

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	အခန်း (၁)	
၁။	နိဒါန်း	၁
၂။	အခန်း (၂) သမိုင်းအကျဉ်းချုပ်	၂ - ၄
	- ကမ္ဘာ့သမိုင်း	
	- မြန်မာ့သမိုင်း	
၃။	အခန်း (၃) အားကစားနည်းအလိုက်ဝေါဟာရများ (Terminology)	၅
၄။	အခန်း (၄) ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစားများ	၆
၅။	အခန်း (၅) ပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်းဥပဒေများ	၇-၁၈
၆။	အခန်း (၆) နည်းစနစ်များနှင့်အခြေခံသင်ကြားခြင်းအဆင့်	၁၉
၇။	အခန်း (၇) လေ့ကျင့်ရေးစနစ်များနှင့် နည်းလမ်းများ	၂၀-၂၂
၈။	အခန်း (၈) နည်းဗျူဟာပိုင်းဆိုင်ရာလေ့ကျင့်ခြင်း	၂၃-၂၄
၉။	အခန်း (၉) လေ့ကျင့်ရေးကာလအပိုင်းအခြားများခွဲခြားခြင်း	၂၅
၁၀။	အခန်း (၁၀) နိဂုံး	၂၆

အခန်း (၁)

နိဒါန်း

၁။ ဘိုးလင်းအားကစားနည်းသည် အီဂျစ်လူမျိုးများ၏အားကစားနည်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဘာသာရေး ပွဲတော်များ၊ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲများတွင် ထည့်သွင်းကျင်းပခဲ့ရာမှ နိုင်ငံတကာသို့အဆင့်ဆင့်ရောက်ရှိကျယ်ပြန့် လာကာ အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲများတွင် ထည့်သွင်းကျင်းပနိုင်သည့်အဆင့်သို့ရောက်ရှိလာ သည့် အားကစားတစ်နည်းဖြစ်ပါသည်။

၂။ ဘိုးလင်းအားကစားသည် မိုးလုံလေလုံအားကစားရုံတွင် ကစားကွင်းတည်ဆောက်ပြီးမှ ကစား ရသည့်ကစားနည်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်ဘိုးလင်းကစားသမားများသည် ဘိုးလင်းကစားမည့်ကွင်း၏ အကြောင်းအချက်များ၊ ပါဝင်သည့်အစိတ်အပိုင်း၊ အနေအထားများသတ်မှတ်ချက်များ၊ လိုက်နာရန် စည်းကမ်းများ၊ ရှောင်ရန်တားမြစ်ထားသည့်အချက်အလက်များ အသေးစိတ်ကိုကျွမ်းကျင်စွာသိရှိနားလည် ထားရန်လိုအပ်ပါသည်။ ထိုနည်းတူစွာ ကစားမည့်ဘောလုံး၏ အနေအထား၊ ပုံစံ၊ အလေးချိန်ကိုလည်းသိရှိ မှတ်သားထားရန် ဖော်ပြထားပါသည်။

၃။ ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစားများနှင့် ပေးအပ်သည့်ဆုတံဆိပ်အမျိုးအစားများကိုလည်း သိရှိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

၄။ ပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်း၊ စည်းကမ်းများနှင့် အမှတ်ပေးနည်းစနစ်များ၊ ပုံစံများ၊ ပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်းဥပဒေများ၊ ဘောလုံး၏အလေးချိန်ပုံစံအနေအထားများ၊ Lane နှင့် Pin အနေအထားများ၊ အမှတ်မရနိုင်သော အခြေ အနေများ၊ ချဉ်းကပ်နယ်၊ လျှောက်လမ်းများအမှတ်ပေးပုံနည်းစနစ်များ၊ အမှတ်တူလျှင်ဆုံးဖြတ်နည်းများ၊ တောင်းဆိုမှုများ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်များ၊ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်ခြင်းအတွက်၊ ပြိုင်ပွဲသို့နောက်ကျပြီးမှ ရောက် သောကစားသမားများအတွက်ပြစ်ဒဏ်များ၊ နိုင်ငံတကာကလိုက်နာနေသောစံနှုန်းများ၊ အားကစား သမားများ သိရှိလိုက်နာရမည့်အချက်အလက်များကိုလည်း ဖော်ပြပေးထားပါသည်။

၅။ တစ်ဦးချင်း၊ တစ်ယောက်ချင်းလေ့ကျင့်ကစားခြင်းမှ စတင်ကာ အုပ်စုလိုက်၊ အဖွဲ့လိုက်၊ အသင်း အဖွဲ့ဖြင့် ကစားနိုင်၊ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်သည့် ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည့် ကစားနည်းဖြစ်ကြောင်း တင်ပြထား ပါသည်။

အခန်း (၂) သမိုင်းအကျဉ်းချုပ်

(က) ကမ္ဘာ့သမိုင်း

ဘိုးလင်းအားကစားနည်းသည် ခက်ခဲသောအားကစားနည်းမဟုတ်ပါ။ ဘိုးလင်း အားကစားနည်းသည် ပြောင်လက်ချောမွေ့နေသော ကြမ်းခင်းပြင်၏ တစ်ဖက်ထိပ်တွင် အကွာအဝေးညီညာစွာ ထောင်ထားသည့် Pin (၁၀) တိုင်ကို လဲစေအောင် အခြားတစ်ဖက်ထိပ်သတ်မှတ်နေရာမှ ဘောလုံးနှင့် လှိမ့်ပစ်ကစားရသော အားကစားနည်းဖြစ်ပါသည်။

လူများကစားလာခဲ့ပြီးခေတ်စားလာသည်မှာ လွန်ခဲ့သော နှစ်ထောင်ချီကာလကပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဘိုးလင်းအစ ရာဇဝင်အကြောင်းချင်းရာတို့ကိုလေ့လာပါက အောက်ပါအတိုင်းတွေ့ရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဘိုးလင်းကစားနည်းကို အီဂျစ်ပြည်ကစတင်ကြောင်းမှတ်တမ်းများအရ သိရပါသည်။ ဘီစီ ၃၂၀၀ မတိုင်မီက အီဂျစ်လူငယ်လေးတစ်ဦးသည် အရွယ်တူကျောက်တုံးလေးများကိုဆင့်၍ အဝေးတစ်နေရာမှ ကျောက်ထွေအပြားလေးဖြင့် ထိမှန်အောင်ပစ်ကစားခဲ့ရာမှ ဘိုးလင်းကစားနည်း စတင်ပေါ်ပေါက်လာခဲ့ကြောင်း မှတ်တမ်းတွင်တွေ့ရပါသည်။

အရွယ်တူကျောက်တုံးလေးများ ဆင့်ကစားရာမှတစ်ဆင့် ဘီစီ ၃၂၀၀ တွင် အောက်ခြေအထိုင်ပါသည့် စံပယ်ဖူးပုံရှိသော သစ်သားတိုင် (၉)တိုင်ဖြင့် Pin ကို နှစ်တန်း၊ သုံးတန်း၊ လေးတန်းထောင်၍ လည်းကောင်း၊ တစ်တန်း၊ နှစ်တန်း၊ သုံးတန်း၊ နှစ်တန်း၊ တစ်တန်းထောင်၍ လည်းကောင်းပစ်ကစားလာခဲ့ကြသည်။ အီဂျစ်ဘုရင်ကွယ်လွန်ပြီးနောက် ဘီစီ ၅၂၀၀ ကဘုရင်အုတ်ဂူအတွင်းမှ အစောဆုံးရှေးဟောင်းဘိုးလင်း၊ ဘောလုံးနှင့် တိုင်တို့ကိုသုတေသီတို့က စတင်တွေ့ရှိခဲ့ကြပါသည်။

တတိယနှစ်၊ စတုတ္ထနှစ်များတွင် ဥရောပတစ်ခွင် ယင်းဘိုးလင်းကစားနည်းကို ဘာသာရေးပွဲတော်၊ ပျော်ပွဲ၊ ရွှင်ပွဲများမှ နိုင်ငံအနှံ့အဆင့်ဆင့်ကျယ်ပြန့်လာခဲ့ပါသည်။ ၁၇ ရာစု၌ Pin (၉)တိုင် ထောင်ကစားသည့် ဤကစားနည်းကို ဒတ်ချ်လူမျိုးများက အမေရိကတိုက်သို့သယ်ဆောင်လာခဲ့ကြပါ သည်။ Pin ကို မြေတွင် စိုက်နိုင်ရန်နှင့် လဲလွယ်စေရန် နှစ်ဖက်ချွန်ခဏသီးသဏ္ဌာန်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ Pin (၉) တိုင် မြေစိုက်ကစားကြစဉ် Pin ကို တစ်တန်း၊ နှစ်တန်း၊ သုံးတန်း၊ နှစ်တန်း၊ တစ်တန်းစီတန်း၍ ကစားလာခဲ့ကြပါသည်။

၁၈၀၀ ပြည့်နှစ်တွင် အမေရိကတိုက်နိုင်ငံအနှံ့လူသိများထင်ရှားလာပြီး Pin (၉)တိုင်မှ (၁၀)တိုင်သို့ ပြောင်းလဲလာခဲ့ပါသည်။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်း လောင်းကစားနည်းအသွင် စိတ်ဝင်စားအာရုံစိုက်ခဲ့ကြပါသည်။ ၁၈၈၀ ပြည့်နှစ်များတွင် ဘိုးလင်းကစားနည်းသည် မြေပြင်ကစားနည်းအသွင်မှ သစ်သားကြမ်းခင်းမိုးလုံလေလုံကစားရုံအသွင်သို့ ပြောင်းလဲလာခဲ့သည်။ အတွဲလိုက်၊ အသင်းလိုက် တိုးချဲ့ကူးပြောင်းကစားလာခဲ့ကြပါသည်။ ဘိုးလင်းကစားနည်းရုံများတွင်လည်း သူ့ထက်ငါ အဆင့်အတန်းမြင့်မြင့်ဆောက်လုပ်ခဲ့ကြပါသည်။ တောက်ပပြောင်လက်ချောမွေ့လှသည့် ကြမ်းခင်းများရှိသော ဘိုးလင်းရုံများတွင် ကစားသူများစည်ကားလျှက်ရှိပါသည်။ အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ဘိုးလင်းကစားနည်းသည် လူသိများ

ထင်ရှားသည့် ကစားနည်းတစ်ရပ်ဖြစ်လာသည်။ ၁၈၉၅ ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ဘိုးလင်းကွန်ဂရက် (A.B.C) ကို စတင်တည်ထောင်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းကွန်ဂရက်တွင်ပင်အမှတ်ပေးစနစ်၊ စည်းမျဉ်းနှင့် နည်းဥပဒေများ (Scoring System, Rule & Regulation) ကို စတင်သတ်မှတ်နိုင်ခဲ့ပါသည်။

