அன்றைய ஆட்டத்தை வீணடித்து வெற்றியை இழந்திட விரும்பாத நிதானமான ஆட்டக் காரருக்கு, எடுத்தாடி ஆடுகின்ற ஆட்டம் எதிரியின்

நிலையைக் குலைக்கின்றதாகவும், இவருக்குப் பாதுகாப்பான ஆட்டமாகவும் பெரிதும் துணை தருகின்றது.

3. இவ்வாறு உயர்த்தி ஆடுவதை, தலைக்கு மேலாக வரும் பந்திலும் (overhead) ஆடலாம். அல்லது இடுப்புக்குக் கீழாக வரும் பந்தையும் எடுத்துக் தள்ளி உயர்த்தி ஆடலாம்.

4. எதிராட்டக்காரரால் பந்து வேகமாக அடித்து அனுப்பப்பட்டால், அதை மெதுவாக எடுத்துத் தள்ளி ஆடினாலே (Gentle Push) போதுமானதாகிவிடும். அதற்காக வலிமையாகத் தேக்கி ஆடினாலும், அல்லது தூக்கி ஆடினாலும், அது ஆடுகளத்திற்கு வெளியே போய்விடும். அதனால், வலிமையாக வருகிற பந்திற்கு சுமாரான சக்தியைப் பயன்படுத்தி ஆடினால் போதும்.

5. எதிராட்டக்காரரிடமிருந்து மெதுவாக பந்து வந்தால் எவ்வாறு உயர்த்தி ஆடுவது என்ற சந்தேகம் எழுவது இயற்கைதான். அவ்வாறு மெதுவாக வருகின்ற பந்துக்கு கொஞ்சம் வேகம் கூட்டிட, வலிமையுடன் தள்ளியே அனுப்பிவிட வேண்டும். ஒரு ஆட்டக்காரர் பந்து தன்னிடம் வரும்போதே, அதன் வேகத்தினை ஓரளவு கணித்துக் கொண்டே ஆடுவது என்பது நல்ல பயிற்சியின் மூலமாகக் கிடைத்துவிடும்.

6. பயிற்சி நேரங்களில் முன்கைப்புறத்தாலும், புறங்கை புறத்தாலும் (Back Hand) பந்தை பல்வேறு உயரங்களில் உயர்த்தி ஆடிப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். அவ்வாறு உயர்த்தி ஆடும்போது, எதிர்க் குழு முன்னாட்டக்காரர்களின் கைக்கு எட்டாமல் அவர்களைத் தவிர்த்து ஒதுக்கி ஆடவும் பழகிக் கொள்ள வேண்டும்.

7. பந்தை உயர்த்தித் தள்ளி ஆடும்பொழுது, ஒரு சில சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் அதில் சுழற்சி தரும் வண்ணம் சுற்றி (Twist அனுப்பிவிடுகிறுர்கள். அந்தப் பந்தானது, ஒரு திசைப்பக்கமாக உயர்ந்து போய், கீழிறங்கி வரும்பொழுது, மற்ருெரு திசையாக சுற்றிக் கொண்டு வர, அதைப் பின்பற்றியே போகும் எதிராட்டக்காரர்கள் சில சமயங்களில் ஏமாந்து போய் விடுவதும் உண்டு.

இது சிறந்த ஆட்டம் என்ருலும், சிறப்பான பயிற்சியினுல் மட்டுமே அடைய முடியும் திறனுகும்.

ஆகவே, உயர்த்தி ஆடும் உன்னதத் திறமையை, நல்ல திறன் என்ற நினைவுடன் வளர்த்துக் கொண்டிட வேண்டும்.

3. தள்ளி ஆடல் (Push)

தள்ளி ஆடும் ஆட்டத் திறனுனது, அடித்தாடும் ஆட்டத் திறனுக்கும், எடுத்தாடும் ஆட்டத்திறனுக்கும் இடைப்பட்ட ஓர் ஆட்டத் திறனுகும். அதாவது, இப்படி ஆடுவதைப் பார்க்கும் பொழுது, இது அடித் தாடுவதுபோல இல்லாமலும், எடுத்தாடுவது போல இல்லாமலும், பாதி அடிப்பதுபோலவும், பாதி தள்ளுவது போலவும் தோன்றுகிற ஓர் ஆட்ட அமைப் பாகும்.

பூப்பந்தாட்டத்தைக் கற்றுக் கொண்டு ஆடத் தொடங்குகின்ற புதிய ஆட்டக்காரர்கள் அனைவரும் இந்த ஆடும் முறையுடன்தான் ஆரம்பிக்க வேண்டும். பழகப்பழக முன்னர் கூறியுள்ள, பின்னே கூறப் போகின்ற திறன்களில் கவனம் செலுத்தித் தேர்ச்சி

பெற்றுவிடவும் வேண்டும். அஃதில்லாமல், ஆரம்பிக்கின்ற புதிய, முதல் நிலையான ஆடும் முறையையே சதம் என்று எண்ணி, அடைக்கலம் புகுந்து அது போலவே ஆடிக்கொண்டிருக்கக்கூடாது.

இவ்வாறு தள்ளி ஆடுகின்ற ஆட்ட முறைக்கு, பொறுமை, இடைவிடா சகிப்புத் தன்மை, பந்தை செலுத்தும் திசையை நினைத்துக் கொண்டு அந்தத் திசைக்கே அனுப்புகிற ஆற்றல் எல்லாம் மிகமிக அவசியமாகும்.

இந்த ஆடும் முறையில், பந்தை அடிக்கக்கூடாது. கொஞ்சம் வலிமையுடன் பந்தை அழுத்தித் தள்ள வேண்டும். அதுவும் தனிப்பட்ட இடத்தை நோக்கி வலையிலிருந்து இறங்குவதுபோல, மேலிருந்து கீழாகத் தள்ளி அனுப்பிட வேண்டும். அதுவும், எதிராட்டக்காரர்கள் இல்லாத இடமாகப் பார்த்துத் தள்ளவும் வேண்டும்.

ஆர்ப்பாட்டமாக அடித்து ஆடுவதை நம்புவதை விட, அடிக்கடி தவறு நேர்ந்துவிடுகிற பொழுது 'அதிர்ஷ்டம் நமக்கு இன்று இல்லை' என்று சலித்துக் கொள்கிறவர்களுக்கு மாற்று மருந்துபோல, நினைத்ததை சாதிக்கும் சக்தியை அளிக்கிறது இந்தத் தள்ளி ஆடும் முறை.

4. இடம் பார்த்துப் போடல் (Drop)

ஆடிக்கொண்டிருக்கும்பொழுதே ஆட்ட நேரத்தில், வலையோரமாக எதிர்க் குழு பகுதிக்குள் வந்து பந்து மெதுவாக விழுவது போல ஆடுவதானது பார்க்க அழகாக இருக்கும்.

அழகாக இருக்கிறது என்பதற்காக, இந்த ஆயுதத்தை அடிக்கடி பிரயோகித்துவிடக் கூடாது. இது வெற்றி பெறுகிறது என்றால், வலையை ஒட்டினாற் போல போய் விழுகிறது என்பதில்தான் அடங்கியிருக்கிறது. இம்மாதிரி ஆடுவது அதிகமான பயிற்சி மிக்கவர்களுக்கே கைவந்த கலையாகும். ஆரம்ப நிலையில் உள்ள புதிய ஆட்டக்காரர்கள் இந்த ஆடும் முறையை கையாளவே கூடாது.

இந்த ஆடும் முறையை, எதிராட்டக்காரர் வலையிலிருந்து அதிக தூரத்தில் நின்று ஆடிக்கொண்டிருக்கின்ற சமயத்தில், அல்லது ஓடி வந்து எடுக்க முடியாத சூழ்நிலையில் நின்று கொண்டிருக்கிற நேரத்தில் இந்த இடம் பார்த்துப் போடுவதில் வெற்றி பெறலாம்.

இவ்வாறு இடம் பார்த்துப் போடப் போகிறீர் என்பதை எதிராட்டக்காரர்கள் முன்கூட்டியே கண்டு பிடிக்க முடியாதவாறு, மிகவும் தந்திரமாக செயல்பட வேண்டும்.

இதுபோல் இடம் பார்த்துப் போடப் போகிறீர்கள் என்பதையும் உங்கள் குழுவினர் அறிந்துகொண்டிருக்க வேண்டும். அத்துடன், அவர்கள் உடனே எடுத்தாடவும் தயார் நிலையில் நின்றிருக்க வேண்டும். இல்லையேல் இவர் இடம் பார்த்து போடப்போய், எதிராட்டக்காரர் ஓடி வந்து எடுத்து, இவர் குழுப்பக்கம் போட்டுவிட, இவர்கள் தயாராக இல்லாமல் இருந்தால், உள்ளதுக்கும் மோசம் வந்ததுபோலல்லவா ஆகிவிடும்!

5. தாக்கி அடித்தல் (Smash)

தாக்கி அடித்தாடுவதானது, பந்தை வலிமையாக அடித்து ஆடுவதாகும். இந்த ஆடும் திறனை எல்லா

ஆட்டக்காரர்களும் பின்பற்றி ஆடுகிறார்கள் என்றாலும் அந்தந்த ஆட்டக்காரரின் ஆடும் சிறப்பாற்றலைப் பொறுத்தே, இந்த ஆட்டத்திறன் வேறுப்பட்டுத் தெரியும்.

நேராக எதிராட்டக்காரர்களது ஆடுகளப் பகுதியில் இடம் பார்த்து பந்தை முழு வலிமையாக அடித்து அனுப்புவதுதான் இந்த ஆடு முறையாகும். நடு ஆடு களத்தில் இருந்தேனும், அல்லது சற்று வலைக்குத் தள்ளி இருந்தபோதிலும் பந்தை வலிமையாக அடித்து அனுப்பிவிட முடியும்.

ஒரு சில ஆட்டக்காரர்கள் நின்றவாறே பந்தை அடிப்பார்கள். வேறு சிலர் உயரே தாவிக் (கைப் பந்தாட்டத்தில் ஆடுவது போல) குதித்து பந்தை வலிமையுடன் அடிப்பதும் உண்டு. இவ்வாறு தாவி அடிப்பது சற்று கூடுதலான பயனையும் அளித்திடும்.

இந்த ஆடும்திறனைக் கற்றுக்கொள்ளும் போது, நல்ல ஆட்டக்காரர் ஒருவரை எதிர் ஆடுகளத்தில் நிற்கச் செய்து, அவர் பந்தை தேவையான உயரத் திற்கு உயர்த்தி அனுப்புமாறு கூறி, மறுபக்கத்தி லிருந்து பலமுறை அடித்தாடிப் பழகினால், இதில் எளிதில் தேர்ச்சி பெறலாம்,

அரை அடித் தாக்குதல் (Half Shot)

முன் பகுதியில் கூறியது போல், பந்தை வலிமை யாக அடித்து அனுப்பாமல், மெதுவாக அடித்து அனுப்புவது. அதாவது வேகமாக பந்து வரும் என்று எதிராட்டக்காரர் நினைத்து ஆடத் தயாராகிக் கொண் டிருக்கும்பொழுது, வேகமற்றதாக பந்து போய், அவர்

முன்னே விழுமாறு அடித்தாடுவதையே, அரை அடித் தாக்குதல் என்கிறோம்.

எதிராளியை ஏமாற்றி ஆடுவதற்காக, வேகமாக அடிப்பது போன்ற பாவனை காட்டி, மெதுவாக அடித் தாடலாம். அது இரட்டையர் அல்லது ஒற்றையர் ஆட்டத்தில் மிகவும் பிரயோசனமுள்ள ஆடும் திறனாக அமைந்திருக்கிறது. இதை தன்னம்பிக்கையுடன் சரியான குறி வைத்து ஆடவேண்டும். இல்லையேல், எதிராளிக்குப் பந்து எளிதாக முன்புறமாகவே கிடைத்துவிட, அவர் அடித்து முடித்து வெற்றி எண் பெற்றுவிடுவார்.

7. சுழலடி : (Twist)

அடிபட்டுப் போகின்ற பந்து, நேராகப் போகாமல், சுழற்சியுடன் சென்று திசைமாறிப் பயணம் செய்யுமாறு அடிப்பதையே சுழலடி என்கிறோம்.

இது சில சமயங்களில் வேகமாகவும் வரும். சில சமயங்களில் மெதுவாகவும் செல்லும். மெதுவாக சுழன்று வரும் பந்தையேனும், தயாராக இருந்து தன்னம்பிக்கையுடன் ஆடினால், தவறின்றி ஆடி விடலாம். வேகமாக சுழன்று வரும் பந்தை மிகவும் கவனத்துடனும், எச்சரிக்கையுடனும் ஆடவேண்டும்

சுழலடியால் வருகிற பந்தானது, ஆடுகளப பகுதியின் ஒருபுறமிருந்து வரத்தொடங்கி, மறு பகுதியில்தான் போய் விழும். அது, பக்கக் கோடு களுக்கு வெளியே போய், அங்கிருந்து உட்புறமாக, சுற்றிக்கொண்டே வந்து விழலாம். அல்லது ஒரு பக்க மாகக்கோட்டுக்கு அருகில் போய்கூட விழலாம். ஆகவே, மிகவும் நிதானத்துடன் ஆடவேண்டும்.

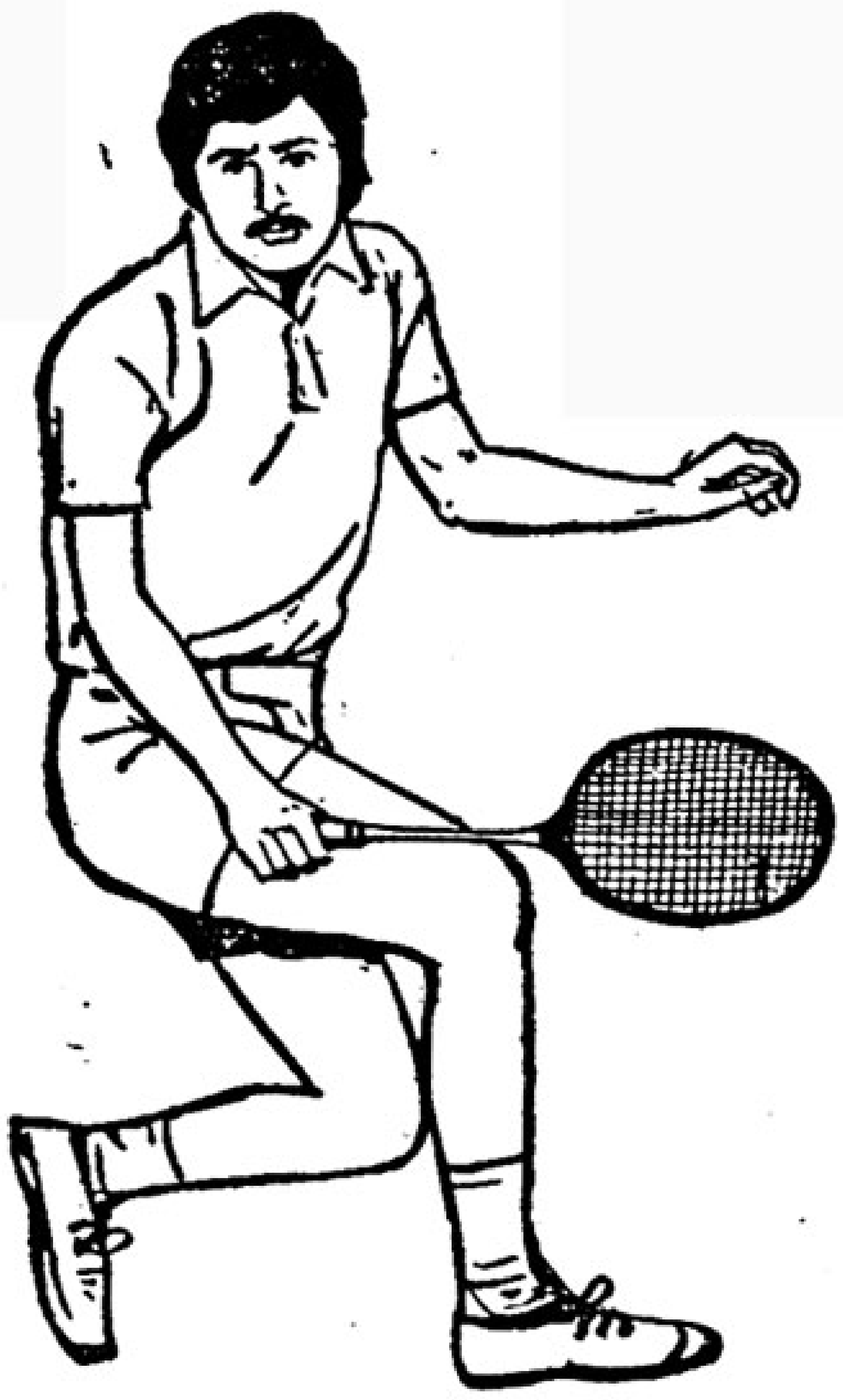
மெதுவாகவோ, சற்று அதிகமாகவோ காற்று வசக் கொண்டிருக்கும் நேரத்தில், அது போன்ற சுழலடி ஆட்டம் சிறப்பாக அமையும். வருகிற பந்தை நோக்கிப் பந்தடி மட்டையின் (வட்டப் பரப்பை) முகத்தைக் கொண்டு சென்று, பந்துக்கு குறுக்காக வெட்டுவது போல, செதுக்கி அடித்து அனுப்புவதைத் தான், சுழலடியில் செய்கின்றார்கள். அவ்வாறு அனுப்பும்போது, பந்தைத் தள்ளுவதுடன், பந்தைச் சுழலும்படி செய்தும் அனுப்புகின்றார்கள்.