၁၉၀၁ ခုနှစ်တွင် ပထမအကြိမ် အမေရိကန်အမျိုးသား ဘိုးလင်းပြိုင်ပွဲကို စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းနှင့် အညီ စနစ်တကျကျင်းပနိုင်ခဲ့ပါသည်။ ၁၉၀၃ ခုနှစ်အရောက်တွင် အမေရိကန်နိုင်ငံ၌ ဘိုးလင်းရုံးငယ်ပေါင်း (၂၀) ထိ တိုးတက်တည်ဆောက်ခဲ့သည်။ ထိုစဉ် ချီကာဂိုမြို့ (Chicago) ရှိ ST,Louis Ten Pin Bowling Associations သည် ကြီးမားသော အဖွဲ့အစည်းကြီးတစ်ခုဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

၁၉၀၄ ခုနှစ်တွင် ST,Louis Ten Pin Bowling Associations နှင့် Brunswick Corporation တို့ ပူးပေါင်းပြီး ဘိုးလင်းကစားနည်းတိုးတက်ပြန့်ပွားရန် အိမ်နီးနားချင်းနိုင်ငံများဖြစ်သည့် ဂျာမနီ၊ အင်္ဂလန်၊ အိုင်ယာလန်၊ မက္ကစီကိုနိုင်ငံတို့တွင် စည်းရုံးလုပ်ရှားခဲ့ပါသည်။ အမေရိကန်ဘိုးလင်းကွန်ဂရက် (A.B.C) မှ နှစ်စဉ် တစ်ဦးချင်း၊ နှစ်ယောက်တွဲ၊ သုံးယောက်တွဲ၊ ငါးယောက်တွဲပြိုင်ပွဲအထိ ယှဉ်ပြိုင်လာခဲ့ကြပါသည်။ အမေရိကန်ဘိုးလင်းကွန်ဂရက် (A.B.C) မှာ လက်ရှိအဖွဲ့ဝင်ပေါင်း ငါးသန်းကျော်ရှိနေပါသည်။

၁၉၁၆ ခုနှစ်တွင် နိုင်ငံတကာအမျိုးသမီးဘိုးလင်းကွန်ဂရက်ကို တည်ထောင်ဖွဲ့စည်းနိုင်ခဲ့သည်။ ယခုအခါ အဖွဲ့ဝင်ပေါင်း (၃. ၅)သန်းကျော်အထိ တိုးတက်လျက်ရှိပါသည်။ ဘိုးလင်းကစားနည်းသည် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် အထူးစိတ်ဝင်စားဆုံးအားကစားနည်းတစ်ရပ်ဖြစ်လာပါသည်။

ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးပြီးသည့်နောက်ပိုင်း ခေတ်မီအဆင့်အတန်းမြင့်ဘိုးလင်းရုံများကို အရှိန်အဟုန်မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်လာခဲ့ကြပြီး အားကစားသမားများအတွက်လည်း အားကစားပစ္စည်းများ တီထွင်ဖန်တီးပေးနိုင်ခဲ့ပါသည်။ ယခုအခါအမေရိကန်တွင် ဘိုးလင်းစင်တာ (၈၀၀၀) ကျော်ရှိပြီး ဘောလုံးပစ်လမ်း (၁၄၀၀၀၀) ကျော်ရှိပါသည်။ လူတန်းစားမရွေးမည်သူမဆို ပျော်ရွှင်စွာကစားနိုင်သည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။

ယခင်ဘိုးလင်း Pin များကို လူငယ်များလက်နှင့်ထောင်ပေးပြီး ကစားလာခဲ့ကြသည်မှာ သမိုင်းအစ အီဂျစ်ပြည်မှာကတည်းကဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း လူငယ်များလက်ဖြင့် Pin များထောင်ပေးပြီးကစားခဲ့ရပါသည်။ မြန်မာဘိုးလင်းသမိုင်းအစ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သည့်အတွေ့အကြုံတစ်ခုပင်ဖြစ်ပါသည်။ ၁၉၅၀ ပြည့်နှစ်တွင် ခေတ်မီစက်များပေါ်ပေါက်လာပြီး Pin များကို အလိုအလျောက်ထောင်သည့်စနစ်၊ ဘောလုံးပြန်ပို့စနစ်များ အပြည့်အဝရရှိလာကြသည့်အတွက် လူကြိုက်များသည့်ကစားနည်းအဖြစ် လူသိများလာခဲ့ပါသည်။

၁၉၈၅ ခုနှစ်တွင် သရုပ်ပြပွဲများ၊ ယှဉ်ပြိုင်ပွဲများ တိုးမြှင့်ကျင်းပလာကြပြီး ကြေးစားဘိုးလင်းအားကစားသမားများ အသင်းလည်း ပေါ်ပေါက်လာခဲ့ပါသည်။ ဘိုးလင်းကစားနည်းတွင် အားကစားသမားဦးရေ ကန့်သတ်ချက်ရှိပါသည်။ သို့သော် အသက်အပိုင်းအခြားကန့်သတ်ချက်လုံးဝမရှိပါ။

ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ကြီးပြီးသည့်နောက် ဘိုးလင်းကစားခြင်းမှာ အာရှနှင့်အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံတော်တော်များများသို့ ပြန့်နှံ့လာခဲ့ပြီး စိတ်ဝင်တစား ကစားလာခဲ့ကြပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဂျပန်၊ တောင်ကိုးရီးယား၊ ဟောင်ကောင်၊ ထိုင်ဝမ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ စင်္ကာပူ၊ ယိုးဒယား၊ မလေးရှား၊ အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံများ

တွင် အဆင့်အတန်းမြင့် ဘိုးလင်းရုံများအပြင်အဆိုင်တည်ဆောက်ခဲ့ကြပြီး ပြိုင်ပွဲများကျင်းပပြုလုပ် ပေးလျက်ရှိပါသည်။ အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံသည် အစောဆုံးဖြစ်ပြီး ၁၉၅၄ ခုနှစ်၊ ဘိုးလင်းကစားနည်းခေတ်စားထင်ရှားလာခဲ့သည်။ ၁၉၆၀ ပြည့်နှစ် နောက်ပိုင်း စင်္ကာပူ၊ မလေးရှား၊ ထိုင်း၊ အင်ဒိုနီးရှား စသည့်အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်ကစားလာခဲ့ရာမှ ၁၉၈၅ ခုနှစ်နောက်ပိုင်း ဘရူနိုင်းနိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိလာခဲ့ပါသည်။

အာရှတွင် ဘိုးလင်းအကောင်းဆုံးကစားနိုင်သည့် နိုင်ငံများမှာ တိုင်ပေ၊ ကိုရီးယား၊ ထိုင်း၊ ဟောင်ကောင်၊ စင်္ကာပူ၊ ဂျပန်၊ မလေးရှား၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ ယူအေအီး တို့ဖြစ်ကြပါသည်။ ဘိုးလင်းရုံများအနေဖြင့် ဘောလုံးလိမ့်လမ်းကြောင်း Lane (၁၈)ခုမှ (၁၀၀) ကျော်အထိ ထည့်သွင်းတည်ဆောက်လာခဲ့ကြသည်။ သို့သော် ကမ္ဘာ့အိုလံပစ် အားကစားပြိုင်ပွဲတွင် ဘိုးလင်းအားကစားနည်း ယနေ့တိုင်ထည့်သွင်းကျင်းပနိုင် ခြင်းမရှိသေးကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

၁၉၉၅ ခုနှစ်၊ ဂျပန်နိုင်ငံ၊ ဟီရိုရှီးမားမြို့၌ ကျင်းပသည့် (၁၂)ကြိမ်မြောက် အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲ တွင် ဘိုးလင်းပြိုင်ပွဲပါဝင်ခဲ့ပါသည်။ ၁၉၉၅ ခုနှစ် ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ချင်းလုံမြို့တွင်ကျင်းပသည့် (၁၈)ကြိမ် မြောက်အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲ၊ ၁၉၉၇ ခုနှစ် အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ၊ ဂျာကာတာမြို့တွင်ကျင်းပ သည့် (၁၉)ကြိမ်မြောက်အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲ၊ ၁၉၉၈ ခုနှစ် ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ဘန်ကောက်မြို့တွင် ကျင်းပသည့် (၁၃) ကြိမ်မြောက်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲ၊ ၁၉၉၉ ခုနှစ် ဘရူနိုင်းနိုင်ငံတွင် ကျင်းပသည့် (၂၀) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲ၊ ၂၀၀၁ ခုနှစ် မလေးရှားနိုင်ငံတွင် ကျင်းပသည့် (၂၁)ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲတို့တွင် ဘိုးလင်းအားကစားနည်းများ ပါဝင်လာခဲ့ပါ သည်။

(ခ) မြန်မာဘိုးလင်းသမိုင်း

၁၉၉၄ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ (၁၂)ရက်နေ့တွင် အဖွဲ့ဝင် (၁၃)ဦး ပါဝင်သော မြန်မာနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံး ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်ကို စတင်ဖွဲ့စည်းခဲ့ပါသည်။ အဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဦးသိန်းဇော် (မြန်မာ့မြေဆောက် လုပ်ရေး)၊ အတွင်းရေးမှူးအဖြစ် ဦးစောလွင် (လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး၊ အား/ကာ)တို့မှ ဆောင်ရွက် ခဲ့ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းသို့ ဘိုးလင်းအားကစားတိုးတက်ပြန့်ပွားရေးအတွက် နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲ များမှ အဖွဲ့ချုပ်သို့ ဘိုးလင်းအားကစားရုံတစ်ရုံအမြန်တည်ဆောက်ရန် လမ်းညွှန်သဖြင့် ရန်ကုန်မြို့၊ သိမ်ကြီးဈေး (ဒီ)ရုံ၊ (၇)ထပ်တွင် ဘောလုံးပစ်လမ်း Lane (၂)ခုပါ ရုံငယ်တစ်ခုကို ၁၉၉၅ခုနှစ်တွင် တည်ဆောက်ပြီးစီးခဲ့ရာမှာ မြန်မာနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံးဘိုးလင်းရုံဖြစ်ပါသည်။

လေးနှစ်ကျော်အတွေ့အကြုံသက်တမ်းရလာပြီဖြစ်သော မြန်မာဘိုးလင်းအားကစားသမား မောင်မယ်တို့သည် နောင်လာမည့်ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပပြိုင်ပွဲများ ဆက်လက်ယှဉ်ပြိုင်အောင်နိုင်ရေးအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အညီ စနစ်တကျဆက်လက်ကြိုးပမ်း လေ့ကျင့်လျက်ရှိပါသည်။

အခန်း (၃)

အားကစားနည်းအလိုက်ဝေါဟာရများ (Terminology)

Pin	-	ဘိုးလင်းတိုင်
Lane	-	ဘောလုံးလိုမ့်လမ်းကြောင်း
Score sheet	-	အမှတ်စာရွက်
Bowling Lane	-	ဘိုးလင်းအားကစားကွင်း
Ball Returns	-	ဘောလုံးပြန်ပို့စက်
Starting Point	-	စတင်ရန်အမှတ်အသား
Conclusion Guide Dot	-	အဆုံးသတ်အထောက်အကူစက်
Foul Line	-	တားမြစ်စည်း
Arrow Guide Dot	-	မြားအထောက်အကူပြုစက်
Tarker Arrows	-	ပစ်မှတ်မြား
Lane Oil	-	ဘောလုံးပြေးလမ်းနှင့်ဆီ
Gutter	-	မြောင်း
Back end	-	အဆုံးသတ်နယ်
Number of Pin	-	တိုင်အမှတ်စဉ်
Ball Returns	-	ဘောလုံးပြန်ပို့စက်
Starting Point	-	စတင်ရန်အမှတ်
Dot	-	အစက်
Board	-	ပျဉ်ချောင်း
Approch Area	-	ချဉ်းကပ်နယ်
Singles	-	တစ်ဦးချင်း
Doubles	-	နှစ်ယောက်တွဲ
Trios	-	သုံးယောက်တွဲ
Team of 5	-	ငါးယောက်တွဲ
All Events	-	တစ်ဦးချင်းပွဲစဉ်လေးမျိုးပေါင်း
Masters	-	အဆင့်မြင့်တန်း

အခန်း (၄)
ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား Game Events
Ten Pin Bowling Men & Women Events

(၁)	တစ်ဦးချင်းပြိုင်ပွဲ	Singles
(၂)	နှစ်ယောက်တွဲပြိုင်ပွဲ	Doubles
(၃)	သုံးယောက်တွဲပြိုင်ပွဲ	Trios
(၄)	ငါးယောက်တွဲပြိုင်ပွဲ	Team of 5
(၅)	တစ်ဦးချင်း ပွဲစဉ်လေးမျိုးပေါင်း	All Events
(၆)	အဆင့်မြင့်တန်း	Masters

ကမ္ဘာ့အဆင့်၊ အာရှအဆင့်၊ အရှေ့တောင်အာရှအဆင့် နိုင်ငံတကာပြိုင်ပွဲကြီးများတွင် အောက်ပါအတိုင်း အတွဲလိုက် ကျား/မ ယှဉ်ပြိုင်ပါသည်။ (သိခြားဖိတ်ခေါ်ပြိုင်ပွဲများတွင် နှစ်သက်သလို အစီအစဉ်များဖြင့် ကျင်းပကြပါသည်။

Singles ပွဲစဉ်ကို ကျား/မ ခြောက်ဦးစီ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။

Doubles ပွဲစဉ်ကို ကျား/မ သုံးတွဲစီ

Trios ပွဲစဉ်ကို ကျား/မ နှစ်တွဲစီ

Team of 5 ပွဲစဉ်ကို ကျား/မ တစ်သင်းစီ (တစ်ဦးအရံလူ)ဖြင့် ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။

All Events ပွဲစဉ်ကို ကျား/မ အားကစားသမားတစ်ဦးချင်း၏ ပွဲစဉ်လေးမျိုးလုံးကို ပေါင်းစပ်၍ အဆင့်သတ်မှတ်ပြီး ပ၊ ဒု၊ တ ဆုချီးမြှင့်ပေးပါသည်။

Masters ပွဲစဉ်ကို ကျား/မ All Events အဆင့် (၁)မှ (၁၆)အထိ အမှတ်အများဆုံး အားကစားသမား (၁၆)ဦး ရွေးချယ်၍ ပွဲငယ် (၁၆) ပွဲ ဆက်တိုက်ယှဉ်ပြိုင်စေပြီး၊ ပ၊ ဒု၊ တ ဗိုလ်လုပွဲစနစ်ဖြင့် ယှဉ်ပြိုင်စေပါသည်။

အထက်ပါပွဲစဉ်များအားလုံးအတွက် ချီးမြှင့်သည့် ဆုတံဆိပ်အရေအတွက်မှာ ရွှေ (၁၂)ခု၊ ငွေ (၁၂) ခု၊ ကြေး (၁၂) ခု ဖြစ်ပါသည်။

အခန်း (၅) ပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်းဥပဒေများ

၁။ ပြိုင်ပွဲ၏သတ်မှတ်ချက်

Ten Pin ဘိုးလင်းပြိုင်ပွဲတစ်ခုတွင် တစ်ပွဲတွင်အကွက် (၁၀)ကွက်ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ Strike မကျလျှင် ရှေ့ (၉)ကွက်တွင် (၂)ခါပစ်ခွင့်ရှိပါသည်။ အကွက် (၁၀) ကွက်တွင် Strike (or) Spare ဖြစ်ခဲ့လျှင် ထိုကစားသမားသည် ထိုအကွက်၌ တတိယအကြိမ်ပစ်ခွင့်ရှိသည်။ အကွက်တိုင်းကို အစဉ်လိုက် ပစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကမ္ဘာ့ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်၏ သတ်မှတ်ချက်အရ အမှတ်မှတ်ရာတွင် စက်ဖြင့်လည်းအမှတ်ပေး သည်။ လက်ဖြင့်လည်းအမှတ်ပေးသည်။ ထိုသို့ နှစ်မျိုးစလုံးအမှတ်ပေးခြင်းဖြင့် ရမှတ်များကို တိုင်ဆိုင် စစ်ဆေး နိုင်သည်။

အားကစားသမားသည် ဘောလုံးကိုလက်မှ လွှတ်လိုက်သောအခါ Foul စည်းကိုကျော်၍ Lane ပေါ်သို့ ဘောလုံးကျသွားခြင်းသည် စည်းကမ်းနှင့်အညီဘောလုံးပစ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဘိုးလင်းပစ်ရာတွင် လက်ကိုသာအသုံးပြုရမည်ဖြစ်၍ အကူပစ္စည်းများပြိုင်ပွဲတွင် အသုံးပြုခွင့်မပြုပေ။ ဘောလုံးပေါ်တွင် တိပ်ကပ်ခြင်း၊ လက်လွှတ်ရာတွင် အဆင်ပြေမည့်ပစ္စည်းများ အသုံးပြုခြင်းကိုလည်း ခွင့်မပြုပေ။

၂။ အမှတ်မှတ်နည်း

အားကစားသမားပစ်လိုက်သောအခါ Strike (10-Pin) အားလုံးကျသွားလျှင် ဘယ်ဘက်အကွက် တွင် မှတ်သားရမည်။ အကယ်၍ Strike (10-Pin) အားလုံးမကျပါက ကျသွားသည် Pin ၏ အရေအတွက် ကို ဘယ်ဘက်အကွက်တွင် မှတ်သားထားပြီး၊ နောက်တစ်ကြိမ်ပစ်၍ ကျသွားသော် Pin ၏ အရေအတွက် ကို ညာဘက်တွင် မှတ်သားရမည်။ ဒုတိယအကြိမ်ပစ်၍ Pin မကျလျှင် (-) သင်္ကေတဖြင့်မှတ်ရသည်။

၃။ (Strike)

Ten Pin အားလုံးကျသွားလျှင် Strike ဟုခေါ်ပါသည်။ (X) သင်္ကေတဖြင့်မှတ်ရသည်။ ဘယ်ဘက်အကွက်တွင် မှတ်သားရမည်။ Strike မှန်လျှင် (၁၀) မှတ်ရ၍ အားကစားသမား၏ နောက်နှစ် ခေါက်ရမှတ်ကို ပေါင်းပေးရသည်။

၄။ Strike နှစ်ကြိမ်ဆက်တိုက်မှန်ခြင်း

နှစ်ကြိမ်ဆက်တိုက်မှန်သောအခါ ပထမဆုံးအမှတ် ရေးရသည့်အကွက်တွင်အမှတ် (၂၀)ရ၍ ရေးသားထားပြီးနောက် ဘောလုံးတစ်လုံးထပ်ပစ်၍ ကျသွားသော Pin အရေအတွက်ကို ထည့်ပေါင်းပေး ရမည်ဖြစ်ပါ။

၅။ Strike သုံးကြိမ်ဆက်တိုက်မှန်ခြင်း

Strike သုံးကြိမ်ဆက်တိုက်မှန်သောအခါ ပထမ Strike မှန်သောနေရာတွင် (၃၀) မှတ်ရမည်ဖြစ်ပြီး၊ Strike (၁၂) ကြိမ်ဆက်တိုက်မှန်လျှင် ပွဲတစ်ပွဲ၏ အမှတ်အများဆုံးဖြစ်သော (၃၀၀)မှတ်ရရှိမည်ဖြစ်သည်။

၆။ Spare

ပထမကြိမ်ပစ်သောအခါ ကျသွားဘဲကျန်ရှိနေသော Pin များကို ဒုတိယအကြိမ်တွင် အားလုံး ကျအောင်ပစ်နိုင်ပါက Spare ဟုခေါ်သည်။ (✓)သင်္ကေတဖြင့်မှတ်သားသည်။ ညာဘက်အကွက် သေးသေးလေးတွင် မှတ်ရမည်။ ဒုတိယအကြိမ်တွင် Pin အားလုံးကျသွား၍ Spare ၏ ရမှတ် (၁၀)မှတ်ဖြစ်သော အခါတွင် အားကစားသမားနောက်တစ်ကြိမ်ပစ်၍ ကျသွားသော Pin အရေအတွက်နှင့် ထည့်ပေါင်းပေးရမည်ဖြစ်သည်။

၇။ မှားယွင်းမှု

အားကစားသမားနှစ်ကြိမ်ပစ်ပြီးနောက် Ten Pin လုံးကျအောင် မပစ်နိုင်လျှင် ကွန်ပျူတာဖြင့် အမှတ်ပေးရာ၌ အမှားပြင်ဆင်ခြင်းကို ကွန်ပျူတာမှ မှားယွင်းမှု (Error) ဟု ခေါ်သည်။

၈။ Pin ခွသွားခြင်း

ခွသွားခြင်းဆိုသည်မှာ ပထမမြောက်ဘောလုံးပစ်လိုက်လျှင် 1 Pin နှင့်အခြား Pin များကျသွားပြီး ကျန်ရှိနေသော Pin များသည် အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည် -

(၁) 2 ခု (သို့) 2 ခုထက်ပိုသော Pin များသည် သူတို့၏ကြားတွင် အနည်းဆုံး Pin 1-Pin ကျသွားရမည်။ (ဥပမာ-ကျန်ရှိသော Pin များမှာ 1-Pin နှင့် 9-Pin, 3 Pin နှင့် 10 Pin)

(၂) 2 ခု (သို့) 2 ခုထက်ပိုသော Pin များသည် သူတို့၏ရှေ့တွင်ကပ်နေသော Pin များ အနည်းဆုံးကျသွားရမည်။ (ဥပမာ- 5 Pin နှင့် 6 Pin)

၉။ ပြိုင်ပွဲပုံစံအနေအထား

အားကစားသမားများသည် နီးစပ်သော Lane နှစ်ခုပေါ်တွင် အပြန်အလှန်ပြောင်းလဲ၍ ယှဉ်ပြိုင်ရမည်။ Lane တစ်ခုတွင် အကွက် (၅)ကွက်စီ ပစ်ရမည်။