பந்தைத் தலைப்பாகத்தில் அடித்து, வலைக்கு மறுபுறம நேராக இறங்கி விழுமாறு அடித்தாடும் ஓர் முறையும் உண்டு.

வலது கையால் வலிமையாக அடிப்பதுபோலவே, இடது கையாலும் அடிப்பவர்கள் சிலர் உண்டு. இது சிறப்புக்கும் பெருமைக்கும் உரிய திறமையாகும். அவர்கள் இடது கையிலும் வலது கையிலும் பந்தாடும் மட்டையை மாற்றிக்கொண்டு, ஒவ்வொரு முறையும் ஆடுவது அபூர்வமான காட்சியாகும்.

மேலே கூறிய திறன்களை மிகவும் நுணுக்கமாகவும் நுட்பமாகவும் தெள்ளத் தெரிந்து விளங்கிக் கொண்டு, விரும்பி, நல்ல முயற்சியுடன் ஆடிப்பழகிக் கொண்டால், சிறப்புற தேர்ந்திட முடியும். முயற்சியுடையார் இகழ்ச்சி அடையார் என்பது பழமொழி,

சிறப்புறும் திறமையிலே உயர்ந்தோங்கிட உங்கள் பயிற்சி உதவும் என்பதால் உண்மை பயிற்சியைப் போல உற்ற நண்பன் உலகிலே இல்லை என்ற உறுதியுடன் செயல்படுங்கள். வெற்றி நிச்சயம் கிட்டும்!



6. இரட்டையர் ஆட்டமும் ஒற்றையர் ஆட்டமும்

இரட்டையர் ஆட்டம் (Doubles)

ஒரு குழுவிற்கு இரண்டு ஆட்டக்காரர்கள் இருந்து ஆடுவது இரட்டையர் ஆட்டமாகும். அதற்குரிய ஆடு களமானது, ஐவர் ஆட்டத்திற்குரிய அளவில் சரிபாதி யாகும். அதாவது 80 அடி நீளம் 40 அடி அகலம் ஐவர் ஆட்டத்திற்குரியதென்றால், இரட்டையர் ஆட்டத்திற் குரிய ஆடுகளத்தின் அளவானது 60 அடி நீளம் 20 அடி அகலமாகும்.

ஒவ்வொரு குழுவிலும் உள்ள இருவரில், ஒருவர் முன்னாட்டக்காரராகவும், மற்றொருவர் பின்னாட்டக்கார ராகவும் இருந்து விளையாடுவார்கள். இருவராக இருப்ப தனால், சேர்ந்து ஆடக்கூடிய சூழ்நிலை அமைந்திருந்தா லும், சிறப்பாக தனியாளாக இருந்து ஆடக்கூடிய அளவில் தான், இந்த இரட்டையர் ஆட்டத்தின் அமைப்பும் இருக்கிறது. இணைந்தாடுவது தேவைதான் என்றாலும், ஒரு ஆட்டக்காரரின் சிறப்பான ஆட்டத் திற்கும் இதில் வாய்ப்பும் வசதியும் இருக்கிறது.

இனி, இரட்டையர்கள் எவ்வாறு ஆடவேண்டும் என்ற ஆட்ட முறைகளையும் இங்கு காண்போம்.

முன்னாட்டக்காரர் (Forward)

பின்னாட்டக்காரராக ஆடுபவர், ஆடுகளத்தின் அதிகமான பரப்பளவுள்ள இடங்களைக் காத்து விளையாடுபவராக இருந்தபோதிலும், முன்னாட்டக்காரர் எப்பொழுதும் முன்னெச்சரிக்கையாகவும், சுறுசுறுப்பாகவும் இயங்கி, வலையோரப் பகுதிகளில் நின்றிருந்தபடி, வரும் பந்தினைஅடித்து முடித்து, வெற்றி எண் பெற்றுவிடக்கூடிய ஆற்றல் உள்ளவராக விளங்க வேண்டும்.

ஆடுகின்ற முறை

1. முன்னாட்டக்காரர் நிற்கின்ற இடமானது வலையிலிருந்து சுமார் 6 அடி தூரத்திற்கு அப்பாலிலிருந்து 12 அடி தூரத்திற்கு இடைப்பட்ட அளவில் இருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான், வலைக்கருகில் வந்து விழுகின்ற பந்தையும் (Drop) எளிதாக எடுத்தாட முடியும். அதே நேரத்தில், ஆடுகளத்தின் பிற்பகுதிகளையும் காத்து நின்றாட முடியும்.

2. தான் நிற்கின்ற பகுதியில், ஏதாவது ஒரு ஓரப் பகுதியைக் (One side காத்து நின்று ஆடுவதாக ஏற்பாடு செய்துகொண்டு ஆடவேண்டும். பொதுவாக முன்னாட்டக்காரர் தனது இடப்புறப் பகுதியை (Left Line) காத்து ஆடுவார். பின்னாட்டக்காரர் வலப்புறப் பகுதியைப் பார்த்து அதனைக் காத்துக்கொண்டு ஆடுவார்.

3. முன்னர் குறித்துக்காட்டியதுபோலவே, ... நின்று ஆடவேண்டும். ஆடித்தான் ஆக வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை. வேகமாக ஆடி பந்துப் பரிமாற்றம் இரு குழுக்களிடையே நடந்துகொண்டிருக்கும்பொழுது, எந்த பகுதி ஆளில்லாமல் காலி

இடமாக விழுகின்றதோ, அந்த இடத்தைக் காத்துக் கொண்டு ஆடிடவேண்டும். அப்பொழுது 'இதைத் தான் செய்வேன். இங்கேதான் நிற்பேன். அது என் இடமல்ல, நான் ஏன் போய் எடுக்க வேண்டும்' என்பது போல விவாதம் செய்வது விவேகம் ஆகாது. ஒருவருக் கொருவர் அனுசரித்து ஆடிட வேண்டும். அதை முன்னாட்டக்காரர் அவ்வப்போது கூறி செயல்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

4. வலைக்கருகில் பந்தை மெதுவாக விழச்செய்து (Drop) வெற்றி எண் பெறுவதில், எதிர்க் குழுவினர் கண்ணும் கருத்துமாக இருப்பார்கள். அவர்கள் நோக்கமெல்லாம், 'வலைக்கருகில் பந்தைப் போட்டு விட்டால் பொதுவாக எடுத்துவிட முடியாது. அப்படி பந்தை எடுத்து விட்டாலும், சற்று உயரமாகத்தான் எதிர்குழுவிற்குப் போய்ச் சேரும். அப்பொழுது எளிதாக அடித்து முடித்துவிடலாம்' என்பதுதான். அதற்கு இடங்கொடுக்காமல், வலைக்கருகே விழும் பந்தை சாமர்த்தியமாக எடுத்தாடிட எச்சரிக்கையுடன் இருப்பதுடன், சிறப்பாக அனுப்பிவிடும் பொறுப்பும் கடமையும் இவருக்கு உண்டு.

5. சர்விஸ் போடும்போது ஒரு சில அடிப்படை முறைகளை இவர் கையாளுவது நல்லதாகும். எந்த விதமான சர்விஸ் வேண்டுமானாலும் இவர் போடலாம். ஆனால், அது முன்னாட்டக்காரர் வசதியாக எடுத்தாடி விடக்கூடிய அளவில், அவருக்கு கைக்கு ஏதுவாகப் போவதுபோல் இருந்துவிடக் கூடாது. அதே சமயத் தில், முன்னாட்டக்காரரின் பின்னால் போடப்போகிறேன் என்று நடு ஆடுகளத்தில் (Mid court) சர்விஸ் போட்டு விடுவதும் கூடாது. அப்படி போட்டால், பின்னாட்

டக்காரர் எளிதாக அடித்து முடித்து விடுவார் என்ப தையும் முன்னாட்டக்காரர் மறந்துவிடவே கூடாது.

அதனால், அவர் சர்வீஸ் போடும்போது, ஆடுகளத் தின் வலப்புற அல்லது இடப்புறப் பகுதி மூலையில் (Corner) போய் விழுவதுபோல ஆடுவதுதான், பாது காப்பான ஆடும் முறையாகும்.

6. சில சமயங்களில், முன்னாட்டக்காரர் ஏமாந்திருப் பதை பார்த்துக்கொண்டு, வலையோரமாக அவர் எடுக்க முடியாத வண்ணம் சர்விஸ் போட்டுவிடவும் வேண்டும். அப்படி எடுத்தாலும், அது சர்விஸ் போடும் முன்னாட் டக்காரருக்கே வகையாக அடிப்பது போல்தான் எடுத் தாடுவதாக அமையும். அவரையும் மீறி கொஞ்சம் பின்னால் போனால், பின்னாட்டக்காரர் வலிமையாக அடித்தாடவும் வாய்ப்பினைத் தந்திடும்.

7. பந்தை சுழற்றிப் போடும் சர்விஸ் (Twist) முறையை எப்பொழுதும் பயன்படுத்தலாம். ஆனால், நடு ஆடுகளத்திற்குப் போகாமல், கோடுகளுக்கருகே போவதுபோல் போடுவதுதான் நல்ல பயனைத் தரும். எதிராளிகளாலும் எளிதாக ஆட முடியாமல் போகும். சர்விஸ் போடுபவருக்கும், தொடர்ந்து வெற்றி எண்ணும் கிடைத்து வரும்.

அடுத்து, பின்னாட்டக்காரர் ஆடவேண்டிய முறை களைக் காண்போம்.

பின்னாட்டக்காரர் (Back Player)

பின்னாட்டக்காரர்தான், இரட்டையர் ஆட்டம் ஆடுகின்ற குழுவின் முதுகெலும்பு போன்றவராக,

முக்கியமான இடத்தை வகிக்கின்றார். ஆட்டத்தின் முழுச் சுமையையும் தன்மேல் ஏற்றிக்கொண்டு, வெற்றிகரமாக செய்துமுடிக்கும் பெரும் பொறுப்பை வைத்துக் கொள்கின்றார்.

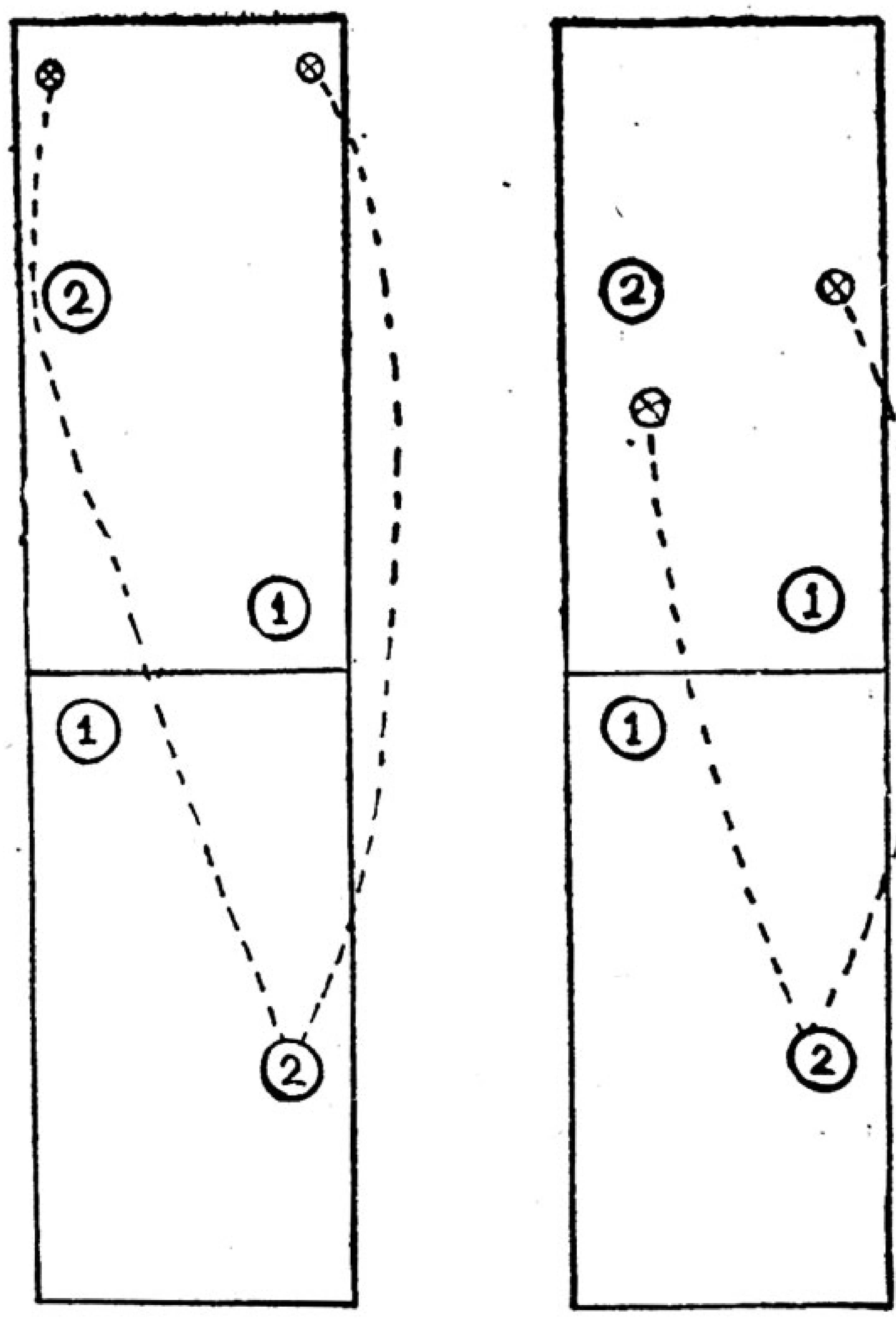
ஆடுகளத்தின் நீளமானது 40அடி தூரம் என்றால், முன்னாட்டக்காரர் வலையிலிருந்து ஏறத்தாழ 12 அடி தூரம்தான் பின்னால் வந்து ஆடலாம் என்று முன்னரே கூறியுள்ளோம். மீதியுள்ள 28 அடி தூரத்தில் அடங்கிய இடப்பரப்பு முழுவதையும், பின்னாட்டக்காரரே காத்திருந்து ஆடுகின்றார் என்றால், அவரது பொறுப்பின் மிகுதியை நீங்களும் புரிந்துகொள்ளலாம் அல்லவா!

அவ்வாறு காத்துக்கொண்டு ஆடும்பொழுது, எடுத்தாடுகின்ற பந்தை எதிராளிகள் எளிதாக எடுத்து அடித்து முடிப்பதுபோல் ஆடிவிடக் கூடாது என்பதில் பின்னாட்டக்காரர் கண்ணும் கருத்துமாக இருந்து விளையாட வேண்டும்.