၁၀။ ဘောလုံးစတင်ပစ်ခြင်း

တစ်ယောက် (သို့) တစ်ယောက်ထက်ပိုသော ကစားသမားများသည် နီးကပ်သော Lane တစ်စုံတွင် ယှဉ်ပြိုင်ရသည်။ ပြိုင်ပွဲစသောအခါ လူလဲခြင်းမပြုပေ။ ဘိုးလင်း၏ စည်းမျဉ်း/ စည်းကမ်း No.307-6-CandD နှင့် No.301 အရ လူလဲနိုင်သည်။

၁၁။ ပြိုင်ပွဲရပ်နားခြင်း

ပြိုင်ပွဲပြိုင်နေစဉ် စက်ပစ္စည်းတစ်ခုခုပျက်သွား၍ ရပ်နားခြင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ယင်း Lane ပေါ်တွင် ပြိုင်၍ အနိုင်ရရှိသော ကစားသမားများအား တခြား Lane ပေါ်တွင် ဆက်လက်ယှဉ်ပြိုင်နိုင် အောင် ပြုလုပ်ပေးရမည်။

၁၂။ စည်းမျဉ်းမှန် Pin ကျခြင်း (အကျုံးဝင် Pin များ)

အောက်ပါအခြေအနေများကို စည်းမျဉ်းမှန် Pin ကျခြင်းဟုသတ်မှတ်သည်-

၁။ Pin များသည်ဘောလုံးနှင့် အခြား Pin များကြောင့်ကျခြင်း။

- ၂။ Pin များသည်ဘေးနှစ်ဖက်ရှိ ဘေးကာ၊ နောက်ကာများကိုထိ၍ ကန်ပြီးပြန်ရိုက်သော အခါကျသော Pin များ။
- ၃။ Pin မလဲမှီ သိမ်းစက်ကို ကန်ပြီးပြန်ရိုက်သော Pin များ။
- ၄။ Pin များသည် ဘေးကာ (သို့) နောက်ကာတွင် မှီ၍လဲနေခြင်း။

၁၃။ စည်းမျဉ်းမှားကျခြင်း (အကျိုးမဝင်ခြင်း)

- ၁။ ဘောလုံးမြောင်းသို့ကျပြီးမှ Pin ကို မှန်လျှင်အကျိုးမဝင်ပါ။
- ၂။ ပစ်လိုက်သောဘောလုံးသည် နောက်ကာကိုထိမိ၍ ကန်ပြီးပြန်ရိုက်သောအခါကျသော Pin များ။
- ၃။ Pin သည် ချပေးသောလူ၏ မည်သည့်နေရာကိုမဆို ထိ၍ကန်ပြီးပြန်ရိုက်ခြင်း။
- ၄။ Pin ချစက်ကြောင့် ကျသွားသော Pin များ အကျိုးမဝင်ပါ။
- ၅။ Pin သိမ်းစက်ကြောင့်ကျသွားသော Pin များ အကျိုးမဝင်ပါ။
- ၆။ Pin ချပေးသော လူကြောင့်ကျသွားသော Pin များအကျိုးမဝင်ပါ။
- ၇။ ကစားသမား Foul ၍ကျသွားသော Pin များအကျိုးမဝင်ပါ။
- ၈။ Ten Pin မှ လွဲ၍ အနောက်တွင်ရှိသော အခြား Pin ကို ထိသောကြောင့် ကန်ပြီးပြန်ရိုက်သော Pin များအကျိုးမဝင်ပါ။

၁၄။ နေရာအနေအထားမှားသော Pin များ

ကစားသမားများ Pin ပစ်သောအခါ Pin 1 ခု (သို့) 1 ခုထက်ပိုသော Pin များ နေရာမှားနေလျှင် အမှတ်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။ Pin ၏ နေရာမှန်မမှန်စစ်ဆေးခြင်းသည် ကစားသမားတွင် တာဝန်ရှိသည်။ ဘောလုံးမပစ်မှီ နေရာမှားနေသော Pin များကို ကစားသမားက ပြန်ပြရမည်။ သို့မဟုတ် ချပေးသော Pin များ နေရာမှန်ကန်သည်ဟု မှတ်ယူမည်ဖြစ်သည်။ တစ်လုံးတစ်ကြိမ်ဖြစ်ပြီး ကျန်ရှိနေသော Pin များကို နေရာရွှေ့ပြောင်းခြင်းခွင့်မပြုပေ။

၁၅။ အမှတ်မရနိုင်သောကျမှု

ဘောလုံးနှင့်ပစ်၍ကျသွားသော Pin များမှလွဲ၍ အခြားအရာဝတ္ထုကြောင့် ကျသွားသော Pin များ အတွက် အမှတ်ရရှိမည်မဟုတ်ပေ။

၁၆။ Pin များပြောင်းခြင်း၊ လဲခြင်း

ပြိုင်ပွဲတွင် Pin များပျက်စီးမှုရှိပါက ထို Pin နှင့် အလေးချိန်တူသော Pin တစ်ခုနှင့်ပြောင်းခြင်း၊ လဲခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်သည်။

၁၇။ Dead Ball

- ၁။ ကစားသမားများဘောလုံးပစ်သောအခါ Pin 1 ခု (သို့) 1 ခု ထက်ပို၍ နည်းနေခြင်း။
- ၂။ ဘောလုံး Pin ကို မမှီ ချပေးသောလူကြောင့် အနှောင့်အယှက်ဖြစ်သွားခြင်း။

၃။ ကစားသမားသည် Lane မှား၍ ပစ်ခြင်း၊ အစီအစဉ်လိုက်မပစ်ခြင်း။

၄။ ကစားသမားများ ပြိုင်ပွဲတွင် ဘောလုံးပစ်နေစဉ် အခြားအားကစားသမားနှင့်ထိခြင်း (သို့) အခြားအရာဝတ္ထုပစ္စည်းနှင့်ထိခြင်း။

၅။ ဘောလုံးကိုမထိမီ Pin များရွေ့လျားသွားခြင်း (သို့) Pin ကျသွားခြင်း။

ဤသို့ဖြစ်ခြင်းအားလုံးကို Dead Ball ဟုခေါ်၍ Dead Ball ဖြစ်ပေါ်လျှင် အမှတ်ပေးမည်မဟုတ်ပါ။

ကစား သမားအား ပြန်ပစ်ခိုင်းမည်ဖြစ်သည်။

၁၈။ Lane မှားပစ်ခြင်း

Lane မှားပစ်လျှင် Dead Ball ဟု သတ်မှတ်မည်။ အမှတ်ရမည်မဟုတ်။ ကစားသမားသည် မှန်ကန်သော Lane ပေါ်တွင် ပြန်ပစ်ခွင့်ပြုရန်တောင်းဆိုနိုင်သည်။

၁၉။ Foul ခြင်း

ကစားသမားများ ဘောလုံးပစ်စဉ် (သို့) ဘောလုံးပစ်ပြီး Foul စည်းကို မည်သည့်ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းနှင့်ဖြစ်စေ ထိလျှင် Foul သည်ဟုသတ်မှတ်သည် အမှတ်ရမည်မဟုတ်ပေ။

၂၀။ Foul အောင်တမင်ပြုလုပ်ခြင်း

ကစားသမားသည် မိမိအကျိုးရရှိရန်အတွက် Foul အောင် တမင်ပြုလုပ်လျှင် ထိုအကွက်၏ ရမှတ်မှာ (၀) မှတ်ဖြစ်၍ ထိုအကွက်တွင် ဘောလုံးထပ်ပစ်ခွင့်မရှိပါ။

၂၁။ Foul ခြင်းကိုမှတ်သားနည်း

Foul လျှင် (F) သင်္ကေတဖြင့် မှတ်သားသည်။ Foul ၍ကျသွားသော Pin များ အမှတ်ရမည် မဟုတ်ပါ။

၂၂။ Foul လျှင်အချက်ပြသောစက်

ကမ္ဘာ့ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်မှ 10 Pin အားကစားနည်းတွင် Foul လျှင်အချက်ပြသော စက်များ တပ်ဆင်ထားခြင်းရှိသည်။ သို့သော်ပြိုင်ပွဲတွင် ထိုစက်မရှိခြင်းဖြစ်စေ (သို့) ပျက်နေ၍ဖြစ်စေ ခိုင်လူကြီးမှ Foul စည်းကို ကြည့်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

၂၃။ သိသာထင်ရှားသော Foul မှုများ

Foul အချက်ပြစက်နှင့် Foul စည်းကို ကြီးကြပ်သောခိုင်သည် သိသာသော Foul တစ်ခုကို မတွေ့ရှိပါက အောက်ပါလူများတွေ့ရှိခဲ့လျှင်လည်း Foul သည်ဟူသော သတ်မှတ်ချက်အကြီးဝင်သည်။

၁။ နှစ်ဦးနှစ်ဖက် ကစားသမားများမှ တွေ့ရှိခြင်း။

၂။ အမှတ် မှတ်ပေးသူတွေ့ရှိခြင်း။

၃။ အခြား ခိုင်လူကြီးမှ တွေ့ရှိခြင်း။

၂၄။ Foul စည်းကမ်းနှင့်ပတ်သတ်သော တောင်းဆိုခြင်း

အောက်ပါအခြေအနေများမှလွဲ၍ ကျန်အခြေအနေများတွင် Foul ခြင်းနှင့်ပတ်သတ်ပြီး တောင်းဆိုနိုင်သည်။

၁။ Foul အချက်ပြစက် ပုံမှန်အလုပ်မလုပ်သည်ကို သက်သေပြခြင်း။

၂။ ကစားသမားဘက်မှ မ Foul ခြင်းကို ခိုင်လုံသော အကြောင်းပြချက်ဖြင့် သက်သေပြခြင်း။

၂၅။ ဘောလုံးအပိုပစ်ခြင်း

Foul ခြင်း (သို့) Dead Ball နှင့်ပတ်သတ်သော ပဋိပက္ခကိစ္စများ ပြိုင်ပွဲတွင်ဖြစ်ပေါ်တတ်၍ ခိုင်များချက်ချင်းမဆုံးဖြတ်နိုင်ပါက ဘောလုံးအပိုတစ်လုံး (သို့) အပိုတကွက်ပစ်ခိုင်းလေ့ရှိသည်။ ခိုင်အမှတ်ပေးရာတွင် အသုံးပြုလေ့ရှိသည်။

၂၆။ ကိုယ်ပိုင်ဘောလုံး

ဘိုးလင်းကစားသမားတိုင်းတွင် မိမိ၏ကိုယ်ပိုင်ဘောလုံးရှိရမည်။ အကယ်၍ မိမိတွင် ကိုယ်ပိုင်ဘောလုံးမရှိပါက အခြားကစားသမားထံမှ ဘောလုံးအား ထိုကစားသမားခွင့်ပြုမှသာ ယူကစားခွင့်ရှိမည်။ ဘောလုံးပိုင်ရှင်၏ ခွင့်ပြုချက်မရှိဘဲ ဘောလုံးအားအသုံးပြုခွင့်မရှိပေ။

၂၇။ ဘောလုံး၏ မျက်နှာပြင်ကိုပြောင်းလဲခြင်း

ပြိုင်ပွဲတွင် ကော်ပတ်ကိုအသုံးပြုပြီး ဘောလုံးမျက်နှာပြင်အား ပြောင်းလဲခြင်းကို လုံးဝ တားဆီးသည်။ မျက်နှာပြင်ပြောင်းလဲထားသော ဘောလုံးအား ပြိုင်ပွဲတွင် အသုံးပြုခွင့်မရှိ။

၂၈။ ချဉ်းကပ်နယ် (လျှောက်လမ်း) ကောင်းမွန်အောင် ထိန်းသိမ်းခြင်း

ကစားသမားသည် ချဉ်းကပ်နယ် (လျှောက်လမ်း)တွင် လှုပ်ရှားရာ၌ ချဉ်းကပ်နယ် (လျှောက်လမ်း)ကို ပျက်စီးမှုဖြစ်စေသော မည်သည့်ပစ္စည်းမဆို အသုံးပြုခွင့်မရှိပါ။ ဥပမာ - ပေါင်ဒါမှုန့် စသည့် မည်သည့်အမှုန့်ဖြစ်စေ ပြိုင်ပွဲကွင်းအတွင်းသို့ ယူဆောင်ခွင့်မရှိ။

၂၉။ အမှတ် မှားမှတ်သည်နှင့်ပတ်သတ်၍ကန့်ကွက်ခြင်း

ပြိုင်ပွဲတွင် အမှတ်မှားမှတ်သည်ကို သိရှိပါက ချက်ချင်းခိုင်လူကြီးဆီသို့ သတင်းပို့ရမည်။ ခိုင်လူကြီးက သံသယဖြစ်လျှင် ပြိုင်ပွဲကျင်းပရေးကော်မတီမှ ဖွဲ့စည်းထားသော ခုံသမာဓိအဖွဲ့မှ ဆုံးဖြတ်ချက်ပေးမည်။ ခုံသမာဓိအဖွဲ့၏ ဆုံးဖြတ်မှုသည် အတည်ဖြစ်သည်။ အမှတ်မှားမှတ်ခြင်းကို တောင်းဆိုသည်နှင့် ပတ်သက်၍ တောင်းဆိုရန် အချိန်ကာလမှာ ပြိုင်ပွဲကျင်းပသောနေ့ (သို့) ပြိုင်ပွဲကျင်းပပြီး (၁) နာရီအတွင်း ဖြစ်ရမည်။ ဆုမချီးမြှင့်မီအချိန်တွင် တောင်းဆိုရမည်ဖြစ်သည်။

၃၀။ စည်းမျဉ်း/စည်းကမ်း ဖောက်ဖျက်သူကို ကန့်ကွက်ခြင်း

ပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်း/ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်သူကို ကန့်ကွက်လိုလျှင် စာဖြင့်ရေးတင်ရမည်။ ပြိုင်ပွဲပြီး (၂၄) နာရီအတွင်း (သို့) ဆုမချီးမြှင့်မီ အချိန်တွင် သတင်းပို့ရမည်ဖြစ်သည်။

၃၁။ အမှတ် မှတ်ခြင်းစနစ်

အမှတ်မှတ်ခြင်းစနစ်တွင် အမှတ်ကိုမှတ်ပေးသောသူနှင့် အမှတ် မှတ်စက်ကမှတ်ယူပြီး အပြန် အလှန်တိုက်၍ စစ်ဆေးသည်။ သို့သော် စက်ပျက်နေသောအခါမျိုးတွင် အမှတ် မှတ်သူသည် အမှတ် မှတ်ရန် ကျန်ရှိနေလျှင် ကစားသမားများက အစားထိုးပြန်ပစ်ပေးရသည်။

၃၂။ ပြိုင်ပွဲအချိန် နောက်ကျသောကစားသမား

ကစားသမားပြိုင်ပွဲဝင်ရန် နောက်ကျမှုရှိခဲ့လျှင် မိမိကိုသတ်မှတ်ပေးထားသော Lane ပေါ်တွင် အခြားပြိုင်ပွဲဝင်များရောက်ရှိနေသည့် အကွက်မှစ၍ တန်းတူပြိုင်ရမည်။ Lane တစ်ခု ပြန်စီစဉ်ပေးခဲ့ သည်ရှိသော် ထိုပြိုင်ပွဲ၏ Lane အားလုံးထဲတွင် အနည်းဆုံးအကွက်မှစ၍ ယှဉ်ပြိုင်ရမည်။

၃၃။ ပြိုင်ပွဲကစားသမားများ သိရှိစေရန်

- ၁။ (က) မိမိ၏ ဘယ်ဘက်တွင်ရှိသော ကစားသမားအား ဘောလုံးကို မိမိအရင်ပစ်မည်ဟု တောင်းဆို၍ ရသည်။
 - (ခ) ဘောလုံးပစ်ရာတွင် မိမိညာဘက်၌ရှိသော ကစားသမားကို ဦးစားပေးရမည်။
 - (ဂ) မိမိဘောလုံးပစ်လှည့်ရောက်ချိန်တွင် အဆင်သင့်ဖြစ်နေရမည်ဖြစ်သည်။
- ၂။ (က) ၁။ (က) (ခ) (ဂ) ကိုမလိုက်နာပါက ဘောလုံးအပစ်နှေးခြင်းဟု သတ်မှတ်၍ ဒိုင်မှအသိ ပေးမည်ဖြစ်သည်။
 - (ခ) ပထမအကြိမ် စည်းကမ်းမလိုက်နာလျှင် အဖြူကဒ်ဖြင့်သတိပေးမည်။
 - (ဂ) ဒုတိယအကြိမ် စည်းကမ်းမလိုက်နာလျှင် အဝါကဒ်ဖြင့်သတိပေးမည်။
 - (ဃ) ပြိုင်ပွဲတစ်ခုတွင် တတိယအကြိမ်မှစ၍ ဘောလုံးပစ်နှေးပါက တစ်ကြိမ်နှေးလျှင် အနီကပ်ပြ၍ ထိုအကွက်တွင် အမှတ်မရပေ။
- ၃။ ဘောလုံးအပစ်နှေးသည်နှင့်ပတ်သတ်၍ ပဋိပက္ခပြဿနာများရှိပါက ဒိုင်အဖွဲ့ချုပ်မှ ဆုံးဖြတ် ချက်သာ အတည်ဖြစ်သည်။

၃၄။ အမှတ်တူလျှင် ဆုံးဖြတ်နည်းများ

ပြိုင်ပွဲတွင် ပထမရသူများ အမှတ်တူနေခဲ့လျှင် မည်သို့ပြုလုပ်ရမည်ဆိုသည်ကို ပြိုင်ပွဲစည်းကမ်း၌ ဖော်ပြထားခြင်းမရှိပါက (၉ ကွက်မြောက်နှင့် ၁၀ ကွက်မြောက် အကွက်များအား ထပ်တိုးပြိုင်၍သော် လည်းကောင်း (သို့) ပူးတွဲပထမဆု ချီးမြှင့်၍သော်လည်းကောင်း (သို့) နောက်ထပ်တစ်ပွဲ ထပ်ပြိုင် ရမည်ဖြစ်သည်။

၃၅။ တောင်းဆိုမှုတင်သွင်းခြင်း

ပြိုင်ပွဲတွင် ဒိုင်အဖွဲ့၏ဆုံးဖြတ်ချက်များအပေါ် မကျေနပ်ပါက ပြိုင်ပွဲကျင်းပပြီး တစ်လ အတွင်း ကမ္ဘာ့ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်သို့ တင်ပြနိုင်သည်။ အဖွဲ့ချုပ်မှ ရက် (၃၀)အတွင်း ဆုံးဖြတ်ချက်ချပြီး တစ်ချိန်ထဲမှာပင် တင်ပြတောင်းခံသူ၊ သက်ဆိုင်ရာဒေသရှိ ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ် Ten Pin ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်

ထံသို့ အဖွဲ့ချုပ်၏ ဆုံးဖြတ်ချက်များကို ပေးအပ်ရမည်ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး ဆုံးဖြတ်ချက်ကို ကမ္ဘာ့ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်ထံသို့ တင်သွင်းရမည်။ ထို့နောက် ဆုံးဖြတ်ချက်ကို (၃၀) ရက်အတွင်း တောင်းဆိုမှုပြုလုပ်သူနှင့် သက်ဆိုင်ရာဒေသ ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌထံသို့ အကြောင်းကြားရမည်ဖြစ်သည်။

၃၆။ ကျင်းပသည့်နိုင်ငံ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်ခြင်း

ကျင်းပသည့် မည်သည့်နိုင်ငံမဆို ကမ္ဘာ့ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်မှ ချမှတ်ထားသော စည်းမျဉ်း/ စည်းကမ်းဖောက်ဖျက်လျှင် အရေးယူခံယူရမည်ဖြစ်ပြီး စည်း ကမ်းဖောက်ဖျက်ရသည့် အကြောင်းအရင်းများကို ပြောပြရမည်ဖြစ်သည်။ နောက်တစ်ခေါက်ကျင်းပခွင့် ရရှိမည်မဟုတ်ပေ။

ဘိုးလင်းကစားကွင်း အတိုင်းအတာအချက်အလက်များ

အားကစားသမားတိုင်း ပညာမျက်စိရှင်သန်ဖွံ့ဖြိုးအောင် မူလပထမကြိုးပမ်းရပါမည်။ အားကစားအဆင့်အတန်းတိုးတက်မြင့်မားလာစေရန် မည်သည့်အားကစားနည်းစနစ်၊ နည်းပညာမဆို စာပေအသိပညာဗဟုသုတသည် အဓိကကျသော သော့ချက်ဖြစ်ပါသည်။

ဘိုးလင်းအားကစားနည်းကို စိတ်ဝင်စားသူ၊ ဝါသနာပါသူမှန်သမျှ ယင်းကစားနည်း၏ နည်းစနစ်၊ နည်းပညာတို့နှင့် ပတ်သတ်စပ်လျဉ်းသော ဗဟုသုတများ ကြွယ်ဝနေရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

ဘိုးလင်းကစားနည်းတစ်ရပ်တွင် မသိမဖြစ်၊ အရေးပါဆုံးရှေ့တန်းမှ ပါဝင်ပတ်သတ်မှုသည် ကစားကွင်း၏ အကြောင်းအချက်တို့ပင်ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ကစားကွင်းနှင့်ပတ်သတ်သော သိမှတ်စရာ မြေပုံ (Map) နှင့် ပထဝီအနေအထား (Geography) အတိုင်းအတာအကြောင်းအချက်တို့ကို သိရှိရန်လိုအပ် ပါသည်။

ဘိုးလင်းကစားကွင်းနှင့်ပတ်သတ်သော အခြေအနေပြောင်းလဲတိုးတက်လာပုံတို့ကို အောက်ပါအတိုင်းသိရှိရပါသည်။