அதற்காக, அவர் தான் அனுப்புகின்ற பந்தையெல்லாம் கடைக் கோட்டருகில் (Base Line) அல்லது அதன் இருபுறமும் இருக்கின்ற மூலைப் பகுதியைப் பார்த்து உயர்த்தி ஆடவேண்டும்(Lob). அல்லது அடித்தாட நேர்ந்தால் எதிர்க்குழு முன்னாட்டக்காரர் கைக்கு எட்டாமல் அல்லது கிடைக்காதவாறு அடித்தாட வேண்டும்.

மேலே உயர்த்திப் பந்தை ஆடும்போது, கடைக் கோட்டருகிலே போய் பந்து விழும் இடத்தைக் குறித்துக் காண்பித்திருக்கிறோம். அதுபோலவே, அடித்தாடுகின்ற நேரத்தில், முன்னாட்டக்காரருக்கும் எட்டாத

வாறு, பின்னுட்டக்காரராலும் எடுக்க முடியாதவாறு, பக்கக் கோடுகளுக்கு அருகே விழுமாறு ஆடவேண்டும்.



1Ⅰ 2

1ஆம் படத்தில், பின்னுட்டக்காரருக்கும் பின்புறத்தில் போய் பந்து விழுகிறது.

2ஆம் படத்தில், இருவருக்கும் எட்டாத இடத்தில் பந்து போய் விழுகிறது.

ஒரே மாதிரியாகப் பந்தை அடித்தாடாமல், சில சமயம் இடம் பார்த்துப் போடுவதுபோல் (Drop Shot) ஆடவேண்டும்.

ஆக, பின்னுட்டக்காரர் ஒருவர் ஆடுகின்ற நேரத்தில் எப்படி எப்படியெல்லாம் ஆடவேண்டும் என்பதை ஆட்ட வல்லுநர்கள் பிரித்துக் காட்டியிருக்கிறுர்கள்.

1. கடைக் கோட்டருகில் உள்ள இடப்புறம் அல்லது வலப்புறம் இருக்கும் மூலைப் பகுதிகளுக்கு பந்தை உயர்த்தி ஆட(Lob)வேண்டும்.

2. அடித்தாடும்போது பக்கக் கோடுகளுக்குப் (Side Lines) பக்கமாக பந்து போவது போல, அதிலும் குறிப்பாக, முன்னாட்டக்காரர் காத்து நிற்பதற்கு அடுத்த பகுதி நோக்கிப் போகுமாறு பந்தை அடிக்க வேண்டும்.

3. பந்தை சுழல விட்டு (Twist or Screw) அனுப்பும்பொழுது கூட, முன்னாட்டக்காரர் ஆடுவ தற்கு முயன்றாலும் எட்டாமல் இருக்கின்ற தூரத்தில் தான் பந்தை அனுப்ப வேண்டும்.

4. அரை அடி (Half Shot) என்பார்களே, அது போல வேகமாக அடிப்பதுபோல் பாவனை செய்து, தந்திரமாக அரையடி அடித்து, எதிர்க்குழு பகுதியில் இடம் பார்த்துப் போட (Drop) வேண்டும்.

இவ்வளவு தூரம் பொறுப்பேற்று, கஷ்டப்பட்டு ஆடினாலுங்கூட அதிகமான வெற்றி எண்களை பின் னாட்டக்காரரால் பெற்றுவிட முடியாது. அவர் அதிக மாக ஆடி, தன் முன்னாட்டக்காரருக்கு எளிதாக அடித்து முடிப்பதற்கேற்ற வாய்ப்பினை உண்டாக்கித் தருகிறார். தரவும் முயல்கிறார். அந்த வாய்ப்பைப் பயன் படுத்தி, முன்னாட்டக்காரரே வலிமையாக அடித்து முடித்து, வெற்றி எண்களைப் பெற்றுத் தருகிறார்.

இவ்வாறு இரட்டையர் ஆட்டத்தில், ஒருவருக் கொருவர் துணையாக இருந்து ஆடி வெற்றி பெறு கின்ற விதங்களையும், அவர்கள் ஆடுகின்ற முறைகளை யும் அறிந்து கொண்டோம். அடுத்ததாக, ஒற்றையர்

ஆட்டத்தில் ஆடும் ஆட்டக்காரரின் பொறுப்பான ஆட்டம் பற்றிய தன்மைகளை அறிந்து கொள்வோம்.

2. ஒற்றையர் ஆட்டம் (Singles)

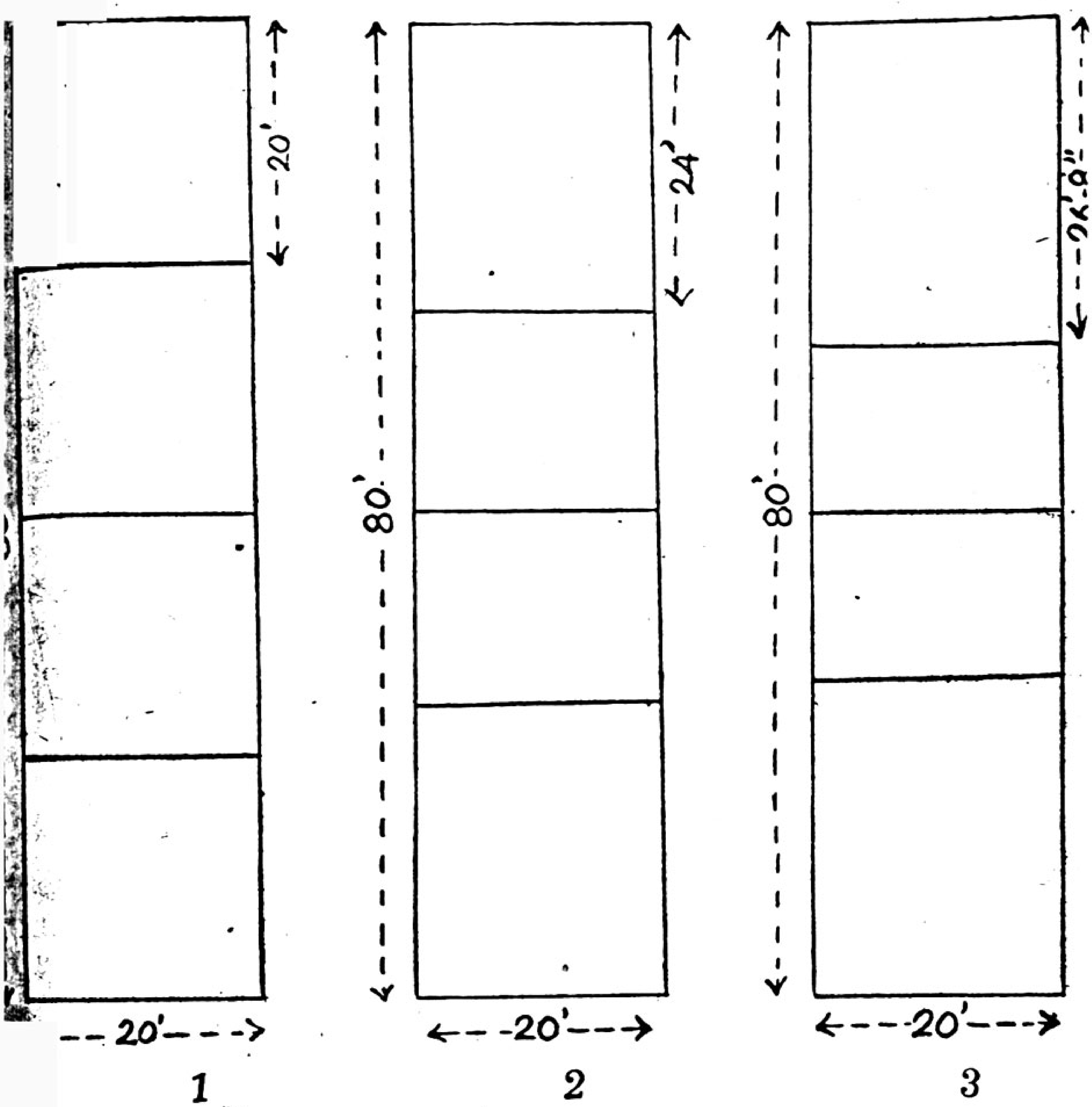
ஒற்றையர் ஆட்டத்தை அங்கீகரிக்கப்பட்ட போட்டிகளில் ஏற்றுக்கொள்ளப் படாவிட்டாலும் ஆங்காங்கே ஆர்வமுள்ள விளையாட்டு விரும்பிகளால் ஒற்றையர் போட்டி நடத்தப்படுகிறது. அவ்வாறு தனித்தனியே, அவரவர்கள் விருப்பத்திற்கேற்றவாறு நடத்தப்படுவதால், ஆடுகளம் பற்றிய அளவு வருகிற பொழுது, வித்தியாசப்படுவது இயல்புதானே!

பல போட்டிகளில், பல்வேறு விதமான ஆடுகள அமைப்புக்கள் இருக்கின்றன. அவை ஆட்டக்காரர்கள் ஆடும் சக்திக்கும், ஆட்டத் திறமைக்கும் ஏற்றாற் போலவே வித்தியாசப்படுகின்றன.

ஒருவர் நின்று ஆடுகின்ற ஆடுகளப் பகுதியான (Court) நீள அகலமானது 40 அடி × 20 அடியாகும். அகலம் 20 அடி. அது ஒரே அளவுதான். நீளம்தான் நிலைமைக்கேற்ப வேறுபட்டிருக்கிறது. அது 40 அடி தூரத்தில் வலைக்கோட்டிலிருந்து 13 அடி 4 அங்குலம்; 16 அடி; 20 அடி என்று தூரத்தைக் கணக்கிட்டு; அந்த அளவுக்குக் கோடு போட்டு, அதற்குள் ஆடுகின்ற பந்து விழுந்தால், ஆடுகளத்திற்கு வெளியே (Out) விழுந்தது என்பதாக விதியமைத்துக் கொண்டிருக்கின்றார்கள்.

எந்தக் கோட்டின் மேல் பந்து விழுந்தாலும் அல்லது கோட்டைப் பந்து தொட்டாலும், அது ஆடுகளத்திற்கு வெளியே விழுந்ததாகவேகருதப்படும்(Out).

கீழே உள்ள படம் ஆடுகள அளவினைக் காட்டுவதாக அமைந்திருக்கிறது.



1. சப் ஜுனியருக்கான ஆடுகள அளவு
2. ஜுனியருக்கான ஆடுகள அளவு
3. சீனியருக்கான ஆடுகள அளவு

அதிகமான பரப்பளவுள்ள ஆடுகளத்தில், தனி ஆள் ஒருவராக நின்று, நெடுநேரம் ஆடுவது என்பது, ஒருவரின் பொறுமையையும் ஆட்டத் திறமையையும்,

உடல் வலிமையையும், நெஞ்சுரத்தையும் (Stamina சோதிக்கின்ற ஆட்டம்தான் இந்த ஒற்றையர் ஆட்ட என்பதை எல்லோருமே ஏற்றுக்கொண்டிருக்கின்றன

அத்தகைய ஆற்றல் மிக்க ஆட்டத்தை ஒரு ஆட்டக்காரர் எவ்வாறு ஆடவேண்டும் என்பதை இனி வரும் பகுதியில் காண்போம்.

1. ஒற்றையர் ஆட்டப் போட்டியானது இரண்டு எதிராளிகளுக்கிடையே நடக்கும் துவந்த யுத்தம் போன்று இருப்பதால், ஒருவருக்குள்ள குறைபாட்டை (Weakness) உணர்ந்துகொண்டு, அதற்கேற்பவே ஆடி எதிராளியை வெற்றிகொள்ள வேண்டும்.

2. அதற்கடுத்து, சர்விஸ் போடும்போது, ஒரு சில யுக்திகளைக்கையாள வேண்டும். பல்வேறுவிதமான சர்விஸ் முறையினை இந்த ஒற்றையர் ஆட்டத்தில் சர்விஸ் போடும்போது பின்பற்றலாம்.

வலையோரமாகச் செல்வது போன்ற சர்வீஸ் (Low service): அவ்வாறு போடுகின்ற பந்தானது தவறு என்று குறித்துள்ள முன்னெல்லைக் கோட்டை (Fault Area) ஒட்டினாற்போல் போய் விழுமாறு செய்தால், அது மிகவும் சிறப்பான சர்விசாகும்.

3. பந்தை உயரமாகத் தூக்கி விட்டாற்போல சர்விஸ் (Lob) போட்டால், அதை கடைக்கோட்டருகில் போகுமாறு போடவேண்டும். அப்பொழுதுதான், எதிராட்டக்காரர் பின்னால் ஓடிப்போய் பந்தை தடுமாறிக்கொண்டு எடுத்துப் போடும்போது, அடித் தாட வாய்ப்பாகவும் வசதியாகவும் வந்து அமையும். அது அனுகூலமான ஆடும் முறையையும் அளிக்கும்.

– 5 MAR 1926

4. சுழல் சர்விஸ் (Twist) போட்டால், அதை அவ்வளவு எளிதாக எடுத்தாட முடியாததாகையால், அதுவும் நல்ல பயன் தரும். ஆனால் ஒன்றை மட்டும் சர்விஸ் போடுபவர் கவனத்தில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

எந்தவிதமான சர்விஸ் போட்டாலும் சரி, எதிராட்டக்காரரை பந்தெடுப்பதற்கு முன், பல தப்படிகள் முன்னே அல்லது பின்னே சென்று எடுப்பதாகத்தான் இருக்கவேண்டும் என்பதுதான் முக்கியமான குறிப்பாகும். அவ்வாறு அவர் பல தப்படிகள் ஓடி எடுப்பதால், அவரால் சரியாகப் பந்தைத் திருப்பி அனுப்ப முடியாமல் திணறும்போது, வருகிற பந்தை வசதியாக எடுத்தாடசர்விஸ் போடுபவருக்கு வாய்ப்பு கிடைக்கும்.

5. ஒரேமாதிரி சர்விசாகத் தொடர்ந்து போடாமல் இந்த மாதிரி சர்விஸ் வரும் என்று எதிராட்டக்காரர் திணறுவது போல், சர்விஸை அடிக்கடி மாற்றிக் கொண்டே போட வேண்டும்.

6. சர்விஸ் போட்டு, திருப்பி அனுப்பப்படும் பந்தை, எதிராளிக்குரிய ஆட்டக் குறைபாட்டை அனுசரித்து, அடித்தோ அல்லது எடுத்தோ இடம் பார்த்து அனுப்ப வேண்டியதை ஆட்டக்காரர் உசிதம் போல் செய்யலாம்.

முதலில், அவர் அடித்தாடி அனுப்பவேண்டிய முறைகள் எவ்வாறு என்பதையும் தெரிந்து கொள்வோம்.

அடித்தாடும் ஆட்டம் (Offence)

1. வலைக்கருகில் நின்று கொண்டு, வலைக்குச் சற்று மேலாக வரும் பந்தைத் தடுத்தாட எதிர்க்

குழுவில் யாரும் இல்லை என்பதால், தனக்கு சௌகரியமாக நடு ஆடுகளத்திலே வருகின்றபந்தை தாராளமாக அடித்தாடலாம் (Smash). வெட்டி ஆடி அனுப்பலாம் (Cut). ஆனால், வசதியாக வந்தால்தான் அடிக்க வேண்டும்.

2. நடு ஆடுகளத்தைக் கடந்து பின்புறம் போகின்ற பந்தை எப்பொழுதும் அடித்தாட முயலக் கூடாது. அவ்வாறு ஆடினால், அது, நடு ஆடுகளத் திற்குத்தான் செல்லும். அப்படியென்றால் அதை விரைவாக எடுத்தாடி, நீங்கள் வருவதற்குள் உங்கள் முன் புறத்தில் இடம் போட்டு விடுவார்கள். பிறகு, உங்களால் அதை எடுத்தாட முடியாமல் சிரமப்பட நேரிடும். ஆகவே, அது போன்ற இக்கட்டான நிலைமையை நீங்களே உண்டுபண்ணிக் கொள்ளாமல் ஆட வேண்டும்.