ကမ္ဘာ့ဘိုးလင်းသမိုင်းအစ (BC 3200) ကပင် အီဂျစ်တို့သည် ဘိုးလင်းတိုင် Pin ကို လက်ဖြင့်ပင် စတင်ထောင်ပေးခဲ့ရသည်။ အနောက်ဥရောပသို့ ဘိုးလင်းပြန့်ပွားလာသည့်တိုင် လက်ဖြင့်ပင်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြရပါသည်။ တဖြည်းဖြည်းနှင့် အချိန်ကာလကြာညောင်းလာသောအခါတွင် ဘိုးလင်းသည် ထူးကဲသောအရှိန်အဟုန်ဖြင့် ပိုမိုထင်ရှားကျော်ကြားလာခဲ့ပြီး လူအများကြိုက်နှစ်သက်သော အားကစားတစ်ရပ်ဖြစ်လာခဲ့ရာ ခေတ်မီစက်များတီထွင်ဖန်တီးကြဆ၍ အသုံးပြုလာရာ လက်မှစက်သို့ အသွင်ပြောင်းလဲလာခဲ့ကြပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း ပြည်သူအများကစားလာခဲ့သော ဘိုးလင်းသမိုင်းအစ ၁၉၉၅ ခုနှစ်ကာလခေတ်မီ ရုံကြီးများ မပေါ်ပေါက်သေးမီအဖွဲ့ချုပ်ပိုင်ပစ်လမ်းနှစ်ခုပါ ပထမဆုံးဘိုးလင်းရုံငယ်တွင် မြန်မာ Bowlers တို့ အလှည့်ကျစီ Pin ကို လက်ဖြင့်ထောင်ပေးပြီး စတင်ပျိုးထောင်လာခဲ့ပါသည်။

ယခုအခါ ရန်ကုန်မြို့တွင် ခေတ်မီဘိုးလင်းရုံကြီးနှစ်ရုံနှင့် နေပြည်တော်တွင် (၁) ရုံ တည်ဆောက်

ပြီးစီးခဲ့၍ Pin ကို လက်ဖြင့်ထောင်ပေးရခြင်း၊ ဘောလုံးကိုလက်ဖြင့် မြောင်းမှလိုမ့်ပို့ရခြင်းနှင့်အမှတ်များကို စာရွက်(Score Sheet) ဖြင့်ရေးမှတ်ရသော အခြေအနေမှလွတ်မြောက်ခဲ့ရပါသည်။ လိုအပ်သည်တို့ကို လက်ဖြင့်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ရသော မြန်မာ Bowlers တို့ ယနေ့နိုင်ငံတကာ အဆင့်မြင့်ပြိုင်ပွဲကြီးများကိုပင် ယှဉ်ပြိုင်နေသည့် အခြေအနေသို့ ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတော်တွင် ရန်ကုန်မြို့နှင့်နေပြည်တော်မှအပ ကျန်မြို့များတွင်လည်း ဤကစားနည်း ကို ခေတ်မီစက်တပ်ရုံကြီးများရှိမှသာ ကစား၍ရသည်မဟုတ်ဘဲအထက်တွင် တင်ပြခဲ့သည့်အတိုင်းစတင် ပျိုးထောင်၍ ခေတ်မီစက်ရုံကြီးများပေါ်ပေါက်လာသည်အထိတဖြည်းဖြည်းချင်းကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

မြန်မာ့ဘိုးလင်းသမိုင်းတွင် မြန်မာနိုင်ငံ၏ပထမဆုံးဝန်ကြီးဌာနပေါင်းစုံ ကျား/မ ဘိုးလင်းပြိုင်ပွဲ (Single Event) ကို ရန်ကုန်မြို့၊ သိမ်ကြီးဈေး (D) ရုံ၊ (၇)ထပ်ရှိ အဖွဲ့ချုပ်ပိုင် ပစ်လမ်းနှစ်ခုပါရုံငယ် ကလေးတွင် ၁၉၉၆ ခုနှစ်၌အောင်မြင်စွာကျင်းပနိုင်ခဲ့ပါသည်။ အဆိုပါပြိုင်ပွဲတွင် Pin များကို လက်ဖြင့် ထောင်ပေးခြင်း၊ ဘောလုံးကို မြောင်းမှပြန်လည်၍ လိုမ့်ပေးခြင်းတို့ကိုလက်ဖြင့်ပင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါ သည်။ လက်ရှိနိုင်ငံ့လက်ရွေးစင်တို့ပင်လျှင် Pin ကို လက်ဖြင့်ထောင်ပေး၍ ပျိုးထောင်လေ့ကျင့်လာခဲ့ကြ ပါသည်။

ဘိုးလင်းအားကစားနည်းသည် တစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုး မတူညီကြဘဲ အခြေခံသဘာဝသဘာဝများ ကွဲပြားခြားနားလျက်ရှိပါသည်။ ဘိုးလင်းကစားနည်းသည် အလွန်စိတ်ဝင်စားဖွယ်၊ ပျော်ရွှင်ဖွယ်ကောင်း သော အားကစားနည်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။ အသက်အရွယ်ကန့်သတ်ချက်မရှိ ကျား/မ၊ လူကြီး/လူငယ် မရွေးမည်သူမဆိုကစားနိုင်သည်။ စနစ်တကျထူးချွန်ထက်မြက်စွာ ကစားနိုင်ရန် အလိုအပ်ဆုံးမှာ ကစားကွင်း၏ အကြောင်းအချက်တို့ကို သိရှိထားရန်နှင့် အောက်ဖော်ပြပါအချက်အလက်တို့သည် နိုင်ငံတကာ ပြိုင်ပွဲဥပဒေပြဌာန်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ ဖြစ်ပါသည်။

ကစားကွင်းနှစ်မျိုး (Two Kinds Of Lanes)

ကစားကွင်းအမျိုးအစား နှစ်မျိုးရှိ၏။ ၎င်းတို့မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

- (၁) သစ်သားဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော ကြမ်းခင်း (Wood Lane)
- (၂) နိုင်လွန်နှင့် အခြားဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် ပေါင်းစပ်ဖန်တီးထားသောကြမ်းခင်း (Synthetic Lane)

Wood Lane ကို အနောက်တိုင်းသားများ ကြိုက်နှစ်သက်ပြီး Synthetic Lane ကို အရှေ့တိုင်းသားများ ကြိုက်နှစ်သက်ကြပါသည်။ယခုအခါ Synthetic Lane ကို လူကြိုက်ပိုမိုများပြားလာသဖြင့် လက်ရှိနိုင်ငံတကာ ပြိုင်ပွဲကြီးများတွင် အများဆုံးအသုံးပြုလျက်ရှိသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။ Lane အတိုင်းအတာ အကြောင်း အချက်များအားလုံးသည် အတူတူပင်ဖြစ်ပါသည်။

ချဉ်းကပ်နယ် (Approach Area)

စတင်ရန်အမှတ်အသား Starting Point အစွန်မှ Foul Line အထိဖြစ်သည်။ ဘောလုံးပစ်ရန် Starting Point မှ ရှေ့သို့ဘောလုံးဖြင့် ခြေလှမ်းဖြန့်လျှောက်လှမ်းလာပြီး Foul Line အနီးသို့ အရောက် နောက်ဆုံးခြေလှမ်းလျှောက်ထိုး Slide နည်းဖြင့် အဆုံးသတ်၍ ဘောလုံးကို လက်မှဖြုတ်လွှတ်လိုက်သည်။ ချဉ်းကပ်နယ်အပေါ်တွင် စတင်ရန်အမှတ်အသားအစက် S.P.Dots များနှင့် Foul Line နှင့်ကပ်လျက် ဘောလုံးဖြုတ် အလွတ်အထောက်အကူပြုစင် Conclusion Guide Dots များ အသီးသီးရှိနေပါသည်။

ပျဉ်ချောင်းငယ်များ (Boards)

Lane အလျား	-	၆၂ ပေ ၁၀. ၃ လက်မ (၁၉ ဒဿမ ၅ မီတာ)
အနံ	-	၄၂ လက်မ (၁ ဒဿမ ၀၆၆ မီတာ) အပေါ်တွင်
Board အလျား	-	၆၂ ပေ ၁၀. ၃ လက်မ အတိုင်း
အနံ	-	၁ ဒဿမ ၀၇ လက်မ (၂ ဒဿမ ၅၅ စင်တီမီတာ)

အရှည်ရှိပျဉ်ချောင်းငယ် (၃၉) ချောင်း (39 Boards) ကို ပူးကပ်၍ Line အလျားအတိုင်း ခင်း ထားပါသည်။ ၎င်း 39 Boards သည် အလွန်အရေးပါကြောင်း သိရှိရပါသည်။

ဘောလုံး (Ball)

အလေးချိန်	-	၁၀ ပေါင် ၁၆ ပေါင် အတွင်း
လုံးပတ်	-	၂၇ လက်မ (၇၇ ဒဿမ ၆၅ စင်တီမီတာ)
အချင်း	-	၈ ဒဿမ ၄၃ လက်မ (၂၁ ဒဿမ ၅ စင်တီမီတာ)
အရောင်	-	အရောင်အသွေးမျိုးစုံ

ဘောလုံးထုတ်လုပ်သော ကုမ္ပဏီမှ ဘောလုံးကို အလေးချိန် ၆ ပေါင်မှ ၁၆ ပေါင်အထိ ထုတ် လုပ်ပါသည်။ ၁၀ ပေါင်အောက်သည် အပျော်တမ်းကစားသမားအမျိုးသမီးများနှင့် ကလေးငယ်များ ကစားရန်ဖြစ်ပါသည်။

ပင် (Pin)

အလေးချိန်	-	၃ ပေါင် ၃ အောင်စမှ ၃ ပေါင် ၆ အောင်စအတွင်း
အမြင့်	-	၁၅ လက်မ (၃၅ ဒဿမ ၁ စင်တီမီတာ)
အချင်း (ခါးလယ်)	-	၄ ဒဿမ ၇၅ လက်မ (၁၂ ဒဿမ ၁ စင်တီမီတာ)
အချင်း (အောက်ခြေ)	-	၂ ဒဿ ၂၅ လက်မ (၅ ဒဿမ ၇ စင်တီမီတာ)

ဘိုးလင်းအားကစားကွင်း (Bowling Lane)

ဘိုးလင်းအားကစားကွင်းတွင် အပိုင်းနှစ်ပိုင်းရှိသည်။ ပထမပိုင်းသည် အားကစားကွင်းမြေပုံ (Map) ဖြစ်သည်။ ဒုတိယပိုင်းသည် ကစားကွင်း၏ ပထဝီဝင် (Geography) ဖြစ်ပါသည်။

၎င်းအပိုင်းနှစ်ပိုင်းကို အောက်ပါအတိုင်းအမှတ်စဉ်ဖြင့်ပူးတွဲ၍ ဖော်ပြသွားပါမည် -

- (၁) ဘောလုံးပြန်ပို့စက် (Ball Returns)
- (၂) စတင်ရန်အမှတ်အသား (Starting Point)
- (၃) အဆုံးသတ် အထောက်အကူအစက် (Conclusion Guide Dot)
- (၄) တားမြစ်စည်း (Foul Line)
- (၅) မြားအထောက်အကူပြုစက် (Arrow Guide Dot)
- (၆) ပစ်မှတ်မြား (Tarker Arrows)
- (၇) ဘောလုံးပြေးလမ်းနှင့်ဆီ (Line Oil)
- (၈) မြောင်း (Gutter)
- (၉) အဆုံးသတ်နယ် (Back End)
- (၁၀) တိုင်အမှတ်စဉ် (Number of Pin) စသည်ဖြင့် အသီးသီးခွဲခြားထားရှိပါသည်။

(၁) ဘောလုံးပြန်ပို့စက် (Ball Returns)

မိမိပစ်လိုက်သော ဘောလုံးသည် Pin များရှိရာ Back End သို့ ရောက်ရှိကာ နောက်ခံစက် အတွင်း ဝင်ရောက်ပါသည်။ ထို့နောက် နောက်ခံစက်မှ ဘောလုံးကို မိမိထံကြမ်းခင်းအောက်မှ အပေါ်သို့ မတင်ပေးသောစက်ဖြစ်သည်။

(၂) စတင်ရန်အမှတ်အသား (Starting Point)

အစက် Dot နှစ်လုံးစီဖြင့် နှစ်တန်းပြုလုပ်ပေးထားပါသည်။

ပထမတန်း

Foul Line နှင့် ၁၂ ပေ (၃ ဒဿမ ၆၆ မီတာ) အကွာ

ဒုတိယတန်း

Foul Line နှင့် ၁၅ ပေ (၄ ဒဿမ ၂၇ မီတာ) အကွာ

စတင်ရန် အမှတ်အသားများသည် ပစ်မှတ်မြားတစ်ခုစီတင်ထားသည့် ပျဉ်ချောင်း Board Foul Line အနီး အစက်ငယ်တင် ထားသည့် Board များနှင့် ပျဉ်ချောင်းတစ်ပြေးညီဖြစ်သည်။ စတင်ရန် အမှတ် အသားဟုဆိုရာ၌ ၎င်းအမှတ်အသား အနီးဝန်းကျင်ကို ကြိုက်နှစ်သက်ရာ မည်သည့်ပျဉ်ချောင်းကိုမဆို ချိန်သားအဖြစ် ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

(၃) အဆုံးသတ် အထောက်အကူအစက် (Conclusion Guide Dot)

နောက်ဆုံးခြေလှမ်းဖြင့်ဘောလုံးကို အဆုံးသတ်ဖြုတ်လွှတ်ရန်နေရာကို အထောက်အကူပြုသော အစက်ငယ်တစ်ခုနှစ်ခုသည် Foul Line နှင့် ကပ်လျက်တွင်ရှိပါသည်။

Foul Line နှင့်အကွာအဝေး (၀ ဒဿမ ၇၅ လက်မ) (၁ ဒဿမ ၉ စင်တီမီတာ) ရှိသည်။ ပစ်မှတ်မြားနှင့် တပြေးညီသော ပျဉ်ချောင်း (Board) အတိုင်း Starting Point Dot များရှိသော Board လည်း တစ်ပြေးညီ တည်းရှိပါသည်။

(၄) တားမြစ်စည်း (Foul Line)

Foul Line သည် Pin 1 Back End နှင့် ၆၀ ပေ (၁၈ ဒဿမ ၂၈ မီတာ) အကွာ၊

Starting Point နောက်တန်းနှင့် ၁၅ ပေ (၄ ဒဿမ ၂၇ မီတာ) အကွာတွင် ရှိသည်။

နိုင်ငံတကာပြိုင်ပွဲစည်းမျဉ်းအရ Foul Line ကို ထိမိခြင်း၊ ကျော်ခြင်း တစ်ခုခုအဖြစ်ဖြစ်လျှင် ၎င်းပစ်ချက်ကို ရမှတ် သည် ‘ဝ’ ဟုသတ်မှတ်ခံရသည်။ ခေတ်မီစက်ပါ ဘိုးလင်းရုံ များတွင် Foul Line ထိကာ အပြစ်တစ်စုံတစ်ရာဖြစ်လျှင် အလိုအလျောက် အသံမြည်စက်ရှိပါသည်။ Foul Line စက်မှ အသံမြည်လျှင် Computer မှလည်း အမှတ်မရရှိတော့ပါ။

(၅) မြားအထောက်အကူပြုစက် (Arrows Guide Dot)

Foul Line နှင့် Arrow အကြား ၇ ဒဿမ ၅ ပေ (၂ ဒဿမ ၁၅၄ မီတာ) အကွာအဝေး Lane ၏ အလျားအတိုင်း ဘယ်ဘက်ခြမ်းတွင် ငါးလုံး၊ ညာဘက်ခြမ်းတွင် ငါးလုံး ထားရှိပါသည်။ ပျဉ်ချောင်း ဘယ်/ညာ ၃၊ ၅၊ ၈၊ ၁၁၊ ၁၄ Board တို့အပေါ်တွင်ရှိပါသည်။

(၆) ပစ်မှတ်မြား (Tarket Arrows)

Lane ၏ အနံ ၄၂ လက်မပေါ် မြားနှစ်ခု Foul Line နှင့် ၁၅ ပေ (၄ ဒဿမ ၂၇ မီတာ) အကွာ အဝေး Back End နှင့် ၄၅ ပေ (၁၃ ဒဿမ ၇၁ မီတာ) အကွာအဝေး ပျဉ်ချောင်း ၅၊ ၁၀၊ ၁၅၊ ၂၀၊ ၂၅၊ ၃၀၊ ၃၅ တို့ အပေါ်တွင်ရှိပါသည်။

(၇) ဘောလုံးပြေးလမ်းနှင့်ဆီ (Lane & Oil)

ဘောလုံးပြေးလမ်းကြောင်း Foul Line Pin 1 အထိ အကွာအဝေး အလျား ၆၀ ပေ (၁၈ ဒဿမ ၂၈ မီတာ)၊ အနံ ၄၂ လက်မ (၁ ဒဿမ ၀၆၆ မီတာ) Foul Line အစမှ ၄၀ ပေ (၁၂ ဒဿမ ၁၈ မီတာ) အထိသာ Bowling Oil ကို သုတ်လိမ်းရပါသည်။

(၈) မြောင်း (Gutter)

Foul Line မှ Back End အဆုံးအထိ အလျား ၆၂ ပေ ၁၀ ဒဿမ ၃ လက်မ (၁၉ ဒဿမ ၁၅ မီတာ)၊ အနံ ၉ ဒဿမ ၁ လက်မ (၂၃ ဒဿမ ၂ စင်တီမီတာ)၊ အနက် ၃ဒဿမ ၁ လက်မ (၈ ဒဿမ ၃ စင်တီမီတာ) ပစ်လိုက်သော ဘောလုံးဘေးသို့ ချော်ထွက်သွားပါက မြောင်းအတွင်းကျရန်ဖြစ်သည်။ ဘောလုံးမြောင်းသို့ ကျလျှင် Gutter (G) သင်္ကေတ၊ ၎င်းဘောလုံးပစ်ချက်အတွက် ၇ မှတ် သည် ‘ဝ’ ဖြစ်သည်။

(၉) အဆုံးသတ်နယ် (Back End)

Lane ၏နောက်ဆုံးဘက်အကျဆုံး Pin ၁၀ ခုထောင်သော နယ်သည် Back End ဖြစ်သည်။ ၂ ပေ ၁၀ ဒဿမ ၃ လက်မ (၈၆ ဒဿ ၈၃ စင်တီမီတာ)၊ Pin ၁၀ ခု ကို ၃ ပေ ပတ်လည် တြိဂံပေါ်ရှိ ၁ ပေ (၃၀ ဒဿ ၄၈ စင်တီမီတာ)စီ ကွာဝေးသော အစက်ငယ်များပေါ်တွင် ထောင်ရပါသည်။ Pin ၁၀ ခုတွင် တစ်ခုချင်းစီ နံပါတ် (၁)ခုမှ (၁၀)အထိ သတ်မှတ်ထားပါသည်။

(၁၀) တိုင်အမှတ်စဉ် (Number of Pin)

Back End မျက်နှာပြင်ပေါ် ၃ ပေ ပတ်လည် တြိဂံပုံအစက်ငယ် ၁၀ ခုပေါ်တွင် ထောင်ပါသည်။ ရှေ့ဆုံးမှာ Pin ကို Pin 1 Head Pin ဟုခေါ်ပါသည်။ Pin ၁၀ ခု၏ ဗဟိုမှ Pin ကို Pin 5 King Pin ဟုခေါ်ပါသည်။ မြောင်း Gutter နှင့် ဘယ်ညာအနီးဆုံး Pin နှစ်လုံးသည် Pin 7, Pin 10 တို့ဖြစ်ပါသည်။

Pin 10 ခုထောင်ထားသော ပျဉ်ချောင်း Board သည် Arrows နှစ်ခု တင်ထားသော ပျဉ်ချောင်း များနှင့် တပြေးညီ ဖြစ်ပါသည်။ Pin 2 နှင့် Pin 3 နှစ်တိုင်တည်း ထောင်ထားလျှင် တစ်တိုင်နှင့်တစ်တိုင် ၇ ဒဿမ ၂၅ လက်မ (၁၈ ဒဿမ ၃၈ စင်တီမီတာ) အကွာရှိ၍ ဘောလုံး၏ ၈ ဒဿမ ၄၃ လက်မ (၂၁ ဒဿမ ၅ စင်တီမီတာ) ရှိသဖြင့် နှစ်တိုင်အကြားဘေ ၁လုံးတည့်တည့် ဝင်သွားခဲ့လျှင် နှစ်တိုင်လုံးကို ထိပါသည်။

အခန်း (၆)

နည်းစနစ်များနှင့်အခြေခံသင်ကြားခြင်းအဆင့်

ဘိုးလင်းကစားသမားများအား ကိုယ်ခန္ဓာကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် အခြေခံသင်ကြားခြင်း၊ နည်းစနစ်ကျွမ်းကျင်မှုအတွက်နှင့် နည်းဗျူဟာဆိုင်ရာလေ့ကျင့်ခြင်းများကို၊ လေ့ကျင့်ရေးအပိုင်းကာလများခွဲခြား၍ လေ့ကျင့်နေပါသည်။

- (၁) အနှေးပြေးခြင်း၊ အမြန်ပြေးခြင်း၊ သွေးပူလေ့ကျင့်ခန်းများ လျင်မြန်မှုအတွက် တာတိုပြေးခြင်း လေ့ကျင့်ခန်းများ။
- (၂) GYM ကစားနည်းလေ့ကျင့်ခန်းများ။
- (၃) ဘိုးလင်းနည်းစနစ်များ။

ဘယ်ခြေ၊ ညာလက်နှင့် (၄)လှမ်းလှမ်း၍ ပစ်ခြင်းနှင့် ဘယ်ခြေ၊ ညာလက်ဖြင့် (၆)လှမ်းလှမ်း၍ ကစားသည့် နည်းစနစ်ဖြစ်ပါသည်။

ညာခြေဖြင့်စတင်ထွက်၍ ဘယ်ခြေလှမ်း၍ ညာလက်ထုတ်ခါ၊ ဘယ်ခြေညာလက်ဖြင့် Foul စည်းမှကျော်၍ ခြေလှမ်း (၄) လှမ်း (သို့မဟုတ်) (၆)လှမ်းဖြင့် အခြေခံ၍ ကစားရပါသည်။