3. வருகிற பந்தை வேகமாக அடிக்காவிட்டாலும் இடம் பார்த்து நேராகத் தள்ளுவதுபோல(Push Stroke) அடித்தாடினால், அது நல்ல பயனைக் கொடுக்கும். அவ்வாறு ஆடும்போது சரியான இடத்தைக் குறி பார்த்து, அங்கே போய் விழுவதுபோலசாமர்த்தியமாக ஆடிட வேண்டும். இந்த ஆட்ட முறையை எந்த இடத்தில் இருந்து வேண்டுமென்றாலும் ஆடலாம்.

4. மெதுவாகக் காற்றடித்துக்கொண்டிருக்கும் பொழுது, பந்தைச் சுழற்றி அடித்து (Twist) ஆடினால், அது காற்றோடு போய் சேர்ந்து, எதிராட்டக்காரரை ஏமாற்றி விழும். அதனால், நேரம் பார்த்து, இந்த ஆட்டத் திறனைக் கையாண்டு கொள்ளலாம்.

5. எதிராட்டக்காரர் கடைக்கோட்டருகில் நின்று கொண்டிருக்கும்பொழுது அல்லது இடது கைப்புற ஆடுகளத்தின் பக்கக் கோட்டுக்கருகில் நின்று ஆடும் பொழுது, பந்தை அரையடி (Half Shot) அடித்து, இடம் பார்த்துத் தள்ளி விட்டால், அது, நல்ல சாதகமான பலனையே நல்கும். அது எப்பொழுதும் பயன் தரும் ஆயுதமாகவே அமையும் என்பதை நினைவில் கொண்டு ஆடவேண்டும்.

6. எதிராட்டக்காரர் சுழற்றி அடித்தனுப்புகின்ற பந்தை, அப்படியே எதிர் சுழல் தந்து (Reverse Screw) அடித்து அனுப்புவது நல்ல ஆட்டம் என்ருலும், எப்பொழுதாவது ஒருமுறை செய்தால் நன்ருக இருக்கும். அடிக்கடி இவ்வாட்டத்திறனைக் கையாண்டால், தவறுகள் அதிகம் நேர்ந்திட, வெற்றி எண்களை இழக்கும் வாய்ப்பினை அடைவதுடன் அல்லது எதிராட்டக் காரருக்கு அதிகமாக வெற்றி எண்களை ஏற்றிவிடக்கூடிய சந்தர்ப்பத்தையும் நீங்களே கொடுத்தவராவீர்கள்.

இதுவரை, ஒற்றையர் ஆட்டத்தில் பங்குபெற்று ஆடும் ஆட்டக்காரர் எவ்வாறெல்லாம் அடித்தாடலாம் என்ற வகைகளையும் முறைகளையும் விளக்கமாகக் கூறி வந்தோம். ஆனால், அடித்தாடலாம் என்று கூறிவிட்ட பிறகு, 'தன்னையார் கேட்கப் போகிருர்கள். தவறு செய்தால், நாம் தனியாகத்தானே ஆடுகிரேம்' என்ற நிலையில் இருக்கிற போழுது, எல்லாபந்தையுமே அடித்தாடலாம் என்ற முடிவுக்கு ஒருவர் வருவாரேயாஞல், அவர் எடுத்த முடிவு சரியானதல்ல. யானை தன் தலையிலேயே மண்ணை வாரிப் போட்டுக் கொள்வது போல்

தான் என்ற பழமொழிக்கு இவர் உதாரண புருஷராகி விடுகிறார் என்பதே அர்த்தமாகிவிடும்.

வருகிற எல்லா பந்தையும் அடித்தாடலாம் என்கிற ஆசை உணர்வும் ஆவேசமும், உற்சாகமும் அடிக்கடி எழுந்தாலும், ஒருவிதமான வெறி உந்தித்தள்ளினாலும், அந்த ஆசையை அகற்றி, அப்புறப்படுத்தி, நிற்க வைத்து, நிதானப்படுத்திக் கொண்டு விடவேண்டும்.

அவ்வாறு அடித்தாட முயன்றால், வெகு சீக்கிரத்தில் களைத்துப் போய் விடுவதுடன், தொடர்ந்து ஆட முடியாது தொய்ந்துபோக நேரிடும். அது, எதிராளிக்கு உற்சாகத்தை உண்டுபண்ணி, நன்றாக ஆடவும் கூடிய வலிமையையும் நல்கிவிடும்.

அடித்தாடுவதால், அதிகமான தவறுகள் (Fouls) ஏற்படக்கூடும். அடிக்கின்ற பந்துக்கெல்லாம் வெற்றி எண்கள் கிடைத்துவிடும் என்பதற்கும் உத்திரவாதம் கிடையாது. வலையில் பட்டுவிடலாம். எல்லைக்கு வெளியேயும் போய் விழலாம், அல்லது சரியாகவே போனால் கூட, எதிராட்டக்காரர் பந்தை எடுத்து சாதுரியமாகத் திருப்பி அனுப்பிவிடவும் செய்யலாம். அதனால், உடம்பை அலட்டிக் கொண்டு, அடித்தாடுவதுதான் ஆட்டம் என்று ஆடாமல், அமைதியாக இருந்து, தேவையான நேரத்தில் தாக்கி ஆடுவதே புத்திசாலித்தனமான ஆட்டமாகும்.

எடுத்தாடும் ஆட்டம் (Defence)

எதிராட்டக்காரர் வேகமாக அடித்து அனுப்புகின்ற பந்தினை, எடுத்து ஆடி அனுப்புவதில் வல்லவரான ஒரு ஆட்டக்காரருக்கு எப்பொழுதும் வெற்றி வாய்ப்பு

பிரகாசமாகவே இருக்கும். இது மிகையான மொழியல்ல, உண்மைதான்.

ஒற்றையர் ஆட்டத்தில் வருகிற பந்தை வலிமையாக அடித்து அனுப்பாமல், எடுத்தாடியே அனுப்பிக் கொண்டிருக்கும் ஆட்டம் பார்ப்பதற்குக் கவர்ச்சிகரமாகத் தோன்ருமல் இருக்கலாம். ஆனுல் அந்த ஆட்டம் தான் அருமையான வெற்றியைத் தரும் வரப்பிரசாதமாக, அமைந்திருக்கும் என்பதை ஆடியுள்ள அனுபவசாலிகள் அனைவரும் அறிவார்கள்.

ஏனெனில், அவர் ஆடுகின்ற ஆட்டம் பத்திரமானதாகும். பாதுகாப்பான ஆட்டமாகும். பதட்டப் படாமல், நிதானமாக, அள்ளித் தெளிக்கும் அவசரக் கோலம் போல இல்லாமல், தேவையற்ற துணிச்சல் இல்லாமல், பொறுமையாக பந்தை ஆடி அனுப்புவதால் தான்,அவரது வெற்றி வாய்ப்பு பளிச்சென இருக்கிறது என்கிருர்கள் ஆட்டவல்லுநர்கள்.

அவர் பந்தை எடுத்து அனுப்பிக் கொண்டிருப்பதானது, எதிராளியை அடிக்கத் தூண்டி விட்டிவிடுகிறது. அதன் காரணமாக, அவர் ஆவேசத்துடன், ஆசைப் பெருக்குடன் அடித்தாடத் தலைப்பட்டு விடுகிருர். இது எடுத்தாடுபவருக்கு சாதகமான சந்தர்ப்பமாகும். அடித்தாடுபவர் இழைக்கின்ற தவறுகள் அனைத்தும், இவருக்கு வெற்றிக்குத்தானே வழி வகுக்கும்.

படபடப்புடன் எதிராட்டக்காரர் பாய்ந்து பாய்ந்து அடித்தாடிக் கொண்டிருக்கும்போது, இவர் தனது பணியை அமைதியாகச் செய்து கொண்டிருக்கிருர். இவ்வாறு அமைதியாக ஆடும் எடுத்தாடும் ஆட்டக்

காரர், என்னென்னவாறு நடந்து கொண்டால், ஆட்டம் மேலும் செழுமைபெறும் என்பதையும் கவனிப் போம்.

1. பந்தை எடுத்தாடும்பொழுது, மெதுவாக ஆடாமல், உடனே விரைவாக எதிராட்டக்காரர் பகுதிக்கு அனுப்பிவிடவேண்டும். அப்பொழுது தான், அவரை விரைவில் களைக்க வைக்க முடியும்.

2. பந்தை உயர்த்தி (Lob) ஆடுகின்ற நேரத்தில், ஆடுகளத்தின் கடைக் கோட்டுப் பகுதிக்கு அனுப்பி வைத்து விடவேண்டும். அல்லது பக்கக் கோட்டுக்குப் பக்கமாக அனுப்ப வேண்டும் அப்பொழுதுதான், அடித் தாட முயலும் எதிராட்டக்காரர் ஆட முடியாமல் திணறி, தவறுகள் இழைக்க நேரும். அதனால், வெற்றி எண்கள் அதிகம் பெற வாய்ப்பு பெருகும்.

3. எதிராட்டக்காரரின் ஆட்டக் குறைபாட்டை (weakness) தெரிந்து கொண்டு, அவரே அடிக்கத் தூண்டுவது போல் பந்தை அனுப்பி, தவறுக் குள்ளாக்க முயல வேண்டும்.

4. எதிராட்டக்காரர் கடைக்கோட்டுப் பகுதியில் நின்று கொண்டு பந்தை அடித்து (Smash) அனுப்பும் பொழுது, உடனே எடுத்தாடுபவர் பந்தை எடுத்து முன்னெல்லைப் பகுதி (Fault line) ஓரமாகப் போட்டு விட வேண்டும்.

எனெனில், பின்புறமிருந்து அடித்துவிட்டு, உடனே முன்பகுதிக்கு ஓடிவந்து பந்தைஎடுத்தாடுவது என்பது மிக மிகக் கடினமான காரியமாகும்.

அவ்வாறு முன்பகுதியில் போடுகின்ற பந்தைத் தடுக்கலாம் (Shut). அல்லது தடுத்துப் போடலாம் (Block), அது முடியவில்லை என்றால், கடைக் கோட்டுப் பகுதிக்கே அனுப்பினாலும் தவறில்லை.

5. எப்பொழுதும், ஏதாவது ஒரு பக்கக் கோட்டின் பகுதி பக்கமாகவே பந்தை அனுப்பிக் கொண்டிருந்து விட்டு, திடீரென்று எதிர்ப்புறமுள்ள அடுத்த பகுதிக்குக் குறுக்கே அனுப்பி வைத்து விடவேண்டும். இது மிகவும் சாதகமான ஆட்டமாகும்.

ஏனெனில், அடித்தாடும் ஆட்டக்காரரை அந்தப் பக்கம் இந்தப்பக்கம் என்று ஓடவிட்டு விட்டால், அவர் விரைவில் அசந்து போய் களைத்து விடுவதால், அவர் அடிக்கின்ற பந்தாயினும் சரி, எடுத்தாடும் பந்தாயினும் சரி, நேராக வருவதில்லை. அவ்வாறு வந்தாலும், எடுத்தாடும் ஆட்டக்காரர் எளிதாக ஆடும் வண்ணமாகவே வந்து சேரும்.

ஆகவே, எடுத்தாடும் ஆட்டக்காரர் இவ்வாறு நிதானமாக ஆடினால், ஆட்டம் முடிய இருக்கின்ற கடைசி நிமிடம் வரை அவர் சுறுசுறுப்பாகத் தோற்றமளிப்பார். அத்துடன் களைப்பில்லாமல் களிப்புடன் விளையாடவும் செய்வார்.

எதிராளியை விரைவில் களைக்கச் செய்து, தான் களைக்காமல் இருந்து ஆடுகின்ற எடுத்தாடும் ஆட்டம், மிகவும் சிறப்பான ஆட்ட முறையாகும்.

7. நடுவரின் கடமைகளும் நடத்தும் முறைகளும்

போட்டி ஆட்டம் ஒன்றை நடத்தித் தருவதற்காக, நடுவர் எனும் நல்லதோர் பொறுப்பினை ஒருவர் ஏற்றுக் கொள்கிருர் என்ருல், அது பெருமைக்குரியது தான். பாராட்டுக்குரியதும் ஆகும்.

கூட்டத்திலே, உயரமாக, நடுநாயகமாக அவர் நிற்கிருர் என்ருல், அங்குள்ள ஆட்டக்காரர்கள், குழுப் பயிற்சியாளர்கள், குழு மேலாளர்கள் அனைவருடைய மேலான கவனத்திற்கு ஆட்பட்டிருக்கிருர் என்பதே அர்த்தமாகும்.

அவரது ஒவ்வொரு அங்க அசைவும், அடுத்தடுத்து செய்கின்ற ஒவ்வொரு செயலும் அணுஅணுவாக அனைவராலும் கண்காணிக்கப்படுகிறது என்பதை நடுவர் நன்கு உணர்ந்திருக்க வேண்டும். அவ்வப் போது அவர் எடுக்கும் முடிவே, ஆட்டத்தின் தலை விதியை நிர்ணயித்து விடுவதால், நடுவரின் சொல்லும் சைகையும் மிகமிக முக்கியமானதாகவும் கருதப் படுகின்றது.

அதனுல் தான், **நடுத்தன்மை வகிக்கும் பண்பாளர்** என்று சொல்வதைக் குறைத்து ரத்தினச் சுருக்கமாக **நடுவர்,** என்று எல்லோராலும் குறிக்கப் படுகின்ருர். ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்ருர். அத்தகைய சிறப்பான

பெயரையும், பொறுப்பான செயலையும் மேற்கொள்கின்ற புகழ்மிக்கப் பதவியை வகித்து நடத்தும் நடுவருக்குத் தேவையான குணாதிசயங்களையும், கொள்ளவேண்டிய விதிமுறைக் குறிப்புக்களையும், கீழே விவரித்துச் செல்கின்றோம்.

நடுவராகப் பணியாற்றுவோர் நயமாக இதனைப் பின்பற்றி ஒழுகுவாரானால், **நல்ல நடுவர்** என்று பிறா புகழக் கேட்டுப் பேரின்பம் எய்துவதுடன், தொல்லையானபெரும் பணியைத் தூய்மையாக திறமையுடன் நிறைவேற்றி விட்டோம் என்ற மன அமைதியையும் மனோகரமான மகிழ்வினையும் பெற்றிடலாம்.

1. நடுவரின் மனநிலை.

போட்டிக்குச் செல்வதற்கு முன்னர், பூப்பந்தாட்டத்திற்கான விதிகள் அனைத்தையும் ஐயம் திரிபறத் தெரிந்து கொண்டு தான் செல்ல வேண்டும். அரை குறை அறிவானது அரைக்கிணறு தாண்டுவது போலாகும்.

விதிகள் முழுவதும் தெரியாதது தவறல்ல. மன்னிப்புக்கு அப்பாற்பட்ட குற்றமுமல்ல. தெரிந்தவர்களை அணுகி, சந்தேகங்களை நிவர்த்தித்துக் கொள்கின்ற நெஞ்சம் வேண்டும்.

அதே சமயத்தில், ஒன்றுமே தெரியாதவர் என்ற நிலையில் வந்து அரைகுறை அறிவுடன் செயல்பட்டால், அவமானம் நிகழ்ந்துவிடுவது சர்வசாதாரணமாகி விடும்.

'இரண்டு குழுக்களுக்கும் நீதி சொல்லத்தான் நடுவராக வந்திருக்கிறோமே தவிர, ஒரு குழுவிற்கு மட்டும்

உறவினராக வரவில்லை' என்ற உண்மையை நடுவர் தனது மனத்திலே இருத்திக் கொள்ள வேண்டும். ''ராமன் ஆண்டால் என்ன! இராவணன் ஆண்டால் என்ன?'' என்று கிராமத்து மக்கள் கூறுகின்ற பழமொழிக்கிணங்க, 'இருவரில் யார் ஜெயித்தால்என்ன? யார் தோற்றால் என்ன? விதிகளின் வழிதான் என் மதி செல்லும்'' என்ற மனோநிலையுடன் நடுவர் முன்வர வேண்டும்.

இத்தகைய இனிய மனநிலையை ஏற்றுக் கொண்ட ஒருவர், அதிக அளவில் அடுத்து செய்ய வேண்டிய பணிகளும் கடமைகளும் உள்ளன. அவற்றையும் பார்ப்போம்.

2. போட்டி தொடங்குவதற்கு முன்

'நடுவராகப் பணியாற்றுங்கள்' என்ற அழைப்பை ஏற்றுக்கொண்டவுடன், நிம்மதியாக ஓரிடத்தில் உட்கார்ந்து விட்டோ அல்லது நண்பர்களிடம் உரையாடி, அரட்டை அடித்து முடித்துவிட்டோ, திடீரென்று போய், நடுவர் இருக்கவேண்டிய இடத்திற்குச் சென்று நின்று கொள்ளக் கூடாது.

நடுவர் கவனிக்கவேண்டியவை என்று அவசரமான சில பணிகள் உண்டு. அற்புதமான சில கடமைகள் உண்டு என்பதையும் நடுவர் மறந்து விடக் கூடாது.

போட்டி ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு 5 நிமிடத்திற்கு முன்னர், ஆடுகளத்திற்குச் சென்று ஆடுகளம் அமைக்கப்பட்டிருக்கிற தரையை பரிசோதனை செய்து பார்க்க வேண்டும். ஆடுவதற்குத் தரை பொருத்தமானதாக இருக்கிறதா? ஆடும் ஆட்டக்காரர்கள் பாதங்

களுக்குத் தரையினுல் ஏதும் சிராய்ப்பு அல்லது விபத்து நேர்கின்ற வாய்ப்புக்கள் இருக்கின்றனவா என்பன வற்றை சோதித்துத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

2. ஆடுகளத்திற்குரிய அளவுகளுக்கு ஏற்ப, கோடுகள் தெளிவாகத் தெரியும் வண்ணம் சரியாகப் போடப்பட்டிருக்கின்றனவா? என்பதையும் கண்டு தெளிய வேண்டும். முறையாகக் கோடுகள் போட வில்லையென்ருல், ஒழுங்காகப் போடுமாறு போட்டி நடத்துபவர்களை பணித்து, செயல்படுத்திட வேண்டும்.

3. வலையின் உயரம் சரியாக 6 அடி இருக்கிறதா? வலையில் மணிகள் ஆங்காங்கே கட்டப்பட்டிருக்கின்ற னவா? என்பனவற்றையும் அளந்து பார்த்து தெளிந்து கொள்ள வேண்டும். வலையின் உயரம் சரியாக அமையா விட்டால், ஆட்டம் ஒழுங்குற அமைதியாக நடக்காது என்பதனை போட்டி நடத்துவோரிடம் கூறி, 'கால தாமதம் ஆனுலும் பரவாயில்லை, காரியம் நடந்தாக வேண்டும்' என்று வற்புறுத்தி, அதை நிறைவேற்றிய பிறகுதான் ஆட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும்.

4. நடுவர் மட்டுமே, எல்லா கோடுகளையும் கண் காணித்துவிட முடியாது. அதனுல், இரு பக்கங்களிலும் இரண்டு 'கோடு காப்பாளர்களை' (Linesmen) நியமித் துக்கொள்ள வேண்டும்.

அவர்களையும் போட்டி ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்னரே அமர்த்திவிட வேண்டும். ஆட்டம் தொடங் கிய பிறகு, யாராவது வேடிக்கை பார்க்கவந்த ஒருவரை இழுத்து வந்து, உட்கார வைப்பது மாபெரும் தவருகும்.

ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்னர், அவர்களுடன் பேசி, கலந்துரையாடி, அவர்கள் தன்னுடைய பணிக்கு எவ்வாறு ஒத்துழைப்புத் தர வேண்டும் என்பதை விளக்கமாக எடுத்துரைத்து, சைகை முறைகளையும் காட்டி ஏற்பாடு செய்த பின்னர், அவர்கள் உட்கார வேண்டிய இடத்தையும் சுட்டிக்காட்டி அமர்த்திட வேண்டும்.

கோடுகளின் மேல் பந்து பட்டால், அது ஆடு களத்திற்கு வெளியே விழுந்தது (out) என்கிற விதியை மீண்டும் ஒரு முறை அவர்களுக்கு நினைவு படுத்திவிட்டு, 'ஆடுகளத்திற்குள் பந்து விழுந்தது என்றால் ஆட்காட்டி விரலை தலைக்கு மேலே உயர்த்திக் காட்டு; வெளியே போய் விழுந்தது என்றால் இரண்டு கைகளையும் பக்கவாட்டில் விரித்துக் காட்டு' என்னும் சைகை நிலையையும் விளக்கிக் கூறிவிட வேண்டும்.

5. ஆர்வத்தின் காரணமாக, பார்வையாளர்கள் ஆடுகள எல்லைக் கோடுகளுக்கு அருகிலேயே அமர்ந்து கொண்டிருப்பார்கள். அவர்களை 5 அடி தூரத்திற்கு அப்பால் சென்று அமர்த்துமாறு விழாக் குழுவினரிடம் கூறி வேண்டிய ஏற்பாடுகளையும் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

6. பின்னர், இரு குழுக்களின் தலைவர்களையும் அழைத்து, நாணயம் சுண்டி எறிதலில் பங்கு பெறச் செய்து, நாணயம் சுண்டுவதில் வெற்றி பெறுகின்றவர்களின் தெரிவு (Choice) என்ன என்பதையும் கேட்டு தெரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

7. ஆட்டத்தில் இடப்படுகின்ற பந்தின் கனம், சுற்றளவு இவற்றை ஆராய்ந்து பார்த்து, தான்

தேர்ந்து தெளிந்த பிறகு, இரு குழுத் தலைவர்களிடமும் காண்பித்து, அவர்கள் அபிப்ராயத்தின் ஒப்புதலையும் பெற்றுக்கொண்டு விடுவதும் நல்லதாகும்.

8. மேலே கூறிய முக்கியமான காரியங்களை யெல்லாம் முன்கூட்டியே முடித்துக்கொண்டபிறகு, தான் நின்று கண்காணிக்க வேண்டிய இடத்திற்குச் சென்று ஏறி நிற்க வேண்டும்.

நின்று கொண்டு ஆட்டத்தினைக் கண்காணிக்க வேண்டிய இடம் வசதியாக இருக்கிறதா? சூரிய ஒளி கண்ணில் பட்டுக் கூசவைக்கிறதா? நிற்கும் இடத்தி லிருந்தே ஆடுகளம் முழுவதையும் நன்ருகப் பார்க்க முடிகின்றதா என்பனவற்றையெல்லாம் அனுசரித்துத் தேர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

இன்னும் சிலர், கீழ்க்கண்டவாறு அபிப்பிராயப் படுகின்ருர்கள். பூப்பந்தாட்டத்தின் ஆட்ட நேரம் மணிக்கணக்கில் ஆவதால், கைப்பந்தாட்டம், டென்னிஸ் போன்ற ஆட்டங்களில் உள்ள நடுவர்கள் அமர்ந்து கொண்டு பார்ப்பது போல, பூப்பந்தாட்ட நடுவர்களுக்கும் உட்கார வசதி செய்து தந்தால் நன்ருக இருக்கும் என்பதுதான் சிலர் அபிப்ராயம். வசதியினை விழாக் குழுவினர் செய்து தந்தால் விழா சிறப்பாகவே அமைந்துவிடும் என்பதால், இக்கருத்தினை விழாக் குழுவினரின் கருத்துக்கே விட்டுவிடுகிருேம்.

3. ஆட்டம் தொடங்கிய பிறகு

1. நாணயத்தை சுண்டிவிட்டு, அதில் வெற்றி பெற்றவர்கள் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டதற்கு ஏற்ப, அந்தந்தக் குழுவினர் அவரவரது ஆடுகளப் பகுதியில்

தங்களது இடங்களில் நிற்கின்றார்களா என்பதை முதலில் கண்டுணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

2. ஒரு குழுவிற்கு 5 ஆட்டக்காரர்கள் இருந்து ஆடவேண்டும் என்பதுதான் விதி. ஆனால் ஆட்டத் தொடக்கத்தில், ஒரு குழுவில் 5 ஆட்டக்காரர்கள் இல்லாமல், குறைந்த எண்ணிக்கையில் இருக்கும் பொழுது, அக்குழுவினரை ஆட அனுமதிக்கலாம்.

ஆனால், இருக்கின்ற ஆட்டக்காரர்களின் எண்ணிக் கைக்கு ஏற்றாற்போல்தான், அவர்களுக்கு பந்தடித்து வழங்கும் (சர்விஸ்) வாய்ப்பினைத் தர வேண்டும். உதாரணமாக, 4 ஆட்டக்காரர்கள் இருந்தால் 4 முறை சர்விஸ் போடும் வாய்ப்புதான் உண்டு. 5 பேர்களுக்குரிய வாய்ப்பாக 5 முறை வாய்ப்பு வேண்டு மென்று கேட்டால், அவ்வாறு அனுமதிக்கக்கூடாது. அப்பொழுது ஆடுகளத்தில் நின்றாடும், இருக்கின்ற ஆட்டக்காரர்களுக்கு உரிய வாய்ப்பே கிடைக்கும்.

3. ஆட்டம் தொடங்குகின்ற குறித்த நேரத்திற்கு வர இயலாமற் போய், நேரங்கழித்துத் தாமதமாக வரு கின்ற ஆட்டக்காரர்கள், ஆடுகளத்தில் இறங்கி ஆட அனுமதிக்கப்படுவார்கள். என்றாலும், தாமதித்துவரும் ஆட்டக்காரர்கள் நடுவரிடம் கூறி, அனுமதி பெற்ற பிறகே, ஆடுகளத்திற்குள் நுழைய வேண்டும்.

4. ஆட்டத்தைத் தொடங்கும் போதுதான், ஆட்டத்தில் இடுவதற்கென்று தேர்ந்தெடுக்கப்பட் டிருக்கும் பந்தைத் தர வேண்டும். அதற்குப் பிறகே, ஆடிப் பார்க்க அனுமதிக்க வேண்டும்.

5. ஒரு சில நடுவர்கள், ஓரிருமுறை 'மாதிரிப் பந்தாட்டம்' (Trial Ball) ஆட அனுமதித்துவிட்டு, ஆட்டத்தைத் தொடங்கிவிடுவார்கள். அந்தந்த நேரத் திற்கேற்ப இதுபோல் அனுசரித்து நடந்துகொள்ளலாம்.

6. வெற்றி எண் குறிப்பாளரிடம் (Scorer) கூறி விட்டு, கோடு காப்பாளர்களிடமும் கூறித் தயார்ப் படுத்திவிட்டு, இரு குழுத்தலைவர்களிடமும் அறிவித்து விட்டு,எந்தக் குழுவினருக்கு முதலில் பந்தடித்தெறியும் வாய்ப்பு (சர்வீஸ்) உண்டோ, அவர்களிடம் பந்தைத் தரவேண்டும்.

4. பந்தடித்தெறியும் (Service) விதிமுறை :

இனி (சர்விஸ்) பந்தடித்தெறிதலை எவவாறு கண்காணிப்பது என்கிற முறைகளைக் காண்போம்.

1. ஒரு 'முறை ஆட்டம்' (Game) தொடங்குகிற பொழுது பந்தடித்தெறியும் வாய்ப்பினை முதன் முத லாகப் பெறுகிற குழுவிற்கு, ஐவர் ஆட்டம் (Fives) என்றால் மூவருக்குத் தான் வாய்ப்பு உண்டு.

இரட்டையர் ஆட்டம் (Doubles என்றால், ஒருவருக குத்தான் சர்விஸ் போடும் வாய்ப்பு உண்டு.

2. இடுப்பிற்கு மேலே பந்தை உயர்த்திப் போட்டு அடித்து சர்விஸ் போடுவது தவறான சர்விசாகும். இது மிகவும் முக்கியமான விதியாகும்.

குறிப்பு : சர்விஸில், மிகவும் தந்திரத்தை கையாளு பவர்கள் அதிகம். பந்தை இடுப்பளவுக்குக் கீழே முதலில் இருப்பதுபோல் பாவனை செய்துவிட்டு, திடீரெனப் பந்தை உயர்த்திப் போட்டு அடித்துவிட்டு

றமாற்றுபவர்கள் அநேகர் உண்டு. இதை ஆட்டத் தொடக்கத்திலேயே சரியாகக் கண்காணிக்காமல் இருந்துவிட்டாலும் அல்லது பார்த்தும் பார்க்காமல் விட்டு விட்டாலும், அதுவே பின்னர் பெரிய பிரச்சினை யாக வளர்ந்து, நடுவருக்குக் கெட்ட பெயரையும், பிறர் கேலி பேசும் அளவுக்கு அவமானத்தையும் உண்டு பண்ணிவிடும் என்பதால், நடுவர் மிகவும் எச்சரிக்கை யாகப் பார்த்து தீர்ப்பளிக்க வேண்டும்.

3. சிலர் வேண்டுமென்றே செய்வார்கள், அல்லது போட்டி ஆட்டத்தில் ஆர்வத்தின் காரணமாகக் கூட தெரியாமல் கையுயர்த்தி சர்விஸ் (Over Hand) போடு கின்றவர்களும் உண்டு.

கையுயர்த்தி சர்விஸ் போடுகின்றார் என்று நடுவர் கருதினால், உடனே நிறுத்தி, குறிப்பிட்ட அந்த ஆட் டக்காரரை எச்சரித்து விடவேண்டும். அவர் மீண்டும் அதே முறையைக் கையாண்டால், சர்விஸ் வாய்ப்பை இழக்குமாறு ஆணையிட்டு மாற்றிவிட வேண்டும்.

அவ்வாறு செய்யாமல் அலட்சியமாக நடுவர் விட்டு விட்டால், அந்த அலட்சிய நோக்கானது, எதிர்க்குழு வினர் அனுவசியமாக, முறையாக ஆடுகின்ற வாய்ப் பினை இழக்கச் செய்கின்ற பாவத்திற்கு நடுவர் ஆளாகி விடுகின்றார். இதனால் நடுவராகிய நீங்கள், எதிர்க்குழு வினர் அந்தத் தவறைச் சுட்டிக்காட்டிக் கேட்டு முறையிட வேண்டும் என்று எண்ணாமல், நடுவராகிய நீங்களே முடிவினைக் கூறி விடுவதுதான் நலந்தரும் செயலாகும். மற்றவர்கள் முறையீட்டுக்காகக் காத் திருக்க வேண்டிய தேவையேயில்லை.

இவ்வாறு செயல்படுவதால், நடுவரின் பணி சிறப்படைகிறது.

4. சர்விஸ் போடுகின்ற ஆட்டக்காரர், ஆடுகளத்தினுள்ளே நின்றுகொண்டு தான் போடுகின்றாரா என்பதையும் நன்கு கவனிக்க வேண்டும்.

ஆடுகளத்தின் உள்ளே என்றால், அவரது உடலின் ஏதாவது ஒரு பகுதியோ அல்லது பந்தாடும் மட்டையோ ஆடுகளக்கோட்டை (எல்லைக்கோடுகள்) மிதிக்காமல் அல்லது எல்லைக்கு வெளியே செல்லாம இருத்தலாகும்.

ஆடுகளக்கோட்டை ஒருவர் மிதித்துக் கொண்டு சர்விஸ்போட்டால், அவர் வெளியேயிருந்து போடுகிறார் என்பது அர்த்தம். பந்தாடும் மட்டையையும் சர்வீஸ் நேரத்தின்போது, கோட்டிற்கு வெளியே கொண்டு போகிறாரா என்பதையும் கவனிக்க வேண்டும்.

5. நின்ற இடத்திலிருந்து தான் சர்விஸ் போட வேண்டும். நடந்துகொண்டோ அல்லது நகர்ந்து கொண்டோ (Motion) சர்விஸ் போடுவது தவறாகும் (Fault).

6. எதிர்க்குழு ஆட்டக்காரர்கள் ஆடத் தயாராக இருக்கும்பொழுது தான், ஒருவர் சர்விஸ் போட வேண்டும்.

ஒரு சில ஆட்டக்காரர்கள், தங்களுக்கு சர்விஸ் போடும் வாய்ப்புக் கிடைத்தவுடன், எதிர்க்குழுவினர் தயாராக இல்லாதபோது; அல்லது மறுபகுதிக்குக் (Other Half) கலைந்து போகும்போது; அல்லது

ஏதாவது ஒன்றைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும்போது, 'இதுதான் சமயம்' என்று கருதி, உடனே சர்விஸைப் போட்டு விடுவார்கள்.

குறுக்கு வழியிலே 'வெற்றி எண்'•(Point) பெற அவர் முயற்சிக்கிருர் என்பதையே அது குறிக்கிறது. தங்கள் பகுதிக்குத் திடீரென்று சர்விஸ் வந்தவுடன், திகைத்துப்போய், தயாராக இல்லாத குழுவினரும் தடுமாறி, அவசர கோலத்தில் பந்தை எடுத்தாட முயல்வதும் உண்டு.

இது போன்ற சமயங்களில், ஆட்டத்தை நிறுத்தி விட்டு, மீண்டும் சர்விஸ் போட உத்தரவு இடுவதுதான் நல்ல நடுவருக்குரிய பண்பாகும்.

குறுக்குவழி ஆட்டம், கெடுமதிப் பண்புகள் எப்பொழுதும் ஆட்டத்தில் தலைதூக்காமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியது நடுவரின் தலையாய கடமையாகும்.

5. ஆட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கும் பொழுது

ஒரு குழு அதிகமான 'வெற்றி எண்களை' எடுத்து, முன்னணியில் நின்று ஆடிக்கொண்டிருக்கும்பொழுது, குறைவான 'வெற்றி எண்களை'ப் பெற்றிருக்கும் எதிர்க்குழு, எதிர்க்குழுவினரின் ஆட்ட வேகத்தையும், விறுவிறுப்பையும் குறைத்துவிடும் வகையில், வேண்டுமென்றே ஆட்டத்தைத் தாமதப்படுத்திக் (Delay) கொண்டிருப்பார்கள்.

ஆட்ட நேரத்தில் இடைவேளை நேரமென்று தனியாக எதுவும் ஒதுக்கப்படவில்லை. அப்படி விடவேண்டும் என்ற விதிமுறைகளும் இல்லை. நடுவர் தான், தனது

அநுபவத்தினையும், ஆட்ட நிலையினையும் உத்தேசித்து, தீர ஆலோசித்து, வேண்டுமென்றே தாமதப்படுத்துவதைக் குறித்து, ஒரு எச்சரிக்கையைக் கொடுத்து, கடுமையாக எச்சரித்தபின், ஆட்டத்தைத் தொடர்ந்திட வேண்டும்.

2. எக்காரணத்தை முன்னிட்டும், ஆட்டத்தைத் தாமதப்படுத்தும் ஆட்டக்காரர்களை ஊக்குவிப்பது போல அமைதியாக இருந்து விடக்கூடாது. அல்லது, அவர்கள் செய்வது சரியென்று அவர்கள் நினைத்துக் கொண்டு விடுவது போல பேசாமலும் இருந்துவிடக் கூடாது, அவர்கள் செய்வது தவறு என்று அவர்களே உணர்வது போன்ற முடிவினை உடனே எடுத்து விடுவது நல்லதாகும்.

3. அடித்தெறியும் எல்லைக்கோட்டில் (Serving Crease Line) சர்விஸ் பந்து விழுந்தால், அது தவறாகும். ஆனால், ஆட்ட நேரத்தில் விளையாடப்படுகின்ற பந்து வந்து அடித்தெறியும் எல்லைக்கோட்டில் விழுந்தால், அது தவறில்லை. அது சரியான பந்தென்றே (Correct Ball) கருதப்படும்.

குறிப்பு : ஒற்றையர் ஆட்டத்தை (Singles) நடத்தும்போது, அடித்தெறியும் எல்லைக்கோட்டில் விழுகின்ற எந்தப் பந்தானாலும் சரி, (Any ball), அது ஆடுகள எல்லைக்கு வெளியே சென்று விழுந்ததாகவே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும் என்பதையும் நடுவர் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

6. ஐவர் ஆட்டம் (Fives) நடக்கும்பொழுது

1. யார் சர்விஸ் போடுகிறார் என்பதை நினைவில் வைத்துக் கொள்வதுடன், அவரைத் தொடர்ந்து யார்

யார் சர்வீஸ் போடுகிருர்கள் என்பதையும் கவனித்துக் கொண்டே வரவேண்டும்.

2. சர்விஸ் போடுபவர் எத்தனையாவது ஆட்டக்காரர் (Hand) என்பதையும் கணக்கிட்டு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

3. ஒவ்வொரு 'வெற்றி எண்' பெற்ற பிறகும், சர்விஸ் போடும் குழுவினர், அவர்களது ஆடுகளப் பகுதியில் சரியாக மாற்றிக் கொள்கிருர்களா (Change of Courts), சர்வீஸ் சரியான வாய்ப்புப்படியே நடக்கிறதா என்பதையும் சரிபார்த்துக் கொள்ளவேண்டும்.

ச. சர்விசைத் தொடங்குபவர், முதலில் தாங்கள் நிற்கும் வலப்புற ஆடுகளப் பகுதியில் (Right Court) இருந்துதான் தொடங்க வேண்டும். அவ்வாறு அவர் தொடங்குகிருரா என்பதை நடுவர் கவனிக்கவேண்டும்.

அவ்வாறு தவருன பகுதியில் இருந்து யாராவது சர்விஸ் போட்டால், தவறினைச் சுட்டிக் காட்டி சரியான ஆடுகளப் பகுதிக்குப் போய் சர்விஸ் போடச் செய்ய வேண்டும்.

6. ஆட்டத்தில் தவறு நேர்கிற பொழுது

1. பந்து போகும் திசையிலெல்லாம் பார்வையை பின்னதாகவே செலுத்திக்கொண்டு சென்று, எந்தத் தவறு நடந்தாலும், உடனே எந்தவிதத் தயக்கமும் இன்றி, தாமதம் இல்லாமல் அறிவித்துவிட வேண்டும்.

2. 'தவறு என்று அறிவிக்க வேண்டும்' என்று எந்த ஆட்டக்காரரும் உங்களிடம் முறையிட வேண்டும் (Appeal), என்று நீங்கள் காத்துக் கொண்

டிருக்க வேண்டிய அவசியமேயில்லை. தவறு என்றால் தவறுதான். உடனே அறிவித்துவிடுவதுதான் சாலச் சிறந்த முறையாகும்.

3. ஆட்டக்காரர்களின் முறையீட்டுக்குப் பிறகு தான் தவறினைக் கூற வேண்டும் என்று ஒரு சில நடுவர்கள் தவறான கருத்துடன் செயல்பட்டு வருகின்றார்கள். அது தவறான கருத்தாகும்.

ஆட்டக்காரர்கள் முறையிட்டால், சரியென்றால் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டியதுதான். அதற்காக, அவர்கள் முறையிட்டால்தான் அறிவிக்க வேண்டும் என்பதில்லை. அடிக்கடி ஆட்டக்காரர்கள் சுட்டிக் காட்டவும், தட்டிக் கேட்கவும் தொடங்கிவிட்டால், ஆட்டத்தில் குழப்பம் ஏற்படவும், நடுவரின் நிலைமை பரிதாபத்துக்கும் ஆளாகிவிடும்.

4. முக்கியமல்லாததற்கெல்லாம் அடிக்கடி, அற்பத்தனமாக முறையிட்டு, கேள்விகளைக் கேட்டுக் கொண்டிருக்கின்ற ஆட்டக்காரர்களை கடுமையாக எச்சரித்து (Warn)விட வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நடுவராகிய நீங்கள், நிம்மதியாக, எந்தவிதத் தவறுமின்றி, ஆட்டத்தை அமைதியாக நடத்திச் செல்ல முடியும்.

5. வலையோரத்தில் பந்து வரும்போது, வலையில் பட்டு விடுகின்றதா என்பதை எச்சரிக்கையுடன் கவனித்து, அறிவித்துவிட வேண்டும்.

வலையினைப் பந்து தொட்டாலும் (Touch) சரி, அல்லது உருண்டாலும் (Roll) சரி, உடனே அறிவித்து விட வேண்டும்.

6. பந்தை எடுத்தாடுவதற்கு முன்பாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது பந்தை எடுத்தாடிய பிறகாயினும் சரி, அந்த முயற்சியில் இரண்டு பந்தடி மட்டைகள் (Bats) மோதிக்கொண்டால் (Clash), அதனைத் தவறு என்று உடனே அறிவித்துவிட வேண்டும்.

7. பந்தெடுத்தாடும் போது, பந்தடி மட்டை தரையில்பட்டுவிட்டால், அது தவறில்லை. (Not fault)

8. இதுபோன்ற தருணங்களில், எதிராட்டக்காரர்கள் பந்தைத் தரையிலிருந்துதான் எடுத்தாடினார்கள் என்று வேண்டுமென்றே முறையிடவும் செய்வார்கள்.

நடுவராகிய உங்களுக்கு, பந்து தரையில் படவில்லை என்று திண்ணமாகத் தெரிந்துவிட்டால், தவறில்லை என்று மறுத்துவிட்டு, ஆட்டத்தைத் தொடரச் செய்ய வேண்டும்.

உங்களுக்கு ஏதேனும் இந்த சமயத்தில் சந்தேகம் எழுந்துவிட்டால், 'அதே வெற்றி எண்ணுக்காக மீண்டும் ஆடுங்கள்' (Let) என்று கூறி ஆடச் செய்ய வேண்டும்.

9. பந்தாடும் மட்டையின் ஓரத்தில் பந்து பட்டுப் போகிறதா (Tip) என்பதையும் நீங்கள் விழிப்புடன் கண்காணிக்க வேண்டும். அவ்வாறு நிகழ்ந்துவிட்டால், அதை மட்டையில் பட்டது (Tip) என்று அறிவித்து விடவேண்டும்.

உங்களுக்கும் மட்டையில் பந்து பட்டதா இல்லையா என்ற சந்தேகம் எழுந்த நிலையில், எதிராட்டக்காரர்கள்

யாரும் எந்தவித முறையீடும் செய்யாமல் இருந்து விட்டால், அப்படியே ஆட்டத்தைத் தொடர்ந்தாட அனுமதித்துவிட வேண்டும்.

10. ஆடுகளத்திற்கு வெளியே போகின்ற பந்தை எடுத்தாட முயற்சித்தார் (Attempt) என்கிற விதியில் தான் பல சிக்கல்கள் முளைத்துக் கிளைத்தெழுவதுண்டு. பலர் பலவிதமான அபிப்ராயங்களை, அந்த சமயத்தில் கொண்டிருந்தாலும், அதை தீர்மானித்து முடிவெடுக்கக்கூடிய நிலையில் இருப்பது நீங்கள் தான்.

தனது பக்கமாகப் போகின்ற பந்தை எடுப்பதற்காகத் தன்னுடைய பந்தாடும் மட்டையை பந்து போகும் பக்கமாக அசைத்து ஆட முயற்சிப்பதையே முயற்சித்தல் (Attempt) என்கிறோம்.

சில சமயங்களில், ஒரு ஆட்டக்காரர் பந்தை எடுப்பதற்காகக் கொண்டுபோகும் பந்தாடும் மட்டையை, சிறிதும் அசைக்காமல் அப்படியே வைத்துக்கொண்டு, தன் எண்ணத்தில் பின் வாங்கி விடுவதும் உண்டு, அதாவது, அவர் ஆட முயற்சிக்காமல் இருந்துவிடுவதும் உண்டு.

ஆகவே, ஆட முயற்சித்தல் (Attempt)என்பதையும், முயற்சியில் பின்வாங்கல் (Attempt Retracted) என்பதையும் பேதம் பிரித்துணர்ந்த பிறகே, ஒரு முடிவுக்கு வரவேண்டியது உங்கள் கடமையாகும்.

11. ஆட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கும்போது, எந்த விஷயத்திலாவது உங்களுக்கு சந்தேகம் வந்து விட்டால், அதற்காக ஒருதலைப் பட்சமான முடிவுக்கு நீங்கள் வந்துவிடக்கூடாது. சந்தேகம் வந்துவிட்டால்

அதே வெற்றி எண்ணுக்காக மீண்டும் ஆட (Let) ஆணை பிறப்பித்துவிடுங்கள். அதுதான் முறையாகும்.

அதற்காக, உங்களுக்கு அடிக்கடி சந்தேகம் வருவதும், அடிக்கடி 'மீண்டும் ஆட' (Let) அனுமதிப்பதும் என்று நிகழும்படி நடந்து கொள்ளாதீர்கள். தையும் சீராகவும் சிக்கனமாகவும் பயன்படுத்தினால் தான் சிறப்பாக இருக்கும். அதுபோல்தான் உங்கள் சந்தேக செயல் முறையும்.

இவ்வாறு ஆட்டத்தினை நடத்திக் கொண்டு வரும் பொழுது, ஆட்ட இறுதி நேரத்தில் பல சிக்கல்கள் நாம் எதிர்பாராத நேரத்தில் வந்து நேர்வதுண்டு. அவற்றையும், தவிர்க்கும் முறைகளையும் இனி காண்போம்.

7. ஆட்டம் முடிவு பெறுமல் நிற்கும் பொழுது

திட்டமிட்டிருப்பது போலவே, போட்டி ஆட்டம் நடைபெற்று, எதிர்பார்த்ததற்கு மேலாகவே திருப்தி யுடன் நடந்தேறிவிடுவதும் உண்டு. சில சமயங்களில், எதிர்பாராமல் இடையிலே ஆட்டம் நின்று போய் விடுவதும் உண்டு. அத்தகைய நிலைமையில், நடுவர் தான், தனது இறுதி முடிவினைக் கூறி, ஒரு நிலையான தன்மைக்குக் கொண்டு வர வேண்டும்.

என்ன காரணத்தினுல் ஆட்டம் இடையிலே நிறுத்தப்படுகிறது; அதைத் தவிர்த்துத் தொடர விதி முறைகள் எவ்வாறு விளக்கம் தருகின்றன என்பன வற்றை நடுவர் கருத்திலே கொண்டுதான் தனது தீர்ப்பினை வழங்க வேண்டும்.

1. முடிவுபெறாத ஆட்டங்கள் (Unfinished Matches) எல்லாம் திரும்பவும் ஆடப்பெற வேண்டுமானால், தொடக்கத்தில் இருந்தே ஆடப்பட வேண்டும் என்பது விதி. இதனால், நடுவரானவர் ஆட்டம் முடிவுபெறவில்லை என்று அறிவிப்பதற்கு முன்னர், மிகவும் நிதானத்துடன் ஆராய்ந்து தெளிந்த பிறகே அறிவிக்க வேண்டும்.

போட்டியில் தோற்றுக் கொண்டிருக்கும் குழுவினர் சிலர், தாங்கள் தோல்வியடையப் போகிறோம் என்பதை உறுதி செய்துகொண்ட பின்னர், விவேகத்தை விட்டுவிட்டு வேகத்தை ஆட்டத்தில் காண்பிப்பார்கள். வேறு குறுக்கு வழியைக் கையாள முயல்வார்கள். அதாவது, 'பொழுது போய்விட்டது. பந்து கண்ணுக்குத் தெரியவில்லை. அதனால் மறு நாள் ஆட அனுமதிக்கவேண்டும்' என்றெல்லாம் மாற்றம் கேட்பார்கள்.

மறுநாள் ஆடினால், புதிய ஆட்டமாகத்தானே ஆடவேண்டும். அப்படியானால் எப்படியாவது வெற்றி பெற்றுவிடலாம் என்ற நம்பிக்கையில் தான், அவர்கள் கேட்பார்கள். இதனால்தான் நடுவர் கவனமாகவே தனது தீர்ப்பை அளிக்க வேண்டும் என்கிறோம்.

2. ஒரு சில வெற்றி எண்கள் (Points) பெற்று விட்டால், ஆட்டம் முடிவடைந்து விடும் என்ற நிலைமையில் இருக்கும்போது, ஆட்டத்தை நிறுத்தி மறுநாள் ஆடச் சொல்லலாம் என்று எடுக்கின்ற முடிவானது, வெற்றிபெற வாய்ப்புள்ள குழுவிற்கு வேண்டுமென்றே தீங்கு விளைவிப்பது போல் ஆகிவிடும் என்பதால், ஆராய்ந்தே நடுவர் தீர்ப்பை வழங்கவேண்டும்.

3. போட்டி ஆட்டத்தில் பங்கு பெறுகின்ற இரண்டு குழுவினரும் ஆட்டம் தொடங்கியவுடனேயே நடுவர்களின் கட்டுப்பாட்டில், ஆதரவில் இருந்து தான் ஆடுகின்றார்கள் என்பதை நடுவர் மறக்கவே கூடாது.

ஆட்டம் நடந்துகொண்டிருக்கும்பொழுது. பார்வை யாளர்களின் வீராவேசம் அவ்வப்போது வெளிப்படும். அந்த வீராவேசம் வெறித்தனமாகக் கிளம்பி, ஏதாவது ஒரு குழுவைத் தாக்கச் செய்யும். பெருங்கூச்சலைக் கிளப்பும். ஆட்டத்தின் அமைதி சூழ்நிலையை மாற்றி விடும். சில சமயங்களில், ஏச்சும் பேச்சும் அதிகமாகி ஆடுகின்றவர்களுடைய மனோநிலையையும் தாக்கி மாற்றிவிடும்.

இவ்வாறு பொதுமக்கள், பார்வையாளர்கள் இடையீடு ஆட்டத்தில் நேர்கிறபோது, நடுவரே நேராகப்போய் பார்வையாளர்களையோ, பொதுமக்களையோ தடுத்துவிட முடியாது. அவ்வாறு போய் பேசவும் கூடாது. ஆதலால், நடுவர், போட்டி நடத்தும் விழாக் குழுவினரை அழைத்து, சூழ்நிலையை சமாதானப் படுத்துமாறு கேட்டுக்கொள்ள வேண்டும். முடிந்தால் பார்வையாளர்களை அமைதியுடன் இருக்குமாறு பணிவுடன் கேட்டுக்கொள்ளலாம்.

நிலைமையானது கட்டுக்கடங்காமல் இருக்கும்போது மீண்டும் ஆட்டத்தைத் தொடர்ந்து நடத்துவது மாபெரும் தவறாகும். அது, ஆட்டக்காரர்களின் ஆடும் உரிமைக்கு இழைக்கின்ற பெரிய அநியாயமாகும். ஆகவே, ''குழப்பச் சூழ்நிலையானது கட்டுக்கடங்கி ஒழுங்கான நிலைக்கு வரும்வரை ஆட்டம் நிறுத்தப்பட்டிருக்கிறது'' என்று அறிவித்து விடுவதற்குள், நடுவர் பலமுறை எண்ணித் துணிந்தே கூறவேண்டும்.

ஆகவே, நடுவரின் பொறுப்பு மாபெரும் மரியாதை யுள்ள பொறுப்பு என்பதை பொறுப்பேற்கும் ஒவ்வொருவரும் உணர வேண்டும்.

வேண்டாத முறை

எல்லோருமே நடுவர்களாக இருந்து சிறப்பாகப் பணியாற்றிவிட முடியாது. 'யாராவது ஒருவரைப் பிடித்து, இதோ இந்தப் போட்டியை முடித்துக் கொடு' என்று நடுவர் பொறுப்பை ஒப்படைப்பதை பூப்பந் தாட்டப் போட்டிகளில் சர்வ சாதாரணமாகக் காண முடிகிறது.

இந்த அவல முறையை விழாக் குழுவினர் தவிர்க்க வேண்டும். விதிகள் தெரிந்திருப்பவரையே, அதற்கென உகந்தவரையே அறிந்து நடுவராக்கிட வேண்டும். அப்பொழுதுதான் இனிய முறையில் எல்லாம் நடந்தேறும் என்பதை, சிறப்பாக போட்டிகள் நடத்தவேண்டும் என்று முன்வந்த உங்கள் மனோரதம் நிறைவேறும். திருப்தியும் ஏற்படும்.

8. பயிற்சியாளர்கள் பார்வைக்கு!

விளையாட்டில் பங்குபெறும் வீரர்களுக்குரிய திறன்களை, நடுவருக்குரிய கடமைகளை இதுகாறும் விளக்கமாகக் கூறிவந்தோம். ஆனால், விளையாட்டு வீரர்களை உருவாக்கி, ஒன்றுபடுத்தி, ஒரு குழுவாக்கி, ஆடுகளத்தில் இறக்கி விட்டுவிட்டு, வெளியில் நின்று, அனல் மேல் நிற்பவர்கள் போல ஆட்டநேரம் முழுவதிலும் உணர்ச்சிப் பிழம்பாக நின்று, உற்றுழி உதவிவரும் பயிற்சியாளர்கள், குழு மேலாளர்கள், அனைவரும் தங்களது கடமைகள் என்னென்ன என்பதை இன்னும் உணர்ந்து செயல்பட்டால், சிறப்புக்குரிய பெருமையை எய்திடலாம்.

1. பயிற்சியாளர்கள், தங்கள் குழுவிற்கான ஆட்டக்காரர்களைத் தேர்ந்தெடுக்கும் நேரத்தில், தனிப்பட்ட ஒருவர் மேல் வைத்திருக்கும் அன்புக்காக, அல்லது அபிமானத்திற்காக அல்லது சுயலாபத்திற்காக என்பதையெல்லாம் அறவே நீக்கி வைத்துவிட்டு, தம் குழு மகத்தான ஒன்றாக அமைய வேண்டும் என்ற முழுக் கருத்துடனே தான் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

தேர்ந்தெடுப்பதில் தவறு நேர்ந்து விட்டதென்றால், அது இறுதிவரை தொடரும். இழுக்காகிப் படர்ந்து அதுவே அவமானமாக ஓங்கி நிற்கும்.

2. தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஆட்டக்காரர்களுக்கு ஆட்டத்திறன்கள் பற்றி பயிற்சியளிப்பதற்கு முன்ன தாக, அவர்கள் ஒழுக்கம், கண்ணியம், கட்டுப்பாடு, தன்னடக்கம், இவற்றில் அதிகக் கவனம் செலுத்தும் வகையில் பேசி, ஒழுங்குற நடந்து கொள்ளுமாறு வற்புறுத்தி, வழிநடத்திச் செல்ல வேண்டும்.

உயர்தரமான திறமையுள்ள, ஆனால் ஒழுங்கற்ற கட்டுப்பாட்டினை மீறி நடந்து கொள்ளும் ஆட்டக் காரர்கள் ஒரு குழுவிற்கு வரப்பிரசாதமல்ல—அவர்கள் தீராத அவமானச் சின்னமாகும். அவர்களுக்கு அறிவுரை கூறி திருத்த வேண்டும். திருந்தாதவர்களை குழுவிலிருந்தே அப்புறப்படுத்திவிட வேண்டும்.

சொல்லில் கண்ணியமும், செயலில் கட்டுப்பாடும் எப்பொழுதும் இருக்க வேண்டும் என்பதில் பயிற்சி யாளர்கள் ஆழ்ந்த அக்கறை செலுத்த வேண்டும்.

3. எப்பொழுதும் தனிப்பட்ட ஒரு ஆட்டக்கார ரைப் புகழ்ந்து கொண்டிருக்கக் கூடாது. அவர் என்ன தான் சிறந்த ஆட்டக்காரராக இருந்தாலும், நேராகப் புகழ்ந்து கூறத் தொடங்கிவிட்டால், அவருக்குத் தலைக்கனம் ஏறி, தற்பெருமை ததும்பி வழியத் தொடங்கிவிடும். அதனால் அவர் ஆட்டமும் குலைந்து, சீரழிந்தும் விடும். குழுவின் வலிமையும் சின்னாபின்ன மாகச் சிதறிப் போய்விடும்.

ஆகவே, குழுவின் வலிமைக்காகவே எல்லா ஆட்டக்காரர்களையும் உற்சாகப்படுத்திப் பேச வேண் டும். அதுவே, ஒரு ஐக்கிய மனப்பான்மையை வளர்த்து விடும். ஒருவரைப் புகழ்ந்து, மற்றவரை மட்டந்தட்டி உற்சாகப்படுத்துகிற தன்மையில் அமைந்தால், அது

ஆட்டக்காரர்களிடம் பிளவு மனப்பான்மையை வளர்த்துவிடும். அதனால், பெரிதும் பாதிக்கப்படுவது ஆட்டக்காரர்களின் மனப்பாங்கு மட்டுமல்ல, வெற்றியும் நல்ல புகழும் தான்.

4. ஒரு குழுவை நல்ல 'வலிமையான குழு' என்று அழைக்கும்போது, அதில் உள்ள சிறந்த ஓரிரு ஆட்டக்காரர்களை மட்டும் குறித்துக் காட்டி அல்ல. சுமாரான ஆட்டக்காரரும் சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் போல் ஆடாவிட்டாலும், தவறில்லாமல் ஆடிவிடுவதால் தான் என்பதை மறந்துவிடக் கூடாது.

ஆகவே, வலிமையான ஆட்டக்காரர்களுக்கே வாய்ப்பளித்து, அவர்களையே உற்சாகப்படுத்திக் கொண்டிராமல், சுமாரான (Weak) ஆட்டக்காரர்களையும் பெரிதாக நினைத்து, அவர்களுக்குத் தைரியமும் தன்னம்பிக்கையும் ஏற்படும் வண்ணம் பயிற்சியளிக்க வேண்டும்.

5. பயிற்சிக்குப் பிறகு, போட்டியிட ஆடுகளத்திற்கு வந்துவிட்டால், பார்வையாளர்கள், எதிர்க்குழு ஆட்டக்காரர்கள், நடுவர்கள் மற்றும் போட்டி நடத்துவோர் இவர்களிடம் எவ்வாறெல்லாம் மரியாதையுடன் நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்பதையெல்லாம் ஆட்டக்காரர்களுக்கு முதலிலேயே போதித்து அழைத்து வர வேண்டும்.

'அன்பினால் அனைத்துக் காரியங்களையும் சாதிக்கலாம். அனைவரின் ஆதரவையும் சம்பாதித்துவிடலாம்' என்ற நன்னோக்கினை அவர்கள் நெஞ்சில் வேரூன்றச் செய்வது ஒவ்வொரு பயிற்சியாளரின் கடமையாகும்.

'நானும் பயிற்சியாளன் தான்' என்று வெறுமனே வாய்ப்பந்தலிட்டு பீற்றிக் கொள்வதால் மட்டும் ஒரு பயிற்சியாளருக்கு பெருமை வந்து விடாது. குழுவின் பெருந்தன்மை நிறைந்த பண்பான செயல்களால் தான் ஒரு பயிற்சியாளரை பிறரிடமிருந்து உயர்த்திக் காட்டும்.

6. ஆட்டத்தைத் தொடங்குவதற்காக நாணயம் சுண்டியெறிதலில் (Toss) வெற்றிபெற்று விட்டால், ஆடுகளத்தின் பக்கமா அல்லது சர்விஸ் போடும் வாய்ப்பா என்ற இரண்டில் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்கின்ற உரிமை கிடைக்கும். அப்பொழுது ஆடு களத்தின் ஒரு பகுதி தான் வேண்டும் என்று தான் எல்லோரும் கேட்க விரும்புவார்கள்.

அவ்வாறு கேட்கும் பொழுது, எந்த ஆடுகளப் பகுதி வசதியில்லாதவாறிருக்கின்றதோ (Disadvantage-ous Side) அதைத்தான் முதலில் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

ஏனென்றால், முதல் இரண்டு 'முறை ஆட்டங்களில்' (Set) ஆளுக்கொரு ஆட்டத்தில் வென்று, மூன்றாவது முறை ஆட்டம் வரும் போது, வசதியுள்ள ஆடுகளப் பகுதி வந்து சேரும் என்பதை உணர்ந்து, வசதியற்ற ஆடுகளப் பகுதியையே முதலில் கேட்டுப் பெற வேண்டும்.

7. உங்கள் குழுவிடம் 'நீங்கள் தான் சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள். உங்களை ஜெயிக்க யாராலும் முடியாது. நீங்கள் தான் பெரும் வீரர்கள்' என்றவாறு புகழ் பாடி, அவர்களுக்குத் தற்பெருமையையும் கலக்கத்தையும் நிறைத்து அனுப்பி விடாதீர்கள்.

எதிராட்டக்காரரை இகழ்வாகப் பேசி, உங்கள் ஆட்டக்காரரை உயர்வாகப் பேசி உள்ளே அனுப்பி வைத்தால், அது உருப்படாத் தனத்திற்கு அடிகோலி விடும். ஆதலால், 'நன்ருக ஆடுங்கள். கவனமாக ஆடுங்கள்' என்று எச்சரித்து, உற்சாகப்படுத்தி ஆட விடவேண்டும்.

8. நீங்கள் ஏற்படுத்தி விடுகிற நல்ல உற்சாகமே, அவர்களுக்குத் தன்வலிவையும் தன்னம்பிக்கையும் ஊட்டி விடுவதாக அமைய வேண்டும். அதுவே, அவர்களது திறமையை சிறப்பாக வெளிப்படுத்தும்'டானிக்' காக அமைந்துவிடும்.

9. ஆட்ட நேரத்தில், ஓரிரு ஆட்டக்காரர்கள் வழக்கம்போல் ஆடாமல், தடுமாறி ஆடுவதும் உண்டு. அன்றைய மஞேநிலையில் அவரால் சிறப்பாக ஆட முடியாமல் போஞல், ஆட்டக்காரர்களுக்கிடையே இடம் மாற்றி நிற்க வைத்து, தைரியத்தை ஏற்படுத்தி, சந்தோஷமாக ஆடச்செய்யவேண்டும். மாருக, சலித்துக் கொண்டு இழித்தும் பழித்துப் பேசத் தொடங்கிஞல், 'உருட்டி விழிக்கப் போய் உள்ள விழியும் போன' கதைபோல் ஆகிவிடும். ஆகவே, சமாளிக்கத் தெரிந்தவராக நீங்கள் அங்கே நடைபோட வேண்டும்.

10. உங்கள் குழுவைவிட, எதிர்க்குழு ஒருசில வெற்றி எண்கள் அதிகம் எடுத்து விட்டால், உங்கள் குழுவினர் தொய்ந்து போகக் கூடிய நிலையெழும். அப்பொழுது, அவர்கள் அதைரியப்படாமல் ஆடுமாறு தூண்டவேண்டும்.

ஒருசில வெற்றி எண்கள் அதிகம் எடுத்துவிட்டதாலேயே அந்த ஆட்டம் முடிந்துவிடுவதில்லை. கடைசி

ரையில் வெற்றிக்காகப் போராட வேண்டிய மனோ ாவத்தையும், அளப்பரிய ஆற்றலையும் அவர்க ரிடையே ஏற்படுத்திட வேண்டும். அதற்காக, அவர்கள் தங்கள் முழு சக்தியையும் பிரயோகித்து ஆடுமாறு அறிவுறுத்த வேண்டும்.

11. பார்வையாளர்கள் இருக்கிறார்களே, அவர் களுக்கு ஆட்டம் பார்ப்பது பொழுது போக்காகும். இரண்டு குழுவினர்களில் யாராவது ஒரு குழுவினரை ஆதரித்து அவர்களுக்காகக் கோஷம் போடுவார்கள். அத்துடன் விடாமல், அடுத்த குழுவையும் கலாட்டா செய்வார்கள். அவர்களைச் சொல்லிக் குற்றமில்லை. அதற்காகவே பலர் வருவதுண்டு.

எந்தக்குழு அதிக வெற்றி எண்களை முதலில் எடுக்கின்றதோ, அந்தக் குழுவையே ஆதரித்து சத்தம் போடுவது பொதுவான பழக்கமாகும். அந்த ரகசியத் தைப் புரிந்துகொண்டு, ஆரம்பத்திலேயே வெற்றி எண்களை அதிகம் எடுத்துவிட வேண்டும்.

சிலசமயம், தோற்றுப் போகிற குழுவை ஆதரித்து சத்தம் போட்டாலும், அதிக வெற்றி எண்களைப் பெற்றிருக்கின்ற குழு, தங்கள் குழுதான் முன்னணி யில் இருக்கிறது என்ற தன்னம்பிக்கையில் மேலும் துணிந்து விளையாடும் தைரியத்தை அளிக்கும்.

ஆகவே, முதலிலேயே முன்னணியில் செல்லுமாறு தங்கள் குழுவை உற்சாகப்படுத்திவிட வேண்டும்.

12. எதிராட்டக்காரர்கள் சர்விஸ் போடும் பொழுது, தவறு இழைத்து விடாமல், மிகவும் ஜாக்கிரதையாக விளையாடுதல் பத்திரமான ஆட்டம்

என்பதை அவர்களுக்கு நினைவூட்டிக்கொண்டே இருக்க வேண்டும். ஏனெனில், சர்விஸ் போட்டதை எடுத்தாடும் பொழுது தவறிழைத்தால் எதிர்க்குழுவிற்கு வெற்றி எண் அல்லவா கிடைத்து விடுகிறது.

தன் குழு சர்விஸ் போடும் பொழுது தவறிழைக்கலாமா என்றால் அப்பொழுதும் வெற்றி எண் பெறுகிற வாய்ப்பல்லவா இழக்க நேரிடுகிறது? ஆகவே, தன் குழு சர்விஸ் போடும் போழுது எச்சரிக்கையாக இருந்து ஆடுவதை, இரண்டு மடங்கு எச்சரிக்கையுடன் எதிராட்டக்காரர் சர்வீஸ் போடும் போது தவறிழைக்காமல் ஆடவேண்டும்.

எப்பொழுதும் கவனத்துடன் ஆடவேண்டும் என்பது தான் பொதுவான கருத்து. ஆனல், எதிராட்டக்காரர் சர்விஸ் சமயத்தில் விழிப்புடன், ஆட வேண்டும் என்பதையே ஆட்டக்காரர்களுக்கு வலியுறுத்திட வேண்டும்.

13. ஆட்ட நேரத்தில், எப்பொழுதும் அசட்டையாகவோ, அலட்சியமாகவோ, இறுமாப்பாகவோ, இருந்து ஆடவே கூடாது. வெற்றி பெற இன்னும் ஒரு வெற்றி எண் (Point)தான் இருக்கிறது என்ற நிலையில் உள்ள குழுக்கள் எத்தனையோ. தங்களது தலைக்கனத்தின் காரணமாக தான்தோன்றித்தனமா ஆடி, தோல்வியைத் தழுவி இருக்கின்றன.

மமதையுடன் ஆடுபவர்களுக்கு அதிர்ஷ்டம் கூட துணைவராது. உண்மையுடன் உழைத்து ஆடுபவர்களுக்கே வெற்றி தேவதை வாழ்த்தி அருள்வாள்.

14. ஆட்ட நேரத்தில் ஒவ்வொருவரும் இழைக்கின்ற தவறுகளை கவனித்துக்கொண்டே வந்து அந்தந்த ஆட்டங்களுக்கு இடையில் கிடைக்கிற ஓய்

நேரத்தில், ஒருவருக்கொருவர் தங்கள் கருத்துக்களை பரிமாறிக் கொண்டு, தொடர்ந்து வரும் அடுத்தாட்டத்தில், தவிர்த்து ஆடுவதற்கேற்ற தகுந்த வழிகளையும் உபாயங்களையும் கூறிக் கொண்டு, வெற்றிக்கேற்ற பாதைக்கு வழி வகுத்துக் கொள்ள உதவ வேண்டும்.

15. எப்பொழுதும் ஒரு பந்தாடும் மட்டை மட்டும் இருந்தால் ஆடுவதற்கு போதுமானதாக அமையாது. ஆட்டத்தின் இடையிலே நரம்புகள் (Guts) அறுபட்டுப் போகும்போது, அதைவைத்துக் கொண்டு நன்ருக ஆடவும் முடியாது.

ஆகவே, இரண்டு பந்தாடும் மட்டைகளை 'ஆபத்து உதவிகளாக' வைத்திருக்க வேண்டும். 'ஒரே பந்தாடும் மட்டையில் ஆடினல்தான் எனக்கு நன்ருக ஆட வரும்' என்று கண்டிப்பாக வாதமாகக் கூறுவோரும் உண்டு. அத்தகையவருடைய பந்தாடும் மட்டை நரம்புகள் அறுபடாமல், உடனே அதனை சரிசெய்து கொடுத்து விடக்கூடிய உதவி சாதனங்களையும் கூடவே வைத்திருக்க வேண்டும்.

இவ்வாறு, பயிற்சியாளரானவர் ஒரு குழுவை உருவாக்குவதிலிருந்து, பயிற்சிகளைத் தந்து பண்பாட்டையும், ஆட்டத்திறன்களையும் வளர்த்துவிடும் வல்லவராகத் திகழ்ந்து, ஆடுகின்ற நேரந்திலும் அமைதி காத்தும், விதிகள் கூறும் வழியிலே வழிநடத்தியும் செல்கிற பண்பாளராகத் திகழ்கின்ருர்.

பயிற்சியாளர்களின் போற்றற்குரிய பேருழைப்பினுல் தான், பந்தாட்டத்திலும் திறன்கள் பெருகி வளர்கின்றன. ஆட்டக்காரர்கள் பண்பிலே உயர்ந்தால், ஆட்டமும் உயரும். தடாகத்தில் நீருயர்ந்தால் தாமரையும் அல்லவா உயர்கிறது! அதுபோல்தான்.

9. போட்டி நடத்துவோருக்குப் பயன் தரும் குறிப்புக்கள்

பூப்பந்தாட்டத் தொடர் போட்டிகள் (Tournaments) அடிக்கடி பல இடங்களில் நடைபெறுகின்ற முறைகளைப் பார்க்கும் பொழுது, ஆர்வத்தின் எழுச்சியில் தான் இருக்கின்றனவே தவிர, அடிப்படை விதிமுறைகளுடன் ஒரு சில போட்டிகள்கூட நடைபெறுவதில்லை.

போட்டி என்பார்கள். பலர் வந்து கூடுவார்கள். விருப்பம் போல், தங்கள் வசதிகளுக்கேற்ப போட்டி விதிகளை மாற்றி வைத்துக்கொள்வார்கள். தங்களையும் குழப்பிக்கொண்டு, ஆட்டக்காரர்களையும் குழப்பிவிட்டு, பார்வையாளர்கள் நல்ல ஆட்டம் பார்க்க வந்து, கூத்து பார்த்து விட்டுப் போவது போன்ற சூழ்நிலையையும் தோற்றுவித்து விடுவார்கள்.

போட்டி தொடங்கிய பிறகு ஒரு குழு வரும். எங்கள் பெயரை பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள் என்று சில சமயங்களில் கெஞ்சும்; பல சமயங்களில் மிஞ்சும்.

காலையில் 7 மணிக்குப் போட்டி என்றால், ஆட வரும் குழுவினர் 9 மணிக்கு சாவகாசமாக வருவதைக் கூட ஏனென்று கேட்க முடியாத நிலையில் போட்டி நடத்துபவர்கள், இருக்கத்தான் இருக்கின்றார்கள். அவ்வாறு தாழ்ந்த நிலைக்குப்போய் விடாமல், முறையோடு

சிறப்போடு போட்டிகளை நடத்தினால்தான், நடத்து வோருக்கும் பெருமை. ஆடுவோருக்கும் பெருமை. ஆட்ட த்திற்கும் பெருமை.

போட்டி நடத்துபவர்களுக்கு எல்லாம் தெரிந் திருந்தாலும், கீழே காணும் குறிப்புக்களைப் பின்பற்றி போட்டிகளை நடத்தினால், இன்னும் சிறப்புற நடத்தி வெற்றிகரமாக பவனிவர முடியும் என்பதால், விவரமாகத் தந்திருக்கிறோம்.

1. போட்டிகள் நடத்தத் திட்டமிடுதல்:

1. போட்டிகள் நடத்த வேண்டுமென்று விரும்பு கின்றவர்கள், மழைகாலம் அல்லது காற்றடி காலம் இவற்றை அனுசரித்து, வேறு பருவங்களில் நடத்திட முடிவெடுக்க வேண்டும்.

2. போட்டிகளில் பங்கெடுத்துக்கொள்ள விரும்பும் குழுவினர்களுக்கெல்லாம், யோசித்து பங்குபெற பயிற்சி கொள்ள அவகாசம் தருவது போல், ஒரு மாதத்திற்கு முன் கூட்டியே, போட்டியின் விவரக்குறிப்புக்கள் அடங்கிய தாள்களை (Prospectus) அனுப்பிவைத்துவிட வேண்டும்.

3. வந்திருக்கும் குழுக்களின் பட்டியலை நிரல் படுத்திக்கொண்டு, அவைகள் போட்டியிடுதற்கேற்ற வகையில் பிரித்து (Fixtures), ஒரு வாரத்திற்கு முன்ன தாகவே, இடம், காலம், நேரம்பற்றிய எல்லா விவரங் களையும் தெரிவித்து விடவேண்டும்.

4. விளையாட வருகின்ற குழுக்களின் பார்வையில் படுகின்ற மைய இடத்தில், ஒரு விவரப் பிரதியையும்

கரும்பலகையில் ஒட்டி வைத்து தெளிவுபடுத்திவிட வேண்டும்.

5. எக்காரணத்தைக் கொண்டும் ஆடுகின்ற குழுக்களின் விளையாடும் தேதியையோ, நேரத்தையோ மாற்ற முயல்கின்ற வேண்டுகோளுக்கு செவி சாய்த்து விடாதீர்கள். திட்டமிட்டபடியே, தீர்மானித்தவாறே போட்டிகளைத் தொடர்ந்து நடத்திச் செல்ல முயலுங்கள்.

2. போட்டி நடக்கும் நாளில் :

1. போட்டி நடைபெறுகின்ற ஆடுகளங்களை யெல்லாம் காற்று, சூரிய ஒளி இவை மிகுதியாக வராது தடுத்துக் காக்கும் கட்டிடங்களை ஒட்டியே நீங்கள் அமைத்திடல் வேண்டும். ஓரிரு ஆடுகளம் மட்டும் போதாது. இடவசதிக்கேற்ப நான்கைந்து ஆடு களங்கள் இருந்தால் தான், திட்டமிட்டபடி வழுவாமல் நடத்திச் செல்ல முடியும்.

2. போட்டி நடப்பதற்கு ஒருமணி நேரத்திற்கு முன்பே ஆடுகளங்களுக்குச் சென்று, வலை சரியாக இழுத்துக் கட்டப்பட்டிருக்கின்றதா; சுண்ணும்புக் கோடுகள் சரியாகப் போடப்பட்டிருக்கின்றனவா; நடுவருக்குரிய உயர் ஆசனம், குறிப்பாளருக்குரிய மேசை நாற்காலி எல்லாம் இருக்கின்றனவா; மற்ற ஏற்பாடுகள் எல்லாம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றனவா ஏன்பனவற்றையும் கண்டறிந்து, செய்யப்படாதன வற்றை உடனே செய்து முடித்துவிட வேண்டும்.

. மாலை நேரத்தை விட, காலை நேரத்தில் தான் போட்டிகள் நடத்த ஏதுவான நேரமாகும். காரணம்

என்னவென்றால், காற்றின் வேகம் சற்று குறைவாக இருக்கும். ஆகவே, காலையிலேயே அதிகப் போட்டி ஆட்டங்களை நடத்தி முடித்து விட வேண்டும்.

4. காலையிலாகட்டும், மாலை நேரமாகட்டும்; போட்டி ஆட்டங்களை நடத்துவதாயிருந்தால், குறிப்பிட்ட நேரத்திலே தொடங்கிவிட வேண்டும். காலந் தாழ்த்துவதால், நீங்கள் பல பின்விளைவுகளை சந்திக்க வேண்டியிருக்கும்.

காலைப் போட்டிகளை நேரங்கழித்துத் தொடங்கினால், சூரிய ஒளி சற்றுக் கடுமையாக இருப்பதுடன், கண்ணுக்கு நேராக அடிக்கும்போது, ஆடக் கஷ்டமாக இருக்கிறதென்று ஆட்டக்காரர்கள் குறை சொல்வார்கள். கஷ்டப்பட்டே ஆடுவார்கள்.

அதேபோல், மாலையில் போட்டி என்றால், நேரம் கழித்துத்தொடங்கும்போது, ஆட்டத்தின் இறுதியில், இருட்டிப்போக நேரிடும். அப்பொழுது, ஆடுவதற்கேற்ற வெளிச்சம் இல்லை என்று நேரத்தின்மேல் சாக்கு போட்டுக் கொண்டு, தோற்க இருப்பவர்கள் தப்பித்துக் கொள்ள முயற்சிப்பார்கள்.

ஆகவே, காலையும் மாலையும் சரியான நேரத்தில் போட்டிகளைத் தொடங்குதல் மிக மிக முக்கியமாகும்.

5. ஒவ்வொரு போட்டி ஆட்டத்திற்கும், அந்தந்த ஆடுகளத்திற்கென்று நடுவர்கள், குறிப்பாளர்கள் கோடுகாப்பாளர்கள் இவர்களை நியமித்து விடவேண்டும். அவ்வாறில்லாமல், ஆடுகளத்தினுள் ஆட்டக்காரர்களை நிற்க வைத்துக்கொண்டு, நடுவர்களுக்காக ஆட்களைத் தேடி அலைந்து கொண்டிருக்கக் கூடாது.

6. நடுவர்களையும் ஆட்டத்தில் ஞானமும், தேர்ச்சியும் உள்ளவர்களாகப் பார்த்துத்தான் நியமிக்க வேண்டும். யாராவது ஒரு ஆள் இருந்தால் போதும் என்ற ஏனோதானோ மனப்பான்மையில் ஆள்பிடிக்கக் கூடாது.

7. வெற்றி எண்களைக் குறிப்பதற்கான குறிப்பேடுகள் ஆட்டத்திற்குமுன் தயாராக இருத்தல் வேண்டும்.

8. தேவையான எண்ணிக்கைக்குமேல், பந்துகள் வைத்துக் கொண்டிருப்பதும் அவசியமாகும்.

9. ஆட்டக்காரர்கள் அமர்ந்திருக்க வசதிகள் செய்து தருவதுடன், பார்வையாளர்களுக்கும் நல்ல அமரும் வசதிகள் செய்து தந்தால், கூட்டத்தில் குழப்பத்தையும் இடைஞ்சல்களையும் தடுத்து விடலாம்.

10. குடிநீர் வசதியையும் கவனமாகப் பார்த்து ஏற்பாடு செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

11. ஒவ்வொரு ஆட்டம் முடிந்த பிறகும், ஒவ்வொரு குழுவின் தலைவரிடமும், நடுவர்களிடமும் குறிப்பேட்டில் கையெழுத்துப் பெற்றுக் கொள்வதும் மிக முக்கியமானதாகும்.

இவ்வாறு நல்ல விதமாக ஏற்பாடுகளைச் செய்து கொண்டு, மகிழும் விதத்தில் போட்டிகளை நடத்திட, போட்டி நடத்துவோர் முன்வர வேண்டும்.

அவர்கள் மேற்கொள்கின்ற முயற்சி சற்று கஷ்டமானதுதான் என்றாலும், செய்வன திருந்தச் செய்து

சீரும் சிறப்பும் அடைய வேண்டும் என்ற நம்பிக்கையில் தான், மேலே கூறிய குறிப்புக்களை கொடுத்திருக் கிறோம்.

பூப்பந்தாட்ட வளர்ச்சிக்குப் போட்டி நடத்துவோ ரின் பணி மிகப் பெரிதல்லவா! அவர்கள் பணி சிறக்க வேண்டும் என்று அவர்கள் விரும்புவது போலவே, நாமும் விரும்புகிறோம்.

'வாழ்க அவர்தம் உளமார்ந்த பணி' என்று வாழ்த்துகிறோம்.

...MARA PUBLIC LIBRARY
- 5 MAR 1985
MADRAS