ဘိုးလင်းကစားရာတွင် (၆)ပေါင်မှစ၍ (၁၆)ပေါင်အထိရှိသည့် ဘောလုံးကိုကိုင်၍ပေ (၆၀)အကွာတွင်ရှိသော Pin (10) လုံး ထောင်ထားသည်ကို ပစ်လိုမှန်ရပါသည်။ တစ်ကြိမ်တွင် နှစ်ခါသာ ကစားရပါသည်။ ထိုအကြိမ်မျိုး (၁၀)ခါပစ်ခွင့်ရှိမှသာလျှင် One Games ဟုသတ်မှတ်ပါသည်။ လူတစ်ဦးသည်ပြိုင်ပွဲတွင် ထိုဂိမ်း မျိုး (၆) ဂိမ်းပစ်လိုမှန်၍ ပြိုင်ပွဲဝင်ရပါသည်။

တစ်ဂိမ်း၏အမှတ်သည် (၃၀၀) ထက်မကျော်ရပါ။

နည်းဗျူဟာအပိုင်းတွင် Lane ပေါ်တွင်ရှိသော Spot အမှတ်အသားနှင့် Arrow မြားကိုကြည့်၍ Pin များကို ပစ်လိုမှန်ရပါသည်။

အခန်း (၇)
လှေကျင့်ရေးစနစ်များနှင့် နည်းလမ်းများ

ညာခြေဖြင့်စထွက်၍ ဘယ်လက်ဖြင့်လှမ်း၍ ဘယ်ခြေညာလက်ဖြင့် ဘောလုံးကို ဂိမ်းပေါ်သို့ ပစ်တင်ရန်။

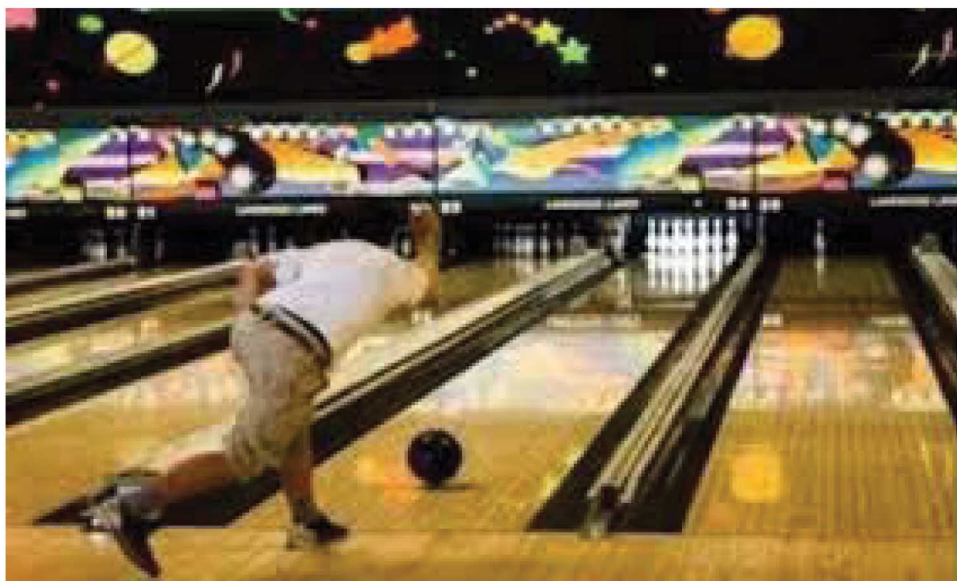


ဘိုးလင်းအခြေခံဘောလုံးကိုင်တွယ်နည်း



ဘိုးလင်းအခြေခံဘောလုံးကိုင်တွယ်နည်း

ဘိုးလင်းပစ်နည်း



ဘိုးလင်း အခြေခံပစ်နည်း



အခန်း (၈)
နည်းဗျူဟာပိုင်းဆိုင်ရာလေ့ကျင့်ခြင်း

Bowling Score Sheet

Player Name	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total Score

Player Name	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total Score

နည်းဗျူဟာပိုင်းဆိုင်ရာလေ့ကျင့်ခြင်း

Pin ၁၀ လုံးကို ၂ကြိမ်ပစ်ခွင့်ရှိသည်။ တစ်ကြိမ်ထဲ ၁၀ လုံးလဲသွားလျှင် ၁ ခါသာပစ်ရမည်။
One Game တွင် ၁၀ ကြိမ်ပါ၍ Bonous တစ်ကြိမ်ပေးထားပါသည်။

Pin 10 တိုင်ကို ပထမဆုံးစတင်ပစ်သောဘောလုံး (First Ball)သည် အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သည်။
ပစ်လွှတ်လိုက်သောဘောလုံးသည် Pin 1 နှင့် 3အကြား (သို့) Pin 1 နှင့် 2အကြားထိချက်မှန်ကန်မှသာ
(၁၀)တိုင်လုံးလဲ၍ Strike ရရှိနိုင်မည်။

ဒုတိယအကြိမ်ဘောလုံးပစ်ခြင်း (Second Ball Spare)ပစ်ရာတွင် ပစ်ရန်ခက်ခဲသော Pin 7နှင့်
Pin 10တို့ကို ထောင့်ဖြတ်ပစ်ရမည်။ အကြိမ်ရေများစွာ အထပ်ထပ်အခါခါမပျင်းမရီနှင့် လေ့ကျင့်ရမည်။

နှစ်တိုင်ထပ်ကျန်သော Pin 2နှင့် Pin 8, Pin 3 နှင့် Pin 9 တို့ကိုလည်း ထိချက်တစ်ထပ်တည်းကျစေ
ရန် လေ့ကျင့်ရမည်။

၎င်းအပြင် ပစ်ရန်ခက်ခဲ၍ ကျန်ခဲ့သော Pin 2 နှင့် Pin 7, Pin 3 နှင့် Pin 10တို့ကိုလည်း
Spare ထောင့်ဖြတ်အနေအထား (သို့) မိမိစိတ်ကြိုက်ပစ်မှတ်မှ ပစ်လွှတ်လေ့ကျင့်ရမည်။

Lane၏ အလယ်တိုင် Pin 5 တစ်တိုင်တည်းကိုလဲ ထိချက်မှန်ကန်အောင် လေ့ကျင့်ရမည်။

Spare Pin အကျန်များကို လေ့ကျင့်ချိန်များတွင် ကစားသမားများသည် ထိချက်မှန်ကန်စွာဖြစ်
စေရန်အကြိမ်ရေများစွာလေ့ကျင့် ကစားကြရမည်။

အခန်း (၉)

လေ့ကျင့်ရေးကာလအပိုင်းအခြား

လေ့ကျင့်ခြင်းကာလအပိုင်းအခြားများကို

- (၁) ပြင်ဆင်မှုကာလပိုင်း
- (၂) ပြိုင်ပွဲအကြိုကာလပိုင်း
- (၃) ပြိုင်ပွဲကာလပိုင်း
- (၄) ပြိုင်ပွဲလွန်ကာလပိုင်း ဟူ၍ (၄)မျိုးပိုင်းခြားထားပါသည်။

နံနက်ပိုင်းတွင် ကိုယ်ခန္ဓာကြံ့ခိုင်မှုအတွက် အနှေးပြေးခြင်း၊ အကြောဖြေလျော့ခြင်းလေ့ကျင့်ခန်း အမျိုးမျိုးပြုလုပ်ခြင်း၊ လျှင်မြန်မှုအတွက် တာတိုအပြေးလေ့ကျင့်ခန်းများ လေ့ကျင့်စေပါသည်။

ညနေပိုင်းတွင် ဘိုးလင်းကစားနည်း၊ နည်းစနစ်ပိုင်းဆိုင်ရာလေ့ကျင့်ခြင်းများ၊ နည်းစနစ်ကျနစွာ လေ့ကျင့်နိုင်ရေးအတွက်အထောက်အကူဖြစ်စေသည့် လေ့ကျင့်မှုအမျိုးမျိုး (Gym, Circuit Taining) တို့ကို လေ့ကျင့် စေရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အခန်း (၁၀)

နိဂုံး

ဘိုးလင်းအားကစားနည်းသည် အသက်အရွယ်မရွေးပါဝင်ကစားနိုင်ပြီး ရုံတွင်းကစားနည်းဖြစ်သောကြောင့် အချိန်မရွေးကစားနိုင်သည့် ကစားနည်းဖြစ်ပါသည်။ ဘိုးလင်းအားကစား နည်းသည် လွယ်လွယ်ကူကူနှင့် ပျော်ရွှင်စွာကစားနိုင်သော အားကစားနည်းဖြစ်ပါသည်။ ယခုအခါ ဖိတ် ခေါ်ပြိုင်ပွဲများ အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲ (SEA Games)၊ အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲ (Asia Games)၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအားကစားပြိုင်ပွဲများတွင် ထည့်သွင်းကျင်းပလာသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ နိုင်ငံတိုင်းတွင် ဘိုးလင်းအားကစားရုံများ၊ တည်ဆောက်ထားပြီး၊ ကျန်းမာရေး၊ လူမှုရေးနှင့် ပြိုင်ပွဲများအ တွက် လူတန်းစားအလွှာအမျိုးမျိုး ကစားလာကြသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။

ဘိုးလင်းကစားနည်းသည် တစ်ဦးချင်း (Single)၊ နှစ်ယောက်တွဲ (Double)၊ သုံးယောက်တွဲ (Trio)၊ အသင်းလိုက် (Team)စသည့်ကစားနည်းများစွာရှိသည့်အနက် တစ်ဦးချင်းမှအသင်းလိုက် စုစည်းစည်းဖြင့် ယှဉ်ပြိုင်ကစားသည့်အတွက် စည်းကမ်းလိုက်နာမှု၊ အသင်းလိုက်စုစည်းမှုတို့ဖြင့် ကစားရသဖြင့် ပျော်ရွှင်မှု၊ ကျန်းမာသန်စွမ်းမှု၊ ဖြတ်ထိုးဉာဏ်ရှိမှု မိသားစုစိတ်ဓာတ်ရှိမှုတို့ကို ရရှိစေပါသည်။ ဘိုးလင်းကစားခြင်းဖြင့် နိုင်ငံတော်အတွက် ဆုတံဆိပ်များရယူပေးပြီး နိုင်ငံ့ဂုဏ်ကို မြှင့်တင်နိုင်ပါ သည်။

မြုစုသူ

ဦးဗလကျော်သူ (လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး)

ဦးအောင်အောင်ထူး (နည်းပြ/နည်းစနစ်)

ဒေါ်ဗစ်တိုးရီးယား (နည်းပြ/နည်းစနစ်)



ဘိုးလင်း
Bowling



နည်းပြဆရာလက်ရွှေ့



အားကစားနှင့်ကာယပညာဦးစီးဌာနနှင့်ဘိုးလင်းအဖွဲ့ချုပ်တို့စီစဉ်ထုတ်ဝေသည်